

# 情绪流方法论目录：

前言

第一章 期初心态建设

第一节 了解自己认识自己

第二节 构建心态过程

第三节 了解他人认识他人

第二章 社交基础常识

第一节 了解人性需求

第二节 情绪流对话基本模式

第三节 注意场合气氛做该做的事

第三章 识别他人情绪懂他人所想

第一节 培养观察入微的能力

第二节 培养思前想后的习惯

第三节 换位思考多角度分析

第四章 合理表达自己的情绪

第一节 享受情绪带来的快感

第二节 喜悦：制造幽默话题和甜言蜜语

第三节 悲伤：脆弱的让人心疼

第四节 愤怒：霸道的温柔

第五节 总结：合理表达情绪的原则

第六章 找回失去的本能

第一节 恋爱是一种本能

第二节 眼神的魅力

第三节 源自陌生的交流

终篇 藏锋

## 前言

在之前发表过的一些帖子文章当中，阐述了一些技巧，方法，以及心态思想。被大家把我的理论冠以情绪流之称。但是具体的怎样做到我说的那些，我从没有把方法写成一套完整的体系。以至于很多人对我的文章内容，只存在于感悟当中。

所以，我决定写一长篇具体到细节的学习提升方法。也就是情绪流方法论。很多人知道，根据我的方法，能实现懂女人，理解女人甚至于读懂对方潜台词。为什么，因为很多人和我对话，听我的线上课或者通过我帮他们回复对方内容，他们发现我是真的懂女人。但是我在这里会说，我并不是懂女人。而是我懂人性，也就是人的天性。我所作所为，都是从人性的角度出发。

虽然很多人看过我写的关于自己在女人方面的经历，知道我是天生好手，但是我也有不为人知的一面。

比如：我从小内向自闭，想法偏激，不顾虑别人想法。我对朋友很好，类似于讨好式的好。我的社交很差，经常被人利用。我情商很低。我总是很情绪化。我脾气暴躁，让人觉得不可理喻，莫名其妙。这些，就是我的曾经。

但是不想这样子，于是我试图改变，我去寻找我成为这个样子的根本所在，我去寻求解决的办法。于是，我有了现在的一套理论：情绪流。然后我不断遵循这个方法，让自己的思维，视野以及思想发生了很大的变化。也就有了现在的——情绪流创始人：损友。

也恰恰是我经历过人性阴暗的一面，所以我发自内心的改变，也让我懂得了很多，甚至更多人性方面的东西。所以，就这样，我成了一个情商高的人。当然，这也是源自于我的智商，我的悟性。

虽然我有速推的方法，但是我带学员是带的长期，所以可以说，我不是教人做 PUA 把妹达人，我是教人学会怎样谈恋爱，怎样抓住属于自己的爱情。

在 PUA 这个圈子里，有很多大神，有很多高手，很多讲师。他们很厉害，我承认。他们的战绩是我的几倍几十倍。

但是在这些大神当中，也有很多其实只是伪大神。

为什么，在我眼里，他们就是推土机。今天推这个明天推那个，推来推去。我相信在他们高超的技术下，如果他们有足够的精力，足够的时间，他们有能力推遍全中国。

可是这对我们全民有什么好处呢？

就算把所有的人都培养成专业的 PUA，然后呢？让全民变成推土机？每天推过来推过去。大家一起努力推遍全中国么？

所以 PUA 这条路，已经越走越偏了。

其实他们不懂人性的最根本需求，很多戳男也好还是宅男也罢，每个人其实很想谈一段永不分手的恋爱，陪伴他们过完自己的一生。

这也是为什么我虽然有一段很让我珍惜的感情之后，我仍然在 PUA 这个圈子里活跃，发表言论，以及教学员的一个很冠冕堂皇的原因。虽然我不得不承认，我也想在教学员的这

个过程中，获得一些利益。比如：金钱，名声。但是这些目的不影响我所能做到的，教人认真谈恋爱。

有时候我甚至去想，是不是这些推土机没办法去谈好一段恋爱？没办法维持好后期关系，但是又要去教他们的学员，所以要继续推来推去，用自己的战绩来征服自己的学员？

当然我说的这些推土机是个别人士。这里也有很多我佩服的大神，名字我就不说了，他们确实在维持好长期关系的基础上，再进行推来推去。这点，我真的是发自内心的欣赏他们。这是他们的实力。我钦佩有实力的人。

然后从人性化的角度再去理解，应该怎样教人懂得谈恋爱，这又是一门学科。

很多人即使学了各门各派的技巧，心态建设，也无法真正成为一个 PUA，很多人路子越走越偏，为什么？也是因为这些讲师忽略了一个最基本的人性问题。

每个人的成长环境不同，性格不同。造就出来的人格参差不齐。有的学员甚至连最基本的做人都不懂，有的学员连最基本的礼貌都不懂，最基本的尊重他人尊重自己都不懂，在这样的前提下，如何让对方成长？

没错，你可能用你的方法搞出一系列套路，惯例，让对方享受了几个推倒妹子后带来的快感，然后有了自信的心态。当然，也许你的方法是对的。

但是，你在学员成长的道路上没有教会他最基本欠缺的东西，那么他也就被你培养成一代推土机。他还要用更久的时间去走更多的弯路，才能成为一名合格的有魅力的男人。

那么就用我的方法，来弥补你们的方法中的不足，教会他们如何选择走自己的道路。因为我很明白，也很承认，很多人确实很有实力，也很有天赋。我不想全民成为 PUA，成为推土机以后，有一天在我的身边推来推去。

当然，我或许有点杞人忧天。不过，我在我的内容文章当中，我会用一些危言耸听的夸张手法，来恐吓学员他们这样做或是那样做带来的后果。就是要让他们长记性。

# 第一章 期初心态建设

## 第一节 了解自己认识自己

其实每个人，未必真正的足够了解自己认识自己。为什么？你只是从自己的内心去审视自己，你只是从你的思想去认识自己。在你和他人的交往沟通过程当中，你总是觉得对方不明白自己，对方不了解自己。你又害怕被对方误解，你尝试去解释自己试图去挽回自己在对方心目中的形象，结果，越来越糟糕。然后你就会变得自闭，自卑。甚至严重到最后，你会冒出很多偏激的想法，不可思议的想法。

但是你从来没有从另外一角度去想，在你觉得别人不了解你，不理解你的过程当中，同时的你，也没办法明白，你在他人的眼里，心里，是怎样的印象。你的说话方式，你的行为习惯，给他人留下了怎样的印象？

那么如此对比，你就要思考一个问题：到底他人眼中的你才是真正的你，还是你心里的自己才是真正的你？

其实这些并不重要，因为在和他人的交往接触当中，他人并不关注真正的你到底是怎样的，在期初的相处当中，他们只关注你给他们带来的感觉。

所以，这里就很矛盾了。我们到底是应该做真正的自己，还是应该做他人心里的自己？

说到底，这都是哲学上的问题，我们没必要扯这么远。我们要做的，还是应该学会正确的了解自己，认识自己。

### 1.首先你要了解，你是一个人

既然你是人，你是一个人类，你就具备人的一切特点。你是有脑袋，有胳膊有腿的人。不管你是残疾人，还是长得丑，或是其他，你不得不去承认，你具备了人所具有的特点。那么既然你有人类所具有的特点，你就得承认，你会有人所具有的缺点。

比如，你长得丑，或者你长得矮，亦或者，你长得胖。不管怎样，也许这些令你感觉到自卑，令你感觉到心里不舒服，但是你必须承认，尽管你不想去承认。

如果你承认了，那么，你就是一个有魅力的人，一个有吸引力的人。为什么，你很勇敢，很勇敢的承认了自己的缺陷。大家不会因为你的各种缺陷而不喜欢你，而是因为你的勇敢而欣赏你。

在这里我要说，勇敢，永远比那些尽管长得帅，尽管长得高，尽管身材好的人，更有吸引力。因为他是人内在发出来的一种气质。

所以，在你承认了你这些缺点的同时，你变成了一个勇敢的人。

### 2.其次你要了解，你是一个具有人性特征的人

既然你是人，你是一个人类，你就具备人的一切天性。你是一个有七情六欲的人。你会开心，你会难过，你会伤心，你会自卑，你会骄傲，你会愤怒，你会忧愁，你具备很多情绪。这些情绪，丰富了你的生活，丰富了你整个人生。

虽然每个人的忍耐力，控制能力，承受能力，都是有限的，你不要因此看轻自己。至少经过你认清自己是一个人的过程，并承认自己身上是有所缺陷的同时，你做到了你成为一个勇敢的人。

那么在此基础上，你要承认，你受人性所限，你要承认你能力有限。你要承认，你不是一个十全十美的人。

在不断承认这些人性特点的过程中，你会发现，你的承受能力越来越强。

除了这些，你还具有人性的其他共性，你会说话，会思考，会学习。当然，也许有先天能力缺陷的人，但是他们有他们的世界。这里不赘述。

那么你就可以用你所具有的这些能力，武装自己的内心，改变自己的生活。至少从头到尾阅读我的文章，就要调动你的学习能力，思考能力。

于是，你会发现，你是一个具有潜力价值的人。

### 3.再次你要了解，你是一个独一无二的人

不管你长得美或是丑，不管你的内心世界是丰富还是贫瘠，你要知道，在这个世界上，只有一个你。你有你的父母，有你的家人，有你的朋友。不管你在大家的心里是怎样的，你是无可替代的。

也许你幽默风趣，那么你就可以给大家带来欢乐。也许你多愁善感，那么你可以带着大家感悟人生。也许内向害羞，那么你可以倾听他人。

总之，既然你存活于这个世界上，你就能给身边的人带来价值。不论这个价值是怎样的。

在你重新正确认识自己之后，你就已经比其他人前进一步了。因为不是每个人都能如此坦然的去认识自己，承认自己，面对自己。

## 第二节 构建心态过程

在你已经清楚以及清醒的认识自己过后，那么你就需要开始了解这个世界了。了解这个世界是怎样的。以及如何在这个世界上存活。

从你出生到成长到现在，你不得不承认，是你所经历过的，所看到过的，所认识过的构成了你现在的记忆。这些记忆有美好的，有糟糕的。

但是这些都不重要，重要的是，这些都是你无法改变的。你必须承认，你无法改变过去。不管你过去有多少美好，你没有办法挽留。不管过去多么失败，你也没有办法去改写。

同时，你也没办法预测未来。不管在你眼里的未来是美好的，亦或是迷茫的，还是不想去面对的，很有可能你在下一刻，就会遇到意外，与未来告别。

那么你所要做的就是：珍惜现在，享受现在。活在当下。

从你出生到成长到现在，你不得不承认的是，还有很多是你所没经历过的，还有很多，是你所没看到的。所以你对未知，有了探索的欲望。

但是这些也都不重要，重要的是，你不能用你所看到的，所经历过的，去否定别人。你要了解，他人也是和你一样，有自己的经历，有自己所看到过的，认识到的。

也正是因为如此，才形成了每个人的独一无二。

于是，你就应该明白，你不是对方，对方也不是你。对方眼中的你，都是对方所看到的样子，对方所感觉到的样子，你眼中的对方，也是你所看到的样子，你所感觉到的样子。

所以，当别人对你的为人有了误解（PS.这里说的是误解而不是误会），你需要做的是什么呢？是解释？还是反驳？

都不是，无论是反驳，还是解释，都没有效果。只会加深对方对你的误解。甚至换来对方的嘲笑。

（PS.当对方对你所做的某件事发生了误会，你要做的不是解释，而是澄清事件真相。）

当别人评价你的为人的时候，不需要做正面回应。因为对方不是你，对方不会明白你。于是，认识我的人就看到了这样一个我：

“损友，你这个人好有趣！”

“是么？哈哈，对啊。继续夸，我很享受，真的，我欠夸。”

.....

“损友，你这个人好装逼！”

“卧槽，我有装逼了？好吧，我承认。不过我很享受装逼的过程。”

.....

“师父，你这是赤裸裸的坑我们！”

“对啊，我就明打明的告诉你们，我坑你们了，说吧，给不给坑！”

“好吧，师父，我错了，手下留情。”

真正的我们到底是怎样的，只有我们自己知道。

有句话是这样说的：经得起多大的诋毁，就经得起多高的赞美。

我没办法告诉你，在我心里真正的我是怎样的。我能告诉你的是，我是按照这样一个行为准则，人生态度，来培养自己。

我和你一样，我不知道我到底在他人内心是怎样的，我能告诉你的是，我收到过怎样的评价：

他人是这样评价我的：损友，你的一致性高！你的境界好高！

包括打压我的人看不惯我的人，在打压我过后，也会说，确实挺装逼，但是能装逼到这种程度，也确实境界很高了，是一种很牛逼的装逼。

没错，我就是赤裸裸的向读者们炫耀。

我多少次在我的课程上讲过一句话：

不要在意他人对你的评价，因为你已经给对方留下了他所评价的样子。你越在意，那么你在对方心里留下的这个印象就越深。

很多人问到，怎样才能做到像你这样豁达？

那么，我写出来了，就是以上内容。在你真正认识自己，并且承认自己的缺陷，种种不足的时候，你就已经开始豁达了，你的心态放宽了，那么你的思想也能放宽了，你的视野也放宽了。

当你坦然面对一切的时候，那么你也就可以释然了。读懂他人内心思想的第一步，你就可以迈出来了。

因为你必须承认，不管你思想有多深刻，不管你的视线有多开阔，不管你多有才华，不管你多有钱，不管你多帅，一定会有比你优秀的人存在。

所以你不必要因为看到自己的缺陷而深深感到自卑。

当你纠结于你的缺陷，你的弱点，你的短处的时候，你会很敏感，很容易被他人所激怒。你会在意他人对你的嘲笑。

而你坦然接受了这个事实，接受自己的不完美，你就不会在意他人的嘲笑。因为你可以自嘲，你自己那关都过了，还在乎别人的眼光么？

你也不必要为了你的长处，为了你的优点而沾沾自喜。每个人都有属于他自己的骄傲。但是老话常谈，这种骄傲，你要放在思想里，而不是平时的行为习惯，语言表达。如果你把你骄傲的本钱拿出来给人参观，那你就接受被暴风雨洗礼的心理准备。

你所在意的东西，你就应该把它藏起来，好好保护它不是么？

所以我从来不在乎暴露自己的任何缺点。缺点，就是拿来给人打击锤炼的。打击的多了，锤炼的多了，就把它打平了。也许缺点也就不再是缺点。

那么我们的人生是什么呢？就是走我们没有走过的路，看我们没有看过的风景。不局限于眼前的世界。

### 第三节 了解他人认识他人

在我们正确了解自己认识自己过后，又完成了心态建设，树立自己的人生观，价值观。之后，就涉及到与人相处打交道的过程。

为什么？

这里我就不讲那么多理由了，既然把这些东西当做是 PUA 方法来传授给大家，自然就要涉及到这个问题。

就如同正确认识自己以及了解自己一样，我们认识他人了解他人，也需要有个合理的认识，正确的认识。这才是你懂对方最基本的条件。

首先你要明白，他人和你一样，也都是活生生的人。他人存在于这个世界上，自然有他的价值。这也是为什么我多次强调，在我情绪流的课程里面，不需要框架，打压，DHV 这些。这些东西只是一些技巧性的东西，确实能达到效果。但是也是分情况所言。只能说是一种手段。

而我们这里讲述的是长期关系。

首先你明白了他人的性质。对方和你一样，是活生生的人。也是有脑袋，有胳膊有腿的人。对方也和你一样，有七情六欲，有思想，有记忆，会思考，会说话，会学习，会生活。

那么，我们在认识对方的过程当中，不应当戴着有色眼镜去看人。

再优秀的人，也会有缺点。反过来也一样，再差劲的人，也会有优点。

所以在表达对他人的看法时，我们应当正确，客观。要学会欣赏对方，发自内心的欣赏。

你要知道，其实很多人有时候还是很在意他人对自己的评价的。你抓着对方的缺点不放，也许对方嘴上不说，但是长此以往，会意志消沉。从一点点开始渗入，会对对方的生活态度，有很大的影响。

你把一个人当做放荡的人来对待，久了，对方就会真的变得放荡。

你把一个人当做神来敬仰，久了，对方真的如神一样越来越高高在。

.....

