

女人：一本给男人看的书

[美]詹姆斯·瓦根伍德 佩顿·贝利 编著



女 人

——一本给男人看的书

詹姆斯·瓦根佐尔德 编著
佩顿·贝利
廖美珍 贾林海 王 昭 译

四川省社会科学院出版社

一九八八·六·成都

责任编辑 胡晓波

封面设计 郑 强

女人——一本给男人看的书

NUREN—YIBEN GEI NANREN KAN DE SHU

(美) 詹姆斯·瓦根伍尔德 佩顿·贝利编著

廖美珍 贾林海 王 昭 译

* * *

四川省社会科学院出版社出版发行 成都友谊印刷厂印刷

开本：787×1092毫米1/32 印张：11 字数：240千

1988年6月第1版成都第一次印刷 印 数：1—120,000册

* * *

ISBN7-80524-143-0/Z·21

定价：2.90元

目 录

第一章 基因决定的女性	(1)
1. 染色体.....	(2)
2. 胎儿的发育.....	(7)
3. 荷尔蒙的作用.....	(10)
4. 雌雄同体性.....	(13)
第二章 女性的形象	(17)
1. 她.....	(20)
2. 他.....	(23)
3. 微笑.....	(24)
4. 在别人心目中.....	(26)
5. 弥补、改造.....	(31)
6. 自恋.....	(33)
7. 衰老.....	(37)
8. 情感.....	(38)
9. 新的形象, 新的冲突.....	(39)

第三章 女人的身体····· (45)

1. 好奇心····· (46)
2. 不同点····· (48)
3. 骨骼····· (52)
4. 血液····· (53)
5. 心脏与循环系统····· (56)
6. 肌肉····· (57)
7. 呼吸系统····· (58)
8. 皮肤与汗腺····· (59)
9. 毛发····· (64)
10. 肾上腺素····· (65)
11. 月经与生育能力····· (66)
12. 成长、成人····· (69)

第四章 直觉与逻辑····· (80)

1. 女人的梦····· (80)
2. 荷尔蒙与大脑····· (82)
3. 女性大脑的生理学····· (87)
4. 直觉····· (88)
5. 思维····· (89)
6. 情感与心理紧张····· (91)

第五章 女性的性欲····· (93)

1. 阴蒂····· (94)
2. 女性性欲的探索····· (97)

3. 性高潮·····	(105)
4. 性冷淡·····	(115)
5. 月经变化·····	(119)
6. 性唤醒·····	(121)
7. 妇科医生·····	(124)
第六章 女性的生育·····	(127)
1. 避孕·····	(130)
2. 流产·····	(135)
3. 怀孕·····	(137)
4. 分娩·····	(145)
5. 哺乳与性生活·····	(151)
6. 绝经与衰老·····	(153)
第七章 性欲与性爱·····	(158)
1. 性自由及其它·····	(163)
2. 手淫与意淫·····	(167)
3. 爱情——真的重要吗?·····	(171)
4. 作爱, 其一·····	(174)
5. 作爱, 其二·····	(181)
6. 人老色衰·····	(188)
7. 她的性欲——没有常数, 也没有已知数·····	(191)
第八章 健康与疾病·····	(194)
1. 营养锻炼与体重·····	(196)
2. 性科疾病·····	(199)

3. 与吸毒有关的疾病·····	(202)
4. 乳房手术·····	(207)
第九章 朋友·····	(210)
1. 渴望光明·····	(216)
2. 惧怕女权运动·····	(222)
3. 摆脱威胁·····	(225)
第十章 工作中的女性·····	(230)
1. 干嘛要工作? ·····	(235)
2. 工作与女性·····	(242)
3. 救救我·····	(244)
4. 葆拉原则·····	(248)
5. 潇洒广泛的网络·····	(251)
6. 良师益友与竞争对手·····	(253)
7. 在女性中间·····	(258)
8. 象征的背后·····	(260)
9. 女头儿·····	(262)
10. 办公室中的性爱·····	(264)
11. 代价高昂的成功·····	(265)
第十一章 单身女人·····	(268)
1. 年轻的单身女人·····	(272)
2. 中年的单身女人·····	(274)
3. 再婚吗? ·····	(282)
4. 摆脱男人的期望·····	(283)

5. 自由.....	(285)
6. 俗成的关系, 俗成的孤独.....	(288)
7. 我们在哪里, 我们去向何处.....	(296)
第十二章 男女在一起.....	(299)
1. 同居.....	(300)
2. 结婚.....	(302)
3. 良辰美景.....	(310)
第十三章 做母亲.....	(312)
1. 母性的本能.....	(314)
2. 怀孕.....	(317)
3. 分娩.....	(320)
4. 产后.....	(322)
5. 对他的感情.....	(328)
6. 做母亲与干事业的矛盾.....	(332)
7. 无子女的妇女.....	(334)

第一章 基因决定的女性

女人是上帝犯的第二个错误。

——弗里德里希·尼采

凭着几块骸骨，几粒碎石和几片甲壳，把它们结为一体，仿佛远古时期的手镯曾经就是如此这般串接起来似的。人类学家就这样再现了4万年前第一位近代妇女的产生，她留在洞穴里以及层层坚实的泥土之下的证据向人类昭示：一个女人从解剖学上与代代相续于她身后的女人是大同小异的。假若她也能够象那头在西伯利亚的冰川融蚀之后，出现的完好无损的长毛猛犸一样重新出现的话，她仍然还会被认为是我们中的一员。

她的乳房比她祖先更为突出。她身上的毛发比早先稀少了。臀部和髋部更为肥大，因为她比被她所取代的尼安德特①女人个子更高了，身材也更加苗条。她的大脑更加发达，而且她的头部、脸部和脖颈的形状给她的发声结构以更加宽

①尼安德特人《NEANDERTHAL》：更新世晚期、旧石器时代中期的“古人”，分布在欧洲、北非、西亚一带。

广的音域。她被称之为“原始”（CRO-MAGNON）女人，她与那至今仍高踞人类进化之峰巅的所谓“类人”属于同一亚种。

她的后裔至今还在分享着同样的原始基因遗产，这一遗产曾调节着她的月经周期、妊娠、乃至哺乳。那曾塑造了她体型的基因今天仍在塑造着同样的体型。4万年前可用来吸引异性的第二性特征至今照样英姿不减当年。风格也许变了，举止或许多少变得文雅了，然而那由基因规定的解剖和生理特征却不能仅仅因口味的变化而消失。

1. 染色体

使受精卵成为女性的基因指令，存在于精子提供的23条父系染色体和卵子提供的同样数量的母系染色体之中。成长中的人体内的每一个细胞都执行它自己的基因发布的命令，命令又服从于一套统领一切的计划，这计划就是染色体密码。单个细胞一次又一次地分裂下去，每一个由此得来的女儿细胞也随之接受了一套那最初的46条染色体的副本。在这些女儿细胞中，有的注定要成为肝，有的要成为子宫，有的要成为大脑，有的要成为成千上万个其它细胞中的一员。这一在基因控制之下的过程就叫做细胞分化。

如果说基因指导着细胞获得最后的外形和功能——比方说使一些细胞成为有节奏地搏动的心脏的细胞，使另一些细胞去构成骨骼——那么这些同样的细胞也理应对大脑的功能负责。然而，科学家们又自问：这是否意味着基因同样应当对人的行为负责呢？

为了找到答案，科学家研究了初生婴儿的行为和反应。他们发现初生女婴比初生男婴对抚摸和光线更敏感。这些行为差异似应归因于异性间神经系统的不同，而与后天习得毫不相干。

另外，新生女婴嗅觉比新生男婴更敏锐，亦不象男婴那么焦躁不安。她们笑得多，吃得少，而且比男婴更早地养成控制大小便的习惯。但是，研究人员承认，这其中的一些差异是后天环境造成的。“生成的还是养成的”这一疑问似乎成了专家们深入研究的障碍。要克服障碍，须等到后来研究人员将他们的注意力集中于配对错了染色体之上的时候方为可能，这一对染色体就是X染色体和Y染色体。

决定性别的这一对染色体，属于46条染色体的一部分，而这46条染色体承载了使单个细胞成为一个人所需的所有基因材料。千百年来，无人知道它们的存在，更不知是它们决定了婴儿的性别，然而正是这些染色体帮助我们解释了性别差异的原因。

在大半个中世纪时代，生育女孩的正确秘方是：取等量的山羊奶汁和狮子的血液，于乌云恰好将月光遮断之际，把奶和血搅和，这样就能养出个女孩来。若一时找不到狮子的血液，则常以其它方式代之。例如告诫男女双方行房事时均以左侧朝下。这种陋习一直残留至本世纪中叶。那时有一种广为流传的伪科学认为女人左卵巢排出的卵子受精生女孩，而右卵巢排出的卵子受精生男孩。

今天，我们知道搭载于未来的父体的精液里的那么一丁点儿基因材料在卵子受精之时即已决定了孩子的性别。如果钻入卵子的精子载有一条X染色体，那它就同母亲的卵子的

X染色体相结合，生出的就是女孩。通常情况下，男人50%的精子载有X染色体，其余的载有生男孩的Y染色体。虽然说有办法变动这一比例，以影响载有X或Y染色体的精子活动，但精子和卵子一旦结合，基因信息亦就随之传导进去。穿着宽松的衣服或是在几个月的孕期内每天都从左边下床，对于孩子的性别其实毫无影响。

两个染色体中，Y染色体要小些。它生存的唯一目的就是使受精卵成长为男孩。它承载的基因相对少些，这一特征使它有别于X染色体，以及所有其它结合在一起而形成人的个体差异的44条染色体。

X染色体却满载着基因。目前已经发现了100多个，而且基因学家猜测也许还有更多的基因。相比之下，Y染色体承载着的基因却只发现了两个。

每1个人体细胞至少有一条X染色体，而且在女婴胚胎形成之后的约一周之内，胚胎经输卵管送到子宫着床，这时存在的数百个细胞每1个都有两条X染色体。然后，由于某些尚不知悉的原因，每1个细胞有一条X染色体失去了活性，这一活性消失的过程在她的一生中要一直持续下去，而且也正是这种失去活性的X染色体，即可见之于显微镜下的“巴尔氏小体”，才构成了性别检验的基础，通过性别检验可以在出生之前断定是男还是女，在10多年前的奥运会上取消了某些五大三粗的“女”运动员的参赛资格，其无可辩驳的根据就是在从脸颊内侧的粘膜上轻轻刮下的细胞中未发现“巴尔氏小体。”

既然两个染色体的来源各不相同——一个来于母体，另一个来源于父体——科学家们猜测，一条谱系上来的X染

染色体是否要比来自另一条谱系上的X染色体更容易失去活性？他们进而推论，有的女孩之所以更象她们的父亲或至少在外貌上肖似她们的父亲，那可能是因为母体的X染色体变成了没有活性的“巴尔氏小体”；而有些女孩象她们的母亲，则可能是由于源自父体的X染色体失去活性的缘故。

到了1962年，这个迷才算被人解开，那条X染色体所以失去活性纯系偶然。而丝毫不受这女孩是如何养大的，或者她同其母其父亲疏程度等因素的影响。其实，某些女孩——或者妇女的细胞，接受了母体的X染色体，而同时另一些细胞（即便是在同一器官里），却接受了父体的染色体。因此从遗传学角度讲，所有的女人的身体都是镶嵌而成的。她们身上的一部分细胞载有母体X染色体，其余的细胞载有父体染色体。而在男人体内的细胞却都是载有一个来自母体的X染色体加一个来自父体的Y染色体。

这种组合的意义在于：一个女人即便有一条染色体载有不健全的基因，比方说一条会导致色盲或血友病的基因，那么她还有充足的细胞负载着带有正常基因的染色体，这就使她很有可能不显露出她从父母身上继承下来的基因障碍。男人却没有这么幸运。假如他们从其母体X染色体继承了不健全的基因，他们便避免不了这一基因障碍。其原因很简单，父体Y染色体没有相应的基因。

在X染色体的十字形线条上，象串珠似的100多个基因都起着各自的作用，影响着男女身体的成长和功能。有的基因授人以辨色的能力；有的基因具有生产必要酶的功能，这些酶是血液凝结时所不可缺少的。

至今未发现X染色体载有可使受精卵长成女性的基因。

这话乍听起来颇似邪说。

两条X染色体应当生女孩，一条X染色体加一条Y染色体应当生男孩。然而上面的“邪说”其实不邪，事实正是如此，研究人员在50年代后期的惊人发现解释了这一点。在此之前，他们还以为只消X染色体上的某种东西就可使发育中的胚胎成为女孩呢？可他们却发现所有的胚胎一开始就全部生成女性了，而且如果不受外来干扰，胚胎将继续照此发育下去，最终生出一雌性动物，对于人类来说，就是生出一个女婴。

这一发现在本质上完全有悖于《圣经》上先有男人，然后上帝取男人之肋骨做成女人之说，这一神话在生理学的不容置疑的事实面前不攻自破。我们一开始时全是雌性的，至少都有成为雌性的潜势。

“亲爱的，你是一个女青年……。要有同情心，要温柔，要吹捧人，要诬骗，要要尽我们女性的一切手腕。永远也别让人猜到你有主见。

弗吉尼亚·伍尔夫

《女人的职业》

怎样做一名少女

你穿针的时候，不要线不动而用针去凑；要针不动而用线去穿——女人总是这样穿的，但男人却用另一种穿法。你要掷什么东西打老鼠时，要歪歪斜斜地踮起脚尖，尽量笨手笨脚地把你的手举过头顶，然后打到离老鼠六、七英尺的地方。掷的时候整个大小臂要伸得僵直，就好象肩膀上装了一个枢轴似的——象个姑娘的样子，而不要拉开大臂从弯曲的手腕和肘部投出，这就成了男孩的样子了。还要记

住，当一个女孩的大腿上突然落上了什么东西时，她是马上甩开她的膝盖，她从不象接住了一块砖似地合拢膝盖。

——马克·吐温《哈克贝利·费恩》

2. 胎儿的发育

受精后的头6周，无论是（女胎身上的）X染色体，还是（男胎身上的）Y染色体都没有任何明显的作用。在这段时间内是分辨不出性别来的，除非对染色体逐个进行实验分析，此种分析仅在夫妇怀疑与性别有关的基因障碍，如家族有黑蒙性白痴病史时进行。无论胚胎是雄性或雌性，其外形都是一样的。头手腿及躯干开始成形。眼和耳也依稀可辨。胚胎体内有一个细胞群，即所谓原始性腺。根据它所接收（但尚未执行）的基因指令的不同，这一细胞群将长成为睾丸或卵巢。此外还有一个隆起部分，它将形成阴茎和阴囊或是阴蒂和阴唇，以及两套中空的导管。

如果胚胎长到6周时仍没有决定性别的信号出现，它将继续长成雌性、一套导管几乎全部消失，而另一套导管将发育成输卵管、子宫和阴道。

大约6周之后，假如胚胎的基因属雄性，那么Y染色体就使单性性腺变成睾丸。这是将两性区别开来的唯一的一次活动，但具体是如何发生的尚不得而知。然而，似乎大自然确需多加一点佐料方能造出雄性来。

对动物进行实验室研究的基因学家十分惊奇地发现，从带有雄性基因的胚胎中摘除正在发育的睾丸，那么决定性别的机制就将失效，而且那动物非但不会发育成中性反而会发

育成雌性。相反，假如从带有雌性基因的胚胎中剔除卵巢，对于性器官的发育却并无明显的不良影响，当然，这只动物将没有生殖能力，从这个实验以及类似的实验中，研究人员得出结论：从解剖角度讲，雄性要比雌性难于生成。他们认为其原因正在于额外加入的那部分“佐料”。

通过进一步考察人体胚胎，研究人员得到了支持这一结论的证据。他们发现雌性在最初的性发育过程中落后于雄性。换句话说，发育到第六周时，睾丸已成形且开始产生各种雄性激素，其中以睾丸激素最为活跃；6周大的雌性胚胎的性腺细胞却仍旧毫无动静，既不生产卵巢荷尔蒙，也不生产雌性激素或是孕激素。只有等到雄性系统开始产生激素的大约6周以后，雌性系统才开始生产激素。而此时，女孩的发育已经不需要雌性激素了。

在使受精卵成为婴儿所必经的无数变化中，以上变化或许只是一个次要的变化。然而它的意义在于，给胚胎打上雄性印记的那种不太明确的“佐料”就是睾丸素，这种雄性荷尔蒙与其说是同发育中的男婴有关，还不如说是同男性青春期和性能力有关。虽然胚胎的睾丸要等到青春期才产生精子，但它们一经成形，就已开始制造睾丸素了，倘无睾丸素，那么胚胎就将发育成女婴，它会生出阴道，而不是阴茎。

对实验室动物的进一步研究表明，在中枢神经系统发育过程中的关键的几天内，睾丸素对大脑中的某些神经束施加了影响。据猜测，这些神经束主管性行为。它们位于下丘脑内。我们知道，下丘脑深藏于大脑中，它影响我们的情感。

通过在老鼠身上进行实验，人们得知雄性荷尔蒙不仅导致发育出雄性器官，并且引导下丘脑按阳性的节律活动。这

又反过来使大脑垂体——大脑的主要荷尔蒙分泌点——有规律而又非周期性地释放出促性腺激素。促性腺激素又刺激睾丸使它们（在青春期后）不停地产生精子。

如果没有雄性荷尔蒙，那么下丘脑就按阴性的节律活动，导致大脑垂体促性腺激素周期性地分泌，而促性腺激素这时刺激卵巢，在成年女性身上，促性腺激素这一周期性的分泌导致月经。

因此，在一段关键的时期内（受精后6周至12周之间）有或没有睾丸素，将引起的在人脑中的性差异，就是男女性差异的原因。性差异意味着：女人能行经、妊娠和哺乳，而男人只能授精。

人人都迷人

有些人外表迷人
有些人内在迷人
人人都迷人
人人都漂亮
你的身体迷人
我的也一样

男孩生来是男孩
女孩生来是女孩
人人都迷人
人人都漂亮
你的身体迷人
我的也一样

是女孩才能当妈妈
是男孩才能当爸爸
人人都迷人
人人都漂亮
你的身体迷人
我的也一样

在我眼里你举世无双
你里里外外我都喜欢
人人都迷人
人人都漂亮
你的身体迷人
我的也一样。

——米斯特·罗杰斯

3. 荷尔蒙的作用

难道说睾丸素，或反言之在胚胎发育期的女性身上睾丸素的缺乏还有其它深远的影响，以至足以解释那些已引起人们注意的男人和女人在思维方法上的不同？正是这一问题把看来互不相干的全世界的心理学家和人类的研究成果结合到了一起。

经过反复的实验研究，人们发现新生的雄鼠如被清除睾丸素，长大后其行为就显雌性；而新生的雌鼠如注射给以睾丸素，其行为后来就显雄性。如果荷尔蒙在预先决定某些动物的行为方面真是如此有效的話，那么它在人身上理应也有某种效力吧。

直接把对动物的研究推断到人身上，是要冒风险的。那些一直致力于调查男女之间心理差异的研究人员懂得这一点。尽管如此，睾丸素的影响问题还是被一次又一次地提出来。

约翰·莫尼最先宣布，睾丸素与女人行为之间似乎有直接联系。他是一位执教于约翰斯·霍普金斯大学的医学心理学教授，并兼任该校性身份诊所的主任。由于人的行为取决于如此多的变数，诸如基因、荷尔蒙以及环境等等。因此包括莫尼博士在内，谁也不能断言睾丸素就是影响行为的唯一因素。莫尼博士的研究，指出了—个富有启发意义的方向。

莫尼博士和他的同事们发现，女孩在她们的胚胎发育期内要是阴差阳错地接受了雄性荷尔蒙的话，那么她们就将不仅长有男性生殖器，就连行为也象男孩，其中不少女孩还有

意想不到的高智商。

早期在其它实验室对动物进行的实验颇为明了地证明了**睾丸素导致了生殖器——无论是雄性还是雌性——的最终形状**。不过，没有几个科学家愿意全盘接受莫尼博士的看法，他们不认为**出生前短时地接触雄性荷尔蒙，就会对一个女人一生的智力和行为产生深远的影响**。他们对他**取例的规模——一项研究包括10个女孩，另一项研究包括70个女孩——和他用以评判阳性和阴性行为的方法表示怀疑**。

其实，对莫尼博士的非议，仅只是一种无意的“刁难”，它表现出科学界的情性。每一项开拓性研究总会与传统观念发生抵牾。那些科学家并无贬损莫尼博士之意，莫氏早已稳居他那一学科的领先地位了。况且，莫尼博士的理论后来又被其它国家的类似研究所证实。有充分的理由认为，一旦大脑在那段所谓关键时期内接触了**睾丸素**，那么它就将**有获得较高智商的可能，并永远印上某些阳性行为特征**。

莫尼博士的各项工作后来都逐一受到了更加严格的审核。他认为，拥有**睾丸素密码的胚胎的大脑一般地要比不受睾丸素影响的大脑产生更高的智商和更为阳刚的行为**。这一观点至今仍然很难推翻。

莫尼博士跟他的同事安克·埃尔哈特博士认为，高活动层次和彻头彻尾的男孩子气的顽皮行为——从喜爱长裤而非裙子到宁愿跟男孩子玩耍而不愿跟女孩玩耍——都是把阳刚的行为与阴柔的行为区分开来的行为标准。他们还发现许多**雄性化了的**女孩在语言和空间思维方面的能力都很高。

与此同时，在斯坦福大学，有两个心理学家开始将70年代早期以前出现于科学文献中的异性的心理特征加以分门别

类。调查（他们研读了2000本著作及论文）完成之后，他们得到的男孩形象和女孩形象远非泾渭分明。他们发现，男孩也象女孩一样喜欢群处，并且两性都同样容易屈服于同伴的压力。女孩也和男孩一样有较强的自尊心和进取心。

但是，在攻击性行为、语言能力、以及视觉、方位感等方面，两性的确不尽相同，这正是莫尼博士和埃尔哈特博士研究雄性化了的女孩时已经观察到的。无论用什么标准来衡量，男孩都更富攻击性。他们喜欢打架，爱抛头露面，好做攻击型的白日梦。他们解决最能标示三维感觉能力的问题时，往往技高一筹。而女孩则在掌握语言概念、进行类比，以及完成所有涉及语言理解能力的任务等方面胜过男孩。

如此一来，留给研究人员的选择余地就非常狭小了。他们要去努力发现一个女人的大脑是怎样使她不如男人富于攻击性的。要不他们就去钻研两性之间的语言——空间两分法。

执教于加拿大安大略省麦克斯特大学精神病学系的桑德拉·威特尔逊博士选择了后一个方向去研究。她研究了200个6至13岁的儿童，结果发现男孩的右大脑半球——即惯使用右手的人主司处理空间信息的半球——在6岁时就已经成熟。而女孩的同一大脑半球要等到13岁或更大些才处理空间信息。

就语言能力而言，南安大略大学的实验心理学家多琳·基穆尔博士认为，情形恰好与此成对照，主司语言信息的左大脑半球（同样是惯用右手的人）的成熟进度，女孩要比男孩快得多。难道果真是雄性荷尔蒙造成了这一大脑的差异么？从理论上讲，正是如此。

这在目前还仅仅是理论，但它还是暗示了在发育的最初日子里荷尔蒙的确影响了大脑。不仅如此，这些研究还首次表明，性荷尔蒙，尤其是睾丸素，造成了我们的性器官的不同，也造成了男人和女人性行为方式的不同。

怎样分辨你是男还是女

假如你同一帮人在饭店进餐，再假设这帮人和你同一个性别，付帐会不会成为一系列复杂头痛的数学计算？会不会得出的结果是每人各付6元6角4分而就你一个人多付5角钱，因为你多喝了一杯咖啡？会不会牢记着哪一位喝了一杯在公司餐的开胃酒清单上没有列入的虾鸡尾酒，因而该多掏1元5角呢？如果真是如此，那么几乎可以肯定你们全是女人。

——玛丽·坎特韦尔和埃米·格罗斯《窃笑》

4. 雌雄同体性

有的时候，胚胎的荷尔蒙信号发生了混乱，结果生下来的婴孩既不是明确无误的女孩，也非地地道道的男孩。外生殖器既象一个大阴蒂，又象一个小阴茎。这一情况，即所谓雌雄同体性。这使医学研究人员有机会去探询，当体内的染色体标签——女孩还是男孩——与外部的性解剖不一致时，会出现什么情况。

在有的情况下，外生殖器不象一个女孩的，而更象一个男孩的，然而内生殖器却是卵巢而不是睾丸。这种人有条X染色体，她在遗传上是雌性，然而在发育期间的某一关键时候荷尔蒙的不平衡导致了与此相反的解剖构造。这种不平衡可以以两种方式表现出来。肾上腺可以因机能失常而产生过

量的睾丸素，从而改变外生殖器的形状。这就是所谓的肾上腺生殖器综合症。遗传的雌性雌雄同体形成的另一种方式是：母体接受了一种有阳性化作用的荷尔蒙。这是10多年前暴露出来的问题，那时候的医生们给有流产史的孕妇服用孕激素。这种荷尔蒙使她们能够怀胎9月，然而有时却叫她们为之付出高昂的代价。孕激素似乎也象睾丸素一样，会导致外生殖器畸形，使新生婴儿留下一个不明不白的性别。

如果代谢差错使睾丸不能产生雄性荷尔蒙，那么遗传的男胎也会发生雌雄同体性变化。在另一种阴差阳错的情况下，一个遗传的男胎可能会对它自己的雄性荷尔蒙感觉迟钝。出生时，他看上去象个女孩，目光敏锐的产科医师或儿科医师可能会诊断出问题，但这时尚无法加以矫正，因为这男孩的细胞照旧对雄性荷尔蒙没有感觉。

那么这些孩子结果怎么样呢？这就全靠他们的父母和门诊医生的决定了：有的被当做女孩抚养，有的被当做男孩抚养。莫尼博士接待过数十对有雌雄同体孩子的夫妇。他说：

“借用希腊神话中的皮格马利翁^①打个比方，用一块泥土，你可以做出一个男神，也可以做出一个女神来。”

有这样两例生下来就带有肾上腺生殖器综合症的雌性基因的阴阳人。其中一人经过雌性化外科手术，阴蒂被削小了，其余的外生殖器被改造成名副其实的雌性生殖器。她被当作女孩抚养。另一个人经过“阴茎修补术”之后，被当作男孩来抚养。莫尼证实，这两个孩子长大后都有可靠的性特征，女孩的母亲报告说，那个女孩倒也有些男孩子般的顽

^①皮格马利翁：希腊神话中的塞浦路斯国王，热爱自己所雕的少女像。

皮，但她“对于那些认识她的人来说是温柔迷人的”。那男孩也同样顺顺当当地被大家视为男孩。他甚至还对女孩子表现出浪漫的兴趣呢——只是他体内的每一个细胞负载的都是雌性染色体，即两个X X。

如果说从以上这些研究中可以得出结论的话，那么结论之一就是：性雌基因并不自动地产生阴柔性。在很大程度上，女孩之所以有女孩的行为而男孩之所以有男孩的行为，那是取决于别人如何教他们，取决于别人允许他们干什么，取决于他们自己怎样看。

雌性基因并没有阻止姑娘们穿长裤，打垒球。阻止的影响来自父母，他们不能让女儿“不成体统”。莫尼和其他一些研究人员，不满足这种常识性的解释，他们想为环境克服遗传的现象，做出科学的证明。

他们在一个病例中找到了迄今为止最好的证据。一个正常的男孩因为包皮环切手术事故，失去了他的阴茎。那时他才7个月，在此之前他一直同他的孪生弟弟一道，象其他正常孩子一样被抚养着。

手术事故发生后10个月内，他的父母继续将他同他的弟弟一般对待，两兄弟活泼好动，都不屑于玩洋娃娃，搓搓洗洗，对那些女人家才干的事皆嗤而远之。这时，根据一些给生殖器反常的孩子分配性别的专家的忠告，孩子的父母准允将此男孩改变成女孩，手术改变了这个男孩的外解剖构造，他的父母也开始拿他当女孩抚养。不出数月，他们刚刚被分配了性别的女儿就在她父母的鼓励下获得了女性的行为特征。她养成了爱干净、注重穿着的习惯，和她的弟弟截然不同。她弟弟则被鼓励去保护姐姐。到她长到4岁半时，她已

经比她弟弟整洁多了，就连她同父母的交往方式和式也弟弟大不一样。

现在她已进入青春期，而且要是医疗计划还在继续执行的话，那么目前她正在接受荷尔蒙治疗，以使她的乳房发育，臂部长大，以求基本上结束自从她1岁零5个月时就已开始的女性化处置过程。她将永远不会有生育能力，也不会来月经。然而可以肯定地说，她认为自己是一个女人。

那么什么是性身份呢？

性身份并非简单地只是染色体的问题。阴性和阳性角色，以及随之而来的行为，都并非是铭刻不变的。它们可以被修改，随着时代、经验和认识的变化，有时甚至可以被完全反拨过来。即便是女人与男人之间基本的解剖差异也可以通过手术和使用荷尔蒙疗法改变。当然，还没有什么东西能够将我们细胞内发号施令的性染色体清除出去。

如果两条染色体都是X，并且没有任何东西干扰荷尔蒙的平衡的话，那么婴儿生下来就有了一种潜势。这种潜势使她按照父母的指点行事，她的父母自她出生起，就哄骗她（这种哄骗有时并不那么温和），要她进入阴柔的女性角色。

女人天生对美丽精致和打扮一新的东西有着一种很强的偏爱。甚至还在孩提时代，她们就喜欢穿得花团锦簇，并以受人褒奖为乐事。

——伊曼纽尔·康德1784年

第二章 女性的形象

女人们常会听说，女人对男人是个谜，其实经常听说且更显真实的是这句，“女人神秘莫测”。神秘得叫你毫无办法。在现代以前的时期内，也就是在从生命的萌发到大约1967年间，一个男人说句如此不负责任的话也还过得去。没有一个女人会追问：对谁神秘？能肯定不是对她们自己么？这类话都是男人对男人说的。也许，女人也偷听到了，但是那句话，那真理之言却是出自男人之口。

一个青春期的少女，不论她13岁或者23岁，都会或多或少地乐意自己是个谜。她也许总喜欢把头发往后利落一甩，眼眶涂得漆黑。不过，“神秘”可实在不是恭维话，它有“不怎么会是人”的意味。有时它又包含有“高于人”的意思，象个女神，但也不过是有时而已，而且即便是在这时也并没有恭维女人。若其象女神那就令人讨厌了：责任重大却没有欢笑。

女人神秘——这是一个形象，不幸却是一句谎言。

下面所写的是关于作为人的女人。

女人与男人的不同正在于她们的形象不同，而不在于肉

体的不同，肉体是相似的，大同而小异。思维也一样。然而直到最近，人们都还认为应该男女有别。要做到男女有别，非常有别，甚至截然相反，这就需要撒谎，撒否认之谎，撒夸张之谎。

女人和男人通过形象来互相撒谎。我们确定自己，是用那些文化积淀造出的标准男女形象来衡量，倘若我们同他们不一致了，则不敢认为那些形象是假的，反而觉得是我们没有做好。随之而来的便是痛苦、自恨、嫉妒、英雄崇拜和势利眼。妇女运动之所以象闪电一样席卷各地，其原因之一就是它确立了新的形象。遗憾的是，这些形象一旦确立之后，却又变得同原形象一样冥顽不化。

几乎我们自己所有的形象都是别人给的。第一个形象是夏娃。设想一个小女孩在听人讲述第一个女人的故事。你怎样看待这个愚笨的女人，她居然听了蛇的一句话就自甘堕落。这个连不是自己的东西也想要的贪心鬼（预示女人的形象就是永不知足的消费者？）。这就是你的先人夏娃，这个引人堕落者。夏娃养了两个儿子，可其中一个儿子却杀戳了另一个。这就是母亲。如果女人们受分娩之苦，如果我们中无论谁，无论是女人还是男人的生活不象伊甸园那么美好，如果死神降临于我们的头上，你知道该去怪谁了吧。这就是那第一个女人。

“娘儿们司机！”一个警句。

“我没有方向感，一点儿没有。我丈夫总把车开往我指点的相反方向，而且也总是他正确。”女人崇拜地说。

“我不会算加法。好了，你把小费算出来”。女人崇拜地说。

要建立女性的自尊心还有漫长的路程呢。谁能信任一个女人？你不信任，我们也不信任。我们之间互相也不相任。荣誉、正直、勇气，这些一直专属于男人们。在现代社会，除了我们也开始信任自己和相互信任之外，我们变得能够占有诸如荣誉、正直、勇气这一类词和品质，而且可以不只靠男人的行动来实现自己的愿望。纵观历史，这真是一个伟大进步。

假设确有正宗的女性味这种东西。那么，让我们设想一群被遗弃在树林中的婴孩，他们要相互合作生存下去；他们表现出的思维与情感的特征会是什么，我们不得而知。但可以肯定，所谓“女人味”与我们的理解和要求是大相径庭的。

女人气是别人教的，是象外套一样穿在身上，就象手戴上的白手套，或者就象一件托胸乳罩。女人气其实就是演戏。

西蒙·德·波娃在《第二性》中写道：“主要的误解……在于女人使她自己表现得有女人气是天经地义的，光是做个异性还不够，甚至做个母亲也还不够，还得认识到这一思想：“真正的女人是文明制造的人为产物，正如早先的太监是人为的一样。”

女人气者，恪守妇道也，把你那哩哩啦啦的衣角别进裤子里去，整洁得很重要！并起你的双腿，搭起你的双踝——不要挪得那么开！讲话时别手舞足蹈的！看在老天爷的份上，别那么扯着嗓子讲话！

在其它有女人气的妇女身上我们还可见到那恪守的妇道，那谨言慎行，约束自己的力量，将其收藏起来（也许一收就是永远），将双拳收回来而不要出击。

在教育之下，我们学会了保持整洁。众目睽睽之下，我们不狼吞虎咽，我们不口出秽言。我们学会了“让他去领头，把他推出来，树立他的形象。”我们象一根别针一样整洁，象雏菊一样美丽动人。还有谦逊。自我在男孩子是自信心，在女孩就是虚荣和有失体统的孤傲、自我克制方是女人之道。

面带微笑的服务，我的父亲回来了。我那时大约有10岁，我一跃而起，我用他喜欢的方式端上一杯咖啡——不加牛奶，不加糖的一杯浓咖啡，刚好满到杯口。“吃点儿蛋糕吧？”我学着她的样子问，“行，要切成小块的。”我咬紧嘴唇，全神贯注，照着我希望会完全合他意的大小把蛋糕切开。“谢谢，小甜心”。我真贤慧，我是一个小妇人，和她一模一样。

做性的象征是一沉重的负担，尤其是当你疲惫不堪、伤心失意和迷惘彷徨的时候。

——玛里琳·门罗

1. 她

我们打一开始在看着她。她就是我们将来要成为的样子。我们还不到两岁时就知道这一点了。一个15个月大的孩子扒在一辆停着的小汽车方向盘上，蹦过来蹦过去。开车并非就只属男性，可那个叫麦克斯的小孩已经知道：她才是自己应当跟着学的人。一个18个月的小女孩摇晃着一小片布，口齿含糊地说道“掸灰掸灰”。掸灰也并非专属女性，可

那个叫乔安娜的孩子就已经知道了应当跟她去学。

我们观察她，我们从她那儿学来的许多东西全在偶然之中。看她匆匆忙忙准备晚餐，或者走出家门，或者干脆就看看她奔来跑去走动的姿势。我们还小。我们正坐在澡缸边上看着她。她往唇上涂口红时撅嘴的样子，一切的一切我们全看在眼里，仿佛我们正用眼睛吃掉她，正把她消化掉似的。

她不厌其烦地谆谆教导我们：怎样站立，怎样坐，怎样行走（就假装你后脑勺上拴了一根绳子，正从天花板上扯着你吧），怎样布置桌子，怎样擦洗你的身体、油锅和银器，怎样穿衣；什么叫质量高，什么叫价钱贱。什么是殷勤好客，什么是吝啬小气。她对我们的监督无处不在，而且总是求全责备，你干的错事是藏不住的。你的围巾在哪儿？你该理发了。你那件紧身衣和那条裙子不相配。

我们就是她的园地，她的针线活，她的艺术品。轮到大事儿，比如说价值问题，她就对我们身教而不言传。她是个什么样的妻子？什么样的母亲？什么样的朋友？她给这些角色下的定义，以及给男人和婚姻下的定义都被烙在我们心上。她给女人下的定义是权威性的。她就是我们的出发点，我们的参照点，她就是一切行动的重心，她就是芸芸众生中的精上之品。

我的母亲现在比我矮了，她已徐娘半老，头发也在渐渐稀落，有时我会费力地将她同那个曾经支配了我的童年的妇女联系起来。艳色正浓时的她，肤若凝脂，金发碧眼，精力充沛。她给我们的家带来生气，带来光明。她的精力实在太充沛了——颐指气使，插手一切。她粗声发号施令，她可以

一心两用。哪里有她哪里便没有安宁，然而哪里有她哪里也就有了生机。她的微笑也是美丽动人的。

我从不承认我曾依附于她。当我12岁时，我决定和她该了结了。我再不需要她，不再喜欢她，她和我已经不是一类人，我开始从头到脚地诅咒她。几年后，我从大学回去看她，只和她呆了一天。返校时，她送我到一家诊所门口。我们就此告别，我站在墙拐角处，看着她开车远去。这时我仿佛第一个在海滩上迷途的孩童一样孤独悲凉。

今天她成了一个干瘪褐发的老太婆，我终于分享到了权威：原先，我奋斗过（然而常常得不到）的关注。现在只消我清清嗓子哼一声就能得到。尽管如此，能得到她的赞许仍然不失为一种快慰，而她的赞扬仍旧仿佛就是我的定心丸。可不，那韶华正富的她还照样在我的心里发号施令呢。

“她在我心里，她在我心里，”一个33岁的妇女这样评论她的母亲。她说这话时洋溢着她母亲的神彩。她是在谈论某种财富，这种财富就是心理疗法所要根治的。心理治疗的过程或许可以理解成是驱却邪魔的过程吧。

我们的母亲们教给我们这么多，而其中又有许多在我们看来全是错误的。我们认为我们的母亲们把我们引入了歧途，传给了我们迷信，传给了我们局限和禁忌。我们徘徊于屈服、怨恨、愤怒和蔑视一切之间（我们得说她已是尽心尽力了）。我们的女儿之辈也许不象她在她母亲面前的样子。我们要同她“分离”，她早先则必须依附于母亲（这蕴含了一丁点儿母性的智慧，自己的女儿永远是自己的女儿；把儿子养大却为的是别的某个女人）。

妈妈常常跟我和妹妹讲起那些她还不孤单、每夜睡在一个爱她的男人身边的日子。那是一个令两个女儿神思遐想不已的极乐境界。有时我听见她坐在起居室里哭泣……。而当我踮着脚尖走进去想要安慰妈妈的时候，她推开我，她说我还太小。

——利夫·伍尔曼

2. 他

他下班回家了。他那在襁褓之中的女儿高兴地叫唤着。他的脸上顿时有了光彩，就象她的小脸蛋一样可亲可爱。“我的小妞好吗？”他把她高高地举到空中。他的公主，他的心肝。她对于他来说是至纯至净，也许还是最能支配控制的女性的精髓。对她来说他不是某一个男人，而是所有的男人，他对他母亲以及对作为一个女性代表的她本人的评价将终生伴随着她。他欣赏她母亲那个牌号的女性气质吗？她，家里的女儿必将酷似她的母亲。他是否显得喜欢她甚于他的妻子。这女儿伶俐吗，聪明吗，滑稽吗，可爱吗，抑或是美丽吗，以至在某一方面迥异于她的母亲吗？他和他的女儿成了一对儿，所以能逃脱乱伦之禁忌，乃是由于她在性方面还是一片空白。他是暴君，是敌人，还是令人生畏的外人？对她母亲来说，他是羸弱、是无能还是失望之源？女儿将来会对所有的男人既害怕，又看不起。事情就是这样不可思议：她将来一次又一次找到同一个男人，哪怕他们看上去多么地互不相同，过不了多久，在每个男人身上，她又迅速地撞上她的父亲。他的善良或是他的幽默，他的坚定不移或是冷漠懒散，他的跃跃春心，或是他的性感缺乏。

“他们全是一样的货色”，她也许会鄙夷或愠怒地说。“啊，我爱男人们”，她也许会说。两样不同的成长环境，人生际遇造就这么两种观点相反的女人。

她甚或会在她自己身上撞见她的父亲，尤其假如她是家里的大女儿时更是如此。根据一套挺有趣也颇灵验的出生顺序理论，头生子在第二个孩子篡夺了母亲的注意力之后，可能会转而归向父亲。她将会依靠父亲，同他持一样的观点，虽然有时不免违心地附会。她要比她妹妹更有男子气。瞧她的妹妹还在揪着母亲的裙边不放呢！而她们共同的小妹妹，那个小婴孩儿在几个妹妹中将有最多的传统女性气质。

兄弟的出现冲淡了姑娘气息。兄与妹这种组合被美国的父母们乃至小女孩的朋友们视为理想模式。那些朋友们羡慕她与男孩融融相处的机会，羡慕她有一个天赐的异性伴侣。这种组合比姐与妹的组合更易产生出一个“顽皮的、男孩子气”的女孩。

由此看出，阴柔气质并非生而有之，而是解决某个问题的方法。这个问题就是：怎样被人爱。如果父亲就在身边，那么在回答这个问题的过程中，他的作用是举足轻重的。他对女人的态度，他的畏惧，他的敬重，他从她们那里获取的欢悦，他对她们的忿恨，全都在他的女儿们身上得到反映。

3. 微笑

她是一位姑娘。她曾被裹在粉红色的襁褓之中，穿得象布娃娃。陌生的人见到她时都惊叹她是如何地漂亮，算是对她打的招呼。她的哥哥碰巧比她还要漂亮上好多倍，他还塞

着尿布，可是陌生人却在问他想不想将来也象他爸爸一样当个大夫。

父亲：“对着相机笑一笑，宝贝儿。”

母亲：“你问早安的时候难道就不能面带微笑吗？”

摄影师：“嘿，小妞儿！咳，你挤不出微笑来是不是？”

人们希望一个女孩性情悦人。

她不当有喜怒哀乐，不当有邪恶的怪念头，不当有凶残的愿望，也不能有信念，她不当享受独处，不当学会拒人于千里之外。她被训练成一个阴柔的人，其核心就是要驱策她去取悦别人，给别人以快慰。

从最好的方面讲，这种驱策强化了敏感力，增加了感情移入，耐心以及慷慨大方的重要性，并且要求用惬意感来报答对别人的关怀。从最坏的方面讲，这种驱策变得持续不断，它使人神经过份紧张！它的胃口大得使你无法招架。它毫不怜悯，以至要是我们真想舒适，就非得象个仆人一样干活，做个走狗似的仆人，一心只为了取悦人，给人慰藉。

我们微笑以取悦人、抚慰人，为人喜欢、受人赞许，任人选择。女孩的电影明星之路就是被人挑选的结果：在张家或李家铺子的柜台边被人选中。许多人都会告诉你，我们之所以干着手上的行当，那是因为别人选中了我们。哎，我们还以为我们此生的前程怕就是到此为止了呢，哪知张先生或是李太太不知道怎的会喜欢我们，又擢升了我们。

1967年，在某一家公司，总经理的位置一时空缺。一个女人不识时务地向实权人物毛遂自荐，宣称她想担此重任，并且保证能够胜任，引得满堂震惊。那完全不是女人份内的

事。一个女人要等别人来挑选她，这才是她唯一的出路。

行动，把事情揽入自己的手中，毫不含糊地作出决定，坦率地提出自己的要求，并不惜冒失望和失败的风险——这不是女性的行为。

任何一个姑娘都可能是妖娆动人的，你只消静静地站在那儿做出一副傻态即可。

——赫迪·拉马尔

4. 在别人心目中

为了孩子的福利而去杀人，为了保护自己的孩子而迎着呼啸而来的列车冲上前去——这些都包括在女性的角色之中。非凡的勇敢、强壮、机敏都不为错，只要她永不为自己而实现就行。

自我牺牲的女人的形象高悬于我们头顶上空。啊，排在队列之末的欢乐，以苦为乐的贞女节妇！听来象是讽刺，可她的快乐是真的。这个快乐的好女人省下最好的一块鸡肉，最后一块蛋糕，给他，给他们。“这最暖和的毯子——噢，你盖吧。”“你累了”，这位累得精疲力竭的好女人这样说：“上床去吧。我把这些收拾好。”她拜访一位女性朋友，也快乐地遵循着一条戒律：在她的朋友正给大家上菜或是干着任何家务的时候，禁止她坐着不动。

“哎，我来帮你。”

“呵，不必了，谢谢，你歇会儿。”

“哦，我不能再歇了，请让我来帮忙吧。我这一整天都坐着呢。就让我洗洗最后几个碟子吧。”

好女人还有敏锐的直觉，对于“颤动”之敏感，犹如一只昆虫。只有她才会半夜醒来，因为她晓得她的孩子刚刚出了事儿。只有她才能看懂她丈夫在下午6点钟时的脸色而无需过问这一天他过得如何。那么优美可人，那么温文尔雅。她四处奔忙着抚慰别人，给人带来快乐。

这个女人所需要的，只是附和外界。他很好，他们很好，因而她也就很好了。

一个女人应当询问“你在想什么？”她的问题部分出于好奇，部分出于不安全感，部分出于职责。别人烦躁不安时，她不能乐而无忧。她的化学物质、她的神经激素，是经无形导线同他、同他们接在一起的。这正是一个女人的形象。

嗟乎！好女人，她已经不合时势，无私不再是女性道德品质的巅峰，而是在自信心训练课程中受到指斥惩罚的病疾。在安妮·施坦曼和大卫·福克斯合著的《男人的窘境》一书里，有一个“女性价值清单”，其中写道，“家庭之需要当先于一个女人的个人抱负。”其中还写道，“我作为一个人如何发展要比别人如何看待我更加重要。”作者要求给第一条打“正确”，给第二条打“错误”。这种选择正如玛格丽特·米德曾说过的那样，是从做一个“爱物”还是做一个“进取者”之二者中择一，或者是从做一个大人物中的无名小辈还是做一个无名小辈中的大人物二者中择一。

有女人品质的女人被培养得能够毫不犹豫地作出选择。首先，因为她知道什么是对的，什么是无私。其次，因为做个大人物似乎不大可能。所有的大人物皆是男性。

我的一个朋友的母亲是位儿科专家，一个面容冷漠、精瘦干练的女人。我真可怜我的朋友，因为她没有一个真正的母亲。另一个朋友的母亲上班，是“万不得已”——因为她的丈夫把她和3个孩子抛下了。我父亲鼓励我母亲去上班——他弄不懂她整天都在干什么，可是我母亲却喜欢她整天干的活儿。她觉得不必去上班很幸运。她觉得她的选择完全正确，她干的是女人家干的活儿。她是一个真正的女人。

一个真正的女人的生活是很容易谋划的。一个成长于现代以前的世界中的女孩儿，当她正同一两个朋友漫步闲游于午后的阳光中时，就可勾划出她一生的轮廓。

她会结婚，做母亲，会做一个非常善良、慈爱的母亲，她决不打她的孩子们。她丈夫会喜欢电影、艺术、读书，喜欢听音乐，逛商店，富于幽默感，很会跳舞。他会比她个高，还会比她英俊、“强大”。他意志坚强，而不是一个懦夫（“我会讨厌一个可以被我这个妻子管得严的人”，她和她的女朋友们预言说）。夫妇之间出现任何冲突他都应该获胜，为什么？和一个失败的男人相处，她也会失败的。

她并非是想自己低丈夫一等，而且想要他高她一等。大家知道，男人们常常根据年龄平均原则行事（他的年龄40加她的年龄20等于他的感觉年龄30）。女人们则同样地根据一条地位平均原则行事，他的优越性将她向上提了一级。

我们原先没有意识到一个被人认为是聪明的人会变得更加聪明，而被人认为不聪明的人则变得愚钝。一个权威人士将变得更加刚强坚毅，而治于人者则变得优柔寡断。

现在大家可以看到，想象中的丈夫的画像就是一张完美

的爸爸的蓝图，而成年妇女的形象则是一个成年女儿的形象。

自·我

上面的回顾并非怀旧。有女人品质的女人尚未绝世。那些闲游散漫于午后阳光中的姑娘也许已长大成了解放的女性，然而在她们的耳膜中，女人品质的精灵还在低语：“你应该……你不应该……要是你怎样怎样就好了……，哦，那可不好……。”

一个男人也许会认为女人已经发生了很大变化了。的确不少。可是还有一大堆没有变化的呢。我的事堆积如山，我们在厨房里忙乎到深夜。我们的形象被分割成新旧两半，这就是我们。

过去，我的祖母做晚餐，是用鸡和凉水做鸡汤。她在一口平口木碗里剥大葱，双手沾满面粉。在一口长长的、不太雅观的发黑的平底锅里做新月形的杏仁饼，她的工具全都没有今天的炊具那么美观大方。用不着别人哄骗她去下厨。那是她的职业。另外她还得把家庭成员维系在一起，还得把我们维系于历史、遗产和传统之上，这些东西给人格增加了一点儿组织。对她的孙儿孙女们“唠唠叨叨”，对他们，对自己感到骄傲。这就是一个女人。现在谁去干那活儿？

现在，当我烤蛋糕，当我偶尔凑巧烤蛋糕时，在厨房、客厅和门口到处弥漫着黄油、鸡蛋和面粉的扑鼻的香气。得意之情，充满了我的心田。世上到底还是有好的东西呢！也许这就是我。在那几个小时里，我是一个真正的女人。

一位客人的眼睛睁大了。“这是你做出来的？”——这甜饼，这馅饼。我感到胸膛胀得那么高！我真想把胀起的那部分一口吞下，将它藏起来，胀满的是欢乐。有一次我正采访一位明星——对了叫贝蒂·米德勒。我们在我的公寓里，我丈夫从客厅走过。一套普通的公寓，一个丈夫。贝蒂突然问我，“难道你认为你正常？”我想起那些日子，那些难得的烤面包的时候，或者那些我请朋友们来进餐的时候，想起那一年里有两次我帮我丈夫送衣服去洗衣店。“有时我是正常的，”我说。

“感觉如何？”她想知道。

“感觉对劲儿，感到有了依靠，感觉安全了。”

她全神贯注。“我想是会那样感觉的。”我们都喜恋地点点头。我们都认为会有那种感觉的。

在女人品质后面，有三个驱动因素。第一，是价值观，荒谬地肯定这才是事情应该是的样子；我做这样那样，这就好。第二、是有一种对于孤独的恐惧。对于犯规的惩罚就是孤独，那是最可怕的徒刑，是一个女人最惨重的失败。我们知道，有女人品质的女人才吸引得了男人，没有女人品质的女人吸引不了。第三、是一个女人害怕从心理上和精神上阉割了男人。这种恐惧部分地源于男人们（我们听说，他们害怕我们是阉割匠），部分地源于我们受压制的愤怒。为了补偿女人品质的缩减，就促生出掌有宏大权力之幻觉。

我们的确比他们强大得多，顽强得多，英明得多，人情味浓得多。我们比他们长寿。他们都是小男孩而已，他们需

要人来服侍他们那脆弱的自我。因此他们易于被人操纵。你装得软弱好让他显得刚强。压制你自己，否则你就将压制他。

最有女人品质的女人正是那种最不会吓唬男人，不灭男人威风的人。她才是别人需要的。

这，又回到了我们的起点。

我们传统上让认为的真正有女人味的女人，就是一个除了对男人纵情奉献外别无其它人生目的的人。

——卡伦·霍尼《女性心理学》

5. 弥补、改造

14岁，身体窜起来了，孩提时的脂肪不见了。乳房和月经将她推入妇女俱乐部，突然间，她意识到了，痛苦地意识到了缺陷：她自己遭透了，她的脸，她的身体。她就是这样开始的。

我们14岁。我和我的知心朋友呆在中学的女厕所里。另外还有一个姑娘正照着镜子。她正用一支很粗的浅黑铅笔“描着”她的眼睛，然后又用白唇膏抹着嘴唇（那是当时的时尚）。我们身后的大地都能被我们撕成两半，因为我们是那样地专心致志，全神贯注。我们买来粗大的浅黑铅笔。我们练习，学习如何“做”我们的眼睛。小手指的第一道关节象是枢轴似地支在颧骨上。拇指、食指和中指握着铅笔围着

枢轴从这边眼角转到那边眼角。好大的眼睛！白色的油脂抹在唇上。效果：多象个流浪儿，大眼睛，没有了嘴唇——何等美丽！

就从这样低贱的开头做起，我们渐渐学会了怎样使我们的前额看上去宽阔些，鼻子窄些，短些，眼睛大些，脸颊瘦削些，下巴小巧些，双唇丰满些，脖颈显得长些，肩膀显得窄些，胸部显得大些、小些或坚挺些，腰部纤细些，臀部窄小些或丰厚些，双腿更长些，双脚更小些。所有这些观点都变得如此根深蒂固，以至当尝试成功某种改变我们外观的方法时，我们喜上眉棚，心想：“这就是我”。

男人们有赛车。女人们在从前的时代里则有衣服，化妆品和香水。没有几个女人在她们的一生中的某段时期内不是坚持不懈地带有某种特定香味的。谁不曾下定决心失去5英镑以换取美貌？要不就是每天晚上捋掠100次头发，以使头发长得秀顺。据说“男人们喜欢长头发”。

我们会美丽的。要是我们如此坚持下去，要是我们孜孜不倦，要是我们的头发熠熠闪光，我们的肤色光彩照人，要是我们显得温柔迷人，那么这世界就会是我们的。否则就不是我们的。

惊人之至的是，解剖构造就是女人的命运。在男性的世界里，有什么东西能与年轻女性对自身胴体的那股执着的迷恋相提并论？为了获得迷人的芳容、柔嫩的体肤，女人无情地撕扯、甚至是蹂躏自己；对于自己体态的秋毫欠缺、欠妥之处，女人有出自本能的不可思议的洞察力，并且能当机立断，严加革除。

她只能被挑选，只能等着被挑选。她只希望激发出遂心如意的响应。自觉得富有性感那是“廉价的”。妖治的女人和好妻子水火不相容。我们或许不知道我们是否（多少有那么点儿）性感，但是我们的确需要美貌。

正确的形象随处可见。电影、书籍、电视、杂志，比比皆是。当她们注视那些形象时，发生了有趣的事儿。在大脑中的某处，意象产生了。她觉得她看到了她自己。她看到了自己的精华之所在，只是如果……，一位身材肥胖矮小，相貌平平的年轻妇人，解释了她对时装杂志敬而远之的原因。

我看到一幅照片，一个模特儿涂着眼睑膏，身着华服，我就想，要是我买来那种眼睑膏，穿上那套衣服，那我看上去也会象她一样，可是，我买来了那种眼睑膏和那种衣服，但我看上去并不象她。我还是我的样子。

那些杂志，那些形象，还有那些伴随我们长大的动听的故事，都把外貌的美塑造成必须实现的规范。美貌等同于美德，丑陋则被视若邪恶，作为女人，为塑造外貌而倾注心身的全力，那是铁定的职责。

6. 自恋

在我们履行我们的职责过程中，我们把自己分裂成了一半应当使之符合需要的客体和另一半可指导、判断、批评的主体。主体是一个合唱队：母亲、父亲、女朋友，以及一个概念化了的男性形象。这场分裂就导致了我们的长期的不稳定

和我们的自恋。

请注意电视广告中的这位模特儿怎样迷醉于自己的长发，她的手指妩媚诱人地梳过波浪起伏的曲髻，双眼惬意地半闭着。再注意她是怎样洗脸然后怎样将一种新的雪花膏搽在自己的肌肤上的。这都是典型的自恋表现。这位自恋者想象一个男人看到她触到她时会有何种反应，以及她自己如何响应，当她在想象中体验到这种响应时，便心潮起伏。

一位容貌娇好的女人为一个晚会而穿着打扮，工程耗时45分钟。“镜子可以给我发放出门的通行证，”一个女人说道，“也可以使我一整天情绪低落”。

“对着镜子狂喜，”西蒙·德·波娃这样描述自恋者的自我反应。

为美貌而吃苦

我们的容貌对于决定谁是我们的朋友，我们有什么样的群体，我们和谁约会，都是至关重要的。如花似玉或者相貌平平，将决定女人的生存环境。世界朝漂亮姑娘微笑。老师们希望她品格好、表现好。男人们希望她值得深交。那些富有魅力的职业，她垂手可得。在任何公共场合，她不必象相貌平平者那样去费力地吸引别人的注意。在另一方面，她会告诉你，人们可能设想她好虚荣，“不脚踏实地，”“女人们觉得你在追求他们的男朋友。”漂亮女人如是说。

她大约10岁，母亲用一种高效而且散发着臭味的液体把她的头发淋了个透湿。她正在接受一次家庭烫发。母亲先将一团头发用力拉直，然后将头发缠绕在一个小圆筒上，再用一根塑料或者金属针牢牢固定。如果这孩子嚎叫起来，叫苦

说她要窒息死了，如果她诅咒发誓说她就一辈子秃顶算了，说她母亲会把头发全拔光的。她就会听到母亲的金玉良言：“你得为美貌而吃苦。”母亲说这话时带着神秘而幸福的微笑。

这一位10岁的小女孩长大了。多数情形下，她会把那一块极为敏感的眉下区域内的毫毛一根根地拔掉，以使面容更清爽，眼睛更大。她会将炙烫的蜡液倒在臂和脚上，等它冷却，将它剥下，这样所有的汗毛也就随之被剥下来。也许，她还注定要碰上眼睛下面的突起物被割掉后又缝上，或者下巴下面的悬垂物被切下来扔了之类的倒霉事儿。

一旦她习惯了化过妆的眼睛和粉红色的脸颈之后，小眼睛和菜色的皮肤就会令人沮丧。即便是她独自一人呆在房内，她也会上点儿淡妆：“只是为了给我自己提提劲儿”。带着她自己的本来面目忙来忙去显然是令人泄气的。这就是女人的经验。

我们女人需要旁观者的眼睛来认识我们的价值，来帮我们自我挑选。男人的眼睛，就是我们的记分牌。

美丽就是与众不同，我总是不得安宁。总是有人对我说长道短，我多么需要支持，只希望同其他姑娘一样。

——弗兰·格鲁辛《芝加哥论坛》

我的容貌如何？乃是女人从生下来到升天堂整个一生的永恒的故事。杀害美国妇女凶手不是书籍（Books）而是容貌（Looks）。

——萨拉·H·史蒂文逊《妇女生理学》（1881）

7. 衰老

我们可能会有种种恐惧，其中之一就是担心在男人的记分牌上名落孙山。这记分牌仅只反应女性青春的风姿。

一位老妇也许会被誉为富有“魅力”，这个词是指她的德劭望重，有贵人气派；是指她当年曾是美丽动人，而现在也风韵犹存。生物学家古特莱斯在《身体热占》一书中指出，一个女人的美丽特征之所以美丽，乃是由于这些特征带着孩子气的缘故。

古莱斯特写道，女人们既热爱支配型的气质又热爱从属性气质。她们求助于男人对从属型气质的热爱来实现她们对从属型气质的热爱。“社会等级的两端……典型的是婴儿或新生儿处于被保护的光谱的低端，而一个年长的男性处于高扁。”尽管绝色美女通常也拥有几个处于支配型一端的特征。其组成却多半是些孩子般的因子：金发碧眼，没有体毛，肌肤柔软，大眼睛，尖下巴，小鼻梁，甚至还有涂了胭脂的“生机勃勃的玫瑰色的脸颊”。这些特征在妇女身上也象在婴幼儿身上一样称人心目。相反，女人多毛不受欢迎，因为那样“咄咄逼人”，就象“坚硬的颧骨和下巴，高脑门儿，高鼻梁，单薄的嘴皮”一样是男性的特征。

与其说女人感到了老年的来临，还不如说女人看到了老年的来临。这并不是由于我们不能象过去那样（过去谁又能呢？）跑得快，跑得远，乃是由于我们不能象我们过去那样很快地减肥了。每一个信号都是一次意次。

她注意到一个小伙子，她意识到她把他形象地说成是

“小后生”。她阅读一篇谈“老妇 年 女”的文章，立刻发现，从统计学上说她是一个老年妇女了。孩子们询问她怎样才能找到工作，这些孩子是大学四年级的学生。她喜欢象这样有能力帮助别人，给人指点迷津。可是孩子们为什么要那样毕恭毕敬呢？

衰老的过程是令人不快的，你会想将它扭转回来。人们心里还带着60年代留下的印象，那时中年妇女穿着新潮靴和迷你裙，招摇过市。现在人们已不轻易蹈此可笑的覆辙。

格洛丽娅·施坦娜姆是《女士》杂志社一位迷人的编辑，她这样回答那些惊奇地不相信她有40岁的人，“可是这正是一个40岁的容貌啊”。人们是越来越不显老，越来越显年轻了。

衰老从何时发端？30岁吗？显老的起始年龄是30岁。此时你进入了自己生命的巅峰——你心里这样想，浑身洋溢着生机。到了35岁，这是一个转折点，一个警告：快了，也许就在眼前，你再得不到年轻的分数，再不能作为快活年轻的X，和年轻早熟的Y。面对千真万确的35岁，我的先哲对我是否规模得当？男人们也许会问同样的问题，可大概那要等到40岁，而且他们也不必承受35岁的妇女碰到的那些问题的重压：你是不是还想多要几个孩子，还是只要一个就够了？虽说40多岁的妇女还能生出健康的婴儿，可是35岁却被非正式地认为是截止生育的年龄。那些当断不断，把决定推迟到“以后”去作的女人，以及那些希望迟早能找到如意郎君的女人，到头来发现她们竟落入了“以后”二字的虎口之中。生命的一半一去不复回。

走向迟暮之年亦有其报偿，那是女人生活中少有的一大

自由。及待她们年事愈高时，她们既被女人又被男人奉为首领和英雄。女人谁也不愿意拿她的芳龄玉体去同她的——我们叫什么来着，她的心？她的人格？她获得的地位？——作交换。商业广告中的那句话“你未在变得更老，你是在变得更好了”。有一半是谎言，因为毫无疑问我们是感觉更好了——更象我们自己，胆子也大了。“当你老的时候，”一位妇女开怀地笑道：“你就可以想说什么就说什么了”。

男人感觉有多少岁就有多少岁，女人看上去有多少岁就有多少岁。

——莫蒂默·柯林斯《未知量》

哦，阿什利。事完全不象我当初预想的那样。

——斯卡利特·奥哈拉《飘》

8. 情感

小时候看过的连环漫画里，多是些象“超人”，“奇女”“莽林中的西娜”“阿奇与维罗尼卡”之类的形象。其后便是爱情连环画。爱情连环画里的美男子长着刚毅的方下巴，有着象汤姆或是凯特的响亮名字。美丽的女人不是长着乌黑发亮的秀发，就是金发碧眼；不是面带微笑，便是哭哭啼啼。不过即使是在她们哭泣的时候，她们也是哭得那么楚楚动人、美丽妩媚。她们的眼睛从不会布上血丝，也不会肿大鼓起。一泓泪水悄悄地出现在她们的眼球之下，每一次流出精致透澈的那么一滴。

尽管现实中的女人不可能象漫画中的女人那样哭得楚楚

动人，但毕竟哭泣对于一个女人来说仍不失为一种可以接受的情感发泄。

但是，嚎啕大哭绝不允许，拳打脚踢膝盖撞更犯了大忌。即便是幽默这处避难之所和手段，也是禁区。俏皮风趣就是自我孤立。如果她拿自己取笑，那么就是给自己抹黑；而如果她取笑别人，那她就是下贱卑鄙。一句话，幽默不是女人的品质。有一位很风趣的女人叫安妮·比兹，她是一位为《星期六夜生活》撰稿的作家。有人曾叫她分析一下幽默与女人之间的关系。她反问道，“一个女人何必费神去俏皮有趣？她在社会上因俏皮有趣而得到的反应还不如她敲打卷发时得到的反应多”。

6. 新的形象，新的冲突

进入女英雄主义，女人角色从客厅喜剧转入史诗剧。男人们被吓得惊慌失措。他们威胁说他们要变得阳痿了。他们纳闷这世界到底是怎么回事儿。那些个不安分守己的女人都谁，她们为什么这样怒不可遏？澳大利亚的少年女歌手写出了进行曲，唱什么“我是女人……所向无敌！”阔步前进的女战神！喷着火焰的乳罩！与男人不共戴天的女壮士！

第一个新形象是女权主义者。她不施脂粉，不梳头洗发。她宣告，我们所认识的那种女人品质乃是构成世界的必得之物；正如阳刚的雄性品质之不可缺少一样。她还提出怪诞的问题，诸如，“为什么男人就要帮女人披上她的外套？”

“那些散播这种观点的女人，她们愤怒，她们有力，她们聪明，她们有政治眼光，有领袖的魅力。在此之前，这些

特征还仅聚于男性人物的身上。对我们中的许多人来说，那些女权主义者跨出了女性自尊自重的第一步。

这种新形象抓住了时代的一鳞半爪，并在上面洒上了香水。如今人们调整了人寿保险制度以迎合女人的需要，按照她的口味生产酒类和汽车。不过，宣传媒介仍然在强化性差别。

一位研究社会变化与推销技术之间的联系的广告经理，告诉《纽约时报》说：“平心而论，我认为在过去的十年里没有多大的变化。那些形象一直还是陈年老套——家庭主妇和惊魂慑魄的姑娘。”

