
前言认识性与爱，找到“对的人”

说起当今时代的生育环境和我们应对相关问题的方法，可真是我们的祖先想都没想过的：通过改变荷尔蒙状况、人工受精与试管婴儿的技术来改善生育能力；通过婚姻介绍所和网络寻找伴侣；用化妆或整形手术来让外表变得更漂亮；甚至可以在培养皿中创造新生命。这些千奇百怪的方法，只有人类这个物种可以办得到。

在研究其他生物交配方面，人类绝对是专家，不但能预测他们何时会有何种反应，还能应用基因工程改造生物的外观。但是，回头看看人类自己的择偶情况，不但成功率不尽如人意，很多人甚至对整个过程都一知半解。其他大多数动物在挑选对象和发生关系上则顺利得多：雌性发情，雄性顺势而为，完毕！

爱情是什么？

“爱情”一向是音乐、戏剧、小说、电影与诗歌中最常见的主题，无论哪个民族、哪种文化都概莫能外；而与伴侣的相处情况或“我的另一半在哪里”，常常成为人们聊天时的谈资，女性朋友们尤其热衷于此。

世界上很少有类似的事情能给予我们如此愉悦又癫狂的美妙感受，同时却也令人深感痛苦与绝望。那么，爱情到底是什么？几千年来，无数人致力于探求爱情的本质，但直到目前为止，他们的说法都不能让人满意。

爱情这东西的定义实在太模糊了，因此需要人类不断地对它加以诠释。

进一步来说，人们为什么要有性生活呢？男人为什么一天到晚追求性爱，又是什么原因使女人那么苦苦地渴望男人的承诺？本书将一一回答这些问题，细数性、爱情与罗曼史的起因，为各位呈现出大脑的爱情区位，更重要的是，告诉你到底该怎么办。我们将充分运用科学学说、调查报告和研究案例，以风趣幽默的方式，让各位轻轻松松记住它。

你所不知道的性爱真相

许多人从小就抱着这样一个信念：世界上一定有一个“对的人”，可以和我相伴到老。可惜的是，对大多数人来说，这只是个很难实现的愿望而已。尽管大多数已婚人士都相信他们的婚姻会“至死不渝”，但许多国家的离婚率却超过50%，婚外情的比例也高达30%~60%，其中，男方发生外遇的几率远远高于女方。

宰柵先同居再结婚者的离婚率，各国都不一样：加拿大和西班牙是25%，瑞典、挪威和法国则超过50%。

我们很容易将情感不顺看作一种“个人失败”，这为心理咨询师带来了丰厚的利润。事实上，伴侣间的冲突和矛盾在生物界是司空见惯的事，人类当然也不能例外。在20世纪80年代，人们普遍相信人类行为大多是通过主动学习得来的，也可以被改变；现在我们才知道，很多行为是天生注定。20世纪末以来，人类行为学家用大量例子表明，人类的大脑装备了一组先天的线路，它构成了影响其未来行为的最大原因；我们也了解到，影响我们思考或行为的除了文化因素，还有生活环境造成的合力，先天和后天两种因素紧密结合、共同作用。如此说来，人类的大脑就像配备了硬件和软件的电脑一样，当面临突如其来的压力时，会自动回到预设状态，也就是“先天机制”；而环境之类的“后天因素”，则好比这部电脑上的程序。

当然，也并不是说人类只能受DNA的摆布。大脑的额叶皮质区让我们具备了自行决策的能力，而整个皮质区则掌管着所有的感官信息、记忆和思维，使我们能够思考、抉择并超越本能行事。但当我们面对性和爱这种原始本能时，大脑的“预设状态”却使我们的行为与老祖宗一模一样，避无可避。当电脑过热或死机时，系统决定它只能以预设状态来运行，我们的大脑也是如此。所谓的“平等”只是我们人为创造出来的情况，其实男人与女人希望从性和爱中得到的东西并不一样，当然这一点无关优劣，只是不同而已。尽管我们都能对于所需之物作出有意义的选择，但大脑的预设状态仍然左右着选择的方向。

这本书将告诉你，其实女人与男人一样热衷于上床(她们称之为“做爱”)，你也将知道在什么样的情境、条件和优先顺序下，男女会达到性冲动的引爆点。我们将逐一探究男人与女人的真正需求，帮你揭开大多数人不知道的性/爱真相。更重要的是，我们会给你提供择偶必胜的方略，助你成功找到那个“对的人”。

西方社会里与性相关的许多痼疾，其源头都在英国维多利亚女王及其丈夫阿尔伯特亲王那里。在1837~1901年的维多利亚时代，向来以严苛的道德观、性压抑、对犯罪深恶痛绝著称。当时男同性恋是不合法的，而女同性恋的存在则索性无人承认。在维多利亚时代的顶峰，人们尽可能地把家具的脚盖起来，以免产生不当的性联想(钢琴罩与桌布就是在此期间发明的，目的正是覆盖看起来像性器官的桌脚。——译者注);不论男女，泳衣全都从头裹到脚;女王甚至颁布了一道命令，将“鸡胸肉”改称“白肉”，并禁止一切会露出女性内衣的广告。现在大多数社会将“裸体”等同于性诱惑，还真是女王的功劳呢!

维多利亚时代的女性受到的性教育和我们今天全然不同。她们对性绝不能主动，也不可以有性幻想，而要全身心地奉献给丈夫、家庭和国家。当时要判断一个男人成功与否，他的妻子有多柔顺也是一个重要因素。此外，当时的人们一点都不认为女人也有性需求，而是普遍觉得女人对性事压根不感兴趣，仅仅是屈服于男人的性冲动而已。现在看来可笑，当时流行的观念是正直的丈夫应该每6个月才与妻子上床一次，还有专门的书籍给男人提供五花八门的方法以降低性欲，以免“需求过多”。最精彩的一条建议莫过于，女人在床上最好直挺挺地躺着，紧闭双眼，在心里想着大英帝国!

事册在拘谨的维多利亚时代，人们认为在公众场合提到“腿”(leg)是不恰当的，因此经常使用“肢体”(limb)这个词取而代之。

不管你是否意识到，这些维多利亚式的教条有可能从你曾曾祖父母那里一代代传给了你。如果提到有关性的话题你感到尴尬，或听到黄色笑话会觉得难为情，甚至想换个话题，你就有可能受到了维多利亚式价值观的影响，这也是为什么英语系国家，尤其是英国，比起其他没有受到维多利亚教条荼毒的国家有更多性方面的疑难杂症。如果你与类似文化之间一点儿关系也没有，但对谈论与性相关的话题仍感到不自在，那也有可能是宗教的作用。无论如何，价值观对于当今人们如何对待性问题有着重大影响。

带你了解最科学的两性机制

据统计，当今大约每两对夫妻就有一对可能会婚姻触礁，而其中提出离婚要求的，大约有85%是女性。英国平均每天有3个付不起子女赡养费的离婚男人自杀，这些男人觉得他们永远存不了钱，也找不回自己的生活了。拥有一段婚姻关系、两三个孩子，虽然可以让生活美满快乐，但当这段关系被迫结束时，则可能会使你大病一场，或失去生活的勇气。

从这个角度来说，我们非常有必要了解在选择伴侣时，大脑到底是怎么作决定的。

你现在看到的这本书是根据最新、最前沿的研究结果写成的，而非什么民间传说、神话故事、星座命理、浪漫故事或理想模型。讨论的绝大多数问题，都是有凭有据的。我们涵盖的范围从概率研究和科学实验到两性关系调查数据，我们夫妻二人的亲身经验以及大量的资料也包含其中，用以解释说明人类的行为模式和思考路径。为了保持客观准确，我们坚决摒弃了任何不科学或不可靠的内容。

在调查与写作这本书的6年中，我们这对已届中年的作者以人工授精的方式生下了两个小孩，共同应对了前列腺癌的压力，战胜了许多足以摧毁伴侣之爱的重重障碍。因此，书中的观点不仅来自科学研究成果，也包含着我们以及身边朋友的个人经验、观察结论与应对方法。

好好享受这本书吧!

第1章男女大不同：脑中的性爱地图

为什么男人容易性欲高涨，女人容易一往情深？为什么男人总爱看美女，女人总爱翻出陈年旧账？“一见钟情”确有科学依据吗？经验告诉我们，上一段恋情维持几年，你就要花几个月从失恋阴影中走出……爱情世界妙不可言，答案尽在你的大脑影像中。

我们经常用激情、迷恋、浪漫、充满魅力、无法自拔的爱、情人眼里出西施等词语来描述爱的幸福感觉，这些感觉几乎每个人都曾以某种方式感受过；当然，随之而来的烦恼、压力、极度痛苦、折磨、悲伤也令人无法逃避。

千百年来，专家们努力想定义什么叫做浪漫恋情（尽管不怎么成功），通常的结论是：这肯定是某种神秘的、超自然或者灵性力量的作用，非人类所能掌控。但是，我们却能毫无困难地将人类情感分类，如忧愁、焦虑以及恐惧等。

20世纪70年代起，人类开始经历对爱的深度心理渴望。因为社会结构发生了变化，几千年来与朋友、家人、爱人亲密联系的常态，如今正慢慢崩解。

人类这个物种很久以前就会照顾后代，彼此相亲相爱、互助合作，进而形成家庭与社会：老人照顾孩子，壮年男女负责工作或者张罗食物；晚上老人给孩子讲故事，以此传授他们生活技能。这样的家庭结构现在只在一些民风纯朴的地区有保留，比如中东的某些地区、亚洲、地中海等。如今越来越多的人单身或者独居，由此形成的文化教育裂缝也愈加巨大。100万年前或更久之前，社会将男人与女人结合在一起，但今天的社会却让男人与女人分开。家庭基本结构一旦遭到腐蚀，就会导致价值观崩溃、父亲在孩子成长过程中缺席、社会情绪混乱失控。

说到性与爱，男人与女人的程序很不一样，从远古时代就是如此。

现在的男人，在看到健康、生育能力强、年轻的女性时会感到兴奋，而女人见到能力强、社会经济地位高、勇于承诺、准备结婚生子的男人，同样会感到很有兴趣。这跟老祖先没有什么两样。事实上，就性欲和性驱动力来说，几千年来都没有什么太大的改变。从今天的价值观点来看，这种说法可能不太受欢迎，现在流行的说法是“男人与女人都有相同的生活追求”，但如果你深究下去，就会知道这是错的。老实说，你可能在心底里也觉得男女之间的追求是不一样的，这种谬论能屹立不倒，全拜一群追求权力的人所赐，比如官僚、某些女性主义团体以及其他带有政治动机的人。

事册男人与女人哪里不一样？女人希望男人满足她每个小小的需求；男人则希望每个女人满足他唯一的小小需求。

爱的源头：大脑中的化学反应

得克萨斯州大学奥斯汀分校的心理学教授大卫·巴斯(David Buss)，因研究“人类择偶时表现出的性别差异”而受到国际瞩目。他的研究小组在147种文化里寻找关于爱情的线索，从石窟绘画、手稿、诗歌与书籍中发现了许多案例。提到爱情，大多数人只会想到爱人之间互相凝视的双眼、紧扣的十指，以及情歌、做爱、微醺的温暖感觉，和“从此幸福快乐”的情节。但是，其实爱也有阴暗面。巴斯教授等人发现，在人类的情爱史上，大量存在着春药、魔咒、殉情，以及失爱引发的谋杀等例子。事实上，每4起谋杀案中，就有1起源于错爱；很多情敌、跟踪者、被抛弃的人往往因想不开而寻短见，几乎每种文化里都有类似《罗密欧与朱丽叶》的故事。由于对爱的高度渴求，人类在恋爱时内心总是充满兴奋、绝望、恐惧或复仇等种种念头，它们甚至常常同时存在。

任何文化中都包含爱情，因此其中一定有什么共通的生理基础。换句话说，它不可能只是源于偶像崇拜或宗教信仰之类的文化传统。爱的威力强大，并且深植于我们的脑中。

专门研究爱侣们的大脑如何运作的科学家，已经得出一个结论：求偶与生育等行为是由大脑中的三个主要系统负责

的，它们分别主管性欲、爱情和长久依存关系。这三个系统各自主导独特的荷尔蒙活动，让恋人们产生某种感觉或在行为上发生某些改变。如果你能通过这三个系统来了解爱为何物，就能更好地掌握对方在恋爱状态中的想法，并预测和了解他/她的反应。

本章的重点是帮助你认识主导性欲、爱情、长久依存关系的基本大脑功能，我们尽可能说得简洁明了些。当讨论到特定的大脑区块时，请别忘记这些区块是隶属于整个大脑网络的。在此，我们特别感谢墨尔本脑研究中心的格雷姆·杰克逊教授(Graeme Jackson)给本书提供的建议。为了能让读者轻松掌握，我们特地简化了这部分内容，同时也有意识地不过分简化它。

引入大脑的相关知识对我们的研究非常重要，虽然会提到一些比较专业的医学术语，但你只需了解它们对你的爱情生活非常重要就可以了。还要说明一下，本书讨论的是大多数人的常见行为，少数人或者特例不在讨论范围内。

研究显示，“爱情”是由特定的化学分子和大脑线路在特殊的大脑区块中作用的结果。简单来说，爱情源于大脑分泌的化学物质，包括多巴胺、催产素、睾丸酮、雌激素、正肾上腺素，其他哺乳动物也靠这些化学物质来找到合适的伴侣。

