

Xinggan nüren

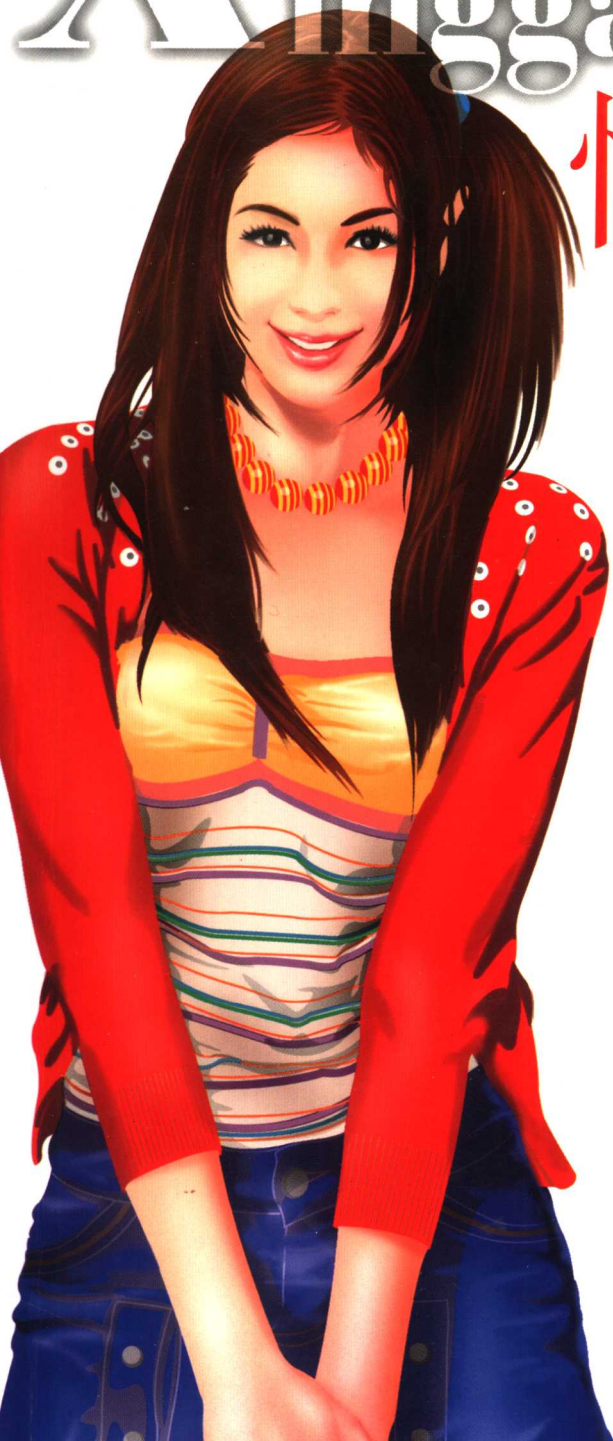
性感女人

完美女性丛书(第三辑)



主编 灿 烂

编著 钱 沐 红 雨



- ★ 性感文化 蒙娜丽莎的微笑
- ★ 发现自我 自信让你添性感
- ★ 重塑自我 塑形健身美体
- ★ 修炼自我 气质魅力关键词
- ★ 才艺展示 修身养“性”之路
- ★ 修炼细节 形象设计小贴士
- ★ 品牌战略 性感助你事业成功
- ★ 大众审美 世纪之初性感女人

完美女性丛书 ◆ 完美女性丛书 ◆ 完美女性丛书 ◆ 完美女性丛书 ◆ 完美女性丛书

Xinggan nüren

性感女人

主编 灿 烂

编著 钱 沐 红 雨

插图 海啸图文工作室



 湖北人民出版社
HUBEI PEOPLE'S PRESS

鄂新登字 01 号

图书在版编目(CIP)数据

性感女人/钱沐,红雨编著. - 武汉:湖北人民出版社,2007.3

(完美女性丛书·第三辑/灿烂主编)

ISBN 7-216-04963-2

I. 性…

II. ①钱…②红…

III. 女性—性感—通俗读物

IV. B842.6-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 145541 号

完美女性丛书(第三辑)

性感女人

钱 沐 红 雨 编著

出版: 湖北人民出版社
发行:

地址:武汉市雄楚大街 268 号
邮编:430070

印刷:武汉大学出版社印刷总厂
开本:787 毫米×980 毫米 1/16
字数:249 千字
版次:2007 年 3 月第 1 版
印数:1-6 500
书号:ISBN 7-216-04963-2

