

千万不要相信男人

QIANWAN BUYAO
XIANGXIN NANREN

瑶一瑶◎著
YAOTIYAO



女人该嫁人还是养条狗？

假如你需要忠诚，狗可以做到；假如你需要体贴，有求于你的人会蜂拥而至；假如你需要真心，你有爱你永远的父母；假如你需要拥抱，毛绒玩具很温暖；假如你需要理解，交心的闺中密友有情有义；假如你需要长久，你还有自己。

让情感界“砰然巨响”的年度大戏

深度剖析恋爱中的纠结男女

温暖 抚慰 红尘中的孤单剩女

让女人牢牢铭记：宁可相信狼，也不要相信男人

如果说女人是借男人来获得物质，那么男人就是用物质来俘获女人。
其实人人都有自私之心，只是男人普遍来说自私的程度远远高于女人。



吉林出版集团 时代文艺出版社

千万不要 相信男人

瑶一瑶◎著



吉林出版集团 时代文艺出版社

图书在版编目(CIP)数据

千万不要相信男人 / 瑶一瑶 著. —长春: 时代文艺出版社, 2010.12

ISBN 978-7-5387-3365-5

I. ①千... II. ①马... 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232430号

出品人 张四季
选题策划 陈琛
责任编辑 苗欣宇 贾佳
策划编辑 贾佳
装帧设计 孙俪
排版制作 徐俊轩

本书著作权、版式和装帧设计受国际版权公约和中华人民共和国著作权法保护

本书所有文字、图片和示意图等专用使用权为时代文艺出版社所有

未事先获得时代文艺出版社许可,

本书的任何部分不得以图表、电子、影印、缩拍、录音和其他任何手段
进行复制和转载, 违者必究。

千万不要相信男人

瑶一瑶 著

吉林出版集团

出版发行 / 时代文艺出版社

地址 / 长春市泰来街1825号 吉林出版集团时代文艺出版社 邮编 / 130062

总编办 / 0431-86012927 发行科 / 0431-86012939

网址 / www.shidaichina.com

印刷 / 北京画中画印刷有限公司

开本 / 710×1000毫米 1/16 字数 / 109千字 印张 / 10.5

版次 / 2011年2月第1版 印次 / 2011年2月第1次印刷 定价 / 18.00元

图书如有印装错误 请寄回印厂调换

目 录

C O N T E N T S

第一章 男人的演化地图/001

- 男人的控制欲望/003
- 身体力量崇拜/013
- 男人心理年龄远低于生理年龄/015
- 理性法则战胜情感/022
- 行动力>思考/024
- 社会性承认/025
- 资讯发达/027

第二章 七“贱”下天山/031

- 男人第一贱之——虚荣/032
- 男人第二贱之——自私/043
- 男人第三贱之——迎难弃易/047
- 男人第四贱之——多情花心/052
- 男人第五贱之——自恋自大/055
- 男人第六贱之——油嘴滑舌/059
- 男人第七贱之——小心眼/064

