

透 视 男 人

(三)

中卫 编著



目 录

男人形象设计	1
与男性特点相一致的精心妆饰	1
男人在公共场合的仪表、举止.....	16
会议中展示你的魅力.....	16
宴会上的男人风采	31
舞会上的男人	42
男人的语言魅力	46
擦亮你的词汇	46
如何使自己的语言富有“磁性”	48
充满魅力的声音	60
语言的作用	66
男人如何获得好人缘.....	73
如何在交际中赢得别人的好感	73
如何在交谈中获得别人的好感	92
男人在交际中的禁忌.....	109

你很可能对商店里陈列的各类香水非常熟悉，也许你也曾经试用过其中几种，并发现了你特别钟爱的香水品牌。但你是否知道其他人对它如何评价？在与异性的交往中，不适当的香水会给你的同事传递错误的信息。一般说来，适合于办公场合用的修面液和香水应该是清幽而又淡薄的，并且应该有一种清爽的味道。所以，在你决定购买某种香水前最好是先试用一下，如果你仍然拿不定主意，那就请别人帮你出谋划策。尽管如此，为了保险起见，你不要在出席重要的会议前试用新的香水。我的意思是，当你对使用某种香水犹豫不决时，那就不要冒昧地使用。当然，正如我们大家都知道的，没有什么味道比刚洗完澡后新鲜、净爽的气味更无懈可击。另外，一块好的除臭肥皂总能留下足够美好的香味来使你周围的人感到愉快。

脸的精心维护

和女性一样，男性也应该精心维护自己的皮肤。你每天需要对你的脸进行清洗、着色和湿润两次，以去除积累在脸上的灰尘和污垢。

最好是选择温和的泡沫型洗面液，它在温水中会起泡沫，可以帮助你洗除尘垢和汗水。你特别要注意清洗两颊、鼻子和前额，这些地方通常会像胡须一样不易洗净。

用温水洗脸，洗净残留的洗面液，然后修面。

刮完胡子后，用一种柔和的没有酒精成份的增色液/粉底来洗除遗留在你脸上的修面液和洗面液。

然后，用一种没有香料的、含有 UVA 和 UVB 防晒成份的保湿液来湿润你的皮肤，就像在混浊的空气中把你的皮肤密封起来一样。保湿液在三至五分钟内就会被皮

肤吸收。如果你以前从未使用过保湿液，那就记住，搽用少量的保湿液能使你的皮肤保持长时间的湿润。保湿液就像覆盖在你皮肤表面的一层极薄的面膜。假如你让保湿液充分发挥作用的话，你的皮肤将能更高效吸收保湿营养。

如果你的面色不像以往一样正常，那就考虑一下你的饮食。食用更多生的、未加工过的蔬菜和新鲜水果，每日饮用一升苏打水会使你的皮肤在短期内有非常明显的改善。任何能使你大量排汗的方式都有助于对皮肤毛孔的深层清洗，你的皮肤也会比人为的或日晒的棕褐色皮肤更加容光焕发。

假如你的脸上长有湿疹和粉刺，不要试图用整容的方式来消除，拜访一下皮肤病专家才是明智之举。现在有不少优质高效的治疗湿疹和粉刺的药物，它们或许能解除你的苦恼。随心所欲地使用不见得有疗效的药物（特别是在未经皮肤病专家允许的情况下）会让你后悔的。买些能调和你的肤色的药制化妆粘剂，一旦出现病症的预兆就提前使用。

眉毛的修饰

如果你的眉毛非常浓密，那么将其浓密程度控制在一定的程度以下才会使你的形象更加美好。另外，如果你的眉毛延伸得太长，或者杂乱，就应该考虑修剪一下。修剪的目的在于既能保持双眉的丰满，又能最大限度地改变眉毛存在的缺陷——多余的毛或不规则的形状。你可以用一把精巧的梳子和一把锋利的剪子修眉；如果你自己不精于此道，这也没有关系，一名优秀的理发师或美发师都会十分乐意在你需要的时候为你提供这项服务的。