经销:湖北省新华书店
印张:10.5
插页:1
印次:2007 年 3 月第 1 次印刷
定价:20.00 元

本社网址:<http://www.hbpp.com.cn>

写在前面

横看成岭侧成峰，远近高低各不同。

不识庐山真面目，只缘身在此山中。

这是苏东坡脍炙人口的一首描述庐山景色的诗。

本书将要谈到的性感(OOMPH)就是这样。她犹如美丽的风景，我们身在其中，时时感知到她的美，但是，真要我们说说什么是性感，性感美是怎样表现出来的？我们却未必能够完全全说清楚。

艺术欣赏讲究距离产生美。这就像在博物馆里欣赏一幅欧洲文艺复兴时期的著名油画一样，你必须退后几步，远距离地观察，方能发现她的美之真谛。于是，我们不妨先从回顾性感文化入手，然后从大众审美的视角，来讨论女性美的问题。

女人和性感有着天然的联系。女人爱美，乃是女人的天性。女性追求性感，这也是天经地义的事情。古今中外，莫不如此。从维纳斯到蒙娜丽莎，从赵飞燕到杨玉环……时代走到今天，更是远离了过去那个“谈性色变”的年代。性感已经渗透到社会生活的方方面面，性感的内涵也一天比一天更加丰富。

性感并不神秘。一般来说，每个女人自身都存在性感的元素。关键是我们要有信心去发现它，开拓它，修炼它，把自己最美好的一面呈现给这个世界。本书力图全方位地介绍性感知识，同读者朋友共同讨论如何做一个性感女人的问题。

愿每一位女性朋友都能成为性感女人。



总目 ZongMu

- 1 性感文化 蒙娜丽莎的微笑 / 001
- 2 发现自我 自信让你添性感 / 028
- 3 重塑自我 塑形健身美体 / 054
- 4 修炼自我 气质魅力关键词 / 071
- 5 才艺展示 修身养“性”之路 / 088
- 6 修炼细节 形象设计小贴士 / 112
- 7 品牌战略 性感助你事业成功 / 127
- 8 大众审美 世纪之初谈性感女人 / 152

1 性感文化 蒙娜丽莎的微笑 / 1

性感:古老而年轻的话题 / 2
全球视野看性感女人 / 8
中国:东西南北谈性感女人 / 12
身体艺术与性感文化 / 16
中国女性意识的觉醒 / 19
女性性感与艺术 / 21
世纪之交的性感理念 / 23
性感T型台:
希拉里·克林顿——坚强自信更具
性感魅力 / 26

2 发现自我 自信让你添 性感 / 28

性感不是天生成 / 29
自信的女人才性感 / 31
内在美才是真的美 / 35
发展自己的性感优势 / 37
性感与年龄无关 / 41
性感的自我心理调节 / 44
走出误区感受性感 / 47
性感是一种生活态度 / 50
性感T型台:
张曼玉——成熟的女人才性感 / 52

3 重塑自我 塑形健身美体 / 54

2006:女性热门健身运动 / 55
瑜伽:人与自然高度和谐 / 57
普拉提:融会东西、刚柔相济 / 58
办公室伸展柔身操 / 61
健走慢跑强身体 / 62

常用健身方法比较 / 63
女性塑形,多练力量 / 65
享受美食,感受性感 / 66
性感T型台:
科马内奇——健康的女人真性感 / 68

4 修炼自我 气质魅力 关键词 / 71

衣饰得体 / 72
举止大方 / 75
言谈动人 / 77
仪态优雅 / 78
心态平和 / 80
学会宽容 / 82
个性率真 / 83
才情出众 / 84
“体”现性感 / 85
性感T型台:
巩俐——率真个性,体现性感 / 86

5 才艺展示 修身养“性” 之路 / 88

书中自有颜如玉 / 89
音乐增添女性美 / 92
烧饭做菜也时尚 / 96
茶道、茶艺与品茶 / 98
小手工艺添情趣 / 100
书法、绘画与摄影 / 104
山川游历增见识 / 107
性感T型台:
杜拉斯——女人的才情与性感 / 110



6

修炼细节 形象设计

小贴士 / 112

- 眼睛映照心灵美 / 113
- 长发飘逸显个性 / 114
- 红唇凸现轮廓美 / 115
- 纤纤玉手添性感 / 117
- 牛仔尽显形体美 / 118
- 细高跟鞋显风流 / 120
- 玲珑剔透小首饰 / 121
- 闻香知味识女人 / 123
- 性感 T 型台：
王小慧——感悟生活，感性艺术 / 124