第三章 男人究竟是个什么东西/067

- 说谎是男人的本能/071

出轨如大麻/080

及时捕捉TA外遇的蛛丝马迹/097

第四章 相人识男人/101

会说话的眼睛/103

把酒看男人/105

透过穿鞋看男人/108

星座血型识男人/111

男婚女配/119

男人长这样最花心? /121

TA是绩优股? /122

第五章 小心，狼出没/125

坏男人如狼/127

不要相信男人/139

谨防异常心理的男人/147

坏男人的勾引术/151

偷腥VS不偷腥/160

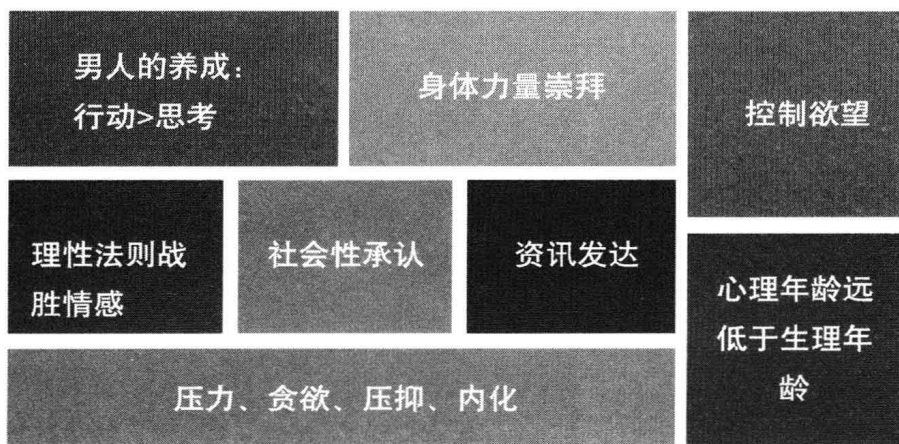
第一章

男人的演化地图



千万不要相信男人

什么是男人？在大英词典里的解释中，男人同女人相对，从生理学上讲，具有XY染色体的人就是男人。而在中国古代的造字系统中，男，上田下力，田通天，以力顶天，生而为男。当男孩变成了男人，就会出现如下的基本特征，简而言之，下面这张图就是男人演化的唯一map：



男人的控制欲望

男人的控制欲天生很强。征服世界首先要控制世界，我们的文化也早已默认了男人的控制地位和女人的被控制地位。在恋爱关系中，张弛有度的约束关系无疑让爱情更加甜蜜，但生活中，有能力把握好控制尺度的男人少之又少。把控制说成爱，是控制狂惯用的伎俩。你成为他寄托爱情的一个活物。你顺从，他得到了情感上的满足；你反抗，他无法完成安全的幻想。男人的控制欲分为显性和隐性两种。前者没有技术含量，一般采取直接的语言和行为来影响被控制者的行为和思想，不笨的女人都能轻易识别；后者属于情商范畴，是用一种让被控者产生错觉的方式，比如把控制说成爱，来实现自己对对方的控制。大多数女人意识不到，即使有所察觉，也不能及时醒悟。

很多人以为，控制欲很强的人性格一定很坚强，其实不然。来看下面的案例。Mike才22岁，常常跟别人强调，自己的个性很“大男人主义”。他常说这样的话，“跟我一起出门，女生一定要穿裙子，不可以像男人婆”。

“还有，在朋友面前，不可以跟我争辩，要以我为尊”，“还有，我如果打电话给她，她一定要接”。这样的男人真的很让人怀疑，他的体内是不是寄生着一个日本军曹的灵魂。可是在其他方面，他又表现出让人猝不及防的软弱来，“可是我的心很软”，“上一次，女友跟我提分手，我一回家，看到我妈，就抱着妈妈在客厅里大哭……”为什么控制欲很强的男生，竟然这么

千万不要相信男人

爱哭呢？这个推理不难。控制欲很强的人，常常是自信心最脆弱的人，才企图以各式各样的规矩绑住爱情，只要有违他们定下的“法律”，他们就会生气。当他们发现自己再也无能为力、不再被爱时，自信就瓦解了，变成了哇哇啼哭的小婴儿。

同事Carl是个控制欲很强的男人，恋爱时只要看到女友穿热裤，他就气得立刻冲出门去买长裙，女友被他管得喘不过气，恋爱每次都只维持3个月就告吹。其实，在现实生活中持有这种恋爱观的男人确实不少，这样的男人拥有常人无法承受的控制欲。Carl不准女友穿热裤就是典型的事例。

下面让我们来看看这样的男人的“特点”。

控制欲很强的男人往往自以为是

控制欲很强的男人在很多时候往往会犯一个错误，他们常常在遇到一些事情时会自以为是。作为他的女朋友，在这样的男人面前往往会没有主权，即便是挣扎一番最后也会不情愿地缴枪投降。当然和这样的男人在一起的女人必须拥有一颗坚强的心脏。

控制欲很强的男人通常不够体贴

很多女孩都愿意找一个懂得时刻体贴自己的男人来照顾自己，这是她们择偶的一大标准，但是在控制欲很强的男人身上根本找不到体贴这个词汇的含义。相反在很多时候这样的男人最注重的是自己的感受。举个实例，就连在吃饭这样的小事上，这样的男人都不懂得照顾女孩子，自己想吃什么就吃什么，至于坐在身边的女孩子他们不管不顾。是粗心也好是习惯也罢，真让人摇头叹息。

