

# PUA 惯例 手册

由康纳 PUA 整理著作

此版本是删减公开版，原本的 PUA 惯例手册共有 139 页，这个是删减公开版本，但相信这近 40 页的内容，足够你前期使用。

# 目录

## 目录

目录.....	1
序.....	3
接近目标（打开组合） .....	5
接近前准备 .....	5
康纳式开场 .....	8
直接开场白 .....	12
意见开场 .....	13
吸引她 .....	18
假性时间限制 .....	18
展示价值式过渡 .....	19
康纳式自然流初级话题切入法 .....	22
互动原理 .....	23
DHV 故事举例说明 .....	24
否定 .....	27
话术技巧 .....	31
回应她 .....	32
假性失格 .....	37
推拉 .....	37
男被女吸引 .....	43
赋格 .....	44
你的标准（筛选） .....	45
服从性测试 .....	46
奖励方式 .....	47
KINO .....	47
合格台词 .....	48

兴趣声明 .....	48
赞美 .....	49
【推拉】引诱-上钩-收线-释放 .....	49
联系感 .....	52
废测应对惯例 .....	56
筛选 .....	56
逗乐小话术 .....	61
舒适话题 .....	69
牵手惯例 .....	74
亲吻拥抱惯例 .....	76
冷读 .....	84
即时展示惯例 .....	96
游戏 .....	116
S 阶段诱惑 .....	122
假性无意做爱 .....	122
性框架 .....	123
调情 .....	124
引向性爱的七个步骤 .....	125
ASD 处理 .....	126
确定关系 .....	129
因内容比较敏感，不在非完整版的 PUA 惯例手册中分享。 .....	129
长期恋爱关系 .....	129
长期关系话术 .....	129
因内容比较敏感，不在非完整版的 PUA 惯例手册中分享。 .....	129
长期关系惯例（少量） .....	129
其它内容比较敏感，不在非完整版的 PUA 惯例手册中分享。 .....	130
惯例使用技巧 .....	130
完整版本的获得方法 .....	134

## 序

惯例手册由来？

其实一直以来，我都鼓励大家用真诚的态度去 Game，尽量减少惯例与技巧的使用度，将注意力放在自身建设上，从而提升自己的魅力，用你自身去吸引目标。

但这是一个从无到有，再从有到无的过程，新手们刚进入社区，是在一个无技巧的状态，新人需要的是从无到有的一个演变过程，然后等到有技巧之后，再去进行下一步，从有到无的演变。

新手如果没有去现场练习，就不能到达有的境界，而怎么练习呢？我想首先你需要一本惯例手册，让你知道在何时，应该说什么。

应众多网友的呼应，要求我公开我在新手时期练习中的准备的惯例，于是有了这本，《PUA 惯例手册》，本书满足你一年的练习使用。而书中众多的资料，来自于早期练习过程中收集、自己创造及自己优化过的惯例，我也将它们集合起来再次在网络免费公开。

最近有人说到抄袭的问题，而我想说的是，我们每个人，从记事开始，一直都在抄袭当中成长，如果你从来没有抄袭过，那恭喜你，你真是一

朵奇葩^-^/, 我个人给你的意见是，先抄袭再创造，如果学习（抄袭）未到家，你如何超越？真理应该建立在已有的基础上，学会原有知识你才能推翻原有的知识，你才能更好的超越，如果你还不了解其它的，那只能说，你还在井下！

另外更高级版本的《PUA 惯例手册完整版》目前仅在康纳 PUA 的网络课程中公开给学员，你可以去试一下几节免费的网络课程，里面增加了精品惯例和成为自然流的知识点，同时多数惯例均以自然流的方式为主。

### 如何使用惯例？

惯例就是一句话，最常见的惯例是“你好。”，惯例的重复出现，同时又并不影响我们的使用，但你又不能走入误区，我的意思并不是让你在每句话当中都穿插惯例或技巧。

惯例只是起到附带的作用，你不可过多的重视惯例的使用而忽略了当时你的肢体语言、面部表情、表达方式及面对目标回应时你的微调，另外你自身建设得好坏，也是影响你整体互动质量的一个重要因素，在练习之前，你需要首先记住康纳给你的一条规则：问题永远在你这里！她的反应不好，是因为你的表现不好。

如果你想成为一个自然流（自然又很具魅力的人，给人感觉并非是生硬的使用 PUA 惯例及其技巧的人），或想提升自身的魅力，那我建议你认真的重复看几遍《关系教条》，《关系教条》强调自身建设，内容包括最重要的服装搭配与选择、发型选择、肢体语言、面部表情、表达方式、求爱经验、生活改造、网络自身建设、长期关系.....等 等 内容。书中会介绍一些关于细节的选择，会推荐一些网站让你去选择，比如让你去简氏服饰官网上看上面的精华范的服饰，书中内容足够让你知道怎么成为一个更具魅力的男人。

