



女人
与男人相处的99法则
幸福一生的秘密

叶初夏 编著

哈尔滨出版社



女人 与男人相处的 99 法则
幸福一生的秘密

叶初夏 编著

哈尔滨出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

女人幸福一生的秘密：与男人相处的99法则/叶初夏编著. —哈尔滨：
哈尔滨出版社，2009. 10

ISBN 978-7-80753-264-4

I. 女… II. 叶… III. 女性-人间交往-通俗读物

IV. C912. 1-49

中国版本图书馆C I P数据核字 (2009) 第107580号

责任编辑：罗伟 范淑梅

装帧设计：琥珀视觉

女人幸福一生的秘密：与男人相处的99法则

叶初夏 编著

哈尔滨出版社出版发行

哈尔滨市香坊区泰山路82-9号

邮政编码：150090 营销电话：0451-87900345

E-mail: hrbcbcs@yeah.net

网址: www.hrbcbcs.com

全国新华书店经销

辽宁星海彩色印刷有限公司印刷

开本787×1092毫米 1/16 印张15 字数160千字

2009年10月第1版 2009年10月第1次印刷

ISBN 978-7-80753-264-4

定价：24.80元

版权所有，侵权必究。举报电话：0451-87900272
本社常年法律顾问：黑龙江大公律师事务所 徐桂元 徐学滨

序

这是一本关于女人的书，很高兴能以这种方式来关注和关心女人，我真的想为女同胞们做点儿什么。

我不想去猜测世界上如果没有了女人会变成什么样子，但我却很想呼吁女人都来证明，世界有了我们将有一道多么璀璨的风景。这风景不是世界的点缀，而是世界的天空，有蔚蓝的底色，有飘浮的云朵，有阳光有月光，也有星光的闪烁，她与沉稳如大地般的男人世界交相辉映。我为自己身为女人而高兴，但愿你也一样，可以享受美丽也可以创造美丽。

这是一本关于女人怎样与男人交往的书。我希望可以给你更多的信心，让你在两性交往中更加自信起来。不要为自己的先天条件不足而烦恼，你同样可以化着精致的妆，穿着漂亮的衣服，举止优雅地出现在男人的眼前，这是你的权利，要放弃

多可惜。同时，你也要明白，女人在众目睽睽之下与男人大吵大嚷并不美，女人在公共场所和男人勾肩搭背也不美，女人在男人眼里不温柔不善良不可爱更加不美，让自己美丽是女人的义务，想逃避也不行。

对于这一篇篇的文字，我希望可以给你一点点的启迪，可以让你在与异性交往时温文尔雅，在与恋人谈情时秀美可人，在与爱人的相处中快乐和谐，在工作中和生活中时刻充满魅力。但愿这些有着小女人情调的柔软的文字，能够给你更多女人的味道和感觉。

没有人要求女人一定要怎样，谁也不可能将一辈子的快乐交给条条框框来规范。有些是特定场合里需要注意的，有些是女人增加些智慧就可以轻松应对的，有些是换位思考后水落石出的称心如意。其实现在的社会还是蛮崇尚个性的，你要活得精彩。仅此而已。

最后，希望你们平安幸福，我美丽的女同胞们，我亲爱的女性朋友们。





目 录

甜蜜细节 —— 关于性爱

谁说女人对于性只能被动？谁说女人对于性只能接受？谁说女人对于性一定要三缄其口、讳莫如深？女人，早已不是沉默的羔羊。做一只性感的小猫吧，打着呼噜，唱着欢快的歌，美妙和高潮，在你们爱与被爱的每一个动作里。

- 002 } 声音与身体的共鸣
- 004 } 女人的性感不只源于暴露
- 006 } 给爱无限刺激的多变环境
- 010 } 精彩前戏，让爱的时间更长
- 012 } 不要迷信尺寸
- 014 } 温柔地消除男人的欲火
- 016 } 当他不想要的时候
- 018 } 如何对待男人激情后的沉睡
- 020 } 床上的赞美，比任何时候都动听
- 022 } 性惩罚，并非明智之举
- 024 } 避孕的N种措施
- 026 } 性重要，爱更重要

情感细节 —— 关于恋爱

也许，对于女人来说，没有一种东西能够像爱情那样让整个生命都放出光彩了。可是，当我们面对一份感情的时候，如果不知道怎样去呵护与珍惜，迎来的将会是凋零一地的伤感和痛彻心扉的后悔。我们不要伤感，也不要后悔，我们要许许多多甜蜜的日子，而这些日子，将从点点滴滴的恋爱细节开始……

