

# 《幸福靠自己婚姻靠经营》

## 图书基本信息

书名：《幸福靠自己婚姻靠经营》

13位ISBN编号：9787507533507

10位ISBN编号：7507533506

出版时间：2011-4

出版社：华文出版社

页数：258

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《幸福靠自己婚姻靠经营》

## 前言

伊能静、庾澄庆，一直是娱乐圈中的一段爱情佳话，近二十年的情爱历程，每每谈及，都令圈中圈外人津津乐道。因此，在听闻两人婚变，并早已同床异梦，只是假装恩爱时，人们不禁感慨：原来众人眼里的模范夫妻只是在伪装幸福！由伊、庾的婚变门，让人不由得反观现实生活。“我总觉得别人比我过得幸福，人家的婚姻也比我美满，我时常觉得纠结郁闷。但想想，却又想不出我缺少什么？车、手、房子、票子，我都有，但就是没有幸福的感觉……”常有朋友如此感叹。他们感觉茫然无措，貌似把幸福搞丢了，却不知丢在何处。找不到幸福的感觉，几乎成了当代人的通病。拥有了丰富的物质生活，却感觉不到幸福。尤其是步入婚姻中的人们，在人前秀着恩爱，但实际却早已经是同床异梦。谁让他们不幸福？是谁扼杀了他们的幸福？仔细观察后就能发现：许多人的不幸福，原因不是来源于外界，而多半是他们自己造成的。常言说，无欲则刚，心平则浪静。物质的丰盛不但没能让人们满足，反而更刺激了他们贪婪的欲望。人心变得永无止境，越来越渴望得到更多，还能感觉到幸福？而当拥有了这一切，本该享受生活时，并不满足的心又被新的欲望勾起，又沉沦到另一轮的索取、挣扎。整天把自己搞得像陀螺一样，不停地挣扎在林林总总的欲望之间，心灵没有一刻的安宁，能感觉到幸福吗？会品尝到生活的美好吗？No。有天，一个很久没有联系过的朋友突然来访，说起她的婚姻，颇为无奈地说：“我真的很迷茫，我真不知道错在哪儿了？从前，我们过得相当清贫，但他每天晚上下班回家时，会用不多的钱，给我和孩子带一份小惊喜。现在想起来，那个时候虽然清贫，但真的是满满的幸福。可现在，我们有了自己的公司，却越来越感觉生活的索然无味。他几乎没有时间回来陪我，孩子看到他，都说不认得这个爸爸了……这倒还不是主要，更让我郁闷的是，我不停地怀疑，他在外面有了其他的女人……”为朋友叹息的同时，不得不承认，朋友的故事并不是个例。许多人都感觉到自己不幸福，不从自身查找原因，总是把责任推于客观，认为是外在因素让自己的幸福变质，让婚姻失败。鉴于人们对幸福的渴求和茫然，某电视台曾开设一个情感热线栏目，讨论“我的幸福在哪里”。这个节目自从开播，就非常火爆。许多人甚至不怕暴露自己隐私和真实姓名，也希望得到一个明确的答案：幸福到哪里去了？然而，接听了大量的观众来电后，主持人不无郁闷地感叹：其实，人们的幸福一直掌握在自己手中。那些感觉失去幸福的人们，是失去了评判幸福的眼睛和心灵，在物质和世俗面前，变得无所适从。这样的人因为盲目而失于经营，只是让自己在红尘随波逐流，不辨东西。如此没有头脑地东跑西撞，当然就会与幸福失之交臂。我有个大学同学，他从小到大一直是人们羡慕的对象。小的时候成绩优异，一直是父母眼中的乖孩子，老师眼中的好学生。大学毕业后，他先于其他同学找到了好的工作。几年的打拼后，他又创立了自己的公司，住豪宅、开名车，银行的存款一辈子都用不完。30几岁，他就成了千万富翁，而且有漂亮、贤惠的爱人，活泼可爱的孩子。特具讽刺意味的是，同学虽然被身边所有人认定为成功的典范和偶像，有天晚上，他给我打来电话说：“咱老同学，我不怕你笑话。我真搞不明白，我拥有了人们无比羡慕的一切，为什么我一点幸福的感觉都没有，反而每天活得纠结郁闷，郁郁寡欢？简直想撞墙。”听到朋友的问话，我一点都不奇怪。因为，我已经不是第一次，听到他如此心事重重的疑问。他绝非是那种随便放大不幸之人。于是我启迪他说：“这个问题我暂时无法回答，但在你挂了电话后，你可以让自己静下心来，听听自己心灵的声音。不断地反问自己，这样的生活是你需要的吗？从你的工作、爱好、事业等几个方面去想。如果实在找不到答案，就从童年开始回忆一下你的人生经历……”第二天，同学又打电话跟我说，虽然他还没有搞明白自己错在哪儿，但有一点他是明白了：自己每天忙于打拼，顾不上家人，顾不上关心自己，好像总在为别人的喝彩赞美而活，以至于生活越来越疏于打理和经营，这大概就是自己失去幸福的原因……同学很快纠正自己的生活态度，放下一些可做可不做的工作，腾出时间来和家人团聚，带着家人外出旅游。前些时，同学聚会。他颇为感叹地说：“其实幸福一直不曾走远，就在自己手中握着的。不过，你得学会经营！只有懂得经营，才能够拥有真正的幸福。”物质是丰富了，心灵却贫瘠空虚了。腾出点时间来，打理一下自己已经变得杂乱不堪的生活，好好经营一下自己的婚姻。你就会发现，幸福靠不来外人，只能自己经营。幸福在自己，婚姻靠经营。永远别指望幸福能由别人给，幸福一直是在自己的掌控之中。但是，你得有一颗慧心，不被世尘利诱，不被物质左右，于纷乱尘世永保一份宁静，一份豁达。聪明而理智地经营自己的幸福和婚姻。幸福其实很简单。只要你勇敢卸下幸福的假面，直面人生，放下羁绊你的虚荣和奢望，听从内心的召唤，活出自我。那么，你轻装而行的人生旅程就会步履从容，一路花香满心怀。本书正是一本教你如何去伪存真，还原幸福，给你直面人生勇气的心灵指南。希望读者能够借助本书，强大你的内心，

