



如何说 男人才能懂， 如何听 女人才会说



完美的“男女关系”，从做好沟通开始！
男人与女人，永恒的话题。

而真正洞悉男人与女人之间关系的人，才是真正的智者

男人与女人语言沟通的最佳读本

女人说：“男人是谎话连篇的小人”

如此敌对，如何沟通？

无法沟通，如何相处？

泓露沛霖◎著

明明相爱的两个人，即使同睡一张床，即使相拥度过半辈子，很多也是你不了解我，我不理解你，有时沟通困难，有时又误会频生，男人和女人之间，似乎是一对亲密的陌生人。

如何说 
男人才能懂 

 如何听
女人才会说

中国商业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

如何说男人才能懂, 如何听女人才会说 / 泓露沛霖

著. —北京: 中国商业出版社, 2010.9

ISBN 978-7-5044-6880-2

I. 如… II. 泓… III. 人间交往—通俗读物 IV. C912.1-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010) 第094981号

责任编辑: 孙锦萍

中国商业出版社出版发行

010-63180647 www.c-cbook.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

北京燕旭开拓印务有限公司印刷

* * * *

710 × 1000 毫米 16 开 18.5 印张 字数 260 千字

2010 年 9 月第 1 版 2010 年 9 月第 1 次印刷

定价: 35.00 元

* * * *

(如有印装质量问题可更换)

版权所有 翻印必究

前言

男人女人，不要猜来猜去

大男子主义的男人总是会自作主张地做一些决定，他们猜女人一定不会反对，即使反对他们也猜自己可以搞定，女人不会计较和过于纠缠。而体贴温柔的男人常常因为过于小心和女人之间的那份爱，所以不得不冒险做一些事情。于是，所谓的谎言啊，无信啊，花心啊，自我啊等等词汇就频繁出现在男人和女人之间，东奔西撞，伤了两个的感情。这时，误会也就产生了。

然而，这些事情，只要学会好好沟通，就完全可以避免。

女人发现男人近日的行为总是有些奇怪，接电话也不当着自己的面，发短信也是偷偷摸摸的，发过之后就马上删掉。

终于有一天，女人再也忍不住了，她在男人躲在厨房发短信的时候当场揭穿了他，并大声质问说“发给谁的？男的女的？”男人只是很无所谓地说“没什么。”

女人生气了，叫喊着：“不要以为我不知道，你这个骗子，没什么为什么不敢当着我的面接电话，没什么为什么不敢当着我的面发短信，没什么为什么你的通话记录和短信记录全是空的？你说！”

男人惊讶地说：“你……你偷看我的手机？”

女人：“是啊，怎么了，不让啊，没做什么对不起我的事为什么怕我看啊。”

男人没说什么，只是一再表明自己没做什么对不起女人的事。

女人自然不信，她上前要去抢夺男人手中的手机，嘴里还叫嚷着：“我倒要看看你都发了什么。”

男人不给，于是两人，一个夺，一个躲。女人推开男人，流着泪跑掉



001

前
言



了，并大声说要分手，男人慌了，急忙追上去把手机塞到女人手里，让女人看。

女人打开了收件箱，一个女人的名字跳入眼中，占满了整个手机屏幕，也占满了女人的心，打开那一条条暧昧短信，女人的手在颤抖。手机中的那个女人竟然还让男人离开自己，说要给男人幸福。

“宝贝，真的，我们没什么……”

“啪……”女人给了男人一记响亮的耳光。“我都看到了你还说没什么？”

“你……没想到你对我这么不信任……好了，你一个人冷静一下吧……”说着，男人转身离开了。

女人气愤不已，她定了定神，深吸一口气，打开发件箱，看到了一条条男人给那个女人发的短信。也是一条紧挨着一条。

第一条：我跟你讲过很多遍了，不要再给我发这样的短信了，我老婆在家呢，我真的很爱我的家庭。

女人想：男人就是满口谎言的禽兽，口口声声说爱家，却在外面乱搞。还不让发这样的短信？想瞒到什么时候？继续把自己当傻瓜一样吗？

第二条：我不是说过了吗？我们不可能的。我爱我的老婆，这辈子我只爱她一个。

女人想：哼！是拿我当借口想甩掉人家吧！

第三条：你是个好女孩，你很优秀，而我不一样，我只是一个普通的员工，一个守护家庭的男人，我有我的家庭，我有我的责任，我有我的惟一。你一定会找到一个把你当作惟一的人，我的老婆就是我的惟一，我的一切奋斗都是为了她，如果她受到伤害，那么我也会痛心的。你不要再这样沉迷了。

