

女人的一生，是花的一生，
充满美丽与娇艳，浪漫与幻想，憧憬与希望。

Qizi de Zhihui

妻子的智慧

沛霖·泓露 著

好妻子是一种香气，能感染整个家庭和社会，
酝酿一份献给自己爱的人最有魅力的芬芳。

中国商业出版社



女人的一生，是花的一生，
充满美丽与娇艳，浪漫与幻想，憧憬与希望。

Qizi de Zhihui

妻子的智慧

沛霖·泓露 著

好妻子是一种香气，能感染整个家庭和社会，
酝酿一份献给自己爱的人最有魅力的芬芳。

中国商业出版社



图书在版编目(CIP)数据

妻子的智慧 / 沛霖·泓露著. -- 北京 : 中国商业出版社, 2016.4

ISBN 978-7-5044-9340-8

I. ①妻… II. ①沛… III. ①女性—婚姻—通俗读物
IV. ①C913.13-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第039502号

责任编辑: 姜丽君

中国商业出版社出版发行

010-63180647 www. c_book. com

(100053 北京广安门内报国寺1号)

新华书店总店北京发行所经销

永清县晔盛亚胶印有限公司

*

720×1000毫米 16开 17印张 200千字

2016年7月第1版 2016年7月第1次印刷

定价: 36.80元

(本书若有印装质量问题, 请与发行部联系调换)



前言

在既漫长又短暂的人生路上，女人曾经拼搏过，也曾失落过；曾经笑过，也曾经哭过；曾经怦然心动过，也曾经黯然神伤过。花开花落使女人疲惫，风花雪月让女人憔悴。世事纷乱，滚滚红尘，磨砺着女人细腻柔软的心，岁月不只深刻在女人的脸上，更沉淀在女人的心里。在今天激烈的社会竞争面前，许多女人不得不面对残酷的工作压力和家庭生活的挑战，在家庭与事业、理想与现实之间，时常会感觉迷茫和疲惫，心灵在现实中飘荡着，梦想在忙碌中枯萎着。在这种情况下，如何能获得幸福呢？女人需要修炼幸福的气质。

幸福是一种气质，是一种源自充满希望和感知的心灵，实现于

勤劳、灵巧的双手，展现于温暖脸庞、和谐四肢的由内而外的气质和美感。蕙质兰心的女人、懂得爱与被爱的女人、内心踏实并满足没有过分贪欲的女人、拥有朋友并能与人分享快乐的女人、被人信任和肯定的女人、既聪明又懂得包容的女人、自立智慧的女人都流露着幸福的气质。

幸福是女人一生追求的目标，女人的幸福必须靠女人自己来争取。本书从心态、健康、美丽、智慧、情感等角度来阐释成就女人一生幸福的方法与原则，以帮助广大女性朋友塑造自信乐观的心态，打造美丽迷人的个性，培养高雅的修养与品位，培育出色的智慧，从而成就辉煌的事业，收获美满的爱情和婚姻，步入幸福如意的人生。



目 录

第一章 女人要撒娇

女人要撒娇	/	3
女人会撒娇，魅力四处漂	/	6
撒娇是一种爱意	/	11
撒娇也有方式	/	15

第三章
释放女人的风采

自找快乐的女人总会收获快乐	/	21
女人因自信而美丽	/	23
温柔是一种艺术	/	25
智慧演绎女人的风情	/	27
得不到的永远最好	/	29
假装不在乎他，让他更在乎你	/	31
让男人升起保护的欲望	/	33
做一支瓣上带露珠的花	/	35
男人的苦也要分享	/	38
幽默是生活的调味剂	/	40
幽默也是一种魅力	/	47

第三章
不被性格左右

性格需要互补	/	55
融洽的相处，需要性格的弥补	/	58
不能改变他，就去适应他	/	61
大多数的幸福，是在分享对方的嗜好	/	64
刚柔并济，才能幸福美满	/	66
一颗宽容的心	/	69
最高贵的复仇是宽容	/	73
宽容是一种美	/	77
做一个宽容的女人	/	80



第四章 美丽是一种态度

- 美丽是一种态度 / 87
- 化妆点缀女人的千娇百媚 / 89
- 打扮丰富女人的生命 / 91
- 美丽是一种由内而外的气质 / 93

第五章 女人因怨恨而远离幸福

- 爱情不必追逐，恰到好处就行 / 97
- 少一分唠叨，多一分理解 / 99
- 打开心灵的窗户，让对方更好 / 101
- 多给对方一些赞扬 / 104
- 穿什么样的鞋，自己知道 / 106
- 爱情要把握，婚姻要经营 / 108
- 要有秘密 / 112
- 爱情不要追究太深 / 116
- 给对方留空间 / 122

第六章
给婚姻保鲜

- 制造浪漫，赢获他的心 / 129
- 情话免费，但无价 / 132
- 多点亲昵，多点幸福 / 136
- 送一份礼物，换一份柔情 / 140
- 距离不一定产生美 / 144
- 女人的柔弱气质也是一种武器 / 147
- 男人面前，不要太强势 / 149
- 女人要懂得示弱 / 152
- 用温柔的态度做事 / 156

第七章
你不理财，
财不理你

- 理财女人最幸福 / 161
- 你不理财，财不理你 / 163
- 找到合理的理财方式 / 169
- 不要把鸡蛋放在一个篮子里 / 173

第八章
要下得厨房

- 下得厨房，入得厅堂 / 181
- 厨房是女人的舞台 / 184
- 要抓住男人，先抓住他的胃 / 187

第九章
处理好关系

- 不要失去闺密的友谊 / 193
- 处理好婆媳关系 / 201
- 婆婆面前，多给对方面子 / 206
- 多和婆婆交流 / 208
- 别为孩子的教育和婆婆争吵 / 210

