

遇见 幸福

YUJIAN XINGFU

孙晓华 著

我有一千零一个愿望，其中一个就是遇见幸福。

其实，我一直在关注你，用一切你知道或不知道的方式。



 中国社会出版社

国家一级出版社★全国百佳图书出版单位

遇见幸福

孙晓华 著

 中国社会科学出版社

图书在版编目(CIP)数据

遇见幸福/孙晓华著. --北京:中国出版社, 2014.1
ISBN 978-7-5087-4630-2

I. ①遇… II. ①孙… 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 (2013) 第 299020 号

书 名: 遇见幸福

著 者: 孙晓华

出 版 人: 浦善新

终 审 人: 关东海

责任编辑: 王晓翔

责任校对: 丁 一

出版发行: 中国出版社 邮政编码: 100032

通联方法: 北京市西城区二龙路甲 33 号

电 话: 编辑部: (010) 58124852

邮购部: (010) 58124845

销售部: (010) 58124848

传 真: (010) 58124856

网 址: www.shcbs.com.cn



中国出版社官方旗舰店

社会工作者考试教材唯一指定书店 THE ONLY DESIGNATED ONLINE BOOKSTORE

经 销: 各地新华书店

印刷装订: 北京京海印刷厂

开 本: 145mm × 210mm 1/32

印 张: 8.5

字 数: 190 千字

版 次: 2014 年 11 月第 1 版

印 次: 2014 年 11 月第 1 次印刷

定 价: 25.00 元



前 言

在很多女人心中，“幸福婚姻”意味着找到一个事业有成的男人，随之而来的是房子、车子、票子以及幸福美满的家庭。如果运气好，他还是自己的梦中情人，骑着白马踏破红尘姗姗而来。

然而，世间又有几个女人如此幸运呢？随着一次次的失望，现如今女人眼中的“幸福婚姻”形象也渐渐发生了转变，看着周围那些结婚认真、离婚草率的男男女女，不难发现“最佳的婚姻配置”不等于“最佳的婚姻状态”这一朴实的婚姻价值观。

你对婚姻又有什么企盼？你为什么结婚？你是否记得那些对未来充满了梦想、期待和希望的日子？

婚姻中，夫妻双方为爱为情做出的是“无条件承诺”。就此而言，婚姻不是一纸合同，而是一个女人和一个男人共同做出的“一辈子的无条件承诺”。

女孩 H 是我中学时代的好友，她在 23 岁时热烈地爱上了 W。她认为 W 就是自己的 Mr. Right，于是不顾家人的反对，坚决辞掉了稳定的工作，跟着 W 去了南方的一座城市。在那里，

他们除了爱，可谓是“上无片瓦，下无立锥之地”。H 觉得为了爱情，自己做出一些牺牲是值得的。可是，一时冲动带来的幸福是那么短暂，W 的家人对 H 开始提出名目繁多的要求，施加各种各样的压力。内向孤僻的 W 甚至没有觉察到 H 的坏情绪。H 越是希望 W 站出来帮自己说句话，W 越是逃避。生活给了 H 一个教训：婚姻不幸福是因为她选错了男人。

当 Mr. Right 变为 Mr. Wrong，再美好的爱情高楼都会崩塌。

对于一些女人来说，在生命中至少有过一段时光，她们敢于为爱走四方，为爱付出一切；而对于有些女人来说，LV 永远比 LOVE 更重要。

也许是时代改变了我们，也许是现实真的很无奈，然而，这一切都无法阻止女人对幸福的追求。

这是一个最好的时代，也是一个最坏的时代，一个聪明的女人完全可以得到梦寐以求的一切。

幸福不幸福，自己做主。本书将为每一位女士揭开幸福人生的秘密。

目 录

第一章 幸福不必等	(1)
第一节 做一个让男人爱上了就无法自拔的女人	(1)
第二节 装扮自己，为爱情投资	(6)
第三节 找到他的心理 G 点	(11)
第四节 爱情宣言：给爱人一个昵称	(16)
第五节 专属称呼透露他的心	(21)
第六节 抓住时机建立无法替代的情感依恋	(27)
第七节 用心爱，不多的语言像天籁	(31)
第八节 再丑也要谈恋爱，谈到世界充满爱	(34)
第九节 写给女人看的生活箴言	(39)
 第二章 内在修炼——如何挑选你的 Mr. Right	 (44)
第一节 预个热，先了解一下男人的本质	(44)
第二节 面对恋人，女人要删除错位期待	(47)
第三节 糊涂女人糊涂爱 (1)	(50)
第四节 糊涂女人糊涂爱 (2)	(58)

