

我们要清晰的认识到什么是强关系，什么是弱关系，比如说我们的亲人，朋友，同学，同事这些都是强关系，我们对于这些人是知根知底的，所以你无论是想要跨越阶层也好还是利益互惠也好，都要从强关系去着手，如果你去了一个1000人的新的场合，认识了一万个新的朋友，这些人都只能叫做你的弱关系，我们要做的不是寻找无数的弱关系，而是要用我们已知的强关系，去链接和挖掘这背后更多的强关系。

向上社交一定要混圈子！你但凡有一个有圈子的朋友，就能带你把所有东西都打通，你要把那种有很多异性朋友的女性大腿抱牢，她一个人就能跟你裂变出好多，这就是混圈子最大的捷径。

如果一个女性能链接到很多优质男性资源，说明这个女性一定有很多女性资源，如果她有很多的女性资源，可是你却不是其中一个。那是因为你没有给好处，你没有让她看到你的价值，没有让她知道你的素质。

3.《追求的一定是翻盘》

在人生低谷期，我追求的不是沉溺，我追求的一定是翻盘。越是生活把你捶打到一个低谷，越需要翻盘，越是要站起来，你混的很好的时候，你反而无所谓，这个时候什么都有。其实你是不需要别人去关注到你的，你也不需要任何人来帮你，自己就已经很好了。

只有当你真的过的不好，在低谷的时候，你反而要让所有人都觉得你过得很好，首先要把自己从穿着打扮妆容上面，让自己形成一个战士的姿态，人生在高光时刻我走得就是t台，人生在低谷时刻我上得就是战场，就是这样一个概念。越是你在低谷期的时候，不要试图让所有人去同情你、怜悯你、了解你的悲苦处境，从而来帮助你，这个根本都是不符合人性的。

有一句叫做买涨不买跌，人性就是这样的，更何况是一个实物产品，人都是喜欢在涨价的时候买，不喜欢在跌价的时候买。人跟人之间的交往

相处是一样的，你越是混的不好的时候，越是在人生低谷期的时候，越是要表现出一副非常欣欣向荣的样子，才有可能搏到让你翻盘的机会。如果说你本来就已经很衰了，然后还让别人看出你的衰，99%的人都会远离你。而且我深知一个道理：这个世界上，所有人都想要跟成功者为伍，没有人想要每天跟失败者混在一起。

4. 《要学会表露真实情感，不要说反话》

如果他说要是遇到别的小姐姐你会怎么做呢？你就算是说不出有智慧的话也没关系，你哪怕是表露一下自己的真情实感也可以。你可以这样说“那不行的呢，我会很伤心的，我会活不下去的”。

什么叫目标导向，你的目标就是我想跟这个人锁死，你想出来的一定是我不愿意跟他分开的，而不是脱口而出说，你现在就去找吧。你说这种话能威胁到谁呢，就是你说出来的话跟你的内心结构完全是相反的，但是你起码不能讲出相反的话，因为你讲相反话的时候，你智慧没有体现你的情绪价值，情绪价值也给不出来。

5. 《什么样的人会过的圆满》

就是你要接受自己的不圆满，没有完美的人，也没有完美的关系。你只有这样做才会觉得自己那些伤痛都不是个事，是我自己放大了那些东西给自己带来的缺憾。因为我没有看到别人的缺憾，为什么会呈现出这种既要又要的状态呢？

因为你总以为这个世界上有那样的关系，你看到的永远都只是别人展现出来的好的那一面，没有人会有事儿没事儿把自己不好的那一面拿出来跟你说。但是你一定要相信，无论你看到的那一面有多美好，都不影响他们背后千疮百孔。所以说每个人都是单枪匹马的，没有谁真的在抱团取暖，一定要明白这一个道理，你就不会觉得谁能给你查漏补缺了！

关系得本质是什么？是交换！

这个世界上的任何一个人，他想要去为一个人投入米的时候，这里边一定掺杂着很多叫做控制的成分，以及希望被服从的成分，除非有特殊癖好，爱受虐的人除外。

所以我们说关系的本质是交换，当他投入了这么多米之后，你有没有给他想要从你这里交换的东西？如果他觉得我花了这么多米还不能掌控你，还要被你所掌控，不好意思我就要换个人了。所以一定要搞清楚处理好，否则的话，你这个大钱罐子可就没有了。

6.《永远不要停止自我提升》

直立行走这个东西，一段时间你要是不练习的话，你很快就走不了。除非这个男的真的给的足够多，但是你也不能放弃自己的事业，你也不能停止社交，停止自我提升。你得让他觉得你要不然能够有更多的钱，能够有更多的光环，你的价值在生长，而不是因为当他给你米的那一天开始，你的价值就止步不前了。

这个世界上没有止步不前这件事，没有原地踏步，只有不进则退。当你身边的这个男人，他在持续稳定的给你一种物质付出的时候，你在原地踏步，他其实是在往前进步的，这就是为什么到了后面很多的家庭主妇，没有办法再去掌握她的家庭核心原因，因为你的自我价值没有了。

7.《私教课程笔记分享》

1 想跨越阶层，要做好持久战的准备

2 搞定优质大叔，要召唤感性:真诚无目的沟通 +让他变幼稚+培养愧疚感 +制造回忆 +制定规则等+违规 坚定后撤

- 3 前三个月不要上头，小作文只能发给对你有深感情的人，要么加大付出，要么拉平关系
- 4 轻松愉快的谈恋爱，只要求自己不强求别人，换位思考，懂得反馈 关系要舒服
- 5 感情是感性的，需要共情力，换位思考，低位示弱去交心，客户思维和服务思维
- 6 行动受掌控，思想上凌驾他，点穿背后的行为逻辑，才能真正的被认可为高阶女性

8. 《如何摆脱失败的人生或失败的感情》

跟过去的失误告别，那么你任何时候开始都不晚。如果你一直沉浸在过去这些事情的怨念里，你永远都没有办法获得一个新生。只有逼着自己不提自己的过去，不提你的原生家庭，包括失恋也是这样的。

如果每次遇到一个人就说一遍，这个事儿你就出不来了。首先把嘴巴闭上，当脑子想起这件事儿的时候，咔嚓就给它打断。比如马上想别的去，听听歌，看看书，跟朋友聊聊天。或者听别人讲别人的故事，去分析别人的故事。逼着自己替换脑子里的想法，不再沉溺于你的这个历史。

这样你才能更加快速的走出这个状态，无论是一个失败的恋情，还是一段失败的人生，沉溺一定要有时间限度，三天就可以结束了。这样你就能重生，否则的话你就重生不了。不要找人寻求安慰没有意义。

9. 《决定你身价的是你的位置》

一个人本质的价值更重要，还是他所站的位置更重要？我认为位置是必然大于价值的。一个石头，它放在土里头，它就是个石头，它要是放在博物馆里头，它就叫文物。本质上来讲，它们的价值有区别吗？决定身

价的是它占的位置。

别人在什么样的地方看见你，决定了他能为你买多大的单，如果你没有了那个位置，你就没有了那份价值。你们要随时随地想一想这个问题，我站在哪里，我的平台是什么？你们就会明白，这个人为什么要白P你，这个人又为什么愿意为你付出。

10.《摒弃妇人之仁》

我天天在跟你们说摒弃妇人之仁，男的都不讲规矩了，你还在那跟我讲，我重感情，你这叫重感情吗？感情是双向选择，他对你不好，他不把你当个人，他对你没有丝毫的尊重，你这叫重感情还是叫无知？不要给自己的无能找借口，无能就是无能，我们要敢于面对自己的无能，你才有可能变成一个有能耐的人。

11.《面对婚姻，不要对自己按头消费》

一定要无时无刻的观察自己的感受，观察自己的情绪，观察自己当下的能量场.你要试图看见自己的情绪，看见自己的能量，然后你再去客观地评估他。

如果你现在的状态已经非常清晰了，你已经都没有办法硬着头皮把这个婚结下去，其实就是老天爷在给你最后一次机会逃脱这个错误关系。在婚姻这件事情上，永远没有必要让自己按头消费，如果我今天一定要去按头消费了，那是什么？那是有一个比情感更重大的诉求在这个后面。

12.《如何面对浪荡子》

对于这种浪荡子，你就不能跟别的女的一样，要表现出我愿意跟你做朋友

友，我又不愿意再跟你有点这个什么，你就是要让他有这种感受，千万不要让他觉得，这女的一看我有这有那的，她就扑上来了，大部分女性都是你这样的。

你一定要颠倒，对待这种男的，一定是你先扑，你要表现出，我觉得你好优秀，你跟我走吧，我好喜欢你。完了以后直接不理了，先搞到手，搞到手了以后瞬间消失。等他来找你，你就摆出一副我觉得我们还是做朋友比较合适，一定要反着搞。

13.《高攀情绪千万不能被对方所察觉》

高攀情绪千万不能被对方所察觉，本身所谓的高攀情绪是你深刻认为他身上的那个价值特别重的时候，你的内心产生了自卑情绪，然后你拿自己的短板去跟他的长板比，他才会出现所谓的这种高攀概念。否则高攀情绪是不存在的。

他已经感觉到了，你一直在盯着他的长板看，而他自然而然觉得你在高攀。这种高攀的错觉就产生了，它其实是一种心理搏斗的技巧，如果说我觉得有一方面特别牛，有一部分其实我心里看不起你，只是我觉得你还有其他的长项可以做弥补，你心里的这个定位给他定明白，就不存在所谓的高攀了。

人与人相处的时候，不要把自己的意志强加别人。每一种活法它都是对的，要对你自己，发自内心全盘接纳和自恰。

我活在这种人生状态当中，我不会去想别人的更好，当我永远觉得我还有一个东西没有达到，所以我不能享受，那么什么样的生活都过不好。你在一线城市不满足，在小城市也不能满足，你在小城市觉得没有实现你的理想抱负，在大城市你又觉得没有实现婚恋诉求，这样的话你不管在哪，不管做什么都不会自恰。

一个不自恰的人是不会快乐、幸福的。哪怕你已经活成了很多人心目中想要的样子，你依然不会幸福。

14. 《深思熟虑，不做后悔的决定》

我们年轻的时候就要这样严格要求自己.但凡说过了的事情，我就必须要做到.我但凡做了的选择，我就必须不回头.我们去放弃任何一个人，放弃任何一段关系，放弃任何一个事业。

或者说我选择一个人，选择一段关系，选择一个事业，我都是经过了深思熟虑之后的决定.在决定的那一刻，即使有一天我过得不如今天好，我也绝不回头.我是做了这样的一个心理预期.

我博的就是那个50%的可能性.当我去博那个50%的概率的时候，我就要接受，有50%的可能我得不到。自己的选择自己买单，你只有这样你才能不断的磨砺自己，变成一个为自己的选择去负责的人，你就不会轻易的做决定。这样你的每一次决定就会变得更理性。你每一次的权衡利弊就会变得更清晰，因为你不允许自己回头.

当你在做任何一个选择，都能充分买单，那么你就能活得很顺。核心是你不后悔，要把所有的期待放到自己身上来，要非常努力地面对自己的生活，即使有一天你曾经放弃的这个人飞黄腾达了，你依然不后悔。

所以一旦你今天走出了这段关系，这个人发展得再好，发展得再不好，就与你无关了。你当初选择结束这段关系的时候，并不是因为你要寻找更好的人，而是你要成就更好的自己。不要怨天尤人，不要责怪任何一个人。在这个过程中，如果你遇到了更好的，那也是你应得的，如果你没有遇到更好的，也是因为你还在修炼的过程中，而不是还抱着一点点的偷懒心态，把希望寄托于他人。当没有一个更好的选择时，于是你就死盯着前任不放，这样的话，你的人生就会不快乐。

在你升级打怪的这个过程，就是在修炼，体验，没有什么所谓的赢和输，也没有什么所谓的对和错，你选了你坚信自己的选择，就算你没有获得更好的物质生活，但是你一定获得了点什么。

15.《如果你很想找一个改变你命运的男人》

如果你很想找一个改变你命运的男人，但是你是个又卑又亢的女孩子，你也有野心，但是你没有为了达成你的野心的手段和决心，那肯定做不到。

你们试图让对方告诉你：我们之间没有这种差距，我因为爱你，可以完完全全的不在乎这种差距。这种情况下，你们就会产生内耗，因为这个事情本身是不可能的，它是不现实的。如果我知道我跟他之间有巨大的差距，我就要高攀，我知道这个骨头又臭又硬，我就要啃，这种人她是不内耗的！想要找这样的人，你就要有正确的路径，方式，方法，心态建设等。

很多女孩子总想站着要，一定要不到。在这个世界上一个人能挣到米，或者说他本身就有米，他就是来享受服务的，所以你要改变你的底层心态建设，你吞的下多大的委屈，你就能成就多强的自我，等你把越来越多的人碾压到你的脚下，你用实力说话的时候，你就没有了委屈。面子一定是你自己撕了踩碎了，然后再把它贴上来放到脸上，那才叫面子，要不然他就只能叫做可怜的自尊心。

女孩子一定不能生出自卑的情绪，一旦你在这个关系里生出了自卑情绪，生出了焦虑，这个可能就是你关系里恶化的源头，其实只要你的心态是坦然的，你要相信一件事啊，一个人他选择你的时候，一定是因为你身上有闪光点，有他很欣赏的部分，而且什么东西是最不可取代的呢，一定是你们共同的经历是最不可取代的，美貌有人可以替代，优秀

有人可以替代。如果说你们两个人共同的经历里头，让这个人他又感受到了很多能量，那这个就是最难取代的，人他讲的是一个综合条件，每个人喜欢的点它是不一样的，那人家对你释放好感了，展开追求了，说明人家认可你，你为什么会觉得自已什么都不如呢？所以说不要老是盲目的去自卑，把我的自信分你们一点～

16.《不要被韩剧骗了！关系的本质是交换》

现在很多女孩子就是韩剧看出来的一身毛病。看着韩剧里又聪明又牛掰又有上进心的女二号，霸道总裁却不喜欢，但是对那个又穷长得又平凡，然后又没啥学历没啥收入的女一号，却莫名的爱着。总以为女人活在这个世界上不需要提供价值，能喘气儿就是对别人最大的贡献。

你们什么时候能够面对这个真实的世界，而不是每天活在童话里，那么你就长进了很多很多。你们思考一件事情的时候，要想想我能提供什么价值。比如我想做什么，我想得到什么？我有什么价值，我能付出什么？

因为，男人在做承诺的时候，他是真心想做的。但是当他有一天对你没有感情了的时候，他不喜欢你了的时候，他的承诺就不会兑现。不是因为他当初在欺骗你，而是因为他的感受发生了变化了。最终归结于，你没有提供好的价值。

17.《为什么一个男人一上来，就莫名其妙给了1-200W？》

为什么一个男人一上来，就莫名其妙给了1-200W？ 因为男人是看人下

菜的，男人看人下菜的第一维度是年龄，第二维度才看你的生活水平，他是结合年龄跟你的生活水平来判断，他应该给你多少。

如果一个男人偏踏实稳重，他就不在乎女生会挣钱，他会偏年龄这个维度去看。如果一个男人很现实，他也非常在意所谓的光环，这种男的他会从第二维度去看，他会从你自身的生活水平上去看他应该给你付出多少。如果你是一个出门都要戴上百万成套珠宝的，那对方给你送礼物的话，他小东西他都拿不出手，所以你的圈圈打造等方方面面一定要有档次。

如果你是一个年纪很轻的女孩子，他觉得你很有钱又很漂亮，也善于思考，刚好他又是一个很好的男人，他就自愿的愿意为你付出很多。如果你的年龄不在那个层面了，但是你的经济实力还停留在那个层面，他就会觉得你非常不值钱，他的付出就会少，这就是现实。

18.《焦虑的反面是行动，任何时候有随时认账买单的勇气。》

当小地方的女生刷到我们的东西，学习我们的课程内容，其实我是蛮害怕这种情况出现的。因为我害怕给你的生活撕开了一个窗口之后，然后让你有了非常多的与你的生活不匹配的野心。其实结合你整个的实际情况和你年龄，不太允许你再去做了很多事情。

但是年龄它也永远都不是一个问题，因为有的女孩子不管多大年纪，一直都勇于去挑战，一直都能够去接纳重启这件事儿。像这样的女生也好，男生也好，他们不管到什么年龄。他们都可以再来，因为他们有技能了，明白吗？

你们有的时候真的是到了很大年龄了，但是你们还是什么技能都没有。你们还在空想，想要的得不到，能得到的不想要。因为你们自己不行

动，你们既然都选择不行动，那就彻底躺平。不要到一定时候了，你们又开始想行动。那你们想行动也不是不行，你们从现在开始要想明白。从现在开始你什么苦都要吃。从现在开始没有人再给你任何的后路，没有退路，你冲就完了。你不管搞死搞活搞成个什么样，你自己买单，自己认账。你要有这种勇气，这种心态，知道吗？

人是通过什么来了解你的，他是通过你的语言还要跟你的相处，两个窗口来了解你的，你既不愿意表达，也没有相处时间，那请问对方怎么了解你呢？很多人比较拧巴，内心的想法嘴上不愿意表达，表达出来的东西跟内心的想法不一致，然后你们还指望对方更了解你。其实最大的问题就是不会在两个人的交流当中提出诉求，人一定要提出诉求，他没有关注到你的情绪，你就跟他说“我跟你说这个话是希望你哄我，是希望你安慰我，你安慰完了，我再告诉我，你工作很累，我再来安慰你”如果你自己能够懂正确的交流方式，你就能交给他，如果你自己不懂，你们两个人就只能各自生气，两个人的距离也会越来越远。

人是通过什么来了解你的，他是通过你的语言还要跟你的相处，两个窗口来了解你的，你既不愿意表达，也没有相处时间，那请问对方怎么了解你呢？很多人比较拧巴，内心的想法嘴上不愿意表达，表达出来的东西跟内心的想法不一致，然后你们还指望对方更了解你。其实最大的问题就是不会在两个人的交流当中提出诉求，人一定要提出诉求，他没有关注到你的情绪，你就跟他说“我跟你说这个话是希望你哄我，是希望你安慰我，你安慰完了，我再告诉我，你工作很累，我再来安慰你”如果你自己能够懂正确的交流方式，你就能交给他，如果你自己不懂，你们两个人就只能各自生气，两个人的距离也会越来越远。

19.《爱是需要现实做依托》

动不动的就爱爱爱的，爱是要拿现实做依托的。这个男人他喜欢没米的女人，那是因为他自己也挣不着米。他选择这样的女人，是一种无奈的选择。他知道自己没什么志气，没什么能力，他只能选择一个愿意跟着

他过的女人。

如果这个男人需要依托一个女人的财富来成就自己的野心的时候，他也只能选择一个有财富有地位的女人。哪怕这个女的没有那么美，哪怕这个女的没有那么年轻，这个也叫无奈之举。但是无奈之举对他来说，是目前他能找到的一种最实惠的解决方案，这已经是他经过了权衡利弊之后做的选择了。

我经常说的你们的故事没有立足点，没有立足点的意思就是说，第一：这段关系并不能够给你特别大的支撑，来让你放弃道德标准，第二：对方对你的感情没有上升到那个程度。你自己一个人在意乱情迷。当对方只是玩的心态的时候，你对我来说，是我的饭后甜点的一个角色，你非要串上来当主食，我肯定是接受不了的，那现在他已经在撤了，你还在想贴上去，包括写小作文也好，还是按照你的意愿来，好，就是告诉他说，那我就待在甜品的位置上，那么你们以后在进行这个关系的时候，在他的认知当中，他认为这个就是你自己默认的，因为你不可能强求我拿着蛋糕当米饭吃，这个就是你们之间的故事。

20.《在人生当中为什么你有很多事情完不成、做不好？》

在人生当中为什么你有很多事情完不成、做不好？是因为你的心理障碍过多，总是脸皮薄怕拒绝没有回应、怕石沉大海、怕对方看不起你、怕自己低自尊。

在做这件事情的时候，不要在乎对方怎么回应你，根本不重要，把它当成在过去我无法完成的事情，不断的跨越自己的心槛，要刻意锻炼自己，自我突破。我为了我的目标，可以一重一重的把自己心理的门槛全部推翻掉，所有的行动路径都做一次，然后自我晋升，完成了就知道自己变的更牛了，仅此而已。

你们人生当中遇到的每一个男人，都是你当下的一面镜子，你们一定会从这个镜子里看到真实的自己，如果说你从这个镜子里看到的不是真实的自己，而是一个梦幻一场幻觉，那么你真的就是辜负了你人生中的每一场遇见，认清楚自己比做梦更重要的多。知道自己不够就要去努力，努力还不够那就是命，实际上你们再过几年，你就会发现这些事它都不是事，过几年的时间以后，你会对这个世界有更深的认知。

而且你会遇到更多的镜子，你一定会明白这个世界远比你想象的更残忍，其实你们会发现这个世界上所有的好，其实都是你自己带给你自己的，这个世界上你遇到的所有的温暖，所有的善意，所有的成绩，所有的能够让你感到幸福的东西，一定都是你自己带给你自己的，因为你自己在不停的在努力，不停的在去争取。

所以你对身边的每一个人都充满了善意，然后你身边的每一个人也会用善意来对待你，所以你能感觉到人的善意，因为你自己努力的过程中会越来越优秀，你看到的世界越来越宽广，你获得的机会越来越多，所有的这些机会都不是毫无缘由的降临在你身上，没有毫无缘由的事情，一定是因为你自己做了什么努力，一定是因为你自己在哪方面蜕变了，你才会遇到这些人。

因为你们知道贵人，他对每一个人来说他可能都是贵人，但他为什么会降临在你身上呢？那是因为你不一样，如果说你们还是在做梦的这个阶段，总觉得我一下子嫁入豪门，我啥都不干，也不努力我就能接着蜕变，那你就是做青天白日梦。

21.《正向引导，正向表达才会达到目的》

如果要是段位不高，我建议你就打个直球试一下。就是直接说“我们两个人应该是谈恋爱的关系。但是中间拉拉扯扯这么长时间，你对我很不认真，所以我对你也挺失望的”你就直接捅破，和他聊这种天。

既然没这个段位，就不要装什么渣女，不如坦诚一点。建议你们都去搞一个月的一V一，你们老是想要去彼此试探，然后又找不到一个正确的试探方式，你要表达出来的东西，跟你想要的东西完全是反方向的。我跟你讲正向是什么，就是这个男孩子他跟你聊天“说你是不是觉得为什么我又没有女朋友，又要搞娃什么的？”这种时候你就直接说“那我不是你女朋友吗？”这个就叫正向引导，正向表达，往你想要的方向聊。

22.《表达同一个意思有很多方式，那语言的魅力是来自于哪里呢？》

也许你跟别人表达的是同一个意思，但有的人表达的让人接纳，有的人表达的让人不能接纳，这个就是语言的魅力，也就是情商的差异。其实很多人的内心想法是一样的，有的人能够让别人帮他把行为合理化，这就是为什么有一些女生已经被对方骗了，但是最后她依然能够挽救，原因是在语言的博弈过程当中，他扰乱了对方的信号，然后让对方产生了误判。

所以建议大家看看商战片、历史上的人物之间高级的对话。你们就会知道，有些时候语言真的是非常有力量的东西。

23.《两性关系中的核心心法》

照顾好自己的感受，去主动的欣赏、喜欢男人，去服务男人，满足他们的需要，成就男人，但又不能全部给予男人。

提升彼此的愉悦感，促进彼此的亲密感。

性暖关系中，男人究竟需要什么？

1.首先男人需要一种英雄感，作为一种需要出门打猎战斗的雄性，成功

凯旋，他需要得到女性的赞美和崇拜。

每个男人心中都有一个英雄，这个英雄就是他自己。

2.男人需要一种安全感。他们是脆弱的，是因为他们认为自己的女人随时可以背叛自己，需要判断孩子是不是他们自己的。所以为了满足他们的安全感，他们的占有欲非常强。

3.男人需要一种被服务感。有些男人喜欢出去找小姐，其中很重要的是小姐的“服务”心态。

人都有被尊重或者被爱的需求，但是男人有时候要的特别多，因为我们的社会通常将男性表达视为脆弱，这使得他们的感情更加逞强，情绪更加内敛。

24.《止盈止损，有多重要？》

能够在自己输的时候输有限的，能够在自己赢的时候赢有限的，这样的人在这个世界上都是凤毛麟角。但凡能做到这两件事的，成功就是时间问题，不是概率问题。

没有任何一条理由能够阻拦你成为这个世界的佼佼者。因为99.99%的人都是既不能止盈，又不能止损，无论是欲望，还是情绪，不立足于事实看问题。不给自己设置一个线，就一直想回本，永远都回不来，所以为什么人家是不怕你赢，就怕你不来，就这个道理。

一定要透过现象看本质，时光光阴是一切的本钱，你能够今天在这里停滞了，那么你的时间就给你挣到了，虽然看起来好像前面损失拿不回来了，但是你为自己争取到了翻盘的机会。不跟烂人烂事纠缠特别重要，一定要止损，要懂得买单，及时离场，要明白只拿有限的米，不要激发人性中的恶，这样只会激发你自己的膨胀之心，让你充分的自以为是，你会把所有的运气当实力，就会导致你后面做出一系列错误决策。

止损不仅仅是在已经消耗了所以才停止，而是在有可能你已经预料到后面的发展了，现在你知道再往后就是下坡路了，你就选择把美好的回忆封存起来，你们还快乐的时候结束这段关系，这样你才会觉得过去的这一段回忆对你来说是很珍贵的宝藏，当你老了的时候还能想起来曾经的这份美好，如果你因为不甘心往后拖，就是想扳回一局，然后硬生生的把这一段有美好回忆的这段关系走到了死胡同里，走到了最后完全没有回旋的余地，有的时候抱着一点点不舍去离开一段关系，总比你抱着仇恨离开要好。每个人都有好的一面，每个人都有坏的一面，他爱你的时候展现出来的就是好的一面，他不爱你的时候展现出来的就是坏的一面，所以不要等到他完全不爱你了再离开，不要让自己赤裸裸的去面对人性的真实。

25.《不用责怪谁，人都是趋利避害的！》

有些时候你觉得好像对于你的生活来说是一个多么沉重的负担，但是当你的人生中遇到一个贵人的时候，你会发现一切都不是事。

现实生活中有多少男人纠结于八万八的彩礼的时候，可当你遇到一个大哥，他夸的就给你把所有的问题都解决了。有些东西，是没有办法去衡量，你也没有办法说什么是对，什么是错，所以有的时候也不要怪男人去找一个更有米的，或者说为什么他跟你结婚，因为所有的人都是趋利避害的动物。

男人在很穷很努力的时候是不会追求真正的爱情的，只有在他很有钱的时候才会追求爱情。男人不用责备女人现实物质，女人也不用怪男人，男人他在爬坡的时候他只希望能够少奋斗十年。没有什么比少奋斗十年对他来说更有价值的，所以大家谁也别怪谁。

不是所有的事情都可以靠沟通解决的，为什么？因为语言代表目的，对方跟你表达所有的东西的时候都是围绕着他自己的目的来的，他的目的是控制你，你跟他说任何东西，他都会反驳你，他都会反击你。因为他

的目的是控制你，所以你不可能通过沟通试图让他理解你，或者是通过沟通试图让他放宽，不可能的。你跟他最后就只有斗争，没有沟通！

26. 《用围标的心态去主动》

中标几率低没关系，但是你可以围标，没事多交流、一起玩耍、一起吃饭可以、愉快轻松的去当交个朋友，不要有太强的这个执念，也不要期待预期太高，你就当个朋友交着，跟他们的圈子结识一下，他里面会有一些综合下来有长板有短板的男人，有的人他跟你的这个板能契合上，那么他就能往下走。

你不要一上来就很想搞定你觉得价值挺高的这种男的，不管别人什么条件，我们要平和心看待就好，然后我就去围标，我就去交朋友，我就去打他身边的圈子，不要想着我一定能跟这个男的怎么样，也没太大必要。

27. 《把有效的时间和精力聚焦到最大效能的地方》

我做事的风格是会同时做好几件事，比如说我同时推出几个项目，然后就像看赛马一样。几个项目一起赛马，什么项目在同等时间，同等人力消耗范围内回报的最多。我就搞什么，其它的我就砍了。不是这个又要抓着那个又怕丢了。

我做事情的风格就是我几个东西同时开始搞，然后我就看谁跑得快，看哪个项目跑得快，我就把哪个项目留着。我就是逐渐的在固定的这个时间之内，固定的人力成本之内，发挥越来越大的一个效能。人的时间跟精力是有限的，要把有限的时间跟精力都聚焦到最大效能的地方，才能出结果。

人生要有蓄力点和发力点。

人生有的时候它是用来蓄力、有的时候是用来发力、有的时候是用来奔跑、有的时候就是用来休息。不要在任何时候，只要发生了一点波动就感觉发生了巨大的变化。

你要清晰的知道人生的每个阶段它是来干什么的，有的人认为人生的这个阶段我就是来学习的，汲取能量的，我知道一定有一天这些能量它会爆发，我今天学的这些东西它会用上。不要在这一下子就希望立刻马上我能获得什么正反馈，可能它在这个时间阶段，它就是要让你慢一点，把你所有的时间都放在你现在去学习的这样一件事上，将来有一天它会用另一种方式来回馈你。

28.《当男人问你谈恋爱一定要花钱吗？》

如果男的跟你说，谈恋爱不是一定要花米的。当你遇到这种情况，你可以换种方式和他聊。可以顺着聊，怎么顺着聊呢？你可以跟他说“我原来也觉得不一定要花米。但是后来我发现男孩子，别的东西都是可以演的。但是花米这个事，演不出来。我这个人很笨，如果不通过花米这件事情来判断的话，我就很容易被骗”还有你可以撒娇，不要和他聊逻辑，聊聊情绪也可以。

你说“我只是觉得男孩子给我花米的时候，我能感受到一种被宠爱的感觉。我身边的姐妹都会很羡慕我，我就觉得这个就是爱”反正你所有的表达，都要尽量往你的目的去推进，但是要针对他的语言，选择好方式方法。

29.《不要轻易对别人有情绪对抗》

人家说你适合结婚，你不高兴，你在想不就是觉得我适合带回去给你洗衣服、做饭、带孩子。人家要说你不适合结婚，你又在想你就是想白P我。首先选择把别人所有的语言，先往好的方面去想，因为在这种情况下你就不会有对抗情绪。把别人任何一句话先往好的方面想，先让自己的内心，在没有对抗情绪的情况下去回应他。然后再让这个对话往下发展。如果说你每次给他好的回应，每次在没有对抗情绪的情况下给他好的回应，他十句话都在怼你。那就是他真的有问题，这个东西要反复的去验证。不要一上来就先入为主，把别人一棒子打死了，这样不好。

高情商的人和谁都能聊的到一起！当一个女人在男人面前讲太多很高深的东西时候(政治经济等)，其实在绝大部分男人眼里她的性魅力会下降。绝大部分男性喜欢的状态是，当他在讲什么的时候，你都能倾听且认同，再夸赞他。在他说话的时候，你看着他，从他讲的东西里面提一个问题，继续让他说，然后你再夸赞他，再提问，就一直这样徘徊。

30.《当一个男人魂被勾走了》

当一个男人魂被勾走了，只有在一段不被满足的婚姻里面，停留的时间长了，他的魂就会被别人勾走。他就抓心挠肝地想搞事情，一定是现阶段的婚姻生活不让他满足，连他自己都不知道是哪方面没有满足。

总而言之，这个心一旦有了，那他不管通过什么样的方式方法，可能都要这样干。很多时候男的并不是因为你们感情怎么样，是因为外面这个女的没有给他确定的答复。他纠结的点是在于他跟你扯快乐证，那个女的不接他的盘，他什么时候会回头，只有他表完这个诚意之后，发现那个女的也不跟他好，也不跟他扯证，也不跟他结婚，他就回来了。

男人他哪怕是年龄在不断的上涨，他总是会不停的爱上很相似的女人，就像你一旦爱上过一个类型的人，那么很有可能在未来的很多年，你总是会被同一种类型的人所吸引，所以由此你能不能恒定的维持在一个风格上，就有可能决定这个人能爱你爱多久。永远的变，只有一个变，叫

做变得比我的昨天更美好。所有的变，是源于对个人价值这一块的支持，都是OK的。但是对于伴侣价值这一块，一定要有恒定标准。

31.《不要总是去关注一些边缘化信息》

什么叫做主旋律，就是你跟我的关系是主旋律。你对我的付出到位，你跟我的关系扎实。你和别人怎么样，跟我没关系，是这个概念。

无论这个男的是单偶多偶，只要你给我的到位了，我还去管你跟别人干什么呢？不能老是纠结于，他给这个付出了多少，他去找这个或者那个了。就在这个过程中，无形的让这个男的觉得我跟你牵扯了精力，他就自然而然的想降低物质付出。因为他觉得累，谁让他轻松，谁让他愉悦，他就想把这个米花在什么地方。你看似是在做一个抓取注意力的行为，但实则你是在物质这个层面上在出让。好像在控制他，他表面上把你哄的很好，他无限的在你这个事情上给你投入情绪价值。最后他的米就流到别的地方去了。

所以你这个思路都是倒的，正的思路是什么，是我只看你给我付出了什么。不管你跟这个人走到哪一步，你都吃不了这个亏就好了，什么样的人能够保障对你一辈子忠诚，人都没有办法保障自己是不变的。

32.《不要心存侥幸，没有躺平的人生》

当你的人生字典里有躺平两字，你只会越躺越焦虑，除非你就是一个完全没物欲的人。大部分人都会羡慕，会嫉妒，会因为某些事情产生情绪波动。只有在这个过程中不停的向上，不停的卷，把自己卷没了为止。

但是你会在这个过程中，能不断地找到新的成就感。因为你在跨越台阶，跨越台阶的时候，你就能感受到快乐。哪怕你今天嫁进那个圈层

了，都不能躺平。你还是要提升自己的社交圈，提升自己的学历，提升自己赚钱的能力，提升自己的谈吐，提升自己的审美。因为你身边的这个人再往前走的时候，你已经被落下了。最后别人抛弃你的时候是不费吹灰之力的。你除了年纪上去了，什么都没上去，不要心存侥幸，没有躺平的人生。

33.《你要遵循人性》

你要看明白这个世界的本质以后，你要遵循人性，遵循人性的底层规律，遵循这种趋利避害的价值观。然后去迎合对方的价值的同时，让对方在你身上加大付出。最后你就能把这个事情盘圆。

最怕的就是平时又要活的稀里糊涂，又偶尔要去人间清醒一下。清醒又清醒不明白。然后就开始内耗，要不然就是你觉得你自己很清醒。把现实认得很明白，但是你又非要在看到现实的时候不相信自己的眼睛。这两种都是不可取的，要不就是稀里糊涂，反正你只要钱给我花，我啥也不管。要不然就是彻底的清醒，清醒着爱这个世界。不要在这两者之间游来游去徘徊。

感情里如何自洽？他说啥你信啥，他说啥就是啥。你跟谁在一起也不关我的事儿，你就是眼睛一闭，我就是跟你好。反正我就是爱你。

34.【婚姻不是我的终点，幸福的人生是我的终点。】

如果你想要你的人生是幸福的，切记：婚姻不是我的终点，幸福的人生是我的终点。除非能明确跟这个人结婚，能够让我的生命变得无比的幸福，我才会再去琢磨这个事。我不会把婚姻做目的，我觉得婚姻是形式，它不是目的。我现在能够幸福的方式千千万，我的快乐来源很多，

我不是需要在婚姻里汲取快乐的那种人，而且我也不向外界寻求爱，我是一个内心很富足的一个人，我不去任何地方寻求爱，因为我自己就是把我自己放第一位，我就是最爱我自己。

35.【主动出让，就是经营关系的智慧。】

我看过无数的优秀女性是怎么错过一段又一段高质量的关系的。因为她低不了这个头，她不像有的女孩子，想找价值比她高很多的，她在这个点位上，会想就算是现在跟那个男的掰了，我也不一定能找到比他更好的。那她现在必须破釜沉舟，必须把她自己的后路全斩断。最终把那些高价值的男性拿下的一些女生，往往她们的价值并不如你们所想的那个样子。

因为她们能够主动出让自己的自尊，把自己的高自尊往下压。但是你不一样，你的那个高自尊，就会让你的头低不下来。你永远想的就是我为什么要妥协，我没有说非要你挣那么多米，你这么多米关我屁事。你脑子里每天想的都是这个，所以最后导致你的行为就是继续独立。独立发光也没问题，但是你要知道这件事情，是一个无限循环，下一次遇到同等高价值的男人，你一样会这样。

36.《其实所有的人都有自己的一套喜好》

你要通过拨动他情绪，来判断这个人的类别，不能完全不拨动，你在演的过程当中，要观察这个男的他的反应，是心疼你，哄你，还是厌恶？你要在拨动的过程当中观察他，你就知道这个人是个什么类别。如果完全不波动的时候，总是采取一种，就等吧，就乖一点吧，就听话点吧，就懂事点吧，实际上他不一定是吃这套的。

因为每一个男的他的想法都不一样，他想要的体验感的不一样。千万不要在关系里面害怕波动，条条大路通罗马，没有任何的一个方式方法，是绝对的。所谓的一个完美的方案，其实是在行进的过程当中，你用了

人都觉得自己很满足，很能够给你提供价值，同时呢你自己心里也很平稳也很快乐。

你能从这么多的人身上都找到自己的这个正反馈，多么的快乐，首先让自己上进快乐起来，自信起来，咱们才能玩转亲密关系。

39.《脑子永远是第一位的》

脑子不好，干什么都不行。不管是做事业的还是搞男的，还是干什么的。但凡能出结果的，那脑子一个比一个顶着好用。要不怎么让你没事多读书呢？出去见见世面呢？

读万卷书不如行万里路，行万里路不如阅人无数。知道为什么你今天会觉得我人间清醒？为什么会觉得我有智慧？是因为我真的就是阅人无数，睁开眼睛看看外面这个世界，看看别人都在干什么。

不要天天活在自己的想象当中，被光环所迷惑。不白嫖你白嫖谁呀？不带着脑子出去说话做事干什么都不行。

40.《现实生活中很多女孩子就是会既要又要还要》

但是自己就不想动，不能说你一直什么都想要，看到别人的好的生活你都要，你要行动起来，你给自己要斩断后路，你自己才能够有动力。要么就想着搞米，找收入高的行业，搞收入高的城市，搞收入高的行业就不要在乎什么体不体制。要么你就跟着你身边的人一起进入到正常的生活节奏里，该谈恋爱谈恋爱，该结婚结婚，该生娃生娃，不要好高骛远。

如果女孩子到了一定得年龄，应该做的事是找一个合适的对象，进入到人生的下一步。因为很多女孩子，过去的人生实在是太缺乏对生活的认知了，没有恋爱经验，没有经历过什么社会的捶打。因为你不主动被捶打，你都是躲着，你这个内心的欲望索求又跟你的能力不相符。你应该跟大家一起走入一条正常的路径，接纳自己就是一个平凡的人的这么一个事实。

41.《为什么说不是你越优秀，你能匹配住的男人就越优秀》

因为你在越来越优秀的过程当中，也会让自己的自尊心不断拔高，没有办法低着头。这种情况，两性关系就会成为你的短板。有的时候，你甚至搞不赢结了婚有娃的，因为人家自尊心能放下来。

如果你知道你跟这个男人在一起，你们之间有很深的情感绑定的。你就应该明白，只要你们两个人能够持续的绑定下去，迟早他会做出让步。国外的那些女的，她们跟那些富豪在一起的时候，哪个不签婚前协议，没有不签的。但是她们为什么愿意那么干呢？

第一，她做这个动作能够博取他一部分的信任。第二，今天不跟他走这一步，她去找别的男的也不一定能达到这个水平。何况你们之间还有感情，你在他身上押宝，是不是比你在别的男的身上押宝要靠得住一些？

42.在《金贵的关系》里边，把男人分为，伯乐男，皇帝男，生意男，鸡肋男。

其实这四个状态，也许是四种不同的男人，但也许是一个男人生命中的

不同阶段。

要看你是在什么阶段遇到的这个人，但是你不要觉得你跟这个男人在一起以后，可以改变他现阶段的追求。有些女人真的是熬出来的，跟这个男的熬了十几二十几年，硬是熬到了这个男人的下一阶段。但是呢，其实不太赞成一个女生去做出这么大的牺牲，用这么长的人生路径，去搏最后的那个未知的结果。

最好还是能够把短期之内的东西做到极致，然后让每一步的台阶都走的很坚实，自己的内心感受也很好，也很受尊重，该得到的也得到了，这个是大多数人比较欣赏的一种人生态度。

43.《人是通过什么来了解你的》

他是通过你的语言还要跟你的相处，两个窗口来了解你的，你既不愿意表达，也没有相处时间，那请问对方怎么了解你呢？很多人比较拧巴，内心的想法嘴上不愿意表达，表达出来的东西跟内心的想法不一致，然后你们还指望对方更了解你。

其实最大的问题就是不会在两个人的交流当中提出诉求，人一定要提出诉求，他没有关注到你的情绪，你就跟他说“我跟你说这个话是希望你哄我，是希望你安慰我，你安慰完了，我再告诉我，你工作很累，我再来安慰你”如果你自己能够懂正确的交流方式，你就能交给他，如果你自己不懂，你们两个人就只能各自生气，两个人的距离也会越来越远。

44.爱情是什么？

爱情需要实质性做基础，经济基础决定上层建筑。底下的基础都没有，你还跟我谈什么？谈精神怎么样？

其实男人比女人更想少奋斗十年，这个是亘古不变的真理。但凡这个男的稍微的脑子成熟一点，他一定比女人更想少奋斗十年。你愿意跟别人风餐露宿，别人不愿意跟你风餐露宿。

男人的想法就是，他要的是实惠，他有那样的实惠，他可以养无数个像你这样的女人。他没有那样的实惠，他还要跟着女的一起在外面风餐露宿，他图个啥？

45.《关系是什么呢？》

关系是互相滋养，让彼此舒服，我们两个人之间让彼此进步，关系并不是说我们两个人一旦有了什么之后，你马上把他捆死，捆在身边，这个是一种占有欲，是你试图占有别人，试图操控别人的一种手段，但是这个其实本质上来讲，是不健康的关系。

如果你想要处的长久，必然是双向舒适的，他有在一起的空间，有分开的时间，有自己独立的人格，然后有独立的事业，你们在一起的时候可以分享，不在一起的时候还可以非常安静的待着，这才是一个健康的状态。当你对这个东西没有深刻认知的时候，你面对一个再好的人，你也没有办法抓住他，因为一个好人，一个优秀的人他是不可能让自己长期的卷入到这种负面情绪当中去的。要把关注放到自己身上来。

46.永远没有说不能开口。

开口永远是对的，时机要正确，态度要柔软，你的那个口就会一开一个准，正常恋爱当然也可以开口的，平常表现的很好，什么都很好。你到了关键时期，这个口一定要开，开口之所以会low，要不就是你的时机不对，要不就是你的态度不对。

比如，我的小姐妹老公都给她们买包，就我没有，不是这么开这个口

的，哄是怎么哄？今天跟他捶捶肩膀，明天给他煲个汤，“老公，我最近是不是表现的很好？OK，那我可以提个要求吗？马上情人节了，我想买一个什么东西，我想要了好久，可是我舍不得，你能不能给我买”要这么开口。

47.在这段关系里，你如果取得的全部是正向价值，这段关系对于你来说就叫有价值的关系，有价值的关系就值得去尊重，值得去维系。

为什么说它是有价值的关系？第一，它能治愈你的情感，第二，能跟你相互的相辅相成的往前走。所以这个关系无论从物质上，还是基础上给你都是正向价值，正向的价值你就把握住，就维系好。如果有一天开始给负向价值了，你就要去想要不要换了这个人，换了这个关系。

48.《不要总是被那些不认可自己的评价所吸引》

然后选择性的忽略了别人对你的认可。只能争取更多的人的喜欢，但是永远不可能获得所有人的喜欢。不喜欢就是不喜欢，不认可就是不认可。不要那么纠结于别人认不认可你，你要让认可你的那一部分人更认可你，让追随你的人，变成始终追随你的人，而不是总是试图把那个不认可你的人变成认可你的人。

所以很多时候，有些女人在感情当中就有胜负欲，你总是想把那个不喜欢你的，变成喜欢你，其实你要做的是让那个喜欢你的人更喜欢你、超

级喜欢你、非你不可。而不是让那个不喜欢你的人喜欢你。

不要老想让不喜欢你的人喜欢你，这样会让你的能量发生紊乱，因为你一直试图在跟那些不喜欢你的人做结交。不喜欢你的人会给你很多不认可的情绪，这会给你造成很多的自卑、打击，会让你反复的怀疑自己。

49.《什么时候让对方看到你的减分项？》

但凡觉得是自己身上的减分项的东西，大部分的女孩子，她会觉得，我就要先让你看到最真实的我。你只有接纳了这样的我，那么后面我再对你展现的好才有价值。

一定一定记住了，所有的当你认为对方有可能不接受的这些点的谈判，全部要放在对方对你已经有了比较大的情感投入之后再去谈。因为谈的目的不是为了崩，是为了让这个关系往你想要的方向去发展。如果在对方对你没有感情的时候，你的任何东西都是不会被接受的。他所有的接受都是一种演绎，当你在说的那一瞬间，对方就已经决定不爱你了。可是呢，你却以为他接纳了你的一切，你却上了头。

你想的那种情感是一种幻想，理想主义者。因为接纳了你的缺点，然后就爱上了你的一切。一个人跟你没有情感积淀，凭啥接纳你的缺点？所以说，怎么才能够把这个关系把盘圆，这个是你的诉求。

50.一个女生，如果到三十几岁没有结过婚

你如果不是特别有钱的话，大概率是你对于男人抱着不切实际的幻想。对于选男人没有标准，你还会自己觉得自己条件比较好，但其实很多真正跟你匹配的人你是看不上的。

所以当你遇到所谓的这种高收入群体的男性的时候，你会觉得这个男人

吻合了你对于婚姻，对于长择的一切需求。觉得一旦你跟这个男的有点什么了，就代表你能配得起。

其实不是，内心很清晰的，他这样的条件，他这样的情况，你跟他在一起，你也知道他的围城内的状态，他内心对你会有评估的。你越是不图他的米，他对你警惕性就越高，就越觉得你是想搞他的人。但问题是你又段位不够，级别不够，他怎么会为了你去扯快乐证，还为了你去斩断艳遇？你的这个价值评估无论如何都是没有办法让他天平产生倾斜的。