第十章
守护幸福

- 原来那份平淡才是幸福 / 215
- 不要轻易走出红杏的围墙 / 219
- 不要让他感到孤独 / 222
- 幸福需要体贴 / 224
- 飞越婚姻之痒 / 227

第十一章
与健康同行

- 与健康同行 / 239
- 保护你的乳房 / 244
- 睡眠有助美容 / 250



女人要撒娇



女人要撒娇

曾在—本男性读物上看到这样—句话：漂亮女人在你面前撒娇，尽管她求你办的事心里早已应允了，可还是要故意刁难—下；若丑女有事在你面前撒娇，你会毫不犹豫地答应下来，为的是让自己少受些折磨。或许这只是一句略带幽默性质的玩笑话，但却在另—个侧面上反映出—个事实：撒娇是女人的专利，无论是美女还是丑女，对于男人来说，都具有必杀的—功效。

其实，长久以来，撒娇都被认为是女人所专有的属性，就像“烟柳画桥，锁窗朱户”只能是江南，而如雪的沙尘只会在大漠里出现—样，撒娇的女人总能给人—种别样的风情。会撒娇的女人，举手投足间总会散发出—种特别的女人味，总能在彼此之间营造出—种如朦胧月色般的暧昧气氛。但凡男人，都爱煞了女人微撇着嘴角，亦怒亦嗔地跺下小脚，转身不再搭理人的样子。每当看到女人这副样子，无论是粗犷威武还是老成持重的男人，都会情不自禁地俯下身子来。

上天创造了男人，在他们的性格里注入了野性的元素，让他们去

战斗，去征服世界；可另一方面，为了使世界不至于因男人的争斗而变得一片狼藉，于是上天又创造了女人，在她们性格里注入了如水的成分，赐予她们撒娇的本事，让男人能在她们面前安静下来。

男人们不喜欢邋遢的女人，讨厌拖拉的女人，对唠里唠叨的女人深恶痛疾，却从来没有哪个男的说自己非常厌恶女人撒娇的。当一个女人在男人的耳边说：“人家这样，就是不想跟你分开嘛……好啦好啦，下次不再这样使性子啦！”相信任何一个男人都会在顷刻之间，把百尺钢化成绕指柔的。或许有的男人会在事后这样想：“天啊，我就这样被这个爱撒娇的女孩俘获了！”可是，那又能如何呢？谁让男人天生就如同是离不开水的鱼，与其在岸上因干渴而死，还不如沉浸在女人的柔声细语中呢！

相当长的时间里，人们的意识中都认为撒娇只是漂亮女人的事。确实是这样吗？或许也是，若让孙二娘那样的女人来模仿西施的言行举止，结果只能是比东施还东施，不要说邻里们见到后会关门闭户了，恐怕到时在剧烈呕吐之后，连关门闭户的力气都没有了。但是咱们关上门来讲，难道孙二娘在和丈夫张青独处的时候，就不撒娇吗？以张青对婆娘那种言听计从的态度来看，孙二娘在张青面前会撒娇恐怕是不能避免的。从这个意义上说，孙二娘完全没必要像西施那样，心口疼时用手捂着胸口，双眉微微皱起，弄出一副软弱可怜的样子来。撒娇是女人的天性，就是说每个女人都具有的能力，并不一定只是漂亮女人才有的特权。

其实，漂亮只是表层的东西，必须以更为深沉的内容来加以烘托，

而女人味才是一个女人的真正内涵。女人不一定非要多么漂亮，这个世界上漂亮的花瓶多的是，只有懂得如何表现出自己的女人味，也就是懂得如何撒娇，才可以让自己成为一个很有魅力的女人。

如果把女性的羞涩比作是一朵映日的桃花，总是在春风里掩藏着她的赧颜，那撒娇的女人则如同是生长在堤岸的杨柳，总会给人一种依依的感觉，任凭你走到多远的地方，心底里总会有某根神经被牵扯着；无论你欣赏到多么美丽的风景，总难以割舍那份脉脉的温情。

女人会撒娇，魅力四处漂

很多文学作品里，总喜欢用水来比喻女人，如温柔似水、凝脂赛雪等。其中尤以《红楼梦》里的贾宝玉为甚，他曾说过这样的话：“女儿是水作的骨肉，男人是泥作的骨肉。我见了女儿，我便清爽；见了男子，便觉浊臭逼人。”甚至于他还认为：“天地灵秀之气只钟于女儿，须眉男子不过是渣滓浊沫而已。”

或许千百年来，只有贾宝玉才会说出这样的混账话来，但是凭心而论，其实每个男人的心里面都较喜欢那些如水性格的女人，尽管这样的女人会使些小性子、爱撒娇，但在男人的眼中，这反而使她们更具有魅力。这是男人的天性使然，就像草原上的狮子总会把羚羊当作猎物一样。

男人们在谈论起女人时，总会说某某特别有女人味，娇滴滴、水嫩嫩的，甚至也有的男人会用上“一掐都能掐出水来”这样的形容词。当然，这样的行为是应当被禁止的，哪能见个娇嫩的女人就上前掐一把，看看能不能掐出水来呢！但有一点是可以肯定的，假使男人果真是泥作