

---

## 目录

网友来信	1
【问题解答】我觉得自己能和女人聊天的话题太少，你有什么建议？	1
【问题解答】我该怎么追回这个女孩？	1
【问题解答】外表真的很重要吗？	2
【问题解答】聊天时候该贫一点还是严肃一点？	3
【问题解答】请教对约会倍增术中不理解的地方？	4
【问题解答】为什么要保持自己的框架？	4
【问题解答】用打击法过度该如何搬回局面？	6
【问题解答】怎样搭讪~高傲型女生	6
【问题解答】情绪化好还是不好？	8
【问题解答】好多高手说拉长上床时间，这是误区吗？	10
【问题解答】过分打压搞砸了该怎么办？	12
【问题解答】如何加强 DLV？	13
【问题解答】如何制作自己的惯例	15
【问题解答】冷场应该怎么办？	18
【问题解答】如何判断女孩拒绝你是否还有机会	20
【问题解答】如何在图书馆里搭讪	22
【问题解答】下床之后的心态	23
【问题解答】如何搭讪移动的组合目标？	25
【读者来信】搭讪要 QQ 还是要电话好	26
【问题解答】最好的搭讪地点在哪里？	27
【问题解答】表白总失败该怎么办	29
【问题解答】如何从外形开始改变	31

---

【问题解答】如何不伤害对方	32
【问题解答】不想继续持久战	34
【问题解答】如果女孩骗我该怎么办？	36
【问题解答】如何改变她	37
【问题解答】怎样挖墙脚	39
【问题解答】女孩说我神经病	41
【问题解答】约不出来怎么办	43
【问题解答】姐弟恋应该怎么处理	44
【问题解答】如何进挪升高到亲吻	46
【问题解答】如何追交友网站认识的女生？	47
【问题解答】遇到玩家，我快崩溃了	49
【问题解答】遭遇冰山美人	50
【问题解答】遇到高不可攀的女孩怎么办	52
【问题解答】学习追女孩子需要花多少时间？	53
【问题解答】“主动出击”与“吸引”之间如何取舍？	55
【问题解答】如何变得健谈？	56
【问题解答】我装 B 过分了吗？	57
【问题解答】棘手的 8 分	59
【问题解答】遇到挖墙脚该怎么办？	61
【问题解答】如何保持状态不愠不火	62
【问题解答】遭遇突然死亡，如何补救	64
【问题解答】几个女孩在一起怎么搭讪	65
【问题解答】美女怎么喜欢小混混和厨子？	66
【问题解答】我到底该怎么表白？	67
【问题解答】为什么被发好人卡	68

---

【问题解答】老婆不是处女	70
【问题解答】一次失败的校园搭讪	72
【问题解答】女孩说她有朋友，我该怎么办？	74
【问题解答】女孩喜欢个子高的男生怎么办？	75
【问题解答】在女孩面前紧张怎么办？	76
【问题解答】女孩暑假不回我短信	77
【问题解答】如何改变形象	78
【问题解答】如何经营长期关系	78
【问题解答】联系感是什么意思？	79
【问题解答】女人生理周期的秘密	81
【问题解答】如何搭讪超市工作美女	82
【问题解答】如何聊天才能让大家都开心	84
【问题解答】女孩到宾馆门口不肯进去该怎么办	84
【问题解答】我该如何系统学习约会学	85
【问题解答】女生该如何搭讪男生	86
【问题解答】第一次见面就牵手后来为什么又疏远	87
【问题解答】如何追九分女	88
【问题解答】如何追文静古典的女生	93
【问题解答】过早暴露兴趣引起对方戒备怎么办	93
【问题解答】该如何挖墙脚	94
【问题解答】表白以后女孩答应又反悔	96

---

## 网友来信

### 【问题解答】我觉得自己能和女人聊天的话题太少，你有什么建议？

网友来信：

你好 寒江雪 我听了你的关于宅男的音频 感觉收获很多 很感谢

我想问一下关于和女人约会聊天的问题 我觉得自己能和女人聊天的话题太少 迷男有所谓多重对话脉络的理论 可是我因为自身是宅男 所接触的领域也很局限 能聊的主要是自己的学业 电影 音乐等 请问你有什么建议 或者我应该从哪方面加强？ 我自己想出来的是丰富自己各方面的知识 比如时尚 娱乐方面的

还有如何讲话能引起女生心里的波动？即谈话的方式问题 ~

谢谢了 ~~

寒江雪解答

聊天话题，这是新手问的最多的问题之一。

我的标准答案：

（1）聊天只是与女生交流很小一部分。肢体语言与进挪升高都更重要。最重要的是理解女人心理与游戏结构。

（2）如果想提高聊天技巧，第一要放松，每个人活到二十岁都有自己的人生经历和知识，不会没有话题。第二，注意提问和聆听，让女孩多讲一些，你做她的忠实听众。第三，如果爱好幽默，可以多使用各种幽默技巧。讲故事、冷度、角色扮演、推拉都是讲话技巧，可以学习。

（3）补充一点！大部分人说没话题，只暴露了他很紧张。他想在女孩面前讲女孩爱听的，他想在女孩面前表现，他想在女孩面前做一个“比现在的自己更厉害”的自己。有了这些负担，自然没有话题。我们和自己的妈妈聊天，从来不考虑有没有话题。因为我们对自己妈妈不在乎。总结以上，放松最重要。

### 【问题解答】我该怎么追回这个女孩？

前些天有个网友泡泡（化名）咨询我们的包追服务，也就是想请我做他的恋爱顾问。我告诉他没有所谓的“包追”，没有任何人能保证追一个女孩一定可以追到。泡泡说他明白这个道理，即使追不到也会付钱。

我和泡泡打电话做了简单交流。他的故事很曲折也很简单。他和女孩高中是同学，大学时候拍拖过一段时间，工作后两地分居，两个人分手了。后来两个人都到深圳，又在一起一段时间，后来又分手了。泡泡说他伤害这个女孩太深了，现在想追回这个女孩，想和她结婚。女孩说她不喜欢泡泡。但泡泡觉得其他女孩都不能让他动心，只想追这个女孩。

我追问两个人感情中的细节，泡泡不愿意透露过多。不过对我来说已经不需要了。我给泡泡做了四点答复：

- （1） 你的问题不属于追女孩的问题，属于两个人的感情纠葛。因为两个人已经相处很多年，在一起过也分手过。类似于已婚夫妇闹离婚，虽然你们没领证。所以，你不需要什么包追服务，我帮你追也是失败概率更大。
- （2） 你们在一起很久了，这个女孩对你了解也很深，她对你的感觉已经定型，很难改变了。虽然我并不知道她对你的感觉是怎样的，按她自己说法她不喜欢你，你自己也认为这是真话。
- （3） 不要吊死在这个女孩身上，认识更多女孩。你只追过这一个女孩，现在就下结论说自己只

---

喜欢这一个女孩，这种说法太主观了。到大街上去看看就知道好女孩多得是，只是你社交面太窄没有认识而已。

- (4) 和这个女孩保持联系，有机会还可以约她。即使这个女孩真的不喜欢你，你依然有机会和她结婚。女人结婚是综合考虑很多东西的。单纯考虑结婚，你肯定还有机会，但我觉得没有必要，为什么要找一个不喜欢自己的女人结婚。

泡泡听完后感觉心里好受很多，思想也开阔很多。希望有时间来参加我们的活动，学习搭讪技巧，认识更多更好的女孩。

### 【问题解答】外表真的很重要吗？

#### 网友问题：关于外表问题

我发现在搭讪一个女孩子的时候，长相不是特别重要。重要的是你的穿着打扮，而且我也发现那些有着漂亮女朋友的男士至少在打扮上是很得体的。而这点令我感到了一丝自卑。

只是令我发愁的是：我竟然不知道如何打扮自己。老天，我真的不想承认但又不得不承认这一点。而且我身边的朋友都和我差不多，我该如何提高这方面呢。看那些时尚杂志有用吗？

#### 寒江雪答复：

外表当然很重要，尤其对于第一印象。

就像口才一样，要怎么提高，都要靠日积月累。

在这方面我的经验也不多。看时尚杂志有点用处。可以找女孩帮你买衣服，会有意外惊喜！

#### 网友问题：技巧就是圈套

从接触泡妞到现在已经有 1 个月的时间了.突然之间有了一种感悟:

技巧说白了就是是圈套的设计,针对美女这个特殊的群体特有的心理设计出一系列的圈套引她上勾.当然在实施的过程中,必须保持一颗强大的心(这个在我看来是最重要的).

我的看法对吗.

#### 寒江雪答复：

你的感悟很对。说白了，这些技巧都是告诉宅男不能那么老实，要用点心机和手段。

但或许在多年以后，也或许不久以后，这要看你经历了多少女人和感情，不在于多少时间，你能回到“看山是山看水是水”，还是用“圣火徽章”的略带哀伤的文字来作答：

忘记多年前我告诉你的一切，忘记你自己得出的一些真知灼见，忘记你这些年的成就，忘记你好不容易才有的大哥身份。你还是那个什么也不懂的小 P 孩，这个世界在你眼中既无所谓“对”也无所谓“错”。要知道爱无定式，你怎么表达怎么理解都可以，也都不可以。比如我叫你以追求者开始，那是为了锻炼，现在你为什么一定要以追求者开始呢？你可以跪下来向她求婚，也可以霸道的说：“明天你就是我的新娘。”

如果你忘记这些，你就会达到随心所欲不越矩的境界。你在 MM 面前做的每一件事都在她意料之外，又尽在情理之中。

是否一定要走过依赖技巧的弯路，才能找到只要做自己就足够？

大卫说你要改变才能更好地做自己！

魔鬼说你只需要做自己！

也许最大的问题是我们很难知道什么样才是真正的自己。

#### 网友问题：谈话时关注谁

我通过这些日子的学习也知道了搭讪时应少说多问。

但是我有一个问题：说的过程中是把话题引到她身上，多说些她的事情还是把话题引到我的身上多说些我的事情呢。我看了一些相关的内容，似乎都倾向于把话题引到对方身上。但是我上次在火车

---

站上搭讪了一个女孩子，高四。我更多的是把话题引到了我自己的身上，而且在讲的过程中，两人感觉都很开心。

还是说这个问题其实并不重要呢。

**寒江雪答复：**

标准答案：交替谈论彼此，这样彼此都能加深了解，成为知己。

让女孩多讲一些她自己挺好的。新手犯的错误是过多谈论自己。

你说得对，两个人都开心最重要。

**网友问题：我最大的两个困惑**

第一个困惑：

我学了好多理论，每次行动前我都会顾手顾脚，心里想这是不是低价值，是不是正确的方法，完全没办法放开手脚，新手是不是先不用学理论，到实践到一定程度再看理论，会不会好点呢？我该怎么解决这个问题呢。

第二个困惑：

不仅如此，而且最近我老处于一个矛盾当中：一方面，我认为只要方法正确，我可以在很短的时间内就泡到我喜欢的女孩。另一方面，我的脑海中又有一个声音在反驳：方法再怎么正确，也需要时间，感情是需要时间才能培养的。请问这两种看法哪一种才是正确的，寒老大你倾向于哪一种。

**寒江雪答复：**

有困惑是很正常的。我也有过很多困惑，不要管那么多，只管往前走就对了，好多问题走过后你发现它自己消失了。

具体到你的问题，

我经历过这个阶段，理论成为我的枷锁，我甚至想最开始没看过这些理论就好了。这有点像你去学打篮球，老师突然教你一个新的正确动作，你会不习惯，进球率还不如以前自己的土方法。但练习久了，你掌握了新方法，会发现它比以前的土办法有效率。另外一方面，不应该拘泥于具体的理论和技巧，敢于打破别人的定论。成功者遵守游戏规则，超级成功者知道该在何时打破游戏规则。

感情需要时间培养，是这样的。但激情像草原野火，一点就燃，你去看看《泰坦尼克》这些电影，里头的爱情模式都是快速引诱，女生不但不会认为太快，反而很渴望这种感觉，只是生活中没有男人能带给她。

**【问题解答】聊天时候该贫一点还是严肃一点？**

**网友问题：什么状态更好，该贫一点还是严肃一点？**

男人和女孩在一起的时候到底是应该贫一点，还是浪漫一点，还是严肃一点呢。我现在每次和女孩子交流后都会想这个问题。

**寒江雪答复：**

讲句废话，叫做该贫时候就贫，该严肃就严肃。从迷男方法 M3 模型角度，吸引力阶段贫一些，舒适感阶段严肃、浪漫些。

在实际中，你要在现场把握。也就是大家说的随机应变。还有另一句话：以不变应万变。这两句中国人的老话用时髦的 NLP 解释就是：随机应变是你进入女孩的世界；以不变应万变是让女孩进入你的世界。什么时候该随机应变，什么时候该以不变应万变？

记得迷男方法有个词叫做“标准化”（calibration）吗？就是你在现场你知道现在该做什么了。像在足球赛场上，该防守还是该进攻，你只能在 0.1 秒内反应。我讲的这些都是说得好听，只是让你真正理解迷男方法在说什么，因为我看到太多人看了也没看懂。实战中我们经常犯错，所以才有那么多搞砸和失败。只有通过大量经验，你才能做到标准化，也就是事情来了马上就正确反应。所以迷男让每个星期去酒吧练习 4 个晚上，每次 4 个小时。

---

## 【问题解答】请教对约会倍增术中不理解的地方？

### 网友邮件

主题: 请教对约会倍增术中不理解的地方？

老韩，你好：

我接触 paoxue 有一段时间了，最近看约会倍增术时，看到不要“试图通过言语或者行为来获得注意或得到赞赏”，说这样会让女生认为你有不安全感和需求感。但我觉得，这个和“孔雀理论”不是矛盾吗，孔雀理论是通过一些方法，证明自己比别的男人更强，更适合女性！

这两个看似相互矛盾的观点，要怎么理解呢？

请指教，真的非常感谢！

### 寒江雪答复

约会学中有许多矛盾的理论 and 观点。

世界本来就是出于矛盾中的。

记得我的那篇文章《上床至上和忘掉上床原则》吗？

每个原则都有一个相反的原则同时成立。“尽早进挪” V.S. “不要急色”；“不要吊死在一棵树上” V.S. “不要猴子掰玉米”，“胆大心细”，“自信” V.S. “不要把自己当回事”；DHV V.S. “不要吹嘘和表现自己”。

这些都是约会学里相反相成的原则。理解了这些原则，你才能真正掌握这个游戏。

至于你问到的这个地方，男人都喜欢在女孩面前刻意吹嘘和表现自己，这反而是不自信的表现，所以女生都反感男人在她面前故意表现自己或吹嘘自己。英文叫做 approval seeking。

你让女生感觉到你是为她故意表现的话，你就是在讨好，是 DLV。相反，你本来就是如此，只是她观察到了，就是 DHV。

举个例子，你平常都去吃盒饭，一和女孩吃饭就跑去吃大餐，这是为了讨好；相反，你每天都是去吃大餐的，这次带她去，就是 DHV。

再举个例子，你见了女孩就故意说笑话，这是讨好；相反，你本来就是幽默的人，和所有人都是开玩笑的，你和女孩说话好玩，就不是显摆和表现。

P.S.孔雀理论主要是讲外表的。一般不包括言行。

## 【问题解答】为什么要保持自己的框架？

### 网友来信：

我有一个框架问题，我就是不明白。为什么我要保持自己的框架，这好像跟女孩作对。这个问题我一直想不通，好像一点道理都没有。 请你具体的解释一下给我听。 拜托了。

### 寒江雪解答：

你的问题很好！许多人都遇到这个问题，他们却没有问出来，因为缺乏思考或者缺乏勇气。

保持框架不是让你和女孩作对，虽然看起来好像是这样。

保持框架只是你相信自己做的是对的，你相信自己以后，别人会跟着相信你。

最近在看卡萨诺瓦自传《我的一生》，我对一个情节印象深刻，卡萨诺瓦追一个女孩，这个女孩对他冷淡。他就骂这个女孩。这个女孩有两个女伴，这两个女伴也跟着卡萨诺瓦谴责这个女孩。每一

---

次有女孩拒绝卡萨诺瓦，他就会认为是这个女孩不对，如果女孩不肯到卡萨诺瓦房间，都需要这个女孩道歉。

大部分 AFC 的做法是怎样的呢，要求女孩去开房，女孩拒绝，AFC 道歉。因为在 AFC 的心里觉得自己提出开房的要求是错误的。

这就是框架强弱的例子。

再举一个我自己的经历。

我曾经由研发部门转到市场部门，到市场部门学到的第一件事就是：要引导客户，不能跟着客户走，不能客户说什么就是什么。最厉害的销售人员在客户面前是专家，很强势，很权威，告诉客户“你应该这样，你不能那样。”而销售菜鸟到客户面前是围着客户打转的，客户让朝东就朝东，客户让朝西就朝西。你说，是哪种销售人员能把东西卖出去呢？

在女孩面前也一样。PUA 是领导女孩的，AFC 是被女孩领导的。AFC 试图用“听话”来换取女孩的好感，而女孩不需要听话的男人，不需要奴才，这只会让她很烦很讨厌。女孩需要一个真正的男人，女孩需要一个领导。

#### 网友来信：

你好，我想咨询一下，我现在上大三，家是内蒙的，上学期追一女生，家是福建的，刚开始相处很融洽，在去年她生病时，她打三天针时我陪了三天，无论我付出多少，她都不为所动，她回家时，我去火车站送她，看她头也不回的离去，我当时心就凉了，假期中我无意看到您的超级约会学，感觉收益匪浅。

现在我不想放弃她，现在我一直没联系她，我的和她的宿舍楼紧挨着，中间只隔了一铁栏杆，我们课程不一样，我约她肯定不出来，她总是对我冷冰冰的，她总是爱看玄幻小说，性格很内向，说话声音很小，身材很好，我 1.85 米她 1.68 米，还算配，我们学校女生很少，美女就更少了，我只是很平凡的，请教一下，怎么能把她约出来，找几个借口，自然的？

#### 寒江雪解答：

先回答你的问题，约出来的前提是对方对你有好感，有了好感不需要太华丽的理由，如果对方讨厌你，再好的理由也会被拒绝。

如果对方对你感觉不好不坏，可以用这些理由约她：一起打球，一起吃饭，一起唱 K，买衣服让她帮你参谋等。

再分析一下你们的关系。

刚开始相处融洽。

生病时陪了三天。

如果正常的话，经过这三天，两个人的关系会获得巨大发展。但她却对你更冷了。

你没有描述交往经历，我只能简单猜测，最可能的原因是你摆出了追她的架势，她仔细考虑觉得你不符合做男朋友的标准，所以还是疏远你比较好。

一开始用普通朋友去接近，不容易被拒绝。你现在和她沟通可以表露出这种态度，让她卸下负担，或许有转机。

#### 网友来信：

首先还是要谢谢你。你真是没有先天把妹技巧，但是把妹技巧学的超厉害。就好像学英文一样我们知道为什么语法是这样，但是美国人就不知道为什么这样，他们只会说不知道原因。我知道我现在跟你以前一样，但是我也会像你那样学的这么厉害。我现在越来越有信心了。把妹我只的最重要



---

的还有是吸引。PUA 就是有一个自己吸引的技巧。如果没有吸引的话游戏根本没有办法进行下去。请你可以解释一下怎么吸引女生吗？？我看过 DavidAngelo 的自大风趣法，SwingCat 推拉技巧，Mystery 展示高价值，但是我不知道怎么用它们来吸引女生。拜托了，谢谢。

**寒江雪解答：**

你说得很对，有些人会做却没有总结过规则。天生好手都是能把事情做对却说不出的人。吸引力是非常重要的。

吸引力的几个开关：

- (1) 基本条件，长得帅，有钱，有权势，有名声；
- (2) 个性，人格魅力；
- (3) 预选，已经有女朋友的男人更有吸引力；
- (4) 挑战感，做女人的挑战，不要做女人的苍蝇；
- (5) 与众不同，特色的东西总是更让人渴望；
- (6) 稀缺，让她觉得不抓住你就没机会了；
- (7) 高标准，人们潜意识里认为高价 = 高品质。

**【问题解答】用打击法过度该如何搬回局面？**

**网友来信：**

寒江雪，你好，偶然中发现了一个你的邮件列表 V7 版，自从看了这些邮件之后，你的邮件对我影响很大。以前我是一个看女生都会脸红的人，看了你的邮件之后，我自己都不敢相信，我居然可以随意调戏女生了……-\_-b

这次有 2 件事希望你帮忙，

第一是希望你以后也能寄心得邮件给我。

第二是我上回用打击法打击了一个高挑美女，说她穿衣服太丑，貌似她被打击的太惨有点想哭的样子，用什么办法可以搬回局面呢？

**寒江雪解答：**

大部分时候，使用否定出问题，是因为我们没有理解好否定技巧，也有时候那个女孩确实太自卑了。这个时候不要道歉，道歉就说明你刚才的做法是错误的。

这个时候可以更加夸张地打击，让她意识到你只是开玩笑；或者继续另外一个玩笑，让她意识到你前边的话也是开玩笑。

例如：“你这件衣服太丑了。”女孩想哭。你继续讲：“我知道你故意穿这么丑，怕追你的男生太多了。不过这招在我面前不管用，我具有专业艺术家的眼光，看女生是超越衣服直接看到骨骼骨架的，任何女生在我面前都是一具骷髅。你是我见过的比较完美的骷髅。”

**【问题解答】怎样搭讪~高傲型女生**

**网友提问：**

怎样搭讪~高傲型女生

我给一个女生留下了~~一种极度自信的形象~~~一开始索要 QQ 号这些很正常~可是~每次我和她说话的时候~~他就经常不了然我~或者是很经常说（切~~~你以为你怎样怎样）的句子~~然后现在感觉是~~我和她说话都没以前的投入了~请问我因该怎么样的处理~~~我真的很想追她~~~

**寒江雪解答：**

感觉你说的女生也很小，猜测你年龄也很小。

---

女孩讲这种话：“切，你以为你怎样怎样。”有两种可能：

（1）调情。说明对你很有好感，但用反向情绪表达；

（2）挖苦你。说明对你没兴趣。

具体是哪种情况，你要结合女孩的表情和现场的具体情况判断。

如果是情况（1），你要和她调情，比如说：“没办法，大家都这么夸我，开始我也老谦虚不承认。

但大家说这样不好，是不诚实。没办法，我只好承认自己有这个优点了。”

如果是情况（2），你可以视两人关系亲密程度忽略她，或者反击，总之一要惩罚她对你的不尊重。比

比如说：“你又怎么样？”或者说：“是啊，我怎么比得上 XXX，又 XX 又 XX。”（挖苦的语气）

### 网友银色战车来信：

寒江雪：

你好！

我是超级约会学邮件会员版的订阅者之一。虽然刚接触你的课程不久，但它仍然解开了我不少的疑惑，给我注入了不少新鲜的理念和想法。我对你认真钻研的毅力，直面问题的态度，对宅男的开导指点表示真诚的敬意。

在旺旺上曾跟你提过，我其实有不少问题仍然搞不明白，这次邮件，想总结几个，恳请赐教，谢谢！

1.迷男方法中的“打压”你经常使用么？“打压”的前提条件是什么？

陈述一下提此问题的原因：有些女孩子，在和她们接触的初期阶段，我想和她们拉近彼此的距离，会常常开玩笑调侃她们，比如说：有些女孩子爱看卡通，我会说，你可真好笑，真幼稚，这么大了还看卡通…。其实我的本意就是说句玩笑，但有时她的反应并不是玩笑的反应，反而会挺严肃的为自己辩解说自己并不幼稚。我会感觉不仅距离没拉近，似乎还有点排斥开了。这往往出乎我的意料。因此我就会思考：难道这成了一次无心的打压？那么就算是有意打压，它的正确使用条件又是什么呢？

2.在和女孩交往过程中，发挥幽默感，没什么效果，一般来讲会有哪些原因？

坦白讲，这个问题我觉得有点傻，但我很想搞清楚。

接着上面的场景说，这就是我感觉开玩笑或幽默感无效的例子。我觉得自己还算有点幽默感。但曾经碰过这样的“钢板”：

对方是朋友的朋友，第三次约她出来。

跟对方开玩笑，讲笑话…对方无响应。

我：“你怎么没有幽默感啊～”

她（表情较严肃但绝对没生气，略停顿一下）：“对，我就是没有幽默感～”

……

我想：究竟是缺乏幽默感的女孩真的存在，还是由于我根本没建立起舒适感，对方对我没有认同感？

3.AFC 宅男和普通人相比，在和异性交往方面，差距又在哪里？？？

必须承认我自己以前是个宅男。计算机专业毕业。学习约会学，并没指望成为 PUA，我只不过想学习和异性相处的正确方法和技巧，找到情投意合的女人。因此我就注意到了身边有一类普通人，他们不懂迷男方法，似乎也不懂得骄傲风趣，更不懂 NLP，否定等等，但却陆续交往了几个女人，数量虽不比 PUA，但是最终也往往能得到稳定的感情，甚至有的男人，从学校就发展女朋友直至最终牵手结婚。这类人既不是 PUA 也不是 AFC。我反复听了《宅男到型男之路》的录音，里面对宅男也有很好的分析总结，但针对这种特殊的比较，能否再进一步的分析一下？

你的课程和邮件我不断在看，也在努力找机会实践，哪怕我做错了，也要力图分析清楚错在哪里。

每听一次，都有新收获新感悟，这感觉很好！

祝 万事顺意

银色战车\_2006

---

草书

2009-3-31

### 寒江雪答复：

1.“打压”也就是否定，用的挺多的。迷男方法里讲使用否定的前提条件是对方是8分以上的女孩。实践中，我感觉不是和女孩的分数高低有关系，本质是和对方的自信程度有关系。对于高自信的女孩，可以多用一些否定。对于很拽的女孩，要用更多否定。

不熟又很害羞的女孩，不要用否定。

熟悉以后，任何女孩都可以用否定，这个时候叫做骄傲风趣法更合适，是调情和调戏。

否定不是挖苦，否定只是略微负面的评价，或者一种忽略的态度。具体到你说的例子，“你可真好笑，真幼稚，这么大了还看卡通。”这不叫否定，这叫批评。当然和你的语气也有关系，还有当时的气氛。你的这个否定可以修改成：“你看什么卡通？蜡笔小新吗？”然后学蜡笔小新的语调：“大象，大象，你的鼻子为什么那么长……小姐，你敢吃青椒吗？”

2.幽默感没效果，一般有几个原因：

（1）女孩不喜欢你，有意表现出缺乏幽默感，这是她的否定方式。喜欢你的女孩，自然会很捧场你的笑话。

（2）你的幽默方式有问题。

具体你讲的例子，你讲笑话女孩不笑，你说：“你怎么没有幽默感啊~”对方更冷淡。下一次不如试验这样做，把你的幽默升级，比如做出夸张的表情：“这个笑话好冷……北风那个吹啊，雪花那个飘啊……”

3.所谓宅男就是与女孩交往能力、社交能力低于普通人的人。

### 【问题解答】情绪化好还是不好？

#### 网友来信：

老寒：

这样称呼你希望你不要介意，因为在泡学里面感觉仿佛认识你很久了一样，还是直奔主题吧，我也不想浪费你的宝贵时间。

事情是这样子的，我去年五月份跟女友分了手后觉得一直对女孩提不起兴趣来，也有女孩接触，但是我其实最后还是觉得很难喜欢上人家，所以就没人理人家，虽然比起前女友都要漂亮。

以前上学的时候大部分都是女孩子主动追我的，我也伤过不少女孩子，感觉我不适合谈那种真心感情交往的女孩子。但是自从认识了去年分手的那个女友，我2月份才知道泡学，也才知道自己是真命天女症。两地距离所以听他朋友说是因为这个女友在学校没有什么朋友也不多，所以我估计是空虚无聊的感情劈腿，后来我发疯了一样飞过去找她，态度转变的很快。也是这么大第一次流除了我十几年都没有这么多的泪。自从那次后，我回来就感觉象行尸走肉一样每天买醉找小姐发泄和朋友们疯狂。

其实我一直对女孩子都不上心，这个女友是原本追我的，我对他爱理不理她的朋友很多都看不下去了都来劝我。我根本就无所谓，就淡化了，但是不知道为什么她对我很好，毕业后工作了后我觉得有点心累，感觉都没有她以前对我这么好过，我就一直想着她，她知道后立马跟她再谈的男友分手回来找我，我们就在一起了。她很照顾我不管在朋友面前还是单独都以我的要求为第一。她本来就是个美女在他们学校也有很多比我好的追她，但是她都没理。

我还经常审问她，我的猜疑 嫉妒 控制 小气总之什么都来了，

（她比我小3岁）她回学校后我们也天天一个电话，我以为不会出什么问题，过年我也带她回去见我父母了，我是第一次带女孩子见我父母，她有次让我见他父母，我怕尴尬就没去，她还生气了半天。

这样在一起一年了 去年她的分手对我的打击很大，感觉活这么大从没有被这样打击过，一般

---

都是我无所谓，不知道为什么，我想我是动情了而且很深，我是巨蟹的，真正喜欢的话会很深，完全没有想过退路的。我知道我错了。

半年多了，虽然慢慢从失恋的阴影中走出来，但是我发现我已经麻木了，我已经封闭自己了，我不相信真值得我去爱的女孩子了。我开始拒绝任何女孩子的爱慕。

来到泡学后我知道我本质就是一个 AFC，我做过太多类似的傻事情，如当头棒喝一样的看了各种行为心理分析，我也能帮朋友们分析一些行为的心理分析。

但是我知道我自己的问题也很多。我跟女孩子说也没有慌张的恐惧感，因为我跑过销售，所以和陌生人打熟并不是什么难事情，但是我觉得我自己有一个致命问题，就是情绪化，我总把人划分范围，我不想去过多的接触我感官上就不想认识的人，所以这样很阻碍我的人际交往。

对于女孩子也是一样，要是我觉得没有想跟她做朋友的想法，我根本就不会跟她说一句话，但是这个判断很多时候是带着心理感觉情绪去做出选择的，我是个完美主义者，所以我也是很纠结这个人格缺陷。不知道怎么样去改变和突破自己。

我在泡学里面发过一个帖子是问大家怎么克服情绪化的问题。我发现有的人比我还严重，也没有能够解决的办法。

我其实也有点自卑，家庭的感情亲戚破裂和家庭暴力一直让我想放弃自己，但是后来我为了关心我的人我改变了，特别是我妈妈，我变得不在打架，进局子，整天让人提心吊胆。但是我确发现我更加 AFC 了，我现在有点盲目了，我不知道我是不是把我的个性丢掉了，我变得很温柔，理解女孩很多都说我是好人，我知道我最烦这个字眼，其实就是在骂人。

我有时候在想我要怎么变坏，我不喜欢别人说我是好人，那样感觉很糟糕。啰嗦了这么多，我的情况也大致阐述这么多。免得闲我啰嗦。

那么现在我想请教老寒：我的情况到底是个性的不足还是情绪化的问题，如果是情绪化的问题我该怎么去克服和改变思想呢，

关于泡妞的技术如果我想去学我觉得我根本就不是问题，但是我现在的問題是我连妞都不想去泡我怕我动情，我怕受伤。我不知道怎么去伪装。

非常希望您能帮助到我，对我的人生会有很大的作用的。

**寒江雪：**

感谢你对我的信任！

我认真看了你的邮件，我基本帮不到你。事实上，我早就明白，我不可能“帮”任何人。所有人都是靠自己的。我只是提供一点点帮助。这段话好像很绕。

具体到你的问题，

（1）情绪化的问题。这是好事情，情绪化的男人对女人更有吸引力。大部分 AFC 的问题是太木讷了，不敢于表达自己的情绪，也不敢于做自己。你不是 AFC。但过于情绪化会伤害自己，适度 and 适当的形式发泄情绪就好。

（2）怕动情，怕受伤。那只是因为你刚从一段感情里走出来，需要一段时间去恢复。你可以相信自己的自愈能力。

（3）没法喜欢上女孩。男人喜欢女人是本能，你只是暂时压抑了这种本能。时间能让你恢复。

（4）完美主义缺陷。我也是完美主义者，完美主义能让你把事情做好，也不完全是坏事情。但对自我苛求就会老看到自己缺点，造成自卑，同时把这种苛求投射到外部，要求女孩也完美，对于大部分女孩都提不起兴趣。如果是这样的话，需要调整一下。我的秘诀就是“放过自己，放自己一

---

马”，放过自己就是放过别人；宽恕自己就是宽恕别人；接受自己就是接受别人；爱自己才能爱别人。

### 【问题解答】好多高手说拉长上床时间，这是误区吗？

#### 网友来信：

寒大大~自从定了你的邮件后很受启发发现许多以前不注意的小细节,真的很有帮助!在此先感谢下~

这里有一件刚经历过的事情,请帮我看下!因为我自己到现在还不知道我究竟错在什么地方,也许我许多小方面没有做好但是我觉得我大方向都做对了!可是还是失败了!

这个女孩是我朋友的朋友,在一次饭局上认识的,当时因为她将要来我们单位上班所以和她聊了很多,聊的很不错,虽然有聊了很多单位上的事情,但是我在一些时候能逗她开心!所以给了我很多 IOI,比如走黑的地方主动挽我胳膊,问我朋友我有没有女朋友,还有主动要我号码.....

总的来说我觉得第一次见面她很主动,也许是我觉得太容易了,所以她并没有给我留下太深印象,可以说她并没有吸引我,我吸引了她!

后来她有一天晚上约我出来,我刚工作回家很累,就告诉她,要是她有好活动我就出去,要是没有活动还是算了.我拒绝了她,她后来发信息向我道歉说不因该晚上打扰我,我因为没有女朋友,所以既然她被我吸引就和她先处把!就和她说下次一起出去玩,她很愉快的答应了!

这个我觉得我使用了推拉,让她对我兴趣更大了点!

后来星期天我就约她一起出来了,就是逛商场而已,在过街的时候她主动拉我手,过了马路我就放开了,第 2 次我就一直拉着她没放,然后是聊天.后来一起看了场电影,在电影院中,她时不时捏紧我的手,我就回捏一下!很平淡没有进一步动作.

我觉得可能是她比较开朗活泼把,所以主动了些!不过通过相处觉得她是个不错的女孩,和她在一起比较开心!

然后见过 2 次把!就是拉手还有搂腰没有进一步发展,后来一次中午在单位吃完饭,我拉她和我去宿舍看电视,看电视中,她说很累,我让她睡我床,她躺着看电视,我让她到里面点我也要躺,她不让,让我睡边的床,我坚持然后搂着她睡了一中午,当然什么都没干,就亲了下脸,可能自己比较 AFC 把,没敢进一步发展.

然后 2 天没联系她,第 3 天联系她,她说要考虑下我们的关系,说我太贫.不适合她!然后就分手了.这个是第一阶段的情况,请寒大大帮我分析下那里做的不好啊~其实相处开后觉得她也很不错,后来她告诉我和我分手是她一个同事和她说了什么事情,她不愉快,她没具体告诉我是什么,但我估计是说不怎么样之类的.!

接下上封写第二阶段,

后来,我两没联系 2 个月后,一次在班车上遇到了,而且和我同座,在一起聊了些普通话题把!没太在意.后来的一天突然给我打电话找我聊天.然后晚上 11 点多发信息给我说想和我好好谈恋爱,,还给我解释了第一次分手是因为别人说了一些话的原因,具体怎么样不知道.

我觉得也挺喜欢她就同意了,然后是一起的相处,我对她很好,她都多次说我老宠着她.但是我能感觉到现在的相处和过去不一样了,过去她老爱笑,我说什么她都有很强烈的回应,(一个女孩喜欢你,就会这样,很容易感觉的到,)但是这次又在一起后她变了,我开一些玩笑,有的时候有些过火,她会变脸说我贫.而且许多小技巧都没能很好的发挥作用,比如说打压.然后我觉得现在应该是舒适感阶段了,我就慢慢的少了打压多了关心,少了贫嘴逗她,多了些交流,每次和她一起吃饭聊的很多感情方面的东西都很深入,我觉得她也比较投入!我一直觉得舒适阶段做的不错,我对她很好.(有一个小细节请寒大大帮我分析下,她的手机老调震动,有许多时候我打电话她都不接,一般是过后给我回电话.她还很愿意和朋友在一起.星期六她朋友上班,她能去单位陪人家上班,告诉我今天她陪朋友,让我不要打电话给她,我晕!不过我觉得人应该有个人的空间,而且我不能很 AFC 一样老担心,所以就没打等她晚上打

给我.基本上每天晚上都会给我电话!我怀疑她还找着别人?会么?她每次不接我电话,我问她她老说手机没电了不能接.)

后来一天晚上她陪我转完超市后一起去吃饭.聊的挺愉快.我送她回家的路上.她说明天晚上要给我做粥喝.很是期待.第二天就打不通她电话了,一直到晚上她开了机,我给她打电话她不接,然后就是又关机,后来我给她属舍的一个女孩发信息问她为什么她不接我电话,没几分钟电话就打过来了,还是那套今天没拿手机,晚上有快没电了的说辞,还有就是和我通电话时,还和她属舍的女孩说话.我一生气就挂了.第二天早上 6 点多又是给我发信息告诉我她要考虑考虑.我当时就晕了!我回信息说"你不用考虑了,我帮你决定.我们分开吧!你从来就没有喜欢过我何必这样那!"反正是比较气愤的话!她老在关系看式很平稳的时候给我来这手.后来她回我信息说:她没有想玩她认真对待了等等~我虽然现在不找她了,但是我真的想弄明白这是为什么.我不想吃了亏还傻乎乎.我自己分析可能是她投资不够原因,我只是和她有了身体接触,并没有 SC.而且一般出去玩!我都是出大头,让她出个水钱什么的.她没有付出什么而得到了我,所以我觉得她可能觉得和我分手也没有什么损失,而且我觉得她的 2 次考虑都和她的同学有关,她的同学一定说了什么.要不然怎么会前一天和我在一起还不错,要帮我做饭什么的.第二天就变!还有就是为什么她对我两次的变化那么大!后一次再一起再也没有以前的感觉了,第一次的时候我说什么她都很开心而且和我在一起很活泼.第二次,我说一些话,就说我贫!白毛我!感觉一个天上一个地下!我在舒适阶段对她好对么?没 SC 真的就不能和女孩有长期联系么?我看见很多高手帖子都说为了体验美好的追求感觉所以拉长 SC 时间,要体验感觉.我现在怎么觉得要趁女孩被你吸引的时候,就要赶快 SC 那?误区么?

### 寒江雪答复:

拜托你把两个邮件写到一个里面。

你的故事我看完了。有几点感受:

(1) 这个女孩是玩家。玩家是我用来形容女孩的一个词,这种女孩会钓凯子,会周旋在许多男人中间,也很爱玩,对感情不那么认真,至少表面如此。玩家这个词稍微有点贬义,特别对于 AFC 来说,价值观上可能无法接受这种女孩。在社交技巧上,玩家的技巧很高超,普通宅男也不是对手,除非那个女孩对你发善心。

(2) 你的信件很长,细节很多,也很啰嗦。说明你的生活不忙碌,或者你把这个女孩看得很重大,甚至看做生命重心。

(3) 女孩前后的巨大变化。我不能知道是什么原因,猜测是对你丧失了最初的吸引力。那个时候你可以一鼓作气把她征服的,现在有点错过时机。

(4) 现在应该怎么做?不要花太多时间感情在她身上,认识更多女孩。和她保持联系,吸引她多投入感情和时间,尽早发展到超越友谊,那样你能主动很多。

(5) 拉长上床的时间,为了体验美好的感觉。这个说法最早来自天涯“再次路过之”。这个建议适合高手,不适合你我这样的低手。就像老猫告诉小猫说:“我喜欢抓住老鼠不着急吃它,慢慢玩着。”小猫也学老猫样子,结果到嘴的老鼠又跑了。

### 网友来信:

寒大大!再帮我分析一个事情!有一个女孩朋友介绍,朋友留了个电话让我们互相联系.因为我们都比较忙,所以先给她打的电话,第一次没什么说的就是胡说八道把!逗的她很厉害.感觉不错.然后第一次见面,聊的很开心,聊我们共同的朋友,聊单位的事等等.我在说话的时候加了一些夸张所以气氛很愉快,她老笑.吃了饭就送她回家了.她家比较远 8 点多就没公交了,我们吃到 9 点,因为她要上班不能迟回家,所以打车送她回去.然后大家都比较忙就电话联系,不是不接就是在和朋友吃饭.(她确实比较忙)然后觉得没什么反映也就少联系了,2 个星期没联系了把!突然她给我发信息问我什么时候有时间想见我!我们约了晚上见,单位去市里的时候堵车.迟到了半个小时.我到了的时候连晚饭都在 KFC 吃

完了!我很饿就要东西吃,她接到一个朋友电话就出去打电话.一去半个小时,这个电话够忙的(估计有气我的意思.我晚了半个小时)回来后我饭也吃完了,然后开聊,什么都聊从以前的情感到现在找对象的标准等等,聊的确实很开心.聊完一看表 10 点多了,2 个多小时!怕!她说她要去外地学习十多天,我说你电话都不接都不敢给你打电话,你定个时间把!专门的电话时间?她笑说随时可以给她打电话.

