



STOP Kissing Frogs

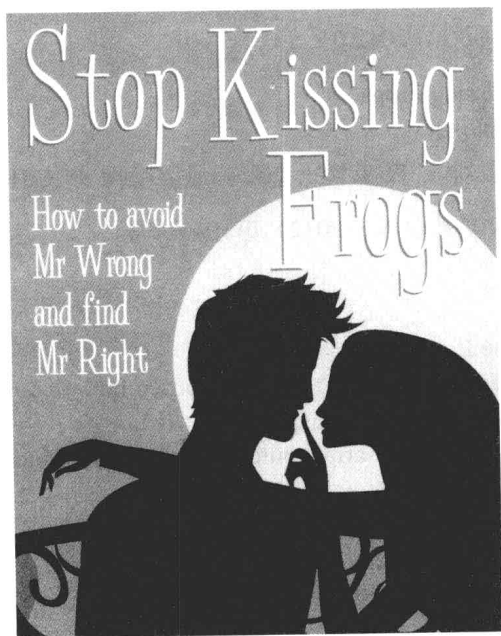
女怕嫁错郎

不要再吻变成王子的青蛙

本书最大的优点之一是，它收集了其他女性朋友们的经历。如竹筒倒豆般讲述糟糕的男朋友的事情及最终怎样得到幸福的经历。寻找真命天子的道路很少有大道通途。我们在错误中学习，这是不争的事实，但希望她们的经历能给予我们一些真正的启发。只有当了解了糟糕的情感关系的表现形式之后，我们才能避开陷阱。

马德琳·洛 (Madeleine Lowe) 著 刘迎 译

中国市场出版社
China Market Press



女怕嫁错郎

——不要再吻变不成王子的青蛙

[英] 马德琳·洛 (Madeleine Lowe) 著

刘迎 译



中国市场出版社
China Market Press

图书在版编目 (CIP) 数据

女怕嫁错郎: 不要再吻变不成王子的青蛙 / (英) 洛 (Lowe, M.) 著; 刘迎译.
—北京: 中国市场出版社, 2012.6

书名原文: Stop Kissing Frogs

ISBN 978-7-5092-0895-3

I. 女… II. ①洛…②刘… 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 (2012) 第101314号

Copyright © Madeleine Lowe 2010

Copyright of the Chinese translation © 2011 by Portico Inc.

This translation of *Stop Kissing Frogs: How To Avoid Mr Wrong And Find Mr Right*, first edition is published by arrangement with Pearson Education Limited.

Published by China Market Press.

ALL RIGHTS RESERVED

著作权合同登记号: 图字01-2012-3665

书 名: 女怕嫁错郎: 不要再吻变不成王子的青蛙

著 者: [英] 马德琳·洛

译 者: 刘 迎

责任编辑: 郭 佳

出版发行: 中国市场出版社

地 址: 北京市西城区月坛北小街2号院3号楼 (100837)

电 话: 编辑部 (010) 68033692 读者服务部 (010) 68022950

发行部 (010) 68021338 68020340 68053489

68024335 68033577 68033539

经 销: 新华书店

印 刷: 北京佳信达欣艺术印刷有限公司

开 本: 710×1000毫米 1/16 11印张 116千字

版 次: 2012年8月第1版

印 次: 2012年8月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5092-0895-3

定 价: 39.80元



序

我就是不明白

我有一段童话般的成长经历。父母疼爱我，伙伴们也喜欢我，就连我哥哥也宠着我让着我，但也有例外的时候。当哥哥拿芭比娃娃和机动部队玩偶做糟透了的事情时，我会用野餐用的叉子戳他，这个时候，他是不会让着我的。总之，我的童年充满了爱、激励和欢笑。现在回忆起来，一切还是那么美好。

那么，我是如何变成了一个在处理人际关系时总是作出糟糕决定的成年人的呢？为什么我对工作和友情总是抱着盲目自信的态度，可是到头来对爱情却抱着如此低的期望值呢？

不单单我一个人身上有这种情况。如此多聪慧、魅力十足、机敏的女人们似乎都被这些彻头彻尾的癞蛤蟆所吸引，这是为什么呢？我们身边有成千上万极好、极适合我们的男人，可是我们大多数人似乎





