

好女人 性感第一

中国性感魅力女人修炼
第一书

张晓梅 著

性感是一种状态
一种气质
一种表达
女人可以不漂亮
但不能不性感



Sexy
First

图书在版编目(CIP)数据

好女人性感第一 / 张晓梅著. —北京: 文化艺术出版社,
2010.4

ISBN 978-7-5039-4299-0

I. ①好… II. ①张… III. ①女性—修养—通俗读物
IV. ①B825-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第043229号

好女人性感第一

作 者	张晓梅
责任编辑	周进民
封面设计	弘文馆·垠子
版式设计	弘文馆·任翀
出版发行	文化艺术出版社
地 址	北京市朝阳区惠新北里甲1号 100029
网 址	www.whyschs.com
电子邮箱	whysbooks@263.net
电 话	(010)64813345 64813346(总编室) (010)64813384 64813385(发行部)
经 销	新华书店
印 刷	北京佳信达欣艺术印刷有限公司
版 次	2010年5月第1版 2010年5月第1次印刷
开 本	700×990毫米 1/16
印 张	17.75
字 数	140千字
书 号	ISBN 978-7-5039-4299-0
定 价	36.00元

版权所有, 侵权必究。印装错误, 随时调换。

好女人 性感第一

张晓梅 著

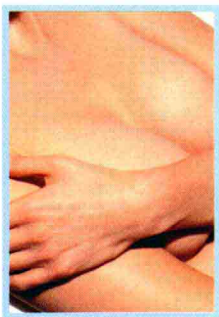
文化艺术出版社
Culture and Art Publishing House

CONTENTS 目录

6 序 性感的玄机

8 一 “唇”唇欲动的诱惑

性欲和食欲本来就是一对密不可分的恋人，而把它们紧密联系在一起，就是你这诱人的双唇。即使不说话，也无时不在倾吐你的情绪，表达你的姿态，令人想入非非，甚至想一亲芳泽。



20 二 “眼”色里的挑逗

东方女性，仍然会受到传统的含蓄美观念的影响，缺乏眼睛传神达意的意识和触心的功效。当那片欲望侵袭，你只需要动一动眼睛，便能吸引面前的男人，这是怎样的一种美妙和快感呢？

32 三 “鼻”顶上的传情

鼻子显示人格魅力，影响一个人的外貌美丑，更是人们目光聚焦的焦点。鼻子突出，是离对方最近的物体。鼻子的“净”字很关键，女人的鼻子能看出女人的品位，因此鼻子应是女人下工夫的地方。

42 四 粉“面”桃花的玄机

技巧的表情是女人最具魔力的化妆品。不管是娇嗔、腴腆、迷茫、天真还是哀伤、喜悦、激动、沉迷，用这些表情搭建起你的面部，能够在男人的脑海中构成了一部不容修改的影像。

52 五 飘“发”飞扬的撩动

头发是女人柔性万般的性感工具。当女人柔滑的发梢滑过男人肌肤时，有多少根头发就传递了多少缕柔情蜜意。看到飘扬的一头靓发，男人多会渴望触碰和抚摸。穿过黑发的是男人的手，怦然心动的是男人的心。

酥“胸”微露的风情 62

女人常常感叹很难和男人们眼神交流，男人的解释是因为女人的眼睛不是长在胸部。乳房是性感的代言，传达着暧昧和性的信息。有句俗语说：“想要勾引男人，解开你衬衣的扣子即可。”

“腰”冶美人的缠绵 72

腰部的优美和纤细度，决定了女人对男人诱惑的程度，也决定了能够给男人多少性感度。女人的腰，似乎有一种说不出的魔力，由内而外，静动之中，无时无刻散发着性感和美感。不像胸部、臀部那么张扬，又含蓄得恰到好处。

“臀”间暗藏的表情 82

女人的臀部承载着一份爱的象征和寄托。女人浑身都是诱惑，臀部诱惑力无疑是致命的。与纯粹的性器官不同，男人对臀部多了桃色的幻想，这个始终包得严严实实的隐蔽和神秘的部位，总在激发着男人侵入的欲望。

