
目录

大卫篇	1
【解读 PUA】自大搞笑男人大卫·迪安杰罗	1
【解读 PUA】大卫的成名绝招“骄傲风趣法”	2
【解读 PUA】大卫：暧昧的艺术	4
【解读 PUA】大卫：通过女人的测试	5
【解读 PUA】大卫：巧妙回答尴尬问题	6
【解读 PUA】大卫：让她觉得你出人意料	7
【解读 PUA】大卫：不要当苍蝇	7
【解读 PUA】大卫：克服不安全感 and 需求感	8
【解读 PUA】大卫：成为肢体语言专家	8
迷男篇	1
【解读 PUA】把妹魔术师迷男	1
【解读 PUA】迷男方法：许多人不知道，这个游戏是线性的	1
【解读 PUA】迷男方法：假性时间限制	2
【解读 PUA】迷男方法：灌装材料和惯例	2
【解读 PUA】迷男方法：否定	3
【解读 PUA】迷男方法：孔雀理论	4
【解读 PUA】迷男方法：猫绳理论	5
【解读 PUA】迷男方法：间接开场	5
【解读 PUA】迷男方法：假性失格（false disqualifier）	6
【解读 PUA】迷男方法：三秒法则	6
【解读 PUA】迷男方法：社交认证	7
【解读 PUA】迷男方法：让女孩投资	7
【解读 PUA】迷男方法：奖罚分明	7

【解读 PUA】迷男方法：筛选	8
【解读 PUA】迷男方法：展示高度价值（DHV）	8
【解读 PUA】迷男方法：赋格	9
【解读 PUA】迷男方法：进挪升高	9
【解读 PUA】迷男方法：服从性测试	10
【解读 PUA】迷男方法：框架游戏	10
【解读 PUA】迷男方法：同谋意识	10
【解读 PUA】迷男方法：敏感面	11
【解读 PUA】迷男方法：合理的推诿	11
【解读 PUA】迷男方法：勇敢行动	12
【解读 PUA】迷男方法：坚持到底	12
【解读 PUA】迷男方法：一致性测试	13

前言

在约会学的舞台上，闪耀着许多明星。国外有大卫·迪安杰罗、迷男、型男、杂耍人、摇摆猫、罗斯·杰弗瑞，台湾有郑匡宇，大陆有魔鬼、冷爱、小狗。他们或自成一派，或集各家所长，或天生好手，或后天习得。他们是无数宅男崇拜模仿的偶像，也是宅男改变自己实现成功的希望。他们有一个共同的名字叫做 PUA，台湾《把妹达人》(The Game) 里翻译做“把妹达人”。

当年我也受到西方 PUA 思想的激励，开始系统学习约会学，并笨手笨脚开始实践，幻想着自己成为大卫和迷男那样的把妹达人。到今天，我还没有成为理想中的把妹达人。但我已经告别了孤单痛苦的宅男时代，可以拥有女人，拥有快乐自由的生活。

模仿是人类学习的主流方式。我们通过模仿学会走路，通过模仿学会说话。每次在培训班上，我看到有些学员在模仿我的话术，模仿我的肢体语言，甚至模仿我的摇头晃脑和直挺着腰。我走路挺着腰是因为我有腰疼病。模仿的最大问题在于，一不小心就不分好坏全盘接受了。

偶像崇拜对于人有巨大的激励作用。偶像是学习的另一个捷径，每个打篮球的孩子心中都有一个乔丹。总有一天，你会发现偶像也很普通，你自己也会成为偶像。正如马克思所说：“你觉得伟人伟大是因为你跪着，站起来吧！”

寒江雪
2010.04.15

大卫篇

【解读 PUA】自大搞笑男人大卫·迪安杰罗

大卫·迪安杰罗是我接触最早的把妹达人（PUA）。我接触整个 PUA 文化，都是从大卫·迪安杰罗开始的。为了买他的那本《约会倍增术》（Double Your Dating）我用信用卡汇款过美元，那可是 24 美元，后来由于技术原因汇款未遂，哈哈。

大卫本来的职业身份是地产经纪人，好像还懂得股票投资。他的理论里头有很多营销学的痕迹。比如大卫打过一个比方，一个好的推销员会把客户的拒绝视作客户没有听懂，需要更多更详细的介绍；所以一个女孩拒绝你，也只是表明她希望你更多更好地展示你自己。

大卫的理论里边也有很多 NLP（神经语言程序）的东西。那个时候是我第一次接触 NLP，觉得好神秘，也貌似是很强大的心法！《约会倍增术》里边有一段描写：让你想象自己的身体变成许多许多份，漂浮散落在身体周围和过去未来……这是 NLP 时间线的自我催眠疗法。事实上，不仅仅大卫，当时所有的把妹达人都受 NLP 的影响，只有迷男（Mystery）是个例外。因为 PUA 有个最早的流派叫做快速引诱就是基于催眠方法的，代表人物是罗斯·杰弗瑞（Ross Jeffries），随后他的学生把快速引诱做了很多改进和发展。

大卫的理论核心是吸引力。“吸引力是情不自禁的！” Attraction isn't a choice！如果没有吸引力，你对女孩再好也没用。如果有吸引力，你赶女孩走她也不走。大卫给出的产生吸引力的要素有六个，有钱、有名、长得帅、个性等等，大卫认为短期能够改变的只有人格魅力。大卫还有一个理论核心，是和吸引力对应的，就是不要太老实——Don't be 苍蝇！不要对女孩那么好，不要拍女孩马屁，不要给女孩送花送礼物，不要整天给女孩打电话。

吸引女孩的人格魅力有很多种，最重要的几点是自信、控制力、幽默。

大卫成名的绝招是“骄傲风趣法”（Cocky & Funny），一种既自大又搞笑的态度。比如对女孩说：“你不要这样色迷迷地看着我，我讨厌女人把我当成肉。”或者女孩说：“你太自大了！”大卫会说：“是吗？我知道你喜欢我这样。”

大卫的骄傲风趣法太有名，导致很多人把大卫当作只有骄傲风趣法了。其实大卫的理论是很丰富的，大卫的培训课程上会请来许多圈内有名的 PUA 来客串讲课，包括在中国大陆人人知道的迷男。

大卫理论几个让人印象最深的地方：

- 女人是不可理喻的；
- 吸引力是情不自禁的；
- 不要太老实；
- 肢体语言；
- 骄傲风趣法；
- 女人对关系的分类；
- 女人的测试；
- 不要直接回答女人的问题；
- 接吻测试。

在以后的连载中，会陆续讨论到大卫的这些方法和技巧。

（未完待续）

【解读 PUA】大卫的成名绝招“骄傲风趣法”

骄傲风趣法是大卫·迪安杰罗最重要最特色的技巧之一。掌握了这个技巧，你就是大卫的弟子了。

★中英对照

骄傲风趣法是台湾版《把妹达人》(The Game)里的译法，这个翻译很贴切，当初我一直不知道该怎么翻译好。骄傲风趣法——Cocky & Funny。Cocky 自大，Funny 搞笑，直白理解就是又自大又搞笑。

★词源

骄傲风趣法的来历，出自《约会倍增术》(Double Your Dating)，不很清楚为什么大家把这个技巧作为大卫的招牌绝技，大卫的理论体系中融合了非常多其他达人的技巧。据《约会倍增术》中大卫讲，这个技巧是从一个朋友身上学到的，他观察到这个朋友在女人面前不停地开女人玩笑，甚至嘲弄女人，女人却很喜欢他。(我到现在都不知道他说的这个朋友是谁，Will 还是 Craig？有谁知道请告诉我。)

★定义

这里就讲讲我的把妹诀窍：我表现自大和风趣，我偷用她们的台词，和她们调情。一直重复这些，甚至不给她们喘息的机会。

我想描述一下我培养出来的现在的个性：

“我知道那个女孩想搭讪我……我会欲擒故纵，和她开玩笑，对她冷淡，有机会就揶揄（音耶于）她、取消她，我知道当她喜欢上一个总在挖苦她的男人时，她会变得紧张。我保持分寸和火候，让她一直在这种心态下。当她开始表现出明显的兴趣时，我试图让她证明她需要我。所以我就可以再拒绝她了。”

——《约会倍增术》(Double Your Dating)

★理论

大卫认为女人喜欢自信、甚至自大一点的男人，但太自大就显得粗鲁冒犯，如果加入幽默搞笑的元素，女人就不会觉得过分。

简单来说，骄傲风趣法分为两种用法，一种是夸耀自己，如自夸、自恋、臭美，另一种是贬损对方，如挖苦、亏损、奚落。

分别举例，自恋的例子：“今天酒吧人好多啊，难道大家知道我今天要来？”“哎呀，不小心又有个美女要爱上我了，偷偷瞄我好几眼了。”“今天你是不是又想我了，害我打好多喷嚏。”

亏损对方的例子：“美女！……你不要误解，我是出于礼貌，对女孩我都这么叫。”“你在上学吗？……哦，成年了吗？他们怎么老是把未成年人放进来酒吧。”“别摸我，我看到你刚抠过鼻屎。”

我分析，骄傲风趣法奏效的原因在于，

(1) 它是幽默。幽默本身就好玩，避免了无聊。

(2) 它传达了自信和自大。女人确实喜欢自大的男人。特别是漂亮女人更喜欢拽一点的男人。

(3) 它是一种调情。有一种湿乎乎黏糊糊的感觉在里边，区别于干巴巴的普通聊天。事实上，骄傲风趣法有另外一个名字，叫做调戏搞笑法 (flirty funny)。我曾经把它翻译为“打情骂俏”。

