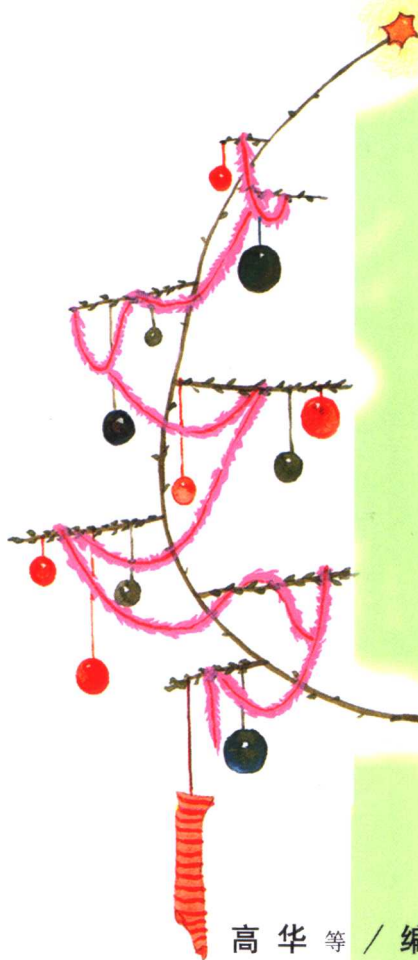


两性情感探索

丛书



—— 男士交友与择偶

高华等 / 编著

众里寻她千百度

气象出版社

两性情感探索丛书②

众里寻她千百度

——男士交友与择偶

高华 等编著

气象出版社

内容简介

她为什么重物质而轻感情?该用道德或者责任来压抑自己吗?
感情出轨后怎么办?寻找爱情的人,能在哪里得到温暖?

本书是给那些男性朋友提供一些感情忠告,以供交友择偶时参考。

图书在版编目(CIP)数据

众里寻她千百度——男士交友与择偶/高华等编著.

北京:气象出版社,2005.1

ISBN 7-5029-3910-5

I. 众… II. 高… III. 恋爱—通俗读物 IV. C913.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 136666 号

气象出版社出版发行

(北京市中关村南大街 46 号 邮编 100081)

总编室:010-68407112 发行部:010-62175925

网址:<http://cmp.cma.gov.cn> E-mail:qxcs@263.net

责任编辑:李太宇 李传槐 终审:魏景云

封面设计:白冰 左庆丽

北京市北中印刷厂印刷

开本:850×1168 1/32 印张:7.75 字数:160 千字

2005 年 1 月第一版 2005 年 1 月第一次印刷

印数:1~5000 定价:15.00 元

本书如存在文字不清、漏印以及缺页、倒页、脱页等,请与本社
发行部联系调换

前 言

此书不是教人谈恋爱,更不是一本婚姻指南。这是我对女人们情感心理的研究和揣摩后写下的一些文字。我们选择恋人,但是有时不能控制感情的发展。所以如何学会思考是尤为重要的。

