

磁力女人

×××著

×××出版社

图书在版编目(CIP)数据

磁力女人 / 燕萍著 宿春礼编. —北京: 光明日报出版社, 2004. 1

(魅力女性丛书)

ISBN 7-80145-851-6

. 魅... . 燕... 宿... . 女性 - 修养 - 通俗读物 . B825-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2004)第000976号

光明日报出版社发行

(北京永安路106号)

邮编: 100050

电话: 63082436

全国新华书店经销

印厂印刷

880mm × 1230mm 大32开本 8.25印张 千字

2004年2月第1版 2004年2月第1次印刷

印数: 00001-10000

ISBN 7-80145-851-6/I

定价: 40.00元(全二册)

前言

女性的磁力无所不在，无时不在，千姿百态，美不胜收。大家闺秀，潇洒飘逸，落落大方。小家碧玉，玲珑剔透，娇美可人。现代女性的磁力，是其个性和气质的表现，它使女人得到自信，得到意想不到的好运；使这个世界生机盎然，爱意弥漫。不敢想像，假如这个世界没有女人，假如世界上的女人失去磁力，这个世界将怎样黯然失色。

科技以更快的速度改变着我们的生活，未来的世纪将是知识经济的时代。那些旧观念、旧意识，虽不会像潮汐一样在黎明退去，但它只能无力地絮叨着旧时的风光。时代转换了女性的角色，新时代的女性不愿再做男性世界的花瓶，她们张扬个性与独立精神，建立本体的审美及价值观，在乎内心的真正需求与感受。可以期望，新世纪里的磁力女人将以自身具备的丰富才情与智慧，摆脱旧时代留在女性身上的依赖与从属的阴影，更轻松地享受生活。

磁力女人

现代女性对于美的占有欲，已经超过历史上男人对女人的占有欲；女人作为一种美丽动物，构成一种强势存在，时尚女性渴望与美丽融为一体，成为美丽的代言人甚至垄断者。这的确是一个盛产美女的色彩缤纷的时代，影视、杂志、T型舞台直至办公室里、楼道里，到处都忽闪着红唇皓齿，美女熙熙攘攘一望无际，而现代女性也的确在社会文明的发展和进步中获取了比历史上任何时期都更多的实现自我的机会。

成为美丽、健康、时尚而智慧的女人是每个女性对于幸福的目标。于是有了诸多的“魔鬼身材雕塑法”、“女人的22条天规”等各种给女人的谆谆教诲。翻阅这些就连书籍本身都散发出脂粉香气和有着线条触感的出版物时，令人感觉到女性的光芒已经辉映在文明的阶梯上，照耀着人类的进步和上升。

但是，磁力女人仅仅拥有这些是不够的，真正的磁力女人更注重的是内在气质的提升，修炼的是一种风情，而不单单是停留在表层上的肤浅的性感。性感女人来自形，风情女人来自神；性感女人富于性感与肉感，风情女人富于情调与韵致。风情女人有耐看更耐读的眼睛，那种至真至纯的风情让人备感可人可心。风情女人不张扬，不浮躁。风情是一种风韵与情致，

与生俱来，展露更需天赋。“你想成为一个磁力女人吗？”如果拿这个问题去问每个女人，回答一定是肯定和明确的。事实上这个“想”字并不像所回答的那么简单和轻松。女人们在回答这个问题时，潜意识里形成的磁力的标准多是天生的，比如美丽的眼睛，迷人的形体，柔滑的肌肤……这些上帝赐予的东西可以归类为漂亮和美丽。漂亮和美丽可以构成磁力的一个部分，不过女性的磁力却握在你的手中，你可以掌握和提升它。因此，本书所谈到的磁力是一种复合的美，是可以通过修炼提升的美，而不是漂亮和美丽，它是任何一个女人都可以争取和拥有的。