圆润美“腹”的情怀 92

健康富有弹性的小腹传递着完美性爱场景的信息。小腹和腰肢一样很容易勾起男性对美妙性爱的幻想，如果说胸部和臀部令男人激情四溢的话，那么小腹和腰肢会带给男性更细腻和丰富的诱惑。

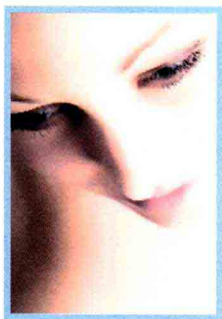
雕刻在“背”上的优雅 100

背是女人气场的发源地，女人背散发的魅力是人体独有的。女人背给予男人最多的不是感官影响和冲击，而是女人内在气场的影响和触动。上帝没有公平地给每个女人一副天使般的面孔，而女人的背却是可以自己塑造的。

总是大“腿”的挑逗 110

腿是女人性感的支点，是种张扬和开放的性感。男人将女人的腿看做一扇神秘的门，心中满是对门内世界的好奇与渴望。男人欣赏女人的腿不像胸部臀部那样充满性意味和情色，虽然女性的腿带有性含义，但女人的腿更有隐性诱惑力。

CONTENTS 目录



122 ■ 纤纤玉“手”的牵绊

美的手能够使身体的玲珑曲线得以延伸，使女人的情感得到最直接的抒发和表达。女人指尖传给男人的感受可以放大很多倍，即使是随手从男人身上轻轻捏去一根头发，掸去一些微尘，都会让男人感受到女人的万般情意。

134 ■ “脚”底泄露了风情

如果说女人的臀部表现出的是一种欲望，那么女人的脚则表现出了一种生动。它精致小巧，娇柔而富有挑逗的女人味。在性心理学中，脱鞋本身便对男性有着特殊的性暗示意味，散落的丝袜和女鞋更能给人无限的联想，何况是藏在里面的诱人的脚了。

146 ■ “G”点和“私器官”密语

亚当和夏娃偷尝禁果，才有了人类的诞生。像一朵玫瑰绽放在女性身上的这个器官，是男女爱情升华的必经之路。不过，很少有女人真正喜欢上自己这个最精美的和重要的器官，这里所说的喜欢，有着像男人那样去欣赏、珍爱、呵护的感觉。

156 ■ “体毛”的阴柔两性

男人之所以不喜欢女人多余的体毛，是认为那些地方不该长毛。在男人心目中，女人的头发浓密，眉毛乌黑，睫毛俏密，私密处体毛应恰到好处，其他体位最好完全地光滑无毛，即使有，也最好仅仅是很淡很细微，因为男人渴望女人洁净、纯洁，过多的体毛会给男人粗糙或粗俗的感受。

166 ■ 来自“肌肤”的迷惑

女人皮肤的好坏直接影响着男人对女人的感觉，男人对女人皮肤的细腻、色泽、光滑程度、松紧感都会有不同的心理感应。皮肤是人体最大的性器官，在两性交往中有着奇妙的作用，皮肤的质地、色泽、触感很大程度决定了女性的性感度。

“体态”中的诱力 176

“体态是女人精神和灵魂的物化。”做个既美丽又有灵魂的女人才是魅力女人的最高境界。美的举止应该是自然而不做作，妩媚而不妖媚，优美而不轻佻。在身形闪动、举手投足之间展现出女人的气质、韵味、风度和智慧。

传感“声”中的悸动 188

性感的声音是上帝赐予的礼物，能够让女人的性感指数升级。在女人柔软的声音中，即使是毫无遐想空间的中性词语，也能让男性浮想联翩，难以自持，甜美诱人的声音和性感的身體，如同完美的音色和精致的乐器那样密不可分。

印在身体上的“笑”语 200

微笑是女人脸上最美的表情，是女人的性感名片。露齿的一笑，像微风吹皱一池春水，一个灿烂的笑容会让一个长相平凡的女人瞬间变得魅力十足。自然呼吸着，然后微笑，那种来自心灵的美才会无与伦比，而这样的性感，是无可复制的。

