



女人美不够

迟双明 编

.....色、香、味俱全的时尚大餐

“色”~~~情游戏

透视性格

教你好“色”

山东友谊出版社



.....色、香、味俱全的时尚大餐

迟双明 编

女人美不够

山东友谊出版社

图书在版编目(CIP)数据

女人美不够/迟双明编. —济南:山东友谊出版社,
2002. 10
ISBN 7-80642-603-5

I. 女… II. 迟… III. ①女性-美容-基本知识
②女性-理发-基本知识③女性-服饰美学-基本知识
④女性-健美-基本知识 IV. TS974

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 078574 号

女人美不够

迟双明 编

出	版：山东友谊出版社
地	址：济南市胜利大街 39 号 邮编：250001
电	话：总编室(0531)2060055-7306 发行部(0531)2906414(传真)
发	行：山东友谊出版社
印	刷：山东旅科印务有限公司
版	次：2003 年 1 月第 1 版
印	次：2003 年 1 月第 1 次印刷
印	数：1—4000
规	格：880mm × 1230mm 32 开本
印	张：9.875
插	页：4
字	数：240 千字
书	号：ISBN 7-80642-603-5
定	价：20.00 元

(如印装质量有问题,请与印刷厂联系调换)

nvren meibugou



nvren meibugou



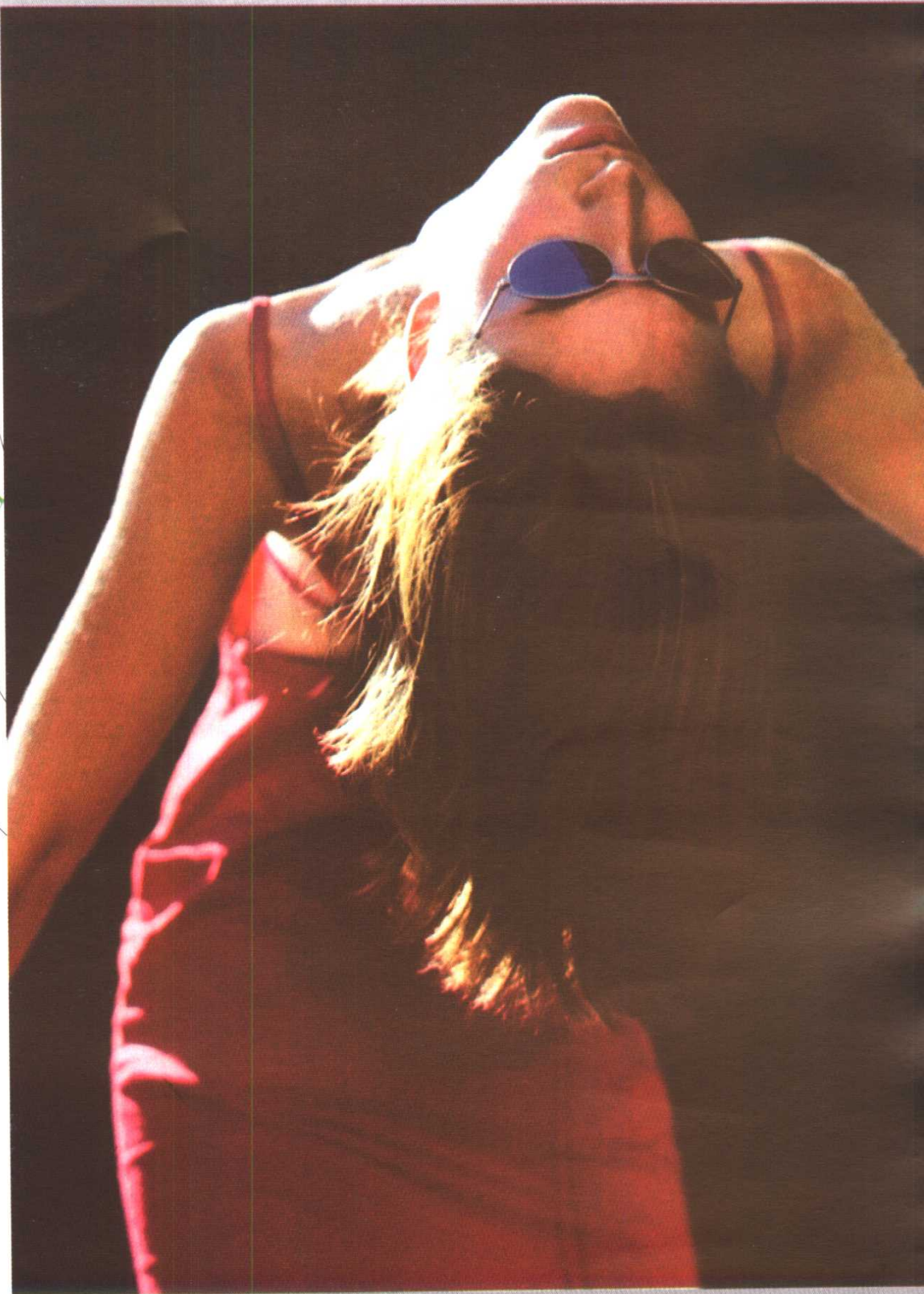
nvren meibugou



女人美不够



nvren meibugou



女人美不够



女人美不够

目录

第一章 女人魅力女人色

花心女人的假隐真言 / 1

女人不会穿 男人不爱沾 / 2

媚招八式 / 3

“色”情游戏 / 6

勾魂偷心的十四种快捷方式 / 11

选择男人的“狠”字真经 / 15

男子的绝对隐私 / 15

多项选择题：选择男友 / 17

多项选择题：选老公 / 19

爱情真伪的血型鉴定 / 20

同居观念对对碰 / 22

同居的五种观念 / 24

爱情的七种类型 / 25

爱情门诊部 / 26

“性”格透视 / 32

问题专家 / 38

新女性的新问题 / 42

婚外恋的六种原因 / 46

婚姻生活的幸福法则 / 48

教老公学做丈夫 / 48

模范妻子模范秀 / 50

婚姻十二禁忌 / 56

第二章 女人魅力女人味 / 59

女人的情调美 / 59

女人的古韵新声 / 59



都市的新新人类 / 64
现代女人的梦幻情调 / 71
单身女人的懒情调 / 73
“骂”男人的小情调 / 74
女人的情调爱情 / 76
情调女人的快乐处方 / 79
情调女人的情调标准 / 82
东方女人的女人味 / 83
中国女人味的地理分布 / 83
中国城市美眉漂亮排行榜 / 86
当代日本美女谈 / 87
日本女人时尚潮流 / 88
时代女性观念大碰撞 / 89
二三十年代 / 89
五六十年代 / 91
七八十年代 / 92
跨世纪一代 / 93
世间的女人水中的花 / 94

