

رازهایی درباره‌ی زنان

www.ketab.ir

De Anglise, Barbara

دی آنجلیس باربارا

نویسنده و نام پدیدآور: رازهای درباره زنان / باربارا دی آنجلیس، ترجمه: طاهره دانشور، تهران: آئینه بهار، ۱۳۹۷. ۳۲۰ ص. ۴۵۰۰۰ ریال.

ISBN: 978-600-6477-44-2

فهرست نویسی براساس اطلاعات فیپا.

عنوان اصلی: What woman want men to know: the ultimate book about love, sex, and relationships for you, and the man you love 2001.

موضوع: روابط بین اشخاص

موضوع: روابط بین زن و مرد

موضوع: جنسیت

موضوع: عشق:

شناخت به افزوده: دانشور، طاهره - مترجم

۳۰۶/۷

ردیف: ۸۰۱/د۹۲، ۱۳۹۷ HQ

کتاب: حاسی ملی: ۳۹۸۹۱۴۹



انتشارات آینه بهار

نام کتاب: رازهای درباره زنان

مؤلف: دکتر باربارا دی آنجلیس / ترجمه: طاهره دانشور

ویراستار: اکرم آرخ / ناشر: آینه بهار

قطع: رقعی / ۳۲۰ صفحه / چاپ: پرستش - اول - ۱۳۹۸ / شماره ان: ۵۰۰ نسخه

قیمت: ۴۵۰۰۰ تومان

ISBN: 978-600-6477-44-2 □ شابک: ۲-۴۴-۶۰۰۰-۹۷۸

حق چاپ محفوظ است



● قم: بلوار شهید کریمی، خ لقمان، بین کوچه ۲ و ۴، جنب باطری سازی، درب قهوه ای

● تلفن: ۳۷۸۳۹۹۹۹ - ۳۷۸۳۲۵۶۶ - ۰۲۵

● تلفن: ۰۹۱۲-۶۵۲۷۰۳۱ □ ۰۹۱۲-۱۵۱۶۱۳۸

فهرست مطالب

- ۱۹ پیامی به آقایان ۹ پیامی به خانم‌ها
- ۱۱ چرا آقایان به این کتاب دارند؟ ۱۱ چرا آقایان به این کتاب دارند؟
- ۲۰ آگاهی دارید ۱۳ چگونه از این کتاب برای خود استفاده کنیم؟
- ۲۳ چرا این کتاب نزد شما محبوب است؟ ۱۵ چگونه این کتاب را به آقایان بدین؟
- ۲۵ چگونه از این کتاب نهایت استفاده را بکنیم؟ ۱۵ چگونه از این کتاب نهایت استفاده را بکنیم؟

بخش اول ■ ۲۷

- ۲۹ توانایی بزرگ؟

فصل اول ■ ۳۷

- ۵۰ برداشت‌های منفی آقایان از این ویژگی‌ها ۳۷ زنان عشق را بر هر چیز مقدم می‌دانند
- ۵۱ برداشت منفی آقایان ۳۹ سفری به ذهن خانم‌ها
- ۵۳ چگونه می‌خواهند آقایان اینجمله ۴۳ نظر شما درباره دفترچه ذهن ملیسا چیست؟
- ۵۵ خطاب به آقایان ۴۳ تفاوت عشق در خانم‌ها و آقایان
- ۴۷ چرا خانم‌ها عشق را مقدم می‌دانند؟

فصل دوم ■ ۶۱

- ۷۴ چرا آقایان این رفتار تعبیر می‌کنند؟ ۶۳ خانم‌ها خالق هستند
- ۷۶ نتیجه معکوس طبیعت خلاق خانم‌ها ۶۵ ۱. آفریش
- ۶۸ ۲. اصلاح و بهبود