51.任何情分，你都要投入一点自己的这个心意在里边。

这份情谊就会显得更沉甸甸一点。你要让人家觉得，虽然你没有什么米，你去做这个业务，也赚不到什么米，但是让他觉得你这个人值得交。

所以呢，你想在你的力所能及的范围内做点什么，就是你自己能投入一些情感，投入这样一些东西送给人家，做点吃的喝的，搞点土猪肉之类的。

食物是最低门槛的敲门砖，食物是谁都会吃的，谁都需要。然后这个中间，他也没有太多的所谓的鄙视链，你自己有投入的这个东西，人家觉得，你还是真的是有心意的。你要让人家感受到你的这个心意，这个很重要。

52.《跟自己的内心世界对话，不跟自己狡辩》

我非常喜欢做的一件事情就是自己跟自己的内心世界去对话，我不给自己找理由，我从来都不给自己狡辩。我能够非常坦诚的看见自己当下的情绪，我跟这个人在一起，我到底快不快乐，我到底能不能得到什么？这个价值到底足不足以让我现阶段去牺牲情绪也好或者是牺牲一部分的什么也好，我一定会非常清晰的去跟自己对话，不会自己骗自己的。

现在有很多女孩子太喜欢自己骗自己了。比如说这个男的PC成性，可是你说男人是不是都这样的。那如果都这样的话，我不如就这样跟他好了算了，就纯粹的麻痹，你已经在这个过程中被这件事情纠缠折磨，内耗这么长时间，你在跟自己对话的时候，难道你不知道自己的情绪有没有出问题吗？

53.《当男人很烦时，你怎么做？》

如果能够让别人安静也是一种能力。有些人在很烦的时候，是需要有自己安静的空间。不要老问他让你该做点什么，一直问个不停。你只要需要简单说“宝宝，你需要我去给你送饭吗？不需要，好，OK那你自己好好的，别忘了吃饭。不要太担心，都会好起来的。”你明知道他都是个不想说话的一个状态，就不要过多的去打扰，你就让他自个儿呆一会。

在安全感给足的同时还要怎么样呢？你的自我的价值也要有所体现，你自己要是一个光彩照人的人，你要是一个蓬勃向上的人，你要是一个受欢迎的人，但是在这个过程中，你依然给他持续的安全感跟情绪价值，这个男的他是在接收到你的情绪价值的时候，然后对你有安全感，但是他又看到你那个熠熠生辉的状态，又会让他没有安全感，他是在这样的一种复杂情绪里面交织。

54.《三十岁的女人，绝对不能急！》

如果你钱也有了，你已经是人生赢家了，你现在还要去找个男的给你当

拖油瓶。为什么说你找个男的会是拖油瓶，因为你焦灼，男人你要怎么找才能找得好？慢慢看慢慢挑，这样才行，见过哪个着急忙慌的能挑个什么好东西的，你到了那个地方你就焦灼焦灼，你完全把那个不如你的男的，开始不停的在他身上找优点，挖掘那些男的身上的优点，这男的虽然没钱，但他朴实无华，这男的虽然他没有上进心，但是他安全。选择性的当个盲人。

55.如何判断眼前的男人值不值得？

所有的东西，是基于别人的行为做判断，基于别人的付出做判断的。怎么判断一个人是伯乐男还是皇帝男？是要判断他把米花在了什么点位上。一个男人他把米，花在了扶持你的事业的点位上，那么他是伯乐男。

如果一个男的他把米花在了你的包包和珠宝上，但是他不愿意把米花在你去自我晋升、学习事业的这个角度上，那么这个男的大概率是皇帝男。如果现在说的这些东西，他啥都没有，他就是个莫名其妙男。

56.分手后如何挽回？

应该让自己变得怎么被看见，然后让他觉得还有再重新回来的必要，只要你的操作对象是他，你就做不出加分项的动作。当你跟他说任何一句话他都觉得厌恶的时候，越做越稀烂，就不要去做，只做你自己，找回你自己的生活，找自己能发光的点，找回自己的状态，不要天天去想着你怎么对他，他会觉得你很讨厌。

57.《有些时候你自己人生的天花板是非常局限的》

你自己的人生是一眼看得到头的。也没有一个非常充分的动力，脱离你的环境。比如说你本来就生活在一个很传统的小城市，大家到了一个年龄都要结婚，然后你自己的工作收入也很一般，你甚至是在体制内或者干嘛的，你不可能去脱离你自己的圈子，去一个所谓的大城市去寻求更大的发展。

那么咱们把自己看明白，认命也是一种智慧。真正痛苦的人不是那些认命的人，而是那些不想认命，但是她不敢做出改变的人，你要明白这个东西，就这么大个市场，就这么大个天花板，就这么大个收入水平。你干嘛非要走这条路，你为什么不找一个正常的人进入到一个正常的生活轨道呢？

这个时候，父母就会显得比你有智慧很多。你要是认不了这个命，那么你就必须脱离你的环境，必须改变。改变是痛苦的，改变是一种折磨，这是需要巨大的勇气和动力和欲望去推动你做的一件事。不要觉得你今天不肯改变，一年以后你就肯改变，三年以后你就肯改变。你今天看到这个天花板，今天不动那么你大概率这辈子就不会动了。这个时候听你父母的，早一点安定下来，早一点过上跟大家一样的生活，这也是一种智慧。

58. 关系中物质付出的两个层面

第一件事儿叫做你有价值。你的价值让他觉得他这个米花的非常的值得。第二件事叫做置换，他用足量的物质价值置换，他相对的自由，相对的空间，他有可能在某些情况下对你会有一点点的冷落。为什么他要一个人在身上投入那么多的米，他的行为导向跟终局是什么呢？他为什么要这么干呢，他如果不花他也可以跟一个人在一起，但他为什么要花，要不然就是价值大，价值对等，要不然就是他想去置换一些他的空间独立性，偶尔玩一玩也好，或者偶尔忽略忽略你也好，你不会那么上蹿下跳，就这两件事儿。

59.女孩子不要误判自己

千万别被那些主动凑上来，有光环的那些男的给蒙蔽了自己的双眼，误判了自己的价值。很多漂亮的女孩子，或者是学艺术的女孩子，都是因为万花丛中迷失了自己，就是因为追她的大佬太多了，让她误判了自己，随时随地都能找到这多个亿万身家的男的，所以导致她错过了自己最好的花期。

但实际上，什么样的男人，才配得上？那个真的要跟你结婚的男人，才配得上你。就算是不能结婚的那种大哥，他要真的愿意给了你几千个W，那才说明你配得上，懂吗？

所有的那些画大饼的，给你秀肌肉的，那些都不是你的，都跟你一毛钱关系没有。他们只要不是你随手可以拿得住的，除了耽误你的青春，干不了任何好事。

60.一直放任自己的情绪，是对自己很不负责任的一种行为。

情绪就像肌肉，每一块都是可以得到锻炼，最后加以控制的。你要锻炼它才能控制它，你不学着去控制，你就永远无法控制，在它受到压力的时候去对抗它。你的情绪往左，行动要往右，这个就是你的行为跟你的情绪在做反向作用力，也是控制情绪的方式方法。

从一开始是痛苦，很多人说多难受，不憋死了，这其实是什么？这就是你的自我放任，你自己在偷懒，你是一个对自己的精神没有要求的人，所以你才会这样说话。当你知道这个自我修炼的一个过程，是在修心，你是在把自己变成一个情绪更稳定的人，那么有一天你就会发现，它就变成了你这个人本身，你就不再需要刻意的去做这件事，因为它就

63.我们从不跟男人谈“借”字

“借”在整个体系里头，都是不谈借字的。但凡是想跟一个男的，搞什么所谓的男女关系或者什么，整个体系里没有借钱这回事儿。

借就是普通朋友，本身对于借钱这种事情很多人就很不喜欢。所以说，女生尽量不要去跟男的去开这个口。你就他要付出，好好付出，表诚意就完了。

借了你又不想还，你不想还就不要借。你可以用支持或者赞助，用这种词，用这种字眼。最后那个男的对你的预期是让你还，结果你又不还，两个人都不爽，最后就开撕。

64.如何引导付出？

男生他来选择你的时候，他是觉得你有点小高级，他才来选择你，他才会来追求你。并不是因为他觉得你low，或者觉得你穷你苦。

他要靠你来对他引导付出的时候，必须是建立在他对你的认知的基础上去引导，就是他认为你有可能在什么地方真的是需要一点撬动，那么他就更容易把这个付出出来。比方你说现在要做个什么事，或者要干个嘛的，那你可能现在要有更更好的一个包装需求。

比如你今年的目标是想把你这个车换掉，换成一个100万的车，你得有一个跟你自己的人设相关联的。而不是说我好穷，我要买个房子，这样是不对的。

65.女人身段要软心要狠

女人跟个金刚混凝土似的，也没见把这日子过得多红火，对吧？那还不赶紧改一改，身段要柔软，心要狠，就是这样的。心要狠，目标感要强，但是你的身段还是要柔软，该哄就哄。

嘴巴甜吃不了啥亏，嘴巴甜只有吃蜜的，没有吃亏的。你没有体会到这种事情的快乐跟愉悦。你要多体会体会，你就懂了。你就会觉得活得越来越女人了，在什么地方你都能施展自己的魅力。

这很快乐，女人找到女人的快乐，女人找到自己的魅力来源，你就会觉得很快乐，你就会觉得内心很有满足感。

66.给情绪价值，给谁都是为了换米

你既然有个公婆可以给情绪价值换米，你干啥跑那男的那里去换米？公婆这个头低不下来，那个男的那里头就能低下来，他不是一样的吗？

谁离得近就搞谁对吧，你先把你公婆这头搞明白。如果你老公有弟弟，也可以模仿你老公弟弟的媳妇，她怎么搞你怎么搞，她在哄公婆的米这个赛道上，她属于成功人士，你就模仿这个成功人士，你也许能搞到自己想要的。

把对标账号找明白，你就学她，你就抄她，你搞那个大哥，搞那个大佬，你一生没干过这个事。你从零开始，万一遇到个白皮男的，还见了鬼。哪条路近搞哪里。

67.感情里如何自洽？

你要看明白这个世界的本质以后，你要遵循人性，遵循人性的底层规律，遵循这种趋利避害的价值观。然后去迎合对方的价值的同时，让对方在你身上加大付出。最后你就能把这个事情盘圆。

最怕的就是平时又要活的稀里糊涂，又偶尔要去人间清醒一下。清醒又清醒不明白。然后就开始内耗，要不然就是你觉得你自己很清醒。把现实认得很明白，公号：文字变现艺术家，但是你又非要在看到现实的时候不相信自己的眼睛。这两种都是不可取的，要不就是稀里糊涂，反正你只要钱给我花，我啥也不管。要不然就是彻底的清醒，清醒着爱这个世界。不要在这两者之间游来游去徘徊。

68.怎么把感情牌打好？

首先就说你知道他的想法，他也是怕你未来如果有了别的心思或者怎么样。你可以明着跟他说，你可以拿你自己的原生家庭说事儿，比如拿童年的缺失说事儿，或者说曾经受过的情感的伤害说事儿，或者是你看到过的，你的父母也好，谁也好，给你造成了一些不好的情感影响说事。拿这些东西说事儿，来解释说为什么你要选择他这样的一个人。

而且你就是一个，对于物质缺少极大安全感，你才想选择一个他这样的人。还有一个就是你一旦选择了他这样的人，你这辈子只有他抛弃你，没有你抛弃他这一说。

但是你说，你不能够接受没有物质安全感这件事儿，你更加不能接受他的承诺不兑现这件事儿。承诺不兑现和物质没有安全感才是会让你想要离开他，你要把感情牌往死里打。

69.嘴甜走到哪里都受用，一定要学着去嘴甜。

因为你嘴巴甜了以后，你会得到很多好处，你得到了这些正反馈之后，你就更想嘴巴甜。你就会发现这个生活变得好容易啊。

有的时候你想怎么样一下的时候，你就说“那你帮我弄一点呗”你做了这个事情之后，你只是费了一点点的力气，你只是做了一点点的让步，然后你就可以让别人帮你做好多事儿。

比如每次你公婆给了什么，你就给她发个朋友圈。每一天你就抱着你的婆婆合影发个圈，说你简直遇到了全天下最好的婆婆，公公婆婆对你又大方，对你又么好。这么苦逼的工作都变得如此的轻松和美妙，你每天就给她们架上去。

70.到底是要结婚还是傍大款？

结婚搞得跟个傍大款似的，人家是找结婚对象的，你的目标都定错了。定加大付出这个目标的时候，就是因为你得不到结果，所以你要让他加大付出，明白吗？因为如果你的青春折损进去了，最后拿不到婚姻的结果，起码你拿到了一定的米，是这么个概念。

如果你自己的物质水平本身就一般，你现在找到的就是一个家世背景方方面面很优于你的人，他能够让你保持在与现在齐平的物质水平上，他就已经是加分项了。因为他跟你的物质水平齐平的情况下，你还获得了未来的潜力价值，未来的潜力价值就是他的家庭能够带给你的潜力价值。

71.如何维系爱情或婚姻？

你要维系的，是你们心灵成长的速度，以及成长的方向要一致。浪漫固然美好，但好的爱情不能仅靠浪漫维系，脚踏实地才能茁壮成长，

镜子脏你不会觉得是脸脏，为什么别人随口说出糟糕的话，你要觉得糟糕的是自己？

72.跟喜欢的优质异性相处该有的心态？

主动对于任何来说根本就不是个事儿。当你的框架足够强，当自己的价值感足够强的时候，主动与被动都不过是在你当下选择的一条路径。你自己随便聊啥，想聊啥聊啥，不必放在心上，你那些自卑的心态就不会有了，但凡看到一个条件好点的男的，你就开始自己觉得自己好弱好差，你这种状态，怎么可能搞得定那些人？

所有的那些优质的男性身边肯定都是不缺女生的。你不要觉得你遇到一个男的，那个男的就非得非你不可。中标是中标的逻辑，围标是围标的逻辑。你看到了这个人，你喜欢。你觉得他优质，你对他感兴趣，那么你就去围个标，你要是万一中了，你围十回，总得中一回，你那么在乎干啥？你就是个乙方，人家是个甲方，你是跑过去投标的，中不了是正常的。因为你找的就是一个大家都在争抢的对象，你先把自已态度一竿子插到底，这样的话你就不幻想了。

73.百亿美金身价女大佬的处世原则

和一个身价百亿美金的女大佬讨论了普通女孩的逆袭，要想蜕变，厮杀出来，有这样几条处事的思想内核，今天更新第一条。

No.1 在外八面玲珑，能言善辩，聪明伶俐，这个人不能叫情商高，叫圆滑，容易让人心生嫌弃嫉妒。真正的情商高是从容不累，让人下意识去选择信任。

2、和人相处的时候，可以争论的问题，小至咸甜豆腐脑谁好吃，大至我们什么时候会打仗，唯独不要battle人生底层逻辑，对方想交流，就顺着说下去，不表达附和，但也不猛烈反对，”模糊主义“要做好。我们是喜欢有观点的人，但不喜欢干涉自己人生的人。

74.什么时候适合发小作文？

对于拉长线很多年的这种关系，你可以给他写小作文。在以前可以写信的年代，感情要比现在发个微信要深沉很多，人在写信的时候，通过这种比较长的这种东西，其实是能够把一个你这个人可视化的，可视化之后，其实还加入了很多自己的想象跟脑补的成分。

在写的时候不是一直在表达情绪，而是展现画面，是在通过你给他写的东西去构思你的状态，也是在对你投入一种思考的成本，幻想的成本。要么就是在你们之间根本就没有怎么确定关系的时候，你就可以跟一个人去发这种东西，或者你们已经有很深的感情的时候，你也可以发。最怕的就是你自己真的很上头，但是对方一点儿都不上头的情况下面，你给对方发这个东西就没有用。

75.改变别人就是一个伪命题。

你只能影响别人，不能改变别人。如果你足够上进，他还不能被你影响，那么这个人，你就不要指望他上进了。如果你足够上进的时候，他能被你带动，被你影响，那么他还是有可能变成一个上进的人的。但是你想通过你的强势，你的指点江山，让他变上进，这是不可能的。你不能给他更多，你想让他产生的那种改变，于他而言没有价值，如果他成为了一个上进的人，他也就不喜欢你了。

76.要不要扯快乐证？

他无论是从事业上，还是从情感的管理上，对于家庭的责任上，他的方方面面都很差，没有任何一个点位在自我要求，就是这样的男人本身他得不到任何人的尊重，所以你是不要去尊重他的。你应该是找寻到你自己的你，你觉得开心的生活是什么样子的，根本就不应该对你老公

这样一个人有任何的关注或者怎么样，因为没有意义，因为他太底层了，没有什么好解决的，你应该先走出去，应该先把你自己的生活先找到。

77.有一句话叫做不看发言，看投票。

什么意思呢，就是语言是为目的服务的行为，是真实的表达，他的行为还是在跟你持续联系、持续的邀请你，他的行为表达的才是他的真实意图，即他想跟你在一起。他为什么会有这么多的语言，那是因为他要完成他的行为的同时，还要降低他的成本，这个才是本质，你不用去看他说的那些东西，这都不重要，重要的是你要什么。

78.《如何面对多偶男》

如果他的年龄很年轻、身价很高、付出意识很强，那么像这样的一个人，他就很难单偶，而且以他不愿意让你去他那边的这个状态来说，他这个多偶的状态基本上是属于铁板钉钉了。

如果你不想斩断这段关系，那是想持续享有他给你的这个付出的，那你就不要对这个关系心存幻想。你认为他有可能，把你作为最终择偶的那个对象，但是其实在我看来，这个可能性几乎为零。一旦你没有这个幻想了，你的目标感其实会更清晰的。以他喜欢的方式去相处，在这个过程中持续享有他对你的付出和好。

在（金贵的关系）里有说过，对于多偶男来说，最厌恶的一件事情就是你要斩断他多偶这件事儿。

79.绝对的忠诚和专一，在这个世界上是极为罕见的一种品质。

如果你对话过足够多的男人，不管什么层面的，不管什么收入层级的，你会发现，绝对的忠诚和专一，在男人身上，可能一千个里面会有一个有的这种品质。

不要以为你身边的那个老公就是那个千分之一，只有方式方法的变化，或者说频次的变化，或者说他投入的变化。不要一天天的就想做一个好人，要学会做一个真人。就是了解这个世界的真实，并且去接纳他，接纳他的同时再去爱他，这样的人，就是一个清醒的人。

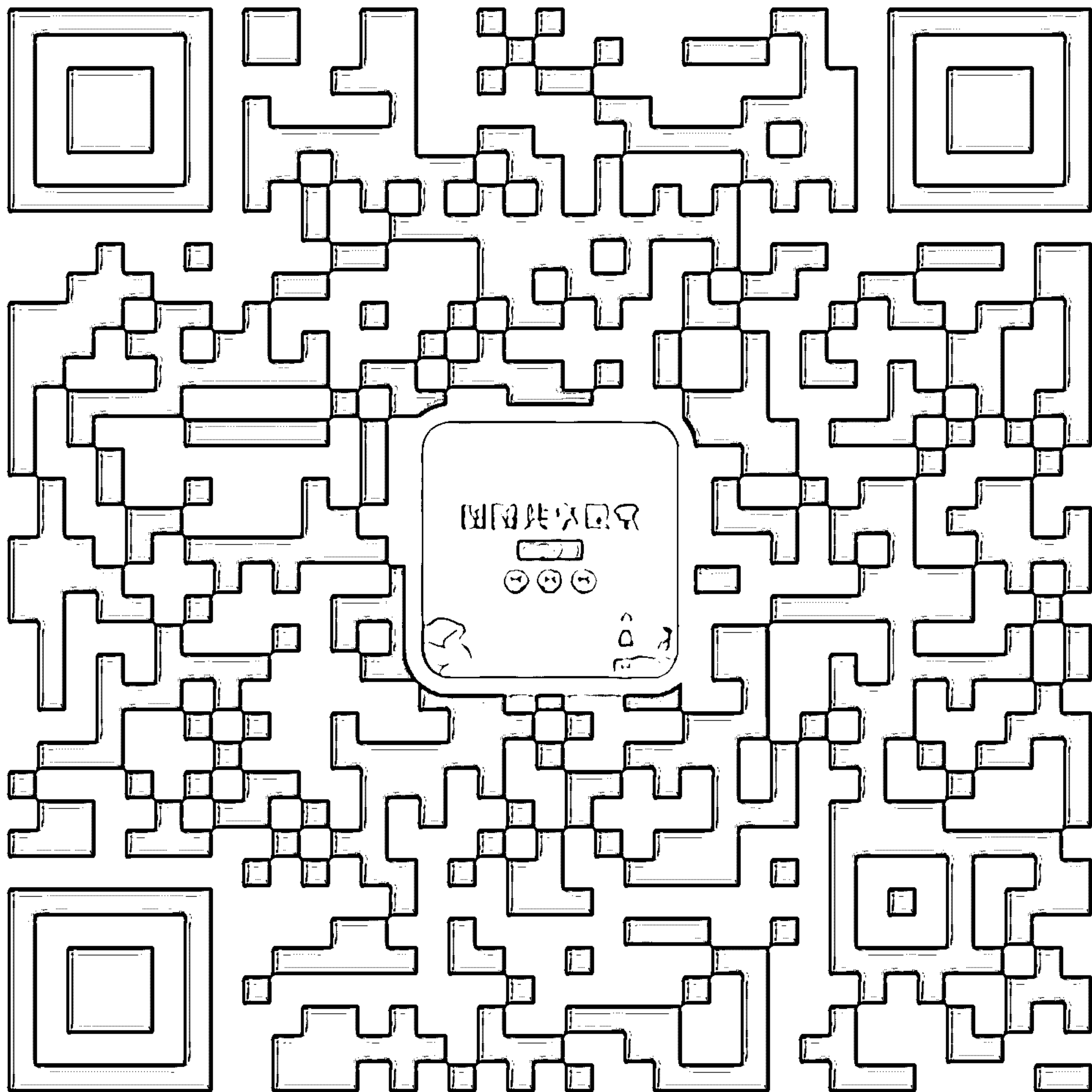
80.不要总是被那些不认可自己的评价所吸引

然后选择性的忽略了别人对你的认可。只能争取更多的人的喜欢，但是永远不可能获得所有人的喜欢。不喜欢就是不喜欢，不认可就是不认可。不要那么纠结于别人认不认可你，你要让认可你的那一部分人更认可你，让追随你的人，变成始终追随你的人，而不是总是试图把那个不认可你的人变成认可你的人。

所以很多时候，有些女人在感情当中就有胜负欲，你总是想把那个不喜欢你的，变成喜欢你，其实你要做的是让那个喜欢你的人更喜欢你、超级喜欢你、非你不可。而不是让那个不喜欢你的人喜欢你。

不要老想让不喜欢你的人喜欢你，这样会让你的能量发生紊乱，因为你一直试图在跟那些不喜欢你的人做结交。不喜欢你的人会给你很多不认可的情绪，这会给你造成很多的自卑、打击，会让你反复的怀疑自己。

81.《王子永远不会选择灰姑娘》



里。但是呢，确实他说的这些东西，你确实不太懂，但是很喜欢听。

你就大方承认，你的认知不够，但是很喜欢听他讲。因为你觉得这样子，让你觉得提高很快，但你也要展示你的优势，会做饭之类的。同时你也表态想学习，想进步，爱聆听。

84.你的情绪价值够了，别人才会为你付出！

首先你在他眼里你有那个价码吗？为什么人家不付出，为什么人家在你薅的时候，他会千方百计的去拒绝，去拖延，本质的本质还是你的价值不够，这个价值有很多方面的组成，可能是你的硬性的光环，也可能是你软性的情绪价值，它有很多很多东西组成，但是你值吗？这个一定是自己好好思考的问题。

你很年轻，年轻漂亮，这个是你的优势，但是年轻漂亮的很多，如果你有别的大哥的话，起码人家能看到你点光环，否则的话，你就是一个非常非常普通的年轻漂亮的女生，没有什么核心竞争力，人家为什么要拿那么多米来泡你呢？

85.如果是真心能给你办事儿的人，不可能一点事情卡着都不搞的。

你要是真的跟他有点什么的话，你的这个价值太低，选择大于努力，不要在垃圾人身上浪费时间，你有这个时间，多去供几个新货。

本身跟这样的人，就是希望通过他，撬动更大的资源，撬动未来的更多可能性。如果这个男的，他说什么嫁给他才能给你办事，这种话之类

的。他是不可能在这之后给你更大的可能性。他有了这么一个行为之后，马上你就会被抛弃掉了，你就会被甩掉了，这个就是他非常清晰的一个行为路径，一点小事情都不办，就给你开这么大的口，就让你以身相许的这种人。

你说你要给我办了这件事情，这样才能够代表你对我的喜欢，你对我的态度，要不然我怎么信任你呢？对你动手动脚，那你直接就看着他的眼睛问他，能给你什么？

86.在做任何事情的时候，怕解决不了问题的，怕改变这个事情，就不会发生吗？

怕是没有意义的，要发生的事它总是要发生的。又怕自己送上去了，对方不帮怎么办？又怕万一，你以后给他提诉求的时候他不做怎么办？又怕万一他跟你提诉求，你不满足他，他生气了怎么办？你要把那一万种怕的可能性全部想完，什么叫做尽人事，听天命，先把正确的方式方法做出来，兵来将挡，水来土掩。他爱干嘛干嘛，他爱付出付出，他不爱付出不付出。

但是，首先把你自己的行为模式，先给它固定好。把你自己的框架跟行为模式先固定在一个最优解上，然后你面对这个对象，他爱干嘛干嘛。而不是说，你自己好混乱，又怕这又怕那，整天想着可能不是这样的，不是那样的，你要有一贯水准。为人处事，对待这种人是什么样的方式，要有一个高水准的状态，你发挥极其的稳定，那么面对任何情况，任何的这种人，那么你的胜率就会大。

87.有些事情的核心逻辑是，别管人家多有实力，你得看到他对你的付出。

误时间。

90.如果一个男人，他跟你说很多很多的甜言蜜语，每天跟你聊很多很多的日常，他为什么要这么做呢？

因为他喜欢讲这些有的没的，喜欢找个人跟他画爱情的泡泡，演爱情的泡沫剧。他自己在输出的过程当中，其实他是在享受情绪价值，不是他在讨好你，也不是他在怎么着你，他这么做，是他自己很爽，心情很愉悦。

91.男的，但凡跟你见几次面，说你挺优秀的，但是说对你没有感觉，就是外形没看上，没别的理由。

人到一定年纪的时候，都会有想要谈婚论嫁的意愿。他之所以还能和你见几次面，说明他觉得你别的方面的条件还可以。就好像有的女孩子，她遇到一个男的，虽然觉得这个男的长得不行，但是又觉得这男的经济条件，工作什么的还可以。就想硬着头皮多见几次，但是还是心里过不了这坎儿。

女生是真的会把外形这个东西弱化掉，但是男生不会。能让你见几次面就有点上头的男的，肯定喜欢他的女人也不少。并不是说你一定是真的长得不好看，男人是很视觉的动物，你跟他见面的时候，不能让他觉得一看到你就没有那意思，没点劲儿，整个他那个荷尔蒙都上不来。所以说女生一定要学会打扮。

92.有的时候跟一个人的关系到底愿意进行到什么程度，其实是取决于他能为你做什么。

你现在考虑这个问题其实很多余，你先提你的诉求，有什么东西你就直接跟他开口，直接向他求助，你先看他到底能在这种情况下，帮你帮到什么地步，你不要先考虑你们两个人是什么关系，你们俩没关系，你想开口就先开口。

93.男人飘了怎么办？

现实生活中有很多男的都是一边飘一边花很多钱的，你就让他一直飘，这个才是你的目的，因为你要让他花钱，所以人家不该飘吗？你让他一次打个几百万给你，你再让他飘，你是不是也愿意了，说白了，你不愿意还不是因为你又不敢开这个口，又害怕在别人眼里的姿态，完了之后呢，想能得到手的東西又得不到，最后人家还飘，你就会觉得不爽。但是如果他提前先给你个几百万发到你这儿，它飘一下你能不能接受，你不能说，哎，可是他怎么不知道自己掏呢？人家凭啥嘞，你都不开口，你让别人自己花，你是啥？你是大明星吗？

94.有的时候一定不能井底之蛙

这个男的给你的就是一个平台，就是一个助力，站在这个男的给你的平台上面发展更好的自己。不要还没上去，还没发展，就想着我努力也达不到的。

人是在独立生长的过程当中，展现出来了你的极致魅力，遇到什么抓住什么。你现在遇到了这个男的给你的机会，你就抓住它往上爬。你到那高度了，有了更高的视野了，就知道什么东西更来钱，甚至有可能遇到给你更多米的男人。这是一个开放性结果，但是只有站上去了，才知道你还有什么机会，然后再寻求机会的过程中，让自己更牛掰。

95.感情里，稍微主动一点点，分分钟拿下！

下沉市场，女的本来就比男的少，男的本来就比女的多，约家里来给他做两顿饭，你稍微的比别的女的主动一点，就赢了。稍微下沉一点儿的话，那就是降维，这个事情不知道多简单，你不要把这事情想得无比的难。

越是一线城市，越是收入高的群体，反而这样的女孩子不好找，尤其是不上不下的那种是最麻烦的，现在女生太上进，全部堆到一线城市，女的比男的多，她就不好找，但是越往下面男的比女的多多了，你但凡比别的女的稍微的媚一点儿，稍微的主动一点儿，稍微的往上贴一点儿，马上就是分分钟拿下，根本都不需要你长得很漂亮，不要把那个事情搞得蛮复杂，哄抬猪价。

96.语言是目的，行动才是态度。

一个人真实的想法，其实是在他的行动里做表达的，而不是在他的语言里做表达。

为什么这个世界上有那么多刀子嘴、豆腐心的人，当你在用那些非常尖锐语言的时候，你是真的想让这个人走吗？是真的想结束这段关系吗？并不是，而是他有很多的东西让你不满，你试图通过这样的语言想要矫

正他。他说很多的甜言蜜语不代表他真的有那么爱你，他说了很多很难听的话也不代表他不想你好，他的行为是还在不停的找你，这个才代表他真实的想法。

他说了那么多的东西，是为了达成这个目的的同时达成另一种目的，就是降低成本，是为了矫正你们俩关系当中的一些东西，但是并不是他想放弃这段关系。

97.让一个人付出的最好的方式是打到他的点位上去付出。

而不是你认为什么东西金额大，就拿这个开口。他为什么不要投你，是因为他觉得只有你说投钱，他才能拿出一两百个，但是这个是你本位的思维。这个是屁股决定脑袋，你不是在思考他的想法，你是在思考你的想法，你的认知是你在思考，我觉得只有那个投资能搞一两百个，要不然平时就只能搞十几二十几个，可是这个一两百个他是不认可的，他根本就不认为你有这个能力，而且他也不想给你翅膀，他怎么会把米花在一个他不愿意做的事情上面呢？他觉得我给了你这个米，你做不起来，你把我的米亏了，你不认他的好，你做起来了，翅膀硬了，你要飞。

人都是为自己的利益做考虑的，真的不是每一个男的都愿意在你身上投资什么东西或者挣米的。他们的类别都是不一样的，你不打到对方的需求点位上，你是搞不出来的。

98.你知道人家为什么不喜欢你吗？

因为你价值太低了，其实不是那男人哪方面条件好，是你hold不住而已。

说你的个人价值低，不是因为你年龄小，还获得不了什么成绩，而是你摆出了一番烂泥一样的态度，在面对你的大学生涯。这样的话，别人就能把你一眼看到头，知道很多年以后，你除了年龄上去什么都上不去，别人对你会有这个预判。你把你的精力放到你的学业上面，你会变成一个有学识的人里头，长得还漂亮的人，你就有价值了。

你不要想着走捷径啊，当你想着去拼了命的走捷径的时候，你走不明白这个捷径。因为你的个人价值没有立柱的时候，你走的捷径都是廉价的捷径，看起来好像是捷径，但其实对于你的人生的长河来说，屁也不是。一点蝇头小利就能把你搞定，但实际上那个对于你而言，没有真正的价值。

99.什么样的人更容易成功？

大部分的普通人，脑袋都差不多，智力差别也不会特别大，无非就是谁更努力，谁更敢于去冲，敢于去拼，敢于去坚持。同时在这个路上，懂得利用各方各面的资源跟人脉，不是输送自己就是输送别人。

很多时候你要去做生意，或者搞关系，在这条路上会有各种各样的人提出各种各样的要求，你不是自己上，就是别人上。你不是把自己推出去，就得把别人推出去，就是这个道理。

各种各样的人，就会有各种各样的需求点，你必须打到别人的需求点上，别人才会跟你玩儿。因为别人才是那个话语权的掌控者，别人才是那个资源的掌控者。不是按照你的喜好说给你什么，别人就一定会帮你的。那么多的人在竞争的时候，人家为什么要帮你，是因为看谁最能打到他的那个点上，你能决定在这个环节上是谁说了算吗？

100.当你试探到了对方态度之后，你能马

上收得住。

不要自己的自尊心把自己拱上去了以后，然后下不来。关键在于你做了一个行为之后，会得到对方一定的反馈，那你在这个反馈的过程中，能不能立即调整你的动作，这个特别的重要。

当你打出去的这个得到的反馈不好，那么你就马上调整。在我自己做1V1的时候，我会刻意的讲一些比较强势的，会刻意去触到对方的那个逆鳞上去。但是呢，当对方给我的反馈非常不好的时候，我会马上再拿个话把它圆回来。

因为你在做这种动作的过程当中，实际上有的人会慌神，一慌神之后就会又给你付出。但有的男的呢，他不慌神，马上就表现出不爽了。他一不爽，他也不高兴，这个时候你就不能够再还不停地跃进了，你肯定是得不到你要的结果的了。

101.女生这一辈子想要过得好，只有一条路，就是不断的让自己发光。

女人一旦决定要降低自己的眼光去找男人，你人生的悲剧就此启程。

如果你在这段关系里从一开始就奠定了自己想要去包容、容忍的态度基础，那么就注定了结局会是个悲剧。这个人他本身条件就不好，他容易反射出几个特点，一个是他开始不断的刺透你的底线，再一个就是因为人跟人之间它是一面镜子，他会因为你的条件而反射出一种幻觉，他会觉得是不是自己真的这么优秀，还让一个条件这么好的女生求着我。他刚开始飘，开始试图在这个市场上去验证他自我的这种价值认知，到最后这种男人他不会珍惜，只会搞你心态。

所以我建议女孩子如果有事业一定要努力去拼的，因为事业上是一份耕耘一份收获，但是男人不是。你一定要让别人看到你闪闪发光的样子，他才会觉得你值得。女生这一辈子想要过得好只有一条路，就是不断的让自己发光，无论你现在是在做事业还是结婚了，唯一路径就是让自己发光，你发光的时候所有人都会被你吸引，而且所有的人他都会认为，他为你付出是应该的。一旦你试图掩盖自己的光芒去降维，为了委屈当下某一重诉求，比如结婚，就去跟对方凑合过日子的那一瞬间，你的人生悲剧就此开始了。

102.如何择偶？

现实生活中有很多男的他是有钱，但是给你看不给你花，有些男孩子他没有那么有钱，他也不想要你家的钱，然后他还能够把他挣到的钱给你花。门当户对当然是最好，但是门当户对的男生你认识了很多，你都不喜欢，那你也可以找没那么有钱的，找对方自己有上进心的，自己做事情做的不错的，关键是对方品行正。

103.女人，婚姻事业，重点抓一头！

女人为什么发展的慢，就是因为在走Z字形，不是在走第一字形。你搞事业的时候想结婚，找男人的时候想搞事业，所以就一直在这两点之间，这样螺旋式的走路，所以你的路径就会变得非常的漫长。不是含着金钥匙出生的，生下来就是光脚的，光脚的人只有一条路，你想两头抓，你走的就是Z字形，走哪条路都会慢，如果你觉得你的适应能力很强，那么你现在就是要把那头摒弃掉，不花一分钟的精力在这个事情上。

但是，如果你对婚姻有执念，对这个事物特别焦虑，那你就不要想着你的事业怎么怎么着了，你自己的业务能力怎么样，到底是不是一下子能从年入30万变成年入100万，如果到不了年入100，你就不用琢磨这个事

儿了。

104.你们在职场当中，但凡面临着比如你是乙方对方是甲方，或者你员工他是领导这种框架的时候，如果这个男人用他的职能身份来压你，你一定要跳出这个角色。你们不要一直拘泥于好像我要听话。

因为你会习惯性的觉得，我要讨好我的老板和我的甲方，那么当他提出一些与工作无关的这样一些诉求的时候，你会有这种讨好惯性在里头，那么这个时候你就一定会让自己变得极为不舒适。如果你拒绝了，你这个工作就做不下去了，说明你在这个工作岗位上压根儿没有价值。

你要做的是什么呢？提高你自己的核心竞争力，提高你在这个岗位上的价值。你的工作岗位不是靠着男女关系走到这一步的，你是先到了这一步然后他才对你抛出男女关系的橄榄枝。所以你本身的这个工作能力、实力、成绩跟你的男女关系是毫无相关的。如果你确实很喜欢这个男人，也想从他身上获取更多，你确实确实可以走这一步。如果你没有这个诉求，那就没有必要站在服从的角度去看他。

105.对任何东西要有标准，怎么能够说明这个男人是跟你双向奔赴的呢？

自己给自己心里一个衡量指标，如果他每个月都来给你刷100万，如果

能连刷三个月，那你觉得他就是用心了，你有个指标，你没有指标的后果是什么。

这男人一旦发现他给你刷钱仿佛是个无底洞，他想让你说指标，你不说，你就想要双向奔赴，就想让他用心，他就会很累，他想给个数字，你一直在跟他聊，聊些虚的空的假大空的东西，如果他是个大哥，他会怎么样？他会改，因为他砸米的时候，感觉不到你到底你内心的数字到底是多少，他知道应该是还没砸够，但是到底要砸多少才算够呢？那么他到一个程度会怎么样呢？他就会不付出了，就去转情绪价值了。

106.女生要学会自己掌控自己的情感和时间！

如果是受人喜欢的女孩子，不是一直等然后对方来找你，对方没有表现出很热情，你也不说就在心里生闷气。这个时候你在对方眼里，他没有看到你的心理活动，他只看到了你的表现形式，没有看到你内心是怎么纠结的，只看到了你的表现形式是莫名其妙。这样的女生这个世界上有很多，一点都不可爱，也一点都不受欢迎的。受欢迎的可爱的就是有什么说什么，然后再用一种非常可爱的态度去表达，你对他有占有欲，都用一种正向的态度去表达，那男的就觉得原来在这很有存在感，跟你之间的情感是流动的。

学会自己掌控自己的情感跟时间，你可以把你的情感投射到十个人身上，等着一个男人不停的主动的时候，其实就是留给那个男的把他的情感主动投射到十个人身上的空间。

107.女人不停地想前任，就是因为自己现在越混越差。

男人想前任，是因为自己越混越好，他就很想让他的前任知道，她错过了一个多么棒的男人。他就想让他的前任知道，她曾经放弃的那个男人混得有多好，这就是男人。女人只要是不停地想前任，就是因为现在越混越差，她就会呈现这种状态，她越混越差，越会在很大部分时候想他。是因为她想要的东西不努力去争取。她等着天上掉馅饼，就会越混越差。

108.在《金贵的关系》课程里尤其是关于心态建设的问题，可以帮你解决98%。

为什么对待这种人可以用这种态度？为什么你可以用这样的方式，之所以纠结是因为你不敢，你都不敢来，怕得罪他，你怕他给你穿小鞋，你要知道为什么他不会这么干，为什么你可以按你想要的态度来，你要明白的是这个为什么。只要你表现出这种，你怕他给我穿小鞋，怕他那个，你这个气一旦被那个人闻出来，他就真的会给你穿小鞋，他就真的会搞你。因为这是你的弱点，你的弱点来自于你的欲望

所以最重要的点位是你的整个的心态的底层建设，你要明白自己的价值在什么地方，自己在社交圈里头，你要怎么去跟所有的人之间的关系达成平衡？

109.有的时候承认自己做的不对也是一种智慧。

承认自己前面做的不对，你才能够及时止损，你总是不停的去给自己洗脑，说这样也是对的。要为你做出的错误及时买单，然后节约出来了的时间在你买单的这一刻你就终于做对了，而不是在一个不对的一个事情

里面，无限循环下去。

110.不管对方是什么样的大佬，但凡不能给你带来实际价值的，它对你来说就是nobody。

你一定把思路调频给调对。你在创建链接的过程当中，就是一个广撒网的动作，这个男人实力最强，这都跟你没有关系。因为他并没有把这些东西价值作用在你身上，这些都仅仅停留在一个光环的层面，他还没有给你画饼，你自己就已经画上饼了，你的思维就要停止，谁给你带来价值，你就捧谁的臭脚，他不能给你带来价值的，就可以有多远滚多远了，这个就是正常的高质量女性的思维方法。

111.主动交友，敢于破冰！

真的想搞圈子，真的想链接，真的想链接那种高圈层的人，你一定要胆子大，你眼睛里要有事，而且你要非常主动的去链接别人，你只要比别人向前一步，你就赢了。你不动脑子，一定要怎么怎么样，那你怎么做得到呢？

任何一个圈子，你不要指望再牛逼再高大上的活动，你不要指望你去了以后全都是牛的人，那是不可能的。你是混不到那个层级上面去的，你要非常主动，要敢于去做这件事儿，要敢于去破冰，人出去混就是要艺高人胆大。

112.什么时候让男朋友给你花米最合适？

男人在很喜欢你，觉得你很值得的时候，他自动的心甘情愿去付出的时候不会有任何的微词的，顶多就是当当大爷，你捧捧臭脚的事。但是他对于双方的感情是一个绝对性的增值，是他花米花的很爽，然后还能对你们感情有个绝对性增值。

但是呢在你起跳的时候，让他的这种付出还是要看情节严重性的，你要米也好要补偿也好，这个力度不太够，那他花米花的就心不甘情不愿，他不认为自己错误到了这个地步，当他没有足够的觉得这个事情有那么大的错的时候，会出现一个什么局面呢？你开了这个口之后，他就会去怀疑你跟他在一起的目的和初衷，他这个米虽然花了，但是关系却往不好的方向走了一步。如果这个事非常严重到什么地步了，你再干这个事，他自己一点动弹的余地都没有，那么这个事就好办，最好还是让对方在快乐的时候花米。

113.加了大人物的V后，下一步如何链接？

首先你要主动给人发消息，告诉人家说自己现在是个什么情况，是做什么的，如果你们有留合影，你们可以把你们的合影发给对方。

其次就是一定要经营好自己的圈圈，能够让别人看到你平常是一个什么样的生活状态，生活方式，还有就是你要知道这个人是在做什么的，你能不能认识其它的有价值的人和有价值的事件，需要这个人。

一定要想到有什么点位是对方可能会感兴趣的，在这种东西里面去找话题能够引发对方的兴趣，那么对方他才有可能跟你往下一步。

114.有很多人她是沉溺在这种觉得别人觊觎她，所以不带她玩的这个状态当中，出

116.戒掉人性中的贪嗔痴！

始终对这个东西就戒不断的话，那么你就不要怪人家拿你的这个弱点去白P你,不停的给你抛橄榄枝，不停的给你画饼,不停的在激发你人性当中的贪嗔痴,然后你就可以被他白P了，低成本持有了，到最后所有的东西都是个梦，一场空。

不管是在感情当中，还是在事业当中，还是在投米挣米的所有的事情里面，其实他都是一样的道理，自己要对自己进行打磨，认知到这个东西看到了人生当中的贪嗔痴之后，要想办法去戒断它，能够在承认自己错误的时候及时离场，那么下一次是不是就能把这一切都作为自己的宝贵经验，你不及时离场，你始终跟他去搞，然后他不断的用同样的套路来对待你，你不断的在同一个套路上上套，那就是无止境的事情。

117.原配要不要去打官司，把米要回来？

本身米就比较紧张的家庭，老公把家里的大半身家都拿去外面找别的女人这种情况下，一定非常支持原配去打官司。

但是呢，身价过亿的可能他在外面给那个女人花了一千万，花掉了你们家的1/10的财产，你想把那个米要回来，但是他们已经有十几年的这种关系了，那么最后的结果就是这个男的绝对会跟你一拍两散，他就带着你们家财产跟那个女人好了。为了出这个气是没有任何意义的，一定稳住大头，所以说很多人才选择睁一只眼闭一只眼，有几个真的打心眼里能够接受这个事的，都是无奈之举。

118.前男友作为资源分配方，在感情中为难你，怎么办？

对方用什么手段来对你，你就用什么手段去对他，这个相对来说是比较管用的一种方式，对方不想让你跟他就事论事，说白了就是不想让你站着要，你要跟他说你们之间怎么不一样，你跟别人怎么不一样，你跟他不是有感情的吗？你对他抱有多大的期望呀，那本来他不来的时候，本来都是你做的，现在他来了本来你觉得能做的更多，但是呢他却让你做的更少了，他这样的话你都会怀疑你们两个人曾经在一起的感情的。你就跟他打感情，不行你就哭，因为他就是拿情感在压制你，想让你在情感上服从于他，该点他还是要点他，拿点能扣的住他的东西，能够让他害怕的东西这个才是本质。

119.所有的条条框框都是不幸福的创造的，你们觉得呢？

你要是本身做的是快乐的事幸福的事，你会觉得这个世界上所有的东西都很美好，每一条路都有每一条路的道理，可是你就是过得不幸福，你觉得这样不对，于是你就会跟人家说怎么过才对，越幸福的人她越包容，她不会给别人那么多约束，那么多的条条框框，你会发现这个生活过得越滋润的人她越豁达，她越是能够所理解所有的事情，她越是过得很压抑过得很狭隘，过得很不幸，她的思路就很闭塞，她只能站在一个很窄的立足点去看待问题，她就会下意识的去定义。

女人年纪大了就要结婚，结婚才能幸福，一定要有孩子，她会拿各种各样的条条框框来约束你，我们在沟通的过程中很不喜欢直接去给什么东西下定义，凡是它都有一个逻辑，没有调研就没有发言权，我要去看过了这个世界，我才知道这个世界是什么样子的，我都验证过了我才有资格跟你讲，就是这么个道理。

