



How to get a man's love

男人是野生动物
Men: Wild

蓝俊野
端端

女人是守巢动物
Women: Mild

中国铁道出版社

一本书让女人赢得男人
蓝俊野端端



男人是野性动物 女人是守巢动物

蓝筱时 ◎ 编著



中国铁道出版社

2010·北京

图书在版编目(CIP)数据

男人是野性动物, 女人是守巢动物 / 蓝筱时编著.

—北京: 中国铁道出版社, 2010.4

ISBN 978-7-113-11023-9

I. ①男… II. ①蓝… III. ①性别差异—通俗读物 IV. ①B844-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第018765号

书 名: 男人是野性动物, 女人是守巢动物

作 者: 蓝筱时 编著

责任编辑: 范晓婷

封面设计: 文诚工作室

责任校对: 张玉华

责任印制: 郭向伟

出版发行: 中国铁道出版社(100054, 北京市宣武区右安门西街8号)

网 址: <http://www.tdpress.com>

印 刷: 北京铭成印刷有限公司

版 次: 2010年4月第1版 2010年4月第1次印刷

开 本: 700 mm×1 000 mm 1/16 印张: 15.25 字数: 225 千

印 数: 1~10 000 册

书 号: ISBN 978-7-113-11023-9

定 价: 28.00元

版权所有 侵权必究

凡购买铁道版的图书, 如有缺页、倒页、脱页者, 请与本社读者服务部调换。

电 话: 市电(010)51873170, 路电(021)73170(发行部)

打击盗版举报电话: 市电(010)63549504, 路电(021)73187

序 言

男人和女人，两个看似相亲相爱的人在一起，生活了半辈子却还不了解彼此。生活中的很多恋人或夫妻，多数情况下你不了解我，我不理解你；有时沟通困难，有时又误会频生。所以，男人和女人之间似乎是亲密的陌生人，其双方骨子里有着彼此的与众不同——男人是天生的野生动物，女人是天生的守巢动物！

生为一个男人，时代赋予了他们野生动物的本性，要具有较强的野外生存本领，要有随时在自然界中独自觅食、单打独斗的能力。世上的男人没有不向往无拘无束的生活的。由此可以看出，男人具有狼的本性，既有野狼心肠，又有喜欢征服世间美好猎物的心理。

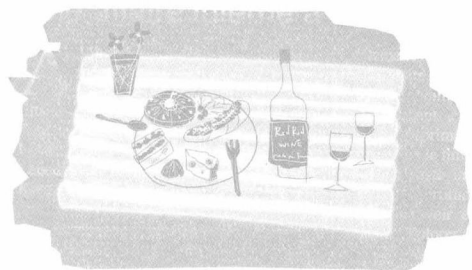
生为一个女人，其本性就有守住自己安稳巢穴的天赋，这也是女性的本能。女人作为守巢动物，在保持人格独立的同时，也保持经济的独立，因为女人只有经济独立，才有社会、家庭地位，才能在男人面前抬得起头。

有人说，男人就像火星上的使者，女人就像金星上的圣女，他们各自生活在不同的星球上。然而今天，男人与女人携手生活在同一片天空下，忙碌的工作、紧张的生活必然使双方的感情变得复杂多变。

在日常生活中，我们经常会看到这样一幅画面：疲惫不堪的丈夫下班后回到家里，最渴望的事情之一就是坐到沙发上看电视；而一身疲惫的妻子下班回到家里，则更期待向丈夫倾诉白天的经历和感受。这会出现怎样的结果呢？由于他们愿望

的步调不一致，所以愤怒和怨恨的感觉油然而生，这时候，火星和金星难免不会彼此相撞。

格雷博士曾言：“女人也绝不是要故意折磨你，她只是有着自己的生理和心理的欲望。”如果男人深知这一点，还怎么会丢下妻子的愿望不顾而在一边喝凉茶呢？所以，男人需要读懂女人，女人也需要看清男人，只有这样，双方才能缔造完美和谐的家庭。