都在想方设法地错过他们。在找到自己的白马王子之前，或许你真的难免会亲吻到几只青蛙，可是难道我们真的要交往过满满一池青蛙之后，才能最终找到幸福吗？

我有一个女儿。她现在还小，但是在我不知不觉之间，她就会带异性朋友回家，亦步亦趋地迈进成人情感世界。要是我在她童年时期总是不断诋毁男人，那么这可谓罪莫大焉。如果真这么跟她谈情感关系，那么这不仅是极其消极的，而且也是完全错误的。大多数男人是很出色的。事实上，我通过家人和朋友认识的大部分男人都是十分可爱的。这本书不是要无度地肆意攻击男人。写作此书有另一番用意。我希望女性朋友们别再挑中那些为数不多的烂掉的苹果。

因此，在某种意义上，本书是对我所理解的幸福的以及不那么幸福的情感关系的总结。同时，本书也让我们有机会轻松地了解到女孩们经常犯下的一些令人郁闷的普遍错误。本书试图真诚地拨开男人与女人之间的迷雾，分析一个好伴侣实际应该是什么样的。

一些弄假成真的语言常常被用来描述有关情感关系的种种——白马王子、美梦成真、恶龙般凶悍的婆婆、穿着闪耀的盔甲的武士和苦闷的少女。理想化的爱情和情感关系会是极棒的睡前故事，听听就好。而本书的关键是要注入一些现实的东西。要是想觅得一个男人让自己获得长久的幸福的话，那么你需要注意更多，而不只是把辫子编起来或频频花痴。同样的，白马王子要赢得美丽少女的芳心的话，也需要具备更多的特质，而不只是长期磨炼的六块腹肌和耀眼的坐骑。读完本书后，你也许会觉得，实际上，自己不需要一个白马王子，相





反，自己更爱单身生活[我听说有一本书写得很好，名为《一个人的爱经》(The Kama Sutra For One)，只不过要想买书的钱花得值的话，这本书你得钻进去读才行]。

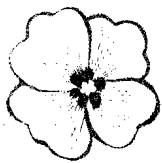
回顾过往，我同样跟一些讨厌的家伙约会过，似乎我总是一遍又一遍地重复着同样的错误。在检讨自己为什么总是这么“饭桶”的过程中，我总结了一些经验教训，包括女人们在走进爱情世界前自己会作哪些准备、会掉入哪种陷阱，以及在白马王子看着我们的时候，我们中有多少人没有注意他的存在。

这本书最大的优点之一是，它收集了其他女性朋友们的经历。我不用大费周章就能找到一些愿意张口的对象，如竹筒倒豆般讲述糟糕的男朋友的事情及最终怎样得到幸福的经历。寻找真命天子的道路很少有大道通途。我们在错误中学习，这是不争的事实，但希望她们的经历能给予我们一些真正的启发。只有当了解了糟糕的情感关系的表现形式之后，我们才能避开陷阱。

万幸的是，在结交了“一小串”癞蛤蟆后（难为编辑能想到这样的量词），我最终在四年前遇见了我想与之共度余生的男人。我和他相遇的时候，我的女儿只有六个月大。此前，我和我前夫刚刚分手，我确实没指望结交另外一个家伙。我那时需要的是一个园丁，而这时满脸泥土、挥舞着链锯的他就这样出现了。接下来的事情就不用交代了。通过《黄页》遇见你的生命之爱，这或许不属于最传统的套路，但是这种套路的确又快捷又经济，而且期间我的常春藤也修剪了。

现在我们已经结婚了，他不会介意我用诸多方式说他不是我





喜欢的“类型”，而我也不是他喜欢的“类型”。我们有着完全不同的背景。我们的兴趣爱好完全不同。他拒绝剪头发，这令我每天都感到困扰。现在仍然如此。对，我最终是找到了能让我做回自己的人。不管怎样，他爱我。我觉得他是我能完全放松在一起的人。这充分表明，爱有不同的表现。最为重要的是，它告诉我，真正的爱不是控制，不是玩游戏，不是欺骗。女孩儿们，你们能找到白马王子，但是前提是，你得不再流连在池塘边。





