

y+x 两性私密系列
MEN WOMEN

MEN AND WOMEN

别把隐私亮出来

——女人心语：爱情充满蜜与毒

主编阿湘博士
生活箴言

生活的秘诀在于欣赏失败后的感

黑龙江人民出版社

生活箴言

人类叩问历史：

什么是人生，什么是爱情？

生活说：请跟我来！

别把隐私亮出来

——女人心语：爱情充满蜜与毒

主编/阿湘 博士

出版/黑龙江人民出版社

地址/哈尔滨市南岗区宣庆小区1号楼

经销/全国新华书店

印刷/黑龙江新华印刷二厂

责编/杨雪平 李 兵

创意/洋 阳

装帧/利达制作室

版式/利达制作室

开本/850×1168 毫米 1/32

印张/7

字数/120 000

版次/1999年2月第1版

印次/1999年2月第1次印刷

印数/1~8 000册

书号/ISBN 7-207-04250-7/G·823

定价/13.80元

A 章 温柔永远——情恋





成功的女人懂得拥抱真实的自己。

赴约的艺术



为什么女人赴约会往往会心跳加快?如何变得沉着些?

壁上时钟滴答滴答不停地向前行进,你的心房也跟着它怦怦地乱跳个不停,已经是向晚时分。你刚认识了两天的 A 君和你约定,要邀你一起去看电影,或是上咖啡厅。可是你本来就是一个最怕羞的女孩子,这又是你第一次单独和一个男孩子出去。因而你很害怕,很紧张,又怕自己有什么会使别人印象不好、不得体的地方。

那么,小姐,不要紧张,

1

不要慌，首先你要心平气和。我告诉你要注意些什么细节，不管你会避免若干错误，度过一个愉快的夜晚。

大门上的电铃响时，最好你自己亲自去开门，即使他已经比约定的时间迟了一刻钟，你还是要表示高高兴兴的，非常欢迎他的来临。同时不要表示马上要跟他出去的样子，把他请到客厅里去，介绍他和你的父母家人认识认识，千万不要匆匆忙忙拿起你的外套，提起你的白皮包，一把拉他走出大门，就好像你怕别人看见你和他在一起而难为情似的。

如果你是个聪明的女孩子，当你知道他来你家的那天晚上，你为他亲自去开门。等你们走出大门时，你最好站在门的一边，让他便于拉门来关上，而你可微笑着站在一旁，等他关好。他也许不一定会懂你的意思，——也许他对于和女孩子的约会也是一个生手——不过，只要你能有适当的举动，他们就会明白你的意思，男孩子总是高兴为女孩子服务的。一开始就弄得很好，真是最好不

过了。

关于衣帽的处置你得注意：你们只要走到室内，你就可以示意他除去衣帽，你可以指示他衣帽间，或衣帽架所在的地方，但是不必自己动手，这在表面看起来，似乎有些不合逻辑，因为没有人会以为女孩子要帮助男孩子照料衣帽的，事实上是要男孩子去照料女孩子的衣帽。在你自己一方面呢，你可以自己脱下大衣，让他替你挂起来，要是他忘记的话，只要你稍微拉一拉大衣，他就会明白该怎么做，要是他还不懂得，可以装做没有那么一回事的样子，无论是到了电影院或其他室内的场所，你都要把大衣脱掉，不要呆坐流汗，回头弄得伤风或气管炎。你只要当做是和你的女朋友，你的弟兄出外一般，很随便地把大衣脱下来就行了。要是你的男友忘记帮你的忙，而你事实上也得要他帮忙的话，你可以说：“对不起，请帮忙，我有点不顺手呢。”

至于在饭馆里的话，女孩子脱下大衣挂在椅背上，而且做女孩子的要她的男友留心代

她照看,也不是不可以的。

在戏院的话,如果有侍者,你可以轻轻地跟着他去找座位,要是没有侍者,你们两个人可以径直走进去,坐到你们自己喜欢的座次上去。但要他引路,而你自己得轻轻跟着他去,不过,不论坐在什么地方,即使感觉不好,也千万别抱怨,你还得鼓励地说:“哦,这里很好,谢谢。”即使座位不好,也比让你的男友泄气的好,记着,称赞可以造成一个快乐的晚上。

