

<<相亲红宝书>>

图书基本信息

书名：<<相亲红宝书>>

13位ISBN编号：9787545418897

10位ISBN编号：7545418891

出版时间：2013-2

出版时间：广东经济出版社有限公司

作者：郭亚军

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<相亲红宝书>>

前言

2010年1月，江苏卫视相亲节目《非诚勿扰》横空出世，创造了电视相亲节目收视率新高，据统计，《非诚勿扰》的收视率仅次于《新闻联播》，从这一数据就可以看出《非诚勿扰》节目的火爆程度。不知不觉中，《非诚勿扰》已经开播三年了，也已经火了三年，相亲一夜之间成为了社会潮流，全民进入了相亲时代。

“看《非诚勿扰》，品寂寞人生”已然成为了众多单身男女的必修课。

你是否已成为传说中的“剩男”，相亲次数直奔两位数大关，向三位数挺进，像电视中的“男猪脚”，从脾气火爆的刀马旦、涉世未深的小白领、朴实的乡下妹子到高学历的女医生，都一一过招。漫漫相亲路，想要摘掉“剩男”这顶帽子，却不是那么容易。

相亲之难，难于上青天，苦闷与孤独，相亲何茫然！

那么怎样才能能在相亲中做到游刃有余呢？

不用担心，《相亲红宝书》就是一部挽救8000万“剩男”的相亲指南！

全书内容按照《非诚勿扰》节目的环节来编排，4个篇目依次为“往前一步是幸福”、“爱之初体验”、“爱之再判断”、“爱之终决选”，这也是一个标准的男女双方从相知到相恋的相亲过程。

往前一步是幸福——正如《非诚勿扰》主题曲所表达的，爱情需要主动去追求，勇往直前也许更有可能获得幸福，遇见自己心仪的天使，爱，就要大胆说出来。

爱之初体验——要找到自己的公主，做一个勇敢的骑士，吸引她的注意力，找准角度，洞察她的内心。

主持人孟非在节目中说：“女人真的有时候搞不懂。

比如和她说甜言蜜语这件事情，如果你对一个女孩嘴很甜，她会说，一看这种油嘴滑舌，就会说甜言蜜语的男人特别靠不住，很花心；如果你不这样说，她就会跟你说，哪个女孩不喜欢听男人说点甜言蜜语，你连这点都做不到，我怎么跟你过日子呢！

”所以不要试图去懂女人，只要去爱她就行了。

爱之再判断——擦亮双眼，看出哪些女人是打死也不能娶的。

同时也要不断的提升自己的魅力，争取做个“限量版”的“绝种好男人”，和你的公主愉快交往，适时制造一些浪漫，让感情迅速升温。

乐嘉说过：“恋爱是一门艺术，学会如何交往就是学习怎么创造艺术。

交往不是单纯的请客吃饭，与其这样，还不如男人亲自为她准备一顿饭菜来的更有意义。

我们看过了太多的浪漫情节，属于你自己用心制造的，才是真的浪漫。

”爱之终决选——认定她了，那就表达你的心，没有哪个女人不渴望婚姻，让婚姻成为爱情的天堂。

黄菡告诉我们：“理想的伴侣不是找到的，是相互创造的。

参加节目或者借助其他形式只是给双方制造一个认识和互动的机会，接下来的发展是要两个人一起经营的。

”也许有人就说，自己整天忙于工作，忙于事业，不知道如何表白，如何取悦对方，如何洞察她的内心。

更有人说，婚姻是爱情的坟墓，怎么可能会是天堂，其实这一切都非难事，只要细细品读本书，一切答案尽在其中。

你错过了上《非诚勿扰》的报名时间，不要紧；你错过了那个上次在聚会上遇见的感觉不错的女孩，不要紧；你错过了那个一直喜欢你很多年，后来接受了别人的女孩，不要紧。

至少你没有错过这本《相亲红宝书》，下一个女孩你一定不会错过。

不要再犹豫了，把这本秘籍带回家，也许明天早上你就会遇见那个心仪的她。

谨以此书献给所有已经在相亲，准备开始相亲的王子们。

与其花掉两年的时间去盲目地寻找你的公主，不如先花上两个小时静下心来好好读一读手头的这本书，然后向着幸福和天堂出发！

<<相亲红宝书>>

内容概要

你是否已成为传说中的“剩男”，相亲次数直奔两位数大关，向三位数挺进，像电视中的“男猪脚”，从脾气火爆的刀马旦、涉世未深的小白领、朴实的乡下妹子到高学历的女医生，都一一过招。漫漫相亲路，想要摘掉“剩男”这顶帽子，却不是那么容易。

