

<<妹，嫁了吧！>>

图书基本信息

书名：<<妹，嫁了吧！>>

13位ISBN编号：9787536064539

10位ISBN编号：7536064535

出版时间：2012-3

出版时间：花城

作者：沈涛

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>

<<妹，嫁了吧！>>

内容概要

一本由男人写的女性情感揭密、恋爱指南手册、剩女脱光秘笈。

浙江卫视王牌节目《爱情连连看》主持人沈涛，以男性和主持人的双重身份，综合栏目中形形色色女嘉宾的千面人生，将未婚女细分成“孔雀女”、“鸡血妹”、“干物女”、“伤痕女”、“天真妹”、“海归女”等20种类型，对每一类型提出很有针对性的翻身计划，是一本既有可读性又有实用价值的情感参考书。

全书最后附上沈涛的私家情感瘦身日记和私家照片，便于读者进一步了解这位当红情感主持人。

《妹，嫁了吧！

》被纳入浙江卫视2012明星主持人沈涛打造计划，也是与中国第一资本相亲网站珍爱网合作的重要部分。

作者简介

沈涛，浙江桐乡人，毕业于浙江传媒学院。

曾任浙江城市广播主持人、浙江教育科技频道主持人，现为浙江卫视主持人，曾主持栏目《爱情连连看》、《爱唱才会赢》、《冲关我最棒》、《为爱向前冲》、《涛出心里话》。

书籍目录

- 序一：他就是一本情感教科书/赵宝刚
- 序二：剩女如此多娇/李松
- 第一章 作女的恋爱课堂
- 第二章 男人婆在骑她的自行车
- 第三章 别闹了，公主
- 第四章 美丽世界的孤女
- 第五章 鸡血妹的江湖人生
- 第六章 伤痕女，满身风雨我从海上来
- 第七章 海归女的寂寞阳台
- 第八章 黄金剩斗士的芳名
- 第九章 天真妹，如果世界没有童话
- 第十章 上帝的篮子载着文艺女青年
- 第十一章 洛丽塔的大叔梦
- 第十二章 孔雀女敢不敢嫁凤凰男
- 第十三章 傻大姐向前冲
- 第十四章 是时间在追御姐
- 第十五章 干物女也有春天
- 第十六章 恐龙妹说有了光，于是就有了光
- 第十七章 自恋女的魔镜传说
- 第十八章 烟花易冷女明星
- 第十九章 结婚狂的征婚启事
- 第二十章 失婚女，与往事干杯
- 情感瘦身日记
- 后记

章节摘录

第十二章 孔雀女敢不敢嫁凤凰男 民间说法 新兴网络用语。

网络上，把城市出生且家境优良的女孩统称为“孔雀女”。她们在父母溺爱之下长大，从没经历过大风大浪，从小到大生活顺风顺水。她们不用讨好谁，不需恭维谁，不必使心眼就能享受美好的生活。她们内心单纯，崇尚并向往纯真的爱情，更看重男人的能力，并注重男人的家庭责任感。少数“孔雀女”喜欢有意无意地显摆，也称“开屏族”。

她的伤心事 分手后海燕百无聊赖，相了几次亲，却都没精打采，宝马车的舒适和压抑，让她想起了男友的自行车后座的自由和轻快。

海燕和男友分手的时候大哭了一场。

哭也没用，海燕知道，这一失足就是千古恨，再回首就百年身了。

姐姐劝她，分了总比勉强维持的好，从古到今，没有家人支持的婚姻结局大多是不幸的。

姐姐就是“不幸婚姻”的受害者。

名牌大学毕业，合资企业工作，却和一个来自贫困山区的男同事结婚了，然后，公婆来了，长住沙家浜。

然后，语言不通，观念差异，鸡毛蒜皮，战争升级。

然后就是离婚，孩子每人带一星期。

姐姐的前车之鉴让海燕很矛盾，一方面觉得自己确实无力面对婚后生活中真实的矛盾，一方面又觉得真爱至上可以爱屋及乌包容一切。

男友是同班同学，大学一毕业就成了蚁族，在一家小公司上班。

海燕却在父母的安排下，进了一家旱涝保收的事业单位。

海燕让父母帮男友换个工作，父母不屑，他们压根就不看好这个陕西农村出身的小伙子，甚至觉得小伙子如果三年之内不能凭自己的实力在这个城市混出头，那他这辈子也不可能有大出息。