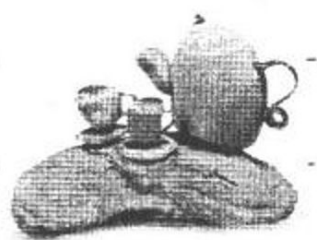
关于夜点方面,要是他建议不要某种食物,你也不要提。要是他高兴坐在什么地方,你可以随便指一两个地方,你可以跟着侍者走到桌旁去;如果没有人领路,你们两人自己决定坐哪一张桌子。不管你站在台子的哪一边,你都得稍等一等,让他有个机会,替你拉椅子。他这样做时,你要微笑地对他说谢谢。要是他表示要坐到你旁边来,你不妨暗示他说:“你为什么不坐在我的对面呢?这样可以便于我们谈话!”要是你对于赴约的艺术觉得机敏而可人的话,在你实习你自

己的赴约艺术时,你还可以教会你的男友这样的艺术,但是不要做得太明显,不要自居领导地位,使男孩子自卑。

有关于汽车方面的事,你得等待着你的男友来替你开车门,即使他得先走出来,绕过汽车来替你开门,你也不要怕他麻烦。你要记着,要稍微给他一点机会,男人是喜欢表示勇敢的。

等到回家去的时候,也许你是和你的男友一起出去晚餐,他完全没有注意到天已经快晚了,那你可要留心暗示天晚了,你准备回家去了。决不要等天黑了时,在你们最高兴开心的时候,离去也许是很困难。不论你住得多远,你的男友都应该送你回到家门口,要是时间还不太晚,你的父母同意的话,还可以邀他到家里稍坐片刻。为了他的缘故,为了避免邻居的注意,决不要因为要延长你们愉快的聚会让他在你家石阶上流连到深夜,你可以诚恳地告诉他说,过了一个快乐的晚上,要是你希望他下次再邀你出去,更要这样做。

女人的脸上能读出喜、怒、哀、乐……



真爱只有一次



初恋是恋爱中的一种感情，不过，它跟初恋之后的恋爱，有两点显著不同。其一，它是有生以来的第一次；其二，它发生在思春期。十七世纪法国人泽伦蒙拉·普里埃尔说：

“人们打心底恋爱，终生只有一次——就是初恋。彼此经历的种种恋爱，都不如初恋那么纯真。”

各位读者，相信你们在小学快毕业或初中时代，都有过以

下的经验。男生会想：“女孩子浑身软绵绵的，没有一点劲。”女孩会产生憧憬，虽然不至于清楚地期待“我也想恋爱”，但是，脑子里开始了浪漫的幻想：“一个极好的男性，有一天，说不定会出现在我眼前……”这幻想世界里的男性，只是个“幻影而已”，它可以说是多种人（包括她最喜欢的影星、歌星、导演；驰骋球场的英雄；附近的大学生；英俊未婚的新任老师……等等）乱合而成的“影子”，就像剪辑照片那样。她把理想中的“影子”放在心内，一直孕育着，直到有一天，在她身旁出现一男性，而她也把一直孕育的“影子”投射到他身上——这就成了“初恋”。初恋的特征有两点：第一，无意中发生者居多。通常，都是在事隔甚久，才在回忆中记起，自个儿感慨地说：“噢，原来那一次是初恋呀！”第二，不期而生者居多。譬如，某天，她因为没带伞，无法回家，正在望雨兴叹，有个男生伸出雨伞，邀她同行。事后，朋友们大肆谣传：“听说，王同学喜欢她咧！”本来对王并没有什

么特别印象，不料经四周人的一渲染，情不由己地对王产生了好感……这个例子告诉我们，初恋往往是突如其来的。妙就妙在，这种感情如果有了进展，她就想：“唉，我们是注定相爱的呀！”也就是说把“偶然”当作“必然”，如此深信不疑。初恋大部分都不会有结果，为什么？初恋可以说是只对“永恒的异性”（充其量只是理想中的一个幻想而已）奉献爱的赞歌，却从不睁开双眼去透视对方的“实体”。由于这个缘故，对方在初恋者的眼中，必定比自己优异（值得尊敬），因此，难免怀有一点自卑感。要是爱对方的心日益高涨，苦恼也随着加深。女性的初恋，尤其容易“暗中爱慕，以此满足”。所以，她爱的初恋对象，如果突然要吻她，往往使她感到理想幻灭，不再喜欢他。初恋不会有结果的最大原因，就是在于心灵上的爱和肉体上的欲望，无法成为一体。就算勇往直前，请求对方做进一步的交往，态度也难免生硬粗笨。即使有机会双方独处，得以卿卿我我，却话题时断时续，口

