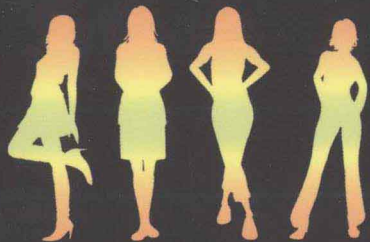




史上最给力的把妹禁书

中国大陆第一本专业恋爱理论指导书籍
2011光棍年中国男人必备之恋爱守则



恋爱 原本很简单

——中国版“把妹达人”

- ◆ 你想变成魅力四射的型男吗？
- ◆ 你想迅速得到自己心仪的女人吗？
- ◆ 你想让身边的美女都不可救药的爱上你吗？
- ◆ 如果你没有准备好行动，请不要购买此书！

李珂珂◎编著

本书专为中国男士量身打造，让你重新了解男女恋爱之规则，在女人圈内如鱼得水。本书教你冷眼看穿人性，跳出女人所设下的“陷阱”，绕过障碍，迅速得到心仪的那个她！

警告：漂亮MM和泡妞高手
都不想你知道本书的秘密

 吉林大学出版社
JILIN UNIVERSITY PRESS

恋爱 原本很简单

——中国版“把妹达人”



李珂珂◎编著

图书在版编目(CIP)数据

爱情原本很简单/李珂珂编著.——长春:吉林大学出版社,2011.5
ISBN 978-7-5601-7111-1

I. ①爱… II. ①李… III. ①爱情—通俗读物 IV. ①C913.1-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第052221号

书 名: 爱情原本很简单

作 者: 李珂珂 编著

责任编辑、责任校对: 陈颂琴 刘明明 张文涛 封面设计: 三鼎甲
吉林大学出版社出版、发行 北京大地印刷厂 印刷
开本: 787×1092毫米 1/16 2011年5月 第1版
印张: 5.75 字数: 110千字 2011年6月 第1次印刷
ISBN 978-7-5601-7111-1 定价: 23.00元

版权所有 翻印必究

社址: 长春市明德路421号 邮编: 130021

发行部电话: 0431-88499826

网址: <http://www.jlup.com.cn>

E-mail: jlup@mail.jlu.edu.cn

引言

你想让你所喜欢的女生在短时间内被你吸引，甚至离不开你吗？你想追到一直梦寐以求的那个“她”吗？你想让身边周围的美女都不可救药地爱上你吗？请锁定《爱情原本很简单》，一本让你重新了解男女规则的书籍，在恋爱中如鱼得水的书！一本从此让你脱胎换骨，过上真正幸福生活的书。不想加入 21 世纪光棍行列的男人们，请务必仔细阅读此书，把书中所教运用到实践，你会发现原来生活是如此的激情澎湃！

男女之间随着发育的成熟而相互吸引追求，这是一件天经地义的事情，我们对爱的追求是需要的，也是必要的。如何去经营一份爱情时刻考验着现在的男男女女，一味的付出、错误的爱的方式等等让我们伤的不轻，甚至有人不再去相信爱，或是不敢去爱，因为怕再受伤害。所以我们要懂得有技巧的、用对的方式把爱正确地给予自己所爱的人。

本人曾经是个小小的宅男，虽然时间不长，但也曾体会到宅男的痛苦，直到有一天，我的一位同学给我看了关于迷男的视频专辑，看完之后，心里久久不能平静，澎湃到极致！原来世界上还有这样的一群人，看了他们的一些做法我有点不敢相信，因为那些做法根本不是一个好男人的做法，也不是一个正常人的做法。可是为什么还会那么吸引女人呢？我当时就有点怀疑这些视频的真实性，于是上网搜寻了许多这方面的资料。一搜真的不得了，大千世界真是无奇不有，我开始疯狂地研读各位大师的著作，努力把自己打造成为和他们一样的高手，因为我渴望受到美女的青睐，渴望被美女崇拜，渴望过上真正幸福的生活！不过国内基本上所有专业理论技巧都是国外所引进的，国内几乎没有一本完整的恋爱理论技巧和书籍。国外的很多方法又都不太适合中国的国情，生搬硬套是完全没有用的，甚至会适得其反！本书是

根据本人自身的多年“实战”经验，吸收了国外恋爱大师们的理论精华，同时又结合中国的实际国情所创作，旨在让更多的男人了解恋爱，学会恋爱，懂得经营爱情。不论现在你的情况多么糟糕，跟着我一起努力学习实践，终会得到属于自己的幸福。当然我希望你别太花心，不要玩火，否则最终受害的是你自己，找到了值得你去珍惜的那个她，就好好相处，珍惜人家。这就是我们中国式和国外式的恋爱最大的区别之一！

