

做妻子的智慧

(美)

桃乐丝·卡耐基◎著

世上最有魅力的妻子

宋墨◎译

THE WISDOM AS A WIFE

爱情与婚姻中的情商课，嫁得好，更要经营好！

{ 有智慧的女人幸福一辈子 }
畅销半个世纪的情感圣经，带你领略婚姻的真谛

好妻子是一种香气，能感染整个家庭和社会。

让爱情持久保鲜、让婚姻长久美好的婚恋指南。

献给天下女人
最珍贵的
正能量经典巨著

中国华侨出版社

THE WISDOM AS A WIFE

做妻子的智慧

THE WISDOM AS A WIFE

(美) 桃乐丝·卡耐基◎著 宋崇◎译
世上最有魅力的妻子



1

做妻子的智慧

第一卷 在
第二卷 在
第三卷 在
第四卷 在
第五卷 在
第六卷 在
第七卷 在
第八卷 在
第九卷 在
第十卷 在

图书在版编目(CIP)数据

做妻子的智慧：有智慧的女人幸福一辈子 / (美) 桃乐丝·卡耐基著；宋墨译. — 北京：中国华侨出版社，2013. 12

ISBN 978-7-5113-4333-8

I. ①做… II. ①卡…②宋… III. ①女性-修养-通俗读物 IV. ①B825-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第302662号

• 做妻子的智慧：有智慧的女人幸福一辈子

著 者 / (美) 桃乐丝·卡耐基

译 者 / 宋 墨

责任编辑 / 文 喆

责任校对 / 王京燕

经 销 / 新华书店

开 本 / 787毫米×1092毫米 1/16 印张 / 13.5 字数 / 280千

印 刷 / 北京毅峰迅捷印刷有限公司

版 次 / 2014年5月第1版 2014年5月第1次印刷

书 号 / ISBN 978-7-5113-4333-8

定 价 / 32.00元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里26号通成达大厦3层 邮 编：100028

法律顾问：陈鹰律师事务所

编辑部：(010) 64443056 传真：(010) 64439708

发行部：(010) 64443051

网 址：www.oveaschin.com

E-mail: oveaschin@sina.com



前言

好几年前，我在一家商业学校给那些年轻的女孩子教授一些以“人生”为主题的培训课程，目的是帮助这些女孩能够早日成为服务于社会的有用之材。

在上课伊始，我有针对性地收集了一些资料，对她们进行了一次简短的不署名的问卷调查，其中有一个问题是：“在十年内，你有结婚的打算吗？”答案竟然是如此地“千篇一律”：“是的！”而我接着又问了另一个问题：“假如你一定要在事业和婚姻二者之间选择一个，你将选择哪一个？”又是不约而同的答案：“婚姻。”

我还需要说什么吗？这个调查结果已经说明了一切。所以，作为老师，我不必再向她们强调如何才能成为一个成功的人，而是告诉她们：如果你能想办法从你的老板那里得到赞赏，那么，你也同样能成为一个受欢迎的妻子。于是，这些女孩子们完全被我的话吸引住了。

从这里也可以看出，和男人们不同，这些风华正茂的女孩们都把婚姻作为她们人生的首要目标。而世上的女人大抵都是相似的，希望自己的婚姻幸福美满，并且希望自己的丈夫事业有成。那么，我们是不是可以找到一些方法，引导所有的女性都达到这些目标？我想肯定是有的。

在我主持卡耐基妇女讲习会（包括人格发展、人际关系与说话技巧的课程）期间，曾接触到各种各样的妇女问题，从中我发现一个有趣的事实，那些能够成功地帮助丈夫成功的妻子，她们所使用的方法非常简单。现在，我把这些简单的方法整理出来，并结合自己的生活经验和感悟，以便使任何一位女士都可以轻易地了解和应用。书中所有的案例也都是发生在我们身边真实而亲切的故事，故事当中的主人公有许多都是卡耐基妇女讲习会的学生。

我在此再一次感谢她们给我这个机会，让我讲述这些感人的故事，也感

谢这些妻子和她们的丈夫接受我的访问，并允许我使用他们所说的话。

也许，读者会提出质疑，认为我把家庭的幸福全部压在妻子身上，这是很不公平的。当然不是这样。我认为，家庭幸福，男人也要义无反顾地承担起丈夫的职责，只不过，这本书我是从女性，即从婚姻中不可缺少的妻子的角度写作的，我只讲述了她们该如何尽到妻子的义务，帮助丈夫成功的一些办法。而作为丈夫的职责，并不在本书的讨论之列。

