

《男人，你為什麼沉默不語》姊妹篇

亲爱的

Lover Why Don't You Understand Me

伍德 編著



你
为
什
么
不
懂



內蒙古人民出版社

亲爱的，

你为什么不懂

伍 德 编著

内蒙古人民出版社

内容简介

友情、爱情是构成美好社会不可缺少的要素；男人、女人是古今中外永恒的热门话题。《男人，你为什么沉默不语》向人们告白了当今男人内心世界的苦闷、渴望与呐喊。本书是其姊妹篇，向人们倾诉当代女人内心深处的痛苦与彷徨，向往与追求。倾诉不满足是为了找到解决问题的办法，试着从不同的角度进行探讨，促进男女相互理解，达到沟通。此书在帮助女人获得内心的平静和解析各种现象时，深入浅出，和人们日常生活中的喜怒哀乐紧密相联，从中引申出许多道理、技巧和方法。运用这些，将消除你生活中的不满和抑郁，获得宁静、和谐与成功。

亲爱的，你为什么不懂

伍德 编著

内蒙古人民出版社出版发行

(呼和浩特市新城西街20号)

北京市房山区东营乡燕南印刷厂印刷

开本：787×1092 1/32 印张：10.5 字数：250千

1998年1月第1版 1998年1月第1次印刷

印数：1—10000册

ISBN 7-204-04013-9/C·28 定价：19.80元

前 言

社会在不断发展,妇女解放的口号也喊了几个世纪,但世界从根本上讲仿佛仍是男人的。任何男人,不管其承认与否,多数还是凭外表的感觉首先对一个最初见面的女人采取态度。恋爱中的一见钟情,被歌颂得美妙异常,但大多数女人,从心灵深处可以认识到的只是自己的美如何与男人相符合,而不懂得如何去利用美和发挥美。因此,如何深入分析、了解,进而把握住男性心理,扮演好新时代女性的角色,已成为妇女在生活中的关键所在。

并非是出于一种偶然,你捧起了这本书,可能是有某种难以言传的力量驱使你打开了它。很快你就会发现,你本人就是这本书中的中心和目的。这本书之所以能满足你的需要,并非由于其理论的卓越超脱或文字的华丽高深,而是因为处在这个充满变幻的时代,面对一系列纠缠不清的思想、心灵和精神问题,你能在这本书中找到稳妥、确定和满意的答案。

你时常愤世嫉俗、无视男人、粗暴无礼和凶残冷酷吗?你是否觉得自己尽了心力却总不能走进男人的心里?男人的心目中你哪些还要

努力去做？苦水那么多怎么倾倒？你曾经尝试使自己生活在积极肯定的想法中，但却发现这根本不可能吗？如果这样的话，那么本书将教给你一些心理技术去改变你的思维方式，指导你的思想进入一种超越既定的思维空间进行自我设计的新天地。你将学会怎样去摒弃否定的表白，保持肯定和积极的视野以及怎样清除根深蒂固的憎恶和恐惧。

倘若你正在寻找内心的安宁，那这本书将给你提供一种简单易行的维持心灵宁静和谐的美丽蓝图。如果你有身体上和精神上双重治疗的需要，那么通过这本书，你能准确地把握如何运用你的思想和自我的威力来实现这个愿望。

当你读这本书的时候，你将发现书中叙述的许多情境和想法似曾相识，你会从中找到你自己的想法——“噢，这真像我的腔调”。

倾诉不满只是为了找到解决的办法，从不同的立场去看待同一个问题会得出一种截然相反的结论。我们已试着从男人和女人两个不同的角度进行探讨，最终是要使双方达到沟通。本套丛书的第三本书将对此做一个总结，从双方的立场就一件相同的事发表意见，以求促进相互理解，创造更幸福的人生。

至为重要的是，此书在帮助女人获得内心的平静和解析各种现象时，不只是研究和思考结果，而是和日常生活中的喜怒哀乐紧密联系，从中引申出许多道理、技

巧和方法,或许因为它们太简单了,以至于你忽视了它们的存在。这些既不会日渐消失,也不很难学习。运用这些,将消除你生活中的不满和抑郁,而代之以宁静、和谐、健康和成功。

自本套丛书之一《男人,你为什么沉默不语》与读者见面后,收到了许多读者的来信、来电,希望早日见到这第二本书。我们深切理解读者的期望,排除了各种困难,使本书终于和您见面了。真诚希望得到您的指正。

此外,在本书的写作过程中,焦若静、丁加波、伍勤生、刘青莲、周建华、李峰、何龙灿、刘颖余等人提供了许多资料并参与了部分章节的撰稿工作。特别要指出的是北京津宏文化中心的诸位同仁为本书的出版给予了热情的支持并提出了许多宝贵的修改建议,在此一并表示感谢。

作者

1997年10月12日

目 录

第一章 我不知道,我不知道,哪个更大哪个更属——女人的困惑…………… (1)

其实我想多爱你一点,但你不懂我的心(2)