后来她去学习了!发个信息问她如何,她说学习很紧张.我想引个话题就说,好怀念以前的学习生活.校园的感觉就是好.然后就是没有下文!晕!这个女孩该如何联系!她真的好忙!一个星期就休息一天,需要短信都没有下文,弄的我很郁闷.但是聊天很愉快啊 ~

### 寒江雪答复:

如果一个女孩很漂亮,一般都是很忙的。

从你的描述来看,这个女孩还是那种性格开朗开放的,不知道我猜得对不对?

她很忙怎么办?不要给她发短信,短信是没时间回的,我以前出差时候从来不回别人短信,因为真的太忙了。

打电话,简短,约她,见缝插针。

提高约会学效率,你知道什么意思吧!

希望可以帮到你!

忘记说了!

这个女孩也是玩家。

只要女孩出现这些特征:

- (1) 打电话经常不接,但偶尔接;
- (2) 接电话时莫名其妙挂电话;
- (3) 接电话时前言不搭后语;
- (4) 和你在一起时还要接许多别人的电话。

出现这些特征,基本说明她是玩家,而且心思没怎么放在你身上,她脚踩 N 只船。

你如果喜欢这种类型女孩,你要学会适应这些现象,并学会对付这些问题。

### 【问题解答】过分打压搞砸了该怎么办?

#### 网友来信:

寒江雪大大,您好!

本人是接触泡学不久的一个"宅男",和你一样,到了 28 岁才开始"觉醒".

非常佩服你们这些前辈的共享精神,让我感到受益匪浅,在此特别感谢.

这次邮件是想向你求助的,因为遇到了困难.我学习泡学后,知道了与人交往的艺术,特别是对女孩子的,并且在实际中也得到了锻炼.我并不想成为一个 PUA,只是想找到自己的幸福并提升自己.

最近我认识的一个 MM,在心中是天命级别的,但是我却犯了一个很大的错误.平时和别的 MM 刚认识的时候,使用打压比较合理,这些 MM 我都成功建立了吸引,但是并未继续发展.对于这位"真命",我犯了严重错误,不知道为什么打压得特别严重,因为心目中将她想得高分,故一味打压.曾经建立了吸引,她也有发出不少 IOI,但是有些不知道是真是假.约出来逛街过一次,吃饭是她请的,小吃是我请的,当天似乎双方都挺开心,也有小接触,不知道算不算 KINO:刮她鼻子,过马路轻拍她后背,她也有让我拨开她头发看以前的一个伤痕.但是,过了两天再联系她,她却显得非常冷淡,电话聊天中很不耐烦,我因为紧张讲错话,导致她生气了.第二天就干脆不接我的电话.不知道是不是打压过头引起的.现在冷冻中.我本人非常沮丧和难过.在看了一些帖子后感觉自己完全是生搬硬套一些国外的泡书,导致搞砸的,现在非常想挽回,请问寒大能给些什么建议吗?万分感谢.

### 寒江雪答复:

---

我搞砸过的机会不知道有多少个了，我们都必须搞砸很多机会才能抓住机会，对不对？  
你现在最该做的是认识更多女孩，并且纠正以前的错误。

关于这个女孩，如果见面时候玩得那么开心，还是有机会的。继续联系，找机会约出来，装作什么事情也没有发生一样，重新开始。

### 网友来信：

寒大大,你的4.10邮件中告诉我们要自信,前几天一个女孩在QQ上说我这个人很自信有些自大.我就和她说了自信的是内在等等,她说她是个很一般的人(我觉得有些自卑)所以就和她说了自信.自尊的事情.然后还说打字太慢下次见了面好好和你说吧!没想到她说:不用.还和我讨论了半天人要自知.她是小学老师,可能和职业有关很爱说教.最后弄的太正式太无趣,大家都很不开心.还有今天在QQ上见了,我就逗她说什么时候兑现诺言请我吃饭啊?她说忙完这阵就请.然后聊着聊着就说起来请客的事情了.我说了句好像是你上次自己答应要请的把,没想到她把聊天记录翻出来给我看!说这句话是我说的.还说我经常乱说话,她不喜欢解释.....就是教训了我一顿把!其实我是一种幽默啊!就是曲解她意思么!不过她好象对什么事情都比较认真,我逗逗她,她就和我理论半天,说她这个人很直,有什么说什么云云~反正每次都不能很好交流,越说越不愉快把!难道老师都这样么!天!

请寒大大帮我分析一下!这个是怎么样的女孩啊~我有希望么?她因该比较宅,追她的男人有,她让我看过他们学校的照片还告诉我谁要追她.但是哪个男的确实不怎么样.河马脸一看就是死板的家伙所以基本忽略,她休息了就在家睡觉或者上网.所以我并没有被打枪,而且她可能第一印象对我不错把,不过她太爱说教了,我上次因为一点小事让她请我吃饭,其实就是小玩笑而已,她就认真了,非说我这个人比较精,那意思好象我请过她吃饭现在要吃回来一样!我晕!请帮帮我~

### 寒江雪答复：

其实不是要你自信，当你想着“我要自信”的时候，你已经不自信了。你要做到的是放松自然，当你想着放松，别人就会说你自信；当你想着自信，别人就会说你装B。

如果这个女孩这么无聊，你为什么不多认识些有趣的女孩？

如果你真的喜欢这种无聊的女孩（虽然我没太想明白为什么非要喜欢无聊的女孩），你可以先花点时间和她混熟，也就是培养舒适感，等她在你面前可以放松了，再开那些玩笑。她是那种在陌生人面前磨不开的女孩，也就是有一层假正经的外衣，等你和她真的熟了，发现她的另一面，可能你还会吓一跳呢！

### 【问题解答】如何加强DLV？

#### 网友问题：

你好，我是看你的“约会”知道的你的邮箱不知你什么时候能回，希望越快愈好，我认识一女孩（能打8分以上，22岁 我：自认为7分吧，戴着眼镜。24岁）别人介绍的，目的就是找女朋友，见面的时候已经看过书籍，要表现高价值，我有一自身高价值就是我是国企职工收入是她的三倍。但是我生活阅历有限，没什么好素材，他是导游，我说话的时候就向旅游方面靠，让她多说，书上不是说要让女孩子多谈论自己吗，经历一小时多点的谈话，那天天有点冷，我意识到了就像请他去唱歌（本想去肯德基但我经常去那里不熟悉，KTV我倒是很熟），直接邀请的，有写唐突，不是很顺其自然，她没答应，说觉的唱歌应该是好多人一起去的活动没去成，后来露天聊了会就都回家了，当时对吸引力理解不够，没意识到冷冻是需要在吸引力建立后实行的，就傻傻的直接冷冻了两天，后来打电话态度挺好的就是越不出来，最近发短信邀约，她说我们还是做朋友合适，我当时回的是就是要做朋友啊 当晚我去等他下班，没等到，她和同事去吃饭了，我说等他她说不用，到现在短信没回音了，我不敢打电话，怕让她烦感，我现在的困难是

1.不知道用什么方法约出来，你能提供意见吗，多多易善



- 
- 2.我应该在哪些方面加强 DLV
  - 3.身体接触培养感觉让想法成为感觉的方法有那些
  - 4.我就是想找女朋友她也明白我的意图，我如果有机会见面还要冷冻吗
  - 5.谈谈现在一般女孩子的想法，我更应该在哪些方面入手

#### 寒江雪答复：

不知道我的回复算不算够快。希望你把目标设定成获得约会和女人领域的成功，而非追到这个女孩。从你的描述来看，短期内你没有机会追到这个女孩了。

你自己的失误你自己也很清楚了：

(1) 展现高价值 (DHV) 不是卖弄和表现，卖弄是暴露低价值 (DLV)。好多人把 DLV 当做 DHV 了。同样一个优点，以适当方式展示就是 DHV，错误方式展示就是 DLV；区别在于是否刻意，是否自然。DHV 是迷男方法流派的主张，并非所有 PUA 都主张 DHV。这也是需要注意的。在夜店的环境，DHV 是非常重要的。在生活中，面对宅女，DHV 不重要。

(2) 唱歌的邀约。聊天冷场就靠唱歌救场，一般没有好结果。她拒绝你，是因为她感觉到即使去了也很难玩开心，拒绝是为了彼此都好。

(3) 冷冻，没有感情基础就冷冻只能冻到自己。这个你明白了。

(4) 她说做朋友合适，基本是拒绝你了。你的回答很好：“就是做朋友啊。”下次尝试这样：“就是做朋友啊。男女朋友。”

(5) 你去等她下班。不要再做这样的事情。你是在没有吸引力的前提下试图赢取舒适感，是苍蝇的做法，只能让她躲着你。你可以显得随意一些，比如顺便拜访的方式，“今天我正好到你公司那边，有空我们可以一起吃饭。”

(6) 不敢打电话，怕她反感。如果女孩喜欢你，她会渴望你打电话给她。所以，还是加强吸引吧。

最后你罗列的几个问题我都不回答了，要回答这些问题不是一两句话可以说清楚的。你可以到我的淘宝店铺看看，有我的电子书和网络课程讲课录音。你的问题答案都在里边。

<http://shop57039776.taobao.com/>

P.S.突然发现你的第二个问题是“如何加强 DLV？”我明白了，我上面的回复你不需要看了，你只需要继续重复现在的做法就是加强 DLV 了。

#### 网友来信：

本人 30 岁了。

这是第一次搭讪实践，清明搭讪认识的一个女孩，在上大四，学校已经没课了，家是北京本地的。在她的学校里边站着聊了大概半个小时，感觉还不错。认识后第三天发的短信，她马上就回了，这是短信内容。

我：这两天过的怎样，上次留了电话后，还想再见到你，有时间见面聊聊天吗？

她：这两天学车，现在正练着呢，周末吧

我：那周日吧，周六给你打电话。

周六打电话时她说在忙着准备毕业实习材料，也客气的问候我在忙什么，说了几句后我就说主动说没空就算了，下次有机会再说。

他们都说这个以后再约约还有机会的，我也这样想。但是之前的几次朋友帮出主意效果都很差，所以我没敢轻举妄动。今天距离周六打电话已经 4 天了。

想请教接下来我该怎么办，是发短信偶尔问候呢，还是偶尔打电话闲扯几句效果好。时间间隔如何

---

控制，一周 1 次或是两次三次。

---

还有一个问题是问过你没回答的，这个也是我非常关注的，真的是近期准备搭写字楼的女孩，你说要我自己多尝试，我确实准备好失败了，但是希望你能先指点一些，这样我能少花费些学习的时间。旺旺里你说过写字楼的女孩好搭，而且你说写字楼的女孩要间接搭，我想“直接问路，对方回答后马上转直接说想认识对方是否好。”（我之前有过间接搭的经历，就是先说问对方的包从哪买的，对方很认真的回答了，但是转直接说想认识她时，礼貌的拒绝了。所以其实这种态度好的如果直接搭可能成功的机会大些）。

简而言之，就是搭写字楼的女孩应该有哪些要点，和其他地点不一样的；为什么你认为要间接开场（我想知道理由，这样才能有更充足的自信），我说的这种间接转直接是否好。

### **寒江雪答复：**

你的几个问题，

（1）已经搭讪的这个女孩，接下来怎么做？有空就发发短信，打打电话，随意一点。发觉对方兴趣很大就尝试邀约，发觉对方兴趣小就少发点短信。初期避免“我很想见到你！”这种深情款款的告白。

（2）搭写字楼女孩。各种时候都是间接好过直接，迫不得已才直接开场。直接开场风险大、过滤性好、收益大（风险与收益成正比？），间接开场不容易被拒绝，但也无从判断对方对你的兴趣。间接转直接的方法很好，你可以尝试。不管间接还是直接开场，如果有可能就和女孩尽量多沟通，最好发起现场约会：“别站在这聊了，我们到那边去吃东西吧，我也饿了。”

（3）为什么要间接开场？各种推销，你直接提出一个要求，对方都是很容易拒绝的，因为对你这个人还不了解，缺乏信任。拒绝是投入最少、风险最小的反应。就像推销保险，推销员问你要不要保险，你肯定拒绝了事。但反过来，他和你混熟了，再找适当时机给你讲一个产品，你就会觉得很好，很想买。

### **网友来信：**

我碰见过几次这个问题了，女生对我说“XXX 现在越来越漂亮了”或者是“XXX 越来越白了”（XXX 不为固定的一个人，特征是：我们的朋友，有男朋友）她们对我说这句话我都不知道该怎么答，都是直接沉默，她们说这句话到底想表达什么东西呢？

### **寒江雪回复：**

这些话没什么意思！

其实女孩的大部分话都没有什么意思。男人喜欢猜女孩的话什么意思，女人想法变那么快猜得过来吗？还不如省力气一点，做自己该做的就好，管她怎么想的！

我在这些时候会说：“是啊，好白啊，我也越来越喜欢他了。不要跟我抢哦！”

### **【问题解答】如何制作自己的惯例**

#### **网友来信：**

寒江雪，你好

自己和女生聊天的时候，说的东西都很无聊。感觉是自己缺少惯例，我想收集些惯例，可不知道如何做

我想知道：

一般的惯例都是怎么来的？

如何学习惯例？

---

如何制作自己的惯例？  
希望能尽快得到你的回复  
谢谢

**寒江雪答复：**

惯例的来源：

- (1) 鹦鹉学舌，别人讲过的话，玩过的游戏；
- (2) 总结，自己讲过的话，偶然发现的玩法。

任何话你讲第三遍的时候就是你的惯例了。

你玩过电脑游戏吗？我玩过星际争霸，我用神族的惯例就是造出第五个农民的时候，用这个农民去探索地图，出到第一个狂战士就派出去探索地图另外一个方向，找到对方基地的话就造 4 个狂战士去骚扰。

惯例来自于实战中你发现的最好用的招数和玩法。当然，学习别人的既有招数是捷径。

看过《笑傲江湖》吗？无招胜有招！

不需要刻意用惯例，也不需要刻意回避惯例。不需要刻意用招，也不需要刻意不用招。

忘记说了，寒江雪淘宝店铺有《经典话术》，才 20 块钱，是寒江雪爱用的惯例：

<http://shop57039776.taobao.com/>

**网友来信：**

主题：今天搭讪写字楼附近女生失败

一。今天中午在 soho 吃午餐时，有两个女孩一块吃饭，其中一个很漂亮，但那两个女孩身边没空位了，我只能坐的比较远，我先吃完的，然后就过去，她们刚好也吃完，她对着小镜子化妆。这种场合下我也找不到间接开场了，就只能直接开场，说我希望和她认识一下。她有些愕然，说第一次遇到这种情况，我没得说，愣了一下说“我也是第一次”，然后我就介绍我自己，她沉吟了一下问“你有名片么”我说没有（我应该说没带）。我问她是不是在这工作，她有些戒备说在这附近。跟她一块的女孩问服务员洗手间在哪，然后两人一块上楼了，我就说能留个电话么，她说等会再说吧。其实给她缓冲考虑的时间就是在给她下决心拒绝我，所以这里就已经注定失败了。等她出门后表情明显冷淡了很多，她又重复说，真的没遇到这种情况，我说你看我像坏人么，她又说不习惯这样跟陌生人搭讪，她又说北京漂亮的女孩多的是，我说是很多，但自己的喜欢的不多，她很无奈的说“你这样让我很有负担感”。这时就彻底没戏了

我觉得我几乎每句话都不对，但是当时真又不知道该说什么好。

能帮我指出这次交谈中我都犯了哪些错误么，我应该怎么说，谢谢。

---

二：还有一个事，上周五搭讪认识一个外地来北京培训的女孩，还要待一个多月就走了。我当时就约这周日能不能一块吃饭，她说周日有事，说周一再联系。我今天发短信说“周末过的好吗，在忙什么呢”她回“你好，在上课”，之后我也没回。我觉得我的短信稍微亲近了些，直接就说“在忙什么呢”是不是就可以了？还有下一步该给她发什么短信呢（她外地手机，告诉我电话那天还说尽量发短信），因为我觉得还是有机会的。

**寒江雪回复：**

恭喜你走出了最宝贵的第一步！

但这也仅仅是第一步，我不敢告诉你还要走多少步，怕把你吓得不敢继续走了。

像你描述的这个场合，你们应该都在附近工作。你可以利用这一点制造联系感：“吃饭看到你俩好几次了，开始还以为是一个公司的呢！”

或者借题发挥，她在化妆：“我知道你做什么的？……你是坐前台的吧，不然也不会在中午吃饭时候还要补妆。”

你们的聊天太干巴巴了，没有调情和暧昧，没有张力和刺激。

“你看我像坏人么？”我想不出更坏的台词了。这句话折射了你内心的不安全感，你内心依然觉得搭讪是猥琐的，是错误的，是讨人厌的。

你可以从外部技巧（话术、幽默）和心理建设（认识自己、认识女人）两个部分提高自己。

我的淘宝网店有些东西可能对你有帮助，有教怎么搭讪的，还要帮助你认识自己的。

<http://shop57039776.taobao.com/>

第二个女孩，你只发了两条短信，就问我，我不知道该怎么说。继续约她吧！“下次你再来北京就不知道什么时候了，难得来一次，我今天带你去吃个特色的。”

### 网友来信：

寒大大：

看了你的“超级约会学”也许对别人有帮助，但对我现在么多大的用处，可能以后会有用。但现在我不知道自己该怎么办。请寒大大教下我。

我先大概说下我和她的事，我们俩是同县同校同一个班，在学校里只是普通的同学，没多大的友情，如果没那件事。（等下我会说明）可能现在就算见面了 也就是聊一些不闲不淡的话题，然后就没话题了，最多见面了打声招呼的朋友。

我们是在4年前毕业的（2006年7月）她就南下去深圳打工，而我就继续读书，2008年1月后由于某些原因我就不读了，我有她的Q但这中间我们没联系过一次。到了2月后我也去深圳了。下去后我就开始联系我以前的同学，我就联系到了我在学校认的一个妹。而且她离我住的地方也不远，所以就去看她（我妹）。这中间我不知道她（我心中的她）和我小妹是同村，她们住在一起。当时她的出现，我就感觉她很漂亮，这还不能样我喜欢上她，就是比较有好感。然后我们就去吃饭了吃完后我小妹就带我们去溜冰，我和她还不会溜冰，那时我和她就坐在休息区聊天，当时我见她也不会，就半开玩笑的说我回去后练好了。下次来时我在手把手教你，第二次去了，在去溜冰时她就问我：

“会溜冰了没”。我就回答说：“还没”，她就要求我下次来一定教她。我就答应了，以后我在星期天没事时就去找我小妹玩，经常和小妹去溜冰，但我来时她都是上班。所以真正和她在一起也没几次，而在2008年五一时。大家都放假了，我就在次去找她们了，这次我见到她了，我们就约好去溜冰，她还不会溜冰，我就上去教她，由于我的也不会溜多少，就出了意外，我们俩都摔伤了。我没事，但她摔下来时手臂擦到了我的手表边上，为此她臂被刮大概3厘米的伤，也没出多少血，但是我很自责。我就要去买药来给她擦，我是亲自给她包扎的。我每擦一下她眉头就皱一下，就问她：“疼吗”她老说：“不疼”这中间我向她说对不起很多次。到最后反到是她安慰我了，。

此时我就觉她很与众不同。感觉喜欢上他了，五一后，我就得开始每天打电话给她，在段时间我大概维持了2周吧，在电话中我透露点我有点喜欢她，在5月中旬我在去找她们玩时。那天她也放假。但她不在，到了晚上我打电话给她问：“哪天去那里玩了”，她就说：“和他男朋友出去玩了”但我肯定她没男朋友，因为在4月初她过生日，当时在场除她的几个女性同乡外，就我一个男的。后来在去找她们玩时在也没见到她，当她用这借口来搪塞我了，而且还老避着我。我就想她可能是不喜欢我或对我没感觉吧，我就想放弃这段感情，慢慢的想把她给忘了。。。6月份她妈妈出了点事。她就回老家照顾她妈妈，我大概到了10月左右，我回南宁了。她又下深圳学美容了，我们就没见过面。电话也没打过，大多是在网上聊。既然想把她忘掉，。在网聊时我也没说出什么过头的话，就象和普通的朋友聊天那样，把我的很多优点说出来了，我也在网上逗逗她。她老说我很搞笑。我很想把她给忘了，但当我和 女性朋友在一起时，我就在心里比较谁好，。但每次都是她好，她身上有种吸引我的气质。使我无法忘了她。

---

到了 2009 年初她忽然对我说：“在过两个月来南宁工作，”我很高兴，认为她是特意来找我的，我的心又开始动起来了，4 月初她真的来南宁了。我们见了一面，当时还有一个以前的同学。也是她老乡，和我也没多少交情，她们也很就没见了，我带她们在南宁玩了一天，我是个外内向性格的人，那天都是她们在讨论女人的话题，我不好插嘴。所以那天我没说多少话。都是她们说得很多，而那天我自己感觉很差劲。可能她也有这中感觉吧。当我想在找她出来玩时她老是在找借口，从见面到现在已经过去两周了，她一直说没时间出来玩。在的聊天中我感觉她变了，不象我刚认识的那样了，变得娇气了，变了很多，如果说在深圳时她还是个弱女子。那现在她就是女强人，当然这是在对比，只是我无法形容。

现在她的改变。而且我曾想过现在放弃这段感情，加上现在她找借口来拒绝我的邀请，使我举棋不定，我不知道我该怎么办。我怕错过了会后悔，她现在再我心里还是有地位的，而追求后又怕忍受不了她的脾气，更有可能只是我一厢情愿。

寒大大你帮我分析下吧。现在我真的很迷茫，，，不知道是放弃还是努力追求，，，在此我先谢谢寒大大你了，不管你能不能帮我。我都感谢你，因为你样我说出了我的心里话。。现在我心里好多了，谢谢你。

### **寒江雪答复：**

如果我的超级约会学无法帮到你，那我也就无法帮到你。

看了你的故事，一开始女孩对你好感还是很多的，她让你教她溜冰，其实她知道你不会溜，这是创造机会给你。当然你没有抓住机会。

中间分隔这么久，她在深圳打工，已经被社会大染缸“污染”。深圳什么样子，估计是你坐在家无法想象的。

你不要误解我的意思，我只是说女孩的价值观世界观已经有了巨大转变，你也能看到她身上的这些变化。

她看过花花世界以后，也看到了许多外面世界的男人。你在她的眼里没有什么吸引力了。这种现象，最典型的的就是“出国的女孩会马上甩掉以前男朋友”。

你能做的事情：

- (1) 不要老想着这个女孩了。当然也不用放弃，继续联系，不要当苍蝇。看有没有机会。
- (2) 认识更多女孩。
- (3) 有机会也多出去见见世面，提升自己。那个时候你就能理解这个女孩的变化。

### **【问题解答】冷场应该怎么办？**

#### **网友来信：**

寒大，无意中听了您的音频，我 24 岁，也是理工课的，发觉我和你以前一样，真的和女孩子说话找不到话题，不能拉近双方的距离。往往出现冷场的情况，而且见到自己喜欢的女孩子往往紧张说不出话来，我想大大您以一个过来人的角度谈下如何才能改变这样的情况，我现在这样真的很痛苦，谢谢寒大。

#### **寒江雪答复：**

这个问题我回答好多次了，但这个问题实在问得太普遍了。

对于这个问题我从几个角度来回答：

- (1) 长期来讲，你需要提高你的沟通技巧，也就是大家说的口才、幽默等。不仅是话题，还有

---

讲话方式，表情、手势等肢体语言。

(2) 短期来讲，你要注意倾听和提问，让女孩打开话匣子，你做一个好听众。能讲不是高手，能听才是高手。

(3) 从现场心态来讲，要放松和投入，活在当下。话题是在现场发掘的。

(4) 从心理建设来说，培养乐观外向、个性洒脱的性格。

我的淘宝店铺有一些约会技巧、心理建设课程，希望对你有帮助。

“约会和进挪”，“宅男到型男之路”。

<http://shop57039776.taobao.com/>

还可以订阅我的邮件列表会员版，会有很多约会技巧的文章定期发送。

### 网友来信：

寒江雪，你好，又有两个新问题请教你。

(1) 上周4我又给这个女孩发了短信，“功课还好吧，在忙什么呢。”，但是没回，我特意忍了两天才给你写的这封邮件，这样我现在就能真的不在意这个女孩是否回短信了，以平和的心态来谈这件事。我想这一周再发“比如说五一去哪玩啊”，或者下周发问她五一玩的怎么样。你觉得如何。主要请教的问题是发发短信，如果对方总不回或者不爱聊，我按你说的连续邀约，总不能每次都发“你在忙什么呢”，或者你知道她是学生，不能总问“功课忙不忙啊”，因为初始对她了解不多，似乎也发不出什么花样短信了吧。这点其实困扰了我很久，也听了录音但都没说具体的啊。这个问题能不能多说几句，举个例子，这个问题真的困扰了我很久。

---

第二个女孩，你只发了两条短信，就问我，我不知道该怎么说。继续约她吧！“下次你再来北京就不知道什么时候了，难得来一次，我今天带你去吃个特色的。”

---

上周五搭讪认识一个外地来北京培训的女孩，还要待一个多月就走了。我当时就约这周日能不能一块吃饭，她说周日有事，说周一再联系。我今天发短信说“周末过的好吗，在忙什么呢”她回“你好，在上课”，之后我也没回。我觉得我的短信稍微亲近了些，直接就说“在忙什么呢”是不是就可以了？还有下一步该给她发什么短信呢（她外地手机，告诉我电话那天还说尽量发短信），因为我觉得还是有机会的。

---

(2)

昨天又路搭一个，一个女孩穿着短裤，我就间接开场问中国银行怎么走，应该是她意识到我是搭讪的，所以就说不知道。于是我又说其实我是想认识你，她看了我手里拎的购物的纸袋，没说话（这应该说明间接转直接的开场时有效的，对方没有拒绝我），我就介绍了一下我自己，她还是快步往前走，我就问“你是演员么，因为你来的方向是 BTV”，她沉默一下说“我有事，你不要跟着我好么”，就这样我放弃了。

我昨天又听了第二段录音，结合我自身的感受就是在聊天和约会的过程中要让对方感觉到轻松，这才最重要，可能是我平时有些死板的原因，所以觉得这方面很重要。

### 寒江雪答复：

关于发什么短信，

试验一下这个：“昨晚我做了一个奇怪的梦，梦到我怀小孩子了，我看到自己肚子越来越大，很奇怪，想来想去觉得应该是有了。醒来我一想，不对啊，怎么生出来啊。”

---

只搭讪一两次不能说明什么问题。你可以给自己定一个菜鸟任务目标，搭讪 50 个女孩。慢慢你会明白很多事情。

有一个很基础的功课，不知道你有没有做，去改善一下你的形象，这是第一步。如果你几十年来都没有注意过形象，你可以去找形象设计师帮忙，通常收费都很贵，希望你能找到一个便宜点的设计师。或者，找个热心的女孩帮忙打扮你，从发型、眼镜、手表、衣服到项链。

### 【问题解答】如何判断女孩拒绝你是否还有机会

#### 网友来信：

如果你搞砸了，及早放弃幻想，再找一个女孩吧！在实际中也要注意另外一个情况，好多人误解了女孩的信号，女孩并没有拒绝他，他就以为自己已经输了，一早就放弃了。比如女孩说：“我们只能做普通朋友。”好多网友就以为已经失败了。其实未必，好多时候这只是表明你追得太急，女孩暂时退缩。这种太早就放弃的做法也是需要避免的。

=====

寒江雪，你好

对于你说的‘另一个情况’，我自己想了一个方法，不知道能不能行得通，希望得到你的指正。

我的方法是：当女孩第一次拒绝后，再进攻一次；要是第二次拒绝，再进攻一次；第三次拒绝，就放弃。这三次进攻之间隔 1 到 2 天。

我的想法是：事不过三，女孩第一次拒绝是因为没有任何准备，本能的拒绝了你，事后可能会后悔拒绝你；第二次拒绝是因为自己还没有考虑好；经过两次拒绝后，还是决定要拒绝你，那就是真的对你没有意思了。当然这些想法都是自己 yy，理由并不充分；按你说的，‘不要猜女孩在想什么’那没用，做自己就好了。

=====

何时该坚持，何时该放弃，需要你根据两个人交往的情况综合判断。

=====

关于‘两个人交往的情况’，你能简要的说明下有哪些‘情况’吗？

#### 寒江雪答复：

你的办法很简单有效。简单来说就是多次重试。

事实上，如果经验丰富，一看就知道还有没有戏了。对于缺乏经验的人，可以用你的方法。

第二个问题，判断的依据有哪些：

（1） 女孩拒绝你是在认识初期吗？认识初期她不了解你，只是凭第一印象拒绝你，可能了解你更多以后会有新想法。

（2） 女孩拒绝你是因为你追太急吗？她拒绝你以后她可能反而会后悔自己太仓促下结论了。

（3） 女孩拒绝你是客观原因造成的吗？比如有些情况两个人距离远，没法见面。如果只是客观原因阻碍，女孩对你有好感，还是有很好的机会的。

（4） 女孩拒绝你只是一时的情绪吗？人的想法是来回变的，保险推销员都知道，今天客户说不想买保险，明天你又打电话给他，他可能又有兴趣了解了，因为他的同事今天刚出了车祸，他有所触动了。

女孩拒绝还有几种情况是有很好的机会的，

（5）女孩拒绝你是因为害羞吗？可能周围人太多，可能场合不合适，她没法对你表达好感；

（6）女孩拒绝你是因为矜持吗？女孩害怕你觉得她太随便，因此拒绝你。也就是饭汤妇机制。

---

(7) 女孩拒绝你是为了考验你的真诚吗？女孩想知道你是不是真心喜欢她，因此希望你在被拒绝后坚持不懈。

(8) 女孩拒绝你是为了测试你的反应吗？她抛给你一个难接的球，看你能不能接好。也就是废物测试，看你如何表现。像一个女孩说过的“女孩拒绝你是为了让你更好的进攻！”

(9) 女孩拒绝你是为了欲擒故纵吗？她故意让你觉得她不好追到，好让你更加珍惜她，女人都知道容易得到的就不会珍惜。这种其实很好看出来。

#### 网友来信：

寒江雪大师，您好

久闻先生大名 如雷贯耳！

我今天想问个问题 不止可以嘛（大学）图书馆搭讪有什么好方法，昨天碰到一个美女，对方一直在看书，虽然表情比较紧张，可能是紧张被搭讪，总之我是不知如何开口

您一定很忙 不过还是期待大师的答复

#### 寒江雪回复：

大学图书馆里应该是最好搭讪的场所，

(1) 你自己太紧张了，才会不知如何开口。建议你把注意力转移到外部，比如观察女孩紧张的反应，这样自己就能消除紧张；

(2) 话题可以从书开始；

(3) 关键在于你的态度、表情、形象、气质，说什么非常次要。

#### 网友来信：

HI，老寒，在你 BLOG 上看到你的联系方式，决定碰下运气。

你可以叫我 Vilaa，也可以叫我手套，诸如小手小套什么的也不反感。

我现在在大学，大三。

泡学是一个朋友介绍的，当时我们都很失意，他连续被一个女人拒绝 2 次，而我被女朋友发卡。

很难给我定位，说不上是绝对意义的 AFC，但确实也不能说是 PUA。

周围的女生对我的印象都还不错，而且纷纷猜测我谈过几次恋爱，对我单身很疑惑，偶尔有一两个陌生女孩请我吃个饭认识下什么的。但我自己感觉离那些我看的上的女生距离很远，很难去吸引她们，而一般点的女生又看不上，平时和朋友在一起也多半打打游戏。

我很向往 PUA 那种生活，有点万金油的味道，那儿都混的熟，什么人都谈得来。

我想这样不仅仅是对追女人，错了，是吸引，有好处，日常交际什么的有无往不利啊。

先说这么多。

#### 寒江雪答复：

你说的很对，往小里说，PUA 是一种社交技巧；往大里说，PUA 是一种生活智慧。

#### 网友来信：

你好`我现在遇到很大的难题`我已经尽全力了`但还是突破不了`希望你能用心理学的理论给我提示

3 年前因为一件同利益有关的事我很憎恨一个人`一直恨到现在`本来我可以完全不去想不去提的`但由于半个月前发生的一件事钩起了我的回忆`我对那家伙的恨一发不可收拾`我已经很理智的开解自己"其实不用恨它"应该多谢它"但我的潜意识还是很憎恨它`和平常人一样`憎一个人就不想它好`想它衰`想它死`于是现在我就经常一见到一些好的东西`或者差的东西都会潜意识弹出那家



伙的名字`经常如此`不能控制`严重影响到我日常生活了`吃饭`工作`走路`什么时候都会弹出它的名字`

现在问题是其实我的理智懂得应该感谢它`因为它我才会付出少少代价能换来自己的经一事长一智`其实我是很赚的`比很多人的情况好很多`但我的潜意识还是很痛恨它`我觉得我需要说服自己的潜意识`但我怎么开解自己都无用`请你为我指条明路吧`

### 寒江雪答复:

你的问题远远超出我解答的范畴。但我能深刻体会到你的痛苦，所以还是帮你解答。

我在大学时候曾经有一段时间痛恨我的同宿舍同学。我曾经设想找把刀子扎他一刀，还想过用刀子扎自己。当然只是设想。

回到你的问题。

你不需要在继续说服自己不要恨他。潜意识不接受说服。

你可以尝试下面几个方法，

(1) 方法一，抽离法，和自己的潜意识对话。你设想有另外一个你在你对面，你对他说：“你很讨厌他对不对？你讨厌他什么地方？我知道你确实很讨厌他，我理解你的感觉。我尽量帮你，我尽量不见到他，不让你那么烦。不过作为好朋友，你也帮帮我好不好，如果我们都没见到他，你就不需要总想着他了好不好？你又不是爱上他了，干嘛老想他是不是？”和自己的潜意识好好谈谈，把他当成你的最好朋友，多帮他想点办法，然后请他也帮助你。

(2) 宣泄法。找个树洞，把你讨厌的这个人好好骂一通。

(3) 分析法。我们讨厌一个人，或者喜欢一个人，其实本质是我们内心具有相同的品质，然后把它投射到外部。举个例子来说，比如你很讨厌一个人很自私，你能感觉到他自私，说明你内心必然有自私这种品质，你才能觉察到他类似的品质。一个你本身完全不具备的特质，你是无法觉察到别人具有这种特质的。希望你能明白我这个意思。从这个角度来讲，你讨厌一个人，必然是他身上有某种你讨厌的品质，如果你觉察到他有这种品质，必然是因为你身上也有这种品质，但你的意识压抑了自己的这种品质，你还特别讨厌别人也有这种品质。你讨厌别人的本质是你讨厌你自己，你讨厌这个人自私就是你讨厌自己自私。要想宽恕这个人，你首先要宽恕你自己，你要理解、接受、原谅、重新看待自己身上这种品质，等到你可以同情自己、接受自己、宽恕自己，你就可以同情别人、接受别人、宽恕别人。

(4) 沟通法。找到你最讨厌的这个人。和他一起吃饭。毕业以后，我去北京旅游。又找到大学最讨厌的这个同宿舍同学，我和他一起吃饭，本来打算告诉他那个时候我曾经很恨他。但吃饭的时候聊了一会儿他和女朋友的事情，我就感觉很释放了。突然发现那个时候更多是自己和自己较劲，他从来没有太把我放心上。

希望这些方法可以帮到你。

你的问题找一个心理咨询医生可以很容易解决。

祝你开心！

### 【问题解答】如何在图书馆里搭讪

#### 网友来信:

寒江雪大师

收到您的回信 我十分激动

我有个朋友说 搭讪必须自然 图书馆非常安静 都在看书 一定要去搭讪别人会有点不自然 虽然对方可能会礼貌回应 但是内心会有比较大的防范心理 不知大师对此怎么看

我最近开始攻读 刚从朋友那里得到的《超级约会学邮件汇总-V5》但是书里提到的 Q 群已加不进

---

去了 大师有什么好点的 Q 群可以推荐 我迫切想从 PUA 们学到更多

**寒江雪答复：**

搭讪要自然，这只是一个规则。能自然最好，不能自然的时候也没办法，只能硬碰硬了。

如果想自然一点，可以用下面的方法，

(1) 走过去坐旁边，再搭话；

(2) 塞纸条，纸条上画些卡通效果更好；

(3) 走到女生旁边，敲她的桌子，示意她出来，到教室外边，和她聊天。我有个同事用这个方法追到女朋友。

这里有一个 QQ 群：16232255

**网友来信：**

寒江雪，你好

最近上了一个女孩（一周上过 3 次床），现在明显感到自己又挫了，开始慢慢的关心她了，可发现有时候她对我的反应不是很好（我们在 2 个城市，是短信联系的），她也算是个玩家

上她之前都是我打压她，现在都是她打压我。现在摸不准用什么样的心态来面对她，我想知道应该以什么样的心态来面对自己上过的女孩

希望能得到你的回复

谢谢！

**寒江雪答复：**

你的问题已经超出我的范围。不过我还是简单解答一下。

一般来说，上床以后可以对女孩更好一点，这也是我的一贯原则，就是下床后比上床前更好。

不明白为什么你有这样的问题，上床后女孩会更劣势的。我猜测有几种可能，

(1) 女孩不想有长期联系，只希望一夜情；

(2) 女孩对你的床上表现不满意。

不要重新变成苍蝇，那样没法持续吸引女孩，要对她好，同时经常制造意外，给她惊喜。

总结起来，用难以预料的方式对她好。

祝你留她在你身边！

**【问题解答】下床之后的心态**

**网友来信：**

寒江雪，你好

最近上了一个女孩（一周上过 3 次床），现在明显感到自己又挫了，开始慢慢的关心她了，可发现有时候她对我的反应不是很好（我们在 2 个城市，是短信联系的），她也算是个玩家

上她之前都是我打压她，现在都是她打压我。现在摸不准用什么样的心态来面对她，我想知道应该以什么样的心态来面对自己上过的女孩

希望能得到你的回复

谢谢！

**寒江雪答复：**

你的问题已经超出我的范围。不过我还是简单解答一下。

一般来说，上床以后可以对女孩更好一点，这也是我的一贯原则，就是下床后比上床前更好。

不明白为什么你有这样的问题，上床后女孩会更劣势的。我猜测有几种可能，

- 
- (1) 女孩不想有长期联系，只希望一夜情；
  - (2) 女孩对你的床上表现不满意。

不要重新变成苍蝇，那样没法持续吸引女孩，要对她好，同时经常制造意外，给她惊喜。  
总结起来，用难以预料的方式对她好。  
祝你留她在你身边！

### 网友来信：

寒江雪老师：

我的情况如下，我不知道我的问题是不是适合在这里问，但是我觉得你是唯一可以解答我难题的人。我 28 岁，长相一般人也不高，算 6.5 分吧。在世界五百强工作收入不菲，但是我还想继续发展，要美国读 mba。在去年八月一次旅游过程中认识我女朋友，她 21 岁，人也比较漂亮，算 8 分吧，属于陌生人一见就印象比较深的人，大专学历。

从去年八月到今后三月前都一直挺好的。二月份我拿到了美国学校的 offer 还有奖学金，就和她爸爸谈。但是得知她爸爸不同意她和我结婚以后带她过去。她心理可能有点不满吧（我以前一直和她说只读一年的 mba 的，她觉得我欺骗了她）因为她的英文实在一般，她爸爸希望她去澳洲留学，她三月四月报名了一个雅思班学习。然后好像班上有很多人追她的样子，都是 90 后居多。我发现她和我的沟通越来越少，回短信越来越慢，有时候打电话给她都忙线。后来我就受不了和她吵，说如果再这样把戒指还给我得了。这样折腾几次后，她把我约出来很决绝地说我太自私什么，要和我分手，我说了很多好话也没用。但是隔了几天我想再努力努力，就跑到她读书的地方接她下课，但是她还是不见。我给她的 blog 上写文章挽回她。经过很多努力终于回来了，她还和我去了一次教堂许了愿。但是某个星期二突然收到一条短信，她说她很喜欢我，但是也很喜欢那个男的，要和那个男的一起去澳洲。我终于确认还有一个澳洲男，她后来就告诉说是那个人抢她的手机发给我的，不是她的意思。并说那个澳洲男走了不会回来了。我问这个澳洲男和她什么关系，她说只是上课坐在一起，一起吃饭打打电话陪陪她而已。但是过了两周，她和我沟通又出现问题，总是沉默，我就问她怎么回事，她也不说。我说这样也不是办法，我们要不这两年还是暂时分开一下（分手的意思）两年后看还有没有缘分。说完这句话，两个人都瞬时轻松了很多。我说我对你只有一个要求，在我走之前不要和澳洲男再联系了。但是我发现接下来的一周我们的联系几乎很少，我觉得可能还在和澳洲男联系，但是我没有证据。这几天我故意也没有去联系她，她也从没有联系我一个星期。于是我找了个朋友把我女朋友号码对应那段时间的通话记录和短信记录都搞到了。发现她四月份和一个号码的联系很频繁，晚上 9 点到 23 点总要发 20 几条短信，还要通半个小时到一个小时的电话。我就冷冻她。她上 blog 说我什么时候走一定要告诉她。她在 blog 上写了看电影的事情，我就猜肯定是和澳洲男一起看的，现在她也没有否认。我说你答应我不和他联系为什么还要联系，如果你这都做不到，你还是不要送我了。她就在 blog 上写了这么一段：

从今以后关闭此博客，不会再来烦你了，未来的日子我会好好的生活的，谢谢你这 9 个月来给了我你所有的爱。谢谢！

金说,我们都是一类人,对于感情,很容易走进,却很难走出来

自己也冷静了一段时间,知道什么是适合自己的,什么是因该拒之门外的

女人是很容易受伤的动物,而男人却很容易让女人受伤

对于过往,我已释怀

我想我因该变得坏一些,因为故事的结局,都是坏女人才有好结果

我现在很清楚自己要什么了,以前的我,十足是个傻子!

