

不苛求的女人最好命 不较真的女人最幸福

王可飞◎编著

# 做一个 不较真的 幸福女人



*Zuo Yi Ge*

*Bu Jiao Zhen De*

*Ni Ren*

人与人之间的相处之道，需要沟通，沟通不成则妥协，妥协不成时，你就原谅和容忍他吧。

——圣严法师

每个女人都是一个公主，我们骄傲但不骄纵，我们认真但不较真。懂事、不抬杠、不较真的女人才有大智慧！

 中国纺织出版社

做一个  
不较真的  
幸福女人

不苛求的女人最好命 不较真的女人最幸福

王可飞◎编著

## 内 容 提 要

爱的世界里，太较真，温情便无处藏身。你一较真，两个人就别扭；你的心境开朗，整个家庭就充满阳光。你的情绪和心境在很大程度上决定了爱的氛围。因此，每个幸福女人都要学会与爱和解。与爱和解，不是从少女时就学会世故，也不是放弃爱情，而是要在认识到世界的残酷之后，勇敢地接受它，并努力让它变得更美好。要在认识男人的不完美之后，让爱情和婚姻继续保持鲜活的生命力。本书以此为出发点，给婚恋中迷茫的女性一些指引和提醒，教女人参透爱情和婚姻的真谛，引导女人从感情的懵懂无知中走向成熟。

## 图书在版编目(CIP)数据

做一个不较真的幸福女人 / 王可飞编著. —北京：中国纺织出版社，2013.8

ISBN 978-7-5064-9809-8

I. ①做… II. ①王… III. ①幸福—女性读物 IV. ①B82-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第109187号

---

责任编辑：徐丽丽 责任印制：储志伟

---

中国纺织出版社出版发行

地址：北京朝阳区百子湾东里A407号楼

邮政编码：100124

邮购电话：010—67004461 传真：010—87155801

<http://www.c-textilep.com>

E-mail: [faxing@c-textilep.com](mailto:faxing@c-textilep.com)

尚艺印装有限公司印刷 各地新华书店经销

2013年8月第1版第1次印刷

开本：710×1000 1/16 印张：15

字数：176千字 定价：29.80元

---

凡购本书，如有缺页、倒页、脱页，由本社图书营销中心调换



幸福的定义是什么？对于女人来说，她们认为是漂亮的容貌以及美好的爱情。在男女的世界里，女人试图让自己变得时刻充满魅力，她们觉得这是维系两个人感情的法宝。魅力是什么？在青葱年少的时光里，是两小无猜的美妙相知；在激情绽放的年岁里，是你依我依的互相倾慕；而在婚后的漫漫长路里，却是平淡不相离的相惜。所以做一个有魅力的女人，不仅仅是要做个美丽的女人，还要做个有智慧的聪明女人。

在这个世界上，百分百的完美是不存在的。水至清则无鱼，人至察则无徒。爱的世界里，太较真，温情便无处藏身。爱的世界里，只有爱与不爱，爱一个人就学会傻一点，糊涂一点。爱不是讲道理，而是给彼此的心灵留下温情和浪漫。维系一段感情的不是彻底地坦白，而是考虑到对方的感受，有所保留。

较真是人生痛苦的开始，对生活中的一些琐事的较真会让两个人内心烦躁不安，以致心态失衡，甚至击垮爱情，摧毁婚姻。所以，要做一个聪明的、不较真的女人。不较真，融洽了爱与被爱的关系，温馨了家庭中的你我他。只有这样，才能真正参悟生活的意义和爱情的真谛，才能真正从感情的无知和懵懂中走向成熟。每个女人都会经历这样一条路，刚开始天真烂漫，不相信所谓“过来人”的告诫，为了爱情“可以生、可以死”；直到经受痛苦，遍体鳞伤，却又选择不相信男人，不相信爱情。女人是感性的动物，感情是她的一切。但是女人要学会跟爱和解。我们说的跟爱和解，

