

打 造 完 美 降 夫 宝 典

★ XIANGFUBAODIAN

降夫宝典

◎好男人不是天生的◎

邓琼芳◎编著

婚 恋 秘 籍

八大神功绝技，打造完美降夫宝典

领略婚恋秘籍，修炼极品驭夫掌门

科学出版社
www.sciencep.com

(G-1953.0101)

降夫宝典



婚姻到底是不是爱情的坟墓？进入围城的女人会成为可怜的守墓人，还是被宠爱一生？女人的幸福是不是只有好男人才能给予？那些传说中的好男人究竟在哪里？

翻开这本降夫宝典，在高深的武林绝学中领悟驭夫之术，在潜心的修炼中品味爱情与婚姻的真谛，悉心调教出专属于你的好男人，亲手缔造完美的幸福生活。

上架建议：婚恋·两性

ISBN 978-7-03-028944-5



9 787030 289445 >

定价：27.00元

★ XIANGFUBAODIAN

降夫宝典

邓琼芳◎编著

◎好男人不是天生的◎



内 容 简 介

茫茫人海中，无数女子正在为自己的另一半或伤感或苦苦等待……她们总以为“好男人”是天生的，唯一能够做的就是等待好男人的出现，试图让自己的命运出现奇迹。然而，天下乌鸦一般黑，男人也有他们的共性。如果一路走，一路换，认定好男人在后面，恐怕也只能落个凄凄惨惨戚戚的下场！

女人要记住：好男人不是天生的，都是好女人调教出来的。不过，你悉心调教出来的“好男人”，也未必你会成为最终受益者，男人的花心到头来可能会让你为她人做嫁衣。所以，聪明的女人不仅会“教”，还会“留”。翻开这本让自己一生幸福的降夫宝典，它教你用女人的独门绝技轻松让男人“缴械投降”，让他在你的“小心思”与“小手段”之下乖乖就范。聪明的女人你还在等什么，现在就开始修炼吧！

图书在版编目 (CIP)

降夫宝典：好男人不是天生的/邓琼芳编著. —北京：科学出版社，2010
ISBN 978-7-03-028944-5

I. ①降… II. ①邓… III. ①男性—心理学—通俗读物 IV. ①B844.6-49
中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 175706 号

策划编辑：代义国

责任编辑：代义国/责任校对：刘玉靖

责任印制：吕春琛/封面设计：天之赋设计室

科学出版社 出版

北京东黄城根北街16号

邮政编码：100717

<http://www.sciencep.com>

双青印刷厂 印刷

科学出版社发行

各地新华书店经销

2011年2月第 一 版

开本：B5 (720 × 1000)

2011年2月第一次印刷

印张：13 1/4

印数：1—5 000

字数：175 000

定价：27.00 元

(如有印装质量问题，我社负责调换〈双青〉)

销售部门电话 010-62136258

编辑部电话 010-62135397-8306

版权所有，侵权必究

举报电话：010-64030229；010-64034315；13501151303

编委会名单

邓琼芳
韩雅男
徐 振
高连兴
许文娟

赵 锋
张敏敏
王 鹏
汪 迪
杨 航

袁 侠
田 地
常洛瑜
陈智刚

孙永或
武 振
李文军
戈旭皎



前言

茫茫人海中，无数女人正在为自己的另一半或伤感或苦苦等待……她们总以为“好男人”是天生的，唯一能够做的就是等待好男人的出现，试图让自己的命运出现奇迹。关于爱情的愿望总是美好的，而现实却常常让人失望。天下乌鸦一般黑，男人也有他们的共性。如果总是一路走，一路换，认定好男人在后面，最后也只能落个凄凄惨惨戚戚的下场！到那时，女人们开始迷茫，开始不停地追问是否应该笃信爱情？是否在岁月中静静体味细水长流的日子只是一个传说？

女人们要醒一醒，别再苦苦等待好男人从天而降。好男人不是天生的，都是好女人用自己的情调智慧塑造出来的。男人们都有着顽固的秉性：花心、说谎、喜新不厌旧……他们就像是长不大的孩子，多少都会有些不好的习惯，也难免会调皮捣蛋。如果你不能认清他们的真面目，就很难驾驭他们，反倒可能被他们“降”住。只可惜，生活中不少 MM 对降夫之术只是略知皮毛，甚至还会误入歧途，使得现实中的降夫形势不容乐观。