(4) 它是一种装熟。只有好朋友之间才开比较过火的玩笑，陌生人之间说话总是客客气气的。

(5) 它暗示了女追男的框架，也就是摇摆猫奖品的概念。骄傲风趣法的出发点总是假设这个女孩想泡我，我要欲擒故纵显得没那么好泡到。

从以上五点来看，这个技巧具有强大杀伤力！

★实例

典型的骄傲风趣法的例子，

“我会在酒吧站在女人身边，转过去严肃地对她说，‘你可以不要碰着我吗？’然后望着她的眼睛。或者说：‘你到底来酒吧做什么？难道你连一个勉勉强强的男人都泡不到吗？还是你太饥渴了？’”

讲这些话的时候都是用一种超严肃的表情。”

——《约会倍增术》(Double Your Dating)

★验证

我个人很喜欢大卫的骄傲风趣法，很符合我个人的风格。经过本人的验证，骄傲风趣法在酒吧里非常好用，因为那里的现场气氛很热烈。对于已经比较熟悉的女孩也很合适。对于陌生的女孩，还有大街上搭讪时慎重使用这个技巧，有些女孩会误解你为粗鲁过分，甚至把你当作流氓。

在酒吧里，我用过的骄傲风趣法的例子，

如果一个女孩在看我，我会过去对她说：“你为什么含情脉脉地看着我……”

如果跳舞时候女孩碰到我，我会讲：“不要以为你屁股大，我撞不过你！”然后她会用力拿屁股撞我。我还爱用的一个开场：“你有没有觉得我有点眼熟？”女孩看看我说：“不觉得。”我继续说：“再仔细看看，不要因为我太帅不好意思看我。”

★建议

骄傲风趣法受到的最广泛的批评是，它很可能用得太过火把女人吓跑。我自己也犯过很多次这样的错误。需要小心拿捏分寸，开玩笑又不要伤到人，并且在现场根据气氛和对方性格调整火候。

但也不要因为吓跑了一两个女人就放弃这个技巧。没有什么技巧是完美的，没有哪种人是所有人都喜欢的。如果你害怕吓跑女人，你将得不到一个女人；如果你害怕犯错误，你将一事无成。

除了以上建议，施展骄傲风趣法还有几个诀窍，

(1) 学女人。偷女人台词，以彼之道还施彼身。女人爱讲什么，女人爱怎么做，把它抢在女人之前用在她们身上。比如女人爱讲：“不要这么快，我们才刚认识。”“不要动手动脚的！”“你怎么这么色。”可以把这些话先讲给女人听。

(2) 学 AFC。模仿那些拍女人马屁的男人的样子，这种男人大卫叫做 wussy (勉强翻译做苍蝇吧)。观察苍蝇怎么做的：“你是我见过的最漂亮的美女。”“我可以请你吃饭吗，不知道你有没有时间？”用夸张的语调把这些模仿出来，女人会笑痛肚皮。

★对比

大卫的骄傲风趣法 V.S 迷男的狙击枪否定

前面讲过骄傲风趣法有两种用法，一种是夸耀自己，一种是贬损对方。贬损对方的这种用法和迷男的狙击枪否定基本一致。

否定是迷男的必杀技，狙击枪否定是三种否定中的一种。迷男的狙击枪否定的定义：

狙击枪否定直接用于目标身上，她是唯一听见的人。例如暗示她最好赶快擦鼻子、有眼屎、手掌太多汗，或在讲话时口水喷到你脸上……而且你觉得很恶心。重点是让她真的相信自己作了展示低价值 (demonstration of lower value, DLV) 的事。这会让她不好意思，让她怀疑你是否对她还有好印象。你使出狙击枪否定之后可以看着别人、暂停对话或用其他无兴趣指标。为什么？她出糗之后会特别容易接受随后的赞美。即使只用肢体语言显示轻微的缺乏兴趣，都能激起她赢得你认同与赞赏的强烈欲望。

——摘自《迷男方法》

迷男的狙击枪否定的例子：

“你有眼屎”、“你的口水喷到我了”、“面纸在这里”。

——摘自《迷男方法》

大卫的骄傲风趣法 V.S. 摇摆猫的推拉

骄傲风趣法和摇摆猫的推拉也很像。

推拉是摇摆猫的必杀技。大部分人只知道恭维、赞美女孩，摇摆猫提出要适当地推开她。

推绝对不是让你挖苦女孩，或者拒绝她（这些都会表示出你完全不接受她）。相反，推应该是 (1) 暗示可能不会接受她（暗示你可能不会选择她），(2) 暂时拒绝或者不接受她（暂时不选择她），(3) 从一方面或者因为一些行为，拒绝或不接受她（你不会选择她的某些方面）。

实际的例子，

我向女人暗示，我们可以约会。如果她上钩了，也就是说，她提议我们约会，我会说：“我觉得你最好别认为我们之间有什么。你知道，我不想伤害我们之间的友谊。”或者“你不觉得这太快了点吗，我们才刚刚认识，你就想约我出去了。这有点不妥”。

——《现实世界诱惑术》(Swingcat's Guide to Real World Seduction)

★作业

认真完成以下四个任务：

- (1) 找到生活中有朋友用骄傲风趣法的例子。我大学时候同宿舍一个同学很擅长这个。
- (2) 想出一个自大型骄傲风趣法的例子。把它寄给寒江雪，我会做点评和改进建议。
- (3) 想出一个贬损型骄傲风趣法的例子。把它寄给寒江雪，我会做点评和改进建议。
- (4) 找一个女孩对她使用骄傲风趣法，只当作练习，不用计较结果。实在没有时间去酒吧或大街上搭讪陌生女孩，可以打电话给某个认识的女孩。

【解读 PUA】大卫：暧昧的艺术

上一次解读了大卫的招牌技巧，骄傲风趣法。你有没有到现场去试验呢？一个技巧不去练习是无法掌握的。

今天介绍另一个厉害的技巧——玩暧昧，sending mixed signals。

★定义与实例

这里所说的暧昧并不是暧昧不清的意思，而是一种混合信号，让女孩觉得搞不清楚又好玩。

让我们直接从实例开始吧，大卫自己的例子：

一次我新认识一个女孩，当一起走进车内时我会牵起她的手，握住几秒然后放开，说“我们不应该这么早就牵手”，就好像牵手是她的主意一样。然后在吃午饭时，我向她伸出手、示意她来牵住我，但在她伸手出来的时候我把手收回了，甚至不让她碰到我。然后再这么做，当她伸手时立刻收回我的手，再和她开玩笑说，“别这样……”

最后那餐饭吃完后，我再伸手时她就不会来试图牵我的手了，因为我拿这个挑逗她太多次了。我就直接抓起她的手，握住、抚摸。这又是在继续调情。直到她投降求饶，我才把她的手松开。

之后，当我再抱她时，她开始吻我的脸颊和脖子，我抱怨她亲吻得太多了。（这次确实是在勾引我，是她主动。）明白我的要点了吗？我做一些事（比如握她的手）然后抱怨她不该这么做（“不应该这么早就牵手”）。

这种行为被称为暧昧或者调情，男人无法理解其中的作用，但对女人来说却具有魔力。

——《约会倍增术》

★理论

玩暧昧就是想做什么事情的时候，不直接去表达，反而用相反的表达。这也是一种幽默技巧。比如吃饭的时候，你很喜欢吃牛肉，你可以说：“怎么可以点牛肉，你们不知道我最近开始吃斋吃素了吗？罪过罪过！”边这样说边大块地夹牛肉往嘴里塞。

玩暧昧的要点是告诉女人这个样子，事实上却不这么做；口头语言上推，肢体语言上拉。

大卫常对女孩说“让我们做好朋友吧！”又在肢体上进挪，牵手、亲吻。宅男(AFC)的做法是：“做我女朋友吧！”然后去牵手。这样就不那么好玩了。

★验证

骄傲风趣法和玩暧昧能让谈话充满调情意味，我喜欢这些技巧。

讲一个实例，有一次我邀约一个女孩的时候，她说：“我有男朋友了，你找别人吧！”我说：“我只是想找个老乡说说话，你想哪里去了。我们是普通朋友。”（我们两个是老乡。）吃完饭，走在路边，我拉起女孩的手。她把我甩掉：“普通朋友就是这个样子的吗？普通朋友走路要拉手的吗？”我看

到她虽然在拒绝我，但是眼角带笑。我就死皮赖脸地说：“对啊！朋友之间就是要亲密无间啊，逛街当然要拉手了。而且我们之间什么也没有，为什么不能拉手。”

然后又是搂腰，再然后……大家都知道了。

在酒吧里的例子，和女孩跳舞的时候，我对她说：“不要对我太亲热，被我女朋友看到她会吃醋的。”女孩白我一眼，推我胳膊一把。我继续调情：“又吃我豆腐。我女朋友真的很小气的。”说完这些，我继续夸张地跳舞，然后搂女孩的腰。她变得很兴奋。

★建议

各种调情技巧都建立在对方对你有一定好感的基础上，没有好感做基础，这些做法会被视为耍流氓。

★对比

大卫的暧昧 V.S. 摇摆猫的推拉

两个技巧有点像，但侧重点不同。

暧昧侧重于前后、内外、言行表达的不一致，制造意外、不可预测感。

推拉侧重于控制对方情绪上的起伏，如先打压后恭维。

★作业

完成下面任务，告诉我你试验的结果：

- (1) 回想认识的某个朋友是怎么和女孩玩暧昧的；
- (2) 约一个女孩，告诉她你只把她当普通朋友，或者只把她当小妹妹，然后进挪，牵手或亲吻。

【解读 PUA】大卫：通过女人的测试

这是大卫讲的很重要的一个概念，women's test。开始我很费解这个概念，后来读过《把妹达人》和《迷男方法》之后，知道这里讲的是废物测试（shit test）。