把玩不尽的“女人味” 212

漂亮、性感、妩媚、善美等，是女人美好的特质，而“女人味”是女人特质的综合评价，是对女人最高级别的评价。

“女人味”是种综合的风景，男人欣赏优雅的“女人味”、迷恋成熟的“女人味”、期望清纯的“女人味”。女人的一举一动，一颦一笑，都会让男人对她的“女人味”作出评判。

话说“性感”真经 222

性感这个词在英文的表现中显得更加直观——Sexy，有性的魅力、性的感觉的意思。我认为女人的性感是一种姿态，让男人获得感官的享受的同时，自己也能感应到这份原始而美好的力量。

中国女人性感排行榜 234

好女人性感第一 后记 274



Foreword 序

性感的玄机

性感，我以为是最不可轻言的，越发要言传，越发难免变质或落入俗套。

就拿目前媒介传播的姿态来说，要么把性感具化成各种招式的搔首弄姿，以功利之心直指男人，仿佛女人的性感就是一些讨人欢心的计谋，性感得居心叵测，这不仅低估了男人的智商，也放低了女人的情商；又或者，一提到性感就是一副讳莫如深的姿态，环顾左右“贤良淑德”的警戒而言假想的性，无不是隔靴搔痒，没有切中性感要害，让不明玄机的人们终究还是一头雾水。

人们越来越首肯，性感实在是一样利器，可以直逼人心！可是，就是这样一种可以修炼而来的能量，对于大多的中国女性来说，时至今日，仍然缺少浑然天成的自由度，也难有切实有效的指导和点拨，全然是要靠自身的领悟，有幸能悟到的也必经过百转千回，悟不到的又不知道要耽误人生多少精彩。

所以，女人怎么可以缺失性感，又怎么可以晚来呢？很久以来，我一直认为，中国女人缺少一本书，尽管现在各种书籍已是繁花似锦，但是女人性感指导书却是空白。因此，我做了这种尝试，我在这本新书中，试图以性感的角度窥破生命的玄机，期待女人能以智慧的性感换取生命的恩宠。当然，这本书不想用枯燥空洞的说教，重点不在研讨性感意义、性感内涵，而是从女人物质化的身体开始，力求通俗和实用，希望当你读过之后，知道一些“为什么这样做？”“该如何去做？”。我会觉得，由于力求通俗和实用，难免书中的一些观点和方法显得肤浅甚至庸俗，不过探讨修炼性感之初，或许需要这样的方式。

对我来说，出这样一本关于性感的书有不少忐忑。因为，性感若是一种表达，如何适得其法？若是一种能量，又怎样可以收放得当？总有人在各种场合，顺逆不同的境况，向我慨叹着，也追问着，或迷惑不得其解，或身陷困顿而不得，或是无奈地探询和渴望：什么是性感？女人如何修炼性感？

为什么有一种女子出现在哪里，就能在哪里形成一个“场”，并一步步把命运轨迹书写得曼妙生辉，无往不胜？说她聪明呢，灵秀的女子比比皆是；说她漂亮呢，似乎一抬眼处处都是姹紫嫣红，她偏偏就能一枝独秀，既可以跻身职场懿旨号令，也可以在男人眼里荡气回肠，以至于事事都可以四两拨千斤，事半功倍。事实上，这样的女人，就是有一种味，可以把生命中该有的花都及时催生开放，这味，就是性感——以内心的智慧和外在的妖娆修炼而得的一种状态，一种气质，一种表达。

所以，我坚定地认为，对性感的追求始终都应该等同于对漂亮的执着。尤其要作成上品的

好女人——有品貌、有品质、有品位，性感更是不容小视地要排在第一。

是的，对于立足于现实世界的好女人，性感就如同一颗可以无限复活的神丹，将智慧、善良、学识这些品质一并催生，才成就出一个完整的、有生命力的女人。好女人性感第一就不会敷衍性别的优势，于是，纵然他人看尽炫目的烟火，也只会眷恋她的景致；好女人因为性感第一才能妖娆成为一瓶陈酿，可以无惧岁月荏苒，而日益散发出高贵且永不流失的气质；好女人还因为性感第一才能以柔克刚的聪颖独立于社会，赢得大多数人的偏爱。

