

<<相亲红宝书>>

图书基本信息

书名：<<相亲红宝书>>

13位ISBN编号：9787545418903

10位ISBN编号：7545418905

出版时间：2013-2

出版时间：广东经济出版社有限公司

作者：郭锐

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>

<<相亲红宝书>>

前言

2010年1月，江苏卫视相亲节目《非诚勿扰》横空出世，创造了电视相亲节目收视率新高，据统计，《非诚勿扰》的收视率仅次于《新闻联播》，从这一数据就可以看出《非诚勿扰》节目的火爆程度。不知不觉中，《非诚勿扰》已经开播三年了，也已经火了三年，相亲一夜之间成为了社会潮流，全民进入了相亲时代。

“看《非诚勿扰》，品寂寞人生”已然成为了众多单身男女的必修课。

据中国社会工作协会研究中心统计，截至2012年8月，29岁以上未婚女性有8000万，26岁以上未婚女性超过1.05亿。

你是否已成为传说中的“剩女”？

相亲次数直奔两位数大关，向三位数挺进，像电视中的“女猪脚”，从可怕的成功男人，“长不大”男人，恬不知耻的男人，到“不来电”的好男人，都一一过招。

漫漫相亲路，想要摘掉“剩女”这顶帽子，却不是那么容易。

不用担心，《相亲红宝书》就是一部挽救8000万“剩女”的相亲指南！

全书内容按照《非诚勿扰》节目的环节来编排，4个篇目依次为“往前一步是幸福”、“爱之初体验”、“爱之再判断”、“爱之终决选”，这也是一个标准的男女双方从相知到相恋的相亲过程。

往前一步是幸福——对于每一个女孩子来说，都有一个关于白马王子的梦想，可是，这个世界哪有那么多骑着白马的王子。

姑娘们，是时候该清醒清醒了，或许王子，就在你的身边，走出去，王子就是你的！

爱之初体验——女士们，你是否有过寂寞的时候？

站在灯火斑斓的街口，看着眼前甜蜜的情侣相拥而过，可怜自己的左手只能握着自己的右手；夜深人静，孤独一人，偌大的城市，空空的房间……好男人不会从天而降的，用我们的秘密武器去发觉身边的优质男人吧。

