

Zou Xiang Nan Ren

祝你成功系列

麦迪 / 编著

走向

男人

一本写给女
的书

中国戏剧出版社

祝你成功丛书·

走向男人

——一本写给女人的书

麦迪/编著

1996. 11

图书在版编目(CIP)数据

走向男人、走向女人/麦迪编著. 北京:中国戏剧出版社, 1996. 11

(祝你成功系列)

ISBN 7-104-00819-5/J·364

I. 走… II. 麦… III. ①妇女学-普及读物 ②男性-研究-普及读物 IV. D440

中国版本图书馆 CIP 数据核字(96)第 21999 号

祝你成功系列——走向男人、走向女人

编著:麦 迪

责任编辑:张 洁

装帧设计:李法明

出版发行:中国戏剧出版社

社址:北京海淀区大钟寺甲 81 号

印刷:天津市房地产管理局印刷所

经销:新华书店北京发行所

开本:850×1168 1/32

字数:400 千字 印张:18 印数:1-5000

版次:1996 年 11 月北京第 1 版第 1 次印刷

ISBN 7-104-00819-5/J·364

定价:25.60 元(上、下册)

目 录

第一章 男人究竟是用什么做成的

- 你只有更多地了解男人的身体，你才能了解男人、懂得男人，理解他们的心理和其它方方面面。
- 典型的男子汉有一种取之不尽的、不仅能忍受痛苦而且还能禁得住任何感情打击的能力。
- 成年男人摹仿他们心目中英雄的劲头决不亚于孩童时代，新闻英雄、体育英雄、电视电影英雄都可以而正在融入大多数男人日新月异的外表形象里。
- 大多数现代男人并不是在真正的运动中受到伤害，而是在观战的时刻流下鲜血，这种流血在灵魂上留下的印记较之于场上的流血毫不逊色。
- 必须告诉你这个男人共同的秘密：男人时常是胆小的，有时他们还会魂飞魄散。
- 重新获得真正的自我将给男人的生活带来新的危机，因为他已经习惯了那充满矛盾的生活。

1. 阳刚之气与生俱来吗 (1)
2. 和你不同的身体 (6)
3. 向英雄看齐 (14)
4. 运动场——男人显示能力的地方 (24)
5. 男人：顾此失彼 (28)

第二章 男人的魅力

- 如果一个男人喜欢他的双腿，那是因为它们能干，能快

速敏捷地移动他的身躯。

● 越来越多的男人会明白，女人是被他们的内在自我所吸引这一真谛。所以许多男人认为，自己不大走运，是因为自己的气质不好。

● 男子的真正魅力在于他的男子气概杂揉着些许女性温柔。男性的品质绝对地集中于一个人身上，这种极端的片面性就会令人望而生畏。

● 灵牙利爪正是雄狮的最可贵的性别特征，也是雄狮富于战斗力的象征，它们一旦失去，雄性的魅力也就会随之荡然无存。

1. 形象的魅力 (37)
2. 气质的魅力 (42)
3. 魅力是一种艺术 (48)
4. 雌化——男性魅力的误区 (52)

第三章 破解男人的奥秘

● 男人究竟在想些什么？其实他脑子里想的和你一样：自由……快乐……爱情……总之，什么都想。

● 他的思慕与清规戒律对他的要求在内心不断斗争，使他的感情像一座活火山。

● 无数的男人把大多数女人看作是只存在幻想中的、神秘的、辉煌灿烂的、可望不可及的东西。

1. 神奇的大脑 (56)
2. 识破男人的假面 (67)
3. 时刻处于紧张状态中的男人 (73)

第四章 恋爱中的男人

● 对于男人来说，“给”会比“得”给他带来更多的愉快，这不是因为“给”是一种牺牲，而是因为通过“给”表现了

他善于爱的意志力量。

● 绝顶的美貌令人兴奋激动，但吓跑了爱情。理想的女人是一个善于表达爱的女人。

● 没有一个人能同时深深地、忘我而热烈地爱两个或三个人。

● 那些在海上航行的水手都深知，他们勿须讲地方土语，就会诱惑女人。爱情的语言放之四海而皆准。

● 男人可能自觉不自觉地在他自己周围筑起一道围墙，将他的依赖性隐匿在诸如虚张声势、倔强或坚定的独立性等一系列男性虚构之中。

1. 男人这样看爱情 (82)
2. 爱情游戏的规则：爱情不能分享 (90)
3. 求爱 (93)
4. 恋爱的五个阶段 (98)
5. 他对你依赖 (107)