本书由中国最近几年出现的“宅男”情况为引，通过“宅男”的悲惨生活为引导奉劝大家：远离“宅男”！在这本书里面，融合了许多我个人的思维模式，恋爱的“实战”经验，朋友的一些故事。同时又吸收了国外的一些恋爱大师的智慧结晶，像大卫·狄安杰罗（David DeAngelo）及迷男（Mystery）、型男和一些国内有关人士都对我有很大的启迪作用。经过我的内化，融合百家之长，给大家呈现出了最好的东西。大家也千万不要只拘泥文字理论，实践运用才是最重要的！

目 录

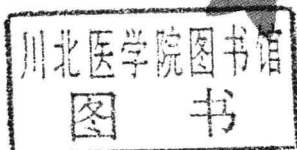
第一章 由宅男说起	1
1.1 中国爱情大背景	1
1.2 关于“宅男”的由来	4
1.3 “宅男”的困惑	5
1.4 宅男的救星	7
第二章 吸引力：思想的第一次提升	10
2.1 好男人的悲剧	10
2.2 吸引力法则	16
2.3 吸引力障碍	20
2.4 恋爱其实很简单	21
2.5 吸引女人的四大要素（男士魅力建设）	22
2.6 做个“型”男	27
2.7 对女人好，但别太把她当回事	30
2.8 爱情投资论	33
第三章 社会阶梯：“气场”法则	39
3.1 社会阶梯理论	39

3.2	“社会阶梯理论”生物学应用	41
3.3	恋爱“气场”法则	43
3.4	恋爱的信念及心态建设	47
3.5	恋爱需要强烈的欲望	50
3.6	如何塑造强大的气场	52
3.7	“精神”气场与“身体”气场的关系	55
3.8	身体气场的应用	57
3.9	恋爱中的“身体”气场	60
3.10	身体碰触	68
第四章	恋爱交往注意事项	71
4.1	认识女孩的途径	71
4.2	女人眼中的男人类别	72
4.3	男女相亲篇（恋爱相亲篇）	73
4.4	表白论	79
4.5	“友谊”禁区	83
4.6	死缠烂打也会成功？	86
第五章	恋爱理论技巧篇	90
5.1	心锚	90
5.2	爱情是一场“没有硝烟的战争”	95
5.3	“无视”胜“重视”	98
5.4	浪漫是什么	102
5.5	浪漫、好感≠吸引力	105
5.6	巴南效应	107
5.7	蔡格尼克效应	114

5.8	三位一体大脑理论	117
5.9	推拉技巧	122
5.10	骄傲风趣法	124
第六章	搭讪技巧篇	129
6.1	假性时间限制及搭讪心态	129
6.2	如何克服搭讪恐惧	130
6.3	三秒法则之“新手任务”	133
6.4	暖场	137
6.5	搭讪的场合	139
6.6	搭讪的目标	141
6.7	搭讪流程	142
6.8	后续发展	148
6.9	可得性与不可得性	149
第七章	约会技巧篇	153
7.1	约会篇	153
7.2	你在约会中最不该做的十大言行	155
7.3	筛选	157
7.4	“挫男”测试	165
7.5	惯例	167
7.6	“处女膜”引发的思考	168
结束语	172



第一章 由宅男说起



1.1 中国爱情大背景

作为一个正常的男人，谁不喜欢美女？谁不想和美女有一个激情美好的邂逅。谁不想让美女死心塌地的跟着自己？看到此文的你还在整天在性幻想吗？或是羡慕一些条件远远差自己太多，却像拥有魔法一般让美女无可自拔的能力吗？本书的问世，往小的说，这关乎这你以后的幸福生活，往大的说，这关乎你以后的命运，将影响你的一生。

全国第五次人口普查资料显示，目前全国男女出生性别比为 116.9:100。全国有 5 个省的出生人口性别比甚至高达 130:100 以上。海南省出生婴儿男女性别比为 135.64:100，居全国最高水平。据推算，按照如今的婴幼儿性别比例，到 2020 年，中国处于婚龄的男性人数将比女性多出 3000 万到 4000 万，这意味着平均 5 个男性中将有一个找不到配偶。也就是说，十年后将会有数千万男子面临光棍儿困局。

