

韩浩月◎著

男
人
之
道

帮女人了解男
帮男人了解自
帮男人女人幸



男，丈夫也。从田从力。

言男用力于田也。凡男之属

皆从男。

许慎《说文解字》

道，所行道也。

许慎《说文解字》

男人道，男人之道也。

韩浩月

潘采夫
亲情作序



化学工业出版社

韩浩月◎著

男人之道

帮女人了解男人
帮男人了解自己
帮男人女人幸福



化学工业出版社
· 北 京 ·

男道，男人之道也。婚姻之道、家庭之道、社会之道、口味之道……
原来男人有这么多条路要走。不仅要走，还要走好。

什么是成熟男人的标志？

真男人不需要很多的朋友？

男人究竟想从女人那里得到什么？

男人和女人对于家的概念有什么不一样？

……

第选择一条道路，你就会遇到一个问题。究竟是道路决定了问题，还是问题选择了道路？我相信，无论男人还是女人，你都会在这里找到答案的。

图书在版编目（CIP）数据

男人道/韩浩月著. —北京：化学工业出版社，2011.4
ISBN 978-7-122-10868-5

I. 男… II. 韩… III. 成功心理-男性读物 IV. B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字（2011）第051041号

责任编辑：李岩松 王 津
责任校对：蒋 宇

封面设计：i nee 艾尼文化
装帧设计：i nee 艾尼文化

出版发行：化学工业出版社（北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码100011）

印 装：化学工业出版社印刷厂

880mm×1230mm 1/32 印张6 $\frac{1}{2}$ 字数150千字

2011年6月北京第1版第1次印刷

购书咨询：010-64518888（传真：010-64519686）

售后服务：010-64518899

网 址：<http://www.cip.com.cn>

凡购买本书，如有缺损质量问题，本社销售中心负责调换。

定 价：25.00元

版权所有 违者必究

新时代好男人的必读文本
女人送给男人的最好礼物

序：

。如果是别的谁写了这本书，我会嘲笑他一下，肯定是在装，但书是韩浩月写的，那就大有不同，因为他不仅这样写，也从来都这样干。

在我的朋友里面，浩月是极品的好男人，“吾不及远甚”。我力所能及的两件事，就是将来把这本书藏起来，不让老婆看到，还有就是给这本书写序，郑重提醒男人们，你们多了一个全民公敌。

读这本书电子稿的时候，我随手在微博写下一句话：每个男人的心里都住着一个班长，一位女网友应声对出下联：每个女人的心里都住着一个纪律委员。但对浩月来说，在他的心里驻扎的不只是班长，而是联合国维和部队，他来写这本好男人手册，最有经验。

跟浩月认识有十余年，我们都是小镇青年出身，都是北漂起步，同列大内“三惧头”，所以从来心心相印，如果中学在一个学校，肯定会撮土为香结为兄弟那种。但浩月的经历比我传奇得多，堪比孙少平。

他的婚姻现在看了也有点传奇色彩，据说，本镇一有名望的士绅也许是饱读古书，精通命理，看上了浩月，他预言此子前途不可限量，把自己女儿许配给他。这段稗闻野史，也是江湖传说，没向当事人求证。现在看来，那位老人家的确大有眼光，给闺女找了个好人家。

书中我很喜欢这几节文字，“做一个好的家庭观念传承

者”、“默默地为别人做一点事情”、“怒是一种力量但尽量别发怒”、“控制欲望是成熟男人的标志”、“每年至少两次举家远游”、“永远不要空手回家”、“拥有到乡村生活的终极梦想”。每一篇都讲到我心坎里，也都能看出作者本人的影子。

山东男人信儒家，重乡土，爱家庭，为家可以拼命干活，也愿意做出牺牲。我对山东爷们评价这么高，其实大多来自对浩月一个人的印象。

女人应该会喜欢这本书，可以一条条对照着要求自家男人，这正是作为一个不靠谱男人，我对这本书有点恐惧的地方，它给男人设置的门槛太高了，有些我真的做不到，会让我陷入深深的自卑和自责。

