

# 1 社交技术系列

## 1.1 不公平的世界，不公平的策略 (Unfair seductions in an unfair world)

很多学习game的人都对其中内容感到不适，我经常听到他们发出同样的批评：“你在书里所教授关于权力、自信和社交部分是很有用的，但是有一些实战技巧却是不公平和不正确的，这些技巧没有给女人任何选择权。你为什么不把这些内容从书中删掉？这样就没有人会批评这本书了。”我承认，这本书中的一些内容很容易被人们认为是“不公平”的，但是他们搞错了一件事情：**只有猫才有资格和老鼠谈武德，作为弱者的老鼠不可能用武德来要求猫不对他下手。**

【点评】在尹索寓言里，有一则故事：有一只大野狼正在河边喝水，刚好在河流的下游也有一头羊正准备低头喝水，结果大野狼很生气地大喊大叫，说要把羊给吃掉。大野狼找到一个很好的理由，他说：“你把河水弄脏了，让我喝脏水，我要把你吃掉报仇。”羊作出反驳：“你在上游、我在下游，我怎样把河水弄脏呢？即便是弄脏了，你也喝不到。”大野狼立刻找到另一个更好的理由：“嘿嘿！你没有弄脏水，但是你的祖先曾经在上游把河水弄脏了。你的祖先做错事，你必须承担，所以我还是要把你吃掉。”可怜的羊就因无法反驳大野狼的理由，而被狼吃掉。在竞争激烈的情场、在尔虞吾诈的商场、在人吃人的丛林，你要选择做被吃的“羊”？还是选择做吃羊的“狼”？

你们千万不要可怜羊，或者同情羊的遭遇，更不要为羊打抱不平、甚至流下同情的眼泪。要怪就怪在它是羊。羊注定是给老虎吃的，羊也没有资格讲道德，你们也别大谈宽恕狐狸的狡猾和狠毒等废话。羊要是聪明一点的话，在吃草的时候，就不可以没有危机意识。[更多一手情感课程](#)

皇帝有资格“原谅”犯错的子民，但被诬赖入牢的子民再怎样的[原谅和埋怨](#)都无济于事。

就算你想谈公平，那也应当是双方都遵守共同的规则，就像在一场拳击比赛当中，如果我戳你的眼睛就是不公平的招数，那么你也不能用这招对我。但是如果你玩的本身就是一个不公平的游戏，那么自然就不存在所谓公平的策略。对手已经开始玩下三滥的手段，你还要我用爱去包容对方，对方已经开始抛弃规则为胜利而战，我自然不可能再像傻瓜一样站着挨打。很不幸的是，当你和女人打交道的时候，你会经常发现自己处于这种情况：**女人希望你遵守规则，但是她们却可以随心所欲。**

举个例子：很多女人会热衷于占据你的时间和消费你的金钱，并且不断暗示你再多为她付出一些你就可以得到性爱奖励。一些女玩家甚至会在约会的时候不经意地谈论性、触碰你甚至诱惑你。然而当你全心全意为她付出之后，提出让她当你女朋友的时候，她会非常疑惑和惊讶地告诉你：“我只是把你当朋友”。现实情况很可能是她的男朋友要在地呆几周才回来，她一个人孤寡空虚冷才找你宣泄孤独，把你当作她的备胎。

当然，如果你真的想当个“好好先生”，你可能在第三次甚至第四次依然和女人没有任何关系进展因为你并不想一开始就表现出自己的欲望。所以当你拖延着你们的关系越久，你之后被女人拒绝地就会越无情。

【点评】在上周的直播当中，我和阿威提到过“三局定爱情”的法则：头三次约会里如果没办法擦出爱的火花，那么你们就几乎不可能再有更多的进展。特别是对女人来说，这更是一个非常准确的描述（男人在这一方面的灵活性却是非常的高）每次有男学员问起我们关于追求异性的问题时，我都会先把这个“三次定局”法则讲出来。大多数的学员，包括女性，都会若有所思地点头，男士们通常会苦笑地点头，女士们通常是会心地微笑。而一般的男人在苦笑过后，很快的就会略有所悟又有点儿不甘愿的追问：“为什么？为什么？为什么一定会这样？为什么一定要三次以内？”语气之间带有一种无奈，又好像流失太多机会的遗憾。

有了一次，就有第二次，有了第二次，就有第三次。三次后，对方开始习惯了头三次的互动，所以谓之三次定局。

跟一个女人约会时，你若一直都很规矩的跟她谈家庭、事业，朋友等普通话题，二次见面后，她就会开始习惯你是一个“普通朋友”了。当你忽然暗示她你对她有意，那将会令她感到不习惯。或者你开始不断的赞美她，说她又聪明又漂亮又温柔又贤淑又性感又有气质又心地善良又有眼光又....她就会开始觉得你不只是想做她的朋友了，结果她就会不习惯。

现在你应该明白了，这是一场没有规则的不公平游戏，对于任何一个你喜欢的女孩都应该用最不公平的策略去得到她。你没有任何道德上的义务要成为她手下的受害者，更没有义务像个傻瓜一样指望对方对你手下留情。

当我们谈及公平的时候，是不是意味着那些高富帅们应该得到所有的正妹，而像你我一样的普通男人就只配找最低分的女人呢？你难道注定就不可能打败那些生来就帅或者生来有钱的富二代吗？为什么你一直逆来顺受，接受着社会告诉你你只配的上你现在的一切，不可能得到更好的？如果你还保持着这个世界是公平美好的，那么这本书的内容不适合你，但如果你保持着改变命运的想法，这本书的内容不会让你失望。

还有几件事儿你要知道：**在性方面，女人具有天然的权力优势**。即使是一个又胖又丑的女人，也比一个普通AFC更容易获得性满足和异性认同。她只需要走进任何一家酒吧或者夜店，表现出诱惑和寂寞的样子，很快就会有无数的人男人蜂拥而上，即使她无法吸引到全场最帅的男人，但是她仍然比绝大多数男人拥有更多的选择权。在你彻底吸引一个女人，逆转你们的框架之前，性爱对于男人来说需要去争取，而女人只需要当一个选择者。永远不要忘记女人天生具备筛选能力，但是这本书的内容会让你成为世界上极少数能够逆转这个框架的男人之一。

在正式进入这本书之前，我还要你清楚一些误区。首先，我不认为和所有女人相处都需要用一些策略来能和她们上床或是得到她们的心。现实当中你的确可能会遇到一些也非常喜欢你的女人，你俩一拍即合就可以快速结合，不需要任何的策略和技巧，**以至于到最后，你以为是你终于睡到了她，殊不知可能是她故意引导你这么来做来睡到你。**

然而，在我过往的实战经验当中，能遇到这种女人的情绪实在是凤毛麟角，而且这种女人往往都是高级的女玩家。换句话说，是对方睡到了你，是对方爽到了，甚至你还可能会遇到极端放荡的浪女。这种女人长期混迹于酒吧夜店，把男人当作自己放纵享乐的工具，自己的生活一团乱，更不用说和你的生活能有所交集。因此这类荡妇，不是我们烈艳的首要目标，如果你非常需要性发泄，倒是可以优先选择此类浪女或是找小姐。

此外，还有一个很大的误区也是男人们在学习社交过程常常会遇到，就是停留于宏观层面的策略而忽略了微观层面的实战技巧。比如，你知道要保持你的奖品框架，可是一旦你开口和女人说话，你就不知道具体该如何细微操作，那么这本的内容就是你一直苦苦寻找的武林秘籍。

我们不谈假大空的理论，只教你最实战最有用的社交技巧。准备好了吗，让我们一起开启这场精彩的旅程。

## 1.2 PUA的流派演化（重点推荐）

自打我开始翻译和点评红药丸觉醒(Red Pill)之后，许多练PUA的人开始关注这到底是什么东西，觉得这是一个新的概念，开始拿它来跟PUA做比较，纷纷问出类似“要学RedPill吗？还是要学PUA呢？”这些奇怪的问题，仿佛Red Pill就是另外一颗灵丹妙药，吞下去之后就会变得超有魅力。

我完全可以理解，毕竟Red Pill并不是一下子就能完全领会的东西，虽然说他是一个觉醒的过程，但确实是在刚开始听到的时候会一知半解，于是就会问出这种要学RedPill吗还是学PUA这样的问题。而这也是为什么今天我要开始聊起所谓的PUA的发展史，因为它会深入地你 过从这个角度来了解Red Pill和PUA，之后你就可以有更高的理解来做出你的选择。

注意：本文分六个维度带你解读PUA、Inner Game、Red Pill等的主要思想和发展史，全文内容较多，建议收藏之后反复、耐心阅读完全文，文章读罢，你对PUA的流派演化和自身选择会有一个客观、完整的认知。

### 1左派vs右派

左派与右派其实是很政治学上的一个概念，在西方欧美国家，左派右派一直都是互有争论的，或者我可以说自由派与保守派之间的辩论。虽然左派就不等于自由派，右派也并不等于保守派，但是未免我们讨论的太多细节让人失去焦点，我就直接分为左派与右派来说比较好讨论。

**左派的核心概念在于自由，平等，打破规则，重视同情心与弱势。右派的核心概念则是秩序，能力，界线，阶级与价值体系。**

然而左派与右派究竟谁好谁坏?答案是你不知道。

有时候右派太过极端,造成局势太过于贪腐,价值体系的阶级太过僵化,底层的人上不去。在顶层的人用着特权的优势死卡着,那么这时候整个价值体系就会太过于陡峭,造成许多社会问题与痛苦发生,这时候就需要左派的元素,来打破这个过于僵化的阶级。然而若是左派走到极致,所有的界线疆界都被打破,所有东西都要融合在一起,忽视能力的重要性而强迫所有东西都必须平等,同情心泛滥造成完全不需要有秩序与规则,这时候世界就会陷入混乱。此时就需要右派的元素,设定界线与规范,让这个混乱的社会可以回归秩序。

所以左派与右派没有绝对地好与坏,我们能做的就是拥有一个机制,可以快速地反应这个世界的局势来调整左派与右派的比例,以符合目前世界局势的需要。而自由言论的重要性就在于此,因为唯有当左右派都可以最大化自己想表达的意见,我们才能对这个变迁快速的世界局势做出最即时的反应。

更多一手情感课程

CF69567

kc58567

## 2 New Age vs 存在主义

说完了左派与右派的差别,接下来我们就来谈谈另外两个流派的比较,New Age以及存在主义。

New age是一个从1970年代开始兴起的一种流派运动,很讲究身心灵层面的信仰,这个流派有个很鲜明的特色,就是他们认为世界与人生的本质是丰盛的,我们之所以会有痛苦,都是因为自己的思维造成的。我们为了获得更加优渥的物质生活,我们为了竞争,于是我们开始使用自己的思考能力。而当我们无意识地让这些思维在脑海里乱窜时,这就是造成我们生活痛苦的源头。如果我们抛开这些,专注当下,专注在宇宙的一体,那么我们的本质其实是富足的。在一个Newage派别很有名的作者Eckhart Tolle的一本名作“当下的力量(The power of now)”里面,他讲了一个故事:

曾经,有一个乞丐在路边坐了三十多年。一天,一位陌生人经过,这个乞丐机械地举起帽子,喃喃地说:“给点钱吧。”陌生人说:“我没有任何东西可以给你。”然后他问:“你坐着的是什么?”乞丐回答说:“什么都没有,只是一个旧箱子而已,自我有记忆以来,我就一直坐在它的上面。”陌生人问:“你曾经打开过箱子吗?”“没有。”乞丐说:“有什么用,里面什么也没有。”陌生人坚持:“打开箱子看一看。”乞丐这才试着打开箱子,令人意想不到的事情发生了,乞丐充满惊奇和狂喜:箱子里装满了金子。

Eckhart Tolle在书中说:“我没有什么东西可以给你的,因为你的生命早已经拥有你所需要的丰盛,我只是个告诉你黄金在哪里的那位陌生人而已。”这个是New age流派看待世界的假设,生命与世界的本质是丰盛的,痛苦都是我们自己的思维所造成的。所谓众生皆苦,这个苦就是因为人欲望的不满足。

而另外一个流派则是存在主义,也就是大家熟知的尼采,存在主义看待世界的观点非常地不同,他们认为人生的本质就是痛苦的,是受苦受难的,因为我们都一定会死,光是这件事情就够我们焦虑与挣扎了,当你知道你一定会死的时候,怎么还能不焦虑呢?而除了人一定会死亡以外,人生最本质的受苦受难,其实是人性有意识的憎恨与愤怒带给其他人与这个世界毁灭。我们必须面对自己内心的憎恨,也必须面对其他人因为愤怒带来的攻击与破坏。

看着二战时期所造成的悲剧,大家可以思索一下到底人为什么可以这么天才般地想到并且做出这么惨绝人寰的人间炼狱,因为人的恨意可以非常强大,当被这些憎恨给吞噬之后,人类是可以把这个世界弄得比地狱还要更加地狱的。

存在主义告诉你人生是很荒谬又痛苦的,然而既然人生的本质是受苦受难又这么痛苦,我们到底该怎么办?答案是你必须提升自己,你必须发展自己的黑暗面,因为天真与快乐是很脆弱的,你必须让自己有破坏的能力但是可以选择不用,你必须追逐价值体系让自己更加地强壮,最后最重要地,你必须可以自愿扛起自己所能扛的最重责任。这就是你人生的意义,而这人生意义之所以会这么重要,是因为它是你在面对这个痛苦到无法忍受的人生悲剧时的最佳解药,如果你没有人生的意义,你根本无法面对这个痛苦的吞噬。

New age和存在主义看待生命的本质很不一样,他们所站的假设点有根本性的不同,虽然最终他们都希望人们可以有更美好的生活,但由于这样根本性的不同,也造成其他各种领域在发展自己的流派会有很不一样的思维与策略。

## 3 Inner game vs Red Pill

看到这边,我想大家就很了解了,在PUA的领域里面,在迷男方法The game,所谓的PUA 1.0早期流行过一阵之后,国内这几年来很流行所谓的Inner game,也就是大家俗称的PUA2.0。



Inner game的概念其实就是偏向左派与Newage的思维，讲究生命的本质是丰盛的，你会这么害怕把妹是因为有太多的社会制约囚禁着你，你的思维卡住你的脑袋，当你看到一个正妹在路上时，你觉得她等级比你高太多，你一定会被对方嫌弃，你觉得一定会被对方拒绝，所以你连过去跟她打招呼都不敢。

这时候Innergame告诉你，你的本质是丰盛的，你们的价值是平等的，你被这个社会制约给蒙蔽了，所以才会认为自己是不值得的，但如果你摊开自己带着真诚的本质和对方交流，对方是愿意停下来听你说话，也会被你的丰盛本质给吸引的。

于是你真的走过去和对方打招呼，而对方也真的停下来听你说话，你伸出你的右手带着自信又舒服的能量示意握手认识彼此，而对方也回握了你的手，跟你介绍了她的名字。在这一刻你觉得世界实在太美好了，原来Inner game是真的，原来这些社会制约一直蒙蔽着我，原来这些不受控的思维都是我痛苦的来源，原来生命的本质是丰盛的，只是一直以来我都不知道而已。

上面那个和女生搭讪的场景，也许有人会觉得是扯淡的，不可能有女生可以这样摊开心胸就跟你握手。然而，这件事情并不是扯淡，这种事情虽然不会总是发生，但是并不是什么上火星一般不可能的任务，发生的频率还真是不少。

于是Innergame会很讲究突破制约，只要突破了社会制约，背后就是丰盛的世界等着你。然而说到这边我想你也感受到了，这种思维是非常左派与Newage的角度。

#### 4突破社会制约的问题

在上面跟女生搭讪的例子，所谓的社会制约带给你的假象，就是在你还没有搭讪以前，社会制约直接强加给你一个观念，就是你去路上跟女生打招呼是很奇怪的一件事情，女生是不会理你的。由于过去你也真的没尝试过，你想起过去跟女生告白失败的情形，你看着主流媒体报道那些搭讪的男人很噁心的文章，于是你相信了这个制约，建立起自己的世界观，认为在路上搭讪正妹是不会屌你的。然而突破社会制约的理论就是告诉你：“等等，既然你从来没试过，你怎么知道女生不会理你呢？”

在RSD Tyler的Blue print(蓝图解码)里面，就是用这个概念来解释所谓的突破社会制约，似乎只要突破了，后面等着你就是无限的美好，不要卡在自己的脑袋里面。

然而，社会制约也不全然是坏的，在Tyler的Blue print也有举另外一个例子：“你为什么不跳楼呢？因为觉得跳楼就会死吗？可是你没有试过，你怎么知道是真的呢？”是的，我们都没有跳楼过，没有亲身经验过(希望你没有)，但是这个制约保护着我们，保护我们得以生存，不用亲身去尝试。也因为如此，社会制约不全然是坏的，有些确实是保护着我们。

所以突破社会制约的重点与问题在哪里？注意，注意，注意：其实重点不是要我们看到社会制约就要去突破，不是你突破一个制约你又变得更屌了，重点在于你是不是让自己的人生更加接近“真实(Reality)”。（超级重点）

当你看到一个正妹你原本不敢跟她说话，接着你突破社会制约的限制鼓起勇气跟她说话，她却意外地给你好反应，你觉得这件事情太棒了。是的，在这个例子里面，你确实是突破了这层制约得到了你意想不到的结果，但是比起突破制约的这件事情，其实真正的重点是在于这次的制约突破让你更接近了真实，过去你以为女生都不会理你的世界其实“并不够真实”，并不是真正的Reality，其实真正的真实是有很多女生会理你的，是会跟你说话的。

发现了吗，重点不在于看到制约就想突破，重点在于你是否更接近了“真实”，而突破制约只是其中一种方法而已。

#### 5 RedPill的思维

说完了Inner game，就要开始说Red Pill的思维了，到底Red Pill和Inner game有什么决定性的不同？Red Pill提到了慕强择偶(Hypergamy)，提到了女人的天性，在这个部分其实是非常右派的思维，也就是所谓的价值体系，讲究的是能力的比较。

RedPill告诉你，如果你希望有个好的长期关系，方法并不是把长期关系当成是你的人生目标，而是把自己的目标当做是人生的重心，把自己当做是人生最重要的优先顺序。女人不会是你的人生目标，而是让你的人生更好的一个互补组合，而长期关系只是在这样的生活型态下产生的副产品而已。而这个思维比起New Age与Inner game，其实更加接近存在主义的人生本质其实是苦难的思维，也就是我们必须不断地提升自己，让自己更加强壮，才能够长期又有效地去面对人生苦难的生活方式。

所以比起所谓的“做自己”，Red Pill告诉你不要做自己，而是“做更好的自己”。

因为生命的预设状态不是丰盛的，当你什么都不做的时候不代表你得到了解脱，而是一个没有方向的世界，而当你没有方向，也就代表没有价值是值得你去追寻的，而当你的人生没有任何值得你去追寻的价值时，你就回到了原始状态，回到了无止尽焦虑又痛苦的世界。

然而面对了Hypergamy的真实，许多人用各种不同的态度与行动来面对，有些人开始怨恨，认为过去一直以来被骗了，进而开始仇女，而这就是所谓的黑药丸(Black Pill)。

然而真正的Red Pill却不这么认为，Red Pill认为这反而是得到了真正的自由，得到了人生真正的掌控权，因为最终发现原来人生的重点其实是放在自己身上，放在自己的目标上面，放在找寻自己人生的意义上面，而不是传统社会灌输我们的，把这些都放弃掉，只把人生重心放在女人身上。

这种思维就像右派不期待乌托邦的世界一样，不期待到达一个什么都不用提升的境界，认清唯有让自己更强壮又有破坏的能力，才可以面对人生本质的苦难，所以比起New Age，这是比较偏向存在主义的一种思维。

## 6 男性思维vs女性思维

回到了两性吸引，所以你到底要选择左派还是右派呢？其实无论是左派和右派，你都能够吸引到女生，只是你对于两性之间动态的基础是截然不同的而已，而这样的不同也会对你的人生以及两性相处动态造成深远地影响。

当你偏左派偏Inner game的时候，因为你的气场与能量是带有自由与平等的，是非常轻松的，这会带出情绪波动，只要再主导一下框架，很快就会跟女生的情绪产生连结，进而产生吸引力，最终推倒上床也确实会发生。

然而打完炮之后呢？最终你还是要回归两性真实的动态，你希望女人永远对你有最真实的欲望吗？如果你想要的话，那么真实的欲望又是怎么来的呢？

这时候偏右派的Red Pill告诉你，当你跟女生讲究平等主义的时候，你其实就是在跟她妥协欲望，你就是在谈判，因为你希望彼此是相同平等的，没有属性的不同，也没有价值体系的高低，只要我做了这个，那么她今晚就会答应跟我上床，只要我又多做了这些，那么她明天晚上跟我上床还会穿上性感内衣。

当你把两性的动态看成是平等的关系时，你正在做的是把女人的真实欲望打成需要妥协与交换的欲望。

然而无论你怎么把女人的欲望打成是妥协的形式，女人本身的真实欲望还是不会消失，她要不是压抑着，要不就是找到其他宣泄口发泄掉，这也是为什么最终许多好男人没办法理解女人会离开他的原因，不是因为他好，不是因为她单纯爱使坏的男人，而是因为女人的天性里面有Hypergamy的存在，她的真实欲望需要出口，而通常这个出口就会通往Alpha，而不是一直想要平等主义妥协来妥协去的Beta。

所以身为男人，你不需要抱怨为什么好人就这么悲惨，你其实是要做出你的选择，当你了解了两性动态的真相，接下来就是你决定自己想要当什么样的人了。要知道当个欲望妥协的平等主义不一定是会被戴绿帽，待在蓝药丸(Blue Pill)的世界里面也不一定就会被女人抛弃，事实上蓝药丸世界里也有许多的Alpha，也有很多强者，他们也都有成功的事业与人生成就，而女人也会对自己的选择做出风险评估，不会无脑地被Hypergamy给吞噬掉然后只是单纯永无止尽地慕强择偶。

然而，如果你在乎的是两性吸引真实的动态，那么你就要了解，**要能够最大化吸引力，就是最大化男性思维与女性思维的反差**。当男人站足了男性思维，女人站足了女性思维，女人最真实的欲望就最容易产生出来。无论你是否想要平等主义的妥协，无论你是否觉得你想要用“脆弱的力量”来摊开自己的情感与脆弱面，这些确实能够让你跟女人产生情绪上的交流，但要知道这些都是非常女性化的思维，并不会最大化女人最深层的欲望，反而更容易让你变成女人的女朋友。

在现在这个社会，男人大多被鼓励要有更多的女性思维，鼓励女人要有更多的男性思维，因为当要追求平等，这是必然的趋势。当一个男人表现自己的男子气概，表现得大男人，这时候却会被说成是自卑感作祟，是因为父权主义的遗毒，是造成男人会压抑这么多的原因。只要你摊开了自己，多带点女性思维，那么你就是很有自信，你就会更有吸引力，女人会更加爱你。

然而，事实真的是这样吗？在性别悖论(Gender Paradox)这个被研究无数次的概念里，**告诉你当我们给男女最大的自由选择权时，男女其实不会变得更相同，反而会变得更加不同。**所以当你开始展现你的男子气概的时候，难道就代表你其实是被社会给洗脑压迫吗？难道就代表着你内心充满着自卑感吗？还是其实这只是这个社会刻意要你更加女性思维的一种说法？

如果你想要让自己有更多女性思维，更加感性一点，我没有意见，这个方法也确实能跟你和女人增加情绪上的连结。但你不需要认为当自己展现男子气概的时候，就代表自己没自信，就代表自己内心是自卑的，你并不需要隐藏自己的男子气概去证明给别人说你其实是很有自信的，因为当男女可以有最大的自由与选择来决定自己想要做的事情时，男女本来就会很不同，男女会越来越相同反而才是压抑之后产生的结果。

## 1.3 僵局的应对（重点推荐）

在game的过程中，我们经常会遇到妹子或者客户已读不回、态度忽冷忽热等等僵局，首先我们要知道僵局不见得是坏事，事情卡在那里的混沌未明，有时候是事情发展之必然，需要给点时间酝酿，让子弹飞一会才知道结果。虽是如此，要成熟面对僵局可不容易，特别是在短视近利的年代，做什么事都希望立竿见影，殊不知有时候短期利益，带来的却是长期伤害。

### 1 面对僵局的正确态度

大脑并不喜欢混沌未明的状态，这有违我们生存本能，再怎么说明，对事情心里有数也可进一步判断接下来该怎么做，未知的恐惧永远是大脑最痛恨的一件事。也因此我们喜欢脑补，透过脑内小剧场，自行补上未知的那一面——就算脑补的内容与真相天差地远。所以要能正确面对僵局，可是有技术含量存在，甚至帮你拉开与敌人的差距，也是我们前面拼命强调“等待”的硬底子功夫。

一方面，我们需要对事物的发展有足够的洞察力。洞察的英文叫"insight"，照中文字面解释的话，如同把事情开个洞看到内部，能看到本质规律，甚至预测事情走向发展，既然你能预测事情走向发展，那么悬而未决也只是发展阶段之一，哪需要在一旁瞎操心？况且，很多事情你瞎操心也没用，时机未到，它就是卡在那儿毫无进展，等就对了。

另一方面，我们需要真实的自我安全感。然而，对事情的洞察需要智慧，这可不是每个人都有的东西，不过可以退而求其次，透过心理素质我们获得面对僵局的冷静自若，也就是所谓的“安全感”。就拿婚姻来说，不少人觉得年纪大了就该结婚，甚至吧无法共组家庭视作一种人生失败，择偶条件也是“以结婚为交往前提”的急病乱投医。我要说的是，同样以结婚为目的，“年纪”对男人与女人的意见，可是截然不同。

我合理假设看这篇文章的都是男人，你们他妈的根本不用担心啊！男人的性价值(SMV)只会随着年纪慢慢增值，包括历练、脑袋、经济状况，如果你愿意常跑健身房那最为人所诟病的床上不给力也消失殆尽，总之，愿意认真照顾自己的生活，“年纪”会是你最好的盟友，能够认知这一点，将会是你处于单身状态的最佳后盾，是最真实的安全感来源。具体的可以参照我之前的文章。

但如果是女人，那就不行了，一个聪明的女人，会在自己SMV最高的二十岁到二十五岁左右把自己嫁出去，到了三十五岁还没嫁，同样是三十五岁事业高峰的黄金单身汉，永远只会把目标放在二十五岁的年轻妹上，所以恐怕只能往更老的男人、更缺乏见识的男人去照，四十五岁以上又缺乏良性互动训练的男人多属此类。

### 2 僵局的解法

上面说的是面对正常僵局的心态，其实也就是“等待”两字而已，但是有种僵局叫“状况之外”的僵局。如果把男女互动比作两兵相争，你连开战地点、时机都搞不清楚，那怎么死的也不会知道，要避免发生这种鸟事，你需要做到以下几招。

#### 第一招：用时间跟她拖

就算你不知道状况，也可以试着等待，不见得要对事情发展了然于胸才能让子弹飞。让子弹飞一会才知道射中的是老虎还是阿猫阿狗，也才知道接下来该怎么做。拿根妹子聊微信来说，如果你



老发现她常常不回你讯息或者很久很久才回，那我建议你就别再继续敲她了，最好冷落她，放个十天半个月，借此去验证你在她心中的地位，如果你的价值够，她绝对会忍不住来敲你。

## 第二招:用空间跟她换

空间是另一个维度，以军事学而言，不外乎诱敌深入，看是要利用地形限制对方还是要设下伏兵迎头痛击，所谓“以退为进”也是在空间上大作文章。一样以跟妹子聊微信为例，除了冷处理拖她个十天半个月，你也可以退而求其次，转头去转盘子，找别的妹聊天。你愿意的话，还可以像棒球比赛一样安排投手轮值表，把周一到周五都排满满的，透过空间调整，去形塑自己高价值的一面。一直主动敲同一个妹子，她只会觉得你没别的选择，是标准loser的行为模式。

如果敌人躺在那里，要知道他是真死还是假死的最快方法，当然是拿树枝戳一下咯，与“策之而知得失之计，作之而知动静之理，形之而知死生之地，角之而知有余不足之处。”不谋而合。你想知道敌人的真实状况，除了在家阵地拿望远镜偷看，最好的方法，自然是派出一支小部队试探一下对方的情况。之前曾经无聊跑去听别的女生开的聊天讲座，那位女导师特别提到:千万别用“在干嘛”当话题开头。只见她义愤填膺，大概是常被一群笨蛋用“在干嘛”搞得心烦意乱，看到这三个字负面情绪爆表到想骂脏话。

她的情绪反应是真实的，也或许她说的是对的，用“在干嘛”这三个字开头，的确会让部分女生觉得不爽，因为你在索取价值。但我们要仔细想想，女生之所以不爽，真的是因为这三个字，还是因为这三个字的人?如果周杰伦、余文乐、彭于晏传这三个字给任何一个女生，我相信绝大多数的反应会是:“靠，男神主动找我了!”