干舌燥,呼吸不畅……。初恋不会有结果的另一个原因,在于表现技巧的幼稚、拙劣。初恋的滋味又酸又甜,日后回忆,令人无限怀念。为什么会令人无限怀念呢?理由很简单,就因为它是“未能成真的第一次恋爱”。有一位心理学家叫塞卡尔尼克,他用种种实验,证实了一个理论,那就是:一般而言,中断(未完成)的动作比完成的动作更容易留在记忆里——这叫做“塞卡尼克效果”。初恋由于是未完成的恋爱,才不容易被遗忘。还有,记忆这个东西,即使是惨痛的体验,经过岁月冲淡之后,就成为“令人怀念”的事,心理学上称它为“记忆的乐观主义”。

各位读者也许有过下面的经验吧?

当你翻看相本,瞧见数年前登山的照片,对当时爬坡的艰辛,不复记忆(即使记起来也只是模糊不清),倒是对山上景色壮丽,令人心胸开朗的事,记忆犹深。同理,初恋的感怀也在同样的心理作用之下产生,不仅如此,还会在无意中加上美

化过去的愿望。因此,更充满了高扬情绪——抒情的意味。其实,初恋对象的实体,并不值得美化。这并不是真的爱上一个异性,而是“爱上了爱”的成分居多。简单地说,原因就如春天下得很薄的微雪,清纯、虚幻、说不出的缥缈。因此,过分地把它深刻在心里,实在值得考虑。由于初恋的印象过分强烈,以至于妨碍以后的恋爱,这种例子并非没有。在这方面,应该设法自己更成熟。不过,也有相反的现象。最近,大谈“初恋并没有什么特别”的论调,只知享乐的人似乎有增无减。这年头,似乎更成为没有初恋的时代——只有恋爱游戏的时代了。

凭良心说,初恋虽然有如步伐不稳的人,不尽理想之处颇多。但是,那种滋味毕竟有纯真、新鲜的一面。初恋在现实上并不开花结果,可要知道,初恋的花姿,却能在人生中永久活着。应该把初恋做一幅画,摆放在适当的距离来观赏——色彩最好是清雅的淡彩色——这才是最理想的态度。

在冒险之前，先踏实地走。



1. 当你经朋友搭桥，约定和对方见面，这是双方从不相识到相识的开端，如何能吸引对方，一见钟情，非你不娶，非他不嫁，这就得要认真注意给对方的第一印象。

当你经朋友搭桥，约定和对方见面，这是双方从不相识到相识的开端，如何能吸引对方，一见钟情，非你不娶，非他不嫁，这就得要认真注意给对方的第一印象。

人都是爱美的，这是一种自然天性。美要根据自己的本质条件来选择，决不能超高要求，这样才能达到目的。



人有自然美，有的人由于身材健美，皮肤白净，姿态端正，眉清目秀，举止大方，能言善辩，用不着装饰，一见面也会吸引对方。

假如你有某一缺陷，要使对方有美好的感受，那只能经过化妆补充来适应。

如何化妆，这是一门高深的艺术，要根据各人的条件来决定。你若一味地跟着别人模仿，那会出现弄巧成拙，给对方不美的印象。

每个人找对象，首先是看面部。美丽的面部一定具有瓜子脸，

柳叶眉，杏仁眼，樱桃嘴，高鼻梁，整齐的牙齿，乌黑的头发。如果你本身哪个部位有缺陷，那就对哪个部位进行修饰。

如果，你的双眉两边高低不平，变成斜面形，你还可把眉修饰成八字形，使它两边相称。

如果你的双眼有斜视，翻白眼，可带上漂亮的金丝眼镜，使你变成有文化修养的高材生。

如果你的鼻梁太低，可以去美容院进行开刀整容，使鼻梁突起。

如果你嘴唇太大，或太厚，可以擦粉后，加上口红，修小嘴唇。

如果你的脸形是倒挂冬瓜形，可以找美容医院加工两边酒窝，使你活泼富态，变成公关的阔小姐。

如果你的黑发上额生得太下，天庭不开阔，你不理刘海发型，那样会使脸形很短，双眼分离，表情粗陋。反之如果你黑发上额生得太上，天庭空广，则应理刘海发型，把上脸盖下，使面部变成瓜子形。

