

THE RATIONAL MALE

PREVENTIVE MEDICINE

ROLLO TOMASSI

理性的男性

第II卷

预防医学

滚转托马西

版权所有2015 Rollo Tomassi

由内华达州雷诺市Counterflow Media LLC出版,

Rollo Tomassi设计和布局。

编号：1 508596554

编号：13:978-1508596554

[由eBooksMade4You格式化](http://eBooksMade4You.com)

* * *

保留所有权利。 在不限限制上述版权权利的情况下， 未经本书版权所有人和上述出版商的事先书面许可， 不得以任何形式或通过任何方式（电子、机械、影印、录音或其他方式）复制、存储或引入检索系统， 或传播本出版物的任何部分。

本电子书仅供您个人使用。 本电子书不得转售或赠与他人。 如果你想与其他人分享这本书， 请为你分享的每一个人额外购买一本。 感谢您尊重作者的作品。

* * *

内容

SAM BOTTA

转发

[简介](#)

[第一册](#)

[理解多夫制](#)

[你朋友的月经](#)

[预防医学第一部分](#)

[形成年份](#)

[预防医学第二部分](#)

[顿悟阶段](#)

[预防医学第三部分](#)

[开发和安全阶段](#)

[预防医学第四部分](#)

[再开发/再保险和安保阶段](#)

[爱情的等级](#)

[性别间等级](#)

[条件作用](#)

[早期教育平等](#)

[开放式多夫制](#)

[控股权益](#)

第二册支撑工程

拒绝和后悔

履行的负担

脆弱性

潜力的诅咒

梦幻杀手

心理原点

改变游戏规则的人

男性的经历

中年顿悟

成熟的男人

新的希望

后记

附录

词汇表

* * *

向前地

“我18岁、33岁、42岁时，罗罗·托马西，你在哪里？”

“嘿，山姆，一切都结束了，你失去了身材。换句话说，山姆她已经退出了这段关系，因为她认为你很需要帮助。”

哎哟

等一下！这些年来，我的薪水是让我听起来像个男人，我在奥斯卡颁奖典礼上面试了一线明星，我被邀请参加了派对后的派对，我的生活很有趣，亿万富翁们经常和我见面，为我挑主意，女人们觉得我很有魅力，我非常成功，我到处都在名单上，所以这怎么会发生在我身上呢？由于我在工作中所做的选择，我对一个女人检查这种关系是免疫的，因为我是一个局外人，对吧？

罗洛会说：“这是关于性市场价值的问题，萨姆。你从一个因臭名昭著而成为局外人，变成了一个在住院治疗中背靠你的男人。你不再表现得像那个男人，所以她会把你当成一个她甚至不喜欢的女朋友。”

理性的男人解释了我和其他数百万男人做了什么，做了什么让一个曾经真心希望我们离开关系的女人……以及该怎么做。

这本书包含了知识和智慧。它是如此强大。

我是你听过一千次的声音。电影、预告片、广播节目。在我担任声优的所有岁月里，我从来没有读过任何人的作品听起来像我的电影预告片声音，直到我在thernationalmale.com上读到了第一篇文章。

托马西的话让我感觉就像我把自己投入到剧本中一样，因为这就是如何通过一部大片改变世界事件的进程。

我知道没有一个读过《理性男性》的人不被它改变。如果有人把这本书交给你，那么这个人对你忠诚，爱你。这是真的。永远不要忘记这一点。

这本书将把你生活中的一切都变成一种更好的状态。

在我们这个时代，太多的男人自杀，因为他所爱的女人已经失去了对他的真正渴望。这本书是一部囊括一切的经典之作；事实证明，这是预防自杀的充分经验。

这不是一场励志研讨会，不是一场冥想静修，这是从近15年的观察和数百万男性的深入讨论中挖掘出来的简单真理。

你听过那些人说，他们不能等到到达另一边，这样他们就可以回答所有的问题。算了吧。这个强大的资源有这样的答案.....在你的教育、娱乐、家庭、朋友和生活中，这些答案都是故意隐藏的。

现在知道这一点：你会被你读到的一些内容所困扰。你是一个男人，你可以应付。你是个男人，你会处理的。

其中的概念非常强大，我要求你在三天内完成这本书。然后，再慢慢地读一遍。

我有这本书，是我上大学时叔叔给我的。他现在已经去世了，但我仍然带着威廉·H·丹福斯90年前首次出版的那本小书《我敢你》。无论我走到哪里，我都带着它。理性的男性就是这样。

他写作不是为了钱。他这样做是为了让世界变得更美好。他写作是因为他想让你充分发挥自己。尽管他能负担得起一场大规模的营销和品牌宣传活动，但这两项活动都没有花费。这一切都是从帮助一个人开始的，现在，通过他的博客和他的第一本书，700多万人经历了这种改变，这种改变增强了生活的各个方面。毫无疑问，你会变得如此痴迷于吸收这些

材料-并传播它-就像我一样。

我很荣幸被邀请写这篇文章。这种材料改变了我的生活。我的“好人”方式需要更多的东西。成功、地位可能会吸引她，但如果没有向导、没有地图，99%的男人不可能继续激发她的真正欲望。

这对我和我介绍的每一个人都有效。这让我在生活中不再因为与女性的关系而心碎。已婚男人告诉我他们与妻子生活中的噩梦，他们不再通过性交的奇迹看到情感联系的价值。我告诉他们那将是痛苦的，我让他们参考罗罗·托马西的作品。

这本书是一个已经成为密友的人写的。我钦佩他，就像我钦佩我的心脏移植外科医生哥哥一样。我哥哥对他的艺术掌握得如此精确，以至于世界各地的心脏外科医生都利用了他发现的新技术。当大多数外科医生追随他的脚步时，每年都会有更多的人获救。罗罗·托马西对他的艺术如此精通，它正在改善世界各地数百万人的生活。

他亲自免费为我提供咨询，对于那些真心想学习他所写的真理和智慧的人，他也免费为他们提供咨询。而且这个建议并不是标准的建议，它会让你进一步损害你和那个特别的人的关系。这个建议有效。我是活生生的证明。

我享受着非同寻常的成功带来的好处。我的工作每年影响着数百万人的生活和习惯。通过所有这些，我意识到我使用别名所做的工作给了人们想要的东西，而人们想要的一些东西可能对他们来说不是最好的。所以，我和大家分享这本书也是我弥补我的一些工作在我职业生涯中传播的影响的一种方式。罗罗·托马西是我认识的唯一一位有效地将男性从《黑客帝国》中删除的作家。

为什么罗罗·托马西不使用他的真名？这种材料太强大了，这可能很危险。正如我所说的，我因部分工作而出名，但肯定不是全部。这些都不是不道德的，只是如果全世界都知道的话，聚光灯就太亮了。

我上大学的时候，和几个女生联谊会的女生一起散步，她们在谈论另一个男生是个混蛋，为什么他不能成为一个好人。我说，“我是个好人”，他们都笑了。我不明白这一点，因为我从小就很好。

你有没有被分手蒙蔽了双眼，那么，下次有人和你分手时，你想要答案。

当我找到理性男性时，我已经被另一次分手蒙蔽了双眼。我不打算参加PUA（Pick Up Artist）研讨会，任何你可以买的书都有建议，主要是关于接触我女性的一面。无论我取得了什么样的成功，在保持一个女人在一段长期关系中的吸引力方面，我永远都不可能“一蹴而就”。

我现在明白了。

萨姆·博塔

2015年加利福尼亚州广播人

格伯班克的声优

* * *

简介

在我写这本书的时候，我的第一本书《理性的男性》还不到一年。至少可以说，这是一次实验性的努力。有很多问题我没有预料到——字体大小问题、编辑和语法问题、转换为数字格式（两次）——这只是书本身的问题。我严重低估了数字格式的普及程度，也低估了大多数读者在电子书阅读器上欣赏一本书的程度，尤其是在一些国家在那里很难找到亚马逊打印的副本。

尽管存在所有这些问题，在不到一年的时间里，《理性男性》取得了成功。不是因为它增加了博客的读者群和知名度，也不是因为它仍然热销，而是因为它实现了我希望的目标。

我曾希望通过将这些想法从字面上讲交给那些否则会从博客链接中删除它们的人，从而达到更广泛的读者群。我想让男人（和女人）与其他男人分享一些有形的东西。我特意将它保持在亚马逊允许的价格范围内，这样这本书就可以被带到咖啡馆或飞机上，希望书名能引发讨论

—即使只是嘲笑标题。

我经常被问到为什么我在印刷版上投入这么多精力，尤其是因为数字销售经常超过印刷版。我承认我的艺术感和设计背景需要得到满足，但我想要一本适合“普通人”的书——一本在车库工作的人可能会觉得很容易接触到的书，或者一本部署在非常陌生、不适宜居住的地方的士兵可能会随身携带的书。

你不能删除一本书。你可以烧毁一本书，撕碎它，或者以其他方式物理销毁那本书，但你必须把它拿在手里。虽然这听起来很夸张，但我担心有一天

数字出版的权威将成为允许信息的权威。删除一本书就像按键一样简单。

事实上，我本来打算把这本书作为一本独立的数字格式的书，但我的审美感，以及一点点想把另一本书拿在自己手中的想法，最终还是赢了。当然，有一个数字版本可以让它变得容易访问，你甚至可能现在正在阅读它，但请记住，书和书中包含的想法是要讨论的——或者至少这是我打算讨论这些想法的方式。

术语

在《理性男性》中，我提出了我所认为的红丸思想的核心概念。在被称为“庄园”的男性博客空间中，很多人都知道什么是“红色药丸”，这是《黑客帝国》电影中的委婉说法，是为了在一个让他们对真相视而不见的系统中揭示真相。

对于大多数对庄园有着新鲜眼光的人来说，这听起来就像是他们从网络社区中所期待的那种笨蛋。使用电影参考语、团体内的金戈主义和隐晦的首字母缩略语似乎是一门普通的课程，但重要的是要记住，新概念需要新的术语。

要求一位新读者第一次尝试阅读这些术语是有点困难的。一个常见的抱怨是缺乏对这些术语或首字母缩略词的参考，为了帮助新鲜人，我在书的末尾加入了一个附录，以适应这些新读者。也就是说，重要的是要记住，术语、参考文献和首字母缩略词用于标记和概括更广泛或抽象的概念。

例如，大多数不熟悉庄园或红丸的人都会对阿尔法和贝塔人的概念和分类感到恼火。我在《理性男性》中花了很长一段时间来概述和定义我对什么的解释

构成了这两类男人的特征，可以预见，这常常混淆或激怒男人的自我保护本能。同样可以预见的是，对一个更广泛的想法进行的富有成效的讨论陷入了对双方可接受的术语的无休止的（有时是无望的）定义中。

在Rational Male的这一卷中，请记住，术语“Alpha”或“Beta”或任何其他你可能觉得深奥的术语都是抽象概念的占位符。虽然我试图尽量减少特定于庄园的参考和金戈主义，但仍会有一些核心概念的例子，用“阿尔法”或“贝塔”来描述，以勾勒出更大的动态——或者在本书中，男性在她（和他自己）成熟的特定阶段将如何被女性归类。

因此，我谦恭地要求任何第一次与这些术语斗争的新读者参考《理性男性》以获得更具体的定义。这本书假定你熟悉我在《理性男性》中提出的观点，所以把这本书看作是其中核心概念的补充。

我为什么写这本书

2014年3月中旬左右，我努力在理性男性博客上写了一系列名为预防医学的文章。我这样做的目的是希望能为我的读者提供一个按时间顺序排列的大纲，说明在女性一生中成熟的各个阶段，女性应该得到什么。因此，这一系列是由2010年发表在Château Heartiste博客上的一篇题为《按年龄段划分的女性游戏难度》的文章引发的。在那篇帖子中，罗西对在女性生活的各个阶段使用游戏所涉及的拾掇艺术进行了分解，并对如何最好地利用西方女性的期望进行了分析。

我在这篇文章第一次发表时就阅读了它，并将其添加了书签。当时，这似乎是Roissy的一篇开创性文章，我偶尔在自己的博客上的多篇文章中引用过它。然而，当我不断提到它时，我从未真正联系到女性的生活（以及男性的生活）是如何遵循一系列可预测的阶段的。对于一个对最大限度地增加自己的业余爱好感兴趣的拾掇艺术家来说，了解某个年龄段的女性的期望值是有用的

人口、文化（或亚文化）和社会经济层次相当明显&了解你的猎物，调整你的方法。

当我经常回想起这篇文章时，当我在为不同的男性咨询关于某个特定女性和他们所处的环境的建议时，我突然想起了一些事情。一如既往，男人们对我最常见的遗憾之一（如果是这个词的话）是，他们希望自己年轻时能得到我在《理性男性》和博客上提供的信息，从而避免与一个女人做一些令人衰弱、影响生活的决定。通常不是这样，就是对他们所处的现状感到遗憾，以及红丸的真相对他们来说是多么可怕和遗憾。

我突然想到，一个“这个年龄段的女人该期待什么”的帖子可能会有更广泛的版本。随后，这篇文章发展成了《预防医学》的四部分系列文章，并成为了多篇后续文章的灵感来源，这些文章进一步扩展了对女性生活进展“时间线”的理解。

我遇到的问题是，为我的在线读者提供如此详尽的大纲往往是对他们注意力广度的测试。我认为真正理解博客观点的最大障碍之一是“tl ; 博士现象——“太长了；没读。”

评论员辛辛苦苦打出的这堵文字墙可能是一块隐藏着的哲学光辉的宝石，但在一个迅捷的时间里；博士的绝望行为，所有这些精彩都被提炼成了对读者网络注意力不足障碍的恳求，在结尾处用一段容易消化的信息总结出来。

因此，为了避免让我的读者一下子负担过重，最好的办法似乎是将这一进展分解为一系列四篇（虽然很长）文章，以充分涵盖“兴趣点”。

读者对这一系列的反应超出了我的预料。

说这些评论很有见地是轻描淡写的。人们表达了许多不同的观点，但所有人都有更多的观点要加入到进展中来，并且都试图解决进展的某些特定方面（以及男性在这一点上可能会期望什么

他们认为这对全面了解处于不同成熟阶段的女性至关重要。

我让每个人群中的男性都加入了他们对集体目标的理解，即向其他男性提供他们在这一阶段的经历和可能的期望。18岁的年轻男性会讲述他们的沮丧，高中毕业后不得不处理分手，在上一所他们认为最适合自己的大学或转到他们的“灵魂伴侣”高中女朋友为了维持（或挽救）关系而要上的学校之间左右为难。

或者，我让60多岁的男性讲述了导致他们离婚的情况，以及他们在处理前妻和他们约会的年长（和年轻）女性时遇到的问题，在他们一生中，他们从未想过自己会再次约会。

在本系列的第二期之后，我的一位常客、基督教庄园博客作者Donalgraeme发表了以下评论：

“当你考虑到这一点时，想想为支持这种女性发展模式而建立的各种社会结构/惯例，真是令人惊讶。在每一个阶段，都有许多不同的组织和支持来源，鼓励女性沿着道路的每一步前进。事实上，把它们画出来是件好事。你知道，把不同的来源与不同的时间段联系起来“人生道路”从青少年杂志和迪斯尼频道开始，一直到各种中年名人和八卦杂志。”

这为你现在手里的书埋下了萌芽。

因此，正是考虑到这一点，我开始尽我所能详细列出一个按时间顺序排列的时间线，在这个时间线中，男性可能会更好地理解并制定方法来处理女性在生活的各个阶段所经历的细节。

此外，我已经尽力在一定程度上解释了可能会改变更可预测的方面的外围变量和经验

女性生活的各个阶段。显然，我无法详尽地解释每一种情况，但我试图探讨女性在这些不同阶段做出的最常见决定如何影响后期，以及男性如何最好地应对或完全避免与做出这些决定的女性交往的后果。

这个时间线是不完整的，除非我还考虑到围绕每个阶段建立的社会惯例，以及它们如何修改、肯定或试图消除每个阶段隐含的个人和社会影响。因此，我讨论了男性在女性成熟的这些阶段可能会遇到的最常见的社会习俗。

我现在要指出的是，我个人制定这条时间线的努力绝不是为了全面。我不想在这里对我的范围做得如此透彻，以为我会涵盖这一成熟过程的各个方面——我只是根据我自己的经历和那些在庄园写作期间与我分享他们的经历，向你提供我的最佳估计。

就像第一本理性男性书一样，我要求你明白我是一个点的连接者——我把它留给我的读者去看更大的画面。

我希望大多数阅读这本书的男性会不同意我对这些阶段的概述的某些方面，因为它们适用于他们自己的情况，与他们个人交往的女性。有些阶段似乎与男性目前所处的特定阶段无关，但可能与他们的未来有关。

其他男人可能会在提升中点头，或者在我讲述他们亲身经历的阶段时故意摇头。对于所有这些人，请理解我的目的，就像我所有的写作一样，是为了更好地告知人们他们在自己生活的各个阶段可能会有什么期望，为什么会有这些期望，以及如何最好地为这些期望做好准备。

如何阅读这本书

在《理性男性》的导言中，我提到了一位读者雅奎，她说雅奎的儿子需要了解我在网上写了十多年的想法。她的希望在于

我所写的可能有助于他避免基于不幸的、女性化的心态做出糟糕的人生决定。

我对这本书的意图也大致相同，然而，我试图更全面地概述适用于处于成熟重要阶段的女性的情况。我这样做的目的是帮助男性不要简单地避免做出糟糕的未来决定，而是帮助他们了解他们在目前与女性相处的特殊情况下所经历的一切。

这本书的目的是帮助你更好地理解你所处的时间线的任何部分所处的环境，你目前与一个女人（或潜在的女人）在一起的经历，以及你对女人未来成熟期的期望。

时间线

你首先要知道的是我建立的时间线图，它帮助你直观地了解女性成熟的各个阶段。在这条时间线上的某些点上，我详细描述了我认为最突出的情景变化、危机、个人洞察力（方便和真实）以及女性最常经历的心理和信仰变化时期。

在这张图表中，我还将我认为女性在成熟的不同阶段，如何优先考虑男性身上发现的吸引人、激发人的东西，以及通常会过滤掉的东西的重要性分为几个阶段。尽管时间线的这一方面对于男性来说有着明确的（游戏）应用，可以调整他们在这些阶段如何最吸引女性，但我添加这些子时段的目的是为了说明“如何”和“为什么”，这些“为什么”激励了女性在这些阶段容易做出的许多决定。

我把时间线分为四个章节；青春期晚期到成年早期，20岁早期到30岁早期，中年和晚年。

当然，读者的诱惑将是跳到一个人目前在个人环境中可能经历的阶段，

但我会敦促你按顺序阅读这些章节。你对特定个人危机的理解，或者为什么你会早晚享受更好的关系

在生活中，你或多或少取决于一个女人在成熟过程中可能会走什么样的路才能达到你现在所经历的地步。

无论如何，回头再阅读某些章节，但首先需要对成熟过程有一个大致的了解，以及什么可能适用于或不适用于特定的个人情况。

性市场价值图

我在时间线中详细描述了许多重要时期也与我现在臭名昭著的性市场价值（SMV）图相符。我在《理性男性》一章中介绍了这个非常概括的图表，即“浏览SMP（性市场）”。为了方便起见，我把它包括在这本书中，因为我引用它来说明女性成熟的某些方面。如果你还没有读过第一本书中的这一章，我鼓励你这样做，因为这有助于你理解这些参考文献。

社会约定

根据每个成熟阶段的概述，我将介绍我发现的最常见的社会习俗，女性的主要社会秩序是为了证明、肯定或原谅女性在这些阶段的经历和决定，以及用来限制男性适应女性的首要地位。

虽然每个阶段都有女性成熟阶段特有的社会惯例，但也有一些是跨越几个阶段的。此外，一些公约会影响妇女加入其他公约的后果、结果，甚至可能发生的情况，这些公约是从早先的公约中产生的。

毋庸讳言，对这些公约产生的每一种可能性进行解释并不是真正可行的，但这些公约的总体进展是重要的一点。有了一个好的概述，男性将有工具更好地掌握习俗的发展

目前的惯例，这种颜色和影响特定女性成熟阶段的环境。

异常值

为了尽可能彻底，我在每个部分的不同部分添加了一些我所说的异常值的注意事项。这些结束语旨在解释女性可能会经历的一些更常见的个人情况，无论出于何种原因，这些情况都可能会被取消资格

在成熟的某个阶段，女性通常倾向于走更可预测的道路。

在大多数情况下，这些异常值不会改变女性在成熟阶段的更大经历，但女性所处的极端环境和所做的决定往往会改变这一过程。

此外，这些局外人还创造或修改社会习俗，以适应、肯定（通常有男性参与）并免除女性因这些局外情况而做出的决定的后果。

第二册——支持章节

最后，我添加了几个支持章节，我希望能够回答一些更常见的问题和问题，这些问题和问题在这个时间线的某些重要阶段不可避免地会出现。这些主题大多起源于Rational Male博客上的后续帖子，但我回顾并重新考虑了这些帖子的许多方面，并认为它们值得在整个工作中得到更多的提及。

这些支持章节中的许多直接反映或帮助解释了特定阶段的各种动态，而其他章节则提供了一个更广泛的视角，可能跨越几个甚至所有成熟阶段。我选择这些特定的章节是考虑到它们具有警示或信息的目的，有助于人们把握时间线本身的更大方面。

我已经在书的后半部分（第二册）中包含了大部分支持，

但我从《理解多夫制》一章开始，因为我觉得这种非常基本的自然动力是每个男人真正接受女性本性的基石。

我真诚地希望，这项工作将有助于你的个人处境和互动，产生与《理性男性》为男性提供的同样的影响和引力。当我在第一本书中开始时，我认为自己是一个点的连接者；在大多数情况下，我总是认真尝试以尽可能诚实的观察方式表达我的想法。

因此，我再次强调，《理性男性预防医学》并不是要成为你以后阅读的任何问题或阶段的最终定论。本卷并非全面的，而是一个提纲，以促进对这些成熟阶段的进一步讨论和理解。

正如我所写的一切一样，你可能会对我所描述的内容的各个方面感到愤怒和不同意，稍后某个方面会与你产生强烈的共鸣，以至于当你第一次与一个处于成熟阶段的女性一起经历这一方面时，你只能为自己没有从同样的角度考虑而摇头。

这就是这本书的用意。我想让你生气。我希望你点头表示同意，当你不同意的时候摇头。我希望你有问题，我当然希望你考虑一下你将要阅读的内容的有效性，以及它们如何适用于你过去、现在和未来与女性的互动，以及它们可能如何适用于那些你认识的或与你有关系但还没有经历过的男性。

如果你能传递警告，这只是预防性药物。

当读者认为我是心理学、女性本质、跨性别关系的杰出诠释者，以及男人们应该追求的一种模式时，我总是感到受宠若惊。我真希望我是那个人，但那不是罗罗·托马西。

我和你一样是生活的学生，因此我明白知道我什么都不知道的价值。这些是我的观察结果。他们不是大炮，他们不是法律。因此，考虑到这一点，我

在这本书中再问一次，你以开放的心态阅读，如果幸运的话，在你考虑这些观察的时候，我们都会成为更好的男人（和女人）。

一如既往，如果你有任何问题，或者你认为我没有考虑过的问题，我可以在Rational Male博客上发表评论，或者在我的“关于”页面上发一封快速电子邮件。

罗罗·托马西-2015年2月

* * *

第一册

* * *

“为什么我的眼睛疼？” “

你以前从没用过。”

* * *

第1章

理解多夫制

* * *

你朋友的月经

几个世纪以来，女性一直在使用各种方法和社会手段，以确保选择出最好的男性基因，并以她主观上能够吸引的最好的男性供应来确保其安全。理想情况下，最好的男人应该是两个方面中最好的一个，但这两个方面很少存在于同一个男人身上（尤其是现在），所以为了实现她的生理需求，并且出于对安全的天生需要，女性作为一个整体需要发展社会习俗和方法（随着环境和个人条件的变化），以优化女性天生的多夫制。

几年前，当我写这篇文章时，这篇文章将成为我第一本书的“交配时间表”一章，我的重点是一种进化的动态（女性多元化的性策略）如何转化为进化的社会动态（女性的主要社会习俗）。然后，我的重点是女性如何通过秘密操纵社会期望来创造和规范有利于多夫制的社会条件——不仅是优化多夫制男性的期望，也是女性自身的自我合理化（后脑、仓鼠）在社会上的合理化。

我在2005年（在SoSuave上）写了《交配时间表》一文，试图用一种更容易理解的方式来解释超婚的雏形，让那些仍在努力理解为什么女人会说他们想要一个“心地善良的好男人”，但却会在行为上选择坏男孩作为他们的性伴侣。我仍然认为这是一篇很好的文章，这就是为什么我修改了它，并将其包含在Rational Male最早的帖子中。然而，即使在我写作的时候，我也知道进化的多夫制的概念及其社会含义还有很多需要探索的地方。

生物多夫制

以下是金赛研究所2008年一项关于荷尔蒙和大脑活动的研究的引文。

金赛性研究所研究员、神经学家希瑟·鲁普说：“我们观察到，男性化和女性化面孔在大脑中的一个区域——特别是在卵泡期——的激活反应存在差异，这是前扣带皮层，它是一个参与决策和评估潜在回报和风险的区域。”， 性别与生殖。“此前有报道称，该地区的激活与‘高风险’非社会选择相关，特别是货币风险，因此有趣的是，人们观察到，男性化的男性面孔会更积极地做出反应，男性面孔对女性来说风险更高，但回报更大。”

有大量研究表明，女性对面部特征的性偏好会随着月经期的变化而变化。这些波动的偏好被认为反映了妇女生育优先事项的进化变化。

在排卵期前后，女性更喜欢男性化的脸——面部特征表明睾酮水平较高的脸。这些面部暗示预示着男性的遗传质量很高，因为只有这样的男性才能承受睾酮对免疫系统的损害。睾酮对雄性伴侣来说可能也很昂贵，因为高睾酮水平也与高弃子率有关。

在排卵期前后，女性的偏好显然从避免疏忽育儿转变为为后代获取最佳基因。这一原理在进化心理学中被称为排卵转移。

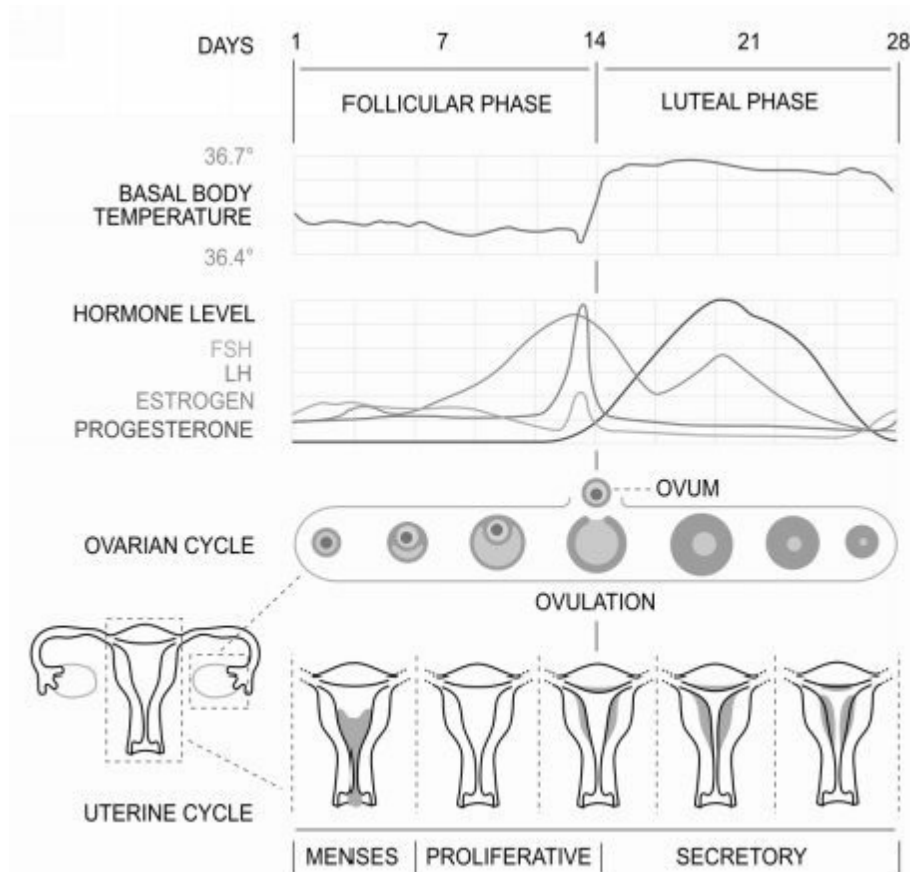
在这个周期的其他时间点，女性会更喜欢女性化的男性面孔，因为这可能表明男性更愿意投资后代。

恕我直言，排卵转变在社会文本中所代表的是庄园中所称的阿尔法操和贝塔雄鹿原则；在最佳直接遗传效益（性别）和最佳间接效益（父母投资和

供应）是女性心理的一个生物学上固有的特征。

这样的研究在庄园里并不陌生，甚至早期的皮卡艺术家（PUA）老师也几乎本能地了解到，女人的排卵周期如何影响男人成功勾搭的几率，而从来没有读过这些书。不用说，如果男性对女性的荷尔蒙周期如何影响情绪、对其影响的敏感性以及性生活后的合理化将如何因其所处的月经周期的特定阶段而改变，那么男性可能会开发出大量的实际应用。

在他的蓝色药丸时代，我认为一个男人在女人身上偶尔取得成功的很多原因可以归因于女人的排卵期和有利的环境。正确的阶段，正确的地点，正确的时间，一个男人在潜意识中发出了足够的男性化提示和阿尔法暗示，以获得下场——或者短暂的女友状态，直到她随后的卵泡期达到顶峰，而他不是她三周前认为的“阿尔法”。



阿尔法阶段

从博弈的角度来看，以上图为指导，卵泡（增殖）期的后半部分——第7天至第14天左右

—可能被称为男性阿尔法阶段。金赛的研究（以及许多类似的研究）表明，这7天（可能10天）的窗口期会使女性容易受到男性化的性影响，是男性给阿尔法留下持久印象的最佳时期。性刺痛最常见于增殖期。

正是在这一阶段，女性更容易受到性装饰（穿着性感）和声调变化的影响，男性体味变得更具吸引力，男性对男性化身体属性（肌肉）的总体偏好随着男性对女性的唤起暗示而加剧。女性生物化学和由此产生的行为模式在增殖阶段发生变化，以利用女性拥有的“最佳基因”（直接益处）来优化繁殖潜力，或通过潜意识设计使自己受益。

过去，我从愤怒的女性身上感受到了很多悲伤，因为她们认为所有的女性都有一个“内心荡妇”，而一个男人所需要做的就是合适的时候成为一个合适的男人，把这一点表现出来。对女性月经周期中排卵转移行为变化的理解，强调了这一点。

坎昆春假上的辣妹，在泡沫炮派对上和可爱的家伙做爱，很可能是在她的增殖期。加上酒精，你就会得到性冲动的化学公式——即使是来自“好女孩”。

当她思考或说“我不知道我是怎么了，我通常不是这样的”时，她正在从黄体期的角度观察她的增殖期行为。在她生命周期的其他21天里，她真的不是“那样”。

正是在女性周期的这一阶段，她潜意识地适应了男性化的特质，潜意识地努力利用同时排卵的机会。换言之，这是多夫制最不在乎的时期。这是“现在就去他妈的，我稍后再解释。”

大约现在你可能会想，“这一切都很好，但我如何确定一个女人处于哪个周期阶段？”

如果一个男人只对女人冷淡，我可以理解这种困惑。当女性处于增殖期时，会表现出无数的“告诉”。

加州大学洛杉矶分校的马蒂·哈塞尔顿博士（Martie Hasselton）对女性排卵期间的装饰以及女性在这一阶段的声调如何变低（闷热的声音）做了一些出色的研究，但如果你仍然不相信，那就听你的直觉——男性本能地知道女性处于排卵前期。事实上，“伴侣守护”现象是一种经过充分研究的动态，似乎是男性在排卵期潜意识意识到女性行为线索的结果而演变的。

如果你有耐心去学习，就要更好地关注你的直接社交圈中女性的行为，或者你认为在某个时候你可能想要针对的女孩的行为。

Beta阶段

如果增殖期是男性的 α 期，那么黄体期可以被认为是 β 期。

再次使用金赛研究，以及哈塞尔顿博士的许多研究作为我们的总体指导，我们可以推断，女性在周期的第14天内会被男性更女性化的特征所吸引。定义这一阶段的吸引力（而非唤起）属性与舒适、熟悉、同理心、养育等相关，意在强化一个男人是长期父母投资的好选择的观念。

同样，这在庄园里也不是什么新鲜事。就连我的庄园同事Roissy也写了几篇关于Beta端游戏应用的文章——在上下文中。太多的男人相信关于女性的所见即所得的神话，以及她们广告中的吸引力要求，认为她们主要是贝塔联想。

正如我之前所说明的，那个女孩自发地撞上了那个帅哥

泡沫炮派对就是这样一个女孩，她会说你需要赢得她的信任，因为在你做爱之前，她需要和你在一起。贝塔倾向的男性从表面上相信这一点，不要趁热打铁（增殖期），等她出来，想知道为什么他们会在她黄体期结束时得到一句“让我们做朋友吧”。

我认为，大多数贝塔男性之所以会迷失方向，是因为他们相信贝塔吸引力是（或应该是）阿尔法觉醒的同义词。这些概念中的每一个都代表了女性多元化性策略的不同方面——超美——阿尔法种子，贝塔需求。女性的性需求可以通过她的短期交配策略在多大程度上被长期交配策略所证明或抵消来定义。

这种差异在女性月经周期的生物学现实中表现得最为明显。

超婚链接 全网500本泡妞把妹书籍获取V：1534575483

我不确定大多数男人是否真正理解的多夫制的一个方面是，多夫制是一种起源于生物学现象的社会性策略。

为了完全理解我在这本书中提出的时间线，重要的是不要将多夫制与作为一种社会结构（即“结婚”）相混淆。

女性几乎断然地，甚至有意地，将多夫制严格定义为一种习得的社会动力。这更多是因为需要保护理性化，这种理性化是由于面对“多夫制”给他们带来的令人不安的内部冲突而产生的。你会听到女人为自己苦恼，“为什么我不喜欢甜美的贝塔，他会给我整个世界，但却不能从一个对我漠不关心的性感男人那里得到足够的性？”

女性的主要社会秩序

多夫制作为一种社会动力的基本事实是，它是女性天生、荷尔蒙和心理坚韧的逻辑结果。这种二元性策略（阿尔法操/贝塔雄鹿）的根本差异导致了女性心理的进化——变得隐蔽，变得口是心非，进化出的心理能力变得更好

不同层次的沟通者，同时也是培养下一代所必需的养育者。如果没有这种在心理层面上有利的口是心非的设施，女性就无法有效地优化自己的性策略。

自性革命开始以来，社会女性化的生物学基础一直是男性的暴力和侵略倾向。我们的生物学倾向使我们具有潜在的危险性。我们被告知我们被睾酮毒害了；我们从小就被控制，在学校里压抑这种情绪，直到老师希望男孩“表现出来”，所以我们给他们下药。

然而，多夫制的生物学原理也可以说是在于女性的生理（月经）动力，它激发了她们的性多元化。正是这种生物动机，在性革命之后建立了女性的初级社会秩序。

当你阅读下面的时间线时，重要的是要充分理解女性在成熟的各个阶段所经历的个人和社会转变背后的主要动机。

了解多夫制

我之所以在我们过多地参与这个年表之前就开始讨论超婚制，是因为了解超婚制的激励机制以及它们在这些阶段如何激励女性是很重要的。

女性成熟过程中的社会方面和个人方面取决于多夫制如何影响女性的决策——并最终影响到在她生命的这些阶段与她们交往的男性。

多夫制的个人和社会因素共同作用，在女性一生中产生一系列相对可预测的事件、个人危机和人生决定。

很多庄园都喜欢把“超婚”定义为一个女人因为自己的魅力而获得最好的回报，但这只是其中的一个方面

多夫制。

使用女性二元性策略的阿尔法操/贝塔雄鹿原则，很明显，在这两种冲动之间存在着平衡超婚的动力。正如我在《交配时间表》一书中所开始的那样，多夫制希望同一个男人满足女性性策略等式的双方，但这种二元满足感很少在同一个人身上得到满足，而且越来越多的男人开始意识到这种策略。

我相信，在获得最佳基因的冲动（性感儿子理论——Alpha Fucks）和最佳供应/情感投资（父母投资——Beta Bucks）中，都存在着超婚优化的驱动力。

因此，问题是如何利用她在生活中的任何特定阶段以及该阶段对她的环境的吸引力。毋庸讳言，女性的身体状况、个人决定和现代社会压力会影响这种“平衡行为”（野心、女权主义、宗教信仰等），但将“超婚制”只适用于女性二元论性策略中的阿尔法·福克斯（Alpha Fucks）一方是正确的。

最后，还有一点很重要，那就是，从进化的角度来看，多夫制总是寻求对AF/BB动机的任何一方进行优化，这比任何一个女性的吸引力都要更好、更有利。多夫制不追求自己的水平；它总是会寻求一个更好的优化，而不是女性的性市场价值有一个现实的期望。

还要记住，现代社会压力（社交媒体等）加剧了这一点，并进一步扭曲了女性在其生活的任何特定阶段对自身性市场价值（SMV）的现实评估。女性最安全、一夫一妻制的依恋是她们认为比自己认为的相对SMV高1到2分的男性。

我让一位理性男性读者在博客上提出了以下问题：知道我们对多夫制

的了解——这是天生的，而且确实如此

不要废话——而且我们所知道的关于女性在排卵期吸引更多阿尔法男性的吸引力线索.....男性是否能够应对与一个必须与之抗争（假设她正在与之抗衡）的人生活在一起的想法，一种与生俱来的交易欲望，以及一种在排卵期间与阿尔法男性流浪的特定欲望？

对这个问题的简短回答是肯定的，事实上，自从我们的狩猎采集者开始以来，男性在社会和心理上都发生了一些突发事件，以缓解超婚现象。你甚至可以争辩说，我们在文化和物种层面取得的许多成就都是男性应对女性天生的多夫制的潜在动力的结果。

常见的错误是假定多夫制的自然状态存在于真空中。多夫制不是一成不变的。一个女性个体拥有的优化多夫制的能力是该女性特有的。有许多复杂的变量会影响女性对性市场价值的自我认知。

一般来说，一个22岁的辣妹通常会更倾向于她多夫恋冲动中的阿尔法操那一面，因为她比一个44岁的两个孩子的离婚母亲更有能力利用这一点。许多男性认为，多夫制需要无休无止的关注，但除了局外女性，女性会根据自我的自我感知能力来调节自己的多夫制，以优化它。

仅仅因为一个女人的自然状态是多夫制，并不意味着她能够优化它。她可能缺乏机会（即在正确的地点或时间没有阿尔法男性），她可能缺乏身体吸引力，她可能有内化的信念，导致她更加自我意识，她可能存在自尊问题（过度膨胀或过度膨胀），或者她可能只是在一个限制她优化超妻制的能力的社会中适应了文化。所有这些限制条件都与她天生的多夫制冲动相抗衡。

