

女人·男人心理书系

# 送你一个真女人

——走向女人心理深处

烨子 / 编著

× × × 出版社

# 序 言

为什么女人乐于打探他人的隐私？  
为什么女人乐于监控女人？  
为什么女人爱撒娇也爱说谎？  
为什么女人天性渴望得不到的东西？  
为什么女人喜欢装傻？  
为什么女人常常表现出虚假的谦逊？  
为什么女人的友谊多变？

……

面对女人，男人们常常是满脸疑惑。  
常听人说：“女人太假，女人不可信任！”  
还听人说：“女人让人捉摸不透，女人变幻莫测。”  
一个“真”女人，到底又真在何处？

女人喜欢追求外在的美，喜欢打扮自己，这已经成为了公开的秘密。可又有谁知道女人爱打扮是因为心里深处的虚荣心理。女人热衷于打探他人的隐私、乐于监控女人；女人爱撒娇也爱撒谎；女人喜欢装傻，女人总是能把自己“装裱”得象小姑娘一般；女人总是表现得很“谦虚”……总说起来，就是女人太假！

其实，女人比男人要真，为什么这样说呢？因为女人渴求真，所以才有“假”。女人爱慕虚荣，往往是她追求更加真实的美丽和自我满足感；女人装傻，是因为她怕别人比她聪明，干脆以假乱真。一个真女人，是一个优缺点俱存的女

人，是一个优越与恐惧俱在的女人。

一个真女人有自己特有的魅力：羞涩给人以动情之美；温柔给人以诱入之美；优雅给人以脱俗之美。一个真女人缺的往往是自信。缺少自信，也就多了忧虑；因为忧虑，所以恐慌；因为恐慌，所以就爱慕虚荣；因为虚荣，所以就变假了。

其实，女人要的也不多。一份真挚的感情，一个意外的惊喜，一些小小的浪漫，足以让女人心动不已。

女人该怎样呢？走出爱欲之惑，要你的生活亮丽起来，惟一的办法，就是在自己的内心筑起一道坚实的钢铁长城，让你的心理大堤，永不溃败！

# 引 子

## ■ “女人味”是热门话题

“女人味”是现代社会经常被提出来讨论的主题。

它不但是年轻女性热衷的话题，也是积极的开创人生的女性前辈们所遭遇过的困扰。

有些人对所谓的“女人味”颇为反感，因为这常常同男女不平等联系在一起，似乎一个女人富有女人味，就意味着她输给了男性，处于弱势地位。

有些女权主义声称在“女人味”的口号下，女性受到不当的压迫和有差别的待遇。在这种时候，哪有男女平等可言？法国女作家波娃在她的著作《第二性》中写道：“女人并非一生长下来就是女人，而是被迫变成女人的。”她指出，在男人掌握实权的男性本位社会中，女性从少女时代就被灌输“女人不如男人”的观念。倘若不铲除这类强加在女人身上的“女人味”、“永远的女人”等谎言，女性便没有真正的自由可言。

可是，像波娃女士般“以女人身份活得极有价值”的人

并不多。换句话说，那种形式化或强制性的“女人味”，和“波娃”女士那种以真正的女人活在世上，并让自己的才华开花结果，是截然不同的。此外，波娃女士生活的法国社会，和目前我们置身的社会，对女性的看法也大相径庭。因而，表现得像一个女人，并不会阻碍女性的进步、女性的解放、以及男女权利的平等。

有些人（主要是女性）认为张罗三餐和养育子女都由女人负责，一点也不公平。

但我们试想，如果女人不想做家务、照顾儿女，那么打算做什么？男人不做饭、不带小孩，至少他们进入社会工作，赚取一些酬劳养育妻子儿女。相对的，如果女性认为做家务并不是她们的本分，那她一定得做某些更重要的事，好对世人有所交代吧！女人到底想做什么？这就是问题的关键。

有些女人在工作方面非常努力，自认不比男性逊色，在家务方面，虽然做得不算完美，但至少肩负起这方面的责任。造成这种形势，是因为她们的另一半拙于家务，而她们也认为丈夫们与其帮助分担家中的琐事，不如专心在工作上冲刺，或是进修与工作有关的课程。虽然由于工作和家事的双重负担，她们十分忙碌，但精神上却非常愉快，因为她们和丈夫完全平等、彼此尊敬，而且互相承认对方的价值和自由。