目 录

一、女人是尤物

十种最有磁力的女人

环肥燕瘦，各领风骚

男人眼中的磁力女人

媚——女性美的极致

二、磁力是炼出来的

磁力：三分天注定，七分靠修炼

她是一只有七条命的猫

柔美叛逆的王妃

舞蹈之王：爱莎多娜·邓肯

永远的天使：秀兰·邓波儿

三、自信最是真美人

我比西施健康，何必效颦？

挽着自己的臂膀上路

要自信，要说不

摆脱不合理的想法

磁力女人

告诉自己，你一定行

四、时尚的音符在跳动

红唇一点露天机

女人香，女人命

你的星座，你的金装

饰物也关情

自由流浪的高贵小资

五、仪态万方做女人

盯住她的眼睛

声音是女人裸露的灵魂

走姿里的玄机

举手投足皆是戏

无泪不女人

六、磁在职场

不见黛玉，这是一个宝钗时代

她怕入错行

才气+美貌：凤凰卫视的美女主播

靳羽西：女性美的使者

刚柔并济，长袖善舞

七、磁力女人明眸善恋

爱我先商量

爱情的蜜与毒

跳出浪漫主义的陷阱

陈香梅与陈纳德：传奇异国之恋

三毛与荷西：浪漫撒哈拉之恋

八、磁力性感宣言

爱，在性中检验

虚掩的卧室之门

曼妙女人，一“露”走好

性感小猫：玛丽莲·梦露

本能的冲动：莎朗·斯通

九、才情女子，磁力永驻

红颜易逝，智慧长存

悉心度过每一天

优雅地变老

近代第一才女：林徽因

寂寞精灵张爱玲

一、女人是尤物

十种最有磁力的女人

卡耐基夫人在《写给女人》一书中将女人分为三种类型：支配型女人、自我埋没型女人和不参与型女人。

支配型女人总是处于支配地位，喜欢并享受支配别人的乐趣。她惧怕感到孤独无助或处于被支配地位。她把自己看做是非常能干的人，而且轻易就可以胜任领导工作。经过一定程度上的精心组织，她通常有着旺盛的精力和高效率，她需要成功并需要感到超群出众。但是，这种超级好胜者，无论自觉或不自觉，都必须时时与人竞争，以维持这种优越的地位并避免自惭形秽。只有当她处于支配或控制地位时，她才会感到安全。她可以通过掌握一个家庭、组织、公司、晚会，或其他什么，来达到这种目的。

不过，因为她需要去支配，所以她经常操纵别人；因为她需要去支配，所以她无法容忍被指责。她

魅力女人

必须正确，即使她受到批评，或者感到了孤独和软弱，她也要千方百计加以否认。

支配型女人好胜心强，竞争性强，但同时也有强烈的自我怀疑感，而这种缺乏自信的感觉驱使她在任何时候都必须高人一等。如果处于失败的地位，她的自尊心就会受到强烈的损伤，这是她的自豪感的丧失，这种丧失将她迅速推入抑郁的深渊。

自我埋没型的女人常使自己处于对别人服从的地位，甚至会对自己处于领导地位感到非常不自在。

从孩提时期起她就被教育要“乖”和“听话”，顶嘴是绝对不允许的。于是她就尽力把自己培养成别人所期望的那样：宽宏大量、慷慨无私、谦虚顺从、活泼可爱和圣洁无瑕。这些无形中又成了她给自己确定的规矩。由于她认为要感到安全就得服从，就得按别人期望的那样表现，她逐渐把所有的带强迫性的规矩都归结在“一切为了爱”的旗帜之下。

她生活中最重要的事情就是去“爱”和为他人服务。正因为如此，她的一切都以她所爱的人和为之服务的人的满足为转移。她的自尊心因而也是完全建立在他人承认的基础之上的。她如此卖力地让自己受人爱戴，所有人当然都会对她有好感。她的需求带有如此强迫自

己的特点，以至于就是在指示女佣人或秘书做事时，她也会感到不安和内疚。

日常生活中，她在为自己提出要求后，总是会感到抱歉。她不但不维护自己的权利，而且还会觉得表达自己的观点是很冒昧的。

自我埋没型女性认为“利己”是错误的。她为自己买了一点东西也要感到内疚，但她为丈夫和孩子买衣服时是从不犹豫的。她从早到晚总是为了他们在忙碌。如果她反对或拒绝别人，她自己就会感到不安，这也使她自己成了别人需求的奴隶。

