1. 第一印象

一旦你们将目光投在彼此身上，你的意中人就会不知不觉中立刻读懂你的身体语言。

意中人初次见到你的那瞬间具有非常关键的作用，你在对方眼中的印象，会透过他的眼睛进入其大脑，并留存下永久的记忆

对于男性来说，衣着打扮在第一印象中起着举足轻重的作用

技巧：打扮妥当，随时等待爱情。任何时候，当你走出家门，都要打扮妥当。

技巧：心理上保持“时刻准备爱”的状态

强有力的目光接触能让人迅速产生强烈的情感。紧盯着充满魅力的陌生人的双眼，可以让你们之间的爱火熊熊燃烧。因此，和你的意中人进行密集、意味深长甚至带有威胁性质的目光接触，是让她爱上你的第一步。

为了让你的意中人从潜意识里感觉你俩已经相爱，聊天的时候，请大幅增加目光接触的时间。请将目光接触提高到你们交谈时长的75%甚至更多。

凝视对方时，比平常多出几秒钟，虽然表面上不动声色，却能表达出无比丰富的含义。

向你的意中人传达你们已经热恋的信号，对方就会产生爱的感觉。

技巧：和意中人聊天的时候，请大幅增加你们的目光接触。寻找她的视神经，用你的视线死死锁住对方，制造那种你们已经相爱的暧昧气氛。同时注意，你必须让自己的眼神温柔而动人，用一双死鱼眼呆呆的盯着对方，绝对不会引发爱情。

电眼练习：和意中人聊天的时候，凝视她脸上最有魅力地方，这样你的瞳孔就会自动放大，你的眼睛就变成了“电眼”，同时，心里想着美好可爱的事情，比如：专注于你的意中人有多么美丽、和她一起你感觉多么舒服，或者和他一起淋浴有多么快乐。还有，你必须将羞涩、怀疑、拘谨或者任何让你瞳孔缩小的负面想法从脑子里驱逐出去，只想意中人那些温暖、舒服的特征，好让你的凝视更加温柔。

眷恋的眼神：每次和意中人聊天的时候，将你的视线在她的脸上多停留一会——即使在谈话间的沉默时段也如此。恋恋不舍地凝视，能激起对方心中原始而略带不安的感觉，也能诱发那种“战”或“逃”时所分泌出的化学物质。这些物质冲进我们嫩的血管，让我们心醉神迷。当我们必须将视线移开时，请表现得依依不舍。要非常缓慢，好像你和对方的眼神被温热的太妃糖黏住了一样。

视线之旅：和意中人交谈的时候，让你的视线来一场旅行——先用视线对她的面庞做个整体扫描，重点集中在对方的双眼，如果她看起来很享受你的视线抚摸的话，就朝下再走一步，到达对方的脖颈、肩膀和上身。

当你看到一位充满魅力的淑女时，最好的策略是什么？那就是让你的身体说话。首先使用你的眼睛。看着她的双眼并延长你们之间的目光接触。她很可能会转移视线，你要对此做好心理准备。女性从小受到的教育就是，当发现男性盯着自己看时便垂下眼帘，但这并不意味着她对你不感兴趣。如果一位女士在转移视线以后的45秒内重新抬起眼睛的话，就说明他对你的关注持欢迎态度。

技巧：“迅速行动”的意思并不是径直走到意中人面前，对她进行骚扰，而是立即向她发出你对她感兴趣的信号。以下是经过试验证明效果最好的几个办法：

1：进行目光接触。和她保持持续的目光接触，并尽量延长一点。

2：对她微笑。确保你的笑容温暖而且友善，千万不要露出阴险或淫荡的笑容。

3：向他点头。如果她在45秒内回应了你的凝视，就对她轻轻点头。点头的意思是“我喜欢你，我能找到 和你谈话的机会吗？”

