

《《恋爱戒律》（选对男人，是女人幸福一生的关键！20条女性必须要遵守的恋爱戒律！）》

书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2015年10月01日

开本：32开

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787307169166

编辑推荐

本书是台湾首席女性励志作家郑洁心，继《女人25，活出*好的自己》之后倾心力作。它赋予女性美的自信，是华语界*经典的恋爱指南，前提是：你一定要遵守它！即使无名指套上了戒指，你也要继续遵守它，信仰它，直到生命结束，爱情画上幸福美满的句号。

内容简介

本书在台湾首次出版后，曾造成男性的恐慌，并引起强烈的抗议。因为作为女性，你一旦遵守本书的戒律，必能招招制胜，所向无敌，令每一个男人都难以抗拒你的魅力，并将永远为你痴迷，为你疯狂一辈子。所以，打开本书之前，请遵守本书的第一条戒律：千万不要让你心仪的男人看到这本书。

《这一生，静待时光检验》（给以自己的方式定义自己人生的人——萧秋水沉淀10年之作 与世俗和解而保持自我，与现实妥协而不忘突破，给走在以自己的方式定义人生的路上的、正积极、努力地活着的人。）

《用所有的存在与世界相会》（继畅销书《这一生，静待时光检验》之后，萧秋水分享工作、学习、生活心得。羽西品牌、立顿红茶、宝洁、瞭望杂志等官微推荐，40家大学文学社推荐。）

本书在台湾首次出版后，曾造成男性的恐慌，并引起强烈的抗议。因为作为女性，你一旦遵守本书的戒律，必能招招制胜，所向无敌，令每一个男人都难以抗拒你的魅力，并将永远为你痴迷，为你疯狂一辈子。所以，打开本书之前，请遵守本书的第一条戒律：千万不要让你心仪的男人看到这本书。

（继畅销书《这一生，静待时光检验》之后，萧秋水分享工作、学习、生活心得。羽西品牌、立顿红茶、宝洁、瞭望杂志等官微推荐，40家大学文学社推荐。）

（那个曾经偷偷喜欢过却不曾表白过的你，现在还好吗？烟波人长安、居经纬、张躲躲、李荷西为你诠释年少时那些暗恋及爱而不能的情愫。献给我曾经喜欢过但没有表白过的某人，和那个来不及说爱你的我爱。）

（将心房打扫干净，向宇宙下个订单，对幸福说：欢迎光临。继苏岑之后知性女王郑洁心全新力作，安妮宝贝、徐静蕾、杨澜、北京电视台鼎力推荐——看完这本书，天下没有撩不到的宋仲基。）

[显示全部信息](#)

作者简介

郑洁心，两性情感专家、畅销书女作家。以法律人完整的逻辑和写作人精密的社会观察力，诠释众多都市男女爱情故事，一针见血的犀利笔调和令人拍案叫绝的两性观点，深受广大深陷情感泥潭的痴男怨女的热烈追捧，博客已超过10000万粉丝点赞率！作品皆以女性励志为轴心，思考现代女性如何掌控自己的幸福，活出最好的自己。著有《女人25,活出最好的自己：让所有女孩身价倍增的成长魔法书》《女人25,活出最好的自己2：写给所有女孩的幸福宣言》《恋爱戒律：20条女孩必须遵守的恋爱戒律》等畅销书。

