

女人怎样更风韵

万种风情的魅力发挥

廖金泽 著

海天出版社

廖金泽 著

女人 怎样更 风韵

万种风情的魅力发挥

海天出版社

图书在版编目(CIP)数据

女人怎样更风韵/廖金泽著.—深圳:海天出版社, 2005.7

(完美女人系列)

ISBN 7-80697-515-2

I.女... II.廖... III.女性—修养—通俗读物 IV.B825-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2005)第062232号

海天出版社出版发行

(深圳市彩田南路海天大厦 518033)

<http://www.htph.com.cn>

责任编辑:廖译(email:choately@sohu.com)

·责任技编:卢志贵 封面设计:谭伟伟

邮购电话:0755-83460397

深圳市希望印刷有限公司印刷 海天出版社经销

2005年7月第1版 2005年7月第1次印刷

开本:889mm×1194mm 1/32 印张:6.25

字数:50千 印数:1-6000册

定价:29.00元

海天版图书版权所有,侵权必究。

海天版图书凡有印装质量问题,请随时向承印厂调换。

代序

成熟的女人自有风情万种



究竟什么样的女人才会获得男人经久不息的迷恋？答案只有一个，那就是成熟而有风韵的女人。俗话说，徐娘半老，风韵犹存。因为阅人无数，历经沧海，所以对自己和对男人都有极其透彻的了解，什么时候柔情似水，什么时候冷若冰霜，什么时候含而不露，什么时候若即若离，这种女人都会以过来人的从容拿捏得恰到好处，让男人魂不守舍的同时，佩服得五体投地。

风韵的女人一定都是并不年轻但很成熟的女人，所谓成熟，不仅包括心态，也包括身体。因为成熟，所以使用起来随心所欲，得心应手，直叫涉世未深的男人分不清东西。

其实，真正成熟的男人欣赏与迷恋的也是风韵犹存的女人，在成熟男人看来，性感的女人是一杯水，晃眼但却乏味；风韵的女人如一瓶酒，色重但却够味，尤其是那种经久不息的后劲，醇和绵长，非常值得回味。

风韵的女人大多深谙风月之道，虽然风月

LADY—HOW TO BE MORE CHARMING

无边，但却只会将这个“风”字化成风情万种，而绝不会化为风流甚至风骚，这种女人对分寸的拿捏与把握，实在已经到了出神入化的地步，让男人只有欣赏与赞叹的份，而没有胡思乱想的可能。

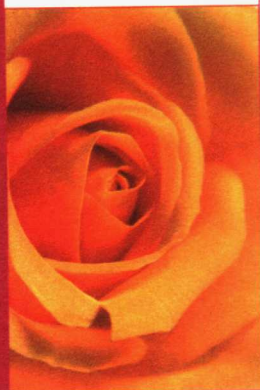
能够做到这一点极不容易，但风韵的女人就是有这个本事，所以才会外表精致，内涵丰富，聪明大度，优雅成熟，时尚而不时髦，风韵而不风情，古典而不古板，随和而不随便，内敛而不内向，从容而且镇定，能够将微不足道的事做到完美无缺，将举足轻重的事做到无懈可击。

风韵的女人有着非常迷人的吸引力，与其说是姿色犹存，不如说是神态动人，那种温文尔雅、温和善良、不卑不亢、落落大方，充满着善解人意的睿智与解透风情的成熟，使整个人仿佛散发出神圣的光辉。男人碰上这样的女人，一定会情不自禁地倾诉自己的心事，交付自己的一生。

