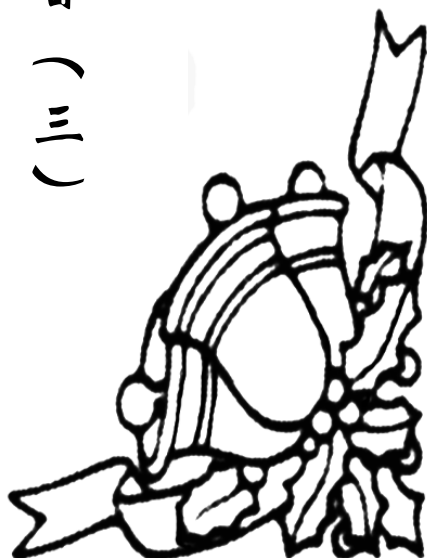




浪漫生活百分百（三）

周永泰 编著



目录

情人浪漫技巧	1
让你男友对你死心踏地的绝招	1
塑造男子最佳形象	2
最吸引男人的女孩	7
女人的情调	8
魅力倾情	9
男人择香须留意	11
增进自己的魅力	13
社交中的浪漫艺术	15
与女性交往的禁忌	15
与异性交谈的艺术	18
少女的形体语言	20
男女交往哲学	22
如何与陌生女孩交谈	24
结识陌生女孩	25
需当心的男人	26
叩开对方的心扉	29
淑女镇山四招	29
听懂女人话语	30
男人的弦外之音	31
读懂她的心	32
男生必读	35
破译女人的谜团	43
女孩子“小动作”	48
男孩的性爱告白	49
女性最容易动心的时刻	52
女人的 16 个性感时刻	54

打动女人的法门	58
令女人心仪的男人	62
沉默的男人使人心动	63
令她心动的妙法	64
六招打动女人心	65
女人如何被俘虏	70
让女人心动的九招	73
浪漫的追求方法	74
追女孩的时机	74
追求女孩的方法	78
追求女孩的策略	82
追女朋友的要诀	84
男孩恋爱必读	85
追求女孩秘诀	88
恋爱心得	91
心理技巧	95
追女孩子的方法	96
空手套白“狼”	102
走偏门捷径	103
追女招数小全	105
如何追求自己的女同学	109
探知血型好抠靓女	112
如何追求 O 型血的女孩	120
如何追求 B 型血的女孩	121
如何追求 AB 型血的女孩	122
不同血型人的个性与恋爱讯号	123
俘获女孩子的芳心	126

情人浪漫技巧

让你男友对你死心踏地的绝招

1 适度裸露

对颈部有自信的女人，穿 V 字领的衣服，再搭配以金项链，即能衬托美丽的颈线；对肩部有自信的人，不妨穿着削肩、直筒型服饰；如果担心肩露太多，不妨缀缝一些花边或是搭配肩围；对胸部有自信的人，可以多解开一个衬衫的纽扣，穿透明衬衫搭配同色系的花边胸罩；对大腿有自信的人，宜穿迷你裙。若穿长裙的话，宜露出足踝。这样既浪漫又性感还能增加回头率，你的男友也会为你而感到自豪。

2 淡淡的香水味儿

当在月朗星稀夜晚，男朋友约你出去散步时，适当的让身上带着香水味那会为你们的约会增添另一种浪漫的氛围。最好的方法，在肚脐和乳房周围，用一小团棉花，蘸上香水放在胸罩中间，这样不但使香味保持长久，还可以使香味随着体温的热气，向四面八方溢散。

3 风情万种

当你与男友共进烛光晚餐时，那脉脉含情的目光，那嫣然一笑的神情，那仪态万方的举止，那楚楚动人的面容，有时胜过了千言万语。

4 塑造你的“神秘之美”

