

■ 台湾著名女作家散文集

世界上没有真丑的女人，只有不知道自己美在哪里的女人



杨小云/著

倾听是最温柔的沟通，勇敢地说：不！最酷。

假如说名片是现代人交往的介绍信，

那么握手便是动态的名片；

说男人不喜欢太聪明得女人，

不如说男人怕精明厉害得像侦探般的女人。

世间女子没有绝对的最美，

若带着爱心以审美化的眼光去看，

每个女人都有自己最美的特质。

发现自己的最美

发现自己的最美



黑版贸审字 08 - 2004 - 019

本书由台北健行文化出版社有限公司授权在中国大陆出版发行

图书在版编目 (CIP) 数据

发现自己的最美/[台湾]杨小云著. —哈尔滨: 哈尔滨出版社, 2004. 7

ISBN 7 - 80699 - 247 - 2

I. 发… II. 杨… III. 散文 - 作品集 - 中国 - 当代 IV. I267. 1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 039476 号

策 划: 邢月华

责任编辑: 危金柱 李毅男

封面设计: 耀午书装

发 现 自 己 的 最 美

[台湾]杨小云 著

哈尔滨出版社

哈尔滨市南岗区贵新街 170 号

邮政编码: 150006 电话: 0451 - 86225161

E - mail: hrbcbbs@yeah. net

网址: www. hrbcbbs. com

全国新华书店经销

北京大运河印刷有限责任公司印刷

开本 880 × 1230 毫米 1/32 印张 7.625 字数 120 千字

2004 年 7 月第 1 版 2004 年 7 月第 1 次印刷

ISBN7 - 80699 - 247 - 2 / I · 69

定价: 18.00 元

版权所有, 侵权必究。举报电话: 0451 - 86225162

本社常年法律顾问: 北京岳成律师事务所黑龙江分所

发现自己的最美

>> 给远方的朋友(序)

远方的朋友：

你们好！

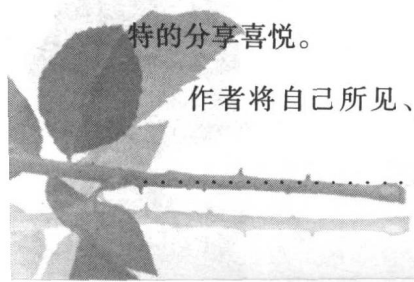
咱们这儿有句流行话是这么说的：“好东西要和好朋友分享。”

朋友之间能分享的又岂止好东西？好感觉、好心情、好风景、好发现、好书、好文章，都会因分享而更丰富、更美、更动人。

文字工作的迷人之处，就某一个层面而言，是一种独特的分享喜悦。

作者将自己所见、所感，生命中的成长、痛苦、成

.....



功、挫败，通过文字贴切地传达给大家。如果其中的某一句话触动了读者心中的某一根弦，或者某一个小故事牵动了读者的心，激发了心灵深处的共鸣或开启了内在的心灵之窗，那么，一份相知的快乐便在文字层面中交流。这是何等奇妙的另类友情交集啊。

远方的朋友，虽然我们生活在不同的空间，但是，我深信你我有着共同的情感，相通的感觉，拥有相同的文化，使用着相同的文字。最重要的是，我们都有一颗热爱生命的心和一份怀抱真、善、美的热忱，这样，就足以让我们在文字中相通、相知、相属了。

希望你们喜欢这些文章，盼这些文字能带给你们全新的感受。

祝大家

平安

杨小云

2004年4月于台北

给远方的朋友(序)

>>辑一 珍爱自己,由疼惜身体开始

谁是新新人类?	3
新“新”贞操观	8
当心色狼!	11
童贞对女人的意义	15
勇敢地说“不!”最酷	18
防患于未然——谈避孕	23
当妈妈不是儿戏	26
公关公主	30
爱人同志	33
裸体不是错,没有罪,但是	36

>>辑二 打扮修饰,让自己更快乐

女为己悦而容	43
干净——美丽的第一步	46
战痘,直到全面胜利	49
善待你的“好朋友”	52
保养——有耕耘,才有收获	55
秀发三千丈	59
明眸皓齿清新可人	62
盈盈掌中握	64
足下学问大	67



n	从头到脚都用心·····	70
	乳房的衣服——胸罩·····	72
t	优雅迷人内在美·····	75
e	优雅女人香·····	81
	漂亮一夏·····	83
n	检查好再出门——细节、 小地方不容忽视·····	88

>>辑三 完成自我,活出信心

S	做你自己最好·····	93
	爱“显”,要“显”得正点·····	96
	流行与自我之间·····	99
	发现自己的“最美”·····	101
	化妆,显老呢·····	107
	雕塑身材,自己来·····	110
	快乐平胸族·····	113
	有什么样心情,就有什么样脸孔·····	118
	今天,我最美·····	121
	每一个女人都美丽·····	124

