



感谢您下载并阅读NZLOGIN.COM制作的电子杂志
以下是 2004 年我们将为您提供的电子杂志列表
希望大家在享受阅读乐趣的同时多多支持我们的网站

瑞丽服饰美容
瑞丽可爱先锋
瑞丽伊人风尚
电影世界
电子游戏软件
Hope
当代歌坛
青年文摘
大众汽车玩家
名车志
大众软件
微型计算机
新潮电子

本站所有杂志均为本站原创制作，未经许可严禁转载或做任何商业用途

2004年10月
OCT. 10

希望

半月



封面人物 容祖儿

半月刊
2004年10月1日出版
定价¥10元
邮外价US\$4.50

暗恋光荣
秋冬靓鞋情报

秋冬的脸眉眼
爱情猎头

娇小美眉恋上大狗

20.30.40.
护肤全计划

I don't want
越爱越不要
what I love

本期Cool男
刘翔



ISSN 1007-8630



邮发代号:46-238



集中美白， 瞬时亮活肌肤。



真皙美白系列
TRUE WHITE

Za真皙美白活肤面膜
TRUE WHITE ESSENCE MASK

Za真皙美白活肤精华霜
TRUE WHITE ESSENCE

Za

NEW YORK

Be beautiful today

击退色斑、抚平斑印， 全面美白改善你的肌肤问题。

富含集中美白因子，迅速深入渗透肌肤——

真皙美白活肤面膜真正使肌肤焕发动人活力。

诊断美白肌肤困扰——真皙美白活肤精华霜使美白能量集中出击。

两款同时使用，让肌肤更透净、美丽，焕发动人光彩。





AVON

雅芳比女人更了解女人

双唇持续闪亮， 光彩来自我的活唇膏！

雅芳色彩系列 我的活彩妆



雅芳晶璨唇膏

2004晶璨秋冬新色，三重璀璨持久绽放

不用时刻补妆，双唇依然晶亮璀璨，因为我用的是雅芳晶璨唇膏！它新添加三重璀璨粒子，全面折射光线，配合多层鲜彩微囊，璀璨色彩层层释放，双唇持久闪亮，更富立体感！加上植物水润营养成分，给我的唇妆多一份光泽滋润。

秋冬全新晶璨唇色，任何时候都为我吸引最多目光！

2004晶璨十色



玫瑰红CS11 阳光橙CS21 宝钻紫CS31 金条红CS13 铂钻粉CS42 金沙红CS10 柔纱粉CS41 薰衣草CS30 流沙粉CS20 墨钻粉CS40

闪亮金秋光彩，

SHINE

》》 我的晶璨活唇妆



今个秋天，复古潮流还是方兴未艾，吹遍了整个时尚界。50年代的耀目色彩、60年代的金碧辉煌均攀上复古快车。迎合潮流的抢眼装扮，闪亮双唇不可缺少。

拥有性感双唇的你，一定想在这个秋天收获更多的赞美目光。但是干燥也随秋天飘然而至，哪怕涂上璀璨的唇膏大放光芒，闪闪亮的双唇很快就变得绷绷紧。一支晶璨又滋润的唇膏，会不会就是你一直在寻找的理想唇妆？



闪亮又滋润，化出金秋晶璨双唇

想不用润唇膏打底，就能一样拥有润润的闪亮？现在，雅芳晶璨唇膏就能满足你的要求！

雅芳参透潮流玄机，率先推出秋冬晶璨唇膏新色系列，全新配入的金亮片粒子，能全面捕捉并折射光线，令双唇闪动生光，大大提升双唇明亮度和立体感。再加上特有的滋润成份，给璀璨的唇增添一抹水润光泽。走在潮流前线的唇妆，焕然一新的金亮，将秋天的暗淡全面改写！

AVON

雅芳比女人更了解女人

DIVINE



双重创新科技，装饰我的活唇妆

晶莹闪动的三重璀璨亮粒子

雅芳晶璨唇膏的闪亮与别不同，特意挑选的金、银、红三色耀眼元素，糅合成三重璀璨亮粒子，能彻底反射光线，让唇形更丰满立体，帮你捕捉最多的目光。

滋润的植物活润成份

有别于一般的璀璨唇膏，雅芳晶璨唇膏，含有天然植物活润成份，从水百合、荷花和石榴花中萃取的天然植物精华，能时刻释放滋润能量，滋润弹性双唇，涂上后不但感觉润润的，更能为唇部加添一份晶璨亮泽！

琉光红 CS11

阳光橙 CS21

莹纱紫 CS31

金炫红 CS13

铂纱粉 CS42

秋冬全新
New!
晶璨3色装全

雅芳晶璨唇膏：

原价¥60，现在心动价 **¥49**

锦上添花之迷你彩睫膏

已经成为闪亮焦点的你，为何不考虑用它为你的光芒持续加分呢？雅芳推出令人耳目一新的迷你彩睫膏，不仅娇小可爱，其设计更比以往多一点细节，一如瓶身的樱花图案，你必定一见倾心！

- ◎ 长效防水：轻轻一擦，整天卷翘亮丽
- ◎ 四款流行色：瞬间变换彩睫颜色

原价35元的迷你彩睫膏，现在购买任何一款雅芳晶璨唇膏，加 **¥1** 就可以带它回家了。送完即止，还不赶紧行动？

新上市
New!





如此滋养，
才有如此的白暂水嫩

旁氏双重嫩白精华霜

Pond's double white essence

深入美白，更有全面滋养，

让白暂又嫩滑的完美肌肤，触手可及——

旁氏专业护肤中心，

研发全效白暂水嫩新概念，

糅合美白乳酸、维生素B3、骨胶原蛋白。

日夜双重嫩白，

养出白暂水嫩，

绽放完美肌肤新曙光！

POND'S INSTITUTE
TOKYO • NEW YORK • HONG KONG

旁氏专业护肤中心





滋养, 绽现 美白新曙光!

白嫩的柔滑肌肤, 始终是我们亚洲女性的追求。美白早已成了我们的必修课。然而, 一直在做美白, 为什么总达不到理想的白皙效果? 美白, 难道只是“梦想”吗?

不! 完美的美白, 将会令肌肤白皙柔嫩, 如曙光般获得新生!

白皙水嫩, 养出来

如同娇美的花朵, 白皙水嫩的肌肤也离不开滋养。又白又嫩的完美皮肤, 应该是精心“养”出来的。“养白”的肌肤, 不仅色泽白皙柔和, 更拥有柔滑水嫩的触感, 自然更有生命力!

精心的滋养呵护, 能提高肌肤自身对外界伤害的抵抗力, 仿佛拥有了一层天然防护屏。同时, 特别的滋养成份深入肌肤基底层, 逐渐改善肤质。而良好的肤质也正是美白成份的最佳载体, 使之更易于深层渗透并被肌肤完全吸收。

由此可见, 滋养, 与美白是相辅相成的。养出来的美白, 看得见, 更摸得到! 不仅肤色变得越来越白皙亮泽, 肤质也越来越柔嫩健康, 一如得到精心照料的花朵, 柔美而生机勃勃。

白天黑夜，倾听肌肤的声音

我们知道肌肤需要滋养，但是否知道在不同时段，肌肤对营养成分有着不同的需求——



白天，即使在阳光温和的秋冬季节，紫外线依然会激发黑色素，并夺走肌肤细胞的水份。

所以在日间，不但仍然要防晒保护，更应给予充分的美白滋养，并防止黑色素向表皮迁移；同时锁水保湿，使肌肤在秋冬仍能保持水嫩柔滑。



日间嫩白防护
隔离紫外线伤害，抑制黑色素形成。
控制黑色素向表皮迁移，减少肌肤暗沉。



而月色温柔的夜晚，肌肤正处于新陈代谢最活跃的状态，这恰是进行美白修护的最佳时机。

能够淡化色斑的美白成份及修护受损细胞的滋养成份此时最易被肌肤吸收，使美白达到事半功倍的效果。



夜间嫩白修护
淡化色斑净白肌肤，重现肌肤晶莹白皙。
营养滋润肌肤，令肌肤光滑柔软，富有弹性。



旁氏双重嫩白系列

就是现在，美白新出发

就是现在，体验由滋润带来的美白肌肤新感觉。让旁氏双重嫩白系列的专业养护，为你缔造新生般的白皙柔嫩！

旁氏双重嫩白精华霜/露的白色日间嫩白防护配方，SPF17和PA++，有效隔离UVA和UVB，特含VB3美白成份，持续润白。旁氏双重嫩白精华霜更有高效保湿分子，在秋冬季节提供水润呵护。蓝色夜间嫩白修护配方，蕴含天然美白乳酸，减退黯沉，重现莹润，并含骨胶原蛋白成份，持续深层滋养，修复基底细胞，赋予肌肤弹性。

同系列还有旁氏双重嫩白亮肤液，独特的日夜配方，针对性提供辅助功效。日间美白醒肤配方的VC醒肤精华，补充肌肤水份，促进VB3美白精华的吸收；夜间美白水润配方中含有VC和美白乳酸精华，能深层水润肌肤，并加速表皮层黑色素细胞脱落。

与旁氏一起倾听肌肤的声音，日夜呵护，让肌肤在滋养中绽放白晳亮泽的光采，如曙光般获得美白新生！

超凡纤长
极限卷翘...



国际名模
Adriana Lima

MAYBE

美来自内心 美来自美宝莲

国际名模Adriana Lima使用的是摩天翘超长卷翘睫毛膏黑色。

服务热线: 800-820-3879 (99)卫收准字07-XK-001631 www.maybelinechina.com

美宝莲®
纽约

睫毛飞翘入云霄！

全新

sky high curves™
摩天翘 超长卷翘睫毛膏

心动价：
49元

防水型
全新上市

弹性延伸聚合配方加上专利摩天卷翘刷头，
使睫毛超越自然极限，
增长30%，飞扬卷翘30°。
让你又长又翘的美睫...
极限高飞！

LINE®
NEW YORK



封面人物：容祖儿
图片提供：Wishper T

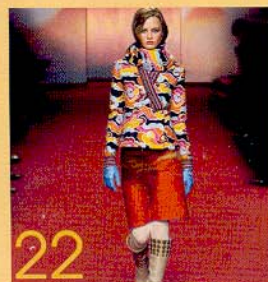


2004年10月

HOPE MAGAZINE



我爱的东西，我不要，就像一只杯子，因为空着，便拥有了装入任何东西的可能性。



22
这个初秋，“像花草一般的女孩”将大行其道。

特别策划

越爱越不要 / 沈德枋、艾小羊、黄佟佟 ----- 74

- 我爱的东西我不要
- 敢对爱说NO 真人版示范
- 越爱越不要之心电图分析
- 爱而不要实战指导
- 爱而不要功力测试表

美容

特别报道

初秋，花草进行时 / Sofine、Smoke ----- 22

涂涂抹抹

秋冬的脸眉眼 / 艾正良 ----- 28

美容锦囊

20、30、40，护肤全计划 / 魏华 ----- 32

带你认识美容液 / 玫瑰 ----- 36

微笑，从美白牙齿开始 / Sofine ----- 40

美容也搞负离子 / 冯晴颖 ----- 42

新发则

秋冬护发新法则 / Smoke ----- 44

秀发柔顺速度赛 / fion ----- 47

光洁马尾俏秋日 / 黎妍 ----- 48

时尚

现场

“美谛高丝”，变幻之夜 / Smoke ----- 52

美宝莲®

塑造翘入云霄的摩天美睫

超凡配方 + 呵护成份 + 专利刷头

摩天翘超长卷翘睫毛膏展示了美宝莲最新的睫毛膏科技，它塑造的超长卷翘睫毛妆效将目前美宝莲作为睫毛膏艺术专家的身份又提升了一步。

超凡配方

30%增长睫毛

配方中的极至增长复合物为增长睫毛而设计，能够令膏体纤维超越睫毛尖端，进一步延伸舒展，让睫毛显著增长。



30°飞扬卷翘

蕴含的造型蜡质化合物由多种拥有不同功能的天然蜡质成份所组成，起到增强固定作用，让膏体迅速凝固定型，保持长时间卷翘效果。



呵护成份

就像头上的秀发一样，我们也需要对睫毛加以呵护。为了保证睫毛的健康，配方中也同时添加了一些维他命原B₅、多重营养复合物等“呵护睫毛”的成份，可以增强睫毛抵御外界侵害的能力，变得更加强健。

专利刷头

三维飞翘刷头 让配方效果极至发挥

好的配方加上好的刷头，成功造就了一支完美的睫毛膏。专为摩天翘超长卷翘睫毛膏的独特配方而设计的刷头，可以全方位拉伸每根睫毛，并使之上扬卷翘，让增长卷翘效果完美演绎。



使用前
睫毛又短又平直



使用后
睫毛增长30%，更飞扬卷翘30°



MAYBELLINE
NEW YORK

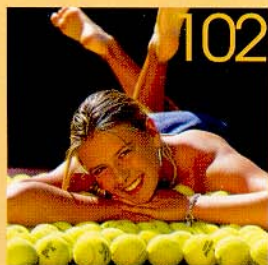
庭 来 自 药 心 美 康 自 然 宝 莲
(00) 30 号准于 07-KK-0016 号

www.maybelline.com

54



这个秋天，鞋子突然变得非常典雅起来……



库娃再也不是青春逼人的娇俏少女了，昔日的大众性感明星及广告商宠儿，都已被莎拉波娃无情地终结。



爱上大狗是当代美女与野兽的时尚宣言！

流行风

秋冬靛鞋情报 / 星尘 ----- 54

特色小店

Fancy Pocket 的浪漫宠爱 / 婉容的花 ----- 62

风水瓶养眼养财 / 火儿 ----- 64

高科技享乐

把音乐带在路上 / 非欧 ----- 66

健康

真相

病痛骑在了脖子上——颈椎病 / 李光洱 ----- 70

人物

封面丽人

容祖儿，平民天后 / 张翼轸（香港） ----- 94

封面Cool男

刘翔：2008年后再恋爱 / 大为、费伟 ----- 98

名人未名时

莎拉波娃：美少女终结者 / 干麦贝 ----- 102

魅力女人

飘零燕——林燕妮 / 罗展凤（香港） ----- 106

生存

追新

娇小美眉恋上大狗 / 汪涛 ----- 112

精彩活法

用一半财富追求极限生活 / 胡胡 ----- 116

新职场

爱情猎头 / 艾小羊 ----- 120

地方

在尼罗河上漂流 / 妞妞（香港） ----- 124

工具箱

情侣目中无人 / 杨小扬 ----- 130

邮发代号：
46-238

毓婷

左炔诺孕酮片

据有关资料统计：所有年龄段的育龄女性，都有可能偶然需要紧急避孕。因此，**认识并了解毓婷**，是现代女性爱护自己的明智之举。

请注意！如有以下情况出现，应立即服用紧急避孕药毓婷。

- 1、未采取任何避孕措施；
- 2、避孕套破裂或滑落在阴道内；
- 3、体外射精失控；
- 4、安全期避孕日期计算失误；
- 5、口服避孕药出现漏服；
- 6、性攻击（无论是何种情况）；

毓婷服用方法：

于避孕失败或无防护同房后的72小时（三天）之内服用毓婷一片（0.75mg），间隔12小时再服用一片（总量为1.5mg），即可达到防止意外怀孕的目的。

专家忠告：

毓婷是用于事后进行补救的紧急避孕药。

事后越早服用毓婷避孕效果越好。

毓婷不能替代常规避孕药。

毓婷不宜频繁使用。

毓婷存在1.5%的失败率。

毓婷热线：

010-62250419 010-62262389

忠告语：

请在药师指导下或按说明书购买和使用

毓婷

提倡安全的紧急避孕



说明：用于无保护性同房或避孕方法失败（避孕套破裂或脱落、体外射精失败、安全期计算失误等）同房事后补救。
用法：本品用于紧急避孕，越早服用，效果越好。服用时，一般绝对禁忌，严重心脏病、肝病、肾病、甲状腺功能亢进及严重哮喘、肾功能不全患者慎用。
注意事项：注意服药时间。
生产厂家：北京紫竹药业
生产批准文号：国药准字H110903129
生产地址：北京紫竹药业
北京分厂（文）：2000030093号

情与爱

信箱

处女迷局 / 连岳 ----- 134

女人悄悄话

我的老公被“骚”扰 / 雨潭 ----- 136

13点

你不想不想见情敌? / liaoliao ----- 140

爱经

脚上摇曳最深诱惑 / 天凌 ----- 144

情色日记

块肉余生记 / 菩鲁 ----- 148

谈恋爱是个力气活儿 / 维舟 ----- 150

吃饭的架式 / 云胡不喜 ----- 151

资讯

书香

击中你的软肋 / 张静琳 ----- 152

碟碟不休

让快乐优先 / 我爱木易 ----- 154

没有最倒霉，只有更倒霉 / 朱槿(美) ----- 156

日语直通车

丑陋，是因为凑合 / 余学英 ----- 159

观点

面包树下

浪漫的人 / 张小娴 ----- 162

物质生活

都是苦出身 / 沈宏非 ----- 163

恋·教室

暗恋光荣 / 陈非子 ----- 166

食得无艳

让我们温柔地吵架吧 / 曾无艳 ----- 168

客座

我没有十分爱你 / 罗西 ----- 170

小说

女人香 / 麦小麦 ----- 172

江南之第二天堂(一) / 环玥 ----- 178

游戏

本月星座 / 希望小魔星 ----- 186

彩色蜂窝 ----- 190

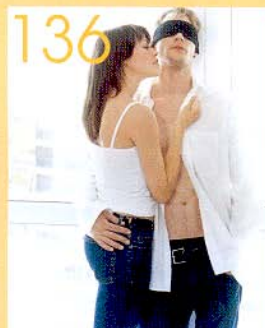
本刊文字及图片均为作者来稿，文责自负

所有来稿视为默许合作网络媒体希望版块使用

本刊合作网络媒体：www.joysos.com (网络实名：都市女孩)、mms.Tom.com



为了拥有过人的体力，她每天跑步5公里，隔天游泳1公里。她说：我的财富一半用来帮助别人，一半用来“接触地球”。



如果老公被骚扰，怎么办？



原来许仙真正爱的是小青，一朝错失，就穷尽几生几世去追寻，时空陡转至今，却是几个活死人在大谈恋爱……

金帝
Leconté™

只给最爱的人



金帝巧克力
纯正的诱惑



编辑出版

主编：金炳亮

执行主编：曾昭仁

电话：83801877 83814317

主办：广东人民出版社

出版：广东《希望》杂志社

社址：广州市建设六马路48号万财大厦六楼

邮编：510060

采编部 电话：83816173 83815581

传真：83816173

编辑总监：沈德枋

编辑主任：邓辉 黄昀

编辑记者：赖芳 向丽 程宇彤 张静琳 李燕萍

设计制作部 电话：83816746

设计部主任：陈宁莉

电脑总监：杨陶

设计制作：何永健 张湘华 何双梅 赖水珍 金夏雁

行政部：CAROL 张杏梅

<http://www.ccmedia.cn/hope>

E-mail: hopenaga@public.guangzhou.gd.cn

北京工作站：

北京市石景山区碣石坪公寓15号楼1单元605室

负责人：余莞莞 邮编：100043

E-mail: rosefriend@vip.sina.com

重庆工作站：

重庆工商大学左一红右一虹工作室

负责人：红尘 邮编：400067

E-mail: redrust@21cn.com

经营机构

总裁：魏武

副总裁：郑丹东

广州万鸿文化传播有限公司

地址：广州市建设六马路48号万财大厦六楼

总机电话：020-83818437 83819779

83810457 83818534

传真：020-83817466

广告总监：杨静 戚伟川

市场总监：张爱东

全国发行总代理：

北京创价社书刊发行有限责任公司

地址：北京市朝阳区甜水园北里16号楼图书市

场210室

发行总监：顾华

电话：010-85964625

010-85964626

010-85964700

邮编：100026

制版印刷：深圳利丰雅高印刷有限公司

全国统一刊号：CN44-1166/C

国际标准刊号：ISSN1007-8630

广告经营许可证：粤工商广字01213号

2004年10月1日出版

征订启事

《希望》杂志于2000年4月改为半月刊以来，由于出版周期缩短，很多读者未能及时买到刊物，纷纷来信询问，表示遗憾。为了确保《希望》发烧友收齐全年刊物，《希望》杂志社现委托北京创价社书刊发行有限责任公司代理邮购业务，望各位读者能采用订阅方式，补齐您所遗漏的《希望》。

订阅方法如下：

收款人：吕杰

地址：北京市朝阳区团结湖东里12号楼团结公寓C-02-C室

邮编：100026

查询热线：010-85964625 85964626 85964700 转分机805#

请务必用正楷字体写清楚自己的详细地址、姓名、邮编、电话、订阅期数，以免邮寄中出现差错。《希望》杂志为半月刊，全年24期，定价10元。全年订阅价240元，免收邮费。如需挂号每本加收3元。

色彩地带

colour zone

新品眼影
全新登场

好礼不断有
惊喜无极限!

九月起:

- 多款诱人唇膏全线7.8折
- 多款动人眼影买二送一
- 多款精致套装礼盒惊爆价99元起

超炫亮彩粉

Super Brilliant Colour Powder

璀璨魔光水彩粉

Blossomy Colour Powder

完美四色眼影

Perfect 4-colour Eye Shadow

诚聘市场策划 / 区域经理 / 业务员多名
服务热线: 0756-8890859

有意者请电邮至: colourzone@china.com
网址: www.colourzone.qy.cn

优惠券 COUPON
凭此优惠券亲临专柜可换
取精美礼品壹份或作为10
元代金券使用。
* 兑换券有效期至2006年10月31日

哪款手机最好玩？当然是诺基亚3220！

酷炫、最有趣的首款诺基亚3220独具创意的“随心换”功能。通过预装了特殊软件的随心换“妙趣”闪语“彩壳”，挥动手机即可在空中闪出手机中预置或自己编写的文字或图形，想说什么闪什么。

随心换™“闪光彩罩”也是诺基亚3220的创新设计，机身侧边分别有两个半透明机罩，在来电、收发信息或玩游戏时，“闪光彩罩”就会红、黄、绿交替变幻。它同时还具有提示功能，当有未接来电（信息）或自我拍照时，它都会自动闪光。

“IN”要酷炫



NOKIA 3220



相机肯定是必备的啦。**30万像素VGA**照相机配合65536色真彩屏，细腻呈现出图片的真实色彩，而且诺基亚3220还具备50秒摄像功能，随时抓住美瞬间。

随心换™插片

是诺基亚3220另一处个性配备。每款包装均附送一块模板，你可以自由创作插片，表达自我心情。



说到诺基亚3220的**酷炫**，一个字：酷！强烈推荐沼泽竞速（Swamp Racer）和空中快车（Air Express），依靠触摸按键操作模式，通过随心换™妙趣“闪语”彩壳中内置的加速度传感器，依靠手机的移动和倾斜完成各种高难度动作，新鲜又刺激。此外，手机本身还预置六款精彩游戏，更可下载40系列的所有JAVA游戏。

对于发短信多打电话的你来说，**快速词组联想**输入功能绝对对你追捧。它会根据词组的使用频率自动记忆，并在你输入时自动联想，让你“多快好省”地编写短信。

如果对方不能及时看到短信怎么办？诺基亚3220的**即显信息**功能非常善解人意，只要你在手机中选择发送即显信息，短信内容就会自动显示在对方的手机上。



最后，我要给你介绍一个超可爱的**动感变色龙**—EMO™。你可以发送EMO™情绪彩信给朋友，用它的动作和声音来表达你的心情，又FUN又酷。



NOKIA
CONNECTING PEOPLE
诺基亚



支持“闪信”¹



节奏炫目闪灯



30万像素相机 / 摄录功能



动感炫光游戏



快速调组联想输入



即显信息

“闪”要闪烁



**NOKIA
3220**

NOKIA Care
专业专注 全心服务



客户服务热线



快速维修服务



增值服务



客户服务网

客户服务热线: 4008 800123

1. 您需选购诺基亚3220随心换™“闪信”彩壳套装, 或者为诺基亚3220手机另外购买随心换™“妙趣”闪信™彩壳配件。
www.nokia.com.cn

不经意间，季节转换，空气中微微的凉意就把我们带到了初秋。收拾起夏日的短衫短裤，让我们一起来深呼吸，除了专属秋天的阳光味道，在时尚界乍起的花草风潮已经扑面而来：深深浅浅的粉红，千姿百态的花朵图案，可爱通透的饰物家居，以花草为主题的芬芳气味和护理产品——这个初秋，“像花草一般的女孩”将大行其道。

一双粉红色的芭蕾舞鞋，一枚鲜花造型的头饰，一条蓬松柔软的纱裙，散发着秋日玫瑰味道的香熏，这些都曾经是我们的衣橱中最美丽的秘密。潮流对于花草的喜爱从来就没有间断过，在2004年的这个初秋，这种情绪被发挥到了最极致：从一线品牌Prada的高级时装到大众化的H&M成衣，都不约而同推出了花朵设计的多种款式新装；Burberry的饰品广告主推手绘花朵样式，而在Dolce & Gabbana的平面广告中，一身蕾丝和花朵妆扮的纤柔金发女孩立于树下，一脸的纯净和天真，Diesel的广告更通过模特们的传神演绎，重塑了花朵盛开的伊甸园。

Floral Season

初秋，花草进行时

如果说，各大时尚品牌强调各自的独特风格，极力追求标新立异是上世纪八九十年代的发展趋势，那么在21世纪初，各大品牌开始更为注重穿着打扮的舒适程度，力图让服装走下狭窄的T台，适用于更多的场合，因而代表亲切自然、能贴近人群的一切灵感成为一种需要。花草风潮在此时重返时尚浪尖，便是对这一新趋势的最好佐证。

跟往季秋冬时尚的性感艳丽相比，今年的柔美风格因为花草元素的加入而显得极为亲切自然，能适用于更为广泛的普罗大众：印有花朵图案的上衣无论在乡村还是大都市，都可以随意穿着，一点不会让人觉得突兀；含玫瑰精华的香氛淡雅适中，能完美展现女性娇美动人的气质；粉红色系的彩妆，色彩鲜艳明快，随时随地衬托出东方女性的白皙皮肤……

那你还在等什么，让我们全都“花草”起来。

服装 fashion

一件玫瑰图案的紧身T恤、一条粉红的迷你裙、一双 Converse 的平底印花运动鞋，再加上一个彩色花纹的休闲手袋，你立马就能重新找回少女时代的青春活泼。即使你是习惯了日日穿着成熟正装的上班族，偶尔尝试一下长短不同、宽裙摆的A字细花裙，或许你能从周围的空气中嗅出花香的味道来。

总之，这个秋天，我们再也不是需要刻意装扮成性感成熟 Lolita，徜徉在“花草”飞扬的主题里面，谁都是让人猜不出年龄的 Pretty Barbie。



Polini: 柔软的面料触觉给人性感优雅的感觉，强烈的色彩条纹搭配让你大放异彩。

Max&Co: 在力求塑造女性独立自信形象的同时，迷你裙加褶皱、浪漫印花加柔软面料成为经典细节，凸显女性内在温润如玉的一面。



perfume

香水

如果说去年秋天Givenchy推出蕴含法国蔷薇、梦幻玫瑰、撒旦玫瑰、牡丹玫瑰和摩洛哥玫瑰的Very Irresistible, 还只是提前揭开了花草风潮的一个小小序幕, 那么在今年不断涌现的以花香为主题的香水则标志着花草风潮的真正盛行: 作为Estée Lauder销量最好的香水Pleasures今年的平面广告继续采用粉色花朵凸显香氛的甜美; Cacharel这个近年内开始异军突起的法国新品牌先后推出了深红色Amor和浅粉色Noa两款以玫瑰花为主题的香水, 轻易就虏获了众多女性的心。



Casteljaco Eau de Toilette: 经典粉红瓶加上香柠檬油以及西红柿叶混合而成的植物香, 是“花草”调香水的经典选择。



Liz Claiborne Curve Crush: 以其尤为独特的柑橘类植物香备受关注, 加上丰富的白三花香味把你熏染成一杯秋日午后最甜美的花草茶。



Vera Wang eau de parfum, Victoria's Secret Very Sexy: 茉莉, 玫瑰, 梔子花, 风信子……凡是代表着优雅气质的鲜花都成为香水的主题, 散发着成熟而性感的女人味。



accessory

配饰

比将“花草”味涂抹在身上更为直接的是将花草的造型佩戴在身上。“花草”风潮之下, 以花朵、植物造型为设计灵感的女性专属配饰比比皆是, 越来越多可爱的小花小草进入了女孩子们的首饰盒内: 一向凭借款式新潮多变吸引了大众目光的Swatch在这个秋天不仅让我们能把千姿百态的“花朵”手表戴在手上, 更在其各类小饰物中大胆采用了一些粉红、浅蓝、嫩黄等鲜亮植物色系。



酷似小花环的造型围绕在手腕处, 很能引人注目。



以向日葵为原型的可爱造型还有多种不同颜色搭配, 实在让人爱不释手。



还有什么比直接将一朵粉红鲜花佩戴在手腕处更能彰显秋日女人味?



Chanel Precision Gentle Hydrating Lotion 不仅能温和去除皮肤污垢，富含的芦荟精华还能充分滋润皮肤。



提肤童活力维他命眼霜，富含柑桔花成分，能有效舒缓镇静眼部皮肤，促进微循环达到消肿、抗过敏的功效，并能改善眼部缺水问题。



Clinical Solutions by Therapy Systems Amazingly Gentle Scrub 利用天然绿茶作为良好的抗氧化成分，加州希家树木的细嫩粒子能有效去除皮肤老化角质。



伊卡露草本精华洗发露萃取天然花草能量，洗发时更让你体会到大自然的魅惑。

beauty 护理品

除了穿着、佩戴，“花草”的功效还远远不只于此，花草精华已经开始越来越频繁地渗透到日常护理品当中，让你随时随地、每分每秒沐浴花草中。

薇姿花草护肤系列：

1. VICHY 泉之净舒安洁肤水，富含玫瑰成分，还采用了新一代表面活性剂聚合硅，能高效清洁肌肤。

2. VICHY 眼部卸妆水，富含矢车菊成分及维生素原B5，有效消除眼部化妆，卸后眼部肌肤不干涩，还能镇静、舒缓和消除眼部浮肿。

3. VICHY 滋润护唇膏，富含维生素E和神经酰胺，能刺激皮肤细胞新陈代谢，深层滋润，使唇部肌肤柔软不皸裂。

☑ (责任编辑：张静琳)



淡彩唇色，感受每日 维他命滋养

在快节奏的生活中，不加以细心呵护的双唇
会向我们展示脆弱“受伤”的面目：
干燥、紧绷、细纹、蜕皮，唇色也慢慢变得黯淡无光……

美宝莲护彩润唇膏，为双唇带来温柔呵护，
更添加清新动人的恬淡色彩！

LIP SMOOTH Care & Color 护彩润唇膏

- 滋润干燥的双唇，不油腻
- 蕴含维他命A&E，修护营养唇部
- 轻薄透亮的淡彩效果

心动价：
19元



MAYBELLINE

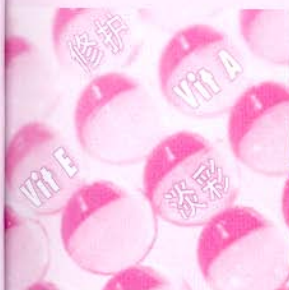
美 来 自 内 心 美 来 自 美 宝 莲

维他命滋养的谈彩呵护

每日为双唇注入温柔呵护，轻轻一抹，双唇即刻体会水嫩润泽的质感，不干燥、不紧绷、减少细纹，使双唇时刻散发迷人色彩！

10#

01#



营养修护

丰富的维他命A&E营养滋润成份，为双唇提供源源不断的滋养，轻轻涂抹上一层，可以有效缓解双唇干燥、脱皮等状况，深入修护脆弱的唇部肌肤，淡化唇纹，带来每日贴心的呵护。

轻盈滋润

其实正如脸上的肌肤一样，唇部肌肤也需要每天精心照顾。早上添加自然淡彩，晚间涂抹无色透明的美宝莲护彩润唇膏01#、02#，随时随刻紧锁水份，滋润呵护双唇，令唇色持久保持润泽、柔滑。

清新谈彩

美宝莲护彩润唇膏7款清透亮丽的自然淡彩，无论是上班还是度假，你都能找到最心爱的一款，缔造更为出色的唇妆效果。每日体会清新润泽的水嫩质感，尽显由内而外的傲人唇色！

ELINE®

NEW YORK

秋冬的脸眉眼

时尚天桥不仅仅是服饰潮流信息的来源地，它也能同时告诉你新一季化妆和发型的流行趋势。想知道这个秋冬季的化妆和发型有哪些关键点？跟我们一起进入各大时装秀的后台吧！

苍白的裸脸

想象一下玛丽莲·梦露那张苍白而腮帮子鼓鼓的脸，你就会对这个妆容有大概的感性印象。这张脸应该是清洁而没有瑕疵的，不需要用各种颜色来强调骨感的轮廓，可以用上少许腮红，但古铜色化妆品就应该和其他夏季用品一起被束之高阁了。

T台范本

Chloe和Marni模特的脸上重现了辛蒂·克劳馥在上世纪80年代的“模仿自然”妆容；Calvin Klein和D&G的脸似乎被抛光过，淡淡的肤色上看不到一点瑕疵——这是用Becca的大粉扫把粉底直接扫在脸上的效果；DKNY的模特似乎从肌肤里面透出光线来，她们用上了MAC的“晶亮润肤乳液”作为高光。

模仿重点

用不同颜色的遮瑕膏来改善肤色暗沉和不均匀。灰色调的皮肤用桃子色的，而发红的肌肤用黄色调的。

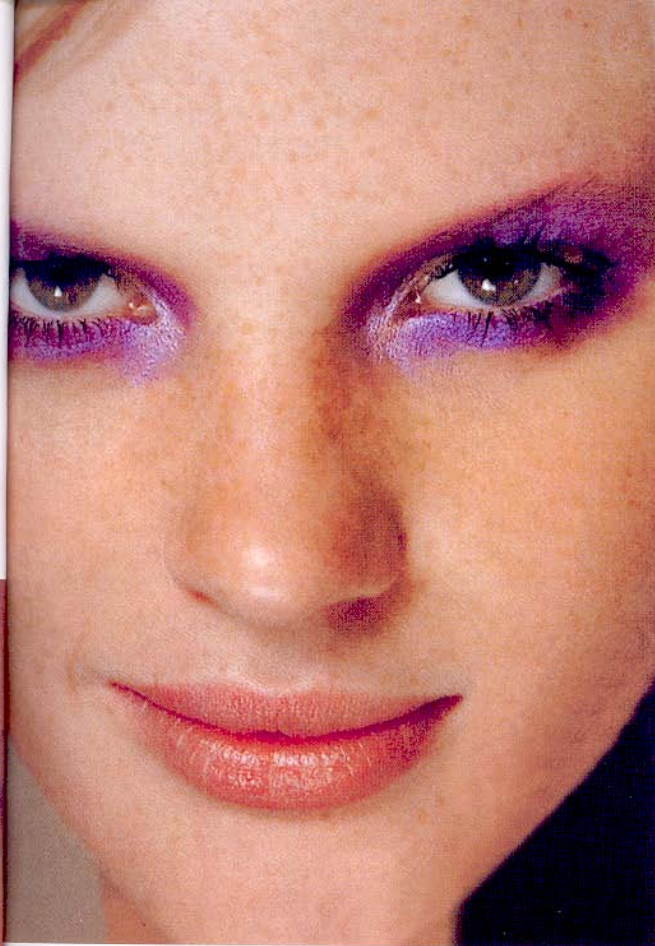
不模仿的理由

刚起床的时候不适宜化这种妆，因为化妆品在没有得到充分呼吸的脸上不能紧密附着，体现不出“自然”和“裸露”的感觉。

搭配

让发丝远离脸庞的束起来的简单发型





T台范本

Zac Posen、Vera Wang 和 Dries Van Noten 的模特用上了蓝灰色、亮银色和银蓝色这些带有金属感的色泽；Julien Macdonald 的模特眼睛是满满整个眼窝的金色，而嘴唇是火红色，眼神仿佛在热烈燃烧；Luca Luca 的化妆师用哑光的黑色做底色，上面涂上闪亮的金色；Oscar de la Renta 也是非黑即金。只有 Miu Miu 参照经典的烟熏眼妆，用上了朦胧的紫色。

模仿重点

把半透明的宝石色眼影层层涂上，自然过度。

不模仿的理由

如果你并非一个紧贴潮流的人，大可以不理睬这个流行，因为这种妆化起来非常费时间。

搭配

长而浓的黑色睫毛

迷离的烟熏眼

本季的烟熏眼强调颓废和性感的感觉。泛着宝石光泽的各色眼影有着古董的神秘感，让眼睛显得深邃莫测。





戏谑的眉

用戏剧化的效果强调眉毛，可以变化出超出想象的各种花样。不同形状和颜色的眉毛能让你的脸呈现出差异巨大的各种形象。

T台范本

特意在模特苍白的脸上画出浓黑的眉毛，Chaiken的化妆师用这样的方法让眉毛成为妆容的中心；Clements Ribeiro 模特的眉毛是一条卷曲蓬松、一条直而精致；Dior 模特的夸张的眉角高高挑起；Cacharel 模特的眉毛被染成了粉红色。

模仿重点

用专用的眉扫整理形状，用染色膏而不是眉笔或眉粉来上色。

不模仿的理由

喜欢低调的人不宜。

搭配

涂在眉骨下方的高光

一丝不苟的头发

清晰的侧分界、一丝不苟的发丝，性感优雅的同时，还给人一点男性化的感觉。这个发型最大的好处是可以突出头部的结构。

T台范本

Gucci 是典型，发型光滑得近乎苛刻；Givenchy 的感觉稍微柔和一些，因为在把头发扎起来之前先用电风吹过，为头发增加了一点点蓬松感；Valentino 秀中出现的发型同样光滑而分界清晰，但盘在头上的一圈麻花辫在为拘谨的发型加入了少女气息；Dolce & Gabbana 用脑后蓬松下垂的发梢来保持总体感觉的柔和。

模仿重点

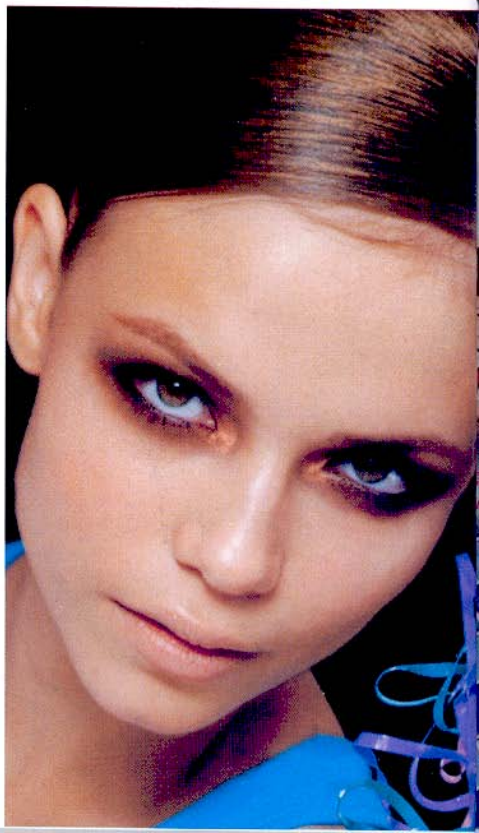
吹干头发前，先在湿发上抹一些免洗润发露或润发精华油，能让完成的效果看起来像半湿的头发一样光泽滋润。在尽量靠近耳朵的地方为头发分界。想要看起来不过于严厉，可以把发际的绒毛拉出来。

不模仿的理由

耳朵长得不好看

搭配

妖媚的红色指甲油 (责任编辑：赖芳)



MTV VJ大搜索
MAYBELLINE
NEW YORK

美宝莲®
纽约

展现我色彩

MTV-MAYBELLINE VJ大搜索
COME ON, JOIN US!

是各位高手狭路相逢？还是各路英豪尽显神威？
是他们自带了必胜法宝，还是他们身怀绝技？
到底花落谁家？到底谁主沉浮？是他？是她？还是你？？
预选赛现场气氛浓郁火爆，赛事扣人心弦，动感和活力在这里激情上演！

第四届“展现我色彩 MTV-MAYBELLINE VJ大搜索”预选赛终于在北京、上海和广州三地落下帷幕。各路高手都身怀绝技，怀揣法宝并勇于接受挑战，各显神威。

在“实力与魅力之星”的赛事中，参赛的选手激情四溢，动感活力，中英文流利，才艺俱佳！用他们的肢体演绎着摩登现代，用他们的智慧诠释着风情万种，青春的动感与美丽在这里淋漓尽致。

在角逐“时尚彩妆之星”的赛事中，一刹那龙点睛的几笔，一瞬间电光石火的夸张，各位选手都各显身手，整体的造型都颇具功力，展现出了最IN最活力，性感，自由，时尚的Maybelline New York Style！各种艺术和时尚在这里碰撞、融合，迸发出激情火花！

各位入围半决赛的实力与好运兼备的选手们都会再显神威，半决赛分别在8/19(北京)、8/30(广州)、9/2(上海)举行，最后胜出的佼佼者会于九月十五号参加上海的最后总决赛。如想了解更多赛程情况，欢迎登录美宝莲中国网站：www.maybellinechina.com即时关注！



展现色彩领域伸展，万众期待的时尚之星闪亮登场！
吸引你的目光？谁是你心中最佳的获奖人选？我们的屏幕等待传奇一族的到来！



MAYBELLINE
NEW YORK

美宝莲 自内而外 美来自美宝莲
www.maybellinechina.com

30 20*40 护肤全计划

无论是处于生命的哪个阶段，努力追求肌肤完美都是一个女人的终极使命。从长满青春痘的20岁到开始出现浮肿、眼袋的40岁，皮肤的烦恼似乎永无止境。须知，护理皮肤也一样需要一份完备的计划。

那么，为了保持一张紧致漂亮的脸，从开始护肤的那一刻起，就给自己的肌肤制订一份完备的护肤计划吧！了解每个年龄阶段的护肤重点，懂得如何去识别护理品的成分，然后选择真正合适的产品，并在恰当的时候通过一些有效的美容方法来维护你的娇嫩肌肤。

❖ 护肤重点：

20岁时，你的肌肤可能就已经存在着类似粉刺、晒斑、潜在皱纹等问题，而造成这些肌肤问题的关键就是过度日晒。防晒是这个年龄阶段的核心问题，而且需牢记考虑抗皱问题永远不会为时过早。

❖ 润肤：

既然这一年龄段的护肤主旨是预防，那么不妨试着使用些富含绿茶成分、SPF30的非油性润肤霜。天然绿茶成分则能降低罹患癌症的几率，附加的SPF还能提高肌肤防晒功能，使肌肤成功远离色斑、皱纹等问题。最重要的是，使用非油性润肤产品不仅不会给肌肤带来粉刺威胁，还能提供足够的滋润，使肌肤长时间保持嫩滑。

❖ 抗衰老：

尽管20岁左右的皮肤还不用面临太多衰老问题，但是也不妨为了将来考虑一下防皱的问题。在选用产品的时候，可专门选用一些含有 α 羟基、 β 羟基、维生素A酸及维生素C的产品。

❖ 去死皮去角质：

含有甘醇酸的产品能有效去除角质和死皮，有规律地使用（每月至少一次）可以清除粉刺和老化细胞，是相当有效的恢复肌肤活力的方法。另外，相对普通的酸性去角质产品，微晶磨皮术具有更强的剥脱能力，既能有效去除面部老化细胞，不留痕迹，还能保持皮肤滋润细嫩，乃至有“换肤”的效果。

❖ 美容手术：

虽然这个年龄段并不需要频繁地进行美容手术，但如果真的有预防皱纹的需要，注射肉毒杆菌未尝不是一种可以参考的手段。此外，可以通过尽量避免一些激烈的面部运动来防止产生过多的皱纹。

❖ 外科整形：

隆胸、抽脂、丰唇、隆鼻是这个年龄层最为常见最受欢迎的外科整形手术，女孩子们的目的很简单，只是为了使自己看上去更美一些。



❖ 护肤重点：

通常到了30岁左右,你就开始要跟脸上不断出现的色素沉着、若隐若现的细纹以及眼睑下不时出现的黑眼圈作斗争了。这一切都意味着,抗皱的最佳时机到了。

❖ 润肤：

可以尝试使用含有维生素E和防晒因子、质地较稠的护肤霜,维生素E可以降低来自阳光的伤害,防晒因子则能有效隔离紫外线。相对20来岁,这个年龄段的皮肤开始逐渐变得比较干燥,所以不必再像以前那样过分忧虑粉刺之类的问题,因此应选择有助于锁水保湿的高浓度护肤霜。至于眼霜,如果能坚持每天使用,几个月后,消除黑眼圈应该不在话下。

❖ 去死皮去角质：

这个年龄段想要去死皮,可选择一些含有三氯乙酸(TCA)的产品或是采用激光磨皮、微晶磨皮、光子嫩肤等方法来去除死皮和老化角质。如果你有吸烟的习惯或是皮肤本身有晒伤,最好选用激光或光子嫩肤疗法。至于特异抗原疗法(TSA)是一种十分强效的方法,它能直接清除分布在眼睛、鼻子、嘴部周围的皱纹。如无特别需要,建议一般还是选用含有甘醇酸的产品来保持肌肤光洁嫩滑。

❖ 美容手术：

注射肉毒杆菌、微晶磨皮、脉冲光疗是这个时期常用的美容方法。从年龄层面来看,肉毒杆菌注射术更适用于年纪较轻的女性,对于那些由于表情丰富、面部肌肉重复收缩过度而导致的皱纹尤为有效。脉冲光疗有助于降低晒伤所致的色素沉着以及皱纹,使用后肌肤能回复饱满、富有弹性,尽管这种方法并不能彻底根除深层皱纹,但一样能让深层皱纹变浅。

30s*

❖ 外科整形：

隆乳、抽脂、丰唇、隆鼻这些手术在这一年龄段的女性当中依然备受欢迎。但是医学专家的建议是：除非你的脸部有因先天遗传造成的缺陷，不得不进行整形，否则任何一种外科整形手术对于30岁左右的女性的皮肤都是没有好处的。

❖ 护肤重点：

40岁是迈向衰老的端点，在年少时因日晒过度而引发的色素沉着和其它肌肤问题都开始——爆发。首先是细纹悄无声息地爬上了脸庞，色素、黄褐斑接踵而至，一度紧致光洁的脖颈和眼睑开始缓缓下垂，由于面部血管扩张而导致的红脸症等也是这个年纪的常见访客。

❖ 润肤：

建议采用内含甘醇酸、维生素A酸以及维生素A、E的抗老化护肤品，经医学证明，这些成分可有效延缓衰老，增加肌肤的紧致感。

❖ 去死皮去角质：

使用含有甘醇酸和三氯乙酸的去角质产品不仅能减少皱纹的产生，让肌肤重现青春活力，还能帮助抵抗皮肤色素沉着问题。

❖ 美容手术：

专业医学美容手术在这一年龄层的女性当中大行其道，硬化剂注射疗法、微晶磨皮、激光换肤、电波拉皮术、脉冲式燃料激光疗法、注射肉毒杆菌以及脉冲光疗等各式各样的美容方法层出不穷。

不用开刀不用进手术室的电波拉皮术最为方便直接，软组织填充法则主要针对鼻周、眼周及唇周的细纹。而新一代的脉冲式燃料激光法则主要针对由于红斑痤疮引起的泛红症状。

❖ 外科整形：

这一时期，眼睛下方特别容易因脂肪长期增生而形成严重眼袋，眼睑整容术能从上、下眼睑内取出多余的脂肪组织，有效改善眼部的浮肿状况。而新晋成为整形手术中的热点的内视镜拉皮方法则适用于面部皮肤微度松弛的人群，这种整形手术不仅经济实惠，效果显著，并且安全性较高。■（责任编辑：张静琳）

带你认识美容液

美容液到底是指哪一类护肤品？简单地说，它是升级版的基础化妆水，又是稀释版的精华素，可视为“高浓度的精华型化妆水”。它们大多具有黏稠外观（但其中一些仍然是清澈的质地），也有格外添加的精华成分，它们也许没有在名称上直接叫“某某”美容液，但它们有一个共同的特点：促进皮肤对保养品的吸收，迅速改善肤质。

