

## Female

### 1.你最愛的人，都教會了你甚麼

我最愛的人教會了我，被拋棄的時候不要做任何掙扎。真誠不是必殺技、對人不能太好、愛人不能太滿。

### 2.過情關

真正得過情關，不是讓你放棄某個人，或是不斷拉扯。而是通過某個人看到自己，並回歸真正的自己。所以在一段讓你無法割捨，又很難繼續得感情中，不放棄，不逃避，不僅逼，而是選擇回看自己。把對方視為一面鏡子，鏡子裡面如果看到的是真愛，那就是照見了自己的善良與美好；如果看到的是恨，照見的就是自己的恐懼與匱乏。

看著自己，是一個怎樣得經神狀態呢？是步步緊逼，指責抱怨；還是苦苦哀求，不斷糾纏。

別在關係裡當受害者，也別再當拯救者。跳脫出劇本，看到真實無相的自己。把自己重新養一遍，有緣的人自然會在高處相見

你的恐懼都是來自安全感匱乏，所以你會緊緊抓住一個人不放。能看到，才能清醒。在知道與做到之間，還有一段很長得修練過程。如果你放不下執念，物易於將自己放在煉獄放做自己才能夠早遇到正緣。幫你度共情關的不是時間，而是你冷性清醒時的選擇。

### 3.宮崎駿說

宮崎駿說：「其實我很早就知道我們不合適，但我還是拒絕了所有人，陪你走了一但沒有結果的路。雖然時間不長，但畢生難忘。留住你和放過你，我都做不到。」

### 4.大魚海棠

大魚海棠的鼠婆說：「不要預設和別人共度一生，就自然的相處。命運把你們帶到哪裡就到哪裏。天有道，就不會讓有情人分離；天若無到，人就應該遵循天命。

」

### 5.我始終不明白

我始終不明白，為什麼甚麼都不圖的人輸得最慘。這個世界給了我一種，付出真心就會遭到報應的感覺。

當我放下防備去愛一個人的時候，反而又被上了一課。我以為他是來愛我的，沒想到她的出現只是為了告訴我，我真的很好騙。好奇怪，我越敷衍，就會有人愛我；我越用心，他們就越不把我當回事

### 6.到底要怎樣才能過好一生

你越是放鬆，結果往往會越好。當你開始沉住氣，不急於求成。開始打磨自己，對人事物降低期望的時候，更容易有好的結果。

焦慮的根源就是，同時想做很多事情，又想立刻看到結果。真正的修行，是讓自己安靜、平和、樂觀，不要焦慮與內耗。允許一切事情發生，遇到的事情都會是成長的機會，能讓人不斷的完善自己。

## 7.給單身男生的建議

我知道放棄可能會有遺憾，但有些事情堅持本來就沒有意義

## 8.不輕易挑明，保持曖昧觀察

女生通常已察覺你在追她，不挑明時你就別挑明。

若她反問你「你在追我嗎？」建議回應：「那要看你給不給機會囉。」

## 9.曖昧期的約會次數是觀察指標

若曖昧後連續 3 次約不出來，建議直接放棄。不要相信任何借口。

## 10.常審視彼此關係

若發現自己像舔狗一樣付出太多時，請先退一步、冷靜、觀察，再決定要不要繼續追。

## 11.不要把自己放太低

越卑微越沒機會，要維持基本的平等原則。

## 12.不要暴露過多的需求感

太強烈的需求會讓人感到壓力。

## 13.投資自己比死纏爛打更有效

追求過程中，提升自身競爭力 > 把大量時間花在對方身上。打造自己的魅力才有長期價值。

## 14.被明確拒絕就該收手

不要死纏爛打，這樣只會降低價值。可以選擇斷聯，提升自己、等待反吸引效果。

## 15.不要聊日常

聊天意義是要有的。不要再聊天記錄裡面去寫日記。實在是閒的話去找點筆事做，讀書健身都可以。去提升自己，只有自己充實了，才能吸引到女生

## 16.控制好聊天的頻率

不要把自我感動當成是騷擾別人的理由。你對他來說只是朋友甚至連朋友都還算不上，所以請認清自己的位置。朋友會聊天嗎？會有事沒事來打聽你在幹嘛嗎？會不放任何蛛絲馬跡的打他你的隱私嗎？

## 17.調整好自己的心態

聊天的最終目的是邀約。約不出來，你聊再多都是沒有用的。

通過約會展現自己的價值吸引到他，不要為了緩解寂寞去聊天。你的寂寞傳送出來，就會讓對方感覺你是個無趣的人。

越寂寞的男生就越沒人打理，越精彩的男生就越多人喜歡。

### 17.1 善待不等於等價交換

你對對方好，不代表對方一定要以同樣方式回報你。

## 18.不要強制互動或升級關係

關係是「一步步建立」的。開始就說過多親密話題，會讓人反感。

### 18.1 人間清醒

如果你聯繫我，我就聽你說；如果你不找我，那我就順其自然實不相瞞，我很想你。但是問題不大，我能克制好。我有本事去找你，去喜歡你；我也有這個能力，把所有的喜歡壓下去。

只有雙向奔赴的感情才有價值。你可以對我冷漠，但我也可以無視。

等你甚麼時候心裡裝下我，甚麼時候你願意主動地向我走近，我才會好好的去愛你。

如果事與願違，那麼我也願意祝妳幸福。

### 18.2 人間清醒

我沒有權利，決定你身邊是誰；但我有權利讓你的身邊沒有我。當你拒絕不了別的男人，那我就能拒絕你。因為我沒有興趣跟別人共享同一份愛。

如果你真的愛我，那我希望你能為我拒絕一切所有的曖昧。如果你把我的愛分給了別人，那我寧可不要。

我用心的時候可以做到分文不取。但我希望在我珍惜你的時候，你一定要珍惜我。

感情的本質很簡單，無非就是真心換真心。如果你在乎我，我會加倍對你付出；如果你不在乎我，那我會收回所有的愛；如果你對我沈默，那我必定還你冷漠