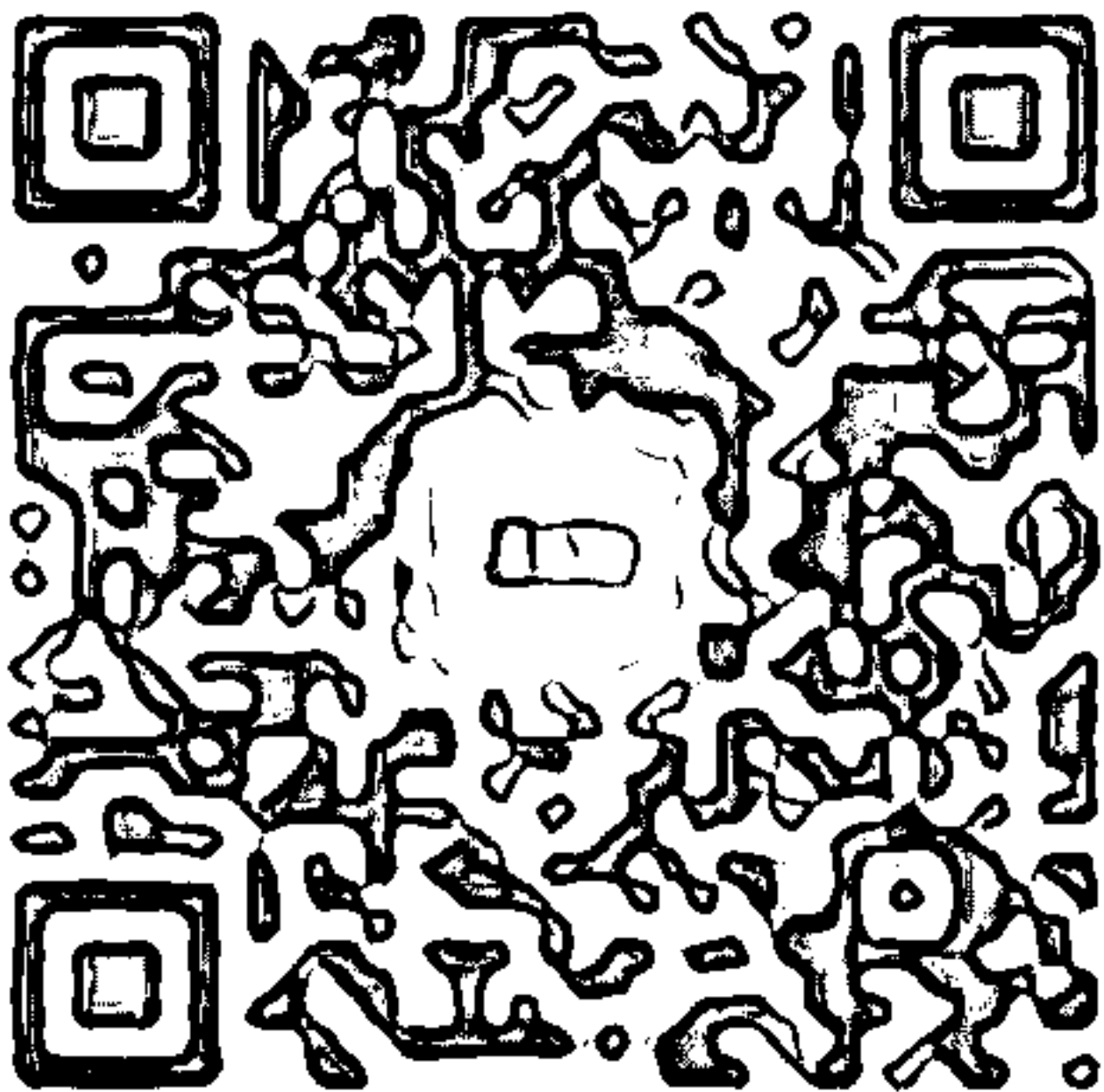
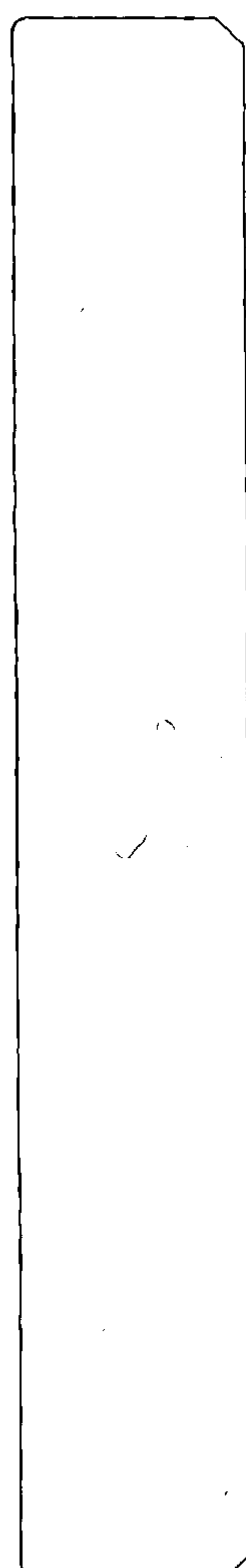


たに、あ、た、て、と、っ、た







1

2

3



Q

Q

Q

Q

Q

Q

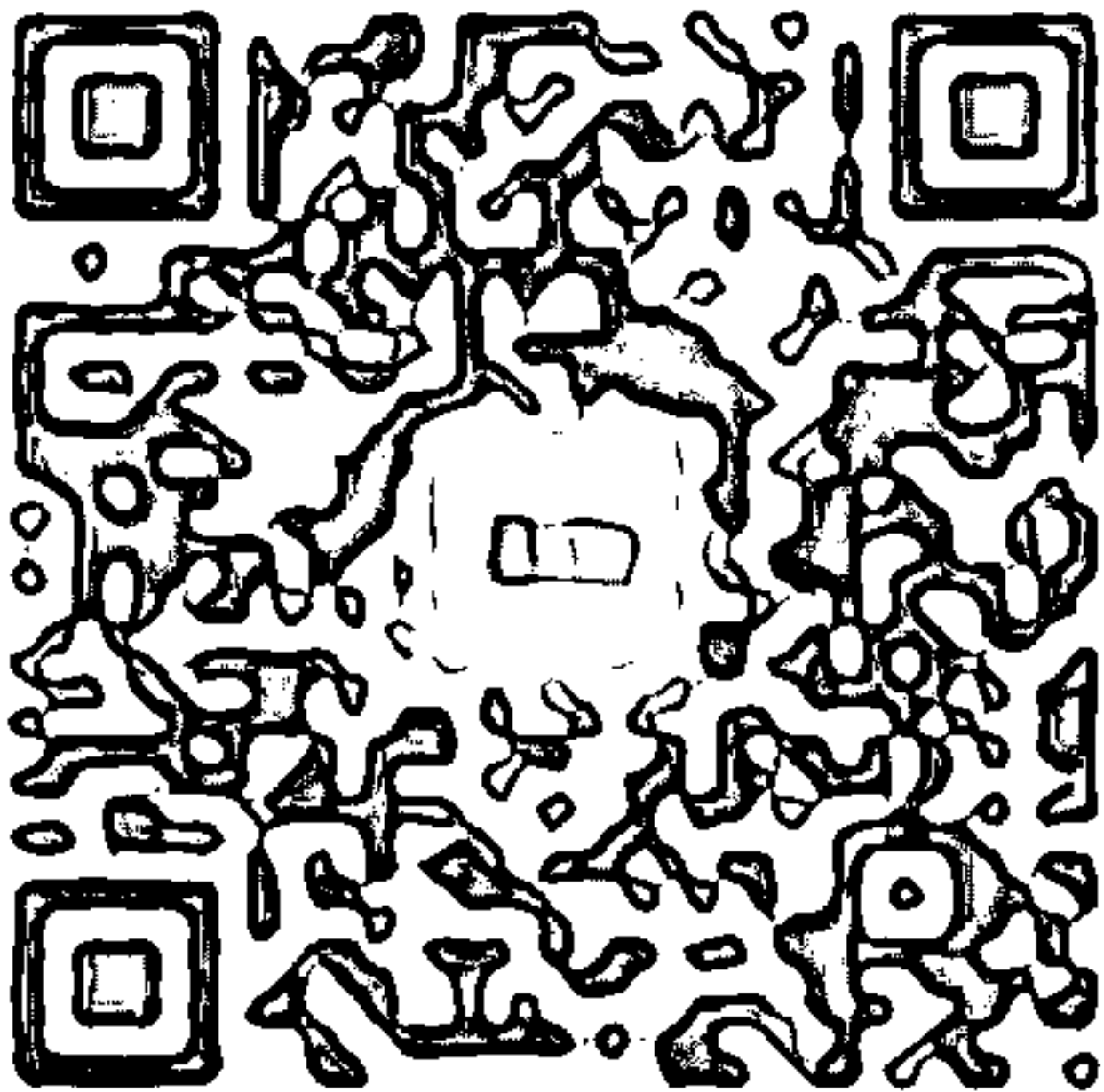
Q

Q

1875

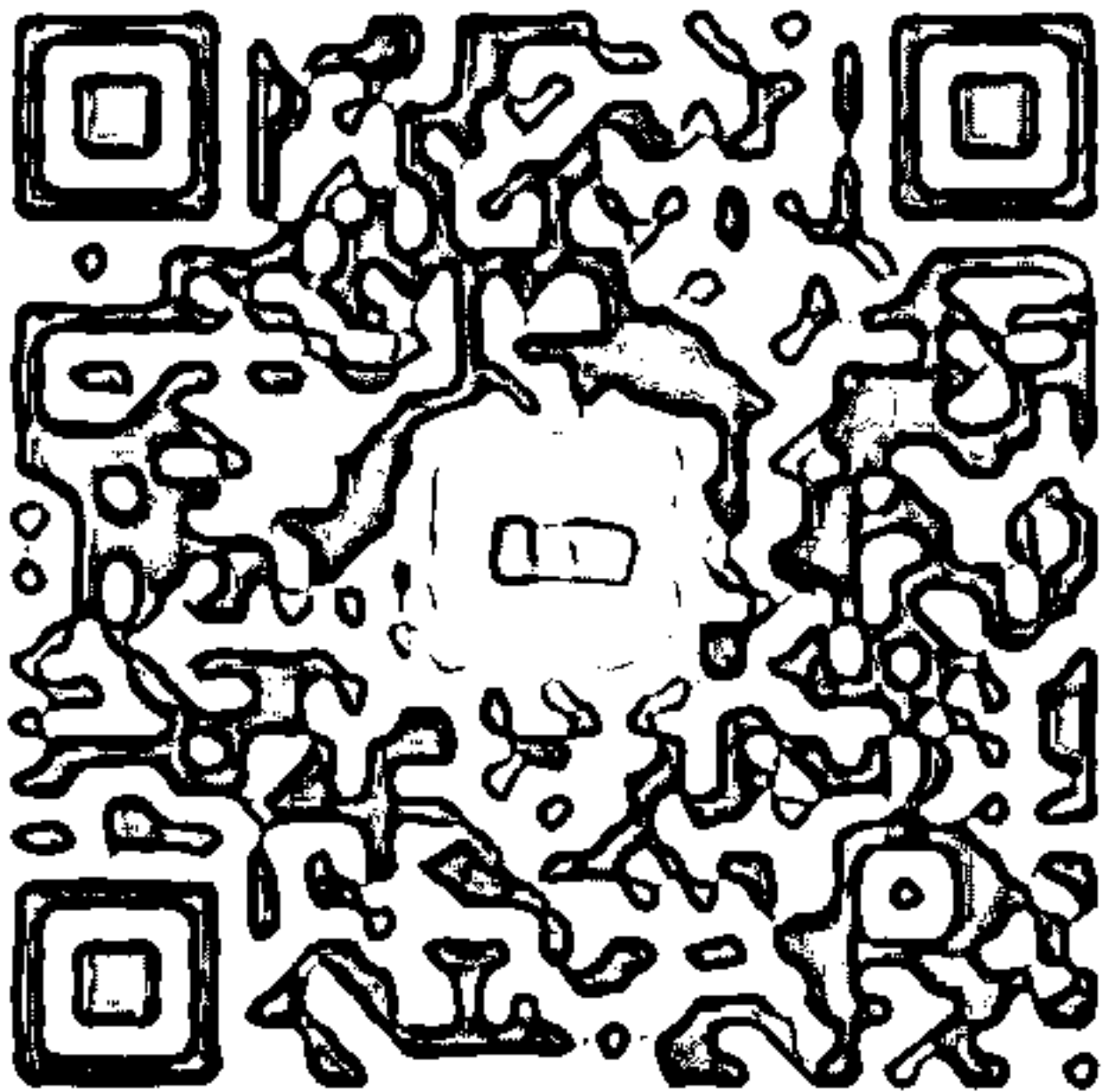














1

2

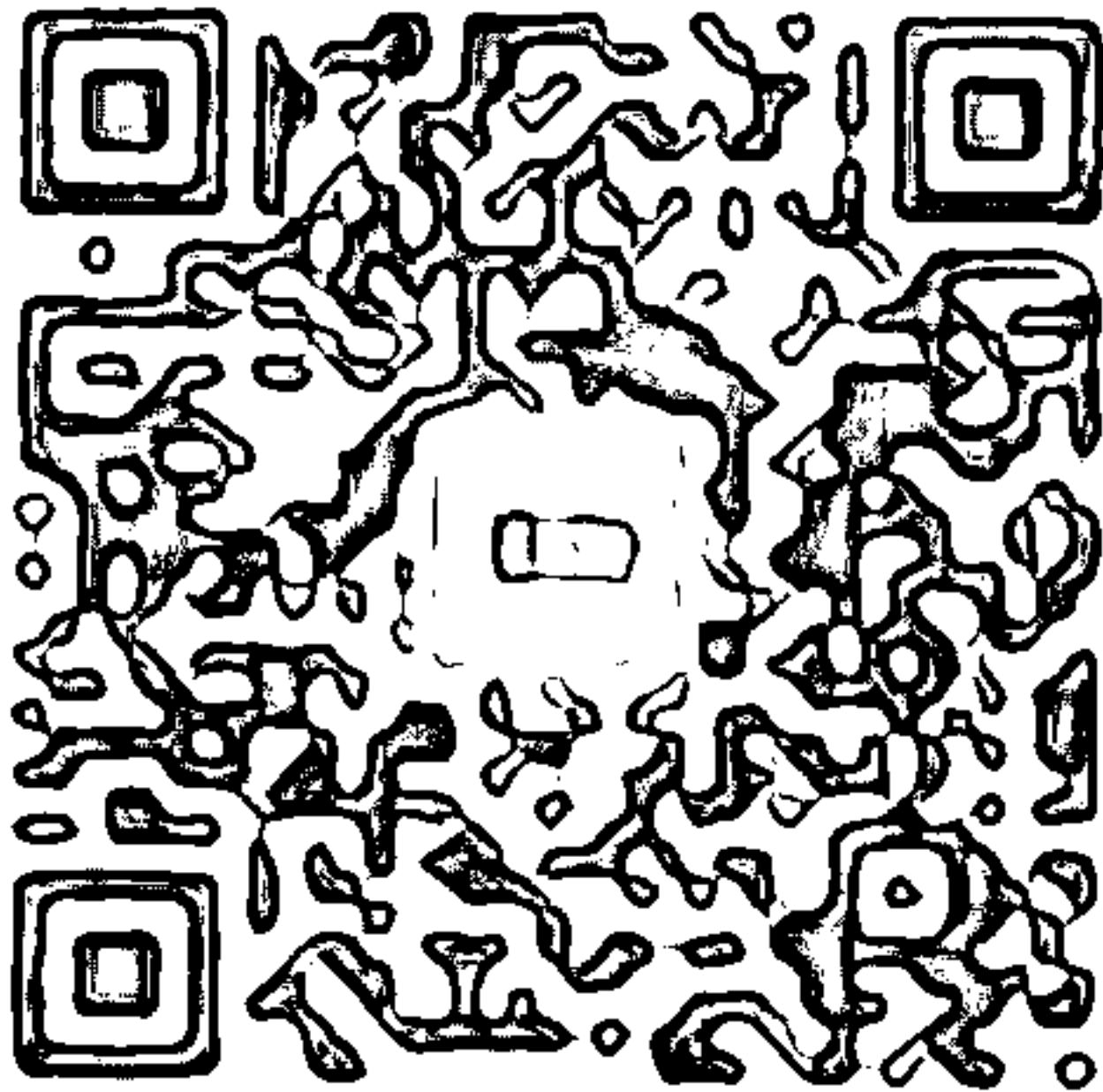
3

4

5



6



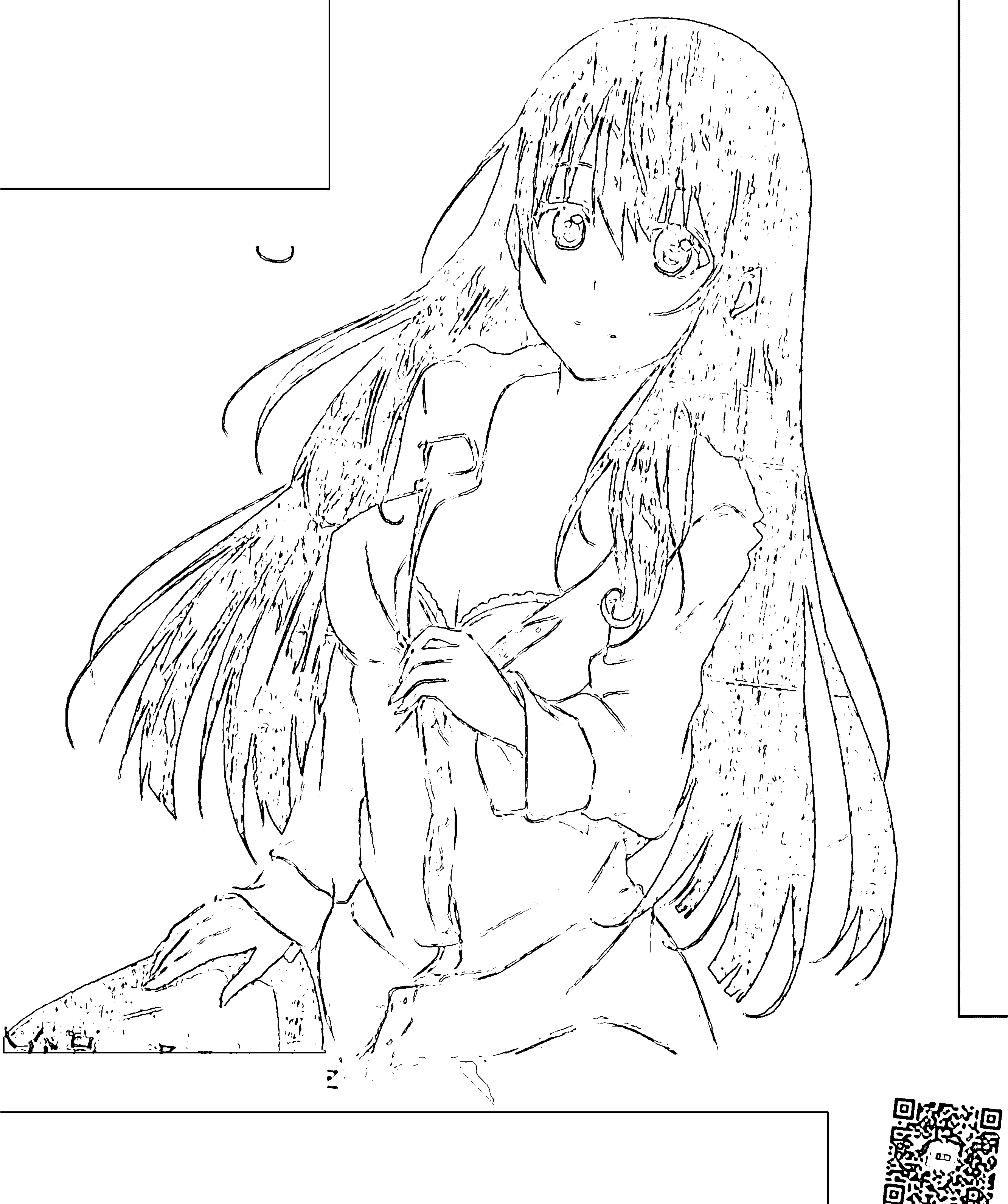




□□□□

ج





的长此以往



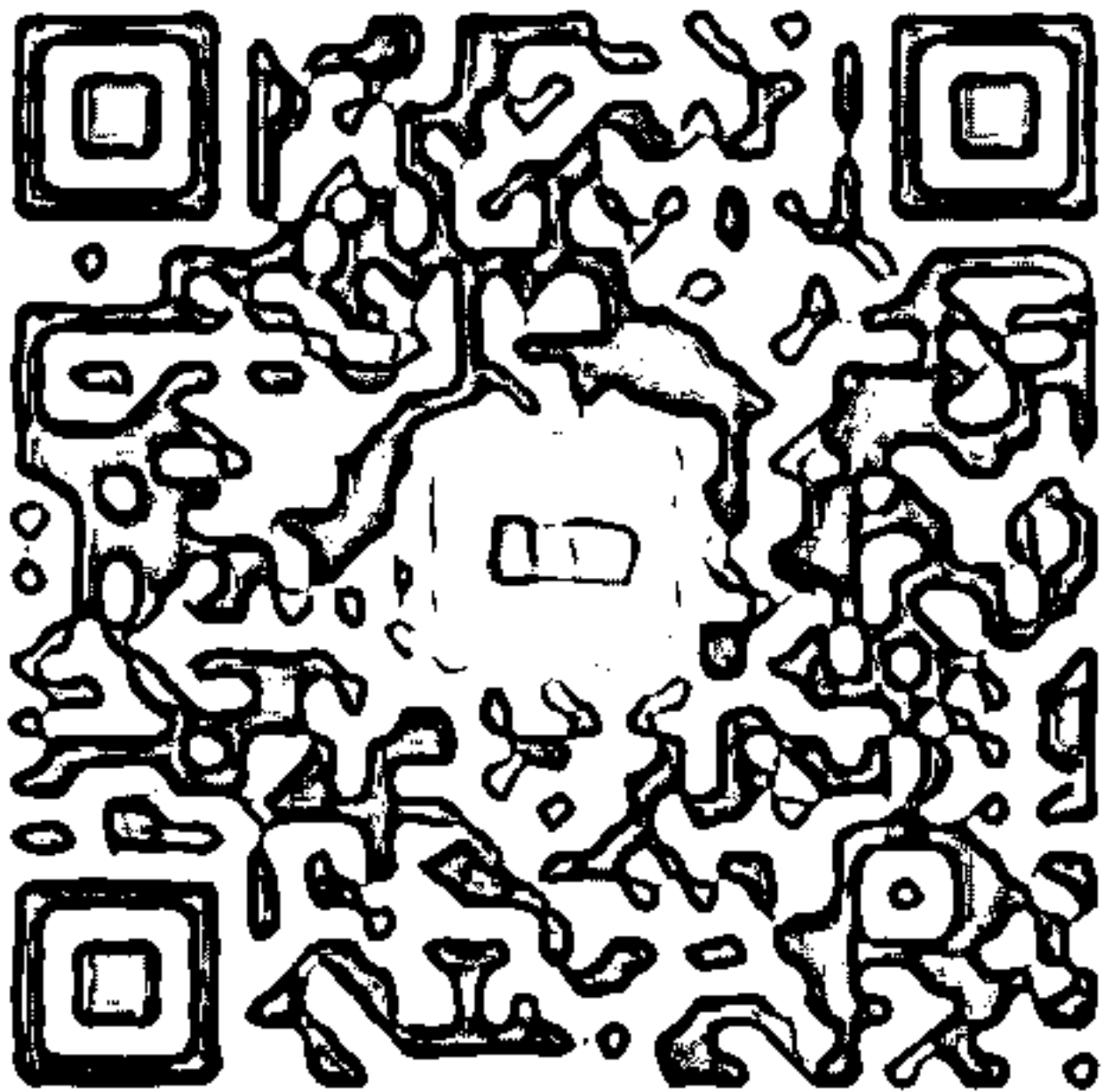




目次

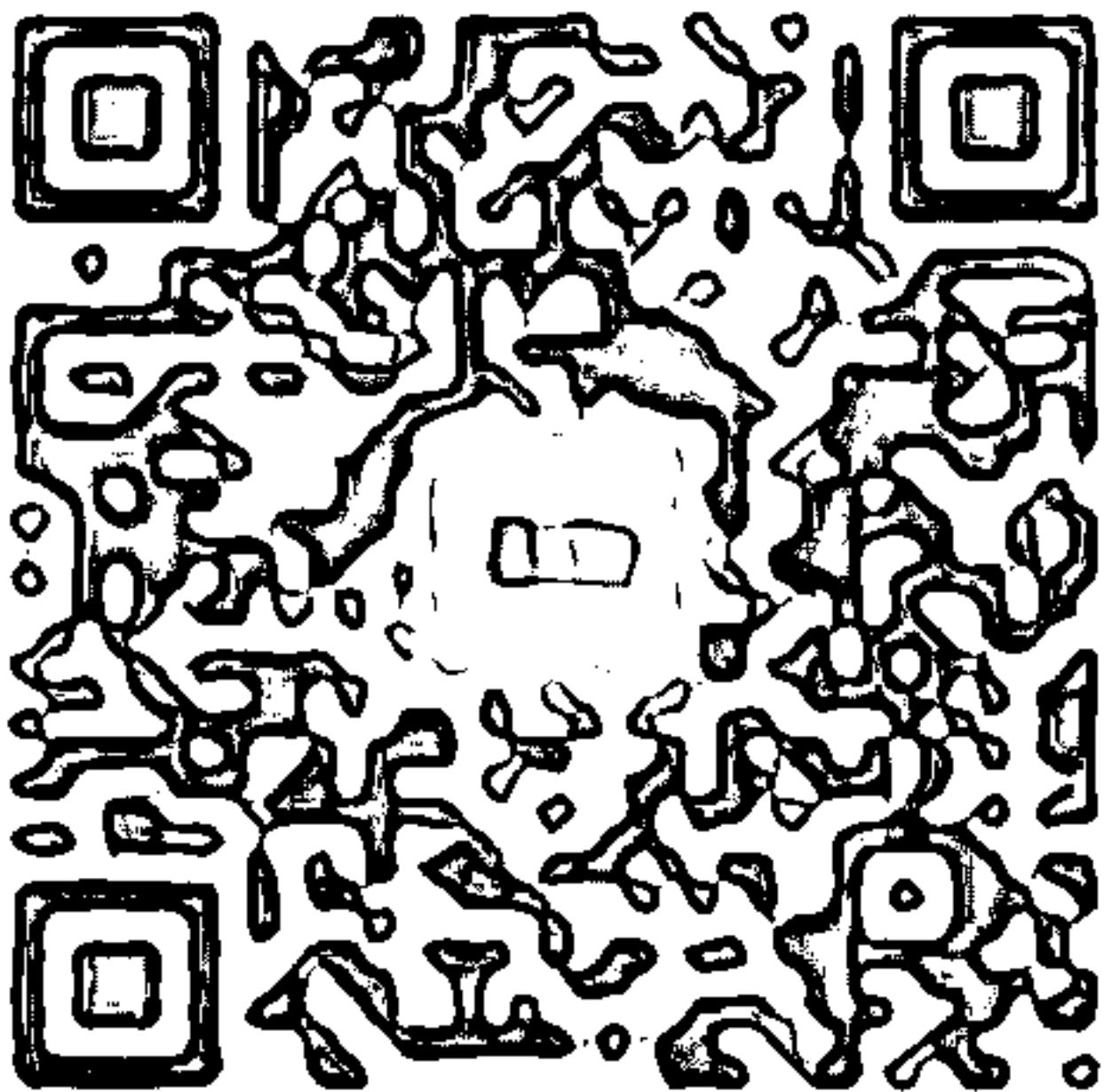
CONTENTS





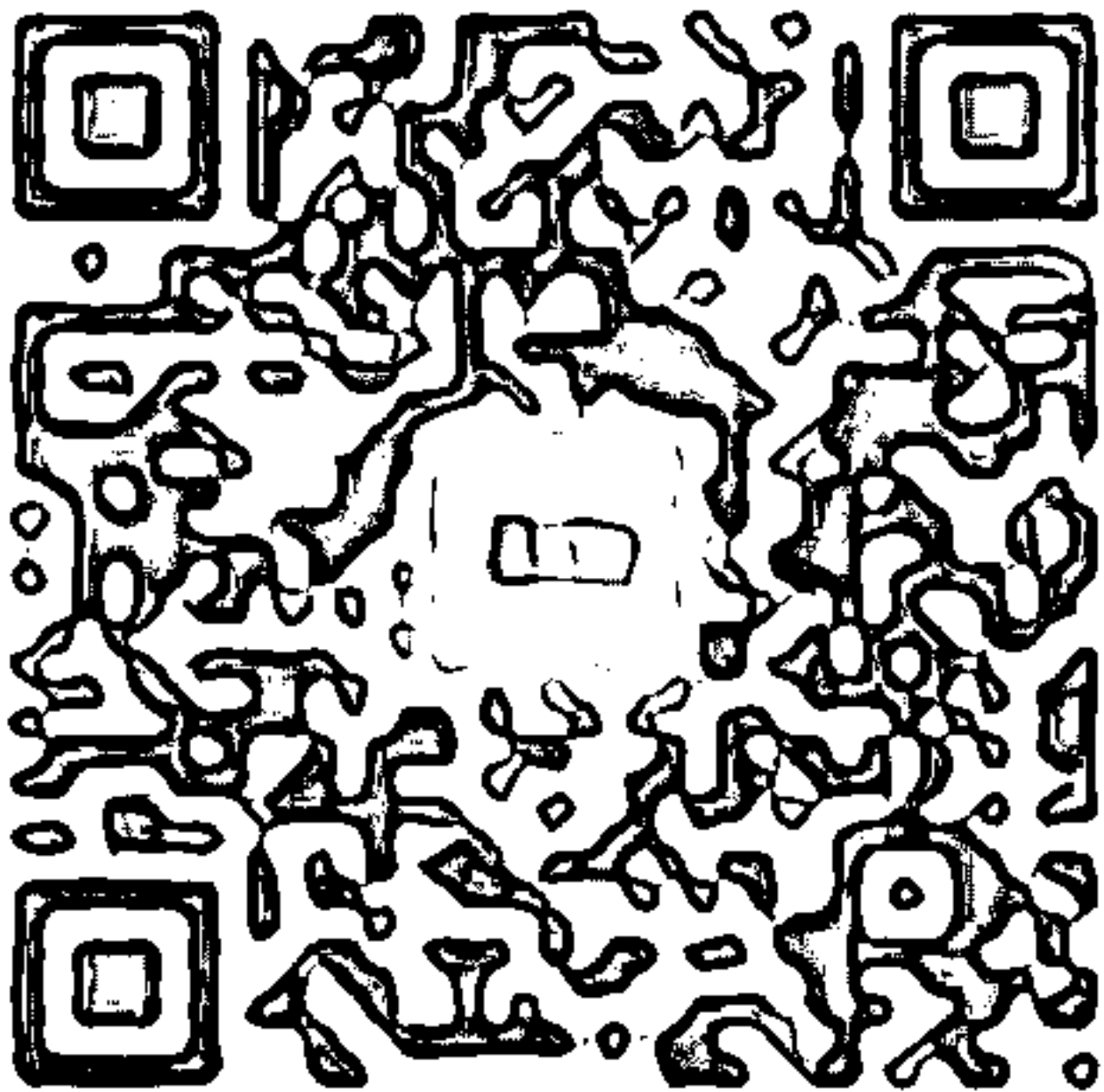










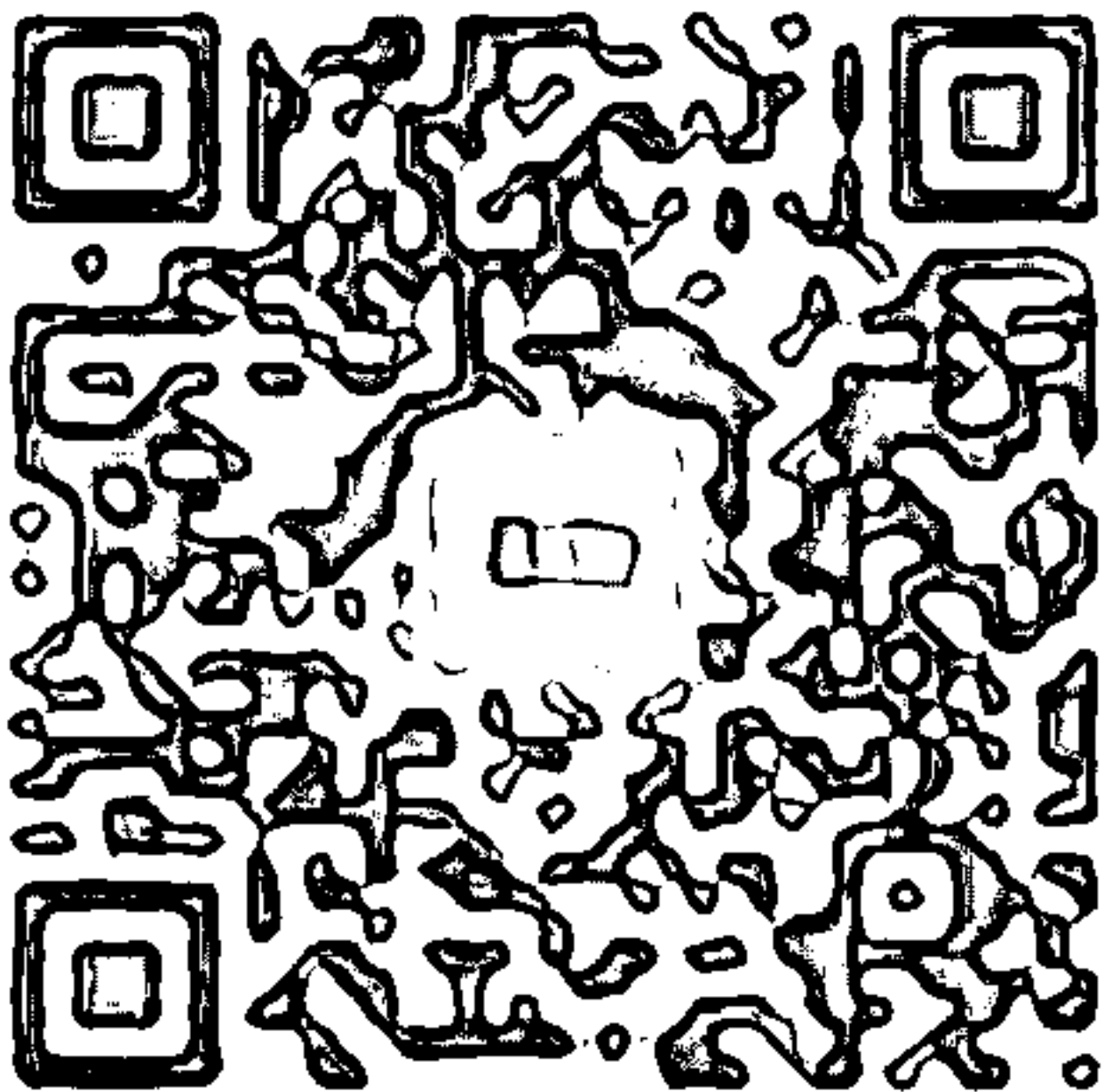














( 2 )

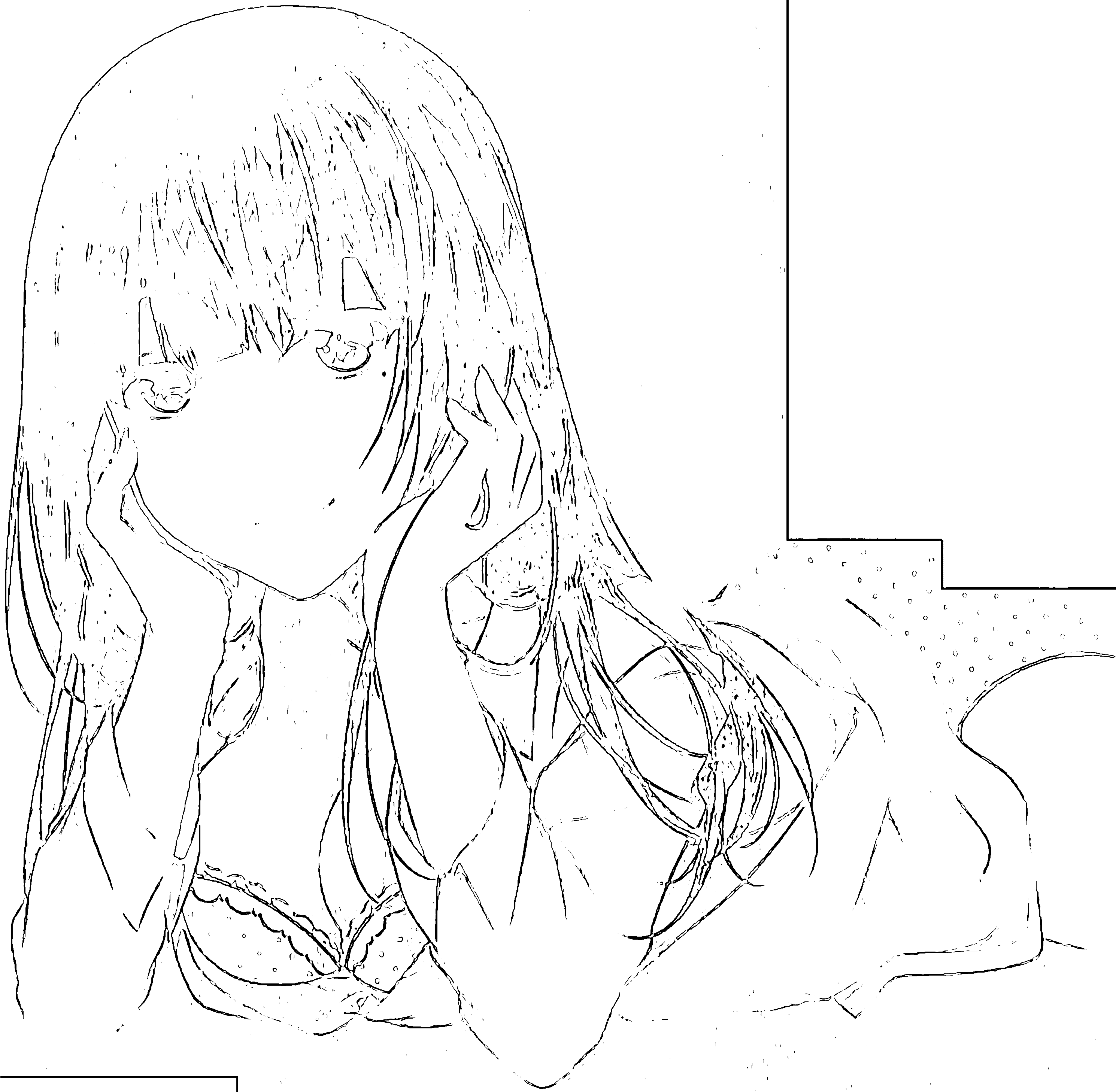
1

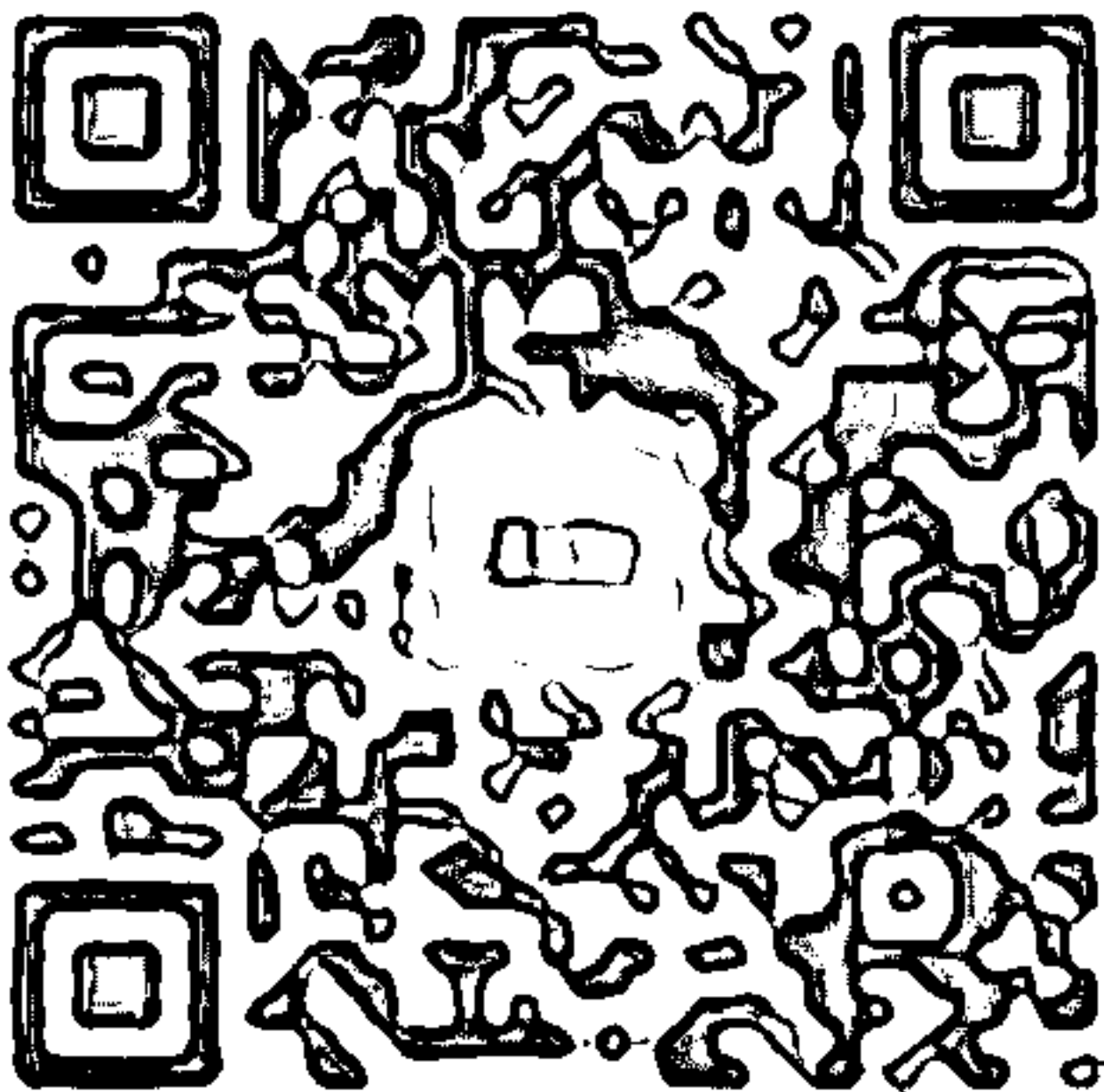
1

1

1

1

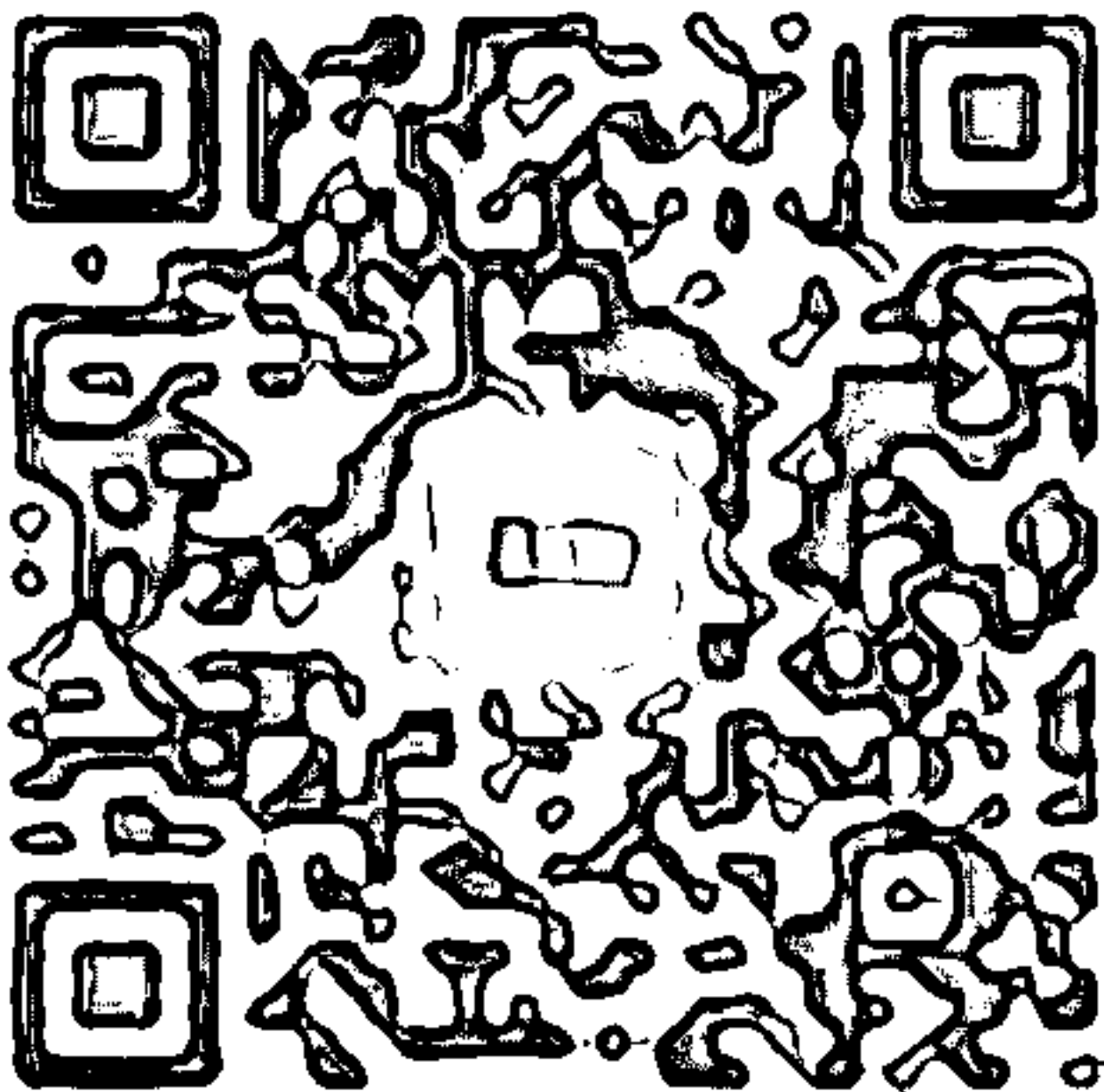
















你

心

回

叫

解

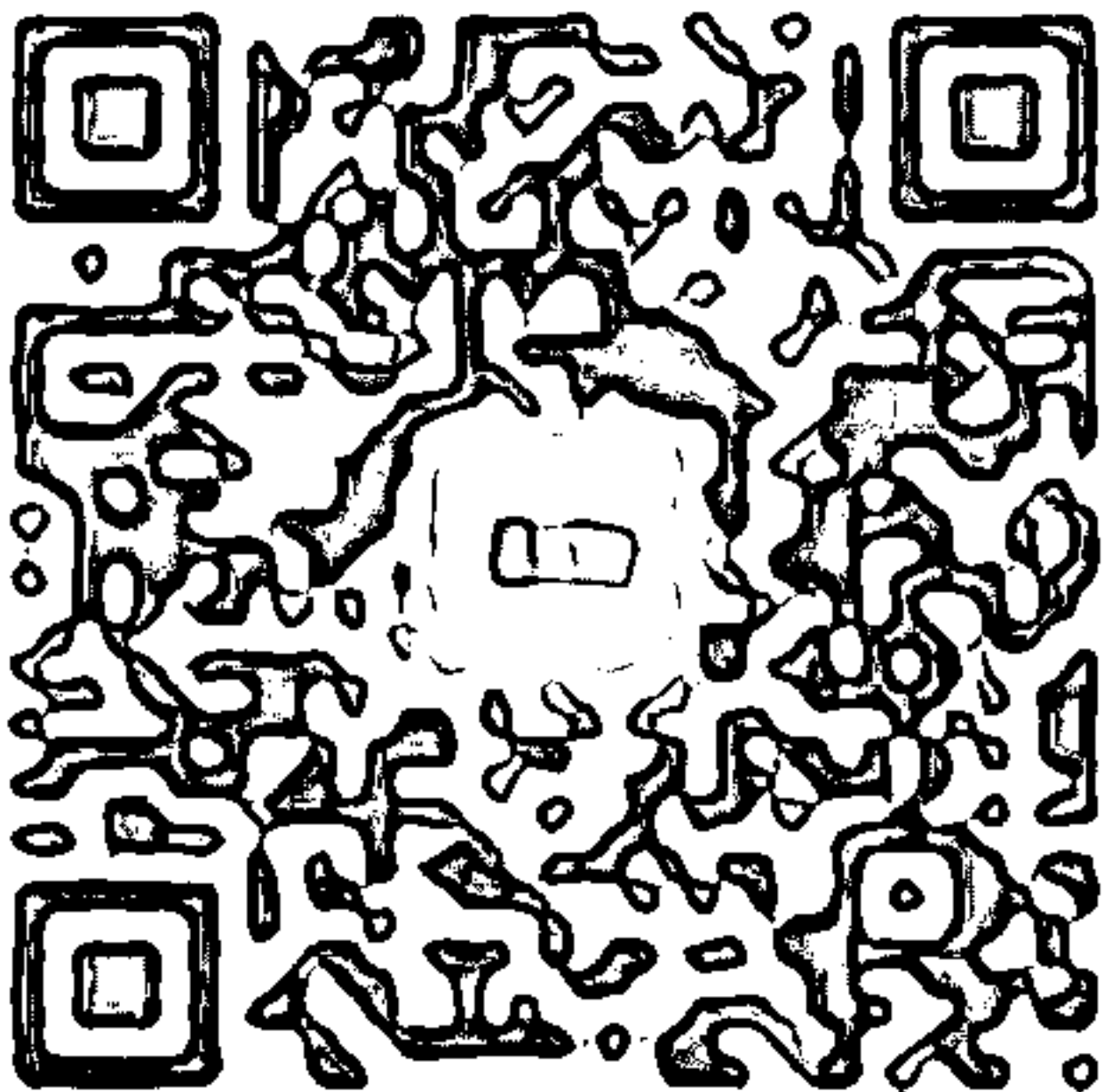
是

什

麼

呢

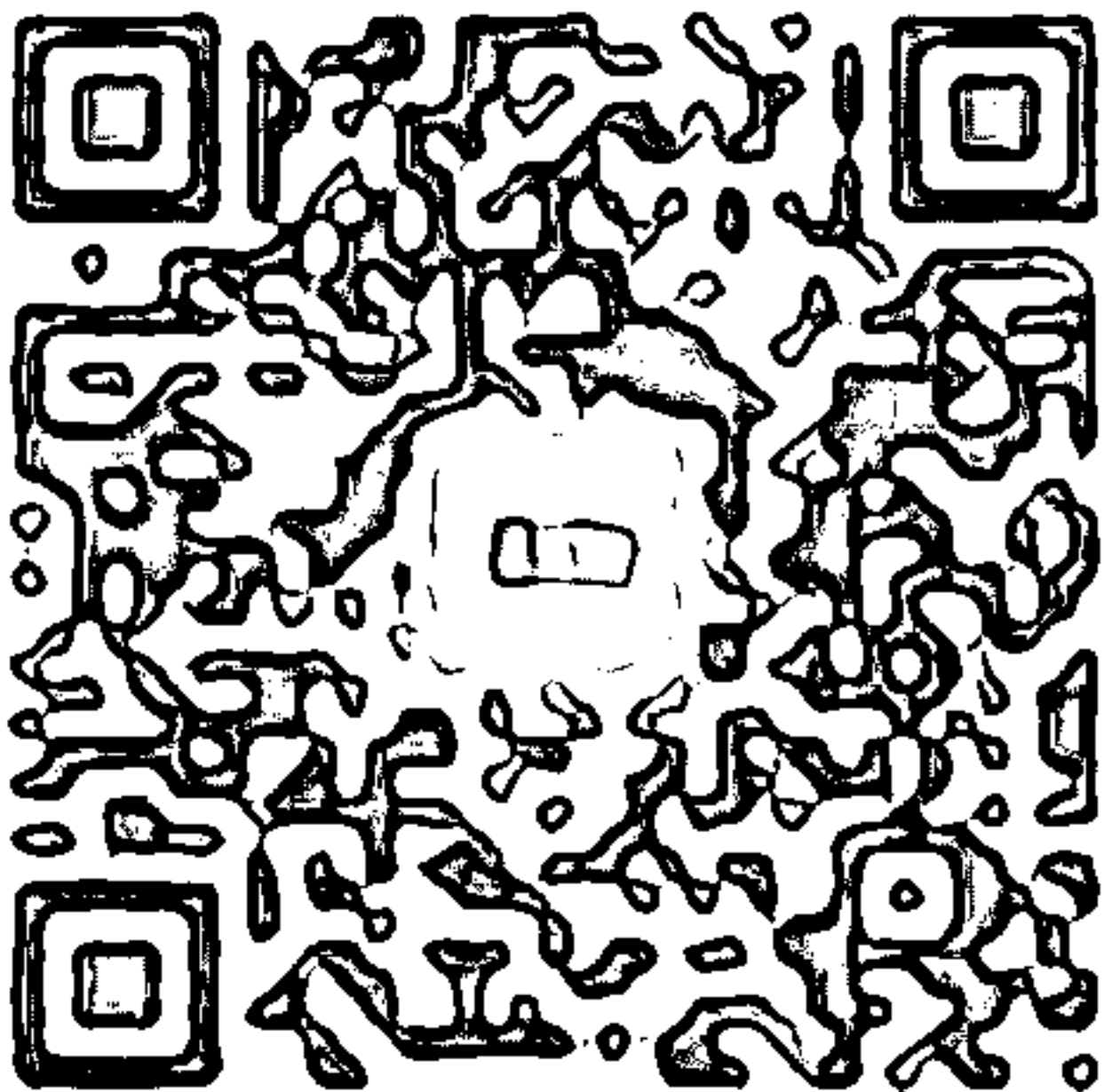
?