فصل سوم ■ / ۷۹

- زنان رابطه مقنسی با زمان دارند ۸۱
- جر و بحث در مورد دامن زمان ۸۲
- جر و بحث در مورد به یاد آوردن زمان ۸۲
- سفر شما در آخر هفته ۸۲
- جر و بحث در مورد برنامه‌ریزی زمان ۸۲
- جر و بحث در مورد زمان‌های جشن ۸۲
- برداشت‌های منفی آقایان ۸۶
- خداحافظی کردن ۹۶
- سه نیاز پنهان خانم‌ها ۹۷

فصل چهارم ■ / ۹۹

- خانم‌ها به امنیت نیاز دارند ۹۹
- چرا خانم به تأیید آقایان نیاز دارند ۱۰۴
- واکنش خانم‌ها در برابر امنیت ۱۰۶
- رفتارهای بی‌تأثیر آقایان ۱۰۷
- آنچه باعث امنیت در خانم‌ها می‌شود ۱۱۱
- سخنان خانم‌ها در این مورد ۱۱۱
- چگونه همسران را به دروشتان راه دهید؟ ۱۱۳
- بعضی عوامل امنیت در خانم‌ها ۱۱۴

فصل پنجم ■ / ۱۱۵

- خانم‌ها نیاز دارند احساس نزدیکی کنند ۱۱۵
- ارتباط یعنی چه؟ ۱۱۷
- آیا می‌دانید تفاوت ارتباط و صمیمیت ۱۲۵
- عوامل ایجاد احساس ارتباط و نزدیکی ۱۲۷
- چه عاملی سبب ایجاد احساس ارتباط و صمیمیت در خانم‌ها می‌شود؟ ۱۲۴
- چگونه با خانم‌ها در این مورد ۱۲۵
- چیست؟ ۱۲۰
- تفاوت بین ارتباط و صمیمیت چیست؟ ۱۲۲

فصل ششم ■ / ۱۲۹

- خانم‌هایی که نیاز دارند احساس ارزشمندی کنند ۱۲۹
- خانم‌ها احساس ارزشمندی نمی‌کنند ۱۳۲
- چهار روش حس ارزشمندی در خانم‌ها ۱۳۴
- برای او وقت بگذارید ۱۳۶
- چگونه از خانم‌ها کمک بخواهید؟ ۱۴۱
- راه حل ۱۴۴
- آنچه خانم‌ها می‌توانند انجام دهند ۱۴۷

فصل هفتم ■ / ۱۴۹

- هفت باور نادرست آقایان در مورد خانم‌ها ۱۴۹
- بعضی مشکلات ناشی از این باور نادرست ۱۵۳
- نتیجه این باور نادرست آقایان چیست؟ ۱۵۸
- باور نادرست خانم‌ها حسود و خودخواهند ۱۶۰

- ۱۶۲ مشکلات ناشی از باور نادرست آقایان می‌زنند ۱۷۰
 ۱۶۸ مشکلات ناشی از این باور نادرست هفت باور مثبت برای غلبه و پیروزی ۱۷۳
 ۱۶۹ حقیقت درباره‌ی باور غلط هفت باور مثبت برای غلبه بر هفت باور منفی ۱۷۳
 باور نادرست خانم‌ها از لدی آقایان را بر هم

بخش دوم / ۱۷۵

فصل هشتم / ۱۷۷

- جگه می‌توان از تبدیل یک زن عاقل به دیوانه‌ای پر خشمک راه‌گیری کرد؟ ۱۷۷
 رفتارهای آقایان خان را دیوانه می‌کند! ۱۸۱
 چگونه عدم توجه به نیازهای خانم‌ها ۱۸۵
 آیا شما یاغی هستید؟ ۱۸۶
 از این تست متفرید ۱۸۷
 رفتارهای آقایان خانم‌ها را دیوانه می‌کند ۱۸۷
 چگونه یاغی‌گری و پر خشمگری بدترین احساس را در خانم‌ها ایجاد می‌کند ۱۸۸
 چرا آقایان نمی‌توانند به آسانی خانم‌ها را آرام کنند؟ ۱۹۰
 رفتارهای آقایان که خانم‌ها را دیوانه می‌کند ۱۹۱
 چگونه عدم تأمین احساس امنیت و آرامش خاطر، برترین حالت را در ما ایجاد می‌کند؟ ۱۹۱
 یک حساب بانکی انرژی جنسی شما ۱۹۳
 چگونه می‌توان فهمید که از حساب بانکی جنسی خود برداشت کرده‌اید؟ ۱۹۵

