



**FOR
YOUNG MEN
ONLY**



给**少男一族**的**幸福**【秘笈】

著 杰夫·菲德翰 / Jeff Feldhahn
艾瑞克·莱斯 / Eric Rice
桑蒂·菲德翰 / Shaunti Feldhahn
译 林思牧

让男生了解外星性别成功指南



**FOR
YOUNG MEN
ONLY**

给**青**少男一族的**福**【秘笈】



著 杰夫·菲德翰 / Jeff Feldhahn
艾瑞克·莱斯 / Eric Rice
桑蒂·菲德翰 / Shaunti Feldhahn
译 林思牧



深圳出版发行集团
海天出版社

图书在版编目(CIP)数据

给少男一族的幸福秘笈 / (美) 菲德翰, (美) 莱斯, (美) 菲德翰著 ; 林思牧译. — 深圳 : 海天出版社, 2011. 8
ISBN 978-7-5507-0160-1

I. ①给… II. ①菲… ②莱… ③林… III. ①女性心理学—青年读物②女性心理学—少年读物 IV. ①B844. 5-49
中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第096522号

图字: 19-2011-052号

Title —For Young Men Only
Author —Jeff Feldhahn and Eric Rice with Shaunti Feldhahn
Translator —Samuel Lin
Publisher
First Simplified Chinese Edition Nov, 2010
Originally published in English under the title:
For Young Men Only by Jeff Feldhahn and Eric Rice with Shaunti Feldhahn
Copyright©2008 by Veritas Enterprises Inc. and 44 Films Inc.
Published by Multnomah Books, an imprint of The Crown Publishing Group
a division of Random House, Inc.
12265 Oracle Boulevard, Suite 200
Colorado Springs, Colorado 80921 USA
Illustration©2008 by Don Patton
Published in association with the literary agency of
Calvin W. Edwards, 1220 Austin Glen Drive, Atlanta, GA 30338
All non-English language rights are contracted through:
Gospel Literature International
P.O. Box 4060, Ontario, California 91761-1003 USA
This translation published by arrangement with
Multnomah Books, a division of Random House, Inc.
Printed in China, 2009
Chinese Edition Copyright©Evangelical Formosan Church
Communication Center
All Rights Reserved
Chinese Simplified Edition © 2011 by Ageco Inc All Rights Reserved
国际中文简体中文版授权/深圳爱及特文化发展有限公司 www.Ageco.com.cn
本书由台福传播中心授权在中国发行 中文版权 @ efccc

给少男一族的幸福秘笈

GEISHAONANYIZU DE XINGFUMIJI

责任编辑 王 颖 封面设计 邓 涛 责任技编 蔡梅琴

作 者 杰夫·菲德翰 艾瑞克·莱斯 桑蒂·菲德翰
译 者 林思牧
出版发行 海天出版社
地 址 深圳市彩田南路海天综合大厦7-8层(518033)
网 址 <http://www.htph.com.cn>
订购电话 0755-83460137(批发) 83460397(邮购)
设计制作 深圳市线艺形象设计有限公司 Tel: 0755-83460339
印 刷 深圳市希望印刷有限公司
开 本 787mm×1092mm 1/16
印 张 14
字 数 140千字
版 次 2011年8月第1版
印 次 2011年8月第1次
印 数 6000册
定 价 29.00元

海天版图书版权所有, 侵权必究。

海天版图书凡有印装质量问题, 请随时向承印厂调换。

“关掉你的iPod和手机，拿起这本书，然后沉潜到数以百计年轻女性的秘密思绪之中。这本书把她们的思绪提炼成简洁清新的八个篇章，请你相信我，你绝对不会失望的！”

——可利尔 (Colin Creel)

Crossroads: Navigating your Calling and Career and Perspectives:
A Spiritual Life Guide for Twenty somethings的作者

“《给少男一族的幸福秘笈》是一本给所有在与女生交往方面曾经想过‘难道只有我不了解她们？’的男生。杰夫和艾瑞克剖析了女生美丽且细致的心灵，然后铺陈出了一条清楚、直接的路径。”

