



最有效的剩女出嫁实战手册、已婚女人幸福宝典

婚姻是女人 一辈子的事

大全集

刘芝 编著



培养积极
恋爱心态

+

有效恋爱
解决方案

+

全面婚姻
幸福策略

=

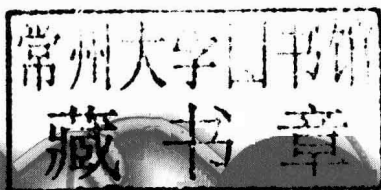
全方位提高
女人幸福指数

江西人民出版社

婚姻是女人 一辈子的事

—— 大全集 ——

刘芝 编著



江西人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

婚姻是女人一辈子的事大全集 / 刘芝编著. —南昌: 江西人民出版社, 2012.9

ISBN 978-7-210-05686-7

I. ①婚… II. ①刘… III. ①女性—婚姻—通俗读物 IV. ①C913.13-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第 212692 号

婚姻是女人一辈子的事大全集

刘芝 / 编著

责任编辑 / 王华 史慧莉

出版发行 / 江西人民出版社

印刷 / 北京博图彩色印刷有限公司

版次 / 2012 年 9 月第 1 版

2012 年 9 月第 1 次印刷

开本 / 787 × 1092 毫米 1/16 27 印张

字数: 600 千字

书号 / ISBN 978-7-210-05686-7

定价 / 29.80 元

赣版权登字—01—2012—464

版权所有 侵权必究

如有印装质量问题, 请寄回印厂调换

前言

“天下没有所谓完美的婚姻，更没有所谓完美的配偶，任何一桩婚姻都难免有遭逢险阻和颠簸的时刻。在我多年从事婚姻治疗的工作经验中，我只看见经过夫妻双方共同努力而达到的美好婚姻，或经过多年相濡以沫而臻至和谐的幸福生活，他们都是在婚姻还没有被葬送之前，懂得疏导，懂得遵守一些基本的‘交通规则’，所以才让婚姻在不尽完美的过程中越走越远、越走越有味道。”这是著名畅销书作家金韵蓉女士在她的著名的《女人30+》一书中关于婚姻的一段精彩论述。

懂得疏导，懂得遵守“交通规则”，这就是婚姻的经营之道。没有一桩婚姻是不用精心呵护、用心经营就能长长久久、幸福美满的。因为婚姻并不是树上的苹果，看起来漂亮，闻起来香，吃起来香甜可口；相反，它更像带刺的玫瑰，有着娇艳欲滴的模样，令人向往，但当你靠近它，又会被尖利的刺刺伤。

许多女人带着美妙多姿的想象和天真烂漫的愿望，步入婚姻的殿堂时，发现在白色婚纱的炫目光影背后，不再有罗曼蒂克的情调，要面对的是平凡、单调的“锅碗瓢盆交响曲”，有时还充斥着欺骗、背叛、物质、诱惑、争吵、冷战……理想与现实的极大落差，让婚姻中的女人陷入了极度的迷茫和困惑之中。女人们面对这些问题时该如何解决，如何战胜？也许这是一个永恒的难题，但只要我们懂得经营婚姻的智慧，这些难题就会一一被化解。

我们来看看周女士是如何经营她的婚姻的。下面是她的自述：

“我跟丈夫结婚已经6年了，快要接近所谓的7年之痒。我和丈夫的婚姻依然很热络，我想这是我们一直互相投诉的结果。

“刚开始婚姻生活，丈夫的各种奇怪生活习惯就被无限扩大，突显在我面前。甚至有一天开始我觉得他只要一起床，我的噩梦就开始上演。他一爬起来就要大咳好几声，漱口

声音又是一阵轰雷，喝茶、吃面很大声……总之有那么多‘看不惯’，跟他也不止说过一次，他每每表示会改，却老也不见行动。我们的上下班时间不是很合拍，我回家时他已睡着，他起床时我还在梦中。

“后来我从杂志上学了个办法，把他的缺点，一个个写在小纸条上，临睡前压在床边。我很高兴第一天的纸条就见效了。后来他也给我写起了纸条，什么老是晚回家不太好，什么一直不做饭家里好寂寞等等。我们彼此的投诉从此一发不可收拾。

“我们都把投诉当做一回事，我们的婚姻一直经营得很好。”

这只是婚姻问题中的“冰山一角”，在本书中，您将得到更多经营婚姻的智慧，愿它能变成“拆弹专家”，或是“心理治疗师”，抑或是守口如瓶的知心姐妹，给你的婚姻注入更多经营的智慧。

