

NANREN

CAOZUOMINGYUN

为什么潜力就像冬眠的种子
为什么烦恼与生俱来
为什么男人是泥做的
为什么男人常怀罪孽感
为什么现代男人有那么多的“困惑”
为什么有的男人令人反胃

男人操作命运

改变人生的90则人际EQ

马陵◎编

假如你现在有伟大的构想、新奇的创意，使你能够提供前所未有的服务，前所未有的产品和计划，使你能够改善别人的生活，带给别人更有效率的做事方法，不管任何点子在你脑海里面，都会立刻去行动。

大众文艺出版社

NANREN
CAOZUOMINGYI



男人操作命运

江苏工业学院图书馆

改变人生的90则人际EQ

马陵◎编

下



大众文艺出版社

为什么沟通不良是离婚主因

在衡量人际关系时,最重要的尺度,也许就是伴侣彼此之间的有效沟通了。在美国加州所做的一项失败婚姻调查中,70%的女性及59%的男性都提及,沟通不良是他们离婚的主因。虽然在成功的婚姻关系中,双方都须具备相当的人际交往智慧,才能有效地表达,不过,事实上,当夫妻彼此沟通时,七种智慧都得派上用场。

《如何使一个人永远爱你》一书的作者崔西·卡伯特认为,若要与自己的爱侣有效沟通,每位女性(或男性)都要懂得某些与智慧有关的策略。她所提出的三种沟通渠道是:与听觉智慧有关的,以及与身体动作智慧有关的。不过,我们可轻易地将她的这一模式扩充,使之涵盖本书所提出的七种智慧。卡伯特说,夫妻间的冲突,经常是由于一方不能以另一方的“爱的语言”说话。卡伯特认为,基本建立和谐的关系,一个人的言语,必须能与他的另一半的特长互相共鸣。当你想告诉你的另一半,你了解他时,请参考这些已转换为经每一种智慧的术语告诉对方的说法:

音乐的:“我能听懂你的心曲。”

视觉空间的:“我能想像你的心曲。”

身体动作的:“我和你运动一致。”

数理逻辑的:“你说的都算数。”

人际交往的：“我很能认同那一点。”

认识自我的：“你所说的，我全都能心领神会。”

当你学习以你的另一半的或智慧语言说话时，请注意以下几点。音乐型的语言，强调带有旋律和隐喻的用语，但同时也要包含一些感觉性的资讯，譬如从周遭环境发出的声音和动物发出的声音。视觉空间型的语言则极度诉诸想像，并富于色彩和细致的意象。身体动作型的语言，应包含一些带有质地感以及动作性的字眼（“让我们快刀‘斩’乱麻，把问题摆‘平’”）。数理逻辑型的语言要常提到数字、数量以及原因和逻辑。认识自我型的语言必须极富感性（“那真是一场‘悲哀的’争吵”），而人际交往的语言，则应较显人际的互动，并且经常提及他人。从下面的练习中，你可与你的另一半练习以两种“智慧的语言”交谈。

请挪出 20 分钟的时间做此一练习。在开始做之前，请先确定，在你的各种智慧中。哪一种最强？哪一种最弱？并且请你的另一半也列出他最强及最弱的一环。然后，请你用对方最不擅长的那一种智慧语言，与你的另一半谈 3 分钟。随后，请对方描述自己听你这样谈话的感受（是觉得不想听下去，或觉得很吸引人，或是没有什么特殊感觉）。接着，再花 3 分钟时间，用对方最擅长的一种智慧语言与之交谈。同样地，请你的另一半再与你分享他的感受，做完这一部分之后，请你们双方对调，再做一次练习。

在前述的练习里，我们是将语文之外的另 6 种智慧，混入以语文智慧为主的表达之中。但是，我们也可见到不少包括所有七种智慧在内的沟通方法。美国几位家庭教育专家，在其合著的《夫妻之道》一书中写道：“夫妻之间的沟通方式不胜枚举；他