在讲述这些方法之前，我要先给成功下一个定义，即一个男人是否成功的标志，就是他是否从事着能够带给他满足感和成就感的工作。当然，还包括他是否有一个贤惠的妻子，一个和谐幸福的家庭，以及一种和谐的人际关系等。

当然，专家们可能并不这样认为。因为，如果你的丈夫是个酒鬼、游手好闲的无业游民或者流氓恶棍以及无可救药的蠢材，任妻子们如何精明，也无法使她们的丈夫出人头地。但这类男人毕竟只是少数，更何况，这世上也没有哪种方法，可以百分百的通杀。这本书是为多数拥有成功的愿望和才能的人写的，至于这些特殊的“人才”，只能由专家们对症下药了。当然，我所讲的这些方法，对普通人来说，也只能90%有效。这个比例已经很高了。我简明扼要地把这些方法写出来，希望它们真的能对广大女性读者有用。

我希望对你们做出如下保证，如果你能够按照我说的这些办法去做，一定会对你和你的丈夫以及你的家庭有所帮助。相信我，做到这一点很简单，成功并不像你想象中的那样难。显然，现代人的压力越来越大，而且，随着男人越来越接近成功，他们所面临的压力和困难也会越来越多，这就像爬山，爬得越高，山路就越险。不过，我可以向你保证的是，你只要能够灵活地、智慧地运用这些方法，就没什么能够阻挡你们，使你的丈夫不会再淹没于社会底层中，而作为妻子的你，一定能够发挥出你最大的作用，尽你最大所能地激发丈夫的最大潜能，让他在社会上一展宏图，使他成为你心中最可依赖的幸福伴侣。

桃乐丝·卡耐基



目录

CONTENTS

Part 1 选男人，到底什么更重要

1. 为什么世上的男人很多，但好男人很少 002
2. 好男人为什么没人爱 004
3. 走出“完美情人”的陷阱 007
4. 什么样的男人，值得你托付终生 009
5. 让一个好男人爱上你，然后嫁给他 013

Part 2 女人幸福三件事：有人爱，有人陪，有人等

6. 性格好的女孩更容易收获爱情 018
7. 在男人面前不要太“能干” 021
8. 女人“悦己”，男人悦你 024
9. “黄脸婆”不是婚后女人的代名词 027
10. 男人最喜欢优雅、有涵养的女人 030
11. 爱他就说出来 032

Part 3 结婚了，扔掉你的完美主义

12. 别抱怨，世上不存在“完美的婚姻” 036
13. 幸福婚姻从王子变回青蛙的那一刻开始 039
14. 你的青蛙也可以变成王子 042
15. 爱情不是简单的两情相悦，双方都要做出改变 046
16. 多赞美他，他就会真的成为那种人 049
17. 不要强迫你的丈夫出人头地 055

Part 4 做对了，婚姻会带来终生幸福

18. 男人女人的共同情敌是温柔 060
19. 男女不平等婚姻才能美满 065
20. 男人也喜欢听甜言蜜语 069
21. 让男人发疯的浪漫诱惑 071
22. 幸福的婚姻需要成熟的心智 074
23. 要和你的丈夫有共同的爱好 077

Part 5 婚姻是女人一生最重要的投资

24. 只有不平凡的女人，才嫁得起不平凡的丈夫 080
25. 和你的丈夫建立共同的事业 083
26. 别做甩手掌柜，他的事业需要你插手 085
27. 做丈夫的拉拉队长 089
28. 和爱人快乐地“流浪” 092

Part 6 妻子多支持，男人扛得住

- | | |
|--------------------|-----|
| 29. 允许男人在你面前流泪 | 096 |
| 30. 和男人一起携手共进 | 098 |
| 31. 支持他，和他站在一起 | 101 |
| 32. 别让男人无用武之地 | 104 |
| 33. 你的支持鼓励，是他的最大财富 | 107 |

Part 7 把风头留给男人，把风采留给自己

- | | |
|--------------------|-----|
| 34. 爱他，就让全世界的人都爱他 | 110 |
| 35. 把说话的机会送给丈夫 | 113 |
| 36. 做你丈夫的形象代言人 | 115 |
| 37. 做你丈夫的亲善大使 | 119 |
| 38. 无聊乏味症就是交际场“杀手” | 122 |

