

非常女性

Special Girl

碧姬·安得森 著
深 蓝



感谢

搜狐网站
东方盛世文化公司

《现代服装》
《时尚装苑》
《北京青年报》
《瑞丽》
《风采》
《希望》

勇
敢
做
辣
妹

中国文史出版社

Special Girl

非常

女性

北京计劳干院图书馆



L015634



BBG83/07

中国文史出版社

(京)新登字第 107 号

图书在版编目 (CIP) 数据

非常女性：勇敢做辣妹/深蓝著. - 北京：中国文史出版社，1999. 6

ISBN 7-5034-1006-X

I. 非… II. 深… III. 女性-个人-修养 IV. B825

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (1999) 第 17313 号

出版发行：中国文史出版社

社 址：100811 北京太平桥大街 23 号

印 刷：北京市燕山印刷厂

装 订：北京市燕山印刷厂

经 销：全国各地新华书店经销

开 本：1/32 开

印 张：11.5 字数：248 千字

印 数：8001—10000 册

版 次：2000 年 2 月北京第 1 版 第 2 次印刷

定 价：19.80 元

文史版图书如有印、装错误，承印工厂负责退换。

XIYAN

序言

寻觅尘封的真我

“女人不是生成的,而是造就的。”

——西蒙娜·德波伏娃

出版此书是源于青春,女人的青春。

青春只是一刹那的光辉,青春的火焰分外奇丽。女人们修身养性而后独自在沙场上拼搏,为自己谋求一份美丽外表之外的魅力。但是在这段受人欣赏的时期,女人往往不知道如何将自己的魅力和才华淋漓尽致地表现出来,转瞬间青春的火力衰竭,女人也变得成熟了,但火势却已经无法猛燃,要想大出风头也做不成了。因此很多将届中年的女人往往有一次绝艳惊人的回光返照,那是她们不吝惜用三倍的生命力来换取的一度光辉。

所以说,女人的美丽只有在青春灿烂的时期才能够被尽情地展现在众人面前。但遗憾的是,青春却只是短短的十几年光阴。那么,如何在这十几年的短暂时光中将自己的魅力使尽浑身解数充分地焕发出来就成了女人面临的重要课题。

所以本书的宗旨就是旨在指引女人抓住易逝的光阴，将自己的青春之火燃烧得更加灿烂辉煌！

那么，女人究竟是什么呢？是柔弱、美丽、性感、迷人的精灵？是男人身上的一根肋骨？还是只能依靠自己的柔情似水来博取男性保护的生命？

浏览此书你会发现，这根亚当的肋骨原来可以如此淋漓尽致地散发无穷的魅力。女人的魅力是听不见却充满诱惑的旋律，作为一个新时代的职业女性，如果你充满了个人魅力和社会魅力，那么你就将是一个成功的女性，无论你是白领、粉领或是蓝领。

一切都在变化：这个崭新的时代，这个时代的观念，这个时代里生活的男人和女人。新时代的来临带给女人的是深深的思索，是不尽的机遇。女人在保留温柔个性的同时，应开始有意识地发挥人性的力量，寻回自身大胆率真的本性，做这个变革时代的主人。

人类需要的是真正意义的解放，女人更需要在社会中去实现去释放一个完全自我。女人的缺乏独立反映了社会层面的某种畸形，最终将成为社会进步的阻力。

风靡世界的“辣妹”演唱组代表着世纪之交女性世界的一种新的精神，当代的辣妹是谁？是“辣妹”演唱组？还是十几岁的小女孩？当然不是！事实上，辣妹是一些自信、果敢而又不失女性魅力的女人，她们在广阔天地中执着地寻找着自我，勇敢地追寻自己的理想。正如歌词唱道：“我愿能做个，求我能做个，不折不扣的真女人！”

在这个变革的时代，一切都如此的充满着如雨后晴空一样新鲜的气息。在这种氛围中成长起来的女人们更是崭新的



一代——无论是思想、人格、生活态度还是独立的生存能力。这些新时代的女性，又处在这样一个变革的时代中，将如何抓住自己易逝的青春年华，在这个最具挑战性和变化性的人生阶段出落的魅力无穷呢？

