

Global Rencontres



**SOYEZ PRÊT
POUR RENCONTRER
L'ÉLU(E) DE VOTRE COEUR**

Table des Matières

Licence.....	2
Introduction.....	3
La roue tourne.....	5
Qui suis-je.....	9
Qui cherchez vous.....	12
Posez des questions.....	15
Préparez vos réponses.....	19
Conclusion.....	22

Licence

L'auteur s'est efforcé d'être aussi précis et complet que possible lors de la création de cet ouvrage. Malgré ceci, il ne peut, en aucun cas, garantir ou représenter l'exactitude du contenu de cet ouvrage, du fait de l'évolution et de la mutation rapide et constante d'Internet.

Bien que tout ait été fait afin de vérifier ces informations, l'auteur n'assume aucune responsabilité concernant des erreurs, des omissions, d'une interprétation ou d'une compréhension contraire du sujet développé. Toutes formes d'offenses éventuellement ressenties par des personnes, peuples ou organisations seraient purement involontaires.

Dans les livres pratiques de conseils, comme dans toute autre chose, il n'est fait aucune garantie de revenu. Les lecteurs sont avertis et doivent faire appel à leur propre jugement à propos de leurs capacités personnelles à agir en conséquence.

Ce livre n'est pas destiné à l'utilisation en tant que source légale en droits des affaires, en comptabilité ou en conseils financiers. Les lecteurs sont invités à faire appel à des services professionnels compétents en matière de législation, droit des affaires, comptabilité ou dans le domaine du conseil financier.

Vous pouvez imprimer cet e-book si cela vous en facilite la

Lecture, mais pensez aussi à la nature et à notre

environnement.

Introduction

Jusqu'à tout récemment vous vous sentiez à l'abri, vous partagiez votre vie avec quelqu'un avec qui vous étiez heureux et vous filiez un parfait amour, jusqu'au jour où...

Cette histoire semble banale, pourtant elle arrive à de plus en plus de personnes, jour après jour.

L'époque que nous vivons est devenue l'époque du « tout immédiatement », du « fast food » et du « jetable ».

On veut que tout aille vite. On vit à 200 à l'heure sans vraiment plus se soucier des autres, ni de ceux qui partagent notre vie, ni de ceux avec qui l'on travaille, et encore moins de ceux que l'on croise. Pas le temps de se poser 5 minutes, il faut y aller : « décembre 2012, c'est la fin du monde, il faut à tout prix que je vive plein de choses » (ha oui !).

Il fut un temps où les couples se formaient à la vie et à la mort. Où l'un cherchait à connaître tellement l'autre qu'il était capable à certains moments de deviner et de répondre presque instinctivement aux attentes de l'autre. Où, quoi qu'il arrivât, on était ensemble et c'était bien plus important que tout le reste.

C'est pourtant bien cet idéal que l'on cherche de nos jours. Cette épaule qui viendra se présenter sous votre tête parce qu'elle aura deviné qu'elle devait être là à cet instant. Cette main qui se tend

lorsque soudainement on a l'impression de perdre pieds dans un monde où tout va trop vite, trop loin, trop pressés et trop stressés.

Aujourd'hui, les couples ne se forment plus pour « le meilleur et pour le pire », ils restent unis tant que tout va et au moindre obstacle ou à la moindre tentation : « attends, tu descends ici et maintenant », débarqué, comme si rien ne s'était passé, comme si tous les moments de bonheur vécu avaient disparu pour ne laisser place qu'à cet obstacle.

Bon, je résume tout ça très sommairement, mais c'est un peu ça, non ?

Alors vous voici attelé à votre reconstruction, vous vous sentez seul et presque désespéré « que vais-je devenir, comment retrouver quelqu'un? Je n'ai pas le temps entre le boulot, le métro et puis, il faut aussi que je me repose... ».

Je suppose que si vous êtes en train de me lire, c'est que vous avez décidé de vous lancer à la conquête des rencontres, alors allons-y et un peu plus gaiement.

La roue tourne

Eh oui, la roue tourne, mais dans tous les sens.

Hier, vous vous sentiez bien. Presque privilégié par ce que la vie vous avait apporté et, aujourd'hui, pour des raisons que vous seul connaissez (et votre ex), vous vous demandez comment faire de nouvelles rencontres et tout particulièrement des personnes dans la même situation que vous.

Si le monde sentimental a changé, les possibilités de combler le vide laissé ont aussi largement évoluées.