4：走到她的面前。最关键的一步是走到离她足够近、近到可以谈话的距离。

开场白：再话术感的开场白，也只是开场白，你的外表以及讲话方式比开场白重要的多，不管你说的内容是什么。你的第一句话应该和那位淑女或者当时的情景有关。比如，问她现在几点钟，对刚发生的事情有什么感想。事实上，你的开场白越朴素，效果就越好，因为在恋情的初期，她最关注的并不是你的言谈，她在仔细观察你，她的大脑在高速运转，评估你的仪态举止。她明白，不管你说什么，其实都是用来接近她的借口。如果她对你有好感的话，这种行为她是可以接受的。

但要注意，你对意中人说的第一句话，是迄今为止她借以评估你的最重要的依据。如果你张口就是抱怨，在她的印象中，你就会是一个牢骚满腹的人；如果你第一句话就透着自负，她就会给你贴上自大狂的标签；如果你的第一句话吸引了她，她就会觉得你是个魅力十足的人。

亲密步骤：

1：非语言信号：目光接触。

2：交谈：搭讪起来

3：转身：直面对方，身体与对方正面贴近，并表达出对她感兴趣的信号

4：轻微的身体接触：想办法与对方产生身体触碰。

5：同步：模仿对方的言行，让对方产生同类感。

软化意中人得心：

1. 微笑：当你倾听意中人讲话时，让一抹温柔且肯定的微笑停留在你的双唇上。
2. 开放的身体：将身体彻底转向对方，鼻子对鼻子、肚皮对肚皮，双臂保持一种放松而好客的姿势
3. 身体前倾：将身体向你的意中人倾斜，站着或者坐着的时候，将身体稍微项意中人挪动一点，表示你已被对方吸引。
4. 触碰：温柔地甚至“不小心地”碰一下意中人的隔膜、手指，或者将一根线头、头发从她的衣服上摘下来。
5. 目光接触：别忘了使用电眼目光接触技巧。
6. 点头：无论意中人说了什么，都轻轻点头表示回应。

观察意中人的脸：如果意中人的表情忽然生动起来，就多问几个有关的问题让话题继续，你很快就会发现，与对方的交谈如鱼得水。当意中人的表情忽然变得呆板，这意味着你该悄悄改变话题了，去找个能让她的眼睛重新发亮的话题。

观察意中人的头部动作：如果意中人对你感觉厌倦时，就会将脑袋拉回到距离较远的位置。但是，如果意中人觉得你或你的话题引人入胜，她的视线就不会移开。密切关注对方头部动作，当意中人的脑袋开始朝远离你的方向转动时，这既是另一个提示你改变话题的暗示。

探索意中人的身体位置：如果你在与新认识的意中人聊天时发现对方后退一步或者微侧身躯，请务必小心，这可能意味着你那刚刚萌芽的恋情已经开始在对方的脑子里枯萎。你需要立即停止话题，立刻切断独角戏；叫出意中人的名字，然后问一个跟意中人密切相关的话题，将谈话的焦点拉回到她的身上。如果意中人给你一种直面、开放的身体语言，这意味着你可以和对方敲定约会、向对方索要联系方式或者建议两人现在一起去其他地方喝杯咖啡，继续交谈。

观察意中人的双手：如果意中人的手不停地摆弄其他物品，这说明你需要立即停止谈话，或者放慢语速，慢道让意中人能够不紧不慢地思考。如果她的手掌面对着你，就说明她喜欢你，她在你面前感觉安全，也许还欢迎你采取进一步的行动。

观察意中人的眼神：如果你发现意中人的眼神游离，这并不一定意味着对方的拒绝，很可能只是因为你此刻的话题太枯燥。

留意意中人言语中的词汇：当你和意中人闲聊时，密切关注任何与众不同的词语——奇特、异常、离题的词汇，或者偶尔提到的地点、时间和人物。将那个词汇提炼出来，因为它是通向意中人心灵的钥匙，通过这个词，你可以发现意中人真正喜欢讨论的话题。