像化妆水，不是化妆水

传统的爽肤水、化妆水或者柔肤水，最主要的功能是再次清洁、调整肌肤PH值及柔软角质层。而目前人们越发感觉层层涂抹这种单一功效的护肤产品已不能满足自己“快节奏护肤”的需求，于是渴望拥有一种可以帮助精华素更好地吸收，或者可以减少护肤步骤而效果却更好的产品，“美容液”于是应市场需求而生。它们除了基础的功能之外，还因为添加了各种精华成分而具有不同的护理功效，可以帮助肌肤处于吸收的最佳状态。
适用美容液的最佳年龄：25岁以后

美容液的几大功效：1. 减少护肤步骤，满足女性“快节奏护肤”的需求，同时达到更好的保养效果；2. 作为粉底隔离剂，能减少油分对肌肤产生的负担；3. 尤其适合干性肤质及成熟肌肤使用；4. 当作保湿面膜来使用，省事，又速效；5. 能恰到好处地滋润肌肤，并为后续护理作铺垫，帮助肌肤处于吸收的最佳状态。



1. Biotherm碧欧泉活氧青春美容液

含有100%天然萃取的橄榄叶精华，具有双重修护及保护功效。能自然抵御由氧化及UV紫外线对皮肤带来的伤害，并促进皮肤胶原蛋白再生；有效改善肤质，使皮肤变得平滑柔嫩、有弹性，并防止衰老现象提早出现，使皮肤看起来更年轻。

2. VICHY薇姿润泉保湿精华凝露

含有VICHY温泉水，其中的矿物质和锌等微量元素能强化皮肤天然保护功能，活性成分丝氨酸是天然的保湿成分，能持久补充、锁住并保持肌肤中的水分，有效改善缺水现象，帮助皮肤恢复“储水”能力，达到最佳水平衡。使用后皮肤感觉柔软、舒适，并有晒光效果。

Q1 如何最大限度地发挥美容液和效果？

美容液属于特殊保养品，正确的使用方法非常重要，以下几点是你需要了解的：

时间：从春末到初秋，我们的皮肤从水包油型转化为油包水型，亚洲湿热的气候令毛孔开始粗大，汗腺和皮脂腺的分泌更旺盛，常规乳状的护肤品已经不再适用这时期的肤质，而清透怡人的水基美容液能给此时肌肤最恰到好处的呵护。因此，从春末到初秋，即5月到10月期间使用美容液效果最好。

频率：早晚各一次为宜。美容液高于化妆水、爽肤水之类的内在成分使之有持久发挥的疗效。

年龄：25岁以后。25岁前的年轻肌肤的皮脂分泌非常旺盛，新陈代谢处于理想状态，不用美容液就可发挥很好的保湿和自身修复机能，只用含有保湿剂的化妆水就已足够。过了25岁，特别是超过30岁后，肌肤的代谢开始减缓，皮肤状态开始走下坡路，应重视美容液，做好万全的保湿营养措施。如果你怀疑自己的肌肤属于“未老先衰型”，可以自我检测是否适用美容液：洗脸后，擦上化妆水，10-15分钟后若肌肤有紧绷感，就应使用美容液，无紧绷感，则不需使用。

用量：夏季大约2-3滴，冬天大约3-5滴。T部位只擦一次，眼睛和嘴周围则擦两次。如特干性皮肤和年龄较大的人擦后仍感觉不够滋润，也可以用美容液敷脸：在薄型化妆棉上吸取充足的美容液，在脸上敷1-2分钟即可，对暗哑肤色和干燥有细小皱纹的皮肤，具有显著的保养效果。



BEAUTE de KOSE美谛高丝双重活肤乳含有高浓度保湿成分和脂质成分，以生物体类似成分为中心的双层型超保湿乳液。给予肌肤润泽和柔软效果，改善肌肤纹理，使用后能用手指感受到肌肤的弹性。

Q2 美容液的价格为什么这么不近人情？

如果你看到某个网站上有便宜得令你不敢相信的SK-II神仙水的价钱，一定不要相信它是正品，因为美容液完美的内质决定了它是价高但值得拥有的产品。相对容量而言，美容液的价格相当高，小小一瓶就要数百元。但所谓“量少质精”，以功能性来说，美容液好比肌肤的“补品”。当你在熬夜、压力大时，肌肤不仅容易变得晦暗、蜡黄，还容易产生细纹、松垮等现象，对于保养品的吸收能力也相对变差，美容液当中的“浓缩成分”以及“all-in-one”配方可随着更小的分子迅速渗透至肌肤底层，“促进”原本迟缓的代谢周期，让周期提前至正常的28天。美容液价格虽高，但比起盲目地使用一大堆乳液、面霜，又没起到实质性的作用要好得多。对于有一定经济能力的成熟女性来说，美容液是绝对优质和适用的产品。

Q3 除了普通的涂抹之外，美容液还有哪些特殊用法？

湿敷：当肌肤疲惫不堪，而手边又没有精华素或是深层润肤焕彩面膜时，用美容液湿敷会有同样的滋养效果。方法1. 将美容液湿滑地涂于整个面部，比平时要量多，然后以保鲜膜覆之，在眼鼻唇部留下洞口，十分钟后揭去；方法2. 用化妆棉沾取美容液，在面部反复涂抹。

打底：美容液也是一种很好的粉底隔离剂，尤其是容易产生小细纹的眼部周围，上粉底前要预先充分补充美容液。擦完后稍待片刻，等美容液干了再开始擦粉底。油性肌肤和容易脱妆的人可用此法减少油脂分泌。

搭配使用：在暖季，以“完全清洁+化妆水+美容液+防晒霜(白天)”为基本护肤步骤，早晚一次；在干燥/寒冷季节，以“完全清洁+化妆水+美容液+乳状日/晚霜”为基本护肤步骤。通常建议美容液在化妆水之后，乳液、乳霜之前使用，以强化滋润、保湿的效果。不能因为美容液的质地清爽、好吸收，以为“有擦就好”，直接省掉乳液、乳霜。这样本末倒置的保养习惯，长期下来，会令肌肤的自愈功能逐渐丧失。肌肤所需的基本养分，仍应靠乳液、乳霜等滋润品给予，美容液只是强化与促进的角色。■

(责任编辑：余芃芃)

EUROPA INSPIRATION 焕色彩 唤灵感 Up2U

主推妆容
焕彩漫紫



眼 妆

以指蘸取淡粉白造型眼影(EC405)于整个眼窝处打底。用粉蓝色(EC404)在眉骨处稍作提亮。再以眼影棒沾满淡粉紫造型眼影(EC403)。在眉骨至睫毛间下2/3眼窝处。从眼尾向眼角均匀涂抹。将色彩晕开。然后使用眼影棒较细一头沾取适量亮银紫(EC403)。在双眼皮折皱处贴近睫毛根部沿外眼角向内眼角晕染。并以同样的方法在下眼睑的眼尾扫上亮银紫眼影。最后。使用中黄色造型眼影(EC405)在眼角处着色。营造动人明眸。

颊 彩

以腮红刷沾取粉紫色造型颊彩(BC504)。从颧骨最高点斜向外上扫到发鬓处。现出立体动人的青春面庞。

唇 妆

以深玫瑰红造型唇彩(RP174)直接沿上下唇部轮廓勾出唇型。用唇刷将淡粉紫唇彩(RP175)涂满内唇。并将两种颜色的分界线晕开。创造自然饱满唇型。再用淡粉紫造型唇蜜(RG215)增加唇部光泽。立刻展现立体丰润的绝色双唇魅力。

美 甲

桃红色蕴涵闪亮粉配方美甲甲(NC709)。创造指尖娇柔魅惑之印象。

色彩跨越时空，错位季节缤纷交锋，大地黄绿飞上眉梢，浪漫粉紫晕染双颊，梦的渴望，化成华丽流光，点亮眼睛，Up2U焕新色彩，唤醒灵感.....

眼 妆

以指蘸取粉蓝色造型眼影(EC404)于整个眼窝处打底。再以眼影棒沾满淡绿色造型眼影(EC404)。在眉骨至睫毛间下2/3眼窝处。从眼尾向眼角均匀涂抹。将色彩晕开。然后使用眼影棒较细一头沾取适量银绿色(EC404)。在双眼皮折皱处贴近睫毛根部沿外眼角向内眼角晕染。并以同样的方法在下眼睑扫上银绿色眼影。最后。使用中黄色造型眼影(EC405)在眼角处着色。营造动人明眸。

颊 彩

以腮红刷沾取粉紫色造型颊彩(BC504)。从颧骨最高点斜向外上扫到发鬓处。现出立体动人的青春面庞。

唇 妆

以橘红色造型唇彩(RP177)直接沿上下唇部轮廓勾出唇型。用唇刷将淡橘色唇彩(RP176)涂满内唇。并将两种颜色的分界线晕开。创造自然饱满唇型。再用深红色造型唇蜜(RG218)增加唇部光泽。立刻展现立体丰润的绝色双唇魅力。



美 甲

珍珠色造型美甲甲(NC707)。创造指尖娇柔魅惑之印象。



主推妆容 2

焕彩幽绿

15款焕新色彩，唤醒你沉睡灵感！

由你造型眼影

色彩多变，质地细腻，是时尚彩妆达人、创意彩妆爱好者的迷人利器。眼影系列，蕴含自然矿物和天然植物成分，呵护肌肤，呵护美丽。

由你造型唇蜜

• 晶莹闪亮，水润保湿，为你的唇色增添天然美丽光泽。
• 蕴含植物成分，呵护肌肤，呵护美丽。
• 4款时尚色彩，低过敏性，安全、无毒，呵护你的健康。

由你造型眼影

• 色彩多变，质地细腻，是时尚彩妆爱好者的迷人利器。
• 蕴含植物成分，呵护肌肤，呵护美丽。
• 3款时尚色彩，低过敏性，安全、无毒，呵护你的健康。

由你造型唇彩

• 色彩多变，质地细腻，是时尚彩妆爱好者的迷人利器。
• 蕴含植物成分，呵护肌肤，呵护美丽。
• 3款时尚色彩，低过敏性，安全、无毒，呵护你的健康。

由你造型美甲

• 色彩多变，质地细腻，是时尚彩妆爱好者的迷人利器。
• 蕴含植物成分，呵护肌肤，呵护美丽。
• 3款时尚色彩，低过敏性，安全、无毒，呵护你的健康。





微笑， 从美白牙齿开始

笑容再动人，如果张开小嘴却露出了一口大黄牙，再美好的感觉也在一瞬间消失殆尽。随着市面上出现了越来越多的家用牙齿美白产品，拥有一口洁白漂亮的牙齿再也不必花重金去专业诊所才能实现，你大可以使用一些操作简便的牙齿美白产品，在家里就能轻松打造出编贝皓齿。

如今市面上新推出的牙齿美白产品林林总总，功能和效果各有不同。了解牙齿美白的相关知识，根据自己的实际需要，你的花费才能物有所值。

主要美白成分

市面上的牙齿美白产品中能起到美白作用的主要成分是过氧化氢(富氧水衍生物)。过氧化氢能在牙齿上形成深入持久的保护膜，以达到美白的效果。这种物质通常只供专业牙医使用，根据治疗场合使用剂量也有所不同：一般家庭使用的牙齿美白产品中的过氧化氢含量为3.5%至6%，而专业牙科诊所使用的牙齿美白产品中的含量则可达15%至35%。

牙齿美白的基本程序

使用美白产品来进行牙齿美白，通常以14天为一个周期，一天2次，中途不间断，才能获得明显的美白效果。建议在使用美白产品前先咨询专业牙医，全面了解自己的牙齿健康状态，比如有无龋齿、牙龈是否出血以及整个牙床的坚固程度等。此外，为了让美白产品尽可能发挥出最大的功效，最好先去除牙垢。

各大品牌经过反复试验得出结论，牙齿美白产品的使用效果会因人而异。牙齿本来的颜色、牙蛀斑的疏密程度以及产品中过氧化氢的含量都会影响到美白产品的效果。很明显，产品的作用只能在自己的牙齿上体现出来，因而效果不尽相同。

产品分类

目前市面上的牙齿美白产品大体分为以下三类：

1 凝胶：最方便的产品

只需用一支小小的涂抹棒，就可以把具有美白功能的凝胶均匀地涂抹在每一颗牙齿上，而且无须冲洗。但建议在使用后半小时小时内不要饮水和进食。

Colgate Simply White 高露洁简单白凝胶：瓶装凝胶，含剂量为5.9%的过氧化氢。



Aquafresh Pure White Ultra 水之鲜超洁白贴膜：56片装，过氧化氢含量为3.6%。

Signal Xitra White 洁诺超白凝胶：小罐装凝胶，含剂量为6%的过氧化氢。



Crest Whitestrips Pro. 佳洁士专业白牙贴膜：56片装，贴膜中过氧化氢含量为6%。



2 贴膜：最有效的产品

将浸满美白凝胶的带状贴膜细致地贴在牙齿上(上下各一条)，保持约半小时。贴膜能确保凝胶直接与牙齿紧密贴合，药物成分不会因为与唾液接触而流失。

Rembrandt 伦勃朗白牙魔笔：分日用(过氧化氢含量3.5%)和夜用(过氧化氢含量5%)两种，能昼夜不间断地美白你的牙齿。

2

3 美白化妆笔：最优雅的产品

将饱含美白溶液的海绵笔头轻轻掠过牙齿表面，就完成了美白的整个过程。而且这种化妆笔小巧轻便，就如同唇膏和遮瑕笔一样，能放进女孩子随身携带的小手袋里，随时随地满足牙齿美白的需求。



后保养

一般牙齿美白产品的美白效果可持续三至六个月。想要延长美白效果，可选择使用具有洁白和光亮功能的牙膏或牙粉，如洁诺洁白牙膏，高露洁全效洁白牙膏等。平时要注意少喝咖啡、茶或者红酒，最好还能戒掉香烟。☑ (责任编辑：张静琳)

“负离子”？很out了呀！用负离子做头发当然不再新鲜，但用负离子美容你听说过吗？据说做1次负离子美容的功效相当于做10次面部护理。

天底下竟然有这样神奇的事情？要感谢负离子美容的庐山真面目吗？就随我到重庆的风冠美容院看看去！

美容也搞负离子

神奇的负离子

知道为什么雷雨过后，河流瀑布处、茂密的森林里空气特别清新吗？那是因为它们多为高压负电界，含有丰富的负离子。闻名世界的三大长寿地带——俄罗斯的库克萨、巴基斯坦的芬萨、厄瓜多尔的毕尔卡班巴，据测都是负离子的密集之地。

负离子可使人体细胞的膜电位增强，令细胞离子选择通透性提高，增进氧及代谢二氧化碳的功能，净化血液，循环和新陈代谢正常化，使身体的免疫力提升。

现在知道负离子的重要性了吧。

要说负离子美容，不得不提这台“生理电界平衡仪”，它其实就是一台不折不扣的负离子美容仪。所有的负离子美容过程都是依赖它完成的。

你也许不知道，人是一个正电场。而这台仪器的作用就是改变人的正电场，让人体的正离子转化为负离子，加强人体吸收力，让做一次普通的美容能产生做10次美容那样的效果。

神奇的4种周波

负离子美容仪由4种周波来控制美容效果，根据不同的美容部位采用不同的周波来增进肌肤的吸收效果。

高周波



这是负离子美容仪最重要的周波。它将均匀、细腻、深入的负离子电波作用于皮肤上,形成特殊的周波按摩。20分钟的按摩过程即可使细胞的新陈代谢变得旺盛,分解产生色斑的色素,将年轻富有弹性的肌肤呈现出来。

低周波



它作用于皮肤表层,主要是加速血液循环,代谢沉淀在血液中的色素,促进美白,同时提升身体抵抗力。

中周波



中周波是从很多种杂质中提纯分离出来的波,因此非常纯净。它主要作用于较深的肌肉层,消耗多余热量从而减少脂肪、紧实肌肉,达到美体修形的目的。

综合波



综合波不是随意混合的各种波,而是依据各种单一波的性质、功能而科学设置,使每种波的优势互补。它能与人体细胞产生同频振荡,令皮下组织加温2度,加速脂肪燃烧,使粘连于血管壁的胆固醇等物质剥离血管而代谢,从而改善消化系统及排泄系统的功能,更有助于塑身及美容。

神奇的美容作用

讲了那么多负离子美容的原理,也该亲身感受一下了。据说,它不但去斑、去眼袋、去皱纹效果不错,而且还能丰胸、修形、修双下巴。我要的只是它最简单的去斑美白效果。

先穿上吸汗的棉质衣服,将导波腰带缠

在棉质衣服外层。然后躺在美容床上,美容师会将腰带一头的导线插在负离子美容仪上。不一会负离子电波就会悄无声息地通遍你的全身。只有当旁人的肢体和你接触时,你才会有麻酥酥的感觉。这时,美容师便会在你的脸上给你做相应的护理。针对色斑,用专门的色素分解精华素在负离子电流的作用下做面部护理;针对皱纹,则用皱纹精华素做护理。

在美容师轻柔的按摩手下,微微的负离子电波很容易就会将你催入梦乡。一觉醒来,美容也做完了。不但觉得神清气爽,脸上的色斑也几乎看不出来了。美容师说,负离子美容仪不但能在20分钟内化解色斑,还能将化解的色斑从身体中带走、排出,达到彻底美白的效果。

TIPS

- 1 负离子美容适用于任何人,尤其是用于纹唇、文眉后的消炎效果极佳。
- 2 美容时穿着吸汗的棉质衣服。
- 3 每次使用负离子美容仪的时间不超过40分钟。
- 4 2天做一次效果最佳。☑

(责任编辑:红尘)





秋冬护发新法则

干燥而寒冷的秋冬季节一日接着一日走近，毛糙、干枯、缺乏柔顺感觉和健康光泽又再成为女性秋冬季护发需要解决的首要问题。要从根本上解决问题，需要更加深入地了解你的头发，而针对这些每年都会出现的固有问题，今年护发专家们提出了两大新的解决方案：

+++

1 没有不会吸收的头发，只有不易吸收的洗护用品，通过改善头发对于洗护用品中营养成分的吸收情况来使头发更为柔顺。

只有在显微镜下才能看到的头发表层上的毛鳞片决定了头发的柔顺度与光泽，当毛鳞片没有间隙地整齐排列时，就能反射外界光线，让发丝呈现出光泽。而当头发受到如染、烫等化学损害、过高的温度和其他物理伤害时，发丝表面的毛鳞片就会被破坏，改变原本整齐排列的状态，从而使头发失去光泽。

因此，如果能让营养滋润成分更多地进入到秀发里面，使秀发上这些至关重要的“小鳞片”充分服帖，头发自然会恢复弹性，闪现柔顺亮泽。

+++

不仅完美肌肤需要不断补充氨基酸，健康而强韧的头发也需要补充氨基酸，通过“细胞重组”来为秀发补充流失的氨基酸能换回头发消失的活力。

2

头发是由一种叫做keratin的蛋白质构成，这种蛋白质含有20种不同的氨基酸，可以说头发的90%都是由氨基酸组成的。由于头发的强度和韧性都是由keratin来控制，因此氨基酸对头发的外观和发质至关重要，氨基酸的数量和排序微妙地决定着头发的“健康表情”。日常生活中的一些物理因素，譬如梳头、穿衣戴帽时产生的摩擦，以及一些化学因素，譬如头发的漂、染、烫，还有环境因素都会令氨基酸不断流失，从而使头发不断受损，显得毫无生机。

通过“细胞重组”让头发直接吸收失去的营养，补充氨基酸，自然能够重组秀发内部健康结构。



新生潘婷中含有的潘婷氨基酸维生素原能以其独有的超微小体积深入每根头发内层，重组内部结构，为头发补充秀发所流失的60%的氨基酸，从而令头发重拾健康。并且这些氨基酸维生素原能一直存留于头发中，直到下一次洗发时才被新的分子所替代。

秋冬护发实用TIPS

总得来说，秋冬护理秀发最重要是两点：首先，保持头发的清洁很重要；其次，保持头发的滋润光亮也是必不可少的。为了实现这两者之间的最佳平衡，必须选择一些品质佳、效果好的洗护系列产品，秋冬洗发的时候必须注意两手的力度不可以太大，否则头发之间的摩擦过强将不利于头发吸收营养，抓挠头皮太过用力更容易对处于张开状态的发根和毛小皮造成不可逆的永久性伤害。

坚持经常洗头。

很多人担心在秋冬季仍坚持经常洗头会造成头发更加干枯毛糙，相反有很多护发专家甚至提出即使在秋冬也应坚持天天洗头，这样反而能洗出更健康的头发，前提是你必须选择一款适合自己发质的营养型洗发水。因为优质的洗发水能彻底清除头发上残留的油脂和污垢，保持头发的干净，洗发水中的柔顺成分还能在发丝表面形成一层保护膜，抚平上翘的毛小皮，让秀发柔顺且易梳理。

先护发再洗发，避免头发纠结困扰。

头发一长了，总是容易纠结交缠在一起，造成新发损伤。美发业内人士总是在使用洗发水之前先在发梢部分抹上一些护发素，防止头发在清洗过程中绞在一起。再进行清洗时，就可以尽量避免因为头发缠在一起而引起的断发苦恼。

告别毛糙，要经常保湿，防止头发缺水。

一般头发约含10%的水份，若含水量过低，头发便容易毛躁，要想头发看上去柔顺有光泽，必须保证头发含有充足的水分。除了使用能补充水分的洗发系列产品之外，在干燥秋冬季的日常生活中你更要注重随时帮头发保湿，保湿喷雾就是个很好的选择，你大可以在给面部保湿的同时，顺手也让头发享受到水雾的滋润。除此以外，减少染发烫发、阳光强烈时出门要打伞等小措施都可以有效防止头发缺水。

巧用蒸汽，告别枯黄头发。

枯黄的头发同样是因为缺失了水分与营养。在清洁过头发之后，你不防将护发素仔细涂抹在头发上，然后用毛巾包好，利用沐浴时产生的热气帮助头发吸收到更多的养分。这种方法简单又方便，坚持做下去就会有意想不到的改变。

定期深度清洁，秀发更健康。

就好像肌肤需要定期去角质进行深层清洁一样，头发也同样需要进行深层清洁。如果你平时经常使用发胶或摩丝等定型产品，那么每周进行一次深层清洁更是非常必要的。

先梳理后吹风，秀发少损伤。

吹风机是可以帮助头发造型的最理想工具，但洗完头就直接用过热的吹风机吹风会给秀发带来损伤。为了避免这种伤害，你可以用毛巾先拍干头发上的多余水分后，用手指轻轻梳顺头发，然后再用吹风机吹发，这样不仅可以在很大程度上避免头发纠结而造成的损伤，而且梳理过后再吹，头发也更容易被吹干。

营养平衡，秀发更柔顺。

除了外在护理，内在的补充也不可忽视。蛋白质是头发的基础物质，因此新鲜的鱼类、肉类、蛋类、豆制品等富含蛋白质的食物自然是你补充蛋白质的最直接途径，尤其对于留长发的人来说，定期补充维生素也是很重要的。☑（责任编辑：张静琳）



李冰冰

秀发柔顺速度赛

问一百个人对美丽秀发的判断标准是什么，一百个答案里都包括了“柔顺”——无论你问的是女性还是男性。无论发型怎么改变，只有以柔顺光泽的发质做后盾才能相得益彰，难怪市面上以改善发质、使头发变得柔顺的洗护发产品成为绝对的主流。但我们的要求越来越高，不仅要求头发能变得柔顺，而且希望这样的转变能瞬间发生，最好早上起来时的一团乱草在洗完头之后马上变成如云如水的柔丝。那么在琳琅满目的产品中有谁最能达成我们瞬间变美丽的愿望呢？

◎测试说明

柔顺的秘密在于吸收，能在洗头的一两分钟内让秀发尽情吸收营养成分的洗发水应该在每一次洗发后都能看到发质明显的改善。

产品外观：高品质的洗发产品应该具有一定的粘稠度并富有光泽。

泡沫丰富度：丰富的泡沫能防止头发相互摩擦而受损。在盛有150毫升水的容器中溶入10毫升洗发水，用沐浴球揉搓30次后，观察泡沫状态。

顺滑度：洗发后，用扁梳梳理半湿的头发，观察顺畅程度。

发梢表现：观察发梢的毛糙程度和触感是否柔韧。

保湿度：用电风吹干头发后，观察头发表面的色泽和质感。

◎测试结果

	品牌1	品牌2	品牌3	品牌4
产品外观	 很稀， 光泽度不高。	 粘稠， 富有光泽。	 比较稀， 光泽度不高。	 很稀， 有一定光泽。
泡沫情况	 泡沫较少，缺乏弹性。	 泡沫丰富、细密。	 泡沫不均匀。	 泡沫较大而稀疏。
顺滑度	 难以梳开。	 一梳到底，十分顺畅。	 梳到发梢时有打结现象。	 没有打结，但梳理时感到有阻力。
发梢表现	 干枯毛糙。	 触感柔韧，开叉情况有所改善。	 触感不够光滑。	 比较柔软，但感觉有点油腻。
保湿度	 光泽不明显。	 富有光泽。	 有少许光泽，但发梢部位显得比较干燥。	 发丝有粘连，触感比较粘腻。
总评	对发质没有明显改善。 ★★	整体表现出色，头发明显变得顺滑、有光泽。 ★★★★★	整体表现尚可，但对发梢的滋润和保湿不足。 ★★★	滋润有余、清爽不足。 ★★★

揭开冠军的面纱

——全线升级的飘柔

精华护理系列洗发露

秀发柔顺专家飘柔精华护理系列全线升级，创新的“微细精油粒子配方”解决了“吸收”的技术难题，让秀发在每一次洗发中都能脱胎换骨。全新飘柔吸取了专业发廊精油护理技术的精髓，在洗发时让秀发上的“毛孔”充分地打开，迎接营养成分的进入；而且其精油粒子更微细，更容易流畅地渗透到每根发丝里，而不会在洗发时随水而冲走。只需要一次洗发就能感觉到不可思议的明显变化。所以许多既忙碌又需要随时以最美状态示人的明星都把新飘柔当作他们的随身美发利器哦，连头发顺滑得叫人羡慕的李冰冰也不例外！

(责任编辑：颖芳)

炫金垂式马尾

网坛第一美女库尔尼科娃的大麻花辫一直为人津津乐道，这一款发型虽没有库娃的豪放与跳跃，却有着秋日的静谧，少女的斯文。炫金发色展露欧洲风情，简单但别具韵味。

Steps:

- ① 将秀发平分成三部分，梳理平滑；
- ② 在脑后底部开始编结麻花辫。一般的麻花辫都是由内向外编，而这款发型的特色在于由外向内编，使得发辫与头顶的过度更平滑自然；
- ③ 在秀发长度的 $\frac{2}{3}$ 处扎紧即可，留下长长的发梢显得自然随意。

光洁马尾俏秋日

一头披肩的长发散发着浓浓的女人味，历来是MM们钟爱的发型，但这并非展现魅力的惟一方法。远离炎炎夏日干燥的空间、灼热的阳光，头发在秋日里开始回复光泽柔顺，不需要藏在乱蓬蓬的发型中，你可以用一种既清爽又不乏女人味的发型亮丽于人群。这里介绍的几款简单易做的马尾辫既能让头发显得更顺滑而富有健康光泽，又能秀出圆润可爱的后脑，配合轻盈滋润的免洗润发露，发质显得更加动人，怎么打理都有型。

创意俊俏马尾

小段麻花与马尾的搭配，质朴中显现创意。上半部精巧打理，下半部轮廓圆润，整体造型流露出少女特有的温婉。

Steps:

- ① 在头顶上两耳连线稍后的地方把头发分成前后两部分；
- ② 挑起前面部分的头发，从左边平整梳理至右边，前额头发呈现出漂亮的弧形曲线；
- ③ 将挑出的秀发编成三股式麻花辫；
- ④ 将麻花辫绕到后脑中央，和剩下的头发一起扎成马尾辫。



完美弧度马尾

前额的包围的头发平整柔亮，让发质显得更加美好。完美的刘海弧度加上颇具秋日韵味的深金棕发色，绝佳体现现代中见古典的美感。

Steps:

- ① 前额到发顶部分的秀发挑出，先向前整理梳顺，再从左边平整梳理并绕至右边，使前额犹如被一片长长的刘海紧紧包围住；
- ② 将前额绕发夹在耳后，继续以片状延展至脑后中央；
- ③ 绕至脑后的秀发与剩下的头发一起扎成马尾辫。



清爽明丽马尾

简洁清爽是这款发型的最大特点，前额呈三角形的视觉效果于简单中透露着个性。前额和发髻纹丝不乱，与发髻笔直的雕塑般垂感相得益彰。配合纯黑的发色，干练而充满酷感。

Steps:

- ① 在前额正中挑出约1/3份秀发，梳向脑后，让两条分界线渐渐收窄会聚与头顶正中，使得前额部分头发俯视呈三角形；
- ② 把这部分头发轻轻拧一下用黑色细发夹固定，注意不要把头发拉得过紧，要让其有圆弧形隆起感；
- ③ 和剩余秀发一起扎成马尾。

☑ (责任编辑: 赖芳)

雪颜美白护理液让肌肤告别暗沉

拥有无瑕柔滑的净白肌肤，始终是亚洲女性不变的梦想。欧莱雅护肤研究中心利用创新科技全新推出的雪颜美白双重精纯护理液采用了全新双重管状包装，将精纯维他命C、乳酸成分和 Melanin Block 抑黑因子混合于一体，让多种高科技力量同时在肌肤表面以及肌肤深层发挥作用，强效作用于色斑和肤色暗沉，使肌肤更白皙剔透。



海洋传说贴膜 跟油光 say goodbye

“海洋传说”控油消痘面贴膜的海洋成分能深入肌肤把讨厌的油脂赶出来，中和油脂并调控腺体分泌，同时将肌肤表面赖着不走的油光吸光光。其中蕴含的甲壳素成分还能有效排解面部皮肤毒素，清除深层皮肤污垢，同时抗菌、消炎、促进暗疮疤痕愈合。“海洋传说”眼贴膜则萃取了珍贵天然海洋原生质精华，能全面深入调理眼部肌肤，明显改善眼部六大包袱：黑眼圈、眼袋、鱼尾纹、眼血丝、眼皮沉重、眼睛酸胀，令眼睛瞬间再现神采。

美宝莲全新推出恒彩凝幻眼影

作为美宝莲纽约今季全新推出首支液体眼影——恒彩凝幻眼影采用了水作为色彩载体，水特有的轻盈剔透属性使彩妆更明丽可人，更无传统粉末状眼影的厚重负担。同时，恒彩凝幻眼影的液体配方中蕴含取自天然的凝彩因子以及超细珍珠色囊微粒等成分，在缔造平滑、光彩的亮丽眼妆的同时，温柔呵护眼部娇嫩肌肤。值得一提的是，恒彩凝幻眼影的妆效持久贴合不晕染，让你时刻保持上妆时的轻盈亮丽。



屈臣氏茶花籽油 美肌护理神仙油

由屈臣氏个人护理专家特别推荐的 Watsons 茶花籽修护精华油是从成熟野生山茶花果实中提取的精油，成分天然，富含丰富的维他命、蛋白质和甘茶素，能迅速被肌肤吸收，修复受损皮脂膜，为肌肤提供营养，具有抗氧化、保湿、减退细纹之效果。添加 GTCC 保湿剂的 Watsons 茶花籽修护精华油还能够在护肤同时，保持肌肤清爽无油腻感，使肌肤得到完美呵护。

国际航空小姐大赛即将展开



第五届中国国际航空航天博览会将于今年11月1日-7日在珠海举行,作为该届中国航展的重头戏之一的2004美丽天使国际航空小姐大赛也将同期举行。大赛组委会经过半年多的准备,目前各项工作已经进入了实施阶段。此次大赛是国内首次举办的高水平国际航空小姐大赛,旨在展示全世界航空企业的文化和特性,展示各国航空小姐风貌,其不同于时下风行的商业性选美比赛的一个显著特点便是“不以选美而选美,不为评奖而评奖”。



雅芳倡导女性健康新生活

作为2004年雅芳“远离乳癌,健康一生”中国行的特别活动,雅芳(中国)有限公司中国癌症研究基金会于近日为广州女性推出了一场别开生面的“健康·珍爱·希望”女性健康沙龙。

本次活动中,雅芳提出了五大新女性健康生活元素,并邀请全国数十位医学专家到场为女性朋友提供专业乳腺检查和保健咨询,众多参与活动的女性朋友还纷纷在爱心行动签名板上签字留念。

丝丝入“蔻”,秀发艺术

法国顶尖护发品牌巴黎卡诗KERASTASE近日在上海隆重举办了丝丝入“蔻”、美丽修发艺术巴黎卡诗明星璀璨夜派对。该派对云集了亚洲区顶尖演艺界红人,成为今年上海社交界引人注目的盛事之一。在晚上巴黎卡诗还推出了其明星产品活力修复发膜,该产品具有卓越的发丝护理效果,能将活力注入发丝内部,使其紧致又光彩。众位明星和媒体们更在派对中相互交流了护发心得,得到现场知名发型师和卡诗美发大使的专业头发测试和护理咨询。



香港小姐牵手丽柏广场

华南地区首个世界顶级品牌商场——丽柏广场再次为广州时尚界带来惊喜,特意邀请了本年度新鲜出炉的香港小姐冠、亚、季军亲临广州丽柏广场,并成为丽柏贵宾会的嘉宾,为丽柏贵宾会传承华贵形象,印证时尚品味。

变幻之夜

日本化妆品界最负盛名的KOSE旗下顶尖品牌之一BEAUTE de KOSE“美谛高丝”于近日在上海浦东滨江大道举行了盛大的新品上市发布会，在这场名为“个性千面 随心展现”的盛大晚会上，云集于此的各大时尚媒体记者以及活跃于不同舞台的当红明星与KOSE一起分享了一个群星闪耀，变幻多彩的夜晚。

晚会的全过程始终贯穿着“变幻”的主题，弧形的通道、多变的灯光、林立的镜子以及别致新颖的模特表演，还有现场耀眼夺目的群星众生相和世界第一大屏幕的增光添彩，都尽情演绎出BEAUTE de KOSE“美谛高丝”带来的变幻之美。

全新上市的BEAUTE de KOSE“美谛高丝”肌整形护肤系列产品以重塑肌肤构造作为主题概念，力求用不断创新的方式来表现女性美的本质，该系列中的亮莹柔肤水更是在日本上市后获得了大部分的化妆品奖项，2001年还夺得了MARIE CLAIRE日本年度特别大奖。同步上市的彩妆系列则通过调整嘴唇和眼睛细微结构变化，改变脸部的三维比例效果，实现面部的完美平衡。■

(责任编辑：张静琳)



英特尔 & MTV

秋季校园行

让科技与音乐就在你身边！

快来加入英特尔和MTV联手为你带来的Hi-tech娱乐旅程！感受高性能移动计算技术带来的无处不在的快乐，在无线热点通过无线上网享受科技和娱乐的互动，还有机会与你喜爱的明星一起感受好玩的科技！现场电脑编辑音乐，挑战游戏高手……



好机会，想玩就来！

英特尔&MTV秋季校园行，将在八大城市大学校园等着你！
北京、上海、广州、杭州、大连、武汉、成都、南京
了解以上八个城市的详细日程安排和更多活动信息，
请赶快登陆我们的网站：www.mtvchina.com/intel

intel®

MTV
MUSIC TELEVISION™
音乐电视台

秋冬靓鞋情报

打扮漂亮,迎接新的季节,一切都从“鞋”开始。只要拥有几双入时优雅的好鞋,整个秋冬想搭配什么衣服都不成问题了。在这个秋天,新推出的鞋子突然变得非常典雅起来,经典的细节、凝练的面料和流畅的造型,不仅能让你的腿型更优美,还能大大提升你的女人味,这种“实力派”女鞋自然一定不能错过。

colour 颜色

选鞋四大新法则

1 要搭配裤装,应选择偏古旧的颜色。

今年秋天,有点发暗的蓝、绿、紫、酒红等经典色款的鞋相当值得注目。因为鞋子本身的色彩给人深刻印象,可以为简洁的裤装起到装饰效果,还很有秋天的感觉。选择的时候,要选择那些干练、成熟的鞋型。

古旧蓝色鞋为浅色装扮增添时尚元素,缎子的光泽很是漂亮。



经典的红色及最为醒目的金属装饰是设计的重点，配上黄色裤会相当干练。



古旧的浅粉棕色散发柔和女人味，鞋头的垂褶设计也很柔美，适合搭配米色或乳白色长裤。



T形带很有怀旧经典感觉，而且还有安定感和裸露效果，可配深酒红色或茶色长裤。



不用黑色，穿森林绿同样可以很干练，马蹄型扣带让简洁造型很漂亮。

2 如果你想让自己鲜亮一点，最有人气的选择自然是紫色。

春夏流行的漂亮颜色在这个秋天继续当道，不过主角是从柔美粉红转向干练紫色。如果初次尝试的话，建议穿浅紫色。



如果初次尝试紫色鞋，不妨选择这种粉紫色，而且剪裁也让人惊叹。



平实的尖头鞋配合干练的色调，非常出色。



漆皮已成为常用面料，后跟提带的简洁设计让色彩更显鲜艳。

紫色漆皮鞋格外醒目。



牛仔裤可以搭配鲜艳的绿色鞋

选鞋四大新法则

shape 造型

大胆的侧开口剪裁露出更多肌肤，加上立体的主题装饰，让腿线华丽美好。

1 约莫5公分的高跟鞋最能让腿型显得漂亮。

职业女性挑鞋时，“方便行走”是必要条件。5公分的高跟鞋不仅符合这一要求，再通过尖头设计、华丽鞋跟、与肌肤融合的颜色等细节，更能让腿型也显得漂亮。



软羔皮是秋冬代表面料，入时的浅紫色配裙配裤一样漂亮。

即使圆头，配上细高跟也变得紧致而成熟，棕色的软羔皮给人温暖舒适的感觉。

2 今季的鞋款往往通过一些别致的剪裁让侧面的腿型也十分漂亮。

脚背和侧面都是浅浅的剪裁，而高跟却很奢华，无论谁穿，都立刻洋溢着女性美。



灰配粉红的烟熏感配色很是新鲜，让脚显得修长、雅致。

这一季绝对不能错过鲜艳的紫色，剪裁非常时尚。

春夏大热的粉红依然受欢迎，带点浅紫色调再配上纤细的鞋跟，非常优雅。

光洁皮革和蛇皮的拼接很是入时，细节凝练，适合配裤装。



表情丰富的彩色蜥蜴皮鞋可以成为装扮的主角，略高的鞋跟让腿更漂亮，配裙配裤都不错。



蟒蛇皮非常抢眼，但无光泽处理后就柔和多了，能让基本色服装显得富丽。

压纹鳄鱼皮和软羔皮的组合、明亮的酒红色、适度的圆头，处处散发出成熟高贵的女人味。



选鞋四大新法则

material 面料

1 华贵富丽的高级皮革面料能凸显十足魅力。

蛇皮、蜥蜴皮、鳄鱼皮等光泽和纹理都很漂亮的高级面料非常醒目、华丽，为缓和硬朗的印象，最好能加点点简洁的女性化设计。因为面料很华贵，所以服装最好搭配简洁的款式。



婴儿粉红色的蜥蜴皮面料和美好的造型给人高贵的印象。

2 要想展现柔美古典的风味，一定要选择布面料的鞋子。

今季以鲜艳软呢为面料的鞋也正当时令，十足复古风致。



成熟的黑白格子软呢，很有游戏感，鞋面上有一列纽扣。



紫色的大格子软呢做成可爱的芭蕾舞鞋，非常醒目。



蓝色格子软呢加上黑色毛球，既成熟又可爱。



紫色的混合软呢，色彩、面料都很时尚。

3 不同质地面料组合的鞋子十分有助于提升你的女人品位。

这一季非常流行在乳羊皮、小牛皮上混合其他面料或是加上主题装饰、印花，女性化的造型能让个性化面料显出很好的品位。

兽纹图案、毛绒面料、柔美造型加上简洁的蝴蝶结，有绝妙的平衡，看似太抢眼，但配合简洁服装刚刚好。

布+漆皮，纤细的鞋头和鞋跟，很古典也很有女人味。

鞋头的压纹皮革值得关注，为上班鞋加入适度潮流感。

格子布和黑皮革，还有不经意的绑带，适合配经典连衣裙。

压纹紫色皮革和软羔皮的组合，经典扣带浓缩了时尚精华。

软呢+漆皮，纤细的T型带很有女人味，适合配裙。

柿子色的布+漆皮鞋配牛仔褲，很有活力。

格子布和黑漆皮的组合，还有蝴蝶结装饰。

details

选鞋四大新法则 细节

1 一直不落俗套的蝴蝶结装饰不仅简洁而且柔媚，让你在不经意间增添女人味。

从春夏开始，蝴蝶结就不断升温。这样容易显得过于甜美的设计，成熟女性在选择时要注意色彩应偏向干练简洁，不经意间表现女人味，才更有效。



既不夸张也不平凡，还有适度潮流感，非常好用。

绢网配皮革怎么配都时尚，有小小的蝴蝶结装饰。



芭蕾舞型在这一季很流行，光泽漂亮的毛质面料显得成熟。

软羔皮和光洁皮革的组合加上女人味十足的蝴蝶结装饰。

2 简洁成熟的自然圆头不仅不会显得幼稚，搭配裙子还十分漂亮。

以前的圆头鞋都是圆敦敦的，这一季的流行要自然得多。在选择圆头鞋时，可以选择浅开口或者跟高一些的，就不会显得孩子气了，配裙子穿更为入时。



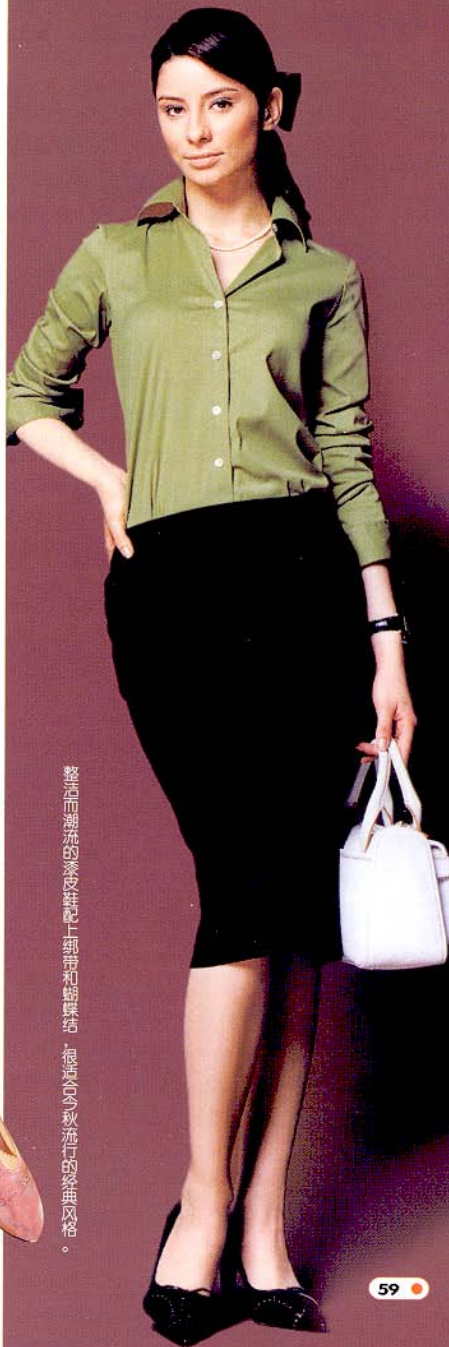
后跟的凝练剪裁及纤细的鞋跟，给人华丽而优美的印象。

传统的T型带加上有点珍珠感的烟熏粉红很有潮流感觉，适合配丝袜穿。



（责任编辑：张静琳）

整洁而潮流的漆皮鞋配上绑带和蝴蝶结，很符合今秋流行的经典风格。



莱尔斯丹男女秋冬鞋款全新登场

这个秋季，Le saunda全新推出的男性系列融合了复古气质与现代态度，散发出都会新贵优雅迷离的气质：幼细的皮革跟细致的手工将高雅与休闲风格混为一体，光亮润泽的进口皮革、擦色复古的皮料、各种金属饰扣都成为今季的重点元素。其女性系列则为优质女人的典雅形象注入了跳跃随意而又魅惑十足的气质。结合许多新鲜MUSE及原创精神，不断进行突破传统的时尚游戏，让人跃跃欲试，值得玩味。



芬狄诗缔造秋天童话

芬狄诗秋天童话系列内衣以田园为主题色系，配以竖条碎布印花，纯棉环保面料及天然植物纤维透气吸汗，清爽自然。由芬狄诗所属安丽芳集团发明首创的“不滑落肩带”现已全面应用于芬狄诗秋天童话内衣系列。这种“不滑落肩带”通过多层内衣肩带挂扣，可随意调整双肩带间距，更舒适更贴和，且不滑落，让你不必再为肩带问题烦恼。

金帝“谷力奥”动力之源

全新上市的金帝“谷力奥”巧克力包含纯正的巧克力以及健康的谷物杏仁，既有金帝巧克力的纯正欧陆风味，又拥有谷物的健康与营养，在提供丰富的营养和能量之外，更有额外添加的“膳食纤维”，符合当下健康潮流。新推向市场的金帝“谷力奥”巧克力，有黑米杏仁、玉米杏仁、燕麦杏仁3种不同口味，100g水滴形罐和55g轻巧纸盒两种包装也同时推向市场，带给你健康新体验。



“洞察”劲浪 体验“劲爽”

在原来“超凉薄荷”、“柠檬香蜜”两种口味的基础上，一直受到消费者喜爱的“劲浪”超凉口香糖家族再增加多两种新口味：“酷橙”和“黑加仑”。加入强劲薄荷配方的“劲浪”不但味道清凉，让喉咙舒爽，而且强烈的超凉爽气直冲鼻端，让人们倍感劲爽滋味，令呼吸顺畅。为了更好地推广两种新口味，“劲浪”特意采用了全新的公车站牌透视孔户外广告形式。这是国内广告界对透视孔户外广告的首次运用，突破了传统的平面广告设计、实现了平面广告的立体化效果。

曼秀雷敦淡彩啫喱“亮”出你的樱唇

曼秀雷敦淡彩润唇啫喱采用了日本最流行的啫喱配方，在滋润双唇之余，更闪耀珍珠般的迷人光泽。轻轻一抹，啫喱的质地即能释放水漾润泽，令备受滋润的樱唇闪烁鲜亮诱人的独特魅力。除了珍珠粉红、樱桃、橙红、闪金、水亮5款时尚色彩，淡彩润唇啫喱新推出浪漫迷人的蜜糖粉红型，为你提供更多贴心之选。



曼秀雷敦男士清爽洁面啫喱秋冬时尚之选

寒冷的日子里，男士面部T字位会因干燥而自动分泌较多油脂，而双颊容易因水分流失引致干燥粗糙和敏感不适。含有温和丰盈泡沫和大量天然保湿因子的曼秀雷敦男士清爽洁面啫喱能彻底清洁肌肤，同时迅速补充水分，满足秋冬季男士肌肤清洁及补湿的双重需求。另外清爽洁面啫喱中还特别加入洋甘菊精华，有助舒缓敏感性肌肤。

曼秀雷敦什果冰小小润唇膏 开心呵护小嘴唇

趣致可爱的曼秀雷敦什果冰小小润唇膏有轻柔滋润配方，能为小朋友的双唇带来温润舒适的保护。其中更含防晒元素，阻隔紫外线对小嘴唇的侵袭，让小朋友可以在阳光下尽情游戏。曼秀雷敦什果冰小小润唇膏的草莓、柠檬、葡萄、苹果四种清甜水果味道，专为小朋友而设计，带给小朋友更多新鲜的护唇乐趣。今季曼秀雷敦更为什果冰小小润唇膏推出全新包装，四个更可爱的卡通人物形象新包装将令小朋友们爱不释手。



曼秀雷敦什果冰润唇膏 演绎护唇新时尚

经典的曼秀雷敦什果冰润唇膏系列广告片不仅曾令什果冰润唇膏热潮风靡大江南北，更在全国年轻一族中掀起前所未有的护唇旋风，“什果冰护唇时代”随之而来。

其后，曼秀雷敦什果冰润唇膏一直继续以其独一无二的个性和味道加上广告片中多位时尚偶像的独特演绎，在不同时期引领着中国护唇潮流。在这个秋冬到来之际，新一辑的曼秀雷敦什果冰润唇膏广告片全面推出，再次走上护唇潮流尖端。



粉粉嫩嫩的店铺装饰，挂在墙上的心形灯，宛如女孩子的闺房。

Fancy Pocket

的浪漫宠爱

轻佻的粉色，张扬的可爱，蕾丝、丝缎蝴蝶结和羽毛点缀的世界，一切简直浪漫到无可救药。在进入Fancy Pocket的那一刻，我脑子中出现的还是《律政俏佳人》中的艾丽，她年轻美丽自信，却不失童心，精灵古怪得可爱。在任何场合，她总是能够适时地秀出自己的粉色套装，夸张的打扮，连吉娃娃也不例外，这样的女孩子必然天生受人宠爱。