这是女性面临的主要斗争；管理这些限制条件，同时与一种硬编码的“超婚制”作斗争，所有这些都是在面临不可避免的进步之前，她超越性竞争对手的能力减弱了。提早兑现，并面临着她本可以与一个更理想的男人的承诺相结合的令人烦恼的怀疑。

兑现得太晚了，并承受着与一个不太理想的男人和解的后果——她的容貌、个人条件和社会影响让她得以巩固（阿尔法寡妇）。所有这些都发生在女性个人有能力实现的个人限制（或利益）的框架内。

多夫制未绑定

大多数男性对多夫制的一个常见误解是，它需要持续的关注来缓解。大多数“男人我行我素”（MGTOW）在一定程度上愚弄了这一逻辑，认为遏制女性的多夫制所需的努力意味着无休止的读心术或跳脱行为圈套，以保持与女性的任何关系中的平衡与和谐。他们认为付出的代价根本不值得，根据他们的个人情况，他们可能是正确的，但他们没有考虑到性别之间已经存在的自然平衡。

一个女人越不能够利用多夫制，控制多夫制就容易得多。

对女性的多夫制施加限制实际上是一个应用问题。为什么我们对占有欲强的男人贴上“不安全”标签的反应是反射性的？因为在公开的控制之下，我们认为男人缺乏激发女人真正欲望的能力，这促使她自我调节自己的多夫制。然而，我们仍然认为伴侣保护行为（包括有意识和潜意识）在一个慎重的应用中是明智的。因此，你有控制超婚的底线——就像游戏中的其他任何东西一样，公开应用它，你会显得“不安全”，隐蔽应用它，会显得自信和控制。

要真正掌握这一点，您还必须考虑Alpha/Beta响应动态。女性与生俱来的多夫多妻制会让那些对伴侣有着最牢固的依恋的女性倾向于对他进行大便测试。

当人们意识到这一点时，他们的理性思维会认为这是一种不安全感，是一种他们必须不断处理的麻烦。然而，大自然

已经在我们自己的心理中设计了一种方法，以我们并不真正意识到的方式处理这些测试。我见过最被动的男人在经历了一场特别残酷的狗屎测试后，放下了脚，基本上告诉他们的妻子或女朋友“闭嘴”。这是因为愤怒，但这种挑衅和他们的女人对此的反应正是通过测试的要求。

当然，他们并没有意识到自己在做这件事，他们只是很生气，发脾气，通常会为事后表现得如此鲁莽而道歉。然而，这正是Hypergamy需要的回应，以确认他不是轻率的人。

“伴侣守护”是另一种用于遏制超婚的潜意识努力。大多数男人都没有意识到，他们正是在他的女人排卵的时候表现出守护伴侣的行为，而更多的是被一个陌生的阿尔法的男性暗示所激发。她的性情表现在行为上，他的心理进化到注册并反射性地触发他自己的潜意识伴侣守护行为

——这一切都是为了遏制她天生的多夫制。对于男人来说，大自然已经意识到了多夫多妻制，并有可能限制它。

伴侣偏好的排卵变化，以及由此产生的明显行为变化，促使男性对伴侣的敏感度不断提高。反过来，这种外围意识产生了应急行为（伴侣守护），以确保一个男人不会因为一个不是自己的孩子而浪费父母的投资。

进化出的伴侣保护敏感度和应急策略是女性多夫制性策略中固有的戴绿帽风险的保险。

我认为，临时伴侣保护策略的演变并不是对阿尔法（甚至是贝塔）竞争压力的直接反应，而是由于女性天生的多夫制、她们的性多元主义以及当女性被放任其多夫制时父母投资欺骗的可能性。

如果一个女人对你的主要看法是阿尔法，如果她的心理起点是她认为自己的SMV是

从属于你自己的，她不会要求你“允许”和她的女朋友去拉斯维加斯度周末，因为她对一个她认为是阿尔法（希望是你）的男人的渴望会比同龄人在排卵期对她的影响更强烈。

理论上，没有一个把你视为她认为的阿尔法和多夫制最佳利益的女人会想“欺骗”你——所以她不会想到这个想法。我意识到这听起来很简单，直到你考虑到大多数男人也会准备好在社交上孤立自己，把朋友和家人拒之门外，而不是把时间花在他认为有价值的女人身上。

限制多夫制的另一个方面是女性之间互相取笑的性竞争。多夫制本质上是一种向上的竞争。价值较高的资源（SMV较高的人）会降低价值较低的资源（努力）的成本。价值最高的男人会随着价值较低的男人的出现而不断提升价值，但重要的是要记住，“超婚”并不追求自己的水平，它总是默认为更好的优化。对于一个女人来说，生物学上的头奖是从一个在SMV估值上高于自己的伴侣那里获得遗传和资源的承诺。

多夫制的本质对女性有一种淘汰效应。鉴于她的个人状况和性竞争力即将到期，似乎优化超婚制的压力还不够紧迫，再加上一场不可饶恕的两性竞争，减轻了超婚制。

沉思的自然

如果一个男人向钟形曲线的贝塔笨蛋一侧剧烈摆动，这很可能会引发一个女人新的自我认知，并重振她的多夫制冲动。同样，我们目前的社交媒体经验也助长了新一代女性，她们对SMV缺乏任何现实的自我形象，从而对自己优化多夫制的能力产生了错误的认知。

现在，女性对SMV的过度膨胀感及其所有促成因素都是一种庄园迷因。所有这些因素以及更多的因素都打破了女性需求与男性需求之间的平衡

新的社会和心理适应（即正式游戏）。

许多庄园评论家会告诉你，自从女权主义的兴起和多代人推动西方文化的各个方面女性化以来，女性的多夫多妻天性变得多么无拘无束。虽然多夫制的确“不在乎”，而且许多男性都会因对关系公平的过时期望而遭受毫无准备的后果，但我不认为文化向女性至上主义的转变是现代社会的末日。

诚然，性革命和女性控制的无处不在的荷尔蒙节育已经从根本上将社会首要地位转变为女性主导地位，但这意味着对男性主导地位的重新调整现在是必要的。

随着互联网和元游戏的兴起，这是一个庄园，我认为我们正在看到这种调整的开始。在我们的过去，社会和自然进化出了遏制超婚制的方式，而我们今天只知道这种方式，但它们是有用的偶然事件，使超婚制得以控制。

这种平衡最终会回归，要么是男性选择放弃传统措施，要么是女性一代一代地意识到肆无忌惮的多夫制的困境，以及女性中心主义给母亲和祖母带来的虚假后果。

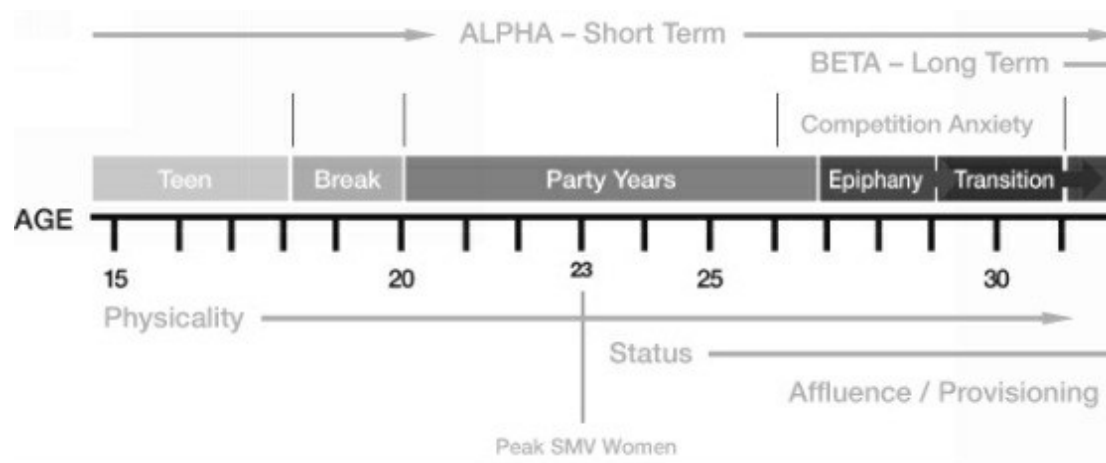
* * *

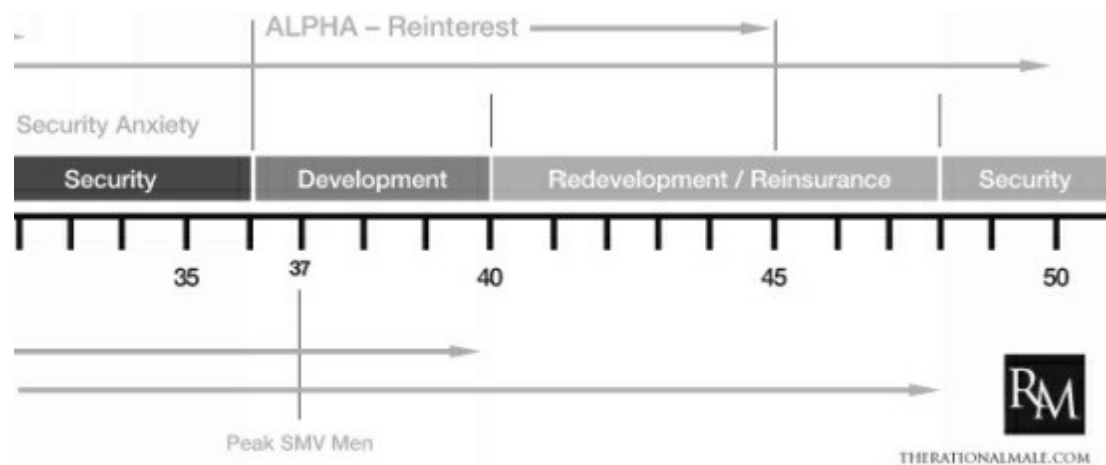
第2章

预防医学

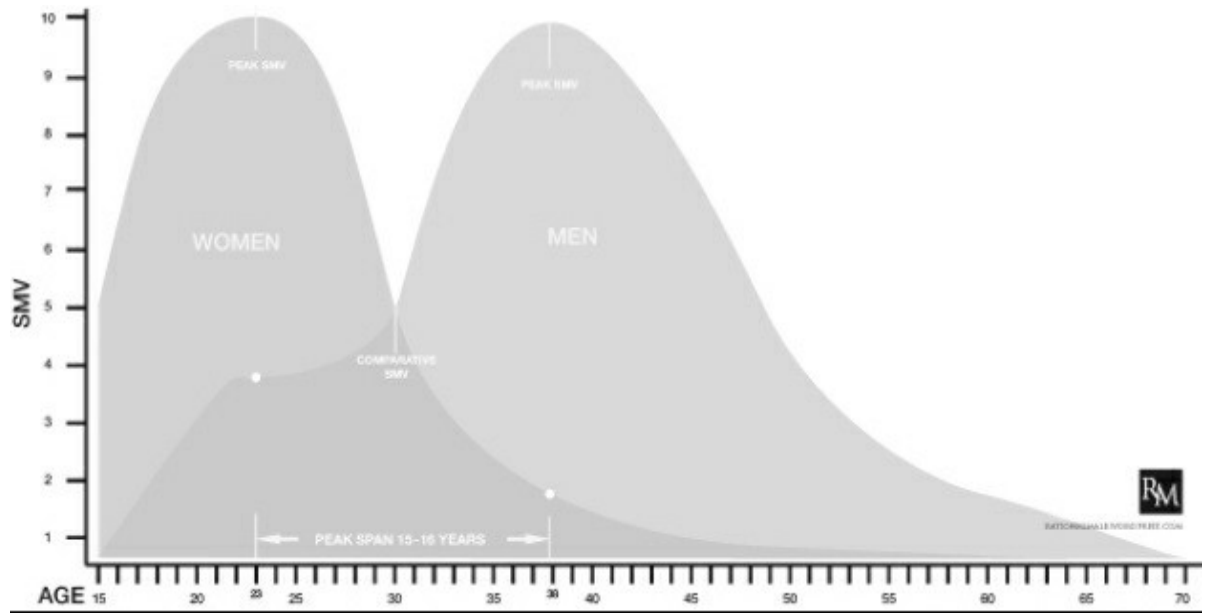
第一部分

* * *

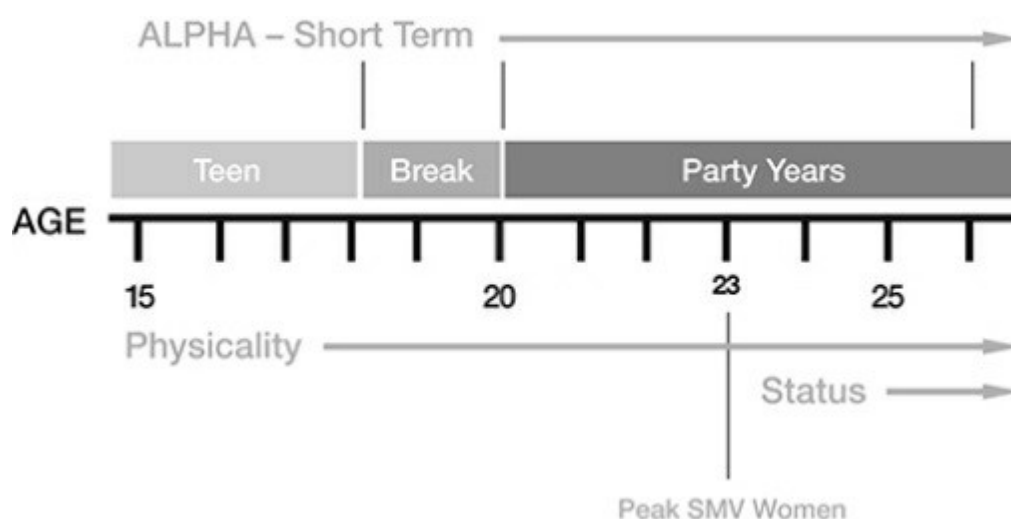




SMV图



形成期



如果我们所说的“红丸意识”对未来有着持久的影响，我希望这种意识能成为当今年轻男性女性调理的预防药物。

男性的这种红丸意识是对女性权势和女性社会首要地位的最大威胁。我在The Rational Male博客上的许多帖子中都谈到了这种预防的各个方面，但大多数帖子更多的是从更成熟的男性的经历出发的事后视角，以及他们希望自己早点了解红丸、游戏和我在过去12年写作中所写的跨性别动态。

当我最初在博客上写了《性市场导航》（Naviging the SMP）的帖子，并介绍了比较性市场价值（SMV）图表时，我不知道它在庄园和竞技场之外会有多大的影响力，以及相对准确。当时我的希望是用一种开玩笑的方式，教育年轻一代的红丸人

男性和女性的性市场价值在每个性别生命的不同阶段如何消长的基本时间表。这篇帖子——以及随后的几篇帖子，是出于对年轻男性在当代、西方化的性别景观中所能预期的大致轮廓的渴望。

该SMV大纲的批评者简单地将其视为年长男性一厢情愿的努力，他们说服自己拥有比他们真正需要的更高的性市场价值。然而，该图的突出信息是，女性在一生中优化超婚制的策略暴露得令人不安。当按时间顺序考虑时，许多可识别的模式在女性生活的不同阶段或前后的动机和行为中变得明显。

当考虑到她在任何特定成熟阶段（吸引力）实现这些目标的能力时，男性可以更好地了解在某个特定女性生命的这一阶段是什么在激励她，并根据男性相对于该阶段的最佳优势调整他们的游戏和/或期望。

在2010年，一位主打庄园的作家罗西（Roissy）写了一篇关于女性游戏的难度的精彩文章（按年龄段），我将在阅读我在本节中提出的建议（见附录）后，请有志于游戏的读者参考这篇文章。有了对这些阶段的更好理解，以及这些阶段的SMV波动，男人可以更容易地调整自己的游戏，保持框架，运用有趣的掌握技巧，以及对结果有合理预期的其他红丸/游戏练习，或者至少对可能等待他的个人陷阱和陷阱有更好的理解。

大多数男性对超婚制影响女性的一个常见误解是，她过去和现在的性行为的合理化如何影响考虑与她结婚（或离婚）的男性。男人最常缺少或故意忽视的是，女人在生活中的特定时期受到了一些条件的影响，这些条件促使她做出这些行为——这些行为的结果会影响到她现在和未来的状况。

我不确定在这种情况下指望一个没有经验的人是否现实

作为客观的观察者，我们可以将她与他的任何性障碍或自我意识视为危险信号，并将其与他的状况隔离开来。然而，红丸意识带来的某种意识有助于我们更好地理解这些旗帜是什么。

大多数男性相互提供的扶手椅咨询通常假定，当一个男人碰巧“选择”嫁给她时，他应该知道一个女人在寻找她的Beta提供者。这是因为，在那个女人的人生阶段，当她对自己心仪的“混蛋”和“坏男孩”的性市场价值正在下降时，女人通常会寻求用贝塔男人提供的稳定来巩固长期安全。

但是，我们真的能从一个男人身上看到这种远见吗？这个男人很有可能是基于虚假的浪漫主义前提下决定娶她，而一个彻头彻尾的蓝色药丸则希望她在婚后与他“变得更性感”（或者与她之前交往的阿尔法男性一样性感）？我们真的能指望他知道她过去为了长期安全的动机是什么吗，而他从来没有从红丸意识中得到过这些动机吗？

正是考虑到这一点，我在这里提出了这个大纲。

我所构建的是一个关于女性在15岁至50岁之间的典型女性一生中如何影响其多夫制的松散而笼统的年表。

尽管我已经做好了充分的准备，以应对臭名昭著的SMV图所激发的过度概括和“并非所有女性都是那样”（NAWALT）的理由，但要理解这一点；在任何女性或女性取向的男性提出这些可以预见的反对意见之前，这是一个大纲。在评估任何女性的动机和行为时，文化、种族、道德、社会经济地位和外围环境等变量都是需要考虑的因素。然而，这条时间线旨在作为一个路线图，以更好地理解在女性生活的特定阶段是什么激励了她们，并希望帮助男性更好地为女性在这些阶段优化超婚制的策略做好准备。

青少年阶段

我有意在15岁时开始绘制原始的相对SMV图，因为这是关于青春期后的年龄，在这一时期，女孩进入成熟期，十几岁的男孩开始对他们产生真正的性意识。

正如你在整个时间线上看到的那样，女孩们根据原型阿尔法特征和青少年吸引力线索来区分自己的吸引力。这在很大程度上是基于十几岁男孩的身体特征和体能。

女孩们发现，这些身体上的唤起线索主要是在青春期男孩（后来的男性）身上具有吸引力，并将在女性生活的大部分时间里持续下去，但在女孩的成长期，她最吸引人的是拥有良好身材、正确的眼睛颜色、面部对称性和正确发型的“哈瓦特男孩”。

15岁至25岁的年轻女性根据男性的身体特征来联想和优先考虑自己的性选择。即使是一个相对内敛、有着贝塔心态和/或沉思的“创造性”个性的男人，如果他的外表与女孩的外表相符，他仍然可以被视为阿尔法。

这一点的主要原因很明显，因为身体暗示（虽然也受到外部影响）主要是先天的。换言之，一个十几岁的女孩根本没有生活经验，也没有提供其他东西的必要性来吸引她。她的伴侣优先考虑的线索是发自内心的唤起。因此，这种从青春期到年轻成年的身体兴趣是短期唤醒和长期吸引的首要任务。

这些身体吸引力/唤醒线索是内在的。随着女孩的成熟，地位和社会证明等外在的吸引力因素确实会逐渐增加，但最重要的是身体因素。其他外在因素（地位、阿尔法自信、游戏等）虽然在外围有利，但由于一个简单的事实，即一个年轻女孩缺乏任何与游戏相关的男性的真实经验、社交能力或对个人或情感供应的真正需求，因此被优先考虑的程度较低。

请注意，所有这些都基于各种外部现有资源。有很多对年轻女性的支持是她们看不到的，而这种支持是大量的

社会层面和家庭层面的资源。

这一阶段的长期供应潜力对年轻女性来说甚至很少是事后考虑的。从青春期开始，女性的二元性策略主要围绕着短期繁殖机会——多夫制的“阿尔法操”一方。这可以归因于女孩/年轻女性的供应需求被家庭、某种程度上的国家、甚至她自己的自我供应相对地满足，以及青春期、荷尔蒙和青年文化带来的生育紧迫性。

我会在这里补充一点，女性对身体的优先顺序与除了寻求配偶或交配机会之外，其供应需求得到满足的程度成反比。换句话说，如果家里的事情不安全（爸爸问题），一个青春期的女孩在身体和心理上为长期伴侣做准备的时间要早于一个坚实、积极的男性父亲出现在她的生活和家里的时间。

对于一个十几岁的女孩来说，这可能是一个不稳定的情况，因为她的成熟度和对如何让一个男人成为一个好的长期前景的理解受到了她在积极的男性角色中所缺乏的东西的限制，并加上基于十几岁男孩身体特征的吸引力优先。

青少年游戏（当你在高中时）的简短版本是，容貌、体格和体能是女孩的首要吸引力。这一优先事项将为她长大后的吸引力线索奠定基础，但在这一阶段，最重要的是外表和表现。

中断阶段

我将这一阶段添加到青少年后期，因为这种“破坏性”事件在我咨询过的年轻人中变得越来越普遍，而且可能造成破坏。

一般来说，分手阶段是在一名年轻女性高中四年级（或之后不久）左右，当她被迫陷入一种冲突时，她开始了一夫一妻制的关系，并在大学时分手，或者随着她接近成年、毕业，单纯的性独立的愿望越来越近

可能会无限期地离开她的家。

这对于倾向于女性化条件的贝塔心态的年轻男性来说是一个重大的挫折，这种条件使他们相信，他们会因忠诚、支持和与女孩建立关系公平而得到回报。我之所以强调这一阶段，是因为通常在这一开始，年轻男性最愿意承诺自己的人生抱负，扮演女性气质赋予他们的理想主义支持角色。危险在于，为了维持一段他认为牺牲会得到回报的关系而做出的长期生活决定，将是对个人目标或发展激情和个人潜力的公平牺牲。

这是对任何晚熟/早熟男性的警告：如果你和一个稳定的女朋友在一起，这通常是你必须对自己进行一些真正的个人评估的时候。这可能是第一次测试你的红丸意识与你的女性首要条件相冲突。大多数蓝丸男都抱着“看不见的朋友”的希望，在这个关头，他们第一次建立了远距离的关系。这或者他们改变了他们的教育优先事项和抱负，以适应维持他们的关系。

从统计数据来看，你希望与之共度迪斯尼故事生活的女朋友会随着她的选择范围的扩大和你的限制而与你分手（因为她把自己的目标放在首位）。如果这是你的情况，那么你在这个阶段所做的决定取决于你，但要明白（除非有个人信念），这一事件将随着女性的性市场价值开始迅速上升而发生，伴随着这一事件，她到目前为止几乎没有意识到的个人和性机会。

党的岁月

20到25岁之间的五年是我委婉地称之为女性的“派对年”。正是在这个阶段，女性通常会经历SMV的高峰（22-23岁），正如我在导航SMP帖子中所说，在女性生命中的任何其他阶段，都不会有那么多的社会性选择。

许多庄园道德学家认为，女性应该在聚会期间结婚和怀孕，因为这是生育高峰

以及身体美，在过去不远的性革命前，这当然是有道理的。然而，在过去60年的社会条件下，妇女的优先事项发生了变化。

女性在这些年中所经历的社会、性、教育和职业方面的可用机会，都是与SMV相关的。你永远不会发现一个女人比她的吸引力更自信，更自信地认为自己在社会中的主导地位。她的个人形象将是一个基于优点的形象，虽然她当然有可能是有才华或有智慧的，但她的机会取决于她的吸引力以及对他人（男性和女性）决策的影响力。

然而，她在高中时的身体唤醒优先事项仍然是最吸引人的优先事项，随着她逐渐成熟，进入了SMV巅峰时期为她提供的新体验、地位，以及后来的富裕（财富或潜在供应）开始加入到吸引人的组合中。随着女性学习到相对SMV的效用，并开始了解未来长期供应的需求（在某种程度上），她们对自己的性代理的交易性质有了更好的理解。

正是在聚会期间，女性开始喜欢“约会”比自己大的男性。在这个阶段，这通常是4-6岁之间的差异，然而，Roissy假设，甚至更成熟的男性仍有潜力，这取决于他们自己的SMV：

这可能很难相信，但如果你是一个年长的男人，那么与一个非常年轻的女人上床通常比与一个年老的女人上床更容易。这是因为20-40%的女人特别喜欢年长的男性。这是一种硬连线，而这种硬连线可能会因父母离婚或父亲缺席而导致的家庭教养不良而得到加强。单亲妈妈是世界上有史以来后代放荡女儿的最大来源。

在派对期间，多夫制仍然牢牢植根于身体吸引力和短期交配线索，然而，正是在这段时间，女性开始对自信和（阿尔法）性格的个性线索产生欣赏，因为这与她的长期投资有关。

在派对的晚些时候，一位女性的超婚导致她寻找

阿尔法坏男孩也可能被塑造（驯服）成她的长期理想

—这就是泰山效应；想要在同一个人阿尔法男性身上实现理想化的最优平衡。这个想法是一个阿尔法男人可能会被驯服，在某些情况下，通过怀孕被胁迫，承担起她性策略的另一半所要求的供养者角色（Beta Bucks）。

老年男性（利用他们的SMV潜力）的一个吸引力是，他们有能力养活比自己更多的人，并且仍然保持着高于平均水平的体格，这往往是一种预选的形式，因为随着女性在派对后期的成熟，人们越来越意识到需要超婚平衡。

要明确的是，随着女性越来越意识到自己与年轻女性的吸引力在性方面的竞争能力越来越弱，她对男性的吸引力不仅仅是身体方面的吸引力开始受到更高的重视。这些方面（地位、自信、富裕、实现的雄心壮志、世俗的成熟等）通常存在于足够大的人身上，他们有获得这些方面的经验。

社会约定

许多主要的社会习俗在青少年、成年前和党的早期阶段一直存在，它们的根源都在妇女的童年时期。对于一个十几岁的女孩来说，这些习俗可能或多或少会很明显，这取决于她父母对她成长的参与程度，但流行文化和女性的初级社会秩序已经有了一系列预先确立的习俗，她希望自己能投入其中。

在大多数情况下，这些惯例都强调了她这一代人的内在优越性，同时嘲笑了除了贝塔男孩对她有用之外的任何有价值的男子气概。这些习俗通常是在一个环境中学习的，男孩被鼓励为她加强和肯定，但这些社会习俗越来越被公开和接受。

到了一个女孩的“青春期”，她已经看到了足够多的迪斯尼女性赋权特征，女孩们的期望和担忧变得越来越少，不再需要平庸男孩近乎毫无价值的关注，更多的是那些最终会成为她性内对手的女孩。

小女孩和男孩在一个完全不同的领域战斗。男孩在身体领域战斗，女孩在心理领域战斗。这并不是要阻止女孩们真正受到打击，但更常见的是心理斗争的发生，这在任何领域都比否认女性社会集体中加强关注更有效。

小女孩从进入幼儿园开始，就有一种可以预见的倾向，即形成小的、只有女孩的集体或“同龄人俱乐部”。这个社会集体逐渐成为一个奖励和加强的社会单位，锁定那些不被包括的人，并培养那些被包括在内的人。

这种动态可以持续到高中（即小圈子等）、大学和成年，但这种离合器的所有变体中的共同点是注意力的肯定力的限定影响。如果一个成员冒犯了另一个成员，通常决定争端胜利者的是一个成员保持最大注意力的能力的等级。

这种争端的最坏后果是被排斥在该集团之外，因此，绝对否认了这一重申关注的强化作用。这种关注可以来自任何来源；在群体内，在群体外，异性的注意力在青春期后变得最有价值。注意力吸引能力表示同伴之间的社会地位。女孩越有魅力，她就越受欢迎，影响力也就越大。这并不是说任何一个女孩都意识到了这一点。

然而，当被排斥在集体之外时，这种持续高度吸引注意力的能力会让她受到鄙视。注意力仍然有利于肯定（即意识到嫉妒），只是意图改变了。

因此，女性利用注意力不仅是为了个人和集体对自己的肯定，而且是为了相互斗争。远比肢体冲突更具破坏性的是，否认这种增强注意力满足感的长期心理影响，或者更好的是，剥夺或取消女孩/女性吸引这种注意力的能力的合法性。将这一点与女性天生的、天生的更高的沟通能力相结合，即口头和非口头沟通（即隐蔽

通信），你可以看到这在损害竞争对手方面的潜力。这也许可以解释一个女人天生的八卦倾向。

当一名女性攻击另一名女性的尊严和品格（“她是个荡妇”）时，本质上，她是在攻击该女性的代理机构，因为她通过剥夺其合法性来博取关注。

注意力是女孩世界的硬币，这是女性心理的一个方面，男性在女性成熟的各个阶段都应该记住这一点。无论是学习如何化妆的12岁女孩，还是80岁的主妇，注意力都是宝贵的，因为她已经不记得不化妆了。

异常值

当然，也会有女性出于某种条件或情况选择退出派对的事件。无论是他们的社会经济状况阻止了这一阶段，或是提前、意外怀孕，或是出于宗教信仰，但无论是出于什么原因，他们都没有资本化的感觉。

在某些方面，这似乎是一个更好的选择，而不是骑着俗语中的“公鸡旋转木马”进入她的显灵期和过渡期（在下一章中讨论），但重要的是要记住，这些情况并不会使女性丧失我在这里描述的成熟过程的资格，它们只是以其他方式表现出相对行为。

在某些情况下，这可能是一个男人的怨恨之源，因为他在女友经历的所有经历（她是通过这些经历来替代生活的）中“阻碍了她”，也可能是她对其他男人（从感知上）如何更好地满足她的多夫制平衡的理解，而不是她在她成熟之前就接受的平衡。正如我们将在下一章中探讨的那样，这种怨恨可能是即将进入主见期和过渡期的女性的婚姻不满（和离婚）的一个来源。

在这里，中断阶段也是一个重要的概念。虽然这通常发生在高中毕业前后，但休息阶段并不局限于这一时期。当一个女人读完大学或即将毕业，或开始工作或研究生院时，休息可能会更晚。通常，在女性SMV高峰期或22至25岁左右，通常会出现较晚的间歇期。

也可能有不止一个休息阶段——一个在18岁左右，另一个在22或23岁左右，这取决于年轻女性的生活背景和环境。

晚间休息似乎发生在女性生活中的重大事件——高中毕业、大学毕业、搬到新的地方、事业发展。一般来说，男人在预测与女人的分手阶段危机时，最需要注意的是导致这些事件的事件和条件。

女人有休息的原因是她的环境在改变；这会影响她的情绪。她在改变自己的环境，然后是她对这种改变的感受，以及她如何看待男人参与这种改变。

关于分手，另一件要记住的事是，危机迫使她做出决定，当分手发生时，改变是否比和她在一起的男人更重要。在女性的初级社会秩序中，大多数时候她认为改变更重要。这很可能是因为，女性在一种社会秩序中被适应，这种社会秩序加强了女性的愿望和“赋权”，并鼓励她推迟亲密关系和家庭关系，直到达到某种模糊的目标状态。到那时，她总能找到另一个男人（或者她被告知）。

毋庸讳言，本节旨在帮助年轻男性做出更好的生活选择，让他们意识到自己在青春期和成年期的期望。记住这个大纲，并相应地计划，但我认为这应该有助于一个人更好地了解他可能会遇到的事件，并了解他所涉及和交往的女性对他的影响。

如果你是一个阅读本节的年轻人，我最好的建议是考虑你今天面临的决定和环境

在不到十年的时间里发生了巨大变化。要明白，现在做出改变生活的情绪化或理想化的决定将影响你的生活方向。

这听起来可能像是你的老爸或学校辅导员在你大四时会告诉你的话——我知道，因为我大四的时候你不能告诉我狗屎——但他们不会告诉你的（因为他们习惯于忽视这一点）是，你认为女孩或年轻女性会相互欣赏的“做正确的事”理想主义是女性小学的一部分 你在这里长大。

从红丸的角度来看，你是最难接触到的读者，因为年轻人被教育要相信，你受的苦越多，你支持的越多，你就越能让一个女朋友以自己的代价实现她的梦想，这就越能说明你真的很在乎。

最后一个要记住的想法是，除了最需要的和最道德定罪的人，发达国家的大多数女性在18-20岁之间都无法做出任何承诺，这不仅是因为她们脑子里有一些天真的想法，而是因为她们真的走进了糖果店，她们不会带着尝试的第一种味道离开。

现在记住这一点很重要，因为这将是女性在以后生活中对男性的双重标准。“男人是承诺恐惧症”是一个流行的社会习俗比喻，当女性到了自己的SMV下降的年龄（主显期），她们想和一个可以巩固长期关系的男人一起从性市场中获利时，她们喜欢重复这个比喻。

当这个男人进入他的SMV地位，他进入“糖果店”时，她在33岁时为他享受了19次左右的转变；他有责任对一个女人做出承诺，而她有责任探索她的所有选择。

* * *

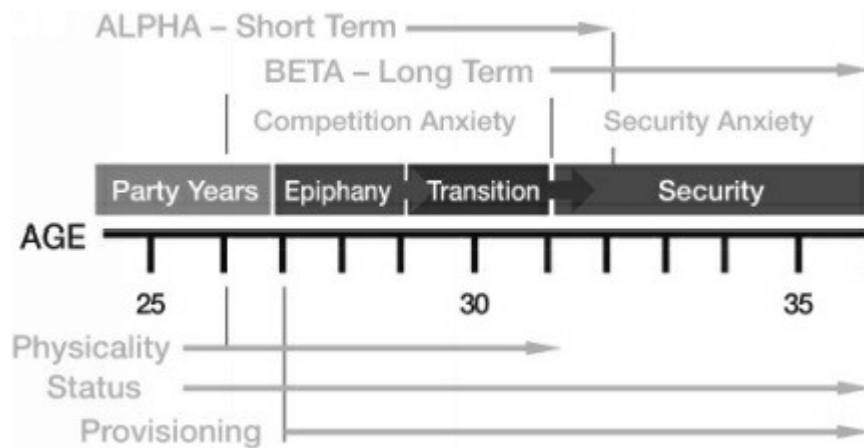
第3章

预防医学

第二部分

* * *

顿悟阶段



晚年派对

虽然这不是一个小节，但女性政党年的后三分之一值得一提，因为这一阶段的结束往往是女性发展到我所说的主见阶段的基本原理的前奏。某些第三方SMV研究（例如在线交友网站信息学）会将女性的SMV峰值定在25-26岁。虽然这对女性的情感来说是慷慨的，但我认为，如果你考虑到在更早的时代，男性和女性在更早年龄就达到了社交成年，那么这对于女性的人生发展来说太晚了。

在我们这个时代，更常见的情况是，大多数女性在27岁至29岁左右表达了定居、结婚和组建家庭的愿望，事实上，大多数初婚的平均年龄为28岁（美国人口普查数据证实了这一点）。

大众化的理想，一个女人利用她最赚钱的年头——通常被认为是在发挥自己的职业潜力——是这种推迟结婚现象的主要原因，但重要的是要向在这一阶段与女性约会的男性指出，在聚会阶段的最后两年，女性将开始感受到更迫切的长期承诺的紧迫感。

正是在这一阶段，有远见的女性将尽最大努力巩固与最能拟人化或有潜力拟人化的男人的婚姻，阿尔法性遗传与父母的供养和投资相结合，优化的多夫制试图在同一个男人身上取得平衡。在任何时候，女性都不会感到更迫切地利用自己的魅力和与一个她认为能够满足其性策略双重要求的男人的性中介。

“这要去哪里？”

这是一个最常见的阶段，在这个阶段，男人会被女人问“这要去哪里？”，或者如果在可预见的将来没有求婚，男人会发出最后通牒，要求他们停止亲密关系（不再发生性行为或威胁分手）。

尽管女性最喜欢的沟通方式是隐蔽的，但随着她逐渐成熟，与年轻同龄人进行性竞争的能力减弱（竞争焦虑），大多数男性发现，在这种人群中，女性必然更倾向于公开沟通。

在SMV高峰期，她曾经喜欢撒娇、间接和无动于衷，并俘获了男性的注意，现在这种态度逐渐被一种更直接的直接沟通所取代，这种沟通旨在确保未来安全的承诺、承诺和保证。

她迫切需要巩固支持性的一夫一妻制，这与她随着年龄增长而经历的性内竞争压力以及与竞争相比她的性市场价值下降直接相关。这种紧迫性使她越来越需要公开沟通（男性直接的基于内容的沟通），因此男性越来越少地误解她的需求。

请记住，女性的安全感并不总是表现为财务保障，而是可以采取情感投资、父母投资、身体安全等形式，最重要的是，满足男性稳定、支配和

她生活中的方向。

最重要的是考虑到女性在现阶段实现对同一男性的多夫多妻利益的阿尔菲操/贝塔雄鹿（AFBB）优化平衡的动力。这并不是说这并不总是女性多夫制的关键，但正是在“派对年”的后期，在某种程度上，女性开始意识到，这一次是她最好的机会，可以利用快速燃烧的SMV巩固她认为可以实现的优化多夫制。这并不是因为她预感到自己的SMV潜力会被撞墙，但这是她第一次自我承认，自己在性竞争中的能力正在下降，因为她竞争的是那个优化的男人——年轻女性正经历着自己SMV的巅峰时期。

在这段时间里，女性通常会第一次认真地尝试寻找方法——有时是通过胁迫——来“修复”一个阿尔法，以满足她的超婚方程式中的贝塔雄鹿一方，或者，认真地重新评估一个已经承诺的贝塔男人“男人起来”的潜力，变得更加阿尔法，更加雄心勃勃，评估（她认为会是什么）他未来的SMV潜力。

最后，请记住，处于这一阶段的女性所经历的这种紧迫感与她们的容貌、性欲和对男性的关注程度成正比。这是一个简单的推理，即那些保持自己的外表吸引力和性代理能力，并不断获得男性关注的女性，将尽可能地延长这种状态。因此，一些有魅力的女性可能会延续她们的派对年，直到这种关注戛然而止。

顿悟和过渡阶段

在28岁到30岁之间（有时更晚一些，因为有魅力的女性会让她们的派对年持续下去），女性通常会对自己的个人状况有更多的认知，以了解自己的SMV下降。这个阶段我称之为主显节阶段；在这一点上，一个女人对自己的性市场价值的潜意识与她最终与长城的约会不再会被潜意识压抑和忽视。

对男人来说，充分理解这一点的重要性至关重要

这一阶段对女性来说是有意义的。同样，顿悟不是关于女性在这一阶段撞上SMV墙（尽管这是可能的），而是关于一个女性认真地接受了与SMV巅峰同龄人在性上竞争的能力明显下降的情况，以获得她在派对期间所享受的男性关注。

抽象夸张的说法是，认为一个女人30岁一定会撞上墙，她的外表魅力会减弱，一夜之间就会神奇地变成一个老处女。女性绝对（通过相应的努力）能够并且经常在这一阶段后保持自己的容貌和性行为；有些人到了30多岁和40多岁。然而，定义这一阶段的是有意识地意识到，他们的容貌已不再是他们最年轻时的样子。

与此相结合的是，人们意识到，在自己的SMV高峰时期，她们无法再与年轻女性在性方面进行同等水平的竞争，以获得男性的关注，她们现在希望通过长期承诺和提供安全保障来巩固自己的超婚制。

