

《婚姻，没那么简单（且行且珍惜）》

书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2014年06月01日

开本：12k

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787201085104

编辑推荐

- *难写的“文章”是婚姻；
- *难经营的“事业”是爱情；
- *难放弃的“责任”是子女；
- *难做到的“创业”是找到你爱并爱你的人。

婚姻生活讲到底，不仅仅是两个的事情，在这个多彩的世界中，又有谁敢大声说：我的爱情、婚姻像水一样清澈？

妥协、退步、忍让是否是维持一段婚姻*后的底线？

内容简介

我们在婚姻的殿堂门口徘徊，不就是想拥有一份真爱，不敢想象没有爱的婚姻是怎样的凄凉和苍白。走向婚姻的爱情是弥足珍贵的，我们为找到的人庆幸，为守望的人喝彩！本书就教你怎么在婚姻里保鲜爱情，怎么把婚姻生活面面俱到，游刃有余地维系好！同时，也告诉大家真正的爱情和婚姻家庭是不需要婚姻法的束缚的。

作者简介

颜妮，人大中文系学士学位，时尚杂志主编，一个开朗的大女孩，喜欢旅游，喜欢把所有的见闻幻化成文字故事。著有多本书籍《职场浮沉全掌握》等

目录

- 第一章在婚姻里修炼成精
 - 第一节“好老婆”的综合指标
 - 第二节先正心修身，尔后齐家
 - 第三节有一个好的身体
 - 第四节培养健康的生活习惯
 - 第五节把心里的魔鬼赶跑
 - 第六节做个美丽的主妇
 - 第七节让生活充实起来
 - 第八节至少有一个最好的朋友

第二章这场婚姻，你准备好了吗？

第一节婚姻知识普及

第二节做好跟他打持久战的心理准备

第三节你不只是一个妻子

第四节没有爱情要“创造”爱情 第一章在婚姻里修炼成精 第一节“好老婆”的综合指标

第二节先正心修身，尔后齐家 第三节有一个好的身体 第四节培养健康的生活习惯

第五节把心里的魔鬼赶跑 第六节做个美丽的主妇 第七节让生活充实起来

第八节至少有一个最好的朋友 第二章这场婚姻，你准备好了吗？ 第一节婚姻知识普及

第二节做好跟他打持久战的心理准备 第三节你不只是一个妻子

第四节没有爱情要“创造”爱情 第五节婚姻里的独立性 第六节送你一桌婚姻开胃菜

第三章驯夫记 第一节抢占“制敌”先机 第二节跟他一起奋斗 第三节男人的面子很重要

第四节不要太强调你的“付出” 第五节不要把自己弄成“保姆” 第六节善用“信任”

第七节掌握沟通的艺术 第八节好男人要放养 第九节不要试图去对抗男人的友谊

第十节陪他渡过男人的“生理期” 第十一节亲密爱人的“私房话”

第十二节跟“小三”斗智斗勇 第四章到婆家战斗 第一节把老公照顾好让婆婆放心

第二节如何巧妙跟婆婆套近乎 第三节与“恶婆婆”过招

第四节可以“亲密”，但不要“无间” 第五节替老公“示爱”

第六节“纠正”要讲究策略 第七节礼节要周全 第五章做个好妈妈——女人的必修课

第一节做好妈妈该具备的几种素质 第二节为孩子营造良好的成长氛围

第三节你最该给孩子什么 第四节正确引导孩子的兴趣 第五节给孩子一个童年

第六节与孩子进行良性的沟通 第七节跟孩子一起走过青春期

[显示全部信息](#)

在线试读部分章节

亲密爱人的“私房话”

夫妻是最亲密的，你们可以相互为对方做很多亲密的事。只要你情我愿，没什么不可以。不要以为你总端着架子就能换来他无限的尊重。有些事情有些时候，反而是越不“端正”越好。要不然，怎么会有种说法：男人喜欢女人“在床上是荡妇，在床下贵妇”？在性与婚姻的关系方面，性是一个很重要的因素。但是，在中国的传统观念中，“性”是一种很上不得台面的事。受北宋以来的程朱理学影响，中国人对“性”的态度有些妖魔化。男人可以有、而且多了也无伤大雅，但女人想这种事都是“淫荡”。贤惠的女人，就应该劝丈夫远离它，并且在丈夫“性”致勃勃的时候拒绝他，让他修身养性，为了光明的前程努力奋斗。

