

别让她说『我的柔情你永远不懂』
最实用的男女相守相爱之道

男人 女人 那点 那点 德性 心思

高菲◎著

看透男人的德性，用心滋养男人的身心健康
读懂女人的心思，努力成为女人永久的依靠

朝華出版社

女人 男人
那 那
心 德
思 性

高菲◎著



朝華出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

男人那点德性 女人那点心思 / 高菲著. —北京: 朝华出版社, 2012.1

ISBN 978-7-5054-3038-9

I. ①男… II. ①高… III. ①婚姻—通俗读物 ②性别差异心理学—通俗读物

IV. ①C913.13-49 ②B844-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2012) 第005552号

男人那点德性 女人那点心思

作 者 高 菲

选题策划 博士德

责任编辑 张 冉

特约编辑 赵 倩 赵良发

责任印制 张文东

封面设计 博士德

出版发行 朝华出版社

社 址 北京市西城区百万庄大街24号

邮政编码 100037

订购电话 (010) 68413840 68996050

传 真 (010) 88415258 (发行部)

联系版权 j-yn@163.com

网 址 www.blossompress.com.cn

印 刷 三河市华晨印务有限公司

经 销 全国新华书店

开 本 710mm × 1000mm 1/16

字 数 220千字

印 张 15

版 次 2012年3月第1版 2012年3月第1次印刷

装 别 平

书 号 ISBN 978-7-5054-3038-9

定 价 28.00元

前言



男女相守一生，需要一条爱情黄金定律

初踏入爱河的人们，用少男少女的浪漫在纯真中追逐。你还记得吗？牵手的那一瞬间，爱情的光辉把彼此的心房照亮，仿佛也照亮了通往幸福人生的坦途。在眩晕中，彼此都不再记得自己的名字和身份，只知道在彼此心目中，他比北极星更亮，她比栀子花还香。

然而，当激情渐渐退去，爱情像一袭华袍，在经历了风吹日晒后，也黯淡下来，显露出朴素的本质。曾经轻咬耳朵痴笑的甜蜜，也只剩下了静默无声、四目相对。

常言道，相爱容易相守难。

见证海誓山盟、浪漫拥吻的那一棵桃树还在，走过青涩的男人与女人却有了一丝惆怅，多了几许徘徊——如何才能守住这一份浪漫而美丽的爱情？

在相守中，相爱的男人与女人通常都没有意识到他们有着不同的感情需求，所以不知道该如何彼此支持。男人通常只是给予女人他们想给的，女人亦是如此。双方都误以为对方的需求和自己相同，结果却是事与愿违，伤了彼此。

其实，在两性相处的艺术中，有一条很简单的爱情黄金定律：男人需要被崇拜，女人需要被宠爱。

男人之所以要被崇拜，是因为男人永远都想成为女人心目中的神。当一个女人对一个男人说：“你很无能！”男人听后会产生两种后果：要么一蹶不振，只生活在自己的圈子里；要么在万念俱灰中寻找另一个能让他燃起斗志的女人。

男人之所以要被崇拜，是因为男人致命的弱点是要面子。在大庭广众之下你要给他拿外套；在他父母家你要给他倒水；在别人面前你要尊重他，别人才会更尊重他。

男人之所以要被崇拜，是因为男人的自尊心很强。对他来说，最忌讳的就是，你痛斥他的无能和蔑视他的身材。

男人之所以要被崇拜，是因为男人有泪不轻弹。男人也有失落、痛苦，一切的艰辛、苦楚都自己扛。因此，当男人自信心越来越弱，动辄暴怒时，女人应该去逗他，用崇拜的眼神看着他，欣赏他的优点，让他重新鼓起生活的勇气。

崇拜始于爱，婚姻生活中对丈夫的崇拜就是一种爱的方式。当你忘了如何去崇拜自己的丈夫，只会数落他、埋怨他时，男人也会忘了如何宠爱你。

女人喜欢被自己的老公宠爱，这个说法毋庸置疑会得到大多数女人的认可。无论她是大家闺秀还是小家碧玉，不管她现在是女强人抑或是全职太太，都希望自己是男人眼里永不凋谢的娇艳玫瑰。

女人不需要男人给予太多，但她们希望男人能常常宠一宠自己。

“亲爱的，陪我上商场、超市买点东西。”——“好啊。”男人答应要爽快。

在挑选物品时女人会征求男人的意见，这时男人要用心阐述自己的看法，在不出现严重赤字的情况下将购买权完全交给女人。并且，男人还应做好拎包的工作，别让自己的女人拎太多的东西。

“亲爱的，我今天有些不舒服。”听到女人说这话时，男人要细细查明女人不舒服的原因，根据自己积累的生活经验，小心调理，督促服药，嘘寒问暖，让女人在心理上得到安慰。当然，若女人需要看医生，男人一定要放下手里的所有事情及时陪女人同去。

