



青年与人生译丛

难以追寻的男子汉
爱的渴望
神秘的诱惑

女性面临空前的冲击
性的焦灼

怎样成为 有征服力的女性

女人之怒
摆脱爱的迷痴
男人喜欢女人的宽容

(美)哥恩

张

韦译

哈尔滨出版社

怎样成为有征服力 的 女 性

(美) 哥恩、晋德合 著
张 伟 译

哈尔滨出版社

责任编辑 许传森
封面设计 袁耕

怎样成为有征服力的女性

(美) 哥恩、晋德合著
张 伟 译

哈尔滨出版社出版发行

哈尔滨船舶学院印刷厂印刷

787×1092毫米 32开本 5.4印张 11.7 千字

1989年1月第1版 1989年1月第1次印刷

印数1—50,000册

ISBN 7-80557-062-0/Z,1

定价：2.10元

目 录

第一章 愚蠢的选择	1
一 期盼所谓白马王子	2
寻觅十全十美的终身伴侣	3
浪漫奇想	6
当代女性面临空前的冲击	8
二 父亲的乖女	12
聪明伶俐，无所不利	14
曲线策略	15
父亲：完美而伟大的化身	19
幻想中的父亲	19
冷漠的父亲	20
扶持的渴望	22
三 做有征服力的女性	24
无助	24
发挥心力	26
潜在的依赖要求	28
爱的渴望	32
四 脆弱的男性	36
母亲的权威	37
性的焦灼	39

消极依赖·····	44
女人之怒·····	47
五 令人苦恼的男人·····	50
“还不错？”·····	51
男人的矫饰·····	52
真情实意·····	54
丈夫与情人·····	55
理想与爱情·····	56
神秘的诱惑·····	58
片刻的刺激·····	60
叛逆男人的魅力·····	61
无法抗拒的诱惑·····	63
错误的追求·····	69
六 最令女性不满的男人·····	72
无能之爱·····	72
伪自由论者·····	74
幼稚的男人·····	76
重创后的男人·····	79
第二章 如何选择好男人·····	82
一 难以追寻的男子汉·····	83
下娶上嫁·····	84
已婚男性的魅力·····	86
自我实现的预言·····	87
二 超越痛苦的深渊·····	90
神异的幻觉·····	94

	信念动摇·····	94
	追求别一种爱·····	95
三	摆脱爱的迷痴·····	98
	四种典型的迷恋·····	99
	陷入爱的迷痴之时·····	103
	珍惜最美好的时光·····	106
	丰富人生情趣，开拓生活领域·····	108
	辞旧迎新·····	110
四	冲决期盼的束缚·····	113
	暗暗的期盼·····	113
	期盼与亲密·····	118
	正视心中的幻象·····	120
	有效的期盼·····	122
五	平凡之光·····	123
	腼腆的假象·····	131
	长期投资的两性世界·····	133
六	有征服力的女性的女人味·····	136
	刚柔相济·魅力不穷·····	137
	表现自我·全力以赴·····	140
七	有征服力的女性的明智·····	144
	寻爱犹如探险·····	144
	勇敢而主动·····	146
	两性互爱的境界·····	147
	男人喜欢女人的宽容·····	149
	爱情与牵制并重·····	151
	男人甘愿被“套牢”·····	155

敢于善于自我负责.....	157
八 择偶的要领.....	159
附录 爱情心理测验.....	162
型态测验.....	162
迷恋程度测验.....	166
需要与满足测检.....	168

为什么聪明杰出的女性常会被一些连自己也说不上来的理由所驱策，跟那些“错误”的男人配错对呢？

对于感情关系，杰出女性多半存有许多不切实际的期望；她们内心的需求，不时地自相冲突，一方面追求独立自主，另一方面渴望着依赖男人；最重要的是，她们虽然在各方面都能有杰出的表现，可是却拙于了解各样男人的心理特质，以至于很容易做出愚蠢的选择，在爱的关系中招来挫折和失望。你会不会也这样呢？事实上，感情方面的“错误”，大部份都是可以事先避免的。

一 期盼所谓白马王子

黛安娜年约二十八岁，单身女郎。她的野心不小，称得上是一位颇有成就的自由作家。多数男人都觉得她风采迷人、韵味十足，身旁的追求者更是从未间断。美中不足的是，这些护花使者全都是一些个性独立、本位主义浓厚、感情封闭、不愿与她长相厮守的男人。

黛安娜逐渐发觉这些并不是她所需要的，她要的是一个坦白开朗而又感性的男人。年约三十岁，从事建筑业的尼尔，正是她心目中理想的男人，他那坦诚、乐于付出的个性都是其他人所没有的。当他们双双坠入情网之后，尼尔毫不保留地告诉黛安娜自己所遭遇的困难和事业上的一些危机，更再再地表露内心那份深挚的关爱。

