

在婚姻中，  
你有智慧吗？



# 婚姻

莫小米 / 著

# 的智慧

婚姻不是爱情的坟墓，  
婚姻是爱情的家园！



**提高**  
你的婚姻情商

**解读**  
婚姻智慧

**幸福**  
唾手可得！



北京邮电大学出版社  
[www.buptpress.com](http://www.buptpress.com)



# 婚姻 的智慧

莫小米 / 著



北京邮电大学出版社  
[www.buptpress.com](http://www.buptpress.com)

**图书在版编目(CIP)数据**

婚姻的智慧 / 莫小米著. -- 北京:北京邮电大学出版社, 2012.3

ISBN 978 - 7 - 5635 - 2890 - 5

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

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 007587 号

---

**书 名:**婚姻的智慧

**作 者:**莫小米

**责任编辑:**彭莎莎

**出版发行:**北京邮电大学出版社

**社 址:**北京市海淀区西土城路 10 号(邮编 100876)

**发 行 部:**010 - 62282185 传真:010 - 62282735

**E - mail:**publish@bupt.edu.cn

**经 销:**各地新华书店

**印 刷:**北京联兴华印刷厂

**开 本:**720mm × 1 000mm 1/16

**印 张:**14.75

**字 数:**210 千字

**版 次:**2012 年 3 月第 1 版      2012 年 3 月第 1 次印刷

---

ISBN 978 - 7 - 5635 - 2890 - 5

定价:34.00 元

· 如有印装质量问题,请与北京邮电大学出版社发行部联系 ·

序

人们常说：“婚姻是爱情的坟墓！”这句话看上去似乎很有道理。在忙碌的生活中，夫妻俩为了提高生活质量而每日奔波，忙得连彼此问候的工夫都没有了；在婚姻生活中，为了鸡毛蒜皮的琐事，两口子会争吵不休，甚至大动干戈地以离婚相威胁；面对总也忙不完的工作和家务，哪还有心思去浪漫。就这样渐渐的，夫妻之间的感情被生活冲淡了，双方也似乎看不到爱情了，所有新婚的甜蜜都随着时间的流逝而慢慢不见，一段婚姻没有爱情，还有什么幸福可言？

从相识、相知、相爱，到最后走上红毯，相信每一对走进婚姻殿堂的夫妻，都想要拥有美满的婚姻、幸福的家庭，两个人能够携手经历风雨，白首到老。但是我们发现在现实生活中，一些已婚者总是无法感受到幸福和快乐，更多的是婚姻带来的痛苦与无奈，它淡化了恋爱的浪漫，家庭的琐事增多了，随心所欲的自由也必须舍弃了。更可怕的是，很多人最后由于承受不了大的痛苦和心理压力，选择了走上离婚之路。虽然每对夫妻结婚的时候，最初目的都是一样的——希望自己的婚姻长长久久、和和美美，但结果却完全不同。

我们经常会听到一些已婚女人痛苦地抱怨：“曾经那么多男人追我，我怎么就瞎了眼嫁给了他？真糊涂！”也有很多已婚男人无奈自己怎么就昏了头娶了自己的妻子。根据调查资料上显示，目前一些城市的夫妻离婚率高达25%；还有一些没有离婚或者不愿意离婚的人，他们的婚姻早已死亡，只是因为各种客观因素，诸如孩子、财产，从而维持着早已没有了幸福感的婚姻关系，任其麻木下去。

婚姻幸福指数十分重要，婚姻关系处理好了，家庭自然就和睦了，老人



有人赡养，孩子有人教育，这个社会就和谐了。

但是在现在这个复杂多变的年代，很多人都受到了婚姻的困扰，总有人怀疑自己的选择产生了误差，还有人觉得自己的爱情看不到未来，甚至有人因为太幸福了，反而不相信自己正在经历的一切，认为那是梦境。总而言之，每个人的烦恼各种各样，层出不穷，无所不有。

为什么很多已婚者会感到婚姻不幸福呢？这个问题需要我们去认真地思考。

婚姻专家认为，婚姻的不幸，大多是因为两个原因。一个是多数已婚者在步入婚姻之前，缺乏正确的指导，婚前没有充分的心理准备，没有系统地学习正确的婚姻知识，就草草地结婚，养育下一代了；另一个是结婚以后，夫妻之间相互的神秘感渐渐消失，而且彼此又没有血缘关系，双方由于生长环境、文化、出身、性格的不同，渐渐将婚前不曾表现的缺点暴露出来，夫妻之间也就开始出现越来越多的问题。双方隐含的缺点和问题逐渐暴露出来，夫妻之间的问题也就显露出来了。