在那个甜蜜的初次约会给他留下完美好印象。

征服那个赢得你芳心的男人。

从此有一个美好的开始。

爱之再判断——擦亮双眼，看出哪些男人是打死也不能嫁的。

同时也要不断提升自己的魅力，争取做个人见人爱的美丽女人，和你的王子愉快交往，拉近彼此的距离，让感情迅速升温。

乐嘉说过：“爱情，是需要用心经营的。

但如果你误以为一辈子都能这么缠缠绵绵、朝朝暮暮，就误触了爱情的地雷，压迫得他喘不过气来。

给彼此一些独立的空间，让他有机会想你，有机会从远距离爱慕你，欣赏你在水一方的风华。

恋爱也是一门艺术。

”爱之终决选——爱情不是奢侈品，却偏偏是限量版。

聪明的女人从来不会拿身边的男人同别人比较，好不好只有自己知道，每段爱情里，女人会越来越爱，而男人会越来越随便，如何将你的爱情推进安全港？

我们要一千句“我爱你”，不如要一句“我娶你”。

姑娘们，要用一颗健康的心态去谈恋爱，用七分爱去爱他，剩下的三分来爱自己，若即若离是最好的距离，陪伴是最好的方式。

爱情是赋予每个人的权力，每个人都可以拥有属于自己的甜蜜爱情。

在自己青春时，应该写下关于爱情的甜蜜记忆。

孟非说过：“我觉得什么年龄就应该干什么事，比如十八九岁，就应该谈恋爱，二十多岁，就应该结婚。

我之前看过一个资料说最适合结婚的年龄是22岁到25岁。

当然，不是说四十多岁就不适合恋爱结婚，但我还是认为应该在最适合做这些事的时候完成它。

”去相亲吧，用一个简单明了的方式去追求属于自己的幸福。

姑娘们，对于整个世界而言你不过是一个人，而对于某个人而言你可能是整个世界！

<<相亲红宝书>>

谁会是你的那个他呢？

与其守株待兔不如主动出击，趁着花好月圆容颜未老，大胆跨出想要爱的那一步。

这本书会告诉你怎么去选择你的王子，不要犹豫了，相信自己，做个自信美丽的女子，爱情，或许就是在在一个寻常巷陌遇见一个寻常的人。

<<相亲红宝书>>

内容概要

《相亲红宝书》是一部挽救8000万“剩女”的相亲指南！

全书内容按照《非诚勿扰》节目的环节来编排，4个篇目依次为“往前一步是幸福”、“爱之初体验”、“爱之再判断”、“爱之终决选”，这也是一个标准的男女双方从相知到相恋的相亲过程。

去相亲吧，用一个简单明了的方式去追求属于自己的幸福。

姑娘们，对于整个世界而言你不过是一个人，而对于某个人而言你可能是整个世界！
谁会是你的那个他呢？

与其守株待兔不如主动出击，趁着花好月圆容颜未老，大胆跨出想要爱的那一步。

这本《相亲红宝书》会告诉你怎么去选择你的王子，不要犹豫了，相信自己，做个自信美丽的女子，
爱情，或许就是在一个寻常巷陌遇见一个寻常的人。

本书由郭锐编著。

<<相亲红宝书>>

书籍目录

Opening开篇：往前一步是幸福第一章 全民相亲时代，我们相亲吧 1.你适合相亲吗 2.打破爱情的魔咒 3.客观地看待相亲 4.扩大择偶“版图” 5.谁能帮你搭鹊桥 6.上网去，“下载”一个优质男 7.把相亲当成大事来认真对待 8.再多的心动也不如一次行动第一部分：爱之初体验第二章 发掘身边的优质男 1.今天我要嫁给谁 2.好男人从来不会从天而降 3.适合作为结婚对象的几种男人 4.发掘好男人需要12种好心态 5.相亲要会“挑” 6.择偶价值周期表 7.如何分辨真假“金龟” 8.让3种伪装男人亮出“底牌” 9.我们的秘密武器 10.相不中你，拒绝无罪第三章 甜蜜初约，留下完美好印象 1.初次约会形象攻略 2.完美妆容，完美约会 3.约会巧心思 4.淑女约会整装秘籍 5.约会用餐要注意 6.缔造良好的相亲气氛 7.甜蜜初约笑笑笑 8.举手投足四散香 9.约会来个“好话题” 10.约会不如调调情 11.展现“女人味”的七种技巧第四章 一分钟看穿他的心 1.他对你的好感有几分 2.找准角度洞察男人心 3.男人性格这样摸清 4.从多个方面观察你相交的男人 5.抓住骗子男人的6种测谎法 6.看透男人的3种恋爱动机 7.男人最不敢娶的10种女孩 8.男人眼中的最爱 9.抓住男人的“痒穴” 10.懂得征服男人第二部分：爱之再判断第五章 哪些男人打死也不能嫁 1.11种不能嫁的男人 2.慧眼辨析劣质男 3.不能要的帅哥 4.动什么，也别动已婚男人 5.老男人可爱吗 6.如果不爱，请你拒绝 7.友好说分手 8.让他记得你的好 9.分手后仍然快乐第六章 做个人见人爱的美女 1.女人爱美一日五件事 2.与单身女子美丽有关的10种行为 3.“白领”营养须知 4.电脑丽人养颜秘诀 5.美丽从头开始 6.美胸是这样炼成的 7.细腰瘦腹十大独门秘招 8.美丽到脚不终结 9.吃出你的美丽 10.水是最好的化妆品第七章 合适的交往拉近彼此的距离 1.见面就讨人喜欢的技巧 2.学会制造愉快的谈话气氛 3.好好对待爱情的原则 4.智慧女人爱情保鲜方 5.培养对方对你的感情依赖 6.诠释聪明女人爱情禁语 7.谈恋爱说话技巧 8.争吵是爱情的葬礼 9.半遮半掩的诱惑 10.拴住人不如拴住心 11.电话约会随时拉近距离 12.花小钱过温馨节日第三部分：爱之终决选第八章 一千句“我爱你”，敌不过一句“我娶你” 1.将爱情推进安全港 2.表露爱情的技巧 3.爱，需要表白 4.如何让你的表白被接受 5.巧妙“逼婚” 6.嗨！邀请你 7.破译来电密码 8.万万不能“忙”丢幸福：我们约会吧 9.约会的后续 10.怎样栽培爱情的树苗第九章 做个有准备的完美新娘 1.树立明确的存钱目标：为结婚准备基金 2.从婚前开始，告别花钱如流水的日子 3.准新娘的家庭与事业攻略 4.解读婚姻，从婚前开始 5.如何讨好未来的公公婆婆 6.婆媳关系早做准备 7.婚前必修课：学做好妻子 8.婚姻恋爱大不同：准新娘必学的婚后表爱技巧 9.未雨绸缪，签订婚前公证 10.做个细心的完美新娘

