



李时意
Lishiyi

女人婚姻

Nvren hunyin shengjing

谨以此书献给追求婚姻幸福的所有女人



圣经

碧 冷◎编著
中国言实出版社

探析婚姻幸福之道
解密夫妻和谐秘笈
使婆媳关系不再“水火不容”
让女人成为家庭舞台的“绝对主角”
.....

悦读
HAPPY READING
启迪心灵 智慧人生

女人**婚姻**圣经

碧冷◎编著



中国言实出版社

图书在版编目(CIP)数据

女人婚姻圣经 / 碧冷编著.
—北京:中国言实出版社,2008.8
ISBN 978-7-80250-045-7

I.女…
II.碧…
III.①女性—恋爱—通俗读物
②女性—婚姻—通俗读物
IV.C913.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 110410 号

女人婚姻圣经

出版发行 中国言实出版社

地 址:北京市朝阳区北苑路 180 号加利大厦 5 号楼 105 室

邮 编:100101

电 话:64924716(发行部) 64963101(邮 购)

64924880(总编室) 64963107(一编部)

网 址:www.zgyschs.cn

E-mail: zgyschs@263.net

经 销 新华书店

印 刷 北京京安印刷厂

印 次 2008 年 8 月第 1 版 2008 年 8 月第 1 次印刷

规 格 787 毫米×1092 毫米 1/16 15.5 印张

字 数 220 千字

定 价 28.00 元 ISBN 978-7-80250-045-7/B·184



婚姻是天底下最繁琐的物件。爱情或许很超然,但婚姻则是现实的柴米油盐酱醋茶,种种琐碎的生活细节会将每个人打磨得现实起来。所以,钱钟书先生说,婚姻如围城,城外的人想冲进去,城里的人想逃出来。这话是有一定道理的。

相信每个走进婚姻殿堂的人都会有这种感觉。但亦有一句话说得好:凤凰涅槃。没有一番痛苦的挣扎又怎能尝到幸福的滋味!不经过一番洗礼,又怎能让爱升华!爱情只有步入婚姻,才会让男女之间真正地相通相融,才能经得起人生的风吹雨打。

所以,很多人都渴望一场优质婚姻,让自己备尝幸福的滋味。女人更是如此。

有人说,“女人对自己一生的规划最重要的就是婚姻”。因而,能够拥有一份幸福美满的婚姻才是女人最大的成功。

那么,我们如何才能拥有一份好的婚姻呢?要知道,婚姻犹如飘荡在海上的一艘船,时不时地会遭遇风险,一不小心,就会摇摇晃晃甚至船翻。

还是翻开这部《女人婚姻圣经》吧,在阳光的午后,沏一杯茶,轻轻地品评它:

·女人想要幸福的婚姻,从一开始就不能错。因而,对于女人来说,最重要的是在对的时刻碰到对的人。

·不管多大多老,不管家人朋友怎么催,都不要随便对待婚姻,婚姻不是游戏,重新开局要付出巨大代价。

·婚姻对于女人来说,不是终点,而是“加油站”。不要以为拥有了一纸证书,便开始恣意妄为。

·持久的爱情源于彼此发自内心的真爱,建立在平等的基础之上。任何

只顾疯狂爱人而不顾自己是否被爱,或是只顾享受被爱而不知真心爱人的
人都不会有好的结局。

- 婚姻中最易犯的错误就是对自己最爱的人太苛求,你不妨把对方当作自己的大孩子就绝无怨言了。

- 学会用理解、欣赏的眼光去看对方,而不是用自以为是“关心”去约束对方。

- 要用感恩的心来对待你的男人,尊重他。要知道,无论发生什么事,都是他在陪伴你,用爱心包容你。

- 婚姻是一个实实在在的生命的过程,它需要用爱去温暖和丈量。

- 爱像味精,不要太多,一点点就好。

- 婚姻是用来享受的,享受了婚姻,你才会舒展自如。

- 女人要学会珍爱自己,不要拿朴素来做挡箭牌,不要拿家务做借口,不懂时尚,你就不是一个完整的女人。

- 幸福的婚姻不是耍心计,更多需要的是智谋。

.....