男友压力越来越大，甚至房租有时候要红着脸开口向海燕借。

海燕不缺钱，也大方。

但父母受不了，他们勒令海燕迷途知返，不要耽误自己的青春。

漂亮姑娘总是备受瞩目的，作为一个适龄女青年，海燕身后自有大把有为青年跟着讨好，其中不乏个把真算是优秀的。

海燕内心小小地挣扎了一番，还是没法舍弃和男友之间那纯真的感情。

但男友不这么想。

一天单位聚会，一个男同事开车送海燕回家，路虎一到楼下，男友就崩溃了。

他认为海燕三心二意，还故意来刺激自己。

两人吵得不亦乐乎。

最后虽然是海燕主动认错和好，这阴影却埋下了种子。

两人分手了一次。

分手后海燕百无聊赖，相了几次亲，却都没精打采，宝马车的舒适和压抑，让她想起了男友的自行车后座的自由和轻快。

父母天天催着海燕结婚，海燕逼急了，崩溃了，重新回到男友身边，两人约好再也不误解对方，排除万难好好相处，甚至想到了把户口本偷出来办理登记。

就在这个时候，男友的弟弟出事儿了，在老家打架械斗被送去改造，男友心情糟糕至极，时常烦躁不安。

不久，男友的哥哥要结婚，家里实在筹备不起婚礼，男友只能再一次向海燕开口。

海燕是月光族，自己也没有太多钱。

她不敢向爸妈借，而姐姐也完全不支持海燕。

之后就是，男友一张冷脸，海燕整天委屈流泪，父母冷眼旁观，然后适时劝海燕彻底分手。

海燕环顾了一下男友租住的家徒四壁的小阁楼，下定决心，一去不回。

<<妹，嫁了吧！>>

此时，海燕25岁，已经迈入了“剩女”的队伍，她不敢再接触男人。

每天都在问自己：有钱的男人靠不住，没钱的就一定靠谱吗？

我的内心戏 农村出来的穷小子，不靠爹不靠妈就能在城里扎根立足，真真比那些吃着老子的富二代强百倍。

于是，一批又一批的孔雀女前赴后继，走上了追求“凤凰男”的道路。

最近几年有两部电视剧特火，一部叫《新结婚时代》，一部叫《裸婚时代》，收视率好得一塌糊涂。

之所以婚姻里那点事儿能拍成电视剧，那是因为里面有许多不幸的东西。

要是幸福得一塌糊涂，还拍什么电视剧？

所以灾难片上了院线，票房总是特别好。

言归正传，这两部电视剧有个共同的特点，就是女主角都是孔雀女，男主角都是凤凰男。

男女主角都经历了吵架离婚，最后都握手言和重归于好了。

什么样的男人算是“凤凰男”呢？

我们嘴里的“凤凰男”，是指那些十余年寒窗苦读，跳出山窝的农村小子。

人家有的是背景，我有的是背影；就是这类兄弟的真实写照。

山窝里飞出个金凤凰可不容易。