فصل نهم / ۳

- چگونه عشق کامل و خوبی بشییم ۲۰۳
 زمانی که خانم‌ها تشنه عشقت ۲۰۶
 چرا خانم‌ها تشنه محبت‌بودن را تحمل می‌کنند ۲۰۷
 از مون ماهی ۲۰۸
 آقایان ناباید درباره‌ی فداکاری خانم‌ها بدانند ۲۰۹
 نشانه‌های کمبود محبت در خانم‌ها ۲۱۰
 چگونه محبت‌ها تشنه محبت می‌شوند؟ ۲۱۱
 رژیم عشق ۲۱۴
 میزان مصرف این غذاها در روز ۲۱۵
 میان وعده‌های عشق ۲۱۶
 چگونه قهرمانی خود را بیان کنید؟ ۲۱۷
 لستیک قهرمانی قبل از خواب ۲۱۸
 سودهای این سرمایه‌گذاری چیست؟ ۲۲۰

فصل دهم / ۲۲۵

- پنج راز در مورد نحوه‌ی ارتباط زنان ۲۲۵
 چرا آقایان از صحبت کردن لذت نمی‌برند؟ ۲۲۸
 بعضی از دلایل عدم علاقه‌ی آقایان ۲۲۸

□ تستیاه آقایان ۲۳۱

فصل یازدهم ■ / ۲۴۱

- ده علت ارتباطی آقایان ۲۴۱
- چگونه مرد آشفشانی را ملاحظه گر می‌کند؟ ۲۵۴
- چرا آقایان سرورآمیز می‌شوند؟ ۲۴۵
- چگونه آقای نیش و کنایه‌ها را به زنی جدی
- آقای لغزنده چگونه رفتار می‌کند؟ ۲۴۷
- چگونه تبدیل می‌کند؟ ۲۵۸
- چگونه مرد غمزه را به زنی نف نف تبدیل
- می‌کند؟ ۲۴۸
- چگونه مرد نامتربسته تبدیل می‌کند؟ ۲۵۰
- یادآوری به خانم‌ها ۲۶۳

فصل دوازدهم ■ / ۲۶۵

- آنچه خانم‌ها از شنیدن آن زلزلند ۲۶۷
- عیب‌های کلامی ۲۷۸
- جملات متوقف کننده‌ی مکالمه ۲۷۹
- آنچه خانم‌ها دوست دارند بشنوند: ۲۷۹
- آنچه آقایان می‌گویند ۲۸۰
- چه گویند که ارتباط جنسی را افزایش دهد ۲۸۰

بخش سوم ■ / ۲۸۳

فصل سیزدهم ■ / ۲۸۷

- رازهای جنسی درباره‌ی خانم‌ها ۲۸۷
- تعریف پانزدهمین ۲۹۳
- دو راه مهم تحریک خانم‌ها ۲۹۱
- دشمن فریفتن: اصل «یا هیچ چیز» ۲۹۶
- نکته‌ی جنسی درباره‌ی خانم‌ها ۲۹۲
- نکته‌ی جنسی ۲۹۸

