

## Chap.1 卡萨诺瓦背后之谜

除非你在建立舒适感阶段的末尾制造兴奋感，然后引诱对方发生性关系，否则什么都不会发生。

谜男方法适用于你听过、读过、体验过的任何爱情状况。

预选（preselection，对着“目标”展示其他女人，通常能造成她们的嫉妒，有助你进行诱惑）。

怪胎都是聪明人，只是没把智慧应用在社交场合罢了。

因为女性体内标准化的“吸引电路”认定男性魅力的主要标准不是外形英俊或体格强健，而是社会价值。所以，证明你是“部落首领”，比你的外表重要多了。

女性的天职是生存（survival）和繁殖（replication）。为了达到目标，她会投向任何可以帮助她生存与繁殖的人。

我宁可追求少一点女人，因为我说“不”的次数远超过说“好”的次数。

## Chap.2 人生的终极目标

因为人口爆炸，这一点变得越来越重要。现在我们比人类历史上任何时代更需要社交智慧。毕竟，人类在地球上最大的威胁不再是被猛兽吃掉或被洪水淹死，而是在人生竞赛中被别人打败。

大自然并没有把你设计成符合你现存的这个世界（而是符合部落时代）。

被拒绝可能是很惨痛的经验，会持续几小时、几周甚至几个月。这种恐惧就叫做接近焦虑（Approach Anxiety）。

接近焦虑的原因：部落时代 - 1.被报复（部落时代没有法令）2.被拒绝（部落时代小圈里被拒会迅速传播，降低自己的S和R值）

马斯洛之“安全”需求：在混乱的世界上建立稳定与连贯性 - “稳定与连贯性”涉及女性常常无意识而自发的“一致性测试”

健康-财富-爱 之间的依存关系：

忽略健康：不善待自己的人也得不到别人的尊重，不健康的就是无法吸引人。

忽略爱：人际关系欠佳，这项失败会让你觉得寂寞、自尊低落（心理健康），也会危害你累积财富的计划。

最有利于S与R价值的时代背景，是古代的环境与部落社会的秩序，但那在几万年前早已消逝无踪。而今人们对于性爱的决策多半基于这套情感电路。

初次接近异性时，男人承受的风险比女人大。在古时候是真有安全顾虑，所以男人至今仍然有接近焦虑。

如果一个男人已经被其他女人预选，女性会认为他比较迷人。

## Chap.3 改写她的恋爱电路

“情感的动物”之理律：情感对女性而言比起对男人深奥又广泛多了，因为女性的恋爱电路设计比较无关于男人的肉体特征，而是他的社交（与生存）价值，情感是女性思想与行为的核心。

“情感的动物”之训条：1.别企图说服她 2.刺激她的情感 3.绝对不要平淡 4.直觉胜过分析

绝对不要平淡：不要只试图给她“好”情绪同时避免“坏”情绪，要用好奇、着迷、联系、贬抑、认同、欢笑、困窘、快乐、哀伤与丧失价值的恐惧等各种情绪去刺激她。她越受刺激，体验对她而言越强烈。

直觉胜过分析：女人评价男人的“一致性”（马斯洛之“安全”需求的一个指标）时，不是依靠对其语言的逻辑性分析，而是观察测试其言行是否一致。

女人经常会寻找你说话的“真正含义”，例如你如果讲了个关于“朋友”的故事，女人可能假设你说的其实是你自己。

孔雀理论之让步赛原理：如果你扮孔雀，女孩子们会多看你几眼，其它低价值的男人则会窃笑批评你。这表示你会承受比平时更强大的社会压力，但这也可以转化为你的优势。——当人们认知你已经习惯这样的社会压力或是根本不受影响，你就展现了高价值。（重要的不是孔雀尾巴本身，而是仍能快活地存活这个事实，所以孔雀应辅以展示“社交中心”地位）

孔雀理论之合理推诿原理：试着穿戴至少一件外型奇特、足以引人注目的服饰。把它当作锁定道具（Lock-in Prop）。接近冷场时，她可能以道具作为救命稻草般的延续话题，既避免尴尬又可推诿责任。

社会认知理律：各种社会阶级对人们有着重大的利害关系，尤其女人。

社会认知训条：1.谨慎是美德 2.反荡妇防卫机

制(ASD) 3.合理的推诿 4.勇敢地行动 5.坚持到底  
(总结: 主动承担责任——女人是感情动物, 不是责任动物)

谨慎是美德: 女人的名誉会直接影响她的社会地位……女人喜欢能了解并遵守谨慎 (discretion) 原则的人。

反荡妇防卫机制: 荡妇 (slut) 这个字是女人对付其它女人的武器, 以贬低对手的社交价值。要注意你周遭的旁人, 因为光是他们的在场, 就可能影响你正在搭讪的女人的行为。

合理的推诿: 女人在被搭讪的过程中不会太主动, 以免觉得你们之间可能发生的事是她的责任。无论她感受到责任的轻重, 都会启动她的反荡妇防卫机制。“她怎么抗拒得了命运呢?” ——让她产生命运如此的错觉。

勇敢地行动: 勇气 (moxie) 指的是“有创意的勇气”。你必须永远主导互动, 别无选择。女人很少会对当下发生的事负起责任。如果她或你觉得很无聊, 责任都在你!

坚持到底: 另一个解除她所有责任的方式。当然, 别把坚持跟哀求、争论、咄咄逼人、黏人或吓人混为一谈。真意是勿轻言放弃, 因为女人常常 (无意地) 试探。

一致性测试: 女人测试男人是否安全、有保障。

动因——1.女人情感上的第一优先是安全与安全感。2.不可直接问, 因男人可能说谎, 故只能测试。

测试是通过进化固定在遗传代码中的。她通常不是故意在考验你。她未必在主观上意识到这一点, 只是觉得应该表现出某种行为, 于是就这么做了。——试探是女人的天性, 就像蝎子与青蛙的故事。不必激烈反应。

测试是个兴趣指标(IOI), 可以计入 IOI 积分系统: 如果她把你当作追求者, 她才会考验你。女人通常懒得去测试一个低价值的男人。

(常见其余 IOI: 询问姓名和工作、主动提供联系方式、肢体接触中的主动暗示)

试探的底线: 女人会一直逼近进行测试, 直到她们摸清你的底线为止。如果她们逼近时感到了抗拒, 才有可能觉得跟你在一起有安全感。

坚持原则而不可无底线的原因——乖狗狗迷思: 如果女人可以把你踩在地上, 当然无法尊重你。她会有些失望, 但也会觉得确认了女性的权力, 感

觉很爽, 甚至可能用正面强化奖赏你的顺从。乖狗狗。

赞美一个女人并不表示会有更多机会。

投资战术: 光被你吸引是不够的。分开之前必须让她在她跟你的互动中付出一些投资 (investment)。双方互动时她付出的投资越多, 越有动机想在投资中取得一些报酬。

理律——经济学上的“成本-收益”理论; 心理学的认知失调与合理化理论

概括: 得之太易必不加珍惜。

实质: 让对方通过认知失调, 自行将对你的投资进行“合理化”, 并利用这种合理化的惯性

感情投资、肉体投资、时间投资、精力投资、金钱投资影响: 许多战术不是为了吸引她, 而是利用吸引力当诱饵, 让她在你们的互动之中投资更多。

别扭与冲突 vs 好玩与刺激: 女人通常会避免别扭与冲突, 而被好玩与刺激所吸引。

要有开放、正面的态度。不要论断或嫉妒他人。

不要表现得郑重其事的样子。没什么大不了的。

不要抱怨或用情感来惩罚她。(而要有“备胎选择”, 如兴趣爱好等)

如果她疏远你, 下次见面时不要拿这件事来质问她。

当个风趣又轻松的人, 胜过假装强悍或是“太深奥”的人

对女人要有挑战性, 她们很重视挑战

要稍微难以预测, 太熟悉就容易造成她对你态度轻慢

拥抱热情, 多参与各项活动

拓展你的社交圈

女人更精通社交力学(Social Dynamics): 她们可能表现嫉妒、企图让你嫉妒、利用性魅力换取权力、谎报年龄或给你假电话号码、制造麻烦或毫不犹豫地甩了你。(天赋系统: 金星人和火星人的初始设定不同)

AFC 失败实质——价值输出理论: 你只是没有在她们的决定是否跟你交往之前, 就向她们展示了足够的 S(存活)与 R(繁殖)价值。

金星人更重外表的原因: 男人在女人身上寻求的繁殖价值超过生存价值, 女人向男人寻求的, 则是生存价值超过繁殖价值。

十进制评价系统：从 6 到 10，6 分是差强人意，10 分是究极（夸张时有 11 分），6 分以下则不予置评。

女人跟男人都要接受人性的基本现实：能否明智地判断别人的社交价值，直接影响到他们的子孙能否拥有较高的 S 与 R 价值。

男女两性都会根据认知到的社交地位相对差异而有不同的反应。

e.g.。寻求和谐关系通常是跟一群 7 分组合展开对话的好方式，但是碰到一群 10 分的组合只会被打枪。如果装得很骄傲很难搞，9 分跟 10 分最吃这一套，但是对 6 分和 7 分就不太行得通。事实上，跟算不上美女的人互动时，还得稍微放水一点，否则她可能拒绝你以保护她的自尊。

概述：远交近攻。尼采攻击四原则之“只攻击强者”。

猫绳理论：

基础——女人和猫咪的相似性：

1.猫咪从来不甩命令，但它们会受到诱惑而追逐。

2.猫咪永远充满好奇心，很容易分心，但是一旦试图追逐某件东西，也可能专注于单一的目标。

3.如果你把猫咪推开，它会跳回你的大腿上；如果你想抱它，它又希望你放开它；如果它心情不爽，还可能咬你或抓你一下。猫咪渴望关爱，而且嫉妒其它的猫咪。有时候猫咪会在你身上磨蹭，满足地打呼——你一定看得出猫咪喜欢某个人的时候。

策略：把小量诱饵稍微放在她的可及范围之外，然后一直逗她。太近会失去兴趣，太远会放弃。

男朋友宣言：

真意是“你的意图太明显了”，是一个潜在的 DOI(无兴趣指标)，可据此信号调整战略。无论她是否提起男朋友，都不能证明男朋友真的存在。

可能情形：

1.没有但不喜欢，或时机不对；2.真有，且其选择维持 3.有，但愿意跟你继续发展，只是先声明以便日后推诿 4.有，但想背叛，声明起“合理化推诿”的作用 5.没有，且被你吸引，只是借“卫星”抬高自己

指导：不要问她有没有男朋友，如果她提起了也不要显露出困扰的样子。这个人可能根本就不存在

总结：

情感的实质是神经电路：情感是判断价值、制造动机的脑中电路，其目的是让你生存并且繁衍基因

女性更易认知失调和合理化：人们可能根据情感而行动，再逆向合理化（Backward-Rationalize）。因为女性有高度发达的情感电路，所以特别容易陷入这一点

价值-安全二元理论：一直态度冷淡，表示她刻意阻断你在她身上玩游戏。如果你没有展示足够的价值或她觉得不够安全，女人不会允许自己在你身边显露出感情脆弱的那一面。

扮孔雀：利用引人侧目的服饰来放大你在现场获得的回应。试着至少穿戴一件够酷的东西，以吸引注意。

大多数女人把男人视为丰沛的资源，所以光吸引她是不够的——必须让她投资在互动之中。

身为具有价值的男人，就是要追逐梦想、有鲜明的个性、过着热情的生活。

让女人保持在重新认同与拒绝之间。

Chap.4 游戏的规则与架构

游戏要在现场玩：像电玩一样侧重过程和技巧提升、不要执迷于特定女人、吸引新目标易于挽救旧目标

过程重于结果：太过重视结果会降低胜算，应把情绪从对结果的渴望中抽离出来。

菜鸟任务：每周 4 晚，每晚 4h

没有永恒的大师，只有永恒的准备——标准化与内化：

标准化(calibration)：搭讪行为先变模糊后涌现出模式，日益清楚的调整过程。

内化(internalization)：反复练习过的搭讪行为变为下意识的条件反射，运用自如。

HB 通常比男人有更多标准化的社交技巧，只因为她们经历过的搭讪比男人多。

性关系结构：求爱-性关系-分手

求爱结构：搭讪-中场游戏-结尾游戏，即：吸引-建立舒适感-诱惑

吸引的秘诀：

谜男方法的首要焦点不是诱惑，而是吸引。吸引机制和吸引力开关是基因编码的。吸引的秘诀在

于了解这些开关是什么，然后勇敢地火力全开！

一个强度很高的吸引力开关——预选 (preselection): 如果女人认为某男士对其他女人具有性魅力，可能会立刻觉得被他吸引。

利用预选的方式：直接（枢纽法）、间接（女士香水、口红印等）

诱惑是互相的：如果你努力制造机会让她诱惑你，就不必太花心思在诱惑本身。

M3 顺序及 4 个常见误区：

A-C-S

吸引女人 - 建立舒适、信任与联系感 - 营造被诱惑的机会

1. 先诱惑——愚人笨招：抢先诱惑的战术比喻为“愚人笨招”。但 PUA 都会宁可稳扎稳打。

2. 先寻求舒适感——防护罩：沦为好好先生，甚至遭贱盾(bitch shield)

3. 吸引而没有舒适感，然后直接诱惑——事后反悔

4. 只有吸引与舒适感——瘟疫般的友谊区

3 个玩家陷阱：

1. 无法把互相吸引正当化——应积累 IOI 数量至条件成熟，进入积累舒适感阶段；应鼓励她展现能引起你兴趣的特质(A3 阶段不可少)

2. 忽略了舒适感——在建立足够的舒适感之前企图诱惑女人，她对你的吸引力开关就会关闭(C 阶段不可少)

3. 女方事后反悔——心血来潮买下了某件东西，事后又反悔的情况。应不惜代价地避免。

不能让她认为我们是根据外貌才选择她，因为这样很虚伪，显得我们跟其他普通人差不多。

7 小时法则：建立舒适感平均需 4-10 小时

常见 IOI:

她询问你的名字。

她触摸你。当你说“请勿触碰商品”，她又摸你一下。

当你抓她的手握住，她也握回来。

她对你讲的所有笑话都很捧场——包括无聊的冷笑话。

你要求她轻咬你的脖子，她照办了。

案例:吉姆与珍妮——事后反悔

“因为文化上的制约，跟不太熟的人做出那些事让她觉得有点愧疚”——进展过快不一定好

“如果再见面，她不确定他会做出什么事，会不会毛手毛脚让她觉得更别扭？”——女人更喜欢谨慎的男人，作为对安全感的需求的体现（安全感正是建立舒适感阶段的内容之一）

“困惑的吉姆试着挑战她的理智，珍妮则认为这是企图操控她”——不用用逻辑说服女人

——当牵手升高成接吻，你会很快到达事后反悔的不归点。一旦越过，除非建立了足够的舒适感能带她到附近的隐秘处嘿咻（在她兴奋感消退之前），否则她会事后反悔。

没有性含义的亲密接吻常被使用在“舒适感”阶段。事实上，如果你等太久才吻她，她会在某个时间点失去兴趣，让你错失未来吻她的机会。“舒适感亲吻”持续不超过 30 秒，也不会是舌吻。

舒适感不够时最好不要展开前戏。当接吻太快变成前戏的时候，你应该把她推开：“哇，我们最好停止。走吧，去跟我们的朋友会合。”“我们的朋友”其实可能是“她的朋友”。这个绝招能表示出你想要进一步认识她，而非只有性趣，让你建立信任感。可多次逼近不归点，但每次都要推开。

瘟疫般的友谊区(friendship zone):

朋友：害怕向花了时间去相处的女人表达爱慕之意的男人。

直觉有限性：如果你无法在舒适感阶段向女人透露你是个潜在的爱慕者，她可能没这么强的直觉发现你是。女人可能会对你的无性本质舒适到希望你永远保持这样。

你要像躲避瘟疫一样避开友谊区，营造一个相互诱惑的机会。要让女人知道你是个有性欲的男人与潜在追求者，否则你可能困在友谊区。

如果女人在你们互动的 25 分钟内没有给你兴趣指标，你的第一印象就毁了。如果你们相处 20 个小时她仍是个朋友，对任何肢体接触都觉得别扭，你就别指望突然展示出高价值就可能把到她了。

如果你还是很在意她，唯一能做的就是把自己从她身边抽离一阵子——然后脱胎换骨再回来。你必须向她展示更高的价值，还必须带着新女人回来，让她产生嫉妒情节。在这个情况下展现高价值真的很困难，甚至比重新开始还难。

游戏地点：

A-C-S 依次对应 邂逅地点-建立舒适感地点-

性爱地点

正常求爱游戏很少（可能从来没有）只在一个地理位置上发生。

变换地点（换场）——三种方式：移动（Move）、护送（Bounce）与时间桥梁（Time Bridge）。

移动（Move）：把女人带开，到现场的其他区域。

护送（Bounce）：你跟女人一起离开现场，一起去不同的场地。

时间桥梁（Time Bridge）：有时候你无法为感情加温，或许外在因素让你必须跟女人交换联络

方式，易时易地继续游戏，这就叫“时间桥梁”。

M3 模型的九个阶段：

A1—打开组合

A2—女对男的兴趣

A3—男对女的兴趣

C1—对话

C2—联系感

C3—亲密感

S1—前戏

S2—LMR

S3—性交

搭讪发生在邂逅地点，包括 A1、A2、A3 与 C1 阶段，通常至少要移动一次，结尾是护送或时间桥梁。中场游戏，发生在一个或好几个建立舒适感的地点，包括 C2 阶段，也可能发生几次护送与时间桥梁。当这个阶段结束，你跟她会在诱惑地点。而且跟她已经有一点亲密。结尾游戏，开始是 C3，但是很快转移到 S1（前戏）。通常会遭遇最后一刻的抵抗（S2），这是正常的，然后就是性交（S3）。如果你在建立足够舒适感之前发动前戏，会导致事后后悔。要发生好几次性交才能确保性关系，在此之前甚至之后，她都会一直测试你的一致性。

Chap.5 A1 打开组合

A1 阶段始于你讲开场白的时候，结束于你到达社交上钩点的瞬间。

上钩点：一个瞬间，发生在一个组合“觉得跟你聊得很开心，而且想继续聊下去”的时候。

邂逅地点：任何可能认识女人的地点。公共场所就是 PUA 的道场。 target rich vs target poor

每晚刚开始需要两、三次暖身搭讪是正常的。

试着搭讪有男人的组合，练习对他们玩游戏。

女人都有被“男性领袖”吸引的开关。

人人的潜意识里都有个隐藏的繁殖议题，但女

人通常会很不露痕迹地合理化。

团体理论：很难在社交场合中见到落单的美女。

逼近：害羞到甚至不敢跟你眼神接触的女人可能会认为你很迷人（尤其是你已经打开一组女人的话），然后有意或无意地向你逼近（proximity），透露她的兴趣。你一开口，她便会应声开启。

三秒法则：一旦发现心仪的美女，在接近焦虑还没超越让她成为你女朋友的欲望之前，三秒钟之内就必须着手打开她的组合。除非遇到三分钟例外。

三分钟例外：要是我觉得打开组合的前三分钟会有外力干扰，我就不会行动。

社交认证：当你随后从一个组合转移到下一个，旁人对你的正面认知会继续滋长，你在现场便有了社交认证（Social Proof）。

遵守三秒钟法则也能得到较高的社交认证，会影响人们对你的反应。

现场任何人都不清楚你认识或不认识哪些人。如果你遵守三秒法则，她会觉得你是突然冒出来的。遵守规则时，互动会有一股额外的正面能量。

开场白（opener）：用来取得团体的注意力、让他们接纳你的简短故事或一套说词。目的不在于让女人奇迹般地爱上你，而是要显得有趣又机智。但是这招的威力在于以守为攻——没有显露的部分。它不像一般的直接开场白，没有向目标传达兴趣指标，避免了激发防护罩。

直接开场白或许可以展现自信，但也会异化目标的其余朋友。故 PUA 都会有效运用间接开场白。在发出兴趣指标之前，先弄清楚整个团体的关系结构，这样能让你显得有自信，而非有勇无谋。

现场练习注意：

不要买酒请她。如果她要求你请客，就拒绝她。

别怕整个晚上被每个组合打枪。就当作是跟僚机一起练好玩的。

给你的僚机一千元。每次你成功接近一个组合，他就还你一百元。这招非常有效。

真找不到人时，别怕单独出门。

不要像抱毛毯一样把饮料抱在胸前，要放在嘴唇下方。最好是根本不要拿饮料。

别试图装“酷”或装“屌”，这只会显得你很无聊。要轻松友善一点。

热情是有感染力的。

在现场走动时要微笑。把不到马子的人才笑不出来。

打开组合之后就不用一直微笑。别显得很刻意的样子。

讲完了开场白组合还没有上钩？再讲别的！即使只为了练习也要多积累材料。积累惯例本身就是个很有用的技巧。

通常要暖身接近三次，才能真正进入状况，展现出你的健谈性格。

避免嘈杂之处。如果连讲话都听不清楚，游戏就甬玩了。找出店里最安静的地方，而且避开舞池——那是陷阱。

早点到场，对工作人员友善一点。午夜时再换个地点续摊，不但让人有新鲜感，也有个地方可以带正在把的妹去。

别喝酒，至少要节制点。

男人只是比较丑的女人罢了。对，有其他男人在场，但他们不是对手。他们不会微笑，也不懂得吸引人群，就只会把啤酒摆在胸前装酷。这些家伙算不上真正的对手。

跟活泼的人交朋友，在他们身上练习技巧。女性的吸引力开关之一就是雄性领袖（leader-of-men）。如果你能领导男人，女人就会跟随。

成为目光焦点。

常见防护罩：

戴结婚戒指

说自己有男朋友了

跟朋友黏在一起

坐在很难接近的地方

耍贱，出言不逊

负面的肢体语言

回避眼神接触

表现得兴趣缺缺

猛喝酒、猛跳舞

缺乏幽默感

戒心很强

防护罩的对策：

防守——不能被女人的防护罩行为影响，这很重要。如果你被她唬住了，你在她眼中的价值会降低。记住，绝对别动怒。

强攻——你可能死缠烂打想强行突破，但这种短视的战术，只会减损你的价值。

破甲——你应该设法引诱她撤掉防护罩：设法表示缺乏兴趣，并展示价值。

破甲的技巧——抵押、无兴趣肢体语言、假性时间限制

抵押：带着你先前把到的女人进入下一个组合，以便更轻易地打开它。

破甲成功的标志：

她开始对你的笑话发笑——即使不好笑

她转身面对你，有眼神接触，互动有反应

她触摸你——轻轻抓住你的手臂，触碰你的大腿、项链或头发

她询问你的名字

罐装材料（Canned Material）：如果你内化了特定的价值展示惯例，并能随时用在组合中，这个惯例就装罐（in the can）了。建议建立一个罐装材料的惯例库（Routine Stack）。

练习与内化惯例库的时候，搭讪的过程会开始变模糊，但是属于你的模式会随着时间渐渐成型。

仪态：自然地呈现资料。肢体语言、脸部表情与声调，比内容本身还重要。通常最重要的不是技巧本身，而是你执行时的仪态。

适当地呈现材料通常比材料的内容更重要。一旦改良的方式被内化，连自然随机对话都会改善。你的呈现方式本身就会变成一种价值展示。

应该专注于活泼的脸部表情与音调的修正。注意：菜鸟会对这种夸张的音调与表情所引发的强烈反应上瘾。而纯熟的 PUA 即使用较低能量等级也能吸引到组合。

初次打开一个组合时，要用稍微高过他们的能量等级切入。能量等级太低，组合就不会上钩；而能量等级太高，组合会容易上钩，但是会比较难收尾。

可能会造成负面社交认证，例如：靠墙站立、把饮料握在胸口、站在男性团体中、像掠食者一样漫游现场，用严肃的表情扫视全场……等等。

假性时间限制：

在 A1 阶段，必须让女人一直觉得你正要离开。制造这种印象的方法之一，就是用假性时间限制（False Time Constraints, FTC）。

我该走了，要不是马上得走的话，我会……

我只能待一下，我跟朋友来的，所以你看这个……

我只有一分钟，但是我必须跟你说……

你说出开场白的前几个字之后，使用假性时间

限制，一旦到达上钩点，试着再丢出一个假性时间限制。给组合投掷一个对“失去的恐惧”。

身体摇动（Body Rocking）是以肢体动作制造出你正要脱离组合的印象。但不宜有太多额外动作，避免菜鸟的钻来钻去或慌慌张张的问题（自己常常意识不到，需要僚机）。

雄性领袖：动作最少的人（例如反应最少的人）通常被认知为社会地位最高的人。

移动组合：打开移动中的组合是非常困难的。记住，最重要的原则就是绝不能让女人以为你在追她们。

1. 跟目标沿着同样路线走，稍微超越她们一点；
2. 向后转头面对组合，讲开场白，然后讲话时往前看；
3. 继续走在组合旁边施展技巧，慢下来让她们配合你的步伐。

肢体语言：坐与立、脚尖与转身、后仰与前倾、声调与步伐

坐与立——在座组合：

当你站着而组合的其他人坐着时，你的肢体舒适度比他们少。这也透露一个讯息：你需要这个组合多过这个组合需要你。这会降低你的价值，因为高价值的雄性不会把自己放在不舒适的状况。

对策——

1. 打开组合（如同处理站着的组合）；
2. 开场白讲到一半，丢出假性时间限制；
3. 继续讲开场白，同时抓把椅子坐在组合里；（注意：要边讲边坐下，这很重要！）
4. 接着讲下一个惯例，然后站起来作势离开（肢体的假性时间限制），同时继续讲话；
5. 坐下来时讲出假性时间限制，然后继续讲惯例。

脚尖与转身：

初次讲开场白的时候，别用整个身体面向组合。你讲话时可以把头转向他们，但是别全身都转过去。脚尖指向何方可以看出许多意义。成功打开组合的比率深受这个因素影响。

对策——

1. 你只是跟朋友会合途中经过这个组合。顺便停脚，讲出开场白。

2. 你在自己的组合里，而目标组合在你们隔壁。后仰讲出开场白。

——均需在他们上钩之后你才可以转身面向他们。女人对你的材料上钩时，通常会转身面向你，这时你也应该转身面向她（奖赏她的良好表现）。别太早，大约在 30-60 秒之间。