为女人打算，本书将指引女人在青春最灿烂的时候如何在事业上克敌制胜；在爱情中流光溢彩；在人群中脱颖而出。

读过此书，如果你学会了温婉时仍然保有自己的个性；奋斗时充分利用自己的优势；传情时捕获男人迷茫的心灵，你就将会是新时代中最为迷人的奇葩。

从封建王朝的闺阁秀女到五四运动中的爱国女学生到50年代的劳动妇女直至今天的现代女性，一百余年间，中国的妇女经历了翻天覆地的变化。她们在现代的经济大潮中与男人斗志斗勇，越来越能独当一面，成为新时代的勇敢辣妹。

因而，也有越来越多的问题困扰着当代的女性。在商场上如何克敌制胜；在办公室里如何与各色人物相处自如；在男人面前如何展现自己的魅力。未婚同居是否能增大爱情的进展；爱情和金钱能够“鱼与熊掌兼得”吗？香烟和美酒已经不再是男人的专有品；“秦香莲”这个词汇即将消失了，现代的女性越来越明白泰戈尔那句话——如果你为失去太阳而哭泣，那么你将失去群星了！

其实作为编者，我们的心愿并非希望现代都市中的女人们个个炼就一身铜皮铁骨在前沿冲锋陷阵，与男人们一争高下。我们承认，母系氏族之所以被父系氏族淘汰是有他的历史原因和道理的。“女强人”现在似乎越来越成为“不可爱女人”的代名词。所以别误会，辣妹将是跨世纪的女性，既具阳刚之气，独立自主不让须眉，又懂得如何将自己的阴柔之美发挥的

淋漓尽致。辣妹是一种懂得如何提高自己生活质量的女人。办公室的小姐可以成为辣妹；本世纪末开始进入中国的新词汇“粉领”——居家工作者可以成为辣妹；只要爱情不要江山的女人一样可以成为辣妹——辣妹懂得如何让爱情永驻！

在工作中，女人往往处于被礼让、被怜惜或者被轻视的地位。上层老总不相信女下属的实力，认为女人虽然心思缜密，但仍然比不上男人的思维广阔。久而久之，女人自己也开始没有了自信，甘愿做一些后备的工作，为男人的成功铺路搭桥，似乎女人就该处于一个协助的地位。唯一的作用就是锦上添花。

在爱情里，女人常常不由自主的落入等待、牺牲、付出的宿命中，久而久之，反而被误认为那就是女人想要被对待的姿态，一再让步的结果就是难以翻身。终于，失去了自我、失去了欢乐、也失去了美丽，却让男人白白捡到了出轨的借口。为什么要让自己陷于如此不堪的境地呢？

如今这个时代，各方面的竞争越发的激烈起来。想要谋求一分优秀的职业和职位，想要赚到更多的钞票，想要自己心爱的人不被花花世界的如云美女所惑，都是一件十分艰难的事情。女人若想提高自己的生活质量，除了具备一定的实力外，更需要一些必要的手段。

如今，21世纪的太阳已经开始升起在东方天际。在女人们越发独立和进步的今天，你若想使自己更加完美，在各个领域脱颖而出，当然需要比以前付出更多的体力和精力。

所以说，辣妹指南的真正意义是无论你身在何方，供职于何处，都可以得到指引。使你了解怎样才能尽量发挥自身魅

力,成为一个时尚的女性。读罢此书,如果你能够在自己的领域里游刃有余,朝自己想要达到的理想境界更进一步,本书的作者将感到由衷的欣慰与荣幸。

请你轻轻拂去心灵的尘土,莫让那宝贵的真我尘封在永远的记忆之中。

愿天下所有的女人都能成为新时代的宠儿,拥有一个更加光芒四射的明天!



ZUOZHE XU

作者序

Brigitte · Anderson(碧姬·安德森)生于1954年美国田纳西州的一个小镇,从12岁起就对文学充满了狂热的眷恋。1966年,年仅16岁的安德森开始在哈佛大学文学系研读欧洲文学史和女性心理学,1980年以双料博士的身份毕业。

为了进一步研究欧洲女性问题,安德森只身赴欧洲游历。开着一辆低价购置的破车在欧洲流浪,同上万位妇女进行深切的交谈,从而接触到无数成功的欧洲妇女并了解到她们的生活状态。她从和那些人的交谈中体会到走在世界经济尖端的女人们是如何成功地将自己的事业和爱情变得完美,也意识到她们和美国女性的区别所在。