## 《幸福靠自己婚姻靠经营》

活出自我，活出精彩。从而，拥有幸福和完美的人生。

# 《幸福靠自己婚姻靠经营》

## 内容概要

《幸福靠自己,婚姻靠经营》内容简介：人们的生活水平越来越高，但幸福指数却越来越少。曾经以为，婚姻只有幸福与不幸福之说，可是，当大家演绎所谓的“才子佳人”“公主王子”完成众人对美好的想象和期许，自己却伤痕累累时，社会又多了一个婚姻中性词——伪幸福。雾里看花，水中望月，宣扬自己是黄金单身的同时，独自饮下寂寞的苦酒……以为“公务员”获得一生的安稳结果却是每天的战战兢兢、如履薄冰……每天说着言不由衷的话，戴着伪善的面具，过着身不由己的生活……幸福成了一个遥不可及的梦。

《幸福靠自己,婚姻靠经营》用隽永的文字，通过一对对围城男女的真实故事，从正反两方面分析，教你简单可行的去伪存真的法则，告诉被幸福抛弃的你一个个婚姻保鲜秘笈。翻开《幸福靠自己,婚姻靠经营》，不要错过这次心灵对话……

# 《幸福靠自己婚姻靠经营》

## 作者简介

黄志坚，资深出版策划人，两性励志作家。多所高校客座讲师，在业内具有策划“鬼才”之称，曾接受强势媒体湖南卫视、潇湘晨报等多家媒体的专访。现为银狐出版创意机构总负责人。代表作品主要有代表《幸福不在远处》《动情先动脑》、《嫁人经济学》、《嫁人的资本》、《为幸福放慢脚步》等等。

