

只有进入女人的内心世界，才能看到一个真实完整的女人；也只有真正走进女人，理解女人，感悟女人，才会懂得什么是**富有魅力的女人**。



透析男人与女人
Dialyse the man and woman

*Spoil the woman,
the hot younger sister*

**娇女人
辣妹子**



WOMAN

张瑞玲 / 编著

——解读女人的**16**种风情

说女人的命运很难解读，女人的人生更不容易。只有进入女人的心灵世界，才能看到一个**完整的女人**……

*Understand 16 kinds of
conditions and customs
of the woman's*

上海科学普及出版社

只有进入女人的心理世界，才能看到一个真实完整的女人；也只有真正走进女人，理解女人，感悟女人，才会知道什么是富有魅力的女人。



透析男人与女人

Dialyse the man and woman



*Spoil the woman,
the hot younger sister*

娇女人
辣妹子

张瑞玲 / 编著

WOMAN

解读女人的 16 种风情

说女人的命运很难解读，女人的人生更不容易。只有进入女人的心灵世界，才能看到一个完整的女人……

*Understand 16 kinds of
conditions and customs
of the woman's*

上海科学普及出版社

图书在版编目(CIP)数据

解读女人的16种风情 / 张瑞玲编著. —上海: 上海科学普及出版社, 2005.4

ISBN 7-5427-3083-5

I.解... II.张... III.女性—修养—通俗读物
IV.B825-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2004)第131613号

组 稿 胡名正

责任编辑 蓝敏玉 刘瑞莲

解读女人的16种风情

张瑞玲 编著

上海科学普及出版社出版发行

(上海中山北路832号 邮政编码200070)

<http://www.pspsh.com>

各地新华书店经销

北京市燕山印刷厂印刷

开本 850×1168 1/32 印张 10.5 字数 252000

2005年4月第1版

2005年4月第1次印刷

印数 1—12 000

ISBN 7-5427-3083-5 / G · 820

定价: 18.00元

前言

评说女人很难，因为没有人能说得清楚精灵一样的女人到底像什么，本该什么样。

解读女人更不容易，因为费尽心思也难以猜透谜一样的女人，也难以揭开女人的神秘面纱。

古往今来，女人就像是一部天书，读不懂，看不透。文学家、史学家、哲学家们写下的有关女人的文字反而使女人更加难懂，让人更加费解与糊涂：要么将人类奇迹归功于女人们的创造，要么把人类的罪行归于女人们的堕落；要么把社会进步归于女性的解放，要么把社会的悲剧让女人承载；要么称“男人成功的背后一定有伟大的女人”，要么称“男人失败的背后一定有太多太糟糕的女人”。于是，在这个男人长期主宰的世界里，或是被男人天使化，或是被男人妖魔化。女人的真面容被人遮掩和涂饰，女人的真我色彩渐渐暗淡模糊。

文学大师冰心说过这样一句话：“如果世界上缺少了女人，就缺少了十分之五的真，十分之六的善，十分之七的美。”也许还须加上：缺少女人的世界，会缺少百分之百的爱情，百分之百的幸福，百分之百的未来。

如同男人亦正亦邪，亦英亦熊一样，女人也是双色的人，她们的天性中有美德也有劣根，她们的本能中有光环也有阴影，她们的人生中有鲜花也有荆棘。女人，一半是天仙，一半是狐仙；一半是娇女，一半是辣妹。

前 言

女人首先让我们看到的是她的亮色。女人的香色让我们惊诧，女人的秀色让我们赞叹，女人的悦色让我们诚服，女人的出色让我们钦佩。没有人不为女人的美而折服，除非他是瞎子；也没有人不为女人的爱所感动，除非他是冷血动物。爱与美交织成了女人生命中最亮丽的风景与最珍贵的人生。我们从女人身上感受到了母爱，体会到了情爱。我们更从女人的奉献中，学会了宽容，懂得了忍让。打开女人那扇窗，你首先看到的是美丽，是温柔，是文雅，是坚韧，是无怨无悔的付出，是无日无夜的辛劳，是无时无刻的呵护，是无始无终的温馨。