后仰与前倾：

向后靠的那个人，会比向前倾的来得有权力。当你向前倾，等于表示你需要你的目标多过目标需要你，也就是你的价值比她低。菜鸟会啄米（pecking），意思是每次对方说话时，他就向前倾。千万别这么做！

声调与步伐：

讨喜的音质——

来自腹腔的低沉坚定声音。

表演一般，用声音表达情感。

戒掉“呃”、“好像”、“你知道的”这些字眼，改用暂停代替。

你说话的……方式……要创造出……某种韵律。这样能把注意力转移到你所讲的内容。短暂的沉默能激发对方的好奇心。

大声说话。女人天生会对大嗓门的男人有反应。在嘈杂的地方。这样你会显得“比较像个领袖”。（畅版版主报告）

矛盾与自然化：

若试用别人的惯例，当你说话的内容与方式很不搭调时，这就是 PUA 所谓的矛盾（incongruence）。

你学到的每个新惯例都必须经过这个自然化阶段（Naturalization Phase）。

专业人士都知道，在观众面前讲同样的笑话还算不上足够的练习。他知道必须在现场观众面前一再讲那个笑话，好重建最初他讲这笑话时，笑点出现的自然时机。

社交认证：

勿不停地游荡、捕猎般潜行：如果你晃得太久，女人会以为你没有“同伴”，只要几分钟就会粉碎你的社交价值。

勿在团体里左顾右盼：否则会陷入负面社交认证。

PUA 会跟枢纽（pivot）或僚机一起出场，不会到处打量别人。

高明的 PUA 都认为全场最风趣、最有价值的焦点就是他自己。

女人也会给你其余的搭讪邀请(pAIImAI)，例如抛媚眼。但是你不一定要等待这类邀请讯号。只要苦练，PUA 不用邀请讯号也能一直左右逢源。

## Chap.6 A3 女对男的兴趣

### IOI:

女人可能故意给你兴趣指标，但她们通常是无意识的，即使是把妹达人也经常无意识地发出兴趣指标

#### IOI 范例

你不讲话时，她自己找话题

她窃笑

她触摸你

她想要亲近你，建立舒适感

每隔一阵子就转头盯着你，重复很多次

她甩头发（试探你会不会看）

如果是远远的对望，她会维持好几秒

她对你微笑

她站在你附近（逼近）

她在旁边打断你的话，或对你讲的事情发笑  
经过你的时候，转身面对你或用身体轻触

她对朋友说了些话，大家都窃笑

她向你借打火机、问时间，或以任何方式开启话题

当你对她的团体说话，她的话特别多（争取你的注意）

她问你的名字

她问你年龄（让她猜!）

她称赞你

她开玩笑地挑战你

她不同意你，但是在笑

她打你的手臂，但是在笑

她给你取绰号

她跟你边讲话边玩头发

她坐在你身边时，用腿碰触你

她借各种方式一直摸你

她问你有没有女朋友

她不知道你有没有女朋友，但是主动提起

她去上厕所之后，又回到你身旁

她跟你讲话时保持长时间的眼神接触

她回避提起她的男友

你喜欢某种事物，她说她也喜欢，或是说需要有人教她

她说了或做了某件事，便看着你观察你的反应

她用斜眼瞄你，掩饰她在看你

她介绍你跟她的朋友认识

她买酒请你

她称呼你是玩家或是把妹高手

她离开时，过来告诉你她要走了（赶快跟她要电话号码!）

你离开时，她问你要去哪里（邀她一起来!）

她回你的电话

她编理由靠近你，跟你互动，或是跟你独处  
尤其重要的 IOI:

你不讲话时，她自己找话题

她窃笑

她触摸你

她想要亲近你，建立舒适感

被动兴趣指标（passive IOIs）非常重要，可能是唯一得到的

她的朋友走了（去厕所或买酒或跳舞），但是她留下来

她过来看你，跟你长时间相处

你移动时，她跟随你或是停下来等你

当你太靠近时，她没有马上退开

你进行肢体接触时，她没有反抗（或只是象征性地抵抗一下）

女人可能用假的兴趣指标欺骗你，或者在抛弃你的时候给你兴趣指标，女人有时发出假兴趣指标，只为了测试能否得到你的积极回应（不可太过积极）。

### IOD:

无兴趣指标（Indicator of Disinterest, IOD）。范例如下：

她回避跟你眼神接触，不接你的电话，总之不想跟你有任何接触

如果她能假装没听到你说什么，就会装傻

她不愿意参与对话

她很容易失去耐性

她走开或是看着别处

她退开、转身，或跟别人讲话

她毫无反应，或是一直说“嗯哼”，却没有给你真正的回应

她不肯随你移动，即使只有一公尺也不愿意



练习 A1 与 A2 能够培养得到 IOI 而非 IOD 的技巧。

A1 与 A2 正是电影《The Tao of Steve》中的前两条法则：无欲则刚、强者为王

否定理论：

否定(Neg)：暂时、不伤和气地防止某人被视为潜在追求者的叙述或行动。否定不是羞辱，而是发出负面社交价值的判断。

9 分与 10 分的美女经常对男人说“不”，不过，这片乌云背后就是阳光。

很多可怜虫都满腹挫折地愤怒离去，认为断然拒绝她们的女人都是贱货。Never be cynical, be tactical.

如果女人刚认识你就接受你请的啤酒，隐含的社交力学就是：“我不认识你也不在乎你。你就跟其他普通人一样，既然我不尊重你，我会接受啤酒然后把你踩死。

专攻她的不安全感。她的思维会是：我是很正没错……但却没有迷倒这家伙。搞什么？我应该手到擒来的！我要纠正他对我的认知，我可是人见人爱的！

她的第一要务就是争取他的认同，以掌握主控权。一旦获得认同，她就可以扔下他，然后趾高气扬地走开。但在这发生之前，他又立刻赏她另一个否定。

表现得很友善，却对她的美貌没兴趣，这会吸引住她，因为她了解大多数男人的死德行，这次对她可是个特例。她会想：这个人一定美女看多了，或是已婚（被预选）之类的。

只用了三个否定就成功制造了兴趣并贬低了她的地位，也避开了她的防护罩，争取到更多时间展示高价值。

通常女人越漂亮，否定必须越强烈。10 分可能需要用连续三个否定来挫挫她的锐气，8 分只需要一两个。

要尽量接近翻脸边缘，但不要越界。当你发现她要反击了，就开始赞美她（除了美貌之外）。

不小心惹毛了她，使她开始抱怨你的失礼（不推荐这么做，但这未必表示你完全出局），先让她发泄情绪讲出她对你的意见。然后你要说：“很抱歉。我不知道这样会让你不舒服，只是打算试探一下而已。现在我知道了，我保证……我不会再这样了。对不起。”

如果你的目标出言不逊，就回答她“你应该

不常出门玩吧？”

如果你的目标打断你，就说“哎，我在讲话耶”或“抱歉……可以先让我讲完吗？”然后向团体的其他人说“她老是这样吗？”调皮地转动眼睛。

如果你向包括目标在内的女人们问问题，目标开口回答你，你就说“我又没问你”。

“你耳朵里有东西。”

“我喜欢那件衣服。我好像在别家夜店看到你也是穿这件。不过真的很好看。”

很多人问你是不是模特儿吗？

如果她比较年长：

如果你的目标说“你太年轻了”，这是个兴趣指标。只要冷冷地回答“对，我知道……你真可怜。”要表现出戏谑逗趣的态度。

“你先去冷静一下，克服年龄障碍，我等你。”

否定的种类：

散弹枪否定：对团体使用——“哇，她讲话大舌头”或“怎样才能让她闭嘴？”IOD 能削弱她对你的性权利，同时解除她那个团体的防备心。散弹枪否定是很棒的社交工具，说出来可以炒热现场气氛。让她朋友觉得你并没有情欲动机，他们就不会阻碍你或保护她。可传达出一种毫无所求的态度——这等于是在展示高价值。

挑逗否定：表现出一种骄傲、戏谑的态度——“拉我手指……噗！哇，你上当了，傻瓜”、“你可以帮她打扮，但是实在带不出去”、“别逼我去抓你”……当你说她是傻瓜，你的骄傲、戏谑、有趣态度就会显示你有自信、态度坚定而且掌控大局。挑逗刺激她的情感，在 A2 阶段可以用来展示高价值。

狙击枪否定：对目标个体使用——例如暗示她最好赶快擦鼻子、有眼屎、手掌太多汗，或在讲话时口水喷到你脸上……而且你觉得很恶心。重点是让她真的相信自己作了展示低价值（Demonstration of Lower Value, DLV）的事。狙击枪否定之后可以看着别人、暂停对话或用其他无兴趣指标。

像扔石头一样丢出否定。在它击中目标之前，迅速转头跟团体继续聊天。当你把好几个对话脉络串在一起，偶尔会遭遇必须丢出否定的时机。这么做的时候，不能让目标发现你在观察她的反应，寻求反应的行为就是展示低价值。

DHV:

展示高价值：为了表达高 S 与 R 价值所做的任何事。

有钱是 DHV。但如果她认为你想要用钱讨好她，就成了 DLV。

社交认证是 DHV。负面社交认证或社交能力拙劣，是 DLV。

讲好玩有趣又充满感情的故事能展示社交技巧，这是 DHV。

否定也是一种 DHV，因为只有高价值男性会这样跟她说话。

其他 DHV——

被其他女人预选

象是雄性领袖

支持并保护你所爱的人

毫无企图

不受他人影响

社交智慧

否定她（IOD 也是）

有坚固的自我框架

知道很多有趣的知识

情感刺激

社交上“受欢迎”

讲话会受人注意

#### Group Theory:

团体理论：优质美女通常会在团体中，几乎从不落单。女人聚在一起时，就会进入团体思考的心态。用相同的心理机制来预选：对于自己的选择和感受，会互相寻求认同。她们互相触摸、手牵手、窃窃私语、一起走来走去、一起上厕所。为了摆脱色鬼与好好先生，她们也会互相掩护，互相照顾。

Nice guys vs PUAs: 好好先生通常会等候女人落单时跟她独处，然后追求她。但是谜男方法的策略是直接进攻团体，因为女人很容易在社交情境中被价值最高的男人吸引。

团体组合技顺序：

打开组合 - 讲故事、搞笑或其他 DHV 以解除防备 - 否定目标以进一步解除 - 她的朋友都喜欢她，她的团体思考心态也会接受你

团体的助力：接管团体所产生的社交认证；展示高价值，解除障碍者防备心、削弱目标的性权力、激起她想把你比下去的动机

多重对话脉络：

过度使用疑问句，用新话题来取代先前用过而

且暂停的话题，都会暴露出兴趣。

而在组合中使用多重对话脉络，就能制造强烈的熟悉感。跳来跳去，不要直线性地一个接一个。

刚进入组合时，因为还没有展示太多价值，女人不会急着跟你产生互动。你必须能提供 90% 的内容，你必须口若悬河，这非常重要。永远要有话题。调整到健谈模式。

切段对话脉络：

尽快结束目标不感兴趣的无聊话题，不要继续掰下去。完全打断她的话题，用你自己的新话题取代。不断以新话题主导谈话内容，让对话继续下去。这招很有效，她也会觉得你更加迷人，因为你显示出坚强的框架（frame）。

外来干扰：目标的朋友等障碍加入。对策——朋友介绍一下吧，这是礼貌。

（简短介绍。你跟她握手，再次散弹枪否定目标，解除新障碍者的防备。）

（给新朋友的新话题：……）稍候别再回到原来的话题，除非她们要求，不然会显得太刻意。

——即时战略游戏的攻城操作技巧：以人口数作为指标，缺员立刻补上。

如果你不主动切断烂话题、引进好话题来主导对话，无异于把这个责任推给女人。她会让对话变得很无聊，然后认为都是你造成的（永远不要让女人承担马前炮的责任，只需要让她进行马后炮的合理化）

转折点(waypoint):

“那你们是怎么认识的？”当你丢出这个问句的时刻就是该组合的转折点（waypoint），通常会在三到五分钟内发生（在 DHV 之后，IOI 之前）。

乍看之下是平常、合理的社交常用问句，却能促进对话并且提供有用的信息给把妹达人。

僚机守则：

1. 先打开组合的人主导这个组合
2. 宗旨在帮助把妹达人把到目标
3. 不要挟持组合：绝对不要抢走目标
4. 如果玩家在组合中因为进挪被封锁、LJBF 或缺乏兴趣指标而无法再推进，僚机可以尝试自行抢救这个组合
5. 负责缠住障碍者
6. 永远支持你的僚机，不要站在女人那边修理他，僚机永远是对的

7. 记住你的僚机是又棒又酷的人，所以你才跟他一起混。毕竟你是有高标准的

8. 别忘了僚机的感受对你很重要，甚至比女人的感受更重要。如果你不尊重僚机，会降低你对女人的价值！

僚机进入——“你们刚才是不是在说”绝招：

1. 玩家打开一个组合并有足够时间通过社交上钩点，通常在三分钟左右。此时僚机接近玩家。
2. 玩家面向僚机问候他。
3. 然后玩家说：“嗨，各位，这是我朋友××。”
4. 僚机说：“喔，你们刚才是不是在说……”
5. 玩家说：“对啦，有个女的对阿伦下了魔咒那次……”对话继续进行，僚机现在进入组合了

僚机发力——成就介绍：

由僚机来做，比较能取信于人。你只需要一些小小的证明。像照片、剪报等。不必说谎，只要讲得逼真一点，夸大一点。

你的伟大成就是什么？写下你的丰功伟业让僚机使用，他跟有成就的人一起混，也会显得很屌。当你跟僚机可以互讲对方的故事，会是很强大的力量。

讲故事：

不夸张的故事比较好，因为你不能让目标以为你们想要讨好她。

不露痕迹地传达你的特色，触动她的吸引力开关，能展现高价值并产生吸引力。例如，一个故事可能同时触动“男性领袖”与“保护亲友”的吸引力开关。

男人比较在乎故事的真实性，女人在乎听故事引起的感官与情绪。所以，要把你的话加入这些要素。

锁定(Lock-in)道具：

用“道具”把她锁定，例如把你的围巾或帽子戴在她身上，或把你的照片交给她（秀照片惯例的时候）请她拿着。这时你就锁定（Lock In）她了，避免逃跑。这也可以制造信任感。

如果她开始焦躁不安，用叙述方式在她面前晃动诱饵，例如，“待会给你看一个很酷的东西……不过现在不行……”然后继续讲下一个惯例。

面对与背对吧台：这是轻微的权力差距。因为她们可以观察全场，拥有视野上的优势，感觉上会

比你站的位置更自在。

攻占优势地形：

跟女人说“像我这样做”，把手伸出去，掌心朝下。服从性测试（Compliance Test, CT）——如抗拒，IOD, DHV。再一次服从性测试，提高服从门槛（Compliance Threshold），这时她会服从。握住之后会说：“现在来个旋转。”把她牵到任何位置。“嘿，位子被我抢走咯！”

一旦你打进了组合，整个现场的认知就会有180度的大逆转。似乎是女人对你有兴趣，而非你对她们。你不仅在对女孩们说话，更像是在领导她们。

如果现场看起来像你在把她们，而非她们把你，你就还不算锁定。整个现场应该看见你舒适地成为团体核心。

角色扮演：戏谑的角色扮演能建立吸引力，在脑中想象一些荒诞的情境，向女人描述。最好是轻松好玩的。

加入些小细节，这不仅是有效的吸引工具，还能在舒适感阶段创造出同谋的感觉。

假性失格台词（False Disqualifier），有解除防备心的效果。

“我们才不可能来电。”

“我就知道我们一定处不来。”

“你被开除了。”

“你对我而言太善良了。”

“你是护士？天啊，我不知道怎么跟你聊下去。”

“我根本不是当男朋友的料。嘿，那边那个人看起来很适合你。”

“我们分手吧，CD 还我。”

视觉记忆 DHV

One-Bun, Two-Shoe, Three-Tree,  
Four-Door, Five-Hive, Six-Sticks, Seven-Heaven,  
Eight-Gate, Nine-Line, Ten-Hen

越荒谬的视觉联想，画面越容易记住。

后半段是把这招教给女人。最好在第二天而非认识当晚就教她。后半段可在 A2 阶段用来向团体展示高价值，或当作孤立目标的理由。

团体力学：领导男人，女人就会跟随

单人组：

搭讪落单的单人组乍看之下很简单。但是没有团体可以展示高价值

外来干扰——所有的组合形式随时都可能瞬间变化

搭讪时一定要微笑，这样比较不具威胁性。

不要有了眼神接触却没有马上接近，只想着要等稍后眼神再度接触才接近她。如果你这么做，组合就变调了。违反三秒法则可能让她认为你想搭讪她，但是临阵怯场。

应该是筛选框架，不是乞求框架。要表现出一副“你对她好奇，而且有兴趣一探究竟”的样子。针对单人组的开场白可以比其他组合形式更为直接。

双人组：

双人组是特别具有挑战性的情境。

目标的友人就是你的障碍（obstacle），惟有解除障碍的防备心才能把他或她变成朋友。必须先赢得障碍的支持。其实你可以善加利用这一点，避免跟目标眼神接触，故意忽视

她。

如果目标在双人组，你就不能孤立她，因为障碍会落单。

别花太多时间跟障碍讲话。通常五到八分钟已经足以解除武装、培养好感。一旦发现障碍喜欢你，就要明确地把注意焦点转向目标。

在 A3 阶段，你要借着赞美目标，向她透露你喜欢她的某些优点——要赞美她的个性，而非外表。

孤立双女组中的目标：僚机法 或 逆向融合法（下文）

孤立混合双人组中的目标：可尝试消元法——

要假设他们只是普通朋友，打入整个团体，跟男人聊天，先跟他交朋友，解除他的武装之后，你就到了问“你们是怎么认识的？”的转折点。在他面前用不带羞辱的方式否定她。当她开始浮躁或想要争取你的注意，你可以再否定个两次，然后终于注意到她。男人会退出并眼睁睁看着你把这个女人。你会很惊讶地发现：他们经常就这么默默地消失了。

三人组以上：

否定目标、展示高价值以获得障碍者的接纳。搞定障碍并且开始获得目标注意之后，你才可以问障碍是否允许你跟目标独处一下（孤立）。他们会说

OK，因为他们喜欢你。

“我可以借用你们的朋友一下子吗？”

“好，那我们马上回来。”

“没问题，请给我们一分钟，因为我也该走了。”

解除所有男性的武装，向目标发出兴趣指标之前，先弄清楚每个人的关系(转折点)。

对于特别优质的美女，经常需要展示预选价值才能搭讪她。

抵押：1.社交认证 2.降低威胁性 3.展开嫉妒情节

枢纽：社交认证、打开组合、制造嫉妒、支开障碍。要让枢纽开开心心，帮她认识众家男士。训练精良的枢纽比厉害的僚机更管用。

练习融合组合。成为介绍别人互相认识的社交大王。

顺向融合（Merge Forward）是指打开一个新组合，然后把你现在的组合加进去。

逆向融合（Merge Backward）：是指重新打开组合，然后把你现在的组合加进去。这招特别有用，因为你的目标如果在双人组，孤立她就会让她朋友落单。如果把他们一起带入另一个组合，变成更大的组合，你就可以孤立目标了。

你不只是在跟组合进行游戏，而是整间夜店。现场有谁也在融合组合吗？可能没有，你必须成为全场最有社交能力的家伙。

至少记住一个开场白、一个否定、一个假性时间限制，还要有个备用惯例。

练习表达方式，包括肢体语言、身体摇动、声调、舒适的态度跟坚强的框架。

别太挑剔组合，那只是练习罢了。打开混合组合，世界上有很多好人值得认识。

练习尽快把自己锁定在组合中。

练习多重对话脉络与切断话题。

帮僚机准备一个成就介绍让他进入组合，他也要介绍你。

经验老到的把妹达人也有卡住的时候，他们只是事先准备了好几个故事以防万一。

丢个惯例会很管用，赞美然后发问也不错。另一个方法是，想个你经常问的问题，改成叙述句型（防止疑问句型过多）。

任何事都可以聊（除非 DLV），好过什么都不

说。

尽量利用每个组合来练习，尽量使用进挪升高与服从性测试。

放心大胆地索取电话号码当作练习。为了积累经验，电话还是打打看吧。

大多数时候人们并不会意识到自己正在发出兴趣指标。

使用多重对话脉络可以营造出你跟目标已经认识很久的假象，也可以保护自己免于陷入话题卡住的窘境。

讲故事只要切身而且有趣就好。越简短越好。

文章来自：泡学论坛  
<http://paoxue.com/thread-10049-1-1.html>

### Chap.7 A3:男对女的兴趣

A3 阶段，你要利用她的兴趣，结合孤立与筛选，诱使她展示自己的价值。当她展示价值企图赢得你认同，你要用兴趣指标奖励她，然后用同样的流程继续引诱她，让她必须投资才能得到回报。

她的情感上偏爱具有高价值的男人，高到她必须努力投资赢得他的青睐。

她想要觉得自己对他很重要，不只因为美貌，而是因为她的个性。

框架控制：

框架：潜在意识，周边背景与暗示——你说的每句话里隐含的假设。

框架游戏（Frame Game）：人们借着行为征兆与言语暗示表达他们的假设。如果表达方式具有足够的一致性，别人会毫不怀疑地接受框架就是现实。

如果你的框架够强，你做什么事都是对的。这个概念隐含在本书的每一个忠告之中。

女人必定会测试你的一致性。如果她可以轻易把她的框架套到你身上，你就是很严重的展示低价值。如果你连她都不敢违抗，她怎么能信任你在危急时刻会为了她跟子女挺身奋战呢？她跟强者在一起的安全感，是潜意识择偶策略的主要因素。

现场有些男人也会对你玩框架游戏。

女人几乎永远会选择高价值、框架强的男人。唯一能制衡这个现象的因素，就是她对你的投资程度。

圈套理论：

人们玩的框架游戏之一，就是测试你是否会跳

入他们的圈套（hoop）。例如女人可能叫你帮她拿皮包或买酒请她。

她给你一个假性 IOI，看你会不会开始追求她

她讲话引诱你开始对她炫耀

她给你一个假性 IOD，看你会不会担心而有所反应

她要求某件事，诱使你必须解释或向她道歉  
当圈套出现时，一般受挫的拙男（Average Frustrated Chump, AFC）会迫不及待跳进去。他以为可以趁机表示他有多么在乎她，以为这样很浪漫，能够赢得芳心。但是你不必跳进她的圈套里，你可以原封不动地奉还，或者设下一个新圈套让她跳，甚至可以完全不用她——沉默通常是最佳的回应。

一方面，你不希望成为被玩弄的傻子；另一方面，应该要自信且放松地享受与女人互动的时刻。你不能变成老是玩权力游戏的社交机器人，别人未必永远想要陷害你。

常用对策：设下新圈套、无视她的话、原封奉还

例：第一个范例中，她问你的年龄，但是你不直接回答，而是先让她猜。在第二个范例中，她对你施展同样的手法，但是你的框架比较强。

看起来越像是圈套，别人跳进去的机率越低。

要从小处着手，引诱目标无意中进入一连串的小圈套：“你能不能帮我拿一下饮料？谢谢。”久而久之，当她落入你的框架，圈套可以变得更大、更频繁。在社交力学中，这个过程叫做服从动能（Compliance Momentum）。

角色逆转：

值得扮演的好角色（或许是最赞的一种）就是要比目标拥有更高的社交价值。事情必须照着你的安排走，否则她会觉得你缺乏吸引力。

借由假设所传达的框架，必须是她喜欢你、追逐你的状况。

如果你不控制框架，女人就会采取这个策略，借着她说的每件小事来设定她自己才是主角的框架。你绝不能落入这个框架，而是抓住这个圈套再利用。角色逆转（Role Reversal）的范例如下：

“别以为买杯酒请我就可以有什么好康。”

“天啊，你一向这么主动吗？”

“我想多了解你一些。”

“嘿，别乱摸喔。这可不是免费的咧。”

“我自己会判断。”

握着她的手，当她回握时抽回来，说：“别这么猴急嘛。”

“你一向这么急吗？”

“……是啊，如果你走运的话。”

“我敢发誓你们女人满脑子只想着想那档事。”

“你真是个好女孩。”（必杀台词！）

“那边那个人看起来很适合你耶。”

“我们还是当朋友就好。”

台词本身并不重要，而是隐含框架的内在力量。

当你调侃她太过主动或想骗你 SC，并不表示这是事实，你只是故意曲解状况。但如果你的框架够强，她会被吸进去，煞有其事地回应。记住，女人就是会回应高价值的男人。

要有标准：

展示有标准时的框架：

我有很多女人可以选择，我向来对女人很有一套

如果我真的喜欢上你，不只是因为你的外表，而是因为你独一无二，配得上我的高标准

我只跟优质女人在一起，你正好就是

如果你有标准（have standards），反过来的做法就是正确的：行为中的征兆显示出你是挑剔、优质的男人。她会因为察觉到这点而对你产生兴趣。她预期有潜力的男人都是很挑的筛选：

重点在让她希望自己够格配得上你，因为你是高价值男人。但不能大刺刺表明你是在筛选她，要很隐晦，她会自己察觉出来，而不会觉得自己被挑三拣四。

“你除了长得美还有什么优点？”

“你长大后想当什么？”

“这里有很多美女，但是真正重要的是活力、智慧，以及个人特色，你让我想要深入了解的特质是什么？”

“如果魔术师能把你变成任何人……你最想变成什么？别说是公主。”

“你喜欢动物/电影/旅行/摄影/跳舞/...吗？”

“你几岁了？”（然后假性失格：“天啊，你只是个小妹妹。”）

“告诉我，你的三大优点是什么？”

“你上过学吗？你聪明吗？你有很多朋友吗？”

“你会做菜吗？你会不会按摩？你敢不敢冒险？”

“有些人叶公好龙，或者光说不练。你是不

是这样的？”