不是从少女时就学会世故，也不是彻底放弃爱情，而是要在认识世界的残酷之后，勇敢地接受它，并努力让它变得更美好；要在认识男人的不完美之后，让爱情和婚姻继续保持鲜活的生命力。

马克·吐温说，一个女人在成熟时期的美比含苞待放时期更加牢靠，她完全懂得了自己的魅力，知道自己该保持多少少女的热情和伶俐的神态。有魅力的女人能吸引男人，而幸福的女人能抓住男人。在爱情哲学里，没有绝对的对与错，不要跟爱情讲道理。不要事无巨细地都用是非曲直来评断；不要为芝麻绿豆般大的事争吵不休；不要把对方当作自己的敌人或是自己的奴隶；不要追根究底地去寻找恋人曾经的感情经历；不要无端地进行一系列比较来伤人伤己……

男女之间的微妙关系并不是讲道理就能讲清楚的，不然为何有人唱“女孩的心思你别猜”，有人唱“男人哭吧哭吧不是罪”？谁都不可能百分之百地了解对方和自己，感情也如不断变化的河流。如果你疼他，就用行动和心意好好疼他；如果你喜欢他，就用你的温柔和善良好好对待他。别跟爱讲道理，因为有些事情，越抹越黑；有些话题，越讨论越伤心；有些过去，越想越心烦；而有些道理根本就没有争论的必要。因此，你又何必自己给自己添堵呢？

本书将从爱情和婚姻的方方面面，告诉恋爱中的女人，别跟爱讲道理，理由越充分，爱与彼此离得越远；告诉婚姻生活中的女人，别跟爱人太较真，你一较真两人就别扭，你的心境开朗，整个家庭就充满阳光。因此，你的情绪和心境在很大程度上决定了爱的氛围。有鉴于此，本书将男女之间常见的问题和女人常较真的问题和现象进行了细致的总结和深入浅出的分析，希望能给爱情中的女人多一点指引，多一点提醒，使其能够顺利甜蜜地恋爱，幸福美满地生活。



