

男人要被

懂

女人要被

爱



女人要开心，更需要懂心；男人要懂爱，更需要跟心跟。



雅文◎编著

男人，是女人获取幸福的坚强依靠；女人，是男人取得成功的可靠后盾。本书帮助你为幸福打下理论基础，再从实战的案例分享获取两性相处的智慧。男人要学会去深爱自己心爱的女人，女人要学会去读懂身边的男人，这是爱的密码，也是走向幸福终点的需求。

中国华侨出版社

nánrén yào bèi nǚrén yào bèi
nǚrén yào bèi nǚrén yào bèi

男人要被

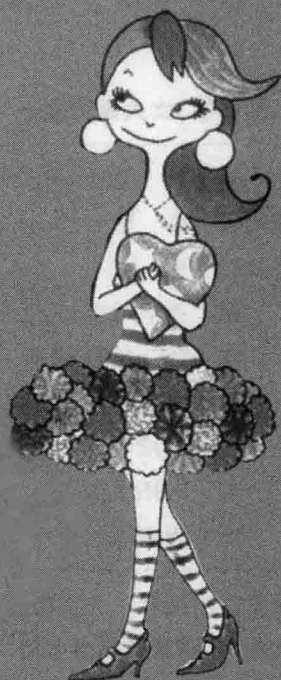
女人要被

懂



爱

雅文◎编著



中國華僑出版社

图书在版编目(CIP)数据

男人要被懂,女人要被爱 / 雅文编著. —北京:
中国华侨出版社, 2012.5

ISBN 978-7-5113-2270-8

I. ①男… II. ①雅… III. ①爱情-通俗读物
IV. ①C913.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 053929 号

男人要被懂,女人要被爱

编 著 / 雅 文

责任编辑 / 尹 影

责任校对 / 孙 丽

经 销 / 新华书店

开 本 / 787×1092 毫米 1/16 开 印张/17 字数/260 千字

印 刷 / 北京建泰印刷有限公司

版 次 / 2012 年 5 月第 1 版 2012 年 5 月第 1 次印刷

书 号 / ISBN 978-7-5113-2270-8

定 价 / 29.80 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 64443979

发行部:(010)64443051 传真:(010)64439708

网址:www.oveaschin.com

E-mail:oveaschin@sina.com

幸福就是爱“对”了！

万能的上帝用神奇的双手创造了人类的祖先亚当和夏娃。于是，随之而来的便是红尘俗世中男男女女的相识、相知、相爱、相守；随之而来的更是平凡婚姻中男男女女的交涉、交流、“交战”。

女怕嫁错郎，男怕娶错人。但是，男人和女人是完全不同的两种人，女人的心思男人猜不透，男人的心思女人也很难了解。只有知己知彼，才能百战不殆。读心，更需要懂心；知心，更需要攻心。

男人是山，女人如水。山在云深不知处，水在虚无缥缈间。山有山之巅，水有水之韵。

男人是力量与智慧的象征，女人是温馨与柔情的源泉。男人的心事隐藏在心底，女人的心事暴露在脸上。男人需要被懂，女人需要被爱。

我是一条小河，
我无心由你的身边绕过，
你无心把你彩霞般的影儿，
投入了我软软的柔波……

山对水依恋，水对山敬仰；山守护着水，水缠绕着山。男女关系正像山与

水一样是大自然的神奇造化,各得其所、各领风骚。勇敢地走进对方的心灵,理解对方的喜怒哀乐,了解对方的需求与期盼,才能共同营造美好的家园。

幸福,就是爱“对”了。

女人该怎样读懂男人,牢牢拴住男人的心;男人该如何疼爱女人,不离不弃,相守一生。所谓夫妻、所谓生活,也许就是这样,同心同德、相互依靠,手挽着手一路走下去。一切奥秘尽在《男人要被懂,女人要被爱》。