这本书也许只写男人的一半，教你如何当个好男人，男人如何奉献和付出，但是对于男人应享有的权利，涉及的则比较少。在我看来，只讲义务不讲权利，是无法具有独立地位的。

女人跟男人搞不好关系，性格、习惯冲突之外，责、权、利模糊不清，没法达成共识是更加重要的原因。男人都应该了解，自己应享有什么权利，该有什么自由，有多大的空间，当权利被侵犯，该如何守卫自己的地盘，捍卫自己的生活。这些，也应该是“男人道”下一步研究的课题吧。

不过，对不少爱无力的男人来讲，读这本书，或会变得有力起来。

有句广告词怎么说的：其实男人更需要关怀。不能只讲奉献，这是一个迷惘老男人的肺腑之言。与君共勉。

潘采夫



目录 CONTENTS

■ 婚姻之道：做懂爱的男人

没有爱情，男人无法独活 / 02

男人究竟想从女人那里得到什么？ / 08

手把手教你读懂女人 / 13

半夜聊天的男女通常会携手一生 / 19

要和真正爱的女人结婚 / 23

被女人信赖是一种幸福 / 27

爱女人不是给她房子而是给她一个家 / 31

保持必要的神秘感 / 37

将错就错是一种智慧 / 41

所谓幸福就是拥有很多共同回忆 / 45

■ 家庭之道：好男人要做“生活家”

工蜂一样建筑甜蜜的家 / 50

当个好爸爸没那么难 / 54

每天晚上在厨房度过半小时 / 59

做一个好的家庭观念传承者 / 64

爱工作，但更爱家庭 / 68

每年至少两次举家远游 / 72

养狗 / 77

永远不要空着手回家 / 81

做“畅想号”的称职船长 / 86

写一封未来给女儿看的信 / 89

■ 社会之道：做一个坚硬的“螺丝钉”

