

● 鸳鸯丛书 ● 曹睿主编

做妻子的艺术

zuo
qizi
de
yishu



天津人民出版社

(津)新登字 001 号

做妻子的艺术

曹 睿 主编

*

天津人民出版社出版

(天津市赤峰道 130 号)

天津新华印刷二厂印刷 新华书店天津发行所发行

*

787×1092 毫米 32 开本 13.5 印张 2 插页 270 千字

1992 年 5 月第 1 版 1992 年 5 月第 1 次印刷

印数:1—8,000

ISBN 7—201—00809—9/G·342

定 价:6.60 元

前 言

羡慕追求西方生活方式,近两年来似乎很是时髦,这是东方的一种时髦。与此同时,又萌动了一种矛盾的社会现象:模拟、向往东方生活方式,尤其是渴望中国式的家庭生活——稳定的家庭结构、甜蜜的天伦之乐、丰富的感情色彩……这是西方的一种时髦,最新时髦。对于这一点,凡是在国外生活过的人,都会更有感触、更有体验。

有人说,随着改革开放的全面深入,随着社会更大的发展进步,人们的家庭观念会越来越淡化,最终要消灭家庭。所以有人主张,家庭应该是一个松散的联合体、结合物,家庭功能也应该逐步减退。于是种种的“家庭新说”,不断创造出来,导致了一幕幕家庭解体的悲喜剧。

夫妻离异、家庭解体,并非都是悲剧,因为传统的中国式家庭并非都是美满的,甚至可以说大多数家庭没有甜蜜生活的体验。尽管如此,夫妻离异,家庭解体也决非医治家庭创伤的良策。因为许多离异后的男女,再寻找再结合的结果,仍然并不美满。

笔者借开办“家庭门诊”的工作之便,接触并调查了大批不和睦的家庭,深深感到绝大部分濒临崩溃的或名存实亡的家庭,并不是男女各自多么坏,或夫妻之间多么不般配,也并

非是夫妇二人多么没有感情基础。事实上，天下绝大多数男人和女人都是好人，这是毋庸置疑的；天下绝大多数夫妻之间曾经有一定的感情基础，这也是无可辩驳的；天下绝大多数夫妇间的般配还是不般配，都是相对而言的，这种提法似乎也不会引起争论。所以上述几种说法，并没有言中病患家庭的症结。

夫妻之间的恩爱，不是随着结婚证书到手而与之俱来的。很多人想爱，但不会爱，且不说有些人当时结婚就不是出于“爱”。即使是出于“爱”才结合的家庭，仅仅有“爱”也是不够的。因为“爱”有各式各样的“爱”。象爱猫儿鸟儿一样的“爱”，只是为了玩弄而不给自由；象爱饰物、古董一样的“爱”，只是为了占有；象爱花儿草儿一样的“爱”，只是为了欣赏；象爱猪肉、羊肉一样的“爱”，只是为了吞食……

越是接触这些家庭生活不幸的男男女女，笔者感触越深，渐渐地萌生了一种强烈的愿望：要举办一所夫妻学校，专门培训丈夫和妻子。

要建立一个美满的家庭，对于妻子和丈夫两名家庭主要成员说来，决不是一件简单而容易的事情。任何一个小家庭，都不是孤立存在的，每一个小家，都处在一个大的社会环境里，处在一个人为事物的系统工程之中。每个家庭，至少是由三个独立而不相同的系统组成的一个复合体。除了夫妻关系要处理好外，还有一系列复杂关系要处理好，否则也会影响这个家庭的夫妻感情和婚姻生活。

你想做一个称职的妻子吗？那就必须掌握《做妻子的艺术》；你想做一个合格的丈夫吗？那就必须学会《做丈夫的学问》。

《做妻子的艺术》和《做丈夫的学问》一套“鸳鸯”丛书，仅献给那些夫妻之间存有爱心，且有过好家庭生活愿望的男性和女性公民；帮助那些追求美好生活的人们；澄清家庭夫妻生活中的种种糊涂观念；诊断家庭病况，寻找病因，确定治疗方案，使疾患之家尽快康复。

亲爱的读者朋友，不论你处在怎样的不幸之中，本书都将帮助你获得精神解脱，使支离破碎的家庭获得新生。不论你处在怎样的甜美之巅，也难免有一天会从峰巅上跌滑下来，本书将帮助你避免这种灾难和厄运，把握美好的前程。

尽管本书不讨论未婚男女的择偶标准，但读了这两本书，你们自然会明白：择偶本无统一标准，恩爱夫妻本无固定模式。世人看来极端矛盾的双方，可能正是天生的一对儿，这便是生活中高度的对立统一。本书虽然不讨论夫妻离异的大前提，不研究家庭解体的阈值，但本书观点鲜明：不主张轻率离婚。离婚且不说会给社会带来一系列复杂的问题，仅仅是对男女双方而言，离婚也未必能使你打开通往幸福殿堂的大门。所以笔者自信，这套“鸳鸯”丛书对那些旧家庭已经解体、新家庭正待组建的人们，也会大有裨益。