好女人位居首要的性感必是经历了足够的耐心和修炼后孕育出的云雨，既有稚气也有情怀，让人忍不住期待，又总超出想象，在绵延的岁月里，外在的美丽逐渐在个性中弱化成可有可无的配饰，而因为有性感的气韵留下，女人才有了好的底色，可以永远特别。

性感的好女人常常被比喻成耀眼和华美的钻石，而一块石头与一颗钻石的真正区别，许在于打磨，只是世人总见钻石的光芒，而忽略打磨时迸溅的火花。所以，要想有朝一日由一块石头历练成为一颗钻石，不能少的，就是要耐得住埋在地下多少年、不断沉淀的寂寞，也要经得起高温高压下不断锤炼的磨难。重要的是，终有一天可以完全不理最初天赋拥有的一些，并善于辨识、遇到真正的能工巧匠，而能将一块璞玉加以善用，再加上自己的一点勇气和坚持，才可修炼成有完美切剖面，熠熠生辉的钻石。

好莱坞性感尤物查理兹·塞隆，就被人们称作“南非美钻”，媒体说：塞隆的美简直让人不可思议，而她又是如此智慧，简直可以成为男性心目中最完美的女神之一。试问一下，谁不想有机会和这样一个性感女士坐下来喝上一杯呢？可是，塞隆初到好莱坞时，也是像未经雕琢的陋石一样的姑娘，日后几番历练方才登基加冕，成为奥斯卡女皇，被某世界著名媒体评选为当世最性感女性排行榜榜首。

性感可以比钻石少几道历练的工序吗？其实，能找对方向就算是捷径了。

凡获得都要先予以付出，这本书始终说的就是：性感，不是与生俱来，而是要经过多方面的历练才能获得。只是，身为女人真的了解生命中那些一直被隐瞒的性感的玄机吗？

女人嘴的灵巧程度可以表明这个女人有多少情趣；

肢体语言专家都认为眼神交流是最好的调情方式；

71%的男人和女人认为体味是一种重要的“性兴奋剂”，鼻子或许才是帮你找到心中真正爱人的工具……

这里，我要说明一点，我无意鼓励女人迎合男人，相反，更主张女人独立和珍爱自我！

关于性感，要学的真的很多，或许你还会觉得有些繁琐。不过，假如你决定要让自己有品质，更女人，就要提早一步，随后倒也不用一味地催促，做不好下次再做，做不到慢慢去做，尤其对于人生，总有些事是要慢慢领悟，才能有越来越多的收获。

我主张，量是前提，质才可能蜕变。

Finest

口红就像是时装,它使女人成为真正的女人。

——玛丽莲·梦露



Attraction of the sexy lips

性欲和食欲本来就是一对密不可分的恋人，而把它们紧密联系在一起，就是你这诱人的双唇。即使不说话，也无时不在倾吐你的情绪，表达你的姿态，令人想入非非，甚至想一亲芳泽。

几个月前，我收到英国一家知名网站的邮件，希望参与评选世界上最具自然美的人。我填了几位中国代表自然美

唇的意味远比其他的身體語言來得更鮮明。

女人唇的靈巧程度可以表明這個女人有多少情趣。沒有靈動唇的女人沒有靈性，唇的靈動可以多打動男人一些。

嘴是女人最厲害的工具，因為嘴裡有牙和舌頭，嘴的結構很奇特，軟唇中卻有利齒鋼牙和具有彈性的舌頭。在人的身體上，關於調情用得很多的字是“尖”，滑動的指尖，觸碰的腳尖，摩擦的鼻尖……通過女性的雙唇，感知暗藏的舌尖，感受女人內在的需求與欲望。這種對唇部味道的體驗，甚至於對性的體驗。

女人都會記得小時候偷用媽媽口紅的經歷，輕輕將那一抹動人的紅塗在唇上，單這舉動便令自己激動不已。從那一刻起，女人意識到自己將會成為令人動容、讓萬物失色的寵兒。女人陶醉在嬌艷的顏色中不能自拔，即使顏色不均勻，略显慌亂，但依然在鏡子前側目，對着鏡中的自己吃吃地笑。

