



女人要宠，男人要哄。
不会宠女人的男人就算不上是一个成功、
有修养、有风度的男人汉！

一本写给天下所有男人的婚姻“圣经”

夏兰◎编著

女人要宠

Noren yaochong

这是少男、少女的书！
这是情人的书！这是恋人的书！
这是夫妻双方互读、互看、互品、互研的书！
这是送给恋人、情人、老公、老婆和异性的书！
愿天下的恋人、情人、老公、老婆都能找到真正的爱！

时事出版社

女人要宠

Nǚ

REN

YAO

CHONG

夏 兰 编著



时事出版社

图书在版编目(CIP)数据

女人要宠 / 夏兰编著. —北京: 时事出版社, 2007.5

ISBN 978-7-80232-119-9

I. 女… II. 夏… III. 妇女心理学—通俗读物
IV. B844.5-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 040553 号

女人要宠

出版发行: 时事出版社

地 址: 北京市海淀区万寿寺甲 2 号

邮 编: 100081

发行热线: (010)88547590 88547591

读者服务部: (010)88547595

传 真: (010)68418647

电子邮箱: shishichubanshe@sina.com

网 址: www.shishishe.com

印 刷: 北京京安印刷厂

开本: 787×1092 1/16 印张: 17.5 字数: 307 千字

2007 年 5 月第 1 版 2007 年 5 月第 1 次印刷

定价: 28.00 元

前言



Qian Yan

“该怎么宠女人”是一个大众性的话题，也是一个需要深入研究与探讨的问题。你知道女人为什么需要“宠”吗？你知道女人的真实生存状态吗？你知道她们内心的甘苦与渴望吗？你知道女人最真实的一面吗？

有作家形容，每一种花代表着一种女人。有的女人如牡丹、芍药般雍容华贵、气质高雅、超凡脱俗；有的女人如兰花般惹人怜爱，有着柔若无骨的纤纤素手，凝满哀怨与深情的眼，让人顿生怜惜与柔情；有的女人如玫瑰般热烈奔放、激情如火、敢爱敢恨；有的女人如梅、如菊，高风傲节又纯洁；有的女人如出水芙蓉般袅袅婷婷、优雅恬静；还有的女人如虞美人般美艳绝伦却剧毒无比……

花似女人，女人如花。她们或以气质魅人、或以风采骄人。每一种女人都有着独一无二的特质，让人百读不厌……

但是，你能真正地了解女人吗？

女人在许多人的眼中是猜不透的谜。弗洛伊德曾叹道：“虽然我花了 30 年的时间研究女性的灵魂，但有个大问题我仍然无法回答：女人渴望得到些什么？”

契诃夫也说：“女人是个猜不透的谜。”是的，女人是个没有确切答案的谜。

她为什么就需要人去“宠”呢？因为在现代社会里，女人是“第二性”，被当作男人的肋骨、影子。莎士比亚说：“女人，你的名字叫脆弱。”

在新时代社会，女人们虽然迈出家门走向社会了，但是，她们活得轻松快活吗？答案是否定的，实际上，她们肩头的担子更重了。她们不仅没有摆脱家务的担子，还背上了事业的重负。所以，她们要两头做人，在家庭与事业的夹缝中苦苦地挣扎，辛酸无人知晓……

另外,她们一心追求感情,却易为爱所伤;她们全心全意地经营婚姻,却可能被丈夫抛弃;她们为丈夫、为子女耗尽所有精力,却可能无人领情;只因是女人,想在事业上崭露头角竟难如登天;即使越过重重险阻获取成功,却不能坦然享受成功的喜悦,反而烦恼缠身……

女人的青春易老、红颜易逝,女人最易陷入孤独无助……

但这个世界却万万不能缺少了女人,她们是人类的半边天。文学大师冰心说过:“如果世界上缺少了女人,就缺少了十分之五的真,十分之六的善,十分之七的美。”

女人一直在我们的生活中扮演着重要的角色。对于女人,我们该做些什么呢?我们是不是该多给她一些爱护、多给她一些温暖、多给她一些帮助呢?

你知道该怎么去宠女人吗?你了解女人的心思吗?

当一位令你砰然心动的女孩朝你走来,除了心跳不已外,你知道该怎么向她表达你的爱意吗?

当一个你爱的女人在你久追不果的情况下,你是继续表达自己呢,还是该放弃?你知道女人对爱情的憧憬吗?你知道什么样的求爱方式最有效吗?

