

魅力一生的 30个细节

30 Details
of Women's
Charm

我所理解的女人魅力，
包括作为抽象的“人”的魅力，
也包括作为原始女人的魅力。

——[美]奥黛丽·赫本

小资悦读

中国言实出版社

魅力一小時
30分鐘

504 Decoding of "Mammals" Chart

2000-2001
 2001-2002
 2002-2003
 2003-2004
 2004-2005



魅力一生的 30个细节

林左辉 著

30 Details
of Women's
Charm

中国言实出版社

22

图书在版编目(CIP)数据

魅力一生的 30 个细节 / 林左辉著.
—北京:中国言实出版社, 2007. 12
ISBN 978 - 7 - 80128 - 979 - 7

I. 魅…

II. 林…

III. 女性—修养

IV. B825

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 158509 号

出版发行 中国言实出版社

地 址:北京市朝阳区北苑路 180 号加利大厦 5 号楼 105 室

邮 编:100101

电 话:64924716(发行部) 64963101(邮 购)

64924880(总编室) 64890042(编辑部)

网 址:www.zgyschs.cn

E - mail:zgyschs@263.net

经 销 新华书店

印 刷 北京市荣海印刷厂

版 次 2007 年 12 月第 1 版 2007 年 12 月第 1 次印刷

规 格 670 毫米×970 毫米 1/16 14.5 印张

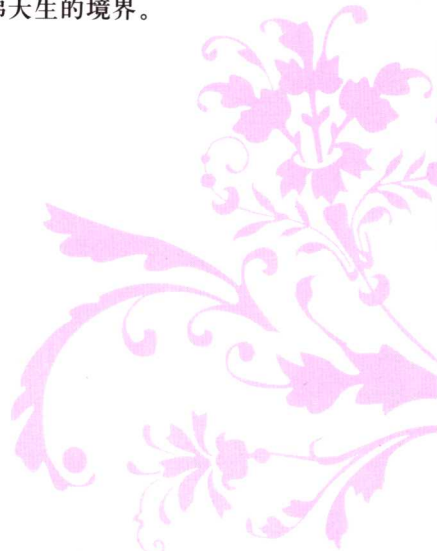
字 数 150 千字

定 价 25.00 元 ISBN 978 - 7 - 80128 - 979 - 7/B · 143



30 Details of Women's Charm

你的魅力是什么颜色？从一抹
红唇，一个眼神，到不经意间流露
于指间眉梢的小动作，都可以读到
你的魅力颜色。魅力四射的女人所
表现出来的那份自然和本色并不是
天生就有的，是修炼来的，修炼到
了仿佛天生的境界。



30 Details of Women's Charm

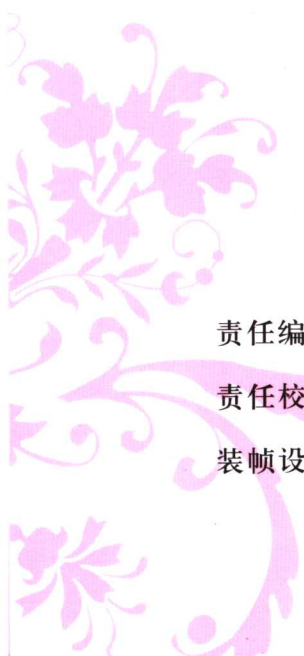


魅力是女人的综合指数，是
从女人的身体内部和心的深处自
然而然涌动、喷发、流露出来的
一种气韵。

责任编辑：化十

责任校对：史言

装帧设计：骆儿



女人会不会展示魅力，是女人命运千差万别的重要原因。

Contents

目录

1 头发的文化与性象征 001

上天雕琢了我们的五官,一旦成型,难以修改,但是留了大把的青丝供我们自由挥洒。或者长发垂腰,奔泻而下;或者编束成辫,摇曳多姿;或者挽成发髻,风髻雾鬓;或者烫成微卷,妩媚动人。