فصل چهاردهم ■ / ۲۹۹

- عوامل سرد مزاجی جنسی در خانم‌ها ۲۹۹
- آنچه خانم‌ها از آن بیزارند ۳۰۳

فصل پانزدهم ■ / ۳۰۹

- عوامل تحریک کننده جنسی خانم‌ها ۳۰۹
- سخن آخر ۳۱۸

کتاب پیام به خانم‌ها

من این کتاب را به شما و همسران نوشتم. می‌دانم که این کتاب، همانی است که خانم‌ها انتظار نگاشتن آن را داشتند. کتابی که خانم‌ها می‌توانند به شریک زندگی‌شان هدیه دهند تا آنان همه چیز را درباره همسرانشان بیاموزند. به این ترتیب، هر خانمی می‌تواند به همسرش بگوید: «این کتاب را بخوان تا همه چیز را درباره من بدانی». من خردم بارها آرزو کردم که: ای کاش! چنین کتابی داشتم. هر زمان که در بیان نیازها و توانایی‌ها بود به همسر دچار مشکل می‌شدم و هر زمان احساس می‌کردم که اگر طور دیگری رفتار می‌کرد، همه مشکلات حل می‌شد، و هر زمان که از نظر همسر زنی پروقع جاره می‌کردم، مانند هزاران زن دیگر آه می‌کشیدم و آرزو می‌کردم که کاش راه بردن همسر مرا درک می‌کرد!

اگر شما هم یک زن هستید، حتماً این مطلب را تجربه کرده‌اید. اساسی‌ترین نیاز ما خانم‌ها این است که، ما را کاملاً بشناسند، به ما احترام بگذارند و همان طور که هستیم ما را بپذیرند. البته، ما بارها طعم شیرین درک شون را چشیده‌ایم. جالب‌تر این که این نوع ارتباط بیش‌ترین را با دیگر

خانه‌ها، از جمله همکاران، دوستان اتفاق افتاده است. حال، در اینجا داستانی نقل می‌کنم تا مطلب برای شما ملموس‌تر شود.

با یکی از دوستان‌تان سر میز نهار نشسته‌اید و درباره‌ی مشکلی که با همسر‌تان داشتید با او صحبت می‌کنید، پس از مدت زمان کوتاهی، متوجه می‌شوید که دوستان به خوبی همه چیز را درک می‌کند و با احساس همدردی، سرش را تکان می‌دهد و حتی گاهی اوقات جملات ناتمام شما را کامل می‌کند. مکالمه همین‌طور ادامه می‌کند و شما در مدت زمان کوتاهی، راه حل تمام مشکلات و موانع زندگی‌تان داشته‌اید را پیدا می‌کنید و از این موضوع احساس رضایت بیشتری می‌کنید و در این هنگام، از این که دوستان احساسات و عواطف‌تان را به خوبی درک کرده است، شگفت زده می‌شوید، زیرا می‌دانید که اگر همین مسائل را با همسر‌تان در میان گذاشته بودید، اوضاع کاملاً متفاوت بود.

در این هنگام از دوستان بسیار تشکر می‌کنید و با خنده می‌گویید: «کاش همسر من نیز مانند او مرا درک می‌کرد!» پس از گذشت سال‌ها و سبب تجربه‌های بسیار زیاد در زمینه مشاوره به زوج‌های جوان، اکنون زنان فرا رسیده که کتابی به نام «رازهای دربارۀ زنان» را بنویسم.

مدت زمان زیادی بود که افراد مختلف نگارش این کتاب را از من خواسته بودند و هر وقتی که مرا می‌دیلند، خواسته خود را مطرح می‌کردند. پس از نگارش کتاب «رازهای دربارۀ مردان»، زنان و مردان بی‌شماری خواهان آن بودند که کتابی که قرینه‌ی این کتاب باشد را بنویسم و هر کدام دلایل و احساسات خود را به گونه‌ای بیان می‌نمودند: «بارها دلیل رفتارهایم را برای

همسرم توضیح داده‌ام، اما او متوجه نمی‌شود. می‌دانم که اگر شما این مطلب را توضیح دهید، منظور شما را درک می‌کند». «چرا همسرم نمی‌داند که با کوچک‌ترین کارها می‌تواند مرا خوشحال کند؟ لطفاً کتابی درباره‌ی خواسته‌های ما بنویسید».

