

# 永远的距离 永远的爱人

## 火星人金星人长相厮守

【2007年修订版】

Mars & Venus  
TOGETHER FOREVER

解密两性情感密码，长踞《纽约时报书评》畅销书排行榜。

· 亚马逊网上评论 ·

● 约翰·格雷在帮助整个美国！如果每一对夫妻都阅读此书的话，离婚率将会直线下降。正如《今日美国》文章所称：火星人与金星人的形象已深入并改变着美国人的生活。

● 这本书做了一项非常伟大的工作，不仅告诉你男人和女人在思维模式、做事程序、交流方式上都非常不一样，而且给出了克服交流障碍的有效方法。当男人和女人之间变成很亲密的夫妻关系时，更需要意识到双方的心理差别和相互尊重对方的自然需求、期望和梦想。

● 这真是一个令人惊奇的发现：男人和女人明明用同样的语言，说同样的词汇和句子，但他们各自想表达的意思却如此不同。这书就像一本两性用语词典，帮我们做了很多“翻译”的工作。它使我们用一种全新的角度去观察男人和女人，写得非常幽默，的确太棒了！

● 这是我读到的最好的心理自助读物，当我读到一半的时候，妻子问我怎么样。我唯一的反应就是这本书没把我们的名字写对。我简直不敢相信格雷博士是如此准确地描述了我和我妻子这将近37年的经历和对话。

● 这本书太神奇了，几乎解释了我以前和先生经历的每一次分歧和冲突。读完这本书，我才深刻地理解为什么我的第一次婚姻走向了灭亡，因为我们没有真正理解对方的需要。

上架建议：生活·心理·两性关系

ISBN 978-7-80109-135-2



9 787801 091352



定价：26.80元



永远的距离 永远的爱人

风靡全球的心理自助读物

Mars & Venus  
TOGETHER FOREVER

# 火星人与金星人 长相厮守

〔美〕约翰·格雷 (John Gray) 著  
苏元 尹庆军 张文成 贺和风 周虹 周加雪 译



中央编译出版社  
Central Compilation & Translation Press

## 图书在版编目(CIP)数据

火星与金星长相厮守/(美)约翰·格雷(Gray,J.)著.

苏元等译.-2版.-北京:中央编译社,2007.7

ISBN:978-7-80109-135-2

书名原文:Mars & Venus Together Forever

I.火… II.①格…②苏… III.性社会学-通俗读物

IV.C913.14-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2007)第097545号

京权图字:01-2006-5066

Mars and Venus Together Forever:Relationship Skills for Lasting Love by John Gray

Copyright: ©1994 by John Gray

This edition arranged with Linda Michaels Ltd.(International Literary Agents)

Through Big Apple Tuttle-Mori Agency,Labuan,Malaysia.

Simplified Chinese edition copyright © 2006 Central Compilation & Translation Press

All rights reserved.

---

出版人:和龔

出版:中央编译出版社

地址:北京西单西斜街36号(100032)

电话:010-66509360 66509366(编辑部)

010-66509364(发行部)

010-66509618(读者服务部)

网址:<http://www.cctpbook.com>

经销:全国新华书店

印刷:北京市昌平北七家印刷厂

开本:650×945mm 1/16

字数:242千字

印张:17.875

版次:2007年9月第2版第1次印刷

定价:26.80元

---

本社常年法律顾问:北京建元律师事务所首席顾问律师 鲁哈达

# 谢 辞

感谢我的妻子邦妮,她又一次伴我走完了这本书的创作历程。我感谢她在帮助我时表现出的不懈的耐心和不倦的支持,使我很好地成为了一个有爱心的伴侣和三个孩子的父亲。我还要感谢她允许我讲述我们的故事,尤其要感谢她不断地帮助我更全面地了解如何以女性的眼光看问题,也使我对女性更加了解。她富有洞察力的建议和意见十分重要,也十分必需。

我感谢我们的三个女儿:香农、朱丽叶和劳伦,她们给了我爱和赞许。为人父母的快乐极大地抵消了繁忙的生活带来的压力。我对她们对我的工作所表现出的热情、智慧和欣赏表示谢意。我特别要感谢劳伦在我的办公室为我写的那幅字:“爸爸,请写完这本书吧!为您欢呼!!!”