怎么获得《关系教条》？你留意康纳 PUA 的博客, 当《关系教条》上市的时候，我会通过博客或微博通知大家。

## 接近目标（打开组合）

### 接近前准备

## 康纳搭讪法则

（本惯例手册多数理论及内容仅可用于快速吸引，有些会惯例会对未来长期关系造成一定影响，如果你需要长期关系那请谨慎使用。）

能量等级的控制（快速吸引的情况下能量比目标高一点或持平）

IOI 微调 IOD（IOI 后面是 IOD，IOD 后面是 IOI，以开玩笑的方式表现，别太在意别太认真）

当时状态（非当时感受，状态一定要控制好）

三秒法则（看到就上，这样会减少你的焦虑，上去之后焦虑就没有了）

一致性（前后一致，对长期关系会有很大帮助，别做出一些你将来无法做到的事）

推拉（IOI 与 IOD 的平衡，一拉一推）

细心（着重细节也是 DHV 的表现）

## 心态

不受影响（不在乎她说什么，你玩得开心就好了）

阴阳心态（乐观与沉稳的一面要控制好）

上就有进步（上去搭讪就有进步，停下就退步，如果你想看着自己喜欢的人被别人把到手，请你继续停留）

康纳的搭讪目的（我是个友善的人，我可以跟任何人聊天，包括你！）

无所谓但有趣

创意表现（比如目标问我，你做什么工作？我会告诉她，“驱魔人，平

常都会随身带着儿歌三百首，不过今天忘记了。”然后一个转动眼睛微笑一下）

气场控制（课程中有分享）

进场感觉（自信、目的明确、干练及其它给别人的感觉）

不在乎别人怎么看（这是我的人生！）

接近准备

（上前搭讪时的准备）

装作心不在焉，显得像是顺路经过（你目的明确并知道自己将要到那里去。）

进场的感觉（给他人的感觉）

放慢动作（所有动作及行为）

自信的肢体语言（康纳《自然流法则》中有教程）

自信的面部表情（康纳《自然流法则》中有教程）

说话韵律（轻重缓急）

整体感觉更有表现力

在组合里动得最少的人，吸引力最强！

你一前倾，马上结束。

千万别跟着目标走，一跟上去，你就玩完。

寻求和善是一个低价值行为！

想办法让别人看起来像是她在把你。

在她未发现你之前出现在她面前！



有目的向前走，“突然”发现目标，侧身开场。

在她发现你跟你的组合互动得很好的时候出现在她面前！

自信的走上前，“告诉我，你最喜欢我那里？要除了我的身材。”转动眼睛

有目的，走到一张桌前，站停后侧身跟旁边桌打招呼，有社交认证后再回刚站停的那桌打招呼。

## 康纳式开场

你很喜欢他吗？指着她桌子上的其它男性（夜店游戏）

康纳反问开场：“你知道你让我想起了什么吗？”（街上、夜店、白天游戏通用）

康纳反问开场 2：“我发现你身上有个闪光点，我想其它人还没注意到。”（街上、夜店、白天游戏通用）

康纳打压开场：“等等，（停顿）我发现你跟这边这个女孩子很像。”（街上、夜店、白天游戏通用）

康纳吃惊开场：“诶！怎么又是你？”（街上、夜店、白天游戏通用）

康纳主人开场：“等等，怎么好像我不认识你？”（街上、夜店、白天游戏通用）

康纳推拉开场：

嘿，我发现你这件衣服挺好看的（停顿一下然后看一下她的发型），不过你的发型跟这身衣服不是很搭（打压），如果这样这样扎起来，就更

加搭了，其实（停顿）我这样说是因为我一个朋友，对是朋友（预选），要过生日了，我不知道送什么东西给她，你觉得如果是挺亲密的朋友，应该送什么东西给她呢？她说了话之后，你可以说，嗯，我挺欣赏你的眼光的（拉），但我觉得她不一定喜欢这样（推），如果是你，你最想收到什么礼物呢（增强联系感）？她：。。。你说，对了，你怎么会一个人在这里呢？我觉得通常很多女孩都不喜欢一个人在街上走的。如果她回答不是有很急的事，你可以再推拉一下，让她跟你一起去走走看看礼物，看完礼物可以先不买，然后邀请她去咖啡厅坐坐，作为回报。

康纳微调开场：

我发现你... 然后想到什么说什么（街上、夜店、白天游戏通用）

你知道吗？然后想到什么说什么（街上、夜店、白天游戏通用）

康纳大话开场 1：“嘿，今天你起床回家的时候，怎么不叫醒我？”（夜店）

康纳大话开场 2：“你～～干嘛摸了我屁股还那么开心？”

康纳大话开场 3：“他是你男朋友？”

康纳大话开场 4：“看不出你们两个居然是同性恋。”

康纳大话开场 5：“怎么见了我都不跟我打声招呼？”

康纳手机开场：

走在目标的旁边，然后边讲电话：“嗯嗯嗯，好，我知道了，你让他们先等等我。”然后问目标：“哎，你好，请问一下这里是那里呢？我赶着一个很重要的开会。”

商店开场：

你觉得这个合适一个比较高雅的女生吗？（指着一样商品）

康纳地铁开场：

你觉不觉得搭地铁的时候会很闷，我觉得在地铁里不找个人说说话，真的就和他们一样了，你看一下，他们每个人不是玩手机就是在乱看东西，但奇怪的就是虽然我们在一个车箱，但都不知道他在看什么。看下一站？看一次就够了吧。你平常在搭地铁的时候都干些什么呢？（慢慢说）