کتابی که اکنون مقابل شماست، پاسخ من به این افراد است. من بیش از ۲۵ سال زندگی خود را با ده‌ها هزار زنانی گذرانده‌ام که نیازهای آنان برآورده شده بود و همچنین مردانی که عقاید و باورهای آنان را در مورد مسائل جنسی و درباره‌ی عشق و رابطه، اکنون در این کتاب کوشیده‌ام احساسات، خواسته‌ها و نیازهای زنان را برای مردان، بیان کنم.

«چرا آقایان به این کتاب نیاز دارند؟»

پیش از آغاز کتاب، لازم است مطلبی را بیان کنم. من به آقایان بسیار علاقه دارم و در طول زندگی‌ام با وجود ناکامی‌ها و سختی‌ها، آنان را دوست داشته‌ام. بنابراین، این کتاب در مورد ویژگی‌های منی آقایان، انتقاد از آنان نیست، بلکه هدف این کتاب دعوت از آقایان برداشتن درک، به نسبت به خانم‌ها است. من به داشتن توانایی برقراری ارتباط با خوانندگان، به ویژه آقایان معروفم و در این کتاب هم نهایت کوشش خود را به کار بسته‌ام تا مطالب قابل درکی را برای آقایان ارائه دهم.

البته، می‌دانم که برای آقایان بسیار مشکل است که از نظر عاطفی آن طوری باشند که ما می‌خواهیم و بتوانند قلب و روح ما را کاملاً درک کنند. مطالب این کتاب، حاصل عشق و محبت من نسبت به آقایان است. چند روز پیش یکی از

دوستان قدیمی خود را در فروشگاه مواد غذایی دیدم. در مورد زنگی و همسرش از او پرسیدم و از احوال هم جويا شدیم.

او از من پرسید: «این روزها چه کار می‌کنی؟» پاسخ دادم: «مشغول نوشتن کتابی به نام رازهای درباره‌ی زنان هستم». با هیجان گفت: «چقدر عالی! بسیار مشتاقم تا این کتاب را بعد از چاپ به همسرم دونالد بدهم. او همسر بسیار خوبی است، اما به هر حال یک مرد است». در حین صحبت‌های ما مردی از کنارمان گذشت و صحبت دوستم را شنید و نگاه خشم آلودی به ما کرد! گویی می‌گفت: شما خانها ربط دوست دارید آقایان را تحقیر کنید! او در حالی که سرش را تکان می‌داد از ما دور شد و ما به هم لبخند زدیم، زیرا برداشت او کاملاً اشتباه بود. دوست من همسرش را تحقیر نمی‌کرد، بلکه او را ستایش می‌کرد. او تنها به واقعیتهای اشاره داشت. بیشتر زنان آن را بیان می‌کنند که حتی بهترین مردان نیز مرد هستند، نه زن و به همین دلیل، نمی‌توانند خانم‌ها را درک کنند.

ما باید این واقعیت تلخ را بپذیریم که با وجود این که ما عاشق ما هستند، دلیل آن نیست که ما را درک کنند. آنان در دنیایی متفاوت زنگی می‌کنند و دنیای زنان برای آنان اسرارآمیز و مبهم و متناقض است. به همین دلیل بیشتر آقایانی که عاشق همسرانشان هستند، برای درک او نمی‌کوشند. البته، نه به این دلیل که به ما توجهی ندارند، بلکه به این دلیل که احساس می‌کنند که در درک طبیعت پیچیده‌ی زنان شکست می‌خورند و از آن جایی که آقایان شکست را دوست ندارند، ترجیح می‌دهند هیچ تلاشی نکنند، من به همین دلیل به نگارش این کتاب پرداختم تا به مردان کمک کنم که در درک و دوست داشتن ما

موفق‌تر باشند و به زنان نیز کمک کنند که نیازها و احساسات خود را آسان‌تر به همسرانشان نشان دهند.

