

谁会爱上你 你会爱上谁

了解你的性格找到你的真爱

Why him? Why her?
(美) 海伦·费雪 著 杨丽 译

全球顶尖两性关系专家

世界最大交友网站match.com首席顾问
为你揭开性格与爱情的秘密!

谁会爱上你 你会爱上谁

了解你的性格找到你的真爱

Why him? Why her?

(美) 海伦·费雪 著 杨丽译

全球顶尖两性关系专家 世界最大交友网站match.com首席顾问
为你揭开性格与爱情的秘密!

图书在版编目 (CIP) 数据

谁会爱上你, 你会爱上谁 / (美) 费雪著; 杨丽译.
—北京: 北京联合出版公司, 2012. 3
ISBN 978-7-5502-0311-2

I. ①谁… II. ①费…②杨… III. ①性格—关系—
爱情—研究 IV. ①B848.6②C913.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 184243 号

WHY HIM? WHY HER? : Finding Real Love by Understanding Your Personality Type
by Helen Fisher
Copyright©2009 by Helen Fisher
Chinese (Simplified Characters) copyright©2012 by Jing Hua Publishing House
Published by arrangement with International Creative Management, Inc.
through Bardon-Chinese Media Agency, Taiwan
ALL RIGHTS RESERVED

谁会爱上你, 你会爱上谁

作者: [美] 海伦·费雪

译者: 杨丽

选题策划: 北京天略图书有限公司

责任编辑: 王巍

特约编辑: 杨娟

责任校对: 许志

北京联合出版公司出版 (北京市朝阳区安华西里一区 13 号楼 2 层 100011)

北京市业和印务有限公司印刷 新华书店经销

字数 183 千字 787 毫米 × 1092 毫米 1/16 15.75 印张

2012 年 4 月第 1 版 2012 年 4 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5502-0311-2

定价: 27.00 元

未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容
版权所有, 侵权必究

本书若有质量问题, 请与本公司图书销售中心联系调换。电话: 010-65868687

引言

在《会饮篇》中，柏拉图描述了阿里斯托芬在一次聚会上讲述的远古男女的故事。他说，每对夫妇最初都是一体的。两个头，两个躯干，两套生殖器官，四条腿：每个男女人都很凶猛。但是，这些巨人很任性。由于他们威胁篡夺宙斯的王位，世界的主人出于报复，将每个巨人都劈成了两半——于是，产生了男人和女人。阿里斯托芬宣称，从那时起，每个人都在寻找自己失去的另一半。

那么，你怎么知道他或她是不是你的另一半呢？或者说，你为什么会爱上这个人，而不是那个人呢？你的爱情为什么发生？你们彼此为什么相互吸引？人的性格类型会影响各自的爱情选择吗？

本书解析了“谁会爱上你，你会爱上谁”的秘密。事实上，我的研究表明，多巴胺、血清素、睾酮和雌激素这四种化学物质，决定了人的四种基本性格类型：开拓者、建设者、领导者和协调者。我们每一个人都会表现出四种主要的基本性格类型的独特混合。而且，我们主要的性格类型会引导我们寻求特定的爱情伴侣。我们的生物天性总是在我们心中低语，影响着我们去爱谁。大自然之手左右着人们的爱情选择。

谁会爱上你，你会爱上谁

爱情总是很神秘。但是，如果你知道自己的性格类型，你和其他人怎样相爱，你就能捕捉爱的魔力，找到并留住真爱，让梦想成真。

所以，现在就开始吧。

目 录

引言

第 1 章 聆听自然之声：何以是他？何以是她？

我们每一个人都会表现出四种主要的基本性格类型的独特混合。而且，我们主要的性格类型会引导我们寻求特定的爱情伴侣。我们的生物天性总是在我们心中低语，影响着我们去爱谁……

气质和爱情 / 3

天生为“我” / 4

Match. com / 6

性格生物学 / 7

性格类型研究 / 9

伴侣选择研究 / 11

脸上有什么 / 12

语言的诱惑 / 13

你的首要类型和次级类型 / 14

完美的组合 / 15

我们的“另一半” / 17

谁会爱上你，你会爱上谁

第2章 找到你的性格类型：性格类型测试

这里的测试，可以确定你的性格类型。量表1、2、3、4分别衡量的是你作为开拓者、建设者、领导者和协调者的程度……

量表1 / 18

量表2 / 19

量表3 / 20

量表4 / 22

评分 / 23

第3章 你手中的牌：自然的骰子

我们每个人都是四种基本思维和行事风格的复杂组合。有些人在选择爱侣时会不顾自己的生物特性。然而，大自然会在我们每个人之间掷骰子。从根本上说，我就是我，你就是你，并且，我们会自然地被一些人而不是另一些人所吸引……