## NO.1 女追男也是一种爱情模式 / 001

你是不是等爱的女人 / 002

主动出击，好男人不是等来的 / 003

女追男是不是隔层纱 / 004

## NO.2 择偶标准要善于适当调整 / 006

挑老公不要仰望星空 / 007

选择不是一切 / 008

选老公心法 / 009

## NO.3 “爱不爱我”，不必常挂嘴边 / 011

“爱不爱我”没有答案 / 012

爱，不是说出来的 / 013

爱，不是乞求来的 / 014

## NO.4 亲密无间，并不是时刻绑在一起 / 016

别让婚姻“绑架”了你的老公 / 017

给对方留一块空间 / 018

“半糖主义”的夫妻关系 / 019



**NO.5 别逼问男人：面子重要还是我重要 / 021**

男人是一种死要面子的“怪物” / 022

不必纠结于“面子重要还是我重要” / 023

聪明女人要维护男人的面子 / 024

**NO.6 眯着眼睛看男人，睁大眼睛看自己 / 026**

允许男人们撒个谎 / 027

腾出空间享受爱 / 028

在婚姻中慢慢长大 / 029

**NO.7 拒绝敏感，做粗线条的“傻”姑娘 / 030**

自信是驱走敏感的第一步 / 031

沟通是拒绝敏感的奠基石 / 031

装傻是抑制敏感的灵丹妙药 / 033

**NO.8 多疑是绳索，不要被它所羁绊 / 034**

多疑之事大多为凭空臆想 / 035

婚姻中没有那么多弦外之音 / 036

信任是维系婚姻的纽带 / 036

**NO.9 没有小心眼的女人活得更自在 / 038**

别让小心眼蚕食婚姻 / 039

把握当下的幸福 / 040

懂爱的女人最“幸”感 / 041

**NO.10 你的挑剔只会把男人往外推 / 042**

要学会知足常乐 / 043

不挑剔，用情人的眼光看待彼此 / 044

求同存异，学会包容 / 045

**NO.11 在一起不用计较谁比谁付出得多 / 047**

付出不等于忍让 / 048

你的付出要让他懂 / 049  
真爱就别计较付出得多与少 / 050

### NO.12 给他保留一处秘密花园 / 052

有秘密是人之常情 / 053  
千万不要把自己打造成“私家侦探” / 054  
让男人有自己的秘密花园 / 055

### NO.13 不要为男人的小瑕疵而较真 / 057

时常反观自身 / 058  
有针对性地选择合适的方法 / 059  
真正的爱比其他一切都重要 / 059

### NO.14 真诚赞美男人，不必抬高自己 / 062

赞美他要把握好时机和场合 / 063  
赞美他要真诚 / 064  
赞美他要适度 / 065

### NO.15 不干涉男人的梦想和追求 / 067

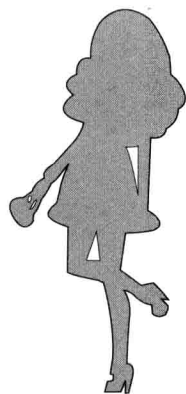
了解男人的梦想和追求 / 068  
尊重男人的梦想和追求 / 069  
帮助男人实现梦想和追求 / 070