男人是相对于女人存在的。只有当一个男人身边有女人的时候,他才可能成为一个真正的男人。

社会的发展使很多人都迷失在情感的原野上,选择对象的问题又困扰着很多男人的内心。但作为男人,必须作出选择。有一句话说得有理:要穿适合自己脚的鞋子。感情也应该如此。

高 华

2004 年 10 月于北京

引 子

爱是人间永恒的主题。爱是像口香糖一样被人反复咀嚼的字眼，有时感觉有点甜蜜，有时又如同嚼蜡一般。

爱河又像传说中的迷魂河，善男信女们一旦坠入其中便忘乎所以，“找不着北”。

“恩爱”是一个纯粹中国式的名词。为什么爱情是一种“恩”？为什么说“一日夫妻百日恩”？

爱与情永远结合在一起。愿天下有情人永远相爱，“白老偕老”。

目 录

前言

引子

一、爱情：两性的复杂游戏 /1/

女性表达爱情的身体语言 /1/

脉脉秋波传情达意 /2/

用微笑表达 /3/

普遍的求偶信号 /4/

柔情絮语 /6/

行动合拍 /7/

如何知道求爱信息 /8/

进餐约会 /9/

二、迷恋：为什么是她 /13/

坠入爱河 /14/

气味吸引 /16/

爱的地图 /18/

一见钟情 /20/

三、爱神：两性感情的出现 /23/

爱是原始的 /24/

嫉妒 /25/

	分手很难	/27/
	“新鲜感”	/27/

四、	品味女人的新角度	/31/
	女人的几种典型类型	/31/
	女人的虚荣	/34/
	女人的妖娆	/39/
	女人的“妖术”	/41/
	女人的反复无常	/47/
	千面夏娃另类女人	/49/
	男人止步	/53/
	闲话“女人味”	/58/

五、	现代女人要什么	/61/
	寻觅一个“真”女人	/61/
	女人的渴望	/74/
	女人心目中的好男人形象	/82/
	女人讨厌的男人种种	/92/

六、	亮出自己的个性牌	/101/
	男人如何才能受欢迎	/101/
	男人豁达大于天	/103/
	每天浪漫多一点	/105/
	做个老公不容易	/106/
	男人这一辈子	/107/

七、	如何与女性相处	/121/
	女人最“吃”男人哪一套	/121/
	女人对什么样的男人情有独钟	/139/
	男人的“九阳神功”	/144/
	忠告恋爱中的男人	/149/
八、	爱情心理自测	/155/
九、	变化：观察夜晚的女人	/169/
十、	关于“外遇”	/221/
	关于“红杏出墙”	/222/
	老婆漂亮问题	/223/
	老婆漂亮一定容易	
	“后院起火”吗？	/226/
	“后院”是怎样“起火”的	/227/
	如何使“后院安全”	/232/
后记		/236/

爱情：两性的复杂游戏

“上帝”喜欢人类的配对游戏，因为我们的行为中没有任何别的方面像配对这样如此复杂、如此微妙、如此普遍，所以产生了两性的互相吸引、选择，爱情从此“落户”人间。尽管每个人对爱情的观念、想法、认知、策略各有不同，但是人类求偶行为的基本内容、爱以及婚姻的复杂变化，基本上取决于两性的心理、时代的不同。

• 1 •

人类求偶行为的初始阶段是从男人和女人的调情开始的。

✱ 女性表达爱情的身体语言

在 20 世纪 60 年代，德国人类文化学家仔细地考察了一种女性调情行为的普遍方式。不管这些女性是来自亚马逊河的丛林、巴黎的沙龙聚会，还是新几内亚的高地，她们的调情方式都有相似之处。

首先，女性会对其崇拜者微笑，并且很快地抬起她的眼睑，睁大眼睛盯着他；然后，垂下眼睑，低下头扭到一边，眼睛

一、爱情：两性的复杂游戏

看着侧面。她还经常会用双手捂住自己的脸，一边躲避他的抚摸，一边咯咯地笑。人类文化学家认为这是一种天性的表现，是人类女性千百年演化而来的表示性兴趣的姿势。

大多数人所用的其他方式也可能是长久历史的产物。卖弄风情的一种表现就是女性抬起头，羞涩地看着她的求偶者；还有的女性抬起下巴，眼睛直盯着他的眼睛。当然，有的求偶期的女性也经常这样做：耸起肩膀，挺起胸，不停地摆动她们的秀发。

❖ 脉脉秋波传情达意

• 2 •

互送秋波很可能是两性行为中最为突出的一种策略，这是一种眼睛与眼睛的对话。

在生活中，两性之间的视觉接触是被允许的，女人经常有目的地盯着一位异性看两到三秒钟，在这期间她的瞳孔会扩大——这是一种对对方非常有兴趣的表现，接着，盯着看的一方会垂下他的眼睑，装作若无其事地看着一边。动物中的狒狒在求偶时也会盯着对方看。这种动物大约是在九千万年以前，从我们人类的进化树上分叉出去的，但是，求偶时的这种相似之处却一直保留了下来。

