

# 你这么可爱， 可惜不会 谈恋爱

恋爱时，我们女人到底该做什么？

王圈圈 著



……  
相亲和不约？  
回头草要吃吗？  
渣男怎么破？  
异地恋如何维持？

好男人都去哪儿了？为什么我们越等越遇不到对的人？

居家必备的恋爱小百科，好男人一网打尽

谨以此书献给被七大姑八大姨逼婚催嫁的妹纸，  
在朋友圈秀婚纱照和晒娃狂魔刷屏中艰难喘息的妹纸，  
在花式虐单身狗大赛中默默围观的妹纸。

# 你这么可爱， 可惜不会 谈恋爱

恋爱时，我们女人到底该做什么？

王圈圈 著

煤炭工业出版社

· 北京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

你这么可爱, 可惜不会谈恋爱 / 王圈圈著. -- 北京:  
煤炭工业出版社, 2016

ISBN 978 - 7 - 5020 - 5043 - 6

I. ①你… II. ①王… III. ①女性—恋爱—通俗读物  
IV. ①C913.1 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 292568 号

---

## 你这么可爱, 可惜不会谈恋爱

著 者 王圈圈  
责任编辑 刘新建  
特约编辑 郭浩亮 汪 婷  
特约监制 朱文平  
封面设计 刘红刚

出版发行 煤炭工业出版社 (北京市朝阳区芍药居 35 号 100029)  
电 话 010 - 84657898 (总编室)  
010 - 64018321 (发行部) 010 - 84657880 (读者服务部)

电子信箱 cciph612@126.com  
网 址 www.cciph.com.cn  
印 刷 北京时捷印刷有限公司  
经 销 全国新华书店

开 本 710mm × 1000mm<sup>1</sup>/<sub>16</sub> 印张 14<sup>1</sup>/<sub>2</sub> 字数 200 千字  
版 次 2016 年 2 月第 1 版 2016 年 2 月第 1 次印刷  
社内编号 7894 定价 32.00 元

---

版权所有 违者必究

本书如有缺页、倒页、脱页等质量问题, 本社负责调换, 电话: 010 - 84657880

## 这是最好的时代，也是最坏的时代

“这是最好的时代，也是最坏的时代。”这句话用来形容当下中国女性面对的世界，或许惊悚，但名副其实。

### 男人，是一种刚需

不止一个姑娘对我说：“我自己赚钱买花戴，我才不需要男人。”那一刻，她或许觉得自己很英勇决绝，很独立坚强。她的闺蜜们也会带着赞许的目光颌首微笑。但是，从来没有一个男人对我说：“我努力赚钱，我才不需要女人。”万一真有人这么说，他的朋友们一定觉得他取向特别。男人想的是：“我要努力赚钱才会有姑娘。”

这就是差别。那个看似独立坚强，振振有词地说“自己赚钱不需要男人”的姑娘，其内心的潜在逻辑是：因为我能自己赚钱，所以我不需要男人给我钱。她把男性存在的意义等同于给钱的取款机，不仅歧视了男性，也悄悄歧视了女性。

男人还可以用来聊天，用来陪伴，用来看家护院，用来慰藉心灵，用来

灵魂交流，用来分享一时一刻的欢愉，用来和你一生一世相守。他可以是体贴温柔的倾听者，可以是人生智慧的提点者；可以为你煮饭煲汤，也可以和你一起环球旅行。加班晚归时，家中有一盏灯为你守候；生病时，有粥、饭、汤药放在你的床头。

姑娘，你不需要一个这样的男人吗？

就像男人需要女人一样，大多数女人不仅需要男人，还需要足够好的男人，去分享她们大放异彩的人生。

什么是“需要”？

——I want a man, but I don't need a man.