### NO.16 包容男人的沉默无言 / 072

了解男人沉默的原因 / 073  
选择适当的方法对待男人的沉默 / 074  
努力让自己的世界更精彩 / 075

### NO.17 吵架要吵个明白，事情要说个清楚 / 077

不回避问题，不扩大范围 / 078  
要明白对方的需求 / 079  
有些事最好不要做 / 079







NO.18 别把所有的问题都归咎于男人 / 081

尽量少用指责的语气批评他 / 082

学会用欣赏的眼光看待他 / 083

不要过分追求完美 / 084

NO.19 为他好，就不要试图改造他 / 086

男人是不可改造的 / 087

改造男人就等于伤害自己 / 088

改造不如认可 / 089

NO.20 男女之间，给谎言留点余地 / 091

学会辨别谎言 / 092

学会利用善意的谎言 / 093

学会做到亲密有间 / 094

NO.21 学会示弱，该低头时就低头 / 095

示弱是家庭生活的必需品 / 096

懂得示弱是一种智慧 / 096

学会示弱是一种能力 / 098

NO.22 无关紧要的过错，可以不追究 / 099

宽容别人就是善待自己 / 100

养成宽容待人的习惯 / 101

用宽容来经营自己的婚姻 / 102

NO.23 和男人多沟通，而不是逼人太甚 / 103

缺乏沟通是幸福生活的拦路虎 / 104

别用沉默惩罚对方 / 105

学会沟通是美满婚姻的敲门砖 / 106

NO.24 他的过去，不必揪着不放 / 108

揪着过去不放，就不会有明天 / 109

是你的跑不了 / 110

坦白需要限度 / 111

## NO.25 你的过去可以珍惜，但一定要放下 / 112

过去的经历是珍贵的 / 113

过去并不是生活的全部 / 114

放下过去，面向未来 / 115

## NO.26 心出轨，也不要拼个鱼死网破 / 116

放下他，生活才能重新开始 / 117

你的世界里不是只有他 / 118

努力创造属于自己的幸福生活 / 119

## NO.27 坏感情要走得干脆，拖得越久伤得越深 / 121

坏感情伤心又伤身 / 122

爱久见人心 / 123

不能赋予美好，就选择离开吧 / 124

## NO.28 爱到尽头，就要勇敢放手 / 126

失恋是另一种祝福 / 127

放手，也是成全自己 / 129

不要做分手时的愚妇 / 130

## NO.29 爱情熟了，自然要结婚 / 131

婚姻恐惧症，现代爱情的杀手 / 132

婚姻是爱情最完美的果实 / 133

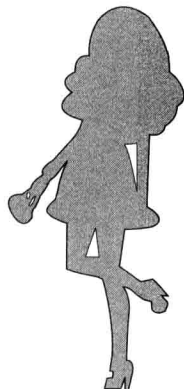
婚姻是一门学问 / 134

## NO.30 婚后生活和热恋是完全不同的 / 136

婚姻让爱情回归常态 / 137

婚姻生活是一张现实脸孔 / 138

婚姻是一辈子的守候 / 139





**NO.31 保持女人香，也要进厨房 / 140**

出得厅堂的女人更要下得了厨房 / 141

要留住男人的心，先留住男人的胃 / 142

下厨的女人最美丽 / 143

**NO.32 不要为鸡毛蒜皮的事情抓狂 / 145**

生命短暂，不要被鸡毛蒜皮的小事牵着鼻子走 / 146

退后一步，海阔天空 / 147

学会宽容自己宽容别人 / 148

**NO.33 男人的付出，不是理所当然 / 150**

理所当然会让女人迷失自己 / 151

男人需要欣赏和理解 / 152

常怀一颗感恩的心 / 153

**NO.34 男人婚前婚后总是判若两人 / 155**

婚后男人风云突变 / 156

不要对男人期望太高 / 157

婚前多了解，婚后多包容 / 158

**NO.35 男人婚后就变懒，你不必纠结 / 160**

婚前灰太狼，婚后懒洋洋 / 161

不要做惯坏老公的“勤快女人” / 162

勤快男人是调教出来的 / 163

**NO.36 抱怨，是婚姻的致命伤 / 165**

抱怨让自己不快乐 / 166

抱怨，是对婚姻的伤害 / 166

聪明的女人会平抚骚动的情绪 / 168

**NO.37 不装大方，过日子就要会算计 / 169**

不装大方，攒到了就是赚到了 / 170

精打细算，会“抠”才是门道 / 171  
合理理财，做好理财规划 / 172

### NO.38 好日子不是比较出来的 / 174

生活是自己的，不要盲目攀比 / 175  
和自己赛跑，关起门来过日子 / 176  
不要羡慕别人，懂得欣赏自己的生活 / 177

### NO.39 贤妻良母也需要善解风情 / 178

男人喜欢解风情的女人 / 179  
永远要把另一半当成爱人，而不是亲人 / 180  
做个解风情的贤妻良母 / 182

### NO.40 老公不是你盛放坏情绪的垃圾桶 / 183

坏情绪是会传染的 / 184  
男人不喜欢情绪化的女人 / 185  
时刻调整自己的情绪 / 186

### NO.41 不必期望让每个人对你都满意 / 188

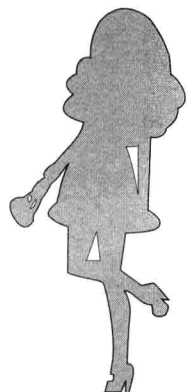
总有人会不满意你 / 189  
走自己的路，别太在意别人怎么看 / 190  
岂能尽如人意，但求无愧我心 / 191