而你要走入一个人的内心，就要发自内心的去欣赏对方。一个你不欣赏的人，那么他在你心里，永远是你想象中的样子。

而一个你欣赏的人，你会去认真观察对方。去了解对方。一些微不可察的东西，也会被你注意。慢慢的，你就会懂对方。

这里我就要提一个人：TOG。他是坏男孩学院阿尔法联盟重庆群的群主。

从我被邀请到阿尔法联盟担任塔主的时候，他就和明确表示他很欣赏我的才华。邀请我到他的群里去。

当时，他就获得了我的好感。就是因为他对我的欣赏，他所表达的对我的看法，我就产生一种感觉，他能读懂我。有一种惺惺相惜的感觉。

还有另一位朋友我就不提他是谁了，他和我交往并不是因为发自内心的欣赏我，只是觉

得我和他同一天上 PUA 百科，同一天担任塔主。或许他觉得这是一种缘分，所以他来拜访我。

他总是说，他也很优秀，为什么他的人气没我高。他只是觉得他写的文章不够好，或许是他文字水平不够高吧。

我确实认可他。在 PUA 圈里，能担任塔主，也确实证明了他的实力。我相信，他推过的妹子绝对超过我，他绝对有丰富的实战经验。而且通过他对自己的表达，我感觉到，他是一个很有上进心的男人。说实话，单是实战派，以及有上进心，就足够让我欣赏了。

不过他总是想着拉我去和他一起上课，一起收学员。他说可以和我一起赚钱。我对他说，别看我没钱，钱对我来说，真的只是个数字。

当时他就急了，他说，你不需要，我需要啊。

甚至开始的时候，他用打压，展示高价值等方法，试图吸引我。可是他真的错了，与人交往，那些技巧并不是什么时候都有用的。至少那种感觉给我很不舒服。他不够真诚。也是他对我是真诚的，但是我感受不到。

说实话，我还是把他当朋友的。

我试图让他听一下我的课程，看一下我的帖子。可惜，我很失望，他听完录音，只是觉得，损友，我承认，你的实力比我强。而他开始的时候说的是，我的情绪流和他的方法越来越像了。

他真的错了，我让他听课的目的并不是让他觉得我把妹理论经验比他强，而是希望他通过听我的课程，去明白最简单的换位思考。

他希望我帮他，我为什么帮他，仅仅因为我们是朋友？还是因为我们真的很有缘？我和他去一起收人，他说借用我的名气。

说实话，如果我没有开始带学员，我可以考虑。但是我已经开始带学员了，并且和我的学员建立了感情。就这样放他进来在我的课上给我的学员讲课，我觉得这是对我学员的不负责。我不希望我的学员被人带成一个又一个的推土机。

说实话，速推方法我也有。但我真心不想用这个来为我获取什么利益。

这里扯的有点远了。

很多人在把妹过程中，经常会遇到一个问题：对方觉得你不够成熟，对方觉得你幼稚。

那么究竟怎样才能给人一种成熟的感觉？

那就是正确认识自己，以及正确认识他人。

## 第二章 社交基础常识

### 第一节 了解人性需求

在社交相处当中，很多人不会把妹不是因为技巧没学到位，也不是因为心态建设的不够强大，而是因为最简单的，他们忽略了社交当中，人最基本的需求。也是这些基本需求，导致他们很容易遭到对方反感。也许某个瞬间，你利用惯例技巧，达到了吸引的效果。可是最简单的社交常识问题，让你所有的努力灰飞烟灭。

在此声明一下，损友哥哥的文化程度比较低。才高中水平，也没有读过很多著作。所以这里可能有涉及到一些名词是这个心理学家或是那个思想家提过的，我仅强调，这些与我的内容无关。这里都是我个人的经验总结与分析。

当然，可能如果在我的文章里引用某名人的内容，可能会凸显我的专业水平，但是我不想我的学员在阅读我的内容的时候还要到处去翻阅其他作品。太累了。

这里要谢谢 TOG 哥哥的提醒。嘿嘿。

基本需求：

每个人在社交当中，都有一些基本需求。如果不满足这些基本需求，就很难获得一个人的好感。也很难进行接下来的互动沟通。

这些需求包括：被尊重需求，隐私空间需求，表达需求，平等对待需求，信任需求等需求。具体的可能还有很多，这里需要大家去发现去总结。

这些需求的特点就是随着人际交往，彼此之间的关系加深的过程中需求底线会递减。

这里一一解释说明。

这里我把被尊重需求定义为首要需求，其他需求定义为次级需求。

被尊重需求：人和人在相处交往过程中，都渴望被他人尊重。

例如：在你刚认识一个女孩子后，就对她进行查户口式的提问，她就会觉得这是对她的不尊重，从而对你产生厌烦情绪。

而你和对方已经相熟之后，再进行查户口式的提问，对方不会觉得这是对她的不尊重。

同样，你和刚认识的女孩子开一些有内涵的玩笑讲一些有内涵的笑话，因为对方对你的不了解，她会觉得你这个人低俗，肤浅。不尊重她。

而假如你和这个女孩子已经成为了无话不谈的好朋友，你开一些过分的玩笑，她也不会和你计较。正应了网络上的一句话：两个人的关系有多好，就看他们之间的话题有多猥琐。

隐私空间需求：每个人在和他人相处的过程中，都不希望被他人过多的干涉自己的行为习惯。

例如在你和女孩子刚刚确定情侣关系时，出于你对对方的关心，晚上很晚的时候强迫对方早点睡觉，但是对方多年的习惯岂是因为你们确定关系就会改变。对方就会觉得你的行为对她进行了干涉。那么这个时候，被尊重需求又启动了。孩子，恭喜你，被扣分了。被反感了。

表达需求：每个人最渴望的是，表达自己。因为每个人都渴望被理解，被明白。

最简单的举例，当你说话时被人打断，那么你的心情一定是很不愉快，相当郁闷的。所以在我很多帖子文章里面，我都强调过，要给对方说话的机会，表达自己的机会。

所以，善于倾听的人，都是很容易获得他人的好感的。

平等对待需求：同理，对方出于她的角度她觉得她给予了你礼貌以及尊重之后，同时也会想要获得你的礼貌和尊重。

信任需求：在人与人的相处过程中，每个人都渴望自己能够得到对方的信任。因为信任，才不会被对方过多干涉。

以上内容是我个人的总结。当然可能在一些名著当中，都是很肤浅的内容。但是大概就是这个意思。损友哥哥我已经绞尽脑汁了。

作为生活中的普通人，不是每个人都喜欢读什么名著的。所以我们也不必要太纠结于专业术语之类的。我所做的，就是要大家对社交方面有个最基本的了解。

当你刚认识一个女孩子的时候，你就用各种惯例技巧轰炸对方，也许开始的时候，能达到一个很好的效果。但是用不了多久，你就会发现，你引起对方的兴趣很容易，同时，你引起对方的反感，比引起对方的兴趣更容易。

同时，我情绪流的方法，有很多说话技巧，也是针对这些需求做到引起对方兴趣以及拉近双方距离的效果。

以下用一段聊天记录来阐述这些理论。以及我的话术技巧。

背景交代，目标是我在一个附近交友 QQ 群认识的。在 QQ 群里，对方喜欢用语音给大家唱歌，而我偶尔冒个泡，评价一番。在我加对方之前，我和对方仅仅是互相有印象的程度。

从开场白开始：

2014-01-08 21:50:20 小气鬼

小妹妹，今天不唱歌了？

2014-01-08 21:53:57 唯美、殇

我不素小妹妹好吧，

2014-01-08 21:54:12 小气鬼

那你是

2014-01-08 21:54:47 唯美、殇

今天不想唱了，免得呆会有人又说，我唱的不是歌，是寂寞

2014-01-08 21:54:52 唯美、殇

我是哥哥

2014-01-08 21:54:56 唯美、殇  
哈哈，

2014-01-08 21:55:36 小气鬼  
谁啊？谁这么不给面子说你唱的不是歌？

2014-01-08 21:55:46 小气鬼  
还寂寞？

2014-01-08 21:55:57 小气鬼  
谁这么有才啊

2014-01-08 21:56:04 唯美、殇  
哈哈，

2014-01-08 21:56:14 唯美、殇  
你明知顾问

(PS.那么以上内容，就是用在群里面留下的那点印象，作为开场白，增加彼此的熟悉程度。中间适度的运用一些风趣手法，让双方聊天的气氛比较轻松。

在此基础上已经有了一定程度的熟悉感，那么这个时候，查户口式的提问，就不会给对方带来不尊重的感觉。)

2014-01-08 21:56:46 小气鬼  
顾问是谁啊

2014-01-08 21:57:11 唯美、殇  
就是你喽

2014-01-08 21:57:30 小气鬼  
你认识我？

2014-01-08 21:57:55 唯美、殇  
不认识

2014-01-08 22:03:38 小气鬼  
那现在可以认识了

2014-01-08 22:04:42 唯美、殇  
可以啊

2014-01-08 22:07:34 小气鬼  
那我纸和笔准备好了，你可以把你的名字电话年龄身高体重三围家庭住址例假时间写上去了

2014-01-08 22:09:24 唯美、殇  
呵呵，你查户口的呀

2014-01-08 22:09:53 小气鬼  
/害羞知道就好，查户口，国际惯例

2014-01-08 22:11:02 唯美、殇  
呵呵，那我说了你会不会说呀

2014-01-08 22:12:08 小气鬼  
你说完就知道我会不会说了[emoji]

2014-01-08 22:12:27 唯美、殇  
呵呵，好啊，

2014-01-08 22:12:47 小气鬼  
那就开始吧，一一作答

2014-01-08 22:12:55 唯美、殇  
姓名小霜，

2014-01-08 22:13:08 唯美、殇  
16

2014-01-08 22:13:40 唯美、殇  
身高 1.6 多，具体都少不知道

2014-01-08 22:14:08 唯美、殇  
体重是女生的秘密

2014-01-08 22:14:46 唯美、殇  
电话 137989232\*\*剩下的就看你自己猜喽

2014-01-08 22:15:09 唯美、殇  
三维我也不知道

2014-01-08 22:15:18 唯美、殇  
我家住地球，

(PS.因为聊天气氛已经渲染起来，这个时候虽然是查户口的提问，但是对方也乐得配合。因为此时是在给予对方足够的尊重需求程度上，打开了对方的表达欲望，满足了对方的表达需求。

接下来，对方就开启了平等对待需求。)

2014-01-08 22:16:06 唯美、殇

那我纸和笔准备好了，你可以把你的名字电话年龄身高体重三围家庭住址例假时间写上

去了

2014-01-08 22:16:46 小气鬼  
可是我不会写字

2014-01-08 22:17:04 唯美、殇  
哈哈，怎么不敢写

2014-01-08 22:17:25 唯美、殇  
你不会写字，母猪都会上树啦

(PS.因为对方配合的完成了查户口式的提问，所以对方希望能够得到平等对待。而这个时候，我则开始了吊胃口的方式对待对方，并不满足对方的这个次级需求。对方此时觉得受到了不平等的对待，就出现了情绪波动。而我在吊对方胃口的同时，又满足了对方的被尊重需求。这样既吊起了对方的胃口，又不会让对方觉得反感。)

2014-01-08 22:17:35 小气鬼  
没空写啊，因为我在猜电话最后两位，猜到了才给你写

2014-01-08 22:18:04 唯美、殇  
呵呵，那你就慢慢猜吧

2014-01-08 22:18:28 小气鬼  
嗯嗯。那我继续猜了。你也慢慢猜我户口吧

2014-01-08 22:19:24 唯美、殇  
嗯，你知道跟我说名字就好了，其他的我不感兴趣

2014-01-08 22:19:45 小气鬼  
那你也得先告诉我最后两位

2014-01-08 22:20:38 唯美、殇  
你猜呀

2014-01-08 22:20:59 小气鬼  
我好笨，猜不到

2014-01-08 22:21:56 唯美、殇  
不要告诉我最后两位你都猜不出来

2014-01-08 22:22:19 唯美、殇  
那就你自己想办法啦

2014-01-08 22:22:46 小气鬼  
两位数呢，猜出来天都亮了

2014-01-08 22:23:20 唯美、殇

我都说了自己想办法喽

2014-01-08 22:23:22 唯美、殇  
喽

2014-01-08 22:23:44 小气鬼  
可是我说了我好笨，想不出办法。你不会见死不救吧

2014-01-08 22:24:20 唯美、殇  
我就是见死不救啊

2014-01-08 22:26:01 小气鬼  
那我不猜了，睡觉了

2014-01-08 22:26:42 唯美、殇  
嗯嗯，那就晚安吧，

2014-01-08 22:27:49 小气鬼  
嗯。明天再聊

2014-01-08 22:28:17 唯美、殇  
嗯

以上就是我情绪流的话术方式。没有固定的惯例套路模式。灵活使用。在满足对方的首要需求基础上，可以酌情不予满足次级需求，来达到波动对方情绪的目的。

也就是说，和人相处的过程中，必须给予对方足够的尊重，而在其他需求方面，可以采用吊胃口的方式。

## 第二节 情绪流对话基本模式

在了解了人性社交需求的基础上，为了方便学员入门，所以我配以基本的对话模式，让学员们在一次次对话过程中，感受这种无压力的对话方式。

通过第一章的内容，我们了解到我们在别人眼里的样子，并不是真实的我们。所以我们才需要通过一些合理表达自己的方式，包括语言，态度，情感表达，让对方认识我们。

在之前的线上课程以及文章帖子当中，我曾多次强调，每次和对方相处的时候，先养成一个良好的习惯，就是关注对方的状态，确定对方目前对方是无聊状态，或是心情好的状态。

如果对方是心情不好的状态，那么首先要做的是，引导对方讲负面情绪排解出来。这样接下来的沟通才不会受到阻碍。

因为当一个人在有心事的时候，他的脑海里想着的都是之前发生的不愉快。没办法做到

和你专心聊天。在这种情况下，无论你说什么，对方都有可能看不到。他只知道他在和你聊天，具体他和你在聊什么，他是没有办法注意到的。

以你自己的状态来举例：

当你在打游戏的过程中，一个女孩子因为无聊和你聊天，你可能专注于游戏当中，无法给予对方合理的回复。有可能你给予对方的回复就是，嗯，哦，呵呵。然后对方突然问你个问题，你可能看不懂，这样会让对方觉得你对她很不尊重。

那么同样的，当你和你的目标聊天的时候，很可能这个时候对方正在看电视剧。那么不论你跟对方说什么，对方的回复都是，嗯，哦，呵呵。结果可想而知，你会觉得，是不是你的话术不够犀利，是不是你的话题没有吸引力。你的自尊受到了打击。于是你就出现了负面情绪。然后你的心里出现多了不甘心的感觉，这样，对方在你的心里地位越来越高。

很可能对方在看完电视后，才回过头来看你们的聊天记录。然后你下次和对方聊天的过程中，已经出现了情绪。而对方因为你的情绪化，觉得你这个人莫名其妙，对你的印象也越来越差。连锁反应。

