

男人如茶，女人如水，好茶需要好水泡。

晴天格格◎编著

YIBENSHU
DUDONGNANRENXIN

一本书读懂 男人心

- 
- ☆婚前，男人像孙子，顺来逆受；婚后，男人像老子，吆五喝六。
 - ☆婚前，男人天天盯着女人；婚后，女人天天盯着男人。
 - ☆婚前，男人喜欢毛手毛脚；婚后，男人变得没手没脚。
 - ☆婚前，男人需要的是靠近一点；婚后，男人需要的是闪开一点。
 - ☆婚前，男人总许诺下辈子再结良缘；婚后，男人怀疑上辈子造了孽。
 - ☆婚前，男人把谎话当情话；婚后，男人把情话当废话。
 - ☆婚前，男人看什么都是浪漫；婚后，男人看什么都是浪费。
 - ☆婚前，男人大多很幽默；婚后，男人大多很沉默。
 - ☆婚前，男人没话找话；婚后，男人有话也不说。



外文出版社
FOREIGN LANGUAGES PRESS

男人如茶，女人如水，好茶需要好水泡。

YIBENSHU
DUDONGNANRENXIN



一本书读懂

男人心

晴天格格◎编著



外文出版社
FOREIGN LANGUAGES PRESS

图书在版编目(CIP)数据

一本书读懂男人心 / 晴天格格编著.

—北京: 外文出版社, 2010

ISBN 978-7-119-06813-8

I. ①一… II. ①晴… III. ①男性—心理学—通俗读物

IV. ①B844.6-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第241413号

策 划: 丁 离

责任编辑: 杨春燕 郑祥玲

装帧设计: 天下书装

印刷监制: 冯 浩

一本书读懂男人心

晴天格格 / 编著

©2010外文出版社

出版发行: 外文出版社

地 址: 中国北京西城区百万庄大街24号 邮政编码: 100037

网 址: <http://www.flp.com.cn>

电 话: (010) 68320579/68996067 (总编室)

(010) 68995844/68995852 (发行部)

(010) 68327750/68996164 (版权部)

制 版: 三河市航远印刷有限公司

印 制: 三河市航远印刷有限公司

经 销: 新华书店 / 外文书店

开 本: 880mm×1230mm 1/32

印 张: 9

字 数: 150千字

装 别: 平

版 次: 2011年2月第1版第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-119-06813-8

定 价: 28.00元

建议上架: 女性·心理学

版权所有 侵权必究 如有印装问题本社负责调换 (电话: 010-68995852)

目录

CONTENTS

一本书读懂男人心

天问——男人为何都有秘密

男人在女人眼中是一道谜，没有人能百分百肯定地给出正确答案，都说男人苦、男人难，男人的辛酸谁人知？男人的秘密永远藏在心底，甘苦自知。但你若要了解男人，还得从他们的秘密谈起。

- ++ 男人的沉默——蕴含着怎样的“阴谋” / 2
- ++ 男人的脾气——泥人也有土性子 / 6
- ++ 男人的面子——等于男人的尊严和自信 / 10
- ++ 男人的自卑——披着坚强外衣的软弱 / 14
- ++ 男人的软弱——更需要激励与动力 / 18
- ++ 男人的隐私——外表单一而内心复杂 / 23
- ++ 男人的谎话——也许是最诱人的地方 / 28
- ++ 男人的爱情——一种被情欲驱使的征服欲望 / 30
- ++ 男人的出轨——忠诚度直线下降 / 34

解读——男人是什么

“男”字，上田下力，田通天，以力顶天；生而为男，天生就有一份身为男人的责任。男人是什么？男人是天，包揽一切；男人是地，厚德载物；男人是火，燃点激情；男人是水，铁骨柔情。





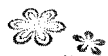
一本书 读懂男人心

- ✦✦ 男人的特性——男人是火，女人是水 / 40
- ✦✦ 男人的品味——最难敲开的门 / 44
- ✦✦ 男人的架子——追溯到五千年以前 / 47
- ✦✦ 男人的爱恋——一般有以下几种形式 / 50
- ✦✦ 男人的金钱——比你富的和比你穷的 / 55
- ✦✦ 男人的选择——他们的想法比较复杂 / 60
- ✦✦ 男人的花心——仿佛是天生的 / 65
- ✦✦ 男人的伤悲——白天不懂夜的黑 / 70

洞察——借我一双慧眼看男人

有时他很坚强，铁骨铮铮顶天立地；有时他很懦弱，夜深人静偷偷哭泣；有时他爱热闹，呼朋唤友三五成群；有时他爱寂静，远离闹市独居山林。男人的心，瞬息万变，女人们，练就你的“火眼金睛”吧。