一旦我们的大脑在特定的条件下锁定某个适合的对象，就会加紧分泌这些化学物质以吸引对方。过去，人类的婚姻受到财富、地位、家族竞争、部落群体与政治需求的安排，今天这些外在因素在西方世界的影响越来越小，大多数人因爱而结合。

和其他动物不同，人类在选择伴侣时，会把注意力集中在一个而非多个对象身上。一只正在求偶的雄鸽会展开身上所有的羽毛，尽其所能地向每只雌鸽大献殷勤；而人类则通常有一份最佳女主角/男主角的备选名单，最后会集中火力猛攻其中一个目标。这时，大脑分泌的化学物质也会“各司其职”地发挥作用。

反应1:我想我是一见钟情了

“一见钟情”现象已经被科学家证实确有其事，对于大多数物种来说，其影响方式也几乎是相同的。

性·爱万花筒

只是随意一瞥，他的世界天翻地覆

雷正在超市的玉米片货架挑选商品，他的眼神不经意地瞄到隔壁的甜食饼干货架。突然之间，仿佛一道闪电击中了他，他呆若木鸡，同时又头晕目眩，好像喝醉了一样。站在那儿的，是一个非常吸引他的女人。虽然她看起来并不算特别漂亮，但举手投足间有种独特的魅力。雷只知道自己像磁铁一样被她牢牢吸住，光是看着她，就感觉全身兴奋，紧张得心绪不安。

他因为发现这名女子而感到欣喜若狂，同时也因为无法拥有她，而觉得失望极了。

如果你也曾经有过一见钟情的体验，回想一下，那时你是不是像吸食了毒品一样飘飘欲仙？因为当时你的大脑正在大量分泌多巴胺和肾上腺素。同样的情况也会发生在其他动物身上，以草原田鼠为例，如果让母鼠闻一下公鼠的尿味，它脑中发生的化学变化和人类并无两样；另一项研究也显示，如果给发情的母羊看一眼公羊的照片，该母羊的肾上腺素水平也会迅速升高。

这样的效果在大多数动物身上大概会维持几秒钟到几分钟不等，但在人类身上，却可能会长达几个月甚至几年时间。

反应2:我想马上和她做爱

当人类的脑中分泌大量性荷尔蒙，如睾丸酮与催产素时，性欲就出现了。这些荷尔蒙让人急于满足肉体快感的渴求。性欲高涨的时候，大脑里有两个区块变得很活跃：掌管口渴和饥饿等生理基本需求的下视丘，以及作为生理激发中心的杏仁核。此时，多巴胺大量分泌，引发人体制造睾丸酮，进而产生性魅力。当你对其人产生不能自己、非要拥有对方不可的感受时，你的大脑里就正在发生上述过程。

芝加哥大学在2006年进行的一项实验显示，仅仅让男性受试者与一位陌生女子随意交谈，他的睾丸酮水平就会上升1/3；而且，这类荷尔蒙的反应越大，该男性的行为就会越夸张。这项研究也指出，比起处于择偶期的单身男性，已婚及身为父的男人身上的睾丸酮指数明显较低。这是因为当男人成为父亲后，就转入照顾他人的亲职角色；而睾丸酮较多的单身男性，则依然四处寻觅能够传宗接代的对象。

显然，性欲已进化为主导生殖的角色，并保证人类这个物种会存活下去。在某些艰难的时刻，性欲也是一种必备的本能，危急中的人可没空先谈情说爱。还有，女人一年只能生育一次，也就是说，如果没有性欲这东西，人类恐怕早就灭亡了，因为我们的繁殖缓慢，大自然想让我们积极点儿。这也是为什么面对战争和突如其来的灾难，男女双方就算互不认识，也会突然很想跟对方上床。假设生命可能不保，人类就会有种刻不容缓的需求，想要把基因传承下去。

总之，从达尔文的观点来说，不管是性欲、一见钟情或者恋爱初期，人们都会出现异常执著的目标导向型心态，这是人类自然演化而成的行为，目的是要加速求偶，增加成功繁殖的机会。

反应3:让我们粘在一起

睾丸酮是负责启动性冲动的重要荷尔蒙，男人体内的睾丸酮含量是女人的10到20倍，这是男人的性冲动又强又急的原因。睾丸酮使男人体毛较多，身形更高大、更强壮，更具攻击性，性需求更强。而从另一方面——催产素的含量来说，男人一勃起，他体内的催产素马上消失，所以性爱之后的拥抱对女人来说很重要，对男人就没什么吸引力了。

旧金山联合国际大学的心理学教授丽贝卡·特纳博士(Dr.RebeccaTurner)曾在2006年指出，催产素是人类情感的黏合剂。当人类坠入爱河时，身上的催产素水平是很高的，它让我们从爱人身上获得温暖与融融的感受。女人因为拥有较多的催产素，所以在恋情一开始时会陷得较深。催产素分泌得越多，就会越想照顾人，对另一半也就越投入。光是听到爱人的名字，闻到熟悉的味道，想着对方的模样，或听到与对方有关的歌曲，女人体内的催产素就会增加。女人的心情是包装不了的，不管她的穿着是名贵还是寒酸，只要她感到被爱、被重视，荷尔蒙会驱使血液往她脸颊上送，使她“容光焕发”，浑身绽放出暖意，这是任何化妆品都装扮不了的。

宰册约有79%的情侣想要结婚或同居，但只有18%的人成功地共度10年以上。

大卫·巴斯教授的多项研究也指出，当一对情侣相爱时，男性的睾丸酮素会降低，催产素增加，好让彼此能更快结合，这让男人变得比较温柔，也比较好相处；与此同时，女人感到兴奋并充满自信，体内的睾丸酮素随之上升，使她觉得欲火中烧，彼此的性冲动强度一时间不相上下。3到9个月之后，两人会进入新的恋爱阶段，双方的性驱动力也回到男女的“原始设定”，他以为她性趣缺缺，她则觉得他满脑子都是性。

因此，很多关系也在此时呜呼哀哉了。

反应4:精神病、魔咒或毒品上瘾

很多人都见过自己的朋友一旦进入恋爱程序，就会性情大变，和之前判若两人，约瑟芬就是这样。

性·爱万花筒

从全心奉献的单亲妈妈，到失去理智的恋爱疯子33岁的单亲妈妈约瑟芬可以称得上把青春完全献给孩子的模范母亲。在新公司上班6个月后，她参加了公司在游艇上举办的圣诞派对。那晚她登上甲板时，看起来明艳动人，许多男同事纷纷投以爱慕的眼神，这也让她更加自信。派对中，有人把瑞克介绍给她认识，他是另一个城市分公司的新任主管，两人握手时，约瑟芬觉得自己心跳加速了。瑞克黝黑英俊、高大挺拔，两人不知不觉间互相吸引，他们不停地跳舞，共进晚餐，一直聊到隔天清晨，还一起度过了第二天。对约瑟芬来说，好像某种魔咒在她身上起了作用。

接下来几天，她瘦了，没有食欲，成天只惦记着他和那美好的回忆。她每个小时都给瑞克打电话倾诉思念，每天清晨第一件事就是给他发短信；她买礼物送给他，表明她有多在乎他。约瑟芬的孩子们觉得受到了忽略，行为渐渐不守规矩，但她一点也不在意，她甚至取消儿子的牙科门诊，把钱拿去买机票好去看瑞克。她安慰自己说，为孩子做了那么多，此时也该轮到自己过个好生活了，不是吗？

无论从哪个角度来看，恋爱中的行为改变都象是一种精神病；而从生物化学的观点来说，激情爱恋又象是滥用药物的翻版。英国国家上瘾中心的约翰·马斯顿博士(Dr.JohnMarsden)发现，爱情和可卡因一样，都会使人上瘾。他的结论是，爱情是个“圈套”，目的是把恋人们“套”得足够久，好紧紧结合在一起。著有《爱的解剖学》(TheAnatomyofLove)的知名人类学家海伦·费舍尔博士(Dr.HelenFisher)也曾说，坠入爱河是“脑中发生的一组特定化学反应的结果，其基本原理与精神疾病很相似”。根据费舍尔博士的说法，谈恋爱与吸食可卡因时，大脑中活跃的是同一个区块，从恋爱中感受到的强烈愉悦感，与嗑药时的心荡神驰并无两样。研究者还发现，恋爱过程是一种利用多巴胺传递的大脑信号通道，而多巴胺与快感、渴求和上瘾的状态是息息相关的。

反应5:我、我、我喘不过气来……

大约有九成刚恋爱的人，都出现过失眠、没有食欲、脸红、兴奋、紧张反胃、呼吸急促、头晕、膝盖发软、心悸、手心出汗、口吃等生理反应。由于内心害怕会被对方拒绝，恋爱初期的人心中常常兴奋与恐惧并存。此外，他们还会像做贼一样常常偷瞄爱人的表情，反复确认对方的态度。美国知名歌手卡洛尔·金(CaroleKing)在20世纪70年代唱过一首名为《我感到脚下的土地在震动》(IFeeltheEarthMoveUndermyFeet)的歌，完美地表现了这些爱情化学反应。在歌词里她描述道，每当爱人在身边时，她觉得又冷又热、情绪失控、心跳加速，觉得整片天空都要倒在她身上。而这些对于药物上瘾者来说，不也是很常见的反应吗？

爱情就像一次好玩的云霄飞车之旅，突如其来、毫无征兆，让人拿它一点办法也没有。其实，这种种感觉都来自大脑的原始区块——大脑皮质，或称灰色物质，它主导运动、感觉、语言和理性思考的部分，并使人们在紧急情况下依本能行事，比如“战或逃反应”，它使人遇到狮子时第一个想法就是逃开，而非冷静思考脱身之道。

此外，陷入爱河里的人还常常“为爱痴狂”。他们吃不下、睡不好、行为重复，还带点强迫性质，比如一天给恋人打上二三十个电话。这些行为现在被理解为与血清素过低、催产素过高有关。血清素是一种神经传导物质，其作用是提高我们的知觉，使我们对环境敏感并感到幸福。抑郁与饮食失调等疾病也经常与体内血清素过低有关，而抗抑郁疗法的本质就是力求提高血清素的含量。女人体内天生就比男人多30%的催产素，而血清素含量则不够高，这正好也解释了为何女人更容易“为某人着迷”，甚至达到痴狂的程度。

2007年，瑞士巴塞尔大学临床心理研究中心的瑟奇·布兰德(SergeBrand)与同事曾对113位17岁的受访者作过研

究，其中65位表示最近刚谈恋爱。布兰德发现，这些爱得死去活来的青春期男女睡得很少，举止比较冲动，表现得疯狂偏执而且创意十足。恋爱中的青少年很容易从事危险活动，比如飙车和蹦极。布兰德指出，这些表现与轻躁症患者并无两样，换句话说，要指出谈恋爱的青少年和快要发疯的人的差别，有时候还挺困难的呢。

爱情产生的幸福感带给艺术家无限创作灵感，借此谱出魂牵梦萦的情歌旋律，写下震撼人心的诗作，但在强烈的爱意影响下，也可能会出现嫉妒和偏执。从最近的科学证据来看，爱情还可能严重影响我们的健康。研究显示，爱情足以引发癌症或其他疾病。然而，有些人虽然饱受家庭暴力，也还是能够与伤害自己身心健康的伴侣继续生活下去，这也是爱情使然。

难道情侣们都嗑了药？

在脑部研究方面，功能磁共振成像(Fmri)与脑磁图(MEG)等大脑显影技术为人类开启了新视野，研究者得以进行非侵入性的人类脑部观察。2002年，科学界在研究大脑内性与爱的领域取得了重大进展，伦敦大学学院的两位神经生物学家安德烈亚·巴特尔斯(Andreas Bartels)与萨米尔·泽基(Semir Zeki)进行了一项研究，对象是一群宣称刚谈恋爱并且爱得很疯狂的年轻人。给这群受试者看他们恋人的照片和好友的照片，他们大脑中活跃的区域有很明显的不同。大脑扫描图显示，爱情的魅力会刺激大脑部分区域，让它接收大量的多巴胺。

记得吧？多巴胺是一种神经传导物质，影响着愉悦感受和积极的动力，通常被称为“幸福荷尔蒙”。大量的多巴胺与肾上腺素会让人的注意力提升、记忆力降低、过动、少睡，并在行为上表现出强烈的目标导向性。当恋人们开始为彼此神魂颠倒时，他们的表现显示出体内含有大量多巴胺，这让他们有用不完的精力，几乎不需要睡觉和吃饭，注意力高度集中，对于新感情的任何小细节都非常开心。巴特尔斯与泽基曾比较被撩起性欲的、处于热恋状态的和吸食可卡因的三种受试者，发现这三种状态下的大脑核磁共振影像看来几乎是一样的。

下面两张大脑影像显示，疯狂热恋与毒品上瘾者的大脑活跃区域是一样的，所以这两种状态给人的感觉也很像。也有大脑影像显示，看着宝宝的母亲或看着另一半的恋人，大脑活跃区域也一样。因此，巴特尔斯与泽基得出结论，情爱与母爱都与人类的永续性相关，因为爱人与宝宝都确保了你的DNA会传承下去。

热恋中的人，吸食毒品的人，大脑亮起的区域大脑亮起的区域2005年，纽约市爱因斯坦医学院的神经学教授露西·布朗博士(Dr. Lucy Brown)与海伦·费舍尔博士成立合作小组，用大脑核磁共振技术研究了17名年轻男女。这些人都刚刚开始一段新恋情，并称自己“前所未有地爱到发狂”。他们的大脑影像解释了爱情的生理学根源：恋爱时的痴狂状态从何而来？被拒绝时又为何那么痛苦？