总之,如果婚姻需要靠缘分,幸福则靠正确的方法。本书从众多的男男女女的悲欢离合中,从围城的熙熙攘攘中找寻幸福的方法。也许它不一定适用于你的婚姻,但肯定会对你有所启示和助益。

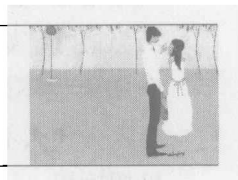
读完本书,愿那些已跨入或即将跨入婚姻的男男女女们婚姻生活会变得甜美快乐起来,幸福会悄然地降临到你们的身边。

编著者

2008年5月

目 录

第一章 恋爱是幸福婚姻的起跑线



- ◎寻觅真爱 / 2
- 围追好男人 / 2
- 他爱你吗 / 4
- 在爱情中要游刃有余 / 5
- ◎“制造”缘分 / 7
- 让他追你 / 7
- “暧昧”的矜持 / 11
- 保持恋爱的神秘 / 13
- ◎好男人“倒贴”也得追 / 16
- 倒追也能获得幸福 / 16
- 怎样做一个好“猎手” / 18

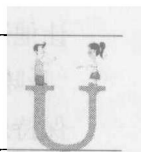
第二章 披上婚纱——把一生交给他



- ◎选对老公嫁对郎——找到你的白马王子 / 22
- 幸福婚姻需要的条件 / 22
- 十个错误的结婚理由 / 24
- ◎他想娶你吗 / 32
- 男人想娶什么样的女人 / 32

他是否把你当作未来的那位	/ 34
◎我们结婚吧	/ 37
给他求婚的暗示	/ 37
别给他吃“定心丸”	/ 40
巧与他“谈”婚“论”嫁	/ 42
◎如果他不想结婚	/ 44
男人为什么不想结婚	/ 44
见招拆招	/ 45
如果是“毒男”，就将他踢出去	/ 47
千万别做“等女”	/ 48
◎走进婚姻的殿堂	/ 51
拜见他的家人	/ 51
办一场真正属于自己的婚礼	/ 53

第三章 怎样做个好老婆



◎做老公的红颜知己	/ 56
懂他	/ 56
做他最好的倾听者	/ 58
◎做老公的“小女儿”	/ 61
用撒娇挠挠男人脆弱的心	/ 61
做个会耍赖的“坏孩子”	/ 63
“刁蛮”是一种特别的可爱	/ 65
◎做他温柔体贴的妻子	/ 67
用柔情将男人俘获	/ 67
送上细心的丝丝体贴	/ 68
奉上女人特有的善解人意	/ 71

目

录

第四章 满足男人在婚姻中的心理需求



◎男人需要女人的仰视 / 74

男人需要女人的崇拜 / 74

老公,你太棒了 / 75

永远别抱怨男人 / 77

用赞美表达你的感激 / 79

◎男人需要信任 / 81

信任是婚姻稳固的基石 / 81

不要对男人指手画脚 / 83

◎男人渴望来自妻子的关爱 / 85

男人有时像孩子 / 85

知心的呵护是男人一生的渴求 / 86

第五章 拥有化解矛盾的智慧



◎婆媳 PK / 90

别让婆媳问题阻碍了幸福的生活 / 90

轻松化解婆媳矛盾 / 92

别让丈夫成为“夹心饼” / 99

◎事业与家庭冲突 / 100

当老公失业 / 100

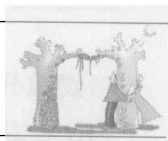
如果你是女强人 / 104

在家庭与事业中寻找平衡 / 106

做男人事业背后的推手 / 108

◎当婚姻遭遇刺玫瑰	/ 110
关键时刻要做到防患于未然	/ 110
千万不要轻言放弃婚姻	/ 111
以牙还牙是错上加错	/ 113
冷静面对出轨的男人	/ 114
用爱拉回男人“出走”的心	/ 116
◎经济问题是暗伤	/ 118
如果你赚的钱比他多	/ 118
如果老公花钱如流水	/ 120
谁管财	/ 122
实行 AA 制所应遵循的原则	/ 125
制订一套适宜的家庭理财方案	/ 126
◎别让过去的痕迹扼杀了婚姻	/ 129
不要“晾晒”你的全部隐私	/ 129
忘记过去面对未来	/ 131
◎如果没有了爱	/ 134
别为了孩子而凑合	/ 134
放手是对自己的呵护	/ 136
另一片风景依旧美丽	/ 137

第六章 走过婚姻中的危险期



◎结婚第一年	/ 140
安然度过婚后磨合期	/ 140
坦然面对男人的婚后“变脸”	/ 142
不要试图改造对方	/ 144
◎结婚三年	/ 146
别忽视丈夫的情绪问题	/ 146
别让孩子成为感情的“第三者”	/ 147