风韵的女人往往有些热情，有些美艳，有些自恋，正是由于天赋出色，所以才能笑对人生。你要想做到如此的优秀与出色，除了年龄积累之外，还有几件事必须完成，那就是：

丰富阅历、珍惜经验、享受成熟、体验感觉、流露风情、发挥气质、展现魅力。

如此这般，你即便已是半老徐娘，照样能够风韵犹存，照样还能迷倒众生。



第一章 丰富阅历 1

- 第一节 生活经历
- 第二节 感情经历
- 第三节 事业经历
- 第四节 社会经历
- 第五节 自然经历

第二章 珍惜经验 23

- 第一节 内外兼修
- 第二节 处世态度
- 第三节 尊重年龄
- 第四节 悉心保养
- 第五节 保持新鲜

第三章 享受成熟 45

- 第一节 成熟心态
- 第二节 成熟体态
- 第三节 成熟姿态
- 第四节 成熟神态
- 第五节 成熟状态

第四章 体验感觉 77

- 第一节 玲珑骨感
- 第二节 丰满肉感
- 第三节 细腻质感
- 第四节 灵动性感
- 第五节 鲜活传感

第五章 流露风情 107

- 第一节 举止行为
- 第二节 表情神态
- 第三节 语言表达
- 第四节 待人处事
- 第五节 品位格调

第六章 发挥气质 135

- 第一节 温柔善良
- 第二节 充满自信
- 第三节 善解人意
- 第四节 超凡脱俗
- 第五节 情趣盎然

第七章 展现魅力 167

- 第一节 风韵楚楚
- 第二节 风度翩然
- 第三节 风姿绰约
- 第四节 风情万种
- 第五节 风韵犹存

后记 199

第一章

丰富阅历

风韵需要时间的历练，需要岁月的考究。过眼烟云不会白白过眼，它总会不经意间在你身上留下点蛛丝马迹，这就是阅历。

LADY—HOW TO BE MORE CHARMING



风韵需要时间的历练，需要岁月的考究。过眼烟云不会白白过眼，它总会不经意间在你身上留下点蛛丝马迹，这就是阅历。

有了丰富阅历的女人有着独特的沧桑感，这种沧桑并不代表着衰退，它也许是智慧，也许是气质，也许是别的什么。但它酿就了没见过世面、没经过风雨的女孩子身上绝不可能出现的风韵。

风韵就是那种看后觉得里面有内涵有底蕴的东西，味道、气质、魅力、成熟的性感……风韵与阅历成正比，当然，在聪明的女人身上才是如此。

老去的容颜可以通过化妆来掩饰，风韵却是单纯与平庸的女人短期内无法酝酿出来的。阅历，让熟透的女人少了丝幻想，多了点实际；少了份灵性，多了种韵味；少了些清纯，多了种内涵。

这种阅历需要时间的洗涤！

第一节 生活经历

玉不琢不成器，女人不经过生活的磨炼，怎么看怎么肤浅、幼稚。

生活对女人往往是毫不怜香惜玉的，带走娇嫩的容颜不说，少女时代可珍可恋的梦想也要一个个被踩在实现的脚下揉得粉碎，但女人还是得感谢它，它带走了虚无缥缈的种种，给女人留下了实在。实在总是让女人感到踏实、安全。

丰富的生活经历赋予女人的是生存的智慧。当某个有很长一段生活经历的女人要处理一件事情时，她的做法一定与她的生活经历密切相关。

中国人有句老话，“三穷三富到过老”。意思是人生没有一帆风顺的，



总会遇到低谷时期。外在的压力和内心细碎的折磨逼迫而来，这时，有谁会像李白那样高吟“天生我才必有用”，然后摔柴门而去呢？

面对困境，有过丰富生活经历的女人变得异常勇敢，出场精力充沛，充满了抖擞的精神和昂扬的斗志，自信旷达，美丽坚强，令人欣赏。

有什么好怕的呢？这样的困境也许你早就经历过，即使未经历过，那也看过、听过，已有了一颗铜墙铁壁的心来抵挡。精彩的生活怎可没有困苦做垫？这是人生的规律。有时候，痛苦不过是一针强心剂，不如让它直接刺向你的心脏，痛哭或者狂吼一番，然后睡觉。第二天醒来，又是崭新的一天。

面对困境，最怕安静，静下来心灵就会受到痛苦的啃咬。女人的心是柔软的，极易受伤，也就因这柔软，极有韧性。纵千疮百孔，女人一点点积累人生的智慧，一步步修护受伤的心灵，久而久之，心灵会异常坚强。