我感谢我父亲戴维·格雷参加我举办的两性关系研讨会。他对我的支持和信任一直使我受益匪浅。他坦率地向我讲述在处理夫妻关系方面成功的经验和失败的教训,帮助我理解我们两代人之间的差异。尽管他不懂增进男女亲密关系的技巧,但他已经尽了最大努力,我由此懂得人可能犯错误,但仍值得爱戴。在大家的心目中他是一个充满爱心、富有魅力和慷慨的男人。

我感谢我的母亲,弗吉尼亚·格雷,感谢她和我就她那一代人在男女关系方面如何为人处世所做的睿智而风趣的交谈。当然时代不同了。我感谢她允许我将她婚姻中的故事讲出来,感谢她始终如一的宽容和爱,这种宽容和爱在我做的所有事情的过程中时刻萦绕着我,支撑着我。

我感谢我的五个兄弟姐妹,我们曾在假期团聚时彻夜长谈。感谢我的大

哥,戴维和他的妻子多丽丝,感谢他们敏锐的洞察力,感谢他们对我有创见的新观点及其带来的挑战所表示的赞赏。感谢我的兄弟威廉和他的妻子埃德温娜,他们让我更多地以传统的眼光看问题。再一次感谢我的兄弟罗伯特,他的想法卓尔不群,极为理解我谈论的每一件事。感谢我的兄弟汤姆不断地给我鼓舞并为我的成功而骄傲。感谢他与我多次亲切地交谈,将他对于男女两性的见解告诉我。感谢我的姐姐弗吉尼亚,她开诚布公,并对我倾注了爱,对我的生活抱有兴趣;她把一个女人对男女关系的洞察和理解坦率地告诉了我。感谢我已经离世的弟弟吉米的独特的爱和宽厚的胸怀,他的精神和我对他的怀念将长驻我心,并且支撑着我度过最艰难的时刻。

我感谢露西尔·布里克斯从我六岁起就给予我特别的富有爱心的支持。过去她总是和我在一起,并且现在仍然如此。在休斯顿她的商店里,十多年来一直把我的书陈列在显著的位置。我感谢她总是那么信任我。

感谢我的代理商帕蒂·布莱德曼的大力帮助,她具有出色的创造力和热情,这本书从构思到完成都有赖于她的指导。在我的生活中她是一位特殊的安琪儿。我感谢卡罗尔·比德尼克,在我开始写第一本书《男人来自火星,女人来自金星》时就让我与帕蒂取得了联系。

感谢苏珊·莫尔多在编辑方面所表现出的机智和清晰的条理性。尽管她只参与了本书开始写作的工作,但她精辟的见解指导和影响了这本书写作的全过程。感谢南希·佩斯克,她将编辑的专业知识和创造力一直贯穿于本书的编辑过程之中。感谢卡罗琳·法尔希德对编辑工作的贡献。感谢杰克·麦科恩从一开始就对这本书表现出的兴趣和全力的支持。感谢哈伯科林斯出版社全体员工不断满足了我的各种需要。

感谢迈克尔·纳贾里安和他妻子苏珊,他们多次成功地举办了研讨会。感谢迈克尔加班加点,制定了富有创造性的计划,并在我实施和检验这些计划时,把那些重要的、有洞察力的信息反馈给我。我还要感谢其他许多支持者和组织者,是他们尽心尽力为我教授与补充本书的内容而组织研讨会。他们是:圣克鲁斯的埃利和伊恩·科伦、埃利斯和康苏拉·戈德弗里特,休斯敦的桑迪·