也就出现了屌丝与女神的对话模式以及对话状态。

所以我推荐的对话模式就是，在两个人已经认识的基础上，开始聊天的过程中，先通过简单的话题试探，确定对方是否心不在焉，是否在可以聊天的状态。

在这里，我能分享的经验就是，我在和已经认识但还不是太熟的朋友对话开场方式。

通常，在已经认识的朋友的开场白，是用我此时的状态来开场。

例如：

艾玛，小妹妹，累死我了，刚忙完，终于可以休息一下了。

（这里可根据双方的熟悉程度，可增加是否询问对方状态。）

那么此时，对方如果在可对话状态，会询问，你干什么去了这么累之类的话题。如果对方是不可对话状态，那么对方通常会告诉你对方此时的状态。

在进入对话状态以后，就可以根据前面所述的对话原则，进行一次愉快的对话。

那么具体的对话基本模式就是：

- 1.通过一个状态表达来开场，打开话题。
- 2.根据对方回复的内容，判断对方是否是可对话状态。

①.可对话状态，进行下一步骤。

②.不可对话状态，引导对方将负面情绪引导状态。例如对方有心事，或是刚吵过架。

如果对方的不可对话状态时，例如在看电视或是在忙其他方式，那么尊重对方状态。切断对话，表示不打扰。

可以回复类似，行，你先忙。晚点聊。这类的内容。

3.根据对方的可对话状态，引导对方继续表达。满足对方的表达需求，释放对方的表达欲望。

4.可根据对方的表达内容，在满足对方的被尊重需求的前提下，合理切断话题，转移话题。例如，带对方叙述一件事的时候，根据这件事情中间的某个关键词或是内容，用好奇的发问，引导对方加以解释。在解释的过程中，又会出现新的话题。继续用类似的方式，进行引导。

5.根据对方的某个话题，引起自己的某个回忆，讲述一点和自己有关的事情，给对方留下一点对你的印象。

6.根据自己的状态。不要把话说完，给自己留下发挥空间。选择适当时候，如气氛已经制造起来，合理切断对话，结束聊天。

那么这个过程，就是一个最基本的对话模式。

在这个对话模式中，可以一开始就确定想要给对方留下的印象。在对话的过程中，根据对话状态，不断引导话题，引导气氛。确定给对方留下了想要的印象，就可以结束对话。

其实在我多次的线上课以及帖子文章当中，我曾强调，在情绪流的方法中，并没有固定的交流方式以及交流模式。

但是很多人都表示，我所写过的文章以及我所讲过的课程，总是给人一种很有道理的感觉，但是却模糊无法捕捉。大概也是因为我的表达习惯，就这样给大家留下了神秘感。这里，损友哥哥再得意一个。

为了帮助大家加速对情绪流掌握以及入门。没有办法，损友哥哥只能绞尽脑汁做这些我最不擅长的事。具体细化的，设计模式，套路，帮助大家入门。

当然，这是情绪流期初建立。我想，随着对学员的培训经验的累积，可能我会更擅长进行套路式总结。所以，我的情绪流，也会不断的进化成长。

### 第三节 注意场合气氛做该做的事

情商包括：了解自我，自我情绪控制，识别他人情绪，以及处理人气关系等方面。这些具体的我也不太了解。大概是这么回事。

情绪流，就是一套培养情商的方法。

那么在社交当中，最基本的也是注意场合气氛，懂得在什么样的环境，唱歌，气氛状态下，做什么样的事。

这里就涉及到礼貌，素质，包括言行举止，穿着，以及一些其他细节问题。

这就好像你在人家的婚礼上哭哭啼啼，大喜庆的日子你给人家奏哀乐。或者在葬礼上你哼哼起，今天是个好日子。类似如此的问题。

在一些肃静的场合，例如会议当中，你大声喧哗，不管原本的你多么有魅力。这个时候，你在旁人眼里，一定是会掉分的。

现在很多年轻人都我行我素，个性张扬，强调自我。表示我有我性格。说实话，我很欣赏有性格的人，但是，就算你再有性格，再让我欣赏，你连最起码对他人的尊重都不懂得，我依然会和你保持距离。

很多人被人说：不成熟，幼稚。其实很大一部分原因，就是因为这个人不懂得对他人最起码的尊重。所以在什么样的场合，什么样的气氛下，该做什么样的事，这是我们必须要学习的。

不然，你注定就是一个低情商的人。

在公开的场合，严肃的氛围下，我们的行为举止要端庄。不注意自己的行为举止，会被人当做是小丑。也许你脸皮够厚，不介意当小丑。但是和你在一起的人，会觉得很难堪。你带女孩子去约会，到西餐厅吃饭，随地吐痰，大声讲话，那么恐怕女孩子绝对不会给你下一次和她一起吃饭的机会。

而高情商的人，察言观色比较强。他们懂得分寸，也懂得控制场面。所以有时候他们可以做到在某些场合做不适合的事，而不会引起人的反感。

如果你的阅历，经验，以及情商让你没有这个能力，那么你还是乖乖的学会在什么样的场合做什么样的事。

而从小在校园里，在课堂上，其实老师都教过我们这些东西。上课的时候不许大声说话，就算你不爱学习，你上课偷偷睡觉，老师最多说你几句，不会因此讨厌你。但是你上课捣乱，影响到其他同学，那么你就很难不令人产生反感。

这在和女孩子恋爱的时候，也是要注意的。

你追求一个女孩子，在公共场合对她进行私密近挪，搂搂抱抱，吃豆腐。而女孩子要矜持，要保持自己的形象，你这样的行为就会给她一种不尊重的感觉。原本她对你有点好感，原本她可能在考虑你是个不错的男孩子，正在犹豫答应你的追求，可是你这样子不尊重她的行为，会瞬间失去她对你的好感。

也许你这时候会问：为什么大街上还是有其他情侣打情骂俏，搂搂抱抱。

我要告诉你的是，你要分清楚。其他情侣敢于打情骂俏，搂搂抱抱是因为他们的关系已经走到了那一步。他们到了热恋期。女孩子要用自己的回应告诉对方：我是个专一的女孩子，所以我不在意自己的形象。表达对你的爱。请你珍惜我。

而你还处于追求女孩子的状态，你们的感情还没积累到那个程度。女孩子要在意自己的形象，她用矜持，告诉你：我不是随便的女孩子。其实这也是她想给你心里留下一个好印象。

所以前期正确追求女孩子的方式，应该是偷偷摸摸。在没人的场合，或是周围都是情侣约会的场合，再进行一些近挪性质的行为。

而近挪的时候，一定要有一些信号。才表示对方做好的准备。例如：害羞。

如果你仔细注意发现，女孩子单独和你在一起的时候，又不是公开场合，又没有别人，在你面前害羞，那么多半，女孩子是对你有意思的。这个时候，你可以开个玩笑似的说：你害羞的样子真是让人垂涎欲滴。

接下来，你就可以大胆近挪了。根据当时的状态拥抱，亲吻。

而在 PUA 的一些泡妞技巧当中，其实是很少涉及到这方面内容的。在那些理论当中，一味的强调吸引，框架，DHV 价值。并没有培养学员的判断力。所以学员还是需要经常性的实践，摸索，仍然要用很久的时间，才能有了这些经验，以及发现。

大家都知道，高情商的人，在生活，社交当中，有很高的优势。他们能更容易的获得他人的认可。而我在这里能说的就是，想要提高情商，就要从这些基本的，一点一滴开始。

所以平时的时候，我们就要学会观察。培养我们的观察力，根据观察，培养我们的判断力。

为什么有些人拍领导马屁就能得到领导的垂爱，有些人拍领导的马屁会让领导越来越不喜欢你。就是因为这些人不懂得察言观色。别人拍，他也跟着拍，拍来拍去拍到马腿。

事实上，在和女孩子相处的过程当中，很多信号都是很不明显的。很多 PUA，也不见得能够看到那些信号窗口。

所以 PUA 们的一些技巧手段，就是用来制造信号窗口，让不明显的信号窗口表现的明显。他们才敢大胆的继续进行近挪。

可是如果你的情商比较低的话，即使用了这些 PUA 的技巧手段，把窗口明显化，可是你还是不懂得识别，那你没办法：屌丝注定孤独一生。

## 第三章 识别他人情绪懂他人所想

### 第一节 培养观察入微的能力

整个情绪流方法论，主要的用意是在于培养学员的情商，以及社交直觉。帮助学员建立敏锐的洞察力。经过前面部分的内容，让大家已经有了具体的方向感。

那么在接下来的流程当中，我会循序渐进的让大家加深对整个方法的理解。为了帮助大家记忆，我会在中间穿插一些生活中的细节，帮助大家回忆。

这就好像我之前的内容讲到的，为什么别人拍马屁领导就受用，而你拍马屁领导就会叫你单独谈话：对你说，小伙子，其实你这个人还是很憨厚老实的。你的能力就是做事踏实。不要学他们那些坏习惯，拍马屁什么的。不实用。

这个时候你就迷茫了，既然拍马屁不实用，领导也不喜欢拍马屁为什么别人拍马屁还混的风生水起。那么这就是你情商低的表现了。

领导告诉你，不要去学拍马屁，其实他的潜台词是：小伙子，你连个马屁都拍不好你还能做什么？你还是做你能做的事吧。

但是领导可以直接说出来么？他也要照顾到你的自尊心。他以后还需要你为他做事。他不能让你对他有不好印象不是么？

所以，你的问题所在就是因为你只看到了别人拍马屁，有了一个很好的效果，你没有去观察对方怎么拍的马屁。

这就好像我们 PUA 圈子里，很多新手看到某大神发上来的一个惯例，里面的几句台词让对方起到了很好的反馈，给了很大的 IOI。然后新手们就跃跃欲试，以为学到了，直接拿过去去用。却没有认真思考这背后的原因。结果你去用的时候发现不好用，你就纠结了？为什么，为什么我用了还是这样？然后你就开始胡思乱想了。

在这里，我就告诉你们。就是因为你们求学心切，想要很快达到效果。直接拿到比较犀利的惯例就去用。而不考虑这句惯例所表达的内容，适合什么样的场景，气氛。

最后的结果就是，恶性循环，你觉得这个不适合你，再去找其他的内容。找过来找过去，把自己的脑袋里搞成了一团浆糊。

找到问题的根本所在，那么我们就开始蜕变吧。

在我们学习的过程中，养成一个思考的习惯。拿到一个惯例以后，去细细品味这句话的内容，所要表达的是一个什么样的思想。其实这些，都是我们以前上学的时候课程上老师讲过的。

很多人跟我学习的时候，刚一拜师，就直接拿出最简单的对话让我教他怎么回。你问我我问谁，你已经到了最简单的对话都不会回复，都开始胡思乱想了我能怎么回。我不断的强调，去看我的帖子，去思考。

没错，就是思考。在你成长的过程中，因为思想上的懒惰，让你忘记了你还具有思考的能力。遇到问题，只想着马上解决问题，不去思考解决问题的办法。然后你只能越来越戳。

那么，现在就让我帮助你们重新找回你思考的能力。

在遇到一件事情的时候，开阔自己的视野。多去发现一些细节性的问题。

很多人其实养成了一个习惯，在公众聊天的时候，如果某个人表现的比较优秀，那么你就出于嫉妒心理，去挑对方的毛病。这个时候，你观察入微了。因为你对他抱有偏见，所以你看不到他身上的优点。你只觉得他是在卖弄自己。而你也想卖弄，但是你却没有任何卖弄的资本。所以这个时候，你的大脑是被情绪左右的。

而学习我情绪流，要做到的是，不管自己有怎样的情绪，都要让自己的大脑保持冷静。

我承认，我有时候也会看不惯一个人，故意和他唱反调。去打压他，嘲讽他。但是，我

看不惯一个人，一定是因为他触碰到我的底线。

在和对方争执的过程中，我会说：我就看不惯你。虽然你这里比较优秀，那里比较优秀。但是你做了一件让我很不舒服的事。当然，这里我会说出这件事的内容。

虽然我也情绪化了，但是我没有让情绪左右我的思想，我还是表达出了我的真实想法。

那么，我现在能告诉你们的步骤是：

因为我们的目的是培养情商，培养为人处世能力，培养读懂他人潜台词的能力。那么，你就可以从生活中开始观察。从他人的相处中观察。

比如，你的父母吵架的时候，你就要去观察，他们吵架的原因，症结所在。去思考，父亲认为他是对的的理由是什么，母亲认为她是对的的理由是什么。

去观察，邻居教育小孩子。孩子不听话了，孩子任性是出于什么原因，大人教育的时候又是为什么苦口婆心。

你也可以和同事们相处，听一听同事在人前说的什么话，在背后又议论什么内容的八卦。我们不要带着有色眼镜，因为一个人表面一套背后一套，觉得这个人人品有问题就直接保持距离。我们可以试着去观察，因为人前一套人后一套，这样的人最能让你明白潜台词是什么概念。

你还可以做到什么？

在上班的时候，地上有一片废纸，领导看到了，皱起了眉头。那么你就知道他为什么皱眉头。

在我们生活中，类似的例子有很多。培养这种观察能力是很重要的，多注意细节。

在你和女孩子约会的过程中，对方接了一个电话，突然就心不在焉了。如果你只是沉浸在自己的惯例表演当中，只会让对方平添郁闷。

如果你细心，发现了这个状态，你就应该猜测，这个电话是谁打来的，是不是有什么事？也许是工作上的事，也许是朋友遇到了麻烦。

而这个时候，你们两个人的关系还没那么近。你也不可能直接去问对方什么事。你问了，对方也不一定会说，她可能觉得你多管闲事。也许会很烦躁的说一句：不关你的事。那么，这就是你自己给自己找麻烦了。

而高情商的表现则是，关心的说一句：好像你遇到了什么麻烦。你先去处理吧。我们下次再一起玩。

这个时候，对方就会觉得你很体贴，很靠得住。

这也是为什么，女人都喜欢和成熟的人谈恋爱。

所以在此，我也告诉你所谓的很多推土机的速推方法为什么有效。

他们的方法，不管是搭讪也好，还是夜店，甚至是微信陌陌。都是始终处于彼此单线联系的状态。用那些所谓的惯例技巧，在恰当的机会窗口，能引起对方的情绪波动，让对方享受互动的过程。中间的这个过程，不涉及生活周围朋友等外界干扰。

在最短的时间，拿下目标。

为什么他们总是强调七小时法则？就是因为时间拖的越久，外界干扰因素越多。越容易导致失败。而你们直接使用这些惯例技巧，因为你们的情商问题，没有办法判断对方的状态也没有办法判断时机。最后导致的就是可能进行到某一阶段，就产生了副作用。

如果你实践的比较多，就会发现，很多技巧，要么对小女孩好用。而对比较成熟的女人或是比较懂事的女孩子，就得在她去夜店的时候拿来用好用。

而我们生活中谈恋爱怎么谈？

其实，还是这些细节问题。我总是强调，没有一定符合什么条件的泡妞方法。就算是AFC也能泡到妹子。就算是好男人，也可以谈恋爱。为什么？情商才是关键。

## 第二节 培养思前想后的习惯

我们常说，多观察，多思考，并不是坏事。很多漂亮话，好听话，我们都会说。大道理，谁都明白。但是具体去执行呢？有几个去贯彻了？全都是止于说而已。很多人可能会开始找借口，每天生活这么累，工作这么辛苦，哪有时间去贯彻执行？

OK，不执行没有关系。但是最起码的思考你都不会去做。

有时候，我们在 QQ 空间看到一段话，很有道理。然后呢？你把它摘抄了下来。摘抄下来做什么？摆在那里欣赏么？有没有去想这句话的背后有什么故事？它的作者为什么会有这样的感悟？是因为读到了一本书偶有所感？还是看到了某个电视剧？甚至是经历了什么？

其实在我们生活当中，还是不乏有很多行动派。说了什么，有了什么决定，都会马上去执行。但是你盲目的去执行，除了碰个满头包，最后还是会一无所获。

为什么？因为你缺少了思考这个过程。

在打算做什么的时候，你可以先想想，怎么去进行这个过程更合理。在执行之后，成功了怎么办？失败了又该怎么办？去计算一下。

失败了以后不要只是灰心丧气，而是要去思考，你失败的原因是什么？自己去总结。

在我培训学员的过程中，很多人刚开始遇到了问题，都直接拿来找我，问我是什么原因。让我帮忙分析。然后这个时候，我会告诉他，你先自己去分析，分析到了自己去处理。

那么在此之后，我的学员就开始自己分析。而在培训学员的过程中，我也会对他们进行观察。有些时候，他们确实分析不出来。继续分析下去只会发生误解。然后我就站出来告诉他答案。然后让他们再去分析为什么是这样的答案。而他们想不明白的时候，我再告诉他们为什么答案是这样的。