事州一个3岁小男孩在洗澡时检查自己的睾丸。“妈，”他问道，“这两个是我的大脑吗？”“现在还不是。”他妈妈回答。

这个小组研究了大脑内主管渴望、记忆、情感、注意力的两个区域：负责处理复杂思维的尾核与负责将多巴胺发送到大脑各处的中脑腹侧被盖区。当受试者看见恋人的照片时，这两个地方就亮了。专家小组将所得资料与研究男性见到女性照片勃起的资料比对，并在人类与动物之间进行分析。他们发现，恋爱中人的中脑腹侧被盖区会分泌大量多巴胺，淹没整个尾核；尾核接着又送出需要更多多巴胺的讯息，让人觉得更兴奋、更开心。费舍尔博士与布朗博士也确认，在荷尔蒙的作用下，由疯狂之爱引发的感官经验，类似于药物滥用者的快感。

研究小组还发现，尾核是大脑中与爱情最相关的地方；主管“长久依存关系”的部位位于大脑的前端与基杆上，也就是腹侧被盖与苍白球连接的区域；而引发性欲的位置则处于不同的区域，大部分位于左脑。这项研究揭开了大脑里关于爱情的神秘面纱，帮助我们以更客观的角度来了解爱情为何物。

为什么男人爱抛媚眼，女人记忆超好？

费舍尔与布朗在研究中，让超过3000位“爱疯了”的大学生观看恋人的照片，从中收集资料并分析。他们发现女性受试者在尾核、中隔区(又称为“快乐中心”)与后顶叶皮层(掌管想象力与记忆回溯)的反应，比男性要激烈；而男性受试者则在视觉皮层与视觉处理区域，以及主导性唤起的区域反应比较大。巴特尔斯与泽基的

研究也获得了相同的结论。

以下两张大脑影像呈现的活跃区块，正好证实了布朗博士的研究成果：看到爱人的照片时，男女大脑分别亮起的区域这两张图分别表现出男人与女人的大脑反应，当时正让他们观看爱人的照片。如你所见，男性大脑亮起的区块较女性少，但如果以彩色图片显示，你会看到男性的亮灯区块虽小，其他部分却比女性大脑活跃得多；而女性的大脑不光亮起的区域比男性多，出现的地点也不同。男女对于爱情的看法非常不一样，从大脑反应就开始了。

另一项研究则是让受试者观看情色照片，企图找出大脑反应的对应区块。费舍尔与布朗发现，此时大脑活跃的地方与爱情触发的地方并无重叠。基本上，大脑处理爱情与性欲的部分是不同的，因为两者的运作系统并不一样。科学研究表明，在恋爱初期，两性有着不同的处理方式：男人以眼睛当作首要工具，评估眼前这个女人的性魅力，女人则是以记忆来评估这个男人是否有成为长期伴侣的潜力。

当费舍尔与布朗把性感撩人的女性照片拿来给男性受试者看时，他们发现男性大脑有两个区块亮了起来：一个与性刺激有关，另一个竟与勃起有关！大多数男人都是高度视觉性动物，喜欢盯着女人看，对她们产生性幻想，也喜欢看色情图像。对于这样的结果，我们一点也不惊讶。研究人员还发现，当男性受试者的这些大脑区块亮起时，与道德判断相关的区块就同时暗淡了下来。

男人的视觉性大脑网络大约在100万年前演化完成，因为他们需要以视觉来衡量哪个女人可以为他们生下健康的宝宝，好延续物种。如果一个女人年轻又健康，男人便会被撩起欲望，展开求偶行动。这也说明了为什么男人比女人更容易陷入爱河——因为男人由视觉主导，而视觉信号可以马上将讯息传递给大脑，使其分泌大量荷尔蒙。这也有助于解释男人为何比女人更容易一见钟情。

从本质上说，男人是先用眼睛来评判女人的潜质。当男人觉得兴奋时，荷尔蒙会让他们脸红并勃起。男人在此时作出的决定，对他们来说都不是最好的，因为荷尔蒙的威力大于理性思考，他的阳具抢先一步，替大脑作出决定了。这些大脑图像与大卫·巴斯的研究结果是一致的，由此看来，男性行为也是一种全球共通的跨文化现象。

女性大脑研究显示出的结果，与男性有很大不同。当女性发现某位男士很有魅力时，大脑内几个与记忆回溯有关的区块会变得十分活跃，用进化论的术语来说，这是一种适应策略，目的是要记住男性行为的所有细节。

千百年前，女性必须把孩子养到可以独立生活为止。做母亲是一项复杂的工作，与其他哺乳动物相比，人类母亲更是辛苦，她们在养育子女时，需要旁人提供协助与保护。在史前时代，如果一个女人的配偶过世了，她要花上很多体力来寻找替代对象。男人可以利用视觉迅速评估一个女人是否适合他，但女人不可能一眼就判断出一个男人是否诚实与值得信赖，是否有能力在50米外用石头击中一只奔跑的斑马，然后把猎得的肉与她分享。

现代女性对男伴的评估方式也大致相同，她会结合对方昨天、3个星期或3个月前说过的话和所做的事，来评估这个男人是否有潜力成为自己的另一半，如他对待儿童的态度，他是否和善大方，他如何对待他的母亲，他的工作经验与财富状况等。

此外，当女人研究起男人的长相时，她会回想起所有认识的、与对方长得相似的男性，并找出他们的人格特征。她的大脑会对这些特征进行解码，以便对应到眼前这位男士身上。这就象是一种脑力拼图游戏，利用许多其他男人的细节来拼凑出一个男人的个性。当然，这并不代表她的理解一定正确，她得到的结论其实只是根据过去认识的男性对象，建立起的一种心智混合物。

正当女人的大脑忙着搜索她过去认识的男性资料库，来判别当前对象的条件时，男人只干一件事：用力地盯着女人看。现在，你知道为什么女人记忆力超好，而男人总是对美女抛媚眼了吧！

性欲最多撑两年！

意大利比萨大学的精神疾病专家多娜泰拉·莫拉西提(Donatella Marazziti)，曾以血清素这种对大脑有即时影响力的化学物质为主题，调查强迫症患者的荷尔蒙变化。过低的血清素与躁动、强迫行为、忧郁和焦虑相关，百忧解等抗抑郁药物就是用来提高血清素含量，以便应对以上症状的。莫拉西提对于两种现象感到十分好奇：强迫症患者与恋爱中人，为何同样地对某件事或某个人执迷不悟？这两种人自知不理性的，为何却又无法控制？针对20个强迫症患者与20个正在疯狂谈恋爱的人，她测量、对比了他们体内的血清素含量，再将结果与另外20个既没有患过强迫症，也没有在谈恋爱的人比较。结果发现，这些“正常人”拥有正常量的血清素，而强迫症患者与恋爱中人体内则少了约40%。专家是以受试者的血小板中血清素转运蛋白的活跃程度作为判断依据的。这个实验说明，初期的爱情，经常会转换成一种强迫行为。

一两年之后，谈恋爱的那群受试者接受第二次测验，莫拉西提发现，这些人身上因性欲造成的荷尔蒙差异完全消失了，血清素含量也恢复了正常。即使这些情侣依然没有分手，即使他们互相发誓对彼此的感觉不变，他们的荷尔蒙却不是这样说的。大自然是很聪明的，它调整我们的荷尔蒙含量，直到让我们撑到它的进化目标——产生下一代，就足够了。

2005年，意大利帕维亚大学的恩佐·埃马努埃利(Enzo Emanuele)与同事进行了一项与化学传导素相关的实验，利用与莫拉西提相同的条件，调查神经营养素是否也与爱情有关联。他们的实验结果显示，这些爱昏了头的受试者血液中的神经生长因子超出正常值，且数量随着浪漫感觉的强度而增加。与莫拉西提一样，埃马努埃利等人也发现，经过一两年之后，就算这些情侣还在交往，他们身上所有的爱情化学分子都消失无踪了。不管两人在初期爱得有多炽烈，或当时的神经生长因子浓度有多高，都无法保证关系能一直持续下去。

然而奇妙的是，一项由来自纽约州立大学石溪分校的阿瑟·阿伦博士(Dr. Arthur Aron)主导的研究在2008年发现，让已经交往20年的情侣与恋情刚萌芽的情侣观看各自爱人的照片时，有10%的爱情长跑健将的大脑影像与初谈恋爱的人，看起来一模一样。所以，还是不要放弃希望吧！与此同时，英国生物化学家阿卜杜拉·巴达维(Abdulla Badawy)也指出，酒精同样会消耗掉脑中的血清素。低水平的血清素会融解自控力，并创造出一种幻觉，使人觉得酒吧里长相普通的异性也有一种不可思议的魅力。

以上所有研究结果，都给想找到终身伴侣的人再清楚不过的忠告：交往至少超过两年，再决定是否对对方作出情感和金钱上的承诺吧！还有，一定要慎选酒吧。

但是，如果两年之内所有与爱相关的化学传导分子都消失了，还有哪种化学粘合剂能让情侣交往更持久？别着急，我们将在稍后的章节进一步讨论。

失恋有多痛苦，大脑就有多纠结

恋爱初期那种令人心跳的感觉好像停止了，部分原因在于恋人们心中的预感与恐惧：双方的感觉也许不会始终如一，美梦随时可能结束。

在另一项实验里，费舍尔、布朗、阿伦三位博士进行了一连串大脑扫描，对象是40位刚失恋的年轻男女。就像2007年布朗与费舍尔主持的“刚刚坠入爱河”实验一样，这次也比较两组影像：一组看着朋友的照片，另一组是前任恋人。结果，当受试者看着那个刚把自己抛弃的人的照片时，大脑中生理痛觉、强迫行为、冒险、控制愤怒的区块都被启动了。研究人员也发现，失恋者的这些区块反应越大，他对前任女友的留恋就越强。与“战或逃”反应一样，作为一种应激机制，你的大脑想再加把劲、再努力最后一次，看能否挽回爱人的注意，好避免受伤的痛苦。当你终于接受被抛弃的事实，也就走出了否认期，大脑里与绝望相关的区域就会亮了。

事册被抛弃时，你的大脑要你更努力地追回前任情人。

此外，当这组实验的受试者看着前任情人的照片时，脑中的多巴胺系统也会同时启动，当他们看见朋友的照片时则不会这样。这些被迫分手之人的大脑显像，解释了为什么关系破裂会导致严重的健康问题。当某人终于过了否认期

，他体内的快乐荷尔蒙(如多巴胺)就消失了，代以另一种可能造成忧郁的化学分子，它会降低免疫力，引发疾病。经验告诉我们，上一段恋情维持了多少年，你就要花上多少个月才能走出失恋阴影，并让身上的荷尔蒙回到正常的、无压力的健康水平。举例来说，如果某段感情维持了两年，那么分手后就需要两个月时间来平复伤痛。这也说明了为什么老人失去相伴50年以上的伴侣后，可能永远无法从心碎中恢复。

SEM性爱真心话

性驱动力是大脑分泌的化学混合物产生的结果，它刺激身体制造出荷尔蒙，主要是睾丸素及雌激素。恋爱中人所处的状态，也会引发大脑释放这些化学分子。特别的歌、特殊的味道，或者对方的某种身体特征都是触发因素。当我们年纪渐长，这些荷尔蒙水平会下降，特别是睾丸素。对于年长的或性欲减弱的人，注射睾丸素是很常用的治疗方法。最重要的是，我们要明白，一段新恋情开始时，随之而来的浪漫念头、爱的感觉、起起伏伏的心情都是化学连锁反应，并不是大家以为的神秘而奇妙的灵魂邂逅。

目前，科学已经揭开千年以来爱情、性欲与依恋的神秘面纱。这类科学就像大脑的GPS系统，帮我们找到爱的位置。有些人对此感到排斥，认为这类研究使新恋情与罗曼史不再那么神奇、令人兴奋了，事实上正好相反。通过了解爱情的科学、生物学基础，你将明白自己为何作出相应的决定，而非神秘力量在操纵；你将更好地掌控自己的选择，并改善你在择偶游戏中的怪异表现，即使你的大脑线路已经先天设定好了。与其说“都是我的荷尔蒙害的”，不如学会握着方向盘，去自己想去的方向。除了生理学以外，你还能控制其他几种驱动力，接下来你将会在本书中一一发现。

当宝马开始使用GPS时，有些人抗议说这样会抹杀开车与发现新地方的乐趣。事实上，GPS真正做到的是让人们停止沮丧与愤怒，避免毫无目标地在死路上浪费时间，也不会再开错方向。迷路有时候蛮好玩的，但有了新科技后，你就能够为你的钱包设想一个后备方案，这也是下几章我们要讨论的。

我们的性需求与性驱动力，几千年来始终如一；

爱情、欲念、罗曼史与性欲，其实都是大脑内的化学反应；

科学已经证明，男性与女性对爱情的看法不一样，而爱情在两性的大脑里所占的区块，也大大不同；

当你明白你的需求与感觉都受制于大脑的化学反应，你就要以学着与之合作，而非抵抗它。

第2章时代在变，爱也跟着与时俱进

为什么当女人说“我爱你”时，男人听了却只想逃？为什么人在寂寞时总能找到爱情，外出度假时容易遇上桃花？喜欢看爱情小说的女人在现实生活中通常会有怎样的境遇？在女人们感叹真爱难寻的当今时代，“新好男人”们都躲到哪里去了？

