

友情不止于性别，
给自己一个完美的闺蜜。

无色男女

——女人专属的友情经营书

柏燕谊
著

同为女人，
所以难免偏颇；
同为女人，
所以难免狭隘；
同为女人，
所以不懂男人；

上海三联书店



无色男女

女人专属的友情经营书

柏燕谊 著



上海三联书店

图书在版编目(CIP)数据

无色男女: 女人专属的友情经营书 / 柏燕谊著. —上海: 上海三联书店, 2014. 2

ISBN 978-7-5426-4247-9

I. ①无… II. ①柏… III. ①婚姻-通俗读物 IV. ①C913.13-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第128871号

无色男女: 女人专属的友情经营书

著 者 / 柏燕谊

责任编辑 / 陈启甸 王倩怡

特约编辑 / 娜 日 申丹丹

装帧设计 /  灵动视线

监 制 / 吴 昊

出版发行 / 上海三联书店

—— (201199) 中国上海市都市路4855号2座10楼

<http://www.sjpc1932.com>

印 刷 / 三河市祥达印刷包装有限公司

版 次 / 2014年2月第1版

印 次 / 2014年2月第1次印刷

开 本 / 640×960 1/16

字 数 / 100千字

印 张 / 17.25

ISBN 978-7-5426-4247-9/I·724

定 价: 24.80元

前 言

前 言

密友，这似乎是一个陌生的词汇。我们知道发小，知道死党，知道哥儿们，知道闺蜜，却很少听说过“密友”。其实，密友和这些有某种联系。望文生义，密友就是亲密的朋友，所以，发小、死党、哥儿们，都有可能是密友。密友涵盖这些，但又不止这些，同学、同事、亲人、长辈都可以成为你的密友。只要和你谈得来，志趣相投，人人都可以做你的密友。

而男闺蜜就更让我们感到陌生了，甚至觉得不可思议，闺蜜还可以是男性？男性也可以做闺蜜？我们心里不禁打了两个大大的问号。

其实，在很多领域，男闺蜜早已十分常见。

在影视剧里，那些女主角的身边，总会有一个招之即来、挥之即去的异性朋友，无论搬家、渴望倾诉、寻找走失的爱狗，只要一个电话，他们就会出现在女主角面前。即使一些隐秘的话题，这些男闺蜜也能给女主角提供最合理的建议……

再看看娱乐圈，众多女明星都拥有男闺蜜，陈坤是赵薇的男闺蜜，

任泉是李冰冰的男闺蜜，罗志祥是蔡依林的男闺蜜，蔡康永是小S的男闺蜜……男闺蜜已经频繁出现在时尚的娱乐圈了。

有影视剧和娱乐圈的示范，现实中的女性也不甘落后，这股潮流先刮到了大都市，北京、上海、广州的白领女性们，下了班不再是和闺蜜逛街，而是和男闺蜜喝茶；有了烦恼不再是向闺蜜倾诉，而是去找男闺蜜“取经”。这些大都市的女性，如果哪位说自己还没有男闺蜜，那么你落伍了；如果哪位还没听说过男闺蜜，那么你“OUT”了。

也许很多人无法理解，有闺蜜，为什么非要找男闺蜜？有老公，为什么还要找男闺蜜？难道她们不怕遭人非议？难道她们不怕老公吃醋？难道她们不怕影响自己的工作、生活、情感和家庭？

如果你有这样的疑问，那说明你还不了解男闺蜜，你把男闺蜜等同了一个暧昧的男人，一个出轨的对象，一个潜在的第三者。其实，男闺蜜不是这样的。他是一个健康的、阳光的、对女性的生活有益的异性朋友，他虽和女性来往密切，但永远保持着一定的距离。

正如许多女人所说：“我的男闺蜜在我眼里好像是没有性别的，我只拿他当作最好的朋友，忘记了他是男是女。”的确，很多女性和她的男闺蜜在一起十多年，但依然只是朋友。

其实，男闺蜜是这样的：他没有“蓝颜知己”那么暧昧，但比“灵

魂伴侣”更接地气，更比“爱情备胎”多几分亲密。他的正确定义就是：和女性之间保持一种十分亲密的友谊关系的男人。你和他可以像闺蜜那样亲密，但又保持着男女之间的距离。

这，就是女人的男闺蜜，坦诚、纯粹、真实。女人的一生如果有这样的男闺蜜相伴，是人生一大乐事。但女人的生命中还有一个更重要的男人，这就是自己的老公。老公和自己感情笃深，是任何人都无法替代、无法超越的一份依赖，就算男闺蜜再密，终究密不过老公。

老公和男闺蜜不是一对冤家，他们可以是朋友，也可以是陌生人，只要他们愿意，他们就可以相安无事，而得益的是女人。老公在左，男闺蜜在右，这真是惬意的人生。左手老公，情牵一生，右手男闺蜜，一路同行，这是女人的最佳人生。