当婚姻中出现的小裂痕导致婚姻破碎时，许多人都会异口同声发出“婚姻竟然是这个样子，为什么没有人告诉过我”的感叹。

其实没有人欺骗他们，是人们自己没有深入学习婚姻这门课。婚前和婚后的生活是有一定差距的，不论男女，在婚前都陶醉于甜蜜的恋爱中，很多相处上的小问题都被忽略了。而当结婚生活在一起后，好多问题才真正暴露出来，各种矛盾接踵而至，打破了人们对美满婚姻的美好遐想，从而开始感到失望、陷入焦虑中无法自拔。与此同时，很自然地就会将矛头指向对方，将自己摆在“正确”的位置上。一个家庭一旦失去平衡，今后的日子就开始危机重重。

人们总是习惯拿婚姻同爱情来作比较，希望婚姻就像谈恋爱那样。其实婚姻是需要你自己去经营的。首先要知道，爱情与婚姻是两码事，爱情是浪漫的，从花前月下到海誓山盟，而婚姻只能是现实的，过日子少不了柴米油盐酱醋茶，婚姻是美丽的爱情结出的果实。花儿很美，果实却不一定都好

看。当婚姻出现了问题，生活不如意时，夫妻双方一定不要彼此抱怨，而要先找到解决问题的方式。很多夫妻只要婚姻出现坏状况，就会动摇自己的心，怀疑当初对婚姻的选择，但实际上与其抱怨不停、怀疑不休，倒不如多花点儿心思在自己的婚姻上。

千世修来同船渡，万世修来共枕眠。这个世界上的一个男人和一个女人能走到一起成为夫妻是一种宿世缘分，我们应该珍惜这种缘分，尽心尽力做好自己的本分，相知相爱，做一对世人艳羡的好夫妻。想要婚姻幸福，就一定要记住，家不是一个讲道理的地方，男人需要被肯定，女人需要被认同，在矛盾和问题面前宽容、忍让，才会和谐减少冲突。正如杨澜所说：“爱不仅仅是一种简单的意愿和情感，它更是一种能力。”

尽管婚姻没有恋爱时甜甜的味道，却有一种温馨暖人的感觉，这种感觉就是家的感觉。

任何一个人取得的成就，都离不开大家的帮助。在本书的写作过程中，陈贤淑、卓朝军、李晓飞、张秋景等人为书稿的完成付出了很多汗水，在此深表感谢。

愿天下有情人终成眷属。

# 目录 Contents

## 第一章 婚恋时代的巅峰对决

- |                  |     |
|------------------|-----|
| 01. 看清你的恋爱对象     | 003 |
| 02. 谈恋爱要“稳准狠”    | 006 |
| 03. 找个温暖的人作伴     | 008 |
| 04. 想明白你的理想对象    | 012 |
| 05. 被动的相亲之旅      | 015 |
| 06. 天下没有坐等的幸福    | 018 |
| 07. “闪电结婚”来得快去得快 | 021 |

## 第二章 读懂男女间的天生差异

- |              |     |
|--------------|-----|
| 01. 你们生来就不同  | 027 |
| 02. 撒娇女、铁面男  | 029 |
| 03. 男人喜欢被人崇拜 | 032 |
| 04. 女人的依赖性   | 035 |
| 05. 爱唠叨的太太   | 038 |
| 06. 女人的魅力源泉  | 041 |



### 第三章 原来这些都只是误解

- |                 |     |
|-----------------|-----|
| 01. 谁说男人天生就坚强   | 047 |
| 02. 撒娇是女人的专利?   | 050 |
| 03. 婚姻不等同于爱情生活  | 053 |
| 04. 养家和回家是否矛盾?  | 056 |
| 05. 要接纳不要改造     | 059 |
| 06. 家不是一个讲道理的地方 | 062 |
| 07. 离过婚就不再相信爱情  | 064 |

### 第四章 婚姻中的尊重与信任

- |                  |     |
|------------------|-----|
| 01. 婚外情是最深的伤害    | 071 |
| 02. 情感上也不要出轨     | 075 |
| 03. 他(她)的小空间     | 078 |
| 04. 尊重并分享爱人的兴趣   | 082 |
| 05. 夫妻之间讲态度是亦是关键 | 085 |
| 06. 坦诚相待是夫妻真爱的前提 | 087 |
| 07. 如何表达尊重与信任    | 089 |
| 08. 婚姻中的界限原则     | 092 |