女性审美的多元性 / 159

完美女性与完美性 / 161

性感 T 型台：

麦当娜——从崇尚自由、物质、性感
到“良知复兴” / 162

7

品牌战略 性感助你事业

成功 / 127

- 商界女性性感策略 / 128
- 知识女性性感策略 / 135
- 职场女性性感策略 / 139
- 家庭主妇性感策略 / 144
- 性感 T 型台：
杨丽萍——中国的“孔雀精灵” / 149

8

大众审美 世纪之初谈性感

女人 / 152

- 说说大众审美意识 / 153
- 大众认可的就是美 / 154
- 崇尚自然简约为美 / 155
- 现代女性与自然美 / 158

性感文化

蒙娜丽莎的微笑

第一编

性感象征着文明,在人类最初开始打扮自己时,它已经不期而至。性感是一种文化,跨越时间和空间,在世界不同的地方,以不同的形式延续和发展。性感是美丽的风景,你可以从不同的视角,去感受性感文化的魅力。



性感：

古老而年轻的话题

性感是一个古老的话题。说它古老，是因为它可以追溯到几千年前，甚至更久远的年代。性感更是一个年轻的话题，人类进入 20 世纪以来，在近百年的时间里，它越来越成为了时代女性对美好生活的一种追求，也越来越成为人们关心的问题。

人类对女性美的梦想与追求

美国《时代》(Time)杂志曾经说过：“世上第一对夫妇所触犯的第一宗罪就是他们穿上了衣服。因此亚当和夏娃开创了一个时尚的世界，至此以后，时尚就从没停止过变化。”作为引领时尚之先的性感和性感女人，正是如此。从古到今，人们都曾经谈论性感，但究竟什么才是性感，却难以说清楚。前不久，李敖的女儿李文约父亲一同谈性感、谈情调，后来她写了一本书叫做《性感，是一门哲学》。她在书中写到：“性感是艺术，是哲学，是一门课，是一门女人一生都要选修的‘必修课’……性感内里需要一些想象，它只可意会不可言传……性感其实是精神上的美感加上感情上的喜悦。”可见，性感是一种体现女性美的内涵很深的东西，性感是一种文化现象，是一种关于女性美的文化。

亚当和夏娃的故事固然只是一个美丽的神话，但从今天世界各地所发现的距今 5—3 万年的人类早期岩画中，就已经看到反映女人性感美的质朴图画。尽管原始人的画笔十分简陋，技法十分稚拙，但从那简单的线条、轮廓和色彩里，仍然显露出那个时代人们对于性感美的朦

胧认识(见岩画图)，表现了早期人类的原始审美意识。



人类进入文明社会以后，反映女性性感美的题材和内容更加丰富。我们从古希腊、罗马以及欧洲文艺复兴时期的雕塑、绘画甚至戏剧、音乐中，都能够大量地看到这些内容。古代中国也同世界各个民族一样，有许多反映女性性感美的优秀作品，特别是在唐代。

到了现代，女性性感美更是成为人们关注的焦点。各种艺术形式都把体现女性性感作为重要艺术手段，各种媒体竞相开展选美、评选性

感女人等活动,特别是数以万计的商家都把女性最关心的性感问题作为最大的卖点。世界 500 强中就有好几家是做化妆品生意的。这些,都使得性感从人们的梦想越来越走向现实。

可见,性感作为一种艺术,作为一种文化,的确是每个女人一生都要选修的“必修课”。

从维纳斯到蒙娜丽莎

法国巴黎卢浮宫——世界上最大的博物馆。它历史悠久,馆藏丰富,洋洋 40 余万件藏品,每年吸引着 200 多万人来这里旅游观光。最著名的,要数卢浮宫里的世界“三宝”——爱神维纳斯雕像、“胜利女神”雕像和《蒙娜丽莎》画像。这三幅藏品是女性美丽、智慧和高贵的象征。三件藏品中,雅典娜神庙的“胜利女神”雕像的确很美,可惜头像部分已经散失,我们无法得见她的真容,而只能任凭我们去想象。所以,我们关于性感女人的故事就从维纳斯和蒙娜丽莎讲起。

在古希腊神话中,维纳斯被称为阿芙罗狄德(罗马神话中叫维纳斯),原文是“泡沫中诞生”之意。传说当年天神克洛斯从地狱出来,与其父乌伦洛斯争夺王位。在残酷的战斗中他的父亲被砍伤,血滴在爱琴海(地中海)里,在海水中泛起一阵泡沫,并生成一只雪白的贝壳。当贝壳缓缓张开时,一个美貌绝伦的少女诞生了。这就是爱神维纳斯。关于这个故事,文艺复兴时期大画家波提切利的油画《维纳斯的诞生》描绘得惟妙惟肖。

