

告别单身最好的办法就是：
让全世界都知道——

我还没有 男朋友

社交时代恋爱秘籍

猎手韦杰◎作品

扎克伯格开创了社交网络，他开创了社交网络恋爱法则
百万畅销书作家Ayawawa/首次作序
情感专家冷爱/力荐



中国工信出版集团



人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

我还没有 社交时代恋爱秘籍 男朋友

猎手韦杰◎作品

人 民 邮 电 出 版 社
北 京

图书在版编目(CIP)数据

我还没有男朋友：社交时代恋爱秘籍 / 猎手韦杰著

— 北京：人民邮电出版社，2017.2 (2017.4重印)

ISBN 978-7-115-44142-3

I. ①我… II. ①猎… III. ①恋爱—通俗读物 IV.
①C913.1-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第301492号

内 容 提 要

本书是一本社交软件时代的恋爱之书。通过大量生动的案例和图片，以及文字聊天记录分析，形象地展示了社交软件在当代社会恋爱关系中的重要作用，系统地总结出广大女性可拿来即用的沟通与社交技巧，帮助女性拓展社交圈，找到合适的人，收获爱情，收获幸福。本书适合需要解决情感问题、想要获得婚恋幸福的女性，以及对两性情感知识感兴趣的读者阅读。

◆ 著 猎手韦杰

责任编辑 冯 欣

责任印制 彭志环

◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路11号

邮编 100164 电子邮件 315@ptpress.com.cn

网址 <http://www.ptpress.com.cn>

北京盛通印刷股份有限公司印刷

◆ 开本：880×1230 1/32

印张：10.5

2017年2月第1版

字数：235千字

2017年4月北京第4次印刷

定价：42.00元

读者服务热线：(010)81055488 印装质量热线：(010)81055316

反盗版热线：(010)81055315

序一

Ayawawa

畅销书作家，情感专家



和猎手老师第一次见面是在 2011 年的 PUA 峰会上。现在回想起来，我至少参加了四年的 PUA 峰会，到今天仍让我有着深刻印象的嘉宾，实在不多，猎手老师算一位。

每一年的 PUA 峰会都非常有意思，会邀请很多把妹达人分享自己把妹的经验技巧。各路流派的大牛都上台来讲自己的看家本领：

有些嘉宾凭本事行事，分享如何成为牛人追到优秀女生；

有些嘉宾擅长教技巧，利用一些无伤大雅的小手段，让喜欢的妹子对自己倾心。

猎手和他们不太一样。轮到他分享时，他穿着白大褂和听诊器就上了台，台下所有的参会人员，包括我都一脸懵逼。

猎手老师是那次峰会上唯一一个把妹和自己曾经的职业紧密联系在一起的嘉宾。他很接地气，是个实干家，相对于其他人，他提供的技巧一定更有效，因为他懂得“了解”到底有多么重要。一个人了解自己，懂得自己掌握着哪些资源，也懂得如何利用自己的资源表达自己，那么距离自己想要的感情就很近了。他在身体力行着一个非常有效的情感理念。

接下来，因为我和猎手老师都在花镇工作，所以有了更多和他打交

道的机会。

开办花镇的初衷是希望能有一个渠道，手把手地帮助女孩解决情感问题。作为公司的一员，在开公司这条路上，大家原本都只想埋头走路，遇到问题解决问题，没想到一不小心把公司做得很大。现在花镇不仅成了和阿里巴巴、腾讯等互联网行业巨头一起上榜《快公司》50强的企业，客户数量、资产、影响力也是行业内第一，以及排在第二三四五名的公司加在一起的总和。

花镇一直在稳扎稳打地向前走，这几年公司里来来走走的合作伙伴很多，猎手老师从没离开过。这和他秉承的理念以及大家想要实现的目标有着脱不开的关系：我们都希望可以切实有效地解决大家的情感问题。花镇公司的每一个人，包括猎手老师都为达到这个目标花了非常多心思。