Les possibilités et les offres de rencontres sont immenses. Elles ont littéralement explosé ces dernières années. Nous vivons dans une société

« TGV », tout doit aller vite et ces endroits regroupent pour nous les gens comme nous, et ils en regorgent.

Ici, vous n'entendrez que rarement : « mais je suis déjà avec quelqu'un » ou « je suis déjà mariée », la plupart des personnes que vous rencontrerez sont comme vous à la recherche d'un partenaire, plus ou moins idéal.

Alors, pourquoi finalement s'embêter au risque d'essuyer les plâtres de fréquenter des endroits publics, lorsque l'on peut accéder à un fichier de personnes en quête d'amour, d'affection et de partage.

Quoique vous cherchiez, vous trouverez un moyen de rencontre des personnes se rapportant à vos critères. Mais, parce qu'il y a toujours un mais, il va falloir savoir-faire et bien faire. Dans un monde où tout va vite, aucune rencontre ne peut être improvisée.

D'où l'intérêt de ce guide. Vous aidez à traverser ces étapes dont personne ne vous parle et qui sont pourtant cruciales, peu importe le type de rencontre que vous choisirez.

Car là aussi le choix est important. De nombreuses entreprises de rencontres se sont spécialisées dans certains types de rencontres. Que vous cherchiez une personne de type asiatique, africaine ou slave, vous trouverez des endroits spécialisés dans ce genre de rencontres.

Que vous cherchiez un ou une partenaire occasionnelle, vous trouverez des endroits pour ce genre de rencontre.

Je ne vous dresserais pas la liste de toutes les possibilités offertes, car il me faudrait éditer un annuaire. Mais sachez que tout ce que vous cherchez se trouve quelque part, même votre idéal. Mais pour le rencontrer, il va falloir être rapide, car vous n'êtes pas sans savoir que nous sommes quelques millions de célibataires en France à sans doute rechercher l'amour.

Pourtant, lorsque je vous parle de « notre époque », je dois admettre que cela ne tient pas qu'à notre époque.

Un peu d'histoire...

Eh oui, car finalement, les prémices des rencontres actuelles remontent aux années 60, avec l'apparition des premières « petites annonces » dans certains journaux. Bien que les « clubs de rencontres » existent déjà depuis de nombreuses années, ces « petites annonces » étaient le premier pas vers les rencontres matrimoniales.

Il est vrai qu'avant le 20^e siècle, les mariages étaient encore arrangés et qu'au début les premières décennies de ce siècle furent bouleversées par de nombreuses guerres, d'où, sans doute, l'apparition plus tard de ces annonces.

Ensuite, au début des années 80, ces petites annonces se sont trouvées, non plus dans les journaux, mais sur notre fabuleux « Minitel ». L'ancêtre de nos ordinateurs et des sites de rencontres dans toutes leurs dérivées. Oui, souvenez-vous, enfin si vous l'avez connu, de ce premier réseau de rencontres entre adultes : « le Minitel Rose » ou le fameux : « 3615 Ulla ». D'ailleurs, Ulla existe toujours, mais il vous remplacer le 3615, par www.

Puis, fin des années 80, sont apparues les agences matrimoniales. Celles-ci ont très vite été réglementées afin d'éviter toutes les dérivées. Elles sont reconnues pour être l'un des moyens les plus sûrs de rencontrer quelqu'un.

Ces agences ont pour vocation de mettre en rapport des personnes à la recherche d'une relation stable. Ces agences ont pour la plupart tenue le coup face à la venue de sites de rencontres en ligne en tout genre et ces agences ou réseaux sont également présents sur Internet.

Enfin, fin des années 90, est apparue un nouveau phénomène répondant mot pour mot à notre train de vie : le speed dating.

En français, on dirait « rencontres rapides » ou « rencontres flash ». Le principe est simple. Vous vous inscrivez sur une liste, en fonction des inscrits les organisateurs sélectionnent ceux qui pourraient correspondre entre eux, puis ils vous invitent à une soirée.

Là, vous disposez de quelques minutes pour vous faire une idée des personnes que vous rencontrerez. Au son d'une cloche ou d'un signal sonore, vous passez à la personne suivante. Deux règles sont généralement imposées : ne révéler aucune information personnelle et ne pas révéler votre volonté de revoir quelqu'un ou pas.