### NO.42 老公的朋友，也是你的朋友 / 193

做个大度的女人 / 194  
对老公的异性朋友不要太敏感 / 195  
怎样对待老公的朋友 / 196

### NO.43 再般配的婚姻，也需要空间 / 198

好的婚姻不需要“看管” / 199  
开放的婚姻 / 200  
婚姻零距离是不可能的 / 201





#### NO.44 离婚不是口头禅，拒绝口不对心 / 203

经常说“离婚”会埋下伤害的种子 / 204

“离婚”不是儿戏，当心“狼来了” / 205

正确对待离婚情绪 / 206

#### NO.45 老公也有私房钱，你要视而不见 / 208

没有不存私房钱的老公 / 209

不要把钱管得太紧 / 210

不要拆穿老公的小把戏 / 211

#### NO.46 和婆婆争夺爱：爱我还是爱她？ / 213

争夺爱的大战，两败俱伤 / 214

和婆婆争夺爱是最不理智的行为 / 215

聪明的媳妇懂得婆媳相处之道 / 216

#### NO.47 对双方父母要以心换心 / 218

像对自己父母那样对待公婆 / 219

对待双方父母应一碗水端平 / 220

巧妙处理与双方父母之间的关系 / 221

#### NO.48 适可而止，才能恰如其分 / 223

较真了，就输了 / 224

适可而止，是聪明女人捍卫感情之道 / 225

恰如其分，轻松做女人 / 225



## 女追男也是一种爱情模式

女人的追求其实只是用行动告诉这个男人，请你追求我！意思是拉开架势，垂下鱼线，愿者上钩而已。

——张小娴

生活中我们常常会听到一些女孩子这样在聊：“爱情有时候是等来的”、“遇到了个有感觉的男孩，但我不能主动表示，免得他以后不会珍惜我”。在这样一些言谈中我们可以看出，有很多女人都在苦苦地等待着爱情的降临，却很少有人会伸出手去迎接属于自己的爱情。在这样等待的过程中，一些幸运者等到了、修得正果，而有些人等了很多年却迟迟不见王子到来，更有人带着失落的表情在回忆那些擦肩而过的缘分。

## 你是不是等爱的女人

女人习惯享受男人的追求。很多女人苦苦盼着白马王子的到来，一任青春流逝。但是并不是所有的爱情都是等来的。有很多女人最终等来的不是想要的幸福，而是失落，或者即便她们遇到了自己喜欢的人，也羞于主动出击，更不相信自己能主动把握爱情。所以，她们就眼睁睁地看着自己喜欢的男人被别的女孩子抢走。于是她们就开始怀疑，是不是缘分没到，是不是上天给自己太多不幸。

有个女孩叫肖云，三十岁了，是标准的剩女。她长得并不丑，相反，还是一个温婉美丽的女孩子。随着年龄一天天增长，她的父母越来越为她担心，替她安排了多次相亲。每次相亲回来，父母问她有没有看中，肖云都微微一笑，并不说什么。后来得知，有几个男生主动追过肖云，但是肖云都不为所动，周围的人都为她着急。经仔细询问才得知，原来肖云在相亲的时候是有一个意中人的，但是这男生一直没有再和肖云联系，矜持的肖云认为男追女才是爱情的模式，于是她就这样默默地等待着。

得知这种情况，肖云的朋友就鼓励她主动联系那个男生。百般劝说之下，肖云给对方发了一个短信，那个男生收到短信后特别高兴。原来，他也一直喜欢肖云，只是在第一次见面后感觉肖云表现得有些不冷不热，自卑的他以为肖云看不上自己，于是不敢和肖云联系。肖云给他发了短信之后，两个人发现对方的心迹后，很快确定了恋爱关系。

很多大龄剩女，不是因为自己的条件不好，相反，甚至很优秀，但她们有个共同的特点：不懂得主动去追求自己的幸福，而是等待着男人来追求，以致在等待中耗费了自己的青春。在上述故事中，如果肖云一直坚持继续等下去，就很难收获自己的美好爱情。

爱情不是等来的，而是靠自己去争取的。不是没有人喜欢自己，而是喜欢自己的人就在身边，但自己却不懂得去发现，去抓住。现代社会，是一个女性地位大大提高的社会，女人开始同男人一样，用自己的聪明才智创造自己的价值，在

很多领域和男人一争高低。在爱情观上，女人应该更加开放，不断去寻找和发现。要知道在爱情中，谁多一份追求爱情的勇气，谁就能主动地将爱情抓在自己的手中。在男女对爱情的追求中，没有谁主动谁被动之分。