相亲之难，难于上青天，苦闷与孤独，相亲何茫然！
那么怎样才能能在相亲中做到游刃有余呢？

不用担心，《相亲红宝书》就是一部挽救8000万“剩男”的相亲指南！
全书内容按照《非诚勿扰》节目的环节来编排，4个篇目依次为“往前一步是幸福”、“爱之初体验”、“爱之再判断”、“爱之终决选”，这也是一个标准的男女双方从相知到相恋的相亲过程。

你错过了上《非诚勿扰》的报名时间，不要紧；你错过了那个上次在聚会上遇见的感觉不错的女孩，不要紧；你错过了那个一直喜欢你很多年，后来接受了别人的女孩，不要紧。
至少你没有错过这本《相亲红宝书》，下一个女孩你一定不会错过。
不要再犹豫了，把这本秘籍带回家，也许明天早上你就会遇见那个心仪的她。
本书由郭亚军编著。

<<相亲红宝书>>

书籍目录

Opening开篇：往前一步是幸福第一章 如果“剩”得无奈，请拿出相亲姿态 1.剩男是被自己剩下的 2.正确地看待爱情 3.相亲，你准备好了吗 4.不要错过幸福的站点 5.值得为“一辈子的事”作出改变 6.那个“她”其实就在你身边 7.别人在冲刺，你还在犹豫 8.不好意思“相”到你第一部分：爱之初体验第二章 如果你是骑士，请选择公主 1.幸福可遇亦可求 2.天下没有坐等的幸福 3.给自己一次机会，肯定自己 4.每个女人都值得爱 5.别抱着完美不放手 6.黯然的背影也要充满尊严 7.做好失恋的准备第三章 初次约会，就要吸引她的注意力 1.约会时的最佳心态 2.首先从打招呼和闲聊开始 3.约会吃饭有讲究 4.细节让她对你一见钟情 5.给女孩礼物，不应太昂贵 6.约会冷场怎么办 8.初次约会时的忌讳 9.王子们，穿西装吧第四章 找准角度，轻松洞察女人心 1.从习惯透视她是什么样的女人 2.为女人分分类 3.女人的哭泣并不代表伤心 4.你要懂得女人的“小姐脾气” 5.再大方的女人，也是会吃醋的 6.小资情结是女人的天性 7.爱慕虚荣是女人的特性 8.女人更喜欢强势的男性 9.会被女人PASS掉的四种男人第二部分：爱之再判断第五章 哪些女人打死也不能娶 1.慎重对待四类女人 2.支配欲强的女人，可娶吗 3.吃闲醋的女人讨人厌 4.直言拒绝“花瓶”女 5.一定要远离拜金女 6.动什么，也别动轻浮女 7.如果不爱，婉言拒绝 8.分手后，要表现出男人的风度第六章 做个市场紧俏的限量版男人 1.好男人的八大标准 2.男人该怎样修饰自己 3.轻松打造优质男人 4.女人眼中的好男人 5.成熟的男人惹人爱 6.幽默增添魅力 7.自信的男人最吸引女人 8.懂得迎合女人的喜恶第七章 愉快的交往，让感情迅速升温 1.谈恋爱也要“稳准狠” 2.恋爱讲究“半糖主义” 3.日常生活中也要“怜香惜玉” 4.把信任放在恋人手中 5.练就一双“慧眼”，发现她的改变 6.做她忠实的听众 7.与女性相处的要点 8.和女人交往应该遵守的礼节 9.恋爱的10个小技巧第三部分：爱之终决选第八章 爱要说出口，表达你的心 1.爱上她的平凡 2.爱要说出口，表达你的心 3.大爱晚成，别做“呆头鹅” 4.不要吝啬你的赞美 5.情书，是一种好方式 6.可以巧妙“逼婚” 7.追爱的五种技巧第九章 让婚姻成为爱情的天堂 1.正确地看待婚姻 2.王子们要用心呵护自己的公主 3.浪漫与心有关，而不是金钱 4.幸福，从满足她的小愿望开始 5.为她撑起一片天 6.体贴可以很简单 7.你要懂得的爱五种语言 8.善待对方父母 9.信任可以让爱情保鲜 10.沟通是婚姻最好的润滑剂

<<相亲红宝书>>

章节摘录

爱情是每个人都向往的人间天堂，古人云：在天愿做比翼鸟，在地愿为连理枝。这些是爱情的美丽光环，爱情是每一个人都渴望的，我们期待始终有一个人在为自己守候。

那么，各位王子们该怎样正确看待爱情呢？

先来看看《非诚勿扰》节目中的这个故事：一个普通的韩国男生用不熟练的中文、别具创意的表白方式打动了知性女嘉宾刘婷婷的芳心，他就是男嘉宾李庚录。

他帅气的外表，腼腆的笑容，是登上《非诚勿扰》舞台上的第二位韩国男嘉宾。在中国生活的9年时间，他自力更生，靠着自己的努力打拼，把现在的贸易公司做得有声有色。他始终坚持认为“金钱不重要，家人和朋友才重要。”

