

<<30天告别单身>>

图书基本信息

书名：<<30天告别单身>>

13位ISBN编号：9787560972428

10位ISBN编号：756097242X

出版时间：2011-10

出版时间：华中科技大学出版社

作者：李贤娜

页数：284

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>

<<30天告别单身>>

前言

亲爱的读者，在看过本书之前，相信你或多或少对各种恋爱指南已有所涉猎，不是看婚恋系列丛书也会在网络上流连交往技巧。

我身边的朋友们也曾经有过这样的时刻，包括我自己。

实际上，我们在互联网上掌握的信息已经可以满足我们对于爱情的所有好奇心。

是的，所有人都可以从网上找到想看的信息，方便快捷到“百度一下，你就知道”。

互联网就是一个筐，什么都能往里装，不管是异国经验还是本土心得，只有你想不到，没有找不到。

所以，我并不打算在本书中为你增加多少新的信息，就像哲学本身不是教给我们新知识，而是让我们学会换一种角度看问题一样。

你将会看到的是一本与众不同的恋爱指南，它会是所有恋爱经验的精华版——帮助你节省从网络、图书、电影乃至相亲节目中去反复筛选和总结经验的时间。

你将会看到朴实的经验，但足以解答所有单身人士的疑问：在什么地方会遇到另一半？

如何定位自己？

如何让自己更吸引异性？

如何选择最适合自己的？

该怎样去相亲才会成功？

恋爱多久可以结婚？

也会有网络第一红娘为你讲述网络相亲的成功秘诀，当然也不缺乏专业猎婚人士教你如何嫁给成功人士。

除此之外，你还会看到更加实用的东西——计划、落实。

如果“恋爱知识”像大学里所学的课程，它可能会让你至少看起来懂点皮毛，而非完全无知，“恋爱计划”则像是你毕业后的五年规划——大多数人会给自己写一份事业规划，即使不写的人也会在脑子里勾勒出未来的蓝图。

聪明的人都知道，有计划的人生更加完美。

可惜大多数人不会去写爱情规划，只会在脑子里数着节拍。

为什么不规划爱情呢？

因为有太多信息误导了人们，比如“跟着感觉去爱就好”。

于是，太多人的爱情要么一直没感觉，从未开始，要么就会脱离自己掌控的轨道，直至失控。

人生要可控，就需要规划，爱情也是如此。

所以，在本书中，我将花最大的篇幅来为你制订一份近乎完美的告别单身计划，它将以各种测试来为你定位，让你清晰地看到自己此刻所处的位置。

同时，也会对整个社会环境进行梳理，让你了解整个“市场行情”，从而知道如何在竞争中获胜。

当然，光有计划不落实也是纸上谈兵，不可能打赢爱情胜仗。

因此，在计划里面会有大量的案例，告诉你别人怎么落实、在落实中所走的弯路和经验教训。

聪明的你在旁观中，难道还不明白自己要做什么吗？

这个项目要花你一个月的时间，它低投资、低风险，却有高回报。

如果你有信心、有斗志、有毅力，就接下这个令人又爱又恨的“脱光”项目吧——30天告别单身。

<<30天告别单身>>

内容概要

人生要可控，就需要规划，爱情也是如此。

本书用最大的篇幅来为单身读者制订一份近乎完美的告别单身计划，它将以各种测试来为你定位，让你清晰地看到自己此刻所处的位置，同时也会对整个社会环境进行梳理，让你了解整个“市场行情”，从而知道如何在竞争中获胜。

当然，光有计划不落实也是纸上谈兵，不可能打赢爱情胜仗。

因此在计划里面会有大量的案例，告诉你别人怎么落实，在落实中所走的弯路和经验教训。

<<30天告别单身>>

作者简介

李贤娜，现供职于中央某新闻机构。
曾任都市时尚杂志《女人花》首席编辑，并为国内多家知名女性杂志撰写稿件。
五年的网络征婚交友案例研究经验，结合个人30天告别单身的亲身经历，为读者创建具有可操作性的告别单身执行计划。

<<30天告别单身>>

书籍目录

第一章 求交往？

社会进入渴婚时代

为什么渴望结婚？

> 结婚是一个世界性难题

> 结婚对于中国人意义重大
前人的美好爱情

> 在古诗里学会爱和承诺

> 为什么过去相爱那么简单？

怎么现在找个人相爱这么难？

> 当代爱情在“自由恋爱”里泛滥

> “剩女”心经是宁剩勿“滥”

