

به نام خدا

www.Ketab.ir

سرشناسه : برکوویتز ، باب Berkowitz , Bob
 عنوان : آنچه زنان دوست دارند بشنوند ولی مردان دوست ندارند بگویند
 تکرار نام پدیدآورنده: باب برکوویتز، راجر گیتینز، مترجم اگر شکرزاده
 مشخصات نشر : قم : بزم قلم
 مشخصات ظاهری : ۱۶۸ ص.
 شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۲۹۴-۵۵-۰
 وضعیت فهرست نویسی : فیبا
 یادداشت: عنوان اصل: What men wont tell yo we men need to know
 یادداشت: شماره صورت زیرنویس
 موضوع: روابط زن و مرد
 موضوع: روانشناسی
 شناسه رده گیتن: راجر / شکرزاده ، اکرم ۱۳۶۵ - مترجم
 رده بندی کلا: ۱۳۰۷ / ۲۷۸ / HQ
 رده بندی دیویی: ۳۰۰ / ۷
 شماره کتابشناسی سی: ۴۱۵۰۱۰۵

انتشارات بزم قلم

آنچه زنان دوست دارند بشنوند ولی مردان دوست ندارند بگویند

نویسنده: باب برکوویتز، راجر گیتینز

مترجم: اکرم شکرزاده

ناشر: بزم قلم

تیراژ: ۳۰۰ جلد

قیمت: ۱۴۰۰۰ تومان

نوبت / سال چاپ: اول / ۱۳۹۷

تعداد صفحات / قطع: ۱۶۸ صفحه / رقعی

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۲۹۴-۵۵-۰

قم - انتشارات بزم قلم

شماره تماس: ۰۹۱۹۵۴۱۰۹۷۳ - ۰۹۱۲۸۵۱۸۴۱۵

ایمیل: Bazmeghaleam@yahoo.com

* حق چاپ برای ناشر و مؤلف محفوظ است *

فهرست عناوین

مقدمه.....	۹
------------	---

فصل اوّل

مردها متفاوتند...

رو به رو شدن با تغییرات.....	۱۷
اصل موضوع.....	۲۰
تفاوت‌ها را با هم بگیریم.....	۲۰

فصل دوّم

اساس مرد

حقیقه‌ی مجله‌ی قدیمی.....	۲۵
به کارهایش توجه کنید نه حرف‌هایش.....	۳۰
لغت نامه‌ی باب.....	۳۱
حصار زبان مانع ارتباط می‌شود.....	۳۳
موشکافی دشمن وضوح است.....	۳۴

فصل سوّم

مرد روشن فکر

همیشه خونسرد باشید.....	۳۹
خوب به نظر رسیدن و خوب نگاه کردن.....	۴۰
عکس‌العملی متقابل به آرایش.....	۴۲
پوست و استخوان.....	۴۲
گوش‌هایتان را باز کنید.....	۴۳
نفرین کولی‌ها.....	۴۶
روژه‌ی سکوت.....	۴۷
قربانی کردن زندگی برای عشق.....	۵۰
چگونه باید از مردها انتقاد کنیم.....	۵۱
مرد و مردانه.....	۵۵

فصل چهارم

تکبر مردها تعیین کننده است

- شوهرتان باید بداند ۵۹
 به کار انداختن نیروی اعتماد به نفس ۶۱
 بهترین دوستشان باشید ۶۳

فصل پنجم

ورزش‌های بزرگ

فصل ششم

بیکار شدن

- چرا من نمی‌توانم شغلشان را حفظ کنم؟ ۷۲
 ابراز ناراحتی ۷۳
 دلسرد نشوید ۷۳
 پرهیز از مجادله ۷۴