这种生活方式，能说是盲从男性的古板生活吗？

现在一些年轻女性，平时高呼男女平等，讨厌别人说她们富有“女人味”，然而面临结婚这个关卡时，却丝毫不加深思熟虑，义无反顾地纵身跃入婚姻生活中。在这种时候，

她们毫不避讳地采取了非常“女人味”的行动，毫无理性可言。

如果你真心拥护男女平等，那么选择对象的首要条件，应当是愿意帮助自己实现这种理想的男人。结婚以后才懊悔自己怎会选上这种人，既不能让自己发挥才能，也不肯协助自己，那时就为时已晚了。不幸的是，多数女性都未能确定重要的前提，就匆匆奔向红地毯的另一端。

倘若你真心地否定“女人味”，并想充分发挥自己，不结婚也应该无所谓。波娃女士就不拘泥于婚姻的形式，而以自由之身，和萨特维持固定的关系。然而一般人却往往不能如此，当周围的亲友们纷纷步入婚姻生活时，很少人能不为之所动。

当你在忙碌的生活中，情绪变得暴躁，或者对事物不再专注时，你的丈夫很可能在细节上提醒你注意。大概是因为他希望你成为有女人味的温柔妻子吧！曾经有一位男性长者鼓励一位事业有成的女作家说：“保持女性的气质，对事物的想法和应付，都呈现圆润的情趣。”

如何成为“具有女人气质”的女人，不仅取决于你的温柔贤惠，还在于你是否具有自信，在工作中的表现不亚于男性。

## ■ “女性气质”现代新解

和“女人味”一样，“女性气质”也常常是挂在人们嘴上的名词。

什么是“女性的气质”。但每当人们提到“女性的气质”

一词时，总不免有些踌躇，因为它在历史上始终带着十分浓厚的封建意识。

女人们历来受尽“女性的气质”这一词语的折磨，并为之流过泪。“为了恋人、为了丈夫、为了孩子”，女人们被迫献出了自己的一切。在“女性的气质”这一美名之下，她们不图任何报答，也不抱任何希望。这并非是为了自己所受的一切，而只是为了弥补社会矛盾的缺陷。看到这种情景，真叫人哭笑不得。当发现自己就像道姑一样生活在这个世界上时，她们都呆若木鸡。迄今为止，所谓女性理应具备的“女性的气质”，实际上不过是维护封建制度的、掩盖其社会破绽的一块补丁而已。

女人们要从受奴役的地位中解放出来，首先必须要摆脱美其名曰为“女性的气质”的种种圈套。“女性的气质”这一词语代代相传，使得她们始终被社会轻视，被男人作践。

然而，现在她们应该积极、大胆地去谈论新一代独立、自由的女性的气质。就像画家和建筑师们在空白的纸上任意设计各种图案一样，满腔热情、无拘无束地描绘女性美和女性特点的时刻已经到来了。

若不这样去做，盲目地生活，那就会白白地浪费自己宝贵的年华。这就好像做衣服，如果没有款式就做不出漂亮的服装。就拿女人的一生来说，如果盲目地生活，那么其一生将会是非常空虚的。

观察一下她们的日常生活就会发现，与谈论自己人生观的男人们相比，谈论自己人生观的女人不是太少了吗？

以前，她们有不少老前辈不辞辛劳，长期从事社会活动。有关她们的人生观的书籍也不少见。优秀的文学作品描

述了女性的人生观，其中有许多课题是值得她们去研究的。无意识地、糊里糊涂地去看书、看电影、看戏剧，只知道什么可怜啦、幸福啦，这是毫无意义的。她们应该懂得作家为什么要呕心沥血地美化她们的一生。

我们认为，现代“女性的气质”中必不可少的首先应该是女性对事物的爱慕之心。虽然爱情不只是女性独有的东西，但是，女性的爱具有独特的性格，她们能够在长达 10 个月的时间里去疼爱自己腹中的另一个生命，并具有养育这个生命的顽强毅力和炽热的情感。

法国历史学家朱·米修烈的《革命的女性》（据说该书是 1854 年在女人们的协助下写成的），就是以女性的性格为主题的。

他以《摧毁城堡的一位女性》为题，把女性酷爱真理的强烈欲望描写成完美的历史事实。那位女人名叫璐格劳，是一位普通市民的妻子。有一次她偶然间看到一份记录：一位被非法逮捕入狱的犯人所写的控诉书。她怀着巨大的同情心和坚韧的毅力为他伸张正义，争取自由。三年中持续不断地上诉、请愿，最后，政府下达了释放拉迪由德的命令。