无论是每天身着黑色、米色套装上班的白领丽人，还是对于扮嫩不屑一顾的顽固派，大抵只要是女人，多多少少都有过这样那样的红粉情结。

Fancy Pocket起源于日本，里面的可爱小物全部是由日本设计师精心打造。在日本颇有人气，已经有100多家店。小至创可贴，大到精美服装。熟悉它的女孩子最钟情的是它的首饰和小配件，永远都是日本最新的款式。滨崎



桃粉色的圆镜，小巧可爱，让你的两颊自然红润，是MM们的至爱心水。

缀满闪石的桃红小热裤，妖妖的感觉让你成为Party中最可爱的女孩。



钉珠和链条装饰的黑色护腕，朋克感十足，适合酷酷的你。



爱心做成的泡泡浴球，只要放入水中，泡沫丰富，香气四溢。

芭比的香水，缀满甜蜜的花朵，香甜的气息梦幻般拂过。



步的lucky 耳环，日本最新的耳朵挂坠，你都可以轻松拥有。我的死党SS就是F家的忠实拥趸，手机上挂满了他们的挂件，粉红加白色的大颗珍珠配上一颗钻石的心，又或者五彩的闪光片，每次拿出手机就是一阵惊艳。

F家的经典还有护肤的三件套，是哈日女生的心水至爱。粉嫩的包装，还有着淡淡的桃子味，臭美地想象一下自己的脸蛋可以像水蜜桃一般吹弹可破……不能不提起的香水，是正宗的芭比香水，大朵的花形点缀，香味甜美娇嫩，让人心生爱怜。漂亮的彩妆宝贝当然要用同样适合它的包来配，精美的黑色化妆包和艳艳的粉色蝴蝶结，颇有Anna sui的风格，可是价格却平易近人得很，只要三五十元。

F家的衣服也是美丽可爱得让人晕眩，最便宜的几十元就可以搬回家了，在这里寻找自己喜欢的东西，总是有一种被宠爱着的感觉。柔柔的音乐，让你更加美丽的法宝，想象着当你在补妆的时候，掏出桃粉色的小镜子，和透明的缀着心形的唇彩，你的他会想象你是怎样可爱的女生？小小地任性，会发点小脾气，却永远惹人心疼。

我的好友Anna总爱在失恋或是和男友吵架的时候，到这里来疯狂抢购一通。她嘟着嘴，含着眼泪，气鼓鼓地对我说：“没关系，他不爱我！我就把自己打扮得漂漂亮亮！”边说边从架子上拿各种可爱的饰物，红色丝缎蝴蝶结的美丽睡衣，还有一小包的模拟创可贴，上面赫然写着“贴在身上，假装受伤！”装可爱，应该是女人的专利。☑（责任编辑：余芃芃）



风水瓶养眼养财

暖昧的泰国烛台、诡异的巴基斯坦铜器、美丽的巴基斯坦地毯……，这是什么东东？花瓶，不像，瓷器，不像，说实话，倒有些像妈妈的咸菜坛，可为什么个个咧着一张、两张嘴傻乐？真是有眼不识泰山。它姓“风水”，名“瓶”，连起来就叫风水瓶，怎么样，吓你一跟头吧。

也许你敲破脑袋也想不通它为何长得与传说中的神秘风水学相差甚远，也许，就像长鼻女巫的法宝是一只扔进垃圾堆都无人收拾的破扫把

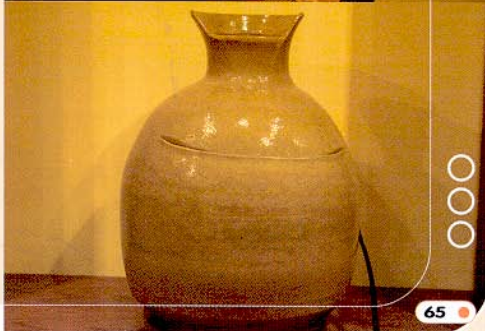
想知道那里有特色的东西吗？赶快发送HOPESHOP到8850吧！

一样，所有“神器”的长相都有点……嘿嘿，但千万记住不要因此而蔑视它的“法力”，人家风水瓶信奉的就是“不求养眼但求养财”的超实用原则。至于风水瓶的“法器”也一定会让你大吃一惊，是——活水。原来活水在风水学里代表着源源不断，寓意着财源滚滚。

虽然，小店的风水瓶都是店主人自己设计的，但风格却不尽相同。一种是类罐的传统模式，风水瓶的瓶口高低错落，在三分之一或四分之一处像是被某种利器割走了，不仅如此，每个风水瓶的圆肚子上都长着三四处朝不同方向咧的大嘴。千万不要小看了这些小细节，它们可都是风水瓶在瓶瓶罐罐家族中申请的专利，瓶口的缺牙是水向下流的通道，既然风水瓶讲究的是循环，那么下流的水就必须重新流回肚肚里。怎么实现？通道自然是那些咧着的嘴了。另一类是现代派，乍一看它们有些像18世纪欧洲的古城堡，可仔细琢磨后，你不禁会为设计者的奇思妙想赞叹不已，哈哈，要想让水在自己的肚子里活起来，真是非城堡莫属，因为只有城堡才会有两个或两个以上既紧密相连又错落有致的堡，也只有堡才能实现隐藏起来的水循环。

是不是已经心动了，不过在你准备把它领回家之前，一定要牢记，所有的水水瓶流水孔都不能对着门，相信你一定不愿做个散财童子。❑

(责任编辑：红坐)



帆布包包: MZ Wallace
CD/DVD 机套: Gyms
Pacific
iPod 盒 (有 8 种颜色):
Contour Design
可换式 DVD 机: RCA

把音乐 带在路上

女孩的包包太小巧, 要装的东西又太多。装进了化妆包, 再装了手机、钱包和各种必要的小东西之后, 想要再带上些让自己更精彩的东西简直是奢侈。多亏了现在这些设计越来越精巧, 外形越来越时尚、价钱也越来越相宜的音乐和电影播放器, 我们可以随时随地多一种享受。



给潮流领头羊的
苹果的 iPod mini
iPod 的小妹妹。身高
9cm, 体重 102g, 有 5 种
颜色, 能录 1000 首歌 (4G
内存), 电池能用 8 个小
时。

给运动狂的 Rio Cali

重 51g, 运动感的外形最适合给你一边健身一边听音乐。128MB 的内存能录 2 小时的音乐, 如果你想把 18 小时的电池能量用到尽, 不妨给它插入额外的内存卡。



数码音乐播放器

个子小, 本领高, 这些数码音乐播放器又名 MP3 播放器, 但它们除了能播 MP3 之外还能播你从电脑上下载的其他各种格式的音乐文件。选购的时候要留意它们的电池使用时间, 一般最少要有 6 小时; 还要看看它的内存, 能录多少歌就取决于此。



插个不停的 戴尔 Digital Jukebox DJ

215g重, 10cm高, 显示屏有2宽。身躯虽然有点庞大, 但看它它能录9000首歌(20G内存), 电池可以让你连续20小时听个不停的分上, 这点缺点就可以忽略不记了。

给初次使用者的 Ben Q Joybee 110

8cm高的身材, 重28g, 有3种颜色。256MB的内存大概能录5到7小时的音乐, 电池能用10小时。功能不多, 但胜在价格便宜, 操作简单。



小得能装进钱包的 三星数码随身听

得指姑娘一样的身材, 说它是最小的数码音乐播放器绝不为过。只有24g的体重, 内存不大但也有256MB, 电池能用12小时, 还能接受FM电台和具有录音功能。



给音乐迷的iFP 880

9cm高, 128MB的内存能录4小时的歌, 电池却能坚持40小时。它的优点在于能录制MP3, 还能直接把FM电台和CD机里的音乐直接录进来。



清朗® 舒适

博士伦
BAUSCH & LOMB

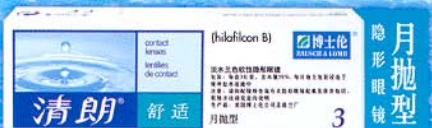
UNIFIT 弹性弧形设计



镜片契合人体工程学
自然舒适犹如度身定做



超越平凡, 清朗舒适月抛型隐形眼镜, 采用湿润型材质, 镜片时刻透氧滋润, Unifit弹性弧形设计, 使镜片与眼睛吻合无间, 自然舒适犹如度身定做。每月一换, 减少蛋白质累积, 让配戴舒适无忧。



舒适多一点 每天配戴长一点

北京博士伦眼镜护理用品有限公司, 北京市崇文区东大街37号, 咨询电话(010)67100055
注册号: 国食药监械(进)字2004第3220039号, 京区经广单(文)2004080174号
禁忌症: 眼部发炎、高血压、糖尿病等, 请在医生指导下使用。广告

索尼 PSYC
网络MD机



iRiver Slim X
CD/MP3机,
16分钟防震



带内置MP3播放
器的松下 LS50



东芝 SD-P1400



CD机/MD机

虽然比MP3机要大,但CD机胜在便宜和比较“低科技”,使用起来比较亲切。好的CD机应该具有防震和防跳碟功能,使音乐播放起来更流畅。不少人喜欢把MP3烧制成CD,一些善解人意的CD机如iRiver Slim X 400能播放存有150多首歌的CD。MD机像数码音乐播放器一样能下载和储存音乐文件,一张只有2.5英寸的小MD碟能存5小时的音乐。

迷你DVD机

现在迷你DVD机的价钱已经变得可接近了许多,选购名气响一些的牌子会有质量保证一些。屏幕不能太小,否则你看几次就会没了兴趣,7英寸的宽屏幕设计是最合适的,也是目前最流行的设计。通常越轻的迷你DVD机价钱会越贵,如果你想把它放在包包里带着到处走或带去旅行,就要选轻一些的;但如果你只是想把它放在车子里,等人或没事时拿出来看一下,那买重一点的也无妨。电池使用时间也是选购时需要注意的,一般至少要能连续使用4个小时。

迷你喇叭组合

只要加上一套迷你喇叭组合,一个小小的MP3播出来的音乐就能响遍整个房间。最新推出的这些迷你喇叭组合无论颜色还是外形都十分令人动心,它们装在包包里不会嫌大,摆在桌子上又足够有型,许多还是使用干电池的,在户外一样能使用。索尼SRS-T33旅行喇叭有重低音功能,让音色更丰富;而和iPod能配合得天衣无缝的,是Altec Lansing的可便携式喇叭组合,它只有一本书大小,插上iPod摆在桌面上时,俨然一套迷你音响组合。



可便携式iPod喇叭组合,
20宽×14高×3厚
(cm),Altec Lansing

适用于所有标准耳机插口的迷你喇叭,4只,索尼

索尼防杂音耳机



耳机

想不受干扰地享受到更完美的音乐或电影，就要升级你的耳机。如果你喜欢在运动时听音乐，选择重量比较轻的耳机，如索尼新推出的防杂音耳机，它能过滤掉周围环境的杂音。更高性能的耳机如Bose的Quiet Comfort 2，能用音乐把你完全包围起来，即使在飞机和车、船上也不会让你受到噪音的影响。

MP3 硅胶保护套
Gym's Pacific



带内置喇叭的CD
机套

MP3 硬壳防水盒，
Pelican Products

保护套

心爱的MP3机或CD机要是不小心进了水或被碰花了可太叫人心疼了，不妨给它们加个保护套，既安全又漂亮。☑

(责任编辑：赖芳)

润明

新概念

博士伦
BAUSCH & LOMB

除蛋白全护理液

全面护理

全天舒适



护理液偏重个别功能，就无法达到全天的配戴舒适，因此全面护理才是关键，除蛋白、杀菌、滋润，缺一不可。润明免揉搓全护理液，

HDP三效出击，一次完成

全面护理，更

有99.9%杀菌

保证。不必

揉搓，镜片持久舒适。



新功能
免揉搓

HDP三效出击

H分子 去除蛋白 D分子 消毒杀菌 P分子 滋润保湿

北京博士伦眼视光护理产品有限公司 北京崇文区幸福大街37号 咨询电话: 010-67100055
注册号: 国药管械(准)字2002第3220084号 京底械广审(文)200403223号 请在医生指导下使用 广告

病痛骑在了脖子上 颈椎病

当医生说25岁的可易可能患了颈椎病的时候，她大吃一惊。

可易的妈妈是有颈椎病的，跟她妈妈同辈的人大都有这个毛病，但他们都是上了年纪的人啊。

可易想不通，她从来没有把头晕、头痛、耳鸣、肩酸痛……这些小毛病，跟颈椎病联系在一起。如果不是昨天晚上起床上厕所时，差点晕倒，她才不会上医院呢。

然而，X光片出来了——果然是颈椎病。

百思不得其解的可易，为此专门登门求教于颈椎病专家李教授。李教授听明来意后说，这并不奇怪，现代人越来越缺乏运动，平时又不注意养成正确的工作生活习惯，颈椎病有明显的年轻化趋势，在二三十岁人群中的发病率越来越常见。

什么叫颈椎病呢？李教授介绍说，医学临床所指的颈椎病，是由于颈椎间盘组织的退行性改变引起颈椎骨性结构与其附属软组织结构的退变性增生、钙化、骨化而造成脊髓、神经及血管组织的受压，产生的一系列病理变化及临床表现。

李教授想知道可易平时的生活节奏和工作习惯。



- 08:30** 手机闹铃响，一骨碌从床上爬起来。洗头，吃早餐。一头瀑布样飘散下来的长发是可易的骄傲，也是男朋友的最爱，可易从来不会马虎。
- 09:00** 住在郊外的可易开车上路，进城时有点堵，到Office时比往常迟了些，但好在可易不用上班打卡。
- 09:40** 等电梯上25楼。电梯又挤又慢，可易小心地不让长发碰到别人。
- 09:50** 可易在赶一个广告文案。摊开的资料几乎占据了桌面，左前方的电脑里密密麻麻的全是文字图表。为了做出一个让客户满意的方案，可易绞尽脑汁，连续工作，如果不是同事要叫外卖了，可易都不知道该吃午饭了。
- 12:20** 边在办公台上吃盒饭，边看报纸新闻。
- 12:30** 觉得脖子有点酸痛，活动了几下，歪在电脑台上休息。电脑台有点高，可易翘起了身子。
- 12:40** 继续在电脑前赶文案。有点累，双肩好像压着座山。
- 18:00** 乘电梯下楼，开车到约好的餐厅，与男友共进晚餐。男友说她的长发越来越黑亮了，可易很高兴。
- 19:00** 换成男友开车，可易在副驾驶位上一路打盹。
- 19:25** 到家。洗澡。和男友一起玩在线游戏《金庸群侠传》。可易非常喜欢金庸的小说，是这个游戏的“骨灰”级玩家。
- 21:30** 一边敷面膜，一边歪在沙发上追看着香港肥皂剧。
- 23:30** 把空调调到23度，上床睡觉。可易喜欢垫着两个枕头，偶尔还会趴着睡觉。躺下的时候，夜深人静，突然感觉到耳朵嗡嗡叫，可易赶紧捂住耳朵，手心有点出汗，但一会儿没事了。
- 凌晨4:00** 一骨碌翻身起床去洗手间。可易有夜间小便的习惯。可就在这时候，可易感觉一阵晕眩，差点跌倒……

可易作息 10 宗罪

李教授说颈椎病的形成有内因和外因。内因是由于随着年龄增长，椎间盘老化失水变薄，纤维环硬化外突，椎间隙变窄，椎间孔上、下径相对变小，前、后纵韧带松弛，椎体活动度加大。外因是由于颈椎的慢性劳损或因长期低头工作学习、打电子游戏等不良作息习惯，造成颈椎前曲，椎体上、下面前半部压强大于后半部，接触面变小。

李教授一一指出和分析可易的不良习惯：

1 留长发。留长发，特别是像可易瀑布样的秀发，很容易引发颈椎病。长发分披两肩，或垂到脑后，很容易随着头的活动悄悄滑到面前挡住视线，于是——或者顺手轻拨；或者快速地把头往后外侧轻抖，甩头发；甚至动作夸张，先稍低头，然后再用手向后理头发的同时，头发顺势向后外方转个圈。由于头发常常会滑在一侧，甩发的动作久而久之就变成习惯性的下意识动作。甩发是反复、长期、单侧的颈椎运动，容易使颈部劳损而引起病症。

洁婷
Ladycare

舒适体验 健康享受

2 长时间不休息地伏案工作。工作紧张，坐多动少，长期伏案，甚至在电脑前一坐就是几个小时，这样会导致颈、肩部肌肉过度疲劳。

3 用高枕头睡觉，甚至是两三个枕头。这种习惯不仅不科学不合理，还会加速颈椎的退行性变。

4 歪在桌子上休息，歪在沙发上看电视。长期前曲脖子会让颈椎变直甚至反张。

5 趴着睡觉。由于趴着睡觉必须把头侧向一边呼吸，时间长了脖子都歪何况颈椎。

6 使用过高的电脑台（工作台）过高的工作台，让肩部一直处于肌肉紧张状态，影响颈椎。

7 电脑显示器在侧面。显示器在侧面，需要将头侧向一边，长期保持这种状况，会对脖子和颈椎造成伤害。

8 坐在车上打盹。人在打盹时全身放松，颈椎周围的肌肉无法保护颈椎。汽车行驶时快时慢的无规律变速运动，很容易让颈椎受伤。

9 睡觉时直吹空调。炎热的季节，整晚吹空调是种享受，但在睡眠状态下，人体处于放松状态，各个系统机能暂时下降，如果空调温度过低，冷气又正好对着后背或颈部吹，则会诱发或加重颈椎病情。

10 起床过猛。起床最好是一个缓慢有节奏的从卧过渡到坐然后到立的过程。猛然起身，容易造成头晕，特别是在颈椎影响脑供血时。

练功六法

李教授说，防治颈椎病，有很多行之有效的方法。“我也拿金庸群侠传做个比喻吧。”原来，李教授也是一个金庸迷，特别喜欢《射雕英雄传》。

1 周伯通法之老顽童

《射雕英雄传》里，老顽童周伯通一出场，是跟在一群孩子后面跑，手里牵着一根线——他们在放风筝呢。放风筝是一个传统“秘方”，放风筝时，必须仰首举目，挺胸抬头，左顾右盼，仰俯有度。经常放风筝，可以保持颈椎、脊柱的肌张力，保持韧带的弹性和椎关节的灵活性，增强骨质代谢，加强颈椎、脊柱的代偿功能，既不损伤椎体，又可预防椎骨和韧带的退化。

2 陆冠英法之无敌泳技

太湖山庄陆少庄主，湖上生擒完颜康时，靠的就是一身过硬的水上功夫。游泳最益颈椎健康，水中的浮力能使颈椎完全放松，不需要承受其他的压力。同时游泳是一种均衡的运动，能使身体各个部位都能得到锻炼。如果选择蛙泳效果更明显。

3 黄药师法之老邪神功

东邪黄药师，精通中药配伍，九花玉露丸功效卓著。中药对颈椎病有一定疗效。颈椎病内服验方二则：1. 用川芎、荆芥、白芷、羌活、防风、细辛、薄荷、甘草、茶叶各适量，加水浓煎成浸膏，每次服2克，一日三次；2个月为一疗程。2. 用白芍240克，伸筋草90克，葛

根、桃仁、红花、乳香、没药各60克，甘草30克，药研细末水泛为丸，每次服3克；一日三次，一月为一疗程。中成药方面，可考虑选择复方软骨素片、颈痛灵、颈椎康复灵等。另外，还可以采用湿热外敷的方法。外洗方（切不可内服）：桑枝50克，香樟术50克，虎杖草50克，稀签草30克。置入布袋内，扎紧袋口放入锅中，加水适量先浸泡20分钟，后煎沸约15分钟，趁热将毛巾浸入药液中，稍后绞干，并折成长条形敷于颈背部。可轻拍，勿按揉。一般换三四块毛巾即可，每日可敷一二次。

4 郭大侠之法

郭靖生性憨厚愚钝，不投机取巧，一招一式翻来覆去，务求严格达到标准为止。其实，要想颈椎好，最好也养成坐卧立行的标准好习惯。1. 保持正常坐姿。尽可能保持自然的端坐位，头部略微前倾，保持头、颈、胸的正常生理曲线；升高或降低桌面与椅子的高度比例，以避免头颈部过度后仰或过度前屈。2. 走好每一步。站立时全身从脚心开始微微上扬，收腹挺胸；双肩撑开并稍向后展；双手微微收拢，自然下垂；下颌微微收紧，目光平视，头顶如置一碗水或一本书；后腰收紧，骨盆上提，腿部肌肉绷紧、膝盖内侧夹紧，使脊柱保持正常生理曲线。3. 睡好每一觉。标准：以半硬为佳，最好是木板床加厚垫或较硬的弹簧床，枕头要够大，长度至少是侧睡时三个头的宽度。高度相当于从颈肩交界处至肩膀外缘处，枕头要软硬适中，透气良好，最好选用木棉枕头。睡眠最好采取侧卧或仰卧，不可俯卧。

5 易姑之术

为从布满奇门遁甲的桃花岛中救出情郎，瑛姑苦练易术。《易》是中国传统智慧的结晶。周易象数疗法结合了《周易》的八卦象数、中医、气功理论，简单易行。治疗颈椎病的象数配方是7个数字：1000（稍停顿）650。在放松状态下摒除杂念，睡前和醒后默念，每次半小时。

6 天竺僧之瑜伽术

瑜伽源自天竺，现已成为白领流行的健身术。伏案工作一二小时后，做做颈部瑜伽功有利于防治颈椎病。要点是脖子转动时应轻柔、缓慢，有节奏有控制地放松和收紧颈部肌肉。站立，头先向右扭，耳朵始终保持平直，扭到最大范围时稍作停顿，重复三四次。再向左扭。重复三四次。然后头部有控制地向肩部左右靠落，重复几次。再前后靠落。重复几次。接下来用脖子向左转圈，重复几次。向右转圈，重复几次。☑（责任编辑：邓辉）

洁婷
Ladycare

舒适体验 健康享受

- 我爱的东西我不要
- 敢对爱说NO 真人版示范
- 越爱越不要之心电图分析
- 爱而不要实战指导
- 爱而不要功力测试表

人生的快乐的确需要失意调剂，没有失意只有快乐，于是快乐也变成了不快乐，所以，让自己喜欢而得不到，便可以保持最理想的快乐状态。大智若愚地放弃某些需要穷尽一生的辛苦大事，让生活简洁轻盈。喜欢上一个有才才有貌的男人，便做偶尔喝喝咖啡打打KISS的忘情知己，把神秘的关系保持个二三十年。到老你还喜欢着他，真美好啊——这样的一种地老天荒。喜欢豪宅可以去有大HOUSE的朋友家坐坐或编个理由到别墅区乘乘凉休休闲，把人家那儿当公园而不必被自家的公园逼成赚钱机器。我爱的东西，我不要，就像一只杯子，因为空着，便拥有了装人任何东西的可能性。

越爱越不要

prolog

.....i don't want what i love..... 艾小羊
{我爱的东西我不要}

初中时学《叶公好龙》，内心深处生出了一个难能可贵的质疑：难道因为叶公恐惧龙就说明他的喜欢是假的吗？你看他画龙看龙谈龙，兴致勃勃实乃人生一大快事，错就错在龙上，以为人家喜欢它就一定希望它伴之左右甚至养成宠物。

喜欢龙是一回事，是不是要拥有一条龙是另外一回事，想来叶公的恐惧不无道理：如若将一活龙留宿，吓退朋友亲人兼红颜知己不说，说不定身上有股难闻的味道，还要随处大小便，你也不知道该喂它吃什么好，倘若龙颜大怒，那可不是闹着玩儿的。

很多人都在想：我爱的东西我就要有。喜欢上了对方，就应该有条件也要上无条件创造条件也要上，总之要得之而后快。

但是拥有的后果是什么呢？无非是两个，一是得到后，就不喜欢了。喜欢是一种满含神秘感的倾慕，梦想成真后的零距离会出现审美疲劳，此最有力佐证为夫妻关系。二是得到后也喜欢，但这并不阻止你继续发现更喜欢的东西，喜新不厌旧，一生都在劳碌追逐。耗费大量人力物力财力，令你的生活不堪重负，好好的梦想，一旦需要劳心费力地实现，哪里还谈得上美好。

想想，人真是一种矛盾的动物。

一位朋友的老公很有钱，也很爱她，衣食无忧还能兼顾奢侈消费，想要什么有什么。大家都认为她无忧无虑。可偏偏她最喜欢说的一句话就是空虚无聊。“我想不出任何值得快乐的事情，就像生活在坟墓里一样。这话还不不敢随便说，怕人家觉得太矫情。”然而，她的烦恼我是相信的。

人生的快乐的确需要失意调剂，没有失意只有快乐，于是快乐也变成了不快乐，所以，让自己喜欢而得不到，便可以保持最理想的快乐状态。

现在基本没人喜欢吃糖了，而在几十年前，到处充满了为糖疯狂的大

人小孩，每天去杂货店门口探头探脑地看玻璃罐里花花绿绿的糖果；为得到一块糖果而努力考到一百分；收集漂亮的糖纸，太阳光滤过时也有了糖的甜味；将一粒糖果你咬一半我咬一半，以示亲情的大公无私，友情的坚不可摧同甘共苦。这一切的快乐都消失在我们想吃糖就能吃到的年代。

快乐越来越少是因为得到自己喜欢的东西越来越容易。那么，可不可以物质生活越来越丰富的今天，人为地保有一些浪漫主义情怀——因为喜欢所以不要。

如果你功力不深定力不足，可以从小处着手体味不拥有的快乐。比如一件漂亮而昂贵的衣服，花重金买下，一两个月紧缩银根不说可能穿着的场合也不多。不如把它寄存在购物广场，隔一段时间去试试，搔首弄姿也算给周末时光加点作料。过段时间新款上市，你发现了更喜欢的，无疑像捡了一笔，啊啊啊，幸亏没买！再比如未见倾心的巴黎，急吼吼地跟旅行团开始梦之旅，却除了照相和上厕所没干别的。不如现在就开始学法语，梦想有一天能独自在巴黎街头发呆，即使80岁了也还像一个浪漫的少女。

如果你觉得自己功力足够深厚，就可以大智若愚地放弃某些需要穷尽一生的辛苦大事，让生活更简洁轻盈。喜欢上一个有才有财有貌的男人，便做偶尔喝喝咖啡打打KISS的蓝颜知己，把神秘的关系保持个二三十年。到老你还喜欢着他，真美好啊——这样的一种地老天荒。喜欢豪宅可以去有大HOUSE的朋友家坐坐或编个理由到别墅区乘乘凉休休闲，把人家那儿当公园而不必被自家的公园逼成赚钱机器。爱上漂亮跑车，不如就在街边或汽车杂志上欣赏，欣赏和喜欢都是好的，拥有却是不能承受之重，即使你咬咬牙倾其所有买辆只是能跑的“跑车”，还要防坏防偷防交通事故，出了钱费了力却成了它的奴隶，你说，你何苦来呢？

感情如此，做事亦如此。以前网上曾有红帖子叫因为爱你所以不嫁给你，听上去真是痛并快乐着。我爱的我不要是一种梦想和理想的状态，就像一只杯子，因为空着便拥有了装入任何东西的可能性。

写到这儿，我几乎痛恨那条跑到叶公家的笨龙了，无缘无故扼杀了人家的梦想。叶公好龙而不要龙，碍你什么事了？人家就愿意把龙当成梦中情人，向往憧憬想念。

你为什么要惊破人家好梦？

人类失去梦想，世界将会怎样？越喜欢越不要，给生活留一点悬念，不好吗？

stories

.....those who say no to love.....
{ 敢对爱说 no 真人版示范 }

采访 小蔡

爱情 | 爱情，喜欢不是拥有的惟一理由

广州 / 蔡琳 / 28岁 / 自由职业者

我享受二手男人，我喜欢他们，但绝对不要他们。二手男人，确实拿来就用，拿来好用，但是他身上有另外一个女人或者几个女人用过的太多痕迹，想着确实很不舒服，在现实中也总会出偏差。



在爱情上，喜欢与拥有绝对不是一回事，这是我从22岁的那场恋爱中明白的。那时我狂恋本年级的一位帅哥，终于千辛万苦与他出双入对后，却发现找帅哥做男友至少有两大不利因素，一会变得特别善妒；二是不得不忍受男人更多的缺点。更要命的是，打落牙齿还得往肚里吞——大帅哥已经被你这个相貌平平的小女子据为己有了，还抱怨个啥呢？因为不堪帅哥男友明里暗里有意无意的招蜂引蝶而最终分手时，我发誓再不找帅哥做男友了。不过，从那以后，我也再没喜欢上任何一个帅哥，倒是越来越喜欢那些成熟稳健的二手男人。

第一个二手男人男友老季是我23岁时认识的。他老婆出国后两人就离婚了，他和一个7岁的儿子在国内。我在酒桌上认识了老季，老季帮我挡了三杯酒，说女孩子喝白酒对皮肤不好。我当时心里热乎乎的。隔天在另外一个聚会上遇到他，那天我穿了一件露脐装，他见面就说，如果中国人的体型都像你，估计就不用进口粮食了。啧啧，这马屁，拍得真叫爽。

老季的老婆当年是上海交大建筑系的高材生，造就了老季在各方面品

those who say no to love.....

位不俗。老季从不送我玫瑰，他喜欢送我一种五颜六色的雏菊，说你这种娇小可爱的女孩子哪适合肥头大耳的玫瑰。老季还狂爱陪我买衣服，每次看我把最小号的衣服也穿得晃晃荡荡，眼里便充满了已婚男人特有的爱怜。真的很喜欢与老季在一起，可以同时享受情人的浪漫与父亲的温情。而且他在处理感情纠纷时绝对老道，才不会像毛头小伙子那样歇斯底里，把家里物什摔个精光还指望你去给他赔礼道歉。二手男人还有不可回避的强项当然是床功。男人喜欢用青苹果与红苹果比喻青涩和成熟的女人，我觉得这比喻用在男人身上也勉强，当然更贴切的比喻是男人都是上等深海鲍鱼，不过二手男人更像是一只出自名师烹饪之后的上等深海鲍鱼，和生鲍鱼或普通家庭弄出来的鲍鱼实在不可同日而语。

说了老季如此这般许多好处，你几乎以为我会嫁给他了吧？在最喜欢的时候，也不是没有想过。但所有应该要的理由都被一个不应该要的理由打垮了，那就是我不愿意陷入一个有婚史男人的复杂生活。这种心理的确有些微妙，就像男人吧，很可能喜欢一个风情万种的交际花，却宁愿娶回一个白纸一张的涩涩小女生。如果我选择老季，无疑会卷入他与前妻和儿子的复杂关系；必须面对婆婆（甚至老季本人）对于前后两个女人的暗中比较；必须搞定老季的朋友，而那些朋友，有些也许与他的前妻有不错的私交。

离开老季后，我又先后喜欢上了两个二手男人，我敢说自己在爱情中体会到了足够多的甜蜜温馨与浪漫，那是一些让人欣喜若狂的日子，与自己喜欢的男人在一起，更重要的是，这个男人已经被另外一个女人培养成了一道美味大餐，我只要动动嘴就把个中滋味尝了个够，甚至包括那个培养他的女人都来不及品尝的美味。然而，一到谈婚论嫁我就闪了。情人与老公是两个概念，情人是自己喜欢的，老公则是属于自己的，对于这件好不容易属于自己的东西，宁愿他是一张白纸，由我一点点涂画，画了擦掉擦掉再画。一个以自己的习惯、喜好、性格培养出的老公才叫老公，那种拿来就用的老公，身上有另外一个女人太多痕迹，想着不舒服，用着也不得意，在现实中也总会出偏差。比如你想培养他，他说不定还反过来想用自己前妻的模式培养你呢，包括做爱姿势都有那个女人的痕迹，那就不是一般的惨了。

蔡琳宣言

在爱情中，喜欢与拥有绝对是两个概念。喜欢帅哥，拥有时才发现他比别的男人更缠绵；喜欢艺术家，拥有时才发现他的长头发一星期不洗衬衣两星期不换可以随便与任何一个女人在酒吧过夜；喜欢二手男人，拥有时才发现他和前妻甚至前妻的父母还藕断丝连。一个女人，可以喜欢任何一个有个性、反常规的男人，但在拥有时，请选择最普通最最循规蹈矩最最索然寡味的男人，这样的男人，安全可靠且可塑性强，值得拥有。

房与车，不是自己的最好

北京 / 叶莹桦 / 25岁 / 记者



我喜欢房子，但不愿意穷尽半生的精力去供房；我喜欢车，但不愿意降低标准弄个奇瑞QQ或都市贝贝，正因为喜欢才不愿意屈就自己勉强拥有。不如就让喜欢成为梦想，扯心扯肺却不能够实现，这样的生活才有意义。

刚到报社时认识了一位疯狂爱房的朋友，以看房为己任。京城的楼盘从回龙观到现代城，从罗马城到长城脚下的公社都烂熟于心。我们总以为他要买房，几年过去了，人家依然住着祖上留下的五十几平米的小公寓。大伙说他原来是假爱房，他说，爱房子是真的，但不似你们这般俗人，非抓到手里才叫爱。

大约那时年纪轻，觉得这朋友特假，买不起就别说喜欢嘛。看看本姑娘，喜欢房子与车子，就大大方方把它们作为终生奋斗之目标，这才是比较正常的人生轨迹。

手头有点积蓄后开始看房，这才知道要买房时的看房与平时的随便看看是多么不一样。交通便利的楼盘往往环境不好，环境特好的楼盘往往在郊区，既交通便利又环境不错的楼盘咱买不起。过去看楼看热闹，现在看楼看价钱。为买到自己中意的楼盘，不由自主节衣缩食起来，一次，竟把两年前淘汰的牛仔裤按杂志教的方法搞了个涂鸦DIY，本想假时髦混一年，结果第二天就被一个同事揭穿了。她说，小叶，你的裤子上是不是泼了84消毒液？我无地自容，下班跑中友买了两条Lee，回去的路上，心疼得要死，这可是0.15平方啊。靠，两条名牌牛仔裤才0.15个平方！

被房子折磨了近三个月，基本体会了以本人目前之收入供养一套自己喜欢的房子所需选择的某种接近于赤贫的生活状态。某天早晨，躺在父母家属于自己的8平方米闺房中，眼望朝阳从楼群中升起，突然问自己，无忧无虑地躺在这张小床上睡回笼觉与睁开眼睛就要为房贷担忧地躺在面朝花

those who say no to love.....

园的二十几平米的大卧室中的日子，究竟哪一种更爽？我毫无出息地选择了前者。

于是与那位爱房却从不买房的朋友同流合污起来，双休日的主要节目是拉一班朋友去看房。乘免费看房班车，喝免费的纯净水，呼吸免费的新鲜空气，看免费的风景，听免费的讲解，有时还有免费的盒饭可吃。这样的日子有些像童真未泯的郊游，看那些老朋友似的楼房以种种面目和色彩耸立在不同的地方，周围有着新鲜的鸟与树，一路走过去，不仅谈风景，也谈开发商的正面业绩背后八卦，谈这块地皮在N年前的面貌，朋友中的北京通，有像琼瑶那般把一个公主坟侃成三部还珠格格的本领，于是，那些亲爱的房子便有了许多历史变迁的沧桑感。

我以博大的胸怀爱着那些房子们。当然，陪朋友买房选房是更值得兴奋的事情，不仅趁机会真诚邀请四处看房，而且能够表现自己日积月累的不菲购房经验，我敢说这种经验绝不是那种勇于买房的人能够达到的境界。你想想啊，已经买了房子还四处看房，不悔青肠子才怪呢；正因为不买才敢看，才能在没有最好只有更好的房市中心平气和。

当朋友买了我推荐的大HOUSE，我那得意啊，就像自己的女儿嫁对了婆家似的，而且立刻开始为人家的装修出谋划策，力争把不是自己的房子变成自己的。于是他们装修好的房子总有某个特别的角落出自我的手笔，或者是花园里一个像洗澡盆的私人泳池或者是客厅一处围棋台或者把工人房改成了有大镜子和扶栏的芭蕾练功房，他们说设计的都特理想主义。那当然，我的的确是用心对理想的热情来看待朋友们的每一处好房子。

现在，我特清楚自己是个及时行乐的人。我把银子大多用于买漂亮衣服、旅游、充电等触手可及的幸福，几乎不考虑攒钱买洋房购跑车，对了，忘告诉你啦，我也喜欢车啊，不过可不是开个二手普桑就自诩有车族那种，我只喜欢跑车和越野车，可想而知，要实现这种喜好是多么苦其心志劳其筋骨，所以我宁肯订全年的汽车杂志。

我喜欢房子，但不愿意穷尽半生的精力去购房；我喜欢车，但不愿意降低标准弄个奇瑞QQ或都市贝贝，长安街都不能上每天要为停车发愁。正因为喜欢才不愿意屈就自己勉强拥有。不如就让喜欢成为梦想，扯心扯肺却不能够实现，这样的生活才有意义。

每个成年人都应该成熟理智地保存一种或几种喜欢而不拥有的东西，让它成为永恒的梦想和追求，照耀平淡无奇的生活前程。只有孩子才会喜欢了就非得到不可，甚至不择手段。

·恋物 一个恋物狂的理想主义回归

上海 / 夏小蝉 / 25岁 / 外企职员

只要你爱它们，便在心理上拥有了它们。那为什么一定要用自己辛辛苦苦赚回的钱去买它们呢？当你把它们关在黑箱子里不摸不看只在心里想念的时候，跟放在商店的橱窗里或者别人家的展示柜里有什么区别呢？



以前我是个不折不扣的恋物狂，无论是一个精致得对我来说没有任何用途的烟灰缸，还是108个一套巨昂贵的SNOOPY，都要兴致勃勃地搬回家，久而久之，家里没什么实用价值的奢侈品堆积如山。

我的合租伙伴锦青是个有些洁癖、又极端奉行实用主义的处女座女孩。她的房间几乎没有任何饰品，目之所及一尘不染。每当看她兴致勃勃玩赏我买回的东西，我都问她既然喜欢，为什么不买，她拖着好听的吴侬软语说喜欢不一定要买呀。我把这句话看成上海女人的精明。

在我的房间里，Marc Newson设计的灯就有四盏，各种琉璃玳瑁贝壳的项链饰品达几十条，各种绒毛玩具齐齐地堆满了一扇飘窗台，上百个精美的烟灰缸被我不知塞在哪个角落里当了小型垃圾盒；挂在墙壁上的108个SNOOPY，个个头上顶着灰尘帽子。每当朋友们看到可怜的它们，都会嚷嚷：“姐姐，做做清洁好不好！”我苦笑，要知道同一清扫动作要重复108次啊！花很多钱应该买来生活品质的提高，结果相反成了一种极大的负累。与锦青相比，自己简直是住在垃圾场里。

一次，锦青4岁的侄儿造访，很快认定我的房间是儿童游乐园。当我接完一个电话猛抬头，发现他正用手掌心当试纸，把我那几十瓶昂贵的香水挨个往上狂喷，我惊惶失措地扑过去解救了香水，又发现至少3个SNOOPY的脸上已被画上了眼镜。最后他摔断了一根价值800多元的琉璃发簪，把一只加菲猫的毛上粘满了鼻涕。整个房间灰尘四起，我快崩溃了。当晚，我拖回一只巨大的箱子，把所有宝贝都扔了进去。

本以为没有喜爱的宝贝相伴，我会伤心和孤独，没想到却是一种从未有过的轻松感。即使在房间里跳舞，也不必担心碰到那些价值不菲的宝物。心情闲适，恋物情结高涨的周末，我会拖出箱子看他们一眼。每每这时便想到一个特别具有哲学意义的问题：所有精美的物品在形式上都永远属于自己，只要你爱它们，便在心理上拥有了它们。那为什么一定要用自己辛辛苦苦赚回的钱去买它们呢？当你把它们关在黑箱子里不摸不看只在心里想念的时候，跟放在商店的橱窗里或者别人家的展示柜里有什么区别呢？我把这个问题拿来与锦青探讨，她笑我，嘿，你也是一个精明的上海女人啦！

唉，精明就精明吧，总比物欲和贪婪来得清爽一些。其实后来我依然恋物，只是换了方式。每次去恒隆广场，我会在第凡内柜前，像对老朋友一样探望那几款我最中意的手镯，它们一如既往地光鲜地躺在那里，我轻轻把它戴在腕上感受一下然后静静离开，不必再为昂贵的价格思想斗争。在一间专卖电影人物玩偶的店子里，有一堆我喜欢的玩偶，每次经过，我都进去与它们亲密接触，然后心情愉快地走掉。当然也有伤心的时候，一次，我最喜欢的“银河铁道”里的金发女孩被人买走了，而且厂家不再生产，我失落极了。事隔几个星期，突然想到，如此因为没有得到什么而久久惦念的感觉，竟涩涩的却带着丝丝的甜，像初恋时对于某个男生的惦念，久违了呢。

前不久，我和锦青与朋友逛街，都看中了一对金刚鹦鹉，那位朋友毫不犹豫地买下来，我们也欣喜若狂地打着经常去她家看鹦鹉的小算盘。每次与锦青结伴去朋友家，看见她很辛苦地洗鸟巢、装鸟食，看饲养小鸟的书籍，像妈妈似地唠唠叨叨：“要给你们找点野生虫子来吃了！”“羽毛不光泽了，是不是缺什么营养？”我们都替她累得慌。

喜爱和拥有原本是两回事，当你真正拥有一件东西，享受的不仅仅是内心的喜欢，更要承担附带的拖累与责任。为什么不偷点儿懒，让你喜欢的东西在真正可以保养、照顾它们的人那里安然存在，你嘛，偶尔去看看它，心里想着它，这样的喜欢很美丽哦！

analyse

what is on their mind

{越爱越不要之心电图分析}

四大标志性心理

分析师 小潘潘

●酸葡萄心理

高举“喜欢的东西我不要”之时尚旗帜者，大都经历了吃不到葡萄说葡萄酸的精神胜利阶段。尤其对于某些超高标准物质享受，心里喜欢得要命，但若得到它必须付出代价，比如为了一件名牌衣服放弃某项旅游计划或为了靓屋放弃社交、健身、美容等许多计划。权衡再三，与其被喜好牵着鼻子走，不如来一次主动的选择——以拥有之外的形式实现“喜欢”的目的。

喜欢是理想，拥有是现实，有些理想，不实现比实现了好——现代酸葡萄心理，嘿嘿，听上去很酷。

●标新立异心理

标新立异需要理由吗？只要不是颁奖礼，穿Dior的明星总没有说自己能在秀水淘到25元一件的小吊带还纷纷被大家赞美的明星来得耀眼。可以用各种标新立异的方法去喜欢一件东西，却很难标新立异地拥有一件东西，再好的人或物品，一旦拥有便像林青霞嫁了秦汉一样无聊。唉，幸亏冰雪聪明的青霞阿姨也能明白喜欢的东西不一定拥有，演了那么多琼瑶剧还能如此标新立异，堪称胸怀标新立异大志之标榜与鼻祖。

越喜欢的东西我越不要，就要把喜欢变成一种情结一种病态一种物欲横流社会中的冰清玉洁——怎么着？矫情到了这种境界，也不由让人肃然起敬。

●理想主义心理

世界上总有些可爱的美眉属于极端的浪漫理想主义，一旦对某件物品、某个人、某处地方产生了不可抑制的喜欢，便主动与它们拉开距离。得不到的东西最好是理想主义者的人生信条。因为喜欢便只可远观而不可亵玩。世界上所有的喜欢都缘于认识不清。从这点上看，喜欢本身就是一场癔症，如果你非要喜欢了便抓在手里，结果自然是梦醒一场空——谁说理想主义者是傻瓜来着？人家才是真正的智者。

what is on their mind

自主节制心理

出发点与前两年流行的“低薪休闲”类似。某些时代幸运儿不幸体会了喜欢就能拥有的可怕生活，突然发现什么都不好吃什么都不好玩得到什么都不开心，转而选择一种自主节制的生活。只在过节时吃到糖才会觉得糖特别甜。自主节制是一种优势心理，有点大隐于市的味道。

去车展挂眼科、每个周末在死党的靓屋里欣喜一回、在新世界或太平洋名品专柜只试不买，才不担心别人的白眼呢。那些人是多么恶俗不堪，能买得起算什么，见什么买什么，暴发户啊？买得起却不买才叫拽！

想在“喜欢的东西我不要”中得到乐趣或成为令人尊重的此道先锋与鼻祖，需要具备以下三大心理素质。逐一对照，苦心修炼。

三大心理素质

不虚荣，不攀比

女人不可能完全不虚荣，掌握虚荣的度，是享受“喜欢的东西我不要”的关键点。因为虚荣而坚持不住，拥有了会百分之百后悔，因此在坚持不住的关键时刻，一定要对自己默念一百八十遍紧箍咒——一切，那些虚荣的女人定会最终受苦，保持自己的女人方高尚、可爱。唉，听上去有点像老古董，不过现在是越古董越时尚，前卫已经很老土了。

鄙视不志同道合者

不志同道合者可能把你的节制看成葛朗台，面对如此非难，最强大的心理支持是鄙视他们。如果你目前还做不到，可以先疏远他们，道不同，不相为谋；同时修炼视而不见之清高大法——当有人在你面前别有用心地炫耀他们的拥有，你要在心里告诉自己，有了与没有有什么区别呢？哼，我看不出来。嘴上的还击可以是，我要买就买最好的，或听说更新款的马上就出来啦。

博大的自我满足

既然喜欢，又何必在乎谁拥有呢？与此博大胸怀相比，喜欢就一定拥有或拥有了才会喜欢真是十足的小家子气。对邻居的“腊肠”一见倾心，可以每天下班陪它玩，买最好的狗粮讨好它，不必非自己养条“腊肠”，出差还得想办法寄存；喜欢帅哥，可以找他玩要他的照片，何必非要拉进门来零距离，要知道帅哥是大家的呀，所有把帅哥据为己有的家伙都要遭到报应。呵呵，每种缺憾都有自我满足的理由。



those who say no to love

物质或情感上的节制必会带来心理上的快乐,而心理的快乐才是最终的快乐。看完下面八大快乐,今晚你就会迫不及待地跟《希望》一起制订目标——这个那个还有那个,我坚决喜欢但坚决不要!