真男人不需要很多的朋友 / 98

和形形色色的人打交道 / 104

懂得逐渐建立自己的声望 / 108

有永远不怕失业的底气 / 112

想好了，就去做自己的老板 / 117

默默地为别人做一点事情 / 121

怒是一种力量但尽量别发怒 / 125

控制欲望是成熟男人的标志 / 130

做一个坚硬的螺丝钉 / 135



目录 CONTENTS

■ 品位之道：绅士入门课

嗜好是给自己的奖赏 / 142

把活着的每一天都当成旅行 / 146

一个月起码要读三本书 / 151

好口才和沉默的力量 / 156

穷光蛋也能谈品位 / 161

试着过一次有钱人的生活 / 166

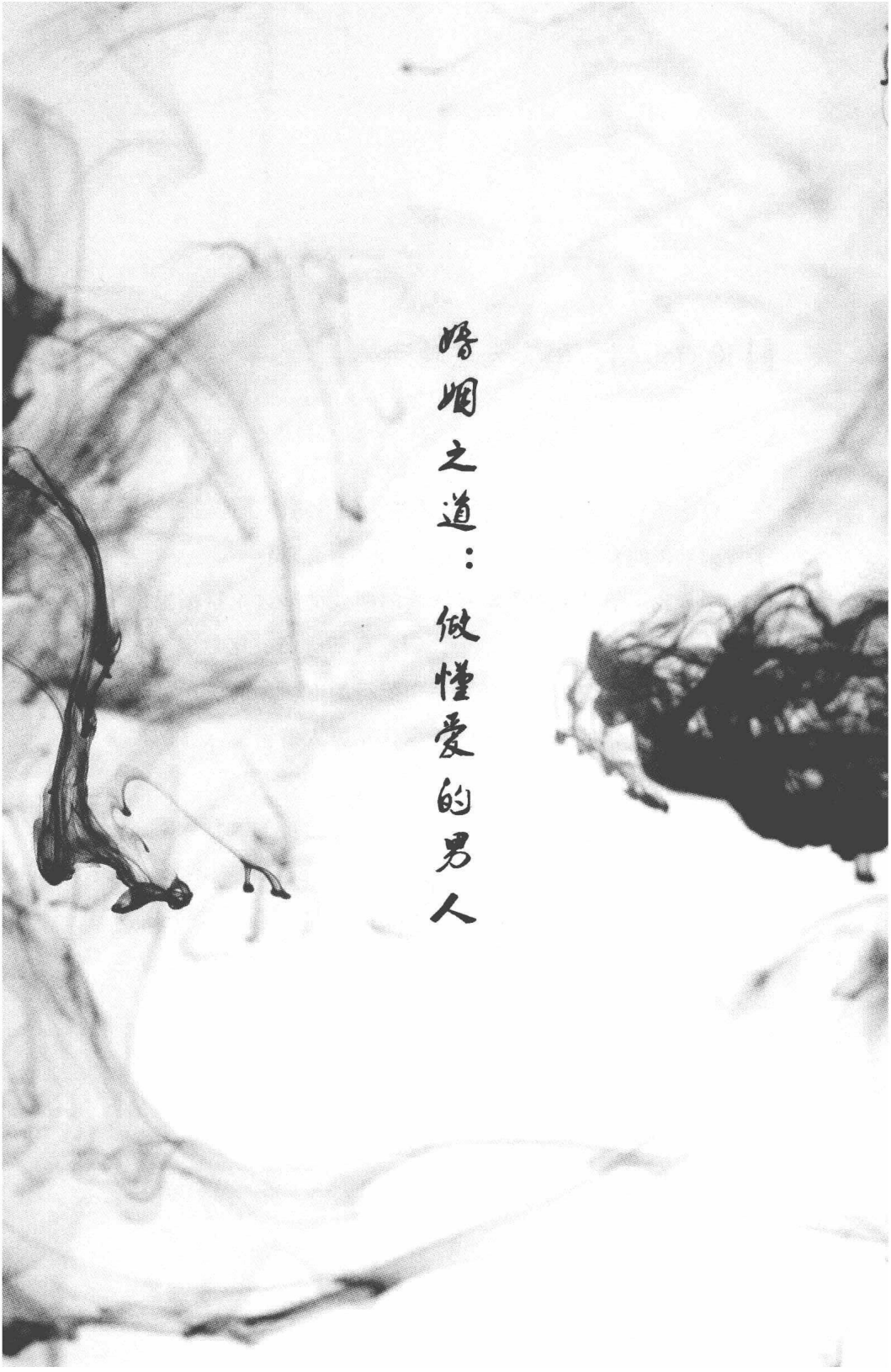
简单，从衣着到心灵 / 170

把“不给别人添麻烦”当成人生信条 / 175

拥有到乡村生活的终极梦想 / 180

成为一名享受艺术的雅士 / 185

■ 附录：两个男人有关心灵的对话 / 191

The background of the page is a traditional Chinese ink wash painting. It depicts a misty landscape with mountains and a small boat. The painting is executed in a soft, expressive style, with light ink washes creating a sense of atmosphere and depth. The mountains are rendered with delicate, flowing lines, and the boat is a small, dark silhouette on the water. The overall composition is balanced and harmonious, typical of classical Chinese art.

婚姻之道：
做懂爱的男人

|| 没有爱情，男人无法独活

有这样一个男人，他离了三次婚，问及理由，他说是为了找到真正的爱情。对于这样回答，你能相信吗？

至少我不信。在近这些年来形成的两性情感讨论氛围里，男人离婚，无非出于以下几个原因：喜新厌旧、花心难改、背信弃义、有钱变坏……套用一句流行的电影台词说，“任何的婚姻都是错的，不长久的婚姻都是男人的错”。这种对于男人的批判，在许多女性那里已成共识，许多男人也默认了同类这万千年来难以改变的劣根性。在这样的大背景下，一个男人离婚说是为了寻找爱情，大可以当做笑话来听。

但刚才说到的那个男人，在诉说了他的婚姻苦难史之后，我有点相信了他为寻找爱情而离婚的说法。他的第一段婚姻，是父母之命媒妁之言，那时的他正处在懵懂的青春末期，再加上那个阶段对于异性的强烈好奇心，因此在被推上婚姻大船之前并无反抗之心。但上船之后才发现不行，但是，这个时候已经没法退票了，过去年代的农村，还非常注重诚信，嫁娶是很严肃的事情，一个男人离了婚，整个家族



