

知从书

男女之道



曾佳孝行远

著

『女人篇』

从现代心理学更为人性化的角度
解读女性的价值观、爱情观、婚姻观，
以生动翔实的生活场景昭示：

欢娱的性爱和适度的『风骚』

令女人充满活力，光彩照人；

将上天赋予的母性发挥到极致。

女人就会散发出令男人折服的水恒美；
人生路漫漫，洗却铅华的旅途上的女人

更令男人心动。

每一篇都蕴含一个浅显而又深邃的观点。

其精妙之处在于：

让女人更了解自己

让男人更了解女人。

上

花城出版社

男女之道

上

曾佳

李行远

著

以现代心理学理论为出发点，自问自答，
 解答女性的价值观、爱情观、婚姻观、
 以生动翔实的生活情景暗示：
 爱情的性爱和适度的“风骚”
 令女人充满活力，光彩照人；
 加上天降子的母性发挥到极致，
 女人就会散发出令男人折服的永恒美；
 人生路漫漫，洗却铅华的旅途上的女人

每一章都带有一个启示，
 而又深邃的观点，
 其精彩之处在于：
 让女人了解自己，
 让男人更了解女人。



图书在版编目 (CIP) 数据

男女之道 (上、下册)

郑铨, 曾佳, 李行远著

- 广州: 花城出版社. 2001. 12

ISBN 7-5360-3728-7

I. 男 ...

II. ①郑 ... ②曾 ... ③李 ...

III. 散文 - 作品集 - 中国 - 当代

IV. I267

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2001) 第 093383 号

出版发行 花城出版社

(广州市环市东路水荫路 11 号)

经 销 广东新华发行集团股份有限公司

印 刷 广东省农垦总局印刷厂

(广州天河粤垦路 88 号)

开 本 889×1194 毫米 32 开

印 张 19.125 1 插页

字 数 400,000 字

版 次 2002 年 1 月第 1 版 2002 年 1 月第 1 次印刷

印 数 8000 册

书 号 ISBN 7-5360-3728-7/I·3051

定 价 (全二册) 38.00 元

如发现印装质量问题, 请直接与印刷厂联系调换。



第一辑 生命与爱

珍爱生命·····	2
爱的祈祷·····	5
爱渴望回报·····	7
色情与风情·····	9
爱情的“门当户对”·····	11
同情不等于爱情·····	14
爱的疑问·····	17
爱的缘份·····	20
保持生命的活力·····	22
女人眼中的性·····	25
性爱是生命的源泉·····	27
提升性趣·····	29
“伟哥”与“伟姐”·····	32
性的误区·····	34
消解“性懒惰”·····	36
自我保护·····	39
生命艺术家·····	42
让幻想滋润生命·····	45
健康风景线·····	48

第二辑 婚姻是篱笆墙中的园地

夫妻对话·····	52
琐事之争与大事之辨·····	55
肌肤相亲·····	58
离开这个男人·····	61
给爱情加点友情·····	64
不要轻言“离”·····	67
真爱何处寻·····	69
试婚无情·····	72
出轨的欲望·····	75
诱人的婚外恋·····	78
透视婚外恋·····	80
婚姻杀手·····	83
给婚姻松绑·····	86
家庭是一个可以自由踱步的庭院·····	89
“绝代佳人”·····	92
健康之爱·····	95
有欲有求·····	98
女人的依赖·····	101
别落在后头·····	103
了解男人的动机·····	105



各自保留一片蓝天·····108

保持浪漫·····111

做幸福婚姻的掘金人·····114

第三辑 友情让生命更充实

女人的友谊·····118

“找呀找，找到一个好朋友”·····120

“有心”·····123

女人的故事·····126

保密与分享·····129

细微之处显温情·····132

不和他计较·····134

别自我禁锢·····137

嫉妒，还是欣赏·····139

友情与爱情（一）·····141

友情与爱情（二）·····143

第四辑 开发心灵智慧

阳光女人·····146

女性的优势·····148

请欣赏我·····	150
摆脱男性文化的阴影·····	152
动人的赞美·····	154
简化生活·····	156
心有偶像·····	159
追求完整·····	162
具备双性气质·····	165
理解独身·····	168
情爱更新·····	171
通情达理·····	174
静心则养身·····	177
青春心态·····	180
善待自己·····	183
释放愉快·····	186
情绪失调与抑郁症·····	189
消除精神倦怠感·····	191
女人与嫉妒·····	193
挥别烦恼·····	196
守护心境·····	199
化解愤怒情绪·····	201
生命无价·····	204
微笑人生·····	207



撒娇的权利·····	209
学会忘却·····	211
多换几个脑袋·····	213
快乐的单身女人·····	216
女人要勇敢·····	218
走出情绪低谷·····	221
别揭短·····	224
学会听真话·····	226
女人的智慧·····	228