做你自己 / 26

喜欢你自己 / 27

自我的稳定性 / 28

乔治的改变 / 30

“有策略地”进行测试 / 31

国家性格 / 31

动物习性 / 32

性格的进化 / 34

希波克拉底、亚里士多德、荣格和迈尔斯 / 35

爱上“他”或“她” / 37

外向和内向 / 39

自然之手 / 41

第4章 畅饮人生:开拓者

“一片树林里分出两条路,我选择了少有人走的那条,从此我的人生大为不同。”罗伯特·弗罗斯特的这首诗描述了典型的开拓者的特征。海伦·凯勒就是个真正的开拓者,这位高大、充满激情、富有诗意的女性写道:“人生如若不能大胆的冒险,便将一无所获。”……

追求刺激的人 / 44

多巴胺:一种追求刺激的化学物质 / 46

单调敏感性 / 47

旺盛而持续的精力 / 48

冲动 / 49

创造推动力 / 50

创造力过多 / 52

好奇心:“求知的欲望” / 52

从容的专注 / 53

动力 / 54

适应性:变色龙 / 55

自主性:“别让他们驯服你” / 56

极度慷慨 / 57

乐观:阳光般的性格 / 57

黑暗的一面:开拓者的消极特征 / 59

可能的身体问题 / 60

年轻的和中年的开拓者 / 61

第5章 社会栋梁：建设者

建设者忠诚、正直；责任感、声誉和适度的道德品行，对他们尤其重要。建设者也是传统型的；他们赞赏、遵循社会规范和习俗。他们尊重权威，服从管理，乐于制定计划和遵守日程表。他们思维具体；往往比较刻板、注重细节、喜欢整齐有序，谨慎但不胆怯。他们通常比较合群，也善于管理他人……

血清素的魔力 / 66

尊重权威、忠诚 / 68

遵守秩序：规则的践行者 / 68

日常计划和时间表的制定者 / 69

精确和细节：步骤思维 / 70

顽强和耐心 / 72

事实导向：爱捣弄数字的人 / 73

管理天才 / 74

传统的守护者 / 75

谨慎但并不胆怯 / 76

尽职尽责 / 77

好交际、镇静、仁慈 / 78

高社会地位：归属 / 79

笃信宗教和“应该”的生物原理 / 80

黑暗的一面：建设者的消极特征 / 82

可能的身体问题 / 83

建设者：社会的栋梁 / 84

第6章 志向高远:领导者

阿尔伯特·爱因斯坦是一个典型的领导者。领导者会直抒己见。他们直率、意志坚强、果断。不过在做出决定之前,他们会冷静理性地全面权衡他们的选择。领导者崇尚自我控制;他们善于分析、多疑、严厉。领导者还很独立。而且他们一定要成功……

系统化 / 87

睾酮最优:食指会说话 / 88

与空间有关的技能 / 89

音乐和体育才能 / 90

集中专注 / 91

善于分析、逻辑清晰、直率 / 92

意志坚定、果断、严厉、多疑 / 93

足智多谋、自信、敢作敢为 / 94

独立、好强 / 95

“大人物”:控制力竞赛 / 97

成就与学识 / 98

少数几个知心好友 / 99

情绪控制:一种“本事” / 100

英雄般的利他精神 / 101

黑暗的一面:领导者的消极特征 / 102

可能的身体问题 / 103

志向高远 / 104

第7章 哲学之王:协调者

达尔文是个典型的协调者。他富有想象力,并精于理论。他还为人谦逊、和蔼可亲,直觉力强。他对他的家人和朋友抱有深厚的感

谁会爱上你，你会爱上谁

情,也非常善于处理人际关系和进行情感表达,他会跟别人分享他的感受。达尔文还很善言辞。但最显著的是,达尔文的协调者思维方式:他视野开阔,能够前前后后、全面、综合地考虑问题……