把自己塑造成带点神秘感的形象，让他觉得你永远

是个谜，是一本百读不厌的书。既浪漫又有新鲜感。

5 风流而非下流

通常，所谓风流是先天的，下流则属于后天。不具有风流特性的女人，男人会感到索然无味。

6 适当包装

可爱的女性除了具有先天效的容貌之外，后天的素养犹为重要。每一次与男友的约会，挑一套合适的着装，配上恰到好处的饰物，会让你的男友感觉你有一种秀色可襄的味道。

7 在手提包里装点男情物品

热恋中的男女约会，通常很长时间在一块儿，面对男性来说往往是徒句约会，那么女性的手提包此时大有用处，聪明的女性会在她的包里装点男性物品，比如香烟、打火机等，因为这些，你的男友也许会比以前更爱你。

塑造男子最佳形象

每个男子，都有着不同于别人的独特个性与外表，要在生活中塑造一个理想的形象，首先要对自己有一个正确的，全面的认识。因此，除了对自己个性特征进行探究之外，对自己的外形特征也要认真分析，这样，才能设计出你在生活中的最佳形象。比如，你是一位身材高大，性格豪爽的男子，假若烫一头卷发或是一身脂粉气，就会产生及不协调的感觉。由此可见，塑造个人形象第一步，就是总体基调的设计，从自己性格，外形条件的实际出发，寻找出适合自己的外部形象。

男子的肤色调整和修饰

黑里透红的皮肤，能显示一种男性所特有的美，而当疾病、疲劳使面部皮肤苍白或呈奶黄色调时，就会呈现不健康的病态感，甚至在眼眶周围出现暗灰色或黑晕，有的人细皱纹增多，失去皮肤原有的光泽和弹性。要暂时改变这种状况，就要借助化妆的手法和材料来调整和修饰皮肤。先清洁皮肤，去除面部表皮上退化了的角质细胞及污垢。涂抹适合自己皮肤的护肤霜，并在涂抹时进行自我按摩，以使紧张疲倦的皮肤放松。用粉底调整皮肤色调时，应选择深于自己肤色的浅棕色。涂粉底要薄而均匀，否则会在皮肤角质上留下浮粉痕迹。粉底的光泽可以使皮肤显出滋润的质感。如果本来的肤色灰黄苍白，涂了粉底之后仍缺乏健康色，叮以在面颊及眼圈周围用微量的浅红色颊红淡淡地揉匀，便会呈现出自然红润面色。如果本身肤色比较理想，只需增加一点红润的光泽，就会有很好的效果。

9

男子的眉型修饰

男子的眉毛应自然、真实、大方，不宜出现修饰的痕迹而当眉型不美或有缺陷时，便可采取有别于女性的修饰方法男性眉型成功地体现男士的阳刚之美，例如剑眉、卧蚕眉没扫帚眉。眉毛稀疏色淡者，既不利于衬托眼睛，也会使脸部平平显得极无生气，可以用眼影刷沾一点蕉茶色（用黄、棕、黑三色调配），搽在稀疏的眉毛根底中间，然后用小手指轻轻揉匀，就会使眉毛显得浓密。注意用色要薄，且不要涂出眉外。如果要改变眉型，可先用拔眉镊子拔去多余部分的散眉，然后用眉笔添画。但是，男士画眉要格外加以修饰，而在自然的环境下，

不高明的化妆技术，画眉会留下人工修饰的痕迹，是不足取的。

10

男子嘴唇的着色和滋润

男子嘴唇的修饰与女子不同，只能染上薄薄的油色，而不能有明显的边缘线，也不能用唇膏来改变嘴唇的轮廓和形状。嘴唇着色的目的是为了改变本身灰白无生气的唇色。颜色以浅红或棕红为好，容易与肤色谐调而显得自然真实。

11

抽烟男子如何改变唇齿颜色

长期抽烟的人会导致嘴唇和牙齿颜色的改变，嘴唇不仅干枯无泽，而且呈紫褐色；牙齿焦黄，甚至变黑。这些都严重影响到容貌美的和谐。

改变嘴唇和牙齿的颜色，除了戒烟或少抽烟、去医院口腔科进行专门洗牙治疗外，有时为了应急，可以通过化妆来弥补。可以在嘴唇上涂防裂唇膏，保持嘴唇的油分和滋润感；用棕红色唇膏轻轻涂在嘴唇上，可以遮盖紫褐色的嘴唇，况且由于深色唇膏与牙齿色泽反差小，能够造成视错觉，让人看上去觉得牙齿不是那么太显黄了。