<<相亲红宝书>>

章节摘录

相亲，是一些女孩们所热衷的，同时也是一些女孩们避之不及的。无论对这种活动持支持态度也好，反对意见也好，相亲确实促成过不少佳偶。只要你能客观地面对它，并合理地利用它，就能找到属于你的幸福。

年仅23岁的女嘉宾蔡薇结婚一个月后无奈离婚，独身一年的她勇敢地走上了《非诚勿扰》的相亲舞台。

在第39期节目中，31岁的张昊是重庆一家房地产公司的行政主管，他一出场就获得了22盏灯。虽然外表看起来很安静但内心却热爱冒险，喜爱蹦极与跳伞等极限运动，曾经用六天的时间从重庆骑车到了丽江。

张昊认为相处中彼此的包容和理解必不可少，女友为自己做饭是件非常感动的事，对女友追求一种感觉上的惺惺相惜。

男嘉宾的经历触动了蔡薇，她声称想告别过去一些不切实际的想法，更现实一些，并憧憬着找到一个喜欢的人，能够与未来的婆婆一起牵手逛街……而张昊也是把家人放在第一位，希望妻子能与母亲和睦相处的人。

两人最终牵手成功，他们也成为《非诚勿扰》节目开播以来第四对获得夏威夷之旅的男女嘉宾。

看来，相亲也是寻找真爱的一种很好的方式，关键是我们怎么看待它了，公主们，你们怎么看呢？

当然，相亲会带来什么结果也未可预料，有通过相亲找到终身伴侣的，也有相亲受骗的，需要我们警惕。

相亲找到终身伴侣 玛丽曾是一个很抗拒相亲的女孩。

她一直深信缘分，认为只要坚持等待，就一定能等到心中的王子出现。

可就像许多执著的女孩一样，玛丽等了好久，从22岁等到27岁，也没等到她的白马王子。

在父母的催促下，不得不参加了一次又一次的相亲。

最初，玛丽对相亲很反感，每次去相亲时，她都打扮得十分简单，且与相亲对象说话时也是有一搭没一搭的，使得对方十分尴尬；有时甚至在饭局还没结束的情况下，就找个借口溜走了。