第五章 婚姻中的男人

● 在某种程度上，每一个人都是感情的懦夫，每个人都渴求爱情。男人和女人都希望结婚能使他们重温孩童时代得到的家庭的愛。

● 男子也追求一个幻想中的妻子，一个十分宽容的、可爱的、能理解人的、母亲似的、情人般的妻子，一个会理家的电影明星。

● 在男人看来，与妻子商量就意味着他没有独立行事的自由，这会让他感到自己像个孩子，是个怕老婆的人。

● 男人关心的是找到解除困境的办法。女人常常需要的不是具体的办法，而是感情上的支持和慰藉。

● 多数男子都觉得只有他自己才缺乏某种做爱的技巧，而其他人掌握了这种技巧。

● 对待浪漫成性的婚姻对象，即使再三宽容，三番五次忍

让之后，终归使人厌倦，最后唯有离异。

1. 婚姻意味着什么 (111)
2. 夫妻间的冲突 (121)
3. 夫妻间语言交流的误区 (127)
4. 婚姻中的性与爱 (132)
5. 丈夫类的心理 (138)
6. 男人的婚外恋 (143)
7. 婚姻的破裂 (147)

第六章 为人之父

● 你将履行你的职责，可他会履行他的职责吗？他真的想要孩子吗？他会成为一个好爸爸吗？

● 他成了另一种意义上的父亲，他在广义上的男性世界里的崭新地位将更为深广而又不同往昔。

● 战斗对父亲是相当重要的，然而他们都珍惜暂时的休战并渴求永久的和平。

● 当他被做父亲的那种全新的情感所激动时，他也会象你一样热情洋溢、精神倍增。

● 男人对待流产的态度正在发生变化，而且变化迅速。年青男子远远不象他们的父辈可能会有的那样为流产忧心忡忡。

1. 当爸爸的真正心理 (159)
2. 生儿育女 (167)
3. 新的冲突 (175)
4. 世界性的话题：堕胎 (180)
5. 单身情结 (182)

第七章 工作中的男人

● 对大部分女人来说，工作是达到目的的一种手段；而对大部分男人来说工作本身就是目的。

● 面对这些威胁，男人们似乎比在原始丛林中面对一头狮子更加精神紧张，小心翼翼。

● 在一个动荡不息的世界里，男人们是没有安宁的。他们最渴求的东西正是他们最不愿承认他们在渴求的东西：这就是安常处顺的生活。

● “胜利并不是最重要的，但却是唯一的道路。”

● 工作中的男子在同女子竞争时，往往比同其他的男子竞争更残忍，更不讲道德。

● 在总经理们列出为他们的工作所必需的最重要的条件时，他们都一致把“合适的”女秘书放在首位。

1. 男人就得干活 (188)
2. 干大事业的男人 (192)
3. 工作中的挣扎 (203)
4. 和女人一起工作 (214)
5. 解放自己，解放男人 (226)

第八章 男人的交际世界

● 男人们在互相畅叙一通友情之后，总是抱怨自己没有朋友。

● 决不可将自己的妻子或女友托付给任何人去照顾，哪怕是最好的朋友也罢。

● 友谊仍是有一定界限的，这在竞争的场合尤为明显。在这里，你的荣辱、沉浮靠的是本事而非友谊。

● 在男人看来，能够成功地把握住一个女人，就是在一定程度上把握了整个世界。

● 跟女人在一起，男人更乐意解除戒备，暴露他的弱点，泄露他的蠢笨、差错，说出他不成熟的想法和他异想天开的幻想。

1. 男人的世界里都有谁 (228)
2. 真情挚意的失落 (238)

- 3. 男人的交友过程 (245)
- 4. 男人部落 (250)
- 5. 红粉知己 (255)

第九章 男人的健康与运动

- 尽管一瓶又一瓶地喝酒，男人也不比女人更能容纳酒精。
- 通过举重和健美体操来定点减肥对男人来说跟对女子一样是行不通的。
- 一个男子如果希望最大限度地享用自己的生命，有些事情他恐怕不得不去做。

- 1. 维持男人健康的因素 (261)
- 2. 影响男性健康的因素 (267)
- 3. 他关心的体重 (272)
- 4. 运动与他的健康 (276)