婚姻不是爱情的坟墓，也不是浪漫的爱情童话，它是实实在在的生活。有生活就会有不和谐与矛盾，要由夫妻双方共同化解。幸福美满的婚姻需要夫妻共同创造，更需要聪明的女人去用智慧经营。

目录

contents

C第一章 **chapter** 传闻中的爱情，是甜的还是咸的

年轻人的婚姻为何如此不牢固 / 001

结婚一定要选“对味”的人 / 003

选择你想要的婚姻 / 005

选择结婚，就要比任何时候都现实 / 006

为了婚姻，一定要放弃朋友吗 / 008

不当的爱，只会成为负担 / 010

在爱情中，预设标准不是一件明智的事 / 011

一些误传的“女人与婚姻”的谬论 / 012

点亮“理解”的照明灯 / 015

家讲“情”多过讲“理” / 017

幸福婚姻没有捷径，只有经营 / 018

让自己有原则地爱 / 021

女人，没什么都不能没品位 / 023

女人对男人越好，越加速男人的背叛 / 025

C^{第二章}_{chapter} 挑男人，不做点功课怎么行

- 好男人都哪去了 / 027
- 男人并不以貌“娶”人 / 030
- 看“钱”识男人 / 031
- 选夫如选股，你选哪种股 / 032
- 哪里优质男人多，就到哪里去 / 034
- 虚幻世界里的他，靠得住吗 / 038
- 丢弃与时不俱进的旧观念才能找到好男人 / 040
- 擦亮眼睛，不错过真爱 / 041
- 恋爱不是求职，情场不宜骑驴找马 / 043
- 为什么美女反而没有男人嫁 / 044
- 抽烟泄露男人的秘密 / 046
- 坏男人总有好理由 / 047
- 失恋要趁早 / 049

C^{第三章}_{chapter} 拿出你的魅力，绝世好男人就在股掌之中

- “风情万种”的女人让男人过目不忘 / 052
- 好男人都是抢来的 / 053
- 守株待兔等不来幸福 / 055
- 情调浪漫的女人能用浪漫影响他人 / 056
- 太美丽的女人容易被夺走 7 样东西 / 057
- 美丽让男人停下，智慧让男人留下 / 059
- 不漂亮算什么，没气质才致命 / 062
- 宅女如何追逐自己的爱情 / 063
- 做女人，你必须温柔 / 065
- 做你自己，保持本色 / 067
- 连自己都不爱了，还奢望别人爱你？ / 068

- 撒娇是女人的杀手锏 / 070
- 一滴眼泪——四两拨千斤的力量 / 071
- “女子无才便是德”已经不流行了 / 073
- 瘦，不是女人畅销的全部元素 / 074

C第四章 chapter 开动脑筋，自己的爱人自己寻

- 爱情里，主动占先机 / 076
- 用点小技巧，吸引内向男 / 077
- 苦苦等待不如主动出击 / 079
- 提前练习搭讪，增加自信 / 081
- 别用幻想找对象 / 083
- “勾引”他，让他主动表白 / 084
- 他喜欢的事，是你应该多做的事 / 086
- 恋爱时，说话交谈也变成一种学问 / 087
- “小别胜新婚”是一句真理 / 088
- 适当“折磨”他，他会懂得更加珍惜你 / 090
- 让他需要你，就像需要空气一样 / 092

C第五章 chapter 女人嫁得好，后半生才能过得好

- “执子之手，与子偕老”的难度系数有多高 / 095
- 爱情要经得起天荒地老 / 096
- 真爱不需要求证 / 097
- 婚姻不是浪漫偶像剧，是现实苦情剧 / 098
- 选择了，就是一辈子的事 / 100
- 舒服最重要，随兴最重要 / 101
- 什么样的婚姻，造就什么样的女人 / 103
- 婚姻就是相濡以沫、相扶到老 / 104
- 用心用爱浇灌婚姻，才能结出甜美的果实 / 105