★定义

女人在追寻什么？

……对女人来说最首要的，是他们需要有控制力的男人……

你应该思考这样一个问题，如果你是女人，你想测试男人是否具有这种控制力，你会怎样做？

……女人想测试我们，不是通过直接发问，而是试图挑战我们的框架来测试我们是否还保持着控制力。

——《约会倍增术》

女人会一直逼近进行测试，直到她们摸清你的底限为止。如果她们逼近时感到了抗拒，才有可能觉得跟你在一起有安全感。这就是她想要的。如果她感受不到抗拒，那么她会继续试探，最后把你踩在地上，再到别的地方寻求挑战。

如果女人可以把你踩在地上，当然无法尊重你。她会有些失望，但也会觉得确认了女性的权力，感觉很爽，甚至可能用正面强化奖赏你的顺从。乖狗狗。

这里的教训是，赞美一个女人并不表示比较有机会跟她上床。当男人对她曲意奉承，女人或许喜欢自信满满的感觉——但她几乎不可能跟这些男人上床。

——《迷男方法》

废物测试：女人问你问题、下命令、或者故意顶嘴，以此来测试这个男人是否足够强大可以做男朋友或性伙伴。如果他只从表面理解这些问题、命令或批评，他就在测试中失败并会失去机会。废物测试的例子包括，告诉男人太老了或太小了，或者让男人为她做事。

——The Game（《把妹达人》）

★分析

废物测试是一个很西方化的概念。我一直在找汉语里头最合适的对应词汇，很遗憾没有找到，只有一些类似的说法，如试探、衡量。根据我个人的体会，中国女孩的废物测试较少，高分美女的废物测试更多一些。越高分的女人越喜欢控制力强的男人，也就是很拽的男人。

控制力是另外一个很西方化的概念。在西方文化中，控制是很普遍很重要的概念。汉语里头对应的词汇也很难找，只能告诉你有点接近的说法“像个男人”。

总结起来，女人想要的男人最基本的一点，就是要像个男人。她会用各种方法来测试你是否像个男人。

★理论

大卫对女人测试的建议

(1) 永远不直接回答女孩的问题，除非答案是“不!”

(2) 当她抱怨不喜欢什么，你做得更过分。比如她说：“好讨厌你抽烟。”你就带着坏笑把把烟气喷到她脸上。

(3) 女人不断测试你的服从性，你一旦服从她就会离开你。女人喜欢挑战。

(4) 不要服从女人的命令。例如女人说：“吻我。”你说：“不!”

圈内应对废物测试普遍的方式是忽略和幽默调侃。

★实例

女孩说：“给我买酒。”你可以说：“坏女孩才会刚认识男人就让男人买酒。”

女孩说：“你几岁了，年纪这么大还出来泡妞。”你可以说：“你几岁了，怎么酒吧又把未成年人放进来了。”

女孩说：“我不喜欢 180 以下的男人。”你可以说：“180，你要穿高跟才能和他接吻？终于明白为什么你这么爱穿高跟鞋了。”

★对比

废物测试 V.S. 一致性测试

女人对男人的测试有很多种，简单来说有两种，一种是废物测试，测试男人的价值与是否强大；第二种是一致性测试（忠诚测试），测试你是否真的爱她、在乎她，也就是大家通常讲的“考验”。第二种测试大家更熟悉一点，第一种测试大部分男人没有意识到。对于美女，第一种测试显得更重要。一致性测试的概念，

女人情感上的第一优先是安全与安全感。最重要的是，她要一个能让她觉得安全、有保障的男人。如果女人可以直接问每个男人能否妥善供养并保护她跟她的子女，事情就简单多了。但是，男人为了上床当然会说谎，所以她必须测试。

记住她通常不是故意在考验你，这很重要。她未必在主观上意识到这一点，只是觉得应该表现出某种行为，于是就这么做了。根据你的反应，她对你的好感度会上升或下降。这就叫做一致性测试（congruence test）。

——《迷男方法》

【解读 PUA】 大卫：巧妙回答尴尬问题

这是大卫非常巧妙的问题回答方式。我用一个词总结为“假性承认”。

★定义

如果她问你一个棘手的问题，不要紧张，给她她所希望得到的答案。然后再用幽默的方式把这个答案否定掉。

——《约会倍增术》

★实例

她问：“你还在和其他女人约会吗？”

你的回答：“没有……我在和其他男人约会。”

她问：“你爱我吗？”

你的回答：“当然……不过只是作为朋友的爱。”

——《约会倍增术》

我自己开发的例子，

女孩问：“如果我和你妈同时掉到河里，你会先救哪个？”

我回答：“当然救老妈……因为明天就带你去学游泳。”

女孩问：“你经常像这样在大街上搭讪女孩吗？”

我会回答：“不经常。一天只搭十几个而已。”

女孩问：“你经常来酒吧吗？”

我回答：“不是，第一次来……今天的第一次。”

★分析

这种回答方式的巧妙之处在于，

- (1) 它是一种幽默，符合了幽默制造意外的要素；
- (2) 它绕开了问题，避免了尴尬，让女孩觉得你很聪明。

★建议

假性承认适合玩笑氛围，如果女孩非常认真地追问，你也要有一个认真诚恳的答案准备好。

【解读 PUA】大卫：让她觉得你出人意料

★定义

美国人十分看重 unpredictable 这种特质，也就是说你要善于制造意外，保持神秘感。

★分析

记得王菲有首歌唱：“盼晴天，盼阴天，希望你给我意外。”女孩内心渴望这种处处意外的感觉。其实不仅女孩，所有人都不喜欢刚看了三分钟就猜到结局的电影。

其实幽默本身也是一种制造意外的艺术。

大部分时候可以配合推拉制造意外。

★建议

不要做得太过火，如果你做了太多让人意外的事，会让人觉得你有毛病或者太刻意。

★实例

如果她要你吻她，对她说“不！”稍后你想吻她的时候再吻她。如果她想坐在你腿上，推开她，当你想抱紧她的时候再抱紧她。

——《约会倍增术》

我自己的实例，女孩说：“我好喜欢喝那家奶茶店的柠檬奶茶。帮我买吧！”你要告诉她：“奶茶有什么好喝的，都是垃圾食品。”然后拉她到旁边休息，告诉她你去上洗手间，然后偷偷跑去买来奶茶端给她。

【解读 PUA】大卫：不要当苍蝇

★中英对照

其实应该最先写这个话题，这是大卫最重要的理论贡献。最开始接触大卫，我就学会了一个很古怪的词，叫做 wussy，到现在我都不会翻译这个词，只能勉强翻译做苍蝇。

苍蝇是什么意思呢？苍蝇就是整天跟在女人屁股后面，讨好女人的那种男人。苍蝇的典型行为包括，整天给女人打电话，请女人吃饭，给女人送花，不停地追问女人：“我是不是你喜欢的类型？”

★理论

《约会倍增术》里并没有 wussy（苍蝇）这个词，大卫经常在邮件列表里讲这个概念。女人讨厌苍蝇，不是一般地讨厌，是非常非常讨厌！如果有一门学问叫做如何让女人讨厌死你，苍蝇们都是专家。如果不相信这一点，你可以去问问女人，她们最讨厌什么样的男人。她们肯定告诉你：整天缠着我很烦的那种男人。

为什么这些苍蝇这么讨厌？

- (1) 他们低姿态地追求女人。让女人感觉他们好贱。
- (2) 他们把女人当作世界中心。好像没有独立的生活，想要依赖女人找到快乐似的。
- (3) 他们太听女人的话了。女人不喜欢听话的男人，没有一点挑战感。

难道这不叫做对女人真心和对女人好吗？那些苍蝇们感觉很委屈，他们觉得他们是很爱这个女人才做这些事情的。问题在于，这个时候女人还没有爱上你。如果女人已经爱上你，你每天打一个电话给她叫做浪漫；如果女人没爱上你，你每天打一个电话给她叫做骚扰。

归根结底，依然是吸引力在起作用！没有吸引力，越努力的追求越被视为是苍蝇和骚扰。

★建议

世界上有这么多的苍蝇，这是很好的事情。只要你不那么贱，不要当苍蝇，你就已经胜出大部分人了。

但要注意一点，在女孩被你吸引以后，同样的事情就不会被视为苍蝇，反而你不给她打电话她会认为你不在乎她。新手往往无法把握这中间的时机和分寸。不该殷勤的时候瞎殷勤，被当作苍蝇；该殷勤的时候不殷勤，被当作缺乏诚意。

【解读 PUA】大卫：克服不安全感 and 需求感

★中英对照

Insecure and needy, 用汉语勉强翻译成不安全感 and 需求感，其实也就是大家常说的不自信。

★理论

不安全感 and 需求感的表现有哪些？

- (1) 过分凑近女人；
- (2) 批评女人或前女友；
- (3) 过于情绪化；
- (4) 缺乏主见；
- (5) 试图表现自己获得关注或认同；
- (6) 喜欢争论。

——《约会倍增术》

对照我自己，我发现这些毛病我几乎全都有。特别是喜欢争论，是典型的不自信表现。自信的人总用调侃的态度看待别人的不同观点。

★作业

检查自己有没有这些表现，在每次和女孩互动时，时刻检讨自己是否因为缺乏安全感才故意表现自己，或者过于情绪化，把每件小事都看得无比重大。

【解读 PUA】大卫：成为肢体语言专家

★定义

我刚开始学习约会学的时候，很快就遭遇了这个词“肢体语言”。好像汉语里没有这个词汇。以前在公司培训的时候，沟通课上都会讲，人类 93% 的沟通是靠肢体语言完成的，肢体语言包括姿势、手势、表情、声调等，所讲的话只占沟通内容的 7%。