为什么要有“性”这个东西呢？你可能觉得要么这个问题的答案非常明显，要么这就是个蠢问题。

想想看，性和爱情都需要很多时间和金钱。晚餐、度假、讲不完的电话和短信、成堆的礼物、结婚、分居、离婚等等，既耗时又伤荷包。而这都为了什么？是为了让你的基因可以延续下去，使你的DNA永垂不朽。

对人类来说，性是与生俱来的，它带来许多附属目的，如获得权力和地位、与别人玩耍或紧密结合，其他哺乳类如黑猩猩也是如此。但并非所有生物都通过交配来产生下一代。有些植物、细菌、简单的无脊椎动物并没有性行为，它们只是复制自己来传宗接代，这被称为无性生殖。问题是，复制而来的新生命与父母一模一样，没有变得更强壮

或更好，他们往往因此很难在环境改变时存活下来。

无性生殖的子代只能生活在其亲代适应的栖息地里，但环境是经常变化的。如果混合两种基因，生产出的后代就会比父母更强、更能适应环境。

事册性让人欢愉，但它也耗时耗力。归根结底，我们性交的主要理由还是为了产生更强、更有适应能力的下一代。

2007年，新西兰奥克兰大学的马修·戈达德(Matthew Goddard)

证实了这种现象。他比较两个品种的麦子，一种会进行有性繁殖，另一种是无性繁殖。在环境条件稳定的情况下，两者的繁衍速度相同，但一旦科学家调高实验室温度，使生存条件变差，有性繁殖的植株就表现得更好一些。经过300次繁殖后，有性繁殖品种的数量增加了94%，而自我复制的品种则只有80%。

这是一个40岁依旧年轻的时代

在20世纪40年代以前，42岁被看作中年人，50岁的人差不多快退休了，60岁的人则被当成老人家。不过以上这些刻板印象，早已被洛·史都华、米克·杰格、肖恩·康纳利、大卫·鲍伊、雪儿、休·海夫纳、麦当娜、保罗·麦卡特尼等人彻底颠覆了。

21世纪对于40岁以上的男女将会是最好的时代。这些人生于20世纪六七十年代，恰逢生活与文化发生极大震荡之时；从那时起，人们开始广泛探索健康与长寿的可能性，并试着拨慢老化的时钟。在20世纪末以前，40岁女性的典型形象是安分守己的家庭主妇，她惯用的工具是面包切片机，而非按摩棒；她的生活波澜不惊、一成不变，缺乏浪漫、性爱和刺激，跟维多利亚时代的人没什么两样。现在呢？许多40多岁的女性心态年轻，对身体也倍加关注，看起来只有30多岁。敢于拒绝承认老去，这在人类历史上还是第一次。

让我们看看关于社会变化的一些研究数据。这些是从20个西方国家的统计局和国家卫生中心收集而来的，更新至2008年，这些国家包括英国、澳大利亚、新西兰、美国、加拿大、德国、法国、荷兰和西班牙：当今社会结婚的平均年龄，男性是34岁，女性是32岁，男女各加3岁，即是第二次结婚的平均年龄；

2008年，新手妈妈的平均年龄是30岁。由于生育率低，每6对夫妻就有1对实行人工授精；

男性的平均离婚年龄，从1998年的37.6岁提高到2007年的44.2岁，女性则从34.8岁提高到41.3岁；

约有40%的小孩来自婚外情；

仅有36%的夫妻选择在教堂举行正式婚礼；

在分房睡时，约有80%的夫妻其中一方会打呼噜。

以上的这些调查结果，都是过去从未发生过的事，它们凸显出当今社会在伴侣关系上的巨大改变。

优良基因，全拜择偶所赐

在进化的框架下，动物行为学家对于人类的研究也与日俱增，涵盖范围包括进化心理学、进化生理学、人类行为生态学、人类社会生物学等，我们将这些学科统称为“人类进化心理学”(Human Evolutionary Psychology，

以下简称HEP。——译者注)，这方面的研究者也都以进化为依据，从人类起源入手，研究人类的现在。

由于人类行为的进化过程与动物无异，HEP实验与其他动物行为研究非常相似，许多HEP研究者都以此展开研究。不过，HEP中的研究对象人类是会说话的，这对研究者来说利弊参半。多多了解HEP，我们便能比较准确地预测人的反应。

举例来说，雄孔雀进化出如此绚烂的羽毛，是因为雌孔雀总是偏爱拥有闪亮耀眼长尾巴的雄性；而羽毛黯淡的雄孔雀会被异性排斥，因为对方认为它们长不出雄伟的尾巴。这样的行为会引发相应的进化作用，使生出毛色黯沉的雄孔雀的几率大大降低。

就像孔雀一样，人类在择偶方面也充满偏见和歧视，即使我们自己不这样想。简单地说，女人总希望男人可以为她提供资源，如食物、住所、安全保护，无法提供上述资源的男人，自然就会失去许多传承基因的机会了！

爱是最好的养生保健品

18世纪以来，现代医学得到广泛应用，医学界普遍认为人类寿命是可以估算和量化的。现代研究还发现，爱人与被爱可以让人活得久一点，其效果之显著，无论基因、饮食、生活习惯还是药物都望尘莫及。

著有畅销书《压力、饮食与你的心脏》(Stress, Diet and Your Heart)的迪安·奥尼什医生(Dr. Dean Ornish)是研究人类寿命的先行者，也是首位提出感情与健康关系的科学家，他认为，心脏病之类慢性病的起因或逆转点，在于病人的生活习惯和是否拥有健康的情感关系。20世纪50年代初期，他在哈佛大学进行一项实验，受访对象是156位健康男性，他逐一询问了他们与父母之间的情感关系和感受，从“亲近温暖”

到“紧张冷淡”，并将结果发表在哈佛大学的《压力掌控研究》(Mastery of Stress Studies)上。

35年后，研究者发现，当时感觉与父母之间关系不佳的受访者中，有高达91%的人在中年都患上了重大疾病；而35年前与母亲关系和谐温暖的人仅有45%在中年患病，当年与父亲关系冷淡的受访者有82%后来患病，相比之下，感觉与父亲关系亲密的人，有50%在中年依然健康。而当初觉得自己与双亲关系不佳的人，竟然100%在中年时期被诊断出患有严重疾病。

美国俄亥俄州克里夫兰市凯斯西储大学医学院的研究者，曾针对8500名没有十二指肠溃疡病史的男性进行长达5年的观察。这其中有254名男性后来患了溃疡，但令人惊讶的是，曾在问卷中回答“我老婆不爱我”的男性体内的溃疡数量，竟是认为“我老婆爱我”的男性的3倍！在另一个为期5年的实验中，研究者追踪了10000名过去不曾有过心绞痛经验的已婚男性。当被问及“你的太太爱你吗”时，回答“是”的人较少受到心绞痛的折磨，即使他们身上隐含其他可能引发心绞痛的危险因素。研究者也发现，一个男人的健康危险指数越高，他的另一半爱不爱他对其健康的影响就越大。其他研究也陆续指出，情感在健康方面扮演很重要的角色，甚至可以抵挡会引起压力和疾病的其他因素。

那么，难道说从小跟父母感情不好的人，就注定会死于癌症吗？幸好不是！研究证实，成人间亲密的爱情关系可以营造心理上的安全感，弥补早期亲情不足的负面影响。但是，如果一个人始终处于不良关系模式，那么他的确极有可能患上重大疾病。

世界各地的研究也纷纷指出，已婚的人活得比较久，患病之后的死亡率也较低，而单身、分居、鳏寡和离婚的人就不是这样。不管任何种族、性别和文化的人，被诊断出患癌症但又多活5年以上的几率，已婚者比未婚者大得多。

宰已婚男人比单身男人活得长，但前者却更想死。

研究也证明，已婚者比起选择同居但不结婚的人更能享受健康。婚姻比同居带来更多的安全感，对女人来说更是如此，因为婚姻等于向全世界公示她的伴侣从此正式“退出江湖”，由此带来的压力减少和安全感增加，有助于使免疫系统更健康。美国人口研究协会会长琳达·韦特(Linda Waite)曾主持一项研究，发现不管对于男性还是女性来说，婚姻都能延长寿命。已婚男性比单身男性平均多活10年，女性则多活4年。

总结来看，已婚者活得比较久，也不那么容易生病。

对于爱的7种解读

很多人都觉得爱情超级神秘，对男人来说尤其如此。当女人提到爱的时候，男人经常搞不太懂她的意思是什么，她可以在对他说“我爱你”之后紧接着说“我爱寿司”，然后是“我爱我的狗狗”和“我爱血拼”。

男人这时不禁怀疑，她到底是更爱他，还是更爱新衣服和黄金猎犬？

爱有多种多样，古代语言对于爱的分类和定义则更多。古波斯语有78个，希腊语有4个，拉丁语有5个，英文却只有1个。今天，我们可以把爱分为7种基本类型：浪漫之爱：肉体吸引力、性欲、罗曼史与荷尔蒙作用；

务实之爱：爱国、爱工作、爱购物或爱吃披萨；

利他之爱：爱世界、爱上帝或投身于某种信仰；

执迷之爱：嫉妒、迷恋、偏执或不稳定的情感；

兄弟之爱：爱你的朋友或者邻居；

普通之爱：同胞之间的爱；

家族之爱：爱你的父母、孩子和兄弟姐妹。

所以，当某人的女友第一次跟他说“我爱你”时，他会怎么想？此前他们的关系对他来说完美极了：大量的性爱、欢笑、美好时光；而这一刻他脑中浮现的却是承诺、婚姻、岳父母、小孩、无趣、放弃嗜好、精神折磨、永远的一夫一妻制(永远不能跟别人上床了)、啤酒肚和秃头！而对女人来说，爱则预示着稳定关系、筑巢、温馨的家和可爱的孩子。有什么办法呢？女人最想要的，正是男人最害怕的。

爱情也能“按图索骥”？

在爱情这张地图上，充满让人感兴趣的东西。我们受到哪种人的吸引取决于大脑的先天性预设，以及在童年形成的个人标准。这个标准以我们的见闻为基础，比如父母觉得刺激、恐惧、讨厌的东西，老师的奖惩，以及一大堆我们接触过的琐碎事物。研究人类伴侣选择的科学家们相信，这张爱情地图大约从6岁时开始绘制，14岁前定型。当人们成年后，将利用它来评判对方是不是最适合自己的对象。

但是，有两件事是确定的：女人的基本衡量标准永远是看男人的条件有多好；男人则始终关注女人的年龄、健康与美貌。

还记得吗?当你4岁的时候,你曾希望与爸爸、妈妈、保姆或兄弟姐妹结婚。科学家已经发现,我们大约是在7岁时对身边的人失去兴趣,反而觉得有距离感、神秘感的人比较吸引自己。这种变化是由脑中的化学作用引起的。1995年,瑞士洛桑大学的生物学教授克劳斯·韦德金德教授(Claus Wedekind)进行了著名的“汗臭T恤”实验,证实了我们如何在无意识的情况下挑选MHC(Major Histocompatibility Complex, 简称MHC, 即“主要组织相容性复合体”,指每个人都会受到有特定基因组的人吸引。——译者注)与自己相异的对象。他请一群受试女性嗅闻不同男人穿了两晚上的T恤衫,在这段时间里,男人没搽止汗剂、古龙水,也没用香皂,所有的衣服都放在外表相同的箱子里。受试女性依次闻过这些衣服,然后回答自己觉得哪一件闻起来最性感。

结果是,她们对那些血统相近的人,比如兄弟、叔叔、舅舅或父亲穿过的上衣不那么感兴趣。这种现象也出现在其他哺乳动物身上,目的是防止出现近亲交配,以避免生出有缺陷的后代,这也是物种自存的防御机制。

不过,要是受试者当时正在服用避孕药,她们的偏好就会相反。2005年,一项针对58名服用避孕药女性的研究证实,口服避孕药会让女人偏好MHC跟自己相仿的男性,而参与这项实验的女性要是没吃避孕药,就不会有太明显的偏好。这表明吃避孕药的女人会作出与自然本能相反的决定。这就是所谓的“性化学”。当你遇上某人,发现自己看到他就会莫名地兴奋起来,就是这个原因。

此外,对象出现的时机也在这场吸引力游戏里扮演重要角色。如果你的情绪正处于起伏期,比如忧郁、寂寞、刚刚离婚或正在庆功,你的大脑就会自动寻找可以满足你心理需要的对象。状态和环境的变化也会影响你的荷尔蒙水平,有研究显示,当人们外出度假或出差参加研讨会时,会因暂时逃离日常琐事而感到兴奋、放松和自在,体内的多巴胺水平随之上升,这让他们更容易堕入爱河或开始一段新恋情。

深陷爱情幻想,我们都上了媒体的当

所谓演员其实就是专业骗子,骗术越高明越能得到奥斯卡奖。好莱坞充满了虚假的影像、编制的恋情和人造的魅力,但无数男女都期待着把这些复制到日常生活里。这些人工影像已经影响我们的判断长达两个世纪之久,使女人们采取更激烈的手段来效仿银幕上的完美女神形象,而男人们则不得不表现得前所未有的有趣、刺激和浪漫。想想看,你上次是什么时候搭乘豪华轿车去高级餐厅享用晚餐的,还喷了香奈尔香水、穿着范思哲礼服、戴着劳力士手表、头顶完美发型,身后还配了30人管弦乐团为你演奏背景音乐?别不承认,以上这一幕就是你奋斗的目标,也是做梦都渴望的场景吧!