八大快乐理由

美梦一万年

美梦不成真就永远是美梦,美梦成了真就是有喜有忧的现实啦,现实嘛,忧大于喜的可能性总是比较大。

挑战自己

拥有不是喜欢的惟一形式,发现喜欢的种种方式,是一件有挑战意义的工作,生活就此丰富多彩也未可知。

留有后路

“喜欢,但我不要!”怎么样,听上去响当当。某日你不小心败走麦城,想要的东西也无力拥有时,别人还会以崇敬的目光看你——人家能要就不要,实是高。

丰富内涵

你的内心会就此变得强大,“喜欢的东西我不要”已经克服了女人天生之三大缺点:虚荣、贪婪、冲动。瞧瞧,你现在是个多么独特而有魅力的女性,简直有点伟大了。

轻松生活

因此避免很多现实生活的麻烦,比如财政赤字、琐事之忧、心理或情感负荷过重等等。

超强谈资

在如今大家已经被拥有更多更好的目标累得气喘吁吁之时,“喜欢的东西我不要”绝对可以成为令人耳目一新的理论体系。无论是小资的聚会还是中产的Party,谈论如此高风亮节之生活方式,必让人刮目相看。

雅俗共赏

因此拥有人人称道的好人缘倒是意外之喜。崇尚简单生活的人会把你看为知己;而那些奢侈贪心的家伙也不会觉得与你交朋友掉份儿;年轻人觉得你是榜样;老年人觉得孺子可教。

激情比别人多一点

去喜欢的房子里做客;去看喜欢的物品;去试喜欢的衣服;与喜欢的人聊天;躺在床上想象自己喜欢的某处风景。因为没有得到,才能对于喜欢的人或事保有充分的激情。激情这东西真好啊,能让你容光焕发,今年二十明年十八。

rules

.....*dear things that you don't possess*..... 文 小敏
{ 爱 而 不 要 实 战 指 导 }

爱的东西却不要，需要一些专业的指导喔！比如说选择哪些东西来爱而不要，面对旁人不解的目光时我们要如何应对？

C 实战演习评分表

最具人气指数之实战演习

[浪子的名字像刀锋划过我们的青春]

几乎每个女人的一生中都会喜欢上某个浪子，极少数倒霉者成了浪子的老婆，结果有三个：离婚、你被逼疯、浪子被改造成良家煮夫，总之，浪子不再是女人喜欢的浪子，女人也不再是那个满怀梦想的女人。

浪子，只喜欢不拥有最好。此为广大美眉成熟之标志。

不良反应：浪子年轻时受欢迎，老来无人要。

快乐指数
可行指数 87

最具女人气质之实战演习

[不要试图自己供养喜欢的房和车]

女人当然应该喜欢靓房靓车却永远不要试图自己供养它们，除非你狂发一笔横财，一次付款眼睛都不眨一下。生为消费动物，各项花销自然水涨船高，那些为供房供车而节衣缩食的同胞尽管可敬可佩，却着实活得太不雌性。

上海作为全中国最雌性的城市，你听说哪个上海美眉自己供房还分期付款供车？

不良反应：可能造成某些人不求上进，但若不求上进也能无忧无虑倒不失为一大幸事。

快乐指数
可行指数 99

最具理智光辉之实战演习

[对世界顶级品牌时装只看不买]

在某次聚会中听一位美眉哭诉花七千大元买一条BCBG的裙子，以为独一无二却在第一次穿时就与别人撞衫。觉得她真惨，但

快乐指数
可行指数 109

dear things that you don't possess

还有一个更惨的现实谁都不敢告诉她，那就是与她撞衫的很可能是一条七百块钱买来的仿单货。世界顶级品牌时装自然人见人爱，你大可以去商场试穿，挤入时装发布会挂眼科，买来时尚杂志研读一二，至于把其中某件纳入衣柜，还是算了吧，除非财力雄厚到不喜欢就扔，否则向别人哭诉多心疼多后悔，只能落个笑柄。

女人对衣服的花心胜过男人对女人的花心，还是不要冒险让某件衣服的价钱几乎可以买一年的衣服。

不良反应：如无意中造成世界顶级品牌时装滞销，深表遗憾。

超级酷毙之实战演习

喜欢丽江，喜欢到一辈子都不去

朋友的书架上有53本关于丽江的书，电脑里存了1324张丽江风景照（画），每次有人去丽江她都委托人家带一片植物标本或一顶草编灯笼。朋友说她喜欢丽江，喜欢到了一辈子都不会去，“世间何存完美之事，不如在心里刻意留一片完美。”闻听此言，大家纷纷动容。一个看上去随随便便，什么都不在乎的都市女子，喜欢一处风景，对它了如指掌却不真正去看一眼，实乃高人。

每个人心里都应该有这样一处风景，在梦中，轻风吹过普罗旺斯的薰衣草。

不良反应：无。

最令人钦佩之实战演习

喜欢干净却不每天洗澡，喜欢清凉却不吹空调

发源于美国的奢侈生活方式正在形成一种全球性的病态，每天洗澡甚至早一次晚一次正流行，一边吹空调一边盖棉被也敢叫酷。“要知道美国不到全球三分之一的人口却在消耗着全球六分之一的资源。奶奶的，不抗拒一下，咱们子孙就非得澡洗了。”这话是能不洗澡就坚决不洗的SASA说的，她很喜欢洗澡，珍惜每一次洗澡机会；很喜欢清凉，房间里到处摆着超强风力的手动芭蕉扇，SASA说人不应该任性，喜欢就要会受到自然惩罚。

从环保的角度控制自己的私欲，简直完美得没得说。洗澡越来越简单，想洗就洗？错！

不良反应：不洗澡可以，但不要让身上有可怕的气味。

最自恋之实战演习

喜欢美食却拒绝享受

喜欢美食却每天在家吃白水煮青菜，狂恋电视里的烹饪节目，

快乐指数
可行指数 10 8

快乐指数
可行指数 7 8

快乐指数
可行指数 9 9

热心与主妇级朋友谈论美味大餐的出炉过程，上班看杂志也会对着美食版的图片流口水。真的很喜欢很喜欢美食哦，喜欢而不要的冠冕堂皇理由当然是环保或节俭，不过最合理的理由应该是瘦身。“像我这么爱美食的家伙，只要一动嘴，身材肯定完蛋。”这是瘦身实战者的真心话。

女人对任何事物的喜欢都抵不住对自己的喜欢，为瘦身而拒绝美食，当然可以说是对美食的喜欢不够彻底，不过，如果仅仅看看菜谱和图片就能获得快感，倒是除餐饮店老板外，都皆大欢喜的事情。

不良反应：无。

最搞笑之实战演习

喜欢看A片，但不要自己试

国外某大学研究室的调查显示，喜欢看A片的人做爱频率并不比不喜欢看A片的人高。对性爱的喜欢当然至少可以分几种，有人喜欢就拼命去做，弄出纵欲过度的模样，频繁更换性伴侣还可能导致身体受损。有些人嘛，喜欢就看看。喜欢做爱可我就不做！不做的原因当然最可能是这东西想起来看起来都比做起来有趣。

呵呵，喜欢看A片，不要自己试，喜欢做爱偏不做，听起来很搞笑，却正激流暗涌流行中。原因嘛，不好说；快乐嘛，看个人。

不良反应：需掌握尺度，否则容易造成性行为失灵。

快乐指数
可行指数 79

dear things that you don't possess

防止禁欲主义之三条道路

越喜欢越不要的宗旨是快乐，因此需要掌握“度”，什么时候该要什么时候不要，有较明确的判断标准，如果一味追求简单，不幸成了禁欲主义，不仅没了乐趣，还会被别人笑话。

大事明白小事糊涂

选定三项以下的大事，如选男友的标准、买房、买车等，恪守喜欢的东西我不要的原则，其它的则放任自流。

从最喜欢却最不实用处入手

最喜欢却最不实用的东西往往不值得拥有，拥有了也不会有超强的快乐。因此，从华而不实的喜好入手，选择越喜欢越不要的方式。

时常严抓，偶尔放纵

节制生活需要对比。隔几个月给自己放一次大假，把那几天喜欢的东西都抓到手，解解渴。渴解完了，快感不过如此，便会自觉回复到喜欢却不要的境地，既不禁欲也不枯燥。

C 还击误解情景剧

剧情：跟一群购物狂出行，别人喜欢就买，你欣喜若狂看半天，就是不买。大家明里暗里说你小气。

还击：

A. 直线出击：心平气和地告诉她们，你干过很多这样的事：喜欢那些华而不实的东西，买回去后不仅不再喜欢而且成了负担，现在正努力改正这个“缺点”。
B. 曲线救国：宣称自己前个星期刚买了很多很多类似的东西。



剧情：不是每个人都有理解你的能力，大家都在拼命赚钱实现无数目标，你却轻松坦然地越喜欢越不要，可能被认为神经不正常哦。

还击：没有信心地遮遮掩掩可能证明自己精神不健全，不如坚持自己并且张扬你的观点。你的选择并不高深，善良的人都能理解，少数别有用心者，可以踢他们出局。

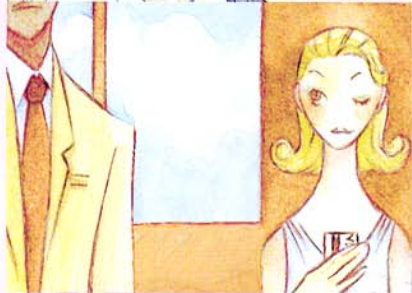
剧情：谁知道你是主动不要还是没有要的本钱，曲高和寡，被误解为打肿脸充胖子时总是有的。

还击：偶尔极度疯狂一次，证明给他们看，你不是没实力，是懒得什么都抓在手里。



剧情：喜欢的东西你不要，但总免不了去朋友家享受一二，时间长了，人家以为你是好占小便宜之徒。

还击：享受人家的东西定要施以小恩小惠，总是空手套白狼，人家当然会有想法。



剧情：总去名店试穿某个品牌的衣服、看某些新奇玩意，甚至骗了张VIP卡，却从不买人家的东西，终于被店员施以冷脸。

还击：

A. 直线出击：别把她的脸当脸。反正她脸色再不好也不敢拒绝你的要求，否则定告她丢饭碗。

B. 曲线救国：换不同的时间段去，尽量避免短期内多次遇到同一店员。

test

.....your ability to give up.....

文 小段玉

{ 爱而不要功力测试表 }

喜欢的东西我不要是一种境界,对有些人妙不可言,对某些人却如地狱火烧。下面的测试,看看你是能享受此种生活的明智之人,还是具有超强占有欲的非理智型麻烦女。

01 外出旅游,你通常——

- a) 购物兴趣高涨,买回很多旅游纪念品(3) b) 几乎不买东西,觉得真正有特色的很少(2) c) 如果别人买东西,你也会去买(4) d) 看心情,有时买很多,有时一点也不买(1)

02 如果让你用以下某个图景反映秋天丰收景象,你希望是——

- a) 一支金色的麦穗(2) b) 一片金色的麦田(1) c) 一大筐五颜六色各种各样的水果(3) d) 肥沃的田野,每种植物都挂满果实(4)

03 在商场看中一件比较喜欢的衣服,但价格比你想象的高,你会——

- a) 密切关注,等待打折(2) b) 不予考虑,相信会找到性价比更好的货品(1) c) 不由自主在内心深处找各种理由说服自己买下来(4) d) 如果回到家对它依然念念不忘,就会毫不犹豫回去买(3)

04 在商场看到一件自己非常喜欢的家居装饰品,你没有购买它最可能的原因是——

- a) 认为它不实用(2) b) 也许会比较难打理(3) c) 价格太高(4) d) 尽管喜欢但暂时没有拥有的必要(1)

05 你在选择同性朋友时,会把以下哪点放在第一位进行考虑——

- a) 第一次见面就喜欢她,很投缘(4) b) 在了解她的性格后,你认为她会是一个不错的朋友(2) c) 她必须表现出对你的兴趣,也就是说首先要她对你好(3) d) 她某些地方比你强,与她交往会使你在各方面有所提高(1)

06 去一个非常有名的风景区,但景区已经过度开发,你会感到——

- a) 很失望(4) b) 感觉平平,觉得去哪儿都差不多(3) c) 如果是跟志趣相投的人一起去,就会觉得很好玩(2) d) 感觉依然不错,总有些景点给你留下深刻印象(1)

07 柜台里同时摆着几件类似货品,各有所长,你都很喜欢,你会——

- a) 在经济条件允许下,全部买回来(3) b) 最多选择两件货品(2) c) 权衡再三,选择其一,但回家后常常后悔,甚至去换其它货品(4) d) 果断选择一件认为最好的,并且爱不释手(1)

08 餐厅里摆着一张木质餐桌,你希望桌面上——

your ability to give up.....

a) 光洁如新, 什么都没有(2) b) 有台布有鲜花有盘碗, 永远像盛宴即将开始(4) c) 摆着一束盛开的鲜花(3) d) 有一张精致的台布, 美观耐用(1)

09 与朋友们去看名贵珠宝展, 你通常——

a) 走马观花、不甚热心(2) b) 仔细看每一件物品, 惊叹于它们的美丽(1) c) 关注物品的标价, 不停感叹(3) d) 有点沮丧, 为自己可能一辈子都买不起这样的珠宝(4)

10 大家一起参加 Party, 意外的是只有你穿的很随便, 这时你会——

a) 觉得自己很特别, 引人注目(3) b) 刚开始有点别扭, 玩高兴就忘了(2) c) 整晚都很沮丧, 盼望早点离开(4) d) 想办法把普通的衣物改造成 Party 装, 如把晶晶亮的唇彩点在额头上或把 T 恤领口拉下, 露出香肩(1)

11 与普通的男性朋友一起去酒吧, 他突然盯着某个靓女看, 你会——

a) 很生气, 觉得他不尊重你(3) b) 饶有兴致地与他一起看(2) c) 暗暗高兴, 庆幸自己没把这样的色狼发展成 BF(1) d) 用举止或语言吸引他的注意, 希望他不要看别人(4)

12 如果可以选择, 你希望自己的眼球是什么颜色——

a) 绿色, 像费雯丽那样(4) b) 黑色, 比较适合自己的皮肤(2) c) 棕色, 比黑色洋气又适合东方人皮肤(1) d) 银灰色, 很神秘(3)

内功入门, 什么都要 (40 分以上)

你的喜好跟着时尚和他人走, 热衷于攀比, 缺乏真我个性, 物质欲和占有欲相对较强。在条件允许的情况下, 你会紧紧抓住能够得到的一切, 甚至超越自身能力追求“喜欢”的东西。而事实是你根本无所谓喜欢, 得手后, 你的目标立刻会转移到另外可望不可及的东西上。占有欲像旋转的陀螺, 使你劳心费力, 在某些夜深人静的时候, 你也会想, 歇歇吧, 别那么累自己, 然而天一亮, 你又开始像狼一样搜寻猎物。

气运丹田, 初级个性 (30 到 39 分)

你具有超强浪漫主义情怀, 在诗人流行的年代很可能是个不错的诗人。随性而为是你最突出的特点, 凡事喜欢跟着感觉走, 财政赤字是你长期面临的困境, 你喜欢的东西实在太多, 而且个个有超级喜欢的理由。拥有是快乐的, 你的问题只是钱与精力不够用, 感情上脚踏几只船对你来说稀松平常, 你并不觉得错, 只是很无辜——谁叫没有一个集中各方优点的男人出现呢?

功力高深, 悠然自在 (21 到 38 分)

你是个乐观主义者, 懂得量入为出掌握生活的平衡。尽管你身上也有大多数女孩子的贪心与虚荣, 却比别人更能及时抑制它们。控制占有欲的方式有很多, 你最擅长的是阿 Q 的精神胜利法。偶尔也会大大放纵一下, 这样的放纵未必带来意料中的快感, 这多少让你有点失落, 因此, 与其说你后天觉悟高, 不如说你天生适合越喜欢越不要的节制生活。

九阳神功, 五毒不入 (21 分以下)

你有超强的自控能力和冷静的思辨能力, 无论外表多么千娇百媚都无法掩饰性格的中性化倾向。你很明白自己喜欢什么, 也很明白以目前现状, 应该争取什么放弃什么。你会像享受自我能力带来的其它快感一样来享受“不要”的乐趣, 并且可能成为热心的布道者, 向亲人朋友大力推荐你的生活方式及由此带来的井然有序的快乐。惟一的问题是你对理智, 以至于生活略显单调。[Z] (责任编辑: 黄韵)

“回归爱，但各自仍是一个独立的个体。”这是一个80年代女孩说的。相比早期女性在爱情中失去自我的状态，实在是质的飞跃。刚参加完“大话爱情”节目录制的言博士也非常赞赏女性的这种独立意识。是啊，我们有权利选择自己的爱，有信心把握好爱情中的自我，也完全有能力承担自己为爱做的一切。

谈到爱情很自然会带出另一个话题“避孕”，激情在爱的过程中无可避免。而避孕早已处于女孩们的意识中，她们很清楚如何保护自己。所以，自第三代口服避孕药妈富隆上市后，便一举获得青睐。妈富隆卓越的品质使其具有极高的避孕可靠性的同时副反应发生率极低，只需养成每天一片的口服习惯，服三周停一周，除了使周期非常规律以外，不再对避孕效果有额外的担心，相比那些偶尔仍会造成惊慌的避孕措施，妈富隆在小姐妹间的迅速推广实属意料之中。另外，由于妈富隆具有高选择性的从植物薯蓣中萃取的孕激素，从而显著改善青春痘及多毛症，使得更多不在避孕行列的年轻女孩也对妈富隆跃跃欲试，谁说光洁清新的脸庞在爱情面前不具有诱惑力呢？登陆www.marvelon.com.cn或拨8008202098可获取更多信息。

如今，谈论避孕就跟谈论爱情一样，不再掖掖藏藏，我们总是想方设法挑选最好的，在情感路上让自己爱得更自主。当你可以为自己负责，不安全感就会减少，你遭受伤害的可能性也会归零，而此时自身会散发一种自信，让甜蜜的爱情为你驻足。

言博士专栏

不少的年轻女性由于对口服避孕药欠缺了解，在服药初期碰到副反应问题时，会紧张不安害怕会对身体带来不利。事实上，当您越深入了解口服避孕药，您就会越放心服用它。

绝大多数女性在服用第三代口服避孕药如妈富隆时不会出现任何不适。但也有部分女性会在早期（主要是在服药的第1个月内）出现一些轻微不适，如：恶心、头痛、乳房胀痛、轻微的体重改变等。另外，还有一些女性会出现阴道点滴出血（特别是有漏服情况发生时）。遇到这些状况完全不必惊慌。原因很简单，身体为了接纳新进入体内的荷尔蒙，必须重新调整自己，以达到新的平衡。您只要坚持服药，上述现象就会逐渐消失。服用任何一种口服避孕药，前三个月的坚持很重要，当您适应了它以后，您会体会到避孕其实是一件很轻松容易的事。每一位育龄期妇女都在寻求最合适自己的，让自己感觉轻松又愉快的避孕方式，现代口服避孕药确实是个不错的选择，花一点功夫养成一种避孕好习惯，从女性生殖健康角度来讲，可让您终生受益。



言博士与你面对面

从5月30日(星期天)开始，每周日相同时间20:00-21:00，上视生活时尚频道《大话爱情》节目，将特别邀请言博士作为爱情顾问团成员，每周言博士将与您分享在情感关系里如何当自主女人的专业观点，敬请关注。



欢迎拨打 妈富隆 全国免费咨询热线(Marveline): 800-820-2098
 欢迎访问: <http://www.marvelon.com.cn> (本产品适用于成年女性)

容祖儿 JOEY

平民天后



以容祖儿的外貌，能取得今日的歌坛地位并不奇怪，因为世界上有一种歌手叫“实力派”。

以容祖儿的歌艺，能取得今日的歌坛地位并不奇怪，因为世界上有一种歌手叫“偶像派”。

可是以容祖儿的外貌+歌艺的组合，却能够如此走红，红得发紫，甚至在2003年的乐坛进入了一个前所未有的高度，若将之归为奇迹的话，容祖儿又有什么过人之处呢？如果这是一道“超级Fans”考试题，相信能答得上来的人也不多。其实容祖儿的特别之处在于她的平凡，那种与Fans无大差异的普通和平凡。歌迷看到她，会想到自己也是很有成名潜质的——欠缺的只是运气。这样想的“平民”多了，也就捧出了这位“天后”。

傻气天后

容祖儿进入娱乐圈并非一开始就在英皇，她先被英皇的一家竞争对手作为对抗英皇的秘密武器，后来因为商业原因，这家公司退出香港唱片市场，英皇本着与其将秘密武器留给其他对手，不如招揽到自家旗下的打算，就决定考察一下容祖儿。

首先出马的是英皇艺人部经理霍汶希。当时除了见容祖儿外，还有十来个女生。霍汶希事后回忆说：容祖儿的相貌在其中是“三甲”，只可惜是最“尾”三甲。

接下来是英皇老板杨守成，他开始只觉得容祖儿长相有问题，却说不出问题在哪里，等找来纸笔划出容祖儿的眼睛轮廓，才发现原来一只眼睛正常，另一只却有些斗鸡，也就是粤语中的“射厘眼”，这怎么当明星呢？此外，祖儿的A字膊和大象腿也让杨守成颇为不满。

这样一个相貌在演艺圈可能连普通都算不上女孩子，最后会让英皇下定决心与她签约，除了她唱歌有一定的水准之外，一个决定因素竟是她带点傻气可爱的亲和力。

见面过后，容祖儿还需经过唱片公司试音的环节，对祖儿“说话可爱”已有几分好感的霍汶希将自家的钥匙给了她，让她挑选一些合适的衣服。可

是等霍汶希晚上回家，险些以为遭了小偷光顾：整个房间凌乱不堪，满地都是衣服，抽屉还吊着半截丝袜，后来一问才知道，怕试音迟到，祖儿“忘记将房间给整理好了”。偏偏这种粗枝大叶的个性，没有惹恼霍汶希，反让她看到祖儿身上的亲和力，一种潜在的观众缘，最后竟下定决心签约十年。

在英皇出了唱片，也按计划很快红了起来，可是容祖儿粗线条的性格，口没遮拦的说话方式却原原本本地“保留”了下来，无数次被娱媒当作娱乐谈资。

有次“中文金曲”颁奖晚会，容祖儿拿到“全年最高销量大奖”，她上台致谢时除了一番感谢公司之类的客套话外，最后还来了一句“感谢患病的公司总经理Gordon”。感谢就感谢，颁奖晚会那么高兴的场合偏偏要提别人正在生病，台下老板杨守成一听就不爽了，让霍汶希打电话提醒她“下次注意，不许犯类似错误”。



平民天后





跟这类低级别傻气相比，最夸张还要数容祖儿自爆的减压大法了，“第一条是，对着马桶大喊：我好累、好困，又病了，什么时候才能好，可不可以给我几天假期，然后就把它们冲到大海；如果不行就敲马桶盖。”这样的解压方法确实有利发泄，又不会伤害他人，算得上是个好点子，可是一个公众人物，又是女孩子，公开讲出来，怎么也不是雅话。果不其然，第二天各大媒体就以“容祖儿和马桶”大做文章。

就是这种傻气，外界看来却是她没有心计的表现，于是说她傻，变成了夸奖。香港媒体爱拿祖儿说事，但与其他艺人相比，又往往手下留情，鲜见尖酸刻薄的言论，这也算“人傻有人疼”吧。

节约天后

容祖儿的父母早年离异，从小跟着母亲长大，养成了比较节约甚至有些吝啬的习惯，也不奇怪。可在她出了名，赚了大钱，买了价值近五百万的豪宅之后，仍然旧习未变，所以媒体八卦容祖儿的新闻里，小一半都跟她省钱有关。

唱片公司提供的保姆车是艺人出行的主要交通工具，上面地方宽敞，睡个觉甚至做个面膜都悉听

尊便，好处多多。容祖儿却经常被媒体发现舍公司保姆车不坐，宁可坐的士，有时候和母亲同行，也依旧如此，还要母亲担当拎包的角色。究其原因，原来保姆车不是唱片公司免费提供给艺人的，相关费用要从薪水扣除。按照英皇的规定，保姆车每小时的租金是100港币左右，如果公司的两辆保姆车均已出借，那就要向其他公司调剂外借，每小时租金140港币，每次至少三小时。所以我们天后级的祖儿为了节省这每小时百多块的车费，便甘愿屈尊选择的士了。

容祖儿煲电话粥的功力在唱片业可谓是众人皆知。香港的手提电话资费并不昂贵，比起内地已便宜不少，可是为了节省手机资费，容祖儿竟拿着自己的身份证亲自跑到移动运营商那边调整自己的使用计划，以便节约每个月的话费开支。

在种种节约外传中，经理人霍汶希的一次回忆最为火爆。有一次过节，容祖儿和母亲邀请霍汶希去家中吃饭，霍汶希对于

祖儿节约的性格早就知道，也没有期望能够吃到什么好东西。即便是抱着这种心态的，霍汶希还是大吃了一惊，当晚竟然一共只有三个菜：一个炒菜，一个午餐肉，还有一块鱼——这块鱼是因为过节的关系另加的。要知道那时候她已经平步青云，赚到不少钱了，依旧能够如此这般保持中华民族节约的美德，叫我们这些囊中空空的Fans怎不对她心怀好感，大呼“知己”呢？因此宁肯肚饿，也要掏钱买她唱片。

减肥天后

容祖儿的减肥史是一部血泪史。

容祖儿出道时不过105磅，可是因为“喝水也要胖”，这个数值在短时期内竟然飙升至最高过132磅，在接拍TVB连续剧《美丽在望》的时候被刻薄的观众称“西环浮尸”，在《劲歌金曲》节目中以梅艳芳经典妖女造型登台的时候，更被人形容为“胀爆妖女”。容祖儿也不得不减肥。

一直担任 $\sim H_2O +$ 形象代言人的她，纤体自然先考虑 $\sim H_2O +$ 旗下产品，没到这事后来成了悲剧。不少纤体公司在选择形象代言人做示范效应的时候，都会要求她们减肥前先增重10磅8磅，以便减肥成果更加辉煌一些。于是，容祖儿要在拍纤体广告前一个月拼命增重10磅，为此她每天拼命吃面包、巧克力、雪糕，终于成功由98磅上升到110磅。

增肥容易减肥难，这句话在天生易胖的容祖儿身上得到应验，接下来的减肥疗程，照减肥菜单上天天只吃菜也没有大用处，体重下降非常缓慢，最

后被逼不得不一周五天去美容院接受纤体的疗程。作为一个纤体产品的代言人，依靠其代言的产品纤不了体，必须动用机器帮忙，并且效果依然“普普通通”，天下最难堪的都给她摊上了。更惨痛的是，有了这个先例，其他纤体公司对容祖儿竟然心生芥蒂——后来修身堂找TWINS中的阿娇做代言人，英皇便想半卖半送上容祖儿，通过纤体广告增加容祖儿的曝光率，没想到修身堂怎么也不愿意接受容祖儿。祖儿因此大受刺激，无论如何也要找一家纤体公司代言，最后以30万超低价与一家新开张的不出名公司签约。

最终容祖儿还是瘦下来了，控制饮食也好，搞纤体也好，总之逐渐恢复昔日的身材，更加匀称，几乎已经“性感”了。今年夏天容祖儿终于show了一把身材，出了本不少歌迷为之流鼻血的写真集，而且从销量上来看，也真是今夏香港写真集市场当之无愧的第一名。■

（责任编辑：余莞莞）



平民天后

POP
X

刘翔

2008年后再恋爱

教练：他为金牌狂

教练孙海平一边抽烟一边连声说：“没想到没想到。其实，刘翔一直到现在还在跟我讲这个问题，他说拿冠军可能凭这个实力可以拿的，但是跑到12秒91，是绝对没想到的。”

最近一段时间，刘翔晚上睡觉，都把金牌放在枕头底下，早上起来想，金牌还有没有啊，再用手摸摸。白天，金牌几乎随身带。孙教练说：“现在金牌安全到家了，我也放心了。”

在雅典的时候，我们很怕金牌被偷，除了刘翔他自己小心翼翼之外，我还盯着他。特别是最后一天29号闭幕式的晚上，因为我们全团全部参加闭幕式，而且刘翔还是旗手，等于说整个我们驻地一个人都没有，我就很担心这个金牌该放在哪里去呀。后来刘翔特意拿了一个小包装金牌，放在我身边，我几乎过10分钟要摸一下金牌在不在。后来我们两个人一块坐车回到驻地的时候，我把金牌交给他，这才心定了。”

一个杠铃都举不起来的软弱少年

说起刘翔练体育，也是很偶然的。小时候他在普陀区管弄小学读书，那时候下午3点半放学，而刘翔的父

9月3日，是刘翔从雅典回到上海家里的第一天。在刘翔家里见到他的时候，他双眼通红，连声喊累。其实在雅典的时候，他已经听说了全国上一片沸腾的情况，心理上有了了一定的准备，但是一回到国内，仍然大出意料。他说：“你知道吗？在北京机场，几乎是人抢人啊，不停的有人伸手过来抓我！我一看情况不对，赶紧找机会溜跑出去，嘿嘿，他们跑不过我，我速度比别人快嘛！”

当天晚上，原定的计划是，刘翔和他的父母、教练一起参加上海电视台的录像，但是刘翔家门口已经被人团团围住，根本走不出去，无奈，只得由他的父母、教练赶去电视台，谈谈刘翔的儿时生活和训练情况。

ATHENS 200



母是5点钟下班，其中间隔有1个半小时，刘翔没地方去，就把钥匙挂在脖子上，在新村里面逛着，也没人管他。后来管弄小学成立了一个田径队，有位老师对刘翔的父亲说：“刘翔体型不错，奔跑速度也不错，学校成立了一个田径队，下午3点到5点训练，我们可以把刘翔管住。”父亲听了，觉得是好事。

一方面可以管住孩子，一方面还能使刘翔的体质稍微强壮一点。父亲还爆料说，“刘翔小时候性格也比较软弱，有时候碰到不开心的事情会流泪，我感觉男孩子性格不能这么软弱，我看还是练体育好。”

后来，刘翔去了少年体校。田径训练比较枯燥，强度也很大。孙教练说：“刘翔以前很差，比如我们有个杠铃，两边有杠铃片，一般队员都做40—50公斤的，刘翔当时进来不久，只拿一个杠铃杆放在他肩上，他就动也不能动了。”

不过，现在的刘翔不仅是能吃苦，还自找苦吃。比如，他会说：“我最近觉得自己的腹肌有点松，师傅你再给我练一练。”

谈恋爱？2008年以后再考虑

刘翔的亲友几乎是异口同声地说，刘翔谦虚，爱笑，也是个很有孝心的孩子。

那年，刘翔才17岁，他去医院看爷爷，买了100多块钱的东西。爷爷拆开来一看，连声说：“这小家伙不简单嘛，都是我平时爱吃的，他真是有心。”刘翔经常出国，每次回来都给妈妈带好多护肤品，因为他常年受青春痘困扰，对护肤品很有心得，也算“术业有专攻”，以至教练也跟着他一起买。教练说：“刘翔很会买，我想他买的肯定好的，呵呵，我就跟着他一起买。”

现在，刘翔难得回家，有时候星期六回来了，他就睡在父母的床当中，和他们谈心。早上，他母亲起得早，去买他喜欢吃的菜，他就一下子钻到父亲的被窝里继续睡。

很多人想知道刘翔现在到底有没有女朋友。孙教练说：“现在给他打电话发信息的人非常非常多，我们在北京训练的时候把电脑带过去了，那边可以上网。有时候他在网上聊天，我怀疑过他好几次，他有时候打电话，我一听是一个女的声音，警觉啊！当时我不说他，继续观察他。有时候他在上网，我一看上面说话的语气，男的肯定不会这么说的。当时我怀疑过他，但是最后——证实都不是女朋友。有的是同学，有的是和我们经常接触的公司里的一些人，但绝对不是女朋友。”刘翔自己则很明确的表示：2008年以后再谈恋爱！



天吃星
零嘴王
爱清洁
唛霸星
歌星
懂礼数

文 费伟 图 刘翔提供



上海田径队的师弟兼室友陈亮谈刘翔

天吃星：巨无霸？一顿六七个

“别单只看他跑得比别人快，他吃起来更吓人。每次去吃饭，刘翔可以从主食吃到甜品，水果当然也一并吃完，任何一样都不会错过……如果现在给刘翔吃巨无霸，以他的饭量，六七个应该没有问题。”

零嘴王：巧克力、Pocky、肉肠是最爱

“刘翔除了吃饭厉害，吃零食也是‘一只鼎’。每日除了3餐之外，刘翔空下来就不停地啃零食。巧克力、Pocky、肉肠都是他的最爱，话梅、薯片也是来者不拒。”

爱清洁：隔天打扫

“别看他大大咧咧的，他的心可细了。每天起床第一件事就是叠被子，平时在房间里，一见到地上有不干净的地方，他就拿着扫帚扫个不停。你看，每次卫生评比，我们的房间永远是第一名的，别人跟我们没得比。”

唛霸：除非他上洗手间

“刘翔是个唛霸。每次去唱歌，一定会有一个麦克风在他手里，除非他上洗手间、或是唱累了，大家才有机会唱，不过，也得抓紧时间，因为很快那个麦克风又会重新落入他的手中，到时又只有听他唱的份了。”

上海田径选手、这次在“200米”上突破中国历史成绩的杨耀祖谈刘翔

歌星：陶喆是拿手好戏

“刘翔是个歌星。”原来，刘翔特别爱唱歌，又特别喜欢唱陶喆的歌，《黑色柳丁》、《Angel》、《讨厌红楼梦》都是他的拿手好戏。据杨耀祖透露，每次刘翔出去比赛，CD机是永远不离他身边的东西。杨耀祖说，为了调节紧张情绪，除了闲聊，大家在一起时做得最多的事，就是听刘翔唱歌。

上海田径队里的队友崔凯谈刘翔

懂礼数：从来都不端架子的大男孩

“刘翔是个大男孩！刘翔是个很随和的人，从来都不端架子，所以，你和他在一起不会有任何压力。大大咧咧的性格，没有一点心计，在大家眼里，刘翔就是一个极易相处的‘大男孩’！”

（责任编辑：艾米）



莎拉波娃
美少女终结者
maria sharapova

在争夺美少女王座的战斗中，莎拉波娃又一次扮演了终结者的角色。莎娃比库娃足足年轻了6岁，出道一年就摘下温网桂冠。收获了56万英镑，还不算雪片一样扑来的广告和模特合同。难怪专家预测她可能成为世界上收入最高的女运动员，10年之内杀入亿万富豪行列。可惜库娃再也不是青春逼人的娇俏少女了，昔日的大众性感明星及广告商宠儿，都已被莎拉波娃无情地终结。

0 电影《终结者3》中有个美丽而嗜血的女终结者，外套红色皮衣，内穿蕾丝胸衣，时不时亮亮金属般的裸体——酷毙了。可怜施瓦辛格被她百般蹂躏，不仅被摔来摔去，还被漂亮美眉一脚踢断脖子，伸出纤纤玉指，以九阴白骨爪的姿态插下去，“刷”的一下让他感染了病毒。你看，美少女与肌肉派的死拼，从来就叫人把眼珠子看得掉下来。

谁曾想到，同样的大战竟会在网球场上演？在这场美少女争夺战中，一美刚出，一美又起，温布尔顿青葱的草地，今年又热烈拥抱了网球史上最美丽的一位美少女冠军。鹅蛋形的面孔、肆意飞扬的金色长发、堪与世界级名模一决高下的美腿——难怪许多行家禁不住惊叹：伟大的莎拉波娃时代已经来临了！更令人震撼的是她的年龄，最新出炉的网球天后只有17岁，是温网历史上第二年轻的冠军，仅仅比当年横空出世的辛吉斯大了5个月。

在莎拉波娃之前，从来没有人能将倾城美貌和高超球技结合得如此完美。在温网决赛中击败小威，令她创造终结者的传奇。威家姐妹纯黑健硕的肌肉，掩映在白色网球裙之下，显示出恐怖的强悍之美。这对杀气腾腾的“母狮”统治了网坛整整四年，敢情让全体男性观众郁闷了四年。

网球是最容易出美女的运动啊，

美人儿都到哪里去了？瞧瞧库尔尼科娃，这个最著名的网坛“一级花瓶”，没拿过一顶单打冠军就忙着热恋去了。所以莎拉波娃最讨厌别人拿她和库娃相比，尽管被赞为“升级版库娃”，她却有实力傲气地说：“我就是我，我可不愿意成为某某人第二。”

0 从格拉芙、辛吉斯、赫宁乃至库娃，数十年来哪位冠军拥有名模般的魔鬼身段？莎拉波娃高达1.80米，体重只有64公斤，可她并非一根细竹竿，反而是该大的地方就大，全身玲珑浮凸，直看得人鼻血狂喷。这位漂亮而勇猛的女金刚，简直是美国和前苏联冷战后联手打造的最强力武器。

她首先由俄罗斯制造，在冰天雪地的西伯利亚出生，两岁时随父母移居黑海小镇索契。此地是前苏联领导人喜爱的疗养胜地，叶利钦、普京也



年年来此度假，因而拥有超棒的网球设施。别看莎拉波娃那时刚学会走路，却已显示出电死人的魅力，迷得邻居小男孩送了她一只网球拍，从此以打败别人为最大乐趣。这个大献殷勤的小男孩是谁？他就是后来威震世界的网球明星卡费尔尼科夫。

到了7岁时，莎拉波娃的爸爸发现女儿是个网球神童，毅然变卖家产，口袋只揣着700美元移民美国，把女儿送进了佛罗里达的尼克网球学校。这里是制造冠军的梦工厂，小家伙站在十六七岁的大姑娘们中间，显得那么孤独无助，被迫过起了艰苦的寄宿生活。著名的尼克教练告诉她的父亲：“这个小女孩知道怎样去赢。”

凭着这一句话支撑，老尤里进城打工维持生计，每周只能来看望女儿一次。莎拉波娃的妈妈还留在俄罗斯办申请，前后折腾了四年才到美国全家团圆。莎拉波娃永远不会忘记她如何从赤贫的打工家庭奋斗到身家百万：“我过得不开心，但我从未哭过。我们从一无所有开始起步，因此比任何人都要饥渴。”

接下来的故事好比亦舒笔下的喜宝奇遇记，姜喜宝在飞机上偶遇富家女改变一生，莎拉波娃则在网球学校“傍”上了大款，而且不用付出任何代价。她和富家女同学杰西卡成了无话不谈的密友，于是认识了杰西卡的父亲马克·费舍。

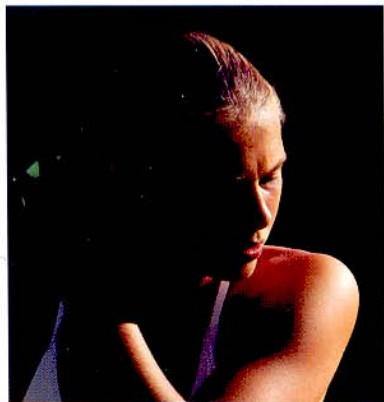
他不过是个秃头、肥胖、有两个孩子的中年男人，初见美少女惊为天

人，更为她的网球梦想深深感动，当即决定无私赞助“西伯利亚公主”。幸亏碰上了这位只有崇拜之情的超级“粉丝”，他可是坐拥3亿英镑的大富豪啊。否则单靠老尤里打小工，莎拉波娃如何捱到成名日？

直到今天，“公主”与“教父”的关系依然令人遐思。她的发言人总是耐心地解释，他们之间根本没什么，马克先生对莎拉波娃就像慈父一样。当然机灵的小美女知道怎样回报站在自己身后的男人，她在温网夺冠后公开感谢一个人：“他帮助我登上了这个舞台，但我不会说出他的名字。”随后她从英国飞往纽约，直奔马克价值400万英镑的豪宅，与他们全家庆祝胜利。

0 看似可爱好玩的美少女，到了球场上立刻变成恐怖的终结者。千万别被她清新可人的外表迷惑，千万别被她风情万种的笑容电晕，莎拉波娃真要伸出手指来，当着你的面就能把一根钢钉掰弯。

除了天生异于常人的运动天赋，她还有三大独门绝招，经常搞得对手心烦意乱，未打球先崩溃了一半。第一



招名为杀手冷面：每次发球前，莎拉波娃都会柳眉倒竖凶狠地瞪着对方，眼里恨不得飞出小刀子直切颈动脉。连她自己都说：“我甚至不敢在场上微笑，那样会使我失去对比赛的专注。”面对这么一个杀人狂似的魔女，对手们真是给她瞪得心里发毛。第二招是走猫步，绝佳武器就是她漂亮的美腿。每次比赛的间隙，她总爱以超模般的姿态在网前走上一遭。如果打了一个好球，这一遭就走得更加“仪态万方”，看台上艳羡声大起，稍稍沉不住气的对手，都会给她气得狂躁失误。第三招则是创纪录的尖叫，虽然很多运动员喜欢在比赛中大喊大叫，但莎拉波娃的嗓子与众不同，高达86分贝的尖叫简直到了刺破耳膜的地步。不知多少对手被她叫得阵脚大乱自取败绩，所以众人集体送给她“西伯利亚汽笛”的绰号。据她透露，除了频繁的体能训练，她还经常练瑜伽，或许这就是身体爆发大量潜能的秘密。

美丽、坚毅、敢闯敢拼——年仅17岁的莎拉波娃已将命运牢牢掌控在手。在她身上集中了新世纪女性的许多优点，这些女强人视事业而不是男人为生命的最大原动力。如果你只为她们的脸蛋兴奋，那她们会觉得愤愤不平。“以我的网球来评价我。”——每个记者都会记得莎拉波娃的名言。她一向对自己的美貌不以为然：“我可不想成为什么网球宝贝，这不是我感兴趣的话题。我到球场是来比赛的，而不是扮性感女神。”



她甚至强大到了没有偶像，不崇拜任何人。如今这位“知道自己长得不难看”的新科冠军，惟一欠缺的只是一点成熟女人的火候。盛名之下，她依旧生活在一个少女的小小快乐里，常常不经意露出小女孩的天真模样，草莓冰淇淋、黑巧克力、焦糖咖啡就是她的至爱。她还对小伙伴们说：“如果我对你们和以前有什么不一样了，你们可以打我的头。”

在湿漉漉的温网草地上，莎拉波娃犹如雨过天晴出现的一道彩虹，让不同年龄段的球迷为之疯狂。绅士们在看台上大叫“我爱你”，围堵饭店门口索取签名，狗仔队则在街头追捕她。30年来，她是第一位让公众如此狂热的网球运动员，她还能在赛场上走多远？

这个问题竟然找不到答案。没有人敢怀疑莎拉波娃的实力，因为她已经超越了过往任何一位美女球员，包括埋葬库娃。她当然会继续拿下一项又一项的冠军，就像一道猛然刮起的旋风，把全世界的天空变成美妙的粉红色。█（责任编辑：黄韵）

飘零令燕妮

林燕妮



关于林燕妮

林燕妮，17岁入读美国著名学府柏克莱加州大学攻读遗传学，获得理学士衔。后来获香港大学中国文学硕士衔，又在香港大学攻读中国古典文学博士课程。继金庸之后于1999年年底荣获第二届“香港艺术家联盟最佳作家奖”，金庸曾说：“林燕妮是现代最好的散文女作家。”倪匡则更正说：“不是女作家，而是最好的散文作家！”林燕妮的第一本书《懒洋洋的下午》令她声誉鹊起，之后出版的《紫上行》、《林燕妮谈爱情》等散文集，小说《蝴蝶》、《缘》等都令读者爱不释手。林燕妮从事广告业多年，曾任跨国广告公司行政总裁。现为美国国际集团（AIG）的财务总监，资深财经顾问。

早年丧妹，去年两位弟弟林振强与林振刚在两月内先后辞世，写得再多言情小说，再洞悉人情、看透冷暖，林燕妮也得给自己找空间时间疗伤。她说“我对父母说，还有我在。”亲情飘零，多年来爱情重伤，漂亮女子，还是孤身上路，“我还相信爱情，只是，我已预着孤独终老。”本来是个不能没有爱情的勇敢女子，说这番话，分外落寞。

毫无疑问，林燕妮拥有了粉红色的前半生，她长得标致，出生富裕家庭，自小拥有最优良的教育，像小说中的公主，还有一对好爸妈及三个疼惜她的弟弟妹妹，那段一家六口的童年日子，她最向往。现在弟弟妹妹相继离开，快乐的日子，竟成了难以磨灭的伤口，变成痛与疮疤，等待痊愈。

说弟妹，这次林燕妮可没流过一滴眼泪，尽管，她是真的很痛很痛，然而嘴角，还是带笑。“人既然答应接受访问，就自然要笑脸迎人，我常说，不开心的事，都留给自己好了。”人前，她说，她大可以七情不上脸。



分飞燕

关于林燕妮，我们知道她结过婚，当过李小龙的嫂子，诞下一子，离过婚。然后成为名作家，与金庸、倪匡、林青霞皆属老友，除了笔下的香水小说外，给人们最深刻的，大抵是跟香港鬼才黄霑的一段二十多年马拉松式恋爱长跑，缘起自七十年代。

当年使君有妇，为此，林背着第三者的名分好一段日子，可以想象，当年她难讨外间欢心，但两人爱得凄苦缠绵，最后，黄跟妻子离异，一度落得负情汉之名。

后为当大众已视这对人为文坛璧人时，两个人却分手了，据说是为了钱。一度，他向公众大大声说着“爱的宣言”之时，她却冷若冰霜，心死，执意不再跟他同行。如人饮水，关于黄林之间的情爱，没有人再多说一句。

是以，关于这段情，她三缄其口，但林燕妮还会跟我们谈谈她的爱情观，她的情话。



我不怕超越时代



作为一个不能没有爱情的女子，林燕妮经历最多、却永远率性而行。“我从来不怕超越时代的东西，只要你承担得来，对这个社会没有造成伤害。”

是的，她是坚决相信，毫不犹豫，这么多年她依然性感风流地出现在

BALL 场，她不怕别人说她爱慕虚荣，老风流，她就是爱美，一直爱美。“所以我觉得人看东西要看长远些，很多人说女人20岁、30岁、40岁又怎样，就是很担心的样子，我觉得她们都是傻的。我相信每一个年纪都可以create（创造）自己的life（生命），我十几岁已经开始这样想了，何况今时今日？”

“有些女孩子只17岁就觉得30岁的女子很老，这个当然，那差不多是她们人生路的两倍时间嘛；我从来不会说什么我虽然老了，但我心境年轻，人家明眼见你老了就老了，我从来不爱说这些东西来安慰自己。我只知道，我觉得无论我在那个年龄，喜欢做什么就做什么好了，如果有一个少我20岁的男孩子追求我呢，只要我爱他，我一样会接受，这也是曾经发生过的事情，我倒不觉得有什么大不了。”

她说，人要是给自己太多自限，就会变相虚伪。

我但求痛快做人

她说，自知是思想早熟之人，世上可没有什么事情足可令她有大surprise（惊喜）。

“其实什么事情的发生都会在我意料之中，小时候妈妈要我晚上准九时睡觉，我就一定睡不了，躺卧床上就开始编织故事，翌晚又继续编下去，我总会记得有关剧情，慢慢就培养成为一种习惯。现实生活也如是，无论发生了什么事情，我都可以想好五六个可能的结果，由最好到最差的。”她说，那也是给自己作为做人的考虑指针。“坏处是，每次当最好的情况出现了，我不会欢天喜地；好处是当最坏的情况出现了，我也不会吓至六神无主，我想，我是天生写小说的。”

都说人家的老婆好，文章是自己的好，可是林姐姐却不计较。“全世界的文学都是前仆后继，人人有权创作，一个作品面世了，自有它自己的生命，有自己的脚，懂得走，到天涯海角，时间会将我写得不好的东西淘汰，相反好的就会保存下来。传不传世，我从不忧心，正如曹雪芹写《红楼梦》怎知道自己的书面世时是这样呢？他也不会知道有个叫高鹗的人会续写他的小说，更不会知道《红楼梦》后来是如此有名，甚至有‘红学’出现，所以我会说不用计较太多，想写就写，倾情地去写好了。”

从来她选择倾情为事，写作如是，做人如是。

有些人可能因为我的名利地位而跟我做朋友，无所谓，有一天他们可能发现林燕妮也有可爱的一面。朋友要是辜负我、出卖我，我却从不记仇，我天生有这样好，对不好的事情，我很快就忘记，但我还是会伤心的，我会为一份失



去的友情伤心，我其实真的很容易受伤的。”

爱情也如是。“要爱就爱，干脆的爱好了，我从来不会想得太多，我是那种做任何事都求痛快的人，不痛快干啥？”



感情：付出与承受

她说，感情总让她很痛。说时，咬牙切齿。

“是痛得交关，我会说有些感情事至今仍未痛完，人家问我怎样承受，我也不太明白。我就是付出付出付出，承受承受承受，当然，我觉得人有时也必须承认有些事情是自作自受，谁叫你那么倾情去喜欢一个人呢？从来付出与收入未必对等，但可以付出我已经很开心，所以我会说我没有后悔。”

她说，起初林妈妈总问这个女儿为何总是这样，现在，都只得无奈地习惯了。“拍拖那么多次，基本上再没碰头见面的男朋友只一两个，我跟很多前度男朋友都时有来往，通常我们的分手是分得漂亮，留下美丽的回忆。我想，如果可以在一个男人心目中留下一段美好的回忆及快乐时光，那就满足了，不用说什么山盟海誓呀，爱情不是这样的。”

“唔，有遗憾的爱情是最美丽的，留下丑陋一幕的爱情是最差的。我觉得我在爱情中最勇敢的地方，大抵是我从来不会否认我曾经喜欢过谁，当然如果对方已成家立室，就不便宣之于口，但我想说是，既然你喜欢那个人，为何要否认呢？这种事情上，男人总比女人懦弱多。我有一个女朋友很喜欢一个男孩子，二人一度一起，最后分开，后来，她也一直挂着他。怎知道时至今日我们再问那个男孩子，他却说：‘是的，我也曾经认识她。’淡淡两句，我想，何至于这样？”

林燕妮说，如果可以选择，她会选择大男人，那种懂得承担责任的男人。

“我很想问男人们，你们懂得保护你们的女人吗？我爸爸年纪大了，80多岁，但我知道，只要现时家中走进一个贼人来，他必定是第一个奋不顾身去保护我们的人。”



吸引我的男性，都穷

拍过太多次拖，林燕妮说，男友们的共通点，都是穷风流。

“是啊，没有一个有钱的。当然，这是以我自己本身的家境来作比较吧，哈



哈。期间也不是没有富家公子追求我，但如我妈妈所说，我仿佛生来爱吃苦，不知怎地，就是遇上及爱上这些穷男人，也许是我的同情心太旺盛了，看见他们，就忍不住去爱他们，很容易会被他们打动吧。”

