

史上最酷心理学

婚姻与恋爱的秘密

MARRIAGE AND LOVE

苏陌 作品

用一个原理

从全新角度
解密

同爱的全部秘密

全国百佳图书出版单位

时代出版传媒股份有限公司

安徽人民出版社



史上最酷心理学

婚姻与恋爱

的秘密

MARRIAGE
AND
LOVE

全国百佳图书出版单位
时代出版传媒股份有限公司
安徽人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

史上最酷心理学：婚姻与恋爱的秘密 / 王絮著. — 合肥：安徽人民出版社，2012.7

ISBN 978-7-212-05364-2

I. ①史… II. ①王… III. ①婚姻—社会心理学—通俗读物 ②恋爱心理学—通俗读物 IV. ①C913.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 165153 号

书名：史上最酷心理学：婚姻与恋爱的秘密

作者：王 絮

出版人：胡正义

出版策划：叶光森

责任编辑：汤来先

特约编辑：刘芬芬

责任印制：刘 银

装帧设计：八牛设计

出 版：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 8 楼 邮编：230071)

发 行：北京时代华文书局有限公司

(北京市东城区安定门外大街 136 号皇城国际大厦 A 座 8 楼

邮编：100011)

电话：010-64267120, 010-64266769 转 8067 (传真)

印 刷：北京正合鼎业印刷技术有限公司 电话：(010) 61256142

(如发现印装质量问题，影响阅读，请与印刷厂联系调换)

开 本：700×1000 1/16 印 张：13 字 数：180 千字

版 次：2012 年 8 月第 1 版 2012 年 8 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-212-05364-2

定 价：26.80 元

版权所有，侵权必究



爱情是什么？是炎热夏日里的一抹清风，飘雪寒冬里的一炉炭火，还是高山流水的一种相知，抑或跪地求婚的一路浪漫？爱情百味，一言难尽。但说起爱情，男男女女都感慨颇深，仰天长叹做沉思状：爱情这玩意儿，玄妙得很！

玄妙得很的爱情却不难高攀，随时都可能降临到每个人头上。或搅动一池春水，或荡尽池边春树，却百般莫测令人迷惑，光怪陆离令人生疑：为什么男人都喜欢美女，而女人都喜欢帅哥？为什么丰乳肥臀是男人的最爱，而财富加身是女人的首选？为何“高帅富”称霸婚恋市场，凤凰男却频遭女人驱逐？为何男人喜欢一夜风流，而女人偏爱一世承诺？……搞不懂的爱情在纠缠不清、吵吵闹闹中升级进化，婚姻的殿堂转瞬即来。

婚姻来了，爱情的堡垒却并未加固，反而疑窦丛生，新仇旧恨不断：“裸”着结的婚是否靠谱？婚都结了，为何他/她还那么多要求？家有贤妻良母，男人为何还执迷于“金屋藏娇”？生儿子的女人能留住男人的心吗？……

恍惚的婚恋给男男女女徒增许多烦恼，也搅得整个社会“婚恋解疑”成风。抛开众说纷纭的分析论证，时至今日，一种略显深沉却脉



络清晰的理论浮出水面，并火热延伸——进化心理学。用进化的心理解释爱情和婚姻中的谜题，把一切纠葛拉扯到千万年前的祖先时代，无疑是一种全新的、前所未有的、与众不同的视角。在众多婚恋理论研究中，这是一种全新的尝试，当然，也相当有趣。

以进化心理的角度来观察爱情和婚姻，我们理出了一个非常直观的脉络，即“一个中心、两个基本点”：祖先时代的人类都以繁衍后代为中心，男人以积累物质资源寻找伴侣传递自身基因为基本点，而女人以依靠男性资源和成功养育后代为基本点。

在这个基本理论的指导下，一些婚恋秘密迎刃而解：为何男人喜欢丰乳肥臀？因为这样的女人繁殖后代价值很大。为何女人喜欢“富二代”？因为有钱有势、资源雄厚的男人能为女人和她的孩子提供更多的生存资源。为何男人奢望三妻四妾？因为男性从一开始就以广泛传递基因为目的，拥有多个伴侣的欲望是本性使然。为何女人渴望获得誓言？因为这是男人表示永久性供给其资源的标志……

