



AGECO

**FOR
YOUNG WOMEN
ONLY**



幸福

给少女一族的【秘笈】

著 | 桑蒂·菲德翰 / Shaunti Feldhahn
莉萨·莱斯 / Lisa A. Rice
译 | 林思牧

这些男生到底在想些什么？



**FOR
YOUNG WOMEN
ONLY**

给少女一族的**幸福**【秘笈】

著 | 桑蒂·菲德翰 / Shaunti Feldhahn
译 | 莉萨·莱斯 / Lisa A. Rice
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

给少女一族的幸福秘笈 / (美) 菲德翰, (美) 莱斯著 ;
林思牧译. — 深圳 : 海天出版社, 2011. 8
ISBN 978-7-5507-0067-3

I. ①给… II. ①菲… ②莱… ③林… III. ①男性—
青少年心理学—青少年读物 IV. ①B844. 2-49
中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第257059号

图字: 19-2011-015号

Title —For Young Women Only

Author —Shaunti Feldhahn and Lisa A. Rice

Translator — Samuel Lin

Publisher

First Simplified Chinese Edition Nov, 2010

Originally published in English under the title:

For Young Women Only by Shaunti Feldhahn and Lisa A. Rice

Copyright©2006 by Veritas Enterprises, 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.

All non-English rights are contracted through:

Gospel Literature International,

P.O. Box 4060, Ontario, CA91761-1003 USA

This translation published by arrangement with

Multnomah Books, a division of Random House, Inc.

Printed in China. 2010

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

给少女一族的幸福秘笈

GEISHAONYIZU DE XINGFUMIJI

责任编辑 王 颖 封面设计 邓 涛 责任技编 蔡梅琴

作 者 桑蒂·菲德翰 莉萨·莱斯

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 12.5

字 数 130千字

版 次 2011年8月第1版

印 次 2011年8月第1次

印 数 6000册

定 价 28.00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。

“桑蒂将有关青少年男性内心生活方面所做的广博研究收集成文，为我们的年青一代出版了这本书，令我欣喜若狂。这本书实在太好了，我多么希望当我还是少女的时代，就已经有这本书了。”

——夏侬·艾斯莉吉 (Shannon Ethridge)
《每个年轻女性的战争》作者

“青少年女性问我最多的问题是‘男生想到女生的次数是不是和女生想到男生的次数一样多？’或者是‘他的脑袋里到底在想些什么？’在《给少女一族的幸福秘笈》里，桑蒂会帮你解开男性奥秘的密码，我真希望在我十多岁的时候，这本书就已经出版了。”

——维奇·阔特尼 (Vicki Courtney)
virtuousreality.com网站创始人，畅销书
《青少年品德：真实问题、真实生活——豆蔻年华女子的生存指南》作者

“女生们，这本书绝对必读！桑蒂和莉萨把男孩与女孩之间所有美好关系的基础都呈现给你们看，请你为你的成功婚姻趁早预备。”

——坎蒂丝·卡梅伦·布尔 (Candace Cameron Bure)
女影星，演说家

“《给少女一族的幸福秘笈》针对现今青少年男子的内心与头脑提供了一种非常必要的深入了解的方式。不论你是一位因儿子的行为而感受到困扰的母亲，或是一位希望了解同龄男生的十多岁女孩，作者桑蒂运用《圣经》为架讲，让你能够了解、能够知晓、能够欣赏我们的男性青少年。”

——瑞贝卡·哈哲琳 (Rebecca Hagelin)
《保护你的家庭免受疯狂文化侵害》作者

给我们宝贵的儿女

来自莉萨：

献给莎拉和哈娜——美丽的女儿和喜悦的朋友，
以及布兰登——成长中的好男人。

来自桑蒂：

献给一个美妙的淑女和一个小男生，
他们将会在短短几年中长成坚强、
懂事的年轻女子和男子。



目录

- chapter 1 这些男生到底在想什么? 1
- chapter 2 仅仅是你的爱还不够 11
你的意思是, 他需要我的尊重更胜于我的爱?
- chapter 3 一生的表现 33
傲慢的帅哥竟然没有安全感?
- chapter 4 坚强还是柔弱? 59
窥看一下坚强男生的真实内心
- chapter 5 照片档案的保管人 85
“男生为视觉动物”究竟是什么意思……对你又有什么意义?
- chapter 6 内在美与外在美 121
为什么男生在乎女生懂得修饰好自己——
虽然他们想看到的是你真实的自我
- chapter 7 身体语言 149
他的肉体欲望 = 你们两个人的情绪后果
- chapter 8 心之赠言 179
男生们真正想和你说的话



chapter

1

这些男生 到底在想什么？

你是否猜想过那些接触过的男生究竟在想些什么？他们究竟感觉到什么？又为什么对一点芝麻小事生那么大的气？你的男朋友是否曾对你全然的相应不理，让你觉得很奇怪？你是否发现自己有时真的很希望那个同班的，很可爱、却又沉默的男生会多跟你多说几句话？

