

把幸福紧拽在自己手里，永远比等待他的施予来得可靠。
如何拽紧你的幸福，也是一门高深的学问。

婚前女郎 婚后女王



击败得了对手，征服得了老公的婚姻智慧

龙湘涛 东莫妮 | 著



中国书店

婚前女郎 婚后女王

击败得了对手，征服得了老公的婚姻智慧

龙湘涛 东莫妮 | 著



中国书店

图书在版编目(CIP)数据

婚前女郎, 婚后女王 / 龙湘涛, 东莫妮著. — 北京:
中国书店, 2012.3

ISBN 978-7-5149-0255-6

I. ①婚… II. ①龙… ②东… III. ①女性—人生哲

学—通俗读物 IV. ①B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 045736 号

婚前女郎, 婚后女王

作 者: 龙湘涛 东莫妮

责任编辑: 梅 雨

出品策划: 胡劲华

特约编辑: 毛立斌 杨春秀

技术编辑: 甘淑萍 王 然

市场营销: 万宝华 高连兴

媒体运营: 刘 佳 陈怡磊

封面设计: 邓艳华

装帧排版: 徐小柠

出 版: 中国书店

地 址: 北京市西城区琉璃厂东街 115 号

邮 编: 100050

发 行: 全国新华书店经销

印 刷: 北京睿特印刷厂大兴一分厂

开 本: 880 × 1230 1/32

版 次: 2012 年 5 月第 1 版 2012 年 5 月第 1 次印刷

印 张: 10.5

字 数: 250 千字

书 号: ISBN 978-7-5149-0255-6

定 价: 29.00 元

中国书店 版图书版权所有 侵权必究

中国书店 版图书印装错误可随时退换

丨 前 言 丨



做婚姻的幸福女王

没有太多的禅机，也无须太多的智慧，生活总会在有意无意间带给人欢喜，转眼又坠入尘埃。

当两个女人洋洋洒洒写完这本书时，一年多的光景已经悄然过去。直到我们回过神来才发现，原来时光真的在倏忽间就这样溜走了，始料未及，也无法挽回。但幸运的是，我们用青春交换了更宝贵的东西，那就是此时此刻，握在你手中的这本书。

为什么当初会萌发出写这本书的念头？这源自几年前，两个女人对一个话题的探讨：什么样的女人才能得到幸福。这个话题当时看上去既高深，又无稽，因为答案永远没有统一的标准。于是，我们开始从生活中寻找答案，从亲人、朋友、同学以及身边所有女人的身上去搜集她们故事。我们发现，那些幸福的女人，他们有一个共同的特点，就是善于掌控、把握自己的婚姻，懂得经营自己的情感生活。她们称得



上是幸福的女主人、婚姻的女王。

或许很多女人都会急不可耐地发问：婚姻的女王应该是什么样子？她们是不可一世的女强人吗？

如果你也是这般急于求成的人，那么我们劝你尽快放下这本书，继续回到你那混沌又不堪的婚姻生活中。因为这本书，是需要心思来阅读的。婚姻的女王，不是所谓女强人，也不是男人眼中的魔鬼，而是那些善于通过心灵与智慧掌控情感和婚姻关系的强者。

做婚姻的女王，首先教会你的，是一种心态。想做一个好女人，首先要改变的，也是你的心态。所以这时的你不妨问问自己，你是否从内心深处就端正了你的人生态度，以及你的爱情观与婚姻观。因为幸福的滋味并不是看别人，而是看自己，不是羡慕嫉妒，而是懂得享受生活。当然，虽然我们常说“贫贱夫妻百事哀”，但在现实生活中，我们发现很多身处逆境的夫妻也同样觉得自己是幸福的。这也论证了幸福与钱权没有太大的关系，它依然是一种心态，一种无论你身处任何环境都想跳舞的怡然自乐。

做婚姻的女王，需要一些谋略。因为我们在所有的故事中发现，真正幸福的女人，无论她所受的教育如何，无论她从事什么职业，她们都有一个共同点，那就是懂得经营自己的婚姻。一听到“经营”二字，你是不是立马想到世界500强企业或者比尔·盖茨等全球首屈一指的商业巨头？当然不

是！我们并不是去教你怎样成为商业大亨，在这里，我们要教会你的是如何去打理婚姻中那些乱糟糟的琐事。

你也许会问，这也需要经营吗？当然，这可是一门不可小觑的大学问。一旦进入学习中，你就会发现原来在生活中看似那么无厘头的麻烦，其实都有迎刃而解的妙招。所以，要想真正赢得幸福，就不能放逐各种隐藏在婚姻中的问题，而是要用聪明的办法去解决它。

做婚姻的女王，除了心态与谋略之外，一个女人还需要学会的，是不断为自己增添魅力。

这种魅力，是贯穿女人一生的财富，即便你的青春不再了，容貌也渐渐改变，但它却像酒一样，越陈越香。而且一旦你拥有了这种魅力，它还可以渗透到你生活中的方方面面。在老公眼里，你是一个充满情调的女人；在婆婆看来，你是一个知书达理的媳妇；在儿女心中呢，你则是一个快乐幽默的妈妈。