李庚录对刘婷婷深情说道：“我带着积累了许久的感情，带着身边朋友们的期待，我来南京只为圆一个梦。

4月9日星期六，你穿着一件大V领的深色上衣，白净的皮肤，笑起来牙齿白白的，嘴角像月亮，瞬间我就被你的笑容融化了，4月10日星期日……从那时起，我就像盼望过节一样，盼望着周六周日的到来。

我记得你穿过的每一件衣服，我花光了所有的勇气，只为见到你。

”此时，场上只剩下了刘婷婷最后一盏灯。

李庚录又拿出了一本为刘婷婷精心制作的相册，上演超浪漫的情书告白。

他表示：“我还在家里面做了一些东西。

如果我运气好的话，我会和照片中的女孩在一起。

对我来说冬天有364天，只有一天是春天，就是现在。

我希望能跟你一起参加下一个节目《老公看你的》，能给我一次机会吗？

”主持人孟非感叹道：“在之前的节目中来过很多小伙子，讨论过很多关于浪漫的话题，我从来也没有觉得谁浪漫。

但在我心里边，他刚才说的这段话，给了我关于爱情中什么是浪漫的强烈感受。

”刘婷婷表示：“在对的时间遇见对的人是一生的幸福。

在对的时间里，我望穿秋水，等待一份真的情，等待一个对的人。

”最终，刘婷婷等到了如童话般美丽的爱情，她泪如泉涌，幸福写在脸上，他们牵手成功。

《非诚勿扰》李庚录和刘婷婷如韩剧般纯美的爱情让人再次燃起内心对爱的渴望，它让我们相信世界上有美好的爱情。

孟非之后表示：“节目中我真的是感动到不能自己，之前见过很多男嘉宾用各种小浪漫的方式赢得女嘉宾芳心，但像李庚录这般单纯唯美、没有杂念的表白还是第一次见到，给我迄今为止最大的感动。

对于所有期待爱情的人来说，也是最受用的。

”我们为什么需要爱情，是生理需要，还是心理需要，抑或是社会需要，爱情是个神奇的东西。

当遇到性情相投的异性时，经过一段时间的交往，会感觉彼此心灵相通，自然而然地就想待在一起，舍不得分开。

甚至有人在初次邂逅时就凭直觉断定对方就是“我今生要找的人”。

那么，“人为什么需要爱情”呢，从进化心理学的角度来看，人类恋爱的本质原因是为了“保持物种的延续”。

既然人类也是生物，当然就有传宗接代、延续遗传基因的本能。

为了留下健康、优秀的子孙，男性会喜欢外表有魅力且年轻的女性。

由于男性没有妊娠、分娩之痛，所以与子孙的“质”相比，男性更倾向于追求子孙的“量”。

因此，在潜意识中，男性更希望与多个女性，即不特定对象发生性行为。

而女性往往要面临妊娠、分娩，因此不可能去追求“量”。

“十月怀胎”是个漫长的过程，给女性造成的身心负担也很大。

因此，女性更注重子孙的“质”。

从这个角度来看，我们很容易理解为什么很多女性都喜欢经济宽裕、生活稳定又年长的男性了。

<<相亲红宝书>>

除了“传宗接代”之外，心理学家认为，恋爱中有一种“友爱恋爱”。

所谓“友爱恋爱”，是指异性之间在友情的基础上发展而来的恋情。

最初，异性朋友之间只有友情，甚至并没有特别在意对方的性别。

但随着交往的不断深入，彼此了解的程度逐渐加深，相互间产生了好感，慢慢就变成了喜爱之情。

上学时，同班同学谈恋爱的现象非常普遍，最终走进婚姻殿堂的“同学恋人”也大有人在。

人有一种基本需求叫做“亲和需求”，即追求友善及亲密的人际关系的需求，也就是想和他人在一起的需求。

人在独处时，常会感到不安；当有朋友陪伴时，就安心多了。

因此，人在无意识中会寻找同伴、朋友。

结识到异性朋友时，一开始会相敬如宾，通过交流发现彼此的共通之处后，会相互产生好感。

渐渐地，便想进一步拉近彼此的距离，然后开始依赖对方，并想被对方依赖，甚至牺牲自己帮助对方。

最终就产生了想独占对方的感情，这便是友爱恋爱。

虽然友爱恋爱属于爱情的一种，但是男女对“友爱恋爱”的看法存在很大的差异。

女性把友情和恋情的界线划分得很清楚。

对男性来说，与女性长时间的亲密接触，都有把友情转变成恋情的倾向，因为男性对于恋情、好感、友情、爱情等感情划分得并不是那么清楚。

“男女之间存在真正的友情吗？”