Part 8 家有贤妻，让男人爱上回家的感觉

- | | |
|----------------------------|-----|
| 39. 一个优秀的家庭主妇能将丈夫送入白宫 | 128 |
| 40. 家就要有家的味道 | 130 |
| 41. 让家变成男人温暖的港湾 | 133 |
| 42. 是回家，还是进牢笼 | 136 |
| 43. 做好家庭预算，这是女主持人与女佣人的最大区别 | 138 |
| 44. 她“诱惑”我，所以我就吃了 | 143 |

Part 9 懂丈夫的妻子最幸福

- 45. 像对待陌生人一样对待你的丈夫 148
- 46. 能干的妻子更要学会“示弱” 150
- 47. 性爱是美满婚姻的关键 154
- 48. 用女人的方式对待性 156
- 49. “顺从”是个秘密 159

Part 10 聪明妻子永远不会犯的那些错

- 50. 让家成为没有抱怨的世界 164
- 51. 用男人的方式去面对男人 167
- 52. 男人说男人的话，女人说女人的话 170
- 53. 你不是母亲，他也不是孩子 172
- 54. 相对独立的夫妻最有吸引力 175
- 55. 大声说出你的需要 178

Part 11 会说话的妻子，永远不会“被伤心”

- 56. 争吵是最愚蠢的选择 182
- 57. 把留言当作情感的纽带 184
- 58. 吵架不要紧，但不要伤了感情 187
- 59. 倾听就是对男人最好的恭维 191
- 60. 唠叨的女人最不幸福 197

后记

203

Part 1

选男人，到底什么更重要



1. 为什么世上的男人很多，但好男人很少

如果你去问一个女人：“在适龄结婚的单身人群中，你认为男性多还是女性多？”大多数女性会不约而同地表示：“女性过剩，男性短缺。”实际上据多方统计，男女的比例一般来说，是大致相当的。不过，造成“男少女多”这种错误直觉也是在情理之中的。男女人数的多少，重点不在于男女的数字比例如何，而是“好男人”究竟占多大比例。因为女人并不仅仅满足于找到一个男人和自己结婚就行了，她们要嫁的是一个令她们觉得不一般的男人。所以，男女比例“失衡”的原因并不在于男性的数量到底有多少，而是优秀男人太紧俏了。而且，所谓的“优秀男人”，不仅仅指他的经济能力和社会地位的出众，他还要有吸引女人的迷人魅力。只有一个能力和魅力俱佳的男人才是女人理想中的结婚对象。

每个女人心中都有一个完美的白马王子的形象，但不是每个女人都天真到要找到一个白马王子当老公，她们只想找一个“差不多”的结婚对象，但即使如此，我们还是很难遇到合适的结婚对象。因为这个世界上完美的男人太少了，而且，在你找到他之前，他往往已经被别人“预订”或者套牢了。

如果我们只是去交异性朋友，我们往往会宽容许多，容忍他们身上存在很多缺点，而只需要有一两个我们看重或喜欢的优点就足够了，但是，一旦涉及到结婚，女人们的眼睛便会突然挑剔起来。

其实，大多数时候，我们都会对别人妄下断言，尤其是在涉及感情的

时候。而我们对人的判断往往都是根据表面情况做出的。即初次见面，人们往往根据自己所看见的，以及对方所透露出来的信息来判断这个人是不是适合自己。如果在第一次见面时不能产生或多或少的“触电”的感觉，那么，这个人就被我们过滤掉了。所以，如何给对方留下良好的第一印象一直是我们所关注的，如果不能在很短的时间内给对方留下一个好印象的话，你可能就会和一段好姻缘擦身而过了。

不过，很不幸，事实证明，最好的男人往往都不在这批“幸存者”的名单中。

也就是说，80%的单身女人只会对20%的有价值的男人感兴趣。所以，在单身女性与单身男性比例相当的情况下，能够通过女性挑剔的选择，成功晋级为丈夫的男士实在少之又少。所以，未婚女性经常发出类似的感叹：好男人太少了。她们通常认为，好男人在30岁之前就被抢光了。而那些大器晚成的男人，一般不会找同龄女性做伴侣。他们在选择结婚对象时，则把年轻放在第一位，而不是女性自身的能力。所以，越来越多的优秀女性很难找到合适的意中人就在情理之中了。

