

摩登女孩系列

摩登女孩约会指南

[英] 沙拉·伊文思/著 林 静/译

本书告诉你什么是约会游戏的真谛

- 何处寻找爱情
- 如何做到魅力四射吸引男人
- 避开失败者、变态和浪费时间的男人
- 第一次约会——如何在欲火焚身时保持镇定！
- 博得他的朋友和家人好感
- 是爱情还是一阵激情？
- “完美先生”到手后该如何处置



東方出版社

如何参与并赢得爱情这场游戏

摩登女孩约会指南

[英]沙拉·伊文思\著

林静\译

東方出版社

责任编辑 许运娜

封面设计 李 刚

版式设计 艾 林

图书在版编目(CIP)数据

摩登女孩约会指南 [英]沙拉·伊文思 / 著 林静 / 译;

-北京:东方出版社,2004.8

(摩登女孩系列)

ISBN 7-5060-1933-7

I.摩… II.①伊… ②林… III.女性-恋爱-通俗读物 IV.C913.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 053517 号

A Modern Girl's Guide to Dynamic Dating

Copyright © 2003 by Sarah Ivens

Chinese translation published by Oriental Press

Published by arrangement with Judy Piatkus (Publishers) Limited

All rights reserved

本书根据 Judy Piatkus 出版公司 2003 年版译出

著作权合同登记 图字:01-2004-3148 号

书 名 摩登女孩约会指南

MODENG NVHAI YUEHUI ZHINAN

作 者 [英]沙拉·伊文思 / 著 林静 / 译

出版发行 东方出版社

印 刷 北京新华印刷厂印刷 新华书店经销

开 本 880×1230 毫米 1/32 印张:5.75

字 数 120 千字

版 次 2004 年 8 月第 1 版 2004 年 8 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 7-5060-1933-7

定 价 15.00 元

邮购地址 100706 北京朝阳门内大街 166 号人民东方图书销售中心

邮购电话 010-65250042 65289539

感 谢

再次感谢艾丽丝·戴维斯、珍娜·松梅兰德和所有皮亚克斯的员工,谢谢你们的热心支持,谢谢梅根·赫斯提供的插图和阿里·甘在科蒂斯布朗对我的照顾。斯蒂芬——你是个出色的校对员,我欠你一个大人情。蒂娜·威佛尔和梅尔·布莱蒂:感谢你们在白天的工作中并没有让我干得太辛苦。(哈哈!)还有,非常感谢所有提供真人经历的女孩们(莎拉·拜恩、梅雷蒂斯·戴维斯、梅里沙·东奈里、杰奎琳·科恩、凯瑟琳·哈丁、乔·赫维森、克莱尔·欧文、露西·尼古拉斯、迪尔德丽·欧比尔、凯特·菲尔平、凯伦·罗林森、克莱尔·斯蒂尔、罗斯·圣路易斯),以及那些应该更有头脑的男孩们(乔纳森·克莱顿-琼斯、艾伦·格林哈尔格、詹姆斯·赫里、李·赫尔顿),感谢你们参与我的真实生活研究。

序 言

爱能提升我们的归属感……爱是包括了很多美丽事物的……爱是你需要的一切……爱过一回总比没尝试过爱情要好……等等,等等。

“为什么我们会走到这一步?”当面临人生的这一重大问题时,很多人都会回答:“为了开开心心,实现自我。”即便是满足于现状的摩登女孩,也会在与很棒的男人约会中加速这一问题的到来。比起加薪、舒适的假期或者一双新鞋,一段好的感情能让你感觉更加幸福。但和谁呢?这是一个很难回答的问题。而且该在哪儿找寻你的那一位呢?

