

全球第一女人

雨薇 编著

男人使用手册

深入男性世界  
剖析男人隐秘  
甄别不同男人

# 男人使用手册

女人都应该知道的男人的秘密

天津社会科学院出版社

B844.6-49  
Y832.1

# 男人使用手册

——女人都应该知道的男人的秘密

天津社会科学院出版社

## 图书在版编目 (CIP) 数据

男人使用手册：女人都应该知道的男人秘密/雨薇编著. - 天津：天津社会科学院出版社，2006.12

ISBN 7-80688-284-7

I. 男… II. 雨… III. 男性-心理学-通俗读物 IV. B844.6-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 135170 号

出版发行：天津社会科学院出版社

出版人：项新

地址：天津市南开区迎水道7号

邮编：300191

电话/传真：(022) 23366354 (总编室)

(022) 23075303 (发行科)

电子信箱：tssap@public.tpt.tj.cn

印刷：北京东方七星印刷厂

---

开本：730 × 970 毫米 1/16

印张：20

字数：290 千字

版次：2006 年 12 月第 1 版 2006 年 12 月第 1 次印刷

印数：1 - 10000 册

定价：24.80 元

---



版权所有 翻印必究



NAN BEN THE ONLY HOW TO

日常生活中，你我都会接触到各种各样的男人，包括爱人、男朋友、老板、员工，乃至父亲、儿子，或其他人等。我们试着去了解他们，照顾他们，与他们相处。我们爱他们，期待他们也能爱我们。相处好时，尽管我们觉得他们很奇怪，但偏偏没有他们，我们也很难活下去。如果关系不好，我们会活得很累！男人真麻烦。

你是否曾经想过，当形形色色的男人出现在你面前时，假如你能随身携带一本对付各种男人的使用手册，你就能轻松自如的应对各种男人，就像我们去买面包机或录音机，一定会附上一本精巧可爱的使用说明书一样，除了帮助我们了解产品的特色、操作方法外，也会教导我们如何在使用时避免伤害自己。但是，“男人”这种商品却单单没有使用说明书。身为女人，我们“使用”男人的机会比其他的电器的使用多得多，可是我们无法正确地使用他们、选择他们、对付他们。《男人使用手册——女人都应该知道的男人的秘密》一书，教你如何与他们相处，你将得到完美的两性关系。作者曾经花了十五年的时间，与数万位妇女一起工作，研究她们的两性关系，分析她们成功与失败的原因。这是一项漫长又艰辛的工作，是一次让人刻骨铭心的旅行。作者很庆幸自己没有在这场争斗中沉沦下去，对于男人有了新的了解，并希望和天底下的女性朋友共同分享。期盼此书能够成为你找寻已久的“男人说明书”，愿它能够为你再造梦寐以求的两性关系。

NAN BEN THE ONLY HOW TO





## 第一部 新概念他世界

他们真令人费解啊,常常口是心非、心口不一,当他们内心的感情激荡时,却总装作平静如水。与他们相处时,他们总是一副满不在乎的表情,分别之时,又恋恋不舍。哼!就算他们很吸引人,我也不想永远跟他们呆在一块儿!他们简直就是来自另外一个星球。

- 一、男人来自陌生星球 /3
- 二、他世界里的巨大疑问 /5
- 三、男人可笑的支配欲哪里来? /9
- 四、男人·如果·爱 /11
- 五、E时代新新男女关系 /13

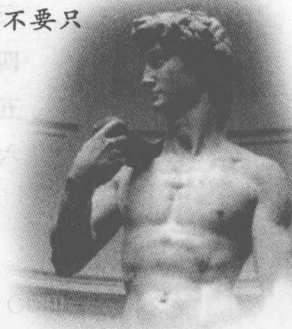
TIPS: 10种让自己爱情惨败的女孩 /19

## 第二部 他世界中的你

### 第1章 女人的致命错误

“亲爱的,如果我真的错了,我错在哪里?”你毫不怀疑,你们之所以有现在糟糕的关系,完全在于他的不可救药!试着去接近男人吧,试着不要只苛求他们。你的一些错误其实是明显的,甚至致命。

- 一、亲爱的,让我来照顾你 /25
- 二、你是怎么丧失独立的? /33



三、爱,迷失了谁的眼? /39

四、女强人也有错吗? /42

五、像孩子般乞爱 /44

六、恋爱里的白日梦 /49

TIPS:让男人傻眼的问题 /54

## 第2章 在男人丛林里站起来

两个人走到一起,爱的激情开始褪色,平淡的日子开始出现波澜,有心或无意的伤害接踵而来,让你好不伤心。你说,我要重新站起来,活出我的精彩!