——怀特博士 (Dr. Joe White)

Kanakuk Kamps 总裁

“当你买电子产品的时候，一定附加了一本使用者手册。有时候你会去读手册，有时不会。这本书是青少年男性在学习与女生交往的指南，杰夫和艾瑞克在书里用浅显易懂的方式谈到了所有你应当知道的事，我认为你应该认真地读完这本书。”

——沃杰莫斯博士 (Dr. Robert Wolgemuth)

畅销书 The Most Important Year in a Man's Life 及 Dad's Bible.的作者

“大力推荐《给少男一族的幸福秘笈》这本书！对每一个年轻的男性，这都是一本好书，包括那些真的认为自己已经知道一切有关女性的男生；或许这本书应该作为必修课的教材，杰夫和艾瑞克，你们写得太棒了！”

——斯迈莉 (Kendra Smiley)

公众演说家及畅销书 Do Your Kids a Favor ...Love Your Spouse的作者

“有趣、有益又简单——正是男生所喜欢的方式。”

——伊斯特翰 (Chad Eastham)

畅销书The Truth About Guys的作者

“终于有人为男生写了一本关于女性的完整书籍！杰夫和艾瑞克透露了那些‘外星人’从我们男生这里所想要的、所需要的是些什么，他们用让男生看到女生心灵深处的独特方式，透露了这些信息。各位男生，请做好心理准备，在接下来的书页里，你所学到关于女孩是如何思想的，绝对会比你所能想象的还要多得多，你也会知道为什么女生会那样思想了。”

——狄恩 (Jeffrey Dean)

狄恩教会创始人，Watch This 及 This is Me的作者

“杰夫和艾瑞克超妙的幽默感，让大家可以很快、很有兴致地读完这本书。虽然《给少男一族的幸福秘笈》是根据一个大规模的问卷调查所写成的，但书里却不仅只是事实和百分比而已，两位作者真的探查到我们女生的心跳，也知道什么会碰触到我们心灵的深处。”

——莉兹 (LIZ) / 高中女生

“我真高兴你们告诉了男生这些东西，这表示我也许不必告诉他们！你们能不能给我就读的高中里的每个男生一本？”

——卡美 (CAMI) / 高中女生

来自杰夫

献给比尔和洛博塔菲德翰
他们把四个男孩养大成人
而且没有失去幽默感或婚姻，
也没有发疯。

来自艾瑞克

献给保罗与梅尔芭莱斯
两人结婚五十三年
笑到极点、爱到极点

给偷窥这本书的大人所写的序

给心中忧虑而偷窥这本书的大人（妈妈、爸爸、青少年的导师……你知道你是谁）：我们很高兴你在偷窥！我们也是家长，我们肯定你是你的青少年的最重要的监护者，包括给予他们信息和劝言。谈到关于异性方面的事，我们更加肯定你的顾虑。

我们是为了你所关心的青少年——一个将要成为男人的男孩……而写了《给少男一族的幸福秘笈》这本书，这些男生常常一次花费几个钟头的时间去猜想女生是怎样的、女生想的是什么、女生到底要的是什么。通常他真的是不知道，不然他就是从错的地方取得一些答案。我们从一开始，就设定了一个目标，就是运用真确的研究结果，写出一本大开眼界的书，来帮助青少年男性了解，并且尊重上天把女生创造成为的结果。《给男人的幸福秘笈》与《给女人的幸福秘笈》（本系列先前已出版的两本书）的许多读者告诉我们：“我多么希望自己是在结婚前，就已经知道了书里所说的真相。”那就是我们为什么会有信心，这本书可以帮助你的青少年在将来享受到大为健康、大为快乐的两性关系。

在你审阅接下来的书页时，请记住几件事：

我们冒了一点风险，选择这样的方式来展示我们的研究结论，以配合男生现在正经历的情况，我们的读者有些是上教堂的男生，有些不是。不论如何，我们先从他们的观点来看每一个问题，先感受到他们的需求；接着，我们让他们知道，并且了解他们以前所不知道的事。