与意中人聊天，可以多用拉近关系的词汇“我们”，让意中人潜意识里感觉你们已经是一对儿。

通过分享一个小秘密或做一些适当的坦白，你向意中人表达了自己不设防的态度，你将自己脆弱的一面向她袒露出来。但在尝试这种“自我披露”的技巧之前，请确认你们的关系已有一定的基础。如果你觉得她还没有培养出对你的尊重，这种技巧就会弄巧成拙。

所有人都会被自信且热情地人深深吸引，女性尤其喜欢自信的男子。

当意中人询问你：你是做什么工作的？时，请考虑一下再做回答：

1、要让自己听起来是她喜爱的那种人；

2、要让自己充满自信，热爱生活；

3、要让自己的回答是个“花引子”，那样意中人可以就这个话题和你继续交谈。你抛出的诱饵越多，通过交谈打动意中人的概念就越高。

永远不要只说职业名称，然后让意中人的沉默将你们的交谈彻底结束。把你的工作向她做个介绍，这样她就能抓住某个细节继续发问，你们的交谈也不至于山穷水尽。

多和她交谈，向她敞开心扉，尽可能多给她一些信息，这样她在决定是否与你约会时，就可以做出比较理智的判断。不要太早约女性出去，不然她会认为你该兴趣的只是她的外貌。如果一位女性发现你欣赏她美貌以外的其他素质，就会对你更加珍惜。

如果你将意中人带到一个能激起对方强烈情绪波动或者能让对方敞开心扉的地方，她就会更加喜欢你。比如，令人焦虑的情境更加易于唤起人们的爱欲。

礼仪在女性心中非常重要。没人喜欢别人提醒自己闹了个尴尬的笑话。

若想恋爱成功，男性的衣着比女性要重要的多。对于男人来说，你的举止风度、你的头发、你的指甲、你的妆容、你的相貌以及你的友善个性才是最重要的东西。

1. 相似的个性，互补的需求

一旦你通过了第一印象测试，你就进入了恋爱的第二阶段。这时，你的意中人开始对你做各种评价，来判断你能否成为一个合格的恋人。

如果人生，或者一次约会，需要兼容性的话，那么男女之间拥有共同点就成了一个必要条件，人们总是在寻找那些世界观和价值观与我们多少相似的人，但如果两个人太过相似，就难免感觉厌倦，此外，我们也需要一个人来弥补我们的缺陷，因此，我们寻找的伴侣和我们既有相似性，也有互补性

恋人们并不是刻意在伴侣身上寻求相反的东西，而只是寻求那些与他们不同但又适应他们现有生活并使之更加完美的东西。

我们的语言揭露了我们的思想，我们的措辞将我们放进了不同的社会阶层。我们说出的话能够暗示出我们的职业地位、思想倾向、兴趣爱好乃至对人生的看法。我们说话时使用哪些词语，看似漫不经心，实际上揭示了我们感受世界的方式。

你遇到的每个人都有自己的语言，并在潜意识中以此为标准来区别自己人和外人，将家人、朋友和同事划入自己亲密的圈子。你可以采用“回声”的方式重复他们常用的词汇，你需要做的只是一点专注的倾听。为了让意中人对你感觉亲密，你就得使用和他们一模一样的语言。当你重复他的常用词汇时，她立刻会在潜意识中萌发一种亲密——仿佛你已经成了她家庭的一员。

当不同的意中人在谈论自己的工作场所时，都会使用不同的词汇；在与对方谈论工作或者兴趣爱好时，“回声”的技巧非常关键，因为如果你使用了错误的词汇，就会立刻个自己贴上“外行”的标签——一个与她的世界没有任何联系的闲杂人等。

技巧：在恋情刚刚萌芽的阶段，你对意中人的了解还非常少，并不清楚对方的价值观、人生态度或兴趣爱好， 但你可以暗示对方，你对她的一切都很喜欢。仔细倾听对方言谈中随意选择的词汇，并将它们一遍遍重复。

