

时代大众心理书坊

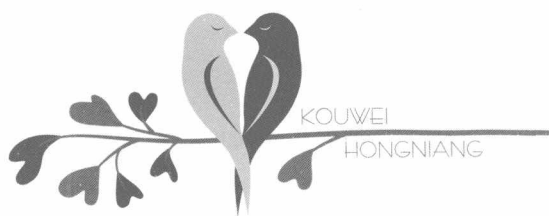
你的口味，决定了你的婚姻

口味紅娘

欧阳阳光 著



全國百佳圖書出版單位
ARCTIME
時代出版股份有限公司
安徽人民出版社



口味紅娘

欧阳阳光 著

图书在版编目(CIP)数据

口味红娘/欧阳阳光著. —合肥:安徽人民出版社, 2015.5

ISBN 978-7-212-08013-6

I. ①口… II. ①欧… III. ①爱情—通俗读物 ②婚姻—通俗读物 IV. ①C913.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 095702 号

口味红娘

欧阳阳光 著

出版人:胡正义

选题策划:白明 王海涛 朱虹

责任编辑:郑世彦

装帧设计:宋文岚 林东方

出版发行:时代出版传媒股份有限公司 <http://www.press-mart.com>

安徽人民出版社 <http://www.ahpeople.com>

合肥市政务文化新区翡翠路 1118 号出版传媒广场八楼

邮编:230071

营销部电话:0551-63533258 0551-63533292(传真)

制 版:合肥中旭制版有限责任公司

印 制:合肥现代印务有限公司

(如发现印装质量问题,影响阅读,请与印刷厂商联系调换)

开本:787×1092 1/16 印张:12 字数:180 千

版次:2015 年 8 月第 1 版 2015 年 8 月第 1 次印刷

标准书号:ISBN 978-7-212-08013-6

定价:36.00 元

版权所有,侵权必究

序 一

自从人类文明诞生以来，从来就没有停止过对爱的追求。爱情是人类情感中最美妙的一种体验，婚姻是男女两性关系中最亲密的一种人生历程。现代的心理学家和医生早就认识到，爱、婚恋，抑或缺爱，都会对身心健康和疾病产生重大的影响。爱是大自然的第二个太阳，使人们的心中永远是春天，而婚姻则成就了爱所创造的万事万物。

古今中外关于婚恋的伟大文学作品和心理研究著作有许多，但从一个专职的“红娘”的视角来论述婚恋幸福的书籍，这是第一本。圈网（5Qchina.com）首席婚恋导师欧阳阳光倾心打造的《口味红娘》一书，则如婚恋夜空中的一颗流星闪烁发光，又如山穷水尽的恋人在暮然回首时，忽现柳暗花明的风景线。

在如今世事变化无常的世界中，婚姻和爱情正在面临前所未有的挑战：大龄剩男“圣”女、裸婚、隐婚、试婚、离婚、网恋、一夜情、明星婚变、单亲家庭，等等，这世界上还真的有爱情吗？婚姻真的是爱情的坟墓吗？

本书作者欧阳阳光从人的性格和食物的关系入手，以猴子和玉米的趣味故事来印证人的择偶行为，着重介绍一种新鲜而有趣的性

格类型分析理论——“TPA 口味性格密码”测验,通过对人的食物偏好,口味感觉进行分析,让人在婚恋选择过程中知己知彼、相互完善,找到心仪的另一半,从而真正开启幸福的大门。

所谓“TPA 口味性格密码”就是人不知道的自我,人内心中的潜意识。“一方水土养一方人”“民以食为天”等谚语已经说明了这种“密码”的文化内涵,即人的性格养成、择偶偏好与文化、饮食、风土人情有着千丝万缕的关系。品味识人,品味择偶。

“男大当婚,女大当嫁”,这是古训。但在考虑结婚时,无论它是否成功或必要,一个人首先必须领会和思考清楚什么是“爱”?只有爱情真挚的婚姻,才如美味的咖啡里加入咖啡伴侣后,将其香醇、可口、美妙的味道发挥到极致!这就是“TPA”密码。