第一章 男人究竟是用什么做成的

1. 阳刚之气与生俱来吗？

大多数正常的男人，如果被迫穿上女人的衣裳，他会立刻毛骨悚然，冒出一身冷汗；如果你说他一句“没有男人味”，他会立即勃然大怒，认为这是对他最大的侮辱。对他来说，男人就意味着体格强健、争强好斗、独立自主，能够战胜一切困难，主宰世界。然而男人身上的这些阳刚之气，是生而有之呢，还是后天形成的呢？

神秘的 Y 染色体

从根源上讲，男女之间的所有差别，都是由人体细胞中的性染色体决定的。人体的每个细胞都拥有 46 条染色体，（精子和卵子除外，它们各有 23 条染色体。当卵子受精后融合成一个细胞时，它又有了 46 条染色体）。单个细胞之所以变化为人，靠的就是这 46 条染色体负载的基因，其中有两条是载有决定性别信息的性染色体。女性的两条染色体是相同的，用 XX 表示；男性的两条染色体中有一条和女性相同，另一条则不一样，用 XY 表示，其中 X 染色体是两条染色体中较大的一条，它满载着正常生活必须的基因，小的 Y 染色体似乎只承载着决定男性性别的基因。如果进入卵子的精虫带有 X 染色体，它同母体的 X 染色

体结合就会生成女孩；但如果载有 Y 染色体，它同母体内的 X 染色体结合就会生成男孩。那么 Y 染色体是否会令男人的行为与女人不同呢？

现在还没有一个准确而肯定的答案，至少在日常熟知的行为及表现上我们认识到：Y 染色体并不使男人逞强霸道，自命优越，它和男人的好奇心、自主精神和脾气等也不甚相干。

塔哈姆布里是新几内亚的一个原始部落，那里是女人的天下。人们虽然有理由相信并非每一个塔哈姆布里的妇女生来就具有支配男人、组织各种活动、管理各项事务等秉性，但性欲旺盛、讲求实际、冷静客观等特征，却是塔哈姆布里的女孩长大后都具有的。虽然有确凿的证据表明并非每一个塔哈姆布里的男人生来就只能在为女人特设的舞台上扮演一个纤细的配角，然而大多数塔哈姆布里男孩却总是表现出卖弄风情和温柔纤巧的性格。

睾丸素

目前，对这一领域的研究已经取得了新的实质性的成果。基因学家已经发现，虽然在胚胎期就开始生成的睾丸要到青春期才产生精子，但它一经成形，也就是胚胎发育到第六个星期时，它就开始制造出一种雄性荷尔蒙——睾丸素。科学家们怀疑正是睾丸素促成了胚胎性别的转变，如果缺少了睾丸素，胚胎就将发育成一个女婴。

科学家们现在确信，在睾丸素的很多作用中，有一个作用主宰着男人的性意识和性行为。体内正常的荷尔蒙浓度使男人有正常的自我意识。如果在胚胎期头三个月内睾丸素分泌过少，将会使一个男人将来的男子气大打折扣，在他的潜意识中，他会觉得自己是一个囿于男人躯壳内的女人；而过剩的睾丸素则可能导致过大的性“胃口”和性暴力。

在胚胎期释放出的睾丸素是否还有其他深远的影响？美国的心理荷尔蒙研究专家莫尼博士和他的同仁们发现，在胎儿发育的一个关键时期内，偶然地或阴差阳错地接触了雄性荷尔蒙的女孩不仅长有与男孩性器官相似的性器官，而且她们的行为也酷似男孩，其中许多人还有出人意意外的高智商。不过，没有几个科学家愿意和盘接受莫尼博士的观点，即认为出生前短时地接触雄性荷尔蒙就会对一个女人的智力和行为产生终生的影响，他们觉得他取证的规模太小，还怀疑他评估阳刚行为和阴柔行为的方法不十分正确。

但莫尼博士经过更深入地研究，用大量严密的事实证实了自己的观点，即受睾丸素影响的大脑通常比没有受过睾丸素影响的大脑拥有更高的智商和更阳刚的行为。莫尼博士的发现后来得到了其他科学家类似研究的佐证。

莫尼博士和他的同仁们把阳刚行为同阴柔行为区分开来的标准，是看一个孩子是否非常地好动不宁和具有彻头彻尾的男孩子行为。例如，是否喜欢长裤而不喜欢裙子，是否喜欢在男孩子堆里玩而不喜欢在女孩子堆里玩。他们发现，无论用什么标准衡量，男孩都更富于攻击性，他们动辄打架、躁动不宁、爱做攻击他人的梦而乐此不疲，解决那些考验三维感觉的问题时也总是技高一等。相反，女孩则擅长掌握语言概念、进行类比以及对付所有涉及语言理解能力的工作。