生活嘛~积极向上点~很多事情,自私就自私点,只要自己开心就好了,管别人那么多想法又有什么用呢?人是为自己而活。我想,很多人也会从我的名单中 kick out!

---

我想知道这说明了什么，难道那个澳洲男也是 paoxue 的高手，在得手后就抛弃她了？故事的结局都是坏女人才有好结果什么意思？（澳洲男好像在澳洲有女友的），很多人也会从我的名单中 kick out（指澳洲男？）

现在她每天又开始很粘我了，但是我问她和澳洲男到底怎么回事，她就装糊涂说不记得了，没什么。我想请寒江雪老师帮我分析下，我的猜测都对不对？应该说我对她还是很有感情的，希望给自己走之前一个清楚的说法。

万分感谢!!

一个困惑的 AFC

### 寒江雪答复：

你的文章排版很 colorful，你的故事也很典型，所以我破例解答一下；说是破例，因为你的问题已经不属于约会学范畴，而属于感情问题。

看完你们的故事，我觉得这个女孩正在由良家妇女向玩家的转型期。我的体会，女孩一生中会有一个阶段，玩家阶段，去疯狂去冒险，像豆瓣一个女孩所说：“希望在结婚前和 20 个男人上床，不然就觉得太亏了。”并非所有女孩都这么大胆，但这个心思是都有的。当然，经历过这个阶段，大部分女孩又回归良家妇女。

我对你的建议，

（1） 你不需要管这个女孩的事情。你们虽然有过的承诺，但还没有结婚，而且在女孩的心里，也觉得你是没权利约束她的；

（2） 女孩应该很喜欢那个澳洲男，是那种情不自禁的吸引力。你去过问他们之间的事情，并不能让女孩改变想法；

（3） 你处于一个很单纯的状态，而那个女孩有点“开窍”了，造成你们两个阶段的不对等；

（4） 学习更多约会学的理论，有更多感情经历以后，你能理解这个女孩的状态，并尊重她的选择。

### 【问题解答】如何搭讪移动的组合目标？

#### 网友来信：

在大街上 遇到兩個人的 女生組合 你開場白要怎用比較好 他們常常在移動中

如果遇到 3 個人呢

這方面的資料 我查到不多

謝謝你的回答

你的資料我看過了 非常不錯 但剛開始還是技巧重要 漸漸的就會有自己的風格

就像魔鬼說的 這就是性情

### 寒江雪答复：

你说的这种目标很普遍，也最难，移动+组合。怎么能说没有人讲过这个话题，我经常搭讪这样的目标，也经常讲到如何搭讪这种目标。

经过我的现场检验，最好的开场是随意的真对组合的开场。直接对目标表露意图的开场往往容易被目标女友破坏，因为她会有嫉妒心理，但她会用一种搭救的面目出现（我称之为搭救心态，其实本质是破坏心态）。

比如我会讲：“你们应该是在这边上班的吧！这么晚才下班。”看对方的响应，如果组合中有人回应，就继续和她讲话，同时兼顾到其他人。一般会用这样的话题来迅速兼顾到整个组合：“你们应该是同事吧！”“你们是同学？”

不要冷落中组合任何人，尤其是组合中的雌性领袖，她一旦否决你，你就被判死刑了！组合中任何

---

一个人否决你，你都会出局，这里是联合国的一票否决制！

**网友来信：**

寒江雪大师，您好

我这里有个问题

碰到很花心，开放主动的 可能会同时向多人示好的女人 有什么好的对策 虽然我和她认识不久就迅速升温 但我不知道是否她只是玩玩而已 她技巧也不算女 PUA 级别

非常希望得到您的指点

**寒江雪答复：**

我的建议，

- (1) 你和她的社交技巧不是一个等级的，你不要陷入太早太深，会伤害到你；
- (2) 不要管她太紧，那样你会失去她，保持随意一点的态度更好。

**【读者来信】搭讪要 QQ 还是要电话好**

**网友来信：**

- 1.街搭 是街上搭讪吧 你街上搭讪都没约出来 1 个过嘛 都是 pub 认识的吗 我不喜欢 pub 的女生
  - 2.为什么最后要走 要拿手机号码 我觉得拿 QQ 更好 可以现在聊也不会打扰到对方 为什么拿手机比较好
  - 3.我喜欢聪明的女生 他们都会去哪 我比较好搭 图书馆 我去过了 还有吗
- 最近想到了一个搭讪的开场白 嗨小姐你好 你们可以告诉我如果有人跟你们搭讪你们会拒绝吗

**寒江雪答复：**

- 1.街搭就是在白天搭讪，各种场所，国外叫做 DAY GAME。白天搭讪的女孩我约过一些，但大部分搭讪的女孩我都没有约过。有许多是约不出来的，这是事实。
- 2.拿 QQ 和拿手机各有优点，这不是什么大问题。最好都拿到，美女换手机号码换得很快，因为总有许多苍蝇骚扰她，她不得不换号码。QQ 号码也换得很快。通常来说，三个月过后，我的手机里一半的美女号码已经变了。美女还经常丢手机，因为小偷偷也喜欢美女，美女都更有钱也更吸引小偷注意。这也是美女换号码的一个原因。
- 3.聪明的女生，当然在大学里，都是智慧型的。不过漂亮的不很多。不知道你说喜欢聪明的女生，是否只要聪明就可以了；还是既要聪明也要漂亮的。既聪明又漂亮的就很少了，很少很少！
- 4.你想到这个开场白：“嗨，小姐，如果有人搭讪你会拒绝吗？”很有创意，如果是男人都会觉得这个开场白很聪明。我也这样聪明地想到过这个开场白。现场检验的结果是，这个开场白很糟糕，效果很差；你可能觉得这没有道理，我也觉得很奇怪，不过事实是这样的，道理没有效果重要。你可以自己去检验一下。我的感觉，搭讪的时候最好不要提及任何搭讪的话题，会破坏女孩对于浪漫邂逅的期待和想象。

**网友来信：**

我：目前大四，实习中。

女生：实习同事的表妹，常来看同事。

过程：上星期，和她第一次见面。我故意表现得对她不太有兴趣，

昨天，又来看同事。我们在一起聊天，感觉她对我很有意思的，一起上网的时候，很多身体触碰的时候。抱她她只说这样不好，很痒的。我看她相册的时候，她就跑过来给我讲，我盯着她眼睛看，她也不回避，有时候就和我对目。今天晚上去超市，拉她手她也没拒绝。然后，在超市我想吻

---

她，结果被她拒绝。。她当时拒绝得有点坚决，都有点生气了。我觉得我一下子把事情弄糟了。。我就太操之过急了。。

失败原因：牵手的时间太短，我刚牵手就想吻她。而且，又是在大庭广众之下。就算是我，我也不会同意的。

我觉得，她已经对我产生了回避的心了。我明后天如果不和她发短信，她也不会觉得相念什么的。我发短信，更会让她产生我没出息地缠着她的感觉。我是不是应该故意去找她们玩，然后故意不和她说话，或者一和她说话就很冷很沉很重的感觉》？？？？

大哥。。。。指点下吧。。跪求指教。。

### 寒江雪解答：

你的问题很简单，这个女孩还是喜欢你的。你只需要小小冷冻她一下，几天不联系她。然后再联系，一切都会顺利的。冷冻能奏效是因为，她拒绝你以后，你不理她，她会以为自己做过分了，会害怕失去你。你又回头找她，她有失而复得的喜悦，会让感情迅速升温！

### 网友来信：

老寒

你好，我是广州的阿威，之前在广州跟你学习过街搭的，首先对你表示由衷的感谢，你的现场指导和书籍让我学到了很多。

接触泡学有段时间了，算起来也搭了有上 50 个了吧，其中有些还是比较成功的，现在想起来都很佩服当时的自己——哇！我当时怎么会这么大胆。呵呵。今天我的问题并不是关于搭讪的，是有些关于性格方面的问题，我是一个比较内向的人，很害羞，现在快毕业出来工作了，我知道我这样的性格出来社会是很劣势的，所以我很想改变自己。现在问题是很多人都说“秉性难移”，人的性格是很难改变的，我知道你以前也是做工程师工作的，也内向，现在你好像完全变了另一个人，人的性格真的改变吗？我非常渴望听听你的看法。

还有就是，有时候搭讪或者是面试的时候我能非常自信，但这份自信却很难保持到下一次，这是怎么回事呢？期待你的回复，不胜感激。

### 寒江雪：

关于性格内向的话题。从心理学角度，确实是禀性难移的。

自信，老想着自信，就是装 B；你想着放松，别人看到的你就很自信。

关于这些，我正好有一个网络课程录音，“宅男到型男之路”

[http://item.taobao.com/auction/item\\_detail.jhtml?item\\_id=5d3c8bfbffcfcc89538237ecad24677b&x\\_id=0db2](http://item.taobao.com/auction/item_detail.jhtml?item_id=5d3c8bfbffcfcc89538237ecad24677b&x_id=0db2)

### 【问题解答】最好的搭讪地点在哪里？

### 网友来信：

與你分享

最近我才知道搭讪的地點很重要 因為好的搭讪地點可以讓女生戒心放低  
同時好的地點會選到不同類型的女生 聰明的女生就喜歡去圖書館

女生容易戒心放低的地點

例如 學校 圖書館 文化館 藝術中心 旅行

不好的地點

就像晚上的商場 會有壞人出沒 女生戒心比較高

你覺得呢

---

好的地點還有哪呢

**寒江雪答复：**

地点和时间当然重要。

有许多很好的搭讪地点，例如大学。

但我始终认为，最好的地点就是你现在所在的地点。

**网友来信：**

有个疑问，就是女生说你“油嘴滑舌”是夸你还是损你？应该怎么回答呢？

还有就是如果一个女生和你说她以前的恋爱史，应该抱着什么样的态度去倾听和互动呢？特别是她说以前曾经傍过大款，我那时候选择了忽略，但是证明不是个好方法。

谢谢你

**寒江雪答复：**

（1）女孩说你油嘴滑舌。既可能是夸你，也可能是损你，仅这四个字没有任何意义。不过她肯定对你有兴趣才这么说。

（2）女孩讲恋爱史，你好好听就可以了。女孩讲她傍过大款，潜意识里有炫耀成分，女孩都喜欢炫耀有钱人用钱砸过她。如果是我会开玩笑说：“其实我没告诉你，我也傍过富婆……”

**网友来信：**

她为什么会紧张，如何消除她的小紧张？

关于 A 女的：我周日下午 4 点多打电话给她：她接通了，当时信号不太好，她喂喂了几声后就直接说“我六点下班”，我比较诧异，毕竟我还没开口呢，就说“啊，你六点下班。她又重复了一边”我六点下班，到时在联系“。我就说了好就挂了。其实我到没想当天约她，即使她说六点下班联系，我也没多想。7 点钟给她打电话，她说在公司临时有事 blabla，然后感觉还有点不好意思的。我说没事，她主动挂了。

现在时情况是我一点都不紧张，可是她有点小紧张，给她打电话她就以为要约一块吃饭。我想问（1）她为什么会有小小的紧张，她长得挺漂亮的，身材也好，应该有不少追，我和她的联系过程我一点都没落下都在给你的邮件里说了，我觉得我好像没给她什么压力啊，有压力她也不会联系我吧。（2）下次电话接通时如何消除她这种小紧张，总不能直接说我不着急和你吃饭吧。

**寒江雪答复：**

你的问题，

（1） 好多女孩都是很漂亮却很自卑的，我见到许多。就像许多宅男很有钱也很宅。

（2） 转移她的注意力能够帮她消除紧张。不过这都不是最要紧的问题。要紧的问题是吸引她。

**网友来信：**

你好！

我是深圳一名普通的人！

就像你说的有一种情况；好像没有看到让自己特别心动的女孩！有的话那也是偶尔在大街上一查而过的！

或是什么明星之类的！

总之就是感觉没有遇到自己真正的爱情！

你看这是怎么了！

想向你请教！

---

30 岁，黄先生！

**寒江雪答复：**

或许是一种错觉。但绝对值得你去体验。

我在深圳开有搭讪培训班，你可以了解一下。

[www.douban.com/group/lovesafari/](http://www.douban.com/group/lovesafari/)

**网友来信：**

请问如何回答女人的废物测试？

1. 你喜欢我吗？

2. 你喜欢和我在一起吗？

我记得我当时的回答是和她绕圈子没有直接正面回答她，还有点开玩笑的感觉。然后女孩又问了我一遍，我说这个不能告诉你，得下次见面在说才有意义，其实我当时是想 KISS 收场用这种方式回答她。然后她说如果我要是以后不和你见面了 你会伤心吗？（感觉又是一个废物测试）请问寒老：女孩问什么总问这样的问题呢，还有以上的问题我该如何回答，麻烦寒老多给我提供些应付的方法。

**寒江雪答复：**

我觉得这些问题不像废物测试，倒像真诚测试（我发明的词）。

是不是废物测试取决于她问问题时的表情和气氛，你需要用同样的语气回答。她认真你也认真，她玩笑你也玩笑。

如果认真的回答：“我不喜欢你，我爱你。”

如果玩笑的回答：“喜欢啊，要是你现在就请我吃饭我就更喜欢你了。”

**【问题解答】表白总失败该怎么办**

**网友来信：**

寒江雪大哥,小弟对你崇拜已久,你的文章我也看了很多.现在小弟遇上了问题不知道大哥肯否出手相救.我连续追了两个女孩,都是一开始两个人都聊得很开,然后我觉得差不多了就想跟她把关系挑明,结果就马上以失败告终.不过凭直觉我觉得她们应该都是喜欢我的,可我不知道到底是我的直觉有问题了还是哪里出问题了.还有她们的理由也差不多,都说什么刚失恋最近不想再谈,她们是在试探我呢还是真的不喜欢我?望大哥赐教

**寒江雪答复：**

不知道你是否听过先诱惑后表白的策略。

既然你和女孩聊得很好，就安排一次约会，约会的终点在卧室或宾馆。

至于女孩所说的理由，都不用理她。她和你在一起以后，她自然又会找一个理由，说是你帮她打开了自己。

**网友来信：**

寒江雪 大哥 您好

我就言简意赅了

我和 一个学校 我本科她专科 她以前好像有恋爱失败经历 一般不和男生接触 我是大山认识她的 他和任何说话都打抖 他很漂亮 很腼腆 现在这样的女孩子不多 我是很早看过泡学的人 我也泡过很多女的 课真碰到自己喜欢的就什么都知道了 方法 对策都没

我现在跟她还蛮熟 2 3 天都会联系下 她也很乐于跟我说话 但还是让人捉摸不透 她



---

好像对我没感觉 又好像有感觉

她一般不和男人说话 可我说去他们班找他 她却在全班都在上课的情况下叫我进去说话 它  
们班的人都吃惊

现在我们虽然联系 但都是很普通的 也不是算熟的朋友

我很压抑 我真不知道怎么办 让我和她变熟 都不知道怎么去 以前的方法算白学了

我想靠近她 因为她心里真的阴影 我不知道 该怎么 跟她 熟起来 请你帮我?

内容不详细 不好意思 在大学寝室 不敢写太多 怕别人看到 毕竟年轻人丢不下面子

### 寒江雪答复:

你追的这个女孩很单纯。不需要用复杂的技巧。多找机会和她相处就可以水到渠成了。

如何跟她熟起来, 短信、电话、QQ, 找借口约出来玩。

### 网友来信:

老寒:

您好.近期搭讪的移动目标较多,也得到一些 QQ 和号码,可是问题出现在后续的进展很差,被搭讪的目标响应度很差.

现在想咨询一下,问题出现在哪个环节的可能性较大:

- 1、形象没有亮点, 比较普通
- 2、搭讪方式过于直接, 直接使用气质开场法拿到号码
- 3、后续无法建立有效的交流方式。

老寒当初是如何克服这些问题的?

### 寒江雪答复:

移动目标搭讪时受限于时间, 没法充分沟通, 后续效果当然很差。能有 20% 的女孩能继续保持联系就已经很不错了。

要想提高后续概率, 可以从以下几个地方着手,

- (1) 搭讪时尽量发起现场约会。带女孩去喝冷饮什么的, 这样后续约会很容易。
- (2) 长期跟进。要到电话号码后迅速要到 QQ 号码, 因为好多女孩经常换号码。用手机和 QQ 跟女孩充分沟通, 大概需要一个月到三个月的时间, 然后约出来。

### 网友来信:

老寒你好:

有个问题要请教,我现在没有女朋友,但平时我喜欢把戒指戴在中指上以显示迷男所说的预选性.

但跟女孩子约会的时候要不要把戒指戴在中指以显示预选性. 如果戴了的话会不会给女孩子不好的印象,显得你有女朋友了还来约其他的女孩子.

请赐教

### 寒江雪答复:

简单来说, 要看你遇到什么样的女孩了。有些女孩明知道你老婆, 还会当狐狸精来勾引你。也有女孩看到你有老婆, 她就知难而退了。

也看你如何解释, 你可以随机应变的。

---

## 【问题解答】如何从外形开始改变

### 网友来信：

遇见漂亮的女生总是无法正视，并且会紧张，发自内心的想改变  
首相是外形，总决的好像自己长的不帅（身高 180，体重 150+）  
那天突然看见你们的网站，然后就进去看了一下  
感觉这些知识就是我缺乏的，希望可以得到指点！谢谢  
我希望先从外形改变  
希望可以给点介绍和建议！

### 寒江雪答复：

先从外形开始改变是最聪明的做法。  
外形的改变短期内就可以见效，还能极大增强人的自信。  
最好的建议是，养成关注外表的好习惯，平时留意其他潮男的穿着打扮，学习各种打扮自己的技巧，比如打发蜡造型。  
如果想简单点，直接去找形象设计师。但找形象设计师也不是一劳永逸的。关键在于习惯。你仔细观察会发现，那些外表帅气的男生都有随时照镜子的习惯，他们整天在琢磨哪里的皮带或鞋子好看。还有一个捷径，找一个女生帮你改变形象。带你去做发型，买衣服。

### 网友来信：

最近经常留意你的超级约会学，也在 liuyinzhi2007 那看了网络课程和美女的访谈  
不是经常有这种情况，一个女生说某个男的很会哄她开心 但是要她举例说怎么哄的 又说不出来个所以然来。  
最后祝愿：寒江雪 改变宅男的伟大的超级约会事业成功

### 寒江雪答复：

她们都是说不上来的，如果人人都能说上来，就不叫学问了。  
不但女孩说不上来，那些泡妞高手的男人也说不上来自己怎么做的。一直都是这样的。我很早就注意到了。  
你可以不用听他们怎么说的，多看他们怎么做的。观察会让你有所启发。

### 网友来信：

最近在看瞬间赢得信任的冷读术这本书,里面有一句:如果你想成为理想的自己,只要每天的行为都"好像"理想的自己就行了.  
这句话我不太明白意思``这本书翻译有很多错字``这句话是不是用错字了``详细内容在附件里``请你看完这张图片``给我详细一点解释一下这张图片的意思好吗?谢谢

### 寒江雪答复：

这个方法来自于 NLP（神经语言程序），“弄假成真”，fake until you be;《冷读术》这里的“好像”就是 Assume。  
如果你希望成为自信的人，你就想象自己已经是很自信的人，那样你会怎么说，怎么做；然后这样说，这样做。  
这是改变自己很有效的方法。我在学习催眠的时候也注意到了这个方法。举个例子来说，这个人进入不了状态，你告诉他你可以假装自己已经进入了状态；他假装一会就发现自己真的进入了状态。

---

**网友来信：**

寒大哥 你好！

迷男 情感的动物那一章节

其中有句话：“女人认同什么或喜欢什么，未必是她在现实世界中的认同”  
就像她们说不喜欢怎样怎样，不喜欢怎样怎样的人。她们说那男的太坏，太霸道说很讨厌这样的人但实际上却对他们很是来电。

您是怎样理解的，能不能说说您的看法。

**寒江雪答复：**

你分析得很对。女人经常说一套做一套的。

不过男人似乎也是如此。我听到一个女孩对我说：“你们男人总说喜欢温柔的对自己好的男人。但一看到美女，什么都不管了，一个个争着上。”

**网友来信：**

寒大哥 我追一女的 属于很保守类型 第一次约出去 我就不断的使用 惯例进挪 当时我虽然触摸了她的手 不过

她也没什么反抗 可是我再送她回家时 跟他玩 掐了她的手 她生气了 后来就不大对我感冒了 态度时好时坏的 也不愿意再和我出去了 我 现在该怎么办啊 请寒大哥 指点迷津 谢谢啦

**寒江雪答复：**

看来你看过《迷男方法》之类的书，但又没有认真看。

显然你已经搞砸了。不过也不是没有机会了。

进挪测试失败，说明她对你的服从性不够，这个时候应该惩罚她。可以不和她联系，冷冻一段时间。然后重新联系她，或者等她主动联系你，看她的态度是否有所转变。如果依然很冷淡，你可以考虑换个目标追了。

**【问题解答】如何不伤害对方**

**网友来信：**

寒大哥 小弟有点问题 关于给女生洗脑的 其实也是自己的一种把妹态度的问题

在找到真命之前想多多练习 这样就不能被一个女孩束缚 但是我总觉得关系到 C3 之后就容易被绑住 希望大哥能帮忙解决下困惑

还有 前两天跟一练习 MM 分了 感觉伤害了别人 但是发展下去只会伤害的更多 心态上还是有些 AFC 希望可以找到一个又可以暧昧又不伤害对方的方法

最后祝大哥能够玩的开心 呵呵

**寒江雪答复：**

一开始就不要给对方不切实际的期望。你的一言一行都能带出你的态度。从一开始做对了，女孩就会很清楚，也不会觉得被欺骗。

还有很重要的一点，依然是吸引力，如果女孩真的被你吸引，喜欢上你，即使分手她也觉得自己是占便宜不是吃亏的。这个道理反过来想一想就明白了，如果你喜欢一个美女，她和你没有结果，哪怕只有一个晚上，你也觉得是一辈子难忘的回忆。

依然是吸引力！

---

**网友来信：**

寒大

你好

我是江苏的一名男生。我也是热心的泡友。订阅过你的邮件。看过你在泡学走过的一步步。很是崇拜。。

还记得 2008 年 9 月辞职在家边考试边找工作。在家待的时候就发现了迷男方法。感觉真是挖到宝了。之后陆陆续续的看过看过你的和魔鬼的 PDF。对人生看法有很大的改变。

宅在家一年了。工作碰壁。考试落榜。看来不能一直待在家里了。

那去哪呢

出门在外，只觉得泡学的一群人是个温暖的群体。。。

所以我想在 6 月份的时候去深圳呆一段时间。希望您能帮我介绍下那边的基本情况。比如要在那边租房的价位是多少。平时的消费高不高。好不好找一份兼职的工作。师范是我的本职工作。我也可以暑假的时候做做家教，找个民办中学待着等等。没什么要求，只要有个工作够日常开支的 OK 了。

当然我也热切的期望能融入集体，参加宅男改造计划和搭讪活动。觉得这真是期盼又是妄想了。其实泡学真正的目的是能够改变自己。我想我有一颗热爱泡学的心，为了自己的理想可以不断的去努力。

真的热切盼望能看到寒大本人

也希望你能在百忙之中给我个回复

这也是我期盼

多谢！

**寒江雪答复：**

你好！

你现在的燃眉之急是找一份工作。泡学的事情可以先放一边。现在找工作比较难，先放低一些期望，托所有朋友帮你打听。

深圳租房很贵，农民房便宜些，但环境很差。与人合租一个月需要 400 元左右。快餐每份 10 元，一天吃饭要 30 元左右。

你最好先在网上找工作，投简历等。或者找个深圳的朋友，可以临时住的。比较可行。

泡学的事情放一边吧。不要本末倒置。

**网友来信：**

亲爱的老寒：

打扰你了，向你求助。

最近遇到一件很奇怪的事情。在一个街舞比赛上认识了一个跳舞的女生，要了她电话号码之后，一直发短信打电话聊天，慢慢的渐入佳境，我觉得她多少对我有意思了，打情骂俏也多了起来。后来见面了，牵手了，接吻了，最后也上床了。谁知道第二天不知道怎么谈到“女朋友”这个话题。我就问她，你是不是我女朋友。本来我觉得这个话题还用说吗？我牢记着一直到上完床都没问她，也没表过白什么的。我觉得都上床了，这不是明摆着的事吗？哪知道她吞吞吐吐，在我的一再逼问之下，她才说，她以为喜欢上我了，她也想投入的跟我去恋爱，但是她发现她做不到，因为她一直喜欢着一个男生（那人不喜欢她），她跟我在一起不在状态。所以她觉得我们俩以后不要在一起了。我当时挺懵的，都上完床了还有这种事啊。

该女生经过接触感觉挺善良的，也不是那种前卫到搞一夜情的人，她说她跟我说这些鼓起了很大的

---

勇气。

如果现在我要挽回的话，能有什么办法呢？是不是要持续的对她好，最后让她发现，还是我好，最后跟我，我觉得真够累的这样，昨晚晚上叫她来酒吧玩，灌醉了，连哄带骗的又把她搞到床上去了。可是今天她还是发短信说她很有负罪感，这样不好，不想再跟我见面了。

我也不是说非她不可，但是和她做爱的感觉还是不错的。我想把这个游戏继续下去，我该怎么做？谢谢你。

#### **寒江雪答复：**

我觉得女孩说的是真话。你应该跟随女孩的感觉，女人的感觉是很准的。如果她觉得不够合适，那你们肯定不合适。她做你女朋友对你们彼此都有害。

#### **网友来信：**

我高三了 还有 10 天就高考了

我看上了一个女孩子同年級的，中间隔着一个班，我不认识她，就是喜欢她那种瘦瘦的，看上去想让人保护的感觉，我有很多朋友同学认识她，我不知道怎么去认识她。因为我感觉她很漂亮，自己长得不好，比一般还差，而且从朋友那知道追她的人很多。我是属于那种对自己喜欢的女孩子，说不出话，对不喜欢的巨能砍的那种。马上高考了，我希望再考完和她能有一段。我是典型的摩羯男生，想过一辈子的这种。

能给我些建议吗

#### **寒江雪答复：**

最好通过朋友介绍认识。或者通过朋友安排，和她不经意的认识，比如一起出去玩、唱歌、吃饭等。下一步就是多找机会和她一起玩。

#### **【问题解答】不想继续持久战**

#### **网友来信：**

我有很多失败的经历，是个典型的 AFC，现在大学三年级，还没有谈过恋爱，这个学期上选修课的时候认识了一个女生，不是很漂亮，至少我见了不会心跳加速，可以回想起以前很多失败的经验，潜意识想降低标准来，因此有了追她的想法，当时选修课我是迟到了，看她那边正好有个空位，就坐了过去，就这样表现有点拘谨，有一句没一句的就，下课后就要了她的电话，借口是下次帮我占坐位，我们这样认识了接下来的一周都没怎么联系，就到我们选修课的时候打了个电话给她叫她帮占个位，第二次相对表现稍微好点，但没有完全放开，下课的时候想叫她去喝杯奶茶，可是就是说不出口，本来以为她会和我一起回去，我已经想好在回去的路上邀请的，可她说要在教室上回自习，我就没说什么就走了，平常仍然没有什么联系，第三次上课也是叫她帮我占个位置，我们再次的坐到了一起，聊天也轻松了许多，后来也是到了下课的时候，我终于开口说想请她去喝一杯奶茶，可她说要上回自习，我就说我在这坐着等她，后来她没有办法就跟我去了，这也算是第一次的小约会吧，之后我开始联系她比较多了，可是当我要打电话的时候就完全失去了自我，不知道要说些什么，感觉很尴尬，偶尔也提出去外面玩呀什么的，她都说和朋友有安排之类的话来推脱，这样我只有在每周一次的选修课的机会和她接触！

后来她说要我帮她下东西，她没有电脑，这样接触的机会虽然多了，但没有什么实质的进展，而我仍然不断的提出邀约，她可能觉得我帮她的忙吧，在拒绝了几次后，终于跟在周末的时候跟我出来了，那一天玩得比较开心，带她去电玩，这个我比较在行，她也玩的比较 HIGH,后来就一起吃了火锅，在广场一起坐着唱歌，可我想和她有碰触的时候，她都会避开，比如说过后路的时候，想要扶

---

她，她会说，我自己会过呀，不用我扶。和她玩小游戏的时候，有肢体接触的时候，她就不玩。就这样整体还不错的完成了第一次约会，可是我总觉得并没有多少进展，后来在一起上课的时候，就像熟人一样，聊天可以变得轻松，可是无法寻求进展突破，只有她有东西要我下载的时候才会联系我，我联系她的时候呢，她一般都在忙或者和朋友逛街，后来我有个朋友叫我去看他女朋友的一个选秀活动的海选，我就叫上她，她这次很爽快的答应了，那次也过得蛮开心的，我们在选海现场拍照的时候，我搂着她的肩，她没有反感，而且一起自拍好多照片。那天在一起 KTV 的时候也暧昧的对唱了好多情歌，我朋友都以为她就是我女朋友了！

每当我觉得有所进展的时候，都不会和我想的一样，后来我们又没什么实质性的联系，偶尔她打电话给我也是因为忙要我帮，我当时就很气，我又成了帮别人忙的好人了？连续几天都没有联系她，选修课我也没有去，直到今天端午节上午发了条祝福短信过去，她也是简单的回了一下，没有说什么，我终于忍不住下午打电话给她，想晚上邀约，就说今天去哪里了，她今天和朋友去逛街了，现在和同学聚餐，就先挂了，我还没来得及邀约，现在我就完全陷入困境，我该放弃吗，不甘心，继续，这样一直僵持下去，我会疯了，因为我心里想在大学毕业前谈一次恋爱，可现在已经是大三下学期了，我没有多少时间玩持久战了，估计这样下去也不会有什么结果，请问师太，该怎么办，我觉得她对我还是有好感的~

### 寒江雪答复：

你的表达很清楚。

首先放弃你这个想法，“我要追个女朋友。”而且是“降低一下标准”，这个想法多别扭多不自在啊。让你自己不自在，女孩感觉到也会不自在。回到你最自然而然的想法，对她有一点动心就是一点，没有就是没有。自习课能自然而然地接触。玩得开心自然会有身体接触。不刻意回避接触，也不刻意去制造接触。

有时候女孩让你帮她，是为了制造机会和你在一起，未必都是把你当钟点工。不用太敏感。大学的女孩大都很单纯的，特别像你说的这种不怎么漂亮的普通女孩。

### 网友来信：

你好，寒大哥

我最近喜欢上一个女孩，跟她基本上天天通话，而且她打电话次数比我多，每一次聊的内容都很乱，有时聊到不高兴的时候就说不想跟你说就挂电话，她老是提她喜欢那个人这个人，但又没有发展下去。昨天她总要我帮她在群里帮她发一个贴招男友的。我就说你没戏不用发，后来她自己在那个群发了，发之前她跟我说她只是玩玩而以，加加人气，我们玩的都是 51 博客网。

她让我帮她选选对像，参考一下，你说她这是什么意思？

就拿端午节来说吧，我以为她会放假就想她去她那边，谁知道她说不放，搞得我计划全部泡汤。（我有说过她那边去玩）后来我就在镇里玩了一个中午，中午吃饭时她打电话过来，问我在干嘛，我说在吃饭，她说每次打电话给你时，总在吃饭。

她告诉我下午不上班，但下午有同事过来，我不知道她是不是想我过去，但我也没说过去，因为我说跟朋友在一起！当然不可能马上就来她那里呀！

我想知道我们的情况，能发展下去吗？注：她认为做哥，她好像什么事都跟我说，不会真的把我当作好人对待吧！

我们有过一次很自然的约会，就是没有进挪，我感觉是我有史以来最没有紧张感的单独一次约会！我现在还记得全部的场景！很美的一幅画！

### 寒江雪答复：

没看到任何问题，就这样继续发展下去，很好！

---

**网友来信：**

你好，耽误你的时间，我有件事想请教一下，希望你解答

朋友介绍，牵手过，想作为女朋友甚至结婚

我们是今年四月份认识的，开始见过女方父母，满意。她不知则可。几天后，女方说订婚（农村习俗）

我脑袋发蒙不知怎么办，问自己父母，他们没见过女方，但是同意（父母同意主要是前任女友搞的，和前任认识两年，做爱过，08年十月份分手，跟别人跑了），于是订婚。五一带回家见父母，为同居，一是人家年龄还小，而是实在没得逞，十号前关系亲密，后来关系冷淡，爱答不理的，我曾经说过没有让她感受到爱，要重新追她，买了两次玫瑰，后一次脸一眼都没看过，我先在在女方家附近住，女方父母找的房子，天天在他家吃饭，现在直接补理我，好了还能回条短信，有时在她家知道是我就装家里没人，我试图改善关系，但是未果，求助，谢谢

**寒江雪答复：**

都这个样子了。可能我不了解你们那里的地方习俗。依我来看，没戏了。你竟然还能在她家吃饭，我有些惊奇。

**【问题解答】如果女孩骗我该怎么办？**

**网友来信：**

您好，寒江雪，一直有看你给我发得 email 邮件。我自问把妹不怎么样，但也不至于把不了那种。最近拍了个女朋友，大家相处都很好，但她有时候会因为外人在旁边，讲电话的时候没有那么亲密，甚至有点迟疑，不太想说的那种情况，但平时只有我跟她的时候却什么都说，甜言蜜语一大堆。有一次她跟朋友出去了一个下午，回来的时候我打电话给她，她骗我说自由她自己，但是却跟别人在一起。之前已经有类似的情况，但不是因为男人，有时候是工作或者别的，她每次讲大话我都能拆穿，但她还是会继续说。请问是我过度紧张她，还是她本身有问题？

非常感谢你抽空看我邮件，期待回复。谢谢

**寒江雪答复：**

女孩都是这样的，撒谎是女人的天性。我都装作没看到。不需要去过问那么多，如果她很信任你就会告诉你的，如果不信任你，你问她她也不会说。

**网友来信：**

我今年大四，马上就要结束我的大学生涯了。大学生活还算充实，唯一的遗憾是没有能追求到自己喜欢的人。前后共被发了三张好人卡吧，还不算那些交往了一段时间，觉得没机会，自己主动放弃的……

我的性格中偏内向，也不算完全的宅男，至少还会参加很多社团活动，但大家对我的印象基本都是“老实人”、“话比较少”、“希望能多些与人交流”之类的。

活了 20 多年，谈的来的异性朋友也是屈指可数。我想我要是这么下去，说不定这辈子在感情方面就这么废了……所以很想改变自己，拥有吸引异性的魅力

不知你会来广州开培训班吗

**寒江雪答复：**

有机会还是会去广州开培训班的，因为很近。请关注我的网站、博客和网店。有培训会通知你。你也可以过来深圳参加培训。

---

**网友来信：**

寒江雪，你好，

前段时间我在网上认识了一个老乡，她在东莞，我再深圳，从一开始我就喜欢上了她，说真的，想认认真真的和她谈恋爱，陪她一起变老的，在认识不久后我们见了一次面，在一起聊天，吃饭。期间我们经常通话，她向我问很多男女相处的问题，后面在五一的时候，我去见她，可她却将手机的彩铃设计（你播的电话已关机的采玲），这个我是后来才知道的，我在她所在的地方，呆了一天，期间我无数次播电话，得到的消息无非就是关机的提示，可是昨天她才说那天五一担心太多的人找她玩，所以愿意设成那样的，说很多人都打进去了，而我没有，说明我没有耐心，这期间有一次她说她想家了，我就在加班后赶过去找她，想给她惊喜，她确认我不尊重她，躲躲闪闪的才来见我，后面我们的关系就不行了，前几天她发信息给我说，她要回家了，在一次电话交谈中她跟我说了那些话，说我不可爱，然后就是不够耐心之类的话，我要说的是她确实很令我心动，我想她留下来，可是她坚决的要回去，而且我们离的也很远，我根本无法走近她的生活，她还有十多天就要回去了，请问我们还有没有希望，有没有什么转机，

通过和她的聊天中，我了解到她真的很苛求，对于很多事，而且连一点女人起码的善良都没有，就是一个市井，现实的女人，我不知道以后应该怎么办，但我想我是爱上她了，我可以改变她，但现在我都留不下她来，我不知怎么办，请高手指点一下，