有许多人以为领一张结婚证书就可以保证爱情的专利、婚姻的安全,其实婚姻像一列行驶的列车,它有时也会发生事故或者脱轨。幸福的婚姻,需要男女双方用心选择,用心经营,用心口味,用心维系。婚姻可以是让人痛苦煎熬的地狱,也可以是让人幸福满怀的天堂,其“运用之妙,存乎于心”。夫妻婚姻,像菜肴一样有上、中、下三品,最下品的是貌合神离,口味不配;中品是得到人,却得不到心,口味凑和;上品是水乳交融,心心相印,对味倍儿爽。

本书作者欧阳阳光以通俗的道理、简洁的问答,回答了人们在婚恋途中许多困惑的问题,综合了社会学、心理学和婚姻学等各种理论成果,解说了“口味”“般配”的择偶价值观。如果你正在追求心上人,本书让你了解爱情的魔力何在;如果你正准备步入婚姻殿堂,本书会让你的婚姻更为美满;如果你和伴侣的关系出现问题,本书有助于你们走出困境。所以这是一本老少咸宜、男女通吃的婚恋指导手册。



用音乐作比喻，婚恋生活是一个男性奏出的旋律和一个女性奏出的旋律相合而成的动听的交响乐。在幸福的婚姻里，妻子是气候，丈夫是风景，好的气候和好的风景才能组成良辰美景。

愿本书能为每一位读者打开一扇通向幸福的大门，以此作为序言并荐之。

华东师范大学心理学教授、博导 徐光兴

2015年5月于九华山

序 二

千年古塔已倒，
百年老店不见。
唯人类婚恋始终如歌如泣，
大有再前行千年之势。
人是社会关系的总和，
圈子决定姻缘，
味觉决定婚恋。
欧阳阳光的十年追求成就千对婚恋，
既是人生在世的修大功德之举，
也是人类千年婚恋谜的科学实验。

鑫根资本合伙人 曾强

2015 年 5 月

目 录

引言：口味定姻缘 / 001

Part 1 入门篇

1. 你见过如此另类的 TPA 征婚广告吗？ / 011
2. 口味和婚恋有什么关系？ / 012
3. TPA 口味性格密码在婚恋服务中真的有用吗，效果如何？ / 024
4. TPA 口味性格密码在婚姻服务中是否有成功案例？ / 025
5. TPA 口味性格密码的起源是什么？ / 043
6. TPA 口味性格学说与其他性格学说的本质区别是什么？ / 044
7. 什么是 TPA 口味性格密码？ / 046
8. TPA 口味性格学说主要有哪些思想？ / 046
9. 你了解自己的恋爱性格类型吗？ / 048
10. 3 分钟真的可以领取口味性格密码吗？ / 050
11. TPA 口味性格学说主要有哪几种性格类型？ / 056
12. 你听过 TPA 故事《猴子搬玉米》吗？ / 058

Part 2 辣味篇

13. 辣味人有哪些性格基本元素？ / 063
14. 辣味人在婚恋关系中有哪些优点？ / 064
15. 辣味人有哪些爱情盲点？ / 065
16. 辣味人在两性关系中沟通特点是什么？ / 066
17. 给恋爱中的辣味人哪些忠告和建议？ / 067
18. 与辣味人谈恋爱需要注意什么？ / 067
19. 你知道辣味人爱情姆佩姆巴效应吗？ / 068
20. 为什么辣味人总是以自我为中心，不顾恋人的看法？ / 070
21. 辣味人失恋的常规表现是什么？ / 070
22. 为什么和辣味人在一起总会慢慢变成“我迁就他”？ / 071
23. 为什么辣味人恋爱总是三分钟热度？ / 072
24. 辣味人失恋后是不是经常冲动性消费？ / 073
25. 为什么辣味人在性方面进展快，易冲动？ / 073
26. 为什么冲动派的辣味人婚后其实相当尽责？ / 074
27. 你知道辣味人爱情超限效应吗？ / 074
28. 辣味人如何“吃”出好姻缘？ / 076
29. 辣味性格的代表人物有哪些？ / 076
30. 辣味人在健康方面需要注意些什么？ / 077
31. 辣味人与他人的恋爱关系及表现如何？ / 077
32. 辣味人如何婚恋更幸福？ / 080