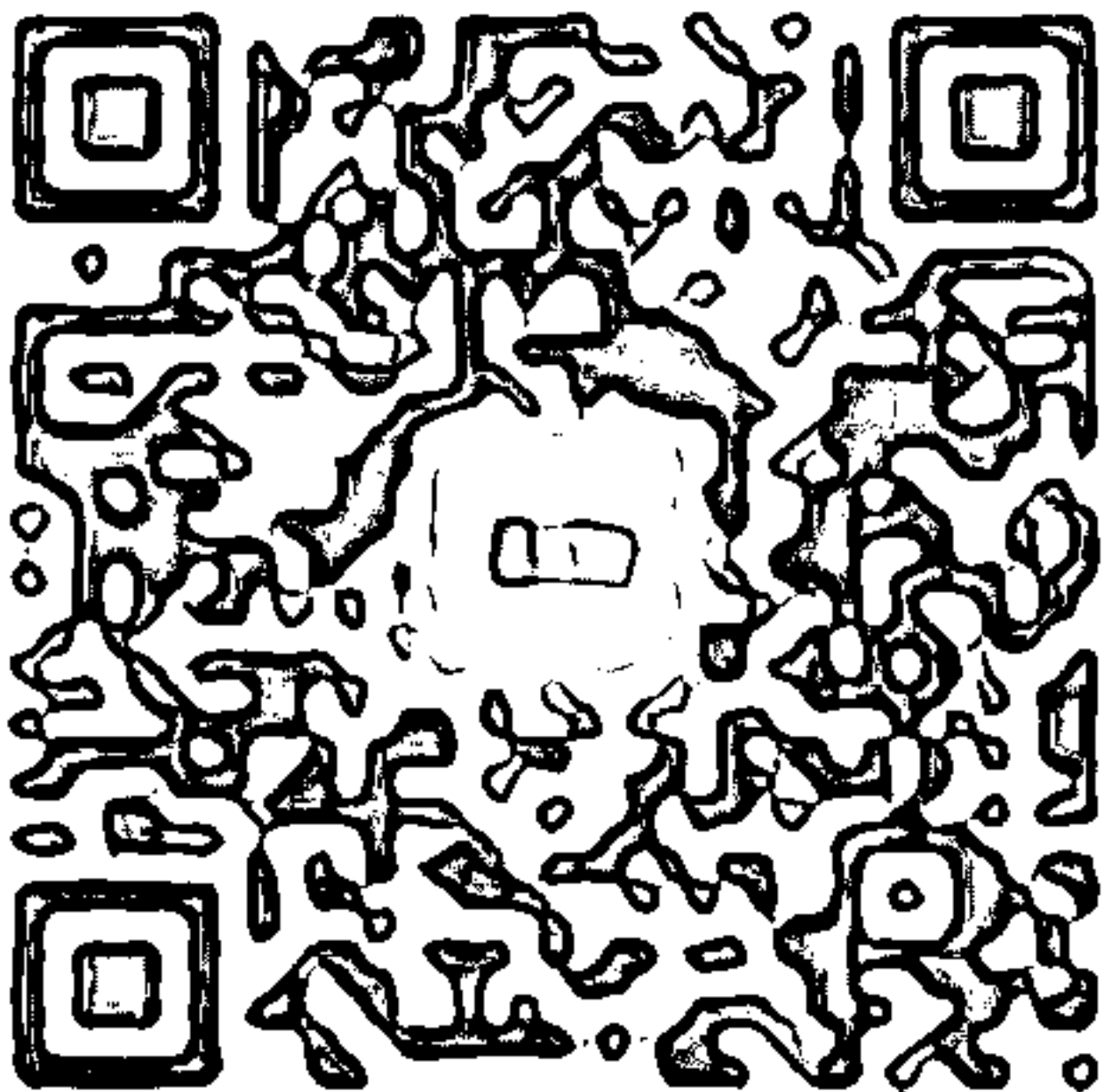






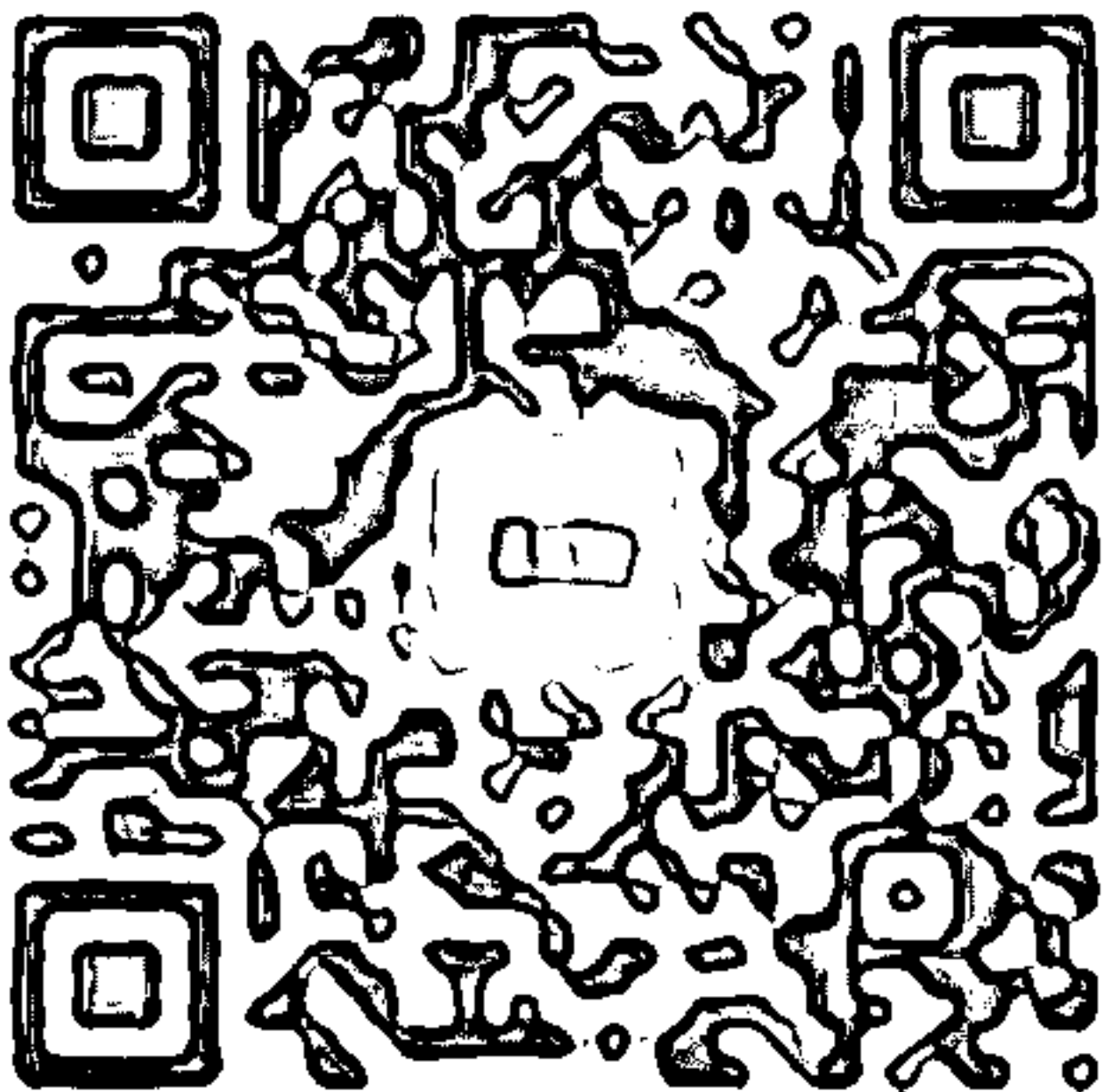








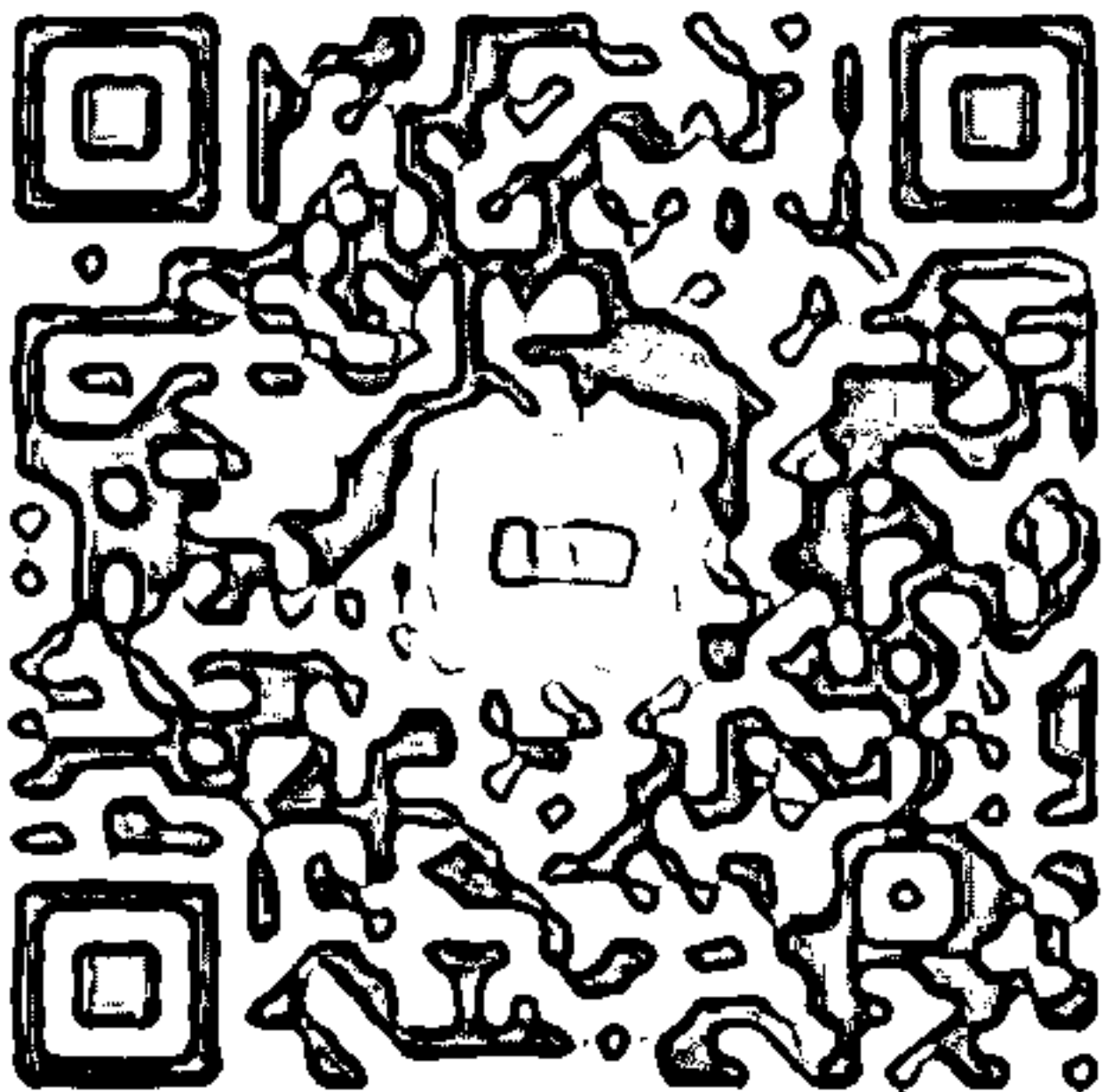








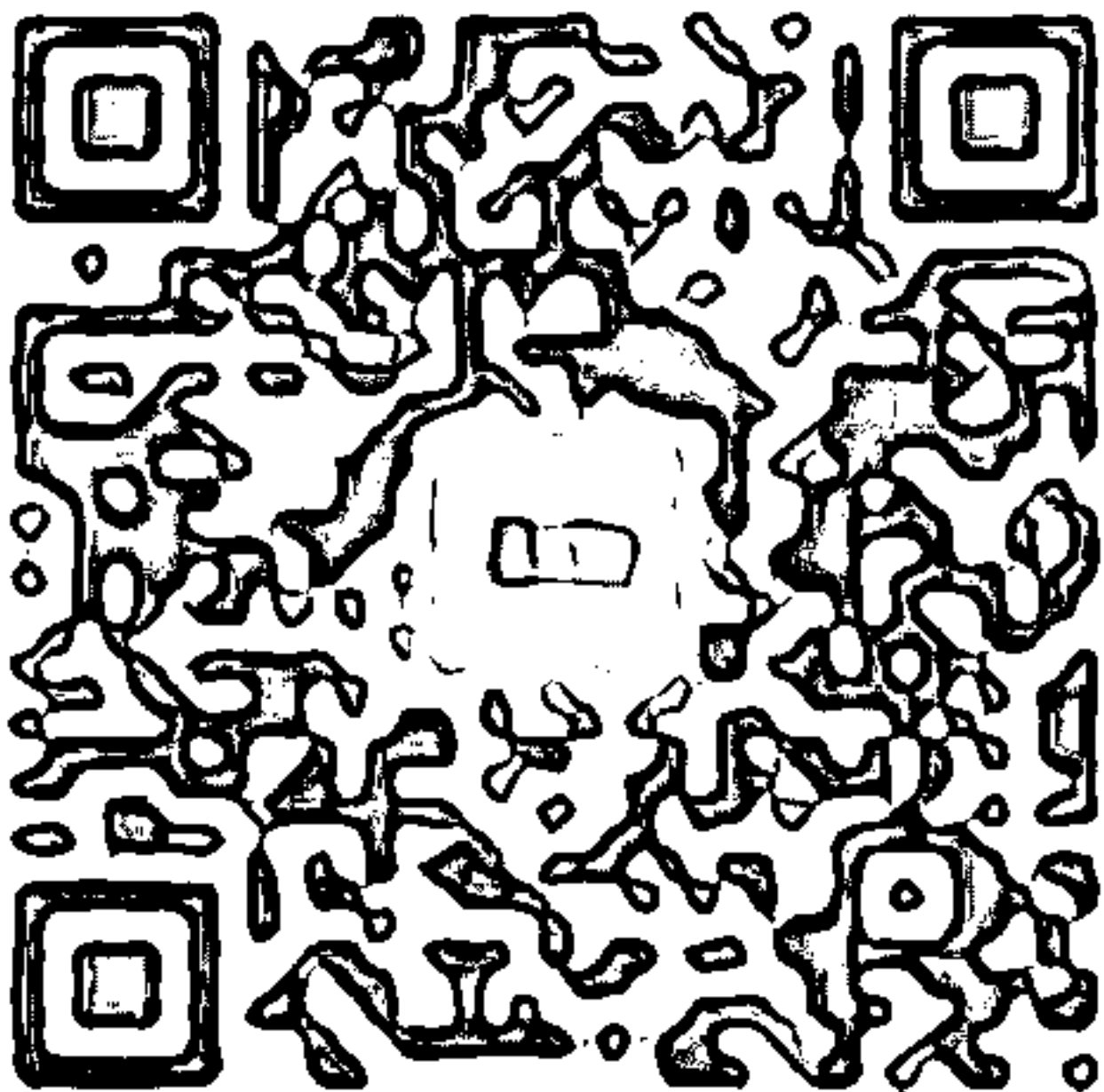








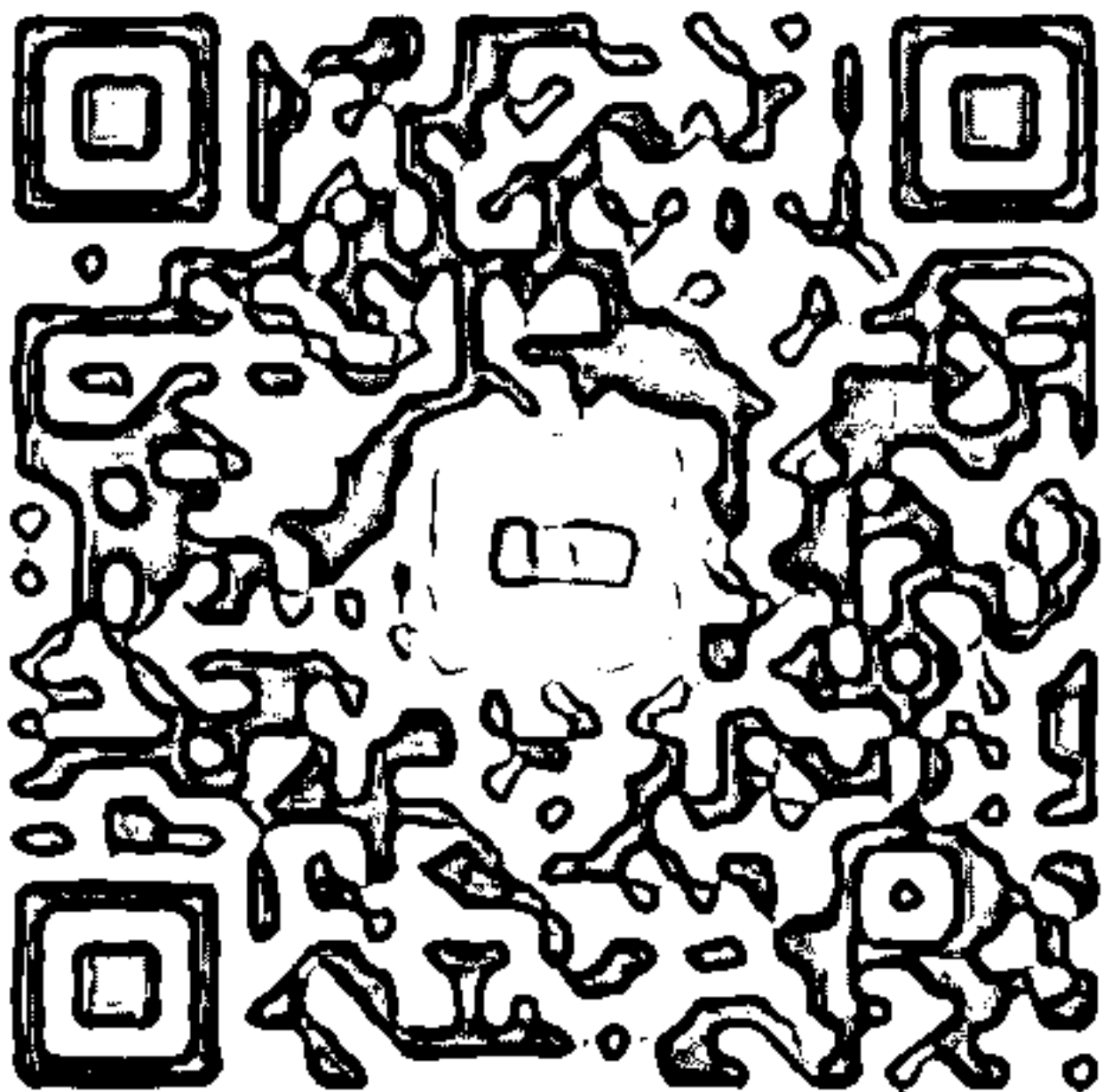
女  
人  
胸  
總  
變  
真  
心  
靜





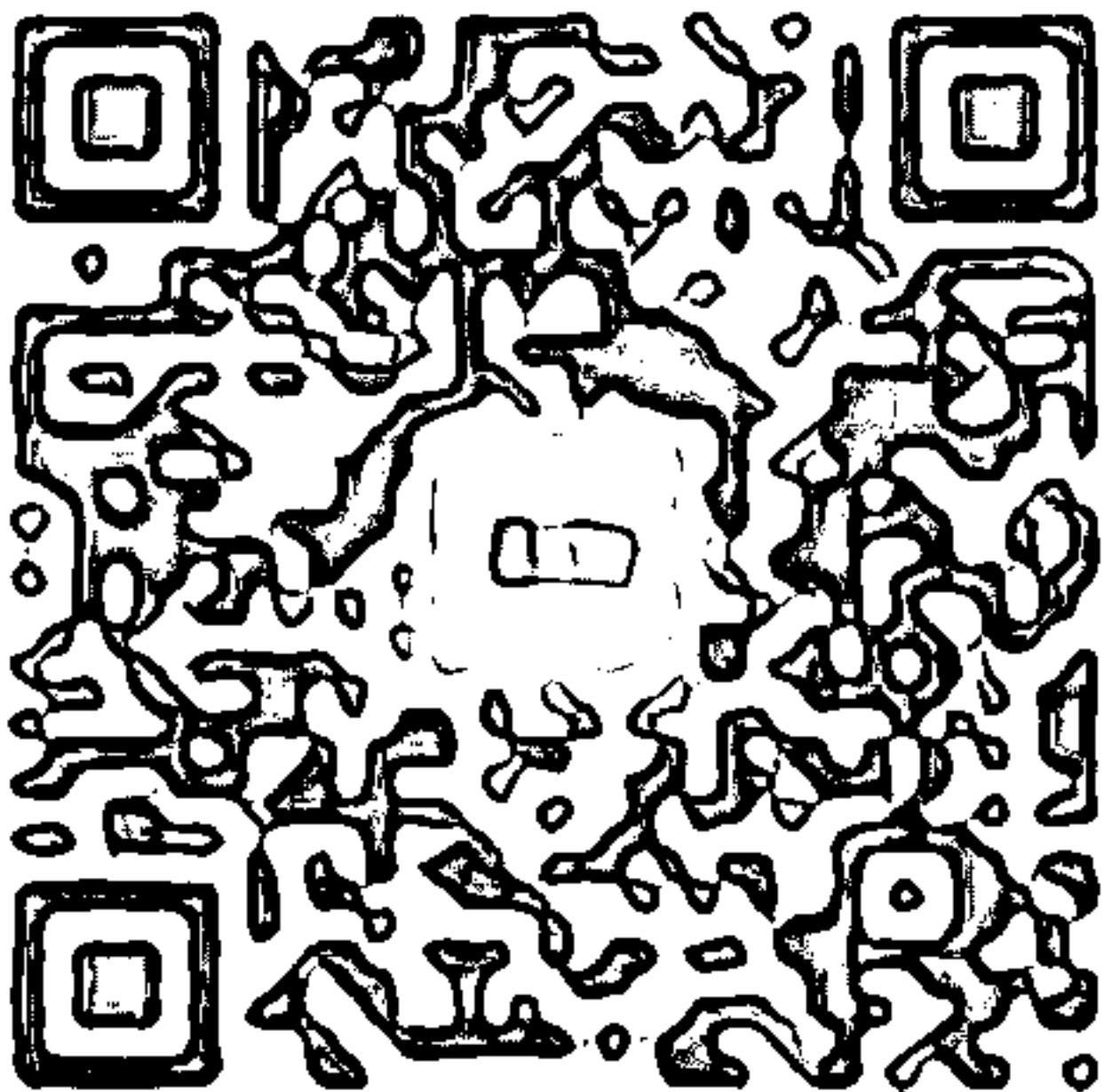






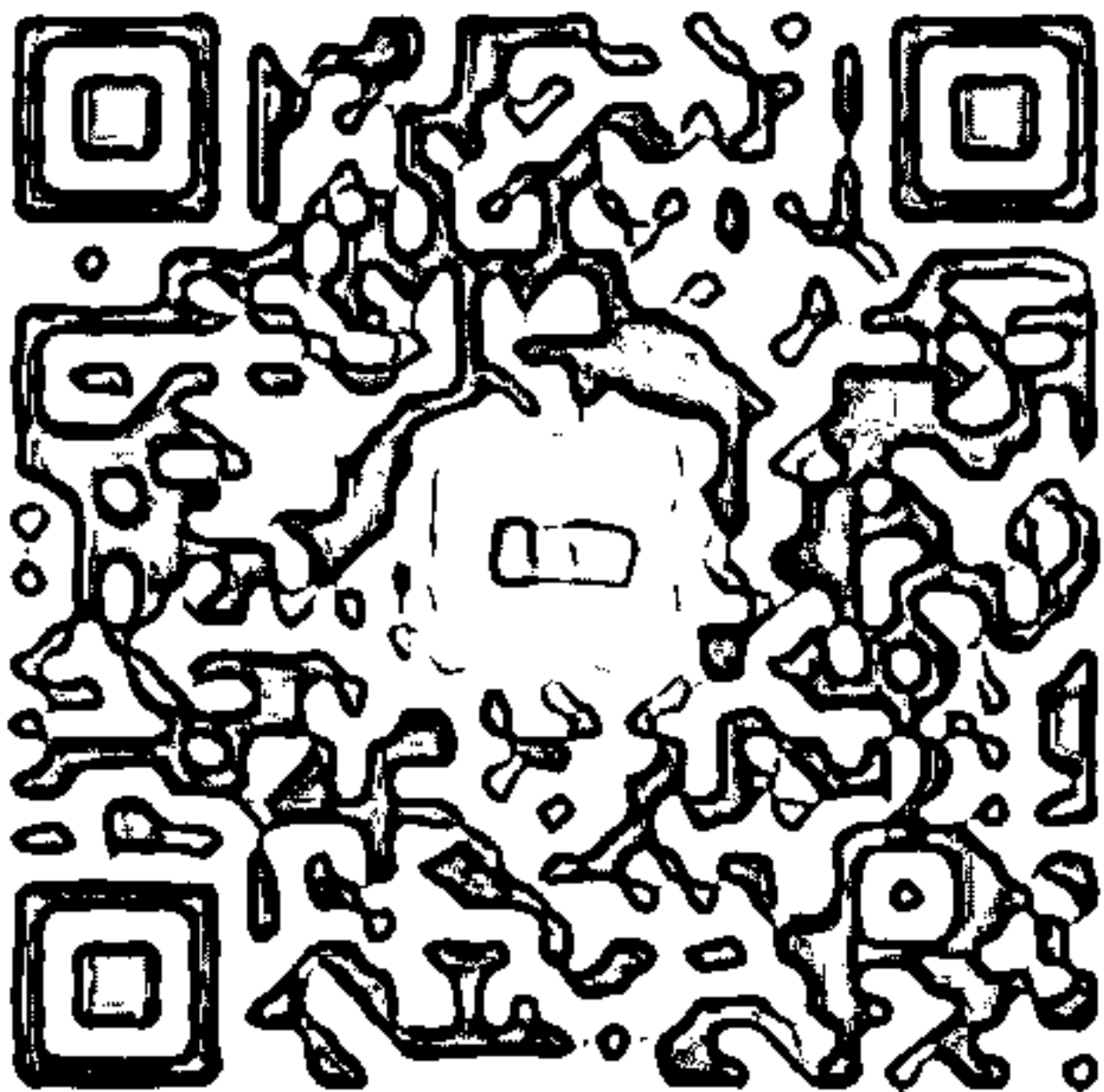








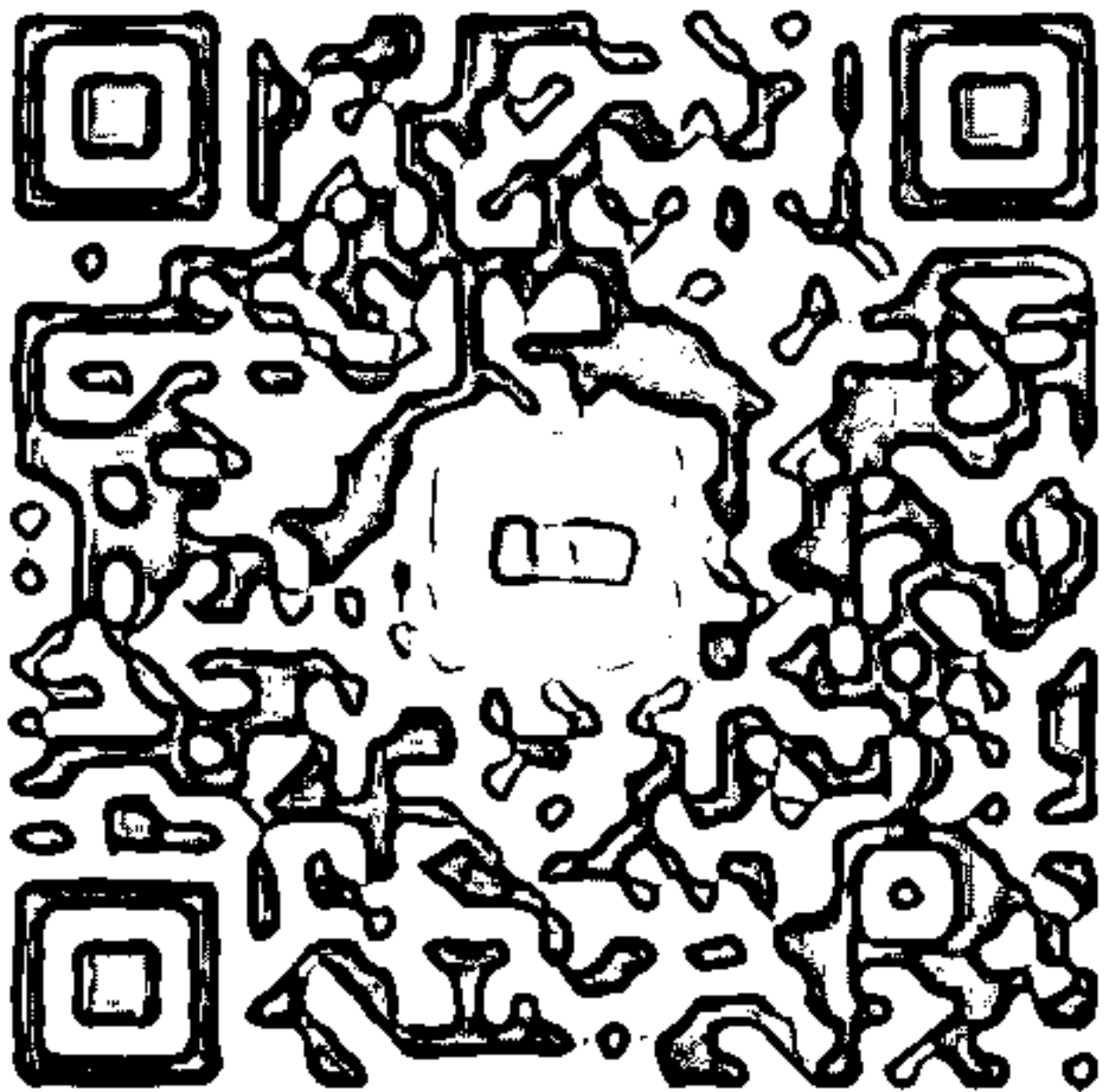






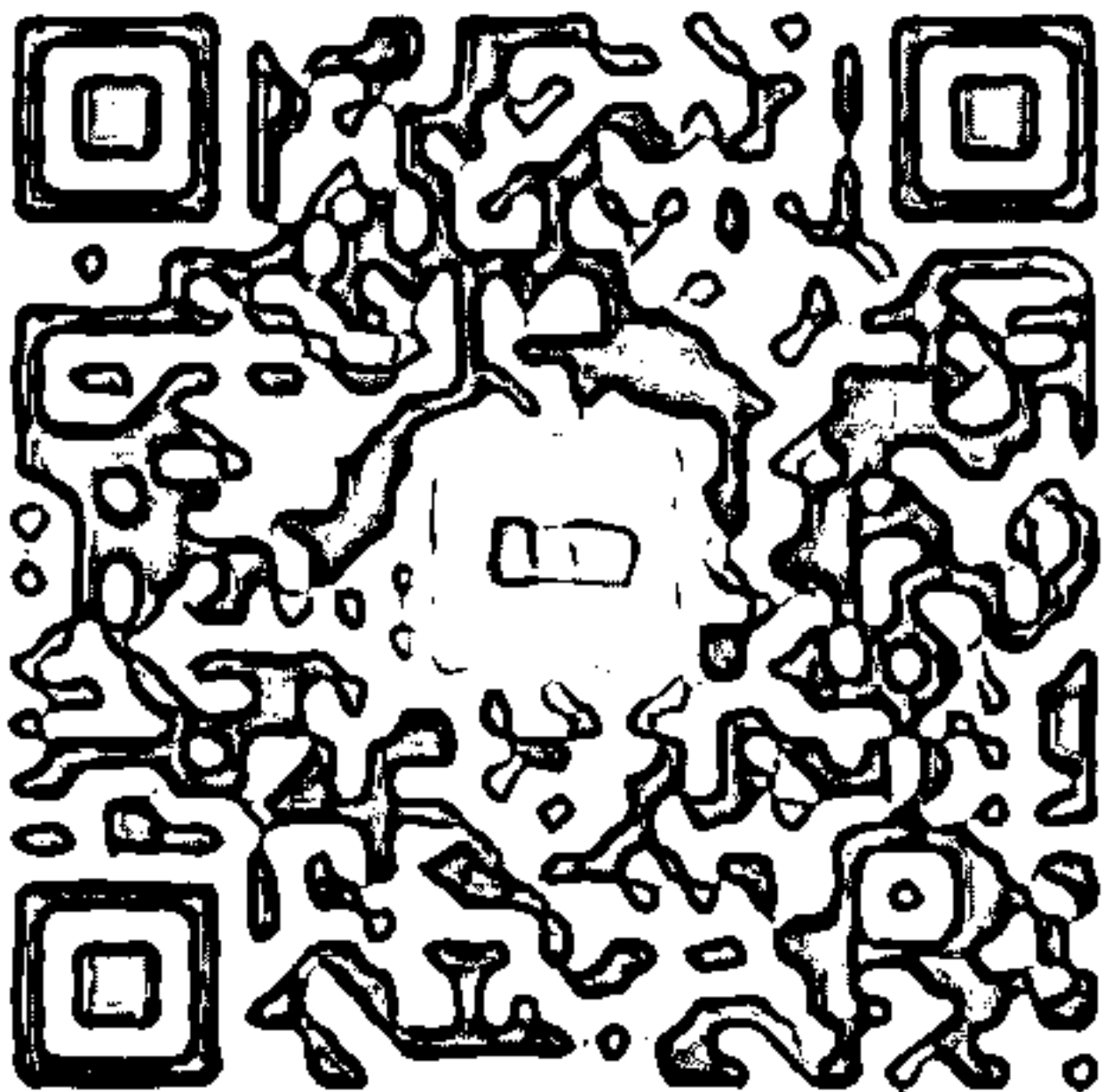








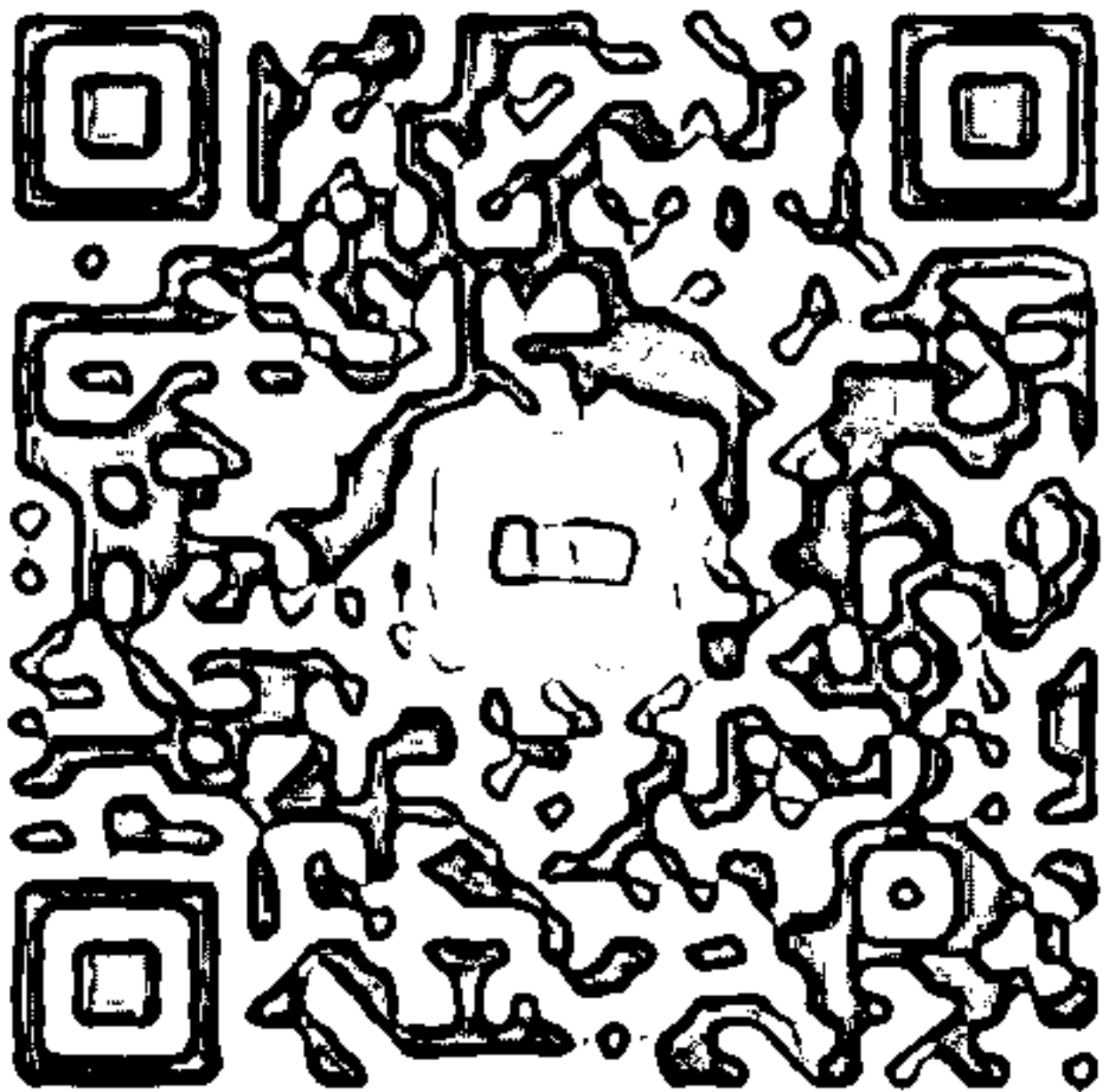






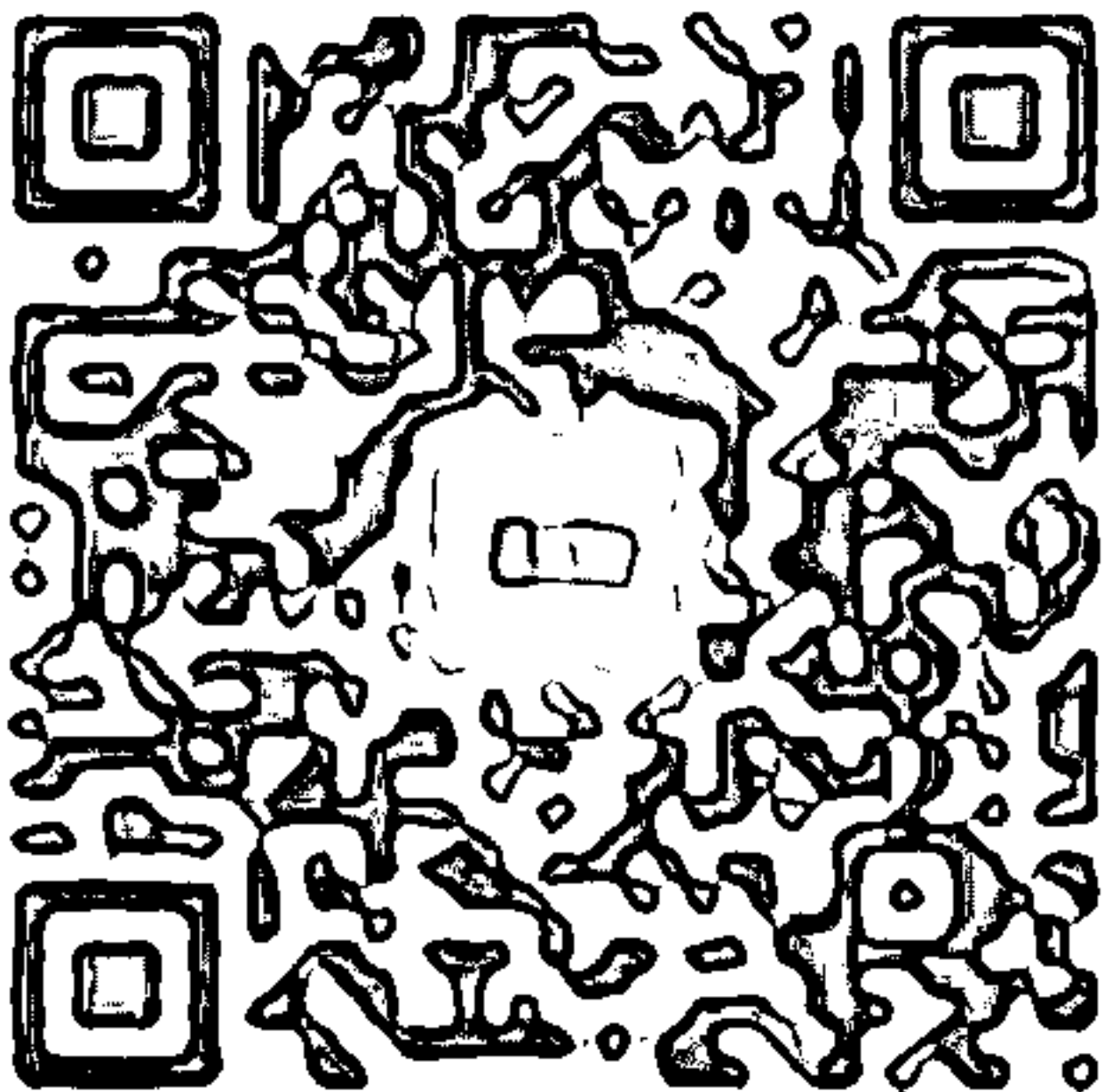






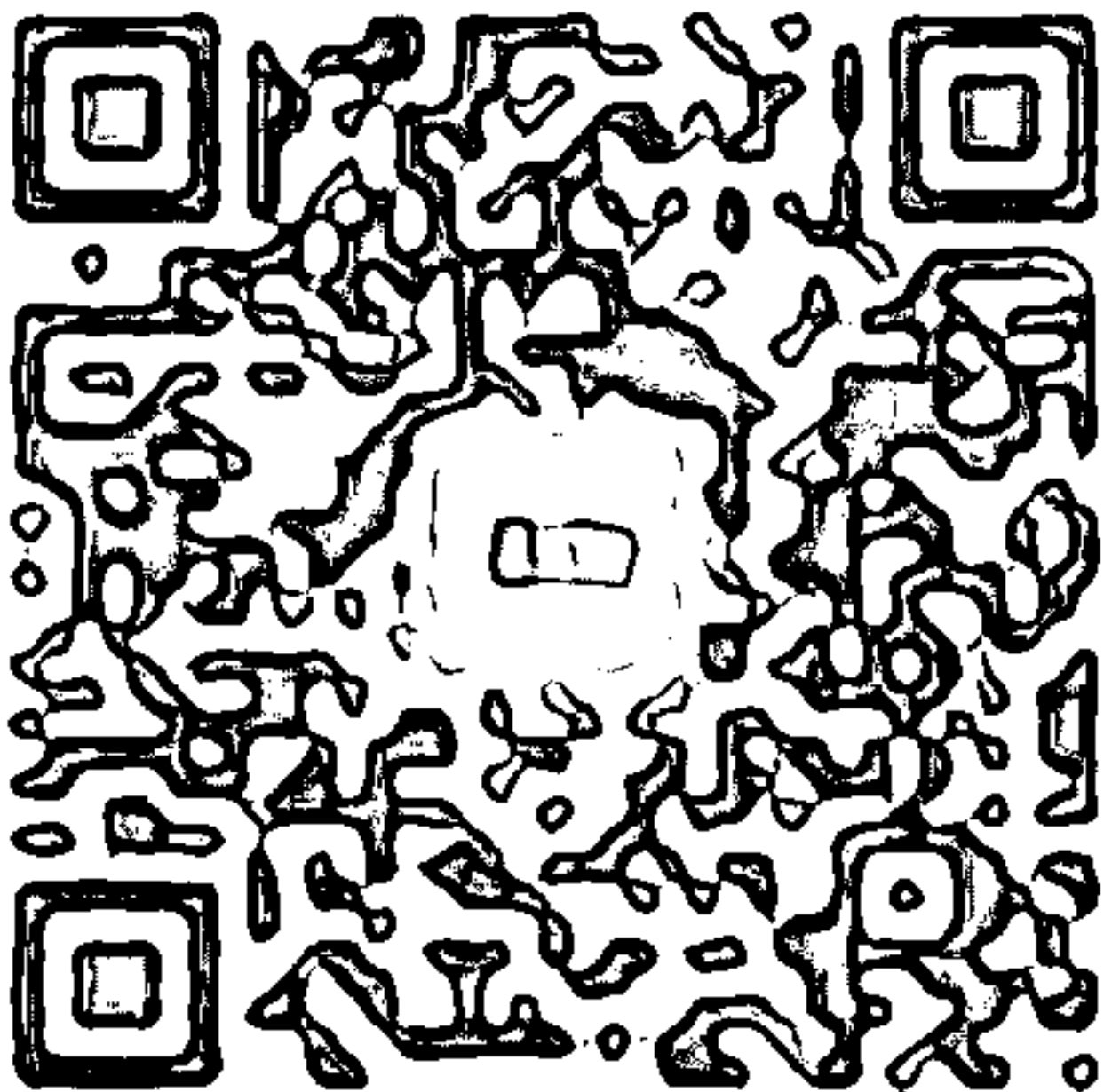








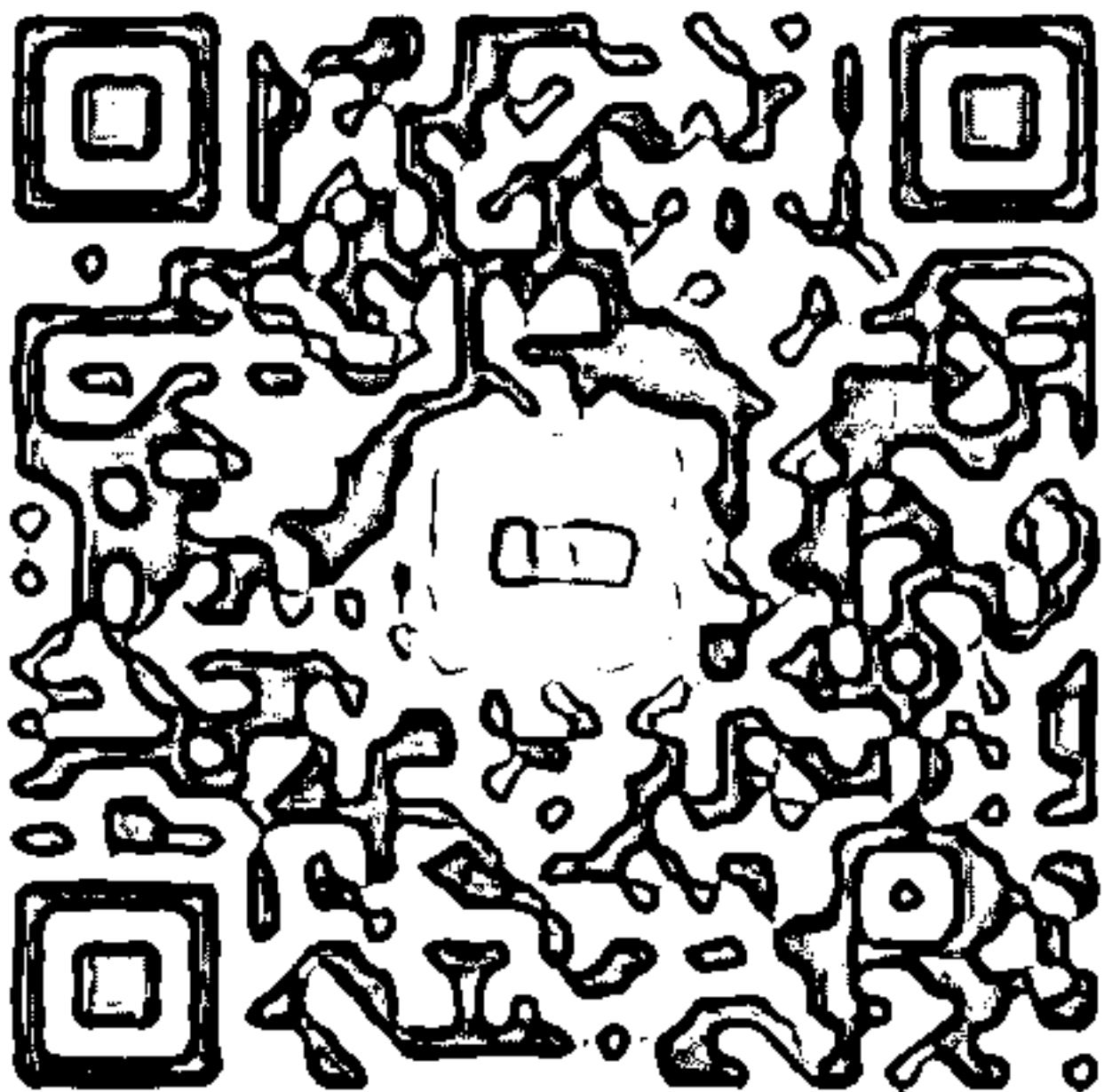








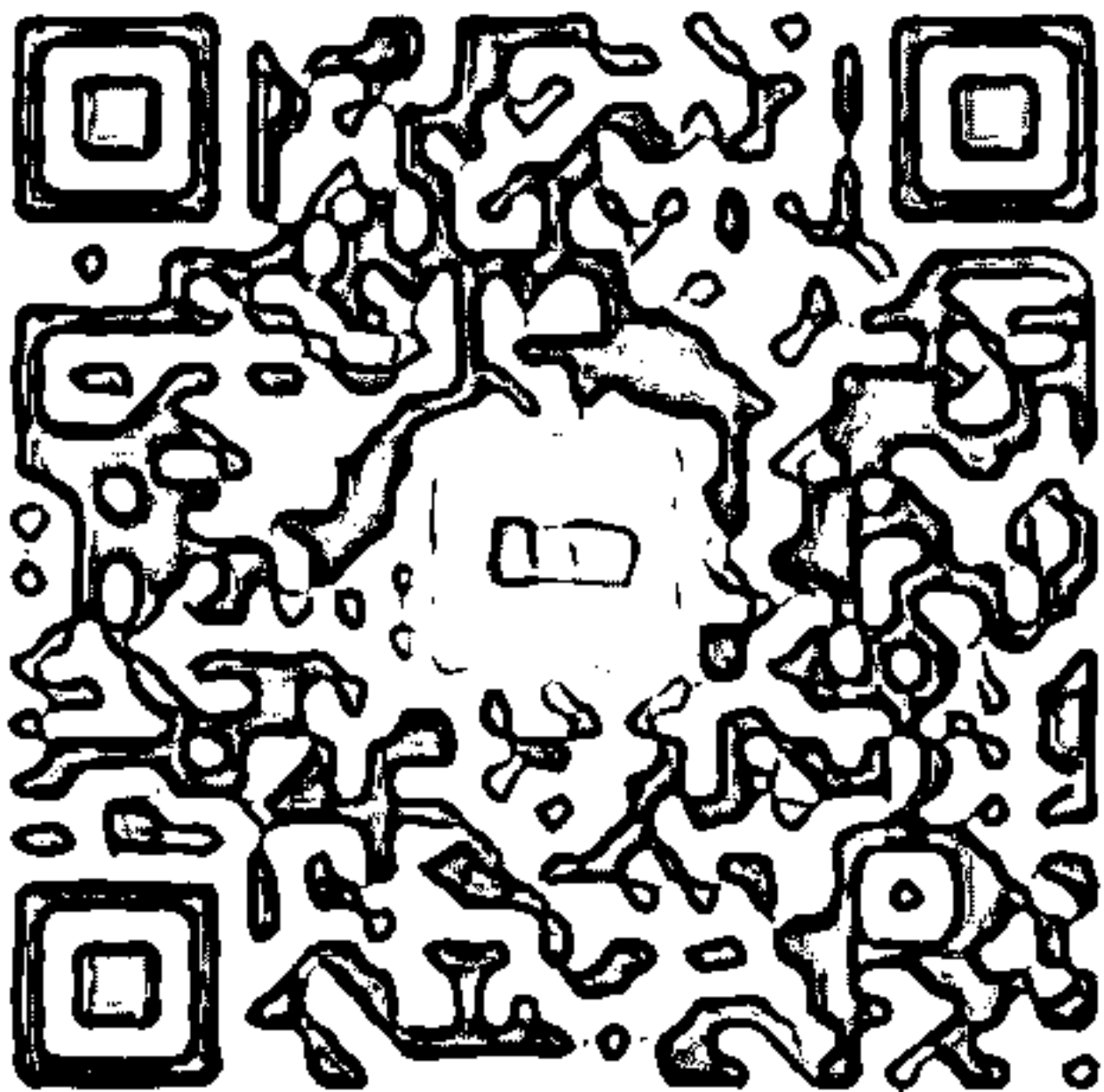








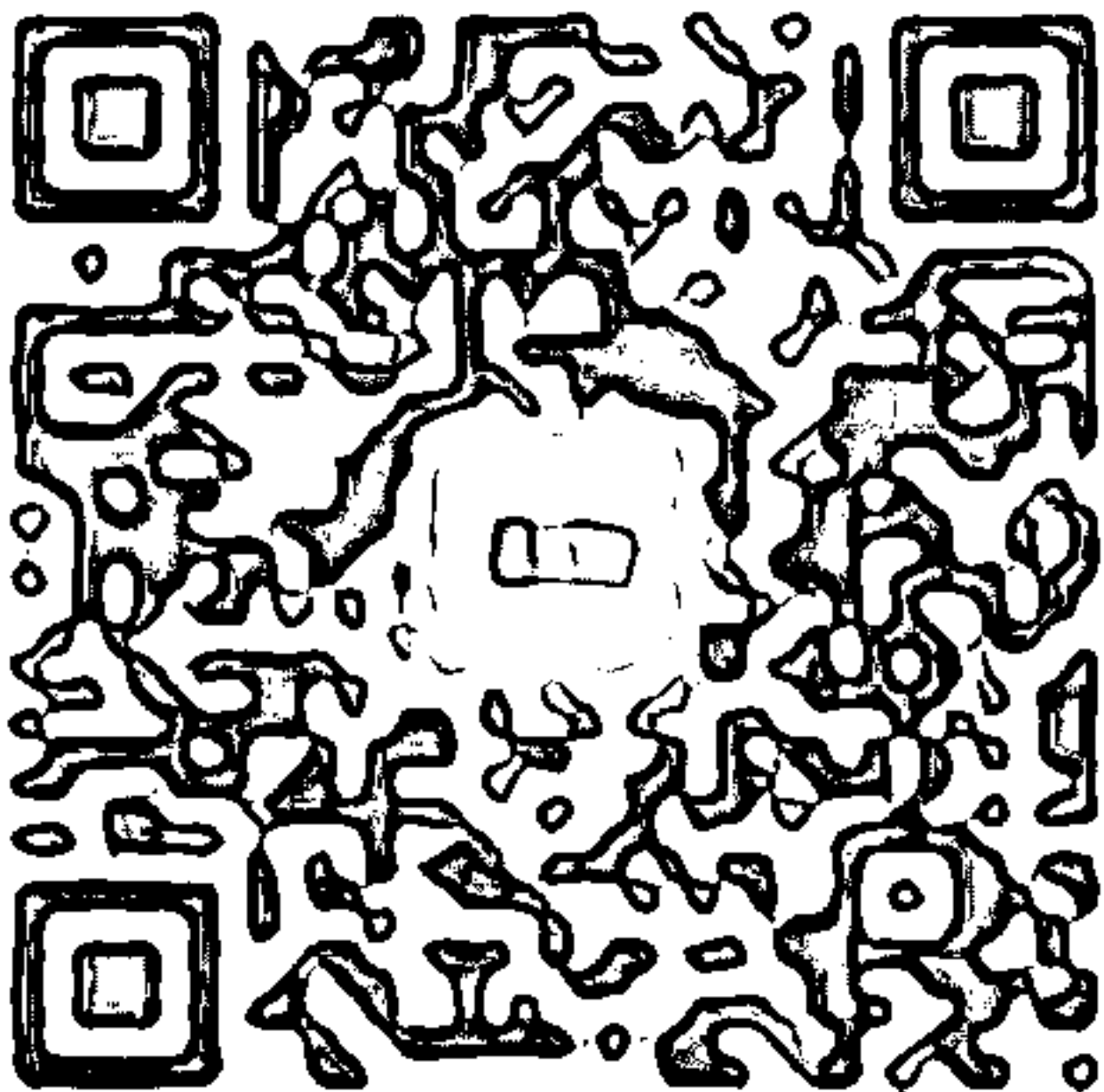
不同類型的  
女人，  
喜歡腳踢  
人腳，  
都不一樣。





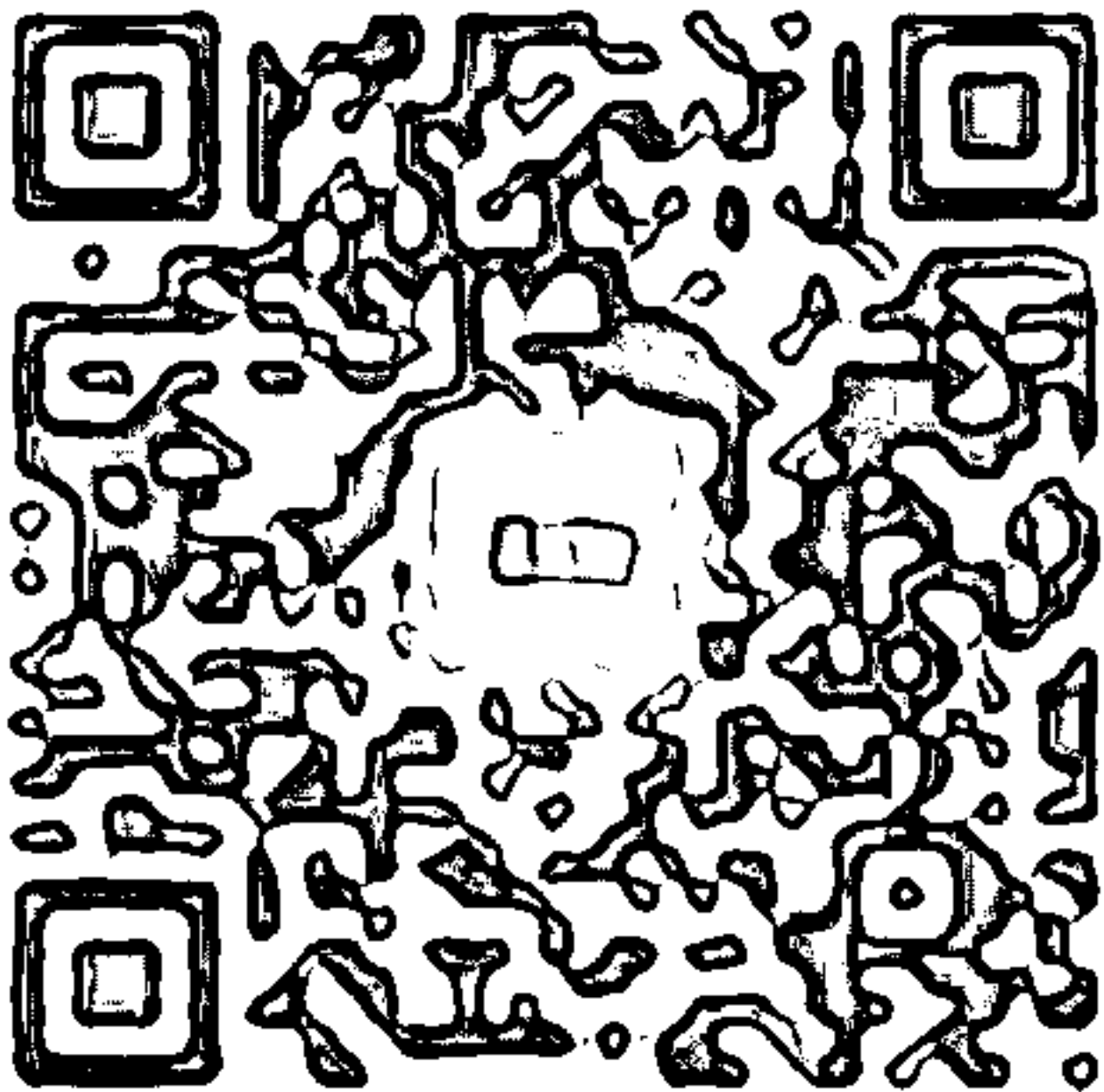






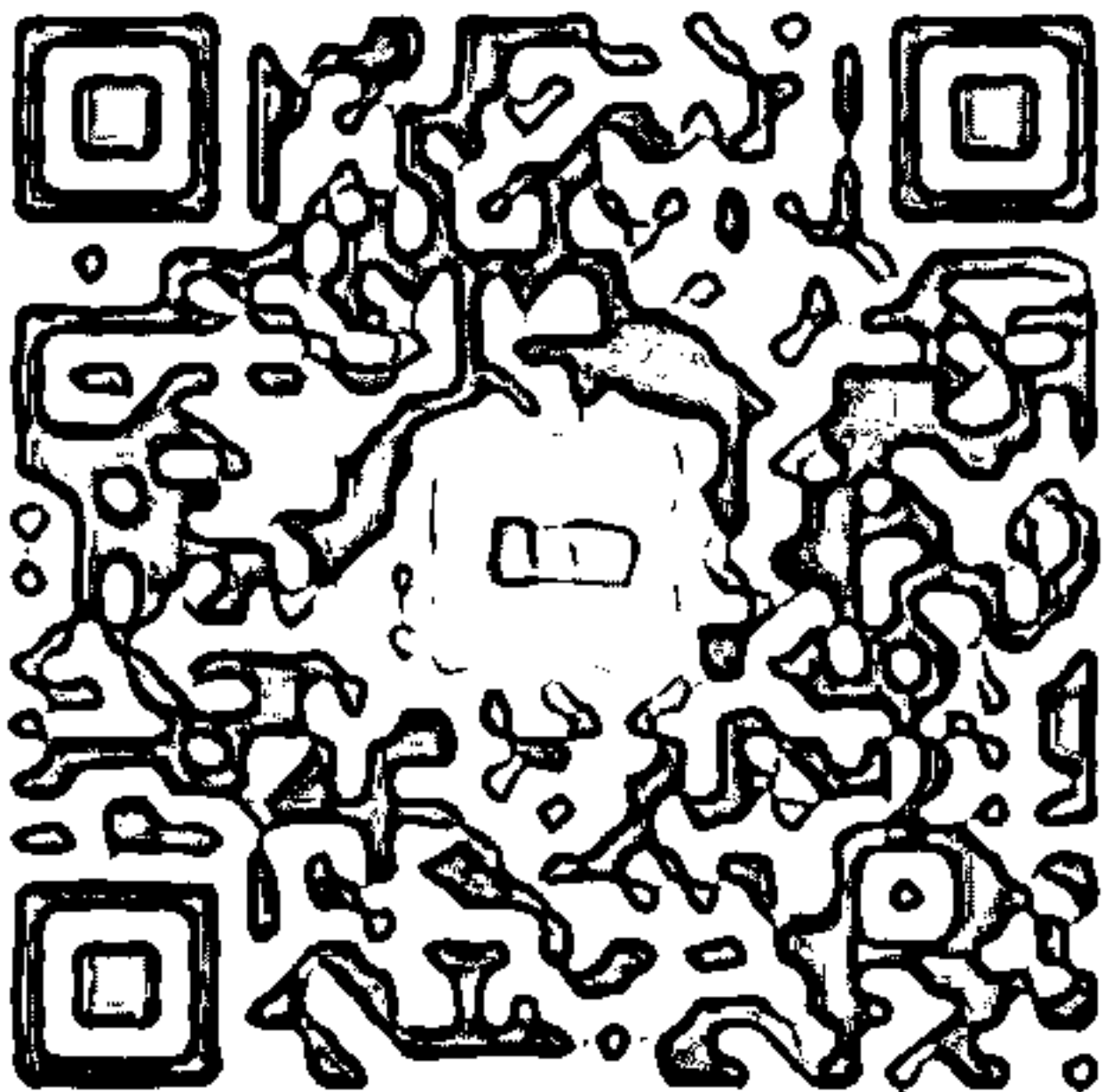












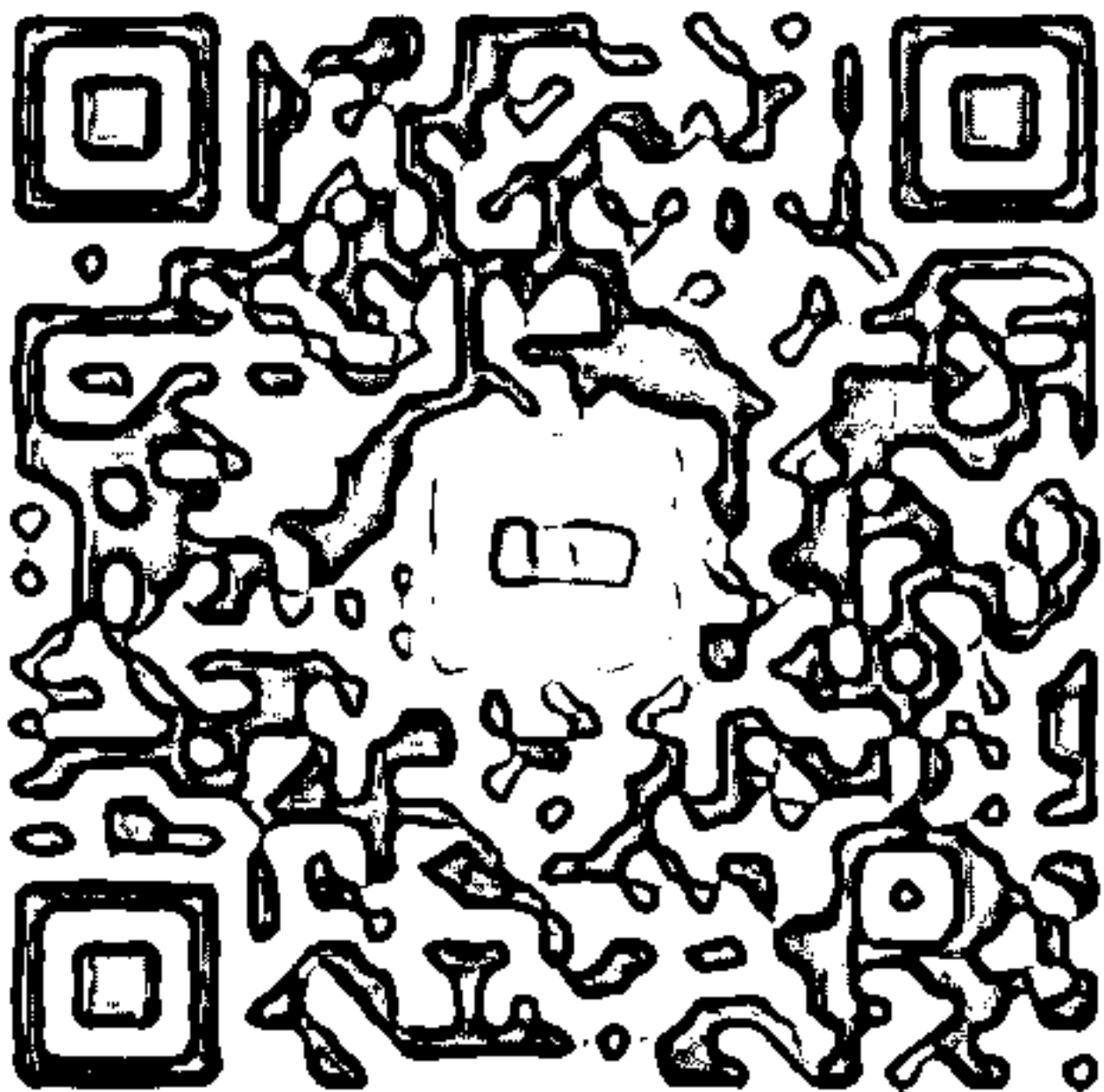






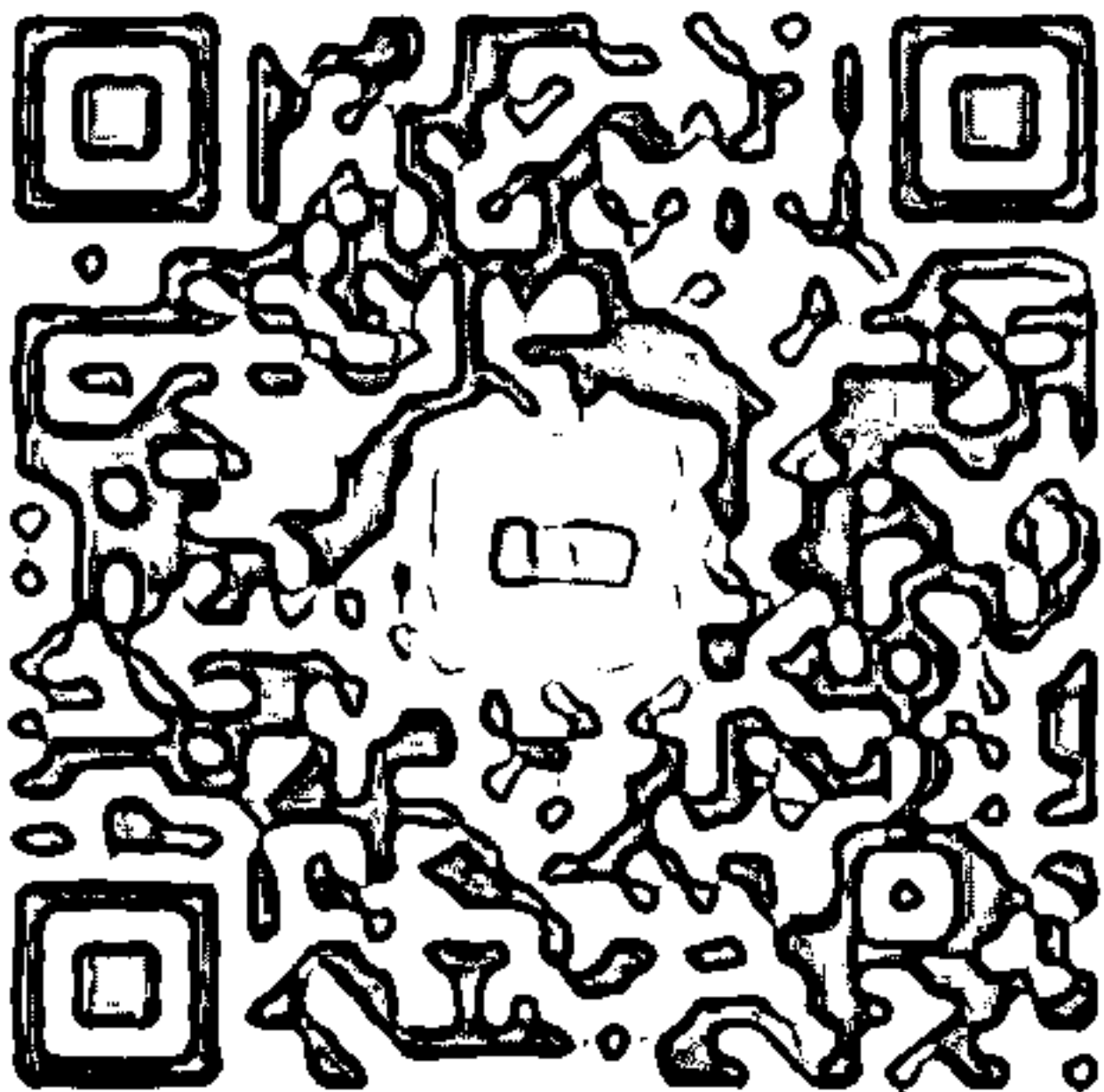
這種種型的  
女人，

就變這  
種樣子的  
女人









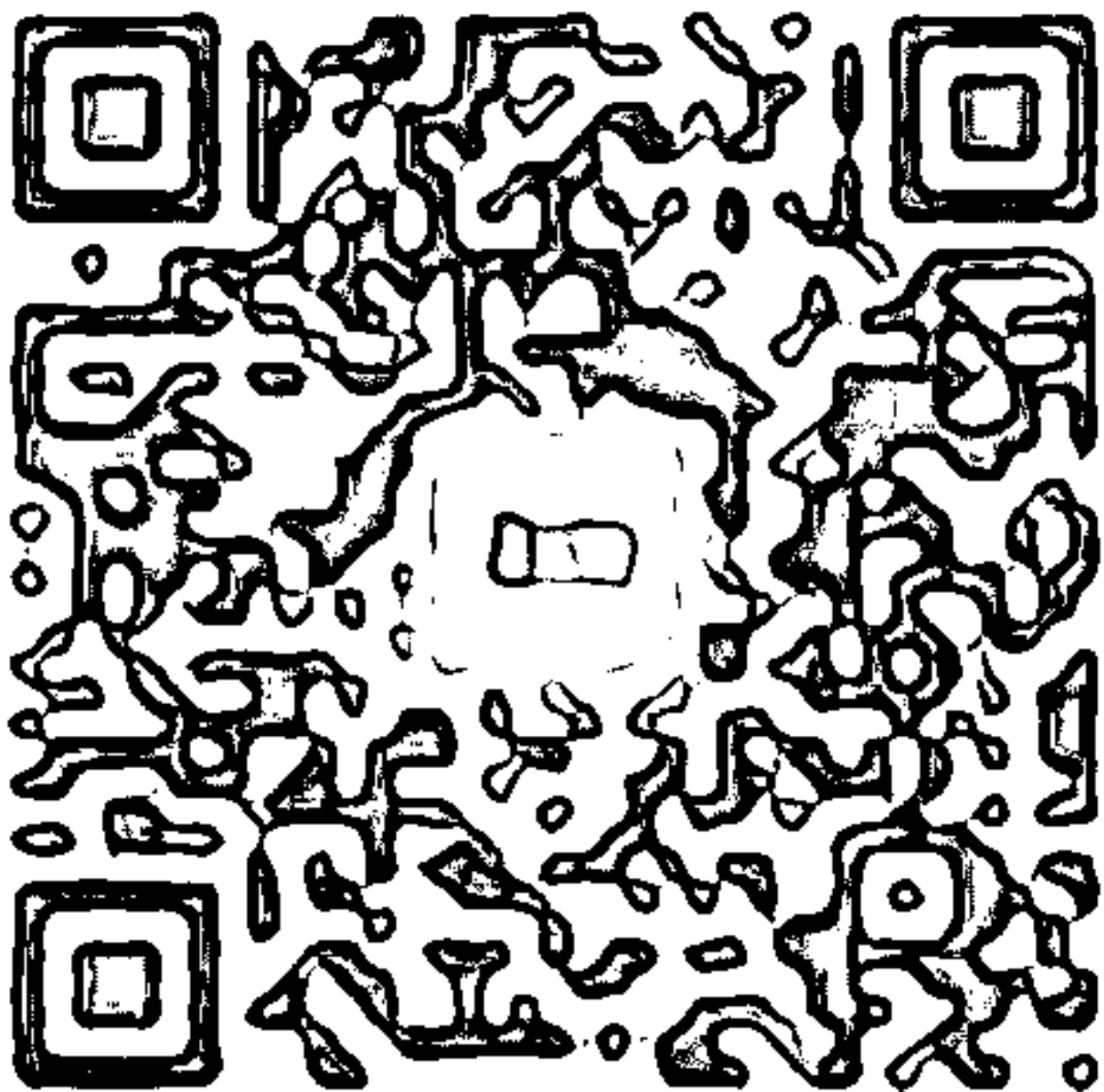


0 0

0

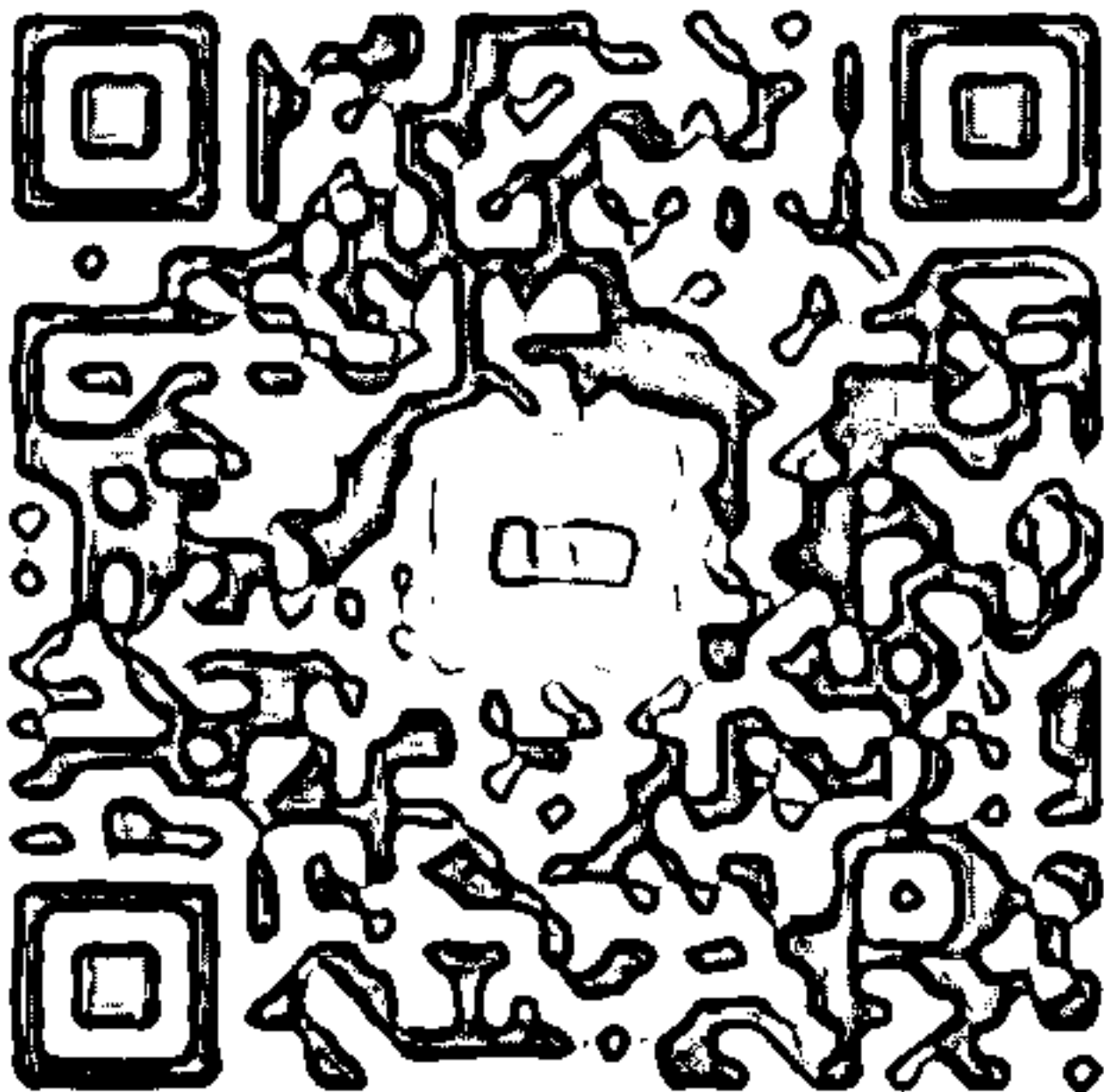
0





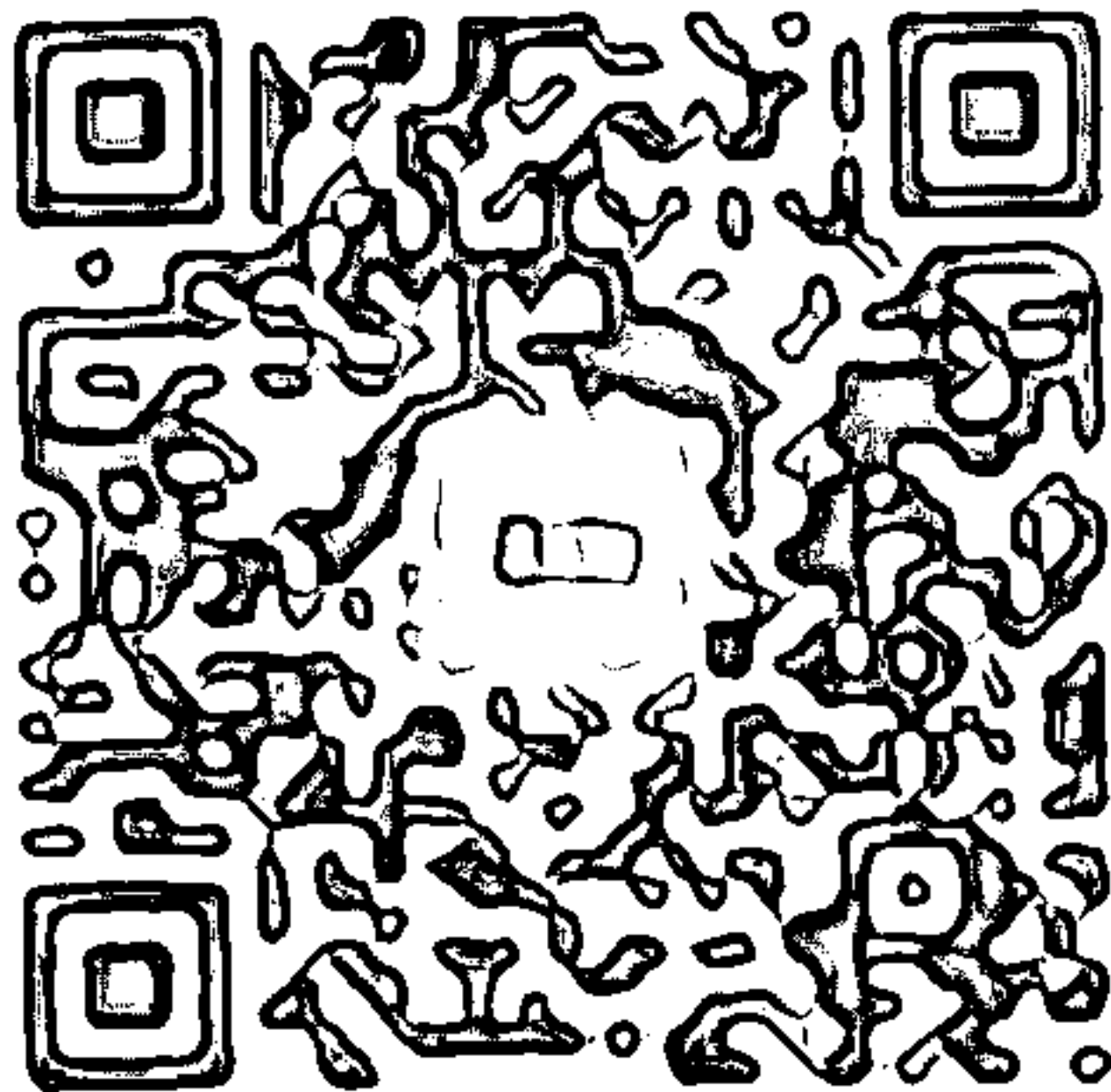








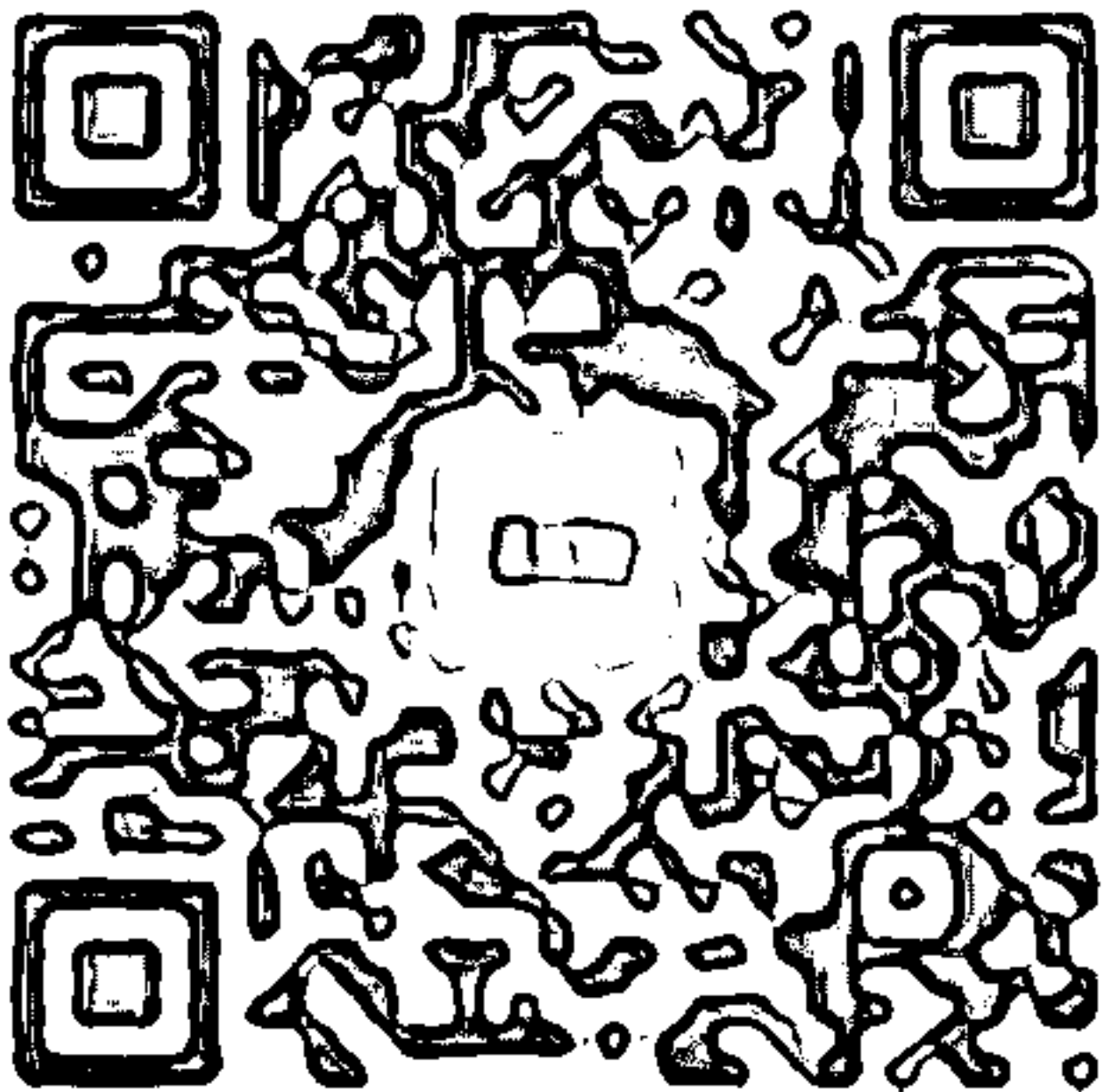








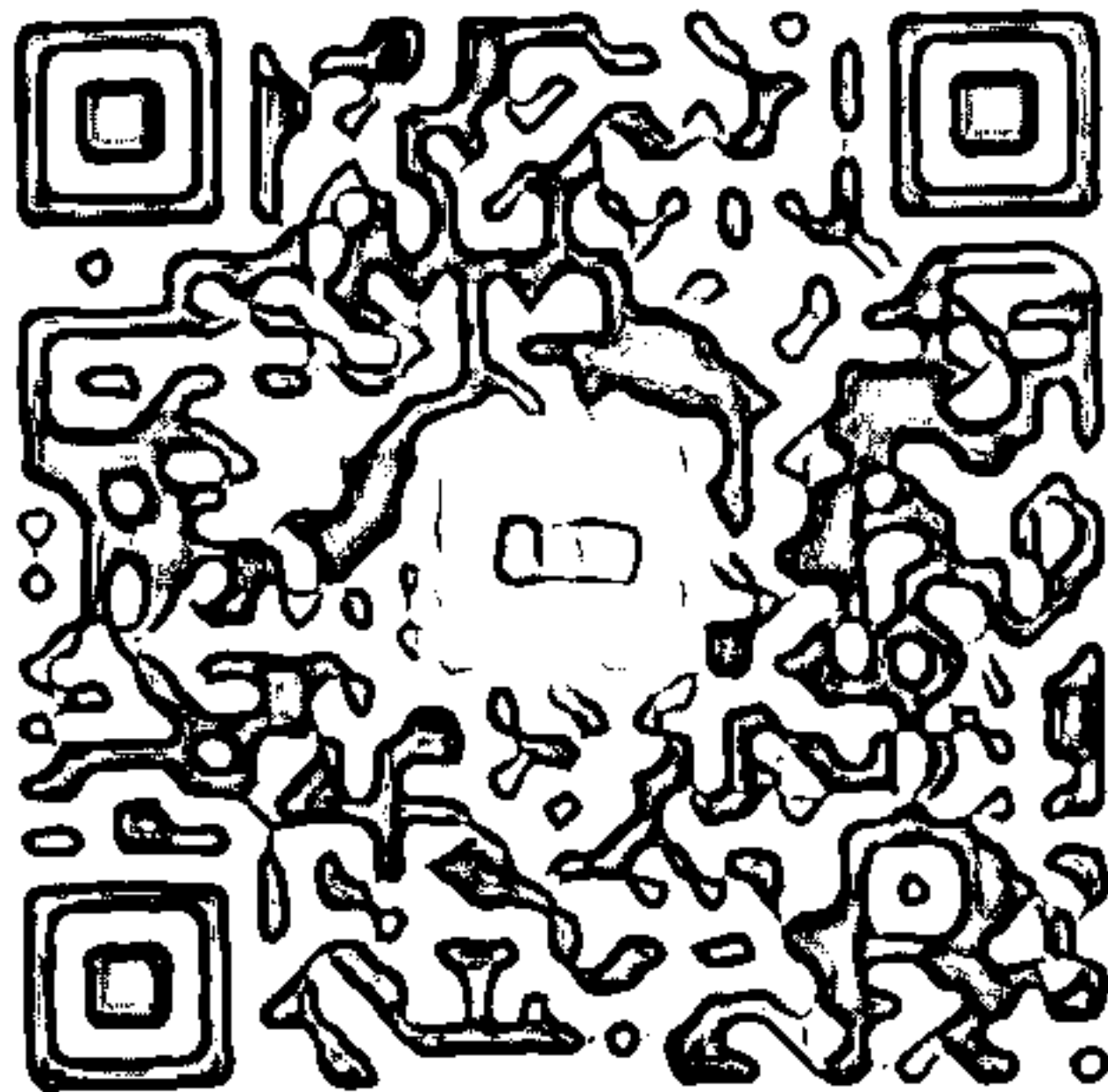








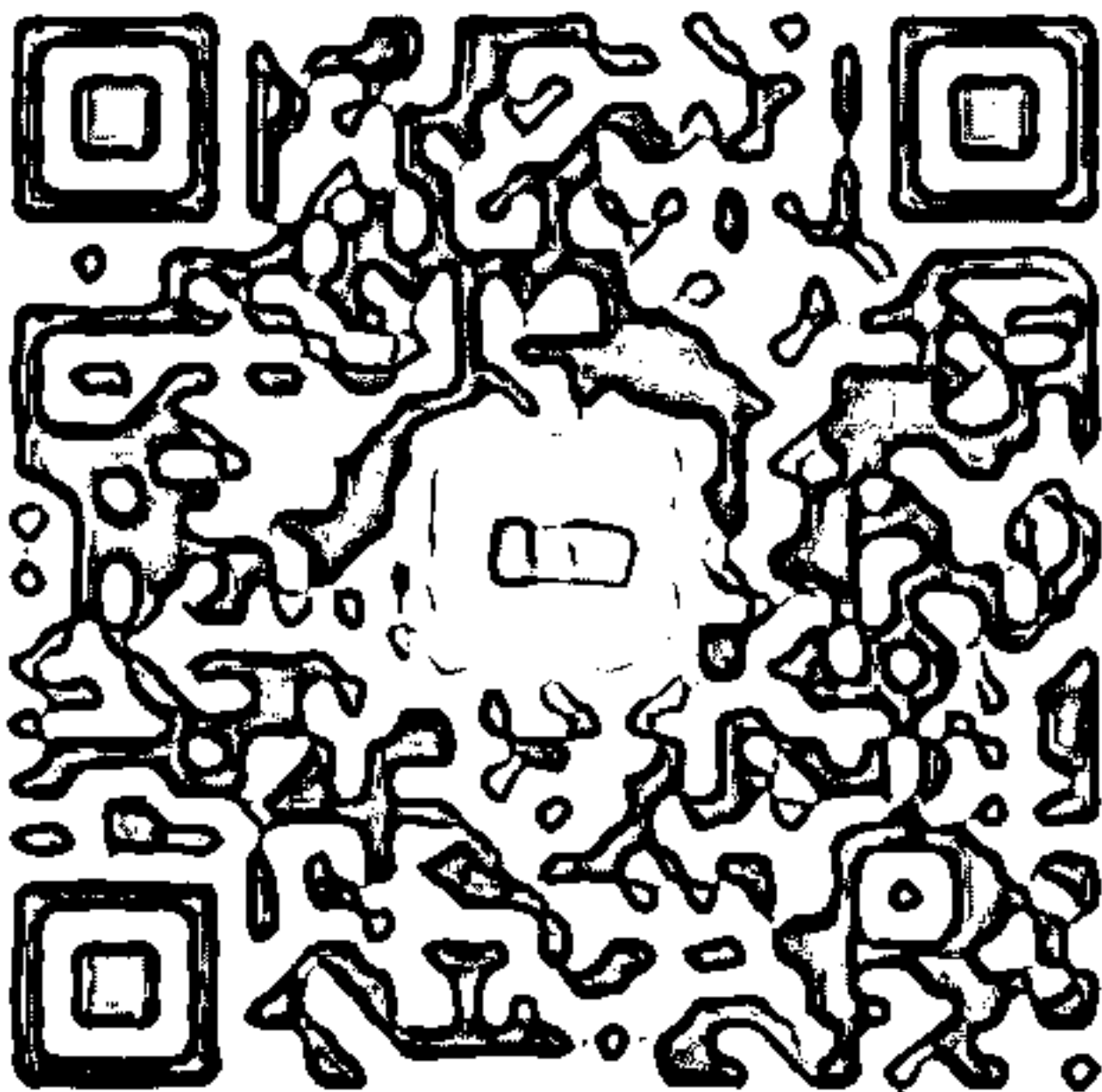
約  
開  
性  
和  
類  
別  
我  
出  
他  
們  
的  
來