目录

CONTENTS

致谢 /i

序 /iii

第一章

五十步内判断出谁是青蛙 /001

第二章

曾几何时…… /039

第三章

女性犯下的五个最糟糕的错误 /065

第四章

让白马王子见鬼去吧! /083

第五章

每个王子都应该拥有的五种个性特征 /101

第六章

就算真是王子和公主在一起，他们也会吵架 /117

第七章

什么能让白马王子约定终生 /133

第八章

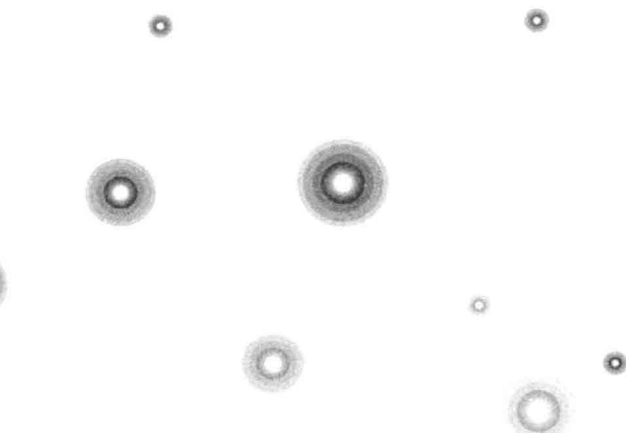
从此过上幸福的生活 /149

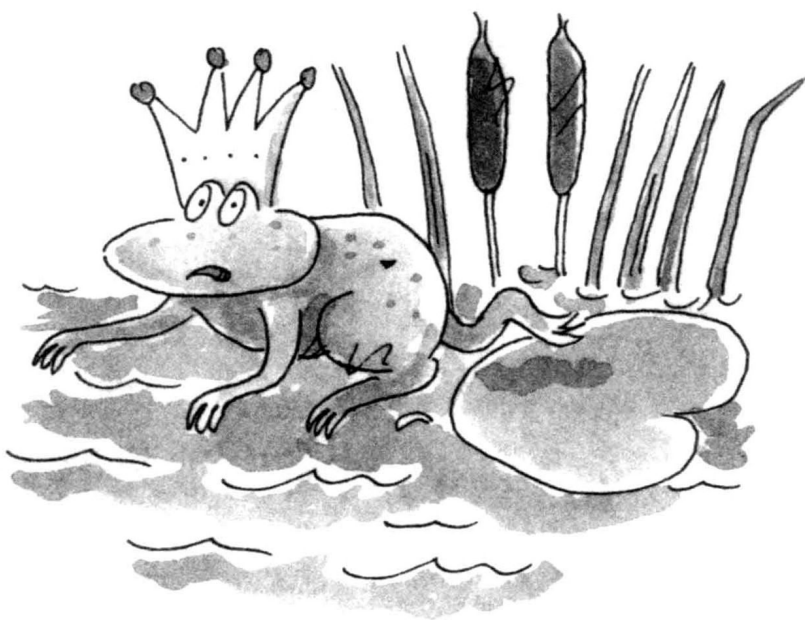




第一章

五十步内判断出谁是青蛙



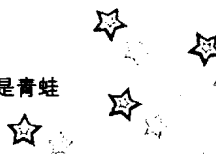


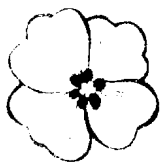


啊哦，你重蹈覆辙了。当你认为你已经给自己抢到了一位帅气的白马王子时，他却“呱”的一声大叫，跳回了池塘中。

当你憧憬爱情、戴着染着玫瑰色的眼镜寻寻觅觅时，要想慧眼识“蛙”就很难了。因为当我们渴望一段感情时，往往会把所有的理智都抛之脑后。当你感到孤单、烦闷，或是辗转反侧、难以入眠时，突然找到个男朋友，似乎能让你的种种祈祷一下子都变为现实。

那么，如果你发现的男友其实是外秀中干的人，你会怎样呢？难道就算感情再糟糕，两个人在一起总要比孤身一人好吗？别这样想。沮丧、消遣或欲望，这些绝不该作为开启一段罗曼史的理由，它们很有可能会导致你最终找到的是一个地地道道的混蛋。诚然，我们身边有成千上万优秀、性感、舌灿莲花的男人，但要想最终觅得金龟婿，你首先得知道什么样的人选不得。





十种你不应该碰触的男人

写这个章节时，我几乎有些负罪感。所谓负罪感，不是因为我觉得这些男人们是我虚构出来的，而是因为他们并不占大多数。他们只是一些特例，可是不管怎么说，女人要知道如何辨别他们。

当然，下面十种青蛙都是令人感到不齿的男人类型。你也许会意识到过去的男朋友个性中有其中的特征，亦或可能你真的很不幸，你的男朋友符合其中不止一类青蛙男的特点（我的一位朋友见识过这十种类型中的六种……这六种类型表现集中在一个男人身上。如果可给糟糕约会评比颁奖的话，她能得金牌了……或者怎么也应该得个铜牌吧？）。不管怎么说，重要的是，要睁大眼睛看着以下的警示迹象……