直接开场会表现出你很多的兴趣感。一个成功的直接开场不在于你的开场内容，而在于你开场时所传达的自信等品质。

你长的不错，应该来和我聊聊。

你们看起来还蛮酷的，你们对人友好吗？

如果你打算继续这样看着我，至少跟我聊几句吧。你很害羞嘛？

因为我们已经在这里 15 分钟了，你还没过来跟我说 hello 呢。

除了呈现在我眼前的，你还有什么特点？

我刚从那边看到你，于是想知道你是个什么样的人。那么，现在告诉

我， 你的三个优点是什么。

比起你的相貌，你觉得自己还有什么需要进步的地方？

为什么我要过来认识你？

你是那个国籍的人？

击掌开场

你看起来很酷， 击掌。（译者： 一定要自己先做动作引导。）

然后对组合里的另一个女人说，你看起来也很酷，来击掌。这个时候，

假装和她

击掌， 但是当她和你对击掌的时候， 你把手移开了。

然后你说： 我真是不敢相信还与人会被这样的击掌恶作剧套住。

（如果你想用这些女人抵押， 当你短暂的女僚机的话。就这样说）

我真是不敢相信还与人会被这样的击掌恶作剧套住。你觉得还有没有别人会上当了。

眼镜开场

接近女孩-摘下眼镜戴上眼镜

你们觉得怎样更好看些？

她：戴着/取掉/什么？/傻笑

取下戴上，戴上取下（我通常做 2 到 4 次）

她 1：我喜欢你把它戴上

她 2：我喜欢把它取掉（如果她们意见分歧，通常就会忍俊不禁）

我朋友说我戴眼镜的时候像 Clark 的特工！

她:没错, 就是像/不

你: 为什么你认为带上/取下好?

她 1: (戴上的时候) 更加性感/更加聪明

她 2: (取下的时候) 我觉得你不戴的时候更好看, 但是我觉得戴上也同样很好。

你得到了意见, 也打开了组合。

这里还有另外一种方式: 接近女孩

我需要点意见。你们说我是戴眼镜好看还是不戴好看? (取下眼镜) (搭上一副搞笑的表情) 后面参照前面的例子做。

问题解析

如果某个女孩五次三番的让你取下戴上, 戴上取下我就会从下面选一种来做:

\*我再次把它戴上然后又取下来, 但是表演得很愚顿 (做鬼脸之类的)

\*“我的天老爷。还来?” (打趣) 然后我又从头做一遍。

对那个闷不作声的女孩说: “喔……她从来都是这样吗, 花很长时间才能拿个主义?”

## 直接开场白

嗨我觉得你还蛮不错的, 过来打个招呼认识一下!

嗨我觉得你蛮可爱的, 过来打个招呼!

嗨——头发挺漂亮是真的吗? ——在哪里买的?

嗨, 你们两个是姐妹? 你是坏人——她像是好人!

嗨——我只是想和你打个招呼——因为在酒吧，你的清纯外表有点吸引我！

嗨——我觉得你的气质蛮不错的，过来认识一下！

嗨，我看你有看我——知道你害羞，所以我过来了！

嗨，看了我那么久，怎么也不打个招呼？

嗨，你第一次来吗，难怪你不认识我！

嗨——告诉我除了外表，你还有没有其他什么？（内涵）

嗨——你挺漂亮的——如果我不是同性恋——我想我会喜欢你！

她不小心撞到你：诶~你小心点，请不要弄坏艺术品喔！如果你坚持要这样的话请你往下点。

挖~~好大的包，你不会带枪了吧。

## 意见开场

生日礼物惯例（间接）

你的衣服很特别，我这样问是因为，我妹妹快过生日了

想送她个类似的，你在哪里买的。

谢谢你，那边朋友在等，先走了（时间限定）

模特桥段：适合模特。

我：“你是模特吗？”

目标：“嗯？是啊！”

我：“我不怎么喜欢模特……”

目标：“为什么？”

我：“我认识的模特都很无聊，只有好身材好脸蛋，却没多少思想。你呢？”

星探开场：适合时尚、个子高、身材好的女生。

我：“你好！（停顿）我想问你一个问题……（停顿）有没有人告诉过你，你很适合当模特？”

目标：“是有人这么说过。”

我：“我想认识你。你叫什么名字，把你电话告诉我。”

目标：“你是做什么工作的？”

我：“你看我像做什么的？”

目标：“你不会是星探吧。”

我：“你的眼力真好……一下子就猜错了。我是卖保险的。”

对眼开场（直接）

我：嗨，你要对我负责噢！（MM：负什么责？）

我：我我眼睛电到了……（MM：笑~你不是吧）

我：你很像我一个女朋友，她很漂亮（MM：很开心的说，是吗？）

我：其实你知道吗。（严肃）

我：每个人都希望自己是独一无二的，所以我刚才那么说是出于礼貌。

我：但是你真的很像她啦（嬉皮笑脸）（MM：笑）

我：她是我领居家的小女儿，今年 9 岁了，老缠着我。

我：她还说长大要嫁给我，我跟她说叔叔已经皈依佛门。

酒吧可以用的惯例

“喝醉了真的很可怕，上次我在聚会，一个女生醉的摇头晃脑，她突然坐到我旁边，抱着我的手臂，说了 3 个字，你猜是什么？”

她们会猜“我爱你”，或者说不知道。

“她说 抱紧我！你相信吗？我根本不认识她！其实她挺漂亮的，鹅蛋脸，大眼睛，有点像音乐系女生....