这是一本关于女生是如何思想的书，而不是男女交往方面的建议之书（虽然我们在书里也提供了一些忠告）。你的青少年在这本书中所读到的，不论他是不是在两性关系之中，都会对他有帮助。我们假设本书的读者至少会对了解女生有兴趣，即使只是作为朋友的关系。那个天生自然的兴趣，是我们告诉他们可以如何帮助、如何尊重、如何保护女生的起点，不只是现在，而且是终其一生。

这本书里的许多内容会让你的青少年惊讶——或许连你也会感到惊讶——因此，我们鼓励你，用这本书当作对话的引子，在你的青少年儿子的生命中，神给予你影响他的能力是有原因的。

现今的世界似乎总在密谋破坏那些诚心在两性关系中尊重另一方的家庭，我们祈求你会发现，《给少男一族的幸福秘笈》正是你所追寻的资源！

——杰夫与桑蒂菲德翰&艾瑞克与莉萨莱斯



目录

给偷窥这本书的大人所写的序

chapter	1	大多数男生从来不懂的事·····	1
		为了找出事实真相，我们带你到最终的源头去—— 超过一千个的源头	
chapter	2	富家英俊小生vs.普通男生·····	15
		为什么一般的青少男绝对能交得到卓越的女生	
chapter	3	为什么好女生总是喜欢坏男生·····	47
		了解女生心中隐藏的最大恐惧—— 以及男生该怎么做	
chapter	4	当女生变得不讲理的时候·····	75
		女性令人不解的行为之解读指南	
chapter	5	分手，毁掉你·····	101
		为什么女生可以很快地从“我爱你”变成“你滚蛋”—— 以及如何不要因此而崩溃	
chapter	6	不可不解风情·····	129
		如何跟女生说话，如何听女生说话，不要像呆头鹅一样	
chapter	7	到底怎样算得分·····	151
		男生、女生及性行为的真面目	
chapter	8	每个女生都想要的男生·····	187
		可不可能真正的你才是女生真正的奖品？	
		讨论指南·····	197

chapter

1

大多数男生 从来不懂的事

为了找出事实真相，
我们带你到最终的源头去——超过一千个的源头。

你有无数个理由可以不需要读这本书：你不需要这本书来教你怎样在乘坐云霄飞车的半途中跟女生送短讯；不需要这本书告诉你怎样在房间的地板上装起一部计算机；也不需要这本书来指点你用打饱嗝的方法念出26个英文字母、或是用两个大拇指就能把整座城里的僵尸全部消灭、或是连看都不看篮筐就把球从远远的地方投入。

这些是你原本就会的事。

而且，因为这些本事，你已经成了……传奇人物。

可是，在另一方面，你也和大多数的青少年男子一样，生活在一

群不知道你的这些成就、也不懂得欣赏你的超绝成就的外星人中。当然，这些外星人就是女生，她们中有一些具有特异的能力，尤其是长得特别可爱的，能让你舌头打结、全身颤抖，而且在你最想表现得很酷的时候，却让你一屁股摔在地上。

你知道我所描述的很真确，我们被女生整得像要发疯了。她们可以把我们闻名遐迩的神准跳投，变成篮外空心。她们常常把我们弄得晕头转向，让我们想嘶声怒吼。

所以我们必须问你：你——这个传奇男子——能不能安然渡过女生之海，而且不会失落你的“酷”？

很多男生没办法做到。我们知道，至少我（艾瑞克）知道。在我十多岁的时候，有一次在一个大热天，我一路从德州开车到田纳西州，结果只听到那个女孩对我说：“艾瑞克，再见！”我还记得那一天好热、好难过。

刚才说的舌头打结、全身颤抖、一屁股摔在地上，那就是我。我当时所知道关于女生的事，大多数是道听途说、或是在男生盥洗室里听来的，再不然就是我自己的猜测，而且大多数所学到的，都是错到极点的东西。所以，我们决定要写这本《给少男一族的幸福秘笈——安渡女生之海的指南》。