女人在自强自立的前提下，深思透析男人的内心是很必要的。在男女恋爱中，最重要的不是信心，你必须能解读对方的身体语言，破译暗藏的信号和代码，拆除你和对方之间的障碍。有人说，男人和女人就好比两只刺猬，离得很近可能会彼此伤害。这些伤害大都源于两方的认知差异。那么，这些认知差异主要体现在哪些方面呢？男人与女人如何在生活中面对彼此的矛盾呢？身处人生低谷时，男人与女人如何做才能更好地保护对方呢？女人为何会觉得自己没有安全感，并在不停地追问“你爱我吗”？男女该如何满足彼此的情感需要呢？……这些疑问，就是本书所要解决的主要问题。

其实，不论男女，多阅读一些情感揭秘之类的书籍对自己是很有裨益的。情场如战场，在这个世界上，男人离不开女人，而女人同样也离不男人，希望每一个读过本书的朋友，都能够得到心灵的宽慰与启迪。

目 录

第一章 男人彰显野性本质，女人自发守巢天性

1. 男人是火星上的使者，女人是金星上的圣女 / 3
2. 记住：你们是不同的两个天地 / 5
3. 女人应该培养自己的神秘感 / 8
4. 女人倒追男人，寻常吗 / 12
5. 野性动物与守巢动物怎样相处 / 14
6. 女人，别给男人任何建议 / 17
7. 智慧女人，筑成美丽的巢穴 / 20
8. 男人喜欢主外，女人擅长主内 / 22

第二章 男人天生需要尊重，女人天生需要疼惜

1. 男人需要尊重，女人需要疼爱 / 27
2. 尊重，对于男人比爱他更重要 / 30
3. 男人的心有时也是脆弱的 / 33
4. 在公共场合下给你的男人留足面子 / 36
5. 男人喜欢通情达理的女人 / 38
6. 受伤的女人需要男人的呵护 / 41
7. 女人是要男人来疼的 / 43
8. 男人如何对待压力中的女人 / 45

第三章 男人用视觉猎奇，女人以听觉恋爱

1. 天下没有不好色的男人 / 51
2. 男人喜欢视觉美的女人 / 54
3. 耳朵，女人的恋爱器官 / 56
4. 男人痴情还是女人更痴情 / 59



5. 男人，不要吝啬说“我爱你” / 61
6. 女人，谨防患上“听觉饥渴” / 63
7. 男人在“洞穴”里，女人如何做 / 66
8. 女人如何赶走寂寞，让自己更受欢迎 / 69
9. 男人如何寻找梦中情人 / 71

第四章 男人的本性：花样恋爱 女人的习惯：沉于恋情

1. 男女情爱的三大基本差异 / 77
2. 恋爱潜能测试 / 79
3. 男与女：我们到底想要什么 / 82
4. 恋爱五步曲 / 84
5. 如何使自己更受欢迎 / 87
6. 好男人的恋爱秘诀 / 90
7. 当男人爱上女人的时候 / 93
8. 当女人爱上男人的时候 / 95
9. 如何知道谁是你的意中人 / 98
10. 仅有身体上的吸引是不够的 / 101

第五章 男人以征服女人为乐，女人以寻求安稳为荣

1. 女人寻他，慢一点、再慢一点 / 107
2. 解读“红色警报”器——荷尔蒙 / 109
3. 平衡自身的男性、女性特质 / 112
4. 为什么感觉不到他的爱 / 115
5. 建立美满两性关系的艺术 / 118
6. 学会给予和接受情感支持 / 121
7. 他需要感谢，她渴望关爱 / 123
8. 男人和女人天性互补的奥秘 / 126