Hey，我需要一个女性的意见。微笑（白天游戏）

刚才我们在讨论一个问题想听一下女生的意见，你们觉得男人和女人，谁撒谎更多？



你刚才是不是摸了我屁股？ = “没呀” 我 “你应该试一下”

你很喜欢他对吧？

你指着男人说：他性感吗？

她：...

你：看得出

嫉妒女朋友开场白

“嗨，你们好，我只能说 2 分钟”

“有一个问题需要帮忙给点意见”（不等回应，直接说问题）

“我一哥们最近交了个女朋友，但她和前任女友还保持联系，偶尔发发短信。”

“结果他现任发现了，说他不应该这样做，你觉得应该吗？”

“OK，谢谢你的建议。”（假性时间）

“后来有一天，他女友在他房间里发现个盒子”

“打开一看，全是他和前任女友的照片。那女的炸了，要求他全部烧了。”

“可是他不同意，结果大吵一架，你们怎么看？”

“你肯定这样干过”（否定目标）

偷情室友开场白

“有件事我想问问你们的意见。我的一个朋友总是怀疑她的室友和她男朋友偷情过。所以，她就偷看了室友的日记……果然发现了偷情的证据，

她室友和她男朋友上床过……那么，问题是……她该不该告诉室友偷着看日记的事，指责她偷情？”

如何拒绝女人惯例（预选）

“嘿，我只能聊 2 分钟”

“当你们想要拒绝一个人，但又不想伤害她的感情，你们会怎么说？”

“OK，昨天和几个朋友一起出去玩，朋友试图撮合我和她的一个朋友”

“其实她脸形长得很漂亮，是个杂志模特。”

“不过性格气质不是我喜欢的类型，我该怎么说？”

女生化妆惯例（否定）

“嘿，大家好，我朋友和我在讨论”

“女生能不能看出来别的女生是不是涂了化妆品？”

“因为今天几个朋友一起吃饭，女孩都说“能”，男生都说不能”（对目标）

“你现在涂化妆品了吗？”（MM：是的）

“啊，OK，我想你还是挺漂亮的。”或者“把手伸出来。”（闹着玩的拍一下）

女人和男人接吻算出轨吗？

“如果你感觉男友会出轨，你会偷看他的 QQ 吗？”（假性时间限定）

“我朋友觉得她女朋友在骗他，所以窃取了她的 QQ 密码，看了聊天记

录，挺冒险的。”

“不过让他发现了，他是该摊牌呢？还是突然分手？”

“突然分手显得有点不正常，一起都两年了很少吵架很和睦。”

“但要是摊牌的话，那女的肯定反过来骂，他偷看隐私。”

“这是你们女生的拿手好戏，自己不对反倒怪别人……你肯定会这么干过？”（对目标）

“他应该怎么办才好……？”（注意，身体语言锁定给你 IOI 的女孩）

## 吸引她

适用于 A2，女对男的兴趣阶段的罐装材料汇总（男方展示较高价值，同时显示对女方没有兴趣，女方则以兴趣指标回应的阶段）

（推拉）你看起来很可爱（漂亮），但你不是我的类型，我喜欢比较（相反），不过我们可以交个朋友，因为你很和善可亲。

我朋友说你很漂亮，但他们又说其实你不是漂亮，是可爱，也就是很吸引没经验小男生那种。因为你和小男生们一样纯洁，天真，阳光。但也和他们一样不懂事，幼稚。

## 假性时间限制

开场之后在团队或个人对你无兴趣时，你可以使用假性时间限制来抵消她们的戒备，从而达到打开组合的效果。

- 1: 我该走了，要不是马上得走的话. 我会.
- 2: 我只能待一下，我跟朋友来的，所以你看这个.
- 3: 我只有一分钟，但是我必须跟你说.
- 4: 身体摇动，这是肢体的假性时间限制。一定要让组合里的人觉得你不会呆太久，说话时身体要转来转去，把重心放在后脚，好像正要离开，然后又转回来说：“喔，对了，在我走之前.” 继续讲下一个故事或惯例。如果你不是经过精心算计之后才动作，例如故意摇动身体，那最好留在一个定点，保持舒适的姿势，切勿慌乱。
5. 我只有几秒钟，但是我很好奇...”
6. “我正要离开，但是在这之前...”
7. “我正要回到我朋友那里，但不管怎样他...”