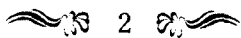
透过女人的光环，我们还会看到女人的暗色。女人的悲色让我们同情，女人的厉色让我们害怕，女人的弱色让我们怜惜，女人的怒色让我们恐惧。女人的脆弱使自己最容易被伤害；女人的浅薄使自己最容易被诱惑；女人的凶悍使自己最容易被误解，女人的轻浮使自己最容易被抛弃。没有男人喜欢任性的女人，但女人很少不任性。也没有男人喜欢虚荣的女人，但女人大多数都虚荣。连女人自己都承认，女人吝啬，女人矫情，女人嫉妒心极强，女人报复心猛。自掘陷阱的女人，常常淹没了理智；自以为是的女人，又常常成了被污辱的对象。正是女人身上这些难以克服的缺陷，才使不少男人错看了女人，也使不少女人错读了自己。

《解读女人的16种风情》这本书告诉读者：女人与男人天生不同，女人是红颜但非祸水，女人的内心是个包罗万象的世界，女人的人生是个多姿多彩的天地。只有从不同的角度审视女人，你才会知道完整的女人，你才会了解女人的本色。也只有真正走近女人，理解女人，感悟女人，才能知道什么是美丽的女人，才会懂得怎样做幸福的女人。

谨以此书献给深爱着女人的男人们，和所有追求幸福的女人们。

编者著

2004年12月





目录

CONTENTS

一、美丽天使，女人得天独厚的优势

1. 女人所特有的女人味.....2
2. 身心有别，女人与男人的差异.....4
3. 月亮般的女人，阴柔般的美丽.....7
4. 楚楚风韵：女人的魅力.....9
5. 性感女人最有魅力.....11
6. 女人总有一张生动的脸.....14
7. 女人的眼睛会说话.....16
8. 女性天生的“曲线美”.....18
9. 魅力无穷的纤纤玉手.....20

二、母仪天下，女人的爱心与美德

1. 女人用爱心营造广阔的生活空间.....24
2. 心肠软是女人的一种美好情感.....26
3. 女人以最大的忍让赢得出色与尊敬.....28
4. 坚强的女人最有力量.....30
5. 女人豪爽的个性美.....33
6. 女人以性格魅力证明自己.....35
7. 伟大女性的十大美德.....38

三、不让须眉，小女子爱追求大成功

1. 女人并不比男人差.....44
2. 女人绝不让自己平庸一辈子.....45

3. 女人的竞争力令人惊讶.....	48
4. 优秀的女人源于自信, 成于自信.....	50
5. 出色的女人始终朝着既定的目标进发.....	52
6. 出色的女人总是闯自己的路.....	54
7. 成功的女性有着强烈的自我尊重感.....	58
8. 出色的女人将经历视为一种财富.....	63
9. 用靓丽的生命燃烧激情的事业.....	66
10. 女性事业成功的十项秘诀.....	69
11. 女人坚信: 我就是最棒的女人.....	71

四、风度高雅, 成熟的气质让女性魅力无穷

1. 女人真正的美来自于气质.....	78
2. 气质之美让女性凸显人格魅力.....	80
3. 羞涩的女人魅力无穷.....	81
4. 美与丑: 女人用成熟诠释的辩证法.....	83
5. 优美的人格魅力体现女人的内在美.....	86
6. 修养与美德让女人张扬魅力.....	88
7. 成熟的自信使女人更有魅力.....	90
8. 女性的魅力来自内在的智慧.....	93
9. 成熟的女人最有魅力.....	97
10. 魅力尽在女人的一笑中.....	101
11. 娴雅的女人风度迷人、风情万种.....	103
12. 做个风度优雅格调别致的女人.....	104
13. 靳羽西: 诠释成功与美丽.....	105

五、无坚不摧, 温柔使女人独有品味

1. 温柔的女人无坚不摧.....	112
2. 温柔的魅力是女人的智慧.....	113
3. 温柔, 成功女人的爱侣.....	115
4. 温柔是女人最能打动人的智慧.....	116

- 5. 尽情舒展女性柔情的内心风景.....120
- 6. 温情微笑的女人更迷人.....121
- 7. 柔情似水的情调女人.....123
- 8. 刚柔并济让现代女性活力四射.....124

六、天生慧眼，女人的直觉灵感敏锐无比

- 1. 直觉，成功女人的利器.....128
- 2. 直觉和悟性是女人天生的能力.....129
- 3. 女人的直觉把预言变成了现实.....131
- 4. 成功女性敏锐的觉察力.....132
- 5. 女人依靠直觉捕捉商机.....135
- 6. 果断出击，成功女性全凭直觉.....137
- 7. 开启和动用你的直觉.....138
- 8. 女性培养直觉灵感的六大途径.....140