让男人参与育儿生活	/ 149
有了孩子,也要讲究二人世界	/ 150
◎结婚五年	/ 153
调整你的期望值	/ 153
别让家务阻碍了婚姻幸福	/ 155
调教“甩手丈夫”	/ 157
揭穿男人偷懒的真面目	/ 159
退一步海阔天空	/ 160
◎结婚七年	/ 163
结婚七年,你们“痒”了吗	/ 163
打破“七年之痒”的婚姻魔咒	/ 165
解除“审美疲劳”	/ 167
◎结婚十年	/ 170
与男人同步成长	/ 170
统一教育口径	/ 172
别让“孤独”侵袭了婚姻	/ 173
◎结婚二十年左右	/ 176
协调性生活	/ 176
让婚姻安全度过“空巢期”	/ 177
走好婚姻“第二磨合期”	/ 179

第七章 缔造和谐的婚姻生活



◎婚姻也需要“楚河汉界”	/ 182
为婚姻画条“三八线”	/ 182
给男人一点空间	/ 183
不要在婚姻中丢失自我	/ 186
别让男人为你的爱“抓狂”	/ 187

◎让婚姻生活永葆激情	/ 189
用生动语言点燃你们的爱	/ 189
用激情创意生活	/ 192
让老公知晓你的爱	/ 194
幸福离不开亲密的习惯	/ 196
◎彰显女人特有的“武器”	/ 198
好老公是夸出来的	/ 198
装傻是一种调剂生活的艺术	/ 199
“假吃醋”让婚姻酿出幸福滋味	/ 202
◎怎么说怎么爱	/ 204
夫妻沟通常见的误区	/ 204
摒弃夫妻沟通中不良行为	/ 206
在婚姻中“重新学说话”	/ 209
◎别让坏情绪冰冻了感情	/ 212
猜疑会让爱窒息	/ 212
埋怨是婚姻的大敌	/ 214
挑剔会让婚姻渐行渐远	/ 216
“碎嘴”是扣在婚姻上的一张网	/ 217
争吵是扼杀幸福婚姻的“刽子手”	/ 219
◎营造亲密的性生活	/ 223
走出性观念的误区	/ 223
别让性爱成为一种负担	/ 225
性和谐是美满婚姻的“添加剂”	/ 226
性沟通让性生活有声有色	/ 228
不要滥施性惩罚	/ 229
◎珍爱自己	/ 231
别忘了给自己添点儿精神储备	/ 231
学会享受生活	/ 232
善待自己	/ 235
让自己有滋有味的生活	/ 236

第一章

LIANAI SHI XINGFUHUNYIN DE QIPAOXIAN

恋爱是幸福 婚姻的起跑线



恋爱是创造和谐美满婚姻的前奏,是幸福婚姻的起跑线。在恋爱中沉醉的人都希冀着走进婚姻,因为人生最大的幸福莫过于和相爱的人相伴到老。所以,女人如果要想拥有好的婚姻,应该谈一场“优质”的恋爱!

◎寻觅真爱

人活着,无非是希望自己过着快乐和幸福的生活。对于女人来说,能和自己心爱的人在一起是世界上最大的幸福。但是,我们的真爱在哪里?寻寻觅觅,无论如何都请你别停下脚步,幸福在于寻找的过程中。

围追好男人

女人获得幸福的首要条件是知道自己要什么。

一个女人要想获得幸福的婚姻首先就是要不停地寻觅,然后便是锁定目标,展示自我。要切记,爱情不是凑合。婚姻更是如此。

扩大男人版图。别让你的圈子来决定你的爱情!我们不妨将自己的生活圈、交际圈扩大。很多时候,我们说人与人之间缺乏缘分,是因为我们不够主动积极。与其在家里感叹遇不到好男人,不如站起来走出去。你完全可以在朋友公司里、高级住宅区、进修培训班、休闲娱乐场甚至单身旅途中积极主动寻找适合你的对象。记住,缘分是要靠自己找来的。生活空间拓展了,好男人自然会出现。只要你放出讯息,让大家都知道你要寻找另一半,缘分总会出现。哪怕最后最坏的结果是你找了五年也没有找到,可是你的生活也至少变得非常精彩,你没有损失任何东西。