Part 3 酸味篇

33. 酸味人有哪些性格基本元素? / 087
34. 酸味人在婚恋关系中有哪些优点? / 088
35. 酸味人有哪些爱情盲点? / 089
36. 酸味人在两性关系中沟通特点是什么? / 090
37. 为什么酸味人的爱既温暖又沉重? / 091
38. 给恋爱中的酸味人哪些忠告和建议? / 092
39. 与酸味人谈恋爱需要注意些什么? / 092
40. 为什么平时和善的酸味人感情控制欲望那么强? / 093
41. 你知道酸味人爱情吞钩效应吗? / 095
42. 为什么酸味人恋爱容易退缩，还很优柔寡断? / 097
43. 为什么酸味人很少赞美恋人，容易唠叨和挑剔? / 098
44. 酸味人失恋的常规表现是什么? / 098
45. 酸味人真的对亲密关系很保守吗? / 099
46. 为什么多数酸味人都超级顾家? / 099
47. 你知道酸味人爱情少犯错定律吗? / 100
48. 酸味人如何“吃”出好姻缘? / 103
49. 酸味性格的人代表人物有哪些? / 103
50. 酸味人在健康方面需要注意哪些问题? / 104
51. 酸味人与他人的恋爱关系及表现如何? / 104
52. 酸味人如何婚恋更幸福? / 106

Part 4 咸味篇

- 53. 咸味人有哪些性格基本元素？ / 115
- 54. 咸味人在婚恋关系中有哪些优点？ / 116
- 55. 咸味人有哪些爱情盲点？ / 117
- 56. 咸味人在两性关系中沟通特点是什么？ / 118
- 57. 咸味人失恋的常规表现是什么？ / 119
- 58. 给恋爱中的咸味人哪些忠告和建议？ / 119
- 59. 与咸味人谈恋爱需要注意些什么？ / 120
- 60. 如何理解咸味人对感情抱有的现实主义态度？ / 121
- 61. 咸味人有什么样的择偶观和爱情观？ / 122
- 62. 为什么咸味人相亲总是吃力不讨好？ / 122
- 63. 为什么平时精打细算的咸味人，却不介意承担对方的财务责任？ / 123
- 64. 咸味人为什么那么注重家庭观念和父母意见？ / 124
- 65. 为什么很多咸味人正式恋情屈指可数？ / 124
- 66. 为什么平时保守传统的咸味人，在性方面会“认真努力求好评”？ / 126
- 67. 你知道咸味人爱情刺猬效应吗？ / 126
- 68. 咸味人如何“吃”出好姻缘？ / 128
- 69. 咸味性格的代表人物有哪些？ / 128
- 70. 咸味人健康方面需要注意哪些问题？ / 129
- 71. 咸味人与他人的恋爱关系及表现如何？ / 129
- 72. 咸味的人如何婚恋更幸福？ / 131



Part 5 淡味篇

73. 淡味有哪些性格基本元素？ / 141
74. 淡味人在婚恋关系中有哪些优点？ / 142
75. 淡味人有哪些爱情盲点？ / 143
76. 给恋爱中的淡味人哪些忠告和建议？ / 144
77. 与淡味人谈恋爱需要注意些什么？ / 144
78. 淡味人真的软弱可欺，没有原则地服从恋人吗？ / 145
79. 为什么淡味人相亲时“选择障碍”如此严重？ / 146
80. 为什么淡味人恋爱时如此重视别人的评价？ / 147
81. 为什么淡味人择偶总想得特别多？ / 147
82. 为什么说淡味女是最温柔的老婆？ / 148
83. 恋爱中怎样搞定淡味人？ / 148
84. 为什么淡味人恋爱时冷时热，他们喜欢怎样的人？ / 149
85. 淡味人真的爱搞暧昧吗？ / 149
86. 为什么淡味人在亲密关系中常常缺乏激情？ / 150
87. 你知道淡味人爱情反馈效应吗？ / 151
88. 淡味人如何“吃”出好姻缘？ / 154
89. 淡味性格的代表人物有哪些？ / 154
90. 淡味人健康方面需要注意哪些问题？ / 155
91. 淡味与他人的恋爱关系及表现如何？ / 155
92. 淡味人如何婚恋更幸福？ / 157