俗话说“女人心,海底针”,把女人的心理形容得非常透彻。事实即是如此。女人的心是难以捉摸的,明明是自己喜欢的男人,却非要装出一副漠不关心的神色;而对于根本没感觉的男人却会开随意的玩笑。

女人对于男人的追逐,越是疯狂、越是执著,她的心里就越是喜欢,只是表面上板着脸孔说讨厌,而最终却可能会义无反顾地嫁给这个“讨厌”的男人,因为这个男人能够满足她对爱情的幻想。

男人是什么?对于女人来说,男人应是座可以依靠的大山。男人的关心和爱护是女人的“最需”。女人在受伤的时候,最希望能够有一个可以依靠的男人,让她依着他栖息,做甜美的梦。这就是女人所追求的“毕生幸福”。

女人会把男人当成她一生幸福的“赌注”,拿自己的青春孤注一掷。她们希望通过一个男人,改变自己的后半生……

这就是女人,男人所不了解的女人。

许多男人自认为了解女人和自己的妻子,其实未必。德国哲学家费尔巴哈曾经说过:“和你最近的人往往离你最远。”

是的,一个男人与一个女人可能共同生活了几年或几十年,可仍不明白她的内心需求是什么,不明白她为什么对婚姻生活有那么那么多的不满意,不明白她

为什么会由婚前温柔可人又善解人意的女孩儿变成婚后心胸狭窄、斤斤计较又喜欢唠叨的怨妇,不明白……

当你已经堪称是“老夫老妻”的妻子忽然埋怨道:“恋爱的时候,你每天送我一支玫瑰,怎么现在一支都不送了?”你会不会为这句话而半天缓不过神来?你是真诚地检讨自己:“亲爱的,都是我的错,不该疏忽了这件事情,以后一定谨记”;还是不屑地对她讲:“一个渔夫钓到鱼后,是否还要继续喂它饵吃呢?”你知道不同的两种回答分别会造成什么后果吗?

婚后的少妇可能会依然缠着男人,像初恋的少女一样,柔声地要他陪着去逛街、做美容;女人可能不在乎男人为她花了多少钱,却在意男人是否舍得为她花钱;她可以不要金钱带来的物质享受,却对男人的嘘寒问暖感动不已;她不再过分地在意男人的学历、相貌以及经济基础,却对“他是否在乎她”毫不含糊……

是的,女人的心思很难懂,但是你却一定要懂。只有搞懂女人心,你才知道针对不同情况该怎么去宠她!

女人显示出高傲或矜持,仅仅是因为过分的自尊;自知相貌平平的女人,希望在他人眼中是美丽的;她最喜欢听到爱人称赞自己,哪怕明显言过其实;女人有时不是不想嫁,而是苦于找不到认为可以依靠的男人;明明喜欢一个男人,却不会说出来,而是等待着那个男人自己上钩;没有一个女人愿意成为令丈夫讨厌的人,但却会被丈夫逼成这样的女人;明明已经白发初现、眼袋明显,却仍不愿听到有人叫自己“阿姨”……

解读女人不容易!宠女人也要对不同情况采取不同的应对方式。

女人不仅有明媚的一面,也有阴暗的一面,亦正亦邪。她们的本能中有光环也有阴影;有天性的美德,也可能有劣根。

女人的香色让人惊诧,女人的秀色让人赞叹,女人的出色让人钦佩,女人的爱让人感动……美与爱交织成女人生命中最亮丽的风景。我们能从女人身上感受到母爱和情爱,从女人的奉献中看到宽容和忍让。当你打开女人这扇窗,你就会看到美丽、温柔、文雅、坚韧,感受到无怨无悔的付出、无日无夜的辛劳、无时无刻的呵护、无始无终的温馨。

不过,当你透过女人身上特有的光环,你还可能会看到女人心灵中的阴暗面:女人的浅薄使自己最容易被诱惑;女人的凶悍使自己容易被拒绝;女人的轻浮使自己容易被抛弃……

没有男人喜欢任性的女人,但女人却可能很任性;没有男人喜欢虚荣的女

人,但女人却可能一心求虚荣,甚至会集吝啬、矫情、嫉妒心强、报复欲猛烈于一身,并且被错误的思想冲垮理智……

这时,你不仅不能听之任之、不能顺其心而行,相反要采取拒绝、反对、划清界线等方式去面对,这样才能使自己免受其害,造成终身悔恨。

要想宠女人,首先要走近女人、理解女人、感悟女人,把女人彻底读懂。本书不仅向你详细、全面地解剖女人的方方面面,还有针对性地教你如何根据不同情况去“宠”女人。

此书在编写过程当中,得到了很多对“宠女人”有感受、有想法的朋友的帮助和建议,他(她)们积极地参与到书稿的编写过程当中来,对资料的提供、收集、整合以及具体写作都给予了很大的帮助。