家务不单单是女人的责任和义务，男人要和女人共同分担。女人从不认为男人做家务就是没出息，她们觉得男人做点家务是疼自己的具体表现。

总之，天底下的女人都渴望自己的男人尽他所能宠爱自己。

女人天生是精致柔弱的。一阵风、一场雨都能轻易引起女人心境的变化，有位作家这样说：“女人是被爱的，不是被了解的。”

聪明的男人把甜言蜜语放在嘴里，把道理放在口袋里，收起居高临下的威严，用心呵护心爱的女人，用宠爱来换取女人的信任 and 家庭的幸福！

当女人学会了崇拜她的男人，男人也学会了宠爱他的女人，那爱情的光辉就会重新在他们头顶闪耀，那埋藏于柴米油盐之下的浪漫与幸福也会重新浮现出来。





第一章 读懂男人，破译你的另一半

第一节	学会欣赏，让他觉得自己不平凡	3
第二节	不怕骄傲，为他贴上优秀的标签	7
第三节	男人追求社会地位和社会价值	10
第四节	男人需要的不是改造，而是认可	13
第五节	读懂男人坚强背后隐藏的脆弱	18
第六节	男人的阳刚与女人的阴柔是绝配	22

第二章 好男人都是捧出来的

第一节	女人的幸福关键在于一张嘴	29
第二节	嫁人要嫁“灰太狼”，婚后把他变成“狼”	36
第三节	不是教你骗，男人也有爱听的话	41
第四节	面对挫折，要鼓励不要谴责	44

第三章 用女人的魅力获得男人的爱

第一节	女人要漂亮，更要温柔	51
第二节	女人的柔弱令男人更有责任感	56
第三节	做小女人勾起男人的保护欲	61
第四节	十二招变身魅力“洛丽塔”	67
第五节	可爱是永不过时的化妆品	73

第四章 女人的付出决定男人的成败

第一节	抓住男人的心，分享他的爱好	81
第二节	给男人空间，给自己自信	85
第三节	用心滋养男人的身心健康	90
第四节	难得糊涂，做个聪明的“傻女人”	95
第五节	永远做男人的忠实“粉丝”	100

第五章 读懂女人心，抬头看看这“半边天”

第一节	女人也不容易	107
第二节	女人的忍让都是因为爱	111
第三节	理解这容易受伤的女人	114
第四节	她们最渴求安全感	119
第五节	女人要“哄”更要“宠”	123
第六节	了解星座与血型，读懂女人心	128

第六章 好女人都是宠出来的

第一节	爱她在心口常开	139
第二节	嘴巴甜一点，幸福多一点	143
第三节	满足她的购物欲	147
第四节	鲜花、烛光晚餐一样也不能少	153
第五节	不妨来点“美丽的谎言”	160
第六节	主动呵护女人	165

第七章 用心疼爱你的女人

第一节	告诉她你是负责任的男人	171
第二节	做她的船长兼水手	177
第三节	不妨把她看做温室的花朵	184
第四节	像宠着公主和女儿一样宠着她	190
第五节	做她童话中的王子，圆她的公主梦	195
第六节	让她知道不能没有你	201

