



我们 可不可以 不离婚

Sphinx 著

WOMEN
KEBUKEYI
BU
LIHUN

说 / 婚 / 就 / 婚
说 / 闪 / 就 / 闪
爱 / 了 / 散 / 了

究竟婚姻有没有规则可循

关于婚姻，你务必
知道的 **36** 则科学忠告



江苏凤凰文艺出版社
JIANGSU PHOENIX LITERATURE AND
ART PUBLISHING, LTD

我们 可不可以 不离婚

Sphinx 著



江苏凤凰文艺出版社
JIANGSU PHOENIX LITERATURE AND
ART PUBLISHING LTD.

图书在版编目(CIP)数据

我们可不可以不离婚 / Sphinx著. — 南京: 江苏
凤凰文艺出版社, 2015
ISBN 978-7-5399-8647-0

I. ①我… II. ①S… III. ①女性-婚姻-通俗读物
IV. ①C913.13-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第198619号

本著作通过四川一览文化传播广告有限公司代理, 由
松果体国际文创有限公司授权出版简体字版。

书 名 我们可不可以不离婚

著 者 Sphinx

责任编辑 郝 鹏 孙金荣

特约编辑 李 合

文字校对 陈晓丹

版权支持 王秀荣 张晓阳

封面设计 陈 珊

出版发行 凤凰出版传媒股份有限公司

江苏凤凰文艺出版社

出版社地址 南京市中央路165号, 邮编: 210009

出版社网址 <http://www.jswenyi.com>

经 销 凤凰出版传媒股份有限公司

印 刷 北京瑞达方舟印务有限公司

开 本 880毫米×1230毫米 1/32

印 张 7

字 数 117千字

版 次 2015年10月第1版 2015年10月第1次印刷

标准书号 ISBN 978-7-5399-8647-0

定 价 30.00元

(江苏凤凰文艺版图书凡印刷、装订错误可随时向承印厂调换)

作者序

三十六个科学忠告， 让你拥有三十六倍的幸福

从来没有人，会从科学角度教你如何拥有幸福。

关于爱情，从你的奶奶到隔壁离婚的邻居大婶，每个人都在各自表述，用自己的人生经验，发展自己的一套恋爱哲学。

虽然她们讲起爱情来头头是道，俨然都像爱情专家，但她们终究无法给你最有信服力的忠告，更无法从科学角度，告诉你如何避开人性及生物层次上的陷阱。

基本上，爱情发生时，两个人对彼此都会有心动的感觉，但你不知道的是，这个心动，有时只是生理上的心跳加速，



或是自律神经失调的现象，并不一定是你和对方一见钟情，或是七世夫妻再次投胎来地球相认。

事实上，爱情不只是感性的产物，它也包含了许多科学层面的原理和现象，包括医学、心理学、生物演化学、脑神经学等等。

例如，你一定不知道，为什么每次吵架时，男人总是搞不清楚你想表达的重点；你也不知道，为什么身边一堆烂桃花，却迟迟遇不到对的人；你甚至不知道，太放任男人，可能会让他提早爆血管……