其实,现代生活中这些由媒体强加的不同程度的幻想,正是今日适婚男女的压力来源,也是别人期待他们符合的形象。现实与幻想的界线已变得模糊了,许多女性受到了迷惑,相信自己可以找到长相堪比布拉德·皮特的高富帅,但其实家里那个死鬼只是个收入一般的摩托车迷。在一段新恋情开始的时候,许多被女伴投注了无限幻想的男人也给女方一种幻觉,好像他们真的能达到某种程度的期待。他们的女友希望他们就像《我知女人心》里的男人一样,精准地知道女人的种种需求,而且使命必达。然而,这些女人不用太久就会意识到,她的男人再普通不过,然后开始厌弃他。不切实际的期待,常常是分手主要的原因之一。

率册为什么已婚妇女比单身女人胖?单身女人回到家,先看看冰箱里有什么,就上床睡觉了;而太太们回到家,是先看到床上有什么,然后就去翻冰箱啦!

当今社会强大的媒体力量,使许多女性每天都受到浪漫场景的包围,所谓“新好男人”的形象也被不断完美化。这些理想男人都有雕像般的完美身材,衣着昂贵,胸毛茂密,下巴上的胡茬整洁性感,能专注而耐心地倾听女人细数感情与生活的点点滴滴。时尚杂志大量地向女性灌输这种形象,不禁让女人觉得似乎所有人都嫁给了完美先生,只有她没有这么好的福气!研究指出,平常有阅读爱情小说习惯的女人,在现实生活中通常都不怎么开心;不过,好在研究也发现,比起不读这类小说的女人,她们体验性高潮的机会可能要更多一些。

21世纪“新好男人”标准

20世纪60年代以前出生的男性,从小就被教导要成为一个“真男人”。他们必须有份工作,培养一个嗜好,拥有一间工具仓库;他们应该帮女士开门,有女士在场时不骂脏话,能喝很多啤酒,崇拜约翰·韦恩与加里·格兰特这样的硬汉。以上几乎是“真男人”需要具备的所有条件。约翰·韦恩会成为男

人的终极榜样，正是因为他不修边幅、强悍坚毅，同时对女人既尊敬又公平。

70年代开始，随着西方社会的变化，女人对男人以及两性关系的期待也跟着改变了。现代女性希望从男性身上获得的东西，是过去的女人想都不敢想的。在此之前，女人必须找一个可以让她获得世人尊重、生下合法子女甚至能借点钱的男人作终身伴侣，现在的女人则更自由和大胆地提出她们想要从男人那儿得到的东西。许多男人企图迎接新挑战，但女人的额外要求通常意味着她希望他能像女人一样思考。举例来说，当女人难过时，他必须感同身受；要直白地述说自己的感觉；要不断讨论但得不出结论——而以上这些都不是男人天生擅长的事！男人感到困惑和手足无措，于是退回之前被称之为“真男人”的那些行为模式，包括对引擎、电脑、运动比分等各种数据着迷不已，并欠缺人际沟通能力。然而，今日柔化的社会已不再喜欢这类男性行为了。现在的孩子几乎都由女老师教大，她们鼓励男孩们“表达自己”并“好好地玩游戏”；而不是让他们形成阶级、打架、假装战斗并选出领导者，而其实这些才是男人天生擅长的事。因为没有男老师做榜样，所以新一代的男性想到男人应该怎样时不知所措，也是情有可原的。

不幸的是，由媒体与好莱坞主导的男性标准节节升高，已经高到了男人不得不直接放弃努力的程度。虽然女人想同杂志封面上那些年轻貌美的女明星一样也很难，但对男人则是难上加难，因为至少女性杂志还会告诉你标准，男性杂志可没有！21世纪的新好男人得要具备下列条件：在办公室是个战士，穿着打扮是个型男，要会烹饪和布置，在床上是匹种马，在健身房里是个六块肌猛男，在孩子面前是完美的爸爸，同时还要扮演倾听女性困扰的好朋友角色，看《情比姐妹深》和《罗密欧与朱丽叶》时还得感动落泪。可惜，这样的“完美男人”，通常都有男朋友了！

当这份条件清单越列越长时，许多男人只好纷纷退回球赛、车赛和酒吧，在那儿享受男人的逍遥自在；而女人，只好购物和吃巧克力去了。

SEM性爱真心话

与以前相比，现在的年代开始一段两性关系越来越难，更别提维持它了。现代男女对彼此的条件要求史无前例地多，而父母也已经不知道要怎么给孩子建议了。然而，爱人与被爱依然还是如过去一般，对人类的健康生活非常重要。

有时候，男人得有一颗柔软的心，有时候却要大胆、阳刚；女人则被要求能自己养活自己，也要学会设定GPS系统。我们的祖先们可没被这样要求过！当你了解了你是谁、从何而来，你就能发展出制胜策略，与异性相恋并共结连理，但你必须先知道异性对性与爱的需求是什么，这就是接下来两章我们将讨论的内容。

虽然社会在20世纪末发生了很大变化，但我们对性和爱的需求与动机，千百年来都不曾变过。

媒体的蛊惑，使男女对于两性关系有了虚幻的希望。然而，没有人是完美的，不管是妄想找到那个完美的人，还是企图把身边的人改造成完美的人，都会引起灾难。

了解我们的生理动机，是愉悦关系的关键。

第3章想有女人缘？请用实力说话

你能否承诺一生都爱他、尊敬他，为他做家务、做饭、忍受他放屁的臭味儿、甘愿半夜为什么女人坠入爱河比男人慢，最后却陷得比男人深？

如果女人都变帅哥，为何其论不扬、征婚不斑的拳击冠军身边总是美女如云？单身男多得满街跑，为何剩女们依旧抱怨找不到男朋友？女人想要的，不过是男人的“实力”，有权有势的话还可以加分吸。

有件事儿得怪妈妈们，她们让自己的儿子日后成为糟透了的伴侣。现在的小男孩儿从小就知道，不管他做什么或不做什么，他妈妈都永远爱他。她教他衣服可以乱扔，也不用天天向她问好;他用不着经常带妈妈出去吃饭，甚至用不着好声好气地跟她说话。妈妈的纵容等于告诉他，女人对他的爱可以像单行道一样，不期待他的任何回报，也一样开心愉快。这就是随着恋爱初期的荷尔蒙指数下降，浪漫的感觉也会随即消退的原因之一。

男人很困惑，以前他可不用一直向妈妈证明他爱她，妈妈本来就知道的嘛，那现在身边这个新女人干嘛非要他不断强调这个啊?在他眼中，新女友自然而然地取代了母亲的角色，因为她开始帮他洗衣服，告诉他该吃什么，对他没有做到的事唠叨不停。但是，男人是不会对这种像妈妈一样的女人有性趣的，要知道，女性成功改变男性的唯一机会，就是在他还是个婴儿的时候!

宰册在美国，42%的高薪白领女性没有生小孩，有14%的女性表示，她们根本不要小孩。

当性爱不再是男人的专利

现代女性希望从两性关系中获得的东西，是以前的人无法想象的。

为了告诉各位其中的改变有多大，让我们来看看1963年出版的教材《家庭经济》中关于性爱的部分，这本书是一位女作家写给年轻女性看的：晚上就寝前，请尽快把自己打理好。女性卫生保健是很重要的，但你累坏了的丈夫可不想排队使用洗手间，他的需求必须优先解决。试着让自己看起来不要太刻意地恭候大驾。如果你需要做面膜或卷头发，千万要等到你丈夫睡着之后再行，不然你的样子会把男人吓坏;如果有可能进行亲密行为，请谨记你曾说过的结婚誓言，尤其是你宣誓服从丈夫的那部分。

如果他想马上睡觉，那就听他的吧。所有的事都要遵照你丈夫的意愿，别用任何方式刺激他的性欲。倘若你的丈夫有意温存，要谦卑地顺从，并且记住：男人的满足感比女人的重要。当他达到极乐顶峰时，你口中适时发出的一个小小呻吟，对他来说不仅是个鼓励，同时也是有效的暗示，说明你刚才也感到愉悦。假如你的丈夫要求更多的交欢，要服从并且不抱怨，顶多以静默表达迟疑。

你的丈夫极有可能在事后马上睡着，这时你就可以起身调整睡衣、梳洗一下，然后再开始进行晚间保养或上发卷。睡前别忘了设定闹钟，好让自己比丈夫早一点起床。这样一来，你才能提早准备好一杯茶供他醒后享用。

男人若读到上述文字，可能会恨不得马上回到过去;事实上，有些男人甚至会觉得这听起来很公平、很有道理。然而环境已经变了，21世纪的女性在两性关系方面有了更多要求。尽管当今女性与祖先一样受到脑中先天预设机制的影响，但她们的想法已与祖先大不相同，现代社会允许并期待她们作出前所未有的决定和选择。

在20世纪50年代，60%的女性会把处女之身献给订婚或结婚对象。

今天，这样的女性只占1%。60年代以后出生的西方女性，5个里就有一个没有生孩子，在那之前女人怀孕的机会大把，因为避孕方法不多。在中国，现在有超过200万名女性离婚了。现在的年轻女孩，包里的保险套跟口红一样都是必备品。现代女性追求性爱，通常是自尊心的要求。

在30岁之前，大多数年轻女性拥有过3个或更多性伴侣。这些女性在20多岁时的主题是发现自我，而不是安定下来成家。几乎所有的女性杂志都把目标读者设定为这个年龄段的女性，为她们提供与性爱相关的信息和技巧。

现今媒体的夸张宣传一直在告诉女孩可以更开放一点，而在以前，那样的尺度叫“放荡”。很少有女性杂志不在封面或内文中提到“性”和“性高潮”的，就连女卫生间也都有保险套贩卖机了。然而，在肥皂剧里，还是可以见到一对情侣在第6集就结婚，这仿佛暗示着婚姻仍然是浪漫爱情的最终归宿。

现代女性最大的两难之处在于，生活中的那个男人死性不改，但自己又配不上电视或电影里的男主角那么好条件的男人。很多男人跟他们的父辈一样，是不愿意走出那些很“男子汉”的工作圈与运动圈的，那里被他们视为安全地带。但是，现代女性依然对永久关系痴迷不已，对于贝克汉姆夫妇、布什夫妇等名人的新闻津津乐道。

她们要自由，更要爱情

引领当今性革命的女性，并非20多岁，而是40多岁。她们在30多岁就事业有成，而且此时孩子通常都已长大了。许多女人决定，她们不再需要那个束缚人的乏味婚姻，而是要勇敢地追求爱情。

对很多女人来说，婚姻不再是一辈子的事。一辈子太久了，因爱结合才是婚姻。

传统婚姻能给女人带来社会地位与某种程度的安全感，因为20世纪70年代以前的家庭通常都是男人养家，女人只管辖持家务和享受福利。但现代女性完全可以自给自足，无需假他人之手获得社会经济地位，因此婚姻随时都可能在一夕之间终止。

除了了解女性现在面临的新环境外，多了解人类如何进化，也有助于剖析现代女性的想法、反应以及两性价值观。女人总是把爱情摆在第一位，以她们与另一半关系的亲密程度，作为衡量自己成功与否或自我价值高低的标准。但男人的标准则是自身的成就。古代女人之所以进化成男人的照顾者与爱人，是因为她们需要可靠的男人提供食物与保护来生存下去，这是一种交易。她们尽心尽力地养育下一代，好让基因可以传承下去。有时候，男人可能在打猎或战争中丧生了，女人只好从女性同伴那里寻求爱和协助，彼此支撑着活下去。

用这种方式，远古人类生活了数千年，从进化论的时长来看，改变却只是一夕之间。避孕药发明后，女人可以选择是工作还是生小孩了。20世纪60年代开始的女性主义运动，让女人有机会思考、独立行动，并决定自己的生活。80年代至90年代的两性平等法案，更使女人具有史无前例的影响力。不过，这些21世纪独立自主的新女性，还是难以抵抗生物本能的呼唤，希望自己的生活中有男人陪伴，并因此觉得安全和满足。这种原始渴望，使新世纪女性经常有种不安全感罪恶感，经常自我怀疑，但又不知所为何来。这就是问题所在：女性的感受与需求是100万年以来进化的结果，但女性社会地位的改变，不过是50年前发生的。所以，女性的生理状态，与所处环境并不同步。

事甜一个成功男人的定义：他赚的钱够他女人花；一个成功女人的定义：她能找到这样的男人。

有钱就是Mr.Right

其实，女人真正想从男人身上要到的，绝不是她们嘴巴上说的那些。

21世纪的女性其实与她们的祖先一样，对男性有下列基本要求：良好的狩猎技巧、能源源不绝地提供食物，并保护她与下一代。所以，现代女性希望男人有钱、受过教育、有幽默感、有地位与权力，这些都能确保她拥有足够资源。这就是为什么聪明、勤奋、积极、受人尊敬的男人，总是很受女人青睐。

古代女性中意的男人，一般都个子高、年富力强、有倒三角形身材、肢体协调性好，这些方面展现出其狩猎与提供保护的能力。现在的女人还是希望男人有结实的胸膛和肩膀(但不能太过哦，否则看起来好像很自大)，如果有六块肌会更好。这种身体条件对猎捕野牛、搬运巨石和与毒蜘蛛搏斗有利，但在21世纪，男人在日常生活中其实不太用得上这些肌肉。女性本能地受到这些肢体条件吸引，说明她们的大脑设定与祖先其实并没有什么区别。所以，简单地讲，女人渴望找到一个拥有资源的男人。更重要的是，这个男人要愿意与她和孩子分享这些资源。