其實塗抹色彩讓女人變美只是一方面，除此之外，色彩還有更不同的性訊息的意義。

通常，有色彩的嘴唇能夠

傳送和激發性欲信息，男人對這種信息的反應往往是強烈的。無論男人還是女人，身體的性反應都會让更多的血液流向唇部，讓嘴唇變得膨脹而紅艷。

英國心理學家馬丁·勞埃德-埃里奧特說：女性之所以會隨身攜帶和塗抹唇膏，或許是因為可以模仿性興奮時生殖器官顏色變深的狀況。女人在性高潮之前，小陰唇會變為亮紅色。

同樣，濕潤的嘴唇也在模仿女性生殖器官性覺醒時逐漸變得濕滑的情形。因此，之所以很多唇膏是有光澤的，它可以使嘴唇隨時顯得濕潤，就像剛舔過一般。

科學家發現，女性更喜欢親吻的感覺，看到可愛孩子、毛茸茸的動物，都會情不自禁地湊上嘴唇。因此，親吻甚至也成為了一種良好的社交禮儀。有趣的是，美國的研究者經過試驗和研究後宣稱，對於女性來說，接吻是女性衡量潛在伴侶能否跟自己和睦相處的一個重要方式。女性會通過接吻和親吻的感受，來判斷與對方交往時間的長短。55%的女性表示她們可能會由於其男友可憐的親吻能力而分手。可



索菲亚·罗兰
唇是用来说话更是用来性感的

的明星。後來，該網站公布了評選結果，“世界上最具自然美的人”是：71歲的意大利女星索菲亞·羅蘭。

索菲亞·羅蘭給人印象最深刻的就是她那張性感又大的嘴唇，據說，索菲亞·羅蘭的嘴唇是一般人的兩倍，而捧她出道的電影導演看上她的唯一理由幾乎就是：她的嘴唇太迷人了。

通常，眼波流轉、紅唇嬌艷欲滴的場景是很多男人對性感一詞的第一反應。一位法國名模說：唇是用來說話的，更是用來性感的。女人賦予雙

以说,女人的唇是帮助女人探索 and 感受世界、了解异性的锐性工具。相比较而言,男人却并不大介意接吻的感受,他们更在意接吻之后发生的事情,50%的男人表示他们对接吻的好坏不太在意。

嘴是重要的性器官,这种说法并不新潮。科学家通过医学仪器测定后发现,胎儿在子宫内吮吮手指的神态和成年人性生活后流露出的表情非常相似,充满了幸福感和满足感。女人丰满的嘴唇,能够很快激发男性的性欲。同时,嘴唇上丰富的神经末梢,最容易接受刺激,并能以最快的速度将性感的信息传输到大脑。为此,接吻便成了最快唤起性欲的方式。

国外有调查显示,有良好口交经历的女性中,42%的人 would 感到婚姻美满,而缺乏或没有这种经历的女性,只有23%有美满感。在中国,大部分女性认为口交性行为是不洁甚至可耻的,显得轻佻难以接受。如果男性提出这样的要求,是不尊重自己的表现。事实上,相爱的两个人体会这种自然的性爱方式是合理而健康的。口腔黏膜非常光滑和柔软,加上灵活的舌头和口腔肌肉的摩

擦,所带来的性刺激和快感是普通性交方式所没有的,甚至更为柔情和直接。

外国电影中常会有这样的镜头:男女主人公相约黄昏后,高雅西餐厅中相谈甚洽,爱意融融的时候,摄影师会把特写镜头推到女主人公春意渐浓的脸上,随着咀嚼食物的蠕动,女主人公用湿润的嘴唇有意无意地嘬一嘬白嫩的手指。唇齿留香,美目含情,欲说还羞,无限妩媚……恐怕,这是很多男人难以拒绝的。