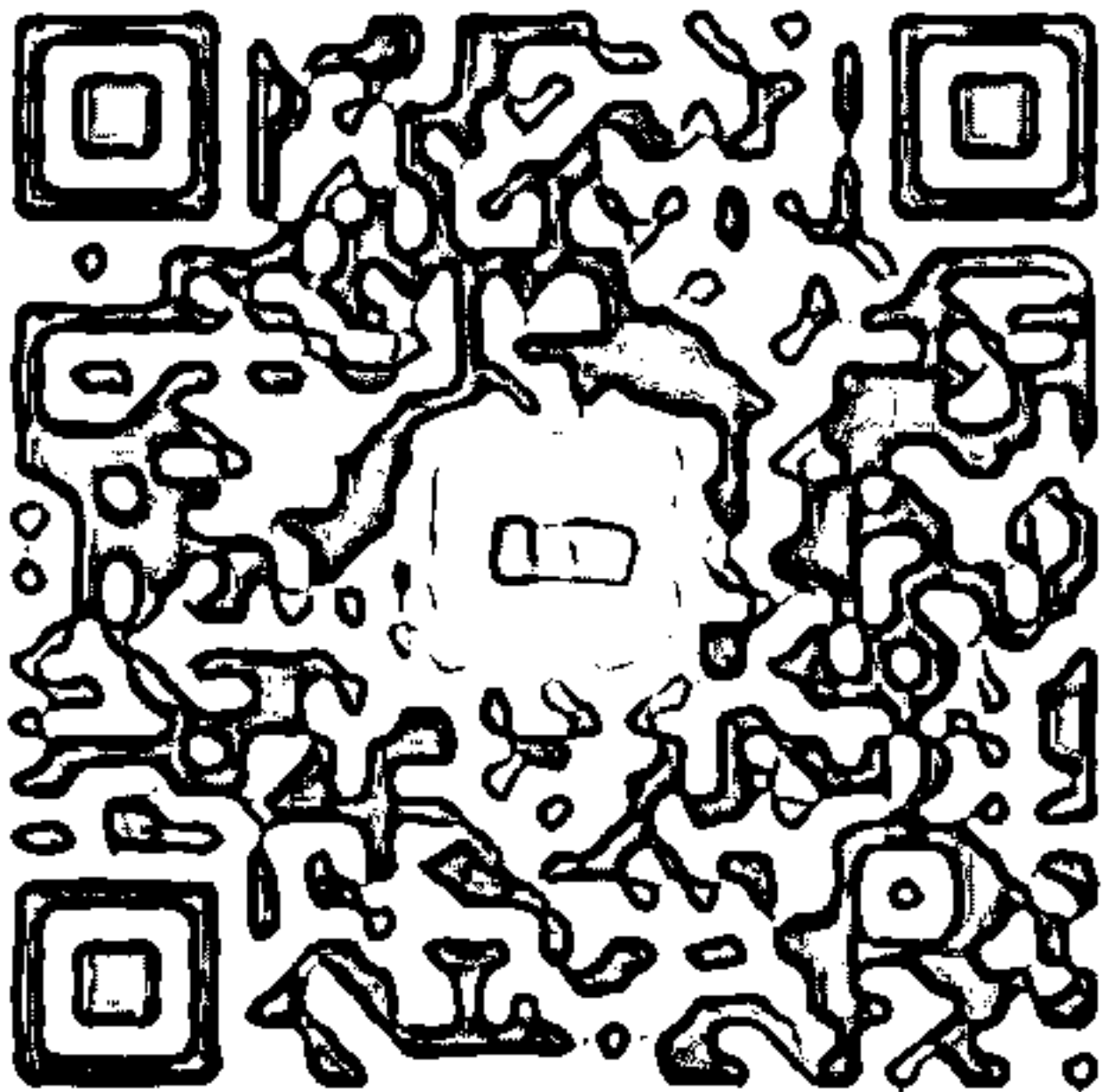






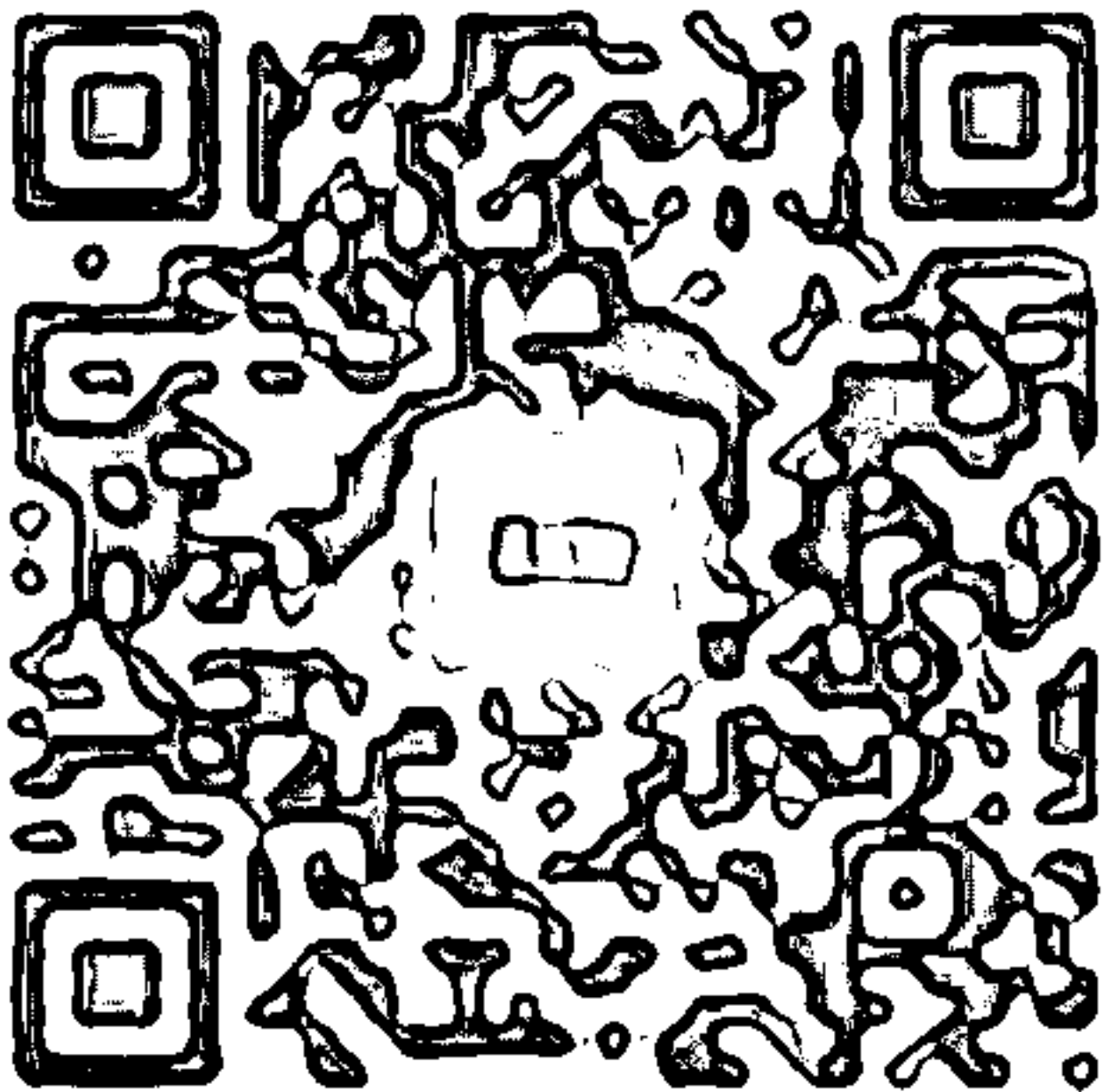


1  
1  
0  
1  
0





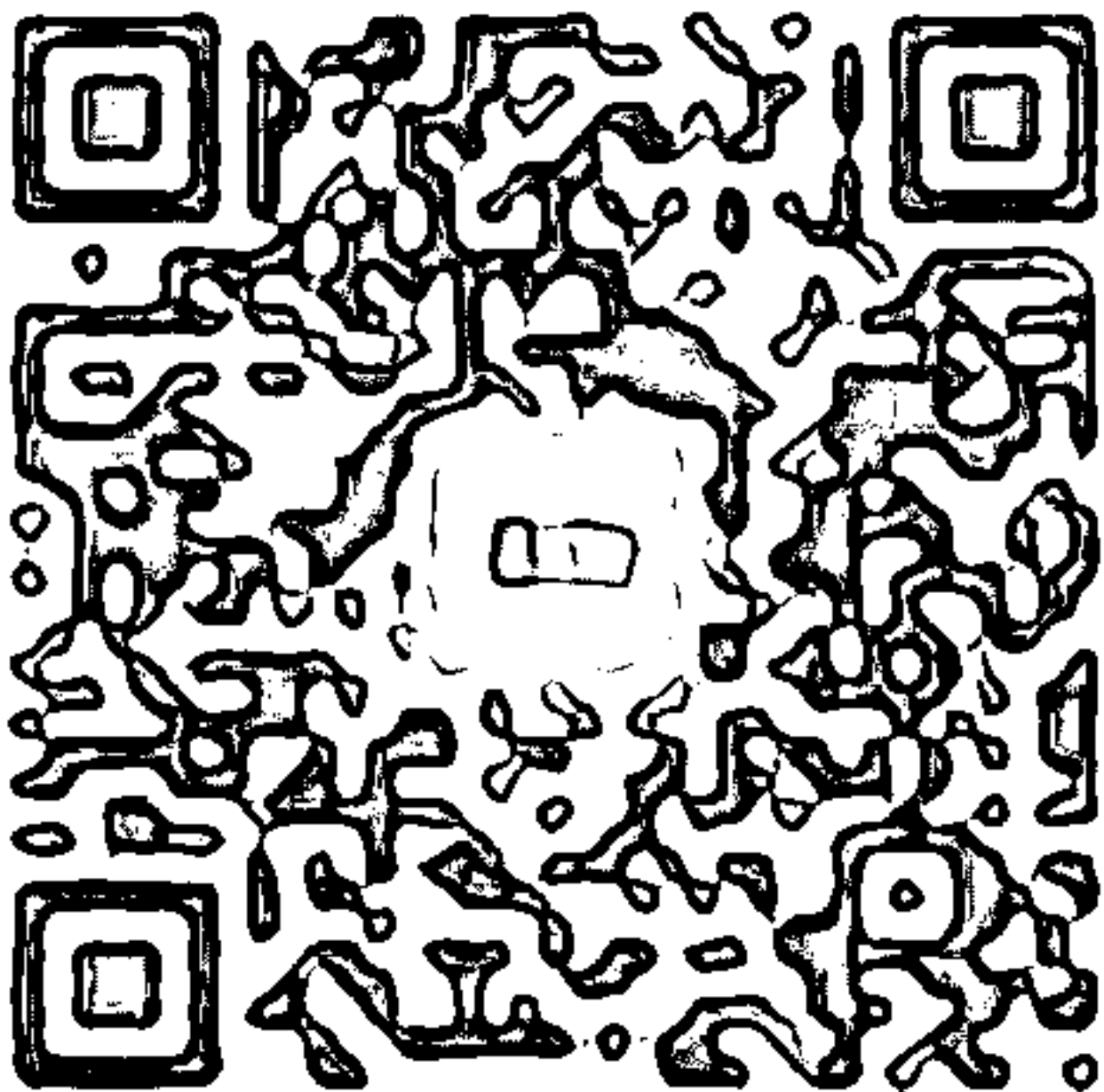














1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

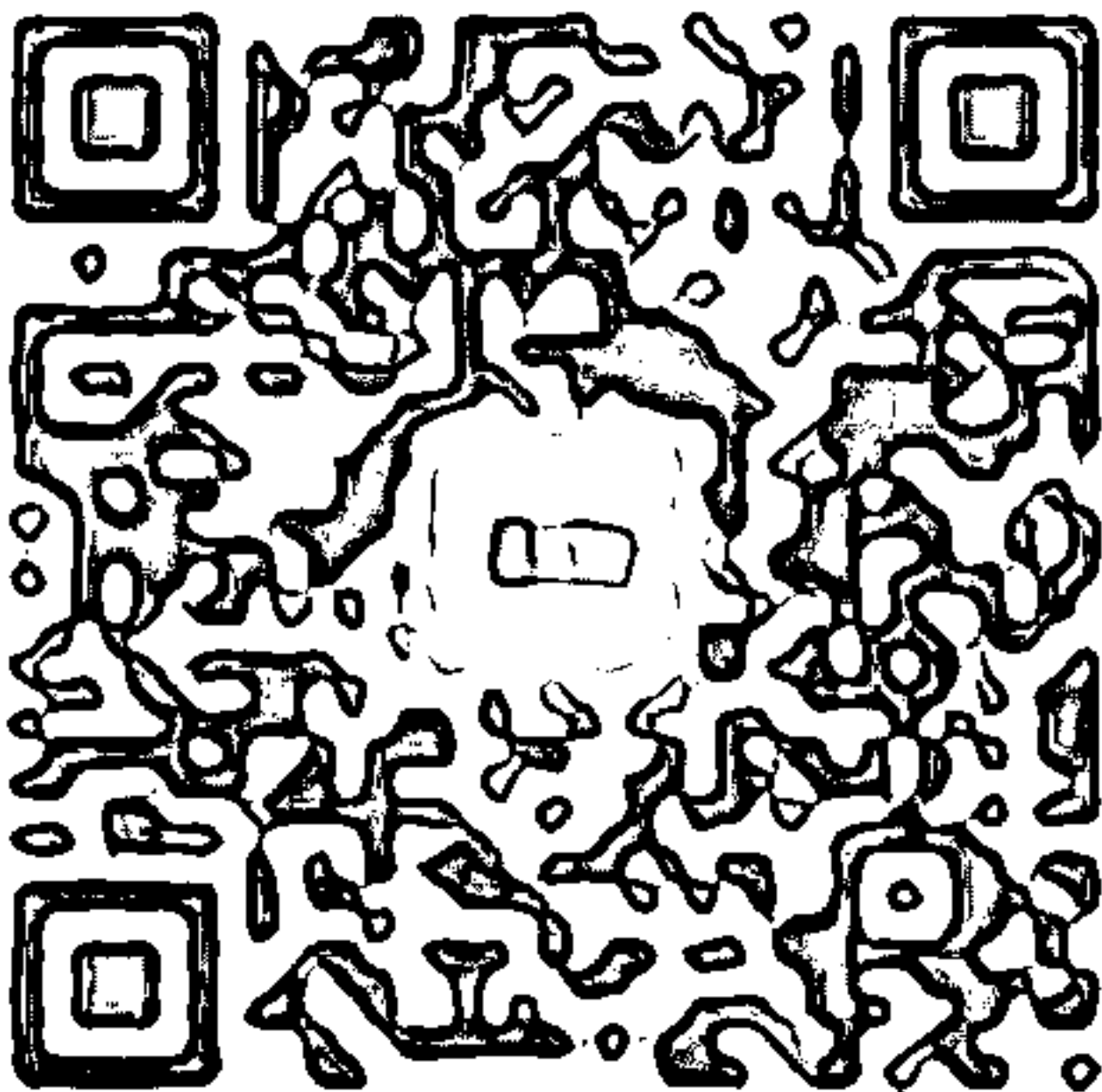
14

15

16

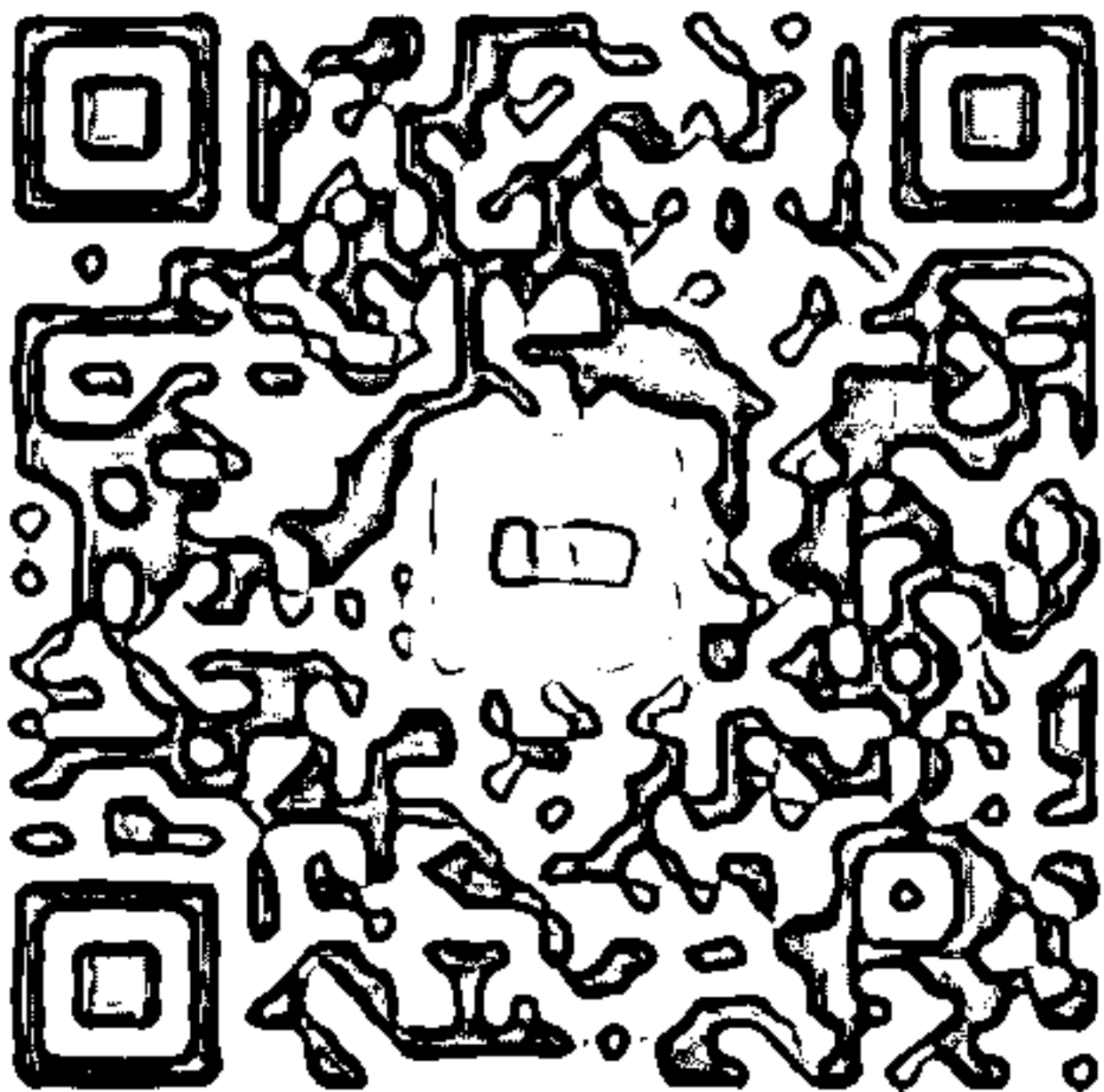
17

18







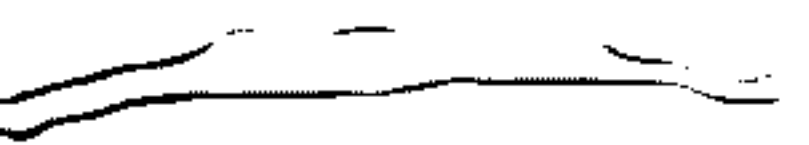


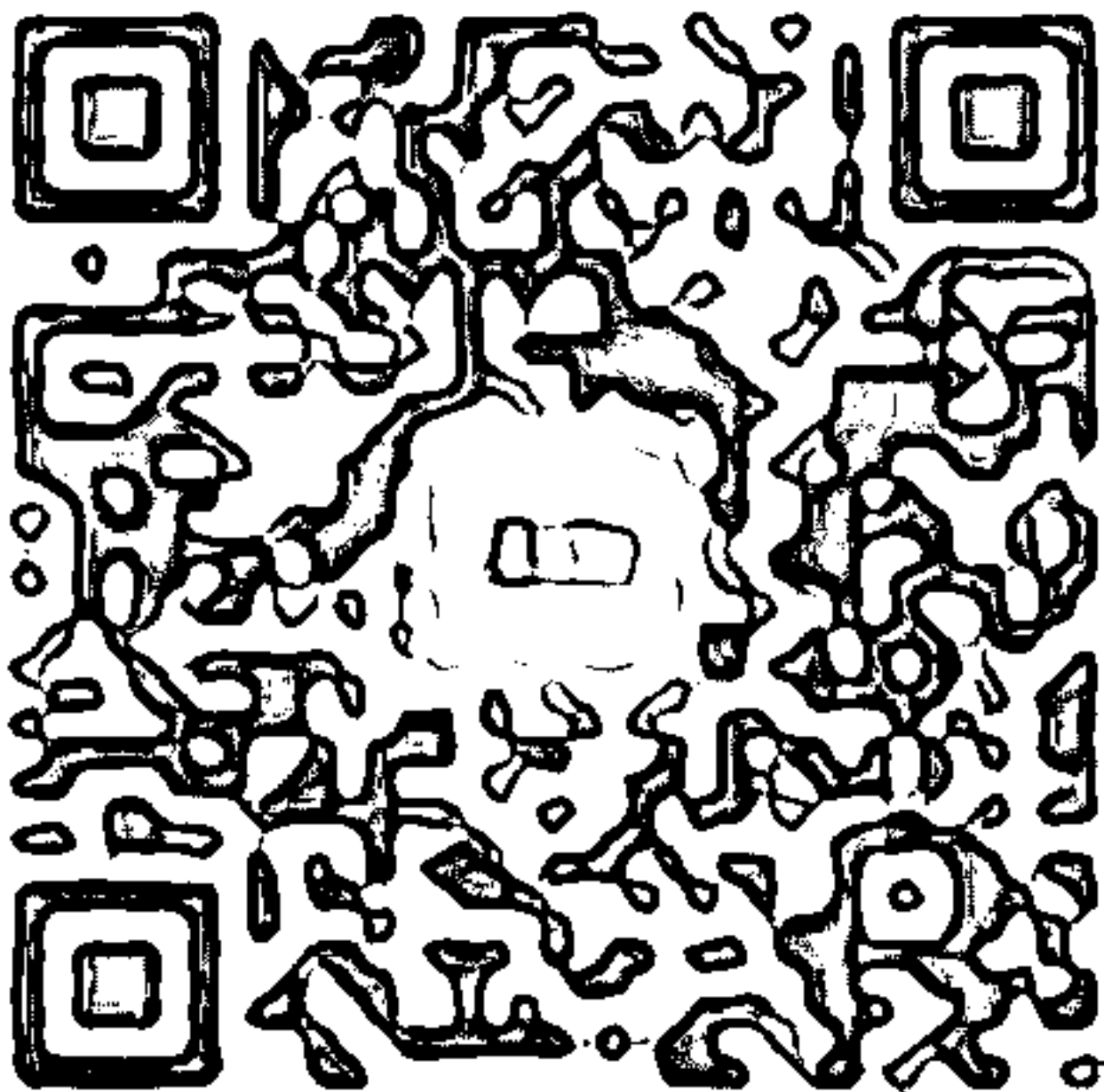






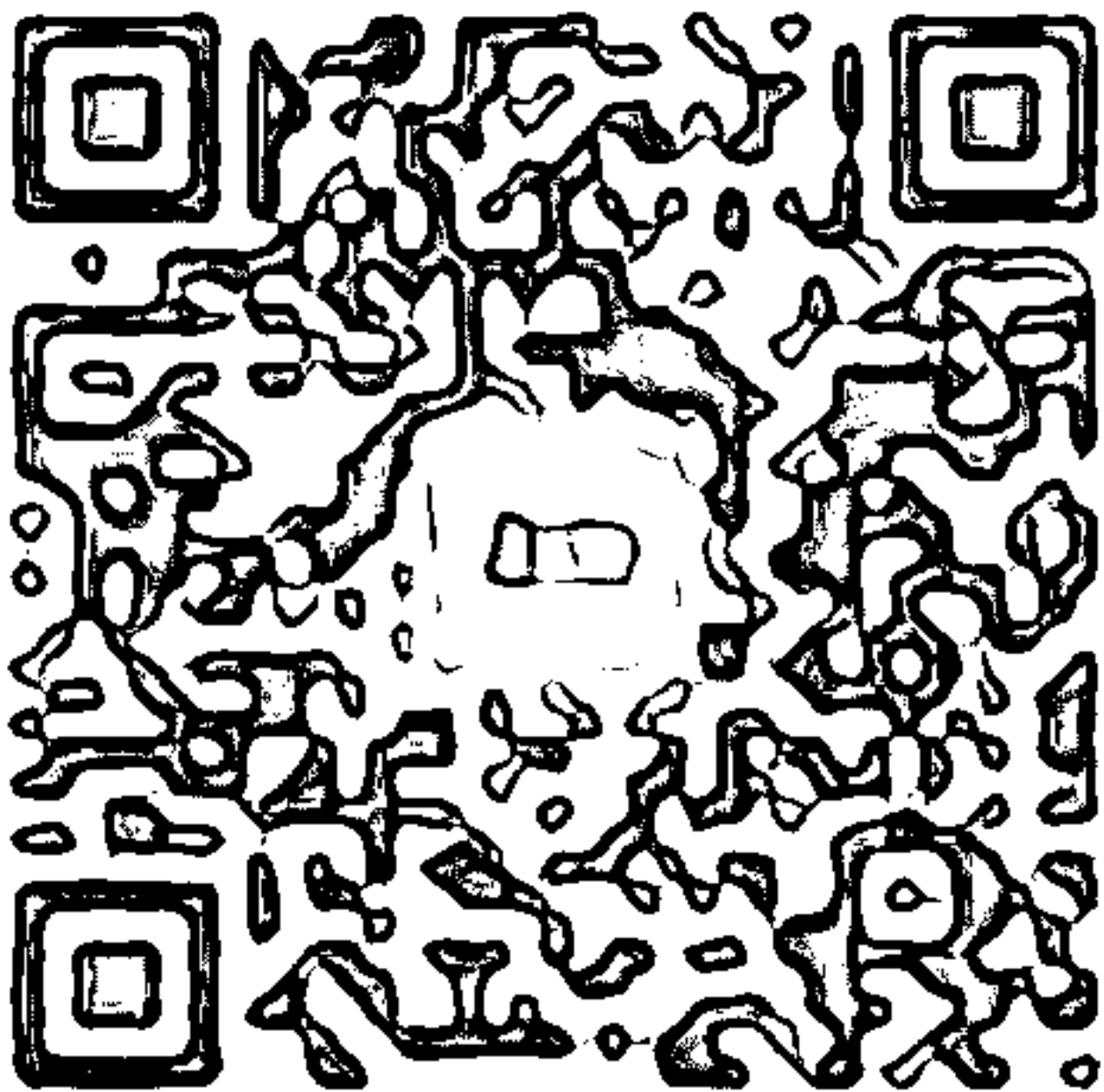










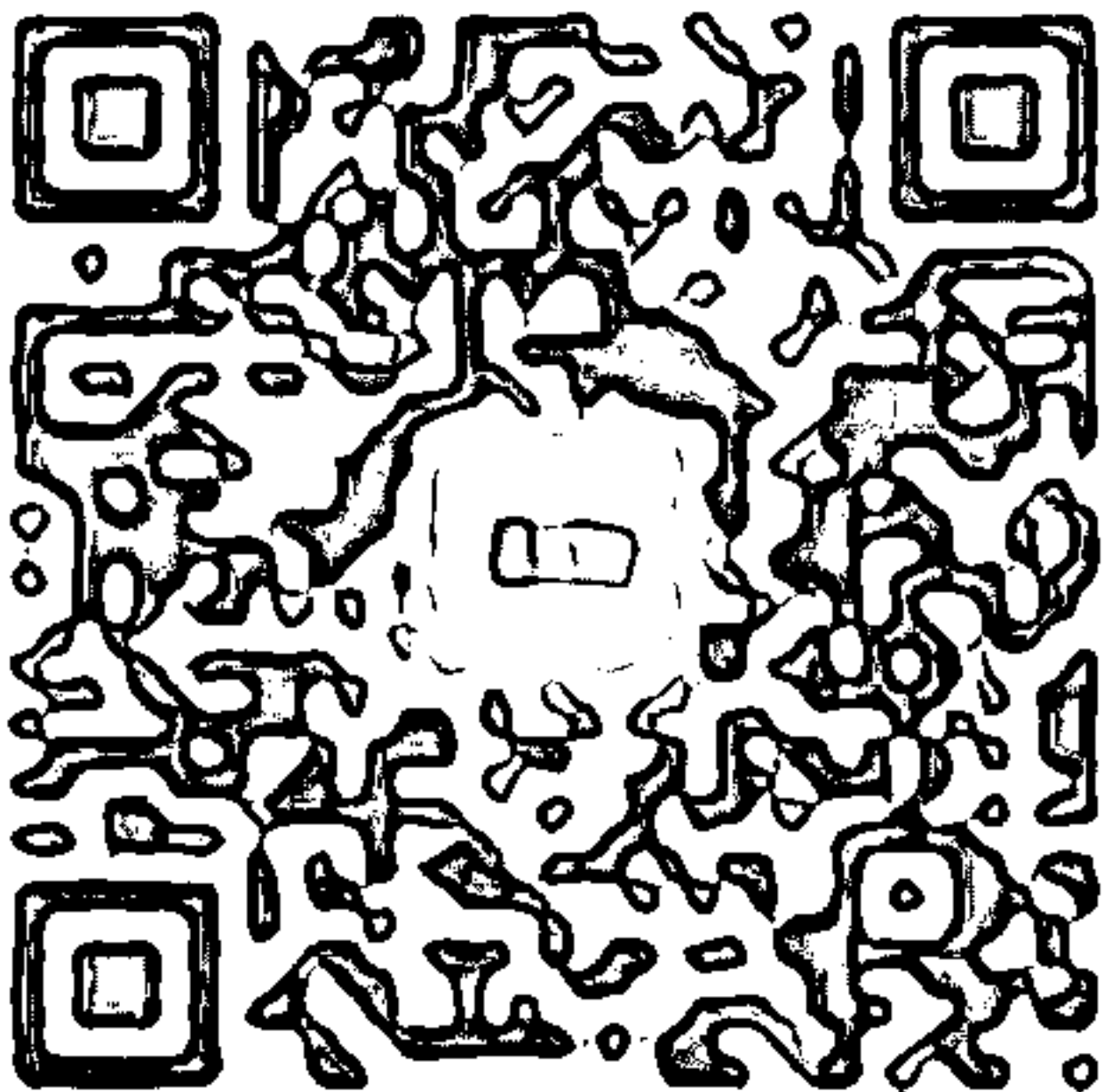






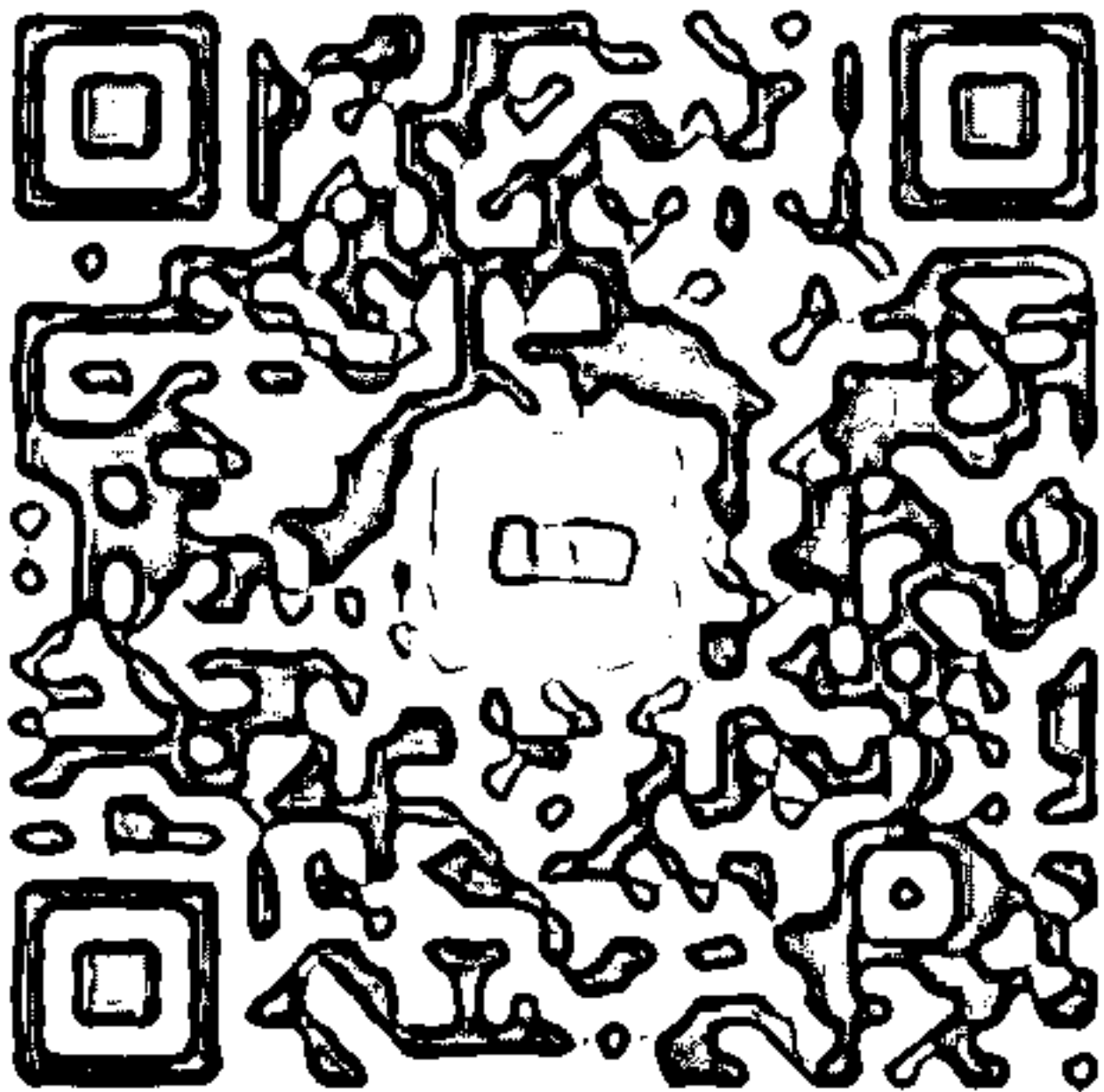


往  
的  
對  
象  
，  
以  
及  
無  
法  
交  
往  
的  
對  
象





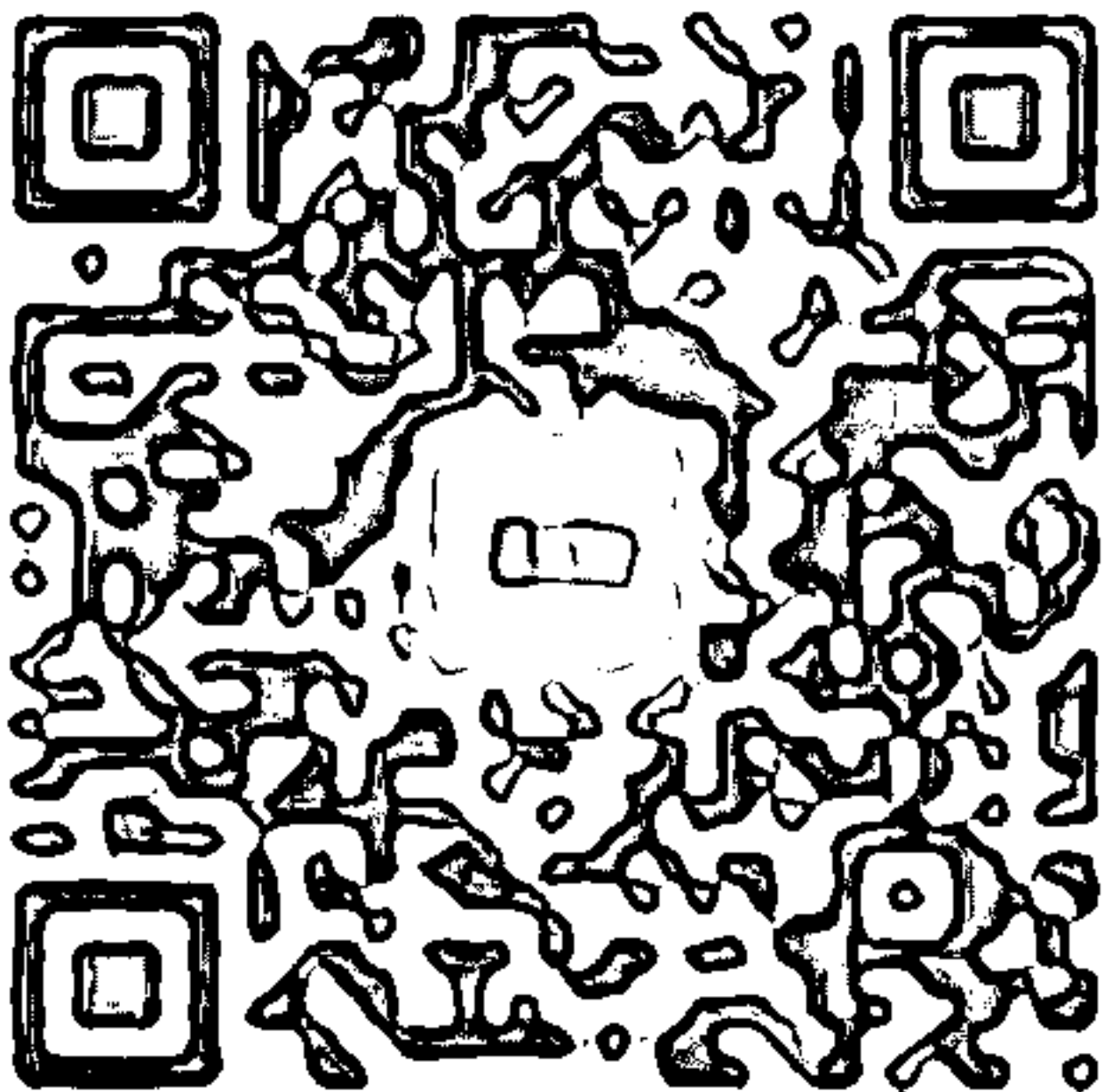






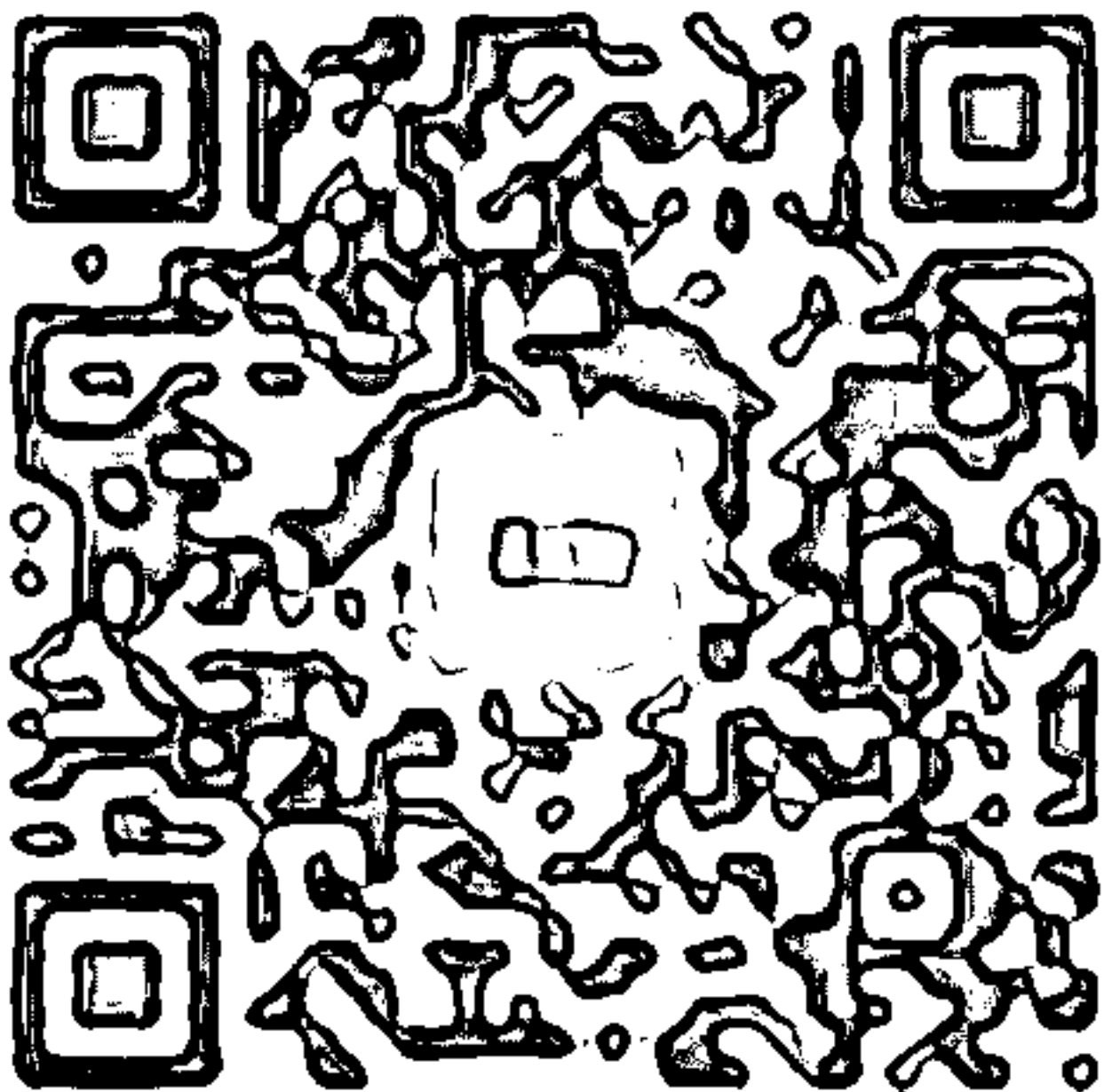










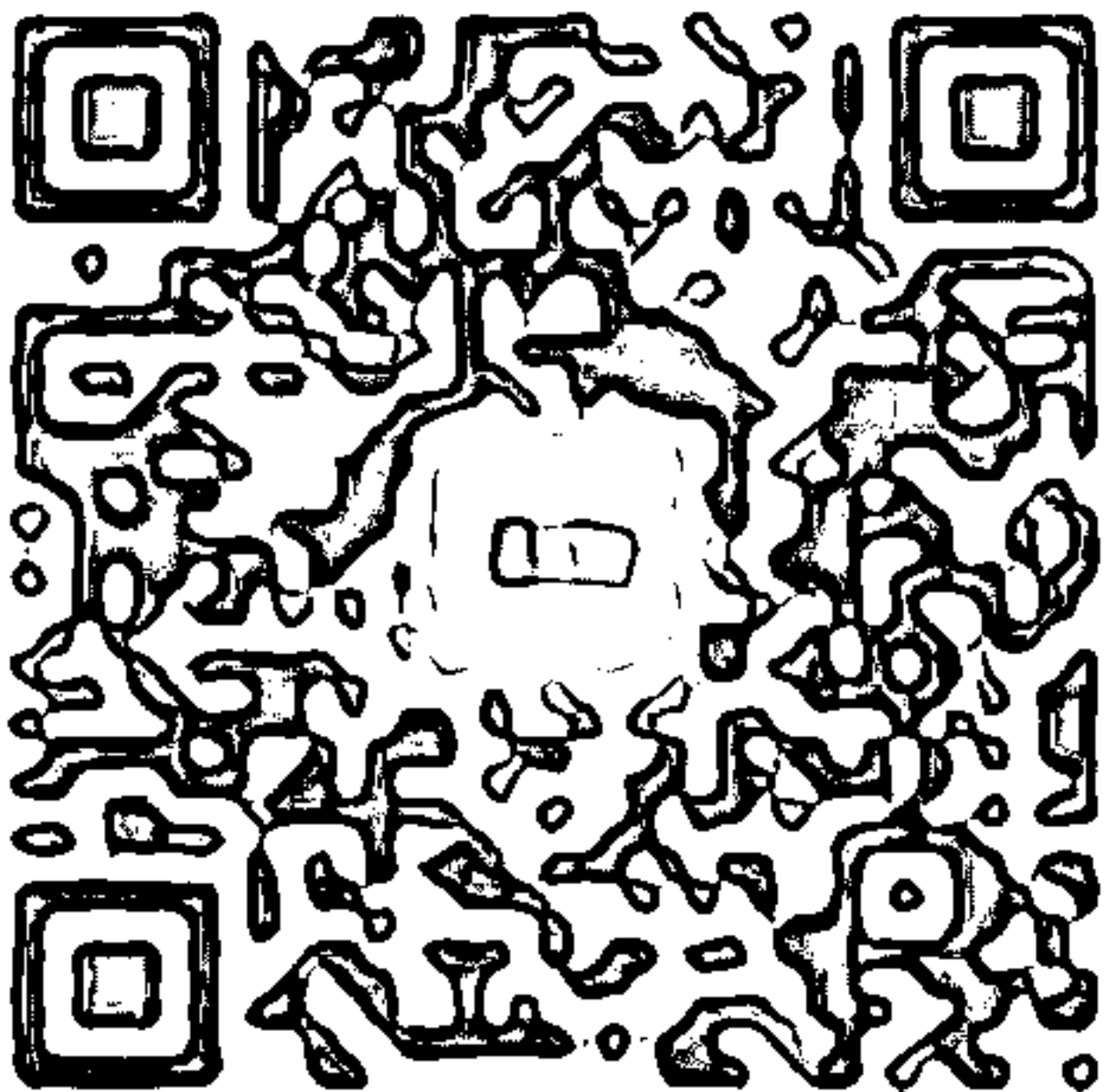






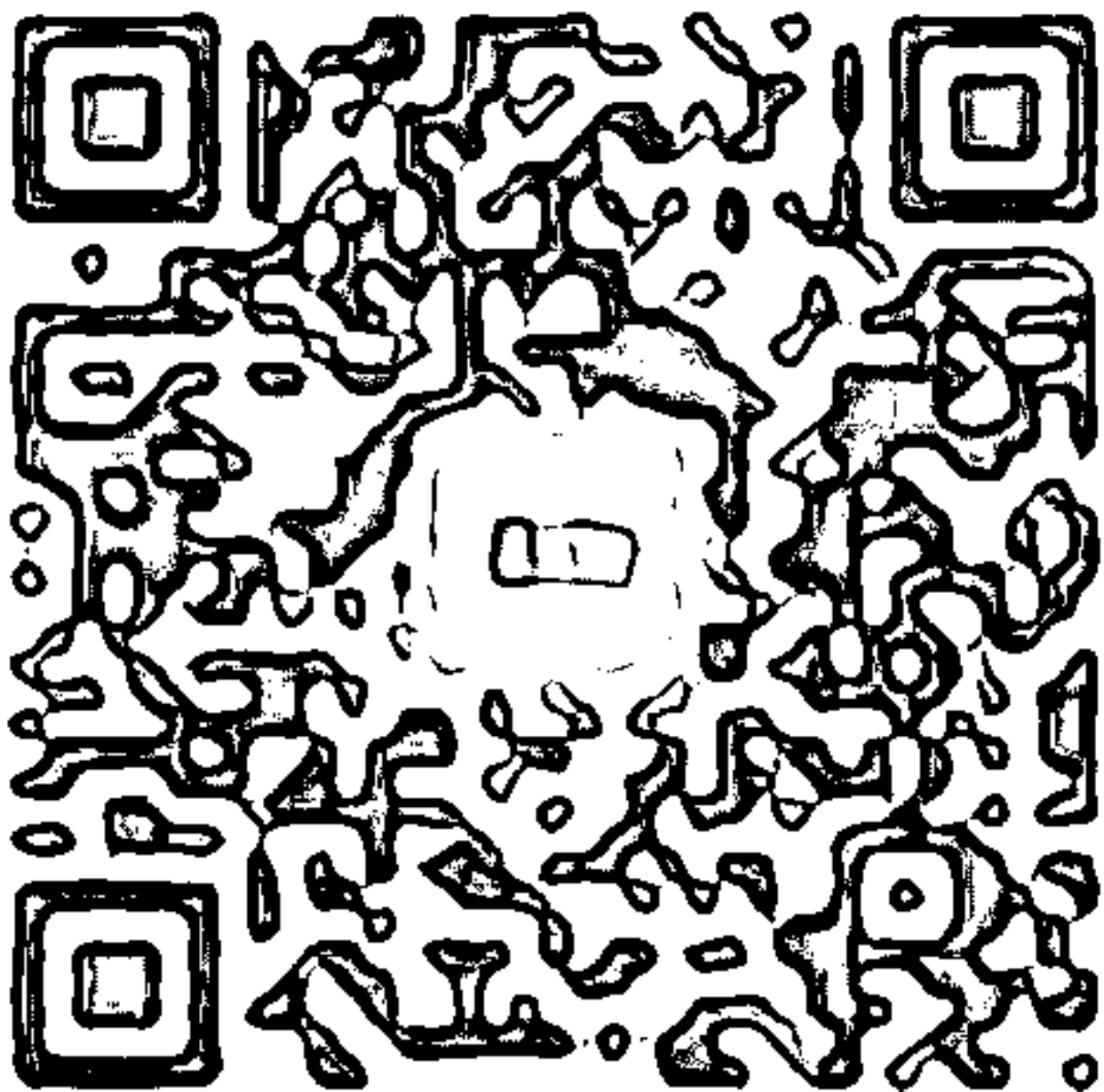
圓  
我  
中  
心  
的  
興  
人





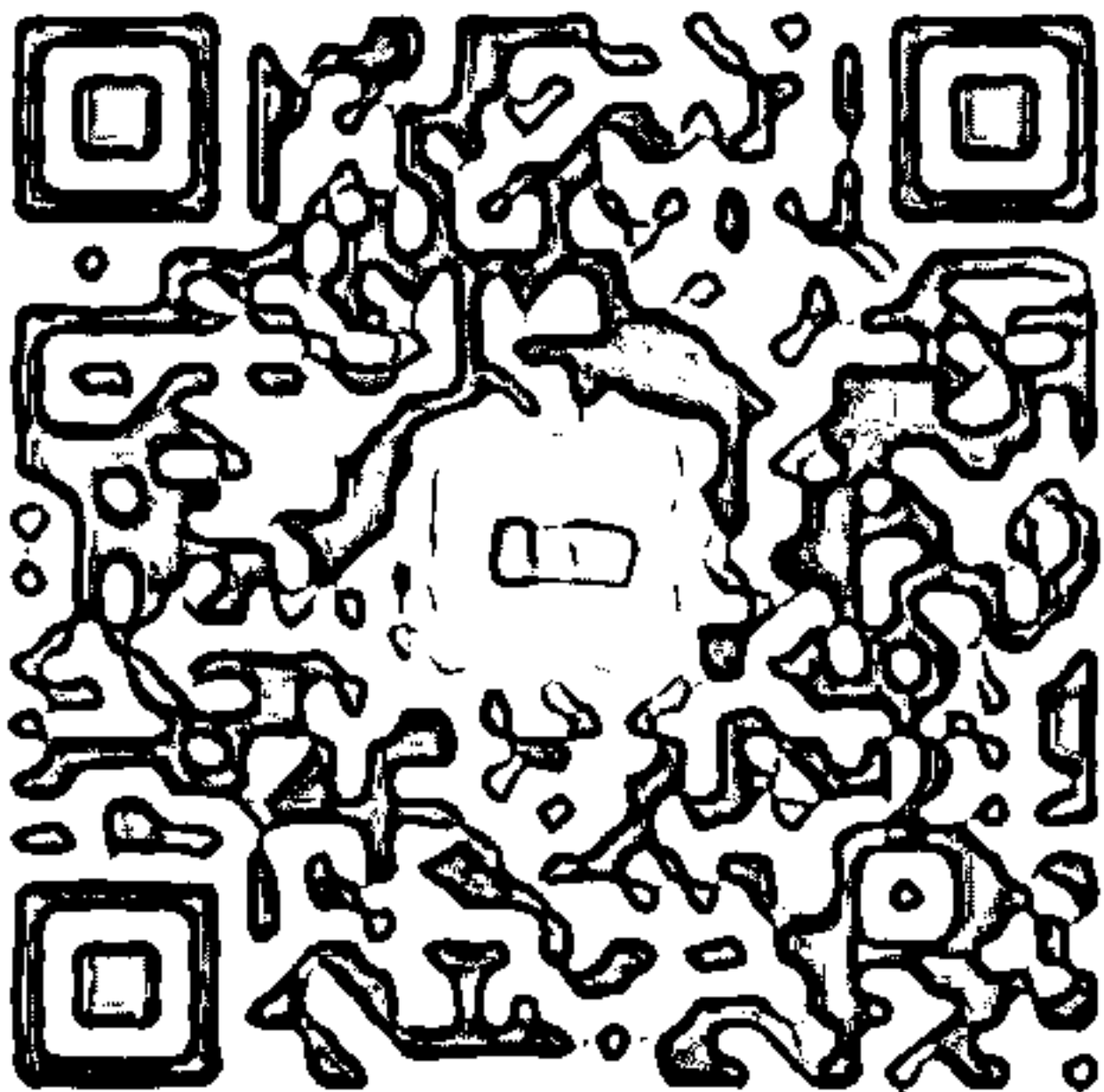








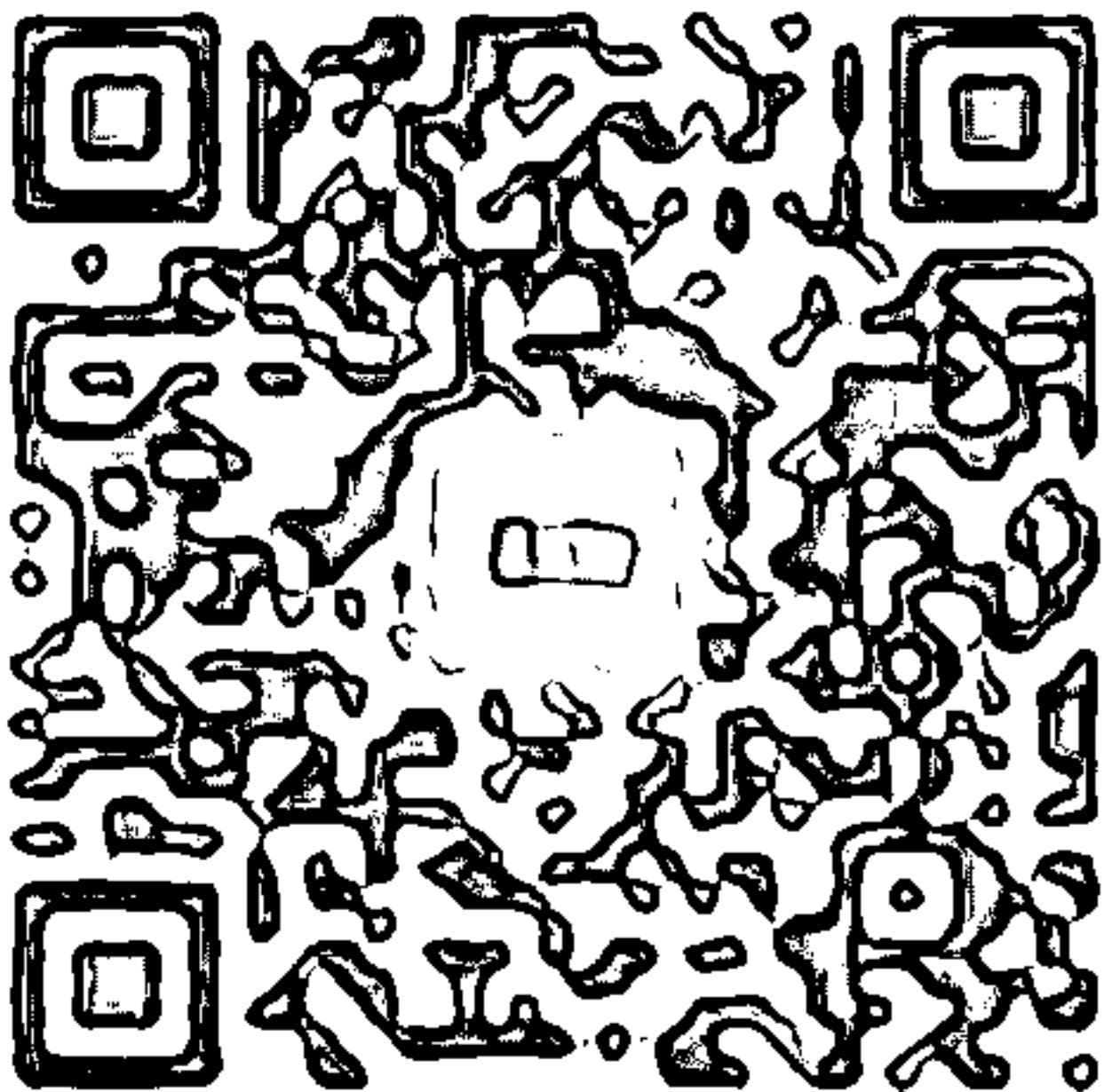






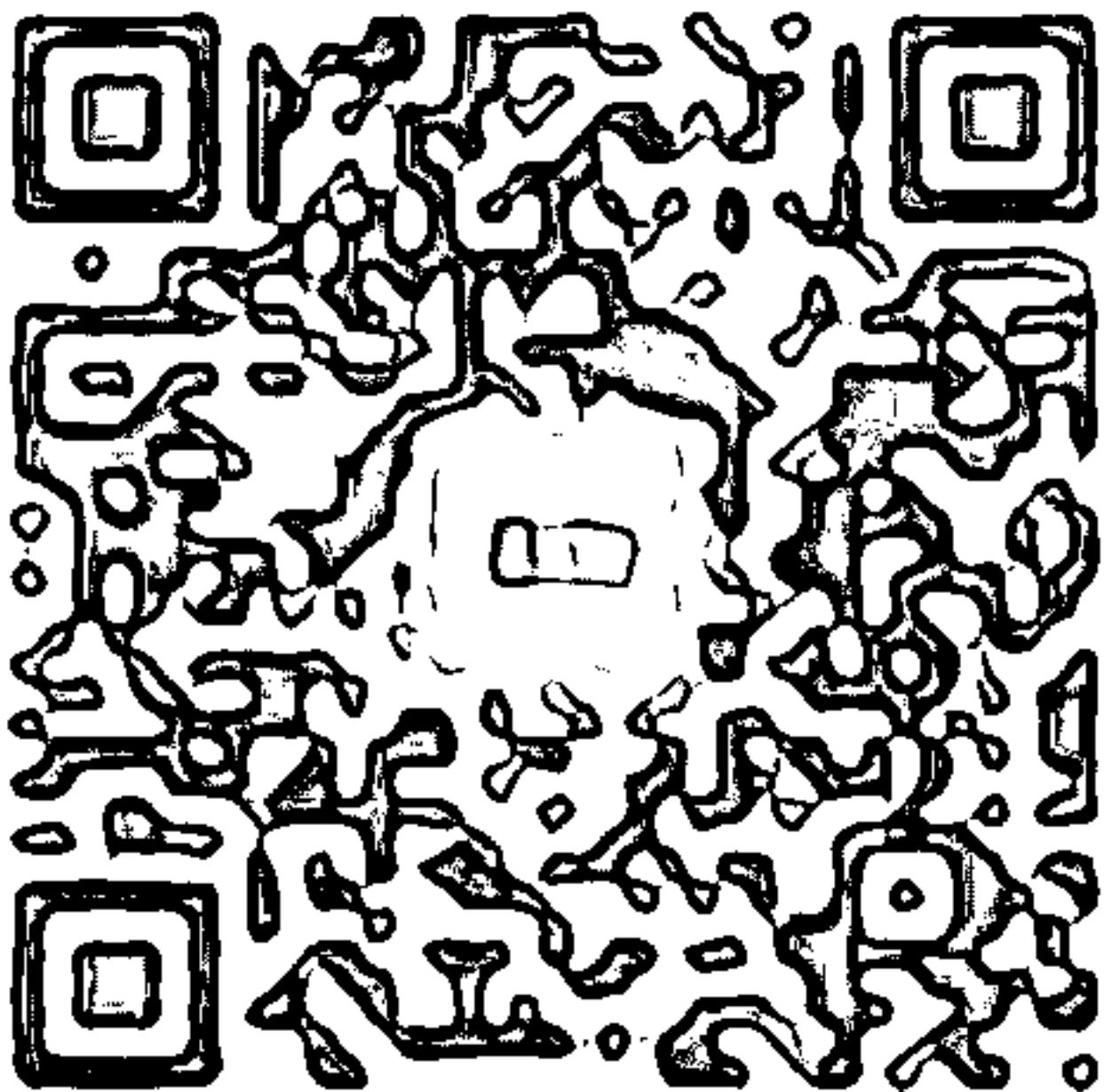






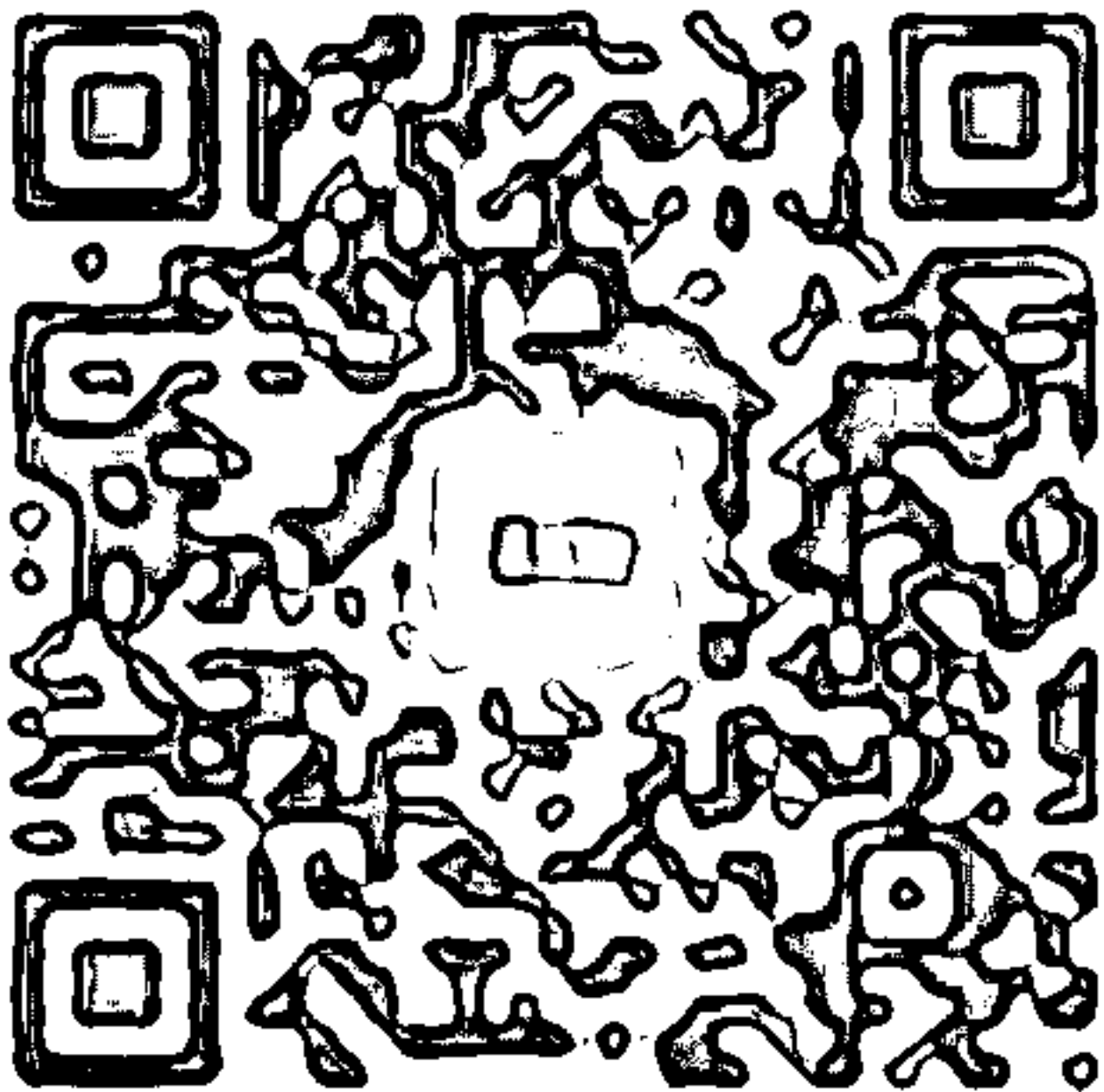










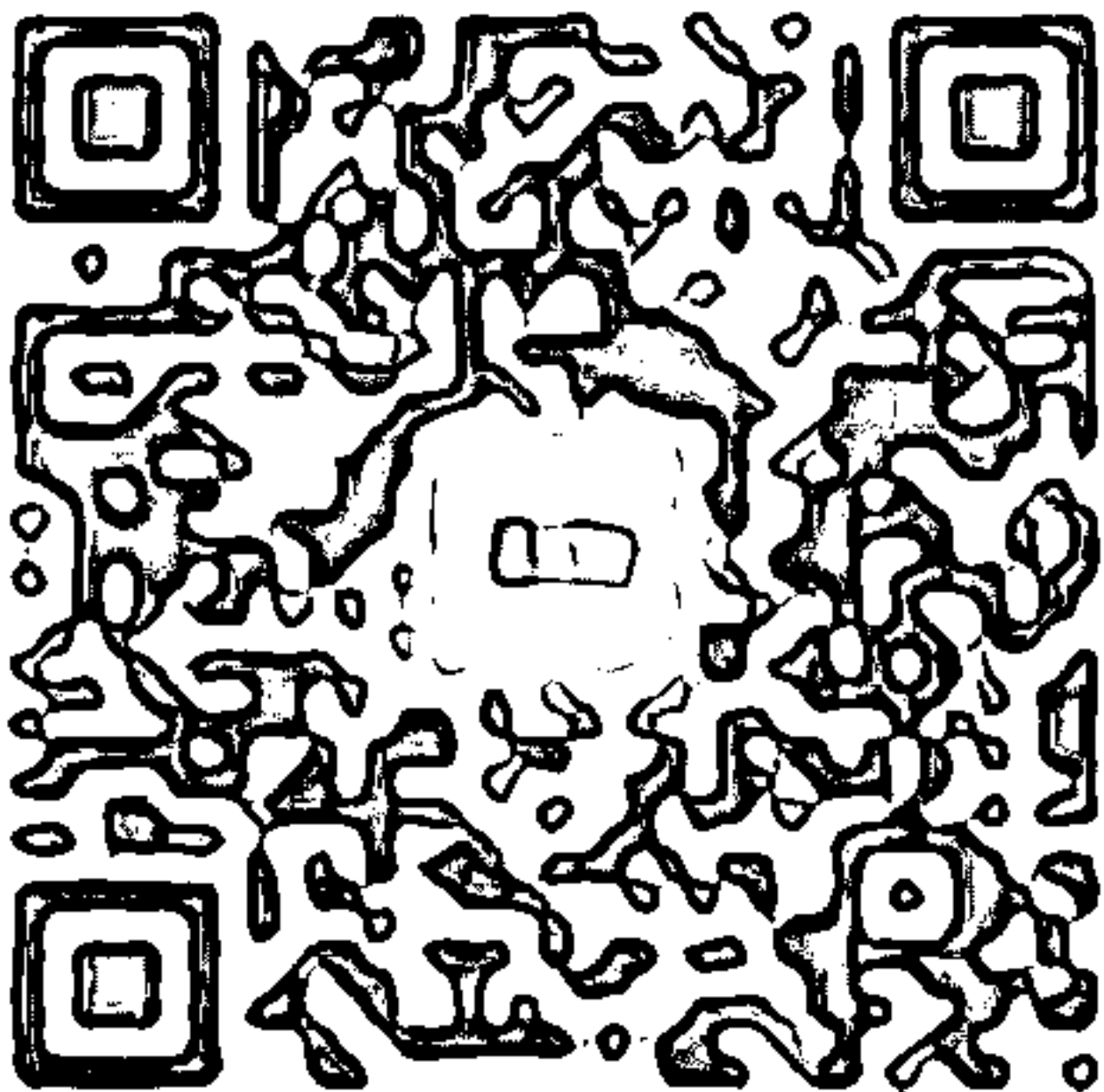






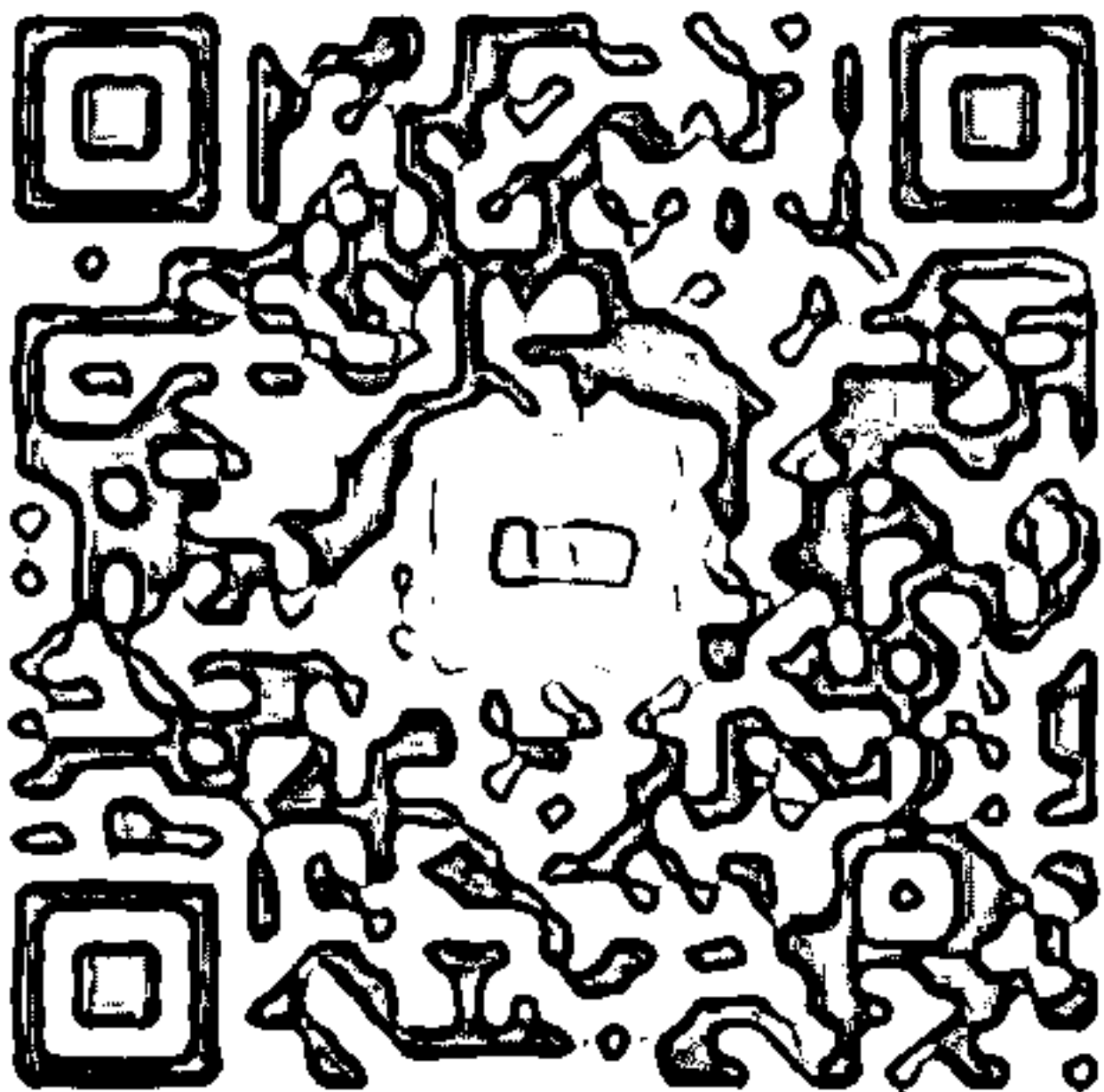


自  
我  
意  
識  
強  
的  
要  
人





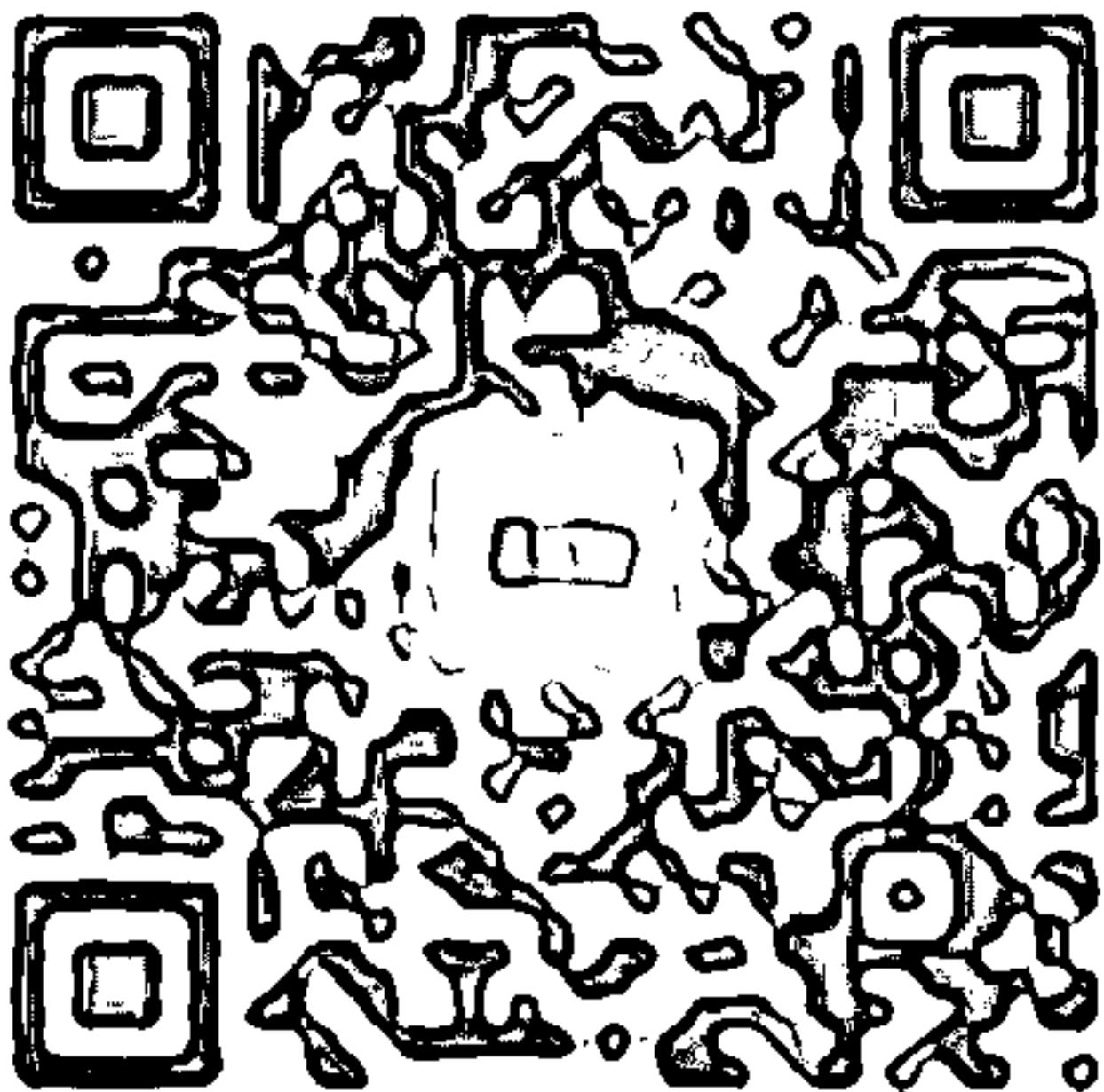






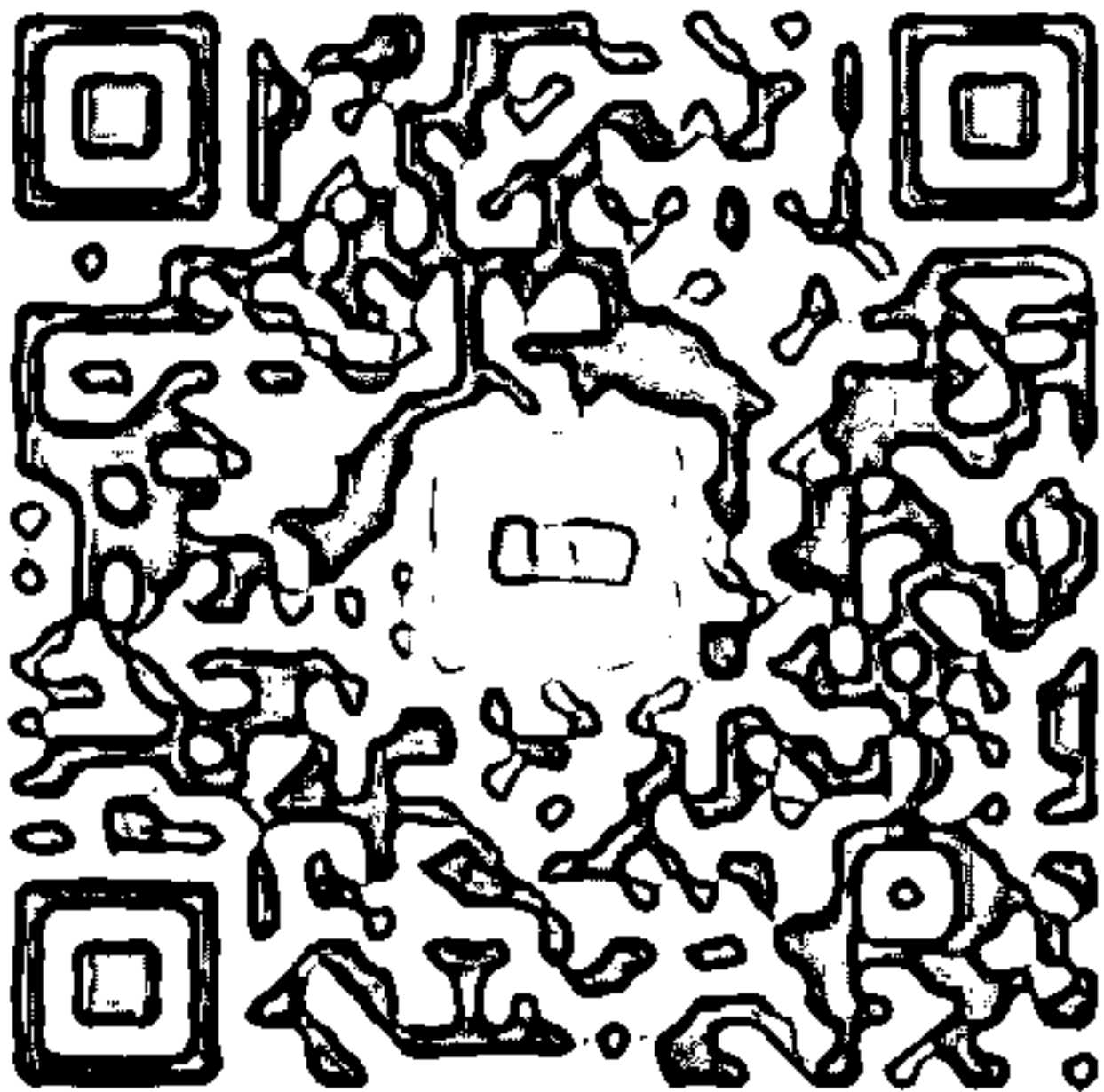






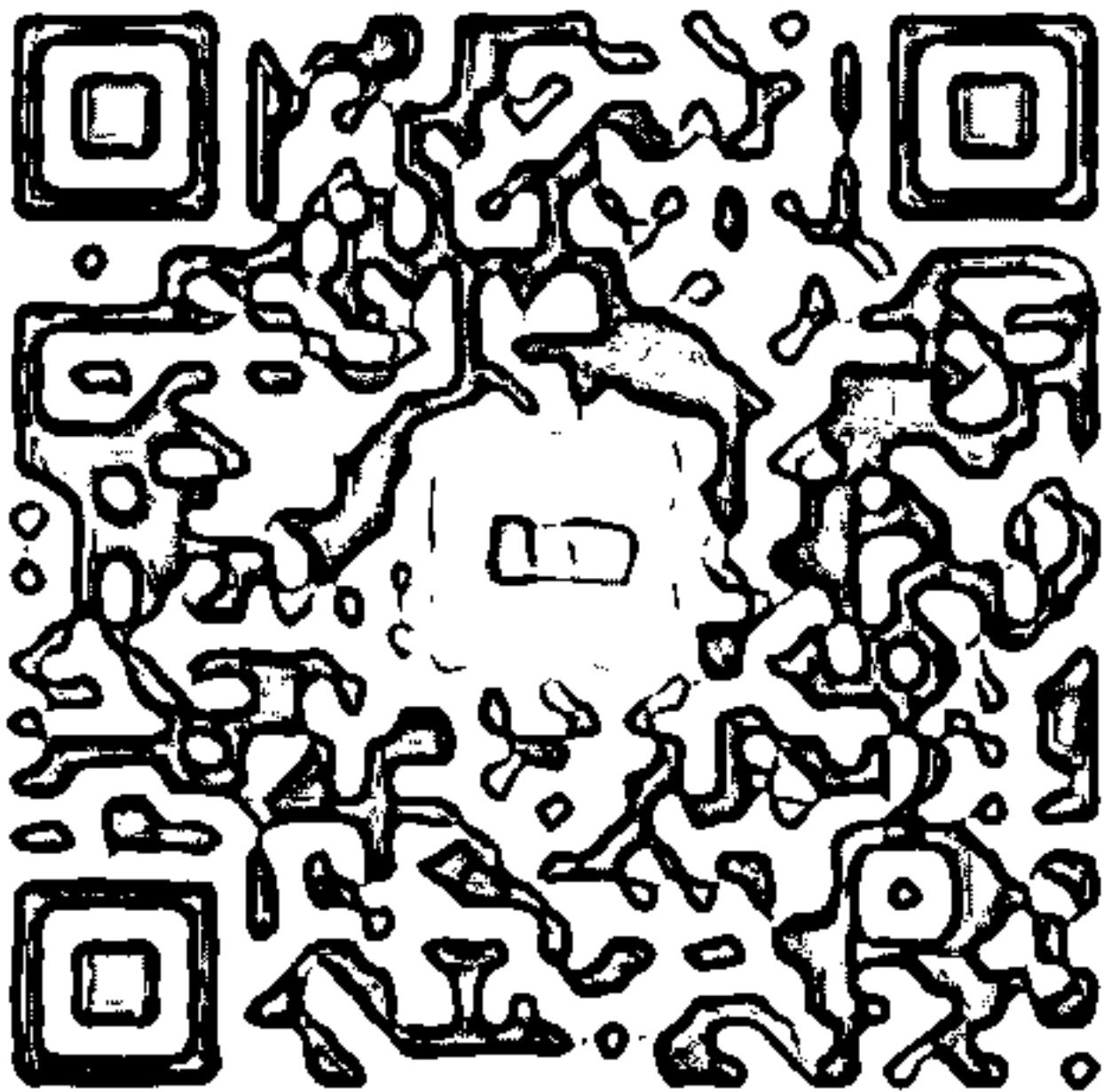