其实，“性”是人的本能和需要。像饿了就得吃饭一样，没法避免也无需抵制。女人也是人，为什么就不能享受性爱？完美的性爱可以彻底融化一个女人，让她从灵魂深处敞开心扉，感受爱情，并铭记于心。完美的性爱，让女人在爱与被爱的热情中得到最大限度的要求和满足。虽然总有人蔑视地说男人是“用下半身思考的动物”，但男人这种“特性”起码说明，在婚姻中，“性”很重要。性生活和谐，对婚姻的稳固很重要。许多

家庭离婚，就是因为性生活不和谐。但夫妻常年生活在一起，加上社会压力大等问题，肯定不会永远甜蜜。时间一长，就缺乏新鲜感、容易疲劳、对对方不感“性趣”。每次的性生活像是例行公事，更谈不上什么快感可言。

在《废都》里，唐婉曾经说过一句让天下女人震聋发聩的话：“男人家没有不行的，要不行，那都是女人家的事。”这意思就是说，没有不行的男人，只有不行的女人。不管这话是真是假，但有一点却是很重要的：妻子在夫妻性生活中起的作用非常大。

别不好意思，这也关系着你的婚姻幸福。万一你不愿意，别的女人愿意了，那他诚实地遵从身体的意志去找别人，你不添堵吗？还不如自己“受用”呢。自古以来，用“性”拴住男人的例子举不胜举。《高兴》里苗圃演的角色有这么一句话：“知道我为啥不跟你猪哥离不？俺俩太和谐了。”反过来也一样。

所以，你得想办法改变一下，“包装”一下你们的性生活。

让性爱充满乐趣

“爱她，却不再爱她的身体”。有数据显示，许多夫妻刚过四十岁，就在生活之中渐渐失去了性趣。其实，做爱也是需要包装的，在浪漫的气氛下，什么都会更有情趣。不如主动为自己和老公创造一次特殊的机会，让彼此间多点“性趣”。

以往床第间你总是紧闭双眼，紧绷肌肉，此刻你不妨伸展肢体，含笑看着他，让他知道，你爱他，也喜欢看他的每一寸肌肤。亲密爱人的“私房话”夫妻是最亲密的，你们可以相互为对方做很多亲密的事。只要你情我愿，没什么不可以。不要以为你总端着架子就能换来他无限的尊重。有些事情有些时候，反而是越不“端正”越好。要不然，怎么会有种说法：男人喜欢女人“在床上是荡妇，在床下贵妇”？在性与婚姻的关系方面，性是一个很重要的因素。但是，在中国的传统观念中，“性”是一种很上不得台面的事。受北宋以来的程朱理学影响，中国人对“性”的态度有些妖魔化。男人可以有、而且多了也无伤大雅，但女人想这种事都是“淫荡”。贤惠的女人，就应该劝丈夫远离它，并且在丈夫“性”致勃勃的时候拒绝他，让他修身养性，为了光明的前程努力奋斗。其实，“性”是人的本能和需要。像饿了就得吃饭一样，没法避免也无需抵制。女人也是人，为什么就不能享受性爱？完美的性爱可以彻底融化一个女人，让她从灵魂深处敞开心扉，感受爱情，并铭记于心。完美的性爱，让女人在爱与被爱的热情中得到最大限度的要求和满足。虽然总有人蔑视地说男人是“用下半身思考的动物”，但男人这种“特性”起码说明，在婚姻中，“性”很重要。性生活和谐，对婚姻的稳固很重要。许多家庭离婚，就是因为性生活不和谐。但夫妻常年生活在一起，加上社会压力大等问题，肯定不会永远甜蜜。时间一长，就缺乏新鲜感、容易疲劳、对对方不感“性趣”。每次的性生活像是例行公事，更谈不上什么快感可言。在《废都》里，唐婉曾经说过一句让天下女人震聋发聩的话：“男人家没有不行的，要不行，那都是女人家的事。”这意思就是说，没有不行的男人，只有不行的女人。不管这话是真是假，但有一点却是很重要的：妻子在夫妻性生活中起的作用非常大。别不好意思，这也关系着你的婚姻幸福。万一你不愿意，别的女人愿意了，那他诚实地遵从身体的意志去找别人，你不添堵吗？还不如自己“受用”呢。自古以来，用“性”拴住男人的例子举不胜举。《高兴》里苗圃演的角色有这么一句话：“知道我为啥不跟你猪哥离不？俺俩太和谐了。”反过来也一样。所以，你得想办法改变一下，“包装”一下你们的性生活。让性爱充满乐趣“爱她，却不再爱她的身体”。有数据显示，许多夫妻刚过四十岁，就在生活之中渐渐失去了性趣。其实，做爱也是需要包装的，在浪漫的气氛下，什么都会更有情趣。不如主动为自己和老公创造一次特殊的机会，让彼此间多点“性趣”。以往床第间你总是紧闭双眼