但她说，她坚持那跟母性无关。

“我的初恋男朋友就是太需要母性，于是我就跟他分手，我不想要弟弟，也不想要儿子，要求母爱的男人最好不要找我，我比较喜欢大胆及浪漫的男人。此外，我要求那个男人一定要聪明，我知道我的男朋友之中，很多都是聪明人，聪明比较容易嘛，说到有智能倒难多了，毕竟有智能的人年纪比较大，要么就是世外高人，我犯不着跟这两种人拍拖吧。”

说说，也就说到前夫李忠琛（李小龙长兄）。“我的前夫不喜欢不聪明的女人，他是读太空科学出身，要求身边那个女人可以明白他读的东西，否则他就没心机跟你说，我也是念科学出身，所以没有问题。但是，问题是我也是有这种要求的人，他不明白我说什么，就没瘾头了。此外，我不喜欢吝惜的男人，人穷也可以穷得阔绰嘛，有些人没有钱却愿意为你花上很多钱，有些人就是有几亿身家也一样计较数千元，大方程度有多少，可想而知。我不喜欢男人吝啬，做人不过为快乐吧，常常捧住自己的钱来做什么呢？”



爱情残障症

爱情令人耳聋目盲，一错再错。“在爱情中，我绝对盲，次次盲，也一样聋了，哈哈，明明每次有人在身边提醒，只是，我还是这样，只欠未哑吧。”

“我到现在再没有结婚的意欲了，我从来对婚姻的意欲不强，久不久才有一次吧，有人说恋爱最高峰是结婚，我说不是。恋爱跟结婚是很不一样，一个家庭讲求平衡，要有下一代。”

她说，日子走到这里，自己大抵是孤独终老，太多的任性，现在，就得付出代价。“我怎可以要求全世界最好的东西都给我呢，我是那种很任性的人，喜欢怎样就怎样做，我没有预计自己有人陪伴终老，如果有，我多谢上天，如果没有，也早准备好了。”

没计较，是林燕妮经常挂在嘴边字眼。今时今日，她本可以放下工作不做。经济上，她根本不用忧虑。“有个律师朋友跟我说，林燕妮你现在已经没有妹妹了，将来父母那些家产都归你承继，但我想说，我但愿可以多些人跟我分家产，给我全部钱又有什么开心？”

说罢轻轻一笑，不知怎地，林燕妮没有哭，但她的笑，比哭苍凉。❏



（责任编辑：黄韵）

桑达 5310 再续超长待机通话奇迹

桑菲新近推出桑达 SED5300 “姐妹机” 5310，再次创造彩屏机超长待机通话奇迹。桑达 5310 在使用厚电的情况下待机时间不低于 540 小时，据说可达 700 小时。而通话时间则能够达到 9.2 小时，据称还可高达 10.2 小时。

虽与 5300 同为直板机，5310 给人的感觉却更适合男性，钢琴黑色的主调配以银白色的边框，看起来大气而内敛、精致而生动。



博士伦润明免揉搓全护理液新装上市



众所周知，隐形眼镜护理液功能的全面性最为重要，而其中杀菌功能又是重中之重。在美国药监局对隐形眼镜护理液展开的“独立消毒测试”中，润明表现突出，在“不揉搓镜片”的苛刻条件下，依然达到所有指标。这都源于润明 DYMED 专利成分，杀菌高达 99.9%，能够迅速杀灭大肠杆菌、绿脓杆菌、金黄色葡萄球菌等多种病菌，并对眼睛温和不刺激，堪称最理想的免揉搓全护理液。

“百奥”呵护牙齿一生健康

珠海百奥生物技术有限公司和美国 PMP 生物科技公司合作，利用其“基因免疫和抗体分离纯化技术”共同研制而成的新型天然生物制品“百奥”防蛀牙免疫球蛋白（抗龋齿 IgY）喷剂是一种高效防蛀纯生物制剂，并得到美国口腔保健协会推荐使用。该产品具有特殊功效的免疫球蛋白，能够特异性抑制和清除包括变形链球菌在内的多种导致蛀牙的口腔病原菌，而且使用方便，口感清香舒爽。



博士伦清朗半年型 超薄清透

博士伦清朗半年型隐形眼镜采用超薄设计，中心厚度只有 0.035 毫米，透氧率高；非离子型的材料可以有效避免污垢附着；综合工艺、边缘特殊抛光设计可以令佩戴更舒适自如，有效防干涩，保证长时间佩戴舒适；而且 190 元的年消费非常适合学生一族。



一直以来，壮汉配猛犬，温柔配可人，宠物就像私家车一样，要和主人拥有一样的气质和外形才般配。然而从什么时候开始，大街上总能看到不成比例的“灵异”现象——一个弱不禁风的MM拽着一只乃至多只体态壮健的大狗，一边撩着额发，飞着美眼，一边嘴里念叨着不知道什么，然后那大狗左一晃，右一蹿，一会儿在主人脚边打转，一会儿直扑大街上的美女。有时迎面而来另一异性狗伙伴，必定看见MM被大狗硬拽着飞奔的场面，然后两条大狗异常兴奋地嬉戏，牵着它们的MM花容失色，形象、风度全都待一边去。不过，这些MM似乎都乐意这样，就像上了瘾，有那么点爱恨纠缠的味道，让旁人讶异去吧，爱上大狗就是当代美女与野兽的时尚宣言！



娇小美眉恋上大狗



MM: 蒋蕾 模特
宠物档案: 莱西 / 苏格兰
牧羊犬 / 3岁 / 雄性 / 身长:
64CM / 体重: 39 公斤

我养的就是“莱西”

“漂亮，实在是太漂亮了！”这是看到莱西时的第一个念头。

“这个！不是神犬莱西嘛！”这是看到莱西时的第二个念头。

这只与上世纪80年代风靡的电视剧《神犬莱西》中那条聪明的警犬莱西同名的大狗，还真的是毫无挑剔的相似呢！对于它的忠诚和智慧，蒋蕾绝对是赞不绝口。

而且同主人一样，莱西从小便是一个“名模”，千里马的汽车平面广告上就有它英姿飒爽的POSE，宠物杂志的封面上它是常客。有时候客户上门原本是找蒋蕾拍广告，当看到莱西后马上就改变主意把合同送到这位“美形男”的面前，弄得蒋蕾哭笑不得。

像电视中的神犬一样，莱西也是个好管闲事的主儿，抓小偷、寻找走失的狗、给小狗做“护工”，而且还能做红娘……能者多劳啊！蒋蕾的男友就是在莱西的红线牵引下顺利将其追到手的。那时候蒋蕾陪着莱西拍广告，一个英俊的小伙子总是红着脸拿着狗刷靠近，一边给莱西刷毛一边对着蒋蕾放电，莱西似乎很明白小伙子的意图，摆换着姿势便于他向蒋蕾靠近，得！不久两人就撮合到一起去了……

不过，莱西的护主手段倒是有些偏激，但凡看到比蒋蕾高的或者是漂亮的女孩子，它就显得相当不友善，要么爱理不理，要么就是穷凶极恶地对你瞪眼睛，除非你拿香辣小龙虾孝敬它……



MM: Shadow 报关员
宠物档案: 黑妹 / 拉布拉
多犬 / 3岁 / 雌性 (已经
生产过两次, 体型纤美依
旧) / 身长: 44CM / 体重:
24 公斤

每天我都和它说悄悄话

“黑妹乖，姐姐要睡觉了，明天再给你讲故事……” Shadow 给黑妹耳语了一番，然后在它头上亲亲地拍了拍，黑妹有点恋恋不舍地看了她一眼，用脑袋蹭了蹭 Shadow 的脚，然后跑进自己的“别墅”——Shadow 重金修建的狗屋，不消一时三刻就睡安稳了。

Shadow 的拉布拉多特漂亮，纯黑色的皮毛没有一丝杂色，光滑得像缎子，但 Shadow 可不是为了图别人的夸赞或者吸引目光才把黑妹领回家的，她说这是缘分，自己本来也并不是很喜欢狗，只是有一天路

过宠物医院，笼子里的“黑妹”看到她特别的兴奋，当时二话不说就买了。狗买回家后可没有别人所说的什么酷啊、威风啊什么的，男朋友是典型的有洁癖的处女座，结果因为黑妹小时候不懂事随地撒尿而引发大战，从而导致分手；家里人害怕这黑黑的小家伙，硬是不让 Shadow 带回家，她只能重金租下一套有花园的房间一个人住；小狗5个月大时生了一场大病，Shadow 整整请假一个星期在医院陪它打点滴……

“有些女孩子只是觉得养一只大狗很威风，其实一旦决定养狗的话，你一定要做好牺牲很多事情的打算。我相信缘分，绝不是一时冲动，最看不惯有些女孩子只是为了图一时的乐趣，把狗当作炫耀的资本，一旦嫌脏嫌烦就把狗抛弃。”

Shadow 每天都要和黑妹说话，什么小秘密都说，“和它说什么话都可以，因为它不会出卖我，” Shadow 颇有深意地说道，“至少它不会出去大嘴巴……”最近，Shadow 找到了如意郎君，这个消息还未和家人说，而在黑妹那里早就不是什么新闻了，听说它听到这个消息后还原地来了个华尔兹。

牵着小哈找男友

周遭的朋友没有一个会对 WASA 的小哈感到陌生。这只近似于狼的大家伙特别粘人，看到帅哥美女都会扑将上去，直接把前爪搭在你的肩膀上，不由分说地用舌头对着你满脸伺候。难怪 WASA 戏称小哈就是一个“花花公子”，当你放开狗绳之后，它爱跑哪儿跑哪儿，只要周围有美丽的人或狗，它就绝不会回家。

不过可别把罪过全推给小哈，我们这位做狗妈的也不是省油的灯，WASA 买小哈的时候早就盘算好了的，就是要用小哈的魅力来形成超高回头率，从而可以随意挑选中意的狗爸，对此 WASA 还有一番绝妙的说法：1. 看到小哈能够不害怕还能上前亲热的男士，说明他们勇敢亲切而且有冒险精神；2. 如果小哈对触及它的男士表示亲热的话，一定说明这个人是帅哥；3. 如果愿意在接纳我的同时能够同时接纳小哈，那说明他有爱心和责任心，而且能够包容我的一切；4. 如果那个他先接受小哈然后再迷上我的话，可以预见这个人肯定有着相当不错的经济基础，而且温柔体贴，且随时能够创造 High 的感觉。

真的很期待看到这一幕：WASA 牵着小哈走过街头，一辆飞驰而过的法拉利突然刹车，摇下的车窗背后是一张强尼·戴普般俊朗的脸……（希望不会发生车祸）



MM: WASA 杂志编辑
宠物档案: 小哈 西伯利亚雪橇犬 / 年龄: 1 岁半 / 性别: 雄性 / 身长: 54CM / 体重: 26.5 公斤 / 毛色: 黑白相间

等着看一出“姐弟恋”

吕颖的茜茜是小区中公认的“公主”，气质高贵，温顺乖巧，绝对是人见人爱，狗见狗爱。但是吕颖尚不过瘾，非要给自己的公主配一个王子，不久，茜茜的小情郎冬冬便进了家门。这回热闹了，吕颖每天都能看到一出“姐弟恋”。这两条大狗相处得实在是融洽，冬冬犯错误后会马上躲进茜茜的“公寓”，然后茜茜往门口一横，全然一副监护人的架子。而且每逢出去遛狗，茜茜都能自己牵着狗绳，带着冬冬逛街。引来无数赞叹，一来夸狗聪明，二来赞赏吕颖教导有方，绝对的受用啊。当吕颖说到这里的时候，眼睛都笑眯成了一条缝。

看两条大狗争宠也是吕颖饲养它们的不二理由，看看这两条金毛，随你叫唤哪一只，另一只必然更冲动地跑到你身边，然后仰天躺倒，粘在你的身边，任你抚摸，这副谄媚的样子！



MM：吕颖 空姐

宠物档案：茜茜（雌性）冬冬（雄性）小金毛犬 / 年龄：茜茜1岁半 冬冬1岁 / 身长：都在48CM左右 / 体重：茜茜26公斤 冬冬23公斤

美女爱大狗的绝对理由

☉ 牵着大狗在大街上走太拉风啦，我养哈士奇就是因为它够威风，遛狗的时候哪个路人不多看我几眼？——**爻俏 / 杂志编辑**

☉ 大狗，尤其是长毛狗特威风，养得好的话，它的毛修剪下来还能用来织东西，我已经收集了好几塑料袋的毛了，打算让我妈找时间做毛衣。养狗还能有产出，赚了！——**何华 / 平面设计师**

☉ 我一个人住，有时候觉得挺空虚的，我家的西西（苏格兰牧羊犬）特别懂事，不仅陪我熬夜工作，还会在我不开心的时候陪我一起哭，真贴心。邻居家的小狗就没那么聪明了，整天闹哄哄的哪有我家西西好。——**苏畅 / 职员**

☉ 索尼（拉布拉多犬）是我的保护神，它绝对容不得别人欺负我，有一次，我的前男友对我凶了一点，本来一直很温顺的索尼马上对着他狂吠，把他吓跑了。有人到我家乱动我东西的话，它绝对会第一时间跑过去对他叫，有一次它还把小偷给吓跑了。——**顾末一 / 自由职业**

☉ 我一直就很喜欢狗，但是总养不好，一开始养马尔古斯，然后养了吉娃娃，最后都是生病死了，弄得我一直很失落。本打算不再养狗，朋友抱来一只金毛，看它那么壮，就留下了，大型犬果然好养，无病无灾，吃东西也不挑剔，至今养了1年半，现在已经30多公斤重了！——**歪歪 / 化妆师** []（责任编辑：艾米）

因为“山在那里”

从俄罗斯海拔5642米的厄尔布鲁士登山归来的第三天，王秋杨坐在了我对面，一件布衣，一条麻裤，刚洗过的长发用一个梳子盘着。说实话，很难把我面前这个纤巧瘦弱的女子和我事先了解到的王秋杨履历联系起来。

客厅的地板上，王秋杨的登山行囊铺了一地，她在晾晒装备。她的装备是国家队级的，她指着那些冲锋服、冰爪、安全带说，这些是登海拔五六千米山的专用装备。8天后她要奔赴我国西北边界的穆斯塔格雪山，海拔7000多米，用的是另外的专用装备，不同的高度不同的要求。此前她已经登了哈巴雪山、西姑娘山二峰，而玉珠峰、勃朗峰、乞力马扎罗山都是她的目标。看着她耗资巨大的装备，我惊奇的是是什么让这个纤瘦的都市女人一次又一次走向山？而王秋杨哈哈笑着用著名登山家马洛里的名言作了回答：因为山在那里。

“他这句话说得太好了，我喜欢登山就是因为山在那里。山带给你的那种感动是无与言表的，它让你魂牵梦绕，对你的吸引、震撼、感动，真的会让你



用一半财富追求
极限生活



登上厄尔布鲁士山

离开又靠近，一次又一次地靠近。登山不是征服山，没有人可以征服山，它太伟大，某种意义上是征服自己，是你和山的融合，是你想亲近它，融于它。喜欢登山的人都是用很爱的感觉去登山。”对于像王秋杨这样在商场驰骋的女人来说，也许登山还意味着另一种意义上的征服吧。

追索震撼体验

“喜欢屋子外的生活”，这是王秋杨对自己的评价。从北京到西藏，王秋杨独自开车就踏上了征程。“没有什么可恐惧的。对于喜欢冒险的人来说，也许一般人意义上的未知和恐惧正是我要出行的原因，是吸引我行动的诱惑力。这种冒险因子是骨子里的，是天生的。”

虽然登过的山已经不少，但此次王秋杨在厄尔布鲁士山有了新的体验。对她来说，厄尔布鲁士山没有太多的技术难度，更多的是长达十几小时的艰难跋涉，体力极度透支。疲惫和缺氧让人精神恍惚。她调整状态，做好了5小时后登顶的心理准备，“看当时那个情形，肯定还需要五六个小时，我已经到极限了。所以当队长突然告诉我25分钟后就到山顶时，我死活不相信。转过一个山头，我自己亲眼望见了主峰顶，那一刻，眼泪没有任何过程地冲了出来，委屈、感动、放松，还有震撼和感谢，感谢陪伴我一起来到这里的队友，那种体验是我以前登山未有过的。在体力透支和精神崩溃边缘受到的震撼，是强烈的，不去亲身体验

王秋杨，北京今典集团执行总裁，在公司以理性著称。但工作之余，王秋杨最精彩的生活方式却是追求极限生活。她喜欢独自开着悍马，50天远征西藏；远赴南极；无援助穿越罗布泊；酷爱登山，与国家登山队一起登过四姑娘山二峰、俄罗斯海拔5642米的厄尔布鲁士山等。王秋杨养的宠物是藏獒，喜欢的车是悍马和路虎。为了拥有过人的体力，她每天跑步5公里，隔天游泳1公里。她说：我的财富一半用来帮助别人，一半用来“接触地球”。



宠爱犬中之王藏

很难理解。它像吸毒一样，给你刺激，是别的东西不能代替的。”

西藏是我的梦想

王秋杨每天早上7:50起床，开始一天的生活。打开音响，在悠扬的音乐声中开始刷牙。在她的世界里，只要有音乐的地方——家里的音响、车里CD、电脑上的MP3，播放的一定是和西藏有关系的乐曲。“我从小就向往西藏，尤其是阿里，西藏对我来说是梦想、是神秘。去年，我驾驶悍马去了西藏，在阿里，我找到了归属感，我觉得前世就是阿里人。”

王秋杨在西藏找到了纯净心灵的力量，也看到了失去求学机会孩子们的失望，“闭上眼睛，我无法掩去孩子们黑白分明的眼神，无法忘记他们的渴望。”她捐资1000万元在西藏阿里地区建4所完全小学，还成立一个基金，奖励到西藏当老师的志愿者。“我一直有个愿望，到西藏做义工，教书育人，过健康、快乐、单纯的生活。我将来老了，就住在阿里，死后在那里天葬。”

“在我现有的生活里，快乐是最

不能失去的东西，财富对我来说只是个数字，是帮助我实现快乐的物质基础。我喜欢冒险、喜欢旅行，这些都是需要财富来支持的。对于物质生活，我没有兴趣，刚开始生意成功的时候，我也像其他时尚女人一样，买过非洲钻石、名表，买完就后悔了，一次都没戴过。我是个不逛街的女人，每年去两次国贸，一次买够半年穿的衣服。一想到商场里摩肩接踵、人声鼎沸，我就头晕。你让我逛街，我没有任何欲望，说实话，物质已经不能带给我任何满足。我的财富一半用来帮助别人，一半用来‘接触地球’，我去登山，我去旅行，因为它们可以带给我精神的快乐。

“我喜欢‘在路上’的感觉，我开车出去，从来都不问什么时候享受路上的感觉，虽然有危险，或是一个星期没办法洗脸，但未知的前方总在诱惑着我，我的下一个目标是‘穿越非洲大陆，体验北极’。

“我听到身边太多的人抱怨、郁闷，对工作和另一半的不满，为什么他们不走出去呢？登山像万金油，可以治百病。只要你去行动，那些原来

的烦恼都会消失得无影无踪。别再说
什么太忙,没有时间,现在,现在就
开始改变。”

户外生活让人更感性

王秋杨很精瘦,有点中长跑运
动员的体型。但你绝不会因为她的纤
瘦而忽略她眼睛里的独立和坚强,这
一点即使是不熟悉的人也能感受到。
“在户外人首先要学会照顾自己,精
神上会比较独立和坚强,但不会强
硬,我不喜欢女强人。相反,喜欢户
外运动的人更感性,山友、驴友们都
是一些容易被感动的人,他们更容易
哭和笑。我倒觉得都市里的人更冷
漠、更坚硬、更没有情感。”

好玩的是王秋杨这个经常外出
的人竟然很怕麻烦,不喜欢用化妆
品,“很多品牌我都用过,但从来不
记得名字,也分不出什么区别。但身
体方面,我愿意花点精力,买浴盐、
香氛,我喜欢身体润滑的感觉。”

她指着胳膊上被晒伤的皮肤:
“山上的紫外线很强烈,抹了防晒也
不能完全抵抗。”当我问到登山和赛
车被列为所有运动中死亡率最高的,
危险是不言而喻的这个问题时,她
说:“这个问题对于热爱登山的人来
说不是一个问题,因为那种神秘、不
可知和对危险的挑战,也许正是我喜
欢冒险的原因。”

挑战多重角色

王秋杨会很照顾自己,不仅每

天跑步5公里,隔一天游泳1公里,
以储备身体能量,同时她也很关注自
己的心灵。“高兴不高兴的时候我都
会找我的心理医生,就像找朋友聊天
一样,只不过找别的朋友聊天不用付
费。心理医生没有角色,她是客观的、
中立的。在都市中压力很大,每次聊
天过后感觉都挺好。心理医生就像私
人教练一样。”

不少从山里或西藏回来的人,都
会在短期内无法适应都市的生活,两
种生命状态和生活节奏考验人的适应
力。她觉得自己在两个角色中转换比
较自如,“我去在下山的前几天就开
始调整心态,人不能太偏激定位自
己,刻意寻找某一种感觉。我原来说
过我有都市恐惧症,喜欢在山里,在
那里有归属感,但我现在认为在都市
里的你也是你,做企业的这个商人角
色也是你,应该主观上积极地适应自
己,人的自我调整能力很强,是其他
动物不具备的。现代人的角色很多,
你要学会适应。”

冒险归来的王秋杨非常重视跟家
人的团聚,再忙也要保证每天和儿子
相处的两个小时。有一次她无意听到
儿子和其他小朋友说:我妈妈可厉害
了,她去过南极,还要去北极,将来
还要上月球呢。听他们这样说,王秋
杨很高兴,这说明她在儿子心目中是
一个特别的母亲。“我要给儿子一个
自然健康的童年,让他知道生活的多
种趣味和品质,假如他以后想当音乐
家或是电力工人,我都会很开心。”

沈慧的死党叫她沈媒婆，沈慧称自己是爱情猎头公司沈总。可别小看了这个现代媒婆，因为家族渊源及两个“海龟”哥哥，她与“上流社会”关系密切，这自然是钓得金龟婿的有力条件，自己怎么着最多只能用一个，还有大把的资源不如出让。可不是免费出让哦，成功一次少则几千多则几万的收入呢。如此一来钱又轻松的生意真让人向往。什么什么，你也想做？那就认真看看沈慧的猎头心经吧。

A photograph of a woman with dark hair, wearing a red jacket, looking upwards with her eyes closed. She is standing on a paved path in a park-like setting with many cherry blossom trees in bloom. The background shows other people walking and more trees under a clear sky.

爱情猎头

喜欢舞文弄墨的沈慧曾在上海的一家杂志社工作，同事姐妹看到她上下班常有不同名车接送，便叽叽喳喳询问车主状况。沈慧一路说过去，爸爸好友某公司李总的儿子，大哥的同学青年才俊刘生，二哥的生意合伙人纪生等等，自己说着不觉得，别人的眼睛却亮了。下次有人谈去哪儿钓金龟婿时，必有人说找沈慧啊，她随便拎出一个就是金龟。

沈慧只是听听，真正动了做爱情猎头的心思，是因为一次成功的牵线。

哥哥的同学王生在法国某大公司任中管，回国找老婆。哥哥请王生在新锦江吃饭，特意让沈慧坐陪。席间，老哥发话：“小妹，你帮他留意一下。”“好呀。”沈慧热心快肠地答应了。心想，周围那么多想钓金龟婿的小姐妹，优中选优，怎么也能给他介绍个美女啊。没想到王生发话了，相貌一般就行，一定要贤惠，不能太功利。沈慧一听傻了。现在美女好找，不功利的女孩却难觅。看来自己手上那些整天要嫁有钱人的女孩子统统要被毙掉。

经再三考虑和比较，沈慧选中了大学同学S。S父母都是普通工人，她大学毕业后进了一家国企，思想单纯，性格沉静温和。沈慧惟一担心的是留洋的王生会不会觉得S有点“土”。事情却出人意料地顺利。两人见面后一拍即合，经过短短半年的网上联络，便婚礼进行时了。大喜之日，沈慧是当之无愧的贵宾。酒过三巡，新娘去换装，新郎趁机将一只礼品银行卡塞在沈慧手里，感谢她为自己找到如此特别的女孩子。

婚礼结束，沈慧去查卡，发现里面竟有三万元人民

币。这钱赚得太容易了，她立刻从中嗅到了商机。

在上海，大把想找有钱男友的女孩子，以她们为主组建客户群自然会门庭若市，但这只是一厢情愿。男人最忌讳女人看中他的钱，如此牵线，成功率一定很低。那么，不如以成功男士为主体服务对象，再去找他们中意的女孩子。

“不为大众服务，只为有钱人服务。”确立这个宗旨后，沈慧开始在熟人圈里和各种社交场合留心那些事业有成却形单影只的男性。很快，她接到了第二笔单，是父亲好友的儿子。对方要继承父亲的生意，无奈能力有限，想找一个八面玲珑，辅佐自己的女友。沈慧把目标锁定了电视台。一则都是媒体同行，知根知底；二则在电视台工作的女孩大多见多识广、交际资源雄厚，符合对方要求的可选对象较多。沈慧很快安排了两位在



A 建立人才资源库。将日常接触的单身女孩情况分门别类存入电脑，尤其要注意标明她们的外形特征、性格、爱好，最好能有照片。因为不是婚介机构，不可能让人家交登记相，沈慧多利用外出游玩合影的方法保存对方玉照。**B** 与客户交谈，了解他的要求。深入细致地观察客户的容貌、气质、性格，在心里为他预定候选人类型。**C** 在人才资源库里选定合适人选，预约，一般应预约至少两位候选人供客户挑选。**D** 给客户看候选人资料，经同意后安排两人见面。见面地点宜选在比较安静的中档消费场所。**E** 征求双方意见，提出自己的建议（需要掌握婚姻学、心理学知识，以便开导和说服对方）。**F** 若客户对所有候选人皆不满意，应再次深入与客户沟通，找到偏差原因，提供新的候选人。**G** 事成（恋爱）之后，收钱。

不同电视台工作的女孩与客户见面，客户最后选定了英语水平较高的一位，一旦出国或与外国人谈合同，可以兼做贴身秘书和翻译。这单生意不仅为沈慧带来了两万元的收入，而且标志她的爱情猎头公司（从上到下只有她一个人）正式投入运营。

爱情猎头，如此功利的事情，让人不得不对“爱情”两字产生怀疑。对这个问题，沈慧很坦然。“我不是介绍恋爱对象，而是介绍结婚对象。幸福的恋爱随缘，而幸福的婚姻却可以策划。这不存在亵渎爱情的问题。”

猎头者的第一素质是要深谙客户心理。沈慧曾经遇到一个客户，声称要找文静内秀的女孩子。可在与他的接触中，沈慧发现他是一个比较内向的男人，依据经验，内向的男人往往喜欢活泼时尚的女孩子，而且两人性格互补有助于家庭生活和睦。于是沈慧自作主张给她介绍了一位性格外向、能歌善舞的幼师。两人很快陷入热恋。客户爽快地付了一万块中介费，并额外送给沈慧一套价值不菲的名牌化妆品。“沈小姐，你比我更了解我自己。”这句话应该是对猎头者的最高赞誉了。

这件事让沈慧明白，尽管客户永

远是上帝但并不一定永远正确。也许他并不了解自己，也许他说的只是理想的状况或周围人的意见。这时候就需要猎头者有敏锐的观察力，发现他没有表述出来的喜好，投其所好，命中目标。

还有一个难点是对于功利的理解。来沈慧这儿的客户，几乎每人都会提出要求对方“不要太功利”。这句话说白了，就是别为了钱才嫁给我。世界上完全不功利的人根本没有，因此对于功利这个度，全靠猎头人掌握。

如果单纯为了一单生意的成功，沈慧完全可以要求被介绍的女孩子装作视钱不见甚至见钱就犯困。这就涉



及到爱情猎头的职业操守问题。“做我们这行关键是口碑。骗一次容易，骗十次就难了。而且等人家成了夫妻，说不定会把骗局揭穿，到那时，你在这个行当就很难再混下去啦。”诚实稳重，想客户所想是沈慧从事此行道的经验之谈。

一般来说，那种一开口就说要找个有钱人的女孩子不在考虑范围之内。即使经过筛选，认为有十足把握不会特别功利的女孩子，沈慧也会按客户要求，参与策划并亲自执行钻石王老五装穷计划。当然，沈慧本人并不赞同这种有欺骗性质的考验，除非客户一再坚持。

PAN 是一位身家过千万却对自己的吸引力没有信心的男人。任何对他表示好感的异性，他都认为人家看中他的钱，所以他希望沈慧为她介绍一位不知道他底细、真正喜欢他的“好女孩。”接单后，沈慧先后分别与四位候选人进行了详谈。

“PAN 事业有成，拥有两家工厂和一家公司。”沈慧的开场白颇吸引人。照例，她的眼睛密切注视对方的反应。那种眼前一亮或者迫不及待打听对方公司的地点规模的女孩子会在第一轮被淘汰掉。神情淡定，主动差开话题问对方的年龄、学历、爱好、家

庭情况者，可以被初步认定达到对方要求。

“有一点我不能隐瞒。最近一次重大投资失误，几乎使PAN倾家荡产了。”这句话出口，面露失望之色，默不作声者被淘汰，决定接触一下再说的那位顺利过关。

接下来，PAN自然装出一副穷酸相，吃饭去小馆子，约会常乘公交。但他的贵族气质和良好教育背景摆在那儿。一个月后，沈慧主动与那位女孩联系。女孩愉快地告诉她，她觉得PAN与众不同，很有能力。沈慧知道这笔单离成功不远了。

为掌握更多人才资源，沈慧经常换工作，混迹于工作性质比较单纯（有钱人一般不愿意再找生意场上的女孩子）、人员素质较高的行业，凭自己的慧眼发现与手中客户相配的人选。


做猎头公司近两年，客户基本都是事业成功的男性。问沈慧有没有暗地里为自己留一个金龟婿，她爽朗地笑起来。“接触的成功男士多了，他们对我已经没有了神秘感和吸引力，我想我会顺其自然，找一个自己喜欢的人去爱。至于结婚嘛，看缘分喽。”做爱情猎头，想必恋爱道行高深，期待看我们的沈媒婆谈一场如何轰轰烈烈的恋爱。■（责任编辑：黄昀）

爱情猎头指南

- ① 如果开始是熟人委托，找别人要钱可能是件难事，千万不要因此开不了口，最好以公司名义制订一个价目表。告诉他你属于某猎头公司，这是你们的报价单。
- ② 一般提供两种收费供客户选择：一种是一次性收费，即双方开始恋爱就可以收费；一种是两次收费，恋爱时收取一半费用，结婚时再收取另外一部分费用（每单次收费少于一次性收费，但合加多于一次性收费）。
- ③ 双方偷偷私下接触，甩开爱情猎头，逃避中介费的现象不可避免。但因为客户都是有钱人，这种情况比较少见。为以防万一，最好请一位法律顾问。
- ④ 那种找上门来要求介绍金龟婿的女孩子本身动机不纯，给客户推荐要慎之又慎。

drifting on Nile

在尼罗河上漂流

A full-page photograph of a sailboat on the Nile river at sunset. The sun is low on the horizon, creating a bright orange glow that reflects on the water. The sailboat is silhouetted against the bright light. In the background, there are dark hills and another smaller sailboat.

这是我第三次去非洲了，天知道，非洲怎么会这么吸引我。当飞机在伊斯坦布尔降落时，我预定的土耳其女导游苏珊在机场迎接我。土耳其人苏珊曾在中国学习汉语，现在专职导游，我们相熟后，她带我去了她家见到了她的家人。

让我非常惊奇的是她全家人的肤色。由于土耳其的地理位置独特，一半国土在欧洲，一半在亚洲，导致这里的人种非常复杂。苏珊是棕发白皮肤，弟弟是黑人，而她妹妹却是金发白种女郎。

我的计划是沿着尼罗河行走，因为埃及所有的古迹都是沿着尼罗河两岸兴建的。同时我在游船上还可以享受尼罗河上的悠闲时光。

感受尼罗河的阳光

尼罗河游轮体积巨大，船上除了提供住宿和餐厅外，配备也都不错，加上风平浪静不用怕晕船。我和苏珊住的是中等仓，两个人一间，我们的隔壁住着一对西班牙情侣。

船上富丽堂皇，游客们打扮得色彩斑斓，桌上摆满了美味佳肴。我们吃的是自助餐，边吃边看各种表演，有艳丽舞娘的肚皮舞和阿拉伯杂技。因为喝了葡萄酒，人们的情绪都很亢奋。我们拿着酒杯来到了甲板上，游客们在狂欢，载歌载舞，好像所有的人都会跳舞。我的西班牙邻居也在其中，他们跳得很忘情，看到我来了，就热情地招呼我一起跳，我手忙脚乱地加入了他们狂欢的队伍，我想起电影《尼罗河惨案》中那些久远的情节，所不同的是今天我也身在其中了。

在尼罗河游船上迎接黎明，绝对是一件浪漫的事情，头顶蓝天，脚下是湍流不息的尼罗河水，没有咸味的风微微地吹拂，轻柔地抚摸我的身体，舒适又惬意，充满着快感。游轮上有各种各样的休闲娱乐健身设施。我从没有这样放肆着自己的胃口，我也从没有这样一点儿不害羞地在人群中放声歌唱，我甚至连走路都踩着节奏迈着舞步。我肆意放纵自己所有的激情，中国淑女在尼罗河上此时变成了吉普赛女郎。

奇怪的是，尼罗河上的太阳也很温柔，不像埃及的阳光那么惨烈。许多老外躺在长椅上，尽情地享受阳光

的沐浴。我实在忍不住这种诱惑，心想晒黑就晒黑吧，无论如何我要在尼罗河上晒晒太阳，这是绝对不能错过的。躺在甲板上，我的身体随着游船悠悠地徜徉，我住的是世界上最干净的一片碧蓝碧蓝的天空，那种蓝，蓝得让人心发颤。这是我一生对阳光感觉最温暖的一次。

该怎么形容尼罗河呢？我觉得尼罗河是上帝赐给埃及的最伟大的礼物。没有尼罗河，埃及就只是一大片的沙漠，根本发展不出这样的古老文明。在古埃及，人们是以尼罗河来划分生死。河的东岸太阳升起的地方属于生，所有的神庙宫殿都在东岸；河的西边太阳西沉处属于死，所有的坟墓统统在西岸；金字塔就位于尼罗河西岸与沙漠边缘之间。

当一回埃及烟鬼

从埃及最南端的阿布辛贝神庙，我们的游船沿着尼罗河往北走，游船每到一个景点就停下来让我们自由活动。最先到达的是阿斯旺坝。

尼罗河上的帆船



drifting on Nile

drifting on Nile

尼罗河上最出名的风景就是传统的白色小帆船了，完全没有机械。我们二人租了一条船。一开始我们还觉得风太小，担心动力不够。可当那三角帆升起来后，小船就陡然变得非常激昂。帆顶尖尖地伸向蓝天，好像能把太阳刺破。随着小船的荡漾，听着水声流淌，看着太阳坠落，心里充满了感激，感激自己的生命，和上帝赋予的力量。

小帆船的船东是努比亚人，他们在小小的风帆上唱歌跳舞，不过我们都有思想准备，歌舞完毕，他们一定会向我们兜售工艺品的。其实在小风帆上买东西也是非常有意思的，如果你杀价太狠，船东常做出生气了把你扔到尼罗河里的样子，所以我们都小心翼翼地和他们讨价还价。

阿斯旺的街道很窄也很脏乱，街上杂乱地跑着毛驴和马车，还有破烂的出租车。最有趣的是在街头抽水烟。埃及的水烟，壶身像蜡烛台，一节一节的，有半人多高，我实在忍不住诱惑，租了管水烟抽，付了钱后，档主换了干净的烟嘴，这种水烟味很淡，非常香，以致后来我着了魔，常去租水烟过瘾。我最好奇的是水烟的烟叶放在哪儿，在哪里点火。苏珊说这种水烟是从土耳其传到埃及的。烟壶非常好看，壶身是玻璃的，擦得铮铮亮。我实在喜欢极了，每次抽烟

时都比划着问多少钱，我好想买。他们很奇怪一个东方女人如此爱抽烟。因为是玻璃的也不好带，苏珊也劝我不要买。哎，现在想来真的好后悔。

埃及人要小费的本事最大，堪称世界第一。我们在整个旅途中，如果没有苏珊，我不知道要被骗多少回呢。有次在金字塔，一个背着枪的警察热情地向我招手，我赶紧向他走去。他连说带比划地用拙劣的英语给我介绍埃及的历史。我听得一头雾水，但还是客气地点着头，接着他又主动要与我合影。他穿着雪白的军服，很威猛的样子，我觉得挺有意思的，就请旁人帮着照了张相，我谢完他刚要走，只见他摊开双手向我要小费。我这才知他刚才讲了半天、热情了半天是为了小费。“布克西西”(即小费的意思)这个声音在埃及的整个旅途中一直不绝于耳。

上几次埃及人的当

在埃及最烦人的可以说是讨价还价了。每次买东西都像是在吵架。导游一般是不能在讨价还价时插嘴的，会被当地人找麻烦。所以都是我还了价后不行就走，让他们跟在后面叫着降价，但是谈好价格成交后生意做得也都顺利。大概对他们来讲，面红耳赤的讨价还价是他们卖东西的一个程序，一点都不影响他们的情绪的。

我们常去逛市场买纪念品，苏珊说埃及的围巾特别漂亮而且又便宜。她告诉我一个价码，让我自己去和小



美丽的秘密原来来自手机短信！不信？发HOPEMM到8880！
告诉你如何变得更动人！



在 尼 罗 河 上 漂 流

贩讨价还价，我和小贩斗智斗勇，闹得不可开交。最后小贩很不情愿地按我的价卖给了我，她一边帮我包好，一边嘀嘀咕咕说气话，反正我也听不懂，就让她发发牢骚吧。回到船上，打开一看才知道，我买了六条围巾她只给了我五条，还是我吃亏了。

古老的历史，让埃及留下许许多多宝贵的文化和用品，特别是埃及的项链、木雕、石雕、纸沙草纸画、香精、椰枣、香料等等。

我最喜欢的东西是画着古埃及美丽传说的金属盘子，还有埃及最著名的纸草画。古色古香，很是好看。不过得要会选。纸沙草纸画售价差异甚大，有的是手工画，有的是机器印刷，有的是真的纸沙草纸，有的是用香蕉叶混充。画工跟制作也有质量差异，大小也有差别。价钱从1 埃镑到上千埃镑都有。我在哈利利市场里几次和小贩们玩着还价把戏，可是回头算算，还是被他们计算了！不过好些东西实在是让我爱不释手，我买回来的纸草画送给同事朋友，都被大家惊叹叫绝！

做 个 虔 诚 的 信 徒

我们游船停靠的第二站是在卢克索的卢克索神庙和卡纳克神庙。

卡纳克神庙是世上最伟大的建筑，它实在太完美，无与伦比得让人惊诧。这些建筑无比宏伟，它们的影响是那么地深远。在它们的面前，我们只能感到语言的贫乏、感到自己的渺小、感到生命的短暂。

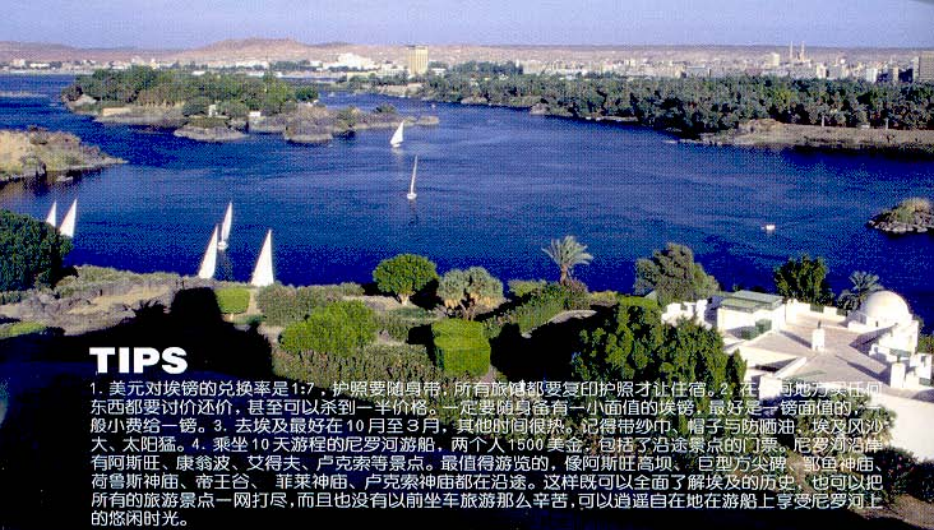
苏珊提醒我去清真寺要注意穿着，不允许露肩露腿。我穿得很周正，长衣长裤。但走到门口还是被拦下了，因为女子的头发也必须包起来不能露在外面的。同时要洗手，也还得把鞋给脱了。就这样，包着头、洗了手、赤着脚，我们进了清真寺。我在心中默默地祈祷，祈祷非洲的神保佑我

尼罗河游船



尼罗河西岸与沙漠边缘





TIPS

1. 美元对埃镑的兑换率是1:7，护照要随身带，所有旅馆都要复印护照才让住宿。2. 在开罗地方买任何东西都要讨价还价，甚至可以杀到一半价格。一定要随身备有一小面值的埃镑，最好是一镑面值的，一般小费给一镑。3. 去埃及最好在10月至3月，其他时间很热。记得带纱巾、帽子与防晒油。埃及风沙大、太阳猛。4. 乘坐10天游程的尼罗河游船，两个人1500美金，包括了沿途景点的门票。尼罗河沿岸有阿斯旺、康翁波、艾得夫、卢克索等景点。最值得游览的，像阿斯旺高坝、巨型方尖碑、鳄鱼神庙、荷鲁斯神庙、帝王谷、菲莱神庙、卢克索神庙都在沿途。这样既可以全面了解埃及的历史，也可以把所有的旅游景点一网打尽，而且也没有以前坐车旅游那么辛苦，可以逍遥自在地在游船上享受尼罗河上的悠闲时光。

和我的爱人。

在埃及看得最多的就是法老的墓穴。我问苏珊，埃及的老百姓死了以后是土葬还是火葬？于是苏珊带我去了一个奇怪的地方。这个地方是我们的旅游项目中没有的，而且也不欢迎游客去。这个地方叫“墓城”，在离开罗不远的一个小村庄里。埃及老百姓把死去的亲人埋在自家房子的地下，进门处的砖是可以掀起来的，从那里把去世的亲人运到“地窖”的里端。随着人们的慢慢搬离，现在这里已经很荒芜了。除了一些很穷的人和守墓的人，如今这里已经不太有人住了。我只呆了一下就赶紧走了，大热的天我竟觉得身上冷飕飕的。

变成埃及饭桶

在埃及吃饭是一件很让人开心的事，真的很便宜。

埃及三明治里面夹的碎羊肉都是

现烤现卖，非常香。我最喜欢吃的是烤羊肉。埃及人不知道用什么方法使羊肉一点也不膻，非常好吃。烤鸽子最有趣，在鸽子肚里塞着饭和调料烧烤，味道奇怪得很。埃及的汤也好喝，有点像厦门的海蛎汤，这是我吃的最难忘的一种埃及食品。埃及米饭有点像日本人做的寿司饭的方法，米里加了调料。最值得一试的是埃及的面包。面包是埃及人的主食，他们特别会做面包，除了香甜，造型也很好看。

我还发现了一种茶，泡时有种奇异的香气，当地人叫薄荷茶，清凉又解渴，很让人印象深刻。因为想着每天要辛苦奔波，我也不再减肥了，所以每天大吃大喝后也不觉得内疚了，而且大快朵颐给我带来无比的轻松和乐趣！

去埃及旅游有很多方式，但是坐游船沿着尼罗河行走绝对是一个最好的

选择。☑（责任编辑：红尘）



雅芳新活再生霜全新升级

蕴含深海生命奇迹海洋原生质的雅芳新活再生霜一向以其神奇的减龄功效而著称，是全球名列前茅的著名抗衰老护肤品牌。近日雅芳全球护肤中心再次取得突破性成果，经过6000多次试验，破译了1000多种植物的生物密码，最终运用专利萃取技术从珍稀冰海豆蔻中取得能修复肌肤细胞DNA的“修复因子”，带来雅芳新活再生霜的全面再升级。

冰海豆蔻来自欧洲唯一被列为联合国“生物保护圈”的瑞士Sorebberg，这种饱受甘澄冰海之水灌溉洗礼的植物不仅终年长青，而且永不衰老。从冰海豆蔻中萃取而得的DNA修复因子不仅能识别并修复受损DNA片断，增强肌肤的活力，让新活再生霜的减龄功效全面升级，还能让细胞沟通的效率更高、效果更加明显，从而让肌肤晶致柔嫩的速度也比原有产品更快一倍。

因此，升级后的雅芳新活再生霜能有效改善粗糙肤质，减少细纹和皱纹的产生，让肌肤变得柔软、富有弹性，看起来更年轻、明亮和健康，从根本上让女人更快减去岁月的痕迹。■(责任编辑：张静琳)



你有过这样惨痛的经历吗？一对情侣，你的朋友或你朋友的朋友，在你面前肆无忌惮地亲热。一起吃饭，人家含情脉脉地对视，互相垂涎三尺，弄得你索然寡味，心下黯然——偶怎么就没罗曼蒂克的命？一起K歌，他只给她拿雪条冲牛奶递红酒，好像你们这些美眉都是同性或大妈。国有国法，玩有玩规，可不是想抢他的BF，只是略略教训他们一下——要亲热，去开钟点房；要目中无人，就别和咱姐们在一起混。

情侣目中无人



张贝妮不爽

张贝妮最近有点烦。家乡的死党丽慧与男友一起来广州玩。张贝妮头脑一发热，就说，好啊好啊，可以住我家。第一天来，丽慧与男友坐在沙发上，张贝妮在旁边跟他们说话，说着说着，她就觉得不自在了。那两人紧紧贴在一起坐着，好像不是在一米五的长沙发上而是在公汽的加座上一样，还时不时对望微笑，整个一对琼瑶青年。张贝妮谈兴全无，寒暄几句，孤家寡人回房间。

第二天，张贝妮带他们去沙面。吃饭时，她讲单位趣事，手舞足蹈却不见回应，抬头见两公婆正幸福对视，根本没听见她说什么。上来一盘醉活虾，张贝妮捉起一只，被那虾弹一下尾巴甩了几点酱油在裙

子上，望对面丽慧，正边吃BF剥好的虾肉，边含情脉脉地微笑。张贝妮真想骂人，但不知道骂谁好。

死党是要陪的，以尽地主之谊，单独去陪，不如KILL ME。坚定了这种信念，张贝妮请同事SANDY与自己一起。半天下来，SANDY说，贝妮姐，你饶了我吧。我还没BF，受不了这刺激。下次，买两包七星贿赂单位帅哥，请他来陪。两男两女，干活不累。没想到人家看到张贝妮旁边有了帅哥，更旁若无人啦，饭桌上就互相拉着手摸啊摸的，帅哥干咳一声，手不知往哪儿放。MD，这怎么像跟不认识的人一起看A片一样，要多别扭有多别扭。

情侣目中无人之五大罪状

- ① 污染他人视线，若其中有处女或未成年人，更有教唆犯之嫌。
- ② 不尊重友谊。你眼中有我我眼中有你，把朋友都放到眼球外面啦。
- ③ 落井下石、雪上加霜、伤口上抹盐。旁边朋友若刚跟BF吵架、分手或干脆找不到BF，你这样刺激人家，天理难容。
- ④ 影响他人食欲。如果是在饭桌上，人家一生气就吃得少，一吃得少就生病，一生病就得误工兼花钱看医生，你们亲热一秒，人家受苦一生，于心何忍。
- ⑤ 显得性欲亢奋，没档次。你自己没档次不要紧，可旁边还有那么多朋友，人家与你这般没档次的人在一起，平白无故丢了自己的品位。

教张贝妮打击情侣目中无人

对角戏法

适应：N多VS一对 效果评估：8分

方法：发现有目无人情侣混入阵营，立刻抓一平时与你有些默契且心直口快的美女，故意大声对她说：“美女，咱们也亲亲热热吧，没带BF，难道就活该受罚吗？”那位美女一定会配合你，做亲热状，宝贝小可怜地乱喊一气，引来旁人的阵阵起哄。这时，你可以故作可怜地对那对情侣说：“求你们别再刺激我们这些可怜的人了。瞧瞧，把我都刺激变态了。”

优点：过程自然，不容易得罪人。

劣点：因为方法较婉转，那对情侣可能暗中得意，把你的请求当鼓励。如果遇到这么不入世的家伙，下次大家一起玩别叫他们啦。

死缠烂打法

适应：N多VS一对 效果评估：10分

方法：发现某对情侣有目中无人之嫌，借他们去洗手间或点菜空档，

偷偷联合几个同盟军。等大家玩得开心时，你提议，既然大家一起来玩，好玩是关键。不如做个游戏，老公或BF都充公，坐到其他美女身边，来一场绅士表演赛。

有了这个由头，你就可以不动声色地报一箭之仇。他不是很会照顾你吗？现在我们都来享受一下。“嘿，帅哥，帮我倒杯酒，帅哥倒的酒肯定好喝。”“帅哥，陪GIGI唱一首歌，人家大学时可是金嗓子。”“帅哥，帮你对面那位靓女要一份冰淇淋。你没看她都出汗啦。”你不是目中无人吗？我现在就教你怎么目中有人。今天，在座女生都是女主角，可不单单你那一位。

优 既活跃了气氛，又解决了问题。

劣 如果那位帅哥跟你们不是很熟或者经不起玩笑，可能当场翻脸或冷脸，弄得你下不来台，大家不欢而散。

孤立法

适应：N多VS一对 效果评估：9分

方法：他们目中无你们，你们也不是非要看到他们，跟这样不入流的人出来玩本来就是错。让他们亲密去吧，你们点菜点歌说段子照相跳舞，玩个尽兴。他们不主动加入，就当那对人是空气好了。如果还有好事者胆大怪罪，你可以马上回击：“呀，不是不想带你们玩，只是我们怎么好意思惊扰痴心人儿的春梦呢。”

优 直截了当，痛快淋漓，不需要动太多脑筋就能达到不错的效果。

劣 表现得过于明显，有小肚鸡肠，没有风度之嫌。

借喻规劝法

适应：一人或两人VS一对 效果评估：10分

方法：故意对视力范围内另外一对陌不相识的情侣品头论足：“瞧他们那饥渴样儿，这么饥渴还跑出来干嘛，就二十五小时呆在床上嘛。”“嘿，看5号台那对，刚才还当众接吻呢，把咱们这儿当香榭丽舍大街了。接吻的姿势又难看，有碍观瞻。”“我妈说了，越腻的情侣越短命。我开始不信，后来看多了，发现还真是呢。啧啧，老人家真厉害，差不多大半个爱情专家。”

只要旁边有对情侣，不管他们是不是目中无人你都可以凭空捏造，反正你不认识人家人家也听不到你说什么。关键要让和你在一起的这对目中无人情侣听清楚——你如果把别人的感受当狗屎，别人也会把你骂成狗屎。

优 一语中的，不留余地。

劣 尽管没有针对他们，但话说得比较重。如果对方心胸狭窄，你们可能再没得朋友做啦。

适应：一对 VS 一对 效果评估：9分

假戏真做法

方法：如果BF不在身边或暂时空缺，而你又必须与一对目中无人的情侣相对，不如临时找男同事或蓝颜知己代理。时时看着他的眼睛，微笑，表现出无比甜蜜的模样，甚至忘记吃菜，听不到别人跟你说话。总而言之，你们要做得比他们还过分。如此过分的举止一定会引起那对情侣的关注。

很可能出现的情况一是他们沉迷于观察你们的表演，忘记了自己的表演，二是他们五十步笑一百步，说：“你们别这么腻好不好。这是公众场合啊，看得我们心惊肉跳。”你正好可以反击：“我们还不是跟你们学的！”当然，还有一种情况是你们各自表演，这总比你观摩表演来得爽。

优 以其人之道还至其人之身，方法温和，不至于让别人难堪。

劣 能恰当配合又有自知之明的聪明帅哥比较难找。如果他事后还想继续与你暧昧昧昧，可能是件头疼的事。

适应：一人 VS 一对 效果评估：10分

借故逃脱法

方法：盼啊盼啊盼，盼到有电话打进来，立刻起身到别处接。接完后，表情焦急地跑回来说：“对不起，一个朋友有急事，我得赶去她家。”或“老板突然要一份文件，我得去办公室找给他。”说完，赶紧逃跑。如果他们对地形不熟，你可以在走前告诉他们怎么坐车，到什么地方下方才能回宾馆或回家。

假如平时你的电话很少响起，为免受煎熬，最好偷偷发条短信给信得过的朋友，让她打电话给你，助你脱身。

优 眼不见心不烦，又不得罪人，两全其美。

劣 在一对情侣身上最多只能用一次，否则显得太假。

打击规则

打击目中无人情侣当然大快人心，但也要小心谨慎，多一个朋友总比多一个敌人强。要想达到目的又维护良好关系，应遵守以下规则。

● 无论多熟的朋友都不要一本正经地指明。“唉，你们干嘛这么腻啊，让人看着难受。”这样的话很伤人自尊，以后大家再在一起肯定别扭。

● 不要因为一次情侣目中无人就决定放弃这个朋友。重色轻友是人的本性，热恋之中的女人往往头昏目眩考虑不到别人，爱情降温就会慢慢改邪归正。

● 不要妄自猜度，觉得人家故意气你。你们无冤无仇，人家干嘛气你呢？相反，你这种不健康的想法，才是自己气自己。

● 不要因为生气人家的亲密，羡慕人家的浪漫，就故意装嗲勾引人家的BF。每个女孩都虚荣，当然希望人家的男朋友也能注意自己，但这样做太不厚道，授人以柄，结果可能反倒全是你的错了。☑（责任编辑：黄韵）

希望信箱

(有任何问题, 请邮至 askoneask@hotmail.com 问一问)

处女迷局

连岳叔叔(或者是哥哥):

你好!

