

## 坏女人修炼秘笈

做一个坏女人，我的意思是真正意义上的坏女人——一脸儿媚、心儿硬、下手稳准狠，对男人有着超一流的敏感度和鉴赏能力，而不是心术不正只会到处搅混水的笨女人，是需要修炼的。前三百年修身，后三百年养性，再三百年长脑子，方能成其正果。

### 1、前册：前300年，身体修炼术

坏女人当然是性感的，像杭州丝绸一样轻薄柔软，像巴黎香水一样五迷三道。但性感并不意味着非得穿着特别暴露，走到街上挺胸摆臀跟只鸡一样，张口闭口：大哥，发生关系不？见过《聊斋》里狐狸精吗？她们多半是娇弱可怜的、瑟瑟发抖的、楚楚动人的、小心翼翼的……跟书生混熟了之后，才开始若有若无地勾眉搭眼，欲摸还休、嚼槟榔唾檀郎，围着圆桌一边跑一边笑，被主妇骂作：好一个狐媚子！身体修炼，必须先从个人卫生开始，就像狐狸精必须先把大尾巴藏到裙子下边。如果你看到这段文字的时候还手提一柄大锅铲，旧毡帽一样粘得不可开交的头发里藏着一包炊烟，张口一笑展示的是你年久失修的四环素牙，伸出手来给人看到的是勤劳致富的四个大茧子泡……建议你先关了火洗个澡，把自己弄干净了再说。

头100年，先洗个澡。用热水和含有香氛的沐浴液或者香水皂浸淋身体，记住这是你自己的身体，靠它职场打拼和颠倒众生的身体，菜可以少炒一个，电话可以少打一通，洗澡的时间不容侵占。有茧子或者摸上去粗糙的地方，可以用磨砂膏或者去死皮膏轻轻搓拭，出来后再涂上BODY LOTION，不要弄得像手肘处钉了块砂纸一样到处挂人家衣服。脸和头发一定要搞干净，因为这是一个女人的门面，二合一的洗发水不要过于信赖，还是多用护发素的好。有些所谓终日忙碌的好女人总不记得洗脖子和耳后，这是万万要不得的，因为脖子比手还容易泄露一个女人的年纪，你以为人家看不出你状如二十岁的嫩脸下面藏匿着五十岁的黑脖子？

私处要洗，用柔和的护理液，一辈子要像十七岁的女孩子那样干净爽洁，而不是味如王婆的缠脚布顶风臭十里。脚底也要洗，可以选择专门的浴足产品，也可以用普通的沐浴液，洗干净以后别忘了涂上指甲油。缺了一块指甲油，像摔坏了的搪瓷盆，再珠光宝气的女人，都会因而显得潦倒笨拙。

中100年，开始穿衣服了，记得选择适合自己的战袍。我曾亲见不少女人喜欢横条纹的裤子和裙子，因而显得自己并不臃肿的身材状如水桶。连文豪鲁迅都说过：少穿横条纹的衣服，它会显得不胖的人胖，胖的人更加胖。这道理好比天降大雪，黄狗身上白，白狗身上肿。你就不要再怀疑其中公理，挑战思想家的高度了。衬衣的衣领要有点低，低得刚刚勾引起想象力和探索欲望，但不要坦荡你的平胸给人家浏览，想更性感一点的话，可以稍稍有点透明，透明是文雅的挑逗。清楚自己适合什么样的颜色和款式，如果脸色不好就请尽量避免娇嫩如青绿色的衣服，否则就会像一只大青虫赫然立在墙角一般吓人。如果面貌威武也请避免有虎皮或者豹纹感觉的搭配，它会显得你如虎添翼，铿锵有余而娇媚不足。

白色的衬衣可以多备几件，在衣领和式样质料上发展不同，宜攻宜守、可进可退，披上大氅可以冲进职场，换件BRA可以跃上大床。黑色系也要多备几件，长袖挥洒短袖生风，长裙庄重短裙性感，配淡妆干练神秘，配浓妆妖冶过人，最重要的一点：耐脏。

还有一点空前重要，穿无袖衫低腰裤和高衩开到大腿根部的裙裙时，记得剃干净你的毛毛。别说朱莉娅-罗伯茨是不剃毛毛的典范，我就亲眼见过她上奥斯卡领奖台的时候，腋下白净如玉。别懒，细节处理完美无瑕的坏女人才能于不经意间杀人如麻。