- 9. 为什么女人永远都忘不了她和男人的第一次争吵 / 128
- 10. 抗争与逃离，女人的“压力反应机制” / 131

第六章 男人追求性爱，女人重视情感

- 1. 解析男人的“性爱分裂症” / 137
- 2. 感性是女人天生的特质 / 138
- 3. 男人为何会花心 / 141
- 4. 痴情是女人永远的软肋 / 143
- 5. 女人拿什么稳住男人 / 146
- 6. 女人一生中重要的东西 / 149
- 7. 爱情触及灵魂才得以完美 / 152
- 8. 合理的期望，催生真正的爱情 / 155

第七章 男人的一段路程，女人的二次投胎

- 1. 狼性，男人永不变的本性 / 161
- 2. 男人总能将恋爱和结婚分得很清楚 / 163
- 3. 男人结婚多数是出于理性的责任 / 166
- 4. 女人的婚姻，就是第二次投胎 / 169
- 5. 怎样让心上人主动向你求婚 / 171
- 6. 怎样体验“爱”的感觉 / 175
- 7. 怎样丰富你的精神世界 / 177
- 8. 建立一种“情感支持网络” / 180
- 9. 你需要舒适和健康的生活 / 182

第八章 男人以独立为荣，女人以亲密为悦

- 1. 在婚姻中，女人容易走的两个极端 / 187
- 2. 找出夫妻吵架的根源 / 189
- 3. 唠叨是女人表达亲密的一种方式 / 191



- 4. 剖析已婚男人的外遇情况 / 194
- 5. 出现外遇：男人和女人谁更容易回归 / 198
- 6. 女人出轨，正如一次远程的旅行 / 201
- 7. 看透出轨和不出轨男人的心理 / 205

第九章 创造和谐人生，缔造一生真爱

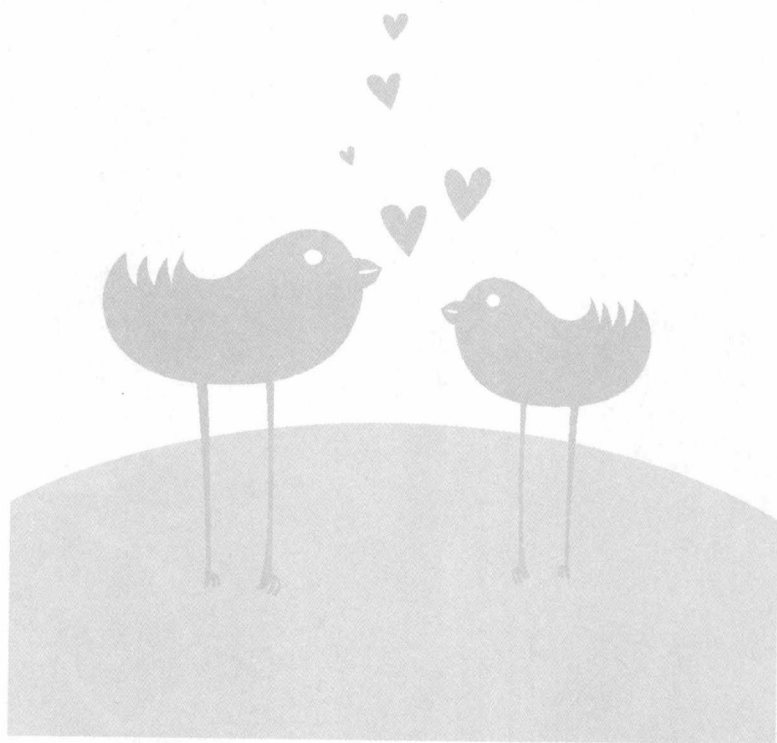
- 1. 你怎样理解打是疼、骂是爱 / 213
- 2. 宣布“暂停”，阻止吵架升级 / 216
- 3. 烟消云散，纯洁爱情的天空 / 218
- 4. 处理压力，各有高招 / 221
- 5. 爱，不只是一种感觉 / 224
- 6. 体验内心的满足感，多做有价值的事情 / 227
- 7. 如何将婚姻进行到底 / 230
- 8. 减少婚姻压力，缔造幸福生活 / 234



