

<<男人来自火星，女人来自金星2>>

图书基本信息

书名：<<男人来自火星，女人来自金星2>>

13位ISBN编号：9787547203477

10位ISBN编号：7547203477

出版时间：2010-11

出版时间：吉林文史出版社

作者：[美] 约翰·格雷

页数：304

译者：白莲

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：<http://www.tushu007.com>

## <<男人来自火星，女人来自金星2>>

### 内容概要

本书是格雷博士为单身或者恋爱中的情侣量身定做的，书中提供了101中找到完美伴侣的方法，如果你正在苦苦寻觅属于自己的另一半，书中所有的理论和恋爱技巧绝对能对你有所帮助——只因孤单寂寞，就降低择偶标准的话，我们就不会吸引到最适合自己的。

爱情好比播下一粒种子，如果你每天都挖开它看看发芽没有，那么反而会让它死去。

亲密的肉体关系并不代表一切，有时候，发生性关系可能仅仅是一时激情的结果，什么也代表不了，感情必须经历时间的考验才能与日俱增。

求婚是一个女人一生中最值得珍藏的记忆。

## <<男人来自火星，女人来自金星2>>

### 作者简介

约翰·格雷(John

Gray), 全球著名婚恋情感专家、超级演讲家、心理学博士、畅销书作家, 其著作《男人来自火星, 女人来自金星》自问世以来, 销量已经超过3000万册, 被翻译成40多种语言。

此后, 他又陆续出版了《男人来自火星, 女人来自金星2》《男人来自火星, 女人来自金星

## <<男人来自火星，女人来自金星2>>

### 书籍目录

#### 第1章 火星人和金星人在恋爱

女人的困惑

男人的困惑

别在不知不觉中，破坏彼此的感情

恋爱五步曲

约会可以变得很简单

为寻找真爱做好准备

#### 第2章 寻找属于你的另一半

好的结束意味着好的开始

不要重蹈覆辙

不要试图去强行改变

如何知道谁是你的意中人

寻找灵魂的伴侣

仅有身体上的吸引是不够的

触及灵魂的永恒爱情

对你的另一半敞开心扉

比尔和苏珊的故事

恋爱，你准备好了吗

灵魂的伴侣并不完美

别犹豫不决

不专一的男人

每一次恋爱都是一次机会

总恋爱不结婚

慢一点，再慢一点

#### 第3章 恋爱第一阶段:吸引

如何表现最积极的自我

向她要电话号码

女人对男人的误解

恋爱中的女人不断付出时

开车门的心理学

女人无需总是一味地付出

容易坠入情网的女人

#### 第4章 恋爱第二阶段:不确定

篱笆外面的草看起来更青翠

为什么男人开始犹豫不决

当女人不确定时

女人的问题

如何避免过分追求

当他不与你联络时，你该怎么做

回报的压力

莎龙的例子

需要与义务

渴望是无罪的

身体亲密接触的四种程度

如何说“不”