你去看看那儿的生活质量，去看看那儿几百年不变的生活方式……所以，生在这样的环境里，凤凰男才显得珍贵。

他们白手起家，全凭个人奋斗成事儿。

好不容易整了个城市身份，有了个面上过得去的“高尚工作”，可是一到谈婚论嫁，那好不容易培养起来的自信心又被“孔雀女”们瞬间毁于无形。

在凤凰男们看来，从小娇生惯养的孔雀女虽然比农村粗犷得有点灰头土脸的姑娘们更有女人味儿，但止不住爱慕虚荣、物欲强烈、目中无人、挑剔、做作、眼高手低。

她们爱打扮爱化妆，从上到下追求“有型”，喜欢名牌，信用卡一大堆。

如此挥金如土，总有一天会入不敷出——就算她们不跟自己要钱，但看着白花花的银子随便流出去，任哪个啃大饼吃咸菜长大的凤凰男心里会舒服？

但这也是优点不是？

《爱情连连看》舞台上，就站着很多“孔雀女”。

从她们的发言中，你就知道，她们好多人从来不知道金钱的重要性，本来嘛，从小到大既没冻着又没饿着，偶尔当个驴友穷游四方，那也是一种另类的标榜。

所以她们择偶的时候，也不把男人的经济实力当做首要的考察内容。

这比起那些从小生活在底层，深知不奋斗不玩命赚钱就会失去一切机会的女人来说，总归可爱得多。

在很多孔雀女天真纯洁的心里，钱财那是嘛啊，那就是粪土！

她们深深地相信，只要人有能力就可以创造金钱，就能够创造生活。

要么她怎么能看上目前一文不名的你？

！

在她们眼里，那些农村出来的穷小子，不靠爹不靠妈就能在城里扎根立足，真真比那些吃着老子的富二代强百倍。

于是，一批又一批的孔雀女前赴后继，走上了追求“凤凰男”的道路。

可是凤凰男又挑了，城里的女孩儿肩不能挑手不能提，就连洗个袜子也不情不愿，脏衣服攒个一大堆，每天早上还一筹莫展没衣服穿。

怎么办呢？

买！

从来不去菜市场，嫌脏嫌挤嫌味儿大，自然也就不下厨。

没饭吃了怎么办呢？

自有饭店和外卖伺候着。

在凤凰男眼里，这些都是穷毛病，都是惯的，千言万语汇成一句话：凤凰女太懒！

<<妹，嫁了吧！>>

可你真要让她上得厅堂下得厨房，一边知书达理保持现代女性的良好素养，一边任劳任怨下了班就埋头苦干，刷盘子洗碗蹲着擦地板。

你又凭什么？

或者说，这样的姑娘哪里还劳你惦记？

人心都是肉长的，请各位兄弟体谅一下孔雀女的压力和辛苦。

她们的小姐妹都过上了房子票子面子的好日子，她还在为了你和她家人的殷切希望作斗争，为了避免你在丈母娘那儿抬不起头，不惜背上“不孝顺”的恶名，还要为了你，为了让你们的爱情更长久，适应你一身的毛病，毕竟你们俩生活背景差别这么大。