撒谎先生撒谎，裤衩烧光

我小的时候，常常漫天扯谎。我还记得，有一次我在浴室的帘子上剪了个洞，然后告诉爸爸说这是哥哥干的。结果，我哥哥为此被禁止观看《星际迷航》一星期之久，心中的愧疚感让我害怕了一小会儿，但很快我又开始面不改色地编织谎言了。





作为一个足够理智的成年女性，我现在认识到这种不露破绽的撒谎行为是错误的。尽管现在我仍会撒一些无关紧要的善意谎言，但是至少我心理上会觉得这是很糟糕的事，这也算是像样吧。那么，那些小时候就在操场上对女生撒谎的家伙，现在都步入成年人的情感关系中了，为什么却一点长进都没有呢？是的，我想说说“撒谎先生撒谎，裤衩烧光”这句谚语。相比言语和肉体上的伤害而言，欺骗也许看上去不过是小事一桩，但要记住，不能或不愿说真话的男人多少是怀有一些险恶用心的。

过去如何的成功，现在的生活、工作、费用、金钱、资质、感受、经历又是如何，等等，撒谎先生几乎什么事情都可以虚构出一些无中生有的桥段。其中一些谎言事关重大，比如，否认自己有孩子，这是一个严重的大谎话。还有一些则是小谎，比如，说自己已经看过了某部电影，但实际上并没有看过。尽管如此，谎言背后的动机总是相同的。那么，他们为什么要撒谎？为什么与这种人约会是一场灾难呢？

谎言家撒谎往往出于多种不同的原因。一些人运气不好，基因里天生就喜欢撒谎。例如，有某种学习障碍的人或者脑部受过伤的人，从病理学上说，他们本身就容易撒谎。对这一点我们应该有正确的认识，毕竟他们只占极少数。况且，他们撒谎的理由也说得通。

一般大家碰上的男人是因一些社会性的原因而撒谎。有些男人的生活背景不甚正常，甚至可以说是十分混乱的，他们通常利用撒谎来让他们的情況听起来更顺耳。这样的人，小的时候就会为逃避父母严厉、反复的惩罚而撒谎（比如“这不是我干的”这样的谎言），抑或





把撒谎作为试图从过去的麻烦中走出来的一种应对办法。有时，男人撒谎是因为他们不想伤害他人的感情。而有的男人撒谎则是为了逃避责任或谴责。

当我们无法面对生活的真相时，当我们无法像自己所希望的那般成功、漂亮、富有或受欢迎时，谎言也可以成为一种对现实的否定与拒绝。有时，人们利用谎言向他人灌输恐惧感，或用来控制他人。有时，谎言会让我们比真实的自己看起来更加有趣，更有吸引力。最糟糕的是，撒谎的男人是通过撒谎来隐藏真实的自己，往往因为他们认为自己存在着不足，或者他们想做出高你一等的姿态。这两种人都不是你需要的人，说声“谢谢”就跟他拜拜吧。

那么，为什么说感情上有所隐瞒的人都是约会伪君子呢？爱侣之间的几句谎言又该怎么看呢？偶尔说一些善意的谎言，或对一些古怪的事情做一番美化，这个另当别论。我曾为了跟一个研究生帅哥交朋友而谎称自己是灵长类动物学博士（简言之就是对猴子的研究）。这个谎言当时起了很大的积极作用，嘻嘻。然而，和一个习惯性撒谎的人约会是危险的。假如他在某件事情上撒了谎，而你却没有发现，那么你实际上就被剥夺了作出好的决策的依据。而假如你不完全清楚实际情况，那么你就绝不可能准确地对某个问题作出估量。

举个例子说吧。假如你的男朋友撒谎说，他过去和以前的伴侣在一起都用安全套的。以此信息为依据，你会认为他不可能有性传染病，你与他同床共枕时就有可能不用安全套。这个谎言不仅哄骗你作出了你正常情况下不会作的决定，而且有可能导致你在未来染上一些



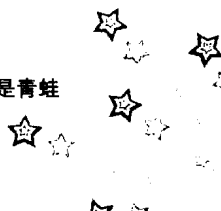


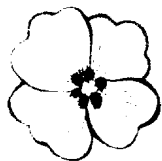
不堪的疾病。

假如他撒谎被你发现了，情况更糟。这不仅会让你感觉到受骗上当、遭人操控，而且会让你感到彻底失望。你会感觉，在他看来，不值得对自己说真话。和撒谎的人交往的日子长了的话，会让你怀疑自己的判断力，疑神疑鬼，不断对他人的动机冷嘲热讽。