第三章 女人魅力女人香 / 97

不一样的女人不一样的香 / 97

闻香识女人 / 100
鲜花美容 / 104

着香的艺术 / 105

暗香浮动 / 106
香氛撩人 / 108
色与香的感觉 / 110
香去香又回 / 113

妙用香水 / 117

轻香慢散 / 117



使用香水的注意事项 / 119

第四章 女人魅力女儿体 / 123

女人的体态美 / 123

体态的历史变奏 / 124

美体坐标 / 125

女人的仪态美 / 129

站立美姿 / 130

行走美姿 / 132

优美坐姿 / 134

跑的美姿 / 136

羞涩的情态 / 136

仪态与场合 / 137



第五章 女人魅力女儿装 / 139

品味服饰的美韵 / 139

时尚审美 / 145

穿衣的经典品位 / 146

特别的爱给特别的你 / 153

星座与服饰品位 / 155

性感的话题驿动的心 / 157

性感服饰 / 163

21 世纪的时装潮 / 166

蔻宝宝俏佳人篇 / 166

名牌时尚篇 / 168

内衣“下课”篇 / 170

“80” 飓风 / 173

数字时装篇 / 174

新世纪的红色浪漫曲 / 175



乡间小调 城市飓风 /178

四季流行情报站 /179

轻舞飞扬春之梦 /179

热烈奔放夏之歌 /181

温馨浪漫秋之韵 /183

暖意融融冬之魂 /186

画龙点睛之神韵——饰品 /189

眼镜——精致的窗帘 /190

首饰——花丛中的露珠 /191

背包——女人的永恒精品 /196

皮带——束着魅力的绳结 /198

第六章 女人魅力女儿貌 /201

时尚美容院 /201

了解自己的脸型 /202

明眸传情 /206

樱唇风情 /214

化妆忘不了 /219

白领妆——打造你的“第二张脸” /227

洁肤专题片 /228

我的皮肤 我的护肤品 /228

重现青春 忘却年龄 /232

日常生活护理 /236

皮肤保洁盲点 /238

雪肌诱惑力 /240

黑肤新潮流 /244

变成超级大美女的九个方法 /248

美发发烧友 /250

九大变头术 /250

靓发企划新方案 /255



负离子烫在 2001 /258
教你好“色” /259

第七章 靓女完全手册 /263

丽人健身潮 /263

女子健身俱乐部 /263
家庭健身房 /268
女性保健的最佳时期 /275
少女保健指南 /276
国外保健新时尚 /279

丽人瘦身潮 /281

肥姐自测 /282
瘦身俱乐部 /282
瘦身便捷方式 /286
减肥警戒线 /289

丽人生活小百科 /290

美手计划 /290
喝水的学问 /292
春季美颜急刹车 /294