从这本书的写作目的以及你的明智选择出发,我希望提个醒儿:最佳选择不止一个。值得你相伴一生的选择并不少得像言情小说里所说的那样。这并不是什么反浪漫主义或无知的理想主义,而是现实有意义的数学统计。可供考虑的参数那么多,只有傻子才会在参与约会游戏前不去了解他们的存在。好好想想吧。打个比方,每个人性格都有不同的方面并会对不同样子的人着迷。更糟糕的是,人们都在随着年龄增长而不断变化。所以我的第一个提示是:万事镇定不可惊慌失措。





我以前的情人里有青少年时期的初吻笨手、中学六年级(英国中学)的诗人、大学时期的吊车驾驶员、伤透了我的心的无赖以及沉闷的书生。我当时真的爱过他们,真正全心全意地爱过。和他们每一个人在一起时我遇见过各式各样的约会灾难,遇到过专门破坏他人感情的人,还做出和打破过很多的决定。套用一句很正确但又不顺耳的俗话:真爱永远不会来得一帆风顺。但对于我们当中还有力气战斗的人来说,爱与斗争都是公平的,所以都站起来吧,开始各使绝活,到街上去搜索,用我们的妩媚去吸引来人。总之,你能对朋友露出笑颜,能从家庭得到日常所需,但没有什么能比你倾心的帅气男生给你的一个吻更能让你感到奇妙无比。

在本书的十章内容里,我将会致力于记载我脑中所有的约会技巧、提示、不幸遭遇和成功经历。这并不表示我是个约会高手——实际上差远了。我曾两度被抛弃,但本着一点忠告——朋友的、亲人的、杂志上的,我终于摆脱了被遗弃的厄运,甚至还成功地伤了几颗心呢。

我惟一能保证的是帮助你从与每个人的交际中更清楚地认识你自己:什么人使你快乐?你想在周末做些什么?你是个床上的懦夫呢,还是想和柔道高手在珠峰顶端冲向一波又一波的高潮呢?你不该在尝试过所有选择以前将其中的任意一个排除在外。如果你一直以为自己只配得上一个让你失望透顶的当地男人,那你就该好好再想一想。摩登女孩们事事随手可得,男人们难道不知道吗?

那么祝大家好运吧,化上你迷人的彩妆,穿上鬼魅的皮衣,去找寻一位带给你一流感觉的男人……即便失败,随便找个男人来消磨时间也好。生命太短暂,不该在冷水澡中禁欲度过。

目 录

感谢	
序言	
第一章 情场如战场	1
第二章 寻爱:朋友	17
第三章 寻爱:专家们	31
第四章 自己动手(DIY)	47
第五章 如何变得魅力无法挡	61
第六章 寻找赢家	77
第七章 求爱线索	93
第八章 第一次约会	109
第九章 这次来真的	127
第十章 从约会到永远?	147

第一章 情场如战场

在电影里，爱情总能与你期不期然地相遇——在超市里、在工作中；凯特·温斯莱特的爱情还是在一艘正在下沉的船里找到的呢，天啊！虽然在现实生活中，莱昂纳多·迪卡普里奥不可能约你到甲板底下谈情，但真正持久的爱情美在人人都面临均等的机会得到它，只要你肯努力——就这么简单。当爱来临时，你要知道该做出什么反应。我们应该学女童军那样，做好充分准备。如果每次目标接近复印机时你都会变得口齿不清或激动得唾沫飞溅的话，那就不要在办公室里死缠着对方不放；如果每次那位性感的汉堡包师傅经过身边时你都会感到一阵无法抑制的胃气胀，那就不要在麦当劳门外流连忘返了。女孩们，千万不要做这些事情。因为情场如战场，你一定要做好全副武装的准备。

不再要寂寞的夜晚？

你是否认真考虑过时常嚷嚷“我要男人”的后果？我知道别人的生活看上去更新鲜有趣，你总在渴望你忠心的姐妹们（关系上的而非精神上）所过的稳定、安全和有规律的性生活。但在陷入一段关系以前，单身女孩还要知道她们必须先尝试各式各样的东西。那么请记住，单身女孩要尝试的有：