چگونه از این کتاب برای خود استفاده کنیم؟

این کتاب در درجه اول برای خانم‌ها نوشته شده است و برای شناخت مردان نسبت به شما نیست، بلکه هدف آن آشنایی و درک بیشتر شما از خودتان است. هم‌چنین اگر شما به دلیل رفتارها و خواسته‌های خود پی نبرید، نمی‌توانید برای همسران توصیف کنید. خود ما نیز گاهی در مورد وجودمان شک می‌کنیم و از خود می‌پرسیم: «آیا رفتار من طبیعی است؟ آیا توقعات من بیش از اندازه نیست؟ در حقیقت، ما خود را آن گونه که لازم است، نمی‌شناسیم و این عدم ساخت عادات مخربی مانند عدم اعتماد به نفس را به دنبال دارد. این کتاب به شما ثابت می‌کند که شما در ورای هر احساسی و رفتارتان دلیلی منطقی و محبت‌آمیز وجود دارد. این که خانم‌ها پنج بار به شوهرشان تلفن می‌کنند تا بالاخره جوابی بگیرند یا زمانی که شوهرشان به دلیل پافشاری آنان برای دانستن علت ناراحتی بر سر آنان فریاد می‌زند، احساس بدی پیدا می‌کنند و یا زمانی که می‌خواهند بر اثر پنهان کردن اوقات فراغت با همسرشان برنامه ریزی کنند، همه دلایل خاصی دارد.

دلیل این کارها، عصبی یا مضطرب بودن خانم‌ها نیست؛ بلکه، ما زن هستیم و طبیعت و ذات ما با مردان کاملاً متفاوت است و در بسیاری از موارد خواسته‌ها و رفتارهای ما اسرارآمیز و مبهم به نظر می‌رسند و یکی دیگر از اهداف من برای نوشتن این کتاب، درک بهتر خودمان است تا به این وسیله به

توانایی منحصر به فرد در داشتن احساسات عمیق افتخار کنیم و عشق سرشار و همدلی را جایگزین جدایی و کورت نمائیم.

هنگامی که دارای این اعتماد به نفس و درک عمیق نسبت به خود باشید، آن زمان برای بیان خواسته‌ها و نیازهایتان به همسران شانس بیشتری دارید و همچنین در هنگام بروز مشکلات دلیلی منطقی به همسران ارائه می‌دهید.

صور کنید که می‌خواهید برای همسران توضیح دهید که چرا دوست دارید امور را از پیش برنامه‌ریزی نمایید و همه موارد را به لحظه‌ی آخر موکول نکنید؛ اما با مقاومت مواجه می‌شوید و او می‌گوید: «چرا این موضوع آن قدر برایت مهم است؟ چرا همیشه می‌خواهی همه چیز را برنامه‌ریزی بکنی؟» لحظه‌ای بیندیشید. پاسخ شما چیست؟ آیا واقعاً می‌دانید دلیل اهمیت برنامه‌ریزی برای شما از نظر احساسی چیست؟ آیا می‌دانید دلالتان را برایش توضیح دهید؟ بیشتر اوقات دلیل خواسته‌ها مان را نمی‌دانیم و پاسخی مبهم به همسرمان می‌دهیم؛ مثلاً می‌گوییم: «نمی‌توانم توضیح دهم» یا «همین قدر کافی نیست که می‌دانی این موضوع برایم مهم است». زمانی که ناامید می‌شویم، می‌گوییم: «فراموش کن! تو به احساسات من اهمیت می‌دهی».

در این زمان، مطمئن باشید که همسر شما به صحبت‌هایتان گوش می‌دهد؛ اما، نه با احساسات بلکه با عقلش و عدم وجود توضیحی منطقی از طرف شما باعث می‌شود که او شما را فردی متوقع تلقی کند. من در این کتاب نه تنها خواسته‌های خانم‌ها پیرامون عشق، محبت و مسائل جنسی، بلکه دلیل این خواسته‌ها و اهمیت آنها را بیان می‌کنم.

این توضیحات به همان اندازه که برای آقایان مهم هستند برای شما نیز مهم

است. بنابراین پیش از آنکه این کتاب را به شوهرتان تقدیم کنید، خودتان آن را مطالعه و درک نمایید.