极端的自我埋没型女性无法享受自己做的任何事情的乐趣。这种女性面对别人的贬低和轻蔑视而不见，听而不闻，并尽力要让自己理解别人对自己的批评。她们从不武断固执，她们的温柔有时令人感到透不过气来。

不参与型女人就像未能发挥出所有潜力的学生一样，因为她对执著地追求有一种反感情绪。她会成天想入非非，比如，写出一部轰动全国的大部头小说，或者一夜之间成为一名空前成功的实业家等。但随着生活的进行，她又逐渐变得满足于无所事事，想干一番大事业的念头又烟消云散了。这种女人通常难以谈及自己。她能讨论戏剧、电影、思想和他人，但对触及

磁力女人

自己的思想、理想等话题总是羞于提起。

不参与型女人害怕和别人亲近，并且感到被人评论是一件很烦人的事，这种生活可以使她在自己内心中享受到一种凌驾于他人之上的优越感和力量。

由于不参与型女性希望保持自己的自由，所以，她对任何形式的强制都十分敏感。她也许会把自己看做是社会上种种限制的叛逆。这种不愿接受任何强制的思想常使她变得消极被动，因为，一旦她感觉到她一定得做什么，她就会感受到内心巨大的反抗心理的压力。

以上三种分类并不是绝对的，也没有一种女性是完全的支配型、自我埋没型和不参与型的。这三种类型反映的都是女人的某些弱点。其实，每个女人都有自己的优点，都在营造属于自己的美丽。

104位受过良好教育，有品位和一定社会地位的男士评出了十种最有磁力的女人。

· 一个永远长不大、胸无城府的快乐女孩。她自然、纯真的天性影响着周围的每一个人，她热爱生活、无拘无束、随心所欲又有些漫不经心。她讨厌艰涩和故作深沉，要让她执著、沉迷于某一件事实在是太难了。

· 她是男人生活中的一道风景。她喜欢豪华、热闹的生活，以施展她社交明星的魅力。她无需去做深沉

一、女人是尤物

的思考，也从不理会生活以外的东西，她为她自己而沉醉。

· 一个典型的中产阶级知识女性。她外表质朴自然，内心浪漫，与世无争，强调个性却不张扬。只有能够进入她内心的人才能真正了解她，也才能为她所欣赏。她的气质和教养是她丰富内心的流露，也是与别人拉开距离的原因。

· 理想的贤妻良母。她温柔、内敛、善解人意、安静、沉着、细腻、注重生活细节。良好的教养和优越的经济条件，使她超越了琐碎和庸俗，她从不羡慕男人和事业女性，只专心又平和地折着手里的纸鹤。

· 她像一匹难以驾驭的野马。奔放、潇洒、热烈、不羁，她让你联想起一切浓烈和快节奏的感受，她一向简洁、痛快的作风容不得半点纠缠。她的心太大也太高，于是凡俗琐事便一概被她忽略掉了，但骨子里的性感和精神上的细腻却挥之不去。

· 她是物质与精神的双重贵族。她从不因为物质的满足而放弃精神的追求，相反，是物质基础使她更有实力建构自己的精神世界。她洞悉一切的成熟，使她在亦庄亦谐中游刃有余。

· 一个如此理性的女人。她意志坚强、说一不

磁力女人

二，喜欢把握局面，聪明而善用头脑，很少感情用事，不会因冲动而犯错。她独立而事业有成，她像男人一样活着，却懂得适度施展女性魅力。

· 一个容易满足的生活型女人。她对生活的要求并不太高，喜欢轻松、愉快、富足地活着，不愿意有压力和波澜。安于现状和乐观的天性使她能够将青春延续。她单纯而敏感，有较好的人缘。

· 她是女人中的女人。她既古典又浪漫，充满诱惑又不邪恶，美是她的理想。世俗生活离她那么遥远，仿佛她来到这个世界，只为做一个女人。

· 一个富丽堂皇的女人。她的奢华与她的高贵一样引人注目，最华丽的场合总是有她出尽风头。她喜欢那种众星捧月的感觉，她征服世界的方式是去征服男人。

迷人的女人有很多不同的种类。银幕作为一种大众传播方式，将一些很有磁力的女人放大得更加光彩照人。性感明星玛丽莲·梦露几乎是所有男人眼中的磁力女人。其实，自从电影诞生以来，尤其是20世纪30年代以后，在不同的时期，银幕上都会有不同的女性形象，她们为当时的银幕增添了光彩，同时也成为磁力女性的经典形象。

