



*Love
Hill
Hill Country*

做个好丈夫

[美] 托比阿斯·荣格爱斯 著

易小强 赵星 译

做个
好丈夫

[美] 托比阿斯·荣格爱斯 著
易小强 赵星 译

中国青年出版社

(京)新登字 083 号

责任编辑:李晓丽

封面设计:孙凤娣

图书在版编目(CIP)数据

做个好丈夫/[美]荣格爱斯著;易小强,赵呈译.-北京:
中国青年出版社,1998.7

ISBN 7-5006-3011-5

I. 做… II. ①荣… ②易… ③赵… III. ①婚姻-通俗
读物 ②家庭生活-通俗读物 IV. C913.11

中国版本图书馆 CIP 数据核字(98)第 10655 号

图字:01—98—0655 号

Copyright © 1996

All rights reserved. No part of this book may be reproduced
without permission from the publisher, except by a reviewer who
may quote brief passages in a review; nor may any part of this
book be reproduced, stored in a retrieval system or copied by
mechanical photocopying, recording or other
means, without permission
from the publisher.

*

中国青年出版社出版 发行

社址:北京东四 12 条 21 号 邮政编码:100708

河北遵化市胶印厂印刷 新华书店经销

*

787×1092 1/32 3.75 印张 2 插页 63 千字

1998 年 7 月北京第 1 版 1998 年 7 月北京第 1 次印刷

印数:1—8,000 册

定价:6.50 元

献 辞

—— 献给在科学事业中做出贡献的人们 ——

与你所爱的女人快乐地度过人生这短暂的时光吧，因为上帝赐给你的这个女人是对你在尘世间辛勤劳作的最高奖赏。

选自《传道书》第九章

前 言

我属于众多受上帝青睐的人之一。上帝赐福于我，使我拥有一个无与伦比的妻子，多年幸福美满的婚姻和4个活泼可爱的孩子。我还有幸拥有炽热的爱、活力与想象力。

出于对如此众多宝贵赐福的感激之情，我写下此书，欲与所有的人分享我的快乐与经历；倡导更亲密、更和谐的婚姻关系；鼓励丈夫们为保持婚姻快乐、牢固，倾注更多的精力和更大的热情；向那些在婚姻方面成绩骄人的夫妇进行挑战；使女人们有敢于上天揽月的勇气，敢于要她们的丈夫们奉献至真、至善之爱。我暗自祈祷：但愿其他人也能像我一样幸运。

引 言

世纪钟声即将敲响，人类社会已全部进入信息社会，社会生活的各个方面都发生了深刻的变化。让一个在瞬息万变的社会步入婚姻围城的男士把当一名最佳丈夫作为其优先考虑之事，作为其人生目标与终极之梦，在美国这个以男人为中心的国度里，显得极其不可思议。因为这个目标缺少普通人认可的伟男儿豪气。大多数进入成年的美国男士心目中，都藏有已被社会广泛接纳的更多更高的人生追求。例如：30岁之前成为百万富翁；征服世纪绝症——癌症；成为影视明星或计算机奇才；娶像波尔·施芬德这样集美貌、智慧与魅力于一身的名模；成为当今美国最有权势之人——总统；发明某些令人难以置信的东西；漫步月球；当个好父亲……他们从未想过要做一个好丈夫。

对某些人面言，做好丈夫这一目标听起来是懦弱的象征。因为婚姻方面的成功是从未没人大肆夸耀的，即使是夸耀，也是醉翁之意不在酒，充其量也只是意在引起

别人对其在其它方面所取得的成就、拥有的权力与财富的注意(比如丈夫给妻子买了一个昂贵的手镯,其目的是为了向众人炫耀自己成为《财富》杂志上全美赫赫有名的500家大集团的执行总裁)。男人们在闲暇时宁愿谈论打高尔夫球时如何一杆进洞;打保龄球时如何每局得满分,亦或在证券市场如何能巧抓“黑马”等体育和投资问题,却缄口不谈做丈夫的成功经验。