然后，还有你的家庭。

孔雀女们好歹也算训练有素修为良好，她们虽然有点跋扈，但孝敬老人的礼数多少还是知道的，她得在你爹妈面前给你面子，忍着你爹妈那些陈规陋习还要装成个苦哈哈的小媳妇儿。

哪个女孩儿要是能作出这种牺牲，你都该高呼三生有幸！

管她是不是花钱大手大脚，管她是不是不懂人情世故，管她是不是太娇气，管她是不是不宽容，管她是不是不够贤良淑德。

当然，孔雀女毛病问题一大堆，明眼人都看得出来。

不管时代风气怎么变，传统伦理还得讲。

如果你爱上了凤凰男，那他的家庭，他的爹妈，不管是愚昧还是苛刻还是不讲卫生你都得接受。

男人的爹妈再不济，也生出了你爱的那个人，不要再抱怨遇人不淑了。

你要是憋着跟小妹妹较劲的心气，虚荣心爆棚，盲目攀比，在男人这件事上发誓“只能赢不能输”，那你干吗要找凤凰男？

凤凰男有凤凰男的难处，他们只是考上了大学，在城里安家落户，找了城里的女人，就受到乡亲们的艳羡与推崇，可谁知道他们生活得多累？

每天都要给自己打鸡血，告诉自己得努力努力再努力，才能维持自己在老乡面前的那个“光鲜形象”，也才能保证自己不在各种“拼爹游戏”中一蹶不振。

凤凰男对千辛万苦供自己上学的父母、兄弟姐妹，甚至整个村子、整个家族都存在着沉重的负疚感。

你要让他们没有心理负担是不可能的！

那是一种比城里男孩强烈得多的责任感。

凤凰男们一般都认为，改善爹妈兄弟的生活就是自己和媳妇义不容辞的责任，否则就是没良心，就是忘恩负义，会被乡亲们戳脊梁骨。

所以，他们有时候就会忽略孔雀女友的感受。

这么多沉重的负担，孔雀女们，你们还敢爱吗？

你嫁给他，就是嫁给他一整个家族乃至家乡。

斗争注定是一辈子的。

你做好准备了吗？

如果你决定急流勇退，这也是一种打法，没有人笑话你指责你。

生活就是选择，没必要让自己太累以至于走上不归路。

但是，如果你坚持爱下去，走下去，天荒地老海枯石烂心不变，那么，有几点需要注意：第一，发挥自身优势，主动搞定你爸妈，让你全家来适应和忍受凤凰男和他的家庭。

久而久之，你会成长为新一代的忍者神龟。

为了爱情，不惜在父母面前一哭二闹三上吊。

遇到凤凰男，往往忠孝不能两全。

第二，强大的自我暗示——能被我看上的男人就是最好的男人。

不管别人觉得他有多不好，都别后悔。

矛头要一致对外。

关起门来还要心平气和地沟通。

吵架的时候千万别觉得他小农意识不够贴心，你早干吗去了？

<<妹，嫁了吧！>>

他虽不是王子，你也不是公主。
说白了，甭管你们身上贴着什么标签，大家都是平民百姓，谁也不比谁真的好多少。
千万别把彼此看成两个世界的人水火不容。

第三，把他爹妈当成你爹妈。
你光看见他爹他妈不讲道理，你就没看见你爹你妈一身毛病？
他爹妈要你三从四德，没准你爹妈还逼着人买房买车呢！
谁家父母也不是圣人。
圣人还有一根筋搭牢翻船的时候呢。
如果你不怨恨自己的爸妈，也就别怨恨你男人的爹妈，那是自私。
你跟他们过不去，就是跟自己的选择过不去。
要是你死活也不能把他爹妈当你爹妈，那就退后一步，把他们当客人吧。
你能在家里对着登门拜访的客人大打出手？
要是心与心的对话不好实现，那就把自己当个服务员吧，反正客人不会跟你过一辈子，面子上双方挂得住就成啦！

第四，敌进我退、敌退我也不要逼上去，得玩攻心战。
女人的美德之一就是主动吃亏。
看起来是吃了眼下的亏，但你能看得上的男人也肯定不是傻子。
时间一长，他怎么会不觉得你牛逼，是个厉害的主儿？
他嫌你懒，那你就把做家务当做另类的休闲放松。
千万别讲太多原则。
要讲起原则，凤凰男能一口一口喷死你。
就算多砸烂几个碗，也比长期冷锅冷灶的好。
他嫌你花钱花得不讲究，那你就拿出一半花在他身上，堵住他的嘴。
如果你处处退让他还不知不觉，那这样的男人迟早喘了吧。
如果他因为你的包容大度而心有触动，再适时摆事实讲道理——我宽容我大度不是因为你做得好，是因为我爱你。
不求你洗心革面重新做人，但求小日子过得太平，然后比翼齐飞夫妻双双把家还，让父老乡亲们羡慕去吧！