璐格劳之所以会这样做，是因为她对他人怀着强烈的爱心，对人生有她自己坚定的信念。如果，到处都在燃烧着女性那温暖人心的爱的火焰，她们也会带着自己的人生观过着幸福的生活。

然而长期以来，她们总是极力地克制自己。她们酷爱人类的热情受到了丈夫们的压制、父母的阻挠、社会的讥笑。

如果认为女性只要坚强就能得到解放，这是错误的。要得到真正的男女平等，她们必须把男人们通过争权夺利而建

立起来的、冷酷无情的社会改造成充满幸福和温暖的社会。

女性应该作为新的女性健康地度过自己的一生，要认真考虑如何彻底摆脱依赖于人的生活。当这样的女性诞生的时候，不久她们就会迎来新时代的曙光。

## ■ 现代女性的未来喜忧参半

随着经济的发展和社会的开放，越来越多的女人走出家门，和男人一样参加工作，女人生存的空间越来越广。

有人预言只有十分之一的女人在未来社会中将绝不承担家庭以外的工作。这意味着即使女人们计划要做妻子和母亲，她和她的女儿们也应该做好就业的准备。据专家预测，在 21 世纪，妻子们将提供 40% 的家庭收入。女性为主的或男女共同做主的家庭将取代传统的以男性为主的家庭。不仅离婚正变得越来越被人接受，而且保持独身、推迟婚姻和“同居”将越来越多地替代早婚。

随着婴儿长大成人，进入大有作为的职业领域，一直渐进的变化将进一步加剧。每个家庭的子女人数将更少，母亲们将更趋于职业化。她们将受到更充分的教育，将更多地参与政治，进而她们将给国家和雇主们施加压力，以提供看护儿童的便利条件。未来社会将很少关注物质形态，而将更多地根据个人的成就衡量功过是非。性别之间的职业分工将更为公平合理。对于更多的关心生态问题和保健的人们，以及深信生活高于工作的人们，“过好日子”将成为他们的目标。在职业领域，新型雇佣劳动者将要求多种选择权利，包括工作时间、退休计划、工作任务以及什么时间工作、什么时间

学习、什么时间娱乐、什么时间退休，再也不依照一套规划行事了。

因此，我们生活中一直经受的这些变化似乎仅仅是刚刚开始。正如我们现在都知道的那样，女人也不能把握住自身的一切，努力成为“女强人”并不是答案。你要和你丈夫或伴侣交换意见，都公开自己的想法，因为已经发生的变化必须由你们共同承受。

不论对于男人还是女人，我们正走向更健康的生活方式。毫不隐瞒地讲，当女人看到自己走出家庭，在工作中取得成就时，她们感到信心倍增，更觉得自己作为人的意义。

女人需要努力的一点就是怎样不触怒男人而知道他们的心理。

工作场合可能是女人们学会怎么做那些事情的地方。管理训练所包含的内容中就有一部分是有效的交流。女人们没想过等待她们秘书充分了解她们需要打一封信的愿望，但她们却等待家人决定在家帮助她——或许她把某些管理技巧运到家里，情况就不一样了。女人们正学会怎样解决问题，怎样表达她们的愿望，怎样在工作中使自己的需要得到满足。有趣的是，学会怎样在工作中开创良好的关系可以帮助她们在家中获得更好的关系，这对男人也一样真实实用。有可能产生的另一件事情是，当男人和女人在工作中相识，并成为朋友和同事时，男女之间或许会产生比在家中更为真诚的友谊。工作的女人更可能理解她的同伴的工作压力包含着什么。这种关系中的每一方越能理解和同情对方，关系就可能越紧密。

眼下我们正处在男女关系极为艰难的时代，除非男人开

始承担多一点的家务和照顾子女的责任。我们不赞同聪明、能干、有教养的女人将应容忍那些不愿参与分担某种良好关系的男人。许多女人都认为，她们在生活中想有一个男人，但她们再也不愿是维持关系的唯一一个人，她们不愿和需要人侍候的男人在一起。倘若如此，恐怕没有男人反而更轻松和更愉快。

我们生活在新世纪，生活在夫妇双双就业的时代。如果一个女人正在帮助挣钱养家，从行为来看，它所产生的唯一意义在于对作为其生命一部分的家庭有所助益。我们知道，所有的行为都有结果。让一位妻子承担一切结果就是她可能会气愤、怨恨，甚至生病。