1987-1989年则是安德森生命中最浪漫和值得追忆一生的时光。在伦敦弥漫的雾霭中安德森结识了一位来自阿拉伯国家并在英国生活了十余年的绅士,已届中年的安德森以其优雅的谈吐、丰富的学识和尤存的风韵第一次享受到爱人和被爱的感觉。但是这段令人荡气回肠的异国之恋却以一次以外的车祸而宣告惨烈结束。失去至爱的女博士一度曾萎靡不振终日靠酒精为生。

安德森与本文另一作者深蓝的相遇则是在1990年。两人因为饮酒相识,对爱情的执着和对共同理想的追求使她们



成为莫逆至交。

作者深蓝对于文学的热爱在3岁时就已经初露端倪。那时的她已经能背诵30多首毛主席诗词。在那个年代,能够称得上文学而又不是“毒草”的东西也就只有它了。

这种对文学的热爱一直伴随她到高考那年,甚至已经演变成了一种“玩物丧志”。不言而喻,沉迷于金庸、琼瑶、老舍、徐志摩、毕淑敏、福楼拜、海明威、狄更斯等等俗的或雅的作品以及作者的旋涡中不能自拔的深蓝最终仅仅考上了一所大学的英语系大学专科。大学校园中的深蓝依然没有将英语放在心中,反而又疯狂的迷上了女性问题的研究。她认为80年代末期的中国女性已经开始在生活理念和对事业的态度上发生了微妙的变化,她坚信这种变化将会愈演愈烈,最终中国女性一定会在各方面跟上世界时尚的步伐。

1990年夏日,深蓝到英国旅游,有幸结识了Brigitte·Anderson。两个人谈起了中国的女人们,竟然有了不谋而合的想法,那就是将世界妇女的生活观念以及她们追求高品质生活的一些心得体会介绍到中国去,让压抑在中国几千年三从四德思想下的新一代妇女同样成为这个时代的主人。而安德森更是希望可以将她近年来对在世界经济浪尖上打拼的女人们的所闻、所见、所想生动的展示在中国现代女性的眼前,希望可以在帮助她们成为时代宠儿的路途中尽自己的一份绵薄之力。时逢失意的安德森也正希望可以借助事业的奋斗忘掉伤心的往事并离开伤心地——欧洲!更何况安德森承受不住在她眼中古老而神秘的东方古国文化的对她的诱惑,遂接受了深蓝的邀请来到中国。

安德森目睹了中国女性在中国改革开放近十年中日新月



异的变化，在做了数年深入细致的调查研究后决定出版一本指引中国女性在生活、爱情以及事业上更加积极的作品。谁知道这个想法竟然和深蓝不谋而合，两人当即决定共同完成这件事，为中国女性尽自己的一份力量。就这样，《勇敢做辣妹》在两位作者的通力合作下终于面世了。希望各位读罢此书掩卷深思，可以明了如何才能使自己的生活进入一段高质量的崭新里程！

PIANSHOUYU

篇首语



这是一个变革的时代，大家都是新新人类，新伊甸园里到处都徜徉着新时代的女性。如果想要成为一个崭新的女性，恐怕要留意一下新的标准把自己调教一番，以便能够大步流星至少也是小步慢跑地进入新纪元。而 1999 年眼看着又要毫无例外地在时间长河中流逝远去。在下个世纪我们如何才能成为新型人才——一个自信、独立、勇敢、自然、智慧、健康、积极向上以及快乐无邪的新新女性？！

年前，雅芳公司就全世界 43 个国家的 3 万多名女性进行了一次深度调查，这也是有史以来规模最大的一次全球规模的女性调查。调查的最终结果有一点令人意想不到：尽管被调查者的国籍、文化以及经济背景都不近相同，但是她们对于人生的看法竟然惊人的一致！

足足 75% 的女性认为她们面临的最大挑战是在事业以及家庭中取得平衡；其次是 55% 的女性希望在经济上取得独立；有 37% 的女性希望自己在商业交往中成为重要角色。而中国女性的答案与它国女性惊人的相同——无论是选择项目还是排列顺序！

全球女性最关心的三件事情分别是：家庭生活的和谐、经济条件的稳定以及身体的健康。对此，中国女性仅仅是在关注顺序上，将身体健康变成了第一位！

对于别人对自己的看法,大约有43%的女性最重视自信的感觉;34%的女性还要健康和快乐;33%的女性希望自己聪明智慧。重视外表漂亮的女性看来是越来越少了。中国女性最重视的也是内在美。