控制欲很强的男人时常很贪心

说控制欲很强的男人常常很贪心是有一定道理的，这样的男人总是有一种征服欲，遇到有挑战的人或者事他们总想去挑战一下，因为他们渴望那种在上面看着他人在自己面前俯首称臣的感觉。和这样的男人在一起时刻会有一种危机感，因为他们总想着征服所有的人，当然这其中也包括女人们。试想有谁愿意看到自己的丈夫隔三差五地去征服别的女人？试想谁愿意总是这样担惊受怕地过日子呢？

控制欲很强的男人容易给人留下心理阴影

控制欲强跟性格有关，那么一个控制欲很强的男人是否性格很火爆？他们是否动不动就对别人大打出手呢？如果他大打出手的是别人，那么你尚且可以松一口气，但如果有一天因为他没有能够完全控制你而对你大打出手呢？这时候即便是哭泣或者是呐喊他都不会心疼你理解你。因此即便这样的男人的脾气不太火爆，也会给很多女人留下心理阴影。

著名的希腊抵抗运动英雄阿莱科斯正是这种控制欲极强的人——他曾企图谋杀希腊军政府独裁者帕帕多普洛斯，结果被判处死刑；当军人政权慑于国内外舆论而对他下了赦免令时，阿莱科斯拒不签字；为了不使阿莱科斯成为英雄，他们最终才没有枪毙他。

阿莱科斯，正是法国文坛最美的传奇法拉奇一生唯一的爱情。她欣赏他的激情和口才，她忍受着他的任性和固执，她和他一起承担无处不在的危险，她一直说阿莱科斯是唐·吉珂德，而她就是他忠实的仆人桑丘·潘沙。她的使命就是跟着主人梦呓、撒谎、夸夸其谈，忍受无法忍受的痛苦，和想象

千万不要相信男人

中的敌人格斗。

奇怪的是，控制欲强的男人在珍惜女人上却毫不“控制欲”。这个男人从不帮法拉奇分担生活的悲苦，他无时无刻不想着控制她，让她做他的奴隶，却毫不珍惜她的付出。甚至，当他得知法拉奇怀孕的消息后，竟以嘶哑和结巴的声音问她流产的费用如何分摊，并建议两人各出一半！

可以想见，这样控制欲极强的男人是国家的荣幸，却是女人的灾难。当心遇见控制狂。来，五大特征教你辨别控制狂。

控制狂的五大特征：

表面上对你放任自流，暗地里却偷偷监控。

所有的约束都是为了你好，太爱你怕你受到伤害。

伪装成最懂你的人，希望你永远依赖他。

极度固执爱钻牛角尖，无法接受相斥的观点。

一旦遭遇情感危机，会用自虐的方式逼迫对方妥协。

表面上对你放任自流，暗地里却偷偷监控

具备这种特征的男人往往相当自负，言谈举止间流露出不可一世的狂妄和自大。他们从不承认自己有控制欲，表面上宽容大度，能轻而易举地获得

第一章

男人的演化地图

女人的信任和尊重。但实际上，他们对恋爱关系有着天然的恐惧感，尤其在与异性交往方面会特别紧张，生怕被劈腿让自己处于被动地位。他们通常采取的监控方式有偷看手机短信、聊天记录、跟踪等，以此获得内心的安全感。

之所以会出现这种人格分裂，因为他们并不是真的自信，而是非常自卑。行为心理学认为，人只有在自卑的情况下，才对尊严极其敏感。而一个极度需要尊严的人，控制欲容易变得特别强烈。但这种控制欲并非出自自爱，更多地是为了平衡缺失的自信。

和这样的男人交往，最大的危险在于你永远无法进入他的内心世界，你必须小心谨慎不被他抓住一点把柄，因为他从未打算与你深入交流，所以即使是一条误会的短信都会使你们的关系分崩离析。