我要说的是，“在干嘛”这三个字其实是很棒的石头，随便投一下就能知道对方的路。首先，它很便宜，敲这三个字不用花你五秒钟的时间甚至你可以群发(是的);再来，它泛用性强大，不像有些笨蛋在床上打炮会叫错名字，跟“宝贝”两字一样非常普适。最后你可以轻而易举知道哪个女生对你有意思而愿意回你，值得在她们身上多花时间，至于那些不鸟你的女生，就别浪费时间，直接pass吧。

## 3 打破僵局的本质

打破僵局这件事，你也只能尽人事知天命，最好的心态就是不抱期待，这有点像许多企业顾问在帮公司诊断的做法，你真的以为他们能清楚预期改变做法所带来的效益吗?其实不是，他们只是改变一下现状，加入更多变数，像炼金术士一样东加加西加加，最后会变出什么东西，他们自己也不是很清楚。但这的确是突破僵局的正确做法，你怎么知道事情不会越变越好?

# 1.4 和渣男学智慧-冷血理智的特质

我们先来谈谈渣男的类型:

## 1.小打小闹的骗炮渣男

一般人定义的渣男，大概是骗人感情，跟妹打炮打得很爽，最后再射后不理的那种人。虽然这种小家子气的渣男总是让男人羡慕，也让女人痛恨，但就技术层面来说，其实用beta game的玩法也可以达成目标。我知道有不少男人对付女生也用类似作法，他们会挑些想结婚想过头的女人，再用忠诚、专情的形象切入，虽然女人对这男人也许没有动心，但因为想结婚的关系，又以为对方是个值得托付终身的对象，所以才傻傻的上了贼船，事后男人直接搞消失，骗炮得手。

这样我好像把人家的商业机密讲出来了，简单说渣男骗炮就两招:先找想婚的妹子，再用beta game玩法展示忠诚即可。但这种玩法只能止饿就是了，你能选的妹子不会太多，而素质嘛.....

## 2.吸血的病态人格患者

这个比较有讨论价值的，其实是病态人格型渣男。这种渣男极度冷血，几乎没有同理心，又以操纵他人为乐，跟前面那种骗炮的比起来，病态人格要危险得多，他们不光是要女人的身体，连钱

也一并拿走，把血吸干后再找下一位受害者，周而复始。

病态人格患者多半是欲望的奴隶，除了性欲，也有可能是掠夺他人的快感，或是睥睨他人的优越感。所以有些病态人格的目标不光是女人，而是女人身旁的男人，他们要的是抢走这男人所拥有的一切，从事业到女人全部抢走，更狠一点的会让目标身败名裂，非常狠毒。

不过嘛，并不是每个病态人格都很聪明。对，他们在执行任务上的确比一般人更不容易受情绪影响，可以精准到位把细节处理好，但比较笨的病态人格其实是不计后果的，他们无法预见未来会发生什么事，自然也不会管你死活。

这种“不计后果”的特质，正是他们的快感来源之一，充满危险的刺激感其实是让病态人格乐在其中的毒品，只要尝过一次就无法自拔。当然，不是每次任务他们都能完美执行，再完美的任务执行也会有出包的时候，一旦出包要嘛坐牢，或是跟着被报复、倾家荡产，连命都赔掉都有可能。

真正深谋远虑又能精准执行的病态人格，往往都能在历史留下属于自己的篇章，蒋介石、柯林顿、希特勒通通都是病态人格的一员。病态人格既然有上述特质，我们该做的是学习他们优势，把这些能力转为己用。

第一个是“冷血”。病态人格极度冷静的战略思考，在出谋划策上可以是巨大助力。摒除不必要的个人情绪，可以在评估风险达到最高准确度。除此之外，没有妇人之仁在旁边干扰，能把伤亡看作报纸上的数字时，对一个将领或国家领导人来说，其实是非常重要的特质，才能在困难的抉择下两害取其轻，做出正确判断。

第二个则是“精准解读情绪的换位思考”。病态人格虽然没有同理心，但不代表他们不知道你在想什么。事实上，他们压根儿清楚知道你在想什么，知道弱点之所在，怎么做能让你的痛苦最大化，只是他们会觉得“妈的干我屁事”而已。病态人格通常没有自己真正的个性，他们很擅长戴面具，跟变色龙一样演着别人的人生，也因为这项能力，让他们在解读他人情绪时变得非常精准，对想做到料敌机先的决策者而言，这其实是非常具备优势的一项特质。

最后一个则是“没有拯救他人的浪漫主义”。很多男人遇到女人都会有想挺身而出拯救她的骑士精神，接着是拼命花钱、花时间陪伴，如果不幸刚好遇到病态人格的妹子，那根本正中下怀，完全被吃干抹净，点滴不剩。这种状况只有同样是病态人格特质可以反制。既然冷血暴表，自然不会有这种骑士病毒在一旁扯后腿，可以大幅省下成本投注在值得的目标上。

### 3.具有病态人格优势的正派alpha男

富有领导魅力的正派alpha男也多少具有病态人格特质。通常正派alpha男很挺自己人的，就像部落领袖会照顾手底下的beta，以及自己的女人一样。但这种大爱可不是无止尽延伸，alpha男的界线可是非常清楚：只有你向我宣誓忠诚，才有资格享受我给予的一切福利。

对自己人可以无止尽百般容忍，但对于外人或是敌人可就不是这样，一旦被病态人格alpha男视作敌人，随之而来的打击可是毁灭性的，不把你弄残弄死，恐怕是不会罢休。别忘了，他们一点都不在意你的死活，也知道你的弱点，跟这种人为敌绝对不是正确作法。

而对于外人，他们心里自有把尺，会从很多地方检视能力跟人品，以及是不是能收编成盟友。他们心里自有一套评鉴跟赏罚标准，在他们心里地位越高，得到的福利也越多。观察历史上那几个病态人格领导者，也都是用这种方式拔擢心腹，让手底下的人为了取悦他而拼命工作，借此获得升迁机会。

不得不说，这的确是权力战场上的必备思维，有这项能力的才有资格爬上高位。

更多一手情感课程  
CF69567  
kc58567

## 1.5 和渣男学智慧-好坏渣男之别

尽管渣男一词已经被污名化，但有的时候你还真的得学学渣男的心态，至少他们在处理妹子的问题上，可是非常果决明快，绝不拖泥带水。事实上，搞死大多数Beta男的真命天女症，或是牺牲奉献当舔狗却连销售都牵不到的窘境，在他们身上可是丝毫不见踪影。

0爱得要死要活的恐怖情人



如果单纯用“爱不爱人”当作男人好坏的唯一定义，那我敢说恐怖情人的存在绝对是很好的一记耳光。恐怖情人个个都爱妹子爱的死去活来，差别在心态偏差造成方法错误，导致无法赢得佳人芳心，可人家的动机完全没错。他是发自内心真的爱的要死啊，甚至爱到想毁掉一切来成全自己的一颗真心。可是，比起恐怖情人，渣男却比他们要厉害的多。

## 1 爱你身体不爱你的渣男

渣男最大的特色，就是他们并不会真的爱上哪个妹子，到处撩妹也只是顺从自己身为男人的播种天性，图的是来一发的快感；大多数把爱情当信仰在拜的妹子，看到“无法爱人”四个字，会藏不住怒火开始满嘴喷粪甚至问候对方全家，认为这群男人是天底下最糟糕的混球，无法爱人又到处撩妹（讽刺的是妹子偏偏都爱这种男人）。

但我必须要说：假使“无法爱人又有办法将妹子搞上床”是渣男的唯一定义，那渣男可是有好坏之分的。

### 1. 1好渣男

虽然在“渣男”前面加个“好”字似乎有点怪怪得，但我也想不到更好的代名词。所谓好渣男，虽然出发点仍然是满足自己的欲望，可他多少会注意到生态平衡，不会去玩弄妹子的感情。要跟妹子上床的方法有很多，可以感情骗炮，可以两手一摊直接坦白自己就是来玩的，只要你操作的样本数够大、翻桌率足够高，一定可以从中找到适合的妹子来跟你玩一下。

好渣男会找玩得起的妹子下手，不仅省事，也不会伤及无辜，更不会制造出对感情心灰意冷，于是投向魔鬼怀抱而化身成绿茶婊的女玩家，拿感情或者婚姻骗炮是他们所不齿的事情。

### 1. 2坏渣男

至于坏渣男，前面也说了，最典型的特质是为了爽那一炮而无所不用其极上各种大饼，骗来交往上床后立马消失还是小事，还有不少人甚至拿着婚姻当大旗，对向往婚姻的无知少女招摇撞骗。有些傻妹很奇怪，会认为跟男友上床叫天经地义，跟炮友各取所需叫罪无可赦。所以坏渣男便抓着这项弱点往死里打，交往上床得手后，短短一周后立马分手，照这群傻妹的定义，这完全合法，她们还是跟自己的男友上床，虽然这段感情只能维持短短一周。

其实说穿了，靠欺骗画饼来game的坏渣男策略，还是在打beta炮，试图通过“关系确定”的方式来合理化上床的需求。可是，最棒的game不是你通过奇淫巧技让双方一成一败，而是共赢到大家都想跟你玩，而你还能保持住优势。

## 2 榨取身体和价值的黑暗人格

自打国内极端pua流派“五步陷阱”问世以来，pua的污名化踏上了通天大道，广为大众所知。其实很多人对pua的理解也就停留在精神控制层面，关于pua的认知我们以后再聊，今天我们来分析一下为什么会精神控制的渣男可以屡屡得手。

精神控制，说穿了就是通过把过失的责任全部转移到女生身上从而破坏女生框架，用打压、否定的方式让她自我怀疑，从此渴望得到你的认可而对你唯命是从。（特别是用无法改变的东西去打压，比如处女、身高、家庭、疾病等等）

看到这里我估摸着大家会有一个疑惑：被否定会渴望得到认可我能理解，但是否定对方就能让对方对我唯命是从，这也太夸张了吧？的确，刚刚我说的只是精神控制的目的，而真正厉害的，是精神控制背后的过程——利用沉没成本和自我合理化来逐步达到不可回头的操弄地步。

### 2. 1沉没成本——走不出的黑暗迷宫

当你第一次往游戏里充了500块，你觉得还好，下一次游戏搞活动要你冲800块，你就会因为之前冲过500块而觉得再充800块好像也没什么，而这500块就是沉没成本。同样，精神控制者先会展现出一副对你十分痴情的模样跟你上床，上床之后找你借3000块。你一想都上过床了而且他也发誓一生一世对我好，3000块算不了什么于是你就借了。

借了之后他花500块给你买礼物让你爽，让你觉得付出都是值得的，之后再找机会让你汇5万块，从此达成榨取循环，让你走进幽暗的黑暗迷宫无法自拔。随着你的价值被榨取的越来越多，你就像坐热气球一样越飘越高，当你发现不对劲的时候你已经飘在了高高的天空。而且此刻你想找人倾诉的时候会发现：你的人际社交圈已经被他的全部切断，你的社交圈只有他一个人。

我承认，你察觉不对的时候你手里有一根针，可以扎破热气球从此摆脱循环，可是，你真的有勇气扎破吗？

## 2.2 自我合理化——精神控制的另一帮凶

扎破气球，从万里高空跳下来自然免不了巨大的痛苦。就像你以为遇到了真命天子，突然间发现他就是个垃圾，这种反差不但会给你造成毁灭打击，更是等于告诉你，你她妈的就是个白痴！可是，你真的做好准备承认自己愚蠢被骗，并且被周围所有人都知道的心理准备了吗？

很遗憾，这些渣男不会因为得到好处就轻易收手，不把你挖枯竭他们不会消失。更糟糕的是，我先前有个女性友人，遭遇过此类渣男的高段位选手，不但玩消失，而且不会让你找得到他。不仅在先前和友人见面时会刻意隐藏自己的个人真实信息，就连他的交友圈的人也不值得他住在哪里，真正在做什么。

这两类黑暗人格的渣男，往往有着和善、秀气的外表潜藏在你我之中，但是话说回来，一把刀在杀手手中就能茹毛饮血，可在医生手中就能普度众生。那错到底在刀还是在人呢？

# 1.6 和渣男学智慧-掌控生活

就结果来说，渣男的成功率可是非常高的，从他们的一贯伎俩学几招来用，足以在情场上受用一辈子。

## 1 唯利是图

我敢说，只有真正的实用主义者才能在把妹当中成了的气候，而浪漫主义者只能躲在自己的世界自爽，以为只要努力奉献，总有一天会感天动地，女朋友也会从天上掉下来。当然，唯利是图也是有分等级的，短视近利固然不可取，但要看到长期利益也不是那么容易，这取决于你的眼界、历练，以及是不是先把目标想清楚。

## 2 孤立

“孤立”自古以来都是邪教操弄人心的必要手段，只要把你跟家人、亲朋好友隔离开来，让你的注意力只能放在他身上，总有一天你会因为没有选择、资源受限而投向他的怀抱，这就是洗脑的可怕。渣男可是深谙此道，懂得用已读不回制造悬念，用暧昧不明的言语让妹子痴心，一旦痴心，自然没空去认识别的男生，整个注意力都被渣男拿走，也把主导权交了出去。

所以，渣男对妹子有着看似呼之即来挥之即去的超能力，其实都是善使小手段的结果。

## 3 制造被剥夺感

“夺其所爱”是许多被主流媒体洗脑的男人永远无法理解的一招，毕竟社会文化总要求我们体谅、照顾另一半。就算是她犯了错，也要先想办法包容再说，要把人家喜欢的东西拿走，恐怕会有道德上的疑虑，得承担点舆论压力。不过，渣男就是渣男，永远有着比一般人更强大的心理素质，有着更坚韧的脸皮厚度，这点小事情难不倒他们。要做到“夺其所爱”，你要先确定妹子喜欢你才行，妹子的“爱”，指的正是你本人。

是的，你必须用不同形式去搞失踪，已读不回是其中一种方法，如果你想学习更多招(包括如何运用失格等等的)，也随时欢迎你加入我的社交课程。总之，你要让她找不到你，短暂地从她生命里消失(我要强调，是短暂的)。一旦妹子找不到你，她会开始紧张、焦虑，担心你是不是不再爱她，又或者是狡兔三窟另有新欢。相信我，这是让她焦虑一下，绝对是让你们感情升温的好方法。

至于使用时机，我的建议是如果你们刚认识，感情或热升温，你很笃定妹子喜欢你，那不妨挑个周末完全消失，讯息不读不回，让她以为你说不定有其他的约会对象，要是她问起，记得不要说实话也不要说谎(实话是你根本待在家里打游戏)，用模糊暧昧的语言糊弄，或者干脆顾左右而言他也行。

如果你们已经交往(比较好的情况是刚交往不久，交往太久效力会大打折扣)，“夺其所爱”的最佳使用时机，则是她开始无理取闹，或是出现任何你不想要的行为。没错，你要把“夺其所爱”当

作为一种惩罚方式，看是要搞消失，还是把原本的约会或者烛光晚餐取消，让她知道谁才是老大，把主导权牢牢掌握在自己手上。

当然，要是妹子一拐，你要及时给予奖励，就像韩非子所说的“奖惩”是君王统治天下的两大利器，在情场一样适用。常有学员问我，为什么明明渣男对妹子不好(有的还家暴)，妹子仍然不离不弃，身边朋友讲到嘴巴都烂掉，还是愿意待在他身边?说穿了，渣男的手法毕竟深入人心，我们当然可以取其精华去其糟粕来圆满自己的感情生活。

## 1.7 长短期的不同策略

所谓“以正治国，以奇治兵”，背后的原理就是我们今天要聊的对待两性关系短期和长期的不同策略。把你身上的价值一一排开，可以根据展现的层次分为显性价值和隐性价值。显性价值包括颜值、身材和打扮，隐形价值包括经济能力、社会地位和情绪稳定度。此外，还有才华、智慧、谈吐这三个技能，则是看情况调整为显性价值或者隐性价值。

之所以说是显性价值，是因为只要你人一出现，你的颜值、身材和打扮这三样东西就摊在众人面前，作为马前卒的第一印象，拿来当显性价值使用也是合情合理。而对应的隐性价值的三样则是藏在手中的潜力，作为最后才秀出的底牌。同样是把妹，根据我们自身的目的可以分为短期和长期两种，在两种关系中，我们需要准备两套截然不同的处理策略来打出我们手中的牌。

### 1 短期策略

短期策略说穿了就是约跑二字，这可是许多宅男心中想做却不敢说的美好梦想，那么我要先问你了，你觉得约跑该靠显性价值还是隐性价值?答案应该很明显，当然是显性价值。妹子在挑短期跑友的时候，根本不会关心你有没有钱、有没有很高的社会地位，挑选的标准只有一条:你能让老娘爽。不论你是长的帅过吴彦祖，身材如彭于晏还是活好会撩如加藤鹰，你能让妹子感到开心，在约跑这块你就能占尽先机。因此，先把健身和外型这两个技能拉满(健身还能提高你的睾固酮，让你床上功夫倍增)，想办法秀出自己的身材撩拨妹子的欲望就对咯。

但我要提醒一下，秀身材外型来约跑，不代表你就可以乱发照片，也不代表你可以直白问女生:“约跑吗?”你应该用迂回的方式来展现显性价值，靠打扮去展示品味和身材，再用若有似虎的暧昧话语去表达意图。

如果说短期策略是高风险高报酬的炒短线股票，长期策略则是低风险低报酬却相对稳定的债券。

### 2 长期策略

长期策略的重点要放在隐性价值上，前面提到的才华、智慧、谈吐这三个弹性选项，你可以根据自身的目的决定展露时机。比如你身为乐队主唱，晚上空虚寂寞冷，想物色一下女歌迷来陪自己，那就尽量把才华当成显性价值来用;但如果你想交女友，最后再给她一个惊喜，可以在最后一刻才让她知道你的真实身份，会更加事半功倍。

如果说女生的短期策略是追求Alpha，那她们的长期策略就是以Beta为主，或者能找到Alpha和beta的完全体。短期策略用显性价值，长期策略考验显性价值，长期关系必须要开诚布公，让对方知道你有意愿跟她相处，除此之外，你得有平稳的情绪管控，不会动不动发脾气，偶尔还得拿出身家，贡献自己的资源，让妹子知道你有能力罩她，才能组建家庭。

把妹阶段你用显性价值，是典型阿宅会犯的错误;但若长期策略缺乏隐性价值，妹子只会觉得你这人东躲西藏，不是值得托付终身的伴侣人选，自然也不会跟你认真。

### 3 显隐价值不是零和博弈

进阶的做法是把迂回和直接这两个概念用到显性价值和隐性价值的展示中。如果你讲时效、求快速，那就用直接展示;而如果追求化骨绵掌般渗透到骨子里甩都甩不掉的劲道，那你该用迂回，用



侧面展示让对方自行脑补，这招正是品牌行销的关键秘密。然后，这不代表两种价值只能是二选一。想分到更多的蛋糕，一种是想办法提高分成比例，另一种是想办法把蛋糕做大，两种价值不是二选一的关系，而是互补的关系。厉害的话你可以两者兼备，甚至我会说，最高境界是交互使用，让显隐价值轮番上阵，再搭配之前说过的深不可测，我敢说，只要不是阶级差距过大，没有你攻不下的妹子。

但是这里我要说，你的策略不要因为和妹子打过炮就随意变动。很多没见过女人或者见识太少的阿宅，会有一种救世主情节，一和女人打完炮就马上白骑士附身，巴不得跪下守护好眼前的公主。一旦打完炮你千辛万苦维护的“Alpha男面具”就掉下来瞬间变回beta，这不仅会瞬间让你丧失吸引力，甚至还会让妹子再也不理你。

以下的社群问题的部分回复：

1.请问Andy,之前你在“什么是框架”里面提到过维护框架不一定要用赢的方式，这是什么意思呢？

的确，以男人来说，因为我们从小就被灌输“努力才有收获”的价值观，再加上天生的工程师思维，要获得事业绩效，思考的方向常常是做点什么，付出努力钱赢得自己想要的，和运动比赛一样，拼命练习才能战胜对手，这是非常直观的想法。

虽然工作和运动竞技的确适用这种思维，但偏偏社交不是，框架的维持或者主导，有时候不是靠做点什么去赢来的，甚至表面看来你还是个输家，但双方互动所呈现的，却多半是以对方追着你跑为主，最后的得利者其实是你。

面对框架比一般人强大的妹子，她会想尽办法让你进入她的框架内(比如探探上开出自己挑男人一定要多高多帅多有钱的妹子)。不管里头的条件有多不正常，相信我，只要她敢开，也不论妹子的长相，一定会有一堆男人争先恐后跳进她框架里自我证明。这里我要劝告老爱用工具人方式把妹的男生，你跟妹子互动的框架会延续到进入长期关系之后，当你用工具人的牺牲奉献追到女生，会注定一辈子要这么牺牲奉献下去，决不可能逆转。

那既然不能迎合，也不一定非要试图摧毁框架来赢她，该怎么办呢？这里就卖个关子哈哈。

2.你之前说过有男朋友的妹子会更好追，但这样不是非常违背我们的伦理道德吗？

这里要先说一下，我的立场向来是类似工程师或者科学家这类的角色，用热爱武器的心情跟大家分享武器的使用方式，你应该在你理解武器的使用之后，找出对自己有利的做法才是，举着道德当大旗，未免格局太小了。

## 1.8 妹有所不把，床有所不上（重点推荐）

先前文章说过很多男人控制不住欲望，见到妹子管他三七二十一就要打炮，不顾利害考量，就想发展为长期对象。的确，睡一下来个一夜情可以，但一直睡就必须考量更多事情了。

一般来说，男人要睡妹只有一个关键理由：够正，没了(无误)。有红药丸觉醒的妹子会知道女人SMV的构成，要么抓紧时间健身、做医美提升外在，要么抓紧时间去和Alpha男人game提升社交技能。而有些教女生追男生的导师会用一些似是而非的话术去回避女人应该要变得更漂亮的话题，还要女人用什么土味情话之类的方式去接近心仪的男生，但事实上不过是毫无帮助的心灵鸡汤，真正在情场和职场享尽好处的妹子，绝对知道用自身外貌优势从男人身上捞尽各种父权红利。平常找工具人接送根本只是小儿科，离婚还能从前夫手上拿个几千万的房子，这才是手段高超的女人在做的事。

总之，不论是小打小闹把男人当舔狗的公主病患者，或是进一步把男人当提款机的绿茶婊，就连想正经着感情的女生(当然是有脑懂事的那种)都知道要先把自已变漂亮，后续才能有下文，毕竟，男人就吃这套，毋庸置疑。

然而，虽说透过外表挑妹子是根植在男人脑中的天性，兄弟你也是不用因为自己喜好女色而感到羞愧，但若你只看得到女人美貌带来的利益，却忽略了眉毛背后糟糕透顶的个性所带来的害，睡是睡了，但夜路走多了总会遇到鬼，到时候就有给你后悔的。

### 不能乱睡的妹子

“啊可是她就是很正啊，不能睡一下吗？”大多数人看到题目，第一个想问的应该是这个，没错，男人身上的血液容量有限，流向老二的时候大哥会变得无法思考，看到正妹往往不管三七二十一，先睡了再说。在回答这个问题前，我们先告诉大家哪些妹子不能乱睡。(对了，别睡龙妹，如果你他妈还能硬的起来的话，毕竟外貌应该是基本门槛，千万别让你的老二受委屈了。)

### 1.情绪管理有问题

你要观察她的情绪状态是否暴起暴落，如果她嗨的时候很嗨，但沮丧的时候却像溺水找浮木一样，开始找人乱吐苦水，甚至安全感低落，极度需要人陪，这种妹子可要小心了，这代表她无法独处或者挫折忍受度低，一不小心让她玻璃心破碎，说不定会夺命连环call或者杀到你公司，倒霉的绝对是你。

### 2.原生家庭有问题

记得，原生家庭父母的相处模式，有90%的几率会复制到下一代身上，也就是说，如果你真的很喜欢这个女生，想把她追来当女友，在出手之前，不妨先瞄一下她父母的相处状况，八九不离十，这也会是你跟她交往后的相处状况。所以咯，如果她的父母整天吵架，或是妈妈整天指着爸爸嫌东嫌西，你就得好好思考这是不是你要的生活。

### 3.价值观很有事

我曾经看过一个才十八岁就整形整得乱七八糟，把自己搞得塑胶味十足的女生，后来才知道原来她老妈年轻时被男人抛弃，所以拼命灌输她“把自己变漂亮从男人身上捞进好处”的价值观，这种内心脆弱导致价值观偏差的妹子，绝对不是你该碰的，遇到这种情况，你该做的事就是敬而远之，闪越远越好。

上面这三种，可说是隐藏在漂亮外表里头的害，多数男人缺乏帮助自己的大哥正常运作的血液流量(特别是在老二充血的时候)，只见其利不知其害，先睡再说的结果，往往惹来妹子无止境的纠缠，徒耗自己的生命。可能看到这里，有的兄弟会想:不是吧，哪有这么夸张，我只是要睡她，需要这么麻烦先做身家调查吗？

的确，睡一下来个一夜情可以，但一直睡就必须考量更多事情了。

其实坦白说，虽然我千交代万交代睡妹子前要评估再三，但我知道大多数人都是先睡了爽完再说，哪有时间去了解妹子个性，还要拜见人家父母了解其互动状况，又不是要交往，何必搞这么麻烦？

会问这个问题，代表你抓到核心:是的，你要知道“睡妹”和“把妹”其实是不同的事情。在game课里说过，把妹成功的预先条件叫先跟妹子上床，能做到这件事情，才有资格谈相处，先得到她的人，你才有必要认真评估，是不是该连她的心一起偷过来。所以，只看妹子外貌而想尽办法把她弄上床，绝对是合乎真实而且会发生的多数情况，先睡再说才是酒吧夜店天天上演的真实戏码。

但是，你们他妈打完炮之后总会聊天吧?这时的聊天，才是决定要不要继续相处的关键(当然妹子也会评估你的状况)，一个人的人品、情绪稳定度，甚至是家庭状况，绝对会在打完炮的事后聊天当中透露蛛丝马迹，你要有足够的敏锐度，才能厘清思绪，对这妹子的心里状况理出个大概轮廓，如果不幸她完全符合前说的那三种类型...那不妨把这次的鱼水之欢，当做到麦当劳或者肯德基点个全家桶之类的垃圾食物，吃垃圾食物是很爽没错，但吃个一次就好，天天吃的话绝对有害健康，千万别跟心理有问题的妹子讲太多话，让她投入过多感情，你会甩也甩不掉，倒霉的绝对是你。

行文至此，在多数男人心中，应该会出现一个技术问题:干他妈的，你不聊天，不跟对方谈感情，是要怎样睡她?这太反直觉了吧。

事实上，完全不会。拜女本位主义所赐，现代的妹子越来越会替自己找乐子，有些玩的还比你更凶(多人游戏之类的)，这大概是女本位主义替男人带来的利。所以结论出来了，遇到喜欢的妹子，