第五辑 工作着是美丽的

工作着是美丽的·····	232
活得更精彩·····	235
知足常乐·····	237
女人与时间·····	240
旅途上的女人·····	242
自信是自由飞翔的翅膀·····	245
如何面对挑战·····	248
为出发的女人喝彩·····	250
做一天懒女人·····	252

第六辑 心明如镜

女性的宽容·····	256
平庸也是福·····	259
爱哭的女人·····	262
女人与金钱·····	265
别做爱炫耀的女人·····	268
学会珍惜·····	271
女人的才华·····	274
女人的情趣·····	276
潇洒的女人·····	278
孤芳自赏·····	281
我有一个家·····	283
女人还是应该做母亲·····	286
养育孩子需要大智慧·····	289
成熟的魅力·····	292

男女
之道

第一辑

生命与爱

生命之所以值得我们珍爱，不管它承受的是苦难还是幸福，首先因为它是我们所能唯一真实拥有的东西。人生于世，独立茫茫，一切的一切都可以视为身外之物，惟独这生命本身，是无论如何也挥之不去的。

爱是一种理想，它值得人去追寻，使人“虽九死而犹未悔”；性虽然是爱的核心，但性不能包容爱的全部。



珍爱 生命

人最宝贵的东西是生命，生命属于我们只有一次。这是我们从小读奥斯特洛夫斯基的小说《钢铁是怎样炼成的》中保尔的名言。我们曾把这段话抄在笔记本上，作为自己的座右铭。但是真正能够体味这段话的时日，还要很久以后才会降临。这是因为，人要在对生命有所体验以后才会懂得珍爱生命。

为什么要珍爱生命？这个问题并不象看起来那样容易回答。贪生怕死是不是珍爱生命？延年益寿就是珍爱生命么？医疗保健是珍爱生命么？作为女性来说，珍爱生命似乎更与珍爱青春有着必然的联系。这些问题都是看似平淡，实则不易回答。

生命，不仅仅是一种生理机能的现象，当生命属于人的时候，它就同时也是一种精神的现象，包含了思维和情感。有人说，生命诚可贵，但为了自由，可以舍弃生命。或曰，不自由，毋宁死。这可以说是对生命之珍爱的极至——为了那种灵肉俱善的生命，也只有这种生命，才是值得珍爱的。

男女之道

生命之所以值得我们珍爱——不管它承受的是苦难还是幸福，首先因为它是我们所能唯一真实拥有的东西。人生于世，独立茫茫，一切的一切都可以视为身外之物，惟独这生命本身，是无论如何也挥之不去的。

当然，人若要舍弃生命也易如反掌。法国哲学家帕斯卡尔说过，人是一棵脆弱的芦苇，只要一滴海水就可以把它淹死。但是因为这棵芦苇是有思想的，因此它比一切可以置它于死地的敌手都要强。这样，容易的事也变得艰难起来。

人到了落日时分，面对晚霞，总会有一种莫名的感伤，多情的女孩更会产生朝华易逝之感。如何才能坦然面对落日，并非是要到老年才产生的问题，但一位智慧老人的诗句却对人很有启迪：“太阳落下是为了新一轮的升起”。人啊人，珍爱的又何止是这一副血肉皮囊。如果不是它盛满了人生的汁液，如果不是它曾经给我们带来那么多的甜蜜、忧伤，如果它不是与其他生命有过那么多的联系，它本身又有什么值得人如此珍爱的呢？！

珍爱生命与其说是一种行为的准则，倒不如说是一种情怀。这种情怀不一定使人坚持晨运、平衡饮食、事事小心，但一定可以使人常怀悲悯之心，使人充溢着一股温仁谦厚的情愫。一生奋斗如鲁迅先生者，尚有“怜子如何不丈夫”之慨叹，何况具有阴柔美的女性，怎能面对生命之易逝不怀有珍惜之情。这种珍惜不是所谓的“妇人之仁”，而是真情流露的心迹，同样有着刚毅笃实的荡气回肠。

有一种不知名的植物，乡下人叫作野山稔的，每逢八月就漫山遍野地盛开，紫红色的花瓣片片染红了夏日的山涧。虽然



是那么朴实，那么粗野地近乎狂放，却能动人衷肠。那是因为它的性格率真无比，它的生命笃实充盈。珍爱生命，就是珍爱生命中的每一片云霞，珍爱飘向我们心头的每一片落叶、每一片花瓣，就是珍爱生活中的每一个今天。

男女
之道爱的
祈祷

生活中不能没有爱，女人的一生更不能缺少爱。

这里所谈的是两性之爱。

爱是一种理想，一种激情。生活在尘世中的人，无论是高贵还是卑微，都有放纵自己理想的权力。而对爱情的理想描述，或是对理想爱情的渴望，就成了人们理想中最诱惑人的领域。爱恋时产生的激情，也成了人们情感体验的高峰。