读到这里，你明白了吗？做婚姻的幸福女王，只需要把心态、谋略与魅力，按30%、50%、20%的比例搭配在一起，就可以组成一个幸福的魔方。

看上去似乎很简单，但在实际生活中针对不同的问题，我们需要灵活运用。在这本书中，我们把一个女人在婚姻中所遇到的问题分为三大块，从不同的角度着手，抽丝剥茧，讲述解决方案。在此，要感谢一直以来向我们提供真实故事



的亲朋好友，为了保护隐私，在文章中所有人物均为化名。

好了！不管现在的你处境如何，不妨试着带着微笑进入正文吧。快不快乐，取决于你自己。而我们则期待当你读到本书最后一页时，也是你脱胎换骨的开始。

前 言 做婚姻的幸福女王 / 001

第一部分 挖个坑，让老公跳下去

第一章 你给老公喂了块糖果吗？ / 002

幸福忠告第一条：想搞定老公，不一定要靠武力。

有时候，一块糖果的力量就可以压倒一切。

1. 屡战屡胜的战略型撒娇 / 002
2. 男人更爱“缺心眼”的女人 / 007
3. 赞不绝口的魔力 / 012
4. 别忽视定期的促膝长谈 / 017
5. 在他低谷时雪中送炭 / 022

第二章 你能“狠”下心来制造浪漫吗？ / 027

幸福忠告第二条：别以为拴住了一个男人就能拴住他的心，时日一长，再长情的人也会对你麻木。

1. 给老公做一盘拿手好菜 / 027
2. 给老公做一次保健按摩 / 031

3. 你是一个幽默的女人吗? / 035

4. 你会精心策划周年庆祝活动吗? / 040

第三章 你是他最“狠”的革命战友吗? / 044

幸福忠告第三条：有时候，你不仅是他的老婆，更是他的玩伴与同盟，需要穿同一条裤子，用同一个鼻孔来呼吸。

1. 树立同一个奋斗目标 / 044

2. 寻找最默契的业余爱好 / 048

3. 学会接纳他的朋友 / 052

4. 偶尔跟他“疯”一次 / 056

第四章 他不乖巧时，你会来点小狠招吗? / 060

幸福忠告第四条：一定要有自己的立场，别以为过度妥协就能“维稳”。但用狠招，要张弛有度。

1. 他宁死也不愿做家务 / 060

2. 他凡事只听父母的 / 065

3. 他有大男子主义倾向 / 068

4. 他有家庭暴力倾向 / 072

5. 他有出轨的迹象 / 076

第五章 正视你那些从不承认的缺点 / 081

幸福忠告第五条：你有没有发现，他厌烦你的理由，竟然是你在生活中所忽略的那些自我细节。

1. 你是购物狂 / 081

2. 你是工作狂 / 084

3. 你是花心女 / 087

4. 你是暴力女 / 090

5. 你是唠叨女 / 092

6. 你是脑残女 / 095

7. 你是寄生虫 / 099

8. 你是活古董 / 102

第二部分 弯下腰，给婆婆一个台阶

第六章 “对付”婆婆，你的手腕够巧吗？ / 108

幸福忠告第六条：她不是针锋相对的敌人，也不是与生俱来的亲人。“对付”她，需要一些手腕。

1. 婆媳沟通，从心开始 / 108
2. 婆媳矛盾，糊涂是福 / 114
3. 面对家务活，以退为进 / 120
4. 她“封建守旧”，你润物无声 / 125
5. 她极品挑剔，你笑打“太极” / 130
6. 她“抠门吝啬”，你细心体谅 / 135
7. 她“争风吃醋”，你淡定从容 / 140
8. 她溺爱儿子，你“曲线救国” / 146

第七章 也许，她需要一些“糖衣炮弹” / 151

幸福忠告第七条：真枪实弹不能对着她，横眉冷对她也不买账。或许，你该试试“糖衣炮弹”。

1. 婆唱媳随，营造和谐 / 151
2. 礼尚往来，需要用心 / 156
3. 去皱面膜，收买人心 / 160
4. 保健按摩，以情换情 / 165
5. “靓丽美容汤”的功效 / 170
6. 陪她去旅行 / 174
7. 接受她的宠物 / 177

第八章 你真的关心她、理解她吗？ / 182

幸福忠告第八条：婆婆要的，不仅仅是衣食无忧、儿孙满堂，而是发自内心的关心和理解。

1. 婆婆，一起跳舞吧！ / 182
2. 成全她的求知欲 / 186
3. 也许，她只是太寂寞 / 190
4. 唠叨，只是因为爱 / 194
5. 怀孕了，才明白婆婆的关心 / 196
6. 当妈了，才体会当妈的心情 / 201
7. 其实，她跟你一样爱孩子 / 205
8. 带孩子一起孝顺她 / 208