外露的鼻毛和耳毛的修剪

当你看到这个标题时心里是不是腻烦？事实上，外露的鼻毛和耳毛非常让人厌烦。这个问题在你步入中年后变得尤为明显，也许你现在就有这样的烦恼，那么就买一把修剪鼻毛的专用剪刀，并学着自己修剪，因为修剪鼻毛并不是美发师和理发师的工作。

我们更多的是注意修饰自己的面孔，而不太关心自己的耳朵。假如你的耳朵上长了“绒毛”，它们也许并不会烦扰你，因为这不在你的视线范围内，但在别人看来就不那么雅观了，甚至会感到恶心。彻底地清洗一下你的耳朵，再让你的朋友、妻子或你的母亲用精巧的剪刀来帮你修剪。

胡须的修理

我们总可以看见一些长有络腮胡子的男士，无论他们如何勤于修刮，他们的下颌总没有那些胡须相对少的同事看上去干净。

选穿白色或粉红色衬衫可以将络腮胡子的影响减少到最低限度，而蓝色衬衫只会把络腮胡子衬托得更为明显。

勤于修面的男士必然有更多的机会得到更好的工作，而他们在工作中也能更为广泛、更容易地被他人接纳。人们一般对蓄须的男人没有好感，纵然我接下来写的内容看似与此有着相抵触的地方。

对于那些下颌不明显的男人，我总是建议他们蓄须。强健的下颌往往被认为是阳刚之气的表现，所以，天生下颌不丰满的小伙子可以用胡须来“创造”一下新的下巴，这样你就可以和其他男人一样拥有鲜明的轮廓和外形。

如果你很有权威或是个德高望重的长者，而你又喜欢或有蓄须的习惯，那么你就没有必要刮掉你心爱的胡子，不必理会那些不问实际情况总是反对蓄须的人的指手划脚。即使如此，你仍然不可忘记经常对它们进行修剪，特别是要把脖子上的“胡须”修理干净，并把胡须的范围限制在你的下巴上。但是，如果你的胡须长得稀疏而又不均匀，那么你最好将它们修刮干净，免得给人别扭的感觉。

脸部肉疣和痣的处理

你的脸越洁净，你给人的视感就越好。如果你的脸上长了肉疣或痣，这肯定会影响到你的形象，你可以采取医疗手段将它们去除。咨询一下医生，他会给你开一些治疗肉疣和痣的洗液或软膏，或介绍你去医院对它们作外科切除手术。例外的情况是，有的痣被普遍认为是“漂亮的标志”，这并不是因为它们的漂亮，而是因为它们长得小巧，并且没有什么须毛长在上面，也没有长得太出格。在这种情况下，你就让它留在那儿。既然它的存在对你有好处，你何必将它去除呢？

牙齿的保洁

保持你的牙齿和牙龈健康是你在每日的妆饰中要优先考虑的事宜。你每天必须刷三次牙——是的，尤其是在午餐后。很多人在下午都有着令人反感的口臭就是由于他们没有及时刷牙，像大蒜、咖喱、乳酪、鱼、酒、咖啡等都是导致口臭的最重要原因。在刷牙后，每天至少一次用牙用的枝棒或木棉清理牙齿，以保证你确实刷除了所有牙刷刷不到地方的食物残渣；同时，这也能帮助你保持牙龈的牢固，并使牙龈保持健康的粉红色。

你每年至少要拜访三次牙科的卫生专家，以对你的

牙齿进行专业性的清洗和刷亮处理。尽管你每天都刷牙，然而你的牙齿仍会因为食物、饮料(尤其是茶、咖啡和红葡萄酒)以及长期的吸烟而染垢。一次专业性的清洗能给你的牙齿带来惊人的变化；同时，卫生专家还会告诉你的牙龈的状况——它们的健康对于你的牙齿的长期健康最为重要。