- ☞ 每周晚上吃土司夹黄豆,不用听男人在一旁抱怨该吃体面的食物。
- ☞ 在床上放屁,但不撕毁女性的神秘面纱。
- ☞ 醉酒后滚回家在厕所里呕吐,不要被一个男人看见、听见或教训,即使其实他也希望能像你那样酩酊大醉。
- ☞ 按自己喜欢的方式花钱。
- ☞ 和自己的朋友消磨时间,而不用在情人的怪脾气面前保持端庄礼貌的形象。
- ☞ 在五月份以前大可不必剃体毛。
- ☞ 在工作上表现出色,而不怕使男人觉得自卑。
- ☞ 在不舒服的时候跑回家找妈妈。
- ☞ 不用向男友的母亲报告男友病况。
- ☞ 只是为了和沙滩上的壮男进行安全的性行为而预定到希腊岛上度假。
- ☞ 看重播的《欲望都市》,而不用感到剧中人物辱没了自己的朋友和家人。

那么好的。把这本书放下,好好地做你的单身女孩。但是你真的这样想的吗?也许在短期内你是这么觉得……然而一段时间过后,随意性生活带来的刺激、公共场合醉酒带来的尴尬、和女友们看《1996 辣妹专辑》的所有重播以及吃微波食物,这其中的任何一样都会让你失去(暂时地)兴趣。你有一颗心,你这样对自己说,也许该用一用它了。

约会疲劳

你的约会历史已经有五年、十年、十五年了?但还是孤家寡人?对于处在一段长期关系中的人来说,出去到处寻乐听起来很吸引人、很好玩,但现实中却很乏味、很累人、很花钱,并且对肝

脏也不好。如果你需要休息,那就让自己歇歇吧。不再到处找乐子,而把精力集中在自己身上。不要理会你妈妈也不要听她不停地唠叨要做姥姥。如果连你自己也为约会而感到沮丧,那还会有人想约你吗?先服一颗镇定剂吧,别再为错失机会而担忧了。

你最想要什么呢?

如果你想出去找男人,那么在搜寻城内街道以前请先想好你希望从中得到什么。事情不会照着你想像的那样去发生,但你至少该为自己订立一个大概的日程。你在找什么?你是为了享受、为了未来还是为了爱情而约会?你是否因为其他朋友都有了男朋友才想找一位呢?是不是你的父母在催促你安定下来?你所在地区的房地产市场价格是否太贵,而你惟一能找到一个落脚之地的方法就是找人和你同居呢?你是否在担忧你或许是性冷淡或者同性恋,想尽最后一次努力证实你是“正常”的呢?你的衣橱里是否有一件放了三年但从未穿过的婚纱,在不停激起你结婚的念头?不管你的理由是什么,其实根本没有人会在意——我们活在自由社会里,我们只要做到清楚自己在做什么并保护好自己不受情感或身体上的伤害就好了。为了不要一开始就让人觉得那么消极,我们来把约会带来的伤害称作限制吧。

伤心后的约会

我们老早就知道寻觅真爱的道路并不会那么一路通畅的,所以你总难免会被过去的关系弄得伤痕累累。不管你是少年时代在单恋中闷闷不乐地度过,或是因为在大学时和别的男生有过亲密行为而破坏了你父母的梦想,还是和你第一位丈夫之间存在着不可调和的矛盾,你的爱情蓝图都已成事实地展开在你面前,你可以选择后悔过去的种种,或者勇敢地面对未来。





一场又一场的爱情

男女关系并没有行动指南或者保证书。人们希望自己选到适合的人来度过时光,但情况总会变得复杂,命运可能会丢给你奇怪的事情,况且人们的感情也会改变。正如一位行为果断的朋友跟我说过的:“我现在很喜欢吃火星牌巧克力,但五年后我可能一丁点儿都不想吃了。我不可能一生一世只喜欢一种巧克力的。”这种观点或许有点玩世不恭,但我想说的是只要你是带着坦诚、爱和希望进入一段关系的,那么你就没有必要在这段关系该结束的时候对自己过于严厉,并要对再遇上爱情抱有希望。

什么时候可以再开始约会?