你应该想办法先睡再说，但过程中必须保持冷静的头脑(我是指相处过程，不是指打炮过程)，去观察她的内在是不是有你无法忍受的害，如果有，记得别再留念，在她身上投入更多感情之前，你该及早抽身闪人。

以下是部分社群问题的回复：

1.请问**Andy**，之前你在文章里说分手一律不要挽回，但是我觉得挽回了之后就还能继续往日的甜蜜，这样也很不错，为什么一定要不挽回呢？

那既然你谈到了挽回的“好处”，我们不妨来分析一番从利害关系来考量要不要挽回。(当然这只是为了尽可能帮你摆脱蓝药丸制约，红药丸觉醒的男人根本没时间在这上面费心思)

正常男人或者说绝大多数蓝药丸的男生的分析如下：

利：挽回后，能重拾过去的甜蜜时光，再度回到美好的两人世界中。

害：从此孤家寡人，终老一生(特别是有真命天女症，会认为此生再也找不到比前任更好的妹)。

但感情经验风度、知道分手挽回难如登天，以及阅读我们红药丸觉醒系列文章后思维提升的你，思维模型应该如下：

大害：沉溺在被分手的痛苦中，继续关注妹子的一切，被负面情绪掌控，一蹶不振。

小害：长痛不如短痛，斩断跟妹子的一切连结，包括微信、微博、QQ，从此不再联络，放手追寻新的感情生活。

不论从哲学角度或实际状况来说，后者的思维方式会比较踏实，有道是人生不如意事十之八九，真实人生的确就有这么多鸟事，学会在众多鸟事中做出比较不鸟的选择，才是对自己有用、值得练习一辈子的课题。

有幸看文章的你，或是感情经验丰富的人，自然知道用这样的思维模型来处理被分手该不该挽回的问题。那么，要是感情经验不多的，就只能碰运气看自己是否开窍，或是期待有高人指点帮自己度过难关。

2.请问你在直播里说过要把妹可以先去提升自己穿搭，那请问要如何提升？

提升穿搭的第一步应当是健身，有一身坚挺强壮的肌肉撑腰，穿什么衣服至少都不会差到哪去，况且健身也会帮助你塑造内心的自信，这是百利而无一害的首选建议。除此之外我强烈建议你找一个女生帮你，可以是女朋友也可以是女性朋友帮你提高一下你的外在穿搭品味，其实说穿了男生外在穿搭最核心的其实就是干净二字。

## 1.9 孤独是男人的好朋友

自从社群网络问世和智能算法(会根据你的喜好来给你推送讯息)的理论日益成熟，大多数人的视野被窄化不说，更重要的是我们对社交需求的渴望在被不断加深。三五不时的没事找人聊天、打卡、朋友合照、发朋友圈等等，这些表面看似光鲜亮丽的社交生活，背后潜台词却是可悲的那句：我很需要陪伴和关注。

当然，你可以有很多理由来合理化自己可怜的独处时间，诸如工作很累了，下班就该蹦迪喝酒唱K聚会之类。但是得承认，一个人多耐得住寂寞，他的成长潜力就有多惊人。孤独是用来自我提升的最佳时刻，你当然可以想一堆打发时间的方法，反正日子一样要过，太阳明天一样从东方升起，但想日后能把更多妹，又或者日后的人际关系想更加顺遂，千万别轻忽孤独的威力。

1.孤独是男人的好朋友。



国外已经有很多研究证实，孤身一人的时候，往往是一个人创造力最强大的时候。古今中外许多科学家、艺术家、小说家，成就最辉煌的巅峰也是在他们孤家寡人的时候;只要脱离单身、娶了老婆，开始烦恼柴米油盐酱醋茶等等生活鸟事，灵感会因此迟滞，事业也会就此停摆。所以，就算你game达人，每天都可以安排各种各样的妹子跟自己打泡，我还是强烈建议你在生活里留点时间给自己，用来累积更强大的能量，好处理未来更棘手的状况。

## 2.不把妹的时候，是自我提升的好时候。

第一，泡健身房。在我的观念中，锻炼身体和冲事业、把妹是同样重要的事情，你必须有铁打的身体，才能撑起生活的一切，钱很多没错，但前提是你要有命花才行。俗话说身体是革命的本钱，健身的好处实在太多，总而言之，你只需要记住:活得比你的对手更健康，也是另类赢的方法。你怎么知道她的男朋友哪天会不会得癌症挂掉，莫名其妙你就活得比他久了。

第二，读书。不论你的人生目标是什么，读书都是个不吃亏的投资，就连把妹也是。但就算你想学把妹，现在的我已经不会建议你直接拿把妹书来看，你应该涉猎红色药丸、演化心理学、行为心态学、人类学，这些才是主导妹子行为的真实原动力，一般专讲把妹或者聊天的书，容易流于表面而浅尝辄止。只有知道妹子大脑的运作方式，你才能将主导权握在手上。女人心之所以海底针，乃是因为一般人没有正确的知识看穿她们行为表相所传递的真实讯息，唯有知识加上实战去验证所学，才能转化成你真正的实力。

第三，和Alpha聊天。你得先知道一个残酷的事实:现今的社会文化、媒体、网路、电影、电视剧等，所有你接触得到的资讯来源，几乎都是严重偏向女性的蓝药丸文化，看久了你会掉进女生的框架，而这，是非常严重且致命的，具体的可以回看往期的直播和文章。除了掌握正确知识(比如我们的直播和文章哈哈)，时时刻刻提醒自己别轻易掉进妹子框架外，另一个靠谱的方法是，和其他已经觉醒的Alpha聚会，在社群或者聚会场合吹吹牛逼聊聊妹子，炫耀一下自己把妹上的丰功伟绩。你会发现经过这一番讨论，雄性激素会随着热血沸腾而满到爆表，原本苦恼已久的两性问题，会因为高人指点和交谈激发后，就此迎刃而解。(所以欢迎加入我们的阿尔法社群)

## 3.在孤独和把妹之间

孤独和把妹之间，反应的本质问题其实是你的注意力分配。注意力分配为什么重要?因为我们在一个时间内只能关注一件事情。相比之下，时间具有加成效应，你可以通过花钱或者打造系统等等方式来节省时间，让你可以花更少的时间做更多的事情。但是注意力不行，注意力没办法加成，你花在谁身上多少就对应减少多少。所以我才在直播里强调，如果约会三次之内无法和一个妹子打泡，请务必及时止损换下一个。当然，如果你约了很多女生都三次搞不定，那恐怕就不是妹子问题而是你的game方法有问题了。

然而我要说，注意力的重要性往往会被蓝药丸思想下的大多数男人给大大低估。如果你能把更多的注意力放在自我身上，就代表了你会拥有另外一种心态——我随时能离开你。以打牌举例，如果我跟你玩的过程中发现你一直在恶心我要我，那我有随时离开这个牌桌换别的地方找人玩的自由，因为我始终是以我的需求为最高位。这样妹子知道她要是敢不断践踏你的界线恶心你的话，你随时会离开她。

最后，我想给大家推荐一部由许鞍华导演的电影《桃姐》，这是我个人非常喜欢的一部电影，这其中就刻画了一种非常深厚、细腻而又普遍的孤独感。这里引用一段我之前写过对这部电影的感受作为本文的结语:

世界上旁人的绝大多数事情，我们是难以真正感同身受的。生命，是一条越走越窄小的路，越接近终点，就越只会剩自己一个人。这和他人的爱意、关怀无关，与我们的快乐或悲伤也无关，只是因为接近死亡的完结过程，使人们不得不去面对生命时空的真相。而这种真相里，有一种只能自我承担和面对的深刻的孤独。而有关孤独这件事，我们常常认为是件不好的感受、不好的词语、不好的事情。可是，生命深处的那种孤独其实没有色彩，也没有好坏的属性，只是像空气和水一样真实而本源的存在，昭示着生死之间的归途。

## 1.10 行胜于言（重点推荐）

先前在直播中提到“不要相信女人说什么，而要看她做什么”以及在game课里面强调浅沟通在传递价值中的重要性，说实话，行胜于言这四个字值得你刻在手上一辈子提醒自己。或许我之前稍微提过这些概念，但我想透过几个情景，跟大家说说拿行为来判断的准确度有多高，以及所有男人都想知道的，到底女人有多口是心非。

### 1.妹子说她有男友了

绝大多数男人在看到女生有男友的时候，都会打退堂鼓，毕竟君子不夺人所好。但我要说，在alpha眼里的不夺人所好和beta眼里的不夺人所好是截然不同的两码事。alpha有选择权，之所以不夺人所好是不想惹麻烦上身，也不想手握武器四处伤人，alpha是有夺的能力，但是没必要事事必夺，天下正妹那么多，何必要四处破坏别人感情？而beta就不一样了，beta没有选择，一看妹子身边有男友了，就会默默告诉自己不要破坏人家感情。要我说你就别谦虚了，你不是不要破坏人家感情，你就是没能力破坏人家感情。说穿了，beta没有能力夺，而事事退缩。

尽管我再三强调在当今社会不要轻易挖人墙角，即使你有能力挖。但这并不是今天的重点，因为妹子有男友和妹子跟你说她有男友其实更值得我们来玩味一番。

为什么妹子会跟你说她有男友了？最常见的状况是，一堆beta男过于明显的讨好，照三餐嘘寒问暖、请喝咖啡请吃下午茶、准时接送上下班，一样不少，搞得女生不堪其扰，只好跟你说她有男朋友来当挡箭牌，希望把讨人厌的苍蝇赶走。至于是不是真的有男友，那又是另一回事了。

另一个情况是，妹子对你也有兴趣，甚至不介意跟你来一发，可又不想背负太多责任，毕竟这社会对女人的道德要求，总归是要比男人要高的(即使是在女本位社会)。女人跟很多男人上床，至少在国内还是容易被舆论骂作荡妇，而男人跟很多女人上床却会获得浪子的美誉(但是要小心，现在容易被女性联盟抨击为pua或者渣男)。所以，妹子常常内心会有很强的“反荡妇机制”来处理内心冲突，这时候她必须先让你知道她的状况，至于后续发生的事情，都是天意、缘分、上帝的安命运的捉弄，反正都要和她无关就对了。

判断的方法只有一个:试着把她约出来，约的出来则一切好说;但若约半天约不出来，你最好摸摸鼻子找下一个目标。

### 2.妹子说她没空赴约

说到邀约，请记住:一个妹子不跟你出去，原因只有一个，就是她对你没兴趣。跟邀约内容没有太大关系，对你有兴趣的妹子，你随便约她到星巴克喝咖啡，或者蹲在马路边吃路边摊，她也一定找时间赴约。所以我非常不建议一开始约那种高级的餐厅、演唱会等地方，就算她愿意出来，你怎么知道她是因为邀约内容想敲你一顿还是因为你吸引到她？请别让甜点遮掩主菜的味道，随便约个地方喝咖啡，反而更能测出她的真实想法。

那么，要是她真的因为刚好有事情出不来呢？这时，你得观察一下她是不是主动敲定下一次邀约。比如你们可能会有以下对话：

你:周五一起喝杯咖啡吗？

妹:周五刚好要加班，下周一你可以吗？

这时，下周一就是妹子主动敲定下一次约会，代表她有心跟你约会，但受限于工作状况，只好改期，我还遇过把整个月休息时间都丢出来让我敲定下一次的.....所以，要是妹子没有主动敲定，只随便说个没空，简单两句话打发你的邀约，那就别再浪费时间了。顺道说一句:被妹子拒绝没什么大不了的，还得看她是否对自己有兴趣，才是最重要的事。

### 3.她自己敲你讯息

毋庸置疑，这是等级最高的兴趣指标，与她自己对你肢体触碰是一回事，但我却很少听到有哪个男生遇到这种事，只有在课程里反复强调要敢于收回对女生的关注，才有兄弟恍然大悟:诶Andy，原来放着妹子不管，她真的会自己敲我。事实上，多数男生根本没那耐心去诱发妹子的兴趣，大多

沉不住气，只要喜欢哪个妹，常常是一天到晚戳妹子，最多不超过三天就饥渴难耐。就算妹子对你有兴趣，你也没给她机会展示，而且频繁主动敲对方，反而有巨大的掉价风险。

请记住:你必须给她机会，让她用行为展示对你的兴趣。

就算她主动敲你一句“在干嘛”，意义也远高过你们微信扯犊子扯半天，除非你知道聊天的目的以及一些细微的推进技巧。以大多数人漫无目的的聊天，即使有的时候女生反应还可以，也很可能只是逢场作戏敷衍一下你。但是她主动敲你绝对有好戏可看，行为永远比她的话更能反应她的意图。

最后，我要提醒一下各位。上述情况适用于绝大多数妹子，要是你不幸遇到女pua或者高端绿茶，她们可是很擅长反其道而行之，完全符合上述情况但是却是在虚晃一枪。你钱也花了，小手始终沾不到边，却依然能把你的心揪着不放，让你的情绪为她大起大落，这种女人你心里可得多加小心。

## 1.11 用pua控制女生是最佳策略吗？（重点推荐）

先前的文章里提到过pua和红色药丸的区别，可近期在和兄弟们交流的过程中，发现绝大多数男生女生都把pua狭义的一解为了精神控制。殊不知，精神控制只是pua当中剑走偏锋的一个流派(主要是国内独创的五步陷阱那一套)。那既然提到了这种操作，我们不妨就来探讨一番。

先放结论:与其控制女生，不如让她打心里对你敬仰。

### 1让人尊重是一切的基础

我参加过一些商业课程，有的讲商业经营、业务技巧，有的讲阴险手段，总之，这类课程常常把主题围绕在“如何让人听自己的话”。说穿了，是以“操控”为前提，让人按照自己的意志去做事。这种操控大致可以分为两种:一种是话术，比如讲什么话可以保证成交，或是让客户高潮，被你撩的满心欢喜只想和你下订单;另一种则是透过咨询的掌控，比如话讲一半让人误判，或是明明手上只有梅花三却得意让人以为自己有黑桃A。越底层的loser，越喜欢这类标榜腹黑的相关技巧，也真的愿意信这类东西能帮他们完成人生的超级大逆袭。

腹黑技术不是没用，这种阴谋诡计是用来防身的，当作判别黑心无良商家的方法。如果你遇到类似技术，自己能第一时间心生警惕，不至于被当作待宰的羔羊被别人肆意妄为。但若你想让事业蓬勃发展，靠这些小伎俩绝对是没有用的，鲁迅先生也曾说过:“捣鬼有术，也有效，然而有限，所以以此成大事者，古来无有。”拿腹黑来搞斗争或许可以，但要名满天下，成为真正雄霸一方的阿尔法男人，你必须让人敬仰你才行。

最高境界的领导统御，叫恩威并济。让别人对你又敬又畏，不光是组织管，连待人处事，包括把妹，也是一并适用的。你要让人服气、受人敬仰，至少要做到三件事:你对别人有价值、你有自己的框架(底线原则)、如果别人胆敢踩你的底线，要让他们知道后果。

### 2妹子鄙视你，你怎么撩都没用

在绝大多数主流的pua教学论中，都会提到一招叫做“打压”(也称作否定、NEG等等)。不同于阿宅们拼命吹捧女生美貌，pua们敢于一反常态，公然质疑妹子的发型是不是真对、鼻子是不是整的，用“恰到好处”的尺度去否定妹子，而不是像舔狗一样只会拼命夸赞。包括后续被其他流派当作把妹神技的“取笑”，充其量不过是鼻祖“打压”的延伸和变体。

但大家有没有注意到，我在上述的“恰到好处”当中加了个引号?问题也在这里，什么叫恰到好处?不光是每个妹子的个性、忍受度不同，就连在看文章的阁下，每个人的人格特质也不尽相同，就像我在game课里曾经教过一招用夸张的方法回应妹子的负面情绪，可一般人用不好反而会让妹子感觉你是个怪人。把问题聚焦在招式本身，而忽略使用者的个人特质，把“恰到好处”四个字当大旗，倘若你不明白背后社交的动态和原，贸然使用只会后患无穷。



直接否定或者取笑妹子，人家还不喜欢你你就直接打压她，她只会白眼翻到后脑勺，觉得你他妈的很没有修养或者是不是脑袋有问题。这种微微踩踏对方底线的事，一定要确保妹子对你有兴趣才能使用，而且即使你用也要用的细微，比如我就曾经说过如何反读。事实上，在pua的老祖宗迷男方法里，人家就清清楚楚说过“打压”是吸引对方之后才能做的事情，偏偏一堆书都不读、课也不好好学，或是跟错导师走火入魔的学员，把这条极其重要的大前提给忽略掉了。

3让自己受人尊重说了这么说，我想已经把尊重的重要性给说了个大概，那如何让自己受人尊重呢?以下三条建议，供阁下参考。

### ●领导男人

女人天生被强者吸引，这是造物主写在她们基因里的程式密码，任何时代再怎么变迁、各种意识形态如何高涨(即使是鼓吹新时代独立女性、女权主义当道的现金女本位社会)，女人看到权倾天下的强者站在前面，要她们抵抗内在驱动力不被吸引，这几乎是不可能的事情。

有人曾说，人类不过是群穿着西装的猴子，就两性互动框架来看，讲难听点，还真的跟猴子没什么两样，你看哪只猴王身边不是围绕着最多的母猴子?成为男人中的王者，是你吸引妹子最重要的一步。

### ●把事业摆在人生最高位

更多一手情感课程

好吧，我承认领导者是有限的，要是人人都当王，那可没人在基层处理难事，社会、企业、组织也将无法运行，大多数人还是得接受自己无法上位当王的事实，本分做好手上工作。不过，即使你暂时没办法在群体当中领导团队，但是你可以先领导自己的生活——把冲事业摆在人生的最高位。在口是心非的女人说出来的话里，“认真的男人最帅气”大概是最具代表性的一句话，生活重心就该是你的事业、领土，以及跟着你的盟友和手下，一肩扛起责任，眼神闪耀光辉，足以让你迷倒一票女生。

### ●敢对女人说不

虽然女人口中总说希望有个对自己万分宠幸的另一半，可你若真的成了对她百依百顺的舔狗，你对她的吸引力恐怕会跌落谷底。真相是，女人希望被领导，她们真心希望自己的另一半是个强而有力能够主导一切的男人，包括她们自己，就算口口声声说要男人顺着她，你也要为了长期关系，勇于跳出来主导一切。

赢得女人的尊重，一切话术和技巧都只是细枝末节的锦上添花，事实是，只要她服你，你要她干什么她都愿意，真的，要什么都行。

## 1.12 从领导男人到领导女人——从睾固酮说起

近期收到不少提问问说如何培养自己的领导力，在不同场合都能展现阿尔法气质。那么在聊具体方法之前，你必须先让自己的状态调整成领导者才行，也就是要具备领导者的心态。这里我想从内分泌的生物学角度切入，跟各位报告一下睾固酮对男人气场的影响。

### 1睾固酮是男子汉气概的核心来源

是的，睾固酮掌管男性特质的一切，让你勇猛果敢、无所畏惧，在重大时刻更加愿意挺身而出领导众人，不光让你心理素质产生变化，连你的身体状况，也会因为睾固酮而产生更多肌肉(前提是你有在健身)，换言之，拥有足量的睾固酮，不光是男人对你服气，连女人也会对你动心。

定期健身到健身房 拿起哑铃或者杠铃对睾固酮分泌有着不可替代的作用，特别是腿部相关的各种锻炼，包含深蹲和硬拉。科学研究证实，人在进行腿部训练时会促进睾固酮分泌。如果时间不够，到健身房只能挑一种动作进行训练，比起握推，你更应该练的是深蹲。

断食 虽然部分主流医生对断食颇有异议，但事实上，断食的许多好处已经被科学证实(只是这些挺着大肚子的医生不愿面对)。不光是减肥，提高睾固酮的分泌也是其中之一。

别打手枪我敢说这是很多男人闲暇之余的娱乐，色情文化是全世界市场价值最大的产业之一，从色情直播主、东京热等男人必备av到近年来不断走红的p站、91等等，都足以证明这件事。但你知道吗？每次打手枪，都会降低你的睾固酮数量，如果你只能依赖打手枪这种简单便宜的方法去释放性冲动，长久下来会造成睾固酮偏低，举手投足都会收到影响。

要释放性冲动，请用合法又有智慧的方法，找真正的妹子打一炮处理，又或者你也可以选择把性冲动保留，作为冲事业或者领导群体的驱动力。把睾固酮含量提升，你会发现众人看你的眼光将有所不同，除了惊讶，更多的是崇拜和敬仰，绝对值得拥有。

2领导男人的方法然而，光具备气场还是不够，你还需要点技术和手段才行。要提醒大家，睾固酮不是越高愈好，过高的睾固酮会提高你的

攻击性，让你丧失理智，无法思考。这时你该拿点技术规范去控制一下自己的情绪。

### 2.1立信

很简单，就言出必行而已，带领团队要让他们知道你是可以预测的。这其实是有点betaphase的意味，我要说，跟人做生意如果你完全alpha，喜怒无常不看人眼色，毫无规则信用可言，这在商场是寸步难行的。因此，规矩要有，让人知道你的标准，他们也能顺着你的标准，往你希望的方向走去。这也是为什么我有时候和人谈生意发现自己低估成本而亏钱，我也不会坐地起价或者直接反悔，而是选择摸摸鼻子自己吞下来，因为我知道在商场信用比金钱来的重要。让别人知道我的言出必行，如此一来才有源源不绝的订单随之而来。

其实不光是带领团队和做生意，立信也是待人处事的第一步。

2.2立威这是很多空降主管管用的伎俩，所谓新官上任三把火，大概都拿来杀鸡儆猴，刷一下自己的存在感。具体做法不外乎找人开刀，常见对象有前朝老臣、派系首领，甚至是自己的亲信。或许他们所犯的错误微不足道，先前主管也是都睁一只眼闭一只眼，多一事不如少一事，但现在新任主管要展现威信，方便自己日后的领导，自然会用这方法，把人抓起来惩戒一番，告诉其他人：老子可不是好惹的。

2.3立恩这是最高明的统御手段。当年孔明和关羽的互动，一直是很好的领导统御教材，史实的关羽正如三国演义的关羽一样，仗势实力、自负又目中无人，手底下有这种能力超群的大将，可以说是让人又爱又恨，你还真拿他没辙。但孔明做到了，完美诠释立威和立恩，成功收服关羽。

当年的博望坡之战，孔明跟刘备借来印信来确保自己的指挥权，这里属于“立威”，虽然关羽心里不服，但孔明手上握有刘备印信，再加上刘备也亲身下去接孔明指挥，这份威信让关羽不得不服。之后跟曹操打赤壁之战，孔明派关羽守华容道，一堆翻案文章说孔明明知道关羽会放走曹操才派他去还人情。但如果我们从“立恩”的角度来看孔明的调度，会有不一样的意义。

首先，就算宰了曹操，对国家情势也于事无补，刘备仍然没有自己的地盘，曹操那里也随时可以让曹丕即位，无损国力，刘备阵营还是得面对曹魏的猛将智囊与千军万马，一样难搞。再者，孔明一定要收服关羽，对日后国家战略才有帮助，这比杀了曹操要实在多了。因此，现在收服关羽的机会摆在眼前，让关羽把曹操放了，自己再演一下戏，让众人替关羽违反军令求情，干脆做个顺水人情，趁机立恩。

### 3从领导男人到领导女人

懂得领导男人可以帮你吸引到女人，但如果你想跟另一半保持互动良好的长期关系，可千万别自行阉割退化成舔狗。很多男人在外倾权天下，回到家却变得像小猫小狗一样温顺听话，这绝不是好事。记得，当初你怎么吸引到她，婚后也请保持一样的框架，维持你的吸引力，让她打心里尊敬你。只要女人失去对你的尊重，虽然她嘴里会说男友老公变听话好棒棒，但潜意识则认为你不再是男性领袖，你们的感情会渐渐变成一潭死水，惨一点的话还会被alpha小王趁虚而入。

身为男人，要具备主导关系的责任和能力，用领导者的姿态带领家庭往前走。

## 1.13 为什么交往之后女朋友会对自己没感觉？（重点推荐）

前言:你是否经历过交往前女生对自己十分有欲望甚至跪舔自己,结果交往之后反而框架逆转,变成了你围着她转,甚至女生会对你失去感觉和欲望?讽刺的是,可能连女生自己也不明白,为什么就对你没感觉了。

## 1 交往前后心态大不同

### 1.1 交往前的孤胆英雄

一个男人在和妹子交往前的单身时刻,那个让你感到饥饿想要打猎的时刻,那个让你感到夜深人静空虚寂寞觉得冷的时刻,你会清醒地意识到现在的你急需提升打猎能力,否则你就会饿死。这个时候你必须独自面对妹子的已读不回或者是洗澡卡,妥善处理好自己的各种脑内小剧场。比较好的情况是,迅速投入正事,让自己没空胡思乱想,要么忙事业,要么忙女人,更精确地说,让女人成为拼事业之余的调剂,你才是主角。

一般男人在这个阶段,内心状况还能保持像打游戏攻城略地、过关斩将般的敏锐嗅觉,会认真计算得失,有点心眼,还能保持住孤单英雄般的Alpha特质。可真正的陷阱,却在交往后才会出现。

### 1.2 交往后的乐不思蜀

很多男人以为交了女朋友后大势已定,从此可以不用再烦恼情场的大小鸟事,殊不知这正是你“打完江山”后乐不思蜀的开始。其实真正的考验,才交往之后才开始,换言之,交往后你反倒更该提升自己的魅力。

大多数男人维持长期关系的手段是拼命给承诺、对另一半掏心掏肺、奉献所有,就算原本是情场浪子,也有很高机会会从此自废武功,把所有的打猎知识和器具统统丢掉,可就在你的顺从与交出主动权的状况下,你已经神不知鬼不觉地落入了女人框架。一旦落入女人框架,或许她会觉得你是个很棒的老公或者男友,但潜意识上,你对她会失去魅力,你已经不再是当初吸引她的雄性领袖,而是一条呼之即来挥之即去的可爱乖狗狗。

要知道,顺从的狗狗是不会让女人有竞争焦虑的。微量的痛苦让人不安,适量的痛苦让人成长,巨大的痛苦使人崩溃,毁灭性的痛苦使人重生。而没有痛苦这时维系你们关系的主轴,会从原始的欲望,转变成两人之间共有的理性,偏偏理性这东西,往往只存在于解决问题的男人身上,对事事讲求“感觉”的女人来说,反倒是种奢求。遇到愿意跟你讲道理的妹子你要觉得赚到,如果没有,那也只是应该而已。

## 2 交往后不要“爱”上对方

### 2.1 此“爱”非彼爱这句话

看上去很反直觉,但仔细观察你会发现这里的“爱”是有加引号的。这里我们要对概念做一个澄清:世俗价值观告诉你的“爱”其实不是爱,而是一种奴役。很多人认为交往之后就可以牢牢把握住对方,开始浪漫主义作祟,把爱情捧上神坛,开始“无私”奉献一切。大到豁出身家性命给女朋友买包送礼,小到每天报备行程嘘寒问暖。殊不知,这种看似暖男的“爱”,却是欲望的杀手,让你一步步像吸毒上瘾一般丢失自己人生的主轴。

### 2.2 爱她就让她追着你跑

先前已经从Hypergamy的角度的分析多次男人主导的重要性,这次我们换一个视角,从《易经》的角度来看到男主阳和女主阴的区别。

乾道成男,坤道成女;阳根于阴,阴根于阳;孤阴不生,独阳不长。

乾道就是天道,所谓“天行健,自强不息”;坤道就是地道,所谓“地势坤,厚德载物”。男人应遵循天道,自强不息,以事业为重;女人应恪守坤道,温柔大方,以家庭为重。男人的追求,莫过于君临天下,打出属于自己的事业帝国,方能不枉此生;女人的追求,莫过于母仪天下,风雅一身,和身边的丈夫形容互补。男主阳,女主阴,女人的内心其实是混沌的,容易被情绪操控的。而身为男人,你要像火炬一般引领她走出内心的幽谷,用男人的阳性能量和女人的阴性能量互补,这才是男人的价值所在。只有知道自己有价值,你才会想往更好的地方去,由此形成正向循环,让越强大的男子气概激发出越强大的女性魅力。