## <<男人来自火星，女人来自金星2>>

等待投入的想法不可取

第5章 恋爱第三阶段:排他性

当男人的追求成为过去式

感情如同投资

男人是如何转变的

女人最大的挑战

坦诚地向男人寻求帮助

为什么男人会拒绝女人的要求

发现女人的优势

女人的转变

成功的秘诀

不要把你们的约会想当然化

认识到恋爱第三阶段的目的

第6章 恋爱第四阶段:亲密性

反应无法假装出来

爱的力量

第四阶段的策略

女人如同波浪

当情绪跌到谷底之时

女人所面临的最大挑战

在爱情中自由出入的强烈欲望

男人如同橡皮筋

亲密接触的四道门

为什么等待如此重要

转换角色

当男人变得感性时

寻找平衡点

步入恋爱的第五阶段

第7章 恋爱第五阶段:订婚

求婚的重要性

第五阶段的挑战

订婚的礼物

两种最为重要的技巧

练习的最佳时期

婚姻是面放大镜

为什么男人不肯道歉

在金星上，解释全无作用

向女人道歉的艺术

如何原谅男人

技巧让你们不离不弃

为什么要结婚

真实而持久的爱

灵魂最真切的表达

爱情的种子

第8章 顺利通过恋爱的五个阶段

为何女人总是过快地陷入情网

当男人投入得过快时

## <<男人来自火星，女人来自金星2>>

真的是男人不坏，女人不爱吗？

生活于期待之中

第9章 当男人止步不前

适当控制爱情的速度

何时必须坚持原路返回

当女人拒绝男人的求婚时

理智地返回到前一阶段

为什么男人的感情转变了

第10章 欲望男人，热情女人

男人的欲望

女人的热情

为什么最迷人的女人就最烦恼

使女人变得特别

使男人变得特别

当女人情窦大开时

当女人打开心门时

男人的第一个层面：身体的吸引

男人的第二个层面：情感的吸引

男人的第三个层面：精神的吸引

男人的第四个层面：灵魂的吸引

女人的第一个层面：精神的吸引

女人的第二个层面：情感的吸引

女人的第三个层面：身体的吸引

女人的第四个层面：灵魂的吸引

确立择偶标准的益处

成功的故事

每一段感情都是上天的恩赐

意识到潜在的感情

第11章 男人和女人的欲望之源

积极的兴趣和接受的兴趣

点燃浪漫之火

一次按摩中的给予与接受

女人接受兴趣的价值

欲望与动力的张力

态度的力量

女人把自己想要的东西给了男人

第12章 男人追求，女人引诱

女人引诱的十二种方式

男人展开攻势

最简单的，就是最有效的

为什么男人变得结结巴巴

第13章 感谢男人，崇拜女人

赞美的方式

女人最爱直接的赞美

俘获女人芳心的赞美

令男人雀跃不已的赞美

## <<男人来自火星，女人来自金星2>>

令女人心花怒放的赞美

顺带提一个小问题

第14章 男人展示，女人欣赏

火星上的生活

约会就像面试

金星上的生活

女人能做什么

打断的技巧的第一步

优雅打断的技巧

男人不喜欢女人不断提问

第15章 为什么他不回电话

为什么女人期盼电话

男人打电话的时机

当男人不打电话时

当男人太迫切时

男人打电话的三个万能理由

几种礼貌的回电方法

快刀斩乱麻的好处

第16章 主动给他打电话？

女人的选择

初次约会后给男人打电话的七个原则

如何邀请男人出去

第17章 微笑的女人最有魅力

当女人来自火星时

坚强而果敢的女人

第一种特质：自信

第二种特质：善于接纳

第三种特质：积极响应

有选择地做出响应

第18章 女人爱胸有成竹的男人

第一种特质：自信

第二种特质：目标明确

第三种特质：责任感

约会可以其乐无穷

第19章 为什么你还单身？

你需要一个男人吗？

为什么女人需要男人

女人需要什么

恋爱的模式

为什么男人要给予

男人需要什么

乐于付出的女人

太有责任感的女人

做到需要但不过分渴求

<<男人来自火星，女人来自金星2>>

给男人传递正确的信息

第20章 到哪儿去发现你的灵魂之侣

天助自助者

产生情感反应的首要因素：不同的兴趣爱好

触电的感觉

尝试做新的事情

情感反应的第二要素：互补的需求

情感反应的第三要素：成熟

情感反应的第四要素：共鸣

一起寻找快乐

第21章 101个遇到灵魂伴侣的方法

第22章 幸福终点站

寻找真爱的三种人

差异并非障碍

愤怒产生极端化

调和差异性

到了正确的地方，却爱错了人

不健康的情感反应

犯错误是常有的事



## <<男人来自火星，女人来自金星2>>

### 章节摘录

第1章 火星人和金星人在恋爱在我举办的两性情感关系研讨班上，经常有单身女性向我倾诉心声。她们总是绘声绘色地向我描绘想象中完美的恋爱，但理想与现实的差距总是很大，这些追求浪漫爱情的女人们在现实的恋爱中，却常常不如意。