是达尔文让她们这样做的

2009年的研究显示，人类以外的雌性哺乳类动物也对能分享资源的雄性同伴有特殊的偏爱。德国马克斯—普朗克进化人类学研究所的克里斯蒂娜·戈梅斯(Cristina Gomes)与同事克里斯托夫·伯施(Christophe Boesch)在科特迪瓦的森林保护区进行了一项研究，发现异性黑猩猩间也有“性交易”。通过观察公猩猩的狩猎行为和监控他们的交配次数，他们发现，如果公猩猩能与尚未发情的母猩猩分享捕获的肉类食物，就会比别的公猩猩多一倍的交配机会；它们也因此大大增加了使母猩猩受孕的机会，而母猩猩也得以获取更多的食物。

戈梅斯博士认为，这项研究揭开了哺乳类动物的捕猎技术与交配成功率之间的关系。但对于人类女性来说，要评估一个男人是否有能力，需要的时间则长得多，有可能是3次约会、3个星期或3个月。因此，女人坠入爱河的速度比男人慢，但最终又会陷得比男人深。那些发型超酷、穿着得体的都市型男算什么？就算他们看《泰坦尼克号》会哭，也喜欢滔滔不绝地谈论自己的爱情生活，但他们最终会发现自己只能交到红粉知己，而不是人生伴侣。女人需要能提供资源的男人，这可是她们的底线。

我们又要请出大卫·巴斯教授了，他是研究个体差异与进化心理学的先行者。在他那划时代的人类择偶研究中，他进行了一项史无前例的超大型跨文化实验，受试者涉及37种不同意识形态和宗教信仰，共计10047人，从中研究人类择偶的偏好。他最终发现，在“对于异性对象拥有资源的看重程度”这一点上，女性比男性高一倍，这一结论也是对1930年以来种种研究结果的证实。巴斯教授还随机选取了1491名美国人进行试验，得出的结果相同。

女性总是需要找到各种蛛丝马迹，来评判一个男人的资产水平或获取资产的能力。我们曾对报纸杂志上的1295条征友启事进行研究，发现女人把财力列为征友必备条件的次数是男人的11倍。当男人一心追求年轻貌美的女伴时，女人则希望她的男友既多金又有“诚意”，也就是说，他愿意将荣华富贵与她分享。此外，女人也总是被社会地位高的男人吸引，因为这清楚地展现出一个男人是否有掌握资源的能力。其貌不扬、粗俗不堪的拳击冠军身边总是美女环绕，原因就在于此。此外，这些女人不一定聪明，但肯定是又年轻又漂亮，因为对于男性而言，她们是“优质的基因载体”哦！

所有以择偶偏好为主题的研究都显示，女性对男性的地位、声望、权力、职位与资产前景的要求很高，而男性却不怎么在意女方的上述条件。这些研究也指出，女人对受过教育的男性更有兴趣，因为受教育程度也是一种资源，这很符合女人喜欢嫁给医生或律师的习惯说法。换句话说，他可能现在没什么钱，但将来一定会有。巴斯教授也发现，任何地方的女性都比男性更在意伴侣的条件，在德国，前者比后者高38%，中国是63%，印度则高达87%。

全世界的女人都在抱怨，适合她们的单身男子少之又少，但咖啡店、餐厅、舞厅、俱乐部和办公大楼里的未婚男性多的是，难道女人瞎了吗？

答案是，女性心目中“合乎标准的单身男子”，指的是拥有资源(或至少有潜力拥有资源)，能让妻小衣食无忧的男人。只有极少数女人相信那个端咖啡的男服务生就是她的Mr.Right，所以她们有选择地忽略了这些男人。

男人有钱，让女人快感连连？

2008年，英国纽卡斯尔大学的进化心理学家托马斯·波莱博士(Dr.ThomasPollet)与他的同事丹尼尔·内特尔教授进行了一项研究，发现女人从性爱中得到的快感，与做爱对象的银行存款和手上拥有的资源多少，有直接的关系。他们发现，男人越富有，他的另一半享受高潮的次数就越多。波莱与内特尔研究了1534位拥有男性伴侣的华人女性的生活，包括性生活、收入与其他。他们发现，其中121位女性(占7.9%)做爱时总是有性高潮；408位(26.6%)经常有；762位(49.7%)有时会有；243位(15.8%)则很少有或索性没有。这些数据与西方社会的女性非常接近。两位研究者也发现，女性的高潮频率会随着另一半财富的增加而增加。影响女性高潮的因素很多，钱是最有力的。

以上这些研究结果与我们的另一本书《身体语言密码》里所说的一样。在那本书里，我们发现女人的高潮比例与男人的身体对称程度和魅力指数有关，而波莱与内特尔的研究则指出，男人的财力比他的外表影响力更大。波莱与内特尔和大卫·巴斯都相信，女性的高潮是一种信号，告诉男人自己的性欲获得了高度满足，不大可能再与别人发生关系，所以男方应该与她共组家庭；这使她们在遇到优质男性，尤其是有“实力”的男性时，能够尽快产生情感连结。

最受女人欢迎的5个男性特质

所有女人脑中都有一份“男性特质清单”，用以评估备选对象是否愿意把自己的资源贡献给她。只有人类男性会与女性分享资源，其他雌性哺乳类则不得不靠自己寻找食物和避风港。

研究人类择偶策略的进化生物学和心理学家发现，尽管所处地域和文化背景不同，大多数女人还是公认男人必须具备某些重要特质。下列就是女性心目中TOP5的男性特质：

1.善于表达爱意。女人称之为“爱”的，是比男人想象的复杂得多的东西。女人希望每天都能确认她是被爱、被崇拜的，因此，她需要男人用语言和行动作证明。女人最喜欢听到“我爱你”三个字，如果能换着花样表达就更好了，比如“你做的菜真好吃”、“你这样打扮真漂亮”，以及不经意地打个电话说想她，对女人料理家务表达感激也是爱的表现。爱也暗示着男人愿意与他的女人分享资源。闹离婚的女人常常会说，她的老公把她辛苦持家视为理所当然，而且从不感激她为他做的一切。这通常是因为男人觉得养家、修理东西、解决问题、换灯泡等“男人活计”；

已经足够表达他的感谢与爱意了。

女人相信，如果一个男人真的爱她，就会每天用言语和行动告诉她。这对男人来说很难弄懂，因为他是通过“帮她做什么事”来表达爱意的。他会去除草、粉刷房子、修理她的车、带她去看电影、好好干活挣钱，然后乖乖地把房贷付掉。在男人的思维设计里，衡量自己价值贡献的标准是“做了什么或成就了什么”，而不是“说了什么或感觉到了什么”。

串++“昨晚回家后，我老婆要求我带她去一个昂贵的地方，于是我带她去了加油站，结果她跟我吵起来了…”

在《为什么男人总是没线索，女人总是少双鞋》(WhyMenDon'tHaveaClue&WomenAlwaysNeedMoreShoes)中，我们讨论过女人天生比较擅长语言技巧，也明白了说话对女人来说，就是前戏的一种。男性朋友需要知道的是，当你爱她或想向她表示感激时，女人需要你讲出来才会相信，而且每天都要听一次。此外，还要记得生日、周年纪念日等重要节日，这也是女人判断你爱不爱她的重要指标。要提前准备好礼物，哪怕只是小礼物也没关系，而且越简单越好：一束刚从花园里摘的花、一张手写的示爱卡片，这就够了!礼物本身不是关键，重点是要行动。然而，大多数男人都觉得礼物要又大又贵才好，这是男性判断该礼物价值的方式。而对女人来说，一束鲜花可能比一款高级烤面包机更令她心花怒放。虽然鲜花只能用来做摆饰，枯萎了就得扔进垃圾桶，但在女人心中，一朵玫瑰花无疑情意更重。

2.对自己的爱人忠贞不二。这代表男人会一辈子同他的女人共享资源，但女人对“不忠”的定义跟男人又很不一样。男人关心的是女人是否和别的男人上床，因为那表示他有可能浪费精力养别人的小孩;而女人最在意的则是，男人与逢场作戏的这个女人之间是否有真感情。这就是为什么女人总是执拗地问“你爱她吗”，换句话说，就是“你会把资产给她用吗”。男人与外遇对象上没上床，对她来说不是首先要考虑的问题。如果男人说“不，我们之间只是性而已”，女人是绝不会相信的，因为她不能理解没有爱的性，虽然这对男人来讲是很简单的事。男人在脑中可以把性欲和感情分开，所以性是性，爱是爱;而女人的底线则是性等于爱，男人换了性伴侣，就等于他重新调整了资源共享的对象。只有一个男人说他会永远忠诚，女人才能相信他不会把资产跟别人分享。

3.有一颗仁慈的心。巴斯博士曾针对32种文化进行研究，发现“仁慈”处于女性择偶条件的第3位，因为女人要看清楚可以放心把孩子交付给什么人。爱、真诚、大方、仁慈，都是她需要考虑的前提。从远古时代起，女人就偏好慷慨的男人而非吝啬鬼，因为大方的人会把资源与她和孩子分享，这大大提升了她们的生存机会。

不过，自身就有能力、地位或权力的女人，依然会选择拥有资源的男人。巴斯发现，任何文化中的女人都偏好有钱男人，有钱的女人更是如此，因为她们要男人比自己更强。这就是有钱有势的成功女性身边绝不会带一个“矮穷挫”招摇过市的原因。我们调查了624位欧洲女性主管，其中的86%说，她们不会与各方面表现比自己差的男人交往，9%的人说会考虑看看，仅有5%的人表示不在意。

那么，那些与小男友搞姐弟恋甚至忘年恋的好莱坞熟龄女演员，不是不符合上述情况吗?这些熟女通常事业成功，男方则是没怎么站稳脚跟的年轻小伙子。从进化论的角度来看，这样的组合是没有价值的，因为女方已经没有生育能力;但如果反过来，一个60岁的男人与25岁的女人结合就没有问题。每5位60岁以上的女性可选择的同龄男性只有3位，所以年纪较大的女性选择相对较少;而熟龄男性则偏好年轻一点的女伴——如果要选，35岁肯定比60岁的好。在女大男小的交往中，年纪较大的女方会因为拥有年轻追求者而感到自己重焕青春，但男方会接受这样的安排，通常是因为有好处可拿，包括钱财、权力、好名声或臭名声。换句话说，女方身上有资源，如果可以的话，他也想要一些。虽说女大男小并非一定行不通，但大部分还是不能持久。

相反，美国年轻艳星安娜妮可·史密斯与她那87岁的巨富老公的婚姻，就一点都不显得突兀。男方觉得自己充满魅力，还可以和年轻的金发女孩上床，他说他爱她，还用娶她来作为仁慈与忠贞的表现;女方则得到权力、声望和所有资源。她嫁的可不是那种拿退休金、住养老院的老人啊。如果这个老人没那么有钱，他娶的应该也会是87岁的女人，并且只是为了作伴而已。有趣的是，世界各地的研究都显示，不管男人自己有没有钱，他都不大在意女方的经济能力。换句话说，一个大公司的CEO可能会与小职员爱上同一个女人，想想比尔·克林顿与莫妮卡·莱温斯基吧。

4.敢于作出承诺。男人的承诺，代表他愿意与女伴长期共享资源。女人常骂男人有承诺恐惧症，是爱情逃兵，但若从远古女人的眼光来看承诺代表的意义，你就会觉得一切合情合理：性交意味着往后要用10到15年的时间来养育一个小孩，直到他可以独立生活为止，但对男人来讲，这可能只是一次邂逅，最短只有几分钟而已，完事之后他们就要去寻找下一个对象，因为男人天生设定要尽其所能地散播精子。因此，许多男人一想到将永远被一夫一妻制绑住就吓坏了，更何况，承诺还代表着他们得把资源拿出来跟女人分享呢!

