



◆李 云 / 编著

与你有关的无关丛书

魅力

与

无关

中国时代经济出版社

2

B825
25



◆李 云 / 编著

与你有关的无关丛书

魅力

与

美丑

无关



图书在版编目(CIP)数据

魅力与美丑无关/李云编著. —北京:中国时代经济出版社, 2004.2

(与你有关的无关丛书/郭晓丽主编)

ISBN 7-80169-517-8

I. 魅… II. 李… III. 个人-修养-通俗读物 IV. B825-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 124756 号

李
云
编
著

魅
力
与
美
丑
无
关

出 版 者	中国时代经济出版社
地 址	北京东城区东四十条 24 号 青蓝大厦东办公区 11 层
邮政编码	100007
电 话	(010)64066019 88361317
传 真	(010)64065971
发行经销	各地新华书店经销
印 刷	北京振兴华印刷厂
开 本	787×1092 1/16
版 次	2004 年 2 月第 1 版
印 次	2004 年 2 月第 1 次印刷
印 张	18
字 数	209 千字
印 数	1~5000 册
定 价	30.50 元
书 号	ISBN 7-80169-517-8/C·C

版权所有 侵权必究

前言

魅力通俗地讲就是一种吸引力，这种吸引力因个人的不同而有差异，但它决不意味着一个人的容貌的美丑影响甚至决定着魅力的大小。当今时代，正是张扬个性、尽显魅力的时代，每个人，不管他相貌如何，地位、职业怎样，只要是有一种健康、自我肯定的心理状态，就可以具有这种吸引人的魅力，而能拥有魅力也正是我们绝大多数人的梦想。

对许多人来说，我们受习惯的束缚太久，其貌不扬者觉得自己面貌丑陋，肥胖者觉得自己的身材差，个子矮小者觉得卑微，从不敢奢望自己拥有魅力，这种束缚会让我们自我设限，一成不变地按惯性去生活，从来不想如何突破自我，更不可能发挥自己潜在的潜力。

本书从魅力与美丑无关这一独特的角度去探讨魅力这一内涵丰富而又与每个人息息相关的问题。

魅力对每个人来说都是公平的，那就是说魅力不是天生的，也不建立在财产、幸运、社会地位的基础之上；相反，每个人都可以凭借自信，通过个人努力培育和拓展魅力。在本书中，你将会看到这样一些技巧，它会教你怎样扩展和充实魅力。

李 云

2004年1月

目 录

	前言	(1)
1	探求魅力	(1)
	第一节 魅力究竟是什么	(1)
	一、魅力之源	(1)
	二、魅力的含义	(17)
	第二节 魅力的特性	(22)
	一、魅力的本质	(22)
	二、魅力的特性	(24)
	三、魅力取决于你本身	(26)
2	自信的人自然魅力无穷	(35)
	第一节 魅力与美丑无关	(35)
	一、自信的“丑”就是“美”	(35)
	二、发现自我 展示自我	(43)
	第二节 自信撑起魅力的天空	(50)
	一、魅力源于自信	(50)

二、巧妙展现你的自信魅力 (67)

♫ 魅力的七项品质 (79)

第一节 身体会说话 (79)

一、良好仪表 内美外现 (79)

二、体态语：传情达意的无声语言
..... (83)

三、举手投足 尽显风度 (88)

第二节 魅力在听说之间 (92)

一、说话的艺术 (92)

二、倾听：“沉默”也迷人 (105)

第三节 只有说服我 才能吸引我
..... (116)

一、用魅力说服他人 (116)

二、说服的技巧 (120)

第四节 你的人格 你的一切 (127)

一、人格——真实的自我 (127)

二、修炼完美的人格 (133)

第五节 迷人的个性 (144)

一、解读个性	(144)
二、铸造个性	(148)
第六节 我交往 所以我存在	(152)
一、展现你的最佳形象	(152)
二、社交重在沟通	(155)
三、社交的六把钥匙	(158)
第七节 恒久的智慧	(167)
一、增长见识	(169)
二、充实知识	(170)
三、提高学识	(172)
四、明确目标	(174)
五、智慧的光芒	(176)