在所有的广告里，那位站在水槽边洗涤盘碟，擦洗各种炊具的人，一定是位女的。

然而，在电台或电视上主持节目的那一位也可能是女人。这位被男人拔擢重用的女人可能非常美丽动人，同时也是有权威的。她有信心，有专长，她的观点是有份量的。她冷静严肃，但她不能左右社会，创造出更多的冷静严肃的女人形象，却成了按另一种口味塑造出来的取乐对象。好莱坞电影《网络》中的电视台女经理，就是典型。这位女电视大亨令男人爱得发狂，怕得要命。她淫荡诱人，圆滑伶俐，被她手中的权力迷住了心窍，她在床上谈生意——这使她情潮澎湃；为了一场口角，她便杀害生母，谋杀姘夫。剧终时正义战胜了邪恶；她落得个没有男人作伴儿的孤苦结局。

更为常见的“成功女士”的形象是一位稳健敏感的女人，她怀揣经营管理硕士学位证书，手提公文包（只有弱女子才提小拎包），身着一套整洁、色调柔和的西服。象任何一个男人一样，她是彻头彻尾的事业型。她公事公办，胸怀

公司，唯利是图。对一些人来说，她是那一类“我要把那老鼠吃下去”的鼓舞人心的女英雄。另一些人指责她是以男女平等主义，反者男性者。她接收的那些男性的价值观，尤其是重竞争而轻男女平等主义，被认为是背叛了直接使她获得她手上的职业的这场女权运动的。她的能力，无论是光芒四射还是锋芒潜藏，既威胁着男人，更加威胁着传统的女人。

“成功女士”是新的妖娆女子。如今的她恰如50年代的电影明星一般。然而她不过是一个形象罢了。外强中干的自信傲慢并非现实中的人所能感觉得到，手提公文包的女人劲健利索地登上飞机——那只是广告中的一个形象。

现实中手提公文包的女人之所以工作，那是因为迫不得已，她为工作而得酬金，亦为工作所困扰，而且十有八九如你等一样，也想撇开工作安享天伦之乐。她想象男人那样占有一切，当然这比男人实现同样愿望要费力得多。“超女人”是我们给以那些确实应有尽有的女人们的称号。她在家是贤妻良母，在工作岗位是位好职工。“我缺少的唯一一样东西，就是给男人们的时间”，她会略微耸耸肩说道。据说这就解放了。

弱者，你的名字是女人！

——莎士比亚1601年。

新形象

她欢笑，她哭泣，她发怒，她感到孤独，她感到内疚，她做早餐，她作爱，她无事不做，她有力，她孱弱，她英勇，她怯懦，她是……一名未婚的女人。

——电影广告1978年

我只知道爱，别的一无所知。

——马林·迪特里希

新形象

毫无疑问，过份的感情，过份的亲密，以及象“我什么时候再见到你啊？”这样的问题会把他吓跑的。我因缺少冷静吃尽了苦头。最后还是一本杂志给我的脑袋开了窍儿。他们说感情正炽时硬要冷静那是发疯，但干吗不用点儿热情去谋求事业的成功，交几个与性无涉的朋友，读几本书，做几道菜，种点花栽点草，玩耍一番，学点儿东西呢？我已渐渐地学会了……我想你们可以说我就是那世界型的姑娘

——杂志广告1978年

独处的新女性

假设她的丈夫刚40出头，他要求离婚。或者假设她正经历着变化，可是他，她的丈夫，还没有跟上趟儿；他还在想要那个驯顺了的传统老婆。或假设她是单身，而且她也想有个男人作伴儿，但她遇到的所有男人恰恰都是和她思想同步。这样一来，她就是一个独处的女人。应付独处，她可以用传统的方法，也可以用大无畏的方法。用传统的方法，她会调整生活航向去与一位合适的男人相遇；用大无畏的方法，她会我行我素，了此一生。一位未婚的女人，并未沉溺水底，而是挥动着手，从最残酷的惩罚（即孤独）中幸存下来，到达了彼岸。她便成了独处的新女性。

离了婚的女人找到了她自己。她几乎找不到新的男人。新男性不是大量供应的，即便是有了一两个可取的也得要求她放弃自己。最后还是保全自己的完整性的想法占了上风。

独处的新女性与传统的女人品质恰成对照。千百年来女人的自我压抑正在得到补偿。她并非不情愿去会见合适的男人，恰恰相反，她还很喜欢去。与此同时，她在各方面也干得颇为出色。她会修补漏水的龙头，只花一天就可以在阁楼为自己搭起一张床，或者两件事都花钱请人来做。她从妇女朋友中寻求友谊、支持和温暖，而最重要的是她有她的工作。没人责骂她没有男人：她是颇为自由自在的。孤独，原先曾是一种惩罚，现在是默想，是陶冶性情的体验。谈论孤独的杂志正是一门新兴的女性产业。

“我就是我自己的设计师，我的全部生活就是一首诗。词语和韵律都是我的。”在《重整旗鼓》那部音乐片中独处的女人是一位39岁的酒吧歌手，她正在改变她的形象。她是一个诚实正直的女人，她既需要“一间没有人需要我的屋子”，也需要一个与她思想同步的男人。

新的形象，由妇女创造的新形象，在国会中稀如凤毛麟角。妇女被训练成宇航员，她们也高高地悬在电线杆上维修电线。她们在做木工活，修理水管，出版书籍，她们无所不做，无所涉足。这世界日新月异，增加着新的女性形象，拥有能力令人陶醉。10年前，可以很容易地给一个女人下定义，只要看她能干什么，不能干什么就可。孱弱无助——旧时自有甜美之意——如今却多少成了耻辱。同样是那一个女人，或许她曾经心怀崇敬地撅起嘴要她那位虎背熊腰的亲爱的为她打开一口沉重的坛子，现在她很可能情愿敲开那该死的坛子而不愿再装腔作势了。

许多女人正在以一种全新的方式运用、欣赏和估价着她们的身体。当她奔跑或行走的时候，她发现她有双腿。这腿

不是男人眼中的映现物，不是减肥的负担或炫耀的本钱，那肌肉和筋腱的存在，并不因为男人需要“美”，而是为了承载她，搬运她。她脚蹬运动鞋，充满活力地蹦蹦跳跳，她知道她能奔跑。她不是孱弱无力。突然间，报纸的体育版面不再被他独占。那里也有了女人，有的女体育明星正在给人授课，教人坚毅、教人勇敢，教人自制，教人如何不却步于痛苦的前沿而是奋力战胜之。

这一切将导向哪里？女人们要成为怪物赫然出现于男人们的面前吗？难道我们要交换角色不成？难道我们要模糊地融为单性体吗？难道已经开始的这一次冲击波就是要退回蛮荒时代去的信号？当人们寄希望于将来时，有人研读了少女们写给《女士》杂志的信件。“等我长大了，我要么去当建筑师，要么去当焊工。”一位14岁的姑娘这样写道。她很恼火，因为她的男朋友“开玩笑地说，我老婆不能当焊工……”

然而，另外一位14岁的女孩抱怨“没有多少和我同龄的姑娘们承认她们支持‘妇女解放运动’”。她的朋友们提醒她说，“男孩子最喜欢那种能让他显得他才最聪明的姑娘。

好了，女人们已经知道这一点。问题在于：一个女人可不可以给一个怀抱婴儿的男青年让座呢？

第三章 女人的身体

亚里士多德认为女人的身体完全不如男人的身体高贵，就连她们嘴巴里的牙齿也少生几颗。这信念从何而来，他没有说。可就是在今天，也还顽固地存在着同样的荒唐说法。她们头发长得很快，不对；她们不能勃起，错了；（性唤起时女人身上有三处勃起。）她的皮肤比男人柔软，非也；她们的肌肉少，谬也；她们的月经起于阴道，胡说。

有关女人身体的误解和秘闻盛传不衰。其中最为深晦的乃是性。当她被唤起时，她的阴道是如何被体内润滑剂所湿润？她为你有多少次性高潮？她的一边乳房比另一边大正常吗？

此外还有些神话：月经期间她不能有性生活，如果她长有大乳房，她就淫欲旺盛；她有一根多余的肋骨；她不能失去处女膜，除非出了如你所知的那件事；到了64岁，她的荷尔蒙销声匿迹了；她的阴蒂位于阴道之内。

心理学家试图找到性身份形成的线索。他们发现，对性别的最早认识大约发端于2岁或3岁。这时，女孩子知道男孩有一些东西她们没有，男孩也知道女孩都有一个阴道。他

们还知道自己的身体是快感之源。被人抚爱，感觉舒适；抚弄阴茎或阴门，也感觉舒适。到了青春期就要完全醒来的神经末梢使孩子们的外阴部比身体的任何其余部分具有更大更丰富的敏感性。女孩或者男孩莫不如此。

1. 好奇心

这种和自己的身体之间的私情甚至可上溯至出生之前。胚胎不时会吮吸它们的拇指，在黑暗中四处摸索，想找到一个舒服的姿势。我们生而对自己感到好奇，因而后来我们变得互相感到好奇也就是天经地义的了。而且吸引我们的，当然在于相异之处。

还在孩提时代，男女两性就都已抱有同样的好奇心并且公开地寻求满足。他们玩“做家家”“当大夫”等游戏，这不仅使他们试着做大人，也使他们互相发现对方的隐秘部分。这一兴趣要等到童年的中期——约五、六岁时——方得减退。在这时，由于父母的压力，加之孩子发育到了弗洛伊德所谓的“潜伏期”，孩子们突然间对他们的身体缄口不言，他们对两性之间显见的差异也尴尬起来。

自我形象

对于身体的兴趣要被搁置到青春期，这时兴趣就带着五彩的情感苏醒了。H·G·威尔斯深为青春期他自己的丑陋而惊骇。他渴望有一副漂亮的躯体供以作爱，可是置身镜前，他看到的却是一副邋邋相。西蒙·德·波娃在她那本《一个本分尽职的女儿》书中，这样描写她的窘境：“由

于为我的身体感到尴尬，我产生了恐惧：例如，我无法从一只我用过的杯子里喝水。我变得神经痉挛：老是耸肩抽鼻而不能自己”。

女孩子或许一直在盼着长出乳房来，这才有个女人的标志。可是当肿胀出现时，她们却又突然感到羞耻。当然并非每个女孩都有同样强烈的羞耻感，但乳房的发育从来都意味着性已来临。每个女孩子都不楚注意到男人们和男孩们已开始注目于她了。

在青春期，女孩确定自己的形象要经历一些变化。当然，一旦她的身体发育成熟之后，她也就习惯自己的形体了。她或许对乳房的大小和形状，或者臀部的曲线不是十分满意，但她渐渐地学会与自己和平共处。

当形体变化完毕之后，她的身体就作好了所有必要的身体调整，以备同异性的身体进行性的接触。她的身体也许并不与男人心中理想女人的形象相吻合。但她的各部位无论定形时的尺寸如何，其功效都并无二致。况且尽管女人的体形有大小，她们的某些部位的差别并不大。譬如，高个子女人的阴道也许比矮个女人的阴道长些，然而在性唤起时，不同女人的阴道膨胀后其直径的差可小到以毫米计甚或完全一样。

一个女人如何看待她的身体取决于她是如何被抚养成人的，取决于她感觉到的男人的反应，还要看她是如何拿她自己的身体与其他女人的身体比较的。自然，这在男人亦复如此，当一个女人置身镜前，她所看到的自己的身体，同其他正常人一样，不缺胳膊少腿，也不多眉多眼。她不会看到一个性对象。 ●

不过她晓得如果一个男人注目于她时，他就会看到不同

的东西了。她对她自己的身体印象同她的胴体充分暴露时的自我性体验，错综复杂地交织在一起。从许多方面说，这是不幸的，因为很自然，一个女人的身体上除了勃起的乳头和翘起的嘴唇而外，还有其他的部位呢。

男人对于男人来说只是一个脑子，他只关心他的脸庞或者他的衣服怎样。可女人的身体就是女人。

——安布罗斯·比尔斯《魔鬼的词典》（1906）

2. 不同点

仔细观察，她的无名指比她的食指稍短些，这同你的双手上这两指的长短正好相反。如果有例外，也不必大惊小怪。有的女人无名指比食指要长，正如有些女人的肩膀比有些男人的要宽些一样。其实，要是用臀部和肩膀来分别男女的话，那么每100名妇女中就要有10名被归到男人类中去，而每100名男人中也要有10名被归入女人类。

当然，一般而言，女人的肩膀要比你的窄，而她的臀部要比你的宽。她的肌肉少些，手小些，拇指柔弱些，颅骨薄些，骨骼轻些，说话声音尖些，腰要小些，血液细胞也要比你的少些。但是她身上的毛发的数目和你的一样多，尽管其中有一些不如你的色深质硬，她皮肤下的绝缘脂肪也要多些，因此她对寒冷不太敏感，她在水里也容易浮起来。

如果她站立起来，使她下垂的两臂紧贴着她的身体，你又会观察到另一个不同之处了，令她肘部以下的小臂向左右张开，使其远离躯干。然后你试试，你的小臂无法张开到

躯干几英尺的位置，而她却可能张开到离她的躯干半英尺或更远些。假设肘部是三角形的顶点，前臂和躯干各为三角形的两条边，那么你的前臂与你的躯干所形成的角要比她的少6度。这个角就叫搬运角，她的边长也比你的长。这对带婴儿很有利，她可以毫不费力地一只手兜着孩子而腾出另一只手来。她的这个优势还有助于提东西时保持平稳，并且有助于补偿她肩膀狭窄和肌肉不如男人的欠缺。即便如此，一个女人的上体的力量仍无法同你匹敌。

不过，有足够的体育医学研究成果表明，只要将女运动员从很小年龄起就给以和她们的男同胞一样的训练，她们会取得更加夺目的成绩。如今，只经过几年的训练，最出色的女运动员的成绩只比男子落后10%或更少，而且她们还在逐年提高。

然而，仅凭肌肉、皮肤、骨骼和血液尚不足以组构成女人的身体。一个标准体重的女人，其骨骼约重12公斤，肌肉和血液约重18公斤。合计起来略超过她体重的一半。余下的约29公斤分别是脂肪和20件器官和组织。

她的身体成份和你的一样，乃是60%的水，18%的碳，3%的氢，1.5%的钙，另有1%的磷和微量矿物质等无机物，总共相当于8加仑水、一袋23磅重的木炭，或者一根3英尺长的导火索中的磷。这位正常女人身上的纯化学物质在今天的市场上约价值5美元，而在美国20年代大萧条时期只值80美分。

这些化学物质一旦组成细胞，进而组成器官之后，它们的价值就无法估量了。大多数器官是无价之宝。尽管身体上有几个部分她不要也能活——譬如阑尾以及在她脊柱底部的

尾骨。她的耳垂也没有多大用处，只是时而让人吻咬一口而已。从她小脚趾上长出的趾甲没有什么功用，除非她喜欢涂上油使之增色。毋庸置疑，你自己的身体同样有些不必要的部分。不过总的说来，她的大多数部位都有其功用，而且除开她的生殖系统而外，她同你有着同样的器官和组织。或许她的细胞组合的方式和你不同，但你们两人都有着大约60万亿个细胞。有的细胞比其它的细胞存活得久，有些细胞，注定要被磨损，消耗，并被取而代之。

她一年大约脱落半磅皮肤细胞。你也一样。其实，床下聚拢起来的灰尘中汇集了数日可观的脱落下来的细胞。似乎那还嫌不够。她每秒钟失去大约700万个血液细胞，补充的新鲜细胞由她的骨髓和淋巴腺生产出来。不过，同世间传说中的那种误解相反，一个女人的身体并不是每过7年就更新一次。所谓“7年一次痒”并没有生物学上的根据。大多数细胞不会被磨损，或消耗掉。但是根据当今的衰老理论，所有的细胞都有一个内在的基因钟，从细胞一产生起就开始嘀嗒起来。这座钟走完时，细胞也就萎缩死亡了。

她的面部象你的一样，可以有25万种表情。其中有表现她高兴、悲哀、愤怒、消沉、恐惧、疲惫、烦恼和满意的。她的眼睛的重量稍稍超过1盎司（1/16磅）。据说，你看她的眼睛就能知道她心里在想什么。

她的大脑若柔软的明胶，但她可能脾性倔强，思想深邃莫测。她的肌肉所能者，仅是收缩而已，可她的触摸可轻柔亦可粗鲁。她颅骨上的缝隙要等到她进入40岁以后才完全闭合，可她的各种神思奇想却一直是牢锁在内而丝毫不漏。

她体内最大的血管主动脉的直径仅为1英吋，但它传输的

血液足以使她免于变凉。她所有的内分泌腺——除开孕期的胎盘而外，——总重量不超过5盎司，然而要是没有它们制造的荷尔蒙的话，她就绝不会来月经，她就不会吃糖果，她就会长胖变懒，她的骨骼就会开始分解，那么她的迷人美色也不过就象水面上的一株睡莲而已。

她把从她吃下来的食物中获得的能量的1/3仅用于保持98.6华氏度（近37℃）这一正常体温，另外，自从她的第一次月经——我们称之为初潮——起，直到绝经期前的最后一次月经为止，每月都有少量的荷尔蒙释放。从而使她的体温约升高1度，这一升温表明有一个成熟的卵子正由她的卵巢排放出。如果它在12至24小时之内仍未受精，它就将死去，这标志着将导致月经的一系列变化。

假如你以为一个人体是芸芸众生中的一员，那你还没有完全说对。一个人体是无限数目中的一员，其数目之大可在后面跟上3000个零。这就是遗传学家测算出来的不同人体的潜在数目。

她各部分的重量

女人体重的一半是肌肉和皮下脂肪。一个中等身材，体重59公斤的妇女的体重大致是这样分布的：

脂肪：16千克	肌肉：14千克	骨骼（不连骨髓）7.3千克	骨髓：2.7千克	血液：4.5千克	结缔组织：2.7千克	乳房：2.3千克	皮肤：1.8千克	胃与肠：1.8千克	肝：1.6千克	脑：1.6千克	肺：910克	淋巴组织：680克	子宫：450克	肾：310克	心脏：230克	脾：140克	膀胱：140克	胰腺：71克	唾液腺：57克	眼：28克	牙：28克	甲状腺：28克	肾上腺：14克	胸腺：7克
---------	---------	---------------	----------	----------	------------	----------	----------	-----------	---------	---------	--------	-----------	---------	--------	---------	--------	---------	--------	---------	-------	-------	---------	---------	-------

微笑的解剖

她的微笑背后是什么？

据伦纳德·鲁宾博士在《装补牙科学杂志》上撰文说，将她的嘴唇和她颅骨上的骨结构连结起来的是八小块肌肉。

她的表情取决于她使用这八块肌肉中的哪一块，恐惧时笑肌将她的嘴角往下拉；哀伤时三角肌和颊肌在下唇收缩；微笑时大颧肌和颊肌将她的嘴角往上提；上唇提肌偶尔展示她的犬齿，开怀露齿大笑时，八块肌肉全部活动，据鲁宾博士说，在表现爱意和深情时，八块肌肉又全部舒松开来并略启玉齿。

3. 骨骼

在你所搜集的所有零零碎碎的有关女人的信息里，有的值得牢记，有的过目就忘了。她的形体，她的皮肤的纹理，她心跳的声音，她的身体同你的身体吻合的方式，她的气味，她臀部的曲线，她微笑的唇角，她摆动的步法，这些都是你要勾勒出你最了解的女人的形象时，最易于回忆起来的。

在这一形象的背后，或更确切地说，在这一形象的底下，那是一座可令摩天大楼和悬桥黯然失色的建筑构架。假如骨骼有一样可资称道的东西，那就是它们的坚硬。如果骨骼象其它器官那样是柔韧的，我们就会瘫成一堆。它们还得互相缱连，为此我们有了关节和韧带，韧带其实是纤薄却又强韧的纤维组织带。当韧带被拉伸过度时，它们就会断裂，这时纤维脱离骨骼，这样的体验，就算说的最轻巧，也是痛苦的。不严重的韧带损伤可以在所谓的再生过程中得到修复，在这一过程中，细胞生产出新的纤维。

被折断的骨骼也以同样的方法得到修复：将骨骼外面表层的细胞激活起来缝合裂隙，以使损伤部位坚固如初。骨骼是坚固的，其中最为坚固的叫股骨，它可以承受每平方英寸两万磅的压力，大约相当于深潜型潜水艇的承受力。中耳内的镗形骨，即所谓镗骨，比股骨小1000倍，它是最小的骨骼。它却经受着几乎从不中断的振动，把声波从耳鼓传送到内耳。

某人多几根肋骨与其说是例外，毋宁说是常规。事实上20个女性中就有一个长有一根额外的肋骨。当然，这并非就是夏娃由亚当肋骨所造的证据。你们不必以为女人得殊荣而有额外的部件，在你的身上情况也是一样。

新生儿约比成人多100块骨骼。有的妇女声称这些骨骼中的每一块都会不时顶撞她，其实这些骨骼中大多数都是松软、柔韧的软骨。它们将溶化掉，然后将随着婴孩成熟而加长变硬。如果这一溶化过程没成，那么就有一团体残余物，其状若一块额外的骨骼。

在体内可以活动的所有骨骼之间的骨连接处分布着软骨。软骨是一种表面比丝还要光滑的组织，它由一种润滑液来润滑。最常见的可以伤害关节的弊病（如果可以称作是弊病的话）就是吱嘎的响声。这是当被堵塞在关节囊内的空气突然被排挤出来时关节发出的声响。

4. 血液

骨骼不只是为了使我们免于瘫倒。它们另外还有一个功能。它们还包容有骨髓，骨髓制造血液，使一个女人的

身体保有18万亿以上的血液细胞，其中有些是人体的清道夫。它们有本事挤出血管壁去追杀入侵的病菌和其它有机体。大多数的血细胞是红细胞，它们是圆圈形的，它们把氧输送给体内的每一个细胞。

普通女人的每一滴血比普通男人的每一滴血少100万个红细胞。另外，她的血量也少些：她的有4/5加仑，而你有1加仑半。这一不同与她月经期间流失的血量毫无关系。一个女人在一次正常的持续四、五天的月经期间，只流失了4大汤匙真正的血液（约合2盎司），另外的三、四盎司是其它液体，主要是水和粘液，以及从子宫内壁上脱落下来的坏死组织的碎物，外加几百万个从阴道内壁上脱落的皮细胞。

自古以来，目睹一个女人行经总是使男人脊柱发麻。为了驱却他们的恐惧，便策划出了苛刻的禁忌，不准月经期间的女人接触地面，接触阳光。

1,900年前，古罗马的普利尼总结了他那个性别的人对经血的感觉。他在《自然史》一书中写道：“与之接触，则使新酿葡萄酒变酸；若受此玷污，则庄稼颗粒无收，嫁接之花果死去，园地中之种子枯焦，树上之果脱落，剑刃不利，象牙无泽，蜂群衰亡，即便铜铁之器亦即刻锈蚀；嗅之则家犬癫疯，利齿所及，悉染不解之毒。”

其实，经血毫无可怕之处，尽管许多男人一想到被它沾染就给吓呆了。那个所谓经血不干净的神话至今仍阴魂未散，就是女人们自己也拿不准这东西是否该有。她们千方百计将它隐藏起来，并且掩盖它的气味。

关于经血的好大一部份神话和混乱认识可以归罪于古代的哲学家，以及晚些时候的科学家。他们神驰于历史之中，

想象出了一幅早期人类生活图景。他们认为，穴居女人从初潮来临至生育力衰退，几乎不间断地怀孕、生殖和哺乳。如此说来，经血自然是罕见的了，因此看到它从阴道这个生命之源泌出，当然会吓得男人惊慌失措。在人们观念中，失血似乎总是同死亡相联，却与生命的诞生无缘。

今天，人们知道，在周期性的荷尔蒙刺激下，子宫每月都作好养育一个可能到达子宫的受精卵的准备。如果没有受精卵到来，那么正在减弱的荷尔蒙就相应地撤回它的支持，因而蕴血丰富的子宫壁脱落下来，然后渗出铅笔芯大的子宫口，进入阴道。

血液的补充

为了补充失掉的血液，女人骨骼里的细胞加快正常的增殖速率直至恢复到原来的血量。此时，女人体需要额外的铁，铁是血红蛋白的必要原料，而血红蛋白是血细胞内红色的载氧物质，正常的红细胞从心脏到脚趾再回到心脏的循环，需时60秒钟，它们在最大的血管内时速达10英里。到第四个月月底，红细胞就衰老并开始分解掉。

脾脏亦是血液循环系统的一部分。它过滤死去的红细胞，它还同为血液补充一种叫淋巴细胞的白细胞有关。这些细胞生产出能够中和细菌和病原体的免疫抗体。在这一过滤和补充的过程中，脾脏得到了淋巴结的帮助。

经 血

她们为何说它是祸根

夏娃不知满足。所以她违背禁令，唆使可怜的亚当去尝一口那只苹果。所以上帝恼怒了，叫他穿上衣服，从那儿滚出去。所以上帝以此诅咒女人，这主要归罪于夏娃。这就是她们为何说它是——你又怎么称呼的——祸根的原因。

——阿奇·邦克《家中之事》

5. 心脏与循环系统

保证整个循环系统顺利进行的关键器官，是一块简单而中空的肌肉，其体积并不比一只攥紧的拳头大些——这就是心脏。它的功能尤如一台水泵，只不过无论用任何技术制造出来的水泵也无法具有它那令人惊叹的性能。这台泵每搏动一下就输出近120毫升的血液，每分钟搏动72次，每天合计5,676升，在正常寿命内约计189,250,000升。心脏还可将它的速率在一眨眼的功夫内提高到每分钟180次以上，每分钟泵出155毫升的血液，例如处于激烈活动或是性高潮时。

正常情况下，心脏在一年内至少搏动4,000万次。它有自己的内在机制以保证搏动的协调稳定。随着每一声“咚”，分隔心室的阀门就关闭；随着每一声“嗒”，它们又开启，而其它导向各主要血管的阀门关闭。

心脏泵出的血液流经96,540公里长的血管到达体内的各个部位。在孕期，女人的身体生产出额外的血液，这些增加的血液流经胎盘滋养成长中的胎儿，这血液不经过脐带直接输给胎儿。它是流进胎盘的毛细血管里，这些毛细血管与胎儿循环系统的毛细血管相连通，营养物质和氧穿过细胞间的空隙，从母体的血液系统到达胎儿的血液内，而胎儿的血液

系统排出的废物则以与此相反的方式返回，被母体的血液吸收，再由孕妇的肾脏加以净化。

6. 肌肉

使血液在人的循环系统内流动的力来自包裹在血管壁周围的平滑肌产生的收缩，同样的肌肉使女人在受惊吓时毛发耸立，受寒冷时起鸡皮疙瘩，性兴奋时瞳孔放大。这些肌肉自动行使机能，它们的动作多半是自然而然的事。

一个女人的身体也许永远不能象一个男人那样肌肉发达。这并非由于缺乏骨骼肌，这种听命令而收缩的肌肉。她约有400块，和你的数目完全相同。但是，由于女人体内不存在高水平的睾丸素，这便限制了她的肌肉细胞的数量和大小，因此肌肉只占她身体体积的23%，相比之下你的占40%。

一个成熟女人的肌肉细胞数量，是她少女时期的10倍。可是在一个男孩的身上，几乎要增加20倍，女人到10或11岁时，便基本上不能再改变她的肌肉的大小，她的荷尔蒙就已把她的大部分肌肉“固定”了。所以，她不必担心，高强度的体育运动会把二头肌练得太粗壮。

雌性荷尔蒙一方面使女人的肌肉“女性化”。同时它却令人惊异地准许她体内的一块肌肉，就是那个中空的肌器官，能够有远比男人体内任何器官都要大的膨胀度。这一个肌器官就是子宫。其平时大小若一只攥紧的拳头，在妊娠期内却可扩张到比一只篮球还要大。

女人的乳房内没有一绺肌肉（除了在乳头上有一小点儿

滑肌以帮助它勃起)。她胸壁上的肌肉群，特别是胸肌经过训练之后，可以得到增强，以增大胸围的尺寸。自第一位“美国小姐”穿上了高跟鞋和泳装以来，胸围就成了衡量女人味的尺度。但是，什么锻炼也不能增大乳房组织本身的体积。把胸部和腹部隔开来的膈肌收缩时，便促使空气吸入肺部而帮助胸部扩张。这样可使乳房高耸，但此效果是暂时的，只能持续你憋一口气的时间。

军校女生

对于美国军事学院的首批女学员的研究表明，她们素质之好，令人刮目，尽管多数男学员对她们很不以为然。

我们发现，这批妇女比男人更愿意去奋力跨过紧张这一障碍，学院的一位上校衔发言人说：“男人到了某一点就止步了。女人却越过这一点直至濒临伤害之际。”

——《纽约日报》(1977)

7. 呼吸系统

肺部本身是一系列叉开的导管，宛若一株倒挂着的树，末端是泡沫状的气囊，气囊将氧送给血液并将二氧化碳吸回。整个呼吸系统还包括通往肺部的导管：先是气管，气管再分成两条支气管，每根气管分别伸向一个肺叶。青春期前，女孩和男孩的肺容量是一样的；青春期之后，男孩的肺叶长得比女孩的大；到了成年时，男人张口一吸所得空气就比女人能吸进的多得多了。

呼出的气往上经过喉部，在这里被调节成形之后就产生

了声音。女人的声音比男人的声音尖一些，因为她的喉部不能张得象男人那样宽。过了青春期，女人的喉才发育成熟，她的声音由高而薄变得比较低沉圆润。女人光滑的脖颈上没有喉结。所以那一个我们叫做“亚当的苹果”^①的突起部构成了区分男女的一个特征。在将男性变为女性的性矫正手术中，除了给外生殖器官整形以外，还有一道外科手术可以使喉部的软骨不再那么突出显眼。接受外科矫正手术的女人不都要求调整喉部，因为这将留下一块影响美观的疤痕。

大约到了绝经期，女人的声音还会变化一次，这是因为雌性荷尔蒙供应的减少降低了她声带的柔软度。她的声音变得沙哑、低沉而喉音重了。但还是辨得出是女人的声音，因为她的口腔、软腭、舌头全都在影响从她喉部发出的声音，这样就使她仍然保持她自己的发声风格。

8. 皮肤与汗腺

女人的身体上没有哪部分象她的皮肤那样受到如此慷慨大方的关注。人们变着花样给它洗浴，上油，涂脂，抹粉，润滑，抚摸，洒香水，给它晒太阳。拔除某些毫毛，用轻石擦它。皮肤附着在脸部骨构造上的形状所表现的个性毫不亚于身体上的任何其它特征。皮肤是毛根、色素细胞和三种腺体的根据地。这三种腺排出汗液、油脂和香味，从而使我们保持凉爽，皮肤滑润，同时给我们每个人提供一种与众不同气味。

经常隐藏在亵衣内的皮肤，摸上去是更光滑些。但是，

^① “亚当的苹果”，典出《圣经》，指男性之喉结。

它的外层象一位工匠粗糙如挫的双手表面一样，全都已经死了。手上的汗腺分泌出一种清澈的流汁（其中多半是水），以使这厚厚的一层死细胞保持韧性。那些干燥的手比较易于龟裂。干燥的手指的触感不如湿润的手指灵敏。

尽管汗腺在手掌上和脚底板上最为丰富，但它们也分布于整个皮肤。一个女人（或是一个男人）的全身皮肤共有200万到500万个汗腺，它们全部把汗液经皮肤上的毛孔排出体外。

汗液不光在劳动过程中看得见汗珠的时候排出。事实上，正常的女人一天中要分泌出约236毫升的汗。汗腺是人体内主要的温度调节系统。要是我们不能散出由于我们的细胞的活动而产生的热量，那么用不了几个小时，我们就会把我们的组织给煮熟了。汗液不断地从皮肤表面蒸发出去，从而使循环于浅层血管内的血液冷却下来。身体越是发热，汗腺就排出越多的汗液以调节体内的温度。

在青春期，其它的皮肤腺体——主要位于手臂下，乳头和阴门周围的顶浆分泌腺，胀大并分泌出一种无味、脂性、乳状的液体，这是由于情绪紧张和性兴奋的缘故。这种从毛囊分泌出的液体，胶黏而稠密，便于捕粘细菌。细菌分解了这种液体，因而产生了腋窝特有的气味。

信息素

谁也不能肯定腋下的气味有什么功用，但是科学家们相信那是一种叫做信息素的东西。信息素是通过嗅觉器官唤起下意识或者情绪反应的化学信号。例如，将取自一只雌蛾的信息素涂于一纸片上，可激使一只雄蛾发生性骚动，在猴子

身上也发现有类似的天然信息素，而且也有一些证据表明，有一种叫做环15内脂的男性分泌物可以被育龄妇女感觉到。直到1977年，才在女人身上发现了勉强相似于信息素的东西。迈克尔·丁·罗素在美国加利福尼亚的一所医学研究院对女性的腋下汗液进行了研究。

罗素对一种鲜为人知的现象感到好奇，这种现象是哈佛大学一位名叫玛莎·麦克林顿的心理学家的一份报告披露的。麦克林顿一直在波士顿郊区的一所学院里对135位男女同校的女学生进行研究，试图考察一个奇谈故事的真假，那个奇谈认为住在一起的女人其月经会统一到前后相差不过几个小时之内。到麦克林顿结束那一学年的观察时，她得到了肯定月经同步现象的统计数据。这种同步现象显然不是由于这些人都是女人的结果。

既不是食物，也不是紧张或是月亮的周期影响了这一群人的月经周期。麦克林顿推测，也许那个没找到的环节就是信息素。

罗素决心找出藏在月经同步现象或者叫做“麦克林顿效应”背后的原因。他调查了旧金山州立大学的15位19岁至39岁的志愿女性，他把这些人安排在一位名叫吉尼维夫·斯威兹“感觉输出者”周围。斯威兹曾有过“驱动”一位朋友的月经来潮的历史。她俩住在一起时，她们的月经同步，而当她们分开后，她们的月经又变得不同步了。

从1月份开始，当那些实验对象的经期基本上和斯威兹相差1个半星期时，罗素就把棉花垫放在斯威兹两边的腋下。他让棉垫在那儿搁了1整天，然后取下来并提取聚拢得的汗液。实验小组内半数成员嗅了斯威兹的汗液，汗液中掺

进了乙醇以掩盖汗味；而另一半成员则让其嗅纯乙醇。每周如此进行3次，共持续了4个月。

3月份，嗅了斯威兹汗液的那一半成员已接近她的月经来潮时间。到了5月份，当罗素结束他的研究时，经期差距已缩短为平均3天，而对照组的经期还是和斯威兹的相差1个半星期。

罗素的实验是至今以来证明有雌性信息素存在的最有力的证据，他的工作还暗示了嗅觉正是麦克林顿所寻找的缺少的那一环。

如果顶浆分泌腺分泌出一种能够调节一个女人体内的荷尔蒙周期的信息素的话，那么就有理由猜想，这些强效的化学物质可以充当性刺激物，亦即一种嗅觉催情药。从阴道分泌物中提取一种叫性交素（COPULIN）的信息素就是这样的催情药。这种信息素看来有助于使男人春情勃发。不过尽管人们希望精制的性交素成为理想的性刺激物，有的男人似乎丝毫不为它所唤起。人们还在寻找那种难以捉摸的令人动情的芳香。

皮脂

有一种经测试证明不是信息素的分泌物，被称为皮脂。皮脂是一种由第三种皮肤腺即皮脂腺分泌的油质、蜡样的物质。皮脂腺附着在除手掌和脚底板而外所有身体表皮下的毛杆上。它们的分泌物能防止皮肤和毛发变得太干燥。但在有的情况下，它们分泌过剩，导致皮肤和毛发过分油腻，皮脂借以到达毛囊的毛孔会被污物和细菌堵塞，引起黑头粉刺和痤疮。这类黑头粉刺和痤疮在女人的月经期前后出现或加

重，这时她的荷尔蒙刺激皮肤腺的分泌。

皮脂并非一无是处，尽管许多妇女不惜代价地用一种清洗液将它从脸上清除掉而代之以一种润滑剂，要是没有皮脂，她的皮肤就肯定会干燥而皱褶起来，并且，皮肤也不再防水了。

有一些胀大了的叫做乳晕腺的皮脂腺，环绕着乳晕（即乳头周围的有色素区域）。在有的妇女身上形成突出的肿块。它们也象其它皮脂腺一样，分泌出一种保护乳晕和乳头的润滑剂。

多亏了皮脂，皮肤才得以被看作是一个包容整个身体的防水屏障，就连眼睛也不例外，在那里，皮脂被改变成了一种透明的挡风玻璃，即角膜。在手指尖上，皮肤沉陷突兀生出一神坑坑洼洼的各人独有的线纹，这并不是为了联邦调查局的方便，而只是为了使你便于握住东西，就如同轮胎上的花纹能增大摩擦一样。

皮肤上的个体变异

指纹并不是把人们相互区别开来的唯一的皮肤花纹，只不过因为它们最容易复制在卡片上罢了。仔细观察一下你的手背，或观察一下和你最接近的女人的嘴唇，你就会看到那些地方的皮肤也象指纹一样有着独一无二的几何线纹。肘纹或唇纹可用于辨别身份。

容易脸红的女人，她们的皮肤上的血管更接近表皮。说起某位厚皮肤女人，你就自然而然指的是手掌和脚底板上的皮肤，这两处可厚达1/16英吋；提起哪位女人皮肤薄，那么你就是指她的眼睑和耳朵背后的皮肤，那里的皮肤只有0.002英

时厚，普通的妇女有约17平方英尺皮肤（大约比普通的男人少3平方英尺），包围着她较男人小些的身体。体形相同的男人和女人，他们的皮肤总量相同。

我们全部被判处终生单独监禁于自己的皮肤之内。

——田纳西·威廉斯《俄耳甫斯降临》

9. 毛发

假如我们所有的毛发都长得又粗又长的话，那么我们会象猿猴一样毛发蔽体。大部分的体毛，除头上长的以外，在有生之年的长时期内每天都只长由基因规定的1/3毫米。然后，毛根这一体毛的唯一有生命的部分就进入了休眠期，当它恢复活动时，它就形成一个新的毛球，毛球进而将原有的毛推出。不同部位的毛发休眠期不同。

女人象男人一样落发，她们一天中失去100根头发，但是她们的头发大多数都要再长出，而男人的头顶则由于遗传的原因和睾丸素的作用，将最终导致男人式的秃顶。女人也会秃顶，但通常不受遗传的影响。

对于一夜之间头发就变白的可能性的解释，是由美国俄勒冈医院一位名叫威廉·蒙塔格纳的实验生物学教授提出来的。他猜想粗发最先变灰（或叫失去色素），这些粗发常常被为数更多、色素正常的细发所掩盖，它们比粗发更经不住心理紧张的冲击。在一次伤心或者是紧张的体验之后，较细的头发脱落了，只留下粗大的白发。当然，这还只是一个推

测，因为蒙塔格纳博士从未亲自见到过头发在一夜之间变白的事情。

10. 肾上腺素

那种在心理紧张时释放出来的荷尔蒙，叫做肾上腺素。它的作用就象一只应急的按钮。它升高血压，使肌肉紧张，瞳孔放大，心率加快，消化减慢。如果它只在我们需要的时候释放出来，这也倒是件好事，但是肾上腺素并不知道应该这样做。一有风吹草动的麻烦，它就从位于肾脏顶部象三角形的草帽一样的肾上腺上汨汨涌出。

假设一位女人正驾驶一辆汽车时，突然看到红灯亮了，或是别人的喇叭响了，或是身后警笛嘶鸣。需要她当机立断地决定先干什么的那一刹那，肾上腺素已经通贯她的全身，做好了避免任何伤害的准备。所有被压抑的能量，她全部的肌肉储备，都忙着判断信号，作出反应。当她的血液内的肾上腺素消退时，她感觉到一股放松的激流随着一声嘘气涌过她的嘴唇。这一切可以在不到1分钟内发生，从慌乱到平静。它也可以持续久些，这就要看个人性情如何了。有的女人脾气暴躁，不能很快地冷静下来，其它的人则并不这么容易动气，这也许是因为她们原先曾经历过这种场面，所以知道如何不经肾上腺素的涌出而把麻烦处理掉。

但是，一旦感觉到任何一点紧张，不管那是侥幸逃过的撞车事件，还是由媒人安排的初次约会，即便是一个快要到来的生日，肾上腺素都是捣蛋鬼，它使心脏“咚咚”乱跳，

手心出汗，舌头发干，四肢瑟瑟发抖。过分的紧张，换句话说就是过量的肾上腺素，会蚕食一副本来应当是健康的身体。其实，一大串骇人听闻的疾病都与紧张有关：风湿性关节炎、甲状腺机能亢进、溃疡性结肠、心脏病、癌症、消化性溃疡。自从妇女进入了同男人一道竞争的职业市场以来，女人受过这些病伤害的频率就几乎达到了男人的水平。

尽管有如此吓人的景象，肾上腺素也不是光有坏处，在非紧张的情况下，它是一种调节体内环境的荷尔蒙。它有助于保持各个组织和器官的运行平稳。内分泌腺产生的荷尔蒙大约有20多种，它们在血液里流动，控制着新陈代谢、骨骼的生长、女性的月经周期，以及从乳晕的颜色到她的阴唇的形状等第二性征的发育。多一丁点儿或是少一丁点儿荷尔蒙都可能极大地改变一个女人或者一个男人的一生。甲状腺机能失灵，不仅使受害者身材矮小，而且使其畸形丑陋。记录在案的最矮的女人其站高不足2英尺（合60.96厘米）。她的生长受到了脑垂体的畸形的抑制，另有一个畸形的例子，只是方向相反，致使一名妇女身高近8英尺（合243.84厘米）。

11. 月经与生育能力

女人体中腺体的荷尔蒙，是在大脑各部分的严格定时和调节下，在一个复杂的过程中分泌出来的。大脑各部分真正的控制中心，它们监视着她体内远远近近的所有部位。这些荷尔蒙根据大脑指令而作出恰当的反应的第一个事实，就是月经。但是，人们认为月经并不总是在荷尔蒙的控制之下的。

早在雌性激素——即把女孩变成妇女的那种荷尔蒙——

被命名以前，人们就已经知道月经大概多少同生育有关。因太小或太老而不能行经的女性完全不能怀孕。同时，有些女人的月经童年时就过早地来临并且怀上孕了，而另一些人干脆没有月经因而总是不孕。

为了引发生育能力或是引出她们的月经，自古以来，女人们听取当时的主要医学专家们的忠告。巫医们建议吃牛羊肉和多多地蹲坐以激励那些“月经小动物”。精于此道的修道士们调制出草药合剂，这种合剂含有强效子宫肌肉刺激物，譬如麦角菌——一种生长于黑麦顶上的细菌。英国历史上的玛丽女王为了能有月经，从而尽快地为英国王位生产一位继承人，曾服过一副奢华的合剂。她在初升太阳斜射下来的光线下服用珍珠粉、金叶、糖和玫瑰香水制成的合剂。不见效时，她又采纳了皇室内科医生的建议，这位医生的处方是把蛋黄作为附加的月经引诱物。令人悲哀的是，她的千方百计都付诸东流了，这位女王最后还是不孕。

林娜·麦迪那用不着如此费心，这位秘鲁姑娘保持着近代妇女生儿育女的高纪录。林娜3岁来月经，此时还在蹒跚学步，她的乳房前几个月就已经发育了。这是一种医学上叫做过早春机发动的情形。（有的记录表明她才8个月大时就已发春了。）林娜4岁半稍过就怀上孕了，虽然没有任何记录说谁是她孩子的父亲。1939年5月15日，不到5岁半的林娜，经剖腹产手术后生下了一个6磅半的男孩。

对于以上这些月经失调的解释，必在以下两处中选一：要么在大脑，要么在卵巢。一处的荷尔蒙影响另一处，影响整个女性生殖系统的组织和器官。大脑分泌的荷尔蒙来自于由一根纤细蒂茎悬垂在大脑底部的豌豆大小的腺体，它

就叫脑垂体。这个充塞了荷尔蒙的囊状物所装有的细胞生产出的各种荷尔蒙游经血液，影响身上某些特定的器官，即所谓靶器官。有两种脑垂体荷尔蒙的靶子只是生殖系统的组织。这些名为促性腺激素的荷尔蒙出人意外地在女人和男人身上都是一样的，但是它们对各自的靶组织的影响却各不相同。

有一种叫卵泡激素的荷尔蒙（FSH），致使妇女卵巢内的卵细胞成熟，以备排卵。当这种荷尔蒙的靶器官是男性的睾丸时，它就致使产生精子。第二种促性腺激素，我们称之为黄体生成激素（LH）。它引发女人排卵，从而导致成熟的卵子奔出它的卵泡。在男人身上，LH则刺激睾丸细胞生产出睾丸素。

要到青春期，FSH或者LH才会大量地分泌出来，这时，大脑的另一个分泌荷尔蒙的区域下丘脑开始产生出叫做释放因子的化学物质，这些化学物质流过一小段距离到达垂体腺，在那里它们又刺激FSH或者LH的生产。到底是什么东西诱使下丘脑生产出释放因子，从而引起了青春期解剖上的变化尚不清楚。但是研究人员相信，至少对于女人来说，体重是至关重要的。即使说体重不会直接引发春机，那么也是体重引发了释放因子，从而最终导致月经来潮。

基因造成的畸形或者身体上的障碍可以延缓、防止或者加速任何与春机发动和月经有关的腺体分泌。就林娜·麦迪那的例子来说，内科医生们相信，她是一个生产荷尔蒙的肿瘤患者，这个瘤不在她的下丘脑，就在她的卵巢，由此加速了她的性成熟。玛丽女王是另一个极端，她可能是缺乏这种或那种能引起月经的荷尔蒙，要不就是她的子宫可能一

直对她生产的激素不敏感。无论是哪一种情况，她都得受闭经之苦。

照中世纪的习惯说法，圣母玛丽亚得圣灵感孕时年方十四。

——贾尼丝·德莱恩

12. 成长、成人

在正常情况下，一个七、八岁的女孩，就有了一群特定的神经细胞和少量的促卵泡成熟素释放因子藏在她的下丘脑的隆起部位内，它会象玻璃窗上的雨珠一样顺着轴突往下流到脑垂体。这些下丘脑细胞群在这个女孩出生前几个月的那一段大脑发育的关键时期内形成，自那以后，几乎一直是在完全静止的休眠状态中，但它们有一种最终根据同期性方式或持续性方式分泌释放因子的潜能。

假如在胎儿的血液中有睾丸素存在的话，那它就会打下一种持续分泌的印记，就会在青春期活跃起来。这就是把你的脑荷尔蒙同一个人的脑荷尔蒙区别开来的主要差异。由于持续不断的下丘脑分泌，睾丸就以一种稳定的、非周期性的速率生产出精子和睾丸素。而女人的下丘脑被激活的、呈周期性的活动到了青春期时就形成她的月经周期的基础。

由于在她出生前的几个月内她的血液供应里没有睾丸素，所以就使得她的下丘脑发育出它自己的周期模式来。在青春期或青春期之后，没有稳定地分泌出雌性荷尔蒙流入其血液，相反地，一个女人有着上下波动和3种不同的荷尔蒙，这些荷尔蒙每月都在不同的时间内发生作用，使她的身体准

备排卵，而且，如果卵子已经受精，则准备滋养胚胎。

如果卵子没有受精，那么它就会在排卵后48小时内死去，引起荷尔蒙的转换从而导致月经。除非这女人怀了孕，这一模式将从初潮到绝经。每月重复引起排卵和月经的荷尔蒙的消长，大约是在初潮前5年慢慢开始，这和流行的误解相反，它并不意味着女性的春机发动。

卵泡激素的生产在女孩子从7岁到11岁期间成倍增长。在这种荷尔蒙的刺激下，她在卵巢发生了微妙的变化。有一个卵巢里的某些细胞开始长大并开始分泌出少量的雌性激素，进入她的血流。这种东西也象大多数其它的荷尔蒙一样，即便微量效力也极大。只要0.0001克或更少些就足以使敏感的细胞做出反应。

雌性激素促进了女孩的生殖系统的生长和成熟，刺激乳房的导管，使臀部和下腹部聚集脂肪，把她的身体轮廓变成有别于青春期男孩的柔和曲线。在青春期，雌性激素同来自其它内分泌腺，包括脑垂体、甲状腺、肾上腺分泌的激素携手合作，塑造出一个成熟的女性。

乳房的萌发从乳头下面区域的肿胀开始，这是第一个证明雌性激素正进入血液的信号，它标志着春机已开始萌动。从此以后，生长越来越快，变化越来越大。

随着血液中雌性激素水平的提高，这就使得子宫、输卵管、阴唇、阴蒂和阴道开始扩张，人也开始了冲刺式的生长。在这种荷尔蒙的刺激下，女人体内的每一个细胞都根据它的基因蓝图开始进行调整。骨细胞成倍增加，因此骨骼变长变厚。骨骼的生长始于双脚和双手，然后是手臂和双腿，这就给青春期的女孩以不成比例的外貌，但是她也不象一个男

孩那样瘦骨嶙峋，因为她有较多的皮下脂肪，骨盆也相应比肩长得宽些。宽大的臀部和相对窄些的肩部使这副框架的重心比男人低，还确定了女性的特殊步态。另外，鼻子处的软骨向外突起，面庞也扩大了。

乳房

每—边乳房有15或者20根导管，它们在两个乳头下长大起来。乳晕，即乳头突出部四周的环状色素沉着区域的颜色加深，乳头本身的皮肤颜色也变深了。随后是脂肪组织的沉积和乳腺的发育，乳腺是与导管相连接的产乳的囊袋。乳房的大小和形状由基因决定，一个大乳房的女人，其全部的乳腺组织可能还不超过一汤匙。乳房的其余部分是脂肪和起支柱作用和固定乳房位置的结缔组织。

从解剖的角度讲，乳房无非是一个特定的腺体而已，就如同皮肤下的汗腺一样。当然，作为女性品质的象征，乳房有着比它们的解剖特征深远得多的意义。自始于约8岁以后的发育过程中，—边的乳房可能比另—边长得快些。这一差别到了15岁（有时迟至18岁）乳房发育完毕时，基本上就会消除。不过，左乳比右乳大的情形是常有的。

—些生物学家把这一大小上的差异归因于：既然心脏最靠近左乳，那么乳婴首先拱着头去寻找的必定是这个乳房，这样他就更靠近有抚慰作用的母体的心跳。经过千秋万代的哺乳行为之后，大些的左乳房就多少成了女人们的遗传特征了。

这种解释听来好象确有道理，可是它却无法解释—个重要的事实：无论是乳房的大小还是乳房的形状丝毫都不能决

定一个女人到底能否为她的婴儿提供足量的乳汁。这要取决于怀孕以后、分娩和实际哺乳时的荷尔蒙信号。

乳房的大小同乳头或乳晕对刺激春情激动等等的承受力丝毫无关。乳头是由勃起组织所组成的，与阴茎的勃起组织相似的。这种组织由平滑肌和脉管所组成，脉管在受到触摸或寒冷或春情意念的刺激时会暂时性地充血。

春机发动期

11岁，在大多数男孩还没有受到荷尔蒙的轻轻叩问以把他引向青春期的时候，一般的女孩却早已进入了生长突进期。她的生长速度1年后达到顶峰，通统在十四、五岁时停止，比男孩约早两年。

沉睡于皮肤深层的油腺大约在进入生长突进期1年后就开始生产并释放出它们的分泌物。与此同时，打头阵的几根阴毛也作为青春期的第二个可见信号，在骨盆上柔软的脂肪隆起部位破肤而出。手臂下的腋毛则需要再过1年左右才会出现。

到十二、三岁，雌性激素扩大了她所有的内外性器官，高度地丰富了她的性敏感力。女孩的下丘脑持续不断地监视着她血流中的雌性激素水平。这时它突然侦察到雌性激素这种卵巢荷尔蒙水平突降。在下丘脑记录到雌性激素降低后的几秒钟内，它就给脑垂体发出信号，加速卵泡激素(FSH)的分泌。有大约20个包围着未成熟的卵子（或叫卵细胞），每一个卵泡就是一个细胞层，一层层向外伸展，这些卵泡这时对FSH的刺激作出了响应，从每一个卵泡都开始涌出雌性激素。一切都在女孩的体内发生着，而这一切全在不

知不觉之中，她就这样进入了她的第一个月经周期。月经周期的这一段所谓卵泡期或增生期，受到卵巢供应的雌性激素的控制，它使卵巢内层充血，使毛细血管撑展开来，把丰富的血液供应给那个柔软而富丽诱人的组织。

在以后的10天内，有一个卵泡一马当先，其余的卵泡消退了，卵子在剩下的这个卵泡里继续成熟。雌性激素到达顶峰时，下丘脑的反应是抑制脑垂体分泌卵泡激素。当卵泡激素下降到一个关键的水平时，（通常是周期的第14天），下丘脑又引发脑垂体释放另外一种荷尔蒙——黄体生成素。在原有的促卵泡成熟素和正在增加中的黄体生成素的联合刺激下，使一个卵子从卵泡中释放出来。有时这种排卵机制会在头六七个或者10多个周期里归于失败，因而无卵子排出。但是从此以后，一切渐渐稳定下来，每个月至少有一个卵子从卵巢中释放出来。

月经周期的这第二部分，即所谓的排卵期，只持续几个小时，然后直接进入分泌期或叫黄体期，而不管卵子是否已受精，甚至不管是否已有卵子释放出来。在这一时期内，来自脑垂体的黄体生长激素使已破裂的卵泡发生巨大的变化。卵巢表面上这一豌豆般大小的裂口自己也发育成一个叫做黄体的内分泌腺。黄体在分泌雌性激素的同时还分泌另一种雌性荷尔蒙，叫孕激素这两种荷尔蒙共同努力，进一步刺激子宫，使那里的腺体更加丰富活跃。

黄体在形成后两星期左右到达它的关键时期。如果没有出现授精，脑垂体就遵照下丘脑发出的指令，停止生产促卵泡成熟素和黄体激素。没有了黄体激素，黄体就将萎缩，最后在卵巢表面留下一个疤痕；没有促卵泡成熟素，子宫内膜

的血管就发生痉挛并进而破裂。

月经可在夜里发生，亦可在白天的任何时候发生，坏死的组织混合着经血，开始从子宫流出，经子宫颈进入阴道，并自正常的处女所有的处女膜上的小孔中泌出。处女膜是保卫一个处女的阴道开口处的薄膜。

第一次月经（初潮）

男孩步往成年之路的任何隆重典礼，都不能与女孩的第一次月经同日而语。

一个女孩怎样看待她的第一次月经就决定了她是怎样看她自己，以及她对自己的身体有什么样的了解。当然，这取决于她的母亲告诉了她什么，取决于她的朋友们在窃窃私语中或互相打趣时讲了些什么。大多数女人把她们的第一次月经当做成熟的标志而接受之。此后的日子里，她们渴望着青春期的挑战和考验，渴望领略男孩子的味道，渴望做事老成练达，渴望阅读科利特或者玛格丽特·米德①的作品。她们感觉到自己真正过上了女人的日子，那是雌激素之潮高涨的时期。

但是，有些女孩会对长大成人感到很不自在，她希望还能钻进父亲的法兰绒的睡衣，依偎在他的胸前。没有哪个姑娘不有那么一、二次或者三次不该长大的后悔，她甚至自言自语地说要是能够选择的话，她就不要那个她每月都非得接受不可的，或者说是忍受吧，那淋淋的鲜血。

①科利特（1873年——1954年），法国著名女作家，以对妇女的入微观察见称。玛格丽特·米德（1901年——）美国人类学家，主要研究抚养孩子、人格、文化等问题。1964年——1969年任美国自然历史博物馆人类文化馆长。

可以肯定地说，如果行经的是男人的话，那么他们就会对此大肆炫耀，而不是毫无保留地将其解释成是摇摆不定、低入一等和没有理性的标志。

——彼得·法布《人类》

体育课

大多数女孩每月缺课一次，当被点到名时，她们泰然自若地说“就那原因”。我老是没碰到，我就假装我也有，可我总是记不住日期，整整有1年我都在骗人——还不知道其实人人都晓得了，只是老师要她们机智些，装着不晓得。

——利夫·伍尔曼《变化中》

然而，她正在长大成人。一个女孩能长多高和她最终的体形如何取决于基因、荷尔蒙和环境等因素的综合作用，这要等到青春期结束时方才——亮相，才得见分晓。由于在过去的100年里，初潮年龄以每一代提早1年的速率不断提前，女孩子们越来越早地长到她们的身高顶峰。来自挪威的最早的初潮记录可溯回至19世纪50年代，那时的初潮年龄，平均17岁。到了1950年，已下降至13岁半。

饮食改善和更加有益健康的生活条件带来的结果之一，就是青春期中整个生物现象一波接一波。往前推移生物学家们的猜测，初潮的年龄已达到了下限——或者，象他们常说的那样，已经穷尽了基因潜势。换句话说，外界因素，例如环境、营养，疫苗防病，已使得主管青春期和初潮时间表的基因蓝图在尽可能早的时间内得到了实现。在过去，发动春机的指令被匮乏的营养和类似的因素延迟了。

初潮之后的几次月经通常间隔不等，而流血的时间可以

是这个月2天，下个月9天，或者干脆不来。在这些不规则的周期里的排卵也是一件捉摸不定的事，这可能延续到初潮后达6年之久，直到女人身体内的荷尔蒙模式稳定下来。以后，每月的周期就将是24至34天，平均以28天为一个周期。

月经来潮从生物学上讲是青春期的顶峰，它是青春期第一个也是唯一的一个全新的事件。所有其它的变化都是简单的成熟和扩大，从生物学上讲，它们都丝毫比不得生殖能力之发育至新至奇。

同男人那连续不断地生产精子的睾丸不一样，女人的卵巢在这个女人还没有出生之前老早就已被提供给了她的一生的全部卵子，在胚胎期7个月时，两个卵巢共包容50万个卵子。从此以后，那些卵子就开始衰败，当一个女孩出生时她的卵子已只有那个数目的一半了。到了初次月经时，总数已降至7万5千个，其中只有400个左右会成熟并在她的生育年龄内被排出卵巢。

初潮之后的两、三年内，女孩的身体继续出落成成人的身体比例。皮下脂肪在她体内的许多部位堆积起来，以备妊娠期内有所不测时的营养之需。这层脂肪荫蔽了她的肌肉轮廓，所以即便她从小就开始运动锻炼，她的身体也不会象男孩的肌肉一样突出鲜明。位于她皮肤下的静脉也不会象男孩的那样突起。

到她15岁时，她的心脏已和成人的一般大小，重量已近227克，约比男人的少56克。每分钟博动的次数从80或80多次下降到平均72次，这同男人的一样，她的血量、肺容量和交换氧气的的能力全部增加了，当然比男性的要少一些。

在她15岁时，或者根据个体的基因特性在此前或后一年

内，汹涌的荷尔蒙潮流消退了。到了青春期末，女人的面部轮廓上下拉长了，那一位小姑娘的圆圆胖胖的脸蛋儿由于骨骼和软骨的生长而变得焕然一新。

她有没有沉鱼落雁之容，得取决于她从父母那儿继承来的遗传信息。但是她的芳容还是要比男人的精致玲珑，她的面部骨骼也不会象男人的那么厚实。确定女人面部美的典型比例的企图，往往是徒劳的，但象列奥那多·达·芬奇这样的至善主义者还是做出了尝试。他的几何学描述，比较正确地反映了复杂的面部解剖结构：

“从眉毛到唇与颊的结合部，再从这个结合部到颌的后角，再从那儿到耳朵上缘接近太阳穴处，有一个正方形，它的一边之长等于头高的一半。而且颧骨的凹部位于鼻尖到颌后部的正中。”

“从眼窝边缘到耳朵之距离等于耳朵的长度——换言之，即等于头高的 $1/3$ 。从发际到颌之距离等于三耳之长，亦等于三鼻之长。从颈部到鼻部及发线到眉部的距离均等于耳高。”

“双眼之间的距离等于一眼之宽。从颈部到发际线间的距离等于一手之长，鼻子等于拇指之长。双眼位于颅顶至颊之中间位置。”

体形

将体形加以分类的想法早已有之。医学之父希波克拉底就曾设想出一个方案，但是，这样一个分类体系是本世纪40年代一位叫威廉·H·谢尔登的美国心理学家重新发明的，他把这种在当时堪称定论的方法称之为“体型分类法”。

那些身体滚圆粗壮，臀肥腿胖脖颈短的女人，他称之为“内包容型”〔ENDOMORPH〕，因为她们的身体具有消化系统的特征，她们心宽体胖，她们自然地贪吃。身体苗条颀长的女人被归类为“外包容型”〔ECTOMORPH〕，她们聪颖、敏感、脾气急躁。居于这两类之间的是肩阔臀窄的“中包容型”〔MESOMORPH〕，她们擅长于在同男孩子的橄榄球友谊赛中咬紧牙关，坚持到底。

撇开与人的性格类型的关系不谈，谢尔登的所谓体型分类法，看来倒是一个把妇女加以分类的颇为准确的方法，不仅如此，即使用于青春期前的女性似乎也是可行的。外包容型的女孩长大而成外包容型的妇女，其余的也可类推。一些比较过青春期以前和以后的体型的研究人员相信体型与生长速率有着遗传的影响。因而他们发现外包容型的人趋向于晚成熟，中包容型的人按时成熟，而内包容型的人成熟得稍早些。

个体变异

正常的成熟的女人体的高度在1米至1.88米之间，体重在42公斤至79公斤之间。极端的变异偶尔也会出现。脑垂体分泌的生长激素过量就会产生女巨人，这种激素不足则会导致侏儒。

身高对于生活在极端的气候区域里的人们也比较特殊，爱斯基摩人矮小结实，极少有超过1.68米者，这种身材和体形适于保存身体的热量。中部非洲的瓦图西人，以及苏丹境内的尼罗河流域的一些部落里的人们平均身高达1.83米，他们瘦削的身体适于燥热的气候条件，在他们那里，保持较高

的散热能力从遗传上讲是有利的。

用基因同环境的携手合作，来解释身材差异的产生原因，看来无懈可击。然而，大自然似乎违反了它自己的规定。在离那群人高马大的瓦图西人不远的非洲平原上，就有些小不点儿似的俾格米矮人部落，在那里身高1.37米便显得是鹤立鸡群了。说起原因来令人莫名其妙：俾格米人的身体对他们脑垂体释放出的生长激素反应甚微。

较之于一个充分成长的男性的身体，一个女性要比男性矮10%，肌肉少20%，其臂部的强壮程度则要弱50%。

然而，假如你老是只因为你身高体壮就自以为优人一等，就该受一当头棒喝。从生物学观点看，情形恰好相反。贯穿于所有生命物体的所谓优越性高于一个至古不变的真理中：长久生存。在生命的每一个阶段，从受精到出生、婴孩期、青春期，乃至永远，男人更比女人易于死亡。被认为是软弱的那一性比男性少受疾病、遗传障碍和身体病痛的危害。而且女性的身体被赋予了比男人体丰富的激素和生理能力，以使她们更能够承受酷暑严寒，更灵活地进行体内的调节。

蜡烛灭掉的时候。所有的女人都都是漂亮的。

——普卢塔克 约公元100年。

我知道我生就一副孱弱无力的女人之躯，但我有着一副国王，一英格兰之王的付心脏。

——伊丽莎白女王一世 1588年

第四章 直觉与逻辑

透过单向透明的玻璃，依稀可见5个人躺在白色的床单之下。一束盘绕寒乱的电线，从各个人的头顶上引出，蜿蜒爬过地板，钻进一块布满了閃闪烁烁的按钮的仪表板。数字显示仪上分布着5套各不相同的数字。显示板一一活跃起来，倒数计时开始了。

这并不是科幻小说中的情景，那些人体都是活生生的。他们是志愿参加实验的人员。这一实验自1952年以来被一次又一次地重复。1952年，芝加哥大学研究人员有了惊人的发现：当人们做梦的时候，他们的眼球在眼睑之下快速地来回扑动，似乎他们正在用眼睛跟踪着正展现在他们头脑里的景象。

1. 女人的梦

自快速眼动睡眠被发现后的多年来，研究人员钻研了男人和女人的睡眠，企图抓住那瞬时即逝的意象并勾勒出一幅无意识的心灵活动的图景。弗洛伊德的理论认为，梦是睡眠的

卫士，它代表的是对无意识的恐惧与对企望的表达。研究脑生理学的专家认为，梦的发生乃是由于大脑试图弄清楚在快速眼动睡眠期内因眼睛位置变动而发生的电脉冲是什么意思。大脑从储存长期记忆的区域内抽出与它从眼睛和脑干接收到的电信号相关的意象。当记忆与信号刚好对上号时，（并非总是那么巧），那么梦的意象就是关于熟悉的人，熟悉的地方和熟悉的活动。可是当不同的电路互相串通时（这是必然现象），做梦者的记忆里没有什么东西与这信号有关，那么梦就为离奇古怪的意象和歪曲的事件所充斥。大多数梦将延续10至30分钟，这是一个从记忆中挽回的现实生活中的意象同荒诞无稽的图景的大杂烩。

在一夜睡眠里，一个女人或男人会做四、五个梦，也正是从这些个梦的内容里，研究人员意外地发现，人脑也许真的在两性身上有不同的作用。将那些正处在快速眼动睡眠的被试者叫醒，就可得知他们的梦的内容。

妇女常梦见自己在室内或者熟悉的地方，她们的梦里出现的女人多于男人，相互间行为也颇为友好，很少有公开的性活动，梦中人的面部是可辨的。与此相反，男人则在奇峰迭起，间以暴力活动的梦境中与陌生人相逢。在他们的梦里，男性人物与女性人物的比例是2：1，可是当一个女人进入梦景的话，可能有性活动。

