

硬汉普京

打造王者男人准则

为什么叶利钦会在最为动荡的日子里把总统大权交给他？
为什么俄罗斯人独独疯狂地热爱这个貌不出众的小个子男人？
曾经的克格勃生涯塑造了这位总统什么样的特质？
曾经一手遮天的叶利钦与政坛新人普京到底有何渊源？
.....

德米拉◎著

国内第一本在普京
真实事例的基础上，揭秘硬
汉普京如何成为王者男人的书！

—— 14 ——
大准则直击目标
——全力打造硬汉男人的
王者风范！



硬汉普京

打造王者男人准则

德米拉·著



華夏出版社

HUAXIA PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

硬汉普京：打造王者男人准则/德米拉著. —北京：华夏出版社，
2012.09

ISBN 978-7-5080-7139-8

I. ①硬… II. ①德… III. ①普京, F. F. 一生平事迹 IV. ①K835.127=6

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第200279号

硬汉普京——打造王者男人准则

作 者 德米拉 著

策划编辑 陈小兰

责任编辑 马 颖

出版发行 华夏出版社

经 销 新华书店

印 刷 北京汇林印务有限公司

装 订 北京汇林印务有限公司

版 次 2012年9月北京第1版 2012年9月北京第1次印刷

开 本 720×1030 1/16开

印 张 15

插 页 8

字 数 180千字

定 价 29.80元

华夏出版社 地址：北京市东直门外香河园北里4号 邮编：100028

电话：(010) 64663331 (转)

网址：www.hxph.com.cn

若发现本版图书有印装质量问题，请与我社营销中心联系调换。

序

在这个多元时代，女人对男人的要求越来越苛刻：只有地位不行，只有钱不行，只长得帅也不行……其实，女人要求男人必须具有男子汉的内涵和魅力。一个有智慧、有气概的魅力男人最能打动女人的心。一个男人的魅力在于人格的魅力。它是一种精神力量，也是人生事业的助推器。

普京的成功与其个人魅力不无关系。普京是俄罗斯近百年来最具个人魅力、最受欢迎的男人。做一个像普京那样的男人，是最有魅力的。

作为一个男人，在事业和爱情上要想有所收获，首先需要修炼内在品质，挖掘自身的潜能。好男人应该拥有以下特质：

真诚：男人的魅力，在于一种真诚，而与权钱无关。真诚往往最能打动女人的心。真诚不是智慧，但在交往中常常能折射出比智慧更诱人的光芒。真心实意、坦诚相待，以从心底感动他人而最终获得别人的信任。

可靠：在女人眼中，男人可靠最重要。一个家庭是否幸福美满，在相当程度上取决于丈夫，作为男人，必须承担起开辟幸福家庭生活的重担。真正的男人，总能像父亲庇护女儿一样庇护女人，为女人撑起一片祥和宁静的天空。

宽容：一个男子汉应具备“心胸开阔”、“大度”、“坦荡”、



“有气量”等品质。有魅力的男人是宽容的，他的心胸如大海一样宽阔，能抵御风暴的袭击，能承受惊涛的拍打，能经受海浪的洗礼。

幽默：女人需要男人有幽默感，幽默是一种人格魅力。如果说生活是一个万花筒，那么，幽默则是万花筒中变化无穷的精灵。富有幽默感的男人，往往使人感到亲切。

绅士：风度是吸引人的重要内容，现代新女性喜欢的新好男人，其实就是一种具有绅士风度的男人。具有绅士风度的男人，往往彬彬有礼，待人谦和，衣冠得体，谈吐高雅，有爱心，尊老爱幼，尊重女性。

胆识：男人的魅力在于，无所畏惧，敢作敢当。有胆识的男人，遇到阻碍的时候，不会畏首畏尾；遭受挫折的时候，不会垂头丧气；需要力排众议的时候，不会瞻前顾后。

坚强：男人应该“坚强”、“不服输”，能承受各种打击和挫折。一个男人有了坚强的意志，便如同给自己添了一对翅膀。如果男人没有伟大的意志力，便不可能有雄才大略。

魄力：是男人应具有的一种气势，它能突出男人的阳刚之气。一个有魄力的男人更容易得到别人的赞赏和敬仰。

健康：“强健”、“健康”、“充满朝气”、“热爱运动”是男人的内在素质。女人往往喜欢充满朝气、强健的男人。作为男人，为了保持良好的体形，要坚持体育锻炼，并让它成为自己的一种生活方式。