在此,作者对所有给予帮助、提供资料以及提出宝贵建议的朋友表示真诚的感谢,希望这部融入了诸多人士心血的作品能够得到广大读者的认可,受到男人和女人们的欢迎。

谨以此书献给深爱着女人的男人们,和所有为爱付出的女人们。

主编者 夏 兰

2007年4月于北京

目 录

Mu Lu

第一章 女人为何要宠

NüRenWeiShenMeYaoChong

第一节 社会因素带给女人的“重压”

- 1.“好女人”难做 / 002
 - 人们对女人的期望太高 / 002
 - 身顾“万事”疲于奔命 / 003
 - 做得好也未必得到承认 / 004
- 2.“好女人”不能说不 / 005
 - 难以按自己的意愿生活 / 005
 - 委曲求全,“不”字难出口 / 006

第二节 感情方面的辛酸苦辣

- 1.为爱受伤的总是女人 / 008
 - 为爱奉献自我的“痛” / 008
 - 牺牲自我成全“他” / 009
 - 付出所有被视为“理所当然” / 010
 - 不怕付出只怕失去 / 011
 - 被抛弃、受伤的多是女人 / 012
- 2.婚姻没有“保质期” / 014
 - 经营得好不一定守得住 / 014
 - 女人偏偏最怕遭遇“情变” / 016

第三节 家庭中的“老黄牛”

- 1.忙家庭还要拼事业 / 018
 - 挣扎在家庭与事业的夹缝中 / 018
 - 体力和精力双双透支 / 019
- 2.被视为家庭的奴隶 / 021
 - 勤俭持家用心良苦 / 021
 - 丈夫、子女的“忠实保姆” / 022
 - 该为女人“减减压” / 023

第四节 因为性别“出头”难

- 1.如今依然受到性别歧视 / 025
 - 依然被视为“弱女人” / 025
 - 辛劳得不到足够的重视 / 026
- 2.职场上难以“出头” / 027
 - 没有平等的工作机会 / 027
 - 成为受男人支配、欺负的对象 / 028

第五节 事业成功的艰辛

- 1.性别是成功的最大障碍 / 030
 - 女人自身劣势多 / 030
 - 奋斗的路上阻力重重 / 031
- 2.女人成功的代价重 / 032
 - 要事业就得有所牺牲 / 032
 - 成为工作的“机器” / 033
 - 想成功得“豁得出去” / 034
- 3.成功的女人苦恼多 / 035
 - 成功反带来压力和烦恼 / 035
 - 人在高处不胜寒 / 037
 - “孤家寡人”的痛苦 / 038

第六节 女人较男人脆弱

- 1. 女人多悲悯 / 040
 - 女人最易感慨、悲伤 / 040
 - 岁月无情、青春易逝 / 041
- 2. 女人最易陷入孤独无助 / 043
 - 在工作、生活中女人常感无助 / 043
 - 女人需要心理慰藉 / 044
 - 女人最需得到男人的照应 / 045

第二章 怎么宠女人

ZenMeChongNüRen

第一节 如何去“爱”女人

- 1. 表达对女人的爱意 / 048
 - 爱就说出来 / 048
 - 恋爱之初言行要“讨好” / 050
 - 打动女人心的方法 / 052
 - 利用“天时地利”表达爱意更有效 / 053
 - 满足她对爱情的幻想 / 055
 - 不要吝啬付出 / 057
 - 女人无法拒绝的“公主待遇” / 058
 - 给她想要的浪漫 / 059
 - 赢回变了心的女人 / 060
 - “坏”一点更能赢得女人心 / 062
- 2. 日常生活中也要“怜香惜玉” / 064
 - “在乎她”最重要 / 064
 - 婚后的女人更需关怀 / 066
 - 婚后主动增进感情 / 068
 - 对女人要知冷知热 / 069
 - 多参与她喜欢做的事情 / 070
 - 要懂得“投其所好” / 071