卢浮宫里展示的却是历史更久远、更为著名的雕塑《米洛的维纳斯》,是公元前 1 世纪的希腊雕塑,即我们熟知的断臂维纳斯。她是由一名年轻的法国海军少尉于 1820 年在希腊米洛斯岛发现的。后来运送到了卢浮宫里展出,引起了世界轰动。当年法国雕塑巨匠奥古斯特·罗丹来卢浮



官看到她时，登时就被惊呆了，他连连赞叹说：“神奇中的神奇！……这是古代的神品：被节制的热情，为理智所调节的生之愉快。”后来据说有些完美主义者曾试图将其断臂恢复完整。但是无数的想象和试验都归于徒劳和失败。可见维纳斯的断臂乃是“天意”。正是它的断臂唤起人们无限自由的想象，因为人的手和人的脸部一样，是人体部分最有表现力的。同时由于去掉了手臂，便突出了维纳斯的脸部、胸部和腹部，使这三个部分更充满了性感的力量。因此我们可以认为，这是最初人们对于女性性感之美的生动描绘。

同维纳斯的断臂一样，几百年来，意大利文艺复兴巨匠达·芬奇的传世名作《蒙娜丽莎》，也以其神秘的微笑倾倒世人。当人们面对蒙娜丽莎画像的时候，引人注目的首先是蒙娜丽莎的眼神和嘴角的微笑，然后才是她稍露的丰满的胸部和肉感的双手。《蒙娜丽莎》是一幅享有盛誉的肖像画杰作，它代表了达·芬奇的最高艺术成就。画中人物坐姿优雅，笑容微妙，背景山水幽远深邃，淋漓尽致地发挥了画家那奇特的“空气透视”般的笔法。画家力图让人物的丰富内心情感和美丽的外形达到巧妙的结合，对于人像面容中眼角唇边等表露感情的关键部位，也特别注重掌握精确与含蓄的辩证关系，达到神韵之境，从而使蒙娜丽莎的微笑具有一种神秘莫测的意味，以至于被不少美术史家称为“神秘的微笑”。

对于这微笑背后的真正含义，世人各有解读，从而成为艺术史上的一大谜团。前不久，荷兰科学家借助计算机“情绪识别软件”发现，“蒙娜丽莎”的微笑中共包含4种情绪：83%开心，9%厌恶，6%害怕，2%生气。《蒙娜丽莎》的魔力所及还不止于此，在任何一个文明国家的角落里，我们都能看到她的踪影——用作装饰，用于商业宣传，或者衍生出其他的文化产品。《蒙娜丽莎》的艺术魅力正是如此，围绕画作的种种谜团以及她问世以来的曲折经历也许正是吸引大部分人注意的真正要素。

【性感感悟】

哲学家维特根斯坦说，文化就是文化之外的总和。维纳斯和蒙娜丽莎，算得上是人类最早创造的性感形象，她们本身就是一种伟大的文化现象，她们千百年来在世界上所产生的历史影响，远远超过这种文化本身。



埃及艳后的性感奥秘

作为世界文明古国之一的古埃及,给人类留下了灿烂的文化,同时也留下许多不解之谜。最著名的当然是埃及的金字塔。此外,我们可能还看过电影《埃及艳后》,其实,除了埃及艳后克娄巴特拉外,还有一位著名的埃及王后娜芙拉提梯。那么,除了她们的聪明睿智和政治手腕以外,你知道她们美艳绝伦、青春永驻的秘诀吗?

娜芙拉提梯是古埃及历史上最有权力的绝代佳人,她在埃及历史上的名声仅次于“埃及艳后”克娄巴特拉。她是十八王朝阿肯那顿法老之妻、传奇法老图坦卡蒙的继母,她的两个女儿先后成为埃及法老。娜芙拉提梯其实并不是她的真实姓名。传说当年她每次步出王宫时,全城上下无不为之倾倒:“大美人来了!”“大美人来了!”古埃及语中“娜芙拉提梯”就是“美人来了”的意思,以至于这位美艳绝伦的王后竟以“娜芙拉提梯”为名流芳百世,她的真实姓名反而很少有人知道。就是这位美艳女王,在她 56 岁生日庆典时,看上去和实际年龄竟相差 20 多岁,仍然像是青春美女。这就更使得娜芙拉提梯的传奇故事充满神秘色彩,折服了古往今来无数的历史学家和考古学家。任何有关她的文物出土都具有世界性的轰动效应。