人类学家芭芭拉·斯马特斯在描述她在肯尼亚的埃布鲁山崖所看到的狒狒求偶的场景时说：“看起来它们真像是单身者酒吧里两个初次踏入爱河的年轻人。”这一段狒狒的罗曼史开始于一天傍晚，母狒狒苔莉娅回头盯着一只公狒狒阿莱克斯看，他们彼此之间的间隔大约有 15 英尺。他立即扭头看旁边的景物，于是，她盯着他看——直到他回头来看她。接

着，她有意地摆弄着脚趾，事情一直这样进行下去。每次她盯着他看，他便将目光移向一边；每次他盯着她看，她就摆弄她的脚趾。直到最后，阿莱克斯发现苔莉娅迎着他的目光。

他立即将耳朵贴在头上，眼睛眯了起来，并且开始咂嘴，这是狒狒社会中友谊的最高表示。苔莉娅做出了回应，她长时间地盯着他的眼睛看，直到这种长时间的眼神接触出现，阿莱克斯才走近她，而她也开始舔他的毛——他们的友谊、爱情和性关系就这样开始了。而当斯马特斯六年以后再次回到肯尼亚研究狒狒的友情时，发现他们之间的爱依然如当初一样强烈和执着。

✱ 用微笑表达

• 3 •

人类至少有十八种比较明显的微笑方式，而我们在求偶时所用的只是其中的几种。男人和女人在和路过的熟人打招呼的时候一般都会使用“简单微笑”——一种闭着嘴的姿势。在这种微笑表情里，嘴唇是闭着，没有露出牙齿，这种表情经常会加上点头来表示双方认识。人们在这样向你微笑的时候一般不会停下来与你交谈。

人们的“上部微笑”表示了彼此更强烈的兴趣。在这种表情里，你会露出上齿以显示你的肯定意向。这种“上部微笑”一般会加上一种持续 1/6 秒的眼眉闪动，这时眉毛抬起，然后又飞快地落下。

“开放微笑”是将嘴唇完全收回去，上齿和下齿全部暴露在外，这种微笑在我们试图“吸引”对方时经常被使用。

微笑的另一种形式——“紧张社会微笑”却明显地在谈恋

一、爱情：两性的复杂游戏

爱、求偶过程中扮演着否定的角色，它起源于古代哺乳动物在被迫入死角时露出牙齿以示自卫的本能。我曾在一次电视节目中看到一个非常精彩的例证。节目主持人受到其他客人的语言攻击，她不能表现得不礼貌或者干脆离开现场，于是，她收回嘴唇，露出两行紧闭的牙齿，而且，她把这种紧张的露齿笑保持了一会儿。

黑猩猩也使用这种“紧张社会微笑”。它们在碰到强对手时，会露出其全部的牙齿，以表示恐惧、友谊和妥协的意味。我们在一些困难的社会交往中也使用这种“紧张社会微笑”，但是绝对不能在谈恋爱、求偶或表达爱意时使用。因此，如果一位潜在的爱人对你微笑时露出了紧闭的牙齿，你应该非常明了：他或她只想停留在认识的程度，不想有进一步的亲密发展。

• 4 •

✱ 普遍的求偶信号

达尔文首先对人类的面部表情和体态语言的可继承性提出了疑问。为了证明他自己关于所有男人和女人都使用同样的体态和姿势来表达人类基本情感的想法，1867年，他向处于美洲、非洲、亚洲和澳大利亚偏远地区的同事们发出了问卷调查。

他的问题主要有下面这些方面的内容：当一个男人处于义愤或不满时，他是否皱起眉头、收紧身体并挺起脑袋、展开肩膀并且握紧他的拳头？厌恶的表达方法是不是下唇回缩、上唇微微抬起，并且伴有呼气？当人们高兴的时候是不是眼睛闪亮、眼睛周围和下部的皮肤微有些起皱、嘴角稍微有些往

回收的迹象？

世界各地的科学家、杂志记者、探险家和朋友都对达尔文的问题做出了肯定的回答，因此他确信：高兴、悲哀、快乐、惊奇、恐惧和许多人类感情的其他方面，都有一些泛人类的姿势表达方式，而这些表达方式是从共同的远古时代慢慢演化而来的，人类的微笑就是这些非语言信号中的一种。就像他在后来 1872 年所著的《人与动物的感情表达》一书中所指出的那样：“我们可以很容易地发现，人类的各个种族在高兴时的表情是相同的。”