目录

作者序：每一个女人都要有自己的爱情戒律

戒律2：可以赴约会，不应该不挑地方——我不想去看夜景。

戒律3：可以赴约会，不应该海削对方——我不想接受这么昂贵的礼物。

戒律4. 可以答应同居，不应该没有原则——我不反对婚前性行为，但并不表示我愿意和你发生性行为。

戒律5：可以寂寞，不应该找人填补——与其浪费时间在错误的男人身上，我宁愿保持单身。

戒律6：可以主动勾引，不应该主动示爱——我只是对你有点兴趣而已。

戒律7：可以暧昧，不应该爱慕——我愿意给你追求我的机会，请多多努力。

戒律8：可以接受邀约，不应该主动邀约——周六下午我才有空。

戒律9：可以坦然拒绝，不应该勉强接受——很抱歉，我没办法答应你。

戒律10：可以慎重考虑，不应该当即接受——我现在没办法决定，需要一点时间想想。

Part 2 第二阶段：从恋人升级为亲密爱人

戒律11. 可以共同奋斗，不应该只为你而活——我们一起努力让我们都更幸福。

戒律12. 可以付出，不应该放纵对方——我愿意为你付出，但是你最好不要做出对不起我的事情。

戒律13. 可以考虑后妥协，不应该马上接受——你的想法很不错，但是我需要考虑一下。

Part 1 第一阶段：从朋友升级为恋人

戒律1：可以赴约会，不应该约会太久——我最迟九点一定要到家。

戒律2：可以赴约会，不应该不挑地方——我不想去看夜景。

戒律3：可以赴约会，不应该海削对方——我不想接受这么昂贵的礼物。戒律4. 可以答应同居，不应该没有原则——我不反对婚前性行为，但并不表示我愿意和你发生性行为。

戒律5：可以寂寞，不应该找人填补——与其浪费时间在错误的男人身上，我宁愿保持单身。戒律6：可以主动勾引，不应该主动示爱——我只是对你有点兴趣而已。

戒律7：可以暧昧，不应该爱慕——我愿意给你追求我的机会，请多多努力。

戒律8：可以接受邀约，不应该主动邀约——周六下午我才有空。

戒律9：可以坦然拒绝，不应该勉强接受——很抱歉，我没办法答应你。

戒律10：可以慎重考虑，不应该当即接受——我现在没办法决定，需要一点时间想想。

Part 2 第二阶段：从恋人升级为亲密爱人戒律11.

可以共同奋斗，不应该只为你而活——我们一起努力让我们都更幸福。戒律12. 可以付出，不应该放纵对方——我愿意为你付出，但是你最好不要做出对不起我的事情。戒律13.

可以考虑后妥协，不应该马上接受——你的想法很不错，但是我需要考虑一下。戒律14.

可以生气，不应该口出恶言——你这样做真是令人生气生气生气，你看到我头上在冒烟了没？戒律15. 可以假装任性，不应该真的任性——我喜欢烦着你帮我做这件事情，是因为我知道你也最喜欢这样做。戒律16. 可以互相扶持，不应该太依赖对方——我自己可以搞定所有事情，但你可以偶尔帮帮我。戒律17. 可以浪漫，不应该奢华——吃什么穿什么都好，只要我们每天都活得心安理得快快乐乐。戒律18. 可以为自己想，不应该只为自己想——虽然我很不喜欢陪你去打牌，但是偶一为之也无大碍啦。戒律19. 可以自由，不应该没有尊重——我这个周末想和朋友去玩，你想一起来还是要在家等我？还是你有安排我们其它的活动？戒律20. 可以两人世界，不应该只有两人世界——我和你爸妈当然会很合得来，因为我们有共同爱的男人。

[显示全部信息](#)

前言

作者序：每一个女孩都要有自己的爱情戒律

男人对你最有兴趣的时间，就是在一开始追求你的阶段，这是亘古不变的事实。

许多女孩都没有好好把握住这一开始的黄金时光，更没有意识到，自己和这个男人交往之后，会过什么样的日子，正是取决于自己要如何面对这段黄金时光。

看看多数女孩都在这段黄金时光里做什么事情呢：

“故意和其他男孩子一起出现在他的面前，激发他更强的斗志，那种非要得到我不可的斗志。”小茹说。

“为他的请求交往设下种种门坎和条件，让他追得难一点，以后才会珍惜一点。”小燕说。

“享受着他对我的好，但是绝对不答应当他的女朋友。至于之后我要不要答应，就看他

能够为我付出多少再决定。”小真说。

这些女孩们的回答都很聪明，至少都已经懂得让自己成为难搞定的戒律女孩，别太轻易让男

人得到手

。不过，光是有这么

样的想法还不够，只是做了一半正确

的事情而已。作者序：每一个女孩都要有自己的爱情戒律

男人对你最有兴趣的时间，就是在一开始追求你的阶段，这是亘古不变的事实。许多女孩都没有好好把握住这一开始的黄金时光，更没有意识到，自己和这个男人交往之后，会过什么样的日子，正是取决于自己要如何面对这段黄金时光。