把握住一切机会。这个社会处处都需要机会,当一个男孩主动和你搭讪,给自己一个机会,认识他,再作判断。因为他对你第一印象不错,有望爱上你;可是别指望他这个时候就会怎样怎样地爱你,那是不可能的,除非他说谎。所以在这个时候给他太多障碍,就是不给自己一个机会。



不过，这里还有一点需要提示的是：结交男人不要抱功利的目的，否则，男人是不会向你敞开真心的。

能理智地认识男人。优秀男人与优秀女人一样，是稀缺资源，需要有慧眼才能识别。其一是善良，不然你休想让他帮助你，你只会被他利用。其二是智慧，没有智慧的男人不但自身没有发展，而且在友情关系中也糊里糊涂，不分主次。其三是两性关系方面态度严肃。如果他对别的女人很随便，也难免会对你随便。其四是良好的教养，这使他保持分寸，让与他在一起的人感觉很舒服。最后也是非常重要的一点，他在某一领域里有所成就。如果一个男人占了以上五条中的四条，就值得我们刻意与他发展长期的友谊了。

找到适合自己的标准。有一种女人，也许是因为漂亮，社会给她们的第一次机会确实太多，从而导致她们梦想过高，结果在无形中蹉跎了岁月。还有一种女人，她们好像奉行爱情至上，对其他的什么条件好像没有期待，从不考虑，甚至认为考虑这些是一种罪恶，结果她们把自己推入了深渊，到真正结婚以后，才发现没有根基的爱经不起现实的摧残。

女人，如果你想要一个幸福的婚姻，那么，请你一定要找到适合自己的标准。这个标准不能太高，也不能太低，最重要的是适合你的是什么？有一句话说得好：只选对的不选贵的。弄清楚哪类男人适合自己，是爱情中第一门必修课。而要做到这一点，首先你得了解自己需要什么。在这门学科上，做正确的事比正确地做事要重要得多。也许他相貌英俊，喜欢浪迹天涯，懂得讨好女性，跟他在一起，你非常轻松、开心。但是，如果你心目中的理想伴侣是另一型的，踏实、对事业有追求，能给你安全感。那么，这种浪漫型的男人并不适合你。

圈定他。有人可能会疑心这是否太过“功利”：精心“圈定”，并一一“搞定”身边的优秀男人，把他们发展为朋友。为什么不呢？一个人一生的精力是有限的，为什么不把有限的精力投给那些彼此欣赏、精神上可以交流、相互间能激发智慧、工作上可以给予帮助、困难时可以信任的“好男人”们呢？难道非要像青春年少时，懵懵懂懂就将大好青春献给了那些如今想来面目一团模糊、对我们的梦想甚至回忆毫无痕迹的庸人，只因他们偶然闯进我们的生活？

勇猛主动，至少是行动迅速。当你遇到了一个好男人的时候，要像那首

歌唱的那样：“姐妹妹妹站起来，抓住他，不要让他走开。”注意创造机会，让他发现你的好，不要太过表白，这个时候一定要尊重自己，这样的效果才好，才有后劲。千万不要只想等着他去追你。如果你实在是天性害羞，那么也一定要采取一些隐蔽的手段，比如暗示。

他爱你吗

男人的行为常常会透露他们爱的语言。

恋爱是一种猜心游戏。当你读懂了他的行为，你才能够做出正确的决定。以下行为将诠释他对你的感觉。

毫无理由地给你打电话。当你还在上班，或在家，或任何时候，他打过电话来，嗫嚅地说他其实没什么特别的事，就是想和你说几句话。如果他这时在办公室，你可能会听到他那头其他电话的铃声此起彼伏，可他充耳不闻，继续把急于要和你说的话说完。

他忍不住把他的一切（主要是能令人刮目相看的那一面）告诉你。还会忍不住得意地在他的哥们面前提到你。在你面前，他似乎很健谈，告诉你有关他和他家人的许多情况，诸如他的爱好呀、他的出生年月呀、他的父母有没有什么怪癖啊，等等，目的就是让你走近他，拉近你们之间的距离。只要想起你，他就有说不出的神往，这种感觉必须在他的哥们儿面前一吐为快。女人喜欢在同伴面前展示时装，男人则喜欢对他的朋友夸耀他心爱的女人。