- 030 与他的第一次约会
- 032 别用约会迟到来考验他
- 034 小动作，泄露你的心思
- 036 过度矜持挡住爱的脚步
- 038 别以为Kiss很简单
- 040 用手臂量一量他的腰围
- 042 学会说让男人心动的情话
- 044 情书的力量
- 048 记住他的生日
- 050 学会吃一点儿小醋
- 054 理解与沟通让爱更成熟
- 056 在他的家人面前也要赞美他
- 058 如果他是离婚男人
- 060 他不想把你介绍给家人
- 062 不爱了，请说出来



生活细节 —— 关于婚姻

走过了激情澎湃的恋爱时光，进入到平淡稳定的婚姻生活，围城中的男女，是否适应了这种角色的转变呢？女人，请在昔日美丽妩媚的基础上再添几分成熟与风韵吧，始终记住，婚姻改变了你，而你，要让这种改变，变得更好才行。

- 066 用浪漫延长婚姻的保鲜期
- 068 不做缠绕他的“菟丝花”
- 070 拴住心，真的要拴住胃吗
- 072 给他一个独处空间
- 076 他的手机他做主
- 078 别让“洁癖”打破家的温馨
- 080 让爱人在家里随意说话
- 082 家务不是用来推让的
- 086 男人也有脆弱的时候
- 088 信任，让婚姻更稳定
- 090 别与他的工作比轻重
- 092 与他的亲友和谐相处
- 094 幸福女人，平衡好老公与孩子的关系
- 096 保持婚后的持久魅力
- 098 坚强面对一个男人的迷失
- 100 当女人遭遇婚外恋

别样细节 —— 关于朋友

异性朋友，是女人生命中的一场细雨，洋洋洒洒地落在心间，却留下珍贵的回忆。是谁说过，异性友情是女人提升自己的另一种美丽动力，因为在他们面前，你不仅可以将自己打扮得光彩照人，还可以袒露深藏的灵魂。不要忘记，朋友是你心灵的默契。

- 104 } 异性朋友，让女人的生命更精彩
- 106 } 曾经那个奔跑在操场上的年代
- 108 } 心灵的默契，蓝颜知己
- 112 } 当友情希望发展为爱情时
- 114 } 真正的友情，敢于直面爱人的目光
- 116 } 借他一双耳朵，感受聆听
- 118 } 别挽留已婚朋友归家的脚步
- 120 } 该借友谊的名义放纵身体吗
- 122 } 分手了，还是朋友吗
- 124 } 如何面对好朋友的男友



独立细节 —— 关于职场

有人说，工作着的女人是美丽的。女人不应该只属于家庭，还应该属于职场。能够在竞争残酷、风雨沉浮的职场里璀璨绽放、傲然挺立的女人是让人佩服的。她们对工作的热情，对人际关系的把握和对自己的自信，都凝结成男人眼里别致璀璨的光芒。

- 128 } 办公室内的目光禁忌
- 130 } 回避上司暧昧的暗示
- 132 } 处理好办公桌上的神秘礼物
- 134 } 勇敢面对性骚扰
- 136 } 谢绝一次不情愿的约会
- 138 } 与异性同事单独去出差
- 140 } 不随便将男友带进办公室
- 142 } 学会对上司的秘密视而不见
- 144 } 别让男同事帮你做太多事情
- 146 } 正当竞争，不要耍女人的手腕
- 148 } 大方得体，与他们一起去放松
- 150 } 事业在左，爱情在右

处世细节 —— 关于交际

世界总是在我们眼前铺开美丽缤纷的画卷，女人更是这个世界里璀璨夺目的珍珠。也许最初，她们只是一粒小小的沙子，美的蜕变不只需要运气，还需要实力。真正的魅力应该是全方位的，而优雅的气质更应该从里往外地散发，属于你的交际圈子无时无刻不在验证着你的魅力等级。别让自己失色，别让世界失望。

- 154 社交中女性良好的第一印象
- 156 女士应该注意的握手礼
- 158 笑容是一种无声的语言
- 160 做舞会上耀眼的星
- 162 察言观色，准确理解客户需要
- 164 给帮助你的异性贵族般的待遇
- 166 你在品味美食，他在品味你
- 168 裙装美女，上楼时主动走在后面
- 170 当他问你“可以吸烟吗”
- 172 关于酒桌上的荤笑话
- 174 不要总想着“女士优先”
- 176 绽放在男人眼里的女人的自信
- 178 聚会上饮酒不可失态
- 180 与异性交往时的自我保护意识
- 184 异性，行走在网络世界
- 186 邻里关系也需要协调
- 188 肢体语言的表达
- 190 主动，才能赢得机会
- 192 当谈话被手机铃声打断