用魅力定义性别	(179)
第一节 魅力女性三件套	(179)
一、优雅的风度魅力	(179)
二、永恒的气质魅力	(189)
三、非凡的社交魅力	(203)
四、魅力女性的现代化	(212)

第二节 男性魅力三维	(220)
一、男性魅力所在	(220)
二、男性的人格魅力	(229)
三、男人的才学魅力	(236)
四、男人的社会魅力	(244)
魅力与生活同在	(249)
第一节 魅力展现无止境	(249)
一、目标不是终点 幸福在于攀登	(250)
二、好了方可再好	(256)
第二节 魅力相助 成就人生	(264)
一、强化超然的自我魅力	(264)
二、在日常生活中提升魅力	(268)
三、魅力总是人生的催化剂	(272)
后记	(279)



探求魅力

第一节 魅力究竟是什么

一、魅力之源

(一) 魅力——魔力

魅力是什么？谁也很难用一句话把它说清楚。

人们找寻魅力，人们迷恋魅力，但是，魅力是动态的，是难以把握的，它忽隐忽现，若即若离，迷离扑朔，就像不可捉摸的精灵，变幻着不同的神姿，时而悄然降临，时而又隐匿不见，时而对人慷慨，时而又对人吝啬；跟一些人神交已久，跟另一些人一生无缘……

从词源上探究，“魅力”本身隐喻着一种超自然的神秘，它应该与魔怪精灵有相当的联系。



在古汉语中，“魅”即是传说中的山泽里的精灵鬼怪。说到鬼怪，人们总以为很丑陋，很可怕，谈不上美艳可人，其实未必如此。诗人屈原笔下的美丽“山鬼”就是一个魅力的精灵。

若有人兮山之阿，
被薜荔兮带女萝。
既含睇兮又宜笑，
子慕予兮善窈窕。
乘赤豹兮从文狸，
辛夷车兮结桂旗。
被石兰兮带杜衡，
折芳馨兮遗所思。

.....

多么优雅迷人的山鬼呀！只要我们想象一下她那“既含睇兮又宜笑”的芳姿，就不能不为之心绪飘摇。

也许“魅力”本身就源于这美丽动人的山鬼，“魅力”又是这美的诱惑力的极致状态。

有趣的是，在英语语系里，“魅力”一词来自希腊语，原意即包括由魔力魔法引申而来的“魅力”和受魔法迷惑的“妖术”，也有“神圣天赋”寓合在上帝之中的圆融的品性，比如健康，智慧，预见力等，后来马克斯·韦伯就把“超越群伦的天赋”称为“魅力”，也正因为如此，“魅力”就有一种难以捉摸的朦胧混沌的品味，人们希望揭开她神秘的面纱，却是人言言殊。

有人说：相貌的美丑是魅力的决定因素，有人却说：魅力与美貌根本不是一回事，因为一个人无论相貌如何漂亮，倘若没有魅力，人们就不会被她（他）吸引。有人又说，“魅力是一种内在的美”，也就是说，有些人的魅力不像美貌与生俱

来,昭然若揭,一眼就能瞧得见;而有些人又认为魅力具有可视性,是公开的展示,尽管如此,却没有人能够用明晰、确定的语言,说清楚“看见了的魅力”究竟是什么样的。另外,也可以说“魅力是有形的,自在的,主体的”,因为离开了作为主体的人,魅力就无所依附,它并不能飘游在虚无之中。

魅力是与伦理道德密切相关的,因为,伦理的内容如道德、情操等,往往滋润着魅力,使之更丰满、充实。试想两个外貌相近之人,一个品德高尚,一个格调低下,谁更有魅力?