120.男人会为你的人设买单么？

他花米要花的舒服，花的快乐，这个才是花米的重点。人是会为人设而买单，为你这个人的价值而买单，但是你的人设跟价值并没有真的到那个地步。如果你的人设跟价值到那个地步了，你就会看不上他了。

每个人在自己不同的位置，索取付出方式是不一样的。你就只能让他开心、舒服、愉悦，让他觉得这女孩真有意思，虽然很现实。不要天天想着把自己搞得无比高大上，男的又觉得你就是这么回事，光环是你借由着这个男人给你的力量逐渐打造自我，借由着他给你的翅膀跟平台，慢慢的去寻求光环，寻求到了光环之后，就可以拿到更高的。

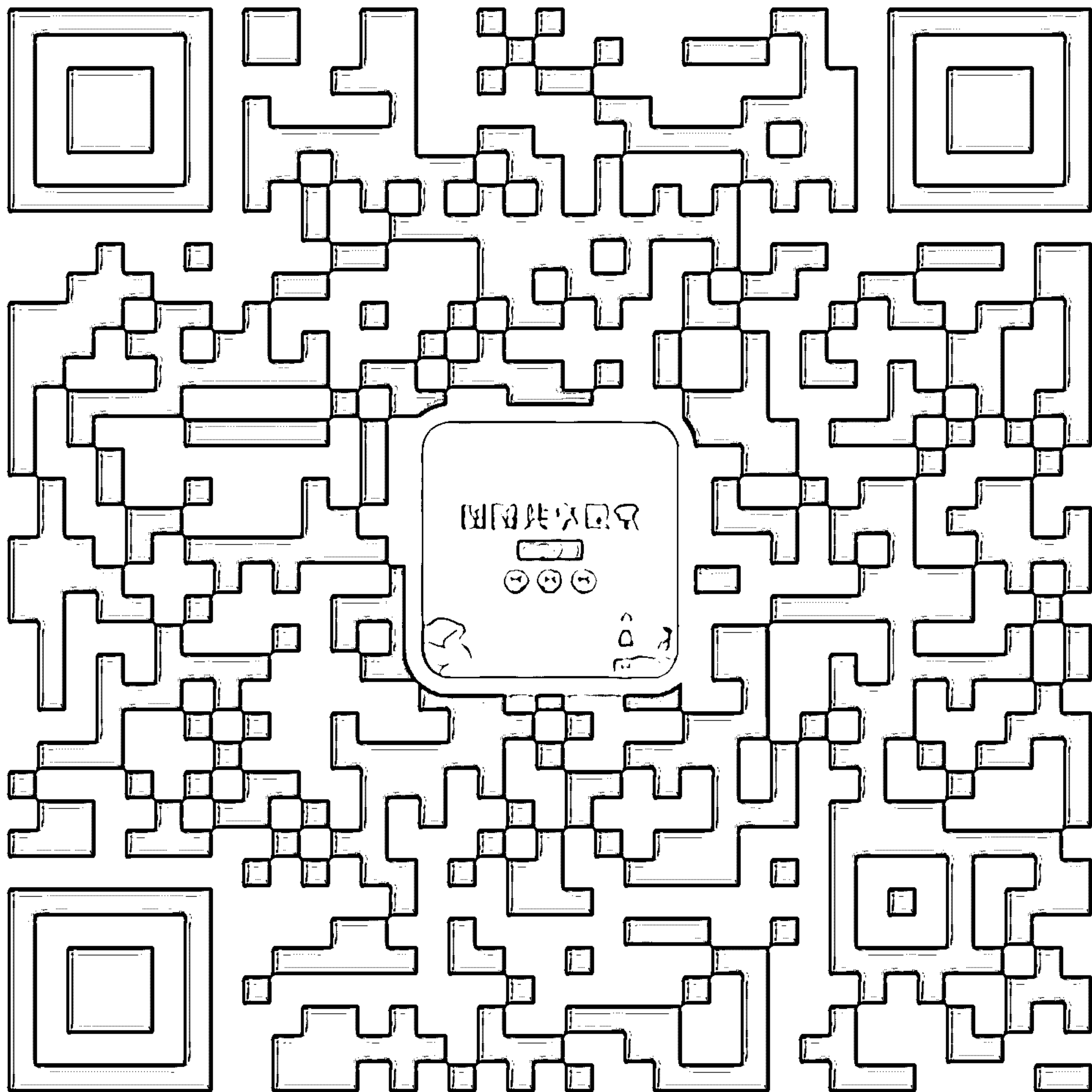
121.为什么有人喜欢包装自己？

当一个人很擅长于包装自己的时候，一定是意味着想撬动更大的东西，才会这样做。谁都知道肉要埋在饭里吃。不要激发别人的妒忌之心，道理都懂都知道，但是呢，所有的靠自己努力一点一点可能还混得可以的这种人，想要去撬动更牛的人脉、资源、或者说想要找到更高价值的伴侣的时候，这个时候就要包装自己了。

因为她的目的反推她的行为，一定要把自己逼格拉上来，否则她想要的那个层面的人看不起她，是这么个概念。反而，那些上个悠哉班，家里几套房，收个租，是不需要包装自己的，如果没什么野心的话，要有一双慧眼发现那样一些好像看着不咋地，但实际上人家还不错的这种人。

122.感情里，为什么你总是把握不住？

很多女孩子她们这辈子遇到过很多的大佬，也遇到过很多多金男就是把握不住，不是因为做的有多么不好，而是因为自己的段位不够。那些东西是无法重来的，为什么呢？你必须要有经历才会提高，就算你跟这个男的已经发生了实质性的关系，最后还是拿不下，就是你的段位没有到



些，你绝对不会要回去”那些就是赠与或者怎么样，起码留一手。然后这个事尽快处理，尽快结束。不要为眼前的这波小利所牵制。

126.在《金贵的关系》里讲的第一节课就叫“关系的本质是交换”。

你在人生的任何阶段，你都要有能拿出来做交换的东西，且你拿出来交换的这个东西是对方在乎的，对方认为有价值的，而不是你在乎的，实际上对方不在乎。

不要以自己的幻想为依据，你觉得结了婚以后说不定他就会改，但凡把这个娃生了，他就会给你买房买车，你只要能长期的陪着他，他一定会斩断跟外面的莺莺燕燕。你总是把自己的付出放在前置位，作为置换未来为你改变为你付出的前置性条件。凡事以事实为依据好吗？任何时候谈的所谓的跨越阶级，一定是你看得见摸得着，而不是一种预期和幻想。

127.在一个女孩子可能还年轻貌美的時候，

她很容易遇到身边有一两个都愿意为她付出，然后各自都非常有优势的这种男生，她们很容易脚踏两条船摇摇摆摆很长时间，这个是跟优质男相处过程当中的大忌。

女孩子在感情里面切记膨胀，一定要迅速的做决策，抓住其中一个。因为男人的占有欲跟他的那个斗争欲是非常强的，一旦这个男孩子好像知道他还有一个很强劲的竞争对手的时候，他就对你更好，当你产生出这种摇摆状态，好像我在两个人当中做选择，你会发现这两个男生对你更

好，然后你一定会膨胀的。

但凡能拿出成绩的男生，你千万别让他用套路来对待你，你让他清醒了，让他上升了斗志激发了他作为商人的本能，就是他想得到你，他想在这个游戏当中胜出，他能把你舔得极为舒服，但是一旦他最后胜出了，你就等着他哪天来报复你。可能会开始对你降低投入，或者是等你没有选择的时候，你耗的油尽灯枯的时候把你踹掉。越是很优质的男性，他就越是很在意你能不能忠诚的对待他，你能不能优先的选择他，你能不能坚定的跟他站在一起。

128.大多数男人不会去找只长年龄不长智慧的女人。

所以你的评判标准不需要停留在坚持着保守，不能碰我，我是一个很专一的女人。30+的女人应该有点风情，有点妩媚，还要有点会勾搭，你才能跟那些20几岁的比，这是30+女性该有的状态。

129.我们在《金贵的关系》里讲过，想要拿下高阶的人，一定要懂得什么叫做把他拉下神坛。

你们有的时候拿不下一个男人是因为你们把这个男人想的太高了，想的太正了。有的时候有些女孩子一上来就说“可是他真的是一个特别偏偏君子的人，他口碑非常好”如果你永远把这个男人看作是这样的一个角色，你就永远都拿不下他。你把这个男人想的兽一点，而且越是那种表现的很高规格的人，你越是要明白所有这样的人，他最想要的就是要被激发兽的那一面。要激发他恶的那一面，你就更加有可能让他产生情绪

事情里面能带给你什么？

我们讲的三观并不是你一定要吻合所有人的价值取向，我们说的三观是你要为自己负责这个是最正的三观，你们要知道为什么要跟这样的人在一起，为什么要进入这样的关系，这个关系给我带来的是什么，无论是真实的物质价值还是情绪价值，还是说能够给自己带来能量，你首先要明白这个关系，我要去继续深入的价值是什么，这个价值它不一定是真金白银，它可能就是情绪上的东西，但你还是要明白当你得到什么的时候你会失去什么。

然后你要去权衡，不要做一个完完全全成为这个关系里的残渣，你去深入这段关系的时候，不仅仅不能给你带来什么还会让你失去很多，有的东西它会让你完全丧失你的名誉，消耗你的青春，消耗你的能量，这些事情它有什么存在的价值呢，这段关系在耽误你自己时间的时候，你到底获得了什么，我们希望这件事情它是双赢或者是多赢。

132.如何把自己的外貌当武器这句话不能讲，有一句话叫美丽加什么才是王炸，唯独不能单出。

当你在北上广深这种城市的时候，你会发现美女加任何一项技能是标配不是王炸，真正厉害的人她是不能够把自己的美貌拿出来说话的人，你不能觉得自己很美就怎么样，你也不能觉得我很牛就怎么样，我有技能又有美貌就怎么样，你一定要把自己的心态放平和，因为你会发现所有的竞争者她都是美貌加一项技能。高级的美女是弱化自己的美貌，我不知道何为美，我就是很正常。但是旁边的那一项技能或者那几项技能越明显你的这个美貌就会越突出。如果你想拿美貌说事吃饭，那你得美到惊为天人的境界，你才能说我拿美貌做武器。所以女生还是要修炼自己

其他的東西，尤其是你的情商跟你的見識。

133. 保護自己這件事兒永遠不要交給男人來干，也永遠不要相信一個男人在上頭的時候還會想着保護你。

千萬不要讓這個男人一不小心就讓你帶球了，女生一旦帶球，就會變得非常的被動。

看看身邊的一些女孩子，她們這輩子稀里糊塗夾過多少個娃娃，兩權相害取其輕，你所謂的做安全措施想去交給那個男人去完成，這根本就不現實的，最起碼有一個底線要守住了，千萬要保護好自己。

134. 女生要平和一點，不要把你的強勢寫在臉上。

在《金貴的關係》課程里有講到：女生要溫潤如玉，女生要像水，你要給別人的感覺是舒服的，是溫和的，可以去包容的，這樣的狀態比較容易受到別人的喜歡。

如果咄咄逼人，或者是一定要让别人以你的想法为转移的话，就会让别人觉得很不舒服，这样很难找到优质男生，而且只会找到那种真的是没有任何成绩的耙耳朵。

135. 如果总是为了一个男人而纠结，一旦

开始这样思维，你就已经是低价值，低自尊了。

在这个世界上有很多的人，对你都是不屑一顾的，你在这些不屑一顾的人身上非要找发力点，怎么会找的着呢？这个世界上有很多人，他是喜欢PUA别人得到快感的，甚至还可以通过家庭暴力的形式，所以根本不需要在这种人身上找存在感，扳回一局的情况。

136.永远不会被pua的人只有一个宗旨。

永远都不要同情别人他经历过了什么才变成这样，所以你要体谅他是一个这么坏的人，体谅他是一个这么冷血的人，你要融化他，感化他。这个就是pua里头很重要的环节：激发你的圣母心。

《金贵的关系》有讲到这一部分，怎么激发你的圣母心，就是让你了解他过去经历过什么，才会有今天这样，让你会看到他性格上这么多的缺陷，所以他才会这样待人处事，他才会显得这么凉薄，于是你要试图去理解他的时候，就很容易被套进去，然后你就会发现自己付出了无限多的沉没成本，就无法自拔。

但凡一上来跟你说，曾经的恋情把自己伤的多么深，导致自己不敢付出的男人，全都是在铺垫自己的白P行为。最有智慧的方式就是只在乎他跟你之间的相处，只看他怎么对你，一定要着眼于事实，着眼于现今，这样就永远都不会被光环白P，也永远不会相信别人画大饼。

137.一定要珍惜每一个对你好的人，要珍惜每一个愿意主动为你释放善意，或者说

珍惜每一个真心实意的对你好的人，这个是为别人处事的一个基本点。

是你所有的术底下最深的那个道，因为这个世界上没有任何一个人跟你之间，必须要对你好的关系，就连你的父母都不一定要必须对你好。

所以如果有一个人都跟你都没有血缘，还能够为你去付出的时候，必须去感恩、必须去珍惜。只有这样整个才是一个正向的循环，不要把别人对你的好当做是别人在犯贱，如果别人对你很好，可是你却不珍惜那就是你在犯贱。

138.婚姻幸福的两大核心因素。第一是财政大权，第二是亲职投入。

如果一个男人他身上没有米的时候，他的波动也是很小的，都在可控范围之内。还有一种就是亲职投入，他在孩子身上投入了非常多的心血，什么事情都是他在带、他管、他也特别爱小孩、他就不能接受孩子的妈妈被替换。如果不要老公米，又不让老公插手管小孩，这类女性很容易走向悲剧的结局。因为这是她开局决定的，所以得认。

要想婚姻稳定，必须完成其中一个环节。如果有爱更好，你才有可能完成上面两个环节。

139.别人给予你的好意，不要急着去退给人家。

如果你想要把这个关系深度的链接下去，甚至还能产生更多的利益，你能不能把这个当做经营这段关系的经费？

你用这种思维去考虑这个问题，那么相对来说就能够撬动更大的价值，太过于的分得清，你的是你的，我的是我的，有的时候在对方心里，他就会觉得这个人不值得去跟他长期做利益绑定的。

140.当下很多人都在聊利他，我一直以来的观点是什么呢？

我认为一个人如果他没有办法先做到利己，那他所做出的利他一定是无效的利他，我认为所有的利他一定是达到双赢的地步才能算作利他，如果你不能明白把我放在一切的之前，你会变成一个无限的讨好，这就是我们经常说的讨好型人格，但是讨好型人格你快乐吗？如果我在做所有的所谓的利他的时候，我都不快乐，那么我活在这个世界上的意义难道是为了牺牲吗？

我认为先在利我的情况下的这种利他才是一种有价值的利他，因为每一个人的生命都是独一无二的，没有人来到这个社会上是为了服务于别人而做出牺牲的，我不认为我们应该有这样的心态活在这个世界上，这是一种不配得感，所以我是觉得大家所有的行为最好是双赢的，如果他能给你想要的，一定是因为你给了他想要的，如果你得到你想要的，他却得不到他想要的，这个关系是不持久的，双向的赢才能双向的共生。

141.教你如何调教男人！

对方做出你喜欢行为的时候，你要给正反馈。当对方做的行为你不喜欢的时候，你就切记不能给正反馈，对方删除拉黑发神经的行为你如果不喜欢，不需要找对方解释或者去哄对方。当对方把你拉回来了，或者要

来认错，这种时候就要给正反馈。

这个时候你就可以说，其实我知道你是一个什么样的人，我知道有的时候可能你的心情会不好，很暴躁，我觉得每个人都需要独处的空间，所以我知道你自己调整好了就会好的。但是你要记得我，我会一直在这里等你的。而且呢，你不找我的时候，其实我是很担心你的。一定不去惯对方。

142.女人就是要能屈能伸，该强就强，该弱就要弱，在什么环境下需要用什么态度就拿什么态度。

有时候男人就像养的宠物，它喜欢你的时候它就在你身边蹭蹭的，饿了就找你舔舔，一旦你给它喂饱了，它就跑了。你抓都抓不住，它也需要有自己的空间。所以女人要像雨伞，能撑能收，能屈能伸，才会在感情中游刃有余。

143.学历并不是第一要素，真正让你去国外能够有巨大收获的是什么？

是交流、看世界、充分参与，充分思考。不管你出国读的是什么学校都不重要，重要的是你要全身心投入到你的学习当中，把你的朋友、同学、老师的关系都通过自己的努力维系起来，你的整个段位就上去了。

学历只是一张纸，很多人去读这个书，实际上都没有用心，都没有把能学到的东西学到极致，都没有把该完成的东西完成到极致，其实那个学习成果是打折的。

144.现实中有很多大佬，他真的能够让你获得什么、给到你什么、一定是本身就很尊重你。

首先他一个基本面在这儿，他是一个善良的人，他觉得众生平等，你们年轻、有冲劲、有能量、还有对未来的期许，他应该鼓励你们，让你们成为更好的自己，这个才是有价值的大佬。

大佬之间分很多种，不是说一定要人品非常强的人他才能当大佬，也有很多素养很低的人他也当大佬，你们要做出选择而不是教育，他吃的盐比你吃的饭还多，你又怎么可能是他的对手！

145.拿的越多，越难断，就如我们经常提及到的“沉没成本”！

生活中有几个是真的拿几千个W还能跑的呢？拿的越多，他也要证明你们俩的关系绑定的越深，那他也就很难后撤。拿有度的钱，你就还有选择的自由，选择的权利，你要是贪得无厌，那么你跟这个人就会双向被约束，其实都是双刃剑。

146.有人说“我不想在酒桌面上面变成一盘菜”。

这样的一种状态，这种想法是错误的，如果你能被当做是一盘菜，你起

码是个花瓶，如果说你连颜值都没有的话，可能你根本就上不了这桌，首先第一点你是因为具备观赏价值，你才坐上这个桌子，那你不要觉得我要怎么去跟你平起平坐，去谈论一个什么问题，本身你拥有的东西就是弱的。

从能量上讲你本身就是没有别人强的，一个男人他在刚开始进入这种社交场的时候，刚开始试图去跟比他圈层高的人打交道的时候，他也只能作为一个拍马屁的角色存在，你觉得他算不算桌上的那盘菜呢？首先你这个心态就要搞明白，我今天能坐在这里起码我有了上桌的机会，只有我能从这个环境当中获得什么，那要看我的关注点在哪里，笑到最后才是笑的最好的。

147.如果你想要真正的出去向上社交或者说你要保全一段健康长久的关系，非常重要的一个原则就是“不问不答，不求不助”。

这才是对一个人的尊重，才是把一个人当做一个成熟的个体来看待的。他没有发问，你非要告诉他这个不叫帮助，这个叫好为人师。但他去表达所有东西的时候，你尊重他的意见去倾听，倾听比给予更加重要，不要认为你自己的智慧是凌驾于他之上的，还要试图强行去强加给他，做一个很好的倾听者，表示认可。

我们为什么要找一个男的去麻烦麻烦他，让他帮一帮我们，那是因为每个人的内心都有一个叫做好为人师的心理诉求，我通过提问和求助的方式，来让他回答我，让他帮助我，从而让他产生成就感，也就是我给他提供的一种情绪价值，我问别人和我求助于人，是我给对方提供情绪价值的一种渠道。

148.在人生低谷期，我追求的不是沉溺， 我追求的一定是翻盘。

越是生活把你捶打到一个低谷，越需要翻盘，越是要站起来，你混的很好的时候，你反而无所谓，这个时候什么都有。其实你是不需要别人去关注到你的，你也不需要任何人来帮你，自己就已经很好了。

只有当你真的过的不好，在低谷的时候，你反而要让所有人都觉得你过得很好，首先要把自己从穿着打扮妆容上面，让自己形成一个战士的姿态，人生在高光时刻我走得就是t台，人生在低谷时刻我上得就是战场，就是这样一个概念。越是你在低谷期的时候，不要试图让所有人去同情你、怜悯你、了解你的悲苦处境，从而来帮助你，这个根本都是不符合人性的。

有一句叫做买涨不买跌，人性就是这样的，更何况是一个实物产品，人都是喜欢在涨价的时候买，不喜欢在跌价的时候买。人跟人之间的交往相处是一样的，你越是混的不好的时候，越是在人生低谷期的时候，越是要表现出一副非常欣欣向荣的样子，才有可能搏到让你翻盘的机会。如果说你本来就已经很衰了，然后还让别人看出你的衰，99%的人都会远离你。而且我深知一个道理：这个世界上，所有人都想要跟成功者为伍，没有人想要每天跟失败者混在一起。

149.人际交往关系中，谁淡定谁就赢！

不要见一个大佬上来，就跟像是中了头奖一样，让别的男的觉得你太容易搞定了，本来他以为需要花很多的精力跟功夫，结果没想到唾手可得，让他一点游戏体验感都没有。

所有永远要跟自己说要淡定，底层心态要稳定，因为自己是有这个价值配得上这个世界上美好的一切，不用管他是什么天之骄子，但凡来找你的就说明你配得上。

150.任何一段感情里主动权一定要把握在自己手里，才能赢！

有人说可以没有爱，但是不能输，这类女的往往是输的最惨的，因为对方被动惯了以后，等于说所有的主动权都交到了对方手上了，对方想找你的时候可以随时找你，一旦不想找你了你连找对方的理由都没有，到最后你的内心通过一段时间的沉淀，发现了自己在这段关系当中的真实诉求，是其实你还挺喜欢对方的，还是不愿意分开的。

但是由于你们的相处关系里，一直都是对方认错低头。然后当你还想挽回的时候，你连自己怎么开口都不知道，那你才是永远的输家，主动跟被动只是一种术，它根本就不能成为一个道，主动跟被动怎么能成为道呢！

151.怎样学习人际关系？在《金贵的关系》里有讲过一个词，叫“雾里看花”。

接受用他的方式来对你好，你有你的方式，他有他的方式，可以接受无数个人对你的好，然后你就表达善意，以不变应万变。

但是你要用一个非常豁达的，通融的方式，包容了每一个人的示好，不去过度揣测这个人是不是猥琐，是不是有自己的利益出发点，不管他的发心是什么，但是他对你的好，你就感恩，你就接纳，然后你就表达你的善意，那么你在每一个贵人的眼里，你就会变成一个雾里看花的状

态，他们就会看你又美又模糊。

要学会正向表达，学会正向交流，把每一个人对你的好，都去用一种自然的态度去接纳和感恩。

151.做生意的底层逻辑是信息差而不是先投米！

很多人都属于眼高手低，首先要对自己的能力有一个评估。

现在很多人说要创业，其实能好好上班就先找个班上着，你有技能的话，利用自己业余时间开辟一点自己的副业，这样每年也能增加一点现金流，然后你再去想怎么把你的这个规模扩大化。

不要做生意的时候老想着去开店和投入，真正能做生意的人，不投入也能赚到米，生意里面最核心的逻辑都不是花米解决的，生意里面最核心的逻辑是来源于信息差，信息差就是米，以及要找到买家和卖家，这样自然就有米了。

152.任何一个看似能让你跨越阶级的男人，如果不能给你实际的资产阶级提升，都不可以跟他去消耗你的青春。

我经常也在直播间跟大家说过，千万不要说跟一个这种差距很大的二代一谈好几年，最后什么也没得到，消逝了青春，年龄也上去了，这个对于你来说是你人生最大的消耗。一个女人如果说你要是到了一定的年纪，你就剩长相了，那你就什么都不是了。所以为什么我一直强调，一

定要把资产先上升一个台阶。在相处的过程中一定要看，他对你的资产的提升，不能给你资产提升的这种所谓的高攀关系，不要要，不要去贪图小利，任何时候以我的价值提升为第一诉求。

153.女人如何活出高级感？

谈判的时候该强就要强，约会的时候该弱就要弱，面对什么样的选手，拿出什么样的状态，这个才叫段位，同一张面孔面对所有的人，这能够代表你的高级吗？人要有多个角色转化，要在不同的身份角色之间转化，还要游刃有余，这个才显得你的高级。

154.千万不要相信任何一个男人画的大饼！

不要等到已经把一件事情搞得稀烂了，再去想着赶快看看自己哪里做错了，还没有开始之前可以先未雨绸缪，把该布局策划得东西都弄好。在找大哥之前或者不找大哥，只想做项目、想去讨好领导、讨好甲方，然后想跟甲方搞好关系，还有想要去利用一些女性资源、向上攀爬、向上社交的。《金贵的关系》大家一定要去看，社群现在已经有几千人了，每天会有很多宝宝在群里分享自己的案例，也会相互讨论，遇到各种各样的情况怎么解决，大家都会在里面互相帮助。

155.想赢就是输！

真正的赢家是不会把任何人当成对手的。只专注于自己，喜欢什么，想干什么，得到什么。并不是去跟谁对抗，或者在跟谁竞争，只是为了自己的需求，这个需求一定不能定位在自己去跟别人对抗。

当你把对方当对手的那一瞬间，你就已经输了，因为对方没有把你当对手，你就觉得我要赢，其实人家根本眼里就没有你，在任何事情里讲的从来都不是输赢，自己要更好，更愉悦，不是跟任何人去说一定要怎么样，那个状态是不对的，执念也都是不对的。

156.如何做到兼具男女思维内在理性？

什么叫真正的雄雌同体，男女思维？这些纯靠模仿和经验，一边跟这些人往来，一边模仿他们，女人不光是模仿女人，女人还可以模仿男人，要把外在的东西往你最喜欢的女人身上模仿，把你内在的东西往你最佩服的男人身上模仿，你就会成为全天下最厉害的了。

。

157.在我的《金贵的关系》课程里有讲到价值观。

如果我想跟对方长期的走下去，让这段关系更稳固，所以要去引导他的付出，加大他的沉没成本。

我心目当中美好的情感关系，是基于对方愿意为我付出，前提是我希望未来两个人能够更好的长久的绑定在一起，但如果你违背了前提去搞米，那就成了骗。

我从头到尾就不想跟你长久在一起，但是我又以想要长期跟你在一起的说辞，来向你套取更多的利益，这个就变成了骗。刀是一样的刀、剑是一样的剑，你是用它上战场就是英雄，你用它去烧杀抢掠就是强盗，所有的东西都是有两面性的。

158.当你遇到贵人，怎样才能更好的维系以及被信任？

你需要谁？求谁？你必须打心里去认可他，绝对不能装作认可他。如果说你打心里有任何一丝对这个人的不满的思想，必须要自我说服把这个思想摀灭掉，告诉自己这个想法是不对的，必须打心里真的觉得这个人好，你才有可能在未来跟他相处的过程中，真的把他这个关系给抓牢。

一个人不会一件事情跟你闹掰，因为很多东西，他选择性的屏蔽无视了。但是最终也会因为一件事压死他骆驼的最后一根稻草。在未来这个状态中，如果你真的有一天能把你的为人处世的智慧修炼出来了，这根线可能还能捡回来。有时候我们讲转念，念是一个事情的基本盘，做一件事情你的发心很重要，你的发心决定了终点，发心不一样，看起来是在做同样一件事，但是却达不成同样的目的。念要正，你的任何一个眼神、表情、动作，他都能感知到你的发心。我们的人生要起盘，就是要靠各种各样的贵人帮你。

其实这个白虎活络膏配方，在我们古方也有记载的，而且现在医科大的制药课，都要求学生都会制作这个白虎活络膏，所以我们国家完全也有能力生产这款产品。

159.为什么说我们都是财富的搬运工呢？

比如在年轻的时候可能为了挣米、搞资源，还要妥协他自己不想要的关系。但是随着年龄的增长，实现了财富自由，现在有米、有社会、有地位，他就想去找别人来服务于他。

在有米人的眼里，钱真心不值钱，他要的是真心包裹的虚伪，一切以我为转移、我要掌控一切，我高兴拿米打发你，不高兴我就让你没有饭

吃，这个是他自己施展这么多年获得的能量和权力的一种途径。他一定到最后都会选择自己的喜好。

160.为什么说突破和改变你的原生性格？

如果说一个人的性格不能够帮助你获得更好的生活，不能帮助你变现，那么你的性格就该改变。不是每个人都生在伊甸园的，不是每个人生下来的时候都有资格去做自己。能够获得那些东西的人，是有道理的，一定是改变。

当你没有出生在别人终点的时候，你想要去做成一些事情，想让自己的生活变得更好，想要得你这一生能够挣不到的米，那么你就需要去做出改变做出调整。没有办法改变自己生活让生活变得非常美好，这样的性格也是一文不值的，没有意义的。

161.当以目标为导向的时候，一定要倒推行为和语言！

不要总是由着情绪去带动你的语言和行为，想要达到什么目的，要做的行为路径一定是倒推，应该说什么话，应该做什么行为。你没有给他想要的，他就不会给你想要的。

所以在生活中要长智慧，不能在一个行为得到负面反馈的时候，还在反复重复这个行为，这样永远都只会得到负面反馈。当你一个行为得到负面反馈的时候，就要立马调整行为路径。我们一定要在生命中的任何一刻开始，要学会目标导向，倒推你的行为和语言。生活才会比现在过得轻松一万倍。

任何时候不要纠结于去改变别人，因为别人是你改变不了的，你只能改变自己，懂得从自我去出发，改变自己路径的人，才是有智慧的人，以后才会能越来越牛掰。

162.我们一直在讲向上的话题，但是我要给大家重申一个概念：向上是一种执念，但向上不等于幸福。

虽然我在直播间以及《金贵的关系》里面的内容全部都是围绕向上的主题，我希望大家有野心有欲望，并且能够找到正确的路径去实现。

但是同时也要告诉大家，向上不等于幸福的本身。幸福它是来源于自信、知足，否则无论你怎么向上，你获得了再多内心依然觉得很空洞，因为往上的路是没有止境的。

163.对于女人来说，男人的优势主要在于体能。

但是现在高薪工作都是以脑力为主，在脑力层面上女生一点都不亚于男生，可能男生有更好的逻辑思维，女生心思更细腻更敏感，女生在不断的发展、变化、进步、蜕变。

所以现在的女生慢慢的趋向于高收入。有米的女生、优秀的女生越来越多了。但是现在优秀、独立的男生，他们的量是没有任何改变的，停留在一个不变的层面。

164.打开社交圈，首先要打开你的价值观。

要做一个有包容性的人，而不是试图去找到你的那个群体。你应该接纳所有人的不一样，这些不一样的点也正是你们可以用来交流的空间，也不要纠结为什么够上面够不到，够下面够不住。

向上社交首先要做个选择，从今天开始我不考虑那些不如我的。向上社交的时候，要做的是怎么能够去社交，不要一直盯着别人的优势看，也不要一直盯着自己的劣势看。所有你认为比你混的好的、或者牛掰的，他一定有劣势，一定有他生命当中的洼地，你把那个洼地找出来，然后你在这个点位上想想自己多么优秀。

人际关系里头，我们提倡发现别人身上的闪光点，目的是赞美他人，也要充分认知到你的优势，因为你的优势是你拿出去做交换链接的。

165.一个人他对你没有足额的付出，最好不要被打动。

因为那些不用足额的付出做出来的行为都是可以装的，这就是为什么凤凰男可以搞定白富美。

一个凤凰男想搞定白富美的时候，他可以把自已的位置放的极低、极舔，他可以给你充分的情绪价值。但是这个东西未来是会变的，他如果飞黄腾达了，把你搞定结婚了，就不会再给你情绪价值了。

物质投入不能装，一旦这个男生很愿意对你进行物质投入，大概率他也能为你投入他能力范围内的情绪价值，也能够做到相对的忠诚。但是如

个最浅显的道理。

为什么我们凡事要讲自我锤炼、“自控”。因为自控是你掌握这个世界、掌握自己命运唯一的渠道。你有自控力了，才有可能跟世界上其他任何载体形成良性的连接。

168.他对你为什么没有付出呢？

是因为他并没有非要把你搞定的想法。他只觉得平时自己工作也很辛苦，偶尔找一个看着顺眼、性格温柔的女孩子聊个天、约个饭都很开心。他并不是非要把你变成女朋友。他就是正常跟一个女孩交往，他觉得你就像是一朵花，长在那赏心悦目，没事跑来观摩一下，给花浇个水，拍个照。

如果他长期愿意欣赏你，跟你交流，在这个过程中他发现了你的诉求，他会去衡量他要不要帮你。这个时候他的付出就来了，他对于你的定位会随着对你的付出发生改变，他会重新审视这段关系，沉没成本越大，这段关系的价值就越高。

169.什么样的女人会让男人最舍得为她付出？

为什么会出现他说想给你买房，会变成不兑现，这就叫做损失厌恶。

一个男人能跟你承诺一个事情的时候，他确实实是想做的，随着你跟他相处他发现你的价值越来越低了，想法不一样了，他就不愿意做了。如果让他还要兑现这个承诺的话，就需要你拿出更多的东西置换，所以一定要把自我价值做出来。

如果自我价值做不出来，到最后他还是会把你踹掉，不管有没有他的存

在，你都要有自我价值的呈现，或者说你在你的位置上能够有更多的大佬觊觎你，那么他的竞争心态会上来。这个损失厌恶他往后走是无底洞的，他就觉得你的价值在逐渐降低，控制不住自己想要持续杀价，这个事情你到最后就越来越难受，越来越被动。趁着他对你有兴趣也有点感情，你的光环还没有完全丧失干净，让他看见你价值回春了

所以自身具备高价值的女性，男人才舍得为她花钱。

170.人生当中所有的进步都来源于高人的点拨。

他只会稍微点你一下，然后看你悟性能不能把这个东西琢磨透。没有高人能够一直陪伴你成长。

因为我们的出身太普通了，不像有的人出身在成功的家庭，成功的父母会做表率，告诉他为人处世的道理，他们也会用行动直接上课。但这是普通家庭小孩很难接触到的。

所以空闲时期可以去读一读那些成功人的传记，尤其是读那些自己白手起家从无到的人物，他们的人生都是经历过很多故事，最终达到开悟的状态。

171.很多人总觉得女人都有这么多钱了还要男人干嘛，真不是这样的。

我觉得人的快乐它有两种，一种叫做多巴胺，一种叫做内啡肽。有的人说内啡肽比多巴胺更高级。其实我觉得不一定，这个人在做事业的时候，她就是疯狂在追求内啡肽的过程，有些人恋爱脑就是疯狂在追求多

巴胺的过程。但这两种快乐源泉的本身它是没有高低之分。它们都很重要。我不能说我因为追求了多巴胺我就不追求内啡肽了，我不能因为我事业干的很牛叉，我就可以不谈恋爱了。

所以大家一定要清楚自己的奋斗目标，什么东西我不会我就在哪方面特别的去下功夫，我就去做突破，事业和爱情都不可缺。

172.男人分很多种。

不是所有的男人都能给你米去做生意的，有的男人他就不希望你有自己非常独立的世界，他只希望你天天打扮的美美的，你对我很温柔，给我很多的情绪价值，你每天围绕着我就是星星眼。

当你很有自己的见解、很有自己的想法，非常大方的皇帝男他不喜欢你有自己的想法的时候，他喜欢你跟他的想法达成一致的时候，你跟他想法不一致的时候，他要你牺牲自己的想法听他的想法。

但凡把我们《金贵的关系》看透，你们就会发现我把所有的东西都灌输进去了，伯乐男，皇帝男都很好，生意难鸡肋男就不好，但是生意男适合长得更平凡一点的女生，长得出挑一点的女生可以去选择伯乐男跟皇帝男，如果你长得非常的平凡但是又很希望靠男女关系，情感关系完成自己的一个跨越，那么生意男也是可以做为一个选择的。鸡肋男只能作为一个撬动人脉关系的支点，你只能通过他去撬动别的有价值的人脉关系，但是这个人本身不要发展成男女关系。

173.我们经常接到这样的提问“如何让自己快速走出失恋”？

在我心态波动的时候，我可以去想跟这个人的好，但是当我想去找他的

时候我也可以去找别人。这两件事情并行，你们就能快速的走出失恋。

你们要学会的是，把你的思想跟你的行为做隔离，我可以去想我们俩在一起美好的时光，但是我想他只是为了平复我自己的情绪，只是为了让我自己这个心痛的感觉停掉。但是我不要去做，因为我知道这是一个错误的关系。我不要去找补，然后我用什么行为去找补呢？我去跟新的朋友结交，我出门天天去认识人，天天去跟其他人玩。只有社交能够让你快速的出来。

174.男人一碰到这种骨子里非常传统，对于稳定长期的关系有执念的女性，男人就会在她身上感受到安全感。

就是我说什么她都会信，我说什么她都会听，我说什么就是什么。她不会质疑我的那种安全感。

男人对于聪明的女性，是很没有安全感的，就是男人对于情感上面很敏感的女性是很没有安全感的。他们非常喜欢这种在这种情感上面极度钝感的女性，因为这种非常渴望婚姻、非常渴望稳定长期的情感关系女人，会因此自动化屏蔽很多其他的东西。所以男人是很喜欢这种女人。这种女人能够非常自然的完成他们多偶的状态。

如果说女人的脑子动的太厉害了，男人除非公开化他多偶的状态，他必须得非常有实力。所以男人怎么还在自己只是一个普通实力的情况下，完成他多偶的状态呢？他们就要盯着这种对于稳定长期的关系有执念的这种女性。

175.每个人一定要为自己的人生负责。

你每一次都期望依赖他人做决定，其实是因为底层你希望在问题出现的时候，有人去给你担责，是这样的一个底层心态在里面。

每次你要做什么决定，要让别人帮你做决定的时候，是因为你内心还有一个声音叫做：我无法为我的错误决策负责，万一这个事选错了，这个人选错了，这份工作选错了，那么是他让我选的。

这样你的人生什么时候才能掌握在自己手里？所谓的人生掌握在自己手里，它是一个具象的事情，是我能为我的每一个决定买单，在我做决定的时候我不会受到任何人的干扰，无论这个决定是对是错，最后结果我买单，这才叫做我的人生掌握在我自己手里。

176.有人问30岁重新开始晚不晚？

决定你年不年轻的关键在于你自己的心态，你有没有把你这个年龄当做你的人生一个起点。30岁真的是一个非常微妙的年龄，可大可小，这完全在于你自己怎么去评判这个时间节点，你是把这个时间节点看作了你人生的中后段，还是看作你人生的开始。

但是有的人可以把它看作开始，有的人却没有能力把它看作开始，是因为他过去的30年都过得很颓，他怎么可能在一个瞬间突然发生裂变呢。但是能够把它看作开始的人，是因为在过去的30年里，本来也在做很多的突破，比如有的女孩子一直在追逐自我的成长，所以我认为她有能力有魄力能够把她的30岁当做一个重新的起点。

很多人是因为过去的人生就过得太颓了，太懒散了。因为你没有锻炼自己的耐受力，你也没有锻炼自己的脱离舒适区的能力，让你从30岁的时候开始猛的脱离舒适区，人的过去几十年的行为惯性，它是很难在一个瞬间发生改变的。

177.为什么寒门很难出贵子？

评价这个的人，分为两个派系，一个派系深度认同说寒门再难出贵子：你的资源、平台不行，别人生下来就含着金钥匙，别人的圈层怎么样。一些人看到这样的话以后，就会深度认同，从而产生一系列效应：我们再怎么拼搏也超越不了，那我何必呢？他就会转向去抱怨这个社会的不公，他觉得我们生就生在一个不公平的环境里头，要费多大劲去挣扎，我这辈子也不过如此了。

还有另外一部分人跟我一样，有人说寒门再难出贵子的时候，我看到的是成功者试图把人箍在不成功的环境里，所以他们需要制造各种各样的观点、恐惧，要给你画出各种各样的牢笼，告诉你你出不来。

其实真正影响你成功的，阻挠你最终摘得那个奖牌的最大的原因，不是你的出身，而是你的出身让你形成了一种我就该这么穷的心态。然后在你成长的环境过程中，你的父母、你身边的人他们很low，他们会不断的拖你后腿。在你向上爬的过程当中，上面的这些人他又不想你上来。其实这个才是导致你行进非常艰难的一个原因。

178.怎样分手能让自己放下，让对方念念不忘？

我要跟一个人分手，首先我会安安静静的在家呆个几天，我会想我跟这个人分手以后会不会痛苦。判断我跟这个人分手以后会不会难受的标准，是他对我的生活不会造成很大的影响，如果不会，我就会当机立断，哪怕是对方跟我提分手。

如果说我当时对这个人还有感情，那一瞬间你肯定是很上头脑袋很充血

的，精神上或者是物质上。这时我会马上在脑子里出一个思路，：哪怕在当下的情况，再气愤再激动再难受，但是我一定会把姿态迅速的软下来，然后把这段关系进行下去。

人呢他都会心软，如果你立即软下来了示弱了，通常情况下他不会那么决绝的。只要把这件事情继续下去，你就要开始在心理上撤退，一边撤退一边去对他好。你到最后已经完全从这段关系里撤离了，当时觉得解决不了的问题，已经全部解决了。当你要分手的时候，对方几乎是没有什么招架的能力。

179.男人才是真的恋爱脑。

雌竞真的只是在单纯讨好男人吗？

古有武则天、慈禧太后通过征服男人来征服世界，今有邓文迪、章泽天通过男性完成自我跃升。最后他们都如愿以偿地得到了“天下”。

雌竞，表面上，是一群女人为了男人争风吃醋，实际上是一群女人在抢夺金钱，资源，地位，抢夺对世界的掌控权，是世界的能量。

男人在行为上是征服世界，但是他最终的目的是为了征服女人，得到自己心爱的女人的认可和喜欢。而女人在行为上是征服男人，但是他的最终目的是为了征服世界，得到金钱，名誉，地位和资源，让自己快乐。所以我常说，真正心怀爱情的是男人，真正心怀天下的是女人。

真正牛逼的女人，从来不会在乎自己走的是哪条道路。选择了这条路，我就拼命武装自己，锻炼自己到每个技能都能拿得出手。

想要全面提升自己，需要带着武器上场。不懂得借势，最终只会孤立自己。真正的大女人，懂得如何联合男人的力量，完成自我晋升。

180. 什么样的人人生是快乐的？

不是固定的一个轨道而是全盘接纳，发生任何的坎坷不顺就把这个点看作下风期，把困难只看做困难，不要因为一个困难而去推翻过去一贯的思路，如果因为一个点位推翻过去所有，注定不快乐，一定会抑郁的。

人生短短几十年，你突然之间在一个点位就怀疑过去做的所有都是错的，那怎么是这样玩的呢？你们知道在历史的过程当中，只要一个点发生改变，所有东西它就都变了。

我们每一个当下都是站在点位上做的决策，我当下做出的是对我当下最有力的决策，我们每一分钟都已经努力思考了、努力做出当下最好的决策了，在未来的10年后不会为这10年后悔。在过去的人生中找规律那就是你的命，你们想知道自己适合干什么，自己命里有什么，观察自己过去几十年的人生是怎么过来的，在哪些节点上最出成绩，你就盯着那个点看你就明白了。

181. 很多时候你选择一个你觉得各方面都很吻合你想象的人谈恋爱的时候。

你会发现越跟这个人处越觉得缺点很多，最后跟他分开的时候你是很洒脱的，因为你一开始的心里预期是觉得他很好，然后你逐渐的预期越来越差，反而你觉得无所谓。

但是你跟一个压根你就没看上的人抱着试试看的心态，往往到最后分手的时候，你才是那个要死要活的，你才是那个拿不起放不下的。这种人他一开始完完全全是脱离你的虚拟预期的，你跟他在一起久了以后你会发现他身上越来越多的优点，他的优势给你带来的好处越大，到最后分

的时候你就觉得天都塌了。

因为你认为这段关系自始至终都是掌握在你自己的手上，你不知道其实人家他从头到尾才是掌控着自己的情感节奏的那一个。有时候情感经验少了以后，导致对于男人很多评判标准，他就是过于理想化，你很难跟一个人开始一段关系，其实你跟他真的往下处一处，你会发现其实挺好的。

182.这个世界上没有任何一件事情是容易的。

不管你是想谈好一个恋爱还是找到一份好工作，你但凡想在某一件事情上有那么一点点的成果就没有容易的，你们总是觉得我是不是这样就能容易一点，我放松对他的要求是不是就会容易点，然后你会发现你的生活一直在走下坡路，这就好像你现在在攀岩一样，你一定要把每一个石头每一个脚都抓住了，每一次的脚都踩实了，虽然你很累但是这种向上的感受它会让你找到安全感。如果你想轻松点，手一放咣当你人就摔下去了。

我们找男朋友也是每一步要走明白，要符合标准，然后在这标准里都ok，我们要严格要求彼此，任何时候出现了不对，马上去调整，努力去调整这段关系，朝我想要的方向走，如果不行我就换下一个。每一件事情都有一个态度，不能展现出撒手这个状态，否则你的生命是在负循环里头，人要对自己有狠劲，不然生活就会折磨你。

所有能够把自己的生活过的风调雨顺的人，他其实一直在培养自己脱离舒适区的能力，哪怕是裹成一坨非常复杂的毛线球，我也要把那个线头找出来，一点一点去捋，把它捋顺是时间问题。有的时候阻碍你的不是困难而是你的心魔，困难很大的时候，你可以把它放一放，但是你不要完全放弃。我可以休息一会，再从头再来搞懂，你慢慢就会发现但凡它

有了一点进步的时候，你就会很有成就感，这种状态他会慢慢的让你正循环，所有的焦虑是源自于对自己的无能很无力。

改变状态，要一点一点开始改变，我要觉得有能力做好的，一点点去做，总能把它做好，然后你要给自己正反馈。

183.如何经营好婚姻关系？

首先在婚姻生活当中，我们要盯着对方的优点看，当他展现出所有的负面缺点的时候，我们用一种方式去说服自己。比如说他强势，你跟自己说，他如果不是这么强势的话，他怎么可能还轮得到我呢？他要是长的帅会做饭又会赚钱，还对女生提供情绪价值，那可能他也不会找我。你心里跟自己要有这样的对话，他所有的缺点背后都代表着你接纳他的一重优点。

其次，你跟他之间的相处需要你去教育他，比如说，他觉得还能找再小几十岁的女人，给你这种危机感，你可以说“是的，人生都还会有重头再来的机会，真的两个人要是过不下去了，可以试一试去找那小几十岁小20岁的，看看谁更有可能找得到”所有的关系都是要在调试当中前进，你觉得不爽又不敢去做一些调试动作，害怕引起波动，那么你就无可奈何，无计可施，你就只能忍受，过度害怕失去，就什么都没有。