沿着进化心理的脉络，并结合现实的诸多婚恋疑窦，我们编写了这本书，力争以生动有趣、实用直观的思路和语言，给深陷婚恋泥沼中的男人女人们提供一个解决现实问题或者改善心态的新方法。

本书按照为何恋爱——男女婚嫁需求——恋爱经营——婚姻拉锯——爱情死磕——短暂激情的“由爱到婚”的先后顺序分为七章，涵盖了当下最具话题性和热议度颇高的视点；论述上以实情引入+进化分析为主，在看似戏谑的论述里，给读者以深入浅出的实际指导和启迪。

翻过此页，我们将走进轮回的隧道，在现代和远古时期穿越往复，揭开传承千万年的人类婚恋之谜。穿越即将开始，你，准备好了吗？



第一章 我们为什么要恋爱

恋爱是人与生俱来的本性 /2

我们和谁谈恋爱 /4



没完没了的两性冲突 /6

难长久的异地恋 /9

隐秘的感情更刺激 /12

为什么有人会被“剩下” /15

第二章 男人娶妻求佳人

女人是男人的一张名片 /20

“20岁”是男人的心头好 /22



为什么男人看重女性身材 /25

男人的处女情结从何而来 /28

长发飘飘的女人惹人爱 /31



忠于自己的感情才可靠 /33

别人的眼睛是把尺 /36

男人更容易往歪处想 /38

大款and美女为什么是标配 /41

剩男都是“被”剩下的吗 /43

第三章 嫁人就嫁“高帅富”？

女人：找驸马不如找富马 /48

好女不嫁凤凰男？ /51

女人的心头好是多少岁？ /54

最好找个潜力股 /57

男人一定要靠谱 /60

情智兼备的男人最受宠 /62

配得上，也要合得来 /65

女人也是身材控 /68

要钻戒，也要承诺 /71

“大女人”更爱“大男人” /74

剩女是个伪命题吗 /77

第四章 恋爱是处心经营的持久战

女人要表白，男人要行动 /82

女人爱炫美，男人爱炫富 /84

男人喜欢说誓言，女人喜欢听誓言 /87

男人讲风度，女人加难度 /91

肌肉是男人最好的展示品 /94

恋爱中的女人为什么会变漂亮 /96

越帅的男人越危险 /99

“非君不嫁”与“非卿不娶” /102

妙不可言的性暗示 /105

性关系：男选多，女选优 /108

逆境中的爱情更坚定 /111

付出越多，越容易失去 /114

女人为什么总是更被动 /117

第五章 婚姻是你来我往的拉锯战

人为什么要结婚 /122

婚姻以互惠为原则 /125

裸婚，玄而又玄的东西 /128

维系婚姻，就要不断满足他/她 /130

不是金屋也“藏娇” /133

婚姻会令女人贬值吗 /136

生男孩可以降低离婚率？ /139

为什么会有丁克族 /142

探秘“一夫多妻制” /145

男人的中年危机是女人逼出来的？ /148

嫁给轻熟单身汉，不如嫁给离异老男人？ /151

第六章 爱情是一场死磕的游戏

HOLD住对方的情绪，你就赢了 /156

老夫老妻就不需要甜言蜜语吗 /158

“心碎”的婚姻难再圆 /161

关于婚外情 /164

外遇被批判的真正理由 /167

夫妻生活也有“痒” /170

家庭暴力的根源在哪里 /172

爱极生恨：极端的控制行为 /175

第七章 “三秒钟”的性关系

放荡背后的真相 /180

男人喜欢风情女，女人喜欢优质男 /183

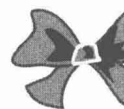
男人更容易迸发短暂的激情 /186

短暂的激情也有保鲜期 /189

性幻想：男“杀”生，女“杀”熟 /191

偷情时，你被“偷”走了什么 /194

第一章



我们为什么要恋爱

❖ 恋爱是人与生俱来的本性