也许性欲和食欲本来就是是一对密不可分的恋人,而把它们紧密联系在一起的,是诱人的双唇。即使不说话,也无需不在倾吐你的情绪、表达你的姿态,令人幻想,甚至一亲芳泽。

下面看看性情男男女女对于嘴唇的不同感受。

He said 男人说

男人认为女人的嘴有两种美:一种是保守的小嘴,一种是开放的大嘴。如果是樱桃小口,嘴要小,形状要好,唇的肤质要嫩,唇边最好还有细细的绒毛,这种清纯的嘴形能够引起男人本能的欲望。如果是像舒淇那样的大嘴厚唇,尤其是微微撅起的时候,是种肆无忌惮的诱惑,能够挑动男人最原始的神经。

男人看到女人饱满丰厚的唇时,会不自禁地产生好感,因为这是个女人味的符号,如果唇色健康鲜艳,更会使男人联想到胸部与私密处的动人颜色。

看到女人的嘴唇,男人会忍不住想开始性爱的第一步——亲吻,渴望通过嘴唇和舌头的碰触唤起身体中蠢



饱满双唇唤起身体蠢蠢欲动的情欲

蠢欲动的情欲，想象着那张因为兴奋而愈加性感的唇在自己身体上的游移。

粉嫩、水润、自然的唇色会让男人立即心生好感，他们会觉得你乐于亲近。而纯正的红色口红对男人来说，会让这个女人看来神秘而富有吸引力。

男人喜欢女人灵动的嘴唇，即使双唇不够丰满或者不够娇小，也可以用灵巧的嘴唇来弥补。“锦心绣口”，生动的嘴与灵巧的舌是性感女人一支活标签。

男人喜欢女人唇部的小动作，无论是上翘，微开，舔吮，都会挑动男人的神经，甚至连对着镜子抹口红这种小动作都让男人觉得性感。

马丁·劳埃德认为，品尝食物和饮料可以创造舔唇的机会，聪明的女人可以善用这类动作，向情人发出性感信号。同时，有不少男人认为，仅仅观看一个女人吃某种食物的情形，几乎可以产生接近性高潮的状态。这一秘密，常被广告商充分地应用在肆无忌惮的广告上。

男人不喜欢女人泛着油光、涂着千奇百怪颜色的嘴唇，也同样不喜欢干裂、苍白的

唇色。前一种让男人不知所措，后一种让男人觉得不健康，缺失活力。

男人最不喜欢的是女人上唇突出或凹入的嘴，这种嘴形，给人呆痴和木讷感。

男人认为，嘴部线条生硬的女人，有冷漠感，意味着陌生、强硬、拒绝。而柔软和圆润的嘴，有温和感与亲和力。

“嘴唇是性感的标志，带有微笑的嘴唇会让女人的性感中增添几分妩媚和娇艳。”

“女人的嘴是性感的第一标志，那‘唇唇欲动’的微合，透露着情欲的丰满和渴望，厚薄均匀的香唇犹如含苞欲放的花蕾，使人心动情溢。”

“男人注意女人的嘴主要有三个方面。一是嘴形，嘴的外形与女人私密处外形有着必然联系，这是引起男人欲望最直接的一个方面；二是质感，女人嘴的质感，包括嘴唇和舌的。反映着女人的情趣和欲望，会影响男人的欲望；三是表达，女人发出的声音会影响男人对女人的定位，女人的表达能力会影响男人对女人的判断。”

“男人最怕婆婆嘴，唠叨不讲究场合环境，再好的嘴也会失去魅力。至于女人大嘴还是小嘴，男人各有喜爱，无论大嘴或小嘴，只要与脸的轮廓很和谐，就会被认为美。”

“女人应该爱笑，女人爱笑的嘴，嘴角上翘，微微上翘的嘴角，加上唇部美丽的弧形曲线，这种曲线能让整个脸生动起来，打动男人。生动的脸，是最迷人的。生动的嘴，是最性感的。而笑，是生动的源泉。”

“厚嘴唇的人多情，感情深厚，因此男人喜欢丰满的嘴唇。而薄嘴唇的女人总给人刻薄的印象。”

“接吻吧！如果你真的想得到她，嘴唇的接触是最好的性激发剂。”

“每个女人的嘴唇，都有着独特的味道，男人喜欢品尝她们的芬芳。”

