



淑女 变 女王的 魔法书

吴琰萱◎著



“恶魔”的57个修炼魔法
让你主宰自己的完美人生
指引你成为主宰人生的女王级幸福女性

淑女 变 女王的 的

吴瑕萱 著



天津科学技术出版社

图书在版编目（CIP）数据

淑女变女王的魔法书 / 吴瑕萱著. —天津：天津科学技术出版社，2009.1

ISBN 978-7-5308-4860-9

I. 淑… II. 吴… III. ①女性—修养—通俗读物②女性—成功心理学—通俗读物
IV. B825-49 B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字（2008）第204112号

责任编辑：吴文博

责任印制：白彦生

天津科学技术出版社出版

出版人：胡振泰

天津市西康路35号 邮编：300051

电话：（022）23332398 23332393

网址：www.tjkjcs.com.cn

新华书店经销

北京合众伟业印刷有限公司印刷

开本 690×970 1/16 印张15 字数165 000

2009年1月第1版第1次印刷

定价：28.00元



前言：要做就做“恶魔”女

可爱、纯真、温柔、理性、人见人爱的“好女孩”和性感、张扬、狂野、霸道、大家公认的“坏女孩”，作为男人，你会如何选择？

女人也许会选择和“好女孩”做朋友，但男人或许会对“坏女孩”倾心。

“坏”女孩性情多变，不会轻易被男人掌控，相反，她们却是感情的舵手。在爱情上，她们不做任何人的傀儡和奴隶，所有的感情生活完全掌控在自己手中，有时还会做出让男人不寒而栗的举动。

她们不会因为生活或工作的困扰而疏于打扮，时尚的穿着、光鲜亮丽的打扮是她们身体的一部分。与各类“精英”打交道，处理各种棘手的问题是她们生命中不可缺少的“游戏”。

在《Desperate Housewives》中的四位主妇表现的就是“恶魔”女孩的不同侧面。

Susan 对于爱情的追求锲而不舍，也许她不是个好妈妈、懂家事的好主妇，但却是个绝对的追求爱情的浪漫主义者。

无论是作为职业女性，还是作为四个孩子的母亲，无论是面对事业的顶峰，还是经受疾病的折磨，无论是面对丈夫任性，还是面对“狐狸精”的威胁，Lynette 都能够表现得从容不迫。

Bree 是一个完美的家庭主妇，但她对于食品精益求精的态度，让男人爱恨

交加。尽管如此，Bree 仍然坚守原则，力求打造最精湛的餐桌美食。

曾做过模特儿的 Gaby 有富足的生活资本和漂亮的房子，同时也有着自己的任性和坚持，即使远离了大都市的 T 形台，她仍然无法抛弃自己对身材和美丽的追求。

四位主妇的生活中充满了各种各样的困扰和问题，但她们都能用“恶”的方式——化解。

如果你还以为做个乖乖女，生活不用自己操心，money 也不用自己去烦恼，就可以舒舒服服地过日子，那就大错特错了！尽管男人们嘴上会说喜欢女人的温柔体贴、乖巧听话，但似乎事实胜于雄辩，“恶魔”女孩的行情已经势不可挡了！

你是否应该重新思索自己的“魔性”潜力，摇身一变成为“恶魔”，让爱情和生活尽为自己掌控呢？

当然，所谓的“恶魔”并不是要让女人变成真正的蛇蝎心肠、作恶多端，而是要擅长如何在传统道德的范围里耍耍自己的“小手段”，学会“强硬”和“使坏”。比如，她们独立自信，却又懂得如何施展魅力吸引和驾驭男人；她们桀骜不驯，难于征服，可以明目张胆地借对方之力让自己成功，就算过河拆桥，也不会让男人有丝毫不悦，因为他们心甘情愿；她们时而是“刁蛮公主”，时而又成了“温顺的羔羊”……在男人看来，这类女人比传统意义上的好女孩更生动、更立体，也更灵动，就像一汪流动的山泉，总能带给人最新鲜的感受。

尽管“魔性”女孩是全世界的宠儿，但这也同时意味着你很难达到如此境界。如果稍有闪失走入魔，就会让自己的“坏”，沦陷到道德之下，成为真正不受欢迎的恶女人了。

别担心！本书为您提供的就是成为“恶魔”女孩的最佳指南，使你在不知不觉中颠覆原本对女人传统观念的认知，逐步成为一个人见人爱的“恶魔”女孩。不仅如此，本书的 Man's talk 环节，还特别邀请男性心理专家，从男性的角度告诉您：如何才能做一个充满魅力的“魔”样女人。准备好了吗？一起开始这段奇妙而瑰丽的魔幻旅程吧！