明目有方 /295
改善雀斑 /296
上班族美丽日日谈 /297
时尚的足戒指 /300
用梳子塑造靓女 /302
仰卧美颜 /303
果蔬汁秀发 /303
吃出来的美腿 /304



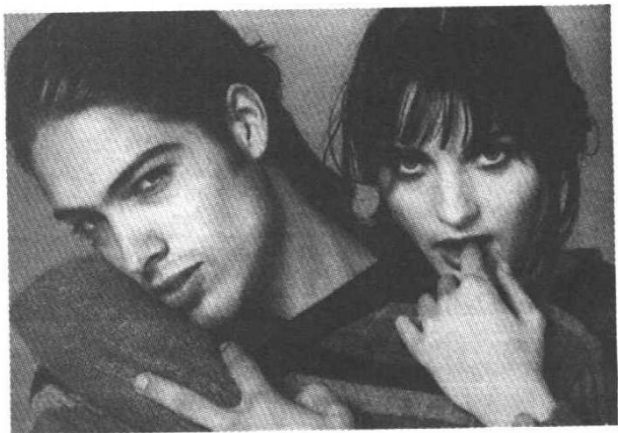
第一章 女人魅力女人色

男人好色需谨记：色字头上一把刀。这刀不是别人，正是好色女人。女人好色不同于男人，女人好色的格言是：刀字底下用点心——一个“忍”字。这个忍字并非是逆来顺受，而是以静制动，以柔克刚的制胜法宝。

女人好色是绝对有别于男人的。男人因是“大老爷们儿”，要提得起，放得下，所以，好色时来也匆匆，去也匆匆，只留下一些茶余饭后的风流韵事而已。而女人之“好色”，是要“心有寄托、身有依靠”的，绝不是为好色而好。所以，好得热烈、好得痴情、好得凄婉动人，每一个女人好色的经历都是一篇风花雪月的故事。

花心女人的假隐真言

女人一定要花心一点，这是时势所逼。想一想，如果一个女人只能得到丈夫的欢心，对其他年轻或不那么年轻的男性却毫无魅力可言，那么她的未来可想而知。男人有很多共性，其中包括对可爱女性的欣赏。丈夫虽然是丈夫，但他同时也是男人中的一员。所以，要保持自身的新鲜一定要留意周围有魅力的男人，同时注意他们对你的感觉。不需要真的去做什么，只要有了这个“觉



悟”，你就会在不知不觉间，焕发出与婚前的你同样的光彩。

当然，做个成功的花心女人是需要一定修炼的，否则就会得不偿失。

如果一个女人被人评价为花心，那她绝对没救了，什么不守妇道、水性杨花、朝三暮四等等难听的词肯定会像影子一样跟着她。所以，聪明的你应该明白了，这里所说的花心应该是一种比较狡猾、比较隐蔽的“花心”。

因此，只有把“花”藏在心里，这样芬芳才会长久，才能真正成就一个睿智而美丽的女人，虽然这个女人可能长得挺平凡。

女人不全穿 男人不爱沾

现代的男人喜欢有情调的感性女人，所谓愈感性就愈性感。因此，很多女士注意在脸上下功夫的同时，更喜欢在膝盖以上脖子以下做文章。

花心女人箴言一：

香肩，能露多少露多少

花心女人箴言二：

短裙，差之毫厘，魅之千里

花心女人箴言三：

蛮腰，系上宽皮带

花心女人箴言四：

不爱红妆，爱军装

花心女人箴言五：

皮装，带刺的玫瑰

花心女人箴言六：

漫不经心，松松垮垮

从上面“坏”女人的着装打扮上来看，别出心裁的着装最主要还是穿给男性看的。就说穿那种刚刚





能盖住臀部的迷你短裤吧，女人们感性地选择它也不是仅仅因为它够漂亮，而最重要的是迷你短裤感性后面渗透出的性感。这种比内裤材质要厚一些、比三角裤要长一些的紧身超短迷你裤被人们称之为女人贞操的最后一道屏障。当然每个人对性感的观点皆不一致，但就其共同点而言，即所谓性感的神情，或属女性专用而男性无法办到的举动。