第一章 男人彰显野性本质，女人 自发守巢天性



男人，透露出狼性的奔质；女人，呈现出如水的温柔。这就是男人与女人的不同之处，由此也在男人与女人的世界里，勾画出两幅不同的景致。男人就像野性动物，他们把“努力工作，事业最重要”作为立足的支点，他们总是认为工作的地方是战场，而家庭是美好的天堂。女人呢？就像是守巢动物，她们会把家布置得完好，安静地等待归途之人。



1. 男人是火星上的使者，女人是金星上的圣女

男人和女人之间因差异而相互吸引，又因差异而陌生。男人是理性的动物，女人是感性的动物，由于男女的思维方式不同，彼此有些心事、想法和行为都无法理解或者理解失误，从而产生一些误会。所以，有人曾形象地比喻说：男人是火星上的使者，女人是金星上的圣女。

火星上的男人与金星上的女人相遇

男人和女人原本是两个星球上的人，他们彼此之间互相不认识。但是，由于某种原因，男人和女人相识，虽然只是惊鸿一瞥，可最终还是让男人心头一喜。此时，女人唤醒了男人的爱，唤醒了他从未有过的绝妙感觉。对于女人来说，也有同样的感觉，他们可以说是一见钟情。男人喜欢女人的美丽，女人看上男人的相貌堂堂。从此，两人坠入爱河。

火星上的男人和金星上的女人相爱了，简直是不可思议。当金星上的女人张开双臂，热情地欢迎火星上的男人的那一刻，他们本能地意识到神奇的一刻到来了，彼此之间相互注视，而且脉脉含情。此刻，两人紧紧地拥抱在一起，体会着前所未有的爱的滋味。

火星上的男人与金星上的女人相守在一起，他们是多么幸福，他们因相识而喜悦，因共处而鼓舞，因分享而幸福。同时，他们之间也存在着显著的差异，因为他们来自不同的星球。彼此的差异，使他们新奇，让他们狂喜。他们用了几个月的时间彼此了解。他们想看看对方和自己究竟有什么不同。果不其然，他们的需要、喜好、言行举止都不相同。由于种种差异，带给他们的是神秘感，是美的诱惑。他们尊重彼此的差异，顺理成章地生活在一起，而且充满爱与和谐。从此，火星上的男人与金星上的女人之间的爱情便撒满人间。



男人与女人来自不同的天与地

有人形象地说：男人是火星上的使者，女人是金星上的圣女。不管怎样说，金星上的女人都会以独特的语言，清晰而明确地向火星上的男人暗示：“我需要你！你的力量，你的才能，可以使我感到满足，填补我内心的空虚，到我这里来吧！让我们幸福地生活在一起！”这是爱的邀请，让火星人振奋。所以，女人的激励会让男人喜悦。

对于男人来说，他们重视力量、能力、效率和成就。他们千方百计地证明自己的价值。他们不断地积蓄力量，培养技能，修炼十八般武艺。他们的人生态度与“成功”“成就”密切相关，这可以给他们带来最大的满足感。于是，渴望成功，追求事业，成了男人人生价值观的核心。

男人是理性的动物，他们往往把问题藏在心里，不愿让别人知道。只有需要帮助的时候，他们才说出内心的困惑和沮丧。在男人看来，可以独立做好的事，绝不需要别人插手。他们会认为，让别人帮助是软弱和无能的表现。如果女人主动帮助男人，他们多会敬而远之。在成功的道路上，他们不希望女人“越俎代庖”地帮助自己。男人常常以独立成就一番事业而骄傲，为了更好地体现人生价值，大多数男人都会自力更生，独当一面，他们认为这正是效率、力量和能力的集中体现。

女人是感性的动物，她们天生就知道怎样传达爱的信息。在交往之初，女人就懂得，如何不失时机地用眼波传达“柔情一瞥”，深情地暗示对方：你是能给我快乐和幸福的人！这样的暗示委婉而睿智。如果对方也能作出相应的回应，这就宣告了爱情的到来。