因为害怕引起一点点波动对方就会放弃你，你没有筹码，没有话语权。所以一定要去试探，触及对方底线，我做一件十分过分的事情，他到达大爆发，下次我就只做9分，就在那个边缘来回踩他。为什么我能这样做，是因为我平时那个8分正向情绪给足够了，到了这个两分的负面情绪价值的时候，一定在你接纳边缘疯狂试探，看看你什么反应，你反应不好，我马上一个玩笑收回来。这个才是高端玩家的玩法，我们在《金贵的关系》里有这句话，好情绪比坏情绪好，坏情绪比没情绪好，当对方不在意你有没有情绪的时候，你要去拨动他的情绪，无论这个情绪是正向情绪还是负面情绪。

184.“我都什么都不索取了，他凭什么对我还不好？”

所有的这样一些情绪、内心的对话，是不是你们曾经都有过？如果你不能尽早斩断这种不甘心的情绪，你的人生就没有机会。

强者的人生心态叫什么？强者的人生态度不是不甘心引发的，强者的人生心态叫认栽、买单、迅速撤离。因为所有的不甘心都源于自己的错误、自己的目光短浅、自己的操作失误。难道你的不甘心，受到的伤害都是对方一个人的问题吗？如果你不看重他的光环被白嫖，或者对方帅一点，条件好一点就主动往上贴，如果你不把自己当做那个万千世界当中最独特的那一个，你会有这种不甘心吗？

所有的不甘心都是因为你自己的认知错误造成的。强者的人生态度就是，我承认我出了问题，所以我就把他当做我人生当中的一堂课，学费我付了。我上这个课是为了精进我的技能，是用来作为我日后在面对其他人的时候的武器。能让你人生翻盘的就是我承认自己的low，我承认自己的问题，我就买单。你要有这样的魄力，不要把所有的问题归咎于他人，我从自己身上找调整空间，我让我自己的明天比今天更好。“知耻而后勇”这句话说的非常好，这个才是强者的人生态度。

185.经营一段高质量的情感关系最重要的是：舒适平等长久，合作共赢。

而不是一方一直去打压另一方，然后另外一方一直被打压，这种状态里面长此以往，表象上它是享受的，但是内心反抗力还是在的，这种反抗力会支撑他去找别的女生，因为他在干这个事情的时候，他觉得你不把我当个人，但是我也很喜欢你，我也不想跟你分，心里这种缺失要到别

的地方去找补，他就会产生这种状态。

所以最终还是要两个人一块把关系往更加正向的方位去引导，慢慢去正向沟通，慢慢的去找回平衡感，找回平等。

现在很多年轻的女孩子过于去想的关系里不停的作，让对方不停的哄，到了最后，你会发现这段关系一定会失衡，所以要学着往正的方向走，同时也要去教育对方，让对方也明白什么是正向关系，什么是健康关系，让他也逐渐的知道我们内心平和很重要，而不是一直在上蹿下跳，在这个过程中互相拉扯和内耗。

186.搞定优质男，我们要学会的是“强势心态”

你要想想什么是最重要的，如果说你觉得这个人能给你大的项目，并且他能持续给你项目，而且你们已经有这层关系了，现在把这个关系稳住，然后来推动未来所有的这个事业发展对你来说是最重要的。我常常跟你们讲要示弱，要怎么甜言蜜语，但是我们是绝对的强势心态的人。

什么是弱势心态呢？就是你觉得自己价值低，你生怕别人跑了，所以你能只能以妥协一切为代价来推动这些事儿，我们不是这样的。我们一定是强势心态，我做的任何一件事情，不管我表现出来的是强大还是示弱都只是我们的策略，方式，方法，我知道我这样做的目的是什么，方向是什么。

我们在这样一个心态里面，要知道区别在哪儿。所以为什么说要站在强势心态上面去看待一些问题，你才知道这段关系对你来说的意义到底是什么？你到底要从这段关系里面得到什么？然后我再反推我要怎么做才能离我的这个目标接近。而不是不停的被对方搞心态，不停的跟着对方的架构跑，大家要把这个词铭记于心“雾里看花”

187.每个阶段的女人都有不同的美，我们拿出的杀手锏是不一样的。

就这三个点，你是古灵精怪，还是风情万种，还是知冷知暖。不同年龄阶段的女性要展现出不同的状态来吸引在你这个阶段你看的上眼的男人。如果说你是小女孩20多岁，那你就是要古灵精怪，就是要吻合这个年龄阶段的那种可爱，我心里没有什么负担，比较单纯。

如果你上升到28岁以后，女人到了这个年龄阶段，你要有风情，你的眼神，语气，你说的话，方方面面你都能调动这个人的情绪，它叫风情万种。

你再往上到40几了，这种时候你要做到的一定是知冷知暖，我怎么比跟我年轻的，比我漂亮的女孩子之间拉开差距，一定是我这个时候不需要你再怎么舔着我了，我一定是让你觉得我跟那个年轻的女孩子就是不一样，我能够说什么东西说到你心里去，我能知道你的苦楚，能知道你坚硬背后的不容易，我可以来温暖你，可以来融化你，你一定是展现这种状态了。一定不要做一些跟自己年龄阶段非常不吻合的事情。

188.高女孩子一定不能生出自卑的情绪

一旦你在这个关系里生出了自卑情绪，生出了焦虑，这个可能就是你关系里恶化的源头，其实只要你的心态是坦然的，你要相信一件事啊，一个人他选择你的时候，一定是因为你身上有闪光点，有他很欣赏的部分，而且什么东西是最不可取代的呢，一定是你们共同的经历是最不可取代的，美貌有人可以替代，优秀有人可以替代。

如果说你们两个人共同的经历里头，让这个人他又感受到了很多能量，

耐。

赞美顾名思义就是看到任何人，你首先要去赞美他，我们要学会发现每一个人身上的优点和闪光点，并且发自内心的去欣赏他，因为没有任何人是会讨厌被别人夸奖的。收买是针对已经对你产生了一些敌意，或者他已经在背后可能说了很多关于你的一些坏话，或者说是一些负面的猜忌的时候，那么这个时候你就要去做收买人心，你需要直接的为他们输送一些利益，输送利益的方式一般分为两种，一种是直接的给予他们喜欢的东西，还有一种就是在你现在所做的一些有利益产生的一些事件当中，把这些拉进来，然后让他们成为你的利益共同体。

趋同，就是当别人表达一些对他自己的人生来说特别重要的一些事情，比如说他人生当中不可撼动的一些价值观的时候，你要表达对这种价值观极其认可和认同，这样的话他迅速就会认为你跟他是一类人，他就会产生一种心心相惜，甚至想要把你当做是知己的一种感觉。

忍耐，当任何人说到关于你的一些负面的消息和传闻的时候，你一定不要迅速的去做出反击，往往当你做出反击的时候，你当时一定是不够理智的，而且因为别人会有一个先入为主的观念，别人只会相信他不会相信你的，而这个时候你要做的是示弱，通过长时间的忍耐然后来示弱，同时还在你们共同的圈子里去表达你对这个人的好感，这样的话在别人自己的对比和判断之下，就会认为你是一个以德报怨的人。

191.对于人际关系，情感关系。

然后有非常充沛的想要去把它玩的很转的这个欲望的时候，这个人他不可能混的差。人他之所以活不好是他过早的把这口气松掉了，他就会碌碌无为，他就会变得非常的平庸。任何时候一个女性她要是把这口气吊起来了，你一定会发现我要是早点像现在这样我早发了。

你们有看到我们金贵社群里头还有40多岁的姐姐，你会发现她也会告诉你，她开悟晚了。但是现在也不晚，只要你想搞任何时候都不晚，哪怕是你长得不好看，因为本身性别优势，它就是一个很大的资源。你们一旦把这个东西用好了，不说你这辈子求什么大富大贵，在你所接触到的层面里面，你混的风生水起一点问题都没有，这也是为什么我们有金贵社群，大家彼此间互相交流，提供一个彼此认识的一个渠道。

192.看美剧长大的都成为了人间清醒，看韩剧长大的都成为了恋爱脑。

在一段感情里，他爱你的过程当中也许能够慢慢把你不喜欢的东西自动斩断。但他不能在跟你之间没有建立什么深厚的感情基础的时候，就成为你心目当中那个完美的对象。每个人都有过去，每个人都有他正在经历的人和事，他来到你身边本来就是有故事的。现在还是有很多人是非黑即白的，所以我老跟大家说人要活得松弛一点，因为松弛的人会觉得更幸福，也不会因为别人的一些小动作而产生很大的情绪波动。

193.什么是面子？

就是我亲手把它扔了，我放在地上踩，有一天我再捡回来，那个才叫面子。很多人自尊心一上来就是咬着一股劲儿。人是这样的，为什么你会觉得你不快乐，为什么你会觉得你很压抑，是因为一直都没去追求你最想要的。

你会容易在关系当中变成讨好型人格，你一边去压抑自己的诉求，然后一边又在内心跟对方较劲儿，有的人他是你跟我说什么，我觉得都行，反正我没主见，有的人是其实我内心有诉求，我有更想做的事儿，但是呢对方他不是特别支持我的时候，我的自尊心就上来了，我干嘛要受这个气，这是错的，因为你在这个过程中你就会发现长年累月以后就会

变成，你永远都在做别人想要的选择，你永远都没有做过你自己想要的选择，所以你的情绪就乱。

194.任何一个关系不会因为一件事突然断掉。

任何一个人他对你的感情不会在一夜之间消失，但凡这个人对你有感情，你能挽回这个人的概率100%，但问题就是在于你根本稳不住，所以说我们要做一个有弹性的人，就是情绪跟语言它都是手段，一个人对你有情绪比没有情绪好，好情绪比坏情绪好，坏情绪比没情绪好，一个人真正对你凉透的时候是没有情绪的，没有情绪的时候往前拉一拉。

如果说你通过示弱，哭诉的方式没有拉动，调过来反向操作，人他是你对他的这个适合度啊，他吃哪一招，他想要什么是在试探当中找到的，总有一个东西能调动他的情绪，他真的对你所有的行为没有任何情绪波动的时候，你就放弃，你就不用挣扎了。但是有一点你正着操作一遍，反着操作一遍，就算你们两个人分开了，你会得到一个他回忆起你，点燃他情绪的几个点位，都是你在向他传达爱意，最后他也会思考其实这个女人还是很爱我的，我都没有给他机会。

195.解决情感矛盾的两大法宝：递梯子和下台阶。

当男生发现他每一次都可以花钱解决问题的时候，是不是就会产生两个结果，第一个结果是这个男生他无所谓，他就愿意花钱，那他就可以在犯错的过程当中不停的给你花钱，有些人会说有些问题不是钱能解决的，如果钱不能解决的问题也就是说你心目当中这个不舒服的感觉它是消除不掉的，那你就不适合找这么一个有钱的人在一起。有的人是因为

拿了很多钱来消除自己心目当中的那种不舒服感。

还有一种情况是对方没有那么有钱怎么办？他就会在每一次犯错之前都要去衡量自己的这个犯错成本，于是在他付得起这个成本的情况下他才敢犯错，在他付不起这个成本的情况下他是不是就不会犯错了。这也是我给大家讲的第一点就是给男生递梯子。第二点就是女孩子一定要学会的一点，聪明的女人你要懂得自己去下台阶，不要就是僵在那个地方，尤其是你的伴侣是一个经济条件非常好的人。他不需要你在物质上去提点，他甚至自己非常主动的愿意给你付出很多物质的这种投入，对于这样的男人一定要懂得自己下台阶。

196.有些人美其名曰遵从内心，实际是得过且过。

我们不要做随缘随性的人，不要随意浪费自己的时间和精力。要以目标为导向，结合理论精华并运用于实践中，反复操作和复盘形成自我认知！

从实践中提出理论，然后再把理论因不同的人给出不同的解决方案，并让他们明白。你得先了解她，知道她是什么样的人，然后用她能理解的语言，把你要说的事讲明白，然后还要带着她去做，让她在实践中模拟几次才可以，因为她不知道从何问起。其实提出问题就是解决了一半，首先提出问题就是对事情有了概念，都没有概念就不知道从何问起。

我也说服不了别人，比如100个人，只有10个人认同你的观点，不是因为你说服了他，只是人家本来就有这个想法，只是不明确，想再确认一下自己的想法。

197.如果说你想要通过社交获取资源。

得到别人的重视，受到别人的关注，那么你就要把你的社交属性展现出来，女人对女人她天然的会有一种抗拒感，比如你比对方年轻，你让人觉得你特别受欢迎，她都会比较抗拒，所以你在跟女人交往的时候，你必须要给人的感觉，首先我就是不卑不亢，我没有说非常想要给你交往，我不是那种讨好的状态在跟你交往，但是你的程序要走到位，你要夸人家好，夸人家美，赞美别人的这些东西必须到位。

然后你该要有伴手礼的部分你是必须要到位的，你跟女性一起出来，你该大方的部分是必须要大方的，该买单的时候必须买单。如果说你但凡稍微有点花枝招展，或者青春靓丽一点，你要打消对方的顾虑，还要让她卸下自己的心房，那么上面说的这几个步骤一个都不能少。

198.为什么鼓励大家去创业和生孩子呢？

为什么那么多人一定要去创业，因为只有创业才有可能财富自由。

如果你喜欢稳定，那就找一个稳定的工作，不能既想财富自由又害怕波动，那就什么都达不成了。人生没有哪一条道路是能够让你稳定踏踏实实以后还能让实现财富自由的。人一定要培养自己脱离舒适区的能力，不可能在舒适区里寻求重大突破，结果跟你的行为是相符的，它是一个对等的关系。

如果你要做一个健康又有好身材的人，首先你要管住嘴，迈开腿，你要放弃一部分的东西。到了一个时间点如果你还不能承认自己内心底层的惰性以及不敢脱离舒适区，你就会发现自己真的什么都抓不到了，这种其实是懦弱。

有时候一个平凡的婚姻，一个孩子说不定还能让你有寄托，好好培养孩子。一个人要不断的去拓展自己想象空间，起码它能够给你带来一些新的可能性，能够为你的生活带来一定的生机和生命力。

199.普通人如何设置自己的权利？

很多人的认知当中认为权利一定是跟自己社会地位，还有财富地位信息相关的。这个说法它也没有错，但它不是绝对的。

从广义上讲，权利是你能够影响他人的一种能力，也就是说只要你能够影响别人的眼光或者是判断，那就等于是自己拥有了一种权利。

喜欢你的人越多，那么你的权利就越大，当大部分人都喜欢你的时候，你就会发现一件奇妙的事情，那就是你自己形成了一种无形的权利，因为这些喜欢你的人都会因为你的喜欢而喜欢，因为你的讨厌而讨厌。

200.什么是九球理论？

比如这个男人同时在追求很多女人，他在广撒网的时候就像他在打桌球的那个概念，如果你是那个一杆进洞的球，他就不会在理你了，一杆进洞以后你就没有后续了。如果他在打球的时候，他把那个球打到洞口了，他会去打别的球，他就会把你放在洞口，他再看看别的球，他是一直没有球可以进了，他才会想着来打这个洞口的球。

所以正常来讲他把你先放着，哪怕他不理你，或者他用一个敷衍的理由跟你说，我最近太忙了，我心情不好，总而言之他会拿一系列的理由，实则他是去打别的球了，等他转了一圈他又回来了，这个时候你就知道他是没有球可打了，所以他来找你了，那么一个高段位的女生，怎么去应对我被打到洞口了，在接下来就要一杆进洞了这个事情呢？我们一定要让他一杆子把球打飞，要让他感觉其实你有可能遇到了你这辈子都遇不到的，可以跟你同甘共苦的女人，但是由于你的不真诚，你把一段真挚的感情给毁了，你要让他觉得这件事情都是他的问题，让他好好去反思一下。

态家庭给到我的那些负面的东西，我根本无法更改，你去了解原因是没有意义的。我们要知道的是现在怎么做我才能快乐，我才觉得我的生命有意义，我就着手这个点去看未来。

203.你认为好像这个长择的可能性非常大

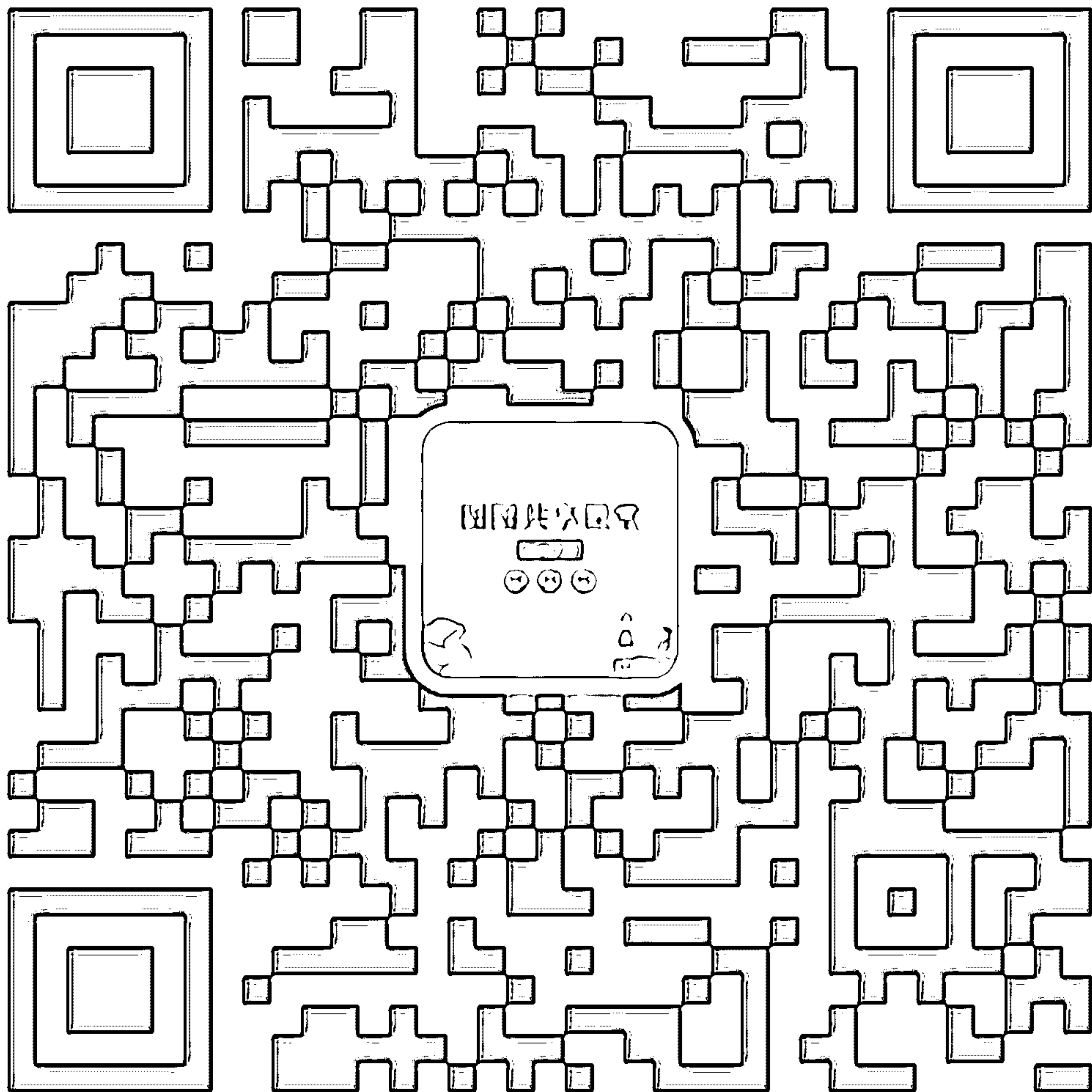
你好像觉得如果自己没有做对的话，好像放掉了一个可以长择的百亿身价目标，但其实不是。这种人一上来要跟你急于发生点什么的都是短择，他是抱着短择的目的去出发的，这个时候我们应该把心态放平和，就是你拿对待一个普通男人的态度来对待他，你就正常的把他放那，让他成为一个正常的普通的追求者。

你能把他真的当做一个普通人，不要老是去给他塑造光环。我反复跟你们讲过所有的这种大佬一定让他足够主动。你要从核心里头去考虑，第一他身边的女人非常多，一定要拉长战线就是你不要去带节奏，任何时候他找你，你任何时候都是礼貌开心，永远表现出只要你找我，我都是很开心的，很乐意跟你接触的，但是要进一步不好意思我就退回来。

204.为什么有的女孩子她会沉沦于一段鸡肋的关系。

为什么会被pua,也是因为所有的关系它都有两个面，你们是在坏的一面的时候想放弃，好的这一面的时候想回头，所以你会被一段鸡肋的关系所缠绕，我老是跟大家说用事件推动决策，是我们要让事件发生，然后推动我们做决定，这个事件代表的是突破原则，突破底线，有突破的前提是我有设定。

首先就是立规矩，你知道你们的这关系里，让你最痛苦最纠结的那个点位在哪里，然后以这个点位为中心，去设立一个规则，告诉自己规则



想要别人告诉你，你一定能找到一个更好的，然后我才去做选择。这个世界上没有任何一个人是这样成功的，没有任何一个人是知道这件事情百分之百的能成功，我才去做的，所有的事情是因为你去做，你才获得了博的概率，如果说你觉得成功的路径是别人告诉你一个确定的结果，你才去做，那这个世界上就没有所谓的输家了，就没有所谓的平凡的人了。

因为每个人先得到一个确定性结果，然后再去投入，所有的能够获得成果的人，是因为他先投入了，他先闭着眼睛往前走了，往前冲了，我冲的出来我很开心，我冲不出来我买单是这么一个概念，他是因为比别人更加勇敢，比别人更加能够接受这个不确定性，不管最后的结果是什么，他能够有勇气去承担。这个才是成功的人跟不成功的人之间拉开差距的核心。

207.如果说你想要通过社交获取资源，得到别人的重视，受到别人的关注，那么你就要把你的社交属性展现出来。

女人对女人她天然的会有一种抗拒感，比如你比对方年轻，你让人觉得你特别受欢迎，她都会比较抗拒，所以你在跟女人交往的时候，你必须要有给人的感觉，首先我就是不卑不亢，我没有说非常想要给你交往，我不是那种讨好的状态在跟你交往，但是你的程序要走到位，你要夸人家好，夸人家美，赞美别人的这些东西必须到位，然后你该要有伴手礼的部分你是必须要到位的，你跟女性一起出来，你该大方的部分是必须要大方的，该买单的时候必须买单。如果说你但凡稍微有点花枝招展，或者青春靓丽一点，你要打消对方的顾虑，还要让她卸下自己的心房，那么上面说的这几个步骤一个都不能少。

208.其实很多情感类的人，他有一种论调就是说你一定要去看啊，挑啊，我要喜欢呀。

你们想一想，在那个父母之命，媒妁之言的那个年代里，有很多被歌颂流传于千史的爱情佳话，他们在结婚之前都没见过面，他们一辈子难道没有爱情吗？有的时候就是因为你们选择太多了，看的太多了，反而不知道爱情是什么了。

为什么说门当户对很重要，门当户对说的是你的价值观，相似的家庭背景，或者相似的教育背景得来的，这个东西才是最核心的同频的起源，是你的原生态家庭和你经历过的教育，见过的这个世界交给你的，这个就是你们可以用来同频与对话的东西，你在这样的一个基础上面，然后去坚守，去忍，去磨，磨到你们两个人都玩不动了，然后结出来的这个结晶叫爱情。

209.这个世界上，就是有很多不以目的为导向的人。

他们真的觉得没有必要，他们不以利益为导向，不以目的为导向，他就是纯粹的追求一种精神价值，但是这样的人他并不是不对，而是我确实跟他们不一样。这个世界上就是有一部分人像我这样，以目的为导向，以价值为导向，以利益为导向。

那么你们在跟我沟通的时候，咱们都是往这个方向去探索的，我们就会本能的认为这个人这个事他没有价值，他不能为我带来成长，不能为我带来提升，那么这个人对我的生活来说，就好像他是一次性的杯子，可

能我家里有很多陶瓷杯子，漂亮的杯子，但是这个一次性杯子它本来就是可有可无的东西，我现在为了这个一次性杯子，以我的性格，我不会站在那个货架前面去看，我不会在这个一次性杯子上面去耽误时间。

所以我只能去解决跟我类型导向的人，和同类型导向问题。你这个问题是不是价值导向，是不是利益导向，我们会站在这个结果上去探讨。

210.我常常在直播间对所有的妈妈们说， 对女儿的富养一定要有度。

你可以在文化、修养、艺术、情操、眼界方面去富养她，但是不要在物质方面直接的经济付出上面去富养她，很多家长，他们总觉得我只要给了我女儿最好的，以后她就不会被穷小子骗走，这是一个非常幼稚的想法，很多有钱的家长依然这么想，正是因为你让她对于物质没有概念了，你让她对金钱没有概念了，所以在未来他去择偶的时候，就冲着那个对他嘘寒问暖的，就冲着那个对他舔的，最后的结局往往是非常惨的。

我身边不止一个富二代的女生遭遇过婚变，都是被这样舔的男生搞定的，为什么我不断的在跟你们讲，女孩子一定要找愿意在物质上面对你付出的男人，不是我们不舍得花钱，而是说你要通过这一件事情来筛选，能够不为你带来伤害的男人。这个世界上只有一件事情，是不能伪装的，那就是付出米。他们太懂你们这种女生了，从小衣食无忧，在这样的一个充满爱的环境里面长大，他觉得你不缺爱，所以说当他去追求你的时候，他全部都是用这种低成本的行为。你们一定要记住，父母希望你们门当户对是没有错的，不要过于叛逆。

211.如果一个男人跟你在一起时间不久，

或者说在跟你在一起之前他爱写小作文，
这个男的一定是一位高段位海王。

你们是非常容易被这种大段的小作文里头的这种煽情的内容所打动，一个男的，如果说在情感这个层面上他注入了大量的精力，首先这个就是有问题，真正的能够给你付出的，能够为你遮风挡雨，能够成为你坚实的臂膀的男人，公号：文字变现艺术家，首先他就不会在这件事情上面投入这么多的精力，每一段小作文都是来源于内耗，你们想一想自己写小作文的那个状态，都是在纠结当中结成的果实，变成了小作文。

如果一个男的下意识的写小作文，长得又帅，还是富二代，这种大概率就是高端渣，没有哪个正经直男完了以后每天拼搏事业的人，他上来就写小作文的，这就是他烂熟于心的一种手段而已，男人对女人这个手段极其管用。所以你们一定要把男性思维拿出来，时间没到不要发小作文，因为没有感情基础，所以大家一定要谨慎。

212.其实每个人刚开始认识对方的时候，
都是展现自己最好的一面。

如果说这个人他跟你的相处仅限于跟你展现完了最好的一面之后，然后你们之间就没什么关联了，他就后撤了，这个时候你是最不爽的，因为这个时候他还没有给你下头的机会，就是在你上头之后，这个人就跟你生活没有什么关联了，没有让自己强制下头的意识，就是你在相处的过程当中你在持续给他加分却不给减分。

所谓减分，不是在一个男人做了一些让你不开心的事情的时候，你去反复的纠缠，减分是冷静的告诉自己他不值，他没有那么爱我。其实在感情刚开始的时候，你是控制得住的，但是如果你前面一段时间光顾着上

头，根本不去观察他的那些问题，然后不在那些问题里头自己去打退堂鼓，如果你没有这么一个过程，你就会一直上头，结果就上头到了一个控制不住的状态，到最后自己很痛苦。

213.所有的问题它都是心态问题。

心态好的人，你发信息男生没有回复，这个时候你就想问一下他“你为什么不回我？”当你特别想搞定对方，你对这个人产生的一种患得患失的心态，甚至有可能还会有一点点自卑，或者有一点点怕得不到这种心态的时候，你会有一种反应是因为你不理我，我就不理你了，还有另外一种反应是就有这么忙吗？回我一个信息就没有时间吗？

这两种反应在对方眼里实际反射出来的都是你特别想搞定他，但是真正对这个事情无所谓的人，他会说“还没忙完吗？忙完了你就快点回我一下呀”你的心态会导致你说出来的语气是不一样的，你是不一样的态度，对方接受到这个信号是不一样的，所以为什么建议大家去看《金贵的关系》底层心态要重新建设一下，一个人负担很重的时候，不轻松的时候，你没有办法在他面前展现出完全的魅力，而且你容易被她牵着鼻子走。大部分的人当你们的段位低了的时候，你们需要的是一个底层框架的建设，一定要整个心态稳住了，才能达成你最终的目标。

214.在外面能够在场面上镇得住的，他都有点资源，有点手腕。

每一人她都想当C位，尤其是女人，我们是压抑自己当C位的那个欲望，让别人当C位，把光环给别人，别人说话的时候我多听，别人表达观点的时候我多认可，我投去这种赞许的眼神，它不是谄媚，我就是非常正经的态度。我们在外面也见过很多人，但是很少有女孩子真的让我觉得非常的优秀，长得很好看而且还很知性，她说出来的每一个观点能

够引入深思。

所有的向上社交第一个环节就是先把自己往下放一放，别人在说你的专业领域范畴的时候，我就很好的去表达自己专业性的观点，当别人在发表一些跟我专业领域不相关的事情的时候，我就一概的赞美，认同。谁都喜欢听好话，哪怕是你说的假话，你觉得真的话在别人眼里不一定有价值。他要你说的是能让大家开心的话。

215.你们把选择一个男人，跟无数的东西绑在一块看。

你觉得你是擦亮了眼睛在找人，实际上你是在无形当中放弃了人生当中很多美好的体验。一男人就是一个男人，一场恋爱就是一场恋爱，一次婚姻就是一次婚姻，其实他们彼此之间看似有关联，但是他们也并不是完全一样的东西，想要去谈恋爱的时候就去谈，别去想未来怎么样，如果说你是一个家庭环境非常封闭，自己收入也不高，这样的女性，你到了适婚的年龄，以婚姻为目的去谈恋爱没有错。

如果你各方面条件还比较好，也是一个看过世界的女孩子，你就跟自己说，爱情就是爱情，恋爱就是恋爱，人生目标就是人生目标，年龄不是唯一的评判标准，而是在于你有没有相匹配的价值，增长你的社会地位，你的光环，你的收入，你的认知，是不是都打开了。这个世界上一个萝卜一个坑，总能找到好你那口的。

216.人一定要随着别人身份角色的转变而转变自己的身份角色。

曾经他是你的小跟班，现在如果能量大于你，你就可以当他的跟班，

如果你当他的跟班，你会获得他所有的跟班都获得不到的利益、价值。因为你曾经是他的贵人，是曾经帮助过他的人，你现在还能摆好自己的身份，你是里子也给他了，面子也给他了，他从你这里既能得到帮助，还能得到信任，对于别人来说，你的这个价值是完全不可能替代的。

但是你用另外一种心态试图显得你们的关系不一样的时候，你会拿他以前的故事说事儿，甚至拿他以前的外号开玩笑。这个就是大禁忌。因为没有任何一个站在巅峰的人，愿意去回忆他的过去，去回忆他曾经不如人的时候，这个都是他的屈辱史，所以说我们如果不能摆正自己的心态，这所有的借了你的力量爬起来的人，未来都不会成为你的贵人，真正绑定的最坚实的贵人实际上就是曾经你帮过他，现在混的比你还好的人，这个才是真真正正的贵人。

217.物质没有错，物质的女人才是推动这个世界发展的最核心。

在我们的观念里边，我们所有的术都是为了长久的、健康的、双向滋养的这么一个方向去走的，这才是我们的主旨。我们的主旨绝非打压，绝非让对方或者让自己失去心气儿。为什么我们老说，我们要给男人提供情绪价值，如果他给我付出了，我要给他极大的正反馈，不仅仅是因为我需要让他持续为我付出，同时还有一个更重要的逻辑，情侣之间，夫妻之间的这种互相影响，是大于任何人的互相影响的，一个男人他在家里，两性关系之间找到了地位感，找到了这种我能驾驭、我能控制、我很优秀、我很有能量的这种状态，他在外面就会拼搏的更好。

所以我们在物质的同时我们要做什么，我们要用正确的方法去物质，我推动这个男人去外面打拼天下的时候，他给我的任何东西，我不仅仅抱着感恩之心，而且我还会给他极强的情绪价值，作为正反馈，让他觉得为我去征服这个世界，是一件极为有意义的一件事情，这样的话这个家

庭他就会一直去创造，不管是从物质上还是从能量上，两个想的是我们要更好，我在吃你给我的蛋糕的同时，其实还是在帮你把蛋糕做大，这个才是核心。而不是说我只是在消耗，只是在索取，而是我在接纳了你给我的这些好之后，给了你极强的能量支撑，然后让你有更充足的信心，去面对这个世界的挑战，这样你们才是双赢的。

218.对于情感，你首先要有一个自己的框架。

我到底是想要一个什么样的情感，什么样的男人是我想要的，我要想到了我想要的男人的样子，我再去琢磨这种男人要通过什么方式去吸引，然后我再展现出什么样的情绪跟行为，才能得到我想要的这种男人，而不是站在我的角度上说，我应该怎么样。一个愿意去为你投入更多的男人，他一定是希望他来保护你，他之所以来保护你，是不是你站在一个比较低的位置，比较弱的位置上面，他才需要保护你呢，那如果说你自己能够搞定，你有能力，你有钱，你抱着这样的态度，就不要再在情感里面需求被爱，我们不在情感里寻求被爱的目的，不在情感里寻求被人多关注，被关心的目的，那么我们就可以树立一个这样的人设，去追求另外的一种生活方式。

219.如何去珍惜自己的能量呢？

第一个建议：就是把你所有的能量跟精力用在你认为最重要的地方，一次只干一件事儿，如果你本身觉得自己的能量没有那么强的情况下。

第二个建议：就是绝对不要圣母心泛滥，就是远离负能量的人，远离消耗你能量的人，远离负能量的世界，什么是负能量的世界，就是很多悲伤的事件，大灾大难，还有一个男人他靠什么悲催的过去，悲惨的历史，悲惨的家境来吸引你，请远离这样的人，一个人打压你，PUA

你，都是不可以存在你生命当中的。

我们每一个人的能量都是有限的，不要试着去当救世主，每一个的能量跟每一个人的羽毛是一样的，我们要去珍惜自己的能量，珍惜自己的羽毛，这样你才能在一个点上出结果。

220.很多富二代他们都有一个很大的困惑。

当他们获得小的成就的时候，对于他们的家族来说，他的成就不值一提，他的这点成就也不能让他，从父母那里获得更多的话语权，当他的家族衰败的时候，他的这点成就完全的于事无补，当他们混的很好的时候，所有的人都会把功劳归根于是他们的背景，所以他们在这个社会上面，也有他们自己面对的这种困境，我们站在自己的位置上面的时候，可能你觉得人生过得很艰难，如果你能获得一点点小的成就的时候。

其实你对于你的整个家庭来说，你就能够获得很大的成就感，就是一个人的满足感、幸福感、不是来源于他拥有的多少物质，而是来源于他有多少的价值实现的空间，他能实现越多的价值，他就会感到越多的幸福感。

221.我从来都不会去鼓吹女人一定要独立，或者说女性一定要去结婚。

我一路走来，我能够非常深刻的认识到一件事情，那就是每一个人的需求，它都不是单一层面的，每个人的需求它都是从单一到丰富，从低级到高级。只是说每一个人的成长环境和教育背景不一样，所以会导致大家的出场设置不一样，每一个人对自己人生的主次需求不一样，所以

就导致大家在做选择的时候，都会有一定的倾向性和局限性。但其实事实是每一个人，都是希望什么都能得到的，每个人都是什么都想要的，我们常常说鱼和熊掌不可兼得，实际上也是说你不能同时得到，但是我们是否可以考虑，在我们人生的不同阶段，我们可以先得到其中一个，再去得到另外一个呢。

222.为什么我建议大家一定要去恋爱？

尤其是大龄又长年单身的女性，应该尝试放下那些对于条条框框的执念，多去谈一些不问结果的恋爱。因为只有真的在恋爱中汲取过能量的女性才明白，我们需要的不是一个具象的爱人，我们需要的是我们说出每一句情话时感到的自满，我们投射出每一个充满爱意的眼神的时候的妩媚，我们去关心别人、给予别人情绪价值的时候折射出的温柔，以及在两性的相处磨合中生长出的智慧。

所以重点不是那个人是谁，重点是我想要的爱我要自己去构建，自己去培植，至于那个人，他只是一个围绕我的需求在某个特定的时间出现的 anyone 而已。

重要的从来都是“我”是谁，“我”想要什么，“我”需要什么来绽放自己别样的美，那个人他只是一个被我点上台的幸运观众而已。

223.所有的焦虑，其实都是源自对自己无能的愤怒。

总是把责任归结于对方的时候，你就会发现自己变得特别的焦虑，当任何的毛病，任何的问题，都是出在对方身上的时候，你会发现你对所有的事情的结局，变得无能为力。我们什么时候是最有力量的呢？就是我能控制的时候是最有力量的。

任何事情它都在我的掌控当中。这个世界上只有一个东西，能在你的掌控当中那就是你自己。如果说你能够完完全全的把所有的问题都去想我自己怎么做，这件事情它能够变得更好，你就能够降低很多的焦虑。你把所有的事情都放在自己的理解范畴里，你就会发现所有的东西没有那么难以接受。

224.我们想要去引导对方对我们的一个付出。

一方面是看这个男生他是不是愿意付出的一个人，未来我要生儿育女，他是不是一个非常好的避风港，这个是我们需要验证这件事，所以需要他做一定的付出，但是大家一定要记得，现在这个社会没有谁是出来扶贫的，所有的付出都是双向付出，你要心里有对方，对方他能感知到你心里有没有他，你想的就是今天搞一点明天搞一点，别人也能感觉到。

你们首先要有一个好的目的，我的目的是为了跟你在一起一辈子，所以现阶段我需要你的诚意也好，我需要对你做一些测试也好，都没有问题。但是你不能说是要谈婚论嫁，你做的事情像傍大款似的，你的目的跟你的行动路径不相符的。自己要保证一定的生活质量，然后再去要求别人，而且还是要有感恩的态度要知恩图报。

225.其实你所谓的缺爱。

是你不停的想从别人身上去寻求爱，你不停的想要去找爱你的人，如果说你能够让你自己变得很爱自己的时候，你觉得自己非常的好，你觉得自己无比的优秀，无比的善良，闪闪发光，你觉得自己经历的每一场挫折都是加分项，你能跟自己彻底的和解，你能彻底的爱自己的时候，你就能够降低对于别人的爱的渴求，你就能够从向外渴求的状态变成一种向内索求的状态。

大概率比男人忠诚。

因为女人基因里渴望稳定，所有的女人几乎都尝试过想要依靠男人生活，有的人尝试成功了，于是早早的就当上了太太，但有的人尝试失败了，所以开始投身于事业，无论再强的女人在内心深处，她都渴望被保护，都想过上大树底下好乘凉的生活，大部分事业做的很成功的女人，要么就是遇到了能够为她提供翅膀和平台的男人，要么就是因为被男人伤害的太深，从此以后不相信男人只相信自己了。

所以才会一往无前的往前冲，在感情当中，如果男人愿意为女人一直遮风挡雨，同时又让这个女人感觉，我在他的心目当中永远都是最重要的，起码比其他女人要重要，很少有女人愿意去折腾，结束了一段经营了很长时间的感情，然后再重新开始。在事业当中，能力强的女人一旦受到了老板的赏识，她就会认为她的老板是恩人也是伯乐，她会非常乐于稳定在现有的框架当中，哪怕有更高的橄榄枝伸向她，只要她跟现在的老板关系始终如一，她都会用一种报恩的心态，很少愿意跳槽，除非这个老板在公司的架构当中，开始去设置一些与这个女人权利制衡的这样一些关系岗位，或者是在这个女人头上突然去安插一个新的管理者，让这个女人认为是她跟老板之间的信任逐渐在崩塌，她才会动起另起炉灶的心思。

228.我能相信爱情

是因为我看到了我自己内心情绪的剧烈波动，我跟你之间产生了这种强烈的吸引，它就是爱情。但是是要通过我们两个人的经营方式，然后慢慢的产生一种排他性，并不是让你真的完全不可能喜欢别人。

你们去观察生活当中那些老夫老妻，他们很互补，他是经历了很多事情，经历了无数次冲击，跟彼此约束跟规范，然后磨合，到最后排他性是在习惯里面产生的，这两个人的相处已经是上牙磨下牙的这种状态

了，他们的这个咬合感已经太熟悉了，如果说这个时候换一个什么东西，他就会产生极强的不适感，这种情况下于是彼此都不想离开对方，去寻找一个新的伴侣，这个时候他就产生了排他性。

229.男人在落魄的时候其实他是没有爱情的

因为他没有选择权，他只有在他真的混的好了，他有选择权了，他才会真的选他喜欢的女人，当他混的不好的时候，他往往选择的都是他没有办法的选择，所以为什么很多人就是他只能共苦不能同甘，他能同甘的人他往往能共苦，但是能共苦的人不一定能同甘，因为在共苦的时候，他选择的那个人不是他最想要的，他只能同甘的时候选的那个人才是他最想要的。先同甘再共苦再同甘他会对你更好。但你一上去就是跟他共苦的，同甘的时候就没什么事了。

230.你有没有一种感觉，身边有很多的人总是会嫉妒你。

因为嫉妒而给你使绊子，其实这里面有一部分是真的嫉妒，但是还有一部分是来源于你自己的错觉，越是优秀的人，如果说还能够兼备谦虚的特质的话，那么他就会被更多的人喜欢，每一个都希望自己能够跟更加优秀的人成为朋友。

我曾经有过这样的经历，后来我尝试想去被更多的人喜欢的时候，我发现这一切并不是我想的这个样子，当时我做出了几点改变。首先就是从眼神开始改变，改变我眼神当中的冷漠和傲气。其次我改变的就是我的表情，改变成认真倾听以及虚心请教的表情。最后我改变了自己说话的语气，改变成任何时候在发表自己不同的观点之前，先去肯定和赞赏对

方，然后再来陈述自己的意见。在改变这三点以后我发现收获了很多曾经非常嫉妒我的这些人的好感，我也并没有失去我曾经就有的那些优势，只是说除了曾经具备的这些优势以外，我又为自己锻炼出了新的优势。这种优势就是学会让别人怎么能够跟我相处的时候感到舒服。让我自己的能力不成为别人在与我相处的时候的一种负担。

231.越是混的好的人，越是牛的人，他越是圈层高的人

他越是受教育程度高的人，他越能理解那个人性当中的自私，因为他自己如果不够的为自己去考虑的话，他没有办法获得今天的位置跟成绩，这个世界上就是一个弱肉强食的一个世界一个社会。

大佬他本身就是过五关斩六将走到今天的，他太明白了，首先我有一个自私的出发点，我在追求自私的出发点的过程当中，尽量的去做到怎么双赢，他是在这个过程中逐渐做大做强的，而不是我要维系所有的人，我要让所有的人满意，所以大家可以把大佬想的功利一点，你让他明白我跟你结交一定有我的利益在里头，基于我的利益的这个基础上去创造双赢的而不是无私奉献。

232.在一段关系里面如果你始终在坏的时候想放弃，好的时候想回头，那么你就永远都没有办法斩断。

他但凡有一点好的东西，你就会所谓的舍不得，但是决定你要不要舍弃这段关系的问题，不在于他有没有那么一点好的东西，而在于你有没有标准，那个标准有没有被打破，所以我们经常讲用事件推动决策，就是

说你要给自己设立一个问题，如果我们两个人之间发生了一件什么事，那么我就一定要分开，

或者在某一件事情上，他做了一个什么样的行为我就一定要分开，你把这个标准和框架定在这里，你要告诉他这个是你的标准，是你的框架，你要让他在框架内活动，如果他超越了这个框架外活动，你就不要跟我讲舍不得，那你就必须舍，要不然这个世界没有你舍得的东西，但凡能给你带来一丝的好处，你都舍不得，你就做不了决策，做不了决断，那你永远都要这样。

233.婚姻不是一个人的事，是两个的事

如果你们进入婚姻了，你有没有考虑过如果你想要婚姻当中的激情，你想要婚姻当中的恋爱的感受，你自己也可以去做那个创造这种感受的那个角色呢，你想要什么你就去创造去做，没有条件去创造条件，你想去看电影你就买两张电影票，你想让家里有鲜花，你就去买一捧花，你想做这件事儿你就去告诉对方，我之所以这样做是希望下一次你也能够为我带来同样的惊喜，你自己想要你就去做，做了之后就打个样，让他知道这是你想要的东西，如果对方也是愿意跟你把婚姻往下持续下去的人，他也不会完完全全的不按照你的想法来，不要因为自己不想做，所以自己不去做。

234.你们一定听说过一句话叫做“没有钱的人用花钱来证明他爱你，有钱的人用花时间来证明他爱你”

我曾经也这么认为。但是在我见识了无数的真的有钱人之后，我发现这句话纯属扯淡，你们要知道有钱人他之所有钱，一定是因为他爱钱，并

且他还懂得一个道理，叫做钱要花在刀刃上，有钱人跟穷人最大的思维差距就在于有钱人从来不花冤枉钱，他只会值得的人和事身上做投入，如果他没有在你身上做投入，那么只能说明你不值得，有钱人的时间确实很值钱，

可是你们要明白一个道理，只有穷人才需要花大量体力劳动去赚钱，只有体力劳动是最占用时间的，所以就会既没钱又没时间。而达到财务自由的人才有可能是又有钱又有时间。男人只有把女人当女儿一样疼爱的时候，那个才叫做真正的爱，而用钱把你宠坏也是最简单的让你看不上其他男人的方式。

235.当大家在结交异性或者是同性的过程中，要记住一个点。

不要找所有的人都要同一件东西，就是你每找一个人都是找他要钱，那是不对的，因为每一个人，他拥有的东西是不一样的，他愿意给予你的东西也是不一样的，有的男人他有钱，他也很大方，他就愿意在你身上去花钱，有的男人他有资源，他就愿意去帮你嫁接资源，有的人他有权势，他就可以用权势帮助你完成很多东西，