尽了心力的女人最后只落得个孤零憔悴,在她精力衰竭的时候,大声呐喊道:男人,你为什么不理解我?我的爱你为什么看不到?而男人们却捶胸顿足,慨叹上天不公,为什么不给自己一个“好女人”。

我的心声何日感动你(7)

男人超过女人时,男人会赢得女人;而当女人超过男人时,女人会失去男人。当男人成功时,男人会得到爱;而当女人成功时,却会失去爱,这可真够怪的了。

冷冷的眼,热热的心,说不完的爱(13)

女人表面背后的东西,要一个男人花一生的时间才能探索得清晰。走到尽头的,全在过程中每刻有幸福感;而中途退却的,只能伴随着破碎和怅惘。

爱你一万年,痴心永不改(17)

付出爱最持久和坚定的就是女人。深谙此道的男人会得到整个世界,女人的爱是不尽的甘泉,是蹉跎过后最美丽的花朵,是伴你走过风风雨雨一生的赐福。

“你打渔,我织网”——岂不相得益彰(26)

男人的一半是女人,而女人呢?相互理解,共同努力,携手共建一个美好的家园,是她矢志不渝的梦想……

为什么总是找不到你的笑容(32)

这个世界上,最吝啬于表达爱和宽容的就是男人。当妻子尽心竭力地操持家庭,偶尔出现的一些小过错,却成了无法原谅的罪恶,对之怒目相向,以前的一切努力都化为流水……

第二章 男人，你的手里就有钥匙 (39)

买菜难；难于上青天(40)

男人害怕看到妻子买菜时的斤斤计较，那么对换一下角色，其中甘苦将是千千万万……

自私，不只属于女人(44)

透视的目光不能仅仅是看到不足，而更多的是应看到美好，而且也不能自以为白璧无瑕……

事业、心路与营造爱情小巢(48)

世上充满了矛盾，而女人则又是各种矛盾的集合体，既要工作有追求，又要活出自己，还要使家庭和睦、夫贵子孝，真够辛苦。

让钱牵着鼻子走(52)

精神富裕了，物质可能缺乏，精神缺乏了，物质可能极大提高，这可是一个大怪圈。

管好家，女人成了小本子(58)

千古以来，男主外，女主内，似乎成了一个定式。自结合伊始，这不成文的规定便操纵着两人的世界和轨迹。

那块蛋糕放错了地方(61)

缘分，是一个让多少男女倾倒的词汇，不知让多少人殚精竭力苦苦寻觅。找寻另一半是个艰辛的历程，但千万别搞错了……

日出江花红胜火(65)

有人比喻婚姻如同螺钉与螺母，非丝丝入扣不得和谐，而更

重要的是必须时时擦拭润滑，否则就会生锈。

适合你的，就是最好的(69)

人们常常讲“是你的跑不掉，不是你的留也留不住”，那么还要记住一句话，“适合你的，就是最好的”。

女人是你的一面镜子(72)

要了解一个男人的好坏，看一看她的妻子就可以明了。女人成为男人的镜子，是男人对她欣赏所造成。

体力与脑力，女人并不少付出(77)

不要抱怨什么，在当今社会，女人在各个领域和工作岗位上逐渐发挥越来越大的作用，而且还要照顾家庭，又费心又费力。

缔结平衡，你怎么不懂(81)

一个成功的男人必须要使自己能够协调好自己所需扮演各种角色之间的平衡，尤其是在家庭中的各种平衡，但要以平等为基础。

借鸡生蛋与抓住时间(85)

在一些富裕的女人周围，时时围绕着一一些美男子，风度翩翩，但要警惕啊，他们是一些阴谋家，处心积虑地在计算着你。

第三章 丑小鸭也可以飞上天

——从何而来，向何而去 (91)

澄明境界——潇洒在自己 (92)

容貌是先天的，难以改变，相貌的美丑并不能决定你能否获得幸福，关键在于你是否不背包袱，潇洒对待生活，充实精神世界。

年轮：接受现实，破译密码 (97)

爱情的密码有各种各样的破译方式，而且每人破译出来的内容各不相同；男人最感耻辱的是妻子的失贞，那么对于女人来说失贞就失去了一切吗？

离婚，你在掘坟墓 (101)

你如果想孤孤单单地死去，那么最好的办法就是离婚，抛弃那种欢乐、幸福，自己跳入棺材中。

大度，给新生一个吻 (108)

豁达、宽容的美德带来的直接后果是造就一个新的局面——崭新的开端，带你走出阴影的世界。

要看到事物光明的一面 (112)

乐观者能看到瓶子中有半瓶水，悲观者则只看到空着的半个瓶子，这种截然不同的态度，将造就迥异的人生。

相信她，相信自己 (117)

信任，是维持的基础，更是发展深化的开始，要相信她，相信自己，才是一个真正的男人。

·····
瑜珈功夫(122)

加倍苦练这个功夫,你会进入一个清灵世界,裨益无穷。

第四章 对你的爱太多太多，痴病谁来医

..... (127)

你的选择就是我的无悔(128)