她会自然地假设她的真命天子是挑剔的。

问个筛选的问题，在正确的时机发出 IOI 与 IOD，透露你选择朋友的真正标准。你也必须准备一些小故事来显示你是有标准的。

间歇性：

穿插用间歇性、突然的 IOI 与 IOD 奖赏她的投资。这种忽冷忽热、推推拉拉的动力非常能够刺激情绪。

促进投资的问题

你最爱的颜色是什么？

你的高中时代好玩吗？

你昨天晚餐吃啥？

你去过医院急诊室吗？

你第一次喝醉是什么时候？

你对兄弟姐妹会保守秘密吗？

你有不愉快的分手经验吗？

你最爱的食物、假期或旅游地点是什么？

进挪升高

进挪是“动觉”（kinesthetic）的简写，指的是触觉的感官。把妹达人谈到进挪时，指的是任何形式的肢体接触。

游戏的重要原则之一就是：凡事都没什么大不了的。不要过度重视。

如果你们的初吻很怪异又尴尬，或许就成为你们的最后一吻了。女人对这种事很苛求的，她们有邂逅白马王子的幻想，想象非常完美，一切都得自然而然发生，而且感觉非常美妙

如果事情发展的方向正确，永远不会有积极索吻然后“创造奇迹”的所谓“重大时刻”。情况应该是从打开组合直到 SC 之间一连串进挪的自然流程。

进挪是从组合的初期一路升高（escalate）。

没有某人应该出某招的特定时刻，而是十几个特定招式累积出隐晦、有意无意的加速作用。

从接近到性爱的典型过程，通常要有 30 次以上的升高。

追一个女人（展示价值、无所企图、刺激情绪、控制框架、制造联系等等），机会之窗会周期性地开启，让你升高进挪。如果你错过暗示，窗口关闭，就是展示了低价值。她的耐性会很快被磨光。错过太多机会，她会认定你不是太胆小不敢出手，就是太无能不知道怎么做。你不能显得缺乏社交智慧，因而无法主导过程。这都是展示低价值。

如果她站定跟你讲话，继续升高就对了。永远要假设你们彼此来电，这也是改善你标准化的最佳方法。一旦你的力学标准精确无误，所有的升高都会顺利发生。

挽手臂  
双手碰触  
拥抱  
从背后熊抱  
亲嘴  
亲吻或轻咬脖子  
手放膝盖上  
坐在大腿上  
环抱腰部  
摸脸  
嗅或拉扯头发  
手放在臀部

另类触摸：不能像青少年宣誓主权一样大刺刺的“手牵手”。你可以看手相、玩拇指角力或教她很新奇的握手方式，或在跳舞时牵手让她转来转去。重点是当她习惯你碰触她的手，这种简单行为应该让她觉得自然又正常。

触摸时不要试探或胆怯，要大方且自信。触摸（男人跟女人）是你这种雄性领袖展示管辖权的方式之一。

进挪升高时，让别人跳进微小无害的圈套比较容易，这个原则要牢记。每个步骤让她都很容易跟随，一步一脚印。

进一步退两步：升高的时候要进一步，察觉任何犹豫或抗拒的迹象，就退两步。一段时间后重试 - 让“退两步”（的这段时间内）的别扭感超过“进一步”。

制造紧张，然后推开：

有些人认为男人的天职是升高，女人的天职是抗拒。但你要把两者都当作你的责任。

女人最爱忽冷忽热、推推拉拉的能量。

一旦制造出紧张之后，就是推开她的时机。这可以是肢体上（你可以说：“好了好了，别黏着我。”）或情感上的意义，例如转身、假性失格，或其他IOD。你可以设定你是主角的框架，今晚你不会让她对你怎样，因为明天还要上班。

你推开她就会激发吸引力，她会比较戏谑地回应你，同时制造出舒适感。如果你一直把她推开，她就不会觉得你有所企图，跟你玩的时候很有安全

感。她可以让情绪刺激升高，不必为了自我保护而强制关闭。推开之后再把她拉近，对她的刺激会更强烈。（斜率效应）

进挪回响（Kino Pinging）：两个人之间吸引力增强的现象。

通常这种事会从互相斗嘴开始，测试一个女人有没有回响非常容易。进挪回响很类似 IOI 回响。刻意瞒着团体进行进挪回响比较有趣，能够显示谨慎、建立同谋意识、增加刺激感

剥夺：DHV 后使用

在他感到情绪刺激最强或最需要认同的时刻，你就稍微转开。当她把你拉回去，你要用间歇性 IOI 奖赏她。

DHV->剥夺；IOD->升高。

剥夺的最佳时机是在 DHV 之后、目标感到强烈吸引力的一刻。发出 IOD 的最佳时机是在升高之前，因为这样她最有可能接受升高。。例如，你在亲吻她之前转身背对她。

A3 阶段的剥夺层面正好呼应电影《追女至尊》的第三法则：欲擒故纵。

这是使用“你有眼屎”、“你的口水喷到我了”、“面纸在这里”等狙击枪否定的好时机。

因为有眼屎不是什么错，只有上帝才完美无瑕。所以她会不服气，想夺回你的尊重，想要争回面子，所以你出招时她不会骄傲地撤退，她会接受，因为她感到困窘而沉默。不要因为她发傻而奖励她，这样违反一致性。稍微假装没兴趣以强化她的尴尬，然后扮好人说：“人都有缺点，没啥好丢脸的。”然后暂停对话。在这样的心理状态，女人很容易接受升高进挪。

服从

谜男方法的核心概念之一就是服从性测试，要求目标为你做某件事，无论是拿你的饮料、挽你的手臂、抓你的背、吻你或张开双腿。

服从的多重效益：IOI；进挪升高成功；框架被你吸收。

服从性测试的 IOI：

你牵她的手之后放开……她又抓你的手

你捏她的手，她也捏回来

你摸她，她也摸你

你把她的手放在你的膝盖上，她没有抽回去

你挽着她的手在现场走来走去，她没有抗拒  
你锁定在组合之后，边讲话边握她的手，将她拉近，她正面朝着你  
你让她坐在你大腿上，她没有抗拒

进挪测试惯例：

向前伸出你的手，掌心向上。向她传达的肢体语言是你希望她也把手伸出来，这就是服从性测试。如果她把手伸给你，捏一下，看她会不会回捏。然后慢慢放下，看她是否遵循同样动作以继续接触。

试着时候甩开她的手

试着告诉她通过或是失败了

执行惯例时试着向她解释

谈论其他事情的时候，当作附带游戏来玩

这个惯例可以用来击退侵入你组合的男性竞争者

如果她抗拒你的服从性测试，给她一个 IOD，然后 DHV，再来一次。

每次升高、每次护送或移动、每次碰触，连性行为本身都是一种服从性测试。当你怀疑与眼前的目标进展到什么程度，请自问：现在她的服从门槛到哪里？

服从动能：

谜男黄金循环——

发出 IOD（否定之类）并 DHV，然后注意女人的 IOI。如果她以 IOI 回应，给她来个服从性测试。（如果她以 IOD 回应，就重复这个流程。）如果她服从你的测试，用间歇性 IOI 奖赏她，然后再做个服从性测试。服从动能就随着不断循环而累积。这要持续到你们 SC 为止，大约在服从率 65% 的时候会发生。

舒适感不只是信任与时间，也是一种服从。

所有服从都奠基在本身的基础上。服从惯了的人会继续服从，抗拒的人会继续抗拒并且憎恨。（个体有保持一致性的倾向，为既往行为寻找合理化途径）

负面服从（Negative Compliance），你惩罚了她们的表现。当你奖赏（或没有惩罚）她们的坏表现也会发生同样的现象。无论何者，负面服从都会累积，然后对你造成伤害。

PUA 使用 IOD 惩罚抗拒、IOI 奖赏服从，借此迅速把女人带到她们的服从门槛。服从门槛（Compliance Threshold）就是在互动中她发现服从会比较好玩的临界点。

别怕高估自己的价值。如果你在应该做服从性测试的时候，还在浪费时间建立早已具备的价值（如过度否定），可能会造成负面服从，害自己被逐出组合。

互相服从发生在 C1 阶段。一旦进入舒适感阶段，把妹达人与目标都应该彼此服从，直到互相诱惑的程度。她的服从意愿会被你执行服从性测试的一致性所影响。

获得服从的其他方式：

让她投资。（让她去帮你拿饮料，为你花钱等等）

让她跟你移动或换场。

锁定她：女人穿戴你的任何衣物越久，对你越服从。如果她脱掉你的衣物，就是抗拒。

社交压力：让她的同侪团体告诉她对你好一点，或介绍你的成就，你会立刻获得她的大幅服从。

结果比较好玩或有利的話，人们通常会服从（DHV）。遭受威胁（如冷冻、嫉妒情节）时人们也会服从。

象征性抵抗：

女人的设定就是对肢体升高做出象征性抵抗。

用手指抚摸她的大腿当作惯例的一部分，然后停止抚摸，好像什么也没发生。触摸结束时她甚至可能有点失望。这时她就被制约成对触摸结束感到失望。同时她也会比较习惯并接受你的触摸，因为一贯性原则（Consistency Principle）才有效。她没抗议是因为触摸已经消失了，但是她心里某些部分已经默许这是不必抗议的。

动态抚摸：另一个有趣的方面是涉及到动作。用手指抚过她的大腿，无论如何就是不像一直把手放在大腿上那么容易被抗议。

合格台词：

她必须觉得她争取到你了，否则会失去勇气。

合格台词（qualifier）都有潜藏失格的意义：

“你好可爱喔……这样说真恶心。”

“你知道吗，有时候你挺有趣的。”

“你太棒了！我开玩笑的。”

“真奇怪……我在你身边觉得很舒服。”（假性失格）“可惜你不是我喜欢的型。”

“你好漂亮……也很邪恶。”

“我的天啊，你是舞者？太屌了，我不知道



怎么跟你聊下去。”

#### 兴趣声明(SOI)

兴趣指标通常是某种隐晦的暗示，兴趣声明(Statement of Interest, SOI)则是露骨的口头声明。

时机正确的 SOI 可以创造奇迹(如型男对丽莎的“最 AFC 表白”)。

#### 赞美:

在筛选的框架中赞美。别说“你好性感”、“你是我的梦中情人”之类的废话。

试着在筛选的问题之后才给她赞美。

赞美她的风格、活力、仪态或是服装品味。

赞美后提出建设性的批评，这是否定她并显示价值的强力手段。

绝对不要提起她的美貌。

以赞美来限制和导向，促其进入对己有利的角色：“你好像很敏感，似乎真的很相信女性的直觉。”或当她粗鲁无礼(或你故意曲解她)的时候说：“以你的水准，不应该有这种行为。”

告诉她你如何“看待”她，她就会听你的一一但是必须她同意并且受到奉承。你要为她塑造个性，她喜欢角色带给她的感觉，就会乐意扮演。

促其表现如钓鱼，刺激投资连续技：引诱一上钩一收线一释放

引诱女人告诉你关于她的趣事(不要问她“你做那一行的?”)，当她回应(上钩)时，你就可以发出 IOI(收线)，然后再把她推开(把她从被迫的压力释放出来)。这个过程要重复好几次。

谜男方法的重点之一，就是重新编排你的惯例以符合你的特定身份(Particular Identity)。

诱饵可以是挑战、筛选、筛选问题、服从性测试、剥夺、圈套或其他。

如果你的框架够强，那么你做什么事都是对的。但是你必须前后一致。

现场会告诉你答案。专心投入现场，听从你的直觉。时间久了你就能标准化。

无论男女都会对你玩框架游戏，测试你的服从性。女人寻求强壮的伴侣，男人竞逐权力，通常都是下意识出于本能的行为。

如果你能先让别人跳进你的圈套，就算跳进别人的圈套也无妨。

表示标准的方法之一，就是问她问题来筛选她。慢慢调整——不要让她认为这是触动她吸引力开关的花招(标准必须是真的)。

时机精准的剥夺能够诱使她来追逐你。

服从门槛是指她发现服从会比较有利的分隔点。

引诱一上钩一收线一释放的隐喻是用来描述服从性测试、筛选、合格台词与其他 A3 层面的应用。

#### Chap.8 交谈

游戏是在舒适感阶段玩的，其他的一切都是为了到达这个阶段。

舒适感的不足，正是造成虽然你要到电话，却被放鸽子的原因。

互动必须要有诚恳的真实感，这经常是女人不信任“好好先生”的原因。女人说想要一个能保持真实(keep it real)的男人就是这个意思。

她想要在各方面都跟她类似、看起来门当户对的人，好让别人说：“喔，你们看起来很登对!”她想要她朋友也喜欢的人、能带得出场的人、她了解并且欣赏的人、社交圈子可以容许她加入的人。

一旦进入舒适感阶段，如果她吐你槽，你只能用撤回注意力的方式冷冻(freeze-out)她。她会问：“怎么了么?”你说：“没事。”(不要情绪化!)

她会很快学会不要吐你的槽，因为(1)你已经证明了你可以在(吸引力阶段)反击，而且(2)每当她吐你槽就会感觉尴尬。这是你向她显示你不像在吸引力阶段那样总是搞笑的机会。所以冷冻是训练她的一种方式。

这个阶段也是你大显身手把别扭状况转为舒适的机会。这时候很适合用狙击枪否定。

#### 建立舒适感场地:

建立舒适感的地点通常都是比较安静而且偏僻的(不过仍是公共场所)，让你跟目标与她的朋友(还有你的朋友)可以共同进行长时间对话。

C1=邂逅场地内的任何建立舒适感之场所。

C2=异于邂逅场地与性爱场地的任何建立舒适感之场所。

C3=性爱场地内部的任何建立舒适感之场所。

先移动到 C1 地点让你有机会令她觉得够舒适，才有可能带她到 C2 地点。

比起在 C2 地点让她知道你打算直接带她

到性爱地点，而且满脑子都是“调皮的念头”，从 C3 地点仅仅移动几公尺到性爱地点比较务实。

除非你的目标已经坐在邂逅场地里安静的区域，否则你一定要设法移动到 C1 地点。事实上，在你接近女人之前，就要事先观察好附近有哪些适合建立舒适感的地点。

把帽子戴在她头上说：“我要让你看个很赞的东西，跟我来一下。”

当个健谈的人，跟所有人说话，不要仅限女性。要投入现场。

别大刺刺地想要讨好或炫耀，别直接夸耀自己的丰功伟业。别寻求他人的注意、赞许或了解。老是担心美女想什么的拙男已经让她们够烦了，试着当个不担心的人。

别谈诡异、惊悚、愚蠢的话题，这么做的人多半是在哗众取宠。

显示敏感面，建立共通点与联系感。

练习丢出一连串的罐装材料，这是很有用的技巧。

切断无聊话题，无论是你的或她的。要主导框架。

不要问一大堆问题。发问不会提升价值，只是在找话题而已。不要问她是哪里人，直接猜。她会问你为何猜阿肯色州，你给她一个理由，无论是否正确，她会窃笑。（你希望她在对话中有贡献，但是她会这么做的理由是被你吸引，而非你用一堆问题勉强进行对话。）

发问游戏

“你玩过发问游戏吗？呃，规则是这样的……”

“第一，你先问一个游戏，然后换我问，再来又换你问，以此类推。”

“第二，不能说谎。就像真心话大冒险，只是没有惩罚，因为我不知道你是不是怪胎。”（注意其中的否定）

“第三，不能问已经问过的问题。”

“第四，必须问很私密的问题，反正我们现在不知道彼此的真实姓名。”

“喔，还有第五……由你先回答。”

她会说：“不公平！”

但是你直接问：“你交过几个男朋友？”

从此开始，发问游戏会越来越辛辣，直到她问你多久打一次手枪之类的。这是很好玩的惯例，可以建立舒适感，也可以用来筛选。这游戏的另一

个作用，就是可以持续很长的时间。当你进入 C1 地点，一定要从这招开始。

最好玩的问题是：“告诉我一个秘密。”

随和一点。你不必永远是对的，别把自己看得太重要。除非需要强化框架，否则不要反驳别人。如果你争论某件事，可能你太在乎了。记住：你是来把妹的！

“和谐关系”不等于“无聊”。你在吸引力阶段制造的脉动应该持续在台面下酝酿。

口若悬河非常重要。健谈的人 SC 机会比较多。秘诀就是让自己进入多话的心情。

讲话还有另一个好处——占据对方的理智。像变魔术一样，对话就是麻醉剂。

最闷的莫过于回程上又漫长又沉寂的时间了……或是默默无语走向车上。你必须讲话维持气氛以战胜可能发生的词穷问题。

秀照片惯例：要混入一两张无聊或失焦的照片才会逼真。把这些照片放在冲印店的纸袋里，好像今天刚从店里取回、碰巧带在身上的样子。每张照片都要附带一个故事。这时候你可以展示预选价值、社交认证、建立舒适感，同时进行好玩的对话，让她贡献投资。你的故事会让她想起自己的故事，跟你分享。练习你的即兴对话，你才能掰出每张照片的故事。秀照片惯例是把妹达人的绝招中威力最强、应用最广的。

共通点：你们俩有越多共通点，她越可能把事情合理化，认定为天意（meant to be）。

小心：如果你看起来像是刻意寻找共通点以便迎合她，那就太急躁了。

音乐游戏：不要对她说的每个乐团或歌曲都称赞。你可以偶尔说：“天啊，不会吧！那首歌跟某某比起来简直是垃圾……”模式如下：如果她给了你答案，给她 IOI，否则就给她 IOD。无论怎么发展都要讲个加油添醋的故事以展示高价值，然后回到发问游戏，由你提出下一个服从性测试的问题。这招最适合用在跟目标独处，或是隔天她在你车上或家里的时候。

同谋意识：

“我们是一伙的”框架正在你们之间持续强化。这是很强的心理作用。

共同的事实（Shared Reality）就是所谓的同谋意识（conspiracy）。你可以从人们互看、叫绰号、讲内幕笑话的方式看出他们有没有同谋意识。

如果你在组合里太早做出这种事，会显得你故意装熟。

制造同谋意识的方法之一就是玩游戏，制造一个除了你们之外旁人都不知道的秘密。例如，女人都喜欢受人注目，可以试试“杀掉—结婚—SC”（Murder-Marry-Shag）绝招。

敏感面：

分享彼此的弱点，就在彼此间暗示（也制造）了一种情感联系。这种事情如果做得太早，会显得你急着跟她装熟——这是展示低价值。

发问游戏非常适合这样的分享，也可以编排故事时故意不小心泄露了自己的敏感面。

有许多讨人厌的行为源自不想透露敏感面。秘诀就在于接受你的敏感面却不受影响。……如果你不愿意她看见你犯错，显然你很在意她的想法。

惩罚/奖赏：

除非她一开始就渴望你注意，否则你不能冷冻她。剥夺对不在乎的人而言根本不算是剥夺。

轻微的 IOD，或许暂停跟她说话一阵子，或掉头，或稍微改变一下肢体语言。不需要太多，女人是很敏感的。记住，你不是要表达愤怒，只是轻微地失去兴趣。

驯兽师有一个经过实证的办法：矫正坏行为之后，会设计一个挑战让狗去做正确的事。……如果你只懂惩罚，小狗会讨厌你。想要它服从你而且爱你，就要有赏有罚。

嫉妒情节：

对女人而言，情欲的驱动力远不如嫉妒。

在夜店里永远要选嫉妒者，因为通常这时候她会发现自己深深被你吸引。情欲也有其重要性，但是要等到你把她单独带到性爱地点。

否定和嫉妒的强大效果，都是基于一个原理：即使风险跟报酬完全相同，人们倾向努力去保护现有的投资，而非投资新标的。简单地说，恐惧损失比期望收获的驱动力更强。

在 C 阶段，你选择她并放弃其他女人的时刻终于到了。这个甩掉其他女人（如同女人习惯甩掉男人）的意愿就是一种 DHV。

可采用战术：抵押、顺向融合、逆向融合、枢

组

从我带来的女人的观点看来，介绍她认识一个我的“朋友”是尊重与建立舒适感的战术。如果这个朋友是美女，会更加加强社交认证。我在别的女人面前向她进挪也会让她开心。我的原目标（仍然戴着锁定道具牛仔帽的女孩）则面临一个挑战，还完全意外地被激起了嫉妒。

价值展示是对女人的秘密关键。没有比当场证明你可以吸引别的女人更强的了。毕竟，真的让两个女人挽着你，远比告诉女人有别人喜欢你更具说服力吧？

如果你希望只针对 10 分美女进攻，记住你必须实行高级团体理论（Advanced Group Theory）：融合团体的艺术。

让你的目标嫉妒必须是 C1 或 C2 阶段的必要部分，然后她们就会想要你。

无论你有没有女友，都要提到你已经有女友了；……当女人说：“你不是有女朋友了吗！”你就说：“天啊，你煞到我了，我就知道你嫉妒。”

你让她嫉妒之后，会增加你对她的价值跟吸引力，但她可能隐藏情绪，不会立刻表现出明显的 IOI 反应。事实上，当你回到她身边，她可能表现冷淡。这是一致性测试，也是她表现出来的自尊。你只需要给她 IOI，她就会接受。现在她无法抗拒，她知道她是真的喜欢你。

背景植入(grounding)：

被问“你是做哪一行的？”——

我不直接回答“我是魔术师”，而是把目前的身份植入她的现实中，把握机会传达一个比较丰富的人格。

“呃，小时候我想成为……”（讲些关于我小时候梦想与志向的故事。）

“我在青少年时期……”（讲些童年到青少年时期的故事。）

“现在我是魔术师，你相信吗？”（谈现况，以及往后的计划。）

如果我单刀直入地说“我是魔术师”，我的目标不会觉得我们的生活会有什么共通点，它的刻板印象会觉得我太怪了不适合她。

觉得彼此缺乏共通点，这都是不对称造成的别扭感。

该如何回答“我是谁”这种深奥问题呢？有个朋友对我说过：“你的身份就是你一再重复做的事。”

搭讪艺术存在的意义是丰富你的人生，不是定

义你的人生。

植入现实（Grounding Reality）的影响深远，会影响你在 A2、A3 与建立舒适感阶段怎么做。

你必须做下列事情以改善你的游戏技巧：

检视自己重复做的事，想出你的身份——用一两个字就能表述的事（例如魔术师、作家、玩具发明家、执行长、电脑骇客、攀岩选手、饶舌歌手、名嘴、旅行家……你懂我的意思）。你真的在追逐自己的梦想吗？如果绝对不会失败，你的人生会怎么过？现在就开始去做吧。

想出几个故事，表达你如何从普通小孩变成现在这个身份。

练习跟别人讲这些故事，让它听起来既热情又自然。女人只要倾听就会觉得自己一起跟你经历过这些事。

背景植入时，你也可以问她：“那你青少年时期是怎样的？”之类问题。这是让她打开心房、投入在互动中的好方法。

随和一点，不要问一堆问题，记住：不要寻求他人的注目、赞同或理解。（不要受外界影响。）

不要困在诡异、惊悚或愚蠢的话题。保持好玩、有趣与情绪张力。（提升价值）

讲话也是个有力的工具，当你进行求爱时能占据她的理性思考以免麻烦。

共谋感是你跟目标之间一种共有的框架，特征是内幕笑话、绰号与越来越强的联系感。

在你用冷冻惩罚女人之后，马上给她做个服从性测试，以便在她通过时奖赏她。

为了把她的现实植入你的身份，告诉她你如何演变成现状的故事，以及未来的计划。

文章来自：泡学论坛  
<http://paoxue.com/thread-10049-1-1.html>

#### Chap.9 中场游戏与结尾游戏

C2 阶段的重点是让女人觉得跟你很熟悉，比惯例更重要的是共享空间。

中场游戏是练习跟女人相处、吻她、自然地护送与时间桥梁，以及练习讲电话的机会。记住，游戏是在舒适感阶段玩的。

进挪与亲吻都是建立舒适感的工具，不是诱惑。

基本原则是除非她给了你三个兴趣指标，否则根本不必试图吻她。

放心大胆地在最多组合里使出本书提到的每个

接吻绝招，你会培养出高明的社交智慧。

认识一个女人的 20 分钟之内，技术上要准备好亲吻并孤立她以便建立舒适感。

触动天生的情绪。为了她好，控制与主导跟她相处的每一刻。通常大家都太理智了！

如果她问“为什么”，表示她希望你这么做。只有她说“不！”时才不能咬。（“为什么”可能是一个需要逆向合理化理由的指标）

若不先表示意图，就直接吻下去的话，可能引发尴尬，比被她拒绝还尴尬。宁可让她说不、保住颜面，也不要企图在她时让她跑掉。

#### 谜男的亲吻绝招

你说：“嘘！你话太多了。想不想亲我？”

如果她说想，就吻她。

如果她说“或许”、“干嘛”、“什么意思”或“我不知道”，就表示她想要但是很害羞。你要用放电的眼神回答：“我们试试看。”然后吻她。可以抚摸她的后颈表示你是认真的，还要遵守 90/10 法则：你先贴近 90% 的距离，让她贴近 10% 来吻你。

如果她说不想，就回答：“我又没说你可以，讨厌，看来你心里有什么企图喔。”（别问“为什么不要”，那会显得降低自尊。）

如果她说：“还没”或“不要在这里”，表示她态度开放但是有所顾虑（或许她朋友就在附近）。你就说：“我了解。”然后维持舒适感，稍后到隐秘处再吻她。

#### C2 阶段的地点范例是：

酒吧、咖啡馆、安静的餐厅或客厅

随便逛逛的购物商场或街道

走路或开车从建立舒适感地点到别的地方

你在邂逅地点搭讪一个女人之前，要预先选好 C2 地点。每次成功的搭讪一定会演变到 C2 阶段，有必要的話，你可以无限次地从一个 C2 地点跳到另一个，直到你建立了足够的舒适感，成功地跳到 C3 阶段。

#### 换场：护送与时间桥梁

护送的目的是在建立舒适感过程中成功地转换地点，以便在同一晚继续花时间跟目标相处。有时候这也是精心编排让女人追你的机会！

别太早就想护送，否则她没有足够的安全感答应你。当你在组合里混了 25 到 40 分钟，护送提议通常会成功。

当你护送时，先问她的电话号码。这样稍后万一护送失败，你就不会显得只是想要她的电话。

打屁的时候就说：“不如改天再出来聊聊吧”，当她同意后，立刻像是应她要求似的掏出手机，问：“你电话号码是多少？”

如果你的框架很一致，她会表现得像是顺从自己的提议，一切都看你们之间的能量而定。有来电吗？如果有来电，事情就会水到渠成。与其想些诡计套她的电话号码，不如专心营造来电的感觉。

电话号码并没有明确的另一端。当你打过去，必须努力敲定约会才能见面。如果你一开始就当面敲好，根本不需要电话号码。

如果你跟她有足够舒适感，不用交换电话号码也能见到面，而且她会赴约。但如果你们没有足够舒适感，号码就有可能是无效的。所以不要太重视拿到号码，而是要练习正确的手法。

如果你跟她有足够舒适感，不用交换电话号码也能见到面，而且她会赴约。但如果你们没有足够舒适感，号码就有可能是无效的。所以不要太重视拿到号码，而是要练习正确的手法。

不要只说去“喝咖啡”，要说“我得去咖啡店找我朋友黛安，交一份地下刊物的设计稿，跟我在哪里碰面吧。”