所有前提是这个有什么，且他愿意付出什么，那么你就要求在这个人身上去谋取什么，而不是说我想要什么，我就要求每一个我结识的人都给予我什么。所有的聪明的，有权的，有势有财力的这些男人，他们都是把账算的非常精明的，对于这类男人呢，你要有一个预先的一个准备，去要他们愿意给予你的东西，那无论是跟男人相处还是跟女人相处，都是一样的。

236.在经济这件事情上面，不要老想着要

平等

你们经济上一旦平等了，他对你就不会有偏爱，我积累了大量的现实案例当中观察得出来的结论，女生在经济上面如果跟男生过于的去平摊了，那么很容易就把这个感情最后就推倒向了两个人就觉得不相干了，你一定要让他有在照顾你的感觉，就是他有在付出的这个过程当中，他觉得你是被他照顾的，你可以给他买东西，在你的能力范围内，去对他好是可以的，

但是前提是要建立在，他也要无时无刻的在经济上想着你，然后他愿意为你付出的更多。你作为一个女生，你骨子里，你的内心深处是希望这个男人能够照顾你，但是因为你受的教育，包括你的成长环境，导致你不愿意占别人的便宜，它就会形成一个矛盾，一边呢想要人格独立，一边又希望别人对你充分的尊重，你在这个过程中丧失了对对方更多对你的包容和关爱，

男生在付出任何东西的时候，他也是希望得到回报的，当你的情绪价值做的不好的时候，你不善于一边示弱，一边让自己的心里舒服的时候呢，这个男生他就会反而希望你能在经济上面跟他同等付出。

237.我经常说的你们的故事没有立足点，

没有立足点的意思就是说，第一：这段关系并不能够给你特别大的支撑，来让你放弃道德标准，

第二：对方对你的感情没有上升到那个程度。你自己一个人在意乱情迷。当对方只是玩的心态的时候，你对我来说，是我的饭后甜点的一个角色，你非要串上来当主食，我肯定是接受不了的，那现在他已经在撤了，你还在想贴上去，包括写小作文也好，还是按照你的意愿来好，就是告诉他说，那我就待在甜品的位置上，那么你们以后在进行这个关系

239.为什么所有男的，都可以苟延馋喘的
在一段没有激情、没有爱的这种婚姻当中
一直去拖延！

就是因为他没有找到合适的下家。

这段关系已经索然无味，毫无价值了，那要怎样推动自己去找个下家？

我们说让事件发生，就是让你自己知道现在心里缺乏一个推动力，需要有一个变量，之所以你决策不了，就是因为没有外力，没有一个更大的力量去怂你、推你。

所以要让事件发生，用行动推动决策。

240.最厉害的人往往他都是以不变应万变的

你身上的这些闪亮的特质，不是因为他而发生的，你身上所有闪亮的特质，是因为你这个人本身如此。这是你的修养，你本身的价值状态。我对任何人，我的表现出充分的尊重，充分的善意，包括你在内，你就是要让人家感觉，我看到的你身上的这个闪光点，所有人都能看见，如果我不下手就会有人先下手。这个前提是首先你得活成一朵花，而且你要让这个人的认知上认为，不是你在他眼里才是一朵花，你在别人眼里就是个菜苔，而是但凡看到你的人，他都想要多看你两眼，他都觉得你是一个值得欣赏的人。

241.在生活当中，虽然有把家庭跟事业平衡的非常好的女性

但是我们要看到这里永远她都是一种平衡，而不是一种极致。我觉得有所得必有所失，在社会角色上面是有一个非常明显的体现。这个世界的价值观，它是丰富多彩的，每一个人都应该去承认或者去接纳跟自己不一样的价值观的存在，每一个女性，她衡量自己生活是否幸福的一个指标是不一样的，她在自己成长的道路上，她所面对的一些经历和人也是不一样的，所以会导致可能有的女性，就从很早的时候开始她就可以养活自己，成了精神和经济都很独立的女性，

还有一部分女性，她很早的时候就遇到自己的真命天子，她就可以去依赖别人而生活，我觉得评判一个女性是否优秀的标准，应该是她能不能掌控自己当下的生活状态，作为家庭主妇，你可以把家庭的关系维系的非常融洽，那么你也是一个非常有生活智慧的女人，作为独立女性，那么你是否可以把自己生活当中的每一项工作都完成到极致，你是否可以把握你自己的一个人生节奏以及你自己的生活目标，我觉得这是衡量一个女性的是否优秀的一个标准。

242.《你会正确的跟男人“较真”吗？》

我们不要真较真，我们要装较真，什么叫装较真呢？你要跟他这么说“我都没有想过，我40岁了还能吸引到你这么有魅力的男人，我有点胆怯，有点害怕，我怕我抓不住，而且我现在呢，其实真的觉得自己，各方各面什么东西都不行，我不自信，我有点自卑”然后让他觉得，这个女人需要被保护，这个女人需要我帮她。

如果他回答你很好，你其实很优秀，你可以回答：“你真的会这么做吗？我真的可以相信你吗？我真的值得你这样吗？”这就叫假较真，就

是你要有一个完整的概念在这儿。什么叫真较真？我要找人生娃的，我不在这乱搞的，这个就是你想表达的真实想法，这个叫真较真。

243.在任何关系里，第一要务是看明白自己在这段关系里的位置。

我有什么，我的筹码是什么，我想要什么。从事实层面理解到底谁是高位，在一段没有基础的感情里，不要从情绪层面理解，不要从感情层面理解。从事实层面，从物质层面去看，我们谁拥有更多的社会资源，谁拥有更多的物质，谁拥有更多的话语权，谁拥有更多的能量，谁占有更高的社会地位，然后你才会知道什么样的方式方法跟策略才是有效的。

很多女孩子，你们会发现有的人断联就有用，有的人冷战就有用，有的人后撤就有用，有的人发飙就有用，为什么用同样的方式方法，对于有的人来说就有用，有的人就没有用，核心的原因是你在这段关系里的位置不一样，怎么才能决定你在这段关系里的位置，一个是事实层面的东西，一个是情感层面的东西。

244.从每一件小事开始，我们就要跟自己的欲望做抗衡。

你的行动跟你的欲望其实是相反的，在这个过程中我们磨砺出来的是自我控制，情绪稳定。有的人为什么他的人生越往后走，他就觉得自己的人生很受控，他就情绪越来越稳定。但是有的人他越往后走，他就会觉得自己越来越不受控，情绪越来越不稳定，他就会越来越冲动的行驶，他不断的在追逐消磨痛感这个事儿，为了不让自己痛，当痛感产生的时候，他想去消磨自己的这个痛感，当他不跟自己的心性做对抗的时候，那么这方面的这个兴奋感他永远都起不来。

所以在你跟别人的两股力量在升起的时候，你有一股力量是没有的，所

以你在这个过程中你永远找不到成就感，这个成就感是从很小很小的事情开始，慢慢的你会发现，你对掌控力就越来越强。尤其是对自己情绪的掌控，会越来越强。这个就是你情绪自律的一种本质。

245.女孩子在20出头的这个阶段，是最容易自认为成熟的时候。

她觉得自己经历了一点事情，觉得自己长大了，成熟了。但是我想告诉你们，从实际层面来说，你经历的并不够多，你的实力并没有达到你自己所认知的那个层面，可能因为方方面面的一些光环也好，或者你自己的一些理解跟误解也好，它会让你觉得自己挺牛的，其实这些东西我是想办法把它收起来的。关注我的有很大一部分都是很有能力的女生，自己的事业都做的非常强，年纪也不大。

我想告诉大家，通过我这么多年一路走过来的经验告诉你们，如果你们真的想要去，不管是在男人面前还是女人面前，都能够迅速跟别人打成一片，能够快速释放你的这种社交魅力或者性别优势，你们一定要记住，亲和力永远大于气场。不要试图让所有人觉得你是一个厉害的人，这个并不重要，重要的是你让所有人都觉得你很优秀的同时你很好来往。那么就会有足够多的人愿意跟你来往，这个时候你就有绝对的选择权和话语权，量变产生质变，最终你才会得到你想要的那个结果。

246.在我们的理念里，这个世界上没有不能开的口，只有错误的态度和措辞。

有一种人她不会沟通，不会表达，她就会一直等着别人去猜，去琢磨。还有一种人，她也很极端，她在表达的时候，她都是带着怨气在表达，她有一个底层思维叫做“你就是不懂我，还要我开口讲”所以她抱着怨恨

这么一个底层逻辑，她这个不叫沟通，叫泄愤。

你表达出来的话，你的措辞，你的态度就一定是很让人接受。为什么人会不敢开口，或者说没有办法开口，或者有那么多的人她们会否认开口这件事儿，是因为他们在过去开口的过程当中没有得到正向反馈，所以她在过去开口的路径上，包括对方对她开的口，还有她对别人开的口相互之间都没有得到正反馈，于是她就认为不应该开口，你们要明白，一定是双方的心结要靠沟通来打开是最让人接受的，也是效率最快的。

247.如果你想要去交比自己牛的朋友，比自己层面高的朋友，大家记住不要临时抱佛脚。

一定是在日常当中做到润物细无声，人家才会愿意跟你深交，因为你临时抱佛脚，别人根本看不上眼，这个就是考验你平时日常给予情绪价值的时候，在日常记着别人，对别人贴心，不用很贵的东西，但是你时时刻刻能想着对方，对方他就很愿意跟你结交，但如果你每次都到了重大的日子，或者需要别人帮忙的时候，这个时候你需要付出的成本就会很高。因为本身这个人就比你很有钱很多，要是真的在节骨眼上再去给他送东西，那你要用什么分量的礼物才能打动他，这个时候成本就高了。

248.目标感清晰

我之所以能把人际关系，情感关系，转化成自我上升过程中的一道基石，是因为我的目标感足够的清晰，我知道我最终的终局在哪儿，完成最终那个终局的情况下，我把人生分成了无数个小目标，然后我要去达成这些小目标的过程当中，我不得不屏蔽边缘化信息，我不得不减少对我达成目标没有意义的一些信号。

那些情绪波动，那些人，因为我要把所以精力都放在我最关注的事件上，这个才是我可以达成目标的原因。

我足够的关注，我足够的想要，所以我能摒弃所有其他的占用我心智的东西。

249.我不相信算命，但是我是一个非常信命的人。

我一直是这样认为的，我们要怎么判断自己的命运是什么？我们去观察自己过去的人生，在自己的人生里找规律，所以你们会觉得我看问题非常准，因为我非常喜欢观察规律，我希望大家能够去学习这个技能，就是观察自己的人生，这一路是怎么走过来的，我在走过来的过程中容易在什么地方出成绩，我的命运总是会给我哪方面的机会，

有的女孩子就会发现，为什么不管我找什么样的男生，他们总不愿意为我花米，但是呢我但凡干事业，我干什么都能干成，你要自己去观察自己的人生轨迹，你每一次努力的时候，在什么点位上最容易拿到回报，咱们就坚定的去做且放弃幻想，这样观察的出来的命运才是你的命运，每个人的命运它都是有迹可循的，大家在任何时候都要知道，我一定在某些方面是可以出成绩的，只是我有没有观察到那个点位，且我有没有放下一切的侥幸心理，在那个点上去扎根。

250.我们所有的术都是为了长久的，健康的，双向成长，双向滋养的这么一个方向去走的。

我们的主旨绝非打压，绝非操控，绝非让对方或者让自己失去心气儿。为什么我们老说我们要给男人提供情绪价值，要正反馈，不仅仅是需要让他持续为我付出，同时还因为一个更重要的逻辑是因为人跟人，情侣之间，夫妻之间的这种互相影响是大于任何人的互相影响。一个男人，他在家，在两性关系之间找到了地位感，找到了这种我能驾驭，我很优秀，我很有能量的这种状态，他在外面就会拼搏的更好。

还有一个最核心的是我在用正确的方法去获取物质。我推动这个男人，在外面打拼天下的时候，他给我任何东西，我不仅抱着感恩之心，而且还会给予极强的情绪价值作为正反馈。让他觉得为我去征服这个世界，是极为有意义的一件事情。

251.当你内心不够强大

当你对于你自己的自信心没有建立完整的时候，你生命中遇到的每一个人，你都会觉得他就救命稻草，其实他并没有你想的那么好，而是你高估了他的价值，他没有你想象的那么不可缺，你走了还会有下一个。最核心的问题是你自己的信心从哪里建立，而不是从对方身上找，你从他身上找爱，找对你的付出，找对你的关注，那么就很容易把这个希望寄托在别人身上，那么如果这个人不稳定，他不能如愿以偿的满足你心里所有的需求。到头来还是一场空。

改变自己的现状只有一条路，就是找到自己自信心的来源。我们把自己支棱起来，用正面的方式看待问题，要对自己有信心，明白自己的发光点是什么，如果一个人他喜欢你，他会珍惜你，你就珍惜他。不要在这个过程中自我贬低，自我怀疑，自我否定。

252.相似的人演绎了相似的故事，相似的

故事就引发了相似的结局。

把这个东西变成一种技能，这个中间确实实是会有一定的时长，每个人她的基础不一样，那你的这个转化肯定也会不一样的，但是能够确定的一点的是，大家能够在我这里找到能量，不说一定能够把我们教的所有的的方式，方法，策略都用的多么的好，每个人的程度不一样。我看到你们每天用一个非常高昂的，非常欣欣向荣的一个姿态去面对自己的生活，工作，还有相处对象的时候，我就觉得我们做这一切都是值得。

253.所有的人都是财富的搬运工

你年轻的时候用什么去置换了什么，年纪大了的时候可能又会把它置换回来，无非是看你想在哪个阶段，获得这些东西而已。但是我们每一个人，不管是男人还是女人，其实都是财富的搬运工。这个世界上你能吃进自己肚子的，它才是属于你的，你能吃进肚子里的都是很有限的，除了你能吃进自己肚子里头的以外，就是这个东西是真的被你吸收了，其他的你有再多再多的米，只不过就是一个你的过客。

你不过就是转了一道手而已，没有人真正拥有他。无非是你在什么时期进行了保管而已，但无论你做了什么，你都只是一个财富的搬运工。

254.我们首先是对自己的要有自我认知

我是一个什么样的人，我有没有毅力，我有没有长性，我做一件事情我有没有钻研的精神，这个世界上的任何一件事都很难，我们需要有这样的一个心理建设，不管我是做事业还是读书或者找对象，没有任何一条路是简单的路，哪怕你去找一个大款，你想跟一个大款把日子过好它也很难。因为太多的人走简单的路，所有看起来好的路，它都叫独木桥。

是需要踩高跷的，是要摇摇晃晃的准时准备掉下去的，没有毅力，没有韧劲，不能坚持，不能坚守，你就是没有办法达到终点，要是每一个烂泥一样的人生都能达到人生巅峰，这个世界上就没有成功跟失败的人的区别了，除了基础不一样，更多的是有的人他能坚持，有的人坚定了自己的目标，他就能朝着他的那个目标，我必须做到。但有的人就容易动摇，左右摇摆不坚定，所有才会产生人与人之间的差距。

255.把每一个人都想成是一个纯粹的人。

一个普通，简单的人，智力都差不多，无非就是谁更努力，谁更敢于去冲，敢于去拼，敢于去坚持，同时在这个路上懂得利用各方各面的资源和人脉。

很多时候，你们去做生意或者搞关系，在这条路上，就会有各种各样的人，提出各种各样的要求，你不是自己上，总得有人上。

你必须打到别人的需求点上，别人才跟你玩，因为别人才是那个话语权的掌控者，资源的掌控者。那么多人在竞争的时候，人家之所会帮你，是因为看谁最能打到他的那个点上，而你是无法决定在这个环节上谁说了算的。

256.男人比女人绝对现实一万倍

因为对于男人来说，事业，金钱永远都是摆在他人生当中的头等选项的，他能够完完全全不顾一切的去享受爱情的时候有两个阶段，第一阶段是他什么都不懂的时候，学生时代，他没有概念，

第二阶段是他已经完完全全的成功了，完完全全的实现了人生价值。在奋斗阶段的男人，他们在择偶的时候，他一定是价值排序放在第一位的，所以当你遇到这样有钱的单身男性，并不是你能配的上他，只是他

用他的物质交换你的几年的青春。

257.为什么说你们要学习系统的东西？

是因为它光一个点，或者一个话术不能解决问题，大部分的时候，当你们整个段位低了的时候，你们需要的是一个底层的一个建设，整体的一个框架的建设，以及你整个心态稳定住了，你不能把对方当做唯一的一个发展对象，不能对任何一个男人产生这样的执念，你对一个人男人产生执念的时候就会导致你所有的动作变形，真正的轻松就是广撒网，愿者上钩。虽然说我现在没有其他人可以钓，但是我也很清楚我对你没有执念。因为现在没有并不代表将来没有或许下一秒就有了。

258.我说什么是段位高，什么是段位低

很多人理解的段位是错误的，是颠倒的，很多人自认为段位高，实则是她还没经历过足够的挫折，她认为的段位高是我想要什么我就把它拧过来了，让一个不爱我的人来爱我，我要让达不成的东西达成，她在这个过程中她可能会得到她要的东西。

其实人的终极目标是内心的平和和幸福，而不是较劲，一个人如果你活的很较劲的时候，可能你能达成一些东西，但是不管你获得什么你都会不满，如果你不满你就不会幸福。幸福它本身就来源于我很知足。

这个世界上百分之九十九点九九的人都无法站到金字塔的巅峰，那到底什么才是人生赢家，微鈇：貳柒捌陆肆捌捌伍壹叁。人生赢家是对自己的生活感到无比满足，所以我是方方面面的都是顺势而为，如果你方方面面想的都是逆势翻盘，就算得到了你都无法感受到幸福。

259.为什么我不建议女人有胜负欲呢？

因为女人是真的会把情看的最重，而且女人是真的会控制不住自己的感情，会陷入感情，男人是不会因为你多喜欢他，他就来喜欢你，为什么说男人有爱情，女人没有爱情？

因为女人就是谁对我好我就跟谁走，谁对我好我就爱谁，男的是你对我再好，我不爱你就是不爱你，所以这个是男人和女人核心本质的差异，也就意味着在感情当中，一旦女人有了胜负欲的时候，一开始你只是想把他搞定然后把他甩了，但是到最后你做不到，你越想搞定他那个不爱你的人，他就越嫌弃你，你就越上头想去搞定对方，就算最后你搞定对方了，对方不爱你就是不爱你，无非也就是你不停的低位求着他，他高位。你始终在这段感情里就是翻表盘，所以在感情里面不要有胜负欲。

260.真正的高情商是源于对世界万物的怜悯之心

每个人都有他的不容易，我也只是芸芸众生其中的一个，真的你对于所有的人充满了这种怜悯之心，充满了善意的时候，你的内心其实是没有什么攀比的状态，也没有胜负欲，但是你依然会很珍惜，愿意用自己最好的态度，最大的努力，去争取每一件美好的事和人，但你不会觉得任何事情是理所应当的，而且任何人做了任何不好的事情，你也会表示理解，不会觉得怨恨。

261.在一段不平等的关系里

在对方凌驾于你的这种关系里，你要想去和好就是让自己不断的去降低底线，不断的去卑微去乞求的，你们以为挽回是什么呀？挽回就是低姿态，要么你就是潇洒的转身离开，你既然要挽回那就是低姿态，这就是核心逻辑。当你要决定了自己要高傲的时候，你就不用开口挽回了，因

为对方会来挽回你，对方他要舍不得你，你才有高姿态的空间，对方没舍不得你，你的离开对方无所谓，因为他还有很多选择，当他是这种态度的时候，你又觉得我真的很需要他，我真的离不开他，然后你还怎么高傲呢？

所以我一直跟大家说，不要把事情做绝，你任何时候要说分手，任何时候要吵架，你先评估一下你们两个人的感情到了一个什么样的状态。有没有达到说你已经完全拿捏他了，如果说没有达到这种状态，比如对方提供了更好的经济支撑，那你就知道自己离不开他，既然我此时此刻不能离开他不如提前服软。

262.你们人生当中遇到的每一个男人，都是你当下的一面镜子

你们一定会从这个镜子里看到真实的自己，如果说你从这个镜子里看到的不是真实的自己，而是一个梦幻一场幻觉，那么你真的就是辜负了你人生中的每一场遇见，认清自己比做梦更重要的多。知道自己不够就要去努力，努力还不够那就是命，实际上你们再过几年，你就会发现这些事它都不是事，过几年的时间以后，你会对这个世界有更深认知，而且你会遇到更多的镜子，你一定会明白这个世界远比你想象的更残忍，其实你们会发现这个世界上所有的好，其实都是你自己带给你自己的，这个世界上你遇到的所有的温暖，所有的善意，所有的成绩，所有的能够让你感到幸福的东西，一定都是你自己带给你自己的，

因为你自己不停的在努力，不停的在去争取，所以你对身边的每一个人都充满了善意，然后你身边的每一个人也会用善意来对待你，所以你能感觉到人的善意，因为你自己努力的过程中会越来越优秀，你看到的世界越来越宽广，你获得的机会越来越多，所有的这些机会都不是毫无缘由的降临在你身上，没有毫无缘由的事情，一定是因为你自己做了什么努力，一定是因为你自己在哪方面蜕变了，你才会遇到这些人。因为你

们知道贵人，他对每一个人来说他可能都是贵人，但他为什么会降临在你身上呢？那是因为你不一样，如果说你们还是在做梦的这个阶段，总觉得我一下子嫁入豪门，我啥都不干，也不努力我就能接着蜕变，那你就是做青天白日梦。

263.每个人本身她生来不同

所以对于别人来说的幸福对于她来说是一种枷锁，对于别人来说觉得是很满意的一件事儿，可是对于她来说反而变成了一种没有尝试的遗憾，我觉得大家就理解别人就好了，经历的东西多了，你就会更加会觉得道法自然，就是所有的事情它发展到一定的地步，它也许会发生变化，你就接纳变化拥抱变化，尊重自己当下的内心感受，不必非要用一种条条框框或者一开始的执念去约束自己。

264.人生的意义在哪里？

你在这个游戏当中，你可能累积了很多的财富，累积了很多的快乐，交到了很多的朋友，到最后一刻其实都是一切归零，你在这个里面它活的是什麼？其实它就是一个过程，就是你要去体验它，你要去经历它，然后你这一生就值得了，你来人间走一趟，你就满足了，其实无论你追求的是什麼，你说我就是个爱钱的人也好，或者我就是个无欲无求的人也好，你最终到了终点都是零，所以说你们要把过程过丰富了，按照自己的意愿来，以自己的快乐为主，你自己怎么开心怎么来，把这一次的游戏玩通关就行了。

265.如果一定要往外投钱一定是投在自己的脑袋上面，投资自己，在成长上面。

这个钱只会给你埋下能力的种子，只要把钱花在了思维的成长，学识的成长，这些钱虽然当下它不可能立即产生回报，但是这些东西都会为你埋下能力种子，眼界种子，平台种子，你只是不知道哪天它会发芽，这个世界上无论多有钱的人，无论他看起来有多么牛，他都不可能做出百分之百的正确决策，有很多挣了很多钱的人，他靠的是某一个时期强大的背景关系挣到了钱，但你们知道什么叫一朝君子，一朝臣吗？

一旦改朝换代什么都没了，人有一个很大的特点，只要你成功了，你就会认为那就是你的能力，其实在这个成功的事件当中有非常多的运气的成分，有非常多的政策的成分，只要你成功了，你就会认为是你自己的能力，但其实不是的，不是世界上所有你成功的事都代表了你的能力，一旦你把这些东西归结于自己能力的时候，你就会开始膨胀，抗拒自己成长。

266.内心他都是有一面很压抑，很扭曲的。

无论是在生意场上还是在官场上，但凡能做出成绩的这些男的都是一路求人求过来的，内心他都是有一面很压抑，很扭曲的。越是在外面他要包装成正人君子，慈善人设，他有一些东西他就是没有办法去释放，他一定会找口子，，如果你认识的这个人是他们阳光下的人，所以你就不要试图去揭露他阳光下的面貌，在不同的环境下，不同的氛围下，不同的圈层下，不同的引荐人下面认识这些人，这些人的面貌是完全不一样的。

267.止损不仅仅是在已经消耗了所以才停止

而是在有可能你已经预料到后面的发展了，现在你知道再往后就是下坡路了，你就选择把美好的回忆封存起来，你们还快乐的时候结束这段关系，这样你才会觉得过去的这一段回忆对你来说是很珍贵的宝藏，当你老了的时候还能想起来曾经的这份美好，如果你因为不甘心往后拖，就是想扳回一局，然后硬生生的把这一段有美好回忆的这段关系走到了死胡同里，走到了最后完全没有回旋的余地，

有的时候抱着一点点不舍去离开一段关系，总比你抱着仇恨离开要好。每个人都有好的一面，每个人都有坏的一面，他爱你的时候展现出来的就是好的一面，他不爱你的时候展现出来的就是坏的一面，所以不要等到他完全不爱你了再离开，不要让自己赤裸裸的去面对人性的真实。

268.很多有米的小姐姐，她们总是会被世俗所牵制，

其实并不是她的内心世界真的匮乏，本来你是可以过得很潇洒的，但是呢你身边的一些人天天对你指手画脚，你天天被那些不在同一个层面，不能同频的人的这些闲言碎语，被他们的价值观所困扰，你冷静下来想一想你自己的生活，如果真的很合适，很般配的，我觉得方方面面都在我的择偶框架内的再好好谈，没有合适的就享受当下的生活，享受爱情的泡泡，其实不是真焦虑，所有的这些焦虑其实是一种伪焦虑，她的焦虑来源于别人对她的点评，别人的价值观，

我讲过一个水杯理论，你们如果说生活当中遇到的都是一些一次性杯子，你就拿回来用了再说，不用在这些人身上下功夫，对于有收藏价值的杯子，工匠做的好看的杯子什么出现，那要看缘分，有合适的我们在琢磨，没有就不要庸人自扰。

269.我们人生中有无数不可避免的事情

如果我们把它当作困难，就会觉得自己特别难，如果把它当作挑战 and 成长，就会发现自己不过是进行了一个优化自我学习和成长的过程，在这个过程中，我们对自我的认知会逐渐加深，会感受到每一次不完美带我们的意义，而这种对困难的解读方式会在一次次克服挑战的过程中得到锻炼和加强，再遇到同等难度的挑战时，曾经的手足无措早已变成当下的波澜不惊，这就是对自己的修炼。

270.所有的条条框框都是不幸福的创造的

你们觉得呢？你要是本身做的是快乐的事幸福的事，你会觉得这个世界上所有的东西都很美好，每一条路都有每一条路的道理，可是你就是过得不幸福，你觉得这样不对，于是你就会跟人家说怎么过才对，越幸福的人她越包容，她不会给别人那么多约束，那么多的条条框框，你会发现这个生活过得越滋润的人她越豁达，她越是能够所理解所有的事情，她越是过得很压抑过得很狭隘，过得很不幸，她的思路就很闭塞，她只能站在一个很窄的立足点去看待问题，她就会下意识的去定义，女人年纪大了就要结婚，结婚才能幸福，一定要有孩子，她会拿各种各样的条条框框来约束你，我们在沟通的过程中很不喜欢直接去给什么东西下定义，凡是它都有一个逻辑，没有调研就没有发言权，我要去看过了这个世界，我才知道这个世界是什么样子的，我都验证过了我才有资格跟你讲，就是这么个道理。

271.大家做任何事情都要想你到底从这件事情里面能带给你什么？

我们讲的三观并不是你一定要吻合所有人的价值取向，我们说的三观是你要为自己负责这个是最正的三观，你们要知道为什么要跟这样的人在一起，为什么要进入这样的关系，这个关系给我带来的是什麼，无论是

那将会是不幸的开始。

爱，从来就不是一昧地去付出与讨好，而是彼此间手牵手，我心里就有你，你的心也一样地牵挂着我。想象一下，如果你在一段关系中，完全不顾自己的感受，只考虑对方的情绪，那么，即使有了对方，你也不会感到幸福。事实上，爱情犹如一把秤，只有两个人付出得一样多，才不会倾斜，彼此应该是平等的。爱一个人是可以的，但你不能因为对方而放弃自己的原则和底线。

恋爱容易相处难，许多本身条件不错的女孩，由于不懂得如何和男人交往，不懂得如何抓住男人的心，因此失去了一段感情，真的太可惜了。事实上，女人在感情上，要硬一点，因为两个恋爱中的人，本身是对等的，何必把自己的地位放低。

274.为什么人家说事业跟家庭很难平衡？

她很难平衡时间这是一个方面，她更重要的方面是性格的转化，对待对方态度的转化，因为你在工作当中，如果你是一个工作能力非常强的女性，你是不可能特别柔软的，你在工作当中要跟男人一起拼的时候，你肯定有很多很强势的东西，因为她其实最难平衡的是性格，就是如何转化她在工作中和在生活中的这个态度，她怎么不把她事业当中的这种强劲，强势把它转化到她的生活当中来，她怎么不把她生活中对伴侣的这种忍让，让步又放到工作当中去，因为一个人她要不停的转换角色，其实时间啊还有其他，但凡钱到位了都还好说，但是性格为人处事的态度每天要在两档之间频繁的去切换，这个才是最难的也是最难平衡的。

275.其实两个人结婚生活在一起，它就是 每天面对鸡毛蒜皮的小问题

要考虑的问题不是怎么改变他，怎么让他来成为你想要的样子，你如果想跟他结婚，你要考虑的问题是今天你在他身上列出来五点毛病，当婚后全部被放大，那么你还能不能跟他在一起，你考虑的是这个问题。所有的缺点你现在认为所有跟你不合适的地方，只会因为婚姻被放大不会因为婚姻而缩小或者消失，我经常会说一句话，结婚一定不是跟一个人的优点过，因为优点人人都喜欢，结婚漫漫的人生路，他一定是跟这个的缺点过，你能跟这个人的缺点过到一块去，你们俩才合适，所谓的合适不合适就是他的这个缺点你能不能接受能不能包容，这个就是合不合适的关键性因素，跟优点一毛钱的关系都没有，你要么想着容忍他，要么想着改变自己，不要想着改变他，因为他是不受控的，你能控制的只有你自己。

276.一上来就会给情绪价值的人往往她自己是不上头的

她自己是很上头的人往往她表现的形势表现的状态是比较冷的，因为这种人她内心在把你往外推，她害怕自己沉沦，害怕自己往下陷，所以她就会表现出一副很冷淡的姿态，想让你不停的来追，不停的对她好，当她足够感受到了你的诚意之后，她再开始慢慢的去放开自己，像这样的人她往往才是感情里面真正在投入的那个，但是那种一上来就能表现出很好的情绪价值的供给，她是有方法的才去做这件事情，一切都是在她的控制范围内的，因为她不怕自己沉沦。所有的人他都会希望对方很需要自己，他在感情当中一定会有一种需求叫做你更需要我，当你在表达很需要他的时候，也许他那一刻不会立马回应你的这种感情，但是你对他的这种需要会在他心里种一个种子，会引起他的重视。

277.优秀女人，你羡慕谁就成为谁，你就

朝着她的方向靠拢

你跟你羡慕的这个人之间的距离也许只有一公里，你不要强求自己去走一公里，我们可以只让自己走300米或者500米，当你离她最近的时候，你就离自己理想的生活越近。方向对了，无非就是距离的问题。

278.什么是个人价值、伴侣价值？

个人价值，个人能力，收入，社会贡献等，它是体现在工作，在事业方面的个人魅力，伴侣价值，外在条件，学历，情商，品味，性格，精神独立，如果我们跟段位比较高的人相处，一定是在伴侣价值上下功夫，你的外在条件，情商等，都是加分项，只有提升伴侣价值才能达到让对方心动的程度。

279.当我们情绪不好的时候

大多只能顾虑到自己的感受，我们就会变得自私，处理事情就会变得带有攻击性！

即使不带有攻击性，我们也会潜意识的选择逃避处理事情。而情绪好的时候我们的心是打开的，我们更愿意理解和接纳他人，并且有着更高的包容度。

一个成年人成熟的标志就是，不带情绪的表达自己的需求和愿望，当需求和愿望没有得到满足时，不抱怨、不攻击、不逃避，积极地想办法去解决问题。

280.纠正用小作文的误区：

小作文要在你和对方感情好的时候写，对方对你留余温的时候写，不要别人不搭理你了，拼命写小作文去挽回。

281.摆脱恋爱脑记住这么一个准则，

“用事实去判断，而不是用想象去推断”，任何判断都得找到依据才能成立。特别一个男人与你发生关系之前说的承诺，都是废话。千万不要太轻易上头。

282.怎么判断一个人的入设是否真实

三个字:聊细节。但凡上来只有成功的或者失败的结果，没有细节的，基本都是编故事。比如一个人说我原来投了一个户，挣了点钱。

作为成功的故事，每个人都有炫耀的潜意识。如果是失败的故事，他也会有懊恼和悔恨的情绪可以发泄。你问他是什么厂。在哪里，几个股东，每年营收多少，做了多久，你在里面负责什么业务，挣钱为什么不做了……等等。

一个细节反复问，反复聊，只有真实发生过的事情才有可能每次说的版本都一样。如果是编故事做人设，那么很多细节就会出现版本不一致的情况。这就是为什么很多人在同一个场合的时候，实力高下立见，因为有实力的人才有细节，而包装混圈的人只有故事梗概。

283.什么叫情绪价值？

情绪价值不是一味地关心主动，拼命地表达爱意。

每个男人想要的情绪价值是不一样的，有些男喜欢温柔的，有些男的就喜欢打情骂俏。

比如你对他打情骂俏，他就对你好。说明打情骂俏就是他需要的情绪价值。或者他在你温柔的状态下开启了你们的关系，你对他温柔就是他想要的情绪价值。

284.关于妈宝男

现在大家听多了妈宝男，都觉得妈宝男的男人不能嫁。但只要他妈喜欢你，他就是会听你的，你搞定了他妈，你就搞定了他。

“我妈说我说”就会变成“你说的对！”

285.我们在生活中会发现，认知水平越低的人，往往越固执。

她们遇到问题时，总是跳不出思维瓶颈，我们无论什么角度给她分析问题，提出建议，都会表现得极其固执，说什么都听不进去。

比如，遇到渣男，任谁都看得出男方在骗她，但她却坚持认为两人是真爱。任何证据摆在面前，她都不会改变主意，甚至认为别人在不怀好意地挑拨离间。

286.思维封闭女性的三大爱好：

管别人闲事，催别人生娃，哭自己命苦。

愿每一个女人能拥有独立的人格，温柔且有边界。

不把自己变成生育机器；不把自己变成异性玩物；不把自己局促在小天地里；不过早放弃自己的人生。

287.之前在奇葩说培训学了一个概念叫“推极”

讲的是一种辩论手法，就是将情况推至极端状态下来描述。我发现生活中这个概念非常有利于我们看清事情本质，当你还不知道该不该信任一个人的时候，你给他一次极端的信任，当他感受到的信任达到顶峰，你看他会做出什么行为，这个行为就可以作为判断他值不值得信赖的标准。当你还不知道一个人喜不喜欢你的时候，你对他表现出极致的喜欢，看看他给予你的回应是什么，你就明白努力有没有意义。这种方式虽然会面临当下的自我付出，且很有可能是收不回来的付出，但是却非常的节省时间成本，而且当你在极端结果中看清真相以后，就再也不会非极端的普通情况下摇摆不定了。

288.女人缺爱的特征：

内缩型：

- 1、对爱的强烈渴望
- 2、对自我否定，不接纳
- 3、对他人无限度宽容以及讨好
- 4、心底对叛逆有着无限向往
- 5、时常抑郁不快乐的情绪

外放型：

- 1、内心渴望爱却表现出独立，没所谓
- 2、一点就燃，喜怒无常，发泄过后无比空虚
- 3、总想得到别人的优待，不然就心生怨怼
- 4、性格又卑又亢，十分矛盾
- 5、间歇性情绪高涨，间接性抑郁空虚

混合型，两者兼而有之，更受所处环境心境的影响，相互转换。

289.对每个人来说，你跟别人的关系是你内心世界外在投射。

心理学上有一个与人相处的黄金法则:像你希望别人对待你的方式去对待别人。通俗点讲就是:想让别人对你好，你得先对别人好。你的焦虑点就在于你对别人好是有条件的，是建立在等价交换的基础上。也就是冥冥中执行了反黄金法则，我对你怎么样，你必须也要对我怎么样。

290.情侣感情再好，也不要说这三句话。

第一句：你看别人的伴侣，多好。

第二句：关你什么事。

第三句：随意说分手。

291.我们在挽回的时候需要分清需求感的

高低。

需求感的高低与价值感的高低是直接相互影响的，也就是说，如果你需求感过高，不惜贬低自己只求求全复合，这种行为不但在对方心中你的价值只会变得越来越低，不值得被珍惜。重点体现在一句话：主动权永远掌握在不在乎的人手里。

降低需求感，是增加对方投入的切入点，好比如，现在让他站在你面前，你苦巴巴哀求的方式他会感动吗？他会对你另眼相看吗？另一种方式是你走过去跟他说“我很爱你，可是如果你真不需要我了，我可以理解你，我也不想再打扰你，祝你幸福！”前者后者的区别就能体现让你在他心中的价值高低，更有利于你的挽回成功率。

292.你们有没有接触过那些“白手套”的角色？

他们就是“双面人”，对上毕恭毕敬、谨小慎微，对下暴躁易怒、气场压制。他们对刚认识不熟悉的人，极其的和蔼可亲、慈眉善目，他总能看懂你的喜好，让你如沐春风，且看似对任何事情都没有要求。然而往往能让所有人都舒服的。

人，内心就是要求最高的，因为他只有对自己极其的有要求，才能适应所有人的要求。他会在相处的过程中，不断的给你打分，看你的优势，寻找你的破绽，当你真的有求于他的时候，他就立刻会拿出最严苛的状态来对待你，让你站也不是、坐也不是。我挺喜欢跟这类人。接触的，跟这类人接触，前期很愉悦，中期很痛苦，后期会让你爱恨交加、飞速成长。所以，不要因为对方给你带来的舒适感受而放松警觉，也不要因为对方对你的压制而过早放弃，一定要边交朋友、边做事、边思考，与舒适搏斗，与痛感共存，你才会在人际关系中精进与蜕变。

293.养成男生没有的习惯

流程就是先进行提议，然后进行诱发，不断地淡化男生的负面感受，同时对男生的行为提出赞扬，增加男生的积极性。比如你想让男生陪你出门，可以从男生的利益点切入说：“今天天气很好，我想和你下楼走一走”然后把男生哄骗出门，然后进行下一步提议“觉得有点饿了，我们一起去吃饭吧”把男生诓骗到适合活动的场所。结束后对整个过程中进行正向反馈“和你一起出门真好，特别开心，以后还要多出去走走哦”。

294.《学会正向引导》

经典的一句话，这句话十个问题里九个都可以用上；“我妈妈说了，女人是可以没有爱情的，谁对她好，她就跟谁跑”也可以这么说“男人赚钱那么辛苦，他能够把自己那么辛辛苦苦赚来的，都花到一个女人身上的话，这还不能代表爱，那什么才能代表爱呀”

人跟人之间的相处，要往同一个方向去顺，人是顺毛驴，你要往你想的那个方向顺着引导，而不是跟个刺猬一样，别人只要是提到了一个好像让你心里有点不爽的时候，你一下子跳起来去怼他。其实你整个是一个拉扯、反抗、抵触，有什么样的人会喜欢跟这样的人对话呢？

你通过这样的对话真的能够引导到你要的方向吗？人家只会被你怼跑，你这个目的怎么还引导的出来。如果这个人不会吻合你的框架，你可以不聊，但你不要去怼，因为这个时候把你的自己的思想跟能量也会紊乱。

295.四种高段位渣男：

1受伤型：用以前受过伤，来包装冷淡，不付出，劈叉等行为。

2坦白型：今天和这个朋友玩，明天和那个朋友玩，好像说所有都告诉你了，但就是不让你参与。说起来是坦白，其实是让自己完全没有心理负担。

3喂糖型：一看到你就想到了我们小孩的样子。见到你第一眼，我连孩子吃什么奶粉都想好了。从而让对方以为自己是长择。

4画图型：只要我们两个结婚了，就给你买1000万的房，养两条狗。用一套未来美好的蓝图，来骗无数人。

296.谎报年龄的男人，不能处

谎报年龄的男人不是想白p，就是有婚史，或者现在就在围城内。总而言之，他就是有很多不可告人的秘密。他现在给你的，很有可能未来是会要回去的。因为这个头一开就已经把这个人的本质定性了，你可以录音或者干嘛。“你说你现在不给我多的，但是你得承诺你之前给我的那些，你绝对不会要回去”那些就是赠与或者怎么样，起码留一手。然后这个事尽快处理，尽快结束。不要为眼前的这波小利所牵制。

297.《向异地恋和马拉松say no》

一个是异地恋，一个是马拉松，这两种对于女生来说就是一种极致消耗。因为女孩子的青春真的是最宝贵的，你不能拿着你的青春去跟这个男的赌，除非是你自己不想结婚，那另当别论。

如果你把这个人当做你想要谈婚论嫁的目标对象，那么异地恋和马拉松是坚决不能接受的。青春被消耗了，你的最大价值就被削减掉了。如果你的年龄上去了，要是你的价值还能持续走高，持续上升，这个男的也不会不跟你结婚。否则你到最后不就是年龄上去了，什么价值都没有上去。

298.普通人如何设置自己的权利半径？

很多人的认知当中认为权利一定是跟自己社会地位，还有财富地位信息相关的。这个说法它也没有错，但它不是绝对的。从广义上讲，权利是你能够影响他人的一种能力，也就是说只要你能够影响别人的眼光或者是判断，那就等于是自己拥有了一种权利。喜欢你的人越多，那么你的权利就越大，当大部分人都喜欢你的时候，你就会发现一件奇妙的事情，那就是你自己形成了一种无形的权利，因为这些喜欢你的人都会因为你的喜欢而喜欢，因为你的讨厌而讨厌。

299.《要正确的使用好胜心》

好胜心是什么事？是我要变得更牛逼。所有的作用力最后要作用到我身上，让我产生更高的价值，让我站到更高的位置，这个才是正确的好胜心使用方式。

找个比他好的、找个比他牛的、找个比他有米的。随便哪个路径，他都能不爽，但是你爽啊，因为你把好的人弄到你身边来了，你享受到了更好的价值，你站上去了，你上台阶了。他这么个玩意儿都能出名，那我也可以，这个是正确的，而不是他虽然是个稀巴烂，但是他现在出名了，所以我要把这个稀巴烂据为己有，这个不是好胜心，这个叫做耽误时间，消耗青春，跟自己过不去。

300.《论磁场能量的重要性》

一个人最要去珍惜的一定是自己的磁场能量，你要知道自己散发什么样的磁场跟能量，你才能够去吸引到越来越多的贵人。如果你生命当中的每一个帮过你的人，都觉得你是一个非常心怀感恩的人，他就每一次都会帮你，你就会吸引到越来越多能够帮你的人。如果你每次展现出来的

都是戾气、一种贪得无厌、那么这个东西它就会形成你这个人磁场的能量，未来这种能够帮你的人就会远离你，因为所有的人他心里对你的评估叫两个字“不值”。

从一个人生命的长河角度上来说，你想要达到人生当中的至高点，必然是你有一个正确的发心在前面，你只有这样才会让你身边所有的人都觉得跟你相处是值得的。

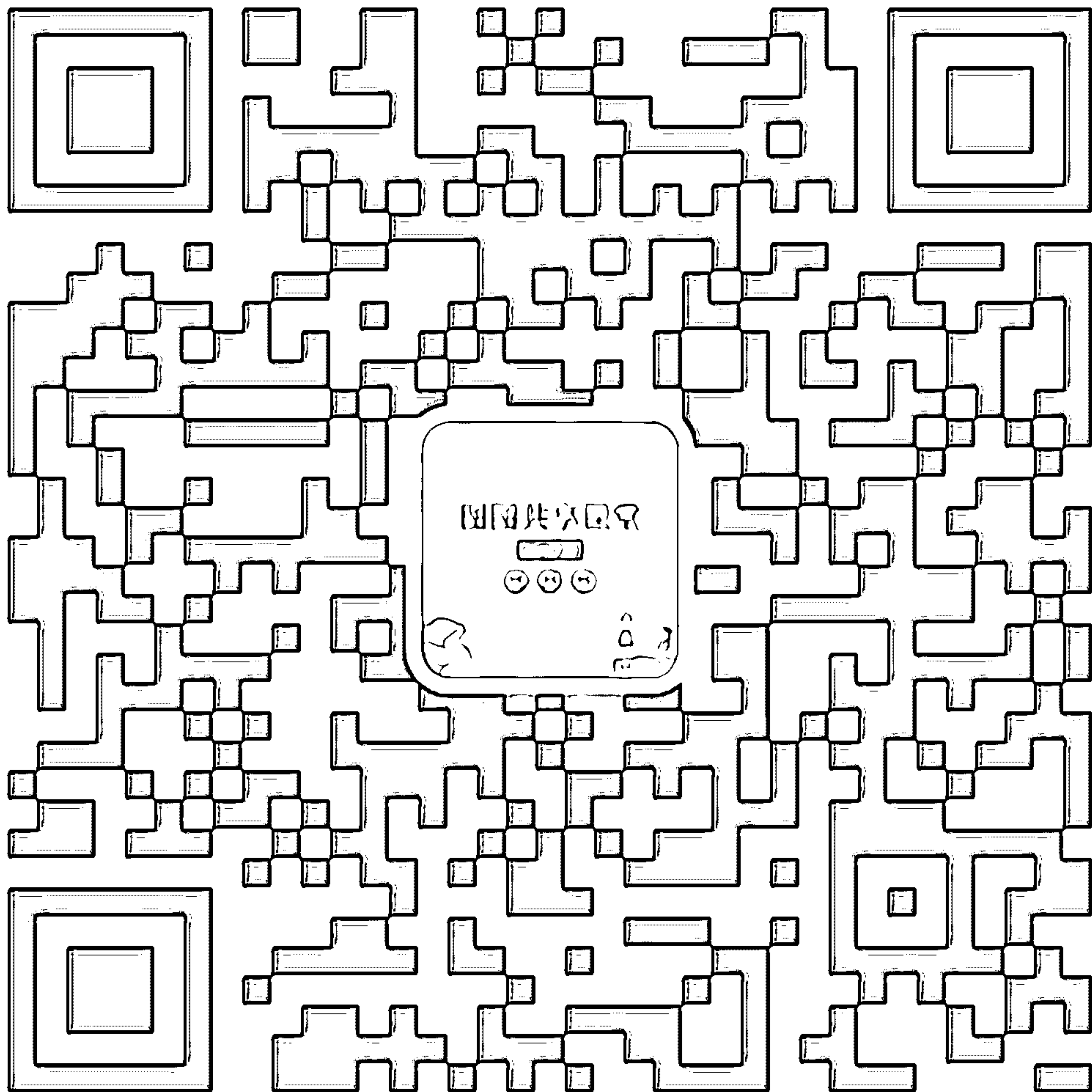
301.《如何成为一点就通，悟性极高的人》

悟性是反思的惯性，我一直会去看我自己成功的点位在哪里，我做的对、做好的、那些事儿是怎么发生的。其实我很早就开始接触社会，我开始跟大佬打交道，我听他们的想法、听他们的理念、然后慢慢的轮替掉父母给我的思想。