现在，我们已经落伍到不再酷了，也不会再舌头打结，但是，我们希望帮助十来岁的男生了解女生，教你们怎么跟女生说话、怎么听女生说话、怎样认识女生，帮助你们从女生那里学习，教导你们怎样照顾女生，享受和女生在一起的时光……甚至教你们怎样能得到女生的赞赏。我们的目标固然没有阻止恐怖主义、挽救濒危冰河那么崇

高，却是聪明的男生所关心的——聪明的女生也一样关心。了解女生是如何思考的，对你现在的快乐以及将来的幸福至为重要。更棒的是，及早修毕“女生101基本课”，将会让你超越大部分的男生，那些男生可能一辈子都搞不懂女生。

在你手里所捧的这本书中，所能产生的领悟始之于你。请运用你传奇的天分，接收我们给你的震慑人心的信息，你很快地就能进到女生的脑袋里。

及早修完“女生101基本课”，会让你超越大部分的男生。

“不可能！”

没错，《给少男一族的幸福秘笈》这本书会带你进入女生的脑袋里（这是否让你觉得又恐怖、又兴奋？）为了帮助你进到女生的脑袋里，我们和几百位又聪明、又可爱、又愿意和我们诚实分享她们想法的女生访谈。（如果你认为我们只会找些无趣、肤浅、相貌平庸的女生来做研究，请你上www.foryoungmenonlybook.com网站上去看一

看，你的观感马上会完全改变。)

我们怎么能提供让你大喊“不可能！”的心得，而且让你永久改变你的想法呢？

让我（杰夫）来解释给你听。我的太太桑蒂原是哈佛大学毕业的政策分析师，她在不经意中转为社会研究者。有一天，她一觉醒来，突然发现男人和女人思考方式完全不同。（好啦，有时候我们男人根本不会思考，但现在我们不谈那一点行不行？）桑蒂突然理解到，虽然她非常爱我这个帅哥，但是，她实在对我了解得不多。不但了解得不多，更常常是根本摸不着头脑。

最好笑的是，我完全不知道她对我根本摸不着头脑。

当桑蒂向别人询问了之后，她发现我们之间的问题其实非常普遍。事实上，在她到处访谈时，很多男人和女人根本已经放弃想要了解异性的希望，即使那位异性是他们所深爱的。

那个领悟促使桑蒂发起了一个研究项目，在项目中向男士们询问他们对某些主题的感受，特别是那些男人比较倾向于隐藏、比较是难以启齿、却相当重要的题材。他们所给的答案带领桑蒂写成了如何了解男人内心世界的《给女人的幸福秘笈——男人不要看》（原名《给你的悄悄话》）。

那本书出版后成为全国最畅销书之一，各地的男人都松了一口气，因为他们终于可以不被视为神经病了。女人们也领悟到，她们可以了解、可以关爱自己男人的真我，而不是她们所以为的假我。一直到今天，我们对于这么一个新的见解（insight）就可以完全改变对异性的思维，还是感到惊叹——而这种思维的改变，可以完全转换两

性的关系。

然后，桑蒂又出版了一连串的畅销书，包括《给男人的幸福秘笈——女人不要看》、《给少女一族的幸福秘笈——男生不要看》，每一本书都是以一个精心策划、具全国代表性的科学问卷调查为基础，帮助读者了解异性的脑袋里究竟在想些什么。

接着，就是《给少男一族的幸福秘笈——女生不要看》这本书。

老实告诉你，我们把这本书的出版时间尽量拖得越晚越好，因为，我们不能确定青少年男性究竟会不会放下手边一切深深吸引他们的东西，譬如You Tube上的影片、Facebook、电子游戏等，来读一本关于女生如何思想的书？我们的确不晓得男生是否会为了帮助自己了解女生、体会女生，而来读一本做过详细研究的书。