麦克,檀香山的里奇和德布勒·穆德,檀香山心脏研究会的加里·弗兰克尔,旧金山《生活伴侣》的比尔和朱迪·埃尔布林,圣迭戈的戴维和法洛朱莉·里克塞科,底特律的戴维和玛西·奥伯斯特费尔德,华盛顿特区的弗雷德·克莱纳和玛丽·赖特,西雅图的克拉克和多蒂·巴特尔斯,拉斯韦加斯的厄尔林和吉姆·卡里罗,洛杉矶的巴特和梅里尔·贝伦斯,达拉斯同心教堂的格雷斯·梅里克。

我感谢理查德·科恩和辛迪·布莱克以及比扬德出版公司的工作人员,他们一直支持我提出《男人、女人和男女关系》这一选题,并出版了这本书,正是这本书使我产生了本书的许多思想。

我感谢第一录音工作室的约翰·维斯,是他为我的研讨会精心录音。我感谢戴夫·莫顿和“盒带快递”的工作人员,他们欣赏这盘盒带并提供了高质量的服务。我感谢邦尼·索洛,她以出色的工作与和善的态度支持本书的录音版本的制作,当然还要感谢哈伯音响公司的工作人员。

感谢努伯恩创世伙伴公司的雷米·埃尔-巴特拉维及他妻子罗德,他们成功地制作和复制了有关本书的音像制品,使我能在研讨会上播放这些作品。

我感谢我的行政助理阿里亚娜·赫斯辛德,她勤奋工作,富有献身精神,高效地安排着我的工作日程。

感谢我的医疗按摩师特里·萨福德,在这项工作最紧张的六个月里,他每周两次给了我难以置信的支持。感谢雷蒙德·希梅尔,他的针灸治疗在这项工作结束的时候奇迹般地治愈了我的眩晕,解除了我的疲劳。感谢伦尼·斯威斯克,她对我和我家人的治疗十分有效,这真了不起。

感谢我的朋友和助手们,他们坦白、直率地向我陈述他们的观点,交换反馈意见,以此来支持我的这项工作。他们是克利福德·麦圭尔,吉姆·肯尼迪和安娜·埃弗里斯特,约翰和邦尼·格里,雷吉和安德烈亚·亨卡特,李和乔伊斯·夏皮罗,马西娅·萨顿、加布里埃尔·格伦菲尔德,哈罗德·布卢姆菲尔德和西拉·维特斯,乔丹·保罗、伦尼·艾格、查尔斯·伍德、雅克·厄德利、克里斯·约翰斯、迈克·博希和道格·阿伦斯。

感谢奥普拉·温弗里,她不仅热情地支持我,还欣然在她的演出中无偿地

## 序 言

五十年代,我未长大时,父亲私下向我母亲承认他有了外遇。或许此事源于一时的感情冲动,可渐渐地,事情变得严重起来。他向我母亲提出离婚。

我母亲爱我父亲,因此受到很大伤害。但她没有向他表明她多么爱他,多么需要他,以诉说她的柔情。她很坚强。她知道最能表达爱意的办法,她说:“如果你想离婚,那么我同意。让我们用一个月的时间来考虑考虑,然后你决定。”

或许是命运的干预,一周后我母亲发现她怀上了第七个孩子。有了新的责任,我父亲决定不离开她,不离开这个家庭。我母亲非常高兴,没有再提过他的“其他女人”。以后几年,我父亲在其他地方又有几次外遇,但他们从不提及。

尽管没有离婚,这件事却成了他们夫妻关系中的一个重要转折点。他们依然像夫妻般地相爱、相互支持,可却失去了些什么。爱情的浪漫和情趣渐渐消失了。

成年后我听到了父亲有外遇的传闻,于是我去问他,他回答说:“你不知道的事情不会伤害你。”我又多问了几个问题,但他还是那句话。

我意识到以前他就是以这种方式为他的外遇开脱。他不想伤害我的母亲,于是把自己的行为解释为:如果他小心行事,她就不会受到伤害。

某种程度上他是对的。我母亲看起来并不在乎他的外遇,也从不提及这个话题或要求他别再这样做。他们谁都不懂得,如果没有一夫一妻制将他们吸引在一起,那种微妙而温柔的感情之火迟早是会熄灭的。像许多夫妻那样,他们错误地认为,结婚数年后失去肉体的吸引力和激情,是很自然的。