فصل هفتم

فصل هفتم

- مردهای شیک را دو دستی بچسبید ۷۸
 زنان مجرد و مردان متأهل ۸۰

فصل هشتم

قرار ملاقات

- حس رقابت به رابطه‌تان صدمه می‌زند ۸۵
 تماس بگیریم یا نه ۸۶
 همدم نامرئی ۸۸
 ابتکار در قرارها ۸۹
 تا دلت بخواهد گاف ۹۱
 اقدامات دوستانه ۹۲
 سفر با نامزد ۹۶
 بدانید که دنبال چه جور مردهایی هستید ۹۹
 زن ابزار جسمی و مرد ابزار موفقیت است ۱۰۱
 خانم و زن گریز ۱۰۲

فصل نهم

نقاط کور

فصل دهم

پسر ها فقط به رابطه‌ی زناشویی فکر می‌کنند

- ۱۱۱ به ارزشهایتان پایبند باشید
- ۱۱۱ رابطه‌ی زناشویی تأثیر عجیبی بر ذهن دارد
- ۱۱۲ حمله یا بانگ
- ۱۱۳ مأموریت چشم
- ۱۱۳ اسلحه‌ای در جیب
- ۱۳۰ وقتی زمان با شما فاصله می‌گیرد
- ۱۱۴ کشمکش‌های درونی
- ۱۱۵ ناتوانی جنسی
- ۱۱۷ سوالات احمقانه‌ی مرد پس‌گهای هوشیارانه شما را می‌طلبد
- ۱۱۸ حالا شروع کن

فصل یازدهم

تعهد

- ۱۲۴ بازی انتظار
- ۱۲۵ هماهنگ کردن انتظاراتتان
- ۱۲۶ استفاده بیشتر از زبان قراردادی
- ۱۲۸ صبورانه منتظر فرصت مناسبی باشید
- ۱۲۹ به طرف خانه
- ۱۳۰ فعالیت‌های بی اهمیت
- ۱۳۱ در مورد مردانی که طلاق گرفته‌اند عجله نکنید
- ۱۳۳ این راه را انتخاب کنید
- ۱۳۶ مسیری طولانی برای تحقیقی کوتاه

فصل دوازدهم

نقطه ضعف

فصل سیزدهم

ذات خائن مرد

وقتی مردی خیانت کرد چطور می‌فهمید؟.....	۱۴۵
چهره‌های خائن.....	۱۴۶
ثبت یک الگو.....	۱۴۸
آموزش اختلاط.....	۱۴۹
بهاش حیات.....	۱۴۹
دو اشتباه = دو اشتباه.....	۱۵۰

فصل چهاردهم

بازی کلمات

بابای امروزی.....	۱۵۴
خردمند ساختن بی‌خردی.....	۱۵۷

فصل پانزدهم

شاد بودن از آن پس رایج‌تر بشه

استراتژی اغوا.....	۱۶۱
ایده‌آل‌ها و برخوردهای بد.....	۱۶۱
جعبه‌ی ابزار زن و مرد.....	۱۶۲
کاربردهای قدرت.....	۱۶۳
حرف آخر و حرفهای زشت.....	۱۶۴
تقدیر و تشکرات.....	۱۶۵

مقدمه

در وقت آخرت منم را ترک می‌کنم سایه‌های قوی جثه‌ای را می‌بینم که با بارانی‌های بلندشان مرا تعقیب می‌کنند. تلفن مرتب زنگ می‌زند. باید بگویم که کسی نمی‌ایمل‌های مزخرف من را خوانده است (کارت‌های که همراه نامه می‌برم بوده‌اند).

فکر می‌کنم نقابم کنار رفته است. وقت زیادی ندارم آن‌ها به سراغم می‌آیند. آنها؟ اعضای یک گروه سری قارتمند هستند. سال‌های زیادی را صرف تحقیق درباره مراسم آیینی و حالا می‌توانم شناسایی‌شان کنم.