第五节	糊涂女人糊涂爱 (3)	(62)
第六节	聪明女人不做傻事 (1)	(65)
第七节	聪明女人不做傻事 (2)	(69)
第八节	聪明女人不做傻事 (3)	(73)
第九节	做优秀男人掌心里的公主	(77)
第三章	新婚期相处良方——沟通就是王道	(81)
第一节	吵架了? 凡事先思考再行动	(81)
第二节	不在显微镜下看待争吵	(85)
第三节	症结: 语言的巨人, 行动的矮子	(87)
第四节	症结: 心理差异揭示夫妻吵架的深层原因	(90)
第五节	夫妻必须了解的相处禁忌 (1)	(92)
第六节	夫妻必须了解的相处禁忌 (2)	(96)
第七节	女人要懂得适时“示弱”	(97)
第八节	向前看齐! 三步轻松抚慰恋人的情绪	(100)
第九节	心理期望助人成功	(102)
第四章	解析亚当——男人的傲慢与偏见	(106)
第一节	男人其实只想娶个“妈”	(106)
第二节	俗话说: 家有三宝, 丑妻薄田破棉袄	(110)
第三节	女人不坏, 男人不爱	(112)
第四节	男人厌倦一个女人的周期	(114)
第五节	我的心理雷区, 请你离远点儿	(117)
第六节	来自女人的打击, 男人难以承受	(120)
第七节	你的情史, 我不想知道	(123)
第八节	因为幸福, 所以劈腿	(125)

第九节 不会和老婆分享的秘密	(128)
第五章 克服心魔守候爱——中国女人的不良心理	(132)
第一节 过分浪漫的女人其实不适合结婚	(132)
第二节 中国女人期待中的完美老公	(134)
第三节 幸福潜在杀手：男人身高以及其他	(136)
第四节 升级做了妈妈后，你把老公摆在哪儿	(139)
第五节 婚后不再重视爱情	(142)
第六节 各地凶悍模式看谁才是悍妻	(145)
第七节 老公变冷淡，老婆很抓狂	(147)
第八节 患上“爱情沉默症”危机四伏	(149)
第六章 幸福情商的真谛	(152)
第一节 聪明女人都明白的几条定律	(152)
第二节 幸福情商的真谛	(154)
第三节 身体语言流露爱与恨	(159)
第四节 工作、生活与情感都要兼顾	(162)
第五节 哪几种老婆最容易下岗	(164)
第六节 情感攻略：三招把男人哄得服服帖帖	(167)
第七节 让男人着迷的女人都这么“坏”	(171)
第八节 老婆会保养，男人更加爱	(175)
第九节 婚姻不需要保鲜，而是需要发酵	(178)
第七章 使用说明书——保养“老公”手册	(180)
第一节 婚后，那些沉默的男人	(180)
第二节 洞察他的心，解析你们的婚姻形态	(183)