对你的朋友极为友好。如果你托他为你某个朋友帮忙，他会显得格外卖力。原因很简单，他想让你高兴，让你的朋友夸他。

他留心你的一举一动。和你说话时，他会专注地看着你的眼睛和嘴唇。一块出去吃饭时，他不会仔细打量那些进进出的美少女。有时候，他眼睛会望着远处，那只是在整理他的思路。

约会时，他很准时。就是说，他不会来得太早，更不敢迟到。为了准备约会，他会精心做一番准备和修饰，这点并不是女人的专利。他同样希望他在



你眼里性感而又迷人,无可挑剔。迟到的事是绝对不能发生的,一切都考虑得很周全。

他不会嘲笑你的兴趣。他会尊重你的各种兴趣,包括你逛街的爱好。平时你听到的所谓“男人最烦陪女人逛街”的说法其实都是些已婚男人的言论,对正处在神魂颠倒阶段的他来说,有机会和你在一起,就很满足了。

他不提从前的罗曼史。即使你强迫他交待,他也只是轻描淡写地说一些听上去很冠冕堂皇的话,比如,“我和那人完全合不来,和她在一起总是死气沉沉的”什么的。假如他讲给你听的是一段颇有悔意和伤感的爱情故事,那你就得留神了。

他约定确切的再见面时间。这是因为他迫不及待地希望再次见到你。如果一个男人只是想敷衍眼前的这个女人,他通常会说:“也许下周末我们再见面,明天或星期二、三的时候,我们再电话联系。”最后,女人等到的大多是说他周末抽不开身的借口。

他会对你表白。他会直接或假装开玩笑地要求你做他的老婆。如果你们已经约会了不止10次,他仍毫无表示,那么,你不必把他当作夫婿的惟一人选。

在爱情中要游刃有余

女人,要在爱情中掌握主动权。

一个关于男性的研究发现:男人其实偷偷羡慕着那些勇于抛开乖宝宝守则的女人,这代表男人们得满足她们贪得无厌的需求,才能逗她们开心。而这往往能满足男人天生逞勇的战斗欲。因为男人们早已认定,女人在两性关系中,一定是卑躬屈膝的那一方,所以一个占尽上风的女人,将是个非常诱人的挑战。如果你想做这样的一个女人,那么,请你时刻记住以下几点:

自信永远是最好的化妆品。如果你希望给对方留下深刻的好印象,那

么,你一定要有自己独特的风格,而你的品位则决定了你所吸引的男人的层次。因此,确定个人风格,你就能吸引和你品位相近的男性。

让对方觉得你是个不可多得的女人。其实,虽不用刻意炫耀还有多少男人追求你,但也要让他有危机感,让他觉得你是多么优秀,倘若不珍惜你会是个很大的错误。不要輕易地让他觉得你对他很痴迷,“渴望得不到的东西,是人类的天性,而对于单身男性来说,这种诱惑特别强烈”。千辛万苦才追到的女孩,对男人来说,就像是人生中的一个伟大里程碑,而且这个得之不易的女孩,在他的心目中将比轻易到手的女孩更有价值。

有些话你可以直说。男人很怕女人总是要跟他们玩“猜猜看”的游戏,也很讨厌猜错了以后要被女人责骂,天晓得善变的女人脑袋瓜里又在想什么?动辄得咎的敏感女人,总是会让男人觉得非常困惑,永远都不晓得自己哪儿又惹到她们了?如果女人可以学会实话直说,男人的许多压力都会消失无踪。

把自己放在第一位。不要让男人独占你的时间。你要依照自己的优先级,安排自己的需要,然后才是安排你们之间的事。举例来说,如果你今天上班很累,你就要取消今晚的约会,只因为你今天看起来不那么明媚动人。也许你会饮杯红酒、享受个泡泡浴,甚至是自己去看看摄影展,但就是别强迫自己跟男人出去。不要抛开手边的事情,飞奔过去与男人约会,你要让男人明白,你有自己的生活,这样会使男人在这段感情中愈加珍惜。

跟他保持一定距离。让彼此保留部分自由的空间,对你们的关系反而有助益。“犯错的时候,男人很会找理由。如果我女友发现我去酒吧鬼混,一定会杀了我;但假如她知道了却什么都没有说,这样反而会让你愧疚到死。”一些男人常常这样说。

恋爱最重要的是要把握住“火候”,切记欲速则不达。当他对你的爱意越陷越深的时候,你不妨让他很难约到你,或者是保持忙碌的状态,这样他会有一种患得患失的“恐惧”。他会更加迫不及待地将你拥入他的怀抱,甚至带上钻戒求你嫁给他。