12

男子剃须方法和程序

男士要经常剃胡须，以保持面部清洁卫生，容光焕发。至于留上唇须或鬓角的人，也应当经常刮脸，修剪胡须。平时每二三天剃一次即可。若是赴宴、参加舞会或与女友约会，则须在临行前再剃一次，这样显得既整洁又精神。剃须虽然人人都会，但仍需注意操作程序方

法是否正确和得当。

1) 清洁皮肤剃须前，应先用中性肥皂洗净脸部。如脸上、胡须上留有污物及灰尘，在剃须时，因剃刀对皮肤会产生刺激，或轻微地碰伤皮肤，污物会引起皮肤感染。

2) 软化胡须洗净脸后，再用热毛巾捂胡须，或将软化胡须膏涂于胡须上，使胡须软化。过一会儿再涂上剃须膏或皂液，以利于刀锋对胡须的切割和减轻对皮肤的刺激。

剃须膏是男子剃须的专用品，有泡沫型和非泡沫型两种，有的还可自动发热。剃须膏使用方法比较简单，先用温水将胡须部位拍湿后，再挤少量剃须膏均匀地涂抹在胡须上，待泡沫出现或稍等片刻后，即可开始刮须。

3) 正确剃刮剃须时应绷紧皮肤，以减少剃刀在皮肤上运行时的阻力，并可防止碰破皮肤。尤其年纪大或者瘦弱的人，皮肤易起皱褶，更应绷紧皮肤，使之保持弹性和一定支撑力。剃须的顺序是：从左至右，从上到下，先顺毛孔剃刮，再逆毛孔剃刮，最后再顺刮一次就可基本剃净。注意不要东刮一刀，西刮一刀，毫无章法地乱剃。剃刮完毕，用热毛巾把泡沫擦净或用温水洗净后，应检查一下还有没有胡茬。

4) 剃后保养剃须后应注意皮肤保养，因为剃刮胡须时，对皮肤有一定的刺激，并且易使皮肤膜受损，为了在新皮肤膜再生之前保护好皮肤，应在剃须后用热毛巾再敷上几分钟，然后可选用诸如须后膏、须后水、面后蜜、护肤脂或润肤霜之类外搽。这样可形成保持膜，使皮肤少受外界刺激。

6) 胡须修剪与保养对于蓄须者，修剪胡须时可用一

把细齿小木梳和一把弯头小剪，先将胡须梳顺，然后再剪掉翘起的胡子和长于胡型的胡子，使修剪后的胡须保持整齐挺括的外形。上唇胡须的下缘要齐整，否则会影响面容美观。

如果要改变胡子的形象，可用小剪刀将不需要的部分仔细地修剪掉，不要一下子剪得太多，以免失手而影响胡型。

胡须的保养首先要清洁，每天应认真地清洗胡须，以免尘埃及脏物污染胡须和其根基部的皮肤。洗完后可涂少量的滋润剂，以保持胡须的柔软和光泽。

7) 胡须的造型设计胡须是男子用以表现自己气质、个性和独特风度的一种标志，也会对脸型产生一定的影响。下面几条原则，供蓄须的男士参考：

下巴尖的脸型，不适宜留山羊胡。因为山羊胡的造型会使下巴显得更尖。如果可能的话，留络腮胡可使尖下巴变得不明显。如果仅留上唇胡须，则胡型不宜太宽，因为宽上唇胡与尖下巴容易形成较强的对比，而使下巴显得更尖。

鼻底与上唇之间的距离短（即人中短）者，不宜留上唇胡。因为上唇胡有使横向加宽的感觉，而使人中显得更短。嘴型小的人，胡须可适当宽些，利用宽阔的胡须外来掩饰小嘴的不足。额部窄小，下颌宽大的人，可用络腮胡须遮盖下颌角，使脸型协调。