为了捕获意中人的芳心，请按照她们的行为方式来规范你的举止。观察她如何走路、如何入座、如何转身以及她如何举杯，然后将你的举止训练成跟意中人相似的样子。

营造相似性：

1. 建立共同爱好，女性通过交谈来加深感情，男性则通过一起做事来加深感情。女性总是渴望有个能理解他的男人，互相倾诉衷肠；她希望在艰难时刻能有个结实的肩膀让她依靠和哭泣，并有一双耳朵能够耐心倾听。
2. 相似的价值观、人生信念、行为模式和世界观，这些东西非常深刻，也非常重要。让新认识的意中人感觉你们俩拥有一致的价值观、信念、人生态度、情绪倾向等，这件事非常重要。能在男女之间制造强烈亲密感的，并非两人公共价值观的数量，而是质量。只要两人有一种价值观产生强烈共鸣就可以。

寻找那位心仪女士非常重要的话题，随意提起它，然后认真倾听她的观点并表示无条件地赞同。事实上，最好能暗示你比她对这个论点更加认同。如果你能和女性深入探讨她非常关心的话题，就很容易激发她的爱意。

1. 寻找你们俩对“爱情和婚姻应该或不应该是什么样子”所存的内心期待。应该有多少亲密？多少距离？多少独立？多少依赖？多少给予？多少奉献？

由陌生人变成情侣过程中的最后一步是“动作同步”。即使你对意中人的想法并不是特别清楚，但当她的身体姿势变化时，立即随之调整自己的身体就能暗示对方，你与其想法同步；你需要与意中人对于外界刺激的反应一致。

技巧：为了俘获意中人的芳心，请倾听她的信念，并表示自己心有戚戚。观察意中人对外界事物的反应，然后表现出相同的情绪反应——震惊、厌恶、幽默或同情。

让意中人爱上你的下一步策略就是：找到她对爱情的看法，然后以其期望的方式去爱她。而不是以你喜欢的方式去爱。如果关系比较亲密了，你可以以尝试去问她：对你来说，理想的爱情是什么样的？你希望男人如何爱你？

每当意中人谈论前任恋人、父母、朋友或任何其他关系时，请格外留意并解析里面的弦外之音。

你必须像侦探一样敏感，观察到底是哪些互补性素质让意中人欢喜，哪些素质让她无动于衷，哪些让意中人妒忌甚至对你产生敌意。你可以假装随意地问起意中人以前的恋爱经历，并从中找到有用的信息。

请注意，不要太快展露你的互补性素质。研究证明，恋人们只在恋情比较成熟的时候才探索这些需求，在他们确信双方拥有必要的相似性后。

1. 自尊

在轰轰烈烈的爱情中，最令人心动的核心内容就是人的自我价值感

每个人都需要安全感，希望得到别人的认可

你可以让意中人感觉你能够给她无条件的爱，但你必须以一种微妙的方式来实现。操之过急或分寸不当的赞美，只能让意中人心生厌恶。

数量的自尊按摩不是盲目的赞美，而是对意中人的自我定位进行全面的考察和理解，然后对其进行支持。意中人理想中的组我形象，是你滋养她的自尊并俘获芳心过程中的关键。

人们自我形象种类之丰富，简直数不胜数，因此，赞美的秘诀不是那些常见的陈词滥调，而是巧妙支持对方眼中理想的自我形象。一定要注意避免那些不真诚或者偏离了目标的赞美。

从你俩第一次交谈开始，就要密切留意意中人的弦外之音，探索她到底如何看待自己。

一套高段位的自尊按摩包括四个优雅的步骤：

1. 你要让对方知道，你已被她的魔力迅速吸引
2. 在你们交谈的过程中，你必须让对方感觉到你真心流露出的无限理解和认同
3. 将你的认同不断点缀到日常生活中，随着意中人越来越多地向你展露自我，你要不时抛出含蓄的赞美作为回报。在这过程中，你们可以制造出私密笑话，并借助其他技巧，让她感觉自己非常独特。
4. 当意中人感觉你已经完全理解了她有多么独特的时候，就是你抛出杀手锏赞美的时刻了。
5. 不要羞辱，来自现任恋人、配偶或朋友的羞辱，比来自陌生人的羞辱更具杀伤力。