婚姻是一种宿命的纠缠 / 107

你适合早婚还是晚婚? / 109

爱他,就给他自由 / 110

孤独不是你草率结婚的借口 / 111

现实一点,爱情并不是婚姻的一切 / 113

不要指望男人知道你心里在想什么 / 114

幸福只需要你变换一下心态 / 117

为婚姻肩负起责任 / 118

为了幸福婚姻,消除恐婚心理 / 122

没有感情的婚姻注定不能长久 / 124

结婚需要在适当的时候做适当的事 / 126

不是好男人太少,是你太挑剔 / 127

全情投入,爱情不会亏待你 / 128

当“孔雀女”遭遇“凤凰男” / 130

爱你的人和你爱的人 / 133

C第六章 chapter

经营幸福婚姻,把劣质男挡在门外

有责任感是最起码的要求 / 135

自卑但不奋发的男人不宜嫁 / 136

远离小肚鸡肠型男人 / 138

远离怨妇男 / 139

“非富即贵”不是嫁人的真理 / 141

现在流行 3F 男人 / 143

可以接受不够浪漫,不能忍耐古板和干涉 / 145

心眼小的男人不能嫁 / 147

家暴从变态般的占有欲开始 / 149

他想要的爱情同样是你能得到的吗 / 152

“刻舟求剑男”绝对不是一个好的选择 / 154

C第七章
chapter

拥有一个好男人不容易，别让他溜走了

好男人必然拥有这些优点 / 156

几招教你识别好男人 / 159

好男人的典范——“灰太狼” / 161

挑剔你的爱人等于抛弃幸福婚姻 / 162

有失败婚姻的男人不一定是失败者 / 164

让小三知难而退 / 166

你不是人民币，不会被所有人喜欢 / 167

幸福婚姻的开始，是嫁一个好男人 / 168

你追求的幸福，是什么样的？ / 169

实际的男人最靠谱 / 171

分手说多了，也会成真 / 172

嫁一个懂得“爱”的男人 / 174

前男友的温柔已是过去 / 176

幽默的男人不只是开心果 / 178

不要偏执地追求完美 / 180

C第八章
chapter

老公使用手册，一一化解生活小磕碰

有什么不满，温柔地说出来 / 182

不要太贤惠，要给他表现的机会 / 184

男人讨厌家中有一个“复读机” / 186

没有人愿意被雕塑 / 187

有时男人比女人更需要安慰 / 188

“唯我独尊”的强硬只会招来不满 / 189

用点小伎俩让他做家务 / 191

你把他变成佣人，小心他推翻你 / 193

管好男人，使他远离不良诱惑 / 194

C第九章 **chapter** 婚姻是大事，长辈的话不可不听

你把婚姻当成一种致富手段吗 / 197

“过来人”的建议真的不会错 / 199

别把婚姻当方便面来“速食” / 201

“门当户对”绝对不是歪理 / 202

不要轻易地献出“第一次” / 204

看一看这些错误的性事想法 / 205

“试婚”能试出什么 / 207

不能盲目地“跟着感觉走” / 210

崇拜也许不是爱 / 211

小缺点，无大碍 / 212

完美的男人也许只有上帝 / 213

知足常乐，珍惜眼前人 / 215

C第十章 **chapter** 不听天由命，靠智慧做好命女人

别把男人当成幸福的全部 / 217

谁挡住了你的阳光 / 221

人生苦短，善待自己最重要 / 222

想要的，就一定能够得到 / 223

好命女孩都有好心肠 / 225

成熟一点，许多事情都会迎刃而解 / 226

不要吝啬对他的赞美 / 228

有什么烦恼不愉快，都拦在门外 / 229

追求幸福的路上要懂得珍惜 / 231

不甘平庸，就要积极追寻生活目标 / 232

宽容对待爱，永远不会错 / 234

生命的意义在于做自己想做的事 / 237

- 适当地控制欲望 / 238
- 偏执只会让自己陷入牛角尖 / 240
- 做一个简单的人不需要天分 / 241
- 单纯是永恒的代名词 / 243
- 前方是绝路，希望在转角 / 245
- 人生就是在不断的失去中成长 / 246
- 快乐地迎接每一天 / 248

C^{第十一章} chapter 物质、金钱和诱惑，我们应该如何取舍

- 钱多算什么，要看他有没有时间陪你 / 250
- 爱情需要面包 / 251
- 富翁不好找，咱就自己制造一个 / 254
- 女人经济独立，才能获得真正的独立 / 256
- 像女皇一样被宠着，只有爱你的人才能做到 / 257
- 甜言蜜语谁不会说，行动做到了吗 / 258
- 听了誓言感动一下就好，别当真 / 260
- 喜欢吹牛的男人，你敢相信他什么 / 261
- 外表华丽如浮云，合适最重要 / 262
- 把一生交给他之前，要知根知底 / 264
- 从各个方面探究他是一个什么样的人 / 265
- 结婚并不只是简简单单两个人的事 / 267