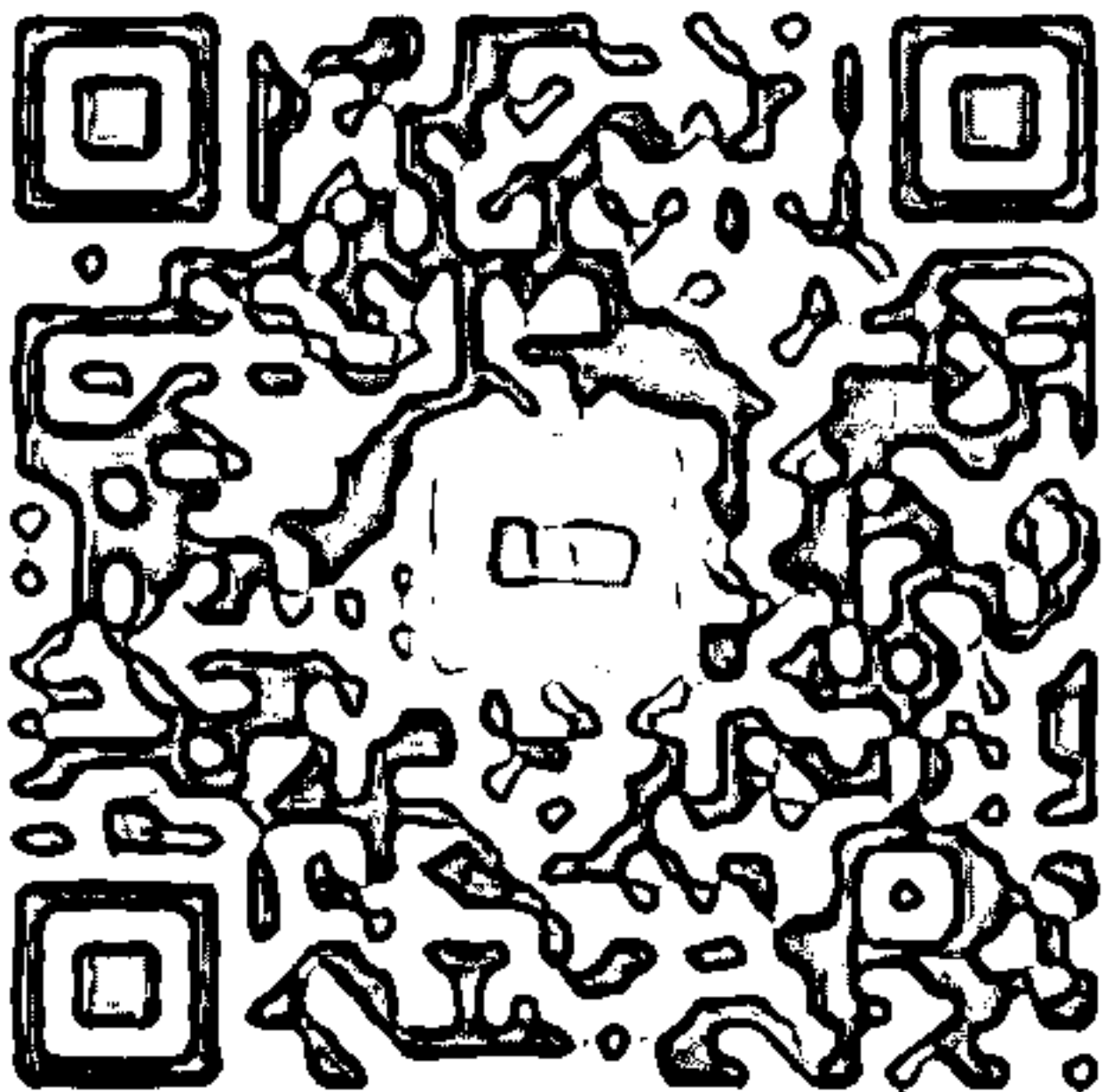






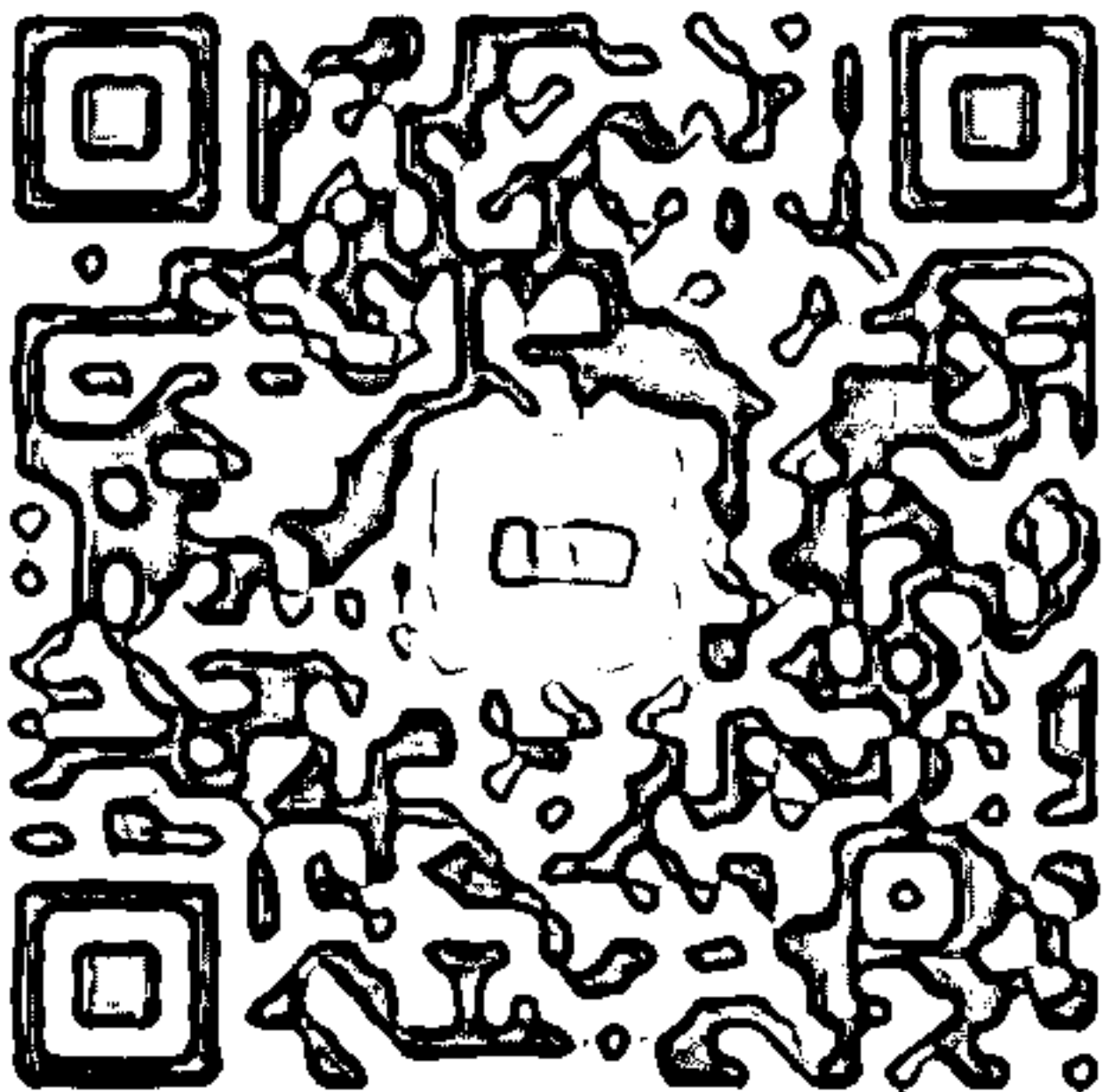








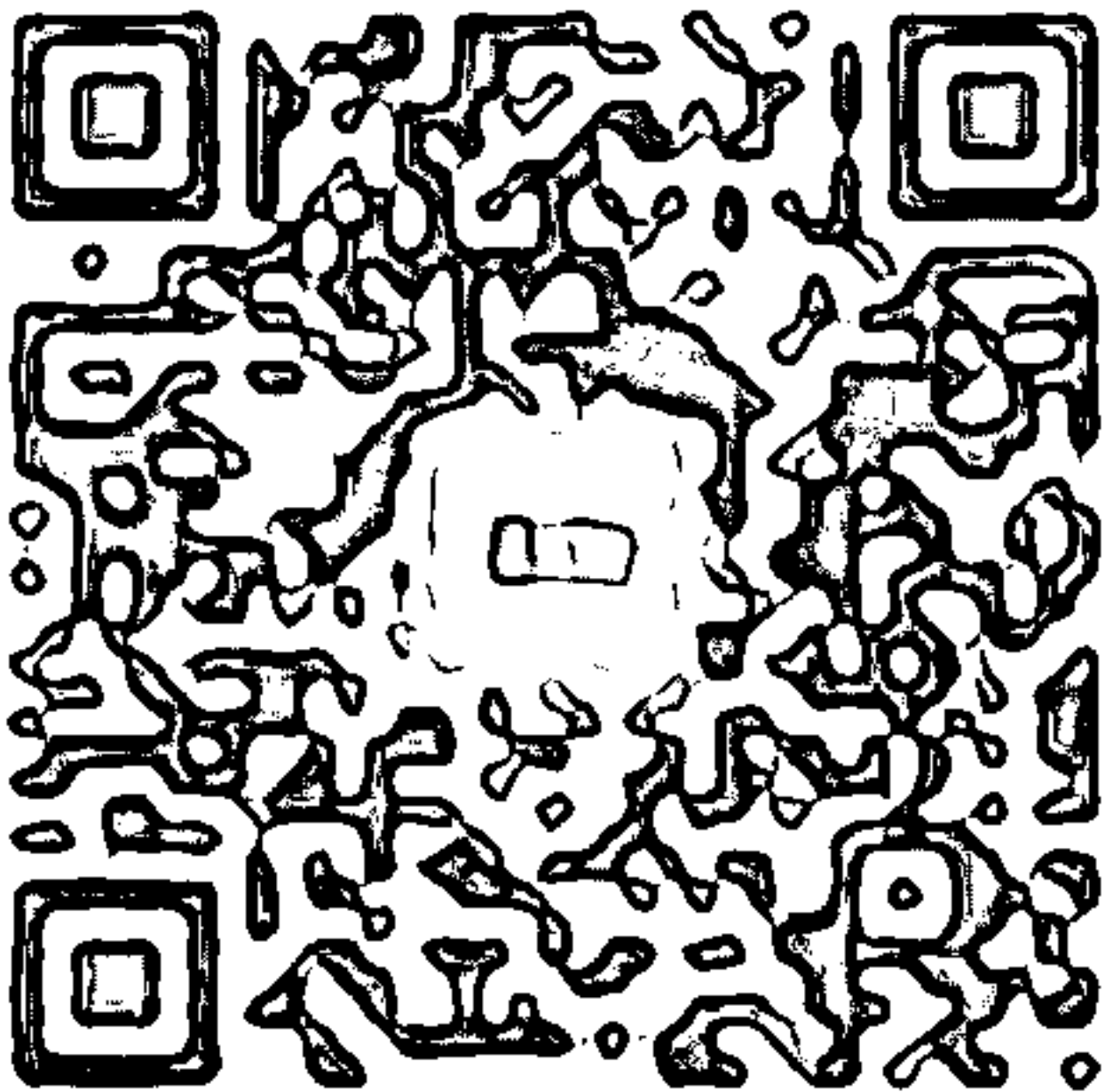














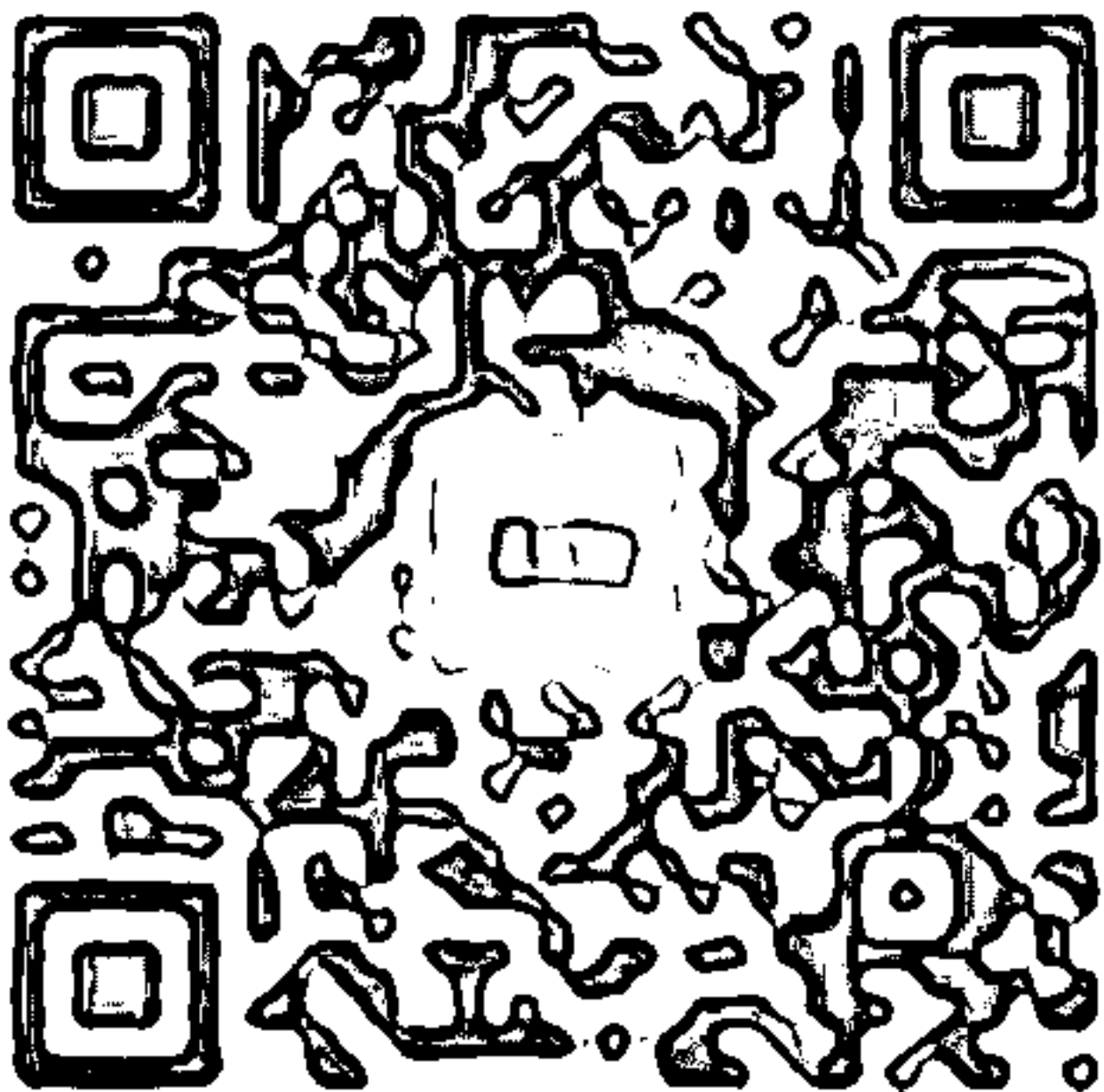


孔

備

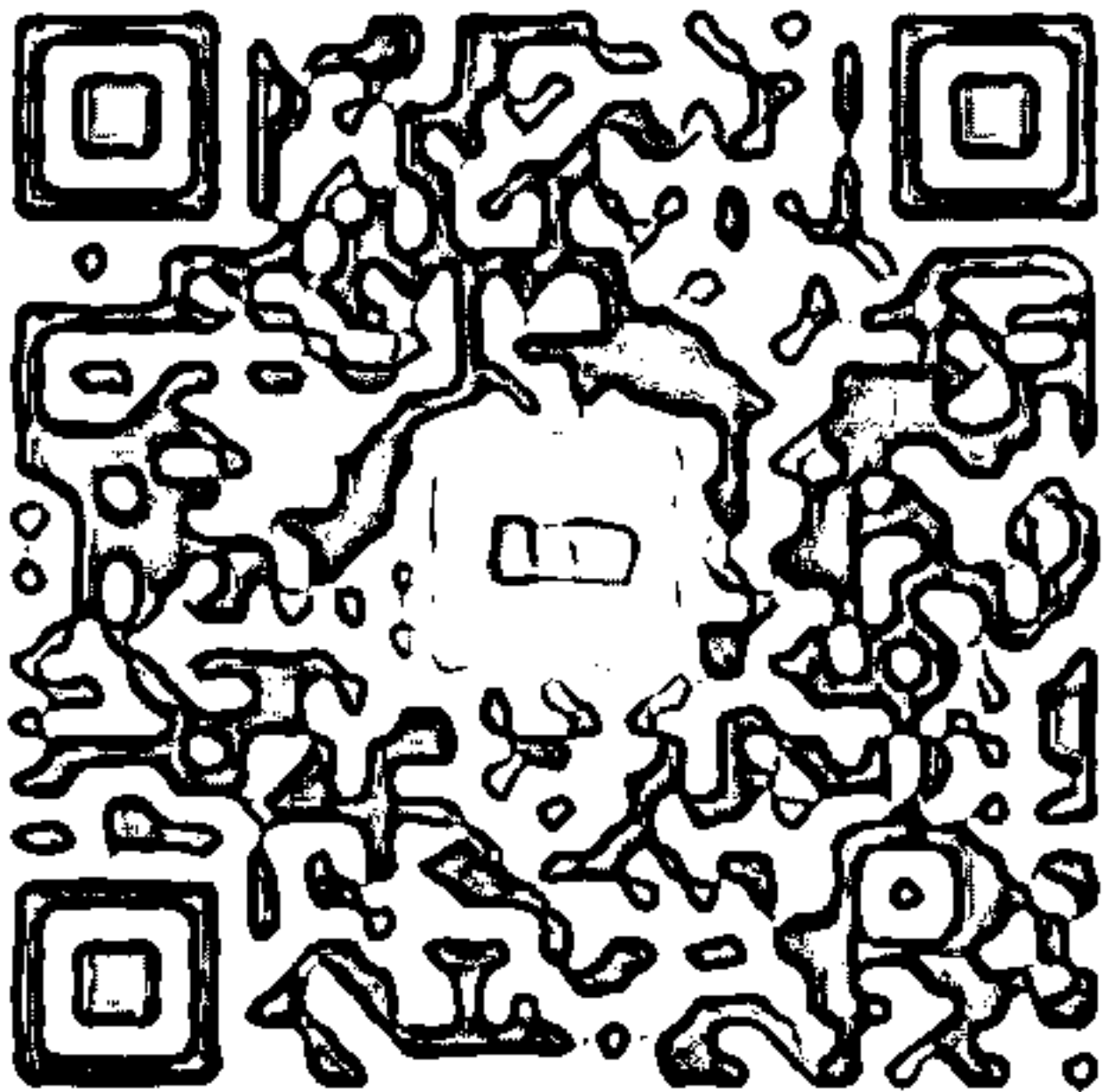
備

人





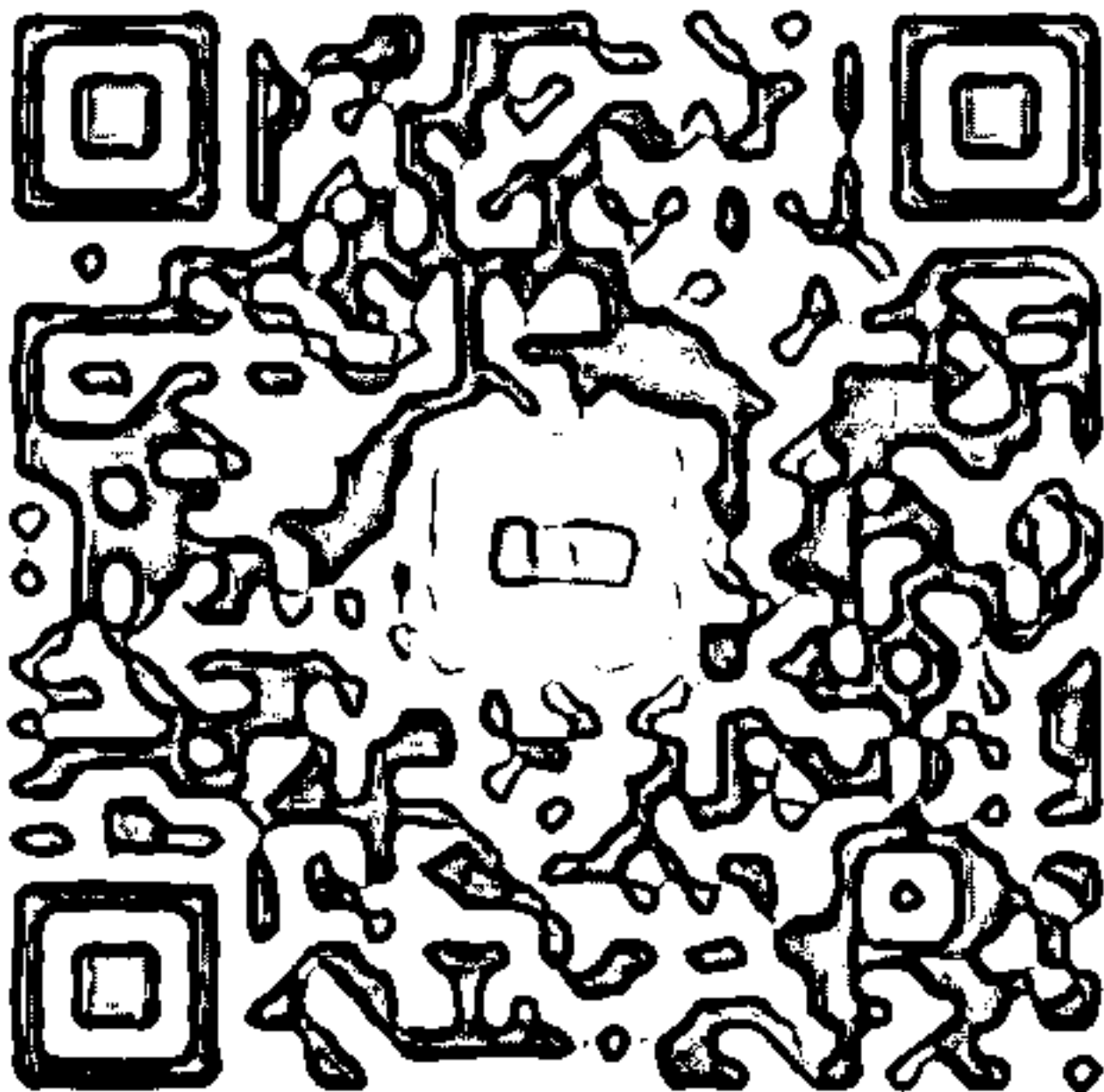














0

0

0

1

0

0

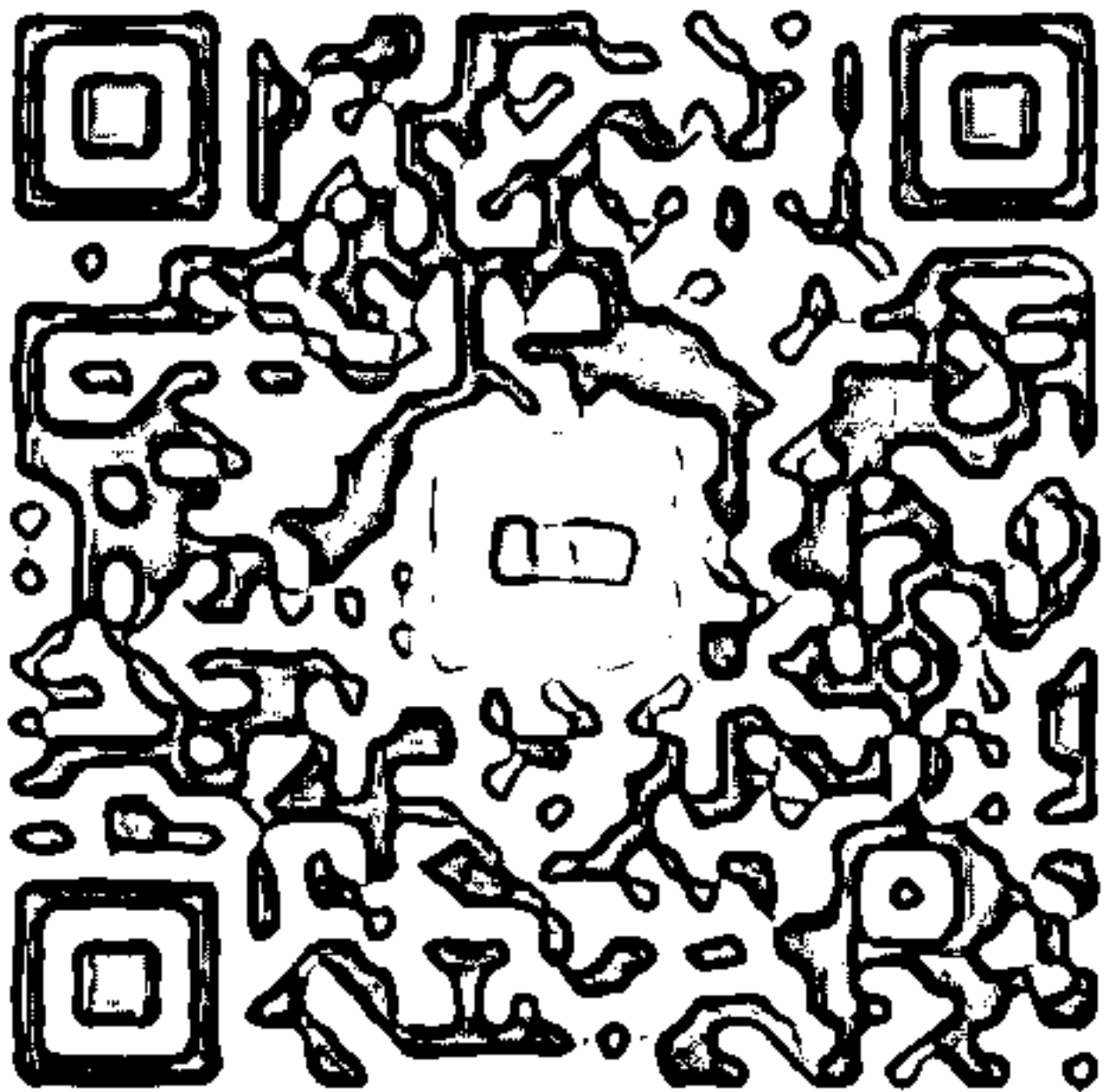
0

0

0

0

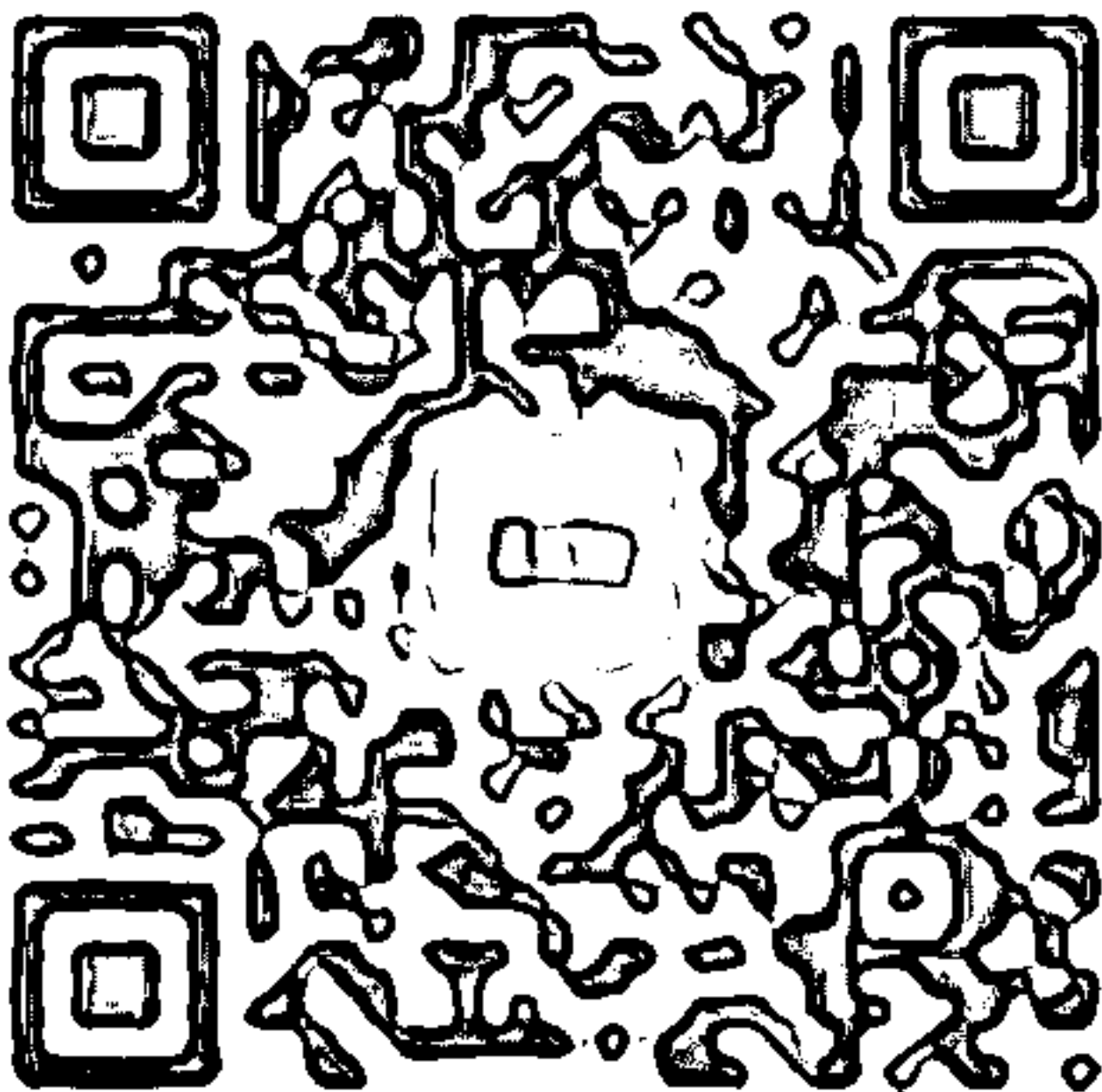
0





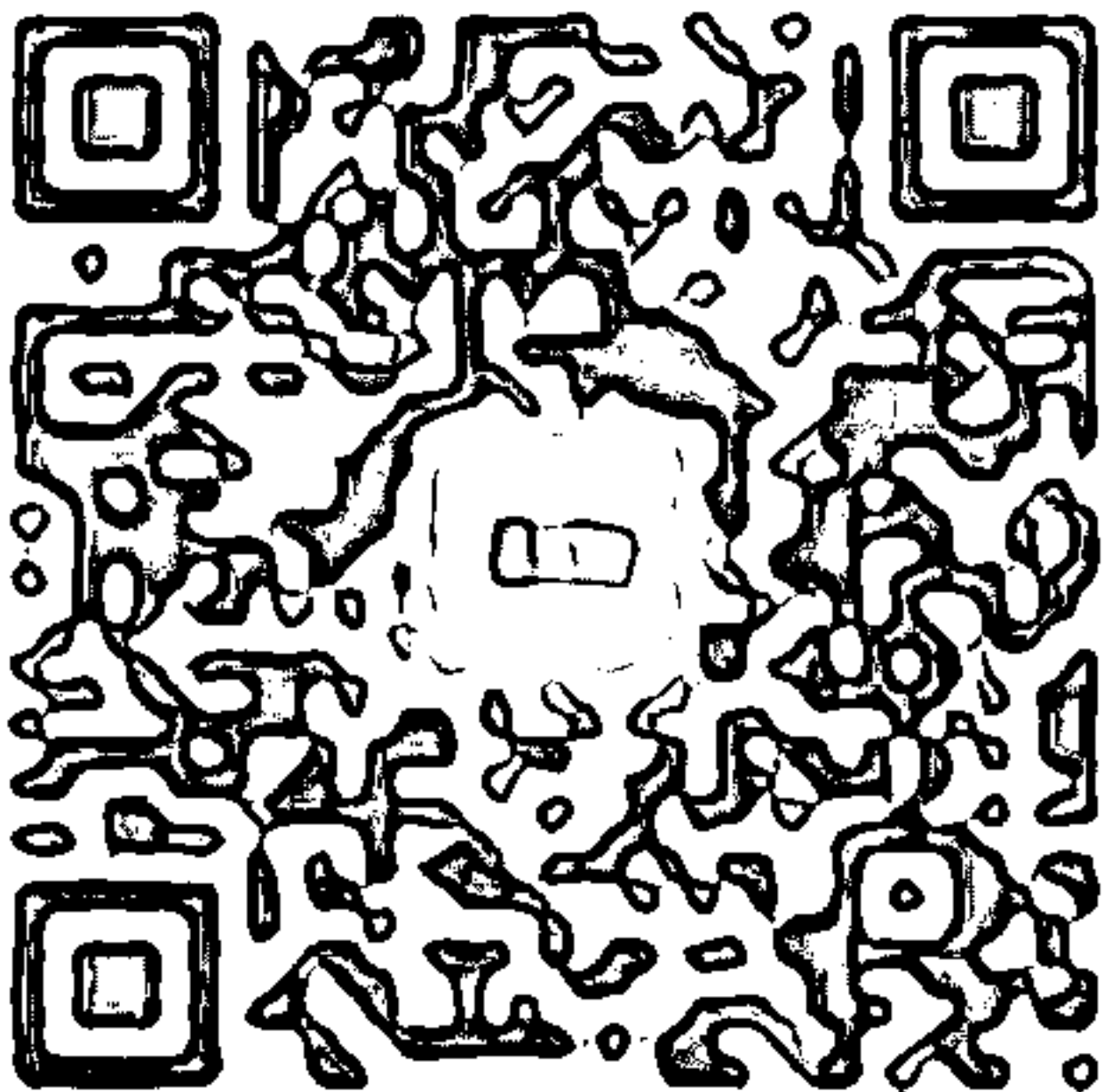






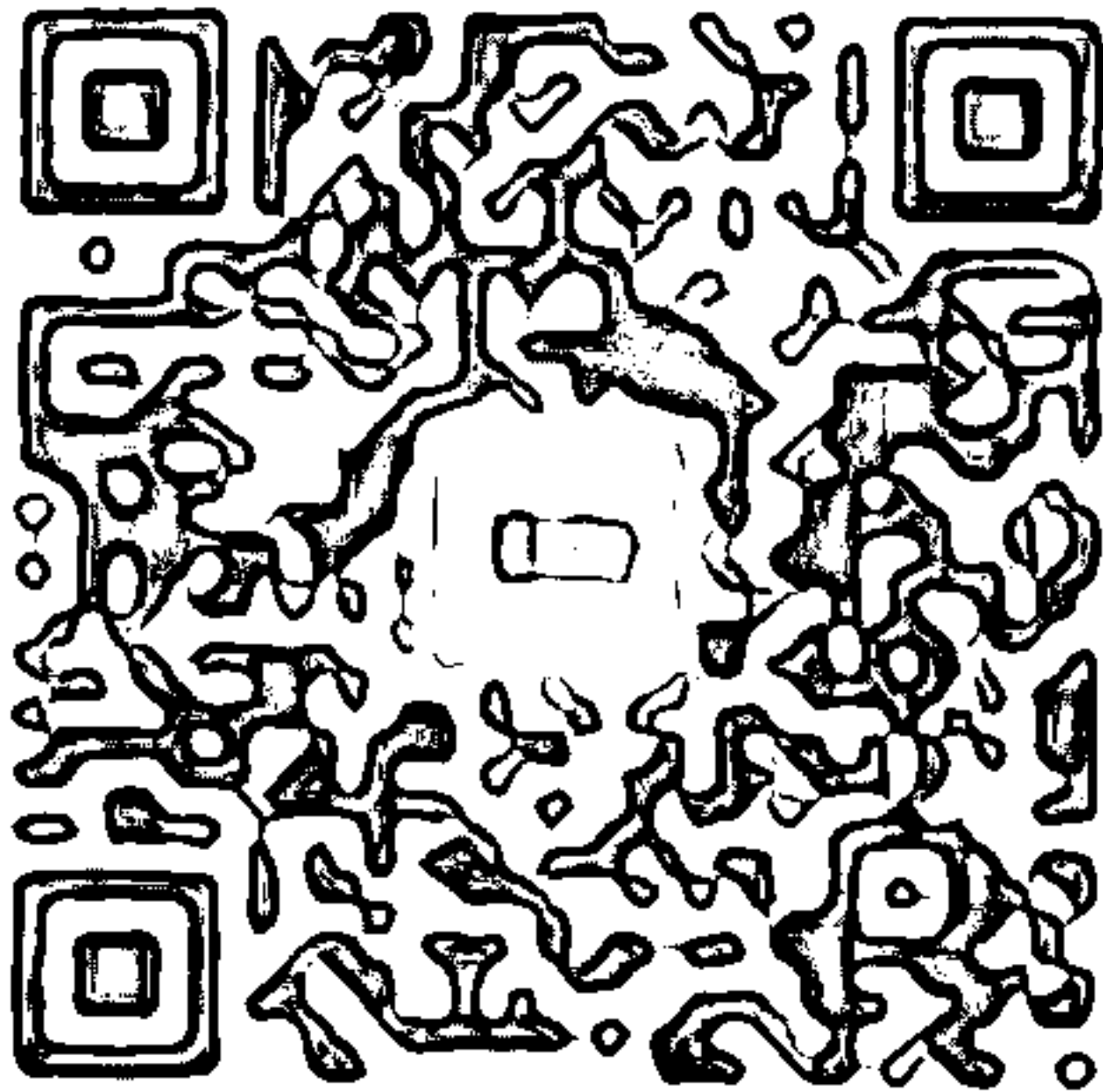














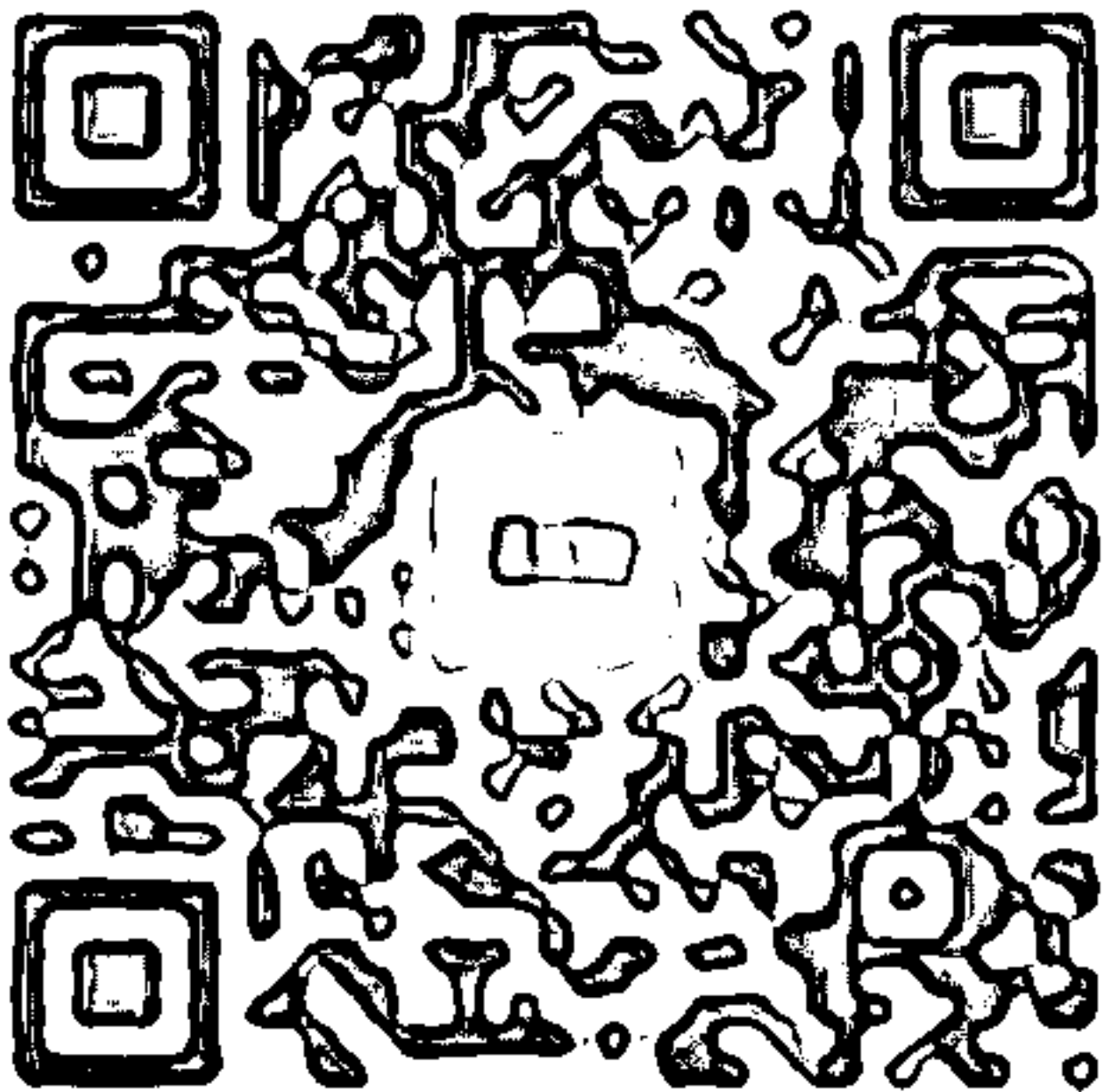




正統

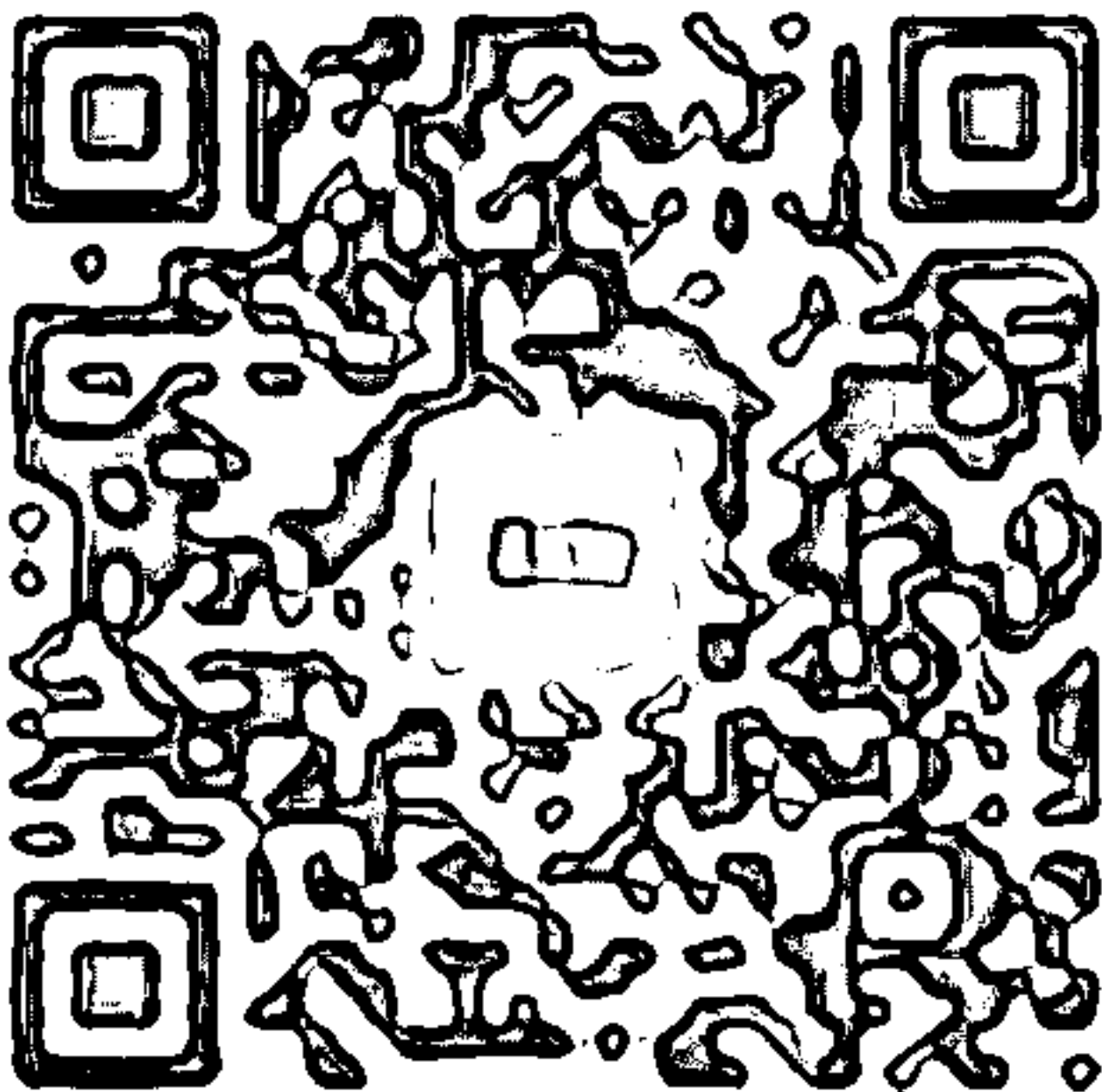
元年

四月





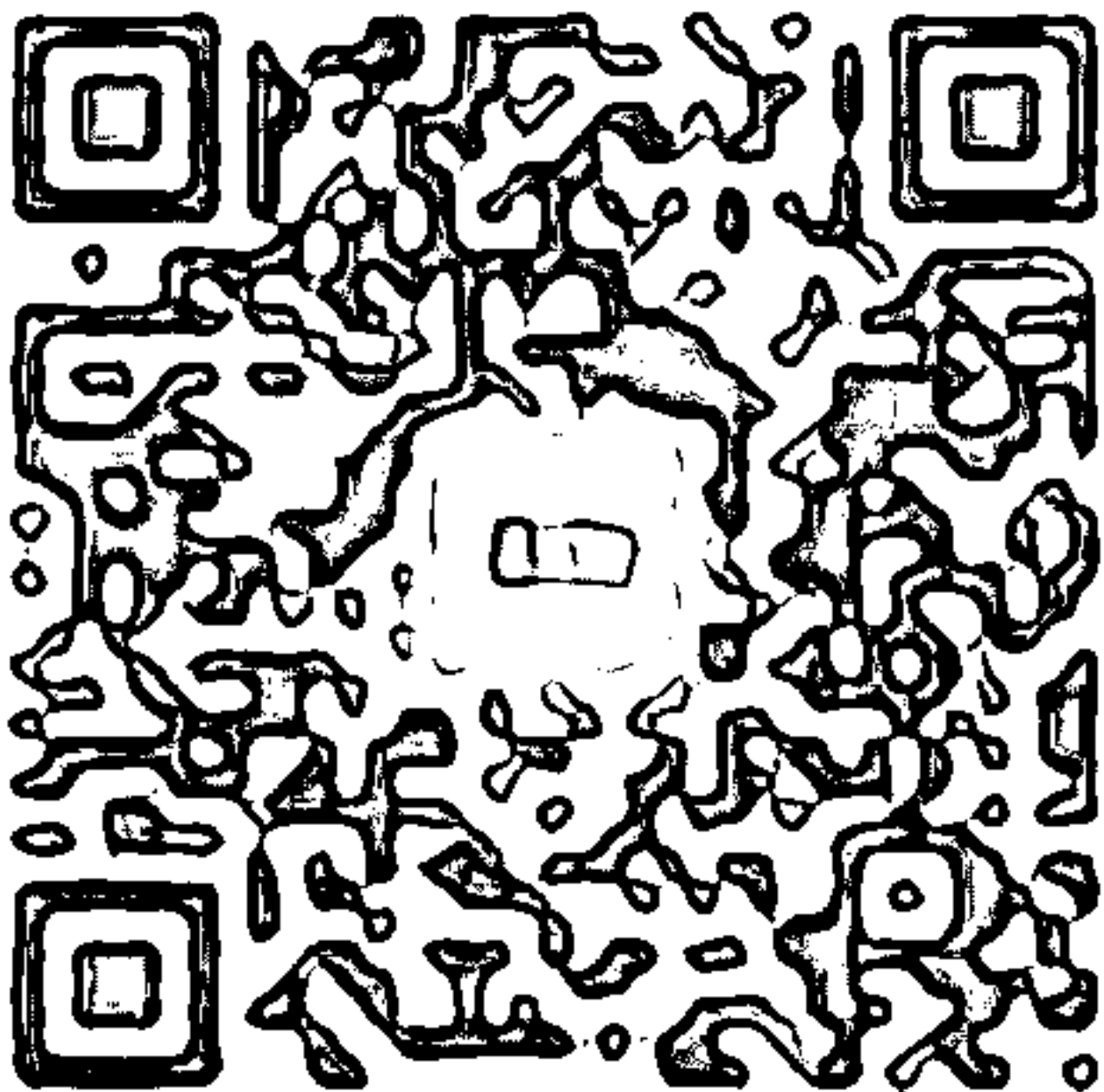














9

12

6.

3

.

•

1

•

4

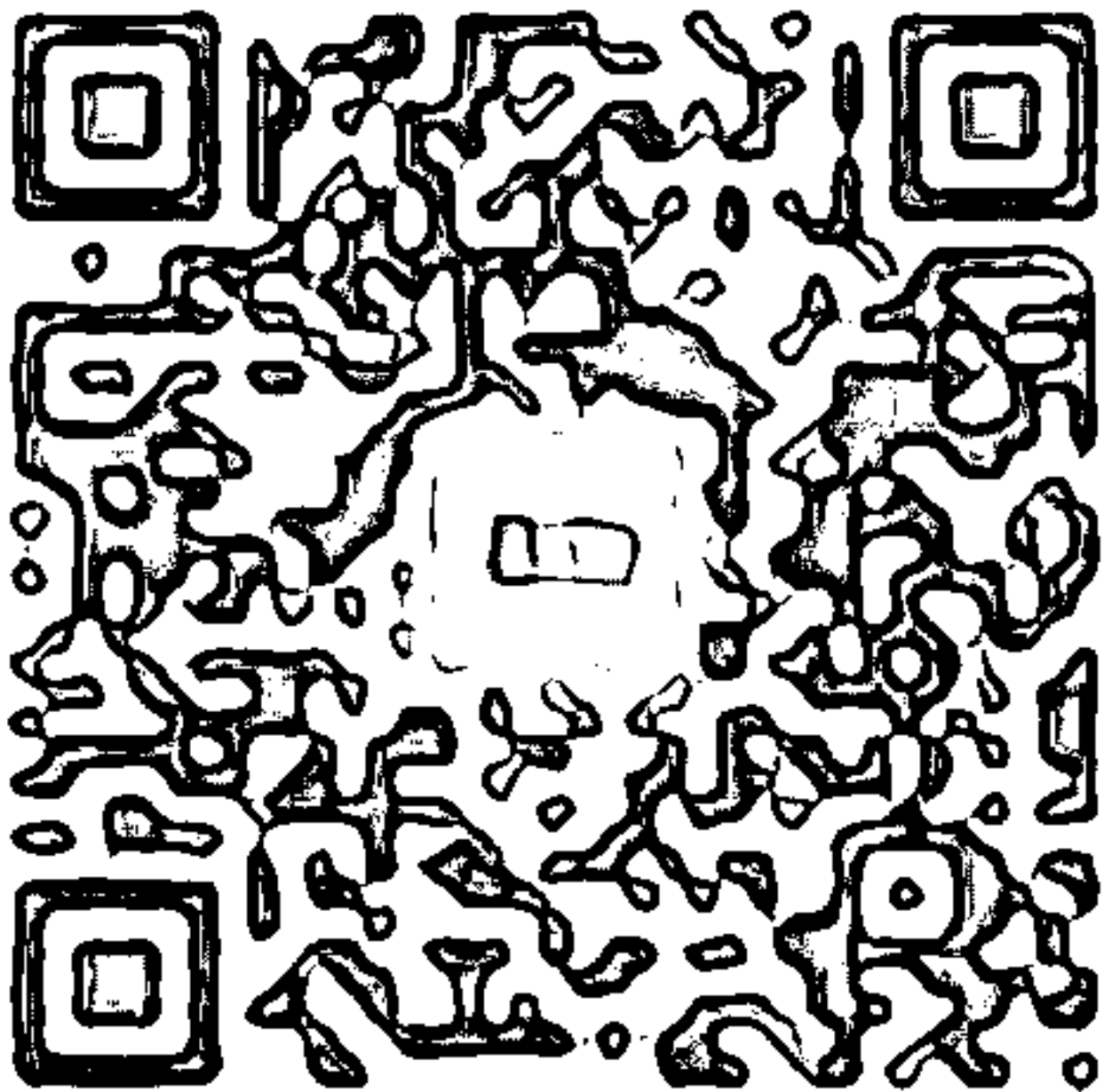
0

•

•

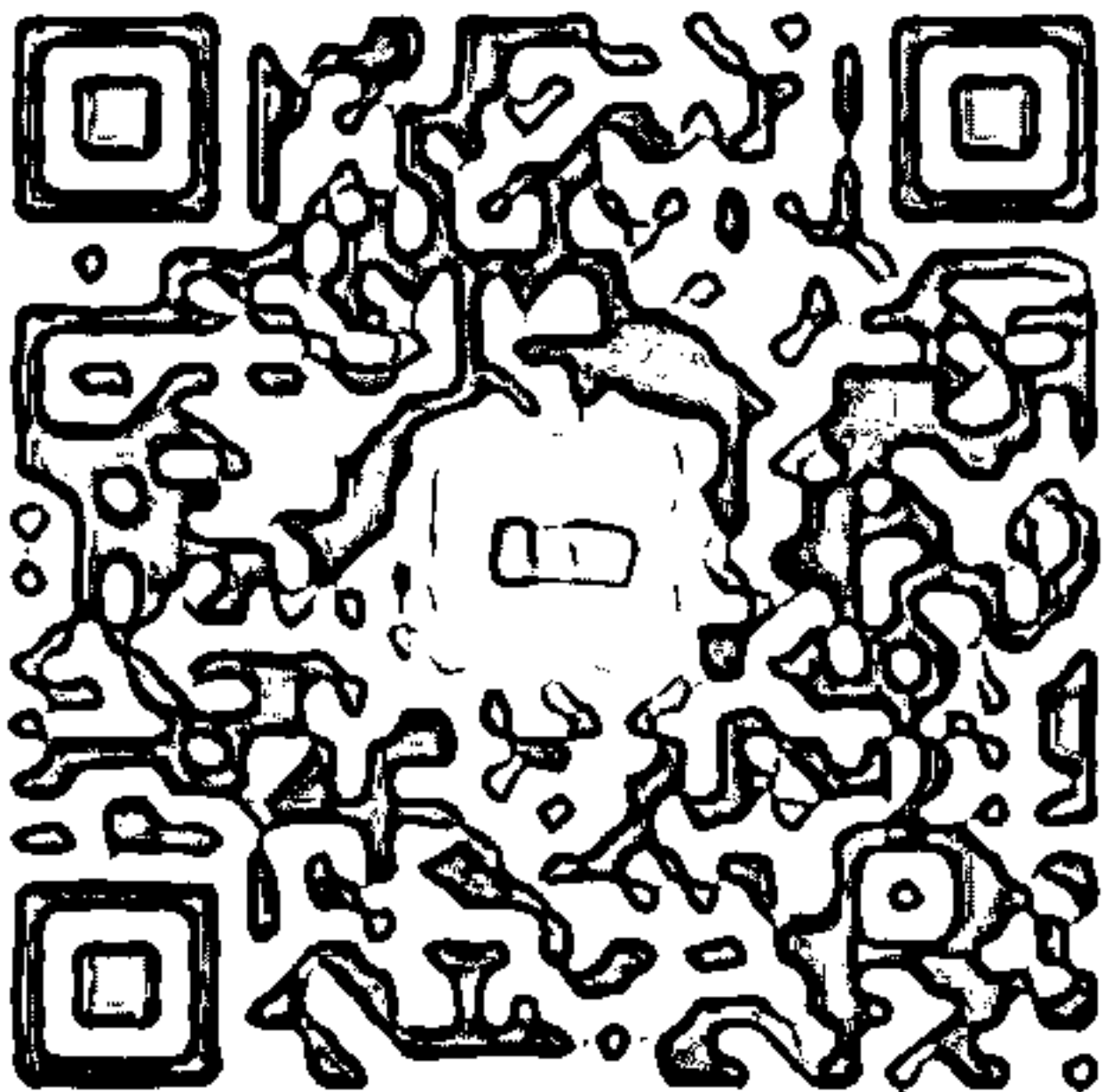
•

9











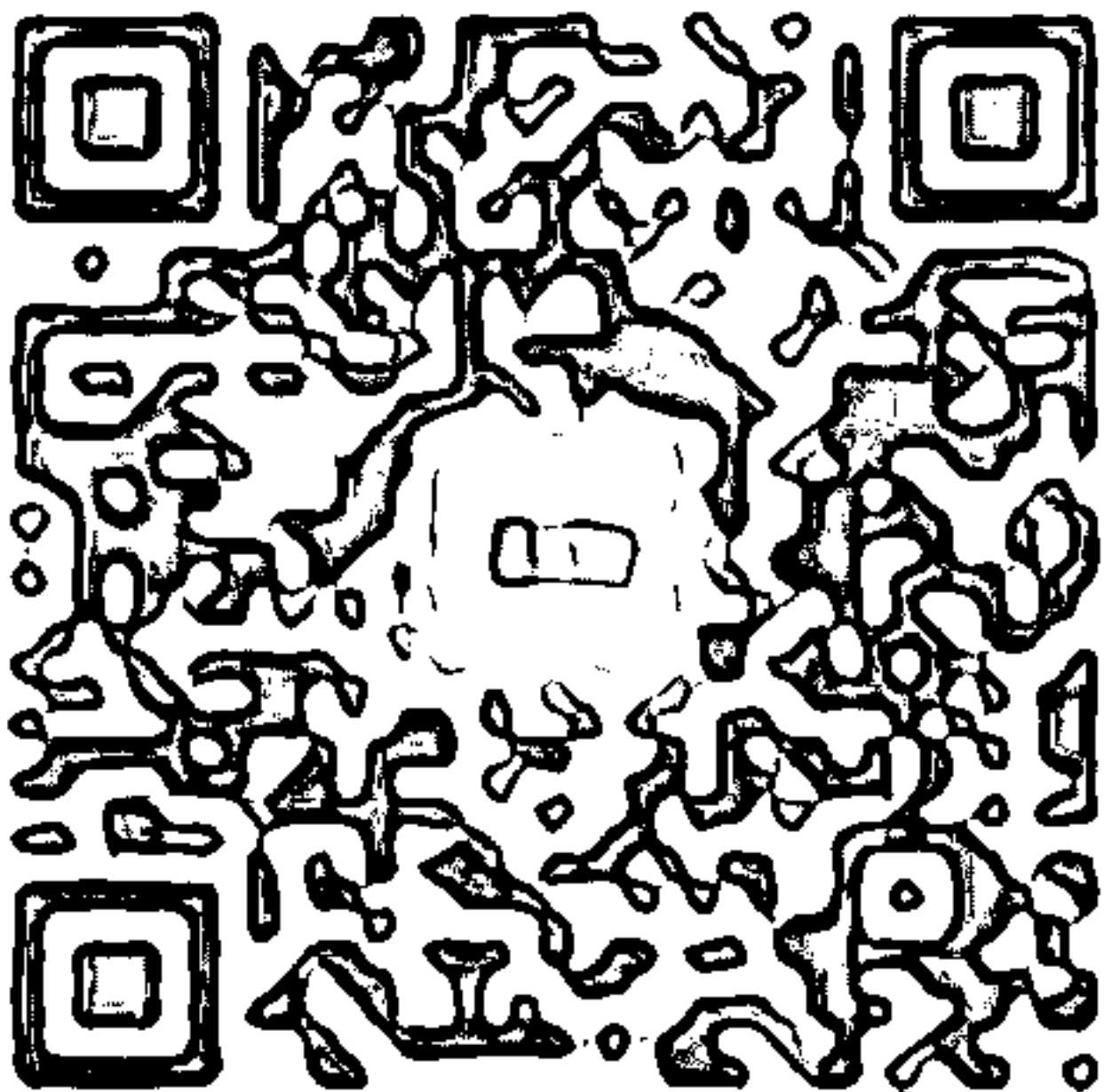




固

執

興





9

1

2

(1)

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

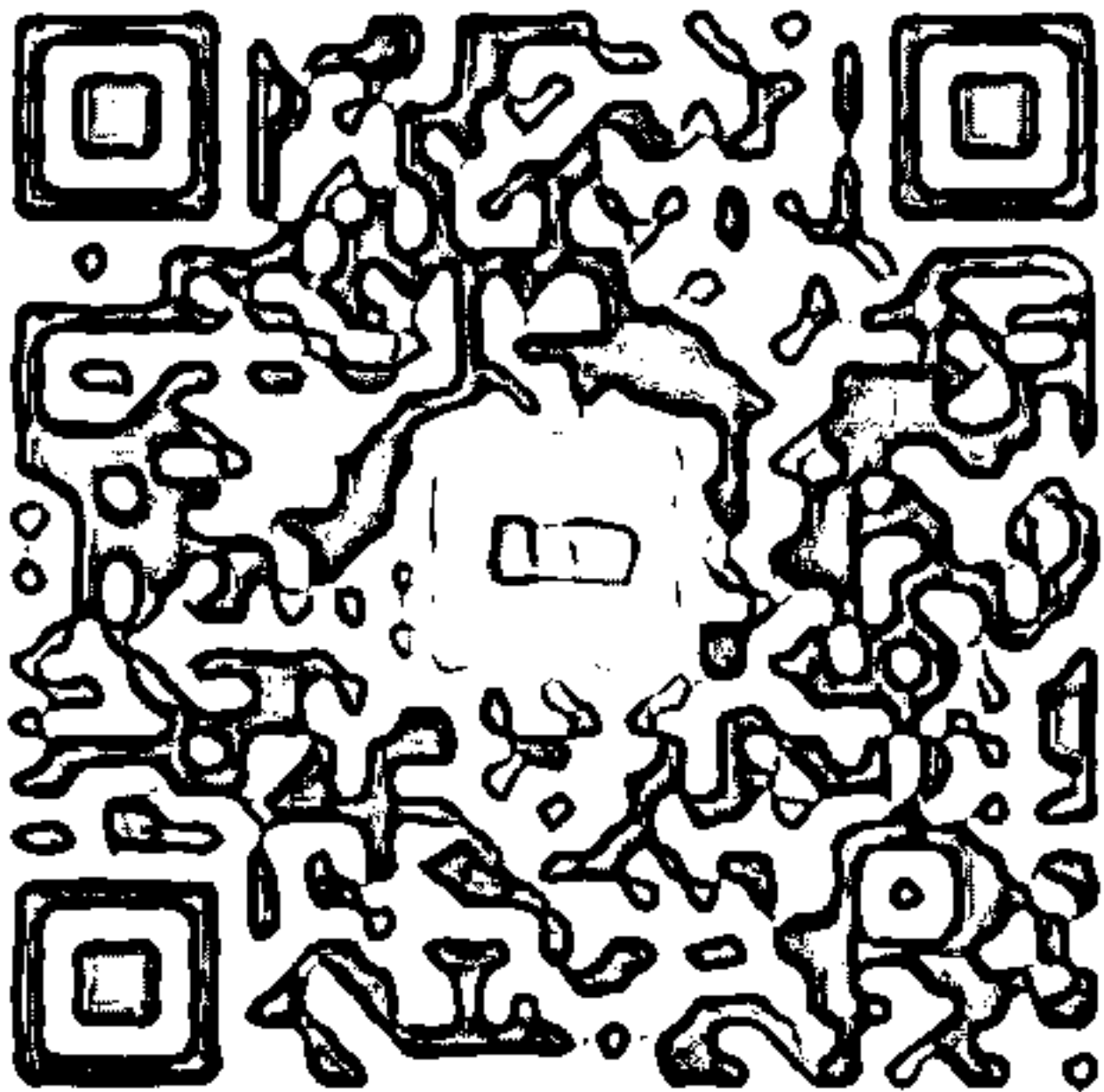
21

22

23

24

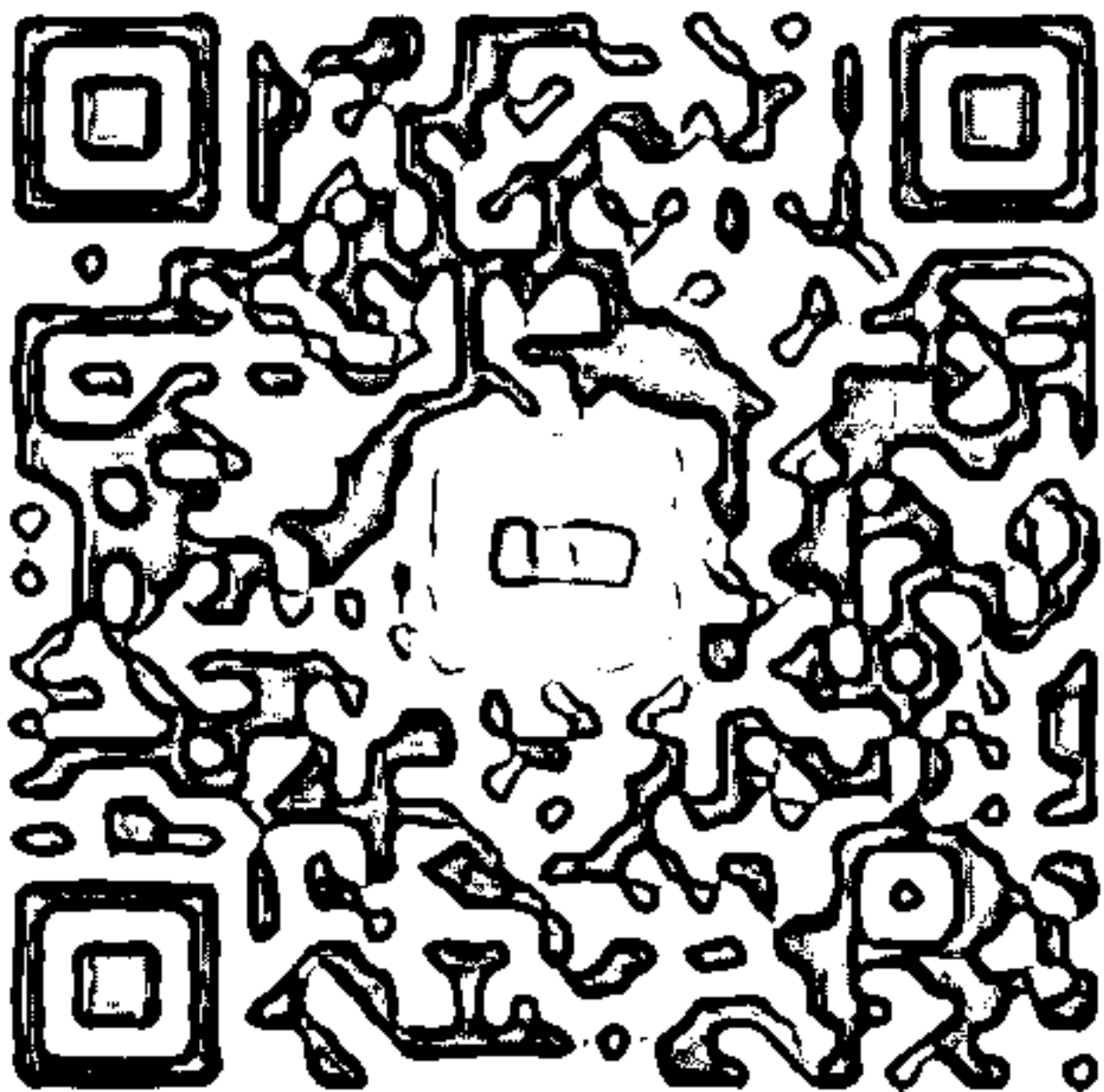
25





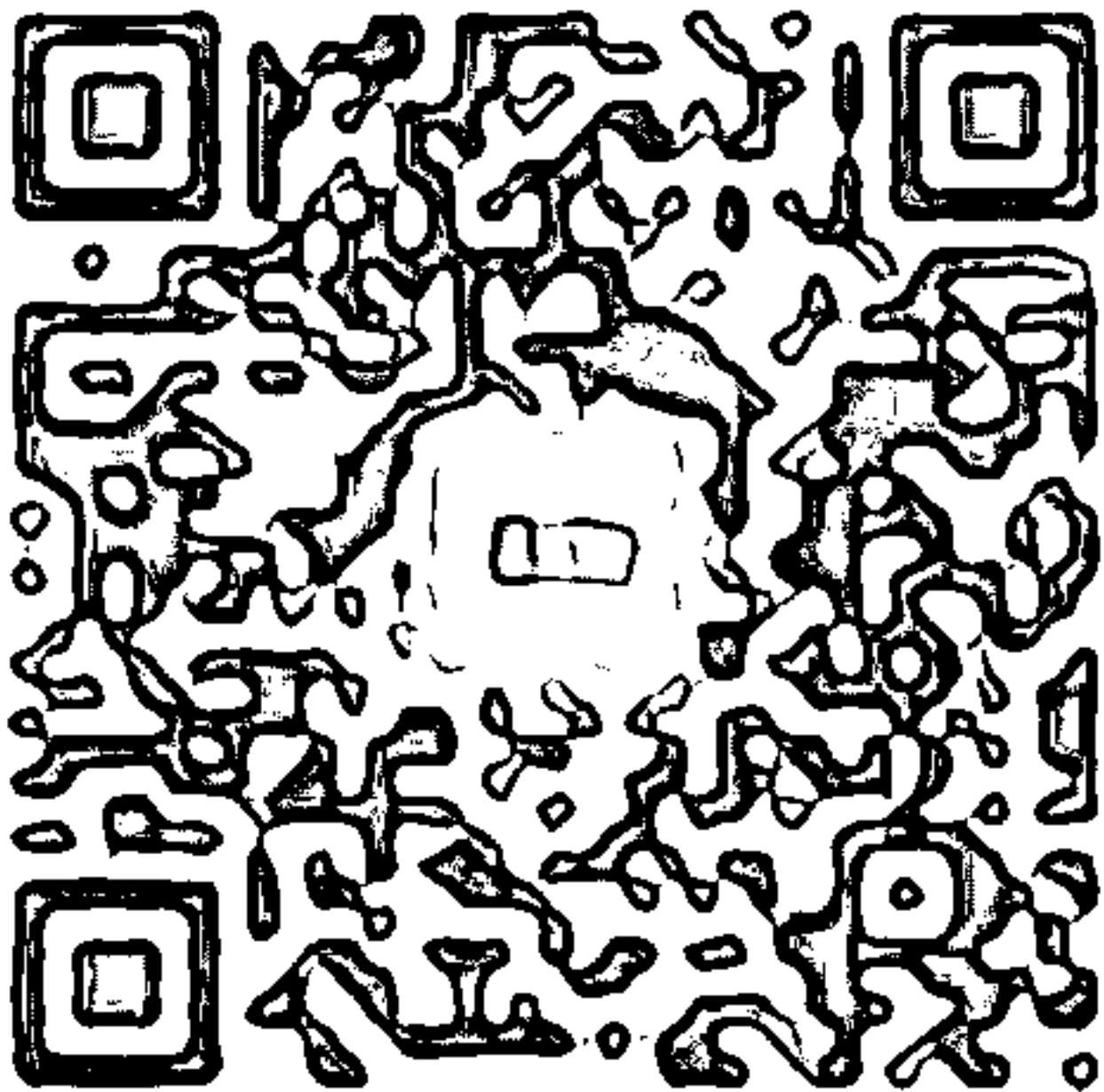






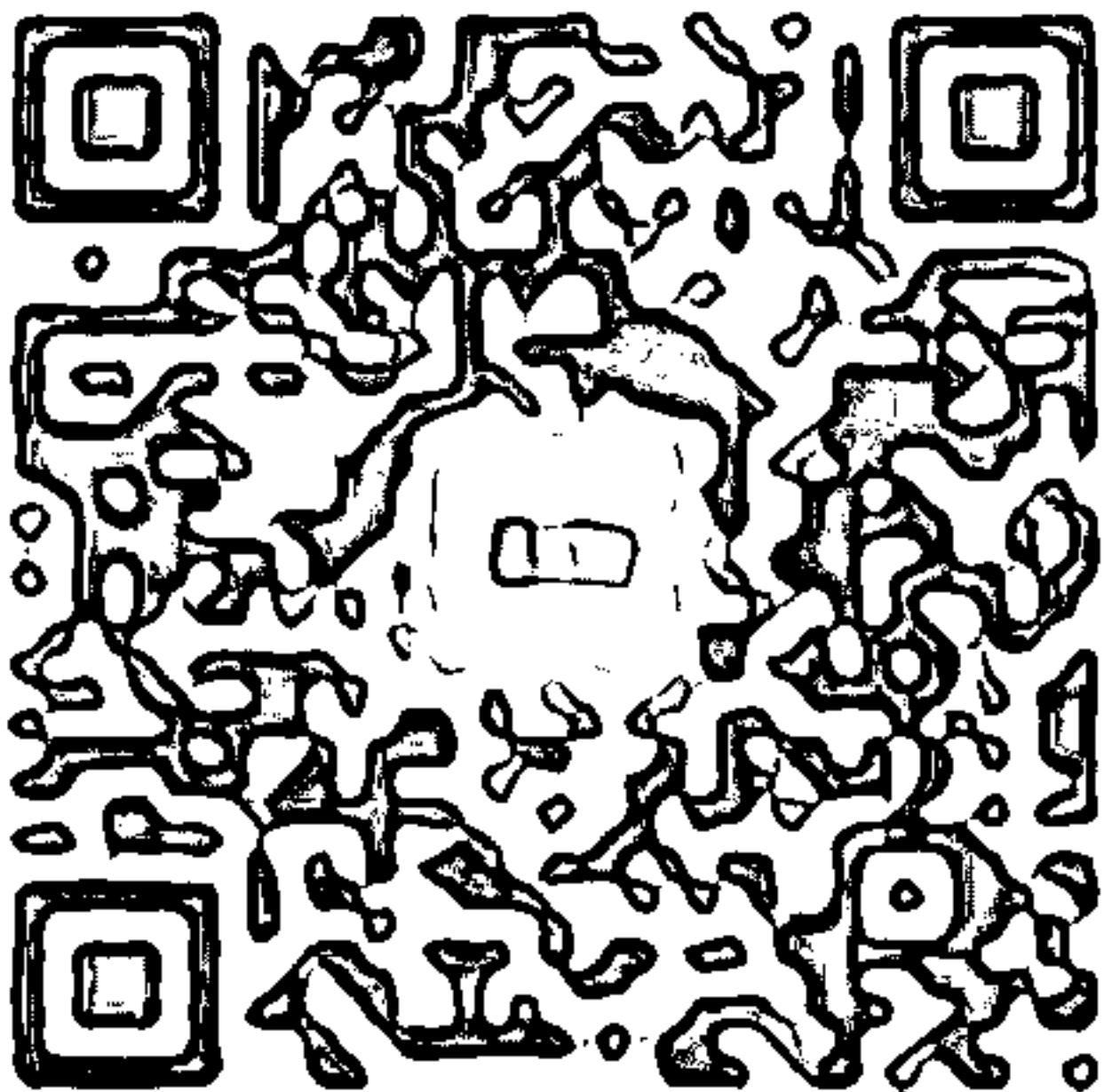
















1. 2. 3. 4.

5.

6.

7.

8.

9.

10.

11.

12.

13.

14.

15.

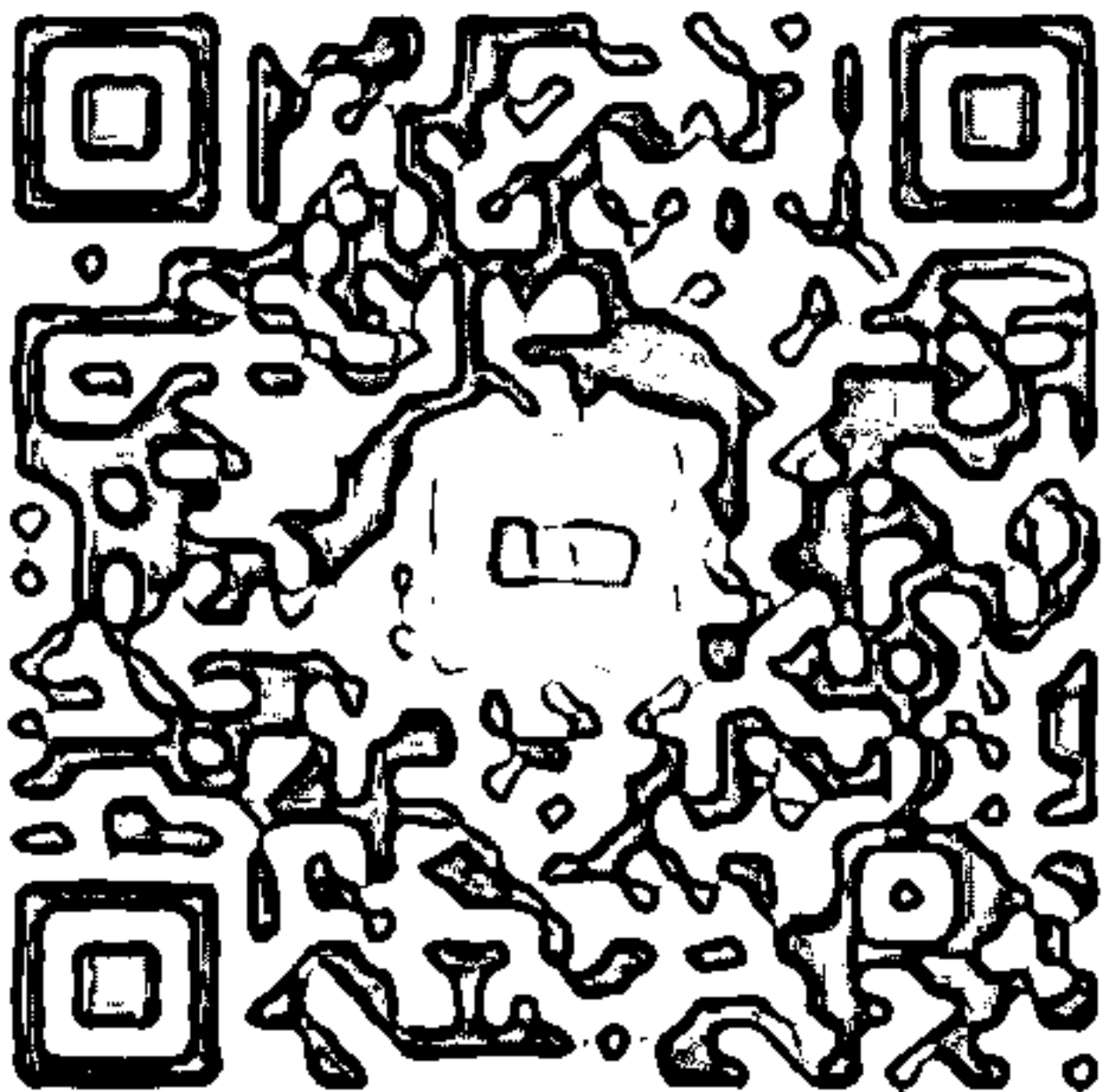
16.

17.

18.

19.

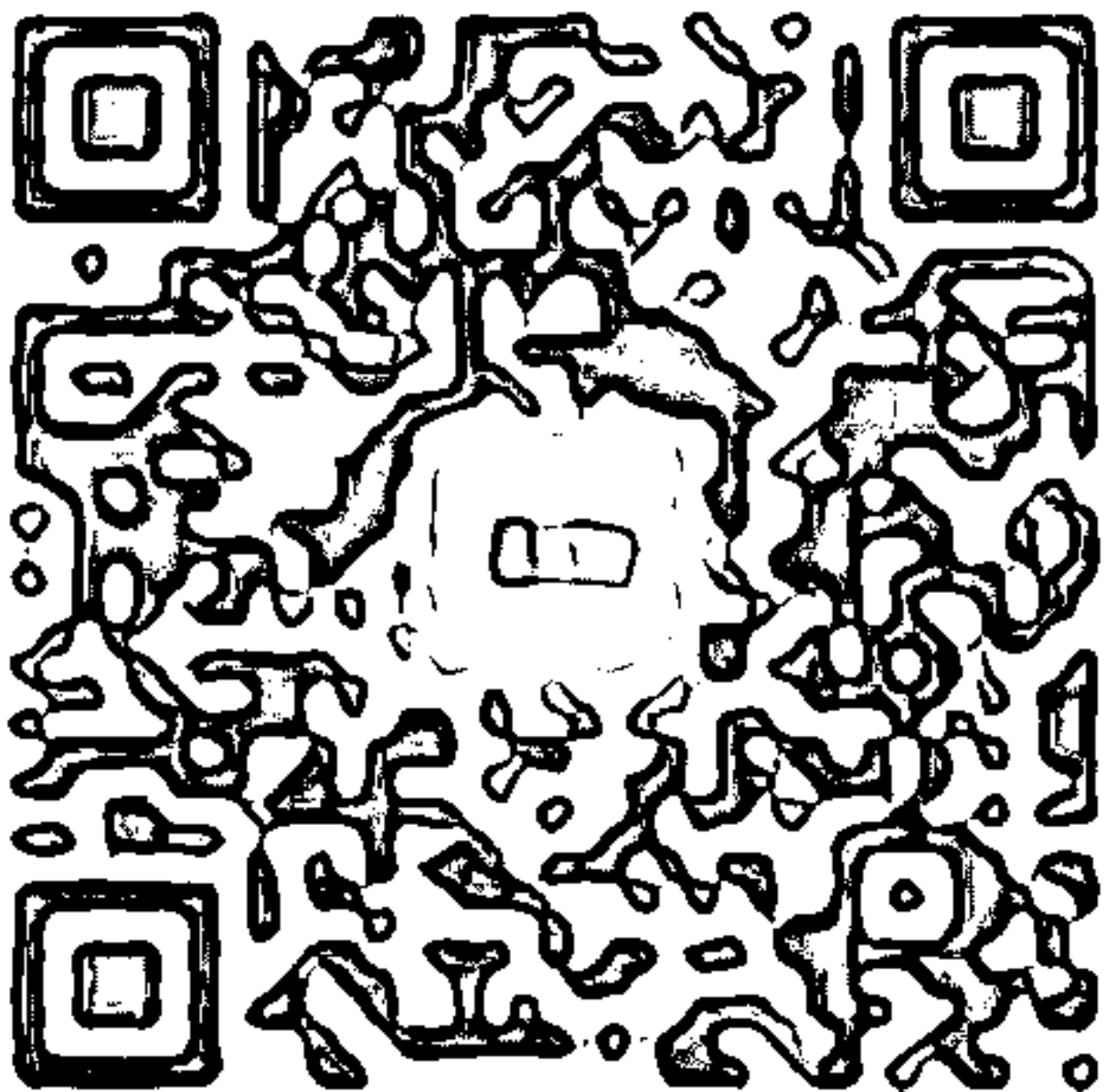
20.