## 展示价值式过渡

我博客（康纳 PUA 博客）中会分享更多自然流的做法，下面是技术流的做法。

话题切入这一阶段是介于开场和吸引力建立间的一个重要阶段。一个有效的办法是注意她身上的什么事情或者物品然后以这个作为话题。在技术流 Game 的过程中大部分转折都是运用冷读或心理测试去提供价值来完成过渡到吸引阶段。比如以下例子：

一个好的冷读的例子：先听取两个 MM 的回复（对你任何问题的回答），然后说，“看起来你是个好人，而你是个坏人。这样会立即使得两个 MM 同意， 或者不同意。这样你就可以引导她们进入新的话题。

“看来你们好朋友的意见不合，你们打架的话谁会赢， 我把钱都压在你身上了。”

还有握手以后

真有趣， 有力的握手， 无力的握手，。。我猜你的控制欲一定很强。其实握手以后， 可以引出 N 多种冷读。

猜测她们的职业

取得目标的信息的原则是去猜！ 而不是去问！ 一旦你去猜了， 就很有可能使得目标透露出真是的信息， 而且问你为什么那样认为。这样可以引导出冷读和更深层次的对话。

例子：看起来你是一个（选择一个职业）老师/律师。

（目标会问你为什么。这里有一些回答的例子）

老师——看起来你有拯救世界的决心。

律师——你的眼睛人像希腊人。

以上只是举例子。不要照搬！ 用你自己从目标身上观察到的东西来回

答！

握手

你们知道吗， 当一个男的和女的握手的时候， 他能知道这个女的很多的事情。

例子

真有趣， 有力的握手， 无力的握手，。。。你的控制欲一定很强。

手指冷读

你的无名指比你的食指长， 说明你的身体系统里有很多的雄性激素， 你很有可能是一个过分自信， 好斗， 有侵略性的人。你追求自己想要的东西。

你的食指比你的无名指长， 说明你的身体系统里有很多雌性激素， 你会更女性化。也许做得一手好菜， 会是一个好妈妈。

如果她的手指长度和她的性格不搭配， 如果她看起来是坏女孩子，

“嘿，其实你心里面是\*\*\*的， 放心啦， 我帮你保密”

如果看起来是好女孩， 但是无名指更长， “你有好女孩的激素， 但是我看得出来，你内心是很渴望冒险的， 人们一般不会认为你是那样的。”

NLP 的眼神转动

“真有趣， 你是一个视觉性的人嘛？”（她回答）当你想事情的时候，

那些事情在你的脑海里是不是像有照片和一点点小，短的电影。当你想事情的时候， 你的眼珠会像上转动。

这样的人比较有创造力。我也是这样的。（她回答） 神经语言系统心理学把人分成三种， 视觉性， 听觉型和触觉型。听觉型的人想事情的时候， 眼珠会向两边看， 比如律师或者会计。注重感觉， 这样的人通常脾气不是太好， 想事情的时候， 他们的眼珠通常会向下看。不过这和一个人的经历和后天的成长有关系，许多男人没意识到， 当早期和女人互动的时候， 有些女人就已经被吸引了。所以， 这里引入了一个早期微弱的筛选的东西。就是说， 转折(Transitioning)以后， 可以直接微弱的筛选一下了。如果 MM 回答你的问题了。那 OK。如果不回答，那么她没被吸引。

## 康纳式自然流初级话题切入法

话题切入

我发现你...

我觉得...

其实...

对了...

你看起来

你知道吗？其实...

放钩法

你是日本人, 还是韩国人

你的鼻子看起来大, 从侧面看, 但较小规模的。你有没有发觉, 你的鼻子挺有趣的, 从侧面看比较小, 正面看又比较大。

我猜你是两个人中的姐姐, 而你年纪较小该是妹妹. 你们两个令我想象到你是那种会常被人认为干妹妹, 类型而你呢则是经常自己帮自己拍照的自恋型

虽然我不是看得很准, 你有没有发觉, 你的脸是右边六分长, 左边四分. 而你朋友却是左边长, 右边短.

. 我虽然对女性的潮流不是很了解, 只是我看到你的装扮, 就觉得你的装扮看起来不像当地的女孩子。

你有肌肉啊, 这个令我想起了之前我中学时有个学台拳道的女生, 她都是有跟你一样肌肉. 哈哈, 你好像也会功夫. 你今晚就做我保镖拉.

## 互动原理



康纳博客中分享更多

不说平常人交谈的话

（你在那里上班、你那里人、你几岁、什么星座等）

情感层沟通，情绪共振，交流感觉。

康纳对话模型

无关事物-我-你-我们-情感-身体（私密空间）-性（私密空间）-未来  
（确实关系之后）

前期对话模型

无关事物-我-你-我们-情感-未来

她每一次的回答，你都要好好总结一下然后说出自己的感受，然后再转入更深层次（不一定每一次都升级对话）

## DHV 故事举例说明

1. 在公交车上 8 分美女晕车有点严重。对她说：你知道为什么我要把位置让给你吗？她说：为什么？我说：我曾经也晕车，我知道晕车的人是多么痛苦，所以我刚才才把坐位让给你的。

（爱心）

2. 小狗的故事。

记得有一次跟朋友开车去郊游，无意中听到有小狗微弱的叫声，我们停车发现了一只黄毛小狗，我简直不敢相信自己的眼睛，小狗饿坏了，它太饿了，饿的没有力气爬起来，只能躺在地上发抖抽搐，是谁忍心让

它这样呢。我毫不犹豫从车上拿下两根腿肠，抱起小狗喂它吃。可怜的它太饿了，一点都不肯浪费，吃个精光。我急忙把小狗抱在怀里用自己的衣服裹住给小狗取暖。小狗很乖，或许它知道自己终于得救了。显得特别的恐慌我在它的眼神里看到它需要我的帮助。当时什么都没想，只觉得它好可怜，我好想救它。