网状思维:探照灯 / 107

雌激素:丰富的源泉 / 107

想象力 / 109

直觉:整合的艺术 / 110

第六感:身体回路 / 111

头脑灵活:容许模棱两可 / 112

人们啊,人们 / 112

未说的话:联系 / 113

移情 / 115

无人是孤岛 / 116

高超的社交能力 / 117

随和 / 118

信任他人 / 119

善于表达情感 / 120

好口才 / 121

超意识和利他主义 / 122

自省 / 124

黑暗的一面:协调者的消极特征 / 124

哲学之王 / 126

第8章 玩伴、合作者、精神伴侣、灵魂伴侣:约会的化学原理

你主要的思考和行为方式会引导你选择特定类型的伴侣。开拓者先会被其他的开拓者所吸引,而建设者一般会跟其他建设者“看对眼”。另一方面,领导者最为协调者所吸引,而协调者最为领

导者所吸引……

开拓者:寻找玩伴 / 128

建设者:寻找合作者 / 132

领导者:寻找精神伴侣 / 136

协调者:寻找灵魂伴侣 / 140

“看对眼” / 144

第9章 坠入爱河:漏斗式选择

性格总会影响你选择什么样的人,但其他因素也有助于点燃爱的火花。你的童年经历、你需要或希望从爱人身上获得的东西、潜在伴侣的相貌和声音——这些和其他许多的微妙因素都会激发或浇灭你的浪漫激情。爱情的选择就像一个漏斗那样。随着你开始了解别人,你会了解的越来越多,并或慢或快地淘汰掉他们——直到你找到“那个人”……

收获的季节 / 146

邻近 / 147

熟悉和障碍 / 148

镜子、镜子:外貌至关重要 / 150

身材很重要 / 151

声音:修饰之美 / 153

节奏的信息 / 154

气味的印记 / 155

求爱谈话:相似的价值观 / 155

交换需要 / 157

我们扮演的角色 / 159

谁会爱上你，你会爱上谁

爱情地图 / 160

勾画你的爱情地图 / 161

积极幻想 / 162

“由爱生爱” / 162

第 10 章 另一半：我们如何相爱

人们常常问我哪一类型的组合是最好的，哪一类型的组合是最糟糕的。所有类型的搭配都会发生，四种性格类型的不同组合会产生十种基本伴侣搭配类型。每一种都有其优点和缺点……

“最佳”配偶 / 165

开拓者 - 开拓者的搭配 / 166

开拓者 - 建设者的搭配 / 168

开拓者 - 领导者的搭配 / 171

开拓者 - 协调者的搭配 / 174

建设者 - 建设者的搭配 / 177

建设者 - 领导者的搭配 / 179

建设者 - 协调者的搭配 / 182

领导者 - 领导者的搭配 / 186

领导者 - 协调者的搭配 / 189

协调者 - 协调者的搭配 / 192

大自然的设计 / 195

第 11 章 让化学物质发挥作用：大自然的建议

我们该如何点燃自己或对方的这种狂热？我们该如何让这种激情持续地燃烧？我并不是一名医生。但是我已经开始了解大自

然的一些奥秘。所以,我这里有一些给每一种性格类型的人和他们爱人的建议……

- 开拓者 / 199
- 建设者 / 201
- 领导者 / 204
- 协调者 / 207
- 要可爱 / 210
- 喜欢你自己 / 210
- 谨慎自夸 / 211
- 不要“故作难以接近” / 212
- “来啊”调情策略 / 213
- 面部语言 / 216
- 设置障碍 / 217
- 耸立和蜷缩 / 218
- 调情搭讪的五个步骤 / 219
- 积极聆听和幽默 / 221
- 谁买单 / 221
- 接吻 / 222
- 随意性行为 / 224
- 承诺 / 225
- 为爱而生 / 226

附录 伴侣选择研究:我们选择谁 / 228

聆听自然之声：何以是他？何以是她？

我无边无际，我包含芸芸众生。

——沃尔特·惠特曼

“从此你们不再淋雨，因为你们将成为彼此的庇护所。从此你们不再感到寒冷，因为你们将互相给予温暖。从此你们不再孤独。但你们将面临长长的一生。到你们的家去，开始你们朝夕相处的生活吧！祝愿你们的婚姻幸福长久！”