20世纪30年代：葛丽泰·嘉宝 /Greta Garbo/ 美

魂永世

葛丽泰·嘉宝生前就是一个标本，眼珠埋藏着刀枪剑戟。她生于20世纪初（1905年），作为惟一一个跨越默片时代的王牌美人，醉心于刚刚兴起的新民主，渴望逃离“王位”的自由。因此，在37岁的黄金年龄毅然息影，引得好莱坞上下一片惋惜。全世界只有一个这样的女人，被高捧在上却不屑一顾，呼之欲出却又春梦无痕。

嘉宝领导了女人眉骨的美。细弯的眉毛，露出闪亮的眉骨，似眼睛上佩戴的宝石。这种时尚首倡精神使男人为之卑躬屈膝，而她踩着他们的肩膀，一心寻找向下的阶梯。

1927年的《肉与魔》的光影效果使嘉宝被尊为“银幕女神”。1930年的《安娜·克里丝蒂》是她的第一部有声电影，当时全美国都奔走相告：“嘉宝说话了！”奥斯卡眷顾她是在1932年的《大饭店》，但是，她本人从没为此片发表任何见解。《安娜·卡列尼娜》与《茶花女》是后世永远留恋她无可争议的美的原因。而她的经典名作《瑞典女皇》被视为她本人性格的写照，那一年她28岁，与戏中的女王同龄。

20世纪40年代：费雯丽/Vivien Leigh/ 肉的分裂

磁力女人

费雯丽出生于一战前夕（1913年），未满周岁便周游列国，虚张声势地活着。而这乖张凌厉刚一萌芽，她便被送入修道院。无所不为与无为而为在她发育的肉体里肆意驰骋——她得了分裂症。从此，她开始用英文、法文、德文乃至意大利文解释她的爆发自女性深处的芭蕾舞，由此开始一场人生的暴动，地点是好莱坞，事件是舞台剧《儿子与情人》，时间是1931年复活节。以

后的事是劳伦斯·奥立弗、《乱世佳人》、《魂断蓝桥》和《欲望号街车》。没有一个女人能像费雯丽一样淋漓尽致地解说分裂与矛盾，压抑与解放，恐怖与阳光——她从分裂走向分裂，不计后果的肉体，一生都是少女。



费雯丽的中分花蝴蝶发型，无限任性；歪起的头颅，随时在与别人争风吃醋；她刻意瞪起的大眼睛，一改好莱坞女人眯眼献媚的风潮——也没有一个女人瞪起眼睛会

那样好看，因为那不是炫耀，而是发现。

费雯丽凭《乱世佳人》获得奥斯卡最佳女演员时，评委的鉴定是：“她有如此的美貌，根本不必有如此

一、女人是尤物

的演技；她有如此的演技，根本不必有如此的美貌。”好莱坞只为她一人分裂。

20世纪40年代：英格丽·褒曼 / Ingrid Bergman / 灵的永恒

英格丽·褒曼生于1915年8月29日，亡于1982年8月29日，她从不穿金戴银，演谁就化身为谁，而你不能想像，除了她，有谁能胜任《战地钟声》。她是坚毅的，正宗的，不屈不挠的，是盘旋，是永恒。作为历史上惟一一位获得三次奥斯卡最佳女主角的女人，她的美是清高、卓绝和免俗。

英格丽是中性打扮的最早缔造者。她把对男性的蔑视穿在1米76的高个子西装里。她对三次婚姻的历史视而不见，理论上成为与男人平起平坐的独行侠。当然，这有些心虚。

《美人计》、《卡萨布兰卡》，她成为公认的令男人甘拜裙下的女性象征，而女人的骄傲与坚强，荣光与权力，到此为止。

20世纪50年代：格蕾丝·凯丽 / Grace Kelly / 贵玺王妃

格蕾丝·凯丽第一个向世人宣称，女人的美来自男人的显贵，以至于让人忘了，她就是1954年《乡