### 恋爱，不欢迎新手

你家教良好甚至有一点严厉，你曾是学校里的乖乖女尽管内心有一点叛逆，你受到了良好的教育，拿着足以养活自己的工资，在激烈的职场中厮杀。你看有深度的电影，从不听口水歌，你不是大厨但可以做一顿可口的饭菜，弹琴、画画、旅行、阅读总有一两样擅长。大学毕业之前，恋爱是你的洪水猛兽，你被告知“好好学习不要恋爱”；大学毕业以后，没谈过恋爱被视为洪水猛兽，你被告知“再嫁不出去就老了。”

于是没有一点防备，战斗的号角瞬间吹响，你只得硬着头皮一个人提刀上战场。

有些人被秒杀，有些被团灭，有些逡巡数载，战场都没找到。于是好姑娘的自我怀疑就开始了：“我是不是很糟糕？”“我是不是没人要？”“我一点都不漂亮？”“我是不是需要减肥？”

相信我，你在最好的年龄，有着最美的容颜，聪明优雅、充满魅力，你万事俱备，差的只是经验。

如何在相亲第一面锁死目标？怎样的场地，怎样的妆容，甚至怎样的灯光，怎样的开场白，怎样迅速展示个人魅力，怎样引发高潮戛然而止，怎样



意犹未尽见好就收？

如何在30秒内引起对方注意？如何动态展现魅力，怎样举手投足，怎样挑起话题，怎样填补尴尬时间，怎样缓和紧张气氛？

如何控制恋情节奏？如何让对方主动联系，如何占有主控权，劣势下如何步步为营，拉锯战如何缩短进程，遇到渣男如何进退，回头草该不该吃？

诸如此类，其实很容易，聪明如你肯定一点就通，只是你没有机会经历。所有这些，都会在这本书里找到答案。这些大多来自笔者本人混迹情场多年的经验和教训，来自笔者阅人无数和历经浮沉的积淀。

我不认为这些东西能让一个平庸的姑娘绽放光芒，但我确信能让一个本该绽放的姑娘不蒙尘于世。

这是最好的时代，也是最坏的时代。这个时代姑娘们接受了最好的教育，拥有最独立的人格，也面临最大的挑战。仅以此书献给被七大姑八大姨逼婚催嫁的朋友，在朋友圈婚纱照和晒娃狂魔刷屏中艰难喘息的朋友，在花式虐单身狗大赛中默默围观的朋友。

我认为，每个人都值得被爱。这是一本讲如何被爱的书，献给应该被深爱的你。

序 这是最好的时代，也是最坏的时代—— 1

## 第一章 发现优质男

优质男是什么？他们都在哪儿？—— 2

我是什么？处于什么位置？—— 11

案例：大学球场搞定高富帅学长—— 22

## 第二章 接触优质男

完美初见，“第一眼”相亲技巧—— 32

步步为营，“第二眼”勾引技巧—— 38

案例：办公室回头草啃回小鲜肉—— 41

### 第三章 套牢优质男

不谈感情，成年人只谈利弊—— 48

小“作”怡情，大“作”伤身—— 57

案例：大龄路人女一语定乾坤—— 67

### 第四章 热身运动——吃透彼此

纯情撩骚，你到底是哪一款—— 76

长情短情，他又知是何许人—— 84

### 第五章 恋爱进行时——控场节奏

全场调度，敢问你算哪根葱—— 96

隔空喊话，网络电话两手抓—— 105

案例：柔弱小白兔变身霸气女王—— 115



## 第六章 久攻不下——高冷主动

骚扰成本，姑娘你省着点花  136

聊天功力，化无聊为有得聊  146

## 第七章 利落收官——拒与被拒

吃回头草，不好吃就别吃了  160

彩礼嫁妆，这跟爱情没关系  169

案例：单蠢女四进四出吃一颗草  174

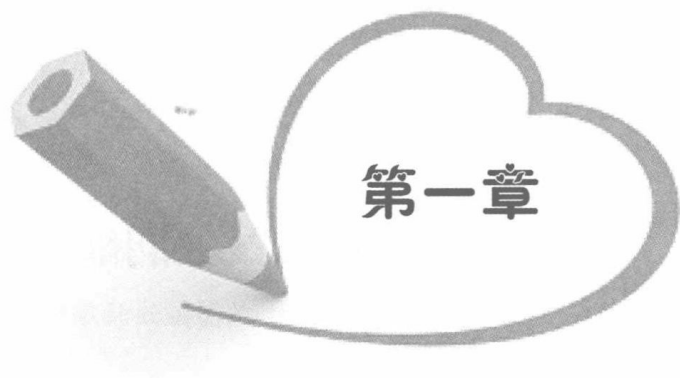
## 第八章 技术总结——同志尚需努力

美体瘦身，减肥从来不是事  184

有情有趣，欲罢不能“小妖精”  193

大道不拘，万卷书并万里路  209

附录 小圈絮语  219



## 发现优质男

---

我相信一点，任何恋爱的开始必须有一方要流氓。不是白娘子下雨，就是董永偷衣服，谁先主动搭讪并不重要，重要的是最后他有没有到我碗里来。所以，我不介意先下手，因为，不下手就没有以后的故事了。