> 房子让剩男不堪击

第二章 需规划：30天告别单身

第一周 包装篇：先学会爱自己再学会怎么爱人

> 第1天，给自己做SWOT

> 第2天，将心理调到恒温状态

> 第3—4天，设计个人VI形象

> 第5天，你到底适合什么样的人

> 第6天，在网络上自定义爱

> 第7天，网络征婚的“加减乘法”

第二周 推销篇：到现实中寻爱恰如其分地推销自己

> 恋爱SV理论

> 第8—9天，走出去邂逅爱

> 第10—11天，自助相亲之“初次见网友”

> 第12—14天，传统相亲吧

第三周 谈判篇：试水恋爱约会了解双方共同需求

> 第15—18天，选择适合交往对象

> 第19—21天，恋人未满朋友以上

第四周 婚恋篇：确定恋爱关系保证爱可持续发展

> 第22—30天，确定关系交往了解

第三章 去爱吧！

带上免费恋爱顾问

网络恋爱顾问：网络第一红娘

> 专访世纪佳缘CEO龚海燕：如何在千万人中“海选”对象

婚介恋爱顾问：猎婚经纪人

> 专访“婚姻猎头经纪人”夏宇：嫁给百万富翁并不难

恋爱顾问：相亲节目男嘉宾

> 专访《我们约会吧》成功速配男嘉宾：如何上电视追求真爱？

恋爱顾问：武侠小说女主角

> 专访《倚天屠龙记》女主角赵敏：女强人成功倒追的秘籍

婚事顾问：婚礼策划师

<<30天告别单身>>

>专访资深婚礼策划师刘波：普通人是这样走进婚姻殿堂的
婚恋总顾问：文学艺术家

>专访电影编导、作家：完美爱情可以复制并延续到婚姻
附录
后记

<<30天告别单身>>

章节摘录

版权页：插图：四、“非诚勿扰”不要捉迷藏第一次见面的情形和网络自助相亲相似，我就不多作阐述了。

和网络自助相亲的犹抱琵琶半遮面不同，传统相亲时必须坦承。

这是因为，在这里你所说的一切谎言都可能会被拆穿，真诚以待才是王道。

尽管地球人都知道，但你也知道不是谁都能够做好，很多人已搞砸了。

（一）拿出诚意对待长辈有时候，你认准了的对象却最终没和你走到一起，原因可能是没有通过家长这一关。

尽管现在不像过去家长意见占绝对上风，但也举足轻重。

如果说介绍人将你约到对方家中相亲，你要面对的可能就是一个家庭的考验。

特别是未来婆婆在挑选儿媳妇时，对事业、学历远没有人品看得重要。

所以，女孩如果初次见面会见到男方家长，一定要表现出你低姿态的诚意，“伯父好，伯母好”之类的礼节必不可少。

建议在相亲前作些准备，如在镜子前练习客气话，因为对长辈有礼与尊重是起码的素质。

要端正心态，不要以为自己处处是优点。

如果在见到长辈时摆出一副自我感觉良好的大小姐姿态或者高贵公主样，谁家愿将这样的儿媳妇娶进门？

以上这些也适用于男士，家长们一般喜欢稳重成熟型的女婿。

就像前面所讲过的你不能穿着花哨的服饰前往，以免被认为不可靠。

面对长辈要自信，但不要夸夸其谈，切忌表现“非常好”，以免多见几次，对方会觉得你前后不一。

平时注意多与老年人接触，提高与老人沟通的技巧。

（二）坦诚面对和你相亲的人如果不需要见家长，单独相亲当然很好。

这和网络自助相亲单独相处时需要斗智斗勇不一样，彼此已有亲友团作为后盾，大可放开去接触。

当然，还是要强调真诚，非诚勿扰。

<<30天告别单身>>

后记

如果你曾想象着王子身佩长剑，策马扬鞭翩翩而来，他必也曾想象着仙女一袭白衣，衣袂飘飘从天而降。

那是微小的青春期的许愿，是十七八岁的气息。

随着年龄增长和世事变迁，大抵伴着泪渍一起被成熟地风干，不惹尘埃。

将你从梦中唤醒是一件不愉快的事情，但现实在召唤着你——于千万人之中找到生命的另一半何其不易，看身边的同事同学朋友成双成对，看社会对“剩男剩女”越来越异样的打量，看那一场场男女老少齐上阵的“万人相亲大会”，作为单身人士的你必须打起精神。

过去的每一天，你都以刷新的速度在赶路，不错过早班车和末班车；每一周，你近乎麻木地复制粘贴着两点一线的“五天单位两天家”的作息习惯，不轻易改变单调的生活轨迹；每个月，你为工资奖金或喜或悲，偶尔为购物、聚会、旅游透支所有。