和正常人一样，有不少政治家、企业家和商人也长着不太美观的牙齿，他们总是通过各种办法来减少牙齿对他们外表形象的影响，撒切尔夫人和威尔逊首相就是很著名的例子。如果你的牙齿给你造成了不好的影响，那你就必须去拜访一下别人向你推荐的、能帮你矫正、刷白你的牙齿或治补你的牙洞的美容牙医，让他来解决你的烦恼，让他来增强你的信心和交际魅力。一些能带来奇迹的方法包括：

刷白你可以使用一种每天要用一个小时，持续六个星期，具有惊人疗效的漂白剂。

褐黄的牙龈一旦出现牙龈炎的征兆，你就要予以重现。健康的牙龈应该是粉红色的，并且在刷牙时不会出现出血的情况。

讨厌的牙缝可以用与你的牙齿相配的白瓷来填补牙缝。

灰黑的牙齿为了与你的其他正常牙齿的颜色协调，可以用瓷胶来掩饰。

齿冠断裂的牙齿或蛀牙需要通过磨锉来掩饰，或者索性用瓷制假牙来代替。

假牙对于一些在意外事故中失去牙齿的人来说是必需的，装植假牙能使牙龈得到永久性的修复，使牙齿看上去和以前一样自然。

2. 修剪手指并非女人的专利

你的双手总是不可避免地暴露在大家面前，特别是在你与一个人或一小群人交往时——无论是热情的握手还是传递纸条、翻阅报纸或资料——尤其如此。你可能没有注意到你的一些同事的手是多么的漂亮，但你一定注意到谁的手给人的感觉最糟。尽管并不是每个人都天生一双漂亮的手，但你至少要将它们修剪得漂亮些。

如果你觉得自己修手时不那么利索，那就请你的朋友或妻子帮助你，或者把你的手交给你的美容师或理发师去处理。在接受了专业性的指导后，你自己会做到这一点的。

(1) 每天的保养。

①把你的手浸泡在温热的肥皂水中，然后洗净所有嵌在指甲里的污垢。

②如果你的手指甲干脆或指甲周围的皮肤易于褪皮、剥落，那你就在指甲周围搽上一层护肤冷霜。

③用护手霜使你的指甲周围的皮肤保持湿润和光滑。

(2) 每周的保养。

①把你的手浸泡在温热的肥皂水中。

②用另一只手的指甲柔和地按摩皮肤，用木制的修棒或剪刀修剪。当然，你在使用时要尽可能小心些。

③将你的指甲修锉得自然圆滑而又具有规则的外形。

④中间有纹理的金钢砂制的锉甲板要比钢制的锉刀更适用于修理你的指甲，除非你的指甲特别硬而又具有不易修剪的特点。

⑤用有细密纹理的金钢砂制的锉甲板来修圆你的指

尖，然后用护甲液来擦亮你的指甲，以增强指甲的光泽并使它们健康地生长。

3. 爱护头发，为你增光添彩

你必须每天使用温和的、适用于你的头发的香波洗发。检查一下洗发香波上的标签，即使你的头发是干性的，你的头皮也会在洗净每天所有的尘垢后受益，就如同清洗你的脸和身体一样。不要总是等到认为自己该洗头时才洗。

头皮屑的清洗

几乎没有人不会对头皮屑感到烦恼。如果你的头皮屑特别多，那你就应该选用对清洗和防止头皮屑有特殊作用的洗发香波。事实证明，当你长期使用某种洗发香波后又产生头皮屑时，无疑表明头皮屑已对这种香波产生了免疫能力，所以你就需要定期换一种洗发香波。

长时间大量的头皮屑是饮食紊乱的征兆，咨询一下头发护理专家是有必要的。还有，如果你经常染发，那你在用香波前先要检查一下染发剂是否已被彻底洗尽。当然，梳子和发刷要干净些。

在你的办公室放一把衣刷，每天用它刷肩一至两次，尤其是在出席重要的会议之前。很显然，深颜色的服装更能使头皮屑一览无遗。假如你暂时还没有更好的办法去除恼人的头皮屑，那你就得多穿灰色、炭灰色的服装。