妈妈责怪玛丽不懂得“包装”自己，玛丽却满不在乎，认为这种素质的男人也没什么好稀罕的。

妈妈无奈，只好找来了玛丽的表姐来劝劝她。

玛丽从小就与表姐十分要好，在表姐一番人情人理的开导下，玛丽终于答应改进一下相亲的态度。

一个月后，家人又给玛丽介绍了一位男士。

这位男士的条件不错，只是因为从前一直忙于事业而没有时间结识女友。

一顿饭吃下来，玛丽对他的印象一般，觉得他不善言辞，也不太爱表达自己，整个人看起来很木讷。

但因为之前已答应过表姐要改善自己的态度，玛丽对他仍十分礼貌，而且还为他细心地端碟递水。

这位男士对玛丽的印象很好。

几天后，他约玛丽再次见面，在家人的游说下，玛丽答应了。

她和这位男士在相处了三个月后便确立了关系，一年后，玛丽披上了美丽洁白的婚纱，成为一位幸福的新娘。

那些下意识排斥相亲的女孩，可能是认为通过相亲过于功利和不够浪漫。

可在自己生活圈子较小的情况下，她们又很难认识一些优秀的男士。

因此这时，相亲不失为一种途径，帮助女孩们认识更多的人，从中选择适合自己的伴侣。

因“相亲”而被骗 有人通过相亲找到了终身伴侣，有人却因“相亲”而被骗财骗色。

杰西是一家外贸公司的职员，虽谈不上很漂亮，可是性格开朗，清纯可爱，在公司里颇有人缘。

一天，一位与她关系颇好的同事想为她介绍一个男朋友，杰西答应了。

他们当天晚上就见面了。

对方是个做生意的，年过三十，风度翩翩，成熟稳重，且能说会道，杰西对他颇有好感。

两人在交往一段时间后便确立了关系，半年后便同居了。

同居两年后，杰西数次对男友提出结婚，可都被男友以种种理由推脱，时间一长，杰西见到男友每次一听到“结婚”就有些慌乱的模样，便产生了怀疑。

<<相亲红宝书>>

经过慎重的考虑后，她决定通过一些朋友去调查他的底，几天后，当好友将资料交到她手上时，她一下子呆住了。

原来她的男友早已结婚，孩子都几岁了。

杰西愤怒了，她想去找当初介绍他们认识的那个同事算账，可那同事在几年前已从单位离职，早已与她没有了联系。

杰西真有种欲哭无泪的感觉。

这两年来，她男友还从她手中借走了不少钱，不是老家的父母要盖房子差钱，就是最近朋友应酬多开销太大等。

因为两人是男女朋友关系，男友从来都没有打过欠条，如今空口无凭，想找他要回来都难。

杰西的遭遇令人同情，她误信了自己的同事，通过相亲认识了一个已婚男人，到真相大白时，追悔莫及。

通过她的经历，大家明白有时就是熟人介绍的相亲对象也未必牢靠，因为社会关系的复杂，有时不能不提防一些别有用心的人。

所以，公主们还要靠自己的一双慧眼来识别他对你是不是真的有诚意。

他是否带你见过他的家人？

是否带你走进过他的朋友圈？

你又是否实地考察过他的家在哪里？

这些都是女孩们不可忽视的。

前面刚提到过女孩因“相亲”而被骗财骗色的经历，大家可不要因此而惧怕，从此再也不敢去参加相亲了哦。

实际上，林子这么大，什么鸟儿都有，只要懂得辨别，一样也可以在相亲中找到好对象。

P9-11

<<相亲红宝书>>

媒体关注与评论

在主持《非诚勿扰》的这段时间里，我与乐嘉、黄菡老师一起和很多女嘉宾对于婚姻、爱情、幸福做了深度的沟通和交流，我真切的感受到每一个女生都在真诚而热烈地追求自己的幸福，并且我坚定的认为每一个女生都有追求自己幸福的权利。

——江苏卫视《非诚勿扰》主持人孟非 一个女人的品位在于她身边站着一个怎样品位的男人。女人一生最成功的事情之一，便是选了一个对的男人。

——江苏卫视《非诚勿扰》嘉宾 乐嘉 优质感情的塑造，首要原则在于不要过于追求完美。剩男剩女的原因完全在于现在的年轻人有太多硬性的择偶框架。

——江苏卫视《非诚勿扰》嘉宾 黄菡 在我看来，《非诚勿扰》中很多嘉宾的话，就像一面镜子，每个人都可以进行自我反思和批判。

——江苏卫视《非诚勿扰》制片人王刚

<<相亲红宝书>>

编辑推荐

你是否已成为传说中的“剩女”？

相亲次数直奔两位数大关，向三位数挺进，像电视中的“女猪脚”，从可怕的成功男人，“长不大”男人，恬不知耻的男人，到“不来电”的好男人，都一一过招。

漫漫相亲路，想要摘掉“剩女”这顶帽子，却不是那么容易。

不用担心，《相亲红宝书》就是一部挽救8000万“剩女”的相亲指南！

全书内容按照《非诚勿扰》节目的环节来编排，4个篇目依次为“往前一步是幸福”、“爱之初体验”、“爱之再判断”、“爱之终决选”，这也是一个标准的男女双方从相知到相恋的相亲过程。

本书由郭锐编著。

<<相亲红宝书>>

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>