做一名好丈夫不是一项显而易见的成绩,至少在公开场合下如此。一个好丈夫因对妻子的过多感情投入而在与同事相处时常会遇到麻烦。他晚上几乎无暇陪朋友去打保龄球或从事其它的体育锻炼。事实上,他整体上已不那么“自由”了,在没有妻子参与的情况下,他很少主动地去干什么,当他和妻子与其他夫妇共同外出时,他对妻子的精心呵护常令那些不那么体贴妻子的男士感到难堪。总之,在同事和朋友眼里,他往往不是一个很好的朋友或同事,因为他最好的朋友,有时也是惟一的朋友恰恰是他妻子。

激发一位男士立誓成为一位了不起的丈夫的动机是什么?是为了补偿童年的不幸,为了弥补他来自充满喊叫、关系紧张(甚至是虐待妻子)家庭的缺憾,是某些男人与生俱来就有无限度地服侍与取悦妻子的嗜好,还是妻子因为极度渴望爱而给丈夫创造了珍视她的机会?是妻子对爱的赏识引起了丈夫的共鸣,促使他加倍努力地去培育这种爱,是因为一些男人从工作或其他人际关系中得到的满足无法与从对妻子的精心呵护中获得的满足相

提并论，还是仅仅取决于男人的生物特征，使他们迷恋于此，对此神魂颠倒，从而要拼命取悦于妻子们呢？

我在此想强调的是：就事实真相本身而言，男人的动机如何是无关紧要的。问题的关键在于，如果一个男人能努力使自己成为一个好丈夫，他将得到丰厚的回报。一个能引起丈夫注意，得到丈夫关怀、呵护、体贴和全身心的爱，丈夫又肯花时间陪伴并向她奉献忠诚的女人，会以女人特有的方式去报答他在生命中的每时每刻对爱所做出的这种艰苦努力。被丈夫所钟爱的女人会以数倍于自己所接受的爱去回报丈夫的。

恢复夫妻间的理解、交流与亲密关系，在当今社会显得尤为重要。现代生活给人们提供了众多可选择的生活方式，神圣的婚姻制度很显然已失去了它赖以存在的坚实基础，其结果是：能有幸在稳定的、充满爱意的双亲家庭长大，能得到安全的生活保障的孩子已越来越少。

如果我们想使我们生存的这个社会恢复到健康发展的轨道，我们必须首先加固人类社会最基本的建筑单位——家庭。作为社会基石的家庭只有停泊在这样的港口才会兴旺，这个安全港由乐于奉献并常常有满足感的妻子和善解人意、忠诚如一的丈夫共同组成。在夫妻生活中，上帝必须是第一位的，双方的信仰是夫妻生活中惟一比相互的需要更重要的东西。

使婚姻保持牢固、充满活力与乐趣需要付出艰辛。但是，凡愿意为此付出努力的丈夫都将被赐与人间最宝贵的东西——持续终生的幸福婚姻。

目 录

前 言	(1)
引 言	(1)
第一章 婚姻前提:始终不渝	(1)
第二章 认清男女间奇妙的差异	(5)
第三章 美满婚姻需要辛勤耕耘	(9)
第四章 夫妻间的相互倾诉	(13)
第五章 倾听的艺术	(19)
第六章 花前月下	(25)
第七章 不可忽视的细节	(29)
第八章 夫妻独处	(44)
第九章 星期二、星期三也能成为假日	51)
第十章 举案齐眉	(64)
第十一章 两情相悦	(75)
第十二章 称赞她的努力	(80)
第十三章 使爱情之火炽烈	(90)
第十四章 最后的忠告:智与不智一览表	(103)

第一章



婚姻前提：始终不渝

如果一个丈夫和妻子准备倾注终身的精力，竭力达到这样的境界：成为世上最好的朋友，达到灵魂和心灵的真正和谐，那么他们就必须遵循下面这个前提：他们必须缔结一份能持续终生的婚姻契约。这个契约应是海枯石烂不变心性质的，契约的有效期直至婚姻的一方过世为止。对这一前提的承诺，实际上使夫妻双方建造美满的婚姻变得相对容易，因为除此之外他们别无选择，所以，婚姻只许成功，不许失败。而双方只有不断地辛勤耕耘，不断地改进，不断地更新，相互尊重，不断品味，而且享受这个契约时，婚姻才会成功。夫妻双方必须充分理解婚姻契约的实质，并对相互间所负的责任和义务有清晰的认识，这是双方都必须完全理解的。

