

主编 阚国虬
副主编 黄旭

您好丛书

周毅 著

您好

——这令人陶醉的字眼，
包容着广袤的内涵，
囊括着深邃的哲理，
鸣奏着生活美好的旋律，
构筑着人类和谐的交响乐。
朋友，让我们互相握手，说声：
您好！
您好！

中国女性

魅星



福建教育出版社

您好丛书

周 毅 著

中国女性魅点

福建教育出版社 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

中国女性魅力/周毅著 福州: 福建教育出版社, 1999

(您好丛书/阙国虬, 黄旭主编)

ISBN 7-5334-2720-3

I. 中… II. 周… III. 女性-修养-中国 IV. D442.63

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (1999) 第 23311 号

主 编: 阙国虬

副 主 编: 黄 旭

责任编辑: 黄 旭

特约编辑: 陈宗沅

责任校对: 陈皓龄

您好丛书·中国女性魅力

编 著: 周 毅

装帧设计: 林小平

出版发行: 福建教育出版社 (福州梦山巷 27 号 邮编: 350001)

经 销: 各地新华书店

印 刷: 福州市屏山印刷厂 (福州市铜盘路 278 号 邮编: 350003)

开 本: 787×1092 1/32

印 张: 9.75

字 数: 203 千

版 次: 1999 年 6 月第 1 版 第 1 次印刷

书 号: ISBN 7-5334-2720-3/G·2206

印 数: 1-5,200

定 价: 16.00 元

版权所有, 盗印必究。图书如发现印装质量问题,
由承印厂负责调换。

“您好”，人们的生活指南——

代序言——

● 商继宗

“我写书不是为了消度空闲时间和供人们娱乐消遣。我所关心的是人类生活中的各种问题和困难。”英国哲学家弗兰西斯·培根在 1609 年致友人书信中是这样写的。他说，他写书的目的在于“借助于正确和健全的理智思考”来改进生活，使人们更加热爱生活、追求生活和学会处理好现实生活中的各种问题，使人们的生活过得更加充实和更加美好。诱导人们爱生活和学会如何去生活，这恐怕也是编者朋友编辑和出版这套丛书所要追求的吧，也是丛书以“您好”命名的本意吧。

生活本身就是具体的，在生活中总是要遇到这样或那样的具体问题。丛书的每一本都是就生活领域中某一侧面，再从现实生活中存在着的某一具体问题谈起，就其选题来说都

是我们生活中急需了解、明确和值得议论的问题。由于选题具体和论述集中,不仅有助于我们“理智思考”,而且也有助于解决我们生活中的那些具体而又实际的问题。具体、集中和针对性强,这恐怕是丛书的一个长处吧。

生活本身又总是平凡的,丛书以“您好”——问候的方式,以谈心的口气和深入浅出的写法,就一些平凡的小事和问题加以评述,这不仅使我们感到非常亲切,而且还适于社会各阶层、各文化层次人的阅读口味。由于辐射面大,因此“理智思考”的扩展面就广了,这应该是丛书长处之二吧。

生活中的表现总是人们心理的反映。丛书强调从心理上探讨和分析人们生活中的问题,这不仅有助于培养和提高人们良好的心理素质,而且更容易深层次地解决我们心灵深处的问题。这是丛书长处之三。

所谓“生活”是指人们为生存和发展而进行的各种活动,其含义是极为广泛的。它既包括社会生活,也包括家庭生活,它包括学习、劳动、娱乐和休息,包括衣、食、住、行的各个方面。如果,我们善于从不同情景中抓住现实生活的热门话题和存在的实际问题,不断地写下去,“您好”就会成为生活领域的一部巨型的“百科全书”,我们祝愿丛书不断地发展、壮大,并且是长命百岁的,愿“您好”永远成为我们生活中不可缺少的向导和指南,在“您好”的“正确和健全的理智思考”的诱导下,我们更加爱生活,会生活,我们生活得更加美好!