通常对女性来说，男女之间可以存在真正的友情；而对男性来说，男性容易把和女性之间的友情转变成恋情。

那么，什么样的爱情才算是完美的爱情呢？

我们常听到有人说，完美的爱情是彼此相互吸引，在一起感觉很幸福；还有人会说，完美的爱情是彼此恋慕，含情对视，都想把最好的献给对方；也有人说，完美的爱情是在一起时时间过得飞快，不在一起时，一日不见，如隔三秋。

事实上，完美的爱情没有固定答案。

从心理学的角度来说，完美的爱情包括三种元素，这三种元素缺一不可。

第一种元素是性吸引，是爱情的核心元素。

性吸引也就是我们通常说的激情，也是大多数人狭义认识的爱情。

人都有原始生物本能，雄性总是希望在同类中更出色，表演给雌性看，雌性总是以获得雄性的青睐，而肯定自身价值。

试想一下，如果一个男人看到一个女人，在社会伦理等其他因素没有影响的情况下，没有性的冲动，或者女人对这个男人没有性吸引力，那么他们如果建立爱情关系，也不会有多幸福的感觉。

第二种元素是亲密依附关系，也就是依恋关系的一种。

人具有社会性。

生活在天地之间，我们随时需要和别人有互动，才可以获得快乐，甚至生存空间，在互动中获得安全感，而和自己生活在一起的身边的人是更为重要的。

小时候，我们主要是从父母那里建立这样的依恋关系，从而获得依恋安全的感觉；长大以后，走进爱情，就自然转移到爱情的关系里去寻求，去获得，无论男女都是一样。

比如，一个女人出差去了，她在外面想自己的爱人，想回家；而在家的男人会担心这个女人在外面的情况，会牵挂。

第三种元素是社会人际关系依附。

社会有社会的规则和制度，生活在社会这个群体，我们必须学习一些获得自身需要及满足的方式。

如我们知道要别人赞美自己，就必须学会从不同角度欣赏别人，而获得别人的赞美就是自己的需要。

一个人的自身需要有很多，而满足这些需要所要具备的能力或者条件也有很多，比如尊重、宽容、理解、接纳等。

第三种元素就像朋友间的友谊一样，朋友可以相互信任和支持，有时候观点和行动方式不一样，但也会允许别人和自己不同，你可以理解为这个叫相敬如宾。

<<相亲红宝书>>

心理学家认为，如果想获得完美的爱情，以上这三种元素缺一不可，因为第一种元素说明了恋爱一定要激情，这是人们的本能，但人们也接受某一段时间激情不是那么强烈，但要坚定认为激情是可以再培养的，更要知道这不是爱情的全部内容；第二种元素说明了亲人形式的牵挂，是关键的元素，是心灵深处真实的需要；而第三种元素说明的是很多婚姻就是因为缺少你获得自身需要及满足的方式才分道扬镳的，也很重要。

因此，只有以上三种元素同时存在一份爱情里面，这份爱情才算是很完美的。

如果有两种，这个爱情就是合格的爱情。

如果只有一种，那么这样的爱情就很危险，即使没有危险，在爱情中的男女双方也是缺少满意度的。

P5-8

<<相亲红宝书>>

媒体关注与评论

女人其实是用耳朵生活，男人得给这双耳朵灌溉“绵绵细语”，亲的热的甜的蜜的，能使她的心像冲沏后的茶叶一般舒展开来。

——江苏卫视《非诚勿扰》主持人 孟非 如果不是生在帝王富贵家，那么找女朋友，不要只看重她的长相，而要学会欣赏她的内涵。

你找伴侣，不是在找情人，而应该是在找妻子。

——江苏卫视《非诚勿扰》嘉宾 乐嘉 理想的伴侣不是找到的，是相互创造的。

参加节目或者借助其他形式只是给双方制造一个认识和互动的机会，接下来的发展是要两个人一起经营的。

——江苏卫视《非诚勿扰》嘉宾 黄菡 有的男嘉宾喜欢把自己曾经交往过很多女朋友拿出来谈，当作展示自己魅力的一种方式。

然而，女孩更希望自己是男朋友的唯一，不管自己曾有过多少女朋友，都不要再提起。

——江苏卫视《非诚勿扰》制片人 王刚

<<相亲红宝书>>

编辑推荐

《相亲红宝书》就是一部挽救8000万“剩男”的相亲指南！

全书内容按照《非诚勿扰》节目的环节来编排，4个篇目依次为“往前一步是幸福”、“爱之初体验”、“爱之再判断”、“爱之终决选”，这也是一个标准的男女双方从相知到相恋的相亲过程。

谨以此书献给所有已经在相亲，准备开始相亲的王子们。

与其花掉两年时间去盲目地寻找你的公主，不如先花上两个小时静下心来好好读一读手头上这本书，然后向着幸福的天堂出发！

本书由郭亚军编著。

<<相亲红宝书>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>