且不说十年以后，现在男人的局势就相当严峻，中国的单身男女少说也得以千万计。物以稀为贵，男人会越来越多，女人却越来越少，男尊女卑的封建思想一直都存在，生男孩代表

的是传宗接代，所以女孩会越少。但也造成了再差的女人相对于男人来说，都比较好找对象，因为女人少，不至于找不到对象。随着现在社会的不断进步，我们男人的压力越来越大。房价油价物资价都在不断的攀升，我们的工资却止步不前，很不给力。

很多男人的想法都是努力赚钱，将来娶个好老婆，所以天天都在不停的奋斗着，期望有一天找个好对象，过上幸福的生活。但是很不幸的告诉你，这种思想已经 OUT 了！且不说你何时能买起房子，就算你买了房子都该多大年龄了，到时候好女人都被挑光了，剩下的真的只是“剩女”。有人说了，我有钱有房，我也很年轻，这行了吧？告诉你，一样不可以，甚至更可悲。男人有钱就变坏，这句话还是有些道理的。假如你的各项条件都很好，那必定对于女人的要求也越来越高，正常男人都喜欢美女，你必然会去追求。作为美女来说，一般都是抢手货，追求者必定很多，难道你就能保证你的条件是最好的？再说，假如这个美女选择的条件是谁家庭条件好就和谁在一起，你觉得你结婚后会幸福么？假如一天你没落了，或是她把你的钱花完了，到最后你会落一个人财两空，岂不更悲剧？假如美女不是找条件最好的，而是最有感觉的，你一样悲剧。从恋爱学来说，女人倾向于选择更有魅力的男人，更让她有心动感觉的男人。自认为家庭条件好，天天请客吃饭，送花送礼物的错误方式，只会让女人瞧不起。到最后眼看美女跟着条件比自己差，长相也不如自己的男人成双成对，还死心塌地的爱着这个你认为很不好的男人，但是这个男人具备吸引女人的特质，懂得正确的恋爱之道，仅这一点就足以把你远远甩在

后面。

综上所述，假如你条件不好，天天只知道努力赚钱，那么将来面临你的现实问题就是找不到或是找到条件很差的女人，找到合适的好女人难！改变的方法就是学习正确的恋爱之道，先下手为强，运用技巧和方法把那些哪怕是条件比自己好的笨男人打败，最终俘获美人，一起为幸福去奋斗。假如你条件很好，但是不懂得正确恋爱之道，你有可能被一些狡猾奸诈的坏女人把钱卷走，让你人财两空；好一点的情况就是眼睁睁的看着一个个自己心仪喜欢的女人投向你一些很坏的男人怀抱，痛不欲生。改变的方法也是学习正确的恋爱之道，运用技巧和方法捍卫自己的感情，把自己该得到的女人果然先追到手，不能让她惨遭他人之手。

很多好男坚信真心流，用真心去打动女人。惜哉惜哉，通过对于恋爱的多年研究，很不幸的告诉你，光有真心是不行的。真正能打动女人的其实是男人的魅力，真心也要讲究技巧才行，不然你就算再真心，人家不知道又能如何？相信很多人都有过这样的经验吧。例如有个好男人喜欢上了校花，为她牺牲什么都行，付出的真心够不够？那结果呢？

当你彻底明白，正确的恋爱理论技巧才是通向幸福的唯一途径，那你就有资格继续看下去，不然请停止，直到你有天清醒的认识到，现实社会也会告诉你的。

假如你思想冥顽不灵，相信两个人只要相爱，真心面对就什么问题就能解决，我劝你还是放下此书，我不是说这样不行，而是我们不仅仅需要这样做，更多的是用一些技巧来帮助我们更好的经营好我们的爱情，不然真爱只会让你伤痕累累。

1.2 关于“宅男”的由来

“宅男”是2000年中国台湾互联网文化兴盛后产生的一个特定用语，此语最初来源于“御宅族”，御宅族的词面意思是指整天呆在家里或是很小的生活圈里，只有自己或很少的几个人，整天除了吃饭睡觉就是上网聊天打游戏，且热衷于使用网络聊天工具来交友，足不出户的人类群体。随着文化的传播和交流的应用，人们自然而然地从“宅”联想到“家”，于是乎，“御宅族”里的那一部分男性朋友就被称为我们日常所说的“宅男”。