心香一瓣，本名杨春环，生于河南洛阳。《女友》杂志当红编辑，资深情感专栏作家，曾任《小说精选》杂志主编。在《女友》、《爱人心理》、《婚姻与家庭》、《现代女报》、《上海午报》等多家报刊杂志开设专栏，被读者誉为“情感教母”。

# 《幸福靠自己婚姻靠经营》

## 书籍目录

### 第一章 幸福的假面舞会，你秀给谁看

如今假面夫妻也是一种风  
都市人所谓的幸福  
白领的生活，看上去很美  
透视收入，低幸福。的怪现象  
灰姑娘嫁入豪门的幸福童话寥若晨星  
郎才女貌，有时只是传说  
相敬如宾还是冷战到底  
高薪和热门职业背后的黑洞  
房子大、车子好、票子多就保证幸福吗  
伪装幸福的人，你病得不轻  
假面的舞者：娱乐了看客却伤了自己  
是谁偷走你的幸福，让其虚有其表

### 第二章 虚荣嗅着香醇，味道却无比苦涩

因虚荣而伪装幸福的众生相  
虚荣敲不响幸福的大门  
过度的虚荣=自讨苦吃  
名利光环下检测你的判断力  
打肿脸只能充胖子，无法充实内心  
面子到底值几个钱  
攀比尺度，量心长短  
用心理暗示纠正虚荣的伪幸福  
适度虚荣的幸福所在

### 第三章 贪婪越深，幸福越浅

不要为幸福设定条件  
这山望着那山高，终究一无所得  
只取不舍的人生，让自己气喘吁吁  
人生不是方程式，不需要过度设计  
凡人有时比总统或亿万富翁更幸福  
福气何来？修剪不必要的欲望  
宝马中的泪水，自行车上的笑靥  
我们的需要其实很简单  
给自己设置一条适当的幸福底线

.....