主见阶段与其说是女性撞上了墙，不如说是一种紧迫感，需要巩固男性的长期安全承诺，而竞争焦虑来自于意识到现在是她必须付出努力来确保安全，而不是像SMV巅峰时期那样，让男性轻易提供给她。

对于一个女人来说，这是一个危险的时刻，她试图重新评估自己生命的最后十年。女性心理合理化引擎（又称“仓鼠”）开始了一场激烈的努力，试图解释并解释她为什么没有像阿尔法那样成功地获得一个长期的一夫一妻制承诺，因为她的魅力对她来说是值得的。即使是在这一阶段之前结婚的女性（早婚），在处理自己选择的多夫多妻的不确定性（“他真的是我能做的最好的吗？”）时，仍会经历一些自我怀疑或自怜的变化。

一个女人的晚年通常是一个阶段，在这个阶段，她希望自己能够“教化”那些满足她“超婚”的本能的阿尔法坏男孩，让他们承担起她“超妻”的另一方所要求的提供人的角色，并且对她来说越来越迫切。

大多数阿尔法寡妇——在心理上对她过去性生活中接触过的最阿尔法男人的心理-性理想印象深刻的女性——在这一时期最常见。然而，这是在主显节阶段，女性方便地做出必要的合理化，以证明这种“修复”努力的合理性。

在顿悟阶段，女性的内心和外部对话是自我辩解、精湛的自我教育和自我祝贺。

“我以前在大学里很不一样，但我个人成长了”，或者“我学到了追求‘错误类型’的男人的教训，我现在不再和坏男孩在一起了”，还有“所有的好人都怎么了？”是女性会告诉自己的标准陈词滥调。

女性会直接或间接地向有提供服务潜力的男性传播这些合理化，希望向他们表明，她现在已经准备好接受他们对爱、忠诚和可靠的女性先决条件的提议——这些提议过去经常来自男性，但她在党内没有使用过。

这个阶段在功能上与男性女性想象中的中年危机类似。

正是在这一阶段，女性将在优先考虑哪些先决条件特征符合男性的“吸引力”时做出根本性的改变，并试图通过改变自己的行为来改变自己的新生活，以适应她们为自己创造的新的“做对的女孩”形象。

由于在《男人》中构成她以前的唤起线索的身体素质、性能力和阿尔法支配力，不像她在性高潮时那么容易从男人那里得到，她以更内在的男性特质为假设，重新排列了他们的优先顺序，这些特质强调可靠性、供应能力或潜力、幽默、智力、，以及兼容性和亲密关系的深奥定义。所有这些都符合她自信的女性成熟和智慧的新感觉。

对于形而上学倾向的女性（也就是说大多数女性）来说，这可能表现为她在党内岁月中忽视或抛弃的宗教信仰的便捷回归。其他的可能是一些

一种自我强制的独身——拒绝在她的《派对岁月》（Party Years）的“多夫制”（Hypergamic）主持下发生性行为，希望一个准备充足的男性会欣赏她“新发现”的谨慎，这和她过去和过去十年里拒绝他的所有其他女孩不同。

自我肯定的心理模式是她“终于做了正确的事情”，或者她决心“这次以正确的方式”重新开始，而事实上，她只是把长期安全的必要性作为一种美德，希望“正确的”男人会欣赏。如果她们不这样做，那么社会习俗总是会羞辱她们，让她们觉得自己“比男人少”，因为一旦她吃了蛋糕，就不原谅她吃了。

虽然男性的外表和男性化的身体触发因素仍然是一个重要的唤醒因素，但随着她越来越意识到这些特征对自己和未来后代的长期供应的必要性，她对与男性地位和财富建立个人联系的渴望开始升华她对吸引的身体优先事项。应该注意的是，男性供应潜力的吸引力与她对供应的感知需求成正比。

过渡

当女性进入过渡期（29-31）时，顿悟期对内在吸引力线索的重新排序也与她对自身性市场价值的调整后的自我感知相吻合。

当一个女人越来越意识到自己在性竞争中的能力减弱，而男性（她认为）会达到她最好的多夫制平衡时，她不得不重新评估自己的自我形象。

有许多女性社会习俗预先确立，以帮助她否认或缓冲这种重新评估。然而，她的后脑仍然承认竞争焦虑（除非通过努力或遗传学，她是一个明显的身体例外），她根本无法像SMV高峰期的女性那样获得男性的关注。因此，她必须想象自己的增值方面，并说服男人，如果他们不欣赏那些新设计的方面，那么他们作为一个男人的价值就会降低。

请注意，这种评估的真实性，或对它的现实预期，并不是这种焦虑的根源，而是她认为的焦虑。

事实上，一个特别有魅力的30岁女性在选择男性时，可能仍能超出大多数同龄女性的预期，但她对自己的信念、对自己年龄的内在期望以及党龄经历在这方面教会了她或没有教会她什么，才是导致这种焦虑的原因。正如你可能猜测的那样，这种自我评估也受到社交媒体和社会习俗的影响，这些社会习俗迎合了她，使她免受这种主显节和过渡期焦虑对她的自我造成的最严重伤害。

有一个庄园里的成语说，只有30岁或30岁以上的女人抱怨男人需要男人，或者男人以某种方式逃避了社会对她们的男性责任。年轻女性根本没有动力去抱怨她们认为自己有权在男人身上得到的东西，而不仅仅是男人的“霍尔特”。

我称之为过渡阶段的是主显论阶段对女性的影响的顶峰，到目前为止，女性一直无法巩固一夫一妻制，而男性则履行了供养者（最常见的是贝塔供养者）的角色，而她的一夫一夫制现在处于更高的优先地位。当处于这一阶段的女性抱怨男性的“适足问题”时，她们真正感到惋惜的是，她们长期无法找到（或值得）一个能够最佳地平衡她“超婚”的双重影响的男人——阿尔法操和贝塔雄鹿。

大多数女性对生物钟的误解加剧了这种整合的紧迫性，但从生物学角度来说，她已经过了生育期的黄金时期，怀孕和怀孩子到足月对女性来说越来越困难。

我认为，考虑女性在这些时期经常做出的个人决定的其他结果很重要。正如我在第一部分中提到的，一些女性在一夫一妻制（LTR或婚姻）的任何一个阶段发生之前就巩固这一点并不少见。而

经验可能不同，促使这些阶段的潜在影响或多或少保持相同。我将在第三部分详细阐述这一点，因为它主要涉及女性成熟过程的后期阶段。

社会约定

在过渡阶段，引发主见阶段的竞争焦虑被转换为一种焦虑，这种焦虑来自于面对女性可能永远无法巩固长期安全感的可能性。然而，一如既往，女性社会习俗已经到位，可以免除她对这一见解的任何真正个人责任。

因此，“男性受到强大女性的威胁”、“男性有脆弱的自我”、“男人肤浅，只想要她们可以操纵的年轻女孩，而不是与她们在智力上平等的充满活力的女性”以及其他各种旨在羞辱男性的谣言开始了。这些现成的惯例是为了解除女性在过渡阶段所经历的焦虑的任何个人账户能力。

对于红丸、游戏意识强的男性来说，主见阶段是女性成熟过程中极其重要的一个阶段。

一位处于显灵阶段的女性正在寻找一个“新的开始”，其原因比一些新激发的自我意识更为发自内心。这种动机促使各种各样的行为和社会惯例促进男人承诺原谅她过去的轻率行为。正如我所提到的，这一阶段的女性（或这一阶段女性的母亲）最直言不讳地抱怨男性对承诺缺乏兴趣。

处于SMV高峰期的女性不会抱怨适婚男性的缺乏——《男人向上》是主显期女性的颂歌。

在女性的晚年，通过她们的主见期和过渡期，有很多有效的社会习俗，直到30多岁，这些阶段的习俗才真正转变为更有用的习俗。

其中大部分集中在女性成熟的两个主要方面。首先，必须免除一名女性因遵循其多夫制性策略而产生的后果。“派对年”的定义是一位女性优先考虑“阿尔法操”的一方。后派对年的社会习俗委婉地称这是一个女性发现自己或“探索自己的选择”，但这一时期的定义是，女性通常会对“对自己不太好”的男性做出“糟糕的决定”。

这并不是说所有的女性都会犯这些错误，但即使是最矜持的女性，也仍然优先考虑阿尔法刺激，而不是贝塔舒适度和熟悉度。

“我在所有错误的地方寻找爱情。”

“我一直想结婚。我一直想找一个好男人安定下来，生孩子。这对我来说从来没有发生过。”

“我犯了很多错误。”

“我不打算不结婚就到30岁。这只是发生了。”

贯穿这一切的共同线索是，女人与各种吸引力的男人发生性关系，让男人有优先选择权，希望其中一个男人能按照她的条件做出承诺。当她试图让这些顶级男人中的一个承诺失败时，她必须找到一种合理化的方法，以便尽可能地展现出最好的一面。自我保护最简单的方法是说“好吧，我一直想结婚；不管出于什么原因，我从来没有成功过”。这就是为什么男人听到这些合理化和解释，解释“他们现在已经结束了疯狂的过去”，他们似乎无法忘怀的阿尔法男人（阿尔法寡妇），以及他们的第一次夜床。

第二个必要的社会惯例与第一个是一致的，因为它们有助于巩固Beta版的供应和家长的投資，确保这些男性遵守自己的女性条件为他们做好的准备。

女人的长期安全和供应取决于男人永远不会完全意识到自己真正的SMV，直到女人能够巩固他对她的承诺。更可怕的是，一个男人可能会在他的潜力被他认为是对女性责任的决定所损害和限制后，才意识到这一点，因为这些决定永远无法完全实现。

在女性成熟的这一阶段，以假定的社会责任为关键的社会习俗从各个方面对男性进行轰炸——甚至由男性自己延续。

“男人应该和自己年龄的女人约会。”

“男人把单亲妈妈视为可行的长期伴侣是‘肤浅’的。”

“男人有‘脆弱的自我’，需要在幼稚的尊重中不断得到肯定。”

“男性会感到被‘成功’女性威胁。”

这只是几个例子，但这一阶段流行的社会习俗都是呼吁（贝塔）男性承担社会责任、羞耻感和强调男人放弃或损害自己性策略的最大利益的“责任”的关键。

性策略的基本规则

*为了一种性别的性策略取得成功，另一种性别
必须妥协或放弃自己的性策略。*

在成熟的其他阶段，男人最重要的是要明白这条规则对他未来生活的计划是什么意义，这是由“女性命令”决定的。在这一关键时期所采用的每一种社会惯例都有潜在的目的，即让男人相信他的性策略应该与女人的性策略一致（多夫制）。这些公约的目的是让他相信，履行和原谅女性追求最佳多夫制的动机，从而确保其性策略的成功，这是他独特的男性职责。

这些惯例的当务之急是，在他充分认识到自己的性市场价值峰值之前，让他相信这一点，从而将一个男人置于首要的性选择位置。男性对自己的SMV有着这样的认识，这对女性控制自己的多夫制构成了威胁。

过去60年来，人们对性别认识的最大误区之一是认为男性和女性应该分享相同的性策略。天真的平均主义意识形态要求两性都有同样相似、合作的性别生活目标，以及同样相似的实现目标的方法。但就像大多数女性的初级社会工程一样，自然母亲和男性和女性的生理需求总是与此不符。

一般来说，这种对共同性策略的同化在男性女性化的早期条件中根深蒂固。我使用“同化”一词是因为男性被教导并习惯于假定女性的性策略（无论大多数女性主观上如何定义它）是普遍正确的策略——任何偏离最终为女性多夫制服务的行为，充其量都会遭到嘲笑，最坏的情况是对厌女症和排斥的指责。

多夫制本质上围绕着优化（并最大限度地延长）女性从“好基因”男性（直接利益）和“好爸爸”男性（物质利益）中的单侧性选择。阿尔法操/贝塔雄鹿。

从生物学的角度来看，男性的性需求是无限制地获得无限制的性服务。这并不是要忽视男性强烈的冲动，即寻求他们最终所生子女的父权保证，然而，在父母投资之前，男性的动力是寻求无限的性行为。

当我们从生物学角度考虑男性的性需求，以及男性用来实现这一需求的策略时，就更容易理解社会习俗，并设计女性需求来控制 and 最大限度地限制男性作为性选择者。

异常值

女性寻求承诺的道路可能有无限条，这为时间线开辟了第二个维度的可能性，在确保Beta供应或发现Alphas的期间，可以从“最坏情况”的无承诺道路转移。

各种各样的事情都可能改变；“党年”可能会被极度压缩，甚至根本不存在。休息阶段实际上可能会被推迟，因为更多的阿尔法恋人限制了女性对自己选择的视野。主见和过渡阶段可能以某种形式存在于所有女性中，但在幸福婚姻的女性中，这些阶段看起来不像恐慌。

对于那些在这些阶段之前巩固了一夫一妻制的女性来说，她们的经历更像是一种遗憾地意识到自己变老了，并且（有时不情愿地）看到了丈夫在迈向自己的SMV巅峰时期时实现的价值。

这是另一个目的，让男性不了解女性的性策略，直到他们能够巩固一夫一妻制。只要他一生中大部分时间都受过教育，习惯成为一个理想的、可靠的贝塔，当他最终意识到自己的SMV潜力时，他对妻子的社会责任感应该是她长期安全的保障。

作为“早期巩固者”的女性，男性遇到的一个问题是，她们可能会与女性在一夫一妻制或由此产生的孩子的承诺所束缚的这些阶段中感到的后悔的后果联系在一起。

这些妇女在许多方面都受到强调（并颂扬）女性赋权的社会秩序的困扰。她们无法避免社会意识到，她们生活在一个前所未有的时代，在这个时代，女性自我提升的机会与女性单方面控制自己的多夫制同时发生。这句话的意思是，作为一个女人在职业和性方面的生蚝，为什么任何一个女孩都想和一个不太理想的男人和一个没有回报的个人/职业生活相伴？

这是一个很难接受的信息，但她不得不与单身朋友一起经历这些阶段，不断的媒体传播这一信息，迎合她对愤怒的需要，而她过着“不那幺”的早期一夫一妻制生活，一年一次地走向长城。

对于那些很早就和这个异类结合在一起的男人来说，很可能是理想主义者，当她的不满情绪发展到主见阶段时，他的蓝丸心态受到了挑战。她的单身女友们正经历着截然不同的生活，她也认为，从某种程度上说，她的承诺不会让她离得更近。

当一个女人在二十多岁的大部分时间里生活在一夫一妻制的约束下，分享同龄人的二手愤慨和性冒险时，她的顿悟阶段就成了第二次机会的最后机会之一。离婚奇幻小说和电影主要针对这一异类，并且越来越受欢迎。她年轻时嫁给的那个男人最终被揭示为贝塔混蛋（尽管过去有过所有的奉献和表现），她安慰自己，在过去十年左右的经历中，她有可能享受到女友们给她带来的那种阿尔法情侣的乐趣。

这种主见和过渡阶段仍然植根于女性意识到自己无法与年轻人进行性竞争，但这种意识源于她意识到这一阶段是她获得“美好生活”的最后机会。由于女友的经历以及她对自己成熟成熟的追求，她现在把自己敬业的贝塔视为“一个男人”，一个永远不会得到的男人。

她爱他，但她不爱他。他的现实与她因阻止她体验而怨恨他的幻想相比，简直是天壤之别。她错过了，顿悟变成了为了最后一次机会而冒着一切风险的顿悟。

关于极限的注记

我觉得我应该在这里提到的一个方面是，在女人成熟的这一阶段，男人通常会收到最后通牒——“嫁给我，否则我们就完了”或者“如果我们要在一起，你需要解决这个问题。”

最后通牒是无能为力的宣言，因为你在诉诸直接威胁，让某人做你想做的事，而在这样做时，你会公开承认自己的弱势。如果一个女人处于真正的控制地位，就没有必要诉诸最后通牒；她会简单地使用这种控制（就像她在《派对岁月》中所做的那样）。有很多方法可以改变另一个人，但最后通牒永远不会促使真正的改变。如果他们改变了行为，那是受到威胁的刺激，而不是无缘无故的有机欲望。

记住这一点很重要，因为基于男人默许女人最后通牒的关系从根本上破坏了婚姻/关系的框架和未来。同意最后通牒既是一种协商的愿望，也是一种对女性的Beta身份的永久印象。

我的游戏哲学的一个基本原则是，真正的欲望是无法谈判的。一种自然的、不请自来的欲望状态，不受资源交换的义务或担忧的影响，是任何两性关系的理想基础。任何引入阻碍这一真正愿望的因素——交换、谈判、义务、互惠等——都会削弱这一愿望并削弱关系。发出最后通牒是将这些因素准确地引入关系的最直接、最公开的方式。

你不能用最后通牒来真正改变你的愿望，因为你的关系将建立在这种威胁之上。这是真正的权力问题；一个女人会非常想让一个男人顺应她的欲望，以至于她会用威胁来实现它，尽管事先知道这永远不会是一个真正的构象。

多夫制只相信女人在男人身上发现的男人的主导地位，而不是女人需要在他身上创造的主导地位。

主显节的贝塔斯——拯救最好的

“我25岁的时候绝对不会和你约会”

我有一个朋友把这段对话告诉了我。这是他的女朋友在他告诉她他永远不会娶她之前脱口而出的话。

她接着解释了“以前”她是如何被健美运动员吸引的，以及她现在是如何觉得他们很恶心。真相令他沮丧。当Frame说这句话的时候，他很好地保持住了，但主要是因为他只记得她在一小时前说过这句话。

“事实是，我想哭。我想哭不仅是因为我得到了剩饭剩菜，而且因为她的女性思维会确保她永远不会理解。

而且，如果她希望我对她投入比我认为她值得的更多，我很快就要离开她。我想哭，因为我真的觉得她可能会因为精神疾病和缺乏自制力而失去我。我想哭，因为我知道她会在我们分手后左右做爱。我想哭，因为无论我告诉自己多少次，我都爱上了她。这是一个什么样的游戏？”

在这段人口统计经历中，他的处境是男性最常见的挫折，而女性处于主显节和过渡期的另一边——他严酷地意识到，他确信妻子的性最好的是他在一段坚定的婚姻中的表现。

要真正理解安全阶段，男性需要掌握女性二元论策略对贝塔男性心态的长期影响，因为贝塔男性以女性为中心的条件。

当一位女性接近并进入主显期时，她有一种模糊的理解，即她的基因芯片需要与一位具有“适当”长期供应潜力的男性一起兑现。在很大程度上，女性期望这些男性接受一些蓝色药丸调理，这将使他们更符合现在正在成为一种难以忽视的开放式多夫制。

在有证据证明女性性行为的技术出现之前，女性性行为中更为发自内心的方面，以及刺激她们的后脑/荷尔蒙的不方便提示，都可以被保密到足以欺骗具有供应潜力的男性

致力于长期安全。随着记录这一点的技术变得越来越普遍、越来越持久、越来越灵活，（随着男性越来越相互关联）使那些明显的过去“轻率行为”合理化对女性来说变得越来越重要。

男人们在一生的大部分时间里都被女性的强制要求所浸淫，成为女性“超婚”的方便绿帽子——在这篇忏悔中，我的朋友就是这样的男人——有一种自我投资的兴趣，认为一旦他的船驶入，他所有的耐心和平等主义信念最终都会得到回报，那么他们的伴侣会“给他最好的自己”

。

只是，像这样的男人发现太晚了——通常是在他们意识到自己的承诺阻碍了他们的SMV峰值潜力之后——他们不仅是一个有追溯力的绿帽子（有时在道德上为此感到骄傲），而且他们已经被母亲、被阉割的父亲、姐妹、女性朋友、，教师和整个女性权势主义者一生的努力。

我和大多数庄园里的人，之所以会受到插电式、女性化的初级社会如此多的蔑视，其中一个原因就是我們冒着暴露这一过程的风险。这个男人的故事是多元女性性策略的一个不便但普遍的事实。女性有能力从SMP中套现，养育孩子，创造与单身生活如此矛盾的家庭生活的假象，按照她认为应该是她的条件，所有这些都依赖于让具有长期供应潜力（更大的贝塔）的男性不知道自己戴绿帽子之前的行为，以及花了很长时间才说服他们承担责任的条件。

“我他妈的太幸运了。我嫁给了一个妓女，他妈的像个正经人。”

男人们对女人的性经历着迷的主要原因是，“得到最好的”她在性方面给了他。这当然有更多的方面（忠诚、安全依恋等），但所有男人都想要一个荡妇，他们只想让她成为他的荡妇。一旦他得到了她所能提供给他的最好的性爱的信念被发自内心地、明确地驱散，欲望动力的本质（你无法协商真正的欲望）就成为了焦点。

有很多社会习俗准备重申一个男人愿意接受自己在女性至上的社会秩序中的无能为力的地位，并为他参与实现女性主导的性策略而开放多夫制。

贝塔男人遇到了一个女人的主见阶段给他带来的新的吸引力，他常常说服自己，女人对他的兴趣是真实的、有机的。从某种意义上说是这样的，但尽管这种吸引力（不要与唤起混淆）在女性身上被认为是真实的，但这是一种必然产生的吸引力。这种必要性是需要巩固与一个男人的一夫一妻制，这个男人不仅愿意忽略她过去的Alpha Fucks的不检点，还愿意参与他习惯于认为自己作为一个社会男人的责任，并开始与她建立“成熟的成年人”生活。

主见阶段的贝塔相信他的船终于来了，他自以为是耐心和毅力的AFC策略将得到回报。

当时的社会习俗使他相信，无论他是否能因消除了女性的疑虑而得到赞扬，他都应该因“原谅”女性的过去而受到更多的赞扬。

让她安顿得最好

在Rational Male博客上，我有无数男性向我讲述了他们发现妻子或女朋友性生活细节的经历，以及这让他们多么惊讶，因为他们的妻子对前恋人的胃口和性自由后来被用来换取对他的性保留和自我意识。

然而，这可能不是发现一段性往事的经历，他的妻子无意让他与她分享，而是男人对婚姻中女人“性最好”的期待。这可能不等于她在《派对岁月》中的性实验，但对于一个相信自己的耐心和美德会在“遵守规则”这么久后得到回报的贝塔来说，这是一个

希望妻子能与过去的爱人分享同样或更好的性爱紧迫感。

贝塔相信该轮到他了，因为为什么一个女人会对一个她不认为是她最好的选择的男人进行终生投资呢？

请记住，在主见阶段，女性选择贝塔进行长期投资的理由是因为她“经历了一切”，最终“知道不要继续和不欣赏她的坏男孩约会”。因此，贝塔相信，由于她对这种信念的投资，他一定是而且一直是她最好的选择。

所以，如果她终于意识到他是最好的选择，为什么她不希望和他一起享受她最好的性爱表现呢？尤其是当他有生以来第一次被告知，他的毅力、可靠性和对平等的信念是他现在“性感”的原因。

对于阿尔法寡妇在等待中与贝塔结婚，他与前情人的性吸引力的比较与她需要最终确定她与前阿尔法（或她认为是阿尔法的男人）无法实现的长期安全感相冲突。于是，她与新的Beta提供者进行了矜持、克制和自我意识的性爱。她知道，与贝塔的性爱缺乏前情人的强烈和紧迫感，但她又回到了主见阶段，她确信自己“这次是出于正确的理由”。

当然，正确的理由是怀孕是为了进一步巩固长期供应。

我们的贝塔只是缺乏任何与他准妻子相同的性经历可以比得上的东西（当然，除非他后来找到了这种经历的证据），但他通过将其与色情片或可能是他曾与之发生过性关系的其他女性相比较，逐渐怀疑她逐渐缺乏激情、保留和自我意识。

* * *

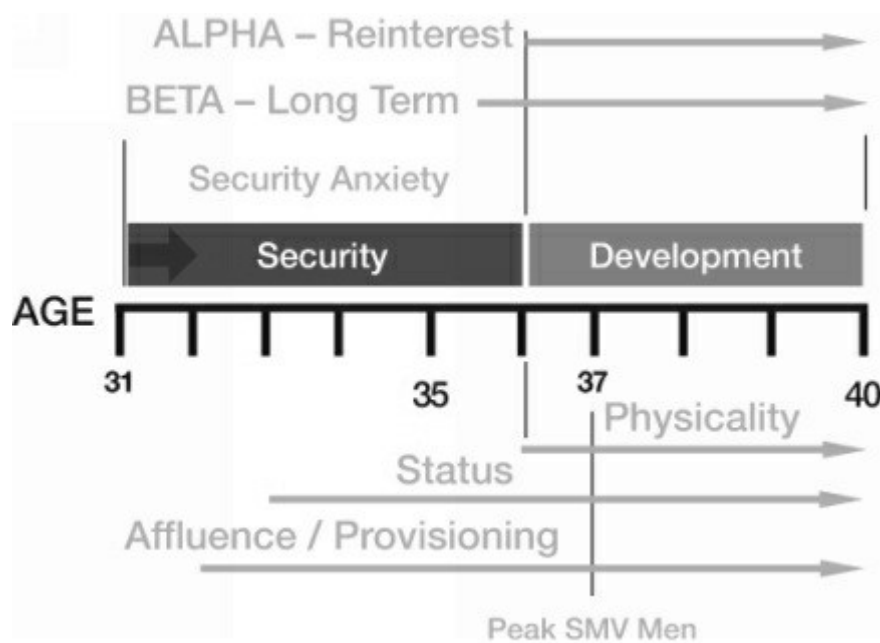
第4章

预防医学

第III部分

* * *

安全和开发阶段



在我继续这项研究之前，我将花一点时间再次阐明这条时间线的目的。重要的是要记住，这个年表旨在作为女性成熟的总体方向，以及她们在这些人生阶段赋予男性的吸引力的优先顺序。

从设计上看，这张图并不是为了说明每个女性的具体情况，而是一系列可预测的阶段，与这些阶段发生的事件、行为和心理图式相协调。我在这篇大纲中探讨的视角是一个单身（长期单身）或半一夫一妻制的女性，她有个人和社会选择来利用自己的性行为，以及对自己生活方向的主观控制（或强烈的印象，她实际上有这种控制）。

当然，如果我假设所有女性都是个人的，那我就失职了

情况将遵循受同一组情况制约的同一系列情况。

在任何一个女人的生活中，都有太多的主观可能发生的事情需要考虑，而这些都符合本书的范围，这就是为什么我尽可能地用一般的术语详细描述了这些阶段。

然而，关键是，任何一个男人都有权决定一个女人的个人状况、她过去的决定以及她过去的谨慎或轻率行为的后果是如何促使她沿着这个人生阶段的大致轮廓前进的。在我详细描述的任何或所有阶段，如果不太可能的话，一个女人完全有可能有过前妻或是单身母亲。同样，一个女人可能是一个连续的一夫一妻制者，或者在她的“派对年”期间结了婚。

根据一个女性所处的生活阶段、她的社会化以及她的环境如何改变或被其改变来决定什么激励了她，这就是PUA中的“a”所代表的艺术——“艺术”

确定是什么激励了女性的行为和心态，重要的一部分是将这些个人情况与女性生活阶段的轮廓相结合。总的来说，成熟的阶段和进程（社会、个人和生理），她对吸引人的男性属性的优先考虑，以及由此产生的目标驱动行为，对女性整体而言没有太大的变化。改变的是一个女性发现自己有吸引力的环境。

当你考虑到一个女人的境况如何在这一进程中发挥作用或与之相反时，以及作为一个男人，你如何首先确定这个子宫是否值得不同程度的投资，这样你才能更好地利用你对她的状况和她所经历的生活阶段的了解，为你自己或你的共同利益。

我将个人对特定主题的观察和理解与女性的生活阶段和环境联系起来。自从我几年前开始发表论坛帖子以来，这一直是我写作过程的一部分，但在现实生活中，此刻，你需要基本掌握你在与谁打交道，以及根据她在生活的任何阶段对男人和自己的优先考虑，以及考虑到她所受到的社会影响，什么激励了她。

谁在乎？

现在，这一切可能看起来像是一个很大的努力和麻烦。

“为什么还要打扰罗洛？如果每次我想要一个新的屁股时，我都必须解开一个女孩的心理和社交，我就当个和尚。”

事实上，在不同的意识层面上，当你对于一个女人投入任何程度的努力（游戏）时，你已经对她做出了大部分这些评估——即使只是为了上床。

你可能没有意识到你在做这件事。你对一个女人的投资本身是由你自己的条件、你的缺点和优点所改变的，但请放心，你是在某种意识水平上做出这些评估的。

现在的不同之处在于，你有一个大纲来更好地了解你正在进行这些评估的框架——这是红丸真理的基石。

一旦你和一个女人一起经历了这个阶段，就不难理解女人在任何成熟阶段的动力是什么。这就是我制定这个大纲的目的，帮助（年轻的）男性在没有这种先前的、有时是有害的经验的情况下，对他们在成熟的各个阶段可能感兴趣的女性的动机进行明智的评估。

同样重要的是，要了解以女性为中心的社会的社会习俗和基本原理是如何认可和宣传女性自身意识形态中的女性因素的，以及随着女性的成熟，这些社会习俗和理论是如何将女性本已孤立无援的天性从个人责任中解脱出来的。

此外，同样重要的是，要理解由于没有达到这些社会习俗所带来的期望而产生的内疚和遗憾，这些社会习俗使女性相信她们在某个发展阶段应该有权经历。从设计上看，妇女往往既是同一公约的肇事者，也是（后来）受害者。

随着即时通信的兴起，直到最近，男性才开始将这些社会习俗与女性为自己做出的决定联系起来，并将这些习俗的流动性与这些决定的结果合理化。

对女性来说，多夫制一直是一种冲动，但直到性革命将女性从以前控制多夫制的社会和意识形态平衡中“解放”出来之前，现在已经不需要许多社会公约来平衡女性在新的“自由”中的责任（心理和社会）。

安全阶段

女性对吸引力的优先考虑（不一定是唤醒）取决于她目前所处的生活阶段所决定的必需品。

我将男性的SMV峰值定在36-38岁左右的一个原因，部分是因为他们相对有能力实现女性认为最需要长期承诺的特质和成就，而女性则是这些品质中最需要的。

随着女性进入主见阶段（后来的隔离墙）并意识到她们的SMV（与年轻女性相比）的衰退，她们对男性所拥有的品质的吸引力越来越大，这些品质最能满足Beta Bucks一方的超婚要求。

对于许多女性来说，这是她们第一次体验到一夫一妻制中吸引和留住男人的新不确定性所带来的恐惧。

太多的蓝丸辩护者通过比较一个23岁的SMV巅峰女孩的派对年愿望和一个37岁的SMV-巅峰男性对女性整体、长期、二元需求的既得利益，来驳斥我的图表所描绘的SMV现实。女性在顶峰时的SMV最大化不等于男性的SMV峰值最大化。

在我所称的安全阶段，女性对吸引力的优先考虑转变为男性的供应潜力。

虽然在这一阶段，男性对内在品质的新发现的吸引力被夸大为对女性的吸引力，但本质上，男性为自己和潜在伴侣（以及未来的家庭）提供足够资源的能力是这种吸引力的关键。这些都是一个SMV巅峰男性在社会上期望拥有的品质，也正是在女性发现自己最需要这些品质和供应的时候（29-31岁），社会期望为女性提供的品质。

这是在安全阶段，女性将开始改变自己的自我期望，并公开抱怨自己无法从他们现在认为是社会公平的伴侣那里获得承诺。

在这一阶段，已经为女性制定的社会习俗使她们能够安心地试图羞辱男性，使其符合其长期安全需求。在这个阶段，你很可能会听到女人抱怨“男人脆弱的自我”，男人受到“强大的独立女性”的威胁，或者对男人不配合他们迅速衰败的二元性策略的社会脚本感到沮丧。

沉降

安全焦虑和女性在SMV衰退过程中经历的冲突迫使她产生两种结果；她可以说服自己相信自己的SMV仍然可以与她的中间性竞争对手相比，或者她可以选择一个不符合标准的多夫制男人，他会感激地体现出多夫制的供应方面的要求。如果她在派对年里遵循了阿尔法操的时间表，她也有可能发现自己是一个单身母亲，正在寻找一个提供者来帮助她进行阿尔法基因提供者没有（或是有限的）参与的父母投资。

我应该提到的是，在过渡和安全阶段，大多数男性（贝塔）的女性化条件对女性的迫切性产生了影响。一直在耐心等待的Beta提供商

她们的性辩护时刻发现了她们最吸引人的时刻——这对于那些在派对期间对她们毫无用处的女性（或类型的女性）来说并不罕见。

条件良好的贝塔如果在他的女性首要目标上不耐心和尽职尽责，那就什么都不是，正是在这个阶段，他开始看到他坚定支持女性事业的回报。他相信，他愿意原谅一位女性在派对上多年的轻率行为，这将对任何“优质”女性都会欣赏的关系公平的投资。

重要的是要理解，女性权势的社会工程条件使贝塔男性倾向于这种白骑士心态，恰恰是女性最需要他的供应的阶段——她的SMV下降，而他开始崛起的阶段（由她的需求定义）。

在安全阶段，富裕、供应能力以及与之相关的地位成为女性的主要吸引力。对身体吸引力和唤起线索的渴望仍然是吸引人的重要因素，但成熟、富裕和其他内在品质的指标则成为优先考虑的因素。这并不是说一个随机的短期交配机会会被忽视（尤其是在她的排卵周期），但长期安全优先。

在这一阶段（或在主显期）巩固一夫一妻制承诺的女性通常会经历一系列心理自我合理化，以决定嫁给好爸爸，而不是好基因的父亲。

这是一种女性努力，为她们巩固多夫制性策略的安全性辩护。一旦孩子成为她现实的一部分，这种心理子程序就必须被强迫到她注意力的边缘，但这是一种心理冲突，她要么要通过最终离开供养人的男性（并寻找阿尔法寡妇的替代者）来解决，要么要说服自己和她的多妻良知，她实际上已经优化了与她所选择的男性的多妻制。

当一个女人成熟到晚期的安全阶段，她的孩子变得更加自给自足，这时她变得更加自我批判，对自己的主见阶段进行回顾，对自己真实的生活更加现实

体验它的理由。

开发阶段

因为一个女人吸引她的多夫制理想的能力随着时间的推移而减弱，所以她的紧迫感需要与一个在当下尽可能接近这个理想的男人直接接触。

多夫制在押注一个男人未来成为（或接近成为）她多夫制理想的潜力时会冒很大的风险，因此这种倾向倾向于寻找比下一个更成熟的男人。

你可能会猜到，这种情况的问题是，女性的SMV随着男性的升值而贬值，或者至少应该升值。同样，不断测试和怀疑一个人是否适合寻求安全感的多夫制也限制了他持续满足安全感的潜力。

从安全阶段到发展阶段，通常是指女性满足其多夫制（Beta Bucks）中的安全需求的时间，在此期间，她与一名男性在主见过渡阶段建立了长期安全关系。

在我进一步阐述之前，我应该提醒男性，这一特定阶段有时会先于女性的主见转变阶段，因为女性的情况（如意外怀孕）、个人信念、与她认为具有未来SMV潜力的男性配对、，或者认为自己远高于自己可预见的SMV（长相、富裕或地位/名望），以至于她觉得有必要巩固他。

这一早期的安全阶段也可能是一位女性在她的派对岁月中与前阿尔法恋人有过一段特别糟糕的经历的结果——这段经历的情感创伤使她不得不用一个容易接近的贝塔轨道器来安慰自己，这个轨道器足够耐心（也足够幸运），能够在正确的时间在正确的地方做他尽职、宽容和支持的自己。

然而，最常见的情况是，这一阶段通常发生在7至9年的窗口期内，女性刚与（或本应与）长期安全前景男性合并；这通常是在她之后

从她的党龄过渡，并处理寻找潜在男性的紧迫性。

重要的是，要从单身、未婚或早婚的女性中，描述影响在这一阶段之前成功配对的女性的环境。在27岁至37岁之间，这些环境决定了女性如何参与和应对其发展和再发展阶段。

七年之痒

在30出头到30出头的这段长达7到9年的时间里，已婚女性很可能会满足于某种女性中心主义所定义的家庭生活。

这可能包括一个工作/母亲的角色，但在大多数情况下，她的“派对岁月”的痕迹通常会成为她不愿被提醒的东西，尤其是如果她选择了一个男性供养者，而不是像她的前阿尔法恋人那样让她兴奋，她渐渐厌倦了他对她为什么不像以前和阿尔法恋人一样和孩子结婚了，现在她和他性爱的抱怨。

对于已婚女性来说，这个阶段伴随着一个非常有趣的社会习俗。事实上，有一部老电影专门讲述这部电影，它叫《七年之痒》。这是一部可爱的电影，但它是基于一种非常真实的心理现象。可爱的社会习俗围绕着男人在神秘结婚7年（一个神奇的数字）后，对奇怪的阴道产生了一种游移的目光。现实情况是，大多数婚姻往往分为两个阶段，一个是7年大关，另一个是20年大关。

这主要是因为一对夫妇至少有过一个孩子（可能是2个），在孩子满7岁后变得更加自主，男性和女性会进行一些关系评估。

从部落进化的角度来看，这将是一个孩子或多或少自给自足的时候，男性的投资最少，但在当代关系中，这也是一个女性有足够时间重新评估其主显期决定的时候

与提供者（她孩子的父亲或其他人）配对，并将他实现的SMV与她过去的阿尔法恋人或她想象的阿尔法会接替他的理想化进行比较。

为了完整起见，20岁大关通常是父母双方都成为“空巢者”，并进行第二次重新评估的时候。关于这一点，请参见第四部分。

纺纱之路

对于无法或不愿意在长期一夫一妻制上达成和解、妥协或巩固的女性来说，她的安全阶段变成了为自己创造长期安全感的个人努力。

这种保障可能来自慷慨的、女性为主的国家，或者来自解除婚姻或在此阶段之前的单身怀孕的子女抚养费和/或赡养费的帮助，当然，她可能会完全忽视自己的“生物钟”（生育窗口）的指示，并通过专门为自己提供它来加倍强调自己女性化的男性化条件。

既然Roissy如此雄辩地概述了这位女性的人口结构，我将在这里引用他关于31-34岁未婚女性游戏的概述：

31至34岁

在某些方面，31-34岁年龄段的女性是最难对付的女人。（“最难”的意思是“最耗时”。）这是违反直觉的，是的，但除了她的美貌下降之外，还有一些因素在起作用，这些因素可以缓解轻松、快速的躺姿。首先，与单身的31-34岁女性见面显然比与单身的年轻女性见面更难。婚姻仍然是一种根深蒂固的女性主义者难以对付的束缚力量，但城堡的学徒们正在努力工作，与婚姻机器的磨擦和搅动所造成的交配市场动荡的祸害作斗争。

但是，31-34岁的女性比任何其他年龄段的女性更难玩游戏的更大原因，与这个年龄段女性的权利和自我保护之间的邪恶联系有关。当你结合了由

多年的女权主义、稳定的薪水和晋升，以及对每个男人的动机充满怀疑的同性恋男朋友的欢呼，以及对被用来进行无需求婚的性爱的极度焦虑，你会得到一个恶毒的、恶毒的恶魔，以防她可能认为不完全屈服于她对不断奉承和公主崇拜的渴望。

[...]“与33岁的人相比，23岁的人睡觉和约会更容易。”

这违背了所有的逻辑，直到你通过仓鼠的眼睛看到它的毛茸茸的屁股在女人的大脑里流汗。（可怜的小家伙必须在30多岁左右被赶走。）当然，33岁的她并没有23岁的她那么性感，但她的ASD（反荡妇辩护）已经达到了顶峰，她认为自己是值得结婚的热门商品。许多年长的女性会告诉自己，她们的经验、成熟度、成就和财务稳定性意味着她们对寻找妻子的男人来说，应该比一些年轻人更有价值。当然，他们必须告诉自己这一点，因为现实并不容易让人相信。

