

·女人生活智慧书· 女性问题专家 全力推荐

How to be a "evil" Woman

如何做个 “坏”女人

揭示女性人生的潜规则，
让你活得精彩！活得爽快！
同时也获得欢迎！



编著 张守然 简柔 等

科学技术文献出版社

图书在版编目(CIP)数据

如何做个“坏”女人 / 张守然, 简柔编著. —北京: 科学技术文献出版社, 2008.6

(女人生活智慧书)

ISBN 978-7-5023-5994-2

I. 如… II. ①张…②简… III. 女性—修养—通俗读物
IV. B825-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 049552 号



- | | |
|---------------|---|
| 出版者 | 科学技术文献出版社 |
| 地 址 | 北京市复兴路 15 号(中央电视台西侧)/100038 |
| 图书编务部 | (010)51501739 |
| 图书发行部 | (010)51501720, (010)68514035(传真) |
| 邮购部 | (010)51501729 |
| 网 址 | http://www.stdph.com |
| E-mail | stdph@istic.ac.cn |
| 策划编辑 | 余旭煌 |
| 责任编辑 | 张宇澜 |
| 发行者 | 科学技术文献出版社发行 全国各地新华书店经销 |
| 印刷者 | 北京朝阳新艺印刷有限公司 |
| 版(印)次 | 2008 年 6 月第 1 版第 1 次印刷 |
| 开 本 | 660×860 特 16 开 |
| 字 数 | 120 千 |
| 印 张 | 12 |
| 印 数 | 1—10000 册 |
| 定 价 | 19.80 元 (总定价 59.40 元) |

© 版权所有 违法必究

购买本社图书, 凡字迹不清、缺页、倒页、脱页者, 本社发行部负责调换。

女人生活智慧书 · 女性问题专家 全力推荐

How to be a "evil" Woman 如何做个 “坏”女人

- 顺应时代、顺应潮流，也顺应人性，
全面探讨如何做个幸福成功的新女性。
- 无论职业、无论年龄，也无论性格，
适合一切女性的快乐法则和主张。

张守然 简柔 编著

科学技术文献出版社



一部快乐、美妙、通俗的

女性人生哲学

> > >

如何做个 “坏”女人

前言 >> 女人就是要学“坏”

时代在发展，社会在进步，意识形态正在发生着深刻的变化。

从传统中承袭下来的好女人标准，已经与时代不相适应。然而，很多传统观念在有些人的头脑中根深蒂固，影响着人们的生活，否定着女性的价值。故此，我们严肃而醒目地提出：

——女人就是要学“坏”！

“坏”是对陈腐观念的否定，是女性价值的回归，是时代赋予女性的光彩，是人文精神的体现。“坏”女人其实是新时代的好女性。

那么，具体说来，“坏”的含义是什么呢？或者说“坏”女人是什么样的呢？

首先，她们的形象具足女人味，她们大胆创造自身的魅力和性感。

其次，她们快乐迷人，自立自信，充分发挥自身的特色和价值。

次之，她们有主见，有心计，自利却不自私。

再者，她们在感情方面，自主开放，源于传统，又破旧立新。

至于在理财方面，她们的观念即理性又人性。

本书内容也就是从以上五个方面展开,论述如何学做一个成功的、幸福的“坏”女人,一个体现时代价值的女人。

做“坏”女人是快乐的,也是容易的,其实也就是一个选择——任何女人都可以进行的选择,不需要学历,不在乎美丑,不考虑年龄,不在乎贫富。正是:学识深浅皆主见,美丑胖瘦各风采,有钱没钱都快乐。

毫无疑问,任何女人都可以是一个成功的“坏”女人。

“坏”女人的人生是精彩的,虽然可能会遇到一些人的非议,但这些非议其实往往是嫉妒或羡慕的表现。“坏”女人成就着自己,从而成就了别人;浪漫着自己,从而浪漫了时代。总之,她们自在、自然、自我、自强,创造着美和价值,丰富着时代的文化内涵。

女性朋友们,让我们大家共同发出时代的呼声:

——做好“坏”女人,做好时代的新女性!