，紧绷肌肉，此刻你不妨伸展肢体，含笑看着他，让他知道，你爱他，也喜欢看他的每一寸肌肤。为什么一定在床上呢？你们也换一个环境，没准儿那个新地方会使你们激情奔腾呢，当然通过电影、书籍和他人的经验及多年的心得，不断翻新，改造你们的方式和技巧，那样爱便成了一种华丽的享受。不一定非得是“男上女下”吧？学学《色?戒》里的招式。你不妨在床上给他讲一个有意思的笑话；像小女孩儿一样捏着他的鼻子，调皮地向他求饶……面对人面桃花的你，丈夫如何不爱意油然而生？偶尔勾引他一次你把自己洗得香喷喷、嫩滑滑，穿着性格的情趣内衣，目光迷离地叫一声：“老公……”你放好洗澡水，里面洒满玫瑰花瓣还有精油，甜蜜地跟他说：“我们一起洗吧……”你穿着他的白衬衣做睡衣，然后故意在他面前捡东西，一弯腰，臀部若隐若现；玩点夫妻间的小游戏有些夫妻把做爱看成是一件特别严肃的事儿，这个认真态度没错。可是做爱这事就象其他的事一样，只有认真劲儿，少了幽默感也不行。所以，美国两性专家们为大家设计了一些适合在床第间“玩耍”的小游戏，尝试一下吧，它们会让你们的性生活更充满想象力，更有趣哦。

游戏1：味觉大考验 你需要这些道具：一副眼罩、至少五种你最爱喜欢的可以用来舔的酱汁，比如巧克力酱、蜂蜜、草莓果酱、肉桂糖等。具体玩法：也许你们俩都试过把味觉引到性爱中来，不过这个游戏可不一样哦，它同时调动了味觉和视觉两种感官元素。首先，为你的丈夫戴上眼罩；然后，在你身体上不同部分分别滴上各种味道的酱汁，比如把蜂蜜滴在你的耳后、把巧克力酱抹在小腹部，或者把肉桂糖涂抹在你的乳头上……总之任何你愿意的身体部位；然后，躺下来，让你的男人寻找这些味道，当然他要用舌头来尝的哦。当他顺着味觉的引导一路品尝这些甜蜜的滋味时，他会感到一份独特的甜蜜感。而当他品尝完这些特殊滋味的部分后，你就应该给他一些温存的回报啦！专家解释：全神贯注的参与性是这个游戏的特点，它会把你们俩的激情都调动起来。他的想法是：我尝到的到底是什么？我下一口又会尝到什么滋味？而你的感受则是：他下一步会品尝我身体的哪个部位呢？