C^{第十二章} chapter 性与爱交织着婚姻永恒的旋律

- 适当矜持，不要让男人轻易尝到甜头 / 269
- 互相尊重，婚姻才能幸福美满 / 270
- 爱自己多一点才能更好地爱别人 / 273
- 培养一些兴趣爱好会有意想不到的效果 / 274
- 几招促进和谐性生活 / 275

情话让爱情更甜蜜 / 278

浪漫时刻，别说扫兴的话 / 280

别触碰了这些性生活禁忌 / 281

C第十三章 chapter

面临新婚期的各种问题，有些招架不住了吗

注意！这些对话方式是不可取的 / 285

换了一个称谓，也许很多事都变得不一样了 / 287

尊重并适应彼此的性格 / 289

不当的沟通只会让彼此更累 / 291

小心被婚姻的现实感打败 / 293

几招教你顺利渡过磨合期 / 296

让他变成恋家的男人 / 298

多说交心话，警惕家庭“冷暴力” / 299

他的心里话不跟你说跟谁说 / 300

不要在他面前过分夸奖别的男人 / 302

持家有道，做一个轻松有效率的好媳妇 / 304

谢谢你，我亲爱的老公 / 305

没有什么比理解和包容更动人的了 / 308

男人本来就很幼稚 / 309

在外遇到了风浪，他向往一个温暖的港湾 / 310

做他的贴身营养医师 / 311

对他的缺点，不要妄图改正要“管理” / 314

为什么他的心情会阴晴不定 / 315

给他一顶“高帽”，他就会努力达标 / 317

适当的异性交往有何不可 / 318

累了倦了说出来，爱情保鲜有法则 / 320

怎么办，丈夫变成了穷光蛋 / 321

C第十四章 chapter 懂得如何去爱，让爱情保鲜一百分

幸福不在于拥有的多，而在于计较的少 / 324

在老公面前还是笨一点好 / 326

在体谅中采撷生活的情趣 / 327

与其抱怨，不如将其放下 / 328

让你们的生活常变常新 / 329

男人都需要女人捧 / 330

争吵和批评只能加速婚姻的灭亡 / 332

小小的点缀，能让家变得更温馨 / 333

越较真越讨人嫌 / 335

夫妻争吵直接沟通，不用“传话筒” / 336

唠叨有时比利剑还危险 / 338

哭太多，眼泪就不值钱了 / 340

幸福感在你一次次的比较中越来越少 / 342

虚荣“毁人”不留痕迹 / 343

男人不喜欢女人这样说 / 345

不要做一个不下厨房的女人 / 347

C第十五章 chapter 婚姻就像“两人三足”，同心协力才不会摔跤

他的未来就是你的未来 / 349

做他坚强的后盾 / 352

共同的方向，共同的目标 / 353

帮他成为一个广受欢迎的人 / 354

你的态度影响着他的未来 / 355

他的问题，你也可以出谋划策 / 357

永远和他站在同一边 / 358

你的人脉也能助他一臂之力 / 360

艰难时刻，你应该是他的精神支柱 / 363

与他一同成长 / 364

家庭和事业可以兼得 / 366

既贤良淑德，又不放弃自己的精彩 / 368

在职场上的强势不要带回家 / 370

聪明女人要知道如何应对意外 / 372

C第十六章 chapter

婆婆、老公和孩子，懂得疏通的女人注定好命

孝敬父母不能区别对待 / 373

好听的话，说得婆婆心暖暖 / 375

不要让幸福婚姻败给“父母反对” / 377

巧媳妇初见公婆之攻略 / 378

与婆婆相处，收敛得体是关键 / 380

不要让他夹在婆媳中间受气 / 382

婆婆不可能变成妈妈 / 385

孩子不是烦恼的开始 / 386

情比金坚，家庭才能和和美美 / 389

“私房钱”还是要有的 / 391

不同家庭，选择不同的理财策略 / 394

你管钱，还是他管钱 / 395

两份收入，如何理财 / 397

不要让家庭陷入“月光”的境地 / 399

不冲动消费，戒掉消费恶习 / 401

学会钱生钱的投资法 / 403

为你的小天使准备好“生育金”了吗 / 406

谁说全职妈妈只花不赚 / 409

精神和金钱上要有迎接意外的准备 / 410

在幸福婚姻中控制好生活成本 / 412



第一章

传闻中的爱情，是甜的还是咸的



年轻人的婚姻为何如此不牢固

20 世纪 70 年代末 80 年代初出生的第一代独生子女（即人们常说的“独一代”）已步入适婚年龄。但是“独一代”的婚姻已经不再像父辈的婚姻那样，不管多么艰难，都要尽量熬得长久一些。婚姻在他们看来，是一件非常普通的事情，而离婚也是非常稀松平常的。合则结，不合则离，不需要再像从前那样去忍受，去磨合。

