

E D I T U R A S C R I P T U M®

DOAR PENTRU
bărbați

De același autor,
la Editura Scriptum au mai apărut:
Doar pentru bărbați
Doar pentru femei

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

FELDHAWN, SHAUNTI

Doar pentru bărbați : un ghid simplu despre viața lăuntrică a femeilor /

Shaunti și Jeff Feldhahn. - Oradea: Scriptum, 2022

ISBN 978-606-031-113-3

I. Feldhahn, Jeff

159.9

173.1

Aprecieri pentru această carte

Încă o dată, Shaunti și Jeff Feldhahn au adus la lumină o întreagă comoară de perspective, care pe lângă faptul că deschid ochii, transformă și vieți.

—ANDY STANLEY, *pastor al bisericii North Point din Alpharetta, Georgia; autor al mai multor cărți bestseller*



În cadrul studiului săptămânal pentru cupluri, am citit și am discutat cărțile *Doar pentru femei* și *Doar pentru bărbați*, pe parcursul mai multor luni. Au fost fascinante și de foarte mare ajutor. Descoperirile din cartea *Doar pentru bărbați* despre felul în care gândesc femeile sunt revelatoare. Soția mea și cu mine considerăm că aceste cărți ar trebui să fie lectură obligatorie pentru cupluri înainte de a se căsători!

—JEFF FOXWORTHY, *actor de comedie*



Când am prezentat cărțile lui Shaunti în emisiunea FamilyLife Today, oamenii au început să sune continuu! Când Shaunti și Jeff vor mai fi invitați în emisiune, în mod cert voi cumpăra mai multe telefoane. Cartea *Doar pentru bărbați* este proaspătă și relevantă – este o carte folositoare pentru orice căsnicie. Citește-o!

—DENNIS RAINEY, *președinte al FamilyLife Today*

O mare parte a lucrării mele prin care încerc să-i ajut pe creștinii pasivi să devină mai asemănători cu Isus implică și felul lor de a se relaționa la femei. Mă voi asigura că am mereu la îndemână cărțile excelente ale autoarei Feldhahn.

—PAUL COUGHLIN, *autor al cărții No More Christian Nice Guy*



Dacă vreodată te-ai întrebat: „De ce acționează, gândește sau vorbește astfel?” atunci trebuie să citești această carte. Shaunti și Jeff, pe lângă faptul că răspund la această întrebare, elimină și confuzia care i-a împiedicat pe mult prea mulți bărbați să înțeleagă femeile.

—DR. LES ȘI LESLIE PARROTT, *autori ai cărții bestseller Love Talk*



Bărbaților, noi trebuie să ne iubim soțiile și să fim înțelegători cu ele. Dumnezeu ne poruncește clar acest lucru în Scriptură. Așadar, cumpărați această carte, citiți-o de câteva ori, subliniați câteva idei esențiale, iar apoi păstrați-o la îndemână ca să treceți prin ea în mod regulat. Vă va ajuta să deveniți niște soți așa cum dorește Dumnezeu să fiți.

—BOB LEPINE, *gazdă a emisiunii FamilyLife Today*



Ori de câte ori apare Shaunti Feldhahn ca vorbitor la postul nostru de radio, știm că ascultătorii vor răspunde cu entuziasm. Are un fel unic și convingător de a se conecta cu publicul. Suntem recunoscători pentru perspectiva unică pe care o oferă nu numai comunității creștine, ci și culturii în general.

—JIM DALY, *director al organizației Focus on the Family*



Acestea sunt cărțile pe care le ofer și le recomand oamenilor ca fiind cele mai bune pe această temă. Shaunti Feldhahn dispune de capacitatea rară de

a face o muncă de cercetare impecabilă și de a prezenta apoi descoperirile ei incredibil de practice. Din fiecare pagină ai ceva de învățat.

—JIM BURNS, *doctor, președinte al blogului HomeWord;*
autor al cărții Dragostea adevărată



Citește orice subiect care constituie obiectul cercetării lui Shaunti Feldhahn! De fapt, fă mai mult decât să citești: studiază! Capacitatea ei de a adresa întrebările potrivite, de a găsi răspunsurile potrivite și de a comunica rezultatele în mod clar și practic o recomandă drept un cercetător înzestrat. Conținutul cărților ei îndrumă și schimbă vieți.

