

<<婚规则>>

图书基本信息

书名：<<婚规则>>

13位ISBN编号：9787508063034

10位ISBN编号：7508063031

出版时间：2011-4

出版时间：华夏出版社

作者：周爱华

页数：288

字数：340000

版权说明：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：<http://www.tushu007.com>

## &lt;&lt;婚规则&gt;&gt;

## 前言

黑暗，是蜕变的机会 文/周子熙 通宵看完周爱华的新书《婚规则》，整夜无法入眠，这是一部很奇特的书，因为书里有许多独特的观点，对婚姻的、家庭的、爱情的、人生的，还有子女教育等方面的，这些观点会像一把锋利的刀，忽然就刺进了你的心脏，搅动你的五脏六腑，让你忍不住深思，忍不住会想到自己的情况，最后你会忍不住对生活产生新的看法。

小说讲述一个名叫初六的女人，一直认为自己是经营婚姻的高手，一直认为自己是世界上最幸福的主妇。

丈夫却突然向她提出离婚，而且态度无比坚定。

为了拯救自己的婚姻，她一边与朋友合伙开办女神会所，以教女会员如何勾引男人而谋取暴利；一边费尽心机，使出各种招术，拯救婚姻。

她那么那么努力，生活却把她导向更深的绝望，丈夫开始以暴力逼迫她，14岁的女儿堕落、怀孕，母亲患重病去逝。

生活就像一面突然倒塌下来的墙，把她压在下面，她痛苦万分、惊慌失措，却无处可逃。

这些黑暗给她带来痛苦的同时，也将生活层层剥开露出本质，帮助她重新开始。

她找到了自己困惑无助的根源，她从小被父母抛弃，内心深处一直有这样的信念：我无足轻重，我不值得别人爱！

她不满意自己的家世、长相，恨自己的母亲，讨厌自己的八字。

她不能全然地接受真正的自己，而以厌恶的心态来对待。

因为有这种信念，她在生命中会大量创造出各种悲惨的“故事”，来符合自己的信念。

人生如同一场心理游戏，你怎么想，就会遇到什么样的故事。

她开始深入地观察自己，了解自己，爱自己。

她最终走出黑暗，找到了属于自己的幸福。

许多时候人生的黑暗真的像一个机会，一个以你永远也无法想像的方式来产生由内而外蜕变的机会。

与安逸舒适的时光相比，痛苦和迷惑的经历反而更可能使你了解自己的灵魂深处。

黑暗和混乱以某种方式激发出想像力。

它们使你能够看到平时忽略的东西。

你开始对丰富多彩的情感和意义变得敏感。

你会察觉到自己情感和思维至为微妙的所在，你能认识到在正常乐观的状况下根本不会注意的东西。

如果你正经历着灵魂的黑暗，请你不要竭尽全力去摆脱黑夜，如果这样你可能就无法领悟它给你的启示，也无法体会它带来的重大改变。

我想鼓励你，以你所有的坚强和智慧进入黑暗之中，也许你会就此展开一个全新的视野，找到更为深刻的自我。

如同《婚规则》里的初六。

好女人是用来抛弃的 文/小猪 两年前，好友珠珠结婚，我去参加她的婚礼。

她在婚礼上说，她一定要做个好女人，以丈夫为中心，为丈夫付出百分百的爱，并且不计较他怎么做。

我相信她说的是真的，因为她的脸上写着那种为爱不顾一切的神情。

就在昨天，我在街上遇见她，发现她苍老了许多，眼神愣愣的，面孔是那样的阴郁、孤寂、寡淡、惊惶，嘴唇苍白、干瘪、无力。

她整个人憔悴得像深秋树枝上的枯叶。

原来，这两年她放弃自己的事业、兴趣、爱好，全心全意照顾丈夫，帮助他创业。

丈夫事业飞黄腾达，赚了不少钱，与一个各方条件不如她的女人相爱了，为了逼她离婚，使出各种下贱的招术。

她哭着问我：“为什么我无私奉献的结果却换来他无情的抛弃？”

“是啊，为什么她无私奉献却换来他无情的抛弃？”