如果你对男生独特的内在有所了解，是否会比较有帮助呢？

不管你读这本书是为了趣味，还是好奇，或是非常迫切地想了解男生，我们相信你会在男生究竟是如何思考上得到一个崭新的观念，并对你的高中、大学，以及往后的生活都有帮助。

六大心得

以下图表所列出的是本书将讨论的六大心得。这六个“惊人之处”可以帮助我们超越对男生的表面看法(我们对男生的假设)，带我们进入男生的内心，让我们了解男生心灵最深处的真正感受。

我们的表面看法	实际上的意义
男生需要尊重。	男生宁愿不被爱，不愿觉得自己能力不足或是不被尊重。
男生缺乏安全感。	男生看起来很自信——有时甚至很傲慢，但他们常常对自己没有安全感，他们担心短处被别人看穿，所以喜欢接近那些可以让他们觉得自己很行的女生。

续表

我们的表面看法	实际上的意义
男生很坚强，不会被击倒。	外表上，男生看起来不会被击倒，其实，他们的心是很脆弱、容易受伤，且防御极其严密的。可是，他们若知道某一个女孩不会伤害他们的心，他们就会撤除防御。
男生是视觉优先。	即使是在很棒的约会关系中正经规矩的男生，也会因为对女性身体的视觉留恋、欲望及幻想而挣扎。
男生只为一件事。	青少年男性因为强烈的肉体欲望而自我矛盾，这种强烈的肉体欲望对情绪影响极大；男生需要你的帮助来保护双方。
男生追求性感的女生。	除了内在美与外在美之外，男生也会受到女生好性情的吸引，但是，男生无法强迫自己去喜欢一个在外表上不能吸引他的女生。

我们是从哪里拿到这些信息的？ 长话短说：从男生那里。

长话短说：2004年，桑蒂写了一本名叫《给女人的悄悄话——男人不要看》的书，其中解释了许多女人对男人不“懂”的事情。结果，这本书变成了最畅销的书，电视和收音机都在谈论，桑蒂也因该书而巡回全国各地演说。

许多人开始邀请桑蒂再出一本针对青少年的追踪性质的书，传授类似的概念，但要用你们所能接受的方式。大家都想知道这个问题的答案：年轻女性对她们必须真正认知的人，究竟还有什么不知道的？

我们是从哪里拿到这些信息的？
从男生那里。

我们认为这个需求是不问可知的。有哪一个青少年女性不想知道一些从前没有发现过的心得，让她们懂得男生真正地在想些什么，在

感觉些什么？

因此，我们开始了研究——然后发现，要让青春期男生分享他们心灵最深处的需求和恐惧，真是太困难了。最后，我们遇上了正确的方法，举办了很多的机密会议（焦点团体），参加的人选是十多岁及大学年龄的男性——同时也在各地进行了与男生的多次、非正式的访谈；我们也在购物中心、咖啡馆、人行道上把男生拦下来，做了很多的问卷调查。当我们答应这些男生对他们的真名保密，绝不会泄漏出去之后，许多受访者才克服了对裸露灵魂的普遍性恐惧。然后，哇！我们发现了许多非常奇妙的事！

问卷调查

我们请了几位专家来协助进行测试，看看我们和男生谈论后所学到的东西是否都是真的。他们帮我们设计了一个科学性的问卷调查，然后对全国各地400位，年龄从15岁到20岁的男生进行调查，看看他们对许多不同事物的真正想法与感受。*

《给少女一族的幸福秘笈》一书中主要呈现的是关于这份问卷调

* 这份问卷调查总计有404位年龄从15岁到20岁的男生参加，每个年龄的人数大致相同，参与的男生全部都居住在美国，由于本书是针对男女关系，所以，问卷调查的男生，都为异性恋倾向。

查和那些访谈场合中男生所给出的答案。因为这本书很小，我们也就不想去谈论所有的东西，而只是专注于女生往往对男生不“懂”的地方。我们把调查结果分成图表上的六大心得，每个心得都有统计数字作依据。六大心得将以独立的一章在书里专门说明。我们认为，你也会像我们一样因某些惊人之处而感到惊愕。

买一送一

在本书中，我们偶尔会引用一些《给女人的悄悄话——男人不要看》里的问卷调查结果和内容。那份问卷的对象是全美各地21岁到75岁的男性，另外，还用了非正式的方法追加访问了很多。因为，若能知道此刻的少年郎再过几年会变成什么样子，将会很有帮助，所以，我们也加进了一些该书的内容。真的，你只花一本书的钱，却得到两份问卷调查和两本书的益处。