媚招八式

一个女人要显现性感的一面，必须靠努力方能达成，同时了解男性心目中的性感与女性自认的性感是有差距的。

所以想要成为性感的女人，首先要先了解男人的看法，然后发挥自己所长，以期能够毫不做作地自然流露，培养真正的属于自己的性感。

世间男人琳琅满目，大男子小男人何其多。虽然世间男人各不相同，但对品味女人却别无二致。男人评价一个女人是否性感，除了对眼神、嘴唇等情有独钟外，大多数都集中在女人的膝盖以上脖子以下。当你面对男人时，是不是有一种想征服他的欲望？那么，赶快掌握性感扮媚绝招吧！

穿高跟鞋

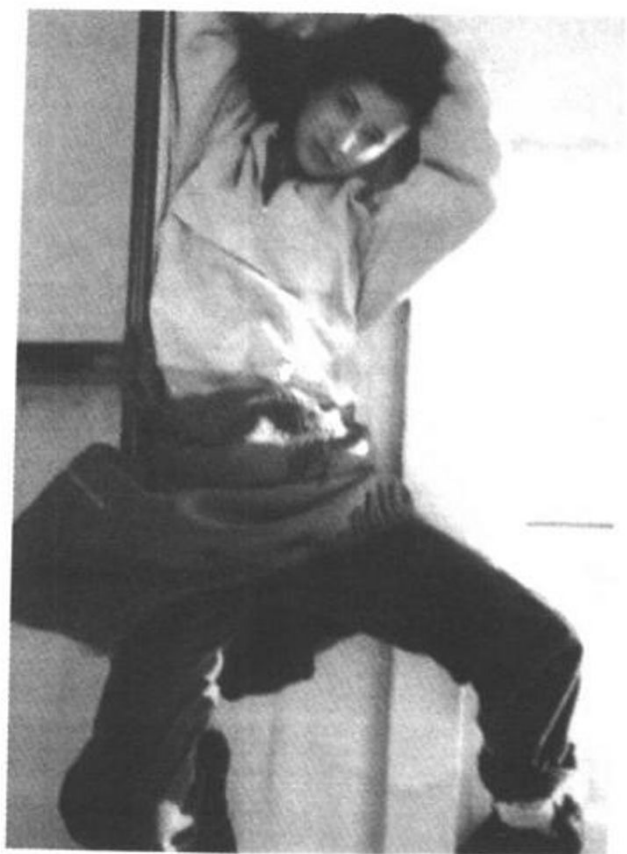
一双合适的高跟鞋配上薄丝高筒裤，会令你的双腿亭亭玉立，在



男人眼中增添许多难以言表的魅力（当然你一定要不怕脚痛，再累也要克制住把鞋子扔掉的冲动）。

适度裸露

不是露的越多越性感。当别人都穿着毛衣时，你穿一件半袖衫是性感的；当别人穿半袖衫时，你可以突出暴露一下你美丽的颈部。有一个办法也不错，故意漏扣一只纽扣，谁见了都想提醒你，有人还会想帮你扣好它。



显露羞态

害羞是女人吸引男人并增加情调的秘密武器，出现得适时而又恰如其分，便成媚态，是一种女性美。如一派天真的脸上突然泛起红晕的少女，没有哪个小伙子不会动心。但要注意此态不可使用过度，否则有淫荡意味，那就走向反面了（假正经就是不正经）。

使用固定牌子的香水

选择适合自己的某种固定牌子的香水，会成为你的专有标志。他闻到这种香味，就知道你来了。一般人多把香水洒在手帕、衣服上，这不但使香味易于消失，而且会使衣服招致虫蛀。

有些女性爱把香水涂在发根、耳背、颈项和腋下，这也不好。最好的方法，是把香水涂在肚脐和乳房周围，另用一小团棉花，蘸上香水放在胸罩中间。这样不但使香味保持长久，还可以使香味随着体温，向四面八方溢散（建议使用品质优良、价格不俗的香水）。

学会动作语言

困惑的表情，眼珠流转不定，足以令男人心跳。

以手握皮包放在胸前。

手端咖啡杯的纤细、白嫩的手指。

专注工作后放松而悠然的神情。

手轻撩额前秀发的模样，以及散落在粉颈上的发梢。

用餐时轻启的樱唇。

培养你的“神秘之美”