第三节	婚姻疲惫期，你的赞美很重要	(185)
第四节	关心他的身体，更关心他的内心渴求	(187)
第五节	男人究竟有没有婚姻底线	(190)
第六节	真相：没有男人怕老婆	(193)
第七节	为啥完美老公都是“坏男人”	(194)
第八节	女人更应把握好爱情底线	(196)
第九节	婚姻调剂品备忘录	(198)
第八章	小三来了——从容度过婚姻危机	(201)
第一节	面对美女，我的男人在想啥	(201)
第二节	男人在外偷吃的征兆	(204)
第三节	男人劈腿全是花心基因惹的祸	(207)
第四节	男人同时爱上两个女人的概率	(208)
第五节	三好男人更容易出轨	(211)
第六节	女人何苦为难女人：小三只是替罪羊	(214)
第七节	正确处理夫妻关系让小三去无踪	(217)
第八节	笑到最后的不是小三而是我	(220)
第九节	精神外遇有助缓解婚姻危机	(224)
第十节	宽容的女人更受宠	(226)
第九章	婆婆需要尊重，媳妇需要关爱	(229)
第一节	天敌传说——婆媳关系究竟是不是生物链	(229)
第二节	遭遇恶婆婆，你该怎么办	(234)
第三节	婆媳过招，没有赢家	(236)
第四节	给婆婆时间，让她认识到你是她的亲人	(238)
第五节	婆婆也会有恐惧	(241)

第六节 做好婆婆的避风港	(243)
第七节 婆婆的微笑就是媳妇的成功	(246)
第八节 让老公做一个称职的“第三者”	(248)
第九节 聪明婆婆要少给媳妇上“唠叨课”	(250)
第十节 光彩照人的媳妇背后总有一个聪慧的婆婆 ...	(252)
 第十章 聪明女人的婚恋备忘录	(258)
第一诫：关于家庭财务	(258)
第二诫：关于孩子	(258)
第三诫：关于孝顺	(259)
第四诫：关于守信	(259)
第五诫：关于朋友	(260)
第六诫：关于社交活动	(260)
第七诫：关于个人原则	(260)
第八诫：关于坏脾气	(261)
第九诫：关于吵架、打架	(261)
第十诫：关于忠诚与背叛	(262)

第一章 幸福不必等

第一节 做一个让男人爱上了 就无法自拔的女人

世间永远存在一个悖论：所有女人做梦都希望自己魅力超群，能够迷倒众生，不过，只有少数女人具备这种超乎寻常的魅力。一个真正有魅力的女人不仅会让周围的异性对她赞赏有加、心驰神往，而且还足以令身边的同性对她产生敬意、赞赏和真心的祝福。

对于男人而言，女人的魅力近乎魔力。当他被一个女人的魅力所吸引，这个男人的潜意识里就会认为她的笑容，她的人格，她眼神，她的声音，她的性格，她的身体，统统充满了魅力……不是每个人都拥有美丽的外表，但每个人都拥有属于自己独特的魅力。

一个聪明的女人可以不是天生丽质，却会想尽办法让自己充满魅力。

两个人从第一次见面就产生强烈的好感，认可他（她）甚至爱上了他（她），人们习惯性称之为“一见钟情”。从中，我们看到了魅力的神奇力量，它散发出的魔力不可阻挡。

我的闺中密友 Ainsley 曾经和我分享过一段算不上情事的秘密。Ainsley 本来不怎么喜欢读书，一个偶然的机会，她看了某位作家写的一本书。在此后很长一段时间里，Ainsley 减少了逛街和陪男朋友吃饭的时间，只要稍有空闲就会来到书店，不但把那位作家最近几年写的书都买回家，甚至还通过网上书店和小巷深处的旧书店寻找那位作家的作品。说起来也怪，那位作家并非一位鼎鼎有名的大作家，而是一位不怎么出名的作家。搁在旁人眼里，书看过就看过了，原本不是什么惊世之作，根本谈不上做他的铁杆粉丝。可是，你知道 Ainsley 怎么描述自己的迷恋状态吗？她说：“我看了他写的第一本书之后，就接着找来第二本、第三本，全部看完还不过瘾，我还产生了解作者的想法，不是书本上附着的作者简介，而是想要了解那个活生生的人，有关他的一切我都喜欢。他表达事物的习惯，我喜欢；对某些东西带有天然的偏见，我喜欢；包括这位作家的笔误，我都喜欢。”

这就是魅力。那位作家对于 Ainsley 的吸引力在旁人看来多么不可思议，至少我无法完全理解。那位作家能吸引 Ainsley 对他作出更多的时间、情感以及其他方面的投资。它有一种能使 Ainsley 从惊艳、新潮走向沉静、平和的神秘品质。不是浮于表面的一天