***无声的赞美：***

使用“眷恋的眼神”让意中人感觉你无法将视线从她的身上移开，即使在交谈陷入沉默的时候。确保你的身体朝向意中人，别忘记微笑，将身体向对方倾斜，并不时点头表示认同。

和意中人见面的时候，用身体语言告诉她的潜意识：你已经无法遏制地被其吸引了。

技巧：在于意中人初次交谈这个关键事件中，请确保你的姿态一直自信坦然，将“我这是在干什么？”这种思绪驱逐出自己的头脑。你全部的注意力都应该放在意中人身上，并全心全意探索她有多么优秀。你的行为应该表达出这样的意思：我一切都好，但是你精彩之极。

***共情：***

你下一步要做的就是在和意中人说话的时候表示热情地支持，让意中人指导你理解并同意她说的每句话。在你们的交谈中，注意随时插入表达认同、理解和共情的声音或短语，偶然还要插入意中人的名字。要不失时机地叫出意中人的名字，让它成为谈话中的标点和拉近你俩感情的潜在工具。在谈话中，适当插入一些共情语句，能安抚意中人的自尊，并鼓励她更多地袒露自己。

请确保你对意中人做出那些表达共情的身体语言时，仍让自己的身体保持镇静和自信。

技巧：在于意中人聊天的过程中，不时插入共情的短语。第一次交谈就使用“我明白你的意思”、“是的，你说得对”、“我可以想象”和万能的“我理解”

许多男性都认为，在恋情早期，他们应该对意中人多讲些关于自己精彩、独特或是别具一格的事情，试图用好玩的故事、奇异的事件或滑稽的笑话来抓住对方的注意力，或者表现出更深刻的思想或更丰富的知识，来提高自己在恋爱中的地位。其实，这些都没必要的，在恋爱早期，显示出你对她的一切充满共鸣反而是更为有效的方式。一般来说，和男性首次聊天时，女性更倾向于将重心放在自己身上。如果你将注意力的重心放在意中人身上，她就会觉得你非常可人。

人们都觉得和自己见解相似的人非常可爱，魅力十足。

聪明的猎手们都会通过称之为“追踪”的技巧，来满足意中人想要成为明星的渴望。如果意中人在聊天中说道发生在自己身上的某件事，自己有的某个东西，自己的某个想法等，你可以在不久后的另一次聊天中提到她说过的。这种行为显示出，在你见到的千万张面孔所构成的星河中，她是令你难忘的一颗明星，长此以往，这些微不足道的小卵石会累积成巨大的亲密岩石。

在恋爱过程中，聪明的恋人会在脑子里放一本小小的黑皮书，记录恋人最后一次担忧、最后一次欢笑以及你们最后一次交谈的细节。他将意中人去了哪里、说了什么、上次通话时在干什么等都记得清清楚楚。等两人再次交谈的时候，无论是电话里还是面对面，他们说出的第一句话必然会用到黑皮书里的内容。

技巧：就像空中交通管理员一样，密切追踪意中人生活中最微小的细节，然后在交谈中讨论它们，就像在讨论重大新闻事件。让她感觉到，她生活中再小的事，在你眼里都是值得关注的大事。