- ✦✦ 男人的眼睛——观其人先观其眸 / 76
- ✦✦ 男人的表情——此时无声胜有声 / 81
- ✦✦ 男人的笑容——一百三十五个脸部表情 / 84
- ✦✦ 男人的姿态——只代表某段时间内的情绪变化 / 87
- ✦✦ 男人的动作——只能作为一个参考 / 93
- ✦✦ 男人的态度——随时都会发生变化 / 96
- ✦✦ 男人的期待——在他们举动中透露出来 / 100
- ✦✦ 男人的禁忌——避免无意之中触怒他们 / 104



细节——细微之处见真情

《韩非子·说林上》说：“圣人见微以知萌，见端以知末。”意思是，聪明的人只要见到事情的苗头，就能知道它的实质和发展趋势。又，《荀子·大略》说：“夫尽小者大，积微成著。”意思是，微不足道的事物，经过长期积累，就会变得显著。那么，对于男人，你也要从细节着手，才能全面了解，正所谓一叶而知秋。

- ✧✧ 男人的自白——“疾风、暴雨、怒涛” / 110
- ✧✧ 男人的衣着——个人品味和性格爱好 / 115
- ✧✧ 男人的性格——性相近，习相远 / 119
- ✧✧ 男人的事业——骄傲或者自卑的东西 / 124
- ✧✧ 男人的臆想——做个风流鬼 / 127
- ✧✧ 男人的话题——打开话匣子 / 129
- ✧✧ 男人的友谊——往往能够天长地久 / 134

魅力——男人需要征服

男人让女人成长。男人如土，呵护并滋养出花一般的女人，她们缤纷多彩，绚烂多姿，时时刻刻都在点缀这个世界。

好男人征服世界，好女人征服男人。女人的魅力正在于此。

- ✧✧ 女人的引力——异性之间易相处 / 140
- ✧✧ 女人的幽默——给生活加点料 / 144
- ✧✧ 女人的礼仪——也许是不经意的一个动作 / 148



一本书 读懂男人心

- ✧✧ 女人的智慧——不要害怕“倒追” / 152
- ✧✧ 女人的美丽——三分容貌，七分打扮 / 156
- ✧✧ 女人的大方——同样需要把握距离 / 161

交际——酿得人情如美酒

《庄子·山木》有曰：“君子之交淡若水，小人之交甘若醴。”但是，我们不要做君子，也拒绝做小人，我们要发扬交际的各种技巧，运用三十六计、七十二变，回味无穷。

- ✧✧ 女人的策略——在真诚的前提下 / 166
- ✧✧ 女人的技巧——对不同男人采取不同方法 / 170
- ✧✧ 女人的手段——刚柔并济的方法 / 174
- ✧✧ 女人的搭讪——并非男人专利 / 178
- ✧✧ 女人的暗示——“秋天的菠菜”很重要 / 182
- ✧✧ 女人的绝招——拉近心与心的距离 / 186

恋爱——不是我不明白

都市男女，快餐爱情，社会的节奏越来越快，面对五花八门、包装精致的奢侈爱情，女人们似乎越来越怯懦。然而，在爱情前面，怯懦是不能解决问题的，无数次的徘徊的你还没有勇气打开真爱的那扇门吗？

- ✧✧ 女人的沦陷——爱情这东西，没道理的 / 192
- ✧✧ 女人的试探——旁敲侧击的方式 / 196
- ✧✧ 女人的出击——想尽一切办法 / 199

✧✧	女人的把握——适时捅破“窗户纸”	/	204
✧✧	女人的恋爱——需要循序渐进	/	208
✧✧	女人的拒绝——情非得已，拒绝有理	/	213
✧✧	女人的法则——把握交际分寸	/	218
✧✧	女人的规矩——非常微妙的方与圆	/	223

婚嫁——我想有个家

婚姻是爱情的坟墓，诚然，恋爱中有风花雪月，而婚后只有柴米油盐；恋爱中有甜言蜜语，而婚后只有敷衍搪塞；恋爱中有海誓山盟，而婚后只有“海市蜃楼”。

但是，再浪漫的爱情，终会有个归宿。没有婚姻，爱情就会死无葬身之地。

✧✧	女人的观察——男人女人大不同	/	230
✧✧	女人的理想——没有十全十美	/	234
✧✧	女人的分析——男人的择偶心理	/	239
✧✧	女人的方法——用各种方法使爱情升温	/	244
✧✧	女人的时机——男人也是一朵花	/	250
✧✧	女人的争取——爱不会从天而降	/	255
✧✧	女人的禁区——十三种男人嫁不得	/	260





chapter 1

天问 男人为何都有秘密

男人在女人眼中是一道谜，没有人能百分百肯定地给出正确答案，都说男人苦、男人难，男人的辛酸谁人知？男人的秘密永远藏在心底，甘苦自知，但你若要了解男人，还得从他们的秘密谈起。