如果用“美艳绝伦”四个字来形容娜芙拉提梯的话,那么“埃及艳后”克娄巴特拉的美艳更是有过之而无不及。克娄巴特拉出身高贵,幼时长得秀丽聪颖,从小受到良好的宫廷教育,琴棋书画样样皆通。成年后更是美貌出众、才气超卓。她有一双摄人心魄的大眼睛,美丽的双唇时常含着东方人特有的神秘微笑,显示出一种富有教养、优雅庄严的王者风范。她谈吐大方,声音甜美,话锋机敏,颇有魅力,传说她那如簧之舌令她能够随意讲自己所擅长的 6 种

语言。总之,除了美艳的外貌以外,她还有着更让人心醉神迷的高贵的气质、甜美动人的声音、非凡的语言天才和超人的智慧。作为一个女人,这几乎是尽乎完美了。她 39 岁时看去还像 15 岁的美少女。古代世界两个最杰出的盖世英豪、罗马帝国的两任统治者恺撒大帝和安东尼都曾被她的美艳迷得神魂颠倒,相继拜倒在她的石榴裙下,竟然把大好江山和整个帝国抛之脑后,并甘愿为她去死。

古埃及这两个女王的故事还有很多,让我们还是回到我们所关心的问题——她们永葆青春的秘诀是什么? 1984 年,埃及政府首次向世界科技界开放它的古墓研究,来自英、法、俄、美等国的科学家和埃及本国科学家对古墓进行联合考察。在挖掘过程中,他们偶然发现在一具木乃伊的手臂上,一块裸露的肌肉表面竟有着纤细的金丝。整形专家猜测,这就是 14 世纪中叶埃及王后们始终严守秘密的永葆青春的一种方法,即所谓“金丝植入术”。专家们考证后认为,将这种贵重金属丝植入到人体的表皮下可以延缓皮肤衰老,最长可达 15 年。因此专家们推测,埃及历史上的两位王后都是运用了这一金丝植入的方法,才创造出了令世人惊叹的美容奇迹。她们从 15 岁时开始第一次植入,以后每隔 15 年再植入一次。这一消息公布后,震惊了世界美容界并开始采用。

1990 年,英国著名美容专家华特·皮尔鲍博士将他的科研成果“金丝植入”在《泰晤士报》发表,引起世界轰动。为此他进一步试验,将参入试验者分成三组:前两组是免费自愿植入金丝者,一组是 20—30 岁的年轻人,另一组是 40—60 岁的中老年人;第三组是未植入金丝的相应年龄段自愿者。追踪观察了 6 年后发现,皮肤纹理细腻、弹性较好的年轻人植入金丝后,营养释放效率高,美容见效快;中老年人由于新陈代谢等原因,见效慢些,但维持的时间长。第三组则出现不同程度的衰老现象。

燕瘦环肥各领风骚

中国古代有“燕瘦环肥”之说，所指的是汉代的赵飞燕和唐代的杨玉环。她们以自己不同时代的性感风貌，在当时各领风骚几百年。

赵飞燕是汉成帝的第二任皇后。她本出身寒微，父亲赵临是汉代宫廷的家奴，日子过得穷困潦倒。赵飞燕生下后，父亲眼见无力抚养，将她扔到了荒郊野外。可是他心里十分不安，一连几个晚上老是梦见婴儿哭啼。4天后，实在忍不住去寻找，发现孩子竟没有死。见这孩子命大，赵临很是吃惊，又把她抱回家中，虽力不从心，也决计将她抚养成人。等到飞燕稍大一点，赵临就将她卖到阳阿公主家做歌舞伎。飞燕天资聪明过人，很快就出落成妙龄少女，并练成了迷人的歌喉和高超的舞技。

汉成帝有一次微服出行，来到阳阿公主家。公主令歌伎为成帝助兴。赵飞燕勾人魂魄的眼神、清丽动人的歌喉和婀娜多姿的舞姿，一下子就倾倒了成帝。汉成帝将她带回了皇宫。从此赵飞燕凭着她的妖冶冷艳、轻盈身材和超群的舞技，在后宫中如鹤立鸡群。工于心计的她还将容貌颇为秀美的妹妹赵合德带进宫里，姐妹俩都被封为昭仪。后来汉成帝废掉许后，册立赵飞燕为皇后。赵飞燕受汉成帝专宠近十年，史书上称其为“集三千宠爱于一身”。

传说赵氏姐妹为使肤色白皙娇嫩永葆青春，曾经把一种秘方配制的香肌丸塞入肚脐。这种药丸确实功效显著，用后肤如凝脂，肌似香蜜，青春常驻。我们不难想象，中国古代从西施开始的美女典范，到赵飞燕时形成时尚之风气，这种似“飞燕”般的轻盈身材在比较长的时间里影响人们对女性审美的观念。