当你还有一个健康的身体，所谓的风险其实只是人生旅途上的风景；只有当你失去信心、健康时，它们才是真正的风险，比如失窃、失去爱人、失业。那滋味苦得让人不堪忍受。



面对生活中的种种艰难困苦，女人的心灵复原力的强弱，往往比教育、经验、培训等因素更能决定她的成败。

生活和岁月给予女人勇气的同时，也给了女人在危难时候寻找生活真谛的能力和随机应变想出解决问题的能力。

有的女人一生漂泊，居无定所，跑到全国各省看了风景，或是生活过，说不定还出了国，交了不少的朋友，她的生活经历无疑是丰富多彩的。

有的女人生活很少变化，生于斯，长于斯，也许还遇到个当地青梅竹马，于是又嫁于斯，在这个地方继续生活，生儿育女，直至掩于生她养她的土地。但我们不会说她就没有丰富的生活经历。

生活的意义不在于长度，不在于地域，而在于发现。再精彩的人生经过三十年四十年五十年的历程，你还能指望它一天能给你多少惊喜呢？更多的是日复一日的重复，细细碎碎的折磨而已。你千万不要借口忙乱就丢掉了自己敏感的心灵，记得自己去发现平凡中的伟大、繁琐中的新奇，“人生无意义”的念头才会离你远去，才能在心中点燃“希望”和“勇于生活”的两盏灯光，用安稳愉快的心情去迎接明天。



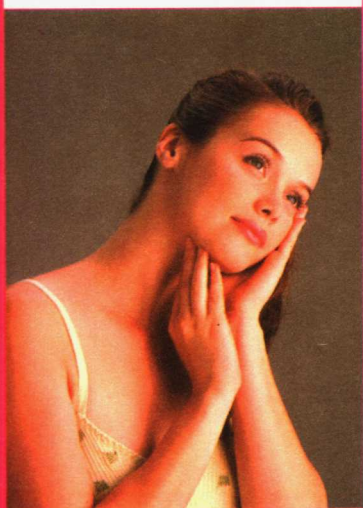
LADY—HOW TO BE MORE CHARMING

女人的生活有百分之九十九点九是在平凡中度过的，平凡到大部分时候只有自己才知道自己的真实存在与想法，才明白为什么自己会突然哭泣和欢喜，不是神经质，而是你有一颗善感的心，有了它，你平淡的生活才充满传奇。

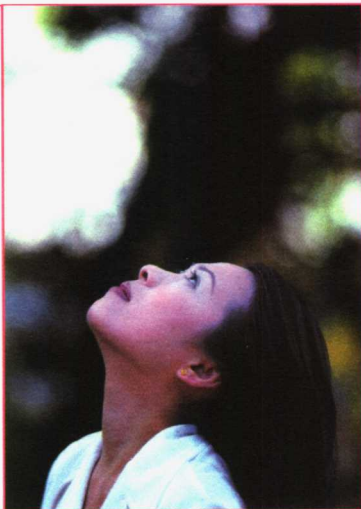
女人成熟的魅力在于“自行消化生活压力，解决生活困境”的能力，在生活压力较大的今天，如果女人连消化这一点压力的能耐也没有，要靠发泄来平衡身心，可以说这样的女人于年轻女人就毫无优势，容貌也无，说服力和吸引力都降到了零。

因为成熟你才能够超越世俗，处事不惊，在更广泛的空间中去寻求生命的意义。社会经历的丰富也让你在人际的交往中游刃有余，在不经意间流露出你的智慧与从容。

具备丰富阅历的女人是一种智慧与丰富经历结合的产物。褪去了青春的稚气与懵懂后，你会显得宽容、宠辱不惊，有着闲看花开花落的气度，让男人们充满景仰之情，有不经意地去追随的冲动。