这样一来，黛安娜不但不为尼尔的坦诚高兴，反而有意无意地疏远他。“我大概是厌烦了吧！”她不断这样告诉自己，最后两个人还是分手了。之后，她认识了一位有工作狂热的律师，事事都以工作为优先，黛安娜势必要落寞一生了。

卡拉年约四十二岁，从事地产买卖，更是一间拥有三十

名员工的公司创办人。二十三岁那年，她谈成了头一笔金额高达百万美元的大买卖，兴奋和喜悦使得她义无反顾地投身事业，婚姻和家庭似乎不再重要。这些年来她交了不少男朋友，可是都无法长久持续。每当独处之际，内心总觉得一股难耐的郁闷。回忆从前，感情生活几乎是一片空白。最近她认得了一个欧洲籍的导演，卡拉心里明白，除了自己，他还偷偷地和别的女人同居。

史曼莎，二十七岁，在律师事务所担任助理。艾利克正好是这家公司的合伙人之一，他非常赞赏史曼莎处事的独立果断和聪明机智，于是情不自禁地展开追求。相处了一段日子，艾利克迷惑了。史曼莎似乎完全变了样，她变得事事依赖，占有欲强，时时刻刻都要他承诺保证。尽管如此，他们还是继续来往，感情也愈来愈密切。

几个月后的一天晚上，用完了史曼莎精心烹调的晚餐，俩人促膝长谈。史曼莎告诉艾利克自己不想再做事了，她想结婚，做个贤妻良母。这一切似乎太突然了，仓促之间艾利克不知该如何应对，于是他开始慢慢收敛，抽身而退，留下史曼莎一个人兀自迷惑，伤心不已。

上面举例的三位女士，不管是思想、抑或是性情都有着绝大的分野。但是，至少她们具有一个共同点——那就是对于感情生活的处理不当、抉择错误。所谓抉择，不单是指对象的选择，交往时的应对方式更应该慎重才行。

不妨听听下面这些话，是不是觉得很耳熟？或许还是你自己常说的呢！

“我怎么老是看错人！”

“男人好不好，我一瞧就知道。”

“我知道这一切都没什么希望，他绝对不可能离开他老婆。可是，他就是有那股让我无法抗拒的力量，事情到了这个地步，只好随它去吧！”

“每次谈恋爱，开始的时候都很棒。可是后来不知怎么搞的，男朋友一个个都跑掉了。”

“我认得的男人不是枯燥乏味，就是一些同性恋。好不容易遇到个条件不错的，结果竟然全都是结了婚的。”

身为心理学者，几乎每天都听得到这些话。尤其是近几年来，女人似乎在感情生活上感受到前所未有的抑郁和挫折感，久而久之形成了沮丧、认命和悲观的性情，这些都是我们医疗人员急于疏解的问题。

一般说来，女人并不会单纯为了对方的不合适，而骤然结束交往。

当初的山盟海誓，也并不是因为什么超越人类理解或控制的不可说的力量而告恶化，其实埋怨不休的女人通常都不知道，这股破坏力量根本就是导因于自我错误的行为抉择。

我们常会发觉，愈是聪明世故的女人愈容易受到挫折，她的行为抉择也愈发愚昧。部份是因为她们对男人抱有着不正确的观点，甚至她们认为自己在感情世界里可以“拥有一切”。自认机伶的女性们始终向往神话般的恋情，她们仍在寻觅着一位十全十美的男人——一位梦寐以求的白马王子。

寻觅十全十美的终身伴侣

“我要追求的终身伴侣一定得相当优秀杰出。他的身材要像理查·基尔(Richard Gere)那么魁梧，要有达斯汀·霍夫曼(Dustin Hoffman)那样迷人的笑容，要有李·艾科

卡(Lee Iacocca)处理事务的机智,像劳勃·瑞福(Robert Redford)那样有魅力,还得像白潘(Pet Boone)一样有家庭观念和责任感。哦,最重要的是,见面的一刹那,他必须认定我是他一心追求的伴侣。”

觉得荒谬吗?但事实的确如此。许多聪明机伶的女性一直就在找寻这位完美人选——这位超级王子!她们当然能够思考分析,在意识里,她们也清楚这位王子根本不可能存在。可是潜意识中,她们却深信自己会有如愿的一天。

有些女人坚称自己会一直不停地寻找下去,直到找到一位梦中佳人、牢牢拴住他的心为止。但是大多数女性都不愿让别人探知这份内心期许,而把它藏在各式各样的“面具”背后。

就以安德蕊来说,她戴的就是一副“消极被动”的面具。年届三十六岁的她,依然还默默地等待白马王子。在内心深处,安德蕊不时地憧憬着对方的气质形像;可是在现实生活中,她却与一位有妇之夫来往密切。安德蕊并不爱他,她之所以这么做完全是为了逃避事实真象,深怕在独处之际,那份内在的幻像会随时破灭。