原本对爱情抱着美好憧憬的女人向我提出的问题惊人地相似，她们经常会问：“我不明白为什么事情最终总是变得面目全非？

我的恋爱为什么总是与想象的大相径庭呢？

” “我们约会的时候，每件事都很好，每个环节都完美无缺，为什么他却不想继续和我交往呢？

” 从这些疑问中，我们可以看出：大多数女性眼里，男人永远是一个百思不得其解的谜。

她们提出的问题充分证明了她们对男人的误解，所以，她们必然不会理解男人的举动。

女人的困惑 “我怎样才能吸引到那些适合我的小伙子？

” “为什么男人总喜欢滔滔不绝地谈论自己？

” “为什么我喜欢的男人不给我打电话？

” “为什么我们相处了那么久，他却不向我求婚？

” “如何让一个男人敞开心扉？

” “为什么在我的恋爱里，我总是很努力才能保持和他关系的融洽？

” “每件事都很美好，但我的恋人就是不想与我结婚，糟糕的是，我却很想结婚，很想与他建立一个稳定的家庭，出了这种情况，我该怎么办？

” “为什么我每次都与同一类型的男人坠入爱河？

” 多年来，通过对两性情感关系的调查与研究，我发现，女人的种种疑问其实都围绕着同一个核心问题，那就是：如何才能得到一段相亲相爱的、历久弥新的爱情？

女人总希望拥有一段近乎完美的恋爱，这种感情将同时满足她们身体上、精神上的全部需求。

而男人对爱情的看法却与女人截然不同，当然，男人也会有疑问，但他们的问题却与女人的有着天壤之别。

男人的疑问主要源于这样一种倾向：他们总希望在恋爱关系中获得主动权，并以此证明他们很成功。

你瞧，男人的虚荣心就是这么强。

“看，两个人的感情怎么发展全看我啦！

” 男人希望拥有这种感觉。

这种倾向同样源于男人对于女人的误解，当然，他们同样不理解女人的行为。

男人的困惑 “我哪儿知道她在想什么！

” “为什么女人总是那么做作，就不能坦诚地说出她的看法？

” “为什么我们现在总为一点芝麻绿豆大的小事争吵不休呢？

” “为什么她就不能直接把意思说出来，非得让我猜呢？

” “我怎么能确定她就是我的真爱呢？

” “为什么她总谈论我们之间的关系？

” “现在，我们相处得如此美妙，为什么她偏要破坏情调，吵着要结婚呢？

” “为什么女人总会有那么多问题呢？

” 我们可以看出，无论男人还是女人，对恋爱都充满困惑。

他们提出的林林总总的问题反映出两个事实：其一，人们都想让自己的情感生活充满柔情蜜意；其二，男女之间存在着一道鸿沟，他们不断相互猜测却无法真正了解对方。

他们倾尽全力想要得到那种梦寐以求的恋爱，却时常会感到束手无策。

人们只有认识了男女对待恋爱的方式存在差异后，才能明白一切疑问与猜测都是正常现象，没什么大不了的。

基于这种认识，他们将拨开混乱嘈杂的迷雾，看到真实有效的信息，从而找到解决种种问题的答案。

相反，如果不了解两性间的差异，那么误会在所难免，纠纷仍将继续。

别在不知不觉中，破坏彼此的感情通常男人和女人误解不断，不知不觉之中，两人辛辛苦苦建立起来

## <<男人来自火星，女人来自金星2>>

的感情被消磨殆尽，最终很可能毁于一旦。

女人可能会误会她的男友，认为他“是一个不能给我承诺的男人”，从而放弃这段恋情。

男人或许认为他的女友“是一个用各种各样的需求纠缠他，让他失去自由的女人”。

在恋爱中，无论你多么真诚，多么想让对方了解你，但有时不经意间流露出的动作，足以破坏你们之间刚刚建立起来的感情。

这绝不是危言耸听，一旦这样的事发生，即使你再努力弥补，也无济于事。

要想在恋爱中获得收获，你必须让你的意中人理解与领会你的意图。

所以，有些时候，你不能随心所欲，畅所欲言。

相反，你必须控制自己的想法，不要轻易地做出反应，仔细权衡你的反应能否表达你的初衷。

你必须了解异性，唯有如此，你才能与之从容相处并做出选择；也唯有如此，你才能品尝到爱情的滋味。

要想了解异性，就要树立这么一种基本的观念：男女来自于不同的世界，出现分歧是正常现象。

如果你对单身男女的心理有更为深刻的了解，你就能在恋爱的五个不同阶段中游刃有余。

恋爱的五个阶段是：吸引、不确定、排他性、亲密和订婚。

读了本书，你将对恋爱有一个全面的了解与认识，你将更容易理解对方的行为，从而也就能触及她（他）的心灵。

恋爱五步曲第一步：吸引在恋爱的第一个阶段，男女双方初次交往。

这时候，维系两人的是各自最初的吸引力，也就是外表、谈吐等外在的因素。

这一阶段的挑战是：确信你有机会展示你的吸引力，并随着交往的加深逐渐了解你的“准恋人”。

如果你清楚地认识到男人与女人的恋爱方法是多么不同，你就能够充分展示自己的长处，给对方留下一个好印象。

第二步：不确定在恋爱的第二个阶段，你的情感又发生了转变，从开始的相互吸引转变为对感情不能确定。

你不能确定眼前这个恋爱对象就是与你共度一生的那个人。

此阶段所面临的挑战是：你必须承认这种不确定是一种正常的现象，你不能被这种感觉所左右。

在这一阶段，两人之间的感情变得扑朔迷离，令人难以捉摸。

当你犹豫不决，迟迟不能确定是否继续交往时，并不是因为这个人不适合你，而是你有强烈的不确定感。

事实上，这种情况经常会出现。

如果不了解恋爱到了一定阶段就会出现不确定感，那么男人就很容易放弃，不断地更换恋爱对象；天生缺乏安全感的女人则害怕这种不确定性，为了让男人不再犹豫不决，她就在恋爱中表现得过分热情，结果却适得其反，只能使男人逃得更快。

其实，她一味讨好的这个男人也未必能带给她幸福。

第三步：排他性在第三阶段，随着你逐渐明确自己的感情，较之前两阶段，你会更加喜欢你的恋爱对象，于是就会产生一种肯定：我觉得就是他（她）了。

你想与之建立更亲密的关系，你渴望为之付出感情，也期盼收获爱情，在你们的世界里，你不允许有第三个人存在。

你不再关注其他异性，此时的你只想与他（她）在一起，共度好时光。

在你心里，其实已经认定他（她）就是你想要的那个人了。

于是，原本用于寻觅的精力，现在全都用在与恋人创造浪漫的爱情上了。

此阶段面临的危险就是：相对稳定的感情可能让你过于放松，甚至有些粗心大意。

你可能不再像以前那样对恋人体贴又周到，你也可能不再为伴侣做一些琐碎的小事，而这些细节，恰恰就是当初让他（她）备感温馨之处。

第四步：亲密性进入第四阶段，你开始品味真正的亲密接触。

你们彼此间已经建立起足够的信任，也因此放松警惕，不再像以前那样害怕与情敌竞争而紧绷着弦。

随着了解更加深入，你们已经介入了彼此的生活。

这一阶段，你们在一起分享各自的生活，彼此都把自己生活中最好的一面展现出来，你们已经进入热

## <<男人来自火星，女人来自金星2>>

恋期。

但是，挑战依然存在：随着交往的深入，各自的缺点也日渐暴露出来，这些不尽如人意的地方也许成为你热恋中的乌云。

如果你不了解男人和女人对亲密性的理解有多么不同，那么就很容易得出这样的结论：“噢，我们的差距太大了，还是分手吧。”

”第五步：订婚经过亲密无间的第四阶段，了解到彼此的真面目，这时，如果你仍然想和这个人结婚，那么就先订婚吧。

到了这个阶段，你们真的可以稍微松一口气了。

为你们的爱情举杯庆祝吧！

此时此刻，你们两人品尝着爱情的滋味，品味其间的酸甜苦辣，品味那种只属于你们两个人的喜悦、幸福、安定与忠贞。

这是恋人之间欣喜相拥的时刻，这是爱人之间相互承诺的时刻。

遗憾的是，许多夫妇并没有经过这个阶段，就匆忙地步入婚姻。

他们不知道，订婚也是非常必要的，相对结婚这个重大的考验而言，订婚可以给你们提供一个缓冲的时间，利用这段时间，你们可以放慢脚步，彼此分享，消除分歧，避免婚后可能出现的失望。

订婚，对于你们下一步建立家庭、在一起共同生活极有好处。

订婚阶段可以为你们的感情打一个良好的基础，经历了这个阶段，拥有一生一世的爱与浪漫就不再是遥不可及了。

本书详尽地探讨与分析恋爱的五个阶段，并且力图解决每一个阶段所遇到的问题。

本书的每一个章节都会告诉你，男人和女人对待恋爱有什么不同的看法，这些基本观点可以帮助你解析恋爱对象的行为，并指导你做出积极地回应，还能帮助你准确地表达自己的意图。

它将使你在恋爱中如鱼得水，把握住每一次机会。

有了它，你梦寐以求的那种和谐美好的感情已经近在咫尺了！

约会可以变得很简单想要开始一份新的恋爱，最初准备阶段，就是约会。

与陌生人约会很尴尬，这种无可名状的窘迫感真让人难受呀！

要知道，有些人仓促做出结婚的决定，就是为了避免不断与陌生人约会。

但是，你知道吗，约会也可以不再只是有一搭无一搭的聊天，沟通也可以不再困难重重，当然，约会也不会总让你看不到希望——似乎无休止地约会却碰不到可心的人。

事实上，如果你还在茫茫人海中寻找你的恋人，最便捷的方式就是创造积极的约会经历。

如果你明白了约会中的每个阶段男人和女人都在想些什么，就会发现约会一下子不可思议地简单起来。

比如，在吸引阶段，陌生男女初次见面，彼此印象不错。

可是第二天，女人却没有接到男人的电话。

这大大地出乎她的意料。

于是，她开始怀疑，“是不是我没有魅力？”

” “是不是他不喜欢我？”

”而事实上，即使他已经为你深深地吸引，也可能不会急于打电话。

明白了这一点，就可以使女人避免产生不必要的担心。

其实，女人大可以主动出击，与其坐在电话旁傻傻地等，不如找个巧妙的理由给他打过去。

这么做并不会影响你的尊严，相反，却能使你更好地享受约会的过程。

同样，理解了两性间的差别，也可以使男人的约会旅程变得轻松。

例如，一个男人要是知道女人最需要什么，怎么做才能捉住她的芳心，那么他就能轻易地俘获意中人，这无疑会使他信心倍增。

通过了解男女之间的差异，男人就知道在约会的每个阶段，自己应该做些什么，而不再像以前那样束手无策。

为寻找真爱做好准备一旦你对约会了如指掌，你的信心也大大增强；一旦你对恋爱的感觉收放自如，你就不再频繁出错。

## <<男人来自火星，女人来自金星2>>

了解男人和女人的差异，你就会从错误中成长，从错误中学习能使你少犯相同的错误。当然，即使你知道了男人来自火星，女人来自金星，两者之间有巨大的差异，你也不可能将任何一次原本无意的约会都发展成为永恒持久的恋情。

但你却可以使约会之旅变得轻松自在、妙趣横生、裨益良多。

有时候，这种全新的视角，让你比以往更早发现这个人并不适合你。

清楚自己想要什么人，会让你更容易做出判断，从而向真爱靠近。

道理如此浅显：你越早离开不适合你的人，你就越早向真爱迈进了一步。

对恋爱的五个阶段有了充分的了解，恋爱就变得清晰明确，你将收放自如，举重若轻。

陷入僵局时，你立刻就会意识到症结所在并快速挣脱，自如前行。

无疑，只要你为迎接心灵交契的伴侣的到来做好了准备，那么你将惊喜地发现，与你灵犀相通的那个人原来并不遥远。

你将带着寻找真爱的美好意愿，倾听内心的声音，让它指引着你，经历一次心灵的探险，去发现你的真爱。

临行之前，请大声对自己说：“我已经为找寻永恒的真爱做好了准备！”

”……

<<男人来自火星，女人来自金星2>>

编辑推荐

<<男人来自火星，女人来自金星2>>

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:<http://www.tushu007.com>