我没有一个大佬的原生家庭怎么办？我在外面去认识、去听、去学、去看，然后慢慢的把他们的这套东西给替换掉。想要让自己变成一个有悟性的人，就是在不断的反思、总结、提炼、然后升华。怎么升华？我要让自己变成一个更好的人，我怎么去做，而不是纠结我为什么这么差，只想着自己怎么变得更好，并且要去做。

302.《十年经历告诉我：沉淀，促使前进更有爆发力》

我在总结过去十年的时候，发现自己总是在有点小成绩的时候就沾沾自喜，有一点小成绩就不想搞了，我就觉得我证明到自己有能力了，再去下一个圈子里再去证明自己了。



就行了。

305.《跟自己的内心世界对话，不跟自己狡辩》

我非常喜欢做的一件事情就是自己跟自己的内心世界去对话，我不给自己找理由，我从来都不给自己狡辩。我能够非常坦诚的看见自己当下的情绪，我跟这个人在一起，我到底快不快乐，我到底能不能得到什么？这个价值到底足不足以让我现阶段去牺牲情绪也好或者是牺牲一部分的什么也好，我一定会非常清晰的去跟自己对话，不会自己骗自己的。

现在有很多女孩子太喜欢自己骗自己了。比如说这个男的PC成性，可是你说男人是不是都这样的。那如果都这样的话，我不如就这样跟他好了算了，就纯粹的麻痹，你已经在这个过程中被这件事情纠缠折磨，内耗这么长时间，你在跟自己对话的时候，难道你不知道自己的情绪有没有出问题吗？

306.《该不该劝闺蜜分手？》

在你们青涩的人生当中有没有经历过这样的事情？当你闺蜜在你面前哭的跟狗一样，你劝你闺蜜离开那个渣男，是不是没两天他们又和好了。然后那男的还叫你不要跟你那闺蜜玩。

人跟人之间的关系是有边界的，为什么我说“不问不答，不求不助”她没有到达真正强烈的要改变她生活状态的时候，你给她出的那些主意是没有价值的。只有她极度痛苦了，她才能够改变。她不走到那个痛苦的境地，你今天强行让她改变是没有意义的。我明明白白的跟你把这个事谈明白，谈清楚。但是放在你面前，最终的决定还是得你自己来做，你做了这个决定，你自己觉得起码在当下这个时刻，这就是我最想要的就可

以了。

307.《感情里不要黏黏糊糊》

经常会有些女孩子说：“别人约我，别人请我吃饭，别人老找我咋办？直接开价，人家要追你吧，你想开口，又开了个黏不拉几，不干脆，分就分，好就好，开口就开口，要米就要米，为什么非要在那裹着耗着，耽误的不是时间吗？你们的能量就是在这样的关系当中流失掉的，不要说每个人性格不一样，如果这个性格不能给你带来美好的生活，就请你改，对自己狠一点，别人就不能对你狠了，你对自己不狠，别人就会对你狠，只有你们这种黏黏糊糊的人，别人才会一直压榨你的底线。

308.《切记急功近利》

急功近利的本质是在于你没有理解到短期价值跟长期价值的不一样，你的急功近利实际上是在折损你的长期价值，并不是在增加你的长期价值。反复检查、反复校对、反复的核查每个细节，它就不出错。

因为你在急的过程当中，你必然会丧失对每一个细节的关注，你不可能不出错，到最后呈现的这个结果，它一定是跟你的想象有差距的。把人生的长线拉长去看价值，而不要一直去拘泥于现在这个项目，这一件事儿，一定是把所有的东西拉到你的生命的长河里面去看，你就不太会去急功近利了。

309.《如何利用职场不对称信息差，跳槽找高价值的工作》

职场的这种信息不对称，相差是很大的。但凡不是那种非常牛的岗位，需要猎头去找你的那种，你就不存在什么市场价值。可能同样的一份工作，在这个地方你只能拿15w，换一个单位能拿30w。关键看你敢不敢

自己当一个懒惰的人，这个实则是你在逃避，你在逃避在那些可以改变的点位上去努力。

312.《要面对自己的一无是处》

当一个人说，我是一个善良的人，那他必须是懂得怎么不善良，然后他才能不轻易使用他的不善良，这才能称作一个善良的人。如果他不懂得怎么不善良，那么他这不叫善良，叫软弱。如果一个人说我不爱钱，前提是他拥有过钱。如果他没有拥有过，他说他不爱钱，这个只能叫吃不到葡萄，说葡萄酸。达不成目的，没有手段，没有办法目标导向，没有技能，没有就是没有，不行就是不行。首先是面对自己的一无是处，你才知道自己从什么地方开始发力。你连自己都没有办法清醒的认知自己的时候，你连自己都骗，那么你就永远无法成长。

313.《不要跟男人一起给自己画饼》

现在男的给你们画饼的，只是把那个面给你们摊上就行了，后面的那些步骤全部是你们自个儿完成的。男方表示:我跟我媳妇关系不好，你们马上就开始脑补他要掰了，他掰了他就要跟我好了，你把娃的名字都想好了。这个男的他就只是说:我是做工程行业的，你就开始想，工程行业未来说不定还能赚很多米呢，他虽然现在没有给我付出，他未来可能会给我付出的。别人只需要把这个面坨子甩出来，你就帮他把那个面糊完了、摊完了、烤完了、你还给他撒芝麻，你自己一个人享受饕餮盛宴。其实啥都没有，就算有跟你也没关系，因为他没有花在你身上。

314.《把重心focus在自己的领域里做强做大,没有真正的输》

年轻女生特别喜欢有胜负欲，人的精力是有限的，当你把别人当成对手的那一瞬间，你就已经输了。如果你没有选择我，只能说明你配不上，因为我所有的精力都只放在我自己身上。你对我有价值，我能用你我就用，你对我没有价值，你想跟别人怎么样或者别人要跟你怎么样，我都不在乎。

当你们没有自己的主线来发展的时候，就不知道自己的注意力应该放在哪，别人不把你当对手，你把别人当对手，你还有什么胜利的空间可言呢？在你自己应该去focus的这个领域里边把它做大做强，做穿做透，不管你在别的点位上怎么厉害，我有一个点位对你造成始终碾压，我就没有所谓的输这个东西。

315.《千万不要在男朋友面前，轻易透露出朋友的缺点》

人是要靠人抬的，你的朋友是什么样的，你要在别人面前只展现她好的东西，千万不要去踩你的朋友，薇芯：yxsk2022，你只拿她的优点说事儿。在你跟这个男生的关系没有进入到一个非常平稳的阶段之前，都不要让这个男生知道你身边的朋友有什么大的问题，只让他知道你身边的朋友怎么有能力、怎么好、婚姻怎么幸福。

一般大家上来都只愿意展现自己的优点，这个时候你怎么表达就很重要。如果你老是想要去有心无心的情况下，去踩你朋友一脚，不想让他觉得你的朋友比你更好，那这样的话就不太好。因为人一定是会去类比的，他就会觉得你的朋友有这个毛病，你多多少少也会有点，那对于你们的关系发展就非常不利了。

316.《你清楚自己的角色定位吗？》

当你对于一个男人有着非常强烈的物质诉求、资源诉求或者情感诉求的时候，你是没有谈条件的空间的，这个时候你能够做的就是把你展示

好，而不是让他良心发现，去切断所有的莺莺燕燕，从而只关注你，这对于一个财富量级很大的男人来说是不可能做到的。

你们之所以会把一副好好的牌打的稀烂，就是因为太高估这个男人对你的感情了。他是这段感情中掌控者，拥有绝对话语权，在这段关系里其实你是没有谈判权的，所以，一定要清晰自己的位置和身份。

317.《所有的爱和喜欢，都是有前提条件的》

大部分的女生她总觉得因为喜欢才会发生，因为想结婚才会在一起，她总觉得是这么一个顺向思路。其实男的就是说只要有个女的就比没有的强，他不能让自己放空档，他有这个事儿可以那个，他就不能撒这个手.因为他们把恋爱对象跟结婚对象分的特别清楚。

所有的这些关于爱与不爱，喜欢不喜欢，最终都要落实到具体的条件上面。你长得好不好看、身材好不好、家境好不好、收入高不高、工作稳不稳定.在男人脑子里，他一定会规划出清晰的条条框框，他们一定是很落地的，很务实的。但是女人谈的爱与喜欢是一种极为抽象的概念，所以这两个人之间，这个信息差距产生了。

318.《要么赚米，要么择偶，目标倒推行为》

赚米是赚米，择偶是择偶。你是去一线城市赚米可以，你要说去一线城市择偶没必要，你们喜欢混淆这两件事儿，你们要不然生命怎么走Z字型呢？择偶是要趋向于稳定的这个方向的，是要往长择方向发展的。搞米就是我不管是干嘛，我找男的，还是搞事业，还是跑厂子，都是以搞米为目标，我米到口里兜里完事。

你要想通过择偶跨一阶级，你就在二线城市，这事也能完成。二线城市还多点竞争力，你到了一线城市，你的竞争力还会被削弱。你还是等于时间进去了，你竞争力还会被削弱，所以你的目标要清晰，我们以目标来倒推你现在的行为。

319. 《对婚姻有执念的你为什么单身？》

为什么你们20几岁的时候没结婚，就是眼高手低，总是希望把所有的东西看得一清二楚楚，明明白白的再往下处，那是不可能的。

所有的人都是有缺陷的，所有的关系都是需要互相磨合，互相调整的。是不是你对于男人的有些要求真的有点苛刻，你能不能再多给别人一次机会，否则你就放弃对婚姻的执念，不结婚也能过。又要婚姻又有执念，又保守着自己的那套规则不放，然后你自己又不愿意轻易的去开始一段关系，来锻炼自己的恋爱技能。只要他这个人大的条件OK，然后有自己底层的价值观，这个人还蛮负责任，还比较善良。如果你跟他的感情往下推进的话，你可以去影响他，慢慢去磨合。

320. 《对待不同层级的男人，都要表现出极致的尊重》

你们跟任何男人接触的时候，无论他是一个什么样的人，一定是要让别人觉得你不卑不亢。对于一个条件一般的人，我也要表现出对你的关注、热情和尊重，我自己觉得条件非常好的人，我也一定要表现出一种，我不害怕失去。但是，我一定也尊重你的意愿。底层的逻辑是对每一个人的尊重，你们这个尊重要把它体现到极致，“千万不能是我崇拜、敬仰、轻视，或者是不过如此”，我对任何一个生命体展现出来的一定是极致的尊重。

每一个人，当他感受到自己非常被尊重的时候，他才会跟你两个人放下戒备的去交流，你才有机会去深入。很多时候你们自己都没有意识到，有点挑挑拣拣，有点看人下菜，你给别人那个感觉缺乏尊重。无论是什么样的一个对象，你一定要给他感觉：你真的很不错，但是呢，你做的不好的时候，我一定会明确指出的，我一定会方方面面的给你看到我的框架，我的原则，我的底线，但同时给你展现我的极致尊重，把自己这个状态要搞对，别人跟你处了才能处舒服。

321. 《只撩不追的秘诀是什么？》

女孩子不要轻而易举的去告白一个男人，如果这个女孩子是在他的择偶框架内。为什么我经常说女生只撩不追呢？男人是天生的猎人，当你让他感知到你是他有可得性的这么一个女人，同时你还在他的择偶框架内的时候，基本上你撩一段时间之后，他就会反扑。但是你撩着他还不反扑，他也不想主动推进关系，那么大概率你去告这个白也只会是闭门羹，你就撩你的，大家开开心心玩，增加相处的机会，增加你的曝光率。

这个时候一定不能只有一个操作对象，一定要有多几个操作对象，要慢慢的钓，让他天天在家琢磨你，你就赢了一半。然后你再慢慢的让他觉得，你好像还蛮受欢迎，还蛮优秀，喜欢你的人好像还蛮多，他自己的心态发生了变化了，再让他来拿你。

322. 《关于在社交软件交友的小tips》

我作为资深的社交软件使用者，方式方法给大家分享一下：你们在社交软件上认识的男生，我建议你们第一次见面不要吃饭，哪怕是对方要请你吃饭，我都请你婉拒。

其实每一个人他都会有一个成本核算概念，有些人他在平台上他的照片还有资料都是被包装过了的，那也就意味着他会很在乎吃饭的价格成本，他的目的性就会非常之强。你不知道对于这个人来说，他能够接受的成本是多少，因为很多男的，当他目的性极强的时候，他上来可能会打肿脸充胖子的去带你吃一个略微高于他平常消费水准的饭。如果说他跟你聊天的感觉，或发现你不是那种当天能够被他拿下的人，他就会非常愤怒，然后这个状态会严重影响到你的磁场。

所以建议一个小时见面最合适，比如一个下午茶，一杯咖啡的时间，足够让你明白有没有必要跟这个人吃饭。

323.《性格不好，该不该改？》

当你意识到自己的某一个性格有问题的时候，我的建议是改。如果你的性格，给你的人生拖后腿了，你却不改，却沉溺于这个性格，那么只能说你未来的人生就不会有任何改变。为什么历史总会重演，因为人没有变，人变了历史就不会重演了，过去的这一切它就不会发生了，你就会走到下一个风景了。

一个人能够容许自己去走回头路，容许自己被杀价，那也就是坚定不移的说明这个人就是懒惰，而且野心跟能力极致不匹配。有些东西你们必须要学着对自己狠，不断突破自我的人，他就是一个能够一直往上冲的人。有些人动不动就想要回头路，动不动就后悔了。我去强行干涉你的命运，你还是做不到，为什么我会跟你说这件事干不成，其实底色都是性格决定命运的。

324.《做生意的核心逻辑是什么？》

我不停的招揽新客户的时候，尽量维稳老客户，而不是说当老客户他的消费力已经没有支撑了，或者说他有了新的喜好了，我还非要去强行

留住那个老客户。开门做生意，就是要永远维持好自己的服务水准，那么你就永远都不缺客户，只有源源不断的新客户，你这个店才能越做越大。

如果这个客户现在是频次消费高的，我现在肯定要跟他高频次的联络，这个人他的消费频次降低了，跟他低频次的联络。如果这个人在我最困难的时候，他给过我很大的帮助，那么我每一年我去问候一次。

所有的关系，所有的事儿都放到你生命的长河中去看待。你要知道我现在做的这个动作是为了我越来越好在做铺垫的。你一定要相信，你跟这些人做出的每一点真诚的链接的动作，在未来的某一个时间节点，最后都会以一种方式方法回馈到你身上的，所以做好自己就可以了。

325.《不以婚姻为前提，以目标为导向引导付出》

当你把婚姻做前提的时候，双方内心都会有障碍，把关系往下处是最重要的，为什么要把关系往下处？必然是我能从你这得到什么实惠，我的嘴巴永远是目标导向，我的目标不是婚姻，我的目标是让你付出。

实战话术“原来你是一个方方面面都这么好的一个男人，当一个男人带着孩子当爸爸真的很不容易，我自己带着个孩子，我特别能理解你的这种不容易。我现在找男人需要一个有责任有担当的，让我生活的轻松一点就很心满意足。我自己有什么事儿，或者我儿子有什么事，他能帮衬一下的，我看到你对你的儿子那种态度，我觉得我有的时候在想，要是我的儿子有一个像这样的一个依靠也挺好的”

所有的东西就是我要让你为我付出这个角度上面去引，那么他把动作做出来了，再看后面怎么发展到婚姻，这个才是重点。

326.《选着了谁，就要相信他是你的爱的人》

你们不要吃着碗里的，看着锅里的，这个日子是过不好的。很多时候人真的是选择大于努力，两个人既然选择要在一起。我们首先是要选择相信这个人就是我爱的那个人，你才有可能把这个日子理顺了。你们两个人都不选择相信对方是自己爱的那个人，你俩都是分裂，两颗分裂的心在一块儿，它是过不明白的。我选择跟什么人在一起，我就认为这个人就是我最理想的选择，而不是说我跟这个人在一起，我跟有钱的人在一起，我想要是年轻的肉体，我跟年轻的肉体在一起，我想要的是有钱的，那你的人生永远都过不明白的。

327.做一个内核稳定且自信快乐的人，需要遵循两个原则：

- 1.不为无法验证的事情辩驳。比如别人说你是个花心的人，那么你无需陈述你有多么专一，因为你无法举证，就算你讲了很多事情试图证明你的专一，因为对方无法看见，只能听你说，所以对方依旧可以选择不相信。而解决对方的不相信只有两个方式，要么用时间和行动证明，要么换个相信你的人。这个是稳定之本。
- 2.不为无法改变的事情焦虑。比如你的出身、年龄、感情史和已经发生且成定论的一切，都只选择充分接纳，并且只想基于这些既定事实，后路怎么走，只对未来还可以改变的事情进行思考，那么就没有精神内耗。这个是快乐之本。

328.一个恋爱脑的女人，迷恋一个事业脑

的男人，那注定就是被虐的死去活来。

他这一生最大的快感就是来自于事业上的成就，哪是什么爱情。女人最喜欢追求爱情，你为了他抓心挠肺的时候，他在搞事业，他在撩别的女孩子，他绝对不可能像你想他一样想你。

那种精力特别旺盛、人生高度自律的人，都不可能在感情里滋养另一半，他们所有精力都是拿来成就自己的。

用事业脑谈恋爱，用恋爱脑搞事业。谈容易的恋爱，做难做的工作。你的人生肯定顺遂不少。

329.《管理好自己的预期，不要把承诺当回事儿》

不把别人的承诺当回事，需要不停的管理预期。只有把自己的预期管理好了，才有可能保持情绪平稳的状态，才能够用目标倒推我的行为、语言、情绪。

被对方的承诺无形拉高预期，心态一定会波动，没有办法非常理性的以目标导向。如果你想跟他两个人长相厮守，是什么让你们俩长相厮守，是你们在把每一分每一秒处好了，他就只想跟你长相厮守。

330.《要么赚米，要么择偶，目标倒推行为》

赚米是赚米，择偶是择偶。你是去一线城市赚米可以，你要说去一线城

择偶没必要，你们喜欢混淆这两件事儿，你们要不然生命怎么走Z字型呢？择偶是要趋向于稳定的这个方向的，是要往长择方向发展的。搞米就是我不管是干嘛，我找男的，还是搞事业，还是跑厂子，都是以搞米为目标，我米到口里兜里完事。

你要想通过择偶跨一阶级，你就在二线城市，这事也能完成。二线城市还多点竞争力，你到了一线城市，你的竞争力还会被削弱。你还是等于时间进去了，你竞争力还会被削弱，所以你的目标要清晰，我们以目标来倒推你现在的行为。

331.如果你想要跨越阶层

你首先要做的第一件事情就是控制自己的物欲，奢侈品可以买但是它只能占到你的钱的很少的一部分，而不是说你一个月5千的时候，你把这5千都拿去买东西，一个男人突然一个月给你5万了，你把这5万拿去买东西了，你走这个路线的女人是一定会被拿捏的，因为他一旦给你断了粮，你整个生活上去容易你下来就很难，这个男生他就会拿捏死了你这一点，我前面都给你这么多了，难道你会离开我吗？你反正每个月都在拼命的花，你在这个生活水平你被拉的这么高，你怎么下得来呢？如果你的命运给你发了这样的牌，给你找了这样的人，你一定记得永远都是在他们身上找自己的傍身之本，这个是最重要的。他之所以可以随时后撤是因为他已经深刻认知到他已经把你养肥了，你已经无法离开了，你恨不得别人像个暴发户一样一给你，你全身上下都搞上。不是说你现在花了你源源不断的进账，都是自己心甘情愿的把自己的主动权交到了别人的手上。

332.如果说他本来就是一个很阳光，脾气也很好，情绪也很好

他对自己是很容易有满足感的，他是很容易自我欣赏的自我肯定的，他

是一个正向的能量，但当他跟一个浅象对他造成了这种pua的人在一起的时候，由于你的情绪波动的巨大，你暴躁的行为会导致他慢慢的不知道自己怎么做才是对的，要怎么做跟他在一起你才会开心。当他对自己行为感到迷惑，感到混乱的时候，他也会开始推翻他原来的那些行径开始进入到一个新的行径轨道里，他的情绪就会开始变得不受控，他也开始变得很爆率，开始患得患失，时间一长，他也开始自我反思自我反省，开始意识到这样做是不对的，我不能沉侵在这个环境里。他发现跟你在一起以后没有原来那么好了，他不希望自己继续沉寂在这样的关系里然后让自己变得越来越不好，所以他要逃离这段关系。如果你要挽回这段关系，你要变成一个知道怎么正确的去处理自己的情绪问题的人，你要知道怎么才能够在自己最有情绪的那一瞬间压制自己的情绪，不用那种非常难听的语言去贬损别人的自尊心的这么一个人。你们的关系才会有修复的可能。

333.价值补位

当一颗参天大树在森林里边的时候，它只不过就是很多大树当中的其中一颗，但是如果你把这颗大树移到了自家后花园里面种上，那么他就会成为你家里最震撼的一处景观，这里就是我一直给大家提到的一个概念“价值补位”，也就是当你身上最大的价值对方没有而对方有特别喜欢你这个价值的时候，他就会把你这个价值无限的放大，这个就会成为他眼里的稀缺价值，而当你身上的最大价值跟对方的最大价值是差不多的时候，那你们之间就没有所谓的价值补位了而是价值重合，所以你自然而然就不会被最大化被对方珍惜了，这就是为什么很多年轻的漂亮的小姑娘跟一些同龄的普通男孩在一块的时候还会被对方百般的打压，但是呢当她选择了一个年长一些的优质男性呢，对方还会把她呵护在手心里，那就是因为你的年轻漂亮对这个人来说形成了一种价值补位，所以大家明白了吗？当一个普通的人不爱你的时候可能并不是因为你不够好而仅仅只是因为你身上的这个价值可能对他来说并不是他最需要的或者最稀缺的，然而当你找了一个比他优质很多的男性的时候反而人家能够对你很好。所以我们要做的是不断的打磨自己的优势长板，然后再找到最需要你这块长板的对象，这样无论你找到的这个对象再优质，他都会

觉得遇见你是他这辈子最幸福的事。

334.一个人只有能够理解和接受世界的无常

去掉执念的时候，才可能进入平和的一个状态，这个时候你已经准备好应对最坏的状况，同时又迎接最好的情况发生。我们的内心会变得无畏而从容，做任何决策都非常合理，不再会为没有发生的事情而焦虑或者患得患失，可以很好的驾驭自己活在当下，我们变得比以前任何时候都要稳定，因为我们的能量不再被不确定性所牵扯，专注于每一个当下的瞬间，都是我们人生最完美的横切面，我们不再为未来而恐惧，不再活在将来，无视当下，而是真正的活在当下，勇敢的去面对未来，创造更美好的生活。

335.当你在说“但是”的时候，

你已经开始自欺欺人了。你不要拿十万个但是跟我说“我因为这不能离开，我因为那不能提分手，但是我条件也很好啊，但是我觉得我配得上他啊”所有的但是的后面跟的是你认为，你在这段感情里应该有的话语权，你认为你在感情里应该能够使用的工具，实际上你这个“但是”后面但凡有一条能有用，但凡能有站得住脚，但凡有一条男的认，其他后来你所有的设想就不会有了，你认为的条件好，这个男的觉得你条件好又怎么样呢？我还能找到条件更好的。你所说的这个但是能不能推动出你的目的，推动不了的情况下，是不是所有的这些但是后面跟的全部都是你自认为可以成立，实际上啥都不是的理由。你心里已经把这个事情过了一万遍了，你已经想好了一万种办法了，并且你也实施了，但是为什么最后没有结局呢？没有得到你想要的结果，这才是事实的真相

336.往往一段阶级差距比较明显的感情都是从你患得患失开始失败的

绝大部分的女孩子在跟男生有很大经济差距的时候，这个男生喜欢她以后呢，她就特别想把这个男生搞定，她就特别害怕这个男生跑了，然后就会做出非常多错误的行为，因为你的心态是畸形的，你在心态畸形的过程中你会过度就任何东西你都做不到恰到好处，任何东西都是过度，你就不自然。然后到最后要不就是对方他已经感知到了已经看不上你了，你实在是跟我差距太大，你过度以后他也会认为你配不上他，当这个男生他都已经认知到你觉得配不上他的时候，那么你在他眼里已经不值钱了，所以说对待这段关系就是不要想结果，越想结果错的越多，就是享受当下，把当下这段感情给维系好了，即使未来不能在一起，你们也永远是很好的朋友。

337.如何把自己的外貌当武器

这句话不能讲，有一句话叫美丽加什么才是王炸，唯独不能单出。当你在北上广深这种城市的时候，你会发现美女加任何一项技能是标配不是王炸，真正厉害的人她是不能够把自己的美貌拿出来说话的人，你不能觉得自己很美就怎么样，你也不能觉得我很牛就怎么样，我有技能又有美貌就怎么样，你一定要把自己的心态放平和，因为你会发现所有的竞争者她都是美貌加一项技能。高级的美女是弱化自己的美貌，我不知道何为美，我就是很正常。但是旁边的那一项技能或者那几项技能越明显你的这个美貌就会越突出。如果你想拿美貌说事吃饭，那你得美到惊为天人的境界，你才能说我拿美貌做武器。所以女生还是要修炼自己其他的东西，尤其是你的情商跟你的见识。

338.其实很多女孩子都是这样的，因为经

历过优质对象，于是他在往后找的时候， 要求也会越高

其实好的男人当你没有把握住的时候是因为你的驾驭能力不够，之所以会失去了后悔有两个原因：第一是因为你自己没有进步，第二是因为那个好的你驾驭不了。如果不是因为你自己的能力驾驭不了，不是因为你的能力没有持续的提升，你是不会因为过去失去的东西而后悔。女人但凡自己能混的好，她是不会去想过去的那个男人我没有把握住的。既然你连80分的一个男人都没把握住，90分的男人又如何把握住呢？女人懂自己吗？正是因为她不了解自己，她认为自己还能接受差一点的其实她并不能，只要有一点点差距她就会拿去跟上一个对比，她说我能接受不那么好的男人，实际呢她接受的了又怎么会跟上一个分手呢，那是因为上一个不具备上上个的优点，她才跟他分了手啊。

339.这段话送给还在焦虑，迷茫的菇凉们。 你每天的迷茫就是来源于什么呢？

就是我一直处在这个生活闭环里头，这个闭环其实我是不满的，我对很多东西的不满我又有有点安逸，它又在我的这个舒适区域，所以说即使我有不满，可是我很难说服自己去改变，然后就一直沉浸在这个不满的里头持续迷茫着，所以你必须要把你现阶段的这个闭环先环斯开一个口子，比如说你一直跟你妈妈住在一起，你现在搬出来，你搬出来这个就是你生活撕开了一个口，虽然说会面临一定的不舒适，会灌进一定的不舒适感，但是这个时候才是你的生活真的开始调整开始有变化的时候，你必须把你现阶段的生活状态里边有一个环节把它打破，你这个闭环才能打开，你才知道还有什么可能性。我还会遇见什么，还会有什么改变。

340.人际关系是你能力其中的一个部分

你没有具备处理人际关系的能力本身就是你能力的一种缺失，无论是在职场还是生意场上面，无论你是想创业还是工作都是一样的，人际关系本身就是工作能力的一个部分，你只有站在非常高的高度的时候，你才有资格说我不需要对下的人际关系，但是你任何时候都要处理对上的人际关系。《金贵的关系》手把手教你如何抓住身边的人脉，换取真金白银，会帮助你构建成一个更加广阔的世界观，从更为宏观的视角看到自己向上的路径。通过课程的学习你会发现，它关乎情感，又不仅仅停留在情感，它更像一套玩转于人际关系，高能社交的情商课，让我们通过正确的思维框架更加高效地投入实践，从而获得属于自己的理想生活。

341.情绪+语言（行为）=目的

我们一定是在一个什么样的情绪下面，然后说出什么样的语言，或者做出来了什么行为，最终达到一个什么样的目的。只要我知道了其中任意两项（语言/行为），我就可以推导出剩下的那一项，情绪跟语言它是可以包装的，它不一定是真的，但是我们的目的是不会伪装的，我们要如何达到自己的目的实际上就是无限的去增加自己脑海当中对于别人情绪还有语言的记忆，然后知道在什么样的情绪表达，什么样的语言表达下，能达成这个目的。当我们抱守着自己的目的的时候，我们需要展现出什么样的情绪，当你们的语言跟行为是被情绪推动而不是被目的推动的时候，或者当你们的情绪也不是被目的推动的时候你们就达不到这个目的，这个我们就叫做“换位思考”

342.男人是一种很奇怪的生物

他一边想找一个能受他掌控的女人，一边又想找一个精神境界凌驾于他之上的女人，他希望你行动上受控于他，但是你在思想上是超越他

的.要么你不要说话，什么都听他的，一旦你要发表你的意见，你就要讲出让他心服口服的话.他在这一瞬间就会更爱你，他认为你是行动上臣服于他，精神层面高于他的时候，他会认为他掌握了一个高级的女人.所以说任何时候都要不断的去修炼自己的精神世界，不断的去扩宽自己的眼界.平时不涉及到任何原则性问题，我可以给到你充足的情绪价值，你要让他觉得我把一切看在眼里但是我笑而不语.一旦遇到一个非常严肃的问题，我所表达出来的内容要让你心服口服.我指出你身上问题的时候都是掷地有声，他在产生一个行为的时候，你要把他行为背后的逻辑点穿，只有这样，这个男人才会打心底里尊重你。

343.感情当中的风水是两个人共同创造的

对方年入百万首先他具备这样的能力，而你为什么不在未来给予他更多的能量?一起进步，两个人一起互相帮助创造更美好的生活，生活的好是两个人共同创造的，不是他一个人的事儿，对方有这个能力，你要给他信念感，我选择你是因为你有这个能力，你能够给我更好的生活，我也相信我们两个人未来能创造更美好的生活，你们两个人不断的去寻找这种正能量，正的磁场，把两个人的磁场调整到最好，你们的关系，你们的生活才会越来越好，而不是陷入对未来还未发生的事情而焦虑。

344.经常有宝宝问我，如果我的朋友跟我说我们共同好友的坏话，我该如何回应才显得情商高？

今天我给大家分享一句我为人的slogan，真正的高情商一定是源于对世界万物的怜悯之心，当你的朋友来跟你说其他共同好友的坏话的时候，很多人会认为我是不是要迎合她一起跟她去说朋友的坏话，这种做法肯定是错误的，因为你今天说出来的每一句坏话，日后都有可能成为别人

拿捏你的把柄。那如何在此时此刻赢得你在这个朋友的好感，同时还能够不埋下未来对你自己的隐患呢？

如果你这个朋友跟你说共同好友很小气，很扣，这个时候你一定要去站在那个怜悯共同好友的角度然后告诉她为什么她是这样的一个人，形成这个人的性格特征的成因是什么？

这样回应对你来说有三个好处，第一：你此时此刻没有变成跟她一起说别人坏话的人，没有给自己留下什么把柄。同时你讲这段话完全也是基于事实，她也会认同你这个观点。第二：她也会觉得你说这个话的时候是带着怜悯之心，带着慈悲为怀的心态。第三：当这个话传到你们共同朋友那里，她也会觉得你是一个善解人意的人，只有你才是理解我的。

345.认清自己的身份和定位

你坐在什么位置上，你扮演的是什么样的身份角色，你就用什么样的态度说话，什么样的语气说话，什么样的要求可以提。这些东西是你要先有了自己的身份定位以后才能够正确的表达，很多人都是因为对方对我好而高估了自己在这段关系当中的价值，一个爱你的人，一个对你好的人，他会让你对自己产生误判。会误以为自己在这段关系里占据了主导地位，你会误以为在这段关系里面你有充足的价值向对方提要求，其实对方对你的好以及付出让你膨胀了，你才会对他提出这样的要求。如果你的心态一直放的很平稳，你就知道如何正确维护好你们的关系。

346.不同年龄阶段的女性要展现出不同的状态来吸引在你这个阶段你看得上眼的男人

就是我们平时讲的平行择偶跟向上择偶，如果说我是向下我就是降维，我不需要技巧。比如你才20出头，你所变现出来的状态就是清纯可爱，心里没什么负担，如果你上升到28~30岁，这个阶段你就要风情万种，你的眼神，你的语气，方方面面你都能够调动这个人的情绪，年龄在往上40岁了。这个时候你要做到冷暖自知，我所展现的出来的状态就是跟年轻的女孩子不一样。我能够一语击中，能够说到你心里去。我能够理解你坚硬的背后有多么的不容易，我就是是一个很温暖的人。

347.今天直播中断的时候说的男人出轨的两个高发期：女人孕期和女人绝经以后。

这两个出轨时间都是跟夫妻生活的突变、异常相关的。前者是因为很多夫妻在孕期是不会有夫妻生活的，后者是因为女性生理上会变“干”，这个时间也正好吻合了男性所谓的“中年危机”，男人逐渐退出事业一线，在外部信心和内部“性”质量双向下降的基础上，也就刺激了更多想要寻求新的刺激的心态。

知道是怎么回事了，我们也就能以一个更淡定的心态来面对一些变化，或者提前做一些预警，在有苗头的时候做出充分沟通和寻求解决方案。这里不做任何对错评判，我们只陈述一个事实，大家理性看待喔～

348.当对方成长的时候，你开始焦虑了。

你要让他觉得他虽然是千里马，但你才是那个伯乐，人在任何时候都要时时刻刻的能够找到让自己有优越感的点，而不是不断的去让别人有优越感，然后你自己不断的在产生自卑情绪，这样的自卑情绪不仅仅对你们这段关系没有帮助，而且还会让你们这段关系走向灭亡，所有这种不好的东西，它都是有一个不好的心态引发出来的，当人的心态很平和的时候，你很坦然的在接纳现在生活给予你的美好的时候，你不会觉得自己有缺失感感到焦虑。产生焦虑才是引发你们感情出现问题的点，对于

他来说，最重要的是在他成长快速的时候，有一个人在陪着他，有一个人在一直鼓励他，在一直支持他并见证了他的成长，这个就是他很大的一个情绪价值的来源。

349.如果说我被爱情或者说被男女关系所拖累

，那么他就会影响我达成其他的目的，达成我人生中更重要的目标，我要让自己的能力跟欲望都变得可控，我既能享受他的同时又不能被他所牵制不被他所拖累，你的勤奋，懒惰，贪婪，欲望，它都是心性当的一个部分，一个人终其一生其实做的就是一场修行，这场修行就是对于你的每一项能力每一项欲望的一种掌控能力。

350.这么多年我总结下来的一条：只要我能让对方舒服，对方就不会离开

99.9%的人他们都是想在一段快乐的关系里，我讲过“温水煮青蛙”那个青蛙为什么会被温水给煮死了，温水就是舒适区，温水就是快乐，简单的快乐与舒适，你们过于纠结于说我会不会低位，我能不能高位，我该不该付出，他该不该付出，其实这个叫做细节，大的框架就是我们想要成为让彼此舒服的那个人，只是说在你让他舒服的这个过程当中可能他依然会三心二意，可能他依然会心猿意马，但是当他面临你离开的时候，当他面临舍弃的时候，这个时候他会回头来衡量离开你这潭温水的成本，长时间这个人在温水里头泡着，他会懈怠，因为他觉得这已经是属于他了，他也会骄傲，懈怠了骄傲了他的弱点就来了，很多东西就叫大道至简。

351.一个人爱上了你才接纳你所有的缺点，

而不是因为接纳了你所有的缺点才爱上你，所以说你跟一个人相处的时候，首要任务是让他爱上你，而不是让他了解你，如何让一个人爱上你一定要展现你的好，美好的东西才让人爱上，没有人会爱一个人的缺点，是因为爱你才包容，任何你觉得有可能产生疑虑的东西都要全部收起来。我觉得爱钱不是什么问题，当你把这个价值观拿出来分享的时候，对方不一定会接纳，有的人他能接纳，有的人他不能接纳，那么这件事情他就有风险系数存在，在对方没有爱上你之前，就不要干这种有风险系数的事情，他只有上头了才会变得盲目，他不上头，会把你身上所有的东西看的清清楚楚，那他凭什么接纳你呢？

352.在我身上发生的所有的事情

遇到的所有的人全部都变成好的事情，其实就是转念，就是所有的东西，你要换一个念想去看待它，把它变成一个好的事情，只有把它变成一件好事情的时候，它才能给我带来正向的能量，如果它是一件坏事儿，就会消耗我的能量，所以我们每个人每一件事情在发生的时候，我们要试图让这件事情变成一件好事儿，试图让这件事情变成一个好的能量，正向能量，这样我们就会越来越阳光，我们的磁场能量就会越来越好，吸引到的就是越来越好的人。

353.我经常 would 跟大家说控制我能控制的

不要为我不能控制和不能改变的事情焦虑，因为这种焦虑毫无意义，只能内耗，你只能改变你自己或者控制自己，如果想缓和跟对方的关系，要么改善跟对方的沟通方式，或者认清事实及时止损，因为有些东西我

只有当你从过去的感情里先走出来，看下此时此刻你真实的你的状态，看下当下的已经拥有的东西，你就已经有改变和面对新生活的力量了，然后在此基础上我们看看是否能够从现有的东西上去收获更多能让自己心里平衡的东西，这样你的能量就会越来越大

357.在当下我们经常会谈到原生态家庭对我们的影响

如果你已经三十四岁了，请不要以原生态家庭为由，给自己不断找理由去逃避自己本身应该面对或解决的问题，我们可以被过去影响，但不会被过去决定，明知道被PUA，也知道是怎么回事，可就是做不到。这种懦弱如果你接受了，也说明在这个事件当中给你带来了好处，当这个点是一个弱点或者是一个短板，给你带来了极大的痛苦，那就说明在当下这个害处超过了它的好处，当你意识到这个问题的时候，其实改变就开始发生了，我们需要给自己一段时间和过程去接纳去改变，如果自身比较懦弱，那就可以去学习真正很强大的人，无论是性格还是思维，他们遇到事情是怎么处理的，我们可以学习，一步步让自己从这个环境中走出来。

358.# 之前说过一个词“道德意淫”

我们可以喜欢别人，但是不要完全相信别人，当你把信任完完全全托付到对方身上的时候，实际上就是在给自己把最后的退路给封死了，这个就是道德意淫。总认为一个人他应该绝对的忠诚，总认为一个人许了承诺，他就应该兑现，总觉得他说的都是实话，这难道是别人的问题吗？所有的人都会撒谎，所有的人都会破坏游戏规则，所有的人他都会趋利避害，这就是人性，你不理解人性的时候，当别人做了一些事情不满足你的预期的时候，你就开始谴责，辱骂，控制，威胁，最后自己走不出

来，所以我经常会说对自己的要求可以很高，但你要对这个社会有足够的理解度，你想忠诚你就让自己忠诚，你想豁达你就让自己豁达，不要用这样的东西去要求别人，就指望世界上每个人都是这样，这不符合人性，如果说所有的人都能够依照每个人心中完美的道德标榜来做事情。

359.没有人有责任有义务对你负责

这个世界上只有你自己应该对自己负责，我总跟你们说发生任何的问题，先在自己身上找原因，比如当初这个男生对你做了承诺，最后没有兑现导致你很伤心，大部分女孩子就会想这个男孩子是一个骗子，他会在别人身上找问题，还有一种情况是找问题找错了方向，我是不是哪里做的不好，哪里做错了，是不是我要改他就会爱我，这又是一种错误的思维方式，真正正确的是在自己身上找问题的思维方式，是我错在哪儿，错在不应该轻信他人的承诺，不应该在他人发表承诺的时候，我立刻就把这个承诺封印，我立刻就认为这个承诺是一个契约，作为一个成年人，我们应该懂得这个道理。

360.行动代表态度，语言代表目的

我们传达任何信号的时候，他一定叫做术，但他不是道，意思是在表明一个东西的时候，是我要用这个方法，达到一个什么样的目的，而不是我真的是这样的认知，他是有差别的，比如“男生就应该让这女生呀”是用撒娇的方式表达，是让对方更多的愿意主动去低头，并不代表它是真理，我们之所以以这样的方式表达是为了达到我们在这个关系当中掌控权的目的，并不是我们骨子里就认为这就是这个世界运行的真理，它就是这么一个逻辑。

361.我在二八定律里面经常提到百分之二

十的负面情绪，

其实每一种情绪都是价值观的表达，愤怒也是一种最有力的表达方式，有的人用愤怒来划清边界，从而达到自我保护自己的目的，而有的人是用愤怒亮出一个人的底线，而这个底线也是我们个人舒适区的边界，把这个边界拉到台面上，可以清清楚楚地看到，不再去碰触，一旦碰触到依然决绝做出选择，最终为自己创造出一个舒适的人际环境。

362.这个世界上让人感到最舒服的是白开水跟空气

让人感到最舒适的东西往往它是没有什么强烈味道的东西，大家对于感情的需求过于强烈以后，双方之间就没有空间，没有边界，让对方感觉压力很大，但往往你们想要的那种感情过于纯粹，违反了人性，就会让彼此觉得很累，在两个人不想交流的时候就不交流（很重要！！！），因为女人的表达欲太强了，当对方不想表达的时候，你就会特别想要去迫使对方表达，这种行为给对方产生了极大的压力，所以给大家几个建议，第一：我们不要去逼迫对方表达，第二：在安静的共处一室的时候，不觉得尴尬。第三：在双方都有空的时候交流。你学会了吗？

363.聊一聊到底什么是强者思维

我不会去问你喜不喜欢我，因为这不重要，重要的是我喜不喜欢你，你对我是否还有吸引力，如果有，我会继续喜欢你。

“我喜欢”才是主要矛盾，至于你喜不喜欢我，你对我什么看法这些都是次要，而次要矛盾是不能把我造成影响的。

364.如果想要客观的去看待一个问题

在没有足够多的信息之前，要尽量摒弃自己想要试图去下结论的这个欲望，通过一些只言片语，或者通过一些照片，主观上就会去说(要不是因为你怎么怎么样，别人会怎么样吗?)，这个世界上有很多事情没有发生你在身上，你无法理解他的逻辑，有些事情它就是没有逻辑，就像人性本善的人他是无法理解人性本恶的人，但这个世界上就是会有人性本恶这种事实存在的，当我们无法理解对方的思维方式的时候，我们就会武断的去下结论，我们要透过现象去看本质，培养思考问题的逻辑，如果这件事情是对的我们应该怎么去调整，如果这个事情不对，我们又应该怎么处理，我们要把这些事情进行拆分，用正确的方式看待问题。

365.物质上的对等并不能够让两个人彻底捆绑在一起，一定是价值补位

是他想要的你正好有，我们不要一味的用物质这一个条件来衡量一个人优秀与否，这个世界上还是有很多人他不是物质上去寻求所谓的门当户对，如果完全没有长板价值的时候对方也不会选择你，如果你们进入一段稳定关系的以后，最怕的就是其中一个人有很大的自卑情绪，有一种不配得感，从而让对方审视我是不是还有更好的选择，所以菇凉们，请保持对自己的信心，坚定这段感情你值得拥有。

366.为什么你总是遇不到好男人?谈不好恋爱?