## ♡ 优质男是什么？他们都在哪儿？

第一个问题：优质男是什么？

高大俊朗、有房有车的“妈宝”（凡事都听妈妈话的大乖乖）算不算优质男？

一米六不到、年入百万、体贴温柔算不算优质男？

富二代、家底殷实，却一分钱到不了你手里算不算优质男？

凤凰男、前途无限、家人明理算不算优质男？

所以，“优质男”从来都是一个复合定义，在相亲或相处之前最好不要给对方贴标签，标签太多恰恰是很多人剩下的原因。高大俊朗的好找，有房有车的好找，学历高的好找，会做饭的好找……问题是，当这些条件全部合并起来求一个交集，就非常不好找了。

说不嫁个子矮的，王思聪要是一米六你要不要约？所以，初步筛选时，请宽限优质男的范围，看人看长处，不要看短板。

另外，有些男人明明各方面条件都不错，一把年纪了却没被小姑娘抢走，说不定有什么问题。比如，花钱是不是很抠门，情绪是不是很波动，同事圈里是不是一朵奇葩，关起门来和在外面是不是两张脸？这些你从条条框框里面是筛不出来的。

其实，优质男最重要的，是符合以下三大特征：



### 1.善良平和。

如果和一个男人结婚是你这辈子最大的投资，那么这么大的赌本你必须注意的就是风险控制，而风险控制的关键就是保护自己，即使从这段感情中退出，也要保证脸是脸鼻子是鼻子，胳膊腿儿都健全地退出。

善良平和意味着即使你跟他分手，他也不会举着菜刀砍你全家，不会拿着硫酸堵在你下班的路上等着泼你；意味着你就算赌输了，输掉的最多也不过是时光，而不是性命。别说这样歇斯底里的疯子少，少归少，一辈子让你碰上一个就够你受的了。

那么，如何看出一个人善良平和？

首先，你可以看看他对待弱者的态度。喜欢猫猫狗狗的男生、掐一朵花都不忍心的男生、对小朋友温柔的男生、对老人家有耐心的男生，多半心怀善念。

其次，你可以看看他在逆境时的情绪。比如超市排队排了很久时是否心平气和，做了很久的模型被毁掉是否暴跳如雷，讨论问题时被你连续反驳是否会不自觉地提高音量、情绪激动？你要嫁的人，是和你未来几十年朝夕相对、甘苦与共的人。那几十年里，必然不会天天如恋爱时那般美好，遇到挫折时，那些在逆境中也淡定、坦然的男生，更容易顺利度过。

### 2.具有责任心。

如何看出一个人是否有责任心？

跟有些男人谈恋爱，像是在带儿子。说好去逛街，他问你去哪里；说好去吃饭，他说了一句“好呀”就没下文了；口口声声说想和你一生一世在一起，却上班磨洋工、下班打游戏，觉得以后俩人挤在小出租屋里就可以共度一生。

而跟另外一些男人谈恋爱，你就像是跟老爸在一起的小女孩，你只需说一声“周六有空”，他就会规划好全部行程和活动，然后问你吃中餐还是西餐，电影看哪一场？

这些对于热恋中的女孩来说或许都是小事，然而在将来却意味着巨大的工作量。这意味着，在这一辈子，小至家里油瓶倒了有没有人帮你扶，你拖地的时候那个人是抬抬腿继续看电视还是站起来帮忙；大至买房子时十几个楼盘是一起去跑还是他躲在家里吹空调，装修的时候互相出主意还是你焦头烂额他悠闲看戏。

归根结底，都是责任心的问题。一个做男友的责任心，将来是做丈夫的责任心，做父亲的责任心。

责任心强的男人，事业多半不会差，你们也不会太穷。因为责任心让他容不得自己至亲的家人过得太差。

### 3.逻辑严密。

逻辑是一种能力，吵架的时候最容易看出来，当然前提是你也是一个有逻辑的人。

试着讨论医保的中美差异、枪支合法化以及阶层流动固化等“高大上”话题，如果你们争锋相对，越聊越有话题，越聊越深入，而不是聊得鸡同鸭讲找不到北，基本可以确定男生有逻辑。