2 红唇:诱惑的起点 010

据人类工程学的研究,人们对容貌的审视,是按照眼睛、口唇、面部轮廓、鼻、额、耳的顺序依次进行的。口唇之重要性仅次于眼睛,有时还会胜过眼睛。

3 乳房的文化 017

“那是最曼妙的美,穷尽了一切美的可能性,比这更美的东西既不存在,也不能想象出来。”这是一位作家对女人酥胸的感叹。

4 性感的拿捏:多一分会骚,少一分会寡 028

最耐人寻味的性感从来都是超越视觉,成之于内而形之于外,可谓“性感在骨子里”。《威尼斯日记》里有这么一段:“忽然天就亮了,早起的威尼斯人的开门声、皮鞋声远远响起。是个女人。只有女人的鞋跟才能在威尼斯的小巷里踩出勃朗宁手枪的射击声。”是的,把这份性感踩出勃朗宁手枪似的射击声的女人,那该是怎样一个有魅力的女人!

5 妩媚:女性吸引力的最高评价 037

现代的男人已经不喜欢千依百顺的女人,任性娇媚的女人更惹人怜爱。娇媚有之,五分漂亮可增加到七分;无之,

七分漂亮可降到三分。

♂ 背:曲线蜿蜒下的迷读 042

女人的背,借了一点儿双乳的余韵,借了一点臀部的烘染,在一举手、一投足间闪过几丝妖娆后的淡香,是一种延展的美感与期盼。

7 楚女,纤腰一把 048

腰是一个开放而又敏感的部位,向上一点是乳房,向下一点是臀部,承上启下,有蜿蜒旋展之妙。如果失去这个关键部位的衬托,即使是完美的“丰乳肥臀”也会因腰的缺席而黯然失色。

♂ 行止如猫般的绝佳气质 054

猫平常走路,动作舒缓,节奏感最到位,从容而自信,即使它偷鱼打碎了花瓶,也常装作视而不见。可见,猫的优雅是为人所共识的。

后来,猫步成为T型台上的模特儿的经典步伐。在无数闪光灯面前,时装模特儿左右脚踩在两脚间的直线上,或者把左脚踩得中线偏右一点,右脚踩得偏左一点,让身体——尤其是胯部夸张地左右扭动,身姿好像失去平衡感,脚下的节奏感上传而带动腿、腰、肩、头、手,展现出不同性格的韵味和完整和谐的美感,由此产生一种飘逸的韵律。

♀ 女人吃醋的滋味:很酸,但又有点甜 061

古龙曾经说过一句传世名言:世界上不吃饭的女人还有几个,而不吃醋的女人一个都没有。

10 眉,是眼的衣裳 067

眉是眼的衣裳。一个人纵使眼睛再有神韵,如果没有眉毛的配合,怎能眉目传情?一个很懂风情的女子不必作声,

Contents

只要满眼含笑地看着你,然后眉毛轻轻一扬,就布置了一个让男人视死如归的陷阱。眉语调情,最是难拒。

// 秋波:一双瞳人剪秋水 073

“飞媚眼,就是迅速地用一缕含笑却羞涩的眼光,传递一种欲言又止、柔肠百转的楚楚可怜。”这真是高难度的技术活。关于这一点,很久以前我曾读过一段很详尽的技术指导,不妨共享:先要望着他,等他回望时迅速扭头,头要扭得恰到好处,既要让他确定你的确在看他,又不要和他的目光撞上,他看你时只看到你最末一缕含笑却羞涩的眼光——简单地说,就是偷眼相望,还得让对方意识到,传递一种欲言又止、柔肠百转的楚楚可怜的效果。

12 女人的三个脸谱:娇嗔、嗔怒、狮子吼 084

娇嗔就是年轻女人假装生气,样子妩媚,令人怜爱。《红楼梦》第二十一回就是《贤袭人娇嗔箴宝玉 俏平儿软语救贾琏》。没有一个男人可以抗拒女人的“撒娇赖皮”。正如唐伯虎在《妒花歌》中写道:“佳人闻语发娇嗔,不信死花胜活人。”