“唉，为什么他就不能给我承诺呢？”许多女人都发出一模一样的哀叹。女性要用9个月孕育胎儿，再至少花5年时间把他抚养成有基本生存能力的儿童，而人家大猩猩宝宝，在出生6个星期后就可以独立生活了。也就是说，女人的大脑本来就已设定，必须找到一个男人待在她身边，供养、保护家人至少达6年之久。男女双方在潜意识里对此现象都有所认知，这也可以叫作“七年之养”。如果女性遇到的是只让她怀孕却不提供照料的男人，将对下一代的生存机会非常不利，所以女性天生会仔细观察合适的人选。对大多数女性来说，婚姻仍代表这个男人会一直待在自己身旁。作为孩童的照顾者，女性会全身心付出，也希望对方做到这样。这也是两性关系中的信任感对女人来说尤为重要的原因。

从生物学的角度来看，女人当然希望男人把一切都贡献给她和她的孩子，而不是分心让别的女人怀孕生子。正是因为这一点，一夫一妻制在现代社会对所有女人都是必要的前提，一旦女人的信任感破裂，关系就很难再修补回来。如果一个女人经历过太多次关系破裂，她就会质疑男人是否值得信任。

现今要调查一个男人有多少资产，或可能有多少资产，可比以前容易多了。但如果这个男人不准备将其贡献给女人和孩子，对女性来说就相当不利，那意味着女人得自己照料自己了。对于男人是否有可能给自己承诺，女性首要的衡量标准是“爱”，全世界都是一样。巴斯从女性受试者那里，收集了115个所谓的“爱的举动”，居于首位的就是“所有表现承诺的行为”，包括“避免或放弃与别的女人之间的恋情”、“讨论婚姻和孩子”、“倾听爱人的困扰”、“必要时提供感情支持”和“送礼物”。而在征婚启事中，最受女性欢迎的表达莫过于“有诚意”。女性要求对方有诚意的次数是男性的4倍，它亦是承诺的同义词，表现出共享资源的意味。

5.受教育程度与智力。受教育程度和智商较高的男人，通常被认为是“潜力股”。高学历意味着他能找到高薪工作，并因此身处较高地位，也能拥有更多资源。同样，智商高也代表此人有相当的潜力。

尽管当今女性依然本能地想找个多金男结婚，但她们也需要努力工作才能过上好的生活。过去这根本不是问题，因为婚姻就是一辈子的事，只要结了婚，男人就会把养家重担一直挑下去，加上过去都是大家庭，能够得到其他亲属较多支持和协助。然而，现今的女人却很难保证这个男人明天还在身边。举例来说，英国以单亲妈妈为经济支柱的家庭占19.67%，几乎是每5个家庭中就有1个；而单亲爸爸才占2.16%。由此可见，个人的财务安全度对女人来说，是相当重要的。

虽然女人都想嫁给百万富翁，但她们肯定不想嫁给好赌、乱投资，或在自己身上花太多钱的男人。以前的女人只会嫁鸡随鸡、嫁狗随狗，但21世纪的女性则会觉得，男人财务状况不良是很不负责任的行为，同时也是不爱她和不尊重她的表现。

男人该不该献上一枚大戒指？

当男人想要永远占据女伴的心时，他就会送上一枚戒指。戒指越大、越贵，越能代表他对她的心意，同时也等于告诉别的女人，他已经打算与这名女子共享资源了。同样，在女人眼中，戒指越闪亮耀眼，男人与她分享财产的诚意就越大。因此，就算男人手头有点紧，哪怕借钱也应该给女人买好一点的戒指，而非弄个小小的、不起眼的戒指来凑数。女人经常会盯着手上的戒指看，提醒自己对方多么爱自己，女性朋友之间也会打量彼此戒指的大小，好判断自己的男人是不是更有诚意。就算夫妻俩房子不大、车子不新，戒指也一定要特别选购，那可是女人公开展示老公的爱与承诺的信物。

性·爱万花筒

首饰太贵，买花是一种浪费？

凯文非常了解女人对爱的评估标准，因此买很多漂亮的珠宝送给太太。至于他自己，只戴一枚普通的黄金婚戒即可，偶尔戴戴手表。从男性的角度来看，他从不认为佩戴昂贵珠宝有什么必要，也不需要珠宝来表示什么。

他的弟弟格兰特却想当然地把这种想法套用在了太太黎安身上。他很少送黎安珠宝首饰，就算送也是那种出门旅游或在车库大拍卖中买的又小又不值钱的东西。格兰特丝毫不知道，他的举动让黎安觉得他不愿意给她承诺，因为她知道格兰特完全买得起好一点的珠宝。

格兰特也不喜欢送太太花，从他的男性逻辑来看，买花是一种浪费，鲜花没几天就会凋谢，还不如买盆栽，可以活得久一些。所以，当黎安又一次对他表示不满后，他买了株玫瑰盆栽送她，还自作聪明地说，黎安可以把花剪下来拿去卖钱。嘿!说不定她还能从此进入花店行业哩。但对黎安的女性大脑来说，鲜花易凋谢代表格兰特有机会再买一束新的花送给她，从而再对她承诺一次。送一株盆栽算什么?!

就在昨天，格兰特的直肠肛门外科医生终于帮把他屁股上的玫瑰树取下来了。几天后，格兰特应该就可以完全恢复了……

“爱的举动”代表着资源共享的承诺，所以在全世界女性心中评价最高。针对“长久关系中爱的重要性”的研究发现，世界上有八九成的女性，都希望在婚姻或长期伴侣关系里有爱情存在。《亲密关系性爱手册》的合著者之一苏·斯普雷彻(SueSprecher)与她的同事进行了一项实验，发现有89%的美国女性不愿意嫁给她们不爱的对象;41%的俄罗斯女性则表示她们可以与不爱的男人结婚。后一种现象可能与俄罗斯的单身男性较少有关，再加上俄国女性择偶的范围很大，男人们也就不怎么愿意从一而终。通过调查我们还发现，乌克兰的基辅市2009年的男性平均年龄是56岁，而且平均每个20岁男性都有4个单身女性可供选择。怎么样，各位男士，快去购买前往基辅的机票吧!

以下就是我们给男性读者的建议：你可以对生命中的很多东西斤斤计较，但如果要送女人珠宝，千万要舍得花钱。如果你当初因为囊中羞涩而只给她买了一个小戒指，请快点给她“升级”成大些的吧!不管你愿不愿意，这一点都有可能影响你以后的婚恋生活，其他女人也同样会用它来衡量你的承诺指数。

性·爱万花筒

女人最不可能说的10句话

- 1.我们俩的肉体关系可以更亲密一点吗?我已经厌倦纯友谊的关系了。
- 2.上厕所的时候不用把马桶坐垫放下来，我最喜欢坐在冷冰冰湿淋淋的马桶上了!
- 3.我觉得毛茸茸的屁股好性感喔!
- 4.一股屁味儿飘来了!再来一次好不好?
- 5.拜托不要丢掉那件旧T恤，我很喜欢腋下的那些破洞!
- 6.这颗钻石有点儿太大了!哦，还有，我鞋子太多了。
- 7.把那块巧克力拿走!
- 8.虽然是在打折，一件设计师礼服要价15000块也太贵了!9.我穿这条裤子，屁股看起来会不会太小了?

10.我要出去一下，你要不要打电话给你女朋友？

做到这些，马上就有女人缘

下面的7件事不仅高居女性择偶条件清单前列，也是男人是否有能力获得资源的重要表现。请记住，次序并不重要，只要男人能做到这些事，就一定会吸引女人：1.能让人开怀大笑。幽默感是最能吸引女性的男性魅力，在征友启事中也被频频提及。当女人大笑时，大脑会释放一种与吗啡相似的化学物质，名为脑内啡，这使她有一种温暖而又痒酥酥的感觉。脑内啡是一种天然的止痛剂，也是免疫系统的重要组成部分。此外，大笑也可以减少体内压力荷尔蒙的含量，并使血压降低，进而降低心脏病的风险。有俗话说“笑一笑，十年少”，这句话是有科学依据的。

女人本能地知道，一个乐观的男人对她的健康和寿命是有利的，所以她会尽量避开那些悲观的、境遇悲惨或整天苦着脸的男人。男性也知道幽默感的力量，因此他们才会经常比谁的笑话最好笑。他们明白，能够引起哄堂大笑的人，也是最讨女人喜欢的人。

2.良好的沟通能力。女人常希望另一半愿意听她倾诉问题和感觉，但不要打断她，也不需要提供解决办法。作为男性，在女伴聊到她的私事时，也要适当透露一点自己的细节，这种做法可以制造和谐气氛，快速建立起彼此之间的亲密感。当然，如果你实在做不到这一点，只要克制住不告诉她怎么做，同时抱着同情心听她说话就好了。

3.有一手烹饪绝活。100万年以来，男人一直担任着狩猎和提供食物的角色。到了现代，能够为爱人洗手做羹汤的男人，依然会唤起女性心中那份源自远古时代的柔情。这也是为什么男人说“带你出去吃饭”时，女人总是欢呼雀跃，即使她一点都不饿。男人的这种举动，也表明他愿意与女性分享食物。所以，男性朋友们，今天就去报名参加烹饪班吧！

4.对舞蹈有点研究。跳舞的唯一目的就是吸引对方注意，最终使性爱水到渠成。男女双方共舞，彼此相拥、呼应对方的律动，这与其他生物交配前做的事一样。每8个男人中，大概只有1个对旋律敏感，但大部分女性则天生如此。如果女人在男人面前翩翩起舞，只能说明她对他感兴趣，想吸引他的注意，此时男人若能马上以共舞回应，就有可能彻底俘获这个女人。所以，男性朋友们，如果烹饪班额满了，请马上报名舞蹈班！

5.让女人有安全感。女性对三件事最没安全感：外表、财力、是否有人爱。她们需要经常收到赞美，如果你对她的新发型或新鞋视而不见，就等于告诉她你不爱她。时常夸赞她的容貌、身材和造型，会使一个女人觉得自己性感，这也是她考虑是否跟你上床的重要因素。此外，如果一个男人在晚回家后不解释他之前的动向，大多数女人都会感到怀疑，然后产生不安全感。经常打个电话汇报行程，或告知何时会回去，甚至只是说声很想念她，都会冲淡女人的不安全感。

宰楠“这件衣服会让我的屁股看起来很大吗？”她问。“不，”他回答，“是巧克力蛋糕让你的屁股变大的。”

6.喜欢小孩。这也算是“安全感”的一种特殊表达方式，因为生育能力是女性手上的王牌。所以，只要一个男人表示他喜欢和小孩玩游戏、有能耐逗小孩笑、擅长给他们讲故事，就可以在魅力评分表上拿到高分！

7.外表健康。男方是否健康，对全世界的女性来说都是首先要考虑的条件。如果他不健康，就有可能撒下她早早去世，或没有足够的能力为她提供资源；此外，他可能会通过肢体接触而把疾病传染给她，或遗传给下一代。健康的体魄意味着男人能产出健康的孩子，并且能尽可能长久地提供资源。女人通常用来判断男人健康状况不佳的特征有：体质弱、有伤口、有口臭、不大恰当的装扮等。

而一个健康男人通常有下列特征：身体状况良好、肤质干净、精力充沛，这些可以从他的肢体动作和活力中看出来（而且，通常位高权重的人都显得生气勃勃的）。动作迟缓、无精打采的男人可能会比较长寿，但也让人觉得缺乏进取

心，因此可能无法长期提供资源。所以，男性朋友们，在为女伴做饭和邀她共舞之前，先去健身房报到吧！

为何女人只爱成功男？

世界各地的研究都指出，缺乏进取心的男人对女人没有吸引力。如果女人发现男友或老公变懒了、失业了或不求上进，她们的本能反应都是尽快结束这段关系。反过来说，如果一个男人努力工作，或有明确的事业目标，通常会成为女人眼中有魅力的男性。而对于男人来说，女人有没有事业心都没什么关系，因为在男人眼中，女人的主要作用是传承其基因的健康容器。

上述说法可能会给部分女性读者抨击男性的冷酷和麻木提供依据。

但是，把握这一点，将使女性了解爱情这场游戏的界线到底在哪里。

宰册“今晚，我们换换位置如何？”他坏笑着提议。“这点子太棒了！”她回答，“换你在熨衣板旁站着，我坐在沙发上放屁！”

这个世界上所有的战争都是男人引起的，目的只有一个：获取别的男人的资源。资源有两种形式，一种是现实性资产，如土地、石油、城市；另一种是生产性资源，也就是女人。综观历史，战争中的男人往往会入侵别的男人的领地，偷取其财物，杀害对方和他的儿子，对女人实施性侵犯或绑架。女人很少被杀，因为她们可以成为胜利者繁衍后代的绝佳工具。而现代男性收集和掌握资源的紧迫性比过去更高，因为可供掌握的资源越来越少了，也因为女人明里暗里要求他们这样做。女人经常批评他们太看重工作而忽略了家庭，或者只喜欢把时间花在寻求问题的解答以及在游戏中击败别的男人，却不爱花时间陪陪家人。但是，谁知道呢？如果不是女人天生就希望男人这样做，现代男人对收集资源可是一点兴趣也没有。

还要补充一点：自古以来，女人忠贞与否，与她对男人资产的依赖程度有直接的关系。在一些为单身女性提供社会福利的现代国家，比如英国、澳大利亚和瑞典，女人对男人的依赖性小得多，因为政府在一定程度上取代了他们的角色。这也是高福利国家里婚前与婚外性行为比例较高的原因。而在低福利国家里，男人仍然是最值得依靠的长期饭票，女人可不想随便放弃。

SEM性爱真心话

古代女性对于长期伴侣的备选对象有一套严格的检验标准，因为一旦选错人，就有可能挨饿、挨打或者被遗弃。同样，现代女性也不希望被虐待或遗弃。

虽然并非所有的女性都是拜金女郎，但她们的确会受到有潜力的男人吸引，这些潜力包括聪明才智、地位和进取心。如果一个男人既没有钱又没有进取心，女人是很难对他有兴趣的，除非他有收集资源的能力。所以，假设他只是一个二十几岁的穷学生，但就读的专业炙手可热，那么他就会被视为潜力股。

一直以来，女人对男人的基本要求都是优秀的狩猎技术与资源。

也许社会进化了，但女人的需求仍与远古时代一样。

懒惰与不积极的男人最让女人敬而远之，因为这意味着该男人能力不足，无法提供资源。

女人渴望男人能跟她分享资源、能照顾孩子，也能让她们有安全感。

第4章想钓好男人？拿服务来交换吧

为什么男人总是害怕求诺，想找年轻女孩？当男人对女人说甜言蜜语时，他是真心的吗？整容拉皮手术，选美比赛大行其道，其背后原因何在？骨感和丰满，男人更喜欢哪一种？男人心目中的“关系”，可不是“从此过上幸福的日子”。而是“我出钱，你提供服务”。