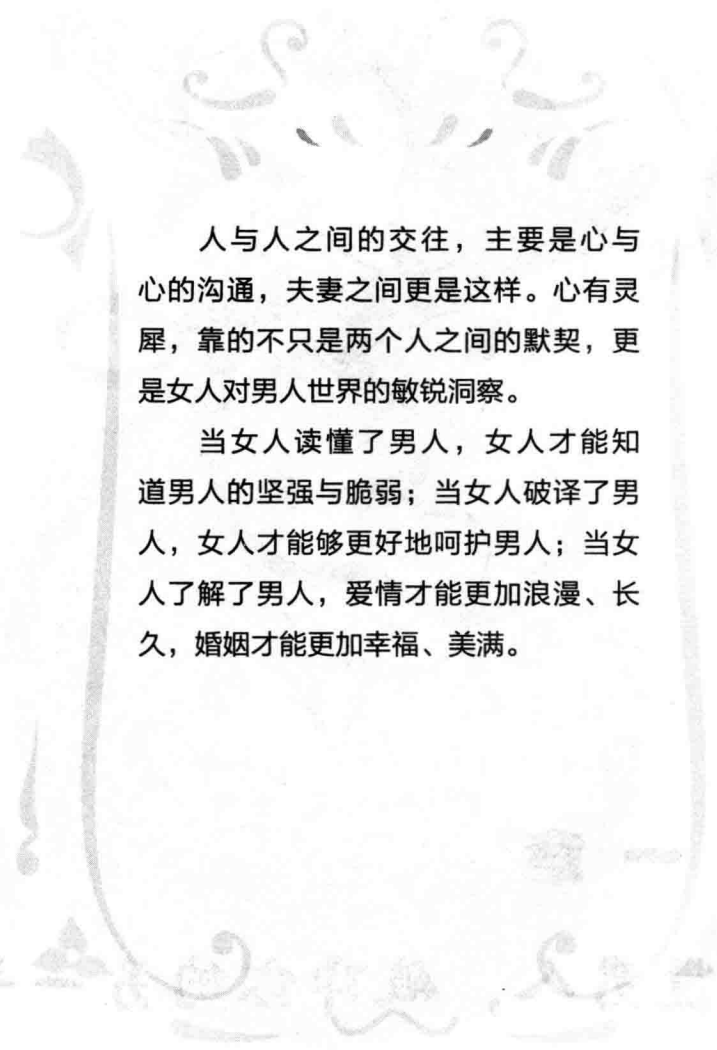
第八章 努力成为女人永久的依靠

第一节	哥挣的不是钱，是信任	207
第二节	永远做保护她的“靖哥哥”	211
第三节	别让她说“我的柔情你永远不懂”	215
第四节	工作再忙也要为她留时间	220
第五节	永远不要让她失望	223



第一章

读懂男人，破译你的另一半

A decorative border with symmetrical floral and scrollwork patterns frames the central text.

人与人之间的交往，主要是心与心的沟通，夫妻之间更是这样。心有灵犀，靠的不只是两个人之间的默契，更是女人对男人世界的敏锐洞察。

当女人读懂了男人，女人才能知道男人的坚强与脆弱；当女人破译了男人，女人才能够更好地呵护男人；当女人了解了男人，爱情才能更加浪漫、长久，婚姻才能更加幸福、美满。



学会欣赏，让他觉得自己不平凡



第一节



被人欣赏是任何人都会感到十分荣幸的事，对于自尊心极强的男人来说就更为如此，这是聪明女人都应该了解的。因此，当自己心爱的女人以自己为荣时，男人的脸上必定挂满了幸福，心里必定充满了成就感。

这种成就感会让男人觉得自己不平凡，会让男人觉得信心十足，会让男人做起事情来更加游刃有余。

一、男人需要被欣赏

男人需要被尊重，需要被关怀，更需要被认可和欣赏。男人都是崇尚力量和能力的，所以和女人希望得到的奖赏不同，他们更希望得到女人对自己学识、能力、地位等方面的欣赏，并希望自己身边的女人能够肯定自己、欣赏自己、崇拜自己。然而，在现实生活中，很多女性朋友不明白其中的道理。当男人经历挫折时，她们往往会用刻薄的言语来打击他，挫伤他的锐气。要知道，男人虽然可以经得住外界的各种打击，但却经不住自己心爱女人那几句刺耳的话语，就是这几句话会让男人一蹶不振。聪明的女人只要明白这一点，她们就会在生活中给以男人最真诚的肯定和欣赏。



小雪的老公是一家小公司的老板，在经济危机发生后，公司经营困难，面临倒闭。老公每天愁眉不展，家里也是一片愁云惨雾，这让小雪非常担忧。

“怎么帮助老公重新站起来呢？”小雪思考着，“老公现在最需要的就是信心和坚持下去的勇气。”

于是，小雪鼓励她的老公说：“亲爱的，你不用灰心，能坚持到现在就已经证明了你很优秀。经济不景气，这并不是你的错。”小雪的老公听到自己心爱的女人对自己十分肯定和认可，就放下了心里的包袱，重新燃起了斗志，经过一番努力之后，终于使公司扭亏为盈。回忆那段日子，小雪老公不禁感慨：“在那段最黑暗的日子里，是小雪的欣赏、肯定和鼓励使我重新站了起来。她的欣赏和鼓励就像黑暗中的灯光一样，让我觉得我还有希望。她的欣赏就是我的动力。”

你的男人也正如小雪的老公一样，他们需要的是被欣赏，而不是指责和挖苦。即使你的男人并没有多么出色的能力，你也要学会挖掘他的闪光点，让他看到自己的不平凡。要知道，你的欣赏，会成为他前进的最大动力，这也是女人能够给予一个男人的最高赞美。

二、男人的伟大，因女人的欣赏而生

男人的优点，需要女人用欣赏的眼光去发现；男人的伟大，需要女人用欣赏去成就。然而在现实生活中，很多女性朋友却背道而驰，总是蔑视自己的男人，放大他们的缺点。

我们经常听到身边的女性朋友对自己男人的种种抱怨：要么嫌他们没有情趣，要么嫌他们收入不理想。久而久之，男人就会因女人的抱怨而丧失信心，双方的心理距离也越来越大。

如果女人换一种方式来对待自己的男人：用温情来抚慰他；用爱来支持他；用欣赏的眼光来鼓励他，那么他就会变得不一样。



你可以每天记录一下自己男人的优点。过一段时间之后，你就会发现，原来一向被自己呼喝打骂的男人竟然有那么多的优点。这时，女人就会幡然醒悟，原来不是自己的男人没有优点，而是自己被琐事蒙蔽了双眼。比起批评与指责，人们更喜欢听到赞赏，男人更是如此，尤其是来自心爱的女人的赞赏，会让男人的内心得到强烈的满足感和原动力。