《硬汉普京——打造王者男人准则》是有助男人提升自己的，难得一见的书，是一本值得男人反复看的好书。普京如同一面镜子，让每个男人都能照得见自己。这本书，可以让一个正处于迷茫中的人找到真正属于自己的方向，激励自己不断上进，在现实中升华自己。这是一本可以改变男人生活态度，甚至影响男人一生的好书。

普京——男人中的男人

这个世界上有很多种男人，但能让绝大多数人欣赏的并不多。因为一个优秀的男人需要集合众多的优点、才学、魅力，优秀的男人要外表俊朗、身体强壮、有过人的智慧，要性格好、有责任感，还要善于交际（尤其是能讨女人喜欢）等等。

这样优秀的男人极少，但是普京例外。他是精品男人，在他的身上集合了众多男人的优点。

可以说，普京无愧于男人中的男人这一称号。他是一个会让俄罗斯女人更高贵、俄罗斯男人更高傲的男人，是想把俄罗斯重新带回彼得大帝时代的“现代彼得”。说了这么多，真实的普京其实就是一个拥有王者气概，但却实实在在的男人……

普京具有极强的能力和独特的魅力！他改变了俄罗斯的命运。他极强的能力让世界认识到俄罗斯的雄风。他就是一个真正的男人。俄罗斯流行过这么一句话：女人要嫁普京这样的人，男人要做普京这样的人。

俄罗斯《真理报》曾报道说：“每当普京在电视上出现的时候，妇女们便会被‘黏’在电视机前，她们会告诉自己的丈夫‘男人应当像普京一样’。”

普京受到俄罗斯不同年龄阶层的妇女的偏爱。她们对普京怀有几乎疯狂的崇拜心理，在写字台上摆放普京的照片，并随身携带镶



有普京照片的钥匙链。她们认为普京总统具有独特的男人魅力，是她们所见过的最棒的领导人，是能够代表俄罗斯的最佳形象。她们对他的眼睛和笑容尤其着迷，他的外表使他看起来智慧而冷峻。他与普通的俄罗斯男人截然不同。在俄罗斯，人们正以狂热的心情崇拜普京。他曾荣获俄罗斯人心目中的“年度风云男人”称号。他已经成为俄罗斯妇女心中最性感、最有魅力的男人。

普京为什么能获得这么多的殊荣，至少有以下几种因素：

一、铁腕硬汉

普京一直被人们认为是世界政坛硬汉，他在内政和外交上都表现出铁腕硬汉的形象。2010年8月10日，他亲自驾驶俄产水陆两用飞机参加森林灭火，并扑灭了两处着火点。很难想象一个国家的领导人会亲自充当危险的消防员，而且是开着飞机去救火。他向世界彰显了他那种与众不同的硬汉本色。在过去的几年中，他曾坐“苏-27”歼击机到车臣前线视察剿匪部队，曾拿麻醉枪勇射猛虎救记者，也曾登上一架“图-160”战略轰炸机亲自体验超音速飞行、导弹发射等。

俄罗斯出版社曾出版了一本名为《总统》的惊险小说。小说把普京描写成“深入虎穴、手刃敌酋”的孤胆英雄。小说以车臣战争为背景，叙述了普京总统收到车臣匪首的挑战信之后，就立刻放下国家事务，跟随一个特种作战小分队直奔车臣，并亲手用大刀将匪首的首级斩掉，从而平息了一场动乱。

的确，使人印象最深刻的就是普京果断坚硬的铁腕形象，他在俄罗斯最动荡不安、经济即将崩溃的时候走上总统的位置。但他迅速地以他的行动得到了民众对他的支持和拥护，使俄罗斯逐渐走出了困境，在国际社会上的影响力也愈来愈大。特别是在俄罗斯的大

规模人质事件上，普京决不与恐怖分子妥协，在极短的时间内就启动了特种部队的攻击并使用了毒气。虽然最终还是导致了部分人质的死亡，但大家不得不承认普京当时的决策是准确和果断的，否则后果就会更加严重。