13 青春、魅力、美,都陈列在皮肤上 088

皮肤美有四要素,即肤色、香味、光滑、弹性。自古以来,肌肤胜雪被认为是美人的要件。女人的皮肤细腻、洁白,不仅是一种视觉上的享受,也是一种触觉上的享受。

贾宝玉说:“女人是水做的,男人是泥做的。”他的灵感肯定是来自于女人美丽的肌肤。所有的美,除非陈列在皮肤上,否则毫无意义。

14 呵护三围之外的第四围 094

颈部最能体现女性美,也最能暴露一位女性的美中不足。若颈部过于细长柔弱或者脂肪臃积,都会影响整体的美。最近,世界选美协会提出了一个新的标准,首次把脖子像“三围”一样界定了评分指数。可以说,颈部是女人三围之外的第四围。

15 香味,女人的无字名片 103

考验一个女人的吸引力,男人的鼻子所起的作用绝不亚于眼睛。香味犹如一个女人的无字名片,悄无声息地透露着

一个女人的故事,不用只言片语。

16 衣服是诱饵,是猎物,是粮食,是音乐 112

女人有两大业余爱好:评论别人的身材和别人的男友。评论身材当然还是要从衣服着手。女人这一生,数不清有多少衣服:大衣、长外套、短夹克、开胸衬衣、立领衬衣、豹纹靴子、礼服、婚纱……说来可笑,女人的一生兜兜转转阅衣无数,到头来还不是只有那么几件能够陪在身边。

17 声音,女人裸露的灵魂 119

视觉只会令人清醒,听觉却能叫人心醉。让人感觉舒服的女人,姿色未必出众,但声音一定迷人。声音是女人裸露的灵魂。女人若不注意声音的培训,凤凰往往会变成乌鸦。

18 没有皓齿,请不要轻易大笑 123

女人若有一口洁白如玉的牙齿,配合着鲜红的嘴唇,该是女人最大的骄傲。

牙齿是微笑时的演员,或者说微笑拉开了帷幕,牙齿才“闪亮”登场,像小鱼跃出水面瞬间的嫣然露齿一笑,使人回味无穷。

19 优雅谈吐何来 131

一个够格儿的魅力女性,会在气氛紧张时,以一两句机智的话语调节。女人说话,不一定字字珠玑,但要懂得显现智慧,显现出高智商。

20 瘦身是一种自爱方式 140

女人是否好看,标准十分简单,一是脸蛋,二是身材。因为除了五官之外,最能令人印象深刻的,就是身体曲线。窈窕身材会让人着迷,魔鬼身材会让人激动,身段的玲珑有致,使女人有一种特别的魅力。

21 手伸出去,能够抓住世上的一切 148

手伸出去,能够抓住世上的一切:锄头、刀、钱财、江山,还有美人。可是有人甘愿放弃这一切,只想把手伸向另一双

Contents

手,把它握紧。中国古代的诗人说:执子之手,与子偕老。互相温暖地拉着,一起走向地老天荒,也是手的一种姿势。

22 挑选适合自己的妆容 154

女人活的就是一种心情、一种美,轻描淡画,细细勾勒多姿的色彩,让生命充满质感,让美丽没有年龄。化妆是她自信心的支撑,她们甚至相信,脸部的成功是事业成功的一半,可以战胜一切。

23 用哪一只耳朵倾听 161

善于倾听的女人懂得觉察人意,能够发现别人的长处。如果她的男性朋友富于机智,但有一点害羞,她就引发他的机智,让其畅流无阻;如果是有着冷酷外表的梦幻理想主义者,她会巧妙地向这一隐藏的花朵进攻,使他露出愉快的笑脸。

24 爱情需要唯一的意中人 171

缪塞小说中的一个男主人公说:“爱情就是忘记一个和爱上另一个。”女主人公回答说:“我认为,懂得爱情的人,一生只能爱一次。而变化无常的人不懂得爱情,他们只是玩弄感情。”