如果在新婚之夜, 老公发现我已不是处女, 他问我的话, 我是说出实情还是不说, 如果我不想说, 该怎么渡过这一关或拿什么理由来瞒过他, 因为我爱他, 不想让他知道后而不爱我, 我确实不是不学好的女孩, 只是和前男友有过关系但因一些事而分手。希望你能帮我, 给我回复。

希望一读者

希望一读者:

你好!

处女问题过于专业, 再加上我是男性, 没有这方面的困扰, 对它没有什么发言权。但处女迷局恒久常新, 我下决心要补补课, 于是收到你邮件后这段时间, 不耻下问, 遍访名师。

第一位老师, 听我说出“处女”两个字, 就递给我一锦囊, 打开一看, 有一纸条, 上面写着“本品阴部、肛门由超软矽胶制作, 且有仿真阴毛设计; 阴部夹紧如处女阴道, 阴道内部芒壮螺旋设计, 感觉更胜真人阴道; 肛门精致可爱, 可满足您的不同需要; 阴部、肛门有多速震动吹吸揉功能, 定能让您在她体内爽到极点”。我赶快说, 老师, 老师, 我不是来买自慰器的, 是想知道如何重新成为处女。他说, 你看起来怎么这么像个男人? 连胡子都有, 长成这样了, 是不是处女又有什么关系? 我说, 不是我, 是我的一个朋友……

第二位老师, 听我说出“处女”两个字, 就递给我一锦囊, 打开一看, 有一纸条, 上面写着“处女膜重建的整容手术并不十分复杂, 通常在门诊即能够完成。一般手术仅需半小时到一个小时左右, 通常用碘尔康消毒外

连岳, 双子座, 30多岁, 从事过4种职业, 现以写专栏为业, 为生。

阴部和阴道口，采用2%的利多卡因局部浸润麻醉，用眼科小剪刀将破裂处的处女膜剪出整齐的创缘，再用5-0的可吸收缝线细细缝合，使处女膜仅留通过一小指的孔，术毕涂少许抗生素软膏，术后每天用1:5000PP粉液清洗外阴部以预防感染，术后不需要拆线。对于那些性生活次数较多的处女膜破裂，手术则略复杂一些，有时需要在阴道口侧或两侧做小阴唇粘膜瓣将阴道口缩小，最好留置导尿3-5天；无论那种方法在手术中，受术的患者基本上无痛感，经手术再造后的处女膜一般在一到两个月后就能恢复如初。关于结婚时间，建议可在术后二至三个月较为理想。”

研究下来，有个地方不明白，我就问老师：“手术为什么要用眼科小剪刀？”他长叹一声：“因为那么多人瞎了眼嘛……你为什么要做这手术？来来去去都是那些人，有人每年要做两三次哪……”我说，不是我，是我的一个朋友……

问到这里，你要解决难题已经很容易了，做个手术就是了。不过，“处女”成为这么商业的一个词汇，我反而倾向于建议你直面不再是处女的事实。没有了处女膜不意味着是个“不学好的女孩”，人迟早会有性经验的，人也有可能会有多次恋爱，谁也不知道最终会和谁有新婚之夜，“有没有处女膜”不是爱情的生死关头；如果硬要把它提到这个高度，就只好借助“眼科小剪刀”的功用了。

当然了，你会说你是逼不得已，因为你的男友很在乎，在乎到见不了红就要让你们的感情见鬼。所以，你要造造假。这就是我们讨论的核心了，这个男人这么固执、狭隘，苛求女性，最后被个小手术骗了，就心满意足了。这么容易把自己变得如此尴尬的男人，他，还值得爱吗？

这个世界上，各种人都有，各种坚持也都有，有“处女”执着的男人也不少，假若你现在的男友是这种类型的人，你又离不开他，只爱这样的男人，那么，只好去做个小手术了，还好，我们换个说法，也许就不是骗他了：他要求你在新婚之夜是个处女，可是，没说明是原装的处女，“人工处女”严格来说，也是“处女”的一种，最好的结局是，你误解了你的男友，从你的邮件看，你在“猜测”你的男友会在未来的新婚之夜质问原本应该属于他的你的处女膜的流失情况；可以想办法和他讨论此类问题，也许，他的想法很开通、很正常，知道爱人而不是爱膜。比如，把这期《希望》杂志给他看看，让他写个读后感……

连岳

█ (责任编辑：邓辉)

我的老公被“骚”扰

说到“被人骚扰”这种事多发生在女人身上，其实男人不被骚扰，更大的原因是女人选择被骚扰对象的条件比较高。

如果你的他：英俊、成熟、多才、多金，春风得意马蹄疾，你就应该看得见，他身边最不缺的是虎视眈眈的你的同类。如果老公被骚扰怎么办？没办法，我们得承认有些男人的存在，天生就是给女同胞们消费的。虽说骚扰美男这件事，大多数时候是闹着玩，但你要真是敢放任自流，个别人就真的敢搞到你“夫离子散”。不管怎么说，高举斧头看好自己的一分三亩地，是为妻的天职。

午夜夺魂铃

悄悄，27岁，唱片公司企宣主管 / 老公情况：阿K，24岁，签约歌手 / 魅力特质：相貌阳光，笑容灿烂，声线迷人，能言善辩 / 招蜂引蝶指数：★★★★

阿K像个孩子，比悄悄小三岁。他们在同一家规模不大的唱片公司。

为了便于宣传，悄悄和阿K的夫妻关系是隐瞒的，所以即便悄悄在场，也会有妙龄的女孩子一浪一浪涌上去，抓一抓阿K的头发，捏一捏阿K的鼻尖，悄悄干眼看着，只能把咬碎的牙往肚里吞。

其中就有那么一位，软磨硬泡要走了阿K家的电话。从此以后，那女子爱上了午夜三点打电话，和阿K随便煲煲就是天亮。这是一位业界大牌，又不敢得罪。悄悄不但不便在一旁哼哼唧唧提点，更被这夺魂铃搞得频频失眠。

后来，同样是一个室外夜黑风高屋里芙蓉帐暖的夜晚，电话声午夜凶铃般



响起，接下来，电话那头的女人便听见一阵贞子声的高分贝的尖叫，外加一串阴气森森的留言，“对不起，主人正在做爱，请在后戏后打来。”然后就是一段魅惑无比让人酥心颤颤的喘息和呻吟。声音是电子合成的，在夜半听来显得恐怖又滑稽。一连三天，都是如此。忍无可忍的那位白天拨通阿K的手机，大声质问，阿K作委屈，“我到外地了，肯定是我女朋友一个人在家搞的古怪。等我回来，请你喝茶赔罪好了。”语言是没有杀伤力的，有效信息却饱饱满满。把自己的责任推得一干二净。对方没有发脾气，此后却再也没有来过电话了。

点评：够狠，够毒。最可恨的就是这类骚扰者，老娘睡不着，谁也别想睡！那好，你下半夜干脆也别睡好了，慢慢回味去吧。

糖衣炮弹，永不过时

Sherry, 25岁，医护人员 / 老公情况：杰，34岁，部门经理 / 魅力特质：成熟儒雅、善解人意、幽默有风度 / 招蜂引蝶指数：★★★

Sherry的老公杰是“二手男人”，离过婚，而前妻Lily，与杰原就是同事。最最要命的是，Sherry就是那个可恨的、抢走Lily老公的第三者。经过多番无效调解，Lily只好接受了分手的事实，可是两个人毕竟是在同一个公司，一周五天，一天八小时，低头不见抬头见，仍然爱着杰的Lily还是会借故和杰粘乎乎。最常用的方法是，下班时，总缠着杰说公事，造成强迫性加班。

Sherry很烦，又不知如何化解，只好隔三差五到公司来接老公下班。见到Lily的时候，每次都热脸相待，然后万分抱歉地说，有家事需处理，必须要老公回家。到了周末，Sherry索性将前妻邀回家做客，按理，三人对六面，彼此都该有些尴尬，Sherry却像对个老熟人一样，端茶倒水，将气氛搞得生鲜有趣。Lily并不多话，只用眼神打量这个曾是她的家。客厅里的一切，都有着浓重的Sherry痕迹——这不再是自己的家了。Lily虽伤感，面对Sherry的贤淑、得体、谦恭，却也无话可说。

又一个周末，Sherry约Lily一同去参加聚会。这是一个女性朋友间的聚会，女人们在一起喝茶、聊天，谈论美食、孩子、旅游、电影等等丰富多彩的话题，慢慢地便结交了很多不错的知己。闲暇无事，相约打牌、逛街，生活圈子陡然大起来。Lily不再觉得对杰的依恋是那么重要了，那不是爱，只是习惯。而她以前，一直围着家庭转，少女时期的朋友都没有了太多的往来，生活视野狭窄也是杰离开她的原因之一。现在Sherry带她进入一个全新的社交环境，生活充实而自在，又何必再去跟那个已经负心的人套瓷，徒惹自己伤心呢。

点评：对待来自老公的旧爱的骚扰，要特别小心，也更要讲究气度和方法，尤其如果他们的分开是因为你。Sherry能帮Lily找到症结，又愿意帮她，Lily当然愿意走出自己失败的阴影。Sherry懂得，只要Lily独立了，老公被骚扰的烦恼也就解决了。

关键时刻，宁可自毁形象

叶珠，27岁，酒店经理 / 老公情况：大飞，32岁，广告公司经理 / 魅力特质：棱角分明，谈吐高贵，颇有绅士气度 / 招蜂引蝶指数：★★★★

叶珠很恼火，最近大飞老没事就粘在网上，她成了名副其实的“网络寡妇”。原以为他在上网就是看比赛，打游戏，却无意中发现他和人在MSN视频传情，叶珠挂不住了。大飞解释连连，声称对方是自己在出差时认识的重点客户的千金，被缠上了是很烦，可是……

可是对方是个好女孩，才19岁，大一，处于涉世未深的懵懂年纪。这样的女孩，是需要好好呵护，不可轻易伤害的。叶珠虽然口上骂老公想将计就计，心里也不免同意他的看法，少女的无瑕是不能破坏的，但自己的家庭更不能破坏，自己的老公更不能充当大众情人。在和大飞商量后，决定给这件事来个速战速决，叶珠于是代替老公上阵与女孩聊天——当然关掉了视频。

女孩很吃惊，原本态度含糊的飞怎么一下子显出了贪婪而丑恶的嘴脸？她原本也是不愿介入别人家庭，破坏他人幸福的。大飞之前对她的表白强力拒绝，越发增添她对他的好感，认为他是个有责任感的男人。现在网络那端的他，竟然说愿意为她离婚。天下的男人原来都喜新厌旧啊！那自己哪天不是也要成旧人？随着MSN的对话框闪动，大飞的激情表白，非她不娶，反而让女孩慢慢失望了。失望之后就是放弃。

点评：一切幸福都是有代价的。叶珠的代价，是付出了老公的形象，甚至会影响到他的生意，但这种“失财消灾”，怎么算也值得。她又呵护了女孩的自尊，让她自己去成长，去判断，是真正善良而智慧的捍卫——杀伤力尽量小些，但仍能达到目的。

TIPS

老公易被骚扰的高危场所：

酒吧、电影院、办公室、公共汽车。

老公易被骚扰的主要形式：

被人窥视、电话骚扰、身体接触、借故聊天、电邮轰炸。

老婆“反骚扰”原则

1. 从表面下手，头痛医头，脚痛医脚。避免无端扩大战事。
2. 相信你的他，邀请他与你共结“反骚扰同盟”阵线。男人总是无法拒绝免费的午餐，但是你的拉拢，会给他压力、自省和责任感。
3. 尽可能不要给对方恶性的伤害。想想自己吧，谁看到帅哥，不会心动呢。
4. 不管采取什么策略，最好和老公达成一致的意见。
5. 所有的方式都不奏效，对方的行为已经超越一般骚扰限度，给你们的生活带来很大困扰的话，诉诸法律吧。毕竟，总有一些人需要的，不仅仅是体谅。❏

（责任编辑：余芃芃）

铸就数码品牌之美

南方高科主办2004中华数码小姐大赛

推出高端手机品牌SOMO(索梦)



12位佳丽, 12种数码生活, 12种数码之美, 12种个性展示。南方高科中华数码小姐大赛首开手机企业选美先河, 跳脱传统选美的框架, 将“活力、快捷、资讯、便利、快乐、智慧、动感、活泼、多彩、个性、自信、贴切”这样12种数码形态与南方高科以及中华数码小姐铸造造成紧密的结合体, 藉由她们诠释出内外兼修的蓝色时尚之美。

2004年8月8日, 由南方高科主办的“2004中华数码小姐大赛”决赛在杭州举行, 从半决赛胜出的12名选手开始了最后的角逐。最终, 河南的裴琳、吉林的单玉童、上海的丁曦分别获得冠、亚、季军。她们将以更为清新、自然、阳光和亲和力的形象, 接替章子怡成为南方高科新的形象代言人。

中华数码小姐大赛, 将南方高科的动感、时尚以及亲和力的形象推向了一个新的高度; 南方高科更针对高端手机市场及3G手机正式推出新品牌名称——SOMO(索梦), 并发布了国内首款3G手机——肩负着打造国际知名品牌重任的南方高科高端手机品牌SOMO(索梦), 开始了具有深远意义的梦想之旅。



你不想见情敌？

情敌。这个无数爱情伤心事件的制造者，实在是个不提则罢，一提就剑拔弩张怒目相向的冤家对头。对许许多多在那场情感的较量中黯然出局的人来说，更是心头永远的痛。可是，世事难料，总有机缘，对那个曾经横刀夺你所爱，或是现在正对你的心上人虎视眈眈，总之是与你势不两立的“妖精”，你愿不愿意去会一会她呢？

一拼到底的勇敢战斗型

见

见情敌，为什么不见？看她长得是高是矮是胖是扁。她既然有那能耐诱惑我的他背叛我或者只是她一厢情愿，可她既然能被我纳入情敌的行列就证明她还是有点儿资本。我得去见她，见见她到底哪里比得过我。



王棉棉 / 四川阆中 / 公务员 / 23岁

我觉得那些对身边人出墙睁只眼闭只眼的女人真是傻，傻子啊。为什么要让他得逞了，难道当没事儿发生过他就真会洗心革面痛改前非？错了噢，男人对于美色都是能捞到好处尽量捞，起码我这么认为。所以我绝不让他有机会乱来，或者是下一次乱来。所以我得去见见情敌，跟她说老公是我的你丫想都别想。

我想我会去。我喜欢淡定，但是我注定是怕寂寞的人，缺乏安全感。如果有情敌，我必然是会去看看的。虽然看与不看，内心的不安是一样的。如果可以的话，我一定会装作散漫的样子，不过会喷很多自己熟悉的香水'Instant(瞬间)——因为它的后调有点甜，这样才够盛气凌人。还有说话的时候一定会直视她的眼睛。肯定会会的。如果我有勇气的话。



ANT / 自由职业 / 北京 / 21岁

心有不甘的好奇期待型

说实话，很想认识她的她。
与他在一起的时候，我缠着要看“她”的相片。是的，我万般好奇，甚至在想他喜欢我的理由，会否也与她有关。他给我看了，笑靥如花的她，净洁的美。



Jean / 设计师 / 云南昆明 / 23岁

他们恋爱几年了，很想去会会她，很想去了解，她心里的他，是什么样的，是否与自己了解的一样？
是的，因为爱他，所以想知晓了解他的一切，包括他的她……

宽容相待的温柔贤淑型

04 爱他到深处，便想去看她。要把自己打扮得漂漂亮亮，像赤名莉香，以最灿烂的姿态出现在她的面前。不管和她对不对话，都要暗暗向她学习。他爱了她，她一定有所没有的。然后把她的好拿回来，自己潜心用功，即使疼痛，为他做事，也是幸福的。



齐心 / 编辑 / 河南郑州 / 24岁

05 我会去见自己的情敌。其实，我并不赞同把她称为“情敌”，不如说成是“志同道合的朋友”。不为别的，毕竟她可以和我一样，爱上同一个男人。



小雪 / 写手 / 辽宁嘉峪关 / 22岁

06 每一位女性都需要思考，你拿什么拯救你的幸福？如果那种由神秘与好奇转化成的精神敏感会导致我们烦躁不堪，那不如见面。我们需要心平气和地谈话。工作与生活，爱情及人生。喝一杯维也纳特调。没有任何争吵与尴尬。也许更多的是互相理解与包容吧。

想起范文芳的歌：《女人何苦为难女人》。

泰然处之的理性智慧型

06 第一，出于礼貌，她邀请我，我当然要去。

第二，出于自信，他选了我没有选她就证明我比她好，我为什么不去呢，又没什么好怕的。

07 第三，考验一下他。如果他背着我做了一个或隐瞒了什么，他会阻止我去，如果他什么都没有做，他也不会怕我见她。

第四，增强自己对爱情的信心。别人喜欢的男人属于自己，这是多么美好的事啊。



罗拉拉 / 编辑 / 湖南常德 / 23岁

第五，帮她解开心结。如果她觉得我不好，她会想他喜欢的女人也不过如此，她会想和这种级别的姐争什么呀多没面子；如果她觉得我好，她就会想没机会了，是赶紧撤退另谋出路吧。

07 当然会见。很多的人觉得去见一个要抢夺自己喜欢的人是很恐怖的事情，危机四伏。其实不然。

有足够的自信能带着微笑不动声色地站在情敌的面前，平和地听着情敌说话，然后冷静地跟情敌说出自己的想法，最后冷静地离开这场见面。这是不是一种很艰难的挑战？既然能够完美地化干戈为玉帛，我们何乐而不为呢？



羊羊 / 大学生 / 上海 / 19岁

坚信爱情的自我反省型

不见

一直是持不见的态度，不知为什么，双子座强烈的好奇心没有在这方面表现出来。以前的原因很幼稚，若是那个她比我漂亮，就认输算了，要是对方相貌不佳，那他必定是真爱她了，所以不管是哪种结果都没有见面的必要。不过现在觉得，不与她见面，是坚信爱情是两个人的事，不愿意被任何其他人干扰，所谓的情敌，若是我的原因，应该由我来处理，若是他的事，就让他自己去解决吧，爱情有时候也要遵循一下“懒人哲学”，太认真了没什么好处。



狼桃 / 时尚编辑 / 上海 / 23岁

见情敌？我为什么要见她？难道我自己跑去告诉她：我们同时喜欢一个人，但是我肯定比你更喜欢，更需要他，而后博得人家的同情，主动退出去成全你吗？怎么可能，天真！

我首先会按兵不动，对她置之若无，不能让情敌看出自己对她的存在感到威胁，给自己十足的信心，管你是什么样子，我肯定比你好，起码我也是一片真心，满腔的热情来对待我的爱情，追求我喜欢的人，有你或者没你，我所做的一切都是一样的。如果不期而遇，我也会很轻松、很大方地和她打招呼，千万不要气急败坏，恶语相加，要记住，你的自信和胸怀就可能是你征服爱情的最有力的武器了。

当然，私下你还是要做足功课，与情敌的优劣势进行分析比较，学其精华，加强自己的竞争力。其实情敌没什么可怕，无非就是和你有了一个共同爱好而已。



小敏 / 记者 / 北京 / 22岁

超然物外的从容自若型

我是不会去见情敌的。爱人不再爱，也便不再是爱人，情敌是爱情危险期出现的填补品，为什么要去看她呢？他当初不是一样为我迷惑的吗？只不过是时过境迁，他的心魂变了，他不再爱惜他曾经的爱惜，也许是我自己的原因，但是可以肯定的是，情敌并不见得就是比我好的一款，或者说，本来是两朵不同形状的花，在不同的时期绽放在他的生命里，不要因此就怀疑自己，怨恨你的情敌吧，爱不在，就是不在，没有理由，也不要再去责怪那些外界的因素，做不到他的最终，也不要将关系撕扯，爱惜自己，祝福情敌吧！



小坏 / 大学生 / 北京 / 22岁

也许双鱼女子的爱情就是这样，充满接纳、体谅、容忍、慈善。我从来不认为，我和所谓情敌之间的关系，要用战争来形容。当恋人间真的产生问题，横在我们中间的不是情敌，而是自己。

而对男友，我认为他的感情领域，该是他的秘密花园，赏花人是他，我和情敌见面，要么不过绵里藏针企图知己知彼，要么不过刀枪乒乓直至百花凋残，于事无补。既然感情是两个人的事，与第三者无关，那么最要紧的应该是和他之间的平衡吧？



咖啡机的舞蹈 /
IT 公司采购经理 / 湖北武汉 /
26 岁



前提决定的模棱两可型

见 / 不见

不会刻意地去见。某种特定的环境或因素需要去见的话，我应该会去的。如果我们共同喜欢的男人只喜欢我一个，那么我会见她，不会刻意地去谈及这个话题。如果我们喜欢的男人同时喜欢我们两个甚至更多，那就更该去见并且告诉她事实的真相，好帮助两个人都更早地脱离苦海。如果我们喜欢的男人谁都不喜欢，那自然可以去见，说不定还可以成为好朋友。呵呵。



洛洛小公主 / 大学生 / 19 岁

总结：这世间，每个爱情都相异，每个情敌都不同。见或者不见，其实是取决于你对爱情的态度。酸甜苦辣都尝遍，该来的会来，该走的还是会走。经营好你的爱情本身，情敌只是爱情转身离去的借口。你，与你的情敌，无论是势同水火两败俱伤，还是化干戈为玉帛，都是自己与自己的战斗。因此，“胜不骄，败不馁”，始终是应有的心态。

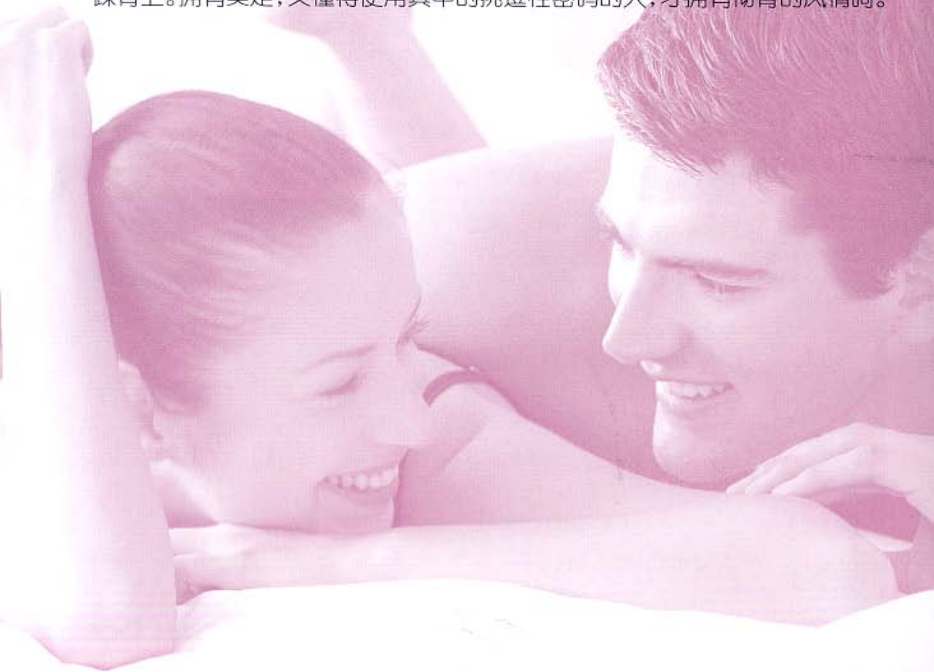
【贴士：情敌攻略现在时】

1. 充分运用“第六感”，及时发现敌情，以免病入膏肓。
2. 发现敌情，保持冷静，立刻检测你们的爱情“免疫系统”，查出漏洞，及时打上“补丁”。
3. 切忌对他 / 她威逼恫吓，这样只会推波助澜，效果适得其反。
4. 提高自身魅力指数，令你的男友欲罢不能，在比较中占得先机。
5. 了解情敌的各方面状况，有的放矢，尽力做到“人无我有，人有我强”。
6. 加强与男友的沟通，适当控制他的自由活动时间。
7. 选择合适的表达爱的方式与时机。
8. 记住：男人背叛了你一次必定会有第二次。
9. 采取多种方式尽量让她知道你跟男友的爱情是多么的坚不可摧。
10. 如果你做到以上几点，而你依然败北，那就放心地由他去吧，他注定只是你生命中的过客，决不是你的真命天子。❏（责任编辑：邓辉）

SEDUCTIVE
F
脚上摇曳最深诱惑

一个成年后成为情色小说家的女孩，13岁的时候就留心过母亲进门的那一刹那，她的脚型发生的鲜明变化：她踢掉高跟鞋，穿上廉价的塑料拖鞋，原本像梭鱼一样瘦长美丽的脚，迅速塌软下来，像白生生的小馄饨下到汤里，变得浮白臃肿了。母亲与父亲的关系僵冷，母亲在家，只穿最便宜的劣质塑料拖鞋，但，很奇怪的是在无爱无欲的婚姻中，母亲的容貌却没有迅速衰败下来。很多年之后女孩才知道，拯救母亲的，另有一位热烈的情人。她习惯于穿着漂亮的鞋子诱感情人，却穿着两块钱一双的拖鞋敷衍丈夫。三个人的爱怨由此缓缓打开。16岁就经历了父母离异的女作家说：如果母亲把她脚上的风情分给父亲，“我们也不会是这样的命运。”

她的妈妈，早在20年前，就以无师自通的态度，教会自己的女儿：女人最具风情的地方，也许不在酥胸蛇腰，而在最低处——在纤美的双足和细巧的踝骨上。拥有美足，又懂得使用其中的挑逗性密码的人，才拥有彻骨的风情呵。



沙滩上的赤足欢愉

◎亚美/26岁/化妆师培训经理

我们是一年前同居的，不可避免地，经历了热恋温度的下降。

好容易说服他一同去青岛度假，到了海滨浴场，这个无趣的人也只是用热沙把自己埋起来，一直埋到肩部，说：“热沙浴听说可以治腰肌劳损。”这样老气横秋的人，我真恨不能用沙子活埋了他。他闭目假寐，我就在他周围用脚趾在沙上画卡通玩。正画得入巷，热沙里忽然伸出一只手来，握住我的脚踝，“沙中木乃伊”声音沙沙地讲话了，吓了我一大跳。他梦呓般地对我说：“如果你穿绣花缎鞋是个什么样子？看到你的脚如此纯真生动，觉得你不去学印度舞真可惜了。”

一股麻酥酥的感觉直透心底。他很久没有赞美我的某个“零件”长得让人想入非非了，那一次海滨游，我们心照不宣地到处找，看哪儿有绣花缎鞋卖，好容易找到了，我立即在宾馆的地毯上跳如假包换的“印度舞”给他看，穿着缎鞋跳一段，脱了鞋又跳一段，很突然地，他重又被迷得神魂颠倒，不再以看“老家具”一样司空见惯的眼神看我了……

床上的芭蕾小品

◎清合/28岁/藏饰店店主

我刚去学芭蕾的时候男友起劲笑话我，说学芭蕾的人8岁打童子功者都嫌太迟，何况你28岁！我不为所动，28岁是女人的身体由盛而衰的一个转折点，如果不找一项运动来“提携提携”，盆腔肌肉马上会变得松松垮垮。我听说芭蕾舞中的很多基本动作，如压绷脚尖、单脚独立等，都有助于收紧盆腔和阴道，又能使小腿肌腱变得强韧，脚踝上的浮肉也会消失，我坚持学了九个月，从培训班毕业那天我坚持要在床上给他“汇报演出”。当我换上“四个小天鹅”的白纱裙，煞有介事地在床上表演单腿旋转、踮足滑步时，他先是笑不可抑，惊讶不掩于色，随后，眼神就变得暧昧起来。现在，他甚至会在地板上点一圈小蜡烛，自己躺在光圈里，让我穿着缎质的芭蕾舞鞋跳一段给他看，这，已经成了我们的“香艳前戏”之一。

给你来一个泰式按摩

◎邓梅/24岁/财会

是我的一个姐妹教了我一招，如何拴紧男人的心。以前他在外谈业务谈到两三点钟才回来。我都会不遗余力地声讨他，让他承认忽略了我、对不住我。然而我的一个小姐妹对我说：“男人的负疚心，储备是极其有限的，你老是挖掘他这方面的潜力，最后他厌烦了，离你而去时会一点负疚感也没有。所以你不要滥用他的负疚心态。”“那我该怎么办？忍气

吞声会得Ca的！”我大嚷。我的姐妹就教我一个“野蛮女友”之法：等他等到后半夜，一定要他尝一尝你的“泰式按摩”，既可能连捶带捏发泄一腔怨怒，又可以轻踩他的腰背施展挑逗本能，“如果他受不了撩拨，你们将有一场完美性爱。先前的怒气保管就泄光了”。

我马马虎虎借了两盘泰式按摩的教学DVD看了看，便不由分说就拿迟归的他当“实验品”。当我从他的肩背踩落到屁股的时候，我自己先绷不住乐了。他呢，一个鹞子翻身捉住我的脚腕说，你这个疯丫头，妖精，三更半夜来骚扰我，看我怎么收拾你……

◎史汀 / 27岁 / 短信写手

最棒的资源当然不能浪费

他第一次见我我就完全把他“钓”住了，那会儿我还在上大三，一面跟人电话煲粥一面仔仔细细在涂脚趾甲油，他来还我室友课堂笔记，撞见如此私密的一页，马上就想退出，我却没心没肺招呼他：帮我再去买一张电话卡如何？我这会儿正在晾指甲油，不能走啊！

他后来神魂颠倒地对我说，我那会儿的风范，还真像一个被宠坏的公主，“而且，是脚长得又好看又白皙的妖精公主哩”。

直到今天还是如此，我从他口上知道自己最棒的资源在哪里，从来就不会浪费——每每他躺在那里当“沙发土豆”，我的脚先伸过去投怀送抱，理由很天真呀，“让你瞧瞧今天新画的法式趾甲好不好看”。或者，“你看我戴脚绳有趣，还是戴这小小的印度脚铃好看？”我在一间专卖印度家具的小店里发现了镀金的小脚铃，系在脚上，屋里仿佛有小狗跑动。差不多，戴脚铃成了我发出的“做爱讯号”，就是我不想，他也受不了此等引诱啊。戴了小脚铃跟他玩床上游戏时，奇异的声响每每逗得人既提心吊胆，又乐不可支。我们的公寓隔音差，隔壁婴儿的夜啼声也听得见；一阵放肆的铃声响过，我笑说：“不知隔壁怎么猜？”

他的回答是：“不过是小狗儿在发人来疯。”我晕！

男人眼里的性感女人足

- 当然是瘦长的脚最妩媚，你看那些出口欧洲的鞋，都狭长如深海里的梭鱼。去拍那些鞋子的时候常常设想，是怎样的妖精才穿得上这样的鞋。连生理上也会有反应。（26岁，摄影师）
- 特别喜欢看女友穿露出趾缝的尖头鞋，就前面特别尖也特别浅的那种鞋，虽超级平跟也能突出脚的骨感。只有够成熟够有情爱体验的女人才有这样的骨感秀足。脚也是有“婴儿肥”的，太肥的脚丫烂漫过人，但浮浅，不耐回味。（34岁，广告企划经理）
- 带有镣锁的脚踝特别有吸引力，因为特别禁锢的细节恰恰含有特别放浪的因素在，因

此带小锁的脚绳看上去很诱人。(29岁, 化妆师)

- 听说第二趾细长有力, 超过大母趾的女人, 性能力与个性的开放程度都强, 我一直在寻找这种足型, 可惜很难找到。(32岁, 健身教练)
- 指甲油上得过分鲜艳, 肯定是分散性感指数的。我希望女友上的趾甲颜色, 是粉珍珠白、粉红、粉蓝等。看上去“无限接近于天使”, 与她在一起才不会有“棋逢对手”的心理压力, 过于浓的趾甲, 让人显老气, 而且太世故。(23岁, 广告文案)
- 脚弓一定要漂亮。对我来说, 脚弓的C型比身材的S型更诱人。扁平足就像飞机场的身材一样毫无吸引力。(24岁, 快递公司职员)
- 一定不能有无趾甲。(28岁, 教师)
- 女人在脚上抹润肤露的动作特性感, 基本上, 如此在乎保养的女人, 不会出现脚后跟粗糙如生锈水龙头的憾事吧。(30岁, 品牌代理)
- 踝骨千万不能水肿。拜托脚踝容易水肿的女人, 吃红豆、芹菜、木瓜、魔芋等防水肿的食物吧, 可以大大提高性感指数哦。(31岁, 健身俱乐部经理)
- 不要想着脚就是用来走路的, 在伴侣面前, 尽量开发双足的潜力会令你像蜜桃一样诱人。跳舞、足趾按摩、用脚铃来替人伴奏, 还有, 用足趾夹取打火机的动作也相当撩人。这要看你的“性商”之高低了。(29岁, 品牌代理)

有关“以脚诱情”的几个认识误区

Q 既然只有穿高跟鞋才能使踝部充分紧张起来, 线条变得紧致美丽, 那么, 是不是在闺房之内也该穿高跟拖鞋?

A 那倒不见得, 因为在男人眼里, 性感的脚不一定是咄咄逼人的美足, 看多了高跟鞋所代言的咄咄逼人的性感, 他们会认为古典化的情情也是诱人的。因此, 在深闺之中, 缎质绣花鞋配衬的悄无声息的纤足, 也是一种绝妙的挑逗。

Q 用脚去撩拨他的动情区的话, 会不会显得很放浪? 而且, 脚趾头是很笨拙的, 怕做不好此项功课哦。

A 的确不应该在刚刚熟悉对方的身体的阶段“以脚诱情”, 尤其不应该在不知晓对方身体开放程度的情况下贸然行事。但如果双方彼此熟稔及信赖, 脚的探索不仅是一种花样翻新, 而且点染了闺房内的香艳气氛。脚趾头的笨拙更不是缺点, 在恢复了赤子之心的人那里, 它恰恰代表了一种可爱。

Q 我的脚长得一点儿不“传奇”, 穿35码的鞋子, 脚型多肉、短小, 像猫爪子一样, 每一次我穿高跟鞋时他都要笑我。由此, 做爱时我把脚紧紧藏在真空中, 不让他看见, 这样做会令双方扫兴吗?

A 如果他可以坦率地拿你的“特征”开玩笑, 而一点不担心你会耿耿于怀, 说明你们之间有很深的了解和默契。为什么不用“猫爪”给他搔痒呢? 或者干脆撒娇犯嗔, 让他给“猫爪”涂指甲油。须知, 一个人的性感, 大半来自娱人娱己的能力, 在于自嘲的艺术和勇气。

Q 戴着金属脚链与他游戏, 他好像很不喜欢脚链的冷硬和硌人, 但, 不是说脚腕上的饰物可增添闺房情趣吗?

A 不妨换成皮绳结玉或皮绳穿珍珠的脚饰, 在闺房之内, 你不能把脚饰想象成你一个人的“装饰品”, 它更多地象征一种“游戏情趣”, 一种互动道具, 这个时候戴什么, 一定要观察他的反应才行。■(责任编辑: 红尘)

主人的尊严受到侮辱的时候，俺该怎么做？一股怒火冲上脑门，俺走上前去，一把抓住它的狗脖子，把它拎回家去！它很清楚回家后绝不会有它的好果子吃，一路上哀号不停，俺不动心，就是不动心！

俺家贝贝坨之四 块肉余生记

文 菩鲁

上周某日，母亲在厨房做饭的时候，被围前围后凑热闹的贝贝坨绊了一跤，35码的小脚肿得像三两重的大号馒头，开始了以卧床养伤为主的休息期，于是，俺接过雷锋的枪和母亲的炒勺。

俺的朋友都知道，偶们夫妇为了避免现实生活中发生见光死的故事，都调整了生活规律，成为夜间活动的一对鼯鼠，即白天睡觉，晚上干活（挖洞、写作、上网）……母亲脚伤之后，白天发生什么需要腿脚灵便的人做的工作，她就在隔壁房间里喊我们起来，比如接收邮递员送来的汇款单街道办事处送来的育龄妇女计划生育培训会通知扫垃圾的大哥收垃圾费等等……为了确保信息的传达，母亲在无聊卧床看电视之余苦练花腔女高音，俺们则开门睡觉以减少不必要的隔音设备……可是，天有不测风云哪！——昨天下午，邮递员先生来送汇款单的时候，母亲喊了几次，俺两人都没有醒过来……

幸好，幸好在报社实习的表弟最近住我家，夜里加班这时候也在睡觉，被母亲喊醒了，为邮差开了门，于是母亲签字领了汇单，于是邮差先生告辞，于是邮差先生没有关好门……于是贝贝坨，我们的贝贝坨小同学，带着一颗驿动的心，跑出了门……

再然后，表弟先生去报社加班，母亲发现狗狗不见了却无能为力。

等俺从梦中醒来，已是晚上六点半，刚换下睡衣出来准备洗漱，母亲就说：“贝贝坨跑出去了……”

这个时候，天已经下了好几个小时的雨，距离邮递员先生离去，也已经有一整个下午的时间……

居然偷跑出去不回家！怒从心头起恶向胆边生，顾不得洗漱，俺散着一头乱发，举着伞，拎起一把扫帚，冲进了雨中……喊着它的名字，走出院子，问了几个人，一直走到外面临大街的路口，才听人说看到它在街边小饭馆里——俺最恨贝贝坨的一点是它喜欢看人吃东西，只要看到人家嘴动，不管吃的什么它都恬不知耻地摇着尾巴去讨来尝尝，好吃就再要，不好吃就吐掉，而它现在居然跑进饭馆——“丢人VS现眼”的伟大时刻就要到来了！

俺目不斜视进了饭馆，不需要斜视，就看到贝贝坨这个家伙，一身黑泥黑水，蹲在一个食客的脚下，仰着脖子正望着人家，左右晃着它水嗒嗒的尾巴……看到拿着扫把的俺，只是瞥了一眼，就继续它的讨食事业了……主人的尊严受到侮辱的时候，俺该怎么做？一股怒火冲上脑门，俺走上前去，一把抓住它的狗脖子，把它拎回家去！它很清楚回家后绝不会有它的好果子吃，一路上哀号不停，俺不动心，就是不动心！

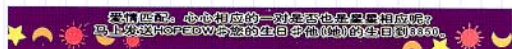
回到家，按倒在地，屁股上打了几下，才放了它。老公这时候也被它的哀号叫醒，问了情况后，指示要把这喜欢乱跑的狗关到门外，等到它回不了家，开始着急的时候再放进来，否则以后一有机会它还是会往外跑，这招毒了点，外面在下雨啊！可俺还是照办了……

贝贝坨很可怜的，在院子里转来转去，跑到旁边周阿姨家，扒着她家的半门（为了防止她家里的小狗皮皮乱跑，她家准备了一扇矮门，人可以跨出去，狗出不来）摇尾巴，于是，周阿姨来帮它说情了……说情未果之后，她回到家，抱着皮皮，隔着半门望着贝贝坨，教育皮皮说：“看到了吧？贝贝坨不听话，家里不要它了呢，你要听话啊！”

为了让贝贝坨回家的念头更迫切，俺们在放它进屋前开饭了，就是要它闻到食物的香味，却不能享受和一家人共进晚餐的快乐！果然，它闻着门里传出的饭菜香，先是努力扒门，发现无济于事之后，就只好蹲在门口，呜呜地轻轻叫着……

当然是要放它进来的，但那要等我们吃完了饭再说，不但如此，还要让它看见我们已经收拾起来了，没有人在饭桌边把绿色的菜叶红色的肉喂给它，不但不给，还要让它看着我们拿走……

经过一番惩罚式教育加萝卜排骨汤青菜肉片鸡肝饭的安慰，贝贝坨现已认识到自己所犯下的严重错误，出于对被“抛弃”的恐惧，它已经开始收敛自己的行为，它罕见地乖了一个多星期……



我鼓励她：“谈恋爱本来就是力气活呀，坚持一下！”她瞪大了眼睛，叹了口气说：“没错，我花力气谈恋爱，就当自己是花力气跳减肥操好啦。”

好男好女

文 维舟

谈恋爱是个力气活儿

Linda 周末出去玩了蹦极，回来得意洋洋。我打量她一下说：“看不出来啊，还以为你弱不禁风的，会有恐高症呢。”她一脸诧异：“我怎么会有恐高症？只要是帅哥，无论是个子高、学历高，还是收入高，我一律不恐，只有你们这些没出息的男人才恐惧女朋友比你们高！”歇了一下，她又语重心长地说：“实在要说我恐高也可以，我是惟恐他们不高的‘恐高’！”

她这么义愤填膺也是有道理的。前一阵她在一个论坛上发帖说：“我的要求并不高，只要他本科毕业，事业一般，比较爱我……为什么连这样的男生都很少呢？”结果有人回帖：“哇，这要求还不高？楼主这是在找人吗？这是在找神！”

不过年纪大了，不得不面对一些现实，她感觉很郁闷、无助，没想到自己现在竟然庸俗到要去相亲来解决人生最美好的事情，真是太没气质了。虽然很抗拒，她还是去相了一

就是不喜欢这个习惯，梁朝伟也说服不了我。

烦恼人生

文 云胡不喜

吃饭的架式

我知道，我这个人，很麻烦。

特别是出去吃饭，会很麻烦，因为我爱观察人。而饭场又如情场，各色人等都有。

以前我最讨厌一些人吃饭，右手拿个筷子外，左手还要拿个汤匙，好像忙得不得了似的。我就不明白，中国人，有什么吃食是一双筷子搞不定的？挑鱼刺？有一种学日本人做的尖头筷子，是专为挑鱼刺用的，能用一手做的事，为什么要笨笨磕磕地再加一只手，再拿份工具？

后来我又发现，吃面的时候左手拿个勺子倒也好，就不用把面一节节咬断或发出恐

次，后来我们问：“那个人怎么样？”她郁闷地咆哮：“是个猪头！”不过后来好事者仔细打听了一下，发现她也有责任，她那天穿得太马虎，而且因为碰到阵雨，手里拿着一把仓促买来的伞，甚是破坏形象。我们教育她：“以后兵器的搭配也很重要，你看看武侠小说里面，哪个美女手里拿狼牙棒的？王语嫣有拿吗？”

在一些过来人的潜移默化下，这一两年，她的性别意识苏醒了，变得越来越女性化，真的很有点魅力了，这样下去，随着辐射力的增强，相信靠近她的男生将越来越不能抵挡。连Shirwin这样口剑腹蜜的男人，也不能不歹毒地赞叹一声：“Linda现在怎么像个女孩子一样？”

她终于在相亲时认识了一个还不错的男生。那天据说她羞答答的（我真想不出来是什么样子的），大家心里都很美好地涌起初恋的感觉。男生想送她回家，问：“你住哪里？”她脸红了一下，想说：“小木桥路。”转念一想，这个地名太土，自己不是刚刚看了一篇“论美少女不应该住在地名太土的地方”吗？于是羞涩地回答：“枫林路附近。”

因为前景未知，她叹了口气：“太辛苦了！做淑女真不容易啊。”

我鼓励她：“谈恋爱本来就是力气活呀，坚持一下！”她瞪大了眼睛，叹了口气说：“没错，真的是个力气活——不过如果值得，多花点力气也不要紧，我花力气谈恋爱，就当自己是花力气跳减肥操好啦。”

