

Tender Feeling of Women



# 女人<sup>的</sup>温情

新女人资本：用天质温情自主优雅人生

Tender Feeling of Women

时代文艺出版社

---

**图书在版编目(CIP)数据**

女人的温情/方华著. —长春:时代文艺出版社,  
2002.2  
ISBN 7-5387-1631-9  
I. 女… II. 方… III. 女性—修养 IV. B825  
中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 003184 号

---

## 女人的温情

---

作 者:方 华

责任编辑:赵 岩

责任校对:赵 岩

装帧设计:老 家

出 版:时代文艺出版社

(长春市人民大街 124 号 邮编 130021 电话:5638648)

发 行:新华书店首都发行所

印 刷:北京云浩印刷厂

开 本:850×1168 毫米 32 开

字 数:300 千字

印 张:11.875

版 次:2002 年 2 月第 1 版

印 次:2002 年 2 月第 1 次印刷

印 数:10 000 册

---

书 号 ISBN 7-5387-1631-9/I·1560

定 价 22.00 元

# Tender Feeling of Women

---

女人的资本就是女人的温情味道。女人的温情味道是你回避后反而越陷越深的眷恋；是把你搞病了又不知病在哪里的一个迷惘；是给你充足的时间去判断、去回答的思考题；是平静中平静地达到的一种效果；是走过去遗留在身后的藕断丝连；是若隐若现的清香你又找不到香从何来的内心惊诧；是不怕反复的追踪；是看到别人相拥自己就难过的隐秘；是有品位男人眼里的伤感和陶醉、平庸男人的望而却步；是女人之间可以欣赏也可以诋毁的莫名愁思；是靠神经去捕捉的音阶；是诗人笔下的一股灵气……女人温情的味道就是这样的动人心弦，这样的不可捉摸，没有形态、没有走势，就这样缓缓地铺开，缓缓地介入，缓缓撩起情感和愁绪，缓缓刺痛无聊和粗俗，缓地把人请去，也缓缓地拒人以千里。

## 女人资本：天质温情女人味

人是有感情的动物，在生活的每时每处都期盼着温情，尤其在他陷入绝境的时候，即使最坚强的斗士，也难脱俗。老诗人曾卓写给妻子的一首诗中说：“一捧水就可以解救我的口渴 / 一口酒就使我醉了 / 一点温暖就使我全身灼热……”这种让人感动的诗句，展露男人对真正温情的渴盼。

毫无疑问，我们所生活的社会是由脉脉温情交织而成的，只不过是若干年来社会生活发生了重大变革，生活节奏明显加快，使得芸芸众生仿佛无暇顾及温情。

有人说，现在的温情生长在夹缝中，被挤压得变成了畸型，有一定道理。尤其是当今的女性，她们走出家门，和男人一样在职场上摸爬滚打，真正意义上成为中国社会的“半边天”，这是社会进步的具体体现；同时，由于工作和家庭的双重挤压，特别是随着中国市场经济进程的不断推进，竞争与生存压力日益增大，女性也和男性一样日益变得浮躁，逐渐丧失了女性所特有的温情和女人味。于是，有人感叹道：失去了温情的女人还有女人味吗？