在你小的时候，你有没有遇到过这样的事情？

同学们买到了一个新的变形金刚，很高端大气上档次。做工非常好。总之，就是很贵，很好玩，很吸引你的一个玩具。然后你也想要，回到家，你就跟父母要。结果换来的就是一顿毒打？

而那个时候的你有没有想过为什么你父母打你？也许是家里条件差买不起？也许是觉得你就知道贪玩？当然，如果你条件差买不起的话，你可能自己也会有觉悟，只会偷偷羡慕人家的玩具而不会跟家里人要。如果是觉得你贪玩，聪明一点的你可能当时就会说，放心吧，妈妈，就算你给我买了玩具我也会好好学习。一般这样的回答，父母肯定会当时就给你买了。

其实还有一个原因就是，你父母不想纵容你，不想纵容你跟同学攀比的虚荣心。这是通常很多家长的想法。

这就好像学习 PUA 之初。你只看到了男人不坏女人不爱，你只看到了坏男人会泡妞，会推倒。会当推土机。而你却不会思考为什么男人不坏女人不爱。你也不会看到还有很多好男人也收获了自己的爱情。

其实你对比一下就会发现，泡不到妹子的根本原因不是因为你好或是坏。

很多人其实已经深深受到了 PUA 的毒害。在群里聊天的时候，一个新手拿出个惯例求救，很多人在旁边评论，没下文了，没戏了，换目标。而他们评论的理由就是这里不符合 DHV，那里不符合框架。或者这里那里根据 PUA 某个法则判断，不符合情况。

你们只会一一对应的照搬套路。

很多时候，看到一个惯例，在很多人觉得没救的情况下，被我救回来了。最后很多人佩服我，叫我大神。其实我不是什么大神。我推过的妹子甚至不如很多学 PUA 有一段时间的普通学员。

而我能救回来就是因为我的细心观察，以及思考。

所以每次遇到学员的问题，学员问我，师傅，还有救么？我通常都会说有救。因为我总会去想，一定在某个不为人知的角落，还有一个窗口等着我们去开启。

然后我就去寻找这个窗口。

找到这个窗口，我就去下手。告诉我的学员应该怎么做。

所以在学习我情绪流的过程中，我要告诉你们，一定要学会思考。学会去寻找窗口。并且怎么去打开这个窗口。

今天我女朋友对我说，她逛街的时候看到一条狗狗，她很想买，但是她妈妈不让她买。她不开心。

我就打趣她，小傻瓜，不买就不买。买了你过完年回来难道还把狗狗带回来？万一车上不让带呢？你把狗狗留在家里给家人养，给家里人又制造了一个小麻烦。

她发了一个委屈的表情。

我想起她在这边有养过狗狗，我问她，你的哈士奇呢？

她说在广东，说那不是她的，那是她姐姐的。

就这样转移了话题。

有时候你们和女孩子聊天，发现没有话题，并不是因为没有话题。本质是你们懒于思考。也或者是你们思考的角度以及方式不对。你们只想着用怎样的话题引起对方的兴趣，或者用怎样的话题展示你这个人的某个优点。却没有想着用怎样的方式的去解决对方现在正在烦恼的问题。或者帮助对方打开思路。

### 第三节 换位思考多角度分析

技巧，来源于生活经验。也来源于思考。

记得某一次，我和我女朋友聊天，聊的非常火热。可惜当时呢，手上确实工作很多。我又不是一个不负责任的人。所以一边工作，一边聊天。导致工作进度很慢。

我知道，这个时候我应该放下和女朋友聊天，赶快把手上的工作处理完。

但是同时呢，我又了解我女朋友的脾气。如果我直接和她说，老婆，我有工作要做。那么我女朋友一定会产生一种：你又嫌我烦了。这样的想法。

所以只能一边和她聊天，一边工作着。然后我就想，怎样可以脱开身，又不让我女朋友有不好的想法呢？可是我真的有工作啊。

于是我想到了，我是这么对我女朋友说的：老婆啊，我头好痛，好烦。她就问我：你头痛什么啊，烦什么啊。一看有戏，我就说：老婆，一下子来了好多订单，好多工作要做。头痛死了。然后我女朋友就说：老公乖，不头痛，赶快把工作做完就不烦了。这个时候，我果断回复：老婆，你真体贴我。那我做完事你要赶快陪我聊天。她说：知道了，我不吵你，你赶快做事吧。

那么就那样，通过这样的一段对话，既合理的抽身，又增进了我和女朋友之间的感情。

俗话说：哄死人不偿命。

甜言蜜语，就是感情中的调剂品。

其实维持长期关系当中，不断的加一些这种调剂品，感情会越来越深。也不会让生活起摩擦。

而通过这个简短的对话，你就会发现，有时候问题并不是太严重。只是看你愿不愿意换个角度去思考问题。

我想很多人都应该听过一句话：你有一个苹果，我有一个苹果。我们交换一下，大家还是只有一个苹果。你有一个思想，我有一个思想，我们交换一下大家就有两个思想。

这就是换位思考所带来的好处。

我常常说一句话，任何一本书一篇文章，里面都蕴含着很多道理。就好像一扇宝藏的大门，推开门之后，里面藏着许多宝贝。你有什么样的追求，你就能在里面找到什么样的收获。爱钱的人，会在里面找到许多金银财宝。喜欢艺术的人，能在里面找到许多名家真迹。喜欢武功的人，也会在里面找到许多武功秘籍。这就要看你的需求是什么。我的文章，我的内容也是这样。

所以很多学员都说：损友的帖子，需要感悟。读一遍，读两遍，读三遍，都能有不同的收获。

这并不是我写文章的手法有多么高超。而是因为视角问题。

就像我曾经说过的，在小学语文课上，里面有一篇文章。我很有印象，就是写美术课上，小朋友们写生。讲台上放着一个杨桃。很多小朋友画出来的都是圆的，而旁边一位小朋友画出来确实五角星的。

那么你能说旁边这个小朋友画出来的不是杨桃么？

不能，为什么。你们也知道答案了。就是因为在小朋友的视线里面，看到的杨桃就是五角星的。

我多次提到这个小段子，不只是为了告诉大家你是对的，他人也是对的。而是还要告诉你你也可以从这个角度看问题，也可以从另一个角度看问题。

换位思考多么重要，你不会是现在才知道吧？

以前总觉的要个性，要有自己的性格。要有框架，要有 DHV。那么现在呢？你发现自己不懂女人，读不懂女人的潜台词。

这个时候回过头来才看我的文章，发现你养成了很多不好的习惯，错过了很多美好。

记得有句诗不是这么说的么？你站在桥上看风景，看风景的人在桥下看你。明月装饰了你的窗子，你装饰了别人的梦。

还有一句是：当你站在梯子上去看远方的风景的时候，却忽视了给你扶梯子的人。

不好意思，这里我没其他意思，不是让你放弃女神，去转战备胎。而是让你思考问题的时候，可以换个角度。

抱歉，这么文艺的东西打扰了大家的思考了。那么不介意我再文艺一点吧？

横看成岭侧成峰，

远近高低各不同。

不识庐山真面目，

只缘身在此山中。

每个人都说，在感情的道路上，当你陷了进去，就是因为你把自己陷得太深，做不到旁观者清。所以总是寻求别人的帮助。

那么你有没有想过原因在哪里？

没错，就是情绪。你的思维被你的情绪左右了你的大脑。

所以，我的情绪流最开始的部分，帮你建立心态。告诉你，不管你在任何情绪状态下，也不要让你的情绪影响你的思维。

我不介意你陷进去。但是同时，我希望的是，你要做到在你陷进去的同时，还能不被情绪所控制。用你冷静的大脑学会分析。养成一个多角度看问题的习惯。

真正强大的男人，是可以做到不管在任何情绪状态下都可以保持清醒的头脑的。

就好像我现在很爱我的女朋友，我也陷得很深。虽然有时候我也会被她气的要死要活。

但是我还是会让自己冷静下来，分析对方的潜台词。分析对方的口是心非。

确保我们的关系越来越如胶似漆。让我们的感情越来越深。

不光是我，包括我最先确定关系的学员和他的女朋友，现在也非常恩爱。虽然有时候对方也会让他头疼。他一时不知怎么解决时会向我请教台词。但是他做到了让自己冷静。他不会因为一时的情绪而胡思乱想。

所以我说，我的情绪流，会让越走越偏的新手们，重新相信爱情。

## 第四章 合理表达自己的情绪

### 第一节 享受情绪带来的快感

经过前面的铺垫，那么差不多，已经可以对我情绪流有个基础的入门了。到了这里，也就可以对我情绪流进行深入的学习当中。

在情绪流的方法中，也是学无止境的。

就好像这本来是一套培养自己人格魅力的方法。我多次对我的学员讲道，这个方法，即使对我自己来说，也是刚刚入门的东西。

通过不断的学习培养自己，让自己的思想更加深刻。通过自己在人生的道路上不断的前行，让自己的视野更加开阔。感悟更多。

所以，也许当这本情绪流完结只是，并不是情绪流的毕业典礼。而是情绪流的开始。

很多人说，你理想中的完美情绪流境界，只是个幻想。

或许是吧。但我尝试努力。最开始的时候，我尝试在任何情绪下，用合理的表达，来收到回馈。根据回馈我明白，如果你不懂合理表达自己的情绪，会让人产生反感。如果你懂得合理表达自己的情绪，如果在效果比较好的状态下，会给人产生吸引。仅仅是基础的合理表达，最差，也不会让人产生反感。

当然，如果我真的把精力用于这些研究当中，那我也和其他人一样。走火入魔了。其实，还是做到顺其自然，率性而为。大事一丝不苟，小事不拘小节。看似玩世不恭，实则心思缜密。那么这样，就是一个很高的境界。

在我情绪流的中心思想当中，曾不止一次纠正他人的误解：

控制情绪，并不是让你不会拥有坏情绪。而是不论任何情绪状态下的你，都能保持头脑冷静。合理表达情绪。不会让你的情绪影响到你的思维，影响到你的行为。以至于让自己做出什么可能会后悔一生的决定。毕竟，再强大的人，再不计较得失的人，能不失去，为什么要失去呢？能够得到，为什么不去拥有呢？

很多看似矛盾的事物，其实你细心观察，会发现并不矛盾。

说到这里，我就教大家换个角度来解释矛盾这个词。

矛盾这个词来自于一个典故：古时，有个人卖矛和盾。但是他的说辞是这样的，他说，我的矛是世上最锋利的矛，没有攻不破的盾。而我的盾，是世上最好防御的盾，没有什么矛能攻破。然后，就被路人笑话，那你用你自己的矛来攻击你自己的盾呢？于是，这个人的吹牛不攻自破了。

没错，他确实是吹牛。这只是因为他所表达的方式有问题。如果你的矛你的盾真的如你所说，如此强大，互相攻击，可想而知，结果自然是两败俱伤。

但是反过来想呢，如果矛和盾真的都是如此犀利，为什么一定要互相攻击呢？为什么不可以把敌对关系转化为合作关系呢？其实他只是不懂表达的技巧。

人本身就有七情六欲，是与生俱来的天性。每一种情绪，都让我们的生活多姿多彩。丰富着我们的人生。并不是正面情绪就一定是好的，也并不是负面情绪就一定是坏的。我说过，世上本没有是非对错。

如果说，负面情绪一定是坏的，那么又怎么会有那么多小说，那么多电影所演绎出来的凄美感人的故事呢？

其实可以说，人真的是很脆弱的动物，有时候很害怕面对真实的自己，很害怕面对自己真实的感情。我们回顾那些在新闻上，网络媒体上报道的惨案，去分析对方的心理，不难看出，有些人害怕面对失败，不肯承认自己的失败，于是愤怒，然后对对方进行了报复。

就是因为太多负面情绪引起的惨案，最终导致了人们害怕面对负面情绪。

这些其实都是内心不够强大的表现。

真正的内心强大并不是不可以有负面情绪。如果你单纯的如此认为，只能说你不会轻易让自己有负面情绪。但是一旦负面情绪侵袭，你会很快失去理智。然后你会被人看到你疯狂的一面。

而真正内心强大的表现，是允许自己有负面情绪。但是会用理智控制情绪，驾驭情绪。并不会被情绪左右。

当你爱的人哭泣了，你可以陪着她。感受对方的哀伤。

有的时候，你回忆起伤心的往事，你可以一个人躲在角落，尽情的去回忆，去感伤。在不为人知的角落，你可以点起一支烟，默默的流着眼泪。虽然你是个男人。谁说男人不可以哭泣。

在你愤怒的时候，你可以一个去健身房，用疯狂的锻炼，来消除心中的愤怒。

我相信，如果你身边有个默默关注你的人，看到你这些不为人知的一面，她一定会为你感到心疼。你在她心里的形象，会变得很高大，很威武。

曾经有一段时间，我参加一个公司的应聘培训。在培训课上，我认真听讲做笔记。

培训结束中间休息的时候，我一个人躲在角落抽着烟。发呆。

后来，有一个女孩子就主动问我电话和 QQ。我诧异。给了她。也没有和她多说什么。后来的接触当中，她说，经常看到我那个样子一个人发呆。她就会对我产生一种很心疼的感觉。

事实上，在 PUA 的方法里，有各种各样的流派。很多都是利用了正面情绪的传递以及引导。但是负面情绪的技巧也是有的，比如：五步陷阱。

所以，如果你能做情绪的掌控者，懂得合理表达情绪，那么，你就有理由相信，你是可以做到魅力四射。

在接下来的内容当中，我会用一些小片段，告诉你们，如何用丰富多彩的心情，演绎你的情场之路。

## 第二节 喜悦：制造幽默话题和甜言蜜语

在 PUA 的话术惯例中，幽默风趣的风格，是最常见的。的确，幽默轻松的氛围，能给对方带来愉悦轻松的感觉。

但是大家有没有想过，你要在什么样的心情状态下，才能把你的幽默发挥到极致？看到标题，你就应该明白，是喜悦的状态下。你的心情越好，你越能发挥出你的幽默天赋。一个心事重重的人，你直接给他讲笑话，他是绝对没有心情笑的。当他在烦恼的时候，你跟他开玩笑，搞不好对方直接跳起来跟你打一架。

所以如果你自己就是心事重重，那么你就不要尝试用幽默风格直接切入话题。状态不好，会影响发挥。

与此同时，在开始相处或是聊天的过程当中，还是按照我之前所说，确定对方状态。如果对方处于心情比较好或是比较无聊的状态时，就可以开始用幽默风趣来制造轻松氛围。

这个时候，可能很多人会表示：我不懂幽默怎么办？

在这我能告诉你的是，你不是不懂幽默，幽默本来就是人们与生俱来的天赋。如果你不懂幽默，我只能说，你是一个长期生活在自我世界的人，整天心事重重。当别人在旁边开着玩笑的时候，可能你因为你的自闭或是你的自卑，在远处看着而羡慕。

那么我要说，不需要害怕。记得我前面说过的么？勇敢接受自己的缺点。你是一个勇敢的孩子。

把自己的心打开，大胆地加入进来。

那么到底什么是幽默？很多人会说，幽默就是比较搞笑，能把人逗乐。其实我想说，这只是你们看到的表面。幽默的本质，就是一种潇洒的人生态度。一个善于自嘲的人，是很善于制造幽默的。自己连自己都能嘲笑，还有什么是不开眼的？