—EMERSON EGGERICHS, *doctor, autor al cărții*
bestseller Dragoste și respect



Shaunti Feldhahn are darul unic de a ajuta bărbații să înțeleagă femeile și de a ajuta femeile să înțeleagă bărbații. Cărțile ei sunt cele mai bune lucrări pe care le cunosc, ele oferă informații bogate și practice despre celălalt sex și care pot fi folosite imediat. Mereu recomand cu căldură ambele cărți!

—ROBERT LEWIS, *autor al cărții*
Raising a Modern-Day Knight; autor al studiului Men's Fraternity



Shaunti Feldhahn are un dar unic de a comunica perspectiva creștină într-un limbaj comun tuturor. Experiența și educația ei o califică să conferențieze și să scrie cu autoritate despre relații și despre felul în care oamenii răspund în cadrul lor. Eu personal am văzut și am simțit impactul cercetării ei. Ea este persoana la care vrem să apelăm ca organizație atunci când avem nevoie de o înțelegere mai profundă.

Originally published under the title
For Men Only
by Shaunti & Jeff Feldhahn

© 2006, 2013 by Veritas Enterprises Inc.

This translation published by arrangement with Multnomah,
an imprint of Random House, a division of Penguin Random House LLC
Published in association with the literary agency of Calvin W. Edwards, 1220
Austin Glen Drive, Atlanta, GA 30338.

Ediția în limba română, publicată sub titlul
Doar pentru bărbați
de Shaunti & Jeff Feldhahn

© 2022 Editura Scriptum®
str. Lăpușului nr. 28, 410264 Oradea - Bihor, România
Tel./Fax/Robot: 0259-457.428
E-mail: scriptum@scriptum.ro
Pagina web: WWW.SCRIPTUM.RO

Toate drepturile rezervate asupra prezentei ediții în limba română.
Prima ediție în limba română.

Cu excepția situațiilor când se specifică altfel, toate citatele biblice folosite
provin din NTR - Noua traducere în română și traducerea D. Cornilescu
revizuită.

*Orice reproducere sau selecție de texte din această carte
este permisă doar cu aprobarea în scris a Editurii Scriptum, Oradea.*

ISBN 978-606-031-113-3

Tiparul executat în U.E.

DOAR PENTRU *bărbați*

Un ghid simplu despre
viața lăuntrică a femeilor



EDIȚIE REVIZUITĂ ȘI ACTUALIZATĂ

Shaunti și Jeff Feldhahn



Editura Scriptum®
Oradea



CUPRINS

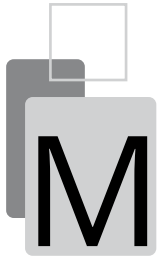
<i>Mulțumiri</i>	13
1. Redefinirea imprevizibilului	17
<i>De ce ai nevoie de o hartă nouă a universului feminin</i>	
2. Înțelegerea nu este niciodată încheiată	31
<i>De ce „da“-ul ei va însemna mereu „da și pentru tine?“ – și ce să faci în legătură cu asta</i>	
3. Ferestre... deschise.	57
<i>Ce ar trebui să știi despre minunatul creier feminin (un ghid pentru forme de viață primitive)</i>	
4. Motivul care se ascunde în spatele reacției ei „iraționale“ ..	79
<i>Cum poți afla secretul comportamentului feminin bulversant</i>	

5. Adevărata ta slujbă este mai aproape de casă 101
Cum e posibil ca instinctul tău de susținător/protector al familiei să o facă să simtă că nu este în siguranță și că nu este iubită.
6. Ascultarea este soluția. 125
De ce sentimentele pe care le are în legătură cu problema constituie adevărata problemă și cum să îndrepti pornirea ta de a rezolva problema în sine
7. „Nu“-ul ei nu înseamnă că te respinge pe tine. 143
Cum sunt influențate dorințele ei de felul în care este construită ea și de ce ego-ul tău nu ar trebui să fie afectat
8. Fata din oglindă 169
Ce tânjește să audă de la tine fetița din interiorul femeii tale – și cum să fii cu băgare de seamă la răspunsul pe care îl dai
9. Bărbatul cu care a sperat că se va căsători 193
Ce vrea femeia care te iubește cel mai mult ca tu să știi în primul rând