如果你后头骨太长，不宜烫大花发型，那样脑后会蓬头散发，头部很大，与身材不相配。

如果你是青春少女，带上一个小耳环，会使你天真美妙，令对方喜爱。如果你带上长形耳环，反而以为你是已婚少妇，那就糟了。

如果你的皮肤偏黑，你应涂上白色的粉沫底，使你的皮肤发嫩，变成黑里透红的健康美。如果你的皮肤偏白，你应涂上粉红色的粉沫底，使你的皮肤红润，变成红粉佳人。

如果你是白皮肤，若加上白粉底粉，那会变成惨白的僵尸，那就更糟了。

如果你的上身过长，你应把上衣做短，使全身上下相称。这样的人禁忌穿长袍，那样便会把全身暴露，产生不相称的现实。

如果你的下肢过短，不宜穿长裙，那样使你全身下塌，产生不伸张的后果，最好是穿短衣，长裤，使你产生相称的模样。

如果你是皮肤发红的人最

好着白色服装，使你面部皮肤变成红里透白。色泽更为协调。

如果你是皮肤发白的人，最好着红色的服装，使你面容白里映红，色泽更艳。

衣着的色泽是千姿百态，各人所喜，但是不注意，也会产生不好的效果。衣色一定要注意调和，注意黑白反调相衬，如深色的套服，最好是配上白色的衬衣，白色鞋袜，使其产生衬托光亮的感觉。如全是黑的，白色的领带，会产生陈旧的视觉，如果全红的就像火宫神像，如果全白的一身好似僵尸，这样都是没有反调衬色的后果。

女性初次去和朋友见面，最理想的是带上超小型的银壳手表，会让人觉得你视力最佳。生活宽裕者，不宜带金戒指，带金戒指的手指只能是等待你选定如意爱情，留给他来订婚的标志，而你带上金戒指，对方会认为，你早已谈过恋爱，会怀疑你的清白贞洁，千万留神。

男性初次去见女朋友，除带大方高档手表外，一定要带

上一个金戒指，来表示你家中经济条件富裕，不会认为你是一个身无分文的穷光蛋。

以上是你接触最理想的朋友时，应自觉注意的装饰，那你一定能达到理想的效果。

当接你男友时，内室要注意清洁、整齐，衣着颜色要与你床上用品以及皮肤，尽量协调。配有音响设备，使别人一见面就会感觉到，你是爱好文学音乐艺术的高尚佳人而无限满意。对一般不够了解的“知音”，不宜带到家中玩，那样，你若看不上，不合你心意时他会纠缠你，使你无法脱开，那就厌烦了。

看对象两人见面，离不开交谈，谈话是待人接物的主要艺术。

谈话务必有的放矢，见机行事，观颜察色，从对方的回音中找话题，使对方心心相映，回味无穷。但有些人常犯一些毛病，值得注意。

1. 唠叨不休型：

这种人在交谈中总是口若悬河，滔滔不绝，不让对方有借口插话的机会，而且谈话中东

扯西拉，毫无目的，而不是观颜察色，从当时两人接触的时间、感情顺藤摸瓜，来探讨对方的表情现实，这样，往往会使对方觉得烦闷，浪费时间。

2. 检察官型：

这种人在交谈中往往非常严肃，语气咄咄逼人，如同警察审问犯人一般，总谈些对方不愿意回答的问题，或与两人无关的空事。这种一般问题的交谈，最易产生副作用，搞得双方变成唇枪舌战，争论起来，无法交流感情。

3. 粗暴打岔型：

这种人在交谈中欠礼貌，经常在对方讲话讲到起劲的时候来打岔，插入自己的意见，自以为是给对方讲话进行补充，却不知使对方烦恼，而中断发言。

4. 先入为主型：

在交谈中，总是机械般地发问，毫无心思听取对方的讲话，把谈恋爱变成一种灌输说教，把自己的观点或偏见强加给对方，这样会使你与对方沟通的感情变成单方说教，使对方无法接受。