网上一度流传这么一种说法：人生下来只是不完整的半个人，直至找到另一半，才能成为一个完整的人。

这句话看似费解但其实很简单。我们常把自己恋爱或婚姻的对象亲切地称为“另一半”，说的正是这么回事。有人说，爱能让人一夜长大，让懵懂的少年变得成熟稳重，让随性的人更懂得生命的责任和意义；也有人说，爱让人失去自我，爱让一个聪明的人变成一个傻子，让一个不羁的人变成牢笼里的困兽。有人把爱情当做天山上的雪莲，圣洁不容玷污；也有人把爱情当做一场又一场纵欲的游戏……而纵使爱情被有些人形容得如此不堪、如此不值一提，他们自己依然在爱情的旋涡里或主动投入或被动地挣扎。即便有人将爱情看做是可怕的火坑和陷阱，也难以阻挡一拨又一拨的人前赴后继、奋不顾身地往下跳。人们就像中了魔咒一般，憧憬爱情，投入爱情，丧失爱情，祭奠爱情，而后开始全新的爱情旅程。数百年来，人类用实际行动为爱情谱写了一曲又一曲浪漫的赞歌，然而，到底什么是爱情？

生物学家会告诉你：爱情是大脑里一种叫做多巴胺的物质发生作用的结果。我们可以用苯乙胺、多巴胺和去甲肾上腺素来引发一段爱情，用内啡肽使之长久，再加一点后叶催产素将之变为永恒。

经济学家会告诉你：爱情是一场投资与回报的较量，收益与风险并存，我们要在不断衡量中找到最佳策略将收益率最大化。用最少的投入获得最多的产出，你就是爱情中的大赢家。



社会学家会告诉你：爱情是一种特殊的社会关系，是人与人之间吸引的最强烈形式，是一种建立在公平基础之上的等价交换。

爱情是恋爱行为的精神基础，而一种截然不同的角度——进化心理则给恋爱找到了新的缘由：恋爱是人们为了保持物种延续而必须做出的行为。人类有传宗接代、延续遗传基因的本能，因此恋爱可以说是人与生俱来的本性。就如同饿了要找东西吃、渴了要找水喝一样。当人有了繁衍后代的需求后，恋爱行为也就自然而然地出现了。

这并非一种新潮的观点。早在150多年前，英国最有名的生物学家查尔斯·达尔文就为恋爱行为（当时被称作择偶行为）提供了建立于进化论基础上的解释。达尔文偶然发现，雄孔雀的羽毛特别绚烂多彩，漂亮得甚至会为它们招来杀身之祸。当然，这并非那些不漂亮的孔雀由于嫉妒而想方设法将它杀死所致，而是那些欲图捕获它们的猎人造成的，拥有漂亮羽毛的雄孔雀会更容易被猎人们发现。在这个意义上说，漂亮的羽毛是不利于它们生存的，为什么却在孔雀长期的进化中被保留下来了？对此，达尔文给出的解释是，雄孔雀这炫耀的法宝之所以得以保留下来，是因为它为雄孔雀与同性竞争合意的配偶提供了被选择优势，有利于其世系的遗传，从而进化成为具有遗传收益而非生存收益的特征。简单一点来说，绚烂的尾羽是雄孔雀吸引异性的最好武器，雄孔雀是为了找到适合自己的另一半，谈一场轰轰烈烈的恋爱，让那只爱上自己的雌孔雀为自己繁衍后代，才甘愿冒被杀戮的风险将这危险的特征保留下来。而那些为了安心活命不敢保留尾羽的胆小鬼们，因为失去了吸引异性的法宝，在同性的竞争中只能落得被淘汰出局的下场，最终也就令它们的基因退出了演化的舞台。

将这种理论应用到人类身上，恋爱行为则可归结为对配偶的偏好和争取配偶的竞争。不过，达尔文提出这种归结法以后，一些男性科学家坐不住了，因为他们觉得对配偶的主动选择赋予了女性过多的权

利，这些自大的男人们早已认定女人应该是恋爱行为中的被动者，而男人则是紧紧操纵命门的人。当时一些主流科学家们则觉得，把恋爱行为归结为人的本能漠视了人类区别于其他灵长类动物所具有的灵活性和独特性，因而也不赞成这种说法。不过，纵然这种归结方式在后来的一个多世纪里被很多科学家质疑和诟病，但它依然作为一种研读恋爱心理机制的理论存活了下来。今天，从进化的角度审视恋爱及恋爱的后续产物——婚姻中的种种现象与问题，或许我们能从中找到新的诠释。