肢体语言就是中国人常说的言谈举止，风度气质。肢体语言到位，就会魅力四射，“从上往下看，风流往下淌；从上往下看，风流往下流”。

★建议

什么样的肢体语言是好的肢体语言呢？

- 挺胸抬头；

-
- 放松身体，特别是放松肩膀；
 - 眼神，坚定的眼神，别人、特别是女孩和你对视时不要躲闪；
 - 放慢你的动作；
 - 伸展身体，占据更大空间；
 - 声音调节低沉。

同时克服下列不好的肢体语言：

- 低头；
- 不敢看人，或偷看美女然后又假装没看；
- 交叉手和腿，夹紧双腿；
- 把手放在裤子兜里；
- 说话时手不停挠头或脸；
- 语速过快。

★作业

- （1）随便挑一部电影或电视剧来看，观察里边男人的肢体语言，指出其中有魅力的部分；
- （2）寻找生活中肢体语言有魅力的偶像，模仿他的言谈举止、起立行止。

迷男篇

【解读 PUA】把妹魔术师迷男

这是一个理论和实战兼备的 PUA。中国人对他非常熟悉，因为他在大名鼎鼎的《把妹达人》中充当主角，还上过 VH1 电视台把妹达人真人秀。

迷男（Mystery）是德裔加拿大人，从小备受父亲的打骂虐待。长大后成为游戏怪胎，不擅长与女人交往。他花了无数个夜晚到酒吧去练习社交技巧，终于创造了一整套的把妹技术，称之为“迷男方法”（Mystery Method）。

迷男还是个勤奋的网络发帖者，写下无数的理论和报告。他创造了一系列的符号和缩略语，许多成为 PUA 社区的标准，比如扮孔雀（peacocking），否定（neg），群组（set）等。

迷男的理论基础是进化心理学和社会学原理《影响力》。迷男认为男人的主要价值是生存价值，金钱、地位等；女人的主要价值是繁殖价值，健康、美丽等。

迷男还是 PUA 社区的改革派，此前的流派均基于 NLP 理论，强调改造世界观，迷男则强调社交价值和社交技巧。

后面几期邮件将讨论许多迷男的具体技巧和方法，如群组理论、否定技巧、M3 模型等。

【解读 PUA】迷男方法：许多人不知道，这个游戏是线性的

“许多人不知道，这个游戏是线性的。”这是我看《迷男方法》的巨大收获。这种对于男女关系的线性化归纳类似于小学写作文学会的三段论，原来文章就是这样写的。此前在我的头脑中，情感与爱情是如此混乱无序又无迹可寻。经过迷男的概括：吸引、舒适感、诱惑，OK，就这么简单！

描述游戏的顺序和阶段之类的理论被我称之为大局观，有了大局观，你就不会犯低级错误，即使技巧差一点，你也比大部分人玩得好。此类的大局观还有“不要吊死在一棵树上”、“不要去追求女孩，要去吸引女孩”、“先谋求短期关系再谋求长期关系”等。希望大家在刚开始学习约会学的时候，不要仅仅盯着技巧，同时要培养约会学的大局观。

迷男方法给出的求爱艺术顺序是怎样的呢？

迷男称之为 M3 模型：吸引、舒适感、诱惑，分别用字母 A、C、S 来表示。每个阶段又细分为三个子阶段。为了不把大家搞晕，今天不讨论子阶段的细节，只讨论这三个大阶段。

首先是吸引。通过某种展示让女孩对你发生兴趣。吸引发生在双方刚认识的初始阶段，如果完全是陌生人，吸引发生在搭讪阶段。按照迷男的说法，吸引通常只需要半个小时就够了。迷男方法里展示自己的各种技巧统称展示较高价值（DHV），比如你的朋友透露出你是魔术师，或者你不小心秀了一个绝活，甚至你教女孩玩一个她没玩过的游戏。

游戏中场是舒适感的建立。舒适感涵盖了信任感、熟悉感、亲密感等。迷男用七小时法则来粗略估计舒适感需要的时间。所谓的舒适感就是中国人常说的“混熟”“培养感情”。培养舒适感的方法相信大家都很熟悉，煲电话粥，约会聊天，一起出去玩，包括送花送礼物。

最后一步是诱惑，俗称“上床”。两个人的关系有了质的飞跃，超越了友谊，成为情侣。

“吸引、舒适感、诱惑的线性关系似乎很单纯而且不言自明，但是全世界的把妹达人却经常因为搞错 M3 发生的顺序问题而苦恼。”

——《迷男方法》

因为搞错阶段和顺序而犯的几种错误，

第一种，愚人的笨招。“愚人的笨招”是西方象棋里的一种速胜法，很冒险但可能迅速取胜；如果

对方老练的话，你这种方法也就成了“速败法”。在这里愚人的笨招比喻那种一上来就诱惑的做法。比如有些人刚认识一个女孩不久，就有过大的动作或提出来过分的要求，除非这个女孩对你一见钟情，或者她只是想找一夜情。否则大部分女孩都会感觉你很色很饥渴，然后你就丧失了继续发展的机会。

第二种，遭遇防护罩。防护罩是一个比喻，是美女对付大部分无聊男人的一种面具。女孩用假装粗鲁的办法快速拒绝男人的讨好。如果女孩没有对你产生兴趣的时候，你就试图赢取好感，就会遭遇防护罩。这个在搭讪认识女孩的时候更加明显，尤其是面对高分女孩。根据我的观察，大部分中国女孩并没有这种防护罩机制。大部分中国女孩的问题是胆子太小。

第三种，玩家陷阱。建立吸引以后，跳过舒适感直接诱惑。好多帅哥都容易掉入这个陷阱，刚认识女孩就被他的外表和个性吸引，两个人迅速擦出火花，激情迸发。但事后女孩就会觉得他并不是真心的，也会懊悔自己这种轻率的举动，再也不会联系这个帅哥。这种现象被称之为“买家后悔”。

第四种，陷入好人区。如果在吸引之后，过久停留在舒适感阶段，女孩会习惯这种朋友之间的感觉，这个时候男人再突然想要推进关系发展，女孩会不适应。这种情况就叫做“陷入好人区”。迷男还给出一个好人区逃生路线，先抽离一段时间再用全新的面貌出现在女孩面前，同时利用嫉妒情节。一般来讲，进入好人区是很难挽回的，难于重新追求一个新的女孩。

深入理解了上面四种错误，就能解释生活中大部分的恋爱失败。

需要澄清的一点是，迷男所说的吸引和大卫所说的吸引力并非同一概念。迷男所说的吸引只是两个人刚认识 30 分钟内发生的兴趣。大卫所说的吸引更加广义，不仅包括最初的兴趣，还包括个性魅力、性的吸引力、调情、暧昧等。《迷男方法》里不停在暗示大卫的理论有所缺陷，多处指出“游戏是在舒适感阶段玩的”，“仅仅有吸引力是不足够的”。按照我的理解，只是两人的术语内涵不同，此吸引力非彼吸引力；还有很重要的一点，大卫的理论很大程度是针对初学者的，也是针对宅男的，这部分男人最主要的问题是对女孩缺乏吸引力。而在迷男那里，吸引力似乎不是大问题，他的外形孔雀，又会玩魔术。所以他才会发现到“A3 女对男的兴趣”和舒适感的重要性。

【解读 PUA】迷男方法：假性时间限制

这是我学迷男方法最早学会的一个小诡计，主要用在搭讪的时候，对女孩说：“我想问你们一个小问题，只需要半分钟时间……”这句话给目标一个假信号：我不会在这里呆很久，我更不会缠住你。有点类似于保险推销员打陌生电话的时候要先说：“只需要您一分钟时间……”

在实践中我经常用的变化是：“我刚才在那边等朋友，看到你经过……”一样传递给对方一个假象，我随时都要回去。

配合假性时间限制，还有一种肢体语言技巧，叫做“身体摇晃”（body rocking），很奇怪的名词吧，也就是做出随时要走的样子。不仅是身体侧面对目标，眼神也要显得不太注视她，不时看着前方或旁边。我还经常告诉女孩：“我朋友快来了吧……”或者“过一会儿我就该走了……”

还有一个技巧就是随时走开，然后又走回来。不仅显得你不粘人，还可以测试对方是否到达上钩点，也就是对方是否对你有依恋。

【解读 PUA】迷男方法：灌装材料和惯例

灌装材料和惯例是迷男方法的特色。什么是惯例？

这两天我在看小沈阳，他在春晚一炮走红之后，网上出现很多他早期的表演录像。刚看了一段，觉得很搞笑，不男不女的穿着和声调，插科打诨的庸俗笑话，惟妙惟肖的流行歌曲模仿秀。但看了几段以后，发现他每次上台讲的笑话都一样的，比如“这是为什么呢？”还有秀裤衩的一个动作（春晚也秀过），唱歌每次都是先唱刀郎的《情人》，最后唱阿宝的陕北民歌。也就是他的表演每次都是一样的，包括说的每句笑话都是排练好的。这种排练好的表演和台词就叫做灌装材料。类似的例子

还有郭德纲的相声，在每个地方讲的都是一样的。更夸张的例子是我大学的教授，他们讲的课程、例题、插入的小故事，几十年不变的！这都是灌装材料和惯例。

关于要不要背惯例，有很多争论，支持者认为新手就是需要模仿别人的台词，就是需要背惯例；反对者认为惯例让人丧失自我，失去灵活性。两种意见都是对的。事实上，惯例几乎是不可避免的，任何一句话或一件事你重复到第三遍的时候，它就是你的惯例。我们的小脑瓜没有能力在任何场景下都临场发挥，我们发现了一个好用的技巧就会想去重复它。