在紧挨着月经之前的日子里，一个女人的梦变得百感交集，充满了各种矛盾。她梦里的女人们不那么友好了，焦虑和失意断送了与她们相聚的快乐，红色和粉红是主要的颜色，她的梦还带着匮乏与敌意的折光。到后来进入经期，在排卵时间的前后，她的梦又荡漾着成就与恬静之感。

梦的主题在妊娠期又是一番景色，这时大胖小子或者一窝窝婴儿的意象令人不安地出现，梦常常提供了一种神奇的解决方法：婴儿不经过分娩，即刻就来到人间，在孕期的大部分时间内，那个代表丈夫的男性人物的形象不再反复出现，她自己的母亲却意外地出现于梦中。

了解一个女人并不一定就了解了其他的任何一个女人……。

男人能获得的对女人的知识支离破碎，肤浅不堪，将来也好不了，只好等到女人自己和盘说出她们该说的东西。

——约翰·斯图尔特·米尔 《对女人的征服》（1869）

2. 荷尔蒙与大脑

想要研究荷尔蒙对女人行为的影响的科学家们，曾被人嘲笑成是返祖倒退到柏拉图那个时代，那时，依据女人的身体来解释女人是完全可以接受的。在本世纪初，谁要是认为荷尔蒙对女人的行为有影响或者对男人的行为有影响，谁就是左道邪说的信徒，当时的人们认为女人的智力品质可以发展到与男人等同，只不过要冒失去生育能力和患狂躁症的风险。

旨在肯定或者否定荷尔蒙和行为之间的关系的研究，引出了本世纪60年代早期的发现：虽然大脑在出生时尚毫无条理可言，亦不能进行理性的思维，但是它已经确凿无疑地有了男女之别，而且自胚胎细胞形成后几个月即已开始产生激素。

睾丸素的有无会影响大脑发育这一事实，最先是在对老鼠的实验中观察到的，后来又通过对遗传性荷尔蒙不平衡的

研究，在人身上得到普遍的证实。睾丸素显然影响了发育中的大脑的某些通路，因而在将来这些通路受到刺激的时候，它们就要表现出典型的男性行为。例如，当把一只处于发情期内的雌性老鼠同一只成熟的雄性老鼠放到同一只笼子里时，雄鼠的某些对睾丸素敏感的大脑通路就受到刺激，雄鼠因而表现出上背行为。同样，雌性鼠体内没有睾丸素，则可以解释，它在交配中的拱背和其它行为。假如在胚胎期内和一个关键时候把睾丸素注射入一只发育中的雌鼠体内，那么它就会显示出与自己的解剖性别相反的行为。

两性间发育上的差异

出生之后两个月，男孩就对直观的图形更感兴趣，而女孩则似乎多为声音所吸引。同样在这个月龄，男孩大脑内成熟得最快的细胞主管蹬踢，扭动身体和四肢的运动；女孩大脑内成熟最快的细胞，则促使有规律的嘴动频繁发生。这不是说新生女孩不扭动身体，或者新生男孩不动嘴了——而只是说各自的频率的不同。研究人员经过耐心的长时间观察，才发现了这一差别。

他们还注意到：女孩比男孩早学说话，可是一进了学校，则两性对语言的习得程度又都不相上下，到11岁时，女孩才超过男孩。再过一、二年，男孩的运算能力又比女孩的长进快。当然，这可以部分地归因于父母和老师们对孩子们的期望，他们期望孩子们长大后能胜任要求他们那个性别干的工作。

不过，也不是所有的区别都是外界对性角色塑造的结果，研究人员在调查4岁和5岁时突然夭折的孩子们的大脑

组织时发现，用于分辨词语的大脑左半球在女孩身上要发达些，而用于分辨声音的右半球中枢在男孩身上要发达些。大脑的左半球还用于感觉三维物体以及三维物体的各面之间的关系，至少有一项研究显示，男孩的这一视觉—空间中枢的成熟速度比女孩快6年以上。

支持这种观点的证据，是在检验孩子判别各种物体形状的能力的过程中得到的，检验时，先令孩子们用一只手触摸识别物体，然后再用另一只手触摸识别物体。得出总数据之后，研究人员惊奇地发现，男孩子更善于用左手探查出物体的形状——左手将信息传导到大脑右半球——而不善于右手探查。最重要的是，男孩左手探查出物体形状的能力要比女孩强得多。

男性与女性的攻击性

既然大脑本身的物质为解释两性间视觉以及语言的差异原因提供了线索。研究人员进而相信，还是早期荷尔蒙对大脑的影响，导致了两性所显示的攻击行为的不同。从2岁半前后开始，女孩多用言语表现她们的攻击性，而男孩则通过破坏行为或者打架来显示他们的攻击能力。

心理学家们曾经以为女孩不挑起事端或者在受到挑衅时不反击别人，那是因为父母亲的态度。他们教育女儿：好姑娘不打架。这样，不可攻击性行为根深蒂固就被抑遏了。当荷尔蒙在大脑发育中的作用得到证明以后，有人猜测睾丸素也许增加了大脑对威胁或者身体接触的敏感性，从而使男孩——乃至男人——更富于攻击性。至于为什么这种攻击性要采取戏闹、打架、和破坏的形式，此种理论认为，睾丸素灌

注于某些大脑通路，使得大运动量对男人比对女人有益。这意味着女人的大脑不与男人的大脑沿同样的中枢神经系统通路释放出攻击性的脉冲能量。

荷尔蒙对将来生活的影响

女人在经过了青春期之后，明显地比男人对气味敏感。但如果给以雄性荷尔蒙，或者雌性激素被剔去的话，则这种敏感性就消失。结果证明，睾丸素不仅影响嗅觉，而且还激发出男性和女性的性欲，通过影响大脑深部一团豌豆大的叫做下丘脑的细胞群而发生作用。

下丘脑虽小但非常重要。大脑的这一部分是调节温饱饥渴，乃至身体的性冲动的。在男人体内，睾丸生产的睾丸素由血液输送到体内的一部分，包括下丘脑，在这里，睾丸素与经过眼睛、皮肤和鼻子传导到大脑的感觉信号协同一道，开动性调温器。

这种荷尔蒙在女人身上也起着同样的作用。它不是在她们的生殖系统内的任何地方生产的，而是同其它类固醇（睾丸素是一种类固醇）一道聚集于肾上腺，肾上腺同时还产生肾上腺素。

肾上腺受到疾病损伤并且因此而被摘除掉的女人会意识到她们的性欲锐减，外科摘除卵巢却不会出现这样的锐减，卵巢生产雌性荷尔蒙、雌激素和孕激素。

本能与母性

由于有正常的性荷尔蒙之潮浸浴下丘脑，大多数的女人和男人经常有性需要，正如他们经常有对食物、水和睡眠

的需要一样。这些“需要”连同诸如暴怒和恐惧等原始情感，来自于好几个结构紧密的神经细胞团，这些细胞团位于大脑中央，包括下丘脑、边缘系统和网状激活系统。

直到20年代行为心理学家对本能论提出挑战以前，这些细胞团都被认为是遗传的母性行为的贮藏所。现在我们知道女人的为母之道部分是习得的，部分是荷尔蒙的影响，部分是生理上的。

哺乳是唯一的在荷尔蒙控制下的母性反应，因而它有点类似于一种本能行为。而本能是一种不必经过学习，自然而然的到来并且不能改变的行为的潜在动力，鸟类搭窝即属此例。虽说女人不必学习哺乳。但她们的确可以有所选择。鸟类则不能选择是搭还是不搭窝，或者选择搭个什么样的窝。如果一个女人不用自己的奶喂婴儿，那么她的选择就会战胜她的荷尔蒙，脑垂体将不释放引发乳汁流出的化学信使。

用本能理论解释母性行为，没有不可辩驳的说服力。然而研究人员的观察证实，母亲们对自己的婴孩的爱抚顺序却有惊人的一致性。当一个女人第一次抱起她的小宝宝的时候，她首先抚摸小宝宝（他或她）的手指，然后是整个小手掌。在4分钟到8分钟内，她就进而要抚摸手臂、脸庞和躯干。

几乎所有的女人都用尖声对她们的新生儿说话，这声音要比她们用来同任何一个碰巧在场的其他人讲话的声音要尖。研究人员肯定地认为，婴儿的听觉在高频音域内更敏感。但是谁也不知道母亲声音变化的动因来自何方。

当母亲俯视她的小宝宝时，其双眼到她那个乳婴的距离——约12英吋——就是一个婴儿的眼睛能最好地集中其焦点的距离。对母亲的这种恰到好处，同样找不到明显的动因。研

究人员还注意到，婴儿的哭声导致流往母亲乳房的血量增加，它使她作好喂奶的准备，尽管她也许没有在喂奶。以上所举种种，都被认为是典型的母性行为或反应。

我对母性本能和母子联系一直茫然无知，是我带着第一个孩子从医院回来那天才知道的

——萨莉·谢伊威茨

《纽约时报》

3. 女性大脑的生理学

大脑的哭泣中枢

科学家们在大脑中找到了哭泣中枢。在这里，神经细胞与自主神经系统相连接，自主神经系统又把意识与数个体内器官相连，发出信号叫心脏呼呼跳动，膈收缩痉挛，再叫眼睛里的泪腺释放出那种带咸味液体。

哭泣包含有两个生理组成部分：哭和泣。新生儿哭而不流泪，尽管他们的泪腺在受到刺激时也能分泌出液体。真正的哭泣要到二、三个月后才开始。这时，连接传输刺激冲动到泪腺的纤维与传输情感到意识区域的纤维的脑细胞才能充分激活。

哭泣中的哭——哼哼，尖叫，嚎啕——是对绝望无援之感的反应，而哭泣中的泣却被认为是一种释放哀伤、愤怒或痛苦情感的机制。当一个撕心裂肺的故事最后欢欢喜喜地结束时，可以观察到一些女人的眼里流下了泪水。根据这方面的专家的观点，这乃是为她们自己的生活中缺乏欢乐而哭

泣，或者是因为承认生活中的幸福快乐随着一江春水向东流去而悲凉的哭泣。

4. 直觉

假如男人抱怨女人们缺乏逻辑的话，那么为了弥补这一臆造的欠缺，她们就可以“只知晓某些事情”，就可以用骨骼感觉，用第三只耳朵倾听，或者用后脑勺上那只永远不眨的眼睛观看。

据说这些第六感觉能力使女人洋溢着女性的直觉。人们认为它们是女性特有的神秘品质。二元直觉理论的倡导者认为，女性的直觉从下意识冒出来，它带出一股感觉自己正确的暖流，这种自我感觉良好的基础乃是不计其数的习得结果，从母亲警告她不要跟指甲肮脏的男人外出到她自己对周围世界的观察。

用女性直觉论和男性推理论编织出来的丝网结构，最终被证明还是太脆弱了，经不住哪怕是最温柔的推敲。事实证明，直觉都是一样的，男人和女人都能拥有它，只不过有的人的直觉磨砺得比别人更加锐利罢了。

所谓直觉，就是快速准确地感知事物的能力，在这一过程中，大脑的各颞叶必须搜寻它们的记忆库，还得筛选来自其它脑叶的感觉信息，这才形成感知，从而激发出一个主意或是萌发出一一种思想。颞叶除其它一些东西而外，还包容了语言和听觉中枢，因而颞叶是一个至关重要的环节，它们把简单的视景和声音组织起来，并将其编织成一幅真实世界的精确画面。

5. 思维

谁也不知道灵感来自何处，或者同情是怎样形成的。然而我们知道，正当大脑在翻腾激荡出思想的时候，身体的其余部分也参与了这一过程。研究人员发现，在思维过程中有某些特定的肌肉参与。

如果一个女人（或者男人）被要求去解决一道数学难题的话，那么控制瞳孔大小的肌肉就会放松，使瞳孔稳定地放大。当算出答案之后，瞳孔又收缩。心率也是在思考问题的时候加速，而在找到答案后又恢复正常。在心理学实验室中，研究人员使用敏感的电极去测量伴随着思考具体问题而出现的被试者肌肉活动的变化。他们发现，当一个女人（或是一个男人）被要求只是想关于步行之事时，腿部肌肉就会活动起来，同样，当被试者想到国歌歌词的时候，电极则记录到了舌头和嘴唇肌肉的活动，这些活动几乎与朗诵这些歌词时记录下来的活动一模一样。

为了找出当大脑正忙于各种活动时思维是从什么地方来的，心理学家们设计出了一套检查自左右两半球发射出的脑电波的计划，他们的实验对象大多数都是正常的惯使右手的男男女女。（所有使右手的人都以左半球为语言中枢，但是，其余的40%左右的惯使左手的人则要么使用右半球，要么同时使用左右两半球来处理语言信息）。

他们发现，当一个人写信，遣词造句，或者在完成一项需要大脑做出快速分析的任务时，就是左半球在活动，而当一个人画一幅画，哼一支歌或者辨认一张脸时，就是右半球

在活动。

换言之，左半球似乎主司逻辑和分析性思维，右半球似乎是情感直觉的半球，它关心形式和感觉。

一些人把这种二分法看作是一种对两性之间心理差别的方便解释。他们坚持认为，男人多听命于他们左半球而女人则听命于她们的右半球。然而，人类的行为决没有那么简单，大脑亦不会恭顺地让人为的分界线刻入它的物质里。事实上，将大脑分成若干极小的小区加以观察主意，全盘皆错，将使研究误入歧途。

神经学家和神经外科医生探究到了大脑的内部并分离出了单个的细胞。当这些细胞受到刺激时，就会引起或饥饿，或干渴，或疼痛，或速乐等等感觉。但这些专家也知道，同样是这些细胞，如果不将其用神经纤维同种个神经系统之内无数个其它的细胞连接起来的话，那么也不会产生如此的反应。

一个女人的思想、她的梦幻、她的理想，乃至她的情感都既不是某一单个细胞的居民，也不是大脑某一单独区域的住户。事实上，研究人员只弄清了一个原则性的道理：由于各个区域互相合作，才产生了使每个人成为独一无二的个体的各种品质、特征、情绪和反应。

卢塞塔，除了一个女人的理智我没有理智；我这样看待他因为我这样看待他。

——莎士比亚《维罗纳的两绅士》

分析大脑半球时的常见错误在于严格地将这种或那种思维活动归因于左半球或右半球——似乎启动一个半球就是为了逻辑之类，而启

动另一个半球就是为了空间思维。

——丹尼尔·戈尔曼《今日心理学》

6. 情感与心理紧张

当信号游经大脑时，它们就将思想、感情、感觉和记忆先传导到一个区域，然后再到另一个区域，再到另一个区域，在此过程中，信号（不管什么信号）被接收并且被执行。这个网络中至关重要的一环就是边缘系统，情感从此发源并开始它们的电子旅行。上行至皮质的阐释中枢。再下行经脑干，进入自主神经系统，并由自主神经系统将它们传输到体内的各器官。

无论在任何情感环境，自主神经系统都可能打断肠子、心脏和肺部的正常节律，使身体准备对付遭遇到的任何意外情况。在自主神经系统活动的生理学水平上，几乎所有的情感都是紧密相连的。恐惧、焦虑、或者快乐，（以肾上腺作为化学信使）送出信号，从而使血压升高，瞳孔放大，鼻孔张大，这种信号还刺激汗腺，加快脉搏。

女人也许比男人更加愿意承认她们的愤怒、失意或者恐惧，但人们一直认为她们对心理紧张所作出的生理反应和男人是一样的。后来发现也许不是那么回事。在过去几年里，瑞典斯德哥尔摩的研究人员汇集的证据表明，两性对某些紧张的反应并不尽相同。

控制心理紧张

玛丽安娜·弗兰肯豪泽领导的研究小组观察了男女工人

在日常上班时间及在有时限压力情况下引起紧张时的荷尔蒙的情况。她发现在智力测验中的紧张刺激，没有使女人的肾上腺素水平明显增加，而男人的却增加了，尽管两性对付测验的能力难决雌雄。研究人员发现女人的肾上腺素水平总比男人低，但是平均说来，她们在心理紧张时，心率比男人的快。肾上腺素少些，可以保护女人免受某些源于应激的疾病的影响，例如，溃疡，高血压，结肠过敏和心脏病等。但除此之外没人真的知道为什么一个女人的身体对紧张的反应不同于男人，也不知道这种不同会有什么利弊。

不过有一点是肯定的：在大脑和神经系统的工作原理上是可能有微妙的两性区别。只是女人并非与男人截然相反，而男人亦非与女人截然相反。男人和女人无论是在外貌上还是在行为上，都比我们迄今研究过的任何其它哺乳动物的雌雄两性之间都更为相象。

男人与女人之间最重要的不同在于他们自认为互不相同。去问问随便那一位女人，她都会告诉你说她认为自己不同于一个男人，不同于男人们。她的大脑自她二、三岁时起，就已开始汇集这种两性之别的观念了。

第五章 女性的性欲

弗洛伊德观察了女人后，发现她们没有阴茎。此君决非第一个有感于此事实的人。但他比当时其他任何人都要思索得苦，考虑得久。他最初认为，女人渴望那个象征男性的垂悬物。他以他的作品中常见的那种直率风格写道：“她看见了那个垂悬物，知道自己没有，希望有一个。”由此，弗洛伊德提出了“阴茎妒羡说”。他认为，女人无法摆脱没有阴茎这个事实。因此，她们注定只有阴蒂性高潮——如果说她们能达到什么高潮的话。阴蒂高潮是成熟的、全盛的阴道性高潮的“穷表弟”，还不如手淫令人惬意。真正的性高潮是在阴道中发起的，它使女子背部弓起，表现出各种狂热的亢进情感。

潜心研究女性奥秘30年后，弗洛伊德无可奈何地举手认输了。女性的性高潮究竟是怎么回事，他没有弄清楚。这个问题比他了悟的要复杂得多。虽然他坚持“阴茎妒羡说”，但也知道这个理论不能完全解释女性性欲的巨大差别。后来，他终于确信，光有阴茎还不能满足女子的欲望，于是承认，最大的没有得到解答的问题是：“女人要什么？”

千真万确。如今，越来越多的男人都在考虑这个问题，因为妇女们已经开始在机关、学校，在排队买电影票的队伍里，在饭馆、大街上，尤其是在床上，坚持自己的权利，不迁就男人。

如果弗洛伊德博士看见当今的妇女，他一定会赶回书房，修改他的理论。确实发生了许多变化，而且将继续发生变化。这些变化使妇女摆脱了在床上的被动局面。仿佛萦回于男人脑海深处的奇思妙想在女人那里复苏了，有时突然产生一种意想不到的激烈反应，竟让许多男人怀疑自己的刚阳。

性欲观的转变在50年代末期慢慢开始。那时，科学家第一次用文件证明了人的胚胎的性解剖的发展形式。60年代，在性研究者的努力下，这种转变逐渐加快。

女人需要的东西是没有的东西。这东西愈稀罕，她要的越多。

——歌·亨利 1907

1. 阴蒂

被推翻的神话之一是：生物学剥夺了女性解剖上的一个美妙的部分。它就是看得见，摸得着，有柔性的阴茎。这个神话认为，在女人身上，有一个阴茎的模拟物，一个爱瘤，一粒扣子，一个乘船的男人。这些都是俚语，正确的名称是阴蒂。这个看得见的部分只是冰山之巅，在解剖学上则称作阴蒂头。阴蒂头相当于男子的阴茎头，只是前者中间没有开口——尿道。女人的尿道位于阴蒂与阴道之间称为前庭的裂缝里，两边有小阴唇保护。

当初，解剖学家在给隐藏于女人两腿之间的每一结构命名时，可谓八仙过海，各显神通。每一簇组织，每一条小口，至少有两个名字。一些问题就出在这地方。大多数妇女——更不用说男人——不了解女性生殖器的解剖细节。一些女人过性生活要比其他女人心情愉快些。她们可能很早就知道，性生活是健康的、自然的、使双方都快乐的活动。她们不否认两腿之间产生性的冲动——女人的确象男子一样，性感集中在生殖器上——她们探索这种性感，还研究其解剖。她们也许不知道那些产生惬意感的部位的拉丁名称。但是大多数女子发现，用手按压（或用其他方法）阴道上面的一个地方给全身带来温暖激动的感觉。

直到刺激阴蒂头可能引起疼痛，一点也不会引起人们期望该器官应有的那种性快感。阴蒂头充满敏感的神经末梢——比周围部位的组织要多6到10倍——如果用干燥或坚硬的东西去刺激它，女人会不由自主地畏缩。但是用柔软湿润的东西去抚弄却有奇效。

女人如此重视阴蒂而不重视阴道当然是有原因的。她们早就知道，阴蒂是性中心。为什么女人最敏感的性中心要位于阴道之外，处在男子最敏感的性器官不易接触的地方呢？

• 也许上帝有意。当它给男女设计不同的性器官时，并不想让性交更神秘，或叫人更沮丧。阴蒂倘若位于阴道内——一些男人和相当一部分的女人就这么认为——则很容易在生小孩时因阴道扩张而受损伤。阴道是有弹性的肌肉管，可以伸缩。阴蒂没有肌肉，其内部解剖结构乃同阴茎。后者也是没有肌肉的。只有当阴蒂的海绵组织里的腔室在性唤醒期间充血时阴蒂才会发生形状变化。

阴道性高潮——神话

有人提出二元性高潮的理论。持此理论者想当然地认为，既然阴蒂不受阴茎直接刺激，那么阴蒂性交中就不那么重要。女人认为阴蒂重要只不过是她们手淫时将焦点放在阴蒂上。而手淫在持二元性高潮之说者看来是幼稚的行为，不适合于成年女人。这些理论家们继续论证说，若要成熟起来，女人必须将性感受转到阴道，那里才是它们的归宿。

显然，过去的女人认为，适应上述设计的方案是她们的责任。就是说，她们努力使自己不断成熟起来，摆脱阴蒂性高潮，而获得阴道性高潮。按照这个理论，帮助子女在性生活上成熟起来是男人的责任。也就是说，男人应该给女人以性高潮，并运用他的性知识帮助女人区别阴蒂性高潮与阴道性高潮。倘若女人不能获得性高潮，她可能感到悲伤，觉得自己缺少了什么，或简直一无所有。她的爱人也会感到不满足。

由于这种对性行为的支离破碎的解释，一些女人无疑感到失去了什么。而一些男人也感到自悲：自己是否阳气不足，没能把爱人带到快乐的顶峰。

如此一来，本应是自然进行的性生活却变成了一场磨难，双方越来越紧张，直弄得一些女人根本无法好好松弛一下，以获得性高潮。于是她们只得假装有了。反过来，男人也将性交看作当付差事。结果本应由双方性高潮而产生的如胶漆似的感情融合也就在许多人那里成为泡影。

你爱她，她不爱你 你不爱她，她又爱你，这就是女人。

2. 女性性欲的探索

如果生孩子是女人性交的唯一目的，那就没有克服性冷淡或努力获得性高潮这码事。性活动作为一种肉体经历，不只是一种生物过程。这一点早为世人所知，而不象《时代》杂志几年前宣称的那样，我们才进入性的黎明时代。尽管大家都知道这一点，但每一代的女人都得从人学起。男人当然不例外。我们当然不会天生就熟练地掌握作爱技巧。前人的磨难与错误没给我们的基因增加一点性的经验。我们开始做爱时并不比我们的维多利亚时代的祖先高明。虽然社会风气有时开放些，有时保守些，但每个人都得从人做起。

随着女性的生物机制通过实验室的试验而被揭示出来，人们发现，女人的性动力——交媾的冲动——与男人的相似，也是根深蒂固的。女人的性欲不象过去人们认为的那样比男子弱，她们需要的性交次数也不比男人少。不幸的是，性需要不足以使男女二人变成情侣，更难以使他们配合默契。关键在态度与经验。男人不需要许多性经验便可获得高潮。女人则不然，至少大多数女人如此。研究者们发现，女人的性经验越丰富，其做爱技术也就越娴熟，越容易达到高潮。这一点是千真万确的。

她为什么不能达到高潮？

对这个问题的研究起始于40年代末、50年代初。对成千上万的女人采访调查结果表明，女人通过手淫能象男人一样快地达到高潮。一般说来，不到4分钟，从生理上说，女人由于准确知道如何以及在何处刺激自己，因此不需花多大气

力就能使自己达到高潮。

为何与男人躺在床上就出毛病呢？当初，无论是金赛还是其他人都无法回答这个问题。不过，他们知道，在床上，双方的想法不是尽快达到高潮，而是有意延长，多多享受。即使如此，女人的生理反应仍然落后于男人。后者能迅速兴奋起来。

有许多夫妻只会耐心地祈求激情快快产生。在这种情况下，许多女人一筹莫展，不是责备男方不敏感，就是怪他把事情搞得一团糟。等待高潮发生无异于等待骑兵救援。如若他们懂得，男女间的性兴奋很难同步，这便找到为实现性和谐的契机。有些女人一辈子没有过高潮，不管是手淫还是性交。其中有些还受性交之苦，连丝毫的一闪而过的兴奋感都没有。有人说她们喜欢性器官接触，抚摸，拥抱，尽管没有一点肌肉挛缩波及全身。还有一些人——这些人占绝大多数——能通过性交达到高潮。虽然不是次次如愿，但只要一切进行顺利便成功。

马斯特斯和约翰逊用试验科学的手段研究了性高潮，从而更仔细地观察了男女的性器官如何结合到一起，以及双方的身体对这种结合如何反应。他们发现，女人身上性反应的范围要比男人广得多：从非性高潮端到多重性高潮端。这中间又有各种各样的强度不同的高潮：从全身升起缓缓热流到激烈的悸动挛缩。有些女人只要按压她们的牙齿或者轻轻刺激乳房便能进入性高潮的下区。有的则需要长时间的爱抚地摸弄阴部。一个女人的经历、情绪，对与她作爱的男人的感情等等因素，都将影响她的性反应和性高潮程度。

然而，关键还在于阴蒂，这个颇遭咒骂的阴蒂。外科医

生曾认为阴蒂是众多妇女病（如病态悲伤，歇斯底里，忧虑）的罪魁祸首。于是他们发明了一种切除阴蒂的手术，称作阴蒂切除术。不用说，此术什么也治不了，连手淫也不能治。原因是这些医生误将阴蒂头当作整个阴蒂切除掉，而将阴蒂大部分留石。阴蒂头从小阴唇上端的一层褶皱组织中伸出，是唯一看得见的部分。但并非时时都看得见。在性高潮之前，由于阴蒂内部充血，它要向上收缩几分钟。阴蒂头象阴茎头一样附在阴蒂体上。两者加起来总长度为1/4英寸到一英寸不等。它们是女人生殖器中唯一的一个部分——至少与其他部位相比是如此。

阴蒂体又延伸出阴蒂腿，每一条腿有3英寸多长，一直伸进盆骨内，在里面与连接纤维组织汇合。它犹如飞机翼梢（人们都这样比喻）将阴蒂固定在坚固的表面上。

在阴蒂体分成小腿外，两个阴蒂海绵体沿着前方向阴道两侧延伸。这两个海绵体、小腿、以及阴蒂体都对肉体或精神的性刺激特别敏感。它们都充血，情形与阴茎完全一样。阴蒂充血时比平常直径大两倍以上。

马斯特斯和约翰逊发现，性高潮是由刺激被唤醒了的阴蒂引发的。如果阴道同时也能抓住点什么东西，性高潮感觉会更完美。只要阴蒂、阴道周围及骨盆区的血管大量充血，引起肌肉不由自主地挛缩，将血液挤出，同时释放性紧张时，性高潮就产生了。

人们津津乐道的、吹得玄乎其玄的阴道性高潮根本不存在。这不是说女人不能在阴道里经受性高潮的波浪：由于越来越多的骨盆肌肉自发地挛缩，所产生的波浪作用将血液推向阴道下三位的外壁，从而引起能在阴道内感觉到的阵阵疼

挛感觉。

做错事而不从中获得乐趣是不合人情的。

——科利特“溺爱的丈夫”

阴蒂的生理

阴蒂头：阴蒂的看得见的尖头。

阴蒂体：为包皮裹着的部分，

阴蒂腿：把阴蒂连接到骨盆上的双重根。

阴蒂海绵体：位于阴道的两团能勃起的组织，在阴蒂勃起时充血。

小阴唇：环绕阴道口的两对唇状组织的里面的较小的一对。

大阴唇：环绕阴道口的两对唇状组织的较大的那一对。

性兴奋

女人的身体不仅只有一种达到性高潮的方法，而且其过程与发生在你身上的过程一样，只是她们没有射精行为。神经、肌肉以及血液配合作用，形成紧张，然后又挛缩，将其释放。当女人因性幻想或受肉体刺激或在两者共同的作用下性欲被唤醒时，那么这个过程就开始了。马斯特斯和约翰逊称此阶段为性兴奋期。第一个生理变化是骨盆血管扩张，血液涌进扩张的血管。满布阴道的血管中的一部分液体（不是血细胞）脱离膨胀的脉管的束缚，穿过阴道肌肉细胞之间的微小空间渗透出来，滋润阴道，为性交作准备。

最初，人们以为这种润滑液不是来自子宫口，就是来自位于阴道口后部组织中的一对豌豆状腺。现在人们知道，其

源泉是缠绕阴道外壁的血管。这种液体有少许粘稠度，透明，水分多，粘液少，有点咸。它有时是麝香味，有时是腥味，视女人月经周期的阶段与药品生理平衡而定。

有的女人要比别的女人释出的润滑液要多些。这与性刺激的长短有关，而不在于刺激的强度。无论如何，两腿之间的湿润无疑是女性性唤醒的信号，正如男人的阴茎勃起。当性刺激的第一个信号在大脑的视丘下部的性中心记录下来后。大约30秒钟左右，小滴小滴的润滑液便出现在阴道内壁上。如果没有什么东西妨碍性刺激，女人的身体便继续发生反应。阴道的下三位增长、扩大，其通常折迭的部位开裂，越来越多的静脉管因充血而膨胀，使阴道壁的颜色变暗。阴蒂体的直径也增大起来，血液充满了它的勃起窝。在错综复杂的血管系统中，小阴唇的血脉最后充血。小阴唇上面的暗红色粘膜显露出静脉传导的色彩，阴唇本身变厚，象用绒毛填塞的枕头。

血管的变化使外阴唇平展。它们脱离中线，打开裂罅，露出鼓胀的内阴唇和阴道口。到性兴奋期的这一阶段，女人的乳头通常勃起，直挺挺地立在充满静脉血的乳晕上。皮下的脉管膨胀，暴露出更多的感觉神经末梢，使皮肤更加敏感。

性交前有节奏地抚摸刺激，使血管一盈一衰。性兴奋可以持续数分钟甚至数小时，这是大多数女人喜欢并且需要的快活时光。女人在生殖系统的血管比男人多。这些血管必须充分扩张才能使性欲完全唤起。手淫能够快速唤醒女人性欲，但男人的爱抚——尽管这个男人很了解她，知道她的需求——则需要较长时间才能达到足以使性高潮产生的性紧张状态。

要保持性紧张，并使其继续加强，进入下一阶段，达到高潮则女人需要不断的刺激。这不等于说，男人要将其注意力完全放在女人的阴蒂头上才能成为成功的作爱者。女人身上还有其他性感区可以、也应该刺激。纵使女人身上再没有其他的性感区，性幻觉也会使她血脉贲张。然而，光凭想就能达到高潮的女人是没有的。要越过这道沟壑，抵达彼岸，必须有肉体刺激。不仅性交、手淫如此，梦遗亦然。女人的确也有梦遗现象。不过，在性梦中要使高潮出现必须受到某种有节奏的阴蒂刺激。

既然女人无论是醒着还是睡时都求助于阴蒂获得性高潮，阴蒂自然就是她们获得最大刺激的地方。性兴奋期间血管变化只是扩张性组织，使引起性高潮反射的神经末梢更接近表面。到这一步，女人的乳房、耳朵、大腿内侧、口，甚至手掌和脚跟都充满性感。如果刺激奏效，她的身体就会让阴道作好性交准备，并暴露外生殖器以便肉体接触。

插入

女人阴道充分润滑，阴茎是滑进而不是刺进；其内阴唇、阴道下部以及阴蒂器官都对任何刺激非常敏感。通常这是阴茎插入阴道时女人的生理条件。这时，她希望阴蒂受到刺激。性交时阴茎的抽擦动作能做到这一点。无奈阴蒂头与阴蒂体——两个最敏感的部位——的位置使阴蒂不能直接受到刺激。即使你紧压她的身体，或调整姿式，阴蒂仍不能受到使用手时那样有效、那样强烈的刺激。

在性反应渐入性高潮前的平台期过程中，许多女人渴求——并需要——特别多的刺激。需要过多的用手刺激的女人

并没有什么毛病，也不是不正常，实际上，用手帮帮劲，对双方都应是愉快的。因为它提供更多的刺激，尤其是在阴茎插入之后。那时，阴唇和阴道下部的神经末梢适应了初起的激动感。

许多女人说，阴茎插入阴道期间爆发的一阵阵心荡神怡的感觉仅次于性高潮本身。她们乐于敞开阴门，分开双腿，喜欢阴茎插入阴道产生的充满感觉。没有阴茎插入固然也有高潮——正如男子没有柔软阴道包裹阴茎也能有高潮一样——但在大多数情况下，有阴茎感觉要好得多，还能激起复杂的感情涟漪。

从阴道的角度看，阴茎的长度不如粗度重要。据说有个尺寸问题，因此许多男人常常惶惶不安，不知道自己是否天赋不足，需借助颤震器或其他器具才能使女人达到高潮。阴道是一条肌肉通道，约有4—5英吋长，扩张起来容得下任何尺寸的阴茎。在分娩时能让婴儿通过。除能伸能缩的阴道壁内的肌肉外，阴道内膜是皱折的，扩张时便象风琴一样平展。

阴道的生理

子宫颈垂悬在阴道顶部，象梨子的尖头。中间有个开口，直径大约与铅笔头相同。精子就是从这个地方进入子宫，旅行到输卵管的。如果输卵管中有卵子，就会受精。阴道内壁布满平展的粘液表皮细胞。大约有30行。经常脱落，很象皮肤细胞。寄生于阴道的无害的细菌帮助分解这些脱离细胞。在分解过程中产生乳酸，保护阴道，抵抗有害细菌的侵蚀。除了这层细菌保护物外，子宫颈的粘液腺和从阴道

壁分泌出的液体也帮助清洁阴道。因此，除非有某种生命力特别旺盛的细菌立足久驻，阴道分泌物是正常的，可以安然地吞下去——如果你想用口唇吻阴道的话。只有当阴道受细菌或真菌感染时，分泌物才有害。这时它变得很浓，有时带黄色，有强烈臭味。其他症状——如奇痒，灸烧——常使女子出现这种不愉快的状况。一般说来，这些症状使女人根本不想性交。

在正常情况下，阴道内部是自动清洁的，不需除臭或清洗。那样做说不定适得其反——摧残有益细菌，让有害的细菌迅速繁殖。

包裹阴道壁的肌肉（象木桶的桶板）从两组不同的神经收得指令。这些神经通过脊髓传送输往中枢神经系统和由它发出的信息。一组神经管阴道的上2/3部，另一组负责下二位。随着女人的身体适应在平台期不断增加的性刺激，阴道的上2/3部分便膨胀起来，子宫缩进骨盆里，从而增加阴道长度。与此同时，下三位及小阴唇由于血管充血与肌肉收缩的综合作用而绷紧起来。

小阴唇

这种绷紧——绷紧到阴道直径的一半弱——使小阴唇的上端展开（小阴唇本是皱叠在阴蒂头周围的。所以阴茎在阴道内的任何运动都会通过肿胀的小阴唇传到阴蒂。实质上，阴蒂包皮可看作是微型阴道，随着阴茎在大阴道内来回运动，它也揉擦着阴蒂头与阴蒂体。事实上，有些研究者认为，小阴唇的一端——与阴道汇合的一端——通过轻轻摩擦阴茎的底部而诱发男人的性高潮；另一端，即组成阴蒂包皮

的那部分，引起女人性高潮。

许多女人——如男人一样——感觉男人的阴茎大小很重要。有些人坚持说，她们对不同大小的阴茎反应不一样。然而，当交媾在进行之中、阴道作出调整，适应阴茎时，女人是感觉不到阴茎大小的。这种内在的调整完全是自发的，不自由的。事实上，女人通常没意识到阴道在作调整。在阴茎插入后1分钟左右，阴道便开始调整适应。

3. 性高潮

上述的解剖结构使阴道性高潮神话彻底破产，但还不能解答为什么许多女人感觉阴茎插入的刺激不足以达到性高潮这个问题。

原来，在平台期，女人心跳加速，呼吸深沉，乳房增大25%。这时阴蒂收缩，长度减少，使阴蒂和阴茎无法接触，即使是身体最柔软，技巧最娴熟的杂技演员也无能为力。

阴蒂收缩现象所有女人都有，在性高潮前1分钟半到3分钟半左右发生。它是即将到来的性高潮的4个信号中的第一个。但是，阴蒂一旦收缩，它受到的刺激自然便减少。为了保持平台期的兴奋，女人不得不依赖其他的兴奋感。这些感觉不光产生于阴蒂头，还产生于阴蒂海绵体，小阴唇，阴道下三位。这些地方总称为性高潮平台，因为性高潮就在此发起。当阴茎在阴道内来回抽动时，这块平台以一个整体发挥作用。（阴道上2/3位不会产生兴奋感，尽管当阴茎头触及子宫颈时，会有各种各样的疼痛感或刺激感。）

将女人推入性高潮的诸种兴奋感觉同时产生于阴蒂头，阴蒂海绵体、小腿与阴蒂体。阴茎越粗，或者反过来，阴道

开口越小，阴道内的刺激越有效。粗的阴茎比细阴茎将性高潮平台撑得大些，增加对阴蒂球的压力，阻止血从阴蒂头与阴蒂体中流出，从而使性紧张保持不衰。

玛斯特斯和约翰逊在早期实验，将电极附在女人生殖器的各部分，以图一劳永逸地弄清引起性高潮的性紧张究竟从何而来。研究的结果使他们确信，最富性感的器官是阴蒂头，依次是阴蒂体，小阴唇，阴道的下1/3区。但他们发现，阴蒂头的活动水平在性交期间比在手淫期间低。换言之，用手刺激比性交对阴蒂活动的刺激更有效。

为了证实这一点，两位研究者在一位妇女身上做了一次非常的实验。这位妇女在一次分娩时阴道过度扩张。在这以前，性交常常有高潮，自阴道伤损后，性交便不能使她产生性高潮。实验要解答的问题是：如果将性交时间延长，超出该妇女正常性交的时间，她会产生高潮么？

实验持续6个半小时以上。这位妇女与27位男人进行了27次交媾。唯一的禁忌：不准直接刺阴蒂。结果：没有一次性高潮。

所有迹象表明，这位妇女被无数次发动到平台期，每次性交结束时，她的小阴唇膨胀3倍。最后一次性交后，她的乳房过了一个半小时才恢复正常大小。骨盆中的血管充胀又过了5个小时才消失。当生理测量证明她的所有部位都恢复到正常状态时，两位研究者请她手淫，就在两分钟内，她高潮迸发。

高潮前奏：平台期

在一般情况下，平台期是女人性反应的关键时刻。是否

产生性高潮取决于她在30秒到3分钟平台期间感觉如何。如果她有难以产生性高潮的历史，这时她就会紧张起来。如果她害怕纵情，她的脑子就会死死抓住那个人人皆知的终止信号。性高潮半是心理的，半是生理的。思想作用往往占上风。没有通往性高潮的绝对成功之路。但有一点可以肯定：没有有节奏的阴蒂刺激，根本就没有性高潮。

平台期是随着性紧张曲线上升而到来的，由性兴奋期发展产生的。血管充血增加，小阴唇的粘膜随之突然变暗，标志着第二阶段的生理上的开始。性红晕在性兴奋末期可能，开始在胸腔下出现，象麻疹一样，而后向上扩散，泛及乳房直至脖子，甚至脸部。平台期的这个信号是没有规则的。有的女人没有这种现象，有的则偶尔有。性红晕如果的确出现，那么在皮肤白皙妇女身上要比色素沉着较深的女人身上要明显些。由此可见——不光是实验室里的研究者能看见，作爱中的观察力敏锐的男人也能看见——所以性红晕成为性高潮前的挑逗信号。如其出现，男人便知道他干得正对头。

性红晕如果不出现，女人并非注定要失败。没有性红晕一样能有性高潮。实际上，有时并没有独一无二的可见的平台期或性高潮信号。如果你实在需要什么东西提醒你，让你知道女方是否接近高潮，问她好了。但不要问得太罗嗦，否则你会打断她的性欲溢流，使她骤然退回到兴奋期。就连阴蒂收缩（假使你能注意到的话）也不绝对表明高潮正在到来。阴蒂如受到充分刺激，会在平台期之前收缩的。随着性高潮的迫近，除了阴蒂收缩外，女人身上还要发生三个变化。第一是，当阴道上区扩大到最大直径（约3英寸）时，其下1/3区显著缩小。第二是，当阴道口周围的肌肉收缩

时，小阴唇在与阴道交接变硬，似乎是要抓住阴茎。最后是阴唇颜色进一步加深。

他应该问一问

女人的性高潮到后，乳头总是竖起……没有乳头竖起，便没有高潮。对于想知道真情的人来说，这是测谎器。

——大卫·鲁本博士《你想知道性交的一切情况，但又不敢问》，1969年。

高潮后的乳头竖起可能表明性释放不足之后的性兴趣持续。

——威廉·H·马斯特斯和弗吉尼亚·E·约翰逊《人类性交不足》

性高潮的感觉

女人的性高潮以一种称作“悬置感”的感觉开始。她似乎是悬在半空中一刹那（或者是全部的感觉意识集中到阴蒂上所需要的时间），通常为1到2秒钟。这种“悬置感”相当于男人性高潮前经历的“不可避免感”（男子无法抑制时便有此感觉）。但男女性高潮的这种初始感觉是不相同的。

首先，对男人来说，一旦不可避免信号的神经将冲动输到射精器官，男人的高潮几乎无法制止。女人的高潮却可在这个阶段或高潮结束前的任何阶段中止。有这种区别的原因在于：数世纪的生物进化，使男性动物具有一个微力板机，更有效地保证把精子送到最后的目的地，使卵受精。从生殖角度来看，男人高潮的完成越快越好。而女人的高潮对受胎作用是不必要的。

因此说，女人性高潮没有生殖价值，完全是为快乐而

存在，用一些社会生理学家的话说，就是使她从性生活中得到乐趣，以便能继续干下去，直至怀孕，参加延续物种的活动。

随着阴蒂受到不停的有节奏的刺激，极度敏感的神经将冲动送到脊髓，又在脊髓里马上改道送回骨盆区的性高潮肌肉。“悬置感”就这样从阴蒂散发开来，进入盆骨。发生这种现象时，女人渐渐忘记了周围的一切，不知道自己在哪里——就象电力不足电灯渐渐暗淡一样。她的神经系统将大多数的冲动活动用于发起大量的一阵阵的挛缩，从而将淤积的血液从阴道外壁周围膨胀的血管中挤出。

女人知觉的这种消失使她有一种失控感。正是由于这种感觉的缘故，女人性高潮获得一个更为出名的名称：“短暂的死亡”。对于有些妇女来说，尤其是第一次经历性高潮的妇女，这种知觉消失是很可怕的。如果她们觉得那样不愉快，或害怕因失去控制而被男方瞧不起，那么这种完全正常的高潮反应就会在心理上受阻，使高潮不能达到最大强度，甚至不能产生挛缩现象。

在性高潮的这个阶段，没有两个女人的反应完全一样，尽管她们身体经历的生理变化相似。有些女人很平静；有的不是呻吟，便是尖叫；有的弓起背部，或是弯起脚趾，或咬最近旁的一样东西，如手臂、枕头等。当知觉开始恢复时——不过几秒钟的事——几乎所有的女人都感到温暖，先是在骨盆，然后漫溢全身。

原来被吸引到并滞留在静脉窝中的热血随着脉管内微小的肌肉障碍的消除而奔涌而出。这些血的运动有温暖的抖动感觉，但即刻又被骨盆悸动压下去了。

当性高潮神经冲动涌入阴道的括约肌时，这些肌肉便不由自主地挛缩起来。阵阵挛缩涟漪穿过阴道下1/3区周围静脉窝中的血液，给阴道带来波浪式的撞击。这就是所谓的弹撞阴茎的“挛缩”。

在同一时间内，其他的骨盆肌肉——横会阴，外肛门括约肌，以及直腹肌——也一起有节奏地颤动起来。第一次挛缩持续4秒钟，接着每隔4/5秒钟挛缩一次——与你身上的挛缩节奏一样。性高潮能经历15次或15次以上的挛缩。这个数目要比男人多一倍。以后的挛缩间隔越来越大。

在你身上，性高潮的肌肉挛缩将大量能量消耗在推动精液射出去。而在女人身上，收缩产生的能量没有那么快就被消耗掉。因此，她们的挛缩时间要比你的长。

高潮的感受

甲：每当高潮来时，我就死了。

乙：你感到地球的转动么？

甲：感到了，当我死的时候。

性高潮肌肉

括约肌，环绕并压缩阴道的有交叉肌的肌肉，有时称作阴道括约肌。

横会阴：两对从骶骨伸展到阴道两侧的肌肉，它们帮助打开和关闭尿道。

外肛门括约肌，打开和关闭肛门的环形肌肉。

直腹肌：一块长而平的沿着腹部正面从盆骨到肋骨的肌肉。

多重性高潮

最后一次挛缩后，你的身体迅速失去性紧张，马斯特斯和约翰逊称这阶段为“消退”。你的阴茎软了。而且，年龄越大，再一次产生性激动需要的时间越长。在这一点上，女人则显然不同。她们不是马上消退，而是返回到平台期，并且还能一次再次地从平台期再刺激到性高潮期。并非所有的妇女都能经历多重性高潮，但她们都有这个潜力。

女人有多重性高潮能力的原因是其骨盆里有大量错综复杂的血管。一次性高潮的挛缩很少能排出造成性紧张的所有血液。这情形与你身上一样。可以这么说，第一次高潮后，女人仍然充满性动力，可继续挛缩。用不着大量刺激，她就能一次又一次地使紧张重新升到高潮点，实际上，她所经历的任何性高潮的强度取决于她的骨盆里静脉的充血量。有时充血量最少，高潮因之最低。有时充血最多，高潮便达顶峰。就是在这种时候，女人非常有可能经历多重性高潮。

有时有这样的情况，由于解剖上的差别，有些女人的静脉网络发育不完全。这些女人难以达到高潮。这个问题在她们生下第一个小孩似乎就消失了。的确，许多在孕前经历过性高潮的女人说，生育后，性高潮来得很容易。有时第一次性交便有多重高潮。这就是所谓的“妊娠效应”。道理是妊娠期间骨盆静脉能量增强，数目增多。

如果性兴奋期与平台期逐渐积聚起来的静脉充血没有被性高潮释放，结果女人产生烦躁情绪，性交失败感，甚至严重的腰痛。往往有多重性高潮的女人需要3到6次高潮才能腾

空静脉窝，使全身完全放松。

对有些女人来说，这是一种新的严酷的性考验，一种她希望男人勇敢地迎接的挑战。她们似乎说“伙计，我倒要看你是否有足够的男子气给我开车。”

女子性高潮的能力

要视作一种可为又不可为一种特定的文化所开掘的潜力。

——马格利特·米德《男性和女性》

你能跟得上她么

女人可有多重性高潮，男人据说都不能。这使得许多男人不愿坐进司机的位置，真是遗憾。这些男子自忖：“即使我能控制到双方都能达到高潮的地步，却毫无办法一个高潮接一个高潮地陪着她。”真的么？男子多重性高潮问题——存在么？——有两个答案。第一个是肯定的，第二个还是肯定的。男子的第一种多重性高潮是多重射精。男人越年轻，越善于此道。多重射精不是逐渐增加的强度的波浪，而是分开的不同的高潮。每一次射精之后，阴茎便软塌一点。

大多数男人需要重新唤起性欲才能来第二次或第三次高潮。性研究巨人金赛博士发现，有些男人能在一次性交中产生五、六次性高潮。但平均数是——过去是，现在仍是——1到2次。高潮之间间隔多久取决于你的心情，身体状况，和年龄。不幸的是，有多重性高潮的能力在你过了20岁后便衰弱了。这个年龄看起来很小，其实是你身体性能力的最高峰。你的欲望也许不会减弱——实则年龄愈大性欲可能愈旺——但你身体的性能力开始走下坡路。

男人多重性高潮的第二个肯定答案是有保留的。有些男子能濒临射精，而且所有身体与感情信号都表明了他经历了高潮，然而没有发生射精。除精液的确射出外，男人性高潮的身体信号跟女人一样：心率与呼吸率是正常的两倍（有时3倍）血压高于平常1/3到1/2，以及随着尿道与肛门挛缩肌肉紧张增强。

后来的研究者们按照马斯特斯和约翰逊开创的方法，都监测到了被置于实验室仪器中的男人在多重性高潮期间出现的这些身体信号。他们发现，有些男人的确有不射精的多重性高潮，而且这些高潮似波浪，一次比一次高，最后达到射精这个顶峰。男人的多重性高潮，经在实验室里作生理测量后，证明在生物学上与女人的多重性高潮是一样的。

总之，男人和女人，谁都有能力有多重性高潮。这个技术要学而获之，不能强迫，而且身体必须愿意——这是不待言的。没有一种教你获得多重性高潮的循序渐进的手册。但已经历多重性高潮的人给我们提供了一些有益的指导。

男人必须学会控制自己，时间长度刚好足以制止射精，但又不失去其他的伴随性高潮出现的感觉与挛缩。即是说，就在你的身体发出放纵信号的一刹那你能够紧张起来。

女人的情形刚好相反。她必须放松。并且在放松时，让自己任性高潮的波涛席卷而去。不过，要发生这种情况，她需要刺激。一次高潮可能在上一次高潮下迭的波峰上马上产生，而且不需要多少刺激，尤其是在有性交经验，性欲高度唤醒的女人身上。然而要使这个周期循环下去，需要再增加

刺激。这即是说，你要么等她先抵达高潮，然后你再插入阴茎，以提供额外的刺激，要么用手按摩她的阴蒂部。

如增加这种刺激，女人的性高潮潜力几乎是无限的。虽然在一次性交过程中，她可能只有6次性高潮（其中一些不是明显有别的，而是上一次与下一次溶合在一起），但她能够再来几十次，尤其是当女人生了孩子后，并且频繁性交时。生孩子能够扩大她的骨盆血管组织，性交能增强在性高潮期间收缩的那些肌肉的力量，正如锻炼任何一肌肉能增强其收缩能力一样。

不良后果

性高潮产生后使之消退的原因是骨盆充血减少以及有关肌肉组织的疲劳。在有意延长的性交中，有时鬼使神差，女子的性高潮会持续到变得痛苦的地步。这种状况称为“性高潮持续症”。起因于阴道痉挛。性高潮的肌肉由于缺氧而突然痉挛起来，在生理上，女人的身体没有进入每次性高潮之间的平台期。当发生这种情况时——很少见——女人可能认为是阴茎插得过深或阴蒂太大而使自己疼痛。尽管实际情形并非如此，她也会要男方抽出阴茎，而痉挛马上消失。

当女人性高潮终止时，其阴蒂便从缩进的位置伸回原位。阴唇开始变白并萎缩，阴道也回复到未充血状态。

性高潮的强度与次数与女人高潮后剩留的能量有关。极度强烈的高潮会使她精疲力竭，她会象男人一样快地屈从睡欬。而强度不大的高潮又不能充分使她满足。这并非说她不满意。事实上，女人能够——而且常常是——在精神上得到满足，即使体力还没有消耗尽。

4. 性冷淡

性高潮、感情以及情绪的联系在女人身上要比男人身上更密切。这部分地解释了为什么在每一次性交中女人要比男人难以达到高潮这个问题。大多数妇女都接受这一点：她们本能地知道，要想高潮产生，条件必须适当。只要男方给她们半个机会，她们通常不会因在平台期的性唤醒阶段便结束性交而感到非常失望。当然，如果这种情况太频繁，长此以往，那也会造成身体与感情上的问题。

女人不能达到性高潮的唯一的、最普通的原因是刺激不够。男人常常因高潮来得太快而受到责备——有时是口头的，有时是以缄默方式。但实际上往往不是男子的过错。当然，男方冷酷无情这一点要除开。女人也应该分担一些使自己达到高潮这个负担——如果能称为负担的话。如果她想达到目的，她必须以自己的方式发出指令，坦率地表示自己的要求。说怎样感觉舒服些，或自由地变换姿式，或将男方的手（或自己的手）移到自己的阴门；或告诉男方以她自己行手淫时习惯的方式刺激她的阴蒂。

无论哪方面都表明，女人在性高潮期间经历了几乎与你一样的感觉。至少她们对性高潮的描述与男人的描述相似。这是研究者们发现的。他们请一组男人和一组女人用打字机打出一段关于他们在性高潮期间亲身感觉的文章，并请参加者在叙述中不要标明自己的性别。除此以外，他们可以自由地描述他们内心最私秘的感觉。

研究者们——有男有女——读了这些描述后便猜测作者

的性别。结果有一半是猜错了。既然男女感觉几乎一致，为什么还要对谁在性交中获得更多的快乐这一点小题大做呢？争论的焦点似乎在于这一事实，在努力达到性高潮这一点上陷入困境的女人要比男人多。

谁也不知道性冷淡的女人与阳痿男人的准确比率。但这两个术语用得如此泛滥，以至它们失去了临床意义，而获得较松散的意义。任何男人只要阴茎勃起困难，人们马上说他阳痿，或者他自认为阳痿。其实，阴茎偶尔不能勃起是每个男人一生中都要经历的事。在绝大多数情况下，阳痿是由疲劳引起的。在这种情况下，阳痿只持续到男人精力恢复时。各种不良精神状态也会引起阳痿，其中包括害怕失败，对女方的态度的改变，压力，为生计操心等。

对男人的劝告一般是要他们不停地抚弄敏感的阴蒂。这种劝告也适合一些女子。但在有些情况下，这种作法会导致一种技术上的刻板僵化，恰好与真正的愉快的性生活反其道而行之。

——巴巴拉·斯曼《自由与女性》

主要性机能障碍

女人的性冷淡大多还出自心理上的原因，而不是身体失调。女人的性反应可在马斯特斯和约翰逊描述的任何一个阶段受阻。美国大约10%的妇女不能经历性唤醒阶段的任何情感，在生理上她们也不能兴奋起来。这种情况在技术上称作主要性机能障碍。它可导致一种归根于身体的毛病，叫做性感不快或性交疼痛。

性感不快是由于男方试图将阴茎插入还未充分唤醒的干

燥的（或近似乎干燥）阴道里的造成的。没有自然的润滑，阴茎插入造成过多的摩擦，阴唇和阴道的感觉神经送给大脑的信息不是愉快的感觉，都被释作痛苦。

类似的痛苦信息还可以压住愉快的感觉，给有骨盆感染病或子宫内有异常肿瘤的女人带来性感不快。但是，除开这些外，其他的性机能障碍都出自对性交行为本身和与她交媾的男人的态度与感情。

次要性机能障碍

次要性机能障碍是性冷淡这一总题之下的另一具体情况。这种情况发生在女人由于某种心理状况而失去性唤起的能力时（比如，在与新的性伙伴交媾时）。但当她发现男子失去兴趣时，这种情况也会发生。没有一个女人能够用意志力使自己性欲唤醒，正如没有男人能够用意志力促成阴茎勃起。女人大脑说“不行”的那部分会抑制使阴道作好性交准备的那些神经冲动。

性高潮机能障碍

这些与上面相同的否定的神经信号会在女人性反应周期的后期出现。在这种情况下，女人的性欲能被唤醒，但不能突破这个局面而进入性高潮。性治疗学家称此为性高潮机能障碍，它有若干次要类型。女人如能兴奋起来，但不管如何刺激，从未有过性高潮。那么她的症状叫做主要性高潮机能障碍。这种情况相当少见，因为大多数女人均能通过手淫达到高潮，即使她们在性交期间不能达到高潮。

次要性高潮机能障碍也称为情景障碍。它用来描述在某

些情况下能有性高潮的女人。尽管地点也许不同，对象也许不同，刺激量也许不够。但这些女人只要她们的期望与性限度得到满足，也会发生高潮。

在抱怨性交不能使她们达到意欲的那么强烈的高潮的女人中，有一些是需要释放太多的性紧张才能达到性高潮。各个女人的阴蒂感觉神经数目不是一样多。因此，有些女人需要更多的刺激才能达到触发性高潮的那一点。

性机能障碍治疗

在治疗上述种种性机能障碍中，马斯特斯和约翰逊及其他性临床医生发现，要致力研究的不是症状而是原因。这意味着要打开男女之间被堵塞的交流渠道，把重点转移到放松而不是操作上。

性唤醒或性高潮有困难的女人必须通过经验了解她喜欢自己的哪一个部份受刺激这一点。男人必须以女人喜欢的方式而不是他自己认为最好的方式来刺激女方。

既然女人的大脑对性欲起着远比阴蒂大得多的支配作用，那么她就必须具备作爱的心境——如果她希望作爱成功的话。也许有些男人比其他男人善于使女方达到适当的心境，但这不完全是男人的责任，性交是双方的事，即是说，双方都要主动。不过，这一条有一个例外，即一种称作阴道痉挛的机能障碍，这个障碍必须由女子自己克服。阴道痉挛指守护阴道口的肌肉紧紧夹住，使阴茎不能插入。害怕插入是这个不由自主的肌肉痉挛的原因。治疗方法是帮助女人习惯于扩大阴道。先用一个手指，然后用较粗的管子，直到她不再一想到性交便焦虑时为止。

阴道痉挛这个事实导致了这么一种说法：阴道能钳制男子的阴茎，使之不能抽出。当心理学家请一些男女重述他们的性梦时，他们就说曾梦到到医院请医生分离生殖器这种情景。无论如何，阴茎钳制——这个神话的名称——不会发生在人类，虽然能发生在一些动物（如狗）身上。

性交不能承受除令人愉快以外还要证明其他许多东西这个负担

——布魯諾·貝特海姆

5. 月经变化

关于女人性冲动的争论有些是围绕女子的月经展开的。女人的身体不断地调整，适应雌激素和孕激素的盛衰。因此，这些激素自然便会影响女人的性欲。激素的确影响性欲。这种影响既有直接的又有间接的，但没有达到人们想象的那种程度。

女人的性欲能在月经周期的任何时候唤醒，并能有高潮。这是使女子在动物世界中别具一格的特点之一。当然，她也可能在月经前一周左右没有性交心情。月经前的紧张或月经期的忧郁烦闷对大多数女人都有一段时间的影响。其症状可分为两类：身体的和精神的，但原因不光存在于女子的脑袋里。女人体内在排卵之后产生的大量孕激素是一种带水的激素。她在月经前几天经历的变化中许多与因受孕激素影响、体液平衡发生改变有关。最常见的身体变化是乳房、脚和手肿胀、生痔、体重增加、偏头痛、腰痛、以及腹痛。最常见的精神症状是烦躁和沮丧。这两种变化一起发生，使一

些女子的感觉与别人不同。有的变得易怒易躁；有的变得冷漠阴郁；有的则坐立不安，优柔寡断。这些情感可能月月不同，有时可以消失，结果又在下月出现。

重要的是，这些变化大多是正常的。每个女人都已经历——或将要经历——所有这些变化或其中一部分。月经前的综合病症是成长为成年女人的一部分。这种感情上的变化的强度因人而异，因月而异。如果把女子月经期看作是麻烦的不干净的时期，她就会在经期之前莫名其妙地心烦意乱。倘若行经加强了她的成年女人的感觉，她就会从容不迫地接受这个时间的感情上的颠簸起伏。一切取决于她的态度，她的教养，以及月经前那关键的几天里激素变化的程度。

腹痛

许多女人在经期经历的一到两天的腹痛被认为是子宫内的收缩和肌肉痉挛所致。每当微细血管皱缩，输氧中止，为子宫内膜流血作准备时，便会发生这种收缩和痉挛。腹痛通常在生下头一个孩子后便永远消失。谁也不知道这种“生育治疗”的原因，但许多女人都盼望那一天。

低盐食物（可使体液量保持在最低限度）与运动（使肌肉柔软，帮助维持正常的血液循环）也有助于减轻麻烦的腹痛。大多数避孕药都有抑制排卵作用，因此也能减少行经的痛苦。实际上，有些女人通常一年有一到两次出现不排卵的月经周期，这期间明显地没有痛苦。

月经周期间的性欲

在女人月经周期的后半段，其激素的平衡使她对性交的

兴趣比上斗段人。原因是什么，研究者们仍然没搞清楚。在他们提出的种种猜测中，似乎有道理的是说，女人骨盆的血管在月经周期的后半段充血更多，有点象性兴奋初期出现的那种充血。换言之，他们认为，女人在经期后段较容易在生理上兴奋起来，不象在卵泡期那么难。因为那时只有雌激素出现。

与大多数人的想法相反，女人在月经前和月经期间都对性敏感。事实上，性交与性高潮由于解除骨盆充血而能减轻月经前的一些症状。经期性交唯一要注意的事是，双方都要明智小心，不要让阴道感染细菌，尤其是防止从女人的会阴部感染。阴道内部条件在此期间易于细菌生长，因为保护阴道的酸性物处于最低水平。研究者们还发现，女人在月经周期后段要比在前段更快地达到平台期，润滑液也更多。因此，女人在月经周期后段的性反应更容易适应男人的性反应。

6. 性唤醒

我们大多数人从生下来就习惯的最普通的对性的老一套说法是，女人从对她全身的抚摸中获得快乐，男的则是通过生殖器接触而受到性刺激。对于这种区别，性研究者们没有找到任何生理学和生物学上的解释。他们指责说，由于人们坚持这种观点，早期的性交都受到错误的指导。他们建议，男子不用生殖器接触而尝试其他方法使性欲唤醒；女人则通过生殖器刺激而使性欲唤醒。对你来说，这个主意是帮助你通过了解女人如何刺激自己的阴蒂，从而使她的性欲完全唤

醒。这不是说，你应忽视她身上其他的性感区，而是说，无论是男人身体还是女人身体都没有在生物上被预先规定只对任何特定的抚摸方式发生反应。从头部开始向下抚弄也许有审美上的价值，但在解剖上，人体对人们对它的任何部位的温柔的、爱抚的触摸都与从头到脚的触摸一样地发生反应。

折衷一下说，我们身体的任何部位都适于性刺激，如果我们愿意试验和探索的话。将注意力过分的放在女子的乳房或颈部——即使女方鼓励这样做，往往冷落阴蒂。这是不幸的。因为唤醒性欲的最有效的方法是刺激阴蒂。如果阴蒂没有受到足够的刺激，女方决不能达到高潮。你应该进一步了解女方身体，这样做会向你们俩打开新的肉感大门。

不过，抚摸不是唯一的使男女受到刺激性的手段。性事物，不管是图片，电影，还是性描写，都跟意淫一样，对于唤醒性欲非常有效。在研究色情读物或文艺的生理学时，性研究者们用机械仪器测量男女生殖器的血管变化。他们证实了这一点：男人目睹或耳闻性插曲时性欲便发动起来。对此不必大惊小怪。但他们还发现，在这一点上，男女没有什么区别。视觉刺激同样能使女人性欲冲动。如果你的第一个反应是不同意，那么你就附和了金赛在40和50年代研究时得出的结论。金赛的数字表明，性欲为色情文艺或艺术所唤醒的女人要比男人少。不久前还有人接受这个观点。60年代末70年代初对性研究的鼓励促使科学家想在实验室里检验这个观点。首先他们得发明一种测量性唤醒时生理变化的方法，然后再决定哪些变化最适应测量。

他们选择的性唤醒信号是生殖器血管充血——阴茎和阴道的血流变化。这是男女性唤醒的共同特征，男人性欲唤醒

时，流进阴茎的血增加，于是阴茎勃起。女人性欲唤醒时，阴唇与阴道因充血而肿胀。为了测量到阴茎的血流，研究者们设计了一个装有水银的应变仪，形状似一个空心橡皮带，能使它滑过阴茎，并用电线接到装有墨水的钢笔上，这支钢笔能在绘图纸上描到阴茎的勃起。安装完后，这个装置基本上是一个阴茎测谎器。人们称之为体积变更描写器。

制做测量女人的性欲唤醒状态仪器有几个技术问题，因此直到1974年才研制出来。这一年研究者们偶然想到了测量光透过血液时的散射这个主意。这个原理与在暗室里用手指握住手电筒的原理是一回事。当光束通过手指的血管时，手电筒的对面就会出现微红的色彩。通过的光量随当时手中有多少血而变化。

为了在体内做这种实试，研究者们设计了一种长度略小于2 英吋，直径半英吋的丙烯酸圆筒。在里面装上光电池和光源，然后将其放在阴道内的入口处。用一根电线将其接到与用来记录阴茎勃起的那种图表相同的图表上。唯一的限制是，在月经期间不能使用该仪器，因为那时过多的血流使读数不准确。

做完实验后，研究者们发现，男人无法否认阴茎的显著勃起是性唤醒的明显表示。而一些被人测试的女人则说，尽管光电体积变更描写仪记录了她们的性唤醒，但他们并没感觉到。为什么会出现矛盾呢？原来，有些女人认为，用色情物唤醒她们的性欲根本不恰当，因此便否认身体的反应。

这只是精神的力量胜过物质的一个例子。如果女人无法说出她们何时产生性兴奋，那么，要男人说就倍加困难。因为女人没有象男人阴茎勃起那样明显的性唤醒指示器。性交

期间没达到高潮的女人可能认为自己的性欲没唤醒。（事实上不然）。如果她认为自己的身体有点毛病的话，她很可能要求助于妇科医生。

女人对性交的好与恶

这是对2000多名已婚妇女的调查结果，

你最喜欢性行为的哪一点？

贴近感	22%	性高潮	21%	交媾	20%
预先抚摸	19%	性行为的一切	9%		
口唇—阴阜性行为	7%	其他	2%		

你最不喜欢的是什么？

肛门或口部性行为	21%	性交后的混乱	17%		
无高潮	16%	性生活程式化	12%		
不敏感的预先抚摸	12%	什么也没有	9%		
性交	6%	性交不够	4%	其他	3%