可是,魅力真的是伦理的吗?毕竟,在现实生活中,有些魅力,如仪容的吸引力,潇洒的风度之类,并不具备太多的伦理内涵,例如有些“坏女人”仍让人感到魅力四射,而一些有道之士却让人望而止步。

不错,有些品行坏的人,也是很有魅力的,他们的魅力或者得自于貌美,或者得益于健壮的体魄或其他方面,但是人格的魅力、迷人的个性特征,他们肯定是不具备的,而善良、仁慈的道德之士,如《巴黎圣母院》的敲钟人卡西莫多,其丑无比,他可能欠缺其他魅力,却闪烁着人格的无穷魅力。当然,人格魅力能否显现出美丽的光环,还要看接受者的品行,如果他们视善良为营私的跳板,那么他们除了嘲弄善良,践踏美德外,哪里能感应到高贵的人格魅力呢。伦理标准不同,善恶是非的标准往往会大相径庭。我们请看列夫·托尔斯泰笔下的伪善者,“道德”的卡列宁和“坏女人”安娜之间究竟哪一个人格高尚,哪一个真正有魅力?

让人迷惑不解的“魅力”呀!似乎谁也无法将它描绘得眉目分明,然而人们对它又有无穷的探究兴趣。17世纪法国思想家拉罗什福科说过:“我们可以说,一个人的不同于美貌英俊的那种魅力,是我们尚不知道其规则的一种匀称,是这个人的各种特征以及这些特征和他的外表、神态的一种神秘

的和谐。”

这话既谨慎，又模糊，但也表明了魅力的神秘性。人们不止息地探究“魅力”的规则，也为获得魅力而作了大量的努力，但是，要真正了解魅力的本质实在太难了。

现代到处有“健美训练班”和“形体训练班”，而“传授魅力”的训练班或学校似乎还没有；“魅力”也无法买到或从别处找寻到，你不能把它直接添置到自己的生活中去，你也不能像穿衣服似的穿上它。

然而，“魅力”对某些人也很慷慨与多情；有时你自己没觉察，它不期而至地为你所有。当然，它也很狡猾，如果你想拥有它，它却脱兔似的不见踪影——真是个鬼精灵！

（二）魅力是上天恩赐的吗？

神秘莫测的魅力渊源甚久，古希腊人就常谈及一个人的魅力，认为魅力更多的是上天的赐予，没有得到这种恩赐的人好像是不能进入天堂，以示惩戒。

就是到了科技发展的今天，我们似乎也还认为，作为“正常”凡人的我们最多能偶尔从上天那里得到点易逝的光华，比如，当我们被别人喜欢时，我们可能会认为：我们只是偶尔地讨别人的欢心，是一时具有的吸引力；或当我们工作上取得特殊成绩时，别人就会明确地对我们说：“你真走运”或者“你的机遇真好”。

魅力在我们身上的偶然显现使我们认识到，我们身上可能也蕴藏着魅力，只是没有被很好地利用，和那些总能发挥积极作用的人相比，我们的魅力倒像是昙花一现，即开即落。

我们身边有魅力的人也有很多：

赵女士就是这种幸运者，她 30 岁出头，是位专职的女画家，不管她出现在什么地方，她总能成为人们的中心。老实



说来她并不比其他女士漂亮,但和她接触不久就会对她产生这样的印象:她对别人有魔力一般的吸引力。在聚会时,男士们总把她围在中间,对她艳羡的女士们也尽可能想办法成为她的朋友。

翁女士,35岁,一位白领,也属于那种有魅力的女士。只要她出现在哪里,大家的目光都会集中到她的身上,所以这样,并不是因为她的白领身份,而是因为她本人,她身上具有一种吸引他人的魅力。

容貌美丽者无疑是“上帝的宠儿”,他们有优裕的天赋可资利用,他们可以在人前炫耀自己的美丽,人后也可以“对镜自怜”,“自恋”意识强烈得惟恐他人不知;这往往会显出浅薄,乃至令人讨厌,甚至往往会冠上“臭美”的名号。