幸福而亲密的情侣总有一些私密的玩笑。他们对着彼此的耳朵，轻声说出一些全世界都不明白、只有他们才理解的短语。

方法：每次当意中人讲故事的时候，无论是讲给你还是讲给一群听众，你都要认真找出她最喜欢的部分，然后为此设计一个能让意中人想起那个故事的最佳短语或小笑话。

要点：第一，只选择意中人深感自豪的那些事——她在故事里是个英雄而非小丑；第二，意中人讲过那个故事以后，你需要等待一段时间再讲出那句私密笑话。等待的时间越长，幽默的效果就越强烈。

私密的笑话不仅能让你和新认识的意中人开始恋情，而且能在之后的相处中软化冲突。

技巧：为了尽早营造出亲密感觉，请在意中人讲故事的时候专注地倾听，随后挑出她最喜欢的那句话。在之后的交谈中，请将这句话重复讲给意中人，让她觉得自己非常独特。于是你们就像所有的长期情侣一样，拥有了私密的玩笑。

***爱慕：***

在交谈的初期，第三步是让意中人相信你爱慕她。现在，你在表达赞同的时候，应该增加些更有力度的句子，这些小小的感叹此叫做“赞语”。随着谈话的推进，要不时穿插几个赞语和共情句。谨记，赞语并不是肆意的吹捧，它们只是感同身受额小小赞同。

对于男性，使用赞语可能会比女人困难。男性生来更爱竞争，因此会感觉称赞别人的同时，似乎就贬低了自己。事实恰恰相反，一个讨人喜欢、诚恳可靠的男人更容易对他人表达肯定之意。称赞别人，会提高你的级别。

此外，女人不会从级别的视角去看待赞美。对她们来说，赞美能够增进亲密度。如果你对女人说出赞语，就会从众多男性中脱颖而出。真的，能够对初识的女子不吝赞美的男士，是男人中的珍品。

***含蓄的赞美：***

恋情的初期，柔弱的爱情还无力承担大肆的赞美，但仍有一种方法能够让意中人心醉神迷——谈话时暗示意中人十分出色，暗示意中人是杰出人群中的一个，用含蓄的赞美。

技巧：将含蓄的赞美藏在陈述语句的次要部分，由此铺设一条通向意中人内心的幽径。你也可以暗示意中人是优秀群体中的一员，委婉地展示对她的青睐。

多数人称赞意中人，是因为他们喜欢对方身上的一些品质。但是，如果你赞扬的恰好是意中人真正引以为傲的地方，那么威力就会强大许多。

谈话早期，就要开始有意识地收集支持资料。精心设计自己的赞美之词，好让它一语中的，径直射向意中人的内心深处。这需要你用心理学家的耳朵仔细倾听。

方法：当意中人讲话时，留意她的面孔，格外关注她面颊上的红云、闪烁的星眸和浮现的笑意。这些表情都是天赐良机向你揭示意中人真正醉心的是什么。如果她的面孔忽然生机盎然，就意味着她非常乐于谈论这件事；当她提起一件特别的成就却一脸枯燥时，你就别费劲称赞她了。

在初次表达对意中人的含蓄赞美之前，先思考一下意中人的自我形象。她对哪些事满怀自负？她最喜欢人们把她视作什么样的人？她喜欢自己聪明绝顶还是美艳绝伦或者空灵圣洁？先分析意中人最得意的地方，然后赞美她。

称赞意中人的时候，还要考虑时机。赞赏某人最近的微小胜利，效果强于赞扬其辉煌而久远的成功。赞赏某人刚买来的外套，是当天最适宜的赞美。

***杀手锏：***

你每说出一句明显的赞美，下一次的赞美就会显得不那么给力。仿佛美元一样，在意中人的眼里，太直白的赞美很快就会贬值。因此在恋情的早期，你可以使用共情、表达赞同等方式，向意中人发出含蓄的赞美。但是，请把杀手锏级别的赞美留到最后。

技巧：杀手锏赞美：寻觅意中人身上最独特的品质。这个品质如此深藏不露，多数人从不会提及，然后注视着意中人的双眼，叫出意中人的名字，用这句杀手锏赞美直接击中对方的心。应当在深情凝视的时刻，用一句强烈而鲜明的话“射”出这一句赞美。如果时间持续太久，意中人会感觉难堪的。