后100年，记得喷香水。腮边喷一点，叫做吐气如兰；发上喷一点，叫做雾鬓风鬟；手肘处喷一点，叫做皓腕香雪；脚踝喷一点，叫做莲步轻移；大腿深处喷一点，叫做暗香浮动。俗话说，战士上阵不能不带枪，坏女人出门不能不带香，诚哉斯言。但要注意，香水不是庙里的香火越多越好，当你像一只五光十色的大型香水座一样站在男人面前时，你吸引的只能是来自乡村的蜜蜂而不是发自内心赞赏的目光。香水就像是酒，一点点微醺的感觉最好，不爱那么多，只爱一点点。

## 2、中册：中300年，性格修炼术

有了狐狸精的身体，还要学会狐狸精的娇媚。女人当然也可以手执大刀片冲锋陷阵但更重要的是可以藉此冲锋陷阵的机会勾引比自己更强的男人成裙下臣，那是天生的本事。花木兰卸甲之后不也回乡下做花姑娘了么？坐在那分不清是东阁还是西阁的床上对镜帖花黄，把同行十二年的男伙伴们看得馋的，乖乖，这就叫百炼钢成绕指柔。

有无聊人士问蔡澜：羊肉那么骚，你吃它干啥？蔡澜答：羊肉不骚，女人不娇，有啥意思？黄任中回忆陈宝莲的时候老泪纵横：“我初见她那时候，她好美，美的同时，又好娇。”如此娇滴滴的女人，才能吸引一个男人长久的呵护欲。念叨着她又娇又美的模样，男人一边流着口水，一边沉醉在又痛苦又甜美的思念中。

因此坏女人性格修炼的第一重〈前100年〉就是学娇。

无数的蠢女人以为学娇就是学嗲，嗲得毫无来由且令人毛骨悚然，仿佛日光突然起了一阵阴风，连邻居家正在发情的老猫见了她也要溜着墙根走。学娇的第一步，就是先定下心来，对着一样东西〈哪怕是一条底裤、一卷手纸〉，从无到有见景生情直至母爱爆棚，仿佛它是你受尽欺负的爱儿，练习一百次直到乱真为止。练习原理：佛说，你心里有荷花，眼前就盛开荷花；你心里有大粪，眼前就堆满了大粪。见诸于男人，其实男人就是穿着成人码西装的婴儿，思想老成内心单纯，你当他是婴儿，他便对你心存感激；你轻易饶恕他的错误，他便将你视作天上才有人间难寻的尤物，疼爱之情油然而生。你娇他，他便娇你，这是再简单也没有的道理。如果你对一条底裤一卷手纸都充满了爱惜和珍贵的感觉，对于一个可以为你刷卡和填充各种帐单的男人，又有何难？

第二重〈中100年〉，学柔。

会柔的女人就好比夏天里的一张水床，冬天里的狐狸毛围脖，而不是一块粘在男人鞋底色泽肮脏的口香糖，左扯右拽都不走，不得已与她相对时心里还直犯堵。会柔的坏女人人缘反倒是极好的，但她绝不会以牺牲自己的美态来换取一种庸碌的认同，因此她的男人缘就愈加的好，女人缘也因她的男人缘好而愈加的好，异性间流淌着又软又慕的柔情，同性间浮动又带着嫉妒的目光，就这样飘来飘去，达到一种类似“核恐怖平衡”那样的情感平衡。

练习方法：长时间不厌其烦地做同一件事，累了就叹气，绝不付诸恶言恶语，实在忍不住了出去跑圈，直到筋疲力尽为止。练习原理：生活在很多时候就是一种无聊的重复，不向他人抱怨是最为可贵的性格。叹气可以最大程度地放松和调节身心，气功里的沉肩坠肘就是以叹气为前提的。男人从小受够了打落门牙合血吞的教育，他不向你抱怨并不意味着他没什么可抱怨。你不抱怨，其实就给了他一个抱怨的机会。相识满天下知音有几人？其实就是一个寻找倾听者的过程，你并不需要为男人解决任何问题，只让他痛痛快快地偶而像个八婆一样讲出心里话好了。当别人家女人唠唠叨叨摔盆打碗的时候，你还能千娇百媚地递给男人一杯窝心的热水，这样的观音姐姐，他不崇拜你崇拜谁？

第三重，学嗔。〈后100年〉

不会嗔的女人，仿佛不会动的华林木偶，缺少了灵动之气。会嗔女人的典型表现就是一边用男人的卡刷个大钻戒，一边猛戳他的脑门儿，似怨非怨地嗔道——你可真坏！此时此刻，坏与不坏已臻化境，男人以成功征服这样的坏女人而引以为人生一大快事，没什么能比博美人一嗔更重要。

练习方法：把自己想攻击他的话用最委婉的方式表达出来，用录音机录一遍，再放出来听听，看有没有什么刻薄的言辞需要改进，然后再录，反复多次。练习原理：两个人相处，难免会有意见相左的时候，这既是互相增进了解的机会，又是酝酿吵架的暗礁，如何不伤害一个人，同时又客观表达自己的意见，需要一面镜子来当裁判，录音机就充当了这样一个裁判。

