

时尚1000系列

你是完美女人③

万人迷是怎样炼成的

How to Become Amorous

编著 □ 赵海燕



女人
你的名字叫风情万种
那婉转青波
那旖旎朱唇
无不是风情的话语
红裙下倾倒的岂只是须眉
更是一个美丽在招摇的世界

时尚1000系列

你是完美女人③

万人迷是怎样炼成的

编著□赵海燕

湖南人民出版社



你是完美女人③

万人迷是怎样炼成的

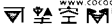
出版人：周艺文

责任编辑：廖 铁 李思远 虢 剑 陈 欣

编 著：赵海燕 钱华旻 王妮娜 邬 宏 秦孝成 吴志虎

全案策划：万卷（香港）文化有限公司

湖南艺文出版策划有限公司

视觉设计：www.cococo.com design
 COCO

出版发行：湖南人民出版社

（长沙市展览馆路66号 邮编：410005）

经 销：湖南省新华书店

印 刷：湖南东方速印科技股份有限公司

印 次：2004年4月第1版 2004年4月第1次印刷

开 本：880×1240 1/32

印 张：25

字 数：300,000

印 数：1-10,000

书 号：ISBN7-5438-3584-3/TS·8

定 价：全套：125.00元（本册25.00元）



目录

COTENTS



001

序

迷，还是迷 001



002

热身 · 话说美女

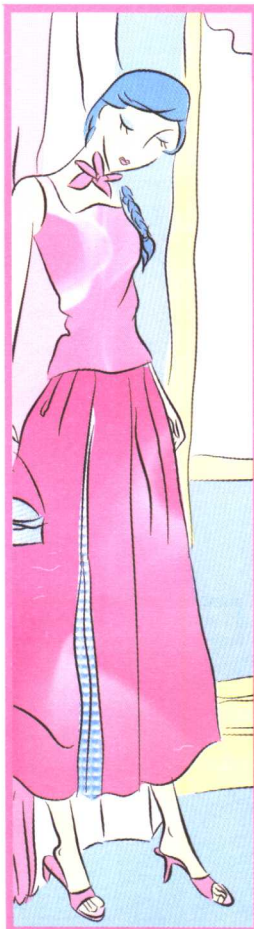
夏娃，比亚当娇贵的生命 003

给美女一个定义 004

天使脸蛋+魔鬼身材 ≠ 万人迷 012

目录

COTENTS



015

修炼·万人迷大制造

炫衣橱 016

珍重罗衣 017

做个色彩魔术师 019

披上花样表情 023

霓裳下的蹁跹 024

细微之处总关情 031

派对衣衫光影 039

靓妆台 041

三种色、九步骤，迷倒万人 042



雕琢无瑕 045

时空·百变俏佳人 054

亲密蔻丹 057

冰肌雪肤 触摸魅力 060

情丝万缕总如诗 066

品香舍 072

闻香识女人 073

寻芳亦有道 075

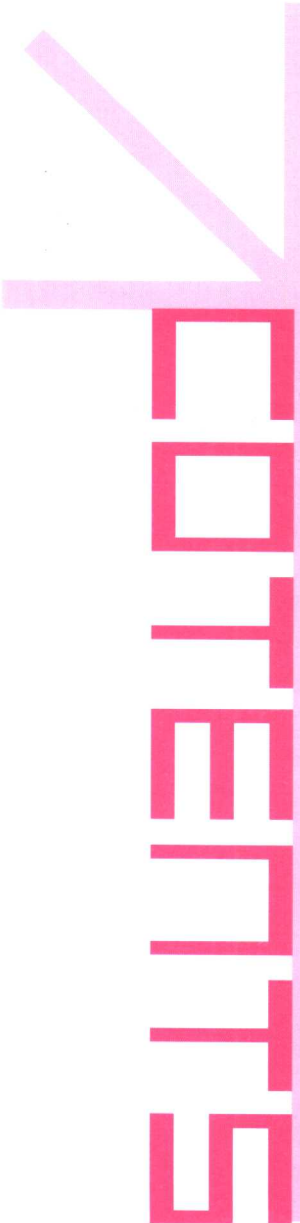
玉体生天香 079

美仪轩 082

以性感的名义打量曲线 083

减脂进行时 092

优雅，写在举手投足间 098



红舞池 102

仙履奇途从此开始 103

那一风情万种的回旋 105

彬彬有礼去Party 107

社交场上丽人行 112

亲爱的，你听我说 115

无声胜有声 118

心语吧 123

甩不脱的超凡气质 124

让我的心New一下 130

品品心灵鸡汤 131

笑容让我如此美丽 133

才女也时尚 137



141

化蝶·维纳斯 诞生之后·····

让时尚追着你跑 142

千万个万人迷vs一个你 148

目录

COTENTS

迷,还是谜



序



有人 说**你**是一阙歌

旋律却无法吟唱你的**婉约多情**

有人 说**你**是一幅画