其实，男生该做的就是不被混乱影响，以自我价值实现为主轴，继续往前走，让女生在后面追着你跑，只有你自己尊重自己，别人才会尊重你。

## 1.14 为什么你满身把妹技巧，却依然在实践中屡屡碰壁？（重点推荐）

自打game课程开设以来，我不断强调要把关于红药丸的群内直播讲解的心态或心法(mindset)配合game课程来学习，但似乎不少人无法理解。我说过，心态这种东西，在把妹市场上是最没有市场的一项，却是一切知识跟技术的基础。

但是，要是真有哪一个把妹导师开一门“把妹心态教学”，我敢说有95%以上的机会会被市场淘汰，至关重要的东西，在市场上的反应竟然是如此不佳，原因仍出自于一般loser的劣根性。讲到心态，这些人的第一个念头往往是“你说的我早就知道了，告诉我技术比较重要”，可只要一听到他们问一些愚蠢问题时(被已读不回该怎么办，要用什么开场白才有效果)，任何一个有教学经验的人一定可以清楚明白:这些人根本没有正确的心态，否则也不会沦落至此。

### 1 把妹市场的教学主轴

1.1 本末倒置曲解SMV说到把妹市场，目前国内仍是以PUA把妹达人或者RSD自然流为主，主打搭讪、夜店推妹，搭配各种话术技巧，能够掩盖掉本身是loser的事实，是现实生活不顺遂的救世明灯，他们的核心观点就是一条:你不需要在事业或工作上努力，一样能推妹。

这种思想忽略了客观存在的阶级和SMV不说，就据我读谜男方法等PUA书籍的感想，其实上述并非他们的原始理念。人家谜男跟型男拼命强调经营心态跟生活的重要，但我想这些卖课的后人发现这件事要是讲白了恐怕会让市场受限(毕竟loser还是占多数，而不劳而获正是典型低端loser脑中的想法)，只好稍稍带过(反正有讲就算有交代)，把重点放在招式及话术上。**越是秘籍思维(指望学各种大招来速推或者瞬间逆袭成alpha的思维)，对越低端的人就越有吸引力。**

说个题外话，这种避重就轻的态度，不光是把妹，连泡男人也是一样，女生泡仔界的圣经——MatthewHussey的《Get the guy男人完全解密》也犯这个错误。说实话，男人喜不喜欢一个妹子，外貌、身材、年龄才是最主要的关键，其他都是其次的事。但这本书在前几页就推翻这个事实，认为女人在外貌之余，可以在别的地方努力来弥补，只追求外貌的男人是很肤浅的，不值得女人们浪费时间。

所以这本书，我大概看一半就封存了(我是用电子书看的)。我想，Matthew十之八九知道讲出实话会没有市场，所以像把妹界的PUA一样，轻轻一笔带过，把重点放在根本就不是重点的地方——招式跟技巧。基于商业及做生意的原则，我完全可以理解这种没事不要跟钱过不去的作法，但我敢说，Matthew私下跟男人聚会的时候，所讲的话绝对不会是书中所写的那样。

### 1.2 避重就轻虚假人设

另一种PUA学派的变形，则是主打高价值型男，在自己身上贴上一堆高大上的绅士标签，再辅以一点点的PUA技巧，把战场从夜店、街搭，转移到上流社交圈子里。如果他们真的进得去的话。

至于要选哪一种，我觉得就看自己需求，喜欢街搭刺激感的就去传统PUA派，喜欢装逼当绅士的，穿西装走在街上也是件让路人赏心悦目的好事，选哪个流派完全看你自己。你唯一要知道的，是所有的衣着、技巧、话术，都建立在心态之上，没有心态，一切都将昙花一现，就算你能成功把妹子搞上床，也会在谈话中露出自己心态还是loser的本质，被妹子“一次限定”，永远约不到第二次。

### 2 PUA的心态教学

我前面说过，不论你选的是传统PUA，还是变形的inner game，教学重心绝对不会放在心态或心法上，而是用重重的技巧或者禅修的知识包装，透过严格的训练，期许学员有所改变。

就我观察，现今把妹教学的心态训练，可以分为以下三种方式:



## 2.1 搭讪治百病

搭讪对很多男人而言可是心生恐惧的事，所以透过搭讪来治疗心态问题，对他们而言是最佳良方，在许多PUA心中，搭讪恐怕是心态的最佳解，甚至是唯一解。

“反正被拒绝久了，脸皮也厚了” ←如果你是这么想的话，那搭讪或许有用。

## 2.2 多参与社交互动

变体PUA的惯用作法，透过参与实体社交活动，去提升自己的社交能力，进而改善自己在两性相处心态上的瓶颈。这种作法比较温和，也是许多讨厌传统PUA的人赞成的作法，比起搭讪，积极参与社交生活的确实在多了，完全可以从日常生活开始努力。

## 2.3 inner game

这是我最近观察到发生在PUA社群的现象，有些导师发现内心问题不好解，会开始使用身心灵(innergame)产业专有的知识框架来解决这个问题，什么你要放下无谓的小我，正视自己内心的恐惧，把调整心态的过程，搞得像是在参加禅修营一样，非常出世。

我得说，把妹是种非常入世的学问，既然入世，就没必要硬逼自己用出世的框架去理解，这是很背道而驰的事。如果你跟我一样把心态当作是达成目标的工具，坦白接受自己是个来找炮打的肤浅男人，会比整天用inner game的各种催眠话术来洗脑自己要更有效率。

虽然，我认为改变心态最有效的方法是信念冲击，但不是每个人都足够幸运能够获得改变一生又无害的信念冲击事件(一个弄不好，很容易变成仇女，让生灵涂炭)，所以我得说，上述三种方法在心态改造上还是有它的效果存在，安全性也是有的。

然而，有帮助是有帮助，但有没有效率是另一回事。目前主流的心态改造法，仍停留在“心态很重要，你一定要改”的重覆洗脑，不论是搭讪、社交，还是灵修，大多使用这个框架，或许，反复洗脑个上千上万次，多少能产生改变。

那么，有没有效率更好的心态改造方法呢？

## 3 从世界观产生心法

对一般loser而言，心态(mindset)是凭空冒出来，而不长进的loser会误以为自己已经拥有正确心态，对心法之类的知识总是一笑置之，所谓“下士闻道，大笑之”，正是这道理。但这世上还是存在积极有心成为alpha的人，只是他们所能接触到的方法，正如同上面所说的，只能反复洗脑自己“心态很重要，不改不行”。

于是，改造心态的功夫，也同样变得虚无飘渺，只能期待一而再、再而三用“心态很重要”来洗脑自己，希望有一天能量变产生质变。

其实，这世上真的存在“上士闻道，勤而行之”，让人一听就懂的心态改造方法，叫作“见地”。所谓“见地”，指的是对事物规律的通透理解，既然心态是达成目标的工具，那直接了解达成目标的游戏规则，不是更直接了当的方法？这也是见地在管的事。

我们可以通过一个例子来辅助理解。

因为每个人都知道太阳白天会升起晚上会落下，所以晚上时你不会担心，知道只要时间一到，太阳会自己从东方出现，心情完全不会受到影响；但如果你不知道这件事，太阳消失的时候你会心慌眼盲盲，只能内心祈祷拜托太阳升起，等到太阳真的升起了，你会自我合理化说心诚则灵，于是你到处跟人说心态很重要，大家要拥有正确心态才行。

如果不幸你处于北极或南极这种白天黑夜动辄半年以上的地方，这件事恐怕就不会发生了。所以理解太阳白天升起晚上落下是一种见地，而知道太阳会因为所在地的不同，白天跟黑夜的时间也会跟着变化，是扩大自己的见地，至于能理解地球绕太阳因为轨迹不同而造成日照时间的不同，才是真的综观全局的完整见地。

再拉回把妹的情境，有了正确的见地，知道男女双方的吸引力本质、年龄差距、身份地位造成的影响、媒体的洗脑真相，你才可以清楚知道筹码在谁手上，什么时候该换目标、该已读不回，或是该放着对方冷落，通通都心里有数，自然能进退有据，不会患得患失，能好整以暇让子弹多飞一会儿，静候结果出现。这就是学习game社交的好处，掌握人际互动的底层规律，自然能预测事情走向，理解人性，能换位思考，不光是把妹，连人生都能大有进展。

心态是见地的结果，是必然出现的产物，有了见地，正确的心态会自己出现，你完全不用像激励课程一样，用一再重复的话术来洗脑自己。最严重的叫心灵鸡汤，一点根据都没有，却拼命告诉你只要赤诚一片、做自己、在一旁默默守护，妹子自然会喜欢自己。那，你就慢慢等吧。

最后我得说，拥有见地，才能帮你避开战术焦虑的陷阱，秘笈思维的人整天烦恼摆脱困境的标准答案，但拥有生态思维的见地，才能根据状况，思考出因地制宜的最佳解，甚至出现“什么都不做”这种违反直觉，却能达成目标的行事方案。

## 1.15 成为男女朋友是追求到手的胜利还是挑战开始的号角？（重点推荐）

为什么明明相安无事，维持了十几年的婚姻生活，自己的另一半却可以说走就走，抛下家庭包括孩子的一切，头也不回地远走高飞，甚至投入别人的怀抱？

近期在面对咨询的过程中，不少处在长期关系当中的兄弟会问及不少如何经营长期关系的问题。面对近年来不断攀升的离婚率，我们有必要重新思考婚姻生活的本质，到底为什么维持婚姻变得像天方夜谭一样不容易。

不同于短期gam，长期gam的经营要难得多，而且一个很反直觉的事实是：当你们确认关系的那一刻，真正的挑战才刚刚开始。很多人一听到这估计会心里一惊，干，我费尽千辛万苦好不容易和妹子上床确认了关系，结果你告诉我挑战才刚刚开始。但我要说，就算你觉得这句话很政治不正确或者太过现实，反正你也点进来花时间看这篇文章了，不妨耐着性子把我的分析看完，说不定能因此从中获益，重新思考自己的长期关系。

### 1 “理想婚姻”

聪明的读者应该已经发现我加了引号，一般主流女本位社会强调的理想婚姻，不外乎是用相知相惜、夫妻同心，共同成长，有事一起讲沟通，有困难一起面对。当然，有好处也一起同享，总之是生命共同体，互相提携与扶持，一如结婚典礼上最常听到的那首歌，范玮琪的《最重要的决定》所唱：“就算流泪也能放晴，将心比心，因为幸福没有捷径，只有经营。”

#### ● 男女有别

我相信有90%以上的男人也抱着这种政治正确的想法，就连到处跟女人上床的浪子，也在祈求一个能让自己愿意定下来的女孩——那位值得他放弃整片森林，守在他身边的真命天女。

但“理想婚姻”的前提却是建立在女人会讲道理这前提上。我并不是说所有女人都不讲道理，我还是相信有讲道理的女人存在，也愿意相信这世上存在如同独角兽般的“理想婚姻”，只是就实际状况的贴身观察，只能说大多数能包容的理性思维并不如男性强烈，对关系的忠诚度可是不及男人。

看到这里，也许有女人想跳脚了（谁叫你自己要点进来看的），她们会说，明明是男人外遇的情况比女人严重，婚后偷养小三，老板偷吃下属、客户，在外面身边屡见不鲜，怎么会说女人的忠诚度不及男人呢？没错，单就行为本身，男人的确是常屈服于自身基因本能到处睡妹，然而如果你愿意用大数据的角度，去比较男女双方外遇或是分手后的内心变化，会发现以下两个有趣的事实：

第一，男人可以在外遇的同时，一样爱着家里的女人；女人一旦外遇，心再也回不来了，完全不可逆。

第二，男女朋友要是分手，女方想挽回男方是容易的，而男人想要挽回女人，几乎是不可能的，就算成功，激情也不再，如同插管的癌症末期病人，拖条烂命活着。

或许你不认同，但也不妨从此刻开始观察身边已婚朋友的外遇状况，或是观察情侣分手后挽回的成功比率，来验证这两条说法本身是不是真的。

#### ● 男人多情而长情vs女人专情而绝情

为什么会有这种差异?答案是:维持男人对长期关系的热情,除了女人的外貌,更加关键的是心灵的陪伴;而女人则是忠于她们的基因,持续追求能让她们崇拜与敬仰的男人。

有句话叫“亲则生狹,近则不逊”,在这更显得力道十足。身为男人的你,一旦在她眼前秀出所有底牌,对她而言将不再是高高在上的雄性领袖,也不再像以前刚认识一样具有吸引力,此时此刻,女人对于关系的维持只是能仰赖理性,偏偏理智却是专属于男人的强项,不是女人的,基因造成的情感驱动力也绝不是理性所能抗衡,只要女人被情绪牵着鼻子走(几率超高),你们的关系将只剩下义务,而不是真诚的欲望。

红药丸九铁则有一句是“女人没办法用男人期待的方式来爱男人”也是异曲同工。还是要强调,我不是在为男人开脱,更无意丑化女人,这世上还是有抛家弃子不顾家庭的王八蛋男人存在,也有着任劳任怨为家庭付出一切的女人。只是就我观察现代社会大多数婚姻和情侣的结果,跟大家报告我的心得。

## 2维持长期关系的药方

绝大多数男人在进入长期关系之后,会和盘托出一切,不光是事业、工作,连个性也被摸得一清二楚,有的还会以为婚姻关系确定后,从此不用再跟别的男人竞争,放任日益变大的肚子,从原先被女人崇拜的神坛跌入谷底。

请你记得,女人不想当王,而是想当王的女人。

●你要有主导关系的觉悟,别指望用沟通来解决问题,或许这世上存在可以用理性沟通的女人,但绝不会是你身边这位。

●持续精进、努力,让女人永远摸不清你的上限(也别让她知道你的下限),用强大的实力直接主导一切。

●保持神秘感。我完全同意毫无遮掩是非常爽的事,但只要想到“做自己”在长期关系中会降低你领导女人的威力,我相信你也会好好权衡其中利弊。

记得,我不是要你做个虚伪的人,也不是要你扮演跟自己格格不入的角色,你只是扮演让另一半知道那么多,如此而已。

在所有的军事行动或者企业决策中,本来就是高层拟定决策,基层人员照表执行,甚至不用知道为什么,在保密的前提下才能发挥百分百的执行效率。在长期关系中,你只需要做到用强大的实力与神秘感去维持你们的关系。

## 1.16 长期关系迷思:控制欲是表达爱意的方式吗?(重点推荐)

近期收到不少提问都是关于长期关系的,其中人气之最非控制二字莫属。介意女友穿太正出门、不允许女友有男性闺蜜、必须每天让女友报备行程才能心安...这些迷思都指向了这件很多人自以为用控制能得到女友的一切,殊不知是拿人生陪葬,耗尽彼此能量的蠢事——控制。

要先说,这里的“控制”,指的是严格监管另一半的生活,从交友状况、公司同事、出门聚会,到各种通讯软件的互动,全部要求对方报备,更甚者,会要求对方交出手机直接掌控。**喜好控制做法的人,会把“真正的爱情没有秘密”当信条,借此实行彻底掌控对方的种种做法,说穿了,一切都是自己缺乏安全感作祟。**

### 1因为你玻璃心,才需要如此掌控对方

有道是“真金不怕火炼”,一个对自己实力有信心的男人,绝对不会担心其他男人的竞争。试想,如果今天的你约会对象是昆凌(当然,如果你约得到的话),你会觉得昆凌的老公,也就是顶级Alpha周董会鸟你吗?当然不会,他只会对你笑个两声,把昆凌接回去时,还会问你要不要搭他的车顺道送你回去。而他的车,你可能努力一辈子不吃不喝都买不起,这就是男人该有的霸气,直接用行为告诉你:“把我的妹,下辈子吧!”

再者,对生活握有主导权的男人们绝不是绕着女人打转,除了对自身实力有绝对自信,也不太在意自己的女人是不是继续留在自己身边:“想走?行啊,自便。反正你也找不到比我更好的男人,

而我的备选盘子里也有比你更好的女人等着排队。”这和我们社群的金句如出一辙。

一旦你试图控制、挽留、委曲求全、低声下气，无疑充分暴露了你可怜的玻璃心，就像一个长不大的孩子不断向外索取爱。

## 2妹子的价值也会下降

其实我一直很不明白，为什么有男人会希望自己的女人整天待在家里别去上班，虽说这看起来可以降低妹子出轨的几率，但是你会因此变成妹子的“全部”，她必须也只能把心力全部放在你身上，以你为中心绕着打转。这听起来非常不错，有妹子整体围着自己转，但你以为的不错其实只是你精虫上脑的意淫，你真的体验过就会发现背后的两败俱伤。

养过喵星人的朋友，一定听过下面的对话：“对你来说，它可能只是你生命的一部分；但对它来说，你却是它的全世界。”用在宠物上或许很甜蜜，但用在女人身上，这恐怕是场灾难。如果你变成她的全世界。那我敢说，只要你一个言行不合她意，下一秒恐怕会一哭二闹三上吊，她的情绪会因为全世界只有你而放大千百倍，一点鸡毛蒜皮小事也能大吵特吵，你要是忍无可忍胆敢提出分手，还要担心她会不会变成恐怕情人，试图要死要活或者不惜付出自己的一切来毁灭你你(亲身体验过，希望在看的阁下不要经历过和Andy一样的事，sigh... )。

听我的，为了你的生活宁静着想，放你的女人到外面去飞吧。让她去上班，也别整天电话查岗，多带她到外面走走，让她呆在家里是会闷坏的，你对她都不会是好事。

## 3女人要想出轨，怎么样都会有办法

没有人希望另一半出轨，然而，要防止出轨最有效率的办法，绝不是严密防堵，再严密的查岗与防堵，只要女人的心不在你身上，她绝对挤得出时间，利用工作或假期的空档奔向alpha小王的拥抱，再加上男人察言观色的能力大多远逊于女人，所以女人要掩饰自己的出轨行径，相较于男人东躲西藏可是要容易许多。

# 阿阳情感

您需要的任何课程，任何老师团队付费课程，我们全部都有，多年团队、实力更新

阿阳微信:tushu959 微信:kc58567 微信:CF69567

长按关注



阿阳最新情感小程序

扫一扫 查看最新情感课程动态

长按识别二维码 进入小程序课程网址，左上角有搜索关键词、导师或课程名字，快速查找您需要的课程，收藏网址关注课程最新动态。(课程都有、最新最全)加入VIP会员/全部免费

更多精品资源课程  
请添加下方 老师微信

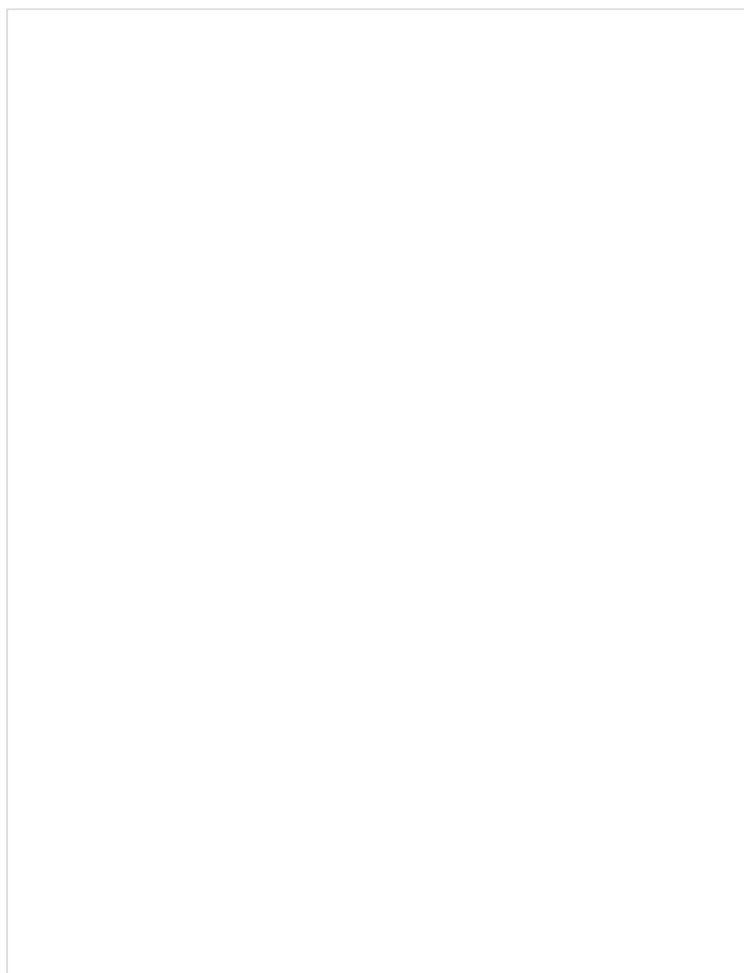
微信:kc58567  
微信:tushu959  
微信:CF69567

添加一个即可，请勿重复添加









这么说吧，男人出轨，家里的女人有极大的可能是睁一只眼闭一只眼；而女人出轨，家里的男人可是真他妈的完全不知道，她就是有办法演的跟没事人一样。所以，根本没什么好监控的，反倒你能展现不害怕失去的泱泱大度，你的另一半才更有可能因此为你折服。

大家都读过的《伊索寓言》里北风和太阳的故事，可只要面对“得失心”这项巨大心魔的挑战，绝大多数男人会选择变成北风，而不是用太阳的方式去收服女人的芳心。说起来，就算你用尽心思去控制女人也没什么意义，先前我就说过，长期关系考验的是硬价值，而不是用什么奇技淫巧等pua招数。喜欢追求阴谋诡计的朋友恐怕要失望了，要有优质的长期关系，你必须有长远的战略思维才行。

## 1.17 私密群组案例分享:赞美女生就是舔狗吗？（重点推荐）

声明:出于对兄弟们的隐私保护，以下引用人称均为化名。

### 1 问题引出

川:兄弟们，我最近有个疑惑想请教，我转盘子的时候觉得妹子打扮很正，我就去赞美她，但是其实我是不想睡她的，没有任何别的目的，为什么有人会说我是舔狗呢？Andy先前不是说不求回报的给予是无私，这是很Alpha的行为吗？舔狗和富裕心态差别在哪，我很困惑，烦请各位解答。

### 2 问题分析

曹:你不用在乎别人怎么评价你，舔狗也好，渣男也好，都无所谓。课程里有说，别人怎么看不应该影响你内心的世界观和自我认同。

K:你说你没有任何目的只是嘴上功夫，最重要的是浅沟通不让女生觉得你有更大的需求，这也是Andy课里说过的极端需求假设。而应该让她感觉是她的努力付出的打扮吸引到你，你才给予价值

的，要用课里说的赋格。

威:承认吧兄弟，你就是舔狗。你嘴上说没有目的，心里想的还是YY她的场面，你就是想通过赞美的方式吸引她，还说你没有目的。这就是为什么你这么在意别人评价，因为你极力想证明自己对女生没有需求，这就本末倒置了，因为你要做的是让自己开心，而不是通过赞美让对方对你倾心。如果你真的不求回报，别人说你是舔狗的时候，你就会说，我乐意，关你屁事。

川:我还是有点搞不清，讨好和给予。我真的没有任何目的，就好像说东西好吃一样，我不是想取悦厨师。我不是想通过认同行为夺得他人喜欢，就是单纯发表看法。

军:你越心虚说明你越不确定自己到底是不是跪舔，你被别人评价动摇了，开始自我怀疑了，你一直以来用富裕心态来自我欺骗，而不是发自内心去赞美对方，最终还是暴露了。

军:比如你看到一个正妹，惊讶地说卧槽你这个纹身太酷了，一下吸引到我了。别人说你舔狗你就会说，卧槽兄弟你不懂这个我不怪你，你知道她这个纹身多酷吗？

军:所以你看，其实你就是舔狗，只不过想来群里寻求心理安慰得到认同，以此抵消负面评价，进而自我合理化说其实我是很富裕的，是别人太傻逼了才误会我。

川:那请问我该朝着什么方向去改变呢？

军:回看课程的内容，如何解读需求和价值，你现在需要的是一双真正欣赏他人的眼睛。你真的欣赏到了吗你就不会不坚定，面对不同意见，你会说服别人理解你的观点。这跟富裕心态无关，你现在是害怕别人评价，如果不怕你就会说，我就舔怎么了？我乐意舔，你在教我做事吗？

曹:的确，你就是太在乎别人评价了，比如我现在说你直男、娘炮、傻逼...你管不了我，你会追着别人问自己是不是这样吗，没有任何意义。

川:对，解释太多了，反而暴露自己内心的不坚定。看来我以后不用管别人怎么看了。军:舔狗的定义取决于说的人，而不是你也不是群里的兄弟，我觉得你是舔狗你就是，你要尊重别人的评价，那是别人的自由，你要做的就是正常社交。问他，“兄弟，为什么你觉得我是舔狗？”川:哦哦，我不是舔女生，而是无意间舔了那些说我的人。

军:在意评价只是小问题，还有一个更大的问题，就是你是真的在舔女生。我说的舔，是通过奉承来讨好女人，你刚刚明白了不能舔说你的人，可是你还有一个更残酷的现实没有发现，你其实真的在舔女人。

川:群众都是愚蠢的，他们不了解我，我其实没有舔，所以我不应该在乎。

军:不，你接受不了你被揭露的事实，因为你确实在舔，最大的问题是你无法接受自己是个不完美的人，除非你说出，对，我其实确实在舔女人。否则，你永远活在痛苦中，因为人本来就不完美，而你不愿意承认自己败了。就像Andy之前在课里说的，很多人想挽回的原因就是不愿意承认自己败，总觉得不是自己的问题。

旭:为什么接受不了被揭短？我有时候也不太能接受被揭短。

军:这就是beta心理学，自己的价值建立在他人的评价之上。如果你不是舔狗，你必然会问对方，兄弟你的言辞很犀利啊，请问我是哪里让你觉得舔了呢？你赞美女人，目的是想通过“富裕心态”这个技巧来背锅，去开启社交，去套路她。

威:街上一个陌生人骂你是傻逼，你觉得自己不是，你绝对不会去向他理论自我证明，只有你有别的目的，才会想自我证明，比如你想保持完美人设。川:对，人设。因为我觉得误解可能会对我造成不必要的麻烦，感谢兄弟们开导让我正视自己的内心。

欢:让你卑微的不是别人的评价，而是你自己没有足够的价值。

川:我明白了，看来我对课程里说的赞美、赋格、解读价值的方法还有需要深入理解的地方。所以我该怎么去赞美对方才不显得舔呢？



## 1.18 社群案例分析:社交防护罩和赋格缺失（重点推荐）

### 1社交防护罩

Q:我最近认识了一个主播妹子，感觉她都在利用男人赚钱，和她们互动是不是特别困难？

A:这涉及到一个社交术语，叫做“社交防护罩”。我们可以把女生分为几类：

c女是无人搭讪的类型。零自信

b女是一年被搭讪3-10次。

a女是一年被搭讪50次以上。

a女有很强的防护罩。你所学过的一般招式，只对c,b有用，对a女这种完全没用。就像你常年在街上被发传单。刚开始你还会接(c)，慢慢开始会礼貌的拒绝(b)。最后就会直接还没等他过来就摆手(a)。但网络主播是超越以上三者的存在，段位是S级别的网络女主播，她依靠外貌赚钱。就像是你看见有人发传单，马上就会说，哥们你想提升发传单效率吗，我这有发传单的教程，只要9.9元。s会利用对男人的吸引力，直接赚取价值，这才是最高段位，真正活明白的人。所以，你必须要有很强的社交心理学基础。才能和s级的人交手。

Q:有点明白了，可是为什么S会这么强呢？

A:cba是突破防护罩，但s是突破职业状态进入生活状态，这个是全新的知识领域。

Q:这S也太另类了吧，感觉很难和她们game，想请教有无好方法呢？

A:不要歧视s，s也只是一种工作而已，比如模特、微商、坐台、按摩技师、主播等等。很多人都缺乏对s的客观认识，跟s社交，重点就是打破她的职业状态，不要掉入她的职业陷阱。