第三部分 蹲下身，让孩子与你平视

第九章 你够聪明，他（她）才够聪明 / 214

幸福忠告第九条：别骂孩子是“笨蛋”，别嫌孩子不够机灵，想一想，你是否给了他（她）聪明的成长环境。

1. 家有赖皮大王，学会斗智斗勇 / 214
2. 家有好奇宝宝，学会机智对话 / 220

3. 家有调皮蛋，要跟他一起调皮捣蛋 / 224
4. 他口出“雷”语，不妨跟他一起“雷”到底 / 229
5. 他欲望无限，就让他付出代价 / 233
6. 她三心二意，就教她一心一意 / 237
7. 他像根小尾巴，就让他“心理断奶” / 241
8. 他懒惰散漫，就帮他“脱胎换骨” / 246
9. 她胆小怯懦，就帮她找到自信 / 250

第十章 你够细心，他（她）才够健康 / 255

幸福忠告第十条：孩子要的不是简单的吃饱穿暖，他（她）需要健康的生活，从身体到心灵。

1. 有时候，妈妈也要说“对不起” / 255
2. 蹲下来，给孩子一个平视的高度 / 258
3. 孩子需要营养健康的食物 / 262
4. 孩子挑食？也许是你手艺欠佳 / 266
5. 不愿上幼儿园？也许她只是害怕 / 269
6. 让孩子在预防针前变勇敢，需要点窍门 / 274
7. 拜托，现在已经不流行“胖娃娃”了 / 279
8. 保护孩子最好的方法，是让他学会自我保护 / 283

第十一章 你懂快乐，他（她）才够快乐 / 287

幸福忠告第十一条：什么对孩子最重要？成绩？物质？其实都不是。他（她）需要发自内心的快乐，那是世界上最美的风景。

1. 每天陪孩子开怀一笑 / 287
2. 儿童游乐场，孩子的快乐天堂 / 290
3. 送孩子一件亲手制作的礼物 / 294
4. 教孩子学会爱他人，懂宽容 / 298
5. 施加在孩子身上的压力，并不都是动力 / 302
6. 面对现实吧，你生的不是“全才” / 306
7. 拔苗助长，不如顺其自然 / 310
8. 一句表扬胜过十句批评 / 313

| 第一部分 |

挖个坑，让老公跳下去

你与他不过就是一张纸的契约，如果他真的想甩了你，把一张红本本换成另一张红本本也不过就是几元钱的代价。

一个太聪明的女人，往往不容易得到幸福，因为她把一切看得太通透，想得太复杂，这样的女人往往咄咄逼人，让婚姻陷入绝境。

别以为拴住了一个男人就能拴住他的心，时日一长，再长情的人也会对你麻木。

志同道合的夫妻并不是天生的，需要双方不断地去妥协与尝试，一旦打开了那扇门，才会发现两人之间其实可以找到更多的契合点。

第一章

你给老公喂了块糖果吗？

幸福忠告第一条：想让老公忠心，不一定要靠武力。有时候，一块糖果的力量就可以压倒一切。

1. 屡战屡胜的战略型撒娇

很多女人都会反复问这样一个问题：“一个女人究竟要怎样，才能算成功？”

问了很多，很多年，答案无非这些：家庭幸福，事业有成，心态能够永远年轻……

对吗？单看每一个答案，其实都不错。可是事实证明，这所有的一切都归功于一个词：经营。

你必须掌握经营的秘诀，善于经营，你才能够赢得这一切。否

则都是空谈。

那么，要经营好一个家庭，靠什么？靠你与老公用岁月维系起来的那点情感吗？错！你与他不过就是一张纸的契约，如果他真的想甩了你，把一张红本本换成另一张红本本也不过就是几元钱的代价。

靠你的身体吗？更加错了。即便你现在的身材凹凸有致，脸蛋天下无双，但女人的大好青春能保持几年呀？一过30岁，你就会发现除了年龄往上走，与你有关任何事物都在往下垂。那些在你年轻时迷恋你身体的男人，还会继续对你死心塌地吗？

既然这些都不对，那靠什么呢？

靠你的智慧！用它去经营你的情感，你的家庭，你的事业，这才是长久之计。

就像我们所说的，会撒娇的女人有福。你真以为女人靠那点撒娇的天性就能百分百地拴住一个男人吗？当然不是！这不是一门是女人就会使的体力活，而是一门要用大脑的技术活。你不信？几个月前，一个叫小夏的女人也像你一样，坚决不信。

“人家就是喜欢这个品牌嘛！”在王府井百货大楼的某化妆品专柜前，一个娇滴滴的女声突然响起，迅速吸引了无数人回头。嗲声嗲气的，听起来真不爽，小夏暗自在心里骂了一句，但又按捺不住好奇心，随着人群一起回望。

于是，便看见了一个穿鹅黄色裙子的女人，手舞足蹈，花枝乱颤。她的眼角明显有几条鱼尾纹了，年纪大概也不下三十五，却还穿那么鲜亮的颜色，画那么清丽的妆容，多不合时宜。

当然，最让小夏喷鼻血的是，她的老公居然连眼睛都没眨一下，