有一次，我们两个人两个月没见，我发现他瘦了好多，非常诧异，因为他之前也一点都不胖。连瘦子都要减肥，那胖子还要不要活了。他坦诚地跟我说，他和冷爱老师在做视频节目，为了能有更好的视频效果，奋发图强，终于瘦了下来。

我能理解素人第一次上节目感受到的来自镜头深深的伤害，因为每个人只有看过镜头里的自己才会发现，原来镜头里自己的能这么胖、这么肿。但是猎手老师通过两个月的时间就瘦到拥有一张镜头脸，实在太让人敬佩。

一个人如果有这样的毅力，何愁有做不成的事情呢？

三

在遇到猎手老师之前，我一直认为写序是一件非常痛苦的事情，所以我基本上没有答应过为任何人的书写序。

写序太像盲婚，我要在没有看到书的情况下决定是否要为这本书写序，与其说是我要为这本书的质量做背书，不如说我要为作者的人品做担保。

猎手老师向我提出写序的邀请，我一口答应。我了解他，他太接地气，

太专注，以至于我相信他的书绝对会让人惊喜。只是我万万没想到在他对他的书期待如此之高的情况下，他仍然写出了一本超出我期待的书。

这是一本教女孩子如何发朋友圈的书，书里有意思的内容实在太多太多。

例如，他这样回答“如何判断我在朋友圈发的信息受不受欢迎？”

“主要看男生来点赞和评论的数量和比例就知道了。有时候，即使你发的是‘男生感兴趣’的项目，但如果你配的文字太‘鸡汤’，男生也容易无感。另外你还可以看看男生点赞和评论的比例。通常来讲，点赞都是虚的，评论才是真爱。有时候你配的文字太抽象、太概括、太过于直抒心情和无病呻吟，都不容易让人切入，唯有点赞支持。如果你配的文字有更多的细节，如一些指向具体事物的名词，或者以问句结尾，就能让对方更容易找到可以评论的点，你也更容易延续话题。”

你以为这就够了吗？当然不，这本书还会告诉你一个你困惑了很久的问题：“为什么你发了朋友圈之后，你的男神不点赞也不评论？”虽然我按捺不住想要分享的冲动，但是篇幅有限，还是不剧透了，大家能在书里找到答案。

四

因为我的课程一直刚好和猎手老师的课程错开，所以我没有听过猎手老师的课程。但是关于他的课程“非常好”的评价，一直源源不断地传到我的耳朵里。圈内也一直有着“猎手老师1句话1000元”的传闻，因为解决情感问题“快狠准”，“小李飞刀”的技能为人称道。一个接触过成千上万个情感案例的、对自己精益求精、以实际问题为目的的咨询师能够分享给你的实战经验，绝对超出你的想象。

他懂男人，也懂女人，他知道男人在想什么，他也知道如何表达会让女人get到他的意思。

他对自己的要求严格，这本汇集了他几年心血的书，经过了一次又一次的打磨才有机会出现在你面前，整本书没有一句废话，行云流水。

他只愿分享干货，因为干货更能解决问题。

每一位拿到这本书的读者，一定要珍惜这本书，因为它的价值远远超出它的标价，它的价值到底有多少，要看你如何使用它。

如果你没有男朋友，只要你的条件不是太差，对方又是直男，你喜欢的男生都会被你搞定。

如果你想成为一个网红，却不知道如何经营自己的社交平台，那么我相信你一直寻找的就是这本书。

这是猎手的第一本书。这个世界上已经有很多很水的书，即使有些科班出身、以卖文为生的人，也会堆砌一堆无用的文字，讲一个没有什么用的道理，隔靴搔痒，很不过瘾。

我是娃娃，这是我第一次为朋友的书写序。我很喜欢猎手老师的这本书，它读起来很过瘾，它会让你更了解自己，会解答很多你疑惑了很久的问题，会帮你铺开一条通向你喜欢的男孩子的一条路。