聪明的女人知道如何去鼓励男人向自己走近。正是因为女人的鼓励，才使男人克服了恐惧，从而充满力量，快乐地与她交往。但遗憾的是，在交往过程中，每当出现矛盾的时候，女人却忘记了一个重要的信息：她的暗示，她的鼓励，对男人有着重要的意义。



女人身上独特的性情和气度在男人的眼里是一种美。男人决心在女人面前展示自我的另一面，以便赢得女人的芳心。男人的竞争原则前所未有的发生了变化，他们不再满足于打败对手，不再以既得利益为终极目标。他们想让力量、技术和才能派上更大的用场，为他人更好地效劳，尤其是为女人效劳。他们有了新的哲学观——双赢的哲学。于是，在男人的眼里出现了一个崭新的世界，他们渴望构筑起这个世界。因为在这个世界里，人们既关心自己，也关心他人。或许，这就是男人与女人之间存在的差异。

当男人坠入爱河时，他们关心女人如同关心自己。为了让自己所爱的女人获得更多的幸福，男人会尽可能地多做奉献。此时，他们不再满足于一己私利，而是让伴侣体验到最大的满足，宁愿为此经受更多的考验。在内心深处，他们会无数次地对女人说：“惟有你的幸福，才能使我快乐！”只要有了这样的信念，男人才不惧艰难困苦。在此基础上，男人就会拥有更高的目标、更大的理想、更强的力量。

.....
金星上女人的美丽和修养往往会让火星上的男人忘情。当男人的观念受到不小的冲击时，他会真诚地渴望为对方付出。在男人看来，如果不为女人服务，他的力量和才能就变得一无是处。

男人之所以要取悦女人，是为了满足对方的要求。于是，上帝感动于男人的意志，就赋予了他更多的灵感 and 智慧，使他终将理想变为现实——这便是一个伟大的奇迹！
.....

2. 记住：你们是不同的两个天地

男人和女人不同的沟通模式成为冲突和烦恼的罪魁祸首。男人是一种理性的动物，他们往往以聆听和说话的目的为思考对象；而女人



则大不相同，她们常常喋喋不休地倾诉着内心的烦恼和不快。男人倾听是为了收集解决问题的信息，而女人不休的诉说是为了减轻心里的压力和负担、进而使内心压力得到释放。这就说明，男人和女人是不同的两个天地。

女人的喋喋不休，男人的沉默思考

男人和女人来自两个不同的星球，所以他们之间存在很大的差异。其中最能体现这一点的就是，男人和女人对待压力的方式是完全不同的。当压力到来时，男人总是精神和意志高度集中，变得沉默寡言；女人面对压力时，一时之间会变得不知所措，心情紧张，容易情绪化。男人摆脱压力，获得释放的方式也和女人完全不同。男人面对问题时，除非把问题解决，否则，男人一刻都会不得安宁；女人则不然，女人只要把问题说出来，就可以得到宣泄。男人和女人是不同的两种动物，你必须深刻地明白这个道理，否则，在你和伴侣相处过程中，两个人就很容易产生摩擦。

对于女人来说，她们习惯借着分享、诉说，来表达个人的想法和感受，并逐渐发现自己真正想要说的话题。此时，男人就很难忍受女人的唠唠叨叨。通常情况下，男人有具体的观点想表达，否则就会很少开口。当男人要开口说话时，他们会直奔主题或直接说出重点。

在谈话过程中，男人突然间变得沉默不语。此时，女人常常误认为男人反应迟钝、愚蠢、保守或是对所谈的问题漠不关心。事实上，是女人想错了，他们这种表现正是男人典型的反应。他们不像女人想象的那样，男人有自己的思维方式，他们是在仔细考虑自己的想法，然后他们会阐述出问题的重点。但是，对于这一点，女人却很难理解，因为女人习惯对外“倾倒”个人的想法和感受，以此来整理自己的思绪。