美国的大卫·吉文斯是一名人类学家，他在美国的一次鸡尾酒会上观察男人和女人是如何相识的。吉文斯发现所有男人的装饰、衣服和其他显示成功的家当，都是在传播一个由三部分组成的信息：“我在这里；我很重要；我不会伤害别人。”这里给出的是两种信号的混合体——是名要员但同时又可以被接近。因为当男人成功的时候，女人会追求男人。

有位哲人说过：“被注意要比被忽视强得多。”女人们知道这一点。年轻女子吸引注意力时使用很多男人使用的方式——微笑、送秋波、摇动、抚弄秀发、伸展身体、在其活动范围内走动以及吸引别人的注意力，她们还经常使用一些女性化的动作，她们会摆弄长发，头部偏向一侧，卖弄风情地递送秋波，咯咯地笑，扬起眉毛，弹舌头，舔上嘴唇，半遮面容以显示：“我在这里。”

一些女人在表达爱意或求偶时会采用一种典型的走路方式：她们挺起背来，突出胸部，晃动臀部，昂首阔步，因此许多女人穿高跟鞋也就不足为怪了。这种奇怪的西方习俗是由凯瑟林·德·麦迪西在 16 世纪时发明的：不自然地挺起后背，

一、爱情：两性的复杂游戏

扭动屁股，挺起胸脯，而且清脆的高跟鞋的声音有助于她们吸引别人的注意力。通过这种高脚跟的走路方式、晃动的臀部、脉脉含情的眼神、飞扬的眼眉、翻上来的手掌、扭动的躯体以及微笑，女人向男人显示其可接近性。

❖ 柔情蜜语

“认识”阶段——是从四目相对时开始的，接着，其中的一方会微笑或轻微扭动身体作为信号，两人便进入了交谈阶段。这可以说是他们罗曼史的开端。

“交谈”阶段——这种谈话经常是随意的，没有任何实际意义，我们俗话称之为“套词”。这时，双方的声音变得更高、更柔和，也更有音乐性。“套词”经常是从“我喜欢你的手表”或者“你觉得饭菜怎么样”之类的话开始的。因为要打破僵局，人们可以充分发挥自己的想像力，但最好的方式是称赞或者提问题，因为这两种方式都要求对方做出回应，而且，你怎样说往往都比你说什么更为重要。一旦你开口讲话，你就会表达出你的意向、目的以及情绪，一声高音调的、温柔而甜蜜的“喂(Hello)”经常是对对方有兴趣的信号，而低声的、郑重其事的“嗨(Hi)”极少会导致爱情的发生。如果一位伴侣笑的方式有些夸张或不像某种场合应该有的笑声，那么她或他很可能是在调情。

交谈是很危险的，这里面有一个重要的原因。人的声音就像是人的第二签名，不仅表明了你的意向，而且也暴露了你的背景、你所受的教育以及你性格的特异之处，而你的这些方面则会吸引你的对象或是使其对你敬而远之。演员、公共发

言人、外交官以及习惯撒谎的人都知道人的声音和语调的力量，因此这些人会经常调整他们的声音。

大多数哺乳动物在求偶表达爱意时会拥抱。蓝鲸用鳍状肢按摩对方，雄性蝴蝶会抚摸它们配偶的腹部，海豚会互相轻咬，鼯鼠会挤按鼻子，狗会互相舔拭，黑猩猩会亲吻、拥抱、互相轻拍并且握住彼此的爪子。

触摸被称为知觉之母，这一点无疑是正确的，因为在每一个时代都有一些准则规定谁可以触摸谁，什么时候触摸，在哪里进行，以及如何触摸。这些触摸游戏具有想像力和创意，它们也是两性感情发展中的基本要素之一。