目录
CONTINTES

从这一刻，就要做“魔”样女人
Lady of the Storm

- Chapter 1 先爱自己，再爱别人 / 3
- Chapter 2 独立比什么都重要 / 6
- Chapter 3 可以什么都做，也可以什么都不做 / 9
- Chapter 4 感情，就是要斤斤计较 / 12
- Chapter 5 爱我恨我都可以，就是别忽视我 / 16

爱情篇——做爱情国度的恶魔

让他记住你的好，不如让他记住你的“坏”

- Chapter 1 爱他，但不能宠他 / 22
- Chapter 2 让男人去遵守“三从四德” / 27
- Chapter 3 做个可爱的“野蛮女” / 31
- Chapter 4 伤害不是必需的，有时却让人刻骨铭心 / 36
- Chapter 5 没有意见，不代表没有主见 / 40



如何散发女人的魅力

- Chapter 1 善意谎言是一种艺术 / 45
- Chapter 2 挠挠他心底里最痒的地方 / 50
- Chapter 3 在最美妙的时刻戛然而止 / 54
- Chapter 4 半遮半掩的诱惑 / 59
- Chapter 5 装可怜“骗”来的好男人 / 63

做个最聪明的“恶魔”女

- Chapter 1 “恶魔”女孩生命中的几个男人 / 68
- Chapter 2 永远让他猜不透你 / 72
- Chapter 3 花心但不滥情，风流却不成性 / 76
- Chapter 4 蓝颜知己的底线 / 81
- Chapter 5 YY一下又何妨 / 84

挑起生活的激情

- Chapter 1 为真爱，主动出击 / 89
- Chapter 2 不必事事循规蹈矩 / 93
- Chapter 3 女人和食物一样，新鲜的最好 / 97
- Chapter 4 偶尔让他当一次英雄 / 101

目录
CONTINTES

别让男人闲着

Chapter 1 男人做家务，机会是女人给的 / 105

Chapter 2 激励，要软硬兼施 / 109

Chapter 3 对男人的“特殊训练” / 113

Chapter 4 给足他面子，他就会更听话 / 117

Chapter 5 永远不给他“造反”的机会 / 120

分手了，让他依然记得你的好

Chapter 1 离开他，毫不犹豫 / 124

Chapter 2 最“刻薄”的分手礼仪 / 128

Chapter 3 失恋算什么，要过就过得更好 / 132

Chapter 4 可以继续爱我，不能继续找我 / 136

事业篇——做事业城堡的“恶魔”

工作，是用来享受的

Chapter 1 有乐趣的工作才是好工作 / 142

Chapter 2 学会在工作中放松 / 146

Chapter 3 效率！效率！ / 149

Chapter 4 善于在老板面前表现自我 / 152

Chapter 5 加班可以，必须心甘情愿 / 155

勾引他，让他欲罢不能

Chapter 1 被热辣目光追逐，感觉棒极了 / 159

Chapter 2 乱草丛中过，片叶不沾身 / 163

Chapter 3 可以左右逢源，不可四处调情 / 166

Chapter 4 低胸装再低，总要有个底线 / 169

做个最聪明的“恶魔”女

Chapter 1 让老板牢牢记住你 / 173

Chapter 2 端咖啡可以，喂咖啡不行 / 176

目录

CONTINTES

- Chapter 3 办公室可不是T形台 / 179
- Chapter 4 双面娇娃的致命诱惑 / 182
- Chapter 5 投其所好还是投怀送抱 / 186

恶魔女孩的性诱惑

- Chapter 1 借助男人的实力上位 / 190
- Chapter 2 说话讲究对象，分清场合 / 194
- Chapter 3 充分利用你的性别优势 / 198
- Chapter 4 时而柔弱，时而刚强 / 201
- Chapter 5 暧昧一点也无妨，不过别动真情 / 205