一个最简单的惯例，以前做主题设计时，遗留下来的影响力，今天有个小米粉丝加我QQ。她可能也是不太擅长聊天的人，开场白就是简单的：在么？我回复了一个卖萌的表情。然后她问我在干嘛？我跟她说：拉粑粑。

这就是一个最简单的幽默。可能很多人会说，这算什么幽默。确实，这不算什么幽默。但是这就是一个幽默的态度。难道对方会纠结于我是否真的在上厕所这个问题么？难道我会天真的认为她问我在干嘛就是真心的关注我在做什么吗？

不是的。素不相识的两个人，问你在干嘛，就是一个简单的尝试一个打开对话的过程。我告诉她我在拉粑粑，其实只是告诉她，没关系，你想说什么尽管说。缓解她的紧张。因为作为女孩子来讲，女孩子可能很少去主动认识一个素不相识的人。

再说一个我经常教别人的惯例：

当对方对于你的某个话题感觉到无聊不想参与的时候，你可以这样告诉她，别看这个东西不起眼，说起来它背后还有一个很有趣的故事呢。

这句话就引起了原本正处于无聊状态的对方好奇心。对方会说，是么？是么故事？赶快告诉我。

这个时候，你可以再吊一下对方的胃口，说，这个故事我可以下次再给你讲。

对方就会穷追不舍，不行，现在就给我讲。

然后你就可以满足对方的好奇心了，你告诉她，别急嘛，我不是正在编么。好歹你得等我编出来才能给你讲吧。

那么这个时候，幽默轻松的氛围就制造出来了。当对方因为无聊，而被你所谓的有趣的故事吊起胃口的时候，你突然峰回路转的告诉她，你正在编，其实就是没有故事嘛。对方的心情就一下由无聊转为开心了。为什么，因为她居然笨笨的相信了你。而她并不会反感你这个玩笑。因为你给无聊的她，带来了一点快乐。

所以，幽默的意思，就是这么简单。不必纠结于对话的内容。这就好像网上流行语，对方跟你说我去年买了个表，你还真的就问在哪买的什么表。对方只会对你无语。原来你一点都不关注这些。经常上网的同胞都知道，我去年买了个表的意思就是WQNMLGB。不能再次翻译了，再翻译就是脏话了，会被和谐的。

题外话，一般人家跟我说我去年买了个表，我会直接回复啥表。然后对方哈哈大笑我的时候解释道：我去年买了个表的意思就是WQNMLGB的时候，我也会接着对方的话说，我明白，所以啥表的意思就是SB？这里就有点骂人的意思了。要看和对方的熟悉程度来接。我不推荐。

当然，要丰富你的语言幽默水平，闲暇的时候还是多看看一些比较搞笑的内容比较好。比如糗事百科，百思不得其解，或是其他。

相信很多人在一个人比较无聊的时候，都喜欢逛这些搞笑社区，来让自己的心情放松。

同样的，在喜悦的情绪状态下可以制造幽默话题。那么与此同时，这个心情状态下，也是可以制造甜言蜜语的。

就我目前的经验以及观察，懂幽默的人不见得会说甜言蜜语，但是会说甜言蜜语的人，多半都比较懂幽默。不过这是我个人的观察。就当做题外话。而我之所以把甜言蜜语和幽默放在一起，就是因为我觉得，通常甜言蜜语都是带着幽默的元素在里面。

我就经常对我女朋友说一些甜言蜜语。

其实可以说，一般热恋中的男女，可能都比较擅长说甜言蜜语吧。我女朋友今天就在电话里说，我就好奇啊，为什么我们两个每天扯废话都能扯那么久。感觉有说不完的话，不

管什么话都能扯。然后我就说，这不正好说明我们两个是天生一对么。

可以说我们两个每天拉出来的话题，都能扯好长好长。随便拿出一段，都够旁人羡慕。

就拿出今天最简单的一段，中午她跟我说去睡午觉了，我说睡醒了给我打电话。她问我为什么要给我打电话啊？我就说，因为我给你打打不通啊。她就说，现在应该不会吧？我说，谁知道，有时候打不通我就当做你睡觉了，所以我觉得你睡觉了，那我就一定会打不通。

不过说实话，我俩也确实挺腻歪的，就简简单单交代一句睡醒打电话都能扯出一堆话。

然后下午她睡醒了给我打了个电话，当时我出去帮领导买烟去了，手机没带在身上。她就在QQ上问我，什么情况了？我给她说明情况，告诉她我去买烟了，没带手机。她居然说我以为你被人绑架了。好有才的女朋友。我就配合着说，老婆，我被绑架了，快来救我。然后她就说，对方要多少钱啊？合适的话，卖掉。我的回答是，卧槽，这么狠心。她说，你傻啊，给你卖到好人家还不好啊？我答，卧槽，万一卖到屠宰场或是拆开来卖呢？她发了两个坏笑的表情，跟着说，那就更好啦，顺便看看你哪里比较值钱。

接下来就是无休无止的裹脚布那么长的瞎扯淡话题了。热恋嘛就这样。

大概是我的学员看到我女朋友回家了，我们异地恋了三个月这么久还能这么甜蜜，所以才比较喜欢跟着我上课吧。羡慕嫉妒恨在作祟。

有一对如此活宝的师傅和师娘，学员们在的欢乐何其多。

我想大概是我最近的表现确实不错吧，我女朋友终于开窍了，不再纠结于我教学员们泡妞了。她以前总是说，你那些学员多无聊啊，泡个妞还让别人教。我说是啊，他们不会泡妞，我会泡，所以我不坑他们坑谁啊。

其实现在的生活对我来说，除了感觉到忙碌，有时候确实比较享受。比如我在写文章的时候，有时候我女朋友会比较无聊，就会在我的讲课群里调戏我的那些学员。

而我和我的学员聊天过程中，也是欢乐多多。我学员总是卖萌或是摆出可怜兮兮的样子对我说，师傅，你又给我们挖了一个好大的坑。我说，对啊，这里有个坑，坑里有宝藏，你跳还是不跳啊。一群学员就跳出来指着我说，师傅，不带你这么诱惑的。

这个时候，我的心里别提多得意了。我继续得瑟，孩子们，收费课程里面有惊喜哦，早点进来好处多多。

我就是赤裸裸的对我的学员们说，我有个小秘密，能让AFC变成PUA，能让PUA变成大神。在他们威逼利诱下，我仍然潇洒的对他们说，嘿嘿，就不告诉你，就不告诉你。我就指着拿这个小秘密坑你们呢。想知道？来交钱啊。哈哈。

一群学员对着我无奈。让他们心痒痒。

不过看官们别把这个当成玩笑。我这里真的有一个小秘密。很小很小。小到让女孩子，让AFC，让PUA都忽略的小秘密。

我的女学员曾说，师傅，真的如果当时他像你所说的那样，那我可能真的答应他了。

而我猜测，如果告诉某个天生好手的话，那个天生好手一定会说，卧槽，原来那些戳男不知道的是这个。活该被坑。也许有很多大神早就知道了，就故意不说出来，继续坑大伙。我跟某大神说过，某大神说到，卧槽，确实。

而我对我的收费学员们讲出来的时候，我的学员们都特么蛋疼了。还有某学员最后私聊我，真的，师傅，刚才线上讲课的时候，你差点把我说哭了。

而我问我女朋友的时候，我女朋友的反应是，卧槽，你们男人居然是那么想的。

OK。这里广告打完了，可以进行下一章节了。嘿嘿。不知道现在有多少读者想知道我这个小秘密呢？想知道，那就跳进我挖的大坑吧。

### 第三节 悲伤：脆弱的让人心疼

悲伤，原本属于负面情绪吧。但是合理的表达，就能起到让对方心疼的作用。类似五步陷阱的效果。

我之前曾在论坛里贴过我自己的往事。而 PUA 圈子里的朋友，在学习五步的兄弟，他们会对我说：损友，你和你女朋友在一起那段，根本就是五步陷阱第二坑嘛。

后来也有很多人来问我有关五步陷阱。

但是我其实真的一点也不了解五步陷阱。通过他们的描述，我想，大概效果一样吧。都是刷心疼指数。无非可能在很多人眼里，五步是用骗的方式。而我这个没有骗。

我和我女朋友在一起，那切切实实的是无意中，达到了这个效果。

那晚确实是我比较悲伤的状态，甚至堂堂男子汉，流出了泪水。她当时就比较心疼我吧。然后在那样一个状态下，我和她发生了关系。然后我们就在一起了。

在我带学员的过程中，我的学员发过来请教我怎么回复对方，我曾多次用过这个手段。呃，这里说手段比较邪恶，应该说，小技巧吧。

甚至让我学员都养成习惯了。

经常在某个对话模式的时候，我会让学员这样回复：你不是我，你不会明白我。

类似于这样的回复。我想我很多学员都已经熟能生巧了。

这里就讲一个最近的一个案例吧。

当时是在别的群里面，我在那个群当助教。

记得那天晚上，一个学员发聊天记录找人帮他回复。其实那个学员是我第二次帮他了，第一次是他跟对方表白了，然后群里的很多大神都说，你没戏了，你死定了。当时我给他补了几句台词，把他和对方的关系救回来了。最起码没让他表白死，最起码没有当时就死了。

当时怎么救的我也忘了。我只能想起来最近的惯例。平时我都是即兴发挥的。因为第二次帮他后，我觉得这个案例比较经典。所以特意记住了。不过记得还不是很完全。

案例内容：

当时对方对他说，虽然前男友有各种不好不如他，但是他前男友说没有她，就会失去了奋斗目标。所以决定再给他一次机会。

看了这句台词，我当时就感叹了，艾玛，这不就是刷心疼指数么。我的战术就是对方刷，那么我们这边也刷。我教他这样回复：如果我说失去你，我就无法呼吸，那么你是否也会同样给我一次机会？

对方的回复是：你知道的，我不可能同时耍两个人。

这里我给大家翻译，告诉你们怎么识别潜台词。对方这里用到了“耍”这个字眼，表示对方有点生气了。觉得我们的男主角无理取闹了。不要紧，本来就是无理取闹，让把竞争对手刷到的心疼指数和我们持平。然后接下来我们就可以继续刷了。

当时我拿出这个案例给学员们讲的时候，有些上过几次课的学员算是比较平稳，想到的是，那么我选择退出。这句话或许是为了显示我们的深明大义，但是达不到我们所要的效果。

而我当时教给他的回复内容是：所以你选择伤害看上去比较坚强的我？

这句话，再一次的让对方明白，我们男主角是真的怕受伤了，是真的伤不起了。

然后对方给予的回复，已经表明，天平倾向于我们这一边了。当时女孩子的回复是：其实我也伤心，因为这是谁都能预料到的结果，我的选择可能就失去了你。

这个时候，我们当然要趁胜追击，我给予的回复是：其实我不想让你为难。但是你不会知道我心里有多痛。

然后，女孩子就开始心疼我们的男主角了：你在网吧不冷么，这半夜醒来感觉冷飕飕的。

而我让男主角的回复是：是有点冷，不过寒冷能让我保持冷静，不会胡思乱想。

对方的回复是：是转移注意力么？

这个时候，我所要的效果已经达到。我让他回复：晚安，早点休息。当时我们的男主角

就急了，就这就完了？我让他淡定。因为这个晚上，这个女主角注定会失眠了。果然，对方追过来一句：你会不会以后就不理我了？

这个男主角最后的结局怎样，我不了解。因为上次我给他补救，如果他情商高一点，就可以趁胜追击了，就不会有第二次的补救。所以我想，如果我没有继续帮他的话，他还是会继续失败。但是我不可能有时间一直关注着他的下文。

其实作为男人，可能会比较害怕把自己脆弱的一面展示给女人看。大概是自尊心作祟，也或许是面子上的问题。也或许是害怕被嘲笑。

我觉得没必要害怕。适当的时候，也是可以展示给对方看的。

试想一下，在你在追求某个女孩子的过程当中，在某次机会窗口，你让对方感觉到你的疲惫，让对方感觉到你的脆弱，那么会激起对方的不舍，对方可能会想：我这样子对他，是不是太残忍了？

当然，在展示你的脆弱的时候，也要讲究一个方式，让对方既能感觉到你脆弱的一面，感受到你的悲伤，同时，又看到你的故作坚强。这个状态下的你，对方是很有杀伤力的。

当对方问你在做什么的时候，你有气无力的来一句，失眠了，想你了。睡不着。

大概是流行趋势导致，对方很多时候会来一句，别想了，你想多了。我说过了，对你没感觉。

这个时候，你装作无所谓的对她说，或许吧，你不是我，你不会明白的。

简单的一句话，就让对方产生不忍的情绪。然后你再趁机追加一句，放心吧，我没事的。加完以后，如果没什么状况，果断切断对话。

下次见面，你们还是好朋友。然后在某个不经意的瞬间，让对方看到你落寞的背影，看到你透漏着些许哀伤的忧郁的眼神。卧槽，兄弟，奥斯卡影帝非你莫属。拿下她，只是时间问题了

不要误会我在教你演戏，其实可能当时的你确实就是如此的情绪。你可以大大方方的展示出来。

#### 第四节 愤怒：霸道的温柔

可能在你了解我情绪流之前，你从没想过，愤怒，是怎样吸引女人的？那么这个时候，你看到了我的标题，你可能一瞬间有了很多灵感。没错，我就是要告诉你，愤怒，也是可以吸引女人的。

我给你描述这样一个场景。哦，不是，这是一个真实发生过的场景，我发誓。就在前几天吧。我没骗你，我的意思是，我通过描述，来告诉你，前几天发生在我和我女朋友身上的事。

前一段时间，大概是因为我忙于上线上课，跟她的联系少了点，有点冷落了她。

然后，在QQ上，聊天的时候，她突然问我，你会一辈子对我好么？当时我连台词还没想好，她又一连串的消息发了过来，算了吧，大叔，我这么任性，调皮捣蛋，老是惹你生气。我又没文化，又是农村的，你一定能找到比我更好的女人。就这样，算了吧。拉黑吧。我们没结果的。

我一句台词都没想好，她一连串发出了这么多。

其实兄弟们啊，女人呢，是很缺乏安全感的动物。平时偶尔发作一下，我们可以用各种甜言蜜语，让她感受到甜蜜，幸福，不放弃追随你的脚步。

但是这一次，真的是大规模爆发。

于是当时，我就停下了手中的工作，借故去厕所，打电话给她。你不会明白那个时候的我有多么着急，多么害怕她是在信号不好的地方，接不到我这个电话。

电话一打通，先不管对方说什么，我就冲她吼：我说你玩够了没，闹够了没？一次又一

次这样子，很好玩么？

然后她很委屈的声音传了过来：你打电话过来，就是要教训我吗？

听到她委屈的声音，我当时就心疼了。但是这个时候不是我心软的时候。因为并没有达到我所要的效果。我仍然带着愤怒的情绪问她：你说呢？

她没有说话。

这个时候，我把声音放缓，开始责备她：我说你们女人怎么那么不知足啊。天天说男人有钱就变坏。现在遇到我这么个极品好男人，你却不懂得珍惜。

然后她开始撒娇了：是你刚才承认了，你能找到更好的女人。

当时我楞了，我有承认么？我不记得了，不过这个不是重要的，不影响我的发挥，我说：好吧，我承认，我能找到比你更好的女人，但是那又怎样，我就认定你了。别人再好，我也看不上。

我可爱的女朋友可能觉得这个安全感还不够，继续撒娇：对啊，你能找到更好的，所以我不应该阻挡你的脚步。你就应该找更好的女人。

我真特么急了，我声音又大了起来：什么不该阻挡我的脚步。我有啥脚步了。我现在不就是努力工作努力赚钱，还不是为了我们的将来，为了我们在一起能过上好日子么？你要是不想扯我后腿不是这样子把我推给别人，而是坚持的不离不弃的跟在我身边。反正告诉你，以后不许再这样了。

