

AI ZEN ME
A ZHEYANG
NAN

本书将带你走进姻缘的殿堂 ●●

揭开生活的符帖

爱怎么 这样难

何诚斌 著

打醒爱情，让我们相守到老

甘肃文化出版社

AI ZEN ME
ZHEYANG
NAN

本书将带你走进姻缘的殿堂...

揭开生活的符帖

爱怎么这样难

何诚斌 著

打醒爱情，让我们相守到老

甘肃文化出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

揭开生活的符帖/何诚斌著.-兰州:甘肃文化出版社,
2003.10

ISBN 7-80608-867-9

I.揭… II.何… III.成功心理学 IV.B848.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 095137

揭开生活的符帖

爱怎么这样难

何诚斌 著

责任编辑:温亚莉

装帧设计:门乃婷

出版发行:甘肃文化出版社
社 址:兰州市庆阳路 230 号
邮政编码:730030

印 制:兰州奥林印刷有限责任公司
厂 址:兰州市红山根西路 180 号
经 销:新华书店

开 本:880×1230 32 开
字 数:300 千字
印 张:23.75

版 次:2003 年 12 月第 1 版
印 次:2003 年 12 月第 1 次

书 号:ISBN 7-80608-867-9

总定价 (全套三册):54.00 元

(如发现印有印装错误,请与印刷厂联系调换)

享受激情燃烧的岁月

(代序)

每个人都有追求幸福的权利，这话没错。

但是，幸福到底离我们有多远？没有人能够回答出这样的问题。

有人经常问：“什么样的生活才算作幸福？”这样的问题根本不科学，因为生活中的一切不可能完全按照计划执行，总会出现一些非人力不可抵抗的因素。

正确的问法应该是：“生活当中的什么会让我感到幸福？”

面对这样的问题，每个人都会有不同的答案，就像前几天，我在人艺实验剧场看《四川好人》，有人说中五百万的彩票会让他幸福，有人说吃奶奶做的红烧肉会让他幸福，有人说收养很多流浪猫会让他幸福……

套用一些哲人或者聪明人的话，他们说：“一个婚姻家庭幸福的普通人要比那些工作取得成绩但家庭失败的人幸福。”

很多人在提到幸福的时候，都会联想到婚姻

家庭，但是不幸的是，很多的婚姻与家庭都面临着这样或那样的问题，每一对夫妇都曾经因为大大小小的矛盾闹过别扭，究竟是因为什么呢？

想当初，孙悟空被如来压在五指山下，就因为一张符贴，让孙悟空郁闷了好几百年。在那些日子里，孙悟空失去了自由，失去了活动的空间，失去了随心所欲的可能，失去了太多太多的东西，所以他感到郁闷，所以他恨不得早一天揭开那张符贴。

那么婚姻呢？有人说：“婚姻像围城，城外的人想进去，城里的人想出来。”这不就是贴在婚姻生活上的符贴吗？

2 仔细想想，婚姻家庭的生活自然不能像单身贵族那样随心所欲，大是非也罢，小矛盾也罢，老毛病也罢，新问题也罢，总之是家家有本难念的经，婚姻家庭生活遇到些挫折那简直是再正常不过的事了。

难道我们就听之任之吗？不是！

我们必须明白：你不是孙悟空，你也没有被压在五指山下，你的符贴就贴在你的心上。有很多问题是因为我们的心结才产生的，有很多矛盾是因为我们的观念才激化的。

所以，想要在婚姻生活的道路上得到幸福的真经，先要揭开你心头上的符贴，否则你就很难享受到那种激情燃烧的岁月。

目 录

我当初干吗要结婚？ / 1

围城之困 / 3

两个人的战争 / 7

爱情追不上的变化 / 10

你看丈夫顺眼吗？ / 13

你是野蛮女友吗？ / 18

你们的收入是多少？ / 21

婚姻家庭中的经济学 / 24

不要和陌生人说话 / 28

外面的世界很精彩？ / 31

关于一夜情 / 34

爱好与专业 / 37

激情燃尽的岁月 / 42

1

原来婚姻这么复杂！ / 45

琐事的灾难 / 47

东风还是西风？ / 52

被唾沫淹死 / 55

你有偶像吗？ / 58

今天你吃醋了吗？ / 62

聊 天 / 66

甜言蜜语的力量 / 71

应该告诉爱人：“我爱你！” / 76

记得你爱人的生日吗？ / 81

曾经沧海难为水 / 84

金钱与婚姻 / 87

不回家的人 / 92

你能没有老公吗？ / 96

价 值 / 101

我也可以让他幸福！ / 105

重视你婚姻的质量 / 107

你不修边幅吗？ / 110

不吵架有多难？ / 113

- 妻子耳边的三句话 / 117
- 妻子的眼睛 / 124
- 闭上你的眼睛 / 133
- 别让爱人感到窒息 / 139
- 允许抽烟 / 144
- 说出你的秘密 / 148
- 财政大权 / 154
- 独立的女人 / 158
- 床上的秘密 / 162
- 你想离婚吗? / 165
- 不要伤害你的爱人 / 168
- 相敬如宾 / 173
- 理解万岁 / 176
- 你为爱情浇水了吗? / 180
- 婚姻不是坟墓 / 184