*Părinților noștri,
care ne-au învățat prin exemplul lor
că merită să luptăm pentru a ne înțelege unul pe celălalt.*



MULȚUMIRI



Mii de oameni și-au adus contribuția și și-au oferit ajutorul, lucruri esențiale pentru scrierea și conținutul acestei cărți și nu am cum să le mulțumesc îndeajuns în acest spațiu atât de mic. Vrem să ne exprimăm mulțumirea față de toți acești oameni și să le cerem iertare anticipat pentru că multora nu le vom menționa numele aici.

În primul rând, trebuie să mulțumim din toată inima și să recunoaștem meritele echipei noastre de rugăciune, care a făcut cea mai importantă muncă prin faptul că ne-a acoperit cu rugăciune, atât în perioada cercetării și scrierii primei ediții, cât și în cea a scrierii acestei ediții noi. Aveți toată recunoștința noastră, iar, în schimb, noi ne rugăm pentru mari binecuvântări peste viețile voastre.

Sondajul profesional care formează scheletul cărții de față a fost realizat sub îndrumarea și conducerea lui Chuck Cowan de la Analytic Focus (analyticfocus.com) și au fost executate de minunata echipă de la Decision Analyst (decisionanalyst.com). Ca în toate celelalte cărți ale noastre, îi suntem recunoscători acestei echipe minunate.

Am promis să păstrăm confidențială identitatea participanților la interviurile și la grupurile noastre țintă, așa că nu îi putem numi aici. Însă, vrem să știți cât de recunoscători vă suntem și vouă pentru implicarea voastră. De asemenea, mulțumim tuturor organizatorilor de conferințe, conducătoarelor de lucrări pentru femei, consilierilor maritali și altor persoane care ne-au invitat ca vorbitori la evenimente, permițându-ne astfel să testăm, să șlefuiim și să aprofundăm descoperirile noastre din acești ani.

Câteva persoane ne-au ajutat mult peste așteptările noastre la elaborarea subiectelor tratate în această carte. Trebuie să-i menționăm aici pe consilierii Chris și Susan Silver de la Tree Life Ministries, precum și pe terapeutii și experții în probleme sexuale Dr. Douglas Rosenau și Dr. Michael Sytsma, din Atlanta.

Îi suntem foarte recunoscători echipei care ni s-a alăturat pentru a ne sprijini și ajuta în mod personal și profesional în timpul scrierii ambelor ediții ale acestei cărți, în mod deosebit echipei lui Shaunti, condusă de directorul minunat al echipei, Linda Crews. Mulțumiri speciale lui Jenny Reynolds, al cărei ajutor în descifrarea informațiilor științifice despre creier a fost de mare preț pentru toate aceste cărți. De asemenea, le datorăm mii de mulțumiri prietenilor noștri speciali Eric și Lisa Rice,

Mulțumiri

al căror aport, colaborare, încurajare și prietenie au fost de neprețuit.

Nu suntem foarte siguri cum să le mulțumim îndeajuns editorilor noștri excepționali, David și Heather Kopp, care au făcut *mult* mai mult decât era responsabilitatea lor, luând un manuscris uriaș și transformându-l într-o carte pe care cineva să fie dispus să o citească. Amândurora vă suntem recunoscători pentru abilitățile voastre profesionale, pentru încurajarea și prietenia voastră. Le mulțumim editorilor Amy McDonell, Eric Stanford și Laura Wright pentru munca lor intensă de revizuire. De asemenea, le suntem profund recunoscători restului familiei de la WaterBrook Multnomah, în special lui Steve Cobb, Ken Petersen, Carie Freimuth și Allison O'Hara, pentru prietenia și sprijinul lor incredibil și pentru dorința lor de a excela. Este o plăcere atât de mare să lucrăm împreună cu voi! Mulțumiri speciale și lui Don Jacobson din echipa originală Multnomah, a cărui conducere și prietenie au pus bazele tuturor acestor lucruri pentru noi.