在这里，不得不提到的是，在所有的男人中，摩羯座的男人是最为强势、最希望控制女人的男人，他们的冷酷和控制欲无人能及。随便数数，例如在娱乐圈里，摩羯座男人代表当数姜文。他言语霸道、不容他人置疑，而和他合作过的演员或导演也更是痛苦得不行，姜文觉得自己太懂电影了，别人都说不过他，也拗不过他。而在姜文看来，他只是为了别人好才这么做的，并不觉得这是他强势的表现。无论是他的前妻法国学者桑德琳，或者是现任妻子周韵，都身处于他的控制欲之下。

所有的约束都是为了你好，太爱你怕你受伤害

具备这种特征的男人都是“好好先生”，他们通常心细如发，喜欢为你安排好一切，当然都要按照他们的意愿行事。如果你有任何异议，他们会苦口婆心地告诉你这样做的好处，优缺点列举得头头是道，总之全是为了你，一切为

千万不要相信男人

了爱。几乎所有的女孩都会坚定不移地认为这样的男人一定爱自己爱得发狂，但事实上，在这种关系里，他并非全心全意地爱着你，而是通过把自己对爱情的信仰和期盼固定在你身上，来满足自己的感情。一旦你想要反抗或断绝关系，他们就无法完成安全的幻想，极易变得暴躁不安、疑神疑鬼。

公安部曾做过一个独立调查，刑事案件有三分之一发生在最亲密的人之间，那些肇事者经常是以爱的名义行恶，当他们说自己的确是因为爱才向对方泼硫酸或者砍上几十刀的时候，还显得极其真诚。

我们当然没必要把结果想得那么恐怖，但不可否认的是，他们既然能带你上天堂，也就能带你下地狱。而具体怎么走，完全看你是否真的愿意委身于这段冒险的爱情。

伪装成最懂你的人，希望你永远依赖他

具备这种特征的男人通常表现得成熟老练，将自己伪装成阅人无数的情场浪子，他们仿佛比你更了解你，一眼就能洞穿你的内心世界。当你相信了他们的判断，也就正式成为被控制者。在思想上快速控制一个女人的最佳方式是，对她说一些情投意合的话。因为在潜意识里，女人总以为懂自己的人，是有权利也有能力对她们进行指引和控制的。而一旦她们相信了这个男人，她们就会无条件地接受他的一切，包括严格控制和无理取闹。

行为心理学认为，长期形成的思维习惯会削弱人们对控制行为的识别能力。也就是说，当你接受和认同了一个人，就会逐渐放松警惕，将他传递的信息全盘接受，最终成为他的拥趸和粉丝。

他用头脑你用心，这种关系不叫爱情。我们可以全身心地爱，但至少是等值的交换。如此这般盼不到天长地久，请你提前做好被劈腿的心理准备。

第一章

男人的演化地图

让我们一起来看看Dick的案例——

Dick是美国留学生。王琳认识他，是在一家巴西烤肉店的门前。那时王琳刚刚工作不久，Dick戴着草帽，漫天发打折传单。Dick虽然已27岁，但比起同龄人，显得格外开朗健谈。王琳很喜欢他的性格。Dick说：“打工都是准备，我要在中国做一本杂志，然后从美国融资，你愿意和我一起努力吗？”王琳望着Dick熠熠生辉的蓝眼睛说：“我愿意。”

Dick常常神采飞扬地和王琳说他的杂志，要有12个板块，请美国的作者来撰写专栏。王琳相信Dick总有成功的一天，只是这本杂志Dick准备了三年。其间，Dick说自己外国人的身份，租房麻烦，让王琳出面租了一间房子。Dick对王琳百般呵护，而王琳也加倍照顾着Dick的生活。她甚至还去报名了西餐烹饪课，每天买好食材，做各种美味。

王琳的朋友都羡慕她的幸福，而她也相信杂志成功的那天，就是自己嫁给Dick的时候。可是就在不久前，公司派王琳去广西出差。在她到达南宁的第二天，却突然收到Dick的短信。他说：“对不起，琳，我不告而别了。中国还是不适合我发展。可我又不知道怎么和你说，所以只好悄悄离开。但我仍然爱你。真的，不要怀疑这一点。”王琳赶回出租屋，Dick已经走了，除了一屋子的零乱，就只有拖欠许久的各种账单。房东说：“这个房子是你租的，钱你必须尽快还上。”王琳找到Dick的学校，得知Dick已经拿到了毕业证书，回国了。