勾引他，让他欲罢不能

- Chapter 1 要走，也要站好最后一班岗 / 209
- Chapter 2 轻轻地走了，再见亦是朋友 / 212
- Chapter 3 “鱿鱼”而已，怕什么 / 216
- Chapter 4 让老板知道：失去你是他的损失 / 220
- Chapter 5 人走关系在，做好人脉储蓄 / 223

从这一刻，就要做
“魔”样女人

先爱自己，再爱别人

“你爱我哪一点？”女孩勾着男孩的脖子，撒娇地问。

“嗯，我爱你温柔、乖巧、体贴、善良、美丽……”男孩明白，只要把这些美好的词汇一一罗列，哪怕说上三天三夜，女孩也不会觉得腻。

天真的女孩相信了男孩的话，她单纯地认为，这就是自己吸引男孩的真正原因，所以不断努力，让自己变得更温柔、更乖巧、更体贴……她全心爱着男孩，以为只要自己变成了男孩口中的“完美女孩”，就能将男孩牢牢“拴”在身边。

然而，女孩越努力，男孩越不满；女孩越爱男孩，男孩越想要逃离。一次争吵过后，男孩平静地说：“我们分手吧。”女孩吃惊地望着男孩，过了许久才问：“为什么？”

“因为，你的爱让我窒息。”男孩顿了顿，接着说，“我知道，为了我，你付出很多。放弃了工作，和父母也闹翻了，整天就围着我转。可是，我是个独立的人，不想让你像影子一样缠着我。”

“可是，我这么做，还不是全都为了你？”女孩委屈地说。

“是啊，你这么做全都是为了我，那么以后，请你也为自己考虑考虑吧。”

男孩说完，头也不回地走了。

女孩怎么也没有想到，她全心全意地爱着男孩，她爱男孩胜过爱她自己，可是，男孩竟然这么绝情地抛弃了她。她该怎么办？“或许，只有死了，才能得到解脱。”她向好友哭诉道。

“何必呢？你以前错就错在太爱男孩，而完全忽视了自己。你什么都为他着想，任何时候都把他摆在第一位，连你自己都不爱自己，不把自己当回事，又怎么能奢求别人爱你呢？男孩说得很对，从现在开始，你还是好好爱自己吧。”

女人就是这样，一旦认准了某个男人，就会全心全意地付出。为了给男人买 Armani 的西装，自己甘愿穿从地摊上淘来的廉价货；为了拴住男人的胃，情愿“泡”在厨房里反复锤炼自己的厨艺；为满足男人的野心，情愿放弃自己的事业而做他背后那个默默无闻的女人……她们抛弃自尊，抛弃独立，甚至抛弃自我，只为让男人永远爱自己。可是，她们不曾想到，越这么做越有可能被“忽略”。

其实，最根本的原因是这些女人不够爱自己。也许这么说会遭到很多女人的质疑：谁说我们不爱自己，我们很爱啊！我们会给自己买昂贵的化妆品，买精美的首饰、漂亮的礼服，去高档浪漫的餐厅享受美食……这的确是爱自己的表现。但这仅仅是在没有男人的日子。一旦男人走进你的生活，你还会这么肆无忌惮地爱自己吗？男人一句“我饿了”，你是不是马上放下手中的眉笔，带着化了一半的妆乖乖到厨房煮饭？

“恶魔”女孩会将对自己的爱凌驾于一切“爱”之上，她们会非常清晰地给自己一个定位——NO.1。不管是男人、事业，还是其他的一切，统统靠边站！她们或许不够有钱，不够漂亮，人生也不够完美。但是，在这并不完美的人生里自己却是绝对的统治者，可以想哭就哭、想笑就笑，不用看别人的脸色，更不用听别人的使唤，这份随性和惬意，才是“恶魔”女孩最看重的。

“恶魔”法则

“恶魔”女孩最大的“恶处”就是爱自己爱到近乎自恋。也正因如此，她们才能让自己不受任何事情的左右，在所有环境下保持真正的开心和舒适。

要做到这一点并不困难，下面几种方法不妨尝试一下。

●每天照5遍以上的镜子，每次照镜子时，都告诉自己：“这么一个出水芙蓉一般的美人儿，简直是上帝的杰作，我得好好爱惜。”