是，为爱情流点汗，总比流泪要好。

怖的吸溜声。又发现，吃馄饨的时候，他那个馄饨，一口咬下去恐怕得给烫死，盛勺里呢，右手拿筷子正好拦腰掐断，两口一个，还汤汤水水的都吃全了。

但是我最看不惯的还是吃米饭的某个人，先喂什么似的一古脑将菜倒在饭上，搅和搅和，拿起勺，拿起筷子，两粒三粒将饭数着扒到勺里，再一下两下将菜放上，摆摆平，摆摆好看，张开大嘴，啊唔的一下，放进去，我在旁边看着，只觉得真笨。啊，除了吃麻婆豆腐盖饭的时候，我想不出这样子吃饭有什么道理。

《无间道》中，梁朝伟刚被老板算计了，挂着彩吃老板赏的鱼翅饭，好香，可是他两手并用的样子，让我直皱眉。

就是不喜欢这个习惯，梁朝伟也说服不了我。❏

（责任编辑：黄昀）

（你也有有趣的事与大家分享吗？请发到victorsunny@163.com）



击中你的软肋

清晨7时许的新机场，我一个人赶早机，在还没有热闹起来的候机室里依然有嘎嘎怪笑的顽童，坐下来旁若无人搓脚趾的大婶以及大声打电话的陌生男人。我因为手里有两本方方正正的《恋城志》而特别心绪安静地读起书来。

在一篇名为《第一次》的故事里面，被冻得像一块冰的小咪对冬冬说：“……我好像一直被所锁在看守森严的花园里，我害怕你进来以后看到没有衣服穿的我，多年以来一个人孤单地蜷缩在角落里面……”

这是王槎在这套城市恋爱漫画读本中一直坚持的文字风格——清淡简洁，却恰到好处，用看似平静无奇的口吻讲述故事，然后在某个意想不到的句子、乃至更简单到某个词汇符号里面，精准地就击中你隐藏在心灵深处的那根软肋。

跟大多数恋爱读本相同，在这两本书共35个故事中，你能时时刻刻感受到那种潜藏在每个故事背后、专属于成人童话的感伤气氛；但是跟大多数恋爱读本不同的是，这种感伤气氛似乎并非是作者写作过程中一个特别刻意的初衷，反而，应该说在整个创作过程中，作者更像是一个城市故事的冷眼旁观者，在融合了自己生活经历的淡淡忧伤和喜悦之



王槎 王槎画 王槎画

那时候的快乐是

后，她只想简单地说些故事给你听，却没来由地让你悲伤了，你会为了《交流电子》里面那两个永远都没有机会谈一次哪怕飞蛾扑火般的恋爱的男女而忧伤，你还会为了燕子和芦苇之间绝望的爱情而心碎，你可能还会为了失去伴侣却一直都没有停止寻找的柴郡猫而莫名心悸……这也就好像王槎自己在扉页上写的那样，“我本来想写一本很快乐的漫画书，但是不知道为什么写着写着就变了，像一个小孩子滑雪橇，来不及到坡底就长大了。”

我所认识的王槎本身也是一



个酷爱童话的人，譬如她家里的书架上正摆着两个硕大的麦兜公仔，譬如她也喜欢几米以及日本插画家安西水丸为村上春树画的那些插画，再譬如她家中的众多大小摆设中也不乏很多很出名的童话形象。我曾经试图比较这本由王槎跟拍档李超雄一起创作的绘本恋爱故事跟市面上其他一些绘本故事（比如几米、朱德庸）的区别在于哪里。归根到底，还是在于创作者的态度以及讲故事的角度有所不同吧。几米的东西可以很个人，精致而温馨，细微的感人之处犹如原野上遍布的蒲公英；朱德庸的东西关注两性关系、生活百态，力图用最落地最直接的方式来解读人群；而透过王槎的文字和李超雄的插画构造起来的童话故事则更像是东京铁塔上那个巨大的观光望远镜，透过这边窄小的镜头，你便能窥探到宽泛的那边——那是这个城市最内核最柔软的心脏，那是大多数城市平凡人对于爱情最原始最直白的感触，大多数人在还没有了解爱、从未尝试用华丽的语言来表达爱的时候就已经跟爱和梦想擦肩而过。

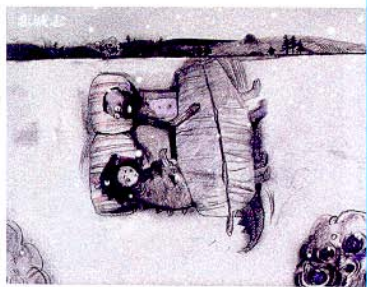
只能说，这样残酷而冷静的真相注定了《恋城志》必然带来的感叹和悲伤。

有的时候，城市犹如一只容量可观

却冰冷坚硬的容器，生活在城市里的人群则如同一只只被凝固在琥珀中的蝴蝶标本。

那为什么还要“恋城”，为什么还要相信童话，尤其当你明知越是接近童话背后的真相，很有可能会在不经意间就被击中了心灵的软肋？

这同样跟态度有关。因为，与其说《恋城志》是在通过童话来蓄意提醒悲伤，不如说，他们真正想实现的是通过童话来温柔地安慰，击中软肋后的痛楚也是为了不让你心中那部分真正的童真渐渐死掉。❏（责任编辑：张静琳）



小雪



让快乐优先

《七里香》

张开嘴就会说最近郁闷得很，想要找到共鸣或者抚慰，呵呵，不可以，我这里不给，那是你的观点，并不能推而广之。快不快乐，别人说了不算，由你来。你不信，那是因为你压抑太久，我为你悲哀，你的地盘你说了都不算。不妨听听周杰伦，这个时代需要他，即使口腔里发出的声音依然含混不清，但那没有什么太大遗憾。《我的地盘》里，他斩钉截铁的口气告诉你为什么要让莫名其妙的情绪来控制你，那本该是由你掌控的 ZONE 呀；《外婆》里穿上复古西装带上外婆开上拉风古董车，不管别人怎样讲，只要自己快乐外婆也幸福，这就是最 HIGH 的事情……干吗不让快乐优先呢，傻傻的你！现在就打开 CD，跟着 Jay Chow 大声唱：“把音乐收割 / 用听觉寻找快乐”，你好好反思，我走先。



《细说漫游》

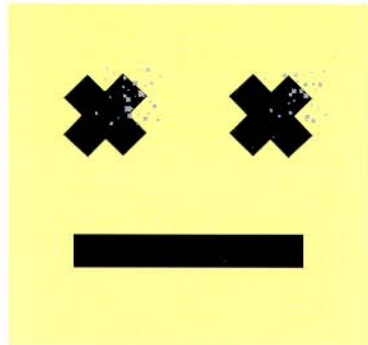
全是上世纪90年代末酒吧氛围里慵懒的沙发音乐，在《细说漫游》里，被 AIR 这两个迷死人不偿命的家伙 Nicolas Godin 和 Jean-Benoit Dunckel 发挥到极致。他们是不会让一丝的忧郁穿越他们的音符的，法国佬嘛，会享受，浪漫爱情，精妙法餐，还有动辄就会的罢工……让人羡慕呀，一切都遵循着让快乐优先的条例。《樱桃女孩》里软绵绵涟漪般散开的电子音符令双颊微醺连思绪也想入非非，而简约主义的《狂爱数学》里则布满着机械式的律动，偶尔也会有华彩出来，仿佛做爱的过程里特别的温柔一下子迸发出来；还有一首《一个人的京都》，精致但令人心碎。刚想说这还算快乐吗，转过身就发现这不是索菲雅科波拉的电影《迷失东京》里的主题曲吗，讲一段美丽的邂逅，心碎就心碎吧，但也心醉，属于另一种的快乐。

人生路上从来都不缺少伤感,但最精彩的处理莫过于如此:与其让悲伤压抑心灵,不如面带微笑前行,让快乐优先。

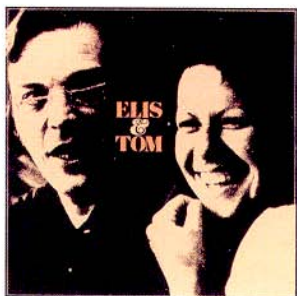
《微笑》

封面上微笑的LOGO,难以相信出自彩虹乐队,曾经的狂傲不羁如今终于烟消云散。毕竟,乐队走到辉煌之后便不可避免遭遇争执、苦恼、单飞与沉寂。四年里,终于让这些年少轻狂的小子们慢慢读懂人生的滋味,这才决定重新走到一起,拿出最新唱片:《微笑》。吉他、鼓,还有贝斯的声音可以很躁,但那是另一种方式的乐观,宛如他们恣意而兴奋地唱《接吻》、唱《绚丽的梦》、唱《感觉非常好》,铿锵、跳跃而洋溢着诗意的美感。是呀,与其笑容也可以表达忧郁,那为什么又要让自己在苦闷中沉思?难怪他们会不好意思地说,分手真是一个错误。现在他们终于读懂:与其让悲伤压抑心灵,不如面带微笑前行,这样的行为,才是这个时代里最经典和最酷的。

L'Arc~en~Ciel SMILE



Antonio Carlos Jobim & Elis Regina



《爱丽丝与汤姆》

鼓点和吉他的节奏紧密穿梭交织,甜蜜、干净。那个女人的唱,沙哑的嗓音,迷离的语气,偶尔也走神,但此时的噪音越发妩媚,令每一粒音符都有了可以回忆的故事。还有那个男人,间或也会插进来发几个性感的音节。死党大声说,爱死了这碟子,里面的音乐明明伤感透了,但却是用快乐的方式来表达,过瘾。我揶揄,整个上世纪70年代最经典的巴萨诺瓦专辑,还是大佬 Antonio Carlos Jobim 和 REGINA 亲自出马,不叫你爽透,才叫怪!突然想起村上春树评论也是巴萨诺瓦高手 Stan Getz 的话:“就算生活在严寒的北极里,他的音乐也会如天使的羽翼般,从来不曾失去一份自得其乐的优雅和快意。”真是经典!把悲伤裹紧,让快乐先行,呵呵,难怪有那么多人喜欢在欢悦的巴萨诺瓦里落泪,以前不懂,此刻里全明白。☑

一个人，能霉到什么地步，这个问题恐怕只有上帝才能回答。

在所有的霉运里，有家归不得，应该算是最霉的几种状况之一，不但有家归不得而且还被关在机场十六年，实在是匪夷所思，霉到不能再霉。

能性就是 50 - 50 呀。

爱慕女孩的男子找到维克多，向他提出一个 offer 说，只要你帮我追这个女孩，我就包你的三餐。两个人达成了协议，每天维克多都兴致勃勃地去排队，向女孩提出各种各样的问题，然后回去汇报给管飞机餐饮的男子，每天都吃得饱饱的。

这时上级决定要给他一个获得新生的机会，把维克多带到办公室，说你只要回答好我的一个问题，你今天就可以进入纽约。维克多紧张地聆听那个问题，问题是，你害怕回到你的国家去吗？维克多想都没有想，说：“No”，上级说你为什么会不害怕呢？亲爱的维克多，你别怕对我说你的害怕，说吧，你害怕回去吗？维克多眨眨小眼睛，迷惑不解地说，那是我的家，我为什么要害怕回去？上级恨铁不成钢地一脚把他踢出办公室。

维克多遇到了心爱的女子，开始为了能和心上人一起吃顿像样的晚餐努力挣钱。他到机场的每一个小商铺里应征，磕磕巴巴表示自己愿意提供服务。一次又一次的碰壁没让他垂头丧气，一次意外的机会使维克多找到了每小时 19 刀的工作。

故事的最后，维克多对女子说，他之所以要来美国，是要获得一个乐手的签名，那是他父亲的愿望，愿望装在一个不离身的小罐头里，感情上来的时候，维克多会双手捧着小罐头深情地亲吻一下。他为女子修葺了一个金壁辉煌的喷泉，女子为



他争取了进入纽约的一天有效的通行证。可惜好莱坞现在不喜欢让爱情太圆满，而喜欢做一些形而上学的调整。维克多与心爱的女子用目光告别，获得了最后一个签名，满足地笑着说：let's go home。



这真是一个典型的好莱坞励志影片，而维克多的真诚却打动了每一个观众。他仿佛从来没有被这些挫败和折磨打倒，乐呵呵的晨起夕憩，为了自己当前的目标不懈地坚持。Tom Hanks演的这个中年老男人，走起路来稍微快一点就像只鸭子摇摇摆摆，两只小眼睛眨巴眨巴地看着你，努力地在肚子里面不多的英语词汇中搜刮出一两个合用的单词。阿甘也是个执着的人，做干般事行万里路，可是阿甘的执着相对于维克多来说，要显得相对“无知”一些。这里的无知不是说他蠢，而是说他相对粗糙。维克多作为一个正常人对困境的感应比阿甘要更为敏锐，他的没有崩溃和安之若素，就更不太容易。一个一个的倒霉打击，好像锤子一样落在他的身上，维克多仗着自己胖，拿肉身就接将下来。他从来没有抱怨自己的困境，只是不断度过每一天。惟一的一次发怒是在上级的办公室，那家伙阴惨惨地说，维克多，咱们现在是一条绳上的蚂蚱了，我一天不离开这个机场，你也一天别想离开，你的，明白？维克多抱着硕大的鱼标本，憨厚的胖脸上还残留着刚刚堆出来的笑，听了之后，用蹩脚生硬的英语说，我想你不

喜欢鱼。然后摔门而去。

当然在真实生活里，Mehran Karimi Nasseri还比维克多要倒霉得多。Tom Hanks为了拍摄这部片子，在纽约机场呆了一年，而今年59岁的Mehran流落在巴黎的戴高乐机场已经超过16年之久，他没有固定的住址，你只能通过机场一家药店的电话来联络他。Mehran说，这不是一种生活，而是一种长久的等待，你永远地处于一种等待离开状态——而你却无法知道那个时刻将何时来临。

从容貌上来看，这个秃顶的男人与电影中的维克多没有丝毫的相似之处，他之所以滞留机场不得离开的原因，现在连他自己都已经记不太清楚，有人说他神经有问题。可是他依旧骄傲地宣称：“我在这里有很好的生活，每天都阅读和学习。”从电影到真人，我们认识到：人，没有最倒霉，只有更倒霉。

倒霉了怎么办？计策不多，如果用维克多的方法，大约是先要有“既来之，则安之”的态度，又有着“兵来将挡，水来土淹”的镇定自若，再加上处变不惊大智若愚的混沌性格，就会把自己生命中各种霉运，击得落荒而逃。■（责任编辑：黄韵）



丑陋，是因为凑合

男人都受不了贪心不足（欲張り yokubari）的女人，希望另一半能温柔（物腰が柔かい monokosi ga yawarakai）、善良（やさしい yasasii）、宽容（思いやりがある omoiyari ga aru）。但女人往往把这些要求理解为“要求不高”、“容易满足”，因此努力压低自己的欲望，凡事凑合（とりあえず toriaezu）。

从小，女孩就被告之不要咄咄逼人、争强好胜，学习成绩优秀固然好，中等也就凑合了；体育不用太好，免得练出一身横肉，能及格就可以了；打扮不要太过出众，干净整洁就可以了。长大后，读个普通的大学，混个轻松的工作就可以了，千万别做女强

人，否则嫁不出去。找男朋友也不能太挑剔，否则错过了适婚年龄（婚期 konki），成了老姑娘。嫁别嫁太出色的，否则守不住，中年离婚，还不如一开始就嫁个一般的，白头到老……我们的女孩从小就受这样悲观的教育，自然养成中庸之道，只要达到平均水平就满足了（平均的な幸せが手に入ればいい heikintekina siawasega teniireba ii）。

说实话，甘于平庸的女子在18、20岁时不乏亲切、可爱之处，通常也能顺利出嫁，但婚后多半成了黄脸婆：被动、焦虑、空虚，能否幸福，就很难说了。而嫁不出的就更糟糕了，因为习惯了凑合，结果没有一项



过人之处，又没有婚姻做“避难所”。凑合的习惯是丑陋（おブス obusu）的根源，是时候好好反思一下了。

凑合派工作虽然认真，但态度消极（真面目に仕事はこなすが消極的 majime ni sigoto ha konasu ga syoukyoku）。每天回去，就等事情找上门，处理完，捱够时间就回家（言われたことはちゃんとするけどあまりやる気が見えない iwareta koto ha tyanto surukedo amari yaruki ga mienai），老板不踢就不动。为什么不主动一点呢？多点了解整个部门和公司的动向，会让你觉得自己的工作更有意义。每天回去，先不忙回Email，可以先坐下来，想想一天要干的事情，做个计划。写文书时设计一下，让版面更简洁，意思更清晰。打电话要面带微笑，对方虽然看不到你的表情，也一定会感到有所不同。即使今天没有重要会议，也要好好装扮（おしゃれ osyare），以防突然要见客。下班后去聚餐（飲み会 nomikai），不要躲在一边猛吃，可趁机把老板发展成你的朋友（味方 mikata）。要让大家时时感到你的存在，如果你单求没大错就算，升职加薪肯定没份儿，倒是裁员（リストラ risutora）的时候第一个想到你，岂不糟糕。

没有自信的人，最怕和别人不一样（みんなと同じが安心 minna to onaji ga ansin）。这在对待恋爱上尤其明显。明明不是自己喜欢的，可有人追总是好的，随便先谈谈（とりあえずつきあう toriaezu tukiau）看吧；就算和他在一起很无聊（つまらない tumananai），也不敢直接提；每次争论（けんか kenka）都是自己先认错（あやまる ayamaru）；不咸不淡地谈了三四年，感觉好像“鸡肋”，却自欺欺人地维持下去。惟一的理由，就是害怕孤独，没有男朋友就覺得不安（彼がいないとなんとなく不安 kare ga inai to nantonaku fuan），却从来没有勇敢地问自己，这真的是我想要的生活吗？真正可怕的问题是：虽然你觉得好像在屈服，但男方却并不觉得快乐，所以最后多半还是以分手而收场。要不就走向另一个极端，因为怕失败、嫌麻烦（めんどうくさい mendou kusai），就根本不尝试，保持着也无风雨也无晴的单身生活。

在日常生活中，凑合派没什么爱好（趣味），平时就是不停地看电视、发短信（ケータイメール keitai meiru）来杀时间，就算有喜欢的事情，也不很投入（楽ができるところ

はひと手間ぬく raku ga dekiru tokoro hito temanuku)。买东西不是专去十元店就是专去名牌专卖店。穿衣服没有自己的品位（スタイル STYLE），要不全身名牌（ブランド品 BRAND-hin），要不就上班穿标准套装，平时随便穿个T恤和牛仔裤。房间从不打扫，吃的就是快餐加维生素片（コンビニ食とサブリ conbibi syoku to sapuri）。老是凑和，身体和精神都很贫弱（hinjyaku），脑子老是一片空白（ボーッとする boo

tto suru)，面无表情，干什么都不起劲，非常沉闷（どんより donyori）。

其实，我们可以看出，凑合，并不是因为真的不在乎，到达了淡薄的境界。只是太多恐惧，怕孤独，怕与众不同，怕失败……好好想清楚自己怕什么，反思一下，那些东西真的可怕吗，还是说“丑陋地老去，平庸地死掉，好像根本没曾活过一样”更可怕呢？想清楚后，不用别人说，你就知道该怎么办了。■（责任编辑：邓辉）

天翼之链 专属MM的网络游戏

谁说网络游戏就是男生的天下，天纵网络公司运营的卡通网游大作《天翼之链》正是一款专门针对时尚MM打造的网络游戏，其中所有元素全部由手绘完成，草原、森林、场景精美如同油画，其故事情节和世界观则来自韩国著名前卫奇幻小说《符文之子》，在一个童话般的世界里上演着欢笑和泪水，爱情和友情，勇敢的奸诈……



心动十月，共赴泊美约会

蕴含天然植物精华、配合日本资生堂研究所的优良技术，泊美特别针对秋冬季节干燥的外界环境，推出一款具有超保湿滋润效果的新品——水分滋养修护面膜。该面膜中蕴含的高保湿美容液带来具有可媲美美容院护理的超保湿效果。泊美还为爱美女性带来更多美丽惊喜：在全国范围内开展的化妆品节活动中，泊美精心准备了多重好礼，包括泊美柔肤中样三件套、黑色时尚挎包、精致钥匙包等，呵护娇嫩肌肤的同时，更带来惊喜连连。



张小娴专栏

E-mail: amychung@hkcrown.com

我一向认为，女人拥有最浪漫的想法却不会付诸实践，惟有男人，他们想得不多，却会做出最浪漫的事情。

浪漫的人

已经五天没有踏出家门一步了。忙着写长篇小说，两年前已经想写这个题材，一直耽搁着（也可以说是酝酿！呵呵），最近才终于动笔，时间十分紧逼，压力好大，我想，我的样子一定已经变得很难看。我有好多天也只敢“偷望”镜子里的自己。

曾经反复问自己：“我追求的是什么？”

是爱吗？

却有人告诉我：“假使你追求的只是爱，你已经拥有了。”

那么，是自我吗？

自我却可能是孤寂的。

惊悚小说大师史蒂芬·京说，不写作的话，他可能会变成疯子。

我不写作的话，又会变成什么？也许会是个很懒惰但快乐的女人。

从不觉得自己是个浪漫的人，有人却说：“你拥有浪漫的思想。”

思想浪漫的人一旦掉落在现实生活里，不是找别人麻烦，便是找自己的麻烦。（找别人麻烦比较好！）

手头这篇正在写的长篇，是一个我自己觉得很浪漫的故事，不过，那样不正好，可以看看自己是不是真的拥有浪漫的思想。

在电视上看到张曼玉摘下康城影展的后冠，她在台上感谢她的法籍前夫，说他最了解她，为他度身订造这部电影。我觉得这就是浪漫。

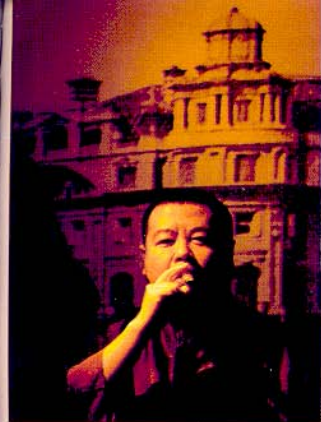
我可不可以一厢情愿地相信他爱她更深一些？

我一向认为，女人拥有最浪漫的想法却不会付诸实践，惟有男人，他们想得不多，却会做出最浪漫的事情。

我想做一本很浪漫的杂志，这种想法又似乎太浪漫了，杂志毕竟跟小说和人生不同，我只好拥抱着浪漫的情怀来构思更多新的内容。

浪漫这么不可实现，我要尽快“破关而出”，那么至少，我可以吃到一顿浪漫的晚餐。 [Z]责任编辑：黄韵





沈宏非专栏

都是苦出身

爱情有多么伟大？爱情有多么文化？不管爱过没有，答案多半会是天花乱坠，不知所云。

尽管奥运开幕式艺术表演第四幕出现激光投射的DNA双螺旋结构时，CCTV的女解说员无比激动地告诉大家：“人类在2000年发明了DNA”，不过她的前一句大抵不错：“历史也就进入了现代。”除了DNA之外，“历史进入了现代”的另一个重要标志，我认为就是生化科技对于“爱情密码”的破译，终于完成了弗洛伊德未竟之工作： $LOVE = \text{phenylthylamine} + \text{dopamine} + \text{nocepineohcine} + \text{enelocphin} + \text{vasopcessin}$ 爱 = 苯基乙胺 + 多巴胺 + 去甲肾上腺素 + 内啡肽剩下的，大概就是文化了。

爱情就是这么一场化学反应。当然，并不排除这可能是所有化学反应中最有“文化”的一种。当男女双双都High起来的时候，我们深信自己是在飞行，然而一切从地面起飞的“飞行”无不以降落为终结，落地之后，我们难免会发现所谓的“飞行”其实完全符合《反斗奇兵》里胡迪探长对巴斯光年（后者当时对自己是太空人而非太空人玩具深信不疑）在室内表演的“飞行”所下之断语：Falling With Style——“有风格地坠落”，或曰：“摔得挺漂亮”，“摔得有文化”。

这一种摔法，是因无知而导致的自讨没趣。食色性也，在饮食一事上，我们似乎正因为“有知”以及越来越有知而越“飞”越有趣，越吃越有文化。现而今，凡称饮食，必定后缀“文化”二字，尤如杀人者接下来必定放火。中国饮食自不待言，此外，目前被公认为全世界最有文化的吃喝，无疑是日本饮食。一团寿司，几片生鱼，若一时不能从中悟出一片禅机，至少也得吮出几滴心灵鸡汤不可。

吃喝的时候能这样想固然很好，至少结账的时候会觉得性价比极为合

理，午夜梦回，回味起来尤能在心中狂呼超值，不过，偏偏有些日本人却并不这么看。我听过日本人的这样一种解释，说日本人是在亚洲粒食民族中惟一以寿司和饭团这两种形式吃米的，之所以会选择这种形式，无非是能在最大程度上保证一口饭能以团状完整地送入口中，保证每一粒米都不会被浪费。之所以怪吝至此，无非是“国土局促，资源短缺”这一类老生常谈。鱼生也是这样，海洋比陆地辽阔之外，与煎鱼、蒸鱼相比，谁不知道 Sashimi 最省油最省燃料的一种吃法呢？

粤菜鼎盛的时代，全国人民不仅都学会了“生猛”这个词，“生猛”后来还由口上脑，变成了广东人的所谓“文化性格”。所有这一切，说穿了其实都跟气候和保鲜技术有关。

广州气候之湿之热，举国无双，而且有更湿更热的趋势。如此恶劣环境之下，吃东西若不一味求鲜活，就只能集体去做腐食动物了。至于粤菜在烹饪上的一系列独特的基本技法和理论，例如追爽滑脆嫩，原汁原味，喜清蒸，爱生食，好打边炉，崇尚现宰现烹，等等，皆因对原材料在“鲜活”二字上迫不得已的刻意追求而生。


当然，就保鲜技术而言，过去广州人没有电冰箱，全国人民都没有电冰箱。惟独广州人民拥有一样全国人民都没有的东西，那就是几乎终年湿热的气候，人不能跟天作对，故于保鲜一事之上，广州人不得不付出更多的精力，最起码，广州人不能像北京人那样在冬季把大量的白菜储存在家里，好整以暇地慢慢“叹”，广州人命里就没那个福分。当北方人在饭桌上热情地高呼“趁热趁热”，厨房里的广州人，心里多半都在哀求似地默念着“趁生趁猛”。

广州人既不是烹饪上的天才，当然也没有存着什么“残暴”的初衷。一切都是被逼出来的。虽然广州人民后来和全国人民一样都有了电冰箱，但是饮食习惯却已根深蒂固，基因化了，改也难。说得严重一点，也算是一种“被迫害后遗症”。我最烦听到有人用“生猛”来形容广东人的性格，不管是正面还是负面，直头就是扯淡。反过来说，如果广州人民在南越王时代就家家户户都拥有了电冰箱，而且冰箱里的鱼也是像广告里神经质地跳将起来的那种，也许今天的粤语词汇里就不会有什么“生猛”之类的阿物儿了。

现如今，和四川人一样有文化的还有川菜。作为传统川菜代表作的回锅肉，据说出自清末某宦途失意退隐成都的凌姓翰林之潜心研究。然而，

与其说这道千锤百炼、死去活来的回锅肉在烹饪上多么有文化，以资源经济学的角度观之，无非是因为蜀地缺乏江鲜海鲜，历史上的蜀道之难，又令物流不畅，所以才不得不在一口猪身上翻来覆去地折腾。

另外，把菜烧得如此之辣，初衷其实也只有一个：多下几碗饭。第一个吃螃蟹的人，不愧是真的猛士，与此同时，丫当时无疑也真的很饿。

文王拘而演《周易》，仲尼厄而作《春秋》；屈原放逐，乃赋《离骚》；左丘失明，厥有《国语》；孙子膑脚，《兵法》修列；不韦迁蜀，世传《吕览》；韩非囚秦，《说难》、《孤愤》；《诗》三百篇，大抵圣贤发奋之所为作也——中国文化的经典尚且如此，所谓“饮食文化”，无不美轮美奂，煞有介事，根子上无非是因为贫穷，因为短缺，因为窘迫，都是苦出身，都不容易。如果一口咬定非有“饮食文化”这回事的话，也应该是一种“节约文化”。过分的文化自欺使饮食成为皇帝的新装，因为我们已经证实，所谓爱情正是“穿着”那套新装的皇帝。一部烹饪史，某种意义上其实就是一部口腔的“被迫害史”以及“反迫害史”。 (责任编辑：程宇彤)

下载铃声：进入手机写信息状态输入：HOPELS# 铃声代码，发送到 8850

本期推荐的热载铃声

艺术家	铃声名称	下载代码	艺术家	铃声名称	下载代码
陈明真	两个	ls356	杨千桦	咖啡因	ls367
陈琳	不想骗自己	ls357	萧正楠	楼下楼上	ls368
张国荣	共同渡过	ls358	老狼	晴朗	ls369
黄征	小气鬼	ls359	杨千桦	扬眉	ls370
游鸿明	台北寂寞部落	ls360	杨千桦	小岛	ls371
黄征 羽泉	奔跑	ls361	杨千桦	让我重新爱上你	ls372
黄征	爱情诺曼底	ls362	梁静茹	向左转向右转	ls373
韩红	这样的女人	ls363	蔡依林	说爱你	ls374
张学友	人间道	ls364	蔡依林	骑士精神	ls375
杨千桦	我很好	ls365	蔡依林	看我七十二变	ls376
杨千桦	什么都不怕	ls366			

热载图片

下载待机图片：进入手机写信息状态输入：HOPETP# 图片代码，发送到 8850

下载代码	图片	下载代码	图片	下载代码	图片
xw358		xw365		xw372	
xw359		xw366		xw373	
xw360		xw367		xw374	
xw361		xw368		xw375	
xw362		xw369		xw376	
xw363		xw370		xw377	
xw364		xw371		xw378	

等待 5 秒钟就可收到你心仪的铃声或图片了。(限神州行、全球通及上海联通用户)

陈非子专栏

暗恋正是这样一种感情，它在逆境中诞生，在逆境中成长；它只求给予不要索取，它只求奉献不要回报；它因保留了自身和宇宙的和谐而永久，终于成为女人最受用的自我珍重。

暗恋光荣



我喜欢美国电影《爱尽一生》的一句话：“爱从来不因为我们看不见它而不存在。”

事实上，每个人的内心都有爱的禀赋，它牢牢地根植在我们的内心深处，所以当你尝到爱的痛苦时，惟一能做的是努力回归自己的内心，求助内心的爱，使自己变得更有信念，更有力量。

西班牙思想家乌纳穆诺说：爱人，是比被爱更人性的爱。而人类心中存在的各种爱意里，我以为最崇高的一种感情，就是暗恋。女人因它的发生而勇敢，因着它的存在而骄傲。它是未被现实磨损的爱，不被功利动摇的爱，这样的爱一经发现并确认，我们再不会软弱了，再不会因为看不见它，得不到它而绝望了。

多年前，有一部轰动的墨西哥电影《冷酷的心》，曾打动了无数女人，我相信，它会永远地打动人心下去。

善良的莫妮卡因深爱的恋人奥斯瓦尔多做了姐姐的未婚夫而伤心欲绝，为不给姐姐的恋情带来阴影，她毅然来到修道院，准备在里了此一生。这时，在首都获得律师学位的奥斯瓦尔多正准备返乡，不久将和姐姐阿伊美喜结良缘。莫妮卡接受了院长的意见，也打算考验自己的伤痛是否痊愈，她回到家中。回家后的莫妮卡很快得知了姐姐的外遇，情人是一个被称为“魔鬼”的海上生意人胡安。回家后的奥斯瓦尔多也听说了未婚妻的不贞，并在舞会上目睹了胡安和阿伊美的眉目传情。愤怒的奥斯瓦尔多责问阿伊美，阿伊美为保住自己的婚姻，把这一切事情都嫁祸在妹妹莫妮卡的身上。

为了奥斯瓦尔多和姐姐的幸福，莫妮卡勇敢地承担了一切不实

之词，并立即随胡安出海，旅途中，莫妮卡受到了胡安精心的照顾，而莫妮卡也在多日的相处中了解了胡安的身世和遭遇。原来胡安正是奥斯瓦尔多父亲的私生子，父亲死后被哥哥的母亲赶出了家门。胡安非要和阿伊美相好：一是为了解决情欲，二来也是想从哥哥的身上讨回自己的公平。

但上帝就是这样公平，他不但惩罚了阿伊美的专横和自私，还让胡安和莫妮卡这对不幸的恋人在患难中获得了真正的爱情。莫妮卡的善良深深地打动了胡安的心，使他感到了自己的污浊。旅途中，当莫妮卡给胡安讲述了自己曾经对奥斯瓦尔多有过的爱情时，情不自禁地说出了自己的心言：“暗恋，暗恋是一种崇高的爱情。”

在胡安被指控走私的日子，莫妮卡再次把自己的暗恋献给了爱人。在法庭上，当需要证人出庭作证时，莫妮卡勇敢地走上辩护席，对着胡安、对着奥斯瓦尔多、对所有在座的朋友和家人道出了自己的心声：“是的，我爱他，一直以来我深深地爱着我的爱人。”

这就是暗恋，暗恋在逆境中诞生，在逆境中成长；它从一开始就把爱埋在心底，不是为了自己的虚荣；它只求给予不要索取，它只求奉献不要回报；它可以为不知它的爱人承担苦难，也可以为爱的永恒付出生命，它因忠于自己的贞洁而美好，因不染指世俗的利益而干净，因着爱人的幸福而感动，最后，它因保留了自身和宇宙的和谐而永久，终于成为女人的史诗和最受用的自我珍重。

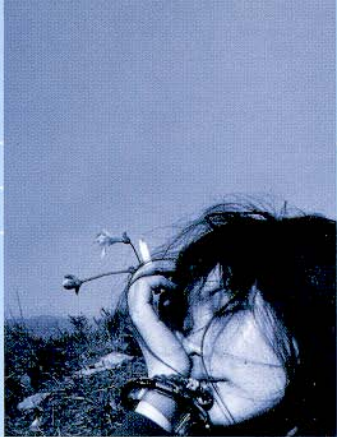
尽管物欲横流的世俗让爱离我们越来越远，情感世界的动荡让爱的旅程越加辛苦，不要紧，只要挖掘出心里的爱，不管你是否遇到真命天子，都要相信，当你独自前行时，那人已等你在灯火阑珊处。

因为，在这不尽完美的世界上，只有暗恋能让你心中的爱获得永恒，只有暗恋能让你充分体验到爱的律动。于是，为了忠于你的爱，把自己交给暗恋吧。一旦从暗恋的痛苦中走出，你会获得自我的升华；一旦走完暗恋的旅程，你会获得爱的完整。

那是因为，爱——无处不在，这正是造物主赐予我们的生存本能。■（责任编辑：黄韵）

曾无艳专栏

让我们温柔地吵架吧



夫妻俩吵架，是一场100%的悲喜剧，吵的人全情投入，旁观的人提心吊胆。察言观色，却连劝都不敢劝。谁跟谁吵架，都可以劝，但是，夫妻吵架，绝对不能劝的。你不能指责谁，只要你指责某一方，你就有了立场，原来你在偏帮另一方！你也不能安慰谁，因为你的安慰根本起不了作用，因为人家需要的是对方的安慰。曾经在一次旅途中，车上两夫妻吵了起来，而且相当激烈，我摒住呼吸，静观其变。谁知那司机大哥却仗义出来主持正义，大谈为人妻之道，教育那位做老婆的，这好啦，做老婆的矛头一转，对他开炮：你懂个P，关你P事！毕竟是人家两个人的事，而且，夫妻吵架，床头吵架床尾和，你费那心思，管那闲事作甚？

朋友借住在—对年轻夫妻家，那对夫妻三天两头吵，通常情况是这样了，早上起床，因为是早餐，因为刷牙，因为任何鸡毛蒜皮的小事，他们都可以大吵出口，恶语骂尽，女的掩面痛苦，男的摔门而去。第一次见识此情此景，吓得我那朋友大气不敢出一声，一整天都在苦思冥想，晚上他们回来，怎么劝慰这对不懂得珍惜的小夫妇。谁知一到晚上，这对夫妻跟没事人似的，手挽着手回来了，两个人还叭叭叭地亲个不停。又吓了我那朋友一跳。

因此，见惯夫妻吵架的人，通常都可以对别人两公婆吵架视而不见。最酷的场面是这样的，—众老友聚餐或一起出去玩，突然其中一对吵了起来，于是，大家都不再吱声了，没有人劝，没有评价，十几双眼睛齐齐盯着这两公婆，记下对骂时的经典句式，以供日后调侃，心中暗自评判谁对谁错，那情形，绝不亚于观看—场紧张的大的赛事，旁观者的任何轻举妄动，都会影响选手们的正常的发挥，或者影响局势的发展，谁都不愿意担当这样一个罪名，不如大家都以静默的方式对这一场架表示最崇高的敬意。

偶尔听到有人说，谁谁谁夫妻二十年，连脸都未红过！天啊，何其闷的两个人，真让人受不了。两夫妻不吵架，惟一的原因是他们还不够亲密。牙齿和舌头在一起的时间长了，都有碰撞的时候，夫妻俩不吵架，生活还有什么意思。

而且，适量的吵架对于夫妻感情来说，绝对是有益菌，它可以随时调整夫妻相处方式，优化相处环境。对方有些坏毛病，你不能老容忍，你忍，对方就不会改，忍的时间久了，你不变态才怪，还不如大大方方嚷出来：某某某，我警告你，以后再也不能把臭袜子藏在枕头下啦！嚷一次两次不管用，我就和你吵，吵得你鸡犬不宁，看你还敢不敢再犯。对于一重原则问题，就更应该吵，你不吵，对方就以为自己就是真理，哪里还会把你放在眼里。

老一辈的人老说，夫妻俩过日子，要有商有量，问题是，有人不和你商量，就做了蠢事，你还和他（她）商量个P，直接开吵好啦！

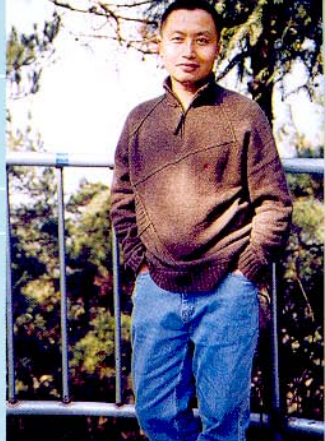
吵架不仅能看出一个人的真性情，还是检验夫妻感情的绝妙标准。你和他吵架了，你生气了。他的表现直接体现出他是否真的爱你，如果他懂得珍惜你的话，自然懂得怎么样哄你开心。如果他什么都不做，那么你也明白你遇着什么主了，该干嘛干嘛地去。

不吵那一架，我还真不知道自己有多爱他，这话听起来很贱，但是，却是事实。很多人就是在吵架中知道自己永远都离不开那个人。

朋友吵架吵到真的离了婚，大家都很难受。难受之余，就开始做自我检讨：以前吵架，动不动就说要离婚，如果真的离了，不就和那对离婚的一样，从此陌路。可是自己至今还是那么喜欢这个老和你吵架的家伙啊。想起来就后怕，以后就算再吵架，也轻易不会把离婚挂在嘴上了。吵架是为了什么，还不是为了以后少吵架，为了以后吵架的时候，分得出轻重。夫妻吵架，绝对是一个感情升华的过程，一开始，大家因为不了解，不理解而吵，吵着吵着，就摸清楚了对方的脾气，懂得怎样才能避免吵架。

不吵架的婚姻，是虚伪的婚姻，是不人道的婚姻，变态的婚姻。两个人的感情，不在吵架中爆发，就在吵架中灭亡。经得起吵架的婚姻，历久弥新，从大吵到小吵到不吵；经不起吵架的婚姻，早吵早离婚，早离早自由，也没什么不好。夫妻感情好不好，先吵它几架再说。■

（责任编辑：程宇彤）



我没有十分爱你

爱情是一项忘我的事业？诗人是这么讴歌过。可是，失恋的人，痛定思痛后，往往会发现，曾经的无私付出，犹如一江春水向东流，痛恨自己当初只一味地牺牲，而忘记好好疼惜自己，所以哲学家后来说，当你爱一个人的时候，爱到八分才是刚刚好。

朋友“菜虫子”小姐，是抱着惟他是嫁的“雌”心与一个海归派进行一场轰轰烈烈恋爱的，作为“他”的研究助手，她是崇拜他的，作为他的恋人，她是热爱他的。虫子把所有的时间都给了男朋友，当然也把所有能给的全部奉献，她不觉得不合适或者悲壮，只有快乐的情怀，和温柔欲滴的眼神！爱他，就应该如此投入，不分彼此，甚至为了能早日与男友同居，她把所有的积蓄加上向父母要，把筹到的30万现金义无反顾地交到男朋友手里，鼓励他尽快买套房子，海归派笑纳了，毫不客气，但是，房子的产权却是他的，因为他出的钱比虫子多。

虫子就这样模仿妈妈的样子做饭、洗衣、搞卫生、打蚊子、准备早餐……贤惠得天地动容，她忘记了自己的恋人之神圣角色，提前把自己交出去，这种疑似“按揭的婚姻”，虫子觉得很安全，其实这不该是恋爱的品质，婚姻中人才会去寻找所谓的安全感，她忘记了自己当前的角色是撒娇，是接吻，是享受，是看月亮，是快乐地跑他在后面狼狈地追……不知不觉中也把自己的未来角色悉数交出，她没有退路了，只有一个方向，那就是恋人，他是虫子的理想与明天。

问题是，自己从未想过爱情给自己带来了什么，她以为自己照顾着他，就是影响着他、掌握着他，而感情是无法量化更无法掌控的，她忘记了睡前要看一篇文章，她看不见其他异性的微笑，她甚至忘记给妈妈的生日打个祝福的电话……她在“慢性地殉情”，虽然她貌似现代、小资，其实内心

还是没有逃脱传统小脚女人“殉情的情结”，只不过她是一天天在消耗自己的青春。终于有一天晚上，做爱后，她莫名地伤感起来，也许是累了，也许是更孤独了，也许是男朋友忘记了说“我爱你”……

两年后，海归派男友又去美国了，他要漂泊，这时虫子才明白，他是抓不住的，哪怕你怎样的温柔痴心。好久没有为自己洗一次贴心的温泉澡了，虫子在温热的水里，闭目享受这一切，他不在了，空洞了，可是，还会期待他再回来“带满口袋的沙”吗？老歌“哭沙”在客厅里反复地唱着，这一刻因为温泉，虫子好像慢慢找回自己的感觉，泪水就这样滑落，是伤心，似乎更是舒心。她在寂寞的浴缸里找到了自己，而不是“他”的怀抱里，难怪过去在“他”怀里总是觉得冷，她心虚，她没有满足过，所以不断付出以求对方的承诺来取暖！

海归在越洋电话里说，他还会回来，“可是，我的步伐跟不上如梭的岁月！”这是虫子的回答，她知道该怎么安排后面的日子以及新的爱情，所有的期待和希望都只有七八分，剩下两三分她决定用来爱自己。

如果她继续把全部的爱给“他”，很可能会给对方沉重的压力，让彼此都喘不过气来。喝酒不要超过六分醉，吃饭不要超过七分饱，爱一个人则不要超过八分！爱情最恐怖的地方，就是殉情的情结在作怪，而且是那种慢性的貌似快乐的殉情，没有自我，只有“他”以及他的承诺。可是，承诺只是男人与女人的一场角力游戏，有时皆大欢喜，大部分情况却是两败俱伤。

感情不能贪心，也不是梦想。如果有谁认为有十全十美的爱情，他如果不是诗人，就是白痴。许多女孩喜欢把自己放在琼瑶的故事中，为自己精心设计着一幕幕“一帘幽梦”，自虐得一尘不染完美无缺。结果自己怎么努力，都成不了故事，只有“后来”。是的，没有一个爱人是完美的，也没有一份感情是毫无瑕疵的，所以不要期待十分的爱情，当然也不要十分地爱一个人。

你们不要只爱着对方，还要共同爱上别的东西。对方的体香、怀抱是爱情的内容，还有自己的心跳、未来的路、广阔的天空，也应该是爱情的组成部分。

而最能持久、最不乏味的东西，其实就是生命的本身。一起热爱生活，拥有充沛的能量，分享心灵的喜悦，将是恒久维系感情于不坠的最大力量。虫子说：“曾以为不分彼此的朝夕相处，就能相濡以沫，他占据了我所有的空间，结果最后却一无所有。”她把爱情的“幌子”高高举在头顶，直到那面旗帜千疮百孔，经不起任何风吹草动。以爱情的名义变傻，这难道是女性的宿命？

其实抱得再紧，也是睡不着的，倘若爱得没有自己的空间、自由与尊严，那么这个爱一定有问题，这样的恋爱，一定是场思想的病。适当给自己一些爱，宝贝自己的感受，其实也是解放爱情的善举。“我没有十分爱你”，这是一句大实话，更是恋爱讲义里的首条纪律。■（责任编辑：邓辉）



女人香

她疑惑地，把瓶子打开，像洒水一样将瓶中的液体洒出去。先是一阵臭气，汇聚到弥漫在空中的怪味中，竟然变成一种浓香，比任何一支纯香精还要香，香到另人窒息，香到令她方寸大乱。他却扶住她，不让她靠近，他的声音冷冷地飘过来：“真聪明，我没看错你，这将是全国，不不不，全世界最有魅力的香水。”

香味

蓝茹有个招牌表情：突然眼睛睁得大大，鼻子微微皱起，长长吸口气，接下来，有时闭上眼，很陶醉的样子，有时却把眉头皱起来，好像不太高兴。

熟悉的朋友都知道，她的狗鼻子又灵起来了，遇到不一般的气味就一个劲地嗅啊嗅，好闻的、不好闻的，在蓝茹超常的鼻子里有情绪、有故事，是活生生的，气味的意义对她非同一般。

她收集香水，家里有上百种香水，用一个专门的柜子来装，奢侈得像一个富家小姐，其实她并没有太多钱，这只是她利用工作之便拿回来的样品。她是一位调香师，对，正是靠她那非同一般的鼻子吃饭。她偶尔也买香水，但只买最小包装的，3毫升、5毫升，有时是试用装，她并不介意品牌、包装，她要的只是气味。她从来不往身上喷香水，那过于浓烈的香味会干扰她的嗅觉，她有空拿出来隔得远远的闻一闻，然后想象喷在某人身上将会散发出什么样的前味中味后味。

她是美食家，为着一碗好口碑的麻辣烫，可以从城东跑到城西，钻进深深的小巷坐到半夜。吃到嘴里的味道是次要的，重要的是钻到鼻子里那辣乎乎、香喷喷的气味。粤菜的气味她也喜欢，都说粤菜清淡，正是那清淡的烹调方法最能保持食物本身的气味，少油、少盐，青菜有股淡涩味，肉类有种甜香味，海鲜的味更特别，虾像花香，蟹像茶香，鱼的鲜香像森林深处的浓雾的气味……贪吃的朋友最爱和她一起吃饭，她抽着鼻子闻来闻去，一副陶醉得不行的样子，人家早就扑到盘子里吃了个热火朝天。

臭味

寻找美妙的气味是快乐的，可是更多的时候是苦恼，身边总会有各种莫名其妙的的气味，并不美好。别人看来最最干净的洗手间，她也能从洗涤剂、增香剂的味道中辨别出最本质的臭气。走在路上，有汽车尾气、下水道气味、垃圾箱里小动物尸体的腐臭，这些都能忍受，最让蓝茹痛苦的却是过往行人千奇百怪的体臭。

她不知道，如果从大街上随机抽100个人，会有几个口臭、几个狐臭、几个脚臭，又有几个爱放屁，这些气味缠杂混合，让公共场合一天到晚散发出浑浊的臭气，令人窒息。有些人还有更奇怪的气味，那个坐在艳红色敞篷车里的时髦女郎，知道一条街上的人都看她，故意作出些夸张的表情姿态，大家只有羡慕的份，可是蓝茹却闻到她飞扬的长发里散发出纵欲过度的恶臭，任她用多少化妆品和香水也掩不住，就在那辆车驶过蓝茹的短短一瞬，她清楚地知道，24小时内，那女人至少与三个不同的男人上过床，他们的体液留存在她的身体

里，散发出浓厚的腐败之气。

还有那个站在戏院门口那个衣冠楚楚的男人，好像在等人，他身上发出一种荒野坟场的气味，诡异而难闻，蓝茹从他身边经过，突然打了个寒战，匆匆走过数米，才敢回过头仔细看。这是死亡的气息吗？她慌忙甩头，甩掉这种不祥的念头，自己只是有个灵敏过度的鼻子，并没有预知未来的能力，还是不要咒别人的好。可是，当她走到对面街上，又忍不住回头看一眼，一块砖从正在装修的戏院楼顶掉下来，砸烂防护架上的塑料棚，不偏不倚，砸中那个男人的头……