7. 妇科医生

妇科医生诊断室或其检查台上发生的事大多数男人都一无所知。实际上那里的情况跟你到医生那里作全身检查差不多。妇科医生作的也是一样的检查：血液，尿，心，肺。内脏检查也大同小异。这是因为，许多女人把妇科医生当普通医生，正如男人把内科医生当普通医生一样。

实际区别是，妇科医生学过女性生殖道外科手术学以及产科学，所以女人往往与妇科医生谈性问题。而男人则较少与内科医生谈这方面的事情。虽然这两种医生都没有受过

性障碍心理学方面的专门训练，但妇科医生能回答有关性生活是否适当，或能否生育这方面的问题。而内科医生却可能回答不出男人这方面的问题。他们不能不清教泌尿科医生。

尽管妇科医生能解决许多问题，或正因为妇科医生的作用，许多女人求医时，表现得最好的也是吞吞吐吐，欲言又止。原因之一是，大多数妇科医生（95%）是男人。因此，他们的病人并非都那么毫不顾忌地向任何人（不管是医生还是医生以外的人）坦露她的性生活的肉体那一面，更不用说感情方面了。

假设你是一个女人，你就会知道作内部检查是多么有趣。内部检查开始时，医生让女子仰卧着，不是直挺挺的。哎呀，她躺得直直的。没关系，但是她的双腿要分开，向上伸起，膝部弯曲，用位于检查台使用端的两腿直立的顶部有铰的杠杆固定。女人处于这种姿式时，妇科医生就能毫无阻碍地观察外生殖器。这至少是一种令人难堪的姿式。然而，与将要作的事情相比，这算不了什么。叫女人害怕的是内部检查。作这步检查时，医生用一种叫做开张器的仪器将阴道分开。

为了观察阴道内壁以及子宫颈，妇科医生往阴道里插入窥器——一种鸭嘴形窥器，上有把手，能用之分开鸭嘴。这种仪器是塑料做的，用后即可丢掉，尺寸不一，以适合各种大小的阴道。最小的一种叫做处女型；最大的叫象型。医生用一手指按下阴道的外下部，斜向地将窥器插入，用手指推着它向前滑进，直到进入阴道内适当的位置，然后再转动，将其打开。

女人的感觉跟男子作直肠检查时的感觉一样非常不舒服。如果医生没有将窥器加热的话，女人感觉更痛苦。医生

透过打开的窥器所看见的情景不是壮观惊人的。阴道内膜呈红色，皱成波状。细小的、炸面圈形状的，多肌肉的子宫颈是一种闪亮的粉红色。通过观察颜色并检查有无任何排泄物，医生可以找到感染或发炎的迹象。他可以用棉药签取出从子宫或子宫颈流出的细胞样品，然后送到检验室里，检验是否有显示早期癌症的异常变化。

女人的生殖系统不是以阴道为终点的，所以，医生的观察不能在阴道中止。要全面完成检查，他还要作一种使用双手的骨盆检查。顾名思义，医生要用双手摸被阴道封闭端遮蔽住的内生殖器。子宫的大部分，配对的输卵管，以及配对的卵巢位于封闭的骨盆内，周围是盆骨。医生将两个手指放在阴道内，一手置于子宫上方的腹部，一边将子宫颈往里推，一边转动子宫。这样做，他可以确定子宫的大小与位置，并摸捺子宫肌上有否硬块。外面的那只手的手指也可顺着输卵管与子宫的接头处往他们的边端摸。输卵管在边端突然散开，分布在卵巢上。最后，医生还要摸卵巢本身。卵巢跟睾丸一样对压力敏感。如女人想用避孕器，避孕药，或想了解自己有否异常排泄物，是否怀孕时，就要作这些基本的检查。根据在检查中发现的情况，医生也许决定作进一步的检查，或让病人找其专家作其他的检查。如果想要孩子的女人发现怀孕困难的话，那么上述检查就帮助探明了一些最复杂的原因。

如果病人要我不要用遮帘，我不同意。我不知道是谁在躲藏着——妇科医生还是病人。

——一个妇科医生育于《女士》杂志

第六章 女性的生育

女人的生育力是一个复杂的现象，比男人的同样现象要复杂得多，男人能否生育在于他产生的精子的数量。每次射精产生的精子低于2 亿的男人据说无生育能力，每次射精的正常精子数量应接近5 亿。

据估计，射入阴道的这么多精子中，只有10万个进入输卵管，不到1000个接近卵子，不到100 个附在卵蛋外表上。只有一个精子进入卵蛋，使之受胎。精子越少，精子细胞使卵受胎的成功机会就越小。一个精虫——一个单独的精子细胞只有——5 %英寸长。它必须克服重力作用向上行进12英寸的距离，因为精子射出后30秒时，便不活跃。然后，由于他们受前列腺液中的酶的刺激，其尾部开始一种摇摆鞭子一样的运动，从而推动他们学蝌蚪一样地前进。每小时进行3—7 英寸。一般来说，精子能在大约1 小时内到达输卵管。

如要怀孕，女人必须在性交的两三天之内通过排卵产出一个卵蛋。精子能存活并使卵受胎时间为24小时到48小时。这要看女人生殖道内的碱性与酸性条件。卵蛋也能存活这么长时间。这意味着受孕期的最大限度可扩大到排卵前或排卵

后1 到2 天。

尽管大多数女子容易怀孕，但仍有约12%的已婚夫妇不育。在这里不孕疾中，1/3问题在女方，1/3由男方负责。剩下的1/3有很多原因，这些原因与双方有关。

不生育的最常见的原因是女方的激素有问题，它使女子不能排卵。但是女子生殖道几乎任何其他部位都可能阻止受精或制止胚胎在子宫壁上着床。胚胎必须依附子宫壁才能吸收生长所必须的营养。

露易斯·布朗——第一个试管婴儿——是科学家们对那些对激素治疗与手术均无效的不育问题进行深入研究的成果。布朗的母亲输卵管被阻，精子无法接触卵巢产生出的卵蛋。于是，外科医生设法获取一个正被排出的卵子，然后在实验室里用布朗父亲的精子使之受精。然后再将胚胎植入母亲的子宫。

这听起来很简单，实际上谈何容易，从头至尾，在每一个步骤、每一个环节上，医生都得重新创造与自然受孕和自然着床发生的存在的条件尽可能相同的条件。要做到这一点，他们不得不使用特殊的药物来控制排卵过程的最后若干阶段，以便他们能够将一个成熟的卵子在其正要从卵巢表面松脱时采摘下来。然后将其放入适当的溶液中。这种溶液满足排卵时输卵管的内部化学条件，以保证卵子完全成熟，从而易于受精。

接下来，他们要设法使胚胎存活，不受损伤，直至将其放在母亲的子宫壁的正确位置上。而子宫壁本身的激素条件还要改善，使之能接受胚胎。最后，他们全体——包括未来的父母——只能希望上帝保佑他们走好运。其余一切就在

于路易斯了。

实质上，医生们唯一做不到的事是正常的受精过程。否则，一切均遂自然意愿。虽然他们没有只用父母一方的基因材料创造出一种无性系，也没有让婴儿在母亲体外生长。然而，这种惊人的事也许——而且很可能会——在不久的将来出现，因为科学家们越来越多地了解怀孕期间女人体内发生的每一过程。

早期有一种观点认为，精子头中包裹着一个微小的孩子。据说，一旦精子进入母亲的子宫，小孩便挣脱出来，将自己的脐带（象小型真空吸光器一样）附在母亲的子宫上。有数个世纪的时间，女人在生孩子方面的作用一直被贬低。后来好一点，但女人也只是被视作一容器而已。柏拉图也探索了生殖问题。他认为，唯一能生育的东西是男人的大脑。他的说法导致这么一个信念：“子宫是渴望生儿育女的动物。如它到青春期后。好久仍不生育，便会烦躁不安。于是在全身到处乱跑，切断呼吸道，使呼吸困难，令受难者痛苦万状。此外，它还惹起各种疾病”。

对子宫的这种看法以及母亲在生育上的卑屈作用论直到1800年仍然盛行，使科学家们就女人的种种问题进行了严肃的讨论。一些声望很高的医生认为，女人的大多数疾病起源于其生殖器官。他们声称，如果女人从不生育，这些生殖器官会对神经系统发生不利影响，从而引起许多身体上的和心理上的疾病。而生孩子这行为本身又被认为是对女人的身体的极端摧残。因此，在生育的日子里。母亲与小孩确实更危险。

男子的生殖虽然是麻烦的，长时间的，而且是有混乱的，但相对说来，要直接了些。

——阿伦·S·巴克斯《生物学与医学面面观》

把男人对女人生孩子的能力的嫉妒表现得淋漓尽致的莫过于《旧约全书》了。它上面说，上帝使男孩生下女人（用一根肋骨。）

——艾西利、蒙塔古《女人的天然优势》

1. 避孕

令人惊讶——或不那么惊讶——的是，人类对受胎与怀孕的了解与探究是与节育平头并进的。

如果某人发现了某种节育方法，那么此法便用来解开怀孕之谜；而当有人发现了某种怀孕的秘诀，那人们一定要用它来研究更好的节育方法。两者关系十分密切。

在一件具有3,500年历史的埃及纸莎草文稿上发现的最早的关于一种避孕法的记述中，作者介绍说，将碳酸钠、蜜、和一团鳄鱼类混合起来，在性交之前插入阴道，可防止怀孕。现代避孕方法的这个先驱之所以奏效，是因为它阻止了精子的运动。只是那时还没有人知道这个道理。因为人们还不知道精子为何物。就是这种混合物，人们偶尔将其改进一下，变换一下配料，一直用了几百年，到中世纪才终止。因为那时避孕被认为有罪。用在酒或草药中浸泡的棉塞插入阴道这种做法也被禁止。不想怀孕的女人只好求助于这一类碰运气的方法：性交时，女人在上方，以求精液到时候流出来。人们还用挤压，跳跃手段迫使精子和排卵分离。

到这时，人们都知道，如果男人在射精前抽出阴茎，可防止精子使妇女怀孕。这一点以其他证据证实了这一点：要使女人怀孕，精子必须进入阴道。精子一旦进入阴道后，如何行进这一点直到文艺复兴后期才弄清楚。此时，西方的解剖学家发现，沙漠游牧民用一两块鹅卵石插入母骆驼的子宫，使其不能生育。既然精子必须进入子宫，怀孕才能发生，那么子宫颈的开口就理所当然地成为设立障碍的好地方了。

分娩既是不可忍受的痛苦，又是可忍受的痛苦；既是所有的女
自然害怕的事，又是她们幸福地、愉快地迎接的事，既是要避免的危
险，又是衷心渴望的极乐。

——马格利特·米德《女性与男性》

子宫托

卡萨诺娃根据上面的原理研究出了第一个子宫颈帽，或曰子宫托。这种发明又一次证明了需要是发明之母这个真理，只是卡萨诺娃的发明一点也不复杂。显然，他在性交时情急之中随手抓起手边的第一个可利用的东西——一个柠檬，将其切成两半，挖成空洞，然后放在他估摸情愿的性伙伴的子宫颈上。

由于床头边的水果盘里不一定总是有柠檬，这位大胆的情夫进而使用金球来封住子宫口。这种方法一直流行到19世纪后期。在上层社会中颇受青睐。后来，德国医生威廉·门西格那设计了橡皮圆头的子宫托。直至今日，仍无多大变化。

子宫托的作用是堵塞精子接触卵蛋必须经过的道路。如今，人们还在子宫托边缘涂上杀精膏，以防有些精子溜过去。

如果正确地经常地同时使用子宫托和杀精膏，避孕失败率大约与节育药相同——几乎等于零。但是，有些女子在性交后的6小时内不能使子宫托保持在子宫颈上（确保避孕，必经6小时）。有的则忘记用杀精膏。不过，说到底，这种方法的失败大多要归咎于情侣们将子宫托束之高阁。

自然子宫栓

碰巧，这种双重避孕法——子宫托加杀精膏——有一个自然出现的，完全相似的对应物。大自然似乎早在子宫托发明出来前就将一切算计好了，虽然她没有考虑避孕这个目的。子宫颈里的腺在女人月经周期中分泌出一种粘稠度有变化的粘液。在月经周期的前半段。即在排卵前，分泌出的粘液非常稠，从而形成了一种栓塞，实际上封住了子宫开口，阻止可能有害的细菌进入子宫。这种粘液液也阻止精子进入子宫。

在排卵期间由粘液分泌腺分泌的黄体生成激素改变子宫颈粘液的粘滞度，让精子渗入子宫，使其在向上旅行，到达输卵管的路上畅通无阻。然后在那里使卵子受精。排卵后不久，由于孕激素开始被黄体分泌出来，粘液再一次变稠。如果卵子受精，孕激素将继续被分泌出来，形成的粘液栓在整个怀孕期保持完好，保护正在发育的婴儿不受外来生物干扰。

孕激素与避孕药

孕激素除了使子宫颈粘液抵挡细菌和精子外，于女性生

殖道还有其他作用。研究者在20世纪初发现，孕激素是使怀孕的女子在怀孕间的9个月里不可能再产鸡蛋的那种激素。

他们推论说，既然孕激素能在怀孕期制止排卵，那么它也许能够在正常的月经周期里起到同样的作用——防止正常的排卵，从而成为制造节育药的根据。

1944年，科学家用人工合成方法从野生的墨西哥山药根中合成了孕激素。因此，一种口服速效的、便宜的激素第一次被用来检查月经失调的妇女。其目的是确切查明该激素在女子生殖道中究竟干什么，以及在月经周期间何时干的。两位美国研究者，约翰·罗克博士和格利高里·平克斯博士，研究了这种激素和雌激素的作用。他们发现，综合这两种激素，用丸剂形式服用，可以抑制大脑本身的化学信息，女子的月经周期可以通过外部的激素控制，而不是内部的指令来调节。

这种避孕药的作用是创造一种避孕状态，人工合成激素欺骗子宫——骗它相信自己怀了孕。于是，雌激素抑制排卵，孕激素产生出一种有抵抗作用的子宫颈粘液，并改变子宫内膜状况，使之不适应胚胎着床。

避孕药自首次研制成功以来，经过了多次改进。制剂公司已生产出了型号不同的、两种激素配量不同的避孕药。不过，所有这些避孕药均有副作用。轻的会出现类似月经前综合症那样的不适，重的则有出现血块的危险。目前的医疗证据表明，100万名服避孕药的女人，有100中人需要住院治疗血块症状。大约有5人会死于血块本身引起的并发症。不过，研究者们急忙补充说，由节育药引起的致命的血块的危险远远

小于因分娩而死亡的危險。

在使用激素防止怀孕的各种各样的药物中，有一种叫做“晨后”的避孕药。它含有较多的雌激素，随便服用便有危险。还有一种长效的孕激素注射剂和移植片，能够避孕6个月到1年的时间。医生们说，女人只有在防止被人强奸或怀孕会危及生命（如女人有严重高血压便会引起生命危险）这些情况下，才能使用“晨后”避孕药。

长效药物看来是未来避孕法的引玉之砖。研究者们正在研制微型酮室，可将其插入皮下，慢慢地放出其中的孕激素。他们还在研制用同样材料制作的填充有孕激素环圈，按月插入阴道内。除这些方法外，他们还在研制疫苗。有一天妇女可用它来抵销怀孕期间身上产生的激素。一种男用避孕药也正在研制中。这种药可抑制睾丸产生精子的粘液分泌激素。

子宫内避孕器

人们一直在不断探索，寻求完美的避孕方法。本世纪50年代和60年代，研制者们又借鉴了用鹅卵石防止骆驼长途跋涉沙漠时怀孕的技术。用木头、玻璃、象牙、金、银制做的子宫避孕器（IUDS）在19世纪末期、20世纪初就试用了，但由于引起感染和出血而被停止使用。最新的子宫内避孕器是用塑料做的，有环形，螺旋形和T形。有的还在柄把上缠有钼线。据说这样能提高避孕效果。

为什么子宫内避孕器能有效地避孕？为什么有的女人用了子宫内避孕器却意外地怀孕了？这些问题谁也没有完全弄明白。研究者们说，这种避孕器在子宫内起刺激品作用。子

宫内膜因受这种刺激而发生变化，因此受精卵无法着床。

还有一种说法是，白细胞聚集到受刺激的内膜上，就象哪里发生感染他们新聚集到哪里一样。他们竭力摧毁 I U D 而 I U D 对其攻击无动于衷，他们摧毁的只是好胚胎——如果有胚胎出现的话。

请妇科医生上 I U D 的妇女中，大约10%的在1年内便排出；另外10%的患腹痛，腰痛或出血，医生只得将 I U D 取出。其余的人中则有2%的怀孕，而这些人又有一半因流产而失去婴儿。

禁欲与阉割是两个唯一有完全成功记录的避孕方法。两者中，又只有禁欲是百分之百的保险。

——霍华德·J·塔特姆和弗里德里奇·H·施密特《生育与节育》

绝育

唯一的100%有效的节育方法是绝育。女子绝育需要作外科手术——称作输卵管结扎。作这种手术时，妇科医生在女子腹部肚脐两边各切一小口，通过切口插入一个管形观察器，再插进一个切割器，切断输卵管。卵巢继续按期排卵，但是被排出的卵蛋在输卵管上端便瓦解了，碎片为细胞净化剂清除。

2. 流产

怀孕发生后而使其中止，无论在精神上还是肉体上均比

预先防止怀孕难得多。人工流产的最早时间是怀孕的第二个或第三个星期，也就是在女人意识到经期已过的时候。在此前，大多数妊娠检查是无效的。这种流产叫做子宫内膜吸引术，可在医生诊室里进行。医生将一个柔韧的塑料套管插入子宫内，再用一根橡皮管将其接到外面的一个唧筒上，唧筒的真空压力将脆弱的，在正常月经期间会流出的子宫内膜吸入套管内。

还有一种类似的方法，叫做扩张抽空术，使用的是较大的器具和局部麻醉。这种流产要在女人最后一次月经算起的到12周之内做。这时胚胎还没有完全成形，能够用抽吸的方法将其稳妥地从子宫内膜上拉出来。在怀孕到12周与第15周之间（仍从最后一次月经算起）便施行扩张刮除术。子宫里的东西不是用真空技术吸出，而是用一种汤匙状的称为刮匙的器具刮出来。这种流产手术更痛苦，需要更多的麻醉。因此，通常是在专门的流产诊所或医院做的。

在怀孕15周到17周内，流产不安全。但到17周或18周时，胎儿长到约莫6英吋长，具有一切基本器官时，可施行类似正常分娩的流产术。用一根长针穿刺女人的腹部，插入胎儿浮在其中的羊膜囊。抽出胎儿周围的羊水，然后注入盐水溶液。在随后的6到48小时内，胎儿死亡，孕妇分娩。

流产后的健康恢复要视怀孕有多久而定。流产越早，恢复越快。在扩张抽空术或扩张刮宫术之后，通常有一星期左右的持续腹痛和出血。在晚期的用盐液的流产恢复中，妇女身体须作重新调整，与生小孩后的重新调整一样。

流产是一种痛苦的事，大多数女人均不愿一而再、再而三地受这种折磨。女人的身体能承受多少次流产而不发生危

险，也有限度。反复多次的流产，尤其是需要刮宫的流产，会伤害子宫内膜，在某些情况下，会使子宫内形成蛛丝般一道道一串串的纤细斑痕组织。这些反常现象妨碍正常着床，并增加流产的危险。

3. 怀孕

除露易斯之外——也许会出现其他的例外，所有人的生命均在输卵管左边或右边那狭窄黑暗的通道里，在排卵后的24到48小时之间开发。有些女人在排卵期间感觉到了身体的变化。当捉获了被排出的卵蛋的输卵管开始对进入其内的针孔大小细胞发生反应时，女人感觉到了骨盆阵阵剧痛。黄体促成激素从粘液分泌腺中流出，诱发排卵，使女人的感觉发生微妙的变化。她的嗅觉增强。实验室检验表明，她对痛的感觉下降。此时，她可能感到愉快、安逸，而不象月经前几天那样烦躁不安。

这种变化每月都在排卵期间准确出现，因而不是怀孕的早期迹象。通常女人怀孕的第一个迹象是她察觉没有月经。无论如何，卵子受精后不久，女人的身体便开始作调整，以适应胚胎的生长。

胚胎一旦被吸附在输卵管粘液里，就被输卵管的肌肉收缩和从输卵管上胞表面伸出的纤细茸毛的海带一般的摆动推向子宫。在穿越输卵管的4—5天的旅行中，胚胎长出了片状的细胞，这些细胞将粘附在了宫壁上。

第7天，胚胎着床，看上去象个苍白的桑葚。由于胚胎表面上的细胞与子宫内膜接触，胎盘附丽开始形成，有些细

胞钻入子宫体内，形成分开母亲与胎儿血液循环的障碍。

有些细胞产生一种全新的激素——人类绒毛膜促性腺激素，它刺激孕激素从黄体中不断分泌出来，用信号通知大脑的内分泌腺：怀孕开始了。人类绒毛膜促性腺激素在怀孕的头3个月不断刺激黄体，直到胎盘自身开始分化出自己的孕激素和雌激素。

当这些激素经过母亲的肾脏时，其中一小部分从血液中清除出来。还有数量能察觉到的激素在停经后两星期左右开始进入怀孕女子的尿中，这种激素的出现是妊娠检查的基础。在最可靠的检查中，医生将一滴抗人类绒毛膜促性腺激素和一滴女子的尿混合一两分钟左右，然后滴入一些外面涂有人类绒毛膜促性腺激素的微小的乳液粒。尿中存在的任何人类绒毛膜促性腺激素都会被吸引到抗人类绒毛膜促性腺激素上——如磁吸铁——使抗人类绒毛膜促性腺激素不能粘附到乳液粒上。如果女子尿道中没有人类绒毛膜促性腺激素，那么抗人类绒毛膜促性腺激素就会粘附乳液，并在粘附时形成明显的块团——否定的结果。女子尿道中人类绒毛膜促性腺激素愈多，检查就愈准确，错误的结果就愈少。在怀孕6周左右（这是医生能发现怀孕的最早时间）检查准确率为95%。

在妊娠头6周内，胚胎长到肉眼看得见那么大，由一簇细胞变为鱼状有机体，具有与鳃一模一样但不起作用的呼吸器。到第6周初，它有1毫米长，即是原卵蛋大小的1万倍。此时它已含有数百万个细胞，正在形成各种组织与器官。

大脑是最先成形的器官之一。神经细胞在卵子受精后18

天左右出现。3周后，迅速生长的中枢神经系统促使头膨出部出现，C形胚胎呈一爬虫状。没有指甲的手指与脚趾在肢芽端出现。尾部重吸收。为眼睛、耳朵与鼻孔形成而出现的缩凹使脸部初具轮廓。在第6周内，胚胎的心脏开始通过自己的血管循环血液。脐带动脉开始搏动，胎儿心脏每分钟跳动120次，把胎儿的血送到胎盘，在那里排泄废物，并吸收营养和氧。一条单独的脐带动脉把装满养分的血送回到6周的胚胎。

人在出生前那9个月的历史可能要比出生后的那几十年有趣得多，且包含着意义更大的事件。

——塞缪尔·泰勒柯立治

早期信号

大约就在这个时候，女人感觉到来自身上的最早怀孕信号，她那膨胀的乳房——在随后的怀孕期内继续扩大——明显地变得更加柔嫩。妇科医生作骨盆检查时，发现了子宫增大了，子宫颈变软了。子宫肌肉放松，以适应孕激素——怀孕的主要激素，并随着胚胎的生长而扩张，从而引起被一些研究者视为一种反射的那种现象。这种现象与激素水平的不断变化，导致阵阵恶心。

所有的怀孕妇女，大约有一半在怀孕的第6周与第12周之间的某个时候发生恶心现象。过了第12周，恶心感觉便消失。恶心感大多发生在早晨，故有“早晨恶心”之名。因为早晨胃里装有头夜积累的消化汁。含碳水化合物少、蛋白质丰富的食物而不是油腻的食物有助于减轻恶心。

胎儿阶段

胎儿到56天，长度约莫1英时时，便进入其生长的第二阶段。从这时起到出生，它叫做胎。在透明的无毛皮肤下面——皮肤上面有一腊状保护层，称作胎儿皮脂——胎儿具备了主要的器官与组织，尽管它们很小。在随后的32周内，即直到出生为止，胎儿长度要增加12.5倍，其器官重量要增加120倍。

到16周，或再晚几周，胎儿长到6英吋左右，重大约2盎司时，孕妇能感到它在子宫里动弹。这时子宫已扩大6指宽，超过骨盆边缘而进入女人的腹部。从这时起直到怀孕末期，孕妇会对孕儿越来越感兴趣。在血管中奔涌的激素会在她身上引起比怀孕初期几个月更加急剧的变化。

在怀孕的头4个月内，女人经历了对怀孕的各种感觉。有欢乐也有沮丧。但几乎所有的孕妇都没有把胎儿想象成一婴儿。在大多数情况下，要到它的运动能感觉到时（第15周到20周）孕妇才承认“它”的单独存在。这个时期叫做胎动期。只有在这个时期到来时，孕妇才开始把怀孕看作是一个孩子——她的孩子。

我比他更感觉到它的真实存在。直到最近，他还称它为“胎儿”而我才称它“孩子”

——温蒂·舒蒂《小姐》

身体变化

婴儿到20周时，能吞咽、排尿，并能在羊膜囊的羊水范

宫内游动 为了满足婴儿迅速成长的需要，孕妇的身体在孕激素的刺激下不断地作内部调整。这种孕激素能放松了平滑肌肉，防止了宫扩大而不排出胎儿，从而使全身平滑肌放松钳握。血管因其壁上的肌肉放松而扩张，有的会在皮下形成痔和静脉曲张。推使食物沿消化道行进的肌肉放松其对食管肠的紧压。随着液体从缓缓流动的食物中排出，留下干硬的粪便，孕妇产生大便秘结现象。

守护胃的进口和出口的肌肉瓣到怀孕中期变得怠惰，让消化酸向上倒回食管。发生这种现象时，脆弱的食管内膜受到刺激而发炎，刺痛的神经末梢把痛苦的感觉送到大脑。一种症状叫做胃灼热，是消化机能失常引起的。有人称之为心灼热，其实与心脏没有关系。之所以有这种误称，是因为食管与心脏在胸腔里挨得很近。还因为从食管发出的疼痛或感觉是在心脏上方通过一种称作感应痛的身体现象感到的。

虽然女人的肌肉紧张力在怀孕期间下降，但其血容量和心脏功效增加，以满足胎儿的需要。因为胎儿在子宫的最后4个月期间增加体重占出生时的体重的95%。在9个月的怀孕期间，女人的血容量可提高将近40%，占超出体重的25磅左右。内分泌器官扩大，尤其是脑垂体，大小几乎相当于原来的两倍。在来自甲状腺和肾上腺的过多激素的刺激影响下，孕妇的身体保留各种液体。凡是她自己的细胞或其婴儿的细胞没有利用的营养便集聚到她的髋部、臀部和乳房组织，作为脂肪储积起来。

在整个怀孕过程中，除血以外，女人身体一般要增加大约65到13品脱的附加液体，占超出液重的9磅左右。储积的脂肪再增加5磅或6磅——视孕妇在孕期的饮食而定，产科

医生劝告孕妇在临产之前20周内，每周增加的体重不要超过1磅。

女人在怀孕期要克服的困难之一是控制胃口。内分泌素气候似乎使食物在怀孕期间更诱人。但这不能令人满意地解释为什么有些孕妇渴望吃不合时令的食物，或奇怪的综合食物。科学家们说，这种渴望是在大脑视丘下部的一个过度刺激的食欲中心引起的。但他们都感到很难解释一些女人在怀孕期间的口味变化。

皮肤色素沉着的变化，包括乳房晕的变暗，和乳房上的皮肤长斑，是由孕激素造成的。而其他的、身体在非妊娠期不适应有那么多激素使指甲易碎，头发脱落。孕激素还提高身体的代谢速度——即细胞消耗营养并生产维系生命的关键物质的速度——细胞工作越快，生产的热越多。这些热量，再加上沿血管系统循环的过多的热血，使孕妇几乎总是感到热乎乎的。她的身体不得不加班加点地工作，通过出汗来散热，而出汗又能通过蒸发作用来冷却皮肤表面。

怀孕末期

怀孕进入第8月时，对胎儿的生理反应通过拉、扯、推、挤等作用使孕妇身体膨胀变了形，让她感到很不舒服。别人身上凉凉爽爽的，她却汗流夹背。另外，还出现大便秘结、背部疼痛，因为婴儿的重量和孕激素引起的脊柱和骨盆的韧带的松弛使她站立很费劲。这时的子宫增大4倍以上，由原来的大约4英寸扩大到17英寸，使肚脐平展。子宫的扩大还把腹部器官向上推，抑制隔膜肌肉的运动，使孕妇呼吸困难。

胎儿长到第8个月时，大约有17英寸长。在此之前的8周内，它能睁开眼睛。据婴儿医生说，它能察觉亮光，分辨苦味与甜味。但无听觉，因为中耳里的液体还没有完全被吸收。它能打呃，并能微弱地哭叫。

在此以前的1个月内，胎儿的住处越来越狭窄。因此，它常常扭曲蠕动，以达到最舒适的姿式：头朝下，冲着骨盆，其余部分在子宫上部较宽的地方。

在96%的怀孕中，胎儿是处于头朝下或称作头的姿式。这是分娩的最佳姿式。因为头是婴儿的最大部分——最大直径约5英寸。它起楔子作用，打开分娩道。使身体的其他部分能滑脱出来。产科医生在孕妇临产前的几周内对孕妇作预备检查时，发现3%的胎儿在处于臀的姿式，即臀部或脚朝下。其余1%的胎儿处于横卧姿式。如果可能的话，产科医生总是将胎儿转到头朝下的姿式。即用一种称作胎侧转的技术从外部将婴儿转过来。这种方法有时奏效。

如此术无效，孕妇需要作剖腹产术（处于横卧姿式的胎儿常常需作剖腹产术）。否则就花较长时间作自然分娩（臀部姿式胎儿的分娩就是如此）。

剖腹产就是在腹部下方切一开口，并切进子宫。如果胎儿姿式异常，或孕妇的骨盆结构太小，使胎儿无法通过分娩道，或分娩时胎儿呼吸窘迫，就要作这种手术。在正常情况下，孕妇的盆骨在实际分娩的前一两个月便开始扩展，因为孕激素使通常将盆骨紧连一起的韧带松弛。在怀孕第36周左右（已生过孩子的妇女要晚些），胎儿头部进入盆骨的上部——如果是头部姿式的话，身体也随母亲的子宫一起跌入她的腹部较大的位置。这个现象叫做减荷。发生这种现象时，

孕妇突然感到呼吸容易些。不过，这种减荷是要花代价的。当重负转入骨盆时，子宫压迫膀胱，女子尿频，甚至超过怀孕初期的频率。

孕妇这时拖着的胎儿——孕妇都用“拖”字来形容怀孕末期状态——要比最开始的受精卵重 800 万倍。为了装下这个胎儿，子宫扩大16倍。除了过多增加的水、脂肪和食物外，孕妇还负担约 1 磅重的产奶乳房组织和两磅扩大的子宫肌肉组织。这些重量与胎儿、胎盘和羊水一起的那10磅加起来，怀孕 9 月的女子感觉自己比得上一辆麦克牌橡皮载重卡车。坐下去就难得站起来。双腿也早就从视野中消失了。双乳因负重而松垂。初乳——在真正的乳汁出现前产生的一种稀液——继续从乳头渗出（因为至少已渗出两个月了）。

这些过多的重量——一共30磅左右，使临产的孕妇感到身体怠惰。更有甚者，她的激素环境能将小的脑力工作变成精神负担。随着分娩的迫近，孕妇烦恼的事是厌恶自己，厌恶怀孕。她讨厌照镜子看自己隆起的腹部。她经历的一切使她精疲力竭。她巴不得马上把孩子生下来。

“妊娠期间与妊娠后的性态度与行力模式”

据报道，随着妊娠的发展，性兴趣、性活动与性满足下降。身体接触的愿望始终保持高水平。怀孕期间被认为最富性感的区域发生一些变化。生下孩子后，性欲似乎恢复正常水平。

——亚历山大·托勒《性行为档案》

怀孕末期的生活

女人虽然在怀孕第 9 个月内在体力上能够——并且喜欢

——性交，但她可能认为自己的身体无吸引力。其实，激素传递的信息完全相反。许多女人说，在怀孕期间性欲比平日更容易被唤醒。使她们不愿表示这种加强了欲望的原因是，一怕身体妨碍，二惧伤着胎儿。如从身体角度出发，性唤醒与性交机制在怀孕期间与怀孕前后是一样的。唯一条件是阴茎不要深插，因为那样会造成痛苦，除此以外，大多数孕妇只要身体许可，便可随意性交。在妊娠最后3个月中，性交姿式要变换。因为女人的腹部隆起，平卧姿式不方便。

性交期间，婴儿不会破裂爆出或虚脱，母亲也不会。无论是哪一方的性高潮对于宫内的活动都没有副作用。有某些证据表明，怀孕末期的女人产生性高潮会引发分娩。但就连那些证实了这一点的研究者也承认，研究的结果是有争论的，因为与性高潮毫无关系的激素变化也能引起分娩。

4. 分娩

尽管研究者们对胎儿发育与妊娠了解颇多，他们对分娩仍有点迷惑不解。他们能计算出分娩应该发生的时间，知道分娩一旦开始后会发生什么事情，也学会了用一种人工合成激素来诱发分娩。但他们不知道在自行分娩的过程中，究竟是什么东西使激素自然排出。也许与胎儿胎盘有关系。

正常的怀孕要持续266天到279天，或9个31天的历月。医生有时是按28天的太阳月来计算孕妇应该打行包到医院产房的那一天。不管1月有多长，计算分娩的大致日期要考虑这个事实：至少在女子出现怀孕迹象之前两周，怀孕就已发生了。在最后一次月经的第一天上再加10天，就可得出分娩的

日期。在4/5的孕妇中，这种计算的准确率在14天之 内。如要确定分娩的月份，还要作一点加减工作。先用月经最后一次出现的那一月减去3个月，然后在得数上加1年，就得出了分娩的月份。

分娩迫近时女子感觉如何？她巴不得早点生下来完事。对最后几周与最后几天的盼望往往令人发狂。当小滴小滴的脑垂体催产素顺着母亲的血流而下淌，到达子宫肌肉时，分娩终于真正开始了。

世界上最长久的妊娠

据西班牙的医生说，他们国家有一位79岁的妇女身怀一胎儿达40年之久。1935年，胎儿到第八月时就死了，并继续留在该妇女的子宫里。1975年该妇女向医生诉说肚子绞痛时，发现了死胎。她拒绝将其取出。

分娩第一阶段

子宫肌肉在催产素影响下开始收缩，肌肉纤维缩短，将子宫颈朝着婴儿的头部向上拉。这是分娩第一阶段的第一步，称作子宫颈消失。收缩的频率为每15或20分钟一次。每一次收缩持续半分钟左右。在分娩之初也许稍稍长一些，如果孕妇作好了“自然”分娩的准备，她就应该在开始的收缩过程中放松，从容地作深呼吸。

随着子宫颈越拉越高，收缩的频率增加，时间延长。背的下部隐隐作痛。大约在3、4个小时后，分娩速度通常加快。2到5分钟便发生一次收缩，每一次持续达1分钟。但这时子宫颈已完全升起，平展，进入了子宫体。在这个过程

中，封住子宫颈中心开口的粘液栓被撤除。强烈的收缩开始扩张子宫颈，将其打开，使婴儿的头部能够通过。

扩张的大小用手指或厘米计量。当子宫颈张到了指宽（5厘米）或其最大直径的一半时，收缩明显加剧。从这时到婴儿出生，有些收缩要持续1分钟。原来背下部隐隐的痛加剧，并转移到腹部。由于收缩强度与次俱增，这时最好作快速的浅呼吸。道理是，孕妇如果事先知道她身体要经历哪些变化，以及这些变化要持续多久，从而作好了分娩的精神准备，那她就能够把注意力集中到呼吸上，而不是在分娩的痛苦上。知道预期发生的事还能使孕妇在宫颈完全扩张、分娩的第二阶段开始时不那么惊慌。

如果有必要的话，这时可使用止痛药，甚至作脊髓麻醉。但越来越多的孕妇选择不用药物的分娩，或尽量少用药物。

分娩的第一阶段持续约10小时。生头胎的女人这阶段长达24小时。以后分娩时，子宫在4到6小时内便完全扩张。在这个阶段，婴儿逐渐被推入骨盆。由于婴儿头部顶着羊膜囊的运动，羊膜组织破裂，羊水（大约1品脱）顺阴道流出。在同一时间内，神经信号从孕妇大脑风驰电掣般传下，传递要孕妇腹肌加劲压缩的指令。当推的欲望转化成肌肉运动时，孕妇深吸一口气，憋住，从而使隔膜肌固定不动。这样又反过来促使孕妇的腹肌收缩，对子宫和正作难看的脱出的婴儿施加一种向下的压力。

分娩第二阶段

分娩的第二阶段在子宫完全扩张（10厘米）时开始，以婴儿生出为终点。如系头胎，需时约1个半小时。2胎以后，

最快的只需10分钟。每一分钟或两分钟一次的收缩推动婴儿头部穿过骨盆开口，进入上阴道。骨盆的肌肉与骨骼结构的形状非常巧，刚好能将婴儿的头部导入产道中最佳的分娩位置。在分娩过程开始时，婴儿头部与身体通常朝着侧面，进入产道——子宫与阴道的唯一弯曲的通路时，婴儿头部被轻轻转动，处于面朝母亲的背的姿势。

加冠与阴唇切开术

孕妇腹肌随着子宫每一次的收缩而下压，婴儿因此一步一步进入产道。当肌肉紧张松弛时，婴儿又向后退一点点。这种一进一退的往复动作推使婴儿头部接近阴道口。阴门与会阴的组织开始扩展，遮住婴儿头顶盖。产科医生称此现象为“加冠”。在大多数情况下，要用外科手术切开会阴的组织，以避免这些组织的撕裂。

这时，这些组织已经松弛，一般对痛不敏感。尽管如此，一些妇科医生仍然给阴门与肛围组织注射一种类似普鲁卡因的物质，使其更加麻木。这样，孕妇感觉好象医生正将她从中部往下撕开。这种切开叫做阴唇切开术。虽然不是为分娩所必需，但许多医生认为她可以防止伤害位于阴道前庭两侧的娇嫩的阴蒂球。有些女人在分娩时阴蒂球被撕裂，因此她们发现产生性高潮的能力削弱。在做阴唇切开手术时打开的组织在分娩后就缝合起来。阴道口要比不做手术时恢复得快，而且往往绷得更紧一些。

分娩后

分娩的第二阶段在加冠后的两三分钟内以婴儿出生为终

点。但子宫收缩要持续到分娩的第三阶段和最后阶段。长达20分钟左右。在这个时间内，胎盘完全脱离子宫内腹，从阴道滑出。

在分娩时，孕妇血液中的孕激素突然下降。这是垂体分泌物又一次排出的信号。这回排出的是催乳激素。尽管如此，孕妇的双乳继续分泌初乳，即一种带黄色的多水的液体。这种液体从怀孕第5个月起就不断排出。如果产妇决定用乳房哺育，那么这种液体可在婴儿体内起轻泻药的作用。另外，这种液体还含有一些抗体，保护幼儿免受无数细菌的侵害。幼儿自己的不成熟的免疫系统是无法抵抗这些细菌的。初乳分泌时，乳汁则存储于乳腺内。大约在产后的第三天，婴儿吮吸产妇奶头的刺激把神经冲动送到视丘下部，视丘下部又把信息传到大脑垂体。垂体释放血管加压素和催产素进入血流中。当这些激素到达乳房时，便促使乳腺周围的肌肉细胞收缩，使乳汁顺着排乳道向下射出。婴儿吮乳头将乳汁吸出。

这种刺激——激素——收缩的系列过程被称为减退反应（Let - down reflex），持续1分钟。每当婴儿吃奶时，就发生这种现象。在喂奶时从大脑垂体中排出的激素帮助子宫在产后8周内收缩，回复怀孕前的状态。在这个时间内，子宫内的胎盘附丽分泌出一种被称为恶露的带血粘液，由阴道排出。

产后失望

紧随产后出现的激素转变使许多产妇感到欢欣。她们因为分娩结束而高兴，为自己的孩子而快乐。但过了两三天，

一些产妇便经历了一种称为婴儿沮丧的产后消沉感。她们也说不清为什么，只是突然陷入悲伤的感情中。两眼莫名其妙地泪汪汪的。她们说，心里不踏实。随着产妇对照料婴儿的信心增倍，这些感觉通常便会消失。如果它们经久不逝，或发展成真正的抑郁症，她可能需要其他的乳母帮助喂养孩子，甚至要请专家治疗。

研究者们解释说，孕激素的下降和催乳激素的上升释放了——可以这么说——孕妇从孩提时代起就贮积起来的对做母亲的下意识的想法，害怕不能当一个细心的慈爱的母亲而产生的种种内疚惭愧感觉从脑海深处浮现出来。伴随它们的是精神上的焦虑。年轻的母亲常常急得哭起来。这种感觉是正常的。从许多方面说，它是我们社会的产物。因为我们的社会往往把母亲与充溢的爱与自我牺牲联系起来。实际上，作母亲既不象人们说的那么简单，也不是那么复杂。年轻的母亲要学会把婴儿当作一个独特的有其个性的个体，而不是当作自己的一个附加体来看待。做到这一点既需要时间，还需要有克服有时导致怨恨不满感觉的那种复杂感情的能力。

我曾坚信不疑：成熟、坚实和智慧会随胎儿一起在我床上孕育、形成，在我生下第一个孩子时也会产出我的成熟的自我。然而，事实却不是那样。」

——蕾蕾·科J·波格雷宾《女士》杂志

5、哺乳与性生活

一个到目前为止还鲜为人们涉猎的做母亲的一个领域而且包括分娩本身——是做母亲时肉欲感觉和赤裸裸的性欲感觉。还在不久以前的时候，人们认为同时谈论性欲感觉与婴儿是亵渎的。因此，女人只有把这些感觉闷在心里，或者根本否认有这些感觉。也难怪，这些女人曾经接受的教育就向她们明示：女人的性欲要比男人的弱些，性交期间女子应该被动，既然她们能在性交时压抑自己的性感觉，她们在分娩与哺乳期这样就不足为奇了。

60年代末，当研究者们推广他们的研究成果时，上述情况就开始转变了，性欲突然成了谈话的一个主题。使女人性高潮成为讳莫如深的秘密的社会禁忌突然被取消了。实际情况是，由于科学终于承认了女人性反应的范围，因此社会赶忙说它存在合理合情。于是，性活动至少在一些床榻上便兴旺起来。

正是在这种环境下，性研究者们发现，自然哺乳的妇女在产后恢复性交活动要比人工哺乳的妇女早。他们起草了一些问题单，试图调查女人性欲的范围。在分析了所有的回答后，他们发现，女人的性欲范围已超出交媾期，进入了妊娠期和哺乳期。妊娠、哺乳和性交这些活动与激素、神经以及感情相联系。

敢于在分娩与哺乳期探索自己的性感情——正如我们在手淫时所做的那样——的女人发现，她们的确经历了相同的性兴奋。在有些情况下，兴奋的波浪还能涨成高潮。事后谈

论时，有些女人承认说，开始时，她们感到羞。因为她们没料到一种她们视为与性无关的经历竟使她们春情勃发。然而，一旦这些女人对这种感觉不再难为情，并相信这些感觉是自然的，正常的，她们就能够从精神和肉体两方面去经历这些感觉。

女人从其哺乳的婴儿那里接收的肉欲感觉与作爱时接收的情欲感觉在质上是不同的，但都有温暖这一共同特点。这种感觉加强母子之间的联系，就象爱情的性关系加强男女之间的联系一样。研究者们推测说，随着越来越多的女人转向自然分娩和用人工哺乳，那么经历上述感觉的女人也将越来越多。她们获得的精神上的快乐将会部分地抵偿分娩的痛苦和初当母亲时的沮丧情绪。

过了几个星期后，喂奶成了令母亲非常愉快的事——上帝有意这样安排。这一点人们谈得太少了。

——本家明·斯波克《婴儿的护理》

恢复性关系

分娩后如何恢复性关系没有绝对的准则。每一个女人都要根据自己的情绪和生殖系统的复原力来确定时间。不过，妇科医生建议，女人应在阴唇切开手术后恢复正常，恶露停止流出时——大约在分娩7周时——再行性交。女人如果不用人乳哺育孩子，那么她的月经周期通常在这时又恢复。如果用人工哺育孩子，那么哺乳期产生的激素会使正常的经期中止24周。然而，哺乳不是万无一失的节育方法。女人不要依赖它来避孕。

正常月经周期恢复后，在怀孕期间扩大的激素分泌腺恢复到原来的大小。伴随这一过程的是，女子食欲下降，新陈代谢减速，供血量恢复到孕前状态。卵巢产生的激素并非为一次妊娠或几次妊娠所耗尽。因此，生孩子不会加速衰老，也不会使女人提前绝经——那种说法是老皇历，不要翻。

6. 绝经与衰老

绝经是一个自然现象。象月经一样是女人的生物遗传的一部分。以初潮开始的月经周期在女人50岁左右开始衰退。卵巢产不出卵蛋，由于这一供应下降，月经变得不规则，最后完全消失。一个女人如果一年内无月经，那么她就完全进入绝经期，也即她的生育生命的末日。男子身上则没有这种现象。男人一生都有生育力，即使睾丸激素终止，男人仍能继续产出新的能存活的精子。

在绝经前的若干年里，女子的卵巢对通常使卵子在滤泡内成熟的脑垂体激素不发生反应。滤泡越来越少，这意味着雌激素越来越少。雌激素的下降标志着女人绝经期的开始。在绝经期间，雌激素继续下降，直到女人身体变化调整，适应“更年期”为止。由于一些正常的衰老过程在绝经期变得更加明显，因此许多妇女把衰老与绝经混为一谈，认为绝经加快了衰老。

实际上，衰老的最初迹象早在绝经前就出现了，眼睛的晶状体原来能把视力集中在远近的物体上，人从10岁起，它就开始失去一些弹性，聚焦能力下降。这种硬化过程不断发展。一些女人——男人亦然——出现白内障。改善视力的唯

一方法是作手术，割除退化的晶状体。

听力下降——对高频声音的听力——也在10岁左右开始。许多女人直到40岁，即当雌激素分泌下降时，才注意到自己正在衰老。据对衰老的最新研究成果表明，智商与记忆力能在后来的大部分岁月里保持良好。有人说，大脑是不断扩大的筛子，筛掉近期发生的事件和记下的东西。这种说法由于对老年医学的新的研究而正在改变。然而，衰老的确强迫人们付出很大的代价。我们可以列举许多例子来证明这一论点：女人进入40大寿后，其创造力与智力柔性下降。她的大脑——男人的大脑亦然——经历了20次组织损失，大约减少20克。这种损失在随后的年月里以1年1克的速度继续下去。

雌激素下降是与妇女到达40岁以后开始发生的其他变化同步进行的。主动脉和其他主要血管的弹性下降，导致血压升高。软骨裹关节退化，最终引起关节炎。这是所有老年人的老病。只是有些人严重些，有些人轻一点而已。关节有点僵硬，脸部脂肪转移到腭下，若干皱纹与萎垂肌肉出现。这些都是衰老的迹象。

然而最为人重视的、害怕的、准确无误的表示老年到来的迹象是头发变白。最初女人头上某地方也许出现几根白发。但这几根白发还不具有衰老的意义。等到白发的数量多到用梳子无论怎么梳也藏不住这个程度时，可就不是闹着玩儿的。头发变白是由于毛囊的生色细胞里的酵素系统功能减退而引起的。细胞里的遗传钟已用完色素。这种色素在不同的女人身上用完的时间这不一样的。这就是为什么即使我们所有的人以同样的时间速度衰老，但我们的头发却不以同样

的速度变白的缘故。身上其他地方的毛发也随着年龄的增长而失去产色素的能力。但腋毛和阴毛通常——并非永远——保持原色。女人到40岁时，其身体抵抗年龄侵蚀、补偿损失的能力下降。唯一继续生长的部位是头与脸。它们在随后的20年内还要稍稍扩大一些。向下压迫女人近40余年的重力逐渐压缩她的脊柱。椎间盘退化，导致身高降低。

细胞在40岁的人身上没有在年轻人身上更生那么快。伤骨恢复的时间要长一些。破口、擦伤也不会那么快就能痊愈。心脏失去了在运动时和压力下以最大速度跳动的能力。整个身体的各种储备物减少。甲状腺缩小，使新陈代谢速度下降，标志着其他激素也相继减少。雌激素分泌继续下降。

在绝经期头一两年内，女人失去卵巢雌激素分泌的3/4。如果这种情况在40岁之前发生，他们称之为过早绝经。90%的女人在50岁时已进入绝经期。其中许多人这时已结束绝经期。随着绝经期的延继，女人的月经越来越紊乱，身体发生激变，因为各种腺和组织纷纷调整、变化，以适应雌激素供应的减少。

绝经期何时出现

绝经期大多出现在45岁到55岁之间。下面是美国卫生、教育和福利部的调查结果：

38岁	10%	54岁	90%
43岁	20%	58岁	100%
49岁	50%		

衰老的压力

绝经期的妇女抱怨的、最普遍的身体症状是热闪灼。一种长达15分钟的热感觉在胸膛升起，向上传到脖子和脸部，使它们突然冒汗。热闪灼被认为是视丘下部在增加刺激信息，企图促使卵巢分泌更多的雌激素时作出的一个反应。它们可以在白天或晚上的任何时候出现。当妇女精神受压抑时，它们益发频繁。

由于缺少充沛的雌激素，子宫和卵巢缩小。阴道壁变细，变得更加干燥，因为润滑液几乎停止流出。女阴萎缩，大阴唇实际上消失。双乳平塌，萎垂。钙从骨骼系统中滤出。骨头变得更加易碎。支撑内部生殖器官的肌肉与组织张大、松弛。头发与阴毛减少。上唇与脸颊长出卷毛。

由于脂肪组织从脸部表皮下消失，表情条纹——皱眉、微笑或惊讶时出现——变成了衰老皮肤的皱纹。由于皮肤失去弹性，脸颊与鼻子、头皮盖与耳朵、以及脸颊与耳朵间的轮廓线随年龄的增长而加深。

面部皮肤中的弹性纤维的退化与肌肉的松弛一起形成了脸部衰老的警告信号。眼角出现乌鸦脚形皱纹。双眉从眼窝上边自然位置象罩布一样松垂。额上的横皱纹加深，眉毛里面犁出一道道垂直的深沟。鼻子与脸颊间的鼻唇皱襞变厚、松垂，嘴角皱折加深。横向皱纹团团缠着了脖子。

这些变化，加上雌激素日渐低落，在一些女人身上引起精神错乱。她们变得烦躁、消沉、易怒。绝经期的这一阶段通常时间不久，渐渐就进入了重新调整阶段。然而有些女人越过这个障碍要多吃些苦头。用打针、吞药丸，服乳剂的形式增加雌激素有时能奏效。激素治疗法可以使干燥的皮肤和疼痛的阴道恢复一些柔性。但长期使用人工合成激素好不好

有争论。

性反应

女人的阴道自然分泌虽然随着女人年龄的增大而减少，但其在性交期间的反应能力却不降低。事实上，一些女人在性交活动上更积极主动，因为再没有怀孕的危险。年龄愈大，达到性兴奋平台期需要的时间愈长。这种情况同样发生在男人身上。平台期的信号也减少。小阴唇没有很深的颜色变化，已经平塌的大阴唇不会肿胀。但阴蒂的反应仍然那么活跃、强烈。虽然性高潮的强度已持续性下降，但女人在随后的年月里仍有达到多重性高潮的能力。

适应衰老

衰老的变化和绝经本身给许多妇女带来一种缠绵不散的失落感。她们叹曰：壮年一去不复返了。女性外在的象征也烟消云散。要适应衰老带来的痛苦与困境是需要时间的。女人唯一聊以自慰的是：人人皆如此，岂独寡人？谁也无法返老还童。没有灵丹妙药能恢复女人的生育力或擦去她的皱纹。

然而衰老也有好处。试举一些：因使命完成而舒心，因儿女长大而宽慰，因做过别人不会以完全相同的方式做的事而自豪。其他还有：自由自在，不必再与激素的波潮争斗；没有养育孩子的危机。也许她白发苍苍，弯腰驼背。然而她的眼中有一种光芒。这种光芒男人永远探不到它的深浅。

即将进入古稀之年时，我发现我常忘记1周年前的事。但稚嫩时代与未成熟的青春期的事我仍记忆犹新。

——达夫妮·杜莫里埃《年轻时的我》

第七章 性与爱

性欲，肉欲，女人的这些东西一开始就受到压抑，好姑娘不要思慕这些东西。姑娘在成长过程中所有的一切性感觉统统闷在心里。夜晚，当她的手摸到大腿间那块柔软温暖的地方时，她对自己说：“我可没干什么事情啊。”然而她有肉欲，一开始就有，如男人一样。生下来就要用嘴去呼吸，用手去抓摸，渴望有人抱她，摸她，爱她。

如果女人在成长过程中没有“干什么”、“不要干什么”这些指令，天晓得她们会是什么样子。可以这么说，她们的本能欲望和内心感觉常常与她们从外界——朋友、父母、电视、电影——收到的指令发生抵触。因此，许多女人很难分清究竟是她自己的感觉对，还是人们认为她们应该有的那种感觉对。

既为少女，理应吸引少男。然而，如果少女对少男发生性感情，那么保证少男不干得“太过分”则是少女的责任。

性交是美妙的，她应该明白这一点。但不能谈，不能想，不要看（×级电影），当然不能“干”。

她应该为当一个女人而感到骄傲。但不要穿过多暴露乳

房与大腿的衣服，还要注意气味——腋下和阴道的气味。

性交是美妙的还是丑恶的？手淫是自然的还是反常的？小伙子是敌还是友？姑娘的身体是可爱还是可恶？为什么小伙子看见姑娘口袋里有一个月经塞便窃窃私笑？为什么他们嘲笑还在读五年级就有一对大乳房的姑娘？为什么当有姑娘路过时，建筑工人发出嘘嘘声和吮吸声？为什么姑娘感到羞耻，似乎那声音那挑逗是她的过错？当小伙子在学校礼堂距离姑娘不远的地方窃窃私语时，她感到一种神经质的恐惧：“莫非他们在议论我？”（她做了什么错事？）

有时，姑娘的性欲象信天翁。当它使姑娘难为情时，她希望能够把它摔得远远的，或者塞在衣袋里。姑娘回家时，交叉双臂遮住乳房或用课本掩饰。要是中性就好了。两种欲望折磨着她：一方面想涂脂抹粉，穿性感衣服；另一方面又想做到性无形，重当天真无邪的顽皮小姑娘。

当姑娘的身体由光滑、平扁的小姑娘状态变成圆圆的有曲线的成年女子状态时，她对自己身体的感情在最好时也是矛盾的。一方面，变化不会一夜发生，中间过程是令人尴尬的。第一天长出一根阴毛，第二天长两根。真是奇怪。然后又是月经——据说这是值得欢天喜地地庆祝的事。（姑娘的母亲不是哭叫着“太好了，太好了”吗？不是说“我的宝贝都成熟了？”吗？）但对姑娘来说，这不是什么值得庆贺的事。一点儿没有与婴儿、生活的秘密或成年女子的魅力相关的感觉。她只是感到凄凉和孤独。乳房，这两团有趣的小东西，从胸脯上蹦出来。有一段时间只有胡桃那么大。慢慢长，慢慢大。莫名其妙，叫人好难为情。星期天，家人一起聚餐时，小弟弟当着全家人的面指着她的胸脯问：“姐

姐，你胸脯上那两个小团团是什么东西？”她恨不得钻进地缝里。

姑娘的乳房不是长得太快太大，就是老也长得不够大。在刊登在《女士》杂志上的一篇题为《我的生活和—个36 D D的乳罩，或所有美国人的困扰》的文章中，伊夫·巴比茨写道，男人，“有这么一种神经质似的感觉：凡有那么大奶子的女人一定是俗不可耐、抑或感觉迟钝的。我规规矩矩地端坐着，读我的普鲁斯特（法国小说家，1871—1922——译者注），谨言慎行，穿着流行的奇装异服。一点也不懒散。我看见男人在我的注视下，一个个都溜走了，好象我是个妓女。”

在《疯狂的时期》一文中，娜拉·埃弗伦写道：“接吻我也能对付，性交也能来。但我从来没想到男人要摸我的乳房。没想到乳房还与那些爱抚动作有关系。我的老天爷。我的那本性手册从来就没提到过爱抚。我迷茫了……我知道没有人愿娶我了。我没有乳房。我永远不会有。”

她的乳房不对头，鼻子不对劲，头发颜色不好看。恰当的模样应是一头光环似的软发，一个完美的鼻子，一双长而瘦的腿，一对活泼的绷紧的乳房。腹部还要扁平。比基尼游泳衣上下不能露出阴毛。全身没有布丁似的肌肉。没有汗水——如果她腋下发了一阵汗，上帝救救她吧。她对自己的生殖器也不完全了解。洗澡时，她关紧房门，拿起镜子，观察自己的灰色的皱褶的阴唇。那地方的丑陋难看是她藏在心底的秘密。

有一阵子她一个人单独体验着性意识。她赤身裸体地躺在床上，细细地观察自己的乳房，大腿的曲线，幻想有一天

一个大胆的男人使她欲火勃发。有时候，她悄悄地、大气不出地向另一个姑娘敞露心扉。在那个姑娘处过夜，谈论黄色下流的事，窃窃私语到深夜，商量将来如何与男人打交道。但是，在开始时，吸引小伙子与姑娘的性感情没有丝毫关系。它们是两码事。姑娘的性感情是秘密的、个人的。她向她所熟悉的小伙子展示的外表是刚刚擦洗过的。她要超越时髦，做好姑娘。要过一段时间她才让心底的欲望大门向她真正了解的小伙子敞开。

姑娘早就了解到，她有某种宝贵的东西。她必须悉心照看这东西，保护这东西。她害怕她的性欲。不就是这玩意使她与陌生男人谈话危险，让小伙“干得太过份”的么？她知道，如果不当心，小伙子就会从她身上抢走那个宝贵的东西，然后还嘲笑她让他这样干。这些畏惧是有事实根据的。少男们的确会这样干，而且已经这样干了。姑娘曾看见那些走得太远的拼命赖人要的姑娘受到嘲笑和讥讽，被当作“贱货”。显然，人们眼中只有两种女性：淑女和荡妇。再没有第三者了。因此，姑娘越小心越好。

要一个姑娘隐藏自己的性特征是相当容易的。它始终保持在某种奥秘和隐形的水平上。少男无法忽视自己的性特征。那东西——实打实地说——悬掉出来。但姑娘的东西要容易为人忽视些。少男有阴茎，姑娘有什么？一个阴道，深藏在骨盆里。一个阴蒂，裹在皱褶的皮肤下。少男的性兴奋如震王礼炮，姑娘的性兴奋似心灵之歌。别的人都看不见它，姑娘也装作它不存在。

性感15%是你自己有的，50%是人家认为你有的。

第一次

罗曼司。少女在想象作爱情景时很少想到阴茎和阴道，想到的是在睡梦中被席卷而去，杰克会把她抱上铺着红地毯的楼梯。兰卡斯特会在沙滩上恣意作践她。高年级那个有着浩齿，古铜色皮肤的美男子会不顾一切地爱上她，把她带到遍布雏菊的草地，她的嘴会和他的嘴溶成一体。于是她体面地顺顺当当地告别童贞。在她对作爱的想象中，没有在教室的后排座位上忐忑不安地乱摸乱动，在起居室的沙发上做贼一样地抓搔这等事。

实际上，少女的头一次性遭遇是非常令人失望的。阴茎令人可怕，可能使她反感。她不能想象她会去摸这么一个东西。如果她唯一看见的那个勃起的阴茎是隔壁那个达尔马提亚人的，那么对阴茎勃起的想象无论如何不能引起她的性欲。在上舞蹈课时，当她确切感到一个勃起的阴茎擦着她的大腿时，她感到那东西神秘、奇怪、可怕。但这只能证明他的腐化堕落，而不意味着她无法抵抗。如果在狂热之下，她回报他一个吻，真正地报以一吻，而他又失去控制，得寸进尺地向她大腿发起进攻，她可能会突然反感——冲出他的汽车，跑回家门，飞上楼梯，躲进安全的闺房。

真正的性行为，“一干到底”，很少在一个晚上因姑娘失去控制就发生。更多的是缓慢来。首先，她让他摸乳房，然后让他的手伸进她的裤子，接着——此时，她仍然是一个处女——她下定决心（大大地提前了）让他“干”。残酷？在某种意义上说也许是这样。不是说没有兴奋激动——有

的。还有预料。一千到底是件大事。她预料到，当她真的干时，她会吓坏的。然而“干”的决定通常是冷静地作出的。一方面她感到好奇。只要她还是处女，她觉得自己象小孩——她想变得老练，成为成年妇女。她还想讨好她爱的小伙子，固定关系，或许要缠住他不放。第一次注定是令人失望的。如果她已在往日手淫时或抚摸时经历过性高潮，因而期望性不仅有高潮，还有比她以前经历过的“更好的”东西时，那么第一次的结局一定会使她自问：“就这么回事？”

1. 性自由及其它

避孕药出现了，不再怕怀孕，不必禁欲，据说如此。60年代伴随着避孕药出现了甲壳虫乐队，还有象《亲爱的》（65年），《爆炸》（66年）这样的电影。这些东西把随意性交、想跟谁干就跟谁干这件事吹得天花乱坠，撩魂拨心。

事情没那么简单。等他找上门来、等他先走第一步、好姑娘不要乱来，这些消极的规定仍然存在，根深蒂固。一个女子以往也许表现大胆，性生活无拘无束，甚至兴致一起便对男伴有求必应。然而在她心底某地方，她悄悄地问自己：

“我为什么不能有更多的感觉呢？我怎么啦？”她作出了努力，真正的努力。然而某东西出了故障。在性方面无拘无束是费工夫的。

一种压力（不要干）已为另一种压力（干吧）取代。一个女人要适应这个转变大概不容易。有一位妇女解释说：

“我属于这么一代女性，她们注定要在我们受到的教养与我们现在被容许实际上过分纵惠的欲望之间走钢丝。我

们过去受到的教养不要我们干，现在我们又被纵恣，被劝告去干——不停地、狂热地、熟练地干。”

“……如果我开车进入一个加油站，大大咧咧地朝加油站技工报以一个媚笑：‘你好，美男子，想跟我去玩玩吗？’情形会怎么样呢？他会说，‘喂，想去看电影吗？’容易些么？18岁的姑娘能这样干，而且她们的舌头不会变脏的。”我们的舌头会变脏的。

新的性欲观使女人处于危险的境地。如果我们能自由地求爱，男人也能任意拒绝。昔日，她对人家的拒绝是逆来顺受的。守在电话机旁边，等他迈出第一步。等他想到要作爱，然后再等他想起要以她想被抚摸的方式被抚摸。虽然电话铃不响，嘴巴没有受到亲吻，乳房也没有受到抚摸，令人扫兴。但这些都没有求而不获那样的痛苦。这种拒绝——野蛮的、伤人自尊心的——有时使人震惊。女人知道的是，男人是随时可以性交的。在她把衣服脱到腰部时，她没料到他会说：“得了，我明天忙得很，我得走了。”如果她对丈夫说——憋了这么多年后——使她性欲发动起来的是用舌头舔她的乳房，轻轻地舔，她期望丈夫马上按她说的办。能够鼓起勇气请求是一个重大的进步。她可能没有想到丈夫会采取当初她对待他的方式应付她的请求，退避三舍。

尽管遭拒绝是令人痛苦的，许多女人还是不愿意守在电话机旁，或躺在床上等他发现使她血液奔流的东西。她们知道，与其恨自己因不敢请求而得不到报答，还不如让自尊心冒冒受伤害的危险。

据说，性革命给了女人怎么想怎么干的权利。紧随性革命而来的女权运动据说给了女人前所未有的自信感和勇气。

现在她们可以毫不掩饰地承认她们有性欲，她们的性欲如男人的一样旺盛，她们有同样的权利探索和开掘性欲。人们不再要求她们被动地等待男子决定是否向她们献殷勤——她再也不能容忍没有感情的粗心男人。女权运动坚持妇女的尊严，坚持把女人看作有自己权利的人，不是由男人说了算。从理论上说，女人选择的机会越来越多。

独身不再被视作羞耻的事。靠男人生活倒是卑下的不必要的。单身女人不再是半个人。独身是女人骄傲的选择——如果愿意，她就独身一辈子。

独身生活还获得了尊严。它不再是一种被剥夺的状态，可以选择作为一种定心、聚心的方式——即一种在没有关系纷扰的情况下做事的方式。也是一种承认自己作为一个单独体的完整性的方式，不需要别人来证明她的存在。