理发的艺术

显然，这是每个人自己的事情。我们中的有些人总喜欢尝试新的发型，而另外一些人却乐意每年都修理着相同的发型并且给人的印象也不赖。

不要总是受别人的影响，要根据你的脸型来选择你的发型，发型不应该起到重复强调你的脸型的作用。如

果你是圆脸而又长着浓密的头发，那就要将两鬓的头发留得厚实些，使你的脸看上去丰满一点。一个优秀的理发师应当能在你不知道选用哪种发型时给你推荐一种适合你的并且确实与你的脸型相配的发型。

高质量的理发会弥补你的头形的缺陷。例如，一个大头的家伙理着太短的头发看上去会很吓人；相反，一个瘦小的人“顶着”一头浓密的头发会给人被压倒的感觉。保持整体的平衡协调是理发的要旨。

(1)剪短鬓发。

如果你坚持将头发修理得短些，但你同时也要清楚，理着一头短发的男人不一定能引起人们的注意。而在脖子和两鬓留着长乱的卷发，只会更加强调你头顶头发的稀疏。任何试图用留长的鬓角，使它们看上去新奇的方法来使头顶的头发长得看似浓密些的幻想，都会很快被调皮的微风所破坏。剪短鬓发是使你给人以整洁而又有神采、展示你修剪鬓发最佳式样的唯一方法。

(2)稀少头发的修饰。

如果你的头发比较稀少，短发型会使你的头发看上去健康而又丰密。洗发后用毛巾擦干你的头发，并用一些摩丝(体积相当于一个高尔夫球大小)均匀地涂抹在头上，以增强头发的体积感。

尽管我们经常男性杂志上见到一些广告，然而现在仍没有彻底治愈秃头的方法。假发制造业正是利用了秃头男人的不安全感应运而生的，尽管如此，很少有人对他已花费很多钱用于治疗他天生的秃顶所产生的效果感到完全满意的。这些男士的头部除非通过高技术的定型和修理，否则在很远就能被认出。一些男士不习惯戴假发，然而它确实会有一些效果，毕竟秃顶会妨碍你

的交际。

如果你是秃头，就尽量使用天然的方法，并保持你的头发具有最佳效果时的长度。

(3)浓密头发的修剪。

如果你想要使你一头浓密的头发看上去真实自然些，那就要进行技术高超的修剪。的确，不少男人有一头浓发，这是因为他们没让理发专家精心修剪。你要相信美发师的作用，像你这样的头发需要一些更为灵活的修剪技术来创造出动感。即使你的一头浓发难得被风吹乱，你也应该考虑如何使你的发型熔于你的整体形象中。

(4)卷发的处理。

如果你的卷发不恰当，你只能给人滑稽可笑的感觉。最好的办法是将你的短发削短，贴近头部，但也不要短得令全世界的人都无法容忍。当卷发长得搔痒你的耳朵或缠绕你的衣领时，你就需要修剪了。

另外一个必须考虑的重要因素是你的生活方式，你每天可能用或实际用多少时间来整理你的头发。假使你每天只希望用两分钟时间来梳理你的头发，那你就不要理一款需要用大量定型胶和摩丝，要有吹干和灵巧地使用发刷的技术，那种你不好好维护就不能使你看上去漂亮的发型。

(5)长发的修剪。

一些男人在他们无拘无束的十几岁少年时代对留长发有浓厚的兴趣，而在这以后，他们很难为了适应自己工作的社会环境而改掉这种嗜好。然而长发在许多公司还是被接受的，这的确是一个男士外表上的特色，如果他的长发是健康、梳理得整齐而又富有吸引力的话。

在工作中留长发总会使人分心，因此而失业并不令

人奇怪。对于男人来说，卷发给人的印象总是粗野而又蓬乱的，尤其是对于不善于经常梳理头发的男士。所以，如果你拥有一头长发，你必须把它梳成光洁的马尾状并注意以下要点，才能使你的长发得到人们广泛的承认。