À la fin de la soirée, vous transmettez le numéro ou le pseudo de la personne que vous souhaiteriez revoir. Si ce choix est partagé par l'autre personne, les organisateurs vous inviteront à vous retrouver.

Rapide, un peu trop peut-être...

Il existe aussi, ici ou là, des soirées à thèmes dédiées aux célibataires, mais en général aucune présélection n'est faite et vous pouvez rencontrer toutes sortes de personnes, des bienveillantes aux malveillantes.

Dans votre quête, ne perdez jamais de vue votre sécurité, car si le pire n'existe pas pour vous, tant mieux, mais il vaut quand mieux éviter de lui tendre la perche.

Qui suis-je

Je ne vous propose pas ici de me présenter à vous, mais plutôt de vous inciter à vous connaître mieux, car ce sera important pour la suite.

« Ah oui, et en quoi est-ce important, je cherche juste à rencontrer quelqu'un » !

Je sais, mais vous allez rapidement comprendre le but de cet exercice.

Dans les rencontres en tous genres, il est important de nous connaître afin de mieux définir nos propres attentes. Alors, j'avoue

que l'exercice n'est pas facile, car pour une fois, non seulement il va vous falloir vous mettre à nu, mais il va falloir bien vous observer.

Alors, bien entendu, cet exercice sera un peu plus compliqué pour certains hommes qui n'ont pas cette habitude de se regarder dans un miroir, alors que les femmes en général savent presque instinctivement où elles peuvent en trouver un.

Non, bien sûr je plaisante, l'expression « se mettre à nu » sous-entend que vous allez devoir surtout plonger au fond de vous-même et au cœur de votre cœur. Vous allez faire la plus grande introspection de votre vie et enfin savoir comment vous fonctionnez et ce qui vous meut... (Enfin, qui vous fait bouger !)

Pour cela, le plus dur sera d'enlever vos œillères, de déplacer très loin toutes les barrières qui vous entourent et de démonter toutes les palissades et tous les murs qui vous protégeaient (des autres et de vous-même).

Dès que vous avez tout déménagé, trouvez une feuille de papier et un crayon. Euh... prenez plutôt plusieurs feuilles de papier et, pourquoi pas, plusieurs crayons, sait-on jamais !

Maintenant que vous êtes devant cette feuille, séparez-la en deux par un trait, puis notez d'un côté vos points forts, ce que vous croyez être bon en vous, vos traits de caractère positifs, etc. Et de l'autre côté, notez tous vos points faibles et négatifs (mais vous l'aviez déjà deviné).

Commencez par ce qui vous vient instinctivement, puis continuez en repoussant toujours plus votre propre estime, n'ayez peur de rien,

personne ne le verra à part vous, allez au bout sans vous poser de questions.

Si vraiment vous n'y arrivez pas, faites-vous aider par un ou une ami(e).

Mais il vous faudra vous y préparer. Eh oui, vous risquez d'entendre des choses qui ne vous plairont pas. D'ailleurs, à ce propos, si je peux vous donner un conseil, dites d'entrée à cet ami (homme ou femme) que vous ne lui tiendrez rigueur de rien, que vous lui demandez ce service afin qu'il ou elle puisse vous aider à mieux vous cerner. C'est vrai finalement, comment savoir autrement ce que les autres pensent de nous et surtout comment ils nous perçoivent.

Nous avons tous une idée de la personne que nous sommes et de ce que nous voulons transmettre de nous aux autres, mais nous ne savons pas comment ce que nous envoyons est perçu par les autres.

Moi par exemple, je suis une personne assez timide et réservée. Un jour, quelqu'un me dit que je « snobais » les autres, waouh, pas du tout ! Lorsque je vois deux personnes qui discutent entre elles, je n'osais tout simplement pas aller interrompre leur conversation juste

pour les saluer. Comme quoi, demander ne coûte rien, à condition de bien vouloir entendre ce qui est dit.

Maintenant, pour aller plus loin, je vous propose de prendre une autre feuille de papier et d'écrire ce que vous avez réalisé de plus beau dans votre vie.

Vous pouvez noter plusieurs choses, mais écrivez quelque chose. Je peux aussi reformuler la question. Qu'avez-vous su faire dans votre vie qui vous a surpris ?

Vous pouvez, là aussi, à faire appel à vos amis, mais attention, c'est votre dernier joker.

Ensuite, sur cette même page ou sur une autre, écrivez ce que vous attendez réellement de votre vie dans les prochaines années. Comment vous voyez-vous, avec qui, où, etc.