把搞同性恋的女子说成是因找不到男人而不得不在同性恋中充当男子角色的可怜东西，是过时的，可笑的。对女性同性恋者有了新的说法——她们是正派的女子（往往美丽娴雅）只不过碰巧爱上了其他的女子。越来越多的女子同性恋者“走出小房间”，宣布她们的选择是政治选择（她们说，是抵抗男人的把戏）。她们认为女子是更好的恋人，说她们的作爱是通过另一个女子而对自己进行的自然再创造。

所有这一切似乎证明了这一点：虽说女人可以选择一个男人，但这种选择是从力量的地位而不是从脆弱的地位作出的。该死，她们还有其他的选择呢。

然而事实是，

当男人不“找上门”时，她同样心烦意乱，同样不敢或愿自己找上门的。

独处，尽管有时也令人高兴，但同样常常使人感到孤独凄凉。

她喜欢敏感的把她看做独立个体，并尊重她对独立的需要的男人。然而她们仍然为男性的力量所吸引，并且往往屈从这种力量。（当她的车子出故障，所得税表要填，在床上决定如何行动时）

独身，虽然在理论上有一种斯巴达式的吸引力，但在实际上很少为人因为要恢复它而选择。女人独身往往是由于周围没有合适的男人。长时间没有肉体接触，使女人渴望情爱——可以说是好色。

同性恋吓坏了她。同性恋的突然出现使她——一个公认的异性恋者——感到不安。她在搂抱小猫时，在欲火燃烧时，在骑摩托车时能得到一种模糊的性的激动。但这些性激动并不使她苦恼。然而如果在观察其他女人的乳房的柔和的曲线时，她春心荡漾，或当一个女友按摩她的颈部，使痉挛消失时，她产生一点点性的感觉的话，她就担心了：有这种感觉会不会意味着我是同性恋者？在理论上，她可能接受同性恋并认为是一种健康的积极的选择（人爱人）、女人可以是比男人更敏感的恋人（女人毕竟知道女人怎样最舒服）这种观点。但在感情上、肉体上，同性恋使她毛骨悚然。同性恋似乎不是一种选择。她要的是男人。

她也许感谢一些更富有战斗精神的女权主义者，因为她们为她作了一些麻烦的工作。但她不恨男人，从来就不。尽管男人有种种缺点和弱点，她要与之相伴的是男人。她需要男人的赞美，需要男人的亲热。她渴望男人的爱。她要在男人身上不断地撒娇、出洋相。

解放的果实

许多女人要求在1周的中间——此时她们的丈夫在上班——发送《花花少女》，而且用普通的褐色纸包装，这是对性解放的一个较悲观的认识。看看丈夫们让人用普通褐色包装纸包装起来送到办公室的东西，你就更相信了这一点。

——罗拉·夏比罗《母亲琼斯》

2. 手淫，意淫

女人为什么要手淫？有时是由于失望，即与丈夫性交时没有达到高潮。这时，她可能感到悲伤，孤独，甚至愤怒。有时是丈夫离家在外，于是摸弄自己，使自己达到性高潮的肉体欲望把她与丈夫联系起来。她想象丈夫与她在一起，分享性的快乐。她也可能把手淫看作是一个学习的过程，以便帮助自己在与丈夫一起时作出更全面更充分的反应。手淫还给她一种独立感。有时她使自己达到性高潮，不为别的，就是为了高潮带来的纯粹的直裸裸的性快乐——除自己以外，与任何人不相干。

女人为什么独处时达到性高潮更快些呢？很简单——这时她不担心丈夫在想什么（我是不是粗俗难看？是不是费时过长？）。还因为她知道她需要什么，何时需要。因此不必交流信息。

有时，即使独身一人，女人也难以达到高潮。有时，即使是身体欲望没满足，手淫也没有吸引力——太孤独、寂寞了，或太麻烦了。她的性欲有波峰，也有浪谷。单独一人与跟丈夫一起一样。性欲强度有变化。

并非所有女人都有手淫行为（金赛估计有62%，海特估计有82%）。有些女人（说真的）根本无法使自己去摸“底下那地方”。有些女人尝试了一下，发现手淫行为太孤独，太不自然（自我意识太强），或一点也不令人满意。但最可能的情况是，女人在十几岁时（或更早）便开始有规律地施手淫，并一直这样做下去。手淫意味着女人性生活失意，或患有神经病么？非也。金赛、海特、马斯特斯和约翰逊、以及其他的性研究者都发现，性感最强的女人——即与丈夫一起最容易达到高潮的女人——是性生活中有手淫行为的女人。手淫与跟男伴一起的性高潮之间的相互关系是很密切的。马斯特斯和约翰逊发现，在他们调查的从未有过手淫行为的女人中，94%的不能用任何其他方法达到高潮，也许这与熟悉并相信自己的躯体有关——女人在性方面愈是自信，手淫的可能性愈大。

不过，这是个令人担心的事。尽管她经常听人说，手淫是健康的、正常的，但她不完全相信。她从小就认为手淫不好。现在她也许担心：她是不是性欲太旺？贪得无厌？手淫时使自己三、四次达到高潮是不是稀罕的？还有，她也许认为手淫时产生的性反应是不真实的——她总有点觉得，性交、或分手的性行为，才是唯一的真正的性反应。

意淫——在做爱时或在街上行走时想象性行为——一直为人视作罕见。据说，女人没有意淫。或者，即使有，也比男人少。然而，金赛发现，在他调查的5900名妇女中，69%的有意淫。许多女子说，如果没有意淫伴随，手淫就太寂寞了。作家南希·弗莱蒂——本人就是积极的意淫者——走出去，与许多女人谈论她们的意淫。结果收集的材料足以写两

本关于意淫的书。总而言之，心理学家认为，有意淫的女人是健康的、有创造力的、性活动主动积极、性生活幸福的女子，性欲越旺，就越有可能设想性交情景。意淫可以是想象在超级市场的停车场脱去从他身边经过的一个男人的衣服，然后在汽车后座上风流一阵；也可以是回忆前天晚上与情人干的那些美妙的事情；还可以是设想他与她作爱时，她漂浮在肥皂泡泡的海洋上。总之，意淫有益于女子的性生活。

南希·弗莱蒂在她的一本题为《我的秘密的花园》的书中说：想象“扩大、提高、歪曲或夸大现实，把你朝不害羞、无意识的人已经知道要去的方向更快地更远地引去。它把不可思议的东西——享受不可能的东西的机会——献给吃惊的自我。”

享受不可能的东西。创造完美的性交。这毫无疑问是意淫对女人的强大吸引力的一部分，是她早就渴望的东西，浪漫的、自然的、迅速的、完美无暇的作爱。她的浪漫的幻想决没有现实中常常有的那些尴尬事。肘部戳着眼睛，高潮来得太快，或来得不够快，姿势令人舒服，就是左边乳房被压得太厉害。意淫则为她消除了这一切——创造在现实中永远不会发生的情景。埃里卡·荣在《害怕飞行》一书中描述了一种现在非常出名的“无拉链作爱”。“无拉链作爱远非一般的作爱能比。它是一种柏拉图式的理想。所谓无拉链，是说当夫妇睡到一起时，拉链象玫瑰花瓣一样掉下，内衣象蒲公英绒毛一样一下吹跑了。双方舌头缠绕在一起，变成了液体。心灵的一切通过舌头流出来，流进情侣的口里……无拉链作爱是绝对纯洁的。没有见不得人的动机。没有强力把戏。没有谁让丈夫当乌龟，或使妻子受辱。没有人试图证明

什么，或从对方捞点什么。无拉链作爱是天下最纯洁的事。它比传说中的身体似马的独角兽还要稀罕。我从来没有过。”

“无拉链作爱”不会发生。一当幻想变成现实，它就失去了无拉链性——而这正是快乐的关键。真正的拉链和纽扣，真正的皮肤、呼吸和眼睛就会令其中的美妙化为乌有。

有没有想象被强奸这等事？女人是否渴望被人征服？在下面这种意义上说，答案是肯定的：从当小姑娘时起，女人可能就有许多对性持否定答案的心理上的限制。她也可能想象有这么一个男人，他的魅力如此之大，使她内心的秘密的“不行”、“不能”这些东西化为乌有。她也可能想象这么一个男人，他一下子就把自姑娘的妈妈对她说“不要让男孩子占便宜”以来所形成的一切阻力驱散了。然而，被梦中的男人征服与实际上被强奸有很大的区别。女人在性欲兽化之后一直就“想”被奸淫，这种荒唐的说法使妇女怒火万丈。正如电影评论家莫利·黑斯克尔在《女士》杂志所说的那样：

“对被强奸的想象与让人敲掉两个牙齿是毫无关系的。”幻想被人征服不包括暴力、兽行或仇恨。女人受到的不是侮辱而是崇拜。她是为激情所吞没，为热情所左右。

手淫与意淫不是女人对男方不满意的标志。相反，与男方作爱时，春意愈浓，她就愈可能在男方不在时思淫。不过，她可能不敢对他谈这些事情。害怕他说她恶心、古怪。害怕坦白这些思淫的秘密会威胁他的男性的自尊心。“你有什么必要那样做呢？我还不够劲么？”男人的反应总是否定的。他要使女方相信，谈论手淫和意淫不是好事。只有非常通情达理的、对人宽容又有着无懈可击的自尊心的男伴才能进入女人的性欲的这些隐秘的领域。

女人与手淫

下面是纽约地区的200多名女大学生在问到手淫一事时的部分回答：

你在进行其他的性活动时还手淫吗？

绝不	48%	如常	20%	不那么频繁	16%
偶尔	10%	更频繁	6%		

为何手淫？

思色	30%	快乐	24%	孤独	17%
精神压力	9%	其他原因	11%		

是手淫高潮强烈还是性高潮强烈？

性交强些	46%	手淫强些	33%	差不多	21%
------	-----	------	-----	-----	-----

手淫后感觉如何？

满足	57%	沮丧	25%	内疚	10%
害怕发疯	7%	反常	1%		

3. 爱情——真的重要吗

过去人们总认为，女人需要感受到大量的爱才能抵消对性活动的冷淡。实际情况是，女人需要感受到大量的爱才能证明自己做这种被禁止的事是正当的。在发生性革命之后，女人觉得她必须因爱情对她非常重要这一点而忏悔。甚至还要证明爱情不是那么重要。

的确，要是能够把性与爱分开，那才叫妙上加妙哩。如果她能把两者分开（广告上说，男人能），那么，她觉得她就不必那么无可奈何地依赖男人。既然不必依赖他来回敬她，报答她的爱，不必指望他如此狂热地追求她，以至赴汤

蹈火也无所惧。如果她能随意地“爱跟她一起的人”，那么她就自由了，不再那么脆弱了，不再是一根攀附的藤蔓，而是一个属于自己的女人。她也许觉得，这就是被解放的全部意义所在。

因此，也许她竭力把性与爱分开。有时可能觉得还真的能分开。但往往这种努力是以失败告终。她觉得，性交脱离爱越远，性感就越少。为性交而性交不久就会变得枯燥机械，非常令人沮丧。等于是一种手淫。也许有小部分女人不这么认为。她们觉得，性是下流的。如果不下流，就没有性感。她们那可怜的自我形象和可怜的自尊需要粗心大意、无情的男人才能使她们激动兴奋起来。这种情况——大概起因于小时候接受到不正确的训教——是少见的，它使那样的女人面临另一种问题。对大多数女人来说，即使那“动作”是成功的（达到高潮），如果没有爱，没有自己非常重要、不可缺少这个感觉，那么在作爱的狂热过去后，一种凄凉、孤独、绝望的感觉便袭上心头。如果她已选择无爱的性交作保护，防止痛苦，那么她现在就感到，那种选择并非保护，而是赤裸裸的冷淡、寂寞，最终完全索然无味。简·奥莱莉说得好：

“臀部的一部分是自我的一部分。当我把它出让时，我们要以某东西作为交换……鲜花，慷慨激昂的声明，反复的操作，一辈子的尊敬和羡慕。还有对铺满玫瑰花的别墅和结婚25周年纪念日的憧憬和细细的构想。”

逢场作戏，象剧团一地演一场那样恋爱。与住在楼上公寓里的那个漂亮但呆笨的男子作爱，因为他来了。而她那天晚上又正好需要一个温暖的躯体。在出差途中碰到一个好色的陌生人。他弄得她心里痒痒的，但又不许诺第二天或第三

天再来。一个陌生人而已，她也答应了他。这一切都在真正的性生活中留下一个很大的空白。在现实中，作好就是作爱而已，而女人要的不止这点。

女人的性欲在有爱情与信任的条件下非常旺盛。在这种条件下，女性自我的最深的部分——原来是为保护而藏匿的——能够浮现、敞开、赤裸裸，活生生。要与一个了解她，理解她，爱她并因她的实际面目而喜欢她的男人在一起，才会出现这种情况。也许男方害怕女方的某部分需要别的男人深更半夜从卧室的窗子溜进来，来一番连续的、花样翻新的、大胆的性行为。但女人更喜欢在一个男人身上体验那些花样和大胆的性行为。她更愿意安全地在心理上无拘无束地与这个男人厮守。还要与那个男人一起体验持久的兴奋——在肉体上、理性上和感情上。

要做到这一点，男人必须放肆地爱，且又机灵。南希·弗莱蒂在描述她丈夫的这个特点时说：“一个理想的男人的最要紧的一点是他使你发挥你的特长。他渴望你的一切。在发掘你的精华时，他不仅接受他所发现的一切，而且满足于没有新的东西。”

令人悲伤的现实是，在许多姻缘中，夫妇把相互发掘精华这一件事丢到一边，而去看电视或忙于单调的日常工作。显然不满的妻子伊莎多拉·温在《害怕飞行》一书中抱怨说，她恨丈夫“没有笑容；只会作爱，从不吻我，给我买收缩家具和食物，从不给我买花，不跟我谈心里话，不再揪我的屁股。结婚过了5年，还能指望什么呢？在黑暗处傻笑？揪屁股？”

爱是重要的。要得到男伴的尊敬、羡慕——还有溺爱。她要这一切。天哪，她要这一切。也许她会拥抱一个喜欢看

足球赛、打高尔夫球、不再把她看作家里的一张风景画的男人。但她心颤抖着，渴望他重视她。要他为她是一个女人，作为有性欲的生灵的女人，而对她表示激动万分。如果她不能在一个稳固的关系中得到这种认可，如果机会送上门来，她就会努力在能得到的地方去获取。如果到头来她成了一个有夫之妇但又跟别的男人睡觉的女人，那不是为了性交，尽管看上去完全是为了性交。不，那是为着人家把她当女人看待。为了能够激动，能够因创造那种激动而受到赏识。如果丈夫不从这些角度看待她，那么谁能那样她就跟谁走。这种“鬼混”看起来够刺激的，但不如她的第一选择：永远与一个男人享受这一切。

爱是重要的，非常重要。大概女人要比男人更敏锐地感觉到了这一点。只是强调操作和自由的性革命有时使女人忘记了爱情，正如在把作爱看作“得分”的年月，男人忘记了爱情一样。

不要砰然关门！

情人相欢后离开的方式很重要。女人喜欢男人表现得象不愿走，如果可能的话一定多呆一会儿的样子。然后，他应该打开百叶窗。两人应一起从双扇门走出去，他对她说，他多么害怕即将到来的白昼，多么渴望黑夜到来。那么在他溜出之后，她就能站在那里目送他远去，甜蜜地回忆着她与他一起度过的那美妙的最后几分钟。一点不夸张地说，恋人的成功在很大程度上取决于他离走的方法。

4. 作爱，其一

环境、条件。女人是根据环境条件看待作爱的。吸引她

上床的不是金色皮肤，宽厚的双肩，浓密的头发，或一口皓齿（虽然这些东西也能引起她的注意），而是对男人的感情。即使他不属于使女人动情的典型人物，那也没关系，只要他有其他品质证明他不错，他就可以成为她的意中人。

什么吸引她

女人口味各不相同——这就是为什么我们在大街上看到一些不可思议的配偶的缘故。她（漂亮）看中了他（相貌古怪）什么呢？有很多东西是不显于表面的。当然男人也有东西，任何女人都有吸引力的。例如：

幽默感。不是愚笨之至的小丑，也不是过分亲密的讲笑话的人。而是带着一点讥讽和机智看待生活的家伙。他随遇而安。在交通堵塞时能够轻松快乐。更重要的是，妻子狂怒到要爆裂时，他能使她笑。这一切使女人感到春心荡漾。

力量和脆弱。这一点公司总裁能有，木匠也能有。力量（自信、胜任）与脆弱（盔甲上的几个裂缝）的结合是所向无敌的。力量说“我保护你”，脆弱补充说：“我多么需要你”，两者合一，便让人心荡神怡。两者缺一，便会引起反感。虽然力量能使人服从，如果没有脆弱，就没有性兴奋。光有脆弱就象跛子。

善听。她说话时，他看着她的眼睛，听她说。她感兴趣了，她使他兴奋了。这使她激动，使她春情勃发。这一条大有文章可做。

亲昵。这儿说的亲昵不完全指性关系。而是一种窃窃共谋的魅力。它呈现的形式可以是：“只有你我是朋友”或“我不会把这件事告诉任何人的。”这种亲昵给女人这么一

种感觉：她是特殊的，与众不同的，被纳入一种纯化的秘密小天地——一个将要发生性关系的地方。

请注意有这些特点的男人的共同之处：他们使女人感到性欲冲动。她感觉到对她本身的渴望。她觉得如果脱光衣服、钻进被子与这个男人睡觉，他会体贴她，尊重她，承认她作为一个女人、有性欲的生灵而存在的合法地位。顺便说一句，也许提这些对任何人都有吸引力的特点是不公平的。因为这些特点可能无法培养也不能伪装——你要么有，要么没有。如有，那太好了。即使没有，也能与女人处得好。毫不夸张地说，还有千千万万种其他的方法可以吸引女人。不管你是什人，总会有些女人对你的风格作出反应的，而且心甘情愿。然而，让她上床是一回事，一旦上了床你如何对待她又是一回事。

女人不是根据她们追求的理想人物，而是根据她们爱谁来判断男人气的。她们不会因为一个男人有男子气便爱上他；一旦她爱上了一个男人，她就认为这人有男子气。

——卡罗尔·塔维利斯《今日心理学》

什么使她兴奋

你怎么知道女人要什么呢？你可以问。但问有时是靠不住的。因为往往她自己也不知道，或者一问反而使她反感。这样一来，你就得去问女友，请她们坦率地说她们喜欢什么；你就得看那些直接了当地（没完没了地）告诉你女人是怎么谈性的书；你还得试验试验，留心什么方法奏效，何时奏效。女人各不相同，因此在参考手册上是找不到如何使她

欢心的方法的。她可能喜欢性交前的大量爱抚动作——比如在河边散步时的卿卿我我，在她耳后插一只雏菊、长时间的亲吻和悄悄话。然后她才觉得让他的手摸上乳房舒服。她也可能觉得大量的预先调情太拘泥形式，而喜欢马上进入正题。不过，也有一些几乎适应所有女人的东西。例如，参加“海特报告”民意测验的3000名妇女，在什么给她们快乐一栏中，把下列东西列在首位。

1. 感情上的亲密——爱情
2. 性高潮
3. 抚摸，身体接触
4. 使他欢心

在令她们不愉快的东西一栏里，下列东西列在首位：

1. 感觉象一个性交物，被利用
2. 没有性高潮
3. 没有感情，不受个人情感影响的性交
4. 没有性唤起的性交（拴在自私的性伙伴身上）

妇女现在如果不能说当着男人面讲，至少是在背后议论他们。使她们性感情升起或熄灭的东西日益显著。

使她动情的东西

知道她要有性高潮——即使他的高潮先发生，他仍继续与她调情，直到她也达到高潮。如果她不知道这一点，她是不会放胆纵情的。

遵从她的意见。用一种能让她知道她喜欢的任何东西都会满足的方式请她指示或说出她喜欢什么。

慢慢来。她不喜欢一个象催命鬼一样的男人——象一个侍者担心厨房就要关门一样。

探索。她喜欢男人尝试新的出乎意外的方法，敢冒点险，出点格。

男人玩弄她的阴蒂，使之感觉象作爱的自然的一部分，而不是对她的亲睐。

男人真正喜欢她，就象喜欢餐后的甜点心一样。舔乳房、耳垂、全身。

使她反感的東西

抽烟。男人吃饭后，翘起二郎腿，吞云吐雾，然后希望她要与他作爱。呸！

跳狐步舞的模式。以为性交必须按步子进行，1—2—3—4。象举行什么仪式似的，次次如此。

冷漠。从不露出他的兴奋，即令到高潮时也不。

大男子主义。什么都不屑一顾。把女人看作是“小鸡”突然从干草里蹦出。

控监她。“你行了么？你来了么？”如果她的性高潮的出现是证明他在性方面是力量强大的，把它丢到脑后去。

无自发性。准确按时作爱。每周星期三或星期四，11点新闻节目之后。索然无味。

作爱时女人的感觉

一个女人如果陷入情网，她对男人与她作爱的方式要宽容得多。在关系真正确定之前，女人似乎对操作要苛刻些。但她不是那么不讲情面的批评家。她对自己恐怕比对男人还要苛刻些。

担心，担心自己不够。不够美，不够性感，不够老练。要不就是担心过分，要求过多，太慢，太快。还有许许多多。女人担心，别的女人在床上比她们有能耐些。她们的性

高潮是否来得快些？她们是否更有刺激性？他是否希望她是他所知道的另一个女人？每一次作爱时，她身上总有某东西仍象一个从没有脱光衣服站在男人面前过的少女。她感到手足无措。她的屁股是不是太大？乳房是不是太小？她尽量掩饰，用能掩饰她的缺陷的姿式躺着。她习惯于感到尴尬——甚至能天衣无缝地把它藏起来。但是藏不住。还有她的生殖器。她知道，在理性上，她现在应该对它感觉更加放松了——然而，它有怪味么？是不是难看？在男人用口唇吻她的阴部时，她一方面感到十足的甜蜜的快乐，一方面又担心，他累吗？反感吗？他这样做是讨好我吗？给我恩赐么？要是他忙了这半天，我还不能来怎么办？她渴望男人让她一百个放心，她的生殖器在她眼中是美妙的——一朵花。总之，阴道只是为自己而有刺激性，不是男子阴茎的容器。

阴茎。她又害怕又敬慕。又迷人，又令人反感。有时她觉得男人是一只装满火药的枪。一想到男人总是准备性交，而她有时不想性交，她便警惕起来。那只手捂着她的乳房，莫非他要作爱了？如果她作出反应，他会知道她也要作爱么？要不要告诉他，她情绪不好？还是在他兴奋之前就转过身去？阴茎，又是阴茎，一大清早……又要服侍它了，急不可待，急不可待。她觉得要是转身不理它，便会伤他的心——阴茎的勃起给她带来一种责任和义务。她之所以害怕它，部分由于小时候她就听说蓝色的球，睾丸这一类令人恐惧的东西。据说，它们折磨着阴茎勃起不能化作高潮的男人。

阴茎。在作爱的时候，她能感到对它的保护，似乎它是孩子。在她眼中，它有时具有强烈的性感，尤其是当她的性欲被唤醒时。那也证明他也被唤醒了，证明他需要她。正如

他需要她。美极了。

口舌吻阴茎。她担心，不知道如何用哪种方法去取悦他。她做的是否恰当？是不是太快？太慢？她伤着他了么？她可能对吞精子感到畏惧，反感，或为难。她也许喜欢阴茎的温暖，它所意味的亲密。它也可能使她怵然。起初她也许胆怯，不敢玩弄他的阴茎。后来就因为它给他（也给她）带来的肉体快乐而喜欢上它了。她可能一心一意地想，他喜欢用口抚弄阴茎。因此，她把它作为一种作爱的义务去做，因为他要她这样。她也可能说，“没门儿”。说这句话是出自根深蒂固的疑虑，与爱不爱他，爱多深没关系。

大阴茎？男人比女人更关心自己的阴茎大小。除非阴茎特别大或特别小，女人是不会计较的。在生理上讲，女人的阴道能适应各种大小的阴茎。也许意淫中的阴茎是很大、很硬的。实际上，太大的阴茎能致伤。总之，无论他的“东西”多么漂亮、动人，它不能抵销一个无情的情人的怠慢行为。如果他很体贴人，很关心人，把她一古脑儿吞下去，谁还计较他的阴茎大小？

因此，感情是非常重要的。高潮是举足轻重的。体贴女人，把她既当作有特殊要求的有性欲的生灵又当作人，这也是不可等闲视之的。女人情绪多变，反复无常。今天她急不可待，跃跃欲试；明天，她谨小慎微，冷冷淡淡。她需要许多——她担心，太多了——但实际上又没指望能得到这么多。那些微不足道的小事可有着重大的意义。她要男人在性交后搂着她，当她无兴致时，他的感情仍然正常。她要男人夜间把她裹在怀里，抚摸她的头发；适时地小心地提醒她说，她在笑声使他愉快。或者说，她的眼睛是世界上最美的。

然而，她也是粗暴的。默默地、一夜又一夜地忍受没有性高潮的痛苦会很快使她没有作爱的耐心。指望男人能够猜出她的心思，使她说出实情，帮她消除任何性障碍，也许是不通情达理的。但她的确至少是希望他会这样做。

女人对男人的抱怨

根据巴巴拉·斯曼在《自由与女性》一书中的说法，女人对男人的抱怨总离不开这么几点：

- 1、作爱似乎是执行一项计划。
- 2、无幽默感。
- 3、太快
- 4、对要求手指刺激的女子冷酷
- 5、只对“目标”器官感兴趣，忽视了女人全身的肉欲。
- 6、最重要的是，他们忽视了女人对自己喜欢什么提出的要求。

我所认识的女人——包括我自己——都用口唇与男人作爱。她们不是为自己的快乐而是为男人的快乐这样做的，这是一种慷慨的行为，因为她们都不喜欢这样干。

——海伦·劳伦斯《绅士》

5. 作爱，其二

性高潮。一次自由的降落。一道大坝爆裂。一声快乐的叫喊。有时要温和些，似阵阵涟漪。一次顺河漂流。熔化了，象奶油。一支歌。用法语说，就是Lapetite——小死亡——一时间把她的躯体整个地献给他。爱的极点，彻底的结合。令人发怵，同样美妙无穷。高潮，它发生时，如入极乐之境，

升不起时，如入地狱。

女人若相信男方时，就容易放纵情怀些。如果她不知道那池子里有深深的温暖的水时，她无论如何是不会从高台跳下的。从生理学角度来说，女人在获得一次高潮之后，还会准备再来一次。这不是说，一次高潮后，她不满足。事实上，她是快乐得满面放光。但高潮过后半小时左右，她的身体又回复到未被唤醒的状态。有时，一次高潮是不够的——他渴望更多。阴蒂，这个样子天真的小肉扣，兴奋升起的地方，只不过是一块深藏的复杂的内部性组织的尖头。对女人来说，性欲高度唤醒但达不到高潮往往是痛苦的——生殖器的疼痛要几个小时才能消失。心烦意乱，他没有意识到性高潮多么重要。她的高潮毕竟不是生育所必需的。她感到，他有时把她的性高潮一笔勾销，把它视作不必要的奢侈品。她有时会扭扭捏捏，不好意思承认没有高潮时感觉的疼痛。避免这种疼痛出现的一种方法是不让自己的性欲完全被唤醒。达到性高潮的能力也可能一辈子被埋藏着——有些女人从未经历过性高潮（据估计，美国有10%的女人从未达到性高潮）。

自我发现

在我的双腿之间，我发现了一个看不见的肉扣，甜甜的，没有名字。我知道怎么抚弄它，以获得一种无名的快乐。我相信再没有其他人有这种肉扣，因为在卫生书籍上没有快乐扣，甚至连一个下流的名字都没有。

尽管我留心听，但从没听到任何人——姑娘或小伙子——提到这一点，连暗示都没有，更不用说在图上画出来。

——阿利克斯·凯特·舒曼《前舞后的回忆录

当她达不到高潮时

有时，她可能经历一段“干枯的时期”——也许持续几个月。这时，怎么也不能使她达到高潮。为什么？干脆放弃为达到高潮作努力比为它烦恼也许令人感觉好过些。既然没有期望，也就不会失望。如果不让自己太兴奋，情形就不会象爬上山顶困在那儿那么糟。她也许用手淫来达到高潮，把性交看作是一种温暖的、性的拥抱——只此而已，岂有他哉？她也许感到她的性要求太多，不好启齿要求。她还可能认为她对性高潮的需要太长，使他太辛苦。她不愿麻烦他。有时是她不完全相信他。尤其是以前被严重伤害过的女子会把不能达到性高潮作为保护自己的手段，使自己的一部分无动于衷。有时，她还会发怒：“我要让他知道，我就是来不了。”这种愤怒有时是无意识的。她可能竭力使自己相信，有无高潮她是不计较的。相反，他还分享他的高潮的快乐。

不过，没达到高潮总是可怕的。性交后她几乎要哭了。她觉得自己是失败者。一个不完整的女人。她想他帮助她，但又不知怎么问他。当他竭力帮助她时，她又可能感到难受。他越是体谅她，越是耐心，越是起劲地帮助她，她可能对高潮不能到来更感觉烦恼，感到更大的压力。她担心，她的障碍会使他感到自己象一个窝囊废吗？他会认为过错属于他吗？如是，那就增加了她的失败感——毕竟女人是应该让男人更感觉象个男子汉的呀。今月（当然是指十几年以来），如果女人长此以往，达不到高潮，她会考虑接受外部帮助。但在找到脱离达不到高潮困境的方法之前，它所带来的痛苦是很沉重的。

性高潮困境

事实很简单：男人达到高潮的方式——不停地抽动——并不等于女人达到高潮的方式（极少数除外）。真是奇怪，她原来以为，会是一样的。在她作爱的意淫中，他把阴茎插入她的阴道就是最终目的、顶峰。实际上，她的最狂荡的感觉，最大的兴奋，不是来自他的抽动，而是来自他对她的阴蒂的抚弄和舔吻。这使她吃了一惊——她竟然要“它”（把阴茎插入她的体内）成为最富刺激的东西。为什么实际上不是呢？为什么不能是呢？在她所读的第一本可尊敬的公开描写性的书中，阴茎插入对查特莱夫人就是最富刺激的行为。几乎在所有她读到的有关性的书籍中，都是这样说的。性交前的爱抚动作只是加油。插入和抽动被认为是最主要的。她认为插入是美妙的。不错。它给她一种敬畏感，和一种确实的刺激。阴茎到达那里是美妙的，甜密的，实在的。但她没有因之而达到高潮。他要她达到高潮。这对他意义重大。天哪，对她同样意义重大。她为之而努力，渴望获得它，骂自己没有来，多少回因精疲力竭而放弃。怎么努力也无法使它产生。由于其他女人缄口不语，她便认为只有她莫名其妙地不能达到目的，她是不能从阴茎插入阴道中获得高潮的唯一女人。

近来，性高潮（女人的）成了一个政治问题，也是产生一些怨恨和恐吓的原因。归结起来，似乎可以这么说：他比她的性高潮多，因为他达到性高潮所需要的抽动总是办得到。而她达到性高潮所需要的抚模、舔吻，或其他动作并非总能兑现。性交之后，她往往躺在那里，头发晕。性欲方兴

未艾。她感到迷惑、沮丧、疼痛、愤怒。她不断地责备自己：“我为什么来不了？”我怎么了，而他则心满意足地进入了梦乡。

然而事实是：她能象男人一样容易，一样快地达到性高潮。只要刺激恰当，毕竟大多数女人都能够在不到4分钟的时间内使自己达到高潮。她也许对自己所需要的那种刺激感到不安，她也可能还有拘束，或信心不足，不敢跟他讲。沉默——误解——孤独。

过去，人们没有指望女人有高潮，甚至没考虑到她们要从性交中获得快乐。因此，情况也就稍为简单些。女人过了许多年没有性唤醒、没有性高潮的生活。而且，还由于人们对女性的解释是唤醒别人的性欲，而自己没有被唤醒的能力。因此，谁也不把女人的高潮放在心上。这么一来，她便觉得她的失意既是正常的又是不可避免的。

现在不同了。女人对自己的期望增多了。她意识到，高潮是重要的。她知道，性兴奋处于一种悬滞的状态于男人如于她一样是令人沮丧的、痛苦的。而且她还计较是什么样的高潮。过去好长一段时间（现在仍有许多女人是这样）唯一的“真正的”高潮，即唯一真正算数的高潮，是她在性交中获得的。这个问题恐怕要归咎于弗洛伊德把高潮分为所谓的阴蒂（不成熟的）高潮和阴道（成熟的）高潮。尽管马斯特斯和约翰逊提出无可置疑的证据说，高潮没有区别。高潮就是高潮，而且总是起源于阴蒂的。但女人仍然担心她们达到性高潮的方法是不是“正当”。

事实：如果女人不能光凭性交就达到高潮，我们说她不仅是正常的，而且大多数都是这样。这个事实被埋没了好

久。然而秘密终究是要暴露的。在这一点上，女权运动帮了忙。妇女开始谈论自己，承认性高潮对她们来说是一个麻烦的领域，互相诉说自己的失意与烦恼。她们还渐渐明白，她们既不古怪，也非反常，也不是“唯一的一个”。1976年，海特报告根据对3000名妇女的调查提出了下述不容怀疑的数据：“在这项调查中，只有大约30%的女人能够经常从性交中获得性高潮——即能够在性交中不在濒临高潮阶段用手直接刺激阴蒂而获得高潮”。消息传开，妇女们愤怒了。她们恨弗洛伊德。恨她们的男人。恨那些假装高潮而使弗洛伊德的神话不朽的女人。（海特发现在所调查的1664位妇女中，885人承认假装或过去常假装性高潮）。在“没有手帮助”的性交中，感到达到高潮的种种压力而又不能达到高潮的女人，在意识到她是70%的“正常”大多数中的一个时，感到她被剥削了。怪谁？弗洛伊德？其他的女人？她自己的不现实的期望？“自私的”男人？

然而这一切都是政治的。她与男人的关系与政治无关。她爱那伙计。她愿意讨好他。她还接受了如何讨好他的训练。原来，如果说这种讨好要求她忘记自己的需要来满足他的需要的话，她正经常那样做的。她愿意那样做。如果她越担心不能使他兴奋，自己也就越难达到高潮的话，她觉得问题在自己身上。她害怕讲实话，怕承担自己性需要的责任。而且她明白这一点。只是接受现实要容易些。她处于双重的束缚之中：被动消极使她不能达到高潮，但积极主动也不好。要他摸弄她的阴蒂，或自己摸，甚至引着他的手摸，她觉得那样做好笑，难为情。即使她这样做了，但弄得她非常不舒服，以至她的性兴奋往往在告诉他或指示他怎样做的过

程中衰竭，化为乌有。剩下什么？到浴室去手淫？她也许这么干过；但发现那种做法感觉不舒服、孤独、寂寞、自欺欺人。怎么能在他达到性高潮后带着极乐的微笑而入睡时要他继续作爱呢？怎么能在他悠悠地放松时要他“干活”呢？——她觉得，也许是他或别的男人对她说过，使她达到高潮是“干活”。她怎么能对他说，她很沮丧，很失望，（更有甚者）很愤怒呢？因为她不能达到高潮而糟蹋这一美好的亲密的时光岂不是自私？不浪漫？撒泼？于是她对自己说，没关系。并提醒自己：她从他的阴茎插入中获得了温暖的亲密的感觉就够了。于是紧紧偎在他的怀里，设法进入梦乡。

叫她如此害怕的是什么呢？为什么她不能揪住男人的耳朵，说：“喂，你这笨猪，你知道这桩来不了的事弄得我束手无策吗？”一方面的原因是，变得放荡、好色为淑女所不齿，承认来不了又难为情；另一方面，她曾受到警告说，男人的自尊心是脆弱的。“要让他感到象一个男子汉。”“对他说，他是世上最好的情人，将来也是。”“蜜比醋要多逮苍蝇。”“不要扫兴。”要是她批评他，或开导他，而他不接受，不理解，那怎么办呢？要是弄得他阳痿了怎么办？更有甚者，如果他抛弃她，去找一个不怎么苛求的女人怎么办？

有时，她假装有了高潮。这样就使她摆脱了危境，使她对他更富有性吸引力（她这么想），也让他感觉好一些，“一个真正的男子汉”。这种伪装也是摆脱他，把他推开，让他停止的一个办法。但这是逃避的做法。她恨自己干这种事，而且她知道那样干实质上一无所获。

如果她下定决心要跟他一起达到高潮，她知道自己只有两种可行的选择。消极的选择：她告诉他怎样以及何时才能

使她兴奋，然后躺下去，接受他的恩惠，靠碰运气获得高潮。积极的选择：她可以武断些。爬到男人身上，或要他摸弄她的阴蒂，或自己也摸，或扭动身体，使之处于帮助男人的运动达到恰当地方的姿式，或自己作一些运动。然而上述无论那一种方法要想有成效，她必须与他达成默契。要谈心里话，要信任他，要知道他认为她是不错的——不管她是怎么样的人。双方商定努力争取同时进入高潮——性交时的高潮或任何高潮——也许需要在卧室里耍耍戏法，做一些令人尴尬的事。也许还需要只有最自信的女人才有勇气做到的大方和坦率。

要多长时间

性研究者金赛问2000多位妇女，在手淫时要多长时间达到性高潮。下面是回答：

1——3分钟	45%
4——5分钟	24%
6——10分钟	19%
10分钟以上	12%

我还从没遇到一个不偶尔假装高潮的女人。

——“丁”《世俗的女人》

6.人老色衰

起初，女人并不真正相信自己会衰老。十几岁时，二十几岁时，她蹦蹦跳跳，步履轻盈。青春似乎是不可枯竭的。但到了28、29岁，或30多岁时，她就感觉伤心了：她要变老了。事实了，她已在变老的过程中。意识到这一点，她

· 感到象被人猛击了一下那样痛苦。

衰老会是什么样子呢？她会变成什么样子？她明白，自己的容貌在以后的30年里要完成改变。容貌将会变成什么模样这个奥秘令人不寒而栗。她看了看她妈妈现在的样子，把她与当少女时照的像进行比较。这怎么可能呢？然而，她知道变化是千真万确的……这种变化也会发生在她身上。她想，男人的变化是有粗糙的特征皱纹，更富有性感。而女人的变化是皮肤皱巴巴的，象乌鸦脚，性感减少。这不公平！男人仍然能生儿育女，而女人则进入绝经期——生育的末日。这也不公平！她怎么能相信，她还被他（为任何人）所爱、被他所慕？

女人听说了许多事情：30岁时她的性欲要比20多岁时旺盛些，但过了绝经期，她的性兴趣就会下降。她想象着，在她到达某个年龄时，她的性冲动就会体面地消逝。想到老太婆“干那种事”，她可能产生反感。（然而老头子“干那种事”却不怎么可恶。）她妈妈还作爱么？这个问题似乎根本不必提。

危机四伏。眼角和嘴角会突然长出皱纹。如果她拔掉下巴上偶尔长出的一根发毛，马上就会再冒出两根。蜂窝组织会使她的大腿成稀粥。太阳，曾经是她的朋友，将会使她的皮肤象皮革，易生癌症。头上一旦发出白发，将会不可收拾地白下去。她的乳房将会松垂，阴毛逐渐稀少。啊，老天爷！如果她从小起就相信，容貌是使自己受人欢迎的关键。一旦美貌丧失，她怎么办呢？男人是不是转身就走？既然能找到一个乳房活泼抖擞的青春少女，为什么会要她？肌肉——年轻姑娘的那绷紧的肌肉有着巨大的威胁性。

然而，有趣的事发生了。

随着年龄的增大，衰老的威胁越来越不可怕。当她不知不觉地进入不惑和知天命之年时，她很可能发现衰老一点也不象她过去担心的那个样子。她愈是自信，就愈少为自己的象貌担忧。而更能够欣赏一位老妪——她自己——的成熟的升华的美。如果年龄愈大，她愈能证实自己有美貌之外的才干和吸引力，那么自信心就愈强。她了解到，绝经期不是末日。对许多女子来说（也许对她也一样），那是一种开端。热闪灼和其他绝经期症状也许会出乎意料地轻微，或根本就不出现。她可能在性方面更加自信，更了解自己的性反应和性需要。把这些东西对老头子讲时也就不会那么不好意思。不怕怀孕，没有避孕节育的麻烦和不便。她感到更自由。性交越多，她就越善于从性交中获得快乐。（马斯特斯和约翰逊发现，频繁性交使阴道保持年轻。）如果她仍然行手淫，仍然急于并频繁地与他作爱，她的性反应不会减少，一点也不会。实际上，如果男方能够随着年龄的增大而更善于延长性交前的抚摸，更乐于这种抚摸，女方的性反应就会加强。也许女人性欲被唤醒的时间要长一些（男人也一样）但她没有丧失在作爱时有性高潮或多次高潮的能力。

如果她绝经前的性生活是美满的、充实的，绝经后很有可能保持不变。反之亦然。如果她的性生活索然无味，令人不满意，性交是当作对一个相当无情的伴侣尽的义务去进行的，那么她就会欢迎绝经期的到来，把它当做不再性交的借口。如果她没有一个敏感的伴侣（或没有伴侣），她可能断言：性交根本没有那么重要。

有些巧合的是，决定一个女人在年龄增大时是否喜欢性

交的因素与决定她年轻时是否喜欢性交的因素一样。这些因素是：①她的态度（把性交和手淫看作自然的、有益的——她愈是泰然，性反映愈敏感），②她的健康状况（如果她在其他某方面感觉不佳，那么性欲也不可能旺盛），③敏感的细心的伴侣（与一个殷勤的、欣赏她的男伴作爱会提高她的自尊心），这个因素使任何年纪的人都动怀。

受压抑并遭否认也好，公开地欣赏玩味也好，女人的性欲是女人的一部分——从生到死，与男人一样。

“愉快的晚年”

现在我知道我该知道的事，我做我应做的事。如果你不喜欢我这样，那么，亲爱的，滚蛋吧！

——多罗西·帕克

这就象游泳。你会老得不能游泳吗？尤其是在你一直坚持游泳的情况下？

——罗塞特·赖兹《绝经期：积极的态度》

7. 她的性欲没有常数，也没有已知数

因此，女人的性感与男人的一样强烈。她会象他一样好色。她行手淫，有时到了入迷的地步。高潮是重要的。爱情是重要的。讨好他也是重要的。她对性交的兴趣和欲求能无限地持续下去。

然而她的性生活是分阶段、周期、日、时、分来过的。有些日子她感到饥饿，柔情绵绵，色欲荡漾。有些日子，就象简·奥茉莉所说的那样，“我喜欢看牙科医生——触觉太

强了。”有些日子，每个男人看上去都很舒服。也有些日子（持续数月或数年），性交对她不那么有趣。十足的讨厌事。还有些时候，她宁愿干活、看书，一个人独处。宁愿与15个柏拉图式的朋友痛饮啤酒，也不愿在床上与情侣傻笑。有时候，她喜欢偎依在他的怀里，看电视——温暖、舒适，含情脉脉。但是，请不要作爱。有时是有原因的：她完全沉浸在工作中，或心思完全用到小孩或一感情问题上去了。有时一点原因也没有。性感情莫明其妙地来来去去。今晚皓月当空，明夜漆黑一团。

亚历克斯·康福特写道：“避孕药能引起性欲的大起大落。女人体内的化学机制亦然。这种机制是周期性的，不同于男人，要经历更多的突然变化。”这些变化使她惊讶，困惑。当性感处于低潮时，她便烦恼，焦虑。尤其是当她与她爱恋的男人在一起时。她能明白这与他没有丝毫关系么？她有点害怕：性感一旦消失了，不会再回来。如果她（还有他）能知道性感会象海潮那样一定要回复，于事是有益的。

然而，她周围尽是压力，要她有性感，思色。如果情绪低落，硬要她打起精神，只能使她感到压抑，更加反感。许多杂志给女人出主意，教她们如何取悦男子。不用你帮忙。看一场黄色的，两个×级的电影：《十二个淫荡处女纵欲记》。呸！逛一逛杂货店，看看加堆满架子的色情书籍。废话！让一个男人在聚会时听她说猥亵的话。请不要惹我！她是说话算数的。上述种种主意都督促她去干，而且要干得更出色。于是她采取防守策略。滚开！她就是没有那个兴致。

性感回复时，往往如消逝时一样，匆匆而至，且没有多少明显的原因。她突然看着他——丈夫或情人——要干了。

有时，性感回复得较慢，较微妙——她要试试水深，要在丈夫身上寻找一个表示那个深深的由衷的了解仍然存在的标志。

一个女人一个味，各不相同。不能给她们定条条框框，不能把她们束缚起来。她的性欲永远是她的一部分。但它总是在变化。一辈子都在不断地变化，象她的情绪，她的外貌一样。

第八章 疾病与健康

1968年，当肯尼恩·弗曼博士（西雅图太平洋大学体育教授）开始研究运动对女子的影响时，有关这方面的知识非常贫乏，写下来只有几张纸，而且还要留下一些空白来打问号。那时谁也不知道，体育锻炼对男女身体的影响不同。弗曼及其后来者发现，一些从事强力体育活动——跑步，滑冰，体操，游泳以及芭蕾舞——的女人，其月经无规律，身体较瘦，心率较慢。

出现肌肉和心脏变化是不足为奇的，因为这些变化同样发生在积极参加体育活动的男人身上。然而，女人生殖周期的紊乱却意味着她们身上有某种在异性身上找不到与之相对应的东西。人们猜测说，体育锻炼显然能打破控制女子月经周期的激素平衡。

在弗曼1968年调查的妇女中，有17%的月经无规律，或根本没有月经。（1972年，他又作了同样的调查，结果一样。）1977年在加利福尼亚州女人谷奥林匹克训练营对女子赛跑运动员所作的一次类似的调查表明，30%的运动员在训练期间没有月经，尽管她们以前有有规律的月经。

这些发现在任何地方都没有成为极低的惹人注目的大标题。原因是“锻炼效应”似乎没有使所有的女人感到苦恼。此外，谁也没有确切地弄清楚发生这个现象的原因。研究者们还发现，因训练而发生月经紊乱的女人如果减轻训练强度，其月经周期便恢复正常。

鉴于运动的诸多益处以及体育锻炼在女人中越来越受欢迎，月经紊乱似乎是一个微不足道的副作用。因此，人们总是鼓励女人——还有男人——去摘取经常运动的成果。而且大多数女人的月经时间没有变化。

然而那些完全没有月经的女人——如所料那样——感到沮丧。其中一些人求助于不断研究这个问题的生理学家。虽然最近的研究工作（大多数由女科学家做）没有提出肯定的解答。但人们越来越怀疑身体脂肪与经常作大运动量锻炼的女人的月经紊乱有关。

脂肪约占一般女人体重的28%，占一般男人的18%。据说这种区别是由于雌激素为适应妊娠而造成的。易言之，雌激素从女人开始有月经时起就促使过多的脂肪在女人体内积聚起来，为日后妊娠的能量消耗作准备。这样，即使女人的饮食不能提供她的身体为维持妊娠——还有其后的哺乳——所需要的热量，其身上的脂肪储量也能补偿差额。

当脂肪的百分比下降时，——如在锻炼时——女人的身体就会作出反应。也就是说，没有足够的脂肪满足妊娠的能量需求。因此，也就不必产生月经了。

有些人不赞成身体脂肪这个解释。他们说，运动本身的压力就足以（至少是在一些女人身上是这样）打破控制月经周期的那种微妙的激素平衡。在赫尔辛基大学对马拉松选手

的调查表明，“运动压力”也影响男人，降低他们的睾丸激素水平，但没到干扰男人生殖能力即产精子的地步。

研究者们还发现，一些在初潮前便开始强力运动的姑娘直到17或18岁时才开始行经，虽然她们在其他方面都发育正常。

如果这些调查研究能说明什么问题的话，那就是，身体对饮食和运动的极端行为是敏感的。饮食和运动无论是太多还是太少都对身体有不良影响。

女人理想的体重

根据大都市人寿保险公司的计算，中等个头，年龄25岁或25岁以上的女人的理想体重是：

身高	体重	身高	重量
4' 11"	101—113	5' 5"	121—136
5' 0"	104—116	5' 6"	125—140
5' 1"	107—119	5' 7"	129—144
5' 2"	110—123	5' 8"	133—148
5' 3"	113—127	5' 9"	137—152
5' 4"	117—132	5' 10"	141—156

1. 营养、锻炼与体重

国家科学院食品与营养委员会以及国家研究理事会建议，一般女人（在23岁到50岁之间）一天要消耗2,000大卡热量以保证其基本生命活动——大脑活动，心脏跳动等——的进行，并提供日常活动需要的能量。使人体代谢机器运转所需要的热量中的85%来自碳水化合物。这些碳水化合物是

消化食物后得到的糖类和脂肪。其余15%来自蛋白质。蛋白质也提供各种组织的生长，修复和保养所需要的基本原料。

过多的热量——没有为身体燃烧尽的热量——转变成脂肪而储存起来。3500大卡热量变成1磅脂肪。只有两种方法可以控制这个过程。两种方法一起用最好。限制进食，女人——男人亦然——可以消除过多的脂肪。但是运动也能把脂肪变成葡萄糖，即给肌肉提供燃料的能量。

一个女人如果不是从小就患肥胖症，那么她通常在进入青春期几年后（20岁）便达到或接近理想的体重。体重如果没超过体形的要求，而且在用手揪臂、大腿或肚子上的皮肤时，手指之间夹起的脂肪不超过1英吋，则体重最理想。

医学营养家认为，女人若超过理想体重的20%，为过度肥胖。美国大约有30%的成年女人属于这个范围。吃得过多和缺乏运动是造成肥胖的两个罪犯。人体内的脂肪细胞的数量过了6岁后就不会明显增加。相反，单个脂肪细胞却随着体重增加而扩大。由于食物中没利用的碳水化合物和脂肪转变成脂肪球并以脂肪组织形式储存起来，单个脂肪细胞继续扩大。在女人身上，过多的脂肪通常淀积在臀部，臀上部，乳房和大腿上。运动会使这些脂肪溶化，但它不会从那一个具体的地方掉下来。因此，定位减肥是行不通的。脂肪几乎在任何有规律的强力运动中从人体的每一个地方一小点一小点地同时消失。比如，步行每小时燃烧200大卡，腿部和背部肌肉有节奏地收缩和放松，挤压下肢端的血脉，使血液流动。但步行不如跑步，游泳，骑自行车，跳绳或划船这些运动。后者如能不停顿地连续作30分钟，可以提高女人身体的温度，增加心跳和呼吸率，促使出汗，强迫肌肉使用更多的氧并燃烧

多的热量，从而增加血流。当然，这些运动的作用在男人身上也一样。

持续数个星期的有规律的强力运动会在人体内引起重要的变化。除了使脂肪燃烧外一开始时每周1磅（如果热量吸收不增加的话）——运动还使静止心跳率降低，使某些类型的高血压下降，增强肌肉消耗氧的能力，又不产生乳酸——使人感觉疲劳的化学物。

随着不断的运动，人的身体还会作出其他的调整。静止代谢率下降，伴随而来的是能量储备上升。供养肌肉和心脏的毛细管的直径扩大，从而使它们更出色地完成自己的任务。

这时，对我来说，跑步比生孩子更重要。对此，我想都没有想过。如果不能生孩子，我就收养一个。

——赛跑运动员伊丽莎白·安·贝莉《纽约时代》

大自然的创造者给男人以身体的力量 and 精神的坚韧，使他们能够面对严重的困苦；给女人以纤弱的身躯，外加一种天然的温柔和谦卑的羞怯，这使得女人适合娴静的生活。

——亚里士多德

营养与妊娠

在妊娠期间，女子的营养需要比在她一生中的任何时候变化都大。虽然她不必吃两个人的饭，但她的能量需要一天增加200到300大卡。妇科医生计算过，孕育一个婴儿需要40,000到75,000大卡的额外热量，还有额外的维生素B、D，

钙和铁。用人乳哺乳的妇女每天要900到1000大卡的额外热量。

营养专家建议，孕妇在妊娠期间每天消耗60克蛋白质——比不怀孕时多摄取约10克，以便给子宫和乳房的扩大额外血液的生产和胚胎本身提供建筑材料。

女人的脆弱

除开哺乳期和妊娠期，女人的营养与运动要求与男人的相似。总的说来，她的身体不象男人身体那样易遭岁月的磨蚀。女人的脆弱与其说是现实的，倒不如说是虚幻的。据统计，在人寿保险公司登记的64个具体死因的57个中，女人的死亡率比男人的低。在绝经期之前，女人得心脏衰竭症的可能性要比男人少3到4倍。不过，过了绝经期，女人死于心脏病的可能性会增加到与男人的相等。

对女人为何比男人活得久，比男人健康这个问题，人们提出了种种解释。有的说，女人承受的压力少。有的说，她们没有把男人的那种肉欲要求施加到自己身体上。但是科学家认为，“说到底，女人的力量在于她们的第二个染色体提供的基因和雌激素。男人是没有这第二个X染色体的。据一些报道说，冲洗女人所有组织的孕激素保护女人的身体，使之没有常常折磨男人的那种胆固醇沉积。女性染色体的组成防止这一类的遗传疾病：血友病、色盲以及一种营养不良症。

2. 性科疾病

女性雌激素和女性解剖有阴暗的一面。妇女继承了一些

男人没有的、影响器官和组织的小毛病和反常现象。

到达生儿育女年龄的妇女中，1/5 的在子宫中长有一块不正常的组织。在大多数情况下，这种子宫纤维瘤不会带来麻烦的，甚至在绝经期前后自行消失。但是当妇科医生发现这块瘤，并宣布说他查出一个赘瘤时，许多妇女便过度地惊慌。用医学的术语讲，任何肿块或赘生物都叫赘瘤，不一定是癌瘤。事实上，纤维赘瘤很少是恶性的。研究者们认为，这种赘瘤是子宫壁内一些对孕激素的敏感的平滑肌细胞的一种不正常的反应。这种现象在未生育孩子或生育孩子较晚的女人身上比在20多岁就怀孕的女人身上要常见些。

大多数的赘瘤不会长得比豌豆大。但在有些女人身上，纤维赘瘤大得惊人，引起月经失调，并造成疼痛和排尿困难。

由于孕激素刺激纤维赘瘤的生长，因此长有纤维赘瘤的女人不要用服避孕药来节育。最好定期请医生检查赘瘤。如果它长到引起疼痛或堵塞生殖道的地步，最好作手术切除瘤块，或切除整个子宫。

子宫切除术——往往是不必要的

子宫切除术是女人经受的最普通的手术。也是在美国列为第四位的手术，排在扁桃体切除术，赫尼亚修复术和胆囊切除术之后。凡患有子宫颈癌、子宫癌、巨大纤维赘瘤，或子宫脱垂的妇女均需作这种手术。据外科观察委员会——研究手术后的组织报告的医务小组估计，有1/3的子宫切除术是不必要的，而这些不必要的手术大多数是为切除赘瘤而作的。这些赘瘤实际上不必切除，因为它们没有造

成危害。

一女人如果长有纤维赘瘤，但不受其折磨，或赘瘤不妨碍她怀孕（如果她想怀孕的话），那么就没有道理把它用手术切除（更不用子宫了。）

尽管如此，一些外科医生仍提倡作子宫切除术，尤其是当长有纤维赘瘤的妇女过了生儿育女的年龄或不想再生孩子时。他们的理由娓娓动人：手术不会影响性交快感，也不会加速衰老或引起绝经，却有助于防止子宫颈癌和子宫癌，消除月经的麻烦，及其伴随的疼痛和腹痛，并将怀孕的危险降到零。这是一份颇动人的宣传广告。就其本身来说，在技术上是没有什么错误的。所以许多女人踊跃作手术，毫不犹豫地面对手术可能带来的危险，不顾她们没有一点毛病这个事实。

这个手术通常是在腹部切一开口来进行的。有时候，如果子宫因疾病而扩张太大，医生可通过阴道将其切除。医生把子宫与输卵管及周围的组织分开，使子宫颈脱离与阴道的连接。

在有些情况下，即使作子宫切除手术的妇女在其卵巢内没有病变迹象。医生也建议将其与子宫一起切除。有些外科医生说，作这种两侧卵巢切除术的理由是，没有子宫，女人便不能怀孕。因此她没有必要从卵巢产卵，而卵巢说不定哪天会癌变的。这听起来象倒推逻辑。但外科医生过去建议，现在仍在建议，切除卵巢是一种防止卵巢癌的方法。许多女人也接受她们的外科医生的劝告。

一旦卵巢被切除，女人不仅不产卵，而且孕激素突然下降。如果她在手术前还没有开始她的“生命变化”，那么手

术后就会开始。为了使绝经期的热闪灼及其他身体症状降到最低限度，医生给这些女人作孕激素替换治疗。这是一种颇有争论的疗法，因为按“替换”剂量服用的人工合成激素与乳房癌和胆囊疾病有关联。

如果外科医生用来说服妇女作子宫切除术的逻辑被推绎到极端，他说不定会在给妇女作子宫和卵巢手术时劝她把胆囊和乳房一起切除。这样做未免把逻辑推绎过分。即使最热情的外科医生也难找到愿意被切除到这种地步的病人。然而，成千上万的妇女根本没有正当的医学道理就被作了子宫切除术。如果目前的这种手术率发展下去，现在65岁以下的女人有一半在到65岁时就会作了这种手术。

如果是癌症（或纤维赘瘤太大），手术当然是必要的。除非找到其他有效的措施，这种手术方法就要一直用下去。同样，卵巢癌也是切除卵巢的唯一正当的理由。不过，也可只切除一个卵巢——如果发现这个卵巢藏有一个可能发展成癌的囊肿，或因脓肿而扩大的话。

有些医疗方法莫名其妙地推广开来，越来越受欢迎。子宫切除术正处在一股热潮的顶峰。

——亚瑟博士和斯图亚特·弗兰克博士《小姐》

3. 与吸毒有关的疾病

在40年代中期到70年代初之间，千百万孕妇都服用一种称作乙稀雌酚的药物（简称DES）。这种药后来似幽灵再现

折磨着这些孕妇的孩子，也困扰着给它开绿灯的医学界。

DES是在为防止流产而在怀孕期间服用它的妇女们的 女儿 身上引起宫颈癌和阴道癌的罪魁祸首。这种药是一种人工合成雌激素。40年代，医学界发现它能有效地帮助在妊娠头3个月有过流产史的孕妇平安怀胎到期，生下看上去挺健康的婴儿。

DES的摧残作用大约在孩子出生后10到20年便爆发出来，但是最年轻的一个牺牲品死于阴道癌时才8岁。这种延发性——从服药（不伤害母亲）到引起疾病——使DES成了一种远比使胎儿发生畸性的镇静剂恶毒的药物。最近的研究结果业已表明，这种药的影响不限于女人。凡母亲服用DES的男人不是阴茎过小，睾丸太小，就是储精管里有包囊。只是在男人身上还没有发现与这种药物有关的象癌症一类的严重疾病。

一直在研究孕妇服用的或接触到的药物和其它物质的作用影响的医生们发现，抽烟不仅减少婴儿的出生体重，还增加婴儿早产或流产的危险。

抽烟还引起绝经期提前。在对女性抽烟者的调查中，研究者们发现，她们的孕激素一般要比不抽烟的女人早一到两年衰竭。烟草中的尼古丁可能影响控制孕激素分泌的大脑的雌激素，也可能是影响卵巢本身的雌激素分泌。然而，这种因果机制还没有被证实。抽烟也可能是以其它某种完全不同的方式导致提前绝经的。

月经不调

大多数的妇女都有过不正常的月经流血的经历。有的是

流血太多。有的是一点血没有。后者通常是怀孕的标志，但也可能是雌激素不平衡或因强力运动引起的“锻炼效应”。避孕药中的人工合成激素在长期服用后会引起经闭。但是在大多数情况下，在女人停服避孕药后的1年内，月经便恢复正常。

由于情绪能够影响控制月经周期的大脑激素，因此，处于精神压力之下的女人发生紊乱现象也是比较正常的。无规律的或过多的出血可能是癌症的警告信号。所以有这种症状的女人应作妇科检查。

女人生殖道的异常出血并非都是显而易见的。至少有一种是内部出血。它引起疼痛，但看不见出血。这种情况发生在受精卵在输卵管外驻留下来，或者掉进骨盆腔，而不是按它应该做的那样在子宫正常着床时。称作异位怀孕。在这种怀孕中，受精卵长得很大，使输卵管破裂，引起疼痛，并造成内出血。因此往往需要作紧急手术。

一旦发现异位怀孕或输卵管怀孕，外科医生可能不得不结扎被损坏的输卵管。这样便能有效地切断受影响的卵巢的卵子输出。但是女人仍然可以怀孕，因为两边的卵巢通常是轮流排卵的。这个月这一边的卵巢产一个卵子，下个月另一边的卵巢再产一个卵子。

阴道炎

古希腊人把女人的大多数疾病都归咎于子宫。这是不对的，至少今天的妇科医生是这么认为的。到医院治疗阴道感染的女人要比治疗其他毛病的女人多。

阴道感染称为阴道炎。它引起阴道排液、疼痛、发痒、

性交疼痛。有时还使排尿疼痛。经常造成这些毛病的有机体是阴道环境的正常居民，其中包括一些细菌和酵母。它们生活在复盖阴道壁的湿润黑暗的分泌物里。

有时，单是性交——阴茎摩擦阴道壁——就足以从壁上擦下细胞，使细菌往壁层钻得更深，然后在里面发展起来，有增无减。有时候，细菌繁殖下降。这种情况不是因服口服抗生素、治疗身上其它地方感染引起的，就是过于频繁地灌洗阴道，导致酵母胞繁殖，从而引起阴道炎。细菌和酵母感染可以用分别抵抗有关的生物体的药物来治疗。

马桶坐圈，脏物粪便以及他人的毛巾和浴巾都可以使你的阴道感染。健康状况不好时尤其容易感染。从未发生过性交的女人也会发生感染，但积极的性生活也可能帮助传播细菌，增加感染的危险。

——赫尔斯赖特《阴道感染种种》

花柳病

与阴道炎不一样，花柳病可以传染。淋病（最普通的花柳病）是18世纪以前由希腊医生加伦命名的。他把男人身上的这种由疾病引起的排泄物误认为是不由自主的流精。这一混淆在后来几个世纪中得以澄清。现在人们都知道淋病产生于一种由咖啡豆形状的细菌引起的感染。这种细菌通过性交而传染。

女人在感染上这些细菌后7到8天左右，便自阴道内排出一种乳白色的物质。出现这个症状时，排尿可能有、也可能没有疼痛感。如果不用对症的抗菌药物制止，这种病会进入潜伏期亦曰慢性期。在这个期间里，女人没有进一步的症

状，但是能把细菌传染给性伙伴。

淋病可在这种静息期保持数年。要不就活化，向上发展，进入子宫的输卵管，在里面造成瘢痕，最终引起不育。

梅毒比淋病较少见，但要严重很多。如果不予治疗将会损坏女人的心脏、血脉和大脑。梅毒的最初迹象是阴门里、或阴道壁上、或子宫颈上有一无痛的溃疡。它不经治疗就可消失。但这不意味着病就没有了。过了几个星期后当染毒的女人的身体大部分突然出现疹时，那么病的第二阶段就开始了。在这阶段可能伴有发烧，腺肿胀，浑身疼痛等症状（如在男人身上的症状一样）。如果听任病情发展，螺旋锥形的生物就会进入潜伏期或隐性期。在几年的时期内，它会慢慢地但是不可挽回地摧毁心血管和中枢神经系统。青霉素以及几种其他的抗菌素可用来治疗梅毒和淋病。

另一种盛行的花柳病是生殖器疱疹。它是由与引起常见的小水疮或面疱疹的那种病毒相似的一种病毒引起的。症状是女阴上有疼痛的水泡，腹股沟腺肿胀，浑身疲倦。目前还没有什么疗法能抗这种病毒。这些水泡要数星期或数月才能完全消失。但不久它们又莫名其妙地出现了。一个人一旦染上这种病毒，他或她可能一辈子带着这种病毒，但非总是传染性的。只有当病毒处在活跃期，即当水疮看得见时才会传染。

膀胱炎

细菌可以通过女人的阴道上面的尿道口进入体内。尿道口通过一短管——尿道——与膀胱相连。细菌最终在那里安家落户，引起一种称作膀胱炎的感染。女人要比男人容易患

这种感染。原因有两个。第一，女人的尿道比男人的短得多，所以细菌能在两次排尿之间爬到膀胱（在男人身上，尿道很长，细菌还没到达膀胱。开始繁殖，尿流就把它冲走了。）第二，女人尿道口的位置使其恰好能受到来自肛门和阴道的细菌的污染。

4. 乳房手术

在侵扰女人的所有疾病中，最残酷的破坏形容的要数乳房癌了。在许多女人的心目中，乳房癌与毁形手术——乳房切除是同义的。在美国，每15个女人中有一个将不得不接受乳房切除术——除非能研制出一种治愈乳房癌的化学免疫药物。

乳房切除术有两种。一种叫根除乳房切除术，一种叫简单乳房切除术，视外科医生切除的组织大小而定。根除乳房切除术是20世纪初期发明的。作这种手术时，要把癌变的乳房、胸脯那一侧的直到肋骨处的肌肉，以及那一侧腋下的淋巴结全部切除。简单乳房切除术只是把乳房切除。还有一种乳房切除术，介于上述两种手术之间，称作有限根除乳房切除术。作这种手术时，只切除乳房和一些淋巴结，而保留肌肉。在做手术后可根据医生建议作放射治疗。

有时候，癌块很早就被发现。这时，患者和外科医生可能同意只将肿瘤切除，而保留乳房的其他部分。这种肿块的切除是有争议的。因为它可能漏掉相当多的癌细胞，足以发展成新的肿瘤，从而不得不再做一次手术。