你们当中很多人也许有很长一段时间都不想约会了;事实上,你现在最不想要的就是再找一个男人。摩登女孩总是会为了自由而逃离一段关系——试图在被单调的婚姻吞噬之前找回自己的生活方式、个性以及青春。然而,一旦你经历过了各种失败、过错、愤怒和寂寞后,或许就会想再次坠入爱河了。

如何回到单身状态

在你跳出一段长期的关系时,你很有可能发现周围环境已经改变了——我并不是在说眼下的舞曲风格和鸡尾酒口味。当你最初进入这段感情时,很多的朋友或许都还年轻、自由和单身。随着时间的变迁,他们很可能变得更成熟了,有了其他的好朋友或者也有另一半了。兴许你还会有几位单身朋友陪伴你去“猎男”。假如你的朋友都已经名花有主,而她们又没有提出要在她们的另一半的朋友圈里给你介绍个男朋友——那么你就该出去找些新朋友,或者试着加入一些你从未涉足的社会圈子。下班后和同事们一起出去,答应和兄弟姐妹的朋友们一起进市区玩,或参加健身会举办的社交活动。对于你来说,是很难一开始就适

应去酒吧或夜总会的,除非那些专门为单身人士设立的。你的自信在一场痛苦的离婚后已经摇摇欲坠了,独身走进挤满男人的酒吧会促使它更快崩溃的。

寻找新伴侣

除非分手是双方共同的决定,不然其中一方一定比另一方更早做好开始约会的准备。即使你们都同意双方之间已经在成长中有了分歧而需要分开,但总会有其中一位更加怀念过去。因此双方应该谨慎礼貌地开始单身生活。不要在共同的朋友面前吹嘘战绩,或者到前夫经常出没的地方炫耀新情郎。当你发现前任情人找到了情趣相投的新伴侣时,难免会感到伤感。你会感到痛苦、内疚以及想过多的“也许”。但是生活还会继续,如果你们真的是天造地设的一对,那么最终还是会走到一起。尽量不要对约会对象过于苛刻地品头论足或者不加考虑地排除和他在一起的可能性。将精力集中在自己身上。只要你没有孩子,就可以安心地安排新约会,不用担心方法、人物和时间。当你遇上了新的伴侣,如果他有所疑问,你要以实相告。你不会希望在双方关系越来越靠近时费神去收回自己编出的一个个谎言。

梅尔,40岁

“向我第一任丈夫提出离婚是我有生以来做过的最痛苦的事情。我仍然喜欢他;只是不再爱他了。我不仅要应付后悔和悲伤的情绪,还要面对自己执意任性提出离婚的自责。我有很长一段时间无法再和别人约会(或发生性关系),即便真正遇到一位特别的人并且想和他在一起的时候,我仍然有很多担忧。我担心新伴侣会认为我是个专门伤害男人、不守承诺的淫妇。幸好他能相信我,我们现在已经结婚十年了。”





如果你有孩子.....

孩子永远都是最重要的。我八岁时双亲就离婚了。母亲一直有约会,我却被蒙在鼓里,直到她介绍我认识她将要嫁给的男人。这样做挺明智的,我母亲并不想让我们认识一串不一定会进入我们生活的男人。我们在精神上受的创伤已经够多的了。她的确有出去约会——但却从不过夜,我们就大可不必对着陌生人吃早餐。走另一个极端也是悲哀的——为了孩子而对一切浪漫的相遇不予理会并不是好办法,你总不希望为此开始怨恨他们吧。总有一日孩子们会长大的,大胆地前进去爱吧。

与新人进入正式关系时

不要在旧情人面前罗列分手后所有曾和你发生过关系的汤姆、狄克和哈里。但是一旦真正爱上了某君,你应该出于礼貌通知你的前任。同样地,当他把将要同居或结婚的消息通知你时,尽量表现从容并表示祝福,但别提邀请的事儿。