这是一种与大学男生发生性关系的女性，因为她们可以在心理上把那些男人当作“纯粹为了好玩”的广告冒险。但是，31-34岁的女性真正想要的男人是年长、成熟的男人，他们会向她们求婚并组建家庭。这就是为什么很难与年龄较大的女性博弈，因为她仍然保留着年轻魅力的痕迹：她比年轻女性想要和期望更多。

社会约定

在她的主显节阶段，阿尔法寡妇或前公鸡旋转木马准妻子可能会说服自己，她确实看到了阿尔法的潜力，或长期成功的潜力，长期“安顿”在贝塔身上。

虽然我曾让男性讲述过女性在婚礼前或婚礼时知道自己正在安顿下来，对自己的未来感到不安的恐怖故事，但我想指出，这种预知很少是一种

女性洞察力的自觉方面。“让丈夫晚婚”很少是一个先入为主的计划，但对于那些在婚姻中坚持贝塔心态的男人来说，这是一个可以预见的结果。

随着女性在第一个孩子出生后与贝塔丈夫发生性关系的动机降低，她们可以依赖的社会习俗比比皆是。身体形象的考虑，“性欲不匹配”和“好吧，婚后性生活应该逐渐减少，每个人都知道”只是一些预先包装好的比喻。

转弯

一旦第一个（或可能是第二个）孩子出生，女性的亲密优先顺序就会改变或“转向”孩子。性“奖励”，即“好男孩的饼干时间”，是对期望行为或表现的“关闭”，或者性被用作对期望行为（做家务等）的间歇性奖励。

性成为一种效用；贝塔增加了自己的供应能力，而不是她与过去的情人或可能是年轻的丈夫之间真正的、发自内心的享受，这是一个积极的加强剂。

性对妻子所代表的这一新功能成为了丈夫的“转折点”，而丈夫相信他永远是她最亲密的优先事项。在一个女人嫁给她的“阿尔法提供者”的例子中，事实上可能是这样的，但阿尔法与贝塔没有同样的担忧，也没有在贝塔一样的预想下嫁给他的妻子。

对于坚持Beta心态的人（或倒退到Beta心态中的人）来说，这种“转变”变得越来越明显。这种转变从卧室出来，进入了他们关系的其他方面——财务、家庭关系、她对他的雄心壮志的期望、他在工作中或与他们共同的朋友的自信——在越来越多的方面，他与其他男人和她所认识或已经认识的阿尔卑斯山的幽灵相比。

尽管贝塔知道他的孩子现在是他妻子真正的优先事项，但他的蓝色药丸条件仍然使他倾向于牺牲。再次，他遇到了现成的社会习俗，这些习俗羞辱了他的不满。

“性对你来说很重要吗？不应该，因为真正重要的是内在的东西”，但他无法动摇自己正在失去对她的尊重的感觉。

这是贝塔爸爸双双下场的时候。他对自己的蓝色药丸期望需要一种全力以赴、自我牺牲的倾向。这匹马会更加努力。他的妻子可能在这点上失去对他的尊重，但他的荣誉感和责任感迫使他坚持下去。他想“支持”父亲的鬼魂，或者他认为“其他人”在婚姻艰难时会做什么。

所以他一直在等待，但此时此刻她已经“转向”他了。这不是计划中的，但他所有的烈士般的决心只会让她更加怨恨自己选择了这个Beta。在经历了一定的压力后，她的无私或民族歧视甚至超出了他继续致力于亏损投资的能力。这些人告诉我，“该死的罗洛，我30岁的时候你在哪里？我希望那时我知道我现在知道的。”

所有的婚姻和关系都遵循这个时间表吗？

不，但重要的是，男人要知道这些迹象，了解对他们的真正期望，并知道他们什么时候被确定下来，尽管一个女人对此进行了所有的自私自利的反驳。重要的是，他们意识到，表现并不局限于他们对女性期望的满足程度，但表现意味着忽略这些先入为主的观念，超越这些观念，因为他有一种超越自我和超越自我的激情。

重要的是，他要生活在自己的框架中，任何女人、妻子或其他人都可以随心所欲地参与他的框架。贝塔男人很少有这样的期望，因为他们从一个稀缺的位置开始，他们有一种先决条件的责任，即原谅一个女人的性策略，同时仍然对她选择他定居感到无比感激。他被告知自己配不上她这样的好女孩，他仍然相信这一点。

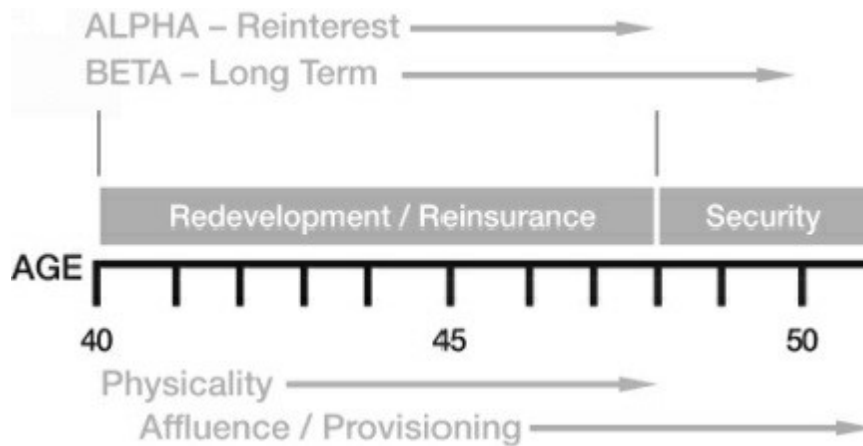
* * *

第5章

预防医学第四部分

* * *

再开发/再保险和安全阶段



当他有一个地面节目时，电台主持人汤姆·莱克斯（Tom Leykis）每天都会让女性打电话过来，讲述她们过去的性生活和现在的生活。他在去工作室的路上开车路过一所小学，看到那里所有的女人都等着孩子出来，想知道她们20多岁时的生活是什么样的。这是一个非常受欢迎的话题，所有这些女性都在等待多年来匿名坦白自己丈夫做梦都想不到的性往事。

这些女性中的每一位听起来都为自己感到骄傲，几乎怀旧，仿佛那些经历是某种过去的成就。

这就是为什么我嘲笑“优质女性”的概念，大多数男人认为这是粗制滥造的珠宝，只有他们有幸找到。不要把这误解为“女人=狗屎”的二元观点。我的意思是，从某种意义上说，大多数男人对优质女性的概念是不切实际的理想化。世界上没有一个男人与一个女人实行一夫一妻制，而当他决定与她订婚时，她并不认为她是“有品质的”。

即使在他勾搭上她之前，她是一个临床神经病患者，她仍然

她有“其他值得救赎的品质”，这使她值得付出努力。直到后来，当他围绕着理想化的她建立的世界轰然倒塌时，她才“真的不是一个有品质的女人”

分裂

在第一个安全阶段的后半期和整个发展阶段，妇女出现了一种有趣的内部分裂。这种心理分裂的第一个方面是对不可改变的安全感的驱使。随着她的成熟，随着她生育的每一个孩子和每一次生命事件的发生，持久安全感的重要性也在不断增强。

对于一个巩固了她最好的供养者男性的已婚女性来说，这种强化通常表现为一系列不间断的狗屎测试，不仅是对他持续不断地满足日益增长的供养需求的能力，而且是她说服自己，她结婚的贝塔会在以后成熟的阿尔法适合性。在这些阶段，她面临的主要矛盾是，她的男性供养者的SMV潜力与她在《派对岁月》中娱乐过的阿尔法男性的理想回忆不太相像，也无法与之相比。

我写过几篇关于阿尔法寡妇的动态的文章，但在女性生命的任何其他阶段，她都不会比进入发育阶段时更倾向于哀悼前阿尔法情人。

这就是当一个女人在主见阶段被激怒的安全感变成了一种负担，但仍然是她生活的必需品。这种有保障的安全感让女性重新关注超婚制中的阿尔法操一方——阿尔法重新融入了肉体，并希望她的成熟能让她更好地判断哪种类型的男人可能比她现在的供养者更好地履行阿尔法的角色。

从社会惯例的角度来看，这是“美洲狮”幻想阶段。除非一个男人彻底改造了自己，并充分利用了自己的SMV潜力，从而将自己与女性最初对他期望的Beta提供者“可接受性”的印象区分开来，否则20多岁时5分钟的Alpha经历将永远胜过他5-10年的Beta奉献。

如果女性能够在派对期间意识到“阿尔法操”的多夫制，然后在主见期之后意识到“贝塔雄鹿”的多夫制，那么女性在发育期经历的内在分裂就成为了她在目前的伴侣中调和这两个方面的差异。这种分裂的第二个方面是对她目前配对的男人的阿尔法属性或该配对之外的男人的AI法属性的明显重新感兴趣。这方面的分裂对于阿尔法和贝塔男性和经历过分裂的女性来说尤其令人沮丧。

处理它

阿尔法男性越是通过保持（或改善）容貌、事业、成熟、富裕、地位等来实现其SMV潜力，女性对持久安全感的需求就越受到威胁，因为她的SMV与他的相比不断下降。女性对这种新形式的竞争焦虑的逻辑反应通常表现为两种方式。

首先是一种强烈的动机，通过将自己置于主导地位来支配和控制她的关系。她通过一种新的、方便的、信念，或者通过自己创造的对丈夫（通过与所有男人的交往）内在不信任的感觉，来承担（或试图承担）婚姻/关系的主导权，这种感觉得到了社会习俗的支持，这些社会习俗坚持女性需要成为家庭的主人（即“她才是真正的老板”）。

她对自己的相对SMV的不安全感表现在她要求他“做正确的事情”，并限制他的SMV潜力，以作为她（和他们家人）尽职的提供者发挥更重要的作用。这个信息变成了“先生，不要把自己看得太高，你有很多责任要履行。”

当然，这方面的问题是，一个男人默许了这种支配地位，不仅失去了最大限度地发挥其SMV峰值潜力的能力，而且也为他的妻子证实了他的地位并不像他自信的那样是阿尔法。这种阿尔法的剥夺将在女性的重新发展阶段发挥重要作用。

第二个合乎逻辑的反应是冷漠和怨恨。与SMV巅峰伴侣的脱节看起来像是一个女人向自己的非竞争性SMV命运屈服，但这与一个女人坚持关系主导权的目的是相同的——因为他故意限制自己的SMV潜力，所以保证了持续的安全和供应。

这种冷漠是故意造成的，同时也有一种内疚感，那就是她的伴侣更专注于自己的自我发展，而不是他对她和任何家庭的重视。结果变成了一个人为了满足这种被动的不安全感而追逐自己的尾巴，并通过了被动的大便测试。

在任何一种情况下，一个人成功或失败的种子都埋在他识别这种分裂的能力上，这种分裂与他的SMV潜力如何一致，同时影响他的长期伴侣。

分裂的问题在于，尽管女性会对实现其SMV潜力的男性施加种种限制，但同样的限制也将构成她在重新发展阶段对其不满的理由的重要部分。

再开发/再保险

重新发展阶段可以是一段关系动荡的时期，也可以是一位女性与伴侣之间的多夫制平衡的时期。这种一夫一妻制平衡的安全方面已经为她建立了长期的满足感，新的阿尔法重新加入者开始对这种无处不在、几乎过于可靠的安全感感到恼火。

请记住，这种确定性的来源不必来自男性提供者。有很多可能发生的事情需要考虑。它可能来自于“未婚”女性为自己提供生活的能力、从其子女的前夫或父亲那里获得的经济支持、政府补贴、家庭资金或其任何组合。

无论如何，尽管安全感可能仍然是一个重要的问题，但当她回顾过去与前任、现在已经是阿尔法的恋人，或者可能是“她丈夫曾经的男人”一起享受的“兴奋”时，同样的安全感会让她窒息。

我的同事、受人尊敬的博客作者Dallock长期以来对女性进入“吃、祈祷、爱”（电影后）阶段的话题进行了很好的报道，创造了一句话“她很不开心，.....”这是女性进入“再发展”阶段的正当理由。在这个阶段，离婚幻想媒体比比皆是。

取决于她何时巩固长期的一夫一妻制，她的孩子们正处于或几乎处于真正独立的年龄。它甚至可能处于我在第三部分中描述的“20年之痒”的空巢阶段，但对她所搭档的男人进行了根本性的重新评估，以及他现在意识到的SMV潜力是如何被证明是一个好赌注，还是一个灾难性的失误。和之前成熟的各个阶段一样，她发现已经为她预先建立了一些方便的社会惯例，以帮助她为重新评估后做出的决定辩护。

有约束力的、合作的育儿安排使她需要安全感，这种安排的重要性逐渐降低，让位于一种新的紧迫感

—在她（根据年龄调整）的SMV/容貌完全花在她现在厌恶与之共度未来的男性身上之前，与“她真正有联系”的人配对。贝塔为他的有用服务了，现在她意识到她一直以来真正需要的是一个在她成熟的条件下她真正尊重的男人。

这是大多数贝塔男性的转折点，他们仍然希望依赖于在关系中获得公平的错误观念，但他们发现自己正处于女性多夫制的极端，这种女性多夫主义在认知上与自己分离了一辈子。

然而，这并不全是厄运和悲观。取决于女性对自己晚期SMV的自我意识和现实主义程度，这个决定可能只是一种实用主义——她知道自己和一个人在一起，而这个男人现在最能体现她长期的多夫制平衡——或者她真的对她所配对的男人有着长期的（女性定义的）爱和亲和力，而这个人最终“得到了”。

其他考虑因素也包括在内；完全有可能他的SMV峰值会比她重新评估他所需的时间更长。宗教信仰可能会在这一重新评估中发挥作用（尽管很方便），或者她可能会现实地评估自己的SMV已经衰败到了一个地步，那就是与她的男性供养人呆在一起是她唯一可行的选择。

婴儿潮一代的离婚时间表中有一个有趣的趋势，它与我在这里描述的重新发展阶段的重新评估密切相关——它被称为灰色离婚。50岁以上的美国人离婚的可能性是20年前的两倍：

55岁的吉姆·坎贝尔（Jim Campbell）来自科罗拉多州博尔德（Boulder），他说他和妻子在一起34年后分居了。坎贝尔说：“我和前妻最大的共同点就是养育孩子。”。他说，当他们的两个儿子长大后，“我们只是没有足够的共同活动、激情和兴趣。当孩子们离开后，这对我来说越来越明显。”

—全国公共电台采访，灰色离婚

正如女性化媒体的惯常做法一样，焦点集中在与妻子离婚的男性身上，但据统计，70%以上的离婚是由女性发起的。在考虑女性重新发展阶段的心理动力时，这是一个重要的统计数据，需要牢记这一点。

为了公平起见，一个女人也会发现自己被迫重新发展，这是因为一个男人意识到了自己的SMV巅峰，并积极意识到女人的超婚制如何影响了他的决定。有一小部分男性服用红丸或以其他方式退出了他们已经“确定”的婚姻作为她的B计划，或者他们实际上可能想重新发展自己，原因与女性重新评估并利用SMV给他们留下的价值相同。

不管她是如何做到的，对于一个女人来说，没有什么比以如此严重的劣势重新进入性市场更令人畏惧的了。在隔离墙之后，女性害怕必须在一个性爱市场重新开始，而在这个市场上，她们的竞争非常激烈，因此，即使是对“永远安全”剧本的最轻微偏离，也会成为一种严重的自我威胁。如果这种安全感或多或少得到了保证，那么女性的社会习俗已经准备好让这种前景更加令人满意 40岁是新的30岁，“你还是

当然，强大的独立女性®品牌为女性提供了“cougardom”计划。

取决于女性的相对SMV（也就是说，在她这一代的同龄人中），她可能或多或少会成功地参加这些会议，但这种对女性派对年的重塑，仍然需要在一点之后重新建立一种安全感。虽然重新学习如何在一个新的SMP中机动可能是“令人兴奋的”，但潜在的愿望仍然是安全感。

后期安全

最后，我们绕了一圈，回到了对一个女人在主见阶段所寻求的安全感的新诠释。在这一后期阶段，这可能会持续到女性40岁、50岁，甚至无限期，因为不可避免的SMV衰退，女性“超婚”的安全性会转变为最终的、永久的地位。重要的是要提醒自己，这种安全感不一定建立在财政供应上，而是一种情感上的、亲密的依赖，以及一个可以接受的男性男人对女性的接纳——尽管过去她宁愿（期望）被原谅，因为她的年龄和她所感知的生活经历。

虽然她可能怀有某种愿望，希望通过她现在长大的女儿或年轻女性朋友在不同阶段的经历来替代自己的生活，但她给她们的信息是一种预防措施，但在潜意识中，她意识到“超婚”是如何为她的过去设定框架的。这是一个阶段，在这个阶段，（口是心非的）女性倾向于在思想上改写自己的过去，因为她们认为这应该有利于年轻女性。

顺便说一句，我应该指出，随着互联网的出现和所有数字事物的永久性，这对中年女性来说越来越困难。

这是一个阶段，在这个阶段，一个女人不仅希望从一个合适的男人那里获得对自己的认可，而且也是她试图为自己创造一个安全的社会模式的阶段。可以肯定的是，这种驱动力坚定地体现在一个女人天生的唯我主义中，但她对安全感的渴望超越了对自己个人安全感的渴求，

以及对女人整体上的仁慈。

处于这一阶段的女性可能会担心自己的女儿和儿子的未来，他们可能会按照她在父亲身上使用的相同的多夫多妻模式与女性接触，但这种担忧是对社会和整个女性的。这种社会关注很少是她自己后悔的承认或证明，相反，这是她必须解决的问题，以调和她过去的部分，她无法逃脱的多妻制的不可否认的结果。

一旦绝经发生，回顾性需求变得更加迫切。

社会惯例——贿赂法

罗伯特·S·布里福尔（1876–1948）接受过外科医生的培训，但后来以社会人类学家和小说家的身份出名。你可以在维基百科上查找他，以更好地了解他的社会理念——有些我同意，有些我认为已经过时了——然而，布里法在21世纪的庄园中不太受欢迎，与后期安全阶段相比，它发现了一个新的相关性：

决定动物家族所有条件的是雌性，而不是雄性。如果女性不能从与男性的交往中获益，则不会发生这种交往。

-罗伯特·布里法特，《母亲》，第一卷，第191页

正如你所猜测的那样，当你考虑到一个女人已经到了一个年龄，远远超过了她的最佳性生活年龄，并且在很大程度上，她的长期安全需求由家庭、过去或现在的丈夫、社会支持基础设施和女性独特的社会福利提供时，这一命题是一个有趣的对比。

全网500本泡妞把妹书籍获取V：1534575483

各种红丸博主对这项法律还有其他补充和解释，但为了理解这里的后期成熟阶段，我认为最好还是坚持Briffault的最初概念。

2013年，皮尤研究中心发布了一份基于美国人口普查局数据的婚姻趋势分析。该分析表明，尽管近三分之二的已婚男性表示希望再婚，

不到一半的已婚女性有同样的愿望。

你可以在我们当代性市场的背景下消化这些数据，得出这样的结论，即女性根本没有准备好，也不愿意努力确保新的一夫一妻制，但我认为，这种缺乏意愿的情况在很大程度上也是布里法的结果。男性，尤其是具有自己的人口和相对社会经济地位的男性，对于长期安全感（包括财务和人际关系）相对来说是有保障的女性来说，根本没有同样的用处。

在某种意识水平上，女性从这些男性身上感受到的益处较少或没有，与她们在生命早期面对主显期时所使用的程度相同。

“他从来都不是一个好男人...”

自从我开始在SoSuave上写作以来，尤其是现在我已经详细描述了一个公开的超婚制的社会舒适感，我让很多人讲述了一个类似的故事，他们的祖母、母亲或岳母刚刚公开告诉他或他的妻子，她的丈夫从来都不是一个“大男人”。

这些女人都是70多岁到80多岁的人，在人生的那个阶段，所有的赌注都输了。让自己的女儿和孙女接受奶奶关于“安顿”男人的警告，她们真的有什么损失？我甚至有女性读者讲述过她们自己的母亲如何坦言“她只是一部分，她永远无法与像她父亲这样的男人分享”

这些供词通常是在她的丈夫躺在地上或被送到辅助生活设施后，或是因为太远而无法真正记录到她真正结束生活的严重性。这一切都是在她和丈夫度过了美好生活后对他的估计。向我讲述这些故事的人都知道红丸，所以他们的下巴都是带着一点知情的期待而来的，但想象一下蓝丸的丈夫是如何处理这一忏悔的，她的女儿是这些老年妇女中的一个。一个男人需要做哪些心理扭曲才能将这些信息融入蓝丸思维？

当一个女人没有什么可以因为迎合而真正失去的时候，这是她们最乐于公开表达“多夫制”的时候。由于年轻女性现在“有权”享有社会和个人安全感，这种情况在年轻女性中越来越普遍，但对于那些直到黄金时代才真正感觉到安全感已经固化的女性来说，这种公开的多夫制的告诫和忏悔对她们来说几乎是一种解脱。这让他们松了一口气，希望他们已经警告女儿或孙女，要选择与一个令人兴奋的阿尔法情人/丈夫（无论多么感性）一夫一妻制，而不是她通过安顿她的B计划男人，即她在主见期“找到”的贝塔可靠丈夫而做出的“安全赌注”。

随着女性步入晚年，告诫姐妹情谊的年轻一代注意自己的多夫生活决定的结果变得更加紧迫。可以肯定的是，人们有一定程度的愿望通过女儿和孙女的经历来替代生活，但更重要的是，这一忏悔是为了他们自己的结束需要——最终彻底了解是什么真正影响了过去的决定，并与他们生活在一起（或不在一起）。在女人的生活中，承认丑陋的真相比担心保持真正关心的假象要好得多。

太多的蓝丸男人（甚至是年轻男人）害怕过孤独老人的生活。他们认为，如果他们不遵守女性权势主义预设的女性关系框架，他们将过上平静绝望的生活。在第一本书中，我在《孤独老人的神话》中概述了这一点——其中的威胁点是，男性被鼓励相信，如果他们不遵守女性的关系至上，他们将忍受一种孤独到老年的生活，不被爱，没有孩子，他们会在床边安慰他们，安然度过下一辈子。

这些蓝丸人没有意识到的是，这只是他们习惯的幻想的又一部分。在谷歌上搜索“生命终结问题”，看到爷爷在一张干净舒适的临终关怀病床上与妻子和家人握手告别的照片吗？那个广告是蓝丸的幻想。你很可能死于老年护理院，死于肺部积液，死于深夜，周围没有人，或者你旁边的床上有一个陌生人。我知道这是一个令人沮丧的想法，但事实上，你在决定如何在那个阶段走出去时，真的没有什么吸引力，

希望这能唤醒你，让你在恐惧、顺从和安抚的基础上，过上蓝色药丸的生活。

如果一个男人意识到自己的红丸状况，就要考虑到这一点。

* * *

第6章

爱情的等级

* * *

两性等级

脱离蓝丸存在的母体的戒断症状之一通常是一种压倒性的虚无主义，这种虚无主义是从男人一生中大部分时间都习惯于的先前蓝丸先入为主的观念中摆脱出来的结果。我希望，在未来，红丸男性将采取必要的干预措施，并将他们从拔掉插头和红丸真相中学到的知识应用到他们的儿子（和女儿）以及他们认识的或与之相关的其他男性身上。不幸的是，在那之前，摆脱这种状况的过程通常会因为创伤性分手而开始，离婚，或者拥有一个男人认为他建立了长期关系的关系公平，但事实证明，在多夫制面前毫无价值。

这是一个可悲的现实，拔掉插头通常是由于情感痛苦而开始的，但在这些伤口上撒盐，就意味着必须忍受红丸让男性意识到的严酷的现实联系——到那时为止，他们作为自我投资所持有的一切或多或少都是建立在女性的基本条件之上的。我在第一本书《红丸的苦味》中总结了这一点：

真相会让你自由，但它不会让真相的伤害减轻，也不会让真相变得更美丽，它当然不会免除你真相所要求的责任。人们在拔掉插头时面临的最大障碍之一是接受游戏强加给他们的残酷事实。其中之一就是要承担责任，意识到你长期以来习惯于相信的是舒适的理想和充满爱的期望是真正的责任。如果你愿意的话，可以称之为谎言，但有一种毫无希望的虚无主义伴随着对一个你現在被割裂的系统进行分类。这并不是因为你没有希望，而是因为你在这点上缺乏洞察力，看不到你可以在一个新的系统中创造希望——在这个系统中，你可以更直接地控制。

在阅读我的建议时，尽量记住最后一部分

部分 我在各种论坛上看到很多人在服用红丸后感到沮丧，但这种沮丧实际上是因为他们没有预先设定好要遵循的道路。与其说蓝药丸和女性权杖已经为他准备好了简单的答案和必要的责任，现在在他的新意识中，他被赋予了为自己开辟一条新道路的任务，这既令人恐惧又令人兴奋。

爱情风格

在将近四年的博客和一本书中，我最受欢迎的三篇帖子是爱情系列——《恋爱中的女人》、《恋爱中男人》和《爱与战争》（见于《理性的男人》）。虽然我的SMV图得到了最多的链接，但《爱》系列很容易成为Rational Male博客上浏览次数最多的帖子。不幸的是，它们经常被错误引用和误解。

《红丸》最艰难的启示之一是，男女对爱情的体验和观念的差异。《恋爱中的女人》的核心原则通常在初读时被误解。出于不同的原因，无论是有意还是无意，男性和女性都严重误解了这篇文章的主要前提：

托马西铁律#6

女人完全不能像男人期望被爱的那样去爱男人。

简而言之，这充分说明了人类的状况。它准确地表达了一种无处不在的虚无主义，当人们无法接受幻灭时，他们要么面对并接受，要么在余生中被疯狂地否认。

女人无法以男人理想化的方式爱男人，也无法以男人认为她应该能够做到的方式。

大多数对这一评估的批评者都倾向于忽略这最后一部分。他们过分简化了我的意思，并喋喋不休地说：“那个托马西家伙认为女人永远不会真正爱男人，真是荒谬的废话！”

当然，这不是我的主张，但我理解人们想要摒弃这一观念，尤其是对那些致力于平等平等理想的男女而言。这是对自我投资的一种威胁，因为男人和女人根本不是平等的、完全理性的代理人，他们为了共同的利益而走到一起。女性天生的多夫制的简单机制证明了这一假设是错误的，也证实了女性对爱谁（真的爱什么）的持续、定性条件的相关性。

我认为讽刺的是，那些贬低这一概念的人是第一批欣然接受“爱情语言”这一流行心理学概念的人。

我明白为什么这个想法会惹恼女性（以及女性化的男性）；被指责出于机会主义的立场爱男人，这是非常不愉快的。然而，重要的是要明白，我并不是在谴责女性对待爱情的方式——尽管我相信这会发生，但我的观点不是假定女性爱男人的方式是“正确”还是“错误”，反之亦然。女性对爱情的机会主义态度和男性对爱情的理想主义态度都有好处和坏处。也就是说，我碰巧相信，男人和女人相爱的不同方式演变成了彼此的互补——每种性别的优势弥补了另一种性别的弱点。

尽管所有“天哪！我真不敢相信这个红丸混蛋认为女人不能真正爱男人”的误导，但我应该指出，好心的男人，尤其是刚出道的红丸，常常犯下类似的过分简单化的错误。

他们的研究是试图从（通常是最近）的创伤中找到验证，因为他们之前的蓝丸调理被切断了。类似的情绪，“罗洛说女人不能真正爱男人。当然！这对我来说太清楚了！现在我知道她为什么离开我了”，满足了一种简单的需要，即确认她们以前的状况。

再说一次，这不是一种正确或错误的爱的方式——这是因为没有认识到男人和女人的爱的观念存在差异，并且处于这种缺失的惩罚的一方。大多数男人会想运用他们的荣誉或正义概念来评估男人理想爱情的“正确”程度

是的，而女人仍然会看到爱男人的内在价值，这是爱男人的先决条件。

多夫制不在乎男人对爱情的理想化期望，但男人的理性也不会为促进女人投机取巧的爱情方式做出让步。

浪漫的灵魂

我从Red Pill subreddit论坛的帖子中引用了以下内容：

我一生都坚信，如果我诚实努力，我就能找到真爱。随着年龄的增长，“如果我是一个合适的人，并且有一份好的工作，一年挣6万-80万，我会找到那个像我爱她一样爱我的漂亮女孩”。

正如我在许多场合所说，真正的浪漫主义者是男人。诚然，这是几个世纪以来进化出的“宫廷爱情”的不可解放的结果，但在真正的浪漫行为中，男性才是主要演员；是男人“制造”（或想制造）浪漫。当然，问题就在于此，男人不能为女人“制造”浪漫。

尽管一个男人非常富有想象力，富有创造力，努力制造一段令他心仪的爱情，但他的“尝试”使他的意图失去了资格。

婚后每一个精心策划的“约会之夜”，都会有一个大学女生迷迷糊糊地和住在屎坑里的男朋友约会，窗户上的床单，垃圾箱里的家具，捣烂的啤酒，睡在地板上脏兮兮的床垫上。浪漫不是创造出来的，浪漫只是发生的，当男人们意识到在正确的时间，在正确的地点，一个偶然的小包裙子，或者一个用口香糖包装的戒指，对女人来说，比他认为的每一次精心设计的“浪漫之旅”都能满足她对崇高浪漫的需求时，这是一个艰难而宝贵的教训。

红丸的一个重要部分是了解到，男人对女人最难忘的爱情行为是（表面上或真实的）自发性行为，而从来没有明显和公开的计划（是的

也适用于性）。

这对一个男人来说是一个真正的挫败感，因为他的蓝丸条件反射期望与他相反，而他的浪漫天性——希望她“爱他就像爱她一样”的天性——与他解决问题的天性合谋，从而促使他对他希望得到赞赏和回报的爱情进行更大的浪漫规划。

层次结构

男人沮丧的真正根源在于他错误地希望女人的爱情观与自己的爱情观相匹配。他的理想是一个漂亮的女孩，就像他爱她一样爱他。这个假设（一个由平等主义的神话所延续的浪漫主义假设）是，他的理想化爱情概念是一个普遍的概念，女性与一般男性尤其是男性共享。

多亏了男人的蓝色药丸条件反射，男人从来没有考虑过的是，女人的基于超婚的爱情总是在考虑他是什么样的人之前，才开始考虑他是谁。这就是两性间爱情等级的根源

传统模式



在女性社会首要地位上升之前，上述爱情优先顺序的“流程图”对男人来说几乎不会是一个事后的想法。通过许多进化和社会学的进步，人们对男人的爱情是如何从保护、，为妻子和孩子的生活做准备和管家并不是一件值得他认真考虑的事情。对于互惠的爱情模式的普遍渴望，也没有盖过当今男性的担忧。

诚然，回归爱情的基本要求、性、尊重和忠诚是重要的因素，但这并不是男性渴望被爱的原始基础。没有人期望一个女人会像他爱她一样爱他（进而爱他们的孩子）。做一个男人就是

有能力在提供保护和安全感的同时，提供和维持超出其自身供应的剩余资源。

在《绝命毒师》系列中，沃尔特·怀特（Walter White）和古斯塔沃（Gustavo）的角色之间进行了一场有趣的对话，他说服沃尔特为他煮冰毒，以确保在他死于癌症之前家人的支持 and 安全。

“一个人提供，即使他不被欣赏、不被尊重、甚至不被爱，他也会这样做。他只是忍受，他会这样做，因为他是一个男人。”

你可以在YouTube上查看这段视频，但古斯塔沃的独白似乎是一个时代错误，尤其是考虑到红丸意识到不公正的可能性，以及供应安排的真正确定性，这对一个男人来说是一个片面的主张——无论他是被爱、被尊重、被欣赏、结婚还是离婚。

毫无疑问，会有人读到这篇文章，对不公平的爱情模式的想法感到愤怒，但要知道，这种公平模式的想法是平等平等主义使男性倾向于相信甚至是可能的条件的结果。

在女性至上主义兴起之前，男人通过支持和引导表达的爱根本不是女人或孩子有能力回报的。女性独立的出现，无论是真实的还是想象的，都剥夺了男性对男女爱情观念差异的核心理解。为了更充分地将男性女性化，并将男性置于对什么构成男性气质的困惑中，这种爱的概念被女性化的爱的基本模式所取代。

虽然一个女人的尊重和一定程度的爱可能会流回她的男人身上，但她的主要爱和关心是针对她的孩子。

我们仍然对杀害孩子（产前或产后）的女性感到震惊的一个原因是，我们对这种自然动力的固有认识。女性的大脑功能和生物化学在很大程度上是为了使她们更容易与孩子建立联系，从而确保物种的生存。除了严格的身体孕育孩子，养育孩子

实现自给自足需要大量的努力和资源投入，更不用说持续的关注。大自然为具有先天、生理和心理能力的女性选择，以培育和引导爱主要流向后代。

女性的内在心理演变成了对那些在阿尔法体能和父母投资/供应潜力方面都表现出特质的男性的审查，这是因为孩子是女性爱情的一个单向优先事项。虽然维持男人持续的个人投资和对家庭单位的承诺需要她以性和感情的形式给予关注，但女人的主要爱焦点是孩子。

诚然，并不是所有的女性都有能力生孩子（或者有些人甚至渴望生孩子），但即使在这些情况下，爱情的优先顺序仍然取代了将主要注意力集中在男人身上。我似乎在试图将女性的爱描绘成冷酷无情或漠不关心，但这种“定向”并不是一种有意识或刻意行为，相反，这是由于她天生的理解，即一个男人应该把他的爱作为优先事项来对待她。

女性的主要模式



“不要等待好女人。她不存在。有些女人可以让你对自己的身体和灵魂有更多的感觉，但这些女人会在人群面前把刀刺向你。”

当然，我预计会这样，但刀子还是会切。女性喜欢玩男人对男人的游戏，如果她能做到这一点，没有人会反抗。男性，尽管他虚张声势，勇于探索，但他是忠诚的，是一个普遍感受到爱的人。女性擅长背叛、折磨和诅咒。

永远不要嫉妒一个男人他的女人。这一切的背后是一个活生生的地狱。”

-查尔斯·布考斯基

对于我更乐观的读者来说，你会很高兴知道我并不完全同意布科夫斯基先生的观点，不过查尔斯给了我们一个很好的介绍，介绍了中间性等级的下一步发展。

虽然我不确定每个女人在“背叛、折磨和诅咒”方面是否都像查尔斯所说的那样熟练，但我确实相信，他对男性本性的理解不仅准确，而且同样的男性本性实际上也是他将女性等同于背叛、折磨与诅咒的根源。这并不是说女人天生邪恶，而是因为男人的理想主义使她们很容易被背叛、折磨和诅咒。

如果你对查尔斯·布考斯基（Charles Bukowski）很熟悉，你会知道他是最后一个真正的婊子儿子之一——他是傲慢的自我关怀和男性独立的完美缩影。由于他在波兰语方面的不足，他弥补了在当今以女性为中心的社会秩序中永远无法承认的天赋和残酷的诚实。在60年代中期，他是一个野蛮的、本能的红丸人。

查尔斯，尽管他对女性有着深刻的思考，但他知道，正是男性的天性促成了女性对男性的伤害。他那一代的女权主义者和今天的女权主义者只是将他视为厌女主义时代的遗物，但他真正的洞察力不是关于女性，而是关于男性的内心工作。

“男性，尽管他虚张声势和探索，但他是忠诚的，是一个普遍感受到爱的人。”我想相信布科夫斯基在这方面走在了他的时代前列，但我认为更准确的假设是，由于女性九级社会化的不断发展，男性已经习惯于用女性的借口来解释爱，而不是承认男人和女人从不同的观念角度对待爱情。

鉴于男性理想主义和女性机会主义爱情的这些不同的、经常相互冲突的概念，很容易看出一个男人会如何发现女性口是心非、折磨人和可恶——尤其是当他的女性“敏感训练”使他认为女性与他被鼓励相信的爱情理想主义相同时。

女性的主要爱情模式是理想主义的幻想

大多数男人都习惯于认为这是一种普遍的爱情模式。在这个幻想中，一个女人回报了他同样的理想主义，基于他男性化的理想主义爱情观，她应该如何看待他。这种爱最终必须（潜在地）包括孩子，但对他来说，幻想开始于一个女人的爱的概念，与他自己的“爱与爱”的方式相一致，而不是女人为了爱他们而要求男人采取的基于表现的、机会主义的方式。

我能应用于这个模型的最好例证是在电影《蓝色情人节》中讲授的非常艰难的课程中。在IMDB或Netflix上查找这部电影。这部电影的情节生动地勾勒了当一个男人将他对女性的主要爱情模式的理想主义与女性的机会主义爱情模式混为一谈时发生的冲突。这种理想主义由于从小就具有女性的基本条件而加剧，这使他准备好期待女孩和女性共同参与其中。

当你客观地看待这个模型时，你会忍不住看到迪斯尼式的蓝色药丸承诺的相互回报的爱。作为真正的浪漫主义者，男人们倾向于相信这种模式真的是唯一相互接受的模式。消除这个模型所代表的幻想是接受红丸意识最困难的方面之一——事实上，人们对红丸产生敌意的主要原因之一是无法想象任何其他可能的模型。

对于大多数男人来说，这种幻想的消解是在他达到了这个模式中“永远幸福”的部分之后，他意识到妻子对爱他的条件施加了条件。太晚了，他被迫意识到女人的爱情模式是基于他之前的样子。

虽然她的爱有一个明确的条件，但男人并不一定期望得到无条件的爱。通常在这个阶段，人们会很方便地期望（或期望自己）男人“做人”，并通过采用第一种传统模式中的男性责任感来赢得女人的相互回报的爱。“一个男人提供”，尽管他以前的平等条件使他相信一个女人会“像爱她一样爱他”，但他将无法实现理想主义爱情归咎于自己，因为他没有成为一个“男人”，配不上理想爱情的女性主要模式。

他真正做的是说服自己接受一个女人的机会主义模式，同时保持他习惯于永不拒绝的理想主义

– 从而让她在自己的爱情观中无可指责，并让他对此负责。

如果不假定一个女人对一个男人的操纵意图，很难考虑这个模型，但我要强调的是，从好的方面来说，我相信大多数女人根本没有意识到这种中间性层次模型背后的潜意识、本能机制。

通过各种方式，女性被社会化，从而认为她们的女性九大首要地位意味着男性必须采取必要的生活和成熟步骤，在一生中实现女性的多夫制动机和机会主义方法。我们喜欢哀叹这是女性的权利，是的，它可以得到，而且越来越不受控制，但这种权利和期望源于女性对爱情的机会主义态度。

男人是“假装现实主义者的浪漫主义者”，女人则相反。

次优势模型



最后，我们来到了男性次主导模式，在这种模式下，男性通过条件和环境，期待女性的爱，就像期待母亲的爱一样。

通常情况下，这种情况似乎源于对平等主义性别平等和平行性的过分狂热的信念，但其根本动机实际上是放弃了男性气概，并通过联想放弃了传统的吉祥物路线责任。传统上，男性的“头衔”在长期或之前是不存在的