百分之五十的离婚率说明，在传统的和夫妇双方就业的家庭中，男女双方都有放弃难以维系的关系而另外再组建一点的倾向。要扎扎实实努力的地方在于男女双方的需要应该吻合，即使是这种吻合的方式会有所变化。女人们确实在协调分工中需要支持，而男人们提供这类支持便可以显示他们的关心。但男人们确实想得到爱情和关怀，而女人们还不能把这种需要置于“万事齐，拱手候”的境地对待。

女人们想能在家庭之外开发他们的全部潜力，她们认为爱着她们的男人应该承担一些家庭责任以支持她们——绝不是勉强地做些家务。而男人们仍想要女人们把他们看作是生活中最重要的部分，即使女人们正设想分担经济责任。男女双方必须首先承认爱情和关心，然后才是合作的意愿，这样，每个人才能具有所需要的更开阔的眼界。

# 目 录

## 引 子

- “女人味”是热门话题 ..... ( 1 )
- “女性气质”现代新解 ..... ( 3 )
- 现代女性的未来喜忧参半 ..... ( 6 )

## 第一章 告诉你一个真女人

女人是什么？是天生的演员，是出色的幻想家，是水做的骨肉，是……女人就是女人，女人爱慕虚荣，女人爱撒娇也爱撒谎，女人易陶醉也爱浪漫……噢，女人原来是这般！

- 丽装识女人 ..... ( 10 )
- 永远丢不掉的手提包 ..... ( 10 )
- 时装是为女人设计的 ..... ( 11 )
- 首饰是女人一生的朋友 ..... ( 14 )
- 追求“露”的时尚 ..... ( 18 )
- 女人特有的个性 ..... ( 19 )
- 热衷于打探他人的隐私 ..... ( 19 )
- 女人乐于监控女人 ..... ( 21 )
- 撒谎更高明 ..... ( 22 )

<input type="checkbox"/>	“撒娇”和“虚张声势” .....	(26)
<input type="checkbox"/>	谈男人的夜生活常常口是心非 .....	(27)
<input type="checkbox"/>	天性渴望得不到的东西 .....	(29)
<input type="checkbox"/>	乐意男人满足其幻想 .....	(31)
<input type="checkbox"/>	易陶醉 .....	(33)
<input type="checkbox"/>	凭感觉 .....	(34)
<input type="checkbox"/>	女人乐意扮演受害者 .....	(36)
<input type="checkbox"/>	经不起男人的猛攻 .....	(37)
<input checked="" type="checkbox"/>	女人的误区 .....	(38)
<input type="checkbox"/>	女人常常喜欢装傻 .....	(39)
<input type="checkbox"/>	女人容易陷于“蒙娜丽莎”误区 .....	(43)
<input type="checkbox"/>	女人常常表现出虚假的谦逊 .....	(49)
<input type="checkbox"/>	萎缩的女性很少有独自的时空 .....	(51)
<input checked="" type="checkbox"/>	恋爱中的女人 .....	(56)
<input type="checkbox"/>	恋爱中会产生自卑心理 .....	(56)
<input type="checkbox"/>	因爱生色 .....	(59)
<input type="checkbox"/>	为爱而性 .....	(61)
<input type="checkbox"/>	女人惑于性(之一) .....	(64)
<input type="checkbox"/>	女人惑于性(之二) .....	(66)
<input checked="" type="checkbox"/>	女人心理深处 .....	(68)
<input type="checkbox"/>	女性的爱情心理 .....	(69)
<input type="checkbox"/>	友谊多变 .....	(74)
<input type="checkbox"/>	女性羞耻心侧重肉体 .....	(80)
<input type="checkbox"/>	总会通过怀孕找到良好感觉和树立自我形象 .....	(81)
<input checked="" type="checkbox"/>	女强人“疾病”缠身 .....	(84)

- “女强人综合症” ..... (84)
- 女强人普遍身心“疲劳” ..... (85)
- 女强人常常产生“心理伤痕” ..... (86)
- 在家庭和工作场合中易发生“人际冲突” ..... (87)