一、为什么受伤的总是你? /56

二、改变你的现在 /60

三、女人的致命吸引力 /62

四、小女人最可爱 /69

五、女人不坏,男人不爱? /73

六、做一个有“味”的女人 /81

七、情感从来无空白 /82

TIPS:“坏”女人需提防的十大陷阱 /87

## 第三部 他的秘密你知道

### 第1章 关于男人,你知道什么?

他们需要你的崇拜和承认。你永远也想象不到你的崇拜对他来说是多么重要;他们所谓的天大的男人的事也不过如此;在很多时候,他们其实就是一个孩子。天哪,他还有什么是你不知道的?

一、男人秘密 123 /91

二、他们永远自以为是 /96

三、他其实需要你帮忙 /98

四、女人的情绪不可爱 /105

五、他为什么不喜欢逛商场? /108

六、举世公认的男人择偶标准 /111



TIPS:从睡前行动看男人秘密 /113

## 第2章 天使与魔鬼

他在床上就像一个……男人是一个尤物,了解一些他的小秘密对你没有坏处。

一、给女人的性测验 /116

二、性误区 123 /117

三、读懂他的性语言 /121

四、必须了解的他的性秘密 /127

五、做个性感小野猫 /132

TIPS:性爱的 11 个奇数 /134

## 第3章 男人最反感的女人

没有男人会和这样的女人共同呆上哪怕一天。是不是很可怕?很遗憾,总会有女人光荣地充当这样的角色,要不怎么显现出你的温柔、美丽、善良、可爱和完美?但是,我还是善意地提醒:姐妹们,留意一点。

一、生命中不能承受之唠叨女人 /137

二、当女人成为虚荣的代名词 /142

三、敢骂街的“泼”女人 /144

四、黄脸婆讨人嫌 /146

五、林妹妹不可爱 /148

六、摊上一个懒女人 /150

七、徘徊在梳妆台前的女人 /151

八、当她对钱财与地位更有兴趣 /153

TIPS:男人最不喜欢女人回答的三句话 /154

## 第四部 把他握在你温柔的手心

### 第1章 秘密他她共拥有

怎么回事?要让他准确无误地明白你正在传达的信息,简直比登天还难。和一头老笨牛交流也要比他容易!要知道,男人和你的表达与交流方式



MAN MEN GET ROSE SEVEN 22 MORE ENJOY THE MAN



的确存在着差异,要不怎么说他们来自外星?