在外交和军事上，大家同样看到的是一个硬汉普京。普京说过：“俄罗斯国土虽然大，但是没有一寸是多余的。领土争端没有谈判，只有战争。”面对日本人对北方四岛的要求，普京只有一句话：“有本事来抢。”吓得日本上下鸦雀无声。

特别在涉及国家和民族利益的时候，普京更是毫不退缩、坚硬如铁。他努力不懈地增强俄罗斯军事实力，并逐年增加军费开支。普京强调：“就是把克里姆林宫卖了，俄罗斯也要加强海军建设。”近年来，普京连续对外展示军事实力。他还准备在今后10年里投入6800亿美元的军费。这不但压得日本喘不过气来，同时敲山震虎，让美国知道俄罗斯不是好惹的。2012年大选之际，普京连续发表多篇纲领性文章，不仅再次强调自己在国家安全问题以及未来军队建设上的“强硬立场”，还承诺俄罗斯将更积极地与西方对抗。

所以说，普京的魄力与智慧，使他成为一个很有张力的男人。普京在处理很多棘手问题上表现出他的果断和智慧。他执政以来，一直是以“铁腕”和“实干家”的形象出现的，他在国内和国际舞台上表现得既强硬、务实、不妥协又机智灵活。他领导俄罗斯人向恐怖分子宣战的车臣战争的胜利，保证了俄罗斯的基本稳定；在经济上，他进行了一系列的经济改革，从而使俄罗斯的经济开始全面振兴；在政治上，他以社会团结与世界稳定为根本，理顺了各种重大的政治关系；在外交上，他以恢复俄罗斯的大国地位为目标，广泛地进行多边主义的外交政策，使得俄罗斯的国际地位得到很大的提升。他这种有胆有识的举动，赢得了俄罗斯民众的赞颂。



二、运动健将

普京是一个运动健将。他非常重视锻炼身体，为了保证自己有很好的体形，他要求自己既不能发胖，又不能太瘦。

虽然普京算不得很帅，但他却很有男人味，特别是他那如鹰似的坚定的眼神，流露出智慧的光芒，让很多人折服。虽然他身材不算高大，但他从小到大都是运动健将。尽管普京已经人到中老年了，然而他却和很多臃肿肥胖的俄罗斯中年人不同，他拥有健美的身材，外表强健精干，不管什么时候出现在大众面前，总是显得容光焕发、精力充沛，阳刚之气十足。

普京是柔道黑带6段选手，是世界上首位获得柔道高级段位的总统级人物。他曾说：“我热爱体育，特别是柔道。柔道可以锻炼人的勇气，同时让训练者懂得尊重对手和保持谦虚。”

普京对体育运动的热爱，使他充满活力。他对摔跤、柔道、漂流、骑马、滑雪、游泳、钓鱼等都有浓厚的兴趣，通常可以看见他运动的身影。甚至出访外国，普京也善于打运动牌，展示自己的魅力。他在访问日本的时候，参观一家柔道俱乐部，突发奇想，要跟俱乐部运动员一比高低。虽然普京大获全胜，可是他的贴身保镖感到十分紧张。独联体国家领导人在哈萨克斯坦举行非正式会晤期间，哈萨克斯坦领导人邀请各国领导人滑雪。谁知滑雪刚开始，普京就如离弦之箭，将其他领导人远远地甩在了后面。

普京每天都能坚持锻炼大概一个小时。他清晨起床洗漱完毕之后，先做半个小时热身操，再练一会儿柔道。接着，再游泳20分钟。锻炼之后，他才驱车去克里姆林宫上班。

体育运动对普京来说，并非仅仅是有利于健身。这种习惯的保持，使出现在公众视野中的普京总是目光炯炯、精神抖擞，没有丝

毫疲惫的感觉。精力充沛的男人总是会带给人安全、舒适充满活力之感。

三、性感猛男

普京是一个性感猛男。他曾经光着膀子，向世人展示他那六块发达的肌肉。很多媒体热衷于拍下普京赤着上身结实肌肉做运动和钓鱼的镜头。他那种酷酷的形象深受俄罗斯女性的欢迎，他曾荣获“最性感男士”称号。

普京在向外界显露大国外交和军事“肌肉”之时，毫无疑问地能震慑世界。然而极少人能想到，普京在展示自己真实肌肉的时候，也能吸引很多人的眼球。他在西伯利亚度假时赤裸上身拍摄的照片，到现在还让很多俄罗斯人津津乐道。