«چگونه این کتاب را به آقایان بدهید؟»

همان طور که قبلاً اشاره کردم، من این کتاب را که هم برای خانم‌ها و هم برای آقایان نوشته‌ام. برای تمام آقایانی که خواهان زندگی محبت‌آمیز و مطلوب، با همسر خود هستند. اگر در حال حاضر ازدواج کرده‌اید این کتاب را مطالعه می‌کنید. از شما تقاضا می‌کنم که همین امشب که همسرتان را ملاقات کردید، کتاب را در مقابلش بگذارید و بگویید: «این را بخوان! در این کتاب تمامی حرف‌هایی که طی این چند سال می‌خواستم به تو بگویم، بیان شده است؛ بهتر است همه را حفظ کنی».

با این کار باعث می‌شوید او تمایلی برای مطالعه‌ی این کتاب نداشته باشد. مردانی که قربانی زنان طرفدار من بوده‌اند و نام من، مرا نفرین کرده‌اند، به این مطلب اعتراف کردند که پس از شنیدن «نامه‌ی باربارا می‌گوید» هر ۵ دقیقه یک بار، ضربه‌یی شدید به آنان وارد شده است. چند روز پیش در کافی شاپ مردی حدود سی سال به طرف من آمد و گفت: «شما باربارا دی آنجلس هستید، مگر نه؟» گفتم: «بله!» خندید و گفت: «خیلی دوست داشتم شما را ببینم؟ زیرا، از شما بسیار متنفر بودم».

و سپس ادامه داد: «دو سال پیش با زنی نامزد کردم» که شما را می‌پرستید. او همه کاست‌ها و کتاب‌های شما را می‌خرید و روز و شب می‌گفت: باربارا این را گفته و یا باربارا در مورد این موضوع این طور فکر می‌کند. هر زمان که

موضوعی پیش می‌آمد، فکر می‌کردند با دو نفر طرف هستم؛ نامزد و شما. زمانی که از هم جدا شدیم شما را مسئول تمام مشکلاتم می‌دانستم و به شدت از شما عصبانی بودم. تا یک سال بعد نیز چندین رابطه‌ی ناموفق دیگر داشتم، تا این که چند ماه پیش یکی از دوستان گفت: کتابی به نام همسریابی مطالعه کرده که نام آن «آیا تو آن گمشده‌ام هستی؟» می‌باشد، گفتم: «این کتاب بسیار عالی است. می‌شود آن را به من قرض بدهی؟» او پذیرفت و روز بعد کتاب را به من تحویل داد؛ در حالی که تصویر شما روی کتاب بود، باورم نمی‌شد که نویسنده‌ی این کتاب عالی، همان فردی است که رابطه‌ی من و نامزد را خراب کرده بود. من این کتاب را به خانه بردم و مطالعه کردم و خیلی خوشم آمد و به نامزد من - من در آن صحبت‌های شما واقعاً درست است و حتی به او زنگ زدم و موضوع را با او به اشتراک گذاشتم. نمی‌توانست باور کند که کتاب شما را خوانده‌ام و سپس مکالمه بسیار خوبی با هم داشتیم. وقتی شما را این جا دیدم نزد شما آمدم تا بگویم دیگر از شما متنفر نیستم؛ بلکه، معتقدم شما واقعاً فوق العاده‌اید! از آن مرد به دلیل داستان - داستان‌هایش تشکر کردم. باورتان نمی‌شود اگر بگویم این داستان را به شکل‌های گوناگون شنیده‌ام. گاهی خاتم‌ها از کتاب هایم به عنوان سلاحی عقلانی در مقابل همسرشان استفاده می‌کنند که البته این شیوه، هیچ گاه مؤثر نیست و من از شنیدن چنین داستان‌هایی تأسف می‌خورم! بنابراین از شما می‌خواهم که اگر قصد دارید این کتاب را به همسران بدهید، این کار را با محبت و صمیمت انجام دهید و با عبارتی طعنه‌آمیز این کتاب را به سوییشتان ندهید. بکوشید این کتاب را در زمانی که با هم جر و بحث می‌کنید به او معرفی نکنید و آن را با یادداشتی مانند