七、柔情似火，女人为情而生为爱而存

- 1. 情和爱是女人的生命支柱.....146
- 2. 甘心付出的女性为爱无怨无悔.....148
- 3. 爱情让女人更加美丽.....150
- 4. 成功的男人：女人爱的首选.....152
- 5. 女人喜欢真男人、好汉子.....156
- 6. 女人眼中的好丈夫.....158
- 7. 会爱的女人悄悄占据他的心.....160
- 8. 做家庭的园丁，营造温馨的亲情.....161
- 9. 女人是守卫情感的哨兵.....164

八、贤妻良母，女人是成功男人的贤内助

- 1. 聪明的女人是男人的好谋士.....168
- 2. 贤内助让男人脚踏实地.....170
- 3. 妻子的价值体现在助夫成功.....172

4. 好女人塑造好男人.....	174
5. 妻子是丈夫事业的推动力.....	176
6. 贤妻是丈夫事业的“亲善大使”.....	177
7. 和丈夫一起成功的妻子.....	179
8. 贤内助的女人成功要诀.....	181
9. 当好丈夫的助手.....	184

九、危险的女人：女人一生危机四伏

1. 女人为什么易失败.....	190
2. 吞咽婚姻苦果的女人.....	192
3. 美言诱惑，女人遭遇“爱”的危险.....	194
4. 感情冲动，女人行事不计后果.....	195
5. 女人常常容易被别人改造.....	197
6. 偶像化是女人潜在的危机.....	199
7. 性骚扰让女人防不胜防.....	201
8. 自陷的女人往往难于自拔.....	203
9. 主宰不了自己婚恋的女人最痛苦.....	206
10. 解读女人的爱情哲学.....	209
11. 自闭隔断了女人的活力.....	211

十、浅薄的女人：女人最易相信男人的谎言

1. 浅薄让女人愚昧.....	214
2. 不谙世故的受骗女人.....	217
3. 沉迷于幻想的自欺女人.....	219
4. 女人在陶醉中难醒.....	222
5. 被小便宜诱惑的女人.....	224
6. 女人借虚张声势“撒娇”.....	225
7. 斤斤计较的小气女人.....	227
8. 轻信让女人对骗子不设防.....	228

十一、凶悍的女人：女人有时比男人更凶狠

1. 报复社会的冷酷女人.....232
2. 刁蛮任性的女人.....234
3. 蛮横不讲理的刻薄女人.....235
4. 恃强凌弱的凶悍女人.....237
5. “河东狮吼”的尖刻女人.....238
6. 心肠歹毒、玩弄男人的女人.....240
7. 善良外表下的黑心女人.....243

十二、嫉妒的女人：女人天生就是醋坛子

1. 女人天生爱吃醋.....248
2. 女人最大的忌讳是男人夸别的女人.....250
3. 女人的天敌是女人.....252
4. 嫉妒是女人真实欲望的表现.....254
5. 女人无药可医的羡慕病.....256
6. 总是瞧不起人的女人.....257
7. 事事都瞧不上眼的女人.....259
8. 嫉妒美女，减肥成痴的女人.....260

十三、轻浮的女人：女人有时甘作男人的“尤物”

1. 喜欢向异性献媚的女人.....264
2. 时刻想着钓到金龟的女人.....265
3. 攀附权贵的轻浮女人.....266
4. 甘心做痞子情人的女人.....267
5. 水性杨花打性感招牌的女人.....270
6. 惟利是图、为钱活着的女人.....271
7. 风花雪月游戏风尘的女人.....273
8. 总是跟着感觉走的女人.....275
9. 让你喜欢让你忧.....277

十四、庸俗的女人：女人羡慕虚荣与私利

1. 被扭曲了自尊的虚荣女人.....280

2. 女人有时爱慕虚荣.....	281
3. 为虚荣心付出代价的女人.....	283
4. 虚荣女的悲哀.....	286
5. 自以为是的女性.....	288
6. 自私自利的俗女人.....	289
7. 故作姿态，放长线钓大鱼.....	291

十五、讨厌的女人：女人有失尊严的坏习惯

1. 令人讨厌的行为习惯.....	296
2. “东家长西家短”的无聊女人.....	297
3. 轻易和异性攀交情.....	300
4. 搬弄是非、挑拨离间的女人.....	301
5. 想尽办法占便宜的霸道女人.....	302
6. 公共场所无所顾忌的闹女.....	304
7. 有借无还的吝啬女人.....	305
8. 只知利用朋友的女人.....	307

十六、荒唐的女人：女人有时确实“头发长见识短”