天生丽质并不在于一味地“显摆”,而在于善自利用。一分天赋,利用得好,可以使之放射出三分魅力来;三分天赋,不善利用或者滥用误用,则可能连一分魅力都散发不出来。比如,有这样一位姑娘,她长着个塌鼻梁,白天黑夜地对着镜子长吁短叹:“上帝呀,你怎么给我这么个难看的鼻子?”于是她又填又隆,却无济于事,鼻子“依然如故”地长在那里,还是扁塌塌的,为一个鼻子如此自惭形秽,她当然无魅力可言了。

如若姑娘很自然而然地接受自己的塌鼻子,而且不无得意地自我欣赏:“瞧,我的鼻子真是不同凡响,独一无二。”这样,塌鼻子在她脸上,就不会是一个不和谐的肉疙瘩;相反,它倒能使她的面部别具一格,令人觉得她是个可爱、有趣的姑娘。虽然,鼻子这么塌一点,尚不至于使“整个世界的面貌改变”,但同样对别人也具有特别的吸引力。

人们若能善加利用自身隐藏的天赋或不显著的天赋,使之凸显,也能发挥出它们迷人的力量。最要紧的就是“接纳自己”,只有这样,各人才会珍视和挖掘自己的天赋,恰当地



运用,让自身的天赋闪射出魅力的光彩。

对一个人来说,天赋既有外在的和内在的,也有短暂的与久远的。

外在的天赋,如人的容貌,善用与不善用,其美韵就迥然有异。比如美女西施,很注意容貌的修饰,懂得充分利用自己的外在的天赋,不过仅善于利用外在天赋,她充其量也不过是外表娇媚的女子;她同时更注重在天赋的挖掘和利用,使内在天赋创造的美韵向外渗透、扩散,在一笑一颦、举手投足间显现,由此而展示出她那魅力的超凡脱俗,丰韵极致。

在现实生活中人们凡能善用内在和外在天赋的,或多或少都能获得一种美丽的效果,尤其是对内在天赋予以充分利用、创造,熔铸成美好的气质和风度,让外在天赋附丽于其中时,这样的魅力才不会短暂,而只会长久存在,就像一位著名作家所说的:

一个风度优雅的人是不会丢弃他的优点的。优雅的风度将永远留存。每个动作,每句话,都令人心旷神怡。衰老本身不会改变人的天赋,美丽的容貌到了老年也可以保持其魅力。

(三)魅力到底意味着什么?

魅力究竟是什么,它到底对我们每个人意味着什么?

天生丽质与美貌好像总与魅力分不开,蛮腰盈盈、丰胸高挺、光洁润滑的青春面容,总是令人赏心悦目,它所带来的魅力是直接的、明白的,也最容易被模仿与复制,大街上满是复制出来的红唇与三色眉,但是有了这样的美貌,却不一定就会有魅力。

魅力与一个人的气质有关,气质是内在的、深层次的。如果不具备这种气质,而矫揉造作地显示某种气质所具有的魅力,往往会给人以轻浮和浅薄的感受。

生活中我们也常常看到那些模仿电影明星的人,比如模仿高仓健充当“硬派小生”,虽然他们板着脸,目光阴郁,不拘言笑,但却没有一丝一毫的冷峻、深沉、阳刚之气,可见缺乏文化素养和人生体验,是不可能显射出魅力的,魅力不可能通过复制得来。

模仿别人装出来的深沉,不如天质的自然,还不如转向自身,陶冶和丰富自己的内在气质,以便从自身的气质中散发出吸引人的魅力。

魅力应该属于那些开朗乐观的、幽默的、谈吐机敏之人,他们给人以亲切、自然、幽默,当然也易于吸引别人。

也许有人认为这种魅力是外向、直观的,无需有深刻的内涵,事实上,真正的乐天达观,是渊源于对人生经历的感悟和洞察;真正的幽默,得益于对世情的体察和深省。如果仅注意表面,哗众取宠,那只会变得浅薄与圆滑,使人觉得厌恶,更谈不上魅力了。学识渊博、才华横溢,能产生魅力,这是一种才情的散发,智慧的辐射。