当然,幸福与否,还要看各自的修为。

上篇 致女人

——爱他，不如懂他

对于女人来说，要想成功地驾驭男人、牢牢拴住男人的心，懂男人是很重要的，毕竟女人与男人的思维模式不一样，所想所看的也不一样，所关注的也不一样。懂他，明白他真正需要什么，用自己的聪慧去引导他，下好香饵钩上生钩，就能牵着男人的鼻子，让他乖乖地陪你走好幸福的人生旅途。

第1章 别靠近男人心中那些碰不得的角落

——懂男人，就要时刻维护他的自尊心

女人总是贪心，一旦爱了，便想拥有男人的全部，却忘了男人心中有些碰不得的角落。这片角落是干净的禁区，容不得一粒尘埃，作为他的妻子或女友，你需要从他的言行举止中读懂他心中的想法，不触碰那些“雷区”，时刻维护他的自尊，这样你们的感情才能更甜蜜、更持久。

男人不是面团，放弃改变他的想法 / 2

在家“妻管严”，在外要“严管妻” / 6

男人的过去，你不必过分探究 / 9

不要在公众场合与男人发生冲突 / 12

将其撒谎的伎俩装在慧眼中，不必拆穿男人的谎言 / 15





男人要懂女人要懂

即使他不是英雄,也不要破灭他的“英雄梦” / 19

千万不要揭他的“伤疤” / 23

千万别对人诉说男人的隐私 / 25

男人的钱袋,你不必太在乎 / 27

第2章 女人最大的错误,就是忘了自己是女人

——懂男人,就要把出彩的机会留给他

当你企盼男人的温柔和体贴,企盼男人的尊敬和信任,希望让他更好,那么就要把出彩的机会留给他。男人的表现欲比女人强,他们总喜欢表现自己很男人的一面,证明自己的能力。女人太争强好胜,忘了自己是女人会令男人避之不及的。

适当装装傻,把聪明留给男人发挥 / 30

放低你的姿态,仰视男人的高大 / 33

男人的阳刚与女人的阴柔是绝配 / 37

在外面是“大女人”,回家做个“小女人” / 40

做好绿叶,不和男人抢风头 / 43

做个“懒女人”,让男人勤快起来 / 45

第3章 少点儿猜疑与埋怨,善解人意会让他更爱你

——懂男人,就要给他足够的信任和自由

草木皆兵、疑神疑鬼,心生不满、埋怨不断是幸福生活的最大杀手,还会让你成为男人眼里不可理喻的女人。男人需要足够的信任和自由,既然相爱就该少点儿猜疑与埋怨。能维持长久的爱情生活中,定有女人的善解人意。

拿什么拯救爱情?少些猜疑,多些信任 / 49

给他独处的时间,让爱留有余地 / 52

男人爱不爱你,问你的心,别问耳朵 / 55

- 别和他的爱好争风吃醋 / 58
- 理解他的哥们儿义气,打进“男人帮” / 62
- 管他就像放风筝,收放要适度 / 64
- 别把他的“红颜知己”当成“红颜祸水” / 68
- 不在男人的过错中徘徊 / 71

第4章 不要一直喋喋不休,该沉默的时候就沉默

——懂男人,就要用他渴望的方式去交流

不通则痛,通则不痛,这是众所周知的中医理论。婚恋中的男女也是如此,女人若想读懂男人的心,就要用他渴望的方式去交流,不要一直喋喋不休,该沉默的时候就沉默,给矛盾留下大量的空间,给双方一个思考和回旋的余地。美满幸福的生活,从良好的沟通开始。

- 适时关上“话匣子” / 75
- 抱怨不是沟通,会赶走两人的好心情 / 78
- 男人是用来爱的,不是用来比的 / 82
- 换种沟通方式,别把“离婚”挂嘴上 / 85
- 口吐莲花,不如细细聆听 / 88
- 男人不是猜谜专家,你的暗示他不懂 / 92
- 争吵不是沟通,不做刁蛮吵架女 / 95

第5章 铁骨铮铮的男儿也会有疲惫脆弱的时候

——懂男人,就要给他多一点儿鼓励和帮助

不管在高大威猛、坚强不屈的面具下多么成功地把自已装扮成一个铮铮铁骨,男人毕竟是人而不是神,没有众人想象的那样坚强勇敢,也会有疲惫脆弱的时候。此时,男人需要女人来懂他,而心爱女人的理解和鼓励是他最大的信心和力量来源。