## <<婚规则>>

忽然想起最近刚看完的一本小说，叫《婚规则》，深圳女作家周爱华的新作。

里面有一句话，很有意思：好女人是用来抛弃的。

我觉得用这句话来回答她的问题非常恰当，于是我答道：“因为好女人是用来抛弃的。”

她不解地看着我。

为什么好女人是用来抛弃的呢？  
小说《婚规则》里做了很详细的分析：因为好女人其实只有很少的爱，她们没有能力爱自己，没有能力活出自己，更没有能力走自己的路，于是依附他人，委曲求全，一味地为他人牺牲，试图用自己的牺牲来绑架和控制他人。

这种好人其实根本就不是真正的好，是没有能力才不得不选择的战术。

就如同有些人洁身自爱，并不代表他很高尚，可能是他没有能力投入到两性关系之中，为了安慰自己，只好把自己想象成为高人一等或与与众不同。

《婚规则》里的女主角初六就是这样的一个女人，她从来没有活出自己，她也没能力爱自己，她在感情中以丈夫为中心，一味付出，没有自己，不计回报，这种做法其实还隐含着这样的信息--我已经做得足够完美了，我没有任何的瑕疵，我问心无愧，如果我们的关系中出现什么问题，都不是我的责任，而是你的责任，是你道德败坏。

十多年的婚姻生活下来，她不再是一个鲜活的人，而是一件没有生命力的东西，连女儿都觉得她无趣无味。

男人不要一个东西，男人想要一个活生生的人。

于是她被男人抛弃了。

而且抛弃得很惨。

所以《婚规则》里另一女主角南风建议，女人要想在两性关系上幸福，千万不能只顾着做好女人，一定要计较自己的付出。

男人爱一个女人，大多数时候爱的是他在这个女人身上的付出。

他在一个女人身上付出越多，他就会越在乎这个关系，如果他没怎么付出，就不会在乎。

而且不管你多么优秀对他多好，他都不会在乎。

想让他在乎你，就必须让他为你在金钱上和感情上多付出。

女人在婚姻中索取，其实是稳定婚姻的手段。

也许你会反对这个的建议，但是看看我们的周围，那些哭天抹泪的怨妇弃妇，大多数都是这种对男人不计回报付出的好女人。

《婚规则》这本小说，值得所有女人去阅读，因为在阅读的过程，你会收获到许多有趣的观点，会得到心灵的成长，会懂得如何去经营自己的幸福。

## <<婚规则>>

### 内容概要

这是一则中国式的婚姻寓言。  
初六是一个36岁的中年女人，一直认为自己是经营婚姻的高手，一直认为自己是世界上最幸福的主妇。  
而丈夫却突然向她提出离婚，而且态度无比坚定。  
为了拯救自己的婚姻，她费尽心机，使出各种招术。  
她那么那么努力，生活却把她推向更深的绝望，丈夫开始以暴力逼迫她，14岁的女儿怀孕、堕落，母亲患重病去世……生活就像一面突然倒塌下来的墙，把她压在下面，她痛苦万分、惊慌失措，却无处可逃……

## <<婚规则>>

### 作者简介

周爱华，七十年代中期出生，现居深圳，心理咨询师，专栏作家，出版过长篇小说《深圳婚事》。多年来，一直全身心地投入到潜能开发、两性沟通、印度奥修心灵修炼、家族治疗、催眠、灵性按摩、水中化冰等身心科技的采访、学习、研究和传播中。

曾经以为自己是一个乞丐，于是爬在男人的脚下，不停地向他们乞求爱，乞求关注、欢乐和安全感，即使他们深深地伤害我，依然不敢离去，也不敢直接对抗，只会哭哭啼啼，不是去打他们一拳，而是打自己一拳，把自己打伤了，好引起他们的同情和自责。结果，却一次次地遭遇背叛与遗弃。