智慧的魅力不依靠美丑。古希腊哲学家苏格拉底是个塌鼻梁、容貌丑陋的人,并且他衣衫不整,也谈不上有什么仪表风度,然而,当时却有很多人被他吸引,真诚、热烈地追随他,即使他的身躯化作尘埃,他的灵魂飘逸于九霄云外,他的智慧的魅力还长久地存在着,影响着当时和后来的人们。

正如自然界有形形色色的花草树木一样,人的魅力也展示出无限丰富的色彩和形态。淡雅与端庄,粗犷与细腻,豪放与恬淡,阴柔与阳刚,冷峻与深沉……各有各的魅力。

有的人使人一望就有勾魂摄魄的魅力,而有的魅力则幽

香深蕴,需要慢慢细品,方能体会其中的滋味。

有的魅力令众人眩目,而有的魅力却只有极少数人才能感应到。

有的魅力如昙花一现乍开乍落,而有的魅力却能够超越时空以至更远……

一个人如若真想拥有魅力只有靠不断地修炼自己,使自己的内涵丰富,执著真诚,具有同情之心,并在追求有价值的人生时,让魅力的清泉悄悄地涌流,也许这时你并未觉察。

1. 魅力在于个性鲜明

鲜明的个性,能给人留下深刻印象,这就是魅力的功能之一。

个性往往因人而异,不同的个性有着不同的特色,很多个性都有其可爱可敬之处,刚强与柔弱、活泼与沉静、豪迈与文雅各有所长。

即使各有所短,只要个性鲜明依然有其魅力在,故不要误解一定要有很好的个性,才有魅力。

每个人既拥有长处,也存在短处,也就是说,只有强而没有弱的不会是人,或一定是圣人,因而人的魅力只在于将真正的个性表现得得体。有意压制自己的弱点,张扬自己的长处,给人一种浮躁感,不会有魅力。

2. 魅力的表现形式

(1) 真诚

魅力来自于真诚,真诚让人有一种信赖感与依托感;感觉,使人有一种实实在在的感动,并且便于别人了解你真实的个性和你的为人处事风格。

(2) 热心

热心的人走到哪里都受人欢迎,它实际上是助人的魅力,也是人格魅力中最迷人的所在。每个人都需要从他人那

里感受同情、共鸣和温暖,热情待人显得非常重要。害怕流露自己的感情,吝啬自己的热情是可怜的表现,热心待人的含义绝不仅仅是表面的客套与寒暄的话语,一句发自内心的问候和及时的感谢之情意就足以温暖人心。热心肠的人能赢得更多的友谊和帮助,使自己的心情也格外愉悦。

(3)恰当的表现

不同的人有各自不同的魅力,表现形式也因人而异。性格外向的人可以表现活泼,性格内向的人可以表现内秀。不要将自己置于各种表现机会之外。每个人都可以根据自身的条件强化一种气质类型,久而久之,就与本人融合为一体,形成自己独特的魅力。

潇洒既是一种外在风度,也是一种为人处世的哲学。外在的潇洒使人青睐,内在的潇洒则更能体现人格魅力。一个潇洒的人必会能伸能屈,拿得起放得下,笑对困难与挫折,给沉闷的空气里带来清新爽朗。

(4)新奇

新颖别致,独具匠心,总能给人以新鲜感,这样的人必然是个具有吸引力的人,因为你是一方新鲜的世界,引人探索,使人迷醉。尽管新奇的魅力可能并不长久,但它总以特有的姿态昭示着众人,吸引着众人的目光。

(5)真实自然

神秘是一种美,而真实自然则更具有魅力,因为真实是一切美的基础,是永恒的美,它永远像土地一样纯朴、坚实。正因为如此,艺术家追求创作中的真实表现;文学家塑造生活的真实;历史学家在挖掘陈迹中寻求历史的真实;科学家用毕生精力去证明物质世界的真实……

每个人都在苦苦追求着真实的人生轨迹,为五味俱全的人生前赴后继。真实使我们平凡的生活多彩多味,使我们的