目 录

前 言	1
-----------	---

第一章 每个女人都需要男闺蜜	1
------------------------	---

男闺蜜，我们都需要	2
-----------------	---

真正的男闺蜜都是女人专家	9
--------------------	---

男人专家的他，也可以做男闺蜜	15
----------------------	----

男闺蜜，女人最可信赖的情感顾问	22
-----------------------	----

别忽略了亲人，他们也是男闺蜜	29
----------------------	----

亦师亦友，最理想的男闺蜜	35
--------------------	----

如何找到自己的男闺蜜	40
------------------	----

女人的男闺蜜都有哪些类型	47
--------------------	----

男闺蜜的必备要素	54
----------------	----



第二章 | 男闺蜜胜过闺蜜·····63

男闺蜜比闺蜜更懂你·····64

男闺蜜比闺蜜更可靠·····71

比起闺蜜，男闺蜜更懂你的事业·····79

男闺蜜远比闺蜜理性得多·····85

关键的时候，男闺蜜比闺蜜更有用·····92

男闺蜜比闺蜜更令你放心·····99

第三章 | 防范男闺蜜变情人·····107

小心！男闺蜜是情人的温床·····108

男闺蜜的甜言蜜语是攻破你心防的糖衣炮弹·····115

单身女人更容易与男闺蜜产生恋情·····121

优秀的男闺蜜总让我们怦然心动·····127

来自男闺蜜的幸福感极易让我们迷失方向·····134

看清他心里的小九九·····140

男闺蜜变情人，有时只需捅破一张纸·····146



第四章 | 警惕，假密友打你的主意·····155

这些男人不适合做你的男闺蜜·····156

密友还是流氓，你要看清楚·····163

温情脉脉的伪密友，你防不胜防·····169

小心职场里的伪男闺蜜·····176

别受玩心重的男闺蜜影响·····182

远离那些没有家庭责任感的男闺蜜·····188

第五章 | 与男闺蜜建立最准确的关系·····195

你和男闺蜜是永远都不会有交点的两条平行线·····196

你和男闺蜜的最佳距离：一米阳光·····202

7×24 小时——与男闺蜜在一起的时光·····209

男闺蜜是一种“药”·····216

“怎么办？我好思念我的男闺蜜。”·····223

第六章 | 老公在左，男闺蜜在右231

切记，你的老公不是男闺蜜！232

老公放轻松：男闺蜜只是密友239

左手老公，情牵一生246

右手男闺蜜，一路同行252

老公在左，男闺蜜在右，我们的最佳人生258

第一章

每个女人都需要男闺蜜

对现代女性来说，男闺蜜不是人生的奢侈品，而是人生的必需品。没有男闺蜜，你的人生将充满遗憾，有了男闺蜜，你的人生将更加圆满。男闺蜜，每个女人都需要。

男闺蜜，我们都需要

男闺蜜，当我说出这个词时，无论是男人或是女人，未婚或是已婚，相信大多数人会用质疑的眼光问：“这个，可以有吗？”

在侧重于精神领域交流，彼此保持着一定距离的红颜知己和蓝颜知己尚未完全被人们接受时，频繁出现于我们生活中的异性密友，有存在的空间吗？

女人的男闺蜜，会不会成为女人红杏出墙的缘由？会不会成为女人心灵出轨或肉体出轨的对象？会不会成为女人的“备胎”？会不会成为女人和老公发生矛盾时情感寂寞的填补品？甚至会不会在这个时候乘虚而入，取代老公的位置？

人们为何对“异性密友”如此敏感？其一在于“异性”，其二在于“密友”。在中国这个传统社会，女性能够拥有“异性朋友”也是近几十年才被大家接受的事实，而如今，女性不仅要拥有异性朋友，还要拥有“男闺蜜”，这，不禁令众多朋友表示不解，而女人的老公们更是频频摇头，甚至愤怒地叫嚣：“她要有男闺蜜？那她要把我置

于何地？”

的确，人们对“异性之间的单纯友谊”尚且表示怀疑，现在，女人要拥有关系密切的异性朋友，这就更加让人难以接受。

但是，无论大家对男闺蜜如何不能接受，男闺蜜却已经在不知不觉中走进了我们的生活。“存在即合理”，这真的不是狡辩。尤其是在北京、上海、广州这样的大都市里，“男闺蜜”早已不是什么新鲜词，它是男男女女中一种常见的生活状态。而在时尚前卫的娱乐圈里，男闺蜜也早已流行开来。

随着社会不断发展，变得越来越开放，西方的观念对我们的生活和思维方式的影响越来越大，人们的心态越来越宽容，对友情的尺度也越来越大。用简单的一句话来说，就是——男闺蜜随着社会的发展已自然而然地出现在我们的生活中。男闺蜜的风行，标志着女人对于异性情感的享受进入了“小康”时代。

这时，男人们变得越来越自信，对女性的交友越来越包容；女人们变得越来越坦然，交一两个男闺蜜也不再躲躲藏藏。

如果说蓝颜知己是停留在若即若离的情感状态的，那么男闺蜜则是坦坦荡荡地出现在我们的生活中的；如果说蓝颜知己只是手机里一个不常拨通的电话号码，那么男闺蜜则是随传随到的“110”；如