**寒江雪答复：**

如果你喜欢她，你先得泡上她。不过我不知道你是不是真的喜欢她。你说你可以改变她，这个也很难。你最好能接受她现在的样子，如果无法接受，那你很难真正喜欢她。

**网友来信：**

假設跟女孩上過床之後  
發現還不想跟她成為男女朋友  
不過還想跟她繼續聯繫  
要怎說比較好  
也不會傷害對方

**寒江雪答复：**

你问这样的问题，说明你是善良的人。  
不需要讲什么，不会伤害对方的。伤害对方的恰恰是你说了什么。

**【问题解答】如何改变她****网友来信：**

寒江雪，你好，

前段时间我在网上认识了一个老乡，她在东莞，我再深圳，从一开始我就喜欢上了她，说真的，想认认真真的和她谈恋爱，陪她一起变老的，在认识不久后我们见了一次面，在一起聊天，吃饭。期间我们经常通话，她向我问很多男女相处的问题，后面在五一的时候，我去见她，可她却将手机的彩铃设计（你播的电话已关机的采玲），这个我是后来才知道的，我在她所在的地方，呆了一天，期间我无数次播电话，得到的消息无非就是关机的提示，可是昨天她才说那天五一担心太多的人找她玩，所以愿意设成那样的，说很多人都打进去了，而我没有，说明我没有耐心，这期间有一次她说她想家了，我就在加班后赶过去找她，想给她惊喜，她确认我不尊重她，躲躲闪闪的才来见我，后面我们的关系就不行了，前几天她发信息给我说，她要回家了，在一次电话交谈中她跟



---

我说了那些话，说我不可爱，然后就是不够耐心之类的话，我要说的是她确实很令我心动，我想她留下来，可是她坚决的要回去，而且我们离的也很远，我根本无法走近她的生活，她还有十多天就要回去了，请问我们还有没有希望，有没有什么转机，

通过和她的聊天中，我了解到她真的很苛求，对于很多事，而且连一点女人起码的善良都没有，就是一个市井，现实的女人，我不知道以后应该怎么办，但我想我是爱上她了，我可以改变她，但现在我都留不下她来，我不知怎么办，请高手指点一下。

#### **寒江雪答复：**

如果你喜欢她，你先得泡上她。不过我不知道你是不是真的喜欢她。你说你可以改变她，这个也很难。你最好能接受她现在的样子，如果无法接受，那你很难真正喜欢她。

#### **网友来信：**

寒兄： 你好 冒昧的要问上我和帮我朋友问个问题了 望回复哈~~ 言简意赅 我性格介于开朗和内向 喜欢滑旱冰 偶然滑冰机会遇到别的学校的一个女生 与她接触了一段时间后对她很有感觉 但是她是个性格内向的女孩 我曾经向她表白过 她说没说同意也没说不同意 后来问了一次她就说她也不清楚 之间曾经约她过几次出来玩 但是总是对我忽冷忽热的 我在今年暑假就要出国了 但是我我不想失去她 她又不能跟我出国 昨天给她电话说了些话 语气里似乎透漏着异地恋情的不可能性 让我很灰心（她以前就是因为异地才失恋的）想请教寒兄怎样在最近 2 个月的时间里能追上她 我真的蛮喜欢她的 替我朋友问个问题 我朋友 1 米 8 几相貌不错 我们都是大学生 性格跟我差不多 喜欢上了别的院的一个女生 认识时就为她送上了一星期的玫瑰 但那个女生似乎很不吊他 让我哥们很郁闷 出来约过一次 还是都带上了朋友 K 歌的时候还挺好 谁知回来了就态度冷下来了 表白的话说了很多次依然打动不了对方 我看了那个女生经常跟女性朋友在一块我甚至怀疑是不是玻璃 我朋友很郁闷 请寒兄能指点一二 在此谢过~~~

#### **寒江雪答复：**

我喜欢你这样的邮件，问题描述得很清楚。

首先是你的问题。你向她表白，她说没说同意也没说不同意。这是很好的事情，说明她还是有些喜欢你的，但还没有到那个程度。大部分时候，女孩对你都是有些喜欢又不很确定的，你非要她表态，她只能拒绝你；这就是为什么不要太早去表白。保持和尊重你们现在的状态就好。创造机会诱惑她，升华你们的感情到超越友谊。到那个时候，她会确定自己很喜欢你。爱是做出来的，不是说出来的。你朋友的问题。刚认识就送一个星期的玫瑰，他看准了可以这样做，但大部分时候是看不准的，这样太冒失了，显得意图很明显，只有让女孩拒绝你了。表白的话说了很多也打动不了对方，女孩不是靠打动就能追到的，如果靠打动能追到，是不是我跪在她家门口她就喜欢我了？女孩是要去吸引的。女孩被你吸引以后，喜欢上你以后，你再送她玫瑰，她就很被打动。否则，只感觉困扰。

#### **网友来信：**

请教如何跳出朋友的关系。认识一女的，发觉都快聊成好朋友了，次次都是她找我聊的，不聊好像又有些不忍。

#### **寒江雪答复：**

她主动找你聊。这还不好？

约会、牵手、亲吻、OOXX。我的全部建议。

#### **网友来信：**

---

江达达，真的很郁闷，经常去超市和她搭讪，怎么老是觉的有些隔阂，今晚她笑着说，真郁闷你怎么老到我这儿结账啊，你说她这是不是在挑明我们之间没有希望啊？谢谢达达回复

**寒江雪答复：**

她这样说，就说明她对你有好感。你应该趁胜追击。

她说：“真郁闷你怎么老到我这儿结账啊。”

你可以开玩笑说：“真郁闷想创造点机会接近你还被你发现了。”

**【问题解答】怎样挖墙脚**

**网友来信：**

寒江雪：

您好，很高兴两天前在网络上能知道你，如果能得到您关于我最近状况的一点建议，将非常感激，下面我将事情情况言简意赅的介绍一下。

我是博一的学生，在6月1号跆拳道学习班上认识了同校的硕士一年级女孩，对她很有感觉，于是每天约好一起去学跆拳道并且顺理成章的学完同归。当然，通过这么几天的了解很喜欢她，并坚信如果有未来，以我的条件能让她幸福。

她跟我很有话说，起码我感觉跟她一起很放松，于是我在6号晚上约她出来，她没有抗拒，蛮爽快的答应了，不得不说那是一次准备不足的约会，我欣赏的进餐地点都倒闭了，不过她很宽容没有对我拙劣表现出不耐，倒是歪打正着的在找饭店的路上聊了很多话，比如童年，电影音乐，家里的趣事，本科的往事（但没涉及彼此的过往感情事迹）。在这次约会中，过马路我牵她的手，她没抗拒，很顺从，我说话搂她的肩她也没抗拒，倒时我有点顾虑而没有多次这样的动作。之后朋友电话叫去蹦迪，我征得她意见后同去，她貌似不怎么在那种场合玩的，不像我们一样又蹦又跳又喝，期间十点以后她出去接了几次电话，因为她寝室锁门原因，我11点打车送她回去了。其实，这时我不知道她是否单身，于是很轻松的说怎么那么多人关心她电话她呀，她笑笑说男朋友老催她回，烦死了，我开了句玩笑岔开了话题。

第二天，我找了个借口说是送点水果而晚上在她楼下约她下来，她很乖的下来了，倒没急着问我啥事，我们站在那闲聊了一阵，我把水果给她了，气氛很轻松，然后我说我来看她是因为想她了，想见见她（这时候她突然表情扭捏了起来，头也微微低着，很害羞的样子），我看反应不错就果断的结束了见面。

我不确定她是否感觉到我对她的意思，这些天晚上QQ都会聊到很晚，她没有躲着我，还是气愤很融洽，我会摸摸她头发她的脸蛋，跟她凑近蹭蹭头发，她都是很害羞的样子，但是晚上和我出去，吃冰激凌呀，吃点夜宵啊，她总是想着要早回，说要不男朋友又要电话骂她了，我开玩笑的逗她说出她男友在外省。

寒江雪，我知道现在我是在当小三，我不认为我有什么错，我在让自己快乐同时也在让她快乐，并不是仅仅为了一种成就感，我喜欢她，所以想让她在我身边，成为我的。

现在的问题是，她貌似在乎他男友，我该怎么做能够在追她的过程中不要太被动，怎样掌握火候使她放弃她的男友，希望得到您的建议。

谢谢了。

一个大龄男青年

**寒江雪答复：**

哈哈，流氓！原来是挖墙脚的。

听你的描述，你们的发展很顺利，你做得也很不错！

女孩男朋友不在身边的时候，很需要人照顾和陪伴。那些花花公子都明白这个道理，所以从来不去

---

问女孩有没有男朋友，他们知道没有区别。

她不在乎男朋友，这个观念你是没有办法改变的，你也不需要去改变她。你所要做的就是继续做该做的事情，继续做现在在做的事情。你不需要让她放弃她的男朋友，如果你过早表现出这样的意思，反而会失去她。你只需要在适当的实际让一切发生，到那个时候她自己会提出想和男朋友分手。

#### **网友来信：**

老寒我自从在天涯上看见你的帖后就一直关注你这个博客，感谢你让我们这些宅男认识到和学到很多东西，看了你的《宅男（AFC）的常见错误》后字字句句刺痛我心，文章这些内容确实都有道理，但是我们这些宅男看了心理很不是滋味，难道我们这些就这么大错特错一无是处吗？我们这些宅男默默忍受了一切还要接受这样批评？卡耐基的人性的弱点里面说到“监狱里面的杀人犯都不会认为自己有错误，甚至认为自己是“正义”的行为，强奸犯认为他们给女人带来“刺激和快乐“”宅男又没做什么伤天害理的事情还受尽歧视和侮辱，还是自己的“错”？

何不用用正面鼓励和称赞的方式激发宅男，宅男有很好的品质和思想，宅男一般都很有知识文化，宅男对社会没有任何危害，宅男是人类现代高度文明的一种特别现象！原始人没宅男，动物也没宅男！宅男只要稍作改变就比那些满脑子原始欲望冲动的男人强几百倍！

现在你已经不是宅男你可以轻轻松松的站在一个花花公子或者情圣的立场来评价宅男。但是这篇文章把宅男那点可怜的自尊和自信都消灭得干干净净。

请给出你对我这种想法的看法

#### **寒江雪回复：**

你的批评很尖锐，也正好说到点子上了。这正是我的问题，总看到别人缺点看不到优点。经过我深入的反思，发现这个习惯来自于我爸爸的模式，我小时候我爸爸就是总看到我的缺点，没想到长大后我和他一样了。

这种习惯也是我内心对自己态度的外部投射，我看自己也是总看到缺点，总追求完美主义，所以总自卑。

非常感谢你的批评。但我没有你的电子邮件，没办法直接把这个反馈发给你。

这些文章是我过去写的文章，我有最新的文章，你会看到我的一些变化。

#### **网友问题：**

我有些疑问，就是有些女孩，很漂亮迷人，我想泡她们，而且觉得天经地义。但是这些女人中有些很传统，我只是想和她谈恋爱，太长远的，我还不考虑，也就不忍心骗她们；有些反应迟钝，开个玩笑要几分钟才笑出声来，没办法和我互动，让我觉得不耐烦；有些又很败金庸俗，根本没有共通点。。。但如果都不泡，好像又没有可泡的，这就是我郁闷的地方，难道我应该纯粹为了性欲而泡妞？不知你怎么想。

#### **寒江雪答复：**

你的问题我也很困惑。你不需要问别人，问问自己是不是愿意和她们发展短期关系。如果没尝试过，可能会有新鲜感，尝试多了，就觉得没趣。

看你自己了。

#### **网友来信：**

尊敬的寒江雪哥哥：

在你百忙时间我还是忍不住说说我的烂糟事。她今年 17 很漂亮我 26 她是我老乡也是下属。刚进公司她人小我对她照顾有加。接触下来她对我很有好感。因为她不止在一个人面前说很多都关于我的

---

事。可那时我喜欢另外一个女孩，所以也就没把这事放在心上。结果那个女孩追求未果，时间推移我发现也喜欢上了她。

问题来了：以前的我对她的事也就 是她需要的时候才给她关心

现在的我对她紧张的难以形容 她打个喷嚏我都要心乱半天（有点夸张男人嘛：）

问题一：我已经对她的关心形成了模式 我该怎么办对她？冷 OR 热？拿捏到什么程度？请赐教！

以前的她只对我一个人好可是最近她总是给很多男孩子希望。老是借别人东西请别人帮忙

哥哥不是我神经过敏 她那么 PL 的一个女孩子作为一个单身男人我能体会到其他男人是什么想法。

比如昨天她去修手机 叫上了长长她给希望的那几个男孩子。我当时给她打电话她就说一个男孩子的手机在路上弄丢了。我当时听了自尽的心都有了因为从前的她从来不叫男孩子一起的。她很自责在回到宿舍后她给我发信息说让我不要给别人说。

问题二：以前很乖乖女的她怎么变化这么大？我该怎么应对这中变化？

问题三：我一直没向她表白过 是否应该表白？

问题四：我现在一看见她和别人在一起心里就不舒服 我该怎么办呢？

这么多 P 事占用你宝贵的时间 但还是请你赐教我 跪谢了！

### 寒江雪答复：

你的问题描述地很清楚，也能看出你是个感情敏感的人。这是你很大的优点。女孩喜欢感性的男人。你的几个问题，

问题一：对女孩关心本身并没有错，不要让女孩觉得你是以此来追她就好。你不需要对她冷或热，该怎样就怎样。这个女孩给很多男孩希望，这是符合她自己的利益的。只要聪明一点的女孩都会这样做。这是你没有办法控制的事情，不用去管她。

问题二：以前她不是乖乖女，只是刚到新环境，还没有开始暴露。相信时间久了，你就习惯她的这种性格了。

问题三：该表白的时候就去表白。什么是该表白的时候？你觉得她对你已经有好感了，表白可以锦上添花。说到底，表白并非大不了的事情。她喜欢你，不需要表白也喜欢你；她讨厌你，你表白并不能扭转。你是否喜欢她，根本不需要表白，所有女孩都能看出来男生是否喜欢她，只要你给女孩发一条短信她就已知你喜欢她。综上所述，表白是多余的没有用的。

问题四：这是嫉妒心理，是很正常的。在适当的时机，可以表达给这个女孩，她会喜欢的。

### 【问题解答】女孩说我神经病

#### 网友来信：

本人看来兄长的超级约会学

收益良多。实践中遇到一难题

事情是这样的：

我公司旁边的另一公司有个 mm

我跟她聊过 4 次话

第一次，我在她面前晃了几次

然后她和同事进公司时，我问她们：看了您们公司的名字我很好奇，你们是做什么的呢？

目标热情而友善的说：我们是做贸易的。我说：我们也是

第二次，我在附近等她上班

她那天迟到了。我说：你迟到了哦。她笑了笑，走去公司开门。

---

我走过去接着说，快点用你的早餐贿赂我吧，不然我要告诉你老板咯。

她说：呵呵，我就是老板。

我说：我晕。

我走到自己公司门口

她又说：开玩笑的。

第三次，她之前头发都用发夹夹着，这天却没有，我以为她换新发行了

中午，她们在公司吃饭。

我在外面示意她出来

她出来后问：有什么事吗？

我说：你的发型很漂亮，也很流行。

她哈哈笑了

我接着说：不过是 20 年前的事了

她说：我晕。你吃饭了吗？

我：没，肚子有些不舒服。

她：哦，那我回去吃饭啦

那天在车站看到她，她急匆匆的跑到车站，跑到我附近假装没看到我，

不久转身跑上车去了，当时车离站还有 20 多步远呢，她抢着上车了，

当然，当时的天气看来，有可能会下雨。我在回家的路上也确实下雨了。

第四次，我见她去洗手间

她回来的路上，走路特快

我是从侧边等她的

我凑过去说：A

她说：什么事？（语气不算友善，但还不算恶劣）

我说：你应该有 30 几岁了吧？

她什么都没说，飞快的走回公司了

在进公司门口时，说了句：神经病！

郁闷的是，我到底做对了什么，又做错了什么？

接下来又该怎么做？请兄长指点下迷津，讲解下整个过程

拜谢。

### **寒江雪答复：**

看来你在学习骄傲风趣法。这种东西当作调料用就好了，隔三差五用一次，不用每次都这么不正经。

现在看来这个女孩把你当神经病了。我在学习初期也犯过这样的错误，握手一下！

不管怎么说她对你印象已经很深刻了。下次见她正常一点就好了。也可以找机会约她出来。

### **网友问题：**

寒江雪，我 41 了还单身呢，帮帮兄弟吧，我见到美女就迷失自我，物质上 200 万资产积累，可是就是不会追女孩。

### **寒江雪答复：**

你可能工作太忙了吧。稍微抽出点时间放在追女生上，应该就会有收获。你的物质基础很好，只需要一点勇气加一点技巧就好了。

请继续关注我的邮件！

---

### 网友提问：

寒江雪：

你好！一直关注 paoxue 和你的博客，我也是万千 afc 中的一位，希望从你的超级约会学特训营中得到改变，请问外地的学员报名你们是怎么安排的，收费又是什么标准，希望你能稍微详细点告诉我，敬候佳音！

想报名的学员 辛巴

### 寒江雪答复：

我们的特训营是这样的，

- (1) 每期只招一名学员，一对一指导；
  - (2) 拍卖制，出价最高者来学习。第一期拍到 565，第二期拍到 1050；
  - (3) 学员自己承担交通、住宿、餐饮、酒吧等费用，合计约 2000 元；
  - (4) 下期培训在 7 月份，请关注我们的官方网站 [www.yuehuixue.com](http://www.yuehuixue.com) 和我的新浪博客 <http://blog.sina.com.cn/cjyhx/>
  - (5) 请回信告知你的联系方式，手机号码等。最新的课程会短信通知你来参加！
- 有不清楚的可以直接电话咨询，13570888054

### 网友来信：

寒老大你好

我是“17DATE 北京汇”群的街角，看过你的博客，我收益非浅，感觉你很亲切，最近我很困惑，所以给你写这封信。同时也想跟你交个笔友，想从你的人生中，读懂自己的人生。

我是一个比较内向的人，自从接触泡学，想努力改变自己，勇敢的去追求女生，但却碰到了许多的问题，泡途荆棘，你在博客里说坚持是对付拒绝的利器，我坚持的去做了，但还是存在问题。

我 10 天前在医院里搭了个女生，当时刚好我们都在医院看牙齿，最开始还没有被她吸引到，只是后来鬼使神差般的去搭了她，可能跟我身体`心理需求有关，成功要到了号，1 天后打电话联系，后来也每天有个电话联系，给她取外号 兔子，有次晚上九点多打给她，聊了将近一个小时，气氛还不错，有说有笑，前几天约了一次，在她学校晚上玩了 2 小时，她和她室友来的，学外语的，本科四年级，她还戴牙套，外表还不错，个矮 1.5 吧。我也是今年毕业，我在实习，和她们学校隔不远，近两天给她打电话总是回避我，让她室友接，说什么她出去了，明显骗我，我说不能换个借口，太没创意了。我想 她拒绝，想我更好的发动进攻，我想换个方式进攻，想策划下，怎么约她，还望老寒百忙中，能给我指点指点，

街角 6 月 16 号

上午 11 点

### 寒江雪答复：

现在先不要着急约她，继续和她联系，聊天，聊开心就好了。

那次你怎么和她聊一个小时的，现在继续这么聊。

她室友说她出去了，你可以说：“这个她不会就是你吧，我知道你换了假声音来骗我。”

### 【问题解答】约不出来怎么办

### 网友来信：

老寒你好：

现在我喜欢上一个女孩，她是我的同事，她性格开朗，乐观，很有个性，非常顾家，我非常喜欢。最近公司组织旅游我们都去了，感觉她对我挺好的。

回来后我就想约他，可是她总是拒绝，理由是天气热啦，没地方好玩啦等等，我该怎么办，

---

怎样才能和他进一步发展？我现在很苦恼。 急求帮助。

**寒江雪答复：**

你需要继续约她。直到她肯出来。

但不要每天约 20 遍，那样会让人疯掉。既然是同事，平时多聊聊天，偶尔邀约。

我这里有一个网络课程录音，讲怎么约女孩出来的，你可以听听，一定会有所启发。

邀约与初约，

[http://item.taobao.com/auction/item\\_detail.jhtml?item\\_id=4ece09212f8d98749960bd8750f42c7d&x\\_id=0db2](http://item.taobao.com/auction/item_detail.jhtml?item_id=4ece09212f8d98749960bd8750f42c7d&x_id=0db2)

**网友来信：**

寒，你好，还是之前的那个女孩反复聊了得有近三个月，前几次她都推脱，或者临时有事。这次电话里我随口说“总也看不见她”，她说确实太忙，下周会有时间，下班后一块吃饭，我说好。我觉得下周约出来是可以的，但是实际上我已经没有感觉了，最近更像为了完成任务（或者说不想失败）才约她出来，所以她说有空，我反而真的更没有感觉了，见面都不知道说什么；再也是我主动约的她，她估计也不会主动的聊什么，当然我可以很容易找到些话题，但是如果她是敷衍的状态，你说什么都没用。

我想说，都会经历这个阶段么，我确实可能有些三分钟热血那种，时间长了感觉就淡了，这个情况是普遍的么。你遇到这种情况都是怎么处理的呢，是干脆就不约她出来么，如果约出来一块吃饭聊天，我真的没有感觉了啊，冷场我到不在乎，该怎么办。我的意思不是说冷场了、或针对这个人该怎么办，是想问这种心态是否正常，该如何调节，我希望听下你自己的类似经历。

**寒江雪答复：**

你的这种感觉我也有过。既然自己没感觉，就不要勉强了。开玩笑的口气告诉她：“你老不出来，搞得我都没感觉了。你打算请我吃什么好吃的，如果没好吃的，我不出来了。”

**网友来信：**

在你的书和音频里我了解到女孩子是经常说谎了 是无时无刻的说谎 甚至是不经意的 可是你的书里没有说女孩子会怎样说谎 在哪个点说谎 说谎的时候有什么特征 为什么说谎 还有当女孩子说谎被你知道了以后你应该不应该拆穿她 我最近看了一部美剧叫《别对我说谎》里面有人叫你怎么看穿别人说谎的 我不知道你有没有看 如果你看过的话 想问你一下这个美剧的技巧用在女孩子身上实用吗？

**寒江雪答复：**

你说的《别对我说谎》我也很爱看，很有意思的电视剧。里边的观察表情和肢体语言的技巧是很实用的。

你提出许多问题，这些问题我还没有深入思考过。但你会在我即将推出的最新网络课程“女性心理”中找到答案。请您关注我最新的录音音频。音频一做好，就会在淘宝店上架，<http://shop57039776.taobao.com/>。

**【问题解答】姐弟恋应该怎么办**

**网友来信：**

寒江雪大师

---

我最近在网上认识一个女的 29 岁了 比我大好几岁 然后她对我挺有兴趣 要约见面（她说我网上的照片比较帅） 当然我确认了下她的身份没问题 不是骗子  
和她交往 我应该注意什么啊

**寒江雪答复：**

对于年龄比我大的女人我经验很少，因为我喜欢小萝莉。不过既然被你叫做大师了，还是给点建议吧。

我的建议是，把她当作一个小女孩去对待，她会很满足。

**网友来信：**

主题：通过征婚网站认识的或者介绍认识的第一次见面时，该给对方聊些什么呢？

寒江雪，你好！

请教一个问题：通过征婚网站认识的或者介绍认识的第一次见面时，该给对方聊些什么呢？这时候该如何给对方建立好的印象呢？

**寒江雪答复：**

从你的来信来看，你很“重视”这次约会，觉得是“第一次”约会。你想“给对方建立好的印象”。有了这些想法，你的约会搞砸的可能性很大。

该怎么做？

- （1） 不要过度看重这次约会，把约会安排得随意到不像约会；
- （2） 把这次约会当作你们的第十次约会，而不是第一次；
- （3） 不要试图给对方好的印象，你做得够好了，玩些恶作剧，搞砸一些。

更多的初约技巧，请参考我的网络课程录音“邀约与初约”，  
[http://item.taobao.com/auction/item\\_detail.jhtml?item\\_id=4ece09212f8d98749960bd8750f42c7d&x\\_id=0db2](http://item.taobao.com/auction/item_detail.jhtml?item_id=4ece09212f8d98749960bd8750f42c7d&x_id=0db2)

**网友来信：**

最近真的常常遇到這種女孩的 告白

但是我倒是很高興 因為這是友好的訊息 證明他願意跟我分享

我已經有男友了 要怎回答呢

我覺得就是要真正回我的心中的想法

不過我不曉的怎表達好 你們是怎回答呢

因為我使用 msn (有男友的通常都不給手機)

所以都使用文字表達 我很難沉默

或者打“.....”

我最近使用表達的對白是

我只想跟你吃個飯 沒有想太多

我只想讓生活的每個片刻都有趣一點

我不想害你被男友打 或害你分手

其實我也是有道德框框 有男友的女生 我也想不太想約出來

雖然我有時候真的只想找各可愛的女生出來吃飯

讓生活更有趣一點

但我可不想害你 而且我真的搭的很多 沒差你一個

我跟你還不是很熟 其實我沒這麼想跟你吃飯 你不想跟我出來 我就再去找另外一個



---

上面的話 我想打出來 因為這是我的自我反省  
下次我考慮說

=====

其實我跟你還不是很熟 我也不太想約有男友的女孩  
我可不想害你  
而且我很多異性朋友 你介意跟我出來 等等你離線我就再去找另外一個 嘿嘿  
=====

不知道這樣說 好不好

#### **寒江雪答复：**

不要讲真话，也不要讲假话。

“我对你男朋友不感兴趣，我们两个吃饭就不要带他出来了。当然如果他愿意替我们买单就带上吧。”

#### **【问题解答】如何进挪升高到亲吻**

##### **网友来信：**

请问一条好用的开场，搭讪正在等人的女孩，好象是等男朋友

请问一条公交车上好用的开场

请问酒吧里女孩让我买什么什么，我想拒绝，有什么好招？

谢谢

我在江西南昌，有机会来玩的话找我啊

##### **寒江雪答复：**

你所询问的这些开场白在我的电子书《经典话术》里都有，你可以看看，  
[http://item.taobao.com/auction/item\\_detail.jhtml?item\\_id=7d62eaa9b38a0eccf993a2e84b257e67&x\\_id=0db2](http://item.taobao.com/auction/item_detail.jhtml?item_id=7d62eaa9b38a0eccf993a2e84b257e67&x_id=0db2)

##### **网友来信：**

主题：怎么将进挪升级到亲密阶段

老寒，你好

我搭讪认识了一个 mm，把 mm 约出来玩过几次，我跟她之间常开开玩笑，打闹什么的，她都很配合，

游戏进挪，玩闹进挪，她都不拒绝，比如看手相，拇指大战啊，我还看她指甲油涂的好不好，她都会给我看，

我开玩笑掐她，她也会掐我，过马路，牵手也可以，但是过完马路，她就会把手缩回去。

但是，这些进挪，都只能停留在玩闹和游戏上，如果我想在公园里，长时间牵她的手，她就会缩回去。

有一次，我约她来我这儿玩，玩的很晚，又很难打到出租车，所以她没办法跟我不宾馆了，但她不去洗澡，我搂她，她推开我，后来，我稍微用点力，她竟然咬我，还真的咬，她指甲又长又硬，掐我，没办法，我放弃了。

我以为她要我表达真心，我在房间里，躺床上跟她说了些喜欢她的话，她说：我们之间只是朋友。她以前跟我说，我就是一尊佛，放出很多光芒。我想对她来说，完全是 DHV，她是一个普通专科学校，我在 TOP 大学读研究生，她自己说：我们以后肯定不会在一起，我们不是一条道上的人。

还有一点，跟她在一起的时候，我没有挑起什么性话题，或者暧昧的东西，没有激起她的欲

---

望，有些网友说可能是这个的原因，让她感觉，跟我在一起做朋友比较舒服。

那次开放 TD 失败后，今天（两周后）我又约她来我这儿了，主要是一些舒适感的培养，她说玩的开心，但也没有亲密的动作，在宿舍我想吻她，她拒绝了，她还是说，我们只是朋友。最后我说抱一抱，就拥抱了一下，然后就送她回去了，她说晚上要上自习（她周日要上晚自习），答应以后再来玩。

我是不是被发好人卡了！

我要怎么办呢？讲一些荤笑话吗？请老寒指点！

### 寒江雪答复：

你的故事很典型。你在诱惑阶段的技巧不足，造成现在的局面。从你的描述来看，你做得都很好，距离成功只有一步之遥了。你也有勇气带她去开房。到房间以后建议你用按摩的方法来肉体诱惑她。忘掉好人卡的事情。只要诱惑技巧好，根本不存在好人卡。

荤笑话只是一种调情方式，比较低俗，适合社会底层的女孩。还有很多种其他的调情方式。

具体怎么做可以参考我的网络课程录音，“调情与诱惑”，  
[http://item.taobao.com/auction/item\\_detail-0db2-506c24d6be1452433390ac7015170eb7.jhtml?cm\\_cat=0](http://item.taobao.com/auction/item_detail-0db2-506c24d6be1452433390ac7015170eb7.jhtml?cm_cat=0)

### 网友来信：

想请问一个关于自尊心的问题````大家都知道现在的人自尊心太强``而又太脆弱``太易受伤``自尊心受伤后怎么办呢？

### 寒江雪答复：

当你用一种积极地方式看待伤害，伤害能让你成长。

比如当年的韩信受胯下之辱，这是对自尊心的巨大伤害，他因此而发奋，成为一代名将。

等到将来，你回头重新看这件事情，你甚至会感谢这件事帮你长大，你也会自豪自己超越了伤害。

## 【问题解答】如何追交友网站认识的女生？

### 网友来信：

寒江雪，你好！

我也买了你的一些网络课程来学习。目前也是刚接触到这门学问，不过郁闷啊现在还是一个宅男啊！所以有一个问题还希望得到你的指点。有一个女孩是在世纪佳缘上认识的，认识还不到一个星期。我也有她的电话，也是我的 QQ 好友。在 QQ 上也聊天，她喜欢玩 QQ 空间里的开心农场，她也叫我做一些事来帮她升级！我在 QQ 上约过她见面，不过她说她空的时候给我联系，只是我们还没有真正见过面。她是在新世纪超市上班（不是营业员），跟我是在一个镇上。对她也有些面熟，在超市里有时候也能见到她，前几天在超市见到她，她没有看到我，不过没有上去跟她打招呼。这个女孩我挺喜欢的，希望你能给我一些建议，谢谢！

### 寒江雪答复：

你的描述很粗略。总体感觉这个女孩只是让你帮她打杂。

既然在超市能找到她，你可以直接去找她，但不要显得专门来找她的样子。只是很随意地和她打个招呼，“原来你在这里啊，看你有点眼熟，还怕认错人呢。”看她对你的反应了。

QQ 和电话也可以继续保持沟通。

适当的时机把她约出来，你也听过我的音频，约会比 QQ 和电话更重要。

---

### 网友来信：

老寒你好

街角又给你写信了，是因为我相信你，听过你的音频，你的声音很富磁性，有吸引力~~~~

我 10 天前在医院里搭了个女生，当时刚好我们都在医院看牙齿，最开始还没有被她吸引到，只是后来鬼使神差般的去搭了她，可能跟我身体`心理需求有关，成功要到了号，1 天后电话联系，后来也每天有个电话联系，给她取外号兔子，有次晚上九点多打给她，聊了将近一个小时，气氛还不错，有说有笑，前几天约了一次，在她学校晚上玩了 2 小时，她和她室友来的，学外语的，本科四年级，她还戴牙套，外表还不错，个矮。我也是今年毕业，我在实习，和她们学校隔不远，近两天给她打电话说我妹妹要英语书，就找她借，她人挺好的，送了本英语书给我了。今天晚上约她，把书给我了，我说表示感谢，请她喝奶茶，她说她朋友在寝室有事，明显借口，可能对我还比较陌生，我最近发现自己居然喜欢上她了，工作之余，会想她，这可能跟自己的心态有关把，我没交过女友，没经验，可能出于自己比较寂寞，想要得到她，抓的越紧却越得不到，好郁闷，我在她面前的状态是搞笑的那种类型，生活中我并不是那样，我只想努力改变自己，只是不知道为什么，她老在逃避我，和我不怎么熟，就今晚来说，我说我不认识你们学校的路，怕迷路了，我说一起去喝奶茶，她说她室友等她，我拉她去，不去，好 AFC，居然一直到了她宿舍下面，{现在知道她住处，嘿嘿} 然后我们短信开了些玩笑。

我现在老想得到她，她却很保守，处女，我都快被搞疯了，不知道怎么办，怎么把她弄开心，想约她，之前约过一次，她和她室友一起出来的，现在想约她出来玩，想不到什么好的方法，今天晚上看她是越看越喜欢，我怕我自己控制不住，会向她表白，那样会搞砸，现处于迷茫之中~~~~~ 希望能救我于水深火热之中

期待老寒哥的来信

09 年 6 月 25 号晚 22: 45

街角

### 寒江雪答复：

不知道你是否得知她很保守还是处女。

如果真是如此，那你要做好持久战的准备了。其实这种女孩也是最好追的。谁和她最熟，她就会喜欢上谁。

多抽时间和她联系，短信、电话。气氛合适把她约出来。继续发挥你幽默搞笑的长处！

加油！

### 网友来信：

标题：遇到 MM 对我不理不睬该怎么办

曾经非常非常挫，当了 6 年的烂好人，金卡收了快成山了，虽然感动 MM N+N 次，当时总是难以得到她的爱！

而且第一次非常粗的读完迷男时，由于没有理解，非常生硬的套理论，把 MM 弄的很生气，虽然现在 MM 见面礼貌的理我，但是，还是不会我短信，我觉的我做的不够好，我不知道该怎么办，但还是去做了些，努力提高自己的内在气质，改变自己的外在形象，在其朋友圈建立高价值，冷冻 MM，打压，但我具体的不知道该怎么办，希望解答！

### 寒江雪答复：

我不知道《迷男方法》害的人更多还是救的人更多。

我也犯过类似错误，特别是用否定的时候，女孩急了骂我。

---

高价值、冷冻、打压，你都知道那么多了，还有什么不知道怎么做？不知道你希望解答什么问题。你的问题是女孩不理你了该怎么办吧？  
过段时间再联系她。不要一天二十条短信骚扰她，只会让她烦死你。

### 【问题解答】遇到玩家，我快崩溃了

#### 网友来信：

我是大三的学生,她是我同班同学.有男朋友.  
一直都很有聊,有聊有笑,她其实是和很多男生都这样子的.  
我在大二追求过她,她说如果她没有男朋友的话就会答应我.  
之后我就渐渐不去想了.到了这个学期有次偶然的机会在很多人面前给了惊喜她,她很感动.居然在没人的时候吻了我.第二天晚上差点去开房了,到了酒店面前她说她不想这样子和我做不成朋友.没开成.隔天晚上她还是心动想和我出去的,可是她们宿舍人要找她回宿舍.,她说她不想让宿舍人说闲话.我说那开钟点房吧.她说她一定要到晚上 12 点过后才有 feel.再之后的晚上也最多只有亲吻了.\

我是真的很喜欢她的.她和很多男生都挺要好的.所以我感觉我是遇到玩家了.她可以在我面前接男朋友的电话并说:我在外面吹风.明明是和我在一起.  
她还会和男朋友说已经和我亲吻了,甚至想和我做爱了.

我不想深陷下去,因为她不会和男朋友分手的.所以我就刻意远离了,一天不接她电话不复她信息.她会找我一天.其实也只是出于怕伤害到我吧.

我都不知道要怎样了,好想哭.我试过在酒吧和那些不认识的很靓的女的去开房,可是是没感情的那种推倒.  
但是面对她,我始终没办法对酒吧那些的女的那样子,虽然感觉她也是个玩家来的.

#### 寒江雪答复：

没错。她是个玩家。  
但我觉得大部分玩家是比良家更好的女孩。她们活得更真实更潇洒，也更接近生命的本来面目。  
你只差一步了！加油！  
我只怕你得到了不会珍惜。大概女孩也是这么感觉，所以故意让你难以得到。你应该感谢她让你这么有感觉。

#### 网友来信：

寒江雪,你好！

有个问题得再请教你了给点主意了！前面窝不是给你发了这封邮件么？（有一个女孩是在世纪佳缘上认识的，认识还不到一个星期。我也有她的电话，也是我的 QQ 好友。在 QQ 上也聊天，她喜欢玩 QQ 空间里的开心农场，她也叫我做一些事来帮她升级！我在 QQ 上约过她见面，不过她说她空的时候给我联系，只是我们还没有真正见过面。她是在新世纪超市上班（不是营业员），跟我是在一个镇上。对她也有些面熟，在超市里有时候也能见到她，前几天在超市见到她，她没有看到我，不过没有上去跟她打招呼。这个女孩我挺喜欢的，希望你能给我一些建议，谢谢！）可是却发生了一件意外的事。有一天晚上我值班，所以我就把我的 QQ 密码告诉她了，叫她帮我弄 QQ 空间的开心农场，我的 QQ 也加入了教主读者交流群（QQ 群），也许是他发现了我的这个泡妞群的秘密吧，她不理我了！而且把我加到黑名单了，我再加她，她也加我了。可是她也不上线，也不回我的话。这

---

种情况你有什么好的建议呢？非常感谢！

**寒江雪答复：**

向她坦白所有的事情，告诉她你是个宅男，不知道怎么追女生，所以在学习这些技巧。  
看她的态度，一般来说，没戏了。

**网友来信：**

寒江雪你好！

你的超级约会学我看过，写的挺棒的！有个问题我想听听你的意见。

我在朋友的小聚会上认识个女孩，20岁。很漂亮身材很棒！，8分以上的吧！聚会上我玩的很HI~！，可能吸引到她了，当晚她要我送她回家，我没做任何举动，她给了我电话。我朋友很喜欢她追她追的很紧，她不怎么甩他。我能感觉她在找机会接近我。我是个很慢热的人，当我开始打电话约她的时候，她开始耍心眼了。她找借口推掉了我的3次约会，但过后有请我和我朋友吃饭。我不想再约她出来了，她又在QQ上问我在忙什么，为什么不找她出来玩？我没回答她。我觉得这种情况很奇怪，我不明白，我想听听你的意见！

**寒江雪答复：**

她可能在对你玩欲擒故纵的把戏。

女孩不喜欢让男人看出来她在倒追，那样男人会把她“吃得死死的”。女人都懂得这个。  
你只需要假装被她勾引到就好了。

## 【问题解答】遭遇冰山美人

**网友来信：**

百忙看信，谢谢。

一班同学毕业旅行，阳西沙扒湾(那里不错，老寒有空去一次)

玩玩玩...叭啦叭啦的我就不说了

一堆人在房里麻将，喝了些酒醉了我就先睡了

重点就在这里了，我得到一个强ioi

女pua爬上了我的床，抢了我的被子(笑)，就呼呼大睡了，当然女孩子可能害羞。睡了相反方向(隔壁有张更大的，有一个女生在睡，为什么不去那张?)

我知道了，装睡，kino嘛，就拉了被子睡到明朝

八点多起床，刷牙洗脸...睡在了大床上，她也过来一起睡什么的(不是相反)

帮我盖被子的测试也服从

回程主动坐我旁边，睡我大腿什么的

多么强烈的ioi!

但是再三考虑，她是女pua(装可爱那种)有八分半九分吧

当年afc的时候表白过

关系可以说是很微妙

现在不敢说是pua，但一般的基本没有问题，但是遇着女pua貌似没有办法  
还有老寒，所谓的“冰山美人”有什么应对方法嘛？

**寒江雪答复：**

同学，这样你都能忍住吗？

---

对于冰山美人，主动+热情+赖皮+推拉。请关注我的最新网络课程音频“女性心理”，尚未推出即将推出！

#### 网友来信：

非常感谢能够抽空答复的我邮件

现在情况是这样的，这个 MM 用朋友的话就是非常高不可攀，非常美，性格像男孩子，在我的圈子里非常有人缘，而且工作能力和工作都很不错，家庭条件也好...而且我发现一般 MM 能够掉坑的问题，她都能发现，而且弄的我很无语，貌似现在她有很多人追（今天 QQ 签名改成男人总是骚的理直气壮...当然这个男人指的不是我...估计那男的 就是所谓的 PUA 吧...）

问题，1 我该怎样吸引她

2 怎样和她相处

其实这个 2 个问题我一直思考，就是努力提升自身价值（帅点，富有点，有才华点），加强其朋友圈的交往，让他们夸我，间接的 DHV，等自己变样前，最好不跟她接触，这样来个一鸣惊人，至于相处，我朋友说，像对待最好朋友一样....