聪明细节 —— 关于智慧

岁月的流逝可以带走女人娇美的容颜，却无法带走女人越来越美丽的心灵和越来越睿智的内涵。智慧不仅让女人冲破平凡的束缚，而且更重要的是它让女人永远充满知性的魅力。女人的兰姿蕙质可以为男人创造幸福，也可以让自己快乐满足。如果你偏偏秀外慧中的话，那你就是那个能让男人倾心倾倒的魅力女人。

- 196 鞋跟的高度
- 198 欣赏的目光与赞美的艺术
- 200 赢得异性尊重的目光
- 202 伤什么别伤男人的面子
- 204 不与他的足球争宠
- 206 如果他不爱逛街就别勉强
- 208 识破男人的谎言
- 210 聪明女人，难得糊涂
- 212 来一次神秘失踪
- 214 收好曾经的感情秘密
- 216 善待他的红颜知己
- 218 让吵架成为感情的催化剂
- 220 会撒一点儿小娇的女人更可爱
- 222 别让眼泪无所谓
- 224 两性交往时的金钱法则



甜蜜细节 —— 关于性爱

谁说女人对于性只能被动？谁说女人对于性只能接受？谁说女人对于性一定要三缄其口、讳莫如深？女人，早已不是沉默的羔羊。做一只性感的小猫吧，打着呼噜，唱着欢快的歌，美妙和高潮，在你们爱与被爱的每一个动作里。

声音是女人裸露的灵魂。失去声音的魅力，就犹如失去女人的特征，尤其是在床上。

声音与身体的共鸣



有一个问题：“你喜欢爱人在床上发出声音吗？”问过十个女人，有九个说喜欢，她们认为老公在床上一言不发，只知道埋头苦干的样子，并不能让她们高兴。同样的问题抛给男人，他们说对于爱人的声音是既爱又怕，爱它能让欢乐的欲望不断高涨，怕的是涨则满，满则溢。

可还是喜欢听的，男人也不喜欢女人的默默无言，这样也许他会更加紧张，当你体会到声音伴着身体的律动将性爱推向高潮时，就知道声音的神奇和美妙了。

尤其是女人，本身就具有温柔甜美的声线，如果不好好加以利用，岂不是浪费？有人说，声音是女人裸露的灵魂。是啊，女人的声音是穿过男人灵魂的旋律，男人总会在自己最隐秘的思维中细细品味女人的声音。聪明的女人会在悦耳的声音中注入更多的精彩，让声音形成一道迷人的风景。

再来说说性爱中的声音吧。喘息呻吟是一种声音，绵绵情话也是一种声音。面对深爱的男人，情话很自然地就会从嘴里跑出来，一句“我爱你”说了千遍万遍却还是经典，一句“我想你”让男人飘飘然，欲望高涨，哪里想？想什么？是想要吗？瞬间女人变成男人眼中最性感的尤物。他扑过来，猎取你的娇柔与芬芳。

当你从他的身体感受着爱时，所有刺激、兴奋、激越、快乐的心情都压抑

在心里该有多难受啊，所以用声音来释放吧。不论你是用叫、喊、哼、吟何种方式，这种用声音传递出来的信息都是与爱和欢愉有关的。

你是不是也曾经无意中听到过隔壁的卧室里传出男人或女人的喘息声、呻吟声，即使这声音是低沉的、压抑的和被控制的，即使这声音中没有一个完整的词汇或是一句完整的话，但是，这声音是性感的、诱惑的，是身体融合后的呢喃，是高潮来临时的满足。这声音里孕育着爱、欲、需要，甚至是生命，它是身体弹奏出的交响。

声音的美妙还不止如此呢，你听没听过有一种叫做“电话性爱”的游戏，就是分居两地不能经常见面的男女双方，通过电话线听着彼此带有性爱味道的话和性感的音调，用自己爱自己的方式让身体达到释放，尤其女性那柔柔的声调和若有若无的娇喘，早早就让一个男人蓄势待发了。