《红楼梦》里面，最会说话的是林妹妹，因为她每句话都像刀子一样直插敌人的心脏，但最不

会说话的也数她，因为她根本将所有人都当成了敌人，敌我不分连自己都搅了进去，最后硬是将自己的爱人推进了情敌的洞房。一个聪明的女人，不仅要懂娇柔，更要立场坚定不容侵犯，这方面的例子是杨恭如被掌掴事件里那位毛小姐，媒体穷追杨恭如一会儿被掌掴一会儿被恐吓，仿佛一出独角闹剧，静等着气急败坏的主妇出来罪名一肩担；谁知道毛小姐围着皮草懒洋洋地出来看热闹，半天才说了一句：哪位杨小姐呀？我不认识她。

四两拨千斤，轻轻一喷，连凑热闹的人都觉得没劲了。

### 3、后册：后300年，思想修炼术

身体和性情修炼了整整600年，该上升到思想高度了。思想是人类和动物存在的最大区别，也是普通的骚狐狸和甜美的狐狸精划时代的分水岭。一个完美的坏女人，不一定非得做一个思想的巨人，只要学会站在巨人的肩膀上就可以了。这个阶段的修炼也需要300年，分别用于掌握知识、学习崇拜和恭维及建立与男人平等的价值观。

头100年，好好学习，尽可能多得掌握科学文化知识。如果不会英语，起码学点日语吧，如果不会日语，起码会法语会讲“你好”和“我爱你”，再不济，应该会西班牙语从一数到十，指不定什么时候能用上，那可是陌生的两个人开始交谈的桥梁哦！

学点哲学，不知道叔本华和黑格尔是谁，起码也该知道米兰-昆德拉吧，现在的男人最爱拿他们说事；学点经济学，用最初级的经济学原理解释一些显而易见的现象，会让人对你肃然起敬，从此和庸俗脂粉划清界限；懂点文学是永远没错的，没听说过那句“吾爱文学，吾更爱文学女青年”的话吗？不要以为文学还停留在卫慧和九丹、起码应该听说过村上春树、黄爱东西、张小娴、洁尘和任田……

如果你啥都不想学，而你的男人偏偏又经商做生意，那你总该学学换算一下美元和人民币吧？啥？你男人不做外国人生意，那香港，香港生意总做吧，打听一下港币的比值和银行利率总可以吧！粉特！

中100年，该学的皮毛都学了，和一个陌生男人的话题已经打开，可距离直奔主题还有一段距离，怎么办，学习不露骨的崇拜和恭维。

说白了，这个世界上并没有多少男人希望坐在对面的美丽女性比他们强多少，他们对于掌握着过多知识和权势的异性有着天然的恐惧，且这种恐惧令他们坐立不安，更不必说生出些想与之攀谈的欲望。

因此，打开话题后，最重要的反倒不是掉书袋子而是倾听，是恰如其分的点头恭维和满眼睛里荡漾的深不见底的崇拜。一个女博士，未必比一个半瓶子醋的女人更善于攻心，正因为她似懂非懂，眉头似蹙非蹙，眼神似笑非笑，嘴角似启非启，她才性感，才令他陡然间心旌荡漾，遂生爱慕心。席间发问可套用以下几个句型：1，赞许型：呀，你知道那么多呀，可是你不是学这个专业的呀？〈这个句型可以最大限度刺激男人的自信，他往往会说：那是因为我大学的时候比较爱好这方面……以下几千字就可以交给他洋洋洒洒大谈自己的兴趣爱好甚至浪漫情史〉；2，明知故问型：你刚才说的，我是不是可以这样理解？〈这个句型仅限制于自己十拿九稳的理解，一可以博他夸赞你聪明，二可以激发他好为人师却又无处为师的兴趣，可谓狼痒之时的一记猛搔〉；3，怅然若失型：这么愉快的谈话眼看就要结束了，可我又必须赶回去做一些事情，有时候找一个谈得来的人真难啊！〈欲擒而

故纵，吊起来卖可以短时间内收到很好的效果，于谦谦有礼间流露款款深情，矜持又表明心迹〉；4放长线型：其实，我还有好多这方面不明白的问题，以后可以再请教你吗？〈这个句型既可以表达你爱学习又很虚心，同时又是顺理成章要电话号码的前奏，他很难拒绝这么有诱惑性的提问。〉

最后100年，树立与男人平等的世界观、价值观。

前面的几百年都过来了，你已经是一个百毒不侵、百鸟朝凤、百炼