>>辑四 内在充盈,做一个高 EQ 的女人

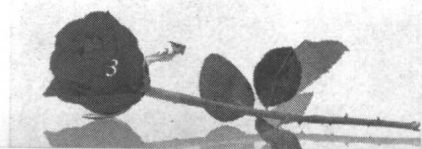
	第一次约会·····	131
	要大智慧,不要小聪明·····	138
	好印象,源于好情绪·····	140
	礼仪,是一种动态美·····	145



n	神韵,姿态	149
	语言的魅力	152
t	约会症候群	155
	倾听,是最温柔的沟通	157
e	脸,是心灵的画板	161

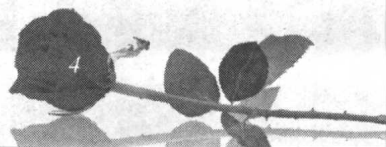
>>辑五 拥有自信就是美

t	你的温柔我知道	169
	如果可以选择性别	173
S	让生命再出发	175
	美丽是经营得来的	177
	别要得太多	180
	男人的肩膀	182
	所谓美女	185
	能干有罪?	188
	承恩不在貌	191
	胸罩、口红	193
	男人能,女人不能	196
	男人的最怕	199
	女人看女人	201
	假如有第三性别	204
	先做人,再做女人	207
	对自己好些	210
	莫做怨女	213
	苦乐由自己	215
	相爱的方法	219



目录

n	没有不好，就是好·····	221
t	爱情是有条件的·····	224
e	腰围与魅力·····	227
	坐下来聊聊·····	230
	拥有自信就是美·····	232





世界上任何东西都可以更换，
只有父母和你自己，
是一辈子的拥有，不能替代。
而属于你的身体，
更是终生与你相依相随，
当然要好好珍惜、多多疼惜。

·
辑
—
·

珍爱自己，由疼惜身体开始

发现自己的最美

>>> 谁是新新人类?

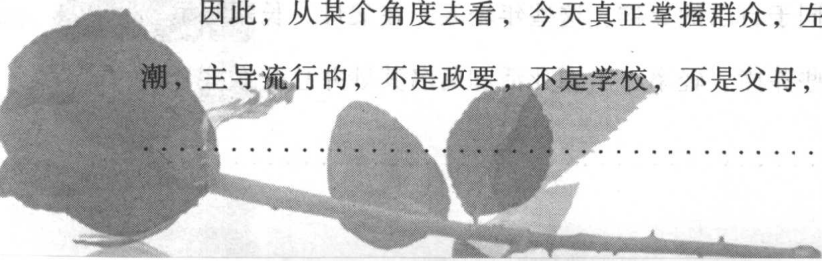
.....
勇于接受挑战，敢于完成自我的人，就是新新人类。

常常觉得现代人生活在一个“广告主导”的新社会里。

有人说，广告之所以盛行，是资本主义自由竞争下的必然产物；它已不同于旧日“口口相传”，“广为告诉”式的流传，而发展成一种近乎催眠的强力说服，借着各类媒体，重复不断地侵入每个家庭、社会的每个角落和每个人意识里，形成一种巨大的“社会俗定”，甚至成为某种社会语言和行为模式。

因此，从某个角度去看，今天真正掌握群众，左右风潮，主导流行的，不是政要，不是学校，不是父母，而是

.....



——广告。

也因此，在我们社会大众当中，头脑最好，触觉最敏锐，创意最丰富的，不是教授，不是研究员，不是艺术家，而是——广告从业人员。

台湾的新上任的教育部门长官吴京，被封为“点子王”，以吴先生的“点子能力”，若用在制作广告上，想必是一流人才，很可能创造出令人震惊，比“新新人类”更具时代性的新名词。

新新人类是近几年来台湾最流行、最炫的词汇，它不是社会学家或艺术家发明的，而是广告人创造出来的，至于创造出这样一个新名词，真正的目的，哈！只不过是推销一种饮料而已！

也就是说，若是没有那种饮料，就没有“新新人类”这个好炫的名词，没有好酷的新族群了。

当然，这个新族群的形成，绝非凭空而生，而是源于世界潮流。所谓新新人类，事实上从很早很早以前就存在了，到很久很久以后，还是会不断出现。只因为，人不断出生，对年长些的人而言，年轻人永远是新新人类——一种不同于自己的族群。这些年轻人，在父母、长辈眼里，总有些莽撞、轻率、不知死活和莫名其妙并总爱做些令其

.....