看看多数女孩都在这段黄金时光里做什么事情呢：“故意和其他男孩子一起出现在他的面前，激发他更强的斗志，那种非要得到我不可的斗志。”小茹说。“为他的请求交往

设下种种门坎和条件，让他追得难一点，以后才会珍惜一点。”小燕说。“享受着他对我的好，但是绝对不答应当他的女朋友。至于之后我要不要答应，就看他能够为我付出多少再决定。”小真说。

这些女孩们的回答都很聪明，至少都已经懂得让自己成为难搞定的戒律女孩，别太轻易让男人得到手。不过，光是有这样的想法还不够，只是做了一半正确的事情而已。

为什么呢？原因很简单，因为这其中没有理由和目的，也没有自己的规则。虽然你在被追求的过程中做好了各种“让男人更加勤奋”的努力，可是等到男人得到你的青睐之后，你不就马上投降得兵败如山倒，一样爱他爱到忘记自己是谁了吗？

男人很聪明，他们都知道只要熬过一段苦战的时间，得到女人之后，世界就由他们予取予求了。所以，光有手段只能治标不能治本，你要治本，就非得有自己的规则不可，

你得先当一个有戒律的女孩，男人才会走在你有戒律的轨道上。在爱情里，每一个女孩都要有自己的戒律。你是什么样的人，想要什么样的恋情？你有什么样的爱情规则？你能接受的和不能接受的分别是什么？

这些就是专属与你的爱情规则，根据你爱情的喜好、标准、目的所设定。别老把“随缘”这两个字挂在嘴上，也别老说“看感觉”这种话，

因为这都是没有戒律的女孩们的说法，她们既不知道自己要什么样的对象，也不知道往哪里找，所以才老说“随缘”。

可是随缘的结果是什么呢？就是被情绪和感觉牵着鼻子走，和某个人在一起了，然后随着对方的摆布而进入了婚姻，或选择了分手。结果是，

爱情从来都没有掌握在自己的手上，都是别人说了算。爱情戒律，才是保障女孩幸福的关键所在。当然，戒律要在他对你最有兴趣的“黄金时间”设定好，并且在这段时间反复练习，

让他习惯了“你就是这样的女人，做什么能使你开心，做什么会踩到你的地雷区，”这样才能事半功倍。你千万不要到了自己被男人吃干抹净又对男人死心塌地的时候，才回过头来哭着要男人“多为你着想一点”，告诉你，哭死也是没用的。

如果你是一个太善良、总是容易对别人言听计从的女孩，那么你首先要做的是：认识自己，了解自己的喜好和需求，并且重复练习自己对于自我的坚持。我建议从购物开始练习。

如果你过去总是在购物时，轻易听信销售小姐的推荐，而购买了一大堆你一辈子也不会使用的商品，那么从现在开始，你要把售货小姐的推荐丢在一旁，很认真地筛选你真心想要、不买会死的商品。

把你身边、家里那些可有可无的东西都丢了，不然网拍或送给别人；列出一张清单，把那些没建设性的酒肉朋友都甩了，别再被吆喝着出去陪笑；从现在开始，

你的生活是珍贵的，你只让有价值的人、事、物介入，你只让你愿意花心思经营的人来接近你。过去你也许觉得这样也好那样也行，这种态度消费了你人生大多数的时间、精力在泛滥的商品和人际关系上，

结果反倒忽略了工作和自我成长这么重大的事

情，如果你不想再浪费时间，枯萎你的青春岁月，请你赶快剔除你生活中的赘肉。坚持不好吃的东西宁可不吃，别把能吃饱的东西一股脑塞下肚，这样才能维持窈窕身材；坚持没建设性的朋友不去交，没诚意的男人不去理，这样才能维持生活的轻松愉快。当你笃定地向全世界发出了宣示：你不要再吃那些没营养的东西，你不要再随便把感情施舍给路边一个50元的廉价男人，那么你自然而然会向精品级的男人更靠近一步，你的生活随即愉快好似春天的风吹过树梢。然后当大多数路边摊男人对你发出“这个女孩很难搞”的怨念时，你还要很不客气地回他一句：老娘就是这么难搞！

[显示全部信息](#)

在线试读部分章节

戒律1：可以赴约会，不该约太久——我最迟9点一定要到家。

当你真正成为一个为自己而活的女人，
你的男人才会懂得尊重你。
女人在谈恋爱的时候，
一定要维持自己的时间和空间，
不要让自己变成24小时为男友而free的附属品，
因为，那对你在爱情里的地位，有害无益。
可以赴约会，不该约太久。这是爱情里的第1条戒律。

