

E D I T U R A S C R I P T U M®

DOAR PENTRU
femei

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

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

FELDHahn, SHAUNTI

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

Shaunti Feldhahn. - Oradea: Scriptum, 2022

ISBN 978-606-031-114-0

159.9

173.1

Aprecieri pentru această carte

„Această carte este o comoară, niciodată nu este lipsită de înțelepciune. De fiecare dată când o parcurg, mâinile și inima mi se umplu de instrumente care mă ajută să mă cunosc mai bine și să relaționez mai eficient cu oamenii pe care-i iubesc. Dacă ai citit-o deja, ar trebui s-o citești din nou. Iar dacă o deschizi pentru prima dată, pune-ți centura peste suflet și pregătește-te pentru o călătorie pe care n-o vei uita curând.“

PRISCILLA SHIRER, *autoarea cărții* Rugăciunea fierbinte



„Am oferit această carte fiecărei femei din adunarea noastră la un eveniment special. Am intervievat-o pe Shaunti în biserica noastră. Răspunsul a fost incredibil. A avut un mod foarte dinamic și convingător de a-și prezenta descoperirile referitoare la felul în care gândesc bărbații. Ea le-a ajutat pe femei să înțeleagă adevăratele nevoi ale bărbaților din viața lor și le-a oferit bărbaților un limbaj comun cu ajutorul căruia să poată discuta cu soțiile lor. Îndemn bisericile și alte grupuri să ofere ocazia de a răspândi acest mesaj.“

ANDY STANLEY, *autor al cărții* Decizii mai bune, regrete mai puține;
pastor senior, North Point Community Church, Alpharetta, Georgia



„Mesajul pentru care Shaunti este cunoscută și care a făcut înconjurul lumii este unul transformator și unul pe care orice femeie are nevoie să-l audă. De fiecare dată când i-am oferit această carte cuiva, am văzut vieți și căsnicii transformate!”

LYSA TERKEURST, *autoare a cărții* Nu așa trebuia să fie



„Această carte subțire aduce un impact mare, de lungă durată asupra căsniciei – motiv pentru care, imediat după ce am citit-o pentru prima oară, am creat în fiecare an grupuri de studiu pe tema cărții *Doar pentru femei*. Mesajul lui Shaunti mi-a impulsionat relațiile și am fost totodată martora unor transformări uimitoare și în viețile și căsniciile altora.”

HOLLY FURTICK, *soție de pastor, Elevation Church,
Charlotte, North Carolina*



„O carte deosebit de importantă!”

BETH MOORE, *învățătoare biblică pentru femei,
autoarea cărții bestseller So Long, Insecurity*



„În grupul nostru de studiu săptămânal pentru cupluri, am citit din cărțile *Doar pentru femei* și *Doar pentru bărbați* pe parcursul mai multor luni și am purtat discuții pe marginea lor. Au fost fascinante și de foarte mare ajutor. Descoperirile din aceste cărți despre felul în care gândesc bărbații și femeile aduc multă lumină. Soția mea și cu mine considerăm că aceste cărți ar trebui să devină lectură obligatorie pentru cupluri înainte de a se căsători!”

JEFF FOXWORTHY, *actor comic*



„Ești pe cale să descoperi noi lucruri privitoare la misterul masculinității. Cred că *Doar pentru femei* va aduce înțelegere și armonie în multe căsnicii.”

BOB LEPINE, *moderator al emisiunii FamilyLife Today*



„Ești pregătită pentru o lectură care-ți va deschide ochii? Shaunti Feldhahn oferă un munte de informații pentru orice femeie care dorește să-i înțeleagă pe bărbați la un nivel mai profund.“

DR. LES ȘI LESLIE PARROTT, *Seattle Pacific University*;
autori ai cărții Love Talk



„Bărbații sunt toți de acord cu această afirmație: *Doar pentru femei* este o carte pe care fiecare soț și-ar dori ca soția lui să o citească! Este un mesaj practic, provocator care-ți va arăta ce trebuie să faci – și să nu faci – când vine vorba despre relația ta cu bărbatul din viața ta. Citește-o și vei avea parte de multe momente de tip «aha» care ți-ar putea revoluționa relația.“

VALORIE BURTON, *autoarea cărților bestseller Successful Women Think Differently și What's Really Holding You Back?*



„*Doar pentru femei* este cea mai bună carte pe care am citit-o vreodată despre bărbați, adresată femeilor. Cercetarea lui Shaunti, adevărurile și povestirile din această carte făuresc o lectură incredibilă pentru orice femeie. Necăsătorită, căsătorită, divorțată sau care încă nu a ajuns la vârsta căsătoriei, orice femeie ar trebui să citească această carte și să ajungă să înțeleagă adevăruri esențiale care o vor ajuta în relația cu orice bărbat. Am cumpărat cartea, am citit-o, am fost uimit și apoi am cumpărat încă zece copii și i-am trimis câte una fiecărui membru al echipei noastre.“

CRAIG GROSS, *fondator al XXXchurch.com*



„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 i-o oferă nu numai comunității creștine, ci și culturii în general.“