## 第二章 现代女人要什么

现代女人要什么？什么都要，什么都不要。知道要什么吗？知道不要什么吗？女人是感性的奴仆，在情感的超级市场，左挑挑右捡捡，到头来什么也不买的，只可能是女人了！

- 真心相爱是生命大事 ..... (90)
- 女性要寻找爱情的庇护 ..... (90)
- 女人需要真诚的爱 ..... (94)
- 女人需要善意的“谎言” ..... (95)
- 女人希望被对方需要 ..... (96)
- 女人需要什么样的爱情 ..... (99)
- 女人更注意一些微小的事情 ..... (101)
- 尚未处在亲密关系时若有所失 ..... (103)
- 女性渴望亲密关系 ..... (104)
- 女人常常会感到失落 ..... (106)
- 女人的渴望 ..... (108)
- 罗曼史会使女人自觉不同凡响 ..... (108)
- 对肌肤相亲情有独钟 ..... (113)
- 喜欢“单独旅行” ..... (115)

- 希望得到承认 ..... (117)
- 人生中最重要的是有个引路人 ..... (118)
- 女人心目中的好男人形象 ..... (121)
- 女人心目中的男子汉形象 ..... (121)
- 什么样的男人讨女人爱 ..... (123)
- 男人怎样讨女人喜欢 ..... (126)
- 成功女性需要有一个通情达理的丈夫 ..... (129)
- 什么样的人才可以做好丈夫 ..... (131)
- 女人讨厌的男人种种 ..... (132)
- 讨厌优柔寡断的男人 ..... (132)
- 讨厌大权独揽的男人 ..... (134)
- 讨厌不支持甚至妒忌自己的男人 ..... (135)
- 讨厌谄过与抱怨的男人 ..... (136)
- 讨厌以自我中心的男人 ..... (138)
- 讨厌操之过急的男人 ..... (141)

### 第三章 现代女人有什么

现代女人有什么？女性半边天，在弱肉强食的男人社会，现代女性奋起直追。现代女人给女人重新定义，她们让这个世界的男人的脸红心跳！

- 女人有自己独特的魅力 ..... (143)
- 羞涩：动情之美 ..... (143)
- 温柔：诱人之美 ..... (144)
- 优雅：脱俗之美 ..... (146)

- 高尚：永恒之美 ..... (148)
- 独特美是女性的亮点 ..... (149)
- 泼辣也是一种魅力 ..... (150)
- 女人有自己特有的表现 ..... (153)
- 女性具有保护生命的本能 ..... (153)
- “第六感官”特别灵 ..... (155)
- 比男人更懂爱情算术 ..... (157)
- 对批评过于敏感 ..... (160)
- 女人有自己的友谊 ..... (161)
- 女人在某些领域卓有成就 ..... (165)
- 现代社会女性逐渐占上风 ..... (168)

## 第四章 现代女人缺什么

现代女人缺什么？天下的女人似乎都很相象，都是女娲补天遗留的祸患。爱情使女人的智商下降数十个百分点，常常不能分辨真假，女人的忧虑仿佛永远是最多的……

- 女人通常都有一种极为相似的困惑经历 ..... (173)
- 母女关系给女人以压力 ..... (173)
- 父亲对女性的影响 ..... (175)
- 爱使人盲目 ..... (176)
- 爱情的敌人是理性 ..... (176)
- 结婚后睁开眼睛 ..... (178)
- 女人在依赖性中淹没了自己 ..... (179)
- 海伦的幻想和忧虑 ..... (180)

- 凯蒂没有了自信 ..... (182)
- 女人的忧虑 ..... (185)
- 难成一流人才 ..... (185)
- 最大难题是克服自卑 ..... (187)
- 缺乏判断力 ..... (189)
- 常常不能分辨真假 ..... (191)
- 从未像男人那样自然地被社会接受 ..... (193)
- 女人不忠的故事流传甚广 ..... (196)
- 职业女性难对付大男子主义者 ..... (209)
- 职业母亲困境重重 ..... (212)
- 女人的成功太沉重 ..... (215)
- 成功女性忧虑万千 ..... (217)
- 女强人大多与幸福婚姻无缘 ..... (218)

## 第五章 现代女人该怎样

走出魔幻的迷梦，现代女人有一片自己的天空。走出爱欲之惑，迈出性欲的沼泽，让自己的生活更加亮丽起来，这就是现代女人。

- 走出爱欲之惑 ..... (222)
- 一见钟情并不能代表真情 ..... (222)
- 不必很快与男人亲密 ..... (229)
- 爱的离别要果断 ..... (233)
- 不要让爱情与婚姻相混淆 ..... (235)
- 性与感情不能相提并论 ..... (238)