一、和他交流怎么这么困难? /159

二、只需要求同存异 /167

三、他和她为何喜欢“较劲”? /169

四、为何男人总隐藏他的感情 /170

五、独特的男性话语 /172

六、男人关系大解密 /175

七、当他第一次成为父亲 /180

TIPS:男人这时最易受诱惑 /182

## 第2章 心中有数,即可随心所欲

快停下来吧,别再教他该做什么、该穿什么、该说什么、事情该怎么处理了,即使你认为这样做是在帮助他。做好自己该做的事情。心中有数,你就可以随心所欲。

一、掌握他的真诚度 /185

二、几个你需要的标准 /186

三、男人流露出轨的五种痕迹 /188

四、识破男人的谎言 /192

五、心中有数,即可随心所欲 /196

六、确认:他正在变得更优秀 /200

七、矛盾:优秀的丈夫和优秀的男人 /205

TIPS:让男人惊心的感情账单 /206

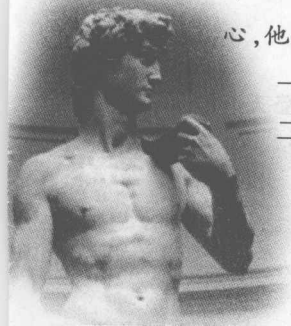
## 第3章 轻松抓住男人心

有人说,一个女人对付男人的方法就是必须很爱很爱他。爱的确是个什么人都很难抵挡的必杀武器。你要确保牢牢地拴住了他。他胆敢逃避?放心,他逃不出你纤纤的掌心。

一、幸福女人是这样的 /208

二、诱惑男人 123 /214

女人必读





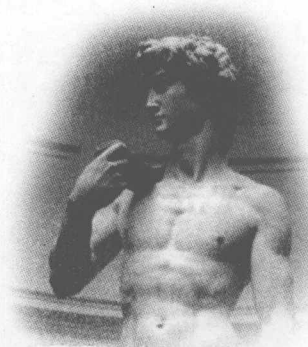
- 三、不要让男人“逃跑” /219
- 四、让我们永远互相吸引 /222
- 五、悬崖边的拯救 /225
- 六、当他在精神上出轨 /231
- TIPS:经典情话 /233

## 第五部 果味男人十三型

他们种类繁多,却永远不可缺少。他们总是在散发着新鲜而迷人的味道,让你恋恋不忘。最重要的,他们的确营养丰富,无论对我们的身体还是心灵都很有好处。他们简直和你身边千奇百怪的水果没有两样……

- 一、让你身边的男人来对号入座 /239
- 二、果味男人十三型 /243
  - 1、“火龙果”男人 /243
  - 2、“荔枝”男人 /248
  - 3、“水晶梨”男人 /254
  - 4、“越橘”男人 /258
  - 5、“核桃”男人 /263
  - 6、“李子”男人 /270
  - 7、“水蜜桃”男人 /274
  - 8、“樱桃”男人 /279
  - 9、“柿子”男人 /283
  - 10、“苹果”男人 /287
  - 11、“木瓜”男人 /292
  - 12、“柚子”男人 /296
  - 13、“西瓜”男人 /300
- 三、不完美的男人最真实 /304
- TIPS:已婚男人普遍的几种类型 /305

CAN BEIN THE HOUSE 22 NOV 5 2006



## 第一部 新概念他世界

幻想一下，假如你要到外太空去进行一次冒险旅行，对于目的地的了解仅限于：那里生活着一种与你类似的生物。当你历尽艰险终于到达了那颗陌生星球时，迎接你的是一种长相温和的生物，他们对你的到来表示欢迎，并且可以用中文与你沟通交流，惊奇吗？没错儿，你们可是亲戚哦！



## 一、男人,来自陌生星球

### 一次绝对值得的冒险旅行

幻想一下,假如你要到外太空去进行一次冒险旅行,对于目的地的了解仅限于:那里生活着一种与你类似的生物。当你历经艰险终于到达了那颗陌生星球时,迎接你的是一种长相温和的生物,他们对你的到来表示欢迎,并且可以用中文与你们沟通交流,惊奇吗?没错儿,你们可是亲戚哦!

刚开始的一段时间内,你同他们进行着各种方式的交流,而且处得不错;然而,随时间的推移,你们之间的关系也会越来越恶劣。虽然,作为“外星人”的他们能用中文同你交流,却不能完全理解你的话语,仿佛“对牛弹琴”,往往两件事“风马牛不相及”。例如:他们会把你频繁的提问当作责备,尽管你仅仅出于好奇。更进一步你会了解到:你与他们具有天壤之别,你以合作为优良品质,他们却喜欢竞争,你容易真情流露,他们却从不轻易表



露,随着时光的流逝,你与他们相处的时间愈长,失败感也越重。

终于,你们要离开这个是非之地了。你认为:那些感情如此淡漠的人,根本不会在意你的别离,可奇怪的是,当他们得知你要离开时,显得十分伤心与留恋不舍,并反复哀求你别走,让这段美好时光继续下去。然而,去意已决的你,在他们不舍的目光中,登载火箭离去,在呼啸声中,你应该会有所感伤:

他们真令人费解啊,常常口是心非、心口不一,当他们内心的感情激荡时,却总装作平静如水。与他们相处时,他们总是一副满不在乎的表情,分别之时,又恋恋不舍,哼!就算他们很吸引人,我也不想永远跟他们呆在一块儿!