当然，这些研究目前尚处在理论阶段，研究的结果还没有实物给予充分证明，但它多少暗示出：荷尔蒙自从发育伊始，就已影响大脑。这些研究还首次揭示性激素，特别是睾丸素不仅造成了性器官的不同，而且也使男人和女人在感知周围世界以及各自的性行为中具有微妙的区别。

男人是小狗尾巴

男孩是什么？

蛇和蜗牛

再加小狗尾巴。

女孩是什么？

糖和香料

再加各种美物。

这首童谣在竭力告诉我们男孩和女孩的差别，但造物主却常常作弄人：出世的婴儿有时既不是截然分明的男孩，也不是截然分明的女孩；既不是活泼淘气的小狗尾巴，也不是温柔沉静的各种美物。这种情形叫做雌雄同体，也就是人们所说的阴阳人。出现这种情况，是胚胎的荷尔蒙指令发生混乱的结果。

两性同体婴孩后来的前途如何？这要看他们父母的喜好和问诊的医生是如何决定的，有的父母要把孩子当男孩抚养，有的要当女孩抚养。莫尼博士曾经给若干有雌雄同体孩子的父母们提供过咨询意见，他说：打个比方，一个人用一块泥土可以塑造出个男神，也可以塑造出个女神来。不论从哪个角度来看，这都是造物主作弄人，一个生物连性别也操纵在别人手里，这不能不说是个悲剧，这对人的自尊心是个很大的打击，所以相当一部分两性人性格乖戾并不是偶然的。

有两例带有雄性基因的雌雄同体病人（即阴阳人）出生时即患有肾上腺综合症：其中一人经过女性化手术——她的阴蒂被削小了、其余的外生殖器官也被修改成了地道的女性阴部模样被当作女孩来抚养；另外那一个则经过了“阴茎修补术”，那小孩被当作一名男孩来抚养。据莫尼说，这两人长大后的性身份都是确

证无疑的。她母亲报告说，那姑娘只是有点儿顽皮，但是她“对于熟知她的人来说还是温柔迷人的”；而那男孩也毫无障碍地加入了男孩子群。莫尼说，这孩子还对女孩子表现出了罗曼蒂克的兴趣呢——尽管他体内的每一个细胞都带有女性的染色体组合，即 XX。

雄性基因和雄性荷尔蒙并不是导致阳刚之气的决定因素，还应把父母和社会的影响考虑进去。

我们可以从此类研究中得出一些结论的话，那就是：雄性基因和雄性荷尔蒙并不是导致阳刚之气的决定因素，还应把父母和社会的影响考虑进去。在很大程度上，男孩之所以有男孩的行为，女孩之所以有女孩的行为，取决于他们被教给了什么，他们被允许干什么和他们是怎样认识自己的。并不是雄性基因和雄性荷尔蒙不准男孩子穿裙子或玩洋娃娃的，而是父母们不准，至少我们认为是这么回事。

这一观点在另一个病例中找到了最佳证明。一个发育正常的男孩在一次包皮环切手术事故中失去了阴茎，那时他刚满七个月。出事前他一直是像任何正常的孩子那样和他的孪生兄弟一起被抚养的。

出事后的十个月内，他的父母拿他与他的兄弟一样对待，两个孩子渐渐活跃起来并开始蹒跚学步。他们对于玩洋娃娃、收拾屋子或是其他传统上由女性从事的活动不屑一顾。后来，在专门给生殖器异常的孩子确定性别的专家建议下，父母准许了把这男孩改变成女孩。经过一次手术，改变了男孩的生殖器，他的父母也开始拿他当女孩来抚养，不出数月，他们新改成的女儿就在父

母的教导下逐渐学会了女性的行为。她有了收拾打扮的兴趣，比她的兄弟整洁多了，她同父母的交往方式也与弟弟迥然不同。

现在她已进入青春期，假如医疗方案还在执行的话，那么她正在接受雌性荷尔蒙，这将使她的乳房鼓起，臀部胀大，使她完全具备女性的表象特征，也将基本上完成自她出生后十七个月时即已开始的女性化疗程，她将永远不能生育，也将永无月经，然而她会无疑地拿自己当女人看待。