> > 目录

第一章 培养女人味——不迷人,不罢休11

学性感, 风情万种.....12

1. 让心中充满性感的音符
2. 从头到脚释放性感的魅力
3. 十个性感小动作

学优雅, 贵在细节.....21

1. 细碎之处闪光芒
2. 轻解你的“裳”
3. 十个优雅的经典仪态

学媚, 眼波流转.....30

1. “坏”女人有四媚
 2. 一媚: 抛撒传情的媚眼
 3. 二媚: 香水芬芳的媚气
 4. 三媚: 楚楚动人的媚姿
 5. 四媚: 柔声软语的媚声
- 贴士……狐狸精的 20 大特征

[聚焦]榜中榜——叛逆王妃戴安娜44

第二章 塑造性格——个性花开,快乐结果53

刚柔相济, 所向披靡.....54

1. 柔弱, 滴水可穿石
2. 蛮狠, 愈蛮愈迷人
3. 顽皮, 任性惹人爱



快乐迷人，独立自信……………63

1. 学会快乐，就会迷人
 2. 独立自信，做个尊贵的女人
 3. 我行我素，谁爱说谁说去吧
- 贴士……“坏”女人为什么有人爱

[聚焦]榜中榜——性感女神麦当娜……………75

第三章 磨炼心计——明察秋毫，多思多想……………85

好听力，听话听音识破心机……………86

1. 听懂男人话中话
2. 听出男人是否撒谎
3. 如何应对男人的谎言
4. 也来宠宠男人的耳根

好眼力，察言观色看透众生……………98

1. 抓住细节看透男人心
 2. 看准真心好男人
 3. 好眼力鉴别“潜力股”男人
 4. 婚前睁两只眼，婚后闭一只眼
- 贴士……辨别大款和伙夫

勤于思考，工于心计……………112

1. 平衡实利、面子和尊严
2. 宁输有价的，不赌无价的

3. 让出虚名，抓住实权

4. 巧用女性性别优势

贴士……一分钟“扫灭”挫折感

[聚焦] 名家笔下——三类可爱的“坏”女人……124

第四章 恋战攻略——我的爱情我作主……127

心有灵犀大胆爱……128

1. 浪漫开局的妙招

2. 打造温柔陷阱

3. 恋爱女人的情感九戒条

贴士……示爱眼法两密招

爱入佳境当清醒……136

1. 效法情场犹太人

2. 珍惜性爱的价值

3. 确认关系的七件武器

多情不被无情伤……145

1. 别犯七种心碎的错

2. 男人分手前的六种迹象

3. 当断则断的分手艺术

幽默……俺的野蛮女友

[聚焦] 榜中榜——自由无畏杨二车娜姆……159

第五章 财富攻略——天生我财必有用……………163

理财有道,趁早筑起小金库……………164

1. 女人发家四项原则
2. 阻碍理财的七个误区
3. 女人理财九道坎
4. 做人准则与赚钱方式
幽默……赖帐宝典(未必不实用)

用钱有方,男人挣钱女人花……………178

1. 找个理由花男人的钱
2. 让男人主动掏钱 10 方法
3. 有钱没钱皆潇洒
4. 精明女人 shopping 经

[聚焦]榜中榜——王熙凤及其经济问题…188



“坏”女人法则

被男人团团围住的女人并没有什么特别之处，在很多时候，她们不过是表现得漫不经心而已。

无论一个女人多么美丽，单靠外表无法留住他。外表可以吸引他靠近，但能够使他尊重并由此保持兴趣的，只有你的独立。

费心竭力去取悦他，他不会尊重你，更难爱上你。

只要一个女人跟另一个女人争风吃醋，她就是在贬低自己，“坏”女人决不会如此。

第一章

培养女人味——不迷人，不罢休

追求美，追求女人味，不仅是为了取悦男人，更是源于女性的深层心理需求。

八零年代早已远去，现代版的女人味是——绝对个性的女人味，是女性对于自身特质的全然自信与自在，而不是单纯地迎合他人，恪守传统。其形态更是多姿多彩，完全打破了天生美丑的局限。无论容貌、体形、肤色如何，您都可以充满迷人的女人味。

有一句至理名言：每一个女人都有她的迷人之处。请相信人人都是造物主的杰作，接受自己、热爱自己、展现自己的风情吧。

大家一起来——不迷人不罢休！



学性感，风情万种

迷人风情，贵在多变。因为，一成不变必然会失去新鲜感；而且人的审美趣味是多元的。“坏”女人在交际场合中，时娇时嗔，时素时艳，花样迭出，没有重复的风情，没有重复的味道，让男人头昏眼花。

因为变，所以诱惑。男人在“坏”女人面前都暗自猜测，下一秒会见到怎样的一个她？大凡男人在遇到“坏”女人后，都会怦然心动地慨叹：My God，这正是我向上天祈祷的女子啊！

如何变？简明地说就是，以得体为原则，以性感为特征。得体就是不能忘记自己即将出现的场合，即将要面对的人。否则，一切努力都可能适得其反。那么，在加强了场合意识和对象意识后，如何才能展现迷人的性感风情呢？