关系

这些是我称之为预刑的人；男人们如此彻底地适应了这种条件，他们已经将这种条件内化了，以至于他们在心理上为完全屈服于女性的要求做好了准备，他们已经做到了完美

Beta提供者，甚至在他们遇到要为之牺牲的女人之前。他们已经内化了一种有条件的期望，在任何女人接受他亲密之前，都会默认一个女性定义的框架。

理想的性别平等的社会潜流在创造这些男性，特别是这种等级模式方面发挥了积极作用。不幸的是，这种模式理想化地建立在控制的社会和个人错觉通常被传统的男性主导/女性顺从的期望所掩盖，这种期望是一种自然流动、互补的爱情模式。

这些是“家庭丈夫”的安排，以及“性别是一种社会结构”的关系。虽然希望是实现两性关系中的平等主义，但心理斗争最终会成为一种支配性和顺从性的性别期望。

在一个多夫制得到自由支配的时代，不再是男人的规定决定了女人在感情中想要成为顺从的伴侣的倾向。在越来越大的程度上，女性不再依赖男性提供供应、安全感和情感支持，而男性曾是她们天生的多夫制冲动的缓冲。剩下的是一个女性社会，将优化的多夫制的满足感作为她们关系满足感的唯一基准。

能够满足女性多夫制的原始、野蛮要求的男性极为罕见，而且由于女性化的不断进步，男性正被进一步推向边缘化。对满足女性越来越高估的超婚自我价值感的男性的需求，使得男性女性可以屈从于一种珍贵的商品，并增加了现代性市场的压力。

尽管这种平等幻想所必需的所有心理和社会意识，但赞同这种模式的男性不可避免地会沦为顺从（传统上的女性）角色。在使这种模式看起来不平衡的所有伪装之下，是传统角色的颠倒，传统角色将女性置于男性更适合的爱情流动状态，因为她们的爱情方式源于理想主义（而不是为了理想主义而做出的少量殉道者式的牺牲）。

女性化男性的期望于是变成了一种女性，她们采用了男性理想主义的“为爱而爱”的观念，但当她们发现女性根本没有这种能力时，她们感到非常失望。本质上，这种模式不仅迫使女性为孩子做母亲，也迫使女性为丈夫做母亲。

你会从被迫接受这种传统男性化期望的女性那里听到的最常见的抱怨是，她们对不得不为丈夫“扮演妈妈”感到不满，因为丈夫没有能力照顾自己。

在本节的开头，我指出了男女对待爱情的方式最终是相互补充的，在最后一个模型中，我们可以看到这两种方式——理想主义和机会主义——是如何融合在一起的。在这一点上，这似乎有点奇怪，但当社会影响不平衡时，我们可以看到这两者应该如何结合。

当一个女人对爱情的机会主义态度被抛到了一对夫妇和一个家庭的主要、主导的爱情模式中时，这种配对和家庭现在就受到了一种机会主义的摆布，这种机会主义是由这个女人的超婚制和优化它的动力所必需的。相反，当男人对爱情的理想主义态度处于主导地位时（就像传统模式中那样），它就成为了女性爱情机会主义的缓冲，否则这种机会主义就会失衡，威胁到家庭和关系的持久性。

关于家务、金钱、性生活和浪漫的争论在夫妻中最为常见，在夫妻中，女人做出了家庭的全部或大部分决定。女性的决策地位比女性养家糊口的地位更能决定关系的不满。女人可以在一段感情中赚到更多的钱，但她们鄙视自己是

关系中的领导者。

如果女性不是主要决策者，养家糊口的女性之间的争吵频率会降低。

当一个女人的爱情观念占主导地位时，这种关系将受到她的机会主义和对她的超婚优化的追求的支配。这种优化的最终目的是一种传统的爱情等级制度，在这种制度下，一个主导的男人是性伴侣中的驱动力和决定性成员。

* * *

第7章

条件作用

* * *

早期教育

2014年底，我在Rational Male上发了一篇帖子，开头是一张投影屏幕的照片，展示在一所语法学校的教室里。这一预测是一组9岁男孩收集的、学到的经验的列表，这些男孩已经习惯于在女性正确的社会秩序中对男性气质的自我厌恶。

“作为一个男孩我不喜欢什么”这个问题看起来相当无伤大雅，但在女性正确的社会意识中，这成为衡量这些男孩如何内化女性正确、有条件的信念的试金石。令人不快的不满包括：

- 无法成为母亲
- 不该哭
- 不准当啦啦队队长
- 应该做所有的工作
- 应该喜欢暴力
- 应该踢足球
- 男孩闻起来很臭
- 自然而然的坏名声
- 到处长头发

这份清单读起来就像是教科书上的目录，我完全可以从有组织的女性初级条件反射中得到什么，但我们需要深入研究。重要的是要记住，这些独特的男性特质是这些男孩希望改变的不满

他们自己 这些男孩相信，如果他们不那么像男孩，而更像女孩，他们的生活会得到改善（完善）。男性不正确，女性正确。

我经常被批评为阴谋论者，因为我断言，女性强制要求男性从很小的时候就接受他们在以后的生活中最终的贝塔支持角色。虽然这张来自四年级男生的男性委屈清单很好地说明了这一点，但它只是女性正确形象中最早的一个例子，男性被培养不仅是为了内化，也是为了向其他男生/男性传播信息。

接受我们的蓝色药丸，女性的首要自我投资的一个基本方面是了解它们的来源。我认识的每一个了解红丸的男人都会遇到挫折，因为他们希望帮助自己的同伴（以及一些精选的女性）摆脱真正意义上的终身调理。

对于大多数人来说，这是红丸的一个艰难的方面。我们希望相信自己是聪明的、受过教育的人，有非凡的能力来判断、比较和权衡他人提出的想法的优点。我们不喜欢认为自己被愚弄了，或者我们没有充分考虑我们的信念，这些信念构成了我们作为人的身份，以及这些信念是如何构成我们人格的一部分。

在大多数流行的故事中，贝塔人可能是主角，但他们从来不是真正的英雄。我记得，每一部以贝塔为主角的电影都是一部喜剧；贝塔雄性很会笑，实际上没有人会欣赏它们。

你知道的贝塔人也有同样的情况。如果你告诉他们真相，他们会说你讨厌女人，或者你约会了错误类型的女人，或者他们能想出什么办法来保护他们的心理模式。他们投资于这种心理模式，并对此感到满意；挑战它几乎就是从字面上摧毁他们生活的世界。不仅他们看待世界的方式会被摧毁，他们看待自己的方式也会被摧毁。

自我投资与拒绝

这种心理术语叫做“自我投资”。我使用这个术语

所以我认为这值得一点解释。

当一个人如此彻底地内化了一种心理图式（见信念），并长期习惯于这种图式时，它就成为了他们人格中不可或缺的一部分。因此，攻击信仰就是从字面上攻击这个人。这就是为什么我们看到人们对政治、宗教、社会间/性间等信仰的这种两极分化和暴力反应——他们认为这是一种人身攻击，即使当他们出示了有力的证据来挑战他们的信仰主张时。

红丸意识到的一个常见的挫折是，很难让他们的蓝丸朋友睁开眼睛，知道他为什么没有约会，为什么他没有约会（如果有第二次约会的话），为什么他总是被LJBF拒绝等等，以及真正的自我投资和条件内化的缺陷。正如我喜欢说的，把笨蛋从矩阵中拔出来是一项肮脏的工作，当一个人处于断然否认的状态时，这就更加困难了。

当人们意识到真相会毁掉一些他们珍视的东西时，就会采取否认的态度。在欺骗伴侣的情况下，否认可以让你避免承认自己受辱的证据。除了抓到你的配偶和你最好的朋友在床上，出轨的证据通常是没有根据的。这是一种有动机的怀疑主义。你对你不相信的事情更加怀疑，并要求更高级别的证明。

否认是下意识的，否则就行不通了。如果你知道你对真相视而不见，那么你的某些部分也知道真相是什么，而否认并不能起到自我保护的作用。

我们都努力保护的一件事是积极的自我形象。你的自我形象中受到真相挑战的方面越重要，你就越有可能陷入否认的状态。如果你有强烈的自我价值感和能力，你的自我形象会受到打击，但基本上保持不变；然而，如果你被自我怀疑（Beta思维的标志）所困扰，任何承认失败的行为都可能是毁灭性的，任何承认错误的行为都会让人痛苦到无法想象的地步。自我辩解源于相信自己有能力和犯错之间的不协调，这与自己的形象相冲突。

因此，我们看到蓝丸人顽强地坚持道德观念

我们的媒体、我们的音乐、eHarmony、我们的宗教等流行文化加强了他们的方法的目的。他们未能意识到的，以及在否认中变得更加坚定的是，他们所相信的是自己的、土著的、自以为是的正确信仰，被以女性为中心的影响所改变。

这种影响始于我们最具成长性的几年。我们的蓝丸自我投资是作为我们最早社会化的一部分被教导给我们的。

对于沉浸在这种女性正确的条件下的女性和男性来说，仅仅是被呈现出他们对这种正确的自我投资是童年和年轻成年条件下的结果的可能性就显得荒谬，因为让他们意识到这一点会挑战他们作为一个人的身份。如果你攻击信仰，你就会攻击他人。

在我写这篇文章的时候，我在推特上与一位非常支持女权主义的女孩进行了交流，她问我为什么认为女权主义不是“男女平等”。虽然我知道她对女权主义的有条件的自我投资将使她不可能得到任何真正的启示，但我继续提出自己的观点，即女权主义潜在的目的是通过消除对女性性行为的所有限制，同时最大限度地限制男性性行为，单方面促进多夫制。

不用说，这让她中风了。她过于简单的直觉反应有点像“你认为女权主义就是要限制鸡巴吗？”，但这确实让我意识到，我能与她对抗的任何红丸真理都会冒犯她先入为主的、女性正确的情感。

甚至暗示西方文化的好部分从其形成时期就被默认为女性，这似乎是阴谋，但正如我在前一本书中所说，这种条件并不是女权主义者社会工程师阴暗阴谋的结果，而是一种进化中的社会暗流，这种暗流在没有任何集权的情况下更为强大。事实上，这就是这种条件反射如此普遍的原因——没有单一的来源可以追溯。

是什么让拔掉插头变得如此困难

意识到女性的自然尊重。我们最早的教育教会了男孩性别自我厌恶，同时也教会了毫无疑问的、无条件的女性价值观（母亲、姐姐、女友、妻子）。对于女性来说，尊重是一种假定的给予，而不是像男孩那样必须得到的。

同样重要的是要考虑到，这种默认尊重是男性作为保护者心理倾向不可或缺的一部分。保护妈妈，保护姐姐，保护女孩，把书从学校带回家，毫不动摇地给予他们天生的弱点所应该给予的尊重，这是男孩们被教育和天生的亲和力的保护心态的一部分。

男性心理的这一方面使男孩倾向于崇拜女孩，这实际上不是关于尊重，而是关于从女孩那里挑选亲密的认可（即《救世主图式》）。这是男性演绎逻辑在解决讨女孩欢心问题上的第一个表现。

女性迫切需要学会如何认识和利用这种自然的尊重，将其作为未来男性早期条件的一个组成部分。

基座

当男人进入红丸意识时，他们首先意识到的一件事是他们自己倾向于崇拜他们感兴趣的女人。当这种崇拜倾向与稀缺心理和博学的灵魂伴侣浪漫主义结合在一起时，这可能会发展成一种男人对女人的孤单状态。

这种基座化通常是男人必须打破的第一道障碍，才能进入游戏和红丸理解的其他方面，但重要的是要突出这一趋势，因为这是男人最早条件反射的一个深深内化的方面。这种女性的首要条件作用于他天生的保护本能，然后将其与对女性的微妙评价相结合，后者总是超越他自己。从这一点上，一个男孩可以推断出一个女人的内在价值与他自己吸引一个特定女人的能力之间的关系。

这真的是ONEitis的心脏，一种不健康的要么全部要么全无的奉献

这种精神病扭曲了一个女人对他的评价，超出了所有现实的评价。根据他自己对女性整体的评价，这有可能加剧他早期的匮乏心理。

他“再也找不到这么好的女孩了”，而且他字面上“没有她就活不下去了”

步行调节可以在家里学习，但通常是学校、教堂、媒体、流行文化、青少年的同龄人群体，甚至是以前的男性空间，因为女性的影响会渗透到男性/男孩。女性至上是优先考虑的，即使这似乎是男孩的自尊心和傲慢所取代的。

这并不是说男孩不抗拒这种影响，或者在特定的社会环境中对自己保持更高的尊重，而是说女性的条件影响决定了可以抵制的环境。换言之，这些男孩的行为只是基于女性对正确的首要定义而“不正确”。不区分轻重缓急，不尊重女孩/女性是不正确的（可耻的）行为。

早期的女性条件使男孩倾向于自我投资，成为将女性的需求和需要置于自身之上的男性。

“女士优先”的反应是对任何性别间交流的条件反应。这就成为了男性贝塔心态的第一个萌芽——尊重他内在个性中的女性部分。这种尊重成为“他是谁”的不容置疑的一部分

骑士精神

人们所相信的骑士精神实际上是好莱坞和浪漫主义最初概念中的一种粗鄙形式。骑士精神的概念与我们对女性尊重的第一个条件很好地契合。

这种骑士精神只是西方化浪漫主义所包含的众多意识形态之一。骑士精神也适用于诸如

在一个人不看的时候打他，或者攻击一个明显不可战胜的低级对手，甚至是一个受人尊敬的敌人。

它最初的目的是（以西化的形式）作为罗马天主教会确定的道德准则，以控制士兵和骑士在其他方面的违法和暴力性质，可以理解，他们在中世纪有土匪主义的倾向。然而，封建日本（即武士道）也有类似的法典。

大多数人对骑士精神的理解实际上是对西方浪漫主义和“宫廷爱情”意识形态的经典诠释和混蛋化，具有讽刺意味的是，这一时期的女性也是为了更好地控制文艺复兴早期和晚期的男性。从本质上讲，它相当于通过制定一套规定的适当条件来满足女性获得亲密关系的需要，来驯服当时过度支配的男性影响。

从功能上讲，这种骑士精神成为了当时的女性主义，并间接地为依赖间接权力的女性提供了同样的女性利益。

就像今天推动男性更好地认同女性一样，宫廷爱情的理念是“鼓励”男性用神圣的爱的颂歌来探索女性的一面，提供奇幻的（通常是危及生命的）壮举来证明一个人的奉献精神，或者提供比不上的礼物来再次证明自己的价值和对他所渴望的“对象”的诚意&她的是接受的唯一标准。

宫廷爱情的文章实际上是我们为女性购买昂贵婚戒传统的开端。就像今天的女性一样，她们的行为很少符合她们的既定意图，但由于害怕受到社会排斥而对她们产生怀疑，这与客观的眼光相去甚远。

你必须原谅我在这里上的历史课，但这对于理解骑士精神的不合时宜对当今女性权势主义对男性的影响是非常重要的。这种条件反射使男性倾向于对女性的旧秩序评价的推定和期望（基于对骑士精神的宫廷滥用），

同时赋予她们女性主义所坚持的男性也要服从的直接权力。

过去为女性服务的有选择性的旧秩序骑士主义观念仍然是磨练男性对女性保护主义的天然偏好的有用工具。 骑士精神是为了遵从女性的要求，作为男性条件的一部分。

在女性扭曲的骑士精神的伦理和道德定义中，男性交换女性的主要顺从行为是一种额外的奖励。 在这种不明确的交流中，无条件地期望女性的尊重与男性的荣誉原则相混淆。

为什么红药丸具有攻击性

女性和女性条件男性对红丸的反感在于，它挑战了她们在女性初级社会秩序中所依赖的条件自我投资。 当然，女性自然会受到男性的威胁，因为男性过于意识到这种秩序对她们的潜在作用，并期望她们发挥最佳作用，以优化她们的性选择选择和策略。 男人越了解这一策略，就越有可能不在一个不符合他们真正最大利益的策略中合作。

有条件的男人坚持这些投资，因为他们看起来像是一个高尚的理想，他们被训练成期望得到相互分享、相互承认（希望没有条件）、爱、尊重和奉献的回报，但也有机会、紧迫感和“一生中最好的性生活”的频率

红丸抹去了这种理想主义所固有的希望，因为它比女权主义或女性条件更准确、更可靠地预测人类行为。这是一种难以接受的、令人反感的药丸，在一生的自我投资中，为了实现蓝丸理想所承诺的回报而摇摆不定、不可靠或失败。

这种条件反射使人们倾向于相信应该是真的。 即使是对女性至上信仰的客观质疑（更不用说红丸的断言了），也会引发震惊、愤怒和不相信任何理智的人都会问这样的问题。

* * *

平等主义

正如我前面所说，许多女权主义者对红丸理论的憎恨之处在于，它在预测社会行为方面比女权主义做得更好。我想认为，红丸意识在相对短的时间内从根本上改变了（如果你愿意的话，也可以启蒙）性别间的解释和理解，但这将是一个错误。

有一群自我表现的红丸人，他们喜欢在各种论坛上提醒我们，事实并非总是如此。他们的故事是我们的祖先如何“更好地了解”男人和女人应该如何相互交往的故事之一，并在古代的宗教和哲学文本中为后代阐明了这一点。

虽然我不能否认这一点的优点，但我也知道，那些过去的时代的人没有任何东西可以接近今天的信息量和连通性。人们很容易陷入浪漫主义的想法，即在某个男性的黄金时代，男性知道让女性的多夫制天性肆无忌惮的危险。

我相信那些男人知道让女人控制自己命运的后果。我敢肯定，也有贝塔男性和戴绿帽的男性，但即使是其中最聪明的阿尔法，也永远无法理解女性单方面控制的生育方式对全球化社会的影响。

虽然过去的先贤们对当今的人仍然有许多相关的教训，但他们只是缺乏现在人们所拥有的复杂经验和理解。尽管他们无疑是人类本性和行为的敏锐观察者，但古代最伟大的思想家根本不知道我们的心理在狩猎采集人类的过去中发展出的性策略的进化、生物动机。

让这种已逝的男性智慧的倡导者感到沮丧的是，在过去的60年左右的时间里，对于我们所有的集体经验和知识，男性都很难接受这种男性气质对他们意味着什么。

尽管累积的男性经验及其关系导致了人们对红丸的认识，但男性仍在努力“做一个男人对他们意味着什么”。

男人的放弃

当我咨询所有年龄段的男性时，我必须从一个假设开始，即这些男性的男性气质概念通常是女性权势主义者故意试图混淆男性作为一个男人应该对他意味着什么的结果。

即使是那些告诉我自己是由最具统治力、积极阳刚的父亲抚养长大的男人，也仍然会受到这种女性化努力的内在影响，这种女性化的努力让人们男人的阳刚之气产生怀疑。

在最近的一系列文章中，国家公共广播电台试图探究21世纪的男人意味着什么。我听了NPR的节目，虽然我知道偏见永远是任何媒体不可避免的一部分，但我还是忍不住要评估一下，试图定义男性气质对当代男性来说是多么的一个泥沼。每一个故事，每一次重新定义男性气质的尝试，都依赖于自性革命开始以来，《女性权势》对男性使用的相同的老套比喻。

弱点，脆弱，被视为力量。对女性的顺从和妥协被视为“支持”，值得称赞和相互欣赏（这在女性身上从未体现）。Beta是Alpha，Alpha是不安全、虚张声势和补偿。

这些是主要前提，而且，在很大程度上，大多数了解红丸的男性意识到行为是动机的唯一真正决定因素，并拒绝女性化、平等主义的平等信息。然而，我仍然感到惊讶的是，50多年来，这种刻意质疑男人应该具备什么样的男子气概的努力并没有改变它的信息或方法，让男人接受这种男性化的困惑。

从80年代中期到现在，任何正面男性化的想法要么被嘲笑，要么被视为厌女症，要么暗示一个男人如果过于庆祝自己的男性化，可能是同性恋。自性革命开始以来，任何关于男性气概真正应该意味着什么的定义都受到了《女性强制令》的任意批准。

在没有明确定义男性的阳刚之气的情况下，《女性权势》可以自由地塑造一个丑陋的男性气质的稻草人，或者塑造一个女性化的男性气质模型，因为它需要达到自己的目的。

有用的侠义道德主义，模糊和扭曲了传统的男性气概，使男性接受模棱两可和对“男性气概”安全性的怀疑，鼓励他们不要为自己定义——所有这些都是确保女性初级社会秩序的方法。

平等与互补

男性的随和和谦逊与性伴侣的负面预测有关。男性的外表吸引力和平均主义也呈负相关。

对两性关系采用对等解决方案的固有问题是，人们相信，两性利益之间的平衡会以任何方式改善两性关系。这值得在这里重复：

性策略的基本规则

为了让一种性别的性策略取得成功，另一种性别必须妥协或放弃自己的性策略。

错误在于将一种人文主义、平等主义、理想主义应用于人类的性策略，这种策略在千年中演变为相互补充，而不是公平的资源交换。

这就是真正的欲望无法谈判的原因之一——这一根本根源于我们对性的最原始、互补的理解。

平等主义平均主义（女权主义的宗教）根本上失败的一点是，假定两性关系理想地应该存在于平等主义的目标状态和/或相互支持的利益的互惠平等状态中。

多夫制不在乎平等或互惠。

传统的性别角色随着物种生存的改善而相互补充。女性对男性形成最安全的情感依恋，比自己高1-2个SMV台阶。为什么男性主导地位对即使是最女权主义者的女性来说也是如此吸引人的男性方面，否则她们会要求男女平等？

我们在这里观察到的是一种内在的人道主义理想主义（平均主义教导事物的方式）与进化的冲动现实主义（事物的方式方式）之间的基本冲突。

平等主义理论假定一种社会化的期望被男性所吸引或吸引，这体现了一种“性别公平”、平等正确的心态，以及对表现出男性互补优势特征的男性的进化、发自内心的唤起/吸引。

这种冲突的另一个例子可以在我自己关于“合唱”的文章中找到。

在2008年，为公平服务而进行的性交易是一个被夸大的模因。当时的信息是，男性需要在家做更多女性化的家务，而公平的交换是，由于他“公平”地参与了这场谈判，他的妻子会以更频繁、更激烈的性行为作为回报。

快进到2013年和现在（由同一作者提醒您）：

“嘿，伙计们，放下那些吸尘器，拔出割草机。”

“已婚男人可能会认为，在家里帮忙会让他们更开心-

卧室里的智商，但真正重要的是家务的类型。一项关于家务和性的最新研究显示，与那些花时间做饭、打扫卫生和购物的丈夫相比，那些花时间做家务、付账单和换油的异性已婚男性的性行为更多。”

“性别分工更传统的家庭比性别分工不那么传统的家庭报告的性频率更高，”...

所以，你在这里看到的，在短短5年的时间里，是一个平等的理想化模式与进化的互补性性别关系模式之间的挫折和冲突。这不是关于同类交换或同类奖励/利益的公平性，而是公平性的表达方式，以及它如何与人类对行为的本能期望相抵触。

数十万年来，性别差异在生理和心理上都没有演变成基于人文主义（或道德主义）理想主义的平等伙伴关系。它们演变成了一种互补的支持形式，其中一种性别的优势弥补了另一种的劣势，反之亦然。

对于一种性别的性策略的每一种行为表现（女性的多夫制），另一种性别都会演变出心理、社会和行为上的偶然事件来对抗它（男性的配偶保护）。性别均等的理想状态并不是对某些Pollyanna性别均衡理想的可接受条件的谈判，而是一种两性之间的互补状态，接受我们进化的差异——根据每个性别的条件，有时这意味着在情境上接受不平等的环境。

女权主义者（和反女权主义女性）、人道主义者、道德绝对主义者，甚至红丸主义者仍在忘乎所以地固守着他们的平均主义蓝丸条件的残余，最终他们的意识形态都会受到挑战、挫败和困惑，因为根本上的假设是，平均主义可以，也应该永远，超越了性别互补的先天和进化的运作状态。

因此，我们回到了一个新的男性气质模式

发现于进化的互补秩序，并由红丸意识辅助。

我毫不怀疑，对于蓝丸来说，这将是一个艰难接受过程，男性迷茫的男性试图在《女性权势》（**Feminine Imperative**）为他们设定的刻意模糊的背景下定义自己的男性气质，但我确实（希望）相信，红丸意识已经对反对一种只真正服务于女性至上的平等主义假设产生了积极影响。

这需要时间，但随着每个男人利用红丸意识重新调整自己的男性身份并从中受益，其他男人会开始有同样的意识，否则就会陷入自己的歧义。

* * *

第8章

开放式多夫制

* * *

控制性权益

“在寻找生活伴侣时，我给女性的建议是，与所有人约会：坏男孩、酷男孩、恐惧承诺的男孩、疯狂的男孩。但不要嫁给他们。那些让坏男孩性感的东西并不能让他们成为好丈夫。到了安定下来的时候，找一个想要平等伴侣的人。一个认为女人应该聪明、有主见、有野心的人看重公平，期望甚至更希望在家里尽自己的一份力量。这些男人存在，相信我，随着时间的推移，没有什么比这更性感了。”

-谢丽尔·桑德伯格，《精益求精：女性、工作和领导意愿》

Facebook首席执行官谢丽尔·桑德伯格（Sheryl Sandberg）为我们提供了一个独特的例证，说明了自性革命以来不断演变的主流女性心理。

在这篇声明中，她对自己公然承认女性多夫制的现实一无所知，但我觉得她对这里的女性的“建议”不仅仅代表了她对自我的无知。

自从我与许多顽固否认超婚制对女性个人和整个社会的影响的人发生冲突以来，我不确定我是否读到过一位更有影响力的女性对超婚制的更严厉的控诉。桑德伯格对下一代女性的建议，实质上是对女性试图否定二元女性性策略的基本动力——阿尔法操/贝塔雄鹿——的努力撒谎，揭露了令人不安的真相。

即使你想争论女性多元化性策略的进化心理学和生物学起源，《女性权势主义》已经发展到了一个事实在社会上显而易见的地步；女性已经习惯于公开承认

十多年来，红丸意识一直在引起人们的注意。

由谢丽尔·桑德伯格（Sheryl Sandberg）提供，阿尔法·福克斯（Alpha Fucks）/贝塔·巴克（Beta Bucks）的女性性多元主义基础现已被公开承认。考虑到多年来庄园一直试图让男性意识到的东西，现在却被收买、拥抱和拥有，这有点讽刺，仿佛女性一直在实践开放的性多元化——对任何男性对此感到震惊都是难以置信的。

然而，事实是，一个以女性为中心的社会秩序已经无法掩盖一个社会的日益明显的影响和后果，而这个社会的重组是为了容纳女性作为主要的性利益。

具有讽刺意味的是，最好的女发言人应该是谢丽尔·桑德伯格（Sheryl Sandberg），她是几代女性在女性至上主义和单边不受约束的多夫制中的声音和化身。桑德伯格对她女性化的初衷，对多夫制的唯我独尊的确认是如此的漠不关心，以至于她从来没有想过，男人会对她为年轻一代女性提供的生活计划建议不屑一顾。她从未想过，一个“重视公平的男人”会拒绝她（更不用说鄙视她了），因为女性的二元性策略剥夺了男性的权利。

所以你看，并不是红丸觉醒让男人们倾向于认为自己“欠”、“有权”或“应得”来自女性的性、爱、崇拜、爱或其他任何东西——而是像桑德伯格这样的一代又一代女性，毫不掩饰地利用了贝塔雄鹿队男人的旧秩序条件，同时希望他们能尽职尽责地接受自己与阿尔法操男人的公开或不公开的戴绿帽，然后告诉他们，“没有什么比他们扭动鼻子沾沾自喜更性感的了”。

桑德伯格不知道她的声明引起人们注意的女性的主要含义——我仍然认为，天生的女性唯我主义促使越来越多的女性接受这一观点——但不可能忽视女性在暴露自己的二元性策略时所感受到的新的舒适感。

在很大程度上，女性权势不再需要

让“好基因”/“好爸爸”二分法不再成为男人的秘密。

女性头脑中有一种新的环境感，即长期安全感，这使女性倾向于优先考虑女性多夫制的“最佳基因”（Alpha Fucks）。桑德伯格的“建议”是对这一点的重要确认，然而，她默许了一个机会窗口，在这个窗口中，女性拥有更好的能力来追求超婚制的这一面。

“让坏男孩性感的東西并不能让他们成为好的色帶。到了安定下来的时候，找一个想要平等伴侶的人。”

在这两句话中，谢丽尔（以及引申为“女性强制”）基本上证实了女性的多元化性策略，我的性市场价值图描绘了女性的SMV峰值和衰退，以及女性成熟阶段的前半段时间线。

销售测试版

关于男性，我相信桑德伯格承认的最突出的部分是在结尾。

“这些男人存在，相信我，随着时间的推移，没有什么比这更性感了。”

在性革命以来的大半时间里，女性权势党有必要说服大多数男性，她们最终为女性提供的贝塔服务不仅是她们的职责，也是女性魅力的主要方面。在（性革命前）旧秩序吸引模式下，这可能在很大程度上是这样的。然而，革命之后，随着女性的多夫制倾向于“好基因”（Alpha Fucks）的短期性伴侣，“好爸爸”（Beta Bucks）男性需要女性不断“推销”自己的魅力。

这种持续的销售是确保妇女未来长期安全的必要因素，同时随着女性主导地位在社会中的扩大，追求越来越多的短期繁殖机会。

未来的“好爸爸”需要耐心等待女性在SMV高峰期的“轻率岁月”，因此，销售成为了一个不断演变的定义，基于依赖能力、耐心、勤勉以及定义好供应商的所有其他特征的旧秩序模式，女性对男性的吸引力是什么。

以下引用自大卫·A·弗雷德里克和

Martie G.Hasselton博士：

根据战略多元主义理论（Gangestad&Simpson，2000），男性已经进化为追求生殖策略，这取决于他们在交配市场上的价值。

更有魅力的男性通过花更多的时间寻找多个交配对象而相对较少的时间投资于后代，从而获得生殖方面的好处。相比之下，没有相同交配机会的不那么有吸引力的男性的生殖努力，更适合于在配偶和后代上进行大量投资，并花相对较少的时间寻找更多的配偶。

从女性的角度来看，理想是吸引一个既能带来长期投资收益又能带来基因收益的伴侣。然而，并不是所有的女性都能吸引到长期投资的伴侣，而这些伴侣也会表现出遗传的健康迹象。因此，女性在选择配偶时面临权衡，因为她们可能被迫在表现出健康指标的男性或那些将帮助照顾后代并成为好的长期伴侣的男性之间进行选择（Gangestad&Simpson，2000）。接下来最直接的预测是，当男性对后代的唯一贡献是遗传时，寻求短期伴侣的女性应该比寻求长期伴侣的女性更喜欢肌肉发达。

战略多元主义理论是女性多夫制的一个功能性定义，但这一理论（在其发表时）还没有解释的是，女性在随着年龄增长的各个成熟阶段，在短期交配策略和长期父母投资机会方面的必要性。

贝塔投资出售是必要的，因为它确保了男性父母在女性生命后期（通常是主显期）的投资。因此，桑德伯格对“那些认为女性应该聪明、固执己见、雄心勃勃的男人”的称赞，最终会比她鼓励女性早点发生性行为的阿尔法“坏男孩、酷男孩、恐惧承诺的男孩、疯狂男孩”更性感。

全网500本泡妞把妹书籍获取V：1534575483

具有讽刺意味的是，正是通过这种销售，女性鼓励了与他们最近抱怨的男性发生性关系的交易性。这是元尺度上的“合唱”谬误——在家里多做点事，融入女性认为她们需要的平等模式，支持她的雄心壮志和固执，你会被认为“更性感”，并获得她一直为这样的男人保存的最佳性生活。

构建测试版

《女性要务》在销售Beta版时遇到的问题是，随着女性的“独立性”扩大，这种销售变得不那么必要，也不那么有效。不太必要，因为女性的个人、社会和法律长期安全保险几乎完全脱离了男性的直接（而非间接）供应。因为男性越来越意识到自己被剥夺了旧的订单供应模式的权利，他们可能会因女性的亲密兴趣和真正的性欲而得到公平的回报。

随着女性的多夫制优先权转向阿尔法操的后果和影响对男性越来越明显和真实；而且，随着他们与其他男性联系和分享这些共同经历的能力和舒适度越来越普遍，对于等待轮到他们与试图出售的女性进行墙前或墙后一夫一妻制的贝塔男性来说，出售的效果就越差。

在70年代、80年代和90年代的大部分时间里，这种销售是有效的，因为男性在社交和技术上都与彼此的相对经验隔绝。从上世纪90年代末开始

女性至上的社会结果对男性来说变得更加明显、痛苦和明显。

在其不断重塑的流动性中，《女性要务》发现有必要从贩卖男性转变为女性的晚年和晚年长期供养者，转变为培养一代男性，他们希望自己在时机到来时能够履行这一角色。这些男性一旦遵循桑德伯格的多夫制模式，就会被抚养成人，成为女性所需要的耐心的Beta提供者。

这些男孩/男人将被教导在成为平等伴侣的愿望下“自然”服从女性的权威和正确。这些男人都是在私底下长大的，在社会上被创造出来，为女性做好准备，“到了安定下来的时候，找到一个想要平等伴侣的人。”

这些男人会准备好期待和接受一个女人主动给他戴绿帽子，以成为一个有利于女性的平等者的名义。这些人长大后接受了一种暴露于社会的、骄傲地公开的超婚制，而不是将其出售给一种旧的订单Beta供应模式。

多夫制分裂症

这给女性带来的问题是，她们需要与那些需要向其出售秘密超婚的男性打交道，以及她们为接受公开形式的超婚而培养的男性。公开承认超婚所带来的越来越大的舒适感与女性的逃脱能力有关。

像谢丽尔·桑德伯格这样的女人，无论是否结婚，都有能力果断地确保自己未来的独立性和长期安全（至少在经济上）。她很可能会回到《坏男孩》（Bad Boys），她觉得这部电影很吸引人，并建议女性“约会”，但不要依赖于直接供应。因此，她很乐意公开揭露性革命后的多夫制的来龙去脉，而不必多想。

尽管她公开肯定了Beta供应的构建模式（打着平等的幌子），并期望“那些家伙会等着你”，但这对大多数女性来说并不成立。有钱的女人，

与那些发现自己更缺乏这种保证的女性相比，女性对构建的Beta模式更为满意。

一个女人在性市场上越是需要自己，她就越有可能否认自己的多夫制。

对于巩固自己未来的长期安全感（和/或父母的合作投资）不那么自信的女性，在向男性隐瞒“多夫制”丑陋、两面性的真相方面，有更多的个人投资。因此，这些女性更倾向于误导男性，因为她们越来越意识到这一事实，并更加依赖Beta供应的销售模式。

不用说，在公开的“多夫制”中安逸的女性和依靠秘密的“多夫制”的女性之间的这种分裂是有性市场上有性与无性之间的一个冲突点。男性越是意识到女性的多夫制和战略性的性多元主义（通过女性的开放性或领地），“没有”的女性也会感受到更多的压力来拥抱这种开放性。

开放式多配偶制

现在已经到了这样的地步，《女性要务》（Feminine Imperative）很乐意嘲笑男人们还没有意识到阿尔法操/贝塔雄鹿（Alpha Fucks/Beta Bucks）的超婚动态，并嘲笑他们无论如何都会这么做。

当一个男人背离这个剧本时，人们期望他已经知道这个动态，并准备好无条件地接受它，并致力于它，这会产生真正的震惊。

2014年，有一个关于“电子表格男”的流行的淫秽故事，他记录了妻子拒绝他的性行为及其理由。在将这篇日志公开并在网上疯传之后，女性评论员们对他记录妻子拒绝他性行为的借口表示愤怒，这并不是因为他的行为，而是这些行为对整个男性的影响。

女性对此感到愤慨的根源是，一个贝塔男性还没有意识到自己将扮演的新角色。新秩序女性团体认为，任何遵循旧秩序社会性感契约的男人都应该知道自己是一个尽职尽责的人，提供给贝塔-他应该按照事先准备好的剧本，计划成为一个负责任地证明自己是一个“更好的男人”的人，因为他原谅了贝塔与前阿尔法的性不检点，并接受了被贬低为她的情感支持者和手把手的角色。

而这一切都是在她经历了“自我发现”、主见阶段之后，然后才知道“她到底是谁”

精灵和瓶子

这种对男性先入为主地遵循女性首要社会秩序的期望不仅仅局限于女性的期望。我们已经进展到了这样一个地步，蓝丸的男人们自己也在成为这种公开的多夫制的拥护者。

出于对普遍缺乏英勇骑士精神和贝塔雄鹿队女性应有权利的担忧的可疑借口，这些被稀释的“紫色药丸”“约会教练”遭受了与某个地方的女性一样的震惊和愤慨，当她的SMV开始严重衰退时，可能不会因为有一个尽职尽责的贝塔等待完成她的性策略的供应方面而得到她的生命。

在一个以女性为中心的社会秩序中，即使是男性也被要求成为公开的多夫制的有力倡导者，并最终成为自己主动戴绿帽子的人。一个女人可能比大多数贝塔男人更好地准备好为自己提供安全感，这对他们来说从来都不是事后才想到的——他们的推销是一个老掉牙的谎言，即如果一个男人只接受公开的“超婚”，女人会以亲密来换取他善良的天性和对女性的尊重。

但电子表格盖伊离开了预订，“他怎么敢跟踪妻子的性频率！”普遍的愤怒源于他“没有得到”预先编造的社会习俗，即性行为（对于完美的Beta提供者来说）“在结婚后会逐渐减少”，但如果他只是振作起来，重新回到支持他的、预先确立的角色，并学着为妻子做一个更好、更细心的“男人”，妻子就会（逻辑上）做出回应

更多的性生活。

值得一提的是，女人真正想做爱的男人不会跟踪性爱频率，因为女人害怕错过与心仪的阿尔法发生性关系的机会，这通常足以保证性爱频率。阿尔法男人不会抱怨性频率，他们只是换了一个新女人。贝塔人抱怨性频率高，因为他们希望知道并接受（现在通过公开的多夫制），他们永远不会享受自己的女性在派对上与阿尔卑斯山人发生的那种性行为。相反，如果她们接受自己的新角色并致力于女性的供应，她们会相信自己会得到（而且会更好）。

没有人会嫁给他们“有史以来最好的性生活”

根据iVillage最近的一项研究，不到一半的已婚女性嫁给了他们一生中最好的性伴侣（52%的人说是前任）。事实上，66%的人宁愿看书、看电影或小憩，也不愿和配偶一起睡觉。

来自东村的33岁作家阿曼达·查特尔（Amanda Chatel）说：“我所爱的男人性爱很好，有时很棒，但从来都不是‘最好的’。它带来了许多高潮，很有趣，但相对而言，它没有‘最好’性爱带来的那种强度。”。

她补充道：“我知道（我最好的性伴侣）是暂时的，所以最好的性是最好的，因为性就是关系。”。“我们不需要投资任何东西。”

正如你在这里看到的，“男人起来，接受你的责任，打开超婚”模因的倡导者会发现，随着一个又一个这样的例子变得越来越明显，越来越普遍，调和他们需要平衡超婚的旧秩序社会契约将变得越来越困难。

这些“约会教练”从男性旧秩序社会契约的角度出发，提出了一些令人震惊的建议，以调和女性因新秩序、女性化的初级社会契约而遭受的、理所当然的骗局

多夫制。

充分利用她

以下内容摘自2014年一个流行的“建议”专栏。强调我自己的观点：

亲爱的卡罗琳（哈克斯）：

由于双方都在某种程度上不诚实，在多次恋爱都没有成功后，我决定用一种新的方法来处理我现在的关系。我今年23岁，在网上认识了我现在的男朋友（也是23岁），并决定完全诚实。