刚开始时，的确是有一些为儿子忧心的父母，以及大约一百万个女生要求我们写这本书。男生的父母们告诉我们类似“我们的宝贝儿子在异性面前好像很笨拙”的话，而女生说的则是“男生真的很蠢！”一类的话。

后来，连男生们也来要求我们，到了第一百个男生来告诉我们，他们希望有一本《女生手册》可供阅读的时候，我们决定把这本书写出来。

男生的父母们告诉我们类似“我们的宝贝儿子在异性面前好像很笨拙”的话，而女生说的则是“男生真的很蠢！”一类的话。

我们的保证——“不修饰”

桑蒂和我（杰夫）找了我最好的朋友艾瑞克·莱斯（和桑蒂合写《给女人的幸福秘笈》另一位作者莉萨的丈夫）来帮忙写这本书；艾瑞克是一位才华横溢的编剧和导演，所以可以成为最完美的写作搭档。此外，他也是3个我们所知最聪明、最漂亮的少女的父亲，还有，他有神经病。（大概是因为有3个十多岁女儿的关系吧！）

为了确保我们所问问题是正确的，艾瑞克和我从那些在我们念高中时对女生所不了解的事情开始，然后安排在乔治亚州的亚特兰大地区和几十位青少年女性举行焦点团体讨论——在莉萨和桑蒂主持讨论之下，（这样女生们会觉得自己可以很安全、很坦诚的畅所欲言。）我们开始找出重要的问题领域。

我们的团队可以很自然地提出有趣的问题，因为莉萨是一位记者、桑蒂是一位关系分析师、我是一名律师、艾瑞克是疯子。

对每一个可能会用上的主题，我们都会做一个重要的测试：对今天的青少男，这个论点会不会造成很大的震撼？如果不会，我们就没有兴趣。我们不希望把已经是众所周知的东西拿来炒冷饭，我们也

不想说教，我们只想揭发那些大多数男生无法相信的、惊世骇俗的观点——但必须是真实的……而且是多数女生可以同意的论点，不论她们的种族或宗教信仰是什么，也不论她们住在哪里，更不论她们家开的是什么车。

然后，桑蒂和莉萨到亚特兰大附近的购物中心，向几百位青少年问一组问题。因为桑蒂和莉萨经常在全国各地旅行和演讲，所以她们也经常随机的和所遇到的女生访谈。

最后，我们把从非正式机会里所得到的信息，制作成一个昂贵的、科学的、具有全国代表性的问卷调查，调查的对象超过四百位女生，由声名卓著的公司“决策分析家”（Decision Analyst）执行问卷调查工作。如果我们要宣称女生们确实是具有某种想法，那么，一个正式的、昂贵的全国性调查必须能够证明。（我有没有提到这项问卷调查非常昂贵？）

分析过问卷调查结果以后，我们把大多数女生所同意的想法归纳成六个主题，每一个都能让你听了以后觉得仿如大梦初醒。

我们不希望把已经是众所周知的东西拿来炒冷饭，也不想说教，我们只想揭发那些大多数男生无法相信的、惊世骇俗的观点——但必须是真实的。

六大惊奇

章 名	大多数男生的想法	惊奇之处
1 富家英俊小生 vs. 普通男生 为什么一般青少年绝对能够交到卓越的女生。	最好的女生都喜欢既富有、外表又帅的男生。	女生最会被男生的内在质量所吸引。
2 为什么好女生总是喜欢坏男生 了解女生心中隐藏的最大恐惧——以及男生该怎么做。	女生有被强势的“坏男生”吸引的怪异倾向，而这些男生却又把女生当作垃圾来对待。	女生都暗中害怕自己不够特出、没有吸引力，因此，她们会被能够给她们肯定的男生所吸引。
3 当女生变得不讲理时 解读女性令人不解的行为之指南。	当女生变得情绪化、失去理智的时候，男生就倒霉了。除了逃得远远的，男生一点办法也没有。	当女生变得情绪化的时候，未必会失去理智——而且，男生有许多应付的办法。