这一病例充分证明，性身份并不仅仅由染色体决定。阳刚角色与阴柔角色，以及与之伴随而来的行为也不是永恒不变的。它们可以被修改，可以随着社会、经历和知识的变化而被完全扭转过来。当然，男人和女人之间基本的解剖区别虽然可以用手术和激素疗法加以改变，但是，什么东西也改变不了我们每一个细胞内那规定性别的染色体。

如果有一条染色体是 Y 而且没有任何阻止睾丸素产生的影响，那么婴儿自出生时起就有响应父母亲的指点的潜能，这种指点有时是温和的，有时却不那么客气，孩子就在这样的指点下进入男性角色。

2. 和你不同的身体

每一个女人都会想一些有关男人身体的问题。一般说来，在没有结婚之前，女人对男人身体几乎是一无所知。她们仅能从邻家小男孩的身上、几张教学挂图上以及尴尬羞涩的生物课教师吞吞吐吐的费力讲解中，得到一些模糊的印象。

结婚以后，她们对男人身体和身体各部分的功能的许多细节，更感到不可思议。诸如：他的一个睾丸吊在另一个睾丸的侧下方，这正常吗？他总是掉头发，这是不是意味着生殖能力正在

下降？他为什么得腰疼病和溃疡？他为什么会始料不及地勃然大怒？他身上的哪一部分最敏感？为什么他有本事把你一口气从一楼背上六楼，却没有本事勃起？……如此等等。

但所有这些问题，她们都只是想一想而已，绝对闭口不问。很显然，这类问题会使一个男人下不了台，还可能会使他感到不安。即使你鼓足了勇气，问某个男人一个关于他身体的问题，他一定答不出个子丑寅卯来，甚至还会顿起疑心，害怕你拿他和你了解的其他某个男人比较。因此，到底他的身体为什么会是那样，为什么要那样运行，常常总是无人谈论，因而也就无人知晓。

你也许会说，一个男人的身体到底是什么样儿的，那最好还是让他自己去了解算了。其实，这话很不对。你只有更多地了解男人的身体，你才能了解男人、懂得男人……

**你只有更多地了解男人的身体，你才能
了解男人、懂得男人……**

亚当和夏娃看到了什么

在《圣经》故事中，亚当和夏娃是我们的祖先。他们吃了禁果之后，眼睛顿时变得明亮起来，他们“这才发现自己是赤身裸体，感到很是羞愧”——《圣经》上这样说。

正当和夏娃为什么羞愧，他们突然变得明亮的眼睛看到了什么？要想彻底破解这一神话原型的寓意，是一件费力不讨好的事情。但我们可以想象，他们看到两人不同的身体是多么的诧异：他们认识到了两人的差别，知道了他俩属于不同的性别——男人和女人。而认清这一点的前提是他们偷吃了禁果，这在基督教的

教义中被称为原罪。他们身体的最大差别，当然是性部位的差别，所以他们赶紧用无花果树的叶子将它遮挡起来。这一差别成为人的第一性征。

在我们的孩童时代，几乎和伊甸园里的祖先一样，对两性的差别混沌无知。只是到了弗洛伊德所谓的“潜伏期”时，才突然对两性显眼的差别变得不安起来，这时，孩子们无一例外的开始向父母要求穿衣蔽体。浴室的门第一次要关上了，他们宣称自己已经长大，能自己洗澡了。穿衣服也开始去一些僻静无人的角落。

他们确实已经长大了，长成了堂堂的男子汉，随着形体的变化，他们的身体也具有了新的意义。这时，如果他们还像孩童时代一样，随意暴露自己的身体，就会被认为是羞耻的。

他与你的区别

在大多数女人眼里，男人体的形象总是与性的形象和观看男人从事体育活动或神气地走下海滩的形象交织在一起的。在初恋和初次性经历之间的某个时期，“理想的男人”在你心中的形象已经凸现。通常，他魁梧健壮，就像所有那些阔步从银幕上走过，把女人拥进自己怀抱的英俊男人一样。但十有八九，当你亲眼看见一个男人的肉体，你的这些幻想就会破灭。当然，大多数女人当时并没有觉察到这一点，因为她们的心里在忙着其他事呢。

现在来仔细地看看他吧。

一般说来，男人的肩膀要比你的宽阔些，而他的臀部要窄些。他的肌肉比你的多，手掌比你的大，拇指比你的粗，头颅比你的深厚，骨骼比你的沉实，声音比你的低沉，肺叶比你的大，血细胞也比你的多。不过他身上毛发的数目同你的一样，虽然有