然后她才乖乖的说：好啦，知道啦。你快去上班吧。

那么就是通过这么一个真实的发生在我身上的案例，告诉你，愤怒，要用在什么时候。

在男女相处的过程当中，愤怒，是用来紧紧抓住对方的。平时生活中的小例子有很多，比如小孩子玩什么危险的游戏，大人会责怪小孩子，你怎么那么不听话，万一发生危险怎么办，你出来意外让爸爸妈妈怎么办？

虽然这个时候你是在对小孩子发脾气，但是你的愤怒之中透漏出的都是点点滴滴的关心。

我记得 2011 年的时候，那个时候我接私活，开着家里的货车出去赚运费。在过程当中，发生了车祸，险些丧命。而当时，我也确实害怕被我父亲知道。他是个脾气很大的人。

后来证明，他确实生气了，他的怒火，通常都让人无法承载。然而，我却感动了。他虽然在发脾气，但是他的生气是因为害怕我因为刚拿到驾照不到一年，没什么经验，就一个人开车去拉货，他害怕我因为车祸，发生危险。就算谈有丧命，万一缺一胳膊断腿，都是他无法接受的。

我父亲暴躁的脾气总是很让我害怕，但是那一次，我是真真切切感受到了父亲对儿子的关爱。

抱歉，写到这里，我眼睛又湿润了。从去年我父亲过世之后，不知道为什么，想起他我就会有想哭的冲动。我和我父亲一向不和，争执了二十多年。就在家里的条件越来越好，父母应该开始享受的时候，他走了，就在我刚刚感觉到他是那么爱我的时候，他走了。我最后一次见到活着的他的时候，就是 2011 年。去年他离开，我都没有见到最后一面。

再说就矫情了。抱歉，我不该在这个时候如此感伤。

不管怎样，愤怒之中，让对方感受到你的关心，那么你的愤怒不会把对方推远。

比如过马路的时候，对方没有看马路，你可以责备她，怎么可以不看指示灯？万一发生意外怎么办。

不过，这种霸道的温柔，是建立在双方有了一定的感情基础上。不管你们有没有成为情侣关系，至少，你们也很熟了。

最适合那种处于，多年好朋友，暗恋对方的状态。

或者，刚认识不久，但是彼此已经熟到可以打打闹闹的程度。

根据自我感觉双方关系来控制。

## 第五节 总结：合理表达情绪的原则

在前面的内容当中，我多用了故事案例的手法来指导如何合理表达自己的情绪。在这个过程中，可能又会有很多学员会觉得还是似懂非懂的感觉。所以我又追加了这部分内容。内容可能不是很多。

我在之前的内容中讲述，整个内容是一个循序渐进的过程：

先有一个强大的心态建设，然后了解社交基础常识，学会观察思考，多角度考虑问题，懂得在合适的场合，合适的气氛状态，最后再合理的表达自己的情绪。

整个过程，也就是说，需要先对对方有最基本的尊重。在这个前提下，通过一些技巧，波动对方的情绪。根据对方的回应，我们再反馈我们的情绪。

你不可能一开始部分青红皂白的就对对方演苦情戏，你也不可能一开始就莫名其妙对对方发脾气。你也不可能一见到对方不等对方开口就开始讲笑话。

也就是说，和对方相处，你要明白，这是一个互动的过程。什么叫做互动？就是说互相的。如果没有互动的过程，那么我可以想象到，一个人在旁边冷眼旁观，然后你一个人在那里自娱自乐，说着单口相声，自己享受着自己的精彩。

其实你反复阅读我的文章的时候，并且不断的去思考，不断的去执行我前面所讲的一点一滴。那么不知不觉当中，你的情商已经培养起来了。你的社交直觉以及洞察力，也会培养起来。

过去的我们，因为太在意自己的感受，因为活在自己的世界，所以我们无法理解他人。让我们失去了太多的本能。

那么，合理表达情绪的基本原则可以是这样的：

开心的时候，就与大家分享你的开心。不因他人的嘲笑而影响你的开心。把令你开心的事，拿出来与大家分享。大家感受到你的快乐，大家也会快乐。

伤心的时候，你要做的不是向谁倾诉。虽然我们都有倾诉的需求，但是作为强大的男人，我们必须学会独自忍受。有句话不是这么说的么？男人，就是累了，躺床上，点支烟，然后来一句：草泥马。同时，作为男人，我们不介意被人看到我们的脆弱。看到了，那又怎样，冲对方说一句：我没事。然后潇洒转身。留下孤单的背影。这一刻，镜头定格，你就是那么有魅力。最好再给你来个特写。

愤怒的时候，我们不应该拿身边的人出气。要么，到健身房去宣泄，或是用其他方式宣泄。比如，枯燥的加班，或者是大排档的啤酒。我们的愤怒，应该是用来保护身边的人不受伤害，而不是伤害他们。

真正的男人，就是应该这样，坚韧不拔。胜不骄败不馁，不以物喜，不以己悲。不矫情，不做作。处理事情，冷静，干净，果决。和心爱的人在一起，可以卖萌，撒娇，甜言蜜语。

当他人对你嘲笑的时候，你可以轻蔑的对对方说：你算什么东西。不需要向对方解释什么。也可以胸怀坦荡的，无视对方。亦或者看着对方在你面前表演，你甚至可以奉承的把对方捧的高高的，然后让他自己摔下来。

我们可以勇敢的承认自己的错误，勇敢的承认自己的缺点。我丑，可是我很温柔。我穷，我可以快乐的活着。我矮，可是我有强而有力的肩膀。更何况我原本就不丑，不穷，不矮。

当他人投来鄙视的目光时，我们可以骄傲的谢谢对方。谢谢你的鄙视，又一次证明了我的价值。你对我的鄙视，我可以理解为你对我的羡慕嫉妒恨。哈哈。

我们也谢谢那些不吝啬于给我们赞赏的朋友。是他们对我们的欣赏，让我们明白，我们的努力，都是值得的，都没有白费。

面对他人的不理解，我们不需要抱怨。抱怨没有办法解决一切。而能够证明一切的，只

有时间，和事实的真相。

我承认，我不是什么君子，我不是什么好人，所以我可以大大方方的随心所欲，率性而为。但是我有我的人生准则，我有我的心里底线。我不会因为我的骄傲，任性，而破坏别人的生活。

玩世不恭的生活态度，一丝不苟的做事风格，心思缜密的观察思考习惯，这就是我们情绪流。

## 第五章 了解男女思维方式的差异

### 第一节 男人来自火星女人来自水星

男人来自水星，女人来自火星。这句话说的非常有道理。男人永远无法明白女人的想法，女人也永远无法明白男人的想法。然后大家猜来猜去，猜出好多矛盾，好多误会。

我记得在某搞笑图片中看到过这么一个段子：

段子的内容是描述男女吵架的过程，女人对她男人说，你不爱我。男人表示头痛，你就是这么爱无理取闹。女人急了，就说，对，我就是无理取闹。我都还没吃饭，我要去揍你们经理一顿。顿时，让男人彻底无语，他就问女人，这关我们经理什么事？女人伤痛欲绝，你就是不爱我，你都不关心我没有吃饭，你只在乎你们经理。

情商高一点的人，都能看出来，这段对话明显表现出一个问题。可能这个男人是个事业心很重的男人，从而忽视了对女人的关心。

而情商低一点的人，可能就和那个男人一样，觉得女人是那么不可理喻。

其实站在男人的立场来考虑，女人的这段话毫无逻辑可言。尤其是中间那句，对，我无理取闹了。我还没吃饭，我要去揍你们经理一顿。这句话可以说让很多男人纠结。完全无法理解女人想要表达的意思。

设想一下当时的场景，可能男人工作的比较晚，然后回到家。女人跟男人发出一串抱怨，男人工作了一天，觉得有点累了，可能面对女人的抱怨有点不耐烦。

其实这个时候的男人只想沉默。

而女人呢？觉得自己受到了委屈，觉得男人不关心她。

所以这句话：对，我是无理取闹，我还没有吃饭，我要去揍你们经理。其实潜台词就是：你嫌我烦了，我委屈了，我跟你的事业吃醋了。

但是男人只是单纯的理解字面意思，问女人，关我们经理什么事。这就更加重了女人心里的委屈。女人会觉得，你就是那么有事业心，完全不在乎我的感受。

通过这个段子，我已经给大家示范了一遍怎样读懂女人。

有的时候，我们不得不佩服女人。女人的情感是那么的丰富。而他们的表达能力，其实对我们来说，也是望尘莫及的。作为男人，我们擅长逻辑思维。我们表达自己，习惯了用道理去表达。而女人表达自己，习惯用比喻。为什么这里是说用比喻？就像上面的例子，女人用“我没有吃饭”来表达心中的委屈，用“我要去揍你们经理一顿”来表达自己的心情。

所以对于女人，惯性思维理解，你说她不可理喻，她就会觉得这是你的不耐烦。女人的理解能力，也是非常有深度。女人，是很直观的理解你的情绪的。

因此，我总是对我的学员讲，不要试图用你的逻辑思维来说服女性。女人永远不会相信你口头上的那些话的。所以我总是推荐我的学员，在面对女人的时候，有时候更直白的把自己的感觉表达出来，更能获得女人的信任。

这也是为什么女人会有 PUA 圈子里所讲的，那么多“废物测试”。这是她们的本能。

女人天生就是没有安全感的动物，她们需要保护。

女人问你：“你觉得我漂不漂亮？”她并不是简单的想让你回答是或者不是。她就是想要你对她进行一些外貌上的赞美，渴望你的认同。这个时候，你应该直接描述对她的评价。比如对她的穿着，对她的打扮，该夸的地方夸一下，哪里觉得不合适的在给个建议。这样，你们的交流就会互动起来。

可是你简单的回答，我觉得你很漂亮，她只会觉得这是一种敷衍。当然，如果对你的感情深一点，她会继续问，哪里漂亮。这个时候如果你不傻，还可以一一点评。如果你白痴一点，回答一句，哪里都漂亮。那么她瞬间就会觉得你这个人没意思。

那么如果你回答她，不漂亮？卧槽，哥们，你不会这么傻吧。

在我的收费课程上，我会通过一些对白惯例，讲述对女人的理解。加深你们的这种思维方式。

自古以来，男人要上战场，女人在家洗衣做饭。多少年来的延续，造成了，男人思考方向，都是战术战略，男人更擅长解决问题，面对问题。而女人思考的，都是生活上的东西，琐琐碎碎。女人更擅长表达情感。

男人们围在一起，喜欢吹牛。女人们围在一起，喜欢攀比。男人们在一起讨论事情，喜欢研究问题的解决方案，或是讲大道理。而女人们在一起讨论事情，多是身边的八卦。

所以，很多人都明白一个道理，那就是跟女人，是没有办法用道理讲明白的。女人们也会说，在家就别讲道理，家就不是讲理的地方。

没错，家是谈感情的地方。

## 第二节 人性本质解读女人

女人也是人。既然是人，那么就具有人的天性。人都会有七情六欲，会有各种需求。

所以，女人也会寂寞。但是千百年来的道德规范，让她们不能像男人一样，放纵自己的欲望。她们要在意自己的名声，要保持自己的矜持。

这也是为什么我经常说，我很不喜欢那些推土机，打着爱情的幌子，去欺骗女人的肉体。我觉得这是对女人人性方面的不尊重。你打着爱情的幌子，用着一些吸引女人的技巧，让女人对你有了感觉，然后再把她们一个一个推倒。最后告诉她们：你要的是一辈子的幸福，而我要的只是一被子的性福。这对女人，就是一种心理上的伤害。你让女人在对你付出肉体的同时，再同时进行感情上的投资，最后换来如此的结果。很抱歉，我真的没有办法认同。

或许在这里你把我当做是伪君子。那么，我说如果表达了这些观点以后，我就成了伪君子，那么我不介意当一次伪君子。

说实话，我不介意男人做下半身动物。因为我也是男人，过去的曾经，我也做过下半身动物。我还是欣赏那些比较真实的，要发生关系，就单纯的发生关系。不扯什么感情。你痛快，对方也痛快。而我们的理由也很直接，你有需求，我也有需求。大家都是成年人。

毕竟，女人也不想因为自己一时的需求，而对一个并不了解的男人，投资自己的感情。我想，这是最起码的对人性的尊重。

可能有些人会觉得，那还不如直接去嫖。没错，我认同。直接去嫖，对方满足了你的下半身需求，你满足了对方的经济需求。不过直接约一夜关系，也没什么不好。大家同样是满足双方的需求。

抱歉，上面扯了这么多带马赛克的内容，少儿不宜了。换下一个话题。

相比较男人而言，女人被束缚了更多的人性一面。所以，为什么说女人是弱势群体。

我们有种种理由去解释，女人为什么天生缺乏安全感。但是这里，没必要去解释。我们只需要记住一点，女人，天生缺乏安全感。

所以，在解读女人的过程当中，可以遵循这个过程。

陌生人之间相处，最开始最重要的是什么？没错信任感。

女人本身就是天生缺乏安全感的动物。所以他们在刚认识一个人的时候，本能的处于自我保护状态。所以，开始的时候，你要最需要的是获得的是对方的信任。

当对方卸下了对你的防备。你就要让对方感觉到，和你在一起，让她的心有了依靠。所以在我的方法里，我从不介意当女人的情感垃圾桶，也不介意掉入友谊区。掉入友谊区，就算是 PUA 技巧当中，也有很多种办法打破。而在我眼里，掉入友谊区无非是因为没有近挪。更何况，如果你懂女人，你掉入的友谊区，又岂是一般意义上的友谊区。

而当对方把心放心交给你的时候，你要做的就是小心保护这颗心。

在我学员，和我自己的案例当中，在和对方确定关系后，经常遇到女人的一个话题：对方说，我觉得我们可能没有将来，可能没有以后。不然我们还是算了吧。

这个时候，不论是我，还是我传达给学员的就是把自己的爱情观告诉对方：我所认为的爱情，并不是一开始就想着要走多远。而是因为想要在一起，就在一起。不离不弃，彼此珍惜。

我会强调：珍惜。

其实很多时候，女人所有的无理取闹，都是围绕着这个缺乏安全感展开的。女人拒绝和你在一起，很多时候是因为觉得你不可靠。或是因为你的行为干涉到她的自我保护状态。

所以很多 PUA 技巧，都是通过种种方式，打消对方的自我保护，不论是吸引，还是其他，都是一种让女人卸下对你的防备，让女人对你主动。

而很多传统方法，往往失败的地方，就是失败在过于关心对方，过于干涉对方。越过了对方的自我保护状态，让对方产生反感。

为什么很多人用追求对方感动对方的办法，依旧能够收获自己的爱情？就是因为这些人懂女人，能够在不触碰对方自我保护状态的情况下，循序渐进，打动对方，走进对方心里。

这就是为什么我说，不管任何方法，都能追到女孩子的原因。

而在女人把自我保护状态打开，也就是卸下防备的过程当中，这就属于一个转化。在这个转化过程当中，女人会很敏感，很小心翼翼。她要一再确定自己对你的认可。这个时候的你，是一定需要冷静的。要处理好每一次和女孩子的互动，每一句话对白。对方说，我们不合适，或者说你还是死心吧，这些都是对你的试探。

这个时候，你是不能有情绪上的激动。你要做的就是坚定的表明立场，以及安抚对方的情绪。你可以装傻，装作没听到这些话，或者只管对方尽情的说。你该幽默还继续幽默，该转移话题继续转移话题。让对方稳固转化这个状态。

这个时候，你可以默认你们已经是情侣关系了。你可以对对方亲切的称呼，可以开一些情侣之间的小玩笑，可以在暧昧氛围下占点小便宜，甚至是可以直接推倒。但是不要真的当做你们就是情侣，这个时期，不可以对对方的私生活，以及习惯有过多的干涉。你可以给予对方一些小小的建议，但是在这个过程中，要注意表达方法。