留长发要比留短发时更注意保持头发的干净。

扎紧你的马尾，不要让它从松散的系带中滑散开来。

使用纯一色的黑色或褐色发带，避免使用彩色发带。

如橡皮圈扯坏了你的头发，你就不要再使用它。

让你的脖领和鬓角保持清洁，就像刮净你的胡须一样。

妆饰的方法

无论你是用两分钟还是二十分钟梳理你的头发，都有可能看上去仍然很糟糕，在此，我向你提供一些正确梳饰头发的方法。

任何人的头发，无论是男性还是女性，都可能修整得比原来更为丰满、卷滑、光亮并富有风采。假如你尚未找出比去理发厅更容易使你的头发美观的方法，那你就应该接受拥有一头漂亮发型的人的建议。现代湿烫、热烫、冷烫、半持久的冲洗或永久性的染发也适用于男士，为什么要让女士独占化妆的优势呢？许多年轻的男运动员对此都十分在行。也正如我们大家所看见的，几乎所有的男演员都通过改变发型、设计新发样和染发来改变自己的形象。平时应注意购买功能不同的化妆品，不要等到要用时才想起来某种化妆品已经用完了。

①摩丝主要在吹干头发前用来增加头发的蓬松感和对头发进行定型的。

②适度使用定型胶很重要。在你的手心挤上一点定型胶，搓动一下你的双手，然后把它们“刷入”你的

头发，均匀地涂抹在你的头发上，这将使你的头发容易固定而不易外翘。另外，定型胶还会令你的头发在喷雾后显得更为自然。

③头发喷雾剂喷洒在头顶上能使你的发型看上去很精致，你最好也稍微喷洒一些于头顶下部的头发上，梳制出头发的蓬松量，然后再喷洒头前部的头发。不管你喜欢什么发型，你都要保持它有一定的动感，所以你最好不要把它定型过了头。

4. 巧用精致的饰品

大多数人并没有意识到饰品的重要性，但对你的形象来说，精致的饰品几乎具有与得体的衣服、衬衫和领带一样重要的作用。尽管如此，还是有很多人认为我们没有必要对这个问题进行专门的探讨，他们视饰品为累赘，对于他们来说，大多数饰品——手表、钢笔、公文包和眼镜——几乎没有什么用途。但事实上，这些东西是你每天的必需品。如果你买的是过时的或者仅仅注意它们的使用价值，而不关心它们的品质和佩戴是否得体，这只能说明你不在意自己的外在形象，由此而不能引起别人的注意就不奇怪了。

眼镜的选用

眼镜具有改变你的外在形象的作用，它可以使你看上去既权威而又有智慧，特别是上了岁数以后。而对年轻人来说，佩戴眼镜会使他们看上去更加沉稳。

不管是出于改变自己的形象或者由于实际原因而使用眼镜，你必须选择符合你的面部特征和脸型的眼镜，并且戴上去要感到舒适。

在选配眼镜时，你与配镜师之间要密切配合。如果配镜师不能准确地理解你的意思，他们就不能很好地为

你服务。在配镜时不要紧张，在一般情况下配镜师和其他工作人员也不会对你的“挑剔”感到厌烦。如果配一副最适合自己的眼镜，那你最好是把自己置于设计者的角度，这样你的心情就比较舒坦。

镜架应该符合你面部的线条，不可能所有的镜架都适合你的脸型。例如，如果圆形镜架戴在圆脸或胖乎乎的脸上就显得滑稽可笑；飞机驾驶员式的眼镜戴在方脸上则给人过于严肃和不安的感觉。关键是要选择适合你的面部特征的眼镜，尽可能使你的圆脸变得有棱角一些，或者使你的方脸变得柔和一些。

镜架的上沿应该与你的眉毛平行，否则，你看上去像有二道“眉毛”，你的眼睛也就显得不那么突出了。

你的眼睛必须正好位于镜片的中央。镜架既不应宽于你的脸，也不应让人看上去像要掉下来一样。另外，镜架的下沿不应低于鼻孔的位置。

如果你的鼻子比较大，那么就应该选用一副有窄而明亮“搭桥”（连接左右镜框的部分）的眼镜。颜色较深的“搭桥”会使你的鼻子显得更大，而位置低一些的“搭桥”会有效地“缩短”鼻子的长度。

