

# 《女人这样爱，男人爱这样》

## 图书基本信息

书名：《女人这样爱，男人爱这样》

13位ISBN编号：9787550278865

出版时间：2016-7

作者：光灵

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《女人这样爱，男人爱这样》

## 内容概要

在两性关系中，你是否经历过道理怎么也说不通，对方就是无理取闹的困境？你是否常常感慨相爱如此简单，相处太难？

其实，两性问题不过是男人和女人看问题的角度不同造成的，男人天生注重理性和逻辑，而女人则更加注重感受。

你与爱人的矛盾并非不可调和，你完全可以通过学习相处的智慧，了解关于爱的真相，通过了解两性差异，在两性关系中更加自在和自由。

爱情如自驾游，最重要的并非你要去哪里，而是沿途的风光和你对风光的感受。理解两性的差异，学会两性相处之道，会让你和爱人甜蜜幸福地把沿途风景都看透，让爱细水长流，美满无忧。

# 《女人这样爱，男人爱这样》

## 作者简介

光灵（What2believe）

美国“最佳自主博客”冠军得主。

连续数年在网上论坛分享自己对两性关系和生命真相的观点，并且经常为网民解答相关问题，深受不少网民的关注和爱戴。他对两性关系的智慧主要来自他对感情生活的亲身体会和感悟，完全无师自通。

除了写作以外，他同时从事个人的婚姻辅导，并参与有关两性关系及情绪辅导的教学工作，目的是向更多人传播如何经营美满婚姻生活和快乐人生的相关技巧和智慧。

# 《女人这样爱，男人爱这样》

## 书籍目录

为何相爱却不快乐  
其实，是你的想法令你不快乐  
都是你的错？  
为何不能为我而改变？  
我是受害者？  
你不那么爱我  
忍受是相处之道？  
爱人比爱自己更重要？  
快乐与否，由伴侣决定？  
你爱的人，你真的懂吗？  
你爱的是个怎样的人？  
了解男女差异的作用  
如何了解异性？  
不懂你，不等于不爱你  
相爱，不等于懂得如何相爱  
相爱容易相处难？  
与缺席的人相爱  
沟通是一种相处  
为何相处需要技巧？  
快乐，由你做主！  
给女人的建议  
善用男人的自尊心为你服务  
为了自己而付出  
别按下男人的死穴！  
以柔制刚是硬道理  
你能吸引自己的男人吗？  
要给男人多少空间？  
在镜子中发怒的你  
成为男人的三个身份  
妻子的宽恕课题  
向你的男人，说出你的感受  
女人的真正幸福  
给男人的建议  
外面的诱惑  
明白女人的真正需要  
少说你的大道理  
男人最痛  
如何面对女人的口是心非  
是男人，就要包容你的女人  
做个懂得情趣的男人  
把爱说出口  
如何应对女人的情绪  
点燃女人的欲望  
男人的新定义  
正视女人的性冷感  
两性差异  
理性的男人，感性的女人

# 《女人这样爱，男人爱这样》

浪漫的两极化要求  
性观念的差异  
给对方提醒的心态  
恋爱的起点与终点  
“多情”的女人  
“多情”的男人  
男人重视结果，女人享受过程  
照顾与被照顾  
技巧篇  
相处小技巧：女人篇  
相处小技巧：男人篇  
舒缓负面情绪的技巧  
爱的智慧  
从相处中了解爱  
假如今天是你们的最后一天  
从冲突中减少冲突  
婚姻的承诺  
摆脱期望的枷锁  
宽恕别人等于放过自己  
离开与留下  
真正的幸福  
放下，原来是最强  
从生命真相中觉醒  
人生课题  
由爱自己开始  
受苦只是你的一堆想法  
内在伤口  
以爱导航  
不易被察觉的真爱  
原来，一切都是为了你好  
后记 为何相爱却不快乐  
附录一 爱的真相  
附录二 网上论坛问答节录