的信誉都会受到影响。

三年之后，爱情来了，以他无可抵挡的汹涌方式，他爱上的那个女人也同样强烈地爱他，他们的爱情故事拍摄出来虽然不会像《山楂树之恋》那么纯真，却也会一样的感人。他们在世俗理想所产生的巨大阻力下，且战且退，但绝不认输，他说只要是真爱都是纯洁的。在这种纯洁的情感的辉映下，他壮士断腕般地结束了第一段婚姻，与真正爱的女人生活在了一起。

刚才说到，他的第二个女人强烈地爱着他，可问题就出在了这儿——强烈的爱经常会变成自私的占有，她占有了他的全部，包括他的生活乃至精神的全部空间。她像孩子一样爱他，处处依赖，也像爱孩子一样爱他，事无巨细都插手要管。早请示、晚汇报、查短信、嗅领口……凡是男女之间互相猜忌时能想到做到的她全都做了。后来他知道，她的家庭有着精神病史。即便如此，他们还是维持了十年的婚姻，并有了孩子。十年之后，一个男人的逃离欲望和一个女人愈收愈紧的管理欲望，还是让这段婚姻崩溃了。在一次次自残没能唤醒一个女人发自内心的怜惜之后，他离家出走，就这样结束了第二段婚姻。

第三段爱情发生在他不相信爱情的多年之后，一个未婚女青年爱上了他，毫无保留地爱，甘愿为他饰演一个保姆式的角色，给他最大的自由空间，任凭他一次次放纵自己的坏脾气，也绝不生厌、翻脸，对他逆来顺受。于是，他觉得自己找到了真正的爱情，他呼啸出了积郁一二十年的闷气，但

婚后他很快便发现，那个女青年爱的不是他，而是他的名望、钱财和房产，他不过是她为了帮助自己和她家人迅速过上好日子的一个捷径，对于一个想要寻找真正爱情的男人而言，怎么甘心自己就这样被当做“捷径”走？于是，他再次成了单身汉，但要命的是，他依然相信爱情。

经历三段失败的婚姻但依然相信爱情，这样的男人，很难说他不是极品。对于这样的男人，不知道是该钦佩，还是该同情。钦佩是无法钦佩的，因为三段婚姻失败的关键点在于他的选择失败，如果自己理智、清醒或者说负责一些，会不会结果能稍好一些？说同情也谈不上，俗语说，人犯错不可一而再再而三，能在阴沟里翻三次船，真不值得给予太多同情。

但如果我说，男人比女人更需要爱情，你信吗？

女人对爱情的要求很简单，她们需要的是安全感，晚上能有个温暖的怀抱，这个怀抱可以永远地躺下去，就已经足够了。在二十一世纪里，女人对男人的要求提高了不少，但想想也很简单，她们不过附加了一些对男人的物质要求而已。女人的浪漫、幻想，通常会在一个踏实的男人那里渐渐泯灭，所以，女人更容易对爱情产生满足感。但男人不一样。

男人对爱情的要求太多了。历史书里，影视、歌剧、话剧等文艺作品中，包括现实生活里，都在日复一日地重复上演着这样的情形：爱情让男人充满改造世界的冲动，爱情让男人变成暴力动物，爱情让男人变成满口华章的诗人和

作家……

试想一下如果没有了爱情，比如在未来几千年之后，人类退化到四肢失去功能，各种欲望通过机器就可实现满足，男人不再需要通过女人来证实自己的价值，那么这个地球可以停止转动了，世界会变得很安静。

去年有一本流行的书叫《无法独活》，大意是说年轻一代如果缺少长兄们的管理和帮助，不会独自活下去。其实爱情也是一样，没有爱情的男人，也无法独自活下去。我们会喜欢那些悲剧爱情故事，比如那个多情的罗密欧，只有他的死去，才会让那段爱情成为史诗。汶川地震的时候，那个背妻的男人，为什么会成为媒体争相报道的对象？因为爱情在他身上得到了形象的体现。