De asemenea, trebuie să ne exprimăm recunoștința față de părinții noștri, cărora le este dedicată această carte: Bill și Roberta Feldhahn și Richard și Judy Reidinger. Nu am fi putut vreodată să scriem această carte fără ajutorul fiecăruia dintre voi, care ne-ați ajutat în nenumărate rânduri cu copiii, cu treburile casei și cu aportul vostru în editare atunci când ne presau termenele-limită. Vă iubim pe fiecare foarte mult și suntem foarte recunoscători pentru prezența voastră în viața noastră.

Copiilor noștri le mulțumim pentru că au fost atât de înțelegători când mama sau tata au fost nevoiți să stea în fața

Doar pentru bărbați

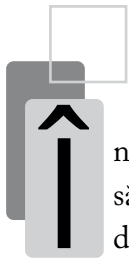
calculatorului ore întregi uneori. Vă iubim și suntem foarte mândri de voi pentru că sunteți doi tineri evlavioși în devenire. Suntem atât de recunoscători să fim împreună în această aventură a vieții!

În cele din urmă, dar mai cu seamă, Îi aducem toată lauda și mulțumirea Celui Care le merită cu adevărat. Dacă există vreo putere transformatoare în această carte, acest lucru se datorează ungerii Domnului, Căruia Îi pasă de copiii Lui și vrea ca relațiile lor să fie pline de bucurie.



REDEFINIREA IMPREVIZIBILULUI

De ce ai nevoie de o hartă nouă
a universului feminin



ntocmai ca alți bărbați pe care-i cunosc, s-ar putea ca și tu să fii ispitit să sari peste această introducere și să te duci direct la capitolul despre sex. Iar dacă acum zâmbești, probabil că deja ai făcut asta. Sau aveai de gând să o faci. De fapt, acest lucru nu este greșit. Poate doar contraproductiv. Dacă ești într-o relație cu o femeie de mai mult de o zi, să spunem, atunci știi că a aborda direct ceea ce vrei sau te interesează pe tine nu-ți va oferi ceea ce vrei pentru o perioadă prea lungă de timp.

Poate pentru o săptămână?

Dar să fim onești – unul dintre motivele principale pentru care ai în mână această carte este pentru că încerci să obții ceva ce vrei. Nu sex (sau, mă rog, nu doar sex), ci o relație mai

Doar pentru bărbați

satisfăcătoare, mai armonioasă cu soția ta, o relație care să nu fie atât de dificilă și derutantă. Iar coperta din spate ți-a dat ideea că ar fi posibil să ajungi să o înțelegi.

Fie asta, fie femeia în cauză ți-a înmânat ea însăși cartea.

Hmm.

Oricare ar fi situația, aruncă o privire la descoperirile pe care noi le-am dezvăluit aici. Credem că ele te vor convinge. Fiecare capitol explică acele lucruri despre femeia pe care o iubești care s-ar putea să te fi făcut să te simți neajutorat, derutat sau pur și simplu mânios. Fiecare capitol prezintă soluții simple și realiste. Singurul lucru pe care e nevoie să-l faci este să te hotărăști încă de la început să fii gata să gândești diferit. Cartea de față nu este foarte groasă, dar dacă o vei parcurge în întregime, ți se vor deschide ochii și vei pricepe unele lucruri pe care nu le-ai înțeles niciodată despre soția sau prietena ta.

◀ Fiecare capitol prezintă soluții simple și realiste.

Asta mi s-a întâmplat mie – Jeff. Iar eu sunt la fel de confuz ca oricare alt bărbat. (Uneori chiar *total confuz*.) Și de vreme ce noi, bărbații obișnuiți și confuzi, trebuie să ne sprijinim unul pe altul, din acest motiv — deși soția mea, Shaunti, și cu mine suntem amândoi autorii acestei cărți — eu voi fi acela care mă voi adresa vouă.

UN PIC DE CONTEXT MAI ÎNTÂI

În anul 2004, Shaunti a publicat cartea *Doar pentru femei: Ce trebuie să știi despre viața lăuntrică a bărbaților*, care a devenit