1993年12月

写于上海师范大学

愿您生活更美好——

● 阙国虬 黄 旭

我们所面临的世界，是一个光怪陆离、变幻莫测的世界；我们所立身的社会，是一个充满生机而又纷繁复杂的社会。生活在其中的每一个人，都向往幸福美好的生活，然而现实却往往不尽人意。这个社会愈是趋向文明和发达，人们日常生活中的困扰和问题也随之愈益增多。尽管许多人相信“人生本是由一连串的遗憾组成，何必对生活中的遗憾耿耿于怀”，但谁也都不希望缺憾和烦恼。如何更好地支配自己，使自己的生活会更加美满如意呢？这是许多心理专家力图探究解决的问题，也是我们这套丛书的立意之所在。

众所周知，自从弗洛伊德树起精神分析的大旗，心理学方

面的知识开始普及,人们日益同意“心理健康至关重要”的观点,但没有多少人真正接受心理健康治疗,个中缘由除其理论本身有很大缺陷外,一个很重要的原因就是它还未能摆脱虚无深奥的术语,让神秘的高高在上的高深的理论跻身于人民大众之中,令人信服地解决人们日常生活中普遍存在的方方面面的心理问题。为此,许多具有远见卓识的教育工作者、心理工作者向心理健康领域发起了挑战。近几年勃勃兴起的各类心理治疗部门和咨询机构正是体现了人们对心理健康的热切需求和对这一挑战所产生的实际效果。问题仍然是,如何将玄而又玄的心理学发展为一种“公共”的语言,摒弃晦涩的专业术语,让心理学渗透到各个领域来讨论整个社会普遍存在的问题,有效地帮助人们解决日常生活中所遇到的许多问题,使人类的生活更加美好。

正是基于对上述问题的考虑,我们组织编写了这套以应用心理学方面的成果为基础,从理论、实践各个方面深入浅出地解答人们日常生活中的心理问题的通俗性丛书,为人民群众提供了解自己、了解他人,自我调适,摆脱压力、苦恼和精神忧郁,正确处理种种人际关系的方法和途径。

这套丛书总名为《您好》。您好——愿您生活得更加美好——既是我们的祝愿,也是本丛书的编写宗旨。在这一宗旨的指导下,我们将不断开拓新的适合人们心理需求的选题,内容涉及人们日常生活的诸多方面,在爱情、婚姻、性心理与教育、学业、工作、人际关系、孩子教养、性别心理差异、角色心理、各年龄人的心理问题与调适,以及各种长期困扰人们的心理现象的透视等诸多方面,为读者提供尽可能多的指导,为建

立健康美满的生活提供帮助,使之成为一套人人皆可使用乐意阅读的必备之书。我们衷心希望本丛书的问世能多多少少改善人们的生活。让我们互相握手,说声:您好!

本丛书力求注意新颖别致,篇幅短小精干(每本书一般都在10-20万字左右),内容包罗万象。没有令人费解的专业术语,也没有深奥的哲理。在各位作者的努力下,通过一个个生动的个例,把有关的知识、信息和观点转换成通畅、优美的语言,娓娓道出,读来轻松惬意,裨益良多,适合各阶层、各年龄段的读者阅读。

本丛书已出版4本:《男人女人不一样》、《重返伊甸园——中外性教育漫谈》、《悄悄话——中小学生热线电话咨询实录》、《教子有方——孩子发展与父母教养态度测试》,颇受大众欢迎。作为这套书的创意者和出版者来说,还有什么比自己的辛勤劳作被社会所承认更让人感到欣慰的呢!