面对男人，你有很多“想知道”；关于爱情，你有更多的“不知道”。

于是你只能求助姐妹淘，求助网友，然而，结果往往是不尽如人意的。

你以为得到了最佳的解答，但其实这些解答很多都是网友忽悠大家的，如果你信之不疑，就等于请鬼抓药单，让你死得更快。

这就是你为爱情付出百分之两百的努力后，却感受不到

百分之一快乐的缘故。

追根究底，就是你没有用对方法，来经营你的幸福。

本书收录了女人必知，却一直不知的三十六则科学忠告。

这些忠告每一则都有科学依据，每一则也都可以给你一些实证启示和正向情报，让你成功拥有幸福的概率增加三十六倍。

本书（台版）出版前，编辑部找了二十几位女性朋友做测试，她们看完文章后，都表示本书中的忠告对她们的认知与观念造成了很大的冲击，也改变了她们经营感情和婚姻的模式。

尽管她们各有心得，但她们的共同感想是：原来，关于爱情，竟然还有这么多鲜为人知的科学真相。

本书是目前市面上唯一从科学角度分析爱情的书。其实，每个人的本质都是一样的，都有科学共通性，就算人心再多变，生物性与心理层面的变化，仍然是有迹可循的。



我们可不可以不离婚

Love Is Still There

谈到爱情，每个女人都想一手掌握幸福。

如果你早就试过求神问卜、星座、放生或风水摆阵等方式，但都暂时未找到幸福，那么，你不妨换个频道，从科学的角度来探索爱情的真相，相信你会恍然大悟：原来，幸福也是可以科学的。

作者序 … 001

PART / 1

女人选男人，荷尔蒙是关键

- 01 让你心跳加速的，不一定是爱情 … 003
- 02 别让 8.2 秒的心动，毁了你往后的 80 年 … 008
- 03 “霸道总裁”在情感中往往更具攻击性 … 015
- 04 真命天子也有“有效期限” … 020
- 05 女人排卵期时，不要约！ … 027
- 06 用气味找男人更靠谱 … 033
- 07 男人吞口水的次数，决定他喜不喜欢你 … 039
- 08 多谈恋爱，不吃亏 … 043
- 09 恋爱中的女人更聪明 … 049
- 10 女人见人就微笑，只会招来烂桃花 … 055
- 11 不要因为同居久了就结婚 … 059
- 12 为了结婚而结婚，健康也会受威胁 … 065

PART / 2

男人天性使然的“坏毛病”，适应为上

- 13 要他记得所有纪念日是是不可能的 … 073
- 14 你愈嫌弃他，他就愈糟糕 … 079
- 15 考察男人，三个月就够了！ … 086
- 16 男人天生听力差，原谅他有时的“听不到” … 092
- 17 男人的“感知力”，决定他就是不能全盘理解你 … 098
- 18 不要逼男人一心二用 … 105
- 19 想幸福，就要避开爱情的“德西效应” … 112
- 20 放过男人偶尔的“不解风情” … 118
- 21 你的眼泪是药也是毒，千万不要滥用 … 121
- 22 和男人沟通时，少说“每次”“老是” … 127
- 23 爱他更要爱自己 … 131
- 24 不要让自己成为噩梦成真的凶手 … 135

PART / 3

适时对男人使些手段，你的婚姻更牢固

- 25 让他太自由，反而会伤他的“心”… 143
- 26 衣服可以有很多，香水一瓶足矣！… 147
- 27 凝视他两分钟，就能增进45%的亲密度… 153
- 28 你的丰腴，对男人有无敌吸引力… 159
- 29 亲吻可以让男人更忠诚… 164
- 30 第三次约会时，你最好开始分摊开销… 170
- 31 谈恋爱时，要把你的包容力打对折… 174
- 32 当男人在你左耳说甜言蜜语，记得只听一半… 180
- 33 装扮靓丽对他提要求，成功率高… 187
- 34 如你想毁掉幸福，就傻傻地当他的丫鬟吧！… 191
- 35 女主外，老公更容易有外遇… 196
- 36 男人会短命，都是女人给的压力… 200

参考文献… 205

女人选男人， 荷尔蒙是关键

我们在挑选伴侣时，除了凭借感官认知，还会依循大脑跟心灵；前者让异性互相吸引，而后者则是决定一段感情能否持续下去的关键。

- 01 / 让你心跳加速的，不一定是爱情
- 02 / 别让8.2秒的心动，毁了你往后的80年
- 03 / “霸道总裁”在情感中往往更具攻击性
- 04 / 真命天子也有“有效期”
- 05 / 女人排卵期时，不要约！
- 06 / 用气味找男人更靠谱
- 07 / 男人吞口水的次数，决定他喜不喜欢你
- 08 / 多谈恋爱，不吃亏
- 09 / 恋爱中的女人更聪明
- 10 / 女人见人就微笑，只会招来烂桃花
- 11 / 不要因为同居久了就结婚
- 12 / 为了结婚而结婚，健康也会受威胁