Q:请问该如何打破呢？

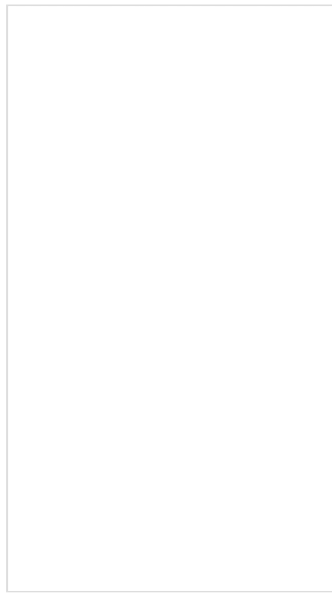
A:就像模特的粉丝都是夸他的女神说，哇你好漂亮。但给模特拍摄的人，就不一样，会说，这个不行，你的腿要抬高。这就是不受对方职业影响而切入生活引领，所以模特都很依赖摄影师，对摄影师天生好感，这也就是斯德哥尔摩效应。

Q:确实，玩过推特的都知道，摄影师最不缺炮打。

A:当你觉得主播这个词很重要的时候，你就已经失去和s社交的资格了。对于阿尔法，主播仅仅是一种职业，没有什么特殊含义，跟司机厨师没区别。模特喜欢摄影师，就是因为摄影师对待自己是引领的，主导的，而不像其他舔狗、展示面大师，对自己是歧视的。当想要和正妹打炮的时候，会莫名其妙的讨好对方，但是当正妹拒绝他的时候，他就会异常的愤怒，甚至去攻击对方。

Q:有道理有道理，即使对方看似远高于自己，也能心平气和的与之相处。评注:想要做到这种视正妹为一个普通女人的最好方法，就是你一定要亲眼见过一次一个女人为了Alpha可以完全丧失尊严和底线的样子(我知道这很政治不正确)。我敢说，只要你亲眼见过一次，你的整个对女性的认知就会发生不可逆的转变。先前看到正妹那种膜拜、紧张、想跪舔的情绪再也找不回来了，同样你面对女人的打压、挑战、羞辱也可以游刃有余。因为你见识过女人跌破尊严的样子，就再也回不到舔狗的自我感动状态了。正犹如一只狼在吃过肉的时候，就难以吃下普通的食物。

### 2赋格缺失



Q:这个女的倒是已经可以收尾了，聊天的逻辑请问有问题吗？

A:典型的赋格缺失，完美错过窗口，一直纠结要不要发照片就已经LOSER了。从她第一次要照片的时候就应该抓住窗口，运用game课程里学过的“采读”和“失格”，回复“没想到你性格挺好，却是个颜控”。这里她做了一个很诡异的动作——跟你要照片，你回答了，就输了，暴露你的内心其实是个不折不扣的beta。就像你跟一个人聊天，突然对方让你跪下，你不去问“为什么”，而是回答“我不跪，要跪你先跪”。你们都暴露了，你们心怀不轨另有图谋，两个人就成了互相配合对方演出。她知道你想睡她却不敢说，那么她心知肚明，就会直接按炮友处理，那么炮友，就一定要高颜值，所以如果你颜值低，就会直接PASS你。如果你颜值高，身材好就会配合你演出，假装暧昧然后找机会睡了，然后拜拜。后面又想打炮了，就会又重新诱惑你。

评注:在game课程里我们说过四种应对策略，攻、守、走、受。这是典型的以攻对攻对略，对方朝你打了一拳，你反手打一拳回去，双方互相演员，用最看似“高价值”的方式来掩饰自己内心的真实需求。但这，其实恰恰反映出来你内心对于你想和妹子打炮这个真实需求有了巨大的羞愧，你非常害怕一旦对方察觉到了你的需求你就会因此失去她。先前在“红色药丸和黑色药丸”里头我说过，一切有意为之的隐遁，都是在逃亡更狭窄的牢笼，这里也是一样。真正的高手绝不会吝惜让对方察觉到自己想泡她想睡她的需求和欲望，当然，我不是要你直抒胸臆跟妹子说“嘿，我想上你”，而是用推拉、否定、暗示等等更加高阶的方式和高于言语话术之外的浅沟通来传达，至于如何操作，请回看四横四纵课程。

## 1.19 社群案例分享:女友出轨我该怎么办？（重点推荐）

1案例引出





请问面对女人出轨的这种情况，男生该怎么办？

## 2初步分析

【注】以下内容选自社群聊天记录，其中人名均为化名。

草:这女的已经对摄影师产生了强烈的慕强反应，当一个女人想要奔向一个阿尔法，她可以找到成百上千个理由。但她内心又舍不得和Beta男友分手，而这段聊天对话就是经典的教你如何驯化一个Beta。

安:一语道破，我们分析这两段聊天不要光看他们嘴上说了什么，还要仔细揣测一下两个人的言下之意。这个男人嘴上说你不要去，其实心里想的是:我费九牛二虎追到的女孩怎么能跟摄影师拍个照就睡了?我不甘心，我不承认我输给了其他男人。我的自尊心不允许，所以我要控制你，要用逻辑说服你。女生嘴上说去摄影，心里想的是:我想拍性感的照片，找到真正alpha的男人满足我的慕强心里。

安:正好这个摄影师很多人约(这其实就是我们读书会中所分享过的叫做预选)，直接戳中妹子内心，但是她知道不能直接和男友讲，不然这不就是说自己是bitch，那就干脆找个借口合理化说:我们只是拍照什么也不干。再借机打压一下男友，给他合理化说是男友直男不解风情，让男生陷入深度的痛苦和自我怀疑当中。而且最残酷的是，我们都以为女人和摄影师上床是女生在出轨，她心里会不好受。但其实只有她心里最明白，和男友在一起才让她感觉自己在出轨，让自己恶心。

川:那老师，这种能不能直接戳穿她的目的？

草:我觉得这个时候不要想用什么办法可以一招制敌。女生判断他男友是个贝塔也不是一两天的事，不是学个牛逼的话术，就让女生瞬间觉得你是阿尔法。



K:是的，认识到是错误的两性关系，应该及时反思自己的问题了。真正的问题在于，那个男的搞不定那个女的，摄影师只是一个，以后还有无数个。承认失败，自我反思，要有自己的标准，别人不是真的爱你，如果hold不住就要果断放弃。

威:这个案例，让我想起了周董的一首歌:不爱我就拉倒，离开之前，不要爱的抱抱，反正我又不是没有人要。你的底线在幕强面前就是个屁，终究是自我感动。

川:那我是不是也跟她说我也跟其他妹子去玩来和她抗衡呢?

威:是的，我们读书会里有说，我给你自由，所以你也不要限制我的自由，你出轨我也可以出轨互不影响。我祝福你。

Q:被女生挑衅底线的，让女生觉得十拿九稳的，人设上就已经是beta了。我要是女生，你要是说你给我自由，我只会觉得你在装腔作势。

威:所以重点就来了，你是否是装腔作势，还是你真的具备转盘子的能力，你只需要打破你对她的忠诚，回归自己转盘子的时期就足够了，把她直接打成一个盘子。

Q:确实，如果有这个能力，也不会和她纠缠了。

威:对，问题就在这里。男生不具备转盘子的能力，这是要提升的，不然他迟早会遇到这种情况，但他没给自己留退路那只有死路一条。你是具备了转盘子的能力但她克制了，还是你不具备这个能力，只是唬人。没有转盘子的能力去绑定女生来恋爱，就是死路一条，因为需求感少的一方掌握主动权。我们不要总想着去怪女人，多想着内归因，否则你无法进步。

川:如何让自己需求感少一些，是不是转盘子分散注意力?

威:转盘子是最傻瓜的方法，最重要的是alpha心态，我不要求任何人忠诚于我，因为我知道，那是她的自由。这个心态就算没有盘子，女人也无法影响你。爱她，就给她自由，我什么都不是，只是你人生中的过客。

曹:想到一个问题，女朋友和你强调忠诚很重要，你该怎么和她聊呢(这个时候什么事都没有，应该不能一来就说我不和你讲忠诚，我们随便玩)?

威:忠诚是换来的，看你表现。当你无所谓对方忠诚与否的时候，对方会回馈你真实的忠诚。你甚至可以让她们舔你，你再去睡别的女人，只要你能做到不在乎她们肉体出轨。肉体算什么啊，让这个女人一辈子都对你流连忘返比操她爽多了。只要你拥有alpha的浪性，她以后结婚跟老公上床，都会想象那个人是你，兄弟们还是要格局大一点。

川:攻心还挺有意思，有种直击要害的感觉，特别是她以后经常提起我，那滋味甭提多爽了。威:你就是她心心念念的完美前任，让那些贝塔男羡慕去吧，她会用你的标准折磨他们。

K:不过我现在就是害怕遇到不是真的喜欢我的，怎么判别呢?女孩总会主动打电话，然后半夜装醉说喜欢我，然后说我没那么喜欢她。我内心很困惑，我怎么知道你是真是假的，说的那么喜欢我，还来问我。真不知道怎么办了。

安:这个问题特别好，经常有兄弟有这个困惑，我怎么知道她有多喜欢我?其实检验的最好方法也是我们game课程里老早就学过的:服从性测试。慢慢加大测试，看她愿意服从到什么界限。这个是最难骗人的，你说你喜欢我，当面叫我老公不过分吧?她要真不喜欢你还要逼迫自己去迎合你，除非你身上真的有她特别需要的价值比如超有钱之类，不然服从性测试就是最好的判准。其次就是看她跟你出去对你的态度、眼神、跟别人如何说起你之类的，这个可以当作redflag。

曹:服从性测试女生不愿意，然后怎么收场呢。比如让女生叫老公，女生说等有名分再叫，或者觉得不好意思?

安:这个问的好，这涉及到了服从性测试的目的是用于检验而非用于推进关系。如果她不服从你只需要知道她现在对你的喜欢大概到了什么程度，然后继续在其他方面让她更喜欢你。就好像你学了一个学期的课，你想看看现在什么水平，那就来个test。你发现test没及格怎么办?

草:赶紧补课。

安:对,出问题第一反应不是说怪卷子,而是想想自己哪里可以做得更好。争取下次及格,没什么大不了的。你看那个聊天记录里的男生,典型错误示范,巨婴社交说女生你去了我就和你分手。这就好像你考试没及格,一气之下把卷子撕了,有用吗?

K:明白了,感谢。

## 1.20 破除实战社交的恐惧（重点推荐）

在近期的咨询当中,我遇到了不少兄弟喜欢在社交网路上“指点江山”式地发表自己对Game和红药丸的看法,不止是理论术语一套一套的,而且说得一本正经,堪称导师级别。然而,一旦让他出手实战,不止犹犹豫豫,内心恐惧,更是秒变懦弱贝塔。回到现实实战中,既把不到妹,生活也是一团糟,可谓理论满分,实战零分。

你要是问他为什么不肯去实战,他们会告诉你:不重要,我已经悟道了,你说的所有理论我都已经厘清,我不需要实战了。其实这样的“理论帝”,都是依靠在网路上宣泄情绪来逃避现实当中的恐惧,在现实中不能得到的结果,只能依靠在社群网路上指点江山来获得认可,而由此带来的快感让人沉迷,与其花费时间精力去面对充满未知的实战社交互动,不如躲在键盘背后获取赞同和肯定。于是乎,他们也越来越走向“理论上的巨人,实战中的矮子”这条不归之路。

### 1 恐惧的产生

说穿了,躲在键盘后不会有任何的恐惧,因为你非常确信不会有任何的危险,即使有,也离你十万八千里,根本不会影响到你内心脆弱的情绪。可是一旦到了实战,内心巨大的恐惧就随之而来,万一失败了怎么办?万一对方觉得我很奇怪怎么办?万一周围人对我投来异样眼光怎么办?万一她男朋友突然出现怎么办?万一我被曝光了怎么办?这一系列的未知和你脑袋里脑补的小剧场无时无刻不在限制你的行动,于是乎,你会想算了吧,反正我理论都会了,不如回家打电动。

这一切恐惧的根源来自未知,你不知道实战可能会带来什么危险的后果,而未知的根源则来自弱小。

《孙子兵法》中说过:“用兵之法,十则围之,五则攻之,倍则分之,敌则能站之,少则能逃之,不若则能避之。”翻译成大白话就是如果你的兵力比敌人多,那就以多打少,把敌人按在地上锤。如果你的兵力比敌人少,那就把敌人分化成多股更小的力量,然后继续以多打少。如果实在打不过,那就摸摸鼻子认怂赶紧逃跑。

[更多一手情感课程](#)

说穿了,无非以强胜弱四字。

 CF69567

 kc58567

没有人生来就胆小恐惧,而是因为你面对比你强大的人你没有胜算,这份未知必然会给你带来胆怯和懦弱。如果你面对比你强的人,你还不道胆怯,这反而奇怪(你的基因居然没有被淘汰)。所以,凡是给你灌输心灵鸡汤,告诉你只要勇敢,只要不在意别人的眼光,微笑面对困难就可以突破内心的恐惧,其实都在唬烂。因为这么做违背了一个基本常识:弱小不可能战胜强大。

### 2 主客之别

行文至此,我想你可能会有一个疑惑:既然弱小不可能战胜强大,那为什么那么多Pua团队还在不断让你去搭讪呢?

这里,就涉及到另一个重要的概念:主客之别。顾名思义,我们所说的弱小不可能战胜强大的前提是客观上你的实力就是打不过对方,而不是你误判了双方实力导致你主观上认为你战胜不了对方。

什么意思?今天你不敢实战或是失败的原因有二:其一,你根本不知道对方实力,你只是以为对方很强大而胆怯。比如你在吧台上邂逅了一个正妹,你一看就摸摸鼻子心想干,这么正的妹子怎么会看得上我呢,我上去肯定没戏。于是乎,你又开始自我合理化从主观上去“判定”对方比你强,你必败,于是为了摆脱这份恐惧,你选择了对正妹视而不见。其二,就是客观上你确实能力不够,满足不了对方的需求。比如你长期关系里面以为有了正妹就摆烂,不止是身材发福,行为油腻,就连

最核心的框架都丢的一干二净，客观上你也能感觉到你的长期女友对你逐渐冷淡(也包括其他方面冷淡)。这个时候你内心害怕失去对方的恐惧，则会更加真实而深刻，因为这不正是你大脑主观上的脑补，而且是客观上血淋淋地敌强我弱。

现在阁下应该明白了，对于前者，我们当然应该鼓励去主动出击，你都没见识过实战的乐趣，只是在大脑中脑补现实中根本不会发生的种种尴尬场景，只会让你越来越被大脑困住，而当你亲眼见过一次一个女人为了Alpha可以完全丧失尊严和底线的样子，你的整个对女性的认知就会发生不可逆的转变。先前看到正妹那种膜拜、紧张、想跪舔的情绪再也找不回来了，同样你面对女人的打压、挑战、羞辱也可以游刃有余。因为你见识过女人跌破尊严的样子，就再也回不到舔狗的自我感动状态了。正犹如一只狼在吃过肉的时候，就难以吃下普通的食物。

而对于后者，显然的敌强我弱，这个时候如果你已经意识到了这一点，则应该尽早加入我们的社群和Game课程，从头开始学习社交并且进行反思、复盘、积累社交硬价值来逆转兵力，达到以强胜弱。只可惜，这样做不够光彩，不符合市面上的各种号称“立竿见影”或是帮你用奇技淫巧逆转框架的情感导师的鸡汤。这样的心灵鸡汤和“挽回三部曲”之所以备受人们的欢迎，一个很重要的原因，在于以弱胜强是一种非常光荣的事情，非常能满足人们的爽点，而以强胜弱说出来就非常不光彩，然而真实世界中只有以强胜弱，激发出妹子的Hypergamy才是让关系长久维系下去的关键。

## 1.21 为什么越自我提升反而越把不到妹子？（重点推荐）

在先前的社群直播中我曾经说过，自我提升不是为了把到妹子你才去健身、玩音乐、旅行、阅读等等，如果你把自我提升当作了把妹的工具而非是忠于自己的热爱，那就是本末倒置的。自我提升到最后，你反而越提升越焦虑，越提升越恐惧，你都这么努力了，你都提升这么久了，为什么妹子还是不鸟你？

在逻辑学当中，“相关性”和“因果性”是截然不同的两个概念，但是人类是一种非常擅长发现错误规律的动物。受于见地所困，人们往往会在两件有相关性(甚至有的时候是完全无关)的事情上，事后合理化的认为其具有因果性。

有很多迷信佛教的人，相信念诵某些佛的名号，或者念诵某些咒语，就可以发财，升官，得到大福报。然后他们每天花费大量的时间和精力去念佛，结果除了念的脑袋嗡嗡响之外，并没有任何超自然的力量，让他的现实生活发生哪怕一丁点的改变。这个时候如果你跟他说，兄弟这是骗人的，他反倒觉得你很奇怪，他只会心想大概是他心不够诚，没有感动佛祖，应该继续烧香拜佛才是上道。

回到自我提升这件事情上，很多兄弟曲解红药丸的理论或者跟到某些不良卖课导师后，误以为只要自我提升，只要自己有有价值一定就能女人无数，让心仪的妹子对自己死心塌地。正所谓“花若盛开，蝴蝶自来”，于是乎，抱着把妹的目的这些兄弟开始了自我提升之路，健身、赚钱、旅行等等的只要有Alpha在做的事情，他们也要跟风做一遍，仿佛只有做到了这些才是一个Alpha，也就能吸引到女人。

然而，在这些兄弟当中，我得说的确会有人因此而泡到妹子，但是更多的人走在自我提升之路之后仍然把不到一个心仪的妹子，哪怕他们已经做到了所谓的“花若盛开”。花开得再好，也需要被放在有蝴蝶的地方人家才回来，说穿了，能不能把到妹子的根本绝不是他具备多高的价值，我得说这些价值有用，是把妹过程中的Buff加持，但是真正让你把到妹子的原因是你掌握了和妹子互动的社交技能和对两性关系的深刻见地，也就是你具备了和“蝴蝶”打交道的能力。

所以说，那些越自我提升反而把不到妹子，让自己越来越焦虑的兄弟犯的错误正是找错了事物之间正确的因果联系。你在错误的因果联系上努力，那么你越努力，你离你的目标就越来越远，SMV拉满的王宝强和贾乃亮为什么依然难以逃避归零命运，难道是他们自我提升不够吗？不，是因为他们没有掌握两性互动的底层逻辑，导致一手好牌被暴殄天物。

再比如一些SMV很高但是心态却是极度beta的男人，正是由于他们缺乏社交能力，导致虽然他们确实可以因为SMV而吸引到不少女生，但是对方一看你的内心其实是一个大beta，于是乎一改在别的

男人床上的浪骚贱，在你面前假装起白莲花，通过延长和你的上床时间来平衡和你的价值差距，因为她知道只有这样才能牢牢的时刻抓住你。这也是为什么古代皇帝出门要微服私访的原因，就是防止女人知道自己的价值之后端起架子和自己摆烂。

可正如我们老早就说过的，Alpha是一种心态，是一种见地，这和你有多高的价值无关。哪怕价值再高如果你内心还是个beta，你和妹子出去约会一见面就眼神闪躲说话紧张，你只会反复不断的被女人伤害，被女人所厌恶，反复不断的重复自己的错误，以至于自己反复被女人甩，但他们就是跳不出自己旧有的思维模式。殊不知，如果跳出旧有的思维去反观女人，那么他们就不会被女人所伤害了。

## 1.22 男人你被分手之后如何站起来（上）

### 1问题引出

“Andy，我现在就是卡在挽回的问题，有时候我会想让她跟别的男生试试看，这样她会更成熟，可是我又很想挽回她，只是这已经严重影响到我的生活，我上班，没办法做作业，睡觉失眠，希望你能给我一些建议。”

### 2浪漫主义

当男人的浪漫主义一发作，眼前等着的现实就是一片混乱，尽管知道原本在一起的女人已经离开，尽管知道她已经有新的对象，但总觉得还是可以抓住点什么，希望可以挽回点什么。认为自己在对方的心里面是最特别的，因为她曾经对我说过这些话，对我做过这些事情...等等。

男人在这方面的心理与情绪处理能力比女人弱，由于天生生物机制体型力量物理上相对于女人就带有优势，演化上不像女人需要更擅长心理战与情绪上下功夫，当关系结束之后，想到自己的女人的离开并且正在跟别的男人睡，这个现实的情境让男人的脑袋和情绪上无法负荷。

“我无法把这些画面从我脑袋中清除掉，我真的快撑不下去快死掉了，”对许多男人来说，这跟有严重毒瘾时在戒毒排毒的生理状况是类似的。

男人从小接受的两性动态教育，就是告诉你要好好保护女生，要为女生牺牲奉献，长大之后要背起家庭的责任当一个好爸爸，要有个稳定的工作供养家庭。而在这过程中的自我成长，无论书念得多累，工作加班地多累，就算被上司玩弄，这些压力其实都能够撑住，男人多半也都知道怎么去面对这些问题。

但是当心中那位伴侣离开的时候，那股心理与情绪上的破坏力太过强大，许多男人根本无法撑过去，而这就是“蓝药丸制约”最为致命的地方，它可以摧毁一个男人。

男人爱女人的方式很不同，当然男人会被女人的美貌与年轻给吸引，但是当进入一段关系之后，男人爱女人会更加倾向爱上女人的本质，许多男人在这样的情形下面，会很开心乐意为女人做许多事情，花更多时间在她身上，并且让自己更加离不开自己现有的工作...等等。因为在他们心里面认为，这些牺牲是值得的，这些牺牲就是强化彼此长期关系最好的策略，你不需要女人在这段关系里面牺牲什么，为你付出什么，为你打造什么，你脑袋想着只要她好好待在身旁就可以，只要她会因为自己的牺牲而感激就好。

这份自以为是的牺牲就是蓝药丸制约长期加诸在男人身上的思维，从你选择你的学校，从你选择你的科系，从你选择你的工作，从你选择的生活就已经完全植入。这些蓝药丸制约告诉你：你从小那最纯粹最原始的男人梦想只不过是个不负责任的幻想，是你逃避身为男人责任的巨婴思想，你必须放弃这些不成熟的思维，牺牲自己的雄心壮志，这个世界才会带给你最好的两性动态，最好的人生。

而当这一切都幻灭的时候，当你回头发现你已经浪费了多少人生，却没有等到你以为会得到的这份感激时，这份极致的混乱就会杀进你的世界里，就算你仍然理智知道自己应该要离开放下，但是本能上却让你无法这么行为。

### 3男女有别

男人心碎的时候，是因为爱这女人的本质而最后幻灭得到的心碎。当然女人也会为男人而心碎，但是不同的点是在于女人是对男人的“期待”幻灭而心碎。

然而这份期待不单单只是经济财务上的期待，因为这只占女人慕强择偶里面的一部分而已，也就是Beta Phase的部分。稳定的被供养需求是女人择偶的天性，过去演化过程中已经把这元素镶进去女人的基因里。就算在现代化的社会里面，许多女人可以拥有的收入已经完全不输给男人，就算不靠男人抚养也可以活得很好，但是这份择偶天性的基因还赶不上现实社会的变化，这也是为何许多女人会说：“我不需要我的男人有钱，我不是因为他的钱而喜欢上他的”，但最后她仍然会放弃无法供养的人而去找到比她能力更好的男人在一起的原因。

女人也许生活上真的不需要靠你养活，但是择偶天性上她需要满足她BetaPhase的欲望。更不用说BetaPhase也只是女人慕强择偶天性的其中一半而已，而且还因为女人已经可以自给自足，它变得越来越没有吸引力，而这份慕强择偶满足的欲望就倾向另外一半发展，也就是Alpha Phase。

在蓝药丸的世界里面，许多的自我提升论点都是要男人提升自己的Beta Phase，要财务稳定，要牺牲奉献，要沟通妥协，同时间却对Alpha Phase毫不着墨，不然就是强行打压。因为Alpha Phase对女本位主义(Feminine Imperative)是一股威胁，会让那些自愿牺牲奉献的男人变少，对于那些因为仗着自己年轻，性价值高就胡乱浪费自己价值，而年纪大之后就会想定下来的女人，就会是种失去保险的威胁。

你会听到有些女人说：“他对我真的很好，什么都听我的，把我照顾得无微不至，经济财务也很稳定，也许我就是贱吧，因为无论他对我多好，我就是对他没感觉了。我许多朋友都说我不知足，不珍惜，但我想我就是这个样子吧。”

许多人会谩骂着这女人怎么这么糟糕，其实这只是女人慕强择偶的天性使然，在现代社会里面，BetaPhase对女人慕强择偶欲望的效益已经降低许多，而在自己的性价值还高涨的年代，AlphaPhase的效益反而会更加显著，然而大部分的男人都完全忽略这个属性。

所以当男人牺牲自己的雄心壮志般无止尽地奉献时，其实是危险的，因为当真实暴露出来之后，等待你的会是极致的混乱，等待你的是你生活与两性动态的毫无选择，你的匮乏感会有如泉水般地喷发出来，取而代之的就是这份匮乏感掌控你的生活与行为，于是你的思绪只会想着该怎么挽回，我到底该怎么做她才会回头，是不是我哪里还做得不够？要怎么样才能够劝她回来？

然而真诚地欲望是无法妥协而来的，蓝药丸的建议会把你推向更深一层的泥沼，要你跟对方沟通，体谅对方的处境，体谅对方就是对你没感觉了，只要你更加努力一点这段关系有可能还有机会回来。然而，这一切都只是违背天性的幻想，因为你所有的努力和付出都完美避开了幕墙择偶天性的需求。

至此，我相信各位已经明白了被分手的原因以及蓝药丸制约的政治正确，可是分手之后我们应该如何重新站起来呢？下一期文章《男人你被分手之后如何站起来(下)》我会给你答案。

## 1.23 如何在女神面前仍然拥有自信（重点推荐）

“当局者迷，旁观者清”是最近答疑的最大感受，很多时候其实你也知道该怎么办，就是身在局中会被情绪所干扰，没办法远远地冷眼旁观。然而一旦情绪上头，人的理性就会直接归零，做出一些看上去“很蠢”的事儿。而具备冷眼俯瞰整盘棋的人，才是真正的棋手。

以上是近期安迪在咨询过程中的感受。实在有太多的男人在学习社交之后，可以轻松应对低分女人，保持住心态的冷静。但是一旦看到一个火辣女神，马上内心波澜四起、精虫上脑、框架全抛。要知道，当你把女人捧上神坛的那一刻，你就注定了这场战役的失败。无论你学了再多的社交技巧，你转了再多的盘子，散发出来的始终还是最初的舔狗气息，并无改变。因此我希望通过今天的文章，来教会你如何在你心中的正妹面前依然保持你的自信。



细心的朋友已经发现了，我把“女神”替换成了“正妹”。没错，我要告诉你的第一件事就是心态上把女人拉下神坛，再去互动。

### 1不战自屈人之兵

先前的文章里说过，互动的最高境界是心态的碾压，而不是技巧的高明。大敌当前，两军交锋，你攻城拔寨、大杀四方，用各种排兵布阵攻下城池，这其实是中低端的伎俩。在孙子兵法中提到：“是故百战百胜，非善之善者也；不战而屈人之兵，善之善者也。”可以看到，兵法之中最强的境界是“不战”。所谓不战自屈人之兵乃是上乘策略。

最广为人知的战例就是当年楚汉之争，汉刘邦利用心理战，围而不攻、四面楚歌，让楚军无心恋战，不战自败。你与正妹的交锋中，无论是前期的搭讪焦虑、还是后期的自卑心态，都是被对方的美貌和表面的高价值所迷惑。初逢对手，遥遥一望，对面大军逼近、旌旗林立、鼓声震天。结果你出师未捷就已经吓尿了裤子、丢盔弃甲、夺命而逃，试问这仗还怎么打？大战尚且未开打，你就已经给了自己暗示：对手太强（女人太漂亮），我打不过（我配不上）。这就落入了对方“不战而胜”的陷阱（当然，对方可能是无意的）。一旦有了这样的心态，即使你硬着头皮很爷们的抗上去了，也只会遭遇打枪，因为你提前已经被自己所击败。