直到唐代出现杨玉环后，时尚之风重开。杨玉环自幼聪慧，通晓音律，能歌善舞，起初是唐玄宗的第十八子寿王的王妃。一次唐玄宗在长安（现西安）华清池遇到杨玉环，见她体态丰韵、姿色迷人，遂想将她纳入宫中。天宝四年（公元745年）杨玉环入宫，得唐玄宗宠幸，封为贵妃。据说杨玉环年轻时就注意身体的健美，过去在寿王府时，她常独自做一种肢体体操。她以腹部贴在地毯上，双手扳着双足的足背，身体反转成弓形，并以腹部为支点用力摇动腰肢，身体有如迎浪的小舟前后起伏。一次寿王偶然闯入看到，觉得好奇而且好笑。其实这应该是最早的健美操或者“瑜伽”了。杨玉环似乎并不刻意地节食。比如她喜欢吃鲜荔枝。苏东坡夸张地说她“日啖荔枝三百只”。唐玄宗为讨其欢心，竟下诏岭南节度使专办此事，每日不远千里从岭南送荔枝到长安。杨玉环还喜欢沐浴以保持肤色健美，华清池就是她和唐玄宗常去洗浴的地方。

【性感感悟】

古埃及和我们古代中国一样，都具有辉煌灿烂、流传于世的历史文明。从这些故事里可以看到，古代女人对于美容的重视并不亚于现代人。不仅是一种女性美的文化，就是这种美容的技术也是令人叹为观止的。所以，我们今天仍然有必要传承这种古代的性感文化。

20世纪以来的性感潮流

当我们将目光扫描现代的时候,我们能够看到古老的性感之花已经结出灿烂的性感之果。过去似乎是只有贵族们能享有的性感特权,而现在它已成为大众生活的一部分。性感文化在经历数千年的发展演变后,在20世纪以来形成了女性追求时尚追求性感的新潮流。有人称之为性感革命。我们不难发现,古典油画中雍容华贵体态丰腴的美女,已经被类似夏奈尔时装画稿上的摩登女郎形象所代替。夏奈尔对流行时尚具有非凡的洞察力和敏锐的捕捉力。夏奈尔女士的创新不仅仅限于服装领域,她一手倡导的风格和生活方式,都已成为20世纪时尚精神的代表。夏奈尔的原则是:永远做减法,从来不做加法。是她解放了服装设计,去掉了服装设计中虚伪的装饰和束缚,同时让服装越来越实际,越来越开放。

20世纪以来,众多的媒体争相传播有关女性时尚的信息,大量的女性杂志大肆宣扬如何成为一个性感女人。国内外网站纷纷推出评介20世纪性感女人网页。除了著名电影明星玛丽莲·梦露、栗原小卷、刘小庆,黑人时装模特纳奥米·坎贝尔,歌星麦当娜等以外,美国舞蹈家邓肯,法国作家玛格丽特·杜拉斯,罗马尼亚体操明星科马内奇,以及英国已逝王妃戴安娜等人都在提名之列。这说明人们越来越重视对于女性内在美的发掘,越来越把性感之美作为一种文化现象来看待。

美国著名杂志《男人帮》(FHM)多年来每年都在读者中进行“世界上最性感的一百个女人”问卷调查。据媒体报道,在体育题材影片《赛点》中担任主要角色的好莱坞女星斯嘉丽·约翰逊当选《男人帮》杂志2006年最为性感的女星。约翰逊获悉这一消息后兴奋地对媒体说:“对于一个女人来说,最好的事情莫过于听到她被赞美是性感女郎。我要感谢《男人帮》的读者投我的票。”2005年读者投票评选的最性感女星得主安吉丽娜·朱莉今年屈居第二,而去年的第九名约翰逊夺得魁首。《男人帮》杂志主编格兰林说:“显然,约翰逊已经引起了读者的注意。她的惊人的美貌和性感声音征服了更多的读者和观众。她很快将出落成为踏上红地毯的人。”

生于1984年的斯嘉丽·约翰逊是当今好莱坞最具潜力的少女明星之一。斯嘉丽出生纽约,和她的弟弟是一对龙凤胎。她3岁时就显露出对演戏的兴趣,并且8岁开始就从事专业表演。斯嘉丽曾进入一家专门培养年轻演员的演艺学校学习,毕业后很快就登上小剧场舞台。1994年,斯嘉丽出演了她第一部影片——《北》。

1996年,斯嘉丽在影片《曼尼和罗》中扮演了一个失去双亲的小女孩,她的表演大获好评,不仅获得了当年的“独立精神奖”最佳女演员提名,还得到大导演罗伯特·雷德福的青睐,请她在其新片《马语者》中扮演女主角克丽思汀·司科特·托马斯的女儿,她的表演受到广泛的赞誉。