快进生活，清晰可控，除了爱情。

你曾坚信，爱急不得，宁愿暂停，不甘心就这么快这么容易地确定。

可是，从第一页翻到现在，你也应该知道，我一直在不厌其烦地告诉你：今天的爱情是以每分每秒为单位像高铁的速度一样在向前推进。

“剩男剩女”，熙熙攘攘为爱而来——由相识起点开往婚姻终点只停相恋一站，最快到达只需一天，在“相互了解”的站点不多停留。

在对的时间遇见对的人，闪恋之后他们闪婚。

而你。

如果看完本书后只是会心一笑继续重复过去的生活，你可能只是站台上经验丰富的工作人员，永远在目送一列列幸福列车呼啸而过。

我知道，以你的高智商一个月就可以考下职业资格证，也相信你曾计划着以未知的情商花同样的时间拿下“终身大事”的毕业证，为此你还在某一个时间段集中钻研了各类婚恋指南、言情小说、爱情电影甚至相亲节目，也急于亲自出演一场“有情人终成眷属”的喜剧。

只是因为种种原因，你忙不过来而暂时搁置了。

是的，到目前为止，你未放弃过对爱的渴望，也执著于心中另一半的标准，经历人间冷暖后仍在寻找那样一个人，奔驰向东的心历久弥新。

但是，我不得不再次提醒你，光有想象没有行动是绝对不可取的。

思想可以日新月异，爱情也是与时俱进，只是作为个人的你却永远在磨损折旧，尤其是青春，它最易老去。

如果你真的喜欢想象，不如多想想残酷的现实以鞭策自己行动：如果有一天你从白领、骨干、精英的“白骨精”，等成了白领、大龄、荒芜的“白大荒”，你会怎么样？

如果有一天你从“剩斗士”、“必剩客”、“斗战剩佛”晋阶到“齐天大剩”，直至成为“剩诞老人”，你是准备笑着还是哭着说“剩者为王”？

如果2012年真是传说中的世界末日，你是否还能潇洒地抱着孤独满怀，独自取暖？

千万人之中，总有一个等你和你等的人。

这个人迟迟未出现，不是缘分未到，而是你视而不见。

太多的想象正如纸枷锁一样环环牵绊着你：你迈不开矜持的脚步去追求，拉不下高贵的面子去相亲，放不下过去的爱恨情仇，甚至舍不下一个人的自由空间……是你没有遇见爱，还是你没有积极地抓住爱？

“小时候，看着满天的星斗，当流星飞过的时候，却总是来不及许愿。

长大了，遇见了自己真正喜欢的人，却还是来不及（《停不了的爱》）。

”请驱散想象的泡沫，让行动浮出水面——爱要及时——献给所有单身未婚的人 Love should be in time

<<30天告别单身>>

媒体关注与评论

真心希望所有单身朋友都能遇上属于自己的缘分，收获生命中最美丽的爱情传奇，当然，前提是相信爱，勇敢爱，珍惜爱。

——网络第一红娘、世纪佳缘CEO 小龙女30天告别单身！

缘，就是那么妙不可言。

与多少人擦肩而过，最后才发现，最美的风景就在身边。

祝愿卖过《30天告别单身》的XDJM能得到爱神的眷顾，早日登上幸福的彼岸！

——《我们约会吧》男嘉宾 阿杜单身的人觉得“30天告别单身”是一项很难完成的任务，可是在我接触的人当中，认识一个月就领证结婚的人比比皆是。

告别单身，关键在于今天就行动起来。

——资深婚姻猎头经纪人 夏宇世界上许许多多的缘分，注定隐藏在看似偶然的一次相遇，谁也无法预料到。

读完《30天告别单身》，你会发现爱情与缘分就在我们身边，就在我们每一天的生活中。

——资深婚礼策划师 刘波

<<30天告别单身>>

编辑推荐

《30天告别单身(恋爱经验精华版)》：第一周：包装篇：先学会爱自己再学会怎么爱人；第1天 给自己做SWOT；将心理调到恒温状态；第3-4天 设计个人VI形象；第5天 你到底适合什么样的人；第6天 在网络上自定义爱；第7天 网络征婚的“加减乘法”；第四周：婚恋篇：确定恋爱关系保证爱可持续发展；第22-30天确定关系交往了解。

以下人群请勿翻阅此书：已婚人士，单身但想一直单下去的，不相信爱情也是可以规划的，虽然憧憬爱情但是什么也不做，守株待兔的人。

<<30天告别单身>>

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>