惯例的优点是明显的，你不需要每次都绞尽脑汁去想出新鲜玩意，你只需要重复你用过的好用的那招就好了。同样的惯例用过好多次以后，你知道对方在你出招之后会如何反应，你该如何应招也就可以积累经验。比如夜场高手玫瑰在酒吧讲的开场白惯例，

“你第一次来酒吧吗？”

如果女孩说：“是的。”他就回答：“难怪你不认识我。”

如果女孩说：“不是，我来过几次。”他就回答：“那你竟然还不认识我。”

不管哪种情况发生，他都已经准备好了一个巧妙的回答，让女孩猜想这个人究竟是谁啊，他经常来这里玩吗。

我个人也有许多经常重复的惯例，每次使用都有很好的效果。但我现在已经很少用西方 PUA 的各种惯例，刚开始学习约会学的时候我也背过很多国外的惯例，很多效果是很差的。比如型男的好朋友测试，“你们两个是好朋友吗？……你们已经通过测试了，因为你们两个开口说话之前会做眼神交流，只有好朋友之间才有这种默契。”这个惯例效果就很一般。还有 C 型 U 型测试，效果稍好。有许多西方 PUA 的惯例效果就很差了。比如那个：“90% 的女孩在洗澡时自慰，10% 的女孩在洗澡时唱歌。”上次有个学员来酒吧用这个惯例，被搭讪的三个女孩说他神经病，后来我再去搭讪那三个女孩，他们理都不理我，说：“神经病的朋友也是神经病。”

惯例不是咒语。我看到许多学习约会学的新手，包括当初的我自己，都把惯例当做咒语，以为一念就灵。惯例只是一些有效的招数罢了，具体功夫怎样，还要看你的自身实力和临场发挥了。同样是少林功夫和少林招数，有人使出来就威力无比，也有人学了还是挨打。

总结起来，关于灌装材料和惯例，我的建议是：

- (1) 可以适当参考别人的惯例，博采众长为我所用；
- (2) 不要害怕和回避惯例，惯例是不可避免的，大家都不是七步诗人；
- (3) 能临场发挥的时候也没有必要非得背惯例，有鱼肉干嘛还要吃豆腐；
- (4) 尽量原创自己的惯例，自己的故事最精彩。

【解读 PUA】迷男方法：否定

这几天看电影《赤壁》，里边有一个情节，金城武扮演的诸葛亮去见周瑜，周瑜正在练兵排阵。诸葛亮熟悉兵法，看出了正在排演的阵法，说：“雁形阵！”随后又加了一句，“不过已经过时了。”这句话就是否定。

许多人把否定翻译为“打压”，显得更霸道一点。《迷男方法》是这样定义否定的：

• 否定 (neg)

[加拿大用语]动词、名词：用来暂时、不伤和气地防止某人被视为潜在追求者的叙述或行动。

用法：否定某人，被否定，丢出否定，精通否定。

否定不是羞辱，而是发出负面社交价值的判断。就像你拿出面纸擤鼻涕，擤鼻涕本身并不是羞辱。你没有明确地拒绝她，同时又让她觉得你根本不打算讨好她。她会很好奇为什么，认为你是个挑战。可以用的台词如：“很可惜我是同志”、“怎么让你关机啊？”、“请勿乱摸”、“你这种女孩我见多了”。

——《迷男方法》

否定是迷男最出名的必杀技。因为它看起来违背常理，给人深刻的印象。记得我最开始学习否定的时候，搭讪任何女孩都要先奚落和嘲弄她一番，搞的有些女孩对我破口大骂。

否定的目的在于表达对女孩不那么在乎，甚至是略有点讨厌和嫌烦，你表达这个态度以后，女孩就觉得你不是来泡她的。比如在商场我搭讪一个女孩，她一直在给一个女人推销包包，最后那个女人没有买就走掉了。我抓住机会对她说：“你看你老缠着人家，把顾客给吓跑了吧。”这个否定就能成功卸下她的防备，不会觉得我是来搭讪的，因为我在奚落她。

否定能让你显得与众不同，因为太多男人都是一上来就恭维美女，千篇一律的“你好漂亮啊！”“你像我的一个大学同学。”这些老套台词让美女觉得很烦。

否定是高姿态，能让你避免犯贱。许多男人都是用一种巴结、讨好的态度接近美女，美女自然不会鸟他们；社交学的基本原理就是所有人都追求比自己价值更高的人。

否定的关键在于自然、随意；不仅是否定，所有技巧的关键都在于自然随意、不着痕迹。一旦让女孩察觉你是故意这样说这样做，她就觉得你在试图赢取她，你的否定和忽略就变成跳梁小丑。

是否要否定、否定到何种程度，需要依据对象不同而选择和调节。对于一个很自卑的女孩，你再否定她，她会把你当做流氓而躲开你，我遇到过好多次这种情况，《迷男方法》原著也 很清楚指出过这些关键点。对于中国女孩，大部分女孩都是自卑和胆小的，否定经常是不必要的。只有那些非常漂亮、非常自信、甚至有些盛气凌人的女孩，否定才是必须必要的。

否定不是挖苦。许多新手误把否定当做挖苦和贬低，我更多时候把否定当做玩笑和调戏。好多时候一个中性的评语已经达到否定的效果，因为美女已经习惯周围人没有原则的认同和附和，稍有反对意见她就会很不习惯。

对于天生好手，否定是出于自然的，也就是说他丝毫没有意识到就这样做了。猫扑著名美女 Ayawawa（她有句名言“比我聪明的没我漂亮，比我漂亮的没我聪明”）曾经写过一篇文章叫做《如何识别 PUA 之中级篇》，其中有一段话：

“最能体现 PUA 技巧的行为，也同时最令人反感也容易识别的行为是打压。很多 pua 行为如孔雀（自我展示），冷读（初次见面猜测你的行为和心思），进挪（牵你的手，抚摸你头发），都是恋爱中的男性自然而然会呈现出来的。只有打压和冷冻等行为才是反常的，专属 pua 所有的。而这种行为由于显得与众不同而对美女特别有杀伤力。”

Ayawawa 觉得否定技巧是 PUA 特有的，只有 PUA 才会这么做，正常人不会这样做。这是很可笑的结论，许多天生好手都在无意中用否定，他们称之为“逗女孩玩”。

否定可以是善意的。著名 MPUA 魔鬼咨询师曾经非常反对否定技巧，

“打压法”是当下不少泡妞指南都在力荐的必杀绝技，读起来似乎叫人耳目一新，但是，凭我泡过几百个 MM 的亲身经验来看，这招其实完全瞎掰。

可是不妨这样类比，作为男性，每个人都会有自己所擅长的事情，比如有人是游戏高手，有人是历史专家，还有人是烹饪大师。设想一下，有一天突然不知打哪儿冒出个家伙，上来就质疑你在自己熟悉领域的多年心得，你首先会是什么反应？也许表面上会说“欢迎欢迎”，但心里的话估计会是——“你也配？给我远点儿。”

——魔鬼《打压打压“打压法”》

魔鬼的这段话我更多理解为他反对那种简单粗暴的否定方式。魔鬼的意思有点在说打压法是故作惊人之语，是在哗众取宠；不过他如此猛烈反对已有理论，也有点哗众取宠。（我在反对魔鬼的言论，又是新的哗众取宠，没法逃脱的诅咒。）

如果想好好学习否定技巧，认真观察周围那些社交高手与人互动的方式，怎样玩世不恭地奚落和开玩笑，如何漫不经心地调戏美女。否定很简单，一点不复杂。

【解读 PUA】迷男方法：孔雀理论

孔雀理论来自《进化心理学》《红皇后》等著作。进化心理学是迷男方法的核心理论来源之一，迷男方法的另外一个理论来源是《影响力》，还有部分来自于他做魔术师的演艺经历。

如同雄孔雀屁股后面又长又累赘的羽毛是它生存能力的昂贵证据（母孔雀都希望子孙拥有这样的能

力)，当一个人穿上引人侧目的服饰，我们会说他/她是在扮孔雀（peacocking）。这样能促使别人跟他/她互动。如果你“扮孔雀”，女孩子们会多看你几眼，其它低价值的男人则会窃笑批评你。这表示你会承受比平时更强大的社会压力，这也可以转化为你的优势。

当人们认知你已经习惯这样的社会压力或是根本不受影响，你就展现了高价值。即使你穿着离经叛道的衣服，还是可以在这个世界上生存下去！女人会想：哇，虽然有那么夸张的“尾巴”，他还是在这里活得好好的！她们会认知这是一种社会优势。

——《迷男方法》

其实达尔文把孔雀理论称之为性选择理论，性选择与自然选择是达尔文进化论的双剑合璧。自然选择说生物为了适应自然环境和对抗天敌，进化出适合生存的各种特征；性选择说明生物为了和同性竞争，会发展出不利于生存的生物特征，比如孔雀的大尾巴、麋鹿的大角。这是一个很绕的理论，雄孔雀长一个大尾巴，不但一点不实用，还要耗费大量营养和食物，还很容易暴露自己给天敌，实在是自讨苦吃。但雄孔雀带着这个大尾巴，向雌孔雀展示自己很强壮、聪明，即使带着大累赘也能活得很滋润。所以雄孔雀的大尾巴有强烈的性吸引力。

从孔雀理论里边我还注意到一点，许多动物是雄性比雌性更有吸引力的，大部分鸟类雄性叫声更嘹亮，雄性的羽毛更艳丽。而人类世界似乎是正好相反的，女人衣柜里堆满衣服。这个问题我还没有找到答案。