01 / 让你心跳加速的， 不一定是爱情

偶像剧里最常出现的剧情就是，女主角在遇到难题不知所措时，男主角就会适时地出现在她面前，为她解围，而他在危急时刻的英雄救美，瞬间就让女主角深深倾心。

同样的情形出现在现实生活中就是，女人很容易因为某种情境，就以为自己陷入了爱情的旋涡，以为此时遇到的，就是生命中的真命天子。

不过，如果你以为这个瞬间就是爱情，那你就错了，因为有研究指出，这时候你以为的爱情只是假象，你只是陷入“吊桥效应（Drawbridging Effect）”而不自知。



心理学家曾经找来几十个男人，做了以下的测试：

他们将这批人分成两组，分别走过两处不同的地方，一处是十尺高的摇晃吊桥，另一处则是安稳的平地，心理学家同时要求他们在走过这些地方的时候，一定要看着不远处的女孩，并且在走过去后，发表对这个女孩的好感度。

结果研究发现，走过平地的男人，只有一成对这个女孩产生好感；然而在走过摇晃吊桥的男人中，竟有高达七成对这个女孩表示好感。原因就是，这个女孩让他们瞬间心跳加速。

其实，人处在危险环境的时候，心跳会加快、呼吸会急促，这些都是恐惧所引发的自然生理现象。但是在这时候，你无法分别心跳加速的原因，你不会说其中恐惧占了 60%，对方魅力占了 30%，肚子饿占了 10%，你只会把全部事由归因为对方的吸引力，好为自己的情绪反应找到一个合理的解释。

也就是说，危险的吊桥才是使男人们心跳加速的原因，但他们却误以为是那名女孩的魅力所致，所以事后才会有七成的男人纷纷表明想要与她进一步交往。

心理学家表示，不只是恐惧，欢笑与焦虑也会引发同样的反应，而在情绪被激发的时候，出现在你眼中的男人，瞬间都会让你觉得他充满吸引力。

因此，心理学家根据这个研究指出，当男人想要提升双方的情感时，选择适当的约会地点非常重要，无论是危险性还是刺激性的环境，都可以促进彼此感情的提升，所以约会时带女生去看恐怖片，的确是一个不错的选择。

不过反过来说，女人要认知到，看恐怖片的时候，造成你心跳加速的原因有可能是恐怖片，而不是你旁边的男人。如果男人带你去坐海盗船时紧抱着你，或是在三更半夜时突然把你拉进小巷一阵热吻，这时候的心跳加速都会让你意乱情迷，会让你误以为这就是爱情。

所以，女人们，不要被“英雄救美”的男人迷惑了，尤其当男人以这种姿态出现在你面前时，绝不要以为真命天子从天而降，因为这很有可能只是你的自作多情而已。



爱情科学小常识

love

让你对喜欢的人怎么看都顺眼的 “月晕效应”

女人因为“心跳加速”而陷入爱情，但心跳平缓下来却依旧愈陷愈深，恐怕就是“月晕效应”将对方的缺点屏蔽了，而产生了好感加乘的效果。

“月晕效应”这个名称的由来，是因为月亮的周围有一层光晕，所以我们看见的其实不是月亮的真实形体，而是被光晕扩大一圈后的结果。

受到这种“月晕效应”的影响，你在评断一个人时，会因为某些先入为主的原因，而把这个人归类到“好”和“坏”、“喜欢”和“讨厌”的二分法之中。观察“喜欢”的对象，就会自动以正向的角度去评断；而对于“讨厌”的对象，就会采用比较

负面的观点。换句话说，如果是观察你喜欢的人，他做任何事情都对；而如果是看你讨厌的人，那他就怎么做怎么错了。

所以当你坠入情网时，会对喜欢的人怎么看怎么顺眼，倒不是因为对方真的完美无缺，而是你受到“月晕效应”的影响，会无意间被对方的某项特质所吸引，对心仪对象产生以偏概全的看法，讲得更直白一点，就是偏见在作祟了。