这个世界上，什么事都可能会变，但是唯有人性的底层逻辑不会变。比如说，有的人爱财，他的人性就是金钱欲望。如果你能为他创造更大的

利益，他就愿意跟你站队。

对于两性关系，也是一样，万变不离人性，女人只有更了解人性，才能更好搞定男人。

367.这个世界上任何两个人的关系都没有所谓的乍然的好或者乍然的就崩溃。

一个男人下定决心要跟你结婚，一定是你们前面相处的无数个好的点位积累，如果你们的关系最后崩溃了一定是因为在无数次的对话中彼此感受到了冲突、不理解、无法交流，然后不断的积压，在某个时间点这根弦就断掉了。所有的关系，哪怕是有了第三个变量（第三者），都不可能因为第三个变量瞬时改变你们的关系。一个有智慧的人，情商高的人，是能够在很多矛盾发生的初期先从内部找问题，然后找到一个协调的方案，让对方重新找到跟你之间相处的那种好，跟你之间相处的高价值、愉悦感、舒适度，她是能够在这个问题发生的那一瞬间就把它扼杀到摇篮里的。所以大家不要在关系崩溃的时候，把所有的责任都归结到对方，那你自己永远就没办法成长。任何矛盾都是被语言激化的，如果一意识到情绪的发生，就能够在情绪发生之时冷静十秒，情况马上就会不一样。

368.感情本身没有对错之分，什么叫“爱错人”？

比如这个人不能回报我们的爱，或者不会给我们带来幸福感，我们无法在这段感情中获得成长，反而不断失望，折损，消耗掉了自己本来的能量，那就学会及时止损。

369.为什么很多女生会愿意给男友花钱？

像这位宝贝，有些男人不是从一开始就暴露的，还在试探阶段，如果你一直不给他花钱，也许他会分手，也许就断了这个念头，而当你让他看到吃软饭的可能性后，他就会得寸进尺，从偶尔AA变成一概AA，或者直接没完没了的让你请客送礼物。

很多感情最后伤人，其实不是受了爱的伤，而是受了执迷不悟的伤，你要问我怎么办，我只能说当机立断，让他写好借条给你，做好他不还钱的准备，开始下一段感情，给男人花钱会变得不幸！姑娘们！！

370.这个世界只会给胜利的人投来善意的目光

你之所以会害怕这个或者害怕那个是因为你还在路上，你还没成功。当你真的成功的时候，每一个人都会向你表达善意，每个人都想与你为伍，这个就是世界最底层，最根本的一条游戏规则。人是一种非常神奇的动物，他们的自我调节能力非常之强，当他需要你的时候，能量高于他的时候，当他觉得你拥有比他更强劲的社会资源的时候，他会不自觉的说服自己，向你靠拢。

371.对于手里只有一把锤子的人来说，她遇见的每样东西看起来都像钉子

如果只有一种思维模型，我们在看待事物永远都是单一的思维或者片面的，拥有多种思维模型，能够让我们的思想和行为更加开阔，更加接近适合的答案。

想要又要，这个世界上不是所有的事情都能够满足我们的预期，鱼和熊掌不是不能兼得，一定是有先得后得，就算有一天你非常想要物质或者爱，也是因为你受到了生活足够的磨砺，而不是直接选一个现在能满足你物质的，因为当下你并不想要，与此同时你磨砺出来的就是我不想要物质，想要爱。

375.不要放任自己的负面能量

当你感知到自己的负面情绪在升起的时候，立刻把它处理掉，这个一定是自己刻意的一种对自己的修炼，当你有负面的感知，负面的情绪在你的脑子里，在你的心里，你感知到这个东西的一瞬间，一定是因为某一件事儿，请你们立刻停下来想一想，这件事情我能不能用一个正面的方式去看待，正面的方式去解释，自己训练自己把所有的事情都能用两种方式去考虑，因为所有的事情本身就有两面性的，只是我们一般会倾向于考虑负面，因为痛的感知能力确实比快乐的感知能力要强，他会有一个优先级，所以说当坏的东西在我们心目中产生的时候，停止几秒，用正面的方式去思考，应该怎么考虑，刻意的去驯化自己，所有的事情往正向的方面去考虑的这个能力。

376.不是因为什么是对的，我才做什么， 而是我做什么，什么就是对的。

如果我花到了男人的钱，那是因为我有魅力，我没花男人的钱，那是因为我够独立；我成了家庭主妇，那是因为我大方贤惠，我成了女强人，那是因为我能力超群。

如果你总觉得对的事情你才能做，那你就会纠结迷茫，因为你花了男人的钱，有人说你拜金，你没花男人的钱，有人说你赔钱货；你当了家庭主妇，有人说你寄生虫，你当了女强人，有人说你大龄剩女没人要。

人活的幸福与否、洒脱与否，一定就是看你自己内心的评判标准，而不

是这个世界的评判标准，因为当你把标准交给世界去评判的时候，所有的人都会评判你不好，毕竟除了你自己，没有几个人真的希望你过得比Ta好！

只要你认定了自己做的都是对的，那么就再也没有人可以质疑你的选择！这才叫真正的接纳自我！

377.初级的情绪价值一说都懂

简而言之就是你的嘴要甜，善于赞美对方，给对方正向的言语和行为的肯定，让对方很开心。

能不能让他有舒适感，有幸福感，但你面对的越是高阶的男人，你就要提供更高阶的情绪价值，这个通通都离不开智商，情商、眼界格局和内涵。

378.经营感情就像经营事业，因为每个人都有情感需求

亲密关系对于我们生命来说很重要，不光是我们好好赚钱，钱不是最终目的，生活才是最终目的，你要开心，快乐，而亲密关系是生活里的一部分，我们都要学着跟彼此相处，真正的强大一定是来源于你的见识，财富，你的社会地位，社交圈，这些东西才是实实在在的跟你相关的价值，一个人真的能做到能屈能伸，收放自如，这种状态才是最强的状态。

379.心理学上有一词叫“不配得感”

就是一种极低的自我价值观念，认为自己不够好，不值得别人对我好，不配拥有美好的东西。从而也说明了内心极度自卑，如何去改变它，最

好的办法就是让自己配得上它，一个女人的成长，不完全来自某个男人是否喜欢我们，更多来自我们喜欢自己，接纳那个真实的自己。

380.《30岁有必要留学吗？》

除非留学之后，你能挣回学费。

有的人不停的读书，其实是逃避到社会里，和别人硬碰硬。读再多的书，都要落地到社会实践。学习心理学、社会学、哲学的一部分人，因为对于人性理解太透彻，所以不屑与人打交道。逃避现实，麻痹自己。这是在逃避推翻自己的过程。没有实践就无法论证。

我们学的所有东西，读的任何的书，到最后都要变成跟世界交流的手段、生存之道，这样才有意义。公号：文字变现艺术家，这个过程，比学习辛苦。不能只吸收不论证。不要胆怯，不要怕被这个世界打脸。

381.大女人语录

1. 人不能既要又要还要且要。
2. 不要找同一个人要不同的东西，也不要找不同的人要同一个东西。
3. 拿不起的选项不叫选项。
4. 被光环所迷惑的下场就是被白P。
5. 一切为我所用，一切为我赋能。
6. 对一个人最基本也是最高级的态度就是尊重，自己要保持不卑不亢。

382.《有生命力，吸引高能量的人》

你要给别人带来生机，那么别人就愿意长期看你，喜欢你，支持你。

为什么说爱笑的人运气不会太差？因为笑，代表一种快乐，一种生机。每个人都会被这种东西所吸引，他希望自己也是快乐的，他希望被这种东西所感染。

无论做哪个行业，但凡要与人结交，一定要让别人感受到你的生命力，别人才会长久喜欢你。没有人会喜欢和垂头丧气的人在一块，你是这样的人，必然不会有人在你身上持续投入。因为时间长了之后，他人感受到的能量是向下的，垂头丧气的。人的逃生本能，会使人想要逃离这个人、这段关系。

383.《管理好自己的预期，不要把承诺当回事儿》

不把别人的承诺当回事，需要不停的管理预期。只有把自己的预期管理好了，才有可能保持情绪平稳的状态，才能够用目标倒推我的行为、语言、情绪。

被对方的承诺无形拉高预期，心态一定会波动，没有办法非常理性的以目标导向。如果你想跟他两个人长相厮守，是什么让你们俩长相厮守，是你们在把每一分每一秒处好了，他就只想跟你长相厮守。

384.生命力

你要给别人带来生机，那么别人就愿意长期看你，喜欢你，支持你。

为什么说爱笑的人运气不会太差？
因为笑，代表一种快乐，一种生机。

每个人都会被这种东西所吸引，他希望自己也是快乐的，他希望被这种东西所感染。

无论做哪个行业，但凡要与人结交，一定要让别人感受到你的生命力，别人才会长久喜欢你。没有人会喜欢和垂头丧气的人在一块，你是这样的人，必然不会有人在你身上持续投入。因为时间长了之后，他人感受到的能量是向下的，垂头丧气的。那么人的逃生本能，就使人想要逃离这个人，逃离这段关系。

首先是让自己很有生机，才能吸引到高能量的人。

385.《爱情的定义是什么？》

不应该把爱情定位在一个虚拟人物的身上，要跟真实的世界的人发生爱情。

不要指望一个人只有阳光面，不要指望绝对的专一与忠诚。人要有容错率，我只相信我为爱情产生的那种情绪波动，以及我想到要失去一个人的时候，内心会有的撕裂感。爱情不是你只能有我，我只能有你，而是我无法承担失去你的结局。

386.《学会及时止损》

看中光环的宿命是被白P，这句话论证的是我自己犯下的错误，我看中别人的光环了。人一定要学会自我和解，自己的错误要承认，这才是修正动作的第一步。有些人一辈子不承认自己错了、自己有问题，永远都是稀巴烂。尽早了断，要不就止损，自己的错自己认，认了就买单离场，这个就是内心强大。不肯买单离场，天天喜欢在情绪拉扯，你的人生就总是一滩烂泥。

387. 《在一段关系里，如何做到不卑微？》

高价值的女性容易犯的错误：在一段平等的关系里，女生非常容易莫名其妙的出现很多小情绪。会让高价值的男的，觉得你非常卑微。因为你跟他相处不放松，引发了紧张。

应该怎么做？在这段平等关系里，应该踩着男人的节奏走，这样就不会出错，也容易拿到想要的结果，心态好，做啥事儿都顺！

388. 《结束一段错误的关系，离开一个让你负能量的人》

你跟这个男的相处的时候，是不是开心和正能量？如果突然发现你的能量不好了，不要琢磨他有什么优点。再多的优点都是假象和烟雾弹，因为他给你带来的能量是负面的。

其实就是结束一段错误的关系，离开一个错误的环境、一个错误的人。但是女孩子太喜欢纠其细节了，最后在这段关系里抑郁了。错误的细节是什么呢？“可是他记得我的生日啊，可是我生病了的时候他有送我去医院了”这些小的细节就会影响你们的判断，最终在这段关系里面患得患失。

389. 《男人天生就是猎人的角色》

男人在直播间追逐主播的过程，是想获得他想要的体验感。男人的基因

决定了他是一个猎人的角色，他喜欢追逐猎物。在追逐的过程中，越让他感觉到若即若离，情绪有大的起伏，他们会越享受着追逐的过程，体验感也就越好，越会伴随着付出，直播间的大哥都是猎人！喜欢你奔跑起来的状态！

390.《如何面对焦虑》

当我在为一件想做但是还没有做成的事去焦虑的时候，我会感知到自己跟别人不一样。这种压力跟焦虑，会点燃我的兴奋，我会把这种压力转化成动力。

预期要放对，所有的事情不成功是正常的，失败、挫折、困难是常态。不是所有的事情都是冲着成功去的，在这个过程中用十足的准备和努力，去把每一个环节做好，但是我早就想好了，失败是90%。

391.曲曲金句

- 1、做事原则：不出错。不要在意他人的评价，把自己做到不出错，就不会给到他人任意评价的机会。
- 2、即时复盘，更正自己的错误想法和错误的行为路径。
- 3、练习正向思考，阻断负面念头，每次有负面情绪和念头的时候即时阻断，停止。
- 4、做到正向沟通，正确表达自己想要的目标结果。想要什么，就用正面、正确的方式去沟通，用正面的表达，形成正向反馈。

392.《男人天生就是猎人的角色》

男人在直播间追逐主播的过程，是想获得他想要的体验感。男人的基因决定了他是一个猎人的角色，他喜欢追逐猎物。在追逐的过程中，越让他感觉到若即若离，情绪有大的起伏，他们会越享受着追逐的过程，体验感也就越好，越会伴随着付出，直播间的大哥都是猎人！喜欢你奔跑起来的状态！

393.《什么叫草船借箭，满载而归？》

做直播的，娱乐圈的小姐姐们看看，所有能伤害到我们的东西，最后都会成为我的盔甲，我的翅膀，和我强大的武器，看似曝光我的不好行为，实则我正愁没地方火一把，我就直接一飞冲天，顺势而为火一把！这就叫草船借箭，满载而归！

394.《如何在关系中赢得尊重》

所有的尊重都来自于博弈，没有什么爱情是可以通过完全理想主义的状态达到双向尊重。一定是我拿到一个身份地位之后，我就开始以这样的身份地位跟你对话，在博弈的过程当中找平衡和彼此的点位。然后我们两个人都决定OK，不脱离对方的原则跟框架，在范围内活动，这种自我价值的认同感，它是需要长期的。

在我们1v1咨询过程中，我们的老师会帮你寻找能够让你做到自我价值认同的点位，告诉你每当这个人说了一句话，引发了你内心反感的时候，你要怎么去回应，怎么做会比较好。

395.社交及职场上酒桌文化小技巧：

串桌的时候，敬领导酒，你的酒杯一定要比别人满，敬的时候拱下身子，手颤抖着，让表面的酒洒出了一点，然后让她看见后你再说话，把

该说的一说，她就记住你了。你表现的出来的印象就是，你酒品好，比其他人实在。

平时在单位，与人为善，宁得罪君子不得罪小人，平时无关痛痒的话，不要去争辩，做什么事情不要出格，但要出彩，什么意思呢，就是干还是随着大流干，但是干的过程需要区分，平时小的细节方面注意维护领导，但是不能走的太近，领导有领导的私生活，这种案例太多就不给你列举了，总之就是毛泽东一生把自己比做水，就是从弱处即破，顺势而为，做人外圆内方，圆滑又不失气节。

396.《如何把自己的劣势变成优势》

每一件我认为是短板的事情，重新理解、重新造句，把它从我原始思维中的劣势变成我的优势。我们想要真的向别人展现出一个富有生命力的状态，一定不是伪装，不是伪装我是一个强大的人，而是我真的认为我就这么牛，别人才能认可你。为什么有的人他会认为我的家境不好，是我的劣势，可是有的人他就可以认为我是白手起家。小人物会遇到小骗子，大人物会遇到大骗子，这个就是重新解读这个事件给我带来的意义。

397.《你脑子里是什么，你看到的世界就是什么》

有人问我说“你不觉得社交软件上的人的定位特别的差吗？”我一直相信一件事，你脑子里的世界是什么样的，你看到的世界就是什么样的。为什么做同样一件事，有的人能够平步青云，拿到大结果呢？是因为她目标感特别好，她对于这个世界的认知特别的美好。

我自己的亲身经历告诉我的是，可以通过社交软件可以找到我的合作伙伴、客户，还可以建立非常好的圈子，这就是我看到的社交软件。

398.《大道至简，珍惜自己的能量》

对于曾经伤害你的人，最好的报复是要么混的比他好，要么找个比他牛的。我没有办法去跟别人搞阴谋，这样会让我很内耗，远离让人产生负面能量的任何东西，任何的人、任何的圈子、任何的环境。

无论今天做哪个行业，我想的永远都是卓越，我卓越了，就不用把你放在眼里。我要保证我自己的能量，这个就是基本盘。人生是一场马拉松，笑到最后才是笑的最好的，不要天天跟烂人烂事做纠缠。

399.《如何搞定优质男》

如果说这个男的刚好符合我的择偶框架，或者说他哪一方面有明显的价值长板，我可以给对方释放信号。但是你想要搞定我，你还是要诚意。如果这个男的身边围绕着无数的跟你层级差不多，甚至比你层级更高的女生的时候，引导付出就非常难以达成。那就慢慢处，两个人多交流，见面的时候让他觉得你美，把你们两个人发生之前的时长拉长。当你们的沟通非常充分，甚至圈子充分交融，再往后的过程当中，你再来看对方是不是会有所表示，买单意识强不强。

400.《不为情所动，活出精彩的自己》

我们都受过伤，我也有过失恋的经历，睁开眼睛就开始哭，一年半的时间里干不了别的事儿。在那个场景里，我意识到我是一个不能为情所动的人。如果我为情所动了，我将失去我生命中其他机会。

当我意识到我可能会对感情产生强烈的感受的时候，我才开始非常理性的面对这件事儿，去研究男生的言行举止。我对自己形成了全盘的认知，才会导致我有清晰的认知。每一个人都应该让自己的生命活出价值

最大化，而不是耽于爱情。

401.4月8日直播金句

- 1、在任何一个时间段，我都只会去选择有实力的男人。如果你没有实力的话，你压根就不会进入到我的视野。你必须认可我的择偶价值观，这样才有可能进入下一步。
- 2、我们尊崇并努力成为把蛋糕做大的人，而不是去瓜分别人的蛋糕。关系的本质是交换，你能给我什么，我能给你什么，我们一直是这个思维。我不喜欢用压榨、蚕食这样的态度，这样对我来说生命缺少能量！

402.《年轻的女孩子最该投资的是自己》

现在的我，如果要给23岁的我一个建议的话，就是把钱花了。因为我只有把这个米用来包装自己了，我才能撬动更大的资源跟价值，等你真的撬动起来了，自己的价值段位上来之后，你就会发现那个钱太小了，根本不值一提。

不到那个阶段，很多东西理解不了。所以，应该把所有的米都用来投资自己，投资自己的势能、外形包装、眼界，出去多看、多学、多旅游、多对话。你把这些米投在什么地方，它是绝对升值的？就是在自己身上。

403.《人际交往中如何提高情商？》

情商是在实操当中练出来的，是在实操的过程中，不断的去看别人的表情，寻找正面回馈，别人正面反馈的东西说明你做对了，别人负面反馈反馈的东西说明你做错了。为什么说读万卷书不如行万里路，行万里路

不如阅人无数，真正最后要得到段位上的提升，还得出去在社会上跟别人硬碰硬。

404.《普通人如何获得成功最有效的路径？》

对于很多人来说，让你成功的最短路径，是听别人的并且照做。抄作业照着抄，才是最快的一条路径。千万不要抄的过程当中去思考，这题做的是对的还是错的，照着抄还抄的稀巴烂的人，就是因为他放了自己的很多思考在里头。为什么人家说叫大智若愚呢，大智若愚就是听话照做。不要老是觉得，这个人是要骗我的，谁要是比你过得好，你就尽量听话照做，其实你也没啥东西给人骗的。

405.4月3日直博金句

- 1、“捷径就是更适合自己的那条路，而不是更轻松的一条路。找到离自己天赋最近的那条路，然后下十足的功夫。”
- 2、不要太放大困难，不要预设困难。勇敢踏出第一步之后，再考虑应该怎么办，做了再说，坚定地踏出第一步再说！
- 3、情绪价值说穿了就是一种可以波动情绪的能力，开心、喜悦、紧张、悲伤等等都是情绪词。如果你想要让对方产生开心喜悦的情绪，你就要去说或者做让对方高兴的事情，来换取你想要的真金白银！

406.《弱者心态到强者心态的转变》

一个女孩从小到大所遇到的最大的困难是 --周围所有人都想把她培养成

弱者。

你的父母会告诉你这辈子不要太辛苦，以后靠老公就可以了。你的老师会告诉你，要不是看你是女孩，我就罚你出去站着了。你的朋友会告诉你，女孩只要工作稳定一点就行了不用赚太多钱。

最后你会发现老公也靠不住，因为你自己没钱，也不可能嫁太有钱的老公。老师不惩罚你是害了你，因为出了学校进了社会没有人会让着你。最后你会发现工作稳定不用赚太多钱的结果就是：你真的没有太多钱。

407.《什么叫优秀，什么叫卓越》

什么叫优秀？就是在正常的情况下超常发挥，什么叫卓越？就是在任何情况下，正常发挥，稳定输出！

408.《择偶建议》

女人不能太迫切的去推动一段关系，这种情况下，会导致他认为你没有谈判权；首先要表现出你的松弛感和岁月静好的状态，底层逻辑是：我是要谈恋爱，但前提是，要找一个愿意付出的男人，否则一个人生活也挺好的。

409.《你脑子里是什么，你看到的世界就 是什么》

有人问我说“你不觉得社交软件上的人的定位特别的差吗？”我一直相信一件事，你脑子里的世界是什么样的，你看到的世界就是什么样的。为什么做同样一件事，有的人能够平步青云，拿到大结果呢？是因为她目

标感特别好，她对于这个世界的认知特别的美好。

我自己的亲身经历告诉我的是，可以通过社交软件可以找到我的合作伙伴、客户，还可以建立非常好的圈子，这就是我看到的社交软件。

410.《没有人能够100%预知选择和努力的结果》

每条路都没有确定的成功。

很多人都想要一个确定的赢面，想要别人告诉你，你一定能找到一个更好的，然后才去做选择。这个世界上没有任何一个人是这样成功的，没有任何一个人是知道这件事情百分之百的能成功，我才去做的，所有的事情是因为你去做，你才获得了博的概率，如果说你觉得成功的路径是别人告诉你一个确定的结果，你才去做，那这个世界上就没有所谓的输家了，就没有所谓的平凡的人了，因为每个人先得到一个确定性结果，然后再去投入，所有的能够获得成果的人，是因为他先投入了，他先闭着眼睛往前走了，往前冲了，我冲的出来我很开心，我冲不出来我买单是这么一个概念，他是因为比别人更加勇敢，比别人更加能够接受这个不确定性，不管最后的结果

是什么，勇于承担所有后果。这个才是成功的人跟不成功的人之间拉开差距的核心。

411.《女人自己要自强》

当你挣的少的时候，个个都对你形成降维之势，他对你形成降维之势的时候，你就会觉得个个都是天选之人。只有你自己挣的多了，你就会发现跟你匹配的男人越来越少，这个世界上没有什么所谓的对的人，你也不会觉得这个男人有那么的重要，你只会觉得这个世界上适合我的男人

越来越少了。

412.《做一个有框架，有需求的人》

每个人都想接近正能量的人，也更加尊重有原则有框架的人，所以我们要摆脱低价值感，低配得感。把自己的感受放在第一位，尊重自己的感受，不要自我纠结内耗，既想满足自己又想迎合对方。

如果对方没看到没感受到，没有自觉的付出，你自己内心就不平衡，最后既没有满足自己的需求，对方还觉得理所应当。所以不如优先考虑自己的需求。只有弱者才会隐忍自己的需求，忍到一定的程度再用情绪宣泄，最后又后悔之前的行为，这样会把自己从关系里一点点变得低位。

413.从追我的人里面选择单身有付出意识的条件

OK 的就进来，不 OK 的就不要浪费时间要他们对你有一点上头，从而付出。

严词拒绝第2-3次动手动脚要把自己价值做出来，出门配置做起来该淘汰淘汰。

1000个很多，从他答应你到落实有很长的过程，情感上的拉扯变成了胜负对决，那就很难付出了

【复习】给什么要什么，有什么拿什么，隔夜的金不如到手的铜。

米不是跳脚跳出来的而是哄着给你的。所有的大佬都不是冤大头，他们清醒的时候就好像在谈判桌上，你是搞不定的！

幻觉上的高位是虚妄的高位，是他对你上头的时候，他给你的情感投射，实质上的高位属于掌握更多生产资料的人。

扑？ 》

417.《关系的本质是交换》

情感关系、商业关系，跟这个社会所有的人际关系，它的规则是相通的。一定是以不变应万变，万变不离其宗，所有的关系都是一样的。大家越是能够把这个关系看透彻，越是把这个关系理解成一个交换，你就能越是把每个关系给处明白，处好。非要在所有的关系都把它认知成我对他有感情，那你就没有回头余地了。

418.《围绕目的，行动推动决策》

你到底是爱我的人，还是爱我的钱？面对一个大20几岁的爹爹，我跟你说是爱情，你信吗？跟你在一起肯定是觉得你还可以。但是你没有这个物质条件的达成，我怎么可能选你呢？因为他抠门，我就可以搁置我的目的吗？我的想法就是需要靠价码来达成，你达成了咱们就按你的来，你达不成就按我的来，这就是不被边缘化信息所影响。他的语言、他的情绪、他的表达，永远都是围绕他的目的在服务的，所以我们的语言、我们的情绪，也只能围绕我们的目的,用行动推动策。

419.4月16# 曲曲金句

- 1、结婚是为了更好的生活，话术：“拿到财政大权是必须的,有这个基本盘，我们就继续未来，这个婚姻对我来说才是一个保障。
- 2、我们尊崇并努力成为把蛋糕做大的人,而不是去瓜分别人的蛋糕。
- 3、你仔细想想你父母的人生，是不是你想要复制的,他们的视野肯定有局限，但不能怪他们,只能说如果你不想就不要复制，要尽可能脱离原生家庭古板的认知。

420.《做个有智慧的人》

有智慧的人，一定懂得人生要止损。有大智慧的人，她更懂得人生要止盈。愚蠢的人，又不止盈又不止损，这个叫蠢货逻辑。明明知道自己在一个关系里已经在亏损了，精神在内耗了，男人的承诺都不兑现了，这个时候就该止损，因为损进去的是青春、是时间、是去体验更多可能性。

如果一个人已经给我付出很多了，我再继续下去，可能就面临着要崩盘了，这个时候我要止盈，拿有限的米离场，才是大智慧。不甘心三个字本身就是弱者的说辞。你为什么不能好好的把自己经营一下？为什么不能让自己去看更大的世界，精进自己的技能，多挣点米？当有一天你变成他高攀不起的那个人的时候，你还会有不甘心吗？

421.《摒弃以小博大》

女孩子在感情当中一定要摒弃一个心态，叫“以小博大”。我们统一的一个价值观叫“步步为营”，无论是多的是少的，是大的小的，我拿到手上才算数，隔夜的金不如到手的铜。

女孩子要学会精神独立，要知道自己的每一分钟都要有价值，这一分钟要么用在自己的学习上、要么用来武装自己上、要么用来精进自己的技能上、要么用来经营感情也可以，但是你投入进去一分钟，去换一个莫须有，就非常不值。

422.《你为什么会晚婚？》

晚婚的人，对自己都是有很高的自我追求。为了追求自己的那种生活方式，可以切断很多的贪念。根本就不会受到别人的干扰，这样的人，你

可以晚婚，你不婚都无所谓。

但是当你到了30岁以后，还在纠结，对婚姻是有执念，而且又非常容易受到旁观者的干扰。为什么你们20几岁的时候没结婚？不就是眼高手低，总是希望把所有的东西看得一清二楚，明明白白的再往下处。但是所有的人都是有缺陷的，所有合适的关系都是需要互相磨合，互相调整的。

423.《珍惜身边的贵人》

如果你们想要跟一个人保持良好的关系，无论这个人是你的老公、男友、女友，还是好朋友，你们一定要记住一个点。一个最考验你的情商的一个点，就是你能不能够跟随着这个人的社会价值的变化而改变你对他的态度，这一点非常的关键。

很多人，他们在对方的社会价值不断上升的过程当中，还试图用最原始的状态对待对方，最后就把对方彻底失去了。当你看着他一点一滴越来越牛逼了，比起在社会上直接去链接一个牛掰的人，按理来说这个人是不是更加能成为你的贵人和人脉。可是为什么大家接不住这样的人脉？核心就在于你不愿意随着他的社会价值的升高而给他低个头。当你不能满足他的核心诉求的时候，他必然不会带着你一起玩了。

424.4月20日 # 曲曲大女人金句

- 1、弹性的搞法不等于莫名奇妙的搞法,没有目标导向的人生命就会一团乱麻。
- 2、说结婚，要拿出诚意来。
- 3、搞米就要在正确的行业，跟对正确的人。

4、千万不要在一段关系里产生微妙的卑微感。

5、有泼的能力，而选择温柔
才叫真正的温柔。

6、通过对方过去的行为，推理之后的行动，不要猜，不要赌。

425.《永远别站着要》

站着要的女人要不到什么的，要东西一定要把姿态摆对，姿态不摆对，那么你要到的就叫偶发性行为。当你站着要的时候，就算别人给你兑现了，别人也会不爽。因为站着要的人，她的底层逻辑就是不愿意提供情绪价值，不愿意示弱，所以她才会产生站着要的这个行为。当他享受不到充分的情绪价值，舔都舔不到位，对方当大爷就当的不爽，就会导致下一次要不出来，这就是站着要，搞不到米的一个底层逻辑。

426.社交场合争C位否？

在外面能够在场面上镇得住的，他都有点资源，有点手腕。每一人她都想当C位，尤其是女人，我们是压抑自己当C位的那个欲望，让别人当C位，把光环给别人，别人说话的时候我多听，别人表达观点的时候我多认可，我投去这种赞许的眼神，它不是谄媚，我就是非常正经的态度。

我们在外面也见过很多人，但是很少有女孩子真的让我觉得非常的优秀，长得很好看而且还很知性，她说出来的每一个观点能够引入深思。

所有的向上社交第一个环节就是先把自己往下放一放，别人在说你的专业领域范畴的时候，我就很好的去表达自己专业性的观点，当别人在发表一些跟我专业领域不相关的事情的时候，我就一概的赞美，认同。谁都喜欢听好话，哪怕是你说的假话，你觉得真的话在别人眼里不一定有

价值。他要你说的是能让大家开心的话。

427.《在一段关系中怎样树立框架？》

我是一切的本源，所以我们要摆脱低价值感，低配得感。把我的感受放在第一位，尊重自己的感受，不要自我纠结内耗，把自己的目标放在第一位。如果对方没看到没感受到，没有自觉的付出，你自己内心就不平衡，最后既没有满足自己的需求，对方还觉得理所应当。所以这样会把自己从关系里一点点变得低位，因为你的不甘心呈现出来的都是情绪输出，情绪垃圾，而不是目标导向！

428.其实身边的很多关系都可以通过弱关系发展到强关系

个人价值、个人能力、收入、社会贡献等，

它是体现在工作、在事业方面的个人魅力、伴侣价值、外在条件、学历、情商、品味、性格、精神独立。

如果我们跟段位比较高的人相处，一定是在伴侣价值上下功夫，你的外在条件，情商等，都是加分项。只有提升伴侣价值才能达到让对方心动的程度。

朋友圈里有很多躺平的小姐姐，一直在问单身怎么提升社交？向上社交一直是我们在强调的，但是如何向上社交成了重大问题，很多粉丝都会问，如何在社交软件上遇到优质男。

我反复说过，想要发展优质的对象，必须要认识优质男，如何正确使用“强[弱]关系”就相当重要，整天跟你待在一起的朋友可能跟你差不多，想法必然也接近。在视频里提到，如果你跟朋友去酒吧，刚好王校长也在，但你朋友的朋友可能认识，你跟你朋友强关系，但通过你朋友的朋友弱关系做链接，这样你就接近优质资源啦。

其实身边的很多关系都可以通过弱关系发展到强关系。这样一来，你的圈子也会成倍的迅速增长，选择面也就会变广，面对那么多异性资源，总有一个是你的目标，找到目标接下来的操作就更好啦~

429. 《言听计从不可取》

如果你是白富美，那你就可以让别人滚。因为你方方面面条件都很在线，就可以打压一下对方。如果你不是白富美，那你也不能往言听计从那个方向上偏，女人要有自己的主观判断意识。万一遇到个专业选手，把你骗的团团转，啥啥都给你骗完。因为专业选手，上来就会给你搞情绪价值，回头再把你pua一下，再拿悲惨的身世和你讲一讲，搞得你痛哭流涕，让你的圣母情怀爆发。所以宁可往嚣张跋扈这个方向上偏，也不要往言听计从的方向偏。

430. 《评判单偶男和多偶男标准是什么？》

多偶男在他在生命的某一个时期，也有可能是单偶。当他没有办法去维系多个伴侣的时候，他也有可能呈现出一个单偶的状态，但是也不改变他最终会走向多偶男的这个结局。

单偶男他只是在某一个时期，他的情感重心只能放在一个人身上。单偶最大特点是在于他自己内心道德认不认同，自己内心会产生很多的纠结与内耗，这就是单偶男。

431. 《怎么处理人际关系？》

无论这个人价值是什么，但凡对我还有价值，我就不能从我嘴巴里说出

一句这个人的坏话。无论我跟谁在一起，管住我这张嘴，哪怕今天就是自己跟自己对话，我都不要说这个人的一点问题。我但凡要说这个人了，就要马上给打断，不对，我刚这句话说的不对，我不能这样说。

432.“怕”是这个世界上最没有意义的情绪，那该怎么去做呢？

很多时候真的不是钱的问题，是一个人的付出决定了这段关系的进程和定位。我们最终诉求是让他付出同等的物质和爱。

高级的“利他”，一定是建立在“利己”之上的。

很多宝子不能理解为啥要对方付出才能表诚意，我想大家都吃过亏，最后落到不甘心。在经济学上有一个词叫沉没成本，人们在决定做一件事情的时候，一定会去考虑他能给我带来什么价值来决定投入的大小，比如时间、物质、精力等把这些已经发生不可收回的支出叫沉没成本。恋爱中，一个人所投入的成本越低，也就意味着他的沉没成本越少。这样，当他选择从这段感情中抽身时，他的损失就越小，越不会觉得心痛，所以也就更容易提出分手。当一个人对一段感情付出的越少时，对方就会有一种感觉“你不够爱我”。长此以往，这段感情就会形成一个可悲的局面：懂事、付出多的那一方越爱越深，付出少的那一方越来越觉得可有可无。所以，如果你想要你们之间的关系越来越牢固，懂得引导对方多为你付出，才能够让他更爱你！而在这段关系里面他的沉没成本也就越高！

433.《与男人博弈的本质是什么？》

我常常跟大家说，人跟人之间，到最后其实就是一种博弈。博的就是对方对你心态的解读。他在跟你不断博弈的过程当中，不断的想赢你，最后彻底被征服，他就跟你两个好了，是这样的一个状态。

有的人到会说他会怎么会这样对我？一旦你的底线被压榨完了，他就会觉得你索然无味。他觉得你已经是他的手下败将了，你跟他没有博弈的空间，那个时候他连跟你博弈的情绪都没有了，这就是人性。

434.关于情绪反扑

每一个人在感情里，尤其是女孩子，一直都是占高位的时候，到最后都会出现这种情绪反扑的。任何一个关系，别说四年，两年就能看的明明白白，恋爱关系里所有让你产生不适的点，如果你当下不是真的接受，未来只会越来越严重，一旦进入了婚姻，这些问题就会发酵就会腐烂，绝无可能自己好了。理性上判断这段关系已经毫无价值了，但是从感性上会产生胜负欲、会产生反扑情绪，会因为对方超越你的预期而想要去搞赢这一仗，这都是正常的。

但是，建议大家不要这么做，因为我们作为一个强大的人也好，作为未来要走上坡路的人也好，一定要在做任何一个决定的时候，要先想明白我不会回头，我不会后悔，不要在做任何一个决定的时候又回头、又后悔，在一个重复不断的循环里边一直沉沦，没有价值。

为什么历史总会重演，因为人没有变。一般四年的感情，不要想着第五年第六年那些矛盾会消失，因为人没有变。

435.《千万不要拿青春去下赌注》

我们说看重光环的宿命是被白P，有后面得到结果了的。但是我一向不支持女孩子拿我们的青春去做赌注，我希望你们去付出这个行动的时候，是因为90%的概率能达成，我怎么判断他能达成，是我通过他过去的行为举止，他过去的付出意识来判断，你做了这个动作之后，会不会有好的结果。

他如果一年下来给你付出了300w，你今天问我这个事能不能干，我跟

你说直接冲.付出30个等于没付出，对于一个身价小目标的人来说，什么都证明不了。我不支持女孩子去赌男人的良心，拿自己的青春去赌注将来的回报。与其这样,我还不如好好的去开拓自己的眼界，去精进自己的技能，去多学习，去多看世界。

436.《一个女人能熬到最后的条件是什么？》

一个女人为什么能在艰难的生存环境之下熬出头，熬到最后无非两件事儿，第一件事儿就是她的条件太差了，所以这个男人就是他目光所及之处能够抱到的最大一棵树。即使跟他在一起，没有身份、没有地位，只要他还在身边，这个对于她来说就已经是这辈子能够达到的天花板。第二种可能性就是这个女的真的爱他，爱到我对你没有要求，只要你跟我在一起，我能容纳你的一切。

437.《勇敢踏出去，你会看到不一样的世界》

如果说你有长线思维、复利思维，你必然就会知道投入到什么样的领域里边才是更好的。但是如果你永远都在惧怕未来的挑战，惧怕暂时性的跟别人差不多，甚至是落后。那么很有可能你永远都踏不出第一步。然而第一步是最艰难的那一步，有的时候当第一步踏出去了以后，你会发现后面的整个世界就会豁然开朗，就会完全不一样了。

438.《精进自己才是最好的武器》

一定要不停的精进自我，因为命运掌握在自己手里才是王道。通过短暂

的依附于一个人是可以的，这个人也能提供资金支持，但是精进自我的心劲儿不能掉。要不然，这个男的一旦出问题，到时候你就像没手没脚，成了个残疾人。一定要在手上有资金的时候，他还有东西的时候，想着法儿的去精进自己，武装自己的大脑。

439.《与男人价值匹配》

男人非常简单，其实男人是视觉动物，任何一个但凡能挣着点米的男的，他们一定希望旁边站着的女的是光彩照人的。这个光彩照人，有可能是通过你的事业展现的、有可能是通过你的外貌展现的。不管怎么样，你自己的状态要跟这个男人匹配。如果你是事业型女人那就依然做好自己事业，如果想主内做一个贤内助，那就管理好自己的外在形象。

440.直播4月30日#曲曲大女人金句

1、让大哥花米，要有长线思维来思考，就是花米消费的让大家开开心心的，大哥来给你花米的，职业技能要上来，首先要打磨的是自己的竞争力。

2、没有说不结婚就一定孤独终老，没有说结婚了就一定会白头偕老，不要走一步想一百步。

3、不知道怎么选择的时候

就“行动推动决策”当你把自己逼到你不得不接受这个事情的时候，你还不接受，答案就出来了。

4、在这个世界上挣钱，只能把自尊心什么的放低一点，不要做高自尊穷人和高认知穷人，所有的领导在外面都是各种求人，首先要学会低头、学会做人。

大家一定要记住四个字，叫嘴甜心硬。但是好听的话和暧昧的话中间的这根线，你们要懂。类似想你、喜欢你、我也对你有兴趣，这个就突破了这条线了。如果只是说“你真的是我非常尊重的大哥，认识你很高兴很荣幸，我这次可以在你来中国的时候当你的小导游”这种话叫做友好，但是绝对不掺杂任何的暧昧成分。

你们可以分辨这个边界感，我把自己做的端端正正，不给对方留把柄。什么样的情况下最容易被人穿小鞋呢？就是因为你们在挣扎，你越挣扎，男人越快乐，这种人就是老油条。我们要做到八面玲珑，让他拿你没办法，因为你的表面功夫做的太好了，我的客气话说的太到位了。

445.《格局打开，尊重人性》

格局一打开，天下都是你的。我身边一个非常成功的女人说过，每一个人来这个世界上，都是为了寻求自己的圆满。如果她的老公劈叉，那是因为他感受到自己身上残缺的部分，他在试图寻求自己的圆满。如果我只能给他一部分，我为什么要拦着他去让自己变圆满呢？

一个人做任何事情，一定是因为他出现了这样的需求，我让他压抑了自己的需求，其实也没太大必要。那么反过来想，我因为他去解决他的需求，因此我产生了不舒服，可能是因为爱、因为占有欲，那么这个时候我是不是就有了一个需求，那么我的这个需求能不能用我的方式去解决？

446.《哪一种男人不能嫁？》

大家记住了，一定不要找那种跟你道歉的时候，自己扇自己巴掌，淋着大雨在你们家门口下跪。他连尊严都不要，不是他在乎你，不是因为你在他眼里与众不同，这是为达目的不择手段的人设才会做这样的事情。

他是从道德层面对你进行道德压榨。一个人要爱自己才能爱别人，一个懂得珍惜自己爱自己的人，才知道怎么去珍惜别人，怎么去爱别人。

447.直播5月4日#曲曲大女人金句

- 1、你不能什么都不做，等着所有事情顺理成章。一个跟你条件平行的人，不可能当一辈子舔狗，实质高位是基于生产资料的掌握，要弄清楚究竟谁才是真正有话语权的人。
- 2、谁痛苦，谁改变！你要及时止损。你如果不想止损，你要在这里面耗着，就只能你改，总有一个人先迈出一步，那个人只能是你，他是既得利益者，他不痛苦也不会不甘心。
- 3、高级的人是跟自己的人性做对抗，年纪轻轻的女孩子过早的放弃靠自己的双手去努力的话，那你后面这个路径肯定是不好走的。

448.《别对大方人，往死里薅》

当你遇到一个大方人的时候，你卯起劲搞，那是绝对不行的。大方人本身就很自觉，也很愿意付费。在他的接受范围内，你每次小敲小打一下，他还是很开心的，因为他会觉得这是感情的润滑剂。这个动作做着做着，慢慢形成习惯。他就会对于你的诉求，会形成迅速满足的这么一个惯性。这个惯性一旦培养好了之后，后面你再去铺垫要一个大的东西，它就会变得非常容易。所以这样的人，我们就需要好好的培养，好好处，处的过程当中永远不要放弃。

449.《大佬只愿意为两种人买单》

这个世上，有钱的人只愿意为两种人买单。一种是比他有钱的人，另外一种是他智商高的人。核心底层的逻辑是因为你需要用有钱的方式向别人展现你是有很多像他这样的客户的人。如果说你想让一个有钱人成为你的客户，你必须让他觉得起码有十个有钱人，甚至是100个有钱人都是你的客户。这样的话，他才会觉得他有必要成为你的客户，是这样的一个道理啊。

450. 《不想结婚的真相》

男的只要说没想好要结婚，你就别抱太大希望去推进。想结婚的男人，他一定是上来就会跟你说他是想结婚的。但是也有可能他说了想结婚，也不一定是真的想结婚。如果说没想好结婚，那基本上你就要做好马拉松的准备，或者他在寻求更高价值的对象，他在审视你的价值，审视你真的能不能到达他的择偶框架里。

451. 《转念，所有的事情正向思考》

世界上所有的问题要解决，需要转念，念正了，问题就会迎刃而解。当你对一个人的判断、诉求，是不对的时候，你会发现你做的所有的动作，全部都是变形的。我一直以来都是在自我成长的轨道上求发展，所有遇到的人、事，它都是我求发展的一个突破口和机会，我就要想办法去抓，想办法去探，落到哪一步算哪一步，就算今天我什么都没有得到，至少又一次把自己的勇气做了突破。

452. 《不要轻易聊前任》

任何时候我建议大家不要讲前任，因为你们不知道前任聊出来以后，对于现阶段的关系会产生正面或是负面价值，聊完了以后很可能会变成对方的把柄。

如果不足以让你把前任这个事说出来，或者不能完美的产生正面价值，我建议你们不说。但凡问，就是我全网无前任，哪怕我显得油一点没事儿，起码这个事儿不会成为对方的把柄。可以表达我遇到你之后，我就把我所有的过去都忘了，遇到你就是我人生的新篇章，我的人生一键清零了，我现在从头开始了。

453.直播5月7日#曲曲大女人金句

- 1、“抠”和“大方”是改不了的，这是从小耳濡目染形成的，跟钱多钱少没关系，抠的人越有钱越抠。
- 2、人在刚上当受骗过一次的时候最容易上当受骗第二次，会有一个想证明自己的心态在。
- 3、女人是驯兽师，不要说男人有多好，男人都是看人下菜的。
- 4、所有不能论证真假的東西不能当证据。
- 5、他所有的缺点婚后只会放大不会改变，有时候结婚、有娃他好了，是因为你和他磨合好了，而有些东西是你不愿意磨合的，就得提前选择好。
- 6、男人有时候根据你的态度和定位来考虑有这个技术他用不用，从男人10：30以后的态度来看他对你们关系的定位。

454.《永远把自己放在第一位》

我是谁？我从哪里来？我要到哪里去？每天反复问自己这个问题。一般被男的带节奏，都是因为在思考：他问我能不能等，能不能赌？他会不会给我付出？首先不要把他放在第一个，人生造句的第一个字永远是我，我是第一个。他说什么、他想要什么、他怎么做都要基于我想不想，这是不是我要去的地方。

455. 《注重自我发展，才是王道》

我永远不会建议大家，为了进入一段婚姻，为了迎合一个男人而牺牲自我发展。因为自我发展永远是第一位，从你生命长河的角度来看，如果你的野心跟行动力匹配，你一定会发现投资在自己身上的每一分，都是非常有价值的，投资自己永远都是对的。

456. 《爱需要现实的支撑》

爱是要拿现实做依托和支撑的。男人选择没米的女人，是因为他自己也挣不着米。他知道自己没什么志气，没什么能力，他只能选择一个愿意跟着他的女人，这个就叫无奈之举。当男人需要依托女人的财富来成就自己野心的时候，他只能选择有财富有地位的女人，哪怕这个女人不美不年轻，这个也叫无奈之举。但是无奈之举对他们来说，是他们目前能找到的最实惠的解决方案，是他们经过权衡利弊之后做的选择。

457. 《摒弃女本位思维》

很多女人总认为我是女的，我就要怎么样，这是女本位思维。认为女性的性别应该给她带来一些特殊待遇。但是经营关系不是一个人的责任和义务，它是两个人经营的智慧，要两个人都想把这个关系处好、处长、处稳。要双方一起妥协，一起让步，是这么一个概念。而不是说因为我是女的，我就可以不讲道理，这些只能作为我们撒娇时候用的话术，但是不能作为你内心的价值衡量标准。

458. 《敢于提要求，主动权掌握在自己手

里》

你们认为等着对方主动做，好像是一种女高位的表现，但实际上恰巧相反，只有敢于提要求的女人，不管别人做与不做，都能保持心态平稳的女人，她才叫做真正的高位。你们连口都不开，你就去预判别人态度，这个是反人性的。

喜欢咱就要玩，开心我就要聊，聊的不爽了我就要开口，就这么简单。我们所有的东西都是掌握在我自己手里，我在处的过程当中，我觉得我需要你给我点什么了我就处。当然了，主动的人才是掌握主动权的人。

459.《能做好事业的女性，都有一个共性》

一个完全没有想着男人能给我带来什么物质价值，平台价值的女人，她还很热衷于展现自己的这种蓬勃向上和事业发展的这种女性，她赚钱是时间问题，不是一个偶发性问题。

我们有时候看什么人潜力股是一样的，女人她事业做不好是因为她一直享受着男人这边。为什么一直跟你们说Z字型呢？她一会儿想搞男的，一会儿想搞事业，她就是走Z字型。如果说女生她很早期就已经对于男人的这方面没有任何的诉求，公号：智学行用，而且她还特别的喜欢这个男的，男的说什么让她出去赚钱养家呀，她还很享受这个过程的时候，那就是说明这个女生她就是拼事业的人，她赚钱就是时间问题。

460.《有好的基本盘，才能抓住生命中的贵人》



就随便的抓了一个，这个时候特别容易被蒙蔽。

婚姻的本质就是一次旅程、一次体验，你体验完了以后，是感知总结复盘。在平静的情况下，去做这个动作，它才是最有效的。要把自己先盘圆，就是我自己能够知道我的问题是什么，我自己能够把自己调整好，我能够让自己有快乐的能力。当你对于自我的意识更清晰了，然后你再慢慢看、慢慢选、慢慢挑，再去进入所谓的下一段关系。

463.直播5月14日#曲曲大女人金句

- 1、人不要总是觉得，你看这个女人找了个多好的男人，我告诉你们，女人是驯兽师，不要说那个男人有多好，男人都是看人下菜的。
- 2、首次哼哼哈哈大额付出，别人只觉得你没见过世面，男的第二次依然付费，关系就可以继续维系。
- 3、不要让别人一次事情给你买两次单，不要试图找一个完美的男人，要去接纳这个人，他是什么样子我就选择去爱他原本的样子，不要试图改变，要影响、接纳、引导。

464.《我认为女性成长的事业是什么？》

我认为女性成长的事业是我要活成大多数人想要成为的样子。当我坐在这里的时候，你会不会觉得你很想靠近我，你很想成为我，或者我身上有很多你很期待，你想抓住，你想模仿的东西，我认为这个就是所谓的女性成长的事业。