但我发现做起来很难，因为她很聪明，硬件软件都很好，她身边的人都非常优秀.....

超级困惑，其实我对其他 MM 调戏打压接触都还可以，就是到她这我就短路了！

另外，我是济南的，济南这里把妹的风气不好，少 QQ 群，和组织，能够弄个分会就好！虽然我现在曾经在公交车，婚礼上，课堂上搭讪，但都失败.... 我发现主要有 2 点，一是不够自然，2 是不够吸引！

希望能够解答！

#### 寒江雪答复：

根据你的描述。你和这个女孩不是一个级别的，像拳击比赛，一个九十公斤级的，一个六十公斤级的。

你不用想那么多了，反正也泡不到。不如随它去，潇洒一点，想怎么来就怎么来。心态放开，说不定反而有惊喜。

至于搭讪的技巧，我这里有一套网络课程录音，专门关于搭讪的。

偶遇与相识，

[http://item.taobao.com/auction/item\\_detail.jhtml?item\\_id=ca564c69ba28563aa3dfef2679e88a44&x\\_id=0db2](http://item.taobao.com/auction/item_detail.jhtml?item_id=ca564c69ba28563aa3dfef2679e88a44&x_id=0db2)

#### 网友来信：

主题：有方法可以隔離目標跟組合嗎

我看過 技術文了

我覺得不好用 不好用的點是

最近真的發現美女通常不會落單 並且有時超過兩人

目前除了很堅定的美女 才會去搭

我知道面對組合 要多說 你們 而不是說你

但我要的是長時間的 情感交流 我想聽目標回答

不是她朋友回答 而組合內的成員 會搶話 會破壞交流

要跟蹤到她落單很難

因此我想到全名情聖裡面 情聖假借誤當 目標為服務人員

給她錢要她送酒過來 然後走開 結果目標脫離組合過來找情聖

機會可以創造 本質卻無法虛假 我認同製造機會去認識美女

---

有方法可以隔離目標跟組合嗎 多人大家都怎搭呢

**寒江雪答复：**

多人的情况，是一个社交情境。你需要成为这个小范围的领袖，所谓最高价值。类似于你转学到一个新学校，你就要成为班长的角色。你到一个新公司，你就要成为总经理的角色。当你成为这样的角色，所有的女孩都会想追你。

如果你不喜欢在社会群体中脱颖而出成为领袖。那你只能找落单的女孩一对一交流。像你说，这种机会这种女孩是很少的。

上面讲的是哲学层面的。具体的隔离技巧，在第一次搭讪的时候，大多时候是无法隔离目标的，大街上的搭讪根本不可能隔离目标，酒吧里的搭讪隔离目标是可能的。按照前面的讨论，你根本不需要隔离目标，你在整个群体中成为最受欢迎的人，所有人都想认识你，目标自然也想勾引你。找机会另外时间把目标约出来，你就有机会和她一对一的情感交流了。

总结起来，你和目标第一次认识，不是你们之间情感交流的时候，是施展你社交技巧的时间。

**【问题解答】遇到高不可攀的女孩怎么办**

网友来信：

非常感谢能够抽空答复的我邮件

现在情况是这样的，这个 MM 用朋友的话就是非常高不可攀，非常美，性格像男孩子，在我的圈子里非常有人缘，而且工作能力和工作都很不错，家庭条件也好...而且我发现一般 MM 能够掉坑的问题，她都能发现，而且弄的我很无语，貌似现在她有很多人追（今天 QQ 签名改成男人总是骚的理直气壮...当然这个男人指的不是我...估计那男的 就是所谓的 PUA 吧...）

问题，1 我该怎样吸引她

2 该怎样和她相处

其实这个 2 个问题我一直思考，就是努力提升自身价值（帅点，富有点，有才华点），加强其朋友圈的交往，让他们夸我，间接的 DHV，等自己变样前，最好不跟她接触，这样来个一鸣惊人，至于相处，我朋友说，像对待最好朋友一样....

但我发现做起来很难，因为她很聪明，硬件软件都很好，她身边的人都非常优秀.....

超级困惑，其实我对其他 MM 调戏打压接触都还可以，就是到她这我就短路了！

另外，我是济南的，济南这里把妹的风气不好，少 QQ 群，和组织，能够弄个分会就好！虽然我现在曾经在公交车，婚礼上，课堂上搭讪，但都失败.... 我发现主要有 2 点，一是不够自然，2 是不够吸引！

希望能够解答！

寒江雪答复：

根据你的描述。你和这个女孩不是一个级别的，像拳击比赛，一个九十公斤级的，一个六十公斤级的。

你不用想那么多了，反正也泡不到。不如随它去，潇洒一点，想怎么来就怎么来。心态放开，说不定反而有惊喜。

至于搭讪的技巧，我这里有一套网络课程录音，专门关于搭讪的。

偶遇与相识，

[http://item.taobao.com/auction/item\\_detail.jhtml?item\\_id=ca564c69ba28563aa3dfef2679e88a44&x\\_id=0db2](http://item.taobao.com/auction/item_detail.jhtml?item_id=ca564c69ba28563aa3dfef2679e88a44&x_id=0db2)

---

### 网友来信：

看了这篇文章（《一年时间从宅男到约会高手——超级约会学学员吗啡的报告》），有个疑问，进一退二是什么意思，请详细解释一下，有实例就更好了，谢谢！

### 寒江雪答复：

进一退二（one step forward two steps back），有时也叫做进二退一。进一退二来自迷男方法第七章。进二退一来自于大卫的相关课程。

迷男方法中，进一退二是用来解除对方进挪抗拒的技巧。

大卫·迪安杰罗课程中，进二退一是积累性紧张（sexual tension），放大吸引力的技巧。进二退一的实例，比如你抱着女孩，亲吻她，在她期待你继续深吻的时候，又放开她，开始和她聊天。

下面的内容引用自《迷男方法》。

进一步退两步

打个比喻来说，升高的时候要进一步，察觉任何犹豫或抗拒的迹象，就退两步。然后再次前进。例如，你牵她的手让她有点犹豫，就立刻放开她的手。稍后你再牵她的手，她会比较有服从的心理准备。原则上，就是让“退两步”的别扭感超过“进一步”，这样目标比较可能服从你接下来的攻势。——《迷男方法》

### 网友来信：

主题：聚会难题

有时候在聚会，我约了女生出来。平时在电话聊的还可以，但是一到多人的场合里我发现我的语言能力就变得很差，有时候甚至会跟约出来的女生不理不睬，我应该如何改变一下自己？

### 寒江雪解答：

你是不是很害怕接触陌生人，我以前就是这样的。不过现在搭讪两年多了，和陌生人打交道多了，在陌生人面前也可以很放松。

你的问题根源在于放松，既然在电话里聊得可以，在人多的地方一样可以聊得很好。但你很紧张，很压抑，没法表现出自己的个性和优点，造成现在这个样子。

你想改变自己，先从在人多的场合肆无忌惮地表现自己开始！

## 【问题解答】学习追女孩子需要花多少时间？

### 网友来信：

看来我真的要学了

我发现了一个我喜欢的那个类型的女孩子，都不知道怎么去搭话！！郁闷？！

我先介绍一下我自己，我28岁，没有谈过女朋友，长得算是中下，但算是有点气质，经济一般。

我的问题是：我碰到漂亮的女孩子或者自己喜欢的女孩子，就很紧张。不知道该说什么。也不知道下一步该怎么做。

我的目标是：我想找一个7，8分的女孩子做老婆。

你觉得可能吗？

其实我觉得花点钱没有关系，只要能真正的学到我想学的东西。每次看到别人身边的女朋友那么漂亮，就觉得不是滋味。我连女朋友都没有教过阿。。郁闷！！~~

依照我的条件：你觉得我需要花多少时间去学习，要怎么去学习才能追求女孩子不会那么困难。这个过程要多少钱？！

谢谢！望复



---

PS：我看过泡学和你的论坛，觉得说的很有道理，但是对我来说都是之上谈兵，效果不大。 所以才会联系尼

**寒江雪答复：**

我也是从 28 岁才开始下定决心学习约会技巧的。你不算晚，都说 30 岁才是男人青春的开始。你的目标很低，只是找一个七八分的女孩做老婆，这绝对是可以实现的。但你需要花些时间，花钱倒是次要的。

你问我要花多少时间去学习。这是因人而异的。其实这是一个多余的问题。

我想问你一个问题，如果我告诉你学习需要 3 个月，你会学吗？如果我告诉你需要一年，你还学吗？如果我告诉你需要十年，你还学吗？

对于我自己来说，花多少时间我都会继续学下去的。因为这本来就是人生的一个重要方面，金钱和女人，是男人一生的追求。我不知道不学这个还要学什么呢？

**网友来信：**

主题：求助，苦恼的追逐

寒江雪：

你好！

感谢您白帮之中能看下我的来信，事情具体是这样的。

一年前的她刚来我们公司，我对她就一见倾心，在一次公司聚餐后，我借着酒劲向她表达了爱意，被她以有了心上人为由拒绝了。后来作为公司的同事也了解到她的男朋友是在我表白的前一个月认识的，

现在一年过去了，我也换了家公司，她和他的男朋友本来打算结婚的，但是因为男方家里比较反对这门亲事，所以她俩掰了。在这一年多的时间里，我俩关系属于比普通朋友稍微好点的关系，能谈到除了我俩之间感情之外的其他任何事情。

她是一个比较大咧咧的女生，很有主见，而且喜欢结交朋友，每周基本都有一些朋友聚会之类的活动。而我，在看了您的《泡到大美女》后，我感觉我大部分思想都属于一个好人，之前的感情都属于“输-输”型。

在您的文章的鼓励下，我也准备开展一次新的追求，但是几次邀约出去，她都以身体不舒服等原因给拒绝了，但是每次末了都告诉我下次吧。我现在找不准他对我是什么意思，和她之间除了直接联系外，也没有能帮忙的第三者了。而我嘴也笨，心还软，她一说不舒服，我就让她休息去了。

接下来的行动，我感到心里没有底，希望能够得到帮助。

第一次写信向别人表达自己的内心思想，可能思绪比较乱，还望见谅。

吉祥

**寒江雪答复：**

从你的描述来看，短期内你可以放弃对这个女孩的追逐了。

你们认识一年多，你们彼此是什么样的人都已经很了解，她对你有感觉的话，早就有感觉了。你现在没有太好的办法追到她，因为她对你的印象都已经固定。除非你现在中了五百万，开着宝马跑车去见她。

她每个周末都有聚会，却抽不出时间见你。说明对你非常排斥了。不要再烦她也不要烦自己了。但我也不建议你放弃这个女孩，既然你这么喜欢她。希望你能理解我这种“不追求不放弃”的矛盾建议。大部分人习惯非黑即白的思维模式，都想着要追就追，要放就放。你要习惯这种中间状态，你要适应这种不确定的未来。让一切充满可能，让一切自然发展。

你可以在适当机会参与她组织和参加的聚会。这样有机会和她继续接触。女人的想法是不停改变的，

---

其实所有人的想法都是经常改变的。未来谁也不知道。

你应该认识更多女孩。我不相信那么多美女，就没有让你心动的。自己只喜欢这一个，那都是年轻时候没有经历的说法。

**网友来信：**

寒哥，你好。我想咨询下两个问题。就是在和女生交往的过程中，我可以说的话或者别的东西让对话发笑。

但是我有时候会觉得自己说那些话的时候不太自然，有点像小丑。

第二个问题就是：有些女生我可以聊的挺开心的，但是我不知道应该怎么引导话题。把话题引向男女之间的事情。

**寒江雪答复：**

如果你觉得说一些话不自然，就不要说那些话。

引导话题到男女之间的事情，可能只需要一个简单的问句：“你喜欢什么样类型的男生？”或者“昨天我在地铁上看到两个初中生在接吻，他们都好早啊！你初中时候早恋吗？……”

### **【问题解答】“主动出击”与“吸引”之间如何取舍？**

**网友来信：**

主题：“主动出击”与“吸引”之间如何取舍，达到一个平衡？

寒江雪：你好！

请问在主动出击与吸引之间应该如何权衡？

**寒江雪答复：**

这是主动和被动之间的平衡艺术。有点像钓鱼，你要把饵下在鱼旁边，但你不能把饵甩到鱼身上。

**网友来信：**

寒江雪：

谢谢寒大哥啊！你的《超级约会学》好像忘记了谈到这点，能否举几个日常生活中的例子？

**寒江雪答复：**

感谢你的提醒！我没来得及写这篇文章《主动的被动》。日常生活中的例子，比如唐伯虎点秋香。

要追秋香，当然要主动出击，不能等着女孩倒追你。但是也不能一上来就摆出追的架势，那样就会很被动。唐伯虎的方法就是一种“主动的被动”，假扮小书童混入华府，寻找机会接近秋香，建立吸引。

搭讪时候的间接法也是如此，我去接近女孩，但不表露意图，找借口搭上话，在聊天过程中展示价值，吸引她。

**网友来信：**

开始交往很好的女生，二个月下来，把我 QQ 删了，开心网上把我屏蔽了，请达人帮忙分析解决，多谢。我的目标：找一个可以结婚的女人。

**寒江雪答复：**

你的邮件太长了。可能你说话也是一样的习惯，你缺乏安全感，怕别人不能理解你，所以啰嗦很多。

---

你自己的分析已经很清楚了。我只想说一点。大部分人对“泡学”有一个误解，以为泡学只是研究泡妞的学问，我是想找老婆，想认真的，不想泡妞。其实，你要找老婆也要遵循泡妞的原则，任何感情都是先一夜情后多夜情，再到感情再到婚姻的。走到哪一步，你只需要考虑这一步的事情，这才是自然而然的感情发展。亲吻以后，你就想要确立终身大事；女孩感觉有压力，她想玩玩再说，只好逃避你了。即使你想追她做老婆，也要先和她做炮友。

#### 网友来信：

老寒你好

这是街角给你写的第三封信，却是最怀着伤感的心情写下这些文字。

我喜欢的她最终还是毕业走了，我是昨天下收到她的短信“大老虎呀，我回‘火星’了，有缘再见了”

昨天下午不知道是下的雨大，还是我的双眸被泪水~~~~我的眼前是水，是泪~~~~

不知道为什么她的离开会触动到我，会让我如此的伤心

从小到大都没有过这样的感觉，可能和我的心境有关

我想和她保持着暧昧的关系，只是城市不同，希望我们还能有将来，没有说些让彼此尴尬的话，我是强忍住自己的情感，当时好想大声喊出来“留下来，我会用我的青春做为赌注来换取你的爱”。她现在也不知道要去哪工作，刚毕业还没找到工作，回了老家，好想把自己和她绑在同一座城市，却感到无能为力，我的心情到了低谷，现在在做实习的那份工作也没心思了。对她的思念愈加强烈，我迷失了自己~~~~~

我真的陷进去了~~~~~

PAOXUE 好象是游戏，没想到却要付出这么多的情感

#### 寒江雪答复：

回想最让我思念的那些女孩，也都是那些追不到，或者是追逐过程很曲折的。

认真回想你这段经历，你会明白许多约会学的真谛。如果你能给女孩制造这样的感觉，她会深深爱上你。

这段伤感是你最好的财富，不要让它滑过，好好珍藏！

#### 【问题解答】如何变得健谈？

#### 网友来信：

寒江雪，你好，有个问题困扰了我很长的一段时间，就是如何变得健谈。我在朋友和同事的眼里是那种沉默寡言的老实人，不喜欢跟人交流。跟同性朋友聊天常常觉得没什么话题，不知道该说些什么，自己也觉得很尴尬的样子，更别提跟异性了。所以我会尽量避免两个人单独在一起（即使是同性），就算是下班回家这样平常的事，免得太过安静而产生尴尬。我是不是太不正常了？

希望你能看到这封邮件并回复，谢谢！

#### 寒江雪答复：

你的问题是网友问的最多的一个问题，是否健谈和人的性格有关，也就是大家常说的“内向和外向”性格。一个人的性格是长期生活的积累养成的，短期内也很难改变。如果你更深入地了解自己，你也发现你根本不需要改变，你只需要发掘内心的另外一个自我。

你有没有在某些朋友面前变得很健谈的时候？认真回想这个时候你的状态，你是怎么想的，你在说些什么。

关于聊天技巧，给你几个简单的建议：

---

(1) 随时表达的习惯。不要太在乎别人怎么看待你，自由率性地表达自我。把你此时此刻的想法感受说出来。

(2) 放松的习惯。把和每个人的交流都当作一种享受和放松。

(3) 不要装。特别在女孩面前，不要装君子。

请关注我的新书《和女生聊天的技巧》，正在编写，尚未面市！

#### 网友来信：

你好！

我是一个在校学生，在操场上跑步的时候认识了一个大一的女生，并要到了电话，可是发短信她基本上只回一两个字，你说我该怎么办啊？

#### 寒江雪答复：

像你这种情况，说明这个女生对你兴趣不大，可能是各种原因造成的。但不管是什么原因，你现在都应该减少和女生联系的频率。

或者，尝试用电话沟通。某些女孩不喜欢短信的沟通方式。

如果你真的非常喜欢这个女生，就换不同的时间和她联系。看她在另外的时间，回应是否变得积极。比如白天她会上课忙，晚上陪男朋友，等等。或者现在正处于热恋中，过段时间又和男朋友分手了，她对你的回应就会积极了。

#### 网友来信：

寒江雪你好 过去我是一个失败的宅男 从高中追了 7 个女孩 但每个都没有成功 每次都是很专一的去追 但是得到的答案都是相同的 于是 我想了方法来改变自己 无意中进了泡学 也有一年了 我开始读大量的书籍 迷男方法 约会倍增术 把妹达人 男人第一课 冷读术 但是我一直没有勇气 出去 搭 讪 还是一年以前的宅男 有次在泡学 听语音的时候 无意听了你最开始读的书是约会倍增术 于是 我开始读 不断地读 但是我不知道如何在身体语言这方面加强自己 比如 说话的语速 脚步的放慢的等等 所以想向你问问

#### 寒江雪答复：

你可以从模仿开始，找一个偶像，模仿他的眼神、语气、走路姿势，比如周润发或者刘德华，呵呵。

#### 【问题解答】我装 B 过分了吗？

#### 网友来信：

寒前辈，

看了阁下的东西，很有感悟，回想以前作为的失当之处，历历在目，密密前陈，非止一端，让人汗颜

想请教个问题，约会学的通篇重点和 THE GAME 好像是一致的吧，就是吸引

至于交代吸引从哪里来，你讲到了 得不到和奖品的机制

看来约会学讲的主要是策略，是硬条件的软体表达方式？

现在有疑惑在于，1,，，有女生莫名其妙靠近男生，有 IOI 的情形下，是不是可以说硬件条件已经差不多过关？莫非真有为寻找友情的 IOI，虽然已经确定了：“任何人做任何事都有目的”的看法，但是对：“男女没有纯洁友谊”的问题 很不确定。

2 这个得不到，可以理解为自律 自控 或者说有些装逼么？

---

有个案例，是关于我自己的，  
时间，晚上  
地点，校图书馆  
人物，同校认识的女生，她见过我照片，  
图书馆见面时开始我控制了局面，  
她请我吃饼干，我拒绝  
她叫我拿书看，我拒绝做自己的事  
她给我打伞我推辞，她坚持，随后我主动要求打伞给她，她默认  
她问我要不要去校外买东西，我推辞，她劝说，我拒绝了  
她说送我会寝室，我推辞，她坚持  
(后续，后来再约 就不出来了)  
对于这一段 有看法上的分歧  
研究 THE GAME 的男性  
女性(不认识我的——)  
同班男生同学  
00000000000000000000 认为我是装逼过分，伤人自尊，特别是研究 THE GAME 的男性认为我没有贯彻奖励机制  
也没有 KINO  
女性认识我的(同学为主)  
-----认为我没有装逼，只是那个女生有心机  
另外有很少人认为女生只是想做普通朋友  
这一点是否说明，A 研究了 THE GAME 具有太强的内心企图？容易误解 IOI？造成错误的下一步行动？  
或者，B,,，MM 只给男生很少的机会，不把握。就不再有可能？  
我发现女生很强调死党和好朋友的概念，这是在掩饰么》、？  
谢谢~

### 寒江雪答复：

学校里的女孩 90%都是很简单的，或者说很傻。社会的女孩很复杂聪明。这种区别，你要到社会上混一下才能明白。

关于你的案例，你把简单问题复杂化了，或者你做得太过分了。虽然我没在现场，但我的总体感觉是，你顺水推舟就好了。直接可以进入迷男方法的舒适感阶段，调情+调戏，进挪升高，甚至当晚可以亲吻她。如何做好进挪和调情，可以访问我的网络课程，

约会和进挪，

[http://item.taobao.com/auction/item\\_detail-0db2-468ffe87c059e18c6285f3a51cc72122.jhtml?cm\\_cat=0](http://item.taobao.com/auction/item_detail-0db2-468ffe87c059e18c6285f3a51cc72122.jhtml?cm_cat=0)

调情和诱惑，

[http://item.taobao.com/auction/item\\_detail-0db2-506c24d6be1452433390ac7015170eb7.jhtml?cm\\_cat=0](http://item.taobao.com/auction/item_detail-0db2-506c24d6be1452433390ac7015170eb7.jhtml?cm_cat=0)

关于男人和女人对这个事情看法的分歧，经常是这样的，男人和女人对同一个八卦故事有相反的结论。总体来讲，男人倾向于批评男人，你的男同学批评你没有奖赏女孩的 IOI，没有进挪，造成“落花有意流水无情”；女同学则认为你的做法没有错，是那个女孩在玩欲擒故纵，想钓你才不肯出来。究竟该听谁的建议？对于女性心理的分析反面，女孩的分析可靠；对于下一步行动的建议上，听从泡妞高手男人的支招。

---

女生很强调死党和好朋友的概念，不用理会这些概念，不管把你当什么概念，你们之间该做的都做了，这不就截了！看过《三国演义》吗？曹操名义上做宰相，事实上比皇帝还大。“概念”“名义”都是虚的，只是一个词，不用理会它。

**网友来信：**

主题：我现在学习晚不晚呢？

来信收到，谢谢寒老师的教诲！

在您的介绍里看到，您 28 岁前一直是宅男，我目前比您那时稍微强点，一直穿梭在不同的女人中（汗，其实是一只在和别人的老婆相亲）。

能否冒昧地问一句，您今年贵庚了？从宅男到 PUG 用了多长时间呢？我今年 29 岁了，只希望通过学习增加自己在见面中的成功率，早点娶个老婆回家。而且在感情中不容易被伤害而已。

**寒江雪答复：**

我现在 30 岁。

我也想问你一个问题，你现在不学习，打算等到什么时候开始学习？

**【问题解答】棘手的 8 分**

**网友来信：**

主题：棘手的 8 分

寒江雪：

你好，不好意思打扰你宝贵时间了，希望你能看完。最初接触把妹就是看的你的“超级约会”，一下子就把我吸引住了。觉得你写的很有道理，开始学习快半年了。之前本来在深圳工作，后来回湖南了，所以也算无缘当面请教了。

本人之前也算是个宅男吧，今年 25 谈过几次恋爱，但经验不多，后来就沉迷与游戏。现在我也算把重点转移到了把妹上来。也试着搭讪了几次，效果还可以。

一个月前把，通过本地 QQ 腐败群，认识了一个 8 分，20 岁，有点气质，感觉很清纯的样子。当时有点心动，要到电话。开始发发短信，发现根本没回应。后来才知道，她很少回短信，也证实了我之前所想（美女一般都不回短信的，除重要人之外）。后来约出来散步，喝点东西，聊天。当时感觉自己还是没放开，聊的一般。她回应不多，不过当时我用心灵感应惯例，猜了 2 次都猜对了。她问我怎么猜的，我没回，只说下次告诉她。后来又一起玩过几次，唱过 K，去朋友家吃过饭，晚上去酒吧玩游戏，跟她说戒指惯例，玩骰子。让她喂我吃东西，她都照做了。我自认为已有足够的 IOI。

前几天散步送她回家路上，真命天女发作，加只喝了点酒。向她表白，她表现的很吃惊，也许是演技比较好吧（这是后话）。她说自己年纪还小没想过这么早找男朋友，出来玩是为了认识朋友，不过也没拒绝我，只说考虑几天。第二天我就又点后悔自己冲动了，她晚上喊我出去散步，我拒绝了。这 2 天都在冷冻她。

今天一个朋友跟我谈起，说她不简单，群里有个人追她，半个月花了几千。我才觉得她是有那么点不简单，还好我和她出去也就喝杯饮料什么的，用不了多少钱。她是双子座，认识的朋友比较多，可能经常有人喊她去散步啊，酒吧玩啊，夜宵啊。不过看上去不象那种很开放的女生。不知道是不是隐藏很深。

虽然知道了她不简单，但我不想放弃。故求助你有没有什么好方法，她不是那种很有自信的女孩，跟她聊天话也不多，逗逗还是会笑的。是继续打压加冷冻还是 推拉？还是？

---

**寒江雪答复：**

你说的这种女孩不好追。她很漂亮，又参加腐败群这种社交聚会，会认识很多男人，选择很多。不过看你的描述，她还不是很玩得开那种老油条，最多是个玩家新手。

你既然可以约到她，为什么不继续约她。还有，女孩主动约你，你为什么拒绝了。做你该做的就好了，至于有没有结果，看运气了。

**网友来信：**

尊敬的寒江雪哥哥：

你好，在你百忙的时间在说说的烂糟事 我 26 喜欢一个 17 岁的漂亮的女孩。她对我也有很有感觉。但没表白。刚开始我对她好彼此相处的也好。她很听我的话。但时间推移我发现她开始和别的男孩子有意无意的接触，于是我急了就去表白。她没主见就给她妈妈说了 都是相同的看法：人太小了。

问题来了 1：以前的她很听话不敢发脾气。现在她对我有点冷淡还发脾气我是不对她太好了？我该怎么办？

2 我每天完全 以她为中心了她反而不在乎我的感受了。她有意无意的和别的男人打闹让我很难堪因为很多人知道了我在追求她，她这样做我觉得面子挂不住我该怎么办 装无所谓？

3 我发现只要我对别人说我喜欢她或者我和她走的很近她就故意和别的男孩子打闹。以次来证明给别人看 我知道她太小承受的压力大。前几天她又这样做我就生气说放弃了。这段时间怎么和她相处？冷冻否？期限和底线是什么？

4 她之所以不接受的原因：她年龄小 家里 2 个女孩子她姐结婚了而我也是家里的独苗。我是否该真的坚持 OR 放弃？

5 以前彼此相处很快乐 现在经常生气冷战。我该怎么和她相处？

你我素未相识在你百忙时间打扰你我很不安 但还是请你帮我分析下 跪谢了

**寒江雪答复：**

对于小女孩，你对她不好会把她吓跑，你对她太好她会欺负你。你要把握好距离的度。

你的问题：

1. 当然不要对她太好，那样她也觉得没意思。

2. 她和别的男人打闹是为了激怒你，激发你的嫉妒，也是希望你给她更多关注和在意。你可以在适当的时候表达你对她这种做法的愤怒，她会觉得你很在意她。

3. 不要没有底线地忍受她，那样会更糟糕。

4. 你不需要坚持也不需要放弃，只需要保持自然而然的状态就好了，让事情自然发展。

5. 生气和冷战，是因为她还太小，不会处理这些事情，不懂得如何快快乐乐地去爱。你不要跟着她搅和就好了。

**网友来信：**

寒江雪： 你好！ 有一个问题一直困扰我。我身边和我暧昧的女生都是那种观念比较传统一些的女生，虽然平时开玩笑什么都很放得开，但我知道，其实她们本质是保守的那一型。我想和她们发展，但又怕到时脱不了身。况且，也像大家说的，要尊重女性，我怕如果我只是和她们玩玩的话会伤害了她们... 所以，我是该放弃，只和她们成为朋友呢？还是进一步发展？ 麻烦帮我分析下好吗？ 谢谢！ 敬礼。 L.A

**寒江雪答复：**

你不需要放弃，也不需要玩弄她们的感情。你只需要让你们的关系自然而然地发展。这个答案相信你会满意。

---

## 【问题解答】遇到挖墙脚该怎么办？

### 网友来信：

在泡学上看到的一个求助帖，很多达人的解决方法都不太好，想听听寒达达的解决方法……帖子地址：<http://paoxue.com/thread-38945-1-1.html>

原文如下：

和我关系一直稳定的女友，最近遇到一个男的。和他相处越来越好，经常被那人叫出去玩。

背地里瞒着我说和其它人没有关系。只是和朋友出去玩而已。（我后来偶然通过她的女友了解到）

通过泡学发现此男对我 GF 采用大量泡学技巧

1. 经常对我女友进行冷读，做各种心理测试，比如立方体测试等。感觉 GF 对他非常感兴趣，很高兴对她测试，甚至是一些性方面的测试问题。因为她高兴之余还认真学习这些测试，并用来测试别人。

2. 这些测试的深入和不断的各种活动交流导致我女友认为他是她的知己，比我更了解她。以至于关于我和我女友的感情问题都要去询问他。（我女友属于比较可爱天真那类型，不是很自信，遇到问题总喜欢找别人讨论）

但关键是这个 PUA 显然属于很熟练的恋爱关系破坏者，每次我女友和他讨论后总是能让她得出对我的负面结论，并导致她对我们的关系不断质疑，比如我女友突然的转变：（以下例子可能不全和他有关）

a. 次 PUA 让她用某些测试来测试我，把测试结果再告诉他从而判定我对她的感觉状况（当然结论是负面的，我女友之前被说中了大量测试结论导致她对他的测试非常相信）这个我是从她女友听来的

b. 不断用他的一些行为测试标准来判断我。比如根据他要求做出某种活动，然后将我的行为结果回馈给他，来对我的行为进行否定。PUA 里面有这样对付 AMOG 的方法吗？（这是我女友告诉我的）

c. 定义她的好感标准，使她在和我出来时还非常高兴，回去到第二天也很好。可是只要和他一出去，一讨论，马上对我的感觉就不稳定了，态度经常 180 度大转变。（这个是我自己感觉到的）

开始感觉我女友离我越来越远，离他越来越近。（虽然她还仍然坚定地认为和此 PUA 只是朋友关系，说这个 PUA 身边女孩很多，对她没有丝毫意思，但据我所知已经发展到有亲密肢体接触，但她却觉得很正常，说只是把他当弟弟看，而且说此男女友很多，对她没做女友的兴趣）

我和我女友之前关系一直很好。我感觉此男是明显的学了泡学的 PUA. 我不知道他是否违反了 PUA 的道德底线。他努力把别人的男友 KICK OUT。

请教各位有经验人士：

1. 最重要的问题：我到底应该怎样对付这样喜欢踢掉别人的 PUA？

2. 我应该明确告诉她，他是在对她使用冷读术吗？或者说清楚他使用的是怎样的惯例和技巧在泡她吗？

3. 我应该怎样把我女友的心态重新摆正？回复到正常关系

### 寒江雪答复：

如果你的女友是美女，当然会有许多挖墙角的。这点你应该有心理准备才对。

你自己的状态反映出你对女友缺乏安全感。你女友的状态符合她的利益，认识越多男人对她越有利。

你所说的那个 PUA 男人，可能他真的没有心思泡你的女朋友，当然只是我的猜测。

不要管你女友太多，着重于提高你的魅力，认识更多优秀女孩，就该换你女友缺乏安全感了。

### 网友来信：



---

主题：我想问一下您现在街搭的成功率  
上次的点拨让我在接近焦虑方面大有突破  
我一直对这个有疑问  
就是街搭成功率问题  
那么你现在的成功率是多少的

#### **寒江雪答复：**

两年多时间我粗略计算，搭讪过 2000 多个目标，要到号码大约 200 个，其中有一半是夜场的，一半是街搭的。

关于街搭的成功率，简单来说，打开目标（肯和我聊天）成功率 70%，要号码（手机、QQ）成功率 60%，后续约会成功率 30%，进挪（牵手、亲吻、爱抚）成功率 70%，上床成功率 0%。

上面的成功率都是在前一个环节基础上计算的，比如说打开目标的有 70%，在这 70%的目标中，能要到号码的占 60%……

街搭成功率和几个因素关系密切，你自身的条件（长相气质），时间（白天还是晚上），地点（学校还是商场）。在大学要号码的成功率可以达到 90%，在步行街要号码成功率却只有 5%；在大学钢板率为 0%，在步行街钢板率为 90%。

我必须承认，街搭 F-CLOSE 的难度还是很大的。我自身没有过 F-CLOSE 的原因，分析有几点，

- （1）精力过多分散在夜场，没有耐心做街搭后续；
- （2）不愿意给女孩承诺，只想发展情人关系，失去了很多机会；
- （3）经济上的压力，一直没有稳定的收入来源，无法完成许多约会，经常半途而废。

街搭还是有很多机会的，我的许多僚机、学员都有过 F-CLOSE。O.C. 甚至有中午搭讪当晚上床的 10 小时记录。我有过上午搭讪下午上床（没有 XX）的记录。可以参考相关报告。

#### **【问题解答】如何保持状态不愠不火**

##### **网友来信：**

寒前辈：

你好！你的超级约会学邮件汇总我看了 2 遍，很有启发作用啊！我现在整个人有很大的改变，在和人交往时思路也变得越来越清晰了，知道怎样去使用一些技巧，但是现在有个比较深入的问题，就是精神状态的热度问题，不知道怎么控制好。有时候感觉太兴奋，有时候感觉不够，不知道你能理解这种问题吗？我很想看一下 大卫的著作（约会倍增术）不知道去哪里找到它

#### **寒江雪答复：**

我最喜欢收到这种充满真诚赞美的邮件。恭喜你的变化和进步。

你问到的精神状态的问题，有时候太兴奋，有时候感觉不够，这就是西方 PUA 所说的 too high energy & too low energy，汉语有个词叫“不愠不火”。关于状态，

- （1）对于新手，建议用稍过火一点的表现，采用夸张和热情的表达方式，因为大部分 AFC 都是过于压抑沉闷和无趣；
- （2）随着更多的练习，你能找到很好的平衡点，达到不愠不火的状态，这个微调的过程在迷男方法中称为标准化（calibration）。标准化只能是现场大量练习的结果；
- （3）短期内迅速提升状态有一些技巧，最简单的一种就是“回想上次你成功时的状态，当时的表情、动作、眼神、说的话等”，还可以模仿你的某个偶像，比如寒江雪，哈哈！

##### **网友寡人和球：**

---

根据迷男方法，在引吸阶段是不可以发出 IOI（兴趣指标）的，这会展示低价值和影响框架的一致性，但是在论坛中看到很多国产开场白都发出不少 IOI，比如直接问电话，冲上去说很有气质，想认识她...等等

我越看越矛盾了，虽然这种直接开场白也有不少帅哥取得成功。但这种行为傻子都知道你想追她，这不等于把控制权给她了吗？

对方肯定知道你想追她才要她电话的，这种情况下，你相当于已经亮了底牌。除非你长得帅，不然拒绝你太正常了。就算你长得很帅，冲上来就直接美言几句索要电话号，那也得需要个理由吧。理由就是你对她感兴趣想认识她吗，她就会给你电话？恐怕没那么简单吧！

对方给不给电话你，一定会经过 ASD（反荡妇机制）的。因为你已经发出了明显 IOI 并露出企图，她不会傻到认为你要电话只是用来玩躲猫猫的吧！她知道，一旦给你电话就好像接受你的表白一样。所以她就算想给你电话，也恐怕由于 ASD 太强而无法拉下脸给你。

就好像进挪一样，你说我想亲你，把脸递过来吧。那她递脸过来的机率就非常小了。因为你给出的理由让她产生负担，等于是让她负责。同理，她想给你号码的话也要经过心里这关，根据你带有企图的理由而给你电话号会使她被看成随便给别人号码的人。所以拒绝你是当时最好的反应，即便是过后如何后悔不给你号码。

因此，带有 IOI 的直接开场白只适用于帅哥 VS 开放女，并且成功率非常小。而那些外表不怎么出众的朋友，你搭一万次也只会让你更自卑！那些帅哥写的实战贴或直接开场白搭讪之所以成功是因为他们帅，或者是运气，成功率并不高。你别相信他们说的如何如何有效那鬼话。你最好还是按照迷男的接间开场。这才适合任何层次的人。

我想说的是，带有 IOI 和企图的开场白会使女方产生反荡妇机制。通往罗马的路千千万万条，为何一定要让她知道你感兴趣或企图而索要电话？这是拙男的方法，不管你设计的话术多么有趣！你为何不接间点，越间越好。寻找任何其他借口也不要找对她有意思的借口。你可以跟她借几块钱急用而要她电话，也可以借她手机打急用电话，或者用迷男的其他方法拿到电话。

你越间接越隐藏就越好，对方就算知道你的本意，也会感谢你的借口让她没有压力，她的 ASD 也不会发作。开场就发出 IOI 不只拿到号码成功率低，而且会影响你的框架和吸引力。试想在搭讪时你都表现出追她了，后阶段你想完全转变成被迫的框架就很难！在女方看来完美邂逅是不经意的接间的，而不是随便跑来一个男人说她有气质想拿她的电话要跟她搞对象。

补加一段，当你直接开场白发出 IOI 和意图，女方如果给你手机号的话她心里会觉得是接受你的意图，这个会让她感觉到压力，门槛高。所以间接开场白索要电话时没带有意图她不才不会有压力。你跟她要电话就好比想摸她的手一样，如果你采用惯例魔术用接间的方法摸到她的手，她也不会有压力。但你直接伸手过去摸的话打枪机率就大了

（以上偏激了点，仅供技术分析，到底是直接开场还是间接开场更有效？）

### 寒江雪回复：

对于街搭我有一些经验，我分享一下我的积累，虽然这些观点会随着更多的经验和积累重新推翻和改变，现在我是这样看的：

（1）直接开场和间接开场。请大家看一下《魔法子弹》或者寒江雪的《街头搭讪艺术》（新书），两种方式各有优缺点。直接开场能降低对方戒心，表明你是一个搭讪者，总比卖保险的、骗子、打劫的更安全一些。这一点，魔鬼很详细地分析过，帖子大概叫做《论搭讪时的安全感》。我的总体原则是，能间接时候不直接，该直接时候就直接。如果你和女孩坐地铁邻座，这个时候可以发起自然而然的谈话，没必要急吼吼地说：“我想认识你……”

（2）迷男方法和中国土方法。大家看《迷男方法》很多，大概因为只有这个中文译本流传广泛，有电子版。其实洋 PUA 还有很多流派，比如杂耍人（Juggler）、大卫等。他们有不同的方法。杂耍人方法和魔鬼方法类似。

---

(3) 中西方女人差异。有很多共同点，也有很多不同。西方 PUA 理论很少提到女人的戒备心理，这里说的是安全上的戒备。中国女人胆子比西方女人小很多。西方 PUA 强调突破“坏女人防护罩”，美女被搭讪太多了，尤其是夜店美女，这是他们的理论和实战前提。但对于中国女孩，大部分女孩都很少在大街上被搭讪，只有 10 分美女（模特、演员）才会有丰富的被搭经验。这一点，参考我的旧帖《拿着错误的地图找到出路》。《迷男方法》就是错误的地图。

(4) 关于讨论。这样的讨论很好，把问题摆出来，每个人都说一下自己的经验，真理越辩越明，大家继续讨论。

忘了说一点

(3.5) DHV 与 DLV。好多人都神经过敏，太害怕 DLV。如此害怕被女人看低，如此在意女人看法，这才是真正的 DLV 吧！

### 【问题解答】遭遇突然死亡，如何补救

网友来信：

寒江雪老师：

知道您很忙，不知道是否能有时间看我的邮件并抽时间给些建议。我尽量简短说明我的情况。

我看了您的关于约会的邮件内容，很好很实用，我也照做了并且有一定的效果，但是接下来的事情让我手足无措，很受打击。

事情是这样的：两周前办理社保手续时接触到公司一个女孩，我觉得挺好的，有意继续发展。而且我也确实想结束单身生活（今年 27，从没谈过恋爱。。。），所以我主动和她谈了几句，并且成功要到了她 msn。然后在接下来的一周内我和她在 msn 上闲聊，当然她的职位比较忙，有一句没一句的回话。总体来说感觉她对我的印象不坏，因此我借机要到了她的手机号码，以及让她答应有时间一起出来吃饭（还聊了兴趣爱好之类的）。到这都还算顺利，我也很高兴。但是接下来我的作为可能有些不合适，导致现在一个非常坏的情况。

上周，她要出去业务培训一周，也就是不会在 msn 上了。周一给她发短消息，她说她感冒了，于是我回了 2-3 条短信，无外乎就是关心，问吃药了没有，回家休息之类的。晚上下班后给她打电话，她态度很平静，基于她身体不舒服聊了 1 分钟挂断了。

周二我又发短信问了一下情况，已经开始不回了，晚上打电话已经开始不接了。

周三周四我没发短信也没打电话，我担心我周一周二的态度太热烈了。

昨天（周五）我晚上打了 3 个电话（没接）2 条短信，至今没有消息（本意是约她出来逛逛吃点东西之类的）。

ps：以前在 msn 上可能我无意流露出对她有好感的迹象，她还曾开玩笑的说：追星不如追我。不知道我后来发的短信是否过火。

我的同学分析说

1. 你把她吓到了，她感觉到压力；2. 她通过这几天的某些事件，觉得你不适合她。

寒老师，您能说下您的看法吗？是否她在考验我的耐心？是否真的开始讨厌我了？我是否就此放弃呢？如果是，可以再重新开始吗？包括有什么补救措施。。。谢谢您耐心看到这，盼复。

另：真羡慕您搭讪时从容不迫的神态。我给她打电话都紧张的要死。

寒江雪答复：

看了你的来信，有三天这个女孩没有回复你。是否她的手机丢了？或者因为什么事情，比如生病，最近没办法打电话发短信。

如果排除了这些客观阻碍，她确实不愿意再接你电话，那么你遭遇了约会学中经常遇到的“突然死亡”。也就是刚开始追一个女孩一切都很好，约会很愉快，但第二天女孩像变了一个人，很冷淡，

---

电话也不接了。

“突然死亡”的原因有很多，最基本的一点就是，女孩本身就多变。好多时候，她发现了一个你的小缺点，因此在心里反感你，但她不会在嘴上讲出来，当面时候好好的，但一离开她就决定再也不理你了。这个小缺点可能是你内衣没换，也可能是你的一句脏话，或者是你的一个眼神。

你同学的分析也很好，可以参考。

你的疑虑，“她是否在考验我的耐心？”这种想法是完全 AFC（宅男）的想法。AFC 总觉得自己为女孩做得不够多，女孩还在考验自己的真心。虽然有些时候确实如此，但大部分时候不是这样的。

现在你该如何做，或者说如何补救，

（1）继续联系她，但不要太频繁。隔两三天打一次电话就好了。

（2）从她的朋友那里了解一下情况，看是不是手机丢了。

### 网友来信：

我说说我的情况吧

23 岁了，没有谈过恋爱.. 目前在大学里读大三

有过两次和女生的暧昧关系，都是被骗得很惨. 完全就没有把我当作一个男人!!