婚姻会非常美好 / 187

- 温柔地爱我 / 189
- 你是好丈夫吗? / 193
- 你是一位好妻子吗? / 196
- 记住爱人的生日 / 199

- 男人的荣誉 / 204
- 男人哭不是罪 / 207
- 老公比经理重要 / 209
- 你不再是单身汉 / 213
- 婚姻的浪漫 / 217
- 蜡炬成灰泪始干 / 220
- 回到家的感觉 / 223
- 关于爱情 / 229
- 不断地爱与被爱 / 232
- 美好的婚姻 / 235

4

后 记 / 238

我当初干嘛要结婚？

婚姻好比是城堡，城外的人想进去，
城里的人想冲出来……



围城之困

钱钟书在他的著名作品《围城》中，曾把婚姻比作一座城，城外的人想进来，而城里的人想出去。

我们都是平凡之人，也都有着相同的美好的愿望，我们渴望爱情，渴望能够找到一位称心如意的终生伴侣，与自己在未来的人生旅途上相濡以沫、百年共度。

3

但是我们也不得不承认，那些走进婚姻殿堂的人们，并非每一对夫妇都能像希望的那样一旦牵手、终生相随。我们很遗憾地看到很多婚姻家庭解体了；而那些没有解体的家庭中的人们，也如围城中的人们那样：左顾右盼，心猿意马，试图走出围城。

为什么曾经让我们心驰神往的爱情会失去它美丽的光环？为什么曾令我们十分渴望、万分憧

憬、朝思暮想、能够遮风挡雨的家，会变成束缚自己自由与心灵的牢笼？难道真的就像那首歌唱的那样：“得到就意味着失去”？也许最为惋惜也最为心痛的就是，那些失望的人们在慨叹自己婚姻的不幸时，不经意间却看见一对对鬓发苍白、步履蹒跚的老人，相互搀扶着走在夕阳之中。

观察一下走在大街上的人们，你就能判断出他们的婚姻状况。如果有一对夫妇走过，女的低声说着什么，男的低着头，随着女子的步伐慢慢走着，显然，他在听自己妻子的话。也许他们的年龄已经不小了，但是他们之间却明显流露出一种和谐与默契。没准你还会看到这样的夫妇，女的在前面自顾自地浏览，男的在后面，东张西望，漠不关心地走着，如果不是女的对男的喊道：“快点！干什么呢？”几乎没有人会把这对相互间毫无交流的男女看成夫妇。



出城的车怎么还没来？

5

同样是曾经拥有过爱情，现在也依然相爱，至少是还在一起，为什么他们的表现却有如此天壤之别呢？我们应该明白：曾经拥有，并不代表永远拥有；曾经相爱，也不能保证相爱永远。两个人的生活是从什么时候出现裂痕的呢？是不是那天丈夫与同事聚会，酒醉之后才回家，妻子很长时间一遍遍地告诫他：你早点回来，少喝那么多酒……是不是那天妻子兴致勃勃地向丈夫讲述她今天碰到的新鲜事，可丈夫却暴躁地说：“我正在看书！别打扰我！”是不是因为妻子总是不修边幅、失去了往日的风采？是不是丈夫对妻子的感受漠不关心？

爱人的心是敏感而脆弱的，
一句不经意的话，一个不经意的
表情就有可能伤到对方的心。
所以，身处围城的人们一定要
记住：婚姻是存在禁忌的，触
犯了它们，它们就会惩罚你。

两个人的战争

我家的隔壁新搬来一对年轻的夫妇，从此以后，我们家就不太安静了。这对年轻的夫妇经常大吵大闹，不是听见妻子带着哭腔的叫喊，就是听见丈夫怒气冲冲的咆哮，甚至摔碟子摔碗地大打出手。

7

不知你有没有和你的爱人吵过架？不知你是不是有时会对你的爱人发脾气？也许有时你会想，以前他（她）对自己多么温柔，怎么到了现在，他（她）的脾气那么的差，动不动就对自己发脾气，难道他（她）不爱我了？但是你也许没有想到，以前你深恐让对方不高兴，即便自己心中有什么不痛快，也从来不会向自己心爱的人发脾气，那么现在呢？

谈恋爱的时候，恋爱双方对未来还有很多憧憬和期待，而且那个时候，两个人并不是朝夕相处，所以恋人身上还蒙着一层神秘的面纱。可是结婚之后，原本处于两个家庭的人，从此共同组成一个新的家庭，成了朝夕相对的夫妻，从此就有机会看清自己爱人身上原本没有注意或还没有发现的优点和缺点。对优点，许多人都不会在意，认为是理所当然的；而对缺点，要么耿耿于怀，要么心存不快。于是，急躁、粗声大气就替代了以往的耐心劝导、宽容大度。

8



午餐要准备，谁输谁下厨。

要
怎
么
这
样
难