我们和谁谈恋爱

茫茫人海中，我们如何才能准确找寻到属于自己的另一半？即便每个人都希望站在自己面前的那个就是对的人，但事实上几乎每个人都要经历数段感情，有的人于辗转中传来捷报开启人生的下一模式——婚姻，有的人则苦苦追寻、心灵千疮百孔依然未见成果。恋爱是这个世界上最难以找到规律的事情，费尽心思去追去找，那个人却似乎永远走在你的前面与你保持一段距离，看得见摸不着，而不经意地一转头，或许你就遇到了真正要陪你走完一生的那个人。

在恋爱这个问题上，即便是放荡的纵欲者也不是随便拉过来一个人就能谈恋爱的。每个人都有自己的一套择偶标准，男人喜欢漂亮的女人，女人喜欢成功的男人，这是一种性策略。策略是达到目标和解决问题的方式与手段，或许我们将感性上相当浪漫的恋爱看成是一种带有功利性的策略会很俗，甚至有损恋爱的光环，但事实的真相就是如此。无论是古代人花前月下把酒言欢，还是现代人名车豪宅暗影调



情，目的都只有一个：得到心爱的人，与之完成一个神圣的使命——繁衍。

长江后浪推前浪，每个人都希望自己身上所携带的遗传基因能在一代一代的传承中不断优化再优化，因而人们都愿意寻找出类拔萃的人与自己完成历史的使命。男人喜欢漂亮的女人，因为这样生出来的孩子显然会比找一个丑女人生下的孩子更漂亮，从而有利于孩子的生存竞争；女人喜欢有钱的男人，因为这样孩子将来的生活环境会更优越。在那个只能靠狩猎为生的原始社会，有着更强捕猎能力的男人会有好几个妻子，因为女人们知道只有依靠这样的男人，自己和生下的孩子才能存活下去，才不至于被饿死或被猛兽袭击致死。因此，选择容貌姣好或能力卓著的人，就成为人们在选择恋爱对象时的一种策略。这种策略随着世代的繁衍传递下来，即便现代人几乎根本不会因饥荒致死，不至于时刻面临生命危机，也依然会受这种选择策略的驱动作出适宜的选择行为，根据自己的需求寻找那个有资格与自己谈恋爱的人。

无论何时，我们都不可能对所有异性产生同样的欲望，而是会依据自己的偏好择优录取，这是一个适应问题。

进化心理学将“适应”定义为进化出来的对于生存和繁殖问题的解决方法。直白地说，人们懂得把肉煮熟了吃，知道水果可以吃而泥土不能吃，甚至是长出汗腺来，都是适应的结果。煮熟的肉不仅口感上更胜一筹，更重要的是加热令肉里可能存在的寄生虫或其他病菌统统消失，避免病从口入以利于生存。同样，长出汗腺是为了散热，产生情绪是为了保护自我，进化出免疫系统是为了对抗疾病……所有这些在进化过程中传递下来的特征，都是生存所必需的。

人类在选择配偶这个问题上，也会根据适应的需求挑选对自己有利的配偶。这种挑选的能力如同恋爱本身一样，是人与生俱来的，因

为每个人之所以存在就是因为祖先明智地选择了正确的配偶进行繁衍。我们的祖先收获了强有力的生存和繁殖优势，并将对于配偶的这些明确的欲望和标准传承下来。身为人类祖先中那些成功者的后代，我们自然会携带着他们的欲望和选择标准将恋爱进行到底，找到一位适合自己的长期配偶，而后将这些欲望和标准传给我们的下一代接班人。

从选择配偶，到与配偶磨合相处，再到繁衍生息，都是祖先赋予的使命，这的确有些枯燥沉闷。于是不安分的人们开始蠢蠢欲动，伺机寻找放纵的机会以慰劳疲惫的身心，短暂的激情和短期的感情关系便出现了。在这种短时间的关系里，人们几乎都会换换口味，改变一下择偶偏好，有时这种改变甚至是戏剧性的。毕竟，在这种短暂的关系里，人们所求的只是一时之快。当这些新鲜刺激和快乐的感觉不复存在时，这种短暂的关系也就宣告结束。在这种不必担负责任的关系里，人们总是能够更加随心所欲。正是由于短期关系的这种特殊性，它在向承诺性关系转化时特别艰难。