تنها دلخوشی‌ام این است که قبل از اینکه مرا ساکت کنند همه چیز را بگویم. منتظر باشید! صدای شکستن شیشه‌ها! اس‌سوم. لامپها خاموش می‌شوند. صفحه کامپیوترم ناگهان سفید می‌شود. دیگر -یر شده است! آنها اینجا هستند. (گلوله شلیک می‌شود و مرگ)

بفرمائید. این هم خیال‌پردازی پارانویایی. گرچه مردها بسیار روز هستند، من نگران مجازات گفتن تمام واقعیات - یا تا جایی که من درک می‌کنم - در مورد چیزها، چراها و دلایل نیمی از انسانها نیستم. در حقیقت زمانی که شروع به نوشتن این کتاب کردم، مردهای زیادی حاضر شدند. من کمک کنند. آن‌ها ساعت‌های زیادی را صرف صحبت کردن در مورد زندگی و علایقشان کردند به این امید که زن‌ها آن‌ها را بهتر درک کنند و شناخت بهتری نسبت به آن‌ها کسب کنند. همکاری‌شان مرا شگفت‌زده کرد،

چون مردها خیلی سخت از پشت دیوار سکوت بیرون می آیند، ما به تنهایی صدمه می بینیم، به تنهایی امیدواریم، تنها غم می خوریم و تنها شادی می کنیم. اما انگار خوشبختانه مردها شروع به کنار گذاشتن کلیشه هایی کرده اند که مدت ها خود را در آن اسیر کرده بودند. کابوی دلتنگ، عقاب تنها، تمام شکارچی ها و.... قهرمانان قوی و ساکت. ما هنوز هم در آنچه روس ها گلابوست (سیاست فضای باز) می نامند، خوب و قوی نیستیم.

سرانجام بی راب زیادی در مورد مردها وجود دارد. و زنها مجبور شده اند که بر زن های دیگر رو بیاورند تا این خلاء را پر کنند مثل آنالیزهای سیاروی پرونده های سری، اسکن تعداد زیادی از عکس های ماهواره ای می ماند. زن ها، خبرنگاران، روانشناسان، جامعه شناسان و انتقادگران سیاسی تحقیقات خود را به صورت کتاب یا مقاله های مجله درآورده اند و در آن مردها را از هر جنبه ای بررسی کرده اند.

فرض اصلی این کتاب که در مورد مردها است و توسط یک مرد نوشته شده است، این است که منابع اولیه هر تحقیقی نشان دهنده میزان دقت و خوبی آن است و من به عنوان یک روزنامه نگار که ربه کسب مستقیم بینش و دانش بیشتری نسبت به موضوع تحقیق یعنی مردها خواهم بود.

فرض بعدی این است که بیشتر خوانندگان من را زن ها تشکیل می دهند. بعد از کار به عنوان مجری برنامه "امروز" با مخاطبانم آشنا شدم و دو سوم بینندگان برنامه را زن ها تشکیل می دهند. بینندگان گزارشات من را می بینند و با دقت به آن گوش می دهند و به برنامه نامه می فرستند یا تلفن می کنند و همیشه به دنبال اطلاعات بیشتری هستند.

عجیب آن که اطلاعات زن ها در ارزیابی تأسیسات دفاعی استراتژیکی - جنگ ستاره ها - نسبت به ارزیابی مردها در زندگی شان بیشتر است. در حالی که تا چند سال پیش فقط تخت های دو نفره به طور مساوی تقسیم

می شدند و نه چیز دیگری. تبعیض زناشویی سالها ذهن زنهارا به خود مشغول کرده است و آنها مدام به معایب جدی آن فکر کرده اند.

سررگمی، اضطراب و خشمی که بسیاری از افرادی که در تاریکی رها شده اند، احساس می کنند باعث تنش و عدم درک می شود. زن ها سعی دارند جواب ها را پیدا کنند ولی فقط درجا می زنند و دور خود می چرخند.