再举个例子，如果你吐槽他为什么买那么多书都不看，他若是回答：“因为买书的时候不确定书是否好看，看了才发现不值得看，是一种对时间的止损，所以我不觉得买书一定要看。”便是有逻辑，很能说服人。若是回答：“我就是喜欢买书。”或是：“又不贵，随便买的。”便是没有回答到你的问题上，算是没逻辑，因为他根本没正面回答你的问题。这次你忍过去了，他下次继续买，你还是会不爽。矛盾埋下了，总有爆发的一天。

逻辑能力强的人，智商、情商都不会太差，所以找男友时看学历、看工作的确是一种好办法。工作三五年的男人，如果还是入不敷出、自顾不暇，前途又不咋地，可以直接淘汰了。

重视逻辑的另一个原因是，两个人组合的家庭，就像异体器官移植一样，日常生活总有磕磕绊绊、彼此看不顺眼的地方。如果另一半是个逻辑强

的男人，代表着不管你们有多不同，都可以理性沟通，而不是情绪化地发泄。逻辑可以让你们在家庭构建上不断自洽，融为一体。

综上，优质男必须符合以上条件，只要符合了，有钱没钱、上进不上进、是否凤凰男都不重要了。没钱可以赚；不上进也未必不能衣食无忧，日子过得云淡风轻；凤凰男也可以通情达理。

下面进入下一个关键议题。

第二个问题：优质男去哪儿了？怎样找到他们？

在此，我们先给出优质男坐标三大定律：

定律1：优质男是扎堆的，有自己的圈子。

定律2：优质男和优质女在一起。

定律3：优质男偶尔会游走在圈子边缘。

由此可得出如下结论：

（1）根据优质男坐标第一定律，要找到优质男，最好打进他们的圈子；

（2）根据第二定律，打不进优质男的圈子，就打进优质女的圈子，捡白富美剩下不要的都比随便一个路人级别的要好；

（3）根据第三定律，如果你实在太逊打不进那个圈子，就在圈子边缘守株待兔，等优质男偶尔出来“体察民情”吧。

下面我们先讨论第一条如何操作。

我们先把人际圈分一下类，无非以下几种：

家庭关系的血缘圈（血亲圈、姻亲圈）、同学圈（小学同学圈，高中、大学同学圈，课程培训圈）、职场圈（同事圈、客户圈、同行圈）、同好圈（兴趣爱好圈等）、其他圈子（邻居圈、老乡圈等）。

而这些圈子，偶尔可以衍生出更多的圈子，比如爹妈的同事圈、同事的

爹妈圈、客户的同学圈、同学的同好圈……零零总总，这么多人加起来，起码几百个人。

需要注意的是，这些圈子里除了直系亲属，其他人如果你想建立强有力的联系，起码要有两个圈子的重合。比如你在大学里遇到老乡，特别亲切吧；你在公司遇到跟你一样喜欢打羽毛球的同事，亲切吧；你在羽毛球场发现一个人是同行，也亲切吧。

此时，如果你自己条件尚可，在这些圈子里就会出现优质男。比如我本科时在一所985大学，学校在某一线城市，平时经常会有一些同学会、校友会的活动，明说是讲座、电影、音乐会、郊游什么的，实际上非常适合拓宽朋友圈。毕业后我进的公司也还可以，所以公司里的各种打球群、郊游群、电影群也必须加入。

如果你觉得自己大学没有校友会，公司也没啥活动，那么就要寻找“衍生人际圈”。比如你有20个同事，里面总有一个最接近白富美或者高富帅的，假设她是A，按照正常逻辑，A的所有圈子的平均水准，都会比你的所有圈子的平均水准高一些。所以，抱大腿啊！抱住大腿后，你慢慢接触A的圈子，从中挑出一个最高级的圈子，继续往里走。

其实这样走六七个圈子，如果你做的都是最优解，差不多离马云也不远了。不过现实往往没有这么美好，我只是介绍一个思路哈。关于怎么抱大腿，稍后详解。

一旦发现一个优质男，请本着“优质男总是和优质男在一起”的原则，努力发展长线联系。或许你不喜欢他，但是他身边极有可能聚集了一大批条件相当的死党。这些死党，以及这些死党的死党，是一片广阔的市场。