男人的沉默——蕴含着怎样的“阴谋”

在男人当中，流传着不少有关女人爱说话的笑话，而女人却经常抱怨男人不愿意与自己多交流。英国的社会学家调查后发现，男人每天的说话量仅仅是女人的一半。很多女人发现，原本语言细胞非常发达的男人在结婚后不到几年，居然成了“闷罐子”。究竟是什么原因令男人选择沉默？

1. 男人讨厌絮叨。

女人习惯通过谈话来建立和巩固关系，但是，男人在结婚后，更喜欢直接说出自己的愿望，例如“今晚想出去吃饭”或“我要开会了”。女人却受不了。男人越是这样，女人越是有话要说。许多时候，由于女人的絮叨，家里往往变得与外面一样喧嚣。这个时候，男人往往比女人显得更理性。男人不会直接反驳女人——那无疑是在家里投下一枚炸弹；他也不会粗暴呵斥——那无疑是事倍功半的困兽犹斗。



于是，男人选择了沉默。一方面用沉默来表达自己的情绪、思想、态度，一方面故意用沉默拉开彼此的距离，女人会因此感到特别伤心，往往说男人“没有感情，残酷冷血”。其实，这是对男人的误解。女人们要知道，婚后的男人更习惯用心去交流彼此间的情感和爱慕。女人越絮叨，男人离你越远。虽然他沉默不语，但心里已筑起一道“防护墙”。所以女人不要没话找话。女人需要的是在适当的时间、适当的场合进行一次适当的交谈，而不是有事没事的唠唠叨叨。

2. 男人需要调理身心。

男人从小所接受的“脊梁”教育令他们成人后，无论面对怎样的挫折和疲惫都必须坚强，不能像女人一样以哭来宣泄，以眼泪来冲刷，以倾诉来排遣。他们只能沉默，在沉默中反思、调理、蓄势。

因此，当男人疲惫地回到家里，坐在沙发上一言不发时，女人不妨给男人一些时间，让他和白天的工作彻底说“再见”，然后，他可能会对你的问题表现出惊人的兴趣。

这里特别要提醒一点，当男人身心疲倦的时候，如果他依然有兴趣看新闻联播，那么千万不要关掉电视机，或是说“累了就早点休息吧，不要看电视了”。女人往往忽略了一点，事业型的男人大都关心政治，你的这种“呵护”只能适得其反。不



过你可以在广告节目的间隙中适量说点安慰的话。

3. 用沉默来运筹帷幄。

女人常常发现，男人说着笑着会突然沉默起来。你热情洋溢地跟他说了一堆话，竟然毫无回应。这个时候，默默发呆往往只是男人的外部神情，他的头脑里可能正在想什么稀奇古怪的点子，或是有什么事触发了他的灵感。当男人进入这种状态时，他们不希望被任何人从思索的状态中拉出来，更不希望有人打扰他的“修炼”。

这个时候所有的问话，无论是关心的、体贴的、善意的，或是好奇的，在男人看来，全如嗡嗡飞舞的苍蝇一样让人讨厌。此时女人不妨就变成一个默默不语的随从吧！你适时提供的轻松氛围，不仅会令他的沉默时间大为缩短，而且也会让他对你心存感激。

4. 用沉默来珍藏私密。

在夫妻双方的交流中，禁忌性的问题更容易引发感情的危机。例如，当你反复地与他讨论近来的性欲强弱、对你的忠诚、奖金等问题时，男人心里明白言多必失，但他更知道不能将这种反感表现出来，或是在神情中流露出来。于是，男人便用沉默来防患于未然。



男人总是很小心地避免暴露自己的弱点，尤其是在危机情况中，男人会以自我封闭来保护自己。如果女人就此唠叨不休，会让男人更加生气。男人对于过去的恋情或性等敏感话题，往往更倾向于沉默，因为男人也需要安全感，他们梦想在女人面前展现最完美的自我。如果女人想让男人在这个时候敞开心扉，必须要先给他一种安全感，那就是让男人明白，无论任何时候，你都不会利用他的弱点。在他低落的时候，你适时地利用女性的热情去抚慰他。在他倾诉的时候，你安安静静地做一个听众，并与他一同寻找解决的办法。