如今女性结婚的年龄越来越晚，不结婚也不是问题，越来越多的年轻女性崇尚单身生活。这是社会进步的表现。对女人来说，晚婚的压力越来越小了，女人可以自由地选择自己结婚的时间，但问题是，被动的等待并不能等来幸福，如果不积极准备，即使等到60岁时，也很难找到合适的伴侣。因此，无论你是想晚婚还是想早点结婚，都要做好准备，抓住机会锁定合适的结婚对象，要不然，等到年轻的姑娘成长起来后，就会形成强大的竞争力，抢走你眼中的好男人。或者，你可以在库存品中寻找被埋没的宝石。如果你不是单身主义者，就应该准备好，抓住一切机会去挑选一个好男人，这样，你才不会错过自己的幸福。

2. 好男人为什么没人爱

纳德第一次去女友家吃饭时的表现十分糟糕。他显得非常紧张，辞不达意，在喝汤时，汤洒了出来，还弄脏了领带。他紧张得满头大汗，煎熬般地结束了这顿晚餐。

不过，在走进诊所之后，纳德却俨然换了一个人似的。他不再是晚餐上那个不知所措的呆女婿，他精神焕发，表现得像个指挥自若的将军，又像个幽默和蔼的亲人。他极有耐心地询问他的小病人，温和地引导他们说出自己的感受。

这一切，被纳德的女友看在眼里，这些，深深地吸引着她，让她对他重新做出评价。的确，他相貌平平，害羞，有社交焦虑症，不过，和纳德的好品质相比，这点小毛病真的不算什么了。

的确，更多的男人表面上看起来并不像他们本身那么好，有某些很明显的缺点，比如长得不怎么样，面对异性时显得很不安，不善于表达，心直口快，不会甜言蜜语。事实上，大部分人都是如此，透过现象看本质，他们往往聪明、精于某项业务、踏实肯干，心地善良。如果你能意识到这些，你就会发现，他们身上的那些缺点实在算不了什么。

达莲娜36岁，办事果断、干练而且善于交际。无论是达莲娜本人还是她身边的朋友，都认为只有最优秀的男子才配得上她。好友迪得莉把安东尼奥介绍给了她。

“我在午饭时告诉迪得莉，我不打算再接受安东尼奥的第二次邀请了，

我也不想再见到他了。当然，毕竟，安东尼奥是迪得莉介绍的，我不想说他的坏话，所以，我撒了谎。但迪得莉却很不客气地拆穿了我的谎言。她说：

‘我知道你为什么不想同安东尼奥见面，因为他没能达到你的好男人标准。比如，英俊、谈吐自信而且幽默，还要有点时尚。但除此之外，你不得不承认，他是一个很优秀的男人，可以说，他是我所认识的人当中最聪明、风趣的男人。虽然他不是肌肉男，也不是你喜欢的那种运动健将，不过，他性情温和风趣，而且感情专一。我想说的是，你忽略了一些非常重要的东西。你所期望的那种男人，一旦你真正了解他们之后，你就会觉得味同嚼蜡。但安东尼奥却不，他是那种使你觉得像是嚼甜甘蔗的男人。’”

迪得莉说得没错。大多数人，在陌生人面前显露“本性”是需要一段时间的，他们通常是因为个性比较害羞，对陌生人的防御性比较强，或者从前在感情上受过伤害。聪明的女人应该知道如何在男人笨拙的外表之下觅得属于自己的宝藏。

很多女性都相信自己对男人的第一眼印象，不过，我希望你也应了解，更多的优秀男人给予别人的第一印象并不一定是最好的。他们遭到拒绝的原因不是本身条件不够好，而是他们在最初的几分钟内没能吸引住女性的目光。也许，换一个场合或者环境，他们就会恢复到本来的样子，让你刮目相看。

也许，这类男人不会让你有马上触电的感觉，不会让你有欲罢不能的欲望，但是，他们实在、坦诚，和他们交往，你会有安全感，很自在，而这，恰恰是两性关系中不可或缺的东西。所以，我认为，女人若是真想找到一位值得托付终生的伴侣，她就必须面对现实，抛弃不切实际的幻想。聪明的女性应该清楚自己需要的未来丈夫的真正样子，他是一个充满魅力的浪子？还是一个愿意和你踏实过日子的好男人？

36岁的安得鲁是位不善于表达的男人，他是一位优秀的物理学家，然而却不是女人眼中的中意对象。艾伦是一所中学的教师，和安得鲁约会过几次之后，便开始觉得乏味了。但是她并没有结束这段关系，她决定尝试改

变自己。当她和他在再会面的时候，便试着以幽默的方式对待他，终于，他也彻底放松了下来，显露出他机智而自信的一面。接下来果真产生了“化学作用”，他们很快便处于热恋之中。