显然，在一个月之内，不要给意中人一句以上的杀手锏赞美。否则，你会显得像是在拍马屁。正如一切赞美的法则，一定要确保你赞美的是对方引以为傲的地方。

要确保你的赞美符合意中人的自我形象，否则会适得其反。

一项研究显示，俊男靓女倾向于看淡赞美，而相貌欠佳的人往往格外重视赞美。投其所好，用最适宜的赞美喂养意中人的自尊，你就会看到她对你萌生爱意。

技巧：意中人做出成就后，你要立即给予赞美。你说出口的第一串音节必须是赞美的话，为其如此才能回答她无言的征询：我干的怎么样？

关于立即赞美，还有最后一句提醒：切记，务必要大力恭维。如果心存疑问，就要更加卖力。如果她觉得自己干的好极了，那么她会把“干得好”看成是一句羞辱；倘若她认为自己表现极佳，那么你一句“表现不错”，会让她大失所望。

童年的经历和儿时的名字能引发强烈的潜意识效应。如果你打算称呼意中人的小名，请先进行市场调研和测试。如果时机合宜，先问意中人，她儿时的名字是什么。如果你察觉到意中人钟情那个名字，就说：哦，我喜欢！如果我叫你的小名，你介意吗？

技巧：当意中人赞美你或者问及你乐于谈论的任何一件事，请将愉快的感受像回旋镖一样，回赠给对方。感谢她问及或者留意这件事。把幼稚的尴尬抛到脑后，用你明媚的微笑向意中人展示，你多么享受他们的赞美。无论何时，意中人赞美你时 ，都不要回答“哪里哪里”，也不要只是说句“谢谢”，这种不冷不热的反应，根本无助于让意中人因赞美你而感觉舒适。如果得不到积极的反馈，意中人从此就不会再赞美你。当你回赞时，意中人会因为称赞了你而感到喜悦。

告诉意中人，你爱慕、赞赏或崇拜她的哪些地方，这样她就会继续做那些令你爱慕、赞赏或者崇拜的事。

为了久沐爱河，要主动告诉对方你最欣赏她的哪些地方。想想意中人身上哪些你最爱的微妙甚至愚蠢的特质，然后不经意地告诉她，你爱的正是这一点。你的意中人不懂得读心术，所以，你不仅要告诉她“我爱你”，还要说出为什么。

许多人都忽略了这件事，他们没能告诉自己的意中人，对方哪一点让自己怦然心动！请坚持激励恋人身上那些你最爱的特质，好让爱情历久弥鲜。

4、等价原则

每个人在选择终身伴侣的时候，都会进行一些庸俗的考虑，这与商业法则没什么区别，每个人都会问自己：这对我有什么好处？如果想让某个人爱上你，你必须一开始就让对方相信，爱上你是一件合算的事。

研究证实，在情场中，能摆到讨价台上的品质越多，你越有可能得到满意的结果。你各方面的资本越均衡，别人就越容易爱上你。等价理论告诉我们，在一场恋情中，两人的品质越相当，边越有可能进入婚姻。

愉快的性格、温文尔雅的社交风度和知识学问只要能让伴侣受益，就能为你加分。当夫妻综合条件相当时，更容易两情相悦。

亲密关系中，如果存在不均衡，双方都会察觉到不对等，从而试图恢复平衡。换言之，他们竭力将双方的比分拉平。在不等价的亲密关系中，优势的一方也许会深感不满足。劣势的一方始终焦虑不安，总担心自己配不上对方。

让自己确信，你是最美的生灵，这个行星因你而荣耀，然后让自己的言行举止与此吻合。建立自信，并使用美丽的肢体语言。别管口头语言，先塑造你的身体语言。因为女人钟情的是那些言行风度中洋溢着强大、自信与阳刚气质的男人。