### 2恒常之心

那怎样的心态去正确面对对方的强势呢？兵法有云“时刻保持恒常之心”。还记得开篇的那段话吗？当局者迷，旁观者清，有的时候并不是因为你不知道该怎么办，而且情绪上头，你已经失去了判断力。因此，保持恒常之心，没有情绪波动才是大敌当前的首要心态。

美丑与高矮胖瘦一样，都是相对比较之下的存在。但是对于绝大多数人而言，外界的评价会极其容易让你产生自我误判。我安迪觉得自己很帅，如果周身的的环境也是一直这样给予我正面认可，我的自信会无限膨胀，觉得所有女人都配不上我。然而把我摆到布拉德皮特、贝克汉姆等公认帅哥面前，在大众眼里，我由帅哥就变成了低分男人，我就会感到自己其实一点也不帅。但是再把我扔进普通男人堆里，我的形象又变的光彩照人。这些东西，是外界的评定，不应波及到你对自身价值的过分膨胀和消极认知。所谓“恒常之心”就是告诉你，美丑和强弱一样无绝对之分。不要被这些不靠谱的表象东西所左右情绪，我们学习社交，树立心态，最重要一点的就是不被周身评定所影响，坚定自我认知。一个冷静的棋手时刻应该把自己的心态从主观偏见中解脱出来，不要被其固有反应所误导。

那么怎么不受到外界的影响呢？这里引用先前文章里关于自信的认知：自信不是凭空产生，人离开了熟悉的领域，你不可避免会产生焦虑和恐慌。就像你让最厉害的健美运动员去参加《最强大脑》，未知带来的恐慌无法避免。因此，恒久稳定自信来源于对熟悉领域互动规律的熟悉程度和清晰的自我认知，既不被外界评价所动摇，也不会盲目膨胀觉得自己可以比肩上帝。

可以看到，对于自身价值的清醒认可和熟悉领域的驾轻就熟会让你拥有坚不可摧的强大自信，不吭不卑，也不过分膨胀。很多所谓pua教给你的心态都是过分膨胀，认为所有拒绝自己的女人都是傻逼，最终沦为惹人厌恶的自以为是。这不是正确的社交心态，这样学下去的结果我见到太多，最终往往是自信有了，但照样在社交当中屡屡受挫。甚至还继续坚持自己魅力无穷的自我催眠，告诉自己是女人不识货，这是错误和可悲的误区。对待自己，一定要客观认识，避免无端自卑和盲目膨胀。但是你可以利用这一点，对待你的目标，通过主观评定和心理暗示来改写她的自我认知。

### 3冷眼俯瞰你的对手

如果你暂且做不到保持一颗恒常之心的话，这里给你分享一个小技巧：冷眼俯瞰你的对手，即心理上俯视对方的外貌，战术上冷眼判断局势的走向。

以下是一段场景对话：

A：那妞好正，我们今天发胶都没打，她会不会看不上我？

B：在我眼里，她就是一个女人，是有优缺点的平常人。

A：怎么办，我靠近她就觉得紧张，我和她说话都会嗑吧。

B：我看那不过是有着一副靓丽的皮囊伪装的小女孩，渴望被我带领。

如此截然不同的心态，谁胜谁败，还未交锋，大局就已定。前者贝塔，后者阿尔法。阿尔法心态不一定百战百胜，贝塔心态却一定每战必败。社交互动首先要建立的是你强她弱的阿尔法心态，多高分的女人也是互动之后，才能分清是困难还是简单。“逢敌必亮剑”也是阐述的这个道理。

而要想做到冷眼俯瞰，最有效也是最直接的一招，就是在心里俯视对方。要知道，一个女人是不是女神不是一个女人可以自封的，而是她身边的长期社交评定最终影响了她的自我认知。一个低分女，如果所有人对她的评价都是女神，她就真会把自己当女神；一个极品高分妹，周围评价都把她的外貌形容为垃圾，她就真的变成了无人问津的垃圾。现在你明白了：**你认为她是宝，她就真的在你面前是个宝，再高的技术都已没用。**在你看来，她只是个爱慕虚荣的浪女，她就是浪女，在你面前一文不值，互动中才能不断期待你的认可。建立俯瞰对方的方法很简单：**去抓住女人的负面并且扩大化，自己感受到后，再把这些信息传递给女人和周身的社交圈，剥夺她的社交光环，击垮她的优越感和自信心。**

注意，我不是让你直接侮辱或者人身攻击对方，如果你参加了我的game课，你会知道这一招叫做“反读”，这和侮辱有着本质的区别，这里不展开讲。要知道，所谓女神真的没你想象的那样优秀，如果你愿意花一点点心力去思索“她哪里还有问题，到底配不配的上我？”的话，一旦发现她有做的不好的地方，你在心里就可以轻易地放大这一点产生自然地俯视姿态。之后，你甚至可以让目标也知道她其实不过如此，社交光环的加持之下，她就真的会自我怀疑自己的价值，所有人都把她当宝，我们就要反其道行之。这和打压技术不同，而是**真正客观的找到那个让你失望的负面点**，把她从女神神坛上拉下。注意，我不是让你把每个女人都看的一无是处，而是让你学会在看到女人迷人的一面时，不忘去客观辩证的去挖掘下这光鲜下的另一面，这是一个全面审视的习惯。单面观察是很难抵挡正面诱惑的。当你真正体会到阿尔法的心态，理解了以上的每一个文字，你会发现面对女人，你已经脱胎换骨，不再有任何焦虑，可以坦然面对所有女人。

当你看到的不只是一个女人的肉体，还有她皮囊之下的美丽和丑陋的时候，你就能真正做到目空一切，建立一个强大的内心，不该因世界外在表象所左右。**所以说真正的高手，只要是女人，我们都该去社交，要面对车祸现场的女尸也做到心如止水，从容的上去说一句:hi如果你还能坐起来和我说话，我其实很想认识你。**

## 1.24 仇恨不会让你进步（重点推荐）

如果你第一次被人欺负和陷害，那是设局者有罪。如果你再一次被人欺负和陷害，那是设局者和你同样有罪。如果你第三次被人欺负和陷害，那是你自己难辞其咎。——权谋之术

以安迪的咨询经历来看，在立志想觉醒的男人中，差不多有七成以上的人曾被女人伤害过。就连一些长相帅气、拥有财富和地位的男人也不例外。当然，其中还有一些男性朋友是抱持着复仇的想法找到的我，他们极度渴望通过红色药丸对女人进行打击和报复，试图用仇恨和毁灭来满足自己的不甘心。

但是红色药丸不同于PUA技巧，这是对于两性互动规律的客观总结和心态的修炼，其中不乏陈述了一些女人的客观天性，比如：慕强、框架、驯化、伪装等等。然而，这些本来客观存在的规律却被一些朋友误以为认为女人所做一切都是在伤害自己，都是出于主观的恶意。由此，他们背离了红药丸两性互补的初衷，开始物化、仇视女人。

**然而我要说，仇恨并不会让你有任何进步，相反，仇恨其实是在帮你逃避你的错误和责任。在情绪的冲击之下，你是无法客观理智地分析局势和你的对手的。**

大家必须明白的是：在两性交往中，之所以会出现对你如此不利的结果，实际上有一半是你自己造成的。假如你没有自动降低自己的价值，如果你没有有意放低自己的姿态，如果你正确利用了两性互动的客观规律，那么女人又如何可以如此轻易地伤害到你呢？

我曾经和一位天生的阿尔法朋友推心置腹地聊过天，虽说他现在被无数优质女人追求，但是他曾经却狠狠地被前女友伤害过。当我问他是否恨那个女人时，他特别豁达地回答我“一点也不恨，甚至于我还有一点儿感谢她。”随后，我又接着问他有没有心痛过，他也特别直接地回答我“很痛，甚至到了无法入睡的地步。”现在的他回过头去看当年的自己，可以客观、准确、深入地剖析

他当年都犯了什么错误，对客观互动规律有哪些认知的偏差，即使当年的痛苦至今仍然心有余悸。所谓以铜为镜可以正衣冠，以古为镜可以见兴衰，以人为镜可以知得失。那个曾经深深伤害你的人，也是你人生当中帮你完成重生的人。我这位朋友特别认同的一句话，也是我在文章里反复提及的一句话是：微量的痛苦让人不安，适量的痛苦让人成长，巨大的痛苦使人崩溃，毁灭性的痛苦使人重生。

当女人提出分手之后，很多男人会觉得难以接受，他们会问，我如此真心地待你，为什么你就不可以好好地待我呢？为了你，我什么都愿意做，为什么你竟可以如何狠心呢？当你无法接受女人提出的分手时，你是否想过：在一段感情中，女人作所的反应绝大部分是在你引导的框架之下完成的。或者说，你期待女人展现什么样，她就会呈现什么样。比方说，情人节你送她一束玫瑰花，她便会觉得特别高兴、满足。你不记得她的生日，她会特别难过。你把她控制太紧，对她需求感太强烈，她照样会因为烦躁而选择逃开。

道理其实很浅显：不管对方是谁，如果你不给予正确的奖惩引导，抑或对其进行强制束缚，那么她肯定是不按照你想象的样子去做事的。如果你想对方用某种你希望的方法对待你，那你就必须要让她知道她这么做会得到你的奖励。与之相反，如果你只是主观的觉得她应该这样，不应该那样，那么你就必须自己承担全部后果。请仔细想一下，在跟女人交往的过程中，你是否也曾把自己的错误进行过主观情绪化的转移呢？看到这里时，或许有些朋友会持反对观点：我真心真意地对她好，难道这也有错吗？我们之所以会分手，我一点责任都没有，这样的结果都是她造成的。

如果你有这样的想法，那么我必须告诉你：你们之所以分手，最大的原因在于你。这就如同是好心办坏事一样，你带着自己的真心去帮助他人，最终却出现了最糟糕的结局。此时他肯定会说，我是一份好心，根本就没想到结果会这样。所以，从现在开始，请不要再为自己找借口了。

就像曾经还是贝塔的那个你，见到阿尔法男人打压某个女人，甚至让女人为他嚎啕大哭的情景时，你会在心中暗下决心：假如是我，我一定会好好对那个女人。然而当你接触红色药丸之后呢？转盘子、竞争焦虑、收回关注早就成了你生活的习惯了。此时的你是不是特别讨厌那些一门心思对女人好的贝塔男呢？你是否想过这样一个问题：如今你讨厌的人，或许就是曾经的你。

不过我要承认，情绪是人的动力所在，这一点无从回避。当你受到欺压时，愤怒的情绪会让你想反抗；当你失败时，不甘心的情绪会让你希望更快成长；当你遇到喜欢的女人时，新鲜感会让你觉得特别开心；当你看到强者时，依赖心会让你本能想依靠对方等等。

愤怒属于一种级别特别高的情绪的，它具有非常巨大的情绪能量。与愤怒一样，仇恨同样是一种级别较高的情绪。它所具有的强大力量可以左右你行事的方式。当你一次次深陷仇恨，无法自拔之时，你曾经具有的理智，正确的思维方式便会慢慢远去。就像那些心中始终抱着仇恨的心态，希望自己可以在这种心态的影响下成长的朋友们一样，都低谷了仇恨对你造成的理性抽空和误判局势。

殊不知，仇恨并非是一种你可以轻易掌控的情绪，它是不可控的。所以如果你真的想成功，真的希望自己的愿望成真，那么你就必须远离仇恨，用正确的心态对待女人。

## 1.25 和绿茶学智慧：邀约策略

声明：这是女pua导师教导学员的案例，下面以绿茶导师为第一视角，来看看绿茶会运用邀约策略，黑色部分为绿茶自述，蓝色部分为安迪点评。

【以下是自述与点评】

从聊天记录里面可以看到这个男生问这个女生：你还能不能叫到别人？然后的女生说：叫不到了。然后男生突然就找了个借口拒绝女生，他说：我明天车要去做个保养，下次再约哈。那么碰到这样的情况，女孩子不知道怎么回事，我在这里统一给大家讲解一下。



首先，从这个聊天记录里面，我们可以看到，就是男生并不是特别的想跟这个女孩儿单独在一起。所以他用了婉拒，而且他用的这个理由也不太好，就是车要去做一个保养，下次再约呀。那么一般这种情况下，女孩子心里就会比较脆弱，就会觉得:我是不是不吸引他，我的魅力不够，我好生气呀，我要去骂他，我要跟他说为什么等等等等... 其实如果你遇到过类似这样的情况，你又不愿意甘心让他走，**我的建议是不要指望一招去定胜负，就是你不要指望给你一个什么特别的方法，一下子就把这个男生给拿住。**因为我曾经说过:**心态稳才是一切能够成功的关键。**那么在这个时候，作为一个高价值的女孩子，或者作为一个聪明的玩家，正确的回复应该是什么?不是去回复:你是不是不想跟我在一起或者为什么我们两个单独出去你就不愿意了呢?再或者还有人会回:你什么意思，你这样做是什么意思，你爽约吗，等等等等... 这些回复都是不正确的，正确的回复只需要回复下面一个表情就可以了:

**【点评】**心态的平稳的确是所有招数的根基，这段应对邀约被拒的分析不论男女统统适用。这也让我想起我们阿尔法联盟里的一个兄弟，这几天他来群里提问说被女生提分手不知道如何操作，我们给出了急救策略可这位兄弟自己却“明知故犯”地偷偷去把女生给加回来，不是他不知道该怎么推，而是他内心的真命天女、浪漫主义、不甘心等等情绪冲昏了头脑，神仙难救~

那么发完了这个OK之后，我们就什么都不做了吗?肯定不是的，我们来想一下为什么要去发这个OK，首先他不想约你，甚至他找了一个这样的理由，我们来采用一种方法叫做:**共情**。就像咱们宝宝们肯定也会有人想约我们，我们不想去的时候总会找一个理由，比如说不好意思我今天头疼、不好意思我家今天突然来朋友了、不好意思我今天工作怎么怎么样下次再约哈，这些通通都是理由。所以，如果这个时候男生再来质问你:你为什么不来?等等等等... 都是显得自己高价值。我们应该云淡风轻的发一个OK，然后就可以了。

那么发完这个OK之后，我们应该做的是什么呢?**三个字:朋友圈。**

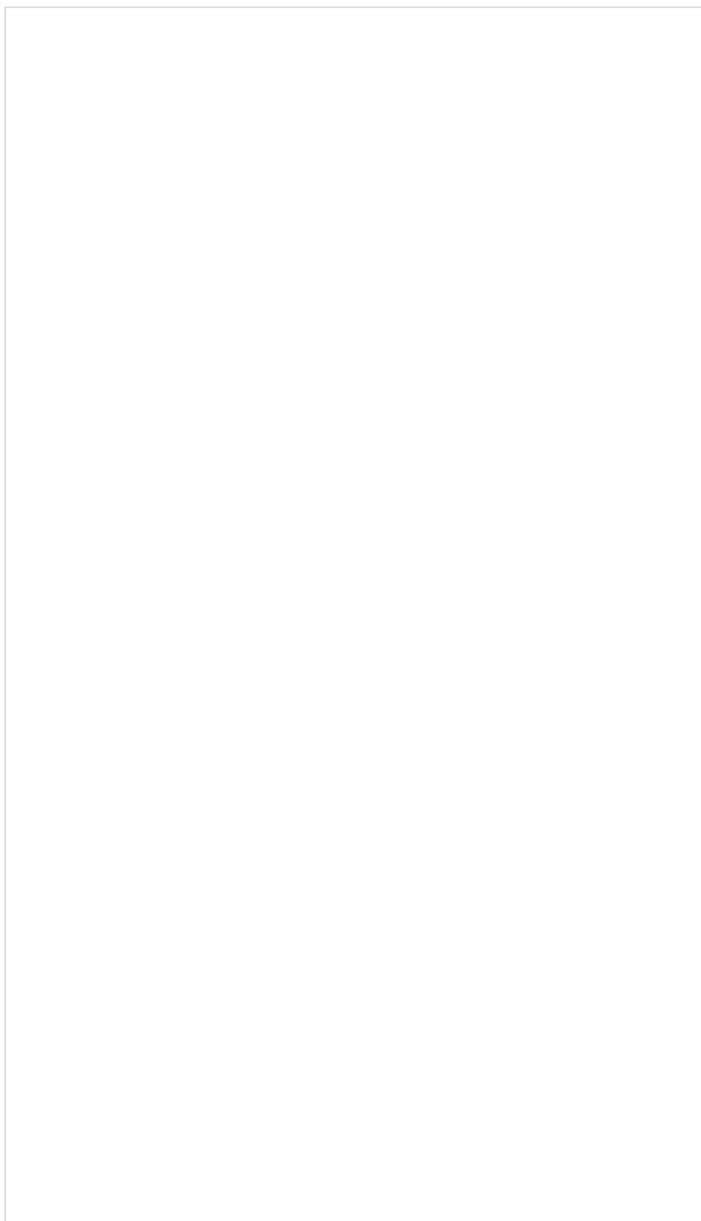
我们必须要去发一下朋友圈的建设，因为这个男生不来约我们，或者是约了我们但是放鸽子，不愿意跟我们一起出去，都说明我们的魅力不够或者是说吸引力不够。我们发朋友圈的原因，**第一点:是为了增强自己的吸引力，展示预选。第二点:是要让男生看到，我不在乎你，不论你约不约我都会过的很好。**那么朋友圈发些什么样的内容?精彩的或者是有人约你出去的，比如说今天跟一个朋友去看电影，或者今天跟一个朋友去游泳，或者今天去怎么怎么样... **记住，不是发自己去逛街，不是发自己去健身，是跟朋友做一个预选。**

**【点评】**理解对方+发朋友圈是应对邀约拒绝的最佳策略，划重点。

大家可以理解吗?就是发一个漂亮的朋友圈，有自己的照片的，然后让对方看到:你不约我，我仍然跟我的朋友活的很开心，很自在，没有受你的影响。**注意，这个朋友，如果你要发预选的话，你可以发一个男生，但不要太明显的刻露出来这个男生的样子，**比如说男生的手呀，或者是手表啊钱包都可以，这个是我曾经讲过的预选的方案。但是如果让我来选择，我可能不会去直接发一个男生的预选，我会发一个跟朋友闺蜜好朋友，人多，先让它精彩一点。比如说:跟我闺蜜，我们去逛街或者是去玩，不是我一个人去健身，注意到了吗大家?是很丰富多彩的生活，就让他看到你约不约我，我都有人约，而且朋友多一点会比较好，大家记住这个策略了吗?然后这个发完了之后，过两天视这个男生的表现，咱们再来发预选。


当然，这个策略不是说你发了朋友圈就立刻有用的，很多女孩们在谈恋爱里面都会出现一个误区，就是认为:好，老师给我一个什么特效药，就好像给了你一个方法，一夜之间这个男生就会突然的爱上你了，如果你有这样的想法，肯定是错误的。那么我预估这个男生要想去对这个女生产生兴趣，可能还得需要两到三个月左右的一个培养，培养什么?培养你的心态，培养你的吸引力，慢慢的一点一点的往回来拉。我们再看一个例子:





这个案例也是一个绿茶班学员问出来的，那么，我先跟大家讲一下这个的背景，男生是三个月前加的，然后我们的宝宝觉得这个男生直男，思想固化不灵光，跟不上自己的步伐，所以她也没有怎么跟这个男生聊。然后这个男生也没有怎么主动去联系我们的女生，我们的宝宝怀疑他在跟别的女生聊，怀疑现在这个男生是被别的女生甩了之后才想起她，所以来主动跟她聊天。那么我们学员的诉求就是：她觉得凭什么他想联系我就联系我，为什么他想怎么样就怎么样，我该怎么办，我是不是就应该吊着他不理他？到底我是应该吊着他呢，还是应该把他给删除，这个是我们这个绿茶班学员的问题。

那好，我们讲完了问题再来看这个男生的聊天，他说：晚上好，谁谁谁，我们有几天不联系了，你是不是特别疑惑，怎么我就不主动联系你，约你出来坐坐聊聊，像不像个男的了，一周之内争取安排个时间出来坐坐，看看感觉如何，如果有好感呢，我们就继续了解，没好感那就就此别过，时间和地点，我定好了告诉你，就近你的原则，拖拖拉拉的也没有什么意思，我也有点失去耐心了，见谅。今天不早了，先说这么多了，晚安。

看完这个聊天，我觉得这个男生就是：不知道哪里来的莫名的这种自信，甚至这种直男的装逼让我觉得恶心。那么为什么这两个案例我放在一起讲？我相信聪明一点的宝宝现在应该知道我的目的了，对于这样的男生，如果你养的鱼很多，你练手的人很多，你想怎么处理就怎么处理，可以把他删除，也可以不再理他。那么有些宝宝会说：那老师，我现在练手的对象很少，我也不想删除他，在我不想删除他的情况下，我想用他来练手，我应该怎么来操作？其实正确的操作方法很简单，只需要回他两个表情，不要说话就可以了，就是这两个表情。

如果你只发一个笑，显得有一点点敷衍，如果发两个，这个表情是什么意思，我给大家解释一下：第一，如果你发文字，一定会暴露出你的心态，你发表情是有一点点推拉的，什么叫推拉呢？就是

如果你不回复他，就完全把他给推开了，我们现在的目的是练手，但如果你给他回:好呀，好的，等你通知。又显得自己非常的低位，人家一约你，你就立刻回复。你先发这两个表情给他，他一定会对你发问的，他会说:笑是什么意思或者怎么样?就这么定了，等等等等...我们让这个男生先来暴露自己的需求感;第二，这个表情它是有一点点拉的成分，就是**释放了一点点可趁之机**。我曾经说过，如果一个女生很漂亮，很高冷，男生追着追着他就不想去追了，**你要给男生一丝可趁之机，让他觉得他努力把力是可以把你给追到的**。所以小小的两个笑的这个表情里面，它暗含了推拉，我再讲一遍，一个是拉，让他对你发问，让他觉得好像有点机会，你没有表态;一个是推，什么是推?就是因为我们没有说话，没有去表态，所以有一个推的成分。

那么他看到了你回复这两个表情之后，他一定会再来对你发问，我们要把他的需求点撑到最高处，然后我们自己在暗处。那么同样的，发完这两个表情之后，我们这个宝宝首先要做的是:赶紧立刻的在朋友圈去展示一下自己，因为这个男生现在回过头来约你，你不要看他嘴硬，说什么拖拖拉拉的也没有什么意思，我们只看他做什么。他说的这些话只有一个目的就是:他想约你出来，也许他是为了自我去圆一下他自己所谓的自尊跟面子，所以才解释了那么多，**但其实它最终的目的还是想去约你**。那么这个时候我们朋友圈应该发一些什么样的照片?这个朋友圈的照片，发的跟上一个是不一样的，这个朋友圈的照片，只需要去发自己美美的照片就可以了，可以没有预选，也可以没有闺蜜，也可以没有朋友，就是你自己漂亮的照片，很漂亮的自拍或者很漂亮的写真，或者是很漂亮的别人拍的你的照片。增大自己的吸引力，让他反复看到你的美，这样就会加深他更想约你的力度，然后他一定还会再来对你进攻的。

## 1.26 和女玩家学技术:捧杀

摘要:本故事选自聊斋志异恒娘传，身为女玩家的恒娘将手把手教会女主角朱氏如何重新获取丈夫的爱。特别是在丈夫宠爱小妾的情况下，我们该如何逆风翻盘?这个案例，教会你捧杀。

【点评】人之初，性本贱。人们会对有限制的事物产生更加强烈的需求感，这种利用逆反心理和稀缺性会制造出虚幻的价值，就像妻子试图控制丈夫远离小妾一样，你越不让他碰，他越想碰。可能本来丈夫只是图个新鲜，结果因为你的作闹和控制，虽然你暂时得到丈夫的注意力，但代价却是为你的对手铺平上位之路。

【点评】你的对手拥有不可比拟的新鲜感，与其控制丈夫不碰，不如让丈夫彻底碰个够，毕竟新鲜感是转瞬即逝的刺激。新鲜感过后，就是我们逆风翻盘的绝佳时机。

【点评】没有失去，人就不知道知道要珍惜;没有颠覆，人就会活在舒适区而不想努力争取;没有付出，人的满足感就会大打折扣。这一点女人具备天然的优势，因为性欲诱惑是致命杀手锏之一，给看不给干会让一个人为你疯魔。正所谓:妻不如妾，妾不如妓，妓不如偷，偷不如偷不着。

更多一手情感课程

【点评】第一，本段落加粗部分是绝对的点睛之笔，一来甩锅给丈夫，都是因为你平常不理我让我寂寞冷，让丈夫产生愧疚;二来给予丈夫可得性，丈夫知道只要自己加大投资就可以得到终极大奖。

第二，男人的骨子里有圣母荡妇情节，一方面喜欢外表轻浮、风情万种的小骚货，另一方面又向往什么都不图、单纯的浪漫主义爱情。恒娘暗悉此道，先让朱氏用新鲜的打扮去重新诱惑男人，再展现出一副贤妻良母的好姑娘形象刷一波心疼指数，双管齐下普通男人必定会圣母荡妇情节发作，无法自拔。

【点评】这里应验了红丸反复强调的两性关系互动铁则:谁越不需要对方，谁就越有框架掌控权。尽管这个故事里妻子也十分需要丈夫，但是恒娘能从上帝视角来审判这段关系，让朱氏能够暂时跳脱出自己的情绪，用正确的姿态诱惑男人，此战必胜。至此，已经完成了框架的逆转，但是别忘了我们还有一位可爱的竞争对手。

【点评】应对竞争对手的策略，就是捧杀，特别是吹捧对方的贝塔面。你看，人家宝带长得多漂亮，又一直想和你亲热，不像我，老是拒绝你，你还是多去找找她吧~通过这种捧杀和设立障碍，一方面会让丈夫觉得你特别懂事，更想要得到你，另一方面会激发竞争对手的情绪崩溃，做出一些极端想要得到的失控行为。

【点评】回顾一下这个故事，总结如下:第一，将欲取之，必先予之。不要试图控制对方，而是让对方完全地自我放纵。第二，颠覆性的性欲诱惑。利用对比制造虚幻的价值，颠覆目标的认知来制造快速的吸引，同时设立障碍进一步放大目标需求。第三，捧杀对手。利用竞争对手失控犯下的错误，进一步进行捧杀，再度抬高自己的价值，让目标彻底沦陷。

我是安迪，感谢你的阅读。

## 1.27 捷径的背后是懒惰

在情感领域，最常见的提问之一就是:有什么办法能让对方快速爱上我，或者让我自己的情商快点提高？

这种追求高效速成的思维，其实就是我们通常讲的“走捷径”，或者用更直白的说法，就是懒。懒人最喜欢的是捷径，最喜欢听到的词是“快速”，因为捷径意味着“付出很少，回报很多”。

这也是绝大多数人最幻想的一件事是——不劳而获。这一点都不夸张，之前真的有位女性友人告诉我，她就希望自己静静地等着，等着有一天，她的白马王子，哦不，是她的高富帅遇见她，然



后发现她的美好，跟她在一起。而她什么也不用做，只需要静静等着，就能跟高富帅一起过上开心无忧的生活。

很多男人也如此，抱持着不喜欢我的女人都是傻x的直男癌思维期盼着真命天女的降临，或是认为社交根本不需要学习，只要“活出自我就是赢家”，殊不知这只是他给自己失败人生找的一块遮羞布。

各位读者们，我们一起回想一下，当你刚开始恋爱的时候，你还有你的兴趣爱好、有你的社交圈和独处生活。可当你和你的伴侣在一起时间越长，你是不是开始越来越依赖对方、越来越懒于拓展自己的生活，甚至懒于和朋友见面也不再去做自己喜欢的音乐、健身、读书等等。甚至一些姑娘在有男朋友之后，连和男朋友出门也不再花费心力打扮自己，一身邋遢就敢和男友出门逛街。