在西伯利亚，普京和摩纳哥国家元首阿尔贝二世亲王一起度假期间，展示出这位俄罗斯领导人鲜为人知的一面。

那天，普京一改西装革履的正式装束，穿着牛仔服，戴着墨镜和遮阳帽，陪着阿尔贝二世亲王游览图瓦共和国美丽的自然风光。他们开着越野车在山间路上兜风，或者在原野上纵马疾驰，或者坐着橡皮筏子在叶尼塞河上游弋，普京极具牛仔风采。在叶尼塞河畔，普京一时兴起，干脆脱掉上衣，赤裸上身挥竿垂钓，让自己健壮的躯体与大自然亲密接触。

记者们当然不会放过这种精彩镜头，普京的半裸照片立即出现在很多报纸、网站和电视上。克里姆林宫也在官方网站上刊登了一组普京在度假期间拍摄的照片，其中就包括一幅普京赤裸上身在叶尼塞河畔漫步的图片。

普京半裸亮相一个星期以来，众多电视、报纸和网站可谓议论纷纷，大批俄罗斯女性民众更是对年过半百的国家领导人的身材赞



赏有加。俄罗斯《共青团真理报》报道说，自从报纸刊登普京半裸照片以来，已有很多网民在它的网站上发帖留言，评论普京“健壮的躯体”，其中众多女性网民“喜悦惊呼，毫不吝惜赞美之词”。

每当普京在公众场合出现的时候，众多少女会挥舞着普京的生活照嘶喊。在一个“嫁人就嫁普京这样的人”的国家，普京带来的连锁反应又一次印证了肌肉男和美女芳心之间的关系。健壮的肌肉、强者的姿态，在俄罗斯女性的心中，普京是俄罗斯最性感、最有魅力的男人。

俄罗斯媒体称赞，普京的个人魅力，带动了俄罗斯政坛将强化候选人性感指数视为竞选策略的风气。这种性感，不仅能够抓住女人的心，而且也能折服男性公民。

四、铁汉柔情

尽管普京以“铁腕”、“冷面”著称，但他也有温柔的一面。2010年12月普京展示了柔情一面，他在儿童慈善晚宴上深情款款地弹奏了钢琴曲《蓝莓山》，他也曾乘船出海与鲸鱼亲密接触，这一切都尽显了普京的铁汉柔情。

普京常常走到俄罗斯百姓当中去交流，他曾经蹲下身亲吻小男孩的肚皮；他曾独自应邀到村妇家吃酸蘑菇，安慰这位孑然一身的孤老；他曾亲自开着一辆崭新的国产小汽车，送给为老军人福利奔忙的毫耄退休女特工。村民邀他游泳，他二话没说就跳进河里；与运动员合影，他不拘形迹地蹲在前排。

他在国际社会上大多数时候传递俄罗斯的硬实力，但他也传递俄罗斯的软实力。他曾经在访问日本时与10岁的日本女孩子较量柔道并假装被摔倒；参观少林寺，他亲切地把小沙弥扛到肩头；他还曾经带着法国总统去泡莫斯科的酒吧。

同时，普京还是“新好男人”的典范。普京在政治上的建树有口皆碑，在家庭生活上也是个好男人。对“克格勃”出身的普京，人们首先想到的就是“冷酷、无情”等字眼，但普京的爱心和家庭观念却从他的家人身上得到了很好的体现。双休日晚上，有时普京难得在家休息一下，这时他会陪着家人看看时事评论节目，这时的普京是一个好老公、好爸爸。各媒体经常报道这样的消息，因为俄罗斯的媳妇姑娘们很关注有关他家庭生活的种种细节，对此，普京也尽可能地宽容待之，尽显他的亲民本色。

俄罗斯《共青团真理报》曾专门就“俄罗斯第一狗”的话题采访了普京，提起自己家的小白狗，一向给人不苟言笑印象的普京也露出了充满柔情的笑容。

2012年3月5日，普京第三次当选俄罗斯总统。他在发表胜选感言时流下了“强人泪”。俗话说“男儿有泪不轻弹”，更何况是一向以“硬汉形象”示人的俄罗斯政坛强人普京了。因此，当普京在大庭广众之下流泪时，自然成了媒体镁光灯的焦点。