男人要懂 女人要懂

- 你不是“质检员”，别苛求他是“完美品” / 100
- 别让男人老做强者，容许他偶尔的像个孩子 / 104
- 在男人脆弱时撑起一片天 / 107
- 赞美是道“强心剂”，能让他永远朝气蓬勃 / 110
- 陪伴男人度过事业的低谷 / 113
- 允许男人适当地落泪 / 117
- 疲惫时，你是他可以小憩的肩膀 / 120

第6章 把自己和生活打理好，不给男人太多压力

——懂男人，就要尽量帮他解除后顾之忧

兵法云：“兵马未动，粮草先行。”行军打仗，首先要巩固好自己的后方大本营。男人在外面拼搏跟行军打仗是一样的，后方是基础。女人懂男人，就要尽量把自己和生活打理好，不要额外地给他增添压力。男人无后顾之忧，才能够抛却所有的私心杂念，心无旁骛地去奋斗。

- 事业和爱情孰轻孰重？别给男人出难题 / 124
- 安顿男人的胃，温暖男人的心 / 127
- 好女人不做男人的“肋骨” / 130
- 家是男人的城堡、女人的天堂 / 133
- 做好男人的“军师”，助他一臂之力 / 136
- 爱他的家人，家和万事兴 / 140
- 巧理财，理出幸福来 / 143

下篇 致男人

——爱她，就要让她快乐

世界上的女人，美丽的、温柔的、聪明的、可爱的……无论什么类型的女人，她们期待被疼爱的心情都是一样的。只有被疼爱，女人才能展现充满灵性的美；只有被疼爱，女人才有醉人的靡靡情意。给予她细水长流的温情，给予她无微不至的关爱，让她快乐无忧，幸福就会被你们握在手心。

第7章 爱情中，男人对女人最不该犯的那些错

——爱女人，就要照顾她那颗敏感的心

女人很敏感，因为敏感而多情，因为敏感而忧伤。她的心思细腻如粉，你的一个眼神、一个举动都叫她思量许久、备感受伤。如果你真爱一个女人，就要照顾好她那颗敏感的心，不要在爱情中犯不该犯的那些错。

工作再忙，也不要忽略女人 / 148

你有满足她“说”的欲望吗 / 151

别让她成为“孤岛”，定一个“沟通日” / 155

不尊重女人，就会招致女人反感 / 157

黄脸婆，男人你没有资格说 / 161

女人很感性，讲大道理没有用 / 164

扁担不能偏，一头父母一头妻 / 166





男人要懂女人要懂

第8章 女人99%的不快乐,都是因为缺少安全感

——爱女人,就要给她一份踏实的感觉

女人因柔弱而缺乏安全感,一个女人的快乐感注与安全感是联系在一起。何为安全感?安全感是一种被尊重、被宠爱的需求,是男人的行为让女人产生的一种踏实感,那么男人们具体该如何做呢?

既给她爱情,也要给她“面包” / 170

结婚证书,世上最好的情书 / 173

忠诚是爱情存在的条件,是男人的天职 / 176

好丈夫的必修课:勇于承担责任 / 179

做一棵大树,保护你的女人 / 182

说到做到,别让她被“忽悠” / 185

记住,岳父母也是父母 / 188

第9章 用欣赏的目光告诉她,她在你心中最美

——爱女人,就要给她多一些赞美和肯定

女人需要男人的赞美和肯定,渴望在男人心目中占据完美女神、无与伦比的地位。一个女人若得不到心爱男人的欣赏,无论她做什么都会觉得索然无味,又怎能感受到你的疼爱和呵护呢?爱她,就用心一点儿,努力去发现她身上的闪光点吧,赞其所长、赞其所好、赞其所想……