1. 不善理性思考的情绪化女人.....	310
2. 按自己的意志改造别人.....	312
3. 总是疑心老公有外遇的女人.....	314
4. 女人拿起来放不下患得患失.....	315
5. 优柔寡断、犹豫不决.....	316
6. 缺乏长远打算的女人.....	318
7. 不懂生活又贪图安逸的女人.....	320
8. 清高女人的尴尬处境.....	321



一、 美丽天使，

女人得天独厚的优势

女人是美丽的。女人的美丽是与生俱来的，因为容颜，因为神韵，因为温柔，因为博爱，因为包容，因为贤贞，可以说，有多少种女人，就有多少种美。而每一种女人都是一道鲜艳而又靓丽的风景。在女人的美丽中，有着皎洁迷人的目光，有着万般动人的羞涩，更有着风情万种的身姿，正是这些得天独厚的优势，塑造了天仙一般的美丽女人。女人是一首清新的诗，女人是一幅雅致的画，女人更是一本耐人寻味、令人百读不厌的书。难怪文学大师冰心这样认为：“如果世界上缺少了女人，就缺少了十分之五的真，十分之六的善，十分之七的美。”



1. 女人所特有的女人味

美丽的女人，岂止是“君子好逑”，简直可以说是人见人爱。

形容一个女人的美丽，会有无数的赞誉之词可供选择。但人们最常用也最喜欢用的一个词就是：女人味。女人美丽是因为她有女人味儿。

女人味让女人更像女人，让女人更加美丽。女人所特有的这种女人味，随着时代的变迁，或增加或替换着其中的内涵。

在古代传统社会中，妇女的天职就是相夫教子做家务，整天“大门不出，二门不迈”，出嫁之前叫小姐，嫁人之后称少奶奶，讲究的是“三从四德”，最高标准就是做一个贤妻良母。那时候女人绝对不能参与男人家的事情。那时的女人味就是：夫在从夫，夫亡从子。

而现代的女性讲究的是，既具有一定的学识修养，能适应激烈的社会竞争；又具备一定的情趣，能做一个温柔体贴的女人。女人味的含义变得更宽泛、更精彩了。

到底何为“女人味”呢？

对“女人味”，传统的定义是柔弱、被动、善感与孩子气，尤其重视外表与言谈举止，女性应该羞羞答答、风情万种、面冷心热，以退为进。

今天，时代已经不同，女人味的新定义已经变得简单，只要具有女人的特殊气质，就是有女人味。

那么，女人所特有的女人味到底表现在何处呢？



或许是脉脉的目光，或许是多情的一笑，或许是女人那丰满而半裸的前胸，那不可抗拒的三围曲线。或许是女人与生俱来的美德和柔情。有人这样说：“女人是社会和家族的灵魂。无论在荷马的史诗里，还是在歌德的《浮士德》中，都随处可见把女人誉为女神。女人是圣洁的化身，是天使。”

当代人公认的女人味，通常是指女人所特有的那种纯洁、柔美、温存、高雅、慈祥和神秘的诱惑力。

女人味蕴含在女人的举手投足间，表现在女人的现实生活中：

女人味来自于秀外慧中的外表与内涵。经过爱情的洗礼，家庭的熏染，她们形成了自己特有的风格。女人味是美丽与悠扬在举手投足间的流露，她们用双手将岁月的光彩挽成一朵永不枯萎的小花静静别在胸前，一缕幽香天涯闻遍。

女人味表现在气质不俗，一颦一笑中的沉稳与端庄在她们已是驾轻就熟。丈夫面前她们温柔贤惠，公婆面前她们体贴温和，子女面前她们母爱浓浓……女人味处处展示的是一股无形的魅力，撩人于无形。

女人味表现在风韵深蕴，而不仅仅流露于表象和姿态。她们年轻依旧的心在都市流动的喧嚣中，悠然地提炼着宁静和从容，气质和风度中自有一种超凡脱俗的洗练的美。正如达·芬奇笔下的《蒙娜丽莎》，眉宇间天生蕴含安详和典雅；同时，静中的她们又是生机勃勃的，正所谓静如处子，动如脱兔。

女人味表现在会考虑生活中的方方面面，做职业女性中干练的半边天，家庭里温柔的贤内助。她们用来自内心的人生体验，演绎女人那完美的风韵。

女人味有着丰富的内涵，她们不单单是一幅雅致的画，更



是一本耐人寻味、令人百读不厌的书。她们用淡泊的心态来读风风雨雨，看万紫千红；她们用理智的思绪面对世态炎凉、人情冷暖；她们用坚强的胸怀包容人间沧桑，风云变幻。也许她们会经历不幸，但她们依然会嫣然一笑，笑对生活，直到生活在她们的镇定面前低下高傲的头颅。