大多数男人心目中的“关系”二字的意思，并不是“从此过着幸福快乐的日子”，而更象是“女人可以为我提供什么服务”。女人想要资源，而男人想要服务，所以简单地说，两性关系基本上也就是“产品与服务的交换”。

不信你就试试看，男人用来描述身边女人的词句，基本离不开她们提供的服务：做的饭很好吃、很会收拾家务、对小孩子很有一手、能逗我开心、是个知心好友、非常性感、屁股翘翘，等等。坦白地说，这些表述象是他用钱能买来的服务一样；而女人描述另一半的词句通常是：能让我过上好日子、聪明、让我开心、工作收入不错、有一处房产，等等。换句话说，他能提供资源。我们的社会把这种商品与服务的交换冠以一种听起来更冠冕堂皇的说法，即“两性和谐相处之道”，但归根究底，它的特性没有变化。对男人而言，他只对女人能提供的服务与外在条件感兴趣。

女性读者可能会觉得，我们把男人描述成了肤浅的自恋狂，但我们的目的并非如此，只是为了说明男人想要的东西和优先次序。倘若你能在对的时间满足一个对的人，你就会拥有一个快乐的爱人；倘若你想当然地以女性价值来衡量他的男性价值，这段关系就将冲突不断，双方都不会开心。

事静要男人改变择偶偏好，就像命令他们脸上不许长胡子一样。

男人是视觉性动物吗？许多人，尤其是女性主义者，对于这种说法感到恼怒，认为它太肤浅。他们甚至坚持建议，应该严格限制对男性择偶偏好的探讨，或干脆避而不谈，以免让一些女性觉得不舒服。不过，男性的喜好是从数万年前进化而来的，已经在脑中固化，很难改变了。他们之所以对青春靓丽的女性感兴趣，是人类想要成功传递基因的本能所致。当然，社会在逐渐进步，我们的生活方式也发生了巨大变化，环境使基因传递的需求不那么迫切，但男人选择女人的标准却没什么改变。压抑或否认这些偏好，就像对着下雨天大发脾气，或抱怨肉食动物不吃菜一样，完全没有必要。

还有一点，男人的生理机能天生就非常强烈，很难克制得住，这也对他们的择偶偏好有很大影响。了解这一点的女人，就有机会研究出应对他们的策略。好比鱼类生来就喜欢吃虫和蛆，所以钓鱼时必须用虫或蛆来引其上钩；用我们喜欢吃的东西来当诱饵肯定行不通，因为虫或蛆才是它们喜欢的食物，用别的东西当饵，就别奢望鱼儿们会主动跳上船。要捕鱼，就要了解鱼是怎么思考的，然后配合其游戏规则；同样的道理，了解并接受男性大脑的运作方式，就可以发展出相应策略来“钓”到合适的男人喽！

男人花心，媒体的罪过？

当今媒体尤其是女性杂志，经常受到批判，因为它们对“女性美”通常只提供一种标准模板：许多影视明星都缺乏曲线、瘦得皮包骨，她们的巨大影响力使得万千女性趋之若鹜。当然，在时装展示台上，这种木棍般的身材是必要的，因为专业模特相当于新款服装的活动衣架，好让观众把目光放在展示的新衣上；然而，有关研究已明确指出，木棍体型的女人对大多数男人都没有吸引力。因为女人越瘦、身形越平板，就越不可能有3:7的腰臀比例（关于这种比例的好处，我们将在第8章详述），而且怀孕生子的可能性也越低。男人的大脑，天生就会按照可靠的生理线索寻找有生育潜力的女性，因此许多男人会被沙漏型的女人吸引，也就丝毫不奇怪了。

对于这一点，男性杂志可是了解得非常透彻，看看内页那些汽车广告上的女郎就知道了。这些车模的身材都凹凸有致，源源不绝地发射出生理信号。在哈雷摩托杂志里永远找不到瘦得像竹节虫一样的女人照片，道理也是一样。还有人调查过，环球小姐比赛80%的观众都是男性，而时尚类节目却只拥有5%的男性观众。

率我和老婆躺在床上看娱乐节目“谁想当百万富翁”。我转向她说：“你想做爱吗？”她回答

：“不要。”我说：“你确定？”她看了我一眼，说：“是啊。”于是我说：“那我去给一个朋友打电话……”

美国亚利桑那州立大学的道格拉斯·肯里克教授(Prof. Douglas Kenrick)与他的同事，进行了一项名为“媒体如何呈现女性的完美体态”的研究，结果颇有点令人不快。他们发现，绝大多数男性受试者在观看了性感女人的照片后，会很不甘心地觉得自己家里那位不怎么样；而另一群观看外表普通的女性照片的男人，则不大会有此反应。更糟的是，如果拿超级性感的女性照片给男人看，他们随后多半会说自己“不太喜欢承诺、对感情没那么认真、时常欲求不满、与另一半不怎么亲近”！

即使是女友或太太已经是大美女的男人，在看过其他性感女人的照片后，也会说自己其实对现状不太满意。这种现象之所以令人关注，是因为那些出现在男性杂志和网络上的女性形象通常都经过刻意修饰或调整，而且是从一大批照片中千挑百选出来的面容、姿势都非常完美的少数几张。换句话说，那并不是真实生活中会出现的女人。古代的男人会从身边现有的女性备选中找到伴侣，没有机会看到这些修饰过的完美女性形象。由此我们可以假设，远古男性应该比21世纪男性更满足，因为他眼前看到的，就是他所拥有的一切。

换句话说，当今男性大脑中对于女性价值判断的电路与远古时代并无不同，只是经常受到现代科技的愚弄，过度刺激他们对女性生育象征的反应。色香味俱全的垃圾食品利用现代化学技术，让我们的大脑相信自己吃的是有营养的食物，结果却导致糖尿病、肥胖和营养失调，同理，塑造完美女人形象的媒体，正是导致男人无法给出承诺、到处玩弄女性的罪魁祸首之一。它们也让女人放弃天生外表和内心修养，大量依赖整形、服饰和化妆等，来获取男人的注意。

为了性，他们什么都肯做

下列4项，可以说是男人想从女人身上获得的基本要求：性爱：

基本服务：食物、卫生、照顾孩子等；

爱他，而且最爱他；

让他静一静。

就这么简单。男人的一言一行，就是由这4点决定的。如果你能在对的时间提供对的东西，他们就很好对付。问题是，男人觉得重要的事，对女人来说要么不那么重要，要么完全不相干，反之亦然。举例来说，男人把加班或兼职视为对家庭的奉献和牺牲，但女人可能就会觉得，他更重视工作而非家庭。

事男人给女人的备忘录第153条：请尽量把想说的话，在电视广告时间内讲完。

在一段两性关系中，男人会尽可能地付出，以便得到对方提供的上述4项服务。他会用浪漫的晚餐、共舞、聊天来展现自己温柔的一面，不停地用那些老掉牙的台词赞美对方，比如她有多特别、她是自己遇到过的最棒的女人等。而他的核心目标是让这女人提供一种或多种服务，而且最好是马上。

如果一句甜蜜蜜的“我们永远在一起吧”是女方最想听到的，他会马上说出口。为了提高跟对方上床的机率，不惜撒谎把对方赞得天花乱坠，对男性来说，是再正常不过的事。

男人为女人做事情，是为了获得性爱或其他好处，这一点女人很清楚。她会说“带我去买东西”、“帮我修一下天花板”、“开车送我去那里”、“带我去看电影/吃晚餐/去我妈家”、&l

“去哄孩子睡觉”、“给车库刷一下油漆”……等等。我们怎么知道男人卖力做这些是为了上床?因为他们才不会帮别的男人做这些事呢!就算有的男人会帮其他男性,欠了人情的一方也总有一天要还的。但是,如果男人不是因为性而帮女人做事,那么这笔人情账还是要算的,就像男性友人欠他的一样。

性·爱万花筒

当前女友变成房东,欠的情就变成人情

斯科特与克丝蒂尔住在一起,同住的还有她的两个小孩。他们俩以前曾有过一年多的交往,但已经分手了。斯科特目前处于失业状态,没有其他地方可住。他会帮忙做家务,比如除草、洗衣服、清理地板、倒垃圾,以及陪她的两个孩子玩。他还会给小朋友送礼物,每个周末带大家出去吃饭。他付一点房租给克丝蒂尔,两人分住不同的房间,但再也不想与她发生亲密关系了。然而,克丝蒂尔还爱着他,希望跟他长久厮守下去。当斯科特正色拒绝她时,她立刻要他搬出去。

现在,斯科特也不再去探望孩子们了。他觉得他欠克丝蒂尔的都还清了,所以不需要保持联系了。

当一个不太关心伴侣的男人毫无预警地遭到抛弃时,为了继续得到服务,他会忙不迭地向对方示爱,甚至会作出“我想娶你”或“我想跟你生孩子”之类承诺。为了捍卫得而复失的食物、生活条件和性爱,或为了打败竞争对手,男人会口不择言,只求有效,幸好这一招对大多数女人都有用。

在此要提醒各位女性朋友,你们尽可以好好享受男人的攻势,但别总是毫无原则地陷进去。

此外,男人还有一套说给女人听的固定台词,用来说服对方提供服务给他们,尤其是上床。以下就是典型的男性台词及翻译。

性·爱万花筒

男性台词大揭秘

1.“你好美/好漂亮/看起来明艳动人。”

解读:你的脸又干净又对称,这说明你能为我生出优质的小孩。我们上床吧!

2.“你今晚看起来美极了。”

解读:我想跟你做爱,越快越好。

3.“让我们做个朋友吧。”

解读:我对你没有兴趣,或者你已经是过去式了。但愿你不要一天打40个电话或短信给我,只是为了问我人在哪里。

4.“你穿那件衣服真是超级性感。”

解读：那件衣服凸显了你的腰臀比例，让你的胸部更显高耸。这使我的荷尔蒙分泌加速，我想马上跟你做爱。

5.“想进来喝杯咖啡吗?”

解读：到我家开一场疯狂的性爱派对吧。你可能有缺点，但屋里的灯不亮，所以我就当看不到好了。

6.“我帮你拿杯酒吧。”

解读：酒精可以解放你的压抑，说不定你会想跟我上床。这句台词的进阶版是“再喝一杯吧!”

7.“宝贝，我今晚不能待得太晚，明天还要早起呢。”解读：谢谢你让我得到了性满足，现在我要闪人啦。

8.“我想和你建立开放而诚实的关系。”

解读：哪天我要是跟别人玩过了火，就可以说：“那个……

我说过我很诚实的嘛。”

9.“等酒吧打烊了，我再打电话给你。”

解读：如果今晚我运气不好，泡不到别的美女，起码还可以找你上床。

10.“不是你有问题……是我。”

解读：对，就是你有问题，滚远一点儿。

和这些台词听起来一样可笑的，是女人纠结的自我幻想，骗自己说这些句子背后还有那么点儿真情义。而且，大部分女人甚至鼓励男人说这些话。只有极少数女人能够及早发现身边的男人能否跟自己维持长久的关系。如果女人能早些洞悉这些说法背后的潜台词，就能成功地分辨出种马与骗子的区别。

害怕承诺，喜欢年轻女性？

生成错误

什么样的征友启事最有效？

生成错误

女人渴望体贴，男人更爱美貌

生成错误

男人为何都是“视觉派”？

生成错误

男人眼中的“性感”，与体重无关

生成错误

第5章关于一夜情那些事儿

生成错误

男人想要性，女人需要爱

生成错误

女人的“寻欢”动机

生成错误

男人更能享受一夜情

生成错误

性伴侣，你想要几个？

生成错误

“春梦”世界，男女亦有别

生成错误

同性恋怎么看？

生成错误

第6章面对出轨，我们该何去何从？

生成错误

七年之痒，越搔越痒

生成错误

出轨真相：男人偷性，女人寻情

生成错误

男人出轨，天性使然？

生成错误

对出轨的6个误解

生成错误

“外遇高危人群”排行榜

生成错误

劈腿的8个经典迹象

生成错误

当另一半出轨，我们该怎么办

生成错误

第7章择偶市场：如何找到最适合的另一半？

生成错误

“缘分”和“直觉”不靠谱

生成错误

相似的价值观和信仰是必需的

生成错误

这些恋爱错误你犯过吗？

生成错误

什么是“择偶积分”？

生成错误

测测你的行情有多少

生成错误

走出去，让理想伴侣看到你

生成错误

列出“伴侣清单”，完美恋人马上现身

生成错误

哪些人不适合托付终身？

生成错误

第8章女人不懂的“男事”

生成错误

“他们就一点儿都不觉得尴尬吗？”

生成错误

最让女人抓狂的4件事

生成错误

女人最想的，正是男人最怕的

生成错误

令男人头痛不已的“终极男事”

生成错误

第9章男人必修的“女课”

生成错误

女人天生“性趣缺缺”？

生成错误

达尔文教给女人的3堂课

生成错误

和“女强人”在一起，需要多大的勇气？

生成错误

女人心中的NO.1，竟然不是男人！

生成错误

第10章择偶妙招：迅速吸引真爱

生成错误

男人提升择偶积分的8个妙招

生成错误

男人的竞争潜规则：拼资本

生成错误

女人提升魅力的5个要点

生成错误

女人脱颖而出的秘诀：拼“资本”

生成错误

第11章从此过着幸福快乐的日子？

生成错误

已婚人士竟成了少数派？

生成错误

异性相吸，还是同性相吸？

生成错误

性是一种美好的本能

生成错误

让科学助爱一臂之力

生成错误

幸福美满的感情，来自双方的经营

生成错误