Part 6 婚恋迷思

93. 为什么相亲节目越来越火，剩男剩女却越来越多，离婚率也越来越高？ / 167
94. 有钱人、聪明人一定能成就幸福婚姻吗？ / 168
95. 现代婚姻与古代婚姻有什么区别？ / 171
96. 为什么说婚姻本质是物质利益和感情利益的交换？ / 172
97. 决定爱情是否长久幸福的关键是什么？ / 175
98. 为什么大家谈恋爱找对象都是“外貌协会”的？ / 176
99. 读完本书就可以改变我的性格和婚恋命运吗？ / 178
100. 你能看懂口味婚恋太极图吗？ / 179

编后记 / 181

引言：口味定姻缘

自古以来，中国人都把婚姻问题看作人生头等大事。“如何选择另一半”以及“如何经营婚姻家庭”关系着每个人、每个家庭的幸福。亲爱的，你是否知道自己的口味决定了你会选择什么样的另一半呢？婚姻心理学家欧阳阳光经过十余年的研究和实践证明，你的口味决定了你的姻缘。

现在，电视相亲节目、婚恋题材影视剧已成为热点。相比以前，现在人们茶余饭后都热衷于谈论自家或者邻家孩子的终身大事；上海每届万人相亲会都能吸引数万人积极参与；各地大型公园每周末单身男女的老爸老妈们都像赶场一样形成了公园相亲角。北上广深的单身男女几乎每天都奔走在相亲的路上，相亲网站和婚姻介绍所生意也风生水起。

但是人们困惑的问题是，在如此积极的相亲潮中，相亲的效果却未必呈现，甚至很多人经过三年到五年相亲的努力，虽然花费无数金钱时间和精力，最后却对婚恋越来越没了信心。除此之外，50岁成功男人找了个30岁甚至20岁美女结婚，30多甚至40多岁依旧未婚的成功女人以及越来越多的白领不婚族等当代现象都令人困惑不已。社会上有的人有婚姻没爱情，有的人有爱情没婚姻。这些都是为什么呢？究竟该如何面对，人们才能成就幸福婚姻呢？

人们对婚恋失去信心，实际是自古以来宿命论的心理作怪，人

们通常把婚恋不幸福的原因都归为自己命不好，而没有从自己的择偶方法上找原因。相亲节目上通常男人指责女人俗气现实，女人解释自己单身的主要原因是因为全世界优秀男人太少，十分搞笑的结果就是相亲节目舞台上永远站着找不到对象的“钉子户”教电视机前的人该如何找对象。

我的微信朋友圈分享过一篇文章：“上海单身男人，你凭啥那么拽？”该作者分析自己单身的原因是能和自己相配的男人实在太少，并对当今男人世界进行了严厉的控诉，内心骨子里表示了对男人极度的失望。同时，单身婚学院里有一位亿万富豪却花费巨资咨询我一个问题，他说：“我真的非常非常想成就幸福婚姻，但困惑的是为啥我辛苦寻觅几十年从未真正找到我愿意永远为她停留、守候的女人？”这些问题在我的婚学院案例中十分常见，由此可以看出，不同性格的男人女人看法和认知都完全不同。

当前人们对婚恋行业的认知十分欠缺，多数人搞不清楚仅仅提供信息服务的婚恋网站、传统婚介、电视相亲节目和单身婚学院有啥区别。提到“找对象”，人们多数立即联想到的就是“非诚勿扰”“百里挑一”等各种相亲节目或广告满天飞的婚恋网站。说到底，人们对于婚恋问题慌乱或头疼源自抓不住当前婚恋问题的命脉及根本。造成剩男剩女的问题根本是：一方面传统的婚恋行业或婚恋网站普遍不具备专业化婚恋服务能力，另一方面找不到对象的单身男女普遍只着急相亲，却拒绝专业化婚恋学习和成长。因此，无论大龄青年婚恋问题，还是已婚男女离婚问题，都已成为当前迫不及待需要解决的事关个人和家庭幸福的大难题。