父亲去世后，母亲和我偶然发现他和一个女人的一张快照。看到它，母亲热泪盈眶。父亲活着时，她从未掉过泪。我知道她现在为什么要哭。

我可以感觉到她看见他跟另一个女人自由自在地在一起，看见他眼中闪烁着他们曾经分享过但渐渐又从他们夫妻关系中消失的爱情火焰后有多么痛苦。

我也感到痛苦，以前我从未见过父亲这么快乐。他是富有爱心的父亲，但常常郁闷、生气或者消沉。在这张照片中，在他的秘密世界里，他有魅力，爱帮助人，并且感到幸福。这才是我一直想了解并且一直所希望的父亲。

我问母亲为什么她认为父亲会感到有出去找女人的需要，她说：“我和你父亲曾相亲相爱。可几年过去后，我成了母亲，而你父亲需要一个妻子。”我很吃惊：她怎么会接受他的不忠。她告诉我：“我佩服你父亲能留在这个家里。对他来说这是一个很大的牺牲。他有强烈的欲望，但他没有抛弃我们。”

那天我终于明白了父亲为什么背弃她：对他来说，她已失去浪漫的吸引力，而他也不知道该怎么办才好。他不懂得如何分担家庭的责任，也不懂怎样保持浪漫的情调。他不知道怎样找回他们夫妻关系中的激情和愉悦。如果他知道这些，他就不会放弃，不会去找别的女人了。

同时我也意识到我母亲做了她所能做到的一切。她完全清楚怎么去做一个好母亲，却不善于维系浪漫的爱情。她在沿着她母亲以及她母亲的母亲走过的路走。可世界毕竟不同了，有了不同的规则。

我母亲年轻时正值第二次世界大战后的萧条期，生存的需要比浪漫和情感的需求更重要。那时，人们不表露他们的内心感受。我母亲忙于抚养六个，后来是七个孩子，根本无暇开启自己的感情世界。即使有情感需求，她也不会想到让父亲分担她内心的痛苦，也不知道怎样让他在不感到受控制或有戒心的同时放松自己。

父亲决定不再离开后，母亲长长地松了一口气，这个家不会被拆散了。和她祖辈中的女人一样，她更看重家庭利益而不是她的个人需求。我父亲也抛弃了他的个人需求，以维系婚姻关系，履行他对家庭的义务。但像他祖辈中的男



最近一次全国性的统计表明：平均每四对婚姻中就有两对因离婚而破裂。这个数字相当可怕，而且这个比率还在上升（在加利福尼亚，这个数字是四比三）。美国百分之五十的在校儿童来自父母离异的家庭，同时百分之三十以上的婴儿是私生子。国内的暴力、犯罪、吸毒事件以及接受心理治疗的人数空前增多。无疑，家庭的破裂在很大程度上是这一惊人的统计数字的原因。

这些新难题提出了一些关系重大的问题：我们是否需要让时光倒流，摒弃我们的个人需要，突然将家庭看得更重要？我们是否仅仅为了他人而维持情感得不到满足的婚姻？过去这些方法曾经为我们的生存提供了保证，而当个人满足成为我们的第一需要后，它们就不再是我们的选择了。在大多数情况下，解决的办法既不是离婚，也不是自我牺牲。学会如何建立亲密关系和能使个人需求得到满足的婚姻，这才是答案之所在。

比我们的父母需求得更多没有什么不好，也不是什么难为情的事。事实上，时代不同了，我们的价值观也随之改变了。

现在，文明在很大程度上保证了我们的物质生存和安全，它还为我们提供了我们之所以成为我们自己的个人自由。

**我们不再为基本的需求所驱使，我们有更高层次的需求，我们期望从我们自己 and 生活中得到更多。**

于是，我们从男女关系中寻求帮助我们成就一切的支持。

在这一代人走向完善的过程中，女人致力于发展她们特质中阳刚的一面；男人则发展大家都已公认的阴柔的一面。女人希望自己不仅仅是母亲和家庭主妇，还要在家庭之外的世界中施展才能；男人也同样希望他们不仅仅是勇士和工作机器，他们还要在家中拥有浓厚的爱情关系、更多的休闲时间和更多参与抚养孩子的机会。