不要不分场合总是戴着变色镜。在室外，为了减少光线对眼睛的刺激，你可以佩戴太阳镜或变色镜。但太阳镜和变色镜不适合在办公室佩戴，这也是不尊重别人的表现。

当然，你可以根据自己的喜好选用镜架。如果你喜欢色彩明快的颜色，那你就选用色彩明快的镜架。如果你的眉毛是黑色的，那就应该选用深颜色（如黄褐色）的镜架；相反，如果你的头发和眉毛比较稀疏，就不宜戴用黑边框眼镜，否则只能使你的头发和眉毛看上去更少。

你可以选择金属或颜色较淡的塑料镜架，也可以选择带有花纹的灰色或黄褐色镜架。“热情奔放”的镜架只适合在轻松的场合或业余时间使用。

珠宝饰物的选用

在工作时间里不宜佩戴珠宝饰物。诚然，一些男人在这样的场合戴着手镯、项链和耳环，以表明他们是独一无二的。事实上，99.9%的顾客和同事都会对他们的这种做法表示反感。

不要总是戴着戒指，除非你戴的是图章戒指。更不要看到其他人老是戴着它就仿效他们，为什么要去仿效不好的行为呢？

勋章、纪念章、金链、有倾向性的木雕制品和类似的饰品应该更多的珍藏在你的皮箱里，在公共场合佩戴是不妥当的。

除非在非正式场合，否则你最好不要戴胸针和别针。可能你认为戴胸针和别针使你别具一格，但其实戴着它们未必会有多少效果。

手表的选用

手表已成为男人个性化的工具之一，不要仅仅追求手表的高品质，如果你选用了不适当的手表，那么你即使花了很多钞票，却起到了相反的作用。应该更注重手表的外观和式样，而不应过于注重其商标。

并不是所有的人都会同时购买或同时拥有两块手表，所以你最好是选择一块既能在工作场合又能在业余时间佩戴的手表。挑选手表并不是一件复杂的事。如果你不想经常更换表带的话，那就选用金属表带；相反，你可以选择色彩多样的牛皮或仿鳄鱼皮表带。如果手表使用的时间太长，那你应该去钟表店或手表修理处更换

一下玻璃表面，粗糙的玻璃表面不会给人们留下好印象。

钢笔的选用

我可以肯定地说，你对你的每个同事使用的钢笔都非常清楚，男人们一般对这个问题都比较敏感，就像他们特别注意自己使用的钢笔一样。

一次性水笔仅仅适用于做会议记录或者在家里使用，因为这种笔写起来很流利，可以加快你的记录速度。在正式场合，你应该使用自来水笔，因为自来水笔已成为公认的正式书写工具。在正式场合使用一次性水笔或圆珠笔总是不太合适的。在一天或重要活动开始前，务必要将自来水笔灌满墨水，如果在使用过程中突然写不出来那是多么难堪的事，更不用说会影响你正在进行的工作了。如果可能的话，使用尽可能好的钢笔(比如派克笔)会使别人对你另眼相待。

手提包和公文包的选用

手提包和公文包的重要性仅次于你的服饰，它是你的身份的体现。我们往往通过一个男人的手提包和公文包来判断他的职业，每个成功或希望成功的男士都不应忽视这一点。

如果你在家里工作或在外旅行，那就最好买一个体积足够大的包。无论在什么场合，都不应将你的皮包装得鼓鼓囊囊的，固然包是用来装东西的，但你更应该注意你的形象。现在，很多男士已不用肩挎包，即使在室外旅行的时候。如果必要的话，你可以准备两种不同类型的包：用于周末旅行的航空包和轻巧的手提包或公文包。

手提包对大多数男人来讲都是必需的。在精致的手提包里可以装上一些当天需要用的文件、一张报纸、日