2002年,斯嘉丽因主演女导演索菲亚·科波拉的新片《迷失东京》而获得广泛好评。紧接着,她又主演了《戴珍珠耳环的女孩》。这两部影片让她同时入围2004年金球奖的剧情片和喜剧片最佳女主角。这一成绩使她成为好莱坞最炙手可热的新人。

年仅21岁的斯嘉丽·约翰逊有着一头耀眼的金发,轮廓分明,比例完美的脸型和五官,诱人的火辣性感身材。再加上斯嘉丽在形象上由以往的清纯可人,逐渐转向妩媚成熟,这更使她艳名大振,成为颠倒众生的性感女神。约翰逊有着“小梦露”的美誉。其实她的性感与玛丽莲·梦露的奔放似乎有些不同,带着一丝的含蓄和内敛,甚至几分自信和骄傲,这也许是同她中产阶级的出身分不开的。从可爱女孩到清新少女再到性感女郎,斯嘉丽始终让自己自信而美丽,光彩夺目。她在接受国外杂志记者采访时说:“那是别人对你的感觉,我认为性感来自于人的内在,当它展现出来时,你是无法控制的。”“很多女人都会把自己打扮起来,使自己更具吸引力。可另一方面,也有许多其他女性宁可保持自己的本色,而不去刻意创造吸引力。我认为吸引力可以表现在很多不同的层面上,不仅仅是身材和美貌。”

【性感感悟】

20世纪是人类取得伟大进步、创造无数奇迹的世纪,也是现代主义产生和发展,各种文化相互冲突、相互融合的世纪。文学艺术的发展,也影响到人们在女性审美意识上发生的深刻变化。

全球

视野看性感女人

自由浪漫的欧洲女人

大约是由于维纳斯诞生在欧洲吧,性感之神总是青睐欧洲这块地方,尤其是法国巴黎——艺术与时尚之都。巴黎女人成为世界时尚的代言人,“巴黎女人”这个名字似乎就是一种品牌,一种浪漫的情调。倘若你漫步在巴黎街头,你就会看到这些充满性感的女人,她们有着栗色或者亚麻色的头发,玲珑精致、颇有线条感的身材,瘦削的双肩、细细的腰身,行走时步履轻盈,身体摆动极有韵致,脸蛋光润匀称或者还带着些许眼角的鱼尾纹。

巴黎女人的性感秘密,还不在于她们肤色、身材的这些特点,重要的是骨子里透出的风情,举手投足间似乎带着某种玄机。在欧洲、在全世界,“巴黎女人”都是个令人惊美的概念。其实,单就选美标准来评判,巴黎并不算产美女的地方,论双腿之颀长,论胸部之丰满,论笑容之灿烂,恐怕都还比不上盛产美女的巴西或者哥斯达尼加。可是巴黎女人自有她们做女人的标准。西蒙·波伏娃说过一

句足以让巴黎女人自豪的话：“我们不是生为女人，而是要做女人。”巴黎女人就是以此为做女人的准则。不光是走在街上或坐在咖啡屋里，她们在办公室里也是十足的女人味。一身得体的服装，配上香水和首饰，精致而不做作，显出自然而然的教养；裸露的部位是恰当的诱惑，不打眼，不放荡。看见她们自由潇洒地走在巴黎街头，你或许会感到诧异：为什么不像国内一样，看见这儿的女人拎着大袋小袋的菜蔬，难道她们不食人间烟火？到下班的时候，悠闲自若的女人们要不就夹着一根法国面包，要不就挽着一篮子红艳艳的草莓，或者拎着一盒翠绿沙拉什么的。巴黎女人当然也得应付柴米油盐酱醋茶，只是做起来优雅得很。

巴黎女人爱美，尤其是内在美。她们一般都有较好的艺术修养，善于交际，并且具有热爱交际的开放性格。巴黎女人的生活支点不是在家里，而是在外面。今天巴黎女人的时尚生活更缤纷了。除了逛街吃饭看戏，电影院、健身房、美术馆、展览会，到处都能看到她们游动的身影。

热情奔放的美洲女人

位于赤道的南美大国巴西，据说是全球盛产美女的国度之一。巴西是一个美丽的热带国家，那些有着白人、印第安人和黑人三种基因的混血姑娘，天生就具备了所有女性美丽的必备要素：性感的身材、健康的肤色、浓密的长发、艳美的脸庞，尤其是她们特有的热情奔放，使得她们的性感美丽洋溢着活力和欢乐，甚至显出些无所顾忌与狂野不羁。这些也许应该归功于她们生活中的火红的土地、茂密的热带丛林、阳光灿烂的海滩、浓郁的巴西咖啡和激情的桑巴舞。