那边的草更绿

从一段稳定的关系到单身一人,你将会后悔自己的选择(如果你是抛弃他人的那位)或者陷入进一步的低沉情绪中(如果你是被抛弃的那位)。不要惊慌地以为这种状况将永远持续下去。当你面对一群讨厌的未婚男人时,你将会怀念过去的美好光阴。突然间,所有的争吵、对方的蛮横跋扈和邋邋遢遢都可以忽略不计,你只记得当时的亲密无间。但是只有懒惰的摩登女孩才会滞留在一段不健康的关系中,而充实的摩登女孩则不会。不要在将来重复着过去。

打好基础

1. 首先,我们要现实地看到:没有人想要一个处在混沌状

态的你——无论是内在还是外在的。一段关系只有在你能更多地付出,而不是只顾感到绝望、自我怀疑或盲目恐慌时才能进一步发展。

2. 你的衣橱也需要一番修饰。头几次约会的穿着都是同一身打扮会显得你本人没有水平。所以你需要几套备用的衣服,例如,衣服上不能有烤肉污渍,也不能是透明的裙子(暗示性太强)。另外,还需要检查一下你的内衣——这在第五章将会有更深入的探讨。

3. 你的积蓄也许会受到一定影响,那么把用在家居用品、旅游、朋友的生日礼物(他们会理解的)的钱省下来尽数花在购买酒壮胆、健身会员卡和那件令你胸部看上去棒极了的紧身上衣上吧。但老实说,越来越多的男人喜欢经济上独立的女孩,这表示她们更能把持住自己。当然了,除非你想傍上(并抓住)一个大款。这一点在后面也会有进一步说明。

4. 你的身体状况应该达到最佳状态。成功的搭讪,以及将来有希望发生的约会总伴着大量的酒精、晚归和沉重的压力。他会这样吗?他不会这样吗?我该不该在第一次约会中穿上耐热睡衣在吊灯下摆弄摆弄呢?以上的所有问题都会给免疫系统带来冲击,所以最好在筋疲力尽前开始服用维他命丸。尝试投入一些资金买那种“女强人”处方——这药方不但有助于你的身体,还会让你在买药时感到很有地位。

5. 要为任何有可能开始的关系预留你的时间。现在或许不是开始上夜校或者收养一个孤儿的时候。让你的新伴侣拥有占据了你的世界中心的感觉是非常重要的,除非你已经钓到他的心了。

6. 不要为了新的爱情而完全忘掉了自己的工作。如果幸运的话,你或许能碰上一位有同情心的老板,对你那因做白日梦而雾蒙蒙的眼神和讲电话时脸红耳赤的傻笑视而不见。如果你的老板并不是这么善良的话,那就要集中精神了,朋友——你经不起为此失去你的职业和个人声誉。我老板最近将我们杂志社的





工作比作是全伦敦最好的避孕药——我们实在太忙了，根本没有空去幻想性，更别提实际上拥有它了。

注意：情侣关系初期应步步为营。千万别为了一位“可能的如意郎君”的一句：“你下个星期四有空吗？”就犯下抛弃身边的死党这一致命错误。你将会在这位“可能的如意郎君”的另一句：“我觉得我们追求的是不同的东西”时极度需要他们的。他们绝对有权利删除你的电邮地址和烧了你相片，如果他们没有这样做的话，你或许还可以找回他们。摩登女孩决不会抛弃自己的朋友。一段关系会改变很多东西，因此在最初阶段要步步小心。

7. 让你的家人别多管闲事——再没有什么事情比你妈妈想知道你的新同伴在床上表现如何更能消退你的激情了。我从未试过那么快地对一个男人失去兴趣，直到我阿姨建议我和我的新同伴在尝试不同的做爱方法前不要发生性行为。真恶心！我不想去想像我双亲间发生性行为，更加不想他们想像我这样做。建议大家尝试在双亲每年去度假的时候，寻找一段激情的艳遇。