“宅男”的基本特征：

1. 足不出户或是很少踏出家门一步。
2. 喜欢整天呆在家里睡觉、打游戏、看电影。
3. 社交圈小，不注重人际关系。
4. 运用聊天工具在网上认识朋友。

“宅男”的产生有其偶然性和必然性，随着互联网的发展，虚拟世界的出现，让人们对它产生了极大的乐趣，极大地满足了人们的好奇心，而且容易上瘾，使人不能自拔，严重危害着人们的身心健康，但依然有许许多多的人都对此乐此不疲。

“宅男”在家就是通过网络享受到生活的精神乐趣，当有了基本的物质生活保障时，越来越多的人加入了“宅男”的行列。

1.3 “宅男”的困惑

随着时间的推移，有些宅男可能是因为某件事或者网络上的一些新闻以及电视上的一些节目触动了他内心的某一痛处，比如那一对对的情侣和浪漫的偶像剧，都在影射出宅男心底的落寞。因此，这类“宅男”发现虚拟的网络世界已经不能再满足他精神上的需求，从此踏入了想恋爱一族的行列！

于是乎“宅男”天天卧枕难眠，思来想去，准备找个女朋友，故事从此刻开始！

当然了，最初的“宅男”几乎是没有什么异性朋友的，天天把大量的时间都消耗在虚拟的网络世界或者其他方面里（貌似有些宅男特别喜欢睡觉！），交友圈也自然小的可怜，面对如此尴尬的境地时，某些宅男就想到了运用网络聊天工具的方法，这也是唯一的方法。

由于找女朋友的想法越来越深刻，“宅男”就开始疯狂地在各大交友网站、即时聊天工具、聊天室等地方发起了短暂又近乎疯狂的征友。他们一贯奉行“普遍撒网，重点培养”这一经典法则，与之相应的悲剧的事情也层出不穷地纷纷来至……

出于着“宅男”们的广撒网的原因，各式各样的女孩浮出水面，但往往情况都不尽如人意。要么是恐龙级的人物，要么是有男朋友的，要么就是你加了她说了几句话，她却从此不搭理你，要么是从某个朋友那求到了一个美女的QQ号，兴冲冲地准备加为好友，结果是人家拒绝加任何人好友的。不过天上有掉馅饼的时候并不多的，一旦机缘巧合发现某个美女留下

的QQ，兴奋地加了，结果同样是悲剧了，人家虽然不拒绝别人加好友，但是让回答问题，比如，“说我家的小狗叫什么名字”，还有更难的问题，问“我家的猫是怎么叫的”，或者干脆点说此号已封……久而久之，部分“宅男”们自然放弃了网上征友的这种想法，继续过着原来的生活。

有些乐此不疲的宅男则坚信“坚持就是胜利”，也落个功夫不负有心人。

偶尔遇到了一个聊得非常投机的女孩，在心底感觉上天还是眷顾他的。和那个女孩天南海北地聊天，很是投机。但随着感情的深入，“宅男”越来越想看看女孩的庐山真面目，但人家好像深知兵法，玩欲擒故纵，就是不给看，跟着干着急。后来可能是“宅男”的威逼利诱或是那女孩良心发现，把自己最好看的一张照片发给了“宅男”，“宅男”看了很普通，但是觉得总比没有好。过了许久“宅男”终于说服女孩开了视频，看到女孩的真面目后，差点没从椅子上摔下来，感觉有点像进了侏罗纪公园……从此下定决心，不先开视频绝不深聊……

也有这么一些“幸运”的宅男，上帝可能看到他的诚心，真让“宅男”找到了一个长得蛮漂亮的女孩，宅男感觉真正的春天终于来了，真是皇天不负有心人！和那女孩没日没夜地聊着，嘴里也像抹了蜂蜜一样，有的甚至特意跑到一些论坛发帖请教高手怎么让女孩开心，或者怎么和美女聊得更深入之类的，或者查看一些高手恋爱的帖子，直接套用，有的效果还挺不错，“宅男”这下可谓意气风发，高兴得不得了。直到有一天他发现这女孩好像有什么心事，聊天也没原来那么开心，一

问之下，原来是家里的父母生病了，自己在外打工，没存到什么钱，心情特别糟糕，“宅男”那个心疼犹如万箭穿心，于是乎“宅男”就想办法筹钱，向朋友借，向父母要，省吃俭用省了钱给人家寄了过去，但是女孩似乎还是不太高兴，说这点钱根本不够住一天院，“宅男”只能另想办法去弄钱。巧的是“宅男”某天看了新闻发现在出现的网络诈骗……“宅男”多了个心眼，准备试一试真假，但是女孩不回信息了，“宅男”还天真的以为掉线了，重新上了号，发现没有女孩的号了，思考了半天，恍然大悟，人家把我拉黑了……“宅男”立刻跑到彩票站把剩下的所有钱买了彩票……没想到还真中了（双色球一个特殊号码）。