们有的是用交谈的方式,有的是以碰触的方式,或是以彼此阅读对方藏书的方式……有些互相写信,有些以沉默表达,有些人的方法是说笑话,或吹口哨,或拖延,或特别做一餐饭,或透过儿女传话,或藉着大声诵读书的中的某一段以表达心声……”

在这些方法中有几项,尤其是无须借助语文智慧的那几项。也许对于一方沉默寡言,而另一方较健谈的夫妻而言,颇有助于填补他们之间的鸿沟。其他以7种智慧沟能的方法尚有:

语文的:交换阅读对方的书籍、写便条、写信。

数理逻辑的:创制密码,建立一套人际交往的暗示动作,建立沟通协定。

音乐的:唱歌、交换最爱的乐曲、弹奏乐器。

视觉空间的:画图、寄卡片、用脸部表情示意。

身体动作的:触摸、打手势、按摩。

认识自我的:分享梦境、使用“我觉得……”的方式叙述、心灵感应。

人际交往的:主动倾听、相互呼应映照。

虽然今日的夫妻所享有的休闲时间,比起20年前的夫妻来说要少1/3,但是,休闲活动仍在夫妻生活中占着非常重要的地位。研究显示,夫妻共同投入轻松有趣的活动,一同欢度快乐时光,非常有助于维系长期的和谐关系。然而,若夫妻二人不同的智慧型态在选择休闲活动时发生冲突,那么往往便会导致婚姻出岔子。有的夫妻,会为利用周末阅读(她在语文方面的选择)或是到郊外健行(他在身体动作方面的偏好)而起争执。也有夫妻会为如何消磨一晚而拿不定主意,他想要到朋友家聚聚(人际交往的),而她却想去看场电影(视觉空间的)。

关系和谐的夫妻,对于这种因个人品味不同而产生的差异,

自有其解决之道。有的夫妻会设法每天或每周调换活动。在洛杉矶一项针对 87 对已婚 15 年以上的夫妻所做的调查中，有一位受访者说：“东尼喜欢轻松地度假，而我则喜欢四处走动，因此我们就决定这一年的假期到各处旅行，而下一年的假期就在某地租屋而居，每天欣赏风景。”在那些大名鼎鼎而又能维系持久关系的名流夫妻档之中，保罗纽曼和琼安伍华德是一对在休闲娱乐方面各有所好的夫妇，他喜欢赛车，而她则喜欢看芭蕾舞剧。于是，他便偶尔去看看芭蕾舞表演，而她则有时会去看赛车。

另一种选择休闲活动的方式，就是寻求一项可使两人都能得到满足的活动。譬如，当一个擅长身体动作的人和一个非常具有音乐性的人在一起时，他们或可设法找出一些能够结合这两种智慧的休闲活动，像是跳舞、戴着随身听健行、伴随音乐做有氧体操，或弹奏乐器。同样地，当一个擅长语言的人和一个对视觉空间感受性强的人要一同消磨时光时，他们可选择共同阅读一些有附图插画的书籍，或是做一些其他与文字及图书皆有关系的活动。

你若发现自己的智慧型与另一方的智慧型非常搭配，那么，下一个练习可使你以欣赏的心情，看待对方以他所爱好的方式表现他的特长，并且进而能以更具创意的方式，共度休闲的好时光。

请你抽出一天或几天的时间，参与一些以你的爱侣的特长为主导的休闲活动。由他选择活动的项目、应备的器材、地点，以及整天活动的程度。如果他是个视觉空间感受性很强的人，那也许就表示你们可能要一起作画、看画、看电影、互相分享自己所爱的艺术作品，或是拍照。