当然,由于我们的水平所限,本丛书无论在总体设计上,还是在书稿内容本身,难免有不同程度的缺陷和不足。我们诚恳地欢迎广大读者批评指正。同时,我们也欢迎热爱生活、关心心理健康问题的一切有识之士,为我们这套丛书今后的开拓和扩展,提出宝贵的建议和帮助。诚如《外国中小学教育》杂志编辑部在为本丛书所写的《鉴定书》中所说:“《您好》丛书确有出版的价值,能坚持出下去,使丛书成为人们生活指导的百科全书。每当人们提起生活,就很自然地想到这套丛书,这恐怕是我们所要追求的。”确实,要达到这一目标,这恐怕需要我们(编者)和你们(读者)的共同努力。我们相信,只要社会中每个人都共同参与,人类必能找到光明之路。

这套丛书得以问世,是众多编撰者、编辑、出版及发行人员共同努力的结果。我们首先要感谢各位作者,正是由于他们的劳作之苦,才使这套书从设想变成现实。我们特别要感谢上海师范大学的商继宗教授,他不仅将集自己多年研究心血的书稿馈赠我们这套丛书,而且欣然命笔,为本丛书作了公正的鉴定和评价,这对我们无疑是莫大的支持和鼓舞;我们还要感谢福建教育出版社的有关编辑人员,他们是在繁重的编辑任务的状况下,义务从事本丛书的文稿编辑加工工作的,尤其是原第三编辑室主编朱平和《福建教育》编辑部的王亿钦同志协助我们做了不少主编方面的工作;承担封面设计的美工人员,以及发行公司的同志,对本丛书的出版发行也给予不少的支持和帮助,在此一并表示衷心感谢。

1999年2月12日于福州

写给半个世界

●周 毅

我的散文诗一半写给太阳，一半写给月亮。女性占世界的一半。我给这半个世界写下如下的颂词。

给 少 女

如果，如果我在首都北京和你相遇，我俩在天安门广场挽手同行，我会说你是我心中的祖国。如果，如果我在南国的花市和你相遇，我俩沉静在鲜花的芬芳、艳丽之中，那么我会说你就是我心中的春天。如果，如果在我寂寞、孤独的时候，我听见你银铃般的笑声，我便会说你就是幸福。如果，如果我忽

然听见你哭泣,或者看见你闪亮的泪珠,我会无端感到内疚和一种责任,也会一起伤心。如果,如果我在严寒的北国,看见洁白的积雪和晶莹的冰柱,我会说那就是你。如果,如果我的想象再丰富一点,我看见那潺潺的小溪,我看见那枝头的嫩叶,我看见那雨后天空升起的彩虹,我都会惊呼起来,那就是你。你永远和我同在。

给 少 妇

如果,如果我能和你在森林中散步,有小鸟在枝头跳跃,有美人松的落叶慢慢飘下,四周是这样的安静、祥和,这一切我会说就是你。如果,如果在马路上“咚咚咚”高跟鞋的响声传来——这是傲步在人生的道路上;那身影的风姿、那迷人的魅力吸引了所有男性的目光。我知道这就是你。如果眼神专注如此幸福,如果眼神四处流盼如此追寻,如果眼神阴暗如此忧郁,如果眼神明亮如此多情,不用问,我知道就是你。如果生活和工作的重担压不垮你,善良的心,精巧的手,不管穿工作服,还是系上厨房的围裙,或是穿上参加舞会的时装,都是一样认真,一样欢快,一样给岁月增添无限活力。这,我知道就是你。如果,如果我有缘,能和你一起在果园收割,有香喷喷的苹果,有一串串的葡萄。我们心灵如此充实。我便会说你就是个成熟的季节,一个温暖、珍藏着一切心意的季节。

目 录

一 与魅力同行

- 魅力与你同行 3
- 像春天一样 4
- 个性与温柔的平衡 6
- 两性调色板 10
- 亲爱的,我来了 12
- 你是一个稳重的人吗? 16
- 让爱心胜过海洋天空 21
- 他将以惊喜的目光注视你 22
- 初期的爱情只需极少的养料 24
- 首先做一个好听众 25
- 当你握着电话筒时 26
- 当你和他在公共汽车上时 27
- 当他约会迟到时 27
- 他友即友 28