即使这个男人只是一个再平常不过的、站在人群里转眼就会被淹没的男人，也会因为女人的赞美与欣赏变得优秀、伟大起来。

张灵的丈夫是一家跨国公司的职员，由于他擅长的是西班牙语，公司经常委派他到西班牙出差。所以，新婚不久，小两口就尝尽了聚少离多之苦。

然而，更让人难以接受的是，这一次，公司委派他与一名年轻的女同事一同出差，一去就是半年。

这次出差关系到公司的业务拓展。张灵的丈夫肩负的责任很大，他的压力也很大。

就在他丈夫还在犹豫之时，张灵走到丈夫身边，认真地对他说：“那边的情况虽然很复杂，但是，我相信你一定都能处理好的，因为，你是我最欣赏的男人，在我心里你一直都是最优秀的！”

张灵的丈夫听后，感觉信心又重新回来了，于是，他带着自信去了西班牙。

经过一番努力后，合同终于顺利拿下了，公司的发展上了一个新台阶，而张灵的丈夫也顺理成章地被提升为项目总监，并成为地区总经理的候选人。

如果你也希望你的男人成为出众的人，成为你心目中“合格的老公”，你首先就要学会欣赏他，要欣赏他的智慧、才能、品格和勇气，然后全力地支持他，这样你的男人才能够更加出色，才能成为一个伟大的男人。





三、欣赏他，他就会不平凡

发自内心的欣赏和赞美，能够使男性发挥出最大的能力。历史上许多知名人物能够由失败走向成功都要归功于妻子的欣赏。这并不夸张，我们看一下艾力·卡帕森的经历就明白了。

艾力·卡帕森是美国一位杰出的桥牌高手，在当地很有名气，是一个非常优秀的人。其实他刚到美国的时候，不论做什么事都以失败而告终，甚至他都觉得自己是一位最差的桥牌手。但是，当他娶了一位美丽迷人的桥牌老师做老婆后，他的运气就开始好转了。艾力·卡帕森的妻子常常用“我很欣赏你”“在我眼中你是最棒的”等话语鼓励他，妻子对他的欣赏，使得艾力·卡帕森相信自己是一个很有潜力的桥牌天才。他也下定决心选择桥牌手作为自己的终身职业，并最终通过自身努力取得了成功。

“二人同心，其利断金。”如果妻子能够对自己的男人多些欣赏，少些轻视，男人的不安、浮躁就会消失，他们就会信心十足、斗志昂扬，并做出一番不平凡的事业来。要知道，男人的平凡与不平凡在很大程度上取决于自己身边的女人。轻视男人是笨女人才会做的事情。赞赏对于男人来说，其重要性并不亚于燃料之于引擎。如果一个男人时常沐浴着妻子的赞赏，那么他就会把闪光点扩大成闪光面，日积月累，日趋完美，从而成为不平凡的男人。



培根说：“欣赏者心中有朝霞、露珠和常年盛开的花朵，漠视者冰结心城、四海枯竭、丛山荒芜。”所有伟大女性共同拥有的特色，那就是懂得欣赏男人，用好男人！



不怕骄傲，为他贴上优秀的标签



第二节



任何时候，女人都要让男人知道，他在自己心中是最优秀的。不要担心男人会因此而骄傲，因为男人需要骄傲。正是这种骄傲，才使得他们有更大的动力驱使自己前进。女人要想获得幸福，就要明白这一点。不要总是抓住你丈夫的缺点和错误不放，而要善于发掘他身上的一切优点，为他贴上优秀的标签。

一、让他表现，让他骄傲

聪明的女人知道什么时候该设置舞台，给男人表现的机会。男人天生爱做强者，这样的表现机会会让他更容易认识自我、得到对自我的肯定，从而满足男人的成就感和想做英雄的欲望。

沈飞的老公很少洗碗，有时洗完后还忘记擦干水渍，但他却十分爱护自己的宝贝电脑，一天要给电脑除尘两次以上。于是沈飞就经常向他请教电脑方面的知识，不问太复杂的，只是一些她自己似懂非懂的问题。看着沈飞求知若渴的眼神，老公为人师表的欲望被调动了起来。

家里灯泡坏了，其实沈飞知道如何更换，但她却向老公请教，给老公表现自己的机会，让他知道在这个家里，有个男人就是安全，他可以成为