很多男人让女人经历同样的困境：无聊的 30 秒交谈，然后就直接要人家的电话号码。美女对这种事特别敏感，因为她们经验太丰富了。所以当你企图搭起时间桥梁，要自然一点。找个正当理由见面，遵守游戏规则。

#### Lovedrop 关于电话游戏的文章

你不能让任何号码变得对你特别重要——道理就像你不能让任何一次求爱对你太重要。

即使搞砸我也不在乎！说来讽刺，结果成功率反而比较高。

你拿到电话号码之后，不能马上从组合里抽身，应该留下来多哈拉个几分钟。否则你就落入她放鸽子的那些家伙的窠臼，一要到电话就翘头。

别把号码本身当作重点，重点是时间桥梁。

不要假设每通电话发生的目的就是约见面。

在组合结束不久就打电话给女人（当晚），聊几分钟，然后放她走。

隔一两天再打给她聊天，然后放她走。这样你才显得没有企图。

身在好玩地方的时候打给她，就像你会打给死

党一样，邀她过来混一下。无论她来不来，你都会过得很开心，而且她知道。

如果她不上钩，没什么了不起——你的生活不管有没有她都很有趣又满足，你会找别人。（附带一提，这种态度对她应该是弦外之音，不能明讲。）

你应该定期出门练习，多认识几个人选。最后你会定期拿到电话号码，也同样定期轮流打电话给她们。当你知道还有其他人可找，就不会担心某个特定的电话！一切都是练习而已，你的声音会透露出你真的别无企图。

反正一直打给她们就对了。把她们列入轮流名单。游戏中难免含有随机的成分。

当你的手法改善，被放鸽子机率就会降低。所以努力培养价值、吸引力、资格、舒适感之类的。

移动与护送是很有效的建立舒适感工具。

我下楼开门但是“忘记”某样东西，所以我们必须回楼上“一下”。……。感谢大卫·狄安杰罗的《约会倍增术》教我这一招。先让她熟悉你家，稍后再回去时就不会大惊小怪或产生对未知的恐惧。更妙的是，因为你催她出门，她会更好奇待在你家里是什么感觉。

好啦，你可以上楼，但是只能待几分钟。

当我需要吸引人，我可以又骄傲又戏谑，使用冷热交替法。我可以筛选又让她合格，可以练习建立舒适感与进挪升高。这一切都发生在约会框架内，我可以每周跟新对象复习，练到万无一失为止。

一起在店里晃来晃去是激发她大脑潜意识里配偶幻想的好方法。

即使上述场地变换全是我计划好的，对她而言却似乎完全是随机的。所以她的体验很好玩，有新鲜感，没有压力。

设计约会计划。把这套反复练习在不同的女人身上。专注于改进你的技巧，改进你的约会惯例，别看得太严肃。

#### C3 地点的范例：

你客厅的沙发

跟你的卧室或饭店房间有点距离的地方

你饭店房间附近的大厅沙发

性爱地点的主要特征是隐秘，同时也应该很接近 C3 阶段的地点。

最佳的诱惑地点是能让你完全掌控的地方。……有些 C3 阶段建立舒适感地点，例如自家客厅，也可能是良好的性爱地点。……在邂逅地点

接近女人之前就要备妥性爱地点，别把你结尾游戏的成败交给老天爷决定。

### 从 C3 到 S1

起建立诱惑场景，就像老夫老妻一样。这种仪式行为很熟悉又很舒适。警告：除非你跟她都互相认同并建立了适当舒适感，否则别使出这招。如果你太急，会触动她的反荡妇防卫机制。更糟糕的是，如果机会之窗开启但是你错过了，别指望它会为你开启第二次，这很难。例如她可能回家之后逆向合理化你们没有 SC 的原因。

为了练习与快速改进，有疑惑的时候就试着升高。即使你错了，还是有助于你的标准化。

### 最后一刻的抵抗（Last-Minute Resistance, LMR）

每个女人脑袋里都内建了一种行为电路，用来保护她不被不负责任的男人搞大肚子。这种情感电路在初次性行为之前引发的抗拒行为叫做最后一刻的抵抗。最后一刻的抵抗是她抵达不归点之前的最后一道防线。

女性的 LMR 门槛可能因人而异，每个女人的 LMR 门槛也会依照即将 SC 的男人之价值与其它环境因素而改变。

### 摧毁 LMR

#### 1. “你绑架了我的大脑”

A3-S2 耦联：你的目标可能感觉配不上你。她可能认为如果她太轻易就范，你会在事后甩掉她。所以在 A3 阶段让她觉得付出有得到收获、赢得你的感情是很重要的。如果没有这些要件，女人在做爱之前退缩。

说“宝贝，我无法停止想你”能够预防她 LMR 发作，但必须在几小时前的 C2 阶段就说出来。如果到了 SC 才说，会很像为了哄她屈服而说谎。要在三个舒适感阶段不断向她表示你的大脑被绑架了，你情不自禁一直想她，感觉越来越强烈。

#### 2. “我们应该停下来”

LMR 的主要技巧是象征性抵抗（Token Resistance），通常是口头上反对，但肢体上却持续升高。

必须有象征性抵抗才能让它合理化。如果你不抵抗，她就会抵抗。（最好及时偷走她的框架）

如果她做出象征性抵抗，最佳对策就是同意甚至附和。若你不同意，只会给她更多抵抗的理由

罢了。别因为不同意而造成更多摩擦。

如果你在脱她衣服时她说：“我们应该停下来……”你只需口头同意她，然后继续动作。

### 3.玩正确的游戏

她的情感电路会选择一个她信任而且有配对情感的高价值男人。如果你的手法正确，最后一刻的抵抗会大幅减弱。

#### 检讨你的基本手法：

你是健康、有理想、令人愉快的社交者吗？

你是否一直表现出没有企图的态度？

你是否皆有预选、雄性领袖开关（具备社交智慧与社交认证）、情绪刺激、框架控制等方式展示出价值？

她是否追求你并且投资在互动之中？

你做了服从性测试吗？你是否做过进挪升高而且对方服从？

她是否觉得她赢得了你的兴趣？（你是否用合格台词跟其它 IOI 展示出你对她“逐渐强化的配对关系”？）

你有没有借着七小时期间与数次场地变换建立舒适感、信任与联系感？

你是否利用嫉妒情节让她确定她想要你？

### 4.最终技：冷冻

开灯，吹熄蜡烛，开电脑上网收信。

威力在于你要表现得很诚恳，如果你臭着一张脸或发飚，就表示你被影响了。要表现出你的兴奋电路只是被切断了。她会有种损失感。

### S3

第一次性爱的重点，应该是让她舒适自在、好玩又有趣，让你们的联系感提升到更高的层次。

在初次性行为就轻率不负责任，肯定不是建立互信的方法。

即使像张伯伦这样的把妹达人，仍了解在某些层次的性满足需要的不只是跟某人搞过一次，还包括接到女人电话说她感觉多么美妙的快感。

如果你只跟女人上一次床就失踪，……让别人遭受如此痛苦与悔恨是很缺德的事情。

游戏是技巧（需要练习）与运气（听天由命）的结合，勤打电话就能大幅提升这两者。

如果你要得到号码却上不了床，以结构性方式练习约会会有帮助。为了练习，设计一个可以重复执行的约会计划。

摧毁最后一刻的抵抗，有象征性抵抗、坚守

正确手法、耐心冷冻等技巧可以运用。

## 对谜男方法的 21 点解释

1、

培养一套可以吸引别人并且让别人乐意跟你聊天的技巧！并且将其演练到可以随时随地轻松自如表演的境界（内化），并且培养自己解决突发场面的能力！

2、

女性标准化的吸引电路认定男性魅力在于社会价值，证明你是部落首领比你的外表重要多了！所以学习迷男很重要的一点是让自己成为部落首领！

有一般要好得朋友，有一份收入不错的工作，言行举止像是一个领袖，又自己独到的见解，有渊博的知识。自信。

3、

当我学得越多，准备得越充分，我就越不害怕！准备好再出去，这样可以减少恐惧

4、

用你最习惯而且独一无二的方式和步调，让你在准备好的时候改善自己的人生！最终找到适合自己的一套方法，一开始虽然用别人的方法和惯例！

5、

繁殖时永续生存的方式之一！说白了泡学是硬道理！是人生中很重要的一部分！

6、

我们的择偶电路其实就是针对别人 S 与 R 价值的基因“裁判”！想让别人满足你的需求，你首先得让别人感觉到你也能满足她的需求！提升自己的社交价值是关键！

7、

害怕被拒绝，接近焦虑，我们的终极目标不是有信心，而是有能力！能力包括信心！行动才有结果！

8、

重要的焦点领域：健康 8，财富 7，爱 2 我自己的评分

9、

女人自认喜欢什么或者她说喜欢什么，未必是她在现实世界中的认同！语言表达的未必是心理的真实想法，自信的人不应该只依据他人的言语来判断是非！

10、



## 舞步学院 - 专研追女生的技巧和方法的学院，教你让你喜欢的女生喜欢上你的秘密

她越受刺激，体验对她而言越强烈！好奇，着迷，联系，贬抑，认同，欢笑，困窘，快乐，哀伤与丧失价值的恐惧等各种情绪去刺激她！多姿多彩的生活更吸引人！

11、

女人经常会寻找你说话的“真正含义”，例如你如果讲了个关于“朋友”的故事，女人可能假设你说的其实是你自己，因为女人拥有所谓的动态社交直觉！将计就计，讲故事的时候用第三人称来 DHV

12、

她们永远不想为某件事情背负责任！给他们创造合理的推诿的机会！对待女人，嘴巴上都要说的过去！

13、

如果她觉得无聊，责任都在于你，你要主导所有的游戏，如果你不努力让对话停留在有趣的主题上，女人可能意外的提出无聊的话题，然后她觉得无聊了，而且是你的错！你才是司机，她去哪，由你决定！

14、

她那只是象征性的矜持，坚持到底！决不手软！

15、

如果她们逼近时感到了抗拒，才有可能觉得跟你在一起有安全感！给她更多的压力！

16、

双方互动时她付出的投资越多，越有动机想在投资中取得一些报酬！谁付出的越多，谁就越被动！

17、

你的目标不是跟她 sc，而是让她爱上你。这样才能把到高品质的 MM

18、

泡学达人需评估一个女人的客观社交价值，并以此设计游戏的策略！因人而异，因地制宜

19、

泡学达人进行搭讪时，他会把认同与关注稍微放在目标的可及范围之外。把小量诱饵稍微放在她的可及范围之外，然后一直逗她。可见而不可及的东西，永远是最有诱惑力的！

20、

## **舞步学院 - 专研追女生的技巧和方法的学院，教你让你喜欢的女生喜欢上你的秘密**

无论她是否提起男朋友，都不能证明男朋友真的存在-----只能显示她又动机提起男朋友罢了。不要太在意她的话，更多的是去注意她的动机！

21、

你太快显露出极大的兴趣，因而使她缺乏兴趣谜男之所以是谜男，就是因为保持神秘，永远不要表露出自己的真正意图！这跟古代优秀的皇帝一样，不在妃子大臣们面前表露自己的喜好！这样才可以继续主导一切！

### **如何真正掌握追女生的技巧？约会核心？**

当你学会了这些核心技巧，你便可以让你从前搞砸的许多妹子起死回生，因为你比以前更懂得女人心！而这些方法之所以管用，因为这都是我们从无数的情感案例中总结出来的，而不是凭空想出来的。

而这些实用的技能，已经成功帮助 10000 名舞步学院的学员过上了情感自由的生活，更多的技能将会在我们每周的内部课进行全方位的详细解析。

同时，每天晚上 9 点在舞步学院直播间也会进行免费公开课，学习专业约会可以参加舞步学院《魔鬼训练营》课程，帮助你彻底从外到内的改变。

## 目录

一、陌陌开场的话术.....	2
二、后续开始阶段话题与话术.....	10
三、前期互动话术与话题.....	29
四、角色扮演.....	38
五、夸张、曲解.....	39
六、冷读.....	41
七、共吟话术与故事.....	43
八、 框架的设立.....	46
九、废物测试与 IOD 化解.....	50
十、推拉和植入性张力.....	51
十一、情绪共振.....	56
十二、升高关系.....	58
十三、星座话术.....	64

十四、邀约话术..... 65

十五、唱歌..... 68

## 一、陌陌开场的话术

1. 刚刚给学生讲课，中途头脑空白了一下，好丢脸（无意识短信）
2. 一个基佬，缠着不放，我只能在旁边玩手机……哭（无意识短信）
3. 姑娘、你长发好看点还是短发---长发及腰了吗---头发顺的胸部会比较挺
4. 听说你这种脸型，比较旺夫--女：-----姑娘---你面若桃花
5. 笑脸打招呼
6. 有没有人说你的眼睛很特别。
7. 边上有个 GAY，一直在摸我屁股

8. 头像很萌啊

9. 刚刚给学生讲课，中途头脑空白了一下好丢脸

10.刚和朋友溜冰去了，有个胖胖。摔到地上四脚朝天朝天，像乌龟一样起不来，想笑又要憋起，肚子都痛了。额。。。

我是不是很没同情心啊

11.有没有人说你比较容易害羞

12.你这样的女孩不适合上陌陌

13.那么晚不睡是在等我嘛

14.我在变形计上见过你

15.小兔子乖乖把门开开

16.去晒太阳发现秋裤没脱，太屌气了。

17.今天吃饭可好玩了

18.看你照片感觉蛮特别的 过来打个招呼，大小表情

19.型男：有没有人说你眼睛很特别

女： 怎么特别了

型男： 他好像在跟我说话

女： 你过奖了

型男： 真的有跟我说话啦

女： 他说什么

型男： 你可爱的外表下有颗 不安于现状、爱自由的心

女： 表情

20.型男：恭喜你

女： 怎么了

型男： 你获得附近的人最佳上镜奖

女： 大小表情

型男： 请获奖者发表下获奖感言

型男： 偷看不打招呼

## 21.女：表情

型男： 偷看帅哥是要给钱的

女： 多少

型男： 一百块钱一次

女： 你说你么？

型男：对啊，你都看了我三眼了，看你这么和蔼给你打半折，二百五吧

女：二百五，哈哈

型男：嘘，严肃点，给钱

女：那你看美女是不是也要给钱呢，一千块一次，你应该倒给我七百五

型男：哈哈，原来姑娘是一逗比，鉴定完毕

女：你才是逗比，发怒的表情

型男：好了，不闹了，我们微信聊

## 22.型男：发现你眼睛很好看

女：谢谢



型男：这么漂亮的眼睛，眨眼一定也不错

女：哈哈

型男：要不哪天咱俩比比

女：比什么

型男：比眨眼啊，你不会是怕输了吧

女：谁怕谁，比就比

### 23.型男：小兔子乖乖，把门开开

女：表情

型男：快点开开，我要进来

女：斜眼，不开

型男：哎哟，姑娘，我是喜羊羊啊

女：切，少来，灰太狼差不多

型男：灰太狼多好啊，你看现在的姑娘都说嫁人就嫁灰太狼，难不成姑娘不想嫁人了

## 24. 型男：是你！

女：恩？我们认识？

型男：换一个不一样的开场，让你一下就注意到我了

这不就认识了吗

女：原来如此。你咋知道我不看这个呢？

型男：因为我聪明啊，你相信心灵感应么

女：哇塞，你太会说话了

型男：哈哈，我才说了两句你就夸我，是不是对我有意思啊

女：天啊，我看我已经爱上你了，我的小伙伴

型男：额，这样不太好吧，我们是不是太快了

女：你没听过一见钟情吗

型男：那你完蛋了，你要是看了我微信，你会彻底沦陷的

女：开玩笑的

型男：我也是，微信聊

## 二、后续开始阶段话题与话术

1. 女人发个笑的表情：你可以回：我也笑了。女人就会问你笑什么-----型男： 我想起了一首歌----- 爱笑的眼睛
2. 出门捡宝了吗，笑得这么开心。
3. 笑得如此阴险，有什么企图。
4. 头像很萌啊。女生回谢谢，你可以回，我随便说说的（偷笑的表情）
5. 女人发尴尬或者汗的表情： 看你表情一下都绿了，你是不是不喜欢男人
6. 型男：你来给我拖地嘛

女：凭什么

型男：凭我们血型合拍、星座合拍、生肖八字也合拍

女：我们哪合拍了

型男：你什么星座（转移延伸话题）

女：双鱼

型男：双鱼是个爱浪漫的星座，特别的闹，对不对

女：对吧，双鱼是很浪漫的一个星座，很梦幻的星座

型男：咱俩离得那么近，晚上可以一起放孔明灯（模糊邀约）

## 7. 型男：你多大

女：你猜

型男：你一定是老玩夜店的吧，天天让我猜，我的死多少脑细胞啊，猜对了怎么办，你亲我一下？

女：不要，哼！

## 8. 女：我已经老了

型男：别扯了，你的例假还很正常

老了的话就没有例假了

医学上那叫做绝经

女：哎呀，你可别抬举我了，去闹得地方我就不去了，改天去个安静的地方吧我们

型男：虽然这样说出来不太雅观，那以后我们见面就这样打招呼

Hi，姑娘，你今天绝了吗

女：去死吧你，你损我

9. 女：我心情不好

型男：这么巧啊，我也心情不好，那我们出来一起负负得正吧

10. 型男：今天阴天无法打通任督二脉，老夫功力破受影响

昨夜观音娘娘给我托梦，找一妙龄女子对我微笑

功力自行恢复，姑娘，请赐笑

女：微笑

型男：我可以理解为观音显灵吗

女：可以

型男：那我有三个愿望

女：什么愿望

型男：一、有很多钱，二、生一个大胖儿子，三、找一个前凸后翘 S 曲线，胸大无脑白富美。对了，你多大。

11.女：你神经，脑子被门挤了

型男：没，今天被驴踢了

你报仇啊

帮我

女：好

型男：一言为定？

女：怎么报



型男：拍自己脑袋一下

## 12.女：我不开心

型男：我不要你忍，我要让你靠在我肩膀上，让我听见你的呼吸

女：SB，你不觉得这句话很可笑吗

型男：哪里可笑

女：我跟你见都没见过，你就说让我靠在你肩膀上

型男：哎，你这样说的话，把人说的特别龌蹉

如果一个要饭的吃不起饭的话，我至少会心酸，人性本善知道吧

我不喜欢用冠冕堂皇的词

我跟你说了那么多，跟你聊了那么多，你说你不开心，这是很合理的事情，你要说这样的话那样的话，就当我说说过

女：哎呀，你生气了呀！

### 13.型男：干嘛

女：睡不着

型男：漫漫长夜，无心睡眠，原来远在 XX 的美丽姑娘也睡不着啊，那我们一起穿越吧

女：好吧

型男：你现在到哪了

我现在到了宋代，对面是 4 号地铁站，那里挂着爱的号码牌

女：什么

型男：那号码牌有两个名字

一个是你的名字，另外一个知道是谁吗？

女：是谁呀

型男：武大郎（偷笑）

#### 14.女：你是要跟我谈朋友么

型男：你都对我不好。。。

女：我哪里对你不好了

型男：好了，此时此刻 一切话题都是如此苍白，吻我

女：抱紧我！就现在！（害羞）

## 15.女：冷汗的表情

型男：我妈说别人发冷汗的表情后，将有故事发生

女：哈哈，啥事发生啊

型男：从目前的事态发展看，必然是抓抓胸了（阴险）

女：这么远你能够到呢，哈哈

型男：科技进步，比如电波传精，激情视频啥的，在练几年没准隔山打牛，让你怀孕与千里之外

女：哈哈，你是唱二人转的吧

型男：五岁跟二姨跳过大绳

女：哈哈，一猜就是，这小语言

## 16. 型男：你吃什么呢

女：吃饭啊，火锅，你干嘛呢

型男：饿得难受在和一个吃火锅的聊天

女：哈哈，你怎么不吃饭啊

型男：没有钱

女：你天天怎么吃饭啊

型男：吃饭啊（哭）

女：尴尬

型男：怎么办，我打算干吃老干妈

女：谁信啊，哈哈

型男：你快来，以后陪我一起吃老干妈

女：你是高富帅吗

型男：假的

女：好啊，和你一起同甘共苦

咋滴，不愿意啊

型男：激动的去尿尿了

女：哈哈

17.型男：你喝酒还上脸啊

女：你咋知道啊，你会算卦啊

型男：人家今天刚刚割完包皮，算什么都准，顿时感觉自己萌萌哒

女：哈哈，你多大了割包皮

型男：三四十

女：你可得了吧，一看就是九零后

型男：那你就老牛吃嫩草？

女：我有那么老吗，（抓狂），你看我有多大

型男：那只有抓抓胸来鉴定一下了（坏笑）

18.女：赞一下我的朋友圈刚刚发的

型男：不赞

女：为什么啊（委屈）

型男：累手指啊，除非。。。

女：帮个小忙（抱抱）

型男：你嫁给我

女：你不敢娶

型男：必须敢

女：卧槽，我长相如花你也敢

型男：我家有面具，范冰冰的，你可以带上

女：那么你可以去马路上顺便拉一下（咒骂）



型男：拉一个需要有一定条件，但马路上人没让我赞她朋友圈

女：赞个朋友圈就要搭上自己一辈子

型男：这话说得为啥要用“搭”，你用词得当吗

女：好吧，我用词不当

你觉得我该如何回答为好

型男：你终于明白自己不对了？

女：额，我没有不对

型男：搭，很明显，是吃亏的意思，你哪里吃亏嘛

女：意思和你在一起

型男：你想多了

女：哈哈，嫁给你不是在一起吗？

型男：有些事情你不会想知道的

女：有些什么事情我不会想知道的？

型男：知道以后你就不会嫁给我了

女：说啥，我很好奇人家的感情生活。

## 19.（邀约时目标犹豫）

型男：或者把你的手机号给你的朋友，出门的时候告诉她，如果被我拐了就告诉警察

马上就可以把我抓起来的

要不我们今晚就在派出所门口见面

女：哈哈哈哈

你好好笑啊

派出所见面

型男：或者买个麦当劳，坐在人民法院门口，我们用手机看电影

**20.型男：**你身上有蚂蚁，我把她吹走，别拍

女：请你吃炒蚂蚁

型男：安静，你感觉一下刚才我们两个隔空喊话宛如让我体会到荡气回肠的浪漫

女：呕吐的表情

型男：严肃点请入戏，OK？再来一次

女：OK

型男：亲爱的，你感觉一下刚才我们两个隔空喊话宛如让我体会到荡气回肠的浪漫 对吗

女：I' m ready, 靠，我还没说完

型男：卡

女：我还没喊 action

型男：姑娘要不你再去解个手？

女：预备备~Action

少年~你解完手了么

型男：来了

女：action

型男：夜给了我黑色的眼睛，我却用它来寻找光明

女：coming

型男：下一句

王子复仇记啊

来

阿姆雷特

女：慢~一代人好么，亲、~

到底谁出戏呀~

型男：这里的慢并非速度上的绝对慢，而是一种意境，一种回归自然轻松和谐的意境

你出吧

女：湿人呀~看不出来，OK~来~走你

型男：我觉得高大上的经典剧目必然会在你我手里，咱俩就演（小寡妇过河吧）

## 21.型男：恭喜你

女： 怎么了

型男：你获得附近的人最佳上镜奖

女： 大小表情

型男： 请获奖者发表下获奖感言

### 三、前期互动话术与话题

1. 面相，旺夫，。
2. 感觉你应该是个乖乖女---女----你感觉我呢---女----是看面相看出来的吗---女：是----除了这个还有什么---  
那你发一张近照，要五分钟之内新鲜出炉的哦亲—女人发图---姑娘、看面相是汗脚吧，
3. 女：你是哪的-----你让我想起出门时我妈给我叮嘱的一句话---什么话-----江西老家还有 2 亩地，不行就回来，  
给你留着。
4. 女人在展示自己的时候转话题： 是吗，你在干嘛呢----听歌----最近我喜欢睡觉前听一首歌---我为什么总在  
非常脆弱的时候，怀念你（莫文蔚、忽然之间）-----这首歌很有感触，
5. 姑娘，看你身材高挑，小时候是个女汉子吧
6. 女人 IOD 你（反抗、不服从：叫女人请吃饭女人不让）----我可是练过功夫的哟，我左龙头、右白虎，米老鼠在  
当中

或者：告诉你我可是练过功夫的哟： 金钟罩、铁裤衩

7. 你万圣节都不用化妆的----女人：我长得这么像鬼吗----你可以扮演白雪公主-----女人：哈哈-----身边的小矮人----转移到：如果你是白雪公主的话，我肯定不是七个小矮人----女人：你还想当王子吗----我是那个左龙头、右白虎，米老鼠在当中的英俊小王子
8. 你真懂男人----女：啊我不懂，希望被懂----发张你照片，让我试着读懂你、要新鲜出炉的---要热乎的--- 热吧---来，我摸摸额头--热吗---除了感受到一股热量我还感受到了一样东西--女：说--说了你也不信----信---信任是这个世界上最稀有的奢侈品、竟然你这么信任我，我打算传授一门独家武功，如来神掌给你， 你只需要请我吃个饭就好了
9. 请问这位姑娘贵庚----女：你猜---自称我猜了女性朋友年龄之后，我女性朋友越来越少了，你还要我猜吗
10. 女人不回复你：小样，不回我信息会长痘的。。-----跟我聊天美容又养颜，连黄瓜钱都省了-----是不是得请问吃个饭呢
11. 你北方人吗？-----我来着江西赣州，现在在成都，升高 178，体重 126。非诚勿扰 3 号女嘉宾，你呢



12.初恋惯例：看你感觉家教挺严的-----家教很严，不允许谈恋爱太早，所以我的初恋就推迟到了小学三年级

13.工作-----很多朋友都说我的工作很刺激

14. 跟女人聊到喜欢（爱）什么：我喜欢吃，喜欢笑，我喜欢旅游，还特别喜欢狗，我也喜欢楼下的香草摩卡，这么一看真的好博爱

15.我喜欢的你肯定不喜欢----女人：说来听听了----我喜欢女人跟性--女人：汗-----说了你不喜欢嘛

16.答对了奖励你一个 coco-----女：coco 香水吗-----coco 奶茶

17.坏人惯例：

你不会是坏人吧----- 坏人惯例(小生我琴棋书画，诗词歌赋样样精通，这么优秀的人，哪里找)