不是每一个男人，都有机会说出爱情之于己的重要性的。性别角色不允许他们夸张地来谈爱情，社会角色一样不容他们把爱情挂在嘴边。处在婚姻中的男人，在某一个时期会觉得自己“无爱”，但在过了这个时期之后，他们会发现爱一直存在，他们会在某一个清晨醒来，发现躺在自己身边的妻子已经有了白发，他曾经是那么地深爱过她，在他垂垂老去时，生命中的“那些花儿”不知纷落在天涯何处，只有身边这位会在他的人生告别会上怀抱他的黑白照片。

相信爱情——不相信爱情——相信爱情，男人都要经历这样三个不同的阶段。而回到本文开头说到的那个哥们，他是个例外，因为他的一生都是在相信爱情中度过的，悲哀的是，爱情不相信他，一次次伤害了他脆弱的心灵。人生之苦



在于所求不得，那么什么样的爱情才是男人真正需要的？很简单，男人对爱情的要求本质上和女人是一样的，无非那三个字——安全感。

女人想通过爱情获得安全感，男人也一样。男人对于女人的独占心理，是没有安全感的表现，所以一个女人爱一个男人的最好方式是，让他感受你带给他的安全感。

这种安全感分为三个层面。第一个层面，让他觉得你完全属于他。但由于这个问题牵扯到两性之间的平等，一些女权斗士会认为这是对女性独立权利赤裸裸的侵犯，所以我们点到为止。

第二个层面是给他实质性的温暖。比如热烫的饭菜、温暖的环抱、温柔的笑容，这些东西带来的安全感，会激发男人最大的奋斗动力，他会像个被鼓励的孩子那样为你去战斗。

第三个层面的安全感，是你和他的灵魂在高处的汇合。你们的爱情超越了物质和形式，甚至超越了忠诚与背叛，而是两颗赤裸灵魂的交流，这种交流所带来的畅快，会让一个男人觉得全宇宙之间，只有你的灵魂能与他的相互匹配，这种慰藉会给男人带来强大的自信，他也会自觉拥有了终极的爱情，比如拥有了李银河的王小波，比如拥有了洋子的列依，再远一点的还有拥有了杨贵妃的唐明皇……

失去了爱情的男人会魂不守舍，但绝大多数男人都会装作没事人一样活下去，这是生存本能告诉他们的本能表现。没有爱情的男人，灵魂会始终有一个缺口，在现实的世界他

们会苟活下去，但在丰富的精神世界里，他们却无法触摸到幸福。

作家周国平写的一段话，足以证实爱情之于男人的重要性，“深深地爱一个人，你借此所建立的不只是与这个人的联系，而是与整个人生的联系。一个从来不曾深爱过的人与人生的联系也是十分薄弱的，他在这个世界上生活，但他会感觉到自己只是一个局外人。爱的经历决定了人生内涵的广度和深度，一个人爱的经历越是深刻和丰富，他就越是深入和充分地活了一场。”

“深入和充分地活了一场”，这是一个多么好的比喻，如果男人从未得到过这样的感受，只能抱憾一生了。



男人究竟想从女人那里得到什么？

爱是付出，也是索取，最好的爱情是付出与索取保持不失重的比例。不要相信婚姻杂志上那些故事编造的鬼话，什么“爱是付出，不求索取”，这完全是非人性的。只要是相信爱情、拥有爱情、执著于爱情的人，其实都是想从爱情中得到一些什么的。那么，男人究竟想从爱情中得到什么，或者说，男人究竟想从女人那里得到什么？

男人从女人那里得到一些什么，比女人从男人那里得到一些什么，总要困难一些。这是因为，女人在对男人的定义中，常常有着天生的警惕。我们经常从媒体上、女性读物上、聚会上看到或听到女人这么谈论男人，“男人这东西”、“男人都一样”、“男人的话要能信，母猪都能上树”……总而言之，男人似乎都是下半身动物。

女人在如此评价男人的时候，语气中有不屑、鄙夷，也有看透男人后那种失落或绝望。报纸上的情感专栏里，无论男女作家，在说到男人本性的时候，都比着看谁下笔更狠，奚落得更尖刻，仿佛大家约好了一般。看来，骂男人是