男人的确有很多沉默的方式，但每一种都可以被聪明的女人当作是一次推心置腹的心灵对话的开始。女人们与其拼命地研究男人为什么沉默，他们的沉默之中究竟蕴涵着怎样的阴谋，倒不如尝试着让男人也体会到交谈的乐趣。前提是，女人必须知道男人真正想说的是什么，然后再采取正确的对策。



男人的脾气——泥人也有土性子

俗话讲，泥人也有土性子，更何况是男人。哪个男人会没有脾气呢？从古至今，从南到北，无论大小，每个男人肯定都有点小脾气，只是发作的程度和频率不同罢了。没有脾气，那就不叫男人了。所以，是男人就有脾气，有脾气就避免不了发出来。

有种好男人，他们发脾气是十分讲究的。这样的好男人不会轻易地发脾气，就算发脾气也一定有个理由，让你委屈得明白，下次肯定不会再犯此类错误了。与这类男人相处，女人根本不用担心什么。还有一种男人，蛮不讲理，发起脾气来不分时间地点，不讲缘由，说翻脸就翻脸，没完没了，非要把人骂怕了才算完事儿。这种人，你自然会绕着走，离他远远的。生怕哪句话把他得罪了，他发起脾气就开骂，这份罪，谁受得住啊？

男人偶尔也会犯倔，他犯起倔来会让女人都闷得想挠墙。



平时，他是个体贴、温柔的好老公，对待子女也有充分的耐心。可当他偏执起来，常常听不进去任何话。男人偶尔发脾气没有关系，女人迁就他一下就是了。但是如果男人总是犯这样的“牛脾气”，在自己的人生道路上可是会吃苦头的。脾气虽然不是大问题，却也不是小事。作为他的妻子，不管你付出了多少努力，到头来他还是因为自己的脾气而一败涂地。这样的男人，即使他有上进心，也不可能取得太大的成就。

男人最喜欢发脾气的地方，不是在外面，而是在自己家里。生活压力、工作压力、甚至简单的生理因素，都会让男人突然发火。这个时候就考验男人的修养了。他应该懂得如何控制自己的情绪，适可而止。在这种情况下，女人不要烦恼着把关注的焦点集中在脾气之外，例如他为什么对我发脾气，是不是不爱我了，我是不是哪里让他不满意，如此等等。其实男人发脾气与这些并无直接的关系。如果不爱你了，他不如直接走人。当然女人的心更纤细也更敏感些，把男人发脾气与是否爱自己联系起来也是再正常不过的事。可是性格使然，有的男人天生就没脾气，任何事都迁就你，但这不见得就说明他一定爱你，而对你发脾气的男人也不见得就不爱你。女人不要想当然地去判断什么，要具体情况具体分析。这种行为极可能只是他在不知不觉间宣泄压力的方式。所以说，男人发脾气和女人好不好并没有必然的关联，他不一定就是对你不满意才发脾气。男人



在工作或社交中，总会有一些莫名的烦恼，或经受一些莫名的压力。他无法在外面发泄，于是就拿妻子当了替罪羊。这种行为当然不对，对妻子本身也不公平，既然是夫妻，就不妨多些理解和宽容吧。毕竟谁都不可能遇到一个绝对没有脾气的男人。当男人与女人足够亲密时，他的沟通方式就可能变得急躁。当你们之间不能顺利沟通的时候，或是他被你泼冷水的时候，男人就特别容易气急败坏。对于女人而言，只要确信男人的倔强属于正常指数范围就可以了。

夫妻二人要轮流去坐上风的位置。争执的解决不能始终依靠一方的忍让。当女人在婚姻中的声音过大，以至淹没了男人时，通常会出现两种状况：一种是男人为了能够发声，插到了别的队伍里；另一种是一直低声的男人由于缺乏鼓励，他的声音天赋开始一步步退化，男人就越来越不爱发声了。所以，一个良好、健康的婚姻关系需要靠夫妻间的平衡来维护。哪个人没有缺点呢？倔强和急躁更是稀松平常的。宽容男人的一些小缺点，为你爱的人创造一个平和的环境，这就是一个好妻子的决胜之道。

和谐的夫妻关系必须依靠两个人共同经营，单方面的努力永远都是徒劳的，人都有缺点，没有这方面的缺点可能就有那方面的缺点，世上没有完美的人，更没有完美的夫妻，宽容男人的小缺点，用爱去引导他，家庭和睦就会顺理成章。但女人



chapter 1

天问
男人为何都有秘密

也不要把这看作是男人对你的要求。这样做只是为了夫妻和谐。
夫妻彼此间不要过多地讨论谁对谁错，谁叫你们是夫妻呢，一起努力吧。