你不是坏人吧----- 我不坏，只是会坏坏的笑

18.女：HI----小生这厢有礼啦 （重新进入角色扮演的节奏）

19.面惯例：今天做了个甜点、吃着吃着仿佛吃到了你的味道-----女人说：吃的什么甜品-----型男：榴莲酥

20.女人主动给你发玫瑰照片，： 唱：羞答答的玫瑰，静悄悄的开！或者： 唱：我会送你红色玫瑰

21.前天和我姐电话，她说现在每天晚上，我姐夫每天回来吃完饭都带她去散步，手牵着手，她骄傲的说着，我挺羡慕的。

我们羡慕和向往美好的事物并不是美好的事物本身，而是通过美好的事物对比和折射自己的不美好。虽然今年完成了一个小梦想，但是没有这种尘埃落定的感觉。（发朋友圈用）

22.你有没有觉得有时候当我们一个人的时候，我想起一首歌，下一秒我们会遇见谁，谁也不知道 （分享感觉）

猫惯例：

23.我觉得女人有时候像猫，我姐姐家有只英短，姐姐给她买了很多玩具，往往，我们拿着这些玩具的时候，他不去搭理这些玩具，往往我拿一个绳子不停的抖，他就会一直跟玩具玩耍。如果我真真给他了，就不搭理这个玩具了，我觉得女人就是这样，你怎么看。当我坐在沙发上，在干别的事的时候，他就跳上来看我，伸一个懒腰，我看着她 qianqian 的样子。我就一把把她抱在怀里（KINO），抚摸着她的耳朵，毛发，它就哼哼的喘气。然后，他闭着眼睛，很享受的样子，他需要一个人保护她。（可以叫女人 X 小猫，来抱着）-----我觉得他很像我

24.女人：吃了吗？---我没吃馒头，也没吃汤圆，我吃的是湾仔码头手工水饺，外婆的味道

25.有没有人说你有一个特点-----你的眼睛大而不魅，你的嘴唇红而不艳，你的身材肥而不腻

26.人在外地：像我这么绅士如果去成都肯定给你山东老煎饼。（转换词、调侃、一种思维）

#### 岳父岳母惯例

27.女人说她回家了之类的：帮我问候一下岳父岳母一女：谁是岳父、岳母---你不是姓岳吗，你爸不就叫岳父，你妈不就叫岳母（曲解）

28.你今天不去约会啊(试探) 你是约会去了吧(试探) -----用于聊天中植入，进行信息收集与测试

29.问：你去烧烤没有。或者发个烧烤的图给女人---大学的时候跟同学去南湖烧烤，看着阳光照射在湖面上，风吹过湖面水光粼粼，旁边的柳树摇曳，那感觉真好，感觉回到了江南的仲夏。（进入舒适感阶段、TD 后用）

30.昨天还跟其中的一位吃了顿饭，此人长得猪头大耳，极度肥胖，大学时还顺了我一条卫衣，至今尚未归还

- 31.小时候我妈想要培养我，送我到少年宫学钢琴，后来只学到了 2 只老虎，后来又送我去画画，结果画没学会，我却当了 3 个月的形体模特
- 32.结果我妈说女人都喜欢聪明优秀 爱好广泛的 我现在打游戏特厉害
- 33.我小时候倒是很淘气，获得过很多奖项， 汉语八级、自行车驾驶五级、连系鞋带都是 7.5 级，告诉你个最牛逼的，我获得皮皮虾完美去壳奖！
- 34.下面我自我介绍一下，我叫 XX， 平时爱扶老太过马路，如过你要是嫁给我，我可以考虑的 ， 一次性嫁给我还可以给你打九五折

### 三. 1 表达兴趣

1. 寡人有疾，爱妃还不快来伺候（前期角色扮演）
2. 唱歌：我最亲爱的，最近过得怎么样啊（张惠妹歌曲：我最亲爱的）（表达）

3. 事物的两面性：无需求怎么做到：抓住一点，真诚的说出自己的需求、兴趣。比如：我也不是一个卖关子的人，至少我对你有好感，我才会过来说话（我才会跟你说这么多）吧，这点你应该也知道。（真诚的说出自己的需求）
4. 女：我知道我想要什么了，你寄给我-好呀，可以---型男：把你寄过来吧，想你了！顺丰到付，走陆运（笑脸）  
---
5. 天气冷了，让关上灯的帅哥抱抱----女人：为什么要关灯----因为关灯后大家都一样啊（天气、下雨 比较冷聊几句即可用）
6. 有的人认识一辈子好像什么都不了解，有的人也许认识一天，一个眼神、一个动作都可以心照不宣
7. 微信真心话大冒险：真心话，剪刀石头布， 必须说真话，说假话生小孩没有小鸡鸡，女孩有小鸡鸡
8. 女人：怎么了----刚刚想你了一下、昨晚梦到你了

9. 两百公里以外有一个人、可能说不上想念，脑海里还是会闪过一念 -----对我来说想念的独一无二的---想念对每个人来说感觉都是很特别的，对你的想念可能说出来平淡无奇，但她像山泉一般，静静流淌，绵绵不绝，只能用心慢慢体会
- 10.唱歌：《传奇》 想你时你在天边，想你时你在眼前，想你 萌萌萌萌 萌萌
- 11.你小时候最大的梦想是神马，别告诉我想当公主啊亲。 那我就是王子。 你是需要个水晶鞋呢还是王子呢？  
----- 女：我都想要-----有些没素质的人骂我过王八犊子。我简称王子（互动聊天、也可用在约会中）

### 三. 2 SOI

1. 我发现你挺可爱的，渐渐的喜欢你了，真心的（可在约会中用、Soi）
2. 我想你了，真的（可在约会中用、Soi）
3. 跟你在一起那么久了，我们也有很深的了解。我觉得我们应该把心打开，我对你有好感，我相信你也是， 男人跟女人有时因太多的心照不宣错过了一些事。

4. 歌曲：大乔小乔的“星座”：此刻呢，两个星座遥望星空，一个成都，一个内江，虽然不是很远，但是又不是很近，两个星座不能相逢。 我喜欢这首歌，因为他的旋律让我想起了童年，那种无忧无虑的生活。记住了在遥远的成都有一个我，在， 想，你（通过语音，先放一首歌“大乔小乔的“星座”给他，SOI）
5. 女人消极的时候，看到你微博，世界上除了爸爸没其他男人了，这是不对的，其实我并没有像你那样消极。型男：你知道吗，其实我并不是一个多优秀的，也跟其他人一样在追求自己的幸福。但是会尽自己的全力去，而不是等幸福自己来敲门。我遇到了很多人一辈子都没经历过的事情，每次幸福将要来临的时候，却又突如其来离开，把我绊倒，但是做为男人，我还是要勇敢的站起来，继续追求想要的幸福。而且我是个特别容易满足的人，但属于我自己的小幸福却怎么也得不到（通过女人消极状态进行一个 soi）
6. 爱玲奶奶说过：无论幸福有多么远，我愿与你相伴，无论岁月有多么长，我愿放弃一切孤单陪你要，总有一个人 在山下，等着那个接她山上的人（兴趣 SOI）
7. 你在干嘛呢，突然觉得有点想你，本来觉得想人是件很无聊的事，可是不知道为什么想你了。（SOI）

## 四、角色扮演

1. 啊想你了，我是忧伤的 JAKE，rose，快来吧，我是芹菜，我做芹菜肉丝（角色扮演、泰坦尼克电影）
2. 男人的心里住着个母亲，女人的心里住着一个内裤外穿的超人。
3. 爱妃，还不前来伺候
4. 今天忙什么呢，无公害的有机水果
5. 你懂我，你智商竟然和我是一个频道的
6. 小妖你在干嘛，我被法海抓走了。
7. 女人发了个黑脸

型男：一不小心，就激动小姐，你比那些年黑了许多，而且瘦了，雷峰塔里真不是人呆的，我怎么救你！

女：让法海相信爱

型男：娘子， 我打不过他，这个秃子开挂，你上去试试，丫他们还带一破碗，跟麦旋风似的，一打架就亮出来，



我吸进去几次了。

女：把假发扔进去

型男：娘子，你的方法真好，要不我用月光宝盒到大明湖畔，你写诗弹琴，我治病救人，你随我牵手写诗，我叫你狗娃，你叫我猫孩。

## 五、夸张、曲解

1. 爱妃，几日不见，变得如此的矜持
2. 认识你之后，我明白一个道理，灰姑娘的故事总是那么的短暂
3. 男唱：你为什么背着我爱别人
4. 你在干嘛呢---女：吃午饭---你明天早上给我做早餐 一女：不做---那你不乖了，我要打你屁股。
5. 我觉得你还蛮聪明的，没想到会做这种事
6. 加微博---型男：你没亲我我不加---女：不加拉倒---亲我一下你亏钱啊，猪

7. 女人：谁是你岳父，岳母呢-----我没有攀亲戚，你不是姓岳吗，你爸不就叫岳父，你吗不就叫岳母
8. 问我那么多，那么关心我 你是想干嘛
9. 女人问你多高 ： 我就知道你只对我的身体感兴趣
10. 女人问你住哪 ： 你是打算给我寄一份匿名情书么
11. 女人说睡觉 ： 我们还不熟，你居然提出了那么大胆的要求
12. 是不是已经爱上我了
13. 我对你这么好，你是个心软又善良的女孩，你可别喜欢上我，看上我
14. 女人：无聊 发个毛片给你解闷
15. 你是喜欢 大胸还是大屁股的
16. 跟你聊天内心都不纯洁了

## 六、冷读

1. 虽说外表挺开朗，内心其实还是挺善良，如果说能遇到一个能说话的人，其实还是能走到你的内心世界的，但是需要彼此用心去交换，这个世界本应如此（冷读）
2. 不过我前前前女友就是射手座，还是挺合得来的，我觉得射手座蛮喜欢冒险的一个人，什么时候都喜欢新奇，（星座的冷读）
3. 冷读：hi，刚忙完，虽然和你接触不多，但我觉得你是一个表面看起来很坚强很有想法，但内心其实很敏感的女孩，甚至有些脆弱。别人觉得你很外向，和朋友关系相处比较和睦，但有时有什么心事烦恼会一个人放在心里不愿告诉别人的视觉型女孩。你会故意去隐藏，害怕别人伤害，其实那只是你怯生的伪装。或许人们都觉得你成熟懂事，但我更了解你。我可以从跟你的对话中看出你仍然是个小女孩。其实你内心非常渴望有个人能给你一个安全的港湾，一个属于你的不会变的安全港湾 （记得用心去体验跟女孩互动的过程）

4. 虽说外表挺开朗，内心其实还是挺善良，如果说能遇到一个能说话的人，其实还是能走到你的内心世界的，但是需要彼此用心去交换，这个世界本应如此
5. 不过我前前前女友就是射手座，还是挺合得来的，我觉得射手座蛮喜欢冒险的一个人，什么时候都喜欢新奇
6. 突然觉得你是一个外表开朗乐观、喜欢吃喜欢玩，但是内心独自一个人的时候还是忧伤，这种忧伤不知道你内心会跟谁说，你需要一个人把你引领出来。让你每天的开心，每天的快乐。
7. 冷读：hi，刚忙完，虽然和你接触不多，但我觉得你是一个表面看起来很坚强很有想法，但内心其实很敏感的女孩，甚至有些脆弱。别人觉得你很外向，和朋友关系相处比较和睦，但有时有什么心事烦恼会一个人放在心里不愿告诉别人的视觉型女孩。你会故意去隐藏，害怕别人伤害，其实那只是你怯生的伪装。或许人们都觉得你成熟懂事，但我更了解你。我可以从跟你的对话中看出
8. 的思维跳跃太快了，还知道为我着想，真宛如观音娘娘般的慈悲胸怀
9. 的女孩温柔顾家，不熟时略带内向，熟悉了之后就会表现内心的一面其实我知道，你对爱情的看法还是比较浅薄的，所以不知道说什么对吧

- 10.看起来很活泼外向，其实有时你也由于内心的时候，希望给自己一个空间让心灵平静一下
- 11.是个小女孩。其实你内心非常渴望有个人能给你一个安全的港湾，一个属于你的不会变的安全港湾
- 12.到你内心温柔体贴的一面，对我好的话我就很对你也很好，我们是朋友啊，你喜欢我干嘛

## 七、共吟话术与故事

1. 说了这么多，相信你也遇到过形形色色的人，我是真诚的，我希望你也是（框架）
2. 第一次读《少年维特的烦恼》应该是在大三一个无聊的午后。从三联买了这本书，在床上看了起来。想不到看完的时候，我已经泪流满面。

3. 感触特别深的，是维特的那种绝望，在社会上的绝望，在工作上的绝望，在感情上的绝望，特别触动当时的心情，因为那是大四下学期了，找了几份工作，但是对出去社会后工作，生活还是比较茫然的，因为自己也不知道作为通信工程师，以后怎么发展，职业规划是怎样的。
4. 工作后直到后来，重读此书，还是不能忍住痛哭流涕。
5. 但是，我想我们都可以比维特活得更坚强。
6. 为了爱和被爱，为了证明自己的自我价值，坚强地活下去。  
  
(PS：约会期间可以说大四的时候怎么样，那是工作没有落实到感触)
7. 除了化妆品、美瞳、各种包包以及几个老男人，生活中还有没有其他的東西让你驻足留念，即使偶尔一念
8. “但是这就是巴黎早期的样子，那时候我们很穷，却很幸福。”

《流动的盛宴》，欧内斯特·海明威

9. 时间真的是件很可怕的东西，它可以改变一个人，让他变得坚强勇敢，抑或是摧毁一样人，让他变得软弱无能。
- 坚强者如玛蒂尔德，尽管十年的风霜让她不再是优雅的小姐，但却让她懂得生活的艰辛，她最终尝到了亲手劳动还清债务的那种无比欣喜之情。而软弱者将在纸醉金迷的世界里永远沉沦或飞流直下三千尺地堕落下去
10. 也行很多人只会看你照片，朦朦胧胧，皮肤很白，一双大眼睛、尖下巴，高鼻梁，很符合现在的一种审美，但是这种审美背后每个人他的职业、他的故事、心情，又会是怎么样的，又有几个人会考虑呢。
11. 这顿饭吃得开心吗，---女：还好---其实很多人会问你吃饭了吗，但是很少有人问你这顿饭吃得开心吗，他们玩玩忽略了这个人感受，身边的闺蜜们会问你的男朋友多大，做什么工作，一个月挣多少钱，但往往跟你最好的那个闺蜜，她的第一句话是问你、他对你好吗？（IOI，深度内心聊天）
12. 你身边有一些追求者，有时候觉得有点多，有时候真心的觉得又那么的少，关上灯，划一个火柴，黑暗中看到自己的脸，这一刻应该是最真实的自己，因为我们都在一直都再寻觅那根点亮我们内心的火柴！（冷读、加内心沟通）

13.在这个城市有很多冷漠的人，包括身边的异性、姐们什么的、但是就是在你一个人、总会找到一些东西获得某些存在感，就像当下流行玩个微博、发个朋友圈啊，拍个东西发出来，其实我们都缺少的就是什么呢，就是存在感，哪怕能从一些评论中寻找那么一丝存在感（共吟）

你让我想起一句话----?---《飘》“不管怎么样，明天又是新的一天。”

14.我到朋友那儿，他们家养了2只小狗，我去的时候，他们总是冲着我摇尾巴，他们跳到我身上，我总是这样摸摸他的头发，当时，他们就不动了，闭着眼，把自己降到很低，落在我的腿上，我不知道什么原因，他们会这样，也许他们需要安全感。（冷读）

15.对了，你用香水吗----香水，当你走在一条街上的时候，闻到那种熟悉的味道，便让人红了眼眶或是想起了什么-----我有一个习惯，我喜欢记录味道，有时候与暧昧无关，但有总觉得与它无法脱离，-----我觉得cocolady和雅顿的绿茶会很适合你，虽然已经烂了几条街。

## 八、 框架的设立

1. 说了这么多，相信你也遇到过形形色色的人，我是真诚的，我希望你也是（框架）



2. 我个人对男女之间相处的体会是：其实 2 个人相处很简单，人生最大的快乐不是别人给你带来的快乐，而是你给别人带来的快乐
3. 书上说人有三样东西无法掩盖，咳嗽、贫穷和爱，越想隐藏却欲盖弥彰
4. 说了这么多，相信你也遇到过形形色色的人，我是真诚的，我希望你也是真诚的
5. 过去就过去了，现在想起干嘛，又回忆伤痛。大可不必，唯有内心强大。
6. 慢慢的你会喜欢上我这一点
7. 女生向你索取价值，你可以说这是一个秘密，我告诉你只有两种选择，第一种是我杀了你，第二种是你嫁给我
8. 夜里我喜欢坐在路边，买瓶果酒，看着马路牙子上随时被风吹倒的一次性饮料杯子，觉得有些低落。

## 8.1 ASD 打破

1. 我喜欢安妮宝贝的一句话：喜欢就要拥有它，不要在乎结果（ASD 的回复，打破）

2. 其实我年龄越大我越害怕被欺骗，原谅我，心里收了很多伤，所以亦步亦趋，我很害怕受伤，在得到别人承诺之前害怕受伤害，以至于不敢付出我的真感情。因为真的伤不起了为什么我要显得花花公子，这样才能隐藏我脆弱的内心，每个人都有过去和回忆，你有，我也有，我不想再回到夜里黯然落泪的那种日子，但是，我知道我是男人，所以我尽可能的对你好，你想我接你下班，我接，你想吃爆米花，我们就去吃，你生气了，我哄你，你挂了我电话，我还是很担心你，我只想认认真真的谈次恋爱，和过往的不一样，我所做的这些这是自己付钱的认为测试你是不是真的喜欢我的方式，我是想和你发生关系么？想，但是这个对我来说不重要，我只是想占有你，让你成为我的女人，让我生命中的其他异性，刹然黯然失色，西我你懂我，仅此而已
3. cc，说老实话，其实我年龄越大越怕被欺骗。原谅我，心里受过很多伤害，所以亦步亦趋，我很怕受到伤害，在得到别人承诺之前我不敢付出我的真感情，因为我真心伤不起。为什么我要显得像花花公子，感觉对感情满不在乎，感觉对妹子都是吊儿郎当？因为这样才能隐藏我脆弱的内心！

在每个人内心深处都有一个小匣子，你打开它就会发现血淋淋的残酷，一个跟现在飞扬跋扈，目中无人，心高气傲完完全全不一样的我！那是一个曾经在学业事业上被人践踏过尊严，感情上被人深深伤害过的犟小子。你有过

失恋后，整整 3 个月每天晚上都能梦到她，好几次还哭醒的经历吗？！好在我这人天生不服输，面对任何困难我都没有退后一步，也一步一步熬过来了。

我想类似的回忆，每个人都有，你有我也有。我一点都不想会到夜里暗自神伤，独自流泪的日子了。可是当我遇到你，面对你这天真无邪善解人意古灵精怪的小丫头时，我突然发现原来世界是美好的，想想我们一起去 Vivian，你老威胁我，说我不对你好就让 Vivian 来找我，你那调皮的眼神；想想我们一起经历过的点点滴滴，还有我们未来还要去小岛上吃饭，这些都让我如沐春风，非常享受！我只想认认真真的跟你一起体验这美好的感觉，和过往所有的妹子都不一样。你是个好女孩，我想好好珍惜你。我想和你发生关系吗？想，非常想，因为跟你滚床单非常享受，但是，这对我来不重要。我只想占有你，让你成为我的女人，让我生命中的其他女人刹那黯然无光！！这就是我要 po 朋友圈的原因。希望你懂我，仅此而已。

我该说的都说完了，语无伦次，不过说完后，我心里很舒坦。就这样。

## 九、废物测试与 IOD 化解

12. 真心求死、满血不复活

13. 爱妃，几日不见，变得如此的矜持（面对一些 IOD）

14. 认识你之后，我明白一个道理，灰姑娘的故事总是那么的短暂（IOD、女人给你 IOD 可用这个回应）

15. 型男唱：你为什么背着我爱别人（女人给你 IOD 的时候用）

16. 你呢？（破解废物测试的万能反问）

17. 女：你有多少个女朋友 就差你没到位了，齐了一百零八，大巴两辆准备好了，带上矿泉水跟宋江我上梁山了

18. 朋友多吗 -----我蛮多朋友的，算命先生说这也得益于我面相，你没发现我很很面善吗？要是按照面相来说俺不仅旺女人还旺男银，按股市的说法就是可以长线操作

19. 女人：你才认识我几天，我没有很完美---荷尔蒙反应升高以后，肢体也会随之升温，一切与荷尔蒙有关，最后即将爆走。认识几天不重要，因为我们都是交过男女朋友的“坏孩子” 维尼熊的世界灰太狼会懂

## 十、推拉和植入性张力

1. 唱：大象大象，你的鼻子为什么这么长---女：XXX-----型男：我喜欢蜡笔小新，它的小象 JJ 好玩儿---女：流氓---男的看男的流氓神马-----（聊卡通人物、简单性张力的拉手）
2. 对了，你一个睡觉晚上怕不怕---女：怕---你记得把被子盖好，凌晨 4 点我会从被子爬出来的 --我已经赤身裸体在温暖的床上（性张力、）
3. 性张力-----时尚杂志-----长发及腰了吗----看你头发还蛮顺，男人装上面说头发顺，胸部会比较挺
4. 摸头发，头发还蛮顺（有弹性）时尚健康上面说头发顺，胸部会比较挺
5. 唱歌：我愿意喂你-----吃东西

6. 我现在藏在衣柜里，小心我半夜爬出来哦
7. 光鲜的外表下，通过细节发现你有一颗抠脚大汉的心
8. 哈哈，冬天一起雪仗吧，来北京，我知道雪很冷，你的手也会很凉，不过我打小体热，捂你冰冷的手，你手不大吧，我怕抓不住
9. 双眼皮女有没有想我啊（绰号，昵称）
- 10.那我去了你给我按摩，别膈肌我啊（潜在邀约）
- 11.小胖子你好（昵称，之前取的绰号，之后再聊第一句可以重新提起）
- 12.女人：你怎么这么仔细呢---型男：这个世界那么乱，不仔细点真被人下刀子从背后
- 13.你小时候最大的梦想是神马，别告诉我想当公主啊亲。那我就是王子。你是需要个水晶鞋呢还是王子呢？ -----  
女：我都想要-----有些没素质的人骂我过王八犊子。我简称王子
- 14.唱：看不到你是的笑我怎么睡得着（夜间）唱：一闪一闪亮晶晶，.....