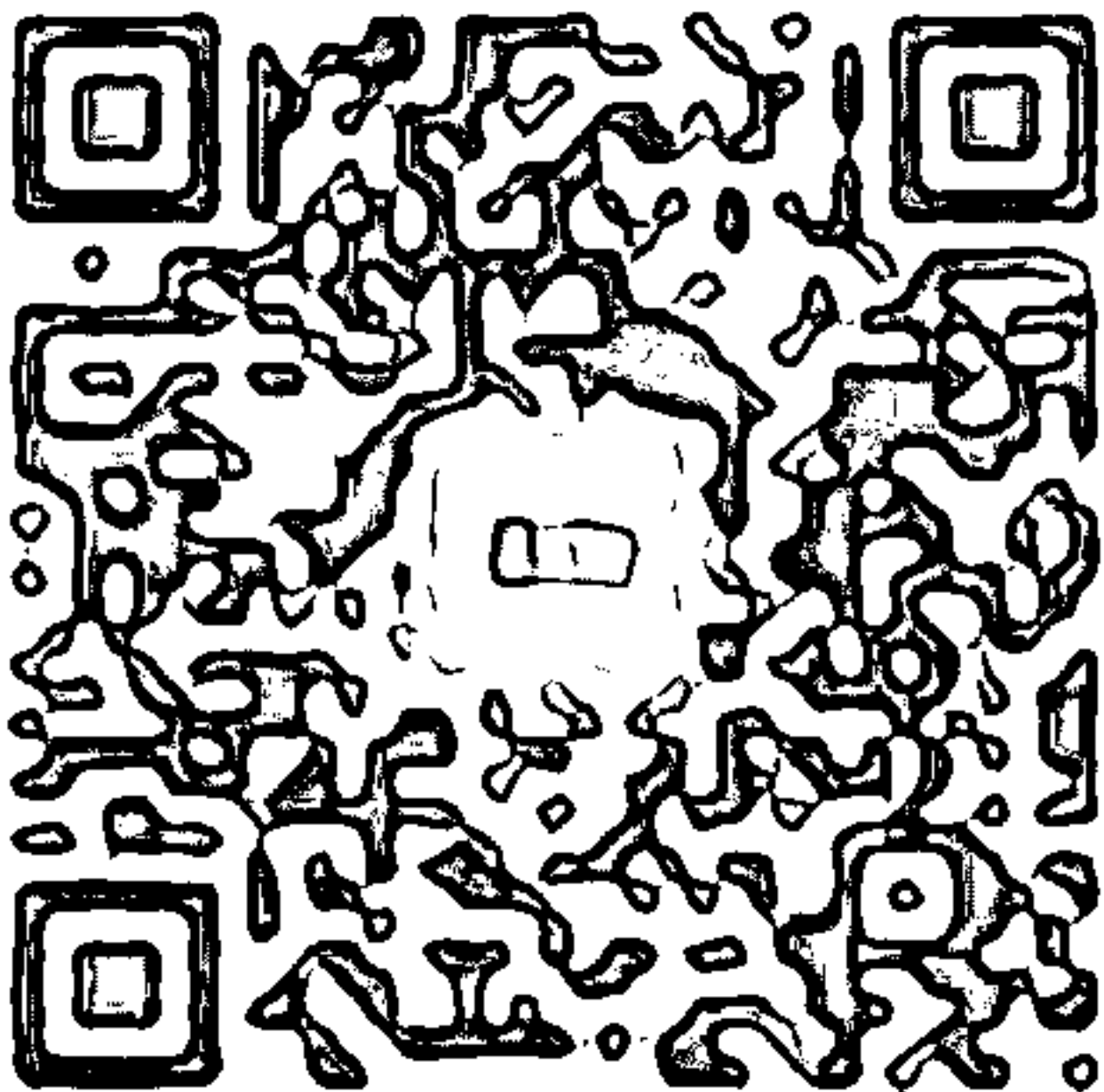
無  
法  
縛  
通  
解  
男  
人





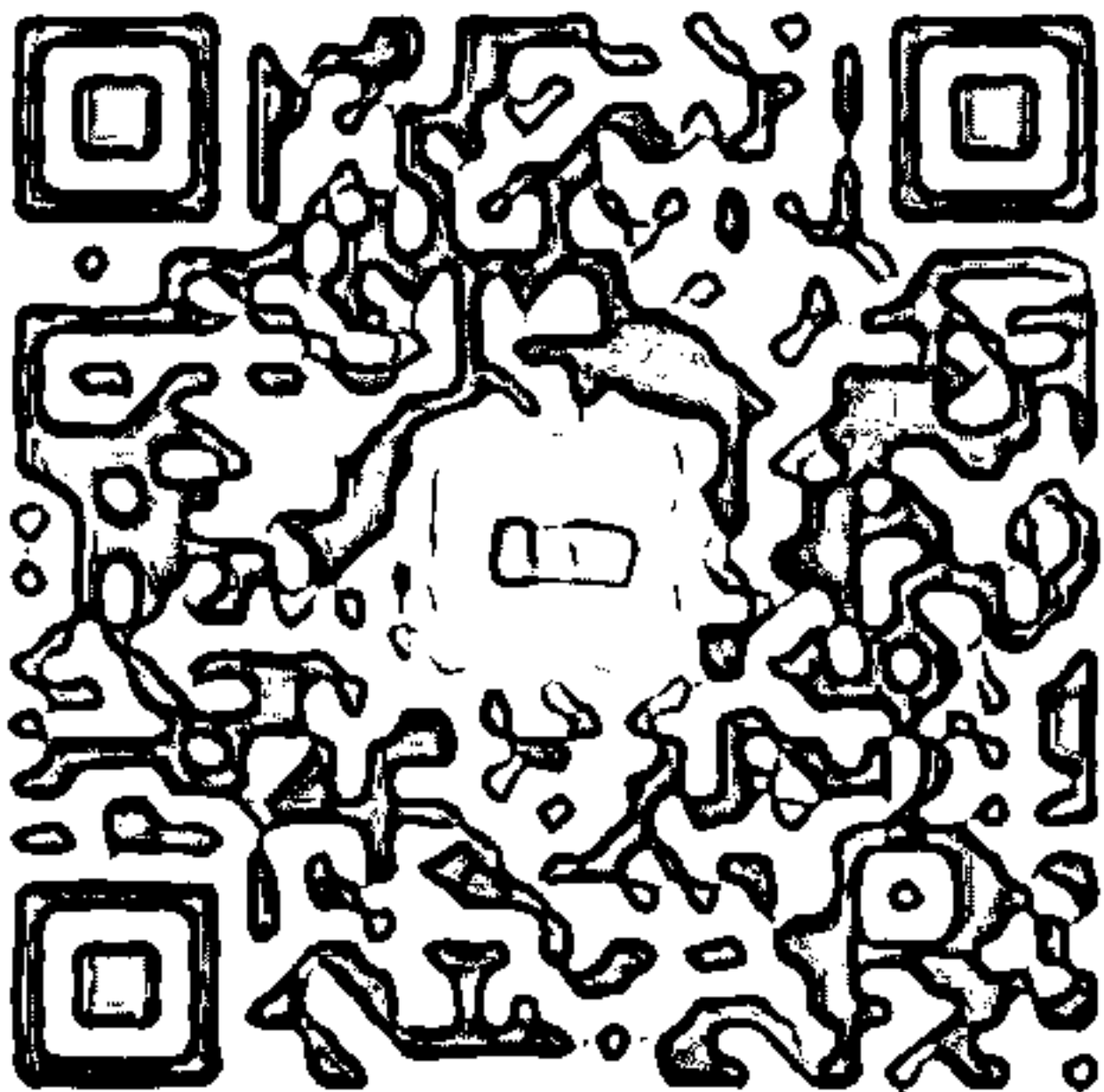






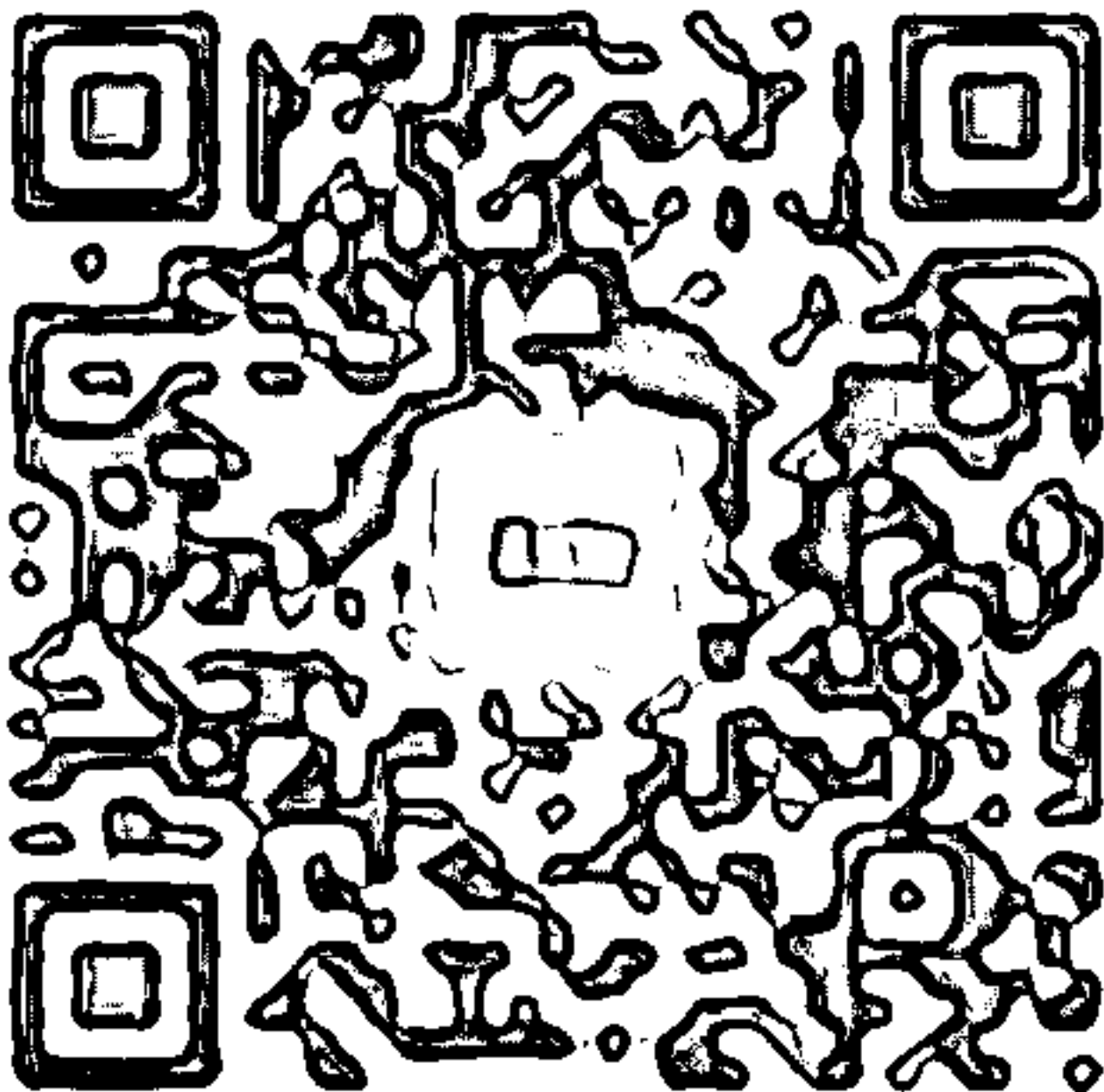








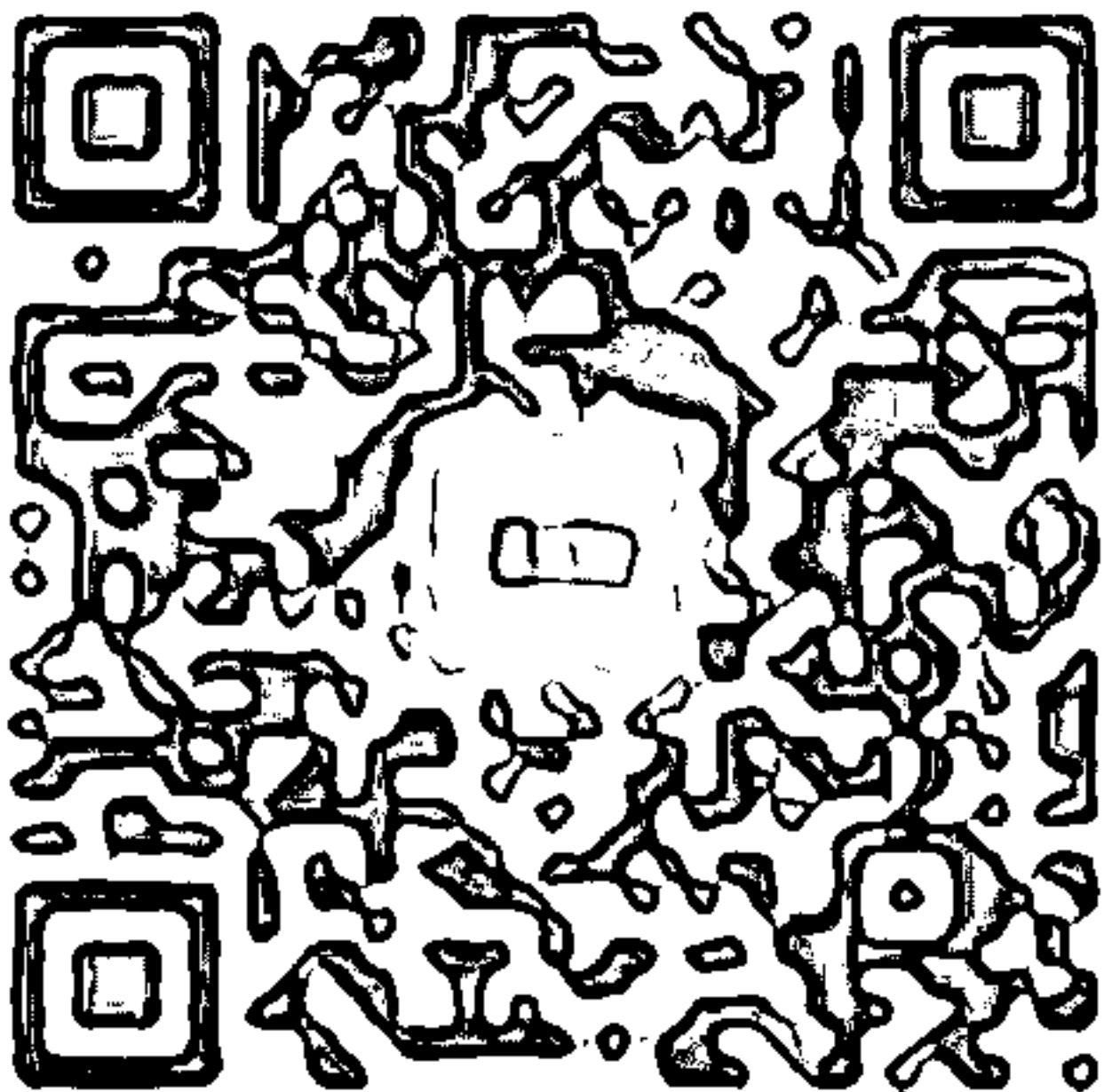








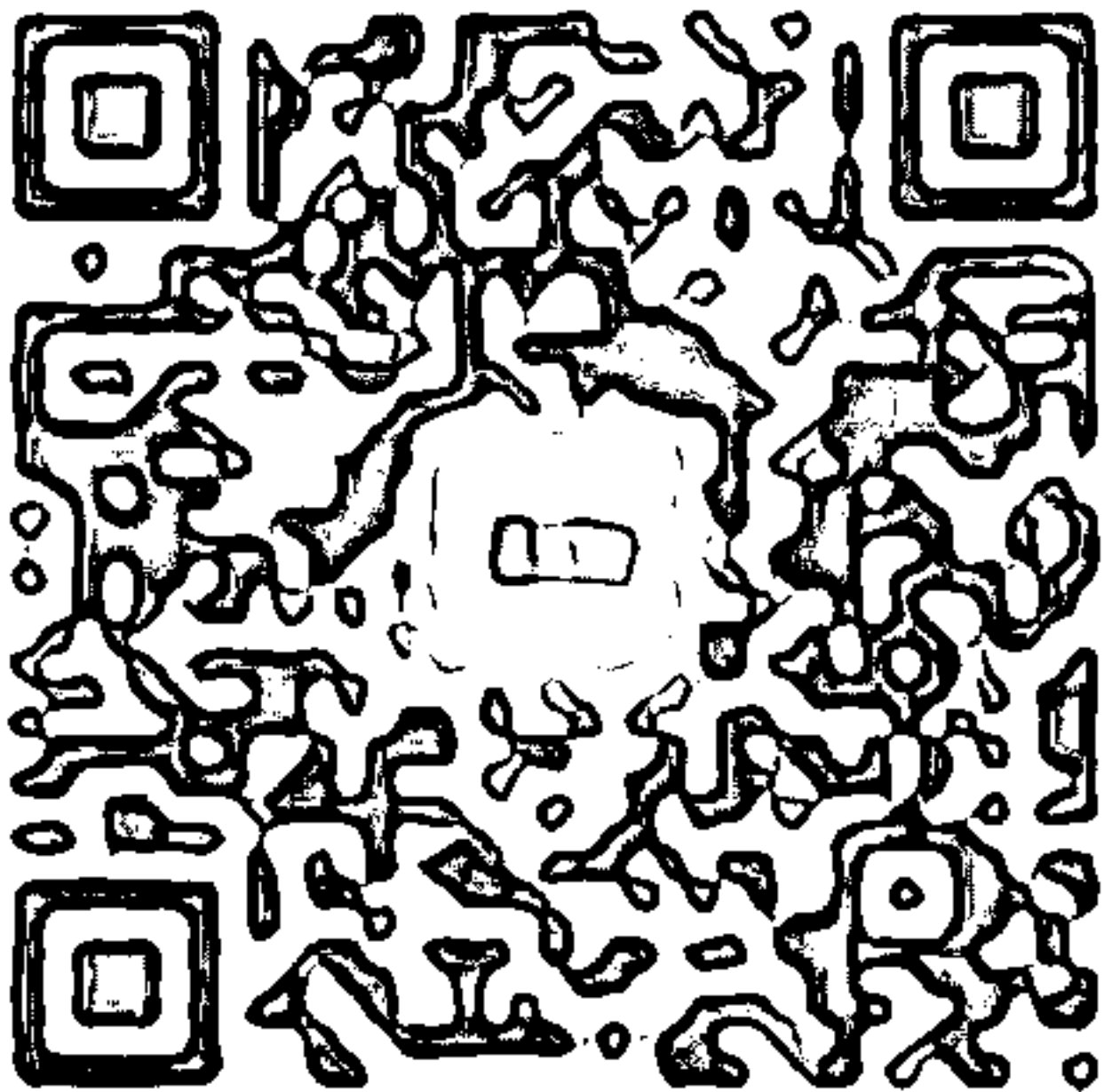








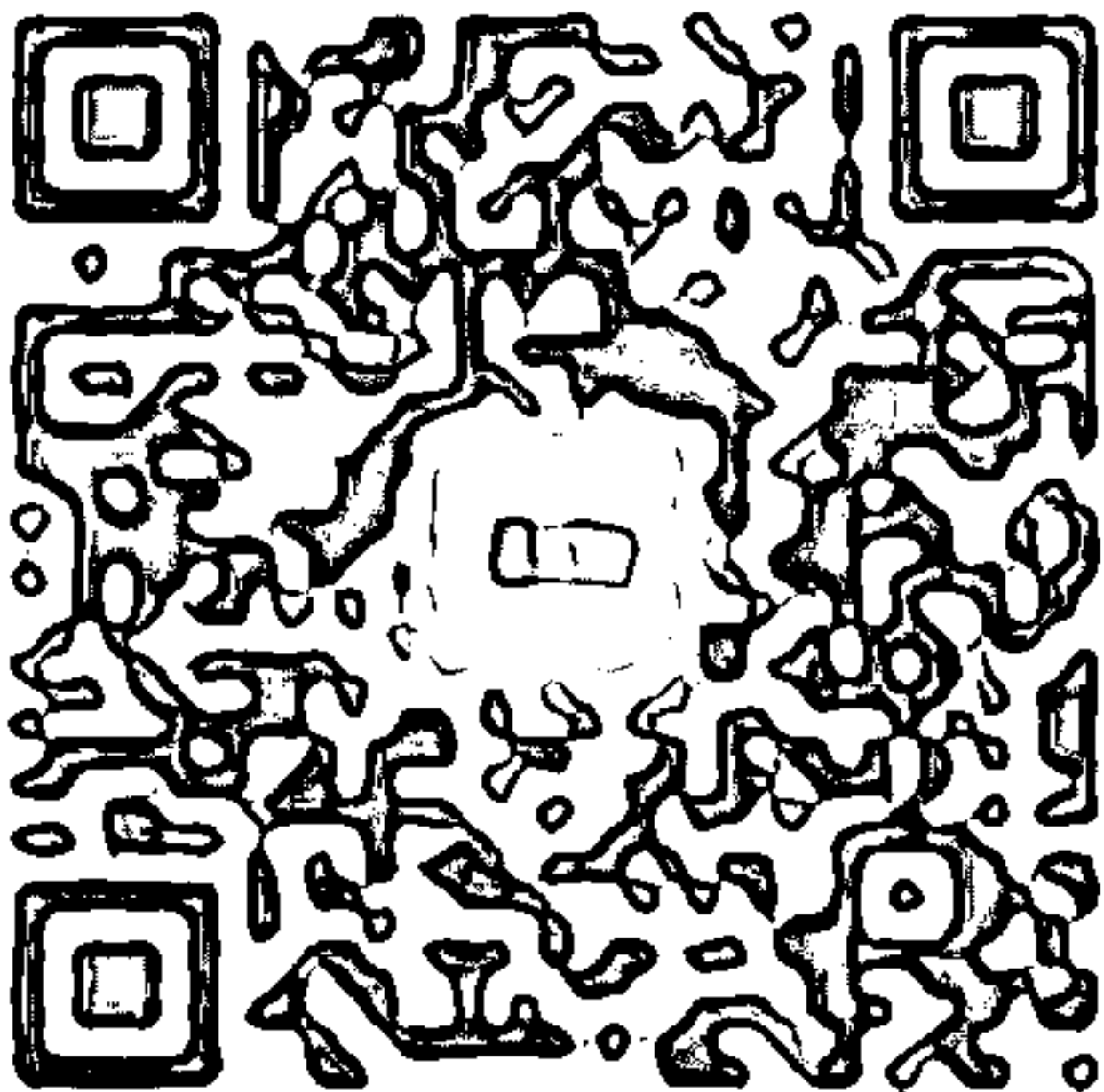
遠近  
幾類  
四男  
人仙  
很很  
心心  
人人





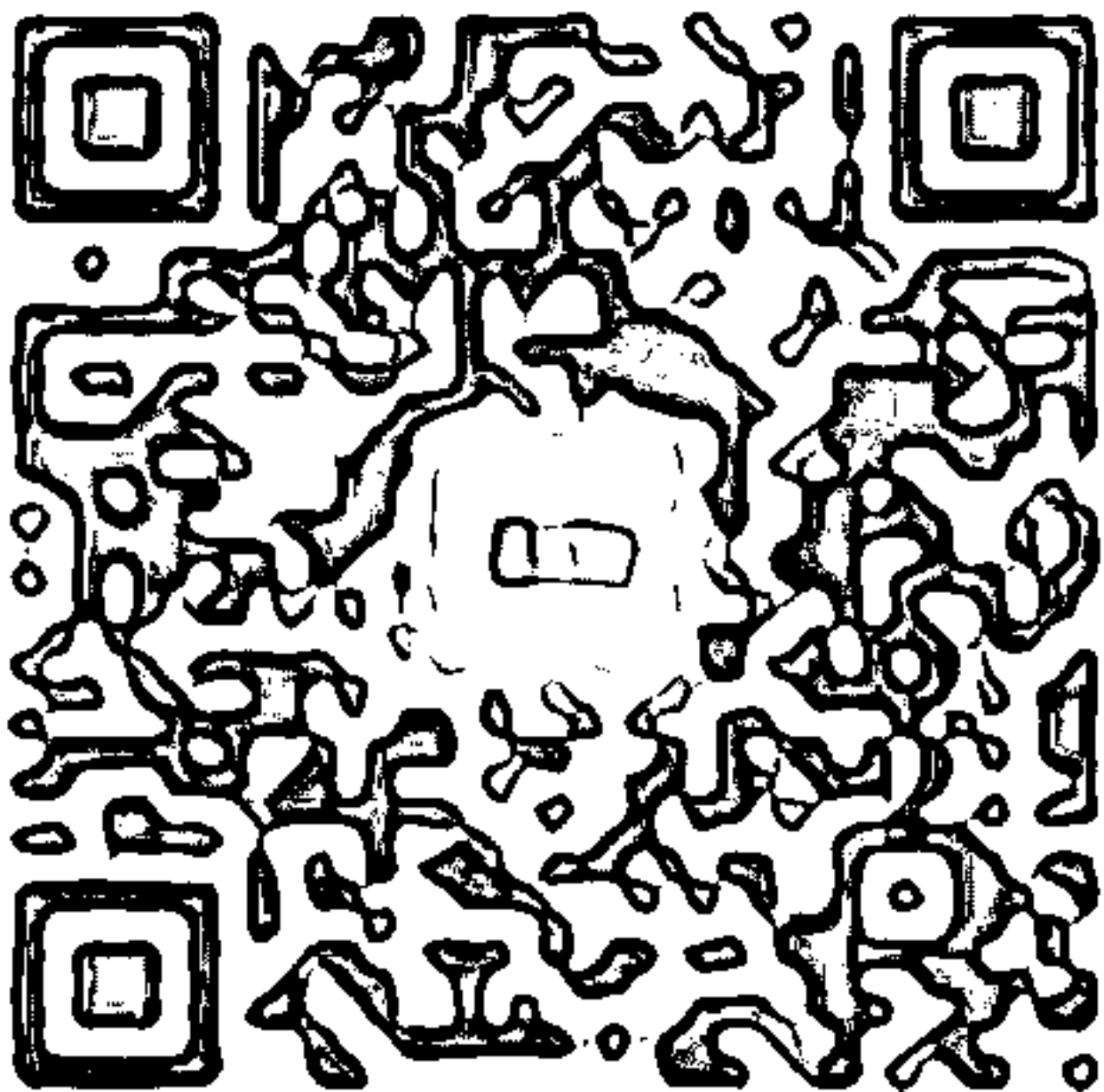






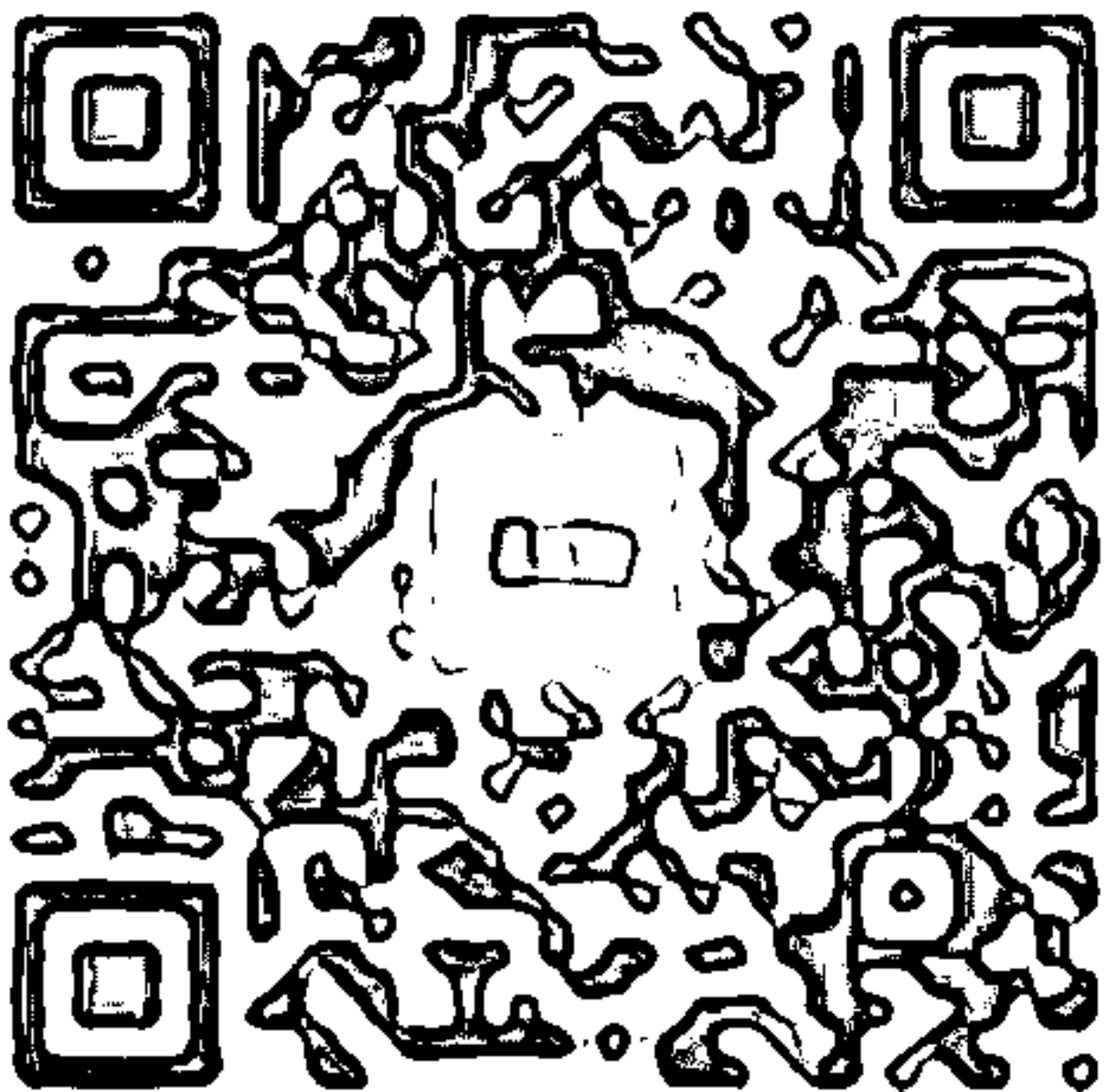










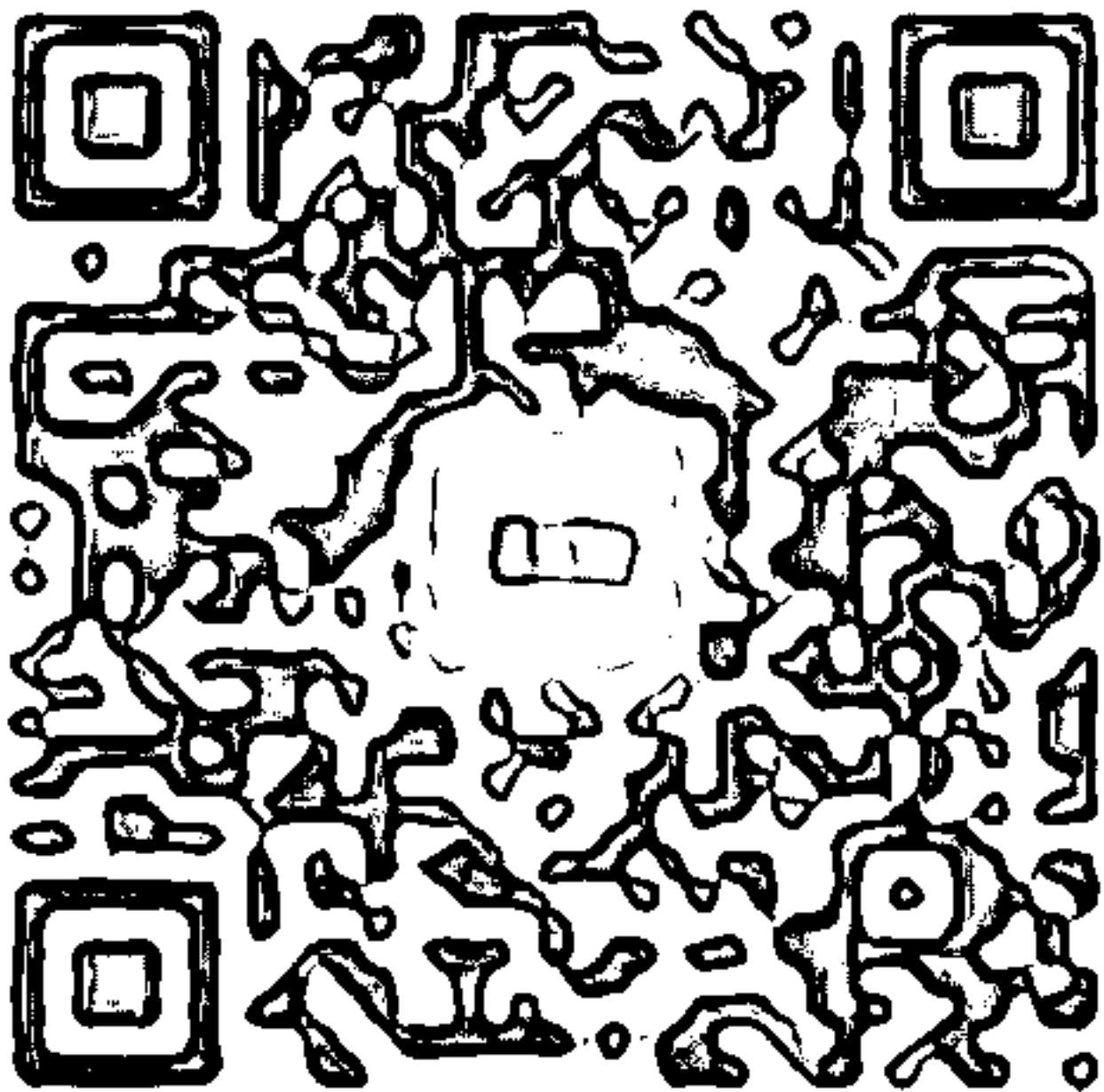








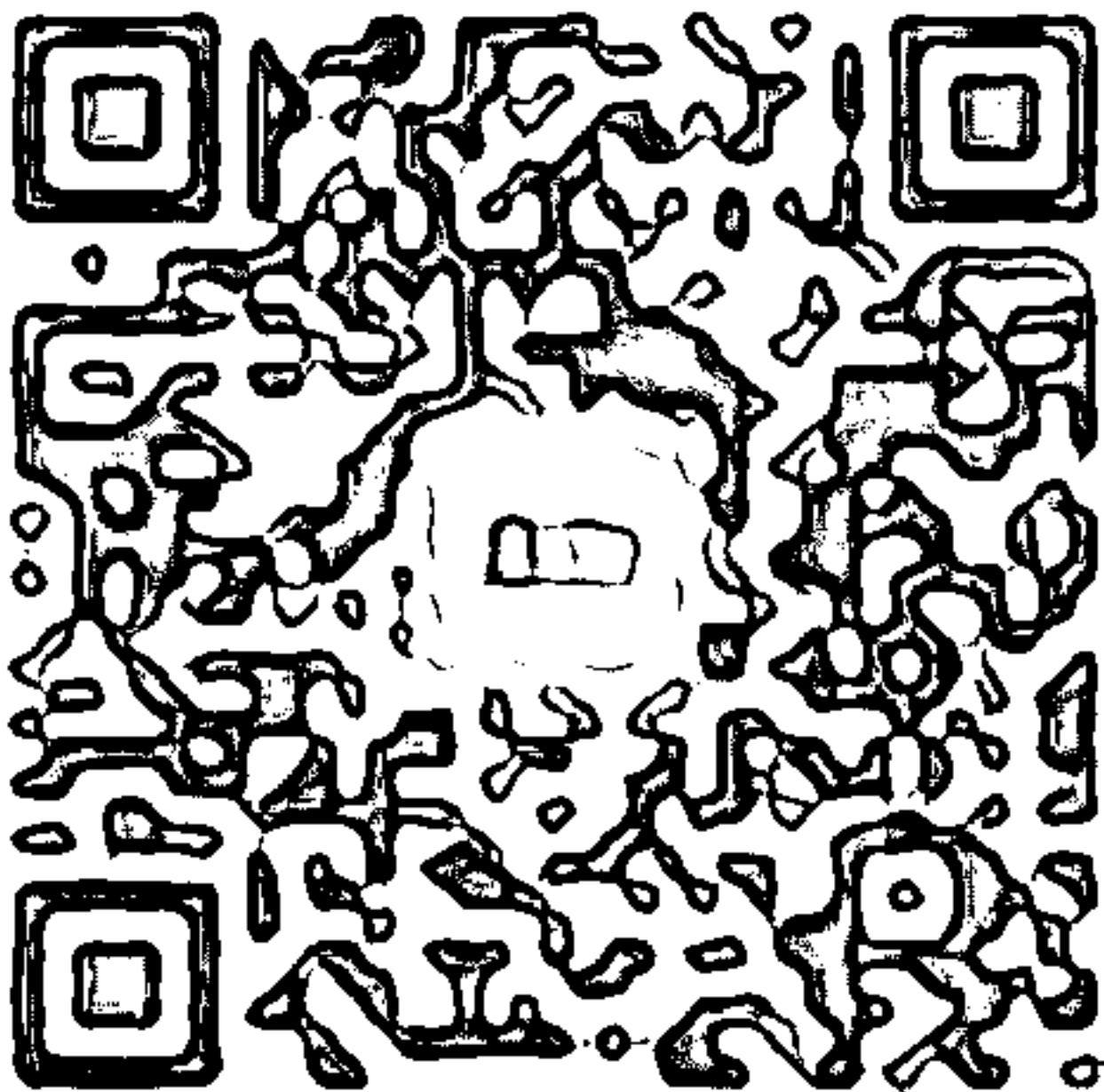
齊  
勞  
力  
酌  
興  
人  
就  
會  
行  
桃  
花







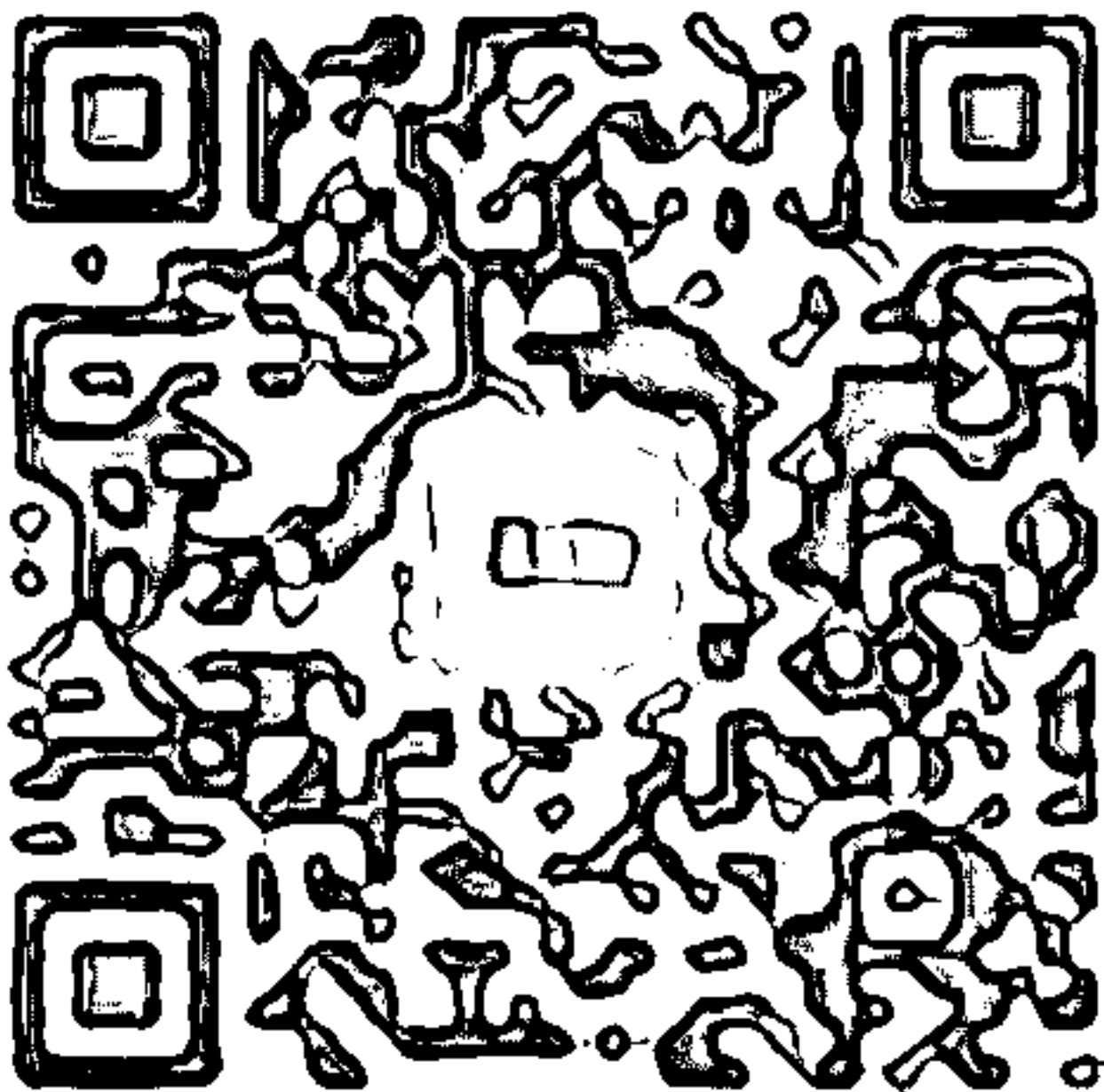










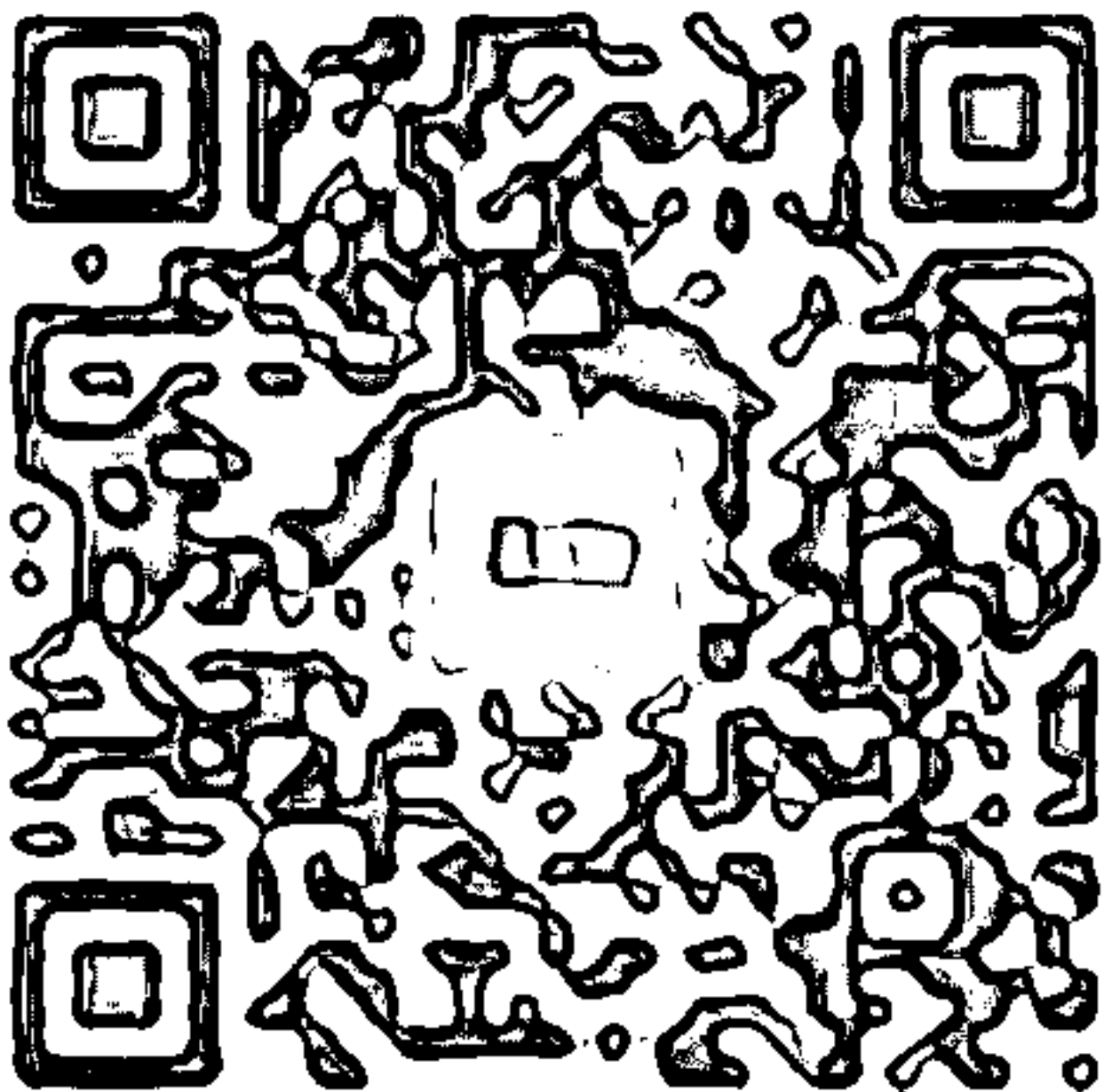






真心應現  
藏識異性

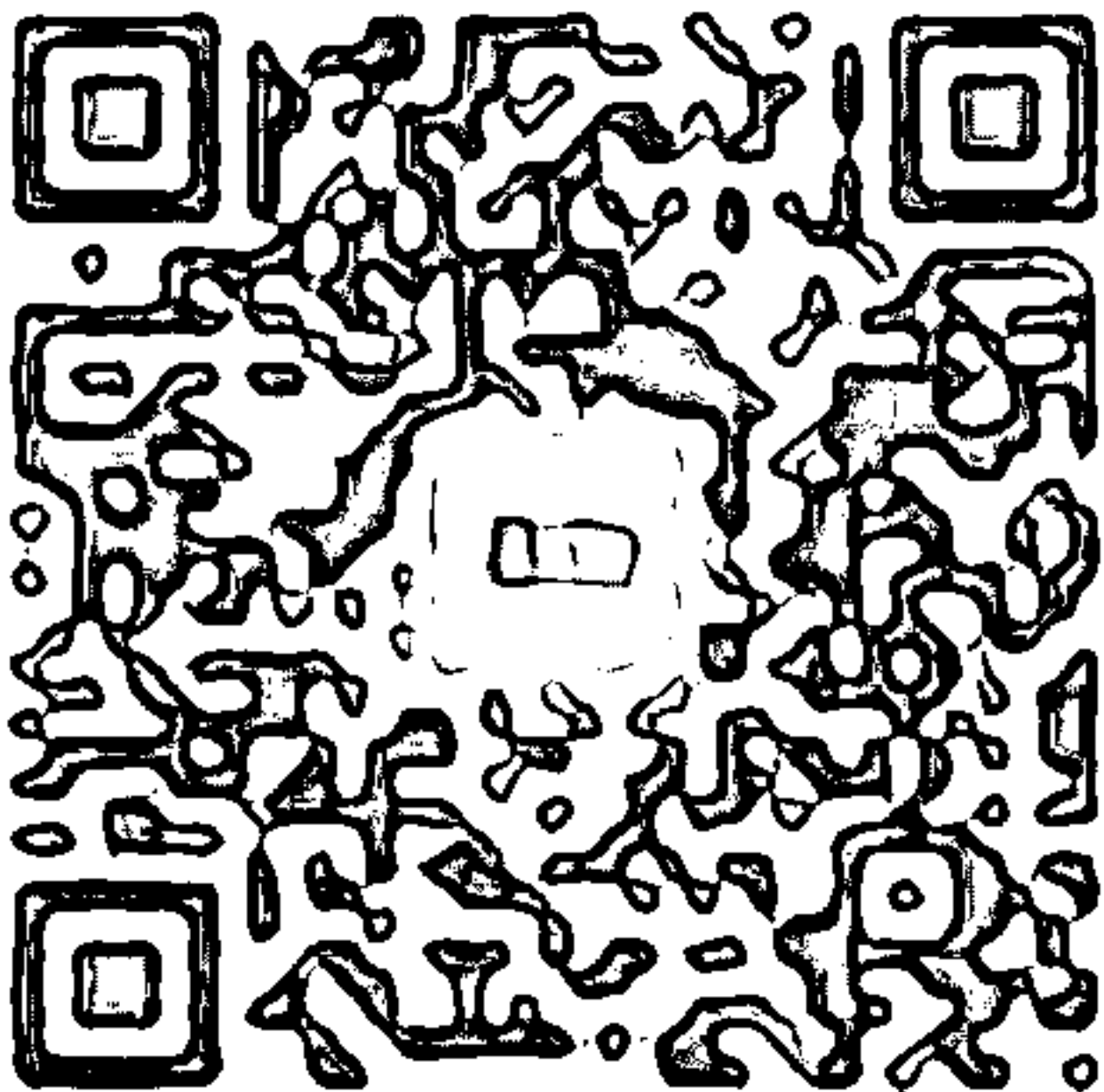
真心應現  
開始交衍







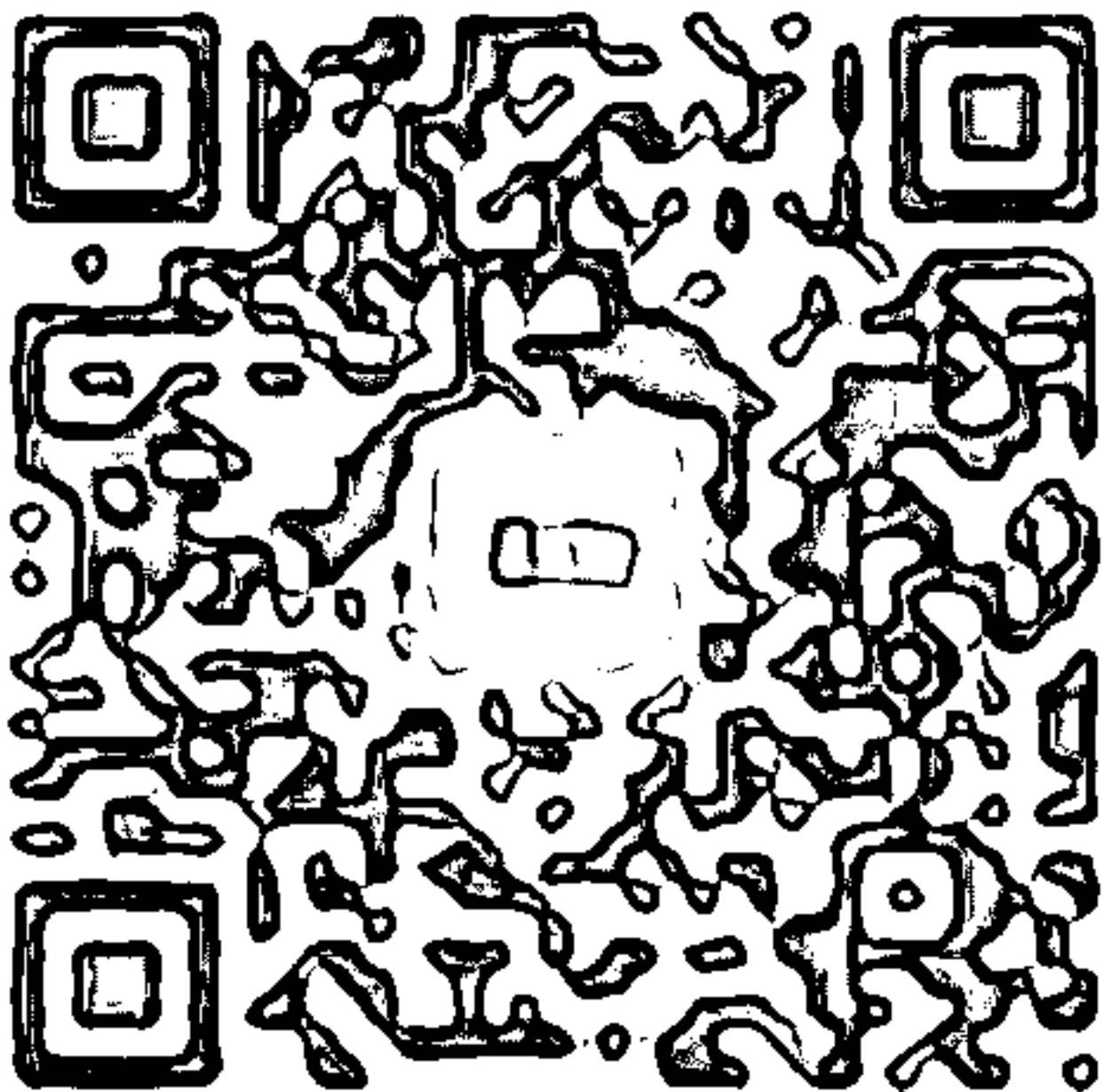






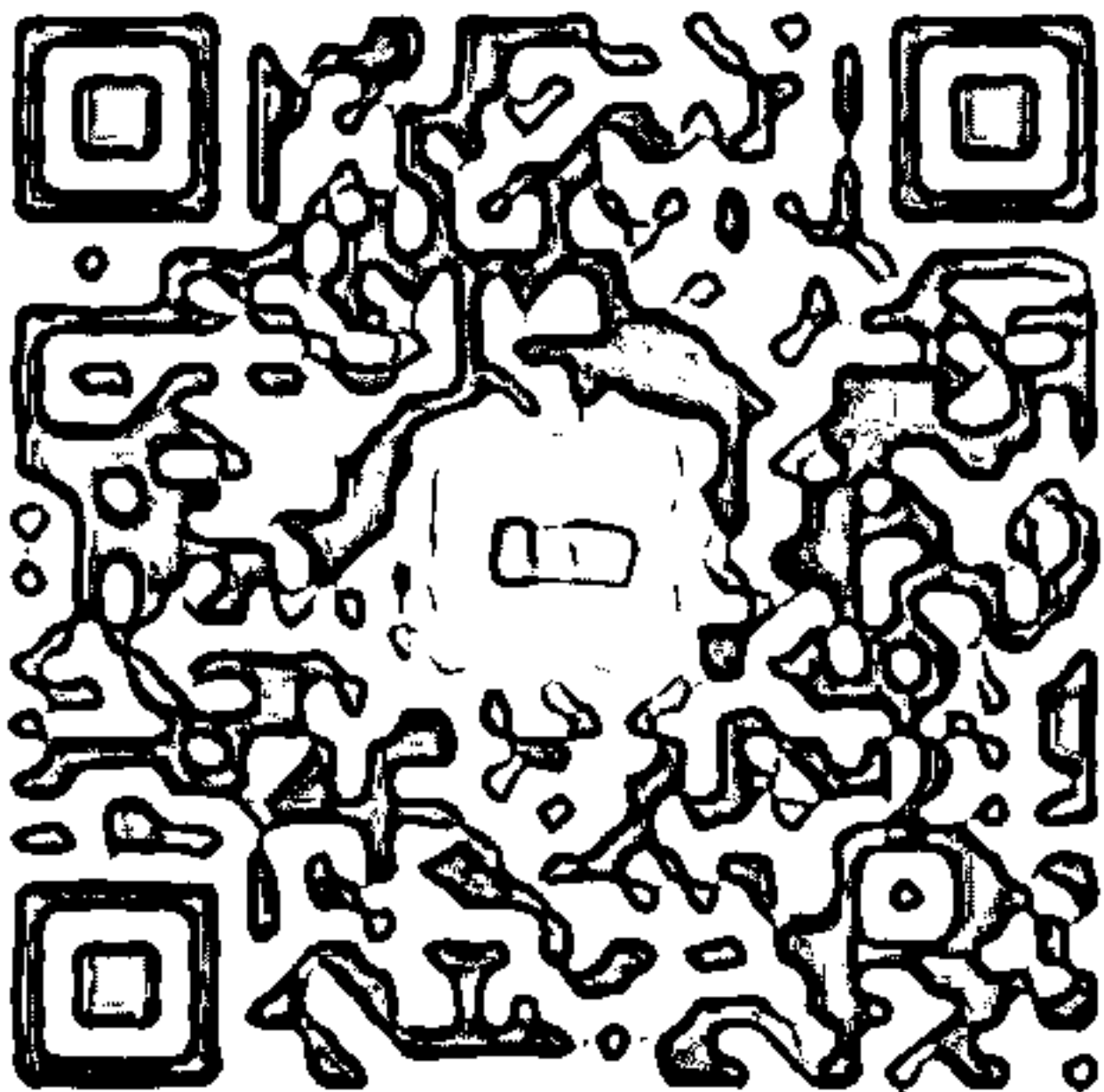


一  
趣  
去  
認  
識  
理  
性  
心  
！





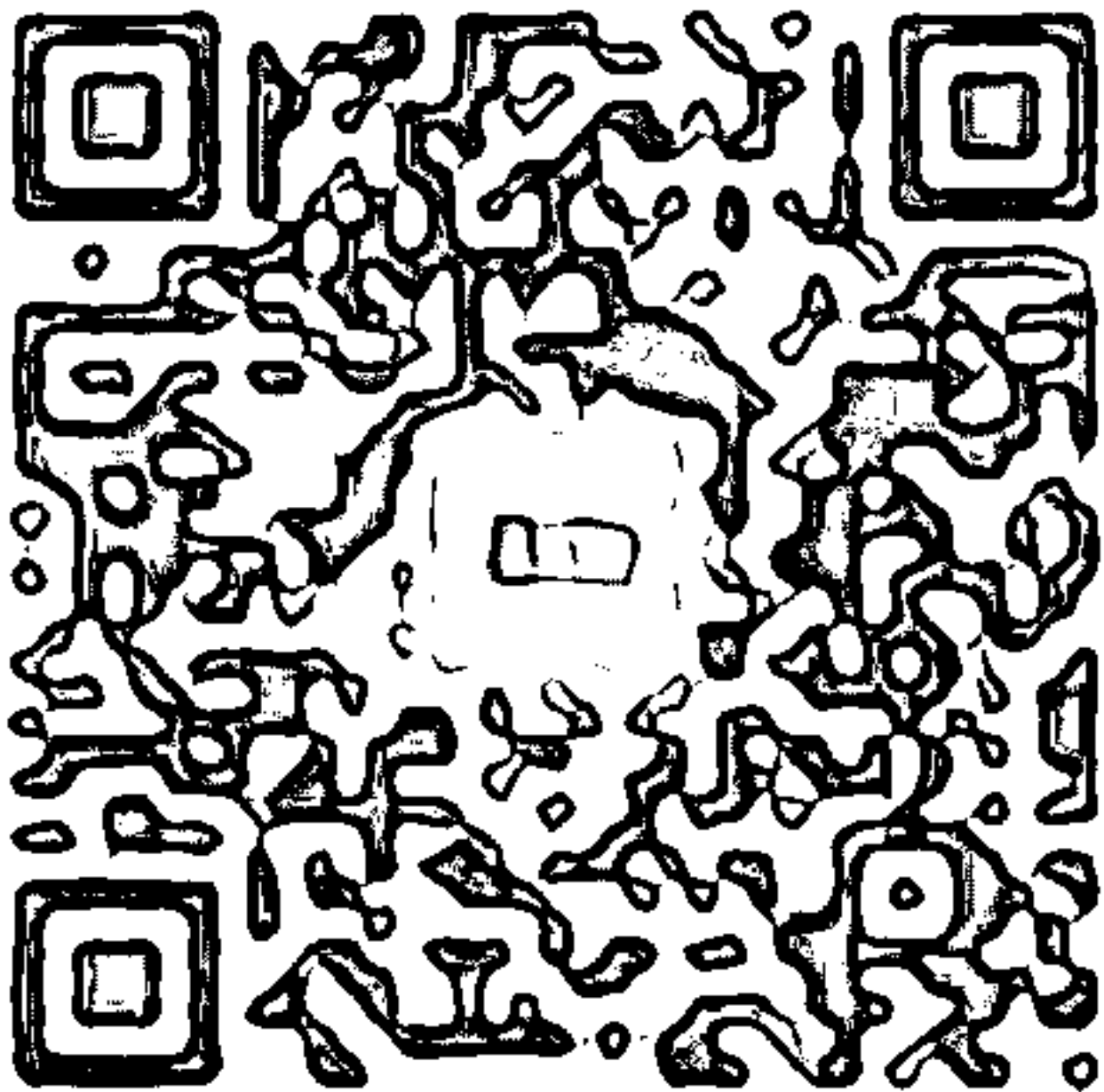














6

1

9

13

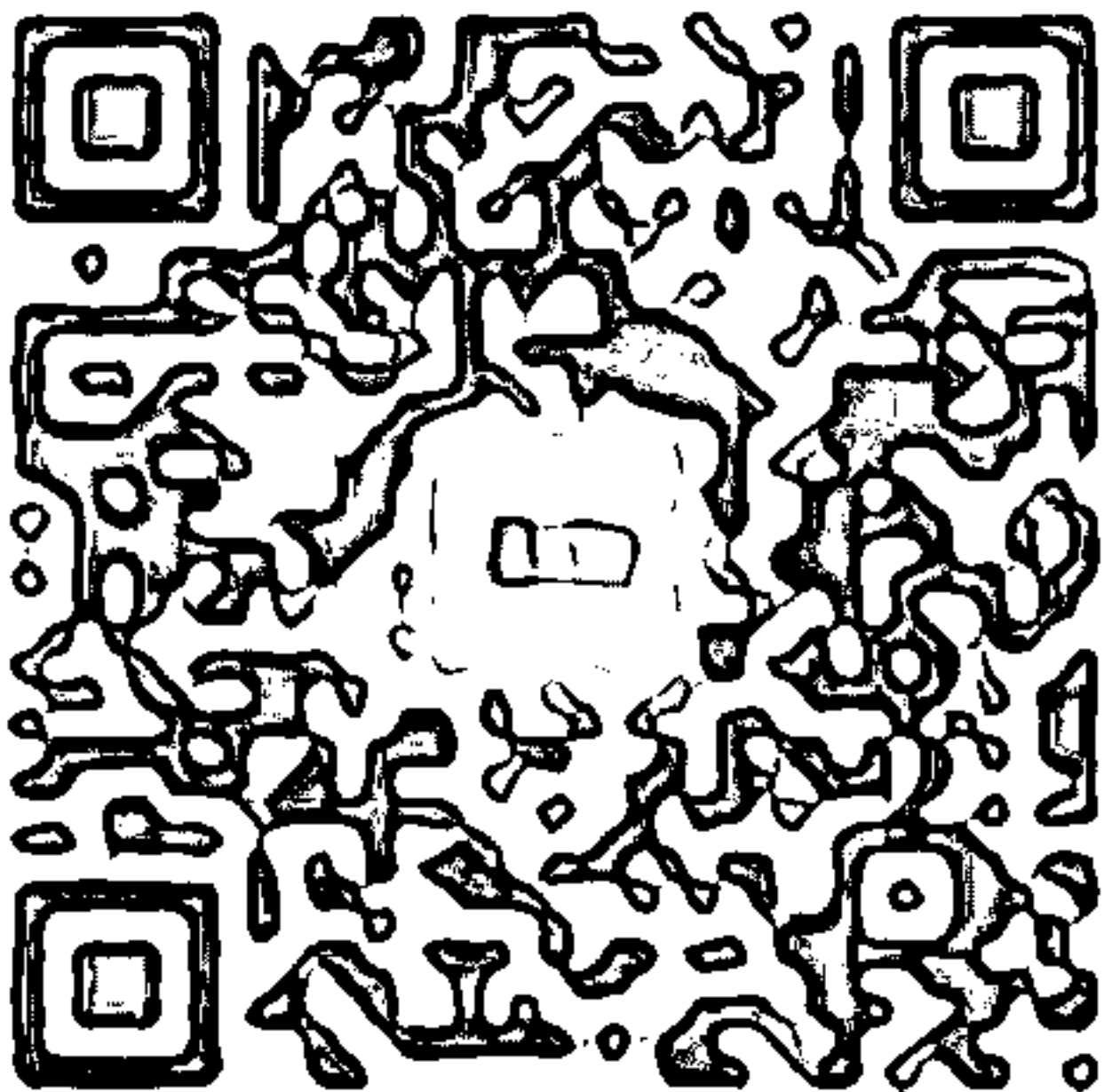
14

10

9

6

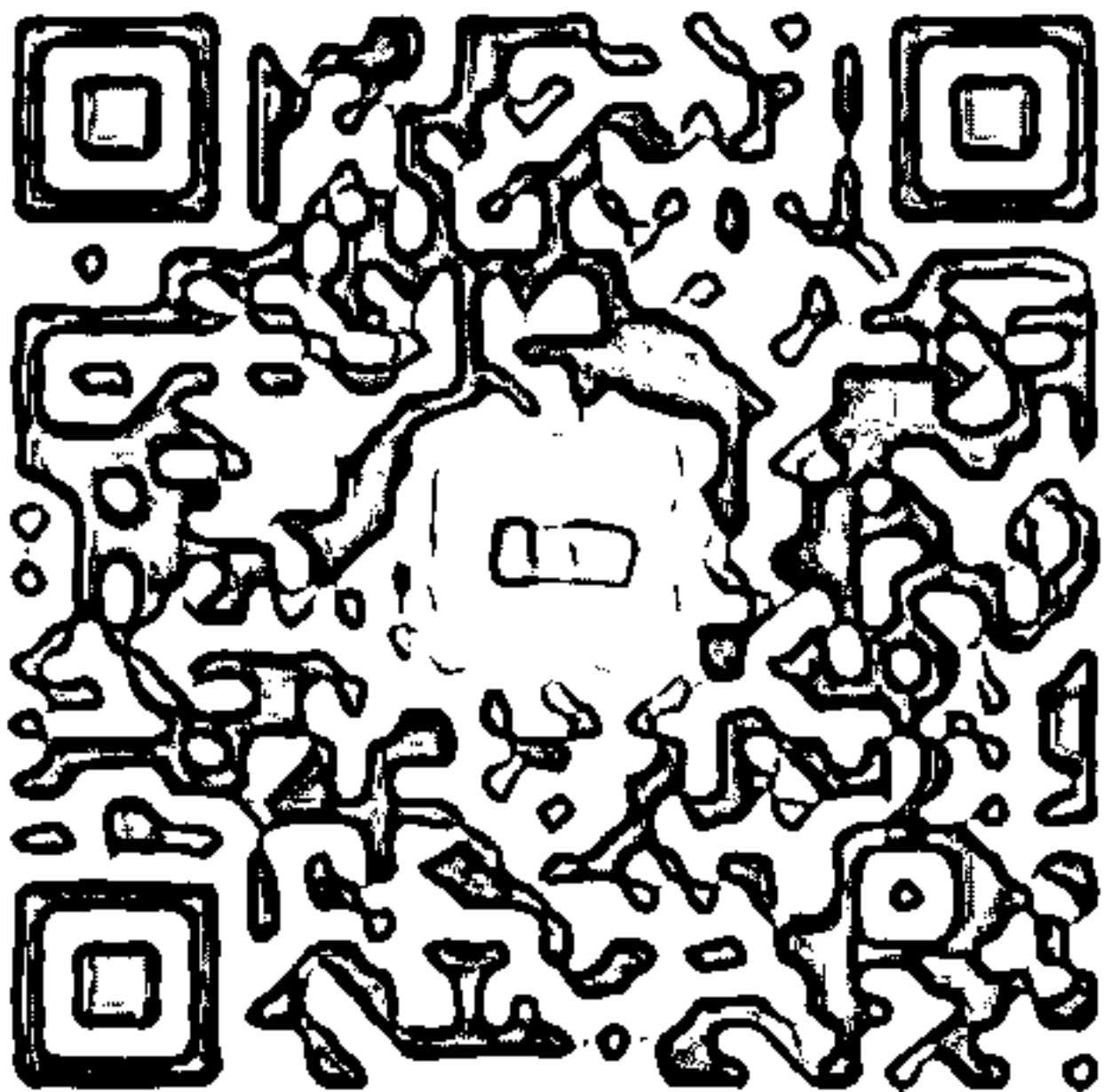
6













參加者不論男女，年紀最小都是二十幾歲。女性的年紀大約以三十五歲為上限，男性的話倒是看到不少四十幾歲的人。

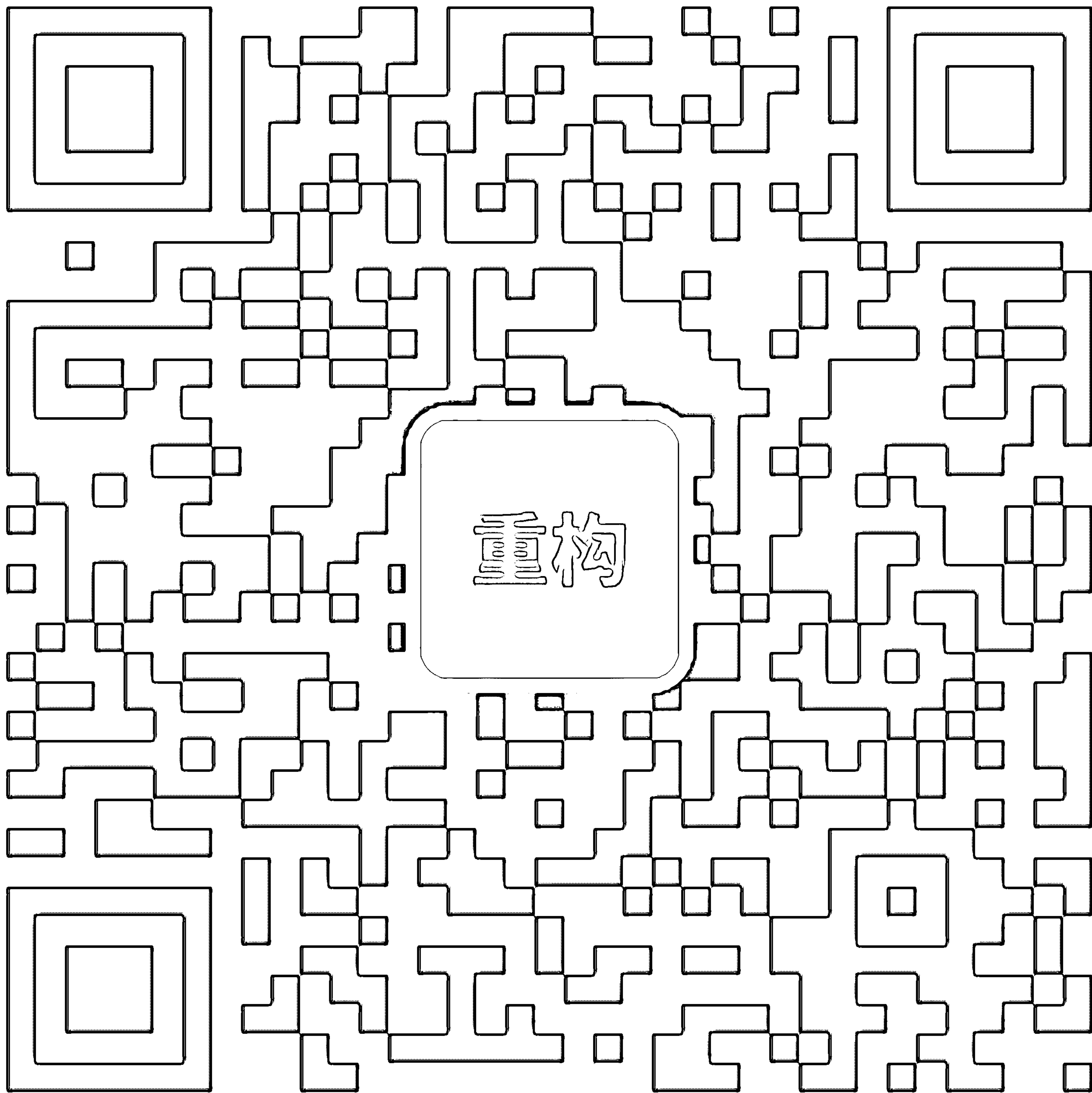
不過，由於這些地方都是晚上玩樂的場所，所以很難擺脫輕浮的氣氛。因為都是「愛玩的人就會受異性歡迎」的地方，因此如果是沒參加過的人，最好找常去這類場所的朋友或同事帶你一起去。

### 一人聯誼

這個名詞不太常聽到。一人聯誼指的是可以透過網路申請，就算是一個人也可以參加的聯誼。

活動當天去到指定地點，就會遇到其他同樣是事先申請的參加者，大家一起在餐廳裡吃兩個小時。這種活動是為了一些想去聯誼、但找不到朋友同行的人，或者是身邊沒有女性朋友可以幫忙籌畫聯誼的人而舉辦。

我參加的那場，三位男性的年紀都超過三十五歲，只有一位是四十幾歲。女性的話，包含我在內的兩個人是三十幾歲，剩下兩位是二十幾歲。女性成員大都是會計師事務所





的櫃檯小姐、製造業的行政人員等，雖然不是什麼太光鮮亮麗的職業，但也沒那麼無聊，就是一般的OL。

費用方面，男性是一個人日幣八千元，女性一個人五千元。因為價錢不高，所以沒有啤酒喝到飽，菜色也有點寒酸。但畢竟包含了聯誼的籌劃費用，嗯，這也是沒辦法的事。

不過，「一人聯誼」就跟社區聯誼一樣，每一位參加活動的女性都自己負擔費用，所以大家似乎都對活動充滿期待，希望能遇到好對象。如果你的目標是找到以結婚為前提的交往對象，推薦你可以來看看。

### 網友聚會

某社群網站目前雖然已經被Facebook、Twitter取代，但網站上的聯誼活動或網友聚會的社團仍然很熱門，據說幾乎每個星期都會舉辦聚會，規模大約五十人到一百人。

規模比較小的聚會，性質和社會人士社團很接近，但參加者的年齡相差不大，大概都是二十幾歲的年輕人。









很多人多半是因為從其他都市來到東京，想多認識一些朋友，或者是想交到可以一起喝酒的朋友，所以才來參加，比較不是抱持著「我要交到男朋友／女朋友」的熱切期待。此外，這些聚會還有條件限制，比方說「限定三十到四十歲男女」、「限定住在附近的男女」、「限定已婚人士」等。你可以找找看有沒有適合自己的聚會，應該可以藉此很多認識新朋友。

另一方面，規模比較大的聚會很多是由活動公司舉辦，所以少了居家感，但相對來說參加人數也會變多。可是因為費用太不公平（有些時候女性可以免費參加，或只需要負擔日幣一千元），因此很多女生是為了吃一頓免費的大餐而來，還有的男人是專門為了找這種女生搭訕而來，稱不上是找尋交往對象的好地方。

### 約砲酒吧

如果想要尋求性伴侶，那就一定要去約砲酒吧了。

來這裡喝酒的客人，有機會在沒有事先計畫的狀況下，和其他客人發生性關係。因為有些女性客人會為了一夜情而來，所以，只要碰到對的時機，第一次碰面就和對方發



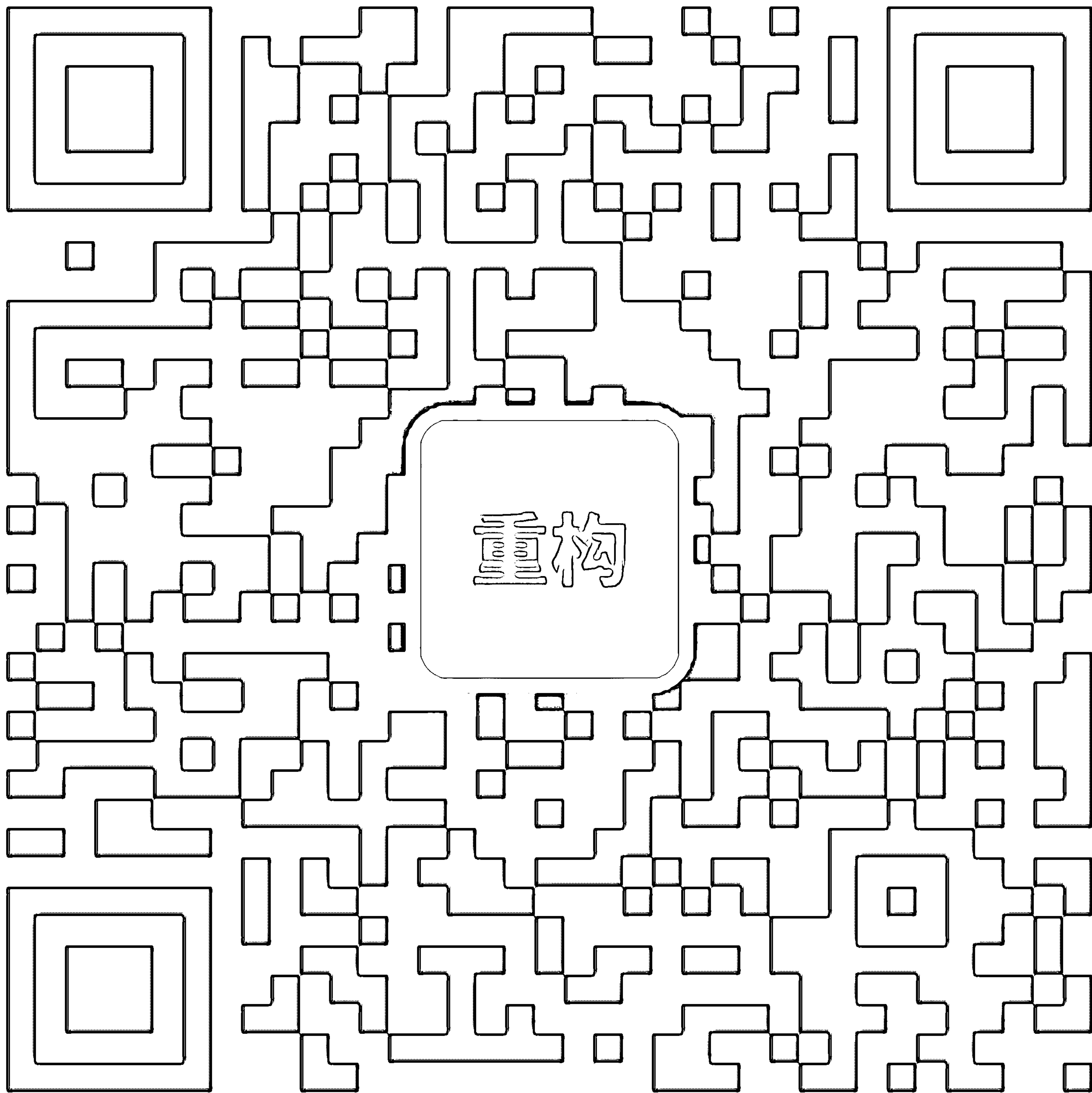


生關係並非夢想。

也許你會想：「話雖如此，可是這種想找一夜情的女人，應該都喜歡性能力很強的  
男人吧？」事實並非如此。

在性方面很開放、了解自己身體的女人，很清楚知道要怎麼做才能讓自己舒服。所以  
比起自我中心又強勢的男人，她們比較喜歡被動而且單純可愛的男人。

假如遇上想找一夜情的女人，只要讓自己的外表保持整潔，想要和對方發生關係並  
非難事。可是男性的費用很高，入會費日幣一萬元，入場費兩萬元，而且不一定可以遇  
到這樣的女人，有利有弊。