“血盆大口的女人还是有点吓人的，先不说性感与否，总让我感觉要吃了我。如果不是夸张的戏剧表演，嘴唇的颜色最好还是自然点。”

“吃东西的女人有着一种说不出的性感，所以男人喜欢请女人吃饭，顺便看她们性感的吃样。”



纯正红色会让女人看来神秘而富有吸引力

She

said 女人说

女人对口红多有着病态的依赖。她们相信,一支鲜艳的口红可以提亮整个脸部肤色,衬托出容光焕发,让自己更有自信,也增加他人对自己的喜爱和信赖。

三个女人一台戏,女人喜欢吃零食,喜欢在一起闲话家常。男人们会说,女人的嘴没有停下来时,但就像男人们喝酒聊足球一样,这是女人联络感情的方式。女人有时控制不住情绪,喋喋不休地表达,常常忘了顾及其他人的感受。

为了让嘴唇看起来性感而诱惑,女人可以刻意地用小动作来吸引他人的目光。例如,用舌头舔嘴唇、咬住墨镜镜架、转动手指、轻舔残余的蛋糕。

舔嘴唇是用嘴巴和舌头



做出的最大限度的非语言的性信号。女人做得夸张时会显得淫荡,尽失女人优雅;做得巧妙,会发出清晰美妙的无声魅惑。想要达到后一种效果,要趁对方转移视线时进行,或者在舔唇时,用一只手遮住嘴巴。富有美感的衍生动作,是用一个手指当唇膏般涂抹嘴唇。

往往,当女人吃一些外观特殊或有汁液的水果时,用手和随后吮手指的动作,会让人联想到性和性能力。为此,女人快速提高性诱惑力最有效的方法,是用舌尖迅速舔一舔自己嘴唇,让嘴唇感觉是微微湿润的。

一般来说,不管唇形如何,当性兴奋时,唇的体积都会变大并充血,敏感度也会显著增加。有专家提示,这似乎是为亲吻做准备,也是对生殖器的模仿。

女人渴望唇与唇的触碰,视它为爱情深入的方式,大多女人不会联想到更深层次的性。

女人也喜欢丰厚的嘴唇,因为它让自己更有吸引力,她会渴望听到别人对自己嘴唇的

赞美。所以她们会用化妆品堆砌看起来很美的厚唇。女人还喜欢让唇色看起来与众不同,会选择红色、紫色、玫瑰色,甚至白色、黑色等一切找得到的颜色。

因为怕麻烦或者工作太忙碌,女人其实总会忽略照顾嘴唇,本应饱满和红润的唇却会显得苍白,没有水分,甚至干裂。

“最怕自己的嘴唇干裂了,如果嘴唇太干,起皮,我会很害怕见到自己的恋人。接吻时候很尴尬了,也不舒服。”

“什么时候才能有一种不掉色的口红呢?我每天都在为口红掉色而苦恼。虽然他们说咖啡杯上的口红印很性感,但在我看来就好像是自己留下的不干净的印记,非常不好看。”

“我平时很少注意嘴唇修饰。后来看书才发现,原来只要把嘴唇涂厚一点,你就可以好像换了一个人。太神奇了。从此我就爱上了口红和唇线笔。”

“女人的嘴唇比眼睛更容易让人记住。很多女人眼睛虽然美,但嘴唇长得很一般,那怎么看都不像是个十足的美女,只有嘴唇美了,五官才会灵动起来。”

“一直都很羡慕那种嘴唇厚厚微微上翘的女孩,不论涂什么样

唇部小动作
甚至对着镜子抹口红都让男人觉得性感

的唇彩，看起来都那么性感，而我嘴唇薄，一笑起来更显得单薄了。”

“有一项调查显示，如果女人只能带一件化妆品上街，90%的女人都选唇膏。可见女人是多么爱自己的嘴唇。”

“嘴唇是人暴露在外最纤细娇嫩的部位，正是它的娇嫩，才让男人如痴如醉。”

“我想，性感的嘴巴，不单单和嘴唇的形状有关，还包括嘴唇的表情，无论是薄嘴唇还是厚嘴唇，会咬嘴唇、媚笑等性感表情的话，那嘴唇一定是性感的。”