当女人喋喋不休的时候，女人往往会失去对事情的辨别能力，她们会把所有的事情都看得一样重要。女人可能会对形势不知所措或是

反应过激；感觉好像别人的需要和自己一样重要，甚至比自己的更重要；女人可能会把孩子的每一种需求看得比丈夫的浪漫需要更重要；女人可能会对丈夫的缺点反应过激，把自己一天所有的烦恼都发泄到男人的身上。女人在分享自己的想法和感受时，她们可能会喋喋不休，但是，此时她们并没有一个明确的重点。

男人和女人大不同

女人总是抱怨在自己说话的时候，男人不肯耐心地倾听。女人在竭力倾吐内心感受的时候，男人却满不在乎、漠然置之。男人常常会把女人当作一台出了问题的“机器”，需要他们自己动手“修理”似的。男人就会骄傲地戴上“修理大王”的帽子，观察一通，琢磨一番，便煞有介事地宣布：“你的问题，可以这样解决……”男人认为，这样就可以使女人心花怒放了，就可以取得女人的欢心。但对于他们的这种爱的姿态，女人却不买账。此时，男人感到很困惑：自己好言好语，女人却愁眉不展，这究竟为什么呢？

在谈话时，女人抱怨男人总是“开小差”，对自己的问题漠不关心。于是，这让女人不由得感到恼火，女人感觉不到男人的关心、体贴与共鸣。而男人偏偏认为，女人真正需要的，不是倾听的过程，而是解决问题的办法或方案。在这一刻，男人和女人就会产生分歧，由于两者的思维方式不同，就像两条平行线一样，没有一个交点。

女人犹如一个怨妇，总在男人的身后唠叨着。因为女人总是试图来改变男人，对于她深爱的男人，她觉得有这个义务而且有必要帮助男人成长和成熟起来。于是，在生活中，女人总在试图改进男人的言谈举止，改进他的想法和做法。而男人却奋力反抗，拒绝女人对他的关心和帮助。但是，男人的反抗似乎是徒劳的，因为女人会寻找机会来教育男人，告诉男人怎样立身处世，怎样待人接物，怎样功成名就……在教育和改造男人的过程中，女人则是其乐无穷，越发野心勃勃，大有“磨刀霍霍”之势。而对于女人这种教育，男人不但没有感激之情，反而会更加厌恶。



对于男人来说，女人的教育和改造，让他们觉得自己是个“可怜虫”。奋力反抗没有任何作用，欣然接受又不甘心，男人的处境似乎过于凄惨，因为他们总是被牢牢地控制。事实上，男人需要女人的认可和接纳，而不是所谓的改造。不管怎样说，女人都是站在对方的立场去考虑的，也是为了男人更好地发展。

男人对于女人的这种好意，通常不会领情。在男人的世界里，完全是另外一番模样，如果某种事物运行顺畅，男人则认为：“别去改变他！”这也是男人的座右铭。男人愿意“听之任之”，使事物保持原有状态。在男人看来，只要问题没有出现，就不应该没事找事，自讨没趣。而对于男人的这种心理，多数女人都无法理解。

.....
在生活中，男人和女人没有察觉到彼此之间的不同，所以两个人总是纷争不断。由于忘记彼此不同的重要事实，才会做出令对方生气或失望的行为。我们要求异性与自己相像，希望异性想自己之所想，急自己之所急，那是不可能的。因为男人和女人来自两个不同的星球，当矛盾出现时，如果双方能够站在对方的立场去考虑，就能避免很多不必要的摩擦和冲突。
.....

3. 女人应该培养自己的神秘感

一个具有魅力的女人，总能保持一份神秘感。女人天生丽质，历来都有一种说不出的神秘感。女人的神秘感对男人是一种吸引力，令男人神魂颠倒。为了满足自己的好奇心，男人会乐此不疲地去探索和发现神秘女人的秘密。由此可见，神秘感是女人的武器，也是女人的魅力所在。要想吸引心仪的他，女人就要学会培养自己的神秘感。