在这一天行将结束时，请你们彼此讨论自己的感受——你

喜欢的是什么,不喜欢的是什么,以及你还想再做一资助的是什么。然后,为另一天做好计划,届时你们会互换角色,使那一天的活动完全以你的特长为主。

在欢度一段休闲时光之后,夫妻仍旧得回家面对日常的家务及琐事,而如何调配这些工作,才是决定夫妻关系优劣的关键。加州大学柏克利分校的社会学教授施奇尔德说,最快乐的家庭,是那些夫妇共同分担家务的家庭;而那些由主妇承担全部或大部分家务重担的家庭,就是最不快乐的家庭。因此,按夫妻各自的特长分派家事,便十分重要。

下列按照各种智慧列出与之相关的一些家务,可作为夫妻分派家事的参考:

语文方面的:书信、电话。

数理逻辑方面的:日常开支预算,处理银行存款保险、股票等账务。

身体动作方面的:烹调、清洗、整理庭院、照顾宠物。

视觉空间方面的:机具修理、房舍改建、室内布置。

人际交往方面的:采购、应付维修工人、育儿。

认识自我方面的:建立家庭目标。

在许多情况下,也许你们对于某些家事应该由谁分担的问题,并无多大争执,因为,特别是在读完本书之后,究竟谁最适合做哪一件事,已一目了然。譬如,妻子与我目前正在装潢我们的住家;我知道自己对视觉空间方面的事不在行,因此也就乐见艺术家型的妻子在这方面挑起重任。但是,当你们在家事分配表上最后碰到类似“清洗马桶”和“丢垃圾”这样的事情时,那即使是最擅长身体动作的人,大概也不会抢着去做。对于这些事,你们就得好好分派一下了。

无论你们是在对付沟通的问题或是研究如何安排休闲活动的问题,在协调家事分配或是在处理夫妻之间任何其他方面的问题,最重要的一点,就是尊重对方做事的方式。如何使你的另一半发挥他们独特能力,可以说是调和夫妻差异的第一步。本书的最后一个练习,便是希望在这面对你有所助益。

请你选出一个经常使你们在共处时感到困扰的问题,也许它与沟通不良有关,或是因家事分配不当而引发的冲突,也可能是想法上的差异或对工作、休闲的不同观点,也可能是与亲友之间的一些问题,或是其他某种困扰。确定后请利用 30 分钟的时间,仔细想想,这一问题是否与你们在智慧型方面的差异相关?请尽量思考二者之间的关联。

譬如,为维持家中整洁所引发的一些问题,可能是由于一方是个着重秩序、空间感十分敏锐的人,而另一方却是个讲求舒适第一、身手灵活的人。如果你确定,问题的确是与智慧型的差异有关,那么,就请你们默想 5 分钟、肯定对方的特长,然后二人轮流赞美对方的特长。最后,请你们确定,这样再尊重对方思考方式的做法,是否确实能改善原先的问题?如果心中有了答案,就请你们花点时间将答案写下,或是彼此互相讨论一番。

有人说,我们想要与另一人结合,为的是使自己更为完整。然而令人觉得反讽的是,对方最教我们受不了的事,却往往就是那些我们自己感到欠缺的特质。我记得,一位擅长数理的朋友,因为女友具有他所欠缺的认识自我的特长而令他十分倾心。但是,因为他尚未学会接受他自己内心世界,所以也就排拒女友对自我的省思,二人因而断绝交往。你们或许也会想到一些类似的例子。这就是为何我们要设法承认和接纳自己的智能——甚至包括我们那些较弱且不明显的智能在内——这一点非常重

要,因为只有这样,当我们所爱的人表现出这些特质时,我们才会真正的接受它们。惟有当我们跃过这一道障碍,而能接受我们自己与他人时,我们的智能以及我们的伴侣所拥有的独特才华,才能成为促进夫妻感情的一件美好的礼物。我们要学习如何结合夫妻二人的各种智慧,使它们因这样的结合而能发挥出更大的力量。我们不应将另一方的才能视为异类或是危险品,而应学习将之视为二人都能取用的宝藏。正如一位快乐的已婚者所说:“你只有如此有限的时间、精力和智慧,所以能有另一半来填满这些空缺,实在好极了!”