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



„Aceasta este o carte pe care o ofer și o recomand ca fiind cea mai bună pe această temă. Shaunti Feldhahn are capacitatea rară de a face o muncă de cercetare impecabilă și de a-și face publice apoi descoperirile într-un mod incredibil de practic. Din fiecare pagină ai ceva de învățat.“

JIM BURNS, *doctor, președintele blogului HomeWord;*
autor al cărții Creating an Intimate Marriage



„Citește orice carte ce constituie obiectul cercetării lui Shaunti Feldhahn! De fapt, fă mai mult decât să citești: studiază! Capacitatea ei de a pune întrebările potrivite, de a găsi răspunsurile potrivite și de a comunica rezultatele în mod clar și practic face din ea un cercetător înzestrat. Conținutul cărții ei îndrumă și schimbă vieți.“

EMERSON EGGERICHS, *doctor, autorul 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. Și cartea de față este una dintre cele mai bune pe care eu le cunosc, oferind informații bogate și practice, aplicabile imediat. O voi recomanda mereu cu căldură!“

ROBERT LEWIS, *autor al cărții Raising a Modern-Day Knight*
și fondatorul organizației Men's Fraternity



„Shaunti Feldhahn are darul 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

muncii ei de cercetare. Este persoana la care vrem să apelăm ca organizație atunci când avem nevoie de o înțelegere mai profundă a lucrurilor.“

PHIL WALDREP, *fondator al Women of Joy Conferences*
și Phil Waldrep Ministries, Decatur, Alabama.

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

© 2004, 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 femei
de Shaunti 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 978-606-031-114-0

Tiparul executat în U.E.

DOAR PENTRU

femei

Un ghid simplu despre
viața lăuntrică a bărbaților



EDIȚIE REVIZUITĂ ȘI ACTUALIZATĂ

Shaunti și Jeff Feldhahn



Editura Scriptum®
Oradea



CUPRINS

<i>Mulțumiri</i>	15
1. Aprinderea beculuțului.	19
<i>Cum am înțeles ceea ce nu știam despre bărbați</i>	
2. Dragostea ta nu este de ajuns.	33
<i>De ce respectul tău înseamnă chiar mai mult pentru el decât afecțiunea ta</i>	
3. Un spectacol de-o viață	65
<i>De ce domnul Șarmant arată atât de impresionant, însă se simte ca un impostor?</i>	
4. Gânditorul.	87
<i>Când retragerea în sine înseamnă de fapt regăsirea</i>	
5. Povara cea mai grea	109
<i>Felul în care nevoia lui de a se îngriji de familie îl împovărează și de ce îi place acest lucru</i>	

6. Sexul schimbă totul 125
*De ce sexul descătușează emoțiile unui bărbat
(Ghici cine are cheia?)*
7. Cel care păstrează dosarul cu poze. 143
*De ce este atât de dificil pentru el să nu se uite și atât de
greu să uite ceea ce a văzut*
8. Ciocolată, flori, seducție. 173
*De ce acest Romeo timid al tău chiar își dorește
romantismul?*
9. Adevărul despre grija pentru propria persoană. 193
De ce exteriorul meu contează în interiorul lui
10. Cuvinte pentru inima ta. 213
Ce-și dorește cel mai mult soțul tău ca tu să știi despre el

*Pentru Jeff,
iubitul și prietenul meu.
Cântarea Cântărilor 5:16*



MULȚUMIRI

Ambele ediții ale acestei cărți au avut nevoie de ajutorul și contribuția a sute de oameni și deși nu-i pot menționa pe toți aici, le sunt profund recunoscătoare tuturor. Câțiva dintre ei, totuși, *trebuie* să fie menționați.

Sondajele profesionale care formează scheletul cărții de față au fost realizate 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).

Sunt foarte recunoscătoare pentru sinceritatea și

vulnerabilitatea multor bărbați care au fost gata să se lase intervievați și, pentru a le proteja intimitatea, nu le voi menționa numele aici. Însă aș vrea să-i mulțumesc lui Dr. Emerson Eggerichs de la Love and Respect Ministries (loveandrespect.com), lui Daniel Weiss de la Focus on the Family, lui Ken Ruettgers și celorlalți bărbați al căror nume este menționat în carte, pentru disponibilitatea de a împărtăși perspectiva lor.

Dacă această carte este binecuvântată de Tatăl în orice fel, acest lucru se datorează unei echipe care s-a rugat în fiecare zi – de fapt, două echipe diferite pentru cele două ediții diferite. Ei știu că au făcut o lucrare autentică prin a se ruga pentru această carte, iar eu le sunt foarte, foarte recunoscătoare pentru asta.

Și, lucrul cel mai important, Dumnezeu a folosit un grup mic de oameni – majoritatea bărbați – pentru a modela această carte. Le sunt veșnic recunoscătoare acestor persoane-cheie: soțului meu, Jeff (revin la el în câteva momente); agentului literar al cărții mele, Calvin Edwards; și editorilor mei de top, Dave și Heather Kopp, cât și lui Bill Jensen și Don Jacobson de la editura Multnomah. Sunt foarte recunoscătoare pentru parteneriatul meu cu Dave și restul echipei de la editura WaterBrook Multnomah, inclusiv Steve Cobb, Ken Petersen, Carie Freimuth și Alison O'Hara, cât și pentru ajutorul în editare acordat de Amy Mc Donell, Eric Stanford și Laura Wright la ediția de față.