15.女：我要听你的歌 ----要听歌，那你还没用美人计呢

16.女：明天回去-----那会想我嘛---女：不会呀 一会的---女：你好自信呀亲

17.在哪呢-----女：刚回成都---太不仗义了，你是怕见着我爱上我吗？

18.像我这么绅士如果去天津肯定给你带北京的狗不理包子。

19.诶，快八点了，你饿不饿，赶紧吃会饭

20.女：谁知道照片是不是你，万一你是坏人-----你不是看了照片吗？----女：看照片就能看出好人坏人了？----  
你现在说个动作，我给你自拍一个。然后：给女人拍照片

21.理头发：我这不为了迎接爱妃你，让你兴奋一下

22.我也不是一个卖关子的人，至少我对你有好感，我才会过来说话吧，这点你应该也知道。

23.转个圈，你踩到我家脚丫子了，你该减肥了

24.你过的好随性呀，风一样的女子哇

25.我调戏你宣告失败

26.主要是你那么可爱都没有一个像我这样得人来要电话，我觉得太不礼貌了

27.头发几天没洗了，闻闻头发

28.昨天我做了一个有关你的梦 女：什么梦 型男：梦见你吃脏东西

29.今天早上起来看着你的照片做了一件事情 女：什么事情 型男：我想到了我的奶奶

30.你今天跟平时有点不一太样 型男：眼妆有点画歪了

31.你脑门挺大的，应该挺聪明的吧

32.眉毛挺好看的，再长一点都能夹菜了

33.你的眼睛挺大的挺好看，像我以前养过的一条金鱼

34.今天发型挺特别，有点像大尾巴狼呢



35.你的眼睛像万花筒

36.这条裙子挺漂亮的，以前我姥姥家的窗帘也是这个颜色

37.发现我们一个共同点，就是都靠脸吃饭的，但是我跟你还有一点不同，就是我还有一些内涵

38.你的眼睛像我曾经家门前的一条小溪，过去它清澈无比，现在却浑浊不清

39.我看起来这么好，你看起来那么安全

40.好啊，亲一个，一辈子好朋友

41.这孩子真实在，中学时候是共青团员吧（微笑表情）

42.我不会那么容易上钩，我被女朋友们培养成柳下惠

## 十一、情绪共振

1. 关于陌生人邂逅，所以才出现了最近比较火的一首歌，《我的歌声里》：一个眼神 一个心跳一种意向不到的快乐
2. 本来对爱国运动没多大的感觉，但昨晚在广场却真切的被一群阿姨的激情触动了，不由自主的参与进入，他们喊“收复”我喊“钓鱼岛”，他们又喊钓鱼岛！他们接着喊“提臀”……搞错了。。。。我只好走了……。周末快乐！
3. 其实我看到春熙路这家咖啡厅的时候，我想起了一部电影。-----电影《午夜巴黎》
4. 阳光明媚，好开心，给你推荐几首歌曲：Everything in the word，我的歌声里，魔鬼中的天使
5. 你工作起来应该是挺认真的那种女生吧，给你推荐曲婉婷，声音很特别
6. 问：你去烧烤没有。或者发个烧烤的图给女人----大学的时候跟同学去南湖烧烤，湖边阳光明媚，微风徐徐的感觉真好，感觉回到了江南的仲夏。

7. 昨天还跟其中的一位吃了顿饭，此人长得猪头大耳，极度肥胖
8. 想念你的笑，想念你外套，想念你袜子，和你身上的味道
9. 女人骂你要流氓：我从小到大都是优，你要我要怎么从良。
- 10.男人的心里住着个母亲，女人的心里住着个孩子。
- 11.我一直看你的红色眼睛，能感受到我要表达的么
- 12.晚安，小兔子明天告诉你一件今天发现你的小事
- 13.明天说才会有感觉，不喜欢破坏感觉，你也是这样，明天见
- 14.你要是看到我看到的也会这样的
- 15.我给你变个魔术保密
- 16.因为我从你的眼睛里看出了你的一个秘密

- 17.我有个朋友，他家养了两只小狗，这两条小狗在屋里总是跑来跑去，跳来跳去，然后它跳到沙发上，然后不自觉的摸了摸他的头部，然后它就闭上眼睛，贴在我身上，我不知道什么原因，它会这样，可能因为它是安全感吧！
- 18.我发现也也不错啊，遇到一个离我这么近的夜游神，坚持梦想是一件好事，其实我也是，以前我还做过设计制图建筑方面 CAD，后来我觉得这不适合我（制造共鸣）
- 19.有时候，你想证明给一万个人看。到后来，你发现只得到了一个明白人，那就够了。
- 20.有机会，我把我的故事都讲给你听，可惜没有这个机会了。
- 21.别人的眼光不重要，你把事情做成什么样子才重要。有时候，适合比坚持更重要。
- 22.摘下星星揣在兜里送给你
- 23.春天和你漫步在盛开的花丛间，夏天夜晚陪你一起看星星眨眼，秋天黄昏与你徜徉在金色麦田

## 十二、升高关系

1. 哥哥看你眉清目秀，想给你拜个把子，义结金兰肿么样呢

2. 女：我在试鞋，你帮我参谋一下哪个好看---你得亲我下
3. 如果我在你身边，我会闭上眼睛，神情的亲吻你的额头，我不会吻你的嘴巴，知道为什么么 ——（要是女人不说话）我觉得轻吻你的额头是对情感生化的一种前奏-没刷牙---太聪明了，恭喜你答对了，其实是因为现在的你需要的是安全感啊，而不是性啊，一个大熊抱。---mua...
4. 女人：吃早饭没有---听老婆话真的吃了，要是能吃到老婆做的爱心早餐就更棒拉。你困不困啊老婆昨天聊那么晚
5. 你是让我去天津吗，我可以理解为这是一次勾引吗。
6. 有的人认识一辈子好像什么都不了解，有的人也许认识一天，一个眼神、一个动作都可以心照不宣，我们是后者。
7. 微信：真心话，剪刀石头布，必须说真话，说假话生小孩没有小鸡鸡，女孩有小鸡鸡
8. 来抱抱我，亲亲我
9. 抱抱，亲亲，吃饭看电影

10.-----刚刚想你了一下

11.现在是 2013 年 3 月 18 日 12 点 12 分，别说话，让我们做一分钟的朋友

12.对我来说想念的独一无二的

13.想念对每个人来说感觉都是很特别的，对你的想念可能说出来平淡无奇，但她像山泉一般，静静流淌，绵绵不绝，  
只能用心慢慢体会

14.微信：真心话，剪刀石头布，必须说真话，说假话生小孩没有小鸡鸡，女孩有小鸡鸡

15.唱歌：《传奇》想你时你在天边，想你时你在眼前，想你萌萌萌萌萌萌

16.快给个抱抱安慰我吧

17.我要把他拍下来，回来亲手送给你宝贝，你会开心的笑么

18.你再亲我下，我艺术家的灵感方能得达到极致（坏笑表情）

19.不要多了，也不要你破费了，你啥时候给我家地擦擦，卫生搞搞。没事呢，咱俩可以搭个伙，我允许你吃我做的菜（让对方投资）

20.型男：如果我在你身边，我会闭上眼睛深情的亲吻你的额头，我不会吻你的嘴巴

MM：没刷牙

型男：太聪明了，恭喜你答对了，其实是因为现在的你需要的是安全感，而不是性啊，一个大熊抱

21.你做什么给我吃呢，真好，我会对你不离不弃的（让对方投资）

22. “我一起去哪 xxx，认识一个 3、4 岁的小女生，非常的可爱，但是她非常的粘人，而且她经常的抓住的你手不放，并时不时不停的捏你。我当时觉得这小姑娘，是不是有什么方面的疾病？后来我才知道，她父母告诉我，她饿了渴了，不跟你说，就喜欢捏你的手，就说明她饿了，渴了。” 说的时候抓住她的手捏。然后在后面约会的过程中，想要做什么了，捏她的手，让她知道你要干嘛。把我的状态植入到近挪的动作中间去。多多触碰女孩子的前臂，前臂是非常安全的。

23.哎呀，算了你还小

24.18 岁该谈恋爱了，肯定因为你不是个合格的，不是优秀的女朋友

25.那就是他们的问题，他们太傻逼，太脑残了。不过回头来还是你的问题，你的眼光太差了

26.过来 闭上眼睛 你猜

27.我怕我会失控

28.我怕我跟你在一块会紧张

29.虚拟的太暧昧现实中你太想念怎么办

30.我的心是热的，你靠近我 瞧瞧

31.说明你关心我啊，你还要大步流星奔向我呢，来接我啊

32.接我，我带你吃东西



33.如果我对你耍流氓，你会打我嘛

34.这么久没联系了，难道你不想抱抱我吗

35.看着我的眼睛，你会害羞嘛

36.如果我们离得很近你会害羞么、

37.转个圈、手给我

38.你会想抱抱我吗

39.亲我一个就会好

40.我们今天看电影会牵手么

41.要是我脚痛了，我可以搭着你的肩么

42.要是没有克制我自己，我亲了你，怎么办

43.如果我要流氓，你会打我么

44.看着我的眼睛，让我失控

45.哎你哪的，怎么这么凶

46.莎士比亚曾经说过，自恋的人运气不会太差

## 十三、星座话术

1. 双子座为人很随和，友善， 那我就是水平，爱闹，爱打爱笑的嘛，

2. 我觉得双子座的人很花心，不一定可靠。双子座的人很难耐得住寂寞哦，你这会也耐不住寂寞哦。

3. 我看你应该是（活泼--风象、火像星座 安静--土 、水象）星座的吧
4. 射手的思维跳跃太快乐，还知道为我着想，真宛如观音娘娘般的慈悲胸怀
5. 巨蟹的女孩温柔顾家，不熟时略带内向，熟了之后就会表现出很有趣的一面
6. 我看看什么星座的人会这么没耐性/难怪了，书上说 XX 座的人是最没耐性的
7. 这个星座的人敏感温柔浪漫.我最好的哥们就是双鱼座.。

## 十四、邀约话术

### 1. 邀约话术：

最近江湖上在疯传一条消息你知道么-----听说你会在这个周末的某一个灯火通明的夜晚与一个绅士共进晚餐  
而这个绅士恰巧姓型

2. 我一会没事，我可以带你去个地方-----接我---我可以去接你呀，你要穿得可爱中带点性感哦
3. 你是我朋友里最厉害的一个，你应该要请我吃饭呀！
4. 你信吗——女人：信 信任是这个世界上最宝贵的财富，既然你那么信任我，那我送一本武林如来神掌，你只要请我吃一顿翻就好了，
5. 我一个月 1500 哦，快要饿死了，等你救我呢。
6. 烤几串腰子，今夜为谁卖醉
7. 我想跟你约会
8. 年轻人该多约会，会年轻漂亮
9. 因为在童话故事里，灰姑娘都是坐着南瓜车来见王子，记得要把水晶鞋穿好
10. 你请我啊，我不吃饭练了 3 个月肌肉白废了
11. 就见见 聊聊天看个电影，像两个单纯的孩子

- 12.明天我都想好怎么对你好了，先去买一杯柠檬霸，然后吃一个鸡排，再去看电影，看电影我给你解释不懂的地方，然后便一个魔术，最后去吃顿日本料理，我还在飞机上就想好了，还说不好
- 13.那能一样嘛，都触摸不到你的皮肤，看不到你的眼睛，感受不到你的温度
- 14.你现在好了啊，咋还能发信息，还能对屏幕傻笑
- 15.法国人还贴面礼呢，我们就牵牵手，不很正常，你又刚病好，
- 16.脆弱，得揣着别摔着，多贴心
- 17.手拉手看星星 数月亮
- 18.打扮的那么漂亮，不出来约会有什么用
- 19.约家里吃饭：什么好吃的，拍下了，哎，你会做饭吗？（条件是你的讲过这些故事让她了解你，这是一个细水长流的战略）
- 20.会：那哪天咱俩比比，（共谋开始你的细心，你的贴心，让她了解你）

21.不会：那我做饭，到时候你给我打下手

## 十五、唱歌

1. 唱歌：我说情爱的，为什么你不在我身边（表达 IOI）
2. 唱歌：《传奇》 想你时你在天边，想你时你在眼前，想你萌萌萌萌萌萌
3. 歌曲：大乔小乔的“星座”：此刻呢，两个星座遥望星空，一个北京，一个天津，虽然不是很远，但是又不是很近，两个星座不能相逢。我喜欢这首歌，因为他的旋律让我想起了童年，那种无忧无虑的生活。记住了在遥远的北京有一个我，在，想，你（通过语音，先放一首歌“大乔小乔的“星座”给他，SOI）
4. 歌曲：用心良苦 唱歌：你的脸有几分憔悴、你的眼有残留的泪。 （我看你有几分伤心，唱歌）
5. 说晚安：看不到你的笑我怎么睡得着
6. 你有没有觉得有时候当我们一个人的时候，我想起一首歌，下一秒我们会遇见谁，谁也不知道

7. 诶，我记得王力宏有首歌这样唱的：平凡而又普通
8. 电视剧《断奶》歌曲：那个爱笑的你，那个爱美的你，那个天真的你
9. 唱歌：我说情爱的，为什么你不在我身边（表达 IOI）
10. 唱：大象大象，你的鼻子为什么这么长---女：XXX-----型男：我喜欢蜡笔小新，它的小象 JJ 好玩儿---女：流氓---男的看男的流氓神马----（聊卡通人物、简单性张力的拉手）
11. 型男唱：你为什么背着我爱别人（女人给你 IOD 的时候用）
12. 唱：一闪一闪亮晶晶，满天都是小星星.....（看到楼下超市小朋友坐摇摇车）
13. 唱歌：我愿意喂你-----吃东西
14. 诶，你让我突然象唱一首歌怎么办：只是在于人群中突然看了你一眼...----你在干嘛阿，是不是在沙发上修褪毛阿

15.宅女阿，那昨天碰到你不是特别神奇阿，那我又想起了一首歌：缘分天空，美丽的梦-----我还以为你是夜猫子，  
白天睡觉，晚上唱歌





## 迷男方法

吸引阶段 » 舒适感阶段 » 诱惑阶段



A1 » A2 » A3

C1 » C2 » C3

S1 » S2 » S3

### 吸引阶段

**A1:** 这个阶段主要标准就是，这个女生还理你，你给她的第一印象还好。当你过去搭讪她的时候，她不会当头给你打脑勺！你的 A1 就过了！

**A2** 在这个阶段，我们要想女生展示 **DHV**（高价值），吸引女生，这个阶段的主要目的是收集女生发出的 **IOI**（兴趣指标），收集到 3~4 个女生对你发出的 **IOI** 之后，就可以考虑进去 **A3** 了！在这个阶段，我们的宗旨是用你的态度去刺激她的情绪，而不是去追她或者向她表白。我跟她一切只是好朋友，朋友嘛，一起玩，聊聊天，开开玩笑，互相打骂一下，否定一下，跟她互动，这样一般来说，女生就会对你产生兴趣，然后她会掩饰不住的释放 **IOI**，信心收集（当然这里涉及



IOI 的识别和回应。)

简单地说，如果这样做也不会吸引到她，那就放弃她吧，就算你用什么真诚的表达同样也追不到她，女生不会因为我们喜欢她，她就会喜欢我们。我是让兄弟们掌握跑妞的主动权，当然也有一上去就表达兴趣也能泡到妞的，但我不建议这么做，你们到现场自己体会吧。

这个阶段的主要目标就是：“她不断向你表现自己、寻求你对她的认同” 怎么说呢，这个阶段比较重要，很多兄弟在这里做不好，所以不能升级了。

首先说一下如何判断：这个阶段，她开始对你有感觉了，她也感到你很欣赏她的一些内在的东西，她想进一步了解你，她会在态度上依附你，顺从你，如果你实在不会判断，那就适当的用一下：“服从性测试”。

例如：“帮我倒杯水” 看一看她顺从与否。又或者问她一些筛选性的问题例如：我喜欢幽默的女孩，你呢，觉得自己是个幽默的女孩吗？看她回答的态度，这些很微妙，慢慢体会下。我们要相信本能，如果你感觉到了她的有了追逐你的态度，那么请相信你的感觉。



然后再说一说要做些什么？其实，在这个阶段，我样要让女生觉得我是筛选她，所以我样要做的有三点：

第一点：是保持好框架，也就是坚持自己的价值观（所以在泡妞之前，你先要进行一些心态建设）女人会服从高价值观的，有主见的男人。

第二点：不是落入女人的圈套，例如女人可能叫你帮她拿皮包，又或者她讲话引诱你开始对她炫耀，如果你帮女人做事、追她、向她炫耀、向她反应、向她道歉、向她解释自己，全都是低价值的表现。

第三点：暗示是女人其实是她在追求你；或者假设是女人在追求你，因为你具有比她高的价值。例如你可以适时的跟她说这些话：“你太主动了” “不要乱摸我哦，要收钱的”

第四点：有机会的时候，就要对女生问一些筛选性的问题，看看她回答的态度，质疑她是否配的上我！例如：你能说出三个你身上吸引人的特质吗？不能和相貌有关 我喜欢幽默的女孩，你呢，觉得自己是个幽默的女孩吗？你养过宠物吗？我很喜欢宠物 你有爱心吗？你是个温柔而且善解人意的女人吗？我最讨厌泼辣难缠



的人 我比较喜欢会做饭的女孩，不过现在会做饭的女孩太少了，你呢，会做吗？

对女生有筛选标准，所以如果你对女人有标准，不是什么都吃的话，那么你的行为做法就是正确的，你的行为中的征兆显示出你是挑剔、优质的男人。 女人会因为察觉到这点而对你产生兴趣。她预期有潜力的男人都是很挑的。 以下是值得考虑的筛选标准：能照顾自己的，善于交际、有人缘的，热爱生命的女人活力充沛、态度乐观的，不是怪胎的，懂得感官愉悦、不幼稚的，能追求自我实现而非等着朋友认同的，高尚、聪明、有知识的，冒险犯难、充满想象力的。

第五点：打压，拉推，适当的奖赏。 打压：打压目的：就是使她质疑自己的价值，表示自己对她的无需求感，打压女人最引以为豪的地方。切记别吐槽女人那些不可以改变的地方。（身高，脸蛋等等） 打压不要太过分，要幽默，不然MM会伤心的。例如：女：你看我的头发多美。男：是的很美，就只是头发美。 拉推：拉：赞美，奉承，表扬 推：否定，挖苦，拒绝 切记，拉推一定要一起使用，如果只拉不推，那MM就会骄傲；如果只推不拉，那会伤了MM的心；



拉推一起使用，那才能达到调情的效果。 例：  
男：那个美女真好看。（推） 女：XXXX 男：  
不过，除了你，其他女生能算美女吗？（拉） 女：  
XXXX 男：恩，除了你，我碰到是个女的都会  
管她叫美女。（推） 女：XXXX 男：不然，我  
就不可以叫你做超级美女了。（看似拉，其实还  
是推） 适当的奖赏：在个阶段，我们要对女生  
进行服从性测试，如果女生做得到，或者达到我  
们的要求，那我们就要适当的对她进行赞赏或奖  
赏 例如： 男：帮我倒杯水。 女：当她帮你倒  
了杯水后。 男：你真乖巧。

第六点：在这个过程中要不断的进挪，不断的  
服从测试，直到她对你的服从性达到 67%，可  
以约会她为止。这个阶段的进挪，就是简单性的  
肢体触碰累积就是为 C1 打下基础的，如：拍背、  
搭肩，两人分享彼此的秘密，培养熟悉感，寻找  
共同点、共同谋划有趣、刺激的事、分享敏感面。  
好了，A3 的目标达到后，那么我们就要开始进  
入舒适感阶段。

第二：舒适感阶段（建立亲蜜阶段） 我们一  
定要知道：在建立吸引力阶段，MM 的包包掉了，  
你不用帮她捡起来。而在建立舒适感阶段，MM





的包包掉了，你就要很贴心地帮她捡起来。 C 阶段主要是建立舒适感，让女生觉得跟我在一起很开心，很放松，没有不安全感。一有机会就要对目标女生进行 kino，进挪升高，同时也是女生的肉体投资，金钱方面的投资，要两人建立一定的联系感经过这个阶段，你们的关系就会有质的飞跃。如果这个阶段处理不好，那只能说：“没戏”，在这一阶段，应该主要是拉近彼此间的距离，心理上，情感上，甚至身体上，让女孩子对你不再感到陌生，是建立产生亲切感，熟悉感，安全感，是产生信任感的阶段。

C1：在这个阶段，完成的标志是我们可以随时牵她的手 在这个阶段，你们在聊天的时候，什么都可聊，所谓的拉家常，一些更生活化的，渗透你的人性的，渗透了你的生活观的一些东西，比如关于家人，比如关于宠物，比如关于朋友，比如关于你的爱好，比如关于你的生活，理想啊，生活啊，呵呵，，职业的目标，喜欢的音乐，爱吃的食物，你的喜乐，你的悲伤，喜欢的季节，情感的话题啊。

其实牵手，比较困难的是第一次。讲到牵手，这里有必要说一下：女人都是被动的，所以作为



男人的我们，一定要主动。如果第一次牵她的手时她有争扎，我们要坚持一下。牵手的方法有很多。但是重点是，我们做牵手这个动作时，一定不要在太意这个行为，尽量不要把这个行为说出来。

以下说些牵的例子让大家参考一下： 1.和MM逛街的时候，突然很神秘地对她说，“我带你走个近道，超过他们”，然后拉着MM就向前跑，（这会让MM觉得很刺激），其实哪有什么近道，就是向前跑而已，跑一段然后停下来，“好了”，她很疑惑地问你“近道呢？”，“这不就是近道嘛，快吧” 呵呵，很喜欢MM这时的表情。

2.你和女孩在街上散步，如果看见其他情侣手牵手的走，就问女孩你看他们像情侣吗？回答是肯定的。然后再问那你觉得我们像吗？一般会遇到三种情况 第一种回答应该 算是吧 之类的肯定回答，这样你就可以说我觉得还差点，然后牵起她的手接着走，然后说这样就差不多了；第二种害羞或者低下头不说话，这样你就可以直接参考第一种的方式；第三种是否定回答，你可以牵手后问她现在呢？然后不论他是否作答你就说我觉得现在就像 了；当然第三种方式如



果 为了保险起见可以先说，那我们做个游戏吧，让她把手给你，然后牵着她的手走。

3.你会跟她讲一个关于男女约会的笑话： 有一男一女在公园内约会。 男：我可以吻你吗？ 女：不可以。 男：我可以揽着你的腰吗？ 女：不可以。 男：我可以牵着你的手吗？ 女：不可以。 男：为什么我说什么你都说不可以呢？ 女：我妈说了，跟男人约会时，对男人提出的任何要求都要说不。 男人笑了笑，说：你介意我牵着你的手吗？ 女：不介意。 男：你介意我揽着你的腰吗？ 女：不介意。 男：你介意我吻你吗？ 女：不介意。 .... 笑话讲完后，女孩子大都会发出会心的一心，然后在适当的时机你可以说：我可以牵着你的手吗？ 如果她说不可以。你可以再换一种说法：你介意我牵着你的手吗？这个时候多半女孩子都会微微一笑，此时，什么都不用说，立即牵住就可以了。 如果她说 介意那也不要管她 赏试去牵，如果她争扎，那我们就要坚持一会。

C2：完成的标志是 kiss（接吻），close（亲蜜）揽肩，抱腰，这个阶段就是要自己想办法如何跟女生更多的时间单独相处。在这个时候，作为男





人我们的我们要时刻的主导女性的行为。 要注意的是，要进行 C2 这个阶段的的行为进候，一定要四下无人，或者只有你们单独相处的时候。在这个阶段我们男人气势一定要强，要承担一定的风险，因为男人一定要主动。 以下说一些惯例大家吸收下 注意吻女孩一般常用的进挪流程是：两个人靠的很近---从背后轻搂着她的腰---拉她的手---抚摸她的手-抚摸她的头发---抚摸她的脸颊-眼神诱惑她---拥抱她---用一只手挽着她的头---接吻。

1.脸颊贴着，亲吻她的侧脸。她有点躲闪，尤其是快接近嘴唇的时候。说：“我又不亲你。”她于是笑了，就安心让我亲吻她的侧脸。我对她说：“亲我啊。”她于是也亲我的侧脸。“脖子！”她于是也亲了我的脖子。我双手捧着她的脸，吻上了她的唇。 2.把电脑打开。然后她靠在沙发上听音乐。我开始摸她的手，玩弄她的头发，一边抚摸她，一边和她说话，然后直接把她拉到我的怀里，开始亲 吻他。她说：不要。我说：我喜欢你才这样的。

3.我们不自觉的就靠在了一起，看着看着，我说：你就像电影里的女主一样让我着迷。（看爱



情电影时候用) 然后我偷偷亲了一下她的脸颊。  
4.在她临走的时候, 我在我家门口抱住了她, 开始亲她, 然后摸了胸。 5.我的手就开始抚摸她的头发, 她的脸, 然后我打开天涯论坛, 告诉她: 我在 天涯的爱墙 上在认识你的那一天就写了一段话: 今天是我们相识 的第一天, 谢谢老天让我们相识, 相知, 我会珍惜我们的缘分的。结果她有了一点小小的感动, 我就顺势把她抱到了怀里, 结果她很顺从的躺到了我的怀里。我亲了她的脸颊。后来我又突然把她推开。我说: 我这样做怕隔壁的美女吃醋。(推拉技巧)

6.起身说: 都十点了, 我要走了。我说: 不知道下次见到你是什么时候。这样吧, 我学过中医按摩, 我好好的照顾你一次。她说: 不用。我又把 她抱住: 你是想让我抱你 1 个小时呢还是让我给你按摩? 只要半个小时就好。她说: 好吧。  
7.然后把她压到身下, 她说: 不要这样。我说: 给我 5 分钟, 我只是想抱抱你。然后我对她说: 请你现在放轻松, 我喜欢你所以我才要尊重你, 我 只是想抱抱你, 看看抱着心爱的人是什么感觉! 此时她已经基本卸下了防御。她说: 我有男朋友的, 我们不能这样! 我说: 爱不在乎有没



有结果，而在于过程，我愿意等你，我会等你回到我怀抱的那一天。等你是我最幸福的事。

**C3：**亲密感、完成的标志是搜身 跟女人建立了足够的舒适感后这个阶段进入诱惑阶段，转场、进挪、激烈调情、这个阶段我们着重诱惑，完成搜身 **C3** 就走完了 搜身分摸胸——摸臀——摸阴(这个不多说了，**C2** 都过了 **C3** 还远吗？)

**第三：诱惑阶段**（都进入到这个阶段了，没什么可以多说的了，记得让她放松、来个枕头大战、你情我愿的那样更有趣）**S1**—要做好前戏 两人开始往 **XX00** 方向进展，如果太快的发生，女人很可能会拒绝，那可能之后就失败了。**S2**-进入最后一刻的抵抗，通常是女人临阵退缩的时刻。其实很多时候，女的需要一个理由你给她一个理由，那上她的机会就有了。在这里，我们只有三种处理手法。

**第三：诱惑阶段**（都进入到这个阶段了，没什么可以多说的了，记得让她放松、来个枕头大战、你情我愿的那样更有趣）**S1**—要做好前戏 两人开始往 **XX00** 方向进展，如果太快的发生，女人很可能会拒绝，那可能之后就失败了。**S2**-进入最后一刻的抵抗，通常是女人临阵退缩的时刻。



其实很多时候，女的需要一个理由你给她一个理由，那上她的机会就有了。在这里，我们只有三种处理手法。

第一：说服。她说：不要这样，我已经结婚了。我说：你放心，我只会在你有时间的时候和你见面，但是会一直想着你的。她说：我结过婚的，咱们不能这样。我说：我喜欢你，所以才希望你幸福，我不会破坏你的幸福，我只会在一旁守望着你，你累的时候只要一回头，我永远在你不远的身后保护着你。

第二：强推，口头答应手上行动法则：如果你在脱她衣服时 她说：“我们应该停下来……”你只需口头同意她，然后继续动作。“我知道，宝贝……边回答边继续脱她衣服，“我们应该停下来。”记住进挪顺序：摸后背---接吻---摸裸背---隔着胸罩摸胸---直接摸胸---隔着内裤摸屁股---直接摸屁股---隔着内裤 摸\*\*口---直接摸\*\*口---用手插\*\*口---脱裤子---脱内裤---TD，这么多步骤，每前进一步都是要克服一定阻力的，记住一个定律：如果她 不让你进一步，你就退两步，然后制造舒适感和期待感，然后再进一步！

第三：把她冷冻。如果她实太抵抗得太利害，



你就把略微生气的把她冷到一边，自己把电脑打开上网，看电视，看她都不要看她一眼，如果她问你：怎么了，你就说：我还能怎么了。就是给她的心理和身体制造落差，让她刚才对你产生的期待都得不到，反而会激起她更大的期待。冷冻时间一般是 15 分钟-1 个小时。我最经典的例子就是：我要上她的时候，她一脚把我揣到了一边，然后她坐在椅子上，我坐在床上，都没有搭理她，然后我让一个泡友给我发一条短信：公司有急事，你速回公司。我只对她说了一句：我对你是真心的。 然后就要走，她把我拉住。然后就上了！

S3—性关系 必须发生好几次以确保性关系。

好了，整个流程我们说完了，当我们追女生的时候，要看看处于那个阶段，那么就按部就班的做要做的事就好了。 祝兄弟好运！

## 迷男方法读书笔记

我是看见网上没有直接可以网页打开的迷男方法，而自己在总结些灌装的东西，所以就直接把迷男方法的东西整理了下，权当自己的笔记。。。

A1：打开组合

开场白

迷男：喔，我的天啊，你们有没有看到在外面打架的女人？

美女：（在她们开口之前，你打断她们）

迷男：她们为了一个男的打架，后来我跟他讲过话，他叫做葛伦，有够扫兴的名字，葛伦耶！她们互抓对方的头发，有个女人的假奶还掉了出来。我看过的胸部很多，但是那真是“下垂的布袋奶”