把自己塑造得带点神秘感，让他觉得你永远是个谜，是一本百读不厌的书。你可以很成熟，但是千万别婆婆妈妈，语言要有条理性，让他感觉你温柔的背后可能还有坚强的一面。

轻轻的叹息可打入他的内心

邀他一起到稍有情调的酒吧，两人肩并肩地坐在一起，然后在前30分钟照平常一样快快乐乐地聊天，并且喝适量的酒。30分钟之后，你便开始玩弄手中的酒杯，并且把目光盯在他的指尖附近，悄悄地叹一口气：“唉！”他敏感地注意到，从而用担心的眼光注视着你。你立刻迅速地躲开他的视线，再给他致命一击，轻轻地再“唉”一声。他对你的叹息一定会生出许多猜想，担心你不再喜欢同他在一起了。这时，他便会想方设法检讨自己的不是，并急于向你表白他多么喜欢你。爱情喜剧便进一步上演，正中你下怀。

女性要风流而不下流

风流与下流，都与女性的娇媚有关，但却有分寸差别：娇媚表现得恰到好处则为风流，娇媚得过分了则为下流。通常，所谓风流是先天的，下流则



是属于后天的。恰到好处地游走于正经与不正经之间才算得上是勾魂术的最高境界，在这种情况下，即使是柳下惠不用坐怀就应该是方寸大乱了。当然，如果你想要得到这个男人还需要进一步的努力。

“色”情游戏

扮性感不是针对某一个男人而言，但是你要俘虏这个男人，扮性感必不可少。你喜欢这个男人吗？在施展你的迷魂术时，还得先看他和他的个性和不和。测试你个性的方法很多，不妨先给你点“颜色”瞧瞧。不同的颜色代表不同的性格，你喜欢什么样的颜色呢？那么它将提醒你该找个什么样的男人。



请选择你中意的颜色吧！看看我说得对不对。

红色

你是个内心寂寞、优柔寡断、喜欢撒娇的人。由于不善表达心中的感情。一旦受到伤害，就会非常沮丧，因此你应该找个温柔且能包容你的对象。

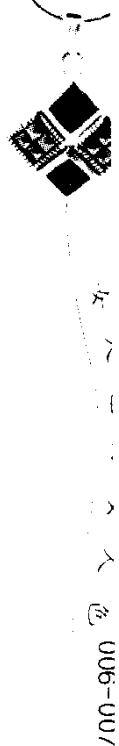
粉红色

对很多事情，你会从现实层面去考虑。但感情方面，你却选择以客观态度去面对，所以绝不喜欢拖泥带水。一个有相同价值观、想法差不多的人最适合你。

你很重感情，随时需要被别人保护，因此你有时会被宠坏。

粉色女性是非常有女人味的。你喜欢质地柔软有花边的衣服，出门前也不会忘记喷上自己心爱的香水。

拥有一种独特的魅力，很容易就会赢得他人的好感。但注意有时会欠真诚。



绿色男性最适合你，真实的他会为浪漫型的你疯狂不已。

黄色

性格倔强，讨厌离经叛道的言行，心直口快，这种个性导致你经常被旁人孤立。一个持有相同价值观，脚踏实地及平凡认真的对象会比较适合你

你的衣柜中多是一些出自名牌设计师之手的高档服装，当然你也会寻找一些价格适中但样式经典的衣服。

你的朋友大多是知识型的，你认为他们是你的同类，因此会和他们经常在一起。不过有些人会感到你有点目中无人。

你需要的是一个同样热爱黄色的人，一个潇洒、有品位的绅士。他会把你当宝贝一样呵护、珍爱。

橙色

你的想法正经，行事谨慎，谈恋爱方面，亦以结婚为大前提。所以一个有共同目标，并持之以恒的人最适合你。

其实，像你这样的性格什么样的男士都能成为你的白马王子。当然最合适你的，应当是蓝色男子。

蓝色

你是个天生的领导者，读书的时候成绩一定不错。对于别人你很敏感且有责任心，但是不经常把自己的情绪表现出来。你给自己定下了很高的标准，在达不到的时候会很影响你的情绪。

你属于感情用事型，很容易不堪一击，但这种真情流露的特质正是你的魅力所在。最适合你的情人应该是温柔且有耐性，可以强而有力地保护你的男子。

你对服饰的选择是很有品位的，你穿衣服是因为自己喜欢，而不是因为它流行。你不是一个不停追赶潮流的人。

绝对够“义气”的朋友，但是你对朋友非常挑剔，对于不成熟的人你无法容纳。

对于可以约会的人，你就更加挑剔了。不过你可以试试温柔的绿色男人，他有足够的耐心稳定你的情感波动。