当我于2006年在加利福尼亚的拉荷亚听到这首祝婚词之前，它可能已经在美国西南部的阿帕奇印第安人中流传了数百年。那是六月初的一个傍晚，蓝色天空中泛着红霞，我在一家意大利高级餐厅二楼的一张折叠椅上坐着，窗外飘来一阵阵大海的味道。一位年长的绅士正在主持一个简短的婚礼仪式，这个仪式融合了基督教、犹太教和阿帕奇部落的传统。我眼前的两位新人——帕特里克和苏珊娜容光焕发，他们是在 Chemistry.com 上相遇的，是这个网站首批走进婚姻殿堂的情侣之一。这是我帮 match.com 设计的一个美国的在线约会网站。

帕特里克以前是美国南部新奥尔良的一名记者，2005年卡特

里娜飓风让他失去了工作、家庭和所有财产。2006年2月，他去了西部洛杉矶，跟他的亲戚住在一起。稳定下来之后，他注册了match.com在美国的姊妹网站Chemistry.com，并得到了网站推荐给他的第一个相亲对象：苏珊娜，住在拉荷亚的一名律师。第一天晚上，他们在电话里聊了3个小时。随后的那个周末，他们见了面，并陷入热恋。

他们一起去巴黎度假。在四月一个柔和的夜晚，帕特里克把苏珊娜带到埃菲尔铁塔的顶部，在那里向她求婚。年轻的姑娘目眩神迷，咧嘴笑着回答“我愿意”。如此这般，我才在这个欢乐的婚礼傍晚，身处拉荷亚的这家意大利高级餐厅中，旁边围坐着大约五十位他们的亲戚朋友。

我喜欢和那些沉浸于爱河中的人在一起。他们浑身散发着颇具感染性的活力。这种活力在新郎帕特里克身上很容易察觉到，他是第一个到达婚礼现场的。他一出现，立刻就带来一股生机勃勃的气息。尽管我们之前从未见过面，他却十分热情地向我问好。我们立即聊了起来，我们谈到了英语的演化，他当记者时在亚洲一些危险地区的经历，以及我过去所做的一些关于人在恋爱时大脑产生的化学反应的研究。

其他人也很快赶到了，我们选了两张正对着点缀着百合花的通道护栏的折叠椅坐下。最后出现的是新娘。我看到她时不禁惊呆了——娇小完美的身材，瓷娃娃一般的皮肤，大大的蓝眼睛，长长的金棕色头发上顶着一个用勿忘我花盘成的软软的小花环。就像希腊神话中的海伦一样，苏珊娜有一张足以发动千军万马的美丽面孔。她神采奕奕，这一点和帕特里克很相配。她为她的王子所陶醉，当她说“我愿意”时，她凝视着他，咧嘴笑着，洋溢着难以抑制的兴奋与激动。

有人吹起了长笛，主持人念起了阿帕奇祝婚词。当新郎新娘走下位于我们座位中间的临时搭建的走廊时，大家拿起椅子边放

着的小瓶子，对着两位新人吹起了泡泡。然后，宴会开始：大盘的意大利粉，田园开胃菜，蛤贝，香肠，鸡肉意式面——每张桌子上都有许多意大利人最爱的菜肴，现场满是气球、五彩纸屑和香槟，DJ 大声播放出熟悉的旋律，人们踏着音乐的节奏纵情舞动。帕特里克和苏珊娜在人群中间跳着舞着，洋溢着欢乐之情。

《圣经》里说：“爱是凡事盼望。”我希望帕特里克和苏珊娜的婚姻美满。而我之所以对他们的婚姻持乐观的态度，还有一个原因。由于他们都参加了我设计的性格测试，这个测试包括了一系列旨在确定一个人有哪些基本的生物学意义上的气质的问题，所以我对他们的性格有所了解。他们都告诉了我各自的测试结果。根据这些数据，我确信，帕特里克独特的化学特征会和苏珊娜互补，这会使他们在生理和心理方面达到一种融合，而且这种融合会让他们长久地彼此吸引。

气质和爱情

人有许多天生的性格倾向。事实上，科学家们现在认为，人类性格差异中大约有 50% 是和遗传基因有关的。很多性格是来自遗传的。

但是，什么是性格呢？

心理学家将其定义为一系列影响个人行为的思想 and 情感的独特总和。

当然，你的性格要比你的生物构造丰满得多。性格由两种截然不同的特征组成：个性特征和气质特征。

一个人的个性特征来源于他或她的个人经历。孩童时期的游戏，父母的兴趣爱好和价值观，周围的人表达爱和恨的方式，亲戚朋友如何定义有礼貌的、危险的或让人高兴的行为，他们如何