找寻共犯

单身朋友在以下几个方面是很有用的：

- ☼ 她们让你自觉很正常。
- ☼ 她们和你一样不喜欢花园式家具，所以你可以和她们谈些重要的事情。
- ☼ 她们在周五晚上有空。
- ☼ 她们觉得花四小时打扮出门是合理的。
- ☼ 她们不像已经有伴儿的朋友那样觉得夜总会肮脏、标价

太高以及充满失败的人。事实上她们认为那里的音乐很好听并且有调得更好的鸡尾酒。

注意：时刻记得你处在竞争当中。除非你心目中的完美男人是个金发密歇根侏儒而你的朋友只喜欢七尺高的爱斯基摩人，不然你们一定会有过几次喜欢上同一个男人的时候。这会导致朋友间的怨恨、恐惧和频繁的“脱掉上衣来打我呀”式的争吵。所以在和一群直来直去的女孩出去钓男人时，一定要事先做好协调工作。

猎食规则

在所有的古老传统里，最具争议的一条规则是：“我先看见他的，所以他是我的人。我不管他是不是我喜欢的类型，或者他有没有请你喝酒。当你还在向罗杰卖弄风骚时我就已经说了我喜欢那个男人了。听清楚了吗？”所有想在找寻约会伴侣时和朋友保持友好关系的人应时刻注意以下的方针：

注意：出去逛街时要选择那些你可以信赖的女生做伴。在我众多朋友当中，有一个女孩，她甚至不能忍受在别人的约会中受到忽视。有些女孩似乎很需要从朋友那里得到被男人注意的放心保证，并且只会在一个男人被别人盯上了的时候才会采取行动。

遇过，做过

无论你有什么需要（我不会说绝望——摩登女孩是不会这样的），也不要和朋友的前任情人约会。在某一时刻这或许是个





不错的主意——至少你知道他们干过些什么。(例如在你的朋友的车子里做过,天啊,恶心!)还知道他们曾经和谁在一起,这些在如今注重性意识的社会里会是好事情。然而实际上并不是这样的。处理新情人的狡猾旧女友已经够麻烦了。想像一下你还无法避免地要谈起他的旧情人,因为那是你的朋友。作为一个讲义气的朋友你不能要求男伴告诉你:你和你朋友的胸部哪个比较大;她在做爱的时候是不是比较安静;甚至她是否曾经把你男友迷得神魂颠倒。

宁愿选择一个你认识的恶魔?

趁我们还在谈论前任情人这一话题,让我们快速地谈谈你自己的前任吧。冬天快要过去了,或许情人节就在眼前,又或者你的女朋友们都订好了夏天假期的安排,而你幻想一趟印度洋浪漫之旅。千万不要,千万不要打电话给你的前任情人,你知道他对你还有感觉——因为他在喝醉酒的时候跟你的朋友说了,而且人人都知道他在深夜里给你的电话机里留言恳求你回到他身边。有些人觉得和认识的恶魔在一起比较好,但我会反驳他们,我觉得熟悉会带来相互间的蔑视与不敬。相信新的开始新的感情是挺好的,但是累赘仍然是累赘。即使你们在分手五年后又复合了,他还说他已经忘了以前你的那次出轨,然而事情没有那么简单。当情感又陷入相互指责的阶段时,你过去所犯的错误将被旧事重提让你不得安宁。另外在这种复合的新情绪下,你是否真正做到体谅他爱赌、跋扈和他那过分专注于母亲的习惯呢?总体来说,反对和前任情人约会的论点就和你经期前的情绪不定一样,是很有道理的。虽然并不是说复合一定行不通,但何不利利用一个对你仍有兴趣的前任情人来提升你的自信,让你知道男人还是觉得你很吸引人的呢?那么花些时间找出以前的关系有哪些适合和不适合你的地方,然后出去找一位让你没有负