我抱起小狗狗，突然发现它只有三条腿。原来是它的残缺被主人遗弃。小狗显然有些害怕，可能我的动作很温柔，它终于放心地卧在我的腿上，我感觉但它太瘦了，坐下时，因为没有肉，压的我身上我感觉它骨头非常痛，小狗的惨痛叫声足以让任何人落泪。后来我就收养了它。我给它取名叫小强。希望它能坚强的活下去。经过几个月精心照顾，它逐渐恢复了小狗的毛发光泽和活力，康复的很快，现在身体好棒好棒的。超黏人，可能它很怕被我遗弃吧。而且它还会两条腿走路了。（释放掉）（第一你有朋友、爱旅游，去百度搜一个三条腿的狗狗的照片作为证据，这是我的真实故事）

3. 和她聊是否见过网友的时候，你可以说：我只是在上大学的时候见过一个网友。当时一个室友让我帮她去见一个网友，室友说：如果女孩不漂亮，你就不用让我露面了，就归你了。我觉得见网友很好奇，我就答应了。后来见到那个网友，她很漂亮，后来我们三个一起吃了饭，逛了公园。但是很明显的感觉到那个女网友很喜欢我，虽然那个女网友很优秀，但是我当时是有女朋友的，再说她是室友喜欢的女孩，我肯定不能夺人之美吧。我当时就没有多说话，后来那个女网友再也没有和室友联系过，但她总是主动给发发电子邮件，打打电话什么的，我也很少回

复，因为我必须对我的女朋友负责。最后因为我过于善良，我一开始没有对那个女孩说咱们不可能，所以后来伤了那个女孩的心，而且室友因为对我的误会和嫉妒而和我闹翻了。对我来说，见网友是一件很可怕的事，因为我只见了一次网友就失去了一个很好的朋友而且还伤了一个优秀女孩的心。故事背后透露出了什么：01：你很有魅力。02：你对女友很专一。03：你很重友情。04：你很善良。05：你不是一个随便很有原则，不是随便就见网友的人。

#### 4. 刁蛮公主惯例（角色扮演+舒适感）

你很像我小学女朋友，我当时还给她起了个外号，叫小刁蛮公主。那个时候我们同桌，我记笔记时候胳膊肘总超过三八线碰到她，她就用圆珠笔画我胳膊，我们总吵架，可突然有一天她转校了。我忽然感到莫名的伤感，总想对她说三个字一起没有机会。对了，我们少说也得有 20 年没见了。

#### 5. 解救女友故事（最勇敢的）

我的一个前女儿是个模特儿（预选性），有一次，她拍完镜头照后从停车场里出来就被几个小流氓跟上了。当时她吓坏了，用带着颤抖的声音给我打了一个电话。我要她不用担心（主导权），我会处理这件事情的（保护爱人的能力）。那时候我正和几个好朋友做一个铁架子，我跟他们说，“LISA 遇上麻烦了，跟我来。”他们二话不说，抄上了几根铁棒子就和我一起上车了（男人领袖），一路上我一边开车一边给 LISA 打电话，当时我真的着急了，在高速上开了 90 多 MILES（160 公里）（适当冒险性格），20 分钟后我到她家附近了，她也正好到，几秒钟后，我看到了

LISA 的车和她后面的小流氓的车。我一气之下，一踩油门。咣的一下顶到了小流氓的车。然后我和我的哥们拿着棒子照他们的车玻璃就打。玻璃一下就碎了，车里的小流氓一下子就傻了。这时候我盯着开车的人说，“看着我，这是我对你做的，明白吗？还不赶快滚蛋！”说完后我就举起了手里的铁棒，他们吓坏了，赶快开车就跑。到家后我就抱住了 LISA，她吓哭了，唉，世界上怎么有这样下三烂的人。

## 否定

散弹枪否定：朋友介绍一下吧，这是礼貌。

狙击枪否定：“你有眼屎”、“你的口水喷到我了”、“面纸在这里”，然后“人都有缺点，没啥好丢脸的。”

诶，你和这衣服真配！最近很流行吗？我看过很多女孩穿一样的衣服，只有你穿起来最好看！”

其它否定方式：

你朋友看起都挺闷的.

你是个坏女孩. 整天偷看男孩, 偷亲男孩.

你的手腕太小巧了, 该买个大大的.

挖, 既然敢摸我, 你不怕被电到吗?

我喜欢你在笑的时候眯着你的眼睛, 好可爱, 是天生的吗?

天啊, 你真主动。至少等到我们开始交往再说吧。

挖, 你的头型/衣服很酷喔, 是你妈妈帮你选的吗?

你这个问题真烂, 你就不能问点其他的吗?

你的皮肤真白, 照得让我都没黑夜了

别这样啦, 像我这类型的男孩子, 你妈是不会喜欢的。

你说话的时候鼻子会动耶, 好可爱...

像你这种好女孩因该去跟那边的乖孩子聊天才对。

哇, 你的手掌好多汗……你刚刚摸了什么啊? 不, 别说出来, 我不想知道!