这样，对方就会慢慢的把自己的心交给你。

而当对方确定把心交给你之前，这段期间也是会时不时的有些不安全的想法。遇到这些，自己千万要稳重阵脚。可能当对方真的决定把自己的心交给你的时候，会有一次激烈的情绪波动，这个时候，你一定要坚定自己的态度。

而所有这些表现，很多都是以 ASD 方式，或是事后后悔的方式，展示出来的。

所以在整个追求爱情的一个过程中，这条道路上，是一个勇往直前的过程。你可以迂回曲折，绕过障碍，你也可以选择冲破阻隔。但是，千万不要退缩。

喜欢一个人，就是应该去保护她的。而不是伤害她的。

### 第三节 做一个胆大心细的男人

常言道：成功的男人背后，一定有一个女人在默默支持。常言又道：男女搭配干活不累。

这就表示，男人和女人的思维方式，其实是相反而又互补的。男人善于逻辑思维，女人善于情感思维。而同时，男人粗枝大叶，女人心思细腻。

可以说在我情商大幅度提升的过程当中，我女朋友起了很重要的作用。我总是对我的学员说，你师傅不厉害，你师娘才厉害，你师傅就是活活让你师娘虐成现在这个状态。

但是不是刚刚好，每个男人都有我这样的运气。机缘巧合下，打动了这样一个天生女玩

家的女人。机缘巧合下发生了关系。机缘巧合下彼此来电。又机缘巧合的刚好经历了一段被 PUA 方法折磨过的一个过程。又机缘巧合下，想要回忆整个人生。又机缘巧合下，感悟到很多道理。

我想，如果不是种种巧合，刚好我父亲刚刚过世，让我反省自己反省人生。那么我对女人的态度，大概还是停留在那个只懂得打开对方寂寞窗口的认知当中。可能还是只会做一个下半身思考的推土机。也不会因为珍惜这段感情，而一次次的感悟总结长期关系，以及分析女性心理。总结这么多和女人相处的经验技巧。

不过发了这么多的感慨，我还是感谢命运吧。

不管怎样，所以我把我的经验拿出来，指导学员。在我进步的同时，也帮助其他兄弟进步。而且其实我也是在指导学员的过程当中，也会发现很多更有用的经验，有时候会忽然给女朋友一个小惊喜。有时候也会拿出一些和女朋友相处过程中发现的经验传授给学员。然后被女朋友发现了，女朋友像是和我玩起了捉迷藏，不断给我出难题。不管怎样，就这样，让我的经验越来越丰富。让我的洞察力越来越敏锐。也让我控制情绪的能力越来越强。

这也是大概人家为什么说，婚后的男人，通常都是成熟而有味道，有魅力的根本所在吧。

毕竟，还是有很多人没有收获自己的爱情。所以我把经验，分析总结出这么一套培养情商，读懂女人的方法技巧。

男人的思维能力，是用来处理问题的。而我们学会读懂女人，并不是要我们自己成为女人。培养情商，就是培养我们的情绪控制能力，以及洞察力。然后我们再动用自己的逻辑思维能力，处理问题，解决问题。

情商和智商，是互相配合的作用。用智商，来学习提高情商的方法。然后再用情商，来驾驭智商。不断如此。就能变成一个成功的男人。

要收获到自己的爱情，那么做一个胆大心细的男人，是非常有必要的。

通过一些细节，观察女人，然后大胆去印证自己的想法，以及学习到感悟到的道理经验，还有通过你细心注意到的事物而引起的猜测。偶尔再奇思妙想一下。那么，你会发现，在你追求女孩子的过程中，是一个有趣的过程。让你们彼此享受。

古人有云：士为知己者死，女为悦己者容。

每次约会见面的过程中，要细心观察女人的穿着打扮。然后根据你的观察，赞赏一下对方的穿着，那么在你和对方约会的过程当中，对方一定会心情愉悦。

而对方因为和你见面而打扮了一下，你有什么道理吝啬自己的对她的欣赏呢？

有些时候，我们常说和对方没有话题。那么你可以观察一下对方和你相处时候的小动作。根据对方的小动作，也是可以制造一些话题的。

比如对方抬起手腕，你可以看到她的配饰，就可以让她讲一下这个配饰。类似如此的方式有很多。而且有时候可以根据这些细节，可以发生一些合理性质的近挪。

对方抬起手腕看表，你可以说：这块手表不错，挺好看。我看一下。然后看似漫不经心的将对方的手拉过来，欣赏对方的手表。

当然，看完还得把人家的手松开。不然你就会留下猥琐的印象。

同理，对方在玩弄自己的头发的时候，你可以把头凑过去。装作闭上眼睛闻对方洗发水味道。靠近一下再离开，赞叹的说一句：好香啊。

不过这里我要提醒一下你，万一对方是急匆匆的跑出来和你见面，头发没有梳洗，也没化妆，满头都是头皮屑的时候，这招就明显有点做作了。

这个时候，你可以从另外一个角度跟对方对话：啥事这么着急啊，还没打扮就出门了。不过难得见到你素颜的样子。很荣幸哦。

这里我想到一个网上的一个小惯例：

说的是一男一女外出游玩，晚上要坐车回他们的小城。到了售票处，男孩子去问售票员，

还有没有票，售票员说，还有的。然后男孩子过去跟女孩子说票卖完了，回不去了。女孩子说不相信，然后就过去问售票员有没有票，售票员说还有票。这个时候，女孩子已经明白男孩子的暗示了，回来对男孩子说，原来真的卖完了。回应了对男孩子的暗示。

通过这个小小的案例，我想很多人都佩服那个男孩子的机智。那么你有没有想过，如果你细心一点，多发现一些细节，你也可以通过这些细节给予对方暗示，这种细节性质的暗示，会很受女生好感的。因为你对她的尊重。你让你们之间的一切，都看上去那么巧合，那么合理。让她不用再为自己的什么，而去找理由找借口。

#### 第四节 主动为女方找理由

不论是受道德束缚，还是环境影响。我们都明白，女性，不管看上去思想多么开放，骨子里，都保持着一份矜持。她们害怕受到伤害，害怕被欺骗，害怕被背叛。她们敏感，脆弱。不管看上去多么坚强，不管看上去多么强势。那些都是外在保护自己的手段。

夜深人静的时候，她们可能会默默的看着偶像剧流泪。也或许拿着某个前任的相片在发呆。

不过这些都不重要的。重要的是，你要明白，女孩子，绝对不会是你看上去的那个样子。在你走进她心里之前，她不会在你面前展示最真实的一面。

其实在你学习 PUA 技巧的过程中，细心去品味，去体会那些惯例，以及技巧，都是用于针对女孩子的某个特点而设计的。

我也曾说过，把妹的整个过程，就是一场比赛。所有的技巧，惯例，都是球技。而新手上路，不管你把基本功练习的多么扎实，不管你的球技多么高超，你缺乏的是一个经验。一个让你知道什么样的情况下该传球，什么样的情况下该过人的经验。这些经验是需要长时间的累积。

但是把妹又不同于球赛。把妹，需要的是情商。虽然情商可以通过不断的把妹实践过程中去积累，但是这对于很多人来说，却是并不现实的。

每个人都有自己的工作，以及生活。都不一定有时间去实践。再放开来谈，每个人的悟性也不同，有的人可能把一个妹子，就积累了大量的经验。有的人可能不管学多少技巧惯例，推倒多少妹子，情商也不得寸进，而且还会留下一个后遗症：就是推倒妹子后，变得骄傲自大。以为自己已经是很厉害的 PUA 大神。须知，每个大神都是不会停下自己前进的脚步。而且真正的大神，并不是把把妹放在第一位的。

关键的关键是，在新手当中，其实有很多人并不是抱着把妹的目的来学习。而是为了挽回一段失去的感情，而有的则是为了不要错过一个有感觉的人。

惯例技巧推倒妹子的后遗症，很多学过一段 PUA 技术的人都知道，就是如果以此来展开一段长期的话，很难保持一致性。那么在后期的相处过程当中，就很难维持这段感情。毕竟，每个人都希望自己的感情能够长久。

所以提升情商，才是很多人的迫切需求。

中间这段，就当做是我在给大家上政治课了。不爱看的没关系，咱们跳过去。

PUA 技巧，以及惯例，很多都是针对女孩子的矜持，含蓄而设计的。有些是为了防止 ASD。有些是为了解除 ASD。

不管怎样。我们需要明白，不管女孩子多么想和你发生亲密关系，那么她首先要有一个合理的理由来说服自己。她不仅仅是要让你明白她不是随便的女孩子，更重要的是她不愿意承认自己是随便的女孩子。她就是这么矛盾，就算对你动心了，她也要让自己有个合理的理由来接受接下来所发生的一切。

所以聪明的你，如果这个时候主动承担起这个责任，主动给对方的行为找一个合理的理

由，那么你一定在对方心里加分。对方在这个时候，会很感动。

提到感动，这里我不得不说一句。能够主动追男生的女孩子毕竟是少数，如果她不是对你无法自拔，她是不可能对你有多少主动。更何况，很多女孩子更害怕的是，当她放下自己的矜持来对你主动时，得到的却是你的无动于衷。

而我所了解到的一个事实就是，其实就算一个女孩子喜欢上了你，她也宁可愿意用一个她是被你的追求所感动的这样一个理由，来表达自己的含蓄。

就拿我和我女朋友来说，其实我们在一起之前，因为我当时在追求另一个女孩子。她曾表示过对我的好感。甚至于后来对我表白。而我当时还是执着的去追求一个其实可能我并不喜欢，仅仅是因为从年龄来看和我般配适合结婚的女孩子。

而事实的结果证明，感情是真的可以培养出来的。至少我现在真的很爱我女朋友。

然后在一起之后，不管是开玩笑还是严肃一点聊天，我女朋友都不承认她对我表白过。她也不承认我和她发生关系后让她喜欢上我的。她说都是因为后期相处，因为我的执着，因为我的功力深厚，才让她无法自拔的。

或许为了她的矜持，或许为了她的面子。随她这么说好了。我尊重她的想法。

在和我女朋友讨论怎样带学员的过程中，她总是说，追一个女孩子有那么难么？喜欢人家就去追啊，好好对人家就好了，只要你是真诚的，女孩子都会被感动的。

而很多 PUA 告诉我们，不要被女孩子这番话骗了，说女孩子要的是心动，不是感动。其实女孩子谁不想要一份爱情，她们难道真的因为享受虚荣心而邪恶的制造这个谎言告诉你们她们需要被感动么？

其实这不是谎言。女孩子确实享受被感动的感觉。只是感动，不是那么容易。也或许是女孩子感动的时候，你情商低，没有抓住这个情绪瞬间，升级你们的关系。

归结来归结去，又是情商问题。好吧，我想你们读我的文章读到现在，应该会很讨厌情商这两个字了。

主动给女孩子找借口，惯例有很多。比如我在上一节讲的那个，就算是一个。以没有车票回家为理由，给彼此一个一起在外面过夜的机会。

而我和我女朋友在一起的那个晚上。同样也是。因为我喝多了，伤心了，流泪了。她心疼了。然后我没办法回家了。她只能带我去开房了。当时她还有个闺蜜。我对她闺蜜说，放心吧，有她一个人照顾我够了，而且是醉醺醺的，含糊其辞的，走路摇摇晃晃的。她闺蜜看到这个情况，不走也不行。

虽然大家都彼此默契的感到可能会发生什么。虽然这不是个很好的理由，让她留下来照顾我。但是这个理由起码表示了她的善良。

在房间里，我抱着她，亲吻她，抚摸她。她反抗，她挣扎。我对她说，就算是当坏人，我也要得到你。今晚我是不会放你走了，虽然你说过喜欢我，但是我仍然认为得到你的人，才能得到你的心。

最后，她终于放弃了挣扎。至少，她是被逼无奈的。虽然后来有时候提起这段事，她也表示过，一个巴掌拍不响。不过她仍然坚持她的矜持。

那么这个时候，我想你们一定会有一个感悟：那就是在近挪的时候，主动给对方找一个能让她说服自己的理由。让你们的一切，看上去是那么的顺其自然。

因为路滑，你扶着她的手，因为过马路，你牵起她的手，因为她摔倒了，你把她抱起来，因为她扭了脚，你背着她走。

当然，仅仅只有这些还是不够的。

## 第六章 找回失去的本能

### 第一节 恋爱是一种本能

我曾对学员们讲过一句话：我们每个人，原本是懂得怎么把妹的。但是后期的成长过程中，或许是因为对世界的认知，或许是因为自己的经历，以及他人的教育影响，让我们逐渐失去了这种本能。

我不知道有多少人会有像我这样的经历。

还是在小学时代的时候，我对班上的某个女孩子有了好感。那个时候，我所做的就是故意和她唱反调，经常会把她气哭。

我不知道当时的我为什么要这样做。现在我只能理解为，这就是出于本能吧。那么和现在的 PUA 方法里面的打压否定，是否很类似呢？

你们小时候有没有经历过喜欢某个女孩子然后给她传纸条呢？

或者有没有过很天真的跟某个小女孩说，等我们长大了，我要你嫁给我。

那个时候的你们，可曾害怕被拒绝？或者是被拒绝过后，会不会哭鼻子？每个人的经历不同，你们的答案是什么，在这里的我，不得而知。

小时候的我们，男女在一起玩的很愉快。后来随着身体上的发育以及心理上的成长，逐渐形成了男孩子的圈子和女孩子的圈子。不知道是否都一样。如果某个男的和女孩子的圈子走的比较近，他就会被男孩子圈子排斥。某个女孩子和男孩子圈子走的比较近，她就会被女孩子排斥。

但是你们不曾想，可能当时被你们排斥的同性，最后就成了 PUA。

所以在这里，我要告诉大家的是：你要相信，你原本是会谈恋爱的。

你现在要做的，并不是学习如何成为 PUA，不是学会去谈恋爱。而是找回你曾经失去的本能。

我不记得在哪里看到过一句话，说的是，女性发育的比较早，思想成熟的也比较早。她们总是比同年龄的异性的思想更成熟。

具体原话是怎么说的我也不记得了，大概就是这个意思。所以，这里又回到了我们经常讲的那个话题，没错，又是那该死的两个字：情商。

其实经过前面的内容，你们再通过回忆自己的经历，以及思考你现在的为人处世模式，你的情商，多多少少也该得到了提升。我更想说的是，你不会知道这个时候的我有多么的焦虑，恨不得把我脑袋里装的这些经验以及思想，通过数据线传达给你们的大脑。

可惜现在科技还没这么发达。所以兄弟们，继续忍着吧。至少通过前面所讲述的内容，你们已经有了明确的方法以及目标。平时多观察，多思考。剩下的，就是时间的累积以及阅历的沉淀。

其实我不会说为了赶稿子，早点把文字呈上给大家阅读，这里我写了很多废话。

如果你悟性够高的话，你应该从我的内容里感受到这几个关键词：回忆，思考，观察，实践。而通过我的内容，给了你回忆思考观察实践的方向，以及目标。

回忆：

回忆从小到大成长到现在，你所经历过的点点滴滴。在学校的时候，和同学们相处的过程。和老师相处的过程。回到家，和父母相处的过程。有没有什么有印象的让你能想起来的细节？回忆这些人际相处的过程。有没有哪个同学对你有好感，有没有哪个同学讨厌你？他们为什么喜欢和你一起玩？他们为什么讨厌你？回忆你和父母相处的过程。父母是怎么对待你的？他们夸你的时候是因为什么？用的是什么理由？他们责备你的时候又是因为什么？用的又是什么理由？

思考：

从你学习这个方法论到现在，我的文章中哪些让你印象深刻？让你印象深刻的内容所表达的内容是什么？给了你什么样的启发？而没有给你留下深刻印象的部分又表达了些什么内容？为什么这些内容没有跟你留下深刻的印象？