女人的声音是上天赋予的，所以要好好利用，让它在爱的伊甸园里弹出最美妙的曲子。

智慧心语

1. 我们通常把床上发出的某些特定的声音称之为“叫床”，这叫床也是有学问的，女人的声音太尖锐刺耳了反倒不好，不知道的还以为这里发生谋杀案了呢？
2. “有了快感你就喊。”女人别在床上特别压抑自己，认为喊出来是难堪的事情，其实只要你的声音适中，别划破了美妙时刻的和谐，是完全可以喊出来的。
3. 善于引导你的男人发声。你只是一个人在那里表演多无趣啊，引导你身上沉默的男人说话，说你爱听的情话，发出让你兴奋的沉重呼吸声。
4. 学会说让男人心动的情话，床上的情话，其功效可是超棒的，你的声音熨过男人的耳朵就像你的双唇熨过他的身体一样受用。

最美丽风韵的“露”，便是那种既大胆又谨慎，既前卫又古典的恰到好处。

女人的性感不只源于暴露



午夜归来，他看见妻子睡在他们柔软的床上，穿着半透明的丝质睡衣，白皙的胳膊、修长的腿、酥胸半遮半露间妩媚呈现，这样的睡美人，正是他所爱的、所渴望的。

如此的美景激起了他体内最原始的欲望，他迅速地褪掉衣服，轻轻地压在妻子身上，妻子像是呓语了一句什么，似醒非醒的样子娇憨可人。他也没有想到，结婚两年多了她对他的吸引力还是这样大。

妻子在他眼里就是最性感的女人，虽然当年他追求她的时候，她只穿着白衬衫和牛仔裙或一条棉布长裙，但她那纤长的脖颈、圆润的肩头、饱满的胸脯、款摆的腰肢，没有哪一处不是青春的、热烈的。她不是大街上那些穿得越来越少的时髦女郎，但她就是可以吸引他的眼睛和灵魂，让他欲罢不能。他终于把她娶回了家。于是，她成了他的女人，他生命里最性感的女人。

其实不可否认，男人是视觉的动物，他们喜欢性感的女人，即使有些人嘴里不承认，但如果遇见了，还是会管不住自己的眼睛。但我相信，男人心里都有一套属于自己对于性感的评判标准。不是在所有男人眼里，暴露的女人才性感，那种欲开还闭、欲说还休肯定比一目了然来得更神秘更动人。

记得曾经听过这样一个小故事：一个男人站在一幅油画前久久不愿离去，画上是一个美丽的女子，全身赤裸，只以三片树叶遮住最敏感的部位。就在男人呆呆地仰望之际，他的妻子生气了，质问道：难道你要等到秋天来了，树叶都掉光了再走吗？

这虽然是一个笑话，但深想想却别有味道。事实上男人并不一定就愚蠢到这种程度，男人之所以徘徊良久，不愿离开，大概是被露的艺术所倾倒了。想一想如果画面上没有那三片树叶，一目倒可以了事了，但却让人少了许多遐想和美感。其实正是这几片树叶，在欲擒故纵之间，为漂亮的女子 and 美丽的画面平添了几许让人不忍离去的魅力，也许男人就是受不了这样的性感吧。

露是属于女人的一种高明的风情，女人们为这种风情从没有停止过努力，但要知道暴露是与穿着相联系的，它们是息息相关的反比关系。而怎样穿出透明的美丽则至关重要，也是需要精心修炼的。

不然怎么会有那么多漂亮的内衣，它可是女人最贴身的物件和最后的防线，不只这样，它还是女人对自己亲密爱人展示性感妩媚的道具。那些真丝、镂空、蕾丝等材质和式样的诱人单品，会为女人添上更多的风情与韵致。总会在卧室里上演内衣秀的女人，肯定比赤条条的女人对男人的吸引更持久。

所以，乍现的春光更美，微醺的样子更醉。

智慧心语

1. 露，一定要看场合，这样的视觉盛宴，可以成为一处美丽的风景，却也可能为你带来麻烦，所以怎样露，露多少，女人们应该拿捏好。
2. 卧室里的风光是美好的，要记得多为自己准备几套内衣和睡衣。性感型的、可爱型的、舒适型的，不同的类型派不同的用场。而这时的“穿”，恰恰是为了更好地“露”。
3. 露要依据自己的体形决定。肩部太浑厚的不宜穿露肩装，腹部上肉多的，还是别轻易尝试露脐装，大腿过于粗壮者，穿迷你裙一般也不会太好看。露不只是代表着性感，还是在演绎着美感。