整形外科医生最近发明了一种重建乳房手术。因为有些

患者想再要一个乳房，而且在身体上也能够接受一个乳房。借助另一个乳房的组织或一个硅植入物——这种硅植入物完全不同于医生不再使用的那种危险的硅注射剂——整形外科医生能够在乳房切除手术痊愈后遗留的皮肤下造出一个囊套。从囊套的开口中插入乳房组织或硅修补物。用取自另一个乳头或红色阴门组织的皮肉再做一个乳头。虽然新的乳房不十分正常，也没有原来的乳房那么敏感，但它确实给一些女人以恢复完整的感受。

缩小乳房的手术已有几十年的历史。一旦过多的乳房组织被切除，医生要重新调整乳头，使其处于适合缩小的乳房的、在解剖上正确的位置。乳房扩大术则是在乳房内置入一个硅袋以扩大乳房。15年前，人们就开始研制硅乳房。第一个植入物于1962年制成。现在仍然很适用。

最近几年，硅乳房经历多次改进。据最精确的计算，目前的型号是第四代。有一种是一个硅橡皮套，内有非常柔软的胶状硅，其重量与坚固性如正常乳房组织相同。另一种与这种基本上是一样的，只是套子没有预先填塞。可以将它卷成一个小管，通过一个1英吋的切口插到乳晕下面。然后再通过一个双重密封垫圈阀往里灌盐水，使其膨胀。阀门位置要定好，不能让它凸出。最后把切口缝上。

这两种型号的硅乳房都是安在正常的乳房肌肉的下面，不会影响正常的哺乳和乳房检查。估计有10万妇女有这种植入物。但是在有些妇女身上，在植入物周围形成的组织使其过紧地靠压胸壁。要不就是变硬而收缩，从而改变了植入物本身的位置。一些结果无论在医生还是在患者看来都是完全满意的，而另一些结果却是悲剧性的。有些女人弄得永

久畸形。

整个改变或部分改变人的解剖部位的可能性——不管是为疾病所伤害的部位，还是因基因致畸的部位——随着科学与医学对人体活动方式的详细深入的了解，正逐渐变成现实。根据这种了解，研究者们已能够制造无数的备用件——从髋关节到人造颈，从人工泪管到机械肾。然而，这些东西永远赶不上原始器官。

第九章 朋友

朋友是一个比丈夫、妻子、情人、兄弟、姐妹、父亲、母亲更大的词，因为它的意义包括所有这些词。它也可能很不幸，在这些词的定义中没有一席之地。相识的人可以称朋友；受到热爱的人也可以称朋友。

一个女人谈起离她而去的男人，会形容沮丧地说：“你知道，他不仅仅是我的情人。他是我最好的朋友。”一个结过几次婚、对妻子不诚实的男子，十分珍爱其中一个没有与之发生性关系的女人，他也得到她的珍爱。他们如此关心和爱护对方，却漫不经心地说他们“只是朋友”。与另一个女人同床共枕，同吃共住的女人被谨慎地称作“我的朋友。”一个除了毗邻外没有多少共同之处的邻居也称为朋友。朋友：一个流行的词。

友谊的根源和爱情的根源一样复杂、神秘、难以解释。（除非从语义学的角度分析，谁能将两者分开呢？）然而，有时两者又非常简单，比如，两人一起长大，又是同性，便有友谊。

首先，记忆中的人。最初是男孩，因为我住的地方没有

女孩伙伴。只有5个男孩。我和他们一起玩捉迷藏、爬葡萄架、游泳，和他们那样亲密无间，以致我们中的3个人一起进了医院。我们都患了小儿麻痹症。我们被安排在相邻的病房，这样，一有恐惧，我们能隔着走廊说话。其中，用不着把我们隔离开的；我们都患同样的病，性别也一样。我当然知道我是个女孩，他们是男孩——我们有时一丝不挂也在一起玩耍——但这是解剖学上的阴差阳错。不必嫉妒男性生殖器：尽管它解小便很方便，不用蹲着，但没有我的口。那样雅观。我当时还不知道那个东西叫阴道，好多年后也不知道。我早就知道什么叫“阴茎”，说得确切点，“花生米”。我们就是这样叫的。

后来，我们上学了，我们开始疏远了。课堂上，我们围着一张圆桌子坐，学习识字。下课休息时，我就和女孩子赛跑，男孩子和男孩子赛跑。什么把我们分开了？是老师？是我们意识到我在体力上再不能跟他们一争高下？也许是吧。但在课堂上我还可以跟他们竞争。也确实这样做了。可是课间休息时呢？我不得不跟南茜和雷一起玩。女孩子叫雷，真是奇怪的名字，但我不觉得奇怪，一点也没有什么可奇怪的；我还不知道名字也有男女之别呢。

就这样，我和雷、南茜一起玩捉迷藏、游泳、爬葡萄架，最后，我结识了蒂莉、鲁斯和另一个叫南茜的姑娘。我们发现了玩纸娃娃的游戏，并花很多时间用蜡笔给纸娃娃画衣服。我们这时已隐约意识到了性（但怎么意识到的呢？我记不起来了，它象染料一样渗进意识中），我们有时便试着碰舌头，但又模糊地意识到，这种行为是可恶的、堕落的，于是偷偷捂着嘴咯咯地笑。我们家乡是一个小城镇，离我

们的房子半英里远就是森林、草地，因此，身边带着纸娃娃，我们象当地的印地安人一样，象男孩子们一样，在森林、草地中漫游、玩耍——我们忽然间分成了两派。

不久，两派之间开始交往，只是不象过去那样。现在的情形是：男生从暗处跳出来，扑在我们身上，伸出嘴来想亲我们。我和鲁斯追赶比利，威胁着要剪破他的裤子。我们参加了女童子军。我们学着不用火柴生火，也学习摆餐桌，进行徒步旅行，还学配制细面条调料。我们的部队和我们的“兄弟”部队举行了一次舞会。我们给吓坏了。倒不是我们不会跳舞——男生也不会跳——而是因为“他们”得来请“我们”跳。就这么简单。我们是“被邀请者”，一下子变成了无能为力的人。两派结合了。

“妇女运动充满了愤怒，”一位男性作家说道。“也许是因为她们被排斥在男人早已熟悉的许多活动领域之外的缘故吧。”他没有说“你们”，因为是我在采访他，我工作的时候是没有性别的，无论是对我自己，还是对我与之谈话的任何人，都是如此。我们成了朋友。几个月后，我们一起看了一场电视转播的足球比赛。“这正是我们过去失去的，”我指着暂停时互相拍打着对方屁股的男人，突然说道。他不知道我在说什么。我也不知道。真的。因为我后来才意识到，妇女是一个团体，早就是一个团体了。她们拧在一起，目的不是在一个不是由我们创造的世界里去取胜，而是为了生存下去。

我想起了鲁斯买了一件乳罩，把我丢在后边的那一天；想起了我们逃学，跳到一家汽车修理铺的旧毛毯堆里坐着看《真实的忏悔和秘密》的那个周末；想起了我们同时发生的

痛经，还有我们在一起烫头发的情形。想起了我和鲁斯的男朋友第一次的正式跳舞，因为我跟自己的男朋友干了一架，没有舞伴，鲁斯便让她的男朋友陪我跳。她自己另外找了一个伴。想起了距此6年后赶去城里那间我将在那里结婚的公寓时，鲁斯说，“早就知道在你的婚礼上我会和你在一起，可就是没想到我会开车送你去举行婚礼。”我们都哭了。她给我写信时说，“我们对我们的女儿最大的愿望，是希望她们每一个人都会有一个象我们俩一样亲密无间的朋友。”大多数妇女都有过一个鲁斯。你问问就知道了。

正是因为记起了鲁斯，所有的鲁斯，妇女们才在意识到不能团结起来时，变得如此愤怒。我们只是在现在，在觉悟到“妇女会”是有力量的时候，我们才开始团结起来。若赋予其以政治含义，“妇女会”这个名称是很恰当的。但人们的印象似乎“妇女会”是个新名词。不，这个名词古已有之。

首先，妇女非常关心自己的身体特征的变化。我们有痛经，有经前紧张。从青春期一开始，我们就担心我们的生育力——性的影响对我们来说是实实在在的。男人不吞服我们的避孕药，也不放避孕环。男人没有流产；我们有。他们也不生孩子；我们生。

你说，这谁不知道。不，不是谁都知道的。只有女人才会知道。长期以来，当我们因身体的变化而发怒、或恐惧时，我们找谁？是女人！我们找别的女人。只有我们转而去爱她们的时候，你们才知道我们。即便没有怀孕的危险——如果我们没有生育力或绝育了——我们也会对把我们和你们区别开来的性别特征十分敏感，因为这些特征是这样地稍纵

即逝。乳房仿佛是一个奇特的交换品：我们比男人活得久。我们有多少人健康地活着呢？

有个人记起在一次晚宴上，另四个人起身去散步，把她和一个比她大好几岁的外国乡下女人留在了餐桌上，她们过去只是一面之交。那位年长的女人谈起了她的孩子。这是一次随意的晚宴闲聊。谈着谈着，她突然说，她万万没想到10年中要生6个孩子。可那时候没有避孕药，而那讨厌的子宫托又不好使。这位年轻的妇女没有孩子，她也不能生孩子，她也讲了不能生孩子的原因。其他人散步归来的时候，两个人正谈得亲近。这是女人谈到她们的身体时都有的那种亲近。很难想象两个男人会在喝杯咖的功夫里，就能如此推心置腹地无所不谈。这并不是说，女人的生命应该或者命中注定要拿她的身体作抵押。女人是行走的子宫（“要让她光着脚不断地怀着崽”）。这个概念如同紧箍咒限制着女子的自由。但是，女人确实也都知道自己身体的秘密——她们不能不知道——这就是女性的独特之处。正因为如此，她们成了性的纽带。

根据史密斯——罗森堡的一项研究，“（19世纪的）美国社会的特征在很大程度上表现为：在家庭内和作为整体的社会内，性别角色严格区分。这种区分导致男女情感上的隔阂。女儿和母亲的角色不知不觉地开始互相交替，同时，频繁的怀孕、生孩子、哺乳、绝经期等等，使妇女从肉体和情感上紧紧地结合在一起。”

史密斯—罗森堡女士的文章是对过去习惯做法的一个精彩记述。尽管两性活动都有增加，分隔男人和女人活动天地的樊篱在慢慢地被腐蚀，中等阶级的妇女开始终生进入

劳动市场（这以前是贫穷女性或单身女人的保留地），但是，在她的描述中许多现象仍然继续存在着。“有迹象表明，”她继续写道，“在当代的心理描写文学中，女性亲近和支持的网络一直延续至20世纪，不仅在少数民族和工人阶级团体中是这样，甚至在中等阶级中也是这样。”

是的。想想看，或回忆一下，50年代前的一般中等阶级的美国家庭中的情况吧。那是一个戏剧性场面：白天，呆在家里的都是女人。尽管她们中的许多人都是受过大学教育的，妻子却不工作。干工作的只是那些缺钱花的妇女。（一个结了婚的中产阶级妇女参加工作，不管出于什么原因，都是对她丈夫的收入的一记耳光），或者是那些单身女人（一般干教学或秘书之类的工作），或打零工的。晚上男人回到家里，电灯一亮，家里就象被谁用了一把巨大的叉子猛烈搅动了一样。可是，每周5天，从9点到5点，已婚妇女便生活在一个单性别的王国中。她们谈论的东西也许与12世纪的女人可能谈论的东西没有什么两样。与19世纪的也差不多。

因为，如果说一个男人——丈夫、父亲——就是他的城堡的国王的话，那他同时也是家庭的客人。家庭是属于女人的。管理那个女王国的责任她便与她的同僚们——她的女性朋友——协商讨论。如果那个家庭是三代同堂，那么，随时会有一个老一辈的女性出来传授她早先学到的理家之道。

一个单身女人——一个属于那一小撮真正称得上是全心全意为了工作的女人，显然过的是另外一种生活。这是说的单身女人，指的是超过了和父母住在一起的年龄的女人。然而事实是，大批的各年龄层次的妇女独身生活、买房子等等现象，还是新近才有的事。把她和她的朋友以及把她的朋友

和她联系起来的，并不是由于有某个男人出现于她们的生活中——那个女王国究竟是为谁而运转着的呢？——恰恰是由于没有他，生活中没有男人——尽管不一定是灾难，还不能受到欢迎——是与天理相悖的。

克莱尔·路茜在30年代写了一出戏，戏名叫《女人》。这出戏堪称是表现当时妇女生活的杰作。它反映了一群结婚的、离婚的和单身的女人的交往。他们平庸、肤浅（只有映照男人的那一面被反映出来）、愚昧，但是在长达40年的时间里，这出戏成了教育女人如何互相交往、互相影响的典范。劣货，地地道道的劣货。不过，它也确实在很小的程度上真实地反应了大多数美国妇女在本世纪相当一部分时间里的生活状况：她们是——借用黑人的话说——“老公”的附属物。这种二等公民地位的感觉，无论怎样地没有被意识到，都象鬼魂一样紧紧缠住妇女。人们认为，男人在危机时刻团结一致；而女人——她们在经济、社会和精神上从属于他人——总是处于危机中。

你也许会问，可是那时的女性友谊的性质与现在的女性友谊又有什么关系呢？关系大着呢。因为男人无法理解我们现在身在何处，甚至也许不知道我们将走向何处，除非他们明白了我们过去曾在何处。

我爱上了我的子宫，唯恐失去它。

——艾里克·琼《园丁》

1. 渴望光明

男人谈起女人的竞争性，认为她们互相骂对方是“赋

货”、“婊子养的”、“妖怪”。贱词用在贱人身上，含有动物（小动物）的含义。一个女人不是狮子，她是只小狗。是哪个人最先用这些词来描写女人的呢？或就此而言，来描写一个搞同性恋的人的呢？“他这个贱货，”即说的是他是个女人。男人被人骂成女人，真是奇耻大辱。是谁这样说的呢？人们怀疑，是一个女人。

还是谈竞争性吧。不错，女人是有竞争性的——在一个与新教伦理结下不解之缘的社会里，还能不竞争吗？——但是，如果说女人的竞争只限于女人之间的窝里斗的话，那是因为直到最近，她们中的多数人都一直被拒绝进入能够和男人一决雌雄的竞技场。就算她们进得了竞技场，就算她们年少时有幸进了学校，可上到10年级还不知开始躲避到公共汽车尾部的女孩，真是凤毛麟角，少之又少的。这种躲避部分是有意识的：“苍蝇有蜜不沾醋。”母亲的这一忠告中的醋也可以看作是指人的尖酸刻薄。另一部分是无意识的，千百年来把婚姻作为一个女人唯一合理的职业的习惯以及经济现象，都促使女人自动地屈从于男性权威。（这种现象至今仍然不太容易扭转过来。在一所刚开始招收男生的学院里，一名被一群愤怒的女权主义者诘问的记者注意到，每当教室里的几个男生中有人提问，那些喧叫不停、互相打断对方的女生便自动地平息下来，听“老大哥”讲话。）

但是，如果说结婚是女人唯一正当的职业，对男人来说又何尝不是如此。既然两性都要结婚，那么每个人大概都在寻找某个人；男女双方都同样怀有渴望。因此，如果有人以为女人古往今来都只追求难以捉摸的男性时才具有强烈的竞争性，这种想法就是一种一厢情愿的男性幻想，因为男人过

去不是，现在也仍然不是那样地难以捉摸。古往今来的大多数女人的确都需要一个丈夫或一个情夫，然而古往今来大多数的男人所需要的同样是一个妻子或一个情妇。一个女人上了二十七，八时找到了丈夫，她的那些还没有丈夫或情人的女性朋友就会产生被人抛弃的感觉，偶尔还伴有恐慌和妒忌。活动天地正在缩小，她自己又会找到谁呢？“人人都有秘而不言的道理，”一个女人说，“那就是：年纪轻轻就结婚，就如同上市天天就把货出了手一样。”毫无疑问，如果一个人既年纪轻轻又比较有吸引力（没有吸引力的男女的苦境完全是另一码事，而两性的境况又是一回事），其爱情生活往往就在旁人的被呼声中成长起来。

上帝创造了男人，发现他还不够孤独，便给了他一个女人作伴，使他更真切地感觉到寂寞。

——保尔·瓦雷里

然而，妇女所怀疑、甚至害怕的人，是那一个觊觎所有男人的女人，因为她对男性的追求暗示了她不喜欢同性。她不仅对其它女人与男人的关系构成威胁，还对她们的自尊心构成威胁。另一方面，男人也同样信不过那种公开表示喜欢女人陪伴的男人。卖俏的女人，喜欢围着女人转的男人，都被视为叛徒。弗朗西丝·唐纳森在她写的传记《温莎公爵》中，描述年轻的沃利斯·沃菲尔德，谈到她缺少女性朋友：“事实是沃利斯和小伙子们的交往过份成功了，因此没有人对她爱得真切。”

若两个女人追求同一个男人，或者，如果她们占有同一

个男人，那她们有时就成了非真非假的朋友。她们的友情来源于她们的软弱——她们毕竟是在等候同一个主人。谈论他，给那个强有力的人取名字，就是在减损他的力量。“她有新欢了，”在科利特写的《贞洁的和不贞洁的》一书中，一位名叫唐璜的色徒悲叹道。“《古代历史》把我的事情全抖给了那新欢。象他们那样互相之间毫无保留地把每样事情都说出来，真令人恶心！连我们怎样做爱她也讲出来，她把那事叫做‘暧昧史’，而且，自然还少不了要添油加醋地把它说成是纵欲。”

妇女们象她们的母亲当初评价真空吸尘器那样草率、漫不经心地评价性操作，这种评价令人沮丧。然而，它所表达的往往是愤怒而非吹嘘身体的能耐。伊丽莎白·泰勒最近说她现在的这个丈夫是“我有过的最出色的情人”。也许这与其说是对他的赞誉，还不如说是给他的5位前任的一记闷棍。两名麻省理工学院的学生将她们合作出版的一本指南书献给她们与之睡过觉的男人，这两个学生说，她们之所以这样做，是因为多年来男人们早就这么做了。她们借此提醒人们，温迪·沃登斯坦编写的《不同寻常的女人》一剧中，那段关于在芒特荷尔尤克的一群朋友的对话肮脏下流，不堪入耳。但在戏中的那个唯一在谈恋爱的人对有关她的未婚夫的性嗜好却只字不提。无论是男的还是女的，对男女风流之事往往从不提及。然而，事既发，必有其因。总而言之，能够谈论一种行为正是为了要把握住这种行为，而且承认性行为也不再是禁忌，因为性行为本身有没有法律或宗教的认可也无伤大雅了。

持家的竞争，最清洁的屋子，最好的食品以及一尘不染

的玻璃杯。女人大显身手的天地除了家里还有哪儿呢？

母性的竞争：“我儿子是医生、律师、牙医、总统……，我女儿是舞后、啦啦队长、优等学生。”在美国，一个人以其成就而为人所知。可是数百年来，对于大多数的妇女来说，她们可以为人称道的唯一成就就是她们的孩子。一个名叫维吉尼亚·伍尔夫的英国妇女写道：“无论何时，只要人们读到某一位了不起的男人有一位母亲的话，那么我认为我们就踏上了成为一个被人忘却的小说家，一个受压制的诗人的道路。”

关键在于：这—个世界反映另一个世界，两个世界都是赛场，只是千百年来，女人一直是活动在一个非常狭小的圈子里。

然而，她们正慢慢地进入那个大些的圈子。可以公正地说，在这个大圈子里她们与其他女人之间相互表现的行为跟20年前大不相同。诺拉·伊弗荣在《小姐》中的一篇采访记里说道，“年龄在五、六十岁开外并获得巨大成功的妇女持这样一种态度：我获得了成功，我同那些没有获得成功的人毫不相干……。对一个无所事事，不能获得我这样的成就的人，我毫不同情。我母亲（一名电影剧本作家）就有这种自命不凡的神态，隐藏在这种神态之下的，其实是无比的愤慨以及要同家庭妇女一见雌雄的决心。在她居住的那个社区就她一个人在外工作，周围的女人们免不了指责她不常和孩子们呆在一起，对此她非常敏感。她知道别的女人是那样看待她的。她的反应是疏远这些女人。我不觉得我目前认识的那些自认为或被认为成功者的妇女有那种距离，不过，我确实认为女人之间是极喜欢比高低的。”

有竞争，但又令人惊奇地互相依附。虽说女人们已经在那个大的赛场上活动，但她们在数量上远远不及男人，甚至常常只是象征性地出现在那里。因此，她们往往聚集在一起，很象黑人在从前全是白人的大学里所做的那样：为了获得保护，为了生存而聚集起来。同时，虽然妇女正学着在公共场合拿出她们在家里的活跃劲儿，但是许多人还是需要在公共场合中互相支持，互相声援。苏珊·布朗米勒在谈到她那本关于强奸问题的名叫《违背我们的意愿》的书受到公众欢迎时说，“我的书出版时，素不相识的女人对我的反应，与我过去对别的女人的态度没有什么两样。她们知道我总想做点儿什么。我对此事的关心远远超过我对我获得的名声的关心。这是我遇到的最美妙的事情。”

致力于唤起人们觉悟的团体曾经是由革命的干部所组成；妇女运动中的大多数理论家就是从她们当中产生的。在过去的几年中，她们已转而结成非正式的互相组织——打先锋是孤独的，而当你发现你比大多数男人超前三步时，你会更感孤独，因为你受的教育要你长大后成双成对地走进那个方舟。名正言顺的妇女联盟组织如雨后春笋般竞相组建。全国各地都建立有妇女活动中心，为妇女提供各种咨询服务；怎样找律师，怎样对付殴打妻子的丈夫。还有数以百计的妇女为妇女写书籍、小册子、手册等等。

或许在将来，这一类的组织也会象阑尾一样成为多余。但是在目前这种一般受过8年教育的男性的收入比一个受过大学教育的妇女的收入还高的状况未改变之前，这类组织还是必要的。至于这种特别的友谊是否能在这种特别的结果需要得到满足之后继续存在下去，目前尚有争议。商务部长朱

厄尼塔·克雷普斯说，“我想尽力做到象一名男人一样地普普通通。”如果这一点如愿以偿，如果公然带有性歧视的言辞——就象一位记者偶然旁听到的，两位《纽约时报》记者谈论一名女性时说的那样，“她的乳头在力量的面前皱缩。”——为不带性别的侮辱或赞美取代时，妇女就会停止其防卫团体的活动。当然，目前许多处在工作环境中的妇女所以互为朋友，仅仅因为她们懂得这样做是上策。

一件轶事：几年前，有位作家采访民权运动的一位直言不讳的领导人。这位领导人一番议论白人的话使她深感震惊。她向一位黑人朋友讲起了这次采访，没想到这位黑人朋友的话使她又一次感到震惊。“我真高兴你听到了那番话。真高兴他说了那番话。因为的确也该让你们知道知道我们是有多愤怒的了”。对于面临象弹头一样打进医院、学校等单位的女子的男人来说，也到了洗耳恭听的时候了。讨论女性友谊的时候多少露点儿诗意进去，那是令人惬意的。“女性友谊”这种说法很有点19世纪的味儿。然而事实是，今天许多女性友谊根植于一种实在的、然而有时却不被承认的愤怒和由之而来的醒悟：团结就是力量。

2. 惧怕女权运动

当然，现在有许多妇女对其他许多妇女很气愤。例如，关于《平等权力修正案》的争论完全不同于美国的其它政治性斗争。这是因为它既不是民族派别之间，也不是民主党和保守党之间关于政府对什么事情该不该承担责任的争论，而是一场决定个人应对什么承担责任的争论。在那个极其简短

的修正案中有一个含糊的观点。这就是：有同等权力的人也有同等的义务。它没有规定男性和女性的地位，反而废除了此类规定。这就是为什么女人比男人更明显地感到它的威胁的缘故。一位激进的女权主义者在一次接受记者采访时说，

“许多家庭妇女对我们女权主义者很气愤。长期以来，她们认为自己一向是做正经女人，而现在连新闻杂志也不断地说，她们不是。真正做得对的是我们女权主义者。要承认自己25年来所作所为是错误的很不容易。而要从家庭里迈出第一步则更难。”当采访者向她指出25年前妇女没有选择的余地这一点时，她回答说：“不错，她们是没有选择余地。可是她们的女儿们现在有。”

这样，有些妇女受到女权主义的威胁。她们也受到其他妇女的成功的威胁？吗答案毫无疑问是肯定的。然而，受威胁的不一定光是这些妇女。男人就不受其他男人的成功的威胁吗？人们不知多少次读到过这样的故事：一个男人爬上树躲避一个老同学，因为自己是卖鞋子的，而他的朋友是一家公司的董事。职业嫉妒有什么明显的性别特征呢？只有一点：很少有妇女能有机会感到这一点。一个女人一旦从另一个女人的成就给予她的最初快乐中恢复过来，她的第二感觉必然是渴望自己也能有所作为。接下来，她的第三个感觉必然是愤怒或沮丧，或嫉妒——如果她不能获得成功的话。或许，如用“另一性”取代“对立性”，大家就不会那么急于把对某些场合的反应归于某人的性别，而更多的是倾向于把这些反应归于——按理如此——他（或她）的人性吧。

然而，若认为除了第二性特征外，男女基本上是一样的，那是一知半解。大家知道，他们并不一样。这不仅是因

为环境、条件、以及不同的期望或不同的肌肉组织和不同的身体脂肪的分布在男女身上引起不同的变化，还因为男女在生理和心理上有差异。在一个非常真实的意义上说，我们都是荷尔蒙的人质。如果否认它的力量，就甭谈什么友谊——不管是女人之间的友谊还是男女之间的友谊。

例如，几年前，在纽约市，当女警察与男警察一道值勤时，这些男警察的妻子们发出一片悲鸣。请看下面的景象：街上犯案，警车停遍全城，警笛声落，灯光熄灭，身着蓝服的小伙子和姑娘坐在后座里。男女警察笑哈哈。他们说，在胡同小巷里追捕凶犯时，你决不会想到性。你说的是（一些警察补充说）那女警察跑得够不够快。若给男女分派一项工作，性别的差异往往由于共同的目标而消失。只是在工作不平等时，旧的规则才会冒头——“我——堂堂男子汉，你——无名小女人。”随着男女工作地位的接近并且当他们一起努力解决工作问题时，那种无论妻子或丈夫均无需视作对他们的婚姻一种威胁的友谊关系就会增多。许多人确实有这种友谊。但是，这种友谊还没有成为规则。古代男女对伴侣与异性的友谊不信任不是出自嫉妒心，而是出自防卫自己领域的本能：一种健康的、直觉的、下意识的保卫自己的领土的欲望。当一男人和一女人是同事——真正意义上的“同”——或是同一项目的运动员时（剧烈的体育运动既是一种性欲的发泄，又是与性非常不相干的。任何让男教练横坐在大腿上，自己汗流夹背地作仰卧起坐的女运动员都会证明这一点。）他们谈论的仅限于头或肌肉。一旦离开这些领域，他们又是有性别的人了。这时，除非他们出于某种原因要以无性人而相互交往，否则就会有产生一种力场的危险。

要是没有女人，我们诗人就会因孤独而死。我们结交男性朋友是为了能有人与我们一起谈论女人。

——威廉·巴特勒耶茨

3. 摆脱威胁

消除那一危险意味着消除人有赤裸裸的性欲的那一部分，或开渠筑道，将其引入调情的安全阀门。这就是为什么——至少是在目前——很少有妇女对男人的了解能象对同性的了解那样深的缘故。反之亦然。事情就是这样。多数妇女在肉体上不为别的女性所吸引。她们对别的妇女不抱浪漫的期望。她们同属一个性别，可以无拘无束，从容不迫，互相坦露自己的一切，包括性欲在内。可以随心所欲。除了想知道她们笑什么、谈论什么的男人外，没有人受到威胁。是这些男人受到威胁么？有时是。

这一下使我们把话题转到同性恋上来了。妇女也常与同性恋者谈笑。一位男性同性恋者在《小姐》杂志上撰文写道：“友谊就是友谊。不管是同性之间还是异性之间，只要排除了性行为的可能，友谊就没有区别。”没有区别，也就没有威胁。如果不是肩负使男同性恋者走上“正”道的神圣使命，他的女性朋友尽可放松，她的丈夫或情人也可以无忧无虑。事实上，每个人都可以把枕头垫得高高的，让同性恋者成为夫妇或恋爱者的第三个伙伴——当主角的关系变得沉闷时，他是一个活跃气氛的因素。至于他是一个女人的什么样的朋友，要看她想要什么和他是什么样的人。他是什么样的人这一点范围很广。他可以是一个与他人一样的凡夫俗

子，只是有自己的爱的嗜好（这是当今的说法）；也可以是那种特殊的老派人。

迄今，女性同性恋者还没有享受到同样的恩准，这大概是因为一个女人当她丈夫或情人晚上不在城里时便不能出去跳舞。还有一个原因是，即使多数女人能够出去，她们也不愿意出去。一个可以成为男性同性恋者的密友的女人不一定与一位女性同性恋者有同样密切的关系。发生性行为的可能性是有的，但不大。这种性行为对多数女人来说是不可想象的。更糟的是，这种性行为并非总是没有吸引力。结果便是害怕，紧张和一种经不得风雨的友谊——如果存在什么友谊的话。

正是对肉体的那种恐惧使得女人相互克制。有种说法认为，女人是吻别人、拥抱别人的人。如果她们拥抱或亲吻男人，此话不假。可是，你瞧瞧两个女人见面时亲吻的样子吧——她们根本不是在亲吻；那两片嘴唇是在刷空气。有个女子讲了这么一件事。有天晚上，她很寂寞、忧郁，躺在床上两眼泪汪汪的，无法入睡。在相邻的一个房间里睡着她的一位男性朋友。她想起床，叫他到她的床上来睡，要他象一只玩具熊一样让她抱在怀里，但不发生性行为，一直将她送入梦乡。她没有这样做。她断定这个要求会使他难堪，尽管她相信他会答应的。然而，不管她那样做了没有，重要的是，她有过这种念头。这一点之所以重要，是因为她做梦也不可能想到向一个女性朋友发出同样的请求。

对肉体接触的恐惧还阻止一个女人向别的女人充分地表示她是多么爱那女人，她也可能腼腆地说：“爱你”。然而，尽管说这话的人是指精神上的意义，而听者也理解为精

神上的意义，但这 3 个字在一个女人与另一个女人谈话时不容易从她口里跑出来。但是，对男人说这话却毫不费力，就象撒一把盐一样。

女性友谊还有一个障碍，它与忠贞有关。说得明显一点，是与对忠贞的误解有关。外出吃饭宁愿独饮烈酒而不愿与另一个女人共餐的女人日见稀少。“女人规则——指女人与男人的约会优先于她与其他女人的约会——已得到它应有的被人遗忘的下场。但仍有许多女人有把结婚或恋爱视为一个去了那里便不能返回的极地。眼睛老盯着她爱的男人，她无暇造访昔日的女友，除非他离家外出，或者她的朋友也有个提得起放得下的丈夫或情人。另一方面，一个被抛弃的女友害怕在 5 点钟或周末给他旧日的情人打电话会打破那罩着情侣的玻璃罩。于是便不打电话。随之而来的是沉默，沉默。于是，大家都孤独，寂寞。造成这一常见情形的原因不是女人把她们的女友看作对她们夫妻的威胁，而是害怕与女友保持关系会冒犯男方。对过去的忠诚常莫名奇妙地被误解为对现在的背叛。

然而，妇女对将自己隔离开来的这种倾向已越来越敏感（有时社会并没有给她们修建围栏，而女人自己却动手修一道）并越来越强烈地反抗这一倾向。这部分地是由于她们的自信心增强了。同时也由于随着她们有了更多的选择并利用了这些选择，她们除了有几时的朋友，学友，共用一辆车的车友和丈夫的朋友的妻子为友外，还在结交新的女性朋友。谈话的范围更广泛，不仅限于家庭琐事了，因而与女友有了更多的关系。在科莱特写给朋友玛格丽特·莫雷诺的诸多信中，有一封谈到她的最新的情人（也是最后一个丈夫）。这

封信所表达的那种亲密劲，那种信任、和那种毫无保留的爱使之成为女性友谊的一个光辉典范。“噢，玛格丽特！一切多么奇怪！我吻你。何时能见到你？我不知道。但我一定要见你。我不能不见你啊！我开始感觉到了人从高塔上跳下的那种信心。这些人在空中停留一刹那，那是一个非常惬意的、非常神奇的区域，他们在那里感觉不到痛苦。吻你，亲爱的。”

这种友谊在她们结婚后仍然保持着。她们有她们各自的性欲，有含意相同的一切。但她们也有自己的工作，自己的才智：一个是伟大的作家，一个是了不起的演员。把她们联系起来的绝不是性。她们的共同兴趣便是操持家务、养育孩子和做所谓的女伴——她们做到了这一切——黯然失色。她们之间的友谊，以其广泛的多样性而堪与男性的同样友谊媲美。一个男人与一个女人能有与之匹敌的友谊吗？当然，有时会有。将来有一天还会有许多。但是，女人会象过去一样保持互相间的特殊关系吗？男人能吗？即是说，两性能有两个天地吗？人们希望如此。因为我们生活的天地越多，我们的生活就越丰富多彩。一个家庭如果只有哥哥没有弟弟，只有姐姐没有妹妹，这个家就缺少了什么。

没有任何东西象性一样妨碍友谊，没有什么东西象友谊一样妨碍性。
——埃里克·伯尔尼：《人类爱恋中的性》

朱莉亚

我有很多时间来考虑我对她的爱。这种爱是如此强烈和复杂，你不能简单地说它是一个姑娘对另一个姑娘的性渴望。然而这种爱是确

实存在的。我不知道是什么缘故，也从不关心。而现在它成了一种无目标的猜谜游戏。我们从未吻过对方。而这一点并不能证明什么。甚至当我在伦敦的一家殡仪馆里俯身吻那憔悴、干瘪得可怕的面孔时，使我害怕的也不是那可怕的伤疤；因为我从没有吻过她，我想，大概她不需要吻。所以，我只是摸了一下那张脸。

——莉莲·海尔曼《本来面目》

第十章 工作中的妇女

在小说《一个精神失常的家庭妇女的日记》的开始部分，就谈到了蒂娜·鲍尔泽来到了上东区一名精神病医生的诊室里。医生将她的几幅绘画摊开放在面前。他告诉她，油面到处都是“胎儿形状”和“粪便污迹”；这些东西表示对女子气的否定。她必须设法“消除要作这种煞费苦心的掩饰的欲望”。

对一个拿成为艺术家的梦想来换取在一家牙医所当招待的工作的未婚女人来说，这是一个面临现实的时刻。她气鼓鼓地在精神病医生的沙发上笔挺挺地坐着“可我不想消除这个欲望，”她喊起来，“我要当画家！”医生几乎连眼睛都没眨一下。“可是那恰恰是你不能办到的呀，”他简单地说道，“你必须干你能干的事，不是吗？”听了这些话，蒂娜·鲍尔泽温顺地往沙发上一靠，开始了使自己安于受婚姻和母性支配的生活的漫长历程。

上面的情景生动地再现了过去的情形。可以肯定，没有那个男人，无论是精神病学家还是干任何别的行业的，今天还会敦促一个妇女为了成为一个疯颠的家庭妇女而放弃谋求

一项职业的希望——同样可以肯定，即使有人这样做，也没有哪个妇女会听他的。他会吗？她会吗？

老实说，自从休·考夫曼关于性角色的讽刺小说出版以来，妇女的生活已发生了剧烈的变化。其中的许多变化是由于近年来大量妇女加入劳动力大军引起的。女权运动使数百万妇女渴望比当家庭妇女更有出息。机会均等法已扫除她们前进道路上的许多障碍。连《平等权力修正案》的主要敌视者菲利斯·施拉夫利也对“同工同酬”的提法表示口头赞成。

几乎没有人——至少在公开的场合——对妇女争取事业成功的权力提出异议。但是，让我们来看看70年代末为《哈泼》杂志撰稿的小说家保尔·泰鲁是什么样的态度吧。他抱怨说，家庭妇女过去是看书；现在呢，她们写起书来了。这包轻蔑的话含有两层意思：过去，书是由不会写作的妇女来看；现在呢，书是由不会读的妇女来写。在《一个精神失常的家庭妇女的日记》出版10多年后，泰鲁那恩主的腔调与那位精神病医生的腔调何其相似。泰鲁不是一个行将就木的、天生脾气坏又爱争吵的人；相反，他是当代最有才华，最有影响的青年作家，那个腔调因而更显出其重要。泰鲁的评语并非象可能看上去的那样不那么常见。

纵观历史，好发议论的男人经常暗示女人的大脑和性器官的功能，可以相互交替。至少，许多男人暗示它们的作用是互相排斥的。小说家C.P.斯诺曾经评论说，女性在获得性满足时，常常就停止写作。这个观点妇女自己也并非完全不赞同。纽约一家报纸曾引用杰克琳·肯尼迪的话说，世上有两种女人：一种欲称雄世界的女人和一种欲称雄床上的女

人。显然，肯尼迪是把自己归于后者的。女人很少想到要问：为什么熊掌与鱼不能兼得？

过去10年最深刻的变化之一，自然是妇女已经认识到了，她们是能够既称雄床上又称雄世界的，而且更为重要的是，她们必须二者兼强。

阿瑟·海伦·叶格列西亚斯对保尔·泰鲁在《哈珀》上发表的评论作出了愤怒的反应。她在同一杂志上发表文章强烈地谴责泰鲁对妇女表现出的“不可思议的”恩主态度。其他的妇女在听到男人说她们的工作是一种性的替代物，一个欲遥还露的阉割情结，对她们的母性本能的一种否定时，再也不点头称是了。她们也不容许男人把她们的当作弗洛伊德称作的“阴茎羡慕说”的证明而不予重视。艾里克·琼对一位《花花公子》的采访人所说的话更接近事实，她说：

“我不认为我们真的羡慕那个器官。我们也没有必要羡慕它；有许多别的东西值得我们羡慕。我们可以羡慕男人比我们挣的钱还多；我们可以羡慕社会的结构只给男人带来好处；我们可以羡慕他们去餐馆满不在乎地大把花钱。妇女最终向人们公开了事实：工作是她们生活中的一个必不可少的重要组成部分。各个年龄的妇女都投身于工作中，好象她们的生命赖于工作。事实也正是这样的。

从某种意义上讲，妇女中一直就存在着强烈的工作欲望，在她们从事专业工作时，她们往往竭尽全力，忍受着无数的危险。小说家玛莉·安·伊万斯采用假名乔治·爱略特，为的是确保她的作品得到人们公正的评价。画家罗莎·博赖尔把自己打扮成一个小伙子，为的是能够和学艺术的男人一起学习。外科医生伊丽莎白·伯莱克威尔忍受了如狂风

暴雨袭来的充满仇恨的信件的打击和一群在她的医院外面舞着铁铲、铁铤的暴徒的恐吓。诗人西尔维亚·普拉斯在一间没有暖气设备的屋子里，4点就起床，为的是在自己的孩子们醒来之前能有4个钟点的时间来写作。在某种程度上，妇女一直就渴望着工作。然而，直到不久前，妇女工作的愿望只有在国家出现危急时刻才被认为是可以接受的。在危机时刻，如南北战争和第一、二次世界大战期间，妇女被鼓励参加工作。几百万妇女非常愉快地参加了工作。1943年，战争人力委员会开始了一项雄心勃勃的运动，动员妇女从事认为与国防至关重要的工作。该委员会利用报纸和广播作广告，甚至在地方剧院放映10分钟的影片。有一块户外告示牌上写到：

我能为前线的胜利做什么？

如果你钉过纽扣，或使过缝钮机锁过扣眼，

你就可以学会焊接飞机零件。

如果你曾在厨房里使过搅拌器，

你就能学会开动一台钻床。

如果你曾严格按糕点制法步骤制做糕点，

你就可以学会装填炮弹。

由于战争人力委员会和其他机构的努力，二次大战间参加工作的妇女的比例上升了25%，超过了过去40年中的增长总数。妇女当上了搬运工、制造精密机床的机工、高架起重机的机手，她们的工资提高了，并开始壮大了工会队伍。但是战争一结束，她们往往就成了“最后受雇，最先解雇”的人。在创立“妇女地位委员会”时，约翰·弗·肯尼迪说：

“每当一个国家处于艰难时刻，许多出色的工作都是妇女干的。然而，一当恢复了和平，她们就被看作象一群多余的

人，不让她们的潜力得到应有的发挥。”二次世界大战后，妇女被迫回到家里，尽力在烧饭做菜中、在打扫清洁卫生中、在照料家庭中寻求满足。

但对许多妇女来说，哪种满足的结果也难以捉摸。别的不说，战后的工艺技术员提供了一系列新发明来简化她们的劳动；结果，许多妇女不再感到自己是家庭中不可缺少的人了。其他妇女，包括许多有大学文凭的妇女，则觉得家务劳动丢人现眼。在一个屠夫的围腰上，有一句几年前就风行起来的话：“我读4年大学就为了这个吗？”

1963年，《秘密的女性》的出版犹如晴天霹雳震撼了全国。贝蒂·弗里丹写道，在美国各地，妇女遭受着那“无名问题”的折磨。显然其根源很复杂，但那个问题纯粹是妇女对传统上标为他们的某种工作的深深不满。“每个郊区的家庭妇女都是独自奋斗，”弗里丹说。她铺床、买食品、给家具外套配饰料、开汽车、晚上躺在丈夫身边，她在做这一切时，她甚至在心里也不敢问自己：“这就是一切吗？”

他描述了无数受家庭束缚的妇女的生活的空虚苦恼后，弗里丹断定，妇女感觉自己存在的唯一方法就是“依靠自己的创造性工作。”

《女性的秘密》作为女权运动的一本指导手册帮助带来了许多变化。数百万妇女迅猛加入劳力大军便是其中最重要的变化。劳工部报告说，1978年妇女占劳动力的41%，预计将来妇女所占的比例会更大；劳工部报告说，16岁以上的女性90%将会在她们生活中的某个时刻参加家庭以外的工作，将会涌现许多女工程师、女飞行员、叉式升降机女机手，还

穿着开裆裤的小女孩将会一边看《女警》电视片，一边玩玩具女医生和女宇航员。从前——就说在还没有谁听说过什么汉堡牛肉搅碎机或《平等权力修正案》的时候吧——妇女参加工作是一种当国家别无选择时才能容忍的越轨行为。如今，妇女参加工作乃司空见惯。

可是你会让你兄弟讨这样一个老婆吗？

美利坚合众国现在充分认识到，工作妇女是我们国家中的一个正常现象——而不是什么稀奇的玩意。工作妇女本质上与其他妇女并没有很大的不同。

很少有什么工作是真正用到男性生殖器或女性生殖器的。

——弗洛·肯尼迪

无以名状的问题

年复一年，日复一日，老是一个样，什么结果也没有。其他人的生活，即使也会乏味无聊，但至少还有机会遇上什么事情……。可是上帝决意不让任何事情发生在她的身上。未来是一条漆工的长廊，只是在它的尽头才有一扇锁着的门。

——古斯塔夫·弗洛伯特《博瓦里夫人》

1. 干嘛要工作？

为什么有越来越多的妇女加入劳动力大军？在最近一期《哈佛商业评论》中，里纳·巴托斯总结了4个最普遍的理由，即：经济需要；第二工资来源；不能光围着锅灶转；要干点事业。

经济需要。许多未婚、离婚和丧偶妇女得靠工作来维持自己的孩子的生活；其他妇女工作是因为丈夫不能工作。

第二工资来源。如果琼斯夫人参加工作，要维持琼斯一家的生活就更困难。有第二收入，许多家庭就能够买得起高档冰箱、第二部汽车、就能穿越大梯顿山（位于美国怀俄明州西部）作度假旅行。

不能光围着锅台转。与男人一样，工作为妇女打开了一扇通向外界世界的窗口。美国报刊发行者协会向1000名妇女作了调查，询问她们，如果不干工作也能得到同样多的钱，他们会怎么想；60%人的回答说宁愿去工作而不愿呆在家里。这些妇女认为“生活不能只是围着锅台转。”

干点事业。越来越多的妇女把工作视为表现自我、认识自我的一个手段；对这些妇女来说，工作本身就是欢乐的源泉。

巴托斯女士的评论明确地反映了现在的妇女为什么坚持工作或努力寻找工作的其中一些最重要的原因。不过，单这些原因还不能说明全部真相。

就拿仅仅出于经济需要而工作的妇女来说吧。如巴托斯女士指出的那样，出于经济需要而工作的妇女。有许多是单身或离婚妇女。还有许多妇女是一家之长，截止1977年，以妇女为首的家庭有770万个，这是有史以来最高的记录、与人们流行的看法相反的是，这些妇女中没有一个仅仅是仅仅为了找“零用钱”而工作的；她们工作纯粹是为了生存。

这实际上意味着什么呢？首先，一个因为经济需要而工作的妇女离不开她的工作——为了保住工作，她愿意牺牲一切。在一次杂志记者采访中，因制作肯塔基油炸鸡而闻名的

桑德斯上校说，他总是尽量雇用有孩子的寡妇来他餐馆里当女招待，这部分是因为她们永远需要工作，而为了保住工作她们比别人更卖力。单身、离婚和丧偶的妇女还会为了加薪或晋级而拼命竞争，哪怕是和男人开展竞争也罢。如果她们没有获得她们认为自己应获得的报酬，她们会义愤填膺或感到受了欺骗。

我家不富裕，但我们过得很舒服，我真记不得曾有什么我极想要而不能得到的东西。所以，当我离开大学发现在大城市生活非常昂贵时，我十分吃惊。在我工作的第一年，我穷得有时连配双鞋底、看场电影、给朋友买生日礼物的钱都没有。真寒酸。很快，我就不顾一切地争取加薪和奖金。我过去从没有想到我会这样。对我来说，钱不再是钱了。它成了我生活中想要得到的一切东西的必由之路。

林·凯恩在她丈夫死后发现，工作对她来说比任何时候都更重要了。钱，她说，太重要了，要抚养两个孩子，而由于在战争中受伤，她丈夫的人生保险费也领不到了。工作对她来说有了特别的意义——在周围一切即将崩溃的时刻，工作为她建立了生活的支柱。“我一早就得起床，穿衣，去上班，”凯恩在《寡妇》里写道，“就是我情绪最低落的时候，当我受焦虑和恐惧煎熬的时候，也是工作给了我精神的支柱。总有某个地方是我可以寄托之地。无论我在世上如何孤独，总有一处是我的归宿。工作时，我的忧虑就消失了。不管是真实的还是想象的。”

未婚的工作妇女可能会发现自己处于双重的困境中。她可以选择继续过单身生活，以便能从事自己的职业，或过上比做一个郊区的家庭妇女更充实的生活。但是，由于历来妇

女的收入比男人的少，妇女可能会发现自己的生活方式将受其收入的严格限制。因此，她可能会考虑，要是他嫁给一个年收入有 5 万美元的可以弥补自己收入的法人律师，她的生活会不会阔绰些。

那些不必靠工作来维生的妇女怎样呢？时装设计师黛安娜·冯·弗斯腾伯格通过和菲亚特后嗣埃贡·冯·弗斯腾伯格的联姻获得了公爵夫人的称号。但她很快就发现她想从生活中得到的并不只是成为皇室的一员。这位年青的设计师告诉《游行》杂志的代理人帕姆说，她非常需要得到自由。“我想要自付个人的花销。我需要有自己的个性。我什么也不是——23岁，已婚，就因为我们有一个头衔，到处都有人邀请我们。我给人的形象是沉默寡言。我需要点什么，所以，我开始了工作。”尽管有时她渴望一个“替身女人”来代替她，但冯·弗斯腾伯格相信承受这些压力是值得的。多亏了我的工作，它给了我个性。

人们容易从外表来看待富裕的工作妇女的生活，并不把她们的当回事，认为那不过是富人们闲得无聊寻开心。但对许多妇女来说，寻找自己的工作的决定是难以忍受的个人苦恼的结果。琼·肯尼迪最近说明了她为什么离开丈夫，离开维吉利亚的麦克林的家而去波斯顿攻读教育学硕士学位。“我需要有自由来学习和音乐，”她说，“我需要在第一学期结束后能说，是的，我能行。这是一个试验。”对那些怀疑花两年时间来追求一张“白纸片”有什么价值的人，她说：“我知道我永远不会当一个四年级的教师，但我想得到那张小薄片将赋予我的可靠性。一旦我得到了它，我就不仅仅是琼·肯尼迪了。这对我这个岁数的许多妇女来说

是重要的。要是你进过研究院，才会有人听你。”

一个妇女想去外面工作，起初往往只不过是内心产生一种隐隐的骚动——某种自己也说不清的心神不安的感觉。有时，这种不安转变成身体上的症状。1970年，卫教福利部的一次调查发现，家庭妇女比工作妇女更容易生出一系列的小病症：紧张、失眠、头痛、头晕、目眩、做恶梦、心跳、手发抖、冒虚汗，等等。只有在经受了一次即将发生的神经分裂症兆时，工作妇女才感到日子比家庭妇女更难挨。但是，更多的家庭妇女实际上患有神经分裂症，而不仅仅是警告信号。

妇女参加工作后往往发现一项工作比一份股息更划算。由盖洛普民意测验组织所作的一次调查显示，在每10名参加工作的结婚妇女中，有4名说，她们领回家的工资在某些方面来说不如她们从工作中获得的“乐趣”、“满足”或“认可”重要。2/3的妇女说，她们如果不工作就闷得慌。（厄玛·邦贝克曾用相似的语调说，在判定“我并没有从用牙刷清扫镀铬龙头中获得满足”后，她便开始为辛迪加报纸专栏写文章。）有位女招待告诉红皮书调查组：“我在家里和儿子呆了3年，后来开始感到生活中还应该有点别的什么。而且，我们也确实很需要钱。这样我就当了招待。虽然不能说这工作使我满足，但它确实使我走进了人们中间，摆脱了自我，投身于工作中。”一位电脑程序编制员对民意调查人员说：“钱所以重要是因为我要供养父母，但是我热爱我的工作。如果我不工作，我的生活方式可能不会改变，但我的性格却肯定会变！”

当一个妇女的工作给家庭增添了第二收入时，她就会认

为她的贡献是重要的。但是，她又不愿去干那可能减少自己与丈夫和孩子呆在一起的时间的高薪工作。

我是广告美术家，我丈夫是工程师，他的收入使我得以拒绝分给我的许多我不真正感兴趣的工作。对此，我有时有一种愧疚感；我知道，我能够选择自己的工作环境，是一种享受，这种享受是因为我是个结了婚的、经济上有依靠的女人。男人可没有这样的选择。但是，只是为了挣我们不需要的钱，而去干我不喜欢的高薪工作，我决不愿意。

不足为奇，对于发现自己干的基本上是与男人相同的工作而收入比男人低的女人来说，钱变得格外重要。

我知道我的老板认为，因为我丈夫收入很高，我应该比别的一些人少一些报酬。他认为，我从需要养家糊口的男人手中拿走了钱。但我认为，我干活和男人一样卖力，而且干得同样漂亮。因此，应该获得同样的报酬。再说，我丈夫去年患过轻微的心脏病，这使我第一次想到可能有一天我得养家糊口。如果必须由我来养家的话，我想我应该有能力承担这个责任。

不管为什么工作，一个妇女往往发现一项工作带来许多意想不到的好处：给人安慰的工作节奏；令人愉快的一项接一项的工作；同事的友谊；自己正朝着一个比自我更大的同样工作着的意识；在迎接一个重要任务时感到的肾上腺素奔涌产生的快感。

还有呢，与在家庭中的表现不一样，她在工作中的表现可以得到客观的评价；有谁会称赞她的菜做得好吃，她的孩子有教养，她的丈夫比别人的更快活呢？然而，她却可以数出她挣得的奖金数目或她在一家公司工作时，因有成绩而获得

的加薪次数。最重要的是她从工作中获得了一种非常使人愉快的成就感；在一个建立在工作伦理观基础上的社会中，一项工作使两性都意识到自己可以在为人们高度重视的竞技场中立住脚根。

妇女为什么工作

和男人的原因一样。

——美国劳工部

工作妇女

1978年，美国所有成年妇女（16岁或以上）中初次达到半数的人参加家庭以外的工作。下面是美国妇女参加工作的人数和百分比

1978	42,300,000	50.4%
1970	31,300,000	43.2%
1960	23,000,000	37.4%
1950	17,900,000	33.0%
1940	13,800,000	28.9%

1978年的数字是美国劳工部当年七月份的初步统计结果。

纽约的伦理观

谋生已不再满足我。

工作还须创造生活。

——彼得·德鲁克《管理学》

收入差距

男人的薪水比女人的高出2/3。工作男人的年平均收入近13,500美元，工作妇女的年平均收入只有8,00美元左右。下面是同类工作中

男女的平均收入：

	女	男
专业性或技术性	11,077	16,939
管理	9,804	16,674
推销	6,272	14,586
零售	5,584	10,265
办事员	8,124	12,843
手工艺	7,765	12,469
操作	6,649	11,688
服务	5,840	10,036
劳工	9,613	10,104

2. 工作与女性

不过，两性对工作的看法历来至少有一点是不同的——这个不同与他们的工作和他们其它生活的关系有关。实际中，一个男人的自我形象的关键往往与他的工作直接相关；一个女人的自我形象的关键往往与其家庭和她的朋友息息相关。

我们现在来看看几年前由政府发起的对男女对待工作所持态度进行调查的结果吧。当5,000名已婚男子被问到他们生活最重要的组成部分是什么时，75%强的人的回答是“我的工作”。当5,000名已婚女子被问到同样的问题时，75%的回答是“我的家庭”。毫无疑问，许多妇女觉得别人要她们这样回答。另外一些妇女觉得自己的工作无足轻重。可能部分因为这些工作收入少，地位低的原故。要是让妇女有机会于工资较高，名声较大的工作，她们的态度会绝然不同。

一个妇女的下列议论在今日是很有代表性的：

我觉得作为一个州参议员的立法助手是极为愉快的，部分是因为它允许我帮助别人；我的工作主要是回答选民的来信。但在我干这项工作以前，我成天在家里和孩子在一起。如果你问我什么对我最重要，我会马上回答“孩子”。抚养孩子有很多小乐趣。比如说，我大儿子还是婴儿时，我经常喜欢俯在他身上，闻他的颈背。世间再没有比这更香甜、更美妙的味道了。直到今天，我仍然想不到有什么可与这相比的。为获得给来自东部的戈特罗克斯夫人多写几封信的机会就把它免了？没门！

有一份难度大、地位高的工作的妇女把工作看得比家庭重要。实际上往往不是这么回事。萨拉·鲁迪克和帕梅拉·丹尼尔斯为写一本叫《真相》的书向23位女艺术家、作家、科学家和学者询问，请她们谈谈她们的生活和工作。一位剧作家所作的评论很有代表性：

自从生了第一个孩子，我就把当好妈妈看作我的主要工作——虽然养家并不是我最初的理想，在当时来说，甚至还不是一个有意识的决定。我第一次知道自己怀孕时，我心里很乱，什么想法都有。首先感到的是大大松了口气。记得我当时想的是“现在我不必工作了。”这个想法我不愿告诉别人，甚至对自己也不承认。我终于没能利用我的训练、教育、我的才能，那些伟大的诺言也付之东流！幸运的是正当上了妈妈——我第一次生了一个女儿，快3年后又生了一个女儿——却是给人莫大快乐和满足的事。尽管我这个妈妈做得太勉强，我内心清楚，而且有把握从来还没有什么别的事情让我感到这样地满足、这样地自豪。

然而，这并不是说，多数妇女把工作和把家庭看成是互不相容的。可能一时会有这种感觉，但不会终身如此。几年前，一个民间组织作了一次调查，结果表明30岁以下的妇女中，3 / 5 的赞成婚姻、孩子、职业三者兼顾。其中许多人是盖尔·希伊所说的那种“延缓事业的抚育者”和“延缓抚育的进取者”。希伊说，第一组受调查的妇女为成家推迟就业；第二组的妇女是为就业推迟成家。两组的妇女都倾向于待到中年时，她们就得到了生活中最想得到的这两件东西。

3. 救救我

玛格丽特·米德在《男性和女性》一书中指出，每一个社会都为男女分别定下一些行为模式。这些行为模式可能因文化的不同而有异，但总有某种构模方式存在。在美国，人们历来认为女人弱，搬不动重物——重活往往由男人来干。但在新几内亚的阿拉佩什人中，妇女被视为是最适合搬重物的人，“因为她们的头比男人的硬”。米德认为，只有一种模式是一切文化所共有的。在每一个人类社会，年轻女人都要知道自己的角色是生儿育女，年轻男人都要知道他们的角色是为妇女和孩子提供食物。几百年来，这种基本模式一直没有变化：男人挣钱，女人烧饭。

一个年轻女人如何明白自己最重要的工作是做母亲的呢？什么是女人干的，什么不是女人干的；对这些东西最初的印象是在家里得到的——这些印象是女人的父亲经常作的一些议论的结果：

我从来不给婴儿换尿布。那是女人干的事……。

我不让丈夫进厨房。一个男人辛苦地干了一天，不该让他自己弄饭吃……。

教书适合女人干，因为在孩子上学后，她又可以教她的书……。

男人可以从日出干到日落，而女人的工作没完没了。

父母对她和她的兄弟的不同对待可能加深这些印象。当问一个小男孩到他长大后要干什么时，会说：“医生”、“律师”或“消防员”。小女孩被问到同样的问题，会说：“当妈妈”。父母听了这些回答往往会露出满意的微笑。一个男孩因此从小就知道自己将来有一天得有一个职业选择；一个小女孩从小就知道至少有一个职业——做母亲——已经为她选定了。

如今，这一切当然正在发生变化。但仍有许多妇女由于这些传统的影响而对工作充满着矛盾心理。

一方面，过去人们一直告诉妇女，她们的首要任务是做母亲。而妇女多半也想当妈妈。但另一方面，她可能没有结婚。或者即使结了婚她也明白自己不想仅仅围着丈夫、孩子转；她还想要点自己的东西。因此可以想象，结果是混乱。既想工作，又不想。既想在工作上有所成就，而又不过于成功，以免因此使自己孤立。有时，她对男人没有类似的烦恼而愤愤不平。她不明白男人有什么了不起的成就让他担心把女人给吓跑。

马蒂娜作的一项调查生动地说明了女人对成功态度的复杂性。在一次具有独创性的试验中，她要求中西部一所大学里的学生就各自性别中一位成功者写下假想的故事。女人被给予这样的提示：“第一学期期末考试后，安娜发现自己名

列医科班前茅。”在作出答复者中，女生有65%，男生有10%，对要求他们描述的那个学生做了消极的预测。安娜的回答是女人的典型回答之一。她故意把分打得很低。接下去的一个学期，她竭尽全力去帮助一个男生。他的分数上升了，她自己则被淘汰出了学校。后来，他们结了婚，她一心一意扑在小家庭上。别的女人强调说安娜不快活，咄咄逼人，未婚或说她冷酷而野心勃勃。

妇女对成功的可能性为什么反应如此消极呢？她们主要的担心是，如果她们干得太好了，别人会说她们“没女人气”。正如玛格丽特·米德所说：“作为一个成功的美国人无论其性别是男或女，每向前进一步都意味着作为一个女人而退化一步。”

妇女对成功真的那么神经过敏吗？妇女当然不会甘当败者。但结过婚的妇女都知道，工作上的成功并不能解脱持家的责任；卫生纸完了得有人去买，生水痘的孩子总得有个人去安慰，而这个人往往就是妻子。

过去几年来，女权运动已为职女打开许多职业的大门。但是，无论一个女人工作上干出什么名堂，她知道，家务事还是得由她来干。结婚的妇女有权去争取工作上的成就，只要她同时也成功地当好母亲。

女人自然想做一个了不起的母亲，正如男人希望孩子认为他是个了不起的父亲一样。但她知道既要干好工作，又当好妈妈有多么困难，而要是她没有干好这两件事，她又担心丈夫不再爱她。既担心孩子变坏，又担心自己被解雇。尽管有种种这些原因，妇女也可能不会对成功望而生畏。然而，她确实对成功又爱又恨。她想要成功，又不想为之付出太大

的代价。她也和男人一样害怕失败，然而，她同样又害怕成功。

我热爱我的工作，我也爱我的家。可有时我从办公室回到家里时，一想到还有那么多事要做，我真想哭！听到的总是“妈妈，妈妈，我的算术本找不到，”而不是“爸爸，爸爸，我的算术本找不到”。我丈夫工作也很辛苦，可他回到家可以放松放松。我却不能。

上面的一些情形已开始有了改变。随着更多的妇女参加工作，很多男人也开始系上围腰，卷起袖子来了。已有越来越多的人把家务看作夫妇共同承担的责任——这是一种对男女双方都有益的趋势。

妇女与工程学，一个女人的观点

上学时，我学过写字、读书，一点历史、地理，还有家庭经济学，打字是每个姑娘都需要掌握的一项技术，在等着生孩子前打发多余的光阴。这时就有人站出来问“你想干什么。”我说：“想当工程师！”“不，你只消学会做女人，改造、管理世界不是你们干的事，工程师是绝不会生孩子的，记住，亲爱的，你是个姑娘。”

——佩吉·西格《我要当工程师》

妇女与工程学，一个男人的观点

《神秘的女性》出版已经15年了。受过教育的妇女很清楚地知道她们能够成为工程师，正如她们对性高潮和财产权了如指掌一样。然而，1977年只有5%的工程学士学位授予给妇女（医学是18%，法学是22%，生物学是34%）。到1980年总数可达到10%，但就美国大学中男女人数比例而言，这仍然是微不足道的。

——塞缪尔·C·弗洛曼《哈珀》

4. 葆拉原则

如古罗马的双面神贾纳斯一样，对成功和失败怀着的双重恐惧构成了妇女获得事业成功的难以克服的障碍。这些障碍主要是内在的，但也有外在的障碍。

自60年代初以来，联邦和州的立法帮助减少了工作上的性别歧视。其中最重要的两项立法要算1963年的《同工同酬法》和1964年的《民权法》的第7条。前者规定，男女做基本上相同的工作应给予相同的报酬；后者禁止在招工时有人种、宗教、性别或民族歧视。另一具重大意义的事件发生在1973年1月18日。全美最大的私人雇主同意将3800万美元应付未付之薪和加薪付给那些据说曾受到过歧视的妇女，同时制定雇用妇女和少数民族成员的计划。但是形式上的障碍虽然没有了，并非意味着妇女在工作上就完全平等了。有获得工作的权力并不等于有获得工作的能力。总经理们都喜欢利用“彼特原则”——让雇员最大限度地发挥其潜能的原则，但却无相应的“葆拉原则”，因为妇女从没有提升到她们能够发挥其基本能力的位置，更谈不上发挥其潜在能力了。

许多妇女还由于关于女性职员的那些陈腐的神话而畏缩不前。

神话——妇女比男人损失更多的工作时间，因为她们要患“女性病”。

现实——男女职员的缺勤率的差异微不足道。由政府所进行的一次调查显示，因病而损失的工作时间，妇女每年平均是5.6天，男人的是5.3天。

神话——妇女比男人更频繁地变换工作。

现实——男女职员补缺率并无大的差异。一次调查显示，男女职员每月补缺率分别为2.2%和2.6%。事实上，一些雇主发现男人比女人更可能变换工作，因为他们更可能在别的地方获得更好的工作。纽约一人事处发现最可能变换工作的是“其妻子刚怀孕的男人”。

神话——培训女人干好工作是一种浪费，因为她们一结婚或生孩子就放弃工作。

现实——过去，妇女一结婚或生孩子就离开劳动力大军。但这部分是因为她们的工作过于乏味，激发不起她们继续干那工作的热情。随着妇女被允许进入更富创造性、更具挑战性的工种，她们继续工作的热情会与日俱增。由政府资助进行的一次题为《工作在美国》的调查表明：虽然因为生孩子许多妇女离开工作是事实，但对多数妇女来说这只是暂时的。尽管工作中断，但妇女的平均工作年限有25年。单身妇女平均一生工作长达45年，男子为43年。

神话——妇女当不好老板。

现实——多数人都不知道女人宜于当何种老板，因为还没有什么女老板。劳工部对男女管理人员作的一次调查发现，在女主管手下工作的人有4/5对其女主管评价良好。

神话——妇女从传统的养家糊口的人的手中夺走了工作。

现实——离婚率的上升以及别的因素使数百万女职工成为家庭之主。另外，在业的已婚妇女比失业的男人多几百万。“因此，如果所有在业的已婚妇女辞职，而由失业男人

来填补这些位置，仍然有千百万个工作空位，从而造成可怕的难以想象的经济灾难。”今日的失业男人中没有几个人具有所需的教育、技能等条件去接替由妇女承担的秘书、护士和教师的职位。

双重标准

在争取爬上法人阶梯的过程中，妇女遭到的阻碍不止是神话。通常，对男人是财富的品质却被视作女人的负担。

尽管妇女在就业方面取得进展，但仍然存在双重的职业标准：在某种程度上，人们对男女在工作方面仍有不同的评价。下表里显示了对待男女职工态度上的一些传统差别：

如果一个人	称她	称他
好巴结、讨好	可爱	拍马屁
言听计从者	聪明	哈巴狗
聪明	有帮助	精明
有助益	好姑娘	有助益
富有革新精神	盛气凌人	富有创造精神
坚持己见	歇斯底里	固执
倔强	不可思议	能干
做作、胆小	讨人喜欢、	女人气
有色感	小姐	帅
沉默寡言	不够聪明	白痴
相貌平平	丑、难看	无可奉告