“始终不渝”这个前提意味着：堕入爱河的男女双方愿意进行这种永不停止的努力，因为这种努力能确保婚姻关系成功。但眼下对大部分人来说，这似乎是一个高不可及的，也是难以理解的目标。不管他们承认与否，大多数人对婚姻关系的承诺是基于相互间身体的吸引、个性的欣赏以及他们被另一个所爱这样的事实。在日常生活中，两个年轻人常常在狂热恋爱一二月后就闪电般结婚的例子比比皆是。试想，把一个五六十年的婚姻契约建筑在仅仅是短暂的心灵和肉体需要的交汇点上，以近乎幻想的目标来决定婚姻，这怎能不令人心跳。

当然，热恋中的痴情男女除了身体与心灵相互吸引之外，他们也会依据其它因素做出长期的承诺。但这些因素中的多数是脆弱的，是缺乏基础的。我们只须记住这样一个事实：当两人初次见面时，两人都背着“包袱”以及淡淡的幼时培养教育所形成的观念。他们中一方结婚的目的可能是为了摆脱不幸家庭的窘境；也可能因为只有已婚的年轻白领才会被考虑升迁；还可能结婚的目的只是出于这样的担心——随着年龄越来越大，所有条件优越的潜在伴侣都已被挑走；或是可能想要孩子却害怕自己已过最佳生育年龄……

简而言之，一对被迷恋蒙住双眼，有着完全不同人生经历的人突然宣布：他们相互倾慕，接着就兴高采烈地订购戒指，确定婚宴地点。他们在开始时都不能彼此习惯，又何谈同化的可能性呢？

在签订这份终生承诺前，恋人们到底需要做些什么

准备呢？美国一些州的法律规定：结婚前要做血液检验；美国所有的州都要求准备结婚证；有宗教信仰的人还需遵守所信宗教的规定和程序；结婚还有最低年龄限制。仅此而已，大多数新婚夫妻不得不力求适应他们之间的这种全新关系，尽其所能学习处理这种关系的技巧。

一些宗教组织也常常对婚姻问题发表看法，其做法是：邀请当地律师就婚姻问题向一些单身或年轻已婚夫妇发表演讲。但大多数地区并未设立这类论坛。假如现今的学校能更注重讲授人与人之间如何更好地理解、沟通，多讲解人的特性，少讲些生理健康与人体构造，这或许对准备结婚的人更有帮助；如能开设1~2个“如何使婚姻快乐美满”或“如何成为婚姻中的朋友”这样的课程，无异是十分有价值的。如果做了上述工作，也许对成年人开设“单亲家庭”与“公平分配”这样的课程就显得不那么迫切了。

现在让我们重新回到夫妻关系与他们的山盟海誓般的契约上。一旦婚姻发生问题，夫妻又该如何面对呢？夫妻双方常常会发生争吵，有时会拒绝交谈。从这个意义上说，他们需要帮助。从他们说“我愿意娶你”或“我愿意嫁给你”这一刻起，他们就应该知道他们有责任与义务修补创伤，消除任何人际关系中常见的误解。夫妻关系毕竟不同于一般的朋友关系，他们不能简单地一走了之，也不能轻描淡写地解决业已存在的矛盾，更不能简单地否定矛盾。他们必须勇敢地面对生活中的难题，最终解决它们。这份婚姻契约应当是严肃的，对双方都有约束

力的，它有一个不断磨合的过程，它需要提炼和阐明。求爱与订婚的狂喜应逐渐让位于更牢固、更现实和更成熟的夫妻关系。

假如夫妻不能自行解决他们婚姻生活中的难题，他们应不失时机地寻求专业人士的帮助。夫妻在婚姻的初期就应该做这方面的工作。等到更深的裂痕出现时，相互的伤害发生时，永恒的疤痕形成时再去做，恐怕就为时已晚了。只有尽早解决夫妻间的难题，他们的婚姻才有望回到正常的轨道，才有望恢复相互间的信任与依赖。

他们必须抱定只许成功，不许失败的信念。为使神圣的婚姻关系延续，并使之迸发出爱的火花，他们还须准备做出任何相应的牺牲，除此之外，他们别无选择。初次见面时手拉手的欢跳以及盲目的乐观主义促使他们把他们的结合合法化。如果他们对婚姻的认识与敏感随着年龄的增加而日臻成熟；如果他们正视问题的能力与责任感也同时增长的话，那么，两人基于希望与美梦的婚姻赌博将会给他们带来丰厚的回报。