爱情是一条旅途；婚姻是一种历程。爱情是异性之间一种感情的体验；婚姻是文明世界大多数人们要跨入的一种契约性的处置。爱情要靠创造，寻找是找寻不到的；家庭要靠建设，合併是拼合不起来的。

本书从总体上说，弘扬的是民族文化，传统美德，充分注意到中华民族以价值观念、生活方式、大众习俗、生理韵律，然而又不失时代的特征。

笔者参阅了古今中外有关学者在婚姻家庭研究方面的著述,又收集了大量的现实生活中人们的切身体验,行文力戒空洞说教,或堆砌词藻,而是力争和读者推心置腹、促膝交谈、携力探讨、感情融通、幸福共享。愿这套书能成为每个家庭的忠实伴侣,笔者斗胆乞盼能通过这套书与每一对夫妇结为诚挚的朋友。

曹 睿

1990. 4.

目 录

第一章 家庭主妇	(3)
第二章 家务运筹	(19)
1. 人力运筹	(20)
2. 财力运筹	(24)
3. 物力运筹	(28)
4. 时间运筹	(30)
5. 责任承包	(34)
6. 轮流执政	(36)
7. 化整为零	(38)
8. 周期突击	(39)
9. 平行交错	(41)
10. 寓干于乐	(43)
第三章 家庭建设	(47)
1. 空间布置	(48)
2. 色彩调合	(52)
3. 衣着设计	(54)
4. 食品调制	(57)
5. 灰度变化	(61)
6. 声响调谐	(64)

7. 文化娱乐.....	(67)
8. 情绪调节.....	(70)
9. 科技引入.....	(74)
10. 节奏控制	(77)
第四章 关系协调.....	(83)
1. 父母.....	(83)
2. 亲属.....	(86)
3. 子女.....	(88)
4. 领导.....	(90)
5. 同事.....	(92)
6. 邻里.....	(94)
7. 男朋友.....	(96)
8. 女朋友.....	(98)
9. 老同学.....	(101)
10. 昔日恋人	(103)
第五章 心理调适.....	(109)
1. 分别时.....	(109)
2. 归来时.....	(112)
3. 别扭时.....	(116)
4. 分歧时.....	(118)
5. 怀疑时.....	(120)
6. 紧张时.....	(124)
7. 喜悦时.....	(127)
8. 烦闷时.....	(129)
9. 困难时.....	(132)

10. 暴躁时	(135)
第六章 感情沟通	(141)
1. 交谈	(141)
2. 举止	(144)
3. 注视	(147)
4. 欣赏	(149)
5. 留言	(152)
6. 信函	(154)
7. 礼物	(157)
8. 阅读	(159)
9. 献艺	(162)
10. 争论	(164)
第七章 角色变换	(169)
1. 亲昵如女儿	(169)
2. 细腻象母亲	(172)
3. 依恋似恋人	(175)
4. 知心同朋友	(178)
5. 情谊如手足	(180)
6. 保健象医生	(183)
7. 服从如侍女	(185)
8. 严厉象上司	(188)
9. 协力似同事	(190)
10. 教诲如师长	(192)
第八章 魅力施展	(197)
1. 童贞	(197)

2. 羞怯.....	(199)
3. 整洁.....	(202)
4. 坚韧.....	(205)
5. 温柔.....	(207)
6. 刚烈.....	(210)
7. 妩媚.....	(212)
8. 庄重.....	(215)
9. 热烈.....	(217)
10. 娇嗔	(219)
第九章 事业内助.....	(225)
1. 耐心倾听.....	(225)
2. 细心询问.....	(228)
3. 热心关注.....	(230)
4. 尽力理解.....	(232)
5. 诚心帮助.....	(234)
6. 拾遗补阙.....	(236)
7. 出谋划策.....	(238)
8. 排忧解难.....	(240)
9. 尊重爱好.....	(242)
10. 协助攻关	(244)
第十章 情海共渡.....	(249)
1. 体谅.....	(249)
2. 等待.....	(252)
3. 响应.....	(254)
4. 主动.....	(257)