第四条：如果你无法释怀，那么我只有选择辞职了。这样或许对你我都好。

第五条：这是我最后一次给你发短信了，在老婆发现之前我必须停止，她生性多疑，如果让她知道，即使我们没什么她也会伤心的，我发过誓要让她永远快乐幸福的。明天我就辞职，祝你早日找到真爱。

女人想起来了，一周前男人提过要辞职的事情，女人把男人责骂了一

顿，说是现在工作多不好找，那么好的公司为什么要放弃？今天晚饭前，男人还小心翼翼地又提了一遍，说是非辞不可了，因为做的不开心，而女人说他这么大个男人了怎么由着性子来，一点也不成熟……

女人哭了，待到男人回来的时候，他们才平静地把话说开了。原来，那个女人是公司老板的女儿，她断定男人就是她要找的体贴温柔的真爱，于是便穷追不舍，即使男人说自己有爱人，有家庭，她仍执迷不悟。无奈之下，男人决定辞职。

女人哭着说：“傻瓜，你怎么不和我直说呢？”

男人：“就是怕你这样啊。我知道一旦告诉你，你的心永远也不会安定了，再加上我要和她天天见面，你更加会胡思乱想了……”

女人：“讨厌，我有那么无聊吗……”

女人有时候有点偏执。有一些事情，其实心里也不觉得有什么，可是，假如不顺自己的意思，或者就在那么一个关口不顺自己的意思的话，就会赌气了。其实好好坐下来，冷静地谈一谈，就什么都解决了，何出这么一场闹剧。

如果你真的爱，真的在乎，那就要学会相信，逼着自己去相信对方，相信自己。如果你猜疑他的忠诚，他便也猜疑你的肚量。这种猜来猜去的游戏，不但不好玩反而会让你更痛苦，更煎熬，进而会伤害到两人的情感。

女人永远也不知道男人为什么要学会坚强，女人永远也不知道男人为什么不会轻易掉眼泪，女人永远也不知道男人为什么每次在心烦的时候那么喜欢抽烟，女人永远也不知道男人为什么要在分手以后还会对她嘘寒问暖，女人永远也不知道男人为什么每次在听到她被欺负了会显得那么发狂，女人永远也不知道男人为什么在分手以后会夜夜买醉，女人永远也不知道男人为什么每次出门会出手那么大方，女人永远也不知道男人为什么会那么在意你以前的男朋友……这些其实都是因为男人在乎，男人爱，男人有责任，男人有使命，男人不能软弱。他十分清楚，自己坚强了才能安慰你的脆弱，自己即使省吃俭用也要让你在朋友面前昂得起头，自己暗暗



吃着灰醋也只是怕你会离他而去……

女人不说，男人不懂，所以就猜疑。

男人不说，女人不知，所以就误会。

反过来说，女人的心思，男人也同样不知。因为女人更是绕着弯子说话的高手，她们喜欢用一圈又一圈的绳索式的问题来问男人，让男人去猜，这样才能体现出自己在男人眼中的地位；她们喜欢正话反说，因为害羞，或是因为暧昧；她们喜欢说违心的气话，因为她们想要考验男人会有多容忍，因为她们认为容忍的程度与爱她们的程度是成正比的……

男人，女人，同样滑稽，闭口不言，言之却又绕路十八弯，这样谁能懂你？

神秘？已经不再是魅力，它是杀死爱情的武器，让人互相猜疑。

完美沟通从现在开始，从拿起这本书开始！



目 录



上篇——致女人：如何说男人才会懂？

第一章 男人说话的“潜台词”