### 第四章 放下自我，幸福触手可及

### 第五章 包容自己，宽待他人，生活轻松进行

### 第六章 拒绝盲从，自己掌控幸福的钥匙

### 第七章 关紧时间的前门和后门，幸福就在当下

### 第八章 找回最初的路，幸福从“心”开始

## 《幸福靠自己婚姻靠经营》

### 章节摘录

白领的生活，看上去很美。你披荆斩棘，一路艰辛，终于成为一名白领；你事业成功，收入颇丰，生活似乎可以让你随心所欲。但你收获的或许只是一束没有香味的玫瑰。因为站在高处，你看到了绝美的景观，但同时也得承受高处特有的四面冷风。一个星期天，我买了生日蛋糕，敲开了朋友婉君的门。两个月前，婉君刚刚步入婚姻殿堂，新房就在我们小区的对面。婉君是个要强的女子，和老公亚涛是大学同学，两人毕业后一起来到这个城市。经过努力，他们俩都找到不错的工作，而且一路高升，现在都算是高薪白领。结婚时，要强的婉君一步到位，车子房子全买下。每到周末，小两口就驾着自己的坐驾，逛街购物，小日子过得有滋有味的，令人羡慕。这样光鲜的一对，过生日如果没有PARTY，肯定也是热闹非凡。可是，当我走进婉君的家时，眼前的一幕却让我感觉颇为不好意思。家里只有婉君和她老公两人，餐桌上，摆放着两只酒杯，两碟菜，一碟韭菜炒鸡蛋，一碟青椒拌青豆，一人面前放着一碗泡面。看我发呆，婉君先是觉得尴尬，然后故作轻松地说：“呀！今年的生日总算还有一个蛋糕哦！”刚坐下，亚涛就开始向我诉苦。原来，刚结婚的时候，婉君非要坚持连车子一块买下，两人因此债台高筑。房贷不能欠，向朋友借的钱要强的婉君也不肯拖欠。每月的薪水除了还贷、还债，还有日常开支以及单位和客户的应酬等等，两人的工资一个月下来也剩不了多少了。所以，外表光鲜亮丽的一对白领，现在只好在家里关着门，一起忆苦思甜。亚涛的话音刚落，婉君就不满地说：“买车买错了么？我还不是想把日子过得好一点。你看现在的同事，一个个都势利眼，看你有车有房的，眼神就不一样。按你说的，什么都等有了钱再买，得，别人的小觑就要把我淹死了，还过日子？”眼看两口子就要吵起来，我赶快劝架，一场生日聚会反而成了倾听诉苦会。走出婉君的家门，想起我很小的时候，父亲就总是教育我：吃饭穿衣量家担，做事先看自己肚里几粒米，有多大底子就再做多大排场。自己的路得自己走，别跟别人攀比，要懂得，人比人，气死人……话虽老，道理却是放在哪个年代都实用。人跟人永远不可能都站在同一水平线上，而且就算是再成功的人，在某些方面也有不如你的地方。所以，你不必向别人炫耀你的靓丽和风采，也不必去跟别人比较自己不如意的地方。真正懂得生活的人，永远不会去羡慕别人，也不会为了虚荣和面子，搞得自己疲惫不堪。当今社会，处处是诱惑，一个人生活得快乐不快乐，并不在于他拥有了多少金钱，而在于面对诱惑有多大定力，在于他的身心健康程度和对生活的满意程度。不和别人攀比，不给自己施压，抱着随和的态度，用一种随遇而安的心智来对待生活。在压力巨大的今天，这也许是一种更值得提倡的生活方式。走进茶室的时候，雅洁已经坐在那了。这是一位衣着得体、美丽可人的年轻姑娘。坐下后，她说，我经常看你的情感专栏，非常喜欢你的文字。我现在很郁闷，很想找个人把心里的苦水倒出来……她说，你看我也算漂亮吧？在这个城市，我有自己的房子、车子，在一家外企担任高管之职。人常说，皇帝的女儿不愁嫁，我虽然不是皇帝的女儿，但至少也应该是不愁嫁的千金，可是，爱情却一直冷落着我。我从小要强，给自己定的目标就是过极致生活，品极致人生。为了理想，我很努力。如今，我的金钱和地位，还有我的生活方式，让我觉得我已经算得上一个极致女人。但我想要一桩美满婚姻时，才发现，周围优秀的男人早已都成家立业了。别人给我介绍了一个男朋友，虽然懂得体贴照顾我，但职位和收入都很一般，我承认我十分需要他，但却没有勇气就此步入婚姻。其实，我最忍受不了的是他事业上无成就。可是，上星期，他说他不想再等下去了，要么就结婚，要么就分手。人生苦短，他不想在一场炫花般的爱情里浪费青春……像雅洁这样的女子，在生活中并不是少数，她们有自己的事业，属于生活中的女强人，正是这种大女人心理堵塞了她们走向幸福的通道。我告诉雅洁，别用太高的眼光看别人，要明白，每个人的能力不会同样大，也不是所有的人都能成为精英。你很要强，如果你的另一半比你更强，或许你到时受不了。婚姻是盛放两个人真诚情感的花篮，不是事业和金钱的衡量器。有时幸福，只需降低姿态即可。苏东坡有一句诗：高处不胜寒。站在高处，你可以看到别人看不到的景色，但高处风劲、清冷更甚于低处。所以，放低姿态，给别人一份宽容和理解，也给自己一份轻松心情，生活会更美好。

## 《幸福靠自己婚姻靠经营》

### 媒体关注与评论

追求和获得幸福的能力叫什么，我琢磨就该叫“幸福力”。它既是一种意愿。也是一种可培养的能力。幸福是一种状态，而幸福力是行动。如果幸福还没有来敲门。咱们就去敲它的门！——杨澜 婚姻是一双鞋，不论什么鞋，最重要的是合脚；不论什么样的姻缘，最美妙的是和谐。切莫只贪图鞋的华贵，而委屈了自己的脚。——毕淑敏 幸福是两个人的事，女人一定要适应角色的转换。能和爱的人一起慢慢变老，是世界上最幸福的事。——小S 一个不快乐婚姻中的人，本身一定也无法快乐。——张德芬 凑合婚姻之所以能凑合下去，不是因为凑合的两个人有多少可以留恋对方的，而是两个人都知道，婚姻是可以经营的。——艾米