1. 让心中充满性感的音符

性感，是一支神奇的音符。性感打破了一种美丑的不平等，是对女性美的一种新的诠释与解放。性感不在乎你五官是否美丽，身材是否窈窕。性感是应该从身体里面甩出来的，是因为你自己喜欢自己，就像一个擦了香水的女人一样，她走在人群中，她会很自信，因为她知道她身上散

发迷人的芬芳。而性感的女人就是这样一种女人，她是自信的，因为首先她爱自己，然后她爱她的生活，她爱她的五官，她爱她生命的延续，她珍爱并爱着她所拥有的一切。

看过以下的几个性感主张，你心中自会溢满性感的音符，进而从内而外迸发出性感的热力。

(1) 自爱自信，坚定性感的态度

无条件地接受自己，了解自己，明确适合自己的性感的路线，并坚定性感到底的态度。只要努力性感，觉得自己性感，那么就必然会越来越性感。

(2) 内心充满真性和热情

冷酷性感一直很流行，但在返璞归真的大趋势下，天使型的性感却愈来愈受欢迎。让自己的内心充满孩子般的好奇、天真和热情，你的眼神里就会流露出纯真及孩子气。成熟的女人味，夹杂着眼波里的孩子气，是一种极致的另类性感。玛丽莲·梦露就透着些孩子气，再配上她那魔鬼般的身材，凑在一起便构成了另类天使型的性感。

(3) 对生命充满热情和灵气

除非你天生冷艳无比或高傲迷人，否则，不要收敛或者压抑自己的真情流露。凡事不冷不热，处处约束自我情感的女人，大概性感极有限。而敢爱敢恨，对生命充满热情和灵气的女人，她们本身就是一团火，即光彩了自己，也激发了别人，令人为之心动。

(4) 培养一点野性的心

带点野性也是性感迷人的。如果你外表无法野性，那么就培养一份

内心的野性，一样让人觉得你充满刺激及神秘感。

(5)满怀感性温柔

温柔的感性与性感是相辅相承的，板刻的理性与性感背道而驰。一个感性温柔的女人，无论思想、语言、一举手一投足都更加体贴细腻，更具感染力，自然更容易造就性感的心理氛围。

2.从头到脚释放性感的魅力

佛说人皆有佛性，同样，女人都能性感。

性感是多姿多彩的，并不是只有美丽、丰满、野性的女人才性感得起来。只要你渴望自己成为性感女人，相信自己是性感的，并就此大胆秀出独特的自己，就会释放出性感的魅力。

性感不要求女人有多么优越的先天条件，性感在不经意间流露时，更令人陶醉。比如，女性刚醒来时的一对惺松睡眠、酒后微醉的一脸绯红，何尝不性感？而这也正是构成美感的元素，故性感有时无须刻意而为！“坏”女人尤其要领悟这一点。

下面是一些性感招数，如果认真领会，举一反三，你就可以从头到脚释放出潜藏的性感魅力。

(1)表情仪态和呢喃软语

当今新性感指数已超越视觉，不是身材暴露多少的问题，它是一种全感官的表达与享受。如花灿烂的笑脸，天真或媚态的眼波(JuliaRoberts或CameronDiaz式的)，沉溺于思考或想像时忧郁或出神的意态，乃至半骚半软的语调，全都是较内敛的性感。

其中，法国人就是深得流露性感个中三昧的民族。一则法语被公认为世界上最性感的语言，二则法国人擅用身体语言，如抛眼波、无奈时或惊叹时的扬眉撇嘴。

(2) 自我触摸小动作

在各式身体语言中，不经意的自我触摸，是最教人销魂的小动作。不经意地咬手指、托腮、把头发潇洒地向后拨，双手轻轻地捧着脸庞，无奈时耸耸肩膀，交叉双手轻抚着肩头或后颈，以及把手伸到毛衣内等，都是些妩媚的小动作。曾演《海角惊魂》、《天生杀人狂》的 Juliette Lewis 就最擅长此道，难怪她被很多导演视为烫手的新性感演员。



(3) 添一点醉意

微微的醺醉不但为面颊添上一抹绯红、为眼神添上一缕朦胧，其柔和与魅惑之美，也能释放出在工作时被封锁的感性之美。

(4) 适时流露懒态

慵懒是一种神韵、一种气度。女性宽衣解带时的专注与缓慢，秋波流转的神态，说话时舒缓低热的语气腔调，已足以构成一种叫人沉醉其中的意蕴。