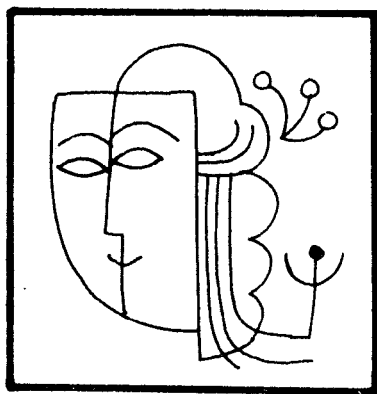
5. 适度.....	(259)
6. 尽情.....	(261)
7. 炽烈.....	(264)
8. 温存.....	(266)
9. 创新.....	(268)
10. 卫生	(271)
第十一章 形象塑造.....	(275)
1. 粗鲁.....	(275)
2. 孤僻.....	(278)
3. 冷漠.....	(280)
4. 消沉.....	(283)
5. 吝啬.....	(285)
6. 挥霍.....	(288)
7. 懦弱.....	(290)
8. 好色.....	(293)
9. 女气.....	(296)
10. 陋习	(298)
第十二章 观念更新.....	(303)
1. 依恋≠依赖.....	(303)
2. 服从≠盲从.....	(306)
3. 随和≠迁就.....	(308)
4. 忠诚≠封闭.....	(311)
5. 碰撞≠破裂.....	(313)
6. 和睦≠平淡.....	(316)
7. 交往≠轻佻.....	(318)

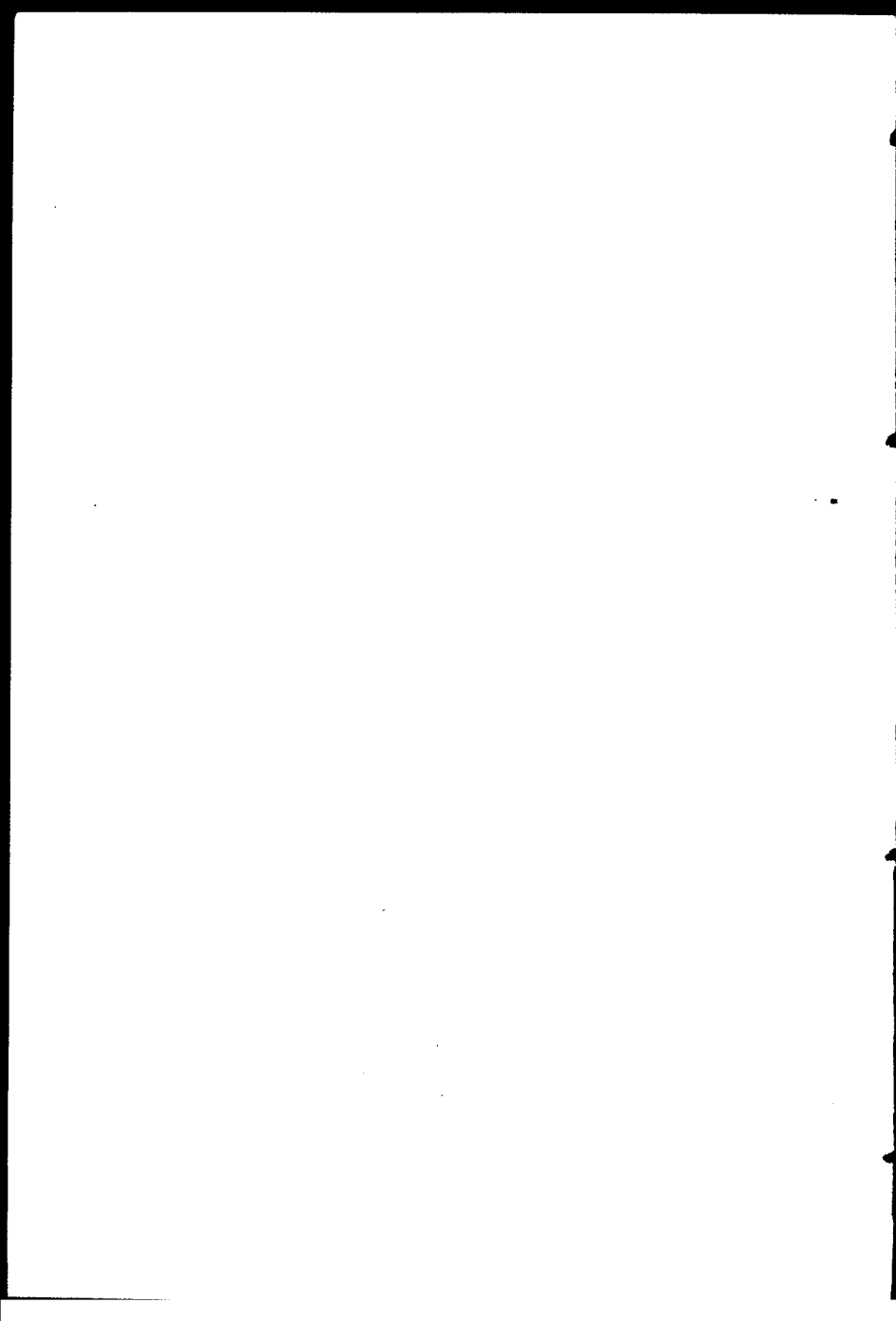
8. 平等≠对等.....	(321)
9. 自信≠固执.....	(323)
10. 奉献≠牺牲	(326)
第十三章 突变应对.....	(331)
1. 犯了错误时.....	(331)
2. 成为罪犯后.....	(333)
3. 遭到误解时.....	(336)
4. 受到迫害后.....	(338)
5. 发生突然事故.....	(340)
6. 丧失至亲好友.....	(341)
7. 经济遭受损失.....	(344)
8. 远别久离之时.....	(346)
9. 身患绝症后.....	(348)
10. 第三者插足时	(350)
第十四章 为妻十忌.....	(357)
1. 唠唠叨叨.....	(358)
2. 斤斤计较.....	(360)
3. 忌妒猜疑.....	(362)
4. 蛮横强制.....	(365)
5. 冥顽粗俗.....	(367)
6. 浅薄势利.....	(370)
7. 轻浮奢侈.....	(372)
8. 懒惰邋遢.....	(375)
9. 冷血洁癖.....	(378)
10. 性别异化	(380)