女人们都要记住一点，自己的幸福应该由自己创造，不能依靠别人的赐予，命运的安排。我们不能将自己陷在特定的男追女的模式中，而是要把自己解放出来，主动去追求属于自己的爱情。

## 主动出击，好男人不是等来的

好男人不是等来的。在我们身边，会有很多的“乖乖女”，她们在自己青春美貌的时候好好学习，用心工作，心无旁骛。等到了结婚的年龄还是孤身一人，却抱怨“我的缘分为什么还没到”。其实缘分不是一味地等待。那种认为忽然有一天就有白马王子来敲自己的门的观点，是懒人的哲学。事实上，这个世界上有很多好男人，也有很多好女人，等着好女人把好男人一个个挑走的时候，你就会发现自己成为剩女了。爱情不是等来的，七仙女倒追了董永，田螺姑娘倒追了谢端，白素贞倒追了许仙，祝英台倒追了梁山伯……幸福是靠自己争取来的。

那么，作为女人，怎么争取自己的爱情呢？

有很多女人说，自己没有漂亮的外表，没有过人的才气，没有可爱的笑容，男人应该不会喜欢。如果认为男人只喜欢漂亮女人，自己得不到对方的爱，那幸福如何来敲门呢？

在台湾，小S就是女人羡慕的对象，是性感和辣妈的象征。但是，在出道以前，小S并没有如今精致的五官、迷人的身材、伶俐的口齿，但是她却找到了自己的幸福婚姻，找到了爱自己的男人，并有了一个快乐的家庭。这是为什么呢？没有丑女人，只有懒女人，小S发誓将自己变美，并且用《牙套日记》告诉大家勇敢改变外貌，不计辛苦地让自己变美丽。

这个时代没有丑女人，只有懒女人。在现实生活中，如果一个女孩子善于



打理自己的生活，让自己看起来清爽、整洁、大方，自然会赢得男性的青睐。你拥有了外在的资本，再追求自己所爱，就变得容易很多。因为男人注意一个女人，首先会注意她的外表，然后才是她的内心。一个漂亮的女人主动出击，成功的概率会很高。所以，女人要时刻让自己保持美丽，遇到自己喜欢的男人，就主动追求。

如果你没有动人的美貌，那么就让自己变得有气质。如果没有气质，就让自己保持微笑，没有男人会拒绝一个善解人意，时刻保持温柔微笑的女人。

所以女人，要主动追求自己的幸福，同时让自己保持女人的资本，即保持自己的身价，美丽和智慧同时拥有。这样才能有更大的把握去追求自己心仪的男人，掌握爱情的主动权，真正把握自己的人生。

## 女追男是不是隔层纱

中国有句俗话：男追女隔重山，女追男隔层纱。但是在现实生活中，很多女追男被人称为“倒追”。这也说明了在女追男的过程中，女性处于被动的尴尬局面。

其实，像所有雄性动物一样，男人有一种“狩猎”的本性，他们在追求爱情的过程中对自己有相当的自信。当女性凭着自己的优越感占尽先机的时候，男人并不感激，却会表现得很失落，因为这在某种程度上剥夺了他们“狩猎”的机会。而这是不是意味着，女人因此就不要追男人了呢？当然不是。女人追男人“隔层纱”，不是要步步围攻，像男人追求女人那样追求男人，而是要有一定的手段，这种手段的最高境界就是，明明是在追，却让男人感觉是他在追你。具体方法是：各种邂逅，美貌吸引，欲拒还迎，“引狼入室”。

首先，邂逅。这是七仙女和白素贞采用的方法。看上了某个男人，先要制造某种“偶遇”，在偶遇中让对方看到自己的美貌和优点。张小娴说过，女人的追求其实只是用行动告诉这个男人，请你追求我！意思是拉开架势，放下鱼线，愿者上钩而已！现代社会中，我们拥有的手段更多更简便更高明：QQ、MSN、微