“我二十岁不到的时候，交往过一个撒谎的男人，当时我年纪太轻，以至于没有更深地了解那么多。我是在地方剧院工作时结识他的。他是一个演员，总是吹擂他参加过多少盛况空前的演出，挣了多少钱，以及交了哪些名人‘好友’。每晚演出后，他总请大家把盏痛饮，并且替人付账。我当时觉得，他既然能支付得起全体演员和工作人员们痛饮的花费，肯定很有钱。我和他交往了几个月，他从不让我知道他的住所在哪儿（只是工作的时候见我），但是他承诺有一天会让我看到他租住的‘美轮美奂的公寓’。最终，我得知了他的住址，我想给他一个惊喜，见个面。当我来到他的公寓时，我看到了他自称令人惊艳的单元房，很吓人的一个地方，散发着臭味，起居室也就是卧室，他坐在黑暗处抽着烟。他看到我时，脸上甚至没有流露出吃惊的表情，只不过他的伪装和防卫全然崩塌，他哀声向我借50英镑去交电费。哎，他所谓光鲜的生活方式到此为止吧。”

阿黛勒（Adele）





有控制欲的男人

我有时也喜欢发号施令——这一点我丈夫可以证明。当别人严格地按照我说的意思做了事情，我总会无一例外地感到惊喜、愉悦。庆幸的是，朋友和家人大多数时候对我都是一笑了之，很少纵容我的控制欲倾向。他们理当如此对我。在有付出也有得到的关系中，人们的感情才能得到增进。两个人中的一方过多地掌握控制权，这其实对两人都没有什么好处。

我们开门见山地说吧。被人牵着鼻子走，绝对不会是一件有吸引力的、浪漫的事情，也不是什么绝佳的传统潮流。和一个处处伸出控制触手的男人生活在一起，不但有损人格，容易受到伤害，而且有时还有可能会造成致命的影响。感情上的控制有着各种各样的表象，也许是卧室里的冷嘲热讽，也许是两人相处时的咄咄逼人。好好检查一下你自己的生活，看看跟你相处的究竟是怎样的一个人。不断肆意指责他人，开过分的玩笑，不顾及工作、性别、家庭和经济的约束，甚至逼着你和你的家人和朋友孤立开来——一旦他有这些迹象，那就表明，你正在同一个有控制欲的男人交往。

有控制欲的男人认为自己是完美主义者。没有人可能像他们那样优秀。他们会顷刻间因别人的弱点或错误感到焦躁不安，尽管这些弱点或错误微不足道，他们也会为之变得急躁且咄咄逼人。他们通常会像蛮横的小孩一样不管不顾，为所欲为，采取各种手段：使人心生愧





疚、威胁他人、欺辱、吼叫甚至动粗。此外，和有控制欲的男人交往过的女性都知道，从这种关系中逃离出来是件很困难的事情。那些喜欢控制感情伴侣的男人，喜不喜欢动粗且不说，他们通常还会试图去支配分手很久了的前任伴侣。

和有控制欲的男人交往过的女性都知道，从这种关系中逃离出来是件很困难的事情。

可笑的是，强权专横的男人可能会非常地有魅力。在交往初期，有控制欲的男人通常会表现得很有骑士风度，如替人付账，有担当，点餐时总是两个人的一气儿都点了，送你衣服和珠宝，想给你惊喜。你根本不用拿任何主意——这个男人安排好了一切。尽管如此，千万不要中计。这些都是控制欲潜在的表现形式，在你明白这一点以前，不管你喜欢与否，有控制欲的男人会把一切事情都替你想到位。

有时，有控制欲的男人看起来是很有同情心的，这种矛盾性让许多女人们倍感纠结，不知到底是否要结束这种关系。通常，阵阵暴怒后随之而来的是长时间的眼泪、罪恶感及悔恨。他不是有意这样做的。这都是你招的。他只是太在乎你罢了。下次不会这样了。在这种怒气与爱意不断交替出现的循环中，你的自信和独立性会慢慢地被削弱——甚至你会觉得，有这样的生活，该知足了。

那么，这种男人的控制欲源自何处呢？也许有的仅仅是源于凌驾