在这个过程中，有一天惊讶地发现，原来自己是一个流落在世间的公主，因为某些原因，失去了记忆，误以为自己是乞丐。当恢复了记忆，找回了身份，也就有了力量。

每个女人都拥有着高贵的身份，但必须需要她艰难地找回。

## <<婚规则>>

### 书籍目录

1. 家庭主妇
2. 职业情妇
3. 男人看能力，女人看美丽
4. 我要离婚
5. 童年
6. 绝望主妇
7. 心腹
8. 会发骚的女人，不用发愁
9. 离婚是换一种活法的机会
10. 没魅力的女人才会追求安全感
11. 女人的硬本事
12. 努力的人不幸福
13. 性是生活的缩影
14. 跟踪
15. 女人不狠，江山不稳
16. 真相
17. 抛弃
18. 人无皮，天下无敌
19. 朋友妻，不客气
20. 母亲
21. 前夫是一个恶毒的诅咒
22. 失踪
23. 自杀
24. 幸福计划
25. 我们只爱自己的付出
26. 嫉妒是最无能的表现
27. 做泼妇，是一种能力
28. 好女人是用来抛弃的
29. 不出轨，人生就不出彩
30. 我的初恋
31. 除了美丽，还要有定力
32. 女儿变坏了
33. 做个不正经的女人
34. 依然是初恋
35. 成绩表
36. 衣柜里的女人
37. 如何让男人为你疯狂？
  
38. 你道德，是因为你诱惑少
39. 生活是糟糕的肥皂剧
40. 为什么我遇到的男人都很差劲？
  
41. 离婚未遂
42. 我妈，我呸！

<<婚规则>>

43. 丈夫短寿，千金难求
44. 担心是一种诅咒
45. 唐磊
46. 报复行动
47. 逃亡
48. 放开自己，而不是保护自己
49. 爱上自己
50. 母亲的故事
51. 连接
52. 捉奸在床
53. 女儿怀孕了
54. 幸福之道
55. 堕胎未遂
56. 女儿的爱情
57. 我们活在假设里，却以为那是真理
58. 我是乞丐
59. 埋葬
60. 地狱
61. 华丽转身
62. 除夕夜
63. 魏爱死了！
  
64. 我是女王
65. 放手
66. 不再牵手的婚姻，不代表失败
67. 感谢那段混乱的经历
68. 会爱比会做爱更重要
69. 开始自己发光
70. 幸福需要强大的承受力

## &lt;&lt;婚规则&gt;&gt;

## 章节摘录

情爱是最好的经书 文/周爱华 情爱是灵魂的盛事，它有一个伟大的目的，它会让你知道生活比你想象的神秘多了。

生活在莎士比亚时期的罗伯特·波顿把爱情诊断为一种病态，并推出一种观点，即如果可能的话避免爱情会更好。

然而选择不爱就是选择不再生活。

如果彻底断绝或逃避情爱这个课题，对于自我和灵性的成长来看，是相当愚蠢的事。

生活中经常会看到这样的场景，情场中绝望的男女，咬牙切齿地骂道：“我当初一定瞎眼了，才爱上你，我遇人不淑啊！”

事实上，我们永远不会选错我们的爱人，就算我们真的爱上了错误的人，那也是我们需要的错误。

缘分有着不可思议的神奇，它有自己的生命与运行轨迹，它会评估，什么样的人，在什么时候，与什么样的人在一起会学到最多的东西，会因此而得到成长与蜕变。

因此，与你相爱的那个人，不管他是富翁、贫民、美人、丑人，还是流氓、骗子、暴力狂，他都是你灵魂所需要的神秘伴侣。

只有你深爱的这个人，他才有机会靠你的心这么近，只有他才能掀开你火树银花的外表，走进你内心最幽闭的地方。

他让你哭、让你笑、让你不知所措、让你欣喜若狂、让你绝望无助。

只有这个人，才有本事让你看到自己内心的匮乏。

只有这个人，才有本事把你掩盖得很好的伤口用力挑开，让它血淋淋地暴露在阳光之下，让你痛得撕心裂肺。

你爱的这个人是你的镜子，它能一丝不差地映照出你的瑕疵和挫败。

上天让你在千千万万人中遇到了他，而不是别人。

这是多么神奇的相遇！

如果你懂得全然进入情、爱、欲的道场，懂得觉知和觉察，那么，谈一场让你刻骨铭心、遍体鳞伤、死去活来的恋爱，你从中得到的体悟和智慧，将比你读破万卷经书，长拜菩萨，或念诵千万次的经文，还来得多。