何谓女人味？女人的味道是女人之“态”，或曰神韵。李渔讲：女人有态，三分漂亮可增加到七分；女人无态，七分漂亮可降落到三分。它如火之有焰，如灯之有光，如金银之宝气。

女人的漂亮确实是好，年纪轻、五官端正，看了就舒服。但漂亮也有短处，漂亮缺乏后劲，亦欠底蕴，经不起时间的推敲，以致漂亮就熟视无睹了。

漂亮是一眼就瞧得见的，是没经琢磨和消化就留下的印象，是流畅、通俗的文字，是一口咂出味的奶糖，是站在屋里朝外看到的一处景致。

漂亮不等于有味道、有神韵。味道是飘出来的；是一种神秘的出现，是一种悄然的潜入。女人的温情味道是你回避后反而越陷越深；是把你搞病了又不知病在哪里的一个阴谋；是给你充足的时间去判断、去回答的思考题；是平静中平静地达到的一种效果；是走过去遗留在那里的藕断丝连；是闻的到若隐若现的清香又找不到香从何来的一个不大不小的惊诧；是不怕反复的追踪；是看到的别人就自己难过的隐秘；是有品位男人眼里的伤感和陶醉，平庸男人的望而却步；是女人之间可以欣赏也可以诋毁的莫名愁思；是靠神经去捕捉的音阶；是诗人笔下的一股灵气……女人的味道就是这样的动人心弦，这样的不可捉摸，没有形态、没有走势，就这样缓缓地铺开，缓缓地介入，缓缓撩起情感和愁绪，缓缓刺痛无聊和粗俗，缓缓地把人请去，也缓缓地拒人以千里。

漂亮是年轻的，温情味道是隽永的。

女人的温情味道可以随着岁月往前，岁月不是它的天敌，而是它的姐妹；女人的味道与神态有关、与步态有关、与眉目有关、与气息有关、与趣味有关、与天气有关、与涵养有关、与性格有关；女人的温情味道是里里外外最有机的结合，最出色的表演，最默契的合作；女人的味道，有鼻的不一定能闻，有眼的不一定能见，有心的不一定能体察，她走到哪里，这种味道，并不是谁都可以读懂的。总而言之，女人味就是女性身心每一个角落散发出来的脉脉温情。

现代女性还纯情吗？多年以前，小男生们最爱纯情的小女生。到现在，如果谁说哪个小女生纯情，她甚至会认为那是在侮辱她。现代

的都市，每个人都在尽最大努力地成长、成熟和坚强起来，温情也早早溜之大吉。曾经问过多个男性朋友：“两个人被困山上，只有两个馒头，你们选把馒头全给你吃的女性，还是选坚持同你一人吃一个的女性？”所认识的人大都选后者，精明地说：“都给我吃了，后半截的路岂不是要我背着她走吗？”看，时势不一样了，男人都不愿一力承担一切，还要求女性修养温情？在大多数人看来，现代的女性，纯情与否已经不重要了，自立与否倒是重要。显而易见，女人的温情越发变得太奢侈了。

在中国，少妇似乎从来就不是个美称。说起少女，人们眼前会浮现出一个活泼可爱的形象，还带些腼腆和骄傲；说到少妇，往往第一反应却是一个衣衫不整、面容枯黄的女人。在平日的言语交往中，人们对待字女子总存三分客气，对已婚妇人则完全不需容让赞美。已婚的妇人仿佛是一个没有性别的人，她是他人的妻，孩子的妈，老人的媳妇，却惟独不是个女人。看看现在层出不穷的大小明星，满目玉女飞扬。有的女明星孩子都上幼儿园了还纯纯地说连男朋友都没有。有几个女明星给人留下了少妇余韵的感觉呢？

在一个稳定文明的秩序下，女孩儿总是尊贵的，受到四方呵护，父母连重骂一句都使不得。而做了媳妇后，意味着开始正式面对社会，承担起生活的重负。不幸的是，这还是个要为生存而挣扎的社会。房子、孩子、和男人一样的工作，有多少操心的事，样样都不容易。很多时候，残酷的事实是，多泼辣一分就多一分获得的机会。于是女人就变得越来越越来越粗糙，当女人自己都不把自己当女人时，又从何谈温情与风韵呢？

有一个年轻女子到瑞典朋友家做客。那家 92 岁的外婆也来了。她穿着藏青上装，下系紫红黑条纹长裙，颈上佩同色丝巾，足蹬棉靴。当她惊异于如此高龄的老人打扮得如此端庄得体时，她看见，老人在过道的凳子上坐下，同时从随身的包里拿出一双考究的中跟皮鞋，缓缓换上再进客厅。刹那，这位年轻女子失去了年龄的概念，只希望现

在能像她一样美丽。

女人,不能不宝贵自己。然而,更重要的是,要先给女人一个能宝贵自己的基础。《红楼梦》里贾宝玉有句名言——女孩子出嫁前是颗珍珠,嫁了人之后就是颗鱼眼睛了。这当然是宝二爷骂那些婆子的疯话,可却不知说中了多少当今女性的命运。但愿这令人沮丧的命运,在这个走向富裕成熟的社会里不再重演。当女孩尊贵地走向婚姻的红地毯时,这不是变成鱼眼睛的开端,而是由可爱、美丽,变得成熟、优雅、精致、高贵……渐渐地,在岁月的磨练下,变成一颗恒久远并散发出楚楚温情的钻石。

