



心海航灯



华南理工大学《心海航灯》编辑部出版

主任：黄建榕

主审：陈 静 吴文丽

主办：华南理工大学心理咨询与健康教育中心

主编：李霖智

2013年3月3日 星期日

总第46期四版

内外兼修之男性魅力

魅力是指特别的吸引力、迷惑力，主要用于人。声音、眼神、身体、性格、人格等都具有魅力。人的魅力可以说是无所不在，包括发怒、忧伤、哭泣等负面情绪也会成为魅力的源泉。对一个人是否具有魅力的判断，依赖直觉、不假思索、不加选择的结果常常会与深入考察之后的结论同样准确而持久。所以“一见钟情”、“一见如故”这样的成语总也不过时。

魅力不是一个定量的概念，也不像乙肝疫苗只要种下就能对所有乙肝病免疫。一个人的魅力对甲而言，是慑心动魄不可抗拒的，对乙可能就平淡无奇甚至不屑一顾。魅力一旦产生就有了一些神奇色彩，它能吸引其他对它作出更多的感情、时间、物质上的投资。

魅力是一种生活状态。不是每个人都有美丽的外表，但每个人都有属于自己独特的魅力。就大范围来说，男性魅力与女性魅力大有不同。

大气、刚健、进取、勇敢、正义、信用、睿智、修养、洒脱、礼貌、机敏等是展示男性魅力美的重要组成部分，这些特质受到社会尤其是女性的关注和青睐。

气度不凡的男人最大的特质就是敢为天下先的勇气，凡事一肩挑或一脚踢，无所畏惧，大义凛然。男人天性中有冒险和探索的精神，胸怀比宇宙还要大，敢向天外探囊取物，胃口大得连山河也敢吞下。男人的魅力在于男人的气度，此乃千古之公说也。男人因生为男人而自信，男人的信念是“你行，我也行；我行，你未必行。”男人善于独立思考和判断、解决问题，即使失败了，也很少懊恼；即使栽了跟头，也不依赖他人。自信是成功的首要保证，男人的进取、自信心优于女人，所以，男人的成功机率也多于女人的成功机率。

其实，男人的真正魅力在于其男子汉气概

中杂糅着一些温良的美好，即所谓的“刚柔并济”。古人云：太强必折，太张必缺。在社会中，如果一个男人自以为是，处处恃强凌弱，必然会导致自己的失败；但若处事过于畏首畏尾，缩手缩脚，则会限制自身的发展。因此，真正的男性魅力是张弛有度之美、是刚柔并济之美，是内外兼具之美。

除了前文所提到的展示男性魅力的重要组成部分之外，还有如下几个不可或缺的元素。

1、沉稳是金。

男人以男人的处世哲学告诉同族人：言多咄咄必有失缺，沉着冷静才是金。多说话的人必有废话，少说话的人心中才有真正信用和内涵。善于沉默的男人去当领导不缺乏体会、理解群体的凝聚力特质；善于沉着的男人去社交不缺乏稳重；善于沉静的男人去交女朋友能给人以安全感和信任；善于稳重、沉着中理解社会的男人、要么不做，一旦说了，千金之诺，言行一致，心智合一。

2、幽默的力量。

幽默是展示男人魅力和形象的一种不可或缺的手段。它对女人尤其能起到调节心情的作用。所以，女性大都喜欢幽默的男人。从某种意义上说，男人是为女人而幽默的。

3、自身的修养。

男人的修养寓于男人的魅力和形象中。一个杰出的受人欢迎的男人，从旁人看来并不是以他干了多少惊天动地的事来衡量，而是从他的日常生活和交际中所表现出的修养来考察他的德行。男人的修养来自于四个方面：一是男人具有独立的个性；二是男人具有幽默感；三是男人具有较强的自控能力；四是男人具有精神胜利法的思维。



成熟男性的标志

1、沉稳

- 不随便显露你的情绪。
- 不逢人就诉说你的困难和遭遇。
- 在征询别人的意见之前，自己先思考，但不要先讲。
- 不要一有机会就唠叨你的不满。
- 重要的决定尽量同别人商量。
- 言行不要慌张。

2、细心

- 对身边发生的事情，常思考它们的因果关系。
- 对做不到位的问题，要发掘它们的根本症结。
- 养成有条不紊和井然有序的习惯。
- 经常去找几个别人看不出来的毛病或弊端。
- 时常对不足的地方进行改善。

3、胆识

- 少用缺乏自信的词句
- 少反悔。
- 在众人争执不休时，应有主见。
- 整体氛围低落时，要乐观、阳光。
- 不顺的时候，歇口气，重新寻找突破口，就算结束也要干净利落。

4、大度

- 对别人的小过失、小错误不要斤斤计较。
- 在金钱上要大方，学习三施（财施、法施、无畏施）
- 任何成果和成就都应和别人分享。

5、诚信

- 做不到的事情不要说，说了就努力做到。
- 停止一切“不道德”的手段。
- 耍弄小聪明，要不得！

6、担当

- 检讨任何过失时，先从自身开始反省。
- 事情结束后，先审查过错，再列举功劳。
- 勇于承担责任。

7、内涵

- 学习各方面的知识，眼界宽阔。
- 了解自己，培养属于自己的审美观和健康的生活习惯。
- 内外皆修。
- 理智的判断，学会控制情绪。

文章来源：百度文库

心理咨询

与健康教育中心值班表

北 校		南 校	
星期一	吴文丽	星期一	胡寒春
星期二	陈 静	星期二	吴文丽
星期三	张 萌	星期三	宋广文
星期四	宋广文	星期四	王贤钊
星期五	胡寒春	星期五	陈 静

北校区咨询地点：文体中心 303

预约电话：87114452

南校区咨询地点：B9 南座 213

预约电话：39381396

《心海航灯》

编辑部招新启示

亲爱的朋友，假如你拥有一手漂亮的文笔，或是满脑设计的奇思异想，却还在为如何Hold住你的梦想而烦恼，还在为无处施展才华而纠结，那么《心海航灯》编辑部欢迎你的加入！心动不如行动！赶紧发送你的个人简历到我们的邮箱 xinhaihangdeng@163.com

个人简历请注明你的姓名、学院、年级、联系电话、特长以及职位意向（文编/美编）等必要信息。

当然，如果你对心理方面有独特的见解，或心灵倾诉，或提供建议，《心海航灯》永远为你敞开大门，来稿内容充实，感情真挚，题材不限，1500字内即可，一经刊登，稿酬从优！

来稿发至邮箱 xinhaihangdeng@163.com