为什么男人多侵犯性行为

女人无论在什么地方,只要有男人存在就会感到一种恐惧,尤其是惧怕男人的性攻击。

譬如性骚扰,真像是无处不在的“魔鬼”。凡是有男人也有女人的地方,女人都有可能遭到“性骚扰”。

有时候“性骚扰”这“魔鬼”躲在男人的眼球玻璃体后边色迷迷地望着女人隆起的胸部;有时候“魔鬼”爬到男人的手上让他们痒痒地去乱摸女人的“禁区”;有时候“魔鬼”会被含在男人的口中发出一阵猥亵下流的“声响”。

男人也会运用“强盗的逻辑”为自己的侵犯行为辩护:“她如果不是那么性感,我能骚扰她吗?”其实,世界上的强盗有几个不是因为别人的钱物太诱人了才拦路打劫的呢?

文化传统给女性造成一个假相,不幸的是这假推反而被女性羡慕甚至崇拜。是什么假相呢?男人是女人的“守护神”!

女人为什么需要男人守护呢?是因为惧怕受侵犯;而侵犯者是谁呢?是男人!这真是一个绝妙至极的“怪圈”!原来守护者和侵犯者都是男人!真不愧是“一手打,一手拉”的治人之道。

由此推想,女人温顺的天性和被动怯懦的心理,很可能是被男人“训练”出来的。先是把女人吓个半死,然后再“拯救”她们。经过一代又一代男人的努力,这种治女人的“技巧”已经达

到炉火纯青的地步,以至于使女人看不清“蒙面的侵犯者”而只顾指望“英雄的守护神”来保护自己了。

胡越有一部长篇小说《人的一半是野兽》。这题目并非耸人听闻,人类一旦失去理智,甚至会比动物还残忍。

弗洛伊德将人分为“本我”、“自我”、“超我”三位一体的人。其中“本我”正是“动物的我”。是指人的生物本能,如人像动物一样也有吃、喝、求暖、避寒等等本能。

奥地利生物学家 K·洛伦兹在《论侵犯性》一书中把人的侵犯性看作是“人类无意识的本能”,并且指出:“侵犯具有自身的释放机制,与性欲和其他人类本能一样,会引起特殊的极其强烈的快感。”

洛伦兹男人的侵犯性的释放形式有多种;

正向释放——自杀;

反向释放——行暴;

群体释放——战争;

宗教释放——残害;

而性欲本能释放,则是性攻击。

看来,男人的“性攻击行为”是不能完全消除的(因属动物本能),那就只好通过文化修养或社会调节向“无害的侵犯性”转化。当然,要想得到“无害的转化”,还要靠每一个男人自己的努力才能实现。

为什么男人是泥做的

在现代社会中男人和女人,当然没有贵贱之分,但却存在“优劣”之别。女人是水做的,所以女人才清纯、精细、委委婉婉、柔情似水,而男人是泥做的,粗糙、丑陋,又黑又硬,以至贾宝玉这个少有的男人精品都自己嫌弃起自己来了。女人是水做的,骨肉、皮肤、毛发都湿漉漉的,所以女人的眼泪也特别多。小刀割了手指要哭,丢了钱包要哭,在车站机场码头送别要哭,看一场悲情电影要哭,被小狗或毛毛虫吓了一跳要哭,跟男朋友分手或发现老公有了外遇就更要放声痛哭,嚎啕大哭了。