两天，而是可以像丝线一样编织进 Ainsley 的性格和人生中。

怎样做一个让男人爱上了就无法自拔的女人？

要准确回答这个问题并不容易。首先我们要明确“女人在多大年龄时对于异性的吸引力达到巅峰”。

来自国外媒体的新闻报道提到：有两千多人（男女各占半数）参与的一项关于“女人在多大年龄时对于异性的吸引力达到巅峰”的调查问卷，结果回答“30岁”的人最多。参与者普遍认为30岁的女人最有魅力，22~29岁次之，22岁以下的女孩在吸引力方面基本不占据优势。虽然大众对魅力的定义各有主张，但是调查数据还是以具体数字为魅力做出了较为具体的诠释——将近八成左右的人认为魅力其实就是自信，六成人认为魅力等于美貌，不到三成的人主张魅力等于时尚。

一言以蔽之，30岁的女人不论是在外貌和性格方面均具有绝对优势。相较于十七八岁的清纯少女，30岁女人的自信让美丽不但没有随着年龄的增加而减少，反而因为社会阅历的增加，为人处世时大方得体，性格温柔体贴等原因而增加。她们是一群懂得将个人魅力发挥到极致的女人，拥抱美丽，拒绝妖艳，性格独立但绝不过强，温柔多变的同时又能不失去自我。她们让每一个男人心驰神往，无法自拔。

◇ 男人越看越爱的五种魅力女人

（一）坚持自己轨道的女人

总有女人用“你是我的月亮”、“你是我的太阳”来表达他

在自己心目当中的重要地位。这句话说出来的时候言者有心，听者却未必开心。你想啊，恋爱时，难免有人会因为太迷恋对方而表现得近乎纠缠甚至监视。设身处地地分析一下，这时候被纠缠、被监视的一方心里会如何想？男人不是太阳，女人不是月亮，所以不希望女人总是围着他转。无论迷恋他到何种程度，女人也不要每时每刻都围在他身边团团转。爱他就别招他烦。有自己生活轨迹的女人更具魅力。

（二）自尊自爱的女人

每次在报纸、电视上看到女孩儿为了金钱而放弃自身的尊严，我总是免不了难过。每个人都有享受生命的权利和企盼，每个人都希望自己活得有价值。在现实社会中，那些给男人做“花瓶”的女孩儿没有健康的生活，她们总是被物质所累，一叠薄得可以用尺子量的钞票就买去了她们的爱情梦想，爱情不再完整，人生不再美满。

与甘做“花瓶”的女孩儿不同，另一些聪明女孩儿不会依赖男人，并且懂得自尊自爱。有勇气、有自信的女孩们努力工作，吃自己的饭，花自己的钱，不折腾自己。为了爱情，女人可以付出自己的尊严，但不是出卖尊严。为了自己的 Mr. Right，自尊自爱的女孩儿会爱惜身体、注重节操、矜持本分。

（三）女人要有自主精神

做一个信心满满的女人。不管是恋爱还是婚姻，两者都有一个共通点：狭路相逢勇者胜。如果你是一个敢于迎接挑战的

女人，那么，你的备忘录里一定记得填上“自主精神”。男人女人从陌生到恋爱再到结婚，相处过程中总是遇到这样那样的矛盾和问题。以前的同事宋让跟我说：“每次吵架闹矛盾，一到关键时刻，他表现得越是迫不及待，我就故意让自己的节奏慢下来，不为别的，只是不想因为感情而毫无底线地迁就他。”在自主精神的支配下，女人才是真正意义上的独立女人。

（四）男人都对神秘的女人感兴趣

你是爱他的，不过并不需要事无巨细地告诉他发生在你身上的所有事。恋爱期间，最好是几天见一次，哪怕你真的很想天天和他在一起。还有，在男追女阶段，女孩儿切忌明白无误地告诉对方你有多爱他，你无法忍受和他分离的时光。这个阶段你的明确表态会使得男人放下火热的追逐。他对你渐渐冷淡，在恋爱关系稳定前过早降温，对于恋情有害无益。女孩儿在这一阶段不妨多些微笑，尝试着对他卖卖关子，适度神秘感会增加女人的魅力。