“TPA 口味性格心理学”是我 2004 年左右从心理学中发展出的一门智慧。它是一门探索婚恋之谜的独特智慧，与我们婚姻家庭生



活中的各个领域息息相关。一方水土一方人，在研究中我们发现，口味决定了一个地域文化人群的婚恋倾向，很多关键时刻，嘴巴决定脑袋的选择。民政部离婚数据表明，多数婚姻离婚的主要原因都是性格不合。事实上，如果不同性格的男人女人学习并掌握好“TPA 口味性格密码”，彼此在从相遇、相识、相爱到相知、相伴的过程中掌握对方的心理，从恋爱到经营婚姻就会变得顺利，婚恋中产生的难题也容易迎刃而解。

“TPA 口味性格心理学”是建立在我独创的“TPA 口味性格密码”之上，将其运用于婚恋服务的一门口味婚恋心理学实用智慧。过去十年，在华东师范大学心理学博士生导师徐光兴教授的指导下，我和我的婚恋顾问团队以及华东师大心理学硕博团队，以“TPA 口味性格密码”为主题举行过数千场婚恋培训、讲座及相亲活动，与全国各地的单身白领及民政、妇联、团委、社区、街道等领导干部一起探讨婚恋过程中的酸辣咸淡。十年来，我陪伴数万人在恋爱和婚姻的道路上不断学习和成长，在帮助学员成长的过程中我也不断自我成长。

本书《口味红娘》主要是将心理学、人类学、宇宙学、精神分析学、医学集合在一起，给读者介绍如何通过掌握“TPA 口味性格密码”成就幸福婚姻的婚恋智慧。你的口味，决定了你的婚姻。本书向世人揭示婚恋关系中“TPA 口味性格密码”的强大魔力。掌握好这个密码，你就可以远离两性烦恼，轻松牵手对味的人，顺利成就幸福婚姻。

经过十年临床验证，“TPA 口味性格密码”的确十分有效。十年来的婚姻家庭咨询服务经历中，我走进了一个又一个人内心的情感世界，我感受着每一个人内心深处的痛苦，同时也分享着每一个

人的幸福与快乐。我将这个密码以及心理学中许多爱情和婚姻的智慧传递给每一位来访者，帮助他们分析当初是因为什么错误选择造成了苦果，当下可以改变哪些观念从而导向未来、走进幸福。我发现，当人们能够看清楚复杂的情感关系背后存在的规律性因果关系以后，他们开始相信自己还有机会付出爱并成就爱，在这个时候，婚姻就会被重新定义。

十年来，这个密码成功帮助过无数处在爱情或婚姻“十字路口”的男女做出恰当的选择，成功帮助无数有情人坚信自己的选择最终成为神仙眷侣，成功帮助无数对爱情和婚姻已经绝望的剩男剩女重新燃起爱的希望。你的口味，决定了你的婚姻。对味，真的很重要。这个密码的发现可以有效帮助世人了解自身口味，并发现自己所不知道的能量，帮助大家以阳光心态地面对两性婚恋关系。

掌握好这个密码，必将为你的两性婚恋关系带来伟大改变。本书并不期望给你直接的模式固定的婚恋解决方案或者现成的幸福标准答案，TPA 口味性格密码遵循每个人的个性差异、价值偏好和自由选择，或者说 TPA 口味性格密码对于人们的幸福婚姻而言是一个“半成品”，但每个人都可以借助这个密码更好、更快地帮助自己成就专属你的“成品”幸福婚姻。

本书的内容分为六个部分：第一部分讲“TPA 口味性格密码”入门知识；第二部分到第五部分分别讲辣味、酸味、咸味、淡味不同人格特质的男女在爱情和婚姻中不同的思维模式和行为表现。第六部分讲当代社会的婚恋迷思。本书力图为人们介绍不同人格特质因人而异的婚恋规律，让人们自己去理解、判断、选择与把握好属于自己的爱情和婚姻。一花一世界，一树一菩提。只有把选择权交给每个人自己才能成就对味的幸福婚姻，这也是我写这本书最重要