✧ 没完没了的两性冲突

男人是火星物种，女人是金星物种。按照传统的五行学说，火克金，注定了男人与女人之间是互不相容的。当然，把男女之间的问题归结到五行上实属无稽之谈，但两性之间的冲突与矛盾真实存在，且在生活中轮番上演，花样层出不穷，剧本千变万化，你永远也无法预测到下一秒剧情将往哪里发展。

男女关系真是一场经久不衰的戏。男人埋怨女人，女人怨怼男



人；男人提起那些费解的女人就头疼欲裂，女人恨起男人来也往往咬牙切齿。可即便如此，谁也免不了在男女关系的漩涡里折腾几回。

男人和女人无论是在思维方式、直觉判断，还是在行为习惯上，都存在着明显的差异：男人擅长理性思维而女人是感性动物；男人更看重结果而女人则偏向过程中的体验。在感情关系上，女人常讽刺男人是用下半身思考的动物，男人则认为女人是最麻烦、最难捉摸的异类……各种各样的差异似乎早已注定男女就如冰火般充满矛盾与对立。然而男女所有的差异与冲突其实都源于择偶与生存竞争中的策略冲突。

在择偶的进化心理学里，一种性别采取的性策略与另一种性别采取的性策略发生抵触，这就是策略冲突。男人的理想策略是与更多的女人繁衍后代，追求的是数量；女人的理想策略则是与更优秀的男人完成繁衍的任务，追求的是质量。数量与质量这个本质性的分歧为两性间的冲突埋下了伏笔。当这两种需求无法同时满足时，冲突就会出现，而且会贯彻到两性交往的方方面面。

遗憾的是，这两种需求被同时满足的可能性几乎为零，因而男女之间就注定了是冤家，一旦建立关系就预示着拉开了一场没完没了的博弈的序幕。

男人与女人的战争很多时候都是嫉妒作祟。嫉妒心理也是与生俱来的，它在两性关系上表现得尤其明显：一个平时再大大咧咧、再友善、再宽容的人在恋爱中也是眼里揉不进半粒沙子的，该吃的不该吃的醋都要来一壶。很多人误认为女人是个十足的醋坛子，但事实上男人吃醋的概率更高，特别是结婚以后。婚后的男人发展出了一种敏感的嗅觉来刺探妻子是否可能发生背叛行为，并采取相应的行动尽可能地避免妻子出现外遇，否则将可能出现一种最令男人沮丧和恼火的现象——替别的男人养孩子。想想自己妻子生下的孩子所携带的是别

人的基因，并阻碍了自己家族基因的繁衍，恐慌的男人必然会将这个可能性毫不留情地扼杀在摇篮里，而且越早越好。女人越年轻、越漂亮、性魅力越大，男人的性嫉妒心理就越强烈与频繁。

女人由于没有母子关系的不确定性问题，所以她们性嫉妒的功能与男人截然不同。男人的地位与资源是女人最看重的条件，所以男人越有钱、社会地位越高、身边的女人越多，女人吃醋的可能性就越大、越频繁。

很多女人在恋爱时都会故意发脾气，做出委屈不安的样子以吸引男人的注意。男人表示注意及发出关怀行为后，女人就满足了，然后为下一出戏摩拳擦掌作准备；男人要是稍微迟钝一点，那么轻则假气变真气，重则大吵一架然后分道扬镳。女人觉得一切都是理所当然的，是在考验男人是否付出了真心；而男人则通常被女人的这种想法弄得哭笑不得又手足无措，做不是，不做更不是，实在不知道怎样做才是对的。

还有一种现象是，女人深知男人喜好什么，于是投其所好对男人撒娇引诱，不断施以挑逗和诱惑以达到控制的目的，令男人产生错觉恨不得马上与之共同完成人生的重任。可女人呢？她们全然不急，还会反过来怪男人太过心急，看着这些男人们狼狈出糗的样子摆出一副满足的欣赏状。

从恋爱一开始，男人和女人之间就充满了游戏式的较量。最开始，两性各自拿自己的择偶标准来考察对方的容貌、体形、个性、社会地位、资源的丰富度等各个方面的条件，确定他/她的价值，判断其是否为合格的良性配偶。随着交往程度的加深，两个人彼此越来越坦白，身上的缺点也就一点点地从神秘的面纱里被揭出来，从而令对方很容易挑出毛病。当发现对方不足之处越来越多的时候，矛盾与冲突就会越来越多，倘若双方不知包容和调节，那么所有的问题就会集中