只是你要用心去读这本书。

序二

冷 爰

花镇联合创始人，情感专家



第一次见到猎手的时候，是2010年。那时，北京的雾霾似乎还不像今天这样严重。即便到了初冬时光，也时而会有清澈冷冽的蓝天。虽然，住的地方有一整面墙那么大的落地窗，但是我很少看到阳光。因为那时我热衷玩闹，经常是日落时候出门，直到凌晨才会回来。在那段日子里，我跟狐朋狗友们的生活中全都是聚会派对。恰逢生日前夕，朋友们为我筹备了一场盛大的派对。于是，猎手就这样受邀出现在了我家。

在没见到他之前，我听说过猎手工作室在网上宣称他是“广州搭讪第一人、阳光男孩……”。我上网极早，所以对“阳光男孩”这种自封称号极其反感。在我印象中，叫这类名字的男人都应是中年猥琐男。但是，当我第一次见到他的时候，我发现自己错了。这是第一个出现在我生命中的、真正的“阳光”男孩。我原本是日落而作、日出而息的人，但是因为他连续在我们家住了一个礼拜，我不得不改成大部分时候在白天生活，所以我终于见到了“阳光”。其实，这不是玩笑，这真的是我对他的第一印象：有点羞涩，但是又带着一种顽强的执着，就像灼热的阳光。

他这种顽强的执着，彻底表现在了你正在读的这本书里面。你沉浸在字里行间时，也许会跟我一样时常感叹，他拥有怎样一种顽强的执着，才会为我们带来这样显微镜式的文字。这种人，称之为完美主义者，一点都不为过。甚至，哪怕是他想自封个“阳光男孩”，我们也认了。因为这本书真的太细腻了，简直是手把手的完美示范，给那些黑暗中的为

情所困的女生们带来了一道灼热的阳光。

这道灼热的阳光，其实始于三年前。那时，猎手原本还在教男生怎样进行社交突破。我跟他说，讲课这种事情就像我们小时候听的磁带，A面听腻了，总得听听B面是什么样的曲子；为男生讲课讲腻了，也来跟我一起为女生讲讲课吧。猎手欣然应允，并且用一贯以来的显微镜式的风格，创建了女生社交突破这个课程系统。然后，猎手跟花镇的小伙伴们一起，从南走到北，又从北走到南，我亲眼见证了猎手根据学员反馈不断改进这个课程系统。这个课程系统很重要的一部分核心内容，是关于如何设计网络形象以及怎样用文字进行聊天。这部分核心内容，也就是你今天手上拿到的这缕灼热的阳光。

当时，我深深地感到，如果这道阳光不能够照遍世界，绝对是广大女生的损失。但是，因为市场上从未出现过这种手把手操作型的情感类书籍，而且又专注于情感类别里面的垂直子类——怎么发朋友圈怎么去进行文字聊天。所以，我有些小小的担心，于是在获得猎手允许之后，我策划并联系了一些出版社，强烈推荐了这本书。没想到，大家都非常感兴趣。其中有一家很靠谱的出版社，非常认真负责，而且只有他们的合作印厂才能满足我们所想要的复杂苛刻的彩印工艺。所以，历经磨难之后，这本图文并茂的书终于即将面世了。

一个下午，在我广州的办公室，猎手对我说：“这本书终于要出来了，但是我们取个什么名字好呢？”我说：“原本我下一本书打算叫《我还没有男朋友》，现在我可以忍痛割爱给你。”于是猎手心满意足地笑了起来。

这一刻，阳光斜斜地照在他的脸上，一切都刚刚好。

前言

当今社会，男女比例悬殊，按说不应该有被“剩下”的女生，即使有，剩下的也不应该是那些优秀的女生，但偏偏就有很多高颜值、肯学习、懂生活的女生还是单身，仅仅因为女生们挑剔吗？