01约会到底都要做什么？

如果你已经开始认真找对象，或者希望摆脱以往那种令你心碎的恋情，你一定要对约会这件事情重新认识一下。

约会到底都要做什么？相信就算12岁的女生，恐怕都能正确地告诉你，约会当然是要去逛街、看电影、喝咖啡、看夜景之类的。

如果你只有18岁，还维持在这种约会的思维里，那真的是非常的快乐。可是如果你已经开始认真找对象，或者是希望摆脱以往那种令你心碎的恋情，你一定要对约会这件事情重新认识一下。戒律1：可以赴约会，不该约太久——我最迟9点一定要到家。

当你真正成为一个为自己而活的女人，你的男人才会懂得尊重你。

女人在谈恋爱的时候，一定要维持自己的时间和空间，

不要让自己变成24小时为男友而free的附属品，

因为，那对你在爱情里的地位，有害无益。

可以赴约会，不该约太久。这是爱情里的第1条戒律。

01约会到底都要做什么？

如果你已经开始认真找对象，或者希望摆脱以往那种令你心碎的恋情，你一定要对约会这件事情重新认识一下。

约会到底都要做什么？相信就算12岁的女生，恐怕都能正确地告诉你，约会当然是要去逛街、看电影、喝咖啡、看夜景之类的。

如果你只有18岁，还维持在这种约会的思维里，那真的是非常的快乐。可是如果你已经开始认真找对象，或者是希望摆脱以往那种令你心碎的恋情，你一定要对约会这件事情重新认识一下。

我听过有些女孩子，一开始分明是立于被追求者的不败之地，对方一开始也追得很认真，可是追了一阵子之后，这位追求者就消失了。

是的，消失了。他不追了，他追求到一半就放弃了，留下女孩子在原地愣住，不知道究竟发生了什么事情。分明两个人相处还算融洽，彼此也还算有好感，可是她不知道最后男生为什么后继无力，还用到落荒而逃这么没用的方式离开。

她们通常是心地善良、很容易体贴别人的女孩子。她们在朋友圈里备受赞美，在长辈圈里头备受疼爱，在职场上也处处受欢迎，因为她们真的很好，什么都好，尤其是对待别人，就是不会说“不”。

就连约会的时候也是一样。男生一开始发动攻势的时候，她们的认知就是要开始约会了，跟着男生的行程东奔西跑，吃饭，看电影，收礼物，散步，回家，然后看着男孩子还要做多少浪漫的事情，以决定她们要不要答应当他们的女朋友。

也许只是一个滂沱大雨夜里的呼唤，或者是一套Hello Kitty磁铁，或者是一束特地送到办公室的花、一部浪漫的爱情片……出不了这几种情节，就可以让这些女孩子五体投地地爱上他们。从此以后，期待约会的人不再是那些男性追求者，而是她们自己。

如果你选择对象的流程是这么凭感觉，没有一点判断和逻辑，你又怎么能期待拥有一段美好的恋情呢？

约会的对象和玩伴不一样。玩伴绝对是可以帮助你默契十足、相处愉快、兴趣嗜好都接近的。可是约会的对象不是玩伴，你要选择的是一个亲密爱人，他必须是一个要拥有亲密爱人条件的人。

最基本的要求就是，他值不值得信任，既然你要的必须是两情相悦、心心相印，那么你的心会系在一条飘摇的船上，还是一座稳健高大的山上，这就很重要了。

所以你要知道，约会的时候都要做些什么，除了看电影、吃饭、亲吻、拥抱之外。你需要知道，玩乐之外，这个对象还能为你做什么。

要得到一段美好的恋情，我们都应该知道约会要做什么才对：

1.对方提出约会的诚意要知道。

例如说，尊重女性的对象通常都不会直接单独把你约出去，他可能会找一个或几个朋友，或者当你提出要找朋友陪同的时候他会同意。这样做的原因是因为避免孤男寡女造成女方心理上的压迫感，这是一种尊重。