اولین کسی بودم که در تاریخ اخبار تلویزیون صدای مردها را منعکس کردم و ستنی را در روزنامه "ویژگی پادشاه"^(۱) به مردها اختصاص دادم و این دست ها آن زمانی است که زنی را ملاقات کردم و او از من پرسید که موضوع کتاب چیست و در مورد چه چیزی صحبت می کند. گفت که دوستی به نام داک دارد. سالهاست که همدیگر را می شناسند و داگ نقش جاسوس آن خانم را بازی می کند و تمام ابلاعاتی را که در مورد مردها نیاز دارد از پشت درهای بسته به دست می آورد. هر وقت زن به توصیه هایی در مورد مردها نیاز دارد، اینجا است: «منظورش چه بود که گفت...؟ چرا...؟ نمی فهمد که...؟»

مراجعه زنهارا به من وقتی که نیاز به جاسوسی در بین مردها برود و با روشهای متفاوت وارد قلمرو مرموز آنها شود، به من اجازه می زند. من حاضریم که برای چنین مأموریت دشواری داوطلب شویم - اما نه در مأموریتی غیر ممکن - و جاسوس شما باشیم. تجهیزات و ابلاعاتی مختلفی وجود ندارد: و من مثل مأمور مخفی که سهل الوصول است عمل می کنم.

این وظیفه سنگینی است، خبرهای خوب و بد زیادی برای گزارش وجود دارد، باید مهارت های فریب قاصدها را یاد بگیری. در صفحاتی که

1- King Features.

پیش رو داریم چیزهای زیادی در مورد مردها خواهید فهمید. مطالبی را که قبلاً در مورد مردها نمی‌دانستید و مواردی را کشف خواهید کرد که می‌دانستید ولی نمی‌دانستید که می‌دانید.

فصل‌های زیادی را به مردها و زنها اختصاص داده‌ام و سفرهایی مختلفی در آمریکا رفته‌ام تا مطالبی را برای برنامه‌ها، ستون‌های روزنامه و سخنرانی‌ها جمع‌آوری کنم. مورد لطف و محبت غریبه‌ها (و بسیاری از دوستان) قرار گرفته‌ام که در مورد خصوصی‌ترین مسائل زندگی‌شان با من حرف زدند. اسم‌ها و نام شهرها را تغییر داده‌ام اما داستان‌ها واقعی هستند. خوشی‌ها و ناراحتی‌ها و درد دارند و این شما هستید که تصمیم می‌گیرید چگونه از آن‌ها برای ساختن زندگی‌تان استفاده کنید.

گاهی اوقات از این مسائلات و نکات در سؤال و جواب‌های مستقیم استفاده می‌کنیم و این فرصتی است که می‌توانیم به شما بگوییم که خودم هستم. آنچه واقعی است تلاش من به عنوان یک واسطه راستین اطلاعات است. افکار و توصیه‌های محکم و خوبی دارم که آن‌ها را بیان می‌کنم. همان طور که در «نظر» صبح بخیر آمریکا، شبکه فاکس نیوز، سی‌ان‌ان و در گردهمایی‌های دیگر گفته‌ام. و در آخر صبر می‌کنم و اجازه می‌دهم تا خوانندگانم فکرشان را سازماندهی کنند.

هر روزنامه‌نگاری با میزان تأکید متفاوتی این سؤال را مطرح می‌کند. کسی در چنین جهنمی گیر کرده است؟ جواب این است «خود»

زمانی که همکاریم را با آن بی‌سی شروع کردم، انگار وارد اتاق پخش اخبار پنتاگون شده‌ام و متوجه شدم که هیچ گزارشگری برای پوشش اخبار ارتش و جنگ تعیین نشده است. مدت‌ها بود که برنامه «تودی» در برنامه‌های ورزشی، پزشکی، فیلم و سیاست خود به مسائل زنان می‌پرداخت و مردها حتی به فکر اقدامی در این زمینه هم نبودند. به عنوان

یکی از مجریان کلیپ‌های نمایشی، می‌توانستم تغییراتی را به وجود بیاورم.