5. 潇洒广泛的网络

男人历来是从由他们可以向之寻求帮助和建议的朋友、同学和过去的同事组成的“男人关系网”那里获得重要的职业上的帮助。

也许，你没有把自己视为这网络中的一员。不过，回想一下你上次想要找一份新的活儿、雇请一个帮手或决定是否购买一流网球服装公司的200股股票的情形吧。大概可以说。在每一种情况下，你都是去向你认识的某个人——同学、同事或一个社区的人——寻求具体建议的吧。或者，如果你不知向谁求助，你就去求助一个知道向谁求助的人。广告事务所主席简·特拉海伊在《简·特拉海伊谈妇女与权力》一书中说：“最近，我目睹了当一家大的化学公司关闭它的一个大的分公司时，发生在男女职员身上的事情。那些男职员迅速将他们的各种俱乐部号集起来。命运与共体系开始发挥作用了。其它分公司的伙计尽力雇用这些朋友。如果他们无能为力，至少也要去看望一下那些失业的朋友。女人却没有这样的关系网。

过去，多数妇女不能象男人那样，一旦就业有困难就向朋友求援，因为那时根本就没有多少妇女参加工作。然而，今天的妇女正在学习建立女性关系网。

男人在商业界的更丰富的经历也使他们更能够将他们个人的生活和事业有机地结合起来。在某些时候——这种时候可能很多——你可能和一事业上的同事打过高尔夫球和网球。或者，你和一群朋友到城里寻欢作乐了一通宵。假如你

确实和你的同事有交往，你就不会有什么顾虑地去向他们寻求帮助。（难道你不愿意帮他们干点事情吗？）然而，女人却喜欢公私分明；有的女人甚至有两个姓名，一个用于办公事，一个用于办私事。在工作上，一个女人可能是简·多伊（她的婚前姓名）。对朋友，她可能又是奥维尔·亨利·史蒂文斯夫人（她的结婚姓名）。直至70年代末期，许多妇女仍然把她们的公私生活置于不同的圈子。结果，她们往往犹犹豫豫，不知该不该去向朋友寻求职业上的帮助或那种若是男子则毫不迟疑地寻求的建议。

你或许认为这简直是无稽之谈。你当然想帮助你的朋友，也想要他们帮助你。知道自己的建议对别人有影响，是很愉快的事。你知道互通信息对大家都有好处。但也有些事情你可能会忘记：能够向人寻求职业上的帮助需要有一种许多女子还没有具备的职业自信心。向人寻求帮助有遭到拒绝的危险——这种危险有的女人还不能接受。

女人为什么如此害怕遭到拒绝呢？令人惊奇的是，这个问题的答案竟与约会规则有着千丝万缕的联系。在十几岁时，一个男孩子就知道，他的社交生活取决于他愿不愿意冒被“伤害”的危险。无论他多么害怕听见“不”这个字眼，他必须学会去习惯它。否则，就只能夜夜向隅。男孩子学会适应冒被直接拒绝的危险；女孩子则少有这样的机会，因为她往往是被间接地拒绝。（一个星期六的晚上，她与约会对象外出度过了一个良宵，之后，她就再也没有听到他的音信了。）即使是成年人，许多妇女也对“不”这个字眼极敏感，这部分是因为她们对这个字眼听到得实在太少。如在别的方面一样，妇女在这方面也正在克服她们原来的那种犹犹

犹豫，置身于冲突中了。

为在事业上成功而打扮与为招摇过市而打扮几乎是互不相容的。

——约翰·T·莫洛伊《女人的穿着与成功》

莫洛伊忠告的要点是：一个希望获取成功的女人应该让自己的服饰看上去——如果不是象尼姑一样的话——象50年代要求男人穿的那种单调的服装。

——苏珊·雅各比《纽约时报》

6. 良师益友与竞争对手

男人从同性那里得到的帮助往往来自于一贤明的朋友，一位比他年长、老成的内行。他为他指点迷津，晓以内情。一个贤明的朋友是一个有益的顾问，是年青者所信赖并在选择职业时可向之讨教、寻求指导的人。即使一个男人没有这样一位正式的贤明朋友，也往往有一位非正式的贤明朋友——他的父亲。他的父亲至少也比他见多识广，儿子谈起职业方面的问题时，他可以说出一些有见地的意见。一个女人的母亲却很少能扮演这样的角色。她不是没有参加过工作，就是从没有把工作当回事。

女人缺乏贤明的朋友，所以在直接面对男人的敌视时，她遇到的问题更为严重。一个贤明的朋友毕竟是一个同盟者。巴巴·沃尔特斯就说过：“我的对手比我的朋友更多。”如今，妇女正在证实，有特别才能的人可以弥补其

缺乏贤明朋友等不足。但如果能有贤明的朋友不就更好吗？如果我们大家——无论男性女性——能互相协助不是更好吗？

妇女之缺乏可效法的朋友已是不利，比这更不利的是，她们还缺乏参加集体体育运动或军事生活的经历。自从废除征兵制以来，服过兵役的男子减少了。但多数小伙子仍然参加集体体育运动，其作用也是相同的。正如玛·赫及格和安·贾丁姆所述，体育运动提供了一个非正式的“户外教室”。而女人至今极少接近这个教室。通过集体比赛的经历，男子学会如何合作和竞争，怎样指挥和服从，如何提出批评和接受批评，又如何与自己喜欢的人一道工作，如何与自己不喜欢的人一道工作。女人喜欢的是单人活动，如跳绳或滑雪。这就使她们从小没有学到许多至关重要的东西。有个妇女对《女性经理》一书的作者说：

有件事过去经常困扰着我。记得我10岁左右的时候，我哥哥经常在星期六和一群男孩子在街上玩耍。每次吃午饭他回到家里我们都会听到他说其中两个男孩。说那两个男孩真讨厌。他无法忍受他们。可吃了午饭后，他和他们又一起玩起来。吃晚饭时，又会听到他对那两个男孩骂天骂地的。这种做法真叫人不可思议。有一天我忍不住说：“既然你不喜欢他们，干嘛还和他们一起玩？”他眼睛盯着我说：“你真是疯了！我们一个队需要11个人！”我为这想了很久，怎么也想不通。我知道要是我不喜欢另一个女孩，我是不可能还和她一起玩的。

妇女往往避免和他们不喜欢的人一起工作。与多数男人不一样，她们从没有遇到过不得不和自己不喜欢的人一起工作的事，甚至可能没有想到和自己不喜欢的人一起工作是可

能的。男人往往把跟自己不喜欢的人一起工作看作纯粹的实用主义；女人则把这看作是对自己个人伦理准则的侵犯。

这也有助于说明为什么妇女仅仅因为喜欢与之一道工作的人而宁愿于枯燥低薪的工作。尽管妇女相信她们必须与职业伙伴一起愉快地工作，但不能保证总有一群志趣相投的同事。

妇女有很多东西需要向男人学习，其中一点是学习男人如何和平共处（即使不总是处得很愉快）即与职业上的朋友又与同行冤家和平共处。做得更好一点，就是把冤家变成朋友。

《妈妈教不了你的游戏》一书的作者贝·哈拉根认为，对作为一名“队友”意味着什么，男人和女人的认识也不一样。“多数妇女把队友看作是一个无所不做的人，”但男人把一个小队看作是一个集体，这个集体的每个成员都有其特定的作用，每个队友都知道自己的作用。一个是投手，一个是接球手，再另一个是游击手。队员都尽力当好自己的角色，而不是试图做该另一个人做事。一个击球手从不“决定”下一个该自己上。由于这些相反的认识，该作者补充说，妇女便经常争着在一、二、三垒同时都打。

“妈妈！我要自己干！”综合症实质上是在家庭中一直存在的一种模式的重复。

几十年来，人们一直在对她们说，她们有权使家里一切井井有条。这也意味着她们有权使家里一切乱七八糟——以此类推，她们在工作上也可以如此照办。妇女一而再再而三地说，她们往往把工作上一切差错归于自己。可是男人难道就不出错吗？男人难道没有在下班回家时感到自己考虑不

周的决定肯定要导致经济灾难的时候吗？他们当然也会出错，当然有这样的時候。但记住，男人有同行朋友，而且很可能还有一位良师益友给他当参谋。女人却缺乏这样的朋友，即使有，她也可能羞于向朋友道出自己的感情。对许多妇女来说，要解决这些问题，办法就是参加果断训练，职业咨询研习班，从中学习了解工作中的差错，哪些该自己负责，哪些不该自己负责。

但是妇女还有一个难办的问题——性。大多数妇女从小就被培养去讨男人的欢心；多数妇女还为男人工作。这就是说，一个女人想要避免在工作中受剥削——如被派过多的工作——她就必须经常克制超越几十年来形成的冲动。她还必须懂得一种不受抑制的讨男人——随便哪个男人——欢心的欲望对双方都可能造成毁灭性的后果。

我给一个男人当秘书，他没完没了地要我给他干私事。什么去银行存款啦，帮他给妻子买生日礼物啦，为他儿子写论文打字啦，等等。有一天他甚至叫我在市里一家偏僻赌场帮他下赌注！这样，我额外干了许多工作，我真不想被迫去做这些事。但我意识到要想继续得到他的雇用，我必须做这些事。况且，在某种程度上我也喜欢做这些事情。当他对我说我是他遇到过的最好的秘书时，我心里感到很高兴。但我感到如果我说有些事情我不想再做了的话，他会对我发火的。

一个开明的老板意识到自己的秘书不愿为自己跑私事，并不说明她就不是一个好秘书；而可能说明她是想承担有更大责任的工作。如两人的配合能使各自的才能都得到最大发挥，双方都可能更为愉快。

性在多数办公室里起的动力作用也帮助说明为什么多数妇女觉得与男人竞争远比与同性的竞争更艰难。妇女在其大部分生活中听到的，是她的工作，是让男人高兴这些话。但是，与男人竞争她也可能获胜——得到某样她想得到的东西——因此使他不高兴。

几个月前，我得到局里提升，地位高于一位男同事。他毫不掩饰地说，他很想得到那个工作。起先，我对此很不安，我几乎感到我应该去向他道歉，尽管我的提升是无可厚非的。我从小受到的教育就要我想到男性自我的脆弱——比如让他在网球场上击败你以及诸如此类的事情。但在我获得这一职位后，我意识到我也有自己的自我。失去这个职位我也绝不会比他更好过。我开始问自己：我怎么办？

与男人的竞争之艰难还由于男女从小就以两种完全不同的方式竞争，这种不同她是清楚的。男人为物质奖励、奖牌、奖品、领导权——竞争。而妇女被教导去为非物质奖励——丈夫的称赞、孩子的爱、另一个女人的友谊——而竞争。男人通过自己的行动竞争，他竞争获胜的标志是当选为领导人。女人是通过丈夫和孩子的行动来竞争；她竞争获胜的标志是她儿子当选为领导人。她觉得，男人和女人玩的是两种不同的游戏，从某种意义上来说，她的感觉是对的。

女人如何克服自己不情愿和男人展开竞争的思想呢？首先，通过认识到工作上的竞争的不可避免，以及她必须培养对这种竞争的耐力。其次，通过接受这样一个事实：竞争的结果必须有胜者和败者，因此，她必须学会如何对待成功和失败。

男人认为，凡是他们已有的一切女人都想得到。其实不

然。女人并不想要男人嘴里的面包，她们想要的是一块完整的新的面包，一块更对双方口味的面包。

如果更多的妇女寻求取胜，不就意味着有更多的男人肯定要失败了么？不一定。一家公司如果不让女人最大限度地发挥她们的才智，它很可能也同样不让男人最大限度地发挥他们的才智。能让称职的妇女放开手脚干的公司几乎必然更会让男人放开手脚干。

和男人一起工作

政治助手：见面时，男人可能以拥抱或亲吻打招呼。然后握手问候。亲吻是说“你好，宝贝。”握手是说“开始干活吧。”

书藏家：很难同时既保有性的诱惑又能保持清白，可男人们让你觉得你必须两者兼有。否则你不是被认为不正常，就是被认为轻狂、淫荡。

秘书：如果你时刻保持着性紧张你就有更多的力量。我绝不和在一起工作的男人睡觉，即使我为他所吸引。我的性欲可以在别的地方寻求满足。我的职业却不能。

——《小姐》杂志

7. 在女性中间

女人可能不愿和男人竞争。但是她们和女人竞争的热情难道就要大点吗？如果是这样，那多半是因为女人间的竞争可以不被认作竞争。作家J·L·科利尔就男人和女人是如何搞竞争的作了一番有趣的描述：“观察一下在男人占多数的

办公室中和女人占多数的办公室中竞争方式的差异是很有趣的。在一个大权主要被男人把持的办公室中，竞争的角逐完全是公开的。一份“编制表”清清楚楚写明谁是谁的上司，人人都清楚有谁介入权力斗争中。一场战斗结束时，便公开宣布战斗的结果——新的领导机构备忘录宣布新的人事变动，胜者酒宴庆贺，败者隐退他方。

但是在一由妇女占据头一二把交椅或头三把交椅的办公室中，气氛则完全不同。当然，大家都知道谁是头，可是下一级或下两级的坐位等级就模糊不清了——外边的人拿不准谁是哪个角色。而且，当一场竞争晋升的斗争结束时，没有备忘录，没有喜气洋洋的胜利者，没有懊恼的失败者。公布消息时，也只是很随便地轻描淡写——我想，卡拉的职位由韩娜来接替。或者艾琳，我想就请你帮助海伦整理那些新的账目，好吗？

但是败在一个女人手下并非总比败在一个男人手下更轻松。在原来地位相同的情况下则可能更严重，对法律、医学、商业等专业和神学院毕业的年轻女人，尤其是这样。

两年前我获得了商业管理博士学位。目前，我正和另外两人竞争一家小产品生产公司的生产经理职位。其中一个男的，另一个是女的。我非常渴望这个职位。我知道，要是我失败，我宁愿败在那个男的手下。过去还没有哪个妇女担任那个职务。如果我败在那个男的手下，我总可以安慰自己说，那是因为我投错了胎——是个女人的原故，而如果我败在那个女人的手下，我能有什么借口呢？

一个女人如果主要是和女人一起工作，或者是在男性占多数的环境中担任一传统下由女人干的工作，会经常怀疑自

己的真实能力。只和别的女人竞争她是不是觉得要从容一些呢？有时她觉得自己应该挺身而出排除路障，为妇女的解放添一份力，她担心自己不去争取一个“男性的”职位会辜负了女同胞们的期望。然而，她明白自己确实喜欢当小学教师或当妇女杂志的编辑——她干嘛只是为引路而引路呢。

在传统上由妇女干的职业中，妇女面临的另一个问题就是，别人往往小看她的工作。

我一直在当记者。男人都说我写的东西历来属于妇女的题材。写的都是有关娃娃、教会、厨房之类的东西。他们还开玩笑说：“你是负责妇女专栏的吧？”真气人。我认为我们所写的是生活中最重要的东西。男人也有他们的领域——体育专栏。我个人认为，衣食住行这样的题材远比谁赢了上星期的中学生足球赛重要。

8. 象征的背后

几年前，有一幅杂志漫画，上面画着一年青姑娘和一年青男人在街上散步，姑娘说，“等我老了时再去当女领袖就太晚了。”

如今，各行各业中都有女性当第一把手。第一女人并不一定是一个用来装潢门面的妇女，虽然往往是这样。不可避免，那个唯一或象征性的女人经历着一系列矛盾冲突。同时，她又为自己是唯一的女厂长或某部门的经理或是某公司的叉车驾驶员感到自豪。想到自己有什么不同凡响、与众不同的东西是很惬意的；知道自己能够得到别的女人没有得到的东西，同样很愉快。然而，身居高位的人内心却是孤独寂

寞的。总之，她在工作中有什么酸甜苦辣别的女人足毫不在乎的。当她想对别的女人讲述她的奋斗经历时，只会引起她们的忌妒或怀疑。有哪个人取得了这样大的成就——如此引人注目——挣如此多的钱——居然还会有什么想不通的呢？

如果是，那独一无二或装门面的女人既希望又不希望另一个女人处于她的位置。如果另一个女人被提升到和她相等的地位，她就会失去一些使她不同凡响的东西——在公司宴会上对她的奉承，出现在公司机关报刊上的她的照片，公司职员对她的恭敬等等。这些矛盾的心境说明了为什么至少部分成功的妇女采取了有时称为：“母蜂王”的姿态，即那种一旦自己攀上高位便拒绝帮助别的妇女往上爬的女人。她干嘛要提高另一个女职员的地位而使自己的地位受到威胁呢。

用以装点门面的女人面临的问题由于诸多职业上的不稳定性而变得更加复杂化。有时她也纳闷她到底是怎样走到今天这个地步的：我的成功完全是由于我是一个女人吗？如果我是一个男人，能得到这份工作吗？我拥有的权力比一个男人的少吗？我仅仅是一个给公司装点门面的人而已吗？尽管这些只是疑虑，但她有时还是觉得被人利用了。虽然她很喜欢她现在的位子，但她知道这在公司是不得已的事儿，公司不得不许诺履行男女平等的法律义务。她知道她是在帮助把“平等雇佣机会委员会”拒之于公司的门外。她也不喜欢与她同级的男人们在午餐和下班后喝酒的时候常常好象对她另眼相看——那是有意的呢，还是无意的？那门面女人仿佛觉得她是受人利用了。可是，真见他妈的鬼，她那个位子是自己挣出来的。她干了多年又脏又累报酬又低的粗活。后来，有了“平等雇佣机会委员会”，她得到了提升。她知道

那时公司是被逼上梁山的。可是她就真的应该拒绝更多的薪水和更高的职责吗？她知道，女人的正义总得要有个开头吧。既然如此，那干嘛就不应该从她身上开始呢？

你听说那个……？

传统上，售货员指挥推销员，农场主的女儿嘲笑非正式的聚会。妇女进入销售力市场4年之后，人们就传说着一个淫秽的女推销员和农场主儿子的笑话。

——罗莎贝恩·m·坎特《企业中的男人和女人》

9. 女头儿

如果一个女人同时又是一个有实权的人，那么她的问题与其说是在于她同她上司之间的关系，倒不如说是在于她同下属之间的问题。原因之一就是她的许多下属从未有过一位女上司。因此他们多半不把她看成是一位上司，而是一位“女上司”。

当我初次当上地区销售经理那会儿，我感到好象是受审似的。倒不是谁真的这样说过，而是我感觉得到他们中有人在等着我出岔儿，这样他们就可以说：“哈哈！”有几天我在去上班的路上就觉得自己是古往今来所有女人的象征和代表。

对于女上司的最初的反应常常是怀疑，这使她的工作难上加难。玛里琳·本德在《先生》杂志里写道，“男人对于女头人的本能的反应，通常是怀疑她是否够得上做他的上司。”“如果她给他看看她得过的奖章，那他就听女超人的。要是有一个女人到一个男人手下去工作，她想的只是，要

是他不够格，他就不会坐在那个位子上。

当她发现他一窍不通的时候，她就会感到自己受到了伤害和被人出卖了。”

大多数女经理要求别人完全照对待男经理的样子对待她们。她们不需要别人认为她们犯错误情有可原。她们不想听别人说，“作为一个女人，她们干得不错。”（她们想干得出色，就这么回事儿。）她们甚至不希望在顾客招待的午餐桌上被别人介绍说是“我们全体职员里最漂亮的销售经理”，除非一个男人也同样被介绍说是“我们全体职员里最英俊的销售经理。”

听来可笑是不是？在她看来不可笑。她深知，所有这些点点滴滴的小事加在一起就形成了一幅大得多的图画——一幅受到不同对待的图画。而且她受到的这种不同的对待有时可能是意义重大的——比如她可能只拿到较低一等的薪水。

（别人还要告诉她，“对于一个女人来说”，这薪水够丰厚了。）别人升官往上爬，她只有望洋兴叹的份；别人只期望她在公司的晚会上同其他的女人混在一起。她倒也喜欢与别的女人为伴，但这是两码事。她也觉得在某些午餐桌上理所当然地应由她伸手接过对方签出的支票。她也有权支配公司的小车，有权出面去跟一位特别棘手的顾客交涉。因此当他建议由他来收起那张支票的时候，她自然要大感不满。她需要，跟任何一个男人一样需要行使她赢来不易的职责。

我第一次解雇了一个男人

我在女厕所痛哭了一场。咬咬牙，走出去把那个可怜的家伙给解雇了。不过，那也是理所当然的决定。

10. 办公室中的性爱

多年来，人们总是津津乐道于男女同事间的暧昧秘闻。漫画家刻画出了风流倜傥的老板，绕着办公桌追逐着薄如蝉翼的女秘书的艳事；电视喜剧的作家们则以男女主人公在冷水器前不期而遇来给单调乏味的情节增加一点色彩。的确，随便哪两个成人单独呆在一间勉强放得进两台四屉文件柜和一盆花草的办公室里，如果说他们可能试图建立亲善的关系，这本身就多少有点喜剧色彩。

然而大多数女人发现办公室里的性并非儿戏。据《红皮书》的记载，在回答一个提问者时，10个女人中有9个声称她们都受到了男性上司或同事的注意，而她们并不欢迎这种注意。75%的被提问的妇女声称这种不受欢迎的进攻是“令人尴尬的”、“粗俗的”或“欺负人的”。而且92%的人认为此问题严重。

性方面的骚扰可以从在会议桌下捏一把到赤裸裸地宣称一个女人要是不同市场副总裁睡觉就不能得到提升。但有一点则总是真的：一个女人注定要比一个男人从办公室的暧昧关系中失去更多的东西。略举一例，一个男人通常在公司里占有更高更稳固的位置，这样就是出了事儿也有一道保护的屏障。没有几家公司会因为生活上的不检点而解雇一名深孚众望的经理。女人的位置则远远没有这么安稳。一列霉时，这种同事间的暧昧关系可能使她丢了饭碗；就算她走运，仍然获得公司的提拔，也少不了遭受别人的闲言碎语，说她

的升迁是一路睡上去的。

如果女人不喜欢别人的性进攻，为什么她们不避而远之呢？通常，她们不能辨认出进攻性的行为，至少不能一眼识破。什么样的眨眼才不算暗送秋波而算漫不经心呢？别人邀请去吃饭是否就安全？而请去喝酒就不安全呢？有时，她们倒也认出了别人的意图，可又不知该如何应付。另一问题是，有时女人们自以为只是在表现友好的行为，男人们却爱把这种行为看成是“请上吧”的表示。

新闻记者卡里尔·里弗斯写道：“性信号的问题经常出现，而且男人和女人都能对此种信号心领神会。许多妇女从小受到的教育就告诉她们怎样行事方能赢得男人的称许。可她们的这些行为却被有些人理解成性信号。如果一个男人依据在他看来是绿灯的信号采取行动而被拒绝的话，那他就会火冒三丈。他会觉得他有权‘以牙还牙’。”

随着越来越多的妇女加入劳动大军，两性都有必要使他们的信号明白无误。即便在最有利的情况下，办公室里的罗曼史也总是错综复杂，甚至常常是痛苦的——在大多数情况下是得不偿失的。

11. 代价高昂的成功

男人们常常知晓成功的代价。不可数计的经理用溃疡、心脏病还有高血压为他们的交椅付出了代价。另有一些人则不得不生活于破碎的家庭中或者与陌路人的孩子或他们本人的酗酒坏习、工作狂癖为伴度过一生。

女人们能够改变她们的模式吗？她们能够追求自身的成

功而同时又常享人伦之乐吗？

答案是有一定保留的肯定。格洛丽·斯泰纳姆说过，女人不比男人更有道德，只不过她们还未曾有机会去尝禁果罢了。或许就是如此。不过，女人们已经有机会触摸到那只禁果，甚至，在某些情况下，她们已有可能从中学到些东西。

我认为我大体可以代表新一代的女人。我满怀雄心壮志并愿意倾注全力去实现我的雄心壮志。但是工作永远不会是我的全部生活。我不愿意在我到了65岁的那一天清早起床时看到的只是一只金表，一大栋位于郊外的房子，一个粗枝大叶的配偶和一群丢三拉四的孩子们。我不想让事业独霸我生活的全部内容——它也独占不了。

女人们在变化。她们购买成套的西服，手提公文包，甚至亮出她们自己的全球旅行支票。然而女人并不想成为男人；她们只是想享受男人已经享受到的若干特权。她们要求有成功的同等机会，失败的同等机会。想必多数人都同意一个女子说的下面这番话吧，“并不是非要一个女爱因斯坦被提升为副教授时才叫平等。平等指的是一个笨手笨脚的女人能够同那个笨手笨脚的男人并驾齐驱。”

女人知道她们有必要从男人的失误和自己的失误中吸取教训，她们只要求被容许能象男人一样无拘无束地去犯那些错误。争取成功的代价可能很高昂，然而不争取成功的代价也许更高昂。这代价是什么呢？或许谁也没有象画家米里亚·夏皮罗说的那样精辟吧。他在《干出头》这部书中写道：“你问我假设一位年轻妇女来向我求教。她受到诱惑，要她放弃去发现、去学会工作的努力，她将在她的‘空闲’、‘闲暇’、‘空余’时间里继续画画，但是她的绘画，她的工

作将不再是她生活的中心了。她问我，如果她放弃了那些东西会失去什么。她放弃的是奋斗，是烦恼，是失望，是疲惫，是碰壁……她放弃的是做人的 人格，她放弃的是乐趣，她放弃的是独坐画室之内，连续数小时的面壁之苦。她又成为了孩子。她放弃她的时间、她的契机去改变历史、影响历史。那么她失去的是什么呢？如果她真的要来问我，那么，我说她一无所失。”

对于从未成功的人来说，成功是甜蜜的。

——爱米莉·迪森

第十一章 单身女人

单身，这个字眼曾令女人不寒而栗。单身意味着没有男人陪伴。而没有男人陪伴首先意味着她是个不讨人喜欢的人。因为主动追求的、约会的和求婚的当然是男人。女人所以单独呆在家里，只是因为没有人登门。她深感羞愧、难堪、无地自容、是个没人要的人、不中用的人、不存在的人。因为只有通过男人才能证实她的存在。如果十几岁时她就和足球队长或一位年老的银行总裁肩并肩、手挽手、走在一起，就会被认为是个成功的人。她终于逮到了他，那个人人都想追猎的对象，别的女人都嫉妒她。可是，如果她是和一个讨厌的男人挽着手或根本没有和任何男人挽过手臂，人们便躲避她、可怜她，好象她是一个会玷污别人或有传染病的人。如果在毕业舞会上跳连手舞时，没有人送她金戒指，人家就会说她是坐冷板凳的观舞女，或是老处女。真丢人，自己的朋友和父母的朋友在背后议论自己。要是她改变了发式或者在学校时不比男生风流得少的话，她现在可能已是一个有美满家庭的女人了。因为，结婚、当妈妈当然是她的自然要求和目的。

以独还有其它一些后果。没有男人，她当然就贫穷，因为，女人——一般的中等阶层妇女——是不工作的。即使她当了中小学教师或图书馆员或护士，挣的钱也不会和男人的一样多。她也很少参加社交活动，因为没有谁真正想要一个多余的女人来参加晚宴。而要是她在一间酒吧里希望找个伴、聊聊天，就会被当作妓女。单身或已婚男子是各地的路边酒吧都欢迎的主顾，但这些酒吧的窗子上都挂有招牌，上写：“恕不接待无生女客。”

如果她坚持过独身生活，或者离婚后不打算再婚，她过独立生活的选择就会受到严重的限制。除了在为妇女保留的少数工作领域外，（如清洁工、招待——只能在劣等餐馆里，因为高级一点的地方都由男人把持，或者打字以及其它那些需要教育和技术而又不能使人有所成就的秘书性的杂务。）她们的工作机会——60年代产生的一个短语——实际上是不存在的。如果她想买一间房子，开家商店，或作一次旅行等，她不可能弄到一笔贷款。确实，只是在最近10年里，妇女的薪水才真正有点数目。总之，对一个不充当家庭核心的妇女来说，生活是很凄凉的，而对一个充当家庭核心而又希望没有的妇女来说，生活是同样凄凉的。

单独的女人

半个世纪前，美国每8个家庭中只有1个是以妇女为核心的。现在的数字是每4个家庭有1个。下面的统计是美国人口调查局对美国家庭所作的调查得出的以妇女为核心的家庭的数目和百分比。

1978	19,298,000	96.4%
1970	13,298,000	21.1%

1960	9,151,000	17.4%
1950	6,389,000	14.7%
1940	5,269,000	15.1%
1930	3,793,000	12.7%

不需陪伴

当然啦，上述情况现在很多都发生了变化。在一次社会大动荡中，社会习俗和期望统统被抛上了天空，就象疯狂地把一副纸牌抛到空中一样，落到地上的情形就完全不同了。更多的妇女不是选择继续过独身生活，就是至少推迟结婚。

人口调查局的统计数字表明，妇女结婚的平均年龄比10年前——大了一年。有越来越多的妇女干脆说“我不想结婚”。有半数年龄在20至24岁之间的美国妇女还没有结婚。

尽管有不少人确实成了家，但未婚率也以飞快的速度上升着。自1970年以来，离婚率增长了76%，又有大约700万进入了单身行列。虽然大部分离过婚的人再婚，但妇女再婚人数比男人少，就是再婚，也是在一个更长的离婚时期以后。现在——1978年，我们看到寻求自主的妇女比历史上任何时候都多。她们有的信心十足，有的惶恐不安，有的热爱自己的自由，有的则憎恨自由。但不管怎样说，她们正这样做着。

这是一个令人兴奋的时期。1978年，美国有4430万妇女在工作，约占年龄18至64岁之间的妇女总数的58.4%。不足为奇，据国家教育发展评审会的调查，绝大部分年满17岁的姑娘选择的是职业而不是家庭、生儿育女。只有3%的妇女梦想成为纯粹的家庭主妇。尽管有许多工作的妇女在职业与

婚姻上双丰收，但更多的则没有。以受教育的长度为标尺，从大学或研究院毕业的男入，其婚姻是最牢固的，而相同教育年限的妇女，其婚姻的稳定程度低于平均值。由于种种选择象清晨的玫瑰向她们竞相开放，结婚越来越失去其吸引力。

但是，这些数字意味着什么呢？传统的感情联系过时了吗？抑或我们正赶上“我自个能行”的时尚？所有这些单身妇女只是暂时不打算结婚吗？抑或决定终身不嫁，永不受男性要求之束缚？

各个妇女的答案当然各有不同，但是选择独身生活显然正在变为一种不可逆转的习俗，就如结婚之于我们的母亲一样。

我干嘛要结婚呢？我是纺织品图案设计师，工作多得做不完。有一套漂亮的房间，里面有我想要的一切，银行有存款，还有一些令人愉快的朋友与我寻欢作乐，我可不想争吵。

她肯定不是孤独的。有一种莫明其妙的兴奋气氛。一种使独身女人的世界充满生气的禁果气氛。小时候，很少有人教育我们长大要独身。相反，人们总是引导我们，使我们以后当妻子和母亲。因此，自然令人不解的是，我们许多人每天早上醒来时是孑然一身，床的另一边空空荡荡——而且对此感觉幸福。

自然，也有惶恐的时候，左邻右舍总象念末日判决书似的摇着指头说：“你老来孤独时怎么办呢？”但另一方面由于男人平均寿命比女人短8年，我们多数（妇女）老来不一

样都会没有丈夫嘛。当然啦，也有那么些人仍然认为，女人过独身生活有悖自然。当我们看见世间万物似乎都是成双配对时，恐惧就不时袭上我们一些人的心头。但是，这些怀疑的念头——它往往产生在早晨8点左右，并引起啞咬牙齿——并没有强到足以动摇展现在今日妇女面前的机会和选择，~~某些~~机会和选择在独身面临时更易加以利用。

她们是谁？

据美国人口调查局的统计，1977年每5个美国成年妇女（14岁或14岁以上）中，有两个以上没有丈夫。下面是统计数字：

单身者：	17,000,000	22.1%
丧失者：	8,700,000	11.6%
离异者：	4,100,000	5.4%
分居者：	1,400,000	1.8%
丈夫不在身边者：	620,000	0.8%
丈夫在身边者：	44,000,000	58.2%

1. 年轻的单身女人

就18、19岁或20岁出头的年青女子而言，优先考虑的事情和前程问题已发生了深刻变化。她们的母亲一辈在高中或大学毕业时，即便没有订婚或结婚，心里也已在想着这桩事了。但今日之年轻女子想到的是职业问题。这些年轻女子的父母对此大惑不解。因此，不可避免要对女儿施加压力，要她们成家生孙子。尽管有来自父母迫女合法成婚的压力，但反对的压力也同样强大。不管怎样，今天有约400万名年轻女子和35岁以下的男子选择单独生活或成群居，追求各自的

目标——独立。这样就引起了人们的指责与非议。说那些只为自己而活不为别人而活的人贪图享乐，太自私。但这些指责受到了怀疑。

尽管这类指责是有道理的，但受控的年轻享乐主义者只相信经验。

看看周围的一切吧。我父母在结婚32年后于去年分道扬镳了。我姐姐和她丈夫婚后两年就离了婚。而我的那些出大学就结婚的朋友现在也都在闹离婚。我认为，与其让自己处于一种会給周围许多人造成伤害的境况中，还不如不结婚，这才是一种更为负责任的行为。

如今许多人确实没有理由要结婚。避孕药和其他节育法解除了妇女对怀孕的担忧——这也许是走向妇女独立的最有意义的一步。而要是节育失败，或由于使用者不小心怀了孕，还有人工流产解救。1977年，有110万人次做了人工流产，其中2/3是单身妇女。许多妇女没有因怀孕而被迫结婚。随着节育法与人工流产为越来越多的妇女所利用并因此而获得更多的社会认可，因怀孕而被迫匆忙结婚已变得既无必要，也不能为人所接受。

发现怀孕后，我确实考虑过和孩子的父亲结婚。但我意识到我还没有为结婚做好准备，孩子的父亲也没有，这真是不幸的事，因为我们俩压根儿没想到结婚生孩子。真的结了婚，事情也许会很糟糕。我们人生的路还很漫长，所以，过早地限制选择是愚蠢的。而且，我们还可能考虑到我们结

婚是因为我们不得不这样。而不是因为我们想要这样。

随着越来越多的妇女挤进大学、研究院，经济方面的机会也有了。这在上一辈是根本不存在的。事情。如，50年代有一段时期，一群一群的妇女进大学读书。可是，刚毕业就结了婚，所受的教育因此没有得到利用。对英语和哲学专业的人来说，这是一个令人困惑的时期，她们突然间认识到她们的最终地位竟是舞瓢弄勺。这些受教育过多而利用不够的女子的愤怒直到最近才暴露出来，导致了这么一些口号：“妇女的地位在众议院——在参议院”。

50年代大学毕业生的女儿们吸取了教训，不愿拿着文凭去干洗碗扫地的事儿了。最近毕业的学生正加入劳动大军。

我不明白人们怎么有时间恋爱结婚。我每天工作12小时，每个周末我的公文包里都塞满了文件材料，连洗自己衣服的时间都没有，更不用说洗别人的。现在，我不知道我的生活目标是不是成为我为之工作的律师事务所的主要合伙人。但我绝不会为了结婚并维持婚姻而放弃我现在所做的一丝一毫。哪个男人会容忍我的计谋呢？我肯定是不会的。

婚姻是伟大的习俗，但我还没有为这种习俗做好准备。

——梅·韦斯特

2. 中年的单身女人

现在，就是现在，许多年青妇女大谈特谈当前，而推迟

考虑将来，因为不管怎么说，在你20来岁时，前途是广阔无限的。妇女发生危机的时间是在30来岁，这时，前途突然间变成了几乎可以度量的商品。只要出现第一根白发，微笑停止时第一次出现一道没有消失的皱纹，第一次看见自己曾与之一起外出的男人带上另一个年青4岁的女人外出时，危机便出现了。年龄的现实骤然间成了突出的问题。伴着年龄的增长，决定权似乎渐渐被剥夺了，一种恐慌感随之而生。

记得39岁生日那天醒来时，我想这一天将是一生的分水岭。我先是数了数我的成就：挣了足够的钱，在东区买了1套公寓房间的所有权，名字上了杂志的刊头，几乎能与任何人平分秋色，身体健康，身材苗条，一点也不难看。突然，那些可怕的出现了。我意识到自己到了40岁，还从没有结过婚，生孩子已经太晚了。没有肯定的希望在我退休时能有人与我一起在前廊里躺在摇椅里聊天。我整天呆在床上看电视。

结婚的可能总还是有的，虽然随着年龄的增长，可能性日见渺茫。有的男人在寻找那青春之泉时，天真地认为只要和比自己年轻许多的女人在一起，自己仿佛又成了风华正茂的壮小伙。这些男人想，如果时时看着一张没有皱纹，不带绝望，甚至没有一点沧桑的女性的脸，自己的脸也许会显得年轻。所以，尽管一个女人在四、五十岁才结婚不是不可能的事，但决非万无一失。随着年龄的增大，习性变得根深蒂固。标准亦变得几乎无法满足。一个中年单身女人对依赖或互相依赖之陌生就如一个早婚并一直做着妻子的女人不知独

立自主为何物一样。

有时候，我真希望我已结了婚。但是真的结了婚，我的情形就会完全不一样。近三十年来，我一直在收集家具物品，我不能容忍另一个人的爱好和我的混在一起。这是我的厨房，我的床，我的浴室。在你年幼正在长身体时，“我们的”是较为容易实现的，因为你还在进行实验。可是当你到了我这个年纪，你已经安家立业了。我知道自己喜欢什么，不喜欢什么。比如说吧，要我为了一个男人去考虑自己作出点牺牲。那么，这个男人必须至少有6英尺高，有淡黄发，褐色眼睛，而且还有一副男高音的女人嗓子，会跳两步舞。他必须诙谐，有和我完全相同的背景。能和我一起用速记记录的语言进行交谈，并憎恨开英雄车。他还必须有他自己的房子或公寓，以便我们各自都有自己的呼吸之地。好了，请告诉我，这样的男人上哪儿找？

工作午餐

德克萨斯商业银行的一位董事伊利沙白·伯克哈特，几天前和同事正在进午餐时，突然间就打扫房间用什么好的问题，展开了一场激烈的争论。

我的最初反应是：多可怕啊！男男女女在一起谈家务。

“那时”，她说，“我开始对男人有了了解。他们非常坦率地说他们洗碗做饭的事”。

——纽约时报，1977

无子女

可是，有一件事是大龄妇女不能做到的，那就是生孩子。如今的妇女推迟生育，而把精力放在工作上。这样，越来越多的妇女为终生无子的这一忧虑所困扰。对许多妇女来说，要接受无子女这一现实很不容易，虽然不要孩子是明智的，是与计算机的计算结果的精确度相符的。然而，总是感觉心神不定——做女人的全部目的是为了生孩子，生孩子应是她人生经历的一部分；要是她没有经历这回事，那她就受到了某种欺骗。现在，单身妇女有目的地生孩子的人数正在增长，有的由孩子的父亲供养，有的却没有，有的甚至连孩子的父亲是谁都不知道。但是，有更多的妇女开始面临她们将终身无子女的事实。

我老是梦见我正路过一个招牌，上面写着“前方是沙漠，这是最后一个加油站。”但在我的梦里它读成了：“前方再无加油站。”我已40岁了，却还没结过婚。可是，每当我看见孕妇或我的朋友中有人怀孕时，我几乎就发病发作。我怎能怀孕呀？我与之同居的那个男人已有4个孩子，他不想再要了。而我甚至并不那样喜欢孩子。但我老是想，我没有做到只有我可以做到的事情。

无丈夫

当然，只有从没有结过婚或虽然结了婚但推迟生孩子的时间太久的大龄女人，才会有这样的担心。大概不会有谁会走回头路，重新安排她们为自己建立起来的生活。在决心

终身不嫁人的女人身上，社会仍然给她打上了一个耻辱的烙印，即使印记越来越小。如果说一个男人继续做单身汉是可接受的——人们也许有点疑心，那么，一个单身的大龄妇女仍然受到人们的怜悯，被认为是一个失败者，而有的女人为了避免这等被遗弃感，便声言自己离了婚。

至少，办公室里的人不再对我疑神疑鬼的了。以前我从没有说起过我的私生活，总觉得别人在嘀嘀咕咕议论我，好象别人总在说：“50岁了还没结过婚，真可悲！”于是，有一天我干脆宣布说我离婚已有10年了。每个人突然间都变得友好起来了。我成了能为大家都接受的人。事实上，我很高兴自己从没有结婚又离婚。对一个到我这个年纪而又习惯于婚姻生活的女人来说，要是突然间发现自己孤伶一人，一切都得靠自己——我成年生活一直如此——情形则更为艰难了。

对中年离婚的妇女来说，重新过单身生活将会带上创伤。要摆脱成年时形成的习惯，开始首先去为自己着想，而不是优先考虑男人和家庭需要，这是很难的，但是，一旦度过了过度时期，就几乎没有人再去寻求婚姻生活了。

我还记得半夜里我一次又一次醒来，浑身冒着汗，我意识到自己已58岁了，而我丈夫已走了——在和我生活了33年后，他去年和一个年轻得多的女人私奔了。我所能想到的就是去死，就死在我的床上，甚至没有谁会知道。因为我常常出门、拜访朋友、买东西，做所有熟悉的事情，日子才稍稍好了些。但是，一连几个星期，甚至几个月，我还一个劲地去

商店，给我原来那口子买他最喜欢的东西，甚至吃饭时还给他摆好位子，以此来避免我是一个人在吃饭这个事实。后来，在绝望中我抓住了我认为是一根救命的稻草的东西——参加一家地方剧团。这里的所有人一个劲地笑呀，闹呀，象什么事也没有发生似的。简直令人难以置信。很快我也跟着笑起来了。我们一块儿去吃饭。现在我成了这个剧团的经理。我要不要把那口子接回来？这个，他两个月前曾有过这意思——他与之私奔的那个梦中的娃娃把他给蹬了。但我没同意。我一个人快活得很。

“绝不后悔”

在10年的时间里，我每个月都对自己说。下个月我将决定要孩子。我最后认识到世界上不是每个人都得有孩子的，特别是不要一个。

——律师卡伦·德克罗 1978

无依无靠

有时，当一个女人意识到那些自己没有独自干过，但在独身一人时不得不做的事情时，她会不知所措。正如在传统上有些工作由妇女做一样，有些工作要男人做。有一段时期的摸索，但多数妇女最后都津津有味地料理自己的生活。在一阵自助之风中，传统的妇女杂志象《妇女之家》和《麦科尔》增辟了经济专栏和纳税建议。女权主义出版物如《小姐》杂志正是在这样一个独立自主的前提上创办起来，并蓬勃地发展的。书店的书架上堆满了为妇女写的各种入门书，如L·H·比科尔著的《单身妇女——独处与群处》，玛莎·

耶茨著的《竞争——单身女人生存手册》，其副标题是：单身，分居或离婚妇女如何处理孤单、孩子、存款、你的汽车、性、人寿保险、你的所得税以及有关这个世界没有能使你为之做好准备的其他一切问题。各地的妇女正团结在一起使大家的生活更舒适，更有益，一个为别的妇女能够获得工作机会的与“旧的男子网”相对应的“新的女子网”已经出现。妇女的这种“结合”已打破旧的男性神话——所有女人本质上都是阴险狠毒的坏女人，互相都拼命要置对方于死地。这个结合使各地的妇女情绪高涨。如今的妇女不仅乐于互相交往，交往中实际上还竭力找对方作伴。但是有些男人却仍然看不到这一点。莉莉·汤姆林在她的其中一出百老汇滑稽短剧中，使在座的妇女哄堂大笑。剧中有4个妇女正在一家餐馆吃晚饭，叫着、笑着、尽情作乐。这时，一位未来的罗密欧踱向她们的桌子。“喂，姑娘们独自在这里做什么呀？”他说道。在休斯顿，在被大肆宣传的1978年召开的《首届全美妇女大会》期间，妇女云集于整个城市，特别是在海厄特·雷京斯旅馆，成百上千名妇女被召集在一起，晚上开决策委员会会议，进行游说活动，白天一遍又一遍投票通过她们的政纲条目。一个男人挤进装满妇女的电梯，四处张望。“姑娘们在城里做什么呀？”这个男人——他准是从月球上来的——问道，“买东西吗？”

然而尽管妇女在学习独立支撑中迈出了很大的步子，但这个过程是很艰难的，因为单独的女人是脆弱的。如，在康涅狄格州的一个郊区里，一些离婚妇女不愿为一些小事情上修理服务部。“我不想让人知道我是一个人生活的”，一个女人承认说。“很快会有一个完全陌生的人知道我住在哪

里、怎么生活的。”这类妇女结合在一起向无伴父母组织提出她们的问题。现在，那个组织发表一份定期出版的业务通讯，公布其愿意做旧男人做的家庭杂务和修理工作以换取一顿家常便饭的男性成员的名单。

在离婚妇女中，只有14%被给予生活费，其中只有46%准时得到了支付款项。根据保险公司的调查，孀居妇的平均人寿保险费两年内就用完了。

贫穷者

另一些单身妇女面临一些更基本的问题，如最基本的经济问题。因为即使在自由的美国，妇女挣的钱也只有男人的57%。例如，在弗吉尼亚的弗尔法克斯镇，以妇女为核心的家庭在1970年至1977年间增长了84%，令人震惊。根据该镇调查与统计办公室的估计，这类家庭的平均收入只有15,200美元，而美国所有家庭的平均收入是27,000美元。

那些懂技术因而能保住一个美差的妇女，其未来多少有所保障。但过10年，离婚现象的暴增产生了新的一类妇女：被迫离家的家庭主妇。对这些曾把精力全部用在家庭上的妇女来说，丈夫和挣钱人的离去具有灾难性的后果。因为离婚赡养金仍是一个神话。只有14%的人勉强能定期得到赡养金。根据一家人寿保险公司的研究报告，丧偶的妇女的命运则更加悲惨。对一个年满55岁或以上的寡妇及其家庭以及那些享受人寿保险单的妇女来说，其收入可能低至42%。其它研究表明，一般两年内这笔钱就花光了。目前美国有300万在35至64岁的被迫离家的家庭主妇要么不得不靠福利金生活，要

么是在官方确定的贫困线上挣扎。因此毫不奇怪，现在各地的妇女都强烈地意识到自己经济上的弱点，并为自己的将来而工作。

3. 再婚吗？

很多妇女都很坚强，对自己的性别感到自豪，不愿求近在咫尺的男人照顾自己。

我整天为别人打扫房子，然后回到家里给3个孩子煮饭吃并打扫自己的房子。男人出走后5年来一直这么过的。这种生活并不完美。但我再也不想过依赖他人的生活了。如果你只是为了找个人来供你开销而与之结合，那么，你就是他的奴隶。他任何时候心血来潮都可以一脚把你蹬了。我现在这样，虽然晚上很累，但我可以撵走任何男人。我不需要他。我可能会想他，这很正常，但我并不需要他。

如今，妇女在追求各种各样的新关系，以此来回避那种状态——奴隶感。婚姻中有一种东西似乎使女人处于无足轻重的地位，不管开始时意图是多么美好。

我在旧金山当广告抄写之时，遇见了斯图尔特。他是个有希望的医生。斯图尔特很钦佩我的自立和我工作的成功。有我挽着他的手去参加晚会他感到非常自豪。他逢人便讲我那时正在干一项多么特殊的工作。我们结婚时——10年前——情况发生了令人难以相信的变化。过去要是我赴餐晚

了，斯图尔特会谅解我，甚至还在朋友面前因此感到自豪，可现在他却突然为此大发雷霆，还说什么他母亲总是如何如何早早等着他父亲的。于是我不得不去出公差，我过去经常这样。斯图尔特因此醋意大发，抱怨说他被抛弃了，没有人和他一起吃饭了，家里变得乱七八糟了。

最后，斯图尔特开始在公开场合中伤我，咒骂我的工作，当我得到公司晋级时，我吃不下饭，因为我意识到我害怕告诉他。他开始了拒绝行房事，最后和我在一起就阳痿。我知道我们那时本应该分手，去找律师的，但我逃避现实，期望一切都会过去的。接着我开始感觉到了一种常规。不管什么时候我实在累了或患了感冒什么的，斯图尔特就高兴得象青蛙一样又蹦又跳的。他总是让我躺在床上，为我端水，端饭，并要我辞掉工作，因为他挣的钱够我们俩用了。他最喜欢我的时候是当我最被动最依赖他的时候。我们两年前分手了。虽然很难过，但我永远不会使自己再回到过去的处境，不愿为最初吸引他的那些优点而道不是，不愿掩盖这些优点。

4. 摆脱男人的期望

如今象斯图尔特这样男的人多得很。对很多在传统型家庭中成长起来的男人来说，要想体面度过女权运动带来的日益增长的痛苦，是极为艰难的。他们可以为成功的女人表示钦佩，为女人对自己有兴趣感到沾沾自喜，但是，他们孩提时就怀有的一切期望、记忆，使他们憧憬这种生活：坐在安乐椅里，娇妻给他端茶送报。虽然他们会对女权运动表示口

头上的支持，但当解放运动冲击到家里时，他们就会有所收敛，当妇女的世界扩大到距地平线至少一半时——如果说还没到地平线的话，他们就会感到自己的世界因此而缩小了。一个女人进了1寸，许多男人觉得自己失去了1尺一样，怨恨乃至神经失常症因之而生。

斯图尔特曾经对我说，“我本应剪下你的翅膀的时候，我却让你展翅飞翔。”当时我十分震惊。“我却什么也没有得到，反而失去照料，失去温情，失去前程。”他说。

精神病学者一直在研究今日男女间的这种周期性分裂现象。其中一位叫鲁思·莫尔顿的哥伦比亚大学的临床精神病学助理教授，在《美国精神病学杂志》上撰文谈到“新男女平等运动”在男人身上产生的影响。角色压力的消极影响之一是，年轻男子中继发性阳痿症增多，而过去这种现象主要见于40岁以上的男人身上。其它反应包括早泄，不思房事及性冷淡，程度达到丈夫可能会有数月乃至数年不行房事的地步，而这在过去曾是妇女动不动就使用的一个武器。丈夫可能因妻子对其注意力日渐减弱而表示强烈的不满。情形往往是，他不能或不想承认自己有依赖需要，因为这对他的男性自尊可能过于危险。因此，他不能向妻子表达自己的苦恼或渴望，他因为这一变化而感觉伤心，感觉受到欺骗，不知所措，而妻子则感到没有得到爱而可能另寻新欢。

毫不奇怪，随着男人不断感受到更多的威胁，他们的妻子变得更自信了，离婚率也随之持续上升。“比原来活跃、自信的女人，可以唤醒埋藏在男子心底的幼儿时形成的对似

乎要吃人的不可一世的母亲的恐惧。而这些恐惧又在女性邪恶的种种神话、阉割梦和害怕饥饿中永存”莫尔顿写道。

“这种男人，怀着隐藏着的不安全感，可能会选择强健的女人来照料自己而又想要这些女人守在自己身边。当妻子试图在某个方面寻求独立时，她的丈夫可能就吃得过多，变得肥头大耳，引不起妻子的性欲或可能变得盛气凌人，充满占有欲（容不得妻子有独立自主之为）。一个扮演自己妻子的导师的男人，因对她提出无益的批评而伤害了她。生气、发脾气往往扮演着压抑对需要的有意识的承认的反应形式。当然，在某些情况下，变得更加独立的妻子确实在发泄长期埋在心头的怨恨，而引起或加剧男人的反应。要分清这两种局面会非常困难。

“单身更好”

和男人一起生活，结束时总是一个样，……侍候他，等待他，单身更好。

——两次为寡妇的弗吉利亚·格林 1977

5. 自由

要是夫妻双方得到解脱而非陷入以上所说的情形中，妻子便突然发现自己处在单身汉的行列。她成了一个独身的女人。种种选择令她头晕眼花。忽然之间，她可以想到哪里住就到哪里住，她想穿什么就穿什么，交她想交的朋友。尽管有的妇女觉得这种独立令人害怕，但后来居上的女子却在自主自立中茁壮成长。

直到离开丈夫后我才意识到我的生活受他所左右到了多么严重的程度。我总是有意识地在社交场合中，象喜剧中的小丑一样使他高兴，以便让他显得愉快。甚至在离婚5年后的现在，我仍然频繁地独自参加晚会，还是象我在那天晚会上一样要狂则狂，要静则静，或妙趣横生，或诙谐机智，知道我在回家的路上再也不必听关于这一切的议论了。我现在意识到我那时多么害怕晚会后开车回家。他总是说我，好象我是个初入社交界的黄花闺女似的。

其他离了婚的妇女为自己在婚姻生活期间所经历的情形所惊骇——并打算远远离开它们。婚姻呈现的是一个莫名其妙的状态，当出现麻烦时，它关上你的嘴巴，连对朋友也缄默不语。因为，如果麻烦和意见不合成了与朋友交谈的话题，它就成了必须加以解决的问题。许多妇女宁愿不说出那些问题，因而装作它们并不存在的样子。事后才明白那是多么荒唐可笑。

真不可思议，我们有那么多妇女，唯丈夫之命是从，约翰总是坚持点着蜡烛坐着吃晚饭，要我喂了孩子后，晚上8点才开始干其它事。15年里，我每天晚上都要煮两顿晚饭，就因为他要我这样。当然啦，晚上其余的时间里，我筋疲力尽，因为我们足足两个小时还不能真正结束。我现在是一名商业广告画家，晚上试学静画。我前些个星期算了一下，我15年每天浪费4个钟头——差不多22,000个小时——来煮饭，打扫卫生，而我想作的一切是作画。现在我下午5点时吃花生酱三明治，可以画一个晚上。

有了想什么时候就什么时候做自己的事这一自由还可以证明在婚姻生活中，她做的事情是多么少。她会永远也没有自己的银行帐户，永远没有自己的汽车或财产，永远没有交纳过所得税；她也许有20年之久象一个孩子接受津贴补助一样，从丈夫那里接受家庭经费开支。离婚也好、丧偶也好，她都得一切从头学起——但是她会从中获得乐趣的。

确切地知道自己在银行里有多少存款，有多少钱可以支出，得花多少钱——会感觉到多么有力量啊！在我教的中学历史班里的孩子对钱的事比我还知道得多。虽然总的说来我现在所有的钱比我结婚时的钱少得多，但却显得比过去多100倍，因为钱是我自己主管。

“主管”这个词在自立妇女的交谈中反反复复出现。不管谈话的内容是钱还是工作计划，还是人际关系，都无关紧要。主要的是，妇女想体验支配感。而保住这种支配感的最佳办法就是：不要把自己拴在一个全日工作的男人身上。

它让我感觉象个白痴，但每当我与某个男人接触很深时，我就对他依赖起来。也许，这只是结婚生活岁月和传统的妻从夫命的反射。但这现象到了荒唐可笑的地步。我驾驶自己付钱买的汽车，满城里兜风。但一旦有个男人坐进来，我马上觉得有罪，觉得应该是由他来开车，管他过着什么样的生活，没有男人，我过得舒服得多。

正是这个由社会造成的，使男子掌舵，女人擦舵板的传

统，使如此多的关系不正常。普通妇女要想从从属：人态中进入支配状态是困难的。由此，很多妇女在通往成功之路中竭力表现得象男人一样穿衣，象男人一样讲脏话粗话，她们变得比你们还更有男子气味呢。而男人们了解了那司空见惯的竞争方法后变得强有力起来，以便挫败那另一个“家伙”。在这场新的争夺实在的而非精神的力量的政治较量中，必然得有人败北。而在当今，败北者更多的是他，而不是她。因为有了以性歧视诉讼相要挟为武器，有了那过去没有充分利用的高等教育，以及几乎过度的坚持决心，在甚至最神圣的目标面前，也绝不畏缩后退。而且有人正在获得成功哩。

我每周工作7天、每天干18小时。我的工作 是驯马——一个由男人统治的领域。每当我的骑手或马在表演中取胜，我就获得了双重的胜利：一个是事业上的，一个是因为我是一个女人。我想我可以和一个男人保持正二八经的关系。但要结婚吗？我不能设想有哪个男人靠得住，会给我那样多的时间。

“男人恐慌”

男人见到一个快乐单身女人时，他们便惊慌失措。

——教师卡西·戈洛比克

6. 俗成的关系，俗成的孤独

妇女正在尝试建立除婚姻外的各种新关系，就象她们过

去试戴各种帽子一样。眼下，有100万对男女没有经过牧师或法律的认可而同居。这些结合的背景往往都很明显。钞票要么是一分为二，一人一半，要么是各管各的。她有她的汽车，他也有他的。许多情形是，她有她的公寓或住房，他也有他的。

这是一个完美的解决办法。我们把它叫作“星期三和周末法”，和探望儿女优待法差不多。它既给我们带来安全感，知道有人在等候我们，又给了我们以独处、做自己想做的事的自由。他喜欢球类运动和田径运动，我不喜欢；我喜欢拜访我的女朋友，6点钟上床手捧一本好书，身边放着一罐花生酱，他不喜欢。即使他也喜欢，我也不愿一起干。这其中的乐趣就是有自己的时间，又不必担心另一个什么人对你有什么想法。当我们真正在一起时，一切都显得新鲜，新奇。

对其他不想寻求那“富有意义的关系”，而是避免和男人亲近的妇女来说，连“星期三和周末法”也会是过多的男性暴露。这类妇女特别是二十几岁的年轻女子，对男人形成一种玩世不恭的态度，这种态度更多是基于怜悯而非感情。60年代的男女不分与女人享有同等受教育机会的压力使人们大兴男女合校教育。女人与男人平起平坐的关系产生了一些适得其反的结果。女人没有把男人视作聪明、勤奋、富有幻想的人。在这些少女眼中，现实要坏得多。有道是：亲昵生狎侮。一点不假。

他们是孩子。在学校里男生现出一副大男子汉的样子，

但在紧要关头时，却又张慌失措。我还记得我们哲学期末考试前的那天晚上，我与之同居的那个高大强壮的小伙子哭了一晚上，说他及不了格。他果然没有及格。他期望我和他暂时住在一起，辅导他解答题目。但我告诉他还要参加考试。他怎么也不能相信我不会放弃……象一个母亲那样整夜守着一个出麻疹的孩子。现在与我共事的男人也好不了多少。要是他们有个约会或累了什么的，就想要我放弃我的时间来帮他们。还谈得上什么依靠？我过去想要孩子。但现在我知道了，我要孩子就得嫁人。

这里的男人少得可怜——是姑娘们行为古怪吗？

——伊利莎白·鲍恩《旅馆》，1928

因为，男人有某种令人神往的东西。不管是仅仅因为社会的条件作用还是由于大自然母亲赋予女人的某种生理的物质组成和化学性质的缘故，和一个男人保持亲密关系很消耗女人的精力。侧重考虑的事情突然发生转变。白日梦占据了工作时间。电话铃声不响的时刻成了致命的时刻。有的女人因此而避免与男人有亲密的关系。

没有男朋友我过得很好。我从早上8点半开始写我的小说，一直写到下午两点半孩子们放学回家。接下来我上街买东西，和他们一起玩耍，吃过晚饭后，我又有时间工作了。但不管什么时候我爱上某人——真正地，可能是迷恋上某个人——我的日程安排就变得颠三倒四，乱七八糟，我想要做的一切就是为他打气鼓励。我根本无法集中心思于我的工

作；我整天想的是填满各种洗衣剂和催干剂的购物目录单。当我们关系破裂时——这是不可避免的——我意志消沉得不能工作。所以总归是一个我但愿完全避免的彻底的失败情形。

和男人发生感情上的纠缠所感到的极度紧张，诚然不是什么新现象。但是，它对想在有生之年多做点事情而不是把光阴消耗在慕新欢思旧情上的妇女的影响将是深远的。参孙与大利拉的故事莫明其妙地刚好颠倒过来。现在是大利拉害怕她的头发和力量被参孙剪断。

男人的这种奇怪的孩子气，这种强烈的依赖情绪，使许多如今所谓的“新女性”生厌。哪个女子没听说过这个古老的男性格言：“我不知爱情是什么”或“我有什么办法”

“我希望能爱上你，但不知如何爱”。要是冰箱里没有啤酒，要是女人同另一个人谈话谈得太长，要是女人不对他说他是如何了不起，如何如何聪明、俊美，象运动员一样健壮，如何如何可爱，那么这些男人便感觉受到怠慢。过去，对女人来说，满足男性的要求当然要容易些，因为男人毕竟是目的。任何达到那一目的的方式都是可以接受的。但现在，没有几个女人愿意充当包揽一切的角色。她们有自己要做的事，有自己要满足的需要。所以，许多妇女想要完全避开男人或避免和男人保持亲密关系就更容易一些，如今在密切的关系中，爱很快会变成愤怒和窒息感。

“我不是一个讨厌男人的人”意大利记者和坚定的独身女子奥里安娜·法拉奇在《小姐》杂志中写道，“其实，当我爱着一个男人时，我变得象只小羊一样温顺。我牺牲了自

已来当小羊羔。我的理智，我的母性的本能，总驱使着我去宽恕他。”如是换一个时代，那么下一步就是结婚了。但不是与法拉奇，也不是与日益增多的也许不如法拉奇那样伶牙利齿，但同样小心谨慎的女子结婚。“和一个男人同居，”法拉奇继续写道，“你一半的时间都用来安慰他、鼓励他、服侍他、保护他，就象他是一个任性的、宠坏了的孩子一样。……。他要你做她的保姆、他的秘书、他的仆人，就是说，他长大成人后抛弃不管的母亲。他永远忘不了他的母亲，不管他曾是爱过她还是恨过她。他永远忘不了曾经是一个事事得到迁就，样样得到满足的宝贝儿子。”

“乳儿都去了”

独身真是美妙极了。这就是我要坚持过的生活方式。我结过3次婚，又当了3次寡妇。乳儿都去了。他们都说当你的丈夫死了时候，不要说有关他的事情，除非是好的。所以我现在说我所有的丈夫都死了……好的。

——女演员劳恩德·佩奇 1977

剪断大利拉头发，分散精力和意旨成了那些想爱人却又不敢去爱的女子的核心问题。“女人奉献自己，”尼采写道。“男人因娶她而增辉。”现在，人们可不无道理地争辩说，象羔羊一般追随她的情人而变得驯服柔顺，是女人的选择——也是女人的过错。然而，在很多例子中，这也是一个事实。并且在事后认识到这种模式已不可变更。“女人高兴地、虔诚地进入爱的世界，结果发现爱并没有使她们充实，反而导致她们的彻底放弃，不仅放弃权力，还要放弃精华。”作家巴·格·哈里森也在《小姐》杂志中这么写道，

“梦魇般的爱情现实是：我们的天性不仅为我们的情人而揭露，并且正由他们来创造。在谈情说爱的间隔期间，我们就象藏起来的福兰肯斯坦因的妖怪一样，等待着一位新的造物主来告诉我们，我们是谁，我们为什么而活……。我们成了我们的情人，我们摆脱了连续的自我。”

为了结束这种反复无常的倾向，并建立起某种平衡的关系，现在有越来越多的女子从正面处理一切常情，她们以近乎粗鲁的态度向她们的男人敞开自己的心扉，暴露自己的失意、期望、恐惧和欢乐，不留下任何妥协或误解的事。甚至在还没有任何需要之前就采取对抗的姿态。这样的女子以异常的坦率态度将一切摊开在男子的面前，表面上是激他，竭力改变他，实际上是提醒自己：这一回，她不打算改变自己。但是，她也似乎是冒着失去这个男人的危险。纽约有一出不在百老汇上演的悲欢剧，叫《我行我素》。在这出戏中，3个“新女性”（其中一个穿着工作服在阁楼里搭床）歌唱着她们的新力量，她们的能力，她们的机智，她们的独立。但其中一个正和一位有妇之夫打得火热的愤世疾俗者言道：“他说我是个高降的厨师，是个理想的情人，工作顶呱呱，还说要是她的老婆更象我就好了，他就可以离开她了。”这其中的含意对那又哭又笑的观众来说，再清楚不过了。传统上的独立？是的。那自主的女子一个人过吗？噢，这个，她能够料理自己。男人可以离开她。

更年轻的男人

那么，女人怎么办？有的转向找年轻小伙子，这样做并非出于绝望，而是对社会的准则的蔑视。毫无疑问，从生物学来看，年轻小伙子更合适，因为女子在接近40岁时性欲最

旺盛，而男子的性欲高峰是在接近20岁的时候。小伙子在长大成人的过程中很可能没有老年男子所经历到的旧框框的限制，而且不必调节他们对男女关系的期望。无疑，一个女子当她和—个年轻柔软的情人出现在公共场合时，她会得意洋洋，正如一个相同年龄的男子和一位花枝招展的金发女郎出现在大庭广众之中时洋洋自得—样。但对多数人来说，这种关系都不很深。“他真是逗人喜爱”，一个40岁的妇女谈起她的25岁的男朋友时说道，“可是我很担心。他的睡眠是否充分，他的饮食是否均衡。”

同性恋男子

另一个办法（越来越多的女子追求这个办法）是：和同性恋男子相伴。这时，就不存在性紧张的问题，也不会产生永久深厚的性爱关系。

真正区别在于：没有对女人的敌意。和跟我—样大或比我还大的男子在一起时，我们之间总是为谁占上风而发生冲突。我与之同居的两个男子史蒂夫和约翰当我看上去很漂亮时，心里很喜欢我，口头上也这么说。而我情绪低落时，还给我鼓励。我知道这听起来有点奇特，但除了性关系方面外，他们是我遇到过的最理想的男人。

虽然这种关系过去—直是存在于年龄大很多的妇女和年轻的同性恋男子之间，但现在所有密室的门砰地大打开了，任何给人的需要以满足的关系都得到容忍，并且还对之渴望以求。

大龄妇女

现在仍然有些人对这种结合感到非常震惊，他们不是说“呀，他是个老娼妇”，就是说，“因为她有钱嘛，”或说“他在利用她”。但我以为其中还有嫉妒在作祟。我就听到很多老年妇女说，“我今天到海滩上去，那个救生员弄得我神魂颠倒。”怎么，男人喜欢那柔软、年轻的肉体，女人为什么就不能有同样的感觉？