有力量却不乏温柔，这就是普京的迷人之处，这才是男人中的真男人！

总的来说，论长相，普京绝不是让人一见钟情的美男子，但他有一种独特的魅力。他的名字简直就是“硬汉”、“强人”的同义词。但他的内心世界、情感世界却非常丰富，他是一个充满爱心、体贴入微又不乏幽默感的男人。

他自从2000年登上总统宝座后，一直是俄罗斯民众的偶像，他有多种形象，从铁腕硬汉、运动健将、性感猛男到铁汉柔情，种种形象都深入人心。

在俄罗斯，他是女性心中阳刚的代表，他是男人心中的偶像。大多数俄罗斯人均把他当做“超人”，特别是俄罗斯女性，她们主



硬汉普京

——打造王者男人准则

要是被普京的个人魅力所倾倒。妇女们普遍认为普京很有吸引力，还在于他与大多数的俄罗斯男人不一样——很多俄罗斯男人有酗酒的坏习惯，而且不注重外表和修养，而普京却与他们不同，在妇女们的眼里，普京就像“雏菊一样新鲜”。

因此，普京以自己的鲜明个性和人格魅力，赢得了大批女性的芳心。在俄罗斯国家里，他成为女性择偶的标准、男性学习的典范。

序 / 1

前言 / 3

01

道德准则

遵从自己的良心

软度决定硬度 / 2

知遇之恩：普京与叶利钦 / 4

忠诚：丈量 0 到 100 的距离 / 7

需要的时候，出现在需要的位置 / 10

“我把全身心都献给了俄罗斯” / 12

02

真实准则

从不装样子

绝不装模作样 / 16

弱点没什么可掩饰的 / 18

是男人，就该讲诚信 / 20

真诚：打开女人心门的钥匙 / 22

以诚度人 / 25

03

实用准则

普京的实用主义哲学

克格勃造就普京 / 28



普京法宝之理性抉择 / 32

务实的总统 / 35

我可以很低调 / 38

“不要崇拜我” / 41

04

人脉准则

俄总统的交友之道

打造吸引朋友的磁场 / 46

最是无情也动人 / 48

低头是为了更好的昂首 / 51

态度是推力，它决定你能走多远 / 53

人情味是一种德行 / 55

05

较量准则

对待对手也要心怀敬意

当众拥抱你的敌人 / 60

敌人是用来利用的 / 62

敲山震虎，虎不敢威 / 65

感谢对手，你让我更强大 / 67

06

兴趣准则

人类已无法阻止普京

做自己喜欢的事 / 72

全能是一种能力 / 74

我很忙，我不忙 / 77

07

魅力准则

普京的气场，你也可以有

形象值万金 / 82

普京式魄力是男人的一种气势 / 85

“得体”是个综合体 / 88

个性一定要有 / 91

08

宽容准则

心有多大，世界就有多广

宽容并上志同道合——梅普组合的秘密 / 96

忍让并不意味着妥协 / 99

爱与宽容——打造潜能量的平台 / 101

09

温柔准则

总统的“港湾”

“我的家就是我的一座城堡” / 106

“总统是暂时的，家庭是永久的” / 109

总统夫人眼中的普京 / 112

好婚姻是所好学校 / 114

朋友可以助你一臂之力——普京仕途的崛起 / 117

牢固的友情铸就大业——俄政坛上普京的诸位好友 / 120

10

教育准则

面对“第一女儿”

孩子是家庭幸福的源泉 / 126

父母：子女成才的引路人 / 128



父爱的举足轻重 / 131

以身作则——最智慧的教育方式 / 133

11

幽默准则

硬汉也可以很诙谐

幽默让人如沐春风 / 138

幽默：机智从容的代名词 / 140

用好幽默是聪明领导者的利器 / 143

举起幽默这把剑 / 146

12

偶像准则

男人必须有偶像

英雄情结——初遇彼得大帝 / 150

理性评判——再遇斯大林 / 153

做榜样的追随者 / 155

英雄相惜——效仿罗斯福 / 157

偶像辅以时势——新英雄诞生 / 159

13

强者准则

信念在左，意志在右——开启俄复兴大门的钥匙

与信念同行 / 162

叩开克格勃大门的金手指 / 163

意志镀上不锈钢 / 166

拖延扼杀在摇篮里 / 168

克格勃式的冷静 / 170

隐形的马缰 / 172