赞美她,为她“搽脂抹粉” / 191

每个女人都是一座“门罗金矿” / 194

说声“你真棒”,让她心花怒放 / 198

她值9头牛的价 / 201

练就一双“慧眼”,发现她的改变 / 204

把“花”放在合适的地方 / 207

第10章 细节上的关爱更能让女人体味幸福

——爱女人，就要在生活点滴中宠爱她

女人需要男人的呵护与关爱是很简单的，她不会要求你给多少物质上的享受，而在意你在生活中的一抬手、一投足之间所体现出来的爱意，那足以让她用一辈子的爱来回报。是的，很多时候爱意是在不经意间流露的，可能男人自己没感觉，女人却将点点滴滴都记在了心底。

特别的日子给她特别的爱 / 210

给她幸福，从满足她的小愿望开始 / 213

陪她逛街，做个快乐的跟班 / 216

不时地设个“惊喜”小圈套 / 219

特殊生理期，关爱必不可少 / 222

第11章 懂得了包容，才算真正懂得了什么是爱

——爱女人，就要学会理性地包容与让步

每个女人骨子里都是一个公主，你不可能要求她每次都顺着你的意愿，相反她还希望你能够事事顺着自己。婚姻中没有赢家，男人要时刻懂得做输家，学会理性地包容与让步，如此，许多事情都会迎刃而解，你也就有可能赢得真爱和幸福。

掌握“哄”功夫，化于戈为玉帛 / 225

小事上装糊涂，给她充分的决定权 / 228

换位思考，经营出幸福的婚姻 / 230

主动说：“我们讲和吧！” / 233

适当改变自己，为幸福“添砖加瓦” / 236





第12章 把轻松和快乐带回家,让快乐在岁月中不断增长

——爱女人,就要懂得和她一起经营生活

女人希望看到的是你下班回家的轻松和微笑,而不是一张疲惫而忧虑的脸。尽量把轻松和快乐带回家,多参与一些营造幸福生活与婚姻的活动,和她一起经营生活,让快乐在岁月中不断增长,这该是一件多么惬意和享受的事情啊。

- 摒弃“大男子”主义,家务事你也有分 / 238
- 进门前,请抛掉坏情绪 / 241
- 学会假装的艺术,“装”出一份好心情 / 244
- 善用幽默,给爱情“调调味” / 246
- 让“昨日重现”,给生活加点儿“盐” / 249
- 像蚂蚁一样工作,像蝴蝶一样生活 / 251
- 会做家务的男人不是天生,而要后天培养 / 254

上篇 致女人

——爱他，不如懂他

对于女人来说，要想成功地驾驭男人、牢牢拴住男人的心，懂男人是很重要的，毕竟女人与男人的思维模式不一样，所想所看的也不一样，所关注的也不一样。懂他，明白他真正需要什么，用自己的聪慧去引导他，下好香饵钩上生物，就能牵着男人的鼻子，让他乖乖地陪你走好幸福的人生旅途。





男人要被懂 女人要被爱

第1章

别靠近男人心中那些碰不得的角落

——懂男人，就要时刻维护他的自尊心

女人总是贪心，一旦爱了，便想拥有男人的全部，却忘了男人心中有些碰不得的角落。这片角落是干净的禁区，容不得一粒尘埃，作为他的妻子或女友，你需要从他的言行举止中读懂他心中的想法，不触碰那些“雷区”，时刻维护他的自尊，这样你们的感情才能更甜蜜、更持久。

男人不是面团，放弃改变他的想法

女人理想中的男人是什么模样？恐怕是很难说清楚的。但是女人的标准就是：我想怎么样就怎么样，我想要的他都拥有。所以，如果男人哪里不合自己的心意，女人就想马上捏面团一样，想把男人捏成自己喜欢的样子。

可是，每个人都希望拥有一份有尊严的自主生活，男人喜欢一种生活方式自有他的道理，女人却不懂；这就跟女人喜欢穿衣打扮的道理而男人不懂一样。因此，最后的结果往往是，女人改变男人的愿望碰壁。