✱ 行动合拍

• 7 •

身体同步动作是两性交流过程中最意味的一个组成部分。随着这对潜在的恋人感到彼此很融洽和舒适，他们的身体处于面对面的位置，这种转向对方的动作可能在谈话开始前就已进行，也可能在谈话几小时后才发生，但是过一会儿男人和女人的动作就开始协调起来，开始时动作幅度不大，也不太明显。他举起杯子时，她也举起杯子；接着，他们的动作不再同步；但是，过一会儿，他们的相同动作会越来越多。他翘起腿时，她也翘起腿来；他侧向左边，她也侧向左边；他抚弄头发时，她也抚弄头发。他们的动作非常协调，而且一直深情地盯着对方的眼睛。这种爱的节奏如果继续发展，他们经常会一起离开酒吧。

在每一个男人和女人被允许选择自己恋人的社会里，单身者一般在聚会或节日里以及舞会上相识，跳舞不就是有节

一、爱情：两性的复杂游戏

奏的姿势和协调的动作吗？同步就是和谐。因为一个人与其伴侣的动作越协调，两人的生活就可能越和谐。

✻ 如何知道求爱信息

两性的恋爱行为与“低等”动物的求偶行为有一些其他方面的相似之处。通常，人们的求爱是慢慢进行的，求偶行为中的谨慎态度也是蜘蛛求偶行为中的特点之一。例如，公蜘蛛必须通过又长又黑的通道才能接近母蜘蛛并向其求爱和进行交配，它做这一切的时候都非常的缓慢，如果它显得过于急切，母蜘蛛便会毫不留情地吃掉它。

• 8 •

在求偶过程的初始阶段，男人和女人如果表现得过于有进攻性，那么他/她一定会尝到不愉快的后果。如果你走得太近、触摸得过快或者谈得太多，你很可能就会被拒绝。就像蜘蛛的求爱过程一样，狒狒与其他动物乃至人类的求爱都是遵照特定的信号按部就班来的，在求爱仪式的每一步骤中，每一方都必须做出正确的回应，否则求偶就会“告吹”。

那么，在两性中谁是猎手、谁是猎物？谁是引诱者、谁是被迷惑者？很清楚，男女双方都扮演了重要的角色。如果其中的一方没有意识到另一方的重要信号，那么交往也就告吹。只有所有的信号都被收到并且每一方都做出了正确的反应，交往的节奏才会继续进行。但是，就像求偶期的其他动物一样，人的两性交往也要在恰当的时候进行。

在酒桌上、社会活动中、办公场所休息厅里、酒吧间以及俱乐部里相识的人们，两性都首先建立一块显示自我的领地，以一定的方式去吸引对方，而且都有动作的同步行为。

✱ 进餐约会

在恋爱求偶过程中,还有两个更为普遍但却并不如此微妙的特性——食物与歌曲。也许,在和恋人的交往过程中没有比“进餐约会”更为普遍的了。如果一位男子在追求一位姑娘,他便会买单——而那位姑娘几乎本能地知道这位伴侣在追求她。实际上,没有比提供食物以期望得到异性欢心更为普遍的手段了。在世界各地,男人在与女人做爱之前送其礼物,鱼、肉、甜食、啤酒以及诸如此类的东西,都是男人会提供给女人的佳肴。

这种手段并不是男人的专利。黑顶苍蝇经常在森林的草地上捕捉蟑螂、家蝇一类的小虫,当一只雄性黑顶苍蝇捕捉到一只特别美味的猎物时,它会从腹部分泌一种味道散发到空中,这种气味在宣布其主人的一次成功狩猎。经常会有一只路过的雌性黑顶苍蝇落下来享受这顿美味——但是在它享受佳肴时当然要进行交配。雄性鸟类也会为潜在的配偶提供食物,雄性燕鸥也会经常为其心爱的伴侣提供小鱼;住在非洲东部坦噶尼喀湖附近的雄性黑猩猩会提供一小块它捕捉的小羚羊、野兔或其他动物,发情期的母猩猩会享受这份礼物,然后同礼物的赠给者进行交配。所以谚语说:“要知道一个人的心得通过他的胃。”

但有些种类的雌性哺乳动物也为其配偶准备食物,女人便是其中的一种。但是,在整个世界范围内,求偶过程中女人为男人准备食物远不如男人为女人准备食物那么频繁。而且,在那些食物并不实际或者不时兴的地方,男人会给他们的