谈吐风雅：讲究你说出的句子，避免使用低层社会的低俗语言。在社交场合与衣着光鲜的人聊天时，注意你的声音，要保持低沉、悦耳，而且一定要清晰。清晰的发出每个音节，让每个字都从你口中完整的吐出。

为了提高你的市场价值，永不停止学习，永不放弃性格塑造与社交技巧，努力培养内在品质，并且持之以恒。他们像黄金子弹一样，能够射中意中人的心。

技巧：让你的意中人帮你一点小忙，让她送礼物给你，或者帮你做点小事。然后你对她表示感谢，但也不要特别感激。要表现出似乎她为你不辞辛劳完全是合理的行为。为了实现“知行一致性”，你的意中人会让自己相信，她们一定是爱上你了。

为了让女人爱上你，你要像男人一样专装束、一样工作、一样行走、一样讲话——但是，心思要像女人一样细腻，巧妙地谈论那些能引起她的话题。

当你谈论女性擅长的幽静灵秀话题——比如对人与情感的洞见时，别怕自己显得阴柔。成为女人心目中谈吐高妙的万人迷，绝不会削弱你的男性魅力，它只会显得你丰富多彩，更加引人入胜。

女人的言谈以人心为中心，而男人则以事物为中心。

要让你的言谈更具心理学意味，与意中人谈天时，要多谈论人、感受、哲学、基本原理和直觉，发现观点时，要多赞同，少反驳。

女性对人、人机问题及人在不同处境下的反应有杰出的洞察。她们往往喜爱谈论健康、艺术、个人成长以及谈心灵话题。在述及工作时，女人更易于探讨个体如何协作及怎样构建融洽互助的工作环境而不是职位高低。

如果一个女人讲话时，你插嘴问出一个基本问题：对于那件事，你感觉怎么样？你就会脱颖而出，成为众多男人中的珍品。

从客观事实转向个人色彩的谈天，在女人看来，未免太过唐突。如果想多聊几句，那么请换种方式，增添细节。

在遇见女人时，不要焦虑改怎样舌灿莲花才能出彩。你只需要添枝加叶，让你描述的事物生动起来，详尽地刻画，和她分享有趣的细节。如果她喜欢你的相貌，她会热衷于听到事物是否漂亮、悦耳或怡人。为她描绘美丽的画面，让她愉悦吧。

当你的恋人看上去纠结、愤怒、心事重重或恼火的时候，献出那句神奇的妙语吧：究竟发生了什么事，你能和我谈谈吗？

技巧：当你的意中人情绪不佳时，求她告诉你原因，然后倾听——像女人一样倾听。这样，在意中人的眼里，你会显得有情有义。一定要给意中人说话、倾诉的机会。让她说的越多越好。

男士们，不要告诉她，你们要干什么，而是要先征求她的意见。当意中人向你发问时，不要从字面上理解，要读出字里行间的言外之意，领悟她的暗示。但她问：你想不想时，意思可能是：她很想。

男人想得到信任，女人想得到关心。

技巧：当你见到意中人犯难时，请走过去问她是否需要帮忙。和你的哥们不同，她不会觉得你不信任她的能力，她会将你的主动帮忙理解为：你在乎她，对她的难题很上心。

男士们，如果你把事情弄糟了，只需要鼓起勇气说一句：对不起！

在日常事务中，女人通常喜欢分享细腻的感受，男人宁可将想法都留给自己。

男士们，为了俘获意中人的芳心，仅仅让她感受到被爱还不够。你要清楚她需要怎样被爱——到何种程度、爱他们的哪些品质。如果你能让她感觉你对她的爱恰好食她渴望的那样，你就会一举击败那些比你强壮、比你英俊、比你富裕、比你聪明的男人。对于女人来说，爱和被爱都是如此重要。

在问及意中人关于爱情的问题时，都会有若干个词汇反复出现，那就是是她对于爱的G点！