«به این کتاب نیاز داری» در کنارش قرار ندهید و در مقابل رفتار منفی همسرتان، رفتار مثبتی داشته باشید و طوری رفتار کنید که گویی به گنجینه‌یی ارزشمند دست یافته‌اید و می‌خواهید او را از آن مطلع کنید. به این ترتیب همسرتان تمایل بیشتری به شنیدن مطالب این کتاب نشان می‌دهد. در این جا روش‌هایی برای ارائه‌ی این کتاب پیشنهاد می‌کنیم:

۱. اگر بخواهید بخش پیامی به مردان را مطالعه نماید. امیدوارم با مطالعه‌ی این بخش انگیزه، کافی برای ادامه دادن پیدا کنید.

۲. کتاب را به دوستان و اقارب خود بدهید و داخل آن بنویسید: «از آن جا که تو را دوست دارم و می‌خواهم رابطه‌ی خوبی داشته باشیم».

۳. بکشید بخش‌هایی از این کتاب را برای او بخوانید، بویژه بخش‌هایی به عنوان «برای مردان» مشخص کنید. با این کار کم‌کم علاقه‌ی او به مطالب بیشتر می‌شود.

۴. کاری کنید که متوجه شود شما نیز کتاب را مطالعه کرده‌اید و به این ترتیب احساس نمی‌کند که مطالعه‌ی کتاب را فقط برای او ضروری می‌دانید.

۵. بعضی مطالب بخش روابط جنسی را برایش بخوانید. این وسیله‌ی شیفته‌ی این کتاب شود.

۶. شاید بگویید: «همسر هرگز این کتاب را نمی‌خواند».

باید بگوییم که من نهایت کوششم را کرده‌ام که این کتاب برای آقایان جالب باشد. مردان می‌دانند که من آنان را دوست دارم و پیشنهادهای مرا آسان‌تر از پیشنهادهای همسرشان می‌پذیرند.

بدیهی است هر مردی که این کتاب را بخواند متوجه می‌شود که هدف من از

نوشتن این کتاب این است که، زندگی عاشقانه‌اش را آسان‌تر و مشکلاتش را کمتر کنم.

۷. این کتاب را به همسر دوستان هدیه کنید تا به این وسیله دوستان از شما قدردانی نماید.

۸. این کتاب را برای عاشق قبلی‌تان بفرستید و به این وسیله در حق او لطف کنید که اگر چه رابطه‌ی شما به پایان رسیده ولی شما هنوز به او علاقه‌مندید، شاید از این را بفرانید دوباره با او ارتباط برقرار کنید.

۹. این کتاب به پدر خود بدهید، بی‌شک مادرتان از این کار شما سپاسگذاری خواهد کرد.

چگونه از این کتاب نهایت استفاده بگیریم؟

من مطالب این کتاب را از منابع متعددی تهیه کرده‌ام و بخش عمده‌ی این مطالب، حاصل تجربیات سال‌ها ارتباط با خانم‌ها، شنیدن سخنان آنان است. همچنین کوشیده‌ام از تجربیات شخصی خود، مردمان و آشنایانم در این کتاب بهره ببرم.

بنابراین از مجموع تمام این مطالب به بیان کلی ذات و ویژگی‌های زنان پرداخته‌ام. ما زنان، منحصر به فرد و متفاوت هستیم. ممکن است بسیاری از زنان این گونه احساسات و افکار را داشته باشند و عده‌ای نیز بگویند: «من اصلاً این گونه نیستم». در واقع مردان بسیاری را می‌شناسم که خصوصیات زنانه دارند و در مقابل زن‌های فراوانی با عادت‌های مردانه دیده‌ام. نکته‌ی اصلی این است که تمام حقایق در مورد تمام افراد صدق نمی‌کند. من نیز