### 第五章 无法解决的矛盾?

- |                   |     |
|-------------------|-----|
| 01. 回家? 还是进牢笼?    | 099 |
| 02. 脏又不会死人        | 102 |
| 03. 理解配合有多难?      | 104 |
| 04. 男人到底要什么?      | 108 |
| 05. 指责与推卸能够解决问题吗? | 111 |

|                |     |
|----------------|-----|
| 06. 翻旧账，揭伤疤    | 114 |
| 07. 婆媳是天敌还是亲人？ | 117 |

## 第六章 那些房间里的秘密

|                    |     |
|--------------------|-----|
| 01. 夫妻关系的“杀手”      | 123 |
| 02. 尴尬的体位          | 125 |
| 03. 传统思想与被忽视的性高潮   | 127 |
| 04. 性高潮是否一定要同步？    | 129 |
| 05. 性生活的五大元素       | 131 |
| 06. 卧室里也要注意形象      | 134 |
| 07. 妻子不是“被动”的代名词   | 137 |
| 08. 床上也要懂得说不       | 139 |
| 09. 任何时候都不要实施“性惩罚” | 141 |

## 第七章 这便是中国式婚姻

|                  |     |
|------------------|-----|
| 01. 中国传统道德观念     | 147 |
| 02. 两个人生活方式的结合   | 149 |
| 03. 婚姻中的信任危机     | 152 |
| 04. 扮演好自己在婚姻中的角色 | 153 |
| 05. 走过婚姻倦怠期      | 156 |
| 06. 两个家庭的结合      | 161 |
| 07. 女性在婚姻中的定位误区  | 164 |

## 第八章 只有两个人在一起才是家

|               |     |
|---------------|-----|
| 01. 那些同甘共苦的日子 | 171 |
|---------------|-----|



|                  |     |
|------------------|-----|
| 02. 培养婚后的爱情      | 174 |
| 03. 谢谢你的付出       | 178 |
| 04. 不要轻易将他放飞     | 181 |
| 05. 无微不至地关怀对方    | 184 |
| 06. 共同付出，共同担起责任  | 189 |
| 07. 彼此多看优点，少计较缺点 | 192 |
| 08. 夫妻要学会换位思考    | 195 |

## 第九章 幸福本来就很简单

|                    |     |
|--------------------|-----|
| 01. 掌握一点和他（她）沟通的技巧 | 201 |
| 02. 知足者常乐          | 204 |
| 03. 孩子，幸福的天使       | 207 |
| 04. 财富规划让婚姻更稳固     | 210 |
| 05. 避免婚后爱情倦怠       | 213 |
| 06. 为婚姻增添浪漫色彩      | 216 |
| 07. 将爱情进行到底        | 220 |



## 第一章

# 婚恋时代的巅峰对决

在这个人满为患的年代，真的就没有一个合适的让“剩女剩男”动心的好人选？范围很大，就看你是否能在人群中一眼捕捉到属于你的那份真爱，行动起来，用你的个人魅力和犀利的双眼找一个适合自己“胃口”并且爱你的人来陪你度过后半生吧。







## 01

## 看清你的恋爱对象

恋爱是要寻找和自己相伴一生的人，一定不能草率行事。只有对一个人有了全方位的了解，了解他（她）的过去，看清他（她）的现状，才能在有爱的前提下托付终生，才不至于在婚后看到不愿意看到的事情，才不至于后悔懊恼。

恋爱时，为了给对方留下最好的印象，很多人都会把自己的缺点和坏习惯隐藏起来，把自己的优点无限放大。可是站在你面前的这个人，真的就是你想要的那个人吗？各方面真的都能达到你的标准吗？

曾经在一本书上看到有这样一种“心灵感知”的超能力，只要触摸一下对方的身体，就能知道他拥有一个怎样的过去。讲到这里，你们一定很想拥有这种能力，可是我们不是巫师，只是一个平平常常的普通人，现实告诉我们，我们没有、也不能够拥有这种超能力。这时候你一定要问，难道就没有办法很好地保护自己、防患于未然了吗？当然不是，如果不想做结婚后的傻瓜，如果你想知道他最真实的底细，就在婚前擦亮双眼，全方位探察是绝对有必要的。不要等到生米已煮成熟饭，一切都不能改变的时候，才发现自己受骗了。我们都知道婚姻是关系到自己整个人生的重大决定，所以，一定要慎之又慎。为了让你们之间的爱安稳下来，调查一下还是很有必要的，这没有什么不光彩，就把它当做是给自己的婚姻买份保险，让自己安心，让家人踏实。