- 给她无伤大雅的虚荣 / 073
- 对女人不要吝啬金钱 / 075

第二节 男人对女人该具备的风范

1. 对女人需有呵护之心 / 077
 - 女人的幸福来自男人的爱护 / 077
 - 不同类型女人如何去呵护 / 078
2. 接纳她、包容她 / 079
 - 让你爱也会让你恨 / 079
 - 爱她就接受她的全部 / 080
 - 女人性情如猫般善变 / 082
 - 爱她就包容她 / 083
3. 要靠得住 / 084
 - 女人渴望爱情,又怀疑爱情 / 084
 - 事事需要“安全感” / 086
 - 对男人有很强的依赖心理 / 088
 - 男人是女人一生的“赌注” / 089
 - 可靠与否非常关键 / 091
 - 爱她就给她永久的依靠 / 092
4. 努力做女人眼中的好男人 / 093
 - 要有良好的外在形象 / 093
 - 要有良好的资质修养 / 094
 - 要有良好的品行 / 095
 - 要有良好的能力与性情 / 096
 - 做一个合格的丈夫 / 097

第三节 宠女人要顺应女人心

1. 承认她 / 099
 - 女人事事需要他人的承认 / 099
 - 女人期待来自他人的赞赏 / 101
 - 称赞能带给女人自信 / 102
 - 赞美是取悦女人的绝好办法 / 104

- 可怜天下女人心 / 105
- 必要时使用善意的谎言 / 106
- 2. 让她有“优越感” / 108
 - 怕对男人失去“吸引力” / 108
 - “优越感”效用大 / 109
 - 女人喜欢夸她年轻 / 110
- 3. 重视她 / 112
 - 女人常努力引起他人的重视 / 112
 - 女人更需要男人的重视 / 113
 - 是否“受到重视”至关重要 / 114
 - 要重视有关女人的日子 / 115
- 4. 要有分寸 / 118
 - 对女人的“好”也要适度 / 118
 - 别虚伪得“过了头” / 119
- 5. 要顾及女人的喜恶 / 121
 - 评论她的容貌时要“扬长避短” / 121
 - 别唐突问她的年龄 / 122
 - 行为作派别讨女人厌 / 124
 - 凡事要细心、小心 / 127
- 6. 不能触犯到她 / 129
 - 别引发她的醋意、嫉妒心 / 129
 - 别触犯她的自尊 / 131
 - 不可轻视女人 / 133
 - 别给她留下永远的把柄 / 135
 - 别小瞧了女人的“小气” / 137

第四节 女人闹情绪怎么办

- 1. 安慰能防止女人“多心” / 140
 - 女人天性敏感多疑 / 140
 - 女人疑心的害处大 / 142
 - 安慰能有效化解女人的醋意 / 143
 - 安慰能防止女人的“小心眼儿” / 145

- 2.“价值感”是一剂良药 / 147
 - 女人闹情绪常由男人造成 / 147
 - 别把她当成附属物 / 148
 - 女人受不了男人的轻视 / 149
 - 女人会被冷漠的男人“逼走” / 150
 - 别冷落了你的女人 / 152
 - 对她表示“承认”和“感谢” / 153
- 3.要处处顾及对方的感受 / 154
 - 男人的疏忽造就女人的怨 / 154
 - 婚后更需重视女人的感受 / 156
 - 尽量别扫了女人的兴 / 157
 - 多给女人一些关爱 / 158

第五节 女人做错事怎么办

- 1.男人应承担的责任 / 161
 - 主动承担维护婚姻的责任 / 161
 - 女人不贤淑,男人有责任 / 162
 - 男人应主动适应、迁就女人 / 165
 - 男人要主动避免发生争执 / 166
 - 能够向女人“低头” / 167
 - 种豆得豆,种瓜得瓜 / 169
- 2.给女人有效的引导 / 170
 - 女人容易迷失自己 / 170
 - 面对问题要懂得引导 / 171
 - 用宽容和引导化解矛盾 / 172
 - 帮她适应两个人的生活 / 174
 - 和她一起成长 / 176
- 3.好男人造就好女人 / 179
 - 夫妻之间是相辅相成的 / 179
 - 对妻子要以身作则 / 181
 - 发挥“甜言蜜语”的功效 / 182
 - 少一些挑剔、多一些爱护 / 185