观察：

观察你现在的的生活状态。一些细节。你周围的人都是怎样和他人打交道的？他们在和他人对话的过程中用了怎样的语言？他们所表达的内容真的是他们所想的么？他们表达那些内容给你留下的印象是什么？不管他们的目的是什么，他们的一句话给你留下了怎样的印象？在你生活中，你所欣赏的人是怎么样的？他的说话方式，语气以及表达内容时所带来的感觉？

实践：

和身边的朋友，以及家人，邻居，同学或是同事，交流的时候尝试一下用我说过的方法。通过细节，理解他们的字面意思以及当时的心情状态。去理解对方的态度。每次和他人相处之后，回到家再重复一下刚才的过程，回忆，思考，观察。回忆今天和他人相处的过程，思考中间互相给对方留下的印象。观察看一下有没有遗留下什么自己没注意到的细节。

其实在这里我只想说，原本每个人成长到现在，如果都是经常性的回忆，思考，观察以及继续实践和人相处的过程，那么你不难发现，你的情商远不止现在这么低。

就是因为你和女孩子相处的时候，始终抱着一个怎样让她对我产生好感的目的，那么不管你是否学习了 PUA 技巧，不管你是否按照技巧把对方拿下。那么你的情商，永远只会停留在当前阶段。

这就是为什么很多人即使推倒 N 多女人，还是那么容易情绪失控，还是那么不懂女人。他们永远能注意到的只是那几个信号。

而这些推土机，能否和一个女人谈一场不分手的恋爱。这在我心里，真的是一个未知数。因为从他们的一些文字，就能感觉到他们的成熟程度。

而这部分人，不管多么能推，能推多少个女人。注定只是推土机。大神之所以能成为大神，自然不仅仅是因为他们的技术。而是他们除了技术，还有一套自己的做人方法。

不过我则是刚刚好和推土机相反。我有一套做人方法。但是我没他们那么高超的技术。所以被他们冠名为伪大神，我一点都不觉得委屈。

## 第二节 眼神的魅力

培养把妹方法，除了思维方式，以及说话技巧，人生态度。一些其他方面的东西，也是不可忽视的。而把妹最有效而最有杀伤力的武器，眼神，不可忽视。

我给学员们讲过最简单的眼神使用技巧。

在约会的过程当中，你可以用眼神调戏对方。比如在两个人都不说话的时候，气氛可能会尴尬，这个时候，你可以面带微笑，用眼睛盯着对方看，最好是用欣赏的眼光。

很多人问过我，直接这样盯着人看不会不礼貌么。我当时就说过了，你大大方方的盯着对方看，而且是带着笑容，并不会给人带来不礼貌的感觉，你盯着对方看，对方也不会明白你的用意，也体会不到你为什么笑。既然对视，就大大方方的。怕什么？如果你偷偷摸摸的看，反而会给人一种猥琐的感觉。

当你盯着对方看的时候，对方可能会回视你。这个时候，不需要躲闪，你坚持到最后，对方一定会害羞。这样就营造了一种比较暧昧的氛围。

也许有的女孩子受不了会直接问你，看什么看啊？再看信不信把你眼睛挖掉。而这个时候，我通常是含笑对对方说：我就是喜欢这样看着你啊。我看你会不会害羞。一般我说完这句话，对方就真的害羞了，说一句：讨厌。

这个时候，你就可以收回目光了。经过一次眼神的交锋。那么，对方就会经常趁你不注意的时候偷看你。我试过很多次，屡试不爽。而对方偷看你，再偷看你的时候，你就可以突然回事，给她一种偷看被发现的感觉，她会躲开你的眼神。然后她的内心就会砰砰砰跳不停。这个时候你其实就可以在她耳边对她说，你害羞的样子好可爱，好想亲一口。说完，你强吻基本上不会反抗了。

当然，如果你用强吻的话一定要在没人的场合。若是公共场合，你可以亲一下脸。

而眼神传递的技巧除了可以使用在约会相处的过程中，也可以使用在一些场景的搭讪当中。例如在咖啡厅，你一个人喝咖啡的时候，其他座位出现目标，如果刚刚好她也是一个人，那么你就可以直接盯着她看。人的感觉是很敏锐的，当她发现你在看她的时候，她也会抬头看你，你可以冲她露出一个礼貌性的微笑。

然后你继续专心喝咖啡。这个时候，你已经给对方留下了一个感觉。那就是好奇。她心里会奇怪，那个人为什么会注意我呢？是不是什么地方见过而忘记了？是认识我？还是想认识我？

那么我想，在这个时候，给她留了一点思考的时间之后，你再落落大方的走过去，脚步放慢一点，表情一定要自然，带着微笑，给人一种轻松的感觉。你的每一步靠近，都会加深对方心里的感觉。而且经过这个短暂时间的酝酿，你差不多也已经想出一个开场白。

当你走到对方的座位上，坐到她对面，这个时候的你，搭讪一定是没有焦虑的。我想，有可能焦虑的是对方。

所以不要怕和女人对视。对视的时间越长，对方越容易对你来电。相信这个说法早有耳闻了吧？那么你就应该明白，对视的时间越久，对你来说越不吃亏。

眼神除了看对方，还有其他作用。

很多人都说过，专注的男人，是很有吸引力的。所以专注的眼神，也是很有吸引力的。试想，当你和女孩子在某个地方散步的时候，你突然停下脚步，盯着某个地方呆一会，对方也会跟着停下脚步，会好奇的问你，怎么了？

这个时候你可以给对方一个落寞的眼神，说，没什么。然后你们继续前进。那么你就会给对方留下一个，你刚才所看的地方，一定有个和你相关的故事。同时，也会让她对你的人产生了好奇。到底是一段怎样的故事，给你留下了怎样的回忆。不过你不说，她也不会问。但是相信不久以后，你们比较熟了，等她问你的时候，大概没有故事的你，也会编出点什么故事吧？

哦，神父，我有罪。又教大伙骗人了。

### 第三节 源自陌生的交流

我记得我经常有这样一种经历。

比如，我开车去某地的时候，如果在我的视线里频繁出现一台车子，有时候可能这台车子出现在我倒车镜里，有时候它可能出现在我前方。然后偶尔又消失不见。又某一刻，它有出现。那么这个车子就会在我心里留下一个比较深的印象。

然后，比如在塞车的时候，我有可能就会选择离这台车子比较近的一个位置。

其实，这是一个人类的天性本能。害怕孤独。

在我前面的内容中讲述过，女人在和陌生人相处时，都处于一种自我保护状态。其实何尝不是女人需要安全感，我们男人也是需要安全感的。

今天早上出门的时候，也是有一台车子在我后面，很礼貌的没有超车，始终出现在我倒车镜当中。然后突然就刺激起关于我在这方面的回忆。

记得还是在学生时代时，曾有很多女孩子通过同学或是其他关系向我表示过暗恋我。

这个时候，可能很多人会觉得，损友，卧槽，你长得很帅么？其实这里我想说，我长得

并不是很帅。在校园里，人那么多，比我帅的大有人在。为什么就会有女孩子暗恋我呢？

其实很简单，虽然我在学校里不是很帅，学习成绩也不是最优秀的。但是有一点也让我小有名气，那就是我虽然上课不认真听讲，下课不认真完成作业，但是我的考试成绩一向很好。所以渐渐的，在老师们的嘴里，同学的嘴里，频繁出现我的名字。

只闻其名，不见其人，那么这样子，就会在某些女孩子心里出现了这么一个名字，大家时常提起这个人，但是具体这个人是什么样的，她不得而知。久了，她就会在心里不断加深这个名字的印象。甚至会在脑海里形成一个幻想。

那么这样子，你就存在于这个女孩子的幻想当中

这个时候，因为你没有触碰到对方的自我保护状态，却让对方对你有了一个印象。那么这个，就是一种精神上的吸引。当然，这种吸引是单方面的。

类似的例子还有很多。

比如，当你准备去相亲时，中间人给你介绍对方女孩子，在你联系到对方前，有没有过紧张兴奋，以及幻想？

比如，荧幕上经常看到某个明星或是经常听到某个明星的传闻，你会不会因此去关注？

当然，这些只是一种寻常中的例子。它的原理，就是因为一个陌生的事物，在你真正认识它之前，出现在你的世界里，既没有触碰你的自我保护状态，又有了对它的一个印象。

也许你真正接触到它之后，会发现它不过如此。

那么在说一个应用这种状态时的双方面吸引。

比如在你们小区里，新搬进来一个单身女子，或者是成了你的邻居。你们经常会见到面，但是出于矜持而羞涩，你们彼此没有说话，仅仅是打招呼。

频繁的出现在此视线当中。其实这个时候，你们已经在某种程度上，给对方造成了一种吸引。有时候你在一个人安静的时候，可能会想起这个单身女子。却不知，可能对方也会在安静的时候突然想起你这么个陌生的人。

具体的这种吸引，我想大家都看过梁朝伟和张曼玉演过的《花样年华》，他们之间，其实就是利用这种吸引。而后续过程中，机缘巧合的符合一系列原则，最终产生了感情。

具体利用这种吸引原理的方法有很多。在很多 PUA 技巧里有一些作弊方法，其实都是利用了这种吸引原理。

而在我的收费课程中，也会讲述如何利用这种吸引。它的后续需要遵照哪些原则。以及围绕我之前说过的秘密，而设计一系列方案。

可能大家会觉得我这个时候不该吊大家胃口。为什么我前面说过了，免费课程足够你们追到喜欢的女孩子了，这里又要卖关子。

我在这里就要说一句话了：因为本身用不到的到这种吸引，对大家追女孩子没有任何影响。本章内容讲述的就是一些关于人性的天性。其实如果你们顺着这篇内容所讲述的原理，后面的东西也很容易猜想的。

这里我可以给一点点提示：在不触碰对方自我保护状态的情况下，作为一个陌生人，给对方留下可有可无的淡淡的印象。或是你的名字，或是你的影子。让对方对你产生一种幻想。

其实很多人在 QQ 空间频繁写说说，就已经给很多人留下了这种印象。只是如何后续的去应用。那么发挥一下你们的想象力。

## 终篇 藏锋

情绪流方法论写到这里，其实并不算一个结束。确实，我其实有很多东西还没有写出来。而我的助理熊熊也说，最好写十二章，写个 18 万字，那样就可以出版了。

说实话，我也想要把我所知道的内容倾囊相授。但是说真的，前面的部分，已经足够大家使用了。而且我现在确实有思路继续写下去我所知道的，我所了解的。但是我不得不承认，自私，是人的天性。既然我打算带学员，而我又不是什么精力很旺盛，时间用不完的饱含正义之士，那么我必须需要给我的收费部分留一些内容。

曾经，我也经历过，陷入某段感情当中，不知道该怎么办。我也曾经经常性的找这个高手，或是找那个大神帮我解决烦恼。我能理解大家的这种状态。

可是我还是希望我将我的学员打造成能遇到问题后自己处理解决问题。所以在前面的内容当中，我写了一系列的成长方法。

记得昨晚，一个学员把自己的案例发给我，问我，师傅，我需要你帮我想个办法。于是我问他，你是想让我帮你想办法，还是更想自己有能力想出这个办法？

学员说，我想自己有能力。

然后我回答，那么就不要再来找我想办法，去把我的文章好好看一下，把我讲过的线上课录音好好听一下。

然后学员终于放下自己心中的纠结，化作一股动力，去好好学习那些东西。大概过了一个小时，他说，师傅，我找到一个自己出错的地方。

然后后来可能发现了自己更多的问题，说师傅，我好需要你的帮助啊。然后又说，师傅我又错了，不对，我应该自己冷静下来。

我看到了他的努力，看到了他的进步。我很欣慰。

昨晚我的大徒弟也给我打电话。其实我这个大徒弟悟性还不错。洞察女人内心以及潜台词已经做的很好了，但是他有一个缺陷，就是只有被推倒的经验，没有推倒的经验。所以到现在错过了两次推倒的机会。一到推倒的机会，他就紧张，害怕。

但是也正是因为洞察力已经培养好了，所以始终还能和对方保持着可以继续近挪的状态。每天亲爱的，老婆之类的话题喊着。后来他回忆上一次推倒细节，让他有种抱憾终身的感觉，他说师傅，我想起一个细节，上次进她房间，她主动把门反锁。这就是一个暗示信号嘛。

我说，没办法，你就这样了。推倒的时候不够男人。

所以在我的情绪流方法中，并没有一整套的把妹方案，没有具体的把妹步骤。因为在人和人的相处过程当中，本身就属于千变万化的。有时候总是会出现这样或那样的干扰因素。所以，遇到问题，不是生搬硬套，也不是请教大神。大神能帮你一次，帮不了一下一。就算帮的了下一，也不可能随时陪在你身边。所以，我还是以培养学员独立处理问题的能力为主要。

那么这就是我带学员的初衷。我不是培养他们把妹的能力，而是培养他们处理问题的能力。

可能了解我的人会觉得，损友，在整个方法论当中，你并没有把你擅长的写出来。没错，在很多人眼里，我比较擅长话术，聊天技巧。很多人也表示，很享受看我和人家聊天，感觉能学到很多东西。

那么大概就是因为我在聊天的过程当中，会把自己的人生态度藏在字里行间吧。

说到这里，我又想起昨晚帮 TOG 设计的台词了，当时，班花给他发信息，信息内容大概是，他对她的好，让她很感动，也很想珍惜，但是毕竟她有男朋友了。所以必须拒绝他。

也很感谢他对她的好。

这里，那个班花的潜台词我就不说了。我直接说我设计的回复台词：

我明白。我知道我们之间有很多无法在一起的理由。但是有些东西不是用道理就可以摆平。感情的事说不清道不明。不是明白就可以做到。总之，我很好。

当时 TOG 看完我的台词，我感觉到他在体会里面的意思，他说，我觉得你什么都不用干了，专门负责帮人设计台词，一条十块钱，每天都有好多收入了。当时我因为这几天赶工写文章，比较疲惫了，也没继续扯，不过这确实是一个很好的建议。

中间的味道，看官自己体会。这就是一种潜台词沟通，对话，情绪上的交流。

设计出这段台词后，又让我想起了我对爱情的理解。最感人的爱情往往是凄美的。一种是得不到的美好，一种是失去的美丽，一种是错过的遗憾。或许这里面都有一些不甘心的成分在里面。而且很多导师也开导学员，你到底是爱她还是因为不甘心？

我觉得没有必要把爱和不甘心分开。爱情也是一种感情。感情都需要共同的经历，需要时间的累积，需要日积月累的相处。而爱情本来就是由想要在一起这个理由开始的。不管是因为不甘心还是因为吸引或是其他理由想要在一起，这才是爱情的开始。

所以没必要纠结于是否已经爱上对方，还是仅仅是不甘心。

下面也就回到这篇内容的主题：藏锋。

说起这篇的主题，那么又回归了我的原点。过去的我，内心不够强大，所以人际关系不是很好。

在逐渐的内心强大的过程中，打造了这么一套培养方法。让自己真的能够做到，看上去张扬玩世不恭，实则深沉内敛。

一个有人格魅力的人，不需要向他人炫耀自己的优点。优点，都是需要藏起来等着被人发掘的。每个人都有不为人知的一面。

把自己最擅长的，藏到不为人知的一角。在适当的时机，被对方发现。那么是很容易走进对方心里的。

有些东西，看穿，但不说穿。

藏锋更重要的还是感悟。也可以说是我收费方法里面需要的基础。

把藏锋做好，那么，才能够有强大的定力和心态，学习我收费部分的内容——诛心七针。

诛心七针包括前三针的原理。前三针的原理可以在平实生活把妹中轻微使用。根据前面培养起来的情商，注意细节，是可以运用这三针的。

后面几针就是针对这三针设计出来的一些作弊方法。所以我说前面的内容已经足够大家学习。后面收费的内容，只是通过一些技巧手段，展示真实的自己并走入对方心里。

广告也打完了，欢迎大家来跳进我挖的大坑。进入我的收费课程。