有一个女歌手唱:“生活就是快快乐乐没烦恼,只要高兴就好。”新一代的女人们活得多自我多自由多痛快啊。她们所看重的,是享受生命的快乐。她们在快快乐乐享受生命中找到了自我、活出了青春的奔放潇洒,她们在自由自在中找到了真女人的温情和风韵。本书将围绕女人应该拥有和怎样去拥有真正属于自己的温情与风韵进行多层次、多角度的探讨。下面,我们可以进入正题了。

## 目 录

### 女人资本：天质温情女人味 / 1

#### 温情女人、浪漫富有

时尚之手：温情女人 / 2

温情万种的新版解读 / 3

性感和女人味道 / 5

现代淑女与浪漫情怀 / 9

女人的优雅与气质 / 12

真实故事：浪漫是精致的易碎品 / 15

温柔是一剂让人渴望的毒药 / 17

可爱女人的七个要素 / 18

做一个充满温情的贵气女人 / 19

书香美女与半点风骚 / 21

女人什么时候最美 / 24

中国人的浪漫 / 27

万般风情巧卖弄 / 29

|                 |     |
|-----------------|-----|
| 营造一个小巢          | /31 |
| 真实故事：一位女性对撒娇的体会 | /33 |
| 浪漫内衣与爱情         | /34 |

### 源于温情、开心资本

|                |     |
|----------------|-----|
| 女人最想要的是什么      | /38 |
| 一个女人的七大幸福梦想    | /39 |
| 幸福故事：幸福原来如此简单  | /41 |
| 幸福的另一种答案       | /42 |
| 幸福故事：古老爱情的古老模式 | /43 |
| 幸福家庭的一般规律      | /45 |
| 幸福忠告：女人错误的结婚理由 | /46 |
| 点击温情女人一生的几个关键词 | /47 |
| 做个快乐女人的十个原则    | /50 |
| 幸福解读：女性身体的真相   | /53 |
| 进入简朴生活的六种途径    | /55 |
| 新世纪温情女人的幸福观    | /57 |
| 在玩中快乐着你的快乐     | /59 |
| 掌控情绪做个幸福的女人    | /61 |
| 在谎言中有没有温情和幸福   | /62 |
| 女人心累人才累        | /65 |
| 警惕幸福的麻痹性       | /67 |
| 一夜情是不是温情的花朵    | /69 |
| 不要寄情于红杏出墙来弥补缺憾 | /71 |

### 在花前月下编织温情花环

- 新世纪我们怎样去爱 /76
- 做一个成功的恋人 /78
- 女人被爱的六个必备条件 /80
- 十种不受欢迎的女孩 /81
- 透视小资女人们的爱情 /82
- 了解男人再谈恋爱 /85
- 向心仪的男人靠拢 /87
- 温故一千年前的爱情 /88
- 在情人节里为爱准备美丽的温情 /89
- 爱人永远只有两种 /91
- 春游时别忘说“我爱你” /92
- 爱情故事：风花雪月不是爱 /94
- 爱情到底是什么 /97
- 白领女性为何缺爱 /99
- 给热恋中女性的几点忠告 /100
- 当你遭遇不黏不涩的爱情时 /101
- 情感标本：半小时内爱上一个男人 /103
- 爱情故事：我的爱你储存了没有 /109
- 快活地谈一场绝望爱情 /111