第六节 家庭问题如何化解

1. 消除隔阂,增进感情 / 189
 - 通过“改造自己”消除隔阂 / 189
 - 关心妻子的精神生活 / 191
 - 女人需要倾吐 / 194
 - 做个听话的丈夫 / 196
 - 用“多交谈”消除妻子的受冷落感 / 198
 - 要注意给妻子留“面子” / 201
 - 多体谅妻子的“苦衷” / 203
 - 在对方需要照顾时要好好表现 / 205
2. 化解矛盾,保卫婚姻 / 207
 - 不能对妻子期望过高 / 207
 - 检讨是否对妻子关怀不够 / 210
 - 改变对妻子的态度 / 212
 - 吵架也要有原则 / 216
 - 吵架后要主动示弱 / 218
 - 把妻子放在“首位” / 221
 - 给妻子一定的“私密空间” / 224
3. 妥善处理家务事 / 226
 - 共同承担养育子女的责任 / 226
 - 帮她搞好婆媳关系 / 228
 - 妻子第一,金钱第二 / 230
 - 尽力分担妻子的家务 / 232

第三章 “出格”的女人别依着她

ChuGeDeNüRenBieYiZheTa

第一节 得寸进尺、无理取闹

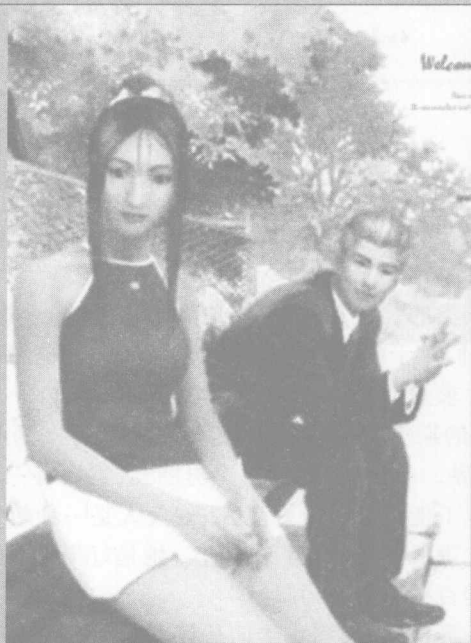
1. 飞扬跋扈、一手遮天 / 236
 - 把男人当成私有财产 / 236

- 凡事以自我为中心 / 237
- 无分寸地限制男人 / 239
- 乱使性子 / 240
- 恃强凌弱,摆弄男人 / 242
- 会将男人逼上绝路 / 244
- 2.无理取闹的“醋坛子” / 245
 - 女人易乱猜疑 / 245
 - 控制男人的言行自由 / 246
 - 担心男人搞“办公室恋情” / 247
 - 限制男人的正常工作 / 248
 - 把丈夫的秘书当成“假想敌” / 249
 - 乱猜疑会导致家庭破裂 / 251
 - 理解和帮助才是爱 / 252

第二节 作风浮躁、不安分

- 1.没有口德 / 254
 - 无事生非的长舌妇 / 254
 - 乱揭他人短 / 256
- 2.过分求虚荣 / 257
 - 对男人“明码标价” / 257
 - 对男人要求过高 / 258
 - 一心图虚荣 / 260
 - 对男人朝三暮四 / 261
 - 说三道四乱攀比 / 262
 - 为虚荣逼夫“惹火上身” / 264

第一章



女人为什么要宠



第一节 社会因素带给女人的“重压”

SheHuiYinSuDaiGeiNuRenDeZhongYa

1. “好女人”难做

人们对女人的期望太高

现今社会,女人成为人类的“半边天”,社会地位提高了,受重视的程度也提高了。在受到重视的同时,人们赋予的期望值也大大地增加了,既要求女人能够走到社会上拼得一席之地,又要求女人成为贤妻良母的典范。

人们给予了女人太多的期望,作家梁晓声说:“好女人是一所学校,一个好男人通过一个好女人走向世界。一个男人的一百个男朋友,也没有一个好女人好;一个男人的一百个男朋友,也不能代替一个好女人。好女人是一种教育。好女人身上散发着一股清丽的、春风化雨般的妙不可言的气息。她是好男人寻找自己、走向自己,然后豪迈地走向人生的百折不挠的力量。”

“女人是社会变化和发展的酵素,当你走向战场和类似战场的生活,身后有一位好女人相随,那死也不是可怕的了。当你感到身心疲倦透顶的时候,一只温柔的手放在你的额头,一觉醒来,你又变成朝气蓬勃的人。当你糊涂又懒散,自卑又自叹,提不起腰杆,好女人温柔的指责,像一条鞭子,抽打着你前进。好女人使人向上……好女人暖化了男人,同时又弥补了男人的不完整和幼稚,于是男人就像一个真正的男人……”

在众望所归中,在众目睽睽之下,女人们竭尽全力地使自己成为人们心目中的“好女人”,兢兢业业地工作,勤勤恳恳地管家,为此忙得团团转,生怕哪一点做得不够好。