——作家林·凯恩

同性恋女子

同样，越来越多的女子转向别的女子，不光是寻求支持，还有爱。人们总是争论说人数并没有增加，只是社会偏见减少了而已。但女子同性恋关系显然在增长。特别是对年轻女子来说，与别的女子建立一系列同性恋关系几乎是解放阶梯上的一个必不可少的步骤。

瓦萨受到难以置信的压力，要她接受一个女朋友，或至少要成为一个在肉体上对两性都有吸引力的人。同性恋关系似乎是对支持女权运动的声明，任何人拒绝发生同性恋关系都被视为背叛者。

说它是一种试验也好，还是一种正在流行的生活方式的选择也好，妇女象过去追求男子一样继续求助于别的女子。有时，两个妇女为了彼此结合而离开她们的丈夫。

“他不理解我”，这话听起来陈腐，但这是事实。两个女子之间有种绝不会存在于一个男人和一个女人之间的敏感

性。男人粗野，女人温柔。女人奉献，男人获取。似乎还可以这样一直排下去呢。女人要流血，有痛经，分娩阵痛，还有成功引起的怕惧，等等，等等，没完没了。过去我没有意识到我丈夫是多么不理解我。不了解构成我生命纤维组织的线索。遇到了路易斯后，我恍然大悟，我们的关系比一个男人和一个女人的关系还要亲密。

7. 我们在哪里，我们去何方

尽管妇女正经历着的生活方式和前程发生了所有这一切变化，然而，问题并没有得到多少解决。妇女曾经依赖的东西如今都挂上了这样的牌子，上书“薄冰”。如今的婚姻就如隔日的鱼儿一样容易腐烂。婚姻承诺是短暂的，随关系的破裂而告终。初次的龃龉往往就将一方或双方送出门外，连钥匙也忘了拿。所有女人都处于一个过渡时期之中。可是向着什么过渡呢？谁敢预言？但是，妇女至少正在行动。从前的妇女，死气沉沉。男人每天早晨从前门走出，进入充满各种机会的世界，而女人却呆在家里当他的猫——现在，妇女们正把男人们打出门外。妇女现在面临着与男人面临的同样错综复杂的选择，东试试，西闯闯，而且，许多人获得了成功。

然而，这还不是一个尽善尽美的世界，双重标准仍然多如牛毛。一个平庸的男人能够保住一个工作，而一个女人必须胜过他一半才能证明自己能胜任这项工作。男人如果开小差，去狂饮或去和女人乱搞，他们会得到原谅和羡慕，女人做同样的事情就会一辈子抬不起头来。一个男人可以因埋

头工作而获得人们的赞美，而一个工作勤奋的女人却被认为太狂，是为了补偿她私生活的不足。男人如果周末喝啤酒、睡大觉，那是因为他——可怜的人——因干活非常卖力而太累了的原故。一个女人要是这么做，人们就说她懒惰，不负责任。女人总是这也不是，那也不是——昔日的气氛并没有完全消散——不过，她们现在至少开始在冒险了，敢于面对变化，欢迎变化，应付变化了。如果有人跌倒了，将有大批的全新的女人把她扶起来。

女人独处。女人联合。女人和男人偶尔相伴。女人们，如今的选择无穷无尽。尽管人们的关系处于混乱状态，尽管争取平等越来越艰难，然而这是有史以来妇女最激动人心的时代。我们意识到了我们的身体，我们的未来，我们的现在，我们的潜力。我们绝大多数人对我们的过去非常不满。女人没有选举权，不能拥有财产，被当作丈夫的私有财产，而连免遭强奸的法律保护都没有，真是荒谬绝伦！男人们仍然试图通过立法来确定妇女是否有权来终止不想要的怀孕，甚至还想通过《平等权力修正案》把它写进宪法中去，真是不可思议！毫不奇怪，许许多多的妇女被激怒了。更不足为奇的是我们有那么多人选择独身。

只是在我们在任何竞技场中一再证明自己的力量后，男人们才会认识到早就应该认真对待我们了。使男人信服还不是唯一的目标。女人还得使她们自己信服。这是因为：我们是第一批一起走出来的妇女。在此以前，总有背离团体，自行其是的人，用自己的果敢使世人瞠目结舌，但很难与她们这些人相处。现在我们转眼间有了来自我们当中的样板。她们不是来自外部世界，而是来自内部世界。和我们一样，她

们也流血，也生儿育女，为结婚而努力或为单身而努力。她们和我们一样。半夜醒来时大声叫喊自己的成功，胜利，喜气扬扬。勇气、耐力和决心是“新女性”的基本口号。这个新女性或许愿意和一个男性伴侣一起度过一生，但如果她不这样也没有受到丝毫的损伤。单身女人行动更迅速，工作更勤奋，她清楚自己的局限和潜能。而对许多人而言，要发现在没有男人的支持下自己真正能做些什么，过一段独身生活可能是不可缺少的。这是因为，只有通过了解什么是真正的自立，任何人，任何一个她或他才能冒冒互相依赖的风险。

即使这时与一个传统型的男人相互依赖仍然会导致女人作出让步，变得顺从，处于被动或导致她精力衰弱，意志消减，使她能力减弱，并且经常叫苦不迭。结果，我们中的一些人花很长的时间从男人中间摆脱出来。我们有越来越多的人选择终身过不受婚姻和感情约束的生活。这是一个我们许多人突然面临的绚丽的崭新世界。众所周知，两点之间最短的距离是直线距离。从前，我们协助我们的丈夫，男朋友和孩子沿着那条路线去获取成功。现在，不管有没有助手，是我们行动的时候了。

我想对寡妇们和没有结婚的人再进一言，她们继续象现在这样活下去是一件大好事。

——圣·保尔

第十二章 男女在一起

说到男女平等主义，有些人首先想到的问题之一是：罗曼司会怎么样？它能平等与诚实共存吗？它怎么能呢？所有的浪漫举动转眼间都成了禁忌。男人送花给女人，领她去度一个良宵，摇荡她的心旌，抱着她跨过门槛——诸如此类的玩意儿转眼间成了大可怀疑的东西。（他是勾引她吧？诱奸她吧？巴结她吧？）他们曾断言，在苏联艺术领域内所发生的事情——它在政治上是正确的，缺乏想象力而讲究现实主义的、一板正经的——肯定发生在爱的王国。

在某种程度上，我们最担心的事情已变成了现实。听听我们现在是怎么谈论“爱情”的吧。我们不能说“爱情”。为避轻蔑讽刺之嫌，我们得给这个词引号引号。“风流韵事”——有谁还说风流韵事？我们说的是关系了，用的是政治上正确的、实实在在无故弄玄虚的、严肃的社会科学语言。

“爱情”已变得如此复杂、变幻莫测，如此难以把握、危如累卵（它象核威力一样有为善的潜势，但以毁灭扮名），以致出现了一套对付这一特殊现象的专门术语。它与女人的关系尤为密切。多数表现爱情的诗歌出自男人之手，女人关心的

是白头偕老。女人研究的是关系力学；男人研究的是汽车、轮船等等转动装置的构造原理；仿佛我们的生命依靠它而存在。

女人现在提出的一大疑问是：我们的生命依靠它而存在吗？从政治方面的正确回答是：否。如今，“需要”有一个关系无异于承认自己是无助的弱女。过份地看重婚姻生活，乃是在贬低自己。即便结了婚，持这种立场也是对上帝的公然蔑视。今天的“快活娘子”——又一个不合时宜的说法——说不定就是明日飘零四方、失宠遭弃，被战争分裂的离婚女子。正如劳里·科尔文在她的小说《快活终生》里所描写的那样，玩世不恭成了最妙的挡剑牌。

“这是为着我们幸福的未来。”他说。“你的乐观真是头回见。”米斯蒂说。“幸福的未来有什么不对劲呀？”

“这是20世纪。”米斯蒂说，“根本就不是有幸福未来的伟大时代。”“有些人有幸福的未来。”他说。“是你和你那初涉社会的女友异想天开。”米斯蒂说。

一对男女长久幸福在一起，可能吗？一对男女长久在一起，可能吗？

1.同居

现在让我们来看一看一个一直坚持定时“探望”男子的女人吧。她已开始产生一系列厌倦情绪：厌倦那一冷一热的态度，厌倦那不期而至的电话，厌倦那突然而来又匆匆而去的幽灵般的男人，那劫掠般的搏斗，那至昏至颠的狂。一言

以蔽之，她厌倦沉浸于爱河中那所有令人精疲力竭的勾当。真是鬼迷心窍，她想过自己的生活。她要依据她的社会地位和政治倾向，决定是嫁给他，还是和他同居。

他说：“干嘛不搬过来我们住在一起吗？”我只是笑了笑。也许，要是我们住在同一座城市，我会搬去和他住。但是放弃这里的一切，只是为了同居……。

据说同居就同结了婚一样，只不过没有那张纸片罢了。其实并非如此。同居可比结婚实际多了。她打算同居，因为这既方便，又有意思，还用不着考虑5年后他会是个什么样子，她想要的又是什么。（她想，既然我们好歹一起度日，干嘛要付两笔房租呢？）这确实谈不上是一个罗曼蒂克的决定。通常有这样一种危险：两者中有一方要放弃“顶呱呱的”房子——此举可能是一个将来后悔莫及的错误。（当然，如果关系1年或5年后破裂了，没有结婚证也能保证没有痛苦。”

我告诉他我想和他同居。我一直在我的公寓和他的公寓之间提着一只购物袋来回奔走，购物袋成了我唯一的家。我已开始设计一个宏大的计划。我必须有个地方安顿下来。他同意我们试试看。

当你们同居时，过去那种众所周知的“求爱”便发生在共有的房间里。这种了解人的方式简直糟糕透顶，和填鸭式的语言教学法一样令人神经紧张。然而，在美国的一些地方，这仍是司空见惯的事。而当一个从没有和男人同居来的年轻女子宣布说，她就要和一个几乎是陌生的人结婚时，又

有人为她担心起来。她太轻率了！

一男一女住在一起，双方就会向对方漂近。选用“漂”这个字眼，是以此暗示她身不由己。她想象着自己和他自站在一块浮冰上漂移着，任不可驾驶的潮流将他们驱拢或分离。她想象着自己和他就象实验室里的试剂一样，两种不知名的原料投入一反应器中，然后加热——这热就是日复一日的亲近。

她保护自己，以便试验失败时不至于陷入非他不可的境地。她竭力挺直身子，避免倚靠在他身上，避免失去身体的平衡，避免摇摆和倾倒。

美国未婚同居的男女

1977——957,000

1970——523,000

1960——439,000

婚姻这一习俗应该只限于喜怒无常的老处女，疲倦不堪的妇女，以及特取阶层。

——维塔·萨克维尔·斯特韦《法兰西女儿》

2. 结婚

我们在调查时，屡屡听到和男人生活过几年的女人宣称自己对婚姻不感兴趣，并问国家发给一张纸片于她们的爱情生活有何关系。此外，他们还说，婚姻不仅不能给人以真正的保障，反倒扼杀罗曼司，而在“自由”的情况下，因为哪个都可以离去，每日的相聚就成了对感情承诺的加强。

当今这种理论如此切合实际，我们只能对持有这种理论

的女子表示钦佩，并盘问自己结婚的动机。我们自诩：充足的理由是什么？为什么现在结婚呢？为了我们的孩子得到法律上和经济上的保护？我们冷冷地回答自己，透过牙缝撒着谎。

调查人：请问真正充足的理由是什么？

女子：我爱他。

调查人：那与婚姻有什么关系呢？

女子：我想跟他度过我的余生。

调查人：噢？你现在怎么可能知道？

你能发誓爱他50年吗？

（女子对调查人所想的东西并不怎么关心，走开了。）

一个人想要结婚的真正原因常常很愚蠢——根本不是什么原因，不过是个荒谬的信仰、希望、梦幻、向往等等。所有这一切都是完全过时的玩意。为了避免感情上的难堪，一个人会为自己打圆场，简单地说，“是时候了。”就好象有一只闹钟刚刚响过一样。飞逝不待的岁月迫使男女中的一方作出抉择，捕捉那反映对方情怀的灵犀，以使那虚幻缥缈的东西明确下来。不提出这个问题不啻半途而废，就象作环球航行而永远不抵达海港一样。人总是要有归宿的，悬而不决终究要变得令人难以忍受。

两人就这样结了婚。矛盾的是，两人既相信他们与众不同，却又承认他们正在加入到浩浩荡荡、长无尽头的双列纵队中。

婚姻如一台仪表一样是一件近乎完美无缺的东西。麻烦的是它不可能有效地运用于如今的男女感情关系上。

婚后

同居与结婚之间的界线是模糊的，但随着时间的推移而趋明显。既是同居，就有离去的可能。“我搬出去算了”，她会这样想，两手交叉抱在胸前，双唇紧闭，下巴颤动。出走的事经常发生。一旦结了婚，这种选择就成了要挟，从前，她总是“观望这是否奏效”，现在，她没有那么超脱了。

她以为他们会和以前一模一样，可不久，他们之间的界线变得模糊起来。他们的书籍混在一起，他们的钱、他们的个人风格都混在了一起。

她想，他之所以爱她，部分地是因为她性格坚强，有主见。她让他看到她软弱的一面，他没有明显的厌恶。“靠在”他身上，这恰恰是她相信自己绝不会做的事。哪知真靠上还挺舒服的呢。

他们大吵大闹了一场。他来讲和，说 he 不想争吵，不想赌着气去睡觉。他们没有分裂，这次没有，下次也不会。

（她开始变得更温柔了，丧失了警惕。）

义务感渐渐增强。几年后，经过屈指可数的争吵，气消了，忧虑解除了，有了几次欢笑，几番美好的时光，她开始感觉到了婚姻生活的甜头。

难题

目前，婚姻生活的难题是，如何既结婚又不做妻子。或者说，如果做妻子而又不成为微不足道的女人。危险在于堕

入做老婆，成为他的出气筒。

过去有一本书，谈到这么一件令人惊异的事：一个有25年婚龄的女人说她从来没有决定过自己什么时候去睡觉，每次都是丈夫关上起居室的台灯后，她随他一起上楼。

慷慨地毫无防备地献出自己的爱，同时又想着自己，这一难题仍然存在，婚后也毫无改变。如此多的鼓舞人的妇女形象，如此复杂的历史，迫使她柔顺和屈服。抵抗过舒适的生活——依赖他，靠他而生——是需要勇气的（你做成功者，带上我。你创造生活，给我一席之地。你拼搏，让我来抚慰）。靠自己而生，谈何容易。

她在旧式的妻子和新型的妻子之间摇摆不定，她自己也感到惊异，更不用说她丈夫了。一周的兴致把她引向厨房，去准备晚餐——拿着食谱，想要他在某个确定的时间回到家里。真该死，为什么热饭热菜端上来了，男人却总是不在呢？

他们去探望他的母亲，这使他回想起旧日的好时光。他悠然地看着报纸，她和他母亲洗着一堆碟子。这真是她学习面带微笑而心里咆哮的好机会。

姓名：他的和她的

在她婆家的城镇里，妻子用丈夫的名字。她用这名字就象穿着他的油布雨衣一样：这满足了一时的需要。但毫无疑问，这名字是他的，并不合她的意。另一方面，她从当某某夫人中获得一点儿快感。她是父母培养成的小女人，一个成熟的已婚夫人。

越过一位15岁女孩的肩膀向后看，回到60年代末以前的

某个时候。女孩写的是：

乔纳斯·罗宾夫人

罗宾夫人

苏姗·罗宾

乔恩——苏姗·罗宾

她不停地写着“罗宾”这个陌生的姓名，心里一边默默地念着，玩味着这些姓名，这些象征着身份、地位的姓名。

女孩长大、结婚了。如果她象多数女人一样，她便抛弃“小姐”，用起丈夫的名字。

少数妇女——相对而言极少极少——当上“夫人”便觉得失去了什么，好象丈夫的名字把她抹去了似的（真正被抹去的日子难道还远么？）。看着那个正在消失的夫人的例子吧。再看看那个已消失的妇人的例子吧。

有一种女人用她丈夫的名字，是因为她看不出没有理由不这样做。她总说，一切不过是风尚罢了。有什么可大惊小怪的呢？她爱丈夫，爱他的名字。不因分享他的名字而受到一点贬低。她的名字毕竟也不是她自己的，而是她父亲的。自己为什么要由承用自己父亲的名字来象征呢？

另一种女人，一种或许更好争论的女人，会同意那第一个女人说的一切东西。但不是为了她自己。她的问题（心里微感气愤）是：为什么他的名字要用在她身上呢？每人碗里一只鸡，每人却都有自己的姓！有许多许多名字供人选用嘛。

有一个有3个名字的妇女走的中间道路。如：安娜·荷华德·曼林，这个名字告知众人，安娜·荷华德嫁给了一个叫曼林的先生。

真正的罪过——如她最后意识到的那样——是她有自己的主见。她的想法应该是他的想法——依附在他的身上，就象鹿园中的一小块花园一样。

——亨利·詹姆斯《一位夫人的画像》

朋友与亲戚

开始时，他们如此愚蠢，似乎只有不去打扰自己的朋友才觉得舒服。他们渐渐从把他们自己包裹起来的蚕茧窝中钻出来，以新的身份——“我们”——出现在他们各自的一伙人中，让对方的伙伴去品评。他们以此将自己置于一个新的环境中，无论这环境是好是坏。

她想要的是人。她所有的朋友应该为她感到高兴，并把他视为兄弟。他应该把她的家和她的朋友当作自己的家和自己的朋友。他的所有朋友应该诙谐、风趣、善良，跟他喜欢的女人交往。这样是永远没有结果的。

她希望她的朋友喜欢他。她带他去见她们，似乎要让人分享一个发现似的（瞧，我找到什么了！）。谁要是愚蠢地说她对他不感兴趣，就会被视为心地不善。如果哪个朋友发现他多么有吸引力，多么机灵可爱，那个朋友的身价便迅速上涨。

她的父母把他当作儿子来拥抱，但显然他们的爱是有条件的。如果他对她稍有怠慢，他最好别指望他们会站在他的一边。他们的保护令她快慰。

美中不足的是他不喜欢她的大部分朋友和朋友的丈夫或情人。他转动着眼睛，要是她试图约其中的一人吃饭，他就沉下脸。他对她的一个朋友十分无礼。她认识的一位经验丰

富的妻子劝她，让受辱的朋友直接和他交涉。有经验的妻子说：“如果你插手进去，就是自寻烦恼，和他们两个人都扯不清。”妙主意。没经验的妻子才闷了半天，便咆哮起来：

“你怎么能对X那样说话？我从来没有象那样对待过你的朋友。”她认为，吵一架就纠正了错误。

亲戚间的烦恼。她认为他的姐姐疯疯癫癫。幸好，他也这么认为。她的母亲令他恼火。幸好，还不象她那样令他恼火。“正是那些琐事，你们一起分享的那些琐事，”史提芳·桑德姆写道，“使婚姻生活成为一件令人快乐的东西。”

他们必须培养起一种新的风格。他们尽可保持自己的独立性，在盛大宴会上各占一头，但是，有的时候还是必须一前一后地活动。她说，他使她不知所措；他说那是胡说八道。她要是想说什么，她就应该说出来。她说，他并不想压倒她的声音。但她憎恨沉默。如果他看上去完全讨厌谈话，她当然认为她最好坚持说话。为什么他总是显得厌烦？他说她失去了幽默感。她说，幽默？他真的认为开人玩笑是有趣的吗？

一个问题是：他做的或没有做的每件事情都反映在她身上。她可以对自己说，他们是两个不同的人，他是个完全成熟的人，早已过了性格形成期（她已不可能改变他了）。但他的缺陷仍然令她受不了。她自己的缺陷令自己受不了，但他的缺陷太明显、太昭然了。

调情及其他

她结婚已很久了，婚姻生活已扎下了根。就是这么回事，已没有什么惊奇的了。这时，她不知怎么搞的与陌生人成一

个认识多年的熟人摆谈起来。她有意地注意起自己的外表、眼神来了；它们荡漾着温情（发红了吗？）。她的笑容变得含情脉脉了；她的动作变得柔缓了。她突然间变得充满了热情。发烧吗？不，是热恋。

热恋总有一点令人害怕。要是她变得不能自己（那怎么办？）她对他有吸引力吗？她注意到他那一往情深的眼神。

“好啦，好啦”，她喃喃自语。“就享受享受它吧。”她无比信赖她的结婚戒指。确实，她可以因为有结婚戒指而第一次享受调情的乐趣。如果她是单身，这种把戏会是正经事，她会关心其结果。现在呢，她不想要什么结果（她大脑的计算机部分认为他有吸引力，但对她的丈夫不会有威胁。当她以后见到丈夫时，她比平时显得更有精神些。她不仅又想起自己作为性感女人的责任，而且，她还又选择了他。）。

如果婚姻不牢固，如果计算机给别的男人评分高些，她就会发现自己正卷入一起风流事之中。对她来说，这是个令人懊丧的时刻。她觉得恶心，不能自控，好象地平线已经弯曲。那吸引力——那个新的男人热切的求婚——有意识也好，无意识也好，这正是她对丈夫一直盼望而未能获得的满足。可以说，这纯粹是新鲜引起的兴奋，是他引她注意、对她关心、殷勤的缘故。她断定，这个新男人是她的自由，是她成为另一个（最完美的）自我的机会。结婚牵制了她，使她不能越雷池一步。她现在看清了这一点！在第一种情况下，她将回到她的丈夫那里——作为一个已脱胎换骨或心里产生了动摇的人。

在第二种情况下，她将利用这个新的男人，把他当作摆脱婚姻关系的许可证。与老套的影剧中丈夫抛弃妻子的情

况相比，这是一个非同寻常的事情。

凡是不爱丈夫的妻子，都说是丈夫的过错。

——米格伦·麦克劳克林《疯人日记》

嫉妒

她对其他男人的迷恋既非危险，亦不严重，只不过是逢场作戏而已。但她丈夫与别人调情却总是意味深长。在一次社交聚会时，当他和某个漂亮女人谈话时，当他引她发笑时，当他给她要来一杯酒时（他是那样迷人，这个畜牲，她可以杀了他），她望着他的背。她自言自语地说：“好啦，好啦，这没什么。”这晚的其余时间，她莫名其妙地拒绝跟他说话。她的灵魂喊着报仇：她能给他加上什么罪名？他用有意漫不经心的样子提起的几个人的名字象弹片一样穿入她的神经。

为什么她指责他调情时，他想用煤气灯照她？“我没有啊。”他抗议道。这实际上等于承认在他那颗堕落的心里想着比调情更严重的勾当。何时男人才能不失口否认那些昭然若揭的事实而坦白地承认对妻子的不忠呢？有什么比未证实的怀疑更容易使人发狂呢？

没有多少。但是，证实了怀疑并非就是宽慰。反倒更象受到了污辱：她的隐私，他们的隐私，她的身体。

3. 良辰美景

“事实上，他们有好时光，也有伤心日。”诺曼·梅勒

曾经针对一对夫妇写道，“这就是婚姻生活所经历的道路。”

伤心的日子令人恐怖。一她定发疯了，竟与他结婚。他非常讨厌、冷酷、固执、爱挑剔，此外，他显然从没有真正爱过她。

好时光令人惊异。经历了这样的时期后，她怎么还会有“爱”？真愚蠢。唉，明年就可能列入离婚统计表中。这种可能性总是存在的——一种真正需要牢记心间的可能。一位精神病医生将已离婚者比作一个终身有工作保障的公务员：他们都没有工作能力，都没有争取更好生活的理由。然而，结婚不再是一个有终身保障的职业了。结婚不再是令人讨厌的了。更近于蛮干而非讨厌。（老实说，干嘛冒期望过多的风险呢？传统吗？天真吗？干嘛让自己陷入感情的压力之下？婚姻最惨的悲剧，产生潜伏着痛苦的极乐：这一切可能在明天结束。）

然而，婚姻中还有很多东西值得她欣赏回味的。她很高兴自己结了婚，用不着再花费时间去找男人；她庆幸自己结婚，从而能够了解婚姻不是对人生的回答，而是生活的良好基础。她喜欢满足于呆在家里和他一起看书看报。如果她孤独一个，她会觉得应该去走访某个人。她在婚姻中最快活的时刻之一是：某一天晚上她工作得很晚，她在看一本精彩的书，知道她钻进被窝时，它是热乎乎的，因为他在那里，热乎乎的；她想，一个人有了这一切东西，还有什么不满足呢？

第十三章 做母亲

一个女人在有孩子前，当妈妈在她的想象中能很富有点浪漫气息，而对当中的甘苦却不甚了解。她想象着一个脸蛋泛红，象羽绒般柔嫩的婴儿，散发着沁人心脾的香水味儿。轻言细语声，绵绵摇篮曲，一只大摇椅，一条羊毛毯，窗上雨珠滴，舒适又惬意。作为一个完整的女人——母亲——的一种崭新的、更充分的自我意识。

正如他们幻想自己将是一个多么了不起的父亲一样，她梦想做一个非同寻常的母亲。象电影《音乐之声》中的玛利亚那样机敏、喜欢嬉戏，象在头发着色剂的电视广告中出现的领着一群快活的孩子穿越一片草坪的女人那样漂亮，受到孩子们的敬爱。在艰难困苦时，象圣母玛利亚一样安祥。无论是在顺境还是艰难的时候，都是个讨人喜欢的人。治愈创伤，清除恶梦，富有爱心并被人热爱。虽然她知道这些形象有点儿浪漫，可偏深信不疑。

当然，一些幻想确实变成了现实。但另一些并没有实现。刚当上妈妈的最初几个星期里会洋溢着热情。她是一颗星星。朋友们接踵而至，送来礼品和忠告。他们唔呀啊呀地逗

孩子。一切都很美好。但是，当妈妈也会碰到毫无浪漫气息的时候。喂食、换尿片既乏味，又令人恶心。孩子几个小时不停地叫唤，你又是摇，又是抱，又是哄，搞得心烦意乱，没法安静。下雨天和孩子呆在家里令你孤独。大太阳底下坐在操场上令你厌烦。开车送孩子去上学，为孩子找玩伴，安排孩子学钢琴，为孩子的辩论仲裁，领孩子参观动物园和博物馆，等等。这一切使女人几乎没有一点自己的时间。她不禁要想——也许怀着点犯罪心理——“我怎么办？”

要是她去上班，把这些责任交付给另一个人，她又担心：她这不是丢下孩子不管吗？她这不是放弃什么必不可少的东西吗？又工作，又当妈妈的双重任务会令她叫苦不迭吗？

况且，孩子们也会不听话，无理取闹，不停地大喊大叫。她还很可能打骂无知的孩子。早晨3点钟梦魇发作，搅得人心烦意乱。去安抚孩子，可没法安慰他。不管怎么说，也没人听她的（谁听过妈妈的话）。吃午饭前没有得到糖块，孩子就会望着妈妈的眼睛，冷冰冰地说，“我恨你，妈妈。”多叫人伤心。但是且慢。难道当妈妈就没有乐趣可言吗？当妈妈难道不是一个女人能有的最大满足吗？有时是，有时不是，这和任何别的事情一样，如工作、结婚、友谊等等。当妈妈有非常美好的时候，也有梦魇般可怕的时候。母亲的责任可以令人感觉敬畏，有时，幽闲恐怖——象拖着一只她从不会留意的沉重箱子一样。要是她不曾这样去感受，她就会感到异常失望。

1. 母性的本能

母性本能怎么样呢？能靠它来消除这坎坷不平的道路上的障碍吗？社会学家和人类学家就母性本能的问题一直不停地争论不休，以灵长目和人类为例来证明其存在或不存在。但问题看来并没有说到点子上。事实是，母性本能有也好，无也好，一个女人希望它看得见，摸得着。当她第一次把孩子抱在怀里时，她就预料到会发生什么。要是什么也没有出现，要是轻易跨进了做母亲的门槛，却没有产生哺乳的自发冲动，并且唤起她那属于自然的母性意识的乳汁，那么，她就觉得有什么东西不正常。

她从小就相信当母亲是必不可少的——是她的一种自然满足。长期以来，人们就认为，一个女人是应该想要孩子的，应该在当母亲中找到自己获得满足的基本源泉。一个女人不想要孩子就会被认为自私、发育不全、有悖天理。要是她想为了工作或仅仅为了做丈夫的助手而将这整个事情抛在脑后，她需要有极大的勇气。70年代，女权运动，人口零增长组织，以及全国非父母组织开始指责我们的社会鼓励生育。大力提倡生儿育女好从中获利的幼儿食品公司和可能的祖父母的“你们俩打算什么时候安顿下来生孩子？”这一询问引起了公愤。人们似乎开始对做父母是每对夫妇不可避免也是应该的这种观念产生疑问。夫妇们开始问自己不仅什么时候而且是否要孩子了。

然而，尽管妇女被认为“摩登”，人们普遍认为，一个女人不想要孩子有点古怪。环境的影响根深蒂固。她难以摆

弃从小就怀有的想法。她从小就相信，她有一天会当妈妈。她扮妈妈，和她的玩具娃娃一起玩耍。她逢人便说，“我当妈妈时，我可不会那样对待我的孩子。”她曾看到“宝宝的笑即幸福”之类的杂志文章和芭蕾舞演员变成给笑咪咪的宝宝沐浴的幸福的妈妈之类的图片，读到过“宝宝胖墩墩的脚比任何称赞都重要”这样的话。这一切告诉她，当妈妈除了别的一些东西外比当芭蕾舞演员更重要。为当母亲而牺牲一切别的东西都是值得的。当母亲被认为是扮演一个强有力的角色。这样说不仅仅因为那支摇篮的手统治着世界，而且更合乎人性，母亲有力量安抚哭叫的婴儿，能够排忧解难，能够在她上菜吃饭时将一家召集在一起，让爱充满每个角落。母亲是温暖、慈爱、满足的同义词。感情的吸引力难以抗拒。

无论她是既当妈妈又上班，还是以当妈妈为业，事实是，当妈妈是巨大的奉献，是令人敬畏的责任，是平凡辛苦的工作。我们的文化不强调这一点，反而把做母亲描绘成为一项轻松、自然的完成使命的方式。这使许多妇女感到失望。可悲的是，当我们的文化为她勾勒出的美妙图景没有出现在她生活中的时候，她想到的不是这幅图画有什么不对，而是觉得自己做得不够。

美国的出生率

美国的出生率（每千人中的出生数）在40年代和50年代间稳步下降，至1977年，10年来第一次上升。

	出生数	出生率
1977	3,313,000	15.3

1975	3,163,000	14.7
1970	3,739,000	18.2
1965	3,801,000	19.2
1960	4,307,000	23.8
1955	4,128,000	24.9
1950	3,645,000	23.9
1945	2,873,000	24.1
1940	2,570,000	19.4

有罪，没有罪

当抚养孩子成为一门科学时，做母亲就成了一桩极严肃的事。人人都知道父母——尤其是母亲——对一个幼小的心灵所起的“了不起的”作用。儿科医生，儿童心理学家，祖父母及个人的担心告诉当妈妈的人，她在孩子面前所说所做的一切对孩子可能有造成精神创伤的作用，不可粗心大意。后果如此严重，她可不敢怠慢。她感到人人都注视着她不称职的举动。要是她对呜呜哭喊的孩子发脾气，或者一个3岁大的孩子喊着要吃糖她便给他，她知道别人是怎么想的：坏母亲。在百货商店看到别的女人待孩子不好时，她不也是这样想的吗？到处潜伏着失败的意识。

她心中也不断地设想种种可能会有的理想情景（有些情景是她自己童年时代的经历）：到海滩旅游，让孩子快活地拍水、挖沙坑、玩耍，她坐在一旁看小说。她希望一家人外出吃饭时会象诺曼·罗克韦尔一家的情景一样。在别的桌上吃饭的人会面带微笑，心想“多么可爱的一家人”。毫无疑问，现实与理想相去甚远。孩子不是吃沙子，就是跟着狗

私自去海滩上，抑或捣碎食物，发牢骚，大喊大叫，咯咯发笑，在椅子上跑上跑下。在餐馆吃饭往往更加粗野无礼。

不管她承认也好，不承认也好，一个好母亲的形象很大程度上与她感到自己表现如何相关，做母亲给她提供了一块她认为她正在上面表现自己价值的处女地。永远不会够格这种感觉严重压迫着她的自尊心。对许多父母来说，这种压力很大，有的感到做母亲的要求如此束缚手脚，对她们的作为个体的意识构成如此严重的威胁，以致这种压力常常造成“精神分裂”。在极端的情况下，还造成与丈夫和孩子的分离。

我们都想要婴儿，可是有谁想要孩子呢？

——埃德·莱山《如何过父母关》

2. 怀孕

对一些妇女来说，从怀孕到分娩和产后这段过程是快乐、轻松愉快的。但对大多数妇女而言，兴奋中至少带有一点疑虑。甚至多年来就想当上妈妈并千方百计地怀上孕的妇女，当发现自己真的要生孩子时，也会变得顾虑重重。

这种矛盾心理完全正常。怀孕既是一种肉体经历，也是一种情感经历，可能是一件令她吃惊的事。

不想被孩子所困扰的人，实则是不想被那称作生活的创造的麻烦事所困扰。

——苏珊·贾科比《纽约时报》

忧虑

害怕发生变化。她知道做母亲的责任将改变她的生活。在很多方面，做母亲对她来说比结婚要承担更多的义务（正如做父亲的一样）。她清楚，如果她离开丈夫，他照样生活。但孩子是必须有依靠的——她永远是她的孩子。意识到这一点她可能觉得被迫向隅。

她还担心怀孕给身体带来的影响。良好的身材是她毕身所追求的。保持苗条强健，穿着泳装能显出美的身段。现在呢，她很快就要眼睁睁地看到身体膨胀起来。当然，她知道，这种变化是暂时的，但她怎么也不相信自己的身体还会恢复原先的风采。她还会象过去一样性欲旺盛吗？丈夫还会象过去一样爱她，想和她做爱吗？怀孕会使她样子变老吗？

她还担心出什么差错。婴儿出生时可能死亡，她自己也可能在生孩子时死去。婴儿可能会成为畸形或难产。这种担心就象乘坐一架喷气式飞机时担心飞机失事一样。通常，随着胎儿渐渐成形，忧虑也随之被激动和兴奋感取代。多数女子在第一次感到胎儿蠕动时，胎儿才成为一个确实的生命。

（胎儿蠕动叫做“胎动”，一般出现在妊娠的第18周到20周这期间。）

我肚子向下躺在甲板上，阳光照在我的背上，我感到宁静，如入梦境。胎儿在肚子里蠕动，轻轻地，象蝴蝶翩翩起舞，几乎难以察觉。“它动了！”我叫了一声——它在颤动，象是想要告诉我什么，让我知道它确确实实在那里。

大肚子

一个女人从宣布自己怀孕的那一天起，便为众人瞩目。虽然这增添了她的兴奋，但也可能带来了烦恼。人们滔滔不绝地谈婴儿。在她还完全没有觉得象个妈妈的时候，叫她“小妈妈”，还向她提一些令人烦恼的问题，诸如“你呕吐吗？”“你打算哺乳吗？”还有些不受欢迎的建议，什么“不要在城里养孩子”啦，“可别要你母亲代你当保姆”啦。男人们在酒会上、街上偷偷小声说，怀孕的女人性欲如何如何强啦。当她身体发胖，肚子明显膨胀起来时，大家都似乎觉得可以随便去拍打她的肚子。

成为一个众人注目的人物（受孕几个月后，她的身体便成为一个行走的布告：“我要生孩子了”）会使她高兴。但是，如果她不把怀孕当成好大一回事，就会很讨厌去谈论它。她可能分不清谁是斯波克医生，谁是修斯医生，也不在乎。她认为要是她真认为自己讨厌谈婴儿，所有那些本意良好的人都会大吃一惊。

父亲

怀孕会影响到她对丈夫的感情。对他可能更亲近，也可能更疏远。怀孕的事实可能给她的生活以及和他的关系增添一点浪漫情调和更广阔的前景。或许，自己体内一个新的生命在成长这个感觉是虚无缥缈的。她常常只想到令人不自在的肚子。

在怀孕期间，她对做爱的感受可能会发生变化。在怀孕的最初几个月里，要是她感到疲劳、肿胀、恶心，她最不想

做的事就是做爱。但最初几个月过后，随着不再感到怀胎的不适，性欲望就会高涨。许多妇女在怀孕的第二阶段（第4至第6个月间），性欲特别强烈。

我觉得就象重新爱上我丈夫一样。对他产生了一种不可思议的新的看法。而且性欲特别强烈。一件令人愉快的事是：在我的性生活中，我第一次不耽心怀孕。

如果一个女人腹部或阴道疼痛或流血，或者，如果医生警告说有流产危险，她就不应该做爱。除此之外，怀孕期间性交可说是没有任何危害的。实际上，性交对阴门肌肉还是一种有益的锻炼呢。虽说她到了妊娠的后期，感觉象巨鲸一样那么笨，但直到孩子出生前，她都可以有性行为。而且，很多妇女很想这样干。即使对性交的兴趣减弱，对身体接触、拥抱的欲望仍然会很强烈。

我怀孕时，我丈夫可真行。瞧，我变成一头模样滑稽的大象。我吓呆了，我脾气暴躁，喜怒无常，但他非常耐心，非常幽默。我觉得他确实是爱我的，我们是真正的伴侣。我们可以一起来承担一个重大的责任。它使我们变得如此亲密，真不敢想象有人能超过我们。

3.分娩

妻子生孩子，做丈夫的可以悠闲无事，在候生室来回踱步，抽烟的磨皮擦痒，直到一位墨守成规的护士探头来宣布

“是个——！”如果选择自然分娩法，或“有准备的”分娩，丈夫也可能忙得不亦乐乎——从临产到出世都有事干。自然分娩有它的长处——无论在感情上还是在身体上，自然分娩对父亲、婴儿和母亲来说都会比较轻松。

许多妇女都觉得自然分娩（即不施行麻醉），比用药分娩要好。它并非是一个令人精疲力尽的、马拉松式的痛苦过程，因为母亲（通常还有父亲）受过应付自然分娩训练，这就比药物分娩有效些。

父亲实际上做些什么呢？他用计秒表给她的宫缩计时（每次宫缩持续60秒），以便她知道“她到了什么地方”，用一条凉毛巾给她揩额头，握住她的手，和她说笑，拿冰淇淋让她吃吸，给她揉背，最要紧的也许是目睹他的孩子流出母体，来到世间，第一次靠自己呼吸的时刻。

然而，分娩很少是轻松的。有时，一个女人在分娩时会怒骂——“畜牲，瞧你把我弄成什么样子。”分娩可能很艰难——不过，即使是难产也是值得的。

当婴儿移向产道，分娩真正开始时，分娩的过程会是短暂而轻松的，实际上无疼痛。要是有任何问题发生，分娩时可能是痛不欲生的。

因为胎位不正，分娩过程延长了。在分娩的大约15分钟期间，简直令人痛不欲生，好象整个下身被撕裂了一样。除此之外，我心里胡思乱想的。疼痛什么时候才结束？有完没有？我会死吗？我不知道。也不知该怎么办。我想如果你的脚让捕熊夹给夹住，没有摆脱，你就知道分娩的阵痛是怎么回事了。而我却不仅仅只是脚给捕熊夹夹住了，我的整个

身体都给夹住了。疼痛整整持续了15分钟。婴儿生下来，剧痛消失了，全身这时才轻松下来。我敢肯定，要是再多持续一秒钟，我就会立刻晕过去的。

难产和危急情况（如脐绕颈）确实可能发生，施行剖腹产术和给母亲麻醉有时便成了最佳选择。但是，一个女人没能看到婴儿自然真实地脱出，就会觉得自己失去了什么重要的东西，就会感到伤心、孤独，也许还会自觉有罪——觉得自己的分娩不是在“神智清醒”的情况下进行的。

莱蒂·科·波格雷宾认为，“剖腹产术多少是不掺杂个人感情因素的。所以，只是在麻醉完全消除后，我的双胞胎儿才被用车子推到我的病房，我这才和任何来访者一样第一次见到我的双胞胎儿：两个安静的宝贝儿，已用海绵洗得干干净净，裹在干净的旗布包片里。他们是如何隆重地来到人世我一点也不记得，可能只是那只鹤将他们带来的。”

4. 产后.

婴儿一旦降生，一系列麻烦事就会随之而来。半夜给孩子哺乳，就是有保姆来帮助，也会搅得你睡不着觉。几个星期都是如此。哺乳一次就会花去几个小时。然后还要断奶，给孩子配食，洗床单、胸巾、晨衣（婴儿要洗的东西数不胜数）；要烧饭，要洗衣，电话响了，也因为孩子的哭叫或正在给孩子换尿片而没法去接。她想要打个盹，也不得安静。她疲劳的程度比得上战斗疲劳症——有的妇女劳累得眼冒金花。她还会和别的人失去接触，特别是如果过去是坐

办公室的话。一个妇女呆在家里照看新生婴儿会感到与世隔绝、孤独、厌倦、过度劳累。也许，智力还会下降。

我知道不轻松，可没想到这么难。我原以为哺乳是一种放松活动。孩子睡着时，我也可以打个盹。我原以为在小包袱睡着时，我可以有时间看看小说，坐在露天坝上晒晒太阳，和朋友在电话上说说话。以为可以享受享受“不工作”的轻松。可是，我从没有象现在这样劳累过，这是一天24小时的马拉松长跑，看不到尽头。孩子似乎不是在哭，就是在吃。喂了这次，又要忙着准备好下次。欣赏孩子吗？我没那个精神。我太累了。也太紧张了。我丈夫一点也不理解。

刚把一个婴儿从医院带回家的女人还会遇到别的事情。她会怀念孩子在肚子里的时候，会产生一种神秘的肉体失落感，因为孩子就在自己的怀里。从肚子圆圆一下变到腹中空空往往要有一个过程才能适应。当上妈妈让她觉得向自己作女儿的意识告别。现在，她被“认为”是一个大人。也许她不能给予自己的孩子那种她自己曾经历过的美妙童年。或者，她如何能避免犯自己的母亲犯过的过失呢？她能当个好妈妈吗？想到“母亲”就给人一种威严感。

如果她不重新去工作，她就得与孤独斗争。如果不处在她喜欢的朋友之中，她将难以振作起来，积极地参与生活。如果她打算恢复工作，她就得面对白天与她在肉体和感情上密切接触的孩子分离的痛苦。

在孩子出生后，对性的感情往往发生变化，至少发生暂时的变化。医生告诉她，孩子出生后的几个星期里不要性交，至少在她的阴道伤口未完全愈合前不要性交。对她而

育，分娩后的几个星期不许做爱将是一种放松。不仅她的身体正发生一系列变化（如荷尔蒙、乳汁分泌的变化），其心里也发生影响性感情的变化。

年轻的妈妈跟孩子一起变化，妈妈的变化虽没有孩子的显著，但速度一样，孩子出生前，她还从不曾体验过孩子吮吸、吃喝、排泄的需要给她带来的如此真切的、肉体的、非淫欲的、或者说母性爱的亲密感。每个女人都以自己的方式接受这种亲密感。

——安·罗伊弗《时尚》

产后抑郁症

几乎每个妇女产后都会出现精神不振的现象。这种现象叫作“抑郁症”，通常发生在产后第三天，和乳汁同时出现，据说与随着她的身体开始习惯于无孕状态而出现的荷尔蒙变化紊乱相关。抑郁通常持续一至两天。它有点象经历了一次重大事件后出现的精神松懈现象，如圣诞后或度过一次异常愉快的假日之后的那个星期。

产后抑郁有所不同。它更深沉，更强烈，要在母亲到了家一些时间后才会出现。产后抑郁据说对近一半的初当妈妈的妇女会产生这样或那样的影响。在症状轻微的情况下，在刚做妈妈的妇女适应了有新生婴儿的生活后，抑郁的现象就会消失。在很多情况下，她可能需要治疗，如果她的情况很严重的话，还需住进医院。

产后抑郁的现象往往与婴儿出生前出现于母体内而未被她认识到的、由来已久的冲突相关。婴儿并不导致抑郁的产生，但做母亲就使冲突表面化。在生孩子前，这些冲突比较

容易抑制住。产后抑郁的现象在第一次做母亲的妇女身上、在有几个孩子的母亲身上、在收养他人孩子的母亲身上都有可能出现，在父亲的身上也会出现，她可能会因有组成这种抑郁的一部分的消极感而难堪，因而拒绝这些事。

“是女孩！”

她想要的是儿子。他将是身体结实、皮肤油黑的。他的名字就叫乔治。希望生男孩如同希望补偿她过去的失败和不满。一个男人至少也是自由的，他可以随心所欲，想去哪，就去哪，可以克服障碍，去体验最奇特的乐趣。而一个女人却总是寸步难行，障碍重重。她安于现状，生性柔顺，为着自己身体的柔弱和合法的屈从地位所限制。她的意志犹如用一根绳索系在她的草帽上的修女头巾，随风飘动，总有什么欲望驱策她向前，总有什么习惯势力令她寸步难行。

婴儿在一个礼拜日的早晨，太阳刚刚升起的时候降生。

“是个女孩！”查尔斯说。

她头一偏，便晕了过去。

——古斯塔夫·弗洛伯尔《博瓦尔夫人》

产后抑郁的症状

懒散。度日如年。无力作决定，无力与人交往。她可能比平常更爱沉思，感觉一切都无希望。她会变得终日想着死亡，或想悲叹人生的无意义，会一阵又一阵地哭泣——一种她无法理想或控制的歇斯底里的啜泣。她会生气——生自己的气，生婴儿的气、生孩子爸爸的气、生整个世界的。她

可能因产生这些感觉而内疚——有这么多使人快活的东西，我怎么会如此抑郁呢？她会觉得被人疏远，象个外乡人，被人误解。她一时发狂地爱丈夫、爱孩子，一会儿想远远地离开他们，令人莫明其妙。她可能渴望逃走，而实际上早晨她连起床都需要使出吃奶的力气。她可能沉浸于想象中——想象着与人私奔，杀死婴儿或她自己。而这些想象又会增添有罪感。

产后抑郁的原因

是荷尔蒙造成的吗？只是其中的一部分。养母（和养父）也会经历产生抑郁的事实清楚地表明，造成产后抑郁的原因远非于此。但还没有哪种原因可以给人以满意的解释。坐月子这段时间是过渡和紧张的时期。抑郁是不能顺畅地度过那个过渡期的结果。变化带来的紧张（一个新生婴儿。一种新的生活）。害怕失去什么东西的紧张（她担心在她与丈夫之间会失去什么东西，担心因照顾孩子而失去自己的独立）；荷尔蒙变化引起的紧张；疲劳；对孩子怀有既爱又恨的矛盾心理而致的有罪感；她一下子难以对付这么多东西。抑郁是一种膨胀反应。她的心理机制此时在说，“我无法处理所有这一切，也不愿。”这样，心理机制便冻结起来了。

生孩子时最易经受心理剧变的妇女是那些心中冲突还未解决的妇女。一个男人在他还是孩子时就面临他“今生将做什么”的问题。无论他是否已圆满地解决了这个问题，他至少已被迫承认，这个问题是明摆着的。多数女子从小就没有养成把生活看作“偶然发生在自己身上”的事情。尽管女权运动帮助许多人学会了对自己的生活所产生的结果承担责

任，但是，更多的妇女仍然不知道自己应该怎么做。要不就是自问“我会成为什么人？”而不是采取现实主义的态度问“我想要成为什么人？”对孩子承担责任限制了她的选择自由——或至少使她的选择更难实现。

孩子有几个星期大的时候，我突然想到这一点。当时我站在厨房门前，抱着孩子，挥手与丈夫告别。地上覆盖着一层霜，我可以看见他从后门走出去时呼出来的热气。当他转身也向我们呆在安乐窝里的孩儿俩挥手时，我这才第一次意识到我妒嫉他。他系着他们俱乐部的领带，穿着布鲁克斯兄弟会服装。我呢，穿的是质劣价贱的罩衣和拖鞋。他的世界一点也没有发生变化。他成天与人打交道，解决大人的问题。吃午饭时坐在一张配有洁白的餐巾的桌子旁。这个蚕茧母样的窝子成了我的整个世界。这茸柔缠绵的丝团将我紧紧裹住，使我烦躁不安。

年轻的妈妈中40%—60%的都出现产后抑郁现象，在一个百分比未知的年轻父亲身上也有这一现象。这不是什么新奇之物。医学之父希波克拉底几个世纪前就曾有过记述。在早几个世纪的对医院的记述中，人们往往说产房的门楣是为了防止年轻的母亲有不测行为而设的。

——《美国婴儿》

产后

和人谈谈，和任何一个能理解的人谈谈，会有很大的帮助。但谈话需要的时间和她需要什么样的帮助要依她是什么样的人和她的问题的原因而定。她可能几个月后自动摆脱出

来。问题也可能一天天拖下去，或许长达数年不能解决。也许最为要紧的是她应当明白，自己的感觉是很正常的。这就是为什么和别的经历过这一切的妇女谈一下会有帮助的缘故——当她了解到这种感觉并非只是她才有时，罪恶感就会消除。

她需要“内行”帮助吗？如果抑郁拖延下去，久而久之就会影响她的日常生活，她就需要有人来帮助她恢复正常。告诉她抑郁会消除的，要她尽力将这种感觉埋藏起来，因为它们是“愚蠢的”，或者在她实际上并不好的时候骗她，说她“很好，确实很好的，”——这些做法都是不对的。造成抑郁的东西只有在她能够正视它并理清自己的感情时，才有可能消失。今日，即使大家都寻求治疗，但找专家帮助仍是可怕的。当她当上妈妈并被“认为”应该是幸福的时候，她却抑郁寡欢，心里并不好过。但是，她对自己的感情越早开始了解，抑郁的情绪就会消失得越早。一段时期的抑郁状态可以成为一种“生育的真空”。这时，她有机会重新考虑什么对她是有意义的，并开始更完全地接受自己。

5. 对他的感情

她的感情很复杂。她为他——孩子的父亲——感到自豪。看到他当“爸爸”，她觉得他作为男人才更完整。他是那么强壮、富有性感。但她也有感觉不满的时候，特别是当他显得来去更自由的时候。当他表现出超然的样子的时候，或不愿帮忙（换尿布、给照看孩子的保姆打电话）的时候，她甚至会恨他。要是她完全放弃自己的工作来终日围着孩子

转，而他照常去办公室上班，专心于完成一项新的计划，她会觉得自己被封闭在只有女人和孩子的天地里，就会嫉妒他的“现存”生活。

他的需要，她的需要，孩子的需要

他会觉得既然她确实实是母亲，她的母亲本性将加强，并自然而然地不仅让孩子，也让他沐浴在母亲的慈爱中。这想法挺美，但事实不可能如此。她可能需要感到有个人在身边侍候她，托着她，这样她就可以照此办理，给孩子提供母爱。想要得到照顾的念头会令她不好意思——她可能觉得这是她的一种不同寻常的软弱表现。冲突，既需要得到照顾又想证实自己是够坚强的、可以做个好妈妈。

我需要丈夫的帮助。也许是我害怕他会比我更配称为妈妈。我需要证实我是个好妈妈。同时，仍然有从这一切中暂时解脱出来的需要。也许我以某种方式在嫉妒他。很显然，我不知自己想要的是什么。因为在我照料孩子，他去和他的伙伴玩耍时，我会怒火中烧，虽然我过去坚持他这样做。我想我需要他在我身旁，使我相信我很好，我不错。想告诉他我需要这一点吧，又羞于启齿。

她会嫉妒他把精力放在孩子身上。特别是在一天工作的结尾，他只在她的脸上匆忙一吻，而与孩子在地板上滚呀、笑呀的时候，她更加嫉妒他。她的一部分（她不想承认的一部分）担心是，孩子爱他胜过爱我吗？他爱孩子胜过爱我吗？我牺牲了所有一切就换来受冷落的下场吗？

严厉的家教

如果她整天和孩子呆在一起，她就会为解决争端、教训孩子、维持秩序而被弄得精疲力尽。很容易出现“等你爸回来再说吧”的情形。把他说成令人生畏的人，以此来迫使孩子听话。这是一个方便的解决办法，是一种逃避，她对此是清楚的。但办法却管用。她希望在她软弱的地方，孩子的父亲强硬。希望在孩子撒野时，能使他们服服贴贴。可当他打孩子屁股或不给孩子吃就送孩子上床时，她的心又软了。更糟的是，她还可能站在孩子一边，为孩子说话。她对孩子严厉，是因为她觉得自己作为母亲（仁慈、温柔）负有使每个人幸福的责任。孩子有痛苦、生气、或流着泪走进自己的房间时，她就觉得是自己失职，应该由她来纠正错误。想到这些，她便悄悄端着一碟食物走上楼。她不忍心舒舒服服地坐在一旁，叫孩子吃苦头，不忍心任孩子他爸狠心对待孩子，即使她相信狠心是很必要的。

性欲

要保持生机勃勃，从某种意义上说，必须极小心地保护性关系，不让它受到生孩子的伤害。夫妇俩一起度周末、度假，甚至晚上不时把孩子托交给别人代管一下，似乎很有必要。但是，如果他提出这样的建议，她往往不同意——这显得自私。就好似她会冷落孩子一样。做爱时不顾孩子的哭喊，孩子饿着肚子而他们在酒宴上久久不离席，雇保姆、和丈夫一起去度周末——这一切使她感觉愧疚——有罪。孩子比他更需要她，她想。如果他不坚持，或如果他自己的性欲

减弱，问题就会她现。如果他把他们间的性需要看得不如孩子的需要重要，出又会觉得丧气，也许，会觉得自己有毛病。他比她更爱孩子吗？她要事情象过去一样富有性的色彩是不是有些放肆或浪漫得可笑？

作家维安·长登说：“所做的研究表明，家庭的轴心——夫妻关系——因孩子的出现而被扭曲或者造成破裂，这既是婚姻生活不愉快的表现，也是其原因。”裂痕似乎不可避免，这是生儿育女的代价，儿女带来的满足的代价。如果事情果真如此，我们多数人还会继续生儿育女。想来是以一种满足取代另一种满足，以体验两种不同性质的经历——既做夫妻又当父母——来丰富我们的生活吧。但分裂也可能不是必然的——我们所以陷入这种家庭生活方式，是因为孩子需要我们这样，或妻子喜欢这样，或育儿理论提倡这样，或男人允许这样，或因为我们没有给婚姻关系以有意认的优先权。有孩子，婚姻就成了可牺牲的东西，我们不为之努力而任之失去。孩子未被照管好的事我们听得很多。很清楚，有很多未被悉心保护的婚姻。

所做的研究表明，在孩子出生前，以及孩子“离开安乐窝”后，夫妇是最幸福的。这就是为什么“空家”往往成了“第三次蜜月”的同义词的缘故。

爱情是一回事，婚姻和孩子则是另一回事……。它们是黑夜里驶过的船儿，一只船是你和你的爱人，它发出求救信号，另一只船装满了孩子——朝救生艇开火。

——杰罗姆·查德洛夫和约琳夫·弗尔茨《华尔滋之日》

6. 做母亲与干事业的矛盾

不久前，人们对妇女还说，要是她觉得想要出去工作《为了经济以外的原因》，她应该打消这个念头。据说要是她工作，就会使丈夫阳痿，使孩子性格乖戾。1966年，

《瞧》杂志上刊载的第一篇文章甚至说，“如果决心承担掌管家庭的责任，你就必须既乐意帮助你的孩子做家庭作业，又要给你的丈夫煮饭，否则，你就愧为女人，因而，也就愧为人。”这篇文章警告分担家务的危险：“你的丈夫不能老是既洗衣、烧饭、给孩子揩鼻涕，而又维护自己的男子气概。”

自那时以来，妇女也许已有了很大的进步，但渴望干工作的母亲所处的困境仍然存在。她要么用全部时间来做妈妈。这样，她就放弃了家庭外的活动，而冒在孩子长大离开家后产生失落感的危险。要么就从事职业而放弃和孩子在一起的许多时间，放弃对家庭生活细节的了解。两条道路都不是尽善尽美的。

正如儿科医生和有工作的母亲潮利·谢维滋：“随着我儿子和我学会互相了解，我们对彼此的情绪和爱好的了解和影响如此之深，以致我感到我是他身体的一部分，正致他感到他是我身体的一部分一样。我和大卫在一起的时间越多，我们的关系就越牢固，也越难以想象摆脱做母亲的责任。

“当大卫生下来5个星期后，我又去工作时，我知道自己想什么。我想他。现在，我没有成为他的一部分，反倒成了无执照的·营业员，一会家里，一会家外，糊里糊涂地不知忙些什么。”

对孩子的牵挂，这种内心深处对孩子的思念，仅仅是她焦虑的开始呢。她老是不能肯定自己做的是对还是错。当孩子迈出第一步，长出第一颗牙，和隔壁家的孩子第一次打架时，她不在孩子身边，这会给孩子造成心灵上的伤害吗？她不能把孩子一生中重大的事情安排在她在家的時候发生，所以，她思念孩子（正如要上班的父亲肯定会思念孩子一样）。如果她去工作，将孩子托付给他人照看，别人待孩子好，她可能会担心，孩子更爱那替代她做妈妈的人。如果待孩子不好，又会产生另一种担忧。

这样，她又要承担额外的工作了。一项工作是要花费时间和精力，而且还会带来压力。多数妇女不会因为去外面找活干而不顾家事。除非她有钱雇管家或跟一个能够分担家务的男人结婚。否则，她既要干工作，又要做家务。卡罗尔·塔夫里斯与卡罗尔奥菲尔在他们合著的书中写道：“一个结婚而又工作的母亲有两项工作，而一个结婚又上班的父亲只有一项工作。能够适应全天工作的妇女远比男人少，因为她们没有妻子来照料她们。”

一个有工作的母亲要想为家庭做出奉献又想为自己在世界上挣得一席之地以满足自己的“私心”，真是难上加难。

有好多次我责备自己丈夫和孩子忍受这一切苦。孩子放学回家时。如果我不是像我小时候我母亲那样站在厨房门口，围着围腰，从炉子上端下燕麦片饼子，我心里就不是滋味。

如果工作是经济上的需要，那么，它所要求的个人牺牲还比较容易接受。如果不是，她又有什么可烦恼的呢？如果

同时又干工作，又做母亲，又当妻子，令她手忙脚乱，东奔西跑，不亦乐乎，她又为什么不丢掉工作，呆在家里呢？

都怨我！

过去我一直认为负责照管孩子（以及家庭）当然主要是当妈妈的事，不管她是不是想去外头找工作做……。

现在我认识到当爸爸的同当妈妈的一样责任重大。

——本杰明·斯波克医生

7. 无子女的妇女

文化的作用可以使一个女人相信做母亲是通向满足的捷径。这一信念不仅影响到那些流过产的妇女、不能怀孕的妇女或已决定（几乎总是很不情愿地）不要孩子的妇女。

要是她没有孩子，她担心，她是不是失去了什么属于女人的至关重要的东西？不生儿育女使她成为某种生物上的失败者吗？如果她已有了一两个孩子，而打算将下一个打掉，她做的对吗？

不育和流产

不育过去通常被认为是女人的问题。现在已弄清楚，1/3的不育是女方的问题，1/3是男方的问题，1/3是双方的问题。据估计，美国有10%—15%的夫妇不能生育——不能怀孕或者胎儿夭折。

想要孩子而又不能怀上孕，是令人极端苦恼的。如果有

人问“你们打算什么时候要孩子呀？”“你们还不成家呀？”要是她已决定不要孩子，听了这样的问话会很恼火。要是已知道自己不可能怀上孕，听到这话则会伤心。她不得不放弃她曾一直相信自己有一天会有孩子的想法。它给人的感觉就如一个妇女在《我们的身体，我们自己》这本书中所说。“就象你的孩子都死了一样。”她会悲伤，就象他一样，为失去的梦，为不再是女人和男人的一部分而悲伤。千方百计地怀孕会使性交成为一件不自然的难事。还得费些时日他们才能重新获得在“出事”前曾有的性快乐。一次流产。特别是如果先前曾多次流产的话，会具有极大的伤害性。除了可能有的肉体痛苦外，还有精神上的痛苦（也许不仅她有，他也有）。就象某个亲人死去一样令人心碎。虽然它产生的创伤会使夫妇俩悲伤难过，但它也会在他们之间暂时造成一种紧张的气氛。

流产后我非常需要丈夫，可不知怎么搞的，我就是不能让他靠近我。我感到如此悲惨，想到和他在一起就使我想起我们当时经历的事。我只想摆脱那一切，摆脱他。过了好些时候我们才把这一切抛到脑后，又象过去一样地生活。

流产

所谓流产，就是说一个女人宣布一个可能的生命的死亡。它既给人以解脱感，又令人产生失落感。不管一个女人多么肯定自己这样做是正确的，她少不了骚动不安一番。

我相信流产，完全相信，相信一个女人控制自己身体的

权力。我相信我施行流产是正确的。但躺在手术台上让机器吸出胎儿时，我的整个政治情感都干涸了，只意识到我曾载着生命又将这个生命扼杀的可怕现实。我深感失去了什么。

逻辑和生物学认为胚胎不是婴儿，它只是一团细胞，只是有成为婴儿的可能。但对一个女人来说，成为婴儿的可能足可以当作婴儿来哀悼。她会觉得负有造成一起死亡事件的责任——是她的身体载着它，又是她的身体拒绝给它以生命。

即使她对流产感到完全心安理得，她仍然可能在不同程度上经历到悲哀、罪过、不知所措以及一种孤独感。

悲哀，如果没有别的原因，这可能是因为她体内的激素的下降（与生孩子后她身体所经历到的情形相同）。在身体开始适应非孕状态时感到悲哀，是很自然的。流产后她会经常控制不住地哭泣。同样，如果她是爱那个让她怀上孕的男人的，她必定对那属于“他们的”小生命怀着柔情，并想象着，要是让这个孩子——他们的孩子——继续发育成人，它会象什么样子。

内疚，如果她已结婚，并因为怀孕有可能威胁到她的职业，或只是没有做好承担生孩子的责任的准备而施行流产，她会觉得自私——不愿把别的一切抛开来照料孩子。如果孩子的父亲不愿她中止怀孕，她会倍感内疚。

困惑，遇到一次不想要的怀孕，她就会第一次思考起一些问题，生命是从哪里开始的——怀孕时吗？在中间的3个月吗？未受精的卵子或精子不如受精卵活跃吗？生命到底意味着什么呢？如果他是个孩子，这孩子是谁呢？我向谁去说。

它不能来到世间呢？我有这个权力吗？她还会对她和丈夫或情人或男朋友的关系提出疑问。在她有压力的时候，她能够靠他吗？他实际的责任有多少呢？她真正想要怎样的感情承诺呢？

气愤。对他的气愤，恨他“造成”怀孕，恨他不能在肉体上分担她正经受的一切（也许没有道理，但她就是这样想的）。需要解除负担的是她的身体、她的慧心、她的子宫。在某些方面，她的孤独感是针插不进的，水泼不进的。如果他想接近她而发现她从心理上回避他，他会感到沮丧。她呢，会暂时觉得对性不感兴趣，不想“玩火”。从很有可能导致疼痛的行为中获取快感，她会感觉罪过。

害怕。她还能怀孕吗？她没有做得不对吧？她还会从性行为中获得快乐吗？和他的关系还会恢复正常吗？

琳达·伯·弗兰克在她的《流产的矛盾心理》一书中写道：“流产对不同的人其含义亦不同。对有的人，这不过是处理一件紧迫的问题。对另一些人，这是扼杀一个生命体。对那些幸运的人，这是权衡了利弊后的最佳解决办法。但有一个事实将长久存在，那就是，怀孕需要有男人和女人。在双方关系欲继续维持的情况下，做流产亦需要男女双方来共同决定，需要他们共同去完成，并在此后继续相依相存。”

二十年后的今天，决定不要孩子的妇女

不要孩子，也许这是一个明智、负责的决定。但这个决定对一个女人来说绝非是轻而易举的——特别是如果她和一个不情投意合的男人结婚的话。

如果说她真怀着矛盾心理，她知道自己是无需靠自己做主张的，时间和生物学终将为她做出决定。时间的逼迫，不要

孩子这决定的不可更改性,以及她所爱的男人的劝导等,会令她难以坚持自己的决定。不愿服压力而生孩子的女人往往深信她做母亲换来的满足远远不能补偿她作出的牺牲。但很少有妇女如此肯定她们决定不做妈妈而不会经受很多的痛苦。

一个对把养育孩子的大部分责任放在女人而非男人肩上的社会制度愤愤不平的女人,可能绝口不提生儿育女的事儿。如作家埃·伦威力斯所说,她会觉得“我们的制度实际上将应由父亲和社会分担的大部分责任推在母亲肩上。”正如很多做母亲的抱怨这个不平等的负担一样,我反对这种说法——不愿承担责任,就不能生孩子。如果一个男人试图说服一个女人和他一起做父母,那么,他只有一个办法去说服她:要使他相信他和别的男人不同,他非常盼望有孩子,愿意承担比男人所习惯承担的更多的养育子女的责任。要她相信他确实说话算数不容易,因为事实表明,愿意平等分担养育子女的责任的男人实在太少。

美国人的出生婴儿与合法流产之比较

	出生婴儿	合法流产
1977	3,313,000	1,279,000
1976	3,168,000	1,180,000
1975	3,144,000	1,115,000
1974	3,160,000	1,034,000
1973	3,137,000	785,000 **
1972	3,258,000	587,000 *

母亲将是美国社会中一群专职人员

——珍妮·宾斯托克《未来者》

* * 号表示该年流产次数为估计数量, ** 号表示该年的流产在美国各州均非法。