# 《女人这样爱，男人爱这样》

## 精彩书评

1、男人偏向理性思维，而女性往往却偏向感性思维。最有感触的就是家里不是讲理的地方，与女人讲理的男人肯定是死得很惨。所以女人这样爱，男人爱这样，思维逻辑不同，沟通方式也不同，相互理解，相互尊重，这样的生活和世界才能完美。

2、男女之间最重要的沟通方式，是建立如交心朋友般的一种沟通和互信关系。不用我多说，大家都明白沟通是多么重要，而沟通在爱情关系中的作用更是举足轻重，因为沟通是让两种不同能量互相交流的过程。作为一种最亲密的关系，情侣或夫妻可以通过态度、神情、感受、话语、动作，无时无刻地与伴侣进行全方位的沟通。及时清理摩擦造成的负能量无论是什么原因，当两个人发生大小冲突的时候，请谨记：要在冲突结束及在对方情绪平复以后尽快进行沟通，把冲突的起因找出来，这样做的目的并非要找出谁对谁错，重要的是让大家都愿意在冲突以后以平常心、不带批判地检讨冲突，观察引起冲突的原因，并从这次经历中学习如何避免同样的冲突再度出现。在检讨以后，别忘记给伴侣一些言语或行为上的鼓励和感谢，让对方感到这样做是快乐的，而不是一种秋后算账式的责任追讨。这样做的真正目的，其实是把冲突遗留下来的负能量清理掉，不让这些负能量存积在你们的隐藏记忆库里面。很多情侣或夫妻因为没有及时清理每次摩擦造成的负能量，而容许它们一直堆积在自己的潜意识里面，当日后发生摩擦的时候，便很容易因为触及这些堆积如山的记忆碎片，而引发不可收拾的大冲突，而这种具有破坏性的冲突本来是可以避免的。真诚沟通，让爱的能量自由流动沟通其实可以通过很多不同的方式进行，而男女之间最重要的沟通方式，是建立如交心朋友般的一种沟通和互信关系。无论何时都尝试对自己爱的人说出心里话，让对方感受到真实的你，而不是你想让对方知道或认同的你。男女的沟通方式并不限于语言，一个拥抱可能更胜千言万语，甚至能产生一种深层次的心灵互动，让你感受到对方与你同在的状态。有效的沟通能够除去隔在你们之间的人工屏障，让爱的能量能够在两个相爱的人之间自由流动，长远来说，会直接提升你们的感情和相处的质量。在日常生活中多说几句关心对方的话，能够增加生活情趣，也能避免误会和小摩擦的发生。和伴侣一起思考和讨论一些思想性的话题，可以让你更了解对方想要什么、重视什么和对不同事物的价值观，让你与伴侣所想的更同步，大大减少因为互相不了解而产生冲突的机会。身体的沟通可以让你们的感情如鱼得水，让对方能够感受你的爱意和关怀，增加伴侣的安全感。多用心真诚沟通，简单的沟通方式也可以产生显著的效果。无论结婚与否，沟通本身就是一种重要的两性相处之道。不妨把沟通作为改善爱情关系的一个新起点，看看会有什么效果出现吧！

3、书中有很多两性关系处理的小技巧告诉人们男女对爱情思考的角度是不一样的而且是差距南辕北辙男人把结婚看成恋爱的终点女人吧结婚看成是恋爱的起点对男生来说浪漫可能是一种奢侈品而对女生来说却是必需品

4、相爱只是让你们能够走到一起的原因，而不是令你们获得快乐的方法。能够与一个人从相识到相爱是一种缘分的安排，而并非能够快乐的保证。要想在一段相爱的关系中获得快乐，还需要双方在相处的过程中不断反省自己，学习在不同的考验中超越考验间接引发的伤痛。原来让你在爱情关系中不快乐的主要原因，往往都是一些你一直认为理所当然的想法。当你明白自己的一些固有观念是如何影响你的爱情关系时，你便可以通过选择改变自己的这些想法而变得更快乐。