你有眼屎耶, 不, 别打扰它, 我喜欢眼屎。

呕, 可以了, 可以了, 免费到此为止, 现在你每碰我一次就要给我 5 块钱.... 呕, 我的天呀, 我想你一定是个富二代.... 好了好了, 告诉我你的停止按钮在哪里, 我要把你关掉...

好了, 其实你完全没有必要这么刻意的来获得我的注意(抱她)

你笑得有点怪怪的, 还好吧? 要不要带你去看下医生?

目标: 你真会说话哦 或 你嘴好甜

其实, 没什么啦, 这是我的职业病, 我的工作就是拍人马屁。

你的话说得真棒 就好像没说一样!

哇, 竟然敢摸我, 你不怕被电到吗?

(MM 摸你) 嘿! 摸我可是要收费的, 也不贵, 收你 250 元”

你的睫毛很长，是真的吗？（先拉后推）

你化妆了吗？

她回应——通常会说‘是的’，在夜店里尤其会。

“噢，你还是很漂亮。”

你突然把抱着她，又突然把她松开，然后头扭向一边，并且装作犹豫思考的样子，此时如果她能主动抱你就更好，如果不能，过一会再把她抱到怀里吧。（推中有拉，拉中有推）

我说“你有点太大了。不太适合我。不过现在也挺流行姐弟恋的。”

目标：你有照片吗？（第三个兴趣指标）

本人：怕你晚上想我想的失眠，还是不发了。（惯例 38 用骄傲风趣法）

她说：看看你。我说：我很帅的，看我是要收费的。（用骄傲风趣法）。

她说：我喜欢孩子。你说：不是吧，你这么快就想和我要一个孩子了。

（这是我的专长啊，想要几个。）

比如因为一些事逗得她用手打你的时候，你说：不是吧，这么快你就对我拉拉扯扯了，你太主动了吧。

比如，突然看到了一个恐怖的东西，她突然钻到你怀里，你说：不要用这么老土的办法占我便宜。

她说：你啥时候回老家？你说：不是吧，咱们还没见几面呢，你就想到俺家了。

她对你说：我身材怎么样，胖不胖？你说：看起来还可以，但是抱起来就不知道怎么样了。你愿意付费的话，我帮你测试测试看。然后再把头扭向一边，接着做自己的事。如果她说：好啊。那你先抱完她以后，然后伸手说：拿钱来。

如果你下次想拥抱的话，找我，一次 5 块。

你可以对她说：我不会嫌弃你太高的。

你这么高真的不好找对象啊，幸亏是我挽救了你。

本人：你要答应一件事，当我教你 XX 技术的时候，你千万不能爱上老师，因为老师是出家人，不能再留恋红尘了。（用骄傲风趣法）

当对方比你大的时候

你有点太大了。不太适合我。不过现在也挺流行姐弟恋的。”或 直接

告诉她，“嗯，你真可怜，你慢慢摆脱一下年龄上的困扰，我等你”

## 话术技巧

【框架】如果你的框架强，你做什么事都是对的。你可以用任何开场白、任何台词、任何随机应变的态度，而且都有效——但是你必须前后一致。

【应对圈套】如果一定要跳进别人的圈套，那么先设个小套让她跳，然后你再跳。

【设下新圈套】-你为什么跟我说话？-你的口红一向涂成这样吗？（或者转向她的朋友）她老是这样吗？

【无视她的话】-你的上衣是怎么回事？-（沉默）（或者）嘿，听说上周,,,

【原封奉还】-你愿意买酒请我吗？-先请我喝酒再说。

【原封奉还】-（任何问题）？-你猜。

【先示弱再进攻】-你是不是对女孩子都这样说？-不是对所有的女孩，只是对说话时一直眨眼睛的女孩这样说。

【先示弱再进攻】-你昨晚在哪里？-在家整晚都想念你啊,,,但想多了就觉得无聊了，所以就去KTV找了88个小姐陪我。



【先示弱再进攻】-谁发给你的短信？-你妈,,,,她说你不太懂事，让我好好照顾你。

【问工作】-我是拉皮条的，你想加入我的门下不？【无论她怎么回答】-随便，我也不会收你的，我有一些特别的日本客户，他们是按斤付钱的，所以我只收肥妞儿。你太瘦了，赚不了几个钱。

【你对多少女孩这样过】为什么要问这个？你想泡妞？想让我教你？

【你还没有表白】恋爱关系是一种事实，而不是一种承诺。

【角色逆转】 你真是个好女孩。

【角色逆转】 那边那个人看起来很适合你哎！

【角色逆转】 你一向这么主动吗？

【角色逆转】 别乱摸哦，这可不是免费的。

【角色逆转】 握住她的手，当她回握的时候：别这么急嘛！

【角色逆转】 你不会满脑子都想着那种事吧。

【角色逆转】 咦？你在性骚扰我吗？/注意点，我喊非礼了哦！

【角色逆转】 “不要乱摸我啊，这是性骚扰。我要报警啦。”

## 回应她

很多接触 PUA 圈子半年或一年左右未接受过正统培训的旧人，犯得最多的错误，就是不知道如何去分辨 IOI，他们总是在目标对他有兴趣的时候，还过多的展示 DHV 和否定或打压目标，直到目标在他额头上贴上怪胎的标签并将他们拉入社交黑名单之后，才意识到过火了。我个人认为

这是种不自信的表现，你不相信自己能那么快的吸引到目标，你也不相信她会那么容易就被你吸引到。现在开始，你要做的是坚信她提出三个问题之后就已经初步对你感兴趣了，如果你坚持相信你已经吸引了她，那你就真的已经吸引到她了，胡思乱想只会影响你的发挥，坚信你已经吸引了她，往往能让你吸引到她。因为魅力的来源基于你自己相信自己有魅力！

### 注意：

以下是在没有吸引到她时，给她的回应：

她：什么，再讲一遍.