千万不要相信男人

极度固执爱钻牛角尖，无法接受相斥的观点

具备这种特征的男人往往非常固执，喜欢钻牛角尖。即便是一件小事，他们也会不惜一切代价，只为你认同他们的观点。一旦发现你有独立思考的倾向，他们会非常恐惧，常采取打击、嘲讽的态度让你停止思考。

在一段健康的恋爱关系中，如果两个人的观点有小的冲突，彼此进行讨论和争执是一件有趣而快乐的事情。但对于控制欲极强的人来说，这种冲突意味着威胁、攻击和反对，会让他们感觉到自己的支配权有分离倾向，所以他们会进入备战状态，尽可能地压制独立，以换取权力的保障。

与这样的男人相处，你会发现交流变成了一件多余的事情。谁也无法改变他们内心既成的想法，你必须完全彻底地失去自我，而如此牺牲的前提竟然是，他其实一点儿也不爱你。

一旦遭遇情感危机，会用自虐的方式逼迫对方妥协

具备这种特征的男人通常抗压能力极差，一遇挫折就悲天悯人痛苦不已。他们的情绪控制能力非常之弱，声嘶力竭的哭喊和歇斯底里的愤怒都是家常便饭。这种男人的口头禅多是带有恐吓成分的假设句式，“如果你……我就死给你看”，语不惊人死不休。而刀片一定是随身携带的小道具，有事没事掏出来上演一场“殉情记”。

他们真的有勇气为爱命赴黄泉吗？答案显然是否定的。在遇到情感危机时，这种男人会采取向内的攻击模式：自虐。通过利用被控制者的同情心或者对可怕后果的恐惧心理来达到控制目的。这种控制绝非为了爱。一个不爱自己的人很难真正爱别人，他们不过是在寻求安全感，因为一个顺从听话的

第一章

男人的演化地图

女朋友就是他们内心中的另一个自己。

这种男人对女人的杀伤力最大，他们像狗皮膏药一样死缠烂打难以清除。唯有横下一条心，快刀斩乱麻。请相信分手后，他们会活得很好很开心，因为懦弱的男人永远舍不得解决自己的生命。

测测你男友的控制欲：

到理发店理发，TA会如何与发型师沟通？

A 丢一堆杂志要理发师决定。

B 口头说明大概要修剪方向。

C 拿照片请理发师照着剪。

闹钟尖叫起来，可是你依然睡得香甜。他知道你上班不能迟到，这时候，他会：

A 拼命把你摇醒。要不是有他这个活闹钟，你早就被炒鱿鱼了。

B 让你继续睡着。

C 轻轻地拍拍你的肩膀，并在你耳边对你说：“该起床了。”如果你没有反应，他就自己先去冲个澡，回来再看你是不是已经起床。

他认为，在爱的高速路上，女人对男人就像是：

A 汽车的机械师，良好的维护和修理是汽车高速行驶的保证。

B 同行的伙伴。两个人都有权利和责任坐在正副驾驶席上。

C 汽车座上的安全带。只有在紧急情况下才起作用。

千万不要相信男人

你和男友决定夏天出门旅行，会由谁来制订具体的旅行计划？

A 当然是他。

B 你们各负其责。他安排航班，你预订酒店。

C 你。

通常你会在什么情况下给你的男友提出建议？

A 当你发现他的确在为什么事苦恼的时候。

B 当他要求你给他建议的时候。

C 任何时候，只要你认为他用得着。

某个夜晚，某个酒吧，你的男友已经饮酒过量，而你看见他还继续要第四杯威士忌，你会：

A 不容置疑地对侍者说：“对不起，这是他的最后一杯。”

B 就让他一醉方休吧。如果他总是管你，你也会很烦的。

C 扬起一道眉毛佯装生气地问他，是不是真的想来最后一杯。如果他回答“是的”，那就一言为定。