每个人性格中都有风趣幽默的一面，如果你觉得对方不够幽默，那也只能说明你自己也不够好，不能使对方放松下来。

有趣的是，女人在回答“什么样的男人”比较容易吸引自己时，总是选择“刺激”、“触电”一类的字眼儿，当问到她们“两性关系中最重要品质是什么”时，她们又异口同声地提到“温柔”、“亲密”这些字眼儿。因此，我们建议女人，在挑选结婚对象时，不妨冒险一试，试着和那些你“看不上眼”的或者“没感觉”的男人多交往几次，试着用点心思和他相处，和他在一起时，忘记你头脑中的那个理想男的形象，不要作任何比较，也不要感到失望，慢慢地，他会让你了解他的一切，接着他也会对你表白。或许会让你惊讶的是——你已经不知不觉地喜欢上他了。

3. 走出“完美情人”的陷阱

仙蒂28岁，担任秘书工作，她和奥布里分手已经有两年了。在此期间，她又和许多男士约会，但她觉得，他们之中没有一个人比得上奥布里。仙蒂相信，除了奥布里，再没有适合自己的男人了。奥布里练达、精明，而且他的家人都很有成就，几乎所有的优点奥布里都具备了。和奥布里在一起的时候，仙蒂感觉自己很有成就感，而自己也更有女人味。可是，一旦离开奥布里的身边，一个人独处时，她又不得不承认，奥布里其实并不是一个完美的情人。

奥布里是一个只有依靠工作才能够振奋起来的人，他喜欢激烈的采访战，或者长期出差，如此才能使他精神大振。而对他们二人的关系，他却表现得并不那么重视，总是兴致勃勃地谈论到国外工作的未来图景。

在分开的头一个月里，奥布里每周都给她写信，不过，没多久，信的内容就越来越短了，隔几天才寄一次，直到音信全无。仙蒂知道，这段感情已经结束了。她开始强迫自己去同别的男人交往，寻找新的结婚对象。可是仙蒂总是拿他们和奥布里比，当然，第二个奥布里是不存在的，因为世上从来没有两个完全一样的人。

于是，仙蒂更加相信，奥布里不仅是她所爱的人，也是“唯一”能使她尝到爱情的美妙滋味的男人。“我甚至还幻想着他会回到我身边，我们可以重新开始。我知道这种想法太不切实际，但我控制不住自己这样想。”

奥布里或许是个很有情趣的男人，但他实在不能算是仙蒂未来夫婿的最

理想人选。事实就摆在那里，奥布里对仙蒂其实并不怎么样，感觉良好的只有仙蒂自己。由于仙蒂固执地迷恋内心那份完美的感觉，因此对奥布里的缺点视而不见，全心全意地专注于他的优点上，如此她才会觉得快乐。像仙蒂一样的女人所面临的最大的问题是，她所寻找的并非一个真正完美的男人，而是那份完美的感觉。

如果仙蒂不试着改变自己，痛苦将会伴随她的一生。

一般说来，女性在失恋时，比男性更加痛苦，更容易沉迷于这种“完美的感觉”中。男人和他深爱的女人分手后，他会很快就用理智代替感情，甚至很快又和另外一个女人打得火热。女人则有意无意地对前男友心存幻想，企盼他们能回心转意。这真是不可理喻而又痛苦的抉择。

当女人失恋后，难过是必然的情绪反应。遭到遗弃甚至比面对死亡还要令人感到痛苦。造成这种痛苦局面的原因，是由于女人所赋予男人的权力的丧失。出于某些原因，自尊较低下的女性往往只能凭借爱情来确立自己是一个“好女人”，一旦失恋，她们的自我优越感就会丧失，对自己的人生完全失去信心。而且，她们不仅不会认为那个男人有什么缺点，反而认定是自己不够完美。如果要这些女人放弃她们对感情的依赖，她们必定会感到沮丧和无助。

长久以来，女人一直渴望在两性关系中寻求快乐、满足和存在感，所以，女人要克服这种情感依赖症，就必须做一些新尝试，比如，在生活中寻找其他让自己感觉快乐的事情或个人价值的认同。当然，这确实有一些难度，因为这世界想找出比恋爱更令女人痴迷的事情，实在有限得很。不过，也有许多和恋爱一样能给我们带来快乐的事情可做。譬如多花些时间，结交同性朋友，如果女孩们在一起所谈论的话题是男人之外的话题，对你来说，心情显然会更好一些。当然，即使话题围着男人转也没关系，至少，女人之间谈论男人也是个十分有趣的话题。