多少年以来一直存在的男女差别突然变得模糊不清了，因而造成了混乱和挫折。在这个转折时期，从伴侣那里得到我们需要的情感支持就成了一件困



做。

许多参加我的两性关系研讨会的人告诉我一些惊人的结果，即使他们的伴侣无法，或在有些情况下不愿来参加研讨会，参加者从他们自身的错误中吸取教训，并且发展两性相处的新技巧，他们自己也能出现某些引人注目的变化。

本书也是出于同样的考虑。你的伴侣无需为了改善你们的关系而读这本书。我与大家共享的这些技巧可以教你如何从今天开始就能从你所涉及的男女关系中得到更多你应该得到的。当然，如果你的伴侣也读了这本书，你们之间的关系会变化得更快。即使他或她对此不感兴趣，你也能从学习和使用本书的原理中获得成功的秘诀。

那么女人怎样才能说服她们的伴侣读我的书呢？毕竟男人很讲究他们接受亲近的方法，如果你给他这本书，并说“你需要这个”，这只会造成更大的抵制。但是如果你翻到书中描写男人的部分，并且问你的配偶书中写的是否真的正确，他可能会突然产生兴趣。

采用这种办法有两个原因：首先，男人都希望成为专家，而你也应该像一个对男性观点了如指掌的专家那样接近他。其次，他了解了书中的部分内容后，很快就会意识到这本书既没有反对男人也没想改变男人，而是百分之百地“友好地对待男性”。

实际上，女人通常会惊奇地发现参加我的研讨会的男人跟她们一样多。她们不敢相信，她们会看到男人在会上认真地倾听，不时地点头表示同意我的观点，甚至露出笑容。我想在此指出，在改善两性关系方面男人跟女人一样有兴趣，但他们需要的不是要求他们变得女性化的那些做法。

我前一本畅销书《男人来自火星，女人来自金星》获得了巨大成功，与此同时，成千上万对男女关系得到了改善。我的工作班子第一年就收到了一万五千封读者来信。他们在信中说“这本书”挽救了他们的婚姻关系。有些读者还在电话或来信中提出了更多的实际问题，如“当……时，我该怎么办……”、“……意味着什么”、“我如何使他……”、“当……时，我该说什么”或者“我何时……？”