而男人,纵然爹死娘嫁人,也只一句“男儿有泪不轻弹”打发了。男人是泥做的呀,要挤出泪水可不是件容易的事。也许因为是泥做的,所以男人打从娘肚子里出来,就没继承一点母亲的优点,相反,老子的毛病儿子倒是照单全收,悉数笑纳。男人自己做了最荒唐的事,然后把最荒唐的语言慷慨地赠给女人,比如他可能巧取豪夺了别人的老婆,然后再把这个女人誉为“公共汽车”,广为散布。其实也是用心良苦,“乘客”多了,“司机”便注意不到他了吧。男人珍惜面子,远远胜过珍惜女人。倘若李自成不是让吴三桂大庭广众之下戴了绿帽子,想来三桂也不至于“冲冠一怒为红颜”。当真事到临头,就连项羽这样的英雄也没了好汉做事好汉当的气魄。英雄末路,倒逼得佳人只能誓言旦旦地表决心:“汉军已略地,四面楚歌声;大王意气尽,贱妾

何聊生!”

婚姻是两个人搭伙过日子,不必什么事都太计较、太在意。生活在芸芸众生、大千世界里,难免会泥沙俱下,倘若生就一副“老子眼里容不得一粒砂子”的性格,只会弄得对方很累,自己也很累,用惩罚对方的方式来惩罚自己,结果往往是两败俱伤,同归于尽。抱着“和稀泥”的超脱与达观,把过日子当成一场过家家,才会过得水“泥”交融,你中有我,我中有你。

你依我依,忒煞情多;情多处,热如火;把一块泥,捻一个你,塑一个我,将咱两个一齐打破,用水调和;再捻一个你,再塑一个我。我泥中有你,你泥中有我;我与你生同一个衾,死同一个椁。

这就是后世广为流传的《我侬词》,一直被人们用来形容伉俪情深。但是,这首词诞生的背景却鲜为人知,元代大书法家赵孟頫要纳妾,他的妻子管道升什么也不说,却专门作了这首表达夫妇情深意笃的《我侬词》。水做的女人,要影响泥做的男人,也只能采取、“润物细无声”的方式。假如管道升板起恶婆娘的脸孔,凶霸霸地教训丈夫,无异于是把丈夫拱手相送,还落得个“妒妇”恶名。封建时代的贤妻,是要主动给老公纳妾的呀,然后,还要假装亲热,姐妹相称,一起坐在窗前探讨女红什么的。

看来,辛亥革命成功的裨益,剪了遗老遗少们那滑稽的辫子还是小事,废除了一夫多妻制才确实算得上一场最伟大的革命!现代社会,妇女从家庭走向社会固然是一个进步,但是,女性获得多大程度的自由,男人也就获得多大程度的自由。如今已是“满园春色关不住”的时代,人生路上,到处都是驿站,到处都有梨花温柔陷阱随时恭候。所以,敬告普天下的太太们,千万别粗心大意,以为一张婚书可以一劳永逸,男人不是一样东西,你不能保证永远得到他。

为什么男人总要隐藏自己的醋意

女人比男人爱吃醋,这是举世公认的事实。但我们发现,有时候男人的醋意比女人更浓。

女人醋气熏天时,大都如山洪爆发,直泄千里。而男人则会遮遮掩掩,装出一副若无其事的样子,以免吃醋之心被人发觉。可见,“醋”在男人身上带有很大的隐蔽性。

中国是个礼仪之邦,男子气概历来深受世人推崇,而爱吃醋的小气鬼总会被人瞧不起。

众所周知,男人太直接地表现醋意是很不受欢迎的;但对女性而言而有信,情况不同了,恰如其分地“吃”一点儿“醋”反而能显出可爱的魅力。

当一个男人“醋”浪涛涛无法控制、但又要顾全男子汉的风度时,便不得以用另外的方式表达出来。也就是说,先让这股醋在肚中绕上几道弯儿,再借机发泄。年轻的女士们万万做不到这一点的。

假如您的先生这么说:听说你昨晚聚会陪张三一块儿看电影了,是不是?啊,很好嘛!不过……那种电影我实在是欣赏不了。后来呢?你回家,他没有送送?”问得那么不动声色,然后又说道:“他对电影很有研究,你不妨多同他聊聊,一定会获益匪浅。”您就应该明了,他说这话时的内心分明是非常矛盾的,千万莫要点头称是。您就要注意,他这时正耐着性子同您说话,

切不可惹他起急。如果您对应得当,他也不会提张三,有时可能间接地问一声“电影院里很挤吗?”