神秘产生美感绝不是一句空话。前几年，某时尚杂志曾刊载：70%~80%的美国单身男性认为“阿拉伯酋长之妻”对他们最有吸引力。相较于日本家庭主妇、法国性感女郎、美国邻家女孩儿，美国单身男人无法抵挡“阿拉伯酋长之妻”的魅力。那些阿拉伯的女人们出门只露出一双眼睛，其他部位完全看不见，正是这种遮遮掩掩激发了男性一探究竟的欲望。

王家卫导演在《重庆森林》中安排林青霞的出场很有意思：在金城武面前，无论何时，林青霞总是戴着黑色墨镜，一副神秘莫测的模样。张曼玉在《花样年华》里出演了一个颇富神秘

感的女人，走过梁朝伟身旁，梁朝伟最多只能看到颈部的一片细腻光滑的皮肤，其他部位统统被高领旗袍包裹得严严实实。虽然近在咫尺，却看不透对面的女人，越神秘越渴望，越渴望越有吸引力。

（五）幽默的女人最可爱

女人幽默的前提是一颗强大的自信心。当女人对将来满怀希望而不是心事重重时，她才会妙语连珠。幽默风趣更容易给男人留下这样的印象：“这是一个擅长独立思考的女人。”

男人和幽默的女人在一起是快乐的。假设男人身处逆境，身旁有一个幽默的女人，在她身上，男人看到她对未来的乐观态度，这是对男人最好的鼓励。即使幽默不会令现状发生改变，不会帮你付清欠款，但是幽默却能带给你一分快乐，十分感动，让女人变得更有魅力。

第二节 装扮自己，为爱情投资

静娴和素琪是大学同学，从外表来看，静娴比素琪略胜一筹；从学习成绩来看，静娴无疑是全年级的佼佼者。然而，从追求者的数量来看，大学四年中，素琪的追求者众多，而追求静娴的男生却寥寥无几。

很奇怪是吧？原因就在于静娴从不化妆，衣服搭配也不讲究，她认为穿着得体，干干净净就好，对于时尚缺乏基本的概

念。素琪却不同，她从中学时代就开始关注衣着搭配，经常购买时尚杂志，对于时下的流行趋势非常了解。虽然中学时代学校不让化妆，但是素琪在家的时候总会学着化点淡妆。

素琪认为：“名牌服饰、名牌化妆品，一分价钱一分货总是不会错的。要用就用好的，劣质化妆品会损害肌肤，过时的衣服坚决不穿。”素琪的朋友圈里，女生交男朋友的要求很明确，长相一般可以接受，衣着打扮没品位坚决不接受。毕竟，人靠衣装嘛！

上大学后，素琪的化妆水平越来越精湛，由于她和静娴是同班同学，两个人又都是那么的耀眼，她们自然成为校园里男生热议的话题，不过大多数人认为“素琪漂亮时尚；静娴只会读书，完全没女人味”。

素琪和静娴既是同学，又是密友，她们对于女人到底应该重视外表还是提高内在修养的问题争论过很多次。静娴劝素琪把精力多放在学习上，素琪却为静娴的将来感到担忧：一个女孩儿不会穿衣打扮，将来到社会上怎么办？素琪认为学会装扮自己是一种基本的修养，可以展现个人品位，更何况女孩儿终究要谈恋爱结婚，哪个男人不愿意娶一个既漂亮又有品位的女人做妻子呢？

素琪对朋友们说：“其实静娴五官挺清秀的，只要她能稍微化点妆，注意些衣服的搭配，肯定有很多男孩儿追求。像现在这样，每日埋头苦读只知道学习，穿衣服太随便，知道她年龄的人会说她20岁，不熟悉的人说不定会以为静娴30岁呢。像她这样把所有精力放在学习上，不抬头看看外面的世界，将来考到博士后也照样没有男人喜欢，很难说能不能嫁得掉呢。男人从来都是视觉动物，女人只有学历没有相貌会吃亏的。”