我很矮，只有 160，我一直认为这是最主要的原因。 没有自信。

很想知道，这样的身高，到底能不能把到妹。

迷男方法我也看了，寒江雪大人的很多教程也看了..

却也总不敢在街上，或者是在公交车上搭讪 ...

不会和女生独处，一独处，就觉得紧张，就不知道该干什么.. 不知道说什么

每次都会变成很无趣的气氛

我最近真的是很失落了。。。

寒江雪大人帮助啊！

### 寒江雪答复：

欢迎你来参加我的培训，克服搭讪的紧张感。

爆炸新闻！寒江雪将在 9 月 12、13 及 19、20 日在上海、南京开培训班。详情访问，

<http://www.idashan.com/px/>

寒江雪 9 月 4 日、5 日深圳周末短训班，[http://blog.sina.com.cn/s/blog\\_5e7ab9dd0100fbm7.html](http://blog.sina.com.cn/s/blog_5e7ab9dd0100fbm7.html)

现在报名即有厚礼相送！

如果由于时间等原因，无法参加培训。我这里有这些建议给你，

（1）自信来自于经验。当你找过好几个女朋友以后，你对女人的紧张感能极大降低。还记得小时候学骑自行车吗，刚开始骑很害怕摔倒，一上车就紧张。等你学会以后，紧张自然就没有了。骑着车很放松。

（2）成功与失败的经历都给你带来自信。成功让你知道自己能行；失败让你明白下次不能这么做，知道这里有地雷。

（3）所以，你要多行动！

### 【问题解答】几个女孩在一起怎么搭讪

#### 网友来信：

寒老师：

你好！

又打扰你了，我在我们学校看上了一个女生，自从去年暑假见到后就一直没见到了，直到今年暑

---

假才再次见到，可是一看见她我就紧张，不知道该怎么与她搭讪，可机会又是那样的少？寒老师，你觉得在路上遇见她与另外一个女生在一起的时候该怎么说话呢？

**寒江雪答复：**

既然机会这么少，当然要好好把握。

如果确定能多次见到她，可以采用“两次搭讪法”，第一次搭讪不提出要号码之类的要求，只是随便聊聊，这样很酷。第二次第三次搭讪再要号码或者发起现场约会。

如果几个女孩在一起，经常会遇到这种情况，你要尽量照顾到每个女孩。因为没被搭讪的女孩会感觉受冷落，会嫉妒、生气，进而破坏你的搭讪。考虑到后面的约会和追求，目标的女友也是你重要的情报来源和帮手，所以尽量讨好她们吧。

**网友来信：**

你好：我是最近才在网站上看见你的帖子，觉得挺有意思的，现在我就有个小问题请教下：我最近认识了个女孩，下定决心了要追她的。所以电话哪些基本的信息都是知道的，问题就在于每次我打电话给她基本上都是我一个人在电话里面说，她在一头听，时不时的说上两句。我现在都不知道该怎么办，才能改变这样的现象了。（我和她认识的时间才几天）

帮帮忙。帮我指点下???该怎么办呢？

谢谢了???

**寒江雪答复：**

人际交往的一个基本原则是，你热情我也热情，你冷淡我也冷淡。

像你这种情况，实际中是很普遍的，特别对于高分美女，骚扰她的男人那么多，如果你没有特别的东西吸引她，她是懒得和你多说的。你的来信中没有提到你们是如何认识的，我猜想是有“关系”做基础的，比如通过同事、同学或朋友。这种追女生模式，被称为“社交圈模式”。因为她和你有一层关系，碍于面子，她不能简单粗暴地拒绝你，只能在电话中嗯嗯哈哈敷衍你。

要改变这种局面，

- (1) 不要联系她那么多，绝对不要做“热脸贴冷屁股”的事情，只会让她更烦你；
- (2) 说话时，尽量不要话比她多，如果她很少话，又显得不那么喜欢听你说，你不要话那么多；
- (3) 谈话中加入幽默，适当调戏；
- (4) 不要一本正经地说话；
- (5) 认识更多女孩，不要吊死在这棵树上。

**【问题解答】美女怎么喜欢小混混和厨子？**

**网友来信：**

我的经历大致说下

首先我自己承认是挫男！

我喜欢一个女孩子叫婷，她同学叫露露。她们都是 90 年的，美女。

我认了露露做妹妹，把她介绍给我的学弟了，她感情很专一，他们现在也很好

可我追婷，一年都没追到。

周围也有人帮我。她也曾对他们说听他们的

可最后还是不要我 理由是我自以为是

她以前男朋友是混子

现在的是小厨师

---

我想问，她怎么交的男朋友不属于迷男说的啊  
也不属于 权利 财富  
不过现在的小厨师比我帅  
可我自己创业 一年几万收入追不到她 感觉很奇怪  
我是天平的 她处女的 小厨师 双子  
要按 星座 应该都勉强啊  
所以又困惑现在  
请教 这个女孩子到底想什么啊

### **寒江雪答复：**

如果一年都没追到的话，我很难帮到你太多了。  
这个女孩以前男友是混子，现在是厨师。你觉得你是创业老板，却打不过他们。说明他们在追女孩上有比你厉害的地方，你可以认真观察和反思一下。这个失败给你的教训会让你在以后的人生道路上学会很多，可以说利大于弊。漂亮的女孩太多了。你这么年轻，以后的机会是大把的。  
如果这个女孩说你自以为是，我不是很明白什么意思，根据你的邮件的粗略描述，她的意思是“你并不真的很懂我”。多了解一下女孩周围其他女孩的看法，比如露露。

她喜欢的女孩都不属于迷男说的。这个问题有趣。迷男自己也不是像他自己说的那样，迷男既没有权力也没有财富，说白了也是欠一屁股债的小混混。但他懂得这个游戏的规则。

### **【问题解答】我到底该怎么表白？**

#### **网友来信：**

你好寒江雪！

希望你能帮帮我看一下这个贴，我的文笔不是很好！谢谢你！

之前我发了很几个关于她的贴，现在去泡学网找不到了，忘记收藏了，晕哦！

还是回到正题吧，怎么认识的我就不多说了（反正我们认识的时候感觉对方都不错）一开始我们都聊都不错，每天都会聊天要不就是网上要不就是电话（主要是她打电话过来）是不是显得她比较主动呢，在泡学里我想得是少打电话，但这点有让我感觉是错误的，特别是现在想起来！其它我就不说了！

就说这几天吧！我开玩笑的说，你还欠我一餐饭，她说不是一餐饭么！今晚你过来吧！我说真的哦！她说好！后来我们就约好了 7:30 见面（她之前有搞新发型，我说要看看你的新发型，她不肯）可这次见面后不知道是什么原因，她开始不理我了。我来说说这次见面的整个过程吧！（我坐公交车到她那里镇上，下车后我没有到我们约好的地点见面，因为我来得早了点，然后没事我就跑去一个商场买彩票，在那里停溜一些时间，（注：后面她告诉我说她在商场门口买饮料时看到我做的车到了，想打电话给我，但手机没电？那时候其实我早就下车了也跟她在一个商场我在那里停溜，但我没有看到她？她有可能看到我了！后来我就看时间差不多了就往我们约好的地点去，不一会儿我就看到她在路边走，手里拿着饮料。可能原因应该就在这里）当我拍她的时候，她没有吃惊的样子，然后说去吃饭，她也不吃饭，我很不爽，她说吃过了但我不相信，我没办法，她就是不肯，总说吃过了，最后还是她买单，就这样我们开始说话都没有什么意思了，我想代她去公园走走，但她也就是不上肯，死活都不肯。（本来我今是想来表白的但情况不如意呀，就放弃表白了）后来我问她你今天请我吃饭什么意思！我真的不应该问这样傻 B 问题？？她说主要是让我看看她的新发型。我真他妈的傻 B 来的，应该一见面时候就夸耀她说她发型很不错，可我没有做，傻 B

就这样被我搞成一个糟搞约会，让所以的吸引都打破了！她暗示了我很多，希望我表白，但我想一

下泡里的不能表白我一直在左右中道底要不要表白。现在没有表白都已经死成这样了，后来我回来了，她就一直不理我了，打电话不通，在 QQ 号老是隐身，没办法与她聊联系，我问她我哪里不对，我们为什么会一下变成这样子，她就说没什么，总之现在这个情况很差，她不会像以前那样和我聊天了，不会每天晚上打电话给我了，不会跟我开玩笑，我真的喜欢她，但我一直没有表白，我现在想难道表白真的就会死吗？可我现在没表白就死了！虽然负出的不是很多，但我是真的喜欢她！我现在想星期天跑她那里去找她，表白，不管成不成功我很想试一下，反正都死了！现在情况都不知道她会不会见我！我以前应犯错了，她不理我，我就跑过去向她道歉！虽然没有见我，但原谅了我！现在她也知道我喜欢她，我这几天一直告诉她没有你我很不开心，我喜欢以前的和你有说有笑的日子！现在只有我问她答了，有时也答都不回了！（还有一次我打电话给她，她接了但没有出声，我说你说话呀，可她还是不说，15 秒后就挂了）能给一个表白方法么！

### 寒江雪答复：

看了你的描述，感觉你们两个都没有太多恋爱经验才会出现这种局面。

你把问题归结为自己没有表白，我不这么看。表白只有两种作用，一种是澄清误解，一种是锦上添花。如果你喜欢一个女孩，她很容易看出来，根本不需要表白什么。女人是很敏感的，根本不需要挑明她才明白你的意思，除非她真的很傻。我没见过美女在男女之事上会这么傻的。

你现在陷入很神经质的状态，完全丧失了理性。又是质问这个女孩，又是计划孤注一掷。这些做法只会把事情继续搞糟。

分析完毕。现在你该怎么做呢？

（1） 停止发神经。女人已经够神经了，男人也跟着发神经。难以想象会变得多热闹。

（2） 做你该做的事情。什么是你该做的事情？如果你不知道，你再花点时间多看一看我的《超级约会学》。该做的事情就是约她出来，轻松愉快的聊天，在适当的氛围下进挪，牵手亲吻拥抱，创造机会诱惑上床。这是我的全部建议。其他的事情不要去想，只是分心。

（3） 表白？和表白有什么关系。想表白就去表白，也不是表白就一定搞砸。只是那种事不是现在该做的，也没有什么用处。

（4） 如果我想孤注一掷，我会把注押到上床上，不会押到表白上。我知道在拙男的理解里，爱情就是“男人表白，女人接受或拒绝”。但在我的理解里，爱情就是“男人诱惑，女人接受或拒绝”。这是我们思维模式上的根本区别。

### 【问题解答】为什么被发好人卡

#### 网友来信：

主题：为什么被发好人卡

前段时间偶然认识了一个欧洲 MM，她是来旅游的。本来我没有打算追她或者什么的，只是觉得作为朋友，就带她在我所在的城市逛了两天吧。期间彼此聊天非常非常投机，于是对她便有了好感。就决定开始一些进挪。过马路时她说害怕，我便拉着她手。还有时候开玩笑时会搂一搂她，她也没有抵触。总之一天非常开心。第一天送她回去的的士上，我让她亲我一下，她有点害羞。后来在外面又要求了一次仍然没有。但是第二天中午，我说我得回去的时候，她吻了我的脸一下。结果碰巧下午她要买茶，又和我一起去。又是聊得特别开心的一天。晚上临走时，她抱了我一下，我说再亲一个，她又亲了。第三天送她去火车站，临别时又抱了我一下，亲了一下脸。

当然她后来回国了，见不到面了。

我以为这几天如此的开心，她应该和我的感觉一样才对。我前几天给她发电子邮件，因为我不想错过一些东西吧，虽然明知道和她没戏。我就给她说我觉得自己喜欢她，但是我希望我们做好朋友。

---

但是她给我回复是：她这几天和我一起很开心，但是她从来没有想到我会喜欢她，她说我最好只把她当成朋友。我很无语。

请问这是为什么？为什么女孩子和我一起这么开心，而且也成功亲到了（如果这算的话），还会被发好人卡？请问我哪里做得不好了呢？谢谢。

### 寒江雪答复：

如果你和女孩在一起玩得很开心，那就没有什么是做得不对的。应该说，你做得非常成功！

从技术角度我的几点看法，

- (1) 进挪里不需要征询女孩的意见。出租车里可以直接亲她，不需要向她要求。
- (2) 约会中男人要主导。不要等着女人去推进关系的发展。
- (3) 关于好人卡。难道你希望女孩给你的回复是：“我们做情人吧！”或者“你做我男朋友吧！”不用理会她的说法，她只能这样说。

### 网友来信：

寒江雪大哥：

三年前我读大二喜欢一个女孩，是我主动发短信联系她，那时什么都不懂，见了女孩都会脸红，我不知道怎么对喜欢的女孩表白，所以去请教了我的一个朋友，一个泡妞高手，他告诉说，一定要幽默，于是他教我发短信，对喜欢的女孩子，那女孩是他们系的，比我高一届，开始我约出来过两次，但自从那朋友教我幽默发短信后，就约不出来那女孩了，表白过两次，那女孩告诉我说她有男朋友了，男朋友在北京，我还是没放弃，坚持了三年，后来女孩比我早一届毕业，当时去了广州工作，我和她经常短信联系，但每次电话给她的时候，她都不接，或者就是找个借口提前挂断电话，我认了那个女孩做姐姐，我和她是姐弟关系，但是我知道她和他的男朋友分手了！！

现在女孩去了北京，我毕业了，也回到了家乡，前几天女孩过生日，做了张贺卡给女孩，女孩很感动，叫我经常写信给她，我该怎么办？该不该每个星期写信给她，家里给我介绍了一个女孩，还可以，但是我真的很喜欢北京的那个女孩，我是继续坚持呢？每个星期写封电子邮件，还是放弃，不要联系她，开始新的感情，毕竟喜欢了三年，她从来都说我们是朋友，姐弟，我该怎么办？

### 寒江雪答复：

女孩在北京，你在老家。隔这么远，还要写信？

SIGH~

我大学时候网恋一个女孩，写邮件、QQ 聊天两年，后来她发来照片，我就不想继续联系她了。

不要再浪费时间在这种事情上了。认识更多更好的女孩是你最该做的事情。

三年都追不到的女孩，现在还可以追到吗？还是有可能的，有两种可能，一种可能是你变化很大，一种可能是她变化很大。你变化很大就是你加分很多，从 5 分升级到 10 分；她变化很大就是她减分很多，从 10 分减到 5 分。

### 网友来信：

我追了一个 8 分女孩，追了大概有两个多月，之后追到手了，她特别的傲，同时还有两个男生在追她

她给我说为什么跟我找，因为是我没找过对象，她怕我受伤害，现在她出去旅游，给我发短信说她现在很烦，像和我分开一段时间，我该怎么办啊

在找的二十多天有过两次矛盾，第一次是她出去显我对她朋友不够大方 之后我请她朋友一起出去她心情就好多了

第二次是她有一个多星期天天忙，我打电话问她在干什么，她也不告诉我干什么，我就质问她到底



---

什么意思，还把我当她的男朋友，她就说家里的事 我就说对不起  
我不想分手可以告诉我怎么解决啊!!  
我还没有回她短信

**寒江雪答复：**

你的描述太粗略了。

我只能大胆猜想你被她玩了。她只想玩一夜情，顺便把你变凯子。她是我称之为玩家的女孩。你接触更多这样的女孩之后，能够理解这种女孩的世界。男人中有玩弄女人的花花公子，女人中也有玩弄男人的花花小姐。

多认识一些更好的女孩吧！

你不需要和她分手，你也不需要对她说：“我不想分手。”更不要说：“你有没有把我当你男朋友？”  
如果你潇洒地说：“分开就分开喽！”她反而傻眼了。

**【问题解答】老婆不是处女**

**网友来信：**

老寒你好：我是你的忠实读者，是你的《超级约会学》把我带进了把妹的世界，打开了我的幸福之门，我有个棘手的问题，我想只有你能帮我：

我刚到美国开学念研一，女朋友认识半年了在国内念大四。而且2周前她到我家来了，见过父母亲戚家里都很喜欢。她人非常好，对我也是死心塌地，很会生活，是我理想的老婆。可惜不是处女了，而且有点胖，所以心里难免疙瘩，我有点处女情节。

她如果来美国至少还有一两年，所以我在这边会很寂寞，可是又不忍心放弃她（不舍得、不想伤害）。我应该怎么处理这段感情呢？！

望不吝赐教！

**寒江雪答复：**

我不是你，我怎么能替你处理这段感情？

我让你扔掉这个老婆，你舍得吗？

我让你接受她，你甘心吗？

都是你自己要走的路。你自己要经历。

**网友来信：**

前两天给你发了邮件，你一直没有给我回，今夜重新理了理思绪，写了篇求助帖，顺便也给你发去，希望你能看看，帮帮我

本人情况：

我是一个来自北方的男孩，我是一个善良的男孩，有许多男性的兄弟，我很重义气，愿意知心朋友两肋插刀，而她是很漂亮女孩，为人很平易近人，她对朋友很好，为人很低调。

听我的朋友说过上大学追她的男孩都快都了双位数了，我们学校的学生会会长曾今追了她四年，不知道他俩为什么没找，只知道当她听到学生会会长找了个对象很难受，她说她只找了一个对象，而我是一个很幽默的男孩，很爱耍，胆子很大的男孩，很会逗女孩的男生，但是我的感情经历是零。我们是同班同学，大学头一年半我们几乎不怎么说话，大二有一次开晚会，我和她这次聊的很开心，回宿舍的路上看见有个男孩在等她，旁边的朋友看见我失落的眼神，问我是不是喜欢她，我说是，朋友说那个追她的男孩叫阳，朋友说阳和她出去都不怎么说话，就是一直在踏马路都没什么聊的，

---

（忘了说她很大的一个特点，不管是谁追她，叫她出来，只有有时间她一定出来，所谓都给别人机会吧）朋友说喜欢就追啊，我说好，朋友说帮我问问她对我的看法，当天我决定追她，就开始给她发短信，聊的很愉快，过了几天我有点急了问朋友她对我是什么看法，她说她说我为人很挺好的，也挺有趣，朋友给我说她比较难追让我想清楚。

至此我就开始追她，我们保持三天一次约会，有一次我们考试发的考前练习题，她在家我从学校送到了她家，她有点吃惊，还有一次，我们在 QQ 聊天聊的感情她问我找了几个对象，我说没有，她问她是第几个，我说我是第三个，她问我为什么喜欢她，我就喜欢一个人是没有理由的，只是我只知道，我在吃饭时总是想你吃了没，下雨时有没有淋到雨，我的朋友说机会到了，让我去买玫瑰和她爱吃的东西送到了她家，之后我买了东西去她家，她表情很惊讶，但是没有快乐高兴之类的表情，东西收了之后让我快点回家，因为已经下雨了，那天我很苦恼，我没看到高兴之类的表情，我不知道她什么意思。

我向她表白了三次她都说要好好想想，我问她我有没有机会，她说有，第二次表白之后，朋友都说太累人了，让我速速解决，我也很苦恼，当天晚上又打电话问她的意思，她不说话。

过了两天，朋友发短信问我怎么不给她回短信，我说没有啊，朋友说我那天给她送花，她很感动，我很高兴。

但是我的朋友没有一个认为我会追到她，不短给我打预防针，劝我别追了，但是我觉得我追了这么长的时间，付出了哪么多一定要她给我个结果，哪怕是拒绝我，就算我们连朋友都做不了，我也要得到答案，也许因为我的执着，有一次我和朋友一起出去唱歌，期间我有点高，想她了，就给她打电话说我想她了，我们就开始聊天，她说她想清楚了，让我有时间去找她，给我个结局，我决定立刻去找她，朋友还在告诉我不要报太大的希望。

去了之后没想到她说给我个机会，那一刻我觉得我自己已经蒙了，不敢相信这一切，我让她把手给我，我们就这样手拉手走了 10 分钟，这样我才相信了我们已经开始谈恋爱了，之后我因为刚放假身上有很多东西就回家了。

就这样我们开始了谈恋爱，都说开始的一个月是最美好的一个月，一开始还好，我们能两三天出来一次，有一次她朋友（我从来都不认识的，听说是她从小玩到大的好朋友）给我打电话叫我一起出去玩，我答应了，那次我身上没有钱，（和她出去都是我付账）所以我就没有付账，她就怪我不大方，生气了，过了两天，我有钱了把她的朋友一起叫请出来玩，过后我们就好了，期间到了我的生日，她给我送了一个 200 块钱左右的男士化妆品，我很高兴。

过后的一周我找她出去，她说有事，我问她什么，她不告诉我，一周后我受不了了，我质问她还把我当男朋友吗？出去玩总要告诉我干什么去了吧，她说我想多了，是她家里的事，我就说了对不起，顺便说了点情话，讨好她。

家里的事忙完了，她给我说她要去华东五市去旅游十天，在旅游期间我感觉她开始不愿意理我，我很烦，就开始打电话发短信问她干什么，她不会我短信，我就不停的打电话逼她回，一开始她还回，后来就不怎么回了，朋友给我说不能这个样子，让我每天就给她发个关心短信就行了，那我说过好。第一天我发了一条，她没回，过了一天，我接到她的短信，说最近有点烦，像和我分开一段时间，我没有回，我给朋友说，朋友估计说是她也许真的家里有事烦的，也许是有个男的在追她，她不好抉择，在矛盾中，朋友让我给她发条短信问她有什么事能让她决定和我分开一段时间，她没回。

朋友给我出了个注意，让我到 8 月 26 日，买她喜欢的紫色玫瑰，到她家楼下找他，如果她不再就骂她，欺骗我，欺骗我的感情，如果在的话就叫出来，不要在提分手的事了，就和她像没事一样，如果她还说分手，就问她原因，给了原因之后让我在骂她一次，不要在和她在做朋友，朋友都说让我像男人点。

不想说太多的话，一切尽在不言中

楼主可以发表我的帖子

---

### 寒江雪答复：

抱歉回复很晚。那些天我忙于特训营培训。

既然你花这么多时间重新写帖，描述事情前后因果。我也重新解答一次。

听我的朋友说过上大学追她的男孩都快都了双位数了

——你应该相信你的朋友。这样一个女孩，她和你不是一个等级的。如果你玩过网游，你是 10 级的，她是 100 级的。

和她出去都是我付账

——我已经猜想到会是这样的。

之后我买了东西去她家，她表情很惊讶，但是没有快乐高兴之类的表情，东西收了之后让我快点回家，因为已经下雨了，那天我很苦恼，我没看到高兴之类的表情，我不知道她什么意思。

——你不能理解她的世界。经常有男人这样给她送东西追她。她收到礼物没有什么特别高兴的。特别是她对你还没有感觉之前，甚至会觉得有点烦。

所以我就没有付账，她就怪我不大方，生气了

——怪男人不大方，是玩家钓凯子的入门技巧。

她给我送了一个 200 块钱左右的男士化妆品，我很高兴。

——我也很高兴。希望你能让她投资更多，两个人能够扯平。

综上所述，你还处于纯情小男生的阶段。她却已是身经百战的女玩家了。虽然她可能没有社会上的吸血鬼、妖精那么坏。你多听听你那个“朋友”的建议就好了。看完你的描述，也没有看到你们有没有上过床。我很关注这个！

牵手什么的，你把这种事情当作“男女朋友”的证明，她未必这么看。

### 【问题解答】一次失败的校园搭讪

网友来信：

寒老师：

太谢谢你了啊，如果有招一日遇到你，我一定好好的报答你。今天我又在我们学校搭讪了，可惜被拒绝了，以下是我搭讪的过程：请耐心等待一下。

[实战经历] 一次失败的校园搭讪, 值得一看哦

一次失败的校园搭讪

这次搭讪希望以我失败的教训，换来各位泡友的成功。

地点：学校。

目标：一个七分 MM

介绍：原以为 MM 是本校的，后来才知道是个初中生，都看见过好几次了，不过都是在安静的教室，不敢与她说话（严重鄙视自己的这一点）。

后来我向她借了张稿纸，可她一下子就撕给了五张，我说我只要一张，想把其余的四张还给她，然后她摆了摆手，我只好收下了，然后中间好像遇见她在教室自习，可没与她说话，因为与她坐的太远了（嘿嘿，太胆小了吧，又鄙视一下自己）。

幸亏老天给了我最后一次机会，今天又遇到了，我想在她背起书包走的时候去搭讪，在她走之前，她接连接了好几个电话，可能美女的电话都比较的多吧，她旁边的那个男生也经常找借口与她说话，不过她好像对他不太感兴趣，这点我很高兴。中间省略一些字。还是直接说过程吧。等了好久终于等到这一个时刻了，后来她收拾起书包准备出教室了，我也赶紧收拾了一下马上跟了出去，开始时没敢马上靠近她（自己太软弱了），大概走了一百米我才走到她侧面，没有眼神接触，（我估

---

计她应该看到我了，所以就马上说话了，怕过会儿又不敢说了）

我说：同学，你是经管学院的吧。（她开始的时候是用手机放着歌，我与她说话时她关掉了。）她摇了摇头，说了声不是。

以下是纯粹的一些对话，请各位指教。

MM：我不是你们学校的。

我：你看起来不想不像啊，那你是哪个学校的呢？

MM：我今年才开始上高中呢，是\*\*二中。

我：那学校很不错的啊，你学习挺好的吧。

MM：我成绩不好。

我：那你不好还考上了二中了啊！

MM：我是交钱上的。

我：那也不错呀。

（前面只是一些简单的问答式，没什么进展，毕竟我与她都很紧张）

MM：哥，你是这个学校的吗？

（对我表现出兴趣，而且还很有礼貌，家教应该很好。）

我：你看我像这个学校的吗？

MM：不太像。（不知道是逗我还是说实话？）

我：哪儿不像了。

她笑了笑，不作声。（可能是我长得比较老吧，再加上在教室经常偷看她，可能被发现了，还是三秒搭讪法好啊）

中间冷场了几秒钟，实在想不到好话题。

我：你家离我们学校远吗？

MM：不太远。

我：那你下午还来我们学校自习吗？

MM：下午我要去报到了，以后可能来吧。

我：刚开始的时候要军训，你要准备好防晒霜了，要不你的皮肤很容易晒黑的。

MM：还不一定要军训呢，学校好像没找满人，大概军训多久啊？

我：应该会的，大概一周吧，大学要两周，军训的时候天很晴，很少下雨。

又冷场了几秒钟。

MM：你是去哪里呀？（以为我故意跟踪她，或者是不想与我谈了）

我：去西门买饭，学校的太贵了。

我怕她随时走开，为防止意外。就问了她的号码。

你有手机吗？你的号吗是多少啊！（废话，她肯定有，都看到它的了）

MM：我高中的时候就不使了。

我：那你有QQ号吧，你的号码是多少啊？

MM：我不上，我爸不让我上，我只有校内网。

我：那你的姓名是什么呢，

她挥了挥手，我不告诉你。（看来是遇到钢板了）

我：是不是你这样的人都这样啊！（想打压她一下，不知是否合适。）

她没说什么，笑了一下。

我：是不是我看起来像坏人吗？

---

MM：不是，下次遇到的时候再给你吧。

我：好歹也是第二次遇到你了啊，上次向你借稿纸，你一下子就给了五张。

她笑了笑。

接着我也没说话。冷她一下。

MM：哥，你是哪个学院的呢？

我：化工学院的，他们那些自习的是为了考研，我不考研！我打算考那个计算机三级。

最后出了校门。

MM：哥，我先走了。

我又说：“留个好联系方式吧！”她头也没回的走了。

（说最后一句话时太狼狈了，几乎是带着祈求的语气）

请各位高手分析下。谢谢了啊。

### 寒江雪答复：

恭喜你鼓出勇气走出第一步！

对于这么小的小女孩，各种小技巧都是很好用的。下次对她玩心灵感应猜数字。

另外，对于单纯的小女生，要号码也需要一个借口。“留个 QQ 吧，我把电脑里好听的歌曲发给你，比你刚才听的好多了。”

对于社会熟女，就当着真人不要说假话，不用找这种假惺惺的借口了，反而被人鄙视。

下次遇到这个女孩还有机会，不用气馁。

只搭讪一次而已，不说明任何问题。继续努力吧！

### 【问题解答】女孩说她有朋友，我该怎么办？

#### 网友来信：

寒江雪大哥，听了你的录音感觉非常使用，感觉你有一种非常真实的稳重成熟感，谢谢你作为一个中国 PUA 大师的无私分享！

我仍然有几个问题搞不清，帮我解答下 ok 吗？

聊天聊到一半 女孩说她有男朋友，这时候通常是犹豫的，我是当第三者还是放弃？不知道怎么办好，怕人议论

还有 1 个问题是 套女孩有没有男友的方法，如果女孩一直不说她是否有男友的话，直接问可以吗？

主要是怕自己白费功夫啊！时间宝贵没办法。

#### 寒江雪答复：

关于女孩的男朋友，分几种情况，

（1） 女孩告诉你说：“我有男朋友。”女孩这句话最常见的意思是，你追我太急了，我只好拒绝你。这句话的第二个意思是，我对你没感觉，你不要追我了。这句话第三个意思是，我现在有点喜欢你，我怕我把持不住和你发生超越友谊的关系，但我已经事先告诉你我有男朋友了，真发生这样的事的话，哼哼可是你的责任哦！

（2） 女孩没有告诉你她有男朋友，你调查发现她有男朋友了。分几种情况，第一种情况是这个女孩是个花花小姐，周旋于多个男人之间。第二种情况，这个女孩很喜欢你，怕自己的男朋友把你吓跑，所以把男朋友“藏起来了”。

你问题里的情况，应该是好事情，女孩犹豫害怕告诉你有男朋友，说明她想追你做男朋友。这个时

---

候你该再接再厉。

套女孩有没有男友。我从来不做这样的事情，我从来不问女孩她有没有男友。因为我一点也不关心这个事情。如果女孩很喜欢我，她自己会“跳槽”的。

## 【问题解答】女孩喜欢个子高的男生怎么办？

网友来信：

寒江雪：

你好，今天无意中看到了你的博文，很是振奋，原来改变不是想象的那样难。

我是一个电子工程师，马上快 27 了，整天跟仪器打交道，所以自然而然的就成为了宅男。去年交过一个女朋友，那是朋友介绍的，后来由于性格不合，分开了。现在想找个女的，感觉好难，亲戚朋友也曾给我介绍过，但是都不合适。

看了你的博文，我相信约会/搭讪技巧是可以学习提高的，但是我现在有个很大的障碍就是我本人比较矮，才 1.62M, 50KG, 所以有时候有点自卑。我看过网上的统计，说 80%的女的都希望找到 1.7M 以上的男朋友，这更让我难过。看到外面让人心动的女孩，我也想上去认识认识，但一想到自己的身高和自己的笨嘴拙舌，大概一下就被拒绝了。我也想过等自己的工作更好了，再找个女的。但是，在深圳这边节奏快，有时候真的感觉累，有压力，感觉孤单寂寞，多希望有个女的在身边鼓励支持。现在是觉得日子越来越无聊，生活越来越很痛苦，即使有时候跟朋友在一起，也不能玩得尽兴。我该怎么办？

希望你能在百忙之中抽出点时间回复下我，非常感谢!!!!!!!

寒江雪答复：

女人找男人会有各种各样的标准，这些标准有些来自于电视，有些来自于朋友的影响。一个最原始纯朴的女孩，不会有这么多的“刻意标准”，这些标准都是后天洗脑形成的。

该怎么应对女人的这些标准？

我有一篇最新的文章《如何应对女人的标准》，专门讨论这个问题。

【原创理论】如何应对女人的标准

“我的男朋友个子一定要在一米八以上。”我们经常听到一些女孩提出这样的硬件标准。这种标准经常是高得令人望而生畏望尘莫及的，这个时候你该怎么做？

以前我在某大公司做国际项目售前岗位。刚开始，我总是设法去满足客户的需求。客户提出来一个要求，我就告诉他我们的产品支持这个功能。后来，一些有经验的市场营销人员就告诉我，不要处处迎合客户的需求，那样显得我们不够专业；一流的市场营销人员会说服客户改变他的想法，接受我们产品现在这个样子。你这样做成功了，客户反而会觉得你很专业。

在与女孩交往也类似，她脑袋里的一些标准，身高、收入、学历、房子、车子……可能都是来自于外界的灌输和影响。你不需要处处去迎合她的这些标准，也没有人能符合她的全部标准！真实的人每个人都有优点也有缺点，十全十美的理想情人永远只存在于幻想中。当女孩提出不能符合的标准时，你应该设法纠正她的标准，并给她建立新的标准。举个例子来说，女孩说：“我的男朋友要像越狱里的沃什·米勒那么帅……”这个时候你怎么办？你总不能去整容变成沃什·米勒吧。这个时候你要去纠正她的标准：“男人帅有什么用，又不能当饭吃。我知道有个夜总会的鸭都很帅，你要不要去从里面找一个男朋友？男人重要的是有事业心和责任感，危难之处显身手。”你这样的说法就否定了她的“外表要帅”的标准，建立了一个新的标准“要有事业心和责任感”。如果你的框架够强，女人就会跟着你的标准走，甚至觉得自己的想法很幼稚很罪恶。

---

## 【问题解答】在女孩面前紧张怎么办？

### 网友来信：

我说说我的情况吧

23 岁了，没有谈过恋爱.. 目前在大学里读大三

有过两次和女生的暧昧关系，都是被骗得很惨. 完全就没有把我当作一个男人!!

我很矮，只有 160，我一直认为这是最主要的原因。 没有自信。

很想知道，这样的身高，到底能不能把到妹。

迷男方法我也看了，寒江雪大人的很多教程也看了..

却也总不敢在街上，或者是在公交车上搭讪 ...