因为你爱着的那个人，就是菩萨的化身，你们的爱情关系，是一个为你提供的拯救机会。

两性关系中，不管相爱的两个人最后分道扬镳还是长相厮守，它们有这样一种魔力，能帮助你成为一个睿智的、道德的、情感复杂的人，能让你的灵魂增加份量。

但是你必须参与发酵的过程，而这一过程有时是以灾难和绝望的形式出现。

我曾经有过一次短暂的、刻骨铭心的婚姻，我深爱的那男人在情感上和身体上都与我保持距离。

他说我无趣又苍白，他一定要跟我离婚，因为他爱上了一个有趣又丰富的女人。

我受尽打击，感到无比痛楚。

我想死了算了，在我尝试自杀前，我认真回顾了自己短短的一生，发现自己的人生真的没有多少意思，真的是无趣又苍白，我伤心欲绝，放声痛哭，但哭到伤心的时候，我内心深处忽然涌出一句话：

“他对你的冷漠，只不过反映了你没能热爱自己和自己的生活。”

这句话最后救了我，从此我开始把焦点放在自己身上，我开始去学习，开始参加各种活动，开始让自己丰富起来。

原来等待另一个人来爱我，并不是我的生活，一旦我能让自己的生活流动起来，我就有了最好的机会去吸引一个值得的爱人。

尽管与他离婚多年，我依然对他充满感激。

我经常想，如果人生没有遇到他，没有这段被抛弃的经历，我将是多么的不幸，我将依然活在枯燥乏味中而无法自知。

原来他不是来伤害我的，而是来帮助我的，他让我有机会认真地对待自己内心的世界。

原来这一切不是惩罚和抛弃，而是让我有机会和勇气去活出自己。



## <<婚规则>>

他不是我的仇人，他是菩萨的化身。

这就是情爱这门功课的神奇之处。

只要你全情投入，你就会不由自主地被塑造、被更新、被改变。

情爱是最好的经书，如果对情爱抱持不屑，那真是天大的遗憾，甚至可以说白来世界走一场。

但是大多数人，都不愿意好好念这本经，他们蜻蜓点水般地爱着，不敢全然投入，怕受到伤害，一旦遇到两性方面的难题，就会快速逃开。

他们爱过很多人，却最终一无所获。

许多夫妻，当开始吵架时，立即以性格不合为理由去离婚了。

就这么轻易地扔掉了这本经书，真是可惜。

我并不是要你死抓着婚姻不放，离婚并不是什么坏事。

我只是告诉你不要轻易错过这个机会，不要马虎对待，也许你可以藉由离婚这个闹钟响起，而产生觉知，甚至趁此完全觉醒，知道婚姻是怎么回事，人生是怎么一回事。

这就是我创作《婚规则》这本书的目的，希望大家能用心去念情爱这本经书，进入到深刻的两性关系里，投入地去爱，不要害怕伤害。

你要认真仔细地看待发生在你身上的情爱故事，你为什么会吸引这个人，为什么会气、会恨、会怨、会悲伤、会沮丧，会觉得天塌下来了。

只要你全情投入，你就会有巨大的收获。

如同本书的女主角初六。

她在婚变的强烈撞击下，发现了自己的灵魂，开始给予它关注与关怀，最终艰难地赢取了一个机会，可以换一种活法的机会。

一场离异不再是悲剧，它变成一个仪式，让她一步一步走向心灵成长，成就最丰盛的自己。

《婚规则》本身就是一本很好的情爱经书。

&hellip;&hellip;

<<婚规则>>

编辑推荐

一则中国式的婚姻寓言，中国第一本女性婚恋成长小说，新浪读书频道火热连载，好评如潮！  
他好像没有以前那么爱我了？  
我为他付出那么多他怎么还会爱上别人？  
/爱情能支撑婚姻几年？  
/夫妻间有真正的爱情吗？  
/他跟我渐渐无话可说了怎么办？  
/我们的“七年之痒”好像提前了？  
/…… 读周爱华的《婚规则》故事，解决自己的婚姻困惑！  
百万网友读后感叹“相见恨晚”！  
不读《婚规则》，千万别结婚！

<<婚规则>>

版权说明

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:<http://www.tushu007.com>