以上介绍了男子美容化妆的几个内容及其方法，但是应当指出，男性不宜过多使用化妆品，平时只使用一些适合自己皮肤的护肤霜就可以了。特别是正值发育期的青年，更不可多用化妆品，因为这时他们的机体新陈代谢旺盛，皮肤毛孔很容易被堵塞，从而有可能引发皮

肤病。至于男用唇膏，旨在护肤，一般多于冬季使用，以防唇裂。任何事物都是一分为二的。我们提倡男子美容化妆并不意味着像女士们那样普遍而大量地使用化妆品，应该适可而止，勿使过极。这样才能既达到美容修饰的目的，又避免产生任何不良后果。

总之，男士们要根据东方人的特点来装扮修饰，做到恰如其分。

最吸引男人的女孩

13

女友型有一种女孩。说不上有多漂亮，但她们身上有一种特殊的气质，可以在婚后七、八年和丈夫上街，仍被人看作是那男人的“女朋友”。此类女孩最吸引有浪漫气质、把爱情看得比面包重的男孩。

14

“阿春”型像《北京人在纽约》中的阿春。有一种女孩刚一成熟就女人味十足，精明干练。熟谙人事，浑身上下充满诱惑。虽说此类女人可能是大多数男人的梦中情人，但最有可能和她“擦”出火花的是那种饱经沧桑、阅人无数的成熟男人，他们在打拼天下时最需要这样的红颜知己。

15

姐姐型喜欢像姐姐一样关心男生的女孩子人缘很好。她们可能和以下两类男人结合：一类是比她小几岁（或同岁，但心理年龄甚小）的男孩，她可以帮助“小丈夫”在事业上成功；另一类是比“姐姐”还成熟的男人。“姐姐”在众人面前扮“成熟”，回家后撒娇撒得一

塌糊涂。

16

小精豆型小精豆型女孩让许多自持成熟貌美的女人掉以轻心，以为她们个子小头发短，笑起来天真烂漫，是介乎于小男孩和小女孩之间的中性人，其实，她们最有可能俘获年轻英俊的白马王子。最著名的此类结合是“金龟子”刘纯燕和她的英俊丈夫。

17

乖乖女型长长的头发，细白的皮肤，笑起来眼睛弯弯。乖乖女是所有刚过青春期的男孩心中最想要的女孩，她们不那么“女人”，让大男孩没有压力，不那么世俗，和大男孩的幻想刚好吻合。可惜的是，乖乖女最中意的男人往往是胡子拉碴的“酷”家伙。阴阳平衡嘛！

18

素面朝天型从不化妆的女孩既不会美得惊人，也不会丑得吓人。她们往往平淡、平常。有一种男人特别喜欢素面朝天的女孩，认为“喧嚣嘈杂的都市难找一张这么干净的脸”。这种男人心地纯净，有点完美主义。

女人的情调

19

女人毕生的愿望就是希望自己永远漂亮，于是，女人就爱时装，爱首饰。爱化妆品，爱整容，经过精心包装的女人把自己变成了有颜色的活人，但缺少的是内在的自信与情调。

情调，是基女人贵在有情调

于一定的文化素养而流溢出来的生命形态和情感色

彩，那才是女人至真至美之核。

记得有一次第一次踏进一个朋友的家门，为这个家庭主妇而感到惋惜惊讶，家布置得如同一间严肃的办公室，家具的布置、色彩，一切都显得漫不经心、杂乱无章。作为知识女性的你，难道就没意识到自己的小窝缺少那么一份情调吗？

与你搭伴过日子的他，也算是能逢山开路、遇水搭桥的好汉了。可我想，闯事业过后，回到小窝的男子一定也会觉得缺了点儿什么？

情调并不昂贵——平平淡淡才是真。雨夜里的一首咏叹调；精心别致的晚餐食谱；生日时的一份礼物；品一壶香茗，读几本好书。甚至，一块窗帘，一方台布，这些都是包含了女人情调的流动。