## 新女性新方式让男人疯狂

假如你仍不明白前面故事的含义,我就直说吧:这些所谓的“外星人”一直融入到我们的生活中,他们叫“男人”。我们与他们之间在各个方面都存在着巨大的差别,仿佛来自两个不同的世界,你是否想过:我们会与他们和平,快乐的相处吗?我们与他们的生长过程,价值观,思维方式,甚至是沟通方式都不相同,要与他们友好相处,无异于登天,是可望而不可即的。然而事实上,我们在进行着这种尝试——我们与他们朝夕相处,如果找一个词来形容这种行为时,只有这个最贴切——“奇迹”。

对于“男、女生来便具有差异”这个问题,我会在后面另作解释。从古至今,女人仿佛认命般的对男人“俯首称臣”、百依百顺,直至20世纪初,这种情况发生了改变。女人重新确立了自身存在的价值与作用,在生活与工作中要求平等,她们不再扮演她们祖辈们所扮演的惯有角色。她们学会了独立与自主,利用科学的节育手段,积极参与社会工作,自己养活自己,由此获得了新生。

基于上述变化,两性关系出现了裂痕,女人不再受男人的统治与指使,



她们可以大声向别人宣告：

“我要按自己的方式生活，不再受男人的奴役了！”

可是，什么样的行为才符合“新女性”所为呢？我们及我们身边的男人对此都感到不解与无助。仿佛在玩一个游戏，可新规定还未拟定，旧规则已不再适用。我们要自由，却又渴望被呵护，我们自食其力，却也希望在一天忙碌的工作之后有人能嘘寒问暖。我们讨厌软弱无能的男人，却又希望男人能向我们表露他们软弱的一面。我们深受这种矛盾规则的迷惑，并利用它去使男人疯狂。

作为“新女性”，我们能够实现“经济独立”，然而在两性关系方面，我们却是失败者，情况愈来愈糟。一个商界女强人曾向我诉苦道：“我能够赚大把大把的钱，买豪宅别墅，然而却不能与男人保持良好的关系，这是为什么呢？”

不仅是这个女强人，对于绝大多数女性来说，男人始终是生命中未被触及的角落，是一片荒芜的、尚未开垦的“心田”。

请注意：这本书的目的并非在责骂男人，让他们承认错误。

这本书，是我们几千位妇女潜心研究的成果与结晶，对于改善两性关系大有裨益，为什么男人们会这样？怎样更好的掌控男人？这本书将会告诉你，你想知道的一切！

## 二、他世界里的巨大疑问

你有没有注意到：男人通常不会开口打听路该如何走，而是驾着车反反复复、兜兜转转，直到自己找到为止。你有没有想象过：男人是出于对女人权势的恐惧，才千方百计的使自己凌驾于女人之上。

你想对此有更深一步的了解吗？

你有没有想过：你为什么在男人烦躁、心情不佳时，反而有更多的要求？





你有没有想过：男人为何在女人面前表现得无比坚强与豪放，尽管那个女人对真相已经了如指掌。

如果你回答“是”，可以推断你不是个寂寞的女人。当一个女人面对自己心爱的男人时，常常感到莫名的沮丧，因为她始终无法看透这个男人，这时，你要明白：

男人们并非故意使女人感到疯狂，而是从古至今一成不变的传统训练方式使男人变得不可捉摸。

让我们共同学习一下这些常规吧！

我为何将他们称为“寂寞的猎手”和“过时的骑士”？

为何男人总试图凌驾于女人之上？

男人怎样会对爱缺乏兴趣？

我们怎么接受被电视已定位的形象？

## 他是男人，他是孤独狩猎者

几万年以前，地球上一片荒芜，死气沉沉，灾祸接连爆发，气候恶劣，寒冷而潮湿的天气时常出现。还有数目庞大的巨禽猛兽，相比之下，人类显得如此渺小与无能，因此，我们只能结聚成群，共同寻觅着美好家园，那时，强大意味着生存；相反，弱小——等待你的只有死亡。

悬崖峭壁，半山腰上，一方简陋的石穴，一家人寄居其中，正享用他们的唯一一餐——只有几片早已风干的野鹿肉。作为一家之主，男人很想为家人提供丰富的食物，然而心有余而力不足，只有上次狩猎后残存的一点肉干。在这样糟糕的天气去打猎可不太容易，更何况持续数天的大雪将大部分动物都驱赶到了温暖地带。然而当他面对饥饿、疲倦的家人时，他很快意识到：作为男人，必须为家人带来新鲜的食物，而狩猎是唯一的方法，否则全家人饿得奄奄一息，终将成为野兽的腹中餐……