这主要是为了掩盖我的感受，因为我倾向于不健康地对待事物，但我让它覆盖到所有方面，包括我的性史的披露。我现在知道这是一个错误。

并不是让任何一个倾向于Beta的人更加沮丧，但我读了这篇文章，忍不住看到了谢丽尔·桑德伯格（Sheryl Sandberg）的“开放式多夫制”模式只会加剧越来越多的不插拔、红丸意识的Beta。

想想当一个女人当面告诉他，一个他习惯于相信会欣赏他独特的旧秩序魅力的女人，他永远不会得到他认为妻子会在婚姻中等待他的“性最好”时，这位尽职尽责的贝塔会被剥夺多少权利。

阅读一篇又一篇文章，详细介绍一种新的开放式超婚制的成功方面是一回事，看到它在商业广告中被公然使用是一回事儿，但当着你的面亲身体验它是另一回事儿。

除了她在23岁时有过多次“关系”这一事实之外，我觉得有趣的是，今天的女性认识到这种“开放”是一种错误。对于她自己的选择来说，这并不是一个错误，相反，错误在于她对自己的性策略感到足够舒服，因为她认为这个男人应该已经“接受自己”了

在女性初级社会，男性经常被公开妖魔化为“操纵者”性。

默认的假设是假设男人是需要注意的人。男人是最不诚实的性行为，通过玩游戏诱骗女人相信自己不是他们的东西，从而与他们做爱并离开他们，从而获得最大的性收益。

这种假设实际上是一种广义的、元社会的惯例，它为女性需要的更具体的社会惯例奠定了基础，以便对男性和整个文化行使女性的主要控制权。事实上，这是一个很容易被女性接受的基本惯例，因为女性的多夫制已经在大多数女性的心理中形成了一种潜意识的“审查”机制。

虽然女性将男性分为Cads和Dads很有趣，也很有趣，但她们这样做的讽刺之处在于，这凸显了女性一生的欺骗模式，以及实施自己的二元性策略所需的操纵努力。

这种性选择“固件”，使处于边缘水平的女性倾向于评估短期繁殖机会（阿尔法操）和父母投资机会（贝塔雄鹿）的交配选择，正是这种机制使女性在性策略方面更具欺骗性。现在的问题是，从宏观社会层面到人际层面，这种多夫制的欺骗行为正被“完全诚实”所取代。

具有讽刺意味的是，这将是蓝丸贝塔男性中最顽固的一个，他们主张回归旧秩序的社会契约，而这些契约正是被他们希望能够回应的女性所摧毁的；他将是最后一个最终接受并回应开放式多夫制新秩序的人。

* * *

第9章

第二册支撑工程

* * *

拒绝和后悔

“复仇没有多少钱”——伊尼戈·蒙托亚

无论是直接还是间接，我在《理性男性》中写了很多关于拒绝的文章。通常，这是由于拒绝，以及对拒绝的恐惧，这是男人很多心理图式、行为、理由等的根本原因。第一本书中的“缓冲”一章概述了许多用来减弱或最小化拒绝影响的理由和惯例，但这是拒绝，以及人们如何接受它，这有助于对它做出健康或不健康的反应。

我希望我能声称自己是这本书的作者，但SoSuave论坛的一位神秘成员Pook说得对——拒绝总比后悔好。

然而，尽管这一简单真理中有很多智慧，但应用它、从拒绝中学习并接受拒绝，是男人们最容易犯错的地方。

我只在这种情况下使用男性，因为在你作为一个男性的生活中，仅仅基于性别，你会比任何女性都更容易遭受拒绝。如果这听起来像是一个大胆的说法，让我澄清一下——你应该比任何女人都更容易被拒绝。

在体育运动、职业生涯、教育、人际关系以及与异性交往中，你会比女性遭受更多的拒绝。这种理解并不是为了挥舞男性权力的旗帜，也不是为了让男性成为美德的拥护者。也不是假定女性自己没有被拒绝的经历；这是一个简单的事实，即拒绝是作为男性不可或缺的一个方面。习惯吧。

因此，拒绝比后悔更可取，我们明白这一点。我们不知道如何接受和处理这种拒绝。我不会在这里打字，假装我已经想好了，但是我可以告诉你，男人，男孩，贝塔，甚至PUA会拒绝接受和/或处理这种拒绝。

构成缓冲区的习惯和心态是男性如何防止拒绝，而不是他们在经历拒绝后如何应对。但正如男性（和女性）运用理性和惯例来防止或减缓潜在的拒绝一样，他们也制定了应对策略，当她们被拒绝时，或者对于女性来说，当她们被拒时，能够给她们带来最少的不适感的理论和技术。

记住，拒绝不仅仅限于性别间的情况。事实上，这几乎是一个更有趣的方面；你对被拒绝接受一份潜在工作的反应要比你因与一个女人的亲密关系而被拒绝的反应更为谨慎。我们竭尽全力避免被拒绝的一个原因是害怕不得不经历，但通常这种恐惧比实际经历更让人衰弱。

报复

我特别提到复仇，因为这很容易成为最常见的，也可能是男人对拒绝的最具破坏性的反应。这可能是从表现出一些琐碎和烦人的事情到实际谋杀被拒绝的女人。这是“我怎么能报复她？”的回答，虽然“给她上一课”似乎令人满意，但请相信，这一课永远不会被报复所教训，无论她有多么正当或应得。

漠不关心，而不是复仇，能说明问题。

考虑报复本身就是在浪费你的时间，浪费你的努力，最好是从被拒绝中学习和提升自己。我个人可以讲述一个刚刚出狱的年轻人的故事。16岁时，他用32刀刺死了他的“灵魂伴侣”取代他的男朋友。这是他的报复。如果他再大2岁，他就会被判处死刑或无期徒刑。你可能没有那么极端地追求报复，但后果是相似的。因为只要你考虑复仇，不管你有多小气，你还是会被拒绝的情绪所吸引。

接受拒绝，继续前进，拒绝比后悔更好——从字面上来说就是这样。

男人没有做好准备，没有被培养成男人。在庄园里，我们不断地大肆宣扬这一点，以至于我们把教导那些不太幸运的人认识到这一点作为个人的骄傲和责任。处理拒绝是这一点的关键。

当我读到《男人》的帖子时，我会认为《红丸》意识到，思考如何最好地对拒绝他接近的女人进行“报复”，或者对女人的不忠行为进行报复，我想知道他们是否像我所说的那样开明。面对拒绝，你别无选择，只能接受。你怎么做取决于你的性格。

培养一种几乎第三人称的方式来接受拒绝是很重要的。对于很多人来说，尤其是那些不习惯或是对个人深度排斥的人来说，这是一个艰难的命令——尤其是对于刚开始将他们对红丸的了解付诸实践的男性来说。我们在情感上投入，这永远不利于做出好的决定，尤其是对于那些更愿意依靠理性和实用主义的男人来说。当我们是青少年和年轻人，抽象思维能力更有限时，我们尤其容易受到情绪主义的影响。

渴望我们认为的正义是人类条件的一部分。我们的天性是进行比较，在不平等的情况下，看到它们得到纠正。尽管我们很少考虑自己行为的最终后果，但这并不是我们应该缓和复仇欲望的原因。我们应该考虑的是，为了报复，并将其与我们可能通过将其转向自己的目的而实现的改善自己的目标进行权衡，所需的整体努力和资源。即使是为了一个小小的报复所需要的努力，也最好花在我们自己的担忧上。

这可能看起来像是一种长篇大论的说法，“过得好是最好的报复”，在某种程度上，我认为这是真的，但要当心为了报复而度过的“过得很好”的生活。

复仇永远不应该成为你成功的动力。即使是考虑一些适当的方式让一个女人意识到她给你带来的感受所需要的时间和精神上的努力，也是更好地花在结识新的潜在女性上的资源，这些女性会回报你的兴趣。这个

自信的根源是发展、承认和承认尽可能多的个人选择。 你为报复付出的任何努力都是在浪费提升自己的机会。 对诽谤者的漠不关心和个人的成功是一种比你可能对他们造成的任何片面伤害要好得多的报复。

3个故事

我最喜欢的一种帮助年轻人理解他们对被拒绝的直接担忧是多么不重要的方法是，从更大的角度看待事情。 当你身处当下，无法看到森林中的树木时，拒绝似乎是那么的令人心碎。 当你从事物在时间过程中的表现来看时，你会意识到，你真的躲过了一颗子弹，这颗子弹会从根本上改变你成为一个更好的人的进程，而不是一些可怕的毁灭灵魂的拒绝。

当我15岁或16岁时，我完全爱上了这个叫莎拉的女孩（少女情欲）。 为了和这个女孩相处，我做了AFC手册中的一切——在LJBF（“让我们做朋友吧”）拒绝后和她“玩朋友”，给她写信，一直给她打电话等等。 在她和我最好的一个朋友发生性关系之前，我得到了“我现在还没准备好谈恋爱”的台词。

他是阿尔法坏男孩，即使在他甩了她之后，她也对他爱不释手，我当然也很配合。 回忆起我22岁的时候。 我把屎凑在一起，我虔诚地在健身房里，我在当地一个很受欢迎的乐队里演奏，我在穿过我就读的大学的室外大厅时，听到一个女孩的声音说“滚滚，嘿！”，“嘿，是我莎拉。”我低头一看，坐在这张长椅上的是一个300多磅的病态肥胖的女人，脸上几乎看不出我6年前迷恋过的女孩。

我被打倒了。 很明显，她因可卡因成瘾而接受了戒毒治疗，并因用食物代替毒品而膨胀。 我有生以来第一次哑口无言。

我的第二个故事是关于一个女孩布丽吉特，我也有一个专业

高中时贝塔迷上了我，我甚至缺乏真正接近的信心。

我自己拒绝了她，在她面前失去了自己的资格。

再次，快闪到22岁左右，我在一个俱乐部里拉了一个完全一样的女孩（实际上她看起来还不错），但现在我无法让她离开我。第一晚后，我把她变成了一个梦幻般的战利品电话。早上我去上课前，这个女孩真的会敲我的窗户，从窗户爬进来操我。

然而，后来，我把她甩了，因为她坚持永远不要节育，同时向我保证她怀孕了，我认为我和她怀孕有着千丝万缕的联系，.....当时我正在拍打其他4或5个女孩，我认为这是更好的盘子（尽管我当时不知道什么是盘子理论）。吸取的教训；我在高中没能得到的东西在5年后就变成了我的剩饭。

最后，我让我的第一个“真正的”女朋友在网上找过我一次。这是我17岁时第一次和她发生性关系的女孩，后来我搬到了她就读的大学城，这样我就可以继续和她做爱了。我基本上改变了两年的人生轨迹，以适应她的生活决定，但在我搬家后，她背叛了我，并与我分手。

她是我的“第一个”，就像一个条件良好的贝塔，我自然认为她就是我的真命天子，我越“支持”她，她就越感激我（即操我），所以我很难接受。在这一切发生后，我仍然轻拍过她一两次，但她已经离开我的世界20多年了。

在我快30岁的时候，我收到了她发来的这封电子邮件。我想她已经看过我了。我在她拥有的一个虚荣网站（不是Facebook）上查看了她的照片，我不能说时间对她很好。37岁时，她看起来大约55岁，在辅导孩子们如何阅读时挣了约3200美元（在我获得了一个很棒的学位后，我开始“帮助”她），她与另一个女人“结婚”了（我被告知这是一个公开的女同性恋婚姻）。这是一种奇怪的感觉，我几乎无法认出那个我17岁认识的女孩，现在37岁。

在所有这些情况下，尤其是这一次（20年后），很难不感到有点自满，认为因果报应是个婊子，但我想知道有多少女性拒绝了我，她们现在做得更好

多年后。我还想认为，随着年龄的增长，男性往往表现得更好，但我知道情况并非总是如此。虽然我知道过得好是最好的报复，但我认为为了报复而过得好，是错误的。只要你把重点放在自己的进步上，这样的事情就会发生。

拒绝胜过后悔。

记住这一点，尤其是如果你是一个年轻的读者。拒绝没有真正的失败，只有学习的机会。事实上，当你在品味这些成功和接受的过程中，你要从中吸取更多的挑战，那就是你未经检验的成功和接受。我们往往不会像对待我们的拒绝那样仔细而深刻地考虑是什么造就了我们的成功。

最好接受一个与你成功的遗憾有关的拒绝。

我们最大的危险不是我们为了崇高的目标而目标过高而失败，而是我们为了平庸而目标过低而成功。

* * *

履行的负担

人们期待男性表演。

为了成功，为了得到女孩，为了过上好的生活，男人必须做。无论是骑着自行车在街上兜风，吸引那个可爱女孩的注意，还是为了获得博士学位，确保你的个人成功和未来家庭的成功，男人都必须做。女性的觉醒、吸引力、欲望和爱都植根于这种有条件的表现。表现达到或超过预期的程度当然是主观的，你可以表现的轻松程度也是一个问题，但你必须表现。

对于男性与女性的中间性关系，最基本的误解之一是表现问题。早在2014年3月下旬，我读了一篇来自庄园博客作者Roosh的有趣文章。他在那篇帖子中的前提是，对于现代女性来说，男人不过是小丑，我很惊讶，尽管我肯定同意他所提出的观点，但“娱乐”因素比女性的简单娱乐更重要。

“在我们的当代世界，女性不再像过去那样寻求男性的舒适或稳定——她们寻求娱乐。她们寻求分心。她们寻求享乐主义的快乐。这就是为什么男性（beta男性）如今，她们都无可救药地无法获得盛年美女的承诺，这就是为什么即使是不太优秀的男性，也无法与那些只有几刘海的女性建立关系的原因。一旦你给她提供的娱乐或新鲜感下降，她就不可避免地会转向别的东西或其他人。本质上，你能留住一个女孩的唯一方法是，如果你采取肥皂剧作家的心态，在每一集的结尾添加一个悬念，当一个好男人不再有兴趣时，让女人保持兴趣。”

读完这篇文章后，我试着想象自己是一个刚刚拔掉电源的人

无论是男人还是男人，只要接受了红丸令人不安的真相，并了解到所有让我信服的“做你自己，合适的女孩会出现”的安慰性言辞，都被一种虚伪的需求所取代，那就是为了吸引一个普通女孩的注意力，把自己变成一个卡通人物。

这有点令人沮丧，尤其是当你考虑到实现红丸意识所需的巨大努力和个人洞察力时。鲁什后来在其他帖子中对此进行了缓和，尽管他用游戏术语很好地澄清了这一点，但大多数人对“小丑因素”感到沮丧的根源是，在这些术语中，在这种情况下，他们的表现并不是他们觉得自己是谁。

在这种环境下，很容易理解为什么MGTOW（男人们我行我素）运动似乎是红丸人的一种可以理解的手段。这是一种非常诱人的诱惑，认为一个男人可以简单地将自己从与女人的表现等式中删除。我稍后会谈到这一点，但这里重要的是理解男人天生的表演游戏。喜欢与否，发挥与否，作为一个男人，你的表现（或令人信服的感觉）总是会受到评价。

我认为，很多男性在红丸转型的早期，都会对女性感到愤慨，因为她们应该“做一个自己不是的人”，扮演一个完全不是自己的角色，才能吸引女性的兴趣。在某些方面，当涉及到她们希望能招待她们的男人时，女人就像是选角经纪人。

女性的先决条件“性格”角色——他们期望男性根据自己的成熟阶段进行改变，而她们的SMV可以现实地要求这一阶段。换言之，他们希望在党年里演出的“角色”将不同于他们在主显期之后想要的角色，这可能不同于他们中年时期想要的角色。

当女性被社会化，期望男性对他们习惯于认为自己在成熟的各个阶段应该实际拥有的角色感到失望时，这种角色变得越来越不重要，这对男性来说是多么现实。

生活

现在，我相信很多男性读者都在想，“去他妈的，我要做我自己，任何不能欣赏我的女孩都是低质量的。”这可能会让你生气，但这正是贝塔斯最“做你自己”的蓝丸精神。

事实上，轻视你不能拥有的东西是一条权力法则，从演绎上讲，这是有道理的，但事实仍然存在，作为一个男人，你永远会被你的表现所评价。

所以，即使你有一种“他妈的，我就是我”的心态，你仍然会被评价为“你就是你”。

简单的事实是，你必须真正成为你的表现——它必须内化。事实上，无论你是指手画脚，还是你认为你可以忘记它，希望你的自然、无导向的表现会得到女性（和其他人）的赞赏，你都已经是这样的表现了，但不管怎样，女性都会根据你与他们认为的男性在SMV认知中有权获得的东西的一致性来筛选多夫制优化。这种认知是根据一个女人的成熟阶段来建立的。

外表、天赋、实际利益和其他核心先决条件可能会因女性个体而异，但要成为一个男人，就要有表现。即使你是一个自我定义的男人，喜欢陪伴来满足自己的性需求，你仍然需要表演才能挣钱去享受。

它不会变得容易，你会变得更好

对于男人来说，表演没有真正的休息。相信这一点，就是相信女性具有更高形式的同理心的神话能力，这会使她们倾向于超越基于表现的天生多夫制过滤。

女人对自己的表现永远不会有她们期望男人保持的那样的要求。多夫制要求一个男人不断地、潜意识地重新确认她对他的承诺的价值，所以从来没有类似的经历。

女性会声称男性“要求”他们达到某种身体标准（即表现），尽管这通常是正确的，但这仍然是男性对女性的表现标准，而不是他们自己的标准。对于女性来说，表演并没有对等的动力或资格预审，事实上，对于一个男人来说，他甚至会说出他可能会让一个女人符合他的亲密关系的想法，他被定性为评判性和厌女症。

这样的社会惯例是为了确保女性的多夫多妻性策略在社会上占主导地位。期待一个女人为一个男人表演，是对她作为一个个体的“奖品地位”的侮辱，女性中心主义教会了她对男人的期望。

从人文主义的角度来看，这一性能要求需要一个合理的解决方案，但对女性理性的诉求并不能抵御超婚的潜意识影响。

我读过许多“约会教练”的作品，他们的方法是完全诚实和充分的公开，希望一个志同道合、平等、共同理性的女人自然会欣赏男人的直率，但这前提是一个预先存在的平等竞争环境，在这个环境中，潜意识的影响被相互理性主义所压倒。

真正的希望是，女性会放弃与生俱来的多夫多妻行为，以欣赏这种脆弱、不充分的诚实。

他们所掩盖的（我将在后面详述）是，你不能诉诸女人的理智或情感来真正原谅男人表现上的缺陷。爱，理性；两者都要求在共同的背景下相互欣赏，但爱情和理智都不能减轻男人表现的必要性。

女性根本没有主动妥协多夫制的动机。他们不会被说服以公开的方式来适应相互需要的情况。

真正激励女性在一段关系中满足彼此需求的是男人的表现能力和展示（永远不要解释）更高价值的能力，而不是沟通或推理——无论这是一种

同一个晚上躺在床上或在50年的婚姻中。

展示更高价值

我得到的印象是，展示更高的价值往往会受到蓝丸评论家和红丸意识者的坏名声。很多事情都被皮卡艺人的技巧和练习所包围。很容易将这一概念视为装腔作势或虚张声势，但DHV作为一个原则并不是以利己主义的衡量标准来定义的，也不是一个男人在女性面前“炫耀”自己的能力。

对男人来说，更多的价值体现是随意和无意的。事实上，最好的、最真实的DHV表现形式是当一个男人没有意识到他实际上在以一种展示他更高价值的方式表演时。这可以简单到在正确的上下文或环境中走进一个房间。明显的社会证据和他认为理所当然的确认身份是DHV。即使是谦逊，在适当的环境下也可以成为DHV。

我想说的是，在阅读了所有这些之后，你可能会认为我说的是你需要超人才能达到女性的表现标准，这同样有点令人沮丧——这不是我的意思。

一个女人的表现标准取决于许多不同的环境，取决于她对性格类型的重视程度，取决于她的成熟阶段条件对她的要求。

在许多情况下，你的表现与其说是如何，不如说是如何。

你表现出的雄心壮志和个人动力，成为你所能成为的最好、最成功的你，可能与你吸引女人的意图完全无关，但你仍在表现，你的表现会受到评价。

表现出更高的价值或表现出更低的价值是表现，无论是否有意。您不能将自己从这个性能方程式中删除。你可以停止指挥你在这场表演中的角色，但在你死之前，你不能退出游戏。

* * *

脆弱性

自女性社会地位上升以来，男性面临的最普遍的男性陷阱之一是，人们相信，他们随时表现出的情感脆弱会让男性成为女性更理想的伴侣。

在这样一个时代，男人从出生起就要“接触女性的一面”，接触他们的情感，我们让一代又一代的男人试图“发泄情感”，以此作为一种交配策略。

对于那些成长为贝塔男性的男孩来说，他们急于向女性展示自己的腹部，这是因为他们有一种条件，认为这样做会证明他们的情感成熟，并帮助他们更好地认同那些他们误认为有能力欣赏的女性。

他们不明白的是，自愿暴露最卑鄙的元素并不是女性权势主义者在这些男人身上滋生了一种信仰的力量的象征。

自反地暴露脆弱性是一种屈服、投降和向明显的上级投降的行为。当狗承认另一只狗的优越地位时，它们几乎会立即翻身。

脆弱性不是值得炫耀或骄傲的东西。虽然我确实相信，洞察和承认你的个人弱点是理解自己的必要部分（尤其是当涉及到拔除自我时），但大多数条件良好的贝塔男性认为这不是吸引的来源，当然也不是唤醒的来源。

从互联网的舒适感和礼貌的陪伴中，女性会考虑男性脆弱性的“听起来正确”吸引力，因为她们应该被什么吸引，但在本能和潜意识层面上，女性会与脆弱性所代表的软弱和屈服联系在一起。

许多男人认为，信任他人的脆弱表现与软弱表现是相互排斥的，但他们忽视的是，“超婚”要求男人能够承担起表现的重担。当一个人公开宣扬他的脆弱时，从定义上讲，他是从软弱的立场开始的。

理想化一个有实力的位置的问题在于，你认为自己已经从这个实力开始了，而你的坦荡表现，相信更卑鄙的能力，会得到一个乐于接受的女人的赞赏。我强烈不同意各种“生活教练”的说法，即公开、直面的脆弱性对女性总是有吸引力的。

这种观点认为，如果一个男人在被女人拒绝的情况下真正做到了结果独立，那么这种独立性的第一个指标就是在她面前变得脆弱的自由。然后，这种方法变成了“嘿，我只是要做我脆弱的自己，如果你不喜欢我，那我很冷静。”

希望女性能如愿接受这种方式，并从中发现一些令人耳目一新的东西，但可悲的事实是，如果这是它的推广者希望的吸引力关键，那么每个“做自己”的男人都会在顶级猫咪中游泳。这是Beta Game的一个核心元素——希望一个男人的开放会让他与“其他男人”区别开来——对于那些相信平等幻想的男人来说，这是一种普遍的做法，即女人在吸引力方面会超越自己的野性，并根据他的情商进行性选择。

事实是，不存在结果独立这回事。你接近一个女人的行为本身就意味着你已经做出了一些努力，与她达成了有利的结果。事实上，你会相信一个女人甚至会发现你的脆弱性很有吸引力，这一点使任何结果独立的伪装都变得空洞。

多夫制不在乎男性的脆弱性

在《理性的男性》中，我将男性的爱情观描述为“理想主义”。

很自然，简单的人会把这一点夸大为“男人只想要一份不可能的无条件的爱”或“他们想要的爱就像他们认为的那样”

母亲们爱他们。“不管怎样，我不相信任何一个有洞察力的理性男人会期望得到无条件的爱，但我认为重要的是要考虑到，构成他理想化爱情概念的很大一部分都是围绕着被爱而展开的，而不管他为爱做了什么，或者值得去爱。

《爱与战争》中的理性男性：

我们想放松一下。我们希望保持开放和诚实。我们希望有一个安全的避风港，在那里我们没有斗争的地方，我们可以获得力量和休息，而不是让它从我们身上消失。

我们想停止时刻提防，有机会和一个能够理解我们基本人性而不吝啬的人在一起。停止战斗，停止游戏，只是一段时间。

我们非常想。如果我们这样做，我们很快就不能再这样做了。

男人理想主义爱情的概念，使他成为真正的浪漫主义者的爱情，始于对摆脱表演负担的渴望。它不是建立在一种绝对的、无条件的爱中，而是一种不依赖于他表现得足够好的爱，来缓和一个女人对爱的多夫制观念。

哦，人性！

作为真正的浪漫主义者，也因为多夫制的表演要求，男性有一种明显的愿望，即通过如此暴露自己的脆弱性，他们变得更加“人性化”——如果他们向女性暴露自己的弱点，他们相信自己戴着的面具会脱落，（如果她是神话中的“优质女性”），她会为自己的不足辩解，让自己的“超婚制”表现得更加令人满意。

这种“投降的力量”希望的问题是双重的。

首先，他认为女人会尊重的人性并不是他认为的吸引人的线索

女性使用Tinder应用程序的习惯（如果你喜欢的话，也可以使用@Tinderfessions）足以证明女性并不渴望他习惯于相信女性能够接受的那种“人性”。

在吸引和唤起阶段，女性更关心的是男性通过扮演一个角色来娱乐她的能力，并向她展示她希望自己被吸引和唤起的男性原型的感知。超级同性恋不在乎你能如何表达自己的人性， 主要是因为人性化的男人认为他们暴露了自己的脆弱性，这本身就是女性权势的一种预先设计的心理结构。

这就引出了第二个关于“投降的力量”的问题。 男性对男性身份的漫画化偏见是男性女性初级社会化的一种建构。

女人味的面具让男人穿上

要解释第二个问题，重要的是要了解男性在社会秩序中如何定义自己的男性身份，在这个社会秩序中，男性气质的唯一正确定义是在女性的主要背景下为男性准备的。

我所说的意思是，男性想要表现出的人性是由女性至上来定义的，而男性则希望表现出自己的脆弱性。

在男性成长和社会化的大部分过程中，他们被教导，传统上的男性身份实际上是一种根本上的男性弱点，只有女性才有独特的“治愈方法”。在过去的60多年里，传统的男子气概已经成为一种嘲讽，一种时代错误，从那时到现在，各种形式的媒体都一致努力模仿和取消这种男子气概。男性因试图完成女性特定角色而被描绘成小丑，但也因扮演传统的“男子气概”角色而被塑造成“可笑的男人”。在这两种情况下，他们的男性不足所造成问题只能通过运用独特的女性才能和直觉来解决。女性被描绘成解决男性问题的唯一方法。

也许更具破坏性的是女性权势派的努力

让一代又一代的男人相信，男性气概及其表达（任何形式）都是一种行为，一种幌子，而不是男性气概面具背后的真正男人。

对男性状况缺乏任何生活经验的女性会故意冒失地为男性定义他们应该考虑的男性身份

– 来自女性九年级的背景。这就是为什么男人把脆弱视为力量的标志的先入为主的观念从根本上是有缺陷的。他们将脆弱视为力量的概念源于女性的借口。

男性气质和脆弱性是由女性正确的观念来定义的，即什么应该最适合女性的需求。女性定义的男性气质（硬汉的可笑）满足了将脆弱定义为力量的需要

– 翻身，露出你的肚子，屈服于女性对男性气质的定义&这样的循环就会持续下去。

男人是可笑的装腔作势者。男性被社会化戴口罩，以隐藏女性权势所决定的是他们的真实本性（他们真的是戴着男孩口罩的女孩）。男人的问题源于他们无法像女人一样正确表达情感，一旦他们被培养得更好（由遵守女性命令的女性和男性），他们就可以不再“强硬”，与女性相处得更好。这才是真正的力量，来自于男性女性化的脆弱观念——遵守女性的要求。

这是对男性气概应该是什么的定义者的控诉，他们仍然将现代男性气概（基于“感觉”）定性为有问题的，因为几代人以来，我们的女性基本社会秩序限制了男性将这种男性气概与女性想要的一样有益于女性的环境联系在一起。

他们仍然依赖一种过时的公式，认为男性的经验与女性的经验相比是低劣的、虚假的，然后假定知道男性的经验是什么，并为其提供女性的主要解决方案。

真正的脆弱性不是男人的增值卖点

接近并吸引女性。与所有事情一样，任何偶然表现出你的脆弱性的行为都最好由女性通过演示来发现——永远不要向她解释这些脆弱性，因为她想表现得更像女性所定义的那样人性化。

女性想要一个防御自己情感主义的堡垒，而不是一个平等的男性情感主义者，她的情感主义会与自己的情感主义相抗衡。认为男性的脆弱性是一种力量的信念是一个滑坡，从被误导的吸引力到情感上的相互依赖，再到公开依赖女性来适应和弥补脆弱性真正意味着的弱点。

我知道很多人认为，当你处于一段长期的关系中时，表现出阿尔法统治地位的脆弱性，或者力量对一个女人来说会很可爱，但我想说的是，只有当一个罕见的脆弱性被无意中暴露出来时，情况才会如此。脆弱不是一种力量，尤其是当一个男人故意表现出来，期望一个女人欣赏它作为一种力量时。

漏洞不是游戏。

在任何关系中的某个时刻，你都会表现出脆弱的一面，这没有什么错。错误的是，你公然试图将这种脆弱性转化为一种力量或美德，你希望这个女人能够欣赏、感受到她的爱意，或者以她自己的脆弱性作为回报。

盔甲上的裂缝是一个弱点，最好不要让那些希望你在任何情况下都能表现最好的人看到。如果在表现出你的最佳状态时暴露出了这一缺陷，那么这可能被认为是一种力量，可以在发挥你最大潜力的同时克服它。当你期望它被欣赏时，它永远不是一种力量。

* * *

潜力的诅咒

我这辈子遇到的最令人沮丧的事情之一是，认识那些拥有难以置信潜力的人，无论出于什么原因，他们从未意识到（或完全意识到）这一点，因为他们出于贝塔心态而故意限制自己，或者仅仅是愚蠢的运气让他们获得了千载难逢的机会，他们的蓝色药丸无知或骄傲，或者由于他们的贝塔心态而对女性权势主义者负有的责任，阻碍了他们真正从中受益。

上帝保佑你不要在商业或创意活动中与这样的人合作，因为你的生计可能与他无法超越贝塔身材或女性气质有关。意识到红丸的好处之一是对我们生活的女性化世界的组织方式更加敏感；这种敏感性的一部分是更好地判断贝塔的性格并避免它，或者至少在尽量减少另一个男人作为贝塔的责任，因为他的疾病会如何影响你。

我曾经和一个非常富有的人一起工作，他拥有我职业生涯中接触过的几个酒类品牌。虽然他很富有，并且有一定的技巧来开发一些非常有创意和盈利的产品，但在个人和浪漫生活方面，他是一个可悲的笨蛋。当涉及到他的妻子和生活中的女人时，他非常像一个白衣骑士贝塔，濒临殉难，他们都非常高兴，无法利用这个非常明显的缺陷。有一次，他试图推出一款新产品，为此他需要一些资金支持，但根本无法从投资者那里得到，因为他们不相信自己的投资不会成为他下一次离婚协议的一部分，因为他正在计划第三次婚姻。

他自以为是“爱征服一切”白骑士的理想主义者对他需要一份婚前宣誓书的建议嗤之以鼻，让任何人都有机会在职业上与他交往，但他被证明的Beta心态是他实现自己全部潜力的障碍。他的故事很特别

这是Beta限制动态的例证，但我认识的日常男性中有更常见的例子，你可能也一样。这种限制甚至可能无法被识别，直到它成为未来向你敞开的机会的障碍。

社会女性化和女性化都在抑制男人的潜力方面发挥了积极作用，但更多的时候，这是因为男人愿意穿门廊裤。重要的是，红丸男性要记住，女性权势主义者更关心女性长久的安全感，而不是男性实现其真正的潜力

– 即使这意味着他为了维持她的安全而牺牲了这种潜力，而且这样做会让他越来越无法维持这种安全。

那些读了我在《理性的男性》中发表的赞赏文章的女性，试图将我的断言——女性永远不会感激男性为确保女性的首要现实而轻易做出的牺牲——这一观点纳入考虑范围。他们认为，我指出了一个小恭维的事实，这是在攻击他们承诺的诚意——超婚制想要知道（或至少相信）一个女人与她的SMV值得的最佳男人配对的安全感，但根本问题是，她的超婚制与他将自己发挥到最佳潜力的能力相冲突。

交钥匙多夫制

全网泡妞把妹书籍500本获取 微信：1534575483

多夫制想要一个预制的男人。如果你回顾时间线开始时的比较SMP曲线，你会注意到一件事，那就是两性之间的SMV峰值跨度。

漂亮、专业成就高、社会成熟、有游戏精神、自信、有地位、果断，在谈到女性时，最理想的特征是“一帆风顺”。看看你在女性在线交友档案中看到的任何“想见面”部分的共性，你就会明白Hypergamy需要优化，而且现在就需要。因为一个女人吸引她的多夫制理想的能力随着时间的推移而减弱，所以她的紧迫性要求与一个在当下尽可能接近这一理想的男人保持密切联系。

多夫制在赌一个男人未来的潜力时会冒很大的风险

成为（或接近）她的多夫制理想，所以这种偏好倾向于寻找比下一个更成功的男人。

你可能会猜到，这种情况的问题是，女性的SMV随着男性的升值而贬值，或者至少应该升值。同样，不断测试和怀疑一个人是否适合寻求安全感的多夫制也限制了他持续满足安全感的潜力。

开发潜力

博客Just Four Guys有一篇关于量化性市场价值的有趣文章：

Rational Male的罗罗·托马西（Rollo Tomassi）根据他的个人估计，对SMV有不同的图表。尽管他对女性SMV与年龄的评估与这两张图非常吻合，但男性SMV的评估却不尽相同。然而，不同的是，他测量的是潜在的SMV，而不是实际的SMV。他认为，保持适当生活方式的老年男性可以将SMV最大化，达到比年轻男性高得多的水平。

到36岁时，普通男性已经达到了自己的相对SMV顶点。正是在这个阶段，他的性/社会/职业吸引力已经成熟。假设他尽可能地发挥了自己的潜力，那么在这个阶段，女性的多夫多妻制指令会让他成为她最能接受的长期投资对象。他足够年轻，可以更好地保持体格，但也足够年长，可以达到社交和职业的成熟。

因此，我们在这里看到的是由普通男性实现的SMV，而罗洛的SMV是一个男人在理论上可以通过良好的内心游戏实现的。

我大胆强调了其中的突出部分，因为我在估计男性的相对SMV时努力避免的一个误解是，将性（或吸引潜在性伴侣的能力）作为评估男性总体SMV的唯一指标。性高潮计数本身并不是SMV的基准，而是男人对其真正潜力的实现（高潮计数是其中的一个方面）决定了他的SMV。多夫制希望你发挥自己的最大潜力（过滤效果更好

你），但它不想承担长期个人投资的风险，因为你已实现的潜力最终会使你的SMV远远高于她自己的SMV，以至于你离开她，她的投资也会失去。

这就是男性潜力和女性多夫制之间的冲突。我在《威胁：

没有什么比一个意识到自己对女人的价值的男人更具威胁性，同时也更吸引女人。

在一个Blue Pill reddit论坛上，我看到了一篇对我的SMP图表的批评，对此不屑一顾，我说一个三十出头到三十出头的男人比一个成熟、成功的男人看起来更像你的普通笨蛋，拥有一份平均低工资的工作，而不是一个保持身材并保持某种GQ生活方式的人。

我不得不说我倾向于同意；大多数男人，普通男人，都是没有意识到自己潜力的男人。无论这种缺乏是由于动机、女性社会化的局限性，还是无法接受自己的蓝色药丸现实，他们都从未实现让自己成为更高SMV男性的潜力。蓝丸红人看不出是男人的潜力让他们在SMV尺度上脱颖而出。 全网500本泡妞把妹书籍获取V：1534575483

我认为，游戏的主要教训是，一个人需要有一种生活和呼噜声的姿势，让一个人每天早上都快乐并决心醒来。一旦一个男人掌控了他的生活，那么一个女人就会像其他任何东西一样成为生活中可互换的一部分。通往这种状态的道路只有通过不懈的自我完善和摆脱先前的限制。否则，同样残酷的循环就会重复。

* * *

梦幻杀手

女人永远只应该是男人生活中的一种赞美，而不应该成为男人生活的焦点。

今天，在我们意识到自己的潜力之前结婚或结婚是多么普遍。尽管我读到的所有文章都在抱怨我们继承了一代无精打采的“幼稚”男性，但这与我咨询过的年轻人的现实相去甚远。不，他们想要的只是足够的游戏知识，可以和他们的梦中女孩联系起来，放松到一夫一妻制的幸福测试茧中。他们想要承诺。他们一生的贝塔心理状况使他们迫切需要承诺。

当我与这些十几岁和20多岁的年轻人交谈时，我从未停止过惊讶，他们不遗余力地在生活的各个领域以他们的强烈独立性给我留下深刻印象，但他们都是同样的人，他们准备限制这种独立性和野心，以换取可靠的女性亲密关系。他们太渴望摆脱一夫一妻制的枷锁，而不是把自己发展成有野心和激情的男人，而女人自然想和他们联系在一起。

然而，事实是，你不承诺的时间越长，你的机会就越多。比我聪明的男人都说过，女人是梦幻杀手——虽然我同意这一点，但我想说，这更多是因为涉及的男人，以及他自己的同谋和冷漠，而不是一些伟大的女人计划。

事实上，出于各种原因，你不向她们承诺，这符合女性的最大利益。我意识到这读起来有多么违背直觉，但由于你如此容易获得，你降低了你作为他们商品的价值。

稀缺性增加了价值，尤其是当稀缺性的原因是为了满足他人的利益（在本例中是她的利益）时。这位20多岁的男子追求成为法学院律师或

预科实习生抱着成为一名医生的愿望在医院呆了很长时间，但由于维持一夫一妻制的关系所需的并发症，他受到了阻碍和困扰。他的时间和精力需要用于实现自己的目标，成为一个更高价值的人——不仅是在经济上的成功，更是为了自己的熏陶和自信。不用说，维持一夫一妻制关系所需要的约束和义务

– 无论是在时间上还是情感上的投入，都使实现这些雄心壮志变得更加困难。

我倾向于提倡男人在30岁之前在性和情感上都应该是非排他性的，但这只是一个最低限度的建议。我认为35岁对男性来说可能更好。重要的是，随着一个男人在事业、野心和激情、个性、更好地判断性格的能力、对行为和动机的全面理解等方面的年龄增长和成熟，他对最受欢迎的女性变得更有价值，因此在这方面享有更好的机会。

女性的性市场价值随着年龄的增长而下降，而此时的平衡点正朝着成熟男性的方向倾斜。男人们很早就意识到了这一点，并明白在现在改善自己会在未来得到更好的回报，同时仍然享受（并从中学习）来自非排他性和不置可否的机会，使他成为女性长期竞争的男人。

在你20多岁的时候，你正处于影响你人生走向的潜力顶点。我不打算通过指出这一点来结交任何朋友，但让大多数“连续一夫一妻制”者感到愤怒的是，他们在真正了解自己的潜力之前，就承担了一夫一妻制所要求的责任，这是一种无言的遗憾。