粉彩却无法描绘你的**古怪精灵**

有人 说**你**是一首诗

可是诗形容不了你的**万千风韵**

有人 说**你**是一樽酒

可是酒酝酿不出你的**醉人香醇**

还有人 说**你**是天使

谁都想沉入那**澄清明净**的笑涡

还有人 说**你**是魔鬼

谁也躲不过那**梦幻魅惑**的眼波

而**你**依然是一个谜

风一样**轻轻掠过**天外

惟有你的身后

花儿 在热辣辣地开

热身·话说美女

一段美丽故事
正在诉说
一曲美丽乐章
已经启幕
美丽在悄悄绽放
为你 为我……



夏娃，比亚当更娇贵的生命

男人是泥做的，女人是水做的。这是爱情小说上写的。

男人是泥做的，女人是男人的肋骨做的。这是《圣经》中一个耳熟能详的古老故事。据说上帝用泥土捏出了个“人”，吹了口灵气，哈，“人”活了。上帝叫他亚当。第一次实验嘛，未免粗糙了些，原材料又普通，也难怪亚当长得土里土气。幸亏上帝是精益求精的，于是趁着亚当睡着时从他身上抽了块肋骨，决定制造“人”的升级版。万能的神当然不搞克隆，而是抛砖引玉、精雕细镂出一个女人，一个与男人有区别的女人。当上帝得意地把新作品夏娃带到亚当前面时，亚当为新娘的美丽而震撼、惊叹、欣喜、倾倒、痴迷不已。以至后来夏娃怂恿他吃能分辨善恶的智慧果时，亚当竟违背上帝的

禁令而服从了老婆。

女人的魔力多大！姐妹们，相信了吧，生命之初，神就决定了女人比男人娇贵美丽哦，女性绝不是从属于男性的“第二性”。珍视上帝的杰作吧，我们是娇贵的女人，美丽的女人。

认识自己，读懂自己，让自己的美丽尽情开放于这个美丽的世界！“万人迷”就是你！



003





给美女一个定义



时光一年又一年，美女一代又一代。夏娃没留下玉照，谁也保不定这位老祖宗在今天还算不算得上美女，会不会是万人迷。可以说，一万个人眼中就有一万个不同的万人迷。但无论如何，万人迷肯定是以“美”先“迷”人的。但什么样的女人才称得上美女？还是先听听别人怎么说吧。



美在原始古朴

一个女孩要当新娘了。她住进了茅屋，不稼不穡，衣来伸手饭来张口，每天吃饱睡足，养得腰围圆滚，才被家人兴高采烈地迎了去当美娇娘。这是非洲尼日利亚的伊博族姑娘。

一个女孩，哇哇地大叫。她刚刚被老妈把一颗门牙砸掉，而这牙并不是被蛀坏的虫牙。没办法，这叫漂亮。这是南太平洋马拉库勒岛的南巴少女。

一个脸儿扁扁平平、宽宽阔阔，眼睛小小，颧骨高高，双乳硕大、垂到了腰的印第安女人被她的男同胞们捧为美女，巴结她的男人排成了队。

对这些女性我们也许感觉离文明太远，但至今众多非洲人还在抱怨西方人选出的美女不是他

们心目中的美女。他们并不青睐瘦得竹竿似的女子；丰乳肥臀，胖得有光有泽才是他们的理想。此外，额头饱满、脖颈圆润、小腿脚踝细巧秀美等也是他们评定美女的条条框框。

再说近距离的熟悉点的吧。古代的日本女人曾用一种叫铁浆的化妆品把满口银牙涂得乌黑，据说盛产槟榔的东南亚一带现在仍有黑牙美女；文艺复兴时代，看看流行什么：“无眉师太”。有没有注意到蒙娜丽莎没有眉毛？当然，丽莎夫人并没有真对自己的眉毛斩草除根，不过当时佛罗伦萨确实推崇广额薄眉。达·芬奇忠于事实描绘，不知使了什么秘法偏方画出了逼真的淡眉，可惜眉上的颜料随着年久日