恍惚之间，男人似乎听到洞外有生人的动静，他马上面对洞口，做好备



战准备。是谁？是意欲抢夺他家人和洞穴的一个强者？还是打算用他果腹的凶禽猛兽？亦或是风在戏弄他，嘲笑他太过于疑神疑鬼？然而他始终将戒备之弦绷得很紧，他必须每日守在洞口，随时发现突如其来的危险，就算休息也只能是假寐，半睡半醒之间，他也在注意发现任何风吹草动。

在炽热的火边，他却隐隐发抖，恐惧一直缠绕着他，他似乎听得见剧烈的心跳声，然而这一切却被掩饰在他的刚毅的脸庞下。他明白自己肩上的重任：一旦他倒下了，全家人就失去生存的希望，他是男人，他是狩猎者，他能选择的只有坚强、勇敢地去斗争。

### 他是失去战场的过时骑士

几百年来，男人们所培养起来的本领已无用武之地，20世纪，狩猎与斗争早已过时，他们如同“过时的骑士”，既无对手，也无战场，更没有挑战。

女人常常对男人们的行为感到不满，是可以理解的：

“他总是对我所说的一切充满了敌意，太过戒备了！”

“他从不向我敞开心扉，总是故作坚强！”

“希望我丈夫可以与其他男人保持朋友关系，他总是对别人有敌对感。”

“他太注重他的事业了，对此我很担忧，我让他放松些，然而他却依旧如故，如果今天该做的工作没有完成，放到明天去做，他便有如面临生死攸关的抉择。”

“我的男朋友很讨厌被别人指责、批评，当他受到诘问时，会将一切不同的意见视为对他的人身攻击，然后像一头愤怒的雄师，用最刻薄的话语进行反驳。”

“我丈夫遇到烦心事时，总是独自借酒浇愁，性格也变得乖戾起来，这影响到了我，除非他将真相告诉我，否则我的心情也会变得很糟。”

我们有理由肯定，这些男人虽然生活在20世纪，可他们的行为方式却





体现出了“猎手与骑士”的心态，他们被一种神秘的未知的能力驱使。心理学中对此做出了解释：人类天生有“记忆遗传”的能力，这意味着即使历经数千万年，那些原始的意志，仍会被保留下来，代代相传。

男人始终将最初的所具有的能力与意识保存至今，并且情不自禁地表现出来，比如：争强好胜，操纵女人，在家庭中承担起保护者的责任。

### 他是一个淘气而警惕的孩子

数年前我的一次亲身经历印证了“遗传记忆”存在的真实性。我的前任男友是一位教师，同时也是一位作家。每次我们一起到餐厅用餐，我都觉得很奇怪，因为每次吃饭时，无论服务生为我拉开哪个方向的椅子，我都不加考虑，欣然而坐。但男友却不是这样，他只有在位置面向出口时，才会如鱼得水般坐下来。如果他背对着别人而我却可以看清整个房间时，他总希望我俩调换位置。对于他奇怪的行为，我没有想太多，而且每次都满足了他的要求。终于有一次，我固执地坚持不与他换位子，我抱怨着：“我就不和你换！这里视眼开阔，可以看清楚每一个角落和每一个人，我一定要坐在这里！”

他无可奈何地叹气应答，然后满不情愿地背向餐厅坐下。在接下来的聊天中，我发现他情绪低落，而且惴惴不安，即使话题十分有趣也无济于事，出于好奇，我便问道：

“有错吗？你怎么了？”

“坐在这个位置上，我感到很紧张，”他如是说。

“天！我无法理解，你为何对那个位子有恐惧感呢？”

他回答道：“当我背对门口时，我无法感到舒适，总觉得有什么不对劲，要知道，在这里什么也看不见！”

在经过长达半个钟头的共同研究探讨之后，就背对房门口一事，我们发现了一个不可思议的问题。以前，凡是出席这种类似的宴会时，他总是坐在面对全场的座位上，而且是无意识的。其实，他是一个十分理智的人，他