游戏2：“热辣色子” 你需要这些道具：一对色子，一张纸和一支笔。具体玩法：在一张纸上写下2到12这11个数字，在每个数字的后边，写下你们俩最喜欢的一种性爱中的动作。然后开始掷色子，掷出哪个数字，就照做一次相应的动作。专家解释：由于无法知道下一个动作会是什么，所以这种不可预知感会增加性敏感度和性兴奋度。

游戏3：“触摸测验” 你需要这些道具：一方丝巾、一块绒布、一件羊毛衫、一把鸡毛掸、一条领带、一副微波炉手套、一盒冰块、一瓶护手霜。具体玩法：让你的男人裸体躺下，让他闭上眼睛，最好蒙上眼睛。用上述物件逐个轻拍他的下体，并让他猜猜那都是些什么东西。如果他猜错了，就拿冰块刺激一下他的关键部位（当然只是小小的惩罚一下下，千万不要让他觉得刺痛哦）；如果他猜对了，就在他身体擦上润滑的护手霜，为他做个舒服的按摩吧。专家解释：男人的下体是他们身上感觉最灵敏的部位了，一系列来自不同物体的刺激会让他立刻性趣盎然。

游戏4：“身体亮点” 你需要这些道具：一盏迷你小闪灯 具体玩法：你俩脱光衣服，关上屋子里的灯，然后上床。把小灯放在你最希望他亲吻或抚摩的身体部位上；你希望他亲吻和抚摩多久，就把灯在那里放多久；直到你满足为止，再把灯换到另一个你的敏感部位。重复这些步骤直到他“关照”了你所有的敏感部位，然后再把灯给他，由你来为他服务。专家解释：如果你不善于直接告诉你的伴侣：“我想你摸这里”之类的话，用这个游戏就很方便了。它是帮助伴侣找到你身上敏感区域的最好办法。另外，男人是典型的视觉动物，灯光引导会给他带来意想不到的视觉刺激。

游戏5：“经典再现” 你需要这些道具：几本最吸引你们的带有情色场面描写的小说 具体玩法：翻开一本书，找到那些吸引你们

的场面。然后两人轮流大声地读出这些场面，再用肢体语言模拟这些经典的场面，确保越详细，越真实越好。完成这些任务之后，再换一本书，进入下一个模拟阶段。

专家解释：这个游戏是最有效的刺激欲望方法之一。那些让人心跳的经典场面不但在你的脑海里牢牢记住，还被搬到了你的现实的性生活里。它其实是把角色扮演的内容“剧本化”，让更多想玩角色扮演却想象力不那么丰富的夫妻有章可循。

游戏6：“我猜我猜我猜猜猜”你需要这些道具：带情色味道的想象力 具体玩法：当你和他在公共场合进行二人晚餐时，让他猜猜“我今天穿了什么样的内衣？”、“你正在想他的哪个性感部位？”或者“今晚我想你用什么姿势做爱？”诸如此类的问题。然后再由他出题，你来猜。专家解释：对于一对爱人来说，在人多的公共场合进行如此私房级的交流，是很刺激的一件事。因为你们的晚饭还在继续，而你们的思维已经被提前带到了晚饭后的激情时刻，那种期待和向往会带起更强烈的渴望。而一旦你俩真的回到家，实施那些想法，这次性爱一定会非常棒。 BUT

在你们开始玩以上的游戏之前，请务必阅读以下TIPS：闺房游戏三大黄金法则

1别让保守想法束缚你 这些游戏可能是你们平时很少做的，刚开始也许会有些不好意思，或者不适应，请放轻松，别让固有的保守想法束缚你。否则，你们会玩得很不爽。

2别玩得太出格 虽然是游戏，也不要玩得太出格哦。手轻手重都得有个限制，一切以自己的身体能承受为限度，且把它当成“享受”而不是“任务”来进行。

3游戏是你俩的隐私 有些女人喜欢把床第之事和自己的女朋友们分享，但是对于男人来说，那可不是件值得炫耀的事。所以，本着保护隐私的态度，让这些游戏只有你俩知道最好。

[显示全部信息](#)

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

[更多资源请访问www.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)