如果你在35岁时单身，个人成功程度适中，你是大多数男人羡慕的对象，因为你拥有两种最有价值的资源——时间和自由，这是你这个年龄或更大的男人统计上没有的。

我羡慕你。在婚姻、长期关系（LTR）、与孩子相处或离婚后恢复中，大多数与你同龄的男人每天都必须面对的责任、责任和会计能力让你摆脱束缚。无意中，您处于这样一个位置：

你可以选择任何方向，而不考虑你的选择对除你自己之外的任何人的影响。许多其他男人，即使在最理想的LTR中，也没有这种奢侈。

当你想到当今大多数男人（和女人）在现代生活中需要承担的所有责任时，你已经中奖了！

有一次有人问我，如果钱不是问题，我会买什么，我的回答是时间。权力不是财政资源、地位或对他人的影响；真正的权力是你控制自己生活的程度，而现在你是强大的。相信我，这一切都很好，而且一切都变得更好，因为你已经足够大了，能够理解和欣赏这里真正的工作。

女人现在对你来说只是损坏的商品？那又怎么样？你可以自由选择不分青红皂白地或特别地取样。找不到好的LTR？你为什么要这么做？让她找到你。你担心你会落得一个又老又孤独的下场吗？我担心最后会因为害怕孤独而瘫痪，以至于你会在一段没有激情的婚姻中度过一生来控制痛苦。

在这方面，我是“建造它，他们会来”学派的追随者。女人永远只应该是男人生活中的一种赞美，而不是生活的焦点。

选择阻力最小的方式来获得理想化的、预制的亲密关系，还是自我发展并获得同样的亲密关系更好？的确，这两种情况都将女性视为男人生活的焦点，而这是大多数女性一开始会觉得很可爱，但最后却会觉得令人窒息的位置。

女人想要“想要”自己的男人。女人想要一个其他男人想成为的男人，而其他女人想做爱。她不想成为亲密关系的奴隶，因为这会让她扮演男性角色。相反，她想要一个果断的成熟男人，他有信心推迟她，告诉她“不”，支持他的野心和激情，因为这有两个目的。

首先，它将他的方向设定为权威的方向，将他的发展设定为首要的方向；她和她的潜在孩子将从中受益。其次，这让她陷入了追赶他的境地——

本质上，他正当的野心和激情变成了“另一个女人”，她必须与之竞争以吸引他的注意力。

请注意，我在这里陈述了“合法”的野心。一名女性与一名法律系学生或一名有可能成为律师和医生的实习生有牵连，这对未来的安全是相当可靠的赌注。一个艺术家或音乐家，无论多么有才华或对自己的激情有多么执着，只有当他们能够证明自己的理由来挑选女性时，才会被视为有益的。然而，这一点可以被一心一意的国家所抵消，再次，有能力欣赏这一点的精选女性。

也就是说，想想那个被选为水管工或机械师的人吧。世界上最好的水管工只有在梦想拥有自己的事业时才会走得这么远。

所有这些都受到男人对异性的态度的限制。女人是梦想杀手。并不是因为他们有这样的议程，而是因为男人们会非常愿意牺牲自己的雄心壮志来换取稳定的女性供应以及女性对此所承担的责任。

所以，是的，与其走阻力最小的道路，不如发展自己。这并不是说，在大学毕业、30多岁、事业井然有序之前，不要和女人约会或享受女人。也就是说，不要考虑一夫一妻制，除非你足够成熟，能够理解它的局限性，并且你已经根据自己的雄心壮志和激情取得了一定程度的成功。也就是说，女人应该赞美和支持你的生活计划。

* * *

心理原点

没有自我意识的自我关注

在第一本书中，人们认为我把科里·沃辛顿（Corey Worthington）这样的人举为“阿尔法佛”的例子是疯狂的，但还有其他一些例子，与科里一样，是没有实践的、自我意识不强的魔力。

就我个人而言，当我没有意识到自己是阿尔法的时候，我是最棒的。这不是禅宗，这只是在我生命中的某个时刻，我做了一件自然而然的事，当时我几乎什么都没有，只有少量的社会证据，但我强烈地渴望享受女性，尽管如此，我还是想享受她们。

我经历过的最难忘的性爱是在我身无分文的时候（大部分）。我住在北好莱坞的一间两居室的工作室里，或者冰箱里有啤酒和麦片干酪，这都无关紧要——我上床了，有女人来找我。

我不需要为一个女人做任何事情就可以得到性爱或保持她的兴趣。

我所做的只是让自己成为我的精神起点。正是当我开始把女性作为一个目标，使她们不仅仅是一种快乐的源泉时，我才把这种精神原点转移到了她身上，我成为了必要的那个。

很多人会把这称为“需要”，我想是这样的，但这是一种需要，因为你首先想到的是一个女人（或另一个人）——你的心理起点。我经常使用这个词，所以我认为它应该得到更多的解释。

你的心理起点实际上是你自己内在的理解，关于你自己如何融入你自己对框架的理解。如果你还没有读过第一本书或需要复习，《框架》是托马西的第一条铁律：

托马西铁律#1

框架就是一切。

始终要意识到潜意识中的平衡，即你所处的环境。始终控制框架，但不要给人留下你是的印象。

如果框架是一段关系的主导叙事（不限于浪漫关系），那么你的心理起点就是你对该关系中涉及的人和/或想法的重要性和优先级。这是你在考虑一段关系中的任何一个细节时的第一个想法，它常常深深地植根于我们的内心，以至于成为一个自主的心理过程。

对于我们大多数人来说，当我们还是孩子的时候，我们对起源的理解就开始了。孩子们必然是“自私”的，有时是残忍和贪婪的，因为我们的第一生存本能是自然地把自己作为我们的精神起点。直到后来，当我们的心理起点转变为将他人的担忧置于自己的担忧之前时，通过养育孩子和学习社交技能，我们才开始分享、共事、共情和同情。

年轻的男孩通常都很阿尔法，因为他们没有学会自我重要性。他们天生的破坏性和好斗性是科里·沃辛顿近乎禅宗般的事实阿尔法风格的根源。正如我在第一本书中所说，他不是任何人都想成为的“人”，但他是阿尔法，没有意图，没有自我意识。

为了发展健康的人际关系，我们必须在亲社会方面保持“第一思维”平衡。我们今天遇到的问题是，男孩（在很大程度上）被培养成一个为建立一个未来的家庭而提供更多所需的男人。这个有学问的、有条件的、精神上的起源点几乎总是集中在外部，集中在他希望通过将他作为自己的起源点而得到回报的人身上。

天生的女性唯我主义使这种交换失去了前景。女人

他们都是由一个庞大的社会机制抚养和肯定的，这个机制不仅鼓励他们把自己作为自己的精神起点，而且还羞辱和排斥他们把自己放在别人身上或其他人身上。

到目前为止，我确信这大部分都是对报复性自私或自恋的鼓励，但把自己作为自己的起点并不一定意味着反社会或反社会。这需要一个有意识的决定来超越对自己的内在理解，但通过将自己作为自己的精神起点，你可以更好地帮助他人，并判断谁值得这样做。

男性通常需要一些情感创伤，才能重新定位自己的原点，我觉得这是拔掉插头的必要部分，但真正的挑战在于如何在意识到红丸的状态下处理创伤。如果你想杀死你的贝塔，第一步是把你自己作为你的精神起点。

因此，有一些事情你想问自己：

你的第一个倾向是考虑你的关系中的某些事情会如何影响你或你的女朋友/妻子/家人/老板吗？

当男性与专制、女性化的初级女性发生关系时，他们对自己行为的任何细节的第一个想法是他的女性会如何回应，而不是他自己的参与或动机。你是维和人员吗？

你担心把自己放在第一位会让一个女人反感吗？还是你认为这会让她更充分地参与进来？

你是否担心这样做会导致你自己的唯我主义，或者你认为“开明的自我利益”符合你和那些你想帮助或亲密的人的最佳利益？

* * *

改变游戏规则的人

每当我咨询青少年或成年男性时，我总会想起我的“游戏”在我一生中是如何改变的。17岁的罗罗·托马西会对46岁的罗罗·托马西的心态感到震惊。

当然，这种震惊很大程度上可能归因于我年轻时对女性天性和人性缺乏经验，而且，如果我诚实的话，在评判人的性格时，我也遭受了大多数年轻人的天真。事实上，当时我的信念是，我不应该评判任何人的性格，我也不应该，任何人也不应该有这样的权利。

这一假设的一部分来自于未发展的宗教知识，但更重要的是，这是由于我持有的一种年轻的理想主义——我已经习惯于相信，不仅你“不能通过封面来判断一本书”，而且你不应该这样做，而且应该为考虑它而感到羞愧。

我很荣幸人们会认为我是心理学、女性本质、两性关系的杰出诠释者，是男人们追求的一种模式，这样男人们才有可能获得一段美好的婚姻（现在是18年）。事实并非总是如此。

如果说我现在有什么可信度，那不是因为我奇迹般地做到了每件事，而是因为我经常犯下可怕的错误。

在我学习心理学和人格研究的时候，我学到的最有价值的教训之一就是人格总是在变化的。今天的你不是几年后的你。希望在学习了一些东西并将其应用于自己的个人进步之后，这会变得更好，但这同样可能是一种创伤经历，会让你变得更糟。

无论好坏，性格转变——有时缓慢，有时突然

– 尽管你可能会保留你的个性、举止、天赋、过去的经历和信念，直到你生活的新阶段的下一次迭代，但请放心，你在任何时候都不会成为现在的自己。

超越PUA的游戏

我很抱歉，如果你现在觉得这一切都是幸运饼干，但这是一个必要的序言，可以让你了解随着男性生活的不同阶段，他们的生活状况和环境的变化，以及随着年龄的增长，他们自己的性格和认知的变化，游戏是如何改变的。

这对我来说是一个简单的步骤，如果我明天发现自己是单身，我不会像26岁的自己那样在任何程度上接近Game。事实上，我将《预防医学》系列扩展到这本书中的主要原因是帮助处于自身发展不同阶段的男性了解在他们生命中的这些阶段对女性和自己的期望。

游戏，因为没有更好的术语，应该成为普通人的普遍知识工具。游戏和红丸意识对男性来说是（应该是）一个好处，因为他们不太在意自己的处境或生活地位。

游戏和红丸意识适用于各种社会或个人条件的男性——即使是在办公室里倒垃圾的矮胖矮个子。他可能没有与泳装模特享受性爱的潜力，但游戏的原则可以帮助他在自己的情况下改善生活。

当我写《理性的男性》时，我特意写了一篇关于游戏进化的帖子，并发表在书中，目的是为了解开人们对游戏的印象，我仍然认为人们（尤其是蓝丸）有时会故意将其误解为解决“女孩问题”的神奇灵丹妙药。因此，我的定义是：

对于不熟悉的人来说，仅仅“游戏”一词似乎就意味着欺骗或操纵。如果你在玩游戏，你就不是真实的，所以从一开始我们就从感知的劣势开始。当试图向一个只习惯于和女人“做自己”的男人解释游戏概念时，这一点就更加复杂了，而且据说子宫里的男人是如何讨厌和女人“玩游戏”的男人的。尽管这听起来很糟糕，但它实际上是在解释游戏是如何超越普通认知的，促使新读者进行讨论，为他们解释游戏。

从根本上讲，游戏是基于心理学和社会学原理对生活技能进行的一系列行为调整，以促进性别间的两性关系。

游戏不仅仅在两性关系领域有更多的应用，但这是我对游戏的最佳估计。游戏是一种新知识的实际应用，以及越来越广泛的性别间关系意识——为了方便起见，我和其他人在更广泛的庄园中经常被称为红丸意识。游戏从红丸意识开始，并利用这种意识开发游戏。

“15年PUA收集的大量内场证据远比社会科学在诱惑方面产生的任何证据都可靠和有效”

—Nick Krauser (krauserpua.com)

正如我过去所写，每个人都有游戏。你现在认识的每一个男人都有一些想法、方法或信仰体系，他认为通过这些理念、方法或信念体系，他可以最好地让自己与一个女人建立关系，并与之亲密。

从最高级的Beta插件到14岁的高中新生男孩，每个男人都有自己的一些想法，而且扩展到所有男人，都应该做些什么才能与女孩亲密。我在《Beta Game》中有一点描述了这一点，我概述了Beta计划，即认同女性的“需求”，并采用女性的主要心理起点，以便变得更像他所爱的目标。

“正规化”游戏归根结底是真正有助于改善他的生活。男人不去寻找庄园，因为他们的Beta游戏对他们来说效果很好。

我承认，这是我十几岁时自己的游戏。和大多数条件良好的年轻男性一样，我赞同这样一种观点，即男性需要对女性的经历更具同理心和敏感度（而不是把优先权放在自己身上），这是找到一个女朋友的最直观的方式，她会欣赏我与女性如此“合拍”的独特之处。

如果你当时（80年代中期）问我的话，我相信“得到女孩”的最好方法是让女人信守诺言，使用他们的“建议”，做他们的朋友，让她舒服，牺牲你自己（沙文主义者）的自我重要性，支持她的重要性，并将你不正确的男性自我塑造成一个更完美的女性理想。这个想法是，你对自己的评价越低，你对她的评价越高，她就越有可能在欣赏中回报亲密。

这是我的游戏，直到我通过尝试和痛苦的错误了解到，女人讨厌一个需要被教导如何真正对女人更有吸引力的男人。我不明白，我订阅了这个“勺子喂养的女性化游戏”，并公开鼓吹它，这只是在向我想要的女孩做广告，我只是没有得到。

这对我来说只是改变游戏规则的第一阶段，我很确定你会从庄园里大多数最重的击球手那里读到类似的故事。我对诸如Roosh、Nick Krauser甚至Mystery这样的博客/PUA的早期历史非常熟悉，所以我认为说他们今天练习的游戏对他们年轻的自己来说是陌生的并不过分。

当我进入我的摇滚明星20多岁时，我开始练习一种新的游戏形式，一种基于社会证明和展示更高价值（DHV）的游戏。

当然，我当时不知道自己在练习什么游戏。我重新塑造了自己，我的身份转变为一个旋转盘子的人，更加自我关注，享受社会证明和DHV带来的好处；但如果你问我我做了什么来实现这个改变，或者我的游戏受到了什么影响，我不会

能够给你一个答案——游戏对我来说只是本能。

现在，在我结婚的几年里，作为一个丈夫和一个十几岁的女儿的父亲，以及我在酒类和赌场世界的职业生活中，我每周都会与美女互动，当我意识不到自己是这样的時候，我仍然会使用Game。

然而，这个游戏是我从相信“让女孩喜欢你”青少年游戏的那几天起所学到和使用的复杂、内在的结果。作为一个成熟的男人，有趣的掌握、指挥在场和其他一些原则变得更容易运用，但同时也对女性的生活或多或少有一种可预测的模式有了新的理解。

多亏了我学习行为心理学的时间，我了解了女性用来激励和挑衅男性的方法（狗屎测试）。多亏了我对红丸的认知和对女性生物学如何影响多夫制的简单理解，我现在明白了她们为什么会这样做——更重要的是，如何避免陷入女性二元性策略中最糟糕的方面。

所有这些都影响着我现在的“游戏”。和以前一样，我在与女性（甚至是我的社交和职业生活中的男性）打交道时，并没有经常、有意识地下一盘心理棋，我只是过着这种生活。

重要的是要考虑到，你现在可能正在纠结的游戏概念可能是你遇到它之前其他人的经历。对于46岁的我来说，什么是游戏，对于56岁的我而言，很可能不会有完全相同的效用，但如果我保持敏锐，在这一过程中学习，我会为这一阶段的生活开发一个新的游戏。

在鲁什的书《Poosy Paradise》中，他引用了一句话，这句话让我大吃一惊（我转述）：

有很多人告诉我，他们希望当时知道他们现在所知道的，但很有可能知识不会像他们相信的那样为他们服务。他们只会犯新的错误（并希望能从中吸取教训），而这些错误是基于他们过去从未经历过的事情。

即使一个人拥有最高水平的知识，他也总能知道更多的知识。

* * *

男性的经历

十六年前，我妻子怀上了我们的女儿。托马西夫人成年后的大部分时间都是一名医学专业人士（医学影像），所以在她怀孕期间，她和医院里的女朋友们会在有空的时候偷偷溜进超声室，看看我们正在怀孕的女儿。结果，我们得到的超声波照片是大多数其他夫妇的4倍。事实上，我的女儿是一个多细胞有机体。

正是在这些即兴扫描中，我们发现了孩子的性别。我们俩都有点不耐烦，不想等到产科医生透露性别的愚蠢举动，所以我们找了我妻子的一个女朋友，在合适的三个月左右再做一次超声波检查。

她扫了一眼说：“哦，是的，你有一个女孩。”我们问她怎么能这么肯定，她说：“她的手不在正确的位置。”然后她解释道，“当孩子还是个男孩时，当他成熟到怀孕的某个阶段时，他的手几乎总是会放在胯部周围。在那里没有太多其他事情可做，所以他们自己玩。你女儿的手通常会放在她的脸上。”

听了之后，我开始欣赏睾酮的力量。每当我读到有人告诉我性不是真正的“需要”时，我就会想，即使是在子宫里，睾酮的影响也有多大。无论好坏，我们作为男人的生活都以我们控制、释放、减轻和引导这种影响的能力为中心。

在社会上，我们建立了适当的公约，旨在将其约束为某种统一性，以防止破坏性潜力，并开发其建设性潜力

— 当我们个人发展信念、心理和内化规则时，我们会按照程度的先后顺序来生活，并始终受到其影响

在我们潜意识的背景下。

经验

当女性试图理解男性的经历时，她们会变得非常愤怒。

这在很大程度上是由于女性天生的唯我主义，以及她们认为自己的经验是普遍的。这种假设的一部分原因是社会强化，但这种社会假设——本质上是平等的假设——植根于女性对任何不直接影响她们个人的外部事物的基本漠视。如果每个人在本质上都是相同和平等的，而我们习惯于鼓励这种观点，那么这就让女性把自己的需要和天生的唯我主义解释为男性的规范。

因此，当女性被迫（有时是粗鲁地）承认男性的经历并不反映她们自己的经历时，往往会带来很多震惊和愤怒（女性本能地渴望）。

反应性的反应是，根据女性对什么最适合女性的基本认知，将男性的经验强行融入女性对经验的自我关注解释中。就女性个人而言，这相当于通过羞耻或隐含的以女性为中心的义务来拒绝和拒绝合法的男性初级经历，以接受和接受她的经历作为他的责任。在社会层面上，这种冲突反映在社会习俗和以女性为中心的社会教义中，也直接写入具有约束力的法律中，强制将以女性为核心的观点纳入我们的社会结构。

女性唯我主义和女性经验取代男性经验的首要地位始于女性个体（微观），并延伸到女性的主要社会结构（宏观）。

事实上，两性之间的每一次冲突都会导致对男性经验合法性的拒绝。

在我写过的每一个社会和心理动态中，都是因为对男性经历的基本心理缺乏理解，这影响了女性对我们性别的认知。无论是理解我们的

性冲动，我们理想主义的爱情观，或者欣赏男性为促成女性现实而做出的独特牺牲，这种脱节总是归结为根本上缺乏接受男性体验的合法性。

如果仅仅把这种脱节视为一种存在差异，那就太容易逃避了。显然，男人和女人不能花时间在对方的皮肤上直接欣赏对方的经历。然而，由于女性强制是我们当前社会结构中的规范性要求，因此我们认为女性主导的“平等主义”是唯一合法的体验。因此，男性的经历在默认情况下是不合法的，如果不是丑化的话，因为它只是提醒女性，固有的、进化的性别差异通过男性的存在挑战了平等主义。

我拒绝你的现实，用我自己的...

男人只是男人，是对女性权势主义的被动挑战；红丸意识是对女性初级体验合法性的直接挑战。重要的是要记住，女性体验的首要地位从个人层面开始，从女性个体开始，然后在社会（宏观）层面上成倍增长。当你宣称自己是一个红丸人时，你就是在宣称自己与女性的基本框架脱节。这从一个女性的个人层面开始，然后演变为对所有女性的社会侮辱。

最初的震惊（和愤慨）是她在自己经历的女性定义的现实中，打断了她对男性舒适、可预测的期望。即使是最新秀的《红丸侠》也会证明，合法的女性经历拒绝了这一说法，大多数时候都充满了敌意。

男性面对的是社会强化的、有准备的回应，旨在防止人们试图质疑女性体验作为首要体验的合法性——羞辱往往是第一手段，即使是最被动的挑战也需要羞辱，但是，基于女性基本观点的性格暗杀和取消资格是女性思维中唯我主义本质的武器（即使是男性也是其中的一员）。

女性心理武器库中的下一个武器是表演。

夸张的夸张和夸张的稻草人策略似乎是女性对试图理性地强加自己的红丸、合法化的男性经历的男人的最后一种手段，但他们知道自己是什么样的戏剧性行为——一种精心设计、针对女性且经社会认可的女性故障保险。

与《女性的特权》（女性保留改变自己想法的权利）和《女性之谜》一样，女性表演是一种合法的、社会上可以原谅的策略，其潜在目的是保护女性的唯我体验。她是一个情绪化的生物，你对她的自我的挑战只会让她变得歇斯底里——男人的错是他们没有领会，男人的错则是通过挑战她的唯我主义而让她发泄出来。因此，她被免除了以男性为代价的保护性表演。

对于红丸男人来说，了解他们的存在，更不用说他们的断言，对女性意味着什么是很重要的；他们的存在，仅仅是他们的质疑，代表着对个人、自我投资的女性唯我主义的挑战。

时刻准备好不可避免地捍卫女性的自我重要性。即使在最谨慎的方法中，你也在提醒或断言她的经历不是普遍的经历，从而从本质上打破了女性的自我概念。红丸男人很容易接受接受红丸真理的女人，但却发现她的自我只会接受那些让自己感到舒服并从中受益的真理。一旦她承认了你的经历的合法性，唯我主义就不会消亡，就像你接受她的经历是合法的，你的性命令也不会消亡一样。

爱情体验

那么，在一个毫无歉意的女性至上和难以忽视的开放式多夫制的时代，男人和女人如何能够强烈而真诚地相爱呢？在吸收了女性成熟的时间线的重要性，以及它要求男性在女性主导的社会秩序中做出的首要指示之后，你可能会有些犹豫，不敢相信共同的爱在基本意义上是可能的。

我们需要考虑的第一件事是男性经历与女性经历。我不想太过存在主义，但这归结于我们作为男人和女人的个性化体验。我将在这里举两个例子。

我们从平均主义/女性主义的初级社会秩序中获得的社会信息存在着有趣的冲突。这是一个同时告诉我们“我们没有那么不同”或“我们更像，而不是我们不同”的故事，但同时也恳求我们仍然“庆祝我们的多样性”和“拥抱（或容忍）我们的差异”。

这在多元文化问题上很容易观察到，但它也普遍涉及到性别问题。最流行的平均主义比喻是，性别概念只是社会结构，女性和男性是比较的、存在的平等，只有他们的身体管道使他们在形式上有所不同。

从红丸的角度来看，我们看到了这种平等主义幻想的错误证据。关于构成性别平等的证据和逻辑谬误，我写过无数篇文章和文章，但重要的是要意识到这一信念中固有的冲突——平等主义期望男性和女性的生存体验是相同的，同时恳求我们接受它声称我们实际上没有的差异。

从进化的生物学/心理学角度来看，它从根本上否认了男女以不同方式体验生活的分离。这个想法是，模糊的“社会”残酷地决定了我们的性别体验，而真正受到人类心理-生物固件影响的，如果没有的话，那就更少了。

我让一位评论员在我的一个相关帖子中发表了以下内容：

我认为男人没有天生的结婚欲望。多夫制不适合我们。我知道饥饿的感觉，我想女性也会和我一样。我同情贫穷饥饿的孩子，因为我知道他们的感受。然而，我不知道超婚是什么感觉。我从未感觉到它有吸引力。

我的第二个例子来自《理性的男性》中的“女性与性”一节，在这一节中，我探讨了社会习俗的谬误，即“女性与男性一样性”和“女性想要性，享受性，甚至比男性更想要”

这一谣言在生物学上是可以观察到的，但这一假设是基于我上面提到的“我们都是一样的，但庆祝不同”这一矛盾原则。如果一种动态是对女性的补充，那么生物学基础就是我们应该“拥抱多样性”的基础，但如果这种动态对女性不友好，那就是“一个专注于教授性别角色以确保父权制的社会的结果”

这个想法显然是错误的，因为没有任何一个女人能够真正体验到男人一生所经历的存在和条件。我在那篇文章中提到了我认识的一位业余健身女性，她在第一次服用合成代谢类固醇后变得如此性感，这让她目瞪口呆。“我真不敢相信男人能生活在这样的状态下”，这是她的原话。她刚刚开始尝到男人每天24小时都在自己的皮肤里经历和控制的滋味，这让她感到不安。

女性已经习惯了性爱的循环体验，而男性必须准备好在第一次最好的性爱机会时表现出来。这些都是我们的个人经历，尽管平均主义者都在抱怨，但它们在本质上是不同的。没有人知道超婚是什么感觉。据我所知，没有任何药物或荷尔蒙可以模拟多夫制的存在体验。即使有，男人和女人的思维本质上是不同的，所以模拟的经验永远无法复制给男人。

我从观察行为和理解其动机生物学来理解超婚制的工作原理。我也明白，我们的物种是随着进化而进化的，并从中受益的——或者至少从演绎上讲，我们今天所说的“超婚制”是进化的衍生物——但我所没有的是超婚制的第一手存在经验，我永远不会。同样地，女人永远不会有类似的生存体验，成为一个男人的感觉。

因此，很容易推断出一个女人是如何经历的

爱情，基于她的多夫制机会主义冲动，是一种与男人截然不同的前耐心。平等的社会秩序希望爱情是一种平等的、相互的、关于爱情的定义的协议，这种定义超越了个体化的性别体验，但它根本不会接受两性之间的爱情体验是由每个性别的个体体验定义的。

我毫不怀疑，男性的理想主义爱情观和女性的机会主义爱情观都有交叉的地方，但这种爱情体验仍由特定性别的个性化定义。我的意思是，女人可以并且确实会根据她受多夫制影响的爱情标准，对男人产生强烈的爱的感觉。

如果你仔细阅读论坛上关于女性恋爱经历的评论，你会发现一些女性非常详细地描述了她们对丈夫/男友的爱有多么深，并且对被告知她们的爱是由超婚机会主义引起的感到完全不安。

我毫不怀疑，他们对爱的感觉是真实的，基于他们对爱情的个性化观念；事实上，他们已经准备好与你针锋相对，捍卫他们对这些感情的投资。我想说的是，一个男人为了产生这些情绪并达到一种爱的状态而需要满足的标准，并不是一个平等的社会秩序会让整个社会相信的普遍的相互标准。

所以，是的，男人和女人可以并且确实强烈而真诚地爱着对方

— 来自他们自己的个性化体验。他们用来达到这种爱情状态的过程在概念和存在个体化上有所不同，而维持这种爱情状态仍然取决于男性理想主义和女性机会主义爱情观的标准。

目前，这种爱情状态的商品化正在加重女性的负担，因为女性的迫切性在社会上占了上风。今天，满足女性性（以及真正的生活目标）策略的重要性在社会上占据首要地位。因此，男性的个性化体验被贬低为一种“一切平等”的普遍性假设，而女性的个性化体验则被抛出了所有真正的价值观，而集体期望的“拥抱他们独特的差异”则与此不同

普遍性。如果男人的经历是一刀切的，那么这真的是一个很小的、没有社会责任感的步骤，女人为了满足自己的性策略而拒绝男人对理想爱情的奖励标准。

女性的社会首要地位让她们对自己感觉良好，因为她们改变了男性所看重的理想主义奖励，从而达到了自己的爱情状态，并保持了这种状态。

这是接受这样一个概念的又一步，即男人对爱情的体验，他对爱情的理想主义，甚至他自己的性和生活要求，事实上都与女人的相同——但当爱情更好地为她们服务时，仍然会让女人与众不同。因此，性策略的主要规则是通过在社会上说服男性，女性的经验和需要与男性的个性化经验相同，或者应该被认为是相同的，从而实现女性的初级巩固。再加上女性已经与生俱来的唯我论，你就有了一个公式，可以根据女性的个性化爱情体验，对爱情体验进行性别普遍的假设。

换言之，女性希望男性在社会和心理上认同、强化和配合机会主义女性爱情模式，这是一种平等、性别平等的爱情模式，同时仍然相信女性拥有自己的理想模式。这是对每个人都适用的正确模式，或者说女性的唯我主义会让我们相信。

* * *

中年顿悟

具有讽刺意味的是，一个男人应该因为沉溺于自己的欲望而感到幼稚或“不负责任”。当然，意外购买跑车可能是一个极端的例子，但有时过分夸张是必要的，以说明更大的一点。更重要的一点是，在女性的初级社会秩序中，女性实际上对男性进行个人和社会控制。这是女性矩阵的一部分，认为“责任”应该以最适合女性的方式被独特地定义。由于一生的条件反射，我们几乎不知道其他任何方式来解释它。

当一个男人开始“流氓”时，女性权势主义者有许多预先建立的社会惯例来调解这一点。显然，将男性的正确角色指定为为女性服务的“责任”是一种社会控制，但也有其他强有力的惯例被强制使用。其中之一就是中年危机的神话。

已经制作了许多关于中年危机的滑稽喜剧。通常，主要角色都被塑造成超重的笨蛋，试图重新找回过去的日子。在现实生活中，男性通常在40岁左右，因为失去了自己的魔力，表现出“不负责任”或“不稳定”的愚蠢姿态，以恢复自己的独立性而受到嘲笑。然而，这种男性化的羞辱为女性隐藏了更绝望的潜在目的。

SMV交叉

最典型的中年危机发生在40岁左右的男性身上。正如我在SMV图表中所说明的，重要的是要记住，男性的性市场价值在36-38岁之间真正开始达到顶峰。通常在这个时候，大多数男性都开始看到女性性策略的设计，他现在意识到自己所致力角色，并有最好的机会真正脱离矩阵。

也正是在这一点上，一个男人开始意识到自己的威胁

现在完全发展的SMV对女性来说有着最大的紧迫性，抑制他实现这一目标。即使是终生服用蓝色药丸的男性，通常也会意识到他们妻子的SMV已经下降，并意识到他们自己的SMV相对更大。在他的关系史上，他第一次从自己的角度面对关系的基本规则——女人比他需要女人更需要他。

女性权势派已经开始期待这种觉醒。在过去的几十年里，在正式游戏出现之前，在我们今天的连接出现之前，女性权势主义依赖于社会控制，限制了男性意识到自己的SMV。通过流行文化和大众媒体，人们被教导要期待一场预制的个人“危机”，甚至招募男性自己来宣传这一理念。

然而，当务之急将“危机”视为不负责任和幼稚。它依赖于久经考验的对男性气概的羞辱，希望当他的SMV在生活中超越女性时，男性能够自我调节。因此，我们拍了一些滑稽的电影，以及那些想用妻子换取“战利品妻子”的男人的放肆嘲笑；因为即使一个男人成熟了，有了地位，他也必须相信，如果他在生活中取得了一些微不足道的成功，他还是会比一个cad好一点。

中年意识

也许我在做同伴咨询时经历的最常见的故事是一个幻想破灭的已婚男人。

这些人大多是30年代中后期的专业人士，他们的故事都是一样的：

“我觉得在过去的10-15年里，我做了所有人都期望我做的事情，但我没有得到任何赞赏。”

这些男人“做了正确的事情”，要么他们的妻子对他们没有反应，要么他们仍然把这些男人视为一个20多年婚姻中一直在努力的“固定上层”项目。

这段经历帮助我更好地理解中年危机的神话。事实上，在大多数西方文化中，男性确实经历过中年危机，但这并不是因为流行音乐的琐碎和经常被嘲笑

文化推理。

女性化和女性化会让我们相信，经历中年危机的男性需要购买一辆跑车，或与妻子离婚，以换取一个“奖杯妻子”，因为他们需要重新找回失去的青春。

这当然符合女性化的神话，即男性是利己主义的、简单的生物，而男性气质本质上是幼稚的，但这只能让女性放心，她们在40岁时“仍然拥有”。

关于男人中年危机的真相不是关于重获青春，而是关于最终理解他们在20多岁和30多岁时被出卖的打扮，并接受这个通常可怕的真相。他们被迫面对自己无意中在促进一个女人的性策略中扮演的角色，这一策略被卖给了他，作为他的女性正确的社会责任。

当一个女人的成熟期使她处于比他20多岁的大部分时间，可能是30多岁的一半时间所处的更为必要的位置时，他们就来到了时间线上的关键点。他在情感上投入了她，或者如果没有，他应该是一种“健康关系”的理想主义，这既与他意识到自己的SMV（或失去的SMV潜力）相冲突，也与他在促进她口是心非的性策略中扮演的角色的现实相冲突。

事实上，有些男人确实买了跑车，娶了新的性感妻子，或者以一些看起来鲁莽和不负责任的方式行事。这不是因为幼稚，而是对自己作为男人的地位的新认识。他们“负责任地生活”了这么长时间，很少有人欣赏，以至于当他们真正意识到这一点时，他们觉得有必要行动起来。对他们实施的游戏的真实性质变得清晰，他们需要做出反应。

他们变得受尊重，投入时间，牺牲，审查自己的观点、优先事项和要务。他们现在意识到，他们已经出卖了真正的激情，转而维护别人告诉他的责任

– 不管这是不是他的选择。

这一切都是为了什么？胖老婆？泼妇？也许甚至是一段美妙的婚姻和美好的家庭生活，但也有一种令人不安的怀疑，即他没有看到足够的世界，也没有因为这个世界而在40岁之前完成他想做的事情——一种令人烦恼的怀疑，他没有实现自己的潜力诅咒。

事实上，我担心的是那些没有经历这场危机的人，他们才是真正迷失的人。这些人一生都在服用蓝色药丸，他们为自己的无知感到高兴，或者强迫人们承认太可怕的事实。

* * *

成熟的男人

我曾经参与过一场有趣的辩论，讨论为什么成熟的男人倾向于选择年轻的女人和他们一起安顿下来。正如女性尖叫和她们的男性支持者所期望的那样，社会羞辱机制比比皆是。这些大多是“男人脆弱的自我”谣言或“一个真正的男人想和一个和他同龄的女人在一起”的比喻的变体。这句话大致概括了相反的观点：

“年长的男人想和大学年龄的女孩约会，原因与许多年长的女人喜欢和年轻的男人约会的原因相同：生活在一种青春停滞不前的状态中，并被提醒他们仍然拥有它”。

我有一半同意。年长的女性肯定想认为自己“仍然拥有”，因为她们有能力吸引年轻男性的注意力，她们发现自己正与年轻女性竞争。

然而，那些天生追求年轻女性的老年男性逐渐意识到他们“终于得到了”。为什么一个40岁的男人在达到成熟和成就的程度后，不会对年轻女性产生天生的偏爱呢？与男性生活进步模板紧密相连的职业女性倾向于认为，她们也应该凭借成熟的成就、职业地位、教育以及一些想象中的对自己更了解的感觉，获得“合格”男性的性吸引力。

他们错了。

成熟度关联

首先，仅仅将40岁的男性纳入这一人群是错误的。有很多三十出头到三十出头的男人，他们能够并且确实会有规律地吸引比自己小5到8岁的女孩。有趣的是，这种年龄差并没有多少耻辱感。

与其说是一个人的身体年龄，不如说是这个年龄普遍代表（或被认为代表）的年龄——成熟度、成就感、更好的供应能力、地位、教育等，以及一个意识到自己潜力最大化的人应该具备的所有特征。

到了这个时候，所有的男人真的都意识到了这些吗？

当然不是，但与年轻人相比，他们本应该实现这一点的观念才是吸引人的因素，而年轻人却没有，也不可能真的做到这一点。成熟的男人代表了这种假定的成就感和安全感——这正是女性在其性适销性下降、长期供应需求变得更加迫切的生活阶段所追求的。

第二，了解30-40岁男性单身到这个年龄段的发生率是罕见的。大多数男人（大多数是贝塔人）在26岁之前就已经订婚了，并且/或者到目前为止一直是一夫一妻制。

尽管最近有很多人对“幼稚”的男人没有配备人手，并与主见期后的女人结婚感到苦恼，但很少有人会在30多岁时仍然单身。当他到达SMV高峰期时，他要么离过一次婚，要么第二次结婚。

更少的人会意识到自己的性市场价值大幅增加，前提是他们已经成功地保持身材，在经济、情感和成熟方面都做到了这一点，然后利用这一点为年轻女性创造自己的优势。这里有一个有趣的旁白是，男人在20多岁的时候被指责为彼得·潘，因为他们没有达到女性应有的权利，然后当他们成熟成为男人时，他们会得到与年轻女性结婚的同等待遇。这是女性在工作中的当务之急的鲜明例证。

再加上不断的女性社会习俗，让她们相信自己有“脆弱的自我”，或者羞辱她们与年轻的“小妞”（即未来的奖杯妻子）约会，而不是带着所有行李的成熟女性（通常是单身母亲）约会。

不出所料，在大多数文化中，我们看到年长的男性努力争取

但在西方文化中，他因此而变得丑化和羞耻&至少这是西方女性化女性所希望的。

30多岁的女性最常抱怨的是，“没有好男人”，或者她们无法理解为什么男人不能“长大”。

越来越多的“职业女性”希望在35岁时最终组建家庭，他们发现，在他们的年龄范围（33-38岁）内的男性，尤其是那些符合平等供应标准的男性，对他们这个年龄段的女性（更不用说“职业妇女”了）不感兴趣。他们对22岁的年轻人感兴趣，他们不会给他们一天中的时间，因为他们没有刚刚发现的状态（或成熟度）。

当然，这位35岁的野心家女性是这些22岁女孩中的一员，仅仅13年前，她做的事情和22岁女孩今天在派对上做的完全一样。

中年主显论 全网泡妞把妹书籍500本获取 微信：1534575483

这些人并不想“重温”任何事情；一般来说，他们从未“生活”过被指控试图重现的经历。

然而，他们刚刚意识到自己的性市场价值——没有什么比男人更能让女人害怕和吸引女人，男人更能意识到自己对女人的性市场的价值。这是中年自信的基础，如果他在某种程度上充分利用了自己的潜力，这会给他一种成熟的庄重感，吸引女性。

但这对女性来说是个问题。他们希望一个有自信和成熟（源自经验）的男人能够做出重要的决定，成为一个发起者，一个好的提供者等，但不太自信，以至于他会权衡自己的选择，并根据自己的身体唤醒和性可用性这一首要要求，从竞争对手的供应中选择她。

为了应对这一点，女性创造了一些社会习俗，让男性感到羞愧，因为他们认为女性比自己年轻得多。这有一个潜在的意图，就是为了使SMP的竞争环境更加公平

随着年龄的增长，女性比女性更年轻、更性感、更性感。

他不得不对整个过程一无所知，但仍然感到羞愧，认为他对这个年轻而迷人的20多岁女孩的渴望让他变得“幼稚”，或者全神贯注于“脆弱的自我”，或者“试图夺回青春”。女性现实要求劝阻他不要追求自己的利益而支持女性的性策略，而最好的方法就是将他的利益视为变态。

“对大多数大学女生来说，一个40多岁（甚至30多岁）甚至更大的男人通常是‘令人毛骨悚然的老人’，即使他很好地照顾自己。老人通常会试图融入年轻女孩的世界，而不是相反。”