这个世界上，终其一生值得大家追求的就是快乐，所以我会拼了命的把自己活成一个快乐的人。如果有一天我不快乐了、我不能确定自己现在的能量到底是不是正能量了，可能我的事业就终结了。

465.《在不能谈感情的关系里谈利益，千万不要上头》

我一直在告诉大家：在可以谈感情的关系里谈感情，在不能谈感情的关系里谈利益。但是有很多的姑娘在不能在谈感情的关系里在谈感情。在她们没有看到我之前，这个世界上没有一个人去告诉她这样一件事，她就会在一段莫名其妙的关系里谈感情。所以她的感情根本刹不住车，也因此在这种关系里处了十几年，最后拜拜的时候，她一分米都不想要，甚至把男的给她花的米全部还回去，这就是彻头彻尾的疯了。

466.《爱与不爱，没有对错，做一个让人舒服的女生》

爱与不爱本身没有所谓的对错，你就算跟一个人在一起十年二十年，他不爱你了你也应该允许这件事情发生。本来在一起这么长时间，到最后大家都还是朋友，没有必要把关系闹僵，把强势写在脸上。

我们在《金贵的关系》里给大家讲过，女生要温润如玉，要像水，你要给别人的感觉是舒服的、温和的、我可以去包容的，这样的状态比较容易受到别人的喜欢。你如果咄咄逼人，或者一定要让别人以你的想法为转移，这样就会让别人觉得很不舒服，而且也找不到什么有能力的男的。

467.《不能提供任何价值，还会拉扯情绪的人，请拉黑！》

不能为你提供任何的价值，但是还会搞到你情绪的人，今天想拉黑就不要等到明天。那种不能给你提供价值、不能给你带来利益的人，但凡出现了一次让你想要拉黑他的行为，如果你今天把这个事咽下去了，那么他后来就会有第二次、第三次、而且会愈演愈烈，一次比一次严重，除非这个人他确实能给你带来价值。生活就是如此的简单，每天已经很累了，不要为了这些没有必要的人和事去烦忧，我们一定要保持自己的一个身心愉悦，注重身体健康。

468.《努力过后，不后悔》

人生的某个阶段，你的内心一定会驱使你去做一些变化，难道你一定要强行把内心的那个渴望压抑住吗？我觉得所有的事情就是尝试过不后悔，这个是最重要的。人只活一次，我尝试过，努力过，就算最后发现做不到，我客观认知自己能力不行也可以。我不会去劝任何一个人说，算了，你这个样子挺好，其实是没有意义的。人的躁动，一旦开始有苗头，后面基本上那就是星星之火，可以燎原。

469.《做一个身段柔软的高段位女人》

不管是跟朋友相处，还是跟恋人相处，你们要做身段柔软的女人。当我听到你说的任何一个好像有点不吻合我的想法的时候，我要哄，我要拉你。所有的语言反馈到你的肢体上的时候，它是柔软的。不是说你要去妥协他人，而是你自我修炼，你自己把这个事儿完成的很好的话，你会发现所有的关系跟你都是顺的。

因为大家也懂，没有人是天生要去哄着他的。当你又优质，你还愿意这样去做的时候，人家也会心怀感恩的。不要把每个人想的那么坏，不要老是因为别人的一句话跳脚，这些都不重要。在任何一个节点上的时候，都想办法把你的情绪抹平，然后往我想要的方向去推，最后获得我

想要的结果。

470.《如何匹配优质男？》

很多粉丝宝宝问“我条件不好，我怎么能吸引优质男？”这个问题太笼统了，你必须要知道我的价值长板是什么？这个人的价值短板是什么？我用我的价值长板补他的短板。人不能让别人抿出自卑感，女孩子不一定说都要牛掰，但是你必须要让这个男人觉得我是有自己绝对价值长板。当你没有相应的物质条件做匹配，但在某一个领域你认为自己是很好的，那你在这个领域里的某个点位上一定要达到让别人都觉得，这个女生她是有自己世界的这种状态。

471.《“男人结婚”绝不会选的一种女人》

在传统教育理念下，成长起来的男人，不会选择一上来就能跟他随意发生关系的女人，作为未来老婆。那男人其实是，想要跟你快速去发生的，我们可以把它当成是一种测试，他的本能会驱使他为了跟你发生而画出无数个饼，做出无数的承诺，一旦你真的信了这些，跟他快速发生，那么他马上就会反推出，你是个非常容易受到诱惑的女人，换成是别的男人，你也会被轻易的拐跑；他就会拿各种道德标签来贴你，因为他没有看到你矜持和守身如玉的那部分。

472.绝对可以复制的最快速社交手段（女生适用）

【总的原则】☺️社交软件尽快筛选、尽快见面。总的原则就是快速见面筛选，彼此都节约时间。

在社交软件上，不要聊那么多，真假参半不真实，还得见面。

app上聊的好的有五十个人，见个面喝个东西可能只剩十个人了。太小气、太抠搜的直接pass。

我秉承我买单咖啡的心态去约个咖啡，格局打开，我主动去挑选。一杯咖啡30，约一个人60，一个月3k可以见50个人！实际上也就见个20-30个，600-900仅需！

见面了，你展现你的高价值，提前经营好朋友圈（参考朋友圈打造系列），我对所有人无比热情、无比开朗，他们都觉得我很不错，起码十个人有九个觉得我很好。反过来，我再来筛选。筛选对你主动热情又尊重你的、有边界感的、有付出意识的。

不要活在自己的价值体系里面，不要把任何一个男人放在眼里，自己收入不低的时候要支愣起来，我们去夸奖别人去热情，是因为我水准高，不是因为你价值高。

大哥，在我们没有价值链接没有情感链接之前，你充其量就是个男的、活的。我对我家小猫小狗也很好。你家很牛跟我有关系吗，电视机前喊马云一声爸爸，他答应你吗？

不要觉得是被选，要主动筛选，先起量。

473.《缓解焦虑，看到自己进步》

只有自己一点一点的肉眼可见，看到自己在进步的时候，这个是你们缓解焦虑的唯一途径。任何一个人你不可能说一上来，我就能挣五万一个月了，一上来我就能把我父母给的全部cover掉，它是有一个过程的。一定要学会一点一点的把你之前想象的无比大的这个困难给它拆解掉，一点一点的被解决掉，你的内心就会找到安全感。悲观主义者正确，乐观主义者进步。

474.《我追求的终极永远是快乐》



31 WX:

476.那种关系是否可持续的几个关键数字

很多事情都是自己的选择，但是牺牲一重道德感都是有门槛的

1) 一两百W

W外的关系

对方手上没有100-200用于围外开销

那他就没有资格找你

对你其实也没有存在的必要和价值！

2) 40岁

没有结晶的围外关系

一般来说，女方40岁就差不多持续不下去了

除非双方经济都很好

或者双方都有稳定小木屋

3) 500W

这种关系里

女方如果想要结晶

提前拿到500个是基础，

不管在几线城市

477.《看曲曲直播，看清世界本质》

这个世界上就是有资本家和被压迫者，这个世界上就是有厉害的人跟稀烂的人，这个世界上永远都是两极分化的。财富是流动的、能量是流动的、资源是流动的，我们永远不可能要求这个世界上的每一个人都是强者。当你看到了自己的命运，看到了自己所处的人生状态是弱的，你就要改变。我要在这个世界上从差的这一波变成好的这波。大部分都是普通人，普通人的圈子里，第一别人不希望你过的比他好，第二点，别人没有能力告诉你这个世界的真相，因为他自己也是个普通人。我是凭我自己的力量从无到有，完全脱离自己的原生家庭，给自己去创造好的生活，带来好的能量。我的事业决定了我必须要做一个让你们变好的人，

我必须抱着一颗让你们变好的心来跟你们讲这些东西。

478.《难以替代的价值，才是你手上的筹码》

我认为这个世界上有两件事情是非常难以被替代的，一个就是实实在在的**利益和价值**，就是你能给他带来什么业务，还有一个就是共同的经历。所以当这种难以被替代的东西，随着时间，随着相处深入以后，那么那些可被替代的东西就会被弱化掉。所以有些东西刚开始不讲是为了给双方一个机会去构建一些不可替代的部分，你有了这些不可替代的部分之后，那么你手上的筹码增加了，再把那些可能有一些不好的点抛出来的时候，对方他不能纯理性思考，他一定会掺杂感性思考，那么你就有机会把这个人盘下来。

479.《看清事物本质，清晰自己的身份定位》

你们有没有发现，你们在想一个问题的时候，不垂直，喜欢加入很多莫名其妙的、不相干的信息一块儿想。一个人是否能够一眼看穿事物本质，就会很大程度上决定了它的高度。当你们要米，你觉得多少愿意继续，你就要多少，他愿意做，你就跟他推进，他不愿意做，你就拜拜，这个逻辑是不是很清晰。你既然选择一个围城内的人，那么你就是图米，这个因为所以是必然成立的，你不要跟我说，我选择一个围城内的人，我不图米，我图感情。

480.《遇到问题，解决问题，不预设问

题》

遇到问题，解决问题，不预设问题，这个就是让你们的人生过得松弛笃定，还有幸福感的一个非常重要的核心逻辑。你们不要觉得顺利的人生是常态，不是的，问题是常态，甚至于我们的每分每秒都会遇到新的问题。你不要提前给自己制造内耗，要把问题当做是人生的常态，以常态心去看待它，然后一边面对问题的时候，一边寻求动态平衡。兵来将挡，水来土掩，那么我是不是遇到任何问题的时候我不慌张，我是有这个心理预期的，而且你也不会提前焦虑，能快乐的过一分钟，就不要焦虑的过一分钟。

481.《所有的挫败，都会助你成长》

无论你现在经历了什么，经历了一段失败的恋情、经历了一次失败的考试、经历了一次失败的创业、或者说离职，被人骗了。请你一定记住，这件事情对于你生命的长河来说不值一提。你们从现在开始就掐掉这个念想，无论现在这件事儿在你眼里看起来有多大，它再大也只是因为你现在太渺小，你现在还是一只蚂蚁，所以说任何东西在你面前都显得很大。最坏的结果就是我现在清零了，我从头再来。你们不要把现阶段的事看得无限大，其实你未来再回头来看，你会发现所有的事情都是用来给你上课的，交越多的学费，上越多的课，你未来就能够过得越好。全部都是对于自己大脑和人生阅历的投资。

482.《语言的逻辑是什么？》

语言的逻辑是什么？我们一听到“但是”，就要开始关注“但是”后面，因为“但是”后面表达的才是他的真实意图。欲扬先抑，别人就会把所有的注意力都放到抑的部分。如果是我想跟你在一起，或者我想要给你创造机会的信号，那么我就要把“但是”后面的内容跟前面的内容颠倒过来。

比如“虽然你有围城，但是我觉得你这个人真的太有魅力了”又比如“虽然你只有一米五，我平时不太会关注特别小巧的女孩子，但是我觉得你特别的可爱，特别的古灵精怪，跟你相处特别的轻松，特别的愉悦，你让我改变了对这种小个子的女孩子的看法”是这样的一个语言逻辑。

483.直播6月1日#曲曲金句

- 1、作为一个甜品存在的男二你要让他上桌做主食，最后你会很惨。
- 2、一段关系里谁痛苦谁改变。当你很在意一段婚姻时，老公比孩子重要。他只有可能在跟你关系很好的情况下才可能听你的要求。你跟他在对抗状态下提要求他越抗拒。对方给你多少筹码我就做多少妥协。给到什么地步就解锁什么特权。
- 3、你要想要拿到你想要的就要向对方提供他想要的。他想跟你一起，你就要以跟他一起为理由提要求。要有空间，有弹性，接受事件里的波动。
- 4、倾听认同夸回去，要让自己有个空杯状态，然后再去接纳，才能找到更好的。不能给予抓住救命稻草无缝衔接。

484.《不要让自己按头消费，自我成长永远第一》

我希望大家永远都不要对自己做按头消费的选择。但是每一个人的基本盘是不一样的，不是每一个人都有不被按头消费的资格，所以无论我们处在生命当中的任何阶段，我们永远都不能够放弃自我成长这件事儿。永远自我成长、永远自我提升，不管是从自己的认知上面，还是从个人能力上面，还是自己赚米方面，我任何方面都要想办法不停的去突破。只有自己的认知上去了，我才能不被教条所约束，如果我的认知上

不去，我真的永远都要被教条所约束。

485.《男人骑驴找马怎么做》

一个男的十个里边有九个半他们都是骑驴找马，等下家稳住了再把上家pass掉，都是这么一个操作模式。首先你自己要降低预期，然后想好一个补偿数字，就去跟那个男的谈。如果他不同意的情况下，你可以去跟那个女孩讲，但是我希望你给自己时间，比如说一个月。一个月结束以后，这个事儿无论结果如何，我都要让他翻篇儿，这个是骑驴找马的固定操作模式！

486.《遇到匹配的对象，就不要犹豫推进婚姻》

你们要是已经有了良好的家境、好的收入，自己各方面搞得还不错，这种时候如果还在裹小脚，还在裹小脑，你们就是在给现代中国的女性丢脸，不要给自己太多的约束。一个正常的男人，他到了一个年龄，要结婚生子，这个是大多数人的选择。一个正常的男人，他如果遇到一个方方面面条件比较匹配的女生，如果也不反感的情况下，这个女生带球了，正常的男生就是想要去推动婚姻关系的，因为每一个人他都会核算自己的人生成本。

487.《没有任何一个人会为一个莫名的溢价去付费》

无论这个人多么有，还是多么贫穷，都是人性共通的。我们之所以会为溢价付费，是因为它具备品牌价值。对一个人来说，你的品牌价值是什么

么？是你的光环、事业、家境这些东西，它是一个能够让别人为你的溢价去付费的一个东西。但是没有任何一个人说，就因为我30岁以后，我急着嫁人，我也没啥情感经历，我也没遇到什么高端男性，完了以后，因为我一生保持着自己的正直与纯洁，所以你必须为我溢价，没有这个说法。

488. 《什么是错误的关系？》

一段关系让你们判断是正确的关系，还是错误关系，就是看这段关系它最后带给你的大面积的情绪感受是什么？因为我们所有东西最终都是为了让活成一个快乐又健康的人，这才是核心。这段关系如果让你感受到是一种纠缠，是一种负面的情绪，这段关系它必然是一个错误，没有什么好纠结的。有时候情绪的反复是弱者的姿态，一件事情一旦我下定决心了，就没有反复空间了。我不能每一次都这样徘徊，我一旦做选择了，我就要把所有的风险尽量的思考好，规避好，然后我只做一个动作，选完以后我就不再回头看了，这样你就是最大化的节约了时间，最大化的提升效率，你就会上升的比别人快。

489. 《学会投资自己》

如果说你想在最短的时间之内搞到最多的米，那么你拿一部分的米投到自己的脸上和身材是很有价值的。但是如果你是希望你的竞争力不会随着年月的增长而衰退，反而会随着年月的增长而增长，那么你就一定要投资自己的认知。

向上社交的意义，它不在于我拿到了什么资源，而在于我拿到了一种意识，一种信息差。越是高的圈层，他每天表达的东西，他每天思索的东西，就是更加接近于能够让你自由的真相。你怎么让自己脱颖而出？一定是想办法把米砸到你能够去链接到更牛掰的人的这个渠道上面。任何时候抱着一个学习的心态去链接别人，不一定要抱着一个薅的心态去链

接别人。我学到了、我听到了、我看到了，也是一种链接。

490.《什么才是真正意义上的断联？》

断联到底断的是什么？断联的本质其实就是在更改人设。就是你这个断联的动作会跟你之前的行为发生非常大的反差，那么这个断联它就是有效的。在别人眼里，人设更改了，用断联用消失的方式证明你不是他想的那种人，证明你能控制住自己，这个就是断联的意义。只有我说断联，断的干干净净，好长一段时间之后不联系，好像你依然很光彩照人，你依然有自己的圈子，你的事业蒸蒸日上，然后你每天依然在接近我，你真的没有纠缠我，说不定我哪天想开了，我就跟你说话了，你要更改的就是这个人设。

491.《成功的商业模式是什么样子》

我们所有的成功的商业模式都是在利他基础上的，且一定是利他大于利己.....任何一个赛道都要有自己独家的核心竞争力，一切为我赋能，一切为我所用！

492.《“圈子不同，不必强融”是最大的毒鸡汤》

比我高级的圈子，难道我就不提了吗？我是个井底之蛙，就应该在井底待着吗？你凭什么管我，凭什么安排我？你是天上的鹰，你在天上飞，我是井底的蛙，难道我就必须在井里待着吗？拿米出去交朋友，这也是一种极大的投资向上社交的方式。有的时候不在于说我拿到了什么资源，而在于说我拿到了一种意识、一种信息差。你跟一桌子老板坐在一起聊的东西，跟你的七大姑八大姨坐在一起聊的东西，是不一样的。越

是高的圈层，每天表达、思索的东西，就是更加接近于能够让你财富自由的真相.....

493.《一个有责任心的男人，对谁都会有责任心》

事实上，一个有责任心的人他对谁都有责任心，他对主的这个有责任心，他对外面的也会有责任心。只不过是程度的问题，如果对主的是90%，那么只能把剩下的10%给外面的，但是他不会去动那个90%，因为他会觉得动了的话那我不是对主的不负责了？除非外面的带球了，已经到了不得不的地步，那么他才会考虑去动那个90%。然而一个对家里没有责任心的男的，他对外面的也不会有责任心。

494.《为什么底层逻辑发心正很重要？》

我们要把所有的关系处成：未来就算有一天不在一起了，依然是感恩、彼此珍视彼此这个方向上。无论当初这个人他冲什么来的，但是只要在这个过程中他让我成长了，无论是哪方面的成长。那么，我就会把这个人当做是我的贵人来看待。

同样的一个动作建立在不同的发心之上，触达的目的地是完全不一样的。我们很多的案例里，大佬给我们的客户付出了很多，大佬人都不傻，在相处的过程当中是不是在真诚以待，当我们结束的时候你是不是想好聚好散，他是能感知到的。

大佬的巨额付出必定是基于你给他带来了好的体验。你们有过很多的故事让这个男的觉得他应该为你付出这么多，无论他这个应该是出于感恩、感激、还是出于愧疚，他自己内心会有一个价码。

可是当你一旦贪得无厌，而且你打破了这个感恩之心的时候，到最后你就变成了强买强卖的性质，是得不到付出的。

495.《人在破圈的过程中需要野心和动力》

人在这个向上攀爬的过程当中，但凡有一点点的走神，但凡有一点点的怀疑，说我可能爬不上去，那么一定就会有千军万马在顺势把你拉下来。在向上走的这个过程当中，你是一丝一毫的这个心理都不松懈。无论我今天就是遍体鳞伤也好，千疮百孔也好，但是这就是我想选择的，无论最终那个结果我拿不拿得到不重要，重要的是我离我想要的越来越近了！

496.《男人是渠道，情感是技能》

把情感当成一种技能的时候，你的情感其实是抽离的状态，你是知道我要说什么话，能达到什么目的。以目标为导向，而不是说我爱不爱呀，我有没有感情呀。这样你知道在什么场景下该做什么事，说什么话，做什么动作，你喜欢也好，不喜欢也好，你就围绕你的目的，核心诉求去操作就好了！

497.《男生表达没空谈恋爱的潜台词是什么呢？》

一个男生，当他说“我现在很忙，我没有时间谈恋爱”他这句话的意思是你现在没有完全进入到他的择偶框架。有两种可能：一种可能他现在在观察，看看谁的条件更好，另外一种可能是他手上捏着一个稳定的对

象，比你好。只有这两种可能，他才会讲出这样一句话的。

498.《怎么看一个男生适不适合结婚?》

要看他是否愿意上缴财政大权!不管一个男生是什么阶层什么经济条件，如果他愿意上交经济大权，他就是适合结婚的人选，其他方面合不合适，另行分析。上交财政大权等于有强烈付出意愿，且也有沉没成本！一个在婚姻中愿意付出的人是不会让你吃亏的,哪怕有点小问题也会因为沉没成本而和解。

499.《成功靠的真的是运气吗? 》

你们真的相信一个人的成功是运气吗？运气只能让你踩中风口，但是它不能让你在踩中风口之后做对每一件事儿。你的米是怎么赚出来的？是你要进入到了一个正确的赛道之后，把每一件事儿干对，你这个米才出的来。所有的商业的逻辑、财务的逻辑、用人的逻辑，所有的资源整合的能力全部要在线。它所有的这个东西叫一个链条，这个链条上面是有很多个环节，哪一个环节都不能错，你在任何一个环节发生问题，最后这个结果都拿不到。哪一个环节都要对，你最后这个米才赚得出来。

500.《想要拿下高阶的人一定要把他拉下神坛》

有时候拿不下一个男人，可能就是因为你把他想得太高了、太正了、太君子了。越是表现的翩翩君子、很高规格的人，往往内心掩盖了自己真实的另一面。而越能挖掘出他真实一面的人，在他面前也就越特别!如果你能激发他的内心,释放他内心约束自己的部分，越能提供给他情绪的波动，你在他面前就越特殊，他就越离不开你。

501.《方向，信念感的重要性》

方向、信念感大于你当下要做的一个具体动作。一个人他的方向要明确，信念感要强，那么他就会每分每秒的抓机会，但凡有口子，他就冲上去了。你说我要脱离原生家庭变得越来越牛逼，我要去链接牛逼的人，你的方向跟信念摆在这儿，你的每一个动作都在往这件事上靠拢。

所以只要有一个信念感，你就会在做所有的事情的时候，都在动脑子，它不是某一个具体的事件，而是因为你的信念感牵引着你，所以你每时每刻眼睛一睁到任何一个场域里，你的脑子里都不停的在思考这件事儿，就会一直在调整，一直在做这个动作，是这么一个概念。

502.《“风花雪月”和“实际付出”要有比例》

聊风花雪月聊着聊着就要开始聊实际付出，一直聊风花雪月就会无话可聊；实际付出聊着聊着要回到风花雪月，不然就变成雄竞赛道(谈生意) 这个比例大概是7比3，7分风花雪月，3分价值要有穿插，谈着谈着要能拉回来，就特别考验功力，需要无数次的实操和演练来实现的，什么样的关系聊什么样的天，我们到这一层关系了吗？付费解锁新关系！风花雪月不能聊着聊着就被带节奏了，就被带入到一些有颜色的东西，没得付费就解锁新技能！

503.《不要为了表达而表达》

高级的人是不会为了表达而表达的，高级的人讲话一定是围绕他的目的做服务的。你们不要在对方不想跟你讲话的时候拼命做输出，毫无营

养，会把自己拉的无限低位。我们的真心只能展示给在乎我们的真心的人看。有的时候不要为了表达而表达，要控制自己的表达欲，你们逐渐的就会发现自己变得高级了。

504.《树立正确的发心，很重要！》

我们每天都要跟大家说发心，发心到底是什么？女孩子不要总是觉得对方应该无限的爱你，或者说无论过多少年，只要最后没有达到你的预期，没有达到你的结果，你就应该让这个人付出代价。其实不是这个样子的，我认为感情真的是双向选择，大家一定要树立在一个正确的发心之上，所有的正确发心是我要跟你两个人最愉快的相处，我要让你觉得我们两个人相处的每一分每一秒对于你来说都是值得的，且你为我付出的任何的东​​西，都是因为基于你认为我们这段关系值。用正确的路径去顺向的做很多事情，且抱着一颗感恩之心去做。

505.《经营婚姻的底层逻辑是什么》

婚姻是起点，把婚姻当终点的人一般都是很惨。欣赏任何人，但不信任任何人，随着时间的推移，任何人都会改变的。精进自己，扩大自己的能力，提高自己的掌控权。手上需要攒米，不然到了要打仗的时候连子弹都没有。

506.《精进自己才是唯一正确的道路》

优秀的女孩都会持续学习：光环+学历+年轻+好看=拿到大结果！有的女孩子已经很优秀了还是会眼睛一睁开就在学习学习，记笔记，学习意识特别强，这种人一定拿到大结果！

507.《拒绝年龄焦虑，放弃在不能改变的问题上做挣扎》

很多人说这年纪好像有点偏差，但是人家一看很洋气，还挺好看的，马上想法就改变了。人都是视觉动物，年龄它是个数字，你身上有光环，工作背景方方面面的也不错，也买了房子了，还有一点小资产。人都是视觉动物，不要因为别人说这个女的年龄大了，我不想见你就自卑了。更好条件的人走出去，别人总还是有对她挑挑拣拣的，这不是你的问题。在不能改变的问题上面放弃挣扎，这是事实。

508.《你好我好，你坏我也有准备随时对应》

一个男人他已经出问题出在前面了，如果这个时候还在谈爱情，我要包容，你搞这些事情就是很无知，你们就是亲手把武器递到了对方的手上。你要当一个人，我陪你当一个人，你要当一个人，我陪你当一个人，这个是我跟你作为婚姻这个利益共同体，我的核心方向。

但是如果你要把你的坏使到我身上，那问题就大了。如果我认了你这个人，我可以跟你两个人携手共进，不管你是好人是坏人，我都跟随你。但是如果你把我当做敌人，公号：文字变现艺术家。你知道他有这样的倾向，那么你就要为他有可能有这一天会这样对你做一些准备，我觉得这才是大家要先思考的一个问题。

509.《搞到大结果的主旋律是什么，是个人价值的提升》

每个人都有两种价值，一个叫做伴侣价值，例如我的情感，这个伴侣价值相对他来说比较疏离，我想跟他拉动，但是好像这个动作推不动，这个就叫做伴侣价值无法拉升。在伴侣价值无法拉升的情况下，我就可以拉上个人价值，但是如果你个人价值也没有拉升，又想大哥给你大额付出，是不可能的。你要么充盈大脑，要么充盈光环，要么打开社交圈，去链接更高的人，让你自己显得越来越高级，你从一个普通货变成了一个名牌货，没有人会为莫名的溢价买单！

510.《情感关系中的“术”是什么？》

为什么所有的事情都是拿结果，因为我就是以结果为导向，然后倒推我现在的行为。我是对他温柔，还是对他热情，这个都叫表象，不是内核。表象叫做术，就是我要有一个非常强大稳定的内核和坚定的自我价值的认知，然后基于这个，我觉得我该对你温和的时候我对你温和，我觉得我该敲打你的时候我敲打你，我对这个事有判断，而不是我根本就不知道我的自我框架是什么，我的自我价值是什么，你在做一个动作的时候，你都不知道自己为什么要这么干，你能有什么结果呢？我的语言、行为、情绪的形式都只是我在某一个时间阶段用的一个术，仅此而已。

511.《心境对了，事情就顺了》

其实所有你能够处的顺，一定是因为你的心境，你的表达代表了你的心境，你的心境对了，你才有可能做对每一个行为。今天我有一件事情做的不对，说明我看到了自己可改进的空间。今天一件事情做的很难，我感觉自己变得越来越强大。

当你有了对这件事情的负面认知，马上停下来控制自己意识，你就能控制自己的情绪，你就能控制自己的行为。当自己为一件事情产生负面情

绪的时候，打断自己，停止这个思维，想一想我怎么用正面的方式来看待这件事儿，然后让我产生正面的情绪，慢慢的，你们就会发现，你们看待这个世界的方式不一样了，你们就再也不会抑郁了。

512.《突破圈层的最短线》

我们首先要从可以触摸得到的圈子，做筛选，自己的圈子才是最短行动路线。通过自己拥有的强关系去发展弱关系再通过把弱关系升级为强关系，为我所用不要身边的人都搞不定就去搞外面的！先学会走，再学会跑。永远不要觉得身边的人都不行，事实不是这样的。

513.《成功的两种模型》

我眼睛里看到的成功的模型，一种叫做与关系博弈，一种叫做与市场博弈。早早的就想要以退休为目标的这些大佬和成功人士，他们都是在做着与关系博弈的生意。但是能够把事业作为自己的终身追求目标的人，他都是在做着与市场博弈的生意。关系是一个很会让人内耗和痛苦的东西，当你只能拼关系的时候，说明你没有核心竞争力。所有的人给谁做都是做，谁关系好，我就给谁做。那么在这个过程中必然面临着你所有的业务都是要靠求人得来的。人家说人不求人一般高，就是说你如果不求别人的情况下，本质上我们没有区别。薇芯：2284868566

514.《真正的赢家，只专注于自我》

真正的赢家是不把任何人当成对手，只专注于我自己。我喜欢什么，我想干什么，我想得到什么。但是我并不是在去跟谁对抗，或者说我在跟谁竞争，我只是为了我的需求，这个需求一定不能定位在我去跟别人对抗。当你把对方当对手的那一瞬间，你就已经输了，因为对方没有把你当对手。我要赢，其实人家根本眼里就没有你，你说谁输？在任何情况

下我们讲的从来都不是输赢，我就是要自己更好、更快乐、更愉悦，不是跟任何人去说我一定要怎么样，这个状态不对，有这个执念也是不对的。

515.《聊事业需要血性》

所有人都是慕强的，你是慕强的，别人也是慕强的。但凡跟别人聊到商业，聊到合作干事业的时候，你要让别人看到你的血性，别人才会相信你。

你要是蔫儿不拉几的，我好可怜，我好弱小，那别人就只会给你两个钢镚打发你。你给情绪价值的时候是你要示弱，让别人来哄我，保护我，这是为了拉情绪价值，相处舒服。

但是当你们要一起去森林里面去打猎的时候，他会选择跟谁一起去，跟个小白兔一起去吗，给别人送人头去吗？肯定不会的呀。

516.《被圈养十几年一定要有娃》

你和大哥在一起两年以上的，这种非常坚决的，不让你生孩子的这种围城外的关系，都不要跟他在一起，无论给你多少钱，因为这条路是一条死路，可能你觉得有钱想怎么潇洒怎么潇洒，那是因为你没有被圈养十几年，你被圈养十几年，你就会明白，钱对你来说是不重要的。

因为这个女人，一辈子事业做出不来，或者说她活的很痛苦，不管她是哪一种悲催，这个悲催，她一定就是一个情字，无论她刚开始要的是这个男人的光环、地位、资源，无论开始是什么，因为时间久了，她都要情字，这是男人和女人的本质差别！

517.《逻辑打通，在任何领域里都能拿到结果》

今天大家看到我们跟别人不一样，其实最大的一个点位是因为我把所有东西都打通了，做生意的逻辑、谈恋爱的逻辑、人际关系的逻辑。其实跟我从小学艺术是有关系的，我的思维相对来说是比较发散的，共情能力比较强，所以我在听到一个商业故事的时候，我能想到一个情感故事，脑子里就会交叉。所以说当我们把这个东西打通了以后，就是以不变应万变，你不需要针对每一个不同的世界，非要凹出一个什么样的行动路径，而是我们稳定住了自己的行动目的之后，我们会去面对各种各样的事业。无论我面对的是谈恋爱、搞人际关系、还是去创业，其实它们都一样的逻辑。

518.《正念以及人要怎么转念》

在一段关系中，先要了解人性底层逻辑关系后才能发生转念，当你转念以后你的动作才不会变形，这样才有利于达成你的诉求.道要对，术才能对.....

519.《当你自身价值没有发生变化，又如何再次吸引到他？》

女孩子不要太执念，比如好多年前我没有看上了一个男人，后来他飞黄腾达了，我现在又想去找他，能成功吗？如果你的价值没有发生根本性的变化，那个时候的他能喜欢你，不代表现在的他还能喜欢你，他任何時候的选择，都是基于他当下的自我价值评估决定的。

每一个人你当下站的位置已经决定了你的价值，已经发生了明确变化了，你不要再把他当做前面的那个他来看待了，因为他不会再次重新爱上你。

520.《工作和恋爱冲突吗？》

真的要在认知人性的情况下，再去爱，就是认知爱情是什么，认知爱情就是权衡利弊的结果，然后再去享受爱情，而不是对于爱情对于人性有任何不切实际的期待，而工作是一份耕耘一份收获！人都是慕强的，所以要在不同的时候展示不同的质感！就能做到"财色兼收"了

521.《强者从不抱怨环境，心中永远有个小太阳》

我一般当面背面都说别人好，做正能量的人，就会吸引越来越多的正能量的人。不管自身是正能量还是抑郁的人，每个人都喜欢靠近正能量的人，都喜欢让自己开心。

如果你本身就是负能量的，那你怎么可能吸引别人，别谈你还去做业务。任何事情，你要能用一个阳光积极的态度去解释你的行为，你有最终解释权。就算你扯快乐证，你也跟孩子传达的是，我是为了更好的追求想要的生活，呈现一个积极的态度，而不是呈现受害者的负能量。

522.《大苹果怎么拉下神坛》

拉下神坛的时候你就是死鬼，就是臭男人，让衣冠楚楚的他露出他的兽性。要把他供回去的时候，你就是我崇拜的偶像，我的男神，是有能力的闪闪发光的领导，又把他的衣冠楚楚的衣服给他穿上，再给他整理整

所有的大苹果不可能是愚钝的，所以他眼神里的光不可能是愚钝的。睿智的就是睿智的，有野心的就是有野心的。体制内，不靠自己的颜值，不想太出挑，所以他们也不在乎自己眼神无光而不好看，高位的大苹果都不是那种很帅很帅的，真正有智慧的他都想弱化自己的存在。他们透露不出愚钝的光，所以他们就练就让自己的眼神没有光。

526. 《怎样判断要不要离开一个男人》

要不要离开一个人，是基于你要有心态筹码和经济筹码，不管我离开他后能不能再找到更好的，你要想明白，离开后我是不是能够找到更好的自己，wx: wzbxysj，爱上更好的自己，就算我不能找到更好的人了，我是不是会有更好的事业，有更好的状态，我是不是能够去链接到更好的人脉，有更好的发展。如果是你目前对他还有重大的诉求，那么你也可以选择忍一下，先达成自己的诉求，再来考虑要不要离开。健康是1，其他所有的东西都是后面的0，如果在一段关系里消耗你的健康，那离开就是最好的！

527. 《做个崩塌人设，你会更舒服》

从小我都树立我是一个崩塌人设特别自洽。当我们去追求完美的時候，你就会去在意每一个人的想法，在意每个人对你的看法。但你是不可能满足所有人的要求的，追求完美的过程中你会失去了自己，那你就不会开心。我们每个人都只是世界的一粒尘埃，但是我们是我们的全部。所以任何时候都要把我放到第一位，造句用我字开头。你想让所有人满意，但事实是，谁在乎你，谁在乎你做了什么，没有人在乎。

528. 《成功的人有野心和欲望》

世界上极致成功的人，他们的原生家庭都特别的不幸，童年都资源匮乏，贫瘠，所以生下来就有那种要改命的决心，那种狼性。相反，不喜欢解决眼前困难的人，这种人喜欢逃避，眼中没有杀气，没有血性，欲望不够大，在市场上就拼不过别人。

欲望这个东西不是一个可以去培养的东西，小绵羊就是小绵羊，有狼性的就是有狼性的，武则天之所以是武则天，她的野心和欲望是与生俱来的，有决心，是天分，是99.9%的人不具备的。没欲望的，容易泄气，干着干着，就觉得“哎呀算了算了，现在这样也挺好”，他就会这样想。

529.《快乐需要发现自己行的点位》

我们不能把自己的快乐建立在无解题上，我要能感觉每天很开心很满足，然后在那些我够不到的点位上我确实努力了，拼尽全力了，确实还是够不到，那就放弃挣扎。关键是你有没有十足地努力过，是不是在十足努力之后才认知到自己做不到。如果做不到，这个就是事实，没什么承认不承认的，很多人就是芸芸众生。转念就是转命，所有的事情都可以通过自己的最终解释权解释为好的。证明自己行是一种证明，证明自己不行也是一种证明，我证明了我确实不太行，不就可以了。这个点位不行，别的点位行。

530.《曲曲亲身示范目标导向》

出国前要明确自己读书的目标是什么？

比如我出国前先是工作了两年，深刻感知到我当时的认知和学历和我当时工作所处的环境是完全不匹配的：

1. 我感受到了我职业发展的天花板（职业瓶颈）
2. 我感受到了我对对碰匹配不了我喜欢的男生(婚恋瓶颈)
3. 我无法在上海扎根（户口问题）

所以我义无反顾出国留学，并且在海外不仅仅成绩是全院的前5名，在海外找到商机赚了💰，回来之后还完成了我出国前设定的这三个目标。所以目标导向非常重要！

531. 《会聊天的女人是最可爱，而会聊天是发现别人的优点》

发现别人的优点不等同于夸人，有的人夸人技术不行，只会硬夸，人家头发没几根，非要说“你头发好茂盛哦”。人家很胖，非要说“你身材好好呀”。人家很矮，非要说“你真高呀”。这样别人听了也不会舒服的，还觉得你情商低。很多时候，会聊天比有才艺更受欢迎，会聊天加上有才艺，聊得很开心的时候来一点才艺，这才是最好的。

532. 《别让光环禁锢自己》

选好未来的路，适当的把光环作为优秀的点，但是别让光环给禁锢了，学会转念别拉不下来脸，坚定相信自己，就可以把任何事情做好，发心对了一切就好了！

533. 《没有谁不自私，大佬也不会相信你的无私》

世界上永远只有互惠互利，价值互换，双赢。没有一方会单纯地单方面的输出，拿着自己的价值和资源无条件地为别人去铺路。除非我可以带着它出去炫，比如我买了爱马仕，我带出去有面子，并且我是单方面付出吗？不！爱马仕也为我带来了价值，也不会有人用买爱马仕的钱买帆布包！

534.《高价值的女性要支愣起来》

不要活在自己的价值体系里面，不要把任何一个男人放在眼里，自己收入不低的时候要支愣起来，我们去夸奖别人去热情，是因为我水准高这是我的情商，而不是因为你价值高，贵人，在我们没有价值链接没有情感链接之前，你充其量就是个男的，活的。我对我家小猫小狗也很好。你很牛跟我有关系吗？电视机前喊一声马爸爸，他答应你不？不要觉得是被选，要主动筛选，先起量。

535.《决策需要考虑天花板》

人的天花板由什么决定，由他在的赛道决定。比如马斯克可以研究火箭，你可以吗？你的赛道可以研究火箭吗？你在你的赛道做到头部第一名，你可以造火箭吗？可以研究机器人吗？因为那个赛道的门槛高，进去的人就少，成功的概率就大，如果门槛低，分蛋糕的人就多，成功的概率是不是就低了。所以决策的时候，不要基于眼前的利益，鼠目寸光。

536.《格局打开，短暂的得失不重要》

不要老盯着一个对象，看这里少了那里少了。这样不对，要这里少了，那里可能多了，不要总是盯着一个小缺点看东方不亮西方亮，一定要用量来平衡。不要锁死在一件事情上面，不要在意一个点位或者一个人的得失。要放在人生长河中来看，要关注整个面，当你太过于关注一个点的时候，那你放在面的精力就少了。

537.《以目标为导向倒推行为》

如果和一个贵人相处很好，外形以及情绪上的动作不要輕易大幅度改变，如果你动作大了，那你就可能跳出了他的框架。他既然喜欢你，相处愉快，那说明他就是喜欢这样的你。或者当你要做动作的时候，你要明白你做这个动作是为了迎合更多人的审美，而不是仅仅为了跟一个人长期绑定的。比如有的女生是职业选手，在她还没有明确目标的时候，绝大部分的人的喜好是芭比娃娃，那她就把自己打造成芭比娃娃，这是为了迎合大部分的人，而不是仅仅为了一个目标对象，他不喜欢就不喜欢了，有更多的人喜欢，让更多的人喜欢才是我们的目标，所以要目标倒推行为。

538. 《能力强的女性更需要戒断妇人之仁》

年入百万的女生是属于能力比较强的。首先男性社会中，男性手里的资源多，他会倾向于更愿意给到男性，抱团取暖，所以一个女性能够靠本职工作就可以做到年入百万，就说明她本身能力很强。那她遇到事业瓶颈的时候，大部分情况是什么呢？男的跟你抖狠的时候，你就妇人之仁，想着，“哎呀我让一下吧，包容一下，退一步，我忍两年。。。 ”但其实跟你抖狠的男的他能力还没你强，他没有从0到1的能力，所以他只能抖狠了。而你其实能力很强，他抖狠的时候不需要忍让，这样才不会被逼到瓶颈，戒断妇人之仁义，可以避免很多压力。

539. 《实质高位&假象高位》

实质高位是实力决定的，谁掌握生存资料，谁就是实质高位。开始什么都没有的时候，你就可以做小伏低，随着他对你的经济付出增多，你就开始气焰嚣张，到后来还收不住了，有时候他只是觉得你年纪小，他在让着你，并不是你的实力上来了。你年纪小就是你的唯一优势。你要意识到自己脾气大了，随着年龄增长，这个点位会变成你身上的劣势，那

么你就要自己改变，否则等你过了这个年龄点，你还是收不住，那他就翻脸比翻书还快，最多超过28，他就会把你当熟女看待，他就会说：“你都快30了，你也不是不成熟的人呀。”

540.《沉没成本越大，越难割舍》

没有一个男人会因为一个女人给他付出很多而离不开她，不管是经济方面还是时间精力方面的沉没成本。对方付出多，他反而会觉得他的英雄主义情怀没有得到施展，觉得自己没有能耐，没法彰显自己的大男子主义情怀。当他物质得到满足的时候，他就会追求精神需求。其实男人女人是一样的，所有人都仰仗我、依赖我、需要我，这个才是人的最终需求，这才是人的底色，真实的人。放不下的一般都是付出的那一方，他只会因为自己付出多了而难以放手，因为沉没成本太大！

541.《围内不折腾，围外就没有空间》

围外的人可以跳的空间在于围内的不接受，围内的很刚。如果围内的接受这个事实，一旦围内的权衡利弊之后，觉得无论如何这个男的还是孩子他爸，一旦围内的选择不折腾了，那么围外的就没有可以跳的空间了。

客观层面来说，女性的占有欲和胜负欲上来之后，“为了你我舍弃了这放弃了那”，这样你的心态就会失衡，自己获得不了幸福，获得不了快乐。这个不在于道德不道德

542.《CPU的底层逻辑和应对技巧》

CPU的底层逻辑，他说的话可能都是真的，但实际上他是有选择性地表达，也就是所谓的“部分真相”也就是说的是事实但不是事实的全部，所以把全部真相展现出来，然后怀抱自己的诉求不被打穿就好了！

543.《找一个能够带领、引领你的男人》

任何的关系结合每个人的基本盘，你会发现这段关系需要汲取的养分，它是不一样的。当你们的个人收入、能力方方面面还在一个很小白阶段的时候，我是建议大家去找一个能够带领、引领你的男人。因为这样的人，他能给你资源，就算不能给你平台，他也能给你眼界，提高你的认知，那么你在这个关系里，总而言之，你是在一个向上生长的状态里头。这就非常棒，我也建议大家去找一个能够带领、引领你的男人。

544.《如何拓展圈层，链接高端人脉？》

突破圈层总的来说有三条渠道：

- 1) 朋友介绍，弱关系变强关系.
- 2) 通过相应的爱好去链接人脉，弱关系变成强关系.
- 3) 去学一些东西，在这个过程中链接新的人脉，弱关系变强关系.

例如，如果你是XX老师，可以通过家长介绍优质的异性，先跟家长做朋友。我们首先要从可以触摸得到的圈子，做筛选自己的圈子才是最短的行动路线，通过自己拥有的强关系去发展弱关系，再通过把弱关系升级为强关系，一切为我所用，一切为我赋能！

545.《有米小姐姐的情感怎么双向滋养》

你是富婆，富二代，很有米的那种已经走到了一个雄竞的赛道，雌雄同体了这个时候你说你只需要一个在情感上能满足的人跟他在一起,我能开心我能快乐，(特别是十点半)我能保持正能量场，我能把我的事业再翻个十番，这样也叫双向滋养!ps.避免软饭硬吃就好了！

546.《什么是双向滋养的关系？》

很多时候，糖吃多了，牙就会坏掉。所谓的滋养并不是，当下什么都不用想，我过得很好，这不是滋养，这是假性高位！因为在这个过程中，你耗费了青春，虚度了年华，这就是你巨大的损耗！真正的滋养是在这个关系里面你上台阶了，向上成长了。除非是女的很有实力，找个男生愉悦自己，白天可以更好工作，这也叫滋养。任何关系我们追求的都是双向滋养！

547.《向前看，接受自己的不完美》

人都会有这个心态，觉得自己做错了，需要改。其实有时候事情并没有到“错”的地步，它可能只是不是最完美的，不是最恰当的，但也是不过分的。那么就让它过去就好了，我们不可能把人生的每一步都走的完美的，能不摔跤，就无需刻意拍土了吧，多此一举。而且在没有明显错误的时候去找补，很容易在对方眼里形成“低位”感，没有太大必要。故错了就错了，说了就说了，只要不过分，不用再找补，忙时努力，闲时养心。

548.《接纳自己的不完美》

从小我都树立我是一个缺憾美主义者。当我们去追求完美的时候，你就会去在意每一个人的想法，在意每个人对你的看法。但你是不可能满足所有人的要求的，追求完美的过程中你会失去了自己，那你就不会开心。我们每个人都只是世界的一粒尘埃，但是我们是我们自己的全部。所以任何时候都要把我放到第一位，造句用我字开头。你想让所有人满意，但事实是，谁在乎你，谁在乎你做了什么，没有人在乎。

一手消息!



专业更新电子书



书友会



书友会 会长

sm99878
kc58567

书友会 会长

sm99878
kc58567

书友会 会长

sm99878
kc58567

书友会 会长

sm99878
kc58567

书籍方向包含：商业、人性、偏门、心理学、情感、创业、引流、副业、搞钱、人生进阶、两性幸福指南、撩汉、撩妹、撩凯子、灏泽星球、心理学、考研、知识付费等.....

近百种领域，各类付费文章，新书朋友圈每日发布更新最新热门书籍、极速日更，您需要的我们都有，我们专业更新电子书，以及代找各类书籍。

会长微信：sm998787 备用微信：kc58567

全网最新热门书籍、绝密优质好书，朋友圈每日更新最新书籍，提供免费代找电子书。最新最全、日更新。

请添加 书友会创始人 会长微信：sm99878

读天下书、交天下友。欢迎加入书友会大家庭。

新书首发 最新最全

免费代找 所有资源

会长永久 QQ：3030478277

书友会 创始人，会长微信：sm99878



以书会友
墨西哥 埃莫西约