## 怎麼進展到「下一步」？

就算好不容易才遇到喜歡的女孩子，如果沒有第二次碰面的機會，那就跟沒遇過一樣。「都去了網友聚會了，可是沒看到可愛的女生……」、「對方也不能說不是我喜歡的類型，但是卻沒有擠出時間和對方約會的動力」。如果你總是浪費機會，不管過了多久，狀態都不會改變，永遠會像現在一樣，一邊說著「我想要受異性歡迎」一邊老去。

就算是在街角擦身而過，也是難得緣分。如果因為對方不是女友候選人，就把聯絡方式刪掉，很可惜喔！

### 先從「女性朋友」開始

「女性朋友」不是一對一的情侶關係，可以同時結交很多位。相對來說，對方也可以同時結交好幾位男性朋友。重點是，就算你缺乏自信，也可以交到女性朋友。

不過，朋友並不是用嘴巴說說就可以當成，必須從學校、職場或是一起喝酒的酒友等同屬於一個群體中，找到「談得來，但對彼此都沒有交往興趣」、「兩個人並不是非常契合，但都會喝酒，而且有空的時間都一樣」、「兩個人住得很近，反正就是很容易







碰面」的人，自然而然變成好朋友。

然後兩個人的交情深淺也分很多層次。從「只是因為對方正好是女人，相處起來和同性沒兩樣」，到「雙方（或是其中一方）對彼此都有好感，但是程度還不到男女關係」，或是「偶爾也會做做愛的砲友」等。

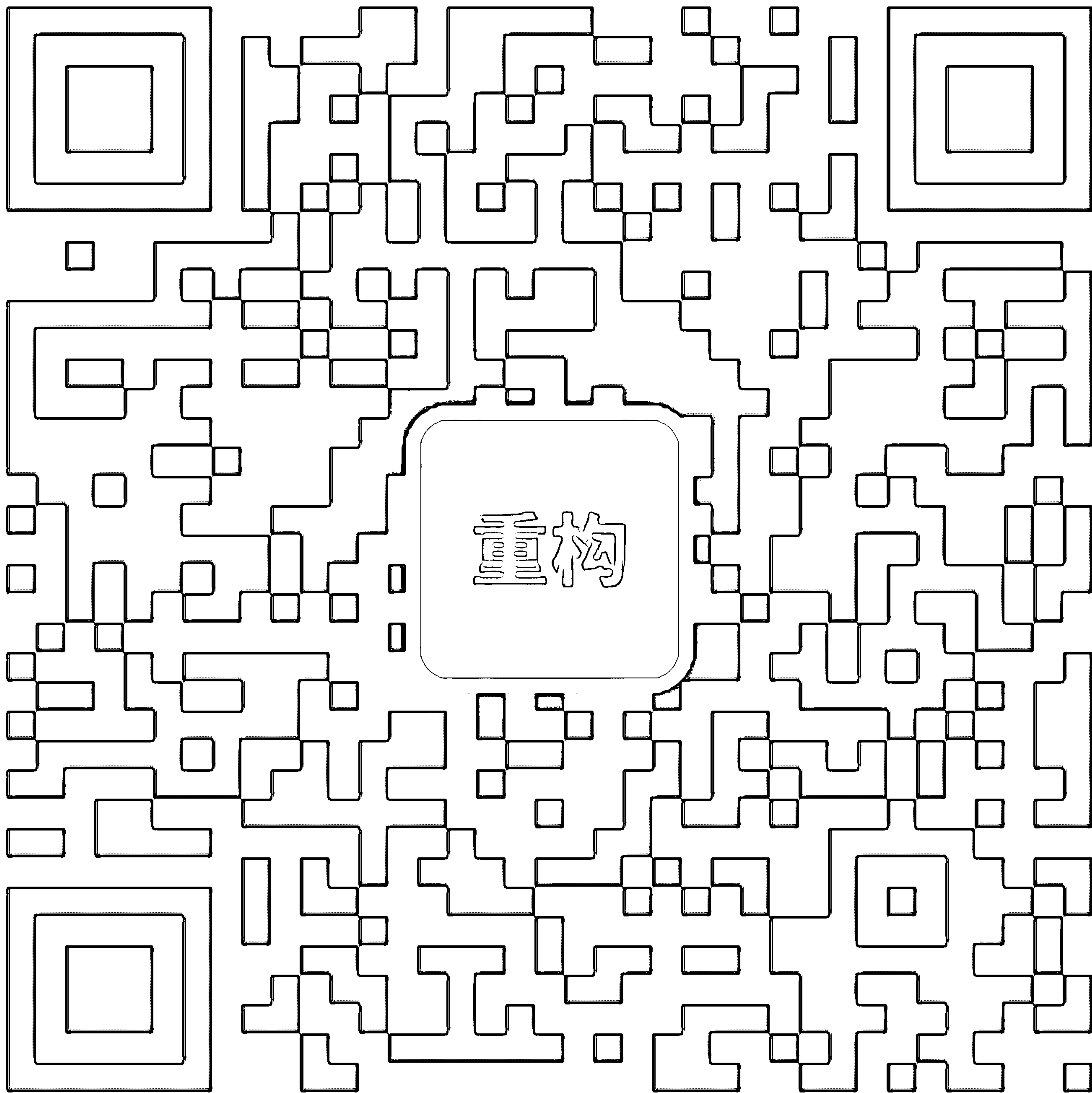
砲友這個狀況比較特殊，這裡先不談。但基本上來說，如果要當「朋友」，必須能理解彼此的想法。就算兩個人的想法沒有完全相同，也要能夠尊重對方。假如做不到這一點，那就不能稱為「朋友」。

如果完全否定對方喜歡的球隊、音樂，或是政治理念、個人價值觀等無法改變的想想，那就很難繼續當朋友了。

就算兩個人不至於走上絕交之路，但是對方也會覺得「和這個人在一起，心裡總是覺得很厭煩」，因此漸漸和你疏遠。

### 男友和男性朋友的差別

另一方面，女人對於男性朋友的要求，並不如對男友那麼嚴格。





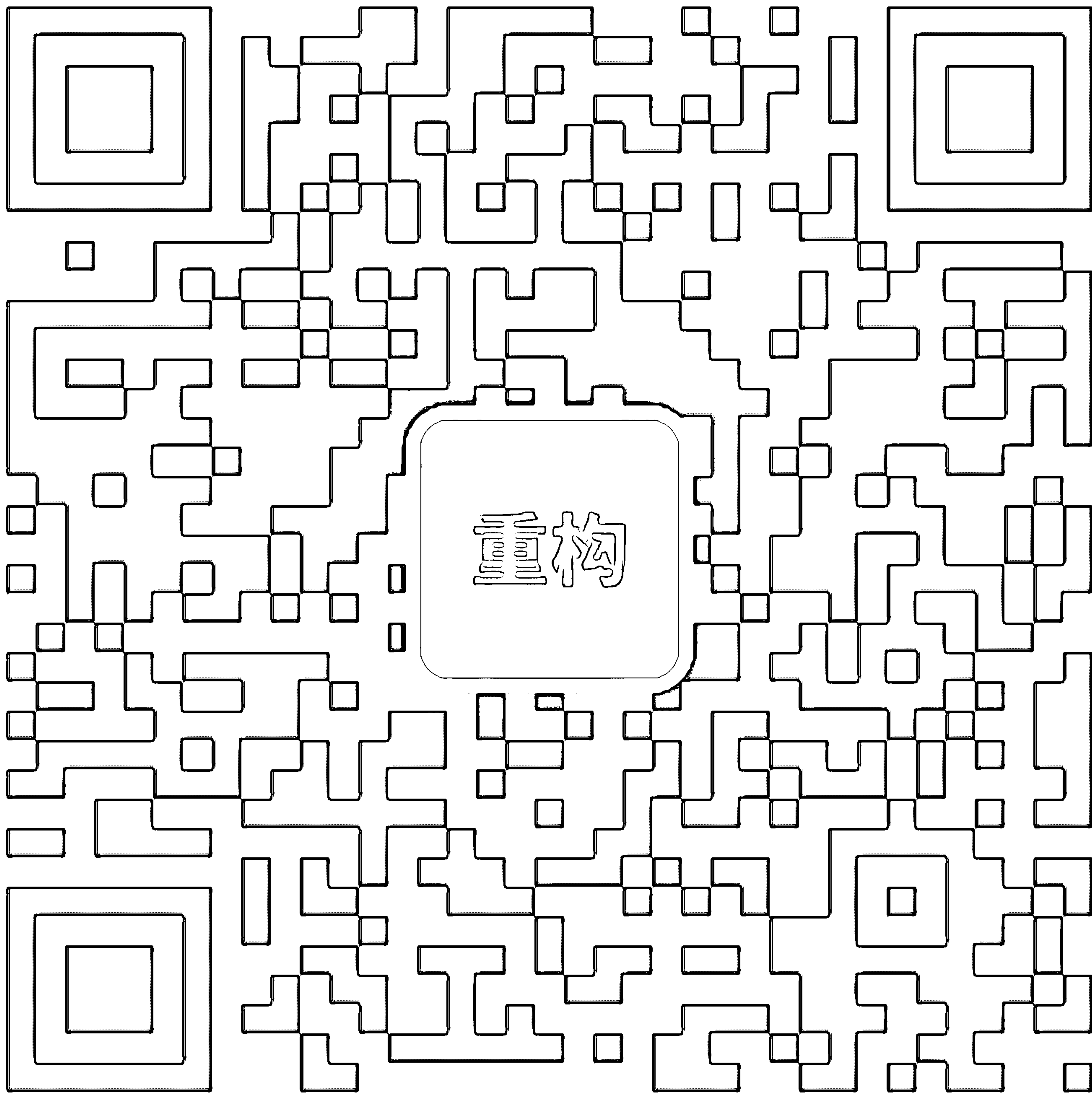
就算是兩個人站在收銀台前各付各的也沒關係，去一杯啤酒日幣一百二十元的廉價連鎖居酒屋、在餃子の王將吃煎餃配沙瓦也完全OK。就算看到男人吃飯吃到T恤上沾到食物、看到男人鼻毛露出來也只會笑說「髒死了你」。就算你其實是個阿宅，家裡收藏了全套動漫DVD，女人聽到了也沒什麼感覺。就算假日都去參加偶像女星的聚會，女人知道了也只會想「原來這個人有這項嗜好啊」。

可是，相對來說，也有些事情是大忌。

女人知道男人喜歡別人尊崇他，所以就算自己覺得A好，只要男朋友說B好，女人也會遵從。

可是如果是朋友的話，兩個人的關係是平等的，所以如果要在A和B之間選擇，一定要公平地判斷。

如果這時候你主張「女人通常都要讓男人」，那麼女人就會覺得「如果是這樣，你也要做好男人該做的事啊」。情況如果變得這樣，兩個人的友誼也會跟著破裂。







## 結交女性朋友有益無害

那麼，如果想要結交女性朋友，要具備什麼必要條件呢？首先就是「相處機會」了。如果可以在工作上或社團裡多多增加相處的機會，兩個人就會容易變熟。再來就是試著隨口邀約對方，例如：「回家路上，要不要一起隨便吃點東西？」「我想去喝點酒，要不要一起去？」

假如兩個人單獨出去，你又選了女生喜歡的餐廳，對方很可能會錯意，並且抱持著錯誤的期待，以為你會請客。所以一開始最好多邀一點人。

一起多出去幾次，你們就會慢慢變成朋友了。如果只是想要當朋友，不需要用到任何約會技巧或是話術。

當然，你們也有可能會在因緣際會之下從朋友發展為戀人，另外就像我一開始說的，你可以同時擁有很多女性朋友。而且在某種程度來說，擁有很多女性朋友，對你來說一定是加分。

假如是比較熱心的女生，有可能會介紹適合的女孩子給你。如果對女性朋友提起自己想要交女朋友，對方或許也會提供你有用的建議，告訴你該怎麼做比較好喔！







### 如果你就是想要馬上找到做愛對象

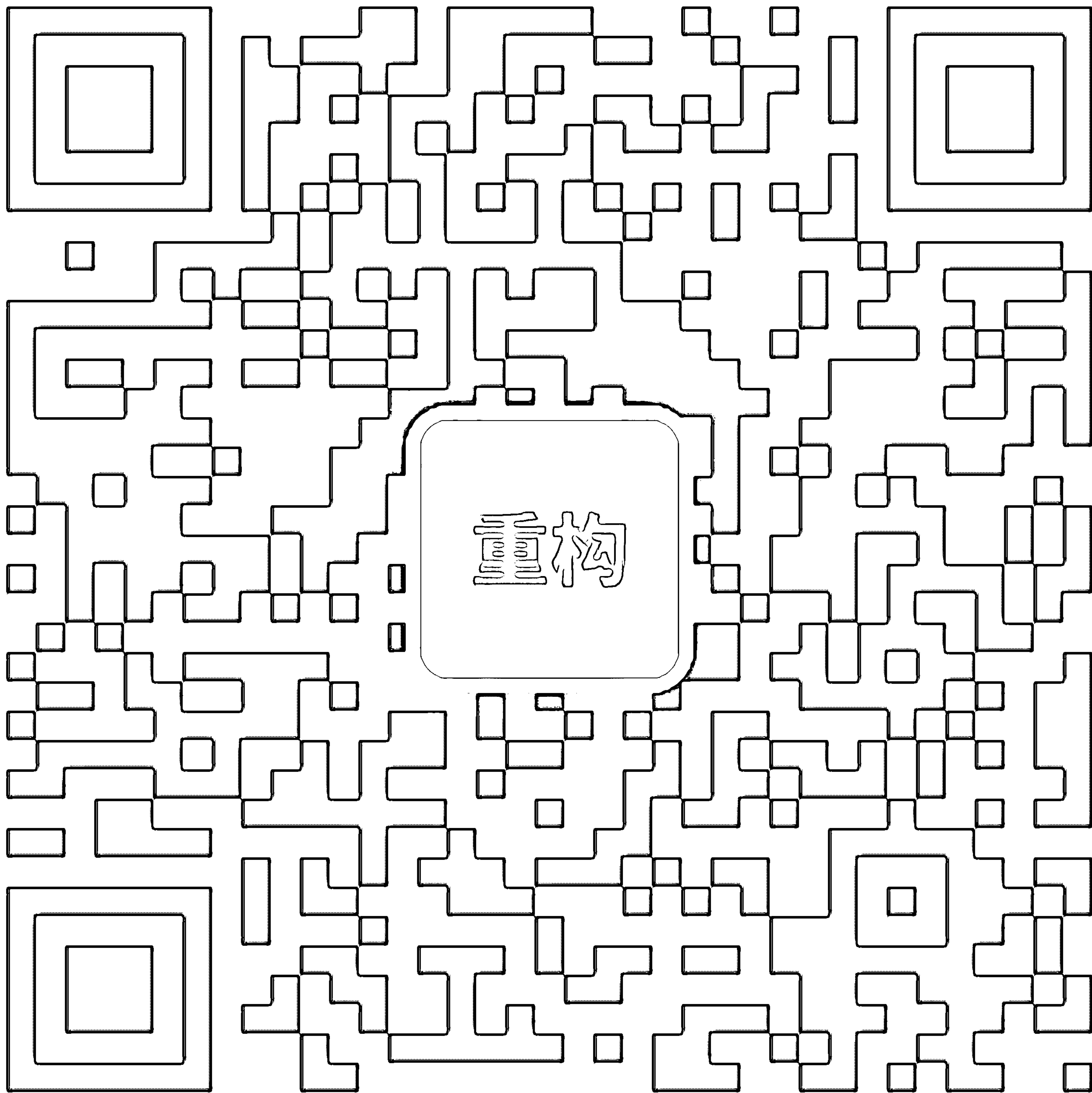
如果你就是想要找到女人做愛，只要改變服裝和髮型，把自己弄成性開放的女人會喜歡的樣子，並且不斷對女孩子說「妳好可愛，我想跟妳做愛」，不管被拒絕幾次都不要放棄就行了。

「噁心死了」、「你有病嗎？」、「去死啦！」只要你不被這些話語摧毀自信，堅持下去，總會遇到願意跟你做愛的女人。

我參與過街頭搭訕的採訪，並且跟著搭訕高手觀察他的搭訕技巧。這類搭訕的目的不是為了找到女性朋友或是女朋友，簡單來說就是為了「馬上」。

「馬上」是街頭搭訕的術語，意思就是「馬上就和對方上床」。在路上搭訕女孩子之後，就轉戰卡拉OK、短租旅館或是網咖包廂，就在那裡做愛。

我採訪的那位男性，長相確實是一些女孩子會喜歡的類型，可是絕對稱不上絕世美男或是天菜。特點其實在於他散發出來的氣質，也就是所謂的「牛郎系」男子。頭髮要特別抓過，穿著衣領有毛皮裝飾的夾克。身材瘦瘦的，套上可以看出身體線條的T恤，牛仔褲刷上金屬光澤，腳上穿的是尖頭靴。在大多數女人眼中，這種男人看起來很輕浮







噁心，會避得遠遠的。

可是，會在路上答應搭訕的辣妹，好像就是喜歡這種打扮。所以不管你原本喜歡什麼類型的穿著，換上這套行頭才是邁向成功的捷徑。

還有，你要主動向那些從車站走向鬧區的女人搭訕（這也是一個重點。沒經驗的素人多半會向那些從鬧區走向車站的女人搭訕，可是，如果向正要去玩的女人搭訕，成功的機率比較高）。這個時候的重點是搭訕的對象。你的搭訕對象應該要以看起來輕浮、感覺會答應邀約的女孩子為優先，而不是長得可愛，或是你想跟她做愛的女孩子。驚人的是，才花了十分鐘左右的時間，他就順利釣到女孩子，兩個人一起往網咖移動。

如果你也很想做愛，可以試試看這個方法。也許你會想：「可是我又胖年紀又大，完全不適合牛郎系的打扮。」這一點不是問題。想要做愛的女人不是只有辣妹，黑髮清秀的女孩子、短髮運動風的女孩子或是戴著眼鏡的文科女也會有人在找做愛對象。而且有些女生在找的對象就是看起來沒什麼性經驗、身材肥胖、看起來土土的人。







假如你就是想要找女人做愛，就要讓自己能夠說出「妳好可愛，我想跟妳做愛」。不管被羞辱多少次，都要繼續努力。最後你應該就會遇到願意跟你做愛的人了。

### 寫給想要交女朋友的你

「啊，好想交女朋友啊！」

如果你問那些單身、三十幾歲的男性「你不想交女朋友嗎？」，八成都會得到這個答案。可是半年或一年之後，這些男人幾乎都沒有交到女朋友。

當然也會有些男人交到女朋友。這是因為上次問他們的時候，只是剛好處於單身狀態。再繼續追問，就會知道他和之前的女朋友在三個月前分手了。

如果進入感情真空狀態，很快就可以再交到女朋友。可是如果空窗期超過三年，想要再交到女朋友就很困難了。

年輕時，可以在不考慮結婚或人生規劃的狀況下和女孩子交往。可是隨著年紀漸長，交往對象的年紀也變大之後，一定會意識到兩個人的將來。所以也越來越難進入戀愛狀態。





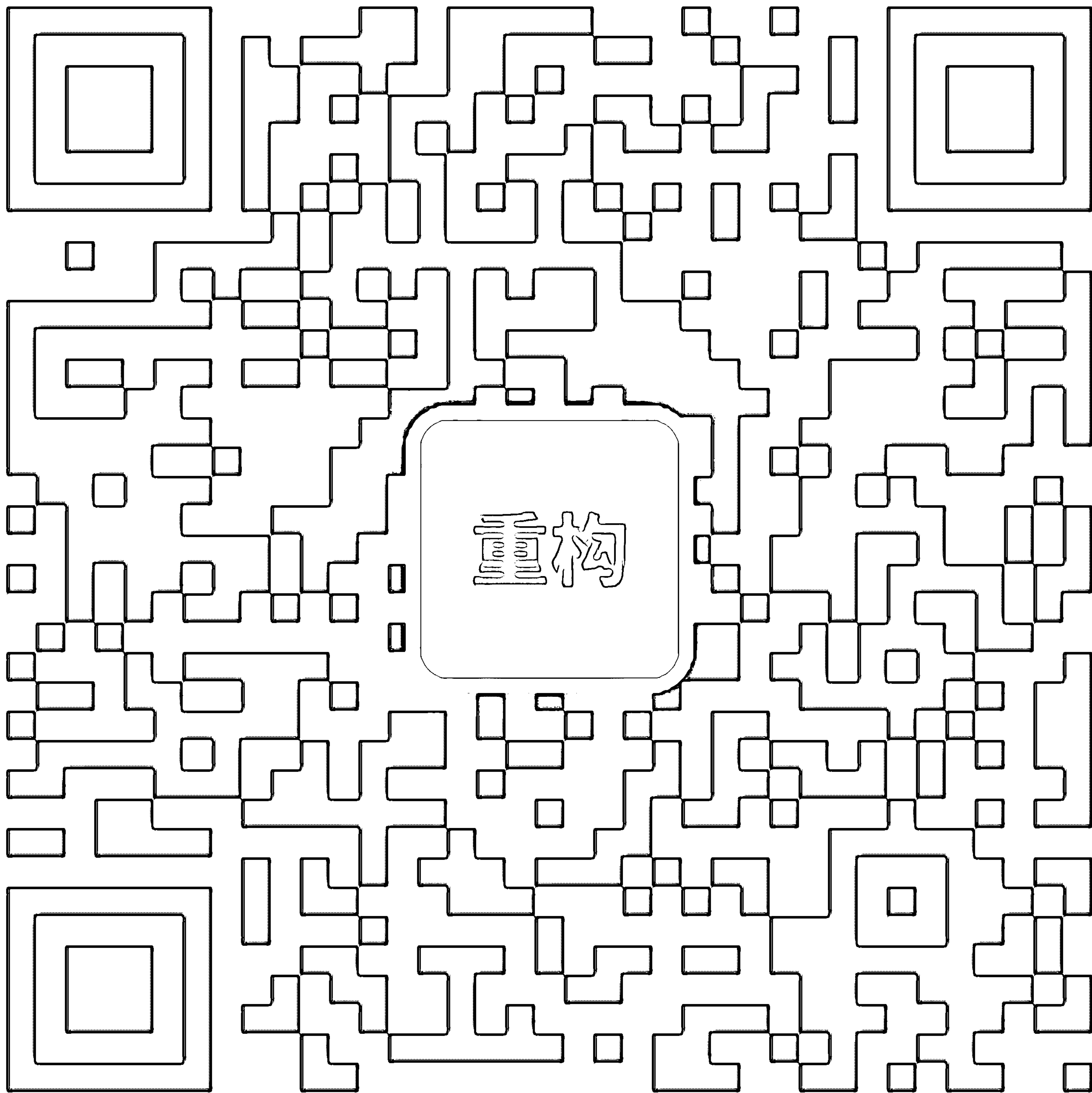
「結婚這件事還不在我的規畫之內」這句話可以用來釣釣那些還沒考慮到結婚的年輕女孩子。此外，有些離過婚的女人會覺得自己雖然想要交男朋友，但是不想再進入婚姻關係。

如果你只想享受戀愛過程，可以以這類女性為目標。

可是，年輕女孩子在戀愛市場上很搶手，可能要花一些心力才能得手。而有過離婚經驗的女人因為體驗過結婚和離婚的過程，對於男人也比較挑剔。可是，只要是追求女孩子，多多少少都會有點辛苦。而且如果對方對你的追求有反應，你就會開心到忘了那些辛苦。

不要再覺得麻煩了，第一步先試著約女生出去吧！

怕麻煩的人，是無法談戀愛的。







## 約會是戀愛的歧路

### 首先要考慮地點

幾天前的一場聚會中，正好有五位好幾年都沒交女友的男人。

那天，大家聊起「如果要約女孩子出去，約會行程要怎麼安排」的話題，所以我們就請這五個男人輪流回答他們的提議。

他們這樣回答：

- A. 先去看立川談春的單口相聲，接著去吃鰻魚飯老店。
- B. 先去聽Bis的演唱會，接著隨便找一家居酒屋。
- C. 先看愛情電影或是喜劇片，再到連鎖咖啡店一邊喝飲料一邊聊觀後感。晚上到連鎖牛舌餐廳吃飯。
- D. 先去室內運動遊樂設施玩，再到淺草老街喝酒。
- E. 去自家附近的串燒店。







每個行程都傳達出一個意思：這就是我喜歡的生活。可是，問題就在於有點傳達過頭了。

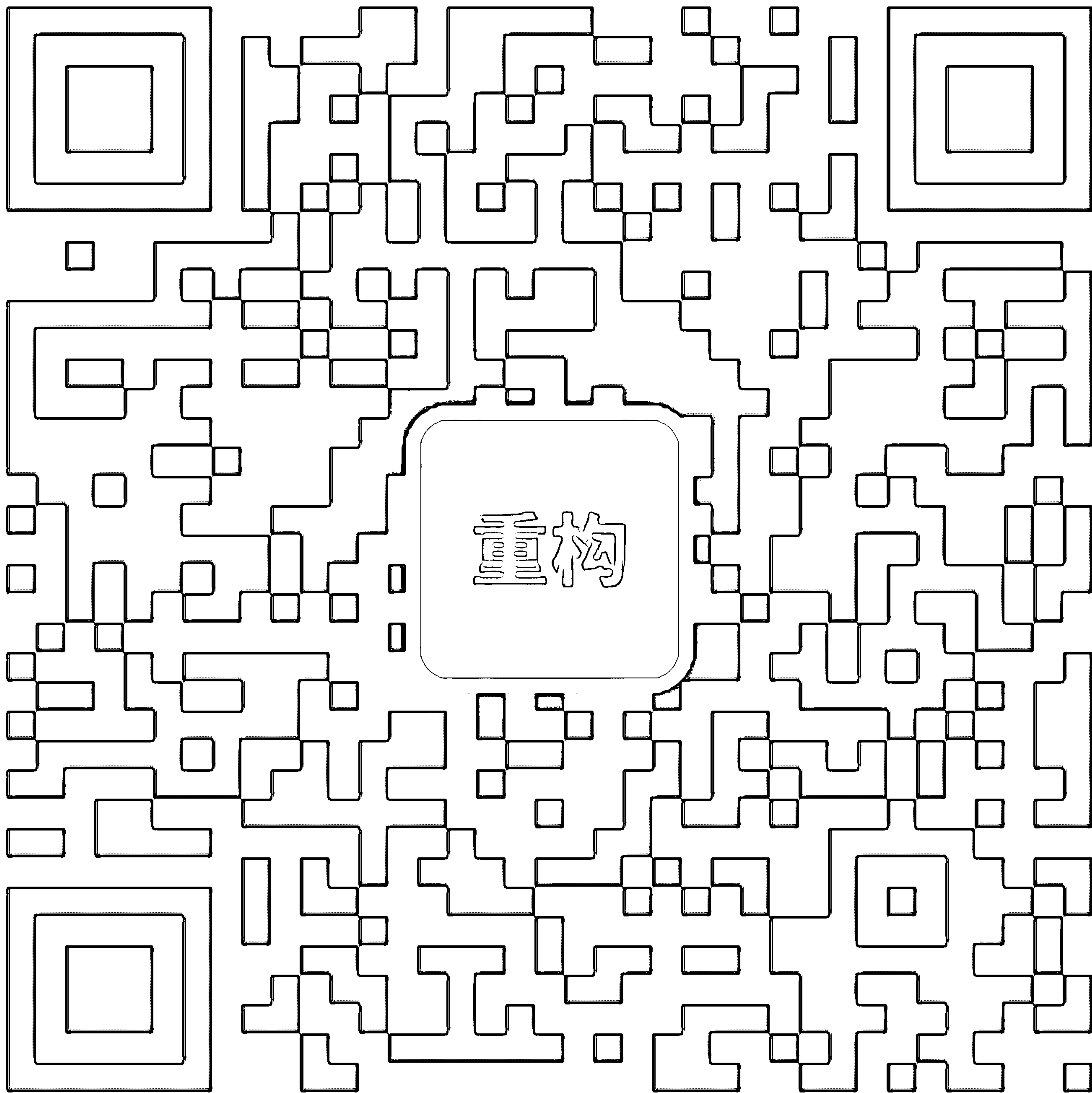
### 如果你對約會行程有所堅持

首先來看A的行程規劃。雖然正如A先生所說，立川談春的單口相聲很難搶到票，可是大多數女性對相聲沒有什麼興趣。

當然也有些女性好奇心旺盛，認為既然對方邀了，那就去看看吧（如果是我也會想去）。儘管如此，一開始就挑戰單口相聲難度還是太高了。建議你不如降低難度，先從一次有好幾組團體表演的相聲開始吧。

此外，鰻魚飯是個不錯的選擇。等待主食時，不要只是喝茶乾等，可以先點鰻魚做的開胃菜或醃漬物，搭配日本酒享用，創造出稍稍與眾不同的約會氣氛。

這種有意思的約會行程，適合懂得欣賞文化意涵的成熟女人。比起外表，這類女性更重視男人的內在。推薦給想用內涵一決勝負的你。





### 不想要帥又希望對方能理解這點的你

接著是B。先為讀者說明一下，Bis是「新生偶像研究會（Brand-new Idol Society）」的意思。在這個社群中，有些粉絲特別狂熱。雖然我本身也滿有興趣，但是我想一般人應該不太能接受。雖然最近有很多女孩子也喜歡偶像女星，但怎麼說還是極少部分。

「如果對方不能了解真正的我，就算裝出樣子也沒用啊！」這種行程似乎想傳達這個意思。可是無論男女，面對異性時，多多少少都得裝裝樣子。

「隨便找一家居酒屋」也不行。如果是靠海的城鎮就算了，至少還捕撈得到新鮮魚貨。但如果在東京市區隨便找一家居酒屋，很難吃到好吃的食物。這整趟行程與其說是約會，不如說是一般假日時的隨興行程。

可是如果對方是喜歡偶像女星、對偶像文化有興趣的女孩子，或許可以很自然地享受這套約會行程。

如果對方是想要嘗試流行的次文化女孩，或是喜歡可愛女生的秋葉原宅系女孩，很有可能輕易答應邀約，你可以試試看。只要能夠約出來，你就有機會展現自己的優點。







## 大打安全牌的你

C的話又如何呢？約會時看電影絕對是安全牌。

愛情電影或喜劇片也很安全。可是看完電影之後，最好選擇好一點的咖啡店。

也許你會覺得，不過就是喝杯咖啡，幹嘛要花那麼多錢，太浪費了。可是女孩子就是喜歡去咖啡店。也許男人會覺得很無聊，可是女孩子要是能在氣氛好的地方享用美食，就會覺得很滿足。如果你知道哪家咖啡店有好吃的鬆餅，那就更加分了。

最後是晚餐。

這位男性其實不喝酒，所以才會選擇定食餐廳。雖然這家牛舌餐廳的確很好吃，價格也不低，絕對不是便宜的東西。或許因為不是連鎖牛丼，在他心中就是「適合約會的餐廳」了吧。可是，假如是午餐就算了，如果要吃晚餐，最好還是選擇可以分食的料理。女人這種生物很貪心，喜歡一次吃很多種食物，然後每一樣都吃一點。

還有一點很重要。就算你不能喝酒，也要讓女孩子點酒，然後記得自己要點不含酒







精的飲料。因為假如男人說「想喝什麼儘管點」，但他自己卻只喝冰開水，女孩子也不好意思點飲料。

電影、咖啡店，接著是不含酒精的飲料，這種約會的缺點是很難有急速的發展，但兩個人卻可以慢慢地加深感情。尤其對象如果是害羞內向或還不夠社會化的女孩子，帶到太時尚的咖啡店或餐廳可能會讓對方覺得很緊張。因此，如果遇到同樣不太喝酒、個性老實純真的女孩子，應該可以慢慢培養出愛意。

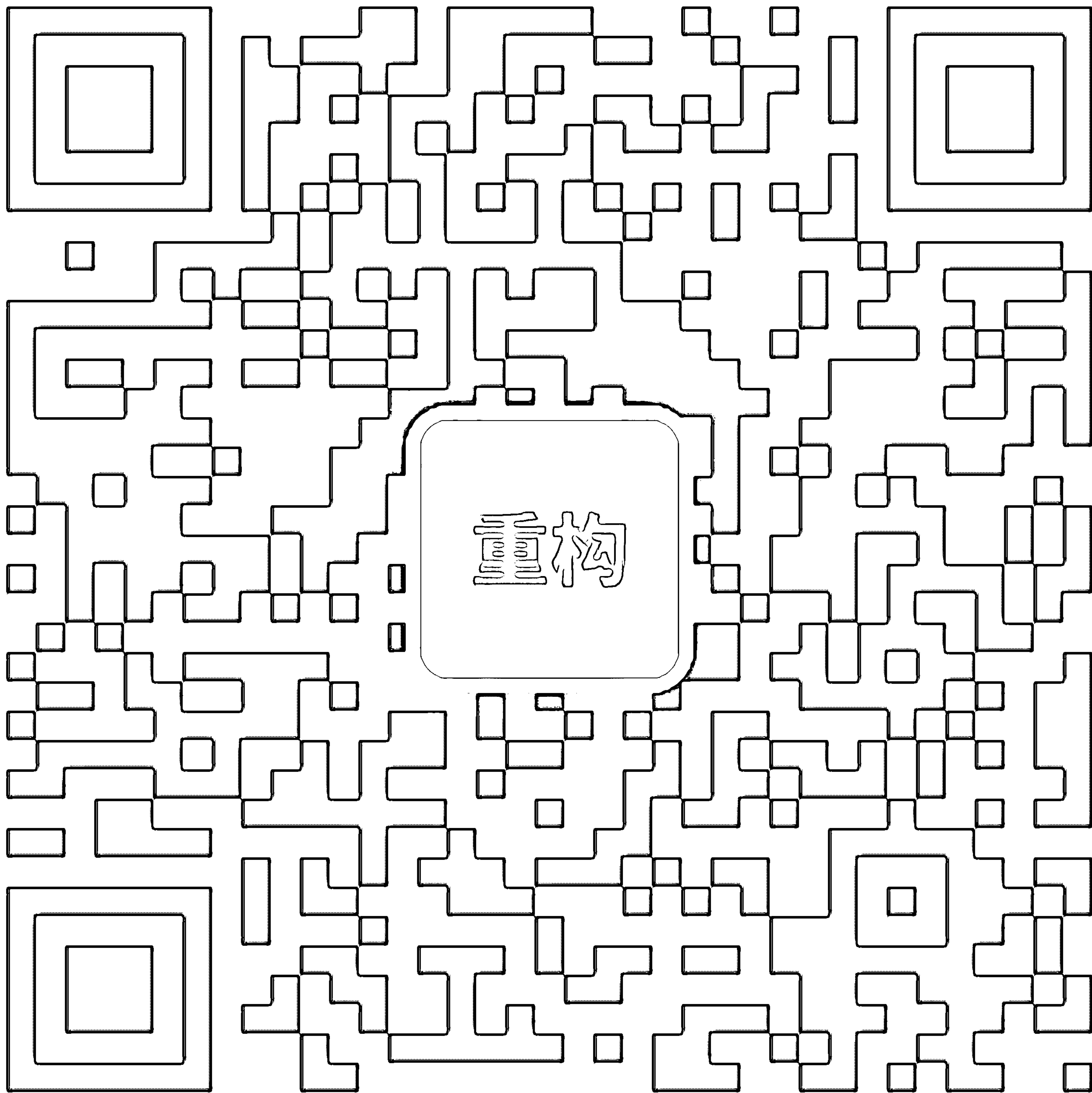
### 喜歡驚喜的你

我最喜歡D的約會行程。

棒球、桌球、羽毛球等平常沒什麼機會玩的運動，偶爾玩玩就會覺得很有趣。而且如果玩籃球一對一，還可以自然而然和對方肢體接觸，增加兩個人之間的親密感。

之後的淺草老街行程也為約會增加獨特性。尤其是天氣好的時候，還可以在露天小店喝酒，很多女孩子應該都很喜歡。

但是如果是這樣的行程，記得事先要跟女孩子說明約會地點，最好可以跟對方說「可能會需要走一點路，所以不要穿高跟鞋，穿平底鞋」、「衣服要穿暖一點」。女孩子約







會時多半會穿比較輕薄的服裝，所以在戶外吃飯、進到露天咖啡座時，都要記得請服務生拿蓋腳布來。這種貼心的小動作會讓你的好感度上升。

年紀輕、學生時代喜歡運動或是個性活潑的女孩子應該會喜歡這個行程安排，但是喜歡靜態活動、個性成熟的女性或是不擅長運動的女孩子可能會退縮。這種時候，選擇保齡球、射飛鏢等遊戲性比較強的運動或許也不錯。

### 怕麻煩的你

最後是E。

「第一次約會，還是就一起吃頓飯吧？」這種約會安排就像是正面對決一樣。

如果是異性緣好的人，還可以理解這個選擇，但如果不是，女孩子可能會覺得這種約會就是「跟普通朋友一起吃頓串燒」而已。

而且選擇自己家附近的店，意思就是讓女孩子過去找你，不但會讓人覺得不公平，還會覺得你打算就近打發掉這次約會。另外，也會讓女孩子懷疑你是否別有用心。假如你的提議是去某一家很有名的燒肉店或是喝遍酒吧街上的每一間店，才會讓人覺得這是







「這個地方才有的特色店家」，印象也會大為改觀。

最後，有一個景點是女孩子非常喜歡的地方，但不知道為什麼五位男性都沒有說到。那就是夜景。

我想，很多男人對於夜景都沒什麼興趣，所以才沒想到要帶女孩子去。可是女人卻相反，因為女人非常喜歡夜景。

而且看夜景對男人來說很有利。因為周遭昏暗，很適合突然握住小手、把頭靠在肩膀上。

一定要好好利用可以看夜景的地方，務必記住這一點喔！





## 性愛邀約

### 第幾次約會可以約對方上床呢？

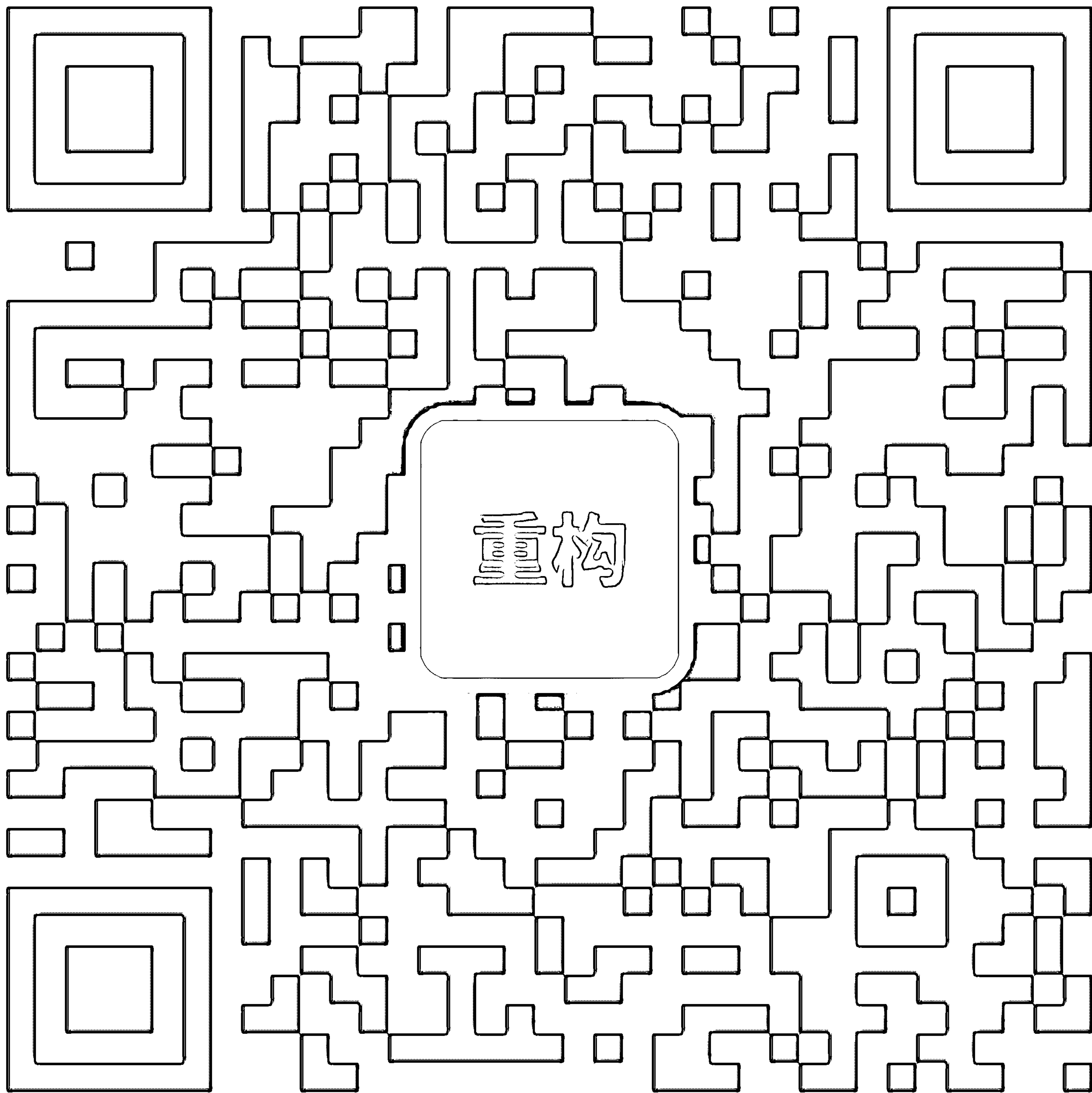
「第幾次約會才能約對方上床呢？」之所以會為此煩惱，是因為你害怕被對方拒絕吧。

如果被對方笑「你怎麼這麼飢渴」，或是被對方輕視地說「我根本沒有那個意思」，的確很丟臉。假如對方明說「我還不想跟你上床」，也很傷人。但是假如你想和對方發生關係，一定要經歷這一段。

要如何讓對方不再覺得你「飢渴」或是「沒有想跟你上床的意思」，關鍵不在認識的時間長短，而是彼此之間熟悉的程度。簡單來說，就算是約會了好幾十次，如果對方覺得和你沒有那麼熟，就會覺得你很飢渴或不想跟你上床。

所以，約會幾次之後才能約女孩子上床？這個問題並沒有唯一解。

只要是她覺得「想跟你做愛（做了也沒關係）」的時間點，就是正確的時間點。







但是累積一定的約會次數，的確可以增加兩人之間的熟悉感。

要是你只要約會一次，就能讓女孩子想跟你做愛，就算不讀這本書，某種程度上你就已經是異性緣好的男人了（當然也有些人是「做愛僅限於一次，對方之後就不願意再發生關係」。關於這種人的情況，我會在後面說明）。所以，大多數的男人都無法在第一次約會時就進展到床上。

對現在的女人來說，性這回事已經稀鬆平常了。先和男人發生關係，再依此判斷對方的女人也變多了。但是大多數的女孩子會擔心自己如果在男人第一次邀約時就答應對方，可能會被認為是隨便的女人，做完之後就會被拋棄了。她們認為「性」愛情的證明」，如果彼此沒有一定的感情基礎，沒辦法把身體交給對方。

另一方面，假如已經約會好幾次，對方卻遲遲沒有動作，女人也會懷疑「該不會是我沒有魅力吧？」、「對方是不是還在觀察我？」。此外，女人甚至會覺得「明明就想跟我上床，卻說不出口，真是優柔寡斷的男人」。所以，最重要的就是讀懂女人的心情。







## 女人的紅燈和綠燈

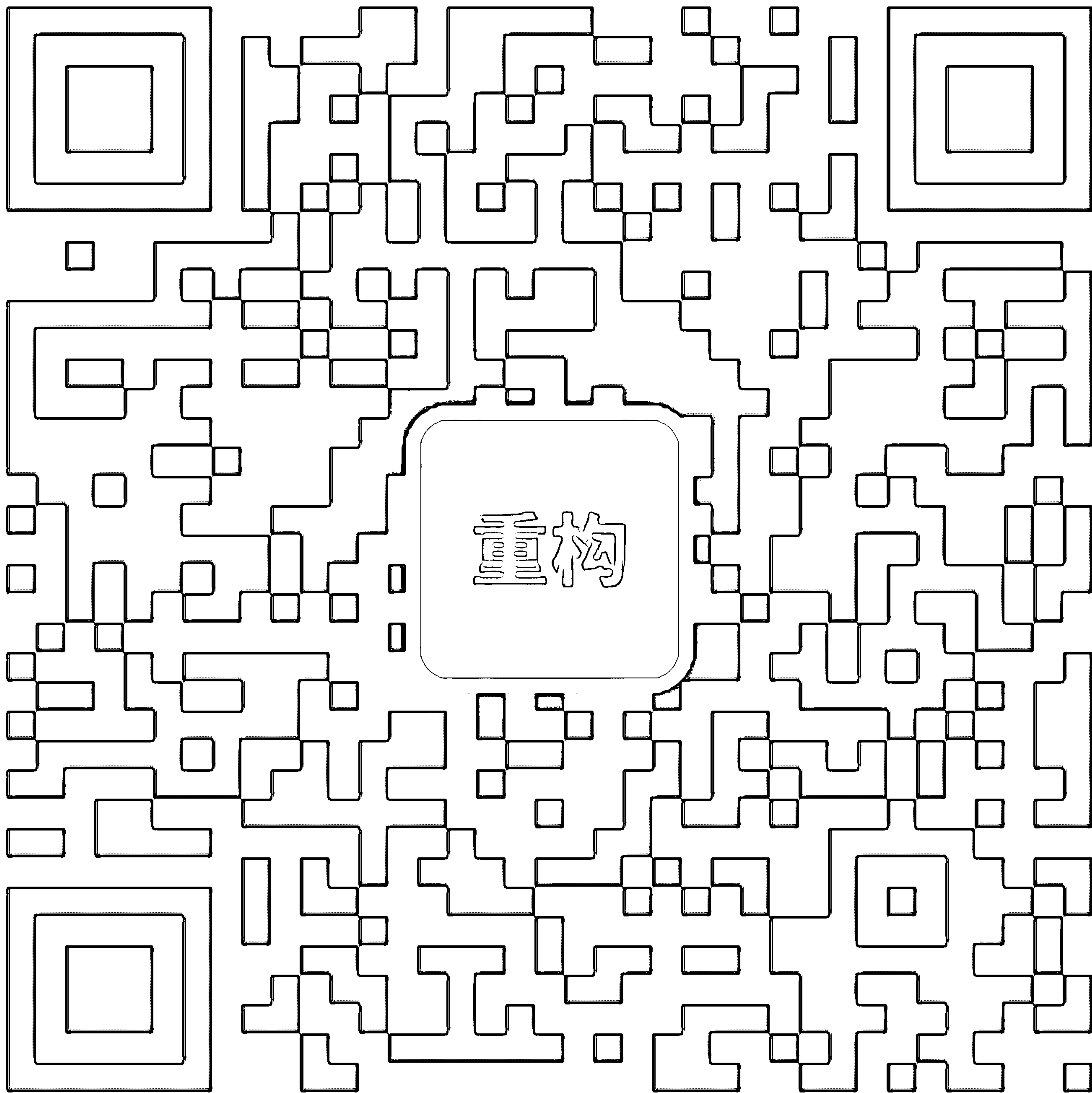
大家總是說「不討厭肢體接觸的女人，就是願意跟你做愛的女人」，但相對地，女人也將這當成小技巧，用來吸引異性。

因此，女人如果遇到喜歡的對象，也會假裝無意識地主動碰觸對方，以此表達好感。但是有些比較天真、神經比較大條的女孩子，本來就不會避諱肢體接觸。如果你擔心自己會錯意，不想因此丟臉，平常可以觀察一下對方對其他男性的態度。

兩個人一起吃飯的時候，如果對方把手機放在包包裡，一直沒拿出來，那或許是女人在暗示自己「不在意時間」。反過來說，如果不斷拿出手機確認時間，就代表她對你沒意思，或許很難下手。

另一方面，就算不喜歡肢體接觸，要一個女孩子對男人明確說出「請你不要這樣」，其實並不容易。所以其實很多女孩子的心聲是「我雖然讓你碰，但並不表示我願意跟你上床」。

女孩子雖然不會露出厭惡的表情，但是如果你不識相地一直伸手，對方很可能會覺





得你是鹹豬手。

就算是開心的時候大喊「耶ㄟ」，再順勢抱住女孩子，對方也會覺得「這個傢伙，根本是想藉機碰我嘛」，務必留意。

### 怎麼提出邀約？

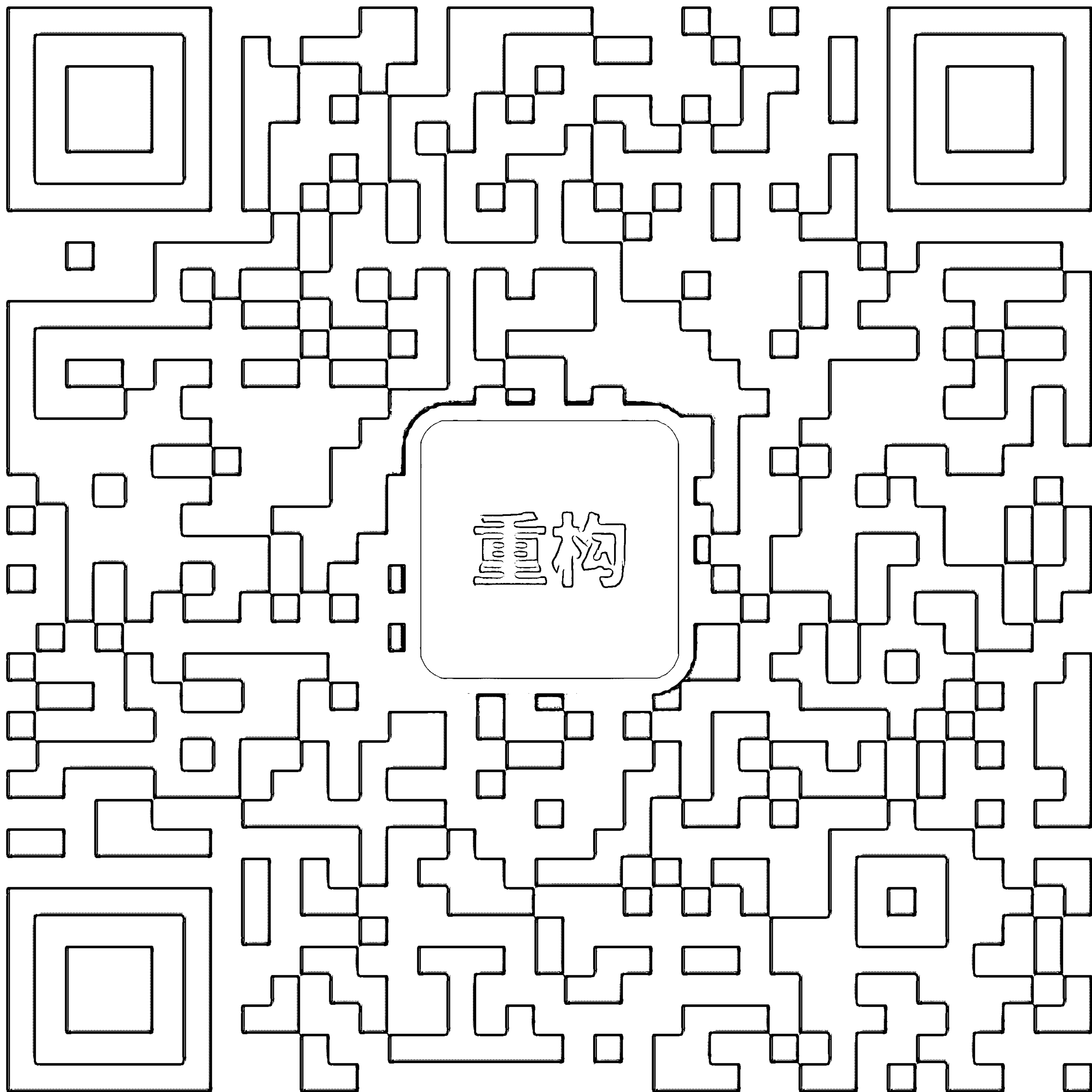
女人不是二十四小時都想做愛的生物。

只有開關打開的時候，才會想要做愛。開關是什麼呢？其實就是心動感。而如果要讓女人心動，最簡單的方法就是接吻。

當然，也有很多女人本來就非常喜歡做愛，但是大多數的女人並不是喜歡「做愛」這個行為，而是喜歡「被男人渴求」的感覺。

這麼說或許有點過頭，但是女人會認為性就是「因為被愛，所以對方才會慾望、渴求你，也因此才會交出身體」。

當然你也可以用「最後一班電車沒了，要不要住下來？」作為藉口，邀對方去摩鐵。







可是比起這種理由，女人更想聽到對方說「我想要妳」。但在正常狀況下，女人就算聽到這種話，也會理性地想「現在做好像還有點早」、「要是住下來，明天的預定行程會亂掉」、「今天本來沒有打算外宿，內衣都沒準備」。如果要讓女人的理智斷線，用身體傳達「我想要你」的話，就是透過接吻了。

在「約會」那個章節中，我之所以推薦大家去看夜景，就是為了這個。在昏暗又浪漫的場所，自然會情緒高漲，而且還可以偷偷接吻。

一開始要先輕輕地吻，並且觀察她的反應。等到她還想要更多的時候，再親久一點。接著你可以試著伸出舌頭，要是她也伸出舌頭回應你，等到親得差不多的時候，就可以開口約她去摩鐵或你家。這就是最佳時機。







## 不同類型女人的追求、邀約方法

「就算是這樣，我還是不知道要怎麼開口邀約……」為了解決你的煩惱，接下來我會針對不同類型的女人，教你如何提出邀約。

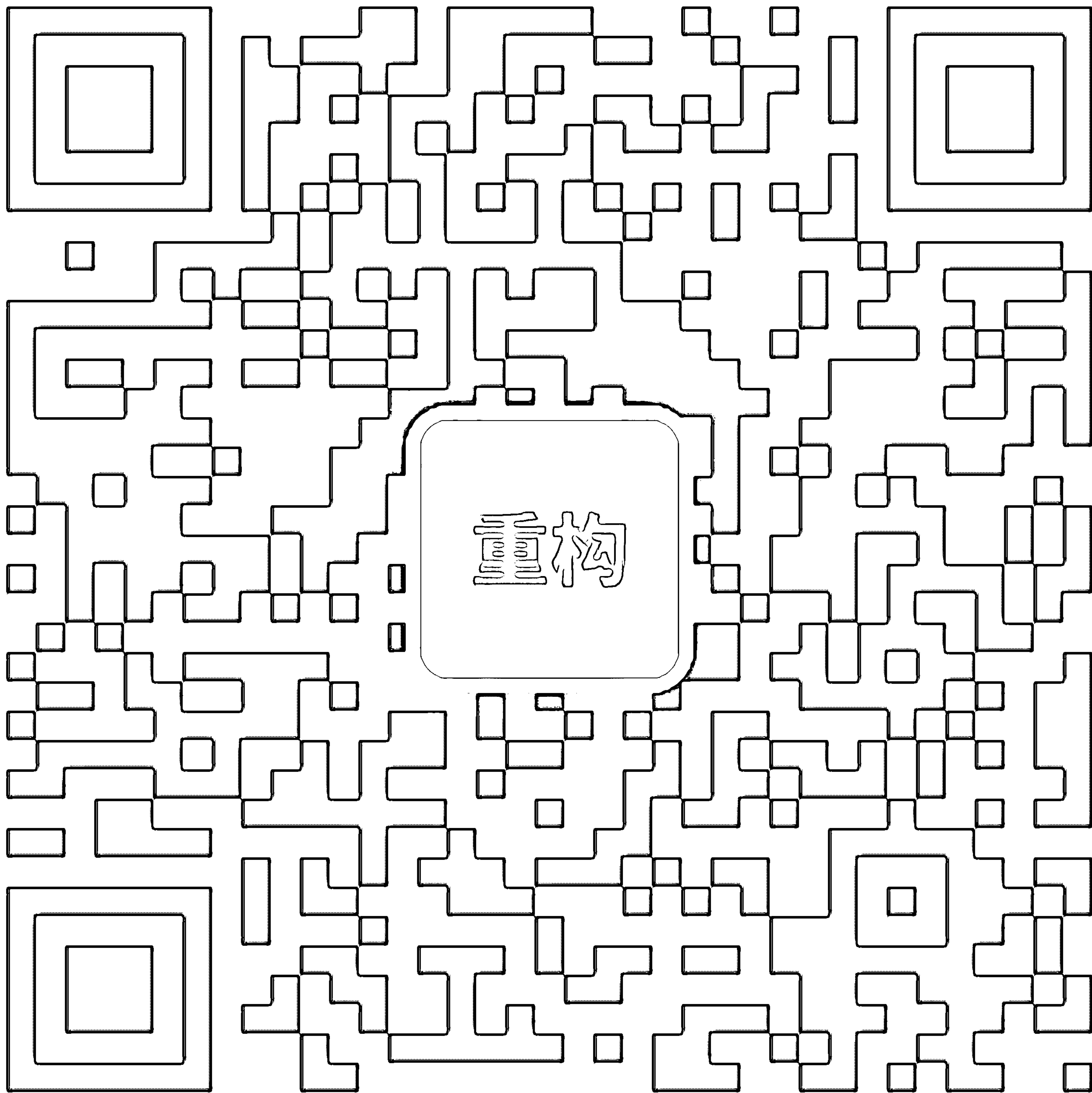
### 害羞內向的女人

如果想追求害羞內斂的女人，最重要的就是不屈不撓的心。

因為想要討她歡心，所以做了很多努力，但是這些努力到底有沒有傳達給她？真是一點頭緒也沒有。

或許你會煩惱：我做的這些事是不是給她帶來困擾？還是她是真心覺得開心？但其實不用擔心這麼多。

如果她不喜歡你，就不會接受你的邀約。如果她沒有回應，你可以當做是「不反對」的信號。假如你沒有一直進攻，兩個人的關係就不會有進展。欲擒故縱這一招，不能用在內向的女人身上。







此外，內斂型的女人很可能是因為缺乏自信，所以沒辦法將內心的情感展露出來。

「雖然很開心，但是為什麼他會為我這樣的女人做這些事呢？」

我很想對這類女人說，不要這麼沒自信啦！但畢竟她們自己也不想變成這樣，沒轍。你可以很誠懇地對她說「就連妳害羞的那一面我也很喜歡」。另外，還要肯定她的每一個選擇，例如「瀏海很適合妳」、「新買的靴子很適合妳」等，這樣她就會慢慢敞開心房，認為「這個人的確有認真地對待我」。

第一次約這類女孩子去摩鐵時，你可以提出一些只需要用「好」、「不好」回答的問題，比方說「今天可以不趕末班車嗎？」、「明天有預定行程嗎？今天就先住下來，明天我們一起去○○好嗎？」。

不可以把判斷權丟給她，問出「今天想怎麼樣呢？」這種問題。

### 粗線條的女人

雖說都是「大喇喇的粗線條女人」，但也可以分成兩種類型。







第一種是真正的粗線條。

這種女人不拘小節、作風爽快但有點粗魯。這類女人多半不喜歡優柔寡斷、沒有決斷能力的男人，所以最好直接說出「我們去摩鐵吧」。

選摩鐵的時候，不要為了找到最好選擇而到處走來走去。「聽說這裡有露天浴場」、「這間可以中午十二點再退房，能好好睡一覺」，像這樣說出簡單易懂的提議，如果她也沒問題，就趕快進去吧。挑選房間的時候，也不要讓她覺得「明明每一間看起來都差不多，價錢也只差了一千、兩千，幹嘛要考慮那麼久」，要立刻做出決定。

還有一種女人只是外表裝成粗線條，其實內心還是小少女。

因為不願正視「少女心」的自己，所以裝成粗線條。這種女人其實很希望能被男人當成「女人」一般尊重、好好對待。

雖然這麼說，但是如果你一開始使出太浪漫的招式，她雖然內心很開心，還是會說出「這種太浪漫了，我沒辦法」等破壞氣氛的話，或是冷嘲熱諷地說「你還真拚命啊」。所以當你約她去摩鐵時，可以直接說「今天一起住吧」。但是途中經過便利商店時，





記得對她說「喜歡什麼東西盡量挑」，並且買些冰淇淋、甜點、酒、褲襪給她。此外，選擇摩鐵時，也要選擇度假風、看起來比較高檔的那一種。

如果你沒辦法看穿她的少女心，覺得「反正哪一間都一樣嘛」，而選擇便宜的摩鐵。她可能會故意使出外在的粗線條性格，在摩鐵前放你鴿子，說「還是算了」。

### 不懂撒嬌、個性獨立

「喜歡上對方就會居於劣勢」、「先認真就輸了」、「男女關係就像蹺蹺板」，如同上面所說，男女之間的關係就是這麼不平等。

但是那些在戀愛中追求平等的女人，其實是因為知道自己很膽小、很依賴對方，所以才害怕失去平衡。這些女人總會提醒自己不要一頭熱、不要讓對方覺得自己的愛太沉重，所以硬撐著。但是我卻無法對她們說：「妳可以放鬆一點，沒關係的！」

因為，我對於她們這種不知道該如何撒嬌的心情，非常感同身受。

假如你希望她能多跟你撒嬌，你可以反過來先對她撒嬌。這樣一來，她就會因為想取得平衡而對你撒嬌了。





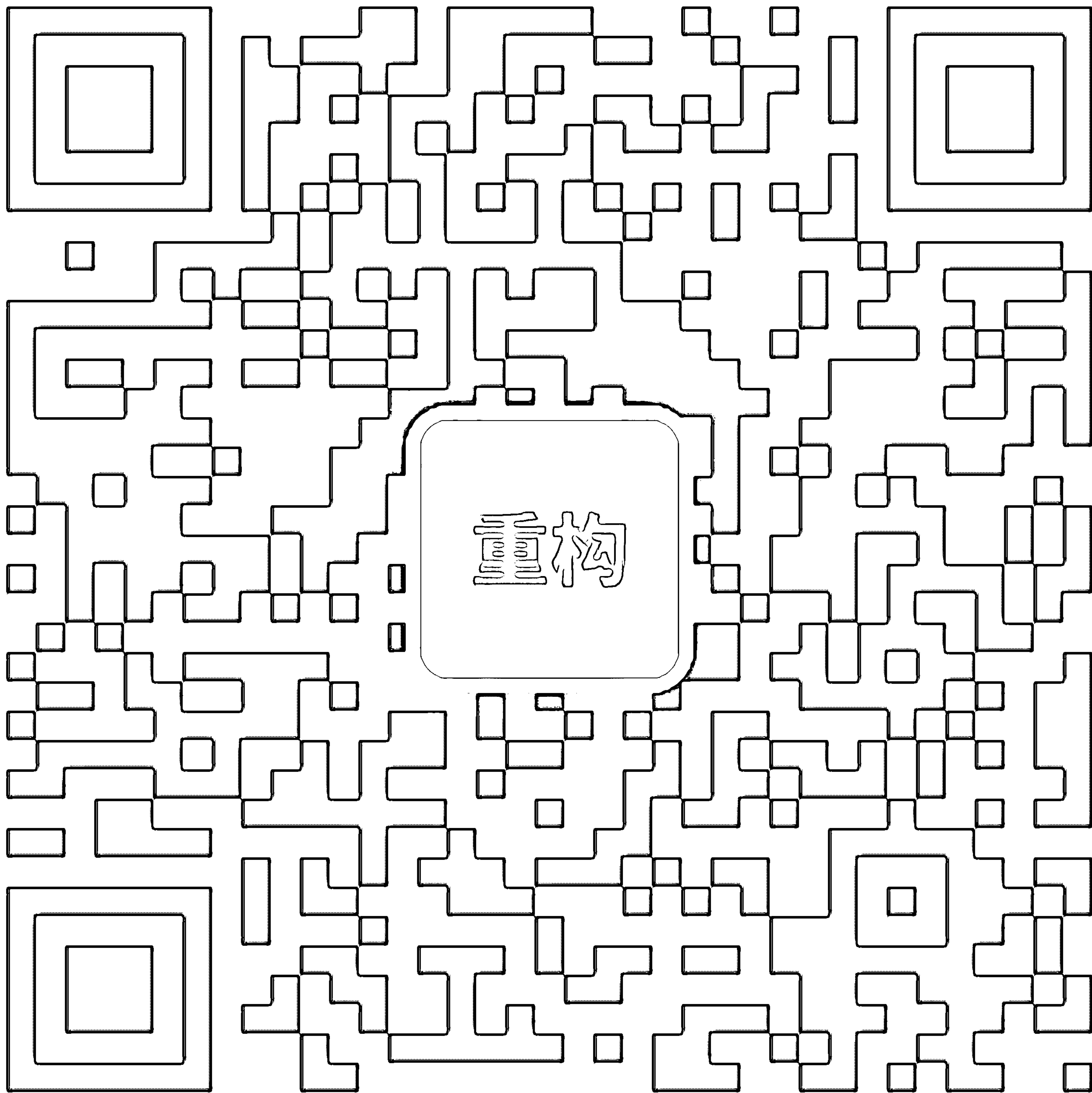


另外還有一種女人，是因為別的原因而想和男人取得平等關係。

這類女人通常在工作上和男人平分秋色，收入也不錯，對自己充滿自信，因此不願意欠男人的人情。

就算是去約會，也會很清楚地對男人說，「今天是你請客，但下次就換我出囉！」此外，如果是和年長的男性用餐，並且是由對方請客時，這類女人也會在用餐時特別用心，以此回報。例如餐點送來時會先幫忙夾菜，飲料喝完時會先問對方還想喝點什麼，對方說話時會做好聆聽者的角色，為了讓對方開心，還會不時做出回應。

如果你要約這類女人上摩鐵，首先要先確實傳達出自己想和對方交往的意思，接著再以「測試雙方在性事上的契合度」的心情進入做愛階段。假如對方做愛時很主動，你也要以同樣的態度回應。不能因為對方主動，你就變得被動，只等著對方領導，這樣會被她認為是「無聊的男人」。







## 八面玲瓏的女人

八面玲瓏的女人其實很受異性歡迎。

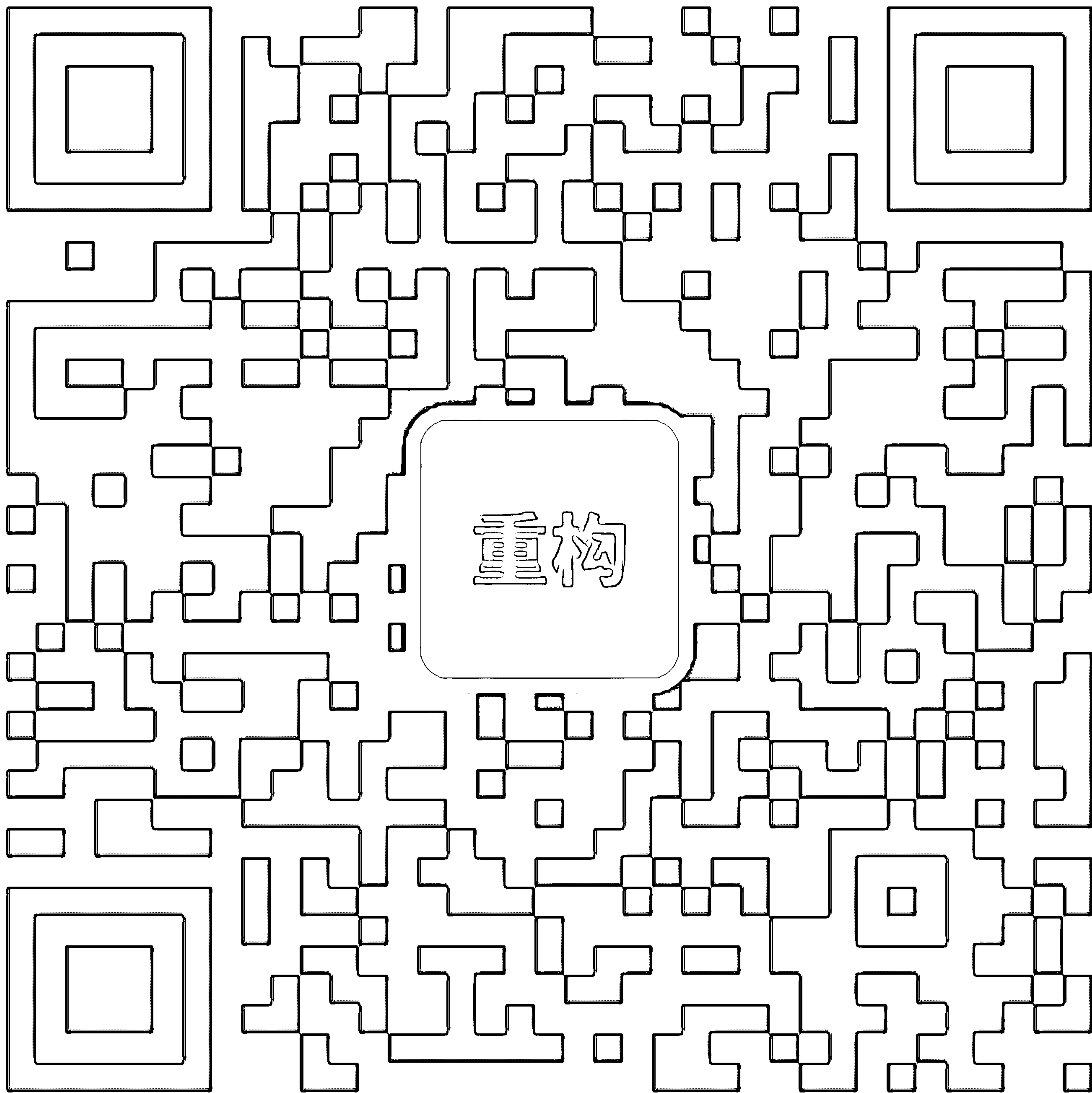
假如你喜歡的對象是這種女孩子，成功的機率非常小。這種女孩子很習慣被男人追求，蒼蠅老是在身邊飛來飛去。

「可是那個女孩子對我的態度明顯和對其他人不一樣。對於自己不喜歡的男人，相處的方式應該不是這樣吧」假如這麼想，代表你早就上鉤了。你可以試著問問周遭的男人怎麼看她。其他人應該會說「她曾經邀我一起去吃飯」、「我們常常互傳訊息」。

那麼，如果想要追求這種女人，應該要怎麼做呢？

首先請你依序寫出你喜歡她的十個原因。在這些原因中，有幾個是專屬於她、只有在她身上才會出現的特色呢？

「很可愛」、「很活潑」、「相處起來很愉快」、「胸部很大」、「談得來」，如果你只想得出這些，那還不行。要舉出更具體的特色。





如果舉不出來，那麼，你真的喜歡她嗎？

是不是只是因為她看起來好像喜歡你，所以她才喜歡上她呢？

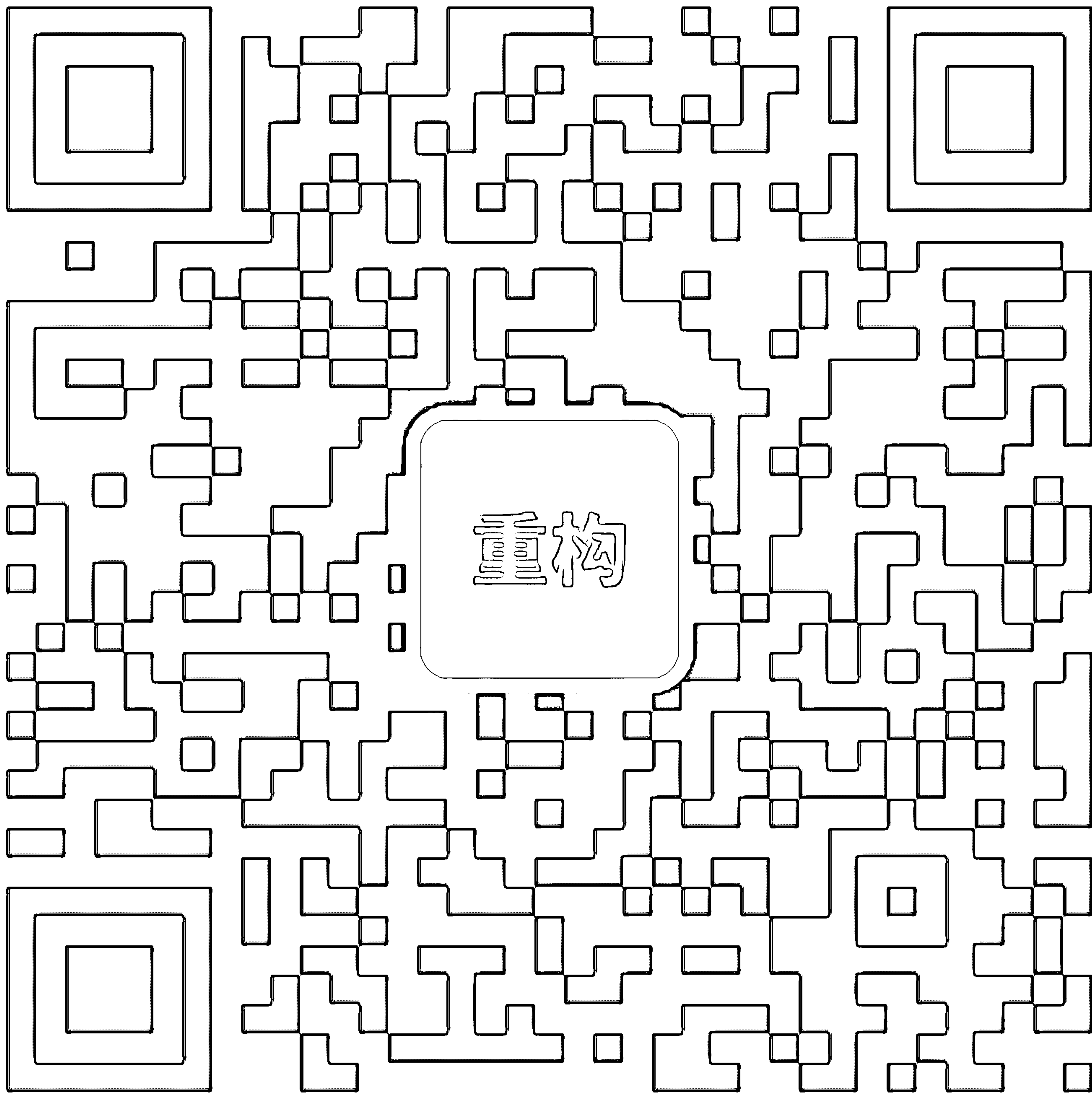
可是她本來就是八面玲瓏的女孩子，會做出那些事情，並不是代表真的喜歡你。而且她也不可能會喜歡上因為誤以為自己對他有意，所以才喜歡自己的男人。

如果你想要吸引這種女孩子，首先要看清楚她的本質，並且認真地喜歡她。接著好好地告訴對方，你到底為什麼喜歡她。等到她可以理解你的心意，再以「希望兩個人能更親密」的心態約對方去摩鐵。等到她知道你和其他想討好她的男人不一樣，應該就會對你敞開心房了。

### 天然呆、搞不清楚她在想什麼的女人

天然呆的女孩子，很容易被同性認為她的表現都是「裝出來的」。

當然的確有些女孩子天生就傻氣可愛，但是這種女孩子大概只佔男人心中天然呆的三成。剩下的七成都是裝出來的樣子，簡單來說就是「人工天然呆」。







為什麼女孩子要裝成天然呆呢？原因很簡單，就是因為男人喜歡這種女孩子。另外，在女孩子的群體中，天然呆也會受到大家疼愛，不需要領導群體、下判斷，非常輕鬆。

那麼要怎麼做才能追求到這種女孩子呢？這件事其實很難。因為她們很喜歡自己被很多男人討好的感覺。

但是不管再怎麼喜歡被男人討好，前提都是她有男朋友。所以，如果你想要追求這種女孩子，必須要在她和男朋友處不好的時候趁機下手。

其中一個下手的方法就是成為她「最親密的男性朋友」。只要你是她和男朋友吵架時，第一個諮詢的對象，就不會錯失機會。

成為「最親密的男性朋友」這個方法不只適用於人工天然呆，也可以用在真正的天然呆身上。

一般頭腦稍微靈光一點的女孩子，當男人對自己太溫柔體貼時，都會查覺到不對勁，懷疑對方是不是對自己有意思。同時也會想，「如果我也對他好，他可能不會放棄我，這樣他就太可憐了」，因此也不太會麻煩對方。但是天然呆的女孩子的思考程度只到「他







是不是喜歡我啊？」就停止，甚至根本沒發現對方喜歡自己。

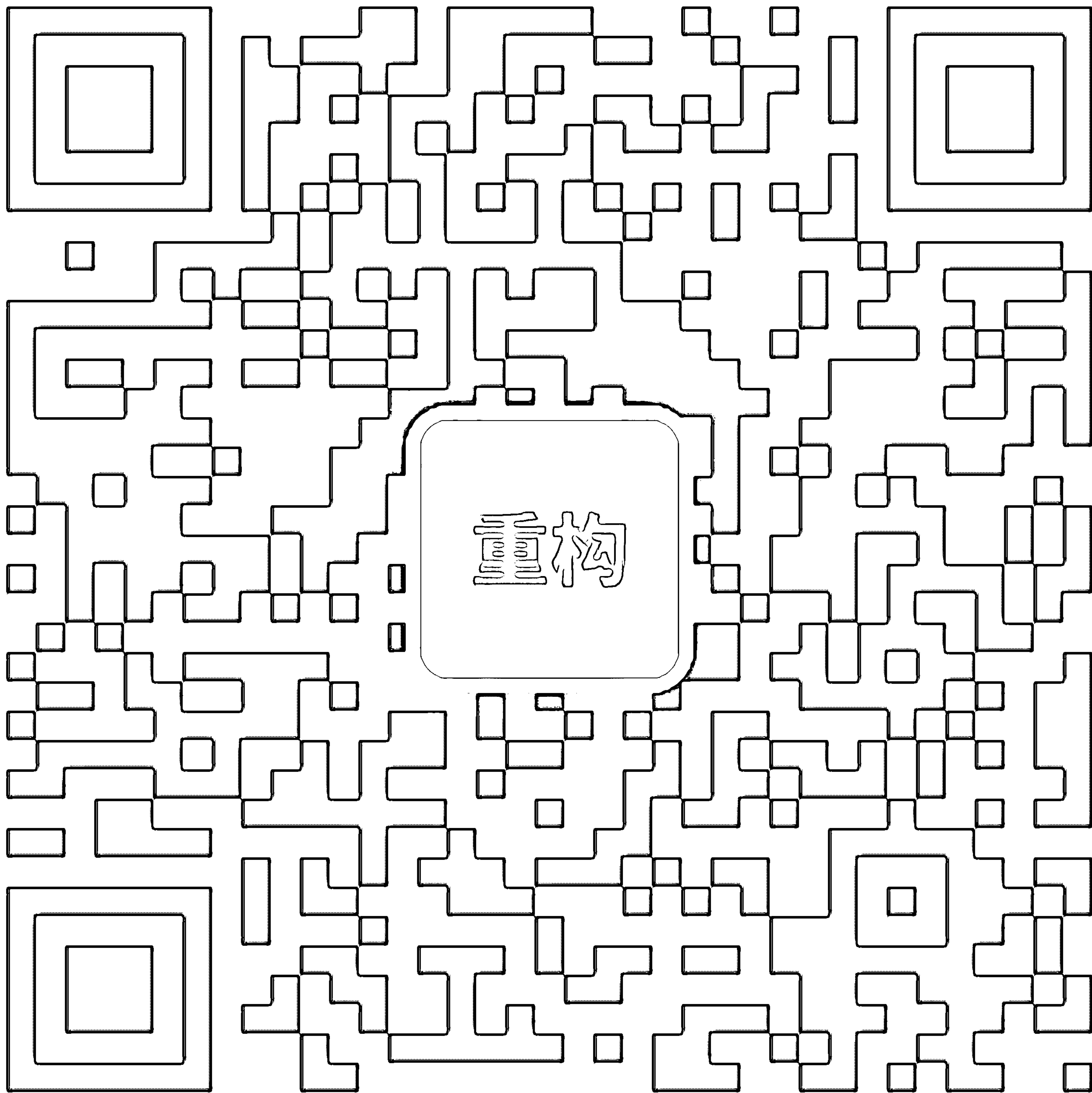
所以如果想要追求這種女孩子，首先要成為她身邊最親密的男性友人。畢竟有時候就是欲速則不達。