显然不是。

隐隐之中，仿佛有一根绳子绑着你，让你不能动弹。即使有喜欢的人，也不能主动认识；即使认识了，如果他不来找你，你也只能干等着，读着“心灵鸡汤”，修身养性，美容养颜，买买买，做好自己，断舍离……如果还不够，再加上其他一切填充时间的活动，然后，等他来找你。哪怕到了最后，“一个人也挺好”，也比有了男朋友却不被对方珍惜强……

不知从何时起，女生“主动一次，终生被动”成了流传最广的爱情格言。如魔咒，像笼罩在女生自由天空上的阴云；如枷锁，禁锢着女生的能力。在女性的才华和能力都已经全面获得成功的今天，在情感领域，女性的认知却依然还处在封建时代，在男性角色面前，任人牵来绊去，最后只能眼一闭找个差不多的人嫁了。

女生不能主动吗？显然不是！

不是女生不能主动，而是许多不甘将就的女生最终也不幸福，成为前车之鉴的她们，没有找到适合女生主动的方法。男性思维追求结果，女性思维享受过程。女生如果也像男生追女生一样直接表白，直接邀约，直接问：“你对我什么意思？”绝对不符合两性相处的习惯。

如果这就是你对女生主动的理解，这将是大大的误读。所以，从这个意义上说，如果你不把“吸引”简单粗暴地看成“一蹴而就”，而是看成层层传递、齿轮紧咬的链条，并且将吸引的两端——“认识”与“确定关系”看成男性更享受的部分的话，那么中间的过程，更应该由女生来引导。

由此岸到彼岸的过程，谓之“方法”。

也许你不相信，在两性关系中，男生才是弱者，因为最终决定权在女生手上，所以，两性间追求的方法，其实更应该按照女性思维来创造！但情感世界的现实状况：男生在干着他们并不擅长的事，而天性擅长于此的女生却被错误意识绑着。难怪大家的情感生活如此糟糕，难怪如此多的适龄男女待在一起也没有感觉，各自宅在家里，把手机当作男女朋友。

与此同时，我们惊奇地发现，即使不把手机当作男女朋友，在移动互联网时代，在我们整个的恋爱过程中，除了见面才能做的活动，其他都可以在手机里用以微信为代表的社交软件完成。我们还惊奇地发现，在从“认识”到“确定关系”，从此岸到彼岸的过程，在社交软件走过的这一段，简直完全是为了女生而设，你可以主动得很隐蔽，让男生喜欢上你而毫无察觉。它是移动互联时代通往幸福大道上最狭长、最关键、最适合伏击的一段，谁扼住了它，谁就扼住了爱情的咽喉！

如此之关键，如此之重要，如此之天生为女性而造，而在此之前，却没有人教你，没人教你如何有效地使用它！

但今天，你有了这本书，请马上打开它，从一条朋友圈、一句文字聊天开始练习，一步步实现人生剧情的反转。

你要拥有符合女性角色的主动意识，学习适合女生主动的方法，身处完完全全为女生主动而设的主场，一开始，也许你只是战战兢兢地想找个不那么将就的男朋友，到最后，你会发现，你收获的是包括这个男朋友在内的、一整个你想要的人生。



2016年11月4日



Chapter 01

APP 时代，躺在被窝里就能找到男朋友

- 如何让男生一直喜欢你 02
- 你吸引不了喜欢的男生的原因 03
- 怎样“捕获”十全 A 类男 13



Chapter 02

好男人来自哪里

- 为什么在婚恋网站上找到好老公的总是“别人” 20
- 怎样把你想要的男生招过来 23
- 如何让 B 类男和 C 类男绕行 31
- 140 个字让男生想把你娶回家 33
- 让你日收 200 封 A 类男来信的好办法 35
- 一句话赢得轻佻择偶对象的尊重 36
- “猎手社交突破班”学员夏眠的成功案例 38