## 《幸福靠自己婚姻靠经营》

### 精彩短评

- 1、大致翻了下内容，看了目录。感觉还是很有味道的。。
- 2、不错，物美价廉，正是我所需要的。
- 3、特价的时候买的，物美价廉，书是人类进步的阶梯啊，净化心灵！
- 4、想好好经营婚姻、所以买来看看
- 5、很喜欢此书，能让你的心灵得到净化，使你的婚姻更加幸福！
- 6、还在看，看完再说说自己的感悟
- 7、还没来的急看，应该会不错的\*
- 8、婚姻靠双方经营
- 9、值得一看，很大收获，重新审视自己的婚姻，很多自己的问题找出来了，很受益。
- 10、书中的每个小故事都温暖人心。
- 11、女性朋友常常将幸福的重任放在别人肩上，殊不知自己也是缔造者，幸福就在自己手上。
- 12、买了5本，现在只看了接纳与表达，真的非常好，现实里很多俩人之间的问题在里面都有出现，解答了很多自己的疑惑，也进一步了解了对方，感觉现在生活比以前要惬意多了，矛盾更少了，更多的是包容和理解，觉得生活很幸福~
- 13、说的很对
- 14、不错~~对于家庭妇女来说很有帮助~~
- 15、内容挺好，简单易懂，小故事大智慧。
- 16、好书，书中以故事的形势讲述婚姻关系！
- 17、我觉得这本书非常好，呵呵呵呵
- 18、好看,好好研究婚姻,让自己幸福一点
- 19、送给朋友的，希望能从小故事中感悟
- 20、幸福靠自己，学习学习吧。。。
- 21、书很好，以后会常买！
- 22、婚姻是两个人的，有时更是两个家庭的。光是一个人经营是不够的。爱情可以是一个人的，但婚姻就不行了。
- 23、本书正是一本教你如何去伪存真，还原幸福，给你直面人生勇气的心灵指南。希望我们读者能够借助本书，强大你的内心，活出自我，活出精彩，从而拥有幸福和完美的人生。幸福其实很简单，只要你勇敢卸下幸福的假面，直面人生。强烈建议我们这些家庭的女人好好看看此书！
- 24、希望大家能找到自己的幸福
- 25、还不错的一本书，这个价钱值了。
- 26、这本书真的不错！我学到了好多
- 27、幸福的家庭是相同的，不幸的家庭各有各的不幸，检讨自我，经营幸福家庭~~
- 28、还没看。一时看太多了，还来不及看完
- 29、这么多名人推荐，虽然有点虚张声势，但也有点道理，小马过河，你读一下自会明白。
- 30、好书啊，很好的书，期待已久
- 31、看完送给朋友，受益匪浅。
- 32、先随便翻了翻。大概还好
- 33、生活都是需要经营的
- 34、同事正在恋爱，急需这方面的信息，买的时候看标题、目录、作者都还可以，这也是我买书比较注重的方面，回来之后简直没法看，每一篇文章都假惺惺的，都是一个模子里面出来的，极其没有风格可言，简直没有办法读下去，再为这样一本书多写一个字的评论都是在浪费感情！
- 35、让这样的书走进千家万户吧 让女性朋友真正的爱自己 爱老公
- 36、人总在不高兴的时候才会想起过去的快乐，幸福的时候忽略身边的幸福。。
- 37、刚刚结婚登记，希望这书对我有用
- 38、看了点前面，觉得挺好的
- 39、觉得还行，就看了几页，看的不是很多
- 40、正是我需要的书，幸福的婚姻就此开始了