不会和女生独处，一独处，就觉得紧张，就不知道该干些什么.. 不知道说什么

每次都会变成很无趣的气氛

我最近真的是很失落了。 。。

寒江雪大人帮助啊！

### 寒江雪答复：

欢迎你来参加我的培训，克服搭讪的紧张感。

爆炸新闻！寒江雪将在 9 月 12、13 及 19、20 日在上海、南京开培训班。详情访问，

<http://www.aiyuehui.cn>

现在报名即有厚礼相送！

如果由于时间等原因，无法参加培训。我这里有这些建议给你，

(1) 自信来自于经验。当你找过好几个女朋友以后，你对女人的紧张感能极大降低。还记得小时候学骑自行车吗，刚开始骑很害怕摔倒，一上车就紧张。等你学会以后，紧张自然就没有了。骑着车很放松。

(2) 成功与失败的经历都给你带来自信。成功让你知道自己能行；失败让你明白下次不能这么做，知道这里有地雷。

(3) 所以，你要多行动！

### 网友来信：

首先谢谢寒江雪老师对我的关注

急切之下请求你的帮助

我在两周前认识了一个女孩让我特别的着迷，早上认识的说了两句话，下午游泳遇到说了两句话，于是就用了你的方法，第 1，2 天每天两条短信几分钟的电话，内容就是冷读和心灵魔术效果很好，我说想知道就请我吃饭，第 3 天晚上继续冷读电话维持 5 个小时，感觉自己价值建立的不错，她感觉我很了解他什么话都对我说，第 4 天傍晚找她请客吃饭到 10 点回家，楼下对话，说起一见钟情，就想他表白说对他就是一见钟情（感觉自己很笨禁不住诱惑，感觉就是个废物测试）他说现在对感情有种恐惧感，好多介绍的对象都没同意，喜欢跟我做朋友，我能给他快乐，然后几天游泳去了 4 次有肢体接触，并吻了下，去 KTV 强推反抗，吃饭好多都是她打钱，昨天晚上对我说她对第一次见面的对象很喜欢，由于工作问题那男的一直没有准确的给她，答复一直忽冷忽热弄的她很难受但又非常有吸引力，持续时间很久了，说她是爱转牛角尖的人，放不下他，就不接受我，寒老师您说我该怎么做才能和她在一起？

### 寒江雪答复：

你做得非常好！已经成功吸引到了这个女孩。

---

现在你遇到两个问题，

- (1) 女孩对感情有恐惧感；
- (2) 女孩喜欢另外一个男人。

这两个问题都不是你的问题，都是女孩的问题。你不需要管它，甚至不用把它放在心上。如果你对女孩的吸引力足够强，这两个问题都不是问题。

你该继续做“有效”的事情，不要浪费时间去想与你无关你无法控制的事情。

### 【问题解答】女孩暑假不回我短信

#### 网友来信：

寒大哥您好！

我喜欢一个很漂亮的女孩子。是我妹妹的同学。她大三，也一直单身的。我研二认识半年了，中间偶尔见过几次。

然后2个月前，我找机会和她单独见了两次。

一次是拿相机借口，走路上聊了10分钟。

一次是从家里回来给她带的好吃的。一开始说不要的，我说我到你寝室楼下啦，她就下来了。我觉得服从性蛮好的。

这两次见面之后发短信也聊了好几条的。

在校期间80%的短信她都会回的，而且不是几个字的那种。

放暑假她回家的时候，我说要送她，可能有点太过热情的缘故，她说“那谢谢你啦你真是个热心肠的好人”

我说你到家之后给我报个平安。她报了平安之后，一个暑假，我发了10条短信，她一个都没回（我发的短信很自然的，3~5天一条）

您说说看，这个到底怎么回事哇？是不是她烦我呢？还是说她看出来我对她有意思，刻意疏远我呢？

她的情况是这样的：

有点自恋的女生

她标准的拒绝男生的方式是问对方是不是想追自己，然后就把人家拒绝掉了。

她也并不是不想谈，有线人告诉过我，说她想要慢慢地交往。但是看到男生刚认识就发短信又觉得烦。我和她不是一个院的，平时接触机会太少了……

麻烦您帮我出出主意的啦，谢谢谢谢！一定多买您的资料~！

祝好！

#### 寒江雪答复：

看在你买我资料的面子上，我要认真解答了。

先就事论事的解决你的问题，

- (1) 女孩暑假不回短信。你有没有打电话过去？我猜测最大的可能是她手机丢了，或者换老家的新号码用了。

这个问题说完，再说一点我的其他看法，

从来信中的描述看，

- (1) 你很注意观察女孩的反应。这是很好的习惯。
- (2) 女孩回你的短信，这个不能代表有很多好感，大学里的女孩很有礼貌，只要是朋友发短信，都会认真回复。社会上的女孩不同。
- (3) 你对待女孩的方式，从头到尾都过于“好人”。你们的交流都过于正式，过于礼貌，干巴



---

巴的，这样会让女孩感觉不来电。

(4) 你要对女孩调情，调戏她，开玩笑，和她打闹。这样她就对你有感觉了。你有很好的机会，继续努力！

### 【问题解答】如何改变形象

网友来信：

寒江雪你好

我在泡学中读到了这么一段话“迷男基础建立在书中很少提到的：气质，语气，玉树，行为举止，姿态，仪表，这是 80%的基本。”

我现在刚开始上研究生，一直都是不注意打扮自己的形象。昨天去酒吧的时候，被一个女生说“我以为你不会来酒吧呢，你看起来像是天天都去图书馆学习的人，”这话我听的很不是滋味。但这话的确说出了现实。我的形象确实是不修篇幅，很学生气。如何穿衣服其实一直困扰着我，因为这个形象问题，我一直有些自卑。行为举止也是给人很拘束的感觉。我也很想穿的很有型，表现的落落大方。却不知道如何去做。我身高 163，体重有 140。23 岁，最近开始要减肥。请问寒大你可以给我些建议吗，关于仪表，行为举止。

谢谢。

寒江雪答复：

恭喜你，知道形象的重要性，并且决心开始改变，这是很好的开始。

具体的建议：

(1) 交朋友。认识一些很注意仪表的朋友，问他们在哪里买衣服，怎么搭配衣服，怎么做头发，哪里发型师好。

(2) 养成好习惯。包括每天洗澡，喷香水，整理发型，每天换衣服。

(3) 到酒吧里可以观察那些玩家怎么穿衣服的，也可以直接问他们在哪里买的衣服。

(4) 形象设计师。深圳有，不知道你家乡是否有。深圳这边收费很低，陪购费用只需要两三百就可以了。

形象的改变是最立竿见影的！男人的形象主要是发型和衣服，赶快开始改变吧！

### 【问题解答】如何经营长期关系

网友来信：

您好寒大侠：

这两天一口气看了你的泡学理论，受益匪浅，这里我想请教的是，如果已经有女朋友了，我该怎么才能这段关系保持长久以至于厮守终生呢？换句话也就是，该如何在建立了稳定关系后和女朋友相处呢？如果大侠有空，麻烦您列出几个关键的要素，不甚感激~

期待您的回复！

寒江雪答复：

长期关系的几个要素：

(1) 经济基础；

(2) 门当户对；

(3) 性生活和谐。

---

### 网友提问：

lz 大哥，一直在关注你的帖子，有个问题想请教一下，我这几天再追一位售货员，开始的时候我直接向她要号码，她没给。后来我按我自己的想法每天给他送花，可她都没理过我。我该怎么办

### 寒江雪答复：

这些售货员女孩都又年轻又漂亮，微笑还很甜美，是不是？

以前我搭讪过很多售货员女孩。现在我很少搭了。我的几点看法，

（1）售货员女孩是很难“搭讪”的。甚至有的店铺工作纪律就是不许接受客人搭讪。

（2）售货员女孩每天都被搭讪很多次。她站在那里，脸上挂着勾人的微笑。每天都有许多有钱男人去搭讪，甚至有男人直接送她一辆跑车。

（3）售货员女孩多拜金虚荣。大部分售货员年纪小，爱吃爱玩。又接触的是“上层社会”的生活，比如卖的东西是 LV 包包，她看到太多有钱人一掷千金。虽然她自己一个月只有 1000 块工资，但她觉得自己距离有钱人那么近。

我曾经搭过一个西武卖 POLO 衣服的女孩，很漂亮可爱，也很聪明。我买了一件 POLO T 恤送给她。第二天给她打电话，她问我：“你开车来还是坐车来？”

这个女孩自己养小狗，在深圳养狗一个月至少要 500 块。她发现我不知道西武商场在哪里，马上很鄙视我。西武的东西都是奢侈品，衣服、首饰、手表，轻易就到上万元。

以上是比较负面的信息，不过你也不用那么气馁。给你一些比较实际的建议，

（1）不要直接去搭讪她，不要去要号码。每天很多男人这样做，她习惯拒绝了。

（2）趁她下班时间去搭讪，效果更好。

（3）两次搭讪法。经常抽时间去她店里聊天，和店里其他人搞好关系，特别是她的姐妹。每次去了只是玩玩，却不要号码。你不要号码，她就不会拒绝你。等你们玩熟了，再约就很容易。

（4）停止送花。她对你没感觉的时候，送那么多花有什么用。比你有钱的男人多得是，他们送的东西更贵。

（5）跳出“凯子”陷阱，摆明态度你不会当凯子。她周围已经不缺凯子了，她会榨干凯子的钱，但不会爱上凯子。

### 【问题解答】联系感是什么意思？

### 网友来信：

我对这个问题比较好奇

我好像有体会联系感是什么

只是不确定

可以谈谈你对联系感的理解？

### 寒江雪答复：

联系感（connection）来自西方 PUA 文化。

《红楼梦》里有段话，黛玉讲的：“我明白你的这份心，但你可明白我的这份心。”

这种“你明白我的这份心，我也明白你的这份心”就是联系感。

---

### 网友来信：

寒老师：

你好！

又要麻烦你了，今天在教室自习的时候，突然看到一个很漂亮的胖妹妹，当时我来不及多想，就坐在了她的后面，由于教室太安静，没敢说话，后来借口向她借了一支红色的笔。她给了我，比较热情。不过突然看到一件令我不爽的东西，她中指上带了一个戒指。中途一直没有说话。后来快下课的时候，有个另外的妹妹，来叫她，她向我要笔，我借口说还没用完，说下次自习的时候再给她，最后要了她的号码，说好方便给她。输号码的时候太紧张了，还输错了一次，幸亏让她看了一下，才确认下来。老师，你建议我下次该怎么做了（也就是给她笔的时候），时间紧急，希望老师尽快回复。

### 寒江雪答复：

非常棒！你抓住了生活中的机会，也有勇气要了号码。

你看到她的中指有戒指，这不代表什么，好多女孩乱戴戒指的，哪个指头合适戴哪个。

下边，你平时多给她飞飞短信。短信中幽默为主，调情为辅。

如果可以经常一起上自习，也是很好的碰面机会。

### 网友来信：

你好。我看了许多你写的关于如何追女孩子的文章，收获颇丰，在实践中我也运用的很好。但是昨天发上的一切充满了太多的戏剧性，也是我从来没遇到的情况，我不知道该如何去做，所以寻求你的帮助，因为我确实是喜欢这个女孩子。

事情的经过我就描述如下，为了便于你能给出正确的意见，我讲正确、客观、详细的描述整个事件：我是大约上个星期和我们寝室的同学在路上走时碰到她的，她迎面从我身边走过时，我就发现她是我喜欢的类型，于是走过几步后我便鼓起勇气跑去问她要电话了。她问我是大几的，我骗她说是大一的，还编了个别的专业。事后我过了3天后才给她发短信，我不是很擅长短信，她的回复的字很少，看的出兴趣不大，我给她发也是发一两封，就隔几天，中间有约她出来吃饭，打羽毛球但都被有课的理由拒，我开玩笑说你拒我的理由也太逊了吧，她有认真解释。我尽量做到每次短信对话第一个提出结束。就在前两天，我觉得这下样下去不是办法，太墨迹了，决定摊牌约出来，不出来就算了，不在联系了。于是我让她参谋帮我给朋友挑礼物为突破口，并给她很善良的帽子戴。她开始拒，意料之中，我于是接着说我刚开学，不认识人，就认识她一个，要是她也不帮我，我就找不到人帮啦（就是这个意思），暗示她这么做太绝情了。于是她问出了她一直的疑问，你是大一的吗？你为什么不参加军训？不参加晚会。你是不是我们学校的。于是我说，我绝对是我们学校的。但没参加军训和晚会，说来话长，见面说。于是她要求现在马上见面。我没去，觉得不能让她掌控节奏，就说我在老师这，走不开。她回了句算了吧。我没回。第二天上午10点左右，我发了条约她中午吃饭，她说她正在吃。又拒，意料之中。于是我发出摊牌的一条短信，开头说地球上每天都有五十亿人在错过，你听过吧？后面意思大概就是成心想认识你，在约你一次，不出来我就不在约了。于是她答应下午见，我定了7点。到了下午，她说提前点吧，6点。我说好，6点等我电话。

于是6点我两就在校园里简单的走了走。（我本来约她吃晚饭的，但是她说她不吃晚饭）我们绕了校园走了几圈，我告诉了她我和她一样是新生，但我是研一的，而且本科不是这的，我本科读的学校MM也知道，于是她当场很崇拜我，问我是不是只学习，其他啥也不干，是不是班里学习特别号，要学多么刻苦才能考上这，我低调的毛病又犯了，没有DHV，只是淡淡的说我原来在班级是班长，学习还可以吧。我尽量让谈话有趣，但是很困难，事后我才发现是有原因的。我讲了几个谜语，MM也给我讲了个。中间有用的情报有，MM不喜欢韩剧，磨磨唧唧，不喜欢上网，觉得没有目的。

(因为我之前问过她 QQ, 她说没有), 喜欢艾薇儿, 林肯的歌, 喜欢美剧, 看过越狱和迷失, 喜欢运动但没时间去做, MM 是学校主持专业的, 因为保持形象, 所以晚上不吃饭 (是真的啊), 前阵子她们是舞蹈团的练舞, 所以很忙 (开来之前拒我的理由都是真的), MM 不喜欢别人骗她, 这次能出来和我走的最大原因是对我是大几的很好奇 (好奇害死猫啊!) MM, 选了心理课, 对心理学感兴趣。MM 对路上突然有人问她电话有点排斥, 就是不太理解吧, 我的解释大概是我有一个朋友得了骨癌, 但由于没能喜欢的女孩子表白, 所以遗憾。所以从那以后决定勇敢去追求自己喜欢的人, 不要有遗憾。(上帝原谅我的瞎编吧!!!) 当时说的跟真的一样, 我都快流眼泪了。MM 说我当时搭她那天她正要去见她男朋友! 我惊, 然后说, 那让我想象一下你的男朋友, 是不是个子有点高, 点头, 有点大男子主义, 点头, 不会替别人着想, 有点以自我为中心, 点头。(适当的打压下吧) MM 说她跟她男朋友三天前分了, 所以这几天都失眠 (这个消息突然啊, 我都忘了我当时说啥了, 可见当时心里都空白了), 更戏剧的是, 走到一栋寝室门口时, MM 表情有点怪, 一会, 告诉我说刚刚碰到她男朋友走过!!! 这下我彻底方寸大乱了, 不知道说什么了。就应了句 0。后来 MM 跟我说她要回寝室了, 我说正好我要去校门口外买点东西, 就顺路送她回寝室了。期间她还偶尔回头看, 我想是看她男朋友有没有跟上来吧。

晚上回去我给她发了条笑话, 还顺便开玩笑说了失眠你这身板受不了的, 让她喝热牛奶, 告诉她寝室的限定功率可以用热水机。最后说认识你很高兴。没回复, 意料之中。

总结, MM 是我喜欢的类型, 整个交谈过程互动一般, 可能跟 MM 刚失恋的心情有关, 我是第一次碰到这种情况, 不知道如何是好。我该采取什么战略, 去追 MM 呢?

介绍: 大学是全国重点大学。MM, 东北人, 牡丹江的。我觉得 10 分 (呵呵, 情人眼里出西施啊), 我室友觉得一般。客观点 7.5 分吧。是学校主持专业, 属于艺术生。个头 1.66 左右, 他们专业她属于个子较矮的。性格从听歌分析, 应该是内心充满激情的人 (她说她喜欢快节奏的地方)。有目标。这都是我的判断, 不知道准不准啊。

我, 研一, MM90 年的, 我 85 年的。相貌, 客观的说 8 分吧, 见我的人都说我长的帅。(客观, 客观!!) 家里条件可以, 穿衣打扮的品味不错 (别的 MM 说的), 性格好, 很容易和人聊起来。大学谈过一个, 还是女的倒追的。对追女生的研究也是今年才开始的, 之前都比较忙, 忙学习, 忙运动。由于家庭的原因, 在加上自己对社会的理解, 我倾向于低调做人和做事。

希望我以上的描述能为你做出意见打个良好的基础。谢谢啦:)

### 寒江雪答复:

你们只约了一次, 你想这么多干吗? 如果能约, 就继续约她。她说刚和男友分手, 这不是很好的机会吗?

少想点莫名其妙的东西, 多点行动!

一开始你完全没有必要骗她, 你们都是学生, 彼此很容易建立信任感的。你上研究生, 比她年级高, 这是你最大的优势。

大学的女孩是很单纯的, 你没有必要乱猜疑她, 对于她大部分话, 你都可以相信。

继续加油追吧! 机会很大!

### 【问题解答】女人生理周期的秘密

#### 网友来信:

寒江雪大大您好, 我是泡学的蜡烛。一直以来都很认真的学习泡学, 尤其是您的超级约会学, 看得我真是激动不已。

但有些问题在书上, 泡网贴子上没怎么看到讲解, 想请教您一下。如果你觉得有点意思就讲讲, 如

---

果没意思你也回我一条，让我知道你收到了。谢谢  
简单的说，如果我们在女人生理周期的月经期上去搭讪很容易被强力的 ASD 给打枪？是吧？  
那么什么周期内最适合搭讪，什么时候又最适合约出，进挪，KISS。。。  
最后最重要的是可以观察出她们的周期段么？

#### **寒江雪答复：**

女人是情绪波动很大的动物。  
在月经期前后，女人脾气会很坏，莫名其妙发脾气，这个时候最好不要去招惹她。但在月经期也是女人性欲最旺盛的时候，所以泡学网上会看到许多 TD 贴都是发生在女人月经期。  
月经期，女人有一些外表的特征，如脸色差，长豆豆，皮肤粗糙、斑点等；脾气也有变化。与月经期相对的是排卵期，排卵期女人皮肤变水嫩，眼睛水汪汪，脾气也变温柔。  
希望这些对你有帮助！

#### **网友来信：**

泡学里要求我们搭讪 吸引等等  
可是当你遇到一个你喜欢的该怎么办？  
我们不许用挫的方法，可泡学里就像概率一样，不是特定目标啊！  
我周围有很多人学泡学，就是不停的追，可女孩还喜欢他  
有女孩说 喜欢被人追的感觉 慢慢的感觉，也把他当男朋友啊  
同样还有 搞砸了怎么办

#### **寒江雪答复：**

你的问题太多了。我只回答一个。  
追女孩是概率游戏，没有人能做到百分之百。这是毫无疑问的。既不要吊死在一棵树上，也不要猴子掰玉米。  
女孩喜欢被人追的感觉，肯定是这样的。对于不太漂亮不太爱玩比较宅的女孩，死追依然是很有效的策略。  
你才刚开始学习，慢慢提高吧，不要太心急！

### **【问题解答】如何搭讪超市工作美女**

#### **网友来信：**

寒老师，你好！  
我是通过深圳都市频道的“鞠说好看”而认识你的，真的没想到还有这样的培训和学问，我再也不用担心找女朋友的事了……  
昨天中午，我搭讪了一个在超市工作的 MM，用了你的一个惯例：你好！我朋友觉得你蛮有气质的，他想和你认识下，但是他很害羞，所以我过来了，可以留个电话吗？MM 说：你朋友？我都不认识……  
反正就是不想给手机号，我就直说了，是我想认识你，想要她手机号，她说她自己也不记得她的手机号。我当时有些紧张，竟不知道说什么了。然后她说她现在在上班，下班再说，然后我在超市大概转悠了 40 分钟，我稍作镇定了，等到她离她下班剩下 10 分钟的时候，我在站在她附近等她，她也看到我了。  
等到下班的时候，我就跑上去，说可以留个号码吗？她还是说真的没有手机号，其实在快要下班的时候我就看到过她掏出手机看时间的。我说可以用你的手机拨下我的号码吗？她说她的手机只能拨公司的号。这不很明显是忽悠吗？当然我没对她这么说，只是笑着说，怎么会呢？没办法，她最

---

后留下她的 QQ 号。然后他她说要去开会，我说不打扰了就离开了。整个过程几乎都在笑，很好看，我很喜欢的那种。

这个 MM 的工作就是站在超市二楼的电梯口上，穿的是职业套装。所以我觉得基本上不会有时间上网。而且我也不知道这个 Q 号是不是她的。

请问寒老师，我下一步该怎么行动呢？期待你的回信，谢谢~！

祝

工作愉快，身体健康！

Fantasy

### 寒江雪解答：

你搭讪的女孩在超市工作，我的经验，这种销售女孩是很难搭讪的。虽然搭讪过程中她一直对你微笑，这只是她的职业习惯和性格习惯。销售女孩都是最爱笑和笑起来最好看的女孩，商家就是看中她这一点才花钱雇她来当服务生、售货员，在迷男理论中这种女孩称为“受雇枪手”（hired guns）。她们经常被客人搭讪和骚扰，练就了强大的反搭讪能力。根据你的描述，在女孩的眼里，你的搭讪已经形成了骚扰，最后勉强给你 QQ，也只是为了摆脱你。

正确的搭讪方法是，趁下班时间，或者，虽然去搭讪，但只是开玩笑聊话题，不要去要号码。如果对方对你没好感，有号码又有什么用呢？

还有，这些女孩肯去做销售工作，大部分是很缺钱的，如果你很有钱，她会感兴趣的。

下一步你最该做的事情是，从这件事情中吸取经验教训，以后遇到类似的机会可以更好发挥。

她给你的 QQ 号码，你也可以尝试联系一下。

如果你真的想学会随时随地认识陌生美女的搭讪技巧，一定要来参加我们的搭讪集训营培训班。参加课程的学员都感觉，参加两天课程学到的东西比自己在家学习实践半年学到的还要多。集训营课程的时间表在我们的网站可以看到，[www.yuehuixue.com](http://www.yuehuixue.com)。

### 网友来信：

不知道怎么做

我学习泡学是为了找女朋友

可现在发展的方向好像变了

怎么办呢？

怎么发展长期关系而不是一夜情

或者问 怎么达到最后结婚的结果

### 寒江雪答复：

你的困惑很普遍，我在这里解答一下。你的问题核心就是“泡妞”和“找老婆”，“一夜情人”和“女朋友”的区别。这是两个既有联系又有区别的概念。但归根到底各种概念只是概念而已。两者的区别在哪里呢？

（1） 严肃。找老婆更严肃，考虑更多方面，比如双方的家庭等。

（2） 承诺。找老婆要承诺未来。

（3） 时间。找老婆两个人交往更久一些。

女人对于一夜情和男朋友有不同的标准，我称之为女人择偶的双重标准。找一夜情希望找刺激、冒险的花花公子，找老公希望找顾家、负责任的好男人。

不管怎样，你喜欢一个女孩，还是先泡到她再说吧。至于她是不是准备好走入婚姻，这是很难说的事情。

---

## 【问题解答】如何聊天才能让大家都开心

### 网友问题：

即使接触了泡学这么长时间，还是无法在话术上有所进步，在和人交流的时候，总是在开场很开心，但一到中场就没话题可以延续，让双方都感觉很无聊，和同学一起出去吃东西，也总是在中场就开始沉默了。我是那种自我保护意识很强的人，无法对别人倾诉自己的弱点和难过，但我又不知道自己应该怎么做才能让自己和别人都开心起来。请寒老师指导一下，虽然很想尽快脱离 AFC 年代，却总是不能够尽快达到目标的 AFC

### 寒江雪答复：

看来你自己也知道自己的问题所在了。看你是否愿意改变自己了。人都是有惰性，不愿意改变的。

“我是那种自我保护意识很强的人，无法对别人倾诉自己的弱点和难过”

正因为你自我保护意识强，对人有戒备，不能完全打开自己，也就无法获得对方的信任，对方也就不能完全对你打开自己。

还有你总压抑自己的消极情绪，会让你变成一个消极的人。大家都喜欢乐观积极的人，不喜欢和悲观消极的人在一起。

## 【问题解答】女孩到宾馆门口不肯进去该怎么办

### 网友来信：

寒大，我是个很温柔的人，我从不随便对任何人发脾气，特别是女孩。

已经很多次，带女孩到酒店，有夜店的也有日常的，但是每次当她们表情僵硬地说：我不上去了！之类的话，我很无奈。我很傻，我对那些外表光鲜但环境不太好的女孩会些鄙夷+怜爱。我经常忍不住去关爱她们。我不逼任何一个女人，有一点 ADS 我都受不了。

其实我知道，强推很多时候能成功。但是强着看起来像在逼女孩，其实在逼我自己。

我已经不知道接下来的路该怎么走了。

希望您能给我点建议，给我些肯定。我该怎么做！

### 寒江雪答复：

这也是我的困惑。

女人希望自己可以做好女人，让男人来扮演坏人角色，所以她们把“你好坏！”“你太坏了！”挂在嘴边。

你可以从耍赖皮开始。

“我不上去了！”

“那你走吧！……”（然后再用力拉着她的手）

### 网友来信：

寒老师，不知道您能否收到我的邮件，希望您能指点我一下，首先我也是一个宅男，我在无意间看了您的文章，感觉真的很精辟，但是我发现没有提到一个重要的问题——身高，而我成为一个超级自卑的宅男，完全被它所赐，您所总结的宅男们的通病我一本都有了，但是这个身高太致命了，无法改变的事实啊。具体的无奈我也就不说了，您肯定能明白，希望您看到后能，说一下看法。

### 寒江雪：

很多女孩喜欢个子高的男生，这是事实。个子高的男生更能让女孩感到安全感。

---

但有一个好消息，个子高一点的女孩反而不太在意男人的身高，个子矮的女孩会特别要求男友必须很高。个子矮的女孩会本能地对男人身高要求很严。

如果你个子不高，应该也更喜欢个子高的女生吧，她们对男生身高不那么在意的。放心去追吧！

## 【问题解答】我该如何系统学习约会学

网友来信：

你好

现在已是深夜 12:30，今天刚逛街回来，心生很多感慨，感慨的是大街上这么多美女，我感觉曾有些眼神的交流，从眼神中至少能看出，我给一般女生的印象至少不差，但是我缺至今没有勇气和机会去认识我心仪的女孩。

先发了一顿牢骚，不要介意:)我大概介绍一下自己吧，我是 83 年的小猪，至今未谈过恋爱，超级的宅男。也并非没有过机会，我想我在内心里对恋爱追求那种很美好的感觉吧。

其实第一次接触泡学大概是半年前在天涯看了“湿泳小狗”的帖子，后来到了泡学的网站，里面有很多资源，但是文字的东西让我看起来有些累，并且感觉信息很多很凌乱，没有在里面进行系统的“学习”。

今天在泡学的论坛里面看到你的一些内容，网上也找到了你的博客，有种冲动想跟写封信，不知道能否得到你的回复，很希望能和你建立起联系，我知道你也很忙，不大可能与我进行一对一的沟通。我之前工作一直待在上海，目前工作调动，在一个非常偏僻的地方。我很想能参加你的活动，但是目前工作的原因可能比较难到你那参加培训。我希望能大概的给我点拨一下，网上这些信息，我该如何去看，或者其他什么渠道去慢慢的改变自己。

谢谢！

寒江雪答复：

你好：

你有勇气给我写邮件就是最好的开始。这代表你开始勇敢面对自己的问题，承认自己的不足，承担改变的责任。我相信你一定会在这条自我发现的道路上越走越远。

关于如何开始系统的学习，我曾经写过一篇文章，叫做《学习的最快最简法门》。简单来说，就是你需有人可以手把手的教你。再简单一点，你需要和那些对女人有经验的男人在一起，而不要整天和其他宅男呆在一起。这个建议是最简单最实用的建议。

如果你还想得到其他此类实用建议，你一定要去订阅我的免费邮件列表，里面不仅有理论知识，心态激励，还有许多实战报告。只要坚持学习，你一定会逐渐改变。订阅我的邮件列表的网址是 [www.yuehuixue.com](http://www.yuehuixue.com)。

你现在已经很有决心改变以前这种没有女孩没有爱情的痛苦生活，但我希望你不要太心急。这个世界上最误认的东西就是各种速成方法，比如“速成班”和“速效药”。武侠小说里正派武功都是需要勤修苦练的，只有魔功才能速成。

如果你周围美女太少——我也是这样——你可以去学习搭讪技巧。这里有我的一套讲课录音，都是我几年来搭讪和约会的经验总结，对你一定有巨大的帮助。你一定要去看一看，[http://item.taobao.com/auction/item\\_detail-0db2-506c24d6be1452433390ac7015170eb7.jhtml?cm\\_cat=0](http://item.taobao.com/auction/item_detail-0db2-506c24d6be1452433390ac7015170eb7.jhtml?cm_cat=0)。

学习过程中有任何问题欢迎来信。也欢迎分享你学习中的收获和喜悦！



---

## 【问题解答】女生该如何搭讪男生

### 网友来信：

你好，

听了你的搭讪课真是收益匪浅啊。谢谢你分享了那么好的东西！你对于人的心理分析的观察的真细致啊。你有网址吗？

我还想请教你的是，女生该怎么搭讪男生？因为你也说了，女人喜欢有地位的男人嘛。我该怎么接近有地位的男人？怎么制造机会？我也不去酒吧，想结识个有地位的男人结婚。身边没有自己中意的。你有办法吗？我本人很漂亮，可是遇不到有地位的人呀。请寒大哥帮我出个主意。

你讲的都是男生搭讪女生。其实女生搭讪男生的讲座会更受欢迎的。

### 寒江雪答复：

女生搭讪男生的事情太少了。这个世界的规则不是这样的，女生不要去搭讪男生，女生要打扮得漂漂亮亮吸引男生去搭讪。

你所要做的事情是：

（1）打扮漂亮；

（2）到有男人的地方去。

这就够了！

对了，你说你很漂亮，请发照片过来！

### 网友来信：

寒江雪你好。我订阅你的邮件列表已经已经几个月了，一直都是用 Gmail 这个邮箱。昨天和今天各收到一次次迁移邮件列表平台的通知，但是一直没有收到新邮件。检查垃圾邮件也没有。难道 Gmail 过滤了自邮的邮件？

另外提个小建议。希望以后的邮件末尾可以明确说明该邮件是免费版还是会员版。

### 寒江雪答复：

您好！

非常感谢您向我发邮件。

我观察到许多订户并没有收到过我的邮件。但他们都没有发邮件过来询问，或者出于懒惰，或者出于害羞。您有勇气向我询问，我非常佩服。

你没有收到我的邮件列表的最可能的原因是：您没有完成邮件列表的订阅确认。系统会给您发一封邮件，要求您确认您的订阅。这样的做法是为了防止垃圾邮件。我现在把您的信箱重新加入我的邮件列表，请您留意系统发送的确认信。如果没有收到确认信，您看是不是被您的 GMAIL 放入垃圾箱里了。

如果还有问题，请不要犹豫咨询我。

至于免费版和会员版，现在所有的邮件列表都是免费版，也都是会员版，两版合一了！

再次感谢！

### 网友来信：

你好，寒，有两个技术问题想请教一下：

1 你在“商场”一般但是得开场时如何的呢？

2 对待组合你平时是怎么开场，之后会主动剔除障碍么？

### 寒江雪答复：

1. 在商场大多是移动目标，我经常用直接开场，但会在前面加入假性时间限制“刚才我在门口等一个朋友”，还会增加一些剧情“看到你经过，觉得你的气质很好……”商场搭讪的成功率，在深圳大约为 30%。
2. 对于组合，成功率会低很多，大约 20%。分几种情况，有时候障碍很破坏，挡在你和目标中间；有时候障碍很配合，对你很友好；有时候障碍很害羞，躲到一边去，特别目标是她大姐的时候。总体来讲，破坏的障碍占 50%以上，她会用一种拯救者的面目出现，其实是内心嫉妒，生气为什么你不是去搭讪她。在现场，你要根据障碍的反应去处理，并不是总要去照顾障碍的。至于如何开场，看组合是静止的，还是移动的，如果移动的组合，依然是直接开场；如果静止的组合，可以尝试国外 PUA 理论中的经典问题开场，“你们觉得女人更小气还是男人更小气？”

### 【问题解答】第一次见面就牵手后来为什么又疏远

#### 网友来信：

你好，最近如何，发财了还是发福了，呵呵

过年回郑州过年的火车票好买否？上海看起来还是不好买啊。我是 Hitch。

最近有个疑惑，还是别人提醒我给你发 email 我才想起来，找你最合适不过了，事情是这样的：

今年圣诞去唱歌，一些男男女女，临走时候我坐到一个我感觉还不错的女孩旁问她要了她的手机号。

元旦后我发过短消息问她，她还记得住我，问她要了她 qq 号。元旦后的一天，在快下班时候我 qq 上问她要不要一起吃饭，她爽快的答应了。

那天吃饭聊的很开心，对方看来也是个爽快的女孩，个子不高，小巧，年龄不是很小，但还不错，6-7 分吧，很能喝酒，说了很多家庭的事情，是上海人，吃到最后，刚好她有个女朋友给她打电话，我说那就一起来吧。后来吃饭时候，我个人觉得彼此聊的都还可以，饭后，她朋友自己回去，我和她一路，先地铁，然后出来时候打算换打车。我牵着她的手过马路，她也没拒绝，她说她住的地方比较远，我说那能远到那里，此时我其实已经到家旁了，我拉着她上了车，一路上聊着天，拉着她的手，中间有试图亲她，她笑着吧躲过，我没有继续。送她到家，我就回来了，来回打车 100 多，才发现确实不近。

她是个特别爱玩的，1 看就看出来，夜场经常跑，也能喝酒，之后我曾发消息约她，或 qq，她刚好都忙，有事。又一次她 qq 上问我在不在，我当时不在，所以没注意到，后来她说她那天有空想问我是不是愿意一起吃饭。。。不过当时她也就只说了一个“在”字。

最近一次，是上个周末，她去公司加班，我约她吃饭，她同意，但是后来加了一句，说昨晚在外玩的太晚，住她那女朋友家，就是上次我们一起吃饭得，所以打算把她也叫上，否则觉得 3 个人吃饭太奇怪，非让我再叫个，我说你朋友请客我就叫，她 qq 里表现出很不高兴的语言，我说那算了，我找找，找不到就算了，后来叫了一个朋友。

这次和上次一样的，都是我先到，电话问她到了没，她竟说：“我不是说了具体几点，是你自己愿意到那么早”。当时听着让我更生气，并且她自己把吃饭得地方都定好了。早到其实是因为自己和朋友在那附近逛逛，聊聊天。过会儿，觉得郁闷，我打回去说我朋友已经定好位置了，在另外一个地方，让她直接过来，但是口气还不是很重，她同意了。后来她出现时候笑着，拿着一个袋子向我走来，我扶着她腰走进餐厅，4 个人一起吃饭，聊天，但是没对她有任何进挪，因为四个人，就是偶尔还拿我开玩笑时候我桌在拍她腿。吃饭后，能看出来她又想玩，有没想法。“旁边有个上海歌城”，也不知道是谁提出来，她说行，接着我朋友打电话叫了些人，我们 4 个人先去，后来陆续来了几个，她也叫了她的现在一个同事，男的，说是自己老板，之前也提及过。后来人越来越多，10 个人左右。

---

整个吃饭和唱歌过程当中好像对我并不感兴趣，唱歌时候我和他的老板寒暄，聊聊天，因为老板是东北人，就吹吹牛。和其他女孩一起唱歌，玩骰子，跟她交互不多。

最后结束的时候，我跟另外几个女生交换电话号码，她当时问候了我声，我忘记问啥了，我低头随便回答了下，因为在记号码。她和她老板往一个方向走，我和其他人往另外一个方向走。

因为我距离比较近，到家后，我问了她，你回去了吗，她说在外面和老板谈点事。顺便说下，她们公司经常搞活动，她和她老板，还有她同事经常在玩。

这两次吃饭，第一次是我买单，第二次是我和我那朋友一人一半，唱歌是所有男的 A，女的没出钱。之后，我一直没联系过他，过了 4 天，刚好天冷，我发了个短消息问候了下。。

《结束》

寒江雪，你觉得我有必要和她继续联系吗？既然第一次拉手都成功了，后续怎么看起来好像又回到更加陌生的状况，对这个女孩子我觉得还行，但是太爱玩了，看来想 TD 的难度对我来说很大，我不是特别会玩的人，我那朋友比我会玩，所以吃饭时候明显她更多兴趣都投向她那边，她年纪应该比我小点比我那朋友大点。我现在有点迷茫，接下来怎么办？

谢谢

顺祝新年快乐

**寒江雪答复：**

你的故事很长。但我只看了一半就确定这个女孩是个典型的玩家。而你是个宅男，你们活在两个世界里，所以不能理解她的生活。

第一次见面就亲手，这对你来说意义重大，但对她来说，没有任何特别含义，只是不讨厌你罢了。经常去酒吧玩你就知道，即使你和一个女孩接吻，也不代表任何东西。在酒吧里，曾经有过我和一个女孩刚认识就接吻舌吻，后来也没有更多发展的。

不管怎么说，这个女孩对你还是有很多好感的。这样的女孩显然不适合当老婆，或者准确地说，这个女孩现在的状态不适合当老婆；也许再过半年，她又厌倦了瞎混的生活，会重新做回良家妇女。如果你喜欢她，就和她一起玩。唯一需要注意的事情是，不要进入她的凯子区，不要为她花太多钱。这种女孩是无底洞，不要以为你为她花许多钱能打动她，她只会嘲笑你是个傻 B。做最酷的你自已，让她爱上你，不要用金钱去贿赂她。

**【问题解答】如何追九分女**

**网友来信：**

本人情况：

【职业】：汽车 4S 配件      【年龄】： 25      【教育程度】：大专/本科/研究生

【年收入】：1500×12      【婚姻状态】：未婚

【体态】：身高：173 公分；体重：110 斤；      【容貌】：5

---

对方情况：

【职业】：汽车市场部      【年龄】：22      【教育程度】：未知

【年收入】：约 2000×12      【婚姻状态】：未婚

【体态】：身高：170 公分；体重：未知 斤；      【容貌】：9

---

【两地相距】：同城

【相识途径】：同事

【亲密程度】：简单身体接触

---

【交往时间】： 约 1 年

【交往目的】：婚姻/正式男女朋友/

【事例介绍】：

我，喜欢上了一个女孩，也就是一年前吧，她很漂亮，很单纯，只有二十二，有点孩子气，很可爱，很阳光，当时她来公司，我和她双方关系很融洽，当时我并不觉得我喜欢她，只是后来很喜欢她，就在这时，我犯了一个当时不觉得，现在是致命的错误——对她忽冷忽热，爱搭不理，总之老是气她，不和她沟通，久而久之关系就僵了，据同事说，我有一次还把她气哭了。其实我做这一切，都是违心的，我冷落她，是因为我不想因为她漂亮，我才喜欢她，所以才刻意这么做，可是后来，我心里老是想着她。我也不知道该怎么向她表达爱意和关心，我追女孩的方式方法基本停留在学生时期的打打闹闹上，以此来引起女孩注意，所以，过去的一年中，我也是这样对待她的，但是在最近几个月，我发现这样做很可能导致关系差的无法弥补，所以我就采取缓和态势，但效果不怎么样 我准备在合同到期离职时，单独 把我喜欢她的话告诉她，这是我初期计划。

可是，事情发生变化，她的生日也在月底这几天，本来，我是专心准备 最后的告白 计划的，所以不准备给她送生日礼物，因为可能会提前暴露我的计划，但在她生日前几天，我想，我还是送吧，于是匆忙中，选了一个毛绒小熊，和订了花，以署名的形式送给她，这是我第一次送花给一个女孩，至今我都记得那天的情景，因为我曾在花到后二十分钟内，3次假装去她办公室，请教其他同事问题，其实，我当时是在偷偷关注她的反应。

后来，另一个和她很好的同事，发现是我送的，鼓励我去追她。于是，我在下班时，单独向她表达爱意，因为我第一次向一个女孩表达爱意，过程是，她一边听我结结巴巴的表白，一边偷偷笑着，至于她有无其他表情，我也不知道，我不敢看她，只是在对她说：“我喜欢你”才敢看她的眼睛，其余我都低着头不敢看她。最后，我问了一句 “你允许我追求你吗？”她想了下，说，不要想太多，一切顺其自然，先好好工作。而且她说她知道花是我送的。

后来，过了 1-2 天我不知道是搭错了那根筋，发了什么神经，或者，我太傻太天真，急功进利，给了她发了一条短信，内容就是我愿意为她而改变自己内向，一定要追到她之类的，总之，很有信心，但当天没回我，第二天，她的短信到了，直到现在，我都希望，我没发那短信或只是个梦，因为她说她有喜欢的人了，让我不要在她身浪费太多时间，我应该去认识更多的女孩，当时的心情，并没有世界末日的感觉，一点都没有，但心理却有种说不出的感觉，我曾问过她那个很好的同事，关于她的情况，得到的是比较肯定的信息，：她，男朋友为工作经常不在身边，去年分了，她是个感情很脆弱的人，也很容易感动的一个人 她目前思想比较单纯，只希望有人能留在她身边伤心时安慰她，没房子也可以结婚的那种。知道这些后，我之前顾虑没了，很想放开手追她，可是，之前发了那条该死的短信，和她回的短信，哎～～

当晚表白的情景：

我觉得我自己是个人才，因为，世界上最不好的性格我全占了，我十分内向，而且非常不自信，做什么事情都会先否定打压自己，过多看重别人感受，缺少自己的主见，脾气还又不好，就因为这，公司的人都不太愿意搭理我，都说很爱钻牛角尖，听不进别人的话。说白了就是不会做人。所以，我周围的朋友少之又少。

但是就在一年前，我单相思 喜欢上了公司一个非常非常漂亮的女孩子，一开始，同事之间相处还想行，但致命的是，后来刻意冷淡她，和她对着干，而且在为工作上的事气哭了，原因只是不想因为她漂亮而去喜欢她，结果是，越发喜欢她，并且在 没有 对她建立起 我的吸引 的情况下，得了真命天女症并表白，以下是那天晚上表白的场景：

我：（很紧张，说不出口。又低着头，不敢看她）

她：（感觉一直在偷偷笑）

大约僵持了 1 分钟

她：我知道，花和蛋糕是你送的，谢谢你 （送花和蛋糕本来想不留名的，后来不甘心，留下了姓氏第一个字母，加之送花的那个时候，我在短时间内 3 次去她办公室假装找别的同事，行为很反常，

---

估计她感觉到了)

我：恩，对不起，这两天的事（送花和蛋糕）如果给你造成了尴尬和绯闻，我感到很抱歉

她：不会啊

我：其实，其实我很喜欢你（这个是时候抬头看着她的眼睛说的）因为，你在心里已经一年了。  
（然后又底下头）

她：哪有人这样说的（她的语气有点温柔中带着点责怪的感觉，至少我是这样认为）

我：我喜欢我同桌 12 年了，从来没告诉她我喜欢她，到现在，我只能靠看毕业照片才能想起她的样子。恩，这是我第一次向一个女孩说这些话，我也不知道该怎么说，也说不出什么华丽，夸张的话

我：我这一年让你感到讨厌了吧（这一年我不知道在发什么神经，无目的无理由的气她，冷淡她）

她：不会啊，我觉得是沟通太少了

这个时候一个领导进来，找东西，问了我放在那，我也答了，她一直在偷偷笑，假装看东西，感觉她很自然，领导走后，继续：

我：我，我可以追求你吗（看着她说的）当然，如果你心里有人了，我会退出，然后祝福你（说这话的时候很紧张，感到很害怕，声音越说越小）

她：其实你想太多了，我觉得沟通太少了。

中间差两句记不得了

我：我可以追求你吗（鼓足勇气，看着她一字一句说）

她低下头，想了下，然后说，先好好工作吧

然后好象 2 个人沉默了 1-2 分钟，她说：还有事吗

我说没了，当她走出去的时候，我叫住她，看着她说：XXX 我是真的很喜欢你，生日快乐 她笑了下就走了，其

实当时我只是想说生日快乐，当不知道为什么要加前面几个字，最失败了

这个就是当时的场景，时间长了，有几句话没记住，总之，现在感觉她当时是那么自然，甚至有点老道，当然，

人家是 9 分女孩，追求者众多。

过了两天，我为了表决心，发了一条致命的短信：

“XXX，有些话我想了很久了，一直想对你说：你说我不好沟通，我会为你变的很好沟通，你说我很内向，我会变的像你一样阳光，我不会再问你，能不能追求你，因为我一定会追到你 XXX（我的名字）”

MD，当时我真的是感觉自我良好极好，认为这短信没什么问题，很不错，现在想起来，简直恶心的要死，太假，于是乎，第二天，噩耗到了，她回了：

“对不起，我已经有喜欢的人了，你不要在我身上浪费太多时间，你应该去认识更多女孩”

看到后，我有种说不出的感觉，很难受。。。。但没有到世界末日那种感觉

但是后来，无形中展示了太多的底价值，我觉得下面这件事情就是走向失败的点：

也许，还没有开始，就注定是没有结果的，只有我，还傻不拉几的幻想着希望，痴痴的等待.....