小雨的老公是她的大学同学，内敛沉稳、英俊帅气，一毕业两人就结婚

了。婚后，小雨才发现老公身上有太多让她不满意的地方。每次回家，他鞋也不换就直接进房间或卫生间；用过的东西随手乱丢、吃菜的口味偏重，等等。

小雨一直相信，如果两个人真心相爱是会为对方做改变的。

一结婚她就开始实施“老公改造

计划”，不是说温柔是对男人最厉害的武器吗？当老公下班回家时，她就站在门口迎接他，先给他一个拥抱，然后把准备好的拖鞋放到他的脚边；在每个物件上都标明了所放的位置，每次做饭菜都会有意识地少放一些盐。

其他方面的效果多多少少是有，但老公吃了20多年的重口味，突然一变淡，他哪能受得了，觉得饭菜没滋没味的。结果，每次吃饭的时候，他就会唉声叹气，后来有一次居然把手上的筷子一摔，大吼一声：“没滋没味的，吃什么吃！”然后阴沉着脸走出了家门，再后来开始不回家吃饭了。

俗话说“江山易改，本性难移”，男人婚前沿袭了20多年的生活方式自有它存在的道理，女人并不具有改造他的权利，而且这也是你能力范围之外的事。不是有一位婚姻专家这样说：“世界上最不容易改变的动物恐怕就是男人了，女人要想改变男人，只有从他婴儿时期开始。”

也许有些女人会反驳：“别的男人跟我有什么关系？我喜欢你才这样心甘情愿地为你的生活负责。”但是，男人真的有那么多毛病吗？据不完全统计，男人在女人眼里至少会有1000个以上需要改造的地方，所以无论怎么改造，女人还是不满意眼前的男人。况且，等你把他改造得面目全非了，他还是你原本喜欢的那个人吗？

男人 心语

每个男人都希望自主地生活，而不是像面团一样任女人捏成理想中的形态。只要我们的本质是好的，大方向是对的，小事情就没必要计较。别强行改变我们，给我们一份尊严，让我们自主生活吧。

上篇

致女人

爱他，不如懂他





男人要被懂 女人要被爱

艾晓萌闻不惯烟味，对抽烟之行深恶痛绝。结婚之前，她给男友岩出了一道难题，只要你戒烟，我们就结婚。岩深爱眼前的这个女人，许诺说：“亲爱的，我愿意为你而改变。”幸好岩没有烟瘾，慢慢地将烟戒掉了。

岩还是一个典型的爱玩乐的男人，婚后隔三差五总喜欢邀请一帮朋友来家打牌、喝酒聚会一下。而艾晓萌却是个喜欢整洁、安静的人，她不喜欢岩呼朋唤友，从结婚那天她就一直试图改造他，费尽心思、磨破嘴皮，但始终没有什么成效。

有一次，艾晓萌下班回家，一打开房门就看见屋子里云山雾海、酒气熏天，而岩坐在一群朋友中间，手里居然夹着一根烟，和大家谈笑风生。想到自己在这么长时间里软硬兼施、想方设法地想改变岩，不料他居然如此顽固不化，还变本加厉，心想自己改造的工夫和心思全白费了，艾晓萌顿时有一种不被重视、被欺骗的感觉，事后和岩提出了离婚。

岩一下子紧张起来，他是多么的爱艾晓萌啊！他躺在床上想了一天，最后决定尝试着改变自己，并请求艾晓萌给自己一个机会，艾晓萌应允。于是，岩果真再一次戒烟，也不再邀朋友们玩乐，除了上班就成天围着艾晓萌转，这让艾晓萌感到很欣慰，也很满足。

但一段时间后，艾晓萌心里老感觉哪里不对劲，是什么呢？她一直想不通，直到偶尔有一天，艾晓萌翻看以前的相册时才明白，原来，岩没有以前那样张扬和快乐了。记得她第一次见到岩时，他正在和一群朋友高谈阔论，他无所顾忌的笑容一下子就跳到了自己的心里。然而，现在呢？岩整天沉默寡言，安安静静地，没有一点儿活力。这是自己喜欢的男人吗？艾晓萌感到不知所措了……

岩基于对艾晓萌的爱而愿意顺应她的要求改变自己，结果却完全地失去了那个本真的自我，变成了另外一个人，这是艾晓萌始料不及的。但是事