大部分人都害怕离经叛道的装扮，因为从小学时候开始，过于夸张和离谱的打扮都会受到长辈、同学和所有人的非议，只有极少数流氓和美女能够顶住这种压力继续孔雀。选择孔雀就意味着选择与众不同，选择孔雀就意味着风险和收益并存。

【解读 PUA】迷男方法：猫绳理论

猫绳就是欲擒故纵。

猫绳是一个最好的比喻，解释清楚许多微妙的情绪规律。

猫咪从来不用命令，但它们会受到诱惑而追逐。如果你把羽毛绑在绳子末端并且适当晃动，就能让猫咪做出特技动作。但如果你把羽毛放在猫咪面前，它只会嗤之以鼻，这不是很有趣吗？

——《迷男方法》

猫绳的精髓就在于“给予又剥夺”（give and take away）的情绪张力。记得我在郑州的酒吧里玩的时候，见到 DJ 帅哥这样逗弄台下的三个小萝莉：他把三个女孩放在台上的公仔突然抢走，女孩伸手想要要回来；DJ 把公仔从背后拿出来，塞到女孩手里，女孩刚想抓，DJ 又把公仔夺回去重新藏起来；他这样玩了好几个回合，女孩跳着脚抓他，他哈哈大笑。

这就是最典型的猫绳。

你也可以在饭桌上玩这个游戏，夹菜给女孩，等她张开嘴，菜到她嘴边的时候，你在把菜夹走，塞进自己嘴里。好玩吧！还在问不知道吃饭时候该聊些什么吗？玩这些很傻的猫绳游戏，女人喜欢这样，女人喜欢被调戏！

猫绳不仅仅是逗弄调戏女人的小把戏，放在整个约会的大图景中，猫绳是忽远忽近、若即若离。约女孩出来聊天，却告诉她只是想多认识一个小妹妹；牵她的手，却抱怨她为什么要拉你的手；抱紧她，又推开她；连续一个月的短信轰炸，突然又对她不理不睬……

这些做法会让女孩拿着一朵玫瑰花一片一片地猜：“他到底爱不爱我……”在她每天都在想你到底爱不爱她的时候，她已经爱上你了。

【解读 PUA】迷男方法：间接开场

迷男方法主张搭讪时用间接开场白，《魔法子弹》（Magic Bullet）认真比较了直接和间接开场的优缺点。直接开场就是在搭讪时直接对目标表明来意，“你好漂亮！”

间接开场则是在搭讪的最开始聊点不疼不痒的话题，一般为第三方话题。

典型的间接开场的例子，

迷男：喔，我的天啊，你们有没有看到在外面打架的女人？

美女：（在她们开口之前，你打断她们）

迷男：她们为了一个男的打架，后来我跟他讲过话，他叫做葛伦，有够扫兴的名字，葛伦耶！她们互抓对方的头发，有个女人的假奶还掉了出来。我看过的胸部很多，但是那真是“下垂的布袋奶”……你知道的，一周刊的术语。

——《迷男方法》

间接开场不是用来产生吸引力的，吸引力主要来自于扮孔雀、DHV、社交认证、预选等。有趣的是，迷男的大部分技巧并非用来制造吸引的，可能只是为了打入组合而已。好多新手误解了这些技巧的目的，挖空心思这样的台词为什么能够吸引美女；它们确实不能。

说到间接开场，想起小时候看到的卖狗皮膏药的。一般是一个肌肉结实的男人，或者在地上变魔术，或者拿着铁链子表演硬气功。一开始，他不会说他是卖狗皮膏药的，他用这些杂耍表演吸引住行人眼球，表演到一定阶段，他留下一些悬念：“别走开，过会儿有更精彩的表演……”然后开始推销狗皮膏药。这个策略还是很有效的，试想如果一开始他就拿出狗皮膏药来，行人不会有一个听他说什么的。从这个角度讲，卖狗皮膏药的都是间接开场。

【解读 PUA】迷男方法：假性失格（false disqualifier）

说到技巧就离不开诡计和欺骗。如果讲究靠实力取胜，那就不是什么以少胜多、以弱胜强了。

兵者，诡道也。故能而示之不能，用而示之不用，近而示之远，远而示之近。……

——《孙子兵法》

套用《孙子》，假性失格就是“喜欢而示之以不喜欢”，明明你已经喜欢上这个女孩，但给对方制造假象，让对方以为你对她没兴趣。迷男方法真是孙子兵法在约会学的伟大实践啊！

为什么要假装对女孩没兴趣呢？

前面讲过的假性时间限制、身体摇摆、否定、间接开场，今天讲的假性失格，都是同一类技巧，目的都在于隐藏意图，消除目标的防卫。因为有太多的男人一上来就表露兴趣、直奔主题了，美女为了节省时间，只好粗暴拒绝这些直接的追求者。

假性失格的常见话术，

“我们才不可能来电。”

“我就知道我们一定处不来。”

“你被开除了。”

“你对我而言太善良了。”

——《迷男方法》

我爱用的假性失格台词有：“你这么小，还未成年啊，没法和你沟通，有代沟。”或者：“保持一点距离，我女朋友也经常来这个酒吧玩的，别让她看到。”

假性失格如果你从没有用过，一定要试一试，这个真的好玩。好多时候你会看到，你越说你不会喜欢上她，她还可能越来越来劲要勾引你呢！

【解读 PUA】迷男方法：三秒法则

现在还记得第一次看到三秒法则时候的惊喜，这是对付搭讪焦虑的最好武器。因为有时候思考是行动的敌人，三秒法则就是看到目标不要多想，马上行动。如果你对自己说：我再等一下吧！现在的机会不是很好。当你在等所谓的好机会的时候，女孩已经消失了。

拖延是大部分面对恐惧时候的做法，越拖延，你会发现恐惧越积累强烈；越早行动，你会发现恐惧

越早消失。
现在就做！

【解读 PUA】迷男方法：社交认证

社交认证（social proof）的概念来自于《影响力》一书，用我的通俗解释，社交认证就是好人缘的意思，或者口碑。社交认证就是你的朋友很多，大家都说你这个人不错，预选可以说是一种特殊的社交认证，女人都说你不错。

在酒吧这样特殊的环境，社交认证是非常重要的；而且由于酒吧里大部分人都无法知根知底，所以很容易伪造社交认证。你和酒吧工作人员聊几句天，周围人看到就会误以为你们认识很久了；你随意打开几个组合，和陌生男人女人玩在一起，大家会以为你整天来这个酒吧玩，认识酒吧所有人。在日常生活中，社交认证就是有好人缘，周围朋友都说你这个人不错。说到这，想起《水浒传》里的宋江，他的外号叫做“及时雨”。刚开始看水浒，觉得很奇怪，怎么任何一个人只要提到宋江，都会赞不绝口，说他是及时雨，来看去看也没有看到他做过什么事情，但就是名声好。用约会学的话讲，宋江善于建立正面社交认证。

与正面社交认证相反的是负面社交认证，也就是坏名声。以前去酒吧玩，我观察到一个现象，如果我在舞池里搭讪，连续被拒绝两三次，再去搭讪其他女孩就很困难，所有女孩都会拒绝我，好像我脸上写着字一样。后来我明白，酒吧所有人都是在看所有人的，我前面被女孩拒绝，其他女孩都会看到的，在我搭讪之前，她们已经决定拒绝我了。任何人都不愿意捡别人剩下的，都想抢别人抢的。

【解读 PUA】迷男方法：让女孩投资

这是很让宅男困惑的一条原则。宅男的逻辑是，“我要为这个女孩付出很多，这样她就会被我感动而爱上我。”

迷男的说法正好相反，

光被你吸引是不够的。分开之前必须让她在她跟你的互动中付出一些投资（investment）。双方互动时她付出的投资越多，越有动机想在投资中取得一些报酬。

——《迷男方法》

认真想一想，我们会明白这条原则又简单又深刻，简直是宇宙至理。任何人都会对他投入很多的东西产生感情，不管是子女、宠物、还是战斗过的岗位。反过来，我们不会对投资给我们很多的人产生感情，所以儿女对父母的感情总不如父母对儿女的感情深。

又想起以前我讲过的西游记的例子，假如唐僧不是跋山涉水不远万里九九八十一难才取到真经，他会对真经那么珍惜吗？以如来佛那么大的神力，他完全可以把经书送到唐僧手里，为什么有意安排那么多磨难呢？因为如来佛很清楚人性本贱的道理，太容易到手的东西都不会珍惜。

我经常听到一些故事，故事的女主角被一个男人欺骗，骗财骗色，最后这个骗子被拆穿，这个女孩依然执迷不悔地爱着这个男人。这样的故事非常典型，因为这个女孩在这个骗子身上已经投入太多了，她不愿意承认这个男人什么也不是，她不愿意认输。

【解读 PUA】迷男方法：奖罚分明

小时候看鲁迅的杂文，记得有人问鲁迅：“以德报怨好吗？”鲁迅的回答是：“以德报怨只能助长坏人气焰，让好人吃亏，以直报直就好了！”

赏罚分明的原则来自于驯兽师的技巧，所以大卫曾经推荐一本书《驯狗术》。

驯兽师有一个经过实证的办法：矫正坏行为之后，会设计一个挑战让狗去做正确的事。摇罐子之后，立刻说“坐下！”然后用爱与感情奖赏它：“乖狗狗！”、“很好！”如果你只懂惩罚，小狗会讨厌你。想要它服从你而且爱你，就要有赏有罚。