都说男人是不正经的，现实生活中存在着许多形形色色的人和事，我们无法去一概而论，但却可以将男人们的行径归结出几类。

花言巧语、油嘴滑舌通常是用来形容男人的，男人是最擅长用嘴巴说与心不相符的话的，与女人的“口是心非”不同，他们更多的是影射，是抛砖引玉，在他们的话语中常常已经有潜在的含义在里面。

1. 我爱你——咱们接吻吧 002
2. 她是我大学同学——她是我的前女友 006
3. 你和前男朋友感情好吗——你还是处女吗 010
4. 我们结婚吧——我们还是先上床吧 014
5. 请你看在孩子的份上——有了婚外情，又不想离婚 018
6. 我不指望你报答我——以身相许的事先不急 022
7. 她是个妓女——她总是轻易和别人上床 026
8. 朋友之妻不可欺——我只是还没找到机会 030
9. 我真傻——光花钱没占着便宜 034
10. 她很内向——她喜欢男上女下位，叫声不大 038
11. 孩子，你喜欢这个阿姨吗——我娶她做你后妈好不好 041



001

目
录



❀ 第二章 不要总是让男人去猜

当工作了一天的男人回家疲惫地躺在沙发上时，女人往往会过来问：“你今天回家是不是忘记什么了？”其实她是想提醒男人例行热恋时的“见面吻”，而有些男人往往愚钝，他会问：“我什么都没忘记啊。”这个时候女人还可以耐心地提示一下：“很重要的东西，你再想想。”这就是女人，爱故弄玄虚，因为这样才能显出她的重要性来。如果接下来男人只是皱眉头而无法满足女人的话，那就免不了一场冷战或是吵闹了。

- | | |
|---------------------------|-----|
| 1. 男人女人存在的经典误会 | 046 |
| 2. 压力下，不要让男人再为爱而伤脑筋 | 051 |
| 3. 不喜欢就拒绝他 | 056 |
| 4. 爱情需要表白 | 060 |
| 5. 做一个会撒娇的女人 | 063 |
| 6. 赞美男人，直接不如间接 | 067 |
| 7. 情到浓时，如何拒绝男友的性要求 | 070 |

❀ 第三章 用“物”代语来表达

对于女人来说，有些事情总是不好开口的，或出于羞涩，或是出于矜持，或是有一些隐情在其中，然而，人与人、女人与男人之间的沟通方法不仅仅是只有语言这一种。学会巧妙地用一些有形的无形的礼品来让对方明白你的意思也未尝不可，尤其是一些已经约定俗成的被人们所熟知的默认为物，更加可以代替你直白地表达你要说的话。相信聪明的男人会明白，如果他愚钝，那么就费一番工夫，多尝试几种。

- | | |
|-----------------------|-----|
| 1. 精心制作礼品表达爱 | 074 |
| 2. 点到为止 | 078 |
| 3. 借助第三者传话、传物 | 082 |
| 4. 约定一个“先低头”的礼物 | 085 |
| 5. 巧借文字传情达意 | 090 |
| 6. 让爱“物”中生有 | 094 |

❀ 第四章 床上不满如何对男人说

“性”这个话题已经越来越不被人们所避讳，有些人甚至会把这个话题拿到网上来晒，拿到桌面上来说或是在聚会中交流经验。不可置否，性是人类所必需的，是人类享受生活，升华爱情的一种方式。

然而，对于这种事情，男人更愿意行动而不是交谈，尤其是和女人交谈。女人即使无法得到满足却也不知该如何去向男人表达，让男人改进，从而提高生活质量。这就需要一些沟通的技巧。

1. 行房像例行公事 098
2. 前戏过少过于潦草马虎 102
3. 他总是一成不变 106
4. 无法到达性高潮 110
5. 性生活过于频繁 114
6. 激情过后就睡觉——后戏不足 117