2.对方提出约会的耐性要知道。建议你不要在对方第一次提出约会时就欣然同意，即使你那个时间再怎么闲得没事做，宁可找朋友去逛街聊天压马路，也不要贸然答应。但是一定要颜悦色地拒绝。拒绝的时候也不需要交代你的没空是为了什么，因为他还没有权利掌握你的时间表，不要自己把这个权利释放给他。

如果你觉得这个男生是你愿意考虑的对象，你就要把持住自己。如果拒绝几次之后对方也就放弃了，那就表示他并没有那么喜欢你。男人就是那么简单：如果他真的是很喜欢你，他就会坚持、排除万难；如果他不喜欢你，你追着他跑也是没有用的。

3.对方提出的约会地点要筛选。

一开始约会的时候，标准原则最好是在公开明亮的场合，而且越热闹的地方越好，避免两个人突然因为一时不小心天雷勾动地火，而做出双方感情都还达不到的事情来(你应该知道我说的是什么)。约会是为了了解对方、培养感情，可不是为了一解身体的寂寞，这是大不相同的。看电影不是最好的选择，真的。我的朋友曾经和一开始约会的对象去看电影，结果电影院里面乌漆抹黑的，她就被那个对象摸了好几把，回来气到不行。如果看电影不是好选择，那么看夜景当然是更差的选择。一开始约会的地点如果是这些，请你大方拒绝。

4.对方的个性要观察。
如果约会只是吃吃饭、做一般的社交活动，那就OK了。这个时候，你要睁大你的双眼，看看你的约会对象，除了在你面前的表现之外，还要注意他和其他人的互动。例如：你们约会途中有人打电话给他，他的态度和反应是什么？当他点餐的时候，他是不是可以明快决定自己的，而且尊重你的选择？他说话是不是有礼貌的？你们聊天的过程中所提出的问题，他的见解和想法是什么？这些才是约会最重要的事情。

5.对方有没有责任感要观察。
我听过一个男孩子告诉我，如果一个男生约会的时候不会去接送女孩子，那就已经不及格了。当然，女孩子可以拒绝男生的接送，好保有自己的隐私，但是男生一定要有这种观念，因为这就是负责任的态度，表示他有责任确保他约出来的这个女孩子可以平平安安地出门，以及平平安安地回家。

我的女性朋友告诉我说，她曾经有个约会对象，总是和他直接约在电影院或者餐厅，她每次赴约都好辛苦，都要坐公交车转地铁，偶尔加上贵死人的出租车。她后来抱怨了一次，结果对方竟然就直接跟她约在地铁线的某一站，离两个人的住处刚好是中间点的位置。她当场哭笑不得，直接放弃了这个人。

你当然可以说，身为一个现代女性，不会连自己到达目的地的能力都没有吧？所以你当然可以婉拒对方的好意，可是对方一定要有这种诚意，至少在你平安出门和平安回家这件事情上特别用心，这是关心爱护和责任感的表现。

6.对方约会的时候都在谈什么要注意。
你不用急着听到“我爱你”或者“我喜欢你”这种话，因为这不重要，而且说了也没有用。要知道：喜欢你就是要随时都很想见到你，看见你就很开心；爱你就是他处处为你着想。这些东西，光是用嘴巴说说没有什么意义。

你要听的是，他对于工作的看法。有些男人面对工作是得过且过，或者为了赚钱不择手段，对这种男人，你要小心。你还要听的是，他对家庭的看法。有些男人出门在外打拼，一年到头几乎都不会回家乡关心老父老母的，说起话来都是自己的成就，没有把父母的栽培之恩放在心里，对这种男人，你也要小心。你更要听，他对朋友的看法。如果他嘴上的朋友都是陪着他喝酒玩乐寻开心的那种，这种男人你更要小心。我相信这些都是很基本的判断，只是提醒一下你别为了约会的那束玫瑰花模糊了你的判断能力。

7.对方的约会时间要掌控好。
我听说过有个男生在约会前一个小时“临时取消”双方的约会，理由是为了“陪×××去商场”之类的。之前的学生时代，有个男生常常告诉我的朋友说，他晚上8点会到宿舍来接她，结果一通电话接着一通电话地延时，一直到半夜12点。对方没有尊重女生抽出来的约会时间，很要不得。而且如果他一开始就是这种态度来面对他好不容易争取到的约会，那么以后两个人在一起了，你更不用指望他能多尊重你的时间了。

[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)