最后一点，也是往往被我们忽略的一点：婚前协议很重要啊很重要！
把双方责任义务财产清清楚楚明明白白写下来，白纸黑字对双方都有保障。
这事儿不伤害感情，这是文明。

说了许多，也不能保证这样“不对等”的婚姻不出问题，其实也没有什么不对等，不过是男弱女强打破习以为常的家庭平衡罢了。

而且，所有的婚姻都是有问题的，嫁给查尔斯王子就敢保证白头到老吗？

在继续自恋纠结着做孤家寡人和“下嫁”凤凰男收起尾巴拥抱幸福生活之间，孔雀女们，请自己作选择吧！

情感瘦身日记 2010.10.15 小雨 今天录了第一期节目。

第一期《爱情连连看》。

开头很不顺畅，我总是说错话。

我去~~~咋回事？

紧张吗？

我29岁，做了八年广播电视，当众说了八年的话，见过各种男人女人……有啥紧张？

经验告诉我，我就是紧张了。

跟闹钟聊这事儿，不怕她笑。

她太了解我。

她说：沈涛，你就是紧张了！

出道的时候我做新闻，1818黄金眼，当然，是个实习生。

<<妹，嫁了吧！>>

那会儿学校里播音主持专业的都在台里实习。

实习没俩月，我没得实习了。

领导说，你不合适。

回到家我就开始反思。

奶奶的是不是我太肥？

可以啊，我这1米8，180斤。

我觉得挺好。

后来又回学校领毕业证，挺顺利，然后又出来混媒体，想着当个好主播，当不了主播就当个好记者，都行。

反正都是新闻理想。

后来就到了城市之声，当DJ。

大项带着我。

大项也是个胖子，脸比我圆。

如今也在电视上玩儿“跨界”。

大项好玩儿，刘超也好玩儿，阿亮也好玩儿。

那时候我年轻，前一分钟还一本正经播新闻，后一分钟就不得不腾出一只手对付大项的“咸猪手”——做节目的时候，他居然在我背后挠我！

这个不要脸的胖子！

特年轻的时候，打打闹闹也就过去了。

那可真是，年少轻狂WHO怕WHO啊！

后来，就调进了电视台。

第一个栏目还是新闻。

穿着西装正襟危坐，演播室小，只有200平方米。

第一次坐演播室就开始不停流汗。

我还是180斤，一斤肉都没掉~~~！

！

！

作为一个胖子，甚至不愿意看镜头回放。

闹钟让我陪她看电视，不写了。

改天。

2010.11.1 阴有零星小雨 今日光棍节，再忆往昔峥嵘岁月稠。

刚从电台到电视台那会儿，透着不自信。

一来是有实习期的“失败”经历；二来是，电视台再也不能像电台那样想光脚就光脚，想穿拖鞋就穿拖鞋了。

没那么自由，有点束缚了，捆绑了。

好在马上就适应了。

那时候喜欢看江苏台的《南京零距离》。

主持人就是孟非，觉得这大哥倍儿棒，什么都知道。

可谁想到今天我们俩对面“打擂”，你非诚勿扰呢。

孟非出名儿的时候我还一文不名，口袋里甚至掏不出几毛钱。

录了两期新闻之后，收到读者来信——我都不敢拆开。

怕他们骂我。

可好多就是来骂我的。

情绪不好，强打精神录新节目。

夏总发现了，把我叫到一边。

他只跟我说了一句话：没有人一出生就是大师。

我问他：你为什么用我？

<<妹，嫁了吧！>>

他差点脱口而出：因为我也是个胖子。

他叫夏陈安。

后来我们那个频道就成了“中国电视四小龙”之首，一下子“红得不得了”。

我接到了更多的观众来信，还有人骂我，但更多的是鼓励、肯定。

当然，有件事儿始终让我纳闷儿——喜欢我的观众，总以中年女性居多。

我多希望喜欢我的是年轻漂亮的美女啊。

靠，全是美女她妈！

夏总却很高兴，他拍着我：胖子啊，你就该从女人身上开发资源！

想起往事，其实并不如烟。

后来夏总就调到浙江卫视工作，我也跟着来了。

我的身量依旧没瘦半斤。

只是不再自卑。

胖有胖的好处，心宽，让人看着踏实。

2010.11.15 晴 节目开播第一天，早早回家，看电视。

看自己有什么问题。

闹钟坐在一边，心不在焉地吃瓜子儿。

我偷瞄她，她不看我。

我不看她的时候，她好像又瞥了我一眼。

我们俩，认识十年，早熟得不能再熟。

我没认真正经地问过她：哎，我主持的怎么样？

我们俩像是早就达成了某种默契一样，不聊工作。

大幕拉开，50个女嘉宾鱼贯而出，闹钟笑：哎，这么多美女，你不眼晕吗？

过了一会儿，她又说：哎，我觉得你不太松弛。

过了一会儿她又说：这女的说话真二。