下篇——致男人：如何听女人才会说？

❀ 第一章 女人心，海底针

有人说：世界上最难猜透的就是女人的心。更有人将“女人心”形容为“海底针”。

女人的心，难以琢磨，行为也难以捉摸，她可能是最温馨柔软洁白的羽毛，也可能是最恶毒狡诈凶狠的野兽。女人是一种十分神秘的物种，有时连她们自己也不曾想像到自己会是怎样的一个人，她们也无法预测自己下一刻会做出什么样的事，说出什么样的话来。

1. 女人总爱撒谎 122
2. 撒娇女人最无敌 126
3. 嘴里说着“随便”，却不随便 130
4. 女人喜欢剧情式地“表演”爱情 134



003

目
录



- 5. 女人一辈子听不够的话是“我爱你” 139
- 6. 女人是用耳朵来恋爱的 143
- 7. 痴情是女人永远的软肋 147
- 8. 男人的处女情结如何求解 151

❀ 第二章 倾听女人“无声”语言

歌词有唱：女孩的心思，男孩你别猜……其实，女孩的心思是欢迎男孩子来猜的，不猜你怎样能了解她的真正想法、真正需要呢？有些时候，这种猜心游戏更像是一种暧昧的调情，可以滋润情感。

很多时候，女人不习惯用语言来表达，但是她们的眼神、肢体已经出卖了她的想法，这就是女人的无声语言，男人千万不要被蒙蔽双眼，做出傻傻的行为。

- 1. 读懂女人的无声语言 158
- 2. 不要问“我可以吻你吗” 163
- 3. 理解女人的矜持，尊重女人的坚持 168
- 4. 女人为什么将物质当作第一 172
- 5. 表白后从女孩的反应中找答案 177
- 6. 当她在你眼前晃来晃去时 182
- 7. 肢体语言要运用恰当 187

❀ 第三章 女人说的话，反着听

女人在面对男人的时候，总是会条件反射般地说出一些与真实想法或事实相反的话语来。比如男人问：你想我吗？女人准会回答：不想。男人问：我可以吻你吗？女人准会回答：不要！要么用一句“不知道”让男人琢磨不透。就连“冷吗？”这样的天气问语，女人也会缩着脖子说：不冷。

男人啊，女人就是个反常体，千万不要用正常的逻辑理解方式来解读她的话。

1. 讨厌，你坏死了	192
2. 谁说要嫁给你了	197
3. 我不会喝酒	201
4. 我不想你	205
5. 我才不要呢	209
6. 剖析：女人的“我不知道”	214
7. 其实……你很好	218
8. 我们分手吧	222

❀ 第四章 女人的要求这样听

不单是男人有潜台词，女人同样也有，她们也会话里有话。

女人是情感动物，她们的一些小伎俩无非就是为了考验自己的爱情，因此男人们就受罪了，他们不知道女人的话中，哪一句是真的，哪一句是假的？尤其是一些加重字眼和特别腔调的话，到底是代表了什么意思？

1. 哇，那个好漂亮哦——那个我好想要	228
2. 我们可以偶尔联系——再联系我你就死定了	232
3. 现在的首饰都这么贵——尤其是我看中的那一款	236
4. 我不是很随便的女人——买这点东西就想占我便宜	239
5. 我的内心很孤独——今晚留下来吧	243
6. 你那傻样——别杵着了，主动点呀	247
7. 你不懂女人——你不满足我的需要	251
8. 你不体谅女人——你只知道自己享受	256
9. 只有他对我好——只有他能满足我	261
10. 还不是为了孩子——我改嫁了	265
11. 肚子里的孩子是无辜的——我不想做流产	269
12. 你想做什么就去做吧——稍后你会付出代价的	274
13. 你爱我有多深——我今天做了一件你非常不喜欢的事情	279



005

目
录

上 篇

——致女人：如何说男人才会懂？

第一章

男人说话的“潜台词”

都说男人是不正经的，现实生活中存在着许多形形色色的人和事，我们无法去一概而论，但却可以将男人们的行径归结出几类。

花言巧语、油嘴滑舌通常是用来形容男人的，男人是最擅长用嘴巴说与心不相符的话的，与女人的“口是心非”不同，他们更多的是影射，是抛砖引玉，在他们的话语中常常已经有潜在的含义在里面。