005

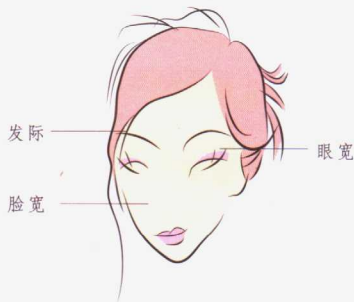


深而褪去了，看上去就成了“无眉师太”了。值得一提的是，当时的女人以拥有梨形身材为傲，

因此15世纪至18世纪末的油画上都是浑圆丰满的肉感女性。

炎黄前辈诠释美女

我们当然还得看看泱泱大中华的美女该是什么样的。在中国几千年的历史长河中，美也是个多变的精灵。就妆饰而言，菱花镜前的女人也得考虑“画眉深浅入时无”的时尚潮流问题。除了“三庭五眼三匀站七”的标准，中国古人对美女一般都有以下一套指标：



三庭：（上庭）发际到眉际
=（中庭）眉际至鼻端=（下庭）
鼻翼端至颌底

五眼：脸宽=五倍眼宽

三匀：面颊宽=三倍唇宽

站七：身高=七倍头长

一曰“明眸如水”。曹植在《洛神赋》里一句“明眸善睐”，画尽宓妃一双美目的柔情。“眉眼盈盈处”自是中国古代男人心醉神驰之处。

二是“朱唇皓齿”。“朱唇一点桃花殷”，贾宝玉最爱吃的是丫头们嘴上的胭脂，你敢说他没有对那些娇艳的红唇想入非非吗？与“丹唇外朗”相映衬的是

“皓齿内鲜”。被宋玉赞上天的东家姑娘就是“齿如含贝”。

第三跑不了“肤如凝脂”。

“温泉水滑洗凝脂”，看到华清池洗出如此滑腻肌肤的杨玉环，如何不教唐玄宗魂飞魄散，不思早朝。有杨美人带头SPA，难怪现在SPA之风如此之盛。

四是不可或缺的“金莲小足”。中国男人的恋足癖到了南唐后主李煜身上算是玩出了花样，他命令他的妃子宫娘以帛绕

脚、穿着素袜在特制的金莲上跳舞，据说从此就诞生了女人的裹足布。

第五要求“体态婀娜”。无论环肥燕瘦，都得玲珑有致。所以杨玉环再丰满也有“侍儿扶起娇无力”之态，并不失女儿的婀娜多姿。

此外，还有“手若茱萸”、“发似乌云”、“玉体含香”等等，不一而足，又怎一个美字了得！

学究们的“美女峰会”

美是什么？现代的学究们和我们一样关心。

不需要门票，我们现在就进入这个“美女高峰论坛”的会场。

美学家抢先发言：美女是一种让人在欣赏时精神上得到愉悦感的女性。所以，美女让你屏

息、让你瞳孔放大、让你着迷甚至昏迷、让你心平气和或者血压升高心跳加速。不用拿公式拿定理来证明，你的身体已经告诉你，看到了美女……后面的话太长也不好懂，我们也不用听了。

心理学家意简言赅直截了



当：情人眼里出西施。台下掌声山响。

画家说，美女在我手下。果然，画家们手下的画中人个个活色生香。

“我们玩一个游戏，”一位人类学家匆匆上台，用投影仪在墙上打出4个不同的女人的正面肖像，“这是原始照片。”他操作了一下电脑按键，4个人的头像重合到一起，屏上显出一个新的女人肖像。他解释说，这是前面4个头像的合成图像。接下来他又合成了8人合成像、16人合成像，直至64人合成像。最后，合成出的虚拟照依次重放出来：哇，这些电脑美女一个美过一个。科学家郑重宣布：“美即是平均，而且越接近人类脸孔的平均值的人越美。所以，平均就是标准。”

停停，你有没有和我一样，想起参加体检时，从身高到体重，所谓的标准数其实都是平均

值。

一位进化论生物学家拿出的发言稿是《靓者生存》。这个我们得好好听听。

靓者生存=适者生存？那么，美者=适者？没错，人类在进化中的择偶行为，就是一种自然地选择美与淘汰丑的过程。

例证一：人类毛发的退化。人类在进化完备之前，身上毛发稀疏的比毛发丰厚的更容易被异性吸引，那些多毛的祖先们就不得不孤独而歿。这样，薄毛的性状被一代代遗传下来，最后形成人类皮肤上大面积的不毛之地。尽管不是真的无毛，而对付人眼毕竟是小Case了，于是薄毛的美者胜出。

例证二：女性发达的乳房。没有一种哺乳动物，在没有乳汁充盈的情况下乳房也表现出膨大的现象。而人类，在这一点上强调了自己的选择。由于女性发情