Vous pouvez faire cela de manière chronologique : dans un an, dans deux ans, 5 ans et 10 ans par exemple. Ce sera largement suffisant.

Laissez-vous aller et apprenez à vous découvrir et à vous connaître, c'est l'occasion ou jamais.

Avez-vous rempli vos pages ? Avez-vous réussi à établir une liste de vos points forts et de vos points faibles, de ce que vous avez réalisé jusque-là, mais aussi de ce que vous voulez faire dans les dix prochaines années ? Alors, en route pour la suite !

Qui cherchez vous

Vous allez commencer à comprendre le but des exercices précédents, car lorsque l'on recherche quelqu'un, comment le ou la

définir lorsque nous ne sommes même pas en mesure de définir qui nous sommes.

Bien entendu, les différentes listes et ce que vos amis auront dit de vous ne suffiront pas à vraiment vous connaître, mais vous avez déjà un bon aperçu de votre personnalité et de vos attentes.

Lorsque je vous disais qu'il était important de nous connaître avant de définir la personne que l'on cherche, c'est tout simplement parce que les personnes que nous recherchons peuvent se classer en quatre catégories sommaires.

- **L'idéal** : la personne qui sait tout de nous, qui sait quand on va bien, mais qui sait aussi ce qu'elle doit faire quand on va moins bien. Celle qui fait tout sans que nous ayons à demander, celle qui a les mêmes envies que nous au même moment, c'est elle, cette épaule et cette main qui vient à point nommé. Notre idéal, un peu utopique, mais ça existe... oups, pardon !
- **L'âme sœur** : celle qui est comme nous, avec les mêmes défauts, les mêmes qualités (attention aux étincelles). Celle avec qui on peut tout partager, car on est pareil et donc forcément on se comprend bien. Ce genre de rencontre peut être très intense

et très fusionnelle, mais comme toute chose intense, tout peut disjoncter à tout moment, surtout lorsqu'un des aspects négatifs de vos personnalités prend le dessus. Commence alors une sorte de compétition qui peut-elle encore être très productive pour

vosre relation ou totalement destructive. Tout dépendra de vos réactions à chacun. Si l'amour l'emporte sur le caractère ou pas.

- **Votre moitié** : par définition, ce sera la personne qui aura les qualités de vos défauts et les défauts de vos qualités. Votre âme sœur, mais à l'opposé. Rien à voir, sauf une parfaite complémentarité. Vous êtes deux êtres totalement différents, mais vous ne faites qu'un au point de friser la perfection. Sauf que, selon les qualités de chacun et leurs évolutions, les opposés s'ils s'attirent peuvent aussi se repousser. Si vous êtes mou et patient et elle autoritaire et impatiente, je vous laisse deviner la suite...
- **La compagne ou le compagnon parfait** : la personne qui vous laissera vivre tant que vous la laisserez vivre. Vous vous entendez super bien parce que vous ne vous cherchez pas de poux sur la tête. Tout va bien dans le meilleur de monde, surtout si on arriva à ne pas trop se compliquer l'existence. Vous êtes en général là l'un pour l'autre sauf quand l'un ou l'autre n'est pas là, justement. Mais là encore, ce n'est pas grave, on a juste besoin de le savoir pour pouvoir continuer à avancer. C'est un peu la relation de complaisance, on est bien ensemble sans qu'il n'y ait aucune étincelle ni aucune flamme, mais on n'est pas seul...

Je dois admettre que c'est un peu tiré par les cheveux, mais toujours est-il que ce sont là les principales catégories de relations que l'on peut partager.

Certaines se chevauchent et vous pouvez passer avec la même personne d'une catégorie à l'autre (c'est un peu plus rare de nos jours, mais nous sommes là pour y croire).

Alors, armé de vos propres listes, commencez à ébaucher la personne qui vous correspondrait le plus. Encadrez les qualités que vous aimeriez voir chez votre partenaire, les traits de caractère, ses passions, etc.

Je vous fais confiance pour penser à l'aspect physique, à la localisation, mais aussi aux enfants.

Êtes-vous disposé(e) à déménager (tiens encore !), accepteriez-vous ses enfants ? Ce sont là toutes les questions qu'il faut vous poser avant afin de vous parer à toutes les situations.

Tous ces éléments seront importants, et ce, indépendamment du moyen de rencontres que vous utiliserