

<<潜意识>>

图书基本信息

书名：<<潜意识>>

13位ISBN编号：9787506455329

10位ISBN编号：7506455323

出版时间：2009-5

出版时间：中国纺织出版社

作者：耿兴永

页数：197

字数：128000

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>

## &lt;&lt;潜意识&gt;&gt;

## 前言

有一位哲人说过：“男人与女人的最大难题不是不能相爱，而是不会相爱。”

正如那个我们都很熟悉的故事。

森林里两只刺猬相爱了。

他与她在自由的世界里，快乐地追逐嬉戏，任凭浓烈的爱火燃烧。

然而不久，冬天来了。

冬天好冷，特别是到了晚上。

为了抵御寒冷，他们渴望拥抱着取暖。

于是他们相互靠近。

本以为相互靠近会给彼此带来温暖，然而就在他与她紧紧地依偎在一起的时候，却有种强烈的剧痛传遍他们的身体。

原来，他们被对方身上的刺深深地刺伤了。

他们惊叫着逃离，站在远处疑惑地看着对方流泪。

他们很伤心，不明白他(她)为什么会伤害自己。

两只相爱的刺猬，离远了感受不到温暖，靠近了又相互伤害。

这用来形容一些男人与女人之间的爱再适合不过了。

在我从事咨询工作的过程中，我最大的体会就是：男人和女人，并不是因为没有爱而困惑，而是因为不会爱而困惑(没有爱的男人女人早就分开了，而不是纠缠在一起)。

他与她相互吸引，相互靠近，深深地相爱了，但是当他们的爱得很深的时候，却发现对方有自己并不了解、难以相处的一面。

他们难以割舍对方，但又无法真正地靠近。

自己身上无形的“刺”深深地扎进对方的心，让他们在品尝爱的甜蜜的同时，也品尝着爱的苦涩。

那么，他们为什么难以相处呢？

在我看来，他们之所以难以相处，是因为对彼此缺乏足够的了解。

这种互相的不了解，使他们不能理解对方为什么会经常做出一些让自己难以接受的行为。

他们无一例外地渴望知道对方在想什么，但是，这种沟通看起来非常难。

我遇到过这样一对夫妇，他们曾经有着非常甜蜜的感情，然而现在却到了感情破裂、不得不分手的地步。

在即将作出这样的决定时，分手的痛苦却勾起了他们对于往日美好生活的回忆，他们决定再试一次，于是想到了求助于心理辅导员。

在我的咨询室里，他们竞相倾吐自己的苦水，概括起来，无非责备对方太自我，毫不在意自己的感受，让自己感觉很累。

比如男人责备女人，自己好心为她买的生日礼物(一件衣服)，却被她责怪为颜色太暗，让她穿上显得苍老，被她扔在角落里一次都没有穿过；女人责备男人，自己好心为他的父母买的保健品，却被他责备不会买东西，他的父母只吃中药，根本不吃这些东西，然后硬是让她退了货……其实，他们的大多数行为，本意都是为对方好，但是他们性格都很自我，不太懂得采用对方能够接纳的方式，本意虽然是为对方好，但行为常常太唐突，反倒让对方难以接受；而对方的无意拒绝又让他们感到备受伤害。就这样，一件件小事积累起来，曾经甜蜜的感情布满阴云，以致到了闹离婚的程度。

阅读这本书的你在生活中也一定有过类似的经历。

你喜欢他，甚至很爱他，但又认为他的有些习惯很奇怪；你觉得他不错，是个可以托付的人，但他的某一方面，比如偏执、冷淡、忧虑等，又让你很难接受。

你难以理解他为什么会这样，这阻碍了你们的相互靠近。

即使你们走到了一起，也会由于不了解对方，使本来很好的感情，因为一点点的小误会得不到及时解决，积少成多，积习成弊，演变成深深的伤害，让你们伤得很痛很痛，伤口许久难以弥合，甚至一生都难以摆脱。

<<潜意识>>

## <<潜意识>>

### 内容概要

每个人的行为表象下面，都有着潜意识的作为。

女人之所以被爱与痛纠缠，常常是因为不了解男人的潜意识。

怎样理解男人的冷漠？

怎样知道他是否真心？

怎样发现他的双重性格？

怎样判断他的事业前途……本书用弗洛伊德所专注的领域——潜意识来找出答案，带你进入男人丰富多彩的内心世界。

而男人对于潜意识世界中的自己，有时甚至完全陌生，不仅女人需要了解男人的心理，男人亦有必要走进自己的内心深处。

因此，本书也适合男性读者。

## <<潜意识>>

### 作者简介

耿兴永，著名心理咨询师，中国心理学会会员。

著有《潜意识：写给你自己的心理学读本》、《潜意识：写给女人心理学读本》、《别拿心理健康不当回事》等数部著作。

书籍目录

一 你真的了解他吗 1.男人的另外一面 2.了解他的潜意识,才能真正了解他二 男人最真实的需要 1.男人最需要你的“保护” 2.保护你的男人,从现在开始!

三 男人多有恋母情结 1.他为什么总拿我和他母亲相比 2.孩子气意味着他对你的依恋 3.爱他,但不要娇纵他 4.恶作剧,男人的求爱信号四 冷漠的男人——多情的男人 1.男人真的是冷血动物吗 2.用你的火,融化他的冰 3.女人是感性的,男人是理性的五 男人和女人的性爱逻辑 1.爱你就要得到你!

2.男人与女人的性爱逻辑 3.怎样与他谈性 4.怎样理解男人的性暗示六 专一,不专一——学会经营双方的爱 1.男人喜欢尝试,女人喜欢专一 2.怎样知道他是否对你真心 3.学会经营你们的感情七 你与他的事业——孰轻孰重 1.男人心中最重要的事情 2.他爱我,为什么不关心我? 3.正视他的双重性格八 通过生活细节,解读男人的潜意识 1.他是否是一个有责任感的人 2.他是否对你用情专一 3.他是否拥有成熟健全的性格 4.他是否能在事业上有前途九 男人的求爱方式与他的潜意识 1.直率型 2.浪漫型 3.金钱型 4.精打细算型 5.自我感觉良好型 6.严谨型十 与他相处的几个误区 1.试图用性来控制他 2.安心做他的保姆 3.总把他当成大树,把自己当成小草 4.忽视交流方式 5.只从自己的角度考虑问题 6.无视他的错误后记

## 章节摘录

插图：—你真的了解他吗1.男人的另外一面你爱上一个男人，他高大、强壮，浑身上下散发着男性的魅力，让你一下就着了迷。

他似乎对你也很有好感，频频地向你微笑，一点儿都没有拒绝的意思。

你漂泊已久，心已经疲惫至极，早已渴望一个永久的归宿。

现在，机遇似乎来了。

经过最初令人忐忑不安的小心试探，你们终于有了默契。

你与他开始频繁地接触，感情在升温，两颗心在贴近，甜蜜的感觉越来越浓。

渐渐地，你们相爱了。

一切都是那么快，幸福的大门在突然之间向你敞开，让你感到有些措手不及。

生活在瞬间变得如此美好，幸福从来没有像现在这样触手可及。

一切都在向最好的方向发展，让你对未来充满了期待。

可是，就在幸福即将变为现实的时候，你发觉了一些意外插曲。

随着你们相互的了解越来越深，你发现，你越是了解他，第一印象的那种让人激动的面纱就越是被剥去，而在这面纱的背后，却渐渐地露出另外一个他。

这个他与先前的那个他迥然不同，让你有许多不满意之处，甚至让你感到非常迷惑。

高大、自信的背后，透露出越来越多的渺小、怯懦、软弱；宽容、体贴、豁达的背后，透露出越来越多的偏执、顽固、小气；正直、善良、诚信的背后，是好色、自私自利、言而无信……你本以为已经找到了一个可以依赖一生的男人，但是，眼前的他却让你感到犹豫和迟疑，不禁问自己：“这是我要找的那个人吗？”

我该把自己的一生托付给他吗？

“你有过这样的经历吗？”

有一位女士，她就为这样的事情所困扰。

她即将迈入婚姻的殿堂，然而眼前的事情却让她对婚姻产生了怀疑。

她和他相识两年，相爱也有一年半。

两人曾经是同一个公司的同事，后来她辞职离开，他还留在那个公司。

辞职后的那一段时间对两个人是严峻的考验。

在异地的大城市里，两个人都没有太多的依靠，她失去了工作，就只能靠他一个人了。

那时他对她依然很好，忙了一天，晚上回来还要烧菜给她吃。

周末也都陪她出去散心，帮她收集各种找工作的信息，还对她说：“你找不到工作也没有关系，我养你。”

假日还陪她回家看望她的家人。

有了这样的经历，她觉得自己找到了一生的依靠，似乎这正是每个人都在期盼的爱——恒久忍耐，宽容，不嫉妒，不夸张，不自私，不埋怨，凡事包容，凡事相信。

然而，在谈了两年的恋爱后，即将走入婚姻殿堂之时，她却感到越来越犹豫了，这个一度让她寄予厚望、准备托付一生的男人，让她越来越感到不靠谱。

事情的起因是这样的，作为他的未婚妻，他开始带她进入他的社交圈。

然而在这其间，发生了许多不愉快的事情。

有一次，在他与同学的聚会上，她正在忙着端茶倒水，不小心把杯中的水洒了，本来是一件无关紧要的小事，他却当着许多同学的面，大声呵斥她：“怎么这么笨，做事就不能小心点吗？”

然后若无其事地和他的同学继续聊天，好像她只是伺候他们的一个佣人。

事情还远不止这些，她逐渐发现，只要是两人一起出现在别人面前时，他一定会摆出一副高高在上的样子，似乎这样才能够显示出他是两人中的支配者。

他毫不考虑她的感受，甚至要训斥她，以至于有时候他的朋友们看不过去，帮她打圆场。

有几次，她实在忍不住，对他的指责奋起反击，于是两人发生争吵，使现场的气氛很尴尬。

不仅如此，一开始谈恋爱时那个殷勤体贴的男人再也不见了，两人越熟悉，他对她的态度就越怠慢，

## &lt;&lt;潜意识&gt;&gt;

不再有细心的呵护，反而对她呼来喝去；不再有细心的体贴，不再把她当做手中宝，而是大大咧咧，仿佛她变成了他的一件普通的日常用品；不再像以前大度地原谅她的小失误，对她的一点小错误都要数落半天。

这让她想起在书上看到的一句话：“婚前女人是男人的宝，婚后女人是男人的草。

”还没结婚呢，都已经这样，要是结婚了……她简直都不敢想象了。

不理解他为什么会变成这样，她尝试着与他沟通，但每当谈到这个话题时，他总是很不屑地把话题岔开。

为此两人发生过不止一次的争执，但他从来没有改变自己的意思。

这让她感到很困惑，他为什么不尊重自己？

他这还是以前那个让她感到可以托付一生的男人吗？

他能够给自己带来自己想要的生活吗？

这样的婚姻能幸福吗？

但除了这些让人烦恼的事情，他对自己还真是不错。

有一次，她煮粥的时候，潜出的粥浇灭了炉火，厨房里溢满了煤气，她到厨房去看粥煮得怎么样了，打开门，闻到浓重的煤气味，她吓得不知所措，在那里直叫他的名字，他听见了，跑过来，二话不说，就把她推到门外，一直推到楼道上，然后自己冲回去关掉煤气，打开窗户通风，然后才到楼道里找她，惊惶失措的她一下子扑到他的怀里直哭，他却是一副若无其事的样子，还取笑她：“你胆子怎么这么小？

”好像很享受她扑到他怀里的那种感觉。

大的事情从来都是他撑着——虽然他年纪也不大，每次出头的时候总是显得很稚嫩，但确实给她许多安全感。

虽然煮饭、洗碗这样的家务事他从来都不伸手，哪怕是她再忙，他再闲，他都不插手，但凡是重的体力活，他也从来都不让她插手，有时候她做了，他还不高兴，直呵斥她。

她生病的时候，都是他跑来跑去，张罗着去医院、买药、端茶送水。

在心底里，她觉得他是很在意自己的，可是为什么一到别人面前就要表现这种对她“很不屑”的态度呢？

难道这样才能够显示出他是一个真正的男人？

那么，对于这位陷入矛盾中的女性朋友，我们该给她怎样的建议呢？

其实，如果分析下这位男士的潜意识，事情就变得简单了。

他成长在一个非常传统的家庭里。

母亲是一位传统的女J陞，克勤克俭地操持着这个温暖的家，扮演着一位贤妻良母的角色，父亲是家里的顶梁柱，在家里占有绝对的支配地位，母亲很少有自己的观点，从来都是听从父亲的，如果两人有不同意见，母亲最终都会让步。

在这样的环境里长大，使他形成了这样一样观念：男人，就不能沾家务事；男人，就要成为家庭的主宰，就应该支配女人……这种观念深深地扎进他的潜意识里。

当他与她刚开始相处的时候，两人还不熟悉，他的这种观念还没有完全表现出来。

等到两人熟悉了，他那股根深蒂固的大男子主义就不知不觉表现出来了：男人天生就应该比女人更强势一些——这样才能让他找到一个作为男人的感觉。

在两个人独处的时候，他还能够表现出一个男人的体贴，而在人多的场合，他就一定要像个“男人”那样，这才会让他感到心安理得。

他种种让她烦恼的行为正是由此而来。

对于这位女性朋友，我给她提出了这样的建议：“当他再次对你表现出轻视的时候，你可以先忍让一下，不要与他争吵，等到两人单独相处的时候再与他好好地沟通，说朗你的感受。

”她犹豫地问我：“如果我让步了，他不让步怎么办？”

”我鼓励她说：“人都是有通情能力的，他如果真的爱你，就应该会理解你的感受，会理解你的付出，也就一定会回报你。

”她按照我所说的尝试着去做，当着众人的面，不再给他难堪，而是努力以一个温顺妻子的形象出现



## &lt;&lt;潜意识&gt;&gt;

在别人面前，然后再单独与他沟通。

过了一个月，她告诉我：“果然如此，他见我做出了让步，也开始反思自己的态度问题！”

一位大男子主义的男子，由于受自己成长经历的影响，在潜意识里一直觉得男人就应该高于女人，每到人多的场合，他的潜意识就会作怪，使他做出让她难堪的种种举动。

她越是在这方面与他较劲，他就越是不高兴，越是要压过她，结果，两个人都治上了气，如果不及及时解决，甚至可能影响两人本来应该幸福的婚姻。

其实，这位女士遇到的情况也是许多女性朋友的共同经历。

许多女性朋友都有这样的感受：越是接近一个男人，就越会觉得迷茫；对他的了解越深，就感到越陌生。

这种矛盾的感觉会影响两个人的感情，甚至会使你们渐行渐远。

其实，这一切的发生，都是因为你还没有完全了解他，尤其没有了解他的潜意识。

有些男人往往表现为“两面派”，既是正人君子，又是邪恶小人；既善良正直，又自私自利；既真挚可爱，又虚伪可恶；既豁达开朗，又狭隘偏执；既有女人无法理解、恨之入骨的那一面，又有她们为之着迷、难以割舍的另外一面。

可爱的一面让她们痴迷，而可恨的一面让她们难以靠近。

如果不能意识到这一点，及时化解这种矛盾，你就会陷入到这样一种境地：想靠近又怕受到伤害，不想靠近又离不开，使你在犹豫焦虑中惶惶不可终日。

你所看到的他的种种行为，只是表面的，并不是完全真实的。

如果想真正地了解他，如果想使你们的爱更加甜蜜，就必须去了解他的潜意识，只有如此，才可以真正走进他的内心世界，把你们的爱掌控在手中，驾驭你们的幸福生活！

## 后记

爱得越深，反而伤得越深；开始的爱越甜蜜，常常其结局越伤感，为什么会这样？

这是许多朋友向我咨询的问题。

而这个问题的答案，在我看来，都在于你与他之间缺乏足够的了解，尤其是缺乏对他 / 她的内心世界——潜意识的了解。

正是因为缺乏足够的了解，使你不懂得怎样与对方相处。

本来对方好意的行为，也使你误解为故意伤害。

只有真正地了解他，尤其了解他的潜意识，你才能走进他的内心深处，找到与他相处的灵丹妙药。

在本书的成书过程中，得到了兰瑾、吴洪瑁、张健、王可勤、冯金玲、张永亮、蒋华平、金慧、任延利、孙玉珠、张玉胜、陈琦、汪伟、邓志刚、王雷、孙丹、李孟江、任金杰、王静的大力支持，在此谨向你们致以深深的感谢！

## <<潜意识>>

### 编辑推荐

《潜意识:读懂男人心》带你走出“知人知面不知心”的迷局，让你不仅从表象上了解他，更从心灵层面靠近他，让你不再为爱感到茫然，不再为他的无动于衷感到不知所措。

两只相爱的刺猬，离远了感受不到温暖，靠近了又相互伤害……你发现，你越是了解他，第一印象的那种让人激动的面纱越是剥去，在这面纱的背后，渐渐显露出另外一个他。

可是，你真的了解他吗？

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>