假性时间限制

我该走了，要不是马上得走的话，我会……

我只能待一下，我跟朋友来的，所以你看这个……

我只有一分钟，但是我必须跟你说……

打开移动中的组合

跟目标沿着同样路线走，稍微超越她们一点；

向后转头面对组合，讲开场白，然后讲话时往前看；

继续走在组合旁边施展技巧，慢下来让她们配合你的步伐。

A2

否定

试想象有个女人留了长指甲，通常是彩绘的假指甲。泡学达人搭讪时会说：“指甲很漂亮哎，是真的吗？”她必须承认是假指甲。他会假装不知道这个问题是一种贬抑，又说：“喔，（暂停）呃，反正还是很好看啦。”然后一派悠闲地背对她一阵子。

“那是假发吗？挺好看的。这种发型应该叫做松饼头……”他戏谑地微笑，开始讲另一个惯例。

他在讲故事中途停下来说：“啊，好好玩喔！你讲话的时候鼻子会抽动耶，看，又来了。哈！”

“很可惜我是同志”、“怎样才能让你闭嘴啊？”、“请勿乱摸”、“你这种女孩我见多了”。

迷男：我想我们不该变熟。

女人：为什么？

迷男：你对我而言太善良了。

？ 如果你的目标出言不逊，就回答她“你应该不常出门玩吧？”

？ 如果你的目标打断你，就说“哎，我在讲话耶”或“抱歉……可以先让我讲完吗？”然后向团体的其他人说“她老是这样吗？”调皮地转动眼睛。



## 舞步学院—专研追女生的技巧和方法的学院，教你让你喜欢的女生喜欢上你的秘密

？ 如果你向包括目标在内的女人们问问题，目标开口回答你，你就说“我又没问你”。

？ 如果你掏出照片进行秀照片惯例（Photo Routine），故意先给其他人看。目标想看的话，就说“嘿，我在给他看，待会就轮到你了，OK？”

？ 如果女人亲完你的一边脸颊又要亲另一边，就说“只限一边……别太贪心。”如果她说“我是法国人”，你就回答“法国人都像你一样贪心吗？”

？ “发型真好看……是真的头发吗？”微笑看着她，表示你是认真的，并非在羞辱她。

？ 她：嗨，我是模特儿。

你：哪一种？手部模特儿吗？

？ 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！

？ 你耳朵里有东西。

？ 你：看这里哦，拉我的手指看看，很好玩的。（当目标拉你手指，就用嘴巴发出放屁的声音。）哇！你真的拉哦？哈，开玩笑的啦，来，真的，拉我的手指。真的很好玩，相信我。（她又拉了，再次发出放屁声。）天啊！两次耶！真不敢相信！连我六岁的侄女都不会上当。你几岁了？

你也可以说“我开玩笑的，来看这边。我要变魔术。看这边，我手里没东西对不对？好，拉我手指。不，我说真的，我保证不再放屁。真的，我以魔术师的名誉发誓！我保证不会。（她拉你手指，又是放屁声）我的妈呀，你也太好骗了！”

？ 我喜欢那件衣服。我好像在别家夜店看到你也是穿这件。不过真的很好看。

？ 天啊，你真主动。至少等到我们开始交往再说吧。

？ 很好，那是我的小测验，看你是有独立思考能力还是听到啥都信。

？ 哇！你很 high 耶！你前男友一定很讨厌这一点。

？ 她：我是模特儿。

你：很多人问你是不是模特儿吗？

她：是啊。

？ 你：他们真有礼貌。

？ “我刚发现……你讲话时鼻子会抽动耶！哈，真可爱。”然后指着她说“看，又来了。好像《紫屋魔恋》里的莎曼珊……不过只有在讲话的时候。”

？ 你：（拿出一条口香糖交给目标。）

她：不，谢了，我在喝啤酒。

你：我知道，拿着先。

如果她比较年长：

？ 如果你的目标说“你太年轻了”，这是个兴趣指标。别像呆子一样因为太嫩而黯然退场，只有真的想把她的人才会这么做。只要冷冷地回答“对，我知道……你真可怜。”记住要表现出戏谑逗趣的态度。

？ 你先去冷静一下，克服年龄障碍，我等你。

“哇，她讲话大舌头”或“怎样才能让她闭嘴？”

“拉我手指……噢！哇，你上当了，傻瓜”、“你可以帮她打扮，但是实在带不出去”、“别逼我去抓你”

暗示她最好赶快擦鼻子、有眼屎、手掌太多汗，或在讲话时口水喷到你脸上……而且你觉得很恶心

## 舞步学院—专研追女生的技巧和方法的学院，教你让你喜欢的女生喜欢上你的秘密

DHV 的范例：

- 1 被其他女人预选
- 2 象是雄性领袖
- 3 支持并保护你所爱的人
- 4 毫无企图
- 5 不受他人影响
- 6 社交智慧
- 7 否定她（IOD 也是展示高价值）
- 8 有坚固的自我框架
- 9 知道很多有趣的知识
- 10 情感刺激

小技巧

- 1 世界上有没有超能力
- 2 你登山的时候遇到熊
- 3 你攀岩的时候绳索断裂，把你吓坏了
- 4 你陪朋友去找女生，不幸她有男朋友，他被扁成猪头，双方发生 20 分钟的飞车追逐，你想找警察求救，但是找到之前就摆脱了那个抓狂的男友
- 5 你重病住院的时候发现味觉改变了，鸟叫声听起来也更清晰了
- 6 你入侵银行网络系统，但是临阵退缩，结果把钱都转到慈善机构
- 7 你跟四个女孩子同居，她们同时发生经前症候群，互扔食物大打出手
- 8 你当面见过的名人
- 9 她信不信有鬼，理由何在
- 10 你喜欢谭 XI 与焚香，她喜欢什么
- 11 你买给侄子的果冻蚂蚁屋，以及你从中学到什么
- 12 你上台表演的经历
- 13 你从陡峭的山坡滚落，而且没死

转折点

“那你们是怎么认识的？”这句台词是在每个组合里迟早要问的问题。花点时间默念几次，习惯这句话，因为你会经常用到

角色扮演

“你知道我打算怎样吗？我们一起去海滩……然后你穿着修女服，我穿神父装，我们在大庭广众下牵手亲热。”

假性失格

“我们才不可能来电。”

“我就知道我们一定处不来。”

“你被开除了。”

“你对我而言太善良了。”

“你是护士？天啊，我不知道怎么跟你聊下去。”

“我根本不是当男朋友的料。嘿，那边那个人看起来很适合你。”

“我们分手吧，CD 还我。”



## 舞步学院—专研追女生的技巧和方法的学院，教你让你喜欢的女生喜欢上你的秘密

单人组：目标只有一个人吗？

比起团体，搭讪落单的单人组乍看之下很简单。但是没有团体可以展示高价值，你只能直接对付目标。如果技巧欠佳，DHV 看来会很容易像是在对她吹嘘。而且如果她的朋友出现，单人组可能瞬间变成其它组合形式。事实上，所有的组合形式随时都可能瞬间变化（例如单人组变成双人组，或双人组变成三人组），你要有心理准备，尤其对单人组更要提高警觉。这种现象称作外来干扰（External Interrupt），发生时你必须能够随机应变调整手法。

单人组的情境中没有障碍者，就她一个人，直接跟她搭讪，不要刻意地等待眼神接触。直接迎上前去，当她抬头看你，你也看着她的眼睛微笑。搭讪时一定要微笑，这样比较不具威胁性。

如果你从远处看见目标，而且判断她是单人组，就可以等到她发现你，然后立刻走过去，也可以不作等待直接上。注意：不要有了眼神接触却没有马上接近，只想着要等稍后眼神再度接触才接近她。如果你这么做，组合就变调了。

违反三秒法则可能让她认为你想搭讪她，但是临阵怯场。最终你还是有可能搞定组合，但是已经陷入了亡羊补牢模式。

从女孩子注意到你到跟你主动搭讪之间的间隔越短越好。微笑进场，使用你喜欢的任何开场白。虽然你直接打开她，但应该是筛选框架，不是乞求框架。要表现出一副“你对她好奇，而且有兴趣一探究竟”的样子。针对单人组的开场白可以比其他组合形式更为直接：“我想知道你除了外在美，还有没有内涵。”然后启动另一个比较间接的开场白。

双人组：目标跟另一个人在一起吗？

比起三、四个人以上的组合，双人组是特别具有挑战性的情境。现场大约有四分之一的目标都来自双人组。

你的目标的友人就是你的障碍（obstacle），惟有解除障碍的防备心才能把他或她变成朋友。

如果她没有落单，不要直接上前搭讪。这么做会异化另一个比较不美的友人，或者（更糟糕）她男友。他 / 她会变身为目标的忿怒守护神，然后把她带走。（若是她的男朋友，可能认定你是侵略者，所以积极地保护自己的资产不受侵犯。）

所以，你必须先赢得障碍的支持。其实你可以善加利用这一点，避免跟目标眼神接触，故意忽视她。如果她没有明显感到被忽视或冷落，就不会有主动接触你的动机。目标开始讲话时，你可以立刻否定她：“你干嘛打断朋友讲话啊？我们刚讲到哪了？对了……”然后继续跟障碍聊天。障碍会对你无心且不伤大雅的否定一笑置之，这也会让你的目标暂时觉得不好意思。继续跟障碍谈话的同时，利用锁定道具绑住目标，让她听到并且接收到你的 DHV。被否定之后，她会试图尽快弥补她在你眼中的形象。她会追逐你。你则要继续一面否定她一面展示高价值，最后在 A3 阶段抽出时间稍微注意她一下。如果目标在双人组，你就不能孤立她，因为障碍会落单，这通常不太妙。况且你也不宜孤立目标。如同前面的例子显示，障碍也可以转化成你的优势。

但是别花太多时间跟障碍讲话。通常五到八分钟已经足以解除武装、培养好感。花太多时间可能会让目标误认为障碍真的喜欢你，导致她刻意回避。你一旦发现障碍喜欢你，就要明确地把注意焦点转向目标。“（目标名字）跟我看对眼了，你不反对吧？只要她也 OK，我们就是黄金拍档了，哈哈！”请注意其中解除障碍武装的散弹枪否定。

最后在 A3 阶段，你要借着赞美目标，向她透露你喜欢她的某些优点——要赞美她的个性，而非外表。例如：“我看得出你是朋友们的开心果，我喜欢。”

## 舞步学院—专研追女生的技巧和方法的学院，教你让你喜欢的女生喜欢上你的秘密

孤立双人组其中一个女人以便建立舒适感，有时候很困难。因为她丢下朋友会觉得良心不安。这时让僚机加入你的组合或许会有帮助，但只能在到达社交上钩点之后，他可以帮你拌住障碍。这样你跟你的僚机就可以瓜分组合，一人一个。

如果障碍是男性，这就是所谓的混合双人组。当女人跟男人在一起，要假设他们只是普通朋友，打入整个团体，跟男人聊天，先跟他交朋友，解除他的武装之后，你就到了问“你们是怎么认识的？”的转折点。如果他是男朋友，你就当作纯交友，也不必费心向女人自我介绍了，以免惹祸上身。如果他不是男朋友，就可以对她下手。

记得要在他面前用不带羞辱的方式否定她。当她开始浮躁或想要争取你的注意，你可以再否定个两次，然后终于注意到她。男人会退出并眼睁睁看着你把这个女人。你会很惊讶地发现：他们经常就这么默默地消失了。

三人组以上：目标跟两个以上的人在一起吗？

双人组加上一个僚机就是三人组。你可以在三人组之中孤立目标，如果不行就先让大家聚在一起，设法跟大家建立舒适感。你可以在另外的情境制造机会孤立她。

三人组很类似双人组，有目标也有障碍，只是三人组多了一个障碍，你必须解除两个障碍的武装。你同样要否定目标、展示高价值以获得障碍者的接纳。搞定障碍并且开始获得目标注意之后，你才可以问障碍是否允许你跟目标独处一下。他们会说 OK，因为他们喜欢你，甚至会刻意回避让你们好好相处。在双人组之中，目标可能不愿在 A3 阶段被你孤立，因为她不想丢下朋友一个人。但是在三人组之中，你跟目标独处时，她的朋友还可以互相作伴。

- ？ “我们来看看那个房间有什么好玩的。”（让她挽起你的手臂，像散步一样。）
- ？ “嘿，各位，我要借用你们的朋友一下下，就在那边的沙发上。”
- ？ “嘿，各位，我刚刚冷落了你们的朋友，我要补偿她一下。我们马上回来。”
- ？ “我觉得你的朋友跟我看对眼了，你们不反对吧？”
- ？ “我可以借用你们的朋友一下子吗？”
- ？ “我喜欢你的朋友，我可以跟她说几句话吗？”
- ？ “我们挺喜欢对方的——你赞成吗？”
- ？ “我很想再见到你的朋友——你不会反对吧？”
- ？ “好，那我们马上回来。”
- ？ “没问题，请给我们一分钟，因为我也该走了。”

在混合组合中，解除所有男性的武装，向目标发出兴趣指标之前，先弄清楚每个人的关系。

A3

框架控制

圈套理论

人们玩的框架游戏之一，就是测试你是否会跳入他们的圈套（hoop）。例如女人可能叫你帮她拿皮包或买酒请她。以下是其它例子：

- 1 她给你一个假性 IOI，看你会不会开始追求她
- 2 她讲话引诱你开始对她炫耀
- 3 她给你一个假性 IOD，看你会不会担心而有所反应
- 4 她要求某件事，诱使你必须解释或向她道歉

## 舞步学院—专研追女生的技巧和方法的学院，教你让你喜欢的女生喜欢上你的秘密

设下新圈套

女：你为什么跟我讲话？

你：你的口红一向涂成这样吗？

或者

你：（对她朋友说）她老是这样吗？听着……（展开新惯例）

无视她的话

女：你的上衣是怎么回事？

你：……（沉默）

或者

你：嘿，各位，听我说，上周末我朋友跟我……（展开新惯例）

原封奉还

女：你愿意买酒请我吗？

你：先请我喝酒再说。

对话都是有来有往的。如果她设圈套给你，只要你先让她跳进你的圈套，其实就跳进去也 OK。范例如下：

范例一

女：你几岁了？

你：你猜。

女：嗯……26 岁？

你：差不多，其实我 28 岁。

范例二

你：你几岁了？

女：你猜。

你：你要我猜老一点还是小一点？

女：小一点！

你：好吧……我想你看起来大约 22 岁

角色逆转

例如，开始搭讪几分钟后，你做了一些轻微的进挪（肢体接触），你可以说：“你知道吗，你真的很厉害。”她一定会回答：“厉害什么？”或“这是什么意思？”你就回答：“你的社交技巧让我多花了三分钟在你身上，有一套。”然后微笑着继续进挪。

角色逆转（Role Reversal）的范例如下：

- ？ “别以为买杯酒请我就可以有什么好康。”
- ？ “天啊，你一向这么主动吗？”
- ？ “我不想太猴急。”
- ？ “我不想受伤，我需要很多舒适感跟互相信任。”
- ？ “我想多了解你一些。”
- ？ “我第一次约会不做这种事的。”
- ？ “嘿，别乱摸喔。这可不是免费的咧。”
- ？ “我自己会判断。”
- ？ “你只是想要我的肉体而已吧。”

## 舞步学院—专研追女生的技巧和方法的学院，教你让你喜欢的女生喜欢上你的秘密

- ? 握着她的手，当她回握时抽回来，说：“别这么猴急嘛。”
- ? “你一向这么急吗？”
- ? “……是啊，如果你走运的话。”
- ? “我还没准备好要谈感情。”
- ? “我今晚穿了旧内裤，以免发生不该发生的事。”
- ? “我敢发誓你们女人满脑子只想着那档事。”
- ? “咦？你在性骚扰我吗？”
- ? “你真是个好女孩。”（必杀台词！）
- ? “那边那个人看起来很适合你耶。”
- ? “我根本不认识你。”
- ? “我们还是当朋友就好。”

### 要有标准

以下是值得考虑的标准：

- ? 能照顾自己的美女
- ? 善于交际、有人缘的女人
- ? 热爱生命的女人
- ? 活力充沛、态度乐观的女人
- ? 不是怪胎的女人
- ? 懂得感官愉悦、不幼稚的女人
- ? 能追求自我实现而非等着朋友认同的女人
- ? 高尚、聪明、有知识的女人
- ? 冒险犯难、充满想象力的女人

### 筛选

- ? “你除了长得美还有什么优点？”
- ? “你长大后想当什么？”
- ? “这里有很多美女，但是真正重要的是活力、智慧，以及个人特色，你让我想要深入了解的特质是什么？”
- ? “如果魔术师能把你变成任何人……你最想变成什么？别说是公主。”
- ? “你哪位啊？”
- ? “你喜欢动物吗？”
- ? “你几岁了？”（然后假性失格：“天啊，你只是个小妹妹。”）
- ? “告诉我，你的三大优点是什么？”
- ? “你上过学吗？你聪明吗？你有很多朋友吗？”
- ? “你会做菜吗？你会不会按摩？你敢不敢冒险？”
- ? “你是热情的人吗？”
- ? “有些人自认心胸开放、勇于冒险，他们计划很多……他们老是想认识新朋友、减肥或是去旅游，但是从不实践，只会出一张嘴而已。你会这样吗？”

### 间歇性

促进投资的问题

- ? 你最爱的颜色是什么？
- ? 你的高中时代好玩吗？

## 舞步学院—专研追女生的技巧和方法的学院，教你让你喜欢的女生喜欢上你的秘密

- ? 你昨天晚餐吃啥？
- ? 你去过医院急诊室吗？
- ? 你第一次喝醉是什么时候？
- ? 你对兄弟姐妹会保守秘密吗？
- ? 你有不愉快的分手经验吗？
- ? 你最爱的食物、假期或旅游地点是什么？

### 进挪升高

- ? 挽手臂
- ? 双手碰触
- ? 拥抱
- ? 从背后熊抱
- ? 亲嘴
- ? 亲吻或轻咬脖子
- ? 手放膝盖上
- ? 坐在大腿上
- ? 环抱腰部
- ? 摸脸
- ? 嗅或拉扯头发
- ? 手放在臀部

### 剥夺

练习转身与其他 IOD 的时机。在他感到情绪刺激最强或最需要认同的时刻，你就稍微转开，让她更靠过来一点说：“等等，你说那只小狗怎么了？”要练习几次才能掌握最佳时机。记住，吸引力只是充当诱饵的工具。

当她把你拉回去，你要用间歇性 IOI 奖赏她。而剥夺的最佳时机是在 DHV 之后、目标感到强烈吸引力的一刻，很有趣吧？这就是她最有可能把你抢回来的时机。同样地，发出 IOD 的最佳时机是在升高之前，因为这样她最有可能接受升高。例如，你在亲吻她之前转身背对她，她比较可能接受亲吻。这种事必须在现场实验，以便做到最佳标准化。巧的是，A3 阶段的剥夺层面正好呼应电影《追女至尊》的第三法则：欲擒故纵。

这是使用“你有眼屎”、“你的口水喷到我了”、“面纸在这里”等狙击枪否定的好时机。记住，有眼屎不是什么错，只有上帝才完美无瑕。你不是存心让她尴尬，只是碰巧发生罢了。这时候会让她想夺回你的尊重，想要争回面子，所以你出招时她不会骄傲地撤退，她会接受，因为她感到困窘而沉默。当然，不要因为她发傻而奖励她，这样违反一致性。稍微假装没兴趣以强化她的尴尬，然后扮好人说：“人都有缺点，没啥好丢脸的。”然后暂停对话。在这样的心理状态，女人很容易接受升高进挪。

### 服从性测试 IOI

- ? 你牵她的手之后放开……她又抓你的手
- ? 你捏她的手，她也捏回来
- ? 你摸她，她也摸你
- ? 你把她的手放在你的膝盖上，她没有抽回去
- ? 你挽着她的手在现场走来走去，她没有抗拒

## 舞步学院—专研追女生的技巧和方法的学院，教你让你喜欢的女生喜欢上你的秘密

- ？ 你锁定在组合之后，边讲话边握她的手，将她拉近，她正面朝着你
- ？ 你让她坐在你大腿上，她没有抗拒

### 进挪测试惯例

向前伸出你的手，掌心向上。向她传达的肢体语言是你希望她也把手伸出来，这就是服从性测试。如果她把手伸给你，捏一下，看她会不会回捏。然后慢慢放下，看她是否遵循同样的动作以继续接触。

- ？ 试着事后甩开她的手
- ？ 试着告诉她通过或是失败了
- ？ 执行惯例时试着向她解释
- ？ 谈论其他事情的时候，当作附带游戏来玩
- ？ 这个惯例可以用来击退侵入你组合的男性竞争者

我们必须指出，她的服从意愿会被你执行服从性测试的一致性所影响。如果你要求她服从时，只要她的理智稍有一丝无法接受你，她就会抗拒。所以不要寻求她的许可或等她说“OK”，只要带领就对了。

获得服从的其他例子还有：

- ？ 让她投资。（让她去帮你拿饮料，为你花钱等等）
- ？ 让她跟你移动或一起去别的场地。
- ？ 锁定她：女人穿戴你的任何衣物越久，对你越服从。如果她脱掉你的衣物，就是抗拒。
- ？ 社交压力：让她的同侪团体告诉她对你好一点，或介绍你的成就，你会立刻获得她的大幅度服从。

如果结果比较好玩或有利的話，人们通常会服从。

在 A2 阶段初期，你可以把所有注意力抽离她，使用主动无兴趣指标，然后再做服从性测试，用 IOI 奖赏她的服从。

### 合格台词

注意以下的合格台词（qualifier）都有潜藏失格的意义：

- ？ “你好可爱喔……这样说真恶心。”
- ？ “你知道吗，有时候你挺有趣的。”
- ？ “你太棒了！我开玩笑的。”
- ？ “真奇怪……我在你身边觉得很舒服。”（假性失格）“可惜你不是我喜欢的型。”
- ？ “你好漂亮……也很邪恶。”
- ？ “我的天啊，你是舞者？太屌了，我不知道怎么跟你聊下去。”

### 兴趣声明

例如买酒请她，并说出下列台词：

- ？ “刚认识时，你似乎跟其他加州金发妹差不多，但是了解你之后，我真的觉得在你身边有点小紧张。”
- ？ “天啊，真不敢相信，我们竟然是在酒吧认识的耶。”
- ？ “我们要去那边坐，你要不要一起来？”
- ？ “知道吗？你还挺酷的，我对你很好奇。”

## 舞步学院—专研追女生的技巧和方法的学院，教你让你喜欢的女生喜欢上你的秘密

？ “改天我得跟你再聊聊。你会做菜吗？”

赞美

？ 别说“你好性感”、“你是我的梦中情人”之类的废话，也就是说，在筛选的框架中赞美，而非乞求。

？ 赞美她的风格、活力、仪态或是服装品味，不要像别人老是赞美她的项链。学着注意其他细节。

？ 试着在筛选的问题之后才给她赞美。

？ 试着在赞美后提出建设性的批评，这是否定她并显示价值的强力手段。

？ 绝对不要提起她的美貌。

试着用赞美把她导向你希望的行为方式，扮演对你有用的角色。例如：“你好像很敏感，似乎真的很相信女性的直觉。”或者当她粗鲁无礼（或你故意曲解她）的时候说：“以你的水准，不应该有这种行为。”

告诉她你如何“看待”她，她就会听你的——但是必须她同意并且受到奉承。你要为她塑造个性，她喜欢角色带给她的感觉，就会乐意扮演。以下也是赞美的范例：

？ “你像是真正了解自己要什么的人。我喜欢。”

？ “你很关心朋友，我想你一定会是个好妈妈。”

？ “你很有活力。”

？ “我发现你是你那群死党的灵魂人物，为什么？”

？ “你很擅长聊天。”

？ “你那么有格调，怎么会出现在这种地方？”

？ “哇，你似乎对朋友很有信心，好像是同侪团体的中心人物。我喜欢你的活力……你跟家人很亲吗？”（进入下一个惯例）

？ “你的个性很外向……这在娱乐圈是很珍贵的特质。我在加州待过，那里一堆正妹，但是有几个像你这么活泼？我跟你说，这是很珍贵的特质喔。”

引诱—上钩—收线—释放

以下是你在现场应用的范例：

你：（引诱）你是哪一国的人？

她：（上钩）法国人。

你：（收线）真的？不会吧！我高中时代最哈的女生就是法国人！（释放）但是我跟你连讲话都有困难。

每当她向你展示高价值，你就表现出你的兴趣。这样她就会相信你的 IOI，当你发出完整 SOI，她会觉得是自己应得的。这让你对她的吸引力在几分钟内稳定提升，而非只因为她给你 IOI，你就以 IOI 回应。

谜男方法的重点之一，就是重新编排你的惯例以符合你的特定身份（Particular Identity）。牢记这一点，花点时间写下个人化的惯例。记住，惯例要跟你的身份一致。学习谜男方法不一定要会变魔术，但你需要一个鲜明的身份。以下是我自身的例子：

谜男：如果你能变成世界上的任何人，你想变成什么？别说是公主。

女生：嗯，女明星。

谜男：真的？我小时候就立志长大后要当魔术师。你知道我现在做什么工作？就是魔术师！所以你想当明星啊。我就是美梦成真的证据，如果你是明星的话就太酷了，我喜欢！我们得想想怎么让它实现。我打赌你一定是个好演员。但是如果你比我还红怎么办？我现在都无法跟你相处了。

## 舞步学院—专研追女生的技巧和方法的学院，教你让你喜欢的女生喜欢上你的秘密

你：你几岁了？

她：23 岁，你呢？（上钩）

你：（忽视她的问题）把手伸出来。

她：（她服从了，带着她转一圈）

你：太优美了！你一定学过芭蕾。

你：（伸出双手，等着她伸手）

她：（顺从地伸出双手。上钩！）

你：（顾左右而言他，同时进挪测试）

她：（她回捏你的手）

你：（继续讲话，甩开她的手）

你：你长大之后想做什么？

她：我想当老师……我正在 XX 学校修教育学分。（上钩！）

你：哇，好学校。真有趣，我以为你跟其他女生一样，我太小看你了。我敢说你对小孩很有一套，以后或许会是个好妈妈。可惜你完全不是我的型。你还蛮酷的，今晚我应该帮你找个伴才对。