“喜欢自己自然的样子，只是轻轻涂上润唇膏和提亮的唇彩，嘴唇就会显得丰盈迷人。如果涂太厚会看起来油腻腻的，像嘴巴没擦干净。女孩子一定要注意这一点。”

“薄嘴唇的性感在于那种如丝的微笑和微张的样子。”

灵活运用下面这些小窍门，可以给你的性感加很多分的。

方法①

樱桃诱惑

纤长的手指拈起一颗樱桃，缓缓放入微微张开的樱桃小口，舌尖轻轻触到红红的果

皮外表，万种风情自然流露出来，让人心动不已。难怪有人说，女人吃水果的样子让人忍不住想一亲芳泽。

此时的重点不在吃上，而在举手投足间的娇态。所以，这时候你可以吃樱桃、吃草莓、吃冰淇淋、吃面包，甚至只是咬着勺子也能释放出无穷魅力。

1. **选择的食物小巧、易咀嚼。**当目的是“卖弄风情”而非逞口腹之欲时，作为道具的食物最好精巧，容易被嚼烂。如果一位淑女手拿鸡爪做咬牙切齿状，或者因食物坚硬而面部肌肉抽搐，她身边的男士感觉会如何呢？

2. **吃东西的速度要慢。**此时的

吃，讲究的是一种不疾不徐的优雅风度所带来的诱惑，风卷残云的吃相是不好的。

3. **唇边的食物残渣。**如果是冰淇淋或者蛋糕之类的食物，有时难免会在唇边留下痕迹。切记别用手背粗暴地擦，此时最好用纸巾轻轻拭去，用手指轻轻点去也是个俏皮的小动作。

方法②

微张的风情

在古典小说中看到“轻启朱唇”一词，脑海中总会假想



舌尖轻抵，万种风情自然流露出来，让人心动不已



微微张开的双唇似在说：“吻我吧”

出一幅很美的画面。微张的双唇带有诱惑的成分，当你凝视着眼前的人，微微张开嘴唇的时候，是在说：吻我吧！

杂志报纸上的性感明星们摆出撩人pose的时候总是少不了微启的嘴，也许在女性眼中看来是如此矫揉造作的动作，却会令不少男人着迷。要把这个动作做得性感而非木讷，可仔细观摩玛丽莲·梦露、安吉丽娜·朱莉以及新一代性感女神斯嘉丽·约翰逊的嘴唇。

1. **丰润的嘴唇。**如今性感嘴唇排行榜，从斯嘉丽·约翰逊，安吉丽娜·朱莉再到舒淇，无一例外都有着丰厚微翘的嘴唇。如果你本身先天条件很好，你很幸运，即使没有，相信神奇的化妆术也会让你“看起来很美”。

拥有丰厚双唇，自然有种性感味道



斯嘉丽·约翰逊



安吉丽娜·朱莉



舒淇

2. **合不拢的嘴。**一张总是紧闭的嘴让人感觉冷漠而紧张，如果稍稍放松嘴部肌肉，微开的嘴唇会提升你的受关注程度。这个动作适合在酒吧、咖啡厅等休闲场所使用。此时，要注意嘴唇打开的大小，以微现牙齿为宜。

方法③

舔的魅惑

轻舔嘴唇是用嘴巴和舌头做出的非语言性感信号。当年纤瘦的超级名模凯特·摩斯是因为一张舌尖上卷、嘴唇半张的照片风靡全球。当然动作须很巧妙有分寸，过于夸张或明显地舔唇，只会被视为夸张风骚而魅力尽失。

1. **趁对方在转移视线时或视线即将回落至你的面部时，让这勾魂一“舔”恰到好处地落入他的余光。**最有效的方法是用舌尖迅速轻舔嘴唇。

2. **芊芊玉指如涂抹唇膏般轻轻抚过娇唇，这是个非常富有美感的动作。**建议用纤长而形态优美的食指或无名指，指腹或指尖轻快地从唇角沿唇红一抹而过，并立即过渡到托腮或轻抚下颌的动作。手指不够修长或形态不够优美的人慎用。