人从什么时候开始懂得了爱情？人类的始祖亚当和夏娃自从偷吃了知善恶树上的果子，因而有了羞耻之心，应该就懂得了爱情。同时，他们也理所当然地承当起了人类爱的宿命：挡不住的诱惑，受不尽的煎熬。

世世代代生命繁衍不绝，爱也绵延无尽头。

爱欲的核心是性。当人类的祖先从树上来到地下，开始直立行走的时候，他（她）们就发动了人类历史上第一次性行为的大革命——采用面对面的性交姿势。从此，性的美学才有可能产生，眼睛才有可能真正成为爱情的窗口。什么是爱的原动

男女
之道

力，可能有不同的因素，但不可否认的是，性是最重要的源泉和动力。

但是，男人和女人对爱和性的理解有许多不同之处。对于女人来说，她们爱的原动力更多地是对理想的追寻，是把爱的客体理想化。古往今来，有多少柔弱女子，为了爱的理想，不惜变成了扑火的飞蛾、填海的精卫。

女性天生敏感于爱的激情，两情相悦，心灵的颤栗是她攀上的最高峰；此刻，肉体的需要反而降到了其次。法国作家司汤达说：“一些纯情和柔弱的女子对肉体的欢爱几乎一无所知；可以说她们几乎根本就没有这种体会，甚至可以说，激情之爱达到狂热时，几乎使人忘却了肉体的欢愉。”

诚哉斯言！尽管他说的是十九世纪的情形。

女人对爱的渴望、向往，更多地是象信徒崇拜宗教。她们悉心编织爱的锦衣，无异于信徒向偶像顶礼膜拜。她象信徒一样去祈祷。爱的祈祷，这种祈祷是整个身心的虔诚、投入。她信奉的是不计回报的孤注一掷，是要么被爱，要么去死的决绝。

有人会说，这不是太古典、太浪漫了吗？这已不是梁山伯与祝英台、罗蜜欧与朱丽叶的时代了呀！然而，看似个鸳鸯蝴蝶不应该的年代，可是谁又能摆脱尘世间的情缘，人类的历史只要还在以自己的步伐不断向前，爱情的祈祷也必是这盛大仪式中一个重要的内容。

男女
之道爱渴望
回报

基督的观点是：施比受更有福。

人们爱说的一句话是：爱是付出，不是索取。

站在做人的立场上，这些都是至理名言。但女人要对男人说：爱渴望回报。

渴望回报不同于索取，前者是情感的自尊，后者则包藏了强迫的居心。

用“侠骨柔情”来形容女性的爱情姿态真是再恰当不过。

在爱的萌发过程中，女性常处于被动、矜持，她象温柔的小鸟依人，象攀援在大树上的软藤，她似一朵水莲花不胜凉风的娇羞。但她的生命本质却与此相反，侠骨才是她的真。一旦与对方缔结起了神圣的爱情联盟，她就义无反顾，无私奉献，奉献出她博大的母性关怀。跟随着被流放的丈夫走向白雪茫茫的西伯利亚的俄国十二月党人的妻子，就常使人惊异，人们惊异于这些原来养尊处优的贵族女子，何以有着如此坚忍的个性。

男女
之道

这就是她们侠骨柔情的崇高境界。

男人很容易忽略了女性的侠骨柔情。早先他承诺愿给她当牛做马，愿为她付出哪怕生命。而当钻进了婚姻的城堡，他就变成一个极端的利己主义者。帮你做家务？没门！你生病了要吃药，为你倒杯水都嫌烦，那些琐细的活儿，你自个儿慢慢去磨吧；在外奔忙了一天，回家来谁还有心情听你那缠绵的夜话，更别说在你生日时送一枝玫瑰这么俗气的事情了。

怪道女人的百结柔肠在婚后都化作了“河东狮吼”，她的柔情蜜意被粗枝大叶的火焰燃成了灰烬。

聪明的男人此时才醒悟：爱是渴望回报的。

女人要的回报是非功利的，她的侠骨柔情要放在适当的位置。男人呀，你知道此时该如何？困顿时给她一个关爱的眼神；孤寂时向她一援其手；在她伤心落泪的当口，取出初恋时的情书，忆一段夕阳下的林中漫步；她琐事缠身，你抽五分钟的闲暇给她讲一个笑话……这时，再凶悍的女人都会回复温柔，都会怒气顿消。

不过，这一切很可能都是女性美好的想象，或者说是幻想吧。多数男人是做不到的。人人都说如今谋生不易，谁还有那种骑士的忠诚，谁还讲究那种古典的浪漫呢。

如果你是女人，如果你渴望付出的爱有所回报，你就多想男人平日的好处，对他多一点谅解。比如他一心拼搏，为的是挣一个比较好的家境；比如他疏懒了你，是因为他本性使然，或是不善表达。至于你百般启发，他仍冥顽不化，那就要检讨自己了：是否找了一个不适合你的人？人是难以改变的，除非改变自己，不然的话，快快离去。