女人味，淡泊中轻轻地驾驭着生活的脚步，却又飘忽不定，实在是附在女人身上的精灵，无色无香，却又令人心迷神往。

当代女性的女人味又增添了新的时代特点，它既不限于传统的温柔、体贴、有教养，又富于一些“阳刚”之气——果敢、坚强、有进取心。现在更具开放观念的女性愈来愈多，她们发现积极自信无损于身为女人的感觉，反而会使这些感觉更充实。她们也了解在表现自己刚强一面的同时，仍然可以尽现温柔与不吝付出的另一种风貌。

可以说，特有的女人味是男人世界里的七彩晴空，是漫长夜里皎洁的月光和神秘美丽的星空，没有女人味就没有万家灯火，就没有温馨的家。

2. 身心有别，女人与男人的差异

阴阳和谐产生了万物，男人加上女人才创造了这个世界。作为世界的另一半，女人和男人无论是生理还是心理都截然不同，有着天壤之别，正所谓差异美。男女有别的差异，让女人把美丽化做了自己的专利。认识女人，读懂美丽，了解什么才是女人味，当先从识别男人和女人这些差异开始。

女人与男人的差异，首先表现在生理特征上，并且由于生



理上的明显差异，和长期社会角色的不同，导致了心理素质、性格特点等许多明显的差异。心理学家是这样描述男女的区别的：

女人在情绪上往往比男人更快乐。根据调查显示，女人愉快时笑的时间占89%，可是男人仅仅占67%。

女人要比男人更加注意保持身材。根据英国的调查，30%的女人节制饮食，可是男人仅仅占10%，结果，39%的男人体重超重，女人仅占30%。

女人要比男人更能承受痛苦。专家曾经做过一个试验，用电流通过男女的手指，结果发现，当男人高叫停止试验的时候，女人仍然若无其事，站在那里微笑。

男人容易和顶头上司搞好关系，女人却容易和个别的上司闹僵。男人往往以他的工作成就感到满足，可是女人却被人们对她的态度左右自己的情绪。假如她觉得别人需要她，她就能感到满意。

女人在梦境中，往往梦到熟识的朋友与亲人，可是男人则经常梦到陌生环境里的陌生人。心理学家指出，这种梦境的内容是和现实生活相一致的。因为男人经常活动的范围比女人广得多。

女人幻想里的爱情要比男人浪漫许多，但生活中的爱情又比男人更加实际。

支配钱财会使男人拥有权威感，所以，家庭遇有重大的经济活动的时候，男人往往希望女人能和他们商量，征询他们的意见；而女人恰恰希望自己的丈夫顶天立地，自己甘于做好贤内助，让丈夫施展一下“领导权威”。

工作与事业是男人生命中最重要的精神寄托。所以，男人



期望女人对他们在工作方面的热衷能够理解，盼望女人明白事业是男人建立形象和维持心理平衡的惟一途径；而女人在做好工作和事业的同时，仍念念不忘该给老公补补身子啦，该给女儿换换衣服啦。

男人在结婚后仍喜欢与婚前的朋友保持友谊，所以，他们希望女人允许他们和朋友之间往来。女人往往结婚以后就会减少和女伴的往来。

男人不喜欢在家庭里扮演“执法官”的角色。许多妻子在处理子女问题时感到困难，就会把困难推给男人，可是男人对这些麻烦事并不喜欢承担。

性爱方面，男人希望女人跟他们有着相同的兴趣与感受，而且男人不会由于生活上琐碎的困扰而降低性欲；女人却截然相反，哪怕生活上的小挫折，也会使她们的性欲大大减弱。

人际交往中，男人与女人采用的沟通方式也有很大不同：

(1) 男人比女人更加饶舌。根据研究资料统计，在同一件事情的叙述上，女人平均使用的叙述时间是3分钟，可是男人往往多达13分钟。

(2) 男人比女人更喜欢在交谈中插嘴，打断他人的说话。

(3) 在谈话的过程中，女人比男人更喜欢看对方，而男人仅仅从对方的话语中寻求理解。

(4) 在谈话中，男人注重控制谈话的主题来表达自己的见解；女人却注重维持谈话的不断延续。

(5) 女人比男人更容易把个人思想向别人倾诉，男人自认为是强者，因此很少暴露自己。

(6) 女人的谈话方式比较活泼，而男人则只注重语言表达的力量。