### 用温情把男人变为自己的财富

- 男人一生中的女人们 /115

4 / 女人的温情 *Tender feeling of Women*

|                |      |
|----------------|------|
| 男人是否最怕被爱套牢     | /117 |
| 女人如何爱一个好男人     | /120 |
| 将男人攥在手心里的九个忠告  | /122 |
| 丈夫为什么都不说话      | /124 |
| 聪明妻子语言沟通中的温情主义 | /125 |
| 围城故事：生活不是做秀    | /129 |
| 温情女人驾驭丈夫的梅花五式  | /131 |
| 六种类型最吸引男人的女性   | /132 |
| 爱情实验室里得出的惊人结论  | /133 |
| 恩爱夫妻的距离美学与吵架艺术 | /135 |
| 围城故事：婚姻是一条弯道   | /137 |
| 谁说改变男人像虎口拔牙    | /139 |
| 慧眼识破感情走私的征兆    | /143 |
| 男人为何越轨         | /146 |
| 把握男人出轨的关键时刻    | /147 |
| 红杏出墙男女心理各不相同   | /148 |
| 解析婚外情          | /149 |
| 无理由离婚——婚姻的幼稚病  | /153 |

**体味美妙与和谐性爱的情调**

|             |      |
|-------------|------|
| 让调情成为生活的一部分 | /157 |
| 男人味与女人味     | /159 |
| 在调情和情调之间性爱  | /161 |
| 婚恋生活的三项要素   | /164 |

|                |      |
|----------------|------|
| 温情女人的完美性爱秘诀    | /165 |
| 性爱的背景音乐声音      | /170 |
| 风化与人           | /172 |
| 自主平衡           | /175 |
| 女人新本色          | /178 |
| 女人情和男人性        | /181 |
| 想象本是自由花        | /184 |
| 婚前自慰           | /191 |
| 自在做爱           | /195 |
| 克服女性屈辱感        | /198 |
| 不合谐的性与婚外恋      | /206 |
| 选择安全实效避孕法      | /213 |
| 呵护爱侣           | /215 |
| 性格之性           | /220 |
| 结婚和你的责任        | /224 |
| 征服与温顺          | /234 |
| 现实和浪漫的期待       | /243 |
| 情爱故事：性在爱中复活    | /260 |
| 关于男性雅努斯心态的解析   | /263 |
| 情感流溢的亲昵之美      | /266 |
| 情爱故事：和谐的性与甜甜的爱 | /267 |
| 夫妻敌意与性障碍       | /269 |
| 矛盾夫妻的性调解       | /274 |

**女人形象塑造的温情原则**

- 美女观的世纪变化 /277
- 前卫不等于美丽 /279
- 新世纪女性健美的标准 /281
- 古典美人九大法则 /282
- 做个充满温情魅力的女人 /284
- 女人潇洒高雅的仪态之美 /286
- 重塑自我的都市新时尚 /288
- 弄出小女人不重样的美丽来 /291
- 性感是一种分寸感 /295
- 增加魅力指数的妙招 /296
- 形象个案：港台明星的扮美方案 /298
- 白衣胜雪真美出尘 /299
- 敢不敢穿一身嫩嫩的粉色 /300
- 别在自己的漂亮中搁浅 /301
- 形象个案：像奥黛丽·赫本一样装扮 /304
- 隐恶扬善的五种穿衣妙招 /305
- 温情女人魔力内衣的情调锦囊 /307
- 保持身材七大秘诀 /311
- 苗条身材的绝密档案 /312

**亲和自然的温情妆容与修饰**

- 轻轻松松呵护自己的美丽 /315
- 别成为藏在化妆背后的女人 /317

|               |      |
|---------------|------|
| 好习惯造就温情靓女的韵味  | /318 |
| 根据脸型装扮属于自己的个性 | /319 |
| 四季色彩打造百分百魅力女人 | /322 |
| 改掉错误的美容习惯     | /324 |
| 魅力个案：国际明星美容妙招 | /325 |
| 法国女性优雅十秘诀     | /326 |
| 漂亮眼睛的八大敌人     | /327 |
| 胜似化妆品的自然美容术   | /329 |
| 魅力个案：巩俐的美丽妙招  | /330 |
| 女性面部美容的七个动作   | /332 |
| 闻香识女人         | /333 |
| 整治面部缺陷美       | /335 |
| 宠爱自己美容方案      | /337 |
| 制定收支平衡的美容计划   | /338 |
| 让你拥有国色天香的几种秘方 | /339 |