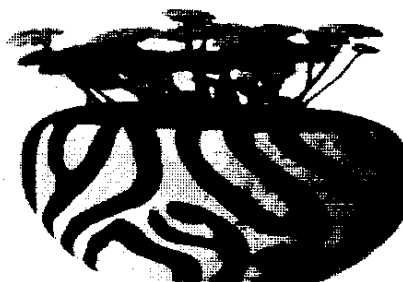
5. 不专注型：

这种人在面谈时，还继续做其他的事情：如接电话、批文件、烫衣物、打口红，使得两人谈话常常中断，对方就会产生不安，误以为你是想找借口，给对方坐冷板凳。对方立即会向你告辞而别。

6. 不善聆听型：

这种人在交谈中东张西望，显得心不在焉，也许确实在听对方讲话，但不善于用双眼注视对方，或不善于随时点头来示意。讲话的一方会觉得兴味索然。

你虽然具备美丽资质的条件，但是，不注意表情对你也会造成损失。例如，“笑”，以微笑最使别人回味，会令人羡慕可亲，切不可在交谈中狂笑。





你接受现在的你吗？



第一印象

与人结识并不困难，无论什么人，在自己的一生中都会结识许许多多的人。但是，女人的第一印象无论好、坏，常常决定着她们是否会相交、是否吸引他人以及相识后会做些什么。关于第一印象的一些研究

证实了许多十分流行的看法：

(1) 对某个人的印象会受到首次见面以前所获得的关于此人的信息的影响。

(2) 对同一个人的信息材料，人们更多地关注的是消极的、贬损此人的内容而不是积

极的、赞誉此人的内容。

(3) 一个人的姓名会影响别人对此人的第一印象。

(4) 在良好的环境中结识某人，会增强此人的吸引力。

(5) 人们在评价某个社会集团、某个阶层时的一般倾向或先入之见，会对他们首次认识的该阶层、该社会集团中的任何一个人的总体印象产生肯定的或否定的影响。

(6) 人们对在心情愉快时结识的陌生人一般比较容易产生良好的第一印象。

第一印象能够决定两个人是从此涉入爱河还是自此互不往来。您是否曾在挤满人的房间里注目某个人并认定他(她)正是您所寻觅的人？良好的第一印象会成为强大的推动力，驱使您去接近他(她)。能攫取的第一印象，可能是他走路的姿态，也可能是他讲话的风格。茜茜就有这样的体验：“当我透过舞厅中拥挤的人群一眼看到梅力时，我就径直朝他走去。我强烈地意识到他正是我

理想中的爱侣。这时，他也径直朝我走来，我一点也不感到奇怪。我们的动作几乎同时发生，并且就像事先排练好的一样。当我们相遇时，我紧紧盯着他说：‘我爱你的舞姿’，然后，我热烈地亲吻了他，并向他作自我介绍。从前，我从来没有过这样唐突的举动，我的每根神经都被他迷住了。除了我们两人，整个世界都仿佛不再存在。”梅力也记得当时的情景。他第一眼看到茜茜时，同样意识到她是他生命中不可缺少的特殊人物，他俩彼此间的第一印象是如此之强烈，以致根本无法用言语来形容。

对许多人来说，第一印象并没有这种地震般的强烈，它既不会敲响婚礼的钟声，也不会点燃激情的烈焰。它只是使两个人意识到对方对自己未来的生活存在某种隐含的深远的意义。随着时间的推移、了解的加深，这种意识就会变成强烈有力的胶合剂。

装扮自己，那会使你美丽一百分。



包装你自己

尽管一个女人身上有许多东西不可能表现在仪表容貌上，但您完全可以塑造好自己给人的第一印象，使得它能够最充分地体现您自己或表明您想成为什么样的人。那些格外努力修饰仪容、塑造第一印象的女人，总是更能吸引别人。

有时候，恋爱中的人们常

常会与恋人保持一段距离，因为他们害怕两个人一旦完全坠入情网，对方就可能会对自己产生各种期望。他们的心理定势引导他们按照一定的方式行事，这种一定之规必然会在与恋人相处时产生影响。例如，丽吉不想与人缔结长久的婚姻关系，因为她不想让任何人来束