不论是男人觉得性欲得到满足还是女人觉得凡事都可以有对方包容，人的惰性会不可避免地让你陷入无形的深渊。在这种情况下，对方和你分手还需要任何别的理由吗？

就像之前一位姑娘找我咨询，说她以前没有认识男友的时候，自己天天坐地铁一个半小时去上班，从头站到尾自己没有抱怨。后来男友追她时候男友天天开车送她，有一天男友不送她了她坐一次地铁就要从头骂到尾。这样时间久了，请问她还能指望她在男友眼里有什么魅力可言？

**真正的高手，从来不是离开了对方就情绪崩溃，而是嘴巴上展示依赖，行为上独善其身，内心精神极其强大。**

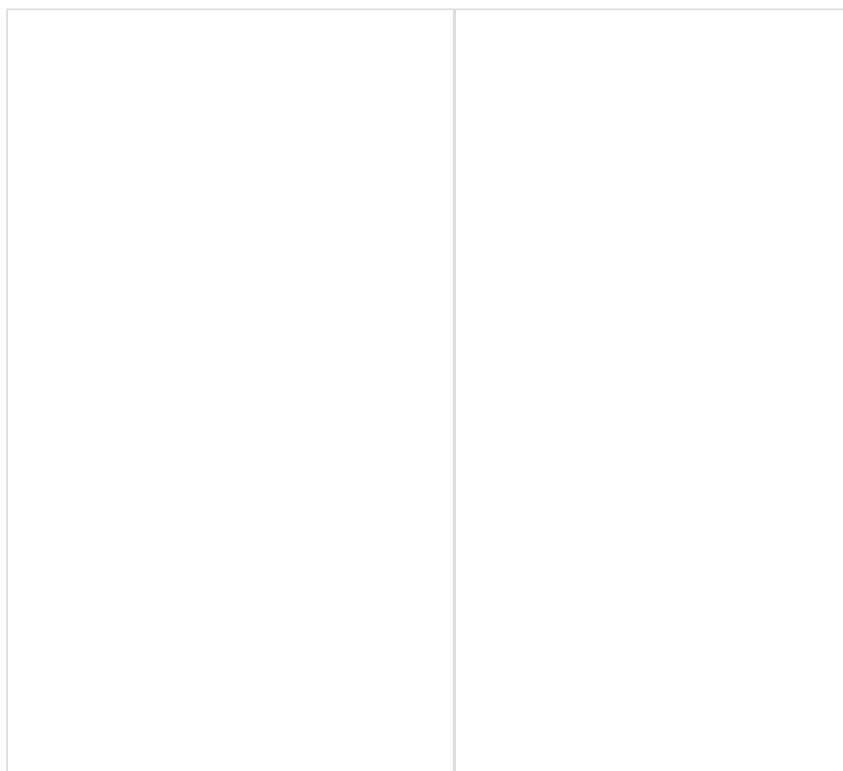
就像这位姑娘和谈了两年的男友闹分手，因为男友已经找好了下家，她不服气想挽回。但她可能没有意识到，一旦一个男人去找小三或者小四小五，原因肯定是对她的喜欢和在意程度在降低。不论是因为她生活邋遢，还是她作闹让对方心烦意乱，根本原因就是这男人对你的喜欢没有这么强烈了。甚至也许一开始，他对你的喜欢就没有那么强烈，只不过你就没有发现而已。

当然，面对这种情况我们不是没有办法利用人性的弱点进行逆风翻盘，可是这都是权宜之计，如果无法从根本上转变自身的懒惰和问题，分手的结局终究无法改变。

昨晚的直播我说过，男人很容易被激发出愧疚感，趁着你和这个男人还有联系，并且你属于被伤害的一方，我们要学会主动去制造抽离感。如果这个时候你告诉他你爱他，你离不开他，你认为你的口才很好可以通过沟通挽留他，那是你做梦而已。你去挽留他，他根本无法感觉到这种即将失去你的恐惧。你要怎么办？你只有让他害怕了，他才会主动回来追逐你。就像我们之前说过的，**在一段关系中，越不需要对方的那个人掌握着关系的主导权。**

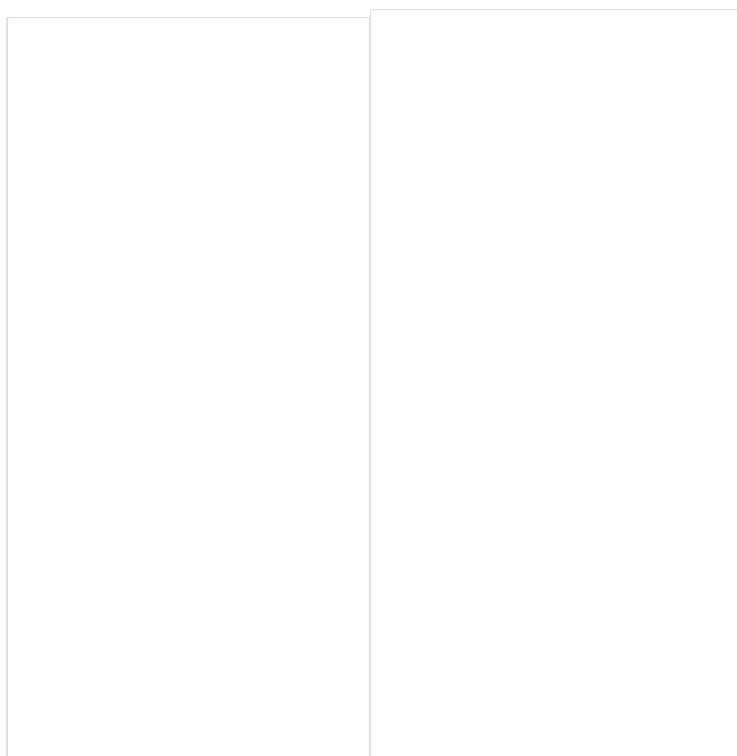
因此此时我们要表现出我不再那么在乎你了的姿态。你为什么不那么在乎他了？因为他出去浪，他出去找别的女人。你要让他知道他自己到这种行为降低了他对你的吸引力。注意，我们是要让他害怕，而不是自己诚惶诚恐。

你需要做出一个即将抛弃他的姿态，才能刺激他对这段关系即将要失去的恐惧感。当时我就让这个女生冷那个男生一个礼拜，同时在这一周和闺蜜去玩，去丰富自己的生活去激发男生的竞争焦虑。



一周后，对方终于按耐不住内心的好奇和不甘，主动来询问女生朋友圈的男人是谁。我们只回了一句话:换个话题问吧。对方越急，我们就越有先机。

我在驯猫术里说过，我最害怕一个人没有情绪。因为没有情绪你就压根get不到任何的点，你无法冷读到对手的意图。对方有情绪还这么激动说明他还在乎，所以我经常说要你们控制好自己的情绪，因为你控制不好自己的情绪就等于把你的弱点展现给别人看，赤裸裸的告诉别人你的弱点。



话题停到这里，就可以了，不要聊下去，让他着急，给他下一次找你的机会。如果这个时候我们抱着手机继续聊，就会和昨晚读书会里故事的男主角一样丧失一致性，最后也会被甩。

很多人总是想一步到位，控制不住自己的需求感。如果各位真的发现哪里有一步到位的方法我安迪愿意虚心求教，目前所有的捷径都只会让姑娘变成男人的炮友，让男人变成女人的备胎。

这也是为什么很多人在逆风翻盘复合不了多久又分手，其实也和懒有关系。在刚复合后的一段时间里，他们关系还不错，因为这个姑娘真的不那么任性了，仿佛两个月的时间让她变得乖巧懂事

多了。男人也很震惊她能有这样的改变。总体来说，他们的关系发展不错。但你也许想不到，他们复合了五个月后，还是分手了。

因为一开始女生好不容易求得复合机会，当然是超级开心，但是又超级担心他们复合后能不能长久。所以她担心自己的一举一动，因此会表现出最温柔懂事的一面为了能够继续跟他在一起，这些小牺牲，根本算不了什么。后来几个月，女生也发现对方对自己很满意，大家相处很愉快。随着时间的推移，姑娘觉得越来越安全，男人离自己越来越近，也越来越信任自己。她一颗悬着的心也在慢慢放下。

渐渐地，有些时候，她对自己就不加控制了，会有一些小脾气出来。男人也没觉得有什么，还觉得她这样的小脾气很可爱呢。再往后，姑娘的心彻底放松下来，言行举止已然没有了那种小心，随心所欲的时候越来越多。而这些，都是在细微之中一一点一层发生的，大家都没有察觉。

又过了一段时间，他们的冲突终于因为一件小事爆发。这个时候，男人才突然发现，这个女人好像一下子回到了从前，任性、脾气差、无理取闹。而等待这个姑娘的，是再次分手和痛苦悔恨。男女之间的博弈本也是一样。可能你初期弄懂博弈的概念，一开始可以抗争。但时间长了，你还是松懈了，你还是慢慢妥协了。就是因为一个字：懒。

就像很多人只想让我立刻给他们当下的聊天一个回复，回复完了之后他们就忘记了，他们只看眼前的回复却从没有想过下一次要是再遇到这种状况该怎么办。

我是安迪，感谢你的阅读。

## 1.28 和绿茶学智慧：欲拒还迎

声明：这是一位绿茶和渣男过招的案例，下面以绿茶为第一视角，来看看绿茶和渣男聊天的心路历程，黑色部分为绿茶自述，蓝色部分为安迪点评。

【以下是自述与点评】

我是在今年的去年6月份玩的探探，众所周知，探探上的男生大多保持着ONS（一夜情）的想法。因此在和他们过招的过程中，我发现好几个渣男都对我用了几乎一模一样的招数：

首先，他们加了你之后，会首先跟你说：小姐姐，你好呀/小姐姐，你真好看之类的“群发话术”先来夸赞你一番，但这个并不重要，最重要的是：**渣男很善于去给你做情绪价值的提供**。什么叫做情绪价值的提供？他不管三七二十一，他首先每天跟你讲：早安小可爱，你今天干什么了？你该吃饭了哦。穿的多吗？要照顾好自己哦，不然我会心疼的。小宝贝儿，你在干嘛呢？哇哦，你好可爱，你知道吗？你笑起来的样子，特别迷人...就是这样的情绪价值，他真的可以坚持每天给你发。而且不论你是否回应或者不论你回应的好还是不好，他通通按照这样的来给你提供情绪价值。

【点评】显然这位绿茶对“情绪价值”的理解还尚浅，误以为情绪价值就是提供夸奖、赞美等好情绪，殊不知情绪价值的核心是波动，波动，波动。用快乐、悲伤、愤怒、恐惧、怜悯、好奇、不甘、依赖等等情绪全方位刺激，用高低起伏地情绪落差才是高手会提供的情绪价值。退一万步说，就算我们是提供快乐，用这些群发话术看着就让人觉得虚假和别有所图，而高手只玩采读，不玩话术。

那么，当第一步他给你提供这个情绪价值的时候，很多没有跟我学过的姐妹，会很容易产生一种**依赖心理**。什么叫做依赖心理呢？就是一开始，你可能并不太喜欢这个男生，觉得他做作，他很假。但是，如果他连续七天，十天去跟你讲早安、晚安、小可爱的时候，突然有一天他不讲了，你就会发现：嗯？我有点适应不了，他为什么不跟我讲了？他是不是不喜欢我了？他不爱我了吗？**女人的不甘心的因素会让你产生极大的好奇心**。那么还有一部分女孩儿，她是跟着我学过的，当这个渣男每天在讲早安午安晚安的时候，这个很多姐妹们就会想：哼，当我没学过，我可是知道的，他这个是在给我提供假的情绪价值，我千万不要上当，这样的女生有没有？有。但是还有一部分女生是：明明知道了对方在给你提供假的情绪价值，但仍然渴望并且享受这种假的情绪价值，为什么？**因为女人，她就是比较柔弱的，女人总是渴望被关注被肯定，然后被别人惦记，这是女孩子的通病。**

【点评】产生依赖的前提是价值的唯一特殊性，这种群发操作我想什么样的男人都可以快速上手。一个正妹周围的男生，谁都可以来早安晚安小可爱，这种依赖心理的作用聊胜于无，因为你不讲，有的是男人跟她讲。但是不甘心这点的确有，哪怕女人不喜欢你，也不希望你放弃追求她，这就是人性本贱。

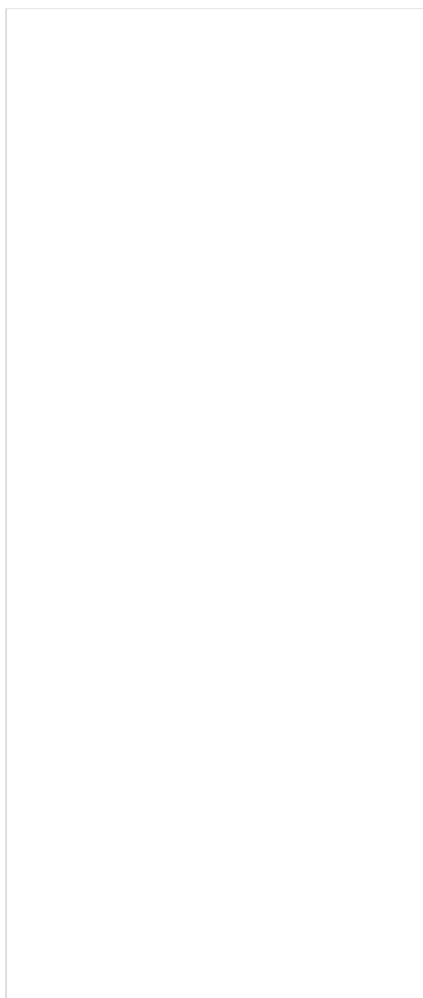
接下来，我将用一个最典型的渣男案例来为姐妹们解析渣男的套路以及作为一个高级绿茶该如何应对。

在今年年初的时候，我在从上千个匹配里筛选出来了这个男生。一开始，我刚跟他认识的时候，他就每天就跟我讲早安完晚安。我一开始是怎么跟他说的？我说：嗯，早安。因为我跟大家讲过，我们女孩子要做一个真正成功的绿茶，不是在男人给你发早安午安晚安你不去理他，如果你长期不理他，渣男觉得你的框架太硬，他可能就去撩别的女生。同样，我也不是说让你的框架要软，要留住这个渣男。我的意思是，**身为绿茶，你要能够看穿对手计策的同时，假装迎合他来诱敌深入**。在这里我的是**镜子法则**，就是他给我发什么，我也给他回什么，可以说是两个人来博弈，不相上下。到了后来他开始夸我的头像漂亮，他说：哇哦，你的这个头像是可以去参加选美小姐的、你怎么那么可爱、你怎么那么甜美...这个时候，我就会跟他说：“**你嘴巴好甜，好会讲话，你跟所有女生都这么说吗？**”这些挑战话术是我曾经教过给大家的，今天我们不做重复了。

【点评】这段分析不错，就算你看穿了对手拙劣的套路，但是如果你对对方还有兴趣，你就会假装配合地演下去。这也对应了我们红色药丸里所说，女人为**Alpha**打破规则，为**Beta**立规则。最后的挑战话术也是常规的废测了，无非是想引导男人自我证明，看穿对手的策略之后，用我们教过的“三板斧”任意一招都可以轻松应对。

接下来，随着我们聊天的推进，会给他做一些**服从性测试**，比如我会说：你唱首歌来给我听听啊、你学个猪叫啊...他都会去服从你，他并不会不服从，**他很会哄你开心，但是他就是不投资**。什么叫不投资？我记得到了当时七夕情人节，然后这个渣男他就问我，他就说：哎？今天是情人节吗？我说：好像是哦，然后他就居然很有脸的能去说：情人节快乐，我说：谢谢，然后他就会说：礼物等我见面了之后给你补上哦，你今天要开心哦～你们看这个渣男，他的特点是什么？动嘴不动实物，不会给你发一毛钱的红包，但是他还是笑眯眯的，礼物我后面就给你补上哦。

【点评】把投资仅仅归结为物质实在是太过肤浅，得到金钱又如何，我们玩的可是人性，我们的目标是要诛心。显然前面所给的服从性测试也是在引导投资积累沉默成本，当男人无条件服从你的要求的时候他已经在逐步丢失他的框架，这个时候只需要进一步诱惑加以榨取，就可以得到他更多的付出。遗憾的是，这位绿茶无视了对方的投资，更没有加以引导。



看到了吗？一个渣男居然能毫不知廉耻的说：今天是情人节，七夕快乐哦，回去给你补过。那么作为一个高情商的绿茶，应该怎么样？我们不能进入反应模式掉入他的陷阱当中，而应是不在乎地说一句：好呀、可以、嗯...**我们不要去介意他是不是真的给你过，也不要因为他没有给你送这个礼物你就心里惦记他，这反而掉入了渣男的陷阱。**



【点评】女人是天生的演员，这一点直接体现在她们的心态上，看到这里我甚至怀疑这位绿茶是不是学过pua，言语间透露着阿尔法的特质，嘴上说着好，但其实都是在演戏～

那么在他跟我连续说了差不多有快两个月的早安午安晚安之后，他跟我提要求说想跟我语音、想跟我视频、想跟我见面。我知道他心里就是觊觎我的美色，因此我没有理会他。一开始我对他比较冷，基本上是他说三句话，我说一句。到了最后，他说六句话，然后我说四句话来奖励他一直以来地付出，差不多就是我给大家的六比四这样的比例。渣男坚持了差不多有一个半月，他终于忍不住了，因为他发现我不进入他的框架，他开始怎么办？他开始进行以退为进，他是这样说的：我跟你认识了这么长时间，我觉得你挺好的，我一直都很喜欢你，但是我发现你对我好冷哦，你看别的小姐姐对我多热情，你再这样我要离开你了。但是因为我还喜欢你，所以还想给你一个机会，你看着办吧。

【点评】框架、服从性测试、以退为进...可能这位绿茶偷听过安迪的课吧～反观这位男生，试图用竞争焦虑和情感指责方式来刺激绿茶的情绪，没想到技术太过低阶，被我们的绿茶朋友一眼看穿。一来，竞争焦虑不是你自己给自己DHV就可以让人信服的，二来这波情感指责力度太轻、缺乏证据，让人越看越觉得套路，要么他是骗炮渣男，要么就是我行我素地巨婴。

你们想一下，我之前教大家的以退为进的是怎么说的？一般都是说：我跟你在一起很开心，但是怎么怎么样，对不对？把问题归结到我自己身上，我想一定是我自己不够好，不能够让你爱上，你好好去对她吧，没关系，诸如此类的。同样，在这里，这个渣男也对我用了同样的方法，他说：嗯...我跟你在一起这么长时间，我们认识了这么长时间，但是我觉得你对我有点冷漠，可能是我不够好。与此同时，我又认识了一个其他的女孩儿，这个女孩儿能经常跟我聊天，怎么怎么样...那我觉得她可能会更适合我一点，但不论怎么样，因为我喜欢你，这个话我还是对你说了出来，我希望你以后能幸福，就像这样的话，大家好理解吗？

【点评】可怜我们的渣男兄弟被绿茶无情地看穿心思，也难怪，哪有人情感指责完还补一句“你不会把我删了吧”，只能说咎由自取了好兄弟。

你们看这个渣男讲的这些话，一开始我会觉得：哇，这个男生也不是一个太高套路的渣男，因为太高套路的人不会跟你讲这么多，但是后来我想了一下，他就是用他这种看起来不太套路，但是似乎又很真诚的话来达到以退为进的效果。此外，他还试图让我产生竞争焦虑，你们看他的推拉用的好不好，前面先讲自己的想法：我是喜欢你的，但是你老是很忙，可能你不喜欢我，可能怎么怎么样，然后我又遇到了一个女生，这个女生她是怎么做的？她能够跟我语音，能够跟我视频，能在我睡觉的时候跟我发什么什么，巴拉巴拉巴拉巴拉...他先是用推，然后再用拉，最后再来一个：我什么都会跟你讲，因为我喜欢你。你们看到了吗？他的套路就是：推拉推拉推拉，不停的推拉，然后引入竞争焦虑和以退为进。这样的男生，他已经跟你聊了差不多有一个半月，每天给你情绪价值，突然跟你说这段话，一般的女生可能就会去解释了：不是啊，我工作真的很忙，所以我没有空理你，还有一些女生再去解释：不是这样的，是因为我害怕你是渣男，所以我一直在观察你。那么正确的方法应该是什么呢？

大家有没有看到我的回复是什么？首先不要去解释，不要告诉他：不是这样的，我工作很忙，我其实心里是喜欢你，我说过的三不政策大家还记得吗？不解释。但是如果这个时候你把他删了，这个游戏就不好玩儿了，你们看我的话术：虽然有点遗憾，但还是希望你快乐就好。不挽留，不解释，但是给他释放了一点点可趁之机，什么是可乘之机？就是那句：有一点点遗憾，这一点点遗憾给了他一个预期，给了他一个幻想，大家能不能get得到？男生是一个很贱的生物，他啪啦啪啦跟你讲这么一大堆话，其实就是暴露他的需求感，想跟你说：你他妈的老是不鸟我，你再也不鸟我，我可能要走。那么这个时候，我们应该怎么做？如果你还想跟他玩一玩，就按照我的说法，去跟他说：好遗憾哦，但你开心就好了。我们就是不care，大家能理解吗？如果你连玩都不想玩，因为我是为了要往下走，想看看这个男生，他到底是什么样的一个水平，什么样的魔力，渣到一个什么程度，所以这条路我是必须要往下走。那么有一些女孩儿，如果这个时候你看透他的这个技巧，你也可以不用他，删掉就OK了，大家能够理解吗？不是说一定要回，如果你觉得：哇，好渣，就这个时候你就开始恶心，对他没有兴趣，完全可以不理他，删掉。

【点评】不解释、不主动、不拒绝，大概是绿茶和渣男通用的特质吧。我要承认，这波绿茶处理得非常漂亮，用无所谓地姿态来应对对方的威胁，直接打破对方对我们的预期反应，反客为主。除了用无所谓之外，还可以用我教过“三板斧”的戳穿来给予回应，参考回复：你跟我说了这么多，是想让我挽回你吗？你想我挽回你可以直说，跟我说这么多反而让我觉得你很奇怪，如果真诚一点我可能还会考虑挽回你呢。

好，我们继续。你看我说完这句话之后，这个男生也还是稳得住的，他回了一个：好。对吧？那他回了一个好，那我说了，我的目的是要跟他继续往下走，我想看看他后面还有什么套路，所以我又稍微的推拉了一下，我说：要好好对人家哦。这句话也是一个推拉，听起来是：你要好好去对她，把他推开了，其实暗地里还是有一点点醋醋的，大家有没有感觉到？暗地里还是有一点点拉的，所以这两句话术，我曾经是在课上教过给大家的，不知道你们记住了没有，在这个时候需要把这两句话给它用出来。

【点评】想起之前我在课里教过的，女人跟你说我去找其他小哥哥了哦，我们的一个经典回复是：好，记得戴套。

再看后面，这个男生说：哎。他说完哎之后，大家注意，我理他了吗？没有理，就是我觉得：好，我这两句话已经到位了，我肯定他一定还会再来找我，因为就是我已经判断出来，他没有别的女生，有也好没有也好，这是不



是假象？肯定是，我已经判断出来了，他在对我用技巧用套路，所以我知道他一定会挽留我的，所以我没有理他。他发了一个哎之后，我就没有回了。大家注意没有，我没有回，他反而在一点多钟的时候，给我发了一个：照顾好自己，别老喝酒。

【点评】至此，渣男的框架和套路已经被彻底摧毁，接下来的主动权已经完全被绿茶掌控。

注意这里我回了他一个哭泣的表情再加上一个好，为什么我要这么做？其实这也是一个推拉，能感觉到吗？我有点不舍得，但是还好。就和我以前教大家的，表达思念可以说：想你??。

那么注意了，说完了（哭）好之后，我们两个有两句语音，他说：你有什么想跟我讲的吗？我说：有。然后我没有说完，所以才有了后面这个聊天的截图。他说：那你说吧，我听着。我说：还是不说了，委屈。这个点我不知道大家能不能get到，有一点点就是：我想亲你一口，算了还是不亲了，这样的感觉。欲拒还迎，欲擒故纵，大家能够感觉到吗？然后我又加了一句：不过我答应你，我会照顾好我自己的，大家有没有觉得这两句话就特别的绝，就是给了他希望，但是我是推开他的，给了希望又推开，而且没有去解释，没有去刻意的挽留，大家能不能get到？

这个时候，男生的情绪已经完全被撩起来了，大家还记得我说吗？跟一个任何的男生聊天，我们不要看内容，主要是看：他的情绪能不能被你撩动，能不能有起伏，能不能有波浪。我说：有，算了还是不说了，不过我会答应你，我会照顾好我自己的，就是推开他，但是语言又是不舍得的，这个时候这个男生说：你看你，我什么都和你说，你别那么封闭自己好吗，你确定不说？大家看到了吗，他已经开始急了，他越急，他就会暴露他的缺点越多，他很多的问题就会暴露出来，我就能够猜到：第一，他不是真的有别的女人；第二，他只是试探我；第三，他害怕失去我。

【点评】好奇心害死猫，在摧毁对方框架之后，利用情绪波动来抽空男人的理性，接下来就是价值榨取的绝佳时机，分析的到位。

再这张截图，整个就是绿茶婊上身，把他情绪撩起来了之后，我用了一个什么，大家注意到没有？我用了一个以退为进，大家看到了吗？我说：没有...你这样她会不高兴的，别辜负人家。就是我反倒是来了一个以退为进，大家看到了没有？这个时候男生说：我哪样了？OK，情绪已经被撩拨起来了，才六点多钟，那我们就要给他来一个时间差，这个时候六点多，你根本不要再跟他聊下去了，你也不要说：你好好对她。因为你已经说过了，不要辜负人家，好好对她，这个时候不管你心里多气多好笑，你都要控制住自己的心态，我当时的心态就是：哼，就你这三分的还想来跟我斗，越这么想，我就觉得自己越牛逼，你只需要给他回两个字：晚安。

【点评】在把对方情绪撩拨到最高点的时候，不留情面地快速抽离，会进一步制造出虚幻的价值，让对方更加念念不忘。这一招，就像我在约会时教你们在接吻时候的操作，殊途同归。

那么你说完晚安之后，不管这个男生跟你说了再多再多再多的话，你绝对不能再回复了，因为我讲过一个内容：保持一致性，大家还记得吗？所以，千万不要做一个缺乏一致性的人，当这个男生跟你以退为进，你按照我的这个方法去做完了之后，男生就会彻底被你征服。后续这个男生后面第二天还有继续找我，一直找我，并没有说他因为找了一个别的女生就不理我了，大家要记住：当你跟一个男生刚开始认识的时候，他还没有得到你的身体，没有完全征服你的灵魂和你的心态的时候，你大可以放心，就只要你的这个价值颜值，身材情绪价值在，只要你不是太作，这个男生他都不会离开你，为什么？因为他没有得到，这就是人性本贱。

所以这个时候你尽可能的放心大胆地去调教他，什么叫调教？就是像宠物养成一样去虐他，他来跟你玩套路，你就可以跟他反套路，你看，明明是他跟我说他要退为进了，他不来找我了，他遇到别的女生了，到了最后我说：好呀，那你去找呀，你不要辜负人家，好好对人家哦，晚安。他又按耐不住了，这就是男人的人性和我们所有人的本性，一个字：贱。

这个就是我今天要跟大家讲的聊天案例，那么在后面我还会跟大家讲到我跟这个男生见面了之后，这个男生是怎么来做的，甚至被我发现了这个男生还跟别的女生在暧昧，在交往的时候，我又是怎么做的？然后我们见完了面接触了一段时间，然后分开了之后，我又是怎么让这个渣男对我念念不忘的？这些内容我们将在后续继续更新。