自信、受人尊敬以及身体健康分别成为世界女性自我感觉最好的三个因素。中国女性的回答大体相同,只是受人尊敬被排在了第一位。

中国女性与发达国家妇女区别最大的是她们用在美容和护理上的时间。

看来,中国女性还没有学会如何善待自己。

本世纪末的新女性真的是不可同日而语了。她们言语犀利,弹无虚发,拥有一份不错的工作和不菲的薪水;她们思维敏捷,动如脱兔,努力在事业和爱情中间求取平衡;她们独立自主,自尊自立,认为爱上谁就等于找到了长期饭票这件事简直就是一件敲诈勒索案;她们谈吐优雅,聪明智慧,用各种方法‘充电’以提高自身的修养和气质并培养自信心;她们对于所爱的人体贴有加,善解人意,即不丧失个性又能够保持女人的温柔本质。男人遇到这样的女性俊杰不啻等于中了足球彩票头等奖?可是为什么男人们还在终日抱怨如今的女人越发的不像女人呢?是不是因为女性太过独立反而在不知不觉中丧失了女人应有的魅力呢?还是女性进步或‘进步’得太快以至男人的眼睛和心志已经跟不上了呢?

曾经听说澳大利亚的艺术体操冠军因为训练经费紧张将自己全裸的玉照登在了《花花公子》上面。也曾经有人就此在搜狐网上做了一项“网上民意调查”。问题是:如果是中国女孩儿,是否应该这样做呢?调查结果简直令男人们捶胸顿足——



有 85% 的女性网民回答说‘YES’！当然这只是网上的调查，难以代表广大的中国女性，但它毕竟反映了一种新的价值取向。

听说现代的中国女孩儿想学‘坏’；听说现代中国女孩儿的十大偶像中有一位名字唤作潘金莲？

你呢？想知道‘怎么样’就会‘怎么样’吗？想在时代的快节奏中，学会疏缓压力和迎接挑战吗？把这本书读下去吧！无论你是‘好’女人还是‘坏’女人，都会找到自己的答案，绝不会令你失望。

信不信由你！反正我信！



MULU

目 录

* 序

* 作者序

* 篇首语

* 辣妹时代

● 第一章 辣妹精神

○ 天赋女权 \3

○ 辣妹精神魅力之谜 \4

1、精彩人生 \6

2、光芒四射的特质 \9

○ 浓淡相宜的女人味 \12

1、变中求益 \14

2、快乐真我 \15

3、自重者人重之 \16

● 第二章 透明的你 \17

○ 谁的杰作 \18

1、文明的歧视 \19

2、后天的扭曲 \20

○ 个性寄生虫——女人通病剖析 \30



- 1、一叶蔽目的女人 \30
- 2、越忙越忙的女人 \31
- 3、感情透支的女人 \33
- 4、不敢讲出自己的要求 \34
- 5、自视过低的女人 \36
- 6、女人相信善有善报 \37
- 7、被身体出卖的女人 \39
- 8、难以出口的“不” \40
- 9、女人喜欢“原始股” \41
- 错误的“真理” \43
 - 1、睡“狮”猛醒 \45
 - 2、还爱以本来面目 \47
 - 3、放大镜下的男性 \48
- 附录一 女性性格测试 \51
- 附录二 女性独立性测试 \55

*** 辣妹指南**

● 第三章 性格自助餐 \59

- 这不是日记 \60
- 与自己恋爱 \62
 - 1、人人都是美女 \62
 - 2、心之灵 \63
 - 3、待开发的大宝藏 \65
- 渴望是一种原动力 \65
- 心想事成 \68
- 小小的大胆之举 \70

○实践出真知 \71

附录一 塑造自我期望 \73

附录二 插上自我意象的翅膀 \74

●第四章 谋略大师 \75

○解铃还需系铃人 \76

○人非圣贤,孰能无过 \82

○发乎心而行于言 \85

○明明白白我的心 \88

1、瞄准靶心 \88

2、对正重心 \91

○直觉与自信 \95

1、自信是你的魔法书 \95

2、建立自信——成功之道 \95

3、天外飞来的灵感 \98

4、女人的直觉 \100

5、灵光乍现 \102

○乐趣险中求 \105

1、险中求胜 \105

2、勇敢者的游戏 \109

附录一 时间晴雨表 \112

附录二 自信强度测试 \113

●第五章 漂亮女人 \115

○外表形象的“杀伤力” \116

1、女性能力的名片 \116

2、避免黄脸婆的厄运 \119