追问：1. 我担心被骗婚，怎么办？ 42
2. 如果他已婚，怎么办？ 43
3. 我吸引不到 A 类男，怎么办？ 44

Chapter 0.3

选一张让别人想认识你的头像

- 一张吸引人的头像应具备的元素 46
- 让他对你生情的捷径 50



Chapter 0.4

颜值一般，如何让他看到你

猫问：

1. 如何判断我在朋友圈发的信息受不受男生欢迎？ 67
2. 他不点赞也不评论，怎么办？ 68
3. 为何同样的内容当我发时就没人点赞？ 69
4. 他的朋友圈是空白的，什么都没有，怎么办？ 71
5. 他说我在朋友圈发的信息都是高大上的，怕配不上我，怎么办？ 72

- 如何让男神看到我 54
- 喜欢足球的男生是一个最大公约数 56
- 喜欢篮球的男生很多高大又英武 59
- 小众高端运动能有针对性地吸睛 62
- 运用好车让 A 类男对你刮目相看 64

Chapter 0.5

如何击中他的魂

- 越学网红，爱情越远 74
- 如何拍引领焦点的旅行照 75
- 看电影难道就只能晒电影票 84
- 宠物怎样成为朋友圈加分项 89
- 建一个你和他的“老地方” 93

猫问：

1. 为何他点赞一次就消失了？ 97
2. 我能去点赞和评论他的朋友圈吗？ 97
3. 在朋友圈发信息的最佳时间是几点？ 98
4. 他只评论不私聊，怎么办？ 99
5. 被自己去旅行没带人帮忙拍照，怎么办？ 100
6. 宠物比我颜值高，怎么办？ 100





Chapter 06

活得像个女人

提问：

1. 领导看到自己太性感的体息，怎么办？ 112
2. 男生会不会觉得我太色，不清纯？ 113
3. 太“女汉子”了，一抬腿就很别扭，更别说性感了，怎么办？ 113
4. 闺蜜都比我还美，怎么办？ 114

- 颜值不高也可以秀出美感 102
- 自拍一根锁骨远比暴露更高级 103
- 睡前发张照，男生一晚睡不着 106
- 姐妹们，为了我的幸福，靠你们了 107
- 一个手势令男人被你牵着走 108
- 皮肤白不但能遮丑还能变女神 111

Chapter 07

如何让他想保护你

- “女汉子”的困惑 116
- 伤口是勋章也是男人欲望的床 117
- 痛经令男人对女人世界好奇向往 118
- 生病生出来的关爱 119
- 搬家搬出潜在追求者 122
- “技术宅”是真的很喜欢修电脑 123
- 失恋往往是再恋的好时机 125
- 当你保护弱小的时候他更想保护你 126

猜问：

1. 伤口怎样才能拍出美感？ 127
2. 发长腿照会不会显得太“绿茶”？ 127
3. “大姨妈”来了会不会把男生吓跑？ 128
4. 我失恋了会不会让男生觉得我还没有放下？ 128





Chapter 08 让他想抱你回家

猫问：

1. 我厨艺不精应该怎样展示？ 142
2. 我发了绘画、书法作品，男生都评论让我送给他们怎么办？ 142
3. 什么是让男生觉得靠谱的照片？ 143
4. 我发才艺的照片收到的都是女生的评论，而男生害羞怎么办？ 143

- 贤惠的正确打开方式 130
- 永远要锁住男人的胃和心 131
- 每一位霸道总裁都有这样一位女朋友 136
- 触动 A 类男心弦的女生是这样的 137
- 曼妙身材的高级展示法 140
- 一低头的温柔让男生心醉神迷 140

Chapter 09 如何让他珍惜你

- 如何让男生觉得你是个宝 146
- 如何让他对你紧追不放 153
- 让他觉得命中注定就应该和你在一起 154

猫问：

1. 我主动约男生约会男生却不赴约怎么办？ 147
2. 我没有国家证书怎么办？ 147
3. 我有人际交际能力却总被看不起怎么办？ 147
4. 他让我感受被爱着，怎么办？ 148
5. 他对我好却不爱，怎么办？ 148
6. 追求者是社会地位高的人，怎么办？ 148