实际上，婚姻是不是爱情的坟墓，女人最终会成为可怜的守墓人，还是打破传说，幸福一生，完全取决于自己。对女人来说，一段幸福的婚姻，找个好男人是基础，做个好妻子是前提，但不是每个女人都具备这个条件，这需要一定的修炼。聪明女人知道男人需要“管教”，更知道如何练就火眼金睛术，用慧眼挑选一个好丈夫；她们永远都在不断提升自身魅力，试图用深厚的内功施展魔法，一辈子把老公握在自己的手掌心里……精通御夫之术的女人更懂得如何在男人面前掩盖自己的聪明，在适当的时候学会装傻，用大智若愚的方式去博得他们的欢心

和怜爱。她们从来不抱怨自己的男人没本事，因为成功的男人也不是天生的，他们都是后天培养出来的，在他们身后有着一个默默牺牲、甘愿为他做嫁衣的伟大女人！她们更明白，就算是自己悉心调教出来的“好男人”，也未必会让自己成为最终受益者，男人的花心到头来可能会让自己竹篮打水一场空。所以，降夫高手不仅会“教”，还会“留”。

翻开这本让自己一生幸福的降夫宝典，这是每个女人必备的枕边书。它会告诉你如何用女人的独门绝技轻松让男人“缴械投降”，尽管过程漫长而曲折，但只要你按照本书中介绍的方法，生活中常常花点心思，耍点“小手段”，恐怕想不让他对你乖乖就范、宠爱备至都难。聪明的女人你还在等什么，现在就开始修炼吧！



目 录

宝典一：玉女心经——男人就得“降”	1
别说男人不必降	2
降夫的形势不容乐观	4
降服男人并非天方夜谭	6
降夫的最高境界	9
宝典二：火眼金睛术——慧眼挑好“夫”	12
自古美女爱英雄	13
智士男人，想说爱你不容易	15
富有灵气的才子男	18
让自己放心的忠厚男人	20
找个有钱的贵公子	22
宝典三：天罗地网势——认清男人的真面目	25
别被男人的假相蒙蔽了双眼	26
男人就是喜欢美女	28
花心是男人与生俱来的本性	31

男人喜新却不厌旧	34
顽固不化的处女情结	36
男人都希望传宗接代	39
男人天生爱说谎	42
“亲密周期”是男人的密码	45
男人一样不喜欢离婚	48

宝典四：紫霞神功——无懈可击的降夫内功

秀外慧中是男人心中的标准女人	52
用宽容留住男人的心	54
自信让女人更美丽	57
乐观给女人带来幸福	59
独立，女人的另一道风景	61
做一个懂爱的女人	64
多一些女人的韵味	67
学会为自己而生活	69
控制自己的情绪	71
女人，别那么高傲	74
如果爱，就别计较太多	76
坚持自己的爱好	78

宝典五：拈花擒拿手——轻松让男人“缴械投降”

委婉女人令男人心动	82
多给他一点信任	84
像做情人一样做妻子	86
用温柔和网游“抢”老公	89

男人有时也要“哄”	91
如果不能改变，那就选择接受	93
该撒娇时且撒娇	96
做个会吃醋的女人	98
“刁蛮”也要识时务	101
“甜言蜜语”不是贬义词	103
给彼此一个爱的昵称	106
看懂他的性需求	108
女人的“性”福自己争取	110
别把“性爱”当武器	112
 宝典六：百变千幻云雾十三式——会装“傻”更能俘获男人心 ...	115
女人太精明，男人不敢爱	116
装傻让女人离幸福更近	118
把优越感留给男人	121
夫妻之间没有绝对的对与错	123
女人示弱一点又何妨	125
善意的谎言，睁一只眼闭一只眼	128
不钻牛角尖，活的更自我	131
别只盯着男人的钱袋	133
男人的过去，女人“糊涂”点更好	136
换种方式对待男人的“花心”	138
一笑置之，让他主动坦白	140
适当放松，才能更好地控制	143
学会倾听，别说自己都知道	145

宝典七：嫁衣神功——成功好男人要靠女人“捧”	148
成功男人背后，都有一个伟大的女人	149
“捧一捧”，他会更听话	151
男人需要女人的欣赏	154
千万别伤男人的自尊	157
让男人摆脱恐惧感	159
做男人事业的桅杆	162
帮男人顺利走出低谷	164
好女人是男人向往的避风港	167
当男人的“好秘书”	169
做男人事业的幕后军师	171
 宝典八：打狗棒法——智斗“小三”做男人的感情终结者	175
小三，你从哪里来	176
小三排排坐	179
盘点小三的优劣势	182
防患于未然，慎防小三	185
决战潜小三：欲擒故纵	187
与小三直接PK	189
打持久战，消耗战	192
经济制裁，让他净身出门	195
留住自己的男人	197

宝典一

玉女心经

——男人就得“降”