你：（结束 DHV）

她：你叫什么名字？（IOI）

你：（无视她的问题）你是相信直觉的人吗？

她：是，非常！（上钩！）

你：伸手让我看看。

她：（她照做了）

你：（用手指抚摸她的手掌）有意思……（甩开她的手）

她：咦？怎么了？你会看手相吗？（追逐）

你：（再牵她的手）看到这条线了？这是智障线，表示你是猪头。（拥抱她）

你：告诉我，你的三大优点是什么？

她：呃，我很专情，我很聪明……（上钩）

你：（打断）你会做菜吗？

她：会啊，我什么菜都会做。（上钩！）

你：（赞许的微笑）太棒了，最近好像每个人都吃冷冻食品。我马上就要走了，但是我想知道……（进入下一个惯例）

你：（结束 DHV，假装转身离开……）

她：等一下，后来那只狗怎么了？（上钩！）

你：（转身回来）你知道吗，你太可爱了……可爱到有点过头！

### C1

C1 地点：邂逅场地内部的任何建立舒适感之场所

C1 的要领：

？ 背靠着墙壁或吧台，让女人面对你

？ 坐在吧台的凳子上，让女人站在你正对面



## 舞步学院—专研追女生的技巧和方法的学院，教你让你喜欢的女生喜欢上你的秘密

？ 坐在夜店或咖啡馆的安静角落

移动到 C1

例如，我正在拥挤的吧台跟一个美女讲话。在这个邂逅地点搭讪女人之前，我就拟好了游戏计划：带她移动到安静的吸烟区里，那是良好的 C1。我会把帽子戴在她头上说：“我要让你看个很赞的东西，跟我来一下。”

女人回答：“要去哪？”

“一个特别的小地方……来了就知道。”我笑着指指吸烟区。“就在那边。”我开始走开几步。

她犹豫着该不该丢下朋友“一会儿”，但她希望跟我走，因为我用帽子锁定了她。她不抽烟，但她至少要走几步路才能把帽子还给我。

“你要给我看什么？”她好奇地问，我牵着她的手带她穿过人群。

“你是有创意的人吗？”我反问，维持她的好奇心。移动的同时我对她做了个微妙的兴趣测试，故意松开手以衡量她的兴趣程度。她会继续紧握我的手或是松手？

“我要先看看你是否有创意”，我边说边掏出纸笔，递给他。到达吸烟区之后我们坐在一起，我把她的手放在我膝盖上然后放开。她会不会缩手？这是另一个测试。

我向后退身说：“这里安静多了。OK，我要你随便想出 10 个单字，但是彼此之间不能有任何关联。”

就这样，接着从邂逅地点到 C1 的成功移动（同时也把她与朋友隔离），我可以开始建立舒适感，像这次是利用提示系统表演过目不忘的记忆力，然后教她也学会。

对话的和谐关系

？ 当个健谈的人，跟所有人说话，不要仅限女性。要投入现场。

？ 别大刺刺地想要讨好或炫耀，别直接夸耀自己的丰功伟业。别寻求他人的注意、赞许或了解。老是担心美女想什么的拙男已经让她们够烦了，试着当个不担心的人。

？ 别谈诡异、惊悚、愚蠢的话题，这么做的人多半是在哗众取宠。有人注意是好事，但是被人视为刻意就很瞎了。绝对不要对别人挑衅或炫耀。

？ 练习移动你的目标，孤立她以建立舒适感。

？ 显示敏感面，建立共通点与联系感。

？ 练习丢出一连串的罐装材料，这是很有用的技巧。

？ 练习不靠罐装材料进行自然、即兴的对话。

？ 练习使用多重对话脉络。

？ 持续升高进挪，使用服从性测试。

？ 切断无聊话题，无论是你的或她的。要主导框架。

？ 谈论好玩、有趣、引人入胜的话题。

？ 不要问一大堆问题。发问不会提升价值，只是在找话题而已。不要问她是谁人，直接猜。她会问你为何猜阿肯色州，你给她一个理由，无论是否正确，她会窃笑。（你希望她在对话中有贡献，但是她会这么做的理由是被你吸引，而非你用一堆问题勉强进行对话。）

发问游戏

“你玩过发问游戏吗？呃，规则是这样的……”

“第一，你先问一个游戏，然后换我问，再来又换你问，以此类推。”

## 舞步学院—专研追女生的技巧和方法的学院，教你让你喜欢的女生喜欢上你的秘密

“第二，不能说谎。就像真心话大冒险，只是没有惩罚，因为我不知道你是不是怪胎。”  
(注意其中的否定)

“第三，不能问已经问过的问题。”

“第四，必须问很私密的问题，反正我们现在不知道彼此的真实姓名。”

“喔，还有第五……由你先回答。”

她会说：“不公平！”

但是你直接问：“你交过几个男朋友？”

从此开始，发问游戏会越来越辛辣，直到她问起你多久打一次 MASTURBATION 之类的。这是很好玩的惯例，可以建立舒适感，也可以用来筛选。这游戏的另一个作用，就是可以持续很长的时间。当你进入 C1 地点，一定要从这招开始。

最好玩的问题是：“告诉我一个秘密。”

？ 随和一点。你不必永远是对的，别把自己看得太重要。除非需要强化框架，否则不要反驳别人。如果你争论某件事，可能你太在乎了。记住：你是来泡学的！

### 秀照片惯例

准备工作：拍摄自己在有趣情况下的照片，活跃的照片，也就是在做好玩的事。在健身房装疯卖傻、攀岩、跟朋友们开派对、玩轮滑鞋跳到半空中的镜头、健行途中发现的“熊大便”。好照片能够传达价值与身份。还要混入一两张无聊或失焦的照片才会逼真。把这些照片放在冲印店的纸袋里，好像今天刚从店里取回、碰巧带在身上的样子。

表演方式：在组合里利用这些照片来锁定目标，同时向组合展示高价值的道具。如果她想打开纸袋，拍她的手叫她别看（“天啊，她老是这样吗？”）。等到直接跟目标进入 A3 与 C1 阶段时，你可以“对她好一点”，坐下来跟她一起看照片。每张照片都要附带一个故事。这时候你可以展示预选价值、社交认证、建立舒适感，同时进行好玩的对话，让她贡献投资。你的故事会让她想起自己的故事，跟你分享。练习你的即兴对话，你才能掰出每张照片的故事。秀照片惯例是泡学达人的绝招中威力最强、应用最广的。

### 共通点

#### 音乐游戏

你先说：我喜欢……珍珠果酱，他们是最爱的 90 年代乐团。你知道《Garden》这首歌吗？我高中时代跟女友调情的背景音乐就是这首。轮到你说。

她：我喜欢……雷查尔斯，我一直很喜欢《Georgia on My Mind》。你看过他的传记电影吗？

你：有啊，前几天看的。他是我听过最棒的声音之一。哇，雷查尔斯耶！我太小看你了，音乐品味不错喔。轮到我，我喜欢 A Perfect Circle 乐团。

她：我喜欢 Tool 乐团！从他们出第一张专辑我就迷上了。

你：不会吧，你喜欢 Tool？喜欢他们的女生不太多。你知道吗，我记得他们最后一张 CD 出来的时候……（掰个故事）……然后我再也没有见过她，但我还留着她在某个雨天送我的贝壳。换你。

不要对她说的每个乐团或歌曲都称赞。你可以偶尔说：“天啊，不会吧！那首歌跟某某比起来简直是垃圾……”模式如下：如果她给了你答案，给她 IOI，否则就给她 IOD。无论怎么发展都要讲个加油添醋的故事以展示高价值，然后回到发问游戏，由你提出下一个服从性测试的问题。这招最适合用在跟目标独处，或是隔天她在你车上或家里的时候。

## 舞步学院—专研追女生的技巧和方法的学院，教你让你喜欢的女生喜欢上你的秘密

### 杀掉—结婚—亲密绝招

你挽着她的手像在散步的样子，说：“好，现在我们来玩杀掉—结婚—亲密游戏。我指出人群中的三个人，告诉我你想要杀掉谁、想要嫁给谁、想要跟谁亲密，并说明理由。”

她讲完之后，轮到她指定人选给你。当她挑选三个女人的时候，要一起在现场走来走去。回答你想要杀掉谁，想要娶谁，想跟谁亲密？为什么？

### 敏感面

以下是现场证实过的敏感故事范例：

- ？ 丢脸的故事。提示：女性杂志的告白单元有一堆好用的资源。
- ？ 初吻经验（童年回忆）。
- ？ 因为太年幼不懂照顾而让宠物死掉。
- ？ 你的小侄女从楼梯摔下来——“如果她死掉的话，我真不晓得该怎么办，我最疼她了！”
- ？ 你父亲过世的故事，用来结束谈话。

告诉她你的童年往事。谈谈你刚看过的可爱小婴儿，让你想起你妹妹小时候。透露你恐惧的事以及如何克服它，告诉她一个秘密，这样她比较可能也告诉你。

不要干谯你的前女友，不要徘徊在哀伤的情绪。“拉扯”她的哀伤开关，然后跳到另一个愉快的多重话题。

### 制造嫉妒情节

- ？ 找到你的枢纽。
- ？ 直接找个女人帮你。
- ？ 逆向融合到前一个组合，介绍你的目标认识前一个目标。
- ？ 顺向融合，带着你的目标去打开另一个新组合。

### 背景植入

例如我是魔术师，她跟魔术师有什么相干？所以，我不直接回答“我是魔术师”，而是把目前的身份植入她的现实中，把握机会传达一个比较丰富的人格。我是这么做的：

- ？ “呃，小时候我想成为……”（讲些关于我小时候梦想与志向的故事。）
- ？ “我在青少年时期……”（讲些童年到青少年时期的故事。）
- ？ “现在我是魔术师，你相信吗？”（谈现况，以及往后的计划。）

以下是我最近用来把身份植入一个9分美女的应用格式，有助于吸引她并且建立足够舒适感让她回到我家：

- ？ 讲我第一次在生日派对表演魔术的事，以及买票看大卫魔术秀（5分钟）。
- ？ 讲我如何被大批观众吓得半死，结果上台风靡全场的事。我真的融入了恐惧的感受（3分钟）。
- ？ 讲我第一次上电视表演的事（2分钟）。
- ？ 告诉她我为什么搬到拉斯维加斯。这算是舒适感阶段的“敏感面惯例”（3分钟）。

## 舞步学院—专研追女生的技巧和方法的学院，教你让你喜欢的女生喜欢上你的秘密

？ 告诉她现在我有什么成就：我的“WTF？”地下网络节目、最近在 VH1 频道的实境秀、正在写的书、针对社交力学与积累财富等主题举办的研讨会（5 分钟）。

？ 告诉她我往后的计划：幻术秀的概念、宣传噱头、有的没的（5 分钟）。

这样就总共讲了至少两三分钟的故事，而且我根本还没开始表演魔术，就把她留在身边这么久。当然，魔术队我有用是因为我真的是魔术师，但你不见得要学我的方式或真的表演魔术才能成功。我有很多昔日门徒到现在还不会变魔术，但是遵守我的方法执行独特的个性传达材料，还是能够持续吸引到女人。

如果我单刀直入地说“我是魔术师”，我的目标不会觉得我们的生活会有什么共通点，它的刻板印象会觉得我太怪了不适合她。似乎有些女人会拒绝跟乔治克隆尼交往，是因为不了解他的生活方式，觉得彼此缺乏共通点，这都是不对称造成的别扭感。但如果他给这样的女士一个背景故事，告诉她他是如何一步一步变成现在这样的呢？这就是背景植入（grounding）的概念。

把我的背景故事告诉目标，我就把自己植入了她的现实（“当我还是普通人的时候”），她可以理解只要在成长过程中作出哪些决定，她也能变成我这型的人（“这是我的现状”）。稍后你甚至可以套用这个模式鼓励目标在 A2 阶段把她的人生植入你的。你只需说：“倒带一下，后来发生什么事了？”

请注意先前我的背景故事中一再出现的主题是“这就是让我变成现在这样的原因”。一旦你决定好自己的身份是什么，你也必须这样做。这表示你必须借用我的魔术师身份才能使用谜男方法吗？错！你讲不出第一次到人家生日派对表演的故事（除非你真的做过），否则就是说谎。你也讲不出如何逼问同学才学到扑克牌把戏的秘诀，或几年后同学看到电视上的你，说：“无法相信那天改变了你的人生！”不行，不能用我的专属材料，但你可以像我一样使用你真实人生经验的材料。格式或游戏计划才是谜男方法，你填入格式中的个人资料，才能够显出你专属的风格。

那么，该如何回答“我是谁”这种深奥问题呢？有个朋友对我说过：“你的身份就是你一再重复做的事。”这真是我听过最贴切的答案了。

我定期表演魔术，几乎每天都表演，有时为了美女，有时为了其他人。除了扮演社交蝴蝶之外，你会定期做的事什么事？记住，搭讪艺术存在的意义是丰富你的人生，不是定义你的人生。你有什么故事可以传达你现在的怎样的人？

植入现实（Grounding Reality）的影响深远，会影响你在 A2、A3 与建立舒适感阶段怎么做，但不会改变它们的基本架构。这也会改变你选择与编排惯例的方式（也就是你在什么时候使用哪个惯例），向目标传达你处理人生挑战的方式。所以，你必须做下列事情以改善你的游戏技巧：

？ 检视自己重复做的事，想出你的身份——用一两个字就能表述的事（例如魔术师、作家、玩具发明家、执行长、电脑骇客、攀岩选手、饶舌歌手、名嘴、旅行家……你懂我的意思）。你真的在追逐自己的梦想吗？如果绝对不会失败，你的人生会怎么过？现在就开始去做吧。

？ 想出几个故事，表达你如何从普通小孩变成现在这个身份。

？ 练习跟别人讲这些故事，让它听起来既热情又自然。女人只要倾听就会觉得自己一起跟你经历过这些事。

背景植入时，你也可以问她：“那你青少年时期是怎样的？”之类问题。这是让她打开心房、投入在互动中的好方法。但是，在开场白阶段就这样寻求亲密感，会显得你很刻意并且透露出兴趣。现在她给了你 IOI，也赢得了你的 IOI，谨慎地运用这些问题，有助于你跟她建立坚强的联系感。

## 舞步学院—专研追女生的技巧和方法的学院，教你让你喜欢的女生喜欢上你的秘密

C2

以下的时间表为典型的现代求爱范例：

日期	分钟	阶段	地点	重点
1	1:30	吸引，舒适感	酒吧	亲吻，交换电话号码
3	0:05	舒适感	电话	邀请喝酒
4	0:10	舒适感	男方家	简短参观然后离开
4	1:15	舒适感	咖啡馆	谈话与牵手
4	0:45	舒适感	男方家	看影片，亲吻，邀请约会
7	0:15	舒适感	女方车上	被接送到约会地点
7	3:00	舒适感	购物中心	碰面，共享饮料
7	0:25	诱惑	男方家	洗澡与 TD

### 亲吻

通常大家都太理智了！叫女孩子“嘘！”然后用鼻子磨蹭她，把嘴放在她耳边吸气，轻轻说她闻起来好香。“我想吻你。”让对话中断。当她再次开口，用“嘘”打断她，说“吻我”或“你话真多。你想吻我吗？”或“你要我咬你脖子吗？……为什么？因为现在我要咬你脖子。”或“我可以咬你脖子吗？”如果她问“为什么”，表示她希望你这么做。只有她说“不”时才不能咬。发出 IOD、DHV，再重复使出亲吻绝招。所有意外状况都要练习应变。

### 谜男的亲吻绝招

你说：“嘘！你话太多了。想不想亲我？”

如果她说“想”，就吻她。

如果她说“或许”、“干嘛”、“什么意思”或“我不知道”，就表示她想要但是很害羞。你要用放电的眼神回答“我们试试看”，然后吻她。可以抚摸她的后颈表示你是认真的，还要遵守 90/10 法则：你先贴近 90% 的距离，让她贴近 10% 来吻你。

如果她说“不想”，你就回答：“我又没说你可以，讨厌，看来你心里有什么企图喔。”（别问“为什么不要”，那会显得降低自尊。）

如果她说“还没”或“不要在这里”，表示她态度开放但是有所顾虑（或许她朋友就在附近）。你就说：“我了解。”然后维持舒适感，稍后到隐秘处再吻她。

C2 地点：任何不同于邂逅地点与 TD 地点的建立舒适感地点

C2 阶段的地点范例是：

- ？ 酒吧、咖啡馆、安静的餐厅或客厅
- ？ 随便逛逛的购物商场或街道
- ？ 走路或开车从建立舒适感地点到别的地方

### 护送

范例如下：

- ？ “我朋友跟我要去某某餐厅吃点东西，欢迎你跟你的朋友一起来。”

白天台词：

- ？ “我饿了，我得去买个贝果，跟我来吧。”
- ？ “我得去邮局领一封信，来跟我作伴吧。”

## 舞步学院—专研追女生的技巧和方法的学院，教你让你喜欢的女生喜欢上你的秘密

？ “我得去某某地方拿一件我需要的衣服。我们先去吃个饭。”

夜间台词：

？ “我们有受邀去另一家比较好的夜店，跟我们一起来。”

？ “我饿了，我们去找东西吃。”

？ “我们要去隔壁坐一会儿，你跟你朋友要一块来吗？”

时间桥梁

？ “我明天想去买鞋，陪我去吧，我们可以逛逛街。”

？ “我要拿些东西去我姊姊家，陪我开车去吧，我晚上八点来接你。”

？ “我两周后要办一场晚宴，你一定要来！”

？ “我周四要去好莱坞的魔术城堡看一场魔术秀，希望你能来，我们交换电话吧。”

约会

以下是我想到的办法：

？ （在电话中）“我们照原来讲的办个周三寿司之夜吧。我家附近有家店不错，7点左右过来，一块去吃。”

？ 7:30，女人出现在我家，我下楼开门但是“忘记”某样东西，所以我们必须回楼上“一下”。她看到我的躺椅跟海湾景观，大表赞叹。然后我催她出门，开车去寿司店。感谢大卫·狄安杰罗的《约会倍增术》教我这一招。先让她熟悉你家，稍后再回去时就不会大惊小怪或产生对未知的恐惧。更妙的是，因为你催她出门，她会更好奇待在你家里是什么感觉。

？ 晚上8:30，我们在寿司店里。我有很多熟练的惯例……“不能自己倒酒”习俗、日语的音调特色、教她用筷子，诸如此类。细节并不重要，这里的大半时间是要互动、练习舒适感、发问游戏、看手相，什么都好，就是要互相了解对方。

？ 晚上9:30。“对街有个很酷的乐团在演奏耶，我们去看看！”有个仿讽80年代的摇滚乐团每周三晚上就在寿司店对面表演。我有那家店的VIP卡，所以我们不用排队。我带着女孩子过街，但表演还没开始，所以我们先去喝几杯酒，继续端出培养舒适感的材料，加上一些推推拉拉的游戏以维持性张力。

？ 晚上10:00。音乐厅开门了，我们进场（另一次场地变换）。当人潮越来越多，我带着她穿越人群，或是环抱着她以示保护。开演了，接下来的两个钟头她对乐队的搞笑对白发笑或是随着喜爱的摇滚老歌一起唱。

？ 午夜。我们开车回我家楼下。我说：“好啦，你可以上楼，但是只能待几分钟。明天我还要上班。”

？ 凌晨12:30，我们坐在阳台上调情。我拉着她的手说：“我们像青少年一样去调情吧。”带她回到我的卧室里亲密。

请注意，这个惯例让我场地变换很多次，跟女人共度时光，也练习其他的游戏手法。当我需要吸引人，我可以又骄傲又戏谑，使用冷热交替法。我可以筛选又让她合格，可以练习建立舒适感与进挪升高。这一切都发生在约会框架内，我可以每周跟新对象复习，练到万无一失为止。现在没问题了，我每次都得手。

以下是我最近想到的另一个周末下午约会惯例：

？ 上午10:30。“今天天气真好！我要去我家附近的海滩吃午餐。你过来跟我一起去吧。”

？ 中午12:00。让她短暂上楼然后催她出门。开车到大马路上停车。

## 舞步学院—专研追女生的技巧和方法的学院，教你让你喜欢的女生喜欢上你的秘密

? 中午 12:15。有一家卖餐点的撞球场。我们在那边待一两个小时，吃午餐，打几局撞球。同时我继续出招，建立舒适感，诸如此类。

? 下午 2:00。护送她，在街上逛来逛去，进服饰店试穿一些东西。有家店在卖很妙的面具、假发等道具。走进名牌店再试穿更多东西。

? 下午 4:00。一起行动几个小时之后，我们回到车上。

? 4:15。停留在回家路上的商店“拿一点东西”，买了烤肉工具。一起在店里晃来晃去是激发她大脑潜意识里配偶幻想的好方法。她也参与了挑选食物，所以她会留在我家烤肉。

? 下午 5:00。回到我家，弄点饮料喝，生火准备烤肉。一起看夕阳，调情，有的没的。

请注意即使上述场地变换全是我计划好的，对她而言却似乎完全是随机的。所以她的体验很好玩，有新鲜感，没有压力。

设计一个（或好几个）你可以一再重复执行的约会计划。把最有用的工具融入约会中，设计你的七小时，设计你的场地变换，但最终要让她停留在你家。

把这套反复练习在不同的女人身上。专注于改进你的技巧，改进你的约会惯例，别看得太严肃。

9.7 C3 地点：TD 地点内部的任何建立舒适感地点

除非你跟女人建立了足够的舒适感，才可以换场到 C3 阶段。C3 地点的范例如下：

? 你客厅的沙发

? 跟你的卧室或饭店房间有点距离的地方

? 你饭店房间附近的大厅沙发

每次成功的求爱，无可避免会引导至 C3 地点或 TD 地点，所以你在邂逅地点搭讪女人之前，就要花点工夫准备好 C3 阶段建立舒适感的地点。

9.8 TD 地点

大多数邂逅地点，包括很多建立舒适感的地点，并不是适合亲密性行为的场地，所以进行相互诱惑必须要变换到 TD 地点。

TD 地点的主要特征是隐秘，同时也应该很接近 C3 阶段的地点，这样时机成熟时，你们只须移动一小段距离。

最佳的诱惑地点是能让你完全掌控的地方，例如你家的卧室。在这种地方很少有变数（电话、室友、父母、宠物等等）的妨碍。

试考虑下列 TD 地点的各种利弊：爱搭讪（iDashan.com）约会（aiYueHui.com）联合整理发布

? 车上

? 饭店房间

? 朋友的客厅或卧室

? 女方的卧室

? 你的卧室

C3

C3 地点：TD 地点内部的任何建立舒适感地点

C3 地点的范例如下：

? 你客厅的沙发

? 跟你的卧室或饭店房间有点距离的地方

? 你饭店房间附近的大厅沙发

**舞步学院—专研追女生的技巧和方法的学院，教你让你喜欢的女生喜欢上你的秘密**

### **如何真正掌握追女生的技巧？约会核心？**

当你学会了这些核心技巧，你便可以让你从前搞砸的许多妹子起死回生，因为你比以前更懂得女人心！而这些方法之所以管用，因为这都是我们从无数的情感案例中总结出来的，而不是凭空想出来的。

而这些实用的技能，已经成功帮助 10000 名舞步学院的学员过上了情感自由的生活，更多的技能将会在我们每周的内部课进行全方位的详细解析。

同时，每天晚上 9 点在舞步学院直播间也会进行免费公开课，学习专业约会可以参加舞步学院《魔鬼训练营》课程，帮助你彻底从外到内的改变。





# 性格内向如何锻炼社交直觉

性格内向，不喜欢人多，不太喜欢和不熟悉的人交流，是典型内向者害怕社交的常见现象。

《内向者优势》里提到内向者和外向者有三个不同特点：

## 1，对刺激的反应

内向者对外界的较少刺激有较大的反应，所以他们会尽量减少刺激，减少因此带来的能力消耗；

外向者却相反，他们对刺激不敏感，总是主动寻找更多外界刺激，例如社交聚会。

## 2，精力的恢复

内向者好比充电电池，因为消耗很快，所以也需要花很多时间独自静一静，哦不，是静静的充电（我比较喜欢静坐冥想）；

外向者好比太阳能电池板，他们从与外界的联系中获取能量（社交、聊天等），能量消耗慢。

## 3，深度和广度

内向者喜欢深入的钻研问题；

外向者喜欢了解广泛的事物，深度却不够。

还有一种情况就是，不是所有内向的人都是真内向，绝大部分都是假内向。

如何判断自己是真内向还是假内向？

### 真内向

1. 不主动和外界接触，被动的情况下，可能也只是应付一下；
2. 不想和别人接触，缺乏与人交往的兴趣；
3. 没有迫切改变自己的愿望。

### 假内向

1. 迫切想改变自己。其次是渴望与别人接触、交流；
2. 心理素质较差，伴有羞怯、紧张等，阻挡了接触外界。

### 你是哪种？

大家回忆一下，你们童年生活，比如上幼儿园、小学 1，2 年纪的时候。

你们是外向还是内向？活泼还是孤僻？开心多还是郁闷多？

我相信大部分人是外向、活泼、开心的。

可为什么你们随着年纪的增长，社会阅历的增多，反而会变得内向、孤僻、郁闷，甚至



是自卑、不自信了呢？

根据弗洛伊德提出的“童年阴影”理论，认为人的创伤经历，特别是童年的创伤经历对人的一生都有重要影响。比如你童年受到父母打骂，父母的争吵、离异，学校老师的打压惩罚，同学的欺负等等。这些都会对你的自信形成影响，缺乏自信，人就会变得不太敢于外界接触，久而久之慢慢就会变得“内向”。

在了解了原理后，那我们就来说说如何“怎样在短时间内锻炼自己的社交能力，以适应今后的学习和工作。”吧。

你可能是因为内向而长期的缺乏交际活动，你的社交能力必然有所退化。要想“短时间”内实现提升能力，只能在一段周期内，增加频率。

比如你想3个月内改变现状，那就要在这12周时间内，每周至少参加3-4次社交聚会。并且每次都主动认识超过5个人以上，算一下 $12 \times 3 \times 5$ 等于多少？你要在这3个月内实现至少累积180陌生人次的接触。

作为现状的你可能听到这个数字就害怕，觉得很难完成，你可以按照以下方法来循序渐进的练习，最终通过量变实现质变。

请拓展阅读下面这篇文章作为你社交训练的具体操作方法。

如何在陌生聚会上表现得自信、自如、外向？(舞步学院，专研追女生学，如果你还不知道你就out啦!)