实际情况远非如此简单。一个人一生也许只爱一次,也许爱几次,这取决于他的个性特点和人生际遇。

25 一双丰盈柔润的双腿 179

最高境界的裸腿艺术是开衩。我们马上想到中国人的贡献——旗袍。

26 内衣的朦胧与含蓄 185

聪明的女人会把看似不起眼的衣物,穿出与众不同的气质。内衣是最具有女人味的东西,因为它承载与遮掩的是最性感的地方,这使其平添了一分朦胧与含蓄,也因此让人多了几分让人想象的诱惑,多了几分对女人品味的欣赏。

27 配饰:女人身上的艺术品 190

配饰,是魅力女人身上的艺术品,只需要一点点,就可以让女人的审美品位和品质得以体现。丝巾、腰带、项

链、手镯、手袋、手机……看似不经意的环佩叮当中，独特的气质已经被“点亮”。

28 成功约会的原则

197

对男人来说，第一次约会非常重要。他们常常寄希望于第一次约会就可以尘埃落定，于是在第一次约会中往往会表现得十分殷勤。如果第一次约会你让他信心大失，他就很可能换个女人去碰碰运气。

29 成为Party里的明星人物

206

每次，当我打扮好自己，信心十足地走入会场，总能感受到来自各个角落或明或暗的目光：欣赏、惊讶，甚至一点点的嫉妒。这种认同让我很快乐，它至少证明，除了是办公室里的干练女强人之外，我还是一个有魅力的女子。在迷幻的灯光中，跳舞、喝酒、聊天，感受与白天完全不同的生活，青春的魅力就在夜空中绽放了。

30 要学会理财

214

整天为经济而焦虑的女人不可能容光焕发，更不可能有多大的魅力。保持财政安全，才能让女人生活得从容不迫，给人一种雍容优雅的感觉。理财的真正问题并不都在于收入的高低，而更多地在于使用金钱的方法。

Hair culture and hair-style's sex implication

头发的文化与性象征

上天雕琢了我们的五官，一旦成型，难以修改，但是留了大把的青丝供我们自由挥洒。或者长发垂腰，奔泻而下；或者编束成辫，摇曳多姿；或者挽成发髻，风髻雾鬓；或者烫成微卷，妩媚动人。

头发对于一个女人的面孔，犹如绿叶之于鲜花，人群之于领袖。女人失去头发，犹如一个神秘的湖泊水落石出，失去了全部的诗意与想象。

一个女人，一头长发，飘逸，婉约，闪着柔软细腻的亮泽，这是何等动人心弦的一幕。台湾文人董桥就说，晴雯的种种美都是和头发有关的。比如，晴雯生病，钗斜鬟松，王夫人见了竟生气了，害怕她把宝玉勾引坏，就骂道：“你天天作这样的狂样儿给谁看？”晴雯又病着，闻听抄检大观园，“挽着头发闯进来”，怒掀箱笼，痛骂王保善家的，大快人心。晴雯还是病着，见宝玉的雀金裘烧了一个洞，怕他挨骂，便“一面坐起，挽了一挽头发，披了衣裳”，补了一宿，令宝玉怜惜到心痛，亦成为《红楼梦》的一则经典。

——病也好，怒也好，青丝真成了一支解语花，无言诉尽晴雯



的千般气象,万种风情!