和父辈的婚姻相比，现在年轻人的离婚案件不仅婚姻时间短，而且离婚态度干脆。由于两人共同生活的时间不长，离婚时没有太多经济和孩子抚养问题上的纠葛，可以“速战速决”。而且他们的最大特点是离婚原因单一。从以前的赌博、吸毒等恶习或婚外恋、经济等多元因素趋向单纯的“性格不合”。“独一代”不再将婚姻视为一成不变的人生安排，离或不离只遵从内心感受，甚至可以没有任何理由，只因为“没感觉”了。

是什么原因，让年轻人越来越草率地选择离婚？又是什么原因，让年轻人对婚姻的长久逐渐失去了信心呢？

现在的媒体不再过多渲染离婚的负面影响，不再将其“妖魔化”。离婚事件的频繁发生，使得人们越来越接受这是一件平常而且常见的个人私事。“独一代”自小生活在“从一而终”的传统婚姻家庭观念被动摇的环境中，与生俱来地将离婚视为法律赋予的合法权利，丝毫没有父辈“嫁鸡随鸡，嫁狗随狗”的思想烙印。

他们对婚姻的认识不成熟，对婚姻质量要求过高。“独一代”在婚姻生活中，一旦为生活琐事所累，或者夫妻之间偶有争执和纷争，一概片面地认为“没有感情了”。“独一代”又是感情至上主义者，对婚姻的情感期待高，都期待在婚姻中获得情感慰藉和补偿。一旦愿望不被满足，自然就会生出强烈的失望感。而“独一代”从小生活在优越环境中，生活历练少，心智和年龄不相符。他们对婚姻的认识过于理想化，缺乏自省精神，一味地要求对方付出，也会使两人缺少包容，不能共同经营好婚姻。

自理能力和受挫承受力弱。“独一代”在“6+1”家庭中居于核心地位，习惯于被人照顾，为人处世上更多地从自身考虑。在成长过程中，绝大多数父母对“独一代”的学习要求严苛，而放松了对其生活自理能力的培养。“独一代”自组家庭后，家务事的重压、夫妻相处容忍度的欠缺、父母对于小夫妻生活的过多参与和干涉、“独一代”担当和处理问题能力的不足等，都成为离婚的潜在隐患。

飞飞和大雄的结合在父辈们看来不可想象。他们在网络游戏中遇见，谈了半年的网恋，在现实中见了面，一周后就对家里说要结婚。尽管不认同，但是溺爱孩子的父母们还是匆匆开始帮他们筹备婚礼。两家家长买家具，买电器，布置新房，准备彩礼和嫁妆。热热闹闹地忙了半个月之后，忽然一天飞飞哭着回家，说大雄对她不好，不要结婚了。家具彩电都买了，怎么能够说散就散？家长们好说歹说，终于说服飞飞跟大雄把婚给结了。

两人蜜月回来，又和好如初。看着幸福的小两口儿，家长们也不由得松了一口气。可是一个月后，飞飞又回家大哭，说大雄欺负她，一点家务都不做，煮饭、洗衣服都是她一个人的活。飞飞的妈妈心疼女儿，特意每天去帮飞飞做卫生、煮饭。而大雄的父母也经常打电话让他们回去吃饭。可尽管这样，两人在一起一年之后，又爆发了一次大规模的争吵，两人都斩钉截铁地说，这次无论如何要离。父母也没有办法，说那就离吧。于是分配财产、争权益的事情又都是家长之间在商量。飞飞的妈妈无可奈何地说，这哪里是孩子在结婚啊，明明是四个家长在结婚嘛。

种种的原因使年轻一代越来越无法正视自己婚姻中残缺的一面，遇到问题不是想着如何解决，而是想着如何逃避。离婚似乎就成了解决问题最快也最简单的办法。

只是他们并不知道，你是否嫁对了人，是否选择了一段好婚姻，不是短时间就能看出来的。更多人要花上一辈子时间，才能明白身边那个同自己吵吵闹闹的冤家，实际上也是自己最离不开的人。只是他们之间爱的方式，是通过不停的争吵，反复的斗气，在小事情