这种常见的“女性命令”是“可怕的老人”战术。我并不一定不同意这一观点，但我相信它的影响是有背景的。

作为我工作的一部分，我经常参加各种活动（调酒师、俱乐部、促销活动、贸易展览会等），在那里，年轻女性会接近我。如果这个40岁的男人被认为试图“融入”这个年龄段的社会同龄人，那么这是绝对正确的。

这种脱节来自于一个男人，否则他会被认为拥有他这个年龄应该具备的特质，试图将自己改造成另一代人的社会形象。这就是他成为“俱乐部里的老家伙”的时候。

永远不要试图在风格、语言等方面“回溯”自己。如果你很有魅力，那些想和成熟男人交往的女孩会找到你的。

投诉

到了中年，男人比女人更幸福了，我想我大部分都能明白为什么。大多数30多岁到40多岁的女性在很大程度上是长期抱怨者。

在经历了20多岁的戏剧高潮阶段之后，进入了孩子、婚姻

在30多岁的时候离婚，女性往往会满足于这种不满，而她的幻想生活并不是这样的。没有什么能达到她认为应该达到的理想。

在西方文化中，大多数在38-42岁时发现自己单身的女性，都是在经历了一段没有按计划进行的早年生活之后。他们几乎普遍携带某种行李。

它们能吸引人吗？不常见，但是的。然而，假设老年（或至少同龄人）女性在智力上与老年男性更公平，从而在长期关系或婚姻方面更兼容，这是错误的。

我很抱歉，如果这是在掩饰我自己，但老实说，我遇到过很少的女性，我可以在智力上与之相处，或者在我的特定兴趣、生活经历、激情等方面，我认为她们是平等的，或者有着相同程度的体验好奇心。这并不是对女性整体的削减，只是性别成熟度差异的一个例证。

我希望这听起来不像是我的自负，因为谦虚地说，我认为我觉得重要的事情中更好的部分真的很平凡。这并不是说我对女性“对生活充满好奇”的能力评价很低；与他们自己的分心相比，这只是他们自己的普遍漠不关心，甚至试图与之相关。

我不认为女性（尤其是35-40岁的女性）觉得自己有责任成为一个好伴侣、智力刺激、好母亲，甚至是一个男人考虑的好性伴侣。我认为这主要是因为女性的权利感和受害者感渗透到女性流行文化中，但也因为男性和女性的利益真的从根本上被消解了。换言之，除了极为罕见的例外，女性很少会像男性那样努力，让女性更好地认同自己的兴趣，从而明确地成为他更好的伴侣。表演的重担只属于男人。

“成熟”女性

显然，一个更成熟的女人会有更大的紧迫感来适应

婚姻为她提供的长期保障，但这种紧迫感与实际成熟度混淆了。仅仅因为一个女人更有动力组建家庭，进入更传统的家庭生活，并不意味着她是一个智力或成熟的平等者，也不意味着仅仅凭借她成熟的阶段，她就可以在这个意义上与你更融洽。这仅仅意味着，基于她的性价值下降的情况，她更有动力这样做。

我认为，在某种程度上，年长、更成熟的男人，他们花了一生的大部分时间来处理创造这种生活包袱的经历，年长的女人积累起来，认识到有必要与之保持距离。

在做出了牺牲，并避免了（或不）他必须要成为一个健康、成熟和有成就的男人的陷阱之后，我认为，事实上，寻找一个年轻、更性感、更性感的女人，几乎没有包袱。与此相反的是我之前提到的女性羞耻的社会习俗。

在基本功能水平上的男人都是实用主义者，即使我们确实允许自己的情绪控制自己。我们坚持的一个原则是，女性倾向于从情感层面进行操作，而男性倾向于从演绎推理进行操作。

虽然一个性感的屁股是它自己的动力，但我认为在某种程度上，在经历了必要的经历、牺牲和时间后，我们认为一个年轻的女人，没有那么多包袱，是一种双重奖励。

如果我明天发现自己单身，这正是我的动机。

为什么我会把我在财务、情感、智力和安全保障方面的相当大的能力投入到让我自己的生活变得复杂化，因为一个女人在过去15-20年里饱受自己失败和矛盾的包袱？

对于我已经成为的自己和我所知道的有价值的东西，我为什么不寻求一种简化，考虑到我需要做什么

那个成熟度？如果说中年男性在这一阶段比女性更幸福，那是因为他们已经到了一个不再需要让自己成为女性的地方，而现在他们意识到了相反的情况。

有钱人不需要告诉你他很有钱。你可以从他的外表、举止和举止中看出这一点。对于一个成熟的男人来说也是如此。在他成熟的时候，他知道自己不需要通过让自己符合与自己的私利和幸福背道而驰的社会习俗来证明这一点。

* * *

第10章

新的希望

* * *

红丸最糟糕的部分？

看到我把这一切搞砸了。真正地

有几天我早上起床，坐在床边，觉得我希望能忘记我学到的东西。我希望我能关上潘多拉魔盒，把我在那里做的蠢事的所有知识都塞进里面。回去睡觉，插上电源。

但后来我意识到：虽然我可以看到事情有多糟，这有点令人沮丧，但当我不知道我所学到的一切时，我完全他妈的很痛苦。就像我只知道蓝色药丸的时候，我的痛苦更糟了，因为我没有意识到我改变事情的力量在哪里结束，而我无法改变的事情在哪里开始。这给我留下了一种权力和控制力太小的感觉，我很痛苦。

有很多研究表明，儿子生活中的“幸福”很大一部分是一种代言人的感觉。我没有感觉。我在黑暗中摸索。

现在我可以看到我在哪里搞砸了，我犯了很多错误，这些都是在我的控制下做出的选择。但我当时不知道我是否诚实。年轻、愚蠢、无知的我只是不知道。但我每天也越来越清楚地看到什么是我控制的，什么不是我控制的。

此外，以前我不知道如何控制我可以控制的东西，即使我知道它们是什么。现在我每天都在学习如何控制它们。

无知在某些方面可能是幸福的（尤其是当回顾自己的生活时），但当无知是你痛苦的原因时，记住你为什么教育自己是值得的。记住你为什么采取这些步骤。当你回顾自己是如何搞砸的时候，好好想想你为什么搞砸。很有可能你对事情不够了解，无法做出正确的选择。这就是我试图对过去的错误公平对待自己的原因。

努力记住“年轻的你”是什么感觉。

你为什么做出这些选择？你是否正确理解风险/回报？你对自己的无知有苏格拉底式的理解吗？

你是否有足够的经验知道某件事是一个糟糕的选择？你是否充分意识到你自己的生物学对你不利，以抵消它的错误决定？

我敢打赌，比起从你现在的生活角度粗略地看一眼过去的错误，你会更加无知和缺乏经验。我知道我是。

——孙悟空，评论《理性的男人》

* * *

新的希望

全网500本泡妞把妹书籍获取V：1534575483

在第一本书中，在《红丸的苦味》的结尾，我写道：

真相会让你自由，但它不会让真相的伤害减轻，也不会让真相变得更美丽，它当然不会免除你真相所要求的责任。人们在拔掉插头时面临的障碍之一是接受游戏强加给他们的残酷事实。其中之一就是要承担责任，意识到你长期以来习惯于相信的是舒适的理想和充满爱的期望是真正的责任。如果你愿意的话，可以称之为谎言，但有一种毫无希望的虚无主义伴随着对一个你現在被割裂的系统进行分类。这并不是因为你没有希望，而是因为你在这一点上缺乏洞察力，看不到你可以在一个新的系统中创造希望——在这个系统中，你可以更直接地控制。

当我拔下电源时，我要学的最难的一课就是扔掉“希望”。

不是真正的、内在的、个人的希望，而是我被引导相信的“希望”是一种可实现的状态——如果环境、性格、命运或女性命令所定义的其他条件以我习惯于相信的方式一致，那么女性所定义的满足就可以实现。

我非常想通过在一个我从未真正选择过的环境中定义希望（或让它为我定义）来实现理想化的状态。当我拔下插头时，我和其他人一样沮丧。我生气了。我不想认为我在根本无法实现的事情上投入了太多精力，因为我对它的理解是错误的，无论是出于目的还是出于我对它充满希望的解释。结果是两者都有。

我自己的“拔掉”是一个渐进的过程，是在经历了长期的创伤之后发生的。是的，在希望并努力将自己塑造成我认为可以实现的东西之后，意识到所有这些创伤都是徒劳的，这更令人沮丧。

直到我意识到，我被出卖的希望来自同一个从未把我的最大利益作为优先考虑的社会范式，我才放弃了它。那是艰难的一天，因为我意识到这样做会让我自己找到新的希望。当时它看起来很虚无，我不得不下定决心，不要出于自怜的心理做出选择。

我不得不让自己意识到的一个特别困难的启示是，女人的爱情观与男人的不同。这很难接受，因为我努力实现的旧希望是基于蓝丸思维的基本原则；男女共享一种相互承认、相互接受的爱的平等观念。

一旦我明白这是一种理想化而非现实，女性可以也确实深深地爱着男性，但在一种完全不同的女性特有的机会主义爱情观中，我发现我不再“希望”这种相互关系。就在那时，我抱着这样的希望：男人和女人仍然可以从自己的爱情角度真诚地相爱，而不需要双方达成共识。

我记得当时我在大学时会和一位年长的男子做过一些同侪咨询，这位男子是如何用一生的时间来取悦和满足他的前妻，以及他30多年来的第二任妻子的。从20岁出头开始，他就在充满希望的尝试中度过了自己的私人生活，试图满足、安抚和满足彼此共享的爱的状态，他相信这些女人（他唯一一次与之发生过性关系的女人）有真正的能力。

73岁（现在）的他一生都在投资于一个根本不存在的希望

- 他可以像一个男人理想地认为一个女人应该能够爱他那样被爱
- 正如他从一个以女性为中心的社会秩序中学到的所有浪漫、女性定义的爱情理想，让他信服了这么久。

这就是为什么我说男人才是真正的浪漫主义者，因为绝大多数人会用一生的时间来努力实现对男性理想化爱情的信念，从而在一个女人和那个女人身上找到满足感。人们将奉献，并用自己的生命来实现这一点。

旧希望换新希望

我希望这一切听起来对你来说不会太幸运，但这是在一种新的红丸意识范式中重新定义希望的最好例子。你可以在一个新的红丸环境中抱有希望并茁壮成长——我知道我有——但当你内化红丸真理并在红丸环境下与之共处，而不是强行将其融入你的旧的、女性定义的、蓝丸环境中时，这会更容易。我可以想象，如果我没有进行红丸过渡，并学会在其中运用这种意识，我的婚姻会是什么样子。有很多男人给“婚姻教练”每小时150美元，因为他们从来没有这样做过。

在这方面，我收到了一条很棒的评论，这条评论太好了，不能全部包括在这里：

我想我明白了！

多年来，我一直对这种“表演”的需要耿耿于怀，因为这表明了女性并不像我们所爱的那样爱我们，等等。

在我的每一段恋情中，在遇到我最终爱上的女人之前，我都在不断地锻炼自己，我会保持身材，和朋友一起出去玩，探索我的环境，学习我自己和我的音乐等等，

我会专注于成为一个好的男朋友，我会致力于提供和“成为她想要的”我认为她想要的东西，更好地说。

但这是我的尤里卡时刻，我每次回忆起的都是不开心，我每次都回忆起的是被困在里面的感觉和被困的感觉。

罗洛说我们对女性的反应是

条件反射，我们从红丸真理中得到的悲伤是行为和信仰的结果，这不是我们的天性，而是别人的行为和信仰加到我们身上的结果？

所以我想我终于明白了.....把自己放在第一位，“表演”等等的说法实际上只是一种表达方式，“你不必做别人说你该做的事情——你不必为她放弃一切，你不必停止做你喜欢和爱的事情，你也不必亲吻她的屁股”

就我而言，我放弃一切有两个原因。一个是做我认为我应该做的事情.....我听到女人说她们想要男人做什么，我母亲说男人应该做什么等等，第二个原因是不安全。我想让她爱我，我不想触礁，我害怕失去她.....所以最终我做到了。我相信，为了让我配得上她，配得上她的爱，我必须顺从她，给她她所说的她想要的，给我她所教给我的。

这就是罗洛和其他人在谈论的吗？因为我想我终于明白了。

到目前为止，在某种程度上，我已经伪造了我的比赛。我只知道不做某些事情，或者做一些我知道会让我对女人有吸引力的事情。但现在看到这一点，我不仅意识到没有什么好抱怨的——我总是更乐于为自己和自己的兴趣而努力，实际上我对不得不阻止他们感到愤怒——而且我实际上更乐于做女性希望我们做的事情，我们称之为“表演”。

在某种程度上，你在表演，就像罗洛所说的那样。如果你停下来，认为你可以休息，在很多方面，你这样做是因为你已经习惯于相信，就像我一样，你应该休息。真正的爱意味着你可以，也应该。

无论如何，也许这只是我和我的个人经历，但这对我来说是有意義的.....我认为这对我个人来说是一个巨大的启示。也许其他人有不同的想法

但这就是我在生活中看到的结果。 我感觉好多了。

取消学习

生活在红丸环境中的关键是要忘掉你对蓝丸的期望和梦想，从中找到满足感，并用基于对红丸真理的现实理解的期望和愿望来取代它们。

现在学会这一点，你永远不会在有红丸意识的蓝丸环境中获得满足或情感满足。

杀死你内心的贝塔是一项艰巨的任务，其中一部分就是抛弃一个古老的、舒适的、蓝色药丸的范例。对于许多刚拔掉电源、意识到红丸的男性来说，诱惑是他们认为自己可以利用这种新的理解来实现他们预先设定的蓝丸理想的目标状态。他们不理解的是，这些蓝丸目标状态不仅有缺陷，而且基于对如何实现这些目标的错误理解。

红色药丸意识需要一个红色药丸环境来实现。永远不要通过女性寻求情感上的满足。蓝色药丸的满足是基于女性的主要条件，蓝色药丸满足的条件。即使当男人达到了这些蓝色药丸的目标状态，那些他们习惯于认为自己应该想要的状态，他们也会发现自己对这些状态不满，并被这些状态的责任所困住。

当一个人不努力实现或保持这些蓝丸目标状态的时候，他会对自己的生活、天赋和抱负最为满意。

似乎这还不足以说服一个男人，他需要在红丸的主要背景下重新想象自己，当女性在蓝丸的背景下被呈现“完美的男人”时，她们会逐渐（有时会立即）鄙视他。正如她们的行为所证明的那样，即使是女性也不希望蓝丸完美的目标状态，因为这会让她们在红丸环境中被激发和吸引的那些原本令人兴奋、自我重要的男性停滞不前。

“女人应该永远是男人生活的补充，而不是生活的焦点。”

生活在一个蓝色药丸的环境中，希望你能够实现它根本上有缺陷的目标状态，这就要求男人让女人成为他们生活的焦点。

抛弃这种希望，明白你可以在一个新的系统中创造希望

– 你可以更直接地控制。

* * *

后记

“那么，罗罗的结局是什么？”

“通过订阅你的预防医学计划，男性可以也将保护自己不受女性权势主义的伤害。但我们最终要做的是什么呢？是不是要永远保持一种盘旋的幸福状态？我们是不是要和年长的母鸡玩游戏，然后在它们做出承诺时让它们咯咯地笑？我们只是忽视女性，除非她们年龄在27岁以下去他妈的？”

正如我在引言中提到的，本系列可能不会解决一些读者希望它解决的特定个人问题。我也理解，虽然我可以提供这个大纲，但它并没有真正深入探讨一个男人如何利用这些知识来为他特定的女人带来最大的好处。然而，我希望它能将你在一个女人身上发现的某些行为和心态，以及它们与这个轮廓的一致性或不一致性，转化为你个人经历中更容易理解的东西。这绝不是全面的，也不是为了说明每个女人的情况，而是为了帮助男人在不同阶段的期望。

这是预防医学，不是治疗任何特定疾病的方法。

试想一下，我冒昧地假设我完全知道一位60岁的读者在与绝经后妻子的私人生活中所经历的一切。我可以试一试（事实上我有一篇关于更年期的文章），但我能为他开的任何具体处方都是基于我的最佳猜测，以及我在本系列或我过去的任何工作中观察到的详细问题。

从我在SoSuave论坛上最早的帖子中，我就有男性向我要一些治疗他们病情的“药物”；一些适合他们的个性化计划。这种情绪正是PUA和庄园的原因

“自助”演讲者在研讨会上出售DVD和座位。他们声称有治愈方法。我说这是胡说八道。

我不是做治愈的生意，我是做连接点的生意。想象一下，任何PUA大师都试图强行调整他们的计划，以适应同一位60岁老人的情况。有各种自封的“婚姻教练”，他们认真地尝试补救已婚男性（缺乏）性生活，但真正的成功率是多少？它甚至是可测量的吗？即使是这些轮廓，也只是一张地图，一个诊断，男人必须根据自己的经验、生活地位和人口统计，主观地为自己修改。

你看，你的治疗方法，你的行动计划不是任何其他人的，也不是你未来儿子的，或者任何其他阅读我作品的人的。我可以给你一张地图，但你还是得自己找路。我不是你的医生，我想让你成为你的医生。

我每天所经历的完全不是大多数男人所经历的。我的性经历，我的“分数”，我18年的婚姻，以及我在职业上的所作所为，都让我与众不同，有时我在给男人提供建议时并不欣赏或考虑。

当我收到生活在我只在照片中看到过的国家的男性的电子邮件或评论时，我感到非常谦卑和肯定，尽管他们有着共同的男性经历，这强化了我所写的许多事情——但即使在这种共同性中，我也必须记住，我的处境并不是他们的。

我过去几乎每天都要穿过赌场，我会看到同样的人。不是你在拉斯维加斯的商业广告或广告中看到的那种有趣的魅力，而是真正的人，超重的人，家政服务员和餐桌服务员，老年人把他们的积蓄和社会保障花在希望自己能赢得一些重要的东西上，绝望的人和只想分散注意力的人。

我路过其中一些人，想“游戏会如何帮助这样的人？”虽然我确实相信游戏在很多层面上都是普遍有益的（主要是在两性之间，但不是唯一的），但有一点，这种进步会受到一个人的环境、他在生活中的位置以及他迄今为止的成就的限制。这是庄园里的陈词滥调

现在，但大多数男人还没有准备好吃红丸。在他们所处的环境中，红丸意识对他们来说实在是太多了，无法接受。

这种情况并不是基于年龄或特定的人口统计，但《游戏与红丸》的观点只会让一个人在他愿意接受的情况下获得自由。

游戏受到了很多误解的批评，因为无知的评论家认为游戏永远只会等同于戴着滑稽帽子的性饥渴的PUA，“那些家伙只想和尽可能多的自卑荡妇做爱。”

对他们来说，面对这种游戏要困难得多，也要自我反省得多。游戏远不止于此，它适用于人际关系、工作场所（与女性和男性）甚至家庭交易。

对于那些生活在自己的环境和环境中的人来说，这是一种可怕的前景。体育操不是大多数男人认为的那样，因为他们从来没有经历过一夫一妻制以外的任何事情，也不是大多数（贝塔）男人甚至有能力为自己实现的事情。但是，随着游戏的发展，它不仅仅是旋转盘子，或是做爱，它更具包容性。

游戏对每个人来说都是，或者应该是。

“他只想让我做爱”或“我需要确保他对我感兴趣，而不仅仅是性”是对女性的告诫，这些女性对大多数男性如何真正与女性亲密关系没有内省的兴趣。哦，当女性最终“把事情做好”时，这是一个很好的理由，但即使是借口也掩盖了大多数男性缺乏如何组织生活以适应女性的交配时间表。

绝大多数男性都遵循一种演绎但反诱惑的Beta游戏计划，即对女性的舒适、认同、熟悉和耐心，希望她们听到的女人告诉她们的是她们亲密的方式，最终会为她们找到答案。他们的Beta游戏计划实际上是为了证明他们“不仅仅是为了性”，从而达到与特定女性发生性关系的目的。

我总是觉得很讽刺，当男人告诉我，他们对女人的追求是为了证明他并不是真的想追求她。

然而，这正是大多数男子游戏的意义所在；基于女性对性别平等假设的饱和，演绎地试图进入长期的一夫一妻制，告诉他他应该对自己有所期待，以便与她的亲密兴趣保持一致。

我可以用“绥靖”这个词，但这不是大多数男人想说的。大多数男人称之为更好的男人（对她来说），比那些不愿相应调整自己的“其他男人”要好。事实上，这成为他们的骄傲点。

大多数男人，普通男人——我不是指贬义上的男人——想要一种安全感。大多数男人都是被设计的，也许是被教养的，是需要的。

可以肯定的是，男性需要不断地表现，不断地进行资格鉴定，以缓解“多夫制”。在过去和现在的某种程度上，这种表现只是他作为一个男人的一部分，不需要不断努力，但随着男性女性化的蔓延，男性越来越感到安全感的必要。

一般男性寻求的安全感根植于对自己能力的确定性的需求，以满足女性的表现标准，并最终避免女性的拒绝。

在当今以女性为中心的社会秩序中，男性不断受到男性化的嘲讽，不断被提醒自己的不足之处，并严格地习惯于质疑和怀疑任何关于男性气质应该如何定义的概念——事实上，嘲讽是任何试图客观定义男性气质的男性的第一反应。

正是这种怀疑，这种对他自身是否足以满足女性多夫欲的不断变化的本性的不断反思，正是出于这种安全感的需要。普通男人需要确信，在一个不断告诉他永远不会的社会环境中，他满足并超越了女人的先决条件，而他只是问自己这个问题

如果他真的会让他变得更不像一个男人。

普通人会寻找或创造自己的理由来缓解这种必要性。他会以他认为自己最能体现的“阿尔法”形象来创造自己的自我，或者他会采用简单的平等主义理论，告诉他女人和男人从根本上是相同的理性行动者。

他会说服自己，他不会受制于女性多夫制的反复无常或女性生活事件的某些主题日程安排，因为男性和女性比这更“进化”——但当正确的环境和正确的机会在正确的时间出现时，这种令人不安的怀疑就会显现出来，这足以让他对时间线三思。

更改编程

我在第一本书中提到，我不是一个励志演讲者。

我不是任何人的救世主，我更希望男人们成为他们想要和需要的男人，而不是罗罗·托马西的成功故事，而是他们自己的成功故事。

也就是说，让我补充一点，如果我认为生物决定论、环境和社会条件在任何人的生活中都是不可逾越的因素，我就不会写我的作品了。人们可以通过意志和决心来完成伟大的事情。如果上帝愿意，他们可以成为这些环境的主人，最重要的是他们自己的主人。

有了健康的理解、尊重和对影响自身状况的因素的意识，一个人就可以在这些因素的影响下克服并茁壮成长——但他必须首先意识到并接受自己操作和操纵的条件。

你可能无法控制他人的行为，你可能无法解释女性的多夫制，但你可以为之做好准备，你可以保护自己免受其后果的影响，你可以准备好根据这些知识做出自己有教养的决定。

你可以拔掉插头。

你可以改变你的计划，无论你的人品、年龄、过去的遗憾或现在的环境如何，你都可以过上更好的生活。

— 罗罗·托马西

* * *

附录

在出版《理性男性》之后，我收到了很多关于资源、参考资料和博客的请求，男性（和女性）可以了解更多关于庄园的信息。

由于庄园是如此分散，所以很难准确定义庄园的构成。主流媒体喜欢将其错误地描述为一些危险的边缘群体，这些厌恶女性的混蛋想在任何时候回到1950年的父权制，而他们不能忽视的人做了一些有新闻价值的事情。这些歪曲源于对易于消化的新闻报道的需要，但事实上，这些歪曲的根源在于庄园所涵盖的范围之广。

“庄园”，因为没有更好的术语，是一个非常广泛的博客、论坛和男性问题网站联合体，致力于质疑和挑战女性社会首要地位的理想，同时提高人们对这些理想引发的社会变革如何对男性产生不利影响的认识。不用说，这些理想的应用可以非常具体地针对每个人的情况。

然而，庄园还包括红丸/游戏和PUA理论和实践资源，其更直接的目的是教育男性了解他们在当代社会中受到的社会和心理影响。

我这样描述了游戏：从根本上来讲，游戏是基于心理学和社会学原理对生活技能进行的一系列行为调整，以促进两性之间的两性关系。我意识到这是一句话，但区分红丸理论和游戏实践是很重要的。据我估计，游戏应用了红丸意识。

我的立场也是，男性需要有一个基本的红丸意识，意识到他们在女性初级社会秩序中所面临的条件，如

以及男女关系的心理和生物学基础如何影响社会秩序和男性自身。

在庄园里有很多东西需要筛选，而风险就变成了男人陷入特定问题的泥沼，这些问题与他们自己的自我投资一致，或者似乎可以缓解他们可能受到的特殊伤害。正如我在本书的“复仇”一节中所提到的那样，固执于追求平衡的欲望，或是对女性权势的一个单独方面发起个人讨伐，往往会阻碍男人真正的红丸意识和发展。

考虑到这一点，我将详细介绍一些在线资源，我认为最适合定义红丸的观点。我支持这些网站，但也要记住，每个网站都有自己的利基和利弊。

理性的男性 <http://therationalmale.com/>

当然，我会从我自己的博客开始。如果你正在读这本书，你已经对我出版的内容有了初步的了解。你刚刚读到的许多文章都是我博客文章的（编辑和删节）版本。我喜欢尽可能保持客观，知道这不是真的可能，但（据我所知）我经营着庄园里唯一一个真正无动于衷的评论论坛。

如果我有一个使命宣言，那就是一个想法的强项和优点能够被证明的唯一方式就是在公开演讲的坩埚中。这就是我在《理性男性》中努力提供的。

车顶V <http://rooshv.com>

我经常引用鲁什的话，因为他对女性心理的洞察力和经验是庄园中最准确的。事实上，如果你不承认鲁什对庄园的贡献，你就无法真正提到庄园本身。他的指纹在每件事上都有。

Roosh名义上是PUA，因为他在南美、北欧和东欧进行了长达十年的长途跋涉，发现了他所在国家约会和交配环境的文化细节

访问。在一些圈子里，这一点和他的直言不讳让他在主流社会中的名声不那么耀眼，但从红丸的角度来看，他的相关经历是无价的。

赫蒂斯特城堡——罗西 <http://heartiste.wordpress.com>

罗西，现在的赫蒂斯特城堡的原主人，是现代庄园无可争辩的教父。他对游戏的揭示以及游戏作品的心理社会基础，构成了十年来红丸意识的百科全书式支柱。

他和他的博主群体并不是最容易接触的，有时会在社会和政治上偏离正轨，但他早期的文章是当前每个庄园博主的参考点。没有比罗西更多产的红丸作家了。

红丸-subreddit <http://reddit.com/r/TheRedPill/>

在我写这篇文章时，Red Pill subreddit (TRP) 的订户正迅速接近10万，这是有充分理由的；它很容易成为网上讨论红丸的最佳仓库。关注红丸/游戏主题以及影响和影响红丸意识和应用的时事是很好的调节。

我对这个论坛赞不绝口。在很短的时间内，TRP已经成为了红丸思想的中心，它不仅限于PUA技术，还涵盖了各种红丸外联和子域（已婚男性红丸等）。它的迅速流行是这种意识正在增长的有力迹象。

Dallock公司 <https://dalrock.wordpress.com/>

一位幸福的已婚父亲对后女权主义世界的思考。

我不特别关注《理性男性》中的宗教话题，除非宗教的某些方面与红丸相关的两性关系直接相关。这是因为，如果我这么做了，它可能会非常接近于阅读达尔洛克五年来在自己的博客上发布的内容。

如果你对红丸的“道德”有宗教保留，戴洛克最擅长在宗教背景下处理这种意识。他的博客是我称之为克里斯托庄园的最佳博客。在现代婚姻和离婚趋势及其社会影响方面，他也是一位精湛的、经过充分研究的统计学家。我强烈推荐他给任何发现红丹的基督徒。

SoSuave Discussion
ForumSoSuave讨论论坛

<http://www.sosuave.net/forum/index.php>

SoSuave论坛是我最早的红丸想法的孵化器。我自己的大部分正式意识都归功于成熟男性董事会多年来的讨论。虽然我仍然是这个委员会的版主，但自从我的博客发布以来，我的参与度就下降了。然而，如果你有兴趣阅读我最早的红丸想法，只需搜索“Rollo Tomassi”的基本成员名称，你就可以看到这一切是如何开始的。

尽管如此，SoSuave仍然是红丸、游戏和男性问题讨论的大熔炉。此外，如果你是一个刚刚发现这本书的青少年，那么SoSuave上的高中论坛对你来说是一个很好的资源。

* * *

[词汇表](#)

红丸/游戏中间性意识社区的一个方面往往会让最先发现它的男性感到困惑，那就是我们使用的术语和缩略语。我试图在这本书的内容中加入这些首字母缩略词的长篇版本，但这仍然不能解释更大的社区所使用的许多沙文。

我将在这里展示一个术语表，但重要的是要理解，无论好坏，这些术语都是更抽象概念的相对占位符。即使是《红丸》，也不能很好地替代对两性关系的真实性质和相互作用的意识形态意识，但它可以作为这种意识的相对名称。当我们想到把它与觉醒真相联系起来时，我们就会明白，而《黑客帝国》电影中的“红色药丸”时刻就是一个有用的联想。

早在我的博客创立之前，在庄园发展初期，就需要术语来描述“社区”中发展的更抽象的概念。这些类比和术语中的一些至今仍然存在于庄园中，另一些已经演变成更有用的抽象；阿尔法寡妇（Alpha Widows）、多夫制（Hypergamy）（本质上是多夫制）、女性强制，甚至游戏都是既定术语或类比的例子，用于理解抽象。其中还包括男人是阿尔法和贝塔的概念。

Alpha和Beta

我没有将这两个术语列入词汇表，因为我认为这本书和我的前一本书的内容已经充分描述了我对这两个词汇的定义，但我将在这里简要阐述它们。

我需要谈谈我认为关于Alpha这个词最常见的令人毛骨悚然的观点的基础。

男性使用红丸最常见的脱节之一是

第一次是将阿尔法一词等同于描述狮子、狼或银背大猩猩交配习性的用法。当你用字面词源学术语简单地定义“阿尔法男性”时，很容易嘲笑或简单地否定一个有效但令人不安的红丸真理。

这是蓝丸人声称他们对红丸的第一次抵抗。他们理解和使用抽象的蓝丸概念并没有问题，他们自己是自我投资的，但用令人不安的红丸真理挑战这一信念-范式，他们的第一个办法是顽固地定义阿尔法（以及Hypergamy），尽可能狭隘、二元和字面意义。

紫色药丸

下一个最常见的误解来自将阿尔法和贝塔的抽象与男性和女性特征混为一谈。在这种（通常是吃的）误导中，阿尔法或贝塔的概念变成了男性或女性的同义词。这是阿尔法和贝塔的个人基础，许多紫色药丸倡导者（真正的蓝色药丸辩护者）舒适地为他们重新定义自己，以适应他们的身份。

这种紫色药丸的融合真的只是对卡尔·荣格（Carl Jung）的诅咒（anima&animus）的安慰——如果一个完整的男人是阿尔法（Alpha）和贝塔（Beta）的混合体，男性化和女性化，那么他的“贝塔”的所有最坏的方面都不可能是坏的，他将真正意义上的完全雌雄同体重新解释为“最佳平衡”。

不幸的是，正如Blue Pill男性稍后将证明的那样，女性期望在男性身上找到其配对平衡，而不是在同一个男性身上实现两者的平等理想化。因此，在边缘层面上，女性期望男性成为男性。

这是平均主义思想的使命之一；在两个独立的人身上，男性和女性方面的个体化、平等的平衡应该取代男性和女性属性的自然互补相互依赖，人类进化成一对平衡。

紫色药丸的节制真正等同于21世纪回到20世纪女性化的模因“男人需要接触她们女性的一面”.....否则就会面临女性拒绝的风险。 60多年的性革命后社会工程已经证明了这一概念的严重失败。

他们没能理解的是，阿尔法思维与男性特质没有明确的联系。 根据我们在生活的许多方面对他们的认知，我们会将许多功能强大、男性化的男性描述为阿尔法，但他们却在如何与女性互动和顺从女性方面卑鄙地向贝塔斯求情。

无论这种脱节是由于博学、贝塔对女性的尊重（白衣骑士），还是由于内心对被拒绝的恐惧，抑或仅仅是女性天生的倾向，都不是问题所在；重要的是，阿尔法的抽象并不是与男性的绝对明确联系。

同样，Beta属性也不是天生的女性。 正如在庄园里无限讨论的那样，80%以上的现代男性已经习惯于（或以其他方式）为自己和尽可能多的其他男性树立和推广女性化的、主要的、支持性的贝塔角色。

贝塔心态与其说是采用女性心态，不如说是尊重和支持女性的首要世界观。

紫色药丸（淡化红色药丸）意识形态的倡导者想要将Alpha=男性化，贝塔=女性气质是因为她们所拥有的“接触你女性的一面”贝塔属性可以更容易地被描述为“真正的”阿尔法，如果这有助于她们成为更容易被男性接受的男性，她们误以为女性会被吸引（如果不是直接被吸引的话）。

缩写词和术语

该列表中的许多术语在第一本书《理性男性》中有了更详细的抽象描述，其他术语可以通过

在我的博客上进行简单的搜索，但我在这里展示它们是为了方便新读者。

阿尔法寡妇-以前与阿尔法男性有过亲密关系的女性（通常是后墙）。这种经历往往会发展成一种情结，在这种情结中，一个女人渴望并将她后来的所有情人和/或丈夫与情人设定的阿尔法先例进行比较。

AMOG-阿尔法男性组。

AF/BB-阿尔法操/贝塔雄鹿的缩写，是女性多夫制支配的蒸馏性策略

AFC——平均失意的失意。（也称为beta）

ASD-反荡妇辩护。对性不确定的人会使用阻挠或拖延行动来合理化她对追求者的性犹豫。

AWALT-所有的女人都是这样的。

蓝色药丸——来自《黑客帝国》电影及其续集。符合社会期望的道路；对女性初级社会秩序所产生的问题一无所知的状态，以及对由此引发的中间性动力的无知。

结束-互动的高潮。通常在靠近类型的指示之前，例如f-close（完全靠近或他妈的靠近，互动导致性行为）、k-close（亲吻）、#close（接收电话#）。

DT，或黑暗三合会-三种性格特征的组合：自恋、马基雅维利主义和精神病。

DHV——展示更高的价值，明显地确立任何能提高你在他人眼中的性市场价值观的东西。

DLV-显示较低值。

恐怖游戏-来自理性男性。通过公开邀请其他女性的关注，有意或无意地在LTR中煽动嫉妒。软恐惧类似，但不太开放。对于Soft Dread，注意力是间接的

随意的，由第三方主动生成的。创造女性注意力的可能性往往足以产生可怕的焦虑。（如果你拥有一个很棒的身体，她知道其他女性会觉得自己很有魅力，而不必看到其他女性表现出兴趣。）使用Dread的目的是让目标（妻子、女朋友、盘子）加紧游戏，与其他感兴趣的女性竞争。

FR——现场报告。

框架-感知人际动态的心理环境。保持帧通常被认为是Alpha行为的最重要方面。参见《理性男性》中托马西的铁律#1

游戏——游戏是基于心理学和社会学原理对生活技能进行的一系列行为调整，以促进性别间的两性关系。

仓鼠口语用来描述女性合理化的方式，以解决心理不协调和避免认知失调。允许女性说一件事，做另一件事的核心机制。

HB-热门宝贝（通常后面跟着一个数字，表示1-10级的排名）。

Incel-非自愿独身。一个想上床但不能的男人。IOI——意向书。

LDR-长距离关系

LJBF-让我们做朋友（见轨道飞行器）

LMR-最后一分钟的抵抗。

LTR——长期关系。

Manosphere-由MRA、MGTOW、PUA等和任何红丸相关人员/团体运营和/或阅读的博客、留言板和其他网站的松散集合。

MGTOW——男人我行我素；越来越多的男性在现代性市场中的参与度不断下降。

MRA——男子权利活动家。

MRM——男权运动。

轨道飞行器-也称为Beta轨道飞行器。一个贝塔男人，接受了一个女孩“做朋友”的提议。他会一直在她身边，并在她提出要求时不断验证她。也被称为“朋友区”。她会让他留在身边，因为他会为她做任何事情，并提供验证，给他一些小暗示，表明他最终可能会赢得她的爱，但他永远不会。轨道器状态的典型标志：对Facebook新照片的点赞和评论。当女孩和男朋友有问题的时候，去找他。也称为情感泰邦。

盘子-与你处于非排他性关系的女人。旋转印版是多个非排他性关系同时工作的行为。板块理论可以在《理性男性》中找到。

预选——认为女性更容易被那些已经有其他女性兴趣或社会对其地位的广泛认可的男性所吸引。这有助于女性通过确认其他女性对男性的评价，来评估男性的SMV。

PUA-皮卡艺人。

屎测试，或健康测试-由女性发起（潜意识或故意）的一种陈述、问题或社会困境，以评估男性的阿尔法反射特征。

SMV-性市场价值。 SMP—

—性市场。

墙——见墙——理性的男性。女性生活中的一个阶段，她的自我和自我评估的性市场价值超过了她的实际性市场价值；真正SMV下降的开始。当女性意识到

与男性的性行为是暂时的，他们的容貌正在消退。这通常会导致先是否认，然后突然改变寻找丈夫的优先顺序。即使在撞墙之后，许多女性也会浪费更多宝贵的时间，用alphas测试自己的SMV，以进行复查，希望自己感觉到的下降是一种侥幸，这会让她更加痛苦，因为她最终不得不接受比以前更糟糕的测试，因为她浪费了青春。

白色骑士——请参见《进入白色骑士——理性男性》。（1）一个“拯救”一个或多个女人的男人，他反射性地、情绪化地，没有思考，甚至没有看情况；（2）一个当权的人，在没有真正的司法洞察力的情况下，在其立法行动、判决或裁决中，出于本能和情感的驱使下，默认为“女性强制”。

信用

基本定义归功于The Red Pill subreddit。（第31页）月

经周期插图Wikimedia Commons

（第97页）美国老年人的分手导致了“灰色”离婚趋势

2014年2月24日 [http://www.npr.org/2014/02/24/282105022/older- 美国人的分手——使用灰色的反暴力趋势](http://www.npr.org/2014/02/24/282105022/older-美国人的分手——使用灰色的反暴力趋势)

（第142页）没有人能娶到他们有史以来最好的女人——詹妮弗·赖特，2012年11月25日《纽约邮报》 [http://nypost.com/2012/11/25/nobody-marries- 他们有史以来最好的性爱/](http://nypost.com/2012/11/25/nobody-marries-他们有史以来最好的性爱/)

（第143页）《华盛顿邮报》——专栏作家卡罗琳·哈克斯 http://www.washingtonpost.com/lifestyle/style/carolyn-hax/2014/04/18/898e82ce-b9bb-11e3-9a05-c739f29ccb08_story.html

###

目录

21	第21册
23	第一章理解多夫制23
37	第二章预防医学第一部分37
53	第三章预防医学第二部分53
72	第四章预防医学第三部分72
85	第五章预防医学第四部分85
97	第六章爱的层次97
111	第七章调节111
127	第八章开放式多夫制127
139	第九章第二册支持工程139
194	第十章新希望194