以上故事纯属个人的经历加以改编，如有雷同，纯属正常，我也是从“宅男”走过来的。以下言归正传！

1.4 宅男的救星

上文所提到一些“宅男”现象真是让人惜哉、哀哉、痛哉！那些饱受情感折磨的，或是想真正找到一段美好爱情却被女人拒绝的男人，我了解你们的痛苦之处。我也曾和你们一样感同身受，不了解男女之间的交际规则，屡次失败。

令人遗憾的是，所有国内专业的恋爱理论都是国外引进的，国内几乎没有一本完整的恋爱理论技巧书籍。可是国外的很多恋爱不适合中国的国情，生搬硬套是完全没有用的，甚至会适得其反！本书是根据我多年的经历，结合了国外理论精华，同时又符合中国的实际国情所创作，旨在让更多的男人了解恋爱，运用技巧来追到自己心仪的女孩，学会经营好一份感

情。不论现在你的情况多么糟糕，跟着我一起努力学习实践，爱情就会向你靠近。当然我希望你别太花心，不要玩火，否则最终受害的是你自己，找到了值得你去珍惜的那个她，就好好相处，珍惜人家。

男女之间随着身体发育成熟而相互吸引、追求，这是一件自然而然的事情，我们对恋爱的追求是人的基本需求。可如何去经营一份爱情却时刻考验着男男女女。无厘头式的付出、错误的恋爱方式等等让我们伤的 not 轻，甚至有人不再去相信爱，或是不敢去爱，因为怕再受伤害。这时我们要懂得爱的技巧，用对的方式把爱正确地给予自己爱的人。我们要学会建立起自己的一套理论技巧，摒弃一些不适合自己的恋爱方式。没有永远对的技巧，只有最适合自己的技巧；没有最好的技巧，只有更好的技巧。

本书前半部分的理论知识可能比较枯燥乏味，但是必须要深刻的理解，才能养成一个良好的心态。后面的专业技巧需要和前面的理论技巧充分结合才能发挥最大的效果，单单学习一个方面是没用的，理论结合实践才是最重要的。

我个人认为，学会一门知识必须实践和理论相结合。例如：数学上的方程式问题，正好可以形象地比喻理论和实践的关系。就是因为数学上有固定的方程式，把平时需要解决的问题向方程式上套用，解决了很多难题。恋爱学上的理论技巧就是那些“方程式”，平时的实践就是题目。我们要追到心仪女孩，就要运用到理论（相当于向恋爱学上的“方程式”套用）才能解决好问题。“方程式”是“理论”，这个套用的过程是“实践”。但问题是数学上的方程式是绝对正确的（正常情况

下), 通过 $1 + 1 = 2$ 就能得到 $2 - 1 = 1$ 。但是恋爱学上却不一定!

恋爱学是一门复杂的艺术, 追不同的女孩也有难易之分。单从追女孩的角度来看, 我们需要得到的答案是追上她。为了这个答案, 我们就需要通过运用无数的“方程式”来实现。简单情况有可能就需要几个“方程式”, 困难的有可能需要成百上千个。

方程式之间也有很大的区别, 就像解决一道数学题, 中学老师和大学老师运用的方程式可能不一样, 因为他们的理论知识深浅不一。方程式之间是有高低等级之分的。可能教授用一个高级方程式就可以解决的问题, 中学老师却要用到十个或者更多普通级别的方程式来解决, 甚至还解决不了。

说到恋爱学, 外行看热闹, 内行看门道。从表面上看, 高手运用的方程式也许很简单, 其实却包含了许许多多的高级“方程式”。比如说衣着打扮, 或是一个简单的动作, 甚至一个眼神, 一些外行看不出的小“动作”等等, 普通人是看不出门道的。就像我看魔术表演一样, 我知道魔术是怎么变的, 所以知道该看什么地方, 看哪些东西, 很多外行人看起来非常神奇的魔术, 在我看来却毫无技术含量, 所以我们首先要学会看清别人是怎么成功追上女孩的, 需要积累“方程式”, 再通过这些“方程式”来实践解决问题, 两者完美结合。

本书涵盖了很多恋爱技巧, 只要深入学习领悟, 就能真正懂得恋爱规则。只要运用到生活当中, 慢慢体会并消化吸收, 就能成功!