5、这本书是给希望在爱情关系中过得真正快乐的所有男女，了解爱的真相，在所有的爱情关系中。真正让我们感受到痛苦的并非是我们的伴侣，而是自己的固有概念。只是自己的一堆想法而已。所以。只有自己，才能真正转变自己的处境，真正能帮助自己的只有自己

6、几年前黄小琥的一首《没那么简单》红遍大江南北，其中那句“相爱没有那么容易，每个人都他的脾气”不知戳中了多少人的心。张信哲的一首《多想》里也唱道“爱情这东西，拥有了好麻烦，少了又拼命想”，说的就是相爱容易相处难。“相爱只是让你们能够走到一起的原因，而不是令你们获得快乐的方法。能够与一个人从相识到相爱是一种缘分的安排，而并非能够快乐的保证。”在《女人这样爱，男人爱这样》中，作者开门见山地指出问题要害，并加以分析：“要想在一段相爱的关系中活得快乐，还需要双方在相处的过程中不断反省自己，学习在不同的考验中超越考验间接引发的伤痛。原来让你在爱情关系中不快乐的主要原因，往往都是一些你一直认为理所当然的想法。当你明白自己的一些固有观念是如何影响你的爱情关系时，你便可以通过选择改变自己的这些想法而变得更快乐。”这是一本专门解决在两性关系中讲不通道理、调不和矛盾、理不清逻辑的书。书中很好地解决了男人和女人从不同角度看待问题所产生的各种矛盾，教会他们学习相处的智慧，了解关于爱的真相。

## 《女人这样爱，男人爱这样》

恋爱中的女人都是盲目的，心里眼里只有对方，恨不得分分秒秒想把他拴住，但是男人却想拥有更多的自由，这是恋爱中最容易出现的问题。两个人对空间和自由的理解不同，于是矛盾就这样产生了。其实要想提升感情，适当的保持一定的距离，让对方有想念的感觉，保持一定的神秘感和新鲜感，有一些能够呼吸的空气，这样才会在以后的见面中，让爱情更为甜蜜和浓厚。但是女人也不可以无限地给男人自由和空间，这样男人很容易滥用自由，尤其是对于定力不够的男人，反而是增加了他们出轨的机会。如何掌握这个分寸呢？“女人要懂的拿捏给予男人自由的分寸，你给他的私人空间不能太紧，也不能没有。”“关键在于，你要让男人完全明白你给予他足够的空间和自由，是为了证明你对他的信任是正确的。”科学研究表明：男女的大脑以及他们使用大脑的方式有许多不同之处。通常，女人倾向于同时使用大脑的左右两侧，而男人只用这一侧或另一侧。这就说明了：男人习惯于运用他的左脑语言技能，或运用他的右脑解决空间问题的技能。女人通常运用左脑和右脑的两种技能。女人的表达力，男人的行动力，这种区别的影响是相当惊人的，男性一直以行动表达感觉，而女性则以言语表达感觉，这就决定了女人话多，唠叨，而男人需要更多的包容心。因此书中讲，包容自己的女人，是男人的天职。“作为男人，你要学习对女人大度一点，对于女人让你感到难以接受的负面情绪，要有更大的包容空间。”“无论发生什么事，如果你能够先包容你的女人，你应履行了男人的一种天职，也反映了你作为男人的一种内在涵养。所谓有容乃大，当你能够无条件地包容女人的一切负面情绪的时候，你会得到女人给你的更大的回报，你便能够体会包容的巨大力量。”很多情侣都向往平淡的幸福，但面临着生活中很多了难以想象的物质交易、欺骗和谎言、形形色色的丑陋而残酷的真相，以至于产生了怀疑，所以一些尊重和信任也是爱情中必须要有的。尊重对方，其实就是尊重自己，让自己的爱情以一个完美结局收尾，然后无限期的一直延续下去，波澜不惊，平安喜乐，不是一件很美好的事吗？

# 《女人这样爱，男人爱这样》

## 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)