很多结过婚的人都有过类似的感觉，恋爱时那个听话体贴的男人怎么一把自己娶到家就变样了？于是她们有一种上当受骗的感觉，后悔婚前没



有好好地了解对方，结果现在却只能将就着过了。是的，婚前一个样，婚后一个样，看上去很正常，实际上却是异常的。有的人酗酒，喜欢赌博，有的人甚至存在着很严重的家庭暴力倾向，有的人负债累累。更夸张的是，在当今社会上各种欺骗的花招已经不足为奇了，男人为了得到自己喜欢的女人，可以倾其所有买一辆名牌轿车引她上钩，或者强装门面地租一套高级公寓说是自己买的房子。这样的男人真的很可怕，一旦你走进了他们设下的圈套，想出来可就没那么容易了。

这个时代人人都会伪装，就算你把眼球望穿也猜不透他们心里在想什么。我们只能从直观上认为这个男人不错，就是这样的“好印象”对我们之后的选择影响极大。尽管这种直觉有时候比客观上的还要准确，但它仍然存在着很大的误差。在当今社会，我们基本上还是倾向于信任他人的，因此，只要是有人铁了心想要对你实行欺骗，那你百分之八九十都在劫难逃。

点点是一个单纯的女孩子，一心想找一个金龟婿带回家。经过朋友的介绍，她认识了一位律师，是一个很英俊又很文静的男人，他帅气的外表下掩藏着的是淡淡的羞涩。经过一段时间的相处，点点觉得这个男人真的很体贴，对她也很照顾。这让她觉得这个男人很可靠，是值得自己托付终身的人。

像其他情侣一样，点点和这个男人经过一段时间热恋之后，步入了婚姻的殿堂。一天，点点和同公寓的一位阿姨聊天，说到自己丈夫毕业于政法大学，这位阿姨忽然来了精神，说自己也是那所大学毕业的，并且现在也在点点老公所在的那个律师事务所上班。可令人奇怪的是这位阿姨说自己的同事中并没有点点老公的名字。原来，点点的老公不是律师，而是律师事务所的一个打杂的小文员。受到了这样的心理打击，点点心里越来越不安了，于是她决定好好探察一下老公的底细。这一查不要紧，从那件事以后，一连串的谎言一个个浮出水面，除了他的毕业学校和职业是假的以



外，那些经常被他挂在嘴边的人际关系都是他信口拈来的，甚至连兴趣爱好都是骗人的。除此之外，最重要的是这个男人还是离过一次婚的人。

点点的丈夫知道自己原形毕露以后，跪在地上苦苦地哀求道：“点点，你不要生气，当初都是因为我太爱你了，太想跟你结婚了，所以才说了这些谎话。但是以后不会了，我会努力工作赚钱养家的，我会对你比以前更好的。”这时候的点点哪里还有心情听他的解释，看着眼前的这个男人，点点不由得开始鄙视起自己来。活了这么多年，也不是没有经历过恋爱和社会的磨砺，怎么就瞎了眼嫁给这样一个男人？

爱情的陷阱，总是会隐藏在美丽的风景里，受到伤害的人会在不知不觉中葬送自己下半生的幸福。按那些男人的话来说：“上了贼船想下去就不是那么容易了。”所以为了不让自己成为他们手中的猎物，还是要在婚前把该了解的事情进行一番详细的探索。那么究竟怎样掌握这些信息呢？有些人会不由自主地想到福尔摩斯。是的，为了今后我们能够拥有安定的生活，在婚前就一定要有福尔摩斯一样的洞察力。这时候有人会说：“侦探事务所不是那些有钱大妈光顾的地方吗？我们的爱情是如此纯洁，怎么能用这种手段来破坏彼此之间的感情呢？”其实有的时候，探索一个人的底细并没有你想象中的那么复杂，仅仅通过普通的打听，就能对你心仪的对象有一个八九不离十的了解了。