有些女人处处表现不耐,事事挑剔,就像伊莉莎白;她年纪轻轻,才二十八岁就拥有一家艺术设计公司,她总觉得自己不论在感情上,或是办事能力上,都比一般男人强。虽然追求者不断,可是她都能找出合理的理由一一回绝。就算是再风趣,再能干的男人,伊莉莎白都挑得出自己无法容忍的毛病。泰德人是不错,但却过于呆板,成天只知道工作;从事记者行业的保罗又太情绪化了。威尔从事于社区规划工作,人品杰出,是众人公认的青年才俊。刚开始交往的时候,伊莉莎白逢人就说:“威尔真是风趣极了,他让我感到前所

求有的快乐。”相处几个月，伊莉莎白又忍不住抱怨：“跟他作爱简直无趣极了，一点想像力都没有！”

一次又一次的交往，伊莉莎白只能感受到一次又一次的失望。她总是认为自己是一个有原则、有目标的人，她知道自己需要些什么。可是她却不愿承认自己所追求的根本是一种不存在的完美——一个毫无瑕疵的男人。

这种讥讽的态度不但是自我内心的矫饰，更扼杀了无数难得的机会，感情生活也将永远得不到慰藉。最后只能自我安慰：“男人呀！我对你还能有什么指望呢？”

琼西年约三十二岁，是一位护士，离婚后就和五岁大的女儿相依为命。还没有离婚前，她的丈夫总是喜欢在外头搞七捻三的。一而再、再而三的刺伤，使琼西几乎濒临崩溃的地步，最后丈夫干脆和别的女人私奔。经过这一次婚姻的创痛，琼西已经无法再去面对男人，更无法完全地信赖对方。于是她不断地寻找，嫌这个不好，怨那个不合适，在内心里，她需要的是一份完美无瑕的感受，是一个永远无法实现的神话境界。

浪漫奇想

女人总喜欢将男人浪漫化，甚至神奇化。好比像克拉克盖博 (Clark Gable)、詹姆士狄恩 (James Dean)、法兰克辛那屈 (Frank Sinatra)、猫王、汤姆谢立克 (Tom Selleck) 和毕雷诺斯 (Burt Reynolds)，这些男人都是女人心目中崇拜的对象。当然，男人也同样会有这份憧憬，喜欢漂亮、性感的美女，但是幻想的模式却有着很大的不同。男人多半偏向于性幻想，而女人却憧憬着“感情关系”。为

什么会如此呢？

这或许是导因于两性从小就受到不同的影响。男人从小就被灌输一种积极主动、乐群自律的精神，而社会大众却不断地向女性揭示爱的重要，灌输她们一些浪漫传奇的思想。承袭的观念不同，思想意识自然也就有异。男人总是想像一些“他们可以造就的一切”，而女人却只能梦想那些“可能发生在自己身上的一切”。幻想的范围或许相当广泛，但大多数总免不了涉及情爱。

我常常要求应诊的女士写下自我内心的幻想，幻想的内容相常广泛，有各式各样的缠绵诱惑、各种奇特的情节、还有颇具知名度的影视红星、有些甚至是小说的传奇人物。幻想中有着异国浪漫的情调、别致的饭店、晨雾中的漫步、更有沙滩逐浪的奔放。对象通常是一位气质出众、魅力无穷的陌生男子，几句攀谈诱着强烈的爱慕之意，四目交流着饥渴的需求。魁梧健硕的男人强有力地震慑了自己的魂魄，两人缓缓地步入狂野的溶合。

就算是再高尚、再有教养的女性都免不了会产生类似的幻想。我之所以提出这个问题，并不是心存责难，而是想说明一样事实——一个人潜意识中所存有的欲望并不是自我意识所能改变的，往往这份差异使得人们铸下谬误的抉择。

很多女人就是在两性关系偏颇的诠释下备受折磨，这份意象可能承袭于上一代，承袭于文学名著、电视和电影点点滴滴的认同，终于发展为牢不可破的信念。一切的一切都不断地告诉女人、说服女人相信——迷人的王子终究会出现的。

心理学家卡洛·吉莉根 (Carol Gilligan) 在《不同

之确认》(In a Different Voice)一书中表示，女人从小承受了母亲无微不至的关爱，在那种亲匿的关爱中，她逐渐学习自我认同、自我肯定，在潜意识里她似乎已能体会自己应该是一个温柔的女性。男人就不同了，他必须先将自己与母亲划分开，才能自父亲那儿得到认同。正因为如此，女孩子在幼年时代的重心全然是一份亲密关爱，一份密切的感情关系；而男孩子正常发展的重心却是分离与自主。