女性美的一半在头发。在中国古代言情文学里,那些浓郁乌亮的云鬓,是意蕴丰富的关键语言。“绿鬓云垂,旖旎腰肢细”,“羞羞答答不肯把头抬,只将鸳枕捱,云鬓仿佛垂银钗,偏宜鬟儿歪”……青丝

携香,有声有色,发梢轻拂,裙裾行行,全然成为女人们用心享用的遐思,男人们酒酣耳热后的浮想。

女人的命运有时会因漂亮的长发而改变。西汉的卫子夫,原来不过是平阳公主家的一个女奴,帮汉武帝侍衣得幸,一头青丝更是让汉武帝神不守舍。《史记》上是这样说的,“上见其鬓发,悦之,因立为后”。她成了皇后,弟弟卫青也跟着飞黄腾达,率领大军西击匈奴,名垂青史。建国四川的成汉皇帝李势有个妹妹,头发惊人的美丽。晋大司马桓温灭成汉时,抢她来做妾。桓温的妻子南康长公主是晋明帝的女儿,来头很硬,妒火中烧,带了几十号人手拔刀袭击。李氏正在梳头,长发洒落,散了一地,风姿凄楚动人。她慢慢扎起头发,敛手从容道:“国破家亡,无心至此。若能见杀,犹生之年。”长公主把刀扔了,上前抱住她说:“我见犹怜,何况老奴。”居然化敌为友。不过,中国历史上拥有最漂亮的一头美发的当属南朝的张丽华,她的秀发披散,可垂拂于地。《南史》描绘道:“陈后主张贵妃丽华,发长七尺,鬓黑如漆,其光可鉴,容色端丽。每瞻视眄睐,光彩溢目,照映左右。”

当“风住尘香花已尽，日晚倦梳头”，因为爱，因为情，首先憔悴了的，枯萎了的，还是头发。青丝连着心，古今中外，都是一样的。像欧·亨利笔下的《麦琪的礼物》中，那一头为爱情牺牲了的美发，在他笔下不是云，而是褐色的瀑布。古典的云朵游移着，变幻着，到了今天，模样改了，质地却没有变。

女孩子常常把长发当作某种象征，常见的是失恋时会拿长发出气。可能长发最具有“理还乱”的特质，和感情有些相似。真的“剪不断”吗？偏要试试！理所当然的，挥剪断发丝了！“每当我曾经爱过谁，就剪短长发到耳垂。”歌星梁咏琪有一首《短发》歌曲，好像也是反映了美女剪发时的满怀幽怨：剪短长发，剪断牵挂，剪掉一寸一寸不被爱的尴尬。从这些细节也可以说明，女性的确是比较形式主义的，感情结束了，还得拿“长发陪葬”这种形式对自己作个最终交代。

好的发型对女人的形象来说，比化妆和服饰更为重要。化妆可以洗掉，服饰可以改变，但发型一旦处理不好，有可能需要花很长的时间才能让它长到一定的长度。而在这段等待的日子里，女人完全会因为不满意自己的发型而心情变糟。

头发是自然性、生理性





的,而发型是文化性、审美性、情感性的,它是女人终身不离的装饰品。女人可以不化妆,但就是最极端的女人也有自己的发式,不管这种发式是讲究的,还是随意的。

小仲马显然是精通“头发学”的,他在处理茶花女的头发时颇费心思:“黑玉色的头发,不知是天然的还是梳理成的,像波浪一样地卷曲着,在额前梳理成两大绺,一直拖到脑后,露出两个耳垂,耳垂上闪烁着两颗各价值四五千法郎的钻石耳环。”这个精心装扮出来的发式,怎么能不迷惑男人呢?但福楼拜的包法利夫人还要技高一筹:“头发盘在后颈,绕成一个胖墩墩的圆臀,你还真以为是一位专事打扮的巧匠把它放在上面的:随随便便,又因为约会,天天散开。”这把变换的原因讲得一清二楚。

女人的头发是女人的旗帜。女人不仅用这面旗帜来表达自己的个性,还用这面旗帜来宣泄内心潜藏的情绪。

男人对女人的发型十分在乎。一旦女人的发型令男人难受,男人对这个女人的兴趣就会大减甚至全无。

长直发女人之所以被男人视为首选的情人,是因为长直发女人显得单纯、飘逸和柔顺。男人总是在长直发女人面前自我感觉良好,总觉得自己更像男人。男人对长直发女人容易产生怜爱,这种心态使男人觉得自己很伟大,虚荣心也得到最大限度的满足。