——女人在事业上的每次重大选择无不是无数次痛苦煎熬思前想后的结果。对此男人明智的态度应该是“你的选择就是我的无悔”这其实并不是一种放纵，而恰恰是对其能力的信任。

总是尽心去做，可为什么又帮倒忙？(132)

男人要格外注意方式方法，不要给压力本来很大的女人们施加更大的压力，不要给已经很忙乱，甚至精疲力竭的女人再添乱。

为什么人们不高兴(134)

女人们在生活中不高兴的原由很多，小至丈夫对别的女孩子的一句话，一个眼神，都可能使谈笑风生的她一下沉默不语，一个聪明的男人要学会理解女人的心情，将会使夫妻间的爱情更加深笃。

值得警惕的几种男人(140)

——遇到一些需警惕的男人，女人千万要三思而后行，要看清他事业心与“事业脸”的背后到底隐藏着什么，只有这样，才不至走入“事业第一”的误区。

“平凡女子”——男人无法抗拒(148)

她们主外，时时刻刻需要男人的关怀，但她们同样强大，可以支撑起整个家庭，可以包容男人的脆弱。她们所有的品



质都透出一个成熟女人的美,是真正的男人所无法抗拒的。

面对“女强人”(151)

——面对“女强人”,男人不必惶恐不安,而女人有成为女强人的愿望与理想,也是可敬的,只要她应对自身有着理智的认识,对其中的艰辛有着清醒的估计,并善于在家庭与事业上维持巧妙的平衡。

面对“没有事业心”的男人(156)

“萝卜青菜各有所爱”,只要你对自己有清醒的认识,有时倒也不妨找这样一个丈夫,倒也会幸福美满。



第五章 女人赤裸的心,男人迷惘的眼

..... (159)

女人理想中的男人(160)

——女人从先天的心理结构而言,就比男人更细腻,更美感,更浪漫,因为她们对现实的不满,对于未来的幻想从来就比男人强。这主要体现在他们对于完美理想男人的心理预期。

积极性的悲哀(164)

——时下,女孩子大胆追求男孩子,甚至不达目的决不罢休的也大有人在。这种对于爱情的积极性有时能造就美满的婚姻,但有时也让人悲哀,造成让人痛心的结局,积极性的悲哀。

走进男人的情感(167)

男人是什么样的?他有什么特征?认识男人,从情感与心灵深处试着理解他们,是每一位现代女性应对情感生活所必须修的“功课”。

失去爱的一句话(175)

男人用眼睛去发现爱情,然后用嘴巴去获得。而爱情总是被动的女人,她们用耳朵去倾听男人温馨的爱情誓言,然后交给自己的心灵去接受被爱的温馨和幸福。

为爱而分开(179)

适度的分离有利于恋人增进感情,同样也有利于夫妻之间增加亲密感,使夫妻关系保持新鲜感与活力。

平等是爱的前提(183)

平等是爱的前提,这话听起来不新鲜,但确实对爱情的生长,婚姻的维系有着至关重要的作用,它是爱情,婚姻成为现实的最重要的心理基础。离开了平等二字的所谓爱情必然是畸形的,婚姻必将走向破裂。

女人尽心的方法(187)

她们内心里虽然有全世界最具爱心的愿望,但是却做着这样的事:应该让丈夫出门的时候,仍然像蛇一样紧缠住他不放;应该静静听丈夫说话的时候仍然喋喋不休;管理起家庭,又像个军事教官。

东西南北刮什么风(193)

不管东西南北刮什么风,都要坚持你自己心中的准则,不要轻易改变自己的价值观念。只有如此,你才可能以平常心来对待生活,并最终找到自己的幸福。

男人觉得不可原谅的过去(199)

如果双方开始谈恋爱,女性大概不会寻根究底地问个没完,因为她很容易就投入,陶醉在温馨的爱情中,而根本不去追究男人的过去,但男性总是千方百计地去问,甚至婚后也如此。

第六章 我在你身旁——不是在逗你

..... (203)

其实我怕你不在于，却又为何失去(204)

如果说人在恋爱中，就如被人蒙眼睛一样，很难保持平常心的话，那么在漫漫的婚姻生活中，保持一颗平常心却是夫妻必修的功课，尤其是男人，更应如此。

爱由选择开始——两种生命环(208)

人生由爱的选择开始，如果选择得当，我们的生命环便是可呈现出一种良性循环，否则便是恶性循环。尽管离婚制度给人们提供了重新选择的可能性，但人生经不起这样的折腾。因此，择偶要慎之又慎。

给他一份空间——风筝理论(213)

有一句话说：“男人通过控制世界而控制女人，而女人通过男人控制世界。”的确，女人有时并不需要去主动参与这个世界的各种事务，但通过各种劳动、情感的投入，通过对男人巧妙的、有效的控制，她实际上也介入了这个世界，并为人类和世界的发展作出了同样不可或缺贡献。

大树与藤(219)

从古到今，男人都是家庭里顶天立地的大树，而女人就像藤一样缠绕着他们，这倒不是说，男人一定要比女人重要，事实上，藤与树也很难说谁更重要。

走进女人的心里(225)

一个男人并非把家庭经营好，把女人的衣食住行照顾好便