## 1.29 和绿茶学智慧：财产榨取

前言：所谓师夷长技以制夷，今天的案例中的渣男会从第一层次来榨取女孩的财产，接下来由我们的绿茶女主角进行第二层次对渣男策略的剖析和应对，而 we 将从第三层次出发，和安迪一起窥探渣男和绿茶的心路历程，把财产榨取技术为我所用。

特别声明：今天这篇绿茶自述内容鱼龙混杂，安迪采用黑、灰、红三色对内容加以区分。标红的部分是重要的社交技术点，标灰的部分是蓝药丸思想的荼毒，正常黑色是正文内容，朋友们注意区分阅读。

【以下是自述与点评】

今天的案例我就会从一个渣男成功榨取女生的案例来为姐妹们分析其中的社交技术。

我曾经有一个客户，她之前在一个相亲网站上认识了一个男孩儿，两个人聊了有段时间后，女孩就跑去男生的地方和他见面了。见面的第一天，这个女孩就被男孩帅气的外表和幽默风趣的谈吐给彻底征服了，结果当天晚上她就跟男生发生了关系。发生完关系之后，两个人相处了三天，都非常的好，在这三天都是这个男生去花住宿费和吃饭的费用。但是，两个人没有一起去逛街，到了第三天的时候，这个男生就跟女孩说：宝贝儿是这样的，我这一次来手头的资金也不太够，有一点点紧张，但是我又不想委屈你，我们这两天住的酒店都是八九百的这一种，我想跟你商量一下，咱们能不能把酒店的档次给它降低一点。

【点评】灰色加粗部分说法容易让人产生“只要我够帅就可以让女人爱上我”的错觉。这里要指出，你的帅气和幽默的确会吸引到女人，甚至会让对手因此和你上床，但是她绝对不会因为你的外貌、地位、财富、性格等因素爱上你或者离不开你。更进一步说，拿笔记好重点，**所有的价值筹码只是用于建立社交的机会，而真正能让对方彻底爱上你甚至把你当作真命的只会是社交技术。**

结果女孩就跟这个男生说：亲爱的，没关系的，后面的住宿费我来吧。结果，这个女孩儿就傻乎乎的去出了剩下几天所有的住宿和吃喝玩乐的费用。来，我们来分析一下，你去见这个男生，付出永远是应该男生付出的，对吗？你已经跟他发生了关系，本来住宿费就应该他出。然后到了第三天，他跟你说：想把条件往下降一点点，为什么会出现这种情况？**因为他已经得到了你的身体，他才会想把住宿费往下降一点点，他在试探你，挑战你的底线**，结果你傻乎乎的说：没关系，我既然爱你，我就应该跟你共同来分担，然后每天去住八九百的那种房间，一天八九百，三天三千块钱就没有了，典型的渣男的骗术。

【点评】灰色加粗部分是非常典型的蓝药丸思想，利用男人的性羞愧来让男人理所应当付出，这位绿茶正在用这种“理所当然感”给广大女生姐妹洗脑，这里要警惕。再来看渣男的策略，这里我们的绿茶朋友只分析出了一层，就是渣男因为得到了他想要的性爱，所以才提出降低标准。这个分析只说对了一半，上床对于女生是很大的付出，即**女生身体在哪里，心就在哪里**。另一半是渣男看到了女生把自己最大的诚意交出来了，那么他自然有底气去试探对方会不会妥协。**对于上床这件事儿，贝塔男认为这是女人对自己的恩赐，自己一定要付出更多来感激对方。渣男则认为这是女人开始展示最大诚意，这是对手想要自己对她付出的信号，我们就要提出更高的服从性测试来榨取对手更多的价值。**

宝贝儿们，真正珍惜你的男人，真正爱你的男人，他是不会说去在你面前讲他很穷或者是怎么样的，他不论去找任何朋友去借或者去想办法，他自己都会去把这个钱弄上，因为他在他的女神面前是不能够丢人的，对吗？所以在这种情况下，我们第一直觉就应该反应过来：这个男生会不会是一个渣男？我们来分析一下，两个人已经上过床，稍微有素质一点的男生，如果他真心的去珍惜这个女生，他会主动去承担所有开支。那么如果让这个女生来找自己，还用这个女生自己去掏路费，然后掏完路费之后还跟她说自己的钱紧张，住宿费也不想出的，这种男人叫做：渣男。而且我敢跟大家肯定，如果这个时候女孩子说：我也没有钱呐，我不想出这个钱，这个时候这个渣男就会去跟这个女孩子长篇大论说：**你不爱我，怎么怎么样，他就会打压这个女孩子**，真正的好男人是什么样的？不说好男人吧，真正正常的男人，想跟你正常去交往的男人，他如果资金困难，他会特别的羞愧告诉女友说：亲爱的，你给我几天时间，我会攒钱，我会想办法让我们两个人尽快来见面。真正的一个正常的男人，他一定会去自己想办法来解决这个问题，他不会把这么敏感的，没有钱的这个问题推来给你，尤其是你们才认识没有多久，所以遇到这种情况，渣男无疑。

【点评】打压对手是可以的，但是不必长篇大论，而要刀刀见血。参考话术：**既然你这么说了，我也理解你。这些天和你相处其实我也过得很开心，我喜欢你的大方和勇敢，心里也一直期待着未来的我们会像现在这样，一起在不同城市的夜晚散步。但是你现在可能还没有做好准备和我一起面对未来的困难，我看不到你对我们关系的诚意，这不是我想要的。谢谢你这几天带给我的回忆，我们还是可以成为好朋友的。**

如果现在这个人是你，你该怎么办？第一点，你们要记住：**男人从来不会记得千里迢迢去找他的女人，男人永远只记得自己千里迢迢去找了哪个女人**。所以她犯的第一个错误是：去了男生的地方，我们一定要想办法让我们男生来自己的地方，明白吗？这是第一个错误。第二个错误：**太快发生关系**。不管你今天去见的这个男生你有多么的喜欢他，多么的爱他，爱他爱到无法自拔了，请答应我：绝对不要一开始就跟他发生关系，为什么？因为如果你第一天见到他就和他发生关系，他想的不会是你真的好爱他，你是真心的，你遇到了你生命中的Mr.right，他想的是：**这个女生能让我轻易的得到，他跟所有的这个网上的男生是不是也会轻易得到？**举一个例子，就算今天你遇到了这个男生，他本来不是渣男，他也许可能是一个不错的男生，也被你培养成渣男了。我说过：女孩子的性，女孩子的身体非常重要，不管你有多么的寂寞难耐，不管这个男生多么吸引你，你们才见面第一天，宝贝儿，第一天绝对不能发生关系，你要忍耐住，正确的方法是：**我觉得你还挺不错的，今天晚上我们应该要分开住或者自己主动再去开一间房间，多制造一些距离和神秘感**，让他觉得：哇，这个女生她很自爱。你们学会换位思考一下，你作为一个男生，一个女孩儿千里迢迢的自己跑来看你，看到你之后好喜欢你，第一天晚上就跟你发生关系，你心里会不会也有点膈应？你会想：哇，这个女生怎么这么随便，那他跟别的男生也是这么随便吧，那别的男生睡到她也很容易吧，他在第一开始就会对你的价值给你往下降。因此正确的做法是：自己再单独开一间房间。

【点评】人性本贱，人只会爱上自己努力付出换来的奖励，哪怕这个奖励再有价值，如果少了努力付出的过程，价值就会大打折扣。

第三点，我相信也是很多女生想去问的，有些宝贝儿们磨不开面子，觉得我已经跟他发生关系了，而且我很喜欢他，既然我跟他发生关系了，我又喜欢他，他经济上有困难，我为什么就不能帮他？或者我不去帮他，我也不知道怎么说，我不知道要怎么去跟他哭穷，或者我不知道怎么去拒绝他。来，比如说男生说：亲爱的，我现在资金有



点紧张，我们能不能去住一些稍微比咱们现在低一点档次的酒店，我真的是挺喜欢你的，如果男生这么说了，我们正确的话术应该是什么？是你的话，你会怎么说？

【点评】读到这里的朋友安迪希望你暂停一下，把自己代入女生的视角，一个男生这么对你说，你会怎么应对？**注意，不要认为自己是男生就不思考，只有你知道对手心里的真实想法，你才有可能玩转社交游戏。**提示一下，屏幕前的各位此刻已经化身为绿茶，你已经看透了渣男的策略，接下来还如何应对他的**服从性测试**呢？

有的姐妹说：亲爱的，我理解你。可是我更希望能跟你有一个美好的回忆，要不，下次吧。还有的宝宝说：没关系啊，亲爱的，能体谅你呢，等下次再住好一点的。也有的宝宝说：亲爱的，我很喜欢这个窗户看到的风景，与你相拥让我感到很幸福，只是周围的声音有点点大哦～这个时候男生说：那怎么办，我的钱不够花呀？

好，看了一下大家的回复，不是说要考倒大家，只是想看一下大家的思维，有一些宝宝说的是对的，思路是推开，那么话术可能会稍显生硬，我来讲一下。第一点，如果你说没关系啊，跟你在一起就好了，我们住稍微差一点的也无所谓，这个答案我只能给**50分**，但是我知道十个女生九个都会这么做，为什么？因为你的身体已经给了他。我也是个女生，我曾经也很傻过。所以你会觉得我只要跟这个男生在一起就**OK**了，哪怕是**40块钱**的小旅馆，只要他在我身边就好。所以十个女生九个女生都会去妥协，要不然就是去住差一点的，要不然就是自己出钱，你们不要看现在我问你们的时候你们的嘴巴硬，你们给到我的这些是推，真正到你身上的时候，恐怕能推开的没有几个。

【点评】分析非常到位，**男人有浪漫主义，女人有母爱情节，渣男会打着“共患难”的名义展示自己的无奈来激发女人的怜悯，女人会打着“人家只是小宝宝”的名义展示自己的委屈来激发男人的保护欲。**当一个人被这种同情心占据大脑的时候，**TA**会丧失理智地对你付出，并且自我合理化为这一切都是**“神圣的爱情”**～

所以在这里先讲一下思路，我说过：如果一个男生跟你才在一起，这么点儿时间，他都有脸，而且他可以讲的那么自然说，我的钱没有带够，他都有脸去这么讲的话，我觉得我们要做的是什么呢？我们绝对不要降低自己的框架，就是像我刚刚举的一个例子：**你以前出门从来都是打车，然后你认识了他，你就去挤公交，那你的框架在哪里？**如果你们才在一起三天，你本来是住八九百的酒店。然后就因为你的身体给了这个男生，你就愿意去把自己的框架降低。请问你，如果以后你们在一起更长的时间，三个月半年，一年两年三年，你该怎么办？你是会为了他不断的去妥协，改变你的框架吗？所以说，你说亲爱的没有关系，我跟你去住差一点的酒店，让他出钱。在我这里我只能给**50分**，我是不建议这么做的。注意：前提是这个男生才跟你认识三天，他就去说他没有钱，就是跟你哭穷，前提是这个。有些女孩子容易上纲上线。我再这么举一个例子，你们不要学偏了，如果你跟一个男生在一起，他已经是你的男朋友了，你们在一起一两年了，彼此都很了解了，你们出去旅行，你男朋友说：亲爱的，这次我们俩带的钱有点儿少，咱们能不能住一个差一点的酒店？这个是**OK**的，我真的很害怕有时候很多宝宝们就是学了一个东西，就把这东西往死里套，如果是这种情况下，当然你可以去跟他住稍微差一点点的酒店。

【点评】我在**Game**课里说过，你的框架是会因为对方和你的亲疏关系而有所变化的，对待正宫自然要给对方更多的福利和专属待遇，而不是一味地**“为我只要我觉得”**的直男思维，这就是恩威并济的魅力。

但现在我们讲的是：你跟一个才认识三天的渣男在一起，前提是这个。那么这个时候我给大家一句正确的话术，应该怎么说？不要说什么我理解你呀，也不要说什么你昨晚上好厉害呀，也不要说人家就喜欢这个酒店嘛，你想想办法嘛，我相信你一定可以的，这些话术现在对他来说都没有用，因为他就是铁了心要去敲你的钱，所以你给他用赋格也好，夸他也好，柔弱也好，通通没用，这个时候你该做的就是**一个字：撤。**

注意，**撤退不是让你骂他**，你不能说：你他妈的你是不是个渣男，你骗我的钱，我现在要走。如果你激怒了对方，万一他弄不到你的钱，对你的人身做一什么样的事情，咱们不知道怎么办。所以这个时候一定要撤，而且撤的要温和，不留痕迹。再讲一遍，不要再去讲那些温柔的话术，什么我愿意等；你好温柔，你会想办法；我相信我家亲爱的最棒了，你一定可以解决...通通不要用这些话术，只给他一句最简单的话。那么这个话术的思路，刚刚是有宝宝回答对了的。

**没关系的宝贝，那我们下次再见吧，好吗**

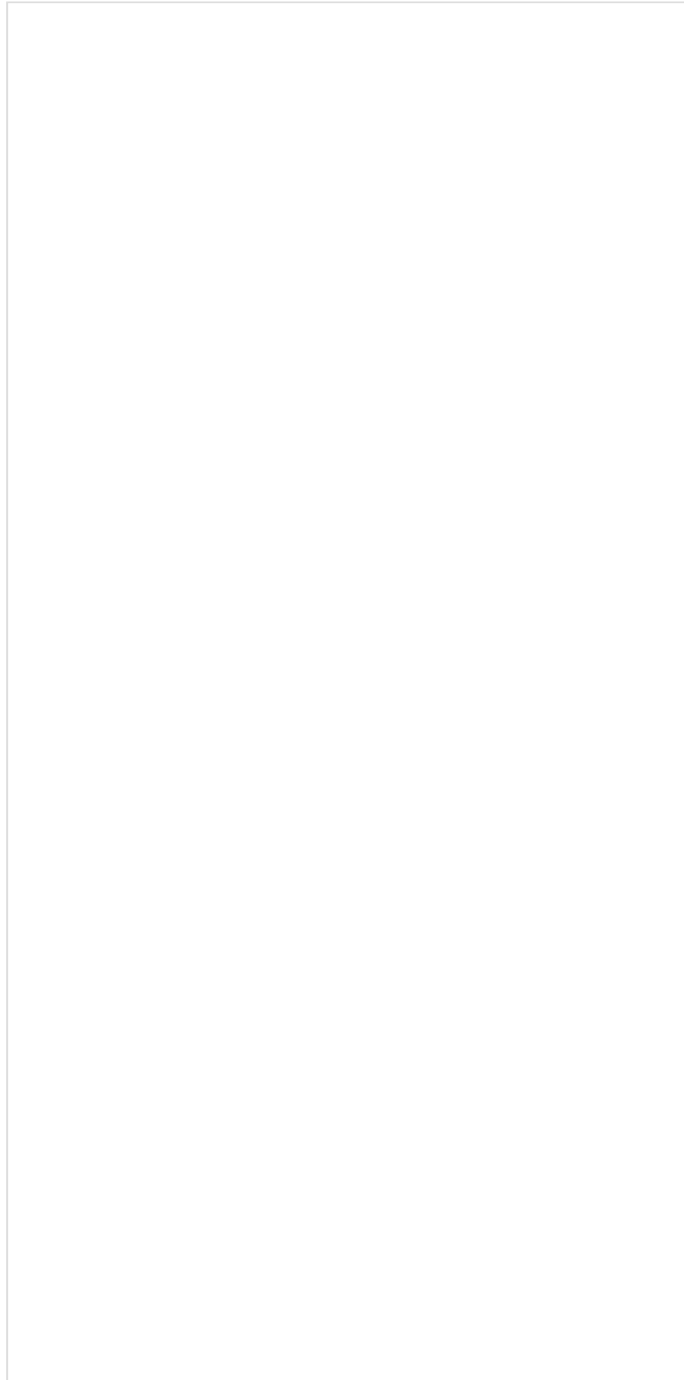
就可以了，你给他留一个预期，以防他对你怎么样。女孩子千万不要傻乎乎的去花钱，不要在这个时候去填补他的空挡；也不要在一开始就去委屈住那些差的酒店，你们才认识三天就换一个差一点的酒店，那么以后在他心里你也是不值钱的那一个。如果这个时候，万一你碰到的是那种很可怕的渣男，你跟他来硬的，你硬不过他。你一打不过人家，二地理情况你没有人家熟悉，**你要给他的感觉是你是喜欢他的，你们以后还会有未来的。**

可是我的这个学员没有及时来咨询我，傻乎乎的去把后面的这几天的住宿费、吃喝玩乐的费用都出来。一个男生得到了一个女孩儿的身体，这女孩子还花钱给他，就算不是个渣男，也被培养成了一个渣男。太容易得到的东西，男生不会去珍惜，他就享受这个女孩儿的身体，还有这个女孩儿的金钱，故事没有讲完继续往下。

【点评】小结一下，渣男的策略是：**先用社交技术和外在价值诱惑对手，等对手和自己上床时，也就是对手把最大的筹码交出来并且希望男生也给承诺或者进入关系的时候，利用“共患难”的方式，以爱之名**

来给对手服从性测试。对手在沉默成本（身体付出的不甘心）、母爱泛滥（对手示弱的同情）、虚拟未来回报（给他钱他就会爱上我的期待）等刺激下已经完全被情绪控制，此时稍微加以引导（比如我们直播里说过的“设置障碍”或者绿茶提到的“打压”）即可让对手满足自己的服从性测试，实现价值榨取。

两个人在一起了差不多有十天之后，那么这个男生就说：要不然你回去吧，我这边还有点事情要处理，我处理完了去你那来找你，你已经来过我家啦，我也想去你家看一看。女生听信了男生的诺言，可回去之后，得到的却是男人冰冷的态度。



这个时候学员才找到了我，你们是这个女生你们这个时候会怎么办？

【点评】思考的机会又来了，不要错过喔～

我给了两个方案：一个方案是我会去做的方案，她不敢用，她用了第二个方案。第一个方案是：不用去跟他说这么多了，立刻止损直接跟他说：**你去就去呗，不用跟我报告，我无所谓～**然后删除。她舍不得，她不敢这么做，她不舍得删除。那我给她的第二个方案就是虐待他，**不理他，直接不要理，不论他回什么你都不要理。**

好，为什么方案一她做不到，因为如果方案一能做到，早在一开始：这个男生说他没钱的时候，你就可以撤了，那是你最佳撤开的时机，没把握住。渣男就会认为他告诉你：**他要去找其他女人的时候，你仍然舍不得撤，发现了吗？你不断不断的进入对方的框架，不断不断的改变了自己。**

看到了吗，人就是喜欢被折磨被无视，这是人性，否则他根本记不住你。能被「爱」到最后的人，都是从人性丛林里杀出来的赢家。你不理他，你折磨他，你不要跪着舔着上赶子，他就来舔你了。

## 1.30 “男女朋友”的身份其实根本不重要（重点推荐）

现实生活当中有很多的人，他们只要和喜欢的异性约过几次会、见过几次面以后，觉得对方对自己感觉还不错，他就会希望快点得到一些名义上的男女朋友关系。于是乎，他为了得到这份关系，他就会去表白去求结果，甚至会去逼迫对方快点做出抉择。因为他认为对方是喜欢自己的，他就会想要快一点去得到这个名义上的关系。而如果他在向对方表达想要名分而对方没有给他的时候，他就会非常的生气，甚至会开始羞辱和谩骂。

比如这种男生就会向女孩表白说“我喜欢你我们在一起呗，你喜不喜欢我呀？”然后女孩说“我没考虑好（反正有理由去拒绝他）。”打这以后，男生就会非常愤怒，然后把对方拉黑，开始到处说这个女孩是海王，是绿茶等等。然而他并不知道一件事情就是：名义上的关系其实是最不靠谱的，也是最不重要的。

之前有一个女生找我咨询，她和喜欢的男生约了几次会，她就喜欢他喜欢得不行了。这种看到帅哥就迈不动腿的女生，其实我真就觉得没什么出息。她在微信上跟这个男生聊过几次暧昧的天，两个人一起出去约过几次会，她就要男生给她一个名义上的女朋友关系，然后很自然的就被这个男生拒绝了。她说“唉我觉得我们都相处这么久了，你到底怎么看待我们之间的关系？你到底喜不喜欢我？”这个男生说“我觉得还是要多相处一下，我们两个人都没有怎么好好了解对方，怎么会产生感情呢？如果我现在跟你在一起，可能也不是非常成熟的一种处理方式。”

这个男生说得其实挺对的，但是女孩不认，她说“那我们这么久算什么？”然后这个男的就说“我们算沟通交流..”但是这个姑娘就想要一个明确的答案，她就要名义上的关系去做男女朋友，然后这男的就拒绝了她。她就一定非得要问“我们现在是不是男女朋友？”，一定非要对方给出肯定的态，她甚至都跟这个男生说说“唉其实你喜不喜欢我无所谓，你只要承认我是你女朋友就行了，感情我们可以慢慢培养的，你要给我一次机会，怎么样？”最后我跟她是这样说的，我说本来其实这个男生对你感觉不错，因为男生条件真特好，想跟你多处一处，前期你整个做的都非常不错，但是你说你这么急干嘛呢？你这么急对方就会感觉到压力，然后就会喘不过气，然后有一种被控制被要挟的感觉。你应该做的是不要去逼迫对方，不要去要这种名义上的关系，你要让对方自己去衡量自己去选择。

而且你想想，如果他同意了说，“好，那你都这样说了，只要你喜欢我，我们俩就去谈恋爱。”但是他依然是跟别的女生约会，他依然是跟别的女生开房啪啪啪，他依然是和别的女生暧昧，我就问她，我说你受得了吗？你到时候要求他说，“你是我男朋友，你居然做这样子的事情，你有没有把我当女朋友看？”别人就会说，“我本来就不喜欢你，是你说的呀做男女朋友就行了。我不喜欢你，是你要强迫我，那你现在又来怪我，那你不要跟我在一起。”这个时候你又该怎么办？无兄弟，不把妹，如果你想成为一个女神倒追的男神，就马上添加我们微信tushu959

其实现实生活中有很多的人，不管是男人还是女人，他们追求名义上的关系是为什么？因为他去追求名义上的关系，都是因为他和对方的关系不好，或者没有那么好，他们希望去建立这样的关系，然后用关系去压迫对方，用这个关系去命令和要求对方履行在关系里面的义务。

很多男生特别喜欢去追求这种名义上的联系，要对方做自己的女朋友让自己同意，你说一个男人你要这种名义上的关系干嘛？大家都是男人，你不就是觉得有了关系过后就可以名正言顺啪啪啪。于是有一些精虫上脑的男人就说有的时候他知道这样做不对，但是他就想快点去确立关系，因为这样可以方便他们合理化后续的肉欲。当然我还遇到过一些奇葩男生，就是他喜欢的女生特别漂亮特别不错，但他自己条件特别不好，他就想跟这个女的在一起建立关系，他一定要对方成为他的女朋友，一定要让对方同意。我就问他，我说“你为什么一定要跟对方说当我女朋友？”他跟我说其实他的根本目的也不是想泡她，也不想亲她，而是他跟他的朋友在一起玩的时候，他可以非常理直气壮的介绍这个大美女是他女朋友，他就想要一个名义上的女朋友，这样显得有面子。



反过来也一样，很多姑娘她觉得一个男的不怎么关心她，不怎么爱护她，于是她作为一个女人，她就会想要一段名义上的关系，她就是想要能够更加名正言顺的去要求一个男人去关心她，呵护她，为她付出陪伴她。如果说你没有做到她要求的那么好，她就可以来跟你吵，说唉你看你这还是男朋友嘛？所以说在现实生活当中真的是只有关系不好的人才会去讨论名义上的关系，而关系非常好的人不会去讨论关系的，反正是我没有见过哪对相亲相爱的恋人和闺蜜，走在大马路上然后突然跟对方说，“唉你看我们在谈恋爱耶，你看我们是一对相亲相爱的恋人，我是你的好男朋友，你是我的好女朋友”，这种场景显得十分诡异。反而会那种和你关系特别不好的人，他就喜欢跟你套关系，比如说是不是好兄弟？是好兄弟，你就借我一点钱。他会说咱是不是好朋友？是好朋友，你把这个给我用等等。

所以永远都是这种关系不好的人，你要借钱给他，他就会说哇你永远都是我的好朋友。你要帮他了，你就是他好朋友，你要不帮他了，他就不理你了。你看永远都是这种关系不好的，没有那种实质的，就喜欢用名义上的关系来加强联系。

既然追求名义上的关系，这个东西是错误的，那你有没有想过那我们在一段两情关系当中到底在追求什么？其实在一段两性关系当中，我们真正应该追求的不是关系，而应该是两个人的实质。

什么叫两个人的实质？就是比如我喜欢一个人，名义上我们只是朋友，普通的朋友，但是我们还是可以约会，我们可以看电影，我们可以吃饭逛街，我们可以散步，我们可以聊天，我们可以做各种各样的事情，甚至有的时候，有些朋友也可以拥抱牵手、拉拉扯扯也很正常。但其实本质上我和对方关系是和情侣没有区别，而且我也会经常甜蜜地说我想你，就像一个女生对男生说唉你好帅呀唉呀你好棒，男生也会对女生说唉你好美我好喜欢你好好爱你呀。为什么我们就一定要抛却这些实质性的内容，一定要寻求这种名义上的你一定得是我女朋友，你一定得是我男朋友，好像是男女朋友以后才能够去吃饭约会这些事一样。

我们追求的从来不应该是名义上的关系，而就要这种实际意义上的一些实质性内容，而且在这个过程中相处愉快。两个人越是没有压力，反而感情产生的速度越快，或者是原本感情加深加浓的速度也会非常的快。

因为对方他会觉得跟你在一起很舒服，大家都知道现在这个社会压力特别大，你要是天天去要关系，天天要别人付出，天天去控制别人，天天想要去让别人按照你所设想的这种方式去行事，谁愿意这样呢？没有人会愿意。因为现在的人压力都很大，现在的人需要这种轻松的状态，所以你看现在的人大部分都喜欢玩那种无脑的游戏、低俗的短视频，就是一样的道理。大家不喜欢动脑子，不喜欢去衡量，不喜欢去算计，大家都想单纯一点好好的玩一玩。这个时候你要天天去要关系，天天算计着我为你付出了多少，我又请你吃了多少饭，我又对你花了多少钱，那这个没有意思了。

你这样一味的去索取关系，去控制对方，一旦对方有所察觉，对方就会反抗，对方就会有压力，然后对方就会想着远离你，还会甚至觉得你是个神经病，然后就想跟你说再见。

我认识一个很厉害的情场高手，他说其实男生和女生都应该要明白一件事儿，或者说高手都应该明白一件事儿，我啥事呢？他说我不知道你有没有这种感觉，就是我非常知道我自己的魅力所在，那么我只要和一个异性相处，我相信总有一天他会喜欢上我，这只是时间问题而已。就是说我只要按照我所设想的去表达我的魅力，不给对方压力好好相处，那么这个人他迟早有一天他是会喜欢我的。所以我根本就不需要着急去要关系，我也不要给对方压力，我就跟他相处开心，最后基本上都能成功，他说你有没有这种感觉？

他当时跟我一说，我就说对对对，就是这种感觉。就是我对我自己的魅力非常的信任，我相信总有一天你会喜欢我，而我根本不需要着急去跟你处，哪怕是你跟别人在一起，你跟别人谈恋爱也无所谓，你还是有一天会喜欢我，因为我要的根本就不是关系，我要的是实质，我要的是你喜欢我，不是说名义上的关系，名义有什么用呢？要了名义上的关系也没有实质，他又不喜欢你，那这种关系要来干嘛？大家可以想象一下，你觉得你要了一个名义，他是你的男朋友，她成为了你的女朋友，他不喜欢你，然后也不会跟你吃饭聊天、约会、看电影，什么都没有，你要的实质内容都没有，你觉得这种恋爱谈这有什么意义吗？

如果有一个人说唉这种关系我也要，那我觉得这人绝对屌丝到一定程度了，就是属于那种能够找到一个名义上的对象，他已经感觉很棒了的这种人，恐怕就不在我们讨论范围内。

无兄弟，不把妹，如果你想成为一个女神倒追的男神，就马上添加我们微信tushu959