De asemenea, foarte importanți sunt părinții mei, Dick și Judy Reidinger, fratele meu, Rick, și echipa mea de cititori masculini și feminini, inclusiv Lisa și Eric Rice, D. J. Snell, Nancy French, Dan Maljanian, Jim Sharp, Roger Scarlett, Ann Browne, Katie Gates, Alison Darrell, Julie Anne Fidler,

Bruce, Sue Osterink și mulți alții. Jenny Reynolds a avut un rol esențial ca asistent al meu în cercetarea științifică despre creier, pentru această carte și altele.

Încă de la prima ediție a cărții *Doar pentru femei*, în 2004, Dumnezeu a folosit interesul imens manifestat pentru această carte ca să formeze o întreagă lucrare dedicată echipării oamenilor pentru a prospera în viață și relații prin cercetare și adevăruri transformatoare. Iar în ultimii opt ani, nu aș fi putut face *nimic* din toate acestea – nici nu aș fi putut scrie această nouă ediție – fără sprijinul remarcabil al echipei mele, în special a minunatei Linda Crews, director de operațiuni, care a clădit această lucrare împreună cu mine și fără ajutorul acordat de Naomi Duncan, persoana minunată care s-a ocupat de promovarea cărții. În anul 2012, Linda și membrii echipei mele, Cathy Kidd, Karen Newby, Sally Hendry și Theresa Colquitt, mi-au preluat responsabilitățile, astfel încât eu să pot lucra la cea de-a doua ediție și la celelalte cărți.

În cele din urmă, nu există cuvinte ca să exprim îndeajuns dragostea și respectul pe care i le port soțului meu, Jeff. Iubitule, nu există altă persoană mai responsabilă decât tine pentru conținutul *oricăreia* dintre cărțile mele. Dumnezeu ți-a oferit darul special al înțelegerii și capacitatea de a exprima în cuvinte multe lucruri care altfel sunt greu de exprimat. Parteneriatul tău în aceste proiecte a fost una dintre cele mai mari bucurii ale vieții mele, iar înțelepciunea, rugăciunea, încurajarea și sprijinul tău constant înseamnă mai mult decât pot exprima vreodată în cuvinte. Ești un exemplu pentru felul în care ar trebui să fie un soț, motiv pentru care mulțumirile mele venite din toată inima se îndreaptă spre Autorul dragostei, care ne-a dăruit unul altuia.



APRINDEREA BECULEȚULUI

Cum am înțeles ceea ce nu știam
despre bărbați

*Cealaltă jumătate a oamenilor de pe această planetă știe deja ceea
ce urmează să citești în această carte.*

Când eram proaspăt căsătoriți, soțul meu și cu mine locuiam în Manhattan și, la fel ca toți newyorkezii, mergeam pe jos peste tot. Însă în curând mi-am dat seama că se petrecea un lucru ciudat. Ne plimbam ținându-ne de mână, iar Jeff smucea deodată capul și se uita în sus. Ne uitam la grupurile de tineri care se dădeau cu rolele în Central Park sau așteptam în mulțime să traversăm strada, iar el se uita deodată înspre cer și rămânea cu privirea fixată în sus. Am început să mă întreb: *Se întâmplă ceva ce eu nu văd pe zgârie-norii din jur, de tot privește în sus?*

Se pare că într-adevăr *se întâmpla* ceva, dar nu pe acele clădiri.

Ai fost vreodată complet bulversată de ceva ce a spus sau a făcut bărbatul din viața ta? Privind cum prietenul tău îți întoarce spatele și pleacă furios, te-ai întrebat vreodată: *Oare ce l-a supărat atât de tare?* Ai rămas vreodată uimită de atitudinea defensivă a soțului tău, când pur și simplu l-ai rugat să nu mai muncească atât de mult? Da? Și eu.

Însă acum, după ce am intervievat și întrebat mii de bărbați, pot să-ți spun că răspunsurile la aceste și alte zeci de astfel de nedumeriri au legătură cu ceea ce se întâmplă în viața interioară a soțului tău. Majoritatea dintre ele sunt lucruri pe care ar vrea să le cunoști, dar nu știe cum să ți le spună. Iar în multe alte cazuri, sunt lucruri despre care nici nu-și închipuie că nu le știi. În cartea de față vei găsi acele întrebări și acele răspunsuri. Însă ai grijă! S-ar putea să te plesnești peste frunte destul de des!



Pot să-ți spun că răspunsurile la aceste și alte zeci de astfel de nedumeriri au legătură cu ceea ce se întâmplă în viața interioară a soțului tău.

DE UNDE A ÎNCEPUT TOTUL

Permite-mi să-ți spun cum am ajuns aici. Totul a început cu documentarea pe care o făceam pentru cel de-al doilea roman