Chapter 10 情感问题的答案都藏在这里

猫问：

1. 他话很少一直都是我找话题，怎么办？ 190
2. 我接不上他聊的话题怎么办？ 190
3. 我不会聊天他也不会聊天怎么办？ 191
4. 男生跟我聊一两次之后没有再找我，怎么办？ 191
5. 对着喜欢的男生聊不好，对着不喜欢的男生又不想聊怎么办？ 192

- 你的情路顺不顺，看看聊天记录就知道了 162
- 学会这样聊，再也不用担心没有话题啦 164
- 如何让男生约你而不显得自己主动 170
- 男生不愿意跟你聊天的原因 179
- 聊天高手和小白的不同待遇 181





Chapter 11

爱情有规律

- 掌握这些，爱情别想逃 194
- 使人沉闷的聊天是这样的，你中招了吗 198
- 使人想约见的聊天是这样的，你做对了吗 203

猎问：

1. 我只会聊正事不会闲聊怎么办？ 207
2. 我说了好笑的笑话和趣事他都不笑，怎么办？ 208
3. 我说的话他都不感兴趣，怎么办？ 208
4. 我觉得聊天很累不想聊怎么办？ 209
5. 我觉得聊得不错，但暗示他约我他就是不约怎么办？ 210



Chapter 12

如何让他喜欢你

- 做一个有趣的女生 212
- 获取男生长久注意力的办法 215
- 向男生提问的技巧 218
- 这样做能让男生对你心甘情愿 219

猎问：

1. 他老找我聊天但是不约见我，怎么办？ 220
2. 他是话题终结者，怎么办？ 221
3. 他会很聊但我完全不是对手，怎么办？ 223
4. 他失恋了我该怎么聊？ 224

Chapter 13

如何让自己魅力四射

- 躲在人群里，聚光灯照不到你 226
- 别让“第三者”抢走你的幸福 228
- 自信的女人最好命 231
- 放大格局，你就是爱情大赢家 233

猎问：

1. 他问我的情感经历我该告诉他吗？ 236
2. 我整过容该告诉他吗？ 239
3. 我离过婚该告诉他吗？ 240
4. 我展示很多但是他不展示怎么办？ 242
5. 我是小家碧玉，他是富家公子，怎么办？ 243



Chapter 14

懂得调情的女人是男人的心头爱

猜问:

1. 他总是跟我讲黄色的话题, 怎么办? 258
2. 他老是打击我, 不夸我怎么办? 258
3. 他有爱人但我喜欢他, 怎么办? 262
4. 他对我忽远忽近, 怎么办? 263
5. 他不仅跟我调情还跟其他人调情, 怎么办? 264

- 调戏与调情, 傻傻分不清的女生 246
- 顺水推舟调情法 252
- 主动出击调情法 255

Chapter 15

维持关系的天平

- 男女平衡, 感情才能持续 266
- 怎样让聊天变得有价值 267
- 怎样让他在乎你 269
- 怎样让他觉得跟你有默契 272
- 怎样走进男神的心 275

猜问:

1. 他老是指责那地那的, 我心里不舒服, 怎么办? 280
2. 一定要靠自己吗, 没有谁他感怎么办? 283
3. 我有很多话想跟他聊, 但是他回避怎么办? 283
4. 男生老是试探, 怎么办? 284
5. 男生总想回避我, 怎么办? 285

Chapter 16

如何让他来表白

猜问:

1. 我可以向他表白吗? 304
2. 他向我表白, 我也很喜欢他, 但我觉得没有安全感, 怎么办? 305
3. 他向我表白时, 我发现自己是第三者怎么办? 306
4. 他说自己很被动, 暗示我来表白, 怎么办? 307
5. 我逼他表白, 他发我“好人卡”是怎么回事? 307

- 如何判断他是不是真心喜欢你 288
- 这样的表白能让你们的关系更靠谱 290
- 进展太快, 怎样让他按照你的节奏来追你 294
- 他迟迟还没来表白? 手把手教你逼表白 298
- 成功案例 301