果说蓝颜知己是我们心中不敢向老公提及的名字，那么男闺蜜则是一团温暖的无需用纸包住的火，甚至可以是老公熟识的朋友。

这一切都说明——男闺蜜可以有。

或许你会说，好吧，男闺蜜可以有，我接受这个事实，但是，我不需要。先别急着否定，让我们来看看这个故事。

小兰的老公是个研究生，学识丰富、气质儒雅，在一科研单位从事研究工作。小兰就是被老公的才华和儒雅的气质所吸引。他上知天文下知地理，说起国家大事来滔滔不绝，写起论文来文笔流畅，收入也颇丰，是个难得的好老公。别人都说小兰的老公简直就是完美型男人。

只有小兰知道，老公不完美。他是有很多显而易见的优点，但同时也有他人看不到的缺点：缺乏动手能力。让他做个饭，他能把厨房弄得乱七八糟、一片狼藉，有一次甚至差点把厨房都炸了。家里的电视、空调有点小毛病，让他修一下，他束手无策，更别说让他干点力气活了。

老公的这些缺点，小兰也偶有埋怨，但她也知道人无完人，各有擅长的地方和不擅长的领域。老公能用他擅长

的东西养家糊口已经很难得了，不能要求太多。

但是，家里若碰到一些具体的小困难该怎么办呢？小兰有办法。她有个从小就一起长大的发小刘峰，从小就爱捣鼓家里的东西，自学能力和动手能力都很强，高中毕业后没考上大学，上了一个维修班，现在开了一个维修部，修理电视机、洗衣机、空调什么的，生意也经营得红红火火。刘峰从小就跟小兰感情很好，小兰结婚后，他跟小兰说：“以后有什么事言语一声，随叫随到。”

所以，小兰如果有了什么事，老公没时间或者干不了，她都会叫刘峰来帮忙。家里水管坏了，空调不制冷了，甚至马桶塞住了，小兰都会第一时间拨通刘峰的电话。刘峰一来二话不说就干活，干完还不许小兰说谢谢，说：“就凭咱俩的关系，说谢谢就见外了。”小兰娘家的事刘峰也是义不容辞，他帮小兰解决了很多生活中的问题。

有时小兰偶尔和老公闹矛盾，也会向刘峰诉苦，刘峰总是劝她：“你知足吧，找个这么有学问的老公，这么能赚钱，还埋怨。你如果找了我，才让你后悔死呢。”

刘峰的劝解，让小兰的心情顿时多云转晴。刘峰成了

第一章

小兰生活中不可缺少的朋友，小兰的老公也和刘峰成了朋友，常常在一起吃饭喝酒。小兰的老公对刘峰说：“你就是我老婆的男闺蜜，若没有你的存在，是她的一大损失。”

刘峰也对小兰的老公说：“对，我们是永远的朋友，而你是他永远的老公。”

看完这个故事，你还会说“我不需要男闺蜜”吗？小兰的老公是个优秀的男人，但不能解决她生活中的所有问题。你的老公可能也一样，再有本事也不是十项全能：也许，他工作能力很强，但你需要他的时候，他能刚好在你身边吗？也许，他能把你的生活照顾得无微不至，但他能倾听你内心所有的感觉，解开你内心所有的疑惑吗？也许，他既能在生活中照顾你，也能在精神上抚慰你，但他能解决你们生活中的所有难题吗？特别是当你和老公发生矛盾的时候，你难道不需要找一个比你更了解男人的诉说对象吗？

老公自有吸引我们的特质，但我们同时也可以欣赏他人；老公是我们世界的中心，但却不是我们世界的全部；老公充实了我们的生命，但男闺蜜丰富了我们的世界；老公陪伴我们左右，但男闺蜜会在我们

需要时自然降临。

我们需要男闺蜜，这不是欲望的无限需求，而是生活品质的追求和生命的要求。结了婚的女人很容易失去自我，成为“三转女人”——围着老公转、围着孩子转、围着锅台转。狭窄的生活和狭隘的自我使我们的生命品质在降低，这时候出现的男闺蜜，就会提醒我们生命的诉求有很多。老公是我们的依赖，但不是我们生活中的唯一。老公是我们生活的核心，而男闺蜜同样是我们生活中不可缺少的一部分。老公闯进了我们的生命，牢牢盘踞在我们内心的中央，而男闺蜜走进了我们的生活，自自然然出现在我们需要的时候。

既然我们需要男闺蜜，可是为什么还是有很多女性没有男闺蜜，甚至非常排斥这三个字？原因很简单，传统思维让我们觉得：婚后和一个异性保持密切的来往是不妥的，甚至是不道德的。我们担心这样会引起老公的不满，甚至是猜测和怀疑。我们把所有的时间和精力留给了老公和孩子，没有时间分给其他人，就算男闺蜜可以给我们的生活增添色彩，我们也无暇顾及。

其实，一个健康的人的心态是开放的，一个健康的婚姻同样是开放的，男闺蜜是每一个女人身边充满阳光的一个朋友，也可以是