## 《幸福靠自己婚姻靠经营》

- 41、帮同事买的，觉得挺便宜的。
- 42、还没有看，翻阅目录很喜欢。
- 43、好久没看书了，随便选了几本看看
- 44、喜欢这本书的名字，所以买来看看。
- 45、这次买的书都很划算.五十几元买了好几本.而且当当还分了三个包裹.不知道还有利润不??.
- 46、还行吧！都是些具体的例子！
- 47、自己还没有看 作为礼物送给朋友了 希望对她有帮助
- 48、很有用，挺好的！
- 49、例子多数写女人该怎么做，男人也该写写
- 50、很多时候人会迷惘，指明前路，寻找幸福。
- 51、很好的书 婚姻靠经营 写的太好了
- 52、婚姻，需要两个人一起努力。
- 53、还不错的国内婚恋指导书
- 54、看后觉得还可以吧
- 55、女人要多看这样的工具书，很有帮助。
- 56、书中有不少案例，也是我们生活中会遇到的，值得一看。
- 57、幸福的婚姻，幸福的女人，值得推荐。。
- 58、书是正版，纸张不错，印刷很好，帮助围城外的人了解婚姻，帮助围城内的人经营婚姻！
- 59、没错，幸福靠自己，做一个聪明的女人！
- 60、说的很有道理，幸福婚姻的确要靠自己经营
- 61、多看看这样的书，会让学到一些东西，让你得到很多。
- 62、朋友很喜欢这本书，因为正好给她的婚姻生活指明了方向
- 63、还没看呢，但是挺吸引我的
- 64、书的包装很好，还没开始看，希望能够有所收获！
- 65、不是很实际，说说容易，做做难
- 66、书是单独包装的，很新，虽然还没读，但好评！
- 67、发货速度快 书不错
- 68、很有用的一本书，看了来真的是受益匪浅
- 69、幸福靠自己，婚姻靠经营。说得很有道理
- 70、今天刚刚收到书，大致翻了一下。是一本很好的书，值得一看。
- 71、当当的服务非常到位，下单到收货就两天，此书还未来的及看，但从包装上看，非常的精致，我喜欢。
- 72、书的质量很好，价格也很划算，从书中的小故事学到不少东西，受益非浅。
- 73、幸福靠自己，婚姻靠经营
- 74、不错的书 很好很棒很强大
- 75、女性灵修书籍，读了感觉受益，特价购入，超值
- 76、书中是以实例进行讲解，但没有深层次的剖析解答问题的根源。读过之后才发觉原来假面婚姻如此之多，很多婚姻并不是像电视剧中那么幸福，现实与理想中存在较大差异。之所以婚姻还能继续，是因为婚姻还有救。接受不完美，从内在寻找幸福！
- 77、内容好，价格实惠，不错！
- 78、很多小的故事组成，浅显易懂！
- 79、幸福很简单，努力加油
- 80、买了不少类似的书，感觉还可以。
- 81、书中的内容，虽然在别的地方好像也见过，但是没有这本书里的全面！
- 82、这本书闲来翻翻也是不错的。。。
- 83、数不辍，多读书好啊，特别是年轻人
- 84、就书的内容而言，给人以启迪。对婚姻要有智慧。不错的书。
- 85、不错，好好研究研究。
- 86、很喜欢这本书，她是一个有故事的女人 很聪慧，我会走进她的世界 做自己 . . . 做自己喜欢的事

## 《幸福靠自己婚姻靠经营》

- 87、会让你得到幸福的书
- 88、这本书是女人的朋友、导师。
- 89、应该不错啦，还没仔细看
- 90、给女人看的休闲书，学学成功女人的幸福经。
- 91、有大道理
- 92、幸福的婚姻要天时地利，最主要的是人和！
- 93、虽然是凑单买的，但书很好看，有实用价值
- 94、正在看呢，这本书读后让内心变得宽阔很多
- 95、要踏入人生的下一个阶段了，提前给自己买了本经营婚姻的书，希望对自己有启示作用！
- 96、幸福靠自己，婚姻靠经营，不错
- 97、我们一起加油
- 98、看了一半了，觉得不错，挺好看，举的例子都是贴近生活的！
- 99、幸福是自己找满足。
- 100、通俗易懂的缺点就是看过就忘。里面有很多案例小故事，看的时候是觉得挺好，不过道理很浅显。或者说真正的婚姻哲学其实并不是考某些独特的大道理
- 101、还没看呢，特价时候买的，感觉还不错。

# 《幸福靠自己婚姻靠经营》

## 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：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)