接着我们讨论第二条如何操作。

其实打进白富美圈子比打进高富帅圈子要容易多了好吗？请默念这句话三遍。



无论怎样，同性之间，尤其是女同胞之间建立友谊，总比异性建立友谊要容易得多。注意我说的是建立友谊，不是维持友谊。跟白富美建立友谊的关键就是清楚自己的小跟班地位，不要对白富美构成威胁，同时又要有点眼力见儿，烘托白富美的同时也不能给白富美丢人。

一旦你在白富美圈子转悠了，遇见高富帅的概率就会大大增加，把自己收拾得整齐一点，记得把“好穷啊”挂在嘴边，用掩护性的哭穷来掩盖你的真穷，半真半假。

在聚会上专注听人讲话，安安静静递纸巾，保持微笑，不失时机地补充几句一针见血的话，让你的温良贤淑和机敏会看眼色优先映入优质男的眼帘，这样一来，将来家境啊，背景啊才不会成为关注的重点。

什么？你说你不会看人眼色？那你长得好看吗？要是不好看又没脑子，你以为优质男都是“马桶”台的鱼塘王子吗？谁告诉你优质男都喜欢金鱼眼、无辜脸、爱撒娇的白兔小女主？不好看就多读书吧，这年头大家都不傻是不？

补充几句，血缘圈、同学圈、同事圈其实往往人脉有限，而且人脉质量跟你自身的水平也差不多。但是，同好圈这种是有很大概率出现意外的。比如，几个女生一起说减肥，就是个共患难的坚固圈子；一起粉棒子，也是一个坚固的圈子。当年为了勾搭某白富美，我硬说自己粉某棒子天团，强忍着陪她看演唱会，装欢呼，现在想想自己当年也是蛮拼的。

有人说自己是“死宅”，不喜欢交际怎么办？其实这种圈子的发展路线是完全可以照着个人喜好来的，“死宅”完全可以发展二次元圈子、腐女圈子。通过网络交友的，记得一定发展同城的妹子，一来妹子对你骗财骗色的几率比较小；二来同城是可以发展真人朋友的，真人朋友才有带你开拓圈子的可能。一直在网上说话的，关了电脑谁知道你是人是狗？

再啰唆两句，明知自己“死宅”又想交男朋友的话，请牢记两个字——出席。一定要出席！



大学里是不是有些无聊的课上了跟没上一样？但是如果你真的不去上的话，你会发现上课和没上还是有差别的。你是不是觉得出门了、活动了也不一定会遇到真命天子？但是如果你不出门，你会发现你一定无法遇到真命天子。总之，任何活动，不管有没有收获，“出席”是第一步；起床，换掉睡衣，画个心机裸妆，这是第二步。

现在我们讨论第三条如何操作，打不进高富帅、白富美的圈子时，怎样在边缘守株待兔？

我是金牛座，用典型的金牛座思维就是：

- (1) 我不在乎钱，我只在乎我是否喜欢他；
- (2) 我不喜欢穷到死的人；
- (3) 不要觉得穷人就不花心了，到头来他们不但花心，还穷。

所以这个话题就转变为——有钱人什么时候会出现在普通人也出现的场合？这些场合是什么？我应该以什么样的状态出现在这些场合？

我没办法和高富帅住同一款房子，开同一款车。但是，或许我们可以用同一款手机、同一款钱包，看同一部电影。这不就是某些品牌的手机、包包盛行的原因吗？用可以承受的价格享受土豪级别的待遇。

这个原理还可以运用到给土豪送礼上。一不小心有个高富帅男朋友，他生日时给他挑礼物，贵的买不起，便宜的又送不出手，怎么办呢？答案很简单：在均价很便宜的物品中，买最贵的。比如，你买个1000块钱的钱包，人家不放在眼里，但是你买个600块钱的大牌设计手抄本，买个1000块钱的手帕，就非常面子了。

那么，什么样的社交圈里的人会喜爱这些大牌手抄本和手帕呢？

(1) 小众的关于生活非必需品的兴趣爱好圈——简称闲得发霉才玩的同好圈。比如品茶、品香、料理工作室（15个人一堂课的那种，有钱太太不要太多），还有射箭、剑道、定向越野这类需要一点点资金门槛的运