《圣经》告诉人们：爱能掩饰所有的罪过。如果一个男人能使妻子的生活充溢无条件的呵护与奉献，妻子会以巨大的爱、尊敬与忠诚回报他。反之亦然。爱是一种妙不可言的东西。

第二章



认清男女间奇妙的差异

想必大家都不会否认男人与女人有很大差异这个事实，但是上帝却绝妙地创造了女人。她们体貌如水般柔软、优雅，是彬彬有礼的群体。如果一个男性和一个女性不约而同地把车开到同一停车场，通常是女性先倒车，把停车位置让给男性。不论是驾车行驶在公路上，还是在超级市场排队交款、进出大门，或者处理生活中最富对抗性或竞争性情况时，女人总是以女人特有的方式温和地让更着急的男士先行。

事实上，男女几乎在生活的各个方面对待生活的方式都是截然不同的。男人们常常津津乐道，常常谈论的是他们赚了多少钱，存了多少钱，投资了多少钱。每个男人都知道在哪儿能买到令同事妒忌的便宜货。他们还常

常分享他们在股票市场所取得的胜利(赔钱?从来没听说过)。他们还知道在香港的什么地方能买到物有所值、适合正式场合穿的衬衣。男人们还善于在受到损失后迅速找保险公司索赔,从而把损失变成利润。他们还精于把他们的所有财产藏在复杂的信托机构里。对男人而言,金钱并不是赚取,或用的恰到好处,或用来提高生活档次的问题,男人们对金钱的追求是一种富有鼓动性的挑战,是一种永无止境的游戏,同时也是他们聚会时谈论的一个永恒主题。

大多数男人聚会时谈论的另一个永恒性主题是体育比赛。当一个体育赛季在一轮轮的加时赛与决赛中将要降下帷幕时,另一个赛季又往往已经开始。总有那么一两个运动员会做出一些令人难以置信的事,也总有某个体育明星被逮捕、或是参加打斗、或是陷入薪水之争,或是被其它俱乐部买走、或是在比赛的关键时刻让观众失望。体育迷们总是执著地忠于比赛中的一方,而对另一方表现出强烈的敌视。男人们对谈论体育比赛从来都是乐此不疲的。

而女人们谈论的往往是人与人之间的关系以及情感问题。与亲戚、朋友、邻居或同事谈话时,一些十分细微的语调差异都会引起她们情绪的波动,像一件礼物、一张个人便条、一张请柬、一句恭维话、长筒袜抽丝、鞋跟的高低、一副新耳环、烤焦的曲奇、与昔日情人不期而遇、婴儿的一个微笑这些细小的、男人们看不上眼的事情,对女人却有重要的意义。日常生活中发生的这些小事常常对女

人的情绪有着极大的影响。

与男人相比，女人的心态更主要是围绕其感情与心境。感情与心境有时依次受到女性荷尔蒙分泌周期的影响。其实男人也是如此，只不过程度要小得多罢了，虽然很少有男人愿意承认这一点。因此，上帝创造的已婚妇女的配偶是一个与其有着极大差异、波长功能完全不同的男人。

即使对一个在有众多姐妹家庭中长大的男人来说，他也会感到理解自己的妻子是一种挑战。因为男人自以为是理性、组织观念强，且情绪平稳的人，所以当妻子在缺乏明显的理由却表现得很激动，或当她有一千个理由应当激动时，他却无动于衷。面对对立的事实，女人显得逻辑混乱；或当一切都进行的非常顺利时，她却无端伤感。男人对此大惑不解。

对妻子们略显神秘的举止，用男人们习惯采用的解决一般问题的方法是难以奏效的。当妻子不悦时，他常常找不出这其中的原因，亦无法使她尽快摆脱不悦，他也无法使用贿赂、分散注意力，甚至是强迫的方法使她高兴起来。

一个能在工作时间轻松管理数十个雇员，根据工作日程安排有条不紊地赴约，能赢得最挑剔顾客的称赞，能承受巨大的工作压力，被公认为是同行当中最棒的年轻管理人才的男人，在回到家里以后，却常常发现自己非常笨拙，因为他无法弄清妻子在想些什么，甚至无法与妻子进行正常的交流。