1

我爱你——咱们接吻吧

一个男人永远不会像女人那样哀叹可供选择的爱人太少，他们只会埋怨时间太短，以至于自己没有办法去一个个地寻找那些人群里的可人儿。他们的一生总是在有意无意地追寻着各式各样的女人，以此来丰富自己的人生，但是他们从来不会轻易地对任何一个女人说出“我爱你”这三个字，因为男人的爱太泛滥了。他的那句“我爱你”永远只会用在最恰当的时候，比如，骗你与他第一次接吻；比如，骗你与他第一次上床。之后，你就会发现，他的“我爱你”简直可以称得上是如同潮水一般疯狂。这时你才会明白过来，原来不同的男人说这句话时，它的含义也会不同。有人对你感兴趣或者对你心存感激，或者对你过度热情，或者想与你上床，他们就有可能用“我爱你”一词来表达上述感情。

不同的男人说我爱你

对于那些心怀不轨的男人来说，他们的“我爱你”三个字里往往隐藏着更深、更意蕴深远的含义。女人应该明白，当他们说“我爱你”的时候，其内在意思完全是由于境况与时机所决定的。

骗女人上床。你们两人的关系刚刚确立几个小时，或者还没过几天，如果他在这种时候说出了这句“我爱你”，你就要好好考虑一下他是否别有用心了。但是如果你是一个非常浪漫的女人，而且你内心深处非常渴望与他确立正确的关系，又或者你刚刚看完一部类似于《泰坦尼克号》这样百年不遇

的浪漫电影时，你有可能会相信他的话。不过在你相信之后，你也要准备好，因为下一步往往就是以你和他上床为浪漫爱情结局的。

打动女人的心。一旦你表明了自己对性爱的态度：“我只会和我爱的人上床”。他就会马上抓住这个时机，表达自己对你的真情：“我是真的爱你，宝贝！”他的这种言不由衷只是在挑你爱听的话说而已，其最终目的依然是得到你的身体。

他是个虚伪的男人。如果他在说“我爱你”这三个字时，没有找对时机，或者表情与语言都太过于造作，并趁机利用了许多过于夸张的词语，如“你是我这一生中惟一个能让我如此心动的女人……”那么你可以断定，他是一个十足的伪君子。

他在摸索。当他的双手不安分地摸上了你的裙子拉链时，为了阻止你的反抗，他会将这三个美妙的字眼恰如其分地搬出来。这样的男人一般都是情场高手，不经过多次的磨练，是不会如此娴熟而恰当地运用这三个字的。

他说这三个字时口气非常含糊不清。如果他可以随意对你说出这句话，那么很可能他对每个人都这么说过。女人必须明白，“你太迷人了，我爱你”与“你是一个善意的女人，你让我感觉自己与你没有距离，我爱你”，这两句话的意思是完全不一样的。

他真的需要你。当你整日为他忙东忙西、整理行装的时候，他的“我爱你”代表他是真的在感激你，也是真的在用心爱你。

他在和你上床之后说了这句话。这意味着你们的关系并未结束，而是他在开始感觉到累了之后的真实情感表白。

在你们的关系确定了很长时间之后他才说出了这句话，并且当时的气氛非常严肃的话，那么他真的表示他是用心在爱你，因为他非常清楚这句话的分量。

他想分手了。如果他在说这句原本应充满感情的话时，语气非常干，而且表情带有敷衍的含义，语气也十分急促的话，那么很可能表示你们的感情在不久之后将会结束。

挽救濒临破产的爱情。如果你们发生了激烈的争吵，或者他打了你的话，他会说“我爱你”来挽救局面，如果他的内心是真的在乎你，或者他希望你可以再给他一次机会的话，他会不停地说“我爱你”。但是，如果在争吵或者暴力行为发生之后，他们从来没有说过“我爱你”的话，这样的男人不要也罢。





他欺骗了你。如果你们的感情趋于平淡，而且你已经很少听到他如此直白地表达内心情感的话，他却在一个非常奇怪的时间不停地对你说着“我爱你”的话，那只有一个理由可以解释这一突变：他做了对不起你的事情，或者为了某个不想让你知道的原因，他想要向你撒谎。