赏罚分明的本质是做人有原则。好好先生往往不分是非，不管别人对他怎样，都一味对别人好，这样只能疏远朋友，亲近小人。而且在人际互动中，每个人都具有很强的适应性，我们会根据对方的反应来调整自己的行为。女孩也是这样，如果女孩发现你好欺负，她就会变得更加过份；相反，她对你的试探遭遇反击，她就明白你是有原则的人，也知道该如何对待你。

奖赏惩罚还有一个技巧，就是间歇性和不确定性。如果你玩过赌博机，你就会发现此类游戏很容易让人上瘾，每次都是你觉得要输掉的时候又大赢一把，或者在你加大赌注的时候又突然血本无归。这种不确定性能极大的刺激人的情绪，带来时起时落的情感体验。

明白了这个道理，你就知道该如何“对女孩好”。假设你要送给女孩一百朵玫瑰花，每天都送一朵的效果就远远比不上突然一天一下子送一百朵；每天都送一朵的做法，能很快让女孩感觉习惯，失去浪漫的感觉。所以，不要一直对女孩好，那样她会觉得一切都是理所当然的，没有什么特别。正确的做法是偶尔对她好，但是每次对她的好都远远超出她的预期！

【解读 PUA】迷男方法：筛选

筛选的目的在于显示自己很挑剔，有标准，是一种 DHV（展示较高价值）。只有失败男人才会饥不择食，优秀男人自然都是很挑剔的。

她心里的吸引力开关会被触动，然后想：嗯，这家伙在筛选我，看我值不值得继续投资。她会自然地假设她的真命天子是挑剔的。这是她预料中的行为，所以是强力的 DHV。设定了正确的框架，又是她等候的讯号，就能引诱她投资。

——《迷男方法》

宅男一见到美女就把自己摆在一个乞求者的角色，不停表现自己，试图获得女孩的认可和好感。你越是这个样子，女孩就会变得越挑剔，横挑鼻子竖挑眼，总有你不合格的地方。反过来，你把自己摆在一个评委的角色，让女孩去展示优点，你给她打分，她就没有时间去发现你的缺点了。

【解读 PUA】迷男方法：展示高度价值（DHV）

越深入地研究约会学，你就越回归常识；所有的约会学知识和技巧都是超越常识又符合常识的。展示高度价值，用俗话讲就是长脸、有面子；相反的概念，暴露低价值（DLV）就是丢脸、没面子。外国人不怎么爱面子，其实面子一点也不虚，面子不仅仅是名声，还关乎切身利益。说起来很简单的事情，但做起来没有那么简单。DHV 和 DLV 之间经常是一线之隔，同样的做法在不同的场合既可能是 DHV 也可能是 DLV；同样一句话对不同的人，效果也可能是相反的。

如何 DHV？

- 被其他女人预选
- 象是雄性领袖
- 支持并保护你所爱的人
- 毫无企图
- 不受他人影响
- 社交智慧
- 否定她（IOD 也是展示高度价值）
- 有坚固的自我框架
- 知道很多有趣的知识
- 情感刺激
- 社交上“受欢迎”——人们都想得到你的注意力与认同（也在乎你说了些什么）
- 讲话会受人注意

有趣的一点是，当你想着要 DHV 的时候，女孩会觉得你在试图表现自己，你在讨好和巴结她，你已经是 DLV 了。DHV 和 DLV 的分水岭在于自然，自然流露就是 DHV，刻意显摆就是 DLV。

【解读 PUA】迷男方法：赋格

《迷男方法》一书里没有赋格这个词，只有合格台词、兴趣声明、赞美三个概念，其实就是赋格的意思。对于大部分宅男，可能一辈子都不知道赋格是什么意思，因为他们总在追女孩，没有享受过被女孩追的待遇。

记得有个同学给我讲过他的体会，他在部队医院里做管理工作，医院里有很多护士女孩。他观察到这些护士女孩总有意和他保持距离，能泡到这些护士女孩的都是部队里那些当兵的。他曾经有一段时间很奇怪，为什么这个样子。后来总算搞明白，那些护士女孩看到他每天都和护士长聊天说笑，觉得他一定是个大领导，再加上他那么高那么帅，所以有距离感。

在我同学的这个例子里，就是由于他具有太高的价值，反而没法追到那些护士女孩。赋格这种技巧，就是用来解决价值过高反而追不到的问题。

其实很多漂亮女孩内心也是很自卑的，这和很多原因有关。如果你在这样的女孩面前展示了很高的价值，她会觉得她没有机会赢得你，你并不会真的喜欢上她，所以还是从一开始就放弃你的好，她甚至会为了保护自尊而冰冷地拒绝你。

在这些情况下，你需要用一种真诚的方式告诉这个女孩，你喜欢上她了，而且是有原因的。好多时候，一个女孩不停问你是不是真的喜欢她，也是因为她缺乏自信，并不明白你喜欢上她哪一点。赋格最重要的就是真诚，你的表白要让女孩相信，你是真的喜欢她这个人，而不是贪图她的美色，只想和她随便玩玩就甩掉。

真诚的赋格（或表白）可以采用以下技巧：

（1）先抑后扬。最常见的句式是“刚认识你的时候还以为你是个徒有其表的女孩呢，认识久了才知道其实你内心世界挺丰富的……”

（2）突出细节。“我最喜欢穿凉鞋脚又很干净的女孩，因为我觉得这样的女孩的家里也一定很干净。”

（3）着重性格。不要只有外表方面的赞美，因为女孩都知道外表最容易贬值。告诉她你欣赏她的个性。“你知道我最喜欢你哪一点吗……你有点小调皮，看起来很可爱。”

【解读 PUA】迷男方法：进挪升高

这是迷男方法体系中非常重要的概念。对于女孩没有经验的人常常忽略进挪的重要性，不停纠缠在我该和女孩聊什么这样的层次。

进挪是“动觉”（kinesthetic）的简写，指的是触觉的感官。把妹达人谈到进挪时，指的是任何形式的肢体接触。

如果事情发展的方向正确，永远不会有积极索吻然后“创造奇迹”的所谓“重大时刻”。**情况应该是从打开组合直到上床之间一连串进挪的自然流程**，一切应该天衣无缝：一连串细微、自然进行的时刻，很少有让你印象深刻的波折。她感觉到象是自然而然的联系感。所以进挪是从组合的初期一路升高。

进挪升高的几个要点：

- （1）大胆。拙男的主要问题是胆子太小，女孩给出的好感信号已经很多了，却依然不敢行动。
- （2）敏感。察觉女孩对你的好感程度，迷男方法认为有三个好感指标（IOI）就可以开始进挪了。第二点和第一点搭配起来就是那句老话“胆大心细”。
- （3）主动。你是男人不主动，难道还等着女孩主动？

-
- (4) 骆驼进帐篷。从随意到故意，从打闹到调情，从不敏感部位到敏感部位；逐步升高，避免一次跨度太大。
 - (5) 围而不攻。在可以占便宜的时候却故意推开，制造期待感，调情的重要技巧。
 - (6) 进挪回响。你摸她她也摸你，火候差不多了！

【解读 PUA】迷男方法：服从性测试

服从性是迷男方法体系的核心概念。与“服从性”相关的概念很多，服从性测试、服从性测试 IOI、进挪测试、服从动能、负面服从、服从门槛、有来有往、象征性抵抗等。用汉语来解释这些概念一点也不复杂：

- (1) 服从性测试、服从性测试 IOI 和进挪测试就是大家常说的试探，Conseco 写的《手把手教你学搭讪》里讲在吃饭时候要用肢体接触去试探女孩对你有没有好感，就是这个意思；
- (2) 服从动能也就是先提出小的要求，让对方说是，再提出较高要求，对方倾向于继续接受；
- (3) 负面服从就是不听话，故意呛你，故意顶你；
- (4) 服从门槛就是变得听话的那一刻；
- (5) 象征性抵抗就是半推半就。

与女孩接触的过程中，我发现一个规律，女孩喜欢你的时候，就会变得很听话，就连吃饭点菜这样的小事，她都会听你的安排。相反，女孩在你面前很有主意，什么事情都要她说了算，说明她还不够喜欢你。

【解读 PUA】迷男方法：框架游戏

框架是潜在意识，是周边背景与暗示——你说的每句话里隐含的假设。
如果你的框架够强，你做什么事都是对的。

——《迷男方法》

一时之间，框架变得很迷人，所有学泡妞的人都在叫嚷着“强框架”“我被框架了！”框架一词来自 NLP（神经语言程序），最原始的含义是你说话做事的潜台词。因为大家对这个词很不理解，所以有神秘感，也觉得这个东西很厉害。其实框架在生活中是非常普遍的东西，中国人会说“这个人很厉害！”“他很强势！”老外会说，he is a sharp guy. 这些说法都是一个意思，就是说这个人的框架很强。所有做领导做领袖的人，都是框架很强的人，别人都会觉得他说的是对的，都愿意跟着他走。在生活中，我们经常会感觉到别人框架的存在。每当有人让我感觉很难受的时候，我就知道他试图在操纵控制我，也就是把他的框架加在我身上。典型的例子包括，“你怎么这么小气啊！做男人应该大方一点。”“男人为女人花钱是应该的。”当然也有许多高明的人，他施加的框架让人不知不觉。如何保持自己的框架呢？很可惜，所有的书里都没有给出太多保持框架的实用建议，我这里给出一点我自己的经验，

- (1) 在自己不爽的时候，对别人说不。不管这个人是你的领导、老师、父母、朋友或者女友。太多时候我们不好意思拒绝，怕伤到别人面子，其实自己心里很不爽。
- (2) 相信你自己是有道理的，别人都会相信你。吵架的时候最振振有词的那个，大家会觉得比较有理，所谓有理就在声高。