当我们答应这些男生不会泄漏他们的真名
之后，我们发现了许多非常奇妙的事！

从男生嘴里听来的

从男生口中听到关于男生的事实，最好的也是最重要的一点，就是帮助我们了解，也是帮助我们相信，这些事实是真的。

在这本书里，我们要将你的位置从期盼有关男生的某些事，移到确知有关男生的事实——而且是由男生们亲口说的。当你了解事实后，就有机会做更好、更明智的决定，与认识的男生互动。我们希望那些新的选择会帮助你和你的男性朋友、男朋友，甚至你的家人和睦相处。

男性头脑指南

我们到底是谁呢？这本书其实有两个作者，一位是桑蒂，《给女人的悄悄话——男人不要看》的作者，为了那本书，桑蒂做了很多前所未有的关于男性的研究和资料搜集。她的哈佛研究生学位，以及华尔街分析师的多年经历，最终帮助她完成了这些研讨得极为完备的书籍！

另一位是莉萨，她是编剧、作家及几本杂志与书籍的编辑，除了写作方面的专才外，也带入实际养育青少年的经验。她的两个女儿——莎拉与哈娜，也帮了她很大的忙，包括翻白眼，以及把她们在读初稿时觉得非常“不酷”的那些东西删除。

我们俩都不是专业辅导师，所以我们向那些经常与青少年相处又了解他们的专业人士讨教，例如辅导师、青年工作者、牧师等等。但是，书里最好的专家就是那几百个和你年龄相仿的男生，希望他们在教导你关于男生所在意的许多事情时，也让你开怀大笑。

我们要将你的位置从期盼有关男生的某些事，移到确知有关男生的事实。

在我们开始之前：基本规则

在你翻书开始看男生的内心生活之前，先给你一些基本规则：

1. 首先，你可能已经注意到了，媒体常常取笑男生，并把他们的印象刻板化了。我们在书里不会这么做，我们尊重这些和

我们分享了他们内心的男生，相信你会真心感激他们所给出的心得。

2. 其次，我们不会平等对待男女之间的差异，我们完全不管男生能不能了解你，或者他们是否应该了解你。没错，女生显然也有需求，而且许多在这本书里讨论到的真理，也能运用在你身上。但是，因为本书的主题是男生的内心生活，篇幅也有限，所以我们将完全专注在女生如何了解男生，而不是反方向的关系。
3. 第三，请记住，每一个规则都有例外。当我们说“大部分的男生”似乎都是往某个方向想的，请你了解，“大部分”指的就是大部分，不是全部。因为受限于书本的页数，请去 www.foryoungwomenonly.com 探索更多的资源，去读完整的问卷调查，或者去网上参加讨论这些问题。
4. 第四，我们是讨论男生的内心怎样是正常的，而不见得是讨论他们外在行为究竟是对或错。我们是要你了解他们的想法和感受，即使我们不同意他们的行动。
5. 第五，我们必须提醒你，书里的心得有些可能很不中听，说老实话，我们本来想删掉某些章节，但是，我们体会到男生告诉我们的重要事情，是他们通常不会直接向所认识的女生泄漏的，所以，我们决定还是把这些信息给你们，如果有一些内容让你感到内心不安，请不要独自挣扎，请为这些内容祈祷，并向一位比你年长，又可信任的女性谈论。

我们是讨论男生的内心怎样是正常的，而不是见得是讨论他们外在行为究竟是对或错。

6. 最后，在我们讨论这些调查结果时，有时会从信仰的观点来审视，特别是当一群自称没有哪一种特别宗教信仰的男生所给出的答案，和另一群自称有宗教信仰的男生的答案有极为显著差异的时候。这份具有全国代表性的问卷调查，包括了各种类型的男生，因此，即使你的生命观和信仰观与我们的不同，我们认为这些信息仍会对你很有帮助。不过，在我们考虑如何对待这些崭新信息时，也觉得加入信仰的观点是很有价值的。

我们把男生的秘密传授给你，希望你不仅会把握这个机会学习一些奇妙的新事物，也会开始练习交往的新方法。这样，你不仅会变成一个更棒的女朋友（或者更有吸引力的对象！），就是在你目前的青春期关系中，也比较容易学习到好的习惯，日后到了结婚的时候，你就不需要再去打破旧有的坏习惯！

换句话说，学习这些新信息的重点在于，不要去改变我们生命中的男生，而是去改变、提升我们自己。

好了，请你放轻松地坐下——也许你该系紧安全带！让我们带你到男生的内心世界周游一趟。