记得一个朋友讲述过这样一段经历，当她和自己的老公谈恋爱的时候，她的妈妈就曾经到处找人打听调查男方的情况，那时候她还对妈妈的这种行为表示羞愧和反感，觉得这样的行为很不光彩。然而结婚以后，她才慢慢领会到妈妈的苦衷，并感谢母亲曾经为她做出的一切。她曾经这样对别人说：“如果我以后有了女儿，等到她要结婚的时候，说不定我也会这样去做的。”结婚是一个人的终身大事，千万不要草率行事，了解男朋友的为人，有助于增进你对他的了解，在婚前尽早做好防范。



## 02

## 谈恋爱要“稳准狠”

要想成为他（她）心里的 No. 1，一定要付出自己最大的努力。限量版商品错过了，仅会感到一时的失落，而错过了对的人，留给自己的也许会是一生的遗憾。为了自己的终身幸福，抛开那些矜持，他（她）值得你去疯狂，值得你去“不择手段”，值得你用充实的时间和精力去为自己争取。

谈恋爱，必要时也要“稳准狠”。首先，稳妥地选择最适合自己的人选，不合拍的恋情就不要轻易喊“开始”。看准的目标要迅速主动出击，把他（她）震晕为止！扭扭捏捏的时代过去了，如果总比别人慢半拍，那么到最后甚至连口热饭都吃不上，要知道如今的谈恋爱，总希望身边能有那么一两个“备胎”，攻守皆可，“市场竞争”是多么的残酷！即使最后转了半天实在找不到更合适的机会时，至少还有当年自己囤的“粮”作为基础。由此看来，跟身边人保持比朋友更亲密、比情侣更疏远的关系确实是个不错的想法。

这个年代的爱情早已经被演绎得千奇百怪，遭遇欺骗的事情也已经见怪不怪，这无时无刻不在提醒我们，值得为之付出真心的人越来越少，就像商场里的限量货，一旦失手便再难寻觅。所以要想让自己恋爱成功，还应该用点方式方法。谈恋爱也要讲究效率，看准了就不要扭捏作态，瞄准目标主动出击，要谈就谈它一个“稳准狠”。

爱情虽说是越稳越好，但更不能忽视的还有一个“准”字，而一旦找准了目标，就要快速拿下，力争把他（她）牢牢地握在手，因为在这个充满竞争的社会，如果你不主动出击，他（她）就会成为别人的猎物，到时



候就算你再如何捶胸顿足也无济于事了。既然如此，你一定要随时做好“战斗”的准备，让竞争对手知难而退。

静静大大的眼睛，短短的头发，在大家眼中她是一个既聪明又活泼的女孩儿。对待爱情这件事，她有着自己的理解，她经常说：“谈恋爱最终还是要结婚的，与其在那些歪瓜裂枣上浪费时间，不如多花点时间找一个适合自己的。”就这样，静静单身了很长时间，终于有一天一个男人走进了她的世界，给了她眼前一亮的感觉，他的名字叫做王海。

王海外表文质彬彬，是一家建筑公司的工程师，没怎么交过女朋友，尽管身边不乏追求者，可是他却在感情上反应迟钝。了解了王海的一些情况以后，静静认为，他就是自己一直苦苦寻觅的人，她对自己的朋友说：“我看好他了，绝对不能让他跑了，看着吧，他是我的。”看着她势在必得的样子，朋友不禁笑起来：“爱情可是你情我愿的啊，你现在只不过是一厢情愿，你怎么知道人家是怎么想的呢？”，“他就是不愿意，我也要让他变成愿意。总之，我看好的人，就一定不能让别人抢走。”

就这样静静为自己制订了一连串的追求计划，包括怎样和王海搭上话，怎样和他约会，怎样让他接受自己。还好她是一个机智而聪明的女孩儿，王海始终沿着她画的路线，稳步前进着。经过一段时间的相处，王海被静静开朗的性格折服了，两个人终于走到了一起，相处得既和谐，又融洽。但没想到好事多磨，静静在与王海恋爱的道路上遇到了与自己势均力敌的对手，原来在王海上大学的时候，就有这么一个女孩儿深深地爱恋着他，毕业以后他们两个人又分到了一家公司，可以说是感情深厚。听说了王海与静静的事情，这个女孩儿经常彻夜难眠，眼看到手的鸭子飞了，这个女孩儿怎肯罢休。

就这样两个女人的“战争”打响了，好在静静是个聪明人，她对王海下的工夫更深了，她的温柔，她的开朗，她的识大体，让王海觉得和她在一起没有任何压力，两个人的感情稳步进行着。而那个女孩儿却一下子乱了阵脚，动不动就冲王海发脾气，为了展现自己优秀的一面，她更加努力