【解读 PUA】迷男方法：同谋意识

在这里有趣的是共享的框架。你跟女生现在是一起做某件事，你们一起决定进行这个旅程，所以你们是同伙的。如果你的 A3 阶段做得没错，她已经落入了你的圈套，“我们是一伙的”框架正在你们之间持续强化。

这种共同实现 (shared reality) 就是所谓的同谋意识 (conspiracy)。你可以从人们互看、叫绰

号、讲内幕笑话的方式看出他们有没有同谋意识。不用说，你也可以利用这些亲密行为强化你跟目标之间的同谋意识。要注意：如果你在组合里太早做出这种事，会显得你故意装熟。

——《迷男方法》

同谋意识是培养舒适感最有效的手段。社会学家做过一个试验。有两群小孩，首先把他们分成两组比赛，很快两个小组的小孩都变成了仇敌，互相攻击互相指责。可见竞争和对立是矛盾的根源。然后社会学家又给这些小孩一个共同的任务，两个小组的小孩很快就团结在一起，共同完成这个新任务。这个例子说明了对手与同谋的矛盾。

在男女交往中，两个人时刻都处于对手和同谋的角色转换中。在两个人相互不够熟悉和信任的时候，彼此对抗，保持框架，设置陷阱。等到两个人彼此认可和接受，就会共享框架，对抗外界，甚至互相掩护逃脱社会、家人、朋友的围追堵截，获得共同的快乐。

我常用的同谋技巧是和女孩一起给别人取外号，或者一起开某个人的玩笑，嘲弄某个其他人。你还可以和女孩分享一个秘密，比如看到别人衣服穿反了，你偷偷告诉女孩，让她不要说出来；然后你们两个一起笑。或者在周围人很多的公共场合，偷偷在下面拉着女孩的手，或者把手伸进她身体里。你们两个在调情，别人却不知道。

同谋意识就是“只有我们两个知道，别人都不知道。”

插点题外话：其实女孩偷情就是一种同谋行为。别人都不知道，只有你俩知道，女孩很有快感。

还有整个 PUA 圈就是个巨大的同谋圈。这些人设计了许多暗语，外人看不懂，他们自己暗爽。这种子文化圈产生了强大的凝聚力，圈内人共同谋划对付外界并保守秘密。

【解读 PUA】迷男方法：敏感面

暴露敏感面也是培养舒适感的重要手段，可以说是核武器级别的技巧。

当人们分享彼此的弱点，就在彼此间暗示（也制造）了一种情感联系。这种事情如果做得太早，会显得你急着跟她装熟——这是展示低价值。所以跟她初次见面，不要当多情小生。但在适当的时机，分享敏感面是很有力的建立舒适感方式。

——《迷男方法》

《迷男方法》里的这段文字告诉我们同样一个技巧，在不同的时机使用会起到完全不同甚至相反的效果。

就我个人来讲，很擅长运用此类的技巧。其实并非我擅长，而是我的气质里有忧郁、自怜的成分，在女孩面前自然而然就表现出来了。心理学家做过实验，最受大家欢迎的人不是那种十全十美的完美的人，而是百分之九十完美具有小缺点的人。给女孩暴露你的弱点，会让你的人格更丰富更真实。但这种事偶尔搞搞就好了，老在女人面前哭就不像男人了。

【解读 PUA】迷男方法：合理的推诿

合理的推诿

女人在搭讪过程中很少做任何事，以免觉得你们之间可能发生的事是她的责任。无论她感受到责任的程度轻重，都会启动她的反荡妇防卫机制。

所以她需要**合理的推诿**。例如你如果对她：“嘿，咱们回我家去打炮吧”，即使很想答应，她都必须拒绝，因为答应就会让她背负这件事的责任——她绝对不愿意。

但是你如果改说：“嘿，咱们跑趴途中先去我家坐坐吧，我想让妳看我的热带鱼”，这样她就有借口与合理的余地去你家，然后——很不巧地——跟你上床。“事情就这么发生了……”

所以意外收获才会显得特别浪漫。再怎么讲，如果是注定发生的事，怎么可能是她的错呢？她怎么可能抗拒命运？

——《迷男方法》

不管对女人提出任何要求，都要给她一个台阶下，不能让事情显得太明显。虽然有时候你觉得这样做明显很虚伪，也必须绕这个弯。大部分女人没办法接收和承认性这件事情。也有极少数情况，你可以很强势地告诉女孩：“今天晚上陪我吧！”或者“走吧，去我家。”

我曾经在酒吧里看到这种情景，一个很小很小的小萝莉，大概十三四岁。被男生挤在墙角或者栏杆的位置，那个男生一个劲用身体蹭她，她一个劲躲。但躲到最后没有地方可躲了，那个男生就搂着她的腰跳舞。又过了一会儿，我看到这个小萝莉主动搂着那个男生在舞池中间跳舞。一开始，这个小萝莉是被迫的，她是拒绝那个男生的。但到后来，她就是自愿的，很享受搂着男生跳舞的感觉。最开始她躲来躲去，就是给自己寻找合理的推诿，最后躲不掉了，就让男生搂住她。她这个时候心里在想：不是我这么随便让陌生男孩搂的，只是我实在没地方躲了。所以有些帖子会建议，吻女孩的时候把她挤到墙角或什么地方，让她陷入一个绝对被动的位罝，这样她就可以给自己一个借口了。女人永远没勇气承担责任，总要找一个借口。所以，你就要留意生活中这样合理的借口。有时候是：“太晚了，你一个人回家不安全。”有时候是：“到我家坐一下，给你看我在九寨沟旅游时的照片。”有时候是：“刚才跳舞的时候我的钥匙找不到了，这么晚找不到锁匠撬门了，我得找个宾馆住。”还有时候是，给女孩喝一点酒，让她可以装醉。

【解读 PUA】迷男方法：勇敢行动

在此**勇气** (Moxie) 指的是“有创意的勇气”。把妹达人必须永远主导互动，别无选择。女人很少对当下发生的事负起责任。

——《迷男方法》

勇气就是“脸皮厚”。记得有个大学同学要结婚了，大家坐在一起吃饭。席间有好多光棍，大家就请这个同学介绍一下追到女孩的经验，他说：“脸皮一定要厚！”他是陕北人，口音带着陕北味。从此以后，“脸皮厚”这三字真言就被我牢牢记在心里。后来学习了更多的内功心法，才发现脸皮厚这三个字不是说做到就能做到的，甚至只是说说是没有用的。

宅男有着几十年的思维定式，稳定的世界观、价值观、性爱观。让一个宅男从内向害羞变成脸皮厚壮，其难度无异于黄河长江改道，是牵一发而动全身的系统工程。那个时候我每天都在看约会学的书籍、帖子、网站、论坛、邮件列表，每天都在听 PUA 的音频，看大卫、迷男、Will、Craig 等等的讲课。《精子战争》《红皇后》《我的秘密花园》这些东西塞满了脑袋。有一段时间，我着魔到只要看到一个女孩，就想着她很想找个男人放纵一下。再后来，到酒吧里玩夜场搭讪，看到女孩疯狂野性的另一面，完全颠覆了几十年来对女人的看法。深刻理解了天生好手挂在嘴边的“女人都爱装”这类话的含义。在搭讪碰了一千多个钢板之后，脸皮的厚度终于磨起来了。

回想当年和女孩说个话都要脸红，现在即使怀里搂着女孩也可以保持心跳平稳。自己都惊讶变化竟然这么大！

【解读 PUA】迷男方法：坚持到底

“留个联系方式吧！”“不方便……”每次我向女人提出要求的时候，不管是要号码，或者约她吃饭，或者让女孩跟我回家，我都会遭遇拒绝。我总结为拒绝是女人的天性，拒绝让女人受到保护，拒绝也成全了女人的矜持 (ASD)。面对各种拒绝，我有一个最简单的原则就是“多要求一次”。这是最简单也最有效的事情，为什么不？所有的叫花子都明白这个道理，如果只伸手要一次，要到钱的概率为 1%；如果多要一次，要到钱的概率为 2%；如果纠缠一分钟，要到钱的概率可以提升到 20%，当然这样也会很让人讨厌。

有技术含量的地方就在于，区分坚持和纠缠的界限，这里体现的依然是察言观色的基本功。

【解读 PUA】迷男方法：一致性测试

简单来说，迷男方法所说的一致性测试就是中国人俗话所说的“考验”。女孩之所以要考验一个男人，就是看他是不是有足够的诚意，是不是真心爱她。这种考验的来源是女人挂在嘴边的“安全感”，女人怕男人上完床就跑掉找其他女人继续播种。女人的这种担心完全是合理的，男人的本性也确实如此，女人也都很清楚这一点。“上床之前甜言蜜语，一下床就翻脸不认人了。”这是女人挂在对边的话。

从这个角度来讲，表现“真诚”是通过一致性测试（也就是女人的考验）的关键。但是迷男方法又说“一味迎合是没有用的”，女人会不停踩你，直到把你踩到脚底，再去寻找更大的挑战。这段内容是我看不懂的地方。这种现象是普遍存在的，圈内叫做 shit test，女人会用各种要求看你是否服从，如果你服从了她就认为你价值很低，反而会抛弃你。不过这种测试和一致性测试是同一个概念吗？这个地方我一直认为是迷男方法编排上的错误，《迷男方法》应该不是同一个人的文笔，更像是集体创作。

最后澄清一下我的观点，我认为有两种测试，一种是废物测试（shit test），看你是不是很傻，让干吗就干吗，是不是被耍得团团转；面对这种测试，你要显得不为所动，超脱潇洒。另外一种测试是真诚测试，看你对她是不是够真心；这个时候就不能再耍宝了，要认真严肃，显得在乎她。