男人的首要目标 | 13

仿造的男人 | 14

上班和在家的男人 | 16

斯考特和萨蕾 | 17

学学前辈们的经验 | 19

付出太多并非机能失调 | 21

男人能做什么 | 22

怎样让男人倾听 | 26

男人真正想要什么 | 27

什么能使女人幸福 | 14

上班和在家的女人 | 15

给予就要获取 | 16

女人为什么疲惫不堪 | 19

女人总有做不完的事 | 20

滋养治疗 | 22

最佳契合 | 25

倾听的艺术 | 27

了解男女之间的不同 | 28

### 第三章 增进亲密关系的新方法

父母从未说过夫妻关系

是这样的 | 34

远古的男人和女人 | 36

女人为什么需要分享 | 37

男人是怎么应对的 | 39

男人为什么看电视 | 40

男人不想谈话时,女人的反应 | 42

男人不懂女人时 | 45

男人为什么不愿表态 | 48

男人忽略了他的家庭时 | 49

增进亲密关系的新方法 | 52

情感角色颠倒带来的

一些问题 | 53

少做事,多支持 | 35

我们的祖先是如何应对的 | 37

男人提出劝告时 | 38

静静地坐在岩石上 | 39

女人不懂男人时 | 40

男人为什么离开 | 44

女人谈论感情时 | 47

男人为什么一心扑在工作上 | 49

把心思从工作中转到

夫妻关系上来 | 50

情感角色的颠倒 | 52

女人为什么需要多说话 | 56



女人为什么不愿意请求 | 58

请求与不请求 | 59

调整我们的期望值 | 60

男人自我激励时 | 58

期望什么 | 59

## 第四章 男女思维和感觉的差异

大脑的差异 | 66

不同的大脑分布图 | 68

男性和女性的认知发展 | 70

男人接受爱与女人有何不同 | 71

竞争和体育 | 73

做得太多的男人 | 75

让男人在倾听前有所准备 | 78

女人与财富 | 79

女人怎样无意中让男人

离开了自己 | 82

夫妻为什么会反目 | 83

身体、大脑与荷尔蒙 | 66

男孩就是男孩,女孩就是女孩 | 69

男人处理感情问题与女人

有何不同 | 70

男人怎样处理压力 | 72

男人如何能够“薄种而广收” | 74

少做事,多支持 | 76

成功与夫妻关系 | 79

财富的副作用 | 80

成功的给予和获取 | 83

女人为什么觉得付出太多 | 84

## 第五章 男人怎样听才能不嫌烦

情感的自我保护 | 90

电脑风波 | 91

给女人情感自由 | 94

关键在于把握时机 | 95

作好避让的准备 | 97

女人不要求一致 | 98

女人仍需保护 | 91

安全感的重要性 | 93

解决问题的恰当时机 | 95

躲闪与避让的内在技巧 | 96

克制的重要性 | 98

女人钦佩什么样的男人 | 99

避开挑战 | 100

牢记首要目标 | 101

女人不就事论事时,

男人如何躲避 | 103

男人为什么争论感情问题 | 104

怎样躲闪责怪 | 107

感觉并不是事实 | 108

情绪变化 | 109

为男人理解女人提几点忠告 | 110

眼神的重要性 | 112

怎样温暖“冰美人” | 114

如水温情的力量 | 115

假若我们的父辈早就如此 | 117

与其做人完美,不如做事得体 | 101

暂时不去解决问题 | 102

友善地问一些问题 | 103

男人为什么觉得自己受到责怪 | 105

感情困扰不会长久 | 107

怎样躲闪女人的批评 | 108

多问些问题能解除女人

的防备心理 | 110

什么叫理解对方的感觉 | 112

“冷锋” | 113

女人生男人气时,男人怎么办 | 114

如何躲闪和避让 | 116

## 第六章 女人怎样说男人才爱听

一种新的窘境 | 123

试穿不同的衣装 | 124

新瓶装旧酒 | 125

怎样让男人停下来作好

倾听的准备 | 128

用恰当的制止,帮助女人

暂停说话 | 129

男人不愿听时,女人该

伟大的霍迪尼 | 123

教给男人增进亲密关

系的方法 | 124

怎样让男人倾听 | 127

帮助男人倾听 | 128

事实并不像说的那么糟 | 130

珀尔和马蒂 | 131



- 良好的交流 | 220
- 创造变化 | 221
- 维护信任与关怀 | 223
- 感受软弱无力 | 226
- 怎么会不爱了 | 227
- 写感觉信的技巧 | 230
- 情真意切的一夫一妻 | 235
- 女人需要浪漫,男人需要性 | 236
- 相互尊重 | 220
- 感受痛苦 | 222
- 有益的依赖 | 223
- 不耐烦 | 226
- 敞开我们的心扉 | 230
- 浪漫的意义 | 234
- 精神上的一夫一妻 | 236
- 轻松的心境与乐趣 | 238

## 第十章 维系持久恋情的舞步

- 爱是需要努力赢取的礼物 | 242
- 关怀与培养伙伴关系 | 244
- 坚实的婚姻关系纽带 | 246
- 宽恕的力量 | 247
- 宽恕的信息 | 250
- 创造一个全新的世界 | 252
- 进两步退两步 | 243
- 双赢的办法 | 245
- 伙伴关系与实现更高的目标 | 246
- 如何学会宽恕 | 248
- 充满希望的时代 | 252