康纳：要求真多啊，幸好我不是你男朋友！

她：“你猜” 康纳：“你猜我猜不猜。”

她：“你爱猜不猜。” 康纳：“我就知道你会这样说。”

她：那是什么？

康纳：你想听真的还是假的？

她：假的

康纳：假的没有。（坏笑一下）

她：能帮我拿一下东西吗？

康纳：嗯，当然可以，这种东西，一定要人帮一下你，服务员，过来帮忙。（然后你就直接帮她拿着了。）对着她坏笑一下

她：你觉得呢？

康纳：我觉得你挺喜欢我的，因为心理学猪沙猴说过，你觉得呢这句话是恋爱中最常说的一句话，也是表达心中爱意的一种方式，但我需要告诉你，我对你没兴趣。

她：你做什么工作的？

康纳：驱魔人，儿歌 300 首，平常我都随身带着的。

目标：“你是在和人打赌吗？”

康纳：“你真聪明！这样都被你看出来了，看来你以前也试过这样。”，通常能开始一段有趣的谈话了……

她：你多大了？

康纳：你怎么当人女朋友的，认识那么久，都不知道我多少岁？

目标：“你经常这样在大街上认识女孩吗？”

康纳：“嗯，如果我想的话，不在大街也可以。说起这个，你永远都不会相信，上次我在…”

她问你问题

康纳：安静点……我在讲话呢。（对她笑）

康纳：我刚刚说到哪……等下……你刚才想说什么吗？

目标：嗯，我想说……

康纳：行了，你发言结束。刚才我们说到……

女：对了，你是做哪一行的？

康纳：嗯，没错，是很多人喜欢我。（调皮的笑笑）

她：你平常都那么有时间吗？

你：不，平常我的一天只有 10 小时？（笑一笑）

（删减版 PUA 惯例手册已完）

哦!! 对了，我想这个你应该挺感兴趣的，你想不想 100 元参加我 3.5 万元一个月的重庆计划呢？

现在，又是新的一年了，而今年跟往年一样，我会选择一个城市搞一个计划，就像去年的三亚计划那样。

当时共培训了 6 位学员，参加完课程之后有 3 位学员成了知名导师，有 1 位挽回了真命，现在还在恋爱（计划今年结婚），1 位成了国企里的花花公子，而最后 1 位则在课程中破了记录的同时也找到人生的方向，现在他在为他已经设定好的事业在铺垫着。

而现在，今年的计划将有所不同，为了让一些愿意付出渴望改变但资金又有所困难的兄弟能参加课程，我将第一个推出国内首创的免费培训一个月计划，但这个计划不是全部免费，而是只有两个人免费，其它人费用不变。

怎样才能获得这个机会？

现在你只需要购买康纳成长套装就将有机会成为这两个人中的其中一位。

成长套装只需 100 元包含以下学习项目：

- |                             |             |
|-----------------------------|-------------|
| 1、加入中级学习 QQ 群跟其它执行力强的学员一起学习 | 价值 100 元    |
| 2、《康纳 PUA 惯例手册完整版》          | 一本 价值 100 元 |
| 3、2012 年康纳全国巡回分享会门票（城市不限）   | 一张 价值 200 元 |
| 4、重庆计划二人免费活动的海选名额一个。        |             |

本次重庆计划二人免费活动报名截止日期：2013 年 6 月 28 日  
（下一期计划开始时间，请留意康纳 PUA 的博客）

2013 年 6 月 28 日后，成长套装的学习项目仅包含以上三样，不含今年重庆计划选秀两名免费学员的机会及名额。但 6 月 28 日之后购买 100 元的成长套装将有机会参与下一期的计划中！

报名后，我们团队将会有专门的人员通过电话或邮件联系你，你只需按要求完成审核即可，最终结果不受我们团队控制，由网友投票决定幸运的是谁！

为保证活动质量，如若你不能抽出一个月的时间去进行改造（7 月 15 日至 8 月 15 日），请勿参与报名。

怎么报名？

现在填写以下问题：

姓名：	居住地址：
微博：	手机：

将以上内容发送到 [who.have@foxmail.com](mailto:who.have@foxmail.com)，主题为：重庆计划选秀，在收到你邮件后，我们团队将于 48 小时内通过电话或邮件联系你，请保持电话畅通及留意邮件。

接受深入改造，回归真实自我，变身魅力男人最终获得机会的是你吗？

不行动就真的没可能了！

如果上帝决定让你在这一期中彩票，别告诉我，你这次没有买！

你的朋友康纳  
祝你早日到达理想地！