他非常无奈。如果你总是向他无理取闹，他们会用“我爱你”来结束争论。

电视剧中往往会出现这样的剧情：故事的女主人公由于无法容忍男主角的某些缺点或者无法确认他是否真的爱自己时，总是会决定放弃这段爱情。当女主人公正准备离去的时候，男主角会突然拉住她的手，深情地说出那句“我爱你”，之后，爱情会如同童话中的结局一般，王子与公主快乐地生活在了一起。

一句“我爱你”是多少身在恋爱中的男男女女都迫切想要听到的，但是女人在面对这三个字时，却往往缺少正确的识别能力，特别是当一个男人已经急不可耐地解开了你的衣扣、急不可耐地将手放在了你最为隐私的肌肤上时，那他接下来的那句“我爱你”往往会与感情没有多大关系，那只是一张通行证，一张可以使他顺利得到接下来的故事内容的通行证，仅此而已。但是女人却总是因为这句话而把自己的全部身心献给对方，以至于最后结局并非皆大欢喜。

就如同上述各条一般，男人之所以会说“我爱你”，如果不是因为爱，那就只是为了得到某种利益而欺骗女人的手段而已；或者，在对方马上就要离开的时候挽回爱情。这便是男人口中的“我爱你”，多少女人沉迷其中，但却无法辨清真伪，从而使自己的境界越来越糟糕。

女人，理智面对“我爱你”

那些坏男人在说出“我爱你”这三个字时，往往是抱着以下的态度来对待这句严肃的话的。

我不会永远停留在爱你的阶段，我之所以爱你是因为我还没有得到你。其实我不会爱上包括我在内的任何人，除非在下一个我爱的人出现之前我就已经死了。

不要以为你是最为漂亮的，在我眼中，最漂亮的永远是那些我还没有

骗到的女人。

你千万不要将我的这句话当真，虽然我当时是出于真心的。但事后，谁能保证事情没有变化呢？

我一直没有和你分手并不是因为我有多爱你，或者我是多么离不开你，而是在我力所能及的范围内，还没有更好更棒的女人出现和被我发现。

除了你的父母，没有人会爱你一辈子。你不明白的现实是，一个男人不会一生只爱过一个女人，一个女人也不会一生就只爱一个男人。一生一世的恋爱没有，或者说，我没有看到过。所以，我对我的“我爱你”也设定了保鲜时限。

女人在面对爱情时，总是会失去应有的理智，她们总是渴望着获得不应得到的东西。这些为爱痴狂的女人忘记了一点，其实现实生活是非常公平的，你得不到的就是你不应该得到的。向男人强求来的“我爱你”往往就意味着被欺骗。

相对于那些平平淡淡的男人来说，那些有钱、有才华、有相貌、又有着雄厚家庭背景与良好社会关系的男人更容易沉迷于追逐各类美丽女人的爱情游戏中。但是，当这类男人在说出了“我爱你”这三个字时，女人要学会思考，思考一下自己是不是和他门当户对。如果自己不在乎结果，只是享受过程的话，当然可以勇敢地试一下。

女人总在“我爱你”这三个字面前过于奉献，她们痴迷于奉献自己的青春、自己的身体。但是，不管你是如何发了疯一样地爱眼前这个让你着迷的男人，你都应该把自己的一生留下一部分给自己。

还是那句老话，宁可相信这世界上有鬼，也不相信男人的嘴。你可以相信这世界上有鬼，但是，身为女人的你绝对不能相信男人的心里没有鬼。你可以原谅那些只伤害过你一次的坏男人，但是，你却不能总是一再地宽恕那些不止一次伤害你的所谓好男人。

坏男人的坏大多都在女人的意料之中，那些意料之外的好也许正是她们想要的。但是女人一定要明白，那些好男人的坏是全在你的意料之外的，而一旦你发现他们的坏，那些意料之中的好也许你就会无动于衷了。面对“我爱你”，保持你的理智，学会擦亮眼睛，看清他话中的真实意图，这样你才不会在男人的坏中成为下一个不幸的女人。