过了一会儿她又说：那个，你跟她们熟吗？

过了一会儿她又说：我觉得这几个男的真可怜。

过了一会儿她又说：我怎么觉着她们都想找你这样的？

我瞪了她一眼：好好吃你的吧！

废话这么多。

她撇嘴。

不搭理我了。

过了一会儿她又说：年轻就是好啊。

我说：我也没嫌你老啊。

她说：你敢！

闹钟当然不老。

在我们俩认识的十年里，她的头发长长短短，她的脸哭哭笑笑，新鲜一如当年。

她坐在教室里，离我两排远的距离，奋力地做着笔记。

四年里，我没和她讲过几句话。

大学毕业那年，兄弟们起哄，他们说，闹钟不错啊，老沈你要不要追一下？

太不严肃了我想，不过还是高兴地和他们打了赌。

一晃六七年。

嘿嘿。

闹钟现在坐在我边上嗑瓜子。

节目播完已是深夜，我们披上外套，走进夜色中的河东路，吃夜宵，喝啤酒。

2010.11.19 晴 今日China Blue（中国蓝），不录。

不录像的时候一身轻松，心也不焦了胃也不痛了。

<<妹，嫁了吧！>>

窝在家里看《大宅门》，不亦快哉！

《大宅门》这戏，我看了不下十遍。

闹钟总觉着我乏味。

她总说：啧啧，沈涛，除了我，谁知道你是这么个宅男呢？

你也不出去鬼混一下？

我推她：去去，别影响我思考历史人生。

不知道从什么时候开始，我跟历史耗上了，正史也好野史也罢，看见史书就买。

有时候也功利地想，看史书这事儿跟我工作有什么关系。

之前主持新闻，都是新鲜发生的事儿，后来又做冲关节目，看着男男女女“扑通扑通”通往水里掉，有时候给朋友主持个婚礼，现在又做《爱情连连看》。

历史和我有什么关系呢？

总不能录节目的时候掉书袋……白七爷说：谁都有走窄了的时候……没错，活着难免“穷途末路”。

所幸历史提供的是一个价值坐标。

今天你遇到的一切困惑都能从过去的事件中找到类似的影子，至于能否解决现世问题，这个不好说。

但至少是一种平衡感。

体外的平衡牵掣于许多社会因素，你是被动的，但至少你能在投入过去的某个历史节点时，找到开启内心光亮的一扇窗。

看史容易陷入某种冥想状态，似老僧入定，看似静止，实则内心汹涌。

但外在看来又毕竟是静止的，疏忽逃离现实感。

闹钟喊我吃饭，我也没听见。

……

<<妹，嫁了吧！>>

媒体关注与评论

想嫁人很久了，却一直没成功，原来等的就是这本书。
姐妹们，让我们嫁起来！

——节目主持人 朱丹 虽然与沈涛只有一面之缘，虽然很少看电视中的综艺节目。
可是他的幽默与思考却都能从他的书中看见。

我们这些男人永远都猜不透你们这些女人。

——影视演员 黄磊 情感界里最会主持，主持界里最懂爱情。

——资深情感作家 陆琪 在生活中，也许我们忽略了很多事情，但爱情绝对是人生里必修的课程。

看完这本书，你就会得到些启发。

——歌手组合 南拳妈妈 恨嫁单女总是找不到愁嫁的真正原因，可见认识自己不是那么容易的事情。

看看这本书里沈涛怎么写。

相信看过之后你对婚姻会有更深层的领悟。

——情感作家 苏岑 除了找一个男人结婚，女人还能获得怎样的精彩和幸福？
这本书给女人提供了更多的选择，让人相信：有时候，单身并不可怕。

——歌手 刀郎 好有趣的一本书，有点小阴损小刻薄，却也无伤大雅，背后都是关怀。

以前只知道沈涛是主持人中的月老，却不知道他有这么温暖的心。

“剩下来”的姑娘也许会从中读到一种小智慧，嫁出去的姑娘们，我想也能跟着一起修炼驭夫术。

“对付”男人，是女人一生的课题。

——作家 南派三叔

<<妹，嫁了吧！>>

编辑推荐

我们身边有很多女性，有人叫她们“剩女”，有人叫她们“盛女”，我们管她们叫“未婚女”。她们其实是一些对生活有所要求、渴望自由飞翔的女性，一回头突然发现自己还单着，有点着急，怎么办？

没事，交给沈涛吧。

把自己交给浙江卫视的王牌节目《爱情连连看》，把心交给沈涛的《妹，嫁了吧！》。

这本书很温暖，沈涛如邻家哥哥，对想嫁又没嫁出去的妹妹暗暗着急着，他又是归类总结，又是出谋划策，真是个好大哥。

如果用四个字概括本书，这就是一本“沈涛嫁妹”。

<<妹，嫁了吧！>>

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>