过了一段时间,如果你偶尔提起张三,他会明知故问:“他?是谁呀?噢,莫不是那天陪你看电影的那个人?我都忘记了!”

他如此“此地无银三百两。”不就是对您陪张三看电影耿耿于怀的最好证明吗?

为什么男人不敢正视妻子生孩子?

女人一生中最自豪的时刻,是在生下孩子的一刹那间。可是做丈夫的,在这时反而觉得不好意思。这是为什么呢?

无非是因为他是这孩子的“制作人”之一罢了。

对于女人来说,生孩子是充分表明她有一种母亲的资格和能力。十月怀胎,是切切实实的感受,她经历了一个由羞涩到自豪的转变过程。但对男人来说,这都是不曾体验到的。

女人临产时的心情,是紧张和激动交织着兴奋的,那一副神情,仿佛在向全世界宣告:“我就要做妈妈了,就要抱可爱的小宝宝了。”同时,产妇还能反映出的一种渴望之情,那就是想赶快看看自己的小宝贝是否与梦想中的一样。

至于丈夫,却流露出一种不置可否的目光,他似乎会感到有人在说:“就是这个家伙,看他那副模样,哼!”问题就在这时候,“哼”一两声,起码不像赞许,倒像带有一种轻蔑的味道,实际上人家并没有这个意思,可他总觉得就是这样。正是由于丈夫们大都无力招架这种目光,所以,只能不好意思啦!

无论是什么事物,女性只要自己喜欢,别人看着如何,她是不在乎的。而男人却总会想别人会不会取笑呢?女性以自我为中心,而男人则以自我为离心,所以反映的结果各异。

女人分娩这一天,大部分男人一大早慌张起来,做点什么好

呢？责任感和义务感，加之焦虑感一发涌上心头。

他除了不好意思，还能怎么样呢？直到现在，日本一些家族里，当妻子生孩子时，丈夫要躺在床上模仿妻子的痛苦呻吟，这是多么令人不可思议的啊！

直到孩子呱呱落地，母子平安，男人才猛然感觉到是天大的喜事，但当他看到带有哭声的孩子时，虽然承认是自己的孩子，可还是不能像女性那样由然地产生一种直接的血肉感情。也许婴儿看起来像猴子一般难看，可满脸堆笑的护士小姐却说：“看，多像爸爸呀！”于是，这位新上任的爸爸，除了更加不好意思，还能如何呢？

为什么男人怕“女强人”

男人之所以怕“女强人”，并且不愿娶她们为妻，究其原因大致三条。

第一，害怕自己不如妻子，显得不像个男子汉。

有一位美丽而能干的美国小姐说，当她在一家银行里工作一帆风顺时，就会引起丈夫的不满。他认为她把他“比下去了”。另一位太太则说，她决定永远不接受可以使她比丈夫收入更多的工作，“因为那意味着他将觉得自己不那么像个男人了。”

为了不伤丈夫的自尊心，许多女士不得不放弃自己的晋升机会或有前途的职业，以避免丈夫由于在职业地位上不如自己而感到难堪。这是已婚女人的心态，她们必须做出让步，否则可能导致婚姻悲剧。

那么，未婚者的情况又如何呢？在一期电脑征婚中，204 名男人征婚者，仅有 8 个要求女方“有事业心”。而耐人寻味的另一种情况是，在征婚女性中，每 13 人中仅有 1 人在广告中介绍了自己的经济情况；而男人中则是每 100 人中有 73 人在广告中介绍自己的经济情况。

这个情况间接反映了一个问题：男人不指望妻子的经济能力。因而不需要女强人。

第二，是对家庭劳动的畏惧。