附录 1: 约翰·格雷博士的忠告 | 254

附录 2: 火星人/金星人词典(节选) | 260





看重也尊重女人的作用，他们甘愿从事危险的工作，比如冒险去野外狩猎，或放哨保护女人和他们的孩子。尽管男人为了得到一点猎物，常常数天经受凛冽寒风或炎炎烈日，但他们以此为荣，因为他们敬重女人——生命的赐予者。因此男女之间的配偶关系为他们提供了基本的生存和安全条件，他们相互尊敬和感激源于他们之间的相互依赖。

现在，生活发生了巨大变化。我们不再仅仅因为安全和生存而相互依赖，因此我们祖先的规范和方式已经过时了。有史以来，我们第一次主要是因为爱和浪漫而相互对视。如今，幸福、亲密感和持久的激情才是完善男女关系的必要条件。

母亲无法告诉你而父亲又不知道的事就是如何满足你的伴侣的情感需求而不牺牲你个人的需求。只有运用增进男女关系的新技巧，才能达到这一目标。

## 时代不同了

最近四十年来，社会和经济的变化对传统的男女角色产生了极大的影响。女人走出家庭，加入就业大军，削弱了男人之于女人的传统价值。当代女性不断增强的独立性和自立能力使她们感到自己已不再需要男人来供养或保护。

一位现代女性可以掌握自己的命运，可以付自己的账单。一旦遇到危险，她会拿起自己的武器或报警。最重要的是，她可以有更多的权利决定什么时候要孩子，要几个孩子。在避孕药丸和避孕用具广泛使用之前，女人的生理特点决定她必需要孩子，她必需要依赖男人。现在这已经一去不复返了。

我们开始认识到，计划生育的广泛采用和随之而来的性革命已经导致两性关系发生了变化。我们生活在一个发生着戏剧性转变和性关系紧张的时代。

在某种意义上，男人干的事已经不是男人数百年来干的那一套了。他们不再是作为供养人和保护人而受到重视和钦佩。尽管他们还在做着他们一直在做的事，可是这突然不能令他们的伴侣快乐了。女人还需要别的东西——这不是她们的母亲所需要的。



同时,女人工作过于繁忙,她们不仅要抚养孩子,操持家务,她们现在自己也是供养人和保护人。她们不再远离户外冷酷的工作环境。

怎么可能指望一小时以前还和一个男人争出租车的妻子会使他的丈夫轻松、敏感和欢心呢?今天,女人不再愿意晚上在家伺候男人,而男人们却还想享受他们父辈曾享受到的东西——让人伺候。

时代不同了,我们别无选择,只能随时代而改变。在处理两性关系中人们需要新的技巧。男人必须学会新的技巧才会感到他的伴侣需要他,钦佩他。女人也应认识到,如果她们要继续和男人一起工作,那么她们回到家里必须有一个充满爱意、健康、和谐的夫妻关系。新的技巧要求保持女性特质,而且更要有女人味儿。

## 我们没学到的是什么

我们的母亲没有教给她们的女儿怎样以不会引起男人对抗情绪的方式与他们分享自己的感受,怎样向男人寻求支持,让男人做出有利于自己的回应。她们不懂得怎么照料男人,而不是像母亲那样给他太多。她们不知道怎么在不牺牲自己的情况下满足男人的愿望。她们往往是牺牲自己而取悦男人。

实际上,我们的母亲无法教给她们的女儿怎样保持女性特质,而且更有女人味儿。她们不能教给她们如何支持自己的伴侣,同时又能得到她们应得到的情感支持。

我们的父亲没有教给他们的儿子如何在不被动屈从或不咄咄逼人的争论中与女人沟通。在以尊重和包容伴侣的观点的方式引导家庭生活上,今天的男人无例可循。他们不知道如何在提供情感支持的同时保持自己的坚定。

**我们不能责怪父母没教会我们如何处理男女关系,因为他们根本就不知道如何处理这些关系。**

我们的父亲不懂得如何了解和同情女人,而这种了解和同情是今天女人所必需的。他们不知道要在一些小事上满足女人的要求。他们不知道一夫一妻