无味

第二天报纸角落有则小小社会新闻：“昨天晚上，正在装修的中华大戏院砖块砸中一位行人，伤者在送往医院的途中去世，工地方面正在追究有关责任……”蓝茹拿着报纸，手簌簌发抖。她有一个特殊泡沫做成的防噪音耳塞，塞住耳朵，多喧闹的地方顿时一片寂静，她想，能不能也做个鼻塞呢，塞住自己的鼻子，不要闻到臭味，更不要闻到那给她带来恐怖感觉的气味。

当警察的男友阿健安慰她：“别怕别怕，灵敏的鼻子是上天赐给你的恩物，凡事有利必有弊嘛……”没有用，那种恐惧攫住她的心，她缩在床然瑟瑟发抖。她不是巫女，她只是有个超常的鼻子，天赋异禀的鼻子被自己纵容着，已经从灵敏变得妖异，它闻到的不再是气味，而是隐藏在气味背后的人性，还有人的命运。那一刻，她宁愿自己再也闻不到任何气味，就像同阿健在一起的时候。

和阿健在一起有两年了吧。阿健长得帅，人品又好，但这都不是蓝茹喜欢他的理由，她的爱与气味有关——阿健身上没有任何臭气，甚至可以说，没有任何气味。他满头大汗时没有通常男人的汗臭，刚起床时没有人人都有口臭，蓝茹替他挑选各种香气的香皂和配套沐浴液，洗浴过后的他，便散发出各种好闻的味道，香皂的香成了他本人的香，蓝茹喜欢。

还记得认识他那次，是朋友芝芝的生日PARTY，芝芝挨个介绍新朋友给她认识，握一次手，她就不自觉地皱着鼻子闻一下，喜欢对方的气味，她就把这个人划到朋友的圈子里；不喜欢的话，下次见面她就装作不认识。

轮到阿健时，蓝茹突然有种奇怪的感觉，空气中所有的气味都消失了，一片澄明，心绪说不出的宁静，她用那招牌表情嗅了又嗅，芝

芝和阿健都笑起来，她这才不好意思地握住阿健早已在空中凉了半晌的手。从来没有遇到过这样的人，蓝茹满脑子的问号，忍不住一次又一次地转头寻找阿健的身影，还不由自主地走到他身边猛吸鼻子，她不相信世界上还有无味的人，想用自己的鼻子再次证实，可是她的模样在别人眼里完全就一花痴，热心的芝芝觉得自己如果不赶紧撮合他们成一对，那真是对不起天地良心。

梦之味

阿健请了假陪蓝茹，她一整天都窝在床上，哭一阵、发呆一阵。天黑了，她不敢闭眼，一闭眼就仿佛闻到那坟场般的气味。她缠着阿健，前所未有的一次又一次地求欢，空气中弥漫着淫荡的气味。一次又一次，他们努力爬上顶峰又颓然落下，直到两人精疲力竭沉沉睡去。

蓝茹做了个奇怪的梦，她梦见自己还在和人做爱，对方却不是阿健，对，不是阿健，也不是任何男人，因为，他没有脸，只有他的气味让她知道，那是一种非常浓烈的气味，浓到让她想打喷嚏、想咳嗽、甚至想呕吐，却又吸引她抽着鼻子用力闻，一边闻一边拼尽全身力气地爱，排山倒海、天崩地裂。突然，她意识到对方一动不动，不不不，是“它”，它不会动，那甚至不是一个人，只是一个物件，一个散发着浓烈气味的、具有超常硬度的物件……

蓝茹的尖叫在黑沉沉的夜里尤其凄厉，一头的汗，头发湿答答地粘在耳边。阿健轻声安慰他：“没事没事，做了个噩梦，看把你急的。”阿健放心地睡了，她却搂着他的胳膊，再也不敢合眼。

不知什么时候下起了大雨，大雨逼出空气中的土腥气，湿而粘，正如做爱后的身体。她睁大眼睛瞪着一片漆黑的天花板，想，如果昨天也下雨就好了，那个男人就不会站在屋檐外头等人了，也就不会被掉下来的砖砸到了。

现实之味

蓝茹的工作室非常素净，白墙黑椅，靠墙一溜长条型的工作台，空气过滤装置发出轻轻的嗡嗡声。工作台上放满带塞子的小瓶小罐，她的工作就是将小瓶小罐里散发单一气味的不同物质组合配制出好闻的香精。

这天，刚走进公司，蓝茹就感受到一种独特的气味，不不，不是闻到，是感受到，那气味像一个场，把她笼罩在里面，她的心怦怦跳着，越跳越快，脚步也越来越快、越来越快。这是昨晚她梦中的气味，那可怕的诱惑之味！怎么可能，出现在她真实的生活里？

她在长长的走廊里发足狂奔，同事们纷纷退到墙角避让，谁也不知道怎么回事。转个弯，她几乎是用整个身体撞开接待室的门，是这里了！里面有两个

人，一个是经理，另一个，正是这气味的源头，一个相貌普通的中年男人。那气味似乎又和梦里的味道不太一样，没有那么浓，对她神经的刺激却是一样的，那介于极香与极臭之间的气味，似乎与某种动物的情欲有关，像麝香，却又完全不是一回事。蓝茹只有一个念头：真切一点，再闻得真切一点，究竟是什么气味如此摄魂？

蓝茹径自走到那个中年人身边，凑近了仔细闻，吓得中年人频频往后躲。经理愣住了，赶紧向客人介绍：“这是本公司的首席调香师蓝茹，您需要的产品正好也需要蓝小姐配合开发。”再向她介绍：“吴先生，国际香料商，有兴趣和我们合作开发本国最昂贵的香水。”那个叫吴为的中年人看着蓝茹，慢慢地不再躲闪，眼神变得像她一样，直直的、愣愣的。

五分钟后，蓝茹拉吴为的手径直走出接待室，根本忘了旁边还有一个目瞪口呆的经理。经理急了，一路小跑跟上，穿过走廊、穿过大堂，蓝茹牵着吴为走进她的工作室，关上房门。这是一个不允许外人出入的地方，经理喊了一声，没人理他，正想推开关上的门，想想将要收到的一大笔足以将他们公司买两次的合作款，他停住手。

没有人知道房门紧闭的工作室里发生了什么。半小时后，两人像进去的时候一样手拉手走出来，蓝茹的另一只手里拿着一个标准 50 毫升香料瓶。路过的每一个人都闻到了，那瓶子里装的是一种散发腐臭之气的东西，他们也都知道，香水的香只有完成最后一步勾兑后才闻得出来，那之前，很可能是臭的，可是，这么臭、这么臭……没有人敢发问，大家只能默默地闪身让开，那让两个眼里完全没有别的人从自己眼前走过，和一瓶难闻的液体，离开公司，钻进客人那辆黑色的林肯加长车。

爱的薄荷味

车子行驶了很久，转一个弯又一个弯，从市区到郊区，上高速、下高速，穿过田野，穿过树林，不知走了多远，一幢漂亮的小楼出现在眼前。吴为小心地牵着蓝茹，按过一道又一道门铃，小楼的门终于打开。

蓝茹一声惊呼，甩开吴为的手跑进去，更浓了，那种摄住她灵魂的气味浓得让她喘不过气来，而且并非一种单一香味，仿佛是同一支香精调出的各种变调，从巨大客厅的不同方位传过来，再汇聚成一面气味的海，将她团团包围。

她看看手中的小瓶，再仔细闻一闻空气中的气味，疑惑地，把瓶子打开，像洒水一样将瓶中的液体洒出去。先是一阵臭气，汇聚到弥

漫在空中的怪味中，竟然变成一种浓香，比任何一支纯香精还要香，香到别人窒息，香到令她方寸大乱。

吴为静静走过来，蓝苣像抓住一根救命稻草似地狠狠抓住他。梦中的场景突然出现在她的脑海里，她闭上眼，半开半合的唇迎向这个今天第一次见面的男人。他却扶住她，不让她靠近，他的声音冷冷地飘过来：“真聪明，我没看错你，配出了我梦想中的香味。这将是全国，不不不，全世界最有魅力的香水。”他突然大笑，吓得半醉半醒的蓝苣猛地睁开眼，他的灼灼目光直逼到她心里去：“你知道这是用什么做底味的吗？”蓝苣像梦游一样摇摇头。“是天地间最纯正的气味，人体的气味……”那声音突然像面团被拧成麻花扔进油锅一般狰狞起来，“女人香……”

吴为随手推开旁边的一道门，蓝苣吓得尖叫起来，迎面整面墙是一个女人的头像，并不是艺术照，而是披头散发，表情扭曲，仿佛承受着最绝望的痛苦，根本看不出是美是丑。下面是个奇怪的器具，像一个放大十几倍的咖啡壶，透明的容器里汁液翻滚，再通过一根透明的长管一滴一滴漏下来，粘稠的、怪异的液体。这里的气味更怪了，扑鼻而来的是臭，难闻的恶臭，臭的背后却藏着如麝如花的香，只有蓝苣闻得到。

她呆住了，巨大的恐怖攫住她。她想跑，脚却像生了根一样挪不动。吴为悄没声息地走过来，轻轻地拉起她的手，带她到另一扇门前，鼓励她：“推开门看看？”蓝苣像个听话的孩子把门推开，才看了一眼就蹲到地上狂吐——一个女人，一个上半身还活着的女人，对，只是上半身，因为她的下半身固定在一个古怪的容器里，她的表情如受某种奇怪牵引的指示，既痛苦得不行，又好像陶醉得不行，她的大脑完全不受自己的控制，她变成了这架机器里的一个部件，更可怜惜的是她自己茫然不知，蓝苣想起了那些腹部开着管子的被人类取熊胆汁的熊……

吴为也蹲下，温柔地托起蓝苣的脸：“我喜欢对气味入迷的女人，喜欢对我入迷的女人，更喜欢帮我配出绝世女人香的女人。我要用我的方法把你的女人香也留下来，用你的配方做成最昂贵的香水，让全世界的人每天把你抹在耳后……”

蓝苣惊恐地瞪大眼睛，她想反抗，却在浓郁的香味里丧失了全身的力气，她颓然垂下手，碰到口袋里一个硬东西，她猛地想起阿健临出门时说的话：“如果你又闻到什么不好的气味，闻闻这个。”那是一支治感冒用的薄荷鼻通！

她飞快地掏出来，拧开盖子猛嗅一口，全身的力气都回来了，她挥着那支纯薄荷做成的油膏，对准吴为的眼睛直直戳去，趁吴为捂住眼惨叫，她拔腿狂奔，一边掏出手机按定1号键，1，正是阿健电话的快捷键……

（责任编辑：黄韵）

江南之第二天堂(一)

这是又一个以青蛇和白蛇为主角的小说,与李碧华《青蛇》的辛辣不同,环玥笔下的这段情缘温婉曲折,其间又带几分诡异,原来许仙真正爱的是小青,一朝错失,就穷尽几生几世去追寻,时空陡转至今,却是几个活死人在大谈恋爱……

环玥,新生代言情女作,北京广播学院广播电视文学系毕业,高中起陆续出版及发表作品,擅写历史背景浓郁的言情小说,文字以精致和温情的细节取胜。现在职业为编剧,同系“四月天”专栏作者,已出版中篇小说《清铭录》、《流星日记》,主要剧本《劫持日记》、《新年快乐2004》。

楔子

她本来睡得极熟。

这一场梦幕幕相连，故事般地连起她的身世，弥补她残缺的记忆，或悲或喜，她自己都看得专心，所以睡得沉。

鼻尖是檀木的香气，博物馆里静得很，偶有其它古物的交谈，说的却是和她无关的城市。她很疲倦，并不是很情愿地被人从西子湖畔的好风水里拽出来，被拖到只见风沙、粗犷风情的北方，她累得紧，埋怨一直没有停过。

“京城有什么了不起？”她不只一次地跟身边的老朋友青瓷说，神态里的娇媚据说像极了那个用她形态的妖。

是的，那个一身青衣的女子是人们认定的妖。

“澎——”

“怎么这么笨啊，拿个东西也能失手。拷，张念，跟你搭档算我唐何倒了十八辈子穷霉！还愣着干什么？快捡啊！捡起来。他妈的你想把我气死啊！”

恼人的念叨从耳语器张大喝，直冲着她本就灵敏的耳膜，很痛。果然是北方男子才有的气概，她不无解嘲地想。眼皮还重得很，她正想着要以什么方法提醒一下男子们“安静”的真谛，就有一只手粗鲁地抚上她的腰——

“大，大哥——这儿，这儿……”

“什么啊！话都不会说，你真是白痴啊——啊——，动作快点，能拿的都拿上，待会儿警察都给招来了，你想吃免费牢饭啊？笨蛋！”

明显是首领的男子继续大喝，她听到极恭敬的“嗯……嗯，是”的声音。然后腰被人一提，“澎——”她被扔进一个大大的帆布口袋。眼睛一下子睁开，她只来得及看到好友青瓷惊恐的脸，那个模糊的口型让她猜了许久。

“桃花——”青瓷在喊她的名字。

是的了，她叫桃花，是一枚修发的簪子。长约十分，宽只一寸，桃木质地，用她的人是个蛇妖，但是连说书的人都喊作“小青”。

虽说春雨贵如油，多一点好一年，可这场雨依然来得有些突然。是四月的午后，沿着西湖的碧水，桃花绽得过于欢快，风不大，寒意隐约，吹下早有离枝心意的花瓣散在青石板上，一踏就是血渍的效果，有些惊心。小青撑着紫玉竹伞，是六十四骨的油纸面，上面绘着流行的仕女图，衬着她绿色的绣衣真的漂亮。小心地避开抱头找屋檐躲雨的行人，她闲适的脚步停在一块草席前。

“姑娘，一看你就是个识货的人，看看吧，都是祖传的宝贝啊，若不是家变实在不至沦落至此啊。”四十开外的男人穿着灰色的粗麻衣，热情的五官是看过即忘的组合。

小青顺着他的手望去，便瞧见了名贵瓷器间的卷轴。

“姑娘，喜欢这个？是前汉蔡巨的《小列女图》真迹，您看看这笔触，这墨感，做不得假的。”男人麻利地蹲下身子，取了密封的卷轴展给小青看：五

鼻尖是檀木的香气博物馆里静得很偶有其它古物的交谈的却是和她无关的城市她很疲倦并不是很情愿地被人从西子湖畔的好风水里拽出来被拖到只

尺的绢布，淡淡的墨迹，白衣女子的侧身。

小青伸出手，在画面上留恋地划：“是真迹呢！”好久好久了，有重逢的愉悦，她翘起唇角，丹凤眼里都是笑，“多少银子？”

“本来要开高价的，可看姑娘这么识货又是惜画之人的样子，那么一口价五十两。”卖货的男人窃笑着，看准小青的大方，“是有缘人的交易。”他特意补充，看似不经意地伸手在自己的草席摊位上方划了个半圆，疾疾的雨珠便有如受到神明的指示，纷纷弹开去，并不掉在他的东西上。

“哟，原来是个老前辈。”小青恍然地点头，从怀里掏出荷包，“五十两官银，我昨天才取到的呢。”递过去时不经意碰到男人的手，粗短的掌中有茧样的粗糙一片连着手指，像是滑溜的蹼。脑中灵光一闪，她一边卷起画轴，将触到他的右指伸到鼻前，用力地嗅：“湖底淤泥的腥气，原来是只青蛙啊。”

“老蛤蟆啦，比不上成形千年的蛇。口下留情啊，小姑娘。”男人呵呵地笑，从小青掌中收了银子，听见她的耳语，立时地眯起眼，冷光一闪，小青还来不及反应，一道黑气已经袭上门面：好臭！连忙闭气，头却仍是重起来：“哎呀，我只是说说嘛，又没有怎么样。”绿色的袖水一样地动，小青险险避开迎面一剑，紫玉竹伞掉在地上。

“自古蛇蛙是天敌，真是不巧啊，青蛇姑娘。”男人屈起身子，双手变成拳头，本来成线的眼睁大，圆珠似地

凸出来——“真是难看。”小青嫌恶地皱起鼻翼，身子自然地舒展，一下子伸长，可是并不想显出本身，大雨的湖边少人观看，长长的躯干却易弄破漂亮的人形衣裳。

她攻击的架势有点失神。正给了蛙妖男子可乘之机，他得意地笑，猛扑上去，雨雾被他凌厉的杀气划开，闪电一样地泛起白光：“拿命来吧。”他叫嚣着，拔高的嗓音尖利刺耳，是夺命蛙音。小青不急掩耳，画轴从袖中掉落，她忙去捡，一时间甚至忘记蛙妖的攻击，于是脑中又是轰鸣。“哎呀！”肩部正中一掌，口里起了甜意，是血。“死蛤蟆，没看到我在捡画吗？是你卖我的画哎！”妖媚地喝，小青的脸上却是幽怨的哀，让蛙妖有一霎那的怔愣，是被迷惑的沉醉：“你——”

“我……”小青慢慢地捡起画轴，“我不陪你玩了！”右脚勾起摔落一边的竹伞利落地踢向蛙妖，身形暴退。

“想逃！”蛙妖一下子清醒，“拿命来！”左手击向湖面，“砰——”水波叠起，扑向湖中的小青，波及到泊着的一只小船，船身剧烈地摇晃，“唉呀！”小青眼尖，望到船板上坐着的小孩，本来好奇地瞪眼望他们的打斗，看戏似地，还嗑着瓜子，现在却紧抓着船弦：“姆妈，姆妈——”

“蛇妖，拿命来！”蛙妖运起劲，用脚划水，制造更大的漩涡，湖面上涛一起，小船滴溜溜打转，“姆妈，姆妈，哇！”小孩子只是一味地哭。“吵死了。”小青只得摇头，从水下浮出

京城有什么了不起她不只一次地跟身边的老朋友青瓷说神态里的娇媚据说像极了那个用她形态的妖鬼

来，压住身下的波浪支撑船，“乖，不哭了，给你糖吃啊。”她从手掌间变出内衫里的糖，是前夜特地到城中首富沈全家偷的桂花冰糖。

小青刚要施力把小船推出战局，背后已是一凉。

“真是好心的妖呢，青蛇姑娘。”蛙妖阴阴地笑。

小青欲挺身还击，又受他一掌，“噗——”血气上涌，按压不住，只凭直觉张口尽吐，全扑到了孩子的面上，“真是失礼，”她想伸手去抹孩子的脸，“对不起，小公子。”

“姐姐——”孩子惊恐地叫，“坏人不要欺侮姐姐。”他拿手里的桂花冰糖扔蛙妖。

“姐姐，姐姐——”有人用手拍她的脸，她不得已振作精神，把小孩子护在身后：“蛙妖，你伤人命是要遭天遣的，你杀了我便是，我不反抗。”

“真是善良的青蛇啊！”

“姐姐，姐姐——”孩子嚷，小青受不得呱躁，不耐烦地掩他的嘴，“就不能让我安静地去吗？”睁眼转身，却发现蛙妖定在半空僵直的身子已然变形。

“人世因果，界限分明。蛇蛙相争是必然因果，只是妖起了伤人之意就该被诛。蛇妖，念你有助人之善，我放你一命，回你的湖底吧，人世间不是你该来的地方。”

低沉磁性的男音，是直接在小青的脑中响起的，她看到蛙妖被人凌空制住，蛙眼由黑转红，她连忙掩孩子的眼，“噤——”见到蛙妖的身子球样翻滚，终于爆裂在天地中。

“妖就是妖。”男性的低音浑然响起，一手一点从她怀里抱了孩子，赤着脚踏出湖面的僧人剑眉星目。小青看到他眉心的青痣，一惊：“天星僧人。”

“蛇妖，你修炼五百年才能依蔡巨之画幻成人形，实属不易，要好自为之。天降七星为僧，普渡世人。孩子要忘记今日所见才好。”大手挥向孩子的头顶。

小青起身欲护小孩，“你要干嘛？”

僧人看着小青，点头，“好。你若真有善心，能安度七劫，便到金山寺找我法海吧，我度你为佛门法器，僧神坐骑。”

“我才不要，好好的便成了别人的胯下之物，我要自由自在的。”小青猛摇头，纤指一挥，划过僧人的棉袍，凉凉的触感是他裸露的胸，“哎呀！”小青的脸一热，哑了声音。

“随你吧。”僧人不懂她的知觉，只关切地看着孩子睁大的眼，“小施主有话

要说？

“姐姐是蛇妖吗？”小孩子站直身体，从僧人的怀中走开去，蹲在船板上，对着小青的眼。

“是啊。”小青点头。

“姐姐住在湖底吗？”

“是啊。”

“嗯，姐姐，我叫山儿，今年八岁。”

“乖。”

“夫子说：大丈夫要以德报怨，而受人恩惠更当涌泉以报。姐姐今天救我性命，我来日一定结草衔环，报你的大恩。”

“结草衔环吗，怎么个衔法呢？”小青笑。

“我娶你为妻。姆妈说对一个女子最大的荣耀就是以夫为贵，我一定上进富贵，然后娶你。”

孩子认真地许下诺言，稚嫩的词却让僧人皱眉：“小施主，人妖殊途。婚姻大事戏言不得。”

“是啊，你才八岁，我却已经一千岁了，怎么娶嫁呢？”小青还是笑，早先压下的痛从背部传到胸前，她想快点回到湖底的暖巢去休养。抬头向僧人示意，她沉下身子，就要离去，袖子却被孩子用力地拉住：“姐姐，你是妖定然容颜不改的，对不对？你等我长大，我来寻你好不好，好不好？”孩子急切地摇她，让本来昏沉的身子更痛。

“好好好。”不能一把挥开他的小青只能点头，吐舌躲过僧人指责的眼神，她僵笑着，“二十年后吧，我给你一次机会，若你在这西湖断桥边认出

我，我就嫁你为妻。”

“真的？”孩子狐疑地点头，等小青用力地点头后还是不肯放开她的水袖，“若你变换容貌怎么办？姐姐。”

“啊！”无力的反应，小青求助的眼神瞥向一边的僧人。

“给个信物吧。”摸摸孩子的头，僧人沉吟着开口，“你怀中的画便给了小施主吧。”

“啊！你不是该为我解围吗？”小青用口型说着，冷不防孩子的手机敏地从她怀中抽走画轴。快速地展开，图因为沾了水已经有点模糊，女子脸的部分更是成了一团。“好险。”小青庆幸地吐舌，人的记忆是不可靠的东西，没有具体的形貌可考，即使记得誓言也想不清容颜啦。“哈。”不再去抢画轴，小青对着僧人万福，“那么便这样别过吧，金山寺的法海还有……仙儿。”

“劫缘本一体，佛渡有缘身。”僧人念着佛号。

“姐姐，姐姐，我姓许，字临之。”

旁观的法海叹道：

“因果便下，人妖殊异也同归吧。”

小青又睡了两年，终于到这第六次换衫，是千年蛇妖的第六次褪皮，她完成蛇妖进程的最后二次褪皮之一。

“痛死了！”小青在梦里喊，却执着地不愿睁眼。她甚至感觉不到水的安慰。痛了七日七夜，她以为再也没有机会醒来，疼痛却一下子止了。是一双手冰凉地覆在她身上，摸到哪里，哪里的蛇皮便褪下，尾慢慢化成腿，

江南第二天堂

水草成了绿衣，她睁开眼睛又是拥有汉仕女面容的小青。

“多谢你了，白蛇姐姐。”小青看向一边含笑的白衣女子

“千年对蛇妖是短槛。小青，你下个百年大睡要到一千五百年修行时才会有，别急。”摊开手，白衣女子将绳索一样的绿色蛇皮递到小青面前，“烧了它吗？”

“才不要，千年蛇蜕，很值钱呢，我要用它去换新衣裳。”

“你这小妮子，还是这么爱美。”白衣女子温婉地笑。

“白蛇姐姐，那日紫竹林一别你去哪里了？我要去城里晃一晃，你和我作伴吗？”小青收好蛇蜕说。

“小青，我那日在湖边捡到你的紫玉竹伞，想你定是出了事，便疾疾沉入湖底查看，见你虽有伤口却安然沉睡，便不再打扰，只是安守湖边，找个荒废的旧屋子住下，只待你出来。”

“白蛇姐姐，真是辛苦你了。”

“素来岁月易过，我算好你到了第十五年的七劫之期开始，前四次见你蜕皮也极容易的样子，我就放了心。那日撑着你留下的那把伞在断桥想你，却……却……”白蛇低下头，许久后才直视小青的眼，“我遇见了一个男子，他说他在等我，我慌乱之中露了真身吓他，他却不怕，他似知道我是蛇妖，他……他要了我。”

“娶了你？”小青瞪大眼，“姐姐，可是人妖殊途，你又能嫁给他？”

“我想不了那么多，小青，你不知道原来人世间的爱情那么诱人，他……他待我……我说不出，小青，那便是天堂的仙境滋味。我们修炼千年化成人形只道人世浮华已是极限，却不知为人的真正快乐原是情爱，夫妻情深，你懂吗？你能明白我的话吗？”

小青摇头，拉住白蛇的手：“姐姐，情爱是好东西吗？我不懂，可是当年我们在紫竹林里菩提座下偷听佛祖讲经，只说‘出家人四大皆空’，不可沾情的啊。”

“不，小青，我们听错了。再说佛渡众人不可有小情爱，我却只是一条蛇，小青，你真的不明白，我现在连蛇都不是，我只是他的妻子。”白蛇说得坚决，一字一字吐得吃力却清楚，“我求过观世音菩萨准备抛弃千年蛇身但求为人。”

“姐姐！”小青惊骇地喘气，“抛弃蛇身要受千重炼火之苦胜七劫万倍啊。”

“我愿意。”白蛇温婉地笑，“小青，我已经是白素贞，是临之药堂许仙的妻子。为了这个身份我甘愿一切归零。”

“是吗？白——素贞姐姐。”小青赞叹地摇头不再疑问。

她跟在素贞身后上了岸，绿衣如水在身后甩开，不见水渍。是圆月的晚上，素贞着急地一拍额头：“我怎么给忘了，今日是中秋啊。”

“人月两团圆？！”小青善解人意地点头，“是了是了，有夫的女子都该归家团圆，姐姐先走便是。”

“小青——”素贞迟疑地看她，明明迈开了步却硬是定住身型，小青笑道：“我明日进城找你，就是说是你的娘家妹妹来投奔。”

素贞走得急甚至没注意脚边的那把伞，太眼熟的伞：紫玉竹六十四骨，油纸伞面，小青拾起来：“好久不见啊，我的伞。”

“真的漂亮。”本来伏在草间的青年看傻了眼，怔怔地点头，“是仙女下凡吗？”他急急地抓紧手中的笔，在旁边的宣纸簿上画，沾着草屑的衣服下摆上绣着金钱的“沈”字。

“你是在画我吗？”突然的娇问近在耳边，结实吓倒了沉浸在画中的男子，直觉地挥手扔掉了特制的狼毫，他抚着心的手被截在半空。小青屈着身子，蹲在他左边，仔细望那宣纸上的图：桃花树下，一女子着绿衣，撑着紫玉竹伞，不是她是谁？“真像。”满意地点头，她眯起眼回忆曾经的画作，汉蔡巨的《小列女图》中的仕女也是这等容貌，神态却绝无一致，这个才是她。

“小……小青姑娘，”男子痴痴地看她，头发上沾着草屑，天然地弯曲，乱乱覆在眼前，却没遮住一双笑眼。

眉目清秀，年轻，很干净的脸。

“你认识我吗？”小青只顾着看画，听到他喊出自己的名字奇怪地瞥他，见他轻易地红了脸颊，认真地摇头：“不，不是的。”

“我记得也不是，你是人，今年不过二十吧，也不该见过我的。”小青越看画越喜欢。

“是刚才素贞姐唤你时我听到的，我是沈石，今年二十有三了。”大男孩搔着头，手足无措。

“沈石？是了，沈全的儿子对不对，我见过你爹，你家的桂花冰糖很好吃。”

“是我娘做的，你若喜欢我下次送给你。”

“好。”小青愉悦地点头，又看画，
“沈石，你见过《小列女图》吗？”

“《小列女图》？前汉蔡巨的吗？没有呢，听说真迹早当陪葬品长埋在地下了。怎么？”

“没事。”小青脑海里有瞬间的影像闪过：一个小孩子从她怀里抢过一卷画轴。她懒得回想，只拿着手中的画向沈石讨人情，“把它送给我好不好？”

“恩——”沈石又搔搔头，右指尖有墨，他没注意抹了鼻子，浅浅的黑在白面上尤其障眼，惹得小青扑哧一声笑出声来，他却还不知道原委，站得更僵。看小青从衣襟里掏出绿色的蛇蜕递到他手中：“我也不会白要啦，这是千年蛇蜕，应该很值钱的，我用它和你换这幅画和你家的新布料，就是白姐姐穿的那种。”

“我不能要。”沈石摇头，“你若是不嫌弃，我的画就带走吧。我送给你，还有衣料，只是你要到我家去拿，我现在没有。”

“这样啊，那我明天到你家找你好不好？”小青将蛇蜕收回怀里，她将紫玉竹伞靠在腿边，拉沈石坐下，用袖子替他擦鼻尖的墨。

“那你什么时候来？”

“明天午后吧，我先去拜会素贞姐姐和她相公，安顿好了才能做衣服啊。”小青看了看沈石干净的鼻尖，站起来。圆月当空，西湖边蝉鸣一片。

“你若不来怎么办？”沈石伸出手拉住小青的袖摆。

“呃？”小青一愣，直觉这场景有些熟悉。

“不会的。”

“万一呢？”沈石固执地牵着小青的袖子，本属孟浪的行为却因为理直气壮的端正让人记不得指摘。小青笑看着他，伸手拍他的头像对待不听话的孩子，才二十有三啊，她都一干岁了呢：“那你说怎么办？”

“给我个信物吧，如果你不来我就不还你。”沈石要求。

“信物啊……”小青这下真的愣住，久远以前也有个孩子对她说过同样的话，那个孩子是谁？“你要什么呢？”

“这把伞。”沈石指着她腿边的紫玉竹伞。

“真是聪明。”小青把伞递给他，“好好保管，明天要还给我的。”

“嗯。”沈石小心地接过，慎重地抱在胸前。

“我给你了信物，那你呢？给我什么表示你会信守还我伞的承诺呢？”

“我？”沈石愣住，“我不会的。”他认真点头。

“口说无凭啊。”

“这……”沈石皱起眉。小青偷偷地笑，摇摇头正要开口为他解围，他却下定决心似地从袖中取中一支簪子，一看就知道是桃木制的上等货，长7分，宽约1寸，精致的花雕连纹理都一一在目。

“这个给你。”沈石将簪子举到小青眼前。

“好漂亮的簪子！”

她就着西湖水当镜子快地簪上了发，正正将她的散发挽了个髻。

“真漂亮。”沈石呆呆地看她，忘记告诉了小青那桃花簪是西湖边万年桃木制成，是一千年前鬼斧神工的雕工，更是沈家人传媳的宝：一生姻缘之所系啊。

（白素贞与许仙婚后会如何，小青与沈石接下来有感情发展吗？请看下期）

（责任编辑：余荒荒）

本月星座 (10月1日 - 31日) 主持: 希望小魔星 (插图) 王焱 (火狐插画工作室)

白羊座

(3/21-4/20)



无论你是处于独身还是名花有主的状态，十月份将是你投入新恋情或尽情享受甜蜜爱情的好时段。假日里的社交生活可谓多姿多彩，让你有点应接不暇，选择正确的话，你将度过一个回味无穷的美妙假期。本月下旬适宜向上司、客户推销自己的构思或进行各类的谈判，但光有好运气远远不够，仍然需要有充足的准备工作作为基础，才可获得最后的成功。珍惜你的健康，注意饮食，多吃蔬菜和水果，尽量避免吃快餐。

幸运 Tips: 骑士风格的装扮显得你英气勃发、干练果断，在气势上已占尽优势，谁还会怀疑你获胜的决心呢？

金牛座

(4/21-5/21)



对于无法办到的事情，千万不宜轻易承诺。没有充分估计实施的难度就贸然应允，显然是不智的，硬着头皮作战，只会使自己陷入“赔了夫人又折兵”的局面。温柔的方式有很多种，别人的表现方式并不一定适合你。做回自己吧，他欣赏的是本色的你。他对你有着独特的看法，发掘到你不少与众不同的优点，让你重新认识自己。新项目充满了吸引力，你信心十足，事先应虚心向同行请教，他们将提供不少窍门和经验，避免了走弯路，助你更快更优质地完成任务。

幸运 Tips: 办公桌上摆上一盆绿意葱茏的植物，不但美化环境还可增添好运气。

双子座

(5/22-6/21)



正处于起步阶段的你，切记目前所取得的成绩仅仅是一个开始，还有好长的一段路需要走。骄傲的情绪造成的影响可大可小，常年坚持不懈的努力才会带来不断的进步。爱情方面进展顺利，与伴侣小磕小碰的事难免会发生，实在没必要过于紧张，小心谨慎的态度反倒显得你做作虚伪。空闲的时候，多收拾自己的办公室，整齐有序的环境让你应对工作时更加得心应手，也显示出你良好的工作习惯和态度，在同事中间树立起不错的形象。

幸运 Tips: 锻炼毅力和耐性，不妨从养育小动物开始，挑些养护起来有些难度的动物，照料的过程中让你体验到它们健康成长的带来乐趣和成就感。



今秋十月，精品周边，闪亮登场！

招商热线：021-64952866*325（黄小姐）

详情请见网站：www.gameflier.com.cn



(6/22-7/22)

巨蟹座

面对有些吹毛求疵的上司，即使同样爱挑剔和力求完美的你也感到越来越吃力，无法忍受。假若你已尽力去沟通和交流，但仍不见成效的话，这也就到了你需要考虑是否离开的时候。要知道，工作上的苦闷会影响到你业余时间的的生活，能轻松愉快地工作比起任何事情都重要。感情方面进展顺利，独身的巨蟹多加留意身边的异性，你的白马王子即将出现；已有固定伴侣的巨蟹则应考虑是否该让关系更进一步，喜事临近了。

幸运tips：浅色系列的衣着较为适宜处于情绪波动期的你，淡雅的打扮为你注入平静安定的力量。



(7/23-8/23)

狮子座

享受了一个美满的假日，身心得到充分的休息，你将精神焕发地投入到工作中去，只是旅途中的开销超过了原来的预算，造成银根紧张。除了应在本月内捂紧钱包、尽量节省开支外，提醒你不妨向好友们打听打听是否有零散的工作需要帮忙，找机会赚取外快补贴缺口之余，可能还可以揽到一份固定且收入不错的兼职来做呢。与恋人间的沟通有些问题，想说的话到了嘴边却总讲不出来，害怕说错话会引起恋人担心的想法得改改，你不把心里话说出来，他又怎能了解你的真实想法呢？

幸运tips：到热闹的娱乐场所活动活动，抛开顾虑，尽情享受每个项目带来的乐趣，愉悦的气氛将使你找回自信和胆量。



(8/24-9/23)

处女座

并不是所有的事情都可以用金钱来解决的，老是用钱去衡量人和事，自然让众人定义你为满身铜臭的人。利字当头的想法让你在考虑问题时忽略了不少因素，只一味地追求高回报。家人和合作伙伴对你的做法无法认同，还很有意见。你是否该反省一下呢？本月内的出游过程中，你显露出迷人的风采，频频受到优秀男士的关注。桃花运高涨的你自然春风得意，虚荣心也得到满足。小心选择合适的对象，可能会成就一份新恋情。

幸运tips：体现女性曲线美的休闲服装配合上开朗的笑容让人感到你那无法抗拒的魅力，成为你的裙下之臣。



天 秤 座

(9/24-10/23)

你的心情时好时坏,不时受到天气的影响——晴空万里时,情绪高涨,工作爽快;天色低沉时,则无精打采,使不上劲。其实,天气和工作环境这些特定因素都是无法控制的,你为何不想想办法让自己快乐起来,开心地度过每一天呢?不妨尝试将不满的情绪写下来,写日记的习惯能帮你整理思路、稳定情绪。在不久的将来,还可借此与另一半分享你的心路历程,加深了解。由于前段时间过于忙碌,松散的人际网络需要你花些时间去修补和稳固。

幸运tips: 面容姣好的你可以尝试新式的化妆技巧,焕然一新的精神面貌映衬得你格外的神采飞扬。



天 蝎 座

(10/24-11/22)

如果陷入暗恋的局面,你将无法自拔。这可怕的境况影响到你的心智表现,终日患得患失。朋友们对你的情况也有所察觉,只是不好意思提问。建议你把自己的想法和盘托出,虽然她们不一定能给你好建议,但吐露出自己的心声,压力也会缓解下来。财运方面迎来了年内最得意的月份,公司业绩大幅提升,表现出色的你理所当然地得到一份不菲的分红。年初初次尝试投资的项目也有不错的回报,不妨买下心仪已久的物品来奖励自己。

幸运tips: 开胸设计、天然材质的套头毛线衫是秋冬季大热货品,也特别适合颈部优美的你。



马 座

(11/23-12/21)

本月内你似乎无法抑制住自己疯狂购物的欲望,只要受到邀约前往商店,你总能挑个不停,大包小包地往家里拎东西。钱包迅速地干瘪,信用卡也透支不少。建议你要不就呆在家里不出去,要不就找个意志力坚定的朋友来充当监督的角色,提醒你不要乱花销。假期过后的工作一波接着一波,只有在开展工作前做好详细的计划,合理地分配时间和人手,才能避免无休止的加班加点,避免身心俱疲的现象出现。

幸运tips: 多到画廊、音乐厅等艺术气息浓厚的场所走走,体验艺术带来的美的享受。





(12/22-1/20)

魔羯座

社会的发展使每个行业都进入了白热化的竞争状态，面对沐弱留强的机制，不断充实自己，让自己紧跟发展的步伐，才能具有优势，处于有利地位。选择一个合适的充电计划吧，利用空余时间积累知识将为你奠定前进的基石。斤斤计较使你与恋人陷入冷战周期，痛苦不堪的局面不该继续下去。如果你还看重这份感情的话，建议你你和恋人平心静气地谈谈，了解对方的真实想法后，自然会平息风波，感情也有增无减。需要提醒的是与人相处是门艺术，要在失败中吸取教训。

幸运 tips: 进入十月份，各地气温差异相当大，如果需要出差外地的话，记得适时地增减衣服，别一时大意染上病症。

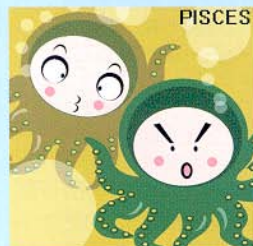


(1/21-2/18)

水瓶座

月初会面临些阻碍，与合作伙伴、家人或同事有争执，多数源于钱财方面的问题。其实无论发生什么状况，冷静下来、积极面对、设法寻求解决方法才是最正确的态度。一味地互相指责推诿只会弄得越来越来糟，无法解开症结。散漫的性格影响了你在工作方面的表现，是时候果断地放下那些无谓的思想包袱了。抖擞精神，把意志力集中在一点上，你会迎来一个新高潮，还有升迁加薪的机会在等着你。

幸运 tips: 普通的职业套装搭配上一条绚丽多彩的丝巾，庄重间透露出女性特有的妩媚，显出你大方得体的气质。



(2/19-3/20)

双鱼座

工作、爱情、财运等方面均有不错的运势，你的人脉网络明显地拓宽了，不管走到哪都受到欢迎。精神上的富足给你带来无穷动力，你的优势和能力在工作中得到充分发挥。不过，个性强、容易自满的你需时刻提醒自己，凡事都要考虑周全些，稳定的心态才会给你带来更广阔的发展空间。恋爱谈久了，感情似乎也淡了。你不妨出其不意地给对方送上件贴心的小礼物，为平淡中增添一点情趣，表明你对他的感情一如以往，不曾改变。

幸运 tips: 优雅的珍珠首饰有着独特的魅力，特别适合气质高贵的你。

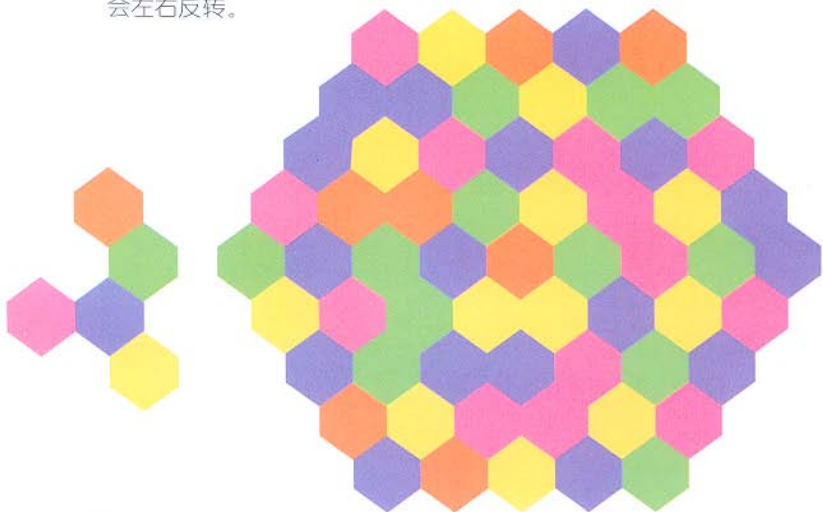


game

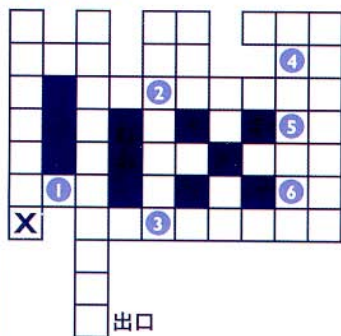
彩色蜂窝

这个游戏可能使你眼花缭乱，测试一下自己的眼力吧！

蜂窝中有多少个上面这种图案？图案可能向不同角度旋转，但不会左右反转。



上期答案



先挪走箱子1。X（仓库工人）向上移动一格，然后向右移动一格，将箱子1向右推前一格；之后X向左移一格，向上移四格，向右移两格，向下一直走到箱子的上一格，接着把箱子1推到出口。X再往回走把箱子3向右推前一格，这样就可以走到箱子2的下面，把箱子2向上推进一步；然后X右移一格，上移两格，再左移一格，将箱子2推下一格，X右移一格后再下移一格，把箱子2向左推进两格。之后，X利用已经清理好的通道绕到箱子2上面，将箱子2推到出口。接着推走箱子3以及其他箱子。■（责任编辑：赖芳）



《希望》读者俱乐部礼尚往来

本期《希望》读者俱乐部的礼品为：50份旁氏双重嫩白精华霜、曼秀雷敦水彩润唇膏和金帝“谷力奥”巧克力。如果你想获得本期礼品，请将本期的读者调查问卷填好，寄来本刊读者俱乐部参加本期抽奖即可。

旁氏双重嫩白精华霜

秋风瑟瑟，肌肤容易干燥，起红斑。你的美白产品是不是感觉比较干，令肌肤难以抵挡气候带来的干燥？

美白与滋润能不能两全？旁氏专业护肤中心告诉你，全新旁氏双重嫩白精华霜，独特日夜双重嫩白系统，美白肌肤的同时，更有深层滋润的功效，带来真正完美的肌肤质感。

有滋润，才有白皙水嫩的完美肌肤！

曼秀雷敦水彩润唇膏

运用全球首创的Water-in润唇科技，并融入清新脱俗的水彩色调，精心研制出划时代的润唇产品——水彩润唇膏，涂抹的瞬间，即能为双唇带来源源不绝的水分滋养，令唇部肌肤时刻呈现出水分充盈的柔滑感受。天然维生素E及芒果油成分，更具抗氧化、高效保湿及滋润功效，能保持双唇健康润泽。

包装全新设计的水彩润唇膏，包含了6款时尚色调：粉红、酒红、李子红、玫瑰、葡萄、珊瑚，满足时尚多变的你。

这个秋冬，要塑造新新的时尚妆容，走在潮流尖端的你怎可缺少独一无二的曼秀雷敦水彩润唇膏。

金帝“谷力奥”巧克力

作为国内市场独一无二的花色巧克力，将谷物与巧克力的完美搭配，使之既有金帝巧克力的纯正欧陆风味，又拥有谷物的健康与营养，在提供丰富的营养和能量之外，更有额外添加的“膳食纤维”，符合当下健康潮流。

新推向市场的金帝“谷力奥”巧克力，有黑米杏仁、玉米杏仁、燕麦杏仁3种口味，100g水滴形罐和55g轻巧纸盒两种包装，同时推向市场，满足不同的购买需求，给你健康新体验。



《希望》2004年10月读者调查问卷

亲爱的读者：

欢迎你成为我们的会员，参加《希望》活动并支持《希望》。为使每一位关心《希望》的读者都能有机会成为新的《希望》读者俱乐部会员，我们在每期的“读者调查问卷”中，附上《希望》读者会员登记表（见下方），你只需填写以下表格及问卷并寄出，一旦我们收到你的资料，即接纳你成为新的《希望》读者会员（或是在 www.ccmedia.cn/hope 注册也可），新入会员将有机会参加我们的幸运大抽奖活动，欢迎加入！谢谢！

地址：广州市建设六马路48号万财大厦6楼《希望》读者俱乐部收 邮编：510060

《希望》读者会员登记表

姓名： 性别：☐女 ☐男 出生年月： 年 月 日
 邮编： 联系地址： 身份证号码：
 E-mail： 联系电话：
 传真： 手机：
 职业： 婚姻：☐已婚 ☐未婚
 开始读刊时间：199__或200__年 教育程度：
 在校学生：☐高中 ☐职业学校 ☐大学 ☐研究生
 已从业人员月收入(元)：☐1000-2000 ☐2001-3000 ☐3001-4000
☐4001-5000 ☐5001-6000 ☐6001以上

请选择你希望参加的俱乐部活动：

☐优惠订阅 ☐读者会活动 ☐有奖调查 ☐网上交流

注：1.《希望》杂志每期均在“读者调查问卷”中附有此“《希望》读者会员登记表”，读者只需填写一份并寄出即可。2.《希望》读者俱乐部会对会员信息予以保密。

非常感谢你们认真阅读了《希望》杂志！为了使你们更喜欢这本杂志，让我们能更多地了解你们的想法和要求，我们制作了一份读者调查问卷，希望你们踊跃回答。感谢大家的支持！

- ① 本期你最喜欢的3篇选题(文章)是什么？ A. B. C.
 ② 本期你最不感兴趣的3篇选题是什么？ A. B. C.
 ③ 你觉得本期《希望》的封面如何？
☐ A. 人物感觉到位 ☐ B. 色彩运用舒服 ☐ C. 版式设计出色 ☐ D. 服饰及妆容吸引人
☐ E. 人物无吸引力 ☐ F. 色彩运用不当 ☐ G. 版式无创意
 ④ 你最关注的生活主题是什么？
☐ A. 情感 ☐ B. 娱乐 ☐ C. 职场 ☐ D. 人文 ☐ E. 其他
 ⑤ 你每月购置化妆品的费用约为多少元？
☐ 100元以下 ☐ 199元以下 ☐ 299元以下 ☐ 399-500元 ☐ 500元以上
 ⑥ 本月，除了《希望》你会买哪些时尚类杂志？(可复选)
☐ 香港风情 ☐ 瑞丽 ☐ COCO ☐ 秀 ☐ 城市画报 ☐ 花溪 ☐ 风采 ☐ 其他
 ⑦ 你对生活版选题的看法是？
☐ A. 毫不关心 ☐ B. 选题还不够吸引我，但我会粗略看看。
 ⑧ 你最关注的生活话题是什么？
☐ A. 情感 ☐ B. 娱乐 ☐ C. 职场 ☐ D. 人文 ☐ E. 其他

你对《希望》杂志有何建议： (如有更多建议，可另附纸说明)

● 请于2004年10月25日前将本问卷寄至《希望》读者俱乐部，我们将从问卷中抽取幸运读者，赠送精美礼品。

Maoren 猫

性感的·时尚的



温暖我的温柔

丝羊绒、丝羊毛珍品内衣

丝与羊绒交织，

温暖与温柔交融；

此情最珍贵，

只给最爱的人。



2004[V] 风·夏音乐季由猫人首席赞助

2004 环球小姐中国区大赛由猫人特别赞助

猫人国际(香港)股份有限公司 www.maoren.com.cn



WE'LL KISS YOU
亲一亲 润一润



Liplce 什果冰润唇膏

www.mentholatum.com.cn

(1992) 卫妆准字 29-XK-064