第十五章 奇迹创造.....	(385)
1. 新婚之夜的奠基.....	(387)
2. 初为人母的忧喜.....	(389)
3. 女人感情再分配.....	(392)
4. 热门话题的转移.....	(395)
5. 生活目标的调整.....	(398)
6. 健美体形的保持.....	(400)
7. 良好心态的把握.....	(402)
8. 琴棋书画的陶冶.....	(405)
9. 自然天性的延迟.....	(408)
10. 七色阳光的合成	(410)
后记.....	(414)

管理一个私人家庭并不比
管理整个王国更容易。

—蒙泰尼奇





第一章 家庭主妇

古人云：“山谿玉而生晖，水怀珠而川媚。”同理，一个家庭，由于有一位贤良而能干的家庭主妇，而增添了无穷的魅力。家庭生活，以其绚丽多姿的色彩吸引着千百万人的注意力。人人都崇尚纯正的爱情，人人都赞美理想的婚姻。然而世事维艰，人格迥异，并非每个人都能达到完美婚姻的境界，并非每个人都能体验幸福的家庭生活。

据各国婚姻家庭研究专家们的统计结果表明：几乎每个人在婚姻的头几个月里，都体验到严重的失败，与期望大不相同。婚姻做为一种适应过程，在男女双方结合的头几个月里彼此还很不适应，这是原因的一个方面；另一个方面，是由于许多家庭，当初就建立在错误的基础上，自然难免失败的结局。

婚姻家庭，做为一个人为事务的系统工程，常常由于建造者的无知或错误观念的影响，使之建筑在一个不能确立的假设上，犹如一座大厦建造在沙滩上一样。建造在错误假设上的家庭，正象风雨中飘摇的小屋，苦不堪言。一般说来，错误假设有如下 10 种：

(1)假设是天生的一对。青年人在求婚期间,常常失去正常的判断能力,由于性冲动、由于怕失恋、由于渴望得到对方的赞许……于是做出种种舞台式的表演,使对方看不清自己的真相,自己同样也不能正确地认识对方,经常判断失误错误地以为两个人正是般配的一对儿。

(2)假设是社会期望。男大当婚,女大当嫁,天经地义,不知道为什么,只知道年龄到了,该结婚了,如果不婚,则是天理不容。据对部分省市农村妇女的调查,在已婚妇女中,64.2%是因为“女大当嫁”、“要过日子”而结婚的。

(3)假设是父母的压力或需要。有些人结婚,是为了满足父母的要求,或趋于父母的压力。在1985年对部分省已婚妇女的调查中发现,67.6%的妇女,是因为父母作主或父母包办个人也同意而结婚的。尤其是城市里一些大龄女青年,未成婚的压力主要来自家庭父母,因此,也常常是出于“别再让父母操心、为难”而勉强结婚的。

(4)假设由于相爱而结合。一些青年,尤其是女青年,受罗曼蒂克文学作品的影响,以为完全为了爱情而结婚,一定是美满的。实际上婚姻生活的和美是个复杂的过程,把文艺、文学作品的描写信以为真,是肯定吃苦头的。

(5)假设结了婚便可以相爱。以为爱情是婚姻的嫁妆,以为结婚的同时爱情便可以如同嫁妆一样带过来。虽然不很了解,刚刚相识便结金兰之好,自信结了婚就可以慢慢产生爱情。

(6)假设结婚可以消除寂寞。一些青年中年甚至是老年男女,因为孤独,因为要驱散寂寞而找伴侣结合。