此外，約這種女孩子去摩鐵時，最要不得的就是用「末班車沒了」這種理由。你一定要好好讓對方知道你不是把她當朋友，而是當做女人看待。如果不這麼做，就算兩個人進到摩鐵，對方還是有可能會說「我沒有這個意思」，然後迅速逃走。

### 戀愛經驗豐富、已經摸透男人的女人

戀愛經驗豐富的女人，簡單來說就是很容易對異性心動的女人。還有一種是認為「男女交往」這件事沒什麼大不了，覺得可以先交往看看，再思考自己是否喜歡對方。

前者會因為一時衝動，容易和自己覺得還不錯的人發生關係或是交往。後者則是覺得想太多也沒用，總之先做再說，所以一路以來都是這樣發展戀愛關係。這種類型的女人基本上很好親近，容易和別人打成一片，具備「八面玲瓏的美人」的元素，還滿受男







人歡迎。

因為異性緣好，再加上很容易發生性關係，所以看過不少男人。「這個男人是走這種模式啊」，她們會建立起自己的一套系統。

但是她們並不會因為心中的這一套系統，而變得不容易談戀愛。如果她們擁有良好的戀愛經驗，沒有對男人產生幻滅感或輕視男人，反而可以善用自己對男人的了解。「如果對這種類型的人說了這種話，他絕對會生氣，所以不可以說」、「如果對這種人做了這件事，對方會很高興」，像這樣擁有舒適的戀愛關係。

如果你喜歡上這種女孩子，一開始可以先試著問她過去的交往經驗。然後在對方不會反感的前提下，問她「什麼樣的男人，做了哪些事讓你覺得很好」、「什麼樣的男人，做了哪些事會讓你覺得很糟」。接著學習那些她心目中的優點，小心不要犯下同樣的錯誤。這麼做，應該很容易贏得她對你的好感。

但如果對方覺得「談戀愛好麻煩」，或是因為前一段感情有過不好的回憶，所以覺得「談戀愛根本就是折磨」「男人不過就是這樣嘛」的話，要追求就很困難了。這種女







孩子會從自己過往的經驗找答案，認為「反正這種男人就是會做出這些事」，連機會都不願意給你。

就算如此，你也要陪在她身邊，讓她對男人改觀。這種女孩子本來就很容易陷入愛河，所以你只要讓她覺得「這個人或許和之前（傷過我）的人不一樣」，她很快就會回到戀愛模式中了。

當她回到戀愛模式，之後就一路往前進了。因為性經驗豐富，說不定反而是你會因此而擔心呢！

但是不用擔心這一點。

對很多女人來說，性並不是實驗試紙。就算沒有厲害的性技巧或是大到驚人的小弟，只要你願意溫柔細心地對待女人，她們就會覺得很舒服。而且因為這類女孩子對於男人已經有某種程度上的了解，所以也不會對性擁有過多的期待。





### 活潑開朗、小妹妹型、朋友很多的女孩子

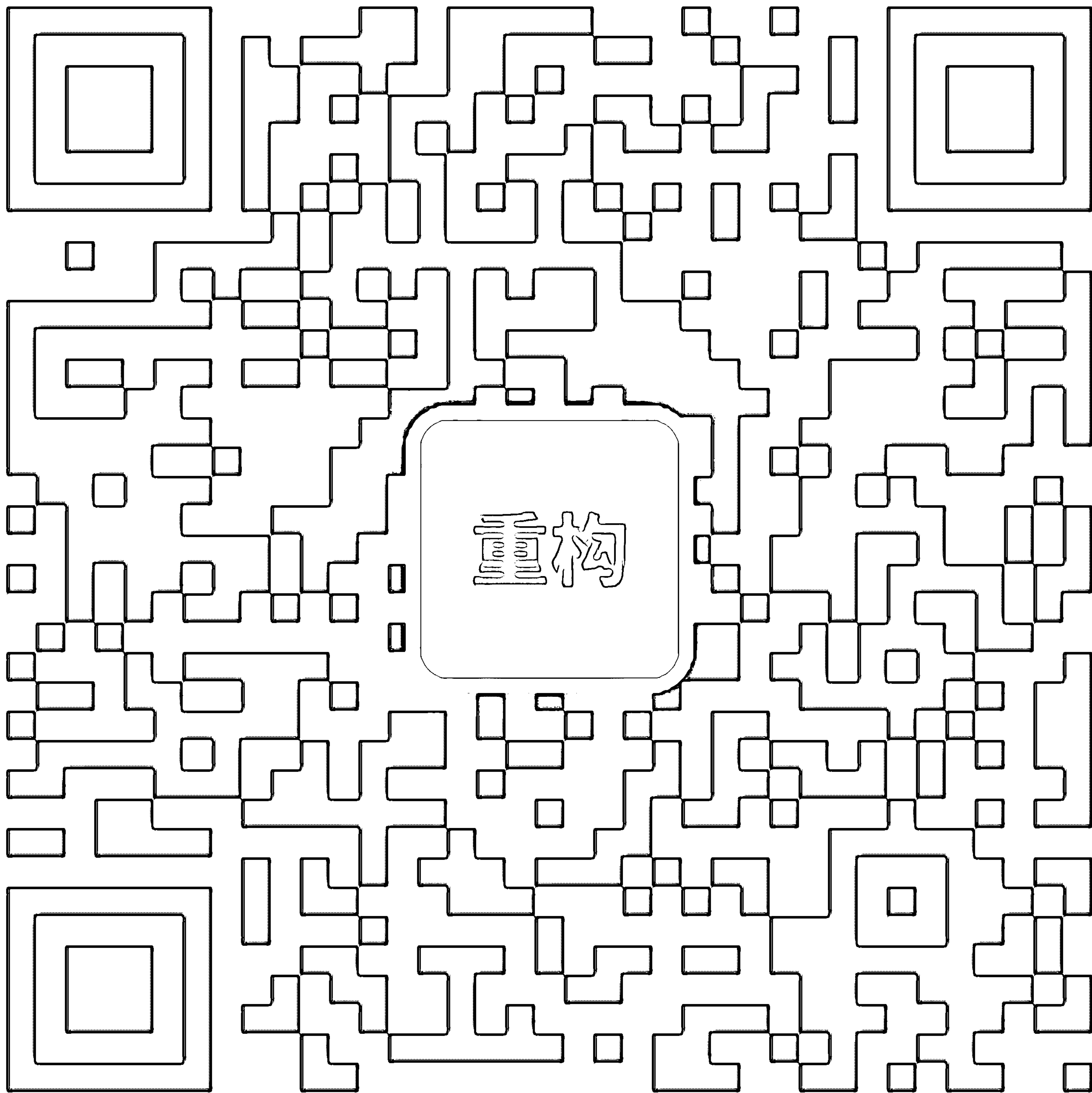
一般出社會的人，總是煩惱該如何運用有限的時間。除了打掃、洗衣等為了維持生活環境而不得不做的家事，還會想看看電影、讀讀書，也會想和朋友碰面。如果有學才藝也會花掉時間。

工作結束後的那幾個小時、一週只有少少幾天的假日，該怎麼度過這些時間是個很重要的問題。從這裡也可以看出來一個人把哪些事情放在優先位置。

我們當然不會那麼常和朋友碰面，有時候也不得不拒絕邀約。但反過來說，如果總是拒絕邀約，對方會覺得你是不是不願意一起出去，慢慢地就不敢再約你了。所以朋友很多的女孩子，就是不太會拒絕別人的人。

她們喜歡和大家聚在一起，喜歡光鮮亮麗的事物，另一方面則是很怕寂寞，不喜歡一個人待在家裡。

如果你想跟這類型的女孩子發展成超友誼關係，一定要勤快地跟她連絡。然後也要跟她的好朋友混熟，增加相處的機會，就算不是兩個人單獨出去也沒關係。讓她的好朋

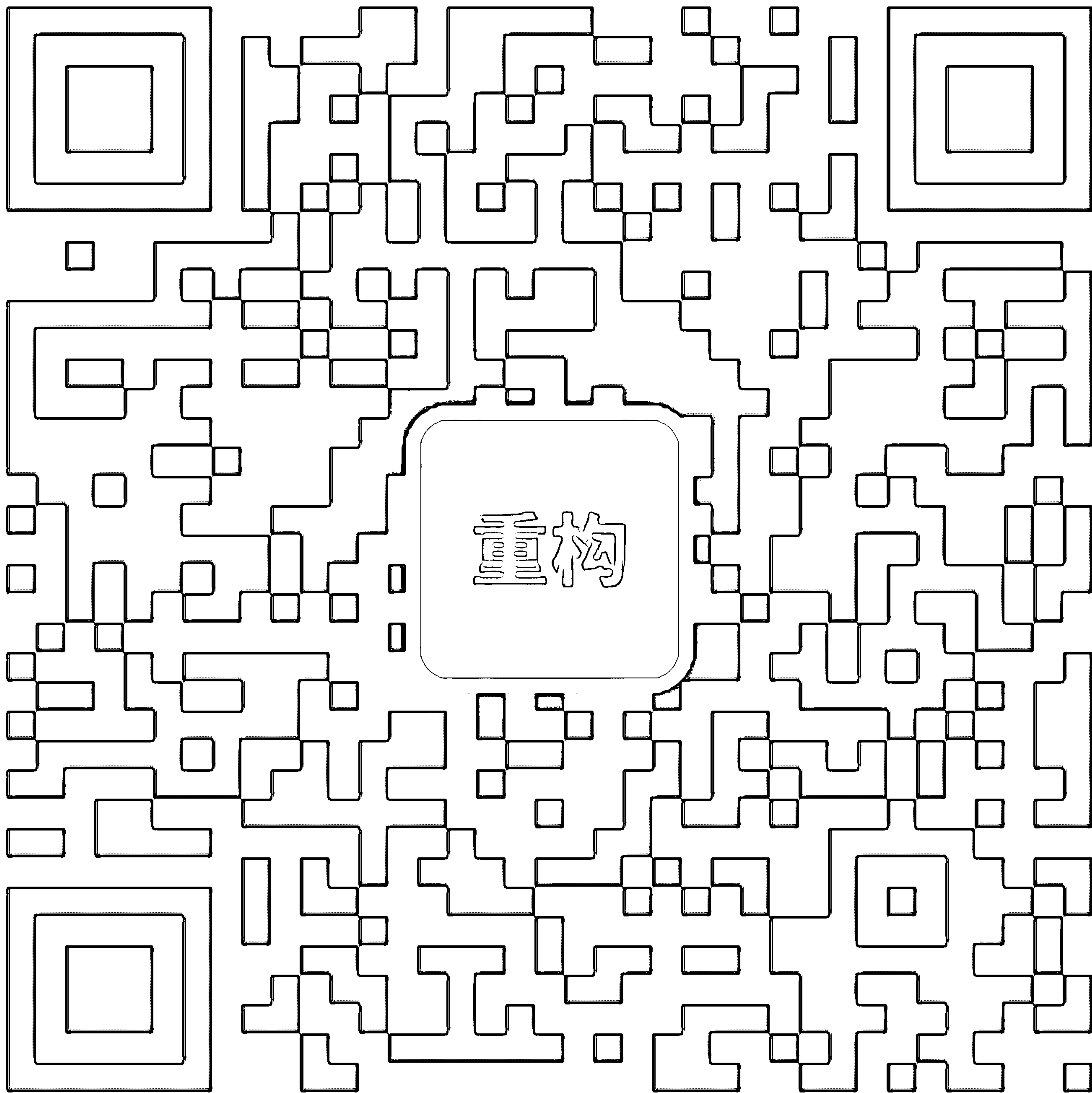






友幫你敲敲邊鼓也不錯。

等到你們變成很好的朋友，甚至可以很稀鬆平常地進出雙方家裡就成了。等到她覺得「你在她身邊」這件事很理所當然，就可以告白了。如果已經可以進出家裡，就算不約去摩鐵，也可以很自然地發生關係。但如果哪天約她到摩鐵做愛，或許她也會因為新鮮感而覺得很開心喔！







## 被拒絕了，怎麼辦？

雖然已經進展到深吻的階段，但是她卻不願意跟你去摩鐵或你家。這種情況可能是因為以下幾個理由。

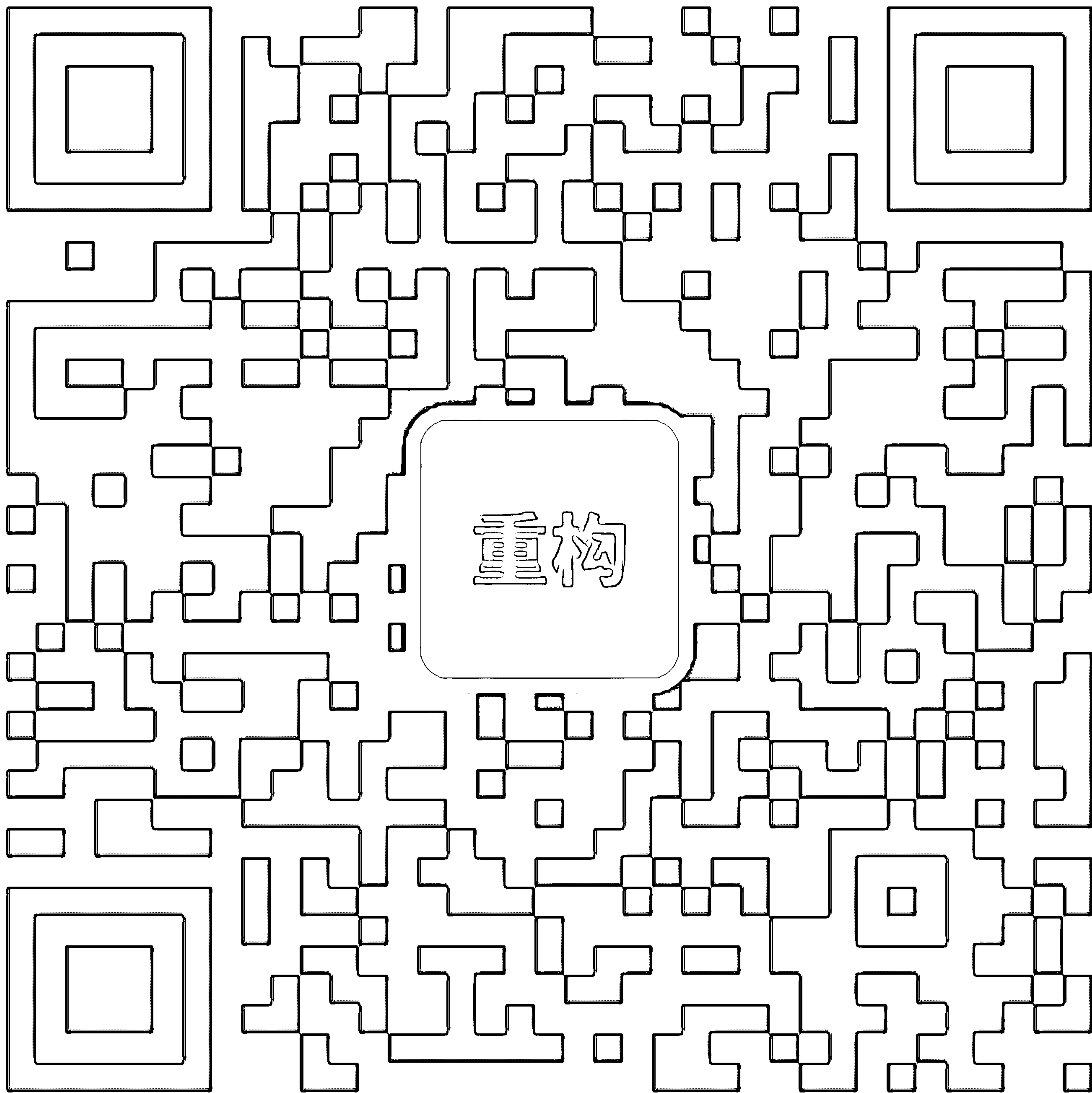
①「並不是不想跟你做愛」：隔天早上真的有事、家裡有門禁、正好碰到生理期等。

②「留校察看」：還沒認識多久就做愛，進度有點太快。認為如果之後不會交往，就沒辦法跟你做愛。

③「不想跟你做愛」：接吻之後，確認自己並沒有那麼喜歡你。或是覺得雖然可以跟你出來約會或接吻，但是不願意再往下發展。

如果是①，那就是時間點的問題。個性老實的女孩子，應該會跟你說「雖然我想跟你在一起，但是因為有這些原因，所以今天沒辦法。」

如果是②，前者可以再繼續約會幾次，看看對方的狀況。後者的話，就必須跟對方





告白，然後開始「交往」（必須以言語或行動和對方說明自己不是為了她的身體才交往）。

但如果是③，你再約她幾次也沒有用（以猛烈追求贏得芳心雖然也不是完全沒有機會，但成功機率非常小。幾乎只是浪費時間。你就想成自己跟對方無緣或是遇到壞女人，繼續找尋下一個目標吧。）

可是，假如是③，對方也可能是因為不想傷害對方，或是為了要保護自己而說出①和②的理由。①的話只是因為時間點不好，等到下次約會時多半就可以了。而②的話，只要能夠滿足對方的需求，就可以順利達陣。

分辨①②和③的方法有兩個。一是下次約會的地點選在你家，二是主動說要各付各的（※不論多少錢都會說要自己付）。







## 性這回事，女人這樣看

### 女人從少女漫畫學習「性」

首先要跟你說明的是，女人不是從A片中學會性，而是從少女漫畫中學習。

少女漫畫的性是怎麼樣的呢？少女漫畫中的性是從接吻開始，然後床單被抓皺，兩個人的手緊緊交握。最近的TL漫畫（譯註：角色設定和少女漫畫相同，但內容涉及性事）中，雖然也有比較激情一點的舔陰、69、肛交、3P，還會有一點口交，但是沒有顏射、沒有男性強壓式的口交，也沒有乳交。簡單來說，就是以「讓女人舒服」為優先，男人的工作就是服務對方。

當然，實際的性行為和漫畫一定不一樣。這一點大家都知道。但是就像男人希望女人能做到A片中的表現，女人也期待著如漫畫般的性。所以男人只要能稍微溫柔、浪漫地抱住女人，女人就會覺得「和那個男人做愛很棒」。女人所謂的「很會做愛」，不是只看技巧。







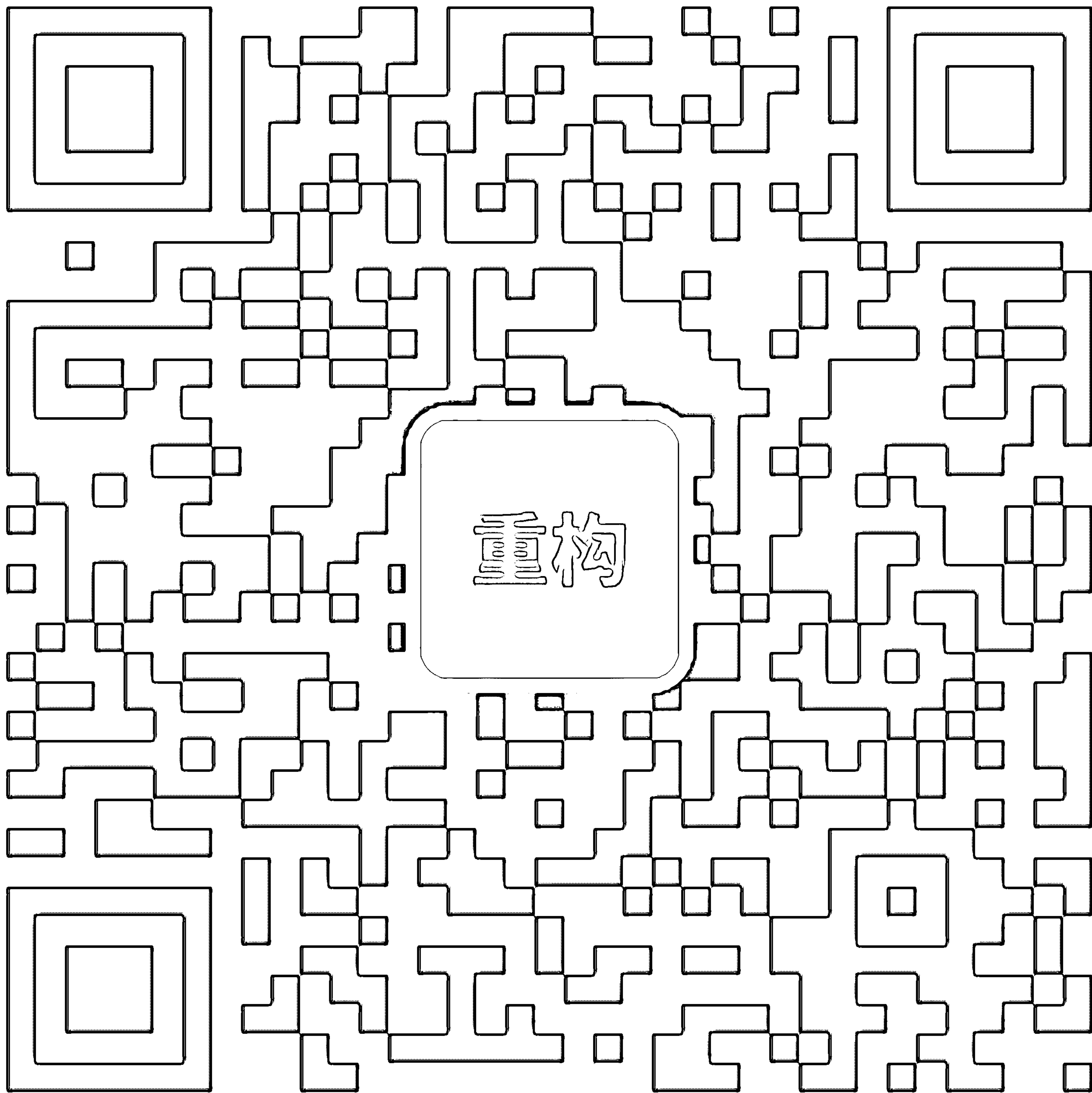
「可是我很喜歡痴女，那我該怎麼辦呢？少女漫畫裡面難道沒有痴女嗎？」或許你會這樣想。但是請你放心。我說過很多次了，女人非常明白漫畫中的性不會發生在現實生活中。

畢竟自己的身體就和T L漫畫的女主角不一樣。如果有空氣擠進去，會發出讓人害羞的聲音，而且也不會像漫畫主角一樣敏感，可以高潮那麼多次。在累積性經驗的過程中，女人會慢慢知道自己的「性癖」。其中當然有些女人會了解自己擁有S式、痴女式的性癖，例如「喜歡主動讓男人高潮」、「喜歡以騎乘式做愛，看到男人心急就會興奮」。

此外，女人也會想要讓自己喜歡的男人舒服。等到熟悉之後，也有可能希望男人可以要求她扮成痴女。但是「希望對方舒服」、「想要讓對方舒服」，都是因為那個人是自己喜歡的男人。

### 想和什麼人做愛，男女大不同

我看過一部電影，裡面有一個男性角色的台詞是「不管哪種女人我都想要跟她做愛。就算是我討厭的女人也想跟她做愛，而且還想看她舒服到不行的樣子。」







女人的話，不會想跟所有男人做愛。如果是自己討厭的男人，連碰都不想碰，更何況是做愛了。絕對不會想讓討厭的男人成為自己服侍的對象。女人願意服侍的人，一定是自己有好感的男人。這個男人會因為女人主動出擊而顯得羞澀，女人也會因此心動。

所以如果講得粗魯一點，男人就是「如果可以，能夠跟大部分的女人做愛」，女人則是「就算可以跟所有男人做愛，也只想跟自己想要的男人做愛」。

女人當然也有慾望，但是女人的性慾跟男人不太一樣。

女人的性慾不只是肉體上的興奮如「被對方舔性器官、舔對方的性器官，或是被插入後覺得很舒服」，以及精神上的興奮如「聽到對方說下流的言語或是擺出放蕩的姿勢」。「想要被對方溫柔地對待、想被對方熱切地渴求」這種精神上的滿足更占了非常重要的比重。

### 選擇摩鐵

男人心裡可能會覺得，反正也只會待幾個小時，可以的話，選便宜的摩鐵就好。但是對女人來說，摩鐵的高檔程度等於自己在男人心中有多大分量。所以第一次做愛，就







別選在太舊太髒的地方吧！

有些男人會說「第一次給對方太高規格也沒什麼用」，但是女人會認為，「至少第一次要好好表現吧！」我當然不會要你訂商務飯店，也不需要選擇摩鐵區中最高檔的那一家，但最好還是選則中上程度的摩鐵。

### 要不要先沖澡？

每個人的衛生觀念都不同，再說，人身上的味道其實很性感。

我的居合道老師、同時也是官能小說作家的睦月影郎先生說：「做愛前洗澡，真是不可原諒。有人會笨到先洗鰻魚再吃嗎？」但對大部分女人來說，體味還是挺讓人在意。尤其是第一次做愛的時候，還是會想要洗澡，也是為了可以在浴室確認一下身上的體毛或髒東西。

一進到房間裡就無法克制地撲倒對方，這樣雖然很激情也很讓人開心，但是只能進展到接吻和撫摸胸部，繼續進行之前還是要先沖個澡。





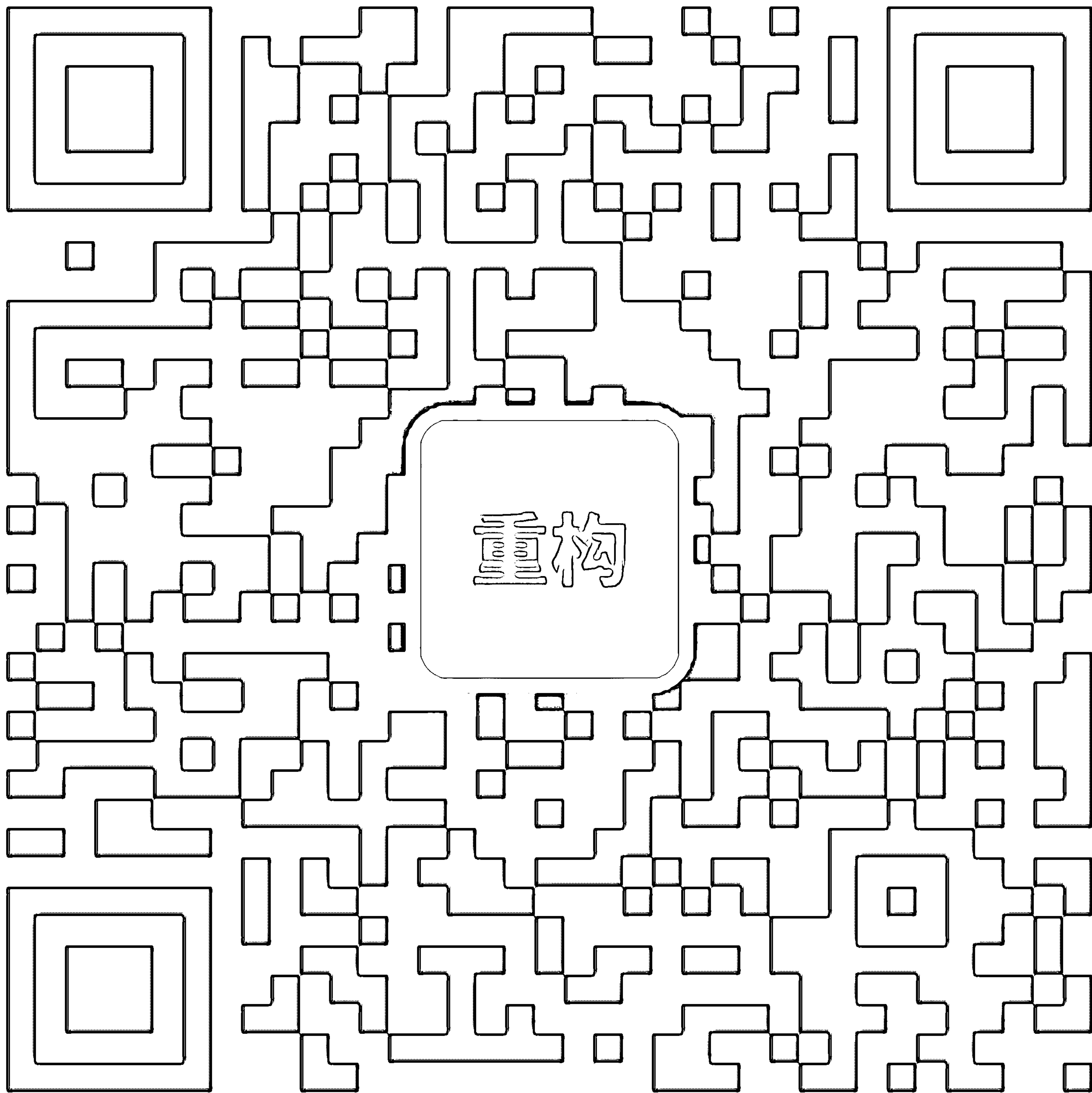
有多少女人會在意體味呢？我有一位很開放的女性朋友，據說身上隨時都帶著濕紙巾。在男人家時，如果出現了要做愛的預感，就會先去廁所用濕紙巾擦拭私處。

被男人聞到或舔到沒洗過的私處，女人就是會覺得很羞恥。

雖然有的男人會說「沒關係啦，我不在意」，但這種男人自己也不會沖澡呢！

「沒沖澡我會不好意思，不要舔那裡」，女人會這樣拒絕男人。但是男人如果把沒洗過的小弟弟掏出來說「幫我舔一下」時，總是會讓人熄火。而且女人還會覺得，這傢伙真是沒神經啊。沒洗過的小弟弟一定很臭，女人絕對不想幫你舔。

交往久了之後，或許會連對方的體味都很喜歡。但是剛開始交往的時候，絕對不是這樣。當然也有些女人不在味道，認為只要是人多半都會有些體味。但如果你心儀的女人，還是先一起沖個澡比較好。如果你對體味有特殊偏好，至少也要把自己洗乾淨喔！







### 灰色內褲是大忌

女人如果拒絕突如其來的做愛邀約，其中一個理由會是「今天穿的內衣不能帶出場」。但相反地，男人卻不會因為今天穿了帶不出場的內褲而拒絕上摩鐵。

但是出乎意料地，女人其實會注意男人的內褲。

女人當然不會因為內褲的鬆緊帶鬆垮垮或內褲褪色而討厭一個男人，但是好不容易高漲的情緒卻會因此受影響，就像是被拉回現實世界一樣。

而那種像是會在百元商店出現、料子輕薄的格紋四角褲，則是有種小屁孩感。會讓女人忍不住懷疑：「這男人該不會到現在還是讓媽媽幫忙買內褲吧？」

其實這種「不太可靠的無用男」在女性族群中也不是沒有人喜歡，但是這不是每個人都能做到。往「性感」路線努力，反而比較快。

可是說到性感，男人的性感就和女人的一樣，如果做過頭了，反而會變得很可笑。

能夠讓小弟弟的形狀顯得很清楚的子彈內褲，假如搭配上緊實的肌肉，確實會很誘人。但如果是骨肉如柴、腦滿腸肥的身材，穿了只會讓人覺得尷尬。所以，最保險的內







褲大概就是四角褲了。

可是如果是灰色的四角褲，就會讓汗漬變得很明顯。

雖然有很多女人不在意，還會覺得男人「就是這種地方讓人覺得可愛」，但如果你正煩惱該穿什麼樣的內褲，我建議你最好選擇深藍色或黑色的四角褲。

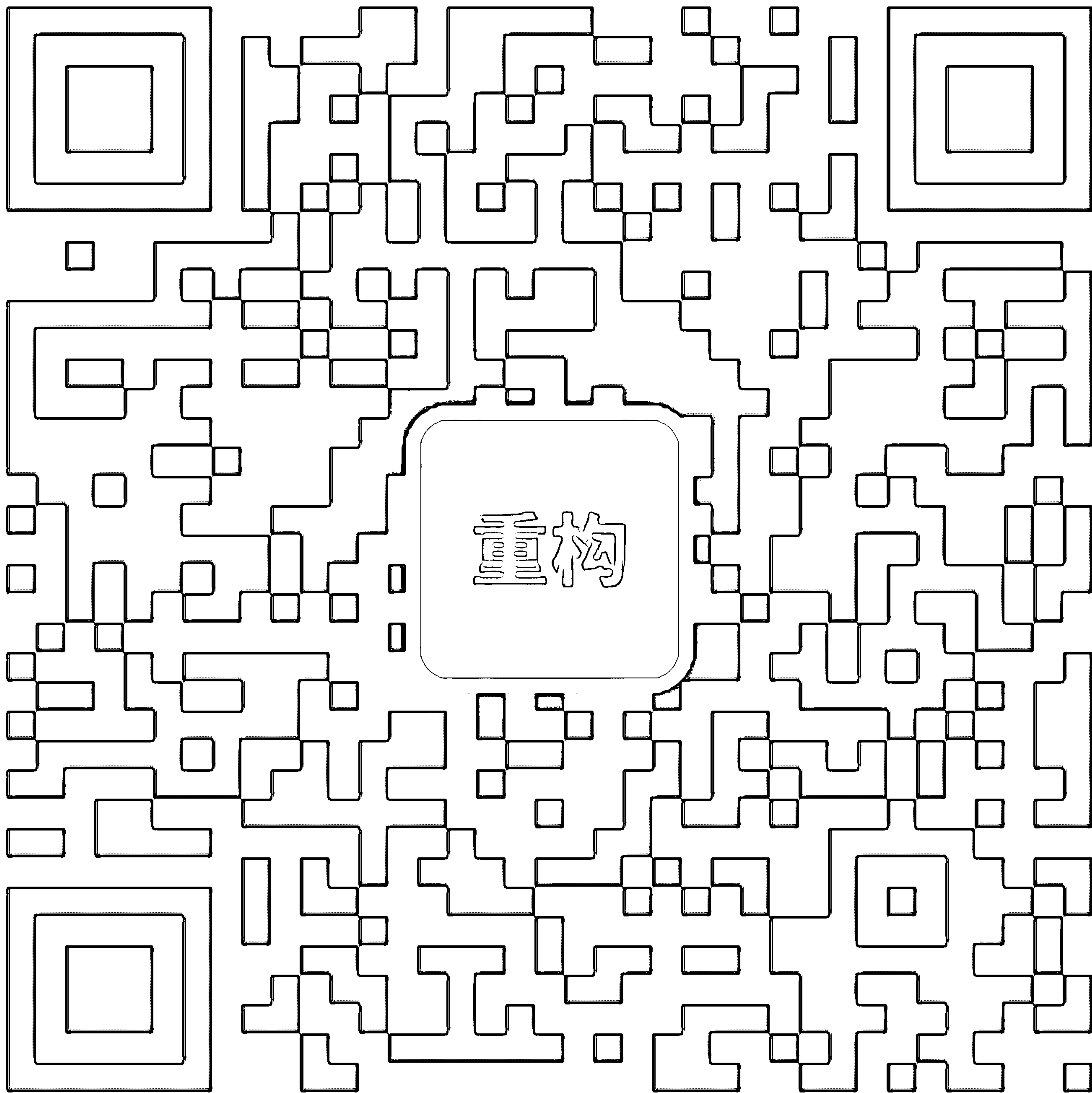
### 這樣做可以擄獲女人心

「壁親」就是把女人壓到牆壁，再霸道地親吻她。

這是TL漫畫或女性情色小說中的標準動作。另外，也有很多女孩子說「如果被男人壁咚，會讓人心跳加速」。

為什麼「壁咚」會讓女孩子心跳加速呢？因為這個動作是把女孩子緊追到無處可逃，並且還會感受到自己被男人「熱切渴求」的喜悅。對於稍微性格有點M，或是非常喜歡大男人的女孩子來說，絕對是必殺技。

所以下次一進到摩鐵時，你可以試著在房間玄關處轉身，把她壓到門板上親吻。除了感到驚訝，她一定會欣喜於你的熱情。





此外，我也要建議你在做愛前後，輕輕地撫摸女人的頭和髮絲。如同很多男人有戀母情結，很多女人也有戀父情結。這個意思不是說要像父親一樣做出哪些具體的行為，而是希望自己能像是被父親疼愛的小女孩一樣，也被情人溫柔疼愛著。而其中一項具代表性的動作就是「摸頭」。

被男人擁抱、親吻時，如果還被輕輕摸頭，女人就會覺得自己完完全全地被愛著，心神蕩漾。這個部位跟胸部、腳、屁股不一樣，或許因為不是會讓男人燃起慾望的地方，所以很少注意到。但是摸頭絕對會讓她非常高興，一定要試試看喔！

### 包莖並不丟臉

從目前為止我見過的男性中推斷，日本大約有八成或九成的男人是假性包莖。也就是說，假性包莖佔絕大多數。那麼，為什麼男人會那麼在意自己的小弟弟沒有露出來呢？實際上，除了在做愛時會讓人有點困擾的嵌頓性包莖，以及會藏汙納垢、感覺不太乾淨的真性包莖之外，女人幾乎不會在意假性包莖。

雖然漫畫裡會出現女人大罵男人「你這個包莖男！」的場景，但我猜畫出這一幕的漫畫家應該是男人。當我不小心發現男人在做愛前，偷偷地把小弟弟剝出來的時候，也







會心生憐愛地想，「其實不用這麼做也沒關係」。

對女人來說，假性包莖就是這麼一件無關緊要的事。

如果要女人舉出自己不喜歡的小弟弟，很多女人都會說「尺寸太大的那一種」。雖然尺寸大小天注定，我們都無能為力。可是比起「小型弟弟」和「沒露出來的小弟弟」，不知道為什麼擁有「大型弟弟」的男人態度都很囂張。做愛的時候，前戲也草草帶過，喜歡要女人臣服於他的小弟弟。

假如是性經驗成熟的女人，可以在小弟弟一進入時就得到快感。可是大多數女人的興奮感都是斜坡上升型。就算是一進入就可以高潮的女人，也是因為前戲時已經高潮過一次。

此外，對於那些認為「性≡做愛（確認彼此愛情的行為）」的女人來說，前戲不只是用來加深性方面的愉悅，而是一種「看出對方的體貼和愛意深淺的行為」。我雖然可以了解你的急躁，但不管你的小弟弟有多大、多令你驕傲，「吐口水抹一抹就進去」這種行為會讓女人討厭。請你要注意。







### 擔心陽萎、勃起不全

勃起障礙是指在緊要關頭無法勃起，或是在做愛過程軟掉。為這件事困擾的男性也不少呢！

這些確實會讓女人覺得有點尷尬。因此也有很多男人會為了遮掩這種尷尬的氣氛，重新回到前戲，再一次愛撫女人。

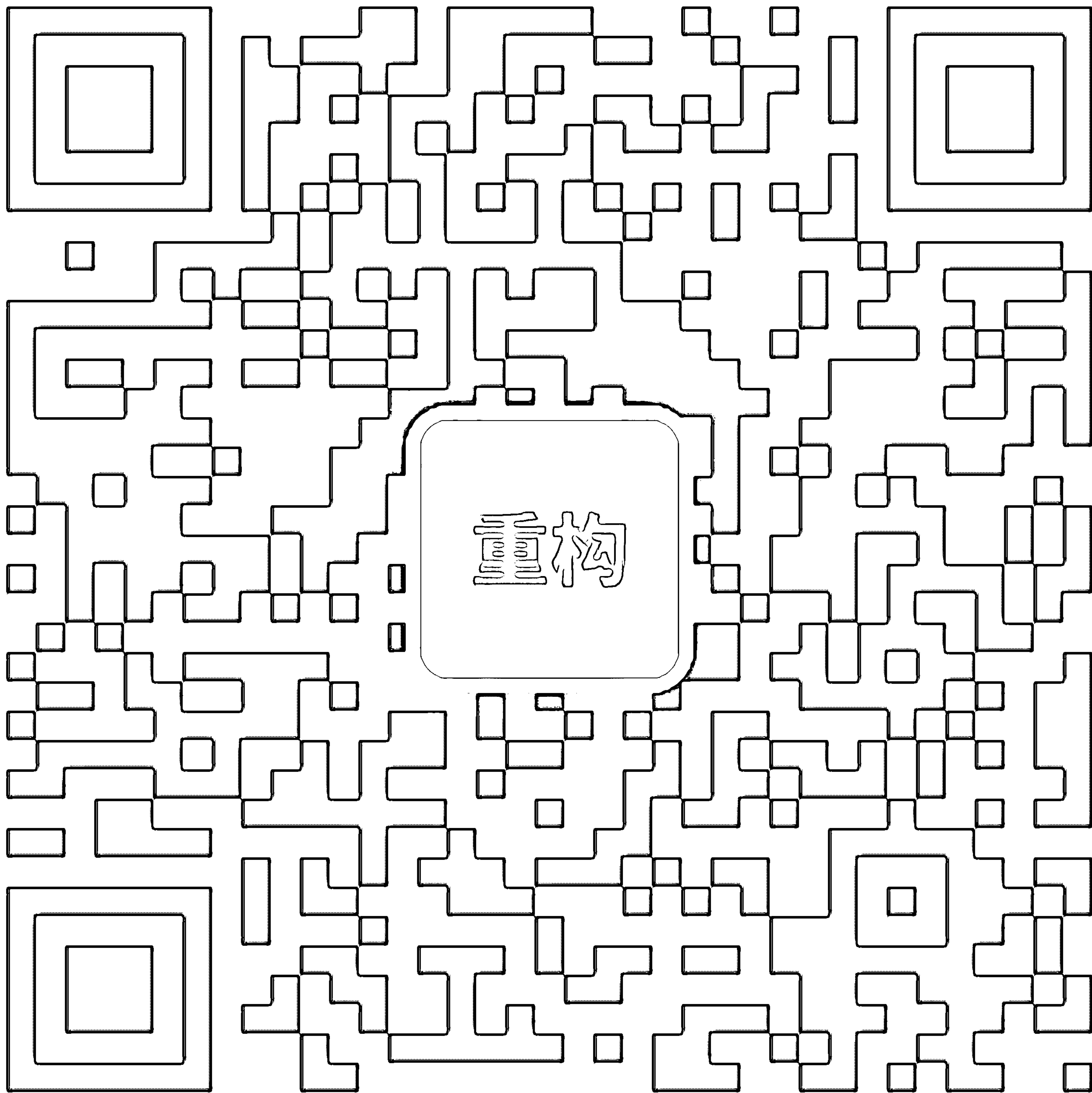
「我不能用小弟弟滿足她，所以用手或嘴巴代替……」男人的這種貼心讓人高興，但是或許會有反效果。

因為，男人沒有發現女人其實有點累了，與其繼續愛撫到勃起為止，不如轉換一下心情，一起泡個澡也不錯。

只要能在前戲時讓她高潮一到兩次，就不需要執著於進去了。

雖然我可以理解你想要射精、想進到裡面的心情，也可以理解你不想被女人認為是「無法勃起的男人」、想要保有尊嚴的感覺。

可是你想讓自己勃起的那些努力，反而會讓女人有罪惡感，認為是自己的錯。





「做到一半軟掉的男人，才不要跟他見第二次面！」很少女人會有這種堅持。所以只要你可以老實對她說「因為我太緊張了……」，那就沒問題了。

### **前戲一定要讓她到！**

對女人來說，進去之前的前戲非常重要。男人會因為小弟弟受到刺激而射精，但大多數女人卻很難因為單純進出而達到高潮。

一般來說，女人有三種高潮。

一種是透過愛撫陰核而達到的「陰核高潮」，另一種是刺激G點而達到的「G點高潮」，最後一種是透過刺激子宮頸口而達到的「子宮頸口高潮」。但是不是每個女人都能達到以上三種高潮。

最容易達到的是「陰核高潮」。

因為陰核顯露在外面，眼睛可以清楚看到，所以愛撫起來很容易。如果用手指、舌頭和嘴唇、鼻尖等刺激，就可以讓女人的身體痙攣到達忘我境界。









和男人相同，很多女人一旦高潮了，性器官會變得敏感，一摸到就會發癢。當你發現她已經陰核高潮，可以再繼續按摩陰核一下下，等到她躲開了，再換成愛撫陰道。

「G點」就跟陰核一樣，不是一摸到就會馬上讓人覺得很舒服。而是會讓人覺得陰道裡微微湧出一股焦急期待感。

這種「微微的感覺」就是重點。刺激G點時，女人如果不集中精神，就不會有感覺。所以如果突然用手指插入，再用指尖按壓G點，女人只會覺得不舒服。那麼要如何做到G點高潮呢？你必須一起刺激乳頭、陰核這些敏感地帶。

達到G點高潮時，陰道會跳動得很大力，接著再放鬆。跟漏尿的感覺很接近。刺激G點，也有可能會讓女人潮吹。但是潮吹其實不太舒服，你可以不用堅持一定要做到。

最後就是子宮頸口高潮了。

子宮頸口高潮被稱為是「頂級快感」，是最終極的忘我境界。但是要達到這種高潮需要經過開發，不是每個人都可以馬上做到。





達到子宮頸口高潮時，腦中會一片空白。腰部會自動擺動，全身會不斷抽動。

如果想像女人達到子宮頸口高潮，可以在傳教士體位下抬起她的腰，再用小弟弟衝刺，感覺就像是要衝進子宮一樣。

「我那裡不是很長，所以有點困難……」也許你會因為這個原因而氣餒，但據說子宮在興奮時會下降，所以只要在前戲時好好愛撫她，讓她覺得非常舒服，就是奔向子宮頸口高潮的捷徑。

但就如我一開始所說，每個人可以達到的高潮都不一樣。例如有些女人會覺得愛撫陰核很癢，感覺不舒服，也有些女人會因為不夠濕，男人一進入就會很痛。做愛是一種溝通，要讓雙方都能得到滿足才對。這一點希望你能牢記在心。

### 言語挑逗

在以女性讀者為目標族群的TL漫畫或情色小說中，很多男性角色都會在性愛過程中以言語挑逗女主角。

「流出來好多喔」、「妳好濕喔，真是淫蕩的女人啊」、「我想射在裡面」、「妳







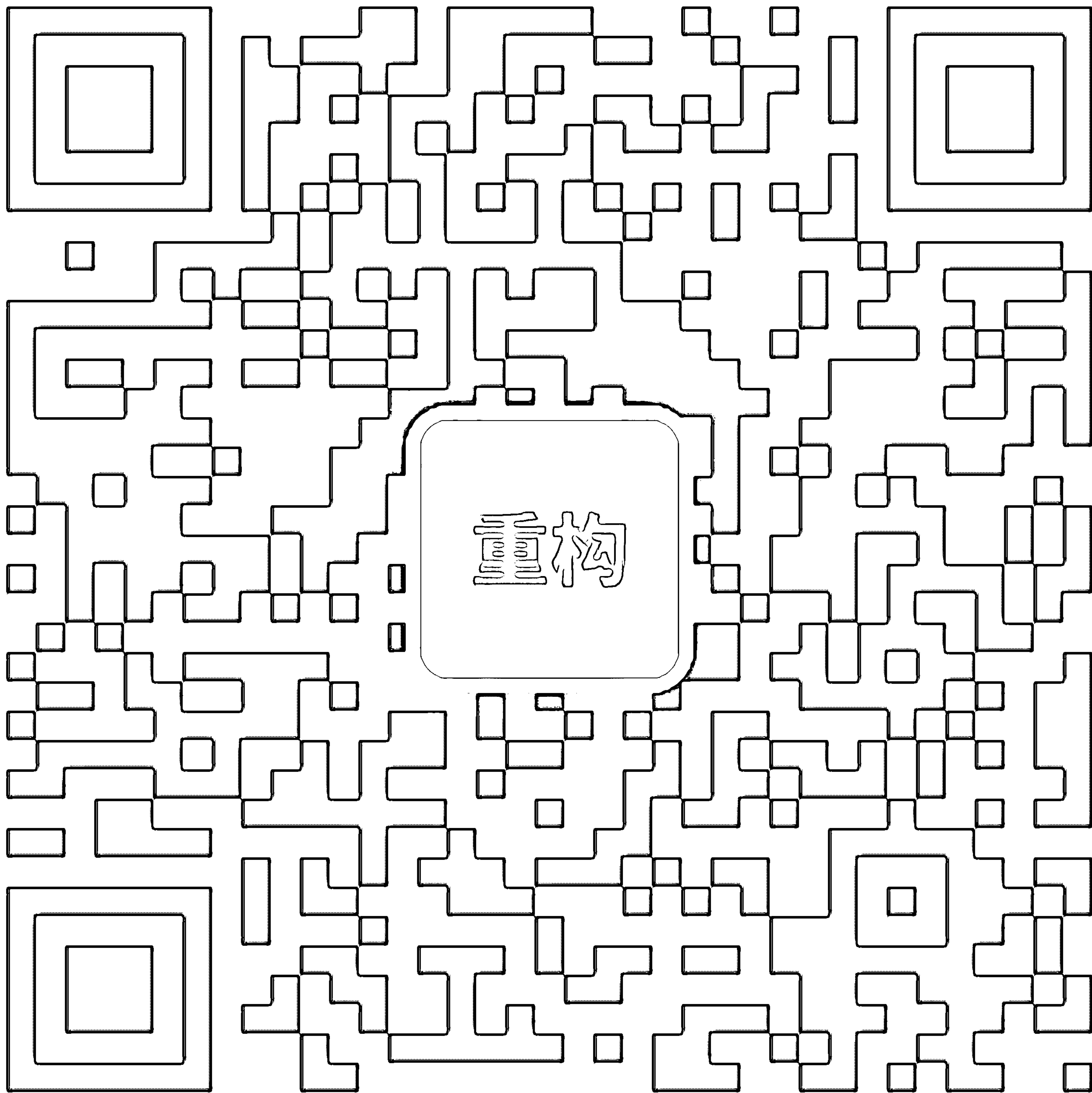
整個人都是我的」、「真是個壞孩子，讓我好好調教妳」、「我要好好懲罰妳」、「叫大聲一點，我要讓妳到」、「舒不舒服？快說妳舒服吧」等。

這些話聽了真讓人害羞。女人雖然也想要聽到這些淫穢的話語，但如果說得太過頭，又會因為覺得噁心而熄火。其實挺麻煩呢！

那麼女人喜歡聽到哪一種言語挑逗呢？

第一種是可以讓女人知道對方熱切地渴望自己的言語。剛剛我舉出的例子中，「我想射在裡面」、「妳整個人都是我的」就是這一類。做愛就是「製造愛情」，因此會說出這些話，這樣應該可以理解吧！

另外一種是「流出來好多喔」、「妳好濕喔，真是淫蕩的女人啊」，讓女人知道自己因為對方而出現不尋常的生理反應。女人之所以喜歡聽這些話，是因為她們認為「我明明沒有想要這樣，但因為你愛我，而且又很努力地愛撫我，才會變成這樣。」等於是「一種被動的快感，這也是一種「被愛的喜悅」」。







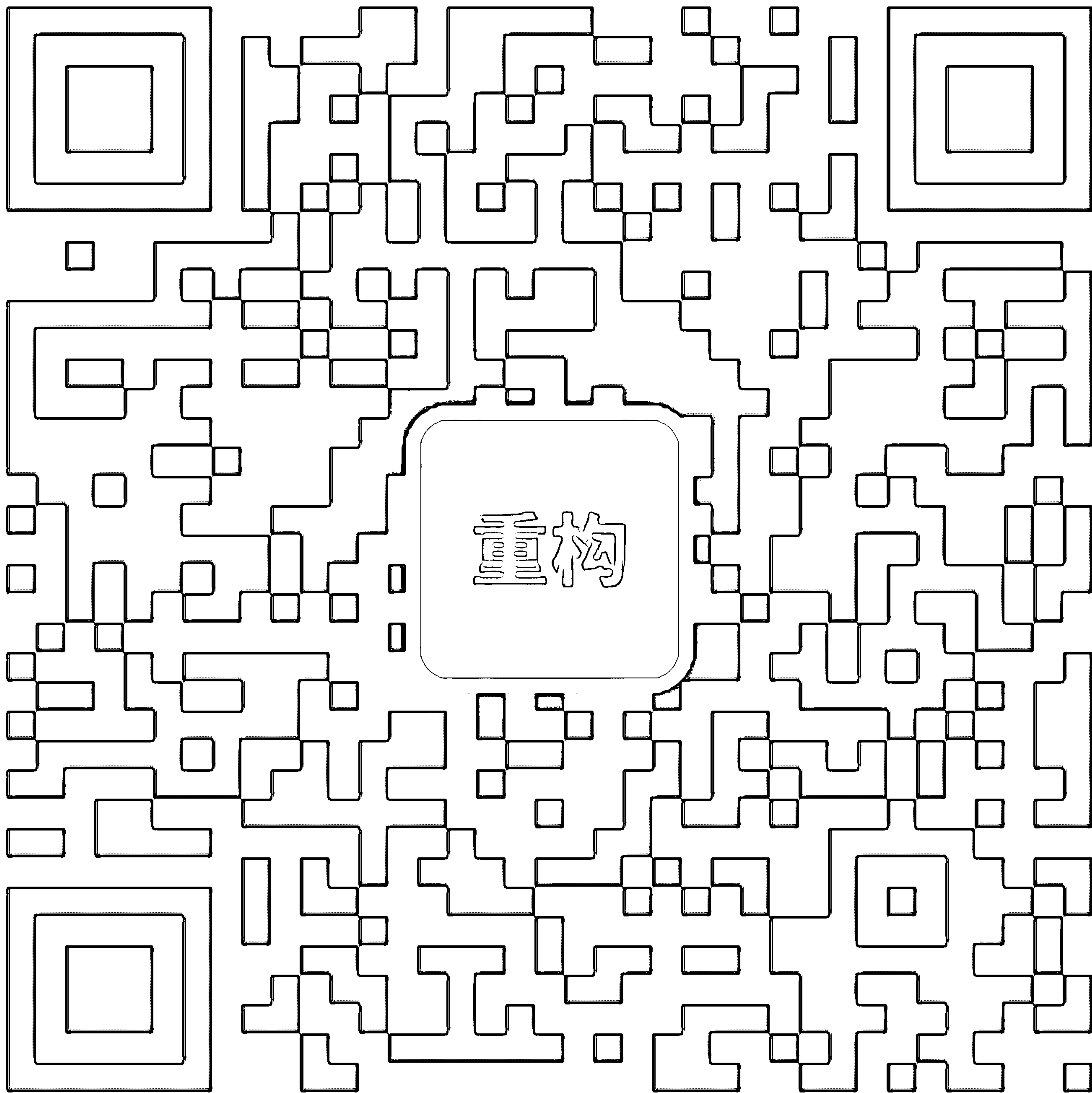
最後一種是上對下的言語。「真是個壞孩子，讓我好好調教妳」、「我要好好懲罰妳」這種預告「等一下要開始做一些色色的事情」的話，或是「叫大聲一點，我要讓妳到」、「舒不舒服？快說妳舒服吧」等命令語句。說到這種程度，雖然多少有一點做作，但是如果是有M體質的女人確實會喜歡「調教」、「懲罰」這些話。

那麼女人討厭的挑逗語詞又是什麼呢？

根據個人經驗，不管是多想挑逗對方，如果從男人口中聽到否定或是指責自己的話，心裡會不太高興。

「妳真色啊」還可以接受，「妳這個飢渴的女人」聽了就會生氣。「乳頭好挺喔」還算可以，「下面好黑喔」就不行。（可是有些男人聽到「下面這麼小又包莖，你好丟臉喔」會覺得很興奮，也許這個世界上也有些女人聽到「下面好黑喔」也會在害羞的同時感到興奮吧。但是這種人應該不多，所以最好不要說喔。）

還有如果聽到與事實完全相反的話，也會瞬間清醒。

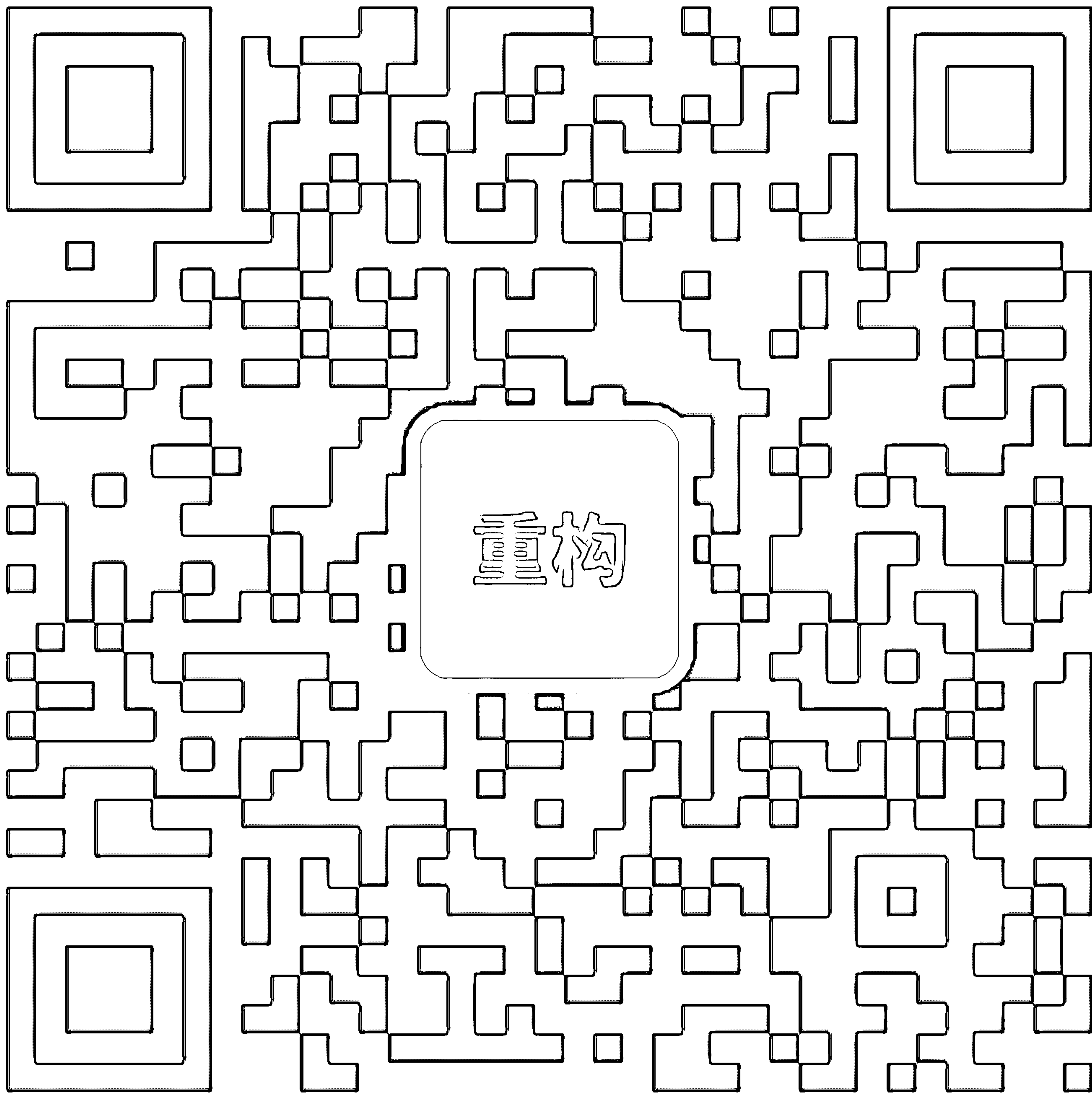




明明就沒有很濕，對方卻說「妳真是溼答答的」，或是根本沒有高潮，對方卻說「高潮這麼多次，妳真色啊」。碰到男人的這種幻想，真是不知道該怎麼辦。

另外也有些男人喜歡故意叫女人說出害羞的話，可是很多女人無論如何都沒辦法說出「陰部」，因此常聽到女人抱怨「說出口會覺得丟臉，一點也不會興奮」。還有「妳想要什麼啊，快說出來」也不受女人歡迎。女人不希望是因為「自己想要」，所以男人才進入身體，而是因為自己「被男人渴望」，所以才讓男人進入。

如果你真的很希望聽到女人說「我想要小弟弟」，與其問對方「妳想要什麼啊？」，不如想辦法挑逗她，讓她忍不住自己說出來。







## 完事後

### 衛生紙該怎麼處理很重要

做完愛以後，通常是男人會先起來。起身之後，把保險套拔起來，再拿衛生紙擦拭。接下來該怎麼做呢？

到目前為止我遇過幾種模式。

- 拿衛生紙幫我擦
- 遞衛生紙給我
- 不管我

上面的動作結束之後……

- 讓我枕在手臂上或是抱著我，兩個人親密地聊聊天
- 用手或其他方式愛撫我（接著進行第二回合）
- 自己去沖澡







在這之中，最讓人厭惡的就是把女人放著不管，然後自己去沖澡。

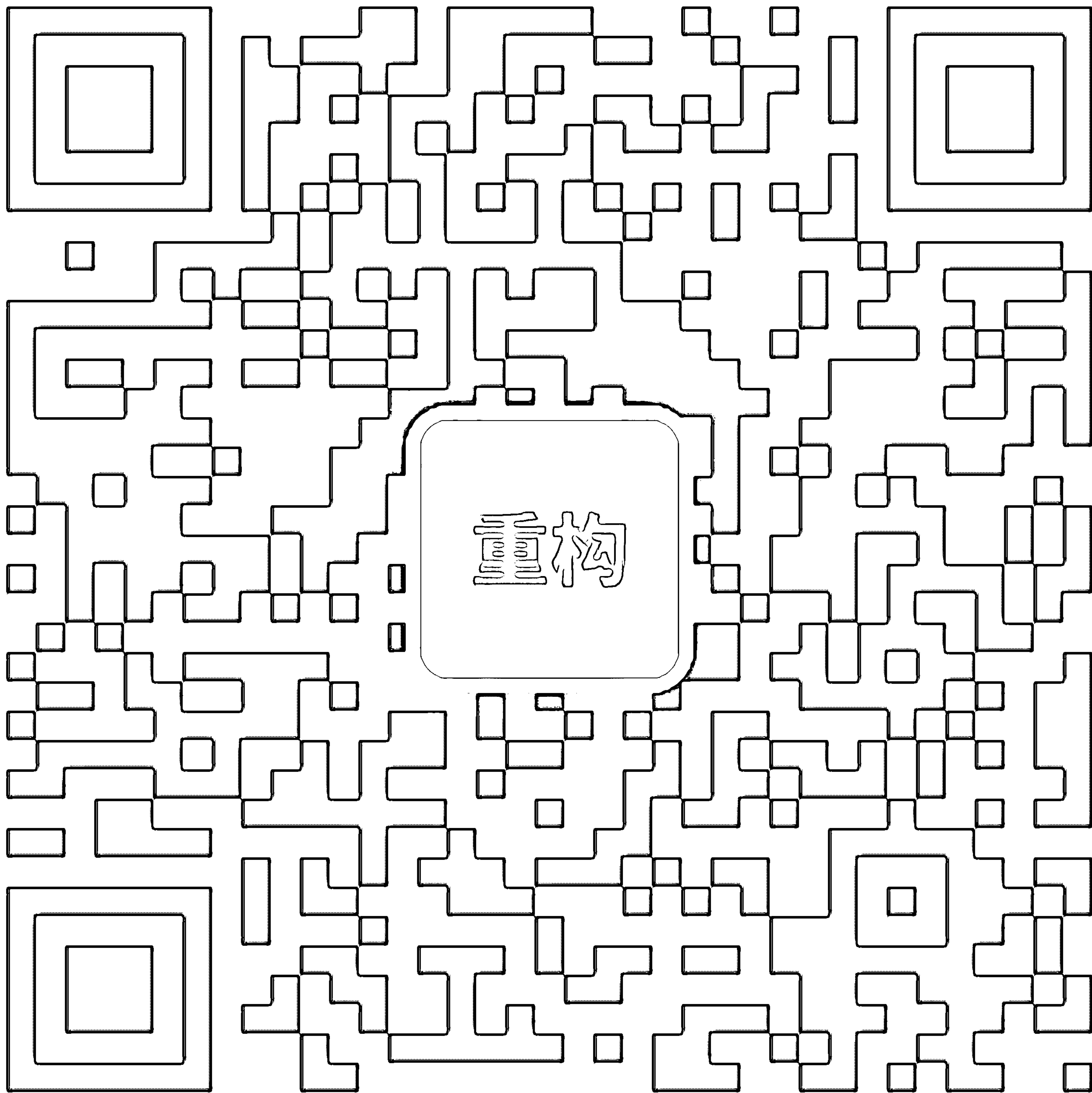
這麼做會讓女人覺得對方像是在說「做完了，沒別的事了」，心裡有點失落。嗯，不過或許真的就是沒別的事了吧……。

如果可以用衛生紙幫忙擦拭那會很好。但如果對方遞衛生紙過來，就會有點困擾。

畢竟在男人面前擦下體不是什麼太優雅的事。或許有些女人不會在意，你可能也會覺得「該做的都做了，自己擦下面有什麼好害羞」。但假如可以，還是希望男人可以幫忙擦一下。

兩個人躺在一起，說說親密的話，是件開心的事。但談話的內容也很重要。男人明明就知道女人不喜歡被問「剛剛怎麼樣？」、「舒不舒服？」，可是還是很多人會問。女人雖然會因為男人的天真而傻眼（男人或許認為「我的表現不可能不好」），可是也會忍不住想「男人果然想要女人稱讚他的小弟弟啊……」。

當然，幾乎所有的女人都會用「剛剛很棒唷！」這種場面話回應，可是內心的感覺







卻分成兩種。一種是覺得男人真是「天真（愚蠢）得可愛」，另一種則會想「想要被摸頭的男人真麻煩啊！叫你媽來給你摸摸頭吧」。不管哪一種都和「尊敬」的心情離得十萬八千里。

### 第一次做完愛，兩人走出摩鐵後……

女人第一次和喜歡的男人做完愛後，隔天早上除了覺得害臊，還會覺得心裡有點亂。如果雙方都還沒告白，女人心裡會想「之後我們會怎麼樣呢……」，因而覺得不安。如果已經決定要開始交往，女人會覺得現在的自己，已經和昨天那個單身的自己不太一樣了，內心洋溢著期待嶄新開始的喜悅。

另一方面，由於昨晚沒睡好，再加上沒辦法做好臉部保養，女人會覺得被對方在太陽光下看到自己的臉實在有點害羞。此外，要穿著沒洗的內衣褲過一整天，心裡也覺得怪怪的。而且因為昨天已經約會一整天了，所以一對男女從摩鐵出來以後，多半會先各自回家。







可是不管怎麼說，從摩鐵出來以後，兩個人一起走到車站，然後就說掰掰實在有點令人失落。女人內心還是會想和對方吃個早午餐，之後再各自回家。

這個時候不用吃太講究的食物。很多女人喜歡在一天的開始喝杯咖啡，所以可以去輕食店、咖啡店（女孩子最喜歡剛出爐的麵包了），或是好吃的咖哩飯、蛋包飯。另外壽司店在中午時段比較便宜，也是一個不錯的選擇。

簡單吃完午飯，兩個人在車站道別。等你進到車廂以後，記得要傳一封訊息給她。內容大致是「跟你相處很開心，希望可以趕快再碰面」。如果對方回覆了，就趕緊挑出有空的時間，敲定下一次約會。

在她感到不安，開始猜想「我會不會太快跟他上床了」、「我會不會做了什麼奇怪的事，被他討厭了」以前，要趕快讓她安心。這一點很重要。

### 做完一次之後就冷掉了

雖然做過一次，但後來對方的態度就變得不太一樣。傳訊息過去，她的回覆和之前不同，約她出來，她也用「我很忙」之類含糊的理由拒絕。這種狀況很讓人沮喪是吧。





「難道是我的性技巧太差了嗎？」、「還是我的弟弟太沒用了呢？」，也許你會認為這是因為自己的技術和身體無法滿足對方。但是，或許她的不滿，不是因為你的口交技術或是尺寸大小。

有些男人和女人第一次做愛時，過程會不太順利，女人也是一樣。這和對方的技巧好壞沒有關係，單純就是很難達到高潮。但是男人會認為，如果沒有讓女人高潮，那就稱不上是一個男人。所以會使出渾身解勁，不斷向女人進攻。遇到這種狀況，女人不但會覺得疲憊，下面也會很痛。還有一點和男人不一樣，那就是女人在做愛過程中還得發出呻吟聲，讓對方知道「自己很舒服」，讓整件事更加累人。

我認為，第一次做愛其實不一定真的要達到高潮。光因為兩個人第一次做愛，女人其實就會覺得很興奮。而且做愛時，不但被對方看光身體，也被對方聽到自己的呻吟聲，讓人既害羞又心跳加速。這些事情就夠刺激了。







男人無論如何都想要讓對方高潮的心情，雖然很令人開心，但其實也是非常自我中心的想法。女人之所以會為此不滿，是因為認為男人「並不是因為想讓我舒服才這麼做，而是想要展現自己的性技巧」。也就是說，你的努力或許只是一廂情願。雖然挺讓人難過，但是請你好好反省為什麼對方不願意跟你繼續發展的原因，下次再改進吧！

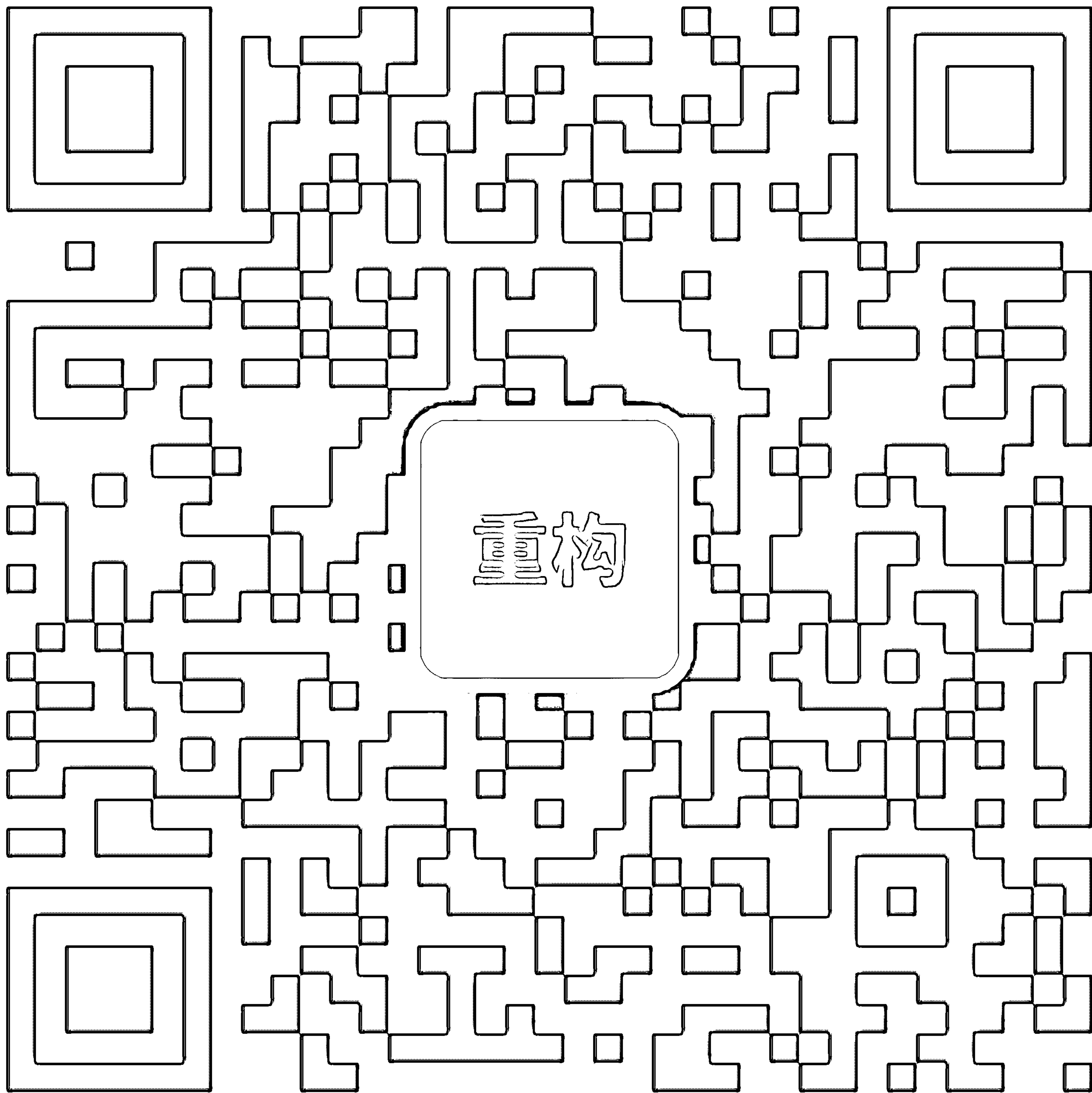
**我們做愛了，而且還不只一次。**

**但為什麼她不願意跟我交往？**

你和她不但約會，而且也做愛了。

可是一但她察覺你想跟她告白，就會把話題帶開。或是你明明就告白了，她卻用一些曖昧的藉口像是「我現在不想交男朋友」拒絕你。或者是她根本就有男朋友，但不願意和對方分手。

如果對方一開始就甩了你，也就可以死心了。但如果對方故意給你機會，讓你想走又走不了，最後只能無奈變成砲友，那該怎麼辦才好呢？





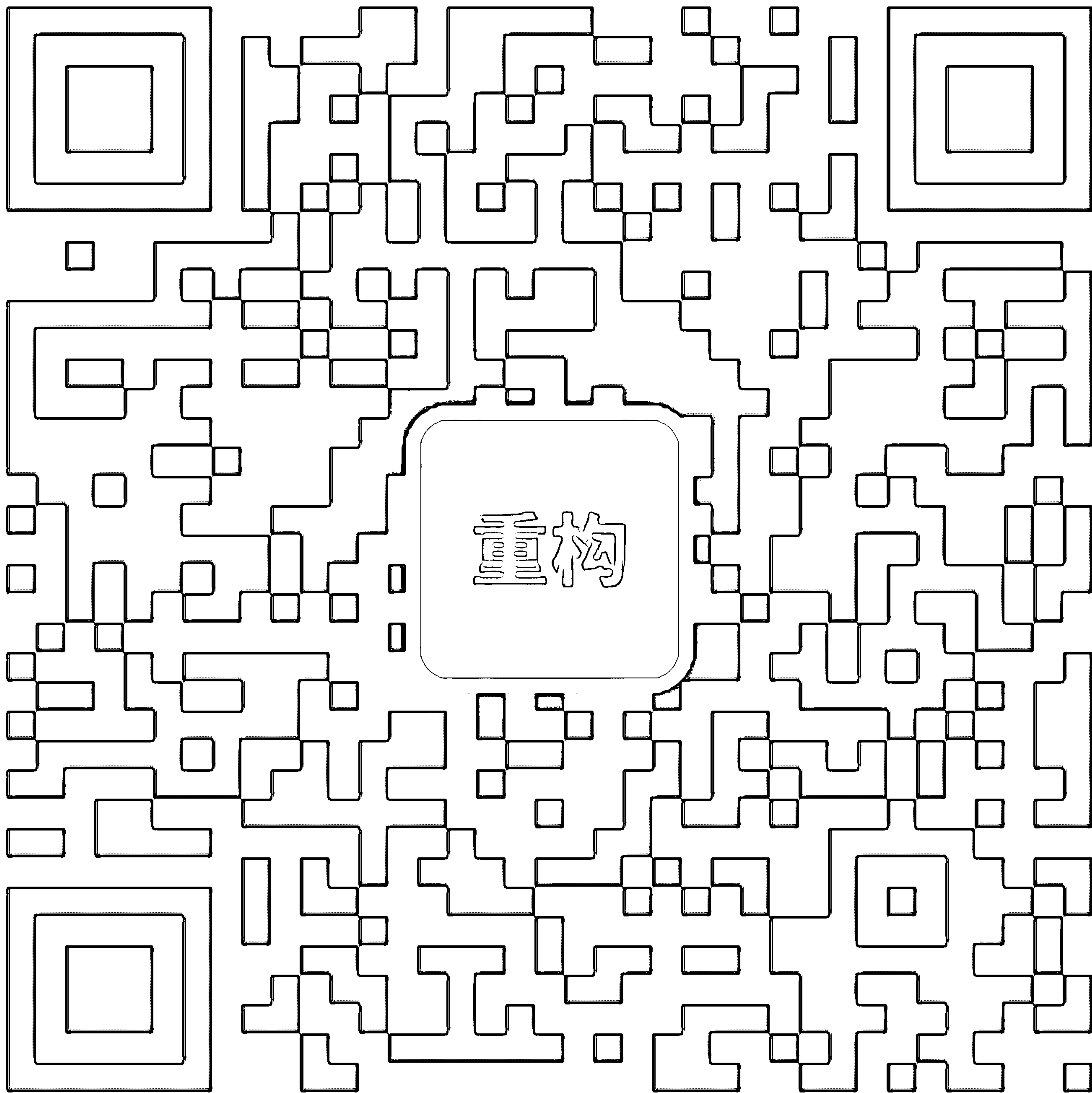


如果你已經在想她到底想要怎麼樣，那就代表你早就喜歡上她，所以把她的所作所為都往對自己有利的方向想了。

例如她傳來「我喜歡你喔」的訊息給你、約好下次碰面的時間，或是她主動約你出去。因為她的態度和行為跟真正在交往的男女差不多，所以你會認為她並非不喜歡你。當然，會這麼想也是無可厚非。