第二节 感情经历



女人是最渴求爱，也最会表达爱的动物，因为女人离不开爱——爱父母、爱男人、爱孩子。无论接受还是赐予，女人都会因此而身心受益。

爱情对于女人的魔力胜过任何一种化妆品或灵丹妙药，它能让女人产生一种无与伦比的魅力，让你生动，让你妩媚，无穷尽地展现你作为女人的美。

没有爱过的女人多少会有点幼稚，久而久之就偏激，不近人情。这是很值得悲哀的事。有着丰富感情经历的女人则如同一道营养口味并重的佳肴，细腻丰富，香气内敛悠长，后味绵延醇厚。

LADY—HOW TO BE MORE CHARMING

年轻的女人就像刚从上帝造人的车床上下来的毛坯，有很多毛刺，把她放到爱海中淘一淘，涮一涮，恰好刮掉了毛刺。

爱情的从无到有，从得意再到挫折会让女人变得更为现实。好女人是男人的一所学校，男人何尝不是？即使不成功的婚姻，对于女人也是一次实践。与男人的种种纠缠会让女人更加懂得男人的所需所想。男人什么时候需要你来关怀？男人什么时候需要你的关爱？在明白这些后，女人会更加体贴男人。

没有什么比挫折更能使一个女人散发出成熟的魅力。爱情或婚姻失败了，你会冷静下来，反思在爱情或婚姻中的得失。因为反思而成熟，而避免重蹈覆辙，从一个不知世事、任性妄为或痴痴呆呆、沉溺于幻想的女孩子过渡到一个成熟的女人。

一个人在挫折中才更懂得亲情和爱，此时才不会那么骄傲，才会注重和周围人的情感交流，不会一个人孤独地走过。

因为了解，所以倍加珍惜。爱过恨过的女人懂得男人需要怎样的爱抚，懂得情感的交流，懂得温柔和体贴，感情和婚姻的曾经拥有会使你懂



得安排节目，懂得约会时笑容满面，懂得关心问候，懂得相处的技巧。成熟稳重的女人，再没有年轻人的浮躁和骄矜之气，就像磨合过的车一样，越开越灵。这样的女人从一开始就能让男人惊喜不断。

在与自己喜欢的男人交往中，女人会变得善于表现自己的长处，善于“推销”自己，使对方了解自己、喜欢自己；另一方面，也不再强人所难，过早逼迫对方表态，因为恋爱过程应是水到渠成、瓜熟蒂落的自然发展过程，任何的勉强和不真实感，都可能酿成日后的悲剧，两颗灵魂的结合需要一段时间。

夫妻间的和谐关系是靠思想信息的交流而形成并维护的。它包括互相的尊重欣赏，夫妻若缺乏情感交流，其隔阂便会渗透到生活的各个方面，使双方渐渐疏远，由相互看不惯到相互厌倦。

有些糊涂的女人总是简单地认为，我无需保持端庄的仪态，只要自己有助于丈夫和家庭，男人就不会（至少从道义上讲是不敢）嫌弃自己，因而不注意自身的修养和提高，使两人间拉大差距，造成情感不和谐。

爱情的受挫和婚姻的失败会提醒



这些无知的女人。夫妻既是一个共同生活的整体，又是两个各自独立的人。它不会因为一方的提高“带高”另一方，只有双方共同提高，才是婚姻稳固和谐的基础。

女人的人生应该是双行线，就像地球需要公转与自转一样，一个人不但需要随着外部世界一起公转，同时还要为自己的理想和爱好自转。公转的结果是让你与时俱进，而自转的目的是让你保持鲜亮个性与理想。

所以，有感情经历的女人多半不会放弃事业、爱好和理想，不会只会围着丈夫孩子转转转。她会学会对自己的人生对家庭都做出计划，用智慧维护这个小小的利益共同体。

和男人共同前进是女人最明智而安全的选择，而距离是情感背叛的最大帮凶。有过感情经历的女人在情感和人际关系方面的智慧指数要高于其他的女人，因此婚姻成功的概率相当高。虽然你也会在平淡的日子渴望惊天动地的浪漫故事发生，但是更多的是把爱情当橄榄，放在嘴里轻轻含着，慢慢品着。