●想男朋友的时候，忍住不要给他电话。降低主动和他联系的频率，等他给你打。同时告诉自己，他是第二位的，自己的快乐才是第一位的。

●无聊的时候，多跟闺中密友出去玩耍。一群女人在一起，会大幅度提升你自恋的本领。而选择这段时间和男友黏在一起的人，只能让自己变得更依赖他。

●如果男友冲你发脾气，绝不反击，而是让他独自气愤去吧。而你需要的就是约上三五好友出去 happy，别让他的不快情绪影响了你的好心情。

●可以努力工作，但绝不拼命工作。就算老板愤怒到即将暴走，也要不紧不慢地吃好午餐，绝不熬夜加班。否则伤了自己的娇容去给老板挣钱，不划算。

Man's Talk

说实话，男人不想成为女人控制的角色，喜欢自己掌控一切，让女人围绕在自己身边。尽管如此，不可否认的是，那些喜欢自己更甚于男人的女性，有着让男人更加着迷的一面。因为男人控制不了，所以越发想去控制。就像玩电动游戏的时候，越困难的关卡就越有挑战性一样。

当然，如果“关卡”困难到了极度“变态”的地步，聪明的男人也会选择放弃。

独立比什么都重要

命运不是贝多芬的交响曲，没有既定的慷慨激昂的旋律。女人的命运可以丰富多彩，也可以平淡如水，怎样的命运取决于她如何谱写自己的人生乐章。

很多女人总是喜欢把谱曲权交给男人，以为男人的责任心能为自己带来幸福。当自己不幸福了，就有了责怪、痛骂、憎恨的理由。

当你需要浪漫的时候，男人会为你安排浪漫的烛光晚餐；当你需要漂亮的时候，男人会为你精心地挑选漂亮的礼服；当你需要温暖的时候，男人会为你悄悄地生起炉火，抱着你在壁炉前一起取暖……

男人可以为你安排你想要的，但是当男人必须离开你的时候，你要怎么办？从此不去餐厅，不想逛街，忍受冰冷？

把命运交给男人的女人就像上了天的风筝，不管你惬意地飞入云端，还是欢快地享受微风，只要线那端的男人松开手，你都将会飘得不知所终。

不要轻易相信类似“我永远都不会松开手”这样的话。

或许男人的离开是无可奈何的，可这并不会改变你开始形单影只的事实。女人会擦着眼泪，可怜兮兮地说：“他为什么要跟我分手，我为他付出了一切！他喜欢吃的菜，我累死累活地学着做；他喜欢做运动，而我最怕流汗，可我还

是二话不说陪他……他难道不知道我做的这些都是为了讨好他、迎合他吗？他还有什么不满足呢？”

他或许很满足，但是依旧不得不离开。因为他爱上了别人！女人将遭受到的打击归罪于男人。然而原因究竟是男人爱说谎？还是女人容易受骗？

男人变心并不稀奇，稀奇的是为什么只有当男人背叛的厄运降临之时，女人才恍然大悟，痛骂男人“不负责任”！

即使你在森林走失，也可以凭借河流的流向或者其他信号找到出口，至少拥有希望和方法，而一旦你迷失在男人这个森林中，很遗憾，所有能找到出口的信号都会消失——即使在你走进时已经标注了“信号已覆盖此区域”！

所以女人常常在做一件蠢事：将责任交给男人，同时也丢失了自己！

并不是所有的女人都 在男人森林中迷失的。“恶魔”女孩就从不迷失自己，她们知道在命运之书 上，从来没有女人注定永远臣服于男人的定律，更没有拱手出让自己命运的说法。

“恶魔”女孩当然不会拒绝男友的浪漫和呵护，她们会尽情享受被照顾的感觉。当男友忙碌时，她们却有更加忙碌的事；男友不在身边时可以一个人到沙滩晒太阳；想去做瑜伽而男友却在身边黏着自己，就马上给他找点事做让自己赶快脱身……

有男友在身边就享受两个人的浪漫，男友不在身边就享受一个人的精彩。

没错，男人或许会包容你、呵护你，将你捧在手心，这是他们的权利，却不是义务。当男人为了爱自己而放弃爱你时，请不要失去重心，迷了方向，更别让自己跌入谷底。要像“恶魔”女孩一样更加疼爱自己！

“恶魔”女孩不做这样的傻事，不管你是否喜欢，依然保持可爱、刁蛮、个性……总之，“我就是我，我就是要做自己”，这是“恶魔”女孩心中永不变更的台词。

不管你扮演了多少角色，不管这些角色你演绎得多么精彩，千万别忘记扮演自己。