我認為她確實喜歡你。但是她沒辦法下定決心和你交往，或許有一些原因。也許是她看穿你是那種一旦交往就不會再好好對待女朋友的男人，可能是她發現你和她的朋友格格不入，也有可能是你為了練團而沒有去找正職工作，收入不穩定。總之就是這麼悲慘，對她來說，你就是「少了點什麼」。

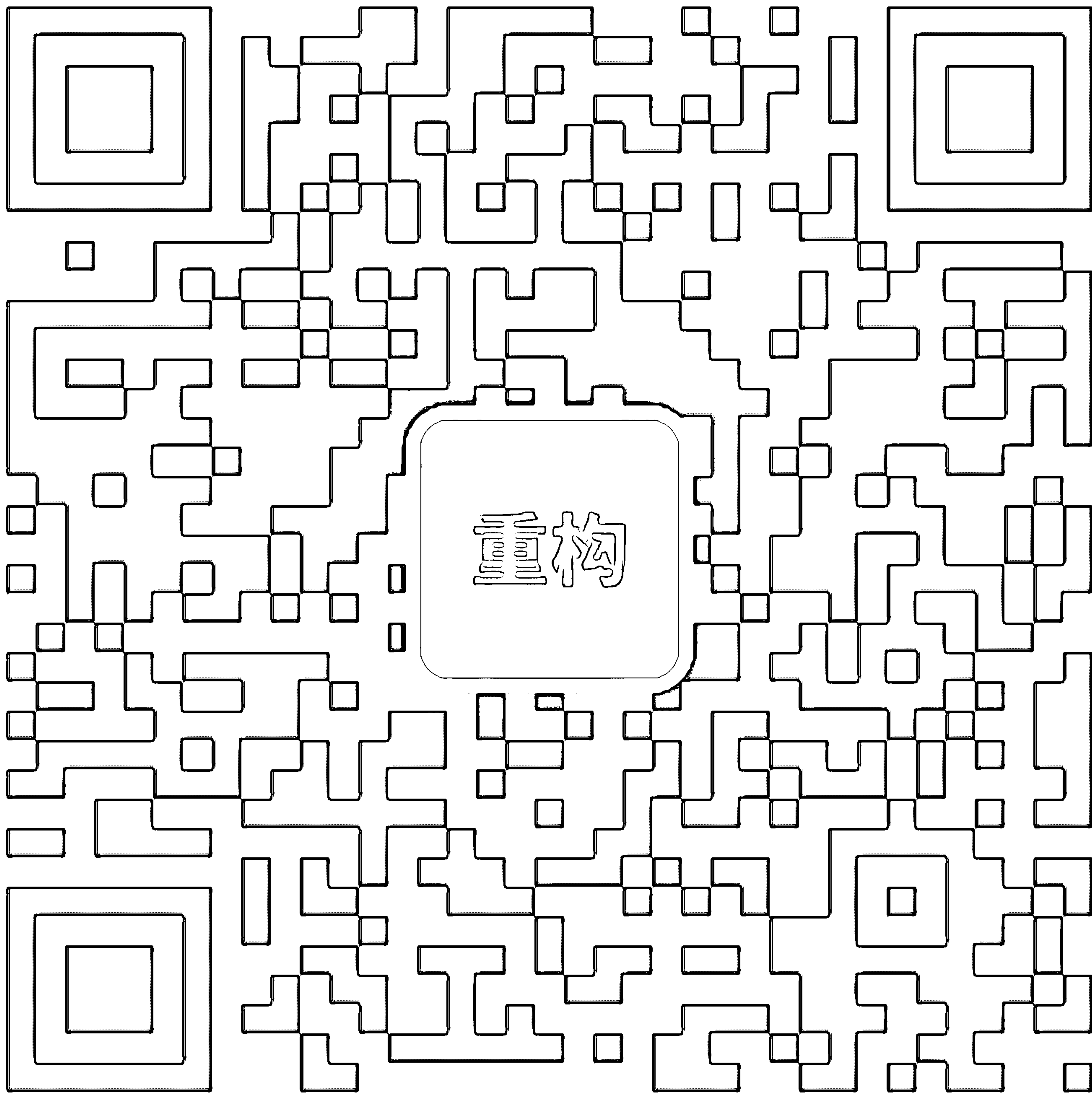
那麼，如果把缺少的部分補起來，她是不是就願意跟你交往呢？這又是另外一回事了。因為如果她真的喜歡上你，那些懷疑和條件都不會是問題。這就是愛情啊！願意跟你做愛，但又不想跟你交往。這樣的她，雖然還算喜歡你，但並沒有愛上你。





而愛情這種東西，很難發生在「滿足於目前狀態」的人身上。在她想著「我想要更了解你，想要把你占為已有」之前，已經非常了解你，而你的心也早就在她手中了。

執著於不願意和你交往的女人，那你就只能停留在原地。我建議你最好爽快放棄，再去尋找下一個對象。在你放棄的瞬間，搞不好她反而會想：「什麼？他竟然甩了我！」因為發現你的另外一面，她或許會突然愛上你也說不定。











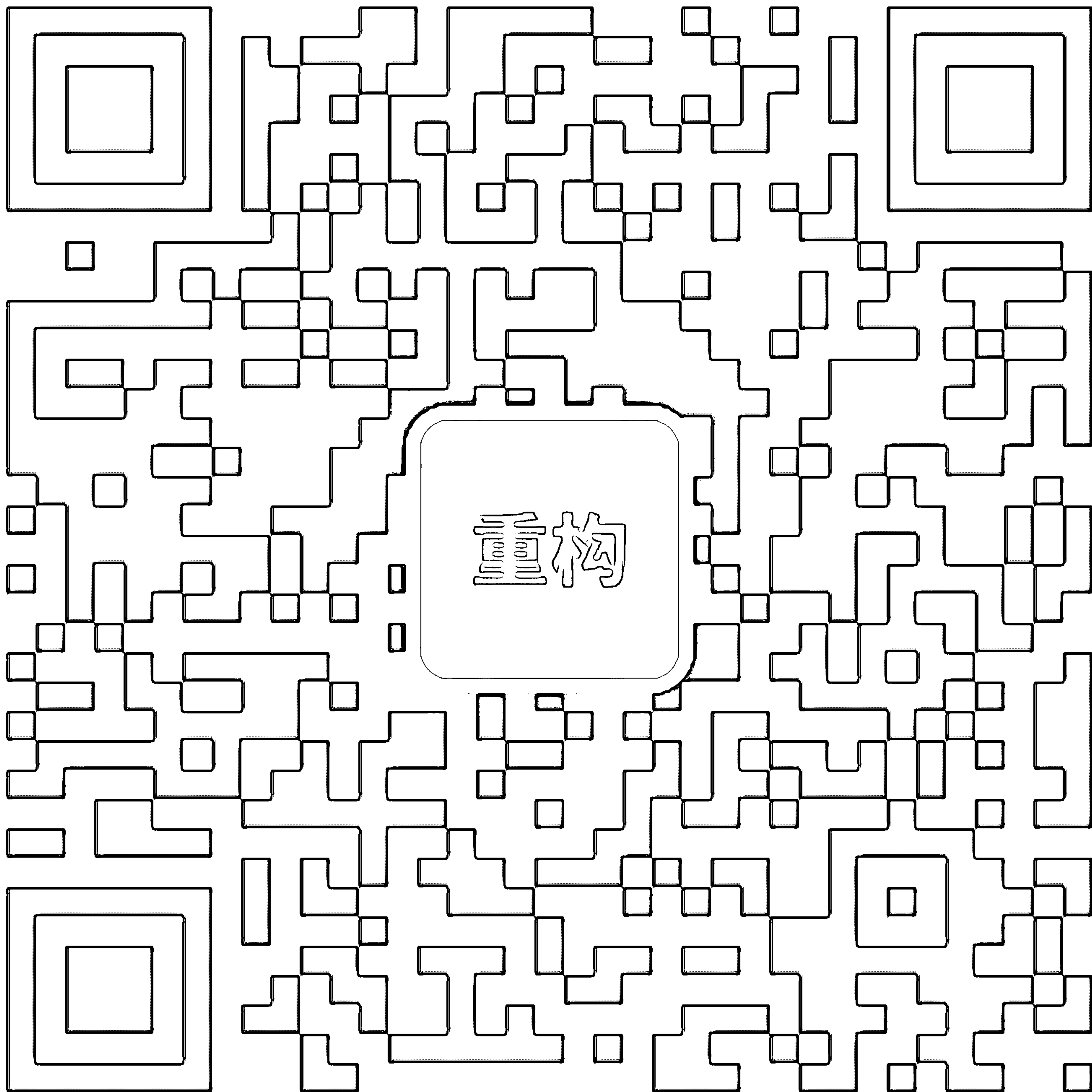




## 第4章

# 你是惹人憐愛的男人







## 想要受女人歡迎，其實不難

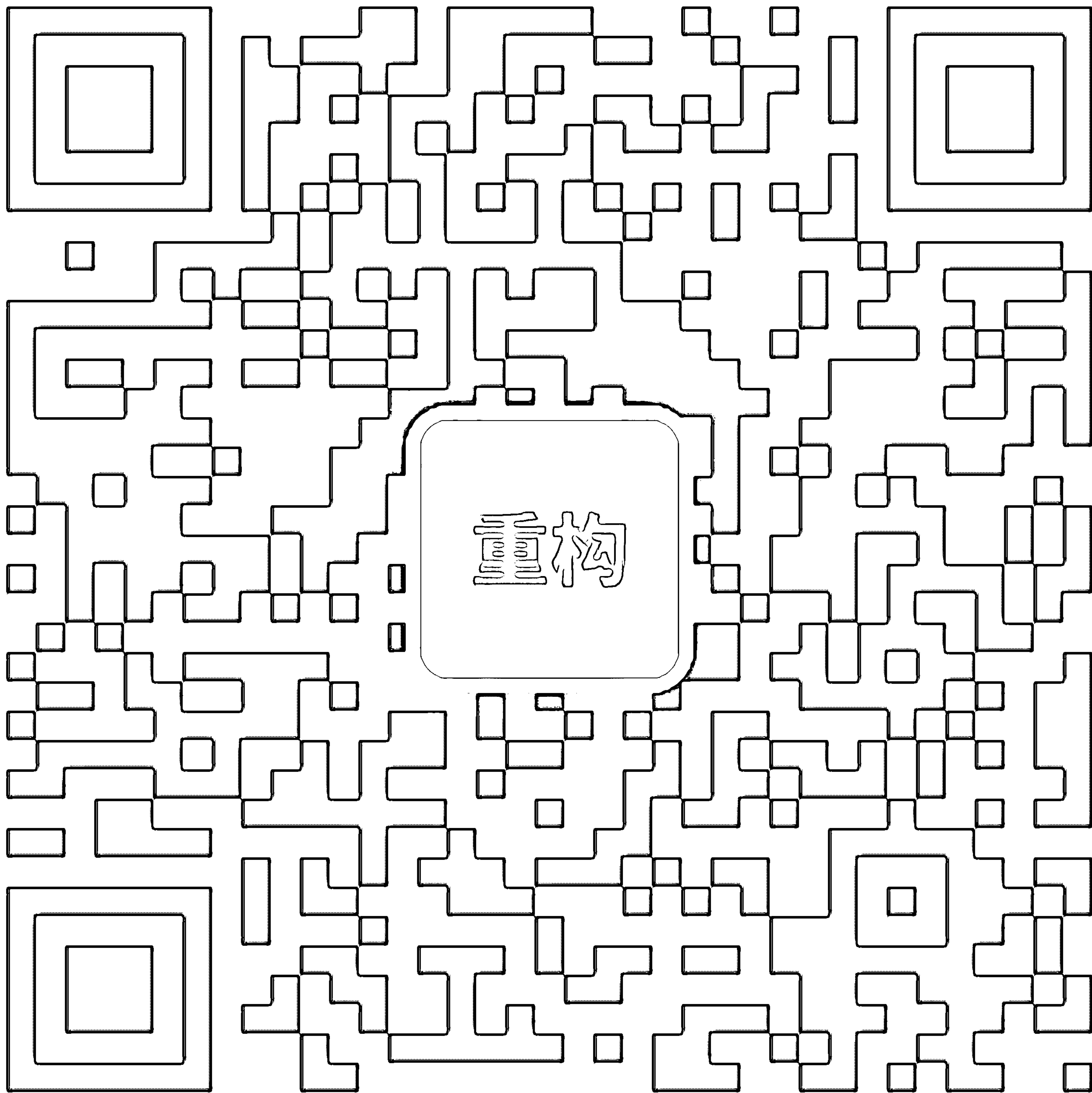
### 如何和女人相處的指南

到目前為止，我們談的都是「戀愛」和「性」，現在我想聊聊「愛情」。

女性雜誌中常常會出現「惹人憐愛的妝容」、「惹人憐愛的打扮」、「惹人憐愛的女人」這些詞彙，但是那些教男人如何增進異性緣的書籍裡，卻很少看到教男人如何才能得到女人憐愛。這是為什麼呢？

但是我覺得，就是那些缺乏自信、認為沒有女人緣是因為自己不夠 *big*、認為自己在女人眼裡不帥氣的男人，才應該往「讓自己受女人憐愛」的方向邁進。

如果去問那些愛情長跑多年的女孩子或是和老公相處融洽的女人「你喜歡對方的什麼地方？」，很多女人都會回答「我覺得他很可愛」。說是「母愛」或許有點太誇張，但是女人就是喜歡疼愛可愛的生物。而這個「可愛的生物」，雖然多多少少有點粗心粗魯，但在女人眼中也很可愛，可以被原諒。那些笨拙傻氣，反而會讓女人覺得惹人憐愛。







是的，如果要讓女人憐愛你，最重要的就是要讓她覺得你「很可愛」。

變帥雖然很難，但是讓女人覺得你可愛，卻比較簡單。比起自信滿滿的大男人，缺乏自信的男人在女人眼裡就是惹人憐愛。而這和有沒有男子氣概沒有關係。

在第四章中，我將教你如何將劣勢轉為優勢，並且告訴你如何才能成為「惹人憐愛的男人」。





## 被你的劣勢所吸引的女人

**沒必要改變服裝或髮型，因為我就是喜歡這樣子的你**

服裝是一個人展示自己喜好、價值觀和屬性的方式之一。

例如當你第一眼看到全身都穿戴名牌的人，就會知道這個人會把錢花在服裝打扮上，接著就可以聯想到其他部分，像是「沒有經濟壓力、有一定的社經地位」、「和他碰面的時候，我也不能穿太廉價的衣服，必須要好好打扮自己」、「太在意名牌，品味有點差」、「感覺是個花錢如流水的人」。

假如他穿著國外重金屬樂團的T恤，就會想到以下這些事：「雖然不太了解，但感覺有點可怕」、「我也喜歡重金屬樂團，要是和他交往，或許就可以一起去看表演了」、「雖然我知道他喜歡這個樂團，但如果穿這樣去有氣氛的餐廳吃飯，似乎不太適合……」。

相反地，如果是穿 Beams 或 UNITED ARROWS 這種正統派的卡其褲加白襯衫，給人的感覺就是「不管帶到哪裡都不會丟臉，非常安全的人」、「看起來很正經，給人好







印象」、「太普通了，看起來是個有點無聊的人」。

一個人的打扮，是構成第一印象最重要的因素。所以，為了不被別人嫌土氣，而打扮得保守安全雖然也是一個方法，但另一方面也會很難讓別人對你印象深刻。

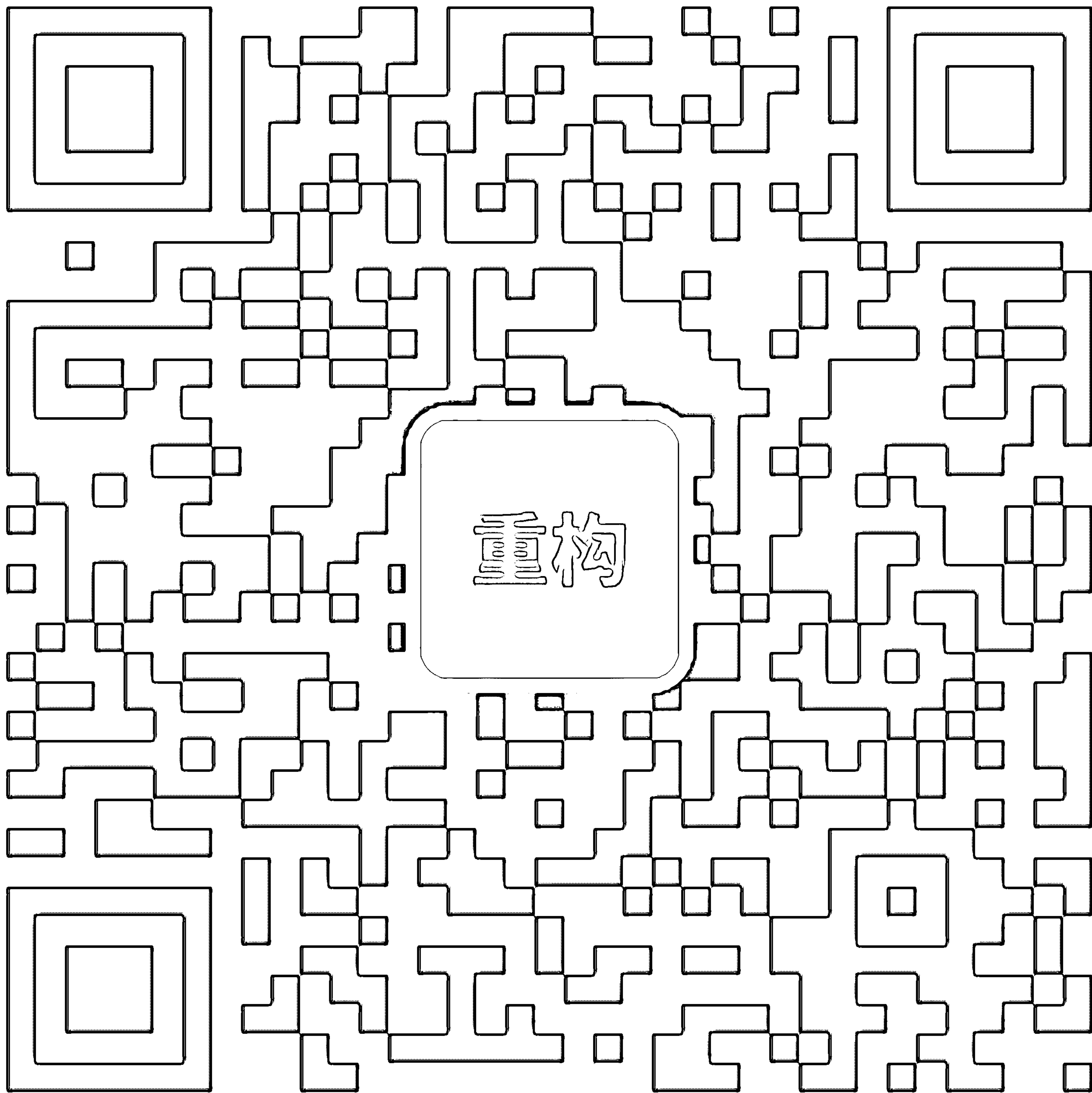
我以前參加聯誼時，曾經發生過這麼一件事。

由於是為了撰寫報導，所以我盡可能把自己打扮得像是「普通的OL」，穿著精緻的小洋裝、披上開襟針織衫，臉上略施脂粉，刻意不要讓自己太花枝招展。

而和我一起參加活動、工作是插畫家的某位男士，卻是頂著大光頭、戴毛線帽，身上穿的是露出鎖骨的T恤和被稱做是「華麗大哥系」的加工牛仔褲。

同場的男性大約七成都穿著西裝，其他的幾乎是T恤或Polo衫配卡其褲。他在這群男性中，很明顯地格格不入，特別引人側目。

如果是一般聯誼活動就算了，但這一場卻是由婚姻介紹所主辦的正式派對。我心想，他這樣的打扮，應該不會被女人看上吧。但在活動結束之後，他卻在三組配對成功的男女之中。







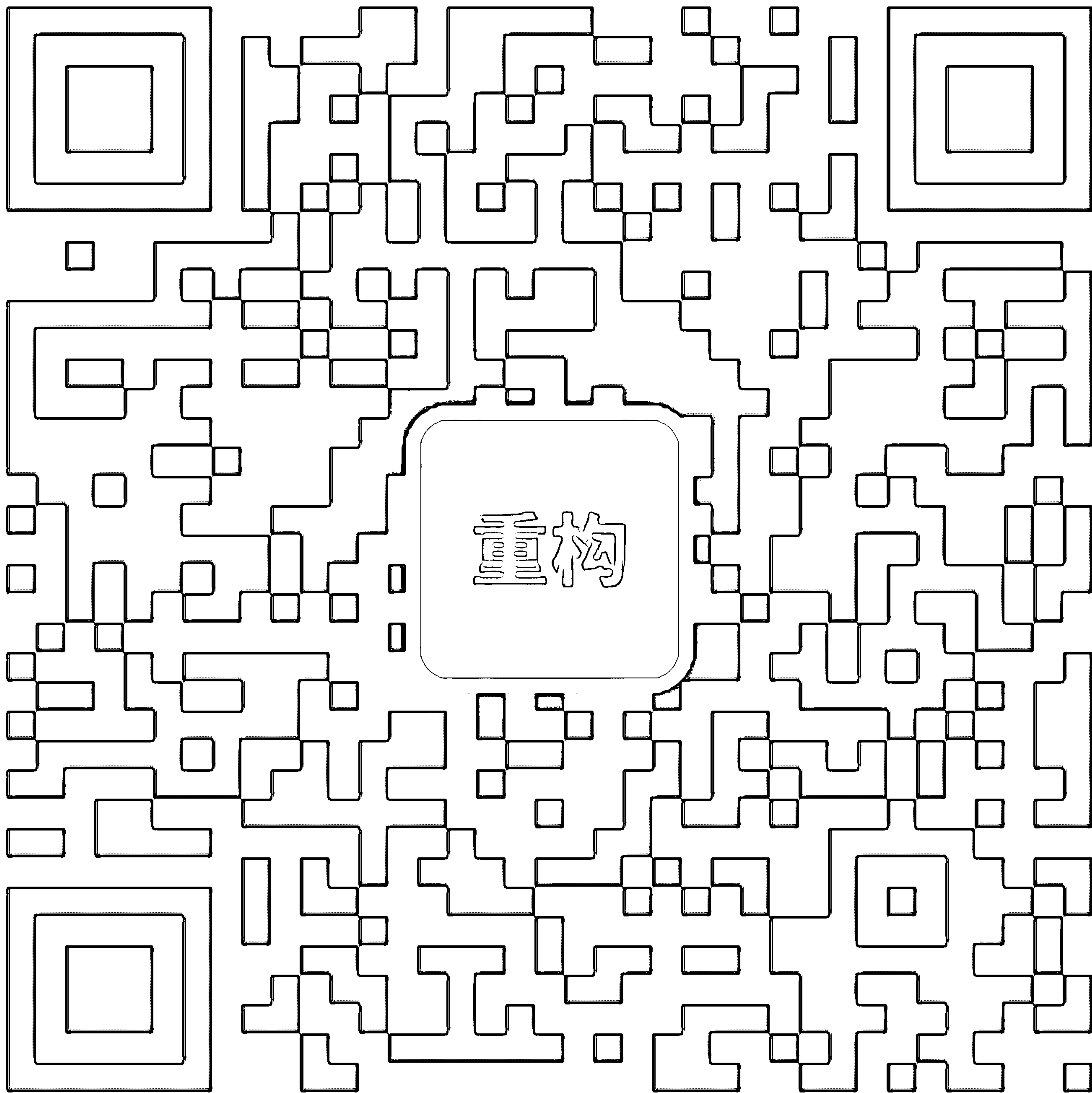
雖然讓人意外，但是參加這場活動的男人，大部分看起來都沒什麼特色，也沒有讓我會想跟他多聊幾句的人。

另一方面，我把自已打扮成普通OL，為了隱藏自己的性格，還裝成沒什麼個性的樣子。談話時，沒辦法顯露真正的想法，只是單純配合男人的話題，因此也沒辦法讓別人覺得想要「多跟我聊幾句」。

在這群「不想被別人討厭，走中庸之道」的男女中，我這位男性朋友明顯和周遭不一樣。他毫不掩藏自己的個性，充分散發出自己獨特的魅力。因此，能和女孩子成功配對，也不是沒有道理。就算在十位女性中，有九位不選他，只要有一位女性被他的個性吸引就行了。

如果你想要找到會愛上你的人，那就不要隱藏自己的個性，盡量表現出來。

展露出自己的喜好、價值觀和屬性。如果不這麼做，那些「有可能會喜歡上你的女孩子」或許根本不會注意到你的存在。





我是阿宅。雖然不想為了交到女友而改變這樣的自己……

但還是好想要女朋友！

在缺乏女人緣的男性中，宅男也是其中一類。但最近似乎沒有那麼多女人討厭宅男了。

原因有很多。像是宅文化普及，「宅女」變多，「宅」的意思漸漸淡化，並且一部分和以 Village Vanguard 為代表的「時尚次文化」結合。

對於文化有興趣的女人來說，比起沒有任何嗜好，只會抱怨職場、說說朋友閒話的男人，那些對某方面有特殊知識的男人，反而更讓人尊敬。雖然對這個話題還不了解，但能聽男人說說自己有興趣的事物也很開心。

如果硬是要說，我也比較喜歡有「宅」嗜好的男人。他可以借我有趣的漫畫，告訴我動畫或電影裡的意涵，或者帶我去看偶像女星的演唱會、職業摔角比賽，介紹一個新的世界給我。

當我遇見有好感的對象時，也會反過來利用對方著迷的領域，跟他說「我對○○有興趣，很想去看看」，不著痕跡地邀約對方。







但是當然也有一些性格強烈的人，這些人希望可以保持本色談戀愛。

這樣一來，就必須尋找願意接受自己的女孩子，範圍自然而然就縮小了。

為什麼大多數性格強烈的宅男都不受女孩子歡迎呢？這是因為他們認同自己是個宅男。一方面看不起自己，另一方面又覺得其他不懂宅文化的人是笨蛋，但又很羨慕他們可以正常談戀愛的。

但承認這一點，又攸關於自尊。所以這些宅男通常會將自己歸類在「沒異性緣」的族群，認為世界上還是存在著這個族群、自己還是有同伴，因此可以放心。簡單來說，你不受女人歡迎，並非因為你是宅男，而是因為你用「宅男」這個標籤作為自己沒異性緣的藉口。

「你說的我都知道。可是我該怎麼做呢？」

我建議你可以試著「裝扮」自己。

「無論如何都不願改變的內在」就保持原狀，但是你的外表必須和一般人一樣。出







門前洗個澡，好好穿條牛仔褲或卡其褲。襯衫不要在廉價量販店買，至少也要去國外快速時尚品牌挑選，最好是時尚雜誌刊登的那類休閒品牌。

圍巾或項鍊那種多餘的裝飾品可以省了。就算你覺得戴起來很帥，但從女孩子的角度來看卻非如此。就像你看到女孩子的指甲彩繪時，心裡會想「那是什麼東西啊？看起來好奇怪」。這兩件事是一樣的道理。

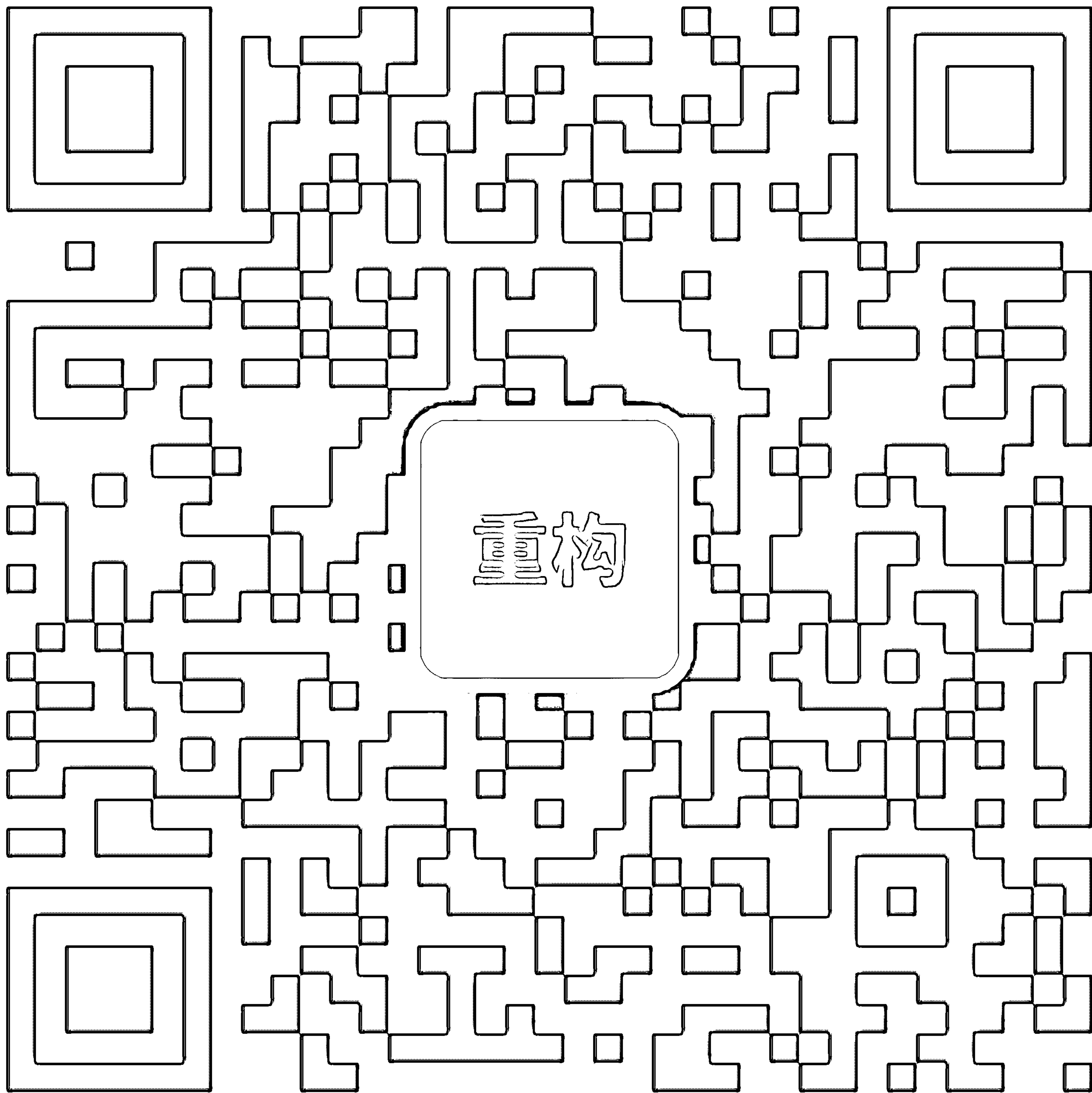
當你可以將自己裝扮成普通人，後續就簡單了。你不需要為了讓自己有異性緣，故意去做一些討女孩子歡心的事。只要不要做出「會讓女孩子討厭的行為」，並且表現出你獨特的魅力就可以了。

你的「宅男本色」並不會因為外表的裝扮而喪失。但是當你將外表打扮好，你的宅味就會瞬間添上「博學多聞」的光彩。很多女孩子都會被博學多聞的男人吸引。

這就是你吸引女孩子的好球帶。

最後我想說的是，在內在和外表之中，可以試著在某一方做出讓步。

這不僅限於內在和外表這件事，其他事也是這樣。





一旦你放棄內心原有的固執，連心情都會變得輕鬆。

「為什麼之前要這麼堅持呢？」

或許你還會這樣問自己，並且覺得不可思議。以柔軟和彈性的態度面對人生吧！

### **我是個胖子，看樣子也瘦不下來**

最近，大家會稱那些身形圓潤的女孩子為「微胖女」、「棉花糖女孩」，還滿受部分男人歡迎。

「摸起來很舒服」、「讓人覺得放鬆」、「看起來很溫柔」，除了這些理由之外，似乎還隱藏著「微胖女大多數胸部都很大」這個真正的原因。其實，也有些女人特別喜歡肉肉的男人。

我也是其中之一。目前為止，我交往過最胖的人有一百三十公斤。一開始是因為被對方告白，想說試著交往看看，但心裡還有點排斥。但約會了幾次之後，我卻變得非常喜歡他。

如果要問原因，大概就是因為他很溫柔吧。









或許是因為知道自己不是大多數女孩子會喜歡的類型，所以他特別在意我，甚至會跟我說「謝謝你願意跟我交往」。因為和他交往過，從此之後，我就再也不會在乎男朋友的肚臍了。

當然，太胖對身體健康還是不好。如果你平常只吃垃圾食物，最好還是修正一下飲食習慣。但是如果你因為覺得自己是個胖子，就放棄交女朋友的機會，那就太可惜了。因為世界上確實有一些人喜歡你這種類型，為了找到對的人，你應該要積極地走向人群。

像你這樣胖胖的身形，非常適合將目標訂在成為「惹人憐愛的男人」。

為了強調自己圓滾滾的可愛外表，你應該要努力讓女人對你說出「你的肚肚很可愛」、「圓滾滾的臉很可愛」、「胖胖的手指頭很可愛」。也不要穿個人色彩太強烈或全身黑的衣服，最好選擇明亮的色系。但是灰色很容易染上汙漬，要特別小心。

因為是胖子，尤其要讓自己保持清爽。容易流汗的人，記得要帶著手帕，勤快擦汗。你可能會覺得拿手帕擦汗完全就是胖子會做的事，實在很丟臉。但其實喜歡胖子的女孩子會覺得你這樣很可愛，所以不用擔心。





最重要的一點是隨時都要保持笑容。就算你裝出帥氣的表情，人一胖就什麼都沒用。反而還可能會讓人覺得很有威嚴，看起來很可怕又難以親近。只要能讓女孩子覺得你很可愛，展開交往之後，應該也可以創造出放鬆自在的關係。

## 個子矮

「假如是胖子還可以想辦法減肥，但個子矮就……」你不需要為此意志消沉。不管是身高或是小弟弟，不知道為什麼男人總是覺得「大就是好」，但對女人來說，兩者都是「剛剛好就好」。要是聽到男人吹噓說：「我很大吧？」女人反而會認為他：「只會炫耀自己的身高和小弟弟，其他都不值得炫耀吧！」

身高比較矮的男人和女人的視線高度相近，因此容易讓女人覺得親近。而且因為沒有壓迫感，所以可以輕鬆地聊天。和胖胖男一樣，矮個子的男人也可以努力讓自己成為「惹人憐愛的男人」，或許這才是交到女朋友的捷徑。

不過，因為個子不高，看起來可能會有點稚氣。選擇合身的鈕扣領襯衫應該會不錯。市面上有賣一種隱形增高靴，我有一位矮個子的男性朋友也很喜歡穿。但是看到別







人的自卑之處，難免覺得尷尬。而且你也不可能一輩子都穿著鞋子，所以這種用心其實沒什麼意義。

我這位男性朋友，曾經被女朋友約去游泳，卻因為不想脫掉鞋子而拒絕了。聽到這件事，我們這群朋友都笑他「真是個心胸狹隘的男人」。個子雖矮，心胸還是要寬闊啊！

### 禿頭男

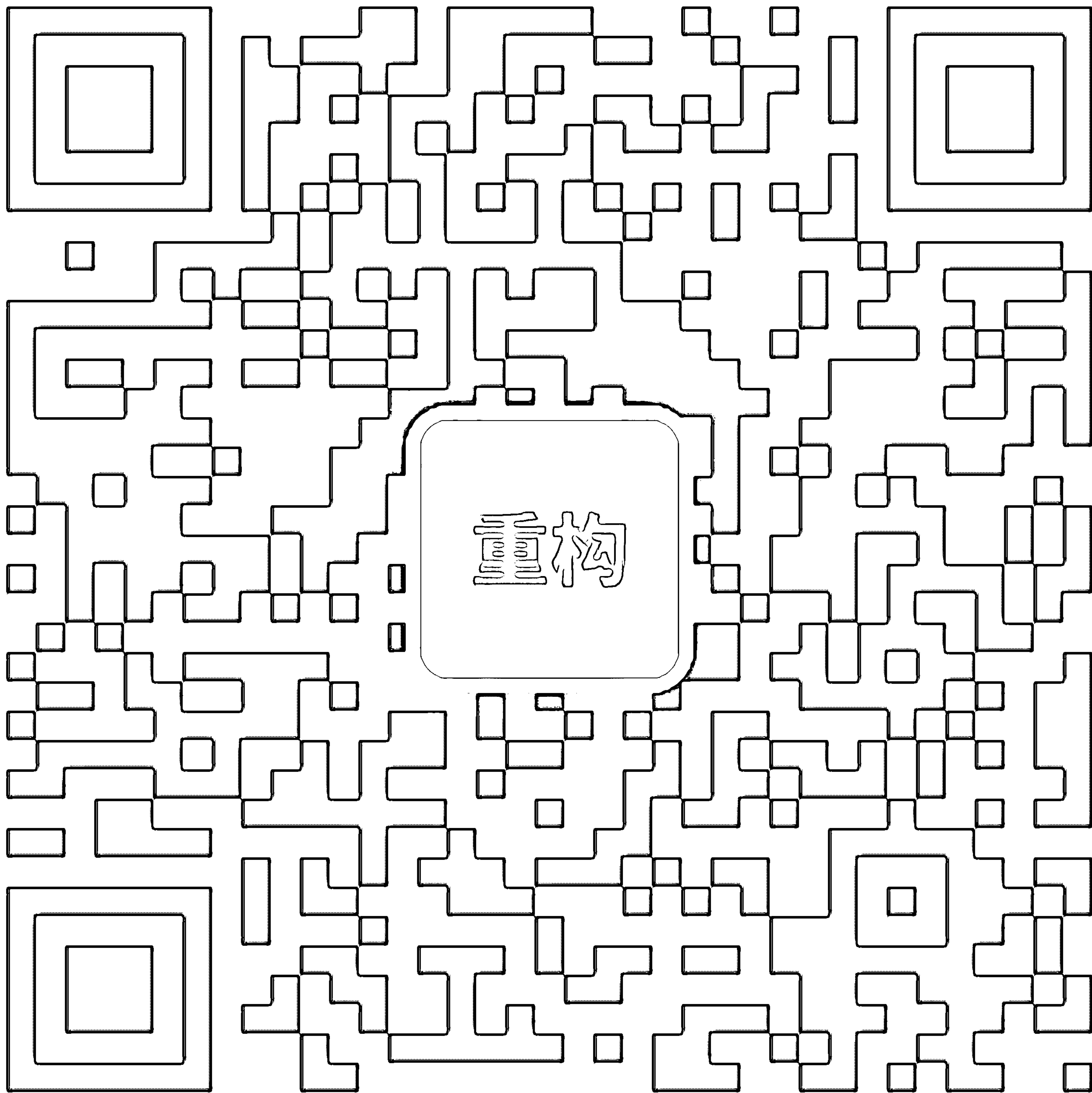
也許是因為想要遮住禿頭，常常看到有些男人把頭髮弄得膨膨的，以此遮掩前額或頭頂。

但很不幸的是，你永遠沒辦法好好遮掩住禿頭。

不管你以為自己藏得多好，其他人都會很清楚地看出你「很努力想遮掩禿頭」這回事。而就像我在上一段說的，看到別人的自卑之處，心裡就是會覺得怪怪的。

可是關於禿頭，我還有一點要說。「就算跟你說不要遮掩，但如果讓人光明正大看到你的禿頭和散髮，別人也會覺得很尷尬。」

遮也不對，不遮也不對，到底要人怎麼樣嘛！或許你會這麼想。但是很抱歉，這就是實話啊……







那麼該怎麼做才好呢？

我有兩個選項，一是把頭髮剪短，二是戴上帽子。

禿頭沒什麼問題，但如果是亂糟糟的狀態就不太好。所以要整理好頭髮，也就是剪短。這樣一來，你就可以正面迎擊禿頭的事實，也能讓周遭知道你已經和自己的自卑之處和平共處，其他人也不會因此覺得尷尬。

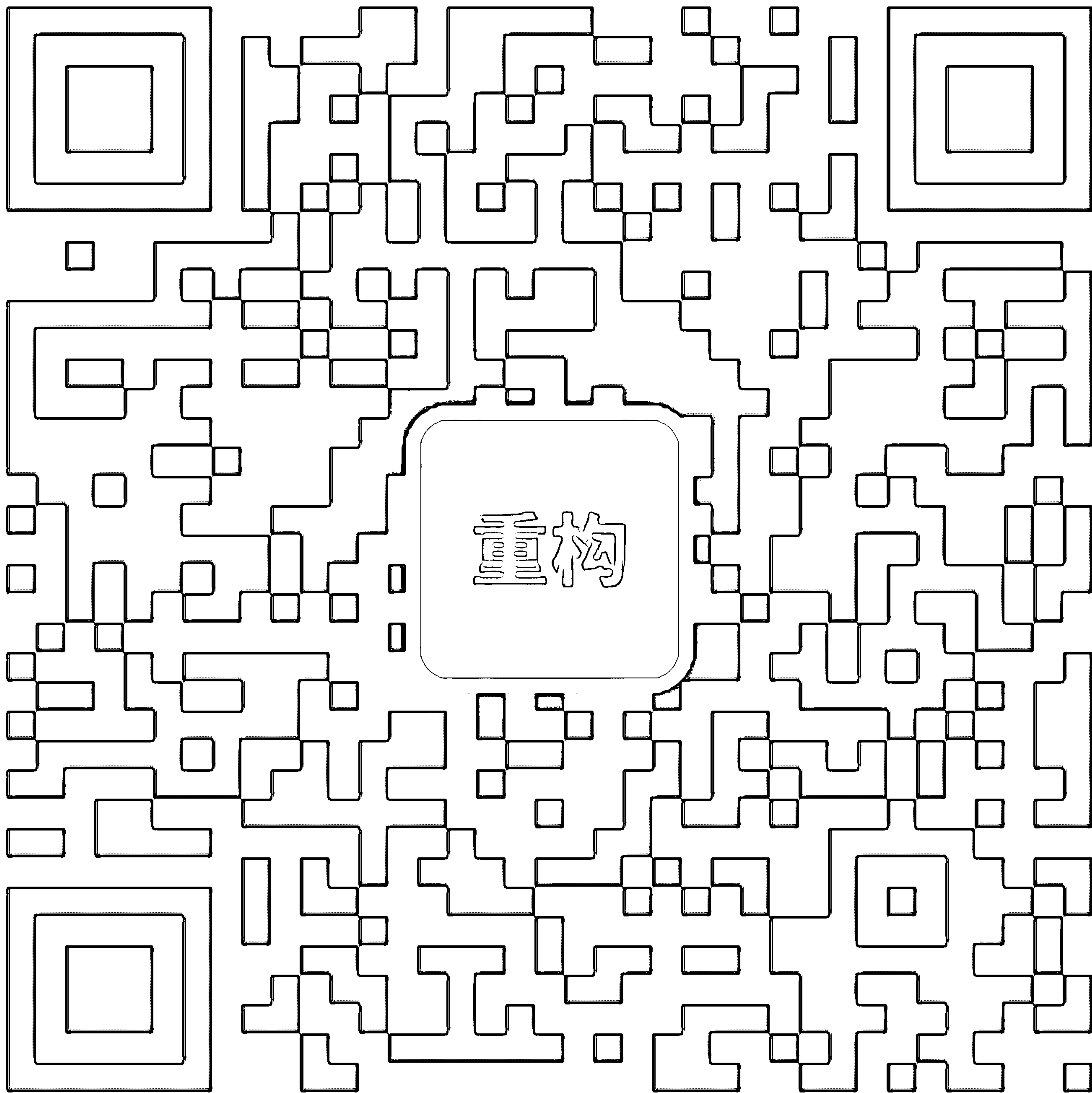
另外一個就是戴帽子。

最近在室內戴帽也變成一種時尚。所以如果你無論如何都不想被別人看到禿頭，那就只能戴帽子了。戴帽子的技巧就是不要老是戴同一頂，而是要搭配當天的服裝，選擇適合的帽子。

如果你總是戴著黑色毛帽，就是在默默地告訴大家「我在遮我的禿頭」。為了要表現出自己是「為了時尚而戴帽子」，你可以輪流戴紳士帽、棒球帽和狩獵帽等不同種類的帽子。

## 薪水少

談戀愛的過程中，假如是想結婚的女孩子，多半會在意交往對象的收入多寡。但是





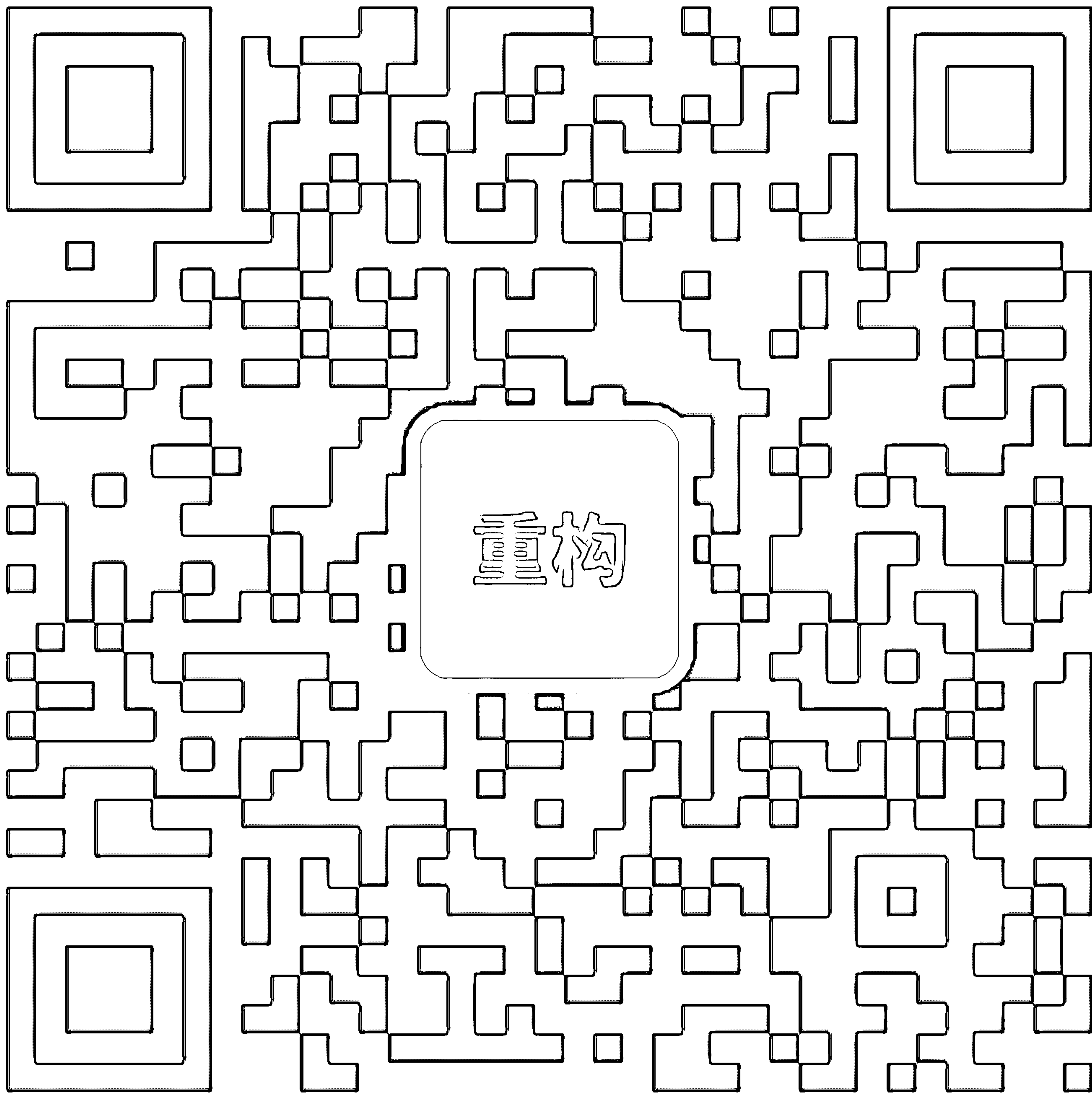
女孩子也會清楚認知到在現在這種大環境下，如果沒有兩份薪水很難過活。

假如你的薪水不多，也不需要因此而放棄。因為有很多女孩子的收入也不高。對於一個人生存在社會上這回事，大家都會感到不安。

如果你覺得自己沒錢約會，那麼就以品味一決勝負吧！

例如帶著自己做的便當，到海邊或公園野餐，也可以度過快樂的約會時光。便當別只是交給女孩子做，如果你可以提議做便當，女孩子一定會很感動，心想「他竟然會做便當給我吃，真是完美的男人」。此外，當她在內心描繪和你的未來時，也會認為「就算兩個人都要工作，但因為他是一個會做便當的居家型男人，應該是一個很好的生活伴侶」。

如果你的薪水不多，應該要努力讓女孩子發現你是個「可以一起生活的人」。







## 把缺點變成優點

### 把自卑之處轉換為惹人憐愛的力量

你覺得如何呢？你的個人特質中，雖然有些是女孩子不喜歡，但是狀況絕對不像你所想的那樣絕望。

奇妙的是，自卑這種事就是你越在意，別人眼中看來看越明顯。相反來說，如果你意識到自卑之處，卻能找到和它和平共處的方法，自然就會越來越不在意了。不用下定決心克服內心的幽暗面。只要直率、真誠地和女孩子相處，你一定也可以「惹人憐愛」。





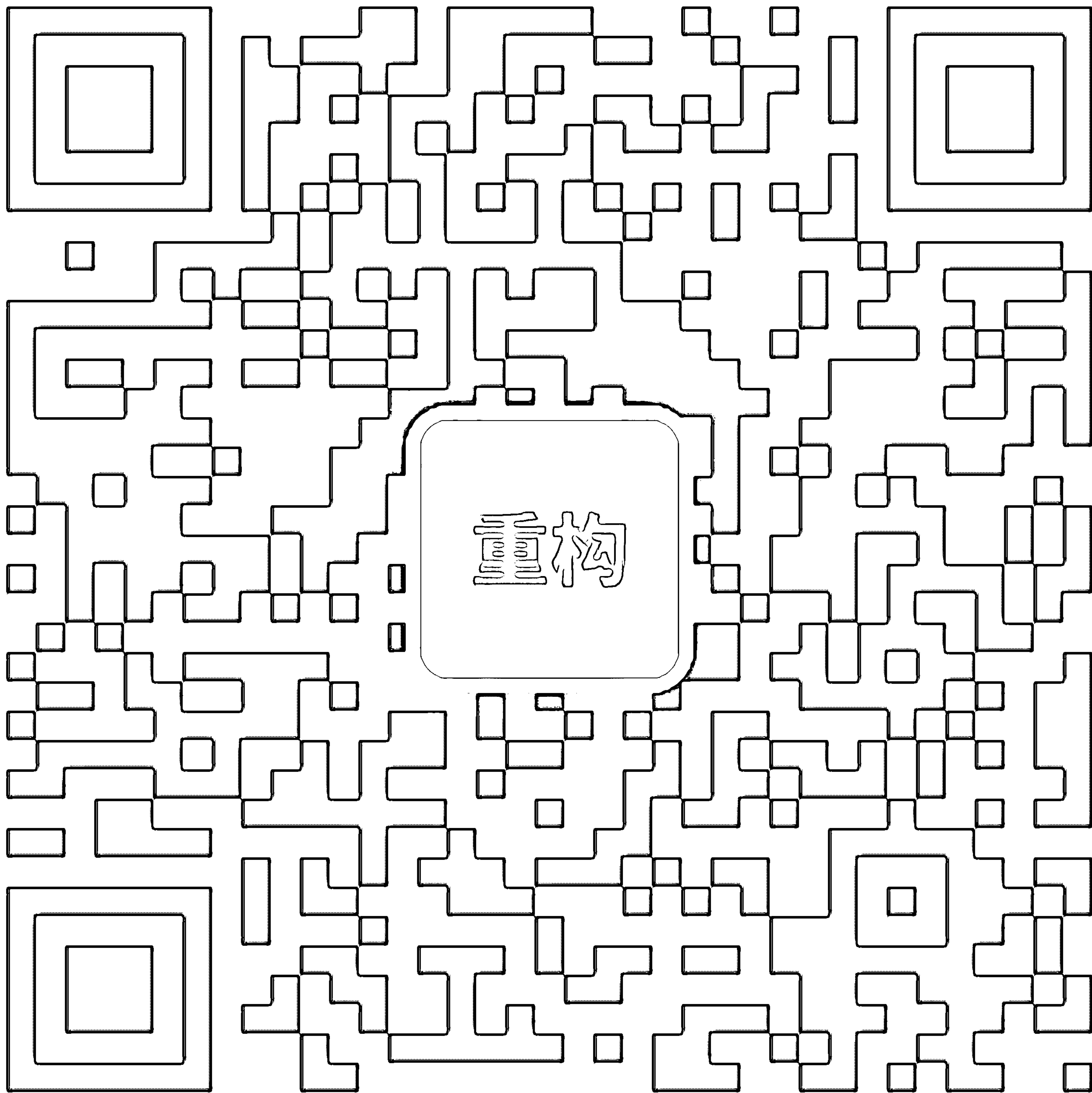


大泉理花×二村仁 對談——

比起成為「讓人愛慕的男人」，  
不如成為「惹人憐愛的男人」

### 二村仁

一九六四年出生於六本木。畢業於慶應義塾小學、慶應大學文學部肄業。九五年以前主導「Panorama 歡喜團」。九七年首度擔任A片導演，作品包括《和美麗的她接吻做愛》、《陰陽人》、《我想被妹妹侵犯》、《陰部愛上陰部的原因》、《女裝美少年》等跨越性別界線的劃時代作品。目前擔任四套A片的製作人暨總監。著作有《別傻了！妳的男人才不是這樣想》、《全都是為了有異性緣》。







**大泉理花**（以下簡稱大泉） 這是我第一次寫教男人如何受女孩子歡迎的書。要教男人真的很難呢！有些人只想和很多女人做愛，有些人想交女朋友，也有些人想找結婚對象。

**二村仁**（以下簡稱二村） 女人所謂的「異性緣」大概只有一種，那就是想要處在「可以選擇自己要哪個男人」的地位。很少女孩子想要和很多男人做愛。嗯，當然也不是完全沒有，但是僅限於那些一定得透過性愛，才能和人溝通的女孩子。這種狀況和異性緣又不太一樣。

**大泉** 沒錯。如果不要考慮「異性緣」，只是想要找人做愛，那就很簡單。

**二村** 對。只要決定成為慾女就做得得到。不過其中也有一些人會順勢和男人發生關係，然後就變成慾女了。但是有些人卻會因此感到不安，很難直率地接受自己。

但基本上，女人的異性緣並不是要和很多人發生性關係，而是「被很多人稱讚，從中挑選自己喜歡的人，並且和他發生關係」。雖然是經過自己挑選，但還是要由對方正式告白。這就是女孩子心目中的最高境界吧？

**大泉** 是啊。這種就是姜太公釣魚，願者上鉤吧……

**二村** 吸引男人的方法，明顯地簡單很多。這本書裡也有提到，就是「以男人喜歡







的方式吹捧他們」。但是，要教男人如何受女人歡迎，那就很難了。我們兩個人的書裡都有寫到這一點，難的地方在於，男人連自己想要變成什麼樣子都不知道，只會嚷嚷著「我想受女人歡迎」。對於這些男人，還真的不知道該提供什麼建議。所以，首先一定得先釐清讀者的想法。

**大泉** 雖然說要問讀者「想要變成什麼樣子」，但其實男人什麼都想要吧！又想交女朋友，又想跟可愛的女孩子變好朋友，也想找女人做愛。雖然已經有完美的妻子，但是還想跟年輕女孩子出去玩。女朋友雖然很懂我，但另外也有喜歡的女孩子……大概是就像這樣。

**二村** 男人所謂的「受女人歡迎」其實很複雜啊！我認為，男人只要外表看起來不會太噁心，改變一下想法，就可能會有女人喜歡你。而且，外表的噁心，其實幾乎都是從內在散發出來，這也有機會改變。我就是想透過自己的書傳達出這一點。那麼妳是以什麼樣的心情寫下這本書呢？

**大泉** 我常常去的酒吧裡，聚集了很多三十幾歲、沒有女朋友的男人。他們都不是太有異性緣的人，但是也不是所謂的宅男。

比方說，讓人討厭的宅男會說「女人只要不是處女，就是中古貨」。這種人，老實





說根本就不理他了。但是這一群男人卻不是這樣。他們的興趣或許是職業摔角、看漫畫、喜歡偶像女星。仔細一聊，才發現對方其實很不錯，工作能力也很好。不僅是好的戀愛對象，甚至是很好的結婚對象。這些人明明不差，為什麼卻交不到女朋友呢？要怎麼做，才能讓他們順利找到對象？他們到底是哪裡出了問題？我一邊思考這些問題，一邊寫下這本書。

**二村** 也許他們就是「少年性格很強」的人是嗎？也就是說，從女人的角度看來，這些人很幼稚？

**大泉** 嗯……或者該說，這些人一直沒有反應過來吧！可能因為他們年輕時能正常談戀愛，但不知不覺間再也沒交女朋友了，卻一直沒發現這件事。一邊想著「也許只是正好沒女朋友吧……應該快了吧……之後就會交到……」，結果十年就過去了。

**二村** 你的意思是說，他們沒認清現實？

**大泉** 例如女孩子在買衣服時，會考慮這件衣服是否能吸引異性，像是「這是聯誼用的小洋裝」、「這是約會用的衣服」、「這件衣服男朋友應該會喜歡」。但是男人卻很少會這樣。男人買衣服時，可能會因為喜歡骷髏頭的圖案而買，或是因為喜歡橘色、覺得橘色是自己的代表顏色，所以老是穿著橘色的T恤。再來大概只會考







慮價錢吧？然而，這件衣服會不會受女孩子歡迎，這件事不在他們考慮的範圍裡。

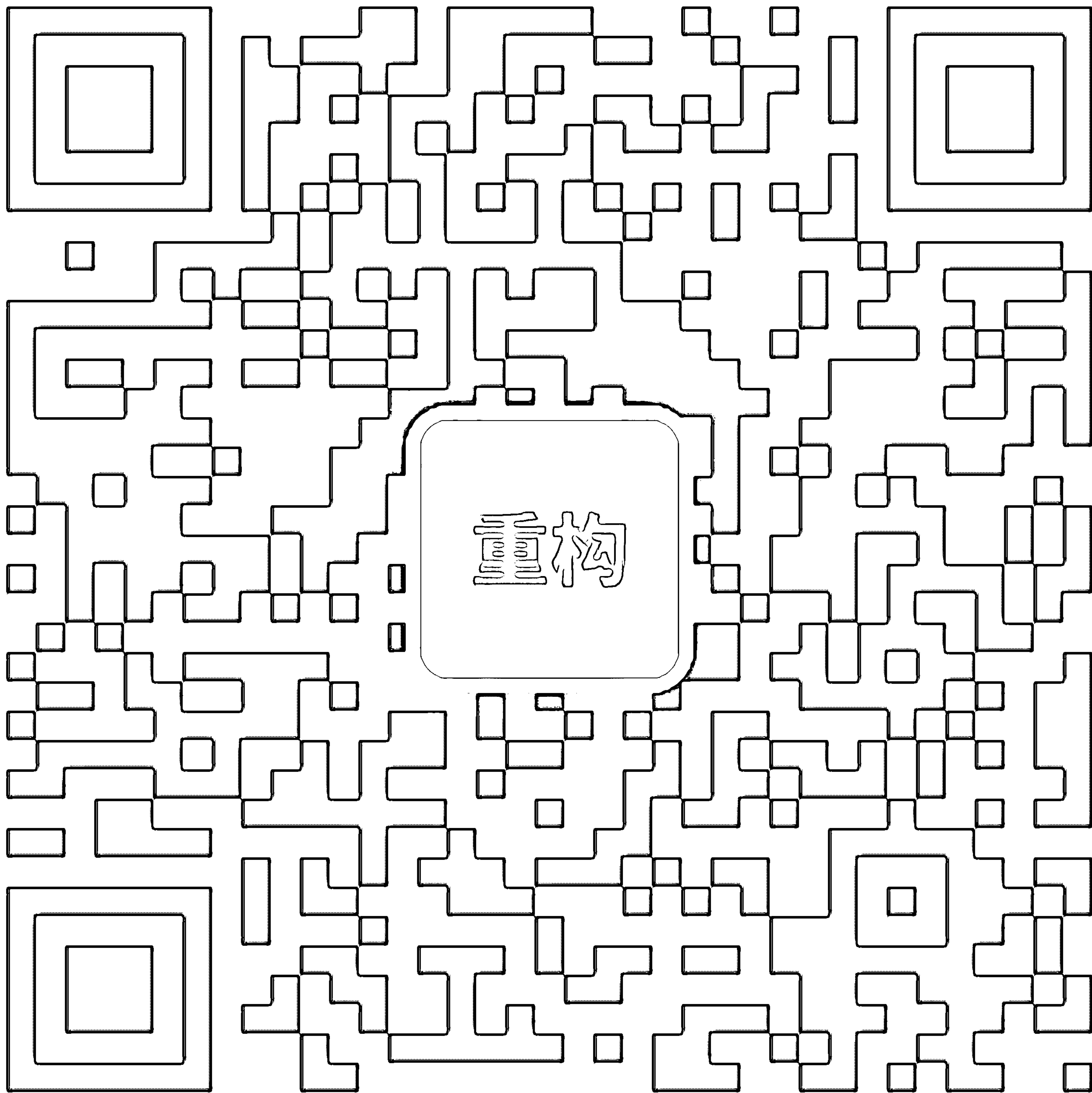
二村 嗯，真的是這樣呢！這麼說來我或許也是這樣（笑）。只穿橘色衣服的女孩子，從我個人角度看來，大概是靈修系那種很堅持自己想法的人吧。從男人的角度來看，也會覺得有點詭異。但是男人卻無意識地做著這件事。再來就是，女人眼中「不可思議的男人」，比男人眼中「不可思議的女人」來得更多。「乍看之下很噁心的女人」數量比「噁心的男人」少太多了。

大泉 沒錯。比方說，有些女孩子會素顏，但是很少看到「眉毛亂糟糟、鼻毛亂長」的人。但是那些吵著想要受女孩子歡迎的男人，卻有不少人的鼻毛跑出來見客。

二村 在男人眼中稱不上是美女，卻足以交往、做愛的女孩子有很多。但就連不會嫌棄男人外表的女孩子，也會覺得很多男人「感覺起來就很噁心」、「雖然不是壞人，但沒辦法和他交往」。借用妳的話，很多男人年輕的時候還不錯，而且也能好好談戀愛，但過了十年卻變成「不可思議的男人」，而且自己還沒發現。

**不過分勉強自己卻有異性緣，需要靠女人的溫柔包容**

大泉 但反而是女孩子會努力過頭，陷入惡性循環中。太在意自己的外表，但內在







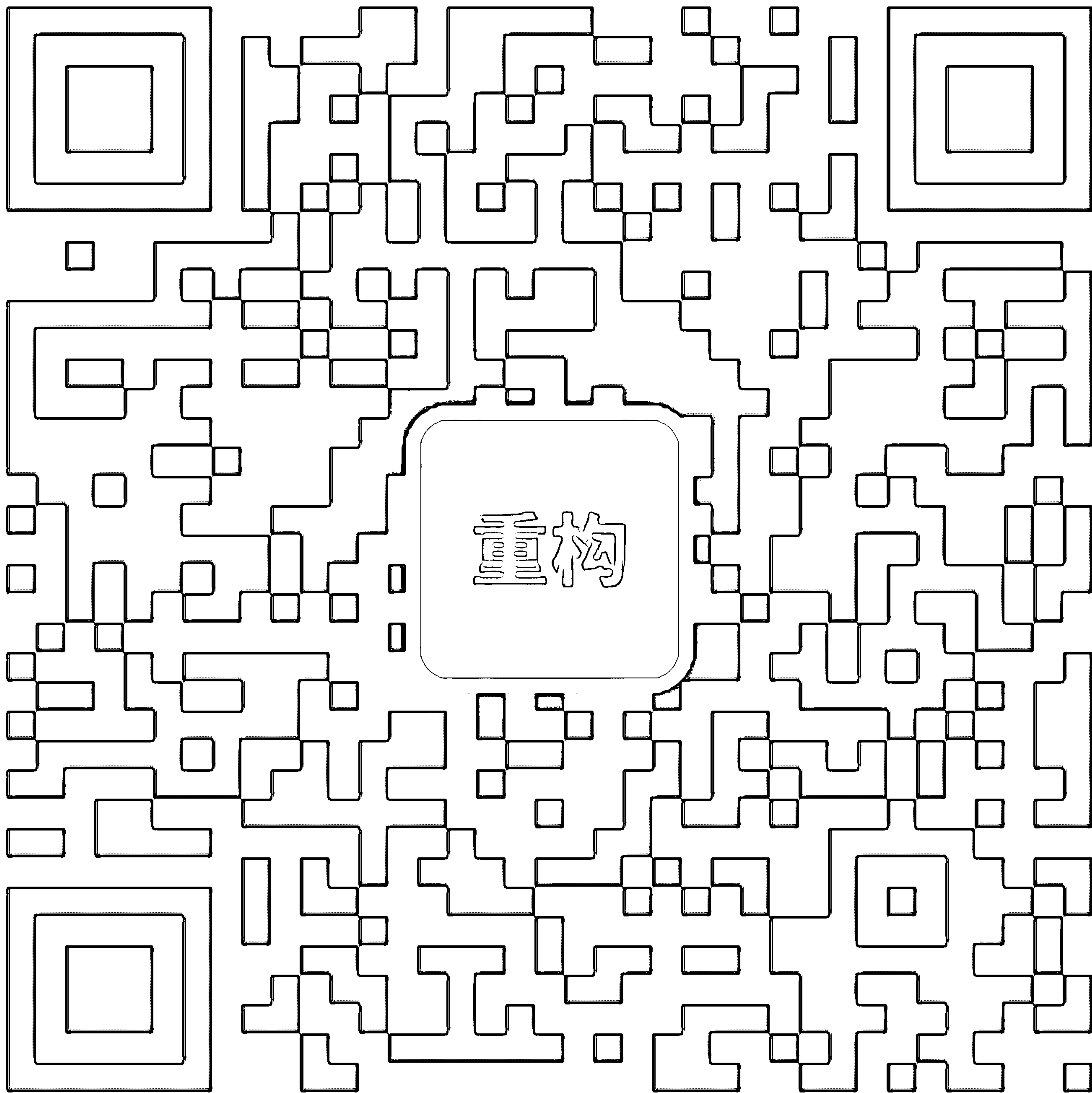
卻很貧乏。

**二村** 對，這麼做反而把情況變糟呢！外表雖然很漂亮，可是一開口卻很嚇人。這種女孩子很多。相反地，男人開口講話之後，才會發現「每個人都滿不錯啊！」但從女孩子的角度看來，這些人或許都不是她們想做愛的對象。

兩者之間的差異很少有人提及。為什麼會出現這種情形呢？這裡必須提到我的書裡寫的內容。一般來說，女人習慣否定自己，所以會很重視外表。但是男人卻會下意識地肯定自己，所以會覺得「鼻毛露出來也還好吧」，也會做出一些奇怪的舉動。這就是我所謂的「偽自我肯定」，並不是什麼好東西……

所以對男人說「你要變得有異性緣」其實毫無意義（笑）。大家都覺得「有異性緣」就是「被女孩子喜歡」，這是大錯特錯。首先要明白「我其實希望自己能被女孩子肯定、被女孩子理解、向女孩子撒嬌」。這個觀念我也寫在同樣是由 East Press 出版的《全都是為了有異性緣》一書中。

**大泉** 是啊。我認為男人如果要在不勉強自己的狀況下受女孩子歡迎，就一定得依賴女孩子的溫柔包容，也就是她們「疼惜可愛生物的心情」了。所以我最後才會提到「惹人憐愛的男人」這個概念。如果你覺得自己沒辦法成為大男人或覺得自己瘦





不下來，以成為「惹人憐愛的男人」為目標，就可以不用勉強裝帥了。

**二村** 帥氣的性愛機器容易得到女人的心。這是沒辦法的事。可是性愛機器的內心時常吹著冷風，一點都不幸福喔！想到這一點，還是成為惹人憐愛的男人比較好。

**如果男人想要受女人歡迎，就去談戀愛吧！**

**大泉** 讓自己有異性緣的技巧有很多。從搭訕大師教你如何才能跟女人發生關係，到如何不被女孩子討厭等，不勝枚舉。

**二村** 真的非常多。可是如果只是想要和女人發生關係，其實沒那麼難。只要你在女人眼裡是「無罪的性愛機器」就可以。讓女孩子知道你不是「危險人物」，不煩人、看起來乾乾淨淨就行了。還有，如果大家都知道你是性愛機器，但你卻不會強迫女孩子，做出讓人討厭的行為也可以。可是，說到這裡就會停下來了呢！把這些事情特別寫到書裡，又有什麼意義呢？

**大泉** 是啊。不管男人或女人，我都希望他們能真正得到幸福。

**二村** 可是單身的男人，大家都想要交女朋友。而且這些男人外表絕對不噁心，教育程度也都很好。







**大泉** 明明就有很多很棒的女孩子，可是卻沒有認識異性的機會。難道是沒注意到身邊有這些女孩子嗎？不，其實很多人是不知道要怎麼邀約這些女孩子啊！

**二村** 比方說，如果有一個大家都稱讚的好女孩，但她卻不知道自己有多好，只有她身邊的朋友、你和喜歡這個女孩子的男人才知道。如果你想要被她喜歡，應該要溫柔地告訴那個女孩子「妳要對自己有自信喔」，而非對她說教。也就是說，不要做出讓女孩子討厭你的行為，而是自然地接近對方。

**大泉** 「溫柔」是重點呢！如果男人是以上對下的態度糾正說「妳這樣不行」，也會讓人退縮。但男人似乎不太願意跟女人對話。不過，在男人眼中，女人說話老是沒重點又無聊。這一點我們必須反省。比方說我們會說「這禮拜六我們要去某某地方，幾點要做哪些事」，連這種行程報告類的談話內容，也至少會被問三次。

**二村** 男人沒聽進去女人的話，大概有兩種情況。一種是覺得「我不需要、也沒必要為這種事動腦筋」，下意識膨脹自己。另外一種就是真正的笨蛋了。

**大泉** 可是就算女人感覺到這個男人可能是個笨蛋，也不希望因此認為「反正他就是笨」。女人這麼做等於是放棄自己有異性緣這件事，不，這跟異性緣沒關，而是不想放棄男女之間溝通的機會。







二村 那些不是真笨，只是想太多的男人需要的就是去談戀愛。只有戀愛可以擊毀男人的「偽自我肯定」。男人被喜歡的女孩子拒絕時，才會第一次知道自己的缺點，並且開始努力。當然也有一些男人不願意努力，只會否定自己、停滯不前。

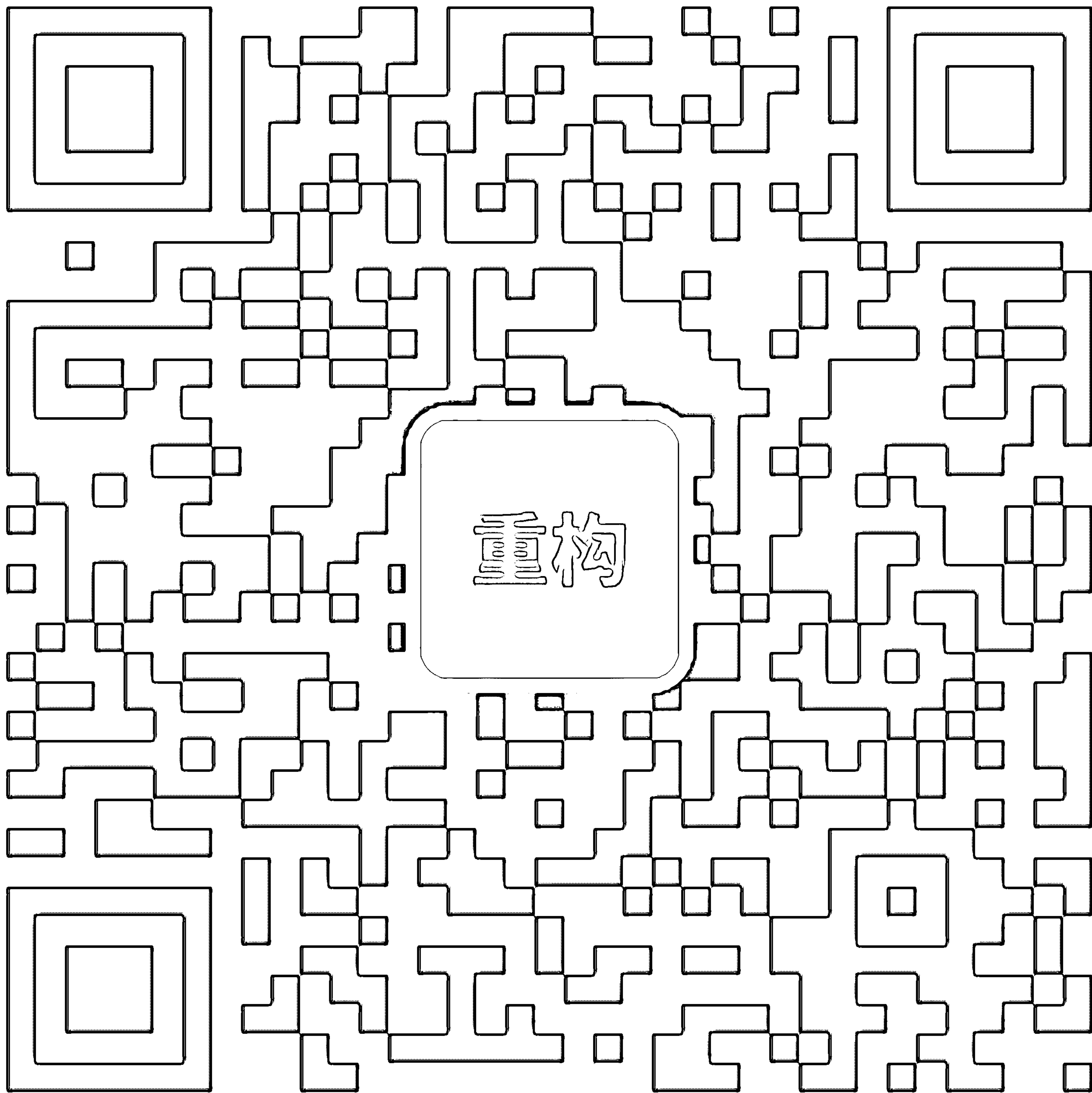
大泉 原來如此。有了戀愛這股動力，才能真正成長呢！因為愛，男人才會去做各式各樣的事討女孩子歡心。

二村 所以，男人如果希望自己被女人喜歡，一定要先為愛所苦。一邊思考溝通的真理，一邊做出行動。沒辦法談戀愛的男人，其實非常害怕自己構築的偽自我肯定世界被擊毀啊……。

大泉 可是我認為現在的女孩子，不像以前那樣把男人當笨蛋。我雖然沒經歷過，但在泡沫經濟那樣的時代裡，男人得當女人的工具人、要討好女人。但現在這個時代裡，女人完全不會想要讓男人為自己做牛做馬。

二村 我也這麼認為。那個時候畢竟是男人的地位比較高啊！

大泉 是啊。現在這個時代，女人也想要真心和男人交往。所以如果想要談戀愛，現在就是大好時機。希望男人們都要積極地和女孩子接觸。







## 【後記】異性緣是一輩子的事

每次在書店看到女性作家寫的「異性緣技巧」，我都會覺得很不可思議。因為很多作者不僅外表、特質都很傑出，簡單來說就是高等級的好女人。

這些書當然都是根據親身經驗而來，要教讀者如何受異性歡迎。可是如果作者本身條件就很好，受異性歡迎也是理所當然。但如果作者異性緣不好，寫起書也沒有說服力。

此外，「好女人」自然會知道什麼是「好男人（異性緣好的男人）」。所以，讀者只要依照好男人指南的指示，異性緣也會變好。我相信這一點也沒錯。

但我認為，如果為了變成有異性緣的男人，必須積極改造自己，好讓女孩子看得上眼。這種方式對於有經濟壓力、生活忙碌的現代人來說，稍微辛苦了一點。

與其這樣，不如善用這個機會檢視自己的內心。先了解自己為什麼不受女孩子歡迎，







再思考自己可以改進哪些部分，或是有哪些部分沒辦法改變。基於這個想法，我寫了這本書。

以「想要受女孩子歡迎」為原動力，好好修正性格，你也會有所成長。

異性緣是一輩子的事。就算到了五、六十歲，會受女孩子歡迎的人還是很吃香。希望你不論到了幾歲，都是一位完美的成熟男人。

大泉理花





新視野 New Window 153

女人就喜歡男人這樣

もっとモテたいあなたに

作者：大泉理花

譯者：顏理謙

書系主編：蘇芳毓

編輯：黃芷琳

美術編輯：邱筱婷

內頁排版：彭立瑋

發行人：朱凱薈

出版：英屬維京群島商高寶國際有限公司台灣分公司

Global Group Holdings, Ltd.

地址：台北市內湖區洲子街 88 號 3 樓

網址：www.gobooks.com.tw

電話：(02) 27992788

電郵：readers@gobooks.com.tw (讀者服務部)

pr@gobooks.com.tw (公關諮詢部)

電傳：出版部 (02) 27990909 行銷部 (02) 27993088

郵政劃撥：19394552

戶名：英屬維京群島商高寶國際有限公司台灣分公司

發行：希代多媒體書版股份有限公司 /Printed in Taiwan

初版日期：2015 年 11 月

MOTTO MOTETAI ANATANI by Rika Oizumi

Copyright © Rika Oizumi 2013

All rights reserved.

Original Japanese edition published by EAST PRESS CO., LTD.

Traditional Chinese translation copyright © 2015 by Global Group Holdings, Ltd.

This Traditional Chinese edition published by arrangement with EAST PRESS CO., LTD.,

Tokyo, through HonnoKizuna, Inc., Tokyo, and Bardon Chinese Media Agency

國家圖書館出版品預行編目(CIP)資料

女人就喜歡男人這樣 / 大泉理花著；顏理謙譯。-- 初版。

-- 臺北市：高寶國際出版：希代多媒體發行，2015.11

面；公分。-- (新視野；153)

譯自：もっとモテたいあなたに

ISBN 978-986-361-228-5(平裝)

1.戀愛 2.兩性關係

544.37

104021617

凡本著作任何圖片、文字及其他內容，  
未經本公司同意授權者，均不得擅自重  
製、仿製或以其他方式加以侵害，如一  
經查獲，必定追究到底，絕不寬貸。

◎版權所有 翻印必究◎