具体事情经过，已经有 2 个月，每次重大情况，都在泡学发了贴，都附在后面，这里就不多说了，说说这几天的情况吧。

事情最新进展，是三天前一个晚上，单位组织看节目，一开始，我和她不座一起，但后来想想，不能这么窝囊，于是乎趁她上厕所的空挡，和她边上的人换了一个位置，她回来也没什么不一样，知道我的用意，可是整整一个晚上，我都在纠结如何开场，满脑子里都是框架，吸引，展示 DHV 等等，结果楞是一个晚上都没能开的了口.....第二天，她需要搬东西，跑来叫我帮忙，我一直敷衍她，后来，她就不怎么搭理我了。其实我不是不帮，我是很害怕她的好人卡，怕有了这次，下次

---

还会来找我，帮忙无所谓，怕的就是久而久之被发好人卡，这是我最担心的！

因为这件事，这几天，她对我都是爱搭不理，和她说话，她也不用正脸看我，我想，我惹她生气了，因为从我对她表白后到这件事情之前，她都不会这样。于是，今天单位搞装饰，迎元旦，我，主动留下来帮忙，希望能缓和一下关系，她没什么反应，她知道我的用意，因为我喜欢她，所以我是献殷情，无所谓。搞到最后，没几个男的了，要搬梯子啊，等重活，都是由我做，跟着她走，她要爬梯子挂灯笼，怕她不安全，同时显示我是个男的，这种事应该我来做，所以我说我来，但口气过软，不强势，她基本上是无视我话，自己去上去挂，一点表情都没有.....期间一个男同事，调侃她，说她今天好能干，爬上爬下的，她说：“没帮法，谁叫公司的男人都死光了”.....快到最后，她在距离我 10 米外地地方等我把梯子拿过去，因为梯子是多功能的，我不太会收，她不耐烦的说：动手能力那么差，梯子！”当她看到我终于收好，带着梯子过来时候，小声的抱怨一句，当时我没听清楚，但听到了倒霉二字，当时没在意。搞完回家的路上，一个玩的好的男同事和我一起走，他对我说：你知道嘛，刚才你帮她做事时（指的是搬梯子那回事），她发牢骚说，嫁给你都倒了八辈子霉，她这样对你，你还喜欢她？”.....” 我不知道今天是她心情不好，还是她对我很讨厌了，对方说出这样的话，只能说明，你在她心中地位，非常非常低，我不知道该不该继续下去，我心里在质疑我的坚持。。。。。。

至从向她表白后的这 2 个月 我在她面前展现了太多的 DLV，当然，不乏很多我自身的不足与毛病，比如，没而有进取心啊；26 了，还不稳重，小孩子一样；工作不细心，社会阅历苍白等等，总之我的底牌，她全知道，而我是赤裸裸的展现在她面前，而对于她的了解，很大程度上，源自我姐姐对她的描述（她是我姐的小跟班），现在想想，我真是有些天真，冲动，完全没有真正意义上的了解过她，当初打算认真追求她，是从姐姐那里了解到，她是一个很简单，比较单纯的人，只是想找一个可以依靠过一生的人，而她的各个方面都符合我心上人的形象，当时，我就想，这不是我一直在寻找和渴望的吗，而我也许能符合她的要求，毕竟我自认为比较老实本分，可现在看来，这只是我不求上进，缺乏进取的保守思想，原以为在北京上海等大城市，找另一半，很难，很费心，本想留在我的家乡小城市，可以更容易的找到另一半，而且没有大城市的复杂，现在想想，其实，我一直害怕竞争，害怕主动，害怕，改变！

前段时间，家里在看中央 1 套的《情系北大荒》，偶然间听到里面一段人物的对话，赫营长对萧山岳说：“爱一个人，就是要让她幸福，快乐，舒坦，而只顾一个人去追她，想她，这叫占有欲！”猛然间有些明白，我一直所疑惑我对她这两月的感觉到底算什么感觉，是爱吗？还是喜欢？爱她什么？又喜欢她什么？我不知道，真不知道，对她印象最深刻的，只有她的漂亮的容貌，活泼的性格，以及孩子般爱适时的撒娇。那，这一切只有一个解释，我对她的感觉，只是，占有欲，想得到她，疯狂的想得到她!!!! 但是我又不断找理由逃避，否定这种想法，因为，在最初喜欢她的时候，包容她的一切，即使她不完整我也不在乎！我只想保护她，呵护她，不让她受到半点伤害，不想单纯的她，被那些披着羊皮装老实的狼欺骗她，甚至我可以不和她在一起，只保护她到她等到那个能和她一起到老的人到来，然而，当我向她表白后，当姐姐告诉我她的情况，我很想追求她，更加想保护她呵护她，可是，后来不知道是想她想太多了，还是欲望多了起来，对她感觉有点变质，虽然我一直在努力打压这种想法，对她的患得患失的心态，AFC 行为该犯的都犯过了，甚至，不惜用龌龊的方法去得到假想情敌的 QQ 号，只想看看假想或者是真的情敌的样子。。。。

问过群里 XD 很多次，该怎么办，得到的回答多数是让我换目标，没戏，要么就是先冷冻几个月，之前我不想放弃，舍不得，可是，那天晚上她那句：“嫁给你倒了八辈子霉”，不知是气话还是牢骚，但是让我明白了，我在她心中的位置是那样的低，极低，我想，也许我真的该放弃了。她，是我第一个真心喜欢并付出行动的女孩，此前，我从没有主动去接触过其他女孩，尤其是离开我学生时代之后，更是如此，从小家教的严格，父母的强势与保守，自己的懦弱，成就自己内向孤僻，

---

而又脾气暴躁的性格，一直都生活在自己的世界里，我离开家里，就是一无所有！从追求她这件事情中，我更加认识到了自己无能与无知，当初喜欢她，我就感到很害怕，因为我发现，即使我能和她在一起，我什么也给不了她，每当我走在路上，看见那些同年龄的人，开着好车时，我立马就会想起她，我怕我不能给予她好的生活，好的物质，

但，我又缺乏动力去努力，去拼搏，不知道方向在那。。。。。

能力，一个我忽视了很久，刻意去忽视的一个词，同时，也是追求她必不可缺少的，可是我却毫不在意的把它丢的远远的，可笑的是，现在我得重新去把它们一个一个找回来。。。能力，有时比金钱更为重要，它能带来金钱，权利，乃至吸引一个女人的魅力，甚至长久的吸引！

老实说，今天这贴，完全就是一直很在意那晚她说的这句话，我不知道我该不该因为这句话而放弃，因为我在写这篇贴的时候，不断回忆我这2个月追求她的每一个场景，每一个傻傻的AFC行为，想的好酸，好想哭，真的好想哭！哭我为什么如行尸走肉一样浪费了近10年的青春，哭我为什么没有把握好之前的机会。不知道我是不是在感情上太细腻了，才会发出这么多感慨，感情太细腻的男人，女人是不喜欢的，如泡学里《女人要的不是感动，而是征服》中所说：一个男人最大的不成熟，就是见到一个漂亮女人，就认为这是自己这辈子的最后一个女人，一个男人最大的不成熟，就是见到一个自己喜欢的女人，就要跟她结婚。”长久以来，我自我感觉长大了，成长了，但我忽发现，其实我还很小，很幼稚，一直活在自己的世界，一直活在过去，无法自拔！

错误的时间，遇见了对的人？我不知道，但我只知道，能不能追求到她，都是老天对我的惩罚，是浪费10年的青春留给我的报应！当时光的流逝，把她从我心中一并带走时，当我再次来到泡学，那时的我，不知道是带着一颗寻求真爱方法的心，还是，带着一颗邪恶的心来玷污纯真的爱情。。。。。

一， <http://paoxue.com/thread-50286-1-1.html>

二。 <http://paoxue.com/thread-50683-1-1.html>

三。 <http://paoxue.com/thread-52916-1-1.html>

### 寒江雪答复：

您好！

终于看完你的故事。相信许多的AFC都有过这样的青春岁月。我的故事和你略有不同，我初中高中暗恋一个女孩，到高中毕业也没勇气表白，整天挖空心思想办法给她表白。大学网恋过一个女生，在网上爱得死去活来两年多，后来看到照片的时候感觉五雷轰顶天崩地裂，这个时候才发现自己其实很肤浅，只喜欢女人的美貌。

你的故事中，你沉浸在自己的世界里，想自己多喜欢她，或者只是想占有她；想对她表白，又听到她骂你，就想自己在她心里多没有价值。你想太多你自己的事情了，你根本没有那么重要，你只是很普通的一个男人，OK？

认清自己就好了，你才26岁，这个时候你就找到了寒江雪。你太幸运了！我到28岁才找到大卫·迪安杰罗。当时的感觉是四个字——如梦初醒！那个时候我的人生才真正开始。

你的人生开始的比我要早，你的未来一定比我更精彩！

放下过去，跟我们一起来！9分的女人一坨一坨，而且一代比一代更好。

如果这一次的失败能让你更加看清自己，开始有勇气面对自己，开始改变和成长，那真是最可喜可贺的事情！你应该去喝酒庆祝！人生是很漫长的，人生是很精彩的！你的生命中还会有无数个女人。当你有了许多经历以后，你再回头看现在的想法，会觉得都是年少不识愁滋味。当然，到那个时候也找不到最初的这份敏感和激动了，到那个时候你又会追忆“人生只宛若初见”。这就是人生，我们都这样走过来。

加油吧！你们之间也不是完全没有机会了。她还是你姐姐的小跟班呢，多好的资源。不要做各种莫名其妙的事情就好了。有空多看看我的邮件，不是早期那些疯言疯语，看我最新的东西。

---

祝你幸福！

### 【问题解答】如何追文静古典的女生

网友来信：

寒大哥：

认识你已经很久了，在我的心中就佩服两个人。一个是 David deangelo，另一个就是你了。我经常跟身边的好友推荐你。

我喜欢的 3 个人，2 个是高中同学，一个是其他学校女生。他们都有点古典和文静的气质，但是都有男朋友。我特别喜欢这类女孩，但是周围很好给我这种感觉的人了。

两个问题向你讨教，希望你百忙之中能予以解答。

1、对于有男朋友这种情况，或者古典的女生应该是一种什么样的追求策略？

2、表白之后，该是什么样的态度来对待她？

期待你的回答，你是我幸福的最后靠山，谢谢你。

寒江雪答复：

感谢您的夸奖，我也很佩服 David DeAngelo，曾经是我的精神导师。

古典文静的女生，我没有追过这类女生，我喜欢活泼点的女生。不过有个好消息，既然你喜欢这类女生，说明你在性格上与这类女生是天然互补的。每个人都追求性格上互补的异性，因为每个人都希望具有完整的人格和个性。比如闷骚的男人就喜欢发骚的女人，发骚的男人喜欢闷骚的女人。所以，你可以把你最真实的个性挖掘和释放出来，自然会吸引这类女生。

表白之后什么样的态度对待她？要看她对你表白的态度，如果她接受了，你们就可以开始拍拖；如果她拒绝了，你可以暂时拉远一点距离；当然，大部分时候她的态度应该是不怎么拒绝也不怎么接受的，或者即使拒绝也不是把话说死的，这种时候你该做什么就做什么。如果你不知道该做什么，你需要补一下课。可以参考我的网络课程，《搭讪与后续》（原名《约会流程》），特别是其中的《约会与进挪》《调情与诱惑》。

详情请访问，

[http://item.taobao.com/auction/item\\_detail-0db2-506c24d6be1452433390ac7015170eb7.htm?cm\\_cat=0](http://item.taobao.com/auction/item_detail-0db2-506c24d6be1452433390ac7015170eb7.htm?cm_cat=0)

最后，我建议你认识更多古典文静的女生，世界上应该不会只有 3 个这种女生吧！你可以研究一下此类女生喜欢在什么地方活动，然后有意到这些地方去搭讪认识她们。

还有一点，当你踏上自我发现与自我成长的道路，经历更多女人以后，你会慢慢放弃喜欢这种特定类型的女人。到那个时候，你对女人的依赖会很小，也越来越不在乎女人的类型，因为你自身的人格已经成长和丰富，不需要到外部去寻找某些补充。

祝你好运！

### 【问题解答】过早暴露兴趣引起对方戒备怎么办

网友来信：

好啊 我阿芮 上海一别 近来可好？

我最近遇上一女子 有点问题 向你请教了

和朋友一起打麻将的时候认识的 她外表普通 瘦 妇产科医生

不过人很聪明 遇事不慌不忙 很有风度



---

我很想追到她 不是普通意义上的 是可以结婚的那种

28 号她生日 由于大家都加班 我 27 晚上托朋友叫她去朋友家中吃饭 饭后拿出生日蛋糕 呵呵 不过感觉我还是太快了 吓到人家了 所以后来刻意和我保持距离

吃完蛋糕后 大家散场没其他人的时候送了一张自己设计的精美 cd 给她 接受了 今天中午打电话约看电影 被拒绝

其实迷男方法也看了很多遍 呵呵 还是一下冲动了 失去理智了  
给点意见吧 寒兄

#### **寒江雪回复：**

看来你自己已经知道错在哪里了。

本来你有很好的起点，你们是打麻将认识的。你可以利用生活中的机会更多的接触她，让她熟悉你，信任你，了解你，爱上你。你采用的这种方式，和表白类似，一开始就传递出很强的兴趣。会让对方觉得你在追她，让她很有压力。她就开始对你有戒心，你约她看电影，她自然不肯出来了。你想做她的男朋友，在她眼里你是不够标准的，因为她对于男朋友的标准是很高的。所以我一直倡导“偷偷的进村，放枪的不要”，一开始不以男朋友的身份交往，等到生米做成熟饭，再转正做男朋友。你现在该如何做呢？

重新退回到普通朋友的位置，让对方放松一点。用一种自然随意的方式和对方相处，再利用和创造各种机会升高与对方的亲密程度。

#### **网友来信：**

寒江雪大大你好，作为一个常年积累的 AFC，不得不打扰你一下，寻求帮助。这么说吧，我喜欢一个女生已经三年了，但是到目前为止，我们都还只能说是普通朋友，（甚至很多比我晚认识的人都已经和她做了比较好的朋友）。之前，自己就像所有 AFC 一般认为追女就要对她好，所以我把自己的去一切都交了出去，有时候，甚至包括自己的自尊。现在，我醒悟了，我展现了太多的低价值，已经被她完全出局了。现在，我应该要放弃了吧，但是我想说的是我要怎么才能找回自己呢？！

#### **寒江雪答复：**

你已经醒悟到自己以前是 AFC，这就是改变的最好起点。

你喜欢这个女生三年，年轻时候我也曾经喜欢一个女生很多年。这是很好的人生体验，值得珍惜和回味，不管那个女生是否接受你。当你成为所谓的 PUA 以后，可能也就不会再有这样的感觉了。怎样才能找回你自己？

这是一条需要你走的路，每个人都只能自己走过。你不是在放弃，你是在开始，开始创造自己的人生。如果你还没有订阅我的邮件列表，请访问 [www.yuehuixue.com](http://www.yuehuixue.com) 订阅。我会定期发送各种约会技巧，帮助你获得爱情的成功。

#### **【问题解答】该如何挖墙脚**

#### **网友来信：**

寒江雪大哥你好：

你说过不看女孩有没有男朋友，只看有没有结婚。但是也说过要设置止损点的。我现在看上个女孩但是她和他男朋友关系很好。现在怎么调整，怎么做呢？

#### **寒江雪答复：**

首先声明一点，我的做法未必就是对的，或者说我的做法未必就是适合你的，我只是分享我的观点

---

和方法，你要结合自己的情况具体分析。

好了，回到女孩有没有男朋友的话题。一般来讲，女孩和他男朋友关系很稳定的时候是没有太多机会的，特别是双方处在蜜月期阶段，是滴水不漏针插不进的。但有许多时候，女孩和男朋友的关系是徒有其表不堪一击的。将心比心很容易理解这一点，假设你和一个女人相处很久，双方丧失了最初的激情，面对外界的诱惑是很难把持的。也有时候，情侣双方会闹矛盾，没有一成不变铁板一块的关系。所以，你现在可以“潜伏”在女孩周围，也就是当大家都不齿的“备胎”，卧薪尝胆口蜜腹剑，等到时机成熟见缝插针防守反击。在你当备胎的这段时间里，完全可以去追其他的女孩，不影响的。

祝你早日备胎转正！

### 网友来信：

你好：

她是我 11 月搭讪认识的女孩，她今年七月份来的我这城市，来受训，12 月初受训结束，受训结束就回她的城市，所以我认识她的时间就是 11 月初到现在，在这期间我们的交流方式都是短信和电话，开始不温不火短信交流了一段时间，没有什么进展，直到有一天我知道她生病了，短信，电话关心了一下，可能是因为在外地的原因，需要别人的照顾，她有点感动吧，那时候关系上了一个小台阶，但之后那几天也没什么联系，她一直以为我是因为业务的原因才想认识她的，她问我对她这么注意是不是喜欢她，我如实回答，她没说喜欢我，但也没有拒绝我。我们的关系就固定在这个阶段，她走前一个星期，我觉得我该做些什么，一直都要约她吃饭，看电影，但是都是因为她工作的原因没去成，不知道真的是因为工作还是她以工作为借口拒绝我的要求，无从考察，我问她喜欢什么样的男生，我不想再错过下一个她，她回答我说：“你很好，是我喜欢的类型，但可能是有缘无份”。她走之前一天我终于把她约出来了，一起待了一会儿，因为有事她回酒店了，过了一个小时，她打电话给我，说他要出来买鞋，问她是否能陪她，我当然义不容辞，出来之后我们一起待了很久，直到第二天凌晨 4 点，她要回酒店了，我送了她回去。她要去机场的时候我想见她，但没见成，我当时是觉得我们的关系应该不只是普通朋友了。她回到了她的城市，有时候我会打电话给她，但没有说几句她就会说要睡觉什么的结束了通话，弄得我真的不清楚我们之间的关系。我送花给她，她的回复是“谢谢”。她说她想找人谈恋爱，但找不到合适的人，我无奈的问她是否我们之间没有可能，她只是说她不知道，我也没什么兴致再说什么。我顾虑的是异地恋好像可能性很小，再说我们没有任何的感情基础，也许她的顾虑也是如此，请教一下如何才能发展提升我们之间的关系？

谢谢

### 寒江雪答复：

出来之后我们一起待了很久，直到第二天凌晨 4 点

这个晚上不是有很好的机会吗？为什么不上床呢？不需要回答我，你自己好好想一下。

我当时是觉得我们的关系应该不只是普通朋友了

可能对方没这种感觉，对方觉得你们关系还很普通。宅男的社交范围太小，有一点亲密关系就以为已经是男女朋友关系了，但对于玩家，即使上过床也不代表男女朋友关系。因为不同的人对关系的理解是不同的。

弄得我真的不清楚我们之间的关系

可以看出你很纠结于“关系”和“名分”。大部分时候，关系是枷锁，阻碍了双方的自由交流。你尝试放下关系，只专注于感受。

我顾虑的是异地恋好像可能性很小，再说我们没有任何的感情基础，也许她的顾虑也是如此，请教一下如何才能发展提升我们之间的关系？

---

你的顾虑就是你的顾虑，对方的顾虑你是没有办法知道的，除非对方告诉你，并且告诉你真心话。提升关系的最快方法就是忘掉关系，只专注于双方的交流感受。如果仅从实际角度考虑，你又不经常出差，移动能力不是很强的话，你不要再联系她了，异地恋确实费时费力。如果仅从感受角度出发，和她交流给你带来快乐，你就可以继续联系。未来的事情谁能知道呢？即使你们在同一个城市，在同一个房子，也不知道将来会怎样。

### 【问题解答】表白以后女孩答应又反悔

#### 网友来信：

本人情况：

【职业】： 国企               【年龄】： 25           【教育程度】： 本科  
【年收入】： 3500X12       【婚姻状态】： 未婚  
【体态】： 身高： 173 公分； 体重： 116 斤；       【容貌】： 8

---

对方情况：

【职业】： 大专教师       【年龄】： 25       【教育程度】： 本科  
【年收入】： 3000X12       【婚姻状态】： 未婚  
【体态】： 身高： 166 公分； 体重： 96 斤；       【容貌】： 8

---

【两地相距】： 异地（周末可以见面）

【相识途径】： 同学

【亲密程度】： 简单身体接触

【交往时间】： 9 年   【交往目的】： 正式男女朋友

【事例介绍】：我和她是高中同学，她坐在我后排关系还可以，经常开玩笑之类的。后来因为文理科原因，分班了平时也很少能见面。上了大学后参加同学聚会时又见面了，我被她的惊艳外表所吸引，女大十八变啊。我当时有目标，很少联系。到了大三大四我们开始接触比较频繁，周末有时会在一起玩，还单独出去旅游过两次，我但是也什么都没和她说过也不知道她当时有没有男朋友。上班了我到了外地工作，而她留在本地，我们联系也变少了，有次她约我去上海，我因为些原因没有答应，还说了她一通说不要有事就想起我来了。结果她没说什么。我知道自己做的不太对，就请她吃饭想补偿下，她也很爽快答应了，出来时她说她有男友了（对我没影响），后面就很少联系了。过了一年我偶然在她 QQ 签名上看到她的有趣签名“又大了一岁，老妈开始急了你这个人问题什么时候能解决 啊”

我欠我的情侣朋友一次唱 K，于是我就想联系下她吧，毕竟以前关系还挺不错的。就在 QQ 上给她留言，没想到她很爽快就答应了，周六于是我就先约她吃饭，吃饭时我们聊了很多毕竟很久没见了，我也无意的展示了我的风趣幽默，我还故意说了我相亲的事，没想到她也回应自己的相亲经历，加上她根本没提她男友，所以我可以很断定她目前是单身，所以我的话题可以扩展了。

吃完后我们和我的情侣朋友在唱 K 地方见面了，我做了简短的介绍，进了包房，气氛有点尴尬，没办法我就先点首激情的歌来带动情绪，还满意效果的，气氛很快好了起来。一会我又叫了果盘和茶水，并不停地为我的歌手们服务，期间我拿出我的手机，没想到和老师的手机是同一牌子夏普，就是型号不同，我的贵很多。她爱不释手，不停把玩，我就开玩笑说：“如果你的手机装饰的不是太花哨的话我可以考虑和你交换的用下”后面就是一通废话了，可以看出来她很想换，不过我没答应她。我文会不会玩拇指游戏，然后我就教她，她很配合，教完后她说在韩国综艺节目上看过的，说只适合同性玩，我汗。

唱完 K 后，我的情侣朋友提议去酒吧，吃饭时我也和老师提过，她当时也表示很想去。于是我征求

大家意见，老师在做着思想挣扎，她是典型的乖乖女，没打电话回家不敢晚回家。我没强迫她，最终她还是答应想去，打电话回家想父母请示。还让我到时送她回家（胆子太小了）。

酒吧看门很晚，我们就去吃晚饭。路上老师问我是不是准备在我上班的城市找女朋友了我还说是啊。到了家茶餐厅，可是大家都不是太饿，于是老师就去买了副扑克，我们斗地主。开始我牌很好，我们按QQ上的规则积分，我遥遥领先，然后我们的菜来了，吃完饭我们再战，我提议最后一名请这顿饭。没想到情侣朋友开始耍赖，老师也不帮我反而站到他们那边，外加我的牌运没了，我一不小心就掉到了倒数第一。

重点是老师把她的手机放到我这边，也就是我放手机的位置，一对夏普手机（很好的寓意）。我的情侣朋友开始煽动我了“你好殷勤哦”“今天你很细心嘛”“你打牌特别有男人味”“你今天是特意请老师的”老师急了前一句还是普通话后面就变成家乡话了，我也没怎么辩解。我的情侣朋友是出于好意帮我，但我感觉还不是时候。

出了餐厅我们一路步行前往酒吧，路上情侣朋友还是不断调侃我，还有意无意把我和老师扯在一起，完全和我计划的不一樣，我只能躲得远远的等他们说累了再回来。

进了酒吧就是我表现的时候了，点完酒后，我开始跟着音乐摇摆，他们三个都是第一次来酒吧，完全放不开，不知道该干什么。我就教他们玩789游戏，他们很快学会了，老师运气不太好喝了最多。慢慢酒精作用上来了，他们也渐渐适应里面的环境了，可以跟着音乐作出轻微的动作。大概比较迟了，老师提议回家，我没答应她，又过了会老师家人打电话来催了，我没办法只好提前撤退了。在出租车上她是一会睡一会醒，我怕她有事就送她到门口，看她开了房门我才离开。

这是周日早上她给我发的短信内容“昨晚喝的微醺了 回家就睡了 都没和你道谢呢 谢谢你请客还带我去酒吧 第一次去好开心啊 呵呵 满足满足 噢 还有你的新发型很好看 把你弄得像韩国帅哥很容易招蜂引蝶 虽然你对大家都那么好 不过我怎么都觉得过意不去以后有事我能帮上吼一声”我过了一个小时才回她说“在车上看你样子就知道你不行了，不过我还是后悔不应该送你上楼的”她回“怎么了是车不好打还是不认识路？”

我正准备回她她又来了条“还是昨天你没玩好就被我扯回家 额有点不尽兴啊”

我说“走了很远才打到车，而且在不认识路得情况下。酒吧我早玩腻了，我只对新鲜的事物感兴趣”她回“是噢 实在对不起噢 那我抓紧找个男友再发生这情况就找别人就不麻烦你了”

我说“老师当久了果然说话滴水不漏啊，我觉得你以后应该多出来活动，提高社交能力，对以后有帮助的”

下午她给我发了条信息“有时候我真觉得你很奇怪 对朋友好本没什么怀疑的 但有时我又会觉得你的举止超过对朋友的好了 可是我又觉得我好像属于你的可有可无的朋友类型 你没想从我这得到任何东西 那或者依你上午的观点 我到目前对你来说就像事物一样还有点新鲜感”

我说“怎么感觉你把我认为是外星人了，好像我完全不懂你们地球人的礼仪和道德一样，我很郁闷哎”

过了很久她给我发信息说“外星人 不想别人会错意自己就要注意些 快些将我们地球的礼仪牢记吧”

我没有回她，我感觉她应该对我有点好感了，她的思想很挣扎。

周一晚上我打电话给她说：“我觉得你昨天的短信有点怪”她说是的。

一会我又给她发信息，说：“昨天我工作很忙，所以我的短信全部作废，你昨天为什么会生气哦，是我什么说错了？”

她说：“你没有说什么，我只是因为困惑所以才生气的”

我说：“那你答应我不要喜欢我，不然我会不安心的”

她说：“没问题，如果我喜欢上你的话我会自动离开里你的”

我说：“你的戒指戴在中指上，代表叛逆，别人怎么说你反而会背道而驰”

她说：“困惑，那你是希望我怎么做呢”

---

我说：“你说呢？星期三我回家再告诉你”

她说：“行，我又和朋友来酒吧了”

我说：“玩的开心”

周二我晚上发信息给她：“星期三几点几点见面吧”

她说：“不行，外公过生日，不在家”

我说：“星期四呢？”

她说：“再说吧，我也不能天天出去玩”

我想了很久心里有点凉大概十一点多发信息给她：“你这么说搞得我很困惑了，为了星期三能够见到你，我又感冒又发烧还要强装很好主动要求上晚班，你的态度搞得我心情很巧妙，我现在冒着失去朋友的危险告诉你我想你做我女朋友，我想和你交往”

周三早上七点钟左右她给我发信息：“那你说今天还是明天 你生病可以的话就下午早点出来吧，晚上冷你也不用送我回家 不然到时找不到的士又后悔”

我说：“上次说打不到车是开玩笑，不然后面怎么和你再沟通，你今天还要去外公家，星期四见吧”

她说：“我现在就在外公家了，那你自己吃点药，好好睡 什么时候见呢”

我说：“晚上冷，我就中午十一点我到你家门口接你吧”

她说：“今天啊 我那时赶不回来 2 点左右我才可能回家”

我说：“可能是我一夜未睡说话糊涂了吧，我说的是星期四中午十一点”

她说：“好吧 那你快回家睡觉吧”

我说：“好的，知道了”

晚上七点多她又发信息来了我正在外面选花 她说：“你烧退了没 你确定明天你要找我聊吗 你会不会 呃 烧糊涂了或者发错短信了 你现在说搞错了 我可以当什么事都没有 继续和以前一样”

我说：“我很清醒，我没有糊涂，我就是要定你了，绝不后悔”

她说：“你可千万别耍我啊 我表面很精明其实傻傻的 经不起玩笑”

我说：“我表里如一，绝不骗你”

她说：“你的动机我无比怀疑 明天我们约几点哪见”

我说：“明天中午十一点你家小区门口，我到了打电话给你”

周四早上我先去花店，把花送到了我预定的餐厅，让店员到时送进包厢，然后赶到了她家她一会出来了，我说你的打扮又不一样了，她说是啊，我又说你为什么说我的动机值得怀疑，她说到了饭店再说。

我们打车来到饭店，进了预定好的包厢，我们就开始聊起来了她先说我的动机会不会是应付家里人等等的，我说了不是我是真的想和你交往。然后她就说起我们两地的问题，这是她老妈的顾虑，我解释给她听可以解决，还有她说她的脾气很怪交往的话可能和我想象中的不一样，她是老师不能对学生和同事发脾气，做男朋友的话就可能会被当做出气筒，我说我可以理解我可以承受，她说她对男朋友很挑剔，可能因为一点缺点就将问题放大，我说很正常我以前也是这样，但是这就需要包容：她说我虽然很独立但是也会有时需要人陪需要人关心你能随时赶回来吗？我说：我说我可以的；她说她年龄不小了周围的朋友不是结婚就是有小孩不想再浪费时间希望能成功，我说了很多我成熟之类的我也懂得包容我也不希望失败，我说 我的哥哥嫂子都是英国留学生你英语好以后可以交流，我可以在家这边买房子，不需要她负担，又说了我在单位的前途和表现；她说我感觉好像什么地方都比你差点，我家是中等家庭希望找个门当户对的，我说我家也是。她还说我很神秘，不知道我在想什么；我说男女双方认识之前就是应该神秘点吧。她说那是应该我神秘而不是你神秘。她还说我上次送她回家时她喝多了也没有搀住她或者扶着她只是帮她开了车门送她到了家门口，其他人的话一定会这么做，后来她又去了酒吧，其他送她回家时就有这样做，至少会让她心温暖点。我说我是在确立关系刻意回避这么做的，她又问我和她相处这么久了到现在才告诉她想追她，她有点接受不了，我说你怎么知道我以前对你没好感呢。她说你也太冷静了，影藏如此之深。她对家庭和 我的

要求就是有上进心有责任心，我说我都可以做到。她说不讨厌我但是也不是那很喜欢我，我说没有很多人会一见钟情所以我们可能很长时间没有见了，你不了解我很正常，感情需要时间培养。

我们聊了足足有两个小时，其中店员送上我买的鲜花她说夸张了吧，她说她不喜欢花，我问那你喜欢什么呢 她没有回答 她又说我只想要一段平平凡凡的生活而不是很复杂的，我说我就是平平凡凡的人。我看她的表情就是难以作出决定，我说不要犹豫不决了，不行我来帮你做决定。她说要回去再和家里人商量下，我没办法只能送她回家，临走时她问了我的身高。

我在回家的路上给她发了条信息：“关于你说我神秘，我在外地一人打拼还要和对手竞争，为了保护自己不得不把自己伪装起来，怕受伤害，如果我们再一起你肯定能看到我的真实一面，还有你有自己的生活圈我尊重你的生活，好比你去酒吧其他男人送你回家我不会过问因为我相信你，我也尊重你的生活 希望这不是我们最后一次见面”

她说：“一定不是最后一次下次以什么身份见面我会认真考虑的”

晚上她发了信息：“你好像太自信了 让我觉得有点夸夸其谈华而不实 今天下午有这个非常强烈的感受”

我说：“没自信怎么能说服你呢，没信心我连说的勇气都没有 我只是实话实说，我也很讨厌华而不实的人”

她接着一会又问：“你是什么企业的什么工作啊 我没记住”

我就告诉她了，她又问：“做什么呢 你们单位不是很稳啊 老是裁员啊”

我告诉她我的在单位的地位和重要性后还说了我不是夸夸其谈，我还把她今天的顾虑全部保证了一遍。

她说：“好啦 我知道了 慎重考虑 不要再劝我了 我会被逼疯的 ”

我说：“我知道了 我不再逼你了 不过我心里没底也不好受啊 ”

周四早上她给我信息：“谢谢你为我做的一切 你真的很优秀 可能因为太好你给我留下冷酷的形象太深 我没办法在你身边放松会很难受的 所以我们还是做朋友吧 如果你觉得不可能那很感谢你以前的照顾”

我当时真的是晴天霹雳有点犯晕不知如何回答我解释说：“冷酷的外表下面是温柔的心，只不过有点需要发现有的需要碰到合适的人才能展现出来 我为了不给你压力我做了很多事我都没有告诉你我为了你放弃去某地的学习机会，知道你要喝红参补气叫朋友帮我从韩国带回来 ”

她说：“不要了 你原来的情我都还不上不要再对我好了 我真的在你身边放不开”

我说：“给我一次机会也是给你一次机会，我真的不想放弃”

她说：“我真的没有准备成你的女朋友 很抱歉”

我说：“这样吧 我们试着交往三个月如果你觉得不适合，还是不了解我的话我会自动消失，不再烦你”

她说：“如果是普通朋友了解你 我会放松 以女朋友我做不到”

我说：“那我就没办法了，你父母的意思呢”

她说：“尊重我的意见”

我说：“那你觉得我怎么做你才给我一次机会呢 我真的舍不得放弃”

她说：“我现在真的没办法做到 对不起 ”

我说：“普通朋友的身份见面我们都会尴尬 我是我说以后不见面真的做不到”

她说：“我想我可以见面 只要我们出来有一堆人 但是我真不能做你女朋友 我也只能说到这了”

我说：“我知道了 你是个好女孩，谢谢你和我说了这么多，我想我真没办法以普通朋友身份见面，但是我会珍藏我和你的美好回忆，祝你幸福！希望你早日找到你的另一半”

她说：“比起爱你我更愿意崇拜你 谢谢你让我觉得我很重要 你一定可以找到更好的”

我实在是想不通，我真的不愿意放弃过了几个小时我还是忍不住给她发了信息：“我不确定能不能找到更好的，但是我知道今后一段时间我会用工作来麻痹自己，本来我想把我对你的好感深深隐藏

---

起来的，但是因为你的奇异态度把我对你的好感全部唤醒，我知道有些事无法挽回了，但是如果你同意我以普通朋友的身份或是相亲者的身份追求你，让你了解我，我想我愿意再努力一次 抱歉说了那么多我想我不适合恋爱不论是拒绝还是被拒绝我都是失败者，我想我以后都不会挑三拣四的，以相亲这种我最鄙视的方式解决自己的问题”

她说：“你就以普通朋友的身份让我看到真实的你 没有安全保护真正的你 关系会不会改变就顺其自然吧 这期间我们不要约束 你该相亲就去也许你会发现精彩还是不断的”

我说：“我是刀子嘴豆腐心，说以后不见面了，但我想了一下午还是舍不得你，不是我自私儿时我陷得深，如果我以普通朋友的身份单独约你，你会答应吗？”

她说：“年后吧 我想冷静冷静”

我说：“好的 我也需要冷静冷静 到时我会把真正的自己展现给你 如果到时你有对象了或是改变主意了直接告我我就行，我不会有怨言的”

我本来想很潇洒的走开的，不过我真的控制不住自己，我完全失控了，我该怎么办，我还能不能挽回她了。

### **寒江雪答复：**

我很认真的看完你的故事。这是上次故事的后续发展。

我很同情你的处境和感受，如果是三年前我会做出同样的事情，得到同样的结果。但现在的我，不会再这样做，也不会像你现在这样想。

在你的世界里，以为追一个女孩应该是这样的：喜欢上一个女孩→向她表白→她提出要求→保证自己能满足她的要求→她提出更多的要求→重复保证自己能满足她的所有要求……

我的看法是这样的：喜欢上一个女孩→和她相处→创造机会诱惑她→更亲密地相处一段时间→开始计划婚姻……

你能看出这两个公式的差别吗？当你迅速向一个女孩表白要做她男朋友的时候，她会用男朋友的标准要求你，你必然有许多地方不符合；即使你可以全部符合，她也可以提出更高的要求，必然有你不符合的时候。你越努力去符合她的要求，她就越提出更高的要求，这是恶性循环。相反的做法是，及早创造机会诱惑她，造成你们超越朋友关系的既定事实，让她付出很多感情，最后她深陷其中不能自拔。这个时候她只怕你抛弃她，不会再去考虑你是否符合要求，她只怕她不符合你的要求，不能做你的女朋友。你能理解这两者的差别吗？

相信你知道该如何做了。这个女孩可能你已经搞砸了，是否还有机会挽回，我也不知道。你完全可以去认识更多的女人，你只要一出门，满大街都是女人。

还有，你身上有一种很“僵硬”“固执”的东西，大部分女孩不会喜欢这样的男人；当然，也有少数女孩就喜欢这样的男人。

祝你好运！