“玉女心经”是古墓派祖师林朝英在古墓独居时所创的。林朝英对全真派掌门王重阳情有独钟，但可惜王重阳却是落花有意，流水无情。为了“降服”王重阳，该武功一招一式皆为全真派武功的克星，其中以玉女剑法最为精妙，恰好把全真剑法的招式压制得动弹不得，步步针锋相对，招招制敌机先，全真剑法不论如何腾挪变化，就是脱不了玉女剑法的笼罩。但因其对王重阳始终情意不减，使得此路剑法虽然厉害，却无一招旨在致敌死命，可谓是女子“降夫”的一大宝典。然而，女子若有雷同于林朝英一般有驾驭克制另一方之意，在习练“玉女心经”前，必须先摒弃不必“降夫”、“降夫”力不可及等杂念，认清“降夫”的严峻形势，一心修炼，才能领悟“玉女心经”之真谛，达到“降夫”的最高境界。

▷ 别说男人不必降

女人总是这样说

跑过了马拉松式的恋爱之旅，克服了感情路上的种种艰辛，PK 掉了一切有威胁的情敌，我终于和他走到了一起，他也成了我生命中最重要的人。我称他为老公，这意味着他是我生命中最重要的人，就算全世界的人都不相信他，我也会坚定不移地拥护他。可是，生活中总有那样一些人，经常在我耳边叮嘱我提防着老公，说什么防患于未然。看她们的样子真是“苦口婆心”，可我还是不明白，我和老公平时如胶似漆，非常恩爱，难道他还会背叛我？离开我？既然是夫妻，用得着使劲浑身解数防备对付吗？有时，我真怀疑她们是嫉妒，故意挑拨离间。

降夫高手点拨

很多女人觉得，老公是自己最亲密的人，用百般的计谋来防备和对付似乎是对爱人的不信任，如果每天都这样生活，太累了！也许还没等到自然衰老来临，一条腿就已经跨进了人老珠黄的妇女队伍中，搞不好还是其中的“先锋者”！对于女人们的这种心情不难理解，但对这种认识实在不敢恭维！

爱情和婚姻完全是两回事，爱情中的女人可以认为彼此拥有，世界就完美

了，但婚姻却远没这么简单。唐代著名的女诗人李冶对此深有体会，她有首名为《八至》的诗：“至近至远东西，至深至浅清溪。至高至明日月，至亲至疏夫妻。”这简单的二十四个字，道出了婚姻中的秘密。夫妻间的关系是最亲密的，但也有可能是最疏远的，有时最相爱的两个人到最后就变成了最仇恨的关系。

我们伟大的毛主席曾经说过这样一句话：扫帚不到，灰尘不会自己跑。女人们对于自己的婚姻和自己的老公，一定得学会适当的“清理”。毕竟，进入了婚姻的殿堂之后，若不及时清理“问题”，理顺夫妻关系，“看好”自己的男人，婚姻就会变成一间布满灰尘的“废墟”，再不是什么温馨的小窝，向往的避风港！

可惜啊，有些女人至今为止还做着“琼瑶梦”，沉浸在那些童话般的浪漫爱情中不可自拔，认为所有的男人都像剧中的男主角一样有才、痴情而又专一，我绝不是打击这些想象力丰富的女人，此物恐怕只应天上有，人间难得几回闻呐！要知道，男人嘛，都是很容易失控的动物，决不能掉以轻心，特别是自己跋山涉水，翻山越岭一路领到红地毯的老公！若在这时丢了幸福，真是人生一大不幸，后悔莫及啊！记得有人曾经这样说，让我们把生活想象成一场比赛，在这场比赛中你必须同时接住五个球，而这五个球分别代表家庭、健康、工作、朋友以及精神生活。你不可让任何一个球落地。随着比赛的进行，你会惊奇地发现，原来工作是一个橡皮球，掉下来之后自己还会弹回去；而家庭、健康、朋友和精神生活是玻璃球，一旦让这四个球中的任何一个落到地上，不是受损就是粉碎，绝对不可能和当初一样。

所以，女人要清醒一点儿，别以为“降”老公是不必要的，你若不看好自己的感情，最后受伤最深、损失最大的就是自己！正所谓，婚姻是女人的归宿，一个女人如果丢了家，那还有什么幸福可言？