بعد از مدت‌ها، بالاخره توانستم به عنوان یک نویسنده و گزارشگر مرد به رسمیت شناخته شوم. من یک مردم و از بابت این مسأله خوشحالم، تفاوت بین زن و مرد برایم خوشایند است. همین تفاوت‌هاست که همانند بوته‌ای آتش می‌کشد و زن و مرد را برای همدیگر جذاب می‌کند.

با تمام این‌ها، هرگز کارت اعتباری دیگری صادر می‌شود. مادرم در نیویورک پلیس بود، دستم دارم بگویم که مرا در رحم خود حمل کرد و به من یاد داد که دنیا فقط برای مردها نیست. دنیا برای کسی است که سرزنده و دوست‌داشتنی و امادگی زندگی است.

پدرم هم پلیس بود. مسیر زندگی‌اش را عوض کرد و روانکاو شد. او نویسنده پر فروش‌ترین کتاب دنیا، بهترین دوست خودمان باشیم) شد و من برای نوشتن این کتاب از او الهام گرفته‌ام. مردها و زن‌ها می‌توانند بهترین دوستان هم باشند.

دوست دارم پیرامون مقدمه کتابم با این تصاویر صحبت کنم که چیزی که روبه‌روی شماست کتاب است نه تلویزیون یا صفحه‌ای از گزیده خیابانی شلوغ در پائین شهر منتهن.

زوج خوشبختی که سوار توپوتای سبزی بودند، گم شده‌اند. من که از روی عصبانیت اخم‌هایش را درهم کرده بود، پشت فرمان و همسرش در صندلی کنار راننده نشسته بود. زن که لبخندی به لب داشت نقشه شهر را از پنجره باز ماشین به من نشان داد. با وجود اینکه خیلی شلوغ بود، شنیدم که به دنبال تونل هلند بودند. وقتی سعی می‌کردم که به بهترین وجه مسیر را به آنها نشان بدهم، خانم به سرعت آدرس را روی کاغذ یادداشت کرد. مرد مرتب با رادیو ور می‌رفت و به کارهای بیهوده مشغول بود و تلاشی برای

بیرون رفتن از خیابان‌های پر پیچ و خم و گیج‌کننده‌ای که سبب عصبانیتش شده بود، نمی‌کرد.

● آدرس مشکل نبود باید به راست می‌پیچیدند، چند بلوک پائین‌تر، تونل بود. همین که رفتند با خودم فکر کردم که خیلی از زن‌ها در چنین شرایطی قرار می‌گیرند. بیشتر مردها- حتی خود من که یکی از آن‌ها هستم- نمی‌توانند تصف کنند و آدرس را بپرسند. این برخورد ریشه در اجدادمان دارد. کبر پشوا سوار می‌شدند.

مطمئن هستم به اگر شما هم به جای آن خانم دو تویوتای سبز بودید، همین‌طور برخورد می‌کردید. آن خانم از هر ابزاری برای التماس، متقاعد کردن و حتی گول زدن آقای استفاده کرده است تا توانسته بالاخره او را متقاعد کند که بایستد چند سؤال ساده بپرسد مثل «ما کجا هستیم؟» و «چگونه می‌توانیم از اینجا خارج شویم؟». این کتاب را برای آن خانم- برای شما و هر زن دیگری که می‌تواند به کار بردن روش‌های غلط او را به مقصدش نمی‌رساند، نوشته‌ام.

رفتار خانم‌ها من را یاد لطیفه کشاورز و مریم‌های هند اندازد که دنبال شهر بنگور می‌گردد، کشاورز می‌گوید: «بنگور؟ بنگور می‌خواهی بروی؟ وقتی به انبار قدیمی رسیدی به چپ و یا نه به راست برو» بعد که می‌کند و می‌گوید: «از اینجا نمی‌توانی به بنگور بروی.» اگر خواستار یک رابطه قوی و محکم با مردها هستید، اگر می‌خواهید خوشبخت شوید، باید بیشتر در موردش فکر کنید. می‌توانید از همین جا شروع کنید.