我想，女人的情调恰恰是丰富了自己，滋润了自己，美化了自己。任何东西也不能夺走你精神天地的这份富有。

魅力倾情

20

第一大武器：男人也识香

电影《闻香识女人》中艾尔帕西诺凭着女人身上的香水气味，虽然双目失明，竟也能道出对方的外形，甚至头发、眼睛以及嘴唇的细节。男人对香水特别敏感，会让女人深深迷倒。

点评：难怪楚留香招女人喜欢，也难怪雄性麝鹿拥有不同凡响的气味。男人有香天经地义，但不要太过分。也不要今天洒 BOSS，明天抹登喜路，那肯定会让女性觉

得你没常性，没有安全感。

21

第二大武器：洁白男人齿

如果一位男性，五官不算太英俊，但他有灿烂的笑容和整洁的牙齿，那么他也会打动女士的芳心。而且无论男女，只有牙齿整齐清洁，才有资格去恋爱，否则口中的气味会吓跑对方。

点评：牙齿的美白整齐非常重要，要不古人形容俊男靓女怎么都爱用“明眸皓齿”。一般明眸易得，皓齿难求，牙齿只有经过精心美容，才能达到效果。

22

第三大武器：豪迈男人步

好莱坞影星达斯汀霍夫曼，身高才 1.65 米，可是他让人觉得帅气。原因何在？原来他走路很有男人味，有精神，这就表现出男人的信心，奋勇向前。如果一个身高 1.80 米的健硕大汉，走路无精打采，多么没有男子气。

男人走路应该先把腹部往前推，这样一来，个子就会挺拔，胸部也会挺起来。接着，再以这种姿势，使腹部用力缩紧。这是男人的步伐。

点评：胸部挺进，肚子缩进，腰部直起来。以这种姿势走路，自然就有信心。

23

第四大武器：健康男人色

工作中的男人脸色苍白，他们肯定羡慕那些有机会度假把皮肤晒成黝黑色的人们。不过晒太阳易脱水，引起色斑、皱纹、灼伤等老化现象。男性也要避免太阳下的曝晒，即使是日光浴也要选择阳光较弱的上午 10 点以前，下午 3 点 30 分以后。

点评：为了使皮肤有光泽，富有弹性，男性可以用橄榄油涂抹全身，亦可以用含 SPF 值高的防晒护肤品。橄榄油可使紫外线容易被吸收，不致于灼伤皮肤。不过游泳时，橄榄油容易被水冲掉。

男人择香须留意

24

男人也用香水？放心，在中性化的香氛新时尚中，清新淡雅的古龙香水、淡香水给男人增添的是一份令人愉悦的味道，只要恰当使用，不会有“GUY 佬”或“男版香妃”之嫌。况且，只要与自身条件搭配得当，男士用香水真的会对女人产生难以抗拒的吸引。

基本技巧

男人的香水一般味道不大浓郁，香精含量在 10% 以内，留香时间不超过 6 个小时，可以自己去闻闻，不会令人生厌。擦上香水，会随时间的延续散发不同的前味、中味、后味，一款香水的内涵与风格变化尽展其中。前味是指擦上香水 30 分钟左右散发的香味，如柠檬等柑橘类的清爽芳香，但难以持久；中味是指擦上香水 10-30 分钟后散发的香味，如各种花香；后味则是擦上香水 30 分钟到 1 个小时后才散发出来的，如木香等。香水设计者在香水中巧妙运用了不同香调的原料，令香味持久并能在变化中展示个性风貌。

香水动人的技巧在于正确使用，一般只要用无名指将香水在肌肤上轻轻按压两次就行。香水适宜涂抹在动脉跳动的地方，比如手腕、脚踝、膝后、脖子、耳后、手肘内侧等，香气会随脉动而自然散发。若你的皮肤敏

感异常，不妨把香水喷在内衣、手帕、裤脚上或领带的内侧。必须注意的是，最好别在诸如腋下这类汗腺发达的地方喷香水（尤其在夏天），不然混合的味道可能会给人“匪夷所思”的感觉，甚至有些恐怖。此外，还得注意，别把香水喷在白衬衣、毛衣或皮具上，香水中的成分可能会对它们造成损伤或者留下痕迹。