### 做成功的温情主义女性

|               |      |
|---------------|------|
| 21 世纪女人生活新模式  | /342 |
| 忙碌的女性请关心一下自己  | /346 |
| 职业女性沉思三分钟     | /347 |
| 甲女丁男现象思考      | /348 |
| 职场故事：我做老总的女秘书 | /349 |
| 成功白领伊人形象揭密    | /353 |
| 从着装上看透职业女性的性格 | /356 |

8 / 女人的温情 *Tender feeling of Women*

---

|                |      |
|----------------|------|
| 秋日新装扮靓职场佳人     | /357 |
| 职业女性要坐有坐相      | /359 |
| 白领女性在社交场合的八个禁忌 | /360 |
| 其实我们在透支生活      | /361 |
| 解析小资白领女性格调的指标  | /362 |
| 职场故事：一凡的白领生活   | /364 |

## 温情女人、浪漫富有

我们现在实在很难得看见像“羞答答的玫瑰静静地开”那样的女孩子了——起码在这个繁华浮躁的都市难觅芳踪，有的或者是酷女或者是辣女，她们或者会令你感到冷若冰霜或者令你火冒三丈。你想有一股清泉流过心田，没门，早生半个世纪吧。

而事实上，男人在爱情的天平上仍然是偏爱淑女型的女性的，尽管他们对酷女和辣女充满了好奇心，但贴身接触还是有所忌讳与防范的——当有些渴求爱情的女性明白这一点时，也就竭力往淑女族靠拢。于是，也出现了一批令人生厌的假淑女。

比如，她们说话总是蚊子般细声细气，吃饭时老是抱怨体重超标，与人约会故意姗姗来迟，穿衣打扮作孩子可爱状。她们以为这就是小鸟依人，就是淑女风度。真真可笑！淑女绝不是扮出来的，它源于一颗恬静随缘的心，源于深厚的修养，从而流露出来的是高雅和安详，含而不露。

在两性关系中，淑女也保持着一种与男性合理的距离，她既不依赖男人，不会靠嗲男人电男人达到某种目的；也不会排斥男人，不会像时下流行的女权主义者那样刻意去发动性别战争。在男人眼中，她是可爱可亲的，闪烁着温柔与浪漫的气度，有着迷人的韵味，是不可侵犯的，是需要保护的——会激发起男人强者的天性。

## 时尚之手：温情女人

**魔鬼身材：**造物主的杰作，让人惊叹的花姿蝶影。但它不是人造的硕胸、肥臀和蜂腰组成的性感。她的肢体语言不会作放浪的暗示，却对女人的韵味把握得恰如其分。即使她不动不摇，依然春光如泄，读上去像一首风情诗。

**天使笑容：**她笑起来像天使。不会淫笑、狂笑，而是娇嗔地笑，带一点点女人的矜持，带一点诱惑。

**服饰：**不求性感，但求情调。不追寻品位格调，却醉心于女人的韵味。她也穿丝袜，但在她看来，黑色的网眼袜过于性感招摇；她更倾向选肉色或藕色丝袜，那可以使她的修腿更迷人，她腿上的风情更显得含蓄与收敛。

**眼神：**春色荡漾，勾人魂魄，但绝不狂野。读得出明媚、却不滞涩。眼神里读得出风情万种。

**音色：**充满磁感，悦耳动听。但闻其声，足以让人想入非非。即使嗲，也不让人感到妖冶；适度缠绵，不会使人犯腻。

**香水：**她不想选用更典雅的香水，也不想选用过于强烈、性感的香型。她愿意在香氛中存在，而且这芳香又比较迷人，那她便是一首风情小诗，足以引起别人注意，阅读她使人感到别有韵味。

**天性：**她相信风情是与生俱来的，展露风情更需要天赋。卖弄风情，只会是蹩脚的表演。风情需要自然地流露。在调制风情的过程中，因天性使然，她永远是个天才的调酒师，色泽品味俱佳，不会失手，更不会不到位。

**修养：**她相信修养与天性是小鸟的两只翅膀，共同展翅才能在风情世界里飞翔。缺失天性万万不能，有天性而无悟性同样不能。悟性的一半来自修养。它需要修炼学识，修炼人格、修炼文化，真正地理解女人风情的本质，张扬得有板有眼，敛放得当。把女人生命中美好