无论是在街上，在海滩，还是在咖啡屋桑巴舞厅里，到处都能够看到她们美丽的身影。炎热的天气使得她们艳丽的服饰十分简约，更加显出魔鬼身材。美国前总统克林顿当年在巴西首都就曾开玩笑地说：“我们是不会在里约热内卢做纺织品贸易的，因为里约热内卢的女人穿得实在太少了！”

尽管是这么一个天然盛产美女的地方，这里的女性却十分热衷于整容。整容在巴西十分常见，按比例计算，该国整容师之多居全球之冠。有美国学者这样评价：“在巴西，美貌是努力争取回来的，而非天赋的。”其实这话也不



尽然,多少有点酸酸的味道。整容只能说是巴西女性追求完美的一种方式而已。2001 年荣获巴西小姐桂冠的朱莉安娜·博尔格斯,据说就是这么一个人工美容的产物。她经过 23 次整容手术,终于不负众望,荣获了“巴西小姐”的桂冠。进入 20 世纪 90 年代以来,巴西选美比赛规则放宽,允许整容手术、戴彩色隐形眼镜或染发。自此之后,越来越多的参赛者通过手术来达到选美标准。所以,在 2001 年的“巴西小姐”比赛入围的 27 名选手中,有 1/3 的选手做过各种各样的整容手术。

在巴西,整形手术已经不只是选美比赛的获胜工具,而是一种席卷社会的热潮。据一项调查显示:61% 的巴西人认为长相是一个人取得成功的重要因素;多达 86% 的巴西女性表示愿意通过整容手术改善外貌。据路透社报道,一项由化妆品企业最近所做的调查显示,巴西女性比世界上其他任何地方的女性都更注重自己的外表。在这项对全球 2.1 万名女性进行的调查中,巴西有 86% 的女性表示她们要竭尽所能地把自己变得漂亮;90% 的女性将化妆品视为一种必需品而不是一种奢侈品,这比世界平均值高了 12%。调查还发现,做整容手术几乎已经成了巴西女性们的一种主要娱乐休闲活动,将整形手术当作地位与时髦的象征。

天然性感的非洲女人

广袤无垠的非洲大地,是一个充满神秘、野性的地方,那里的开发比其他地方要晚些,而且至今还有许多未被开垦的地方。不过在史前是不是曾有过辉煌,这却是个谜。非洲女人的性感似乎是神秘的天然的。她们那种天然去雕饰的身材和着装,往往给人极深的印象。

从 18 世纪在非洲大陆发现的原始岩画里,我们已经能够看到这种女性的天然性感美。这里有一幅南部非洲史前的岩画——《女人和孩子》,造型十分优美(见图)。非洲妇女的传统服

装显得单调而自然。在有些原始古老部族里,妇女则习惯于赤裸上身,下身以兽皮、树叶或小布块遮体。不过在非洲城市,现在这类服装只能在传统歌舞表演中才能看到。特别是在一些大城市,妇女的服装可以说已经全盘西化了。中老年妇女大都穿着连衣裙。年轻姑娘则爱穿印有各种彩色图案的文化衫、T 恤衫、款式各异的衬衫以及牛仔褲。人们的印象中以为非洲妇女都是些丰臀圆腰的大胖子,其实年轻女性大都身材修长,穿着紧身文化衫及牛仔褲,充分显示出了线条美。她们也不像广告宣传画上描绘的宽鼻梁、厚嘴唇,许多人的鼻梁挺直,嘴唇厚薄适中,牙齿洁白如玉。她们的眼睛都很美,又圆又大,几乎都是双眼皮,长长的睫毛上下卷曲着,显得非常有神,绝对算得上漂亮女郎。爱美、爱打扮是女人的天性。今天非洲城市的大小商店里从玉兰油到巴黎香水等各类进口高级化妆品应有尽有,五花八门的美容化妆品广告充斥电视屏幕。不过黑人妇女的皮肤十分细腻,所以她们一般很少用护肤品。

非洲对于女性审美有自己的标准。在非洲各地的选美中从来不关注女性的“三围”。而额部的宽度、脚跟的秀美、小腿的粗细和脖子是否圆润,这些才是非洲美女标准最主要的部分。

非洲人认为女人额头较宽是容貌姣好的最佳体现。一些女人多喜欢常年光脚穿拖鞋,因此,有一双秀美的脚跟也很重要。由于非洲女人在选美时一般穿裙子不穿泳衣,使得小腿成为了审美的中心。而脖子是否圆润、眼睛是否