香水个性香调各异，香水的个性也蕴涵其中，使用者可以根据自己的喜好和个性来选择，以下是一些常识性的推介。

花香、柑橘香调：如柠檬、莱姆等香调在中性香水中应用很广，各年龄层均适宜，尤其适合休闲、户外场合。

东方香调：如檀香等木香和麝香等动物香调都可以保持持久，香氛温暖、神秘而性感，适合成熟男性，能给人充满诱惑的魅力。

苔藓花香调：如熏衣草、松柏、香草、橙花、铃兰等，香味平实、清爽。清风徐来，有草香漫溢的感觉，适合白领上班一族，雅气而风度翩翩。

柑苔木香调：如橡树苔、薄荷酒、柑橘木、岩兰草油、干爽木香结合柑苔系的清香，为热情男士增添一份清爽的个性情调。

柑苔清香再加以水果和佛手柑等的味道，香味均匀，前中后比例得当，是适宜任何场合，不惹人厌烦的中庸选择。

柑苔绿香调：主味在于绿草的清香和花香木苔的粉气，比较另类，是男性香水中中性化的代表。

增进自己的魅力

如何增进自己的魅力？：认同心理的建立很多人都想知道如何在爱情追求的过程中，增加自己吸引对方的魅力，所以很多人就相信星座物语中，对不同星座的异性所提议的不入道方法，进行所谓知己知彼的不可能任务，或者改变装扮与身材面貌。

我个人比较相信缘份是自然注定的，虽然我更相信心理学上，爱是一种正面情绪，定义为「动机性情向的显露」。

每个人对爱的看法是不相同的，所以绝不要是强求的前提之下，了解自己的缺点与弱点，我们每个人都听过，情人眼中出西施，问题是每一个人对他人评价时，常会以自己本身为标准，即是有独自的「认知的框架」来评断他人，不是每一个人都能以多元角度来考量其所可能欣赏的对象。所以，你可以针对不同的人，针对其认知框架配合改造，但是基本上，这些是相当有目的以及有手段的，并不是我想建议的。

根据心理学研究，人会因美貌而偏袒，包括老师在内的所有人！（不要怀疑），而这种对美貌是从幼儿约幼稚园时期就开始，通常幼稚园或者小学老师对于装著整齐，五官清秀，家教礼仪佳的学童多有偏袒，甚至同辈的同学也是如此心态，这也是为何漂亮的女学生纵使表现不佳，总是被学生们同情主动为其解释的原因。

虽然每个人均有其优点，但心理学研究，社会的普遍偏袒仍存在。但我不会因此建议你去整形或者塑身美容，基本上那是你得抉择，我的建议是相当简单。

当你决定增加魅力时，以下是我所建议：

25

清洁整齐的整体感觉：

保持清洁整齐的整体感觉，不仅是礼貌也是种魅力，给人感觉是正面与清朗，不管头发、脸孔、手部均小心保持，著装建议你无须跟流行，选择固定品牌或者形式，尤其给那些不是天蝎座与天平座的男孩子们，乾淨与整洁确实是改进自己的魅力的不二法门，但至少对时装风尚有点概念，例如我喜穿日本上班服与义大利式西装，即可以在老师之间，显示个人固定的风格。千万不要相信颓废式可以有神秘的吸引力，你那种颓废的外表，所吸引到的也是那种内心认同颓废的异性，除非你的本我也是如此，否则少作怪为妙。

26

声音控制：

通常很多人不注重声音的控制，语音声调混杂不能显示出情绪，尤其透过电话传达时，语音平调或者尖锐，会使对方误会，保持喜悦点，或者叫较稳定低音调的声音，会使对方安心，继续交谈。

27 眼睛瞳孔扩大：

对于单眼皮与小眼睛的我，这是一大侮辱性的建议，但事实上眼睛大的人绝对是使人会感到信任，如果你真的不能与不愿整形，那唯有保持当对方讲话时，以瞳孔放大来表示对对方的兴趣，人总是对那种喜欢聆听自己心声的人，有渐增性的好感。

28

少说话的艺术：

很多女孩子都希望对方是个外向、不能很闷的人，