他人不懂、不能接受的事，常常口无遮拦、毛毛躁躁，又常常过于理想化，过于热情，爱做梦、不怕死、敢于表现，有用不完的精力，想挣脱传统，想开创新机，想实现梦想，为内心崇高的理念，不惜牺牲……这些，我们总而称之为年轻人的共通性，这也是年轻人最宝贵、最可爱的地方；也就是这分生命热力，推动着人类的进步，改变了历史，开创了艺术新风貌。

黄花岗七十二烈士，哪一个不是了不起的新新人类？林觉民、秋瑾，多敢表现自己，多勇于炫出自我？多新的族群哪！

徐志摩、萧红、冰心，多酷的新新人类，敢于争取自己所要的爱情，逃脱父母安排的婚姻，和相爱的人在一起，多么勇敢的人啊！

今天我们在读历史时，若把这些看成“古人”，那就错了，他们才是真真正正完完全全的新新人类呢！

所以啰！这“新新人类”并不是什么新玩意儿，只是广告人发明出来的一个“名词”，它最大的特点，应该是——和其他族群在意识形态上的差异。

往前再看看，在五六十年代，那个时候，管有点炫的年轻人叫“太保”、“太妹”、“阿飞”，再来又出现

.....

“不良少年”、“不良少女”称谓，又过一阵子，则有所谓“叛逆小子”这玩意儿，然后是“拒绝联考的小子”，再后来是“新人类”，最近则又成了“新新人类”，加上“X世代、Y世代、Z世代”，这一连串的词汇，总而言之，一句话，就是“年轻”。

早在1967年，美国《时代》杂志新春第一期封面介绍当年的“风云人物”，就是“年轻人——继起者”，指的是二十五岁以下的族群。

这些年轻人的特色，是——

“他们享有史无前例的富裕社会和社会福利，最长的青少年期。”

三十年后的今天，我们再来看这些属于年轻人的特色，怎么和所谓的新新人类一样呀。

这一代的新新人类，不是也享有中国史无前例的富裕、安定吗？他们不曾体验过战争，不曾经历过白色恐怖，没有饥寒交迫的压力，每个人好像都含着银汤匙出生。

然而，在他们享有富裕、安定的同时，却也失去很多宝贵的温暖，他们所面临的是，另一种压力，来自内心的寂寞与恐慌、迷惘。这些，或许是新新人类不为人知的另一面吧。

.....

如果用比较软性的定义来界定新新人类的特质，可以说他们是：

“特立独行，敢于表现，追求新事物，领导流行，表面又炫又酷，光鲜夺目，内心却孤独之极，对未来不抱有太多希望的一群年轻人。”

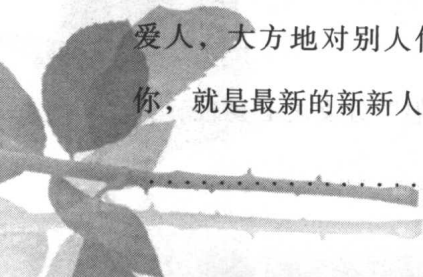
对这些新新人类，二十五岁以上的族群，大可不必用异样眼光去看待他们，很可能你自己也曾经是其中一分子，别因为自己过来了，就忘记当年的一切。毕竟，那只是人生的一个阶段，所谓“人不轻狂枉少年”，年轻年少时，若不做点傻事，太可怜嘛！

或许有些人对新新人类的行为不以为然，但是，何不改换一种心态，“虽不满意，可以接受”，试着欣赏，也不错，至少能感受一下“年轻”的感觉，晓得现在年轻人想什么，爱什么，做什么，不也是另一种趣味吗？

我们确信，不管时代再变，社会再变，年轻人再变，有一件事是永远不变的，那就是“爱与关怀”。

因而，不论你属于哪一类族群，不管你今年几岁，也不在于你喝什么饮料，吃什么食物，只要心中有爱，敢于爱人，大方地对别人付出关心，勇于梦想，怀抱希望，你，就是最新的新新人类，永不落伍的新人类。

.....



>>> 新“新”贞操观

贞操，应当是个人自我尊重、自我爱惜的一种“自洁心态”。守贞操，不一定为谁，而是宝贝自己的一项行为。

从古代到现在，在我们的社会里，男人娶妻子时，总希望她是处女，而女人嫁丈夫时，却少了这一项期许，女人很少会注意新郎是不是处男；包括新娘的父母，对此亦不列入考虑。

很不公平的单面要求，很不合理的道德标准，是不是？

基本上，就整个人类性的历史而言，处女可能只是一种符号，它或许是过去那些嫉妒、占有欲强，保证自己是孩子父亲的男人性选择的结果。

男人要求女人是处女，无非想借以保证女人的贞洁，以及对抗性的背叛。

处女膜标示“未开封”式的假象完整，新娘的处女膜则象征着婚前没有不贞的行为。

男人之所以如此处心积虑“提倡”处女之必要性，其