▷ 降夫的形势不容乐观

女人总是这样说

很早的时候，我就知道女子有“三从四德”，那时候还小，不知道具体说的
是什么。后来才明白，原来就是“未嫁从父，既嫁从夫，夫死从子”。想想自
己，未出嫁的时候确实是父母的乖乖女，很听父母的话；现在出嫁了，我觉得
“从夫”也没什么不应该啊！很多人都告诉我，听老公的话做一个小鸟依人的妻
子，能让他宠爱你一生。那些出轨的男人，多数都是因为自己的老婆太不温柔，
太过强悍和女权了！而那些小情人儿，个个都像是温柔乡里出来的。不管真假，
都表现得挺懂事，挺体贴人。其实，有时候我也怀疑这句话的真假，难道女人只
有听男人的话，才能拥有幸福吗？

降夫高手点拨

对于古时候的男人而言，娶来的老婆就像是买来的马，可以随意地鞭打。虽
然那些黑暗的日子已经远去，人们也在不断地呼喊着“男女平等”，但事实上，
降夫的形势真的与过去大相径庭吗？恐怕还是痴人说梦吧。

回首过去的几千年，男人们使劲浑身解数来压制女人，甚至还创造了一系列

麻醉愚弄女人的歪理邪说，其中毒害最深的就是“女子无才便是德”！剥夺了女人学习知识的机会，唯恐女人们有了思想就难以管制。要说不让女人读书也就罢了，宋代的程颢、朱熹还觉得不够，又潜心研究了一套“程朱理学”，让天下百姓都知道“饿死事小，失节事大”，就是这把杀人不见血的刀不知道让多少可怜的女人惨死人世，然后又假惺惺地给了她们一个光荣的称谓：烈女！

除了心灵上的毒害以外，身体上的迫害也不得不提。不知道哪位高人发明了“裹脚”这一残暴手段，扭曲了审美观，让“三寸金莲”成了当时的流行风。可怜那些原本身体就弱于男人的女人，自此更加的怯弱，男人们也终于实现了征服和统治女人的罪恶目的！

可以说，男人们对于“降妻”那是颇有经验的，不仅有理论知识，还有社会实践；不仅制定了硬制度，还在背后藏着软刀子，从身心两方面对 MM 们进行专制，然后又夸其为烈女，夸其娇小，给 MM 们打麻药，让 MM 身处其中而不知觉醒和反抗。

不知 MM 们有没有读过蒲松龄老先生的《聊斋志异》，这里面有个“妾击贼”的故事，实在是女人受思想腐蚀的典型啊！

说益都西边有个富翁，娶了位温婉美丽的小妾，于是他的大老婆非常生气，经常无缘无故地痛打这个小妾。面对这样的虐待，小妾不仅没有丝毫的怨言，反倒逆来顺受，忍功可谓是相当了得！虽然那个富翁心里偏爱小妾，但他也是个“妻管严”，对大老婆的残暴行为只能是睁一只眼闭一只眼，私下里安慰小妾几句也就是极限了。

有一天深夜，来了一群强盗包围了他们家，跳进院子来撞屋门。眼看浩劫难逃，一家人吓得浑身发抖，不知所措。就在这关键的时刻，小妾顺手拎了一根挑水的扁担，夺门而出，在院子里指东打西，势不可当，刹那间已打倒了好几个强盗。原来，这位小妾的父亲是枪棒教师，小妾得其真传，一身武艺，打倒几十个小伙子根本就是小 case。

看到这里，很多人都会想：这小妾是不是傻啊？既然武艺如此高强，在受欺负的时候随便给那大老婆玩几招，她也得吓破胆！可她干嘛就这么忍辱负重的，难不成在练什么高深的“忍功”？原来，她觉得被欺负是自己分内的事，没什么可说的！这简直是被旧时思想毒害到一定程度了，最令人匪夷所思的是，她的行为居然还得到了他人的一致好评，夸她贤惠！

说到这，MM们可能知道了，古代女子受这些思想的腐蚀太严重了，甚至还有的女人帮着男人来统治自己。别不信，班昭就是个活生生的例子。她在《女诫》一书中写道“夫有再娶之义，妇无二适之文，夫者，天也；天固不可逃，夫固不可违……”唉，后来有些女人将自己的丈夫称之为“天”，可能就是受她的影响吧？

总之，自古以来都是男子“降妻”，尽管现在女性可以读书学文化，不用裹小脚遭罪，但千余年来的遗毒颇深，一时间也实在难以完全消除。所以，“降夫”的严峻形势还是不容乐观的，想要“降夫”还是得掌握一些“独门绝技”，具体招式后面章节有详细介绍，MM们得用心钻研修炼啊！

▷ 降服男人并非天方夜谭

女人总是这样说

我从来都没有想过怎么去“降”住男人，如果论体力，我们柔弱的女子显然不是他们的对手；若是论头脑，看看那些叱咤商界的精英男士，我也是自愧不