吉莉根这么说过：“女人认为自主比依赖更虚幻，是一种更危险的追求。”事实上，吉莉根的真正意思是，不论女人的意识形态与行为有多么大的改变，女人仍然认为独立自主令人焦虑，苦不堪言。事实上我们大家都知道得很清楚，一个心态健康的女性绝对不会否认自我对于依赖和爱情的需求，也能将这份需求合理地抒发，在感情生活的追求上做最明智的抉择。

由于孩提时期对于认同性别方式的不同，长大成人后也表现出截然不同的行为倾向。人类不论是男是女，都喜欢冒险刺激，追求新鲜的事物。男人可以在运动场上、竞技场上，或是在工作岗位上寻求那份满足感；而大多数女性却一心渴望情爱的颤栗和刺激，抵挡不住谜样诱惑的男人，甚至渴望那种有着缺憾、困难重重的爱情。许多心理学家曾经分析过男人的心态，一般来说，男性并不希望得到一份神秘而苦涩的恋情，他们更不愿意在感情生活上承担任何风险。他们追求的是一份温柔的爱意和忠诚。

当代女性面临空前的冲击

想深入了解现代妇女面临的冲击之前，我们必须先对近

代两性关系有所体认。

自八十年代开始，两性之间僵立的局面逐渐趋于和谐，人类慢慢体会出亲密情感的可贵价值，社会意识的钟摆已然荡向崭新的认知，肯定了人际关系和家庭的重要性。男人和女人尝试着唤回传统赋予的价值观，重新合并为一个整体。大家不妨听听下面的自述：

“我多么希望拥有一份深挚的爱，然后结婚、生子……记得几年前，我还认为这些都是懦弱、俗不可耐的想法。”

“我发觉自己愈来愈迷惑了。千辛万苦拿到了硕士学位后，我全心全意投身于事业。六年来，随着公司东奔西跑，走遍了四个城市，但是在感情生活上我却交了白卷。我并不是不喜欢这份工作，但是总觉得除了工作外，应该还有一些更有意义的事待我去追求。”

“我觉得自己相当矛盾。我渴望婚姻生活，可是又害怕婚姻带来的种种责任。我好想拥有自己的孩子，也说不出原因何在。每次看到母子相依相偎的情景，内心就变得分外激动与渴望。我想拥有自己的孩子，可是又不愿意将整个生活重心放在孩子身上。不仅在精神上如此，在工作上我也非常矛盾。我想成为一名律师，可是这要花多少时间，费多少工夫啊！难道我就不能完成一切自己想做的事？！最令人生气的是，男人为什么总是可以拥有一切，婚姻、家庭和事业均可兼得。或许答案就在于他们娶了一位贤内助。而我呢？我要去那儿找这么一位体贴、能干又忠诚的‘贤内助’呢？”

昔日的妇女们绝对不会有这些迷惑和矛盾，我们甚至可以称它为八十年代的新产物。现代的女性极力想挣回许多传统的实质价值，但她们却又不愿放弃近年来所获得的一切。所

以她们感觉迷惑、矛盾、无所适从。她们需要男人来填补精神的缺憾，可是又高竖女性至上的旗帜，决不妥协。

二十年前，贝蒂·费登（Betty Friedan）出版了一本名为《女性自觉》（The Feminine Mystique）的书，书中的言论唤醒了沉寂已久的女性。首先她们推翻了以男性为主的社会形态，否定了男性至上式的教育、行为和意识。她们不仅在公众场合里争取地位，也在婚姻、家庭中做重大的革新，最重要的是，她们推翻了根深蒂固的传统自我意识，重新肯定自己。

女权运动继续展开，许多传统的婚姻制度和家庭观念都得以重新评估。然而我认为，女权运动造成了一个很不幸的后果——很多女性因此认为，唯有完全独立自主、创造一番事业才是女性自觉的极致。交男朋友、结婚和生子都是不值得表扬的作法。这些年下来，相信一定有很多人发觉到，工作的确是相当辛苦艰巨的，就算竭尽一生心力也未必成功。

因此，男女之间对峙的局面缓和了许多，可是女性依然不能摆脱昔日的阴影，仍旧不愿意全然地依赖男人、爱恋男人。在这儿我想再强调一次，依赖和爱情是人类不可或缺的需求，但是这份需求必然有其合理的抒发尺度。

安娜，三十三岁，未婚。三年前，她和交往了两年的男友分了手，她说：“这三年来，我从来不刻意去回绝任何约会，也很想快地找个男人结婚生子，安定下来。可是无意间我发觉自己相当奇怪，愈是我喜欢的男人，我就愈想整他、气他。我似乎不想让他们完全拥有自己，更不想加重他们在心里的地位和重要性。”