- 坦诚的过错 28
- 笑微微,道声再见 29
- 你是一位妖艳的女人吗? 30
- 有时候你应逊色一些 31
- 不受欢迎的女人 31
- 养成愉快的心情 32
- 什么山上唱什么歌 32
- 衣着与搭鹊桥 34

二 设计生命

- 显示与合群 36
- 掌握自己的生命 37
- 为什么错过美妙时光 38
- 生命的设计 41
- 复活的玫瑰 45
- 开创你的生涯 46
- 让求爱充满乐趣 49
- 设置男人需求的空间 50
- 浪漫令人左右为难 52
- 由爱而生的牵制使感情历久弥新 54
- 女人要对自己的成败负责 55
- 寻回你的另一半 56
- 爱情战争 60
- 男性之谜 61
- “交易”原则 61

三 女性气质

- 女人善聊天 64
- 女性的半个世界 66
- 女性气质 67
- 莫做洋娃娃 69
- 两大技巧:积极倾听和笑 70
- 从幻想中探出脑袋 71
- 女人你不必花心 73
- 有“千里姻缘一线牵”吗? 75
- 玫瑰花与柴米油盐 77
- 贪心不足的男人 79
- 孰强?男或女 80
- 禁果分外甜 82
- 想吃“梅子”的男人 85
- 女人喜爱“长颈鹿” 87
- 女人为何经不起强韧的进攻? 89
- 酒不醉人人自醉 90
- 天使与妖魔 92
- 爱寻根究底的男人 94

四 疯狂的海洋与沉静的月光

- 一位现代女性的天地 96
- 爱是说不厌的话题 111
- 爱的万花筒 117

- 爱的马拉松赛跑 121
- 戴着玫瑰色眼镜宽厚地看并非完美的男人 126

五 自信人生

- 萦绕心头的美丽遗憾 135
- 假如他未说“我爱你” 138
- 紧握住你钟情男子的手 140
- 从一开始就说出自己的感觉 141
- 不要忘记自己的个性 142
- 问候是润滑剂 143
- 怎样相互介绍 144
- 让一切充满活力 145
- 价值——你的突破 146
- 寻回失落的你 150
- 充实,摆脱失落感 151
- 自我发掘 153
- 不懈的努力 155
- 似曾相识燕归来 156

六 该出手时就出手

- 欲改变男人,往往徒劳无益 161

- 愤愤不平会吓跑男人 163
- 一见钟情的利弊 170
- 逃避孤独的游戏 173
- 幸福的结局在哪里 174
- 勇于一刀两断 177
- 失恋之后的沉默 180
- 偏见与矫情 181

七 友谊第一

- 怎样发展亲密的友情 184
- 勿忘友情花 188
- 友谊不是装饰品 188
- 失意时如何与人相处 193
- 同事不发展成私人关系 195
- 温暖朋友的火也会温暖你自己 197
- 都是朋友 198



八 囚犯与解放

- 天上有个太阳,水中有个月亮 205
 - 开放的婚姻观 207
 - 美满的家庭是异质的结合 212
-

- 怎样培养一个囚犯 216
- 亲爱的,你该解放了 219
- 从“幽闭”走向新春 223
- 婚姻是枚青橄榄 225
- 义务 226
- 告诫 229
- 不一样的自由 234

九 维系与培育

- 情感绿洲与荒漠 237
- 婚姻的维持 238
- 如何摆脱困境 241
- “性情相投”更易心心相印吗? 244
- “性格相异”到底好不好 247
- 要不要婚后改变个性 250
- “只许州官放火,不许百姓点灯” 252
- 触礁 253
- 陪同他解决问题 255
- 人性在婚姻中日趋完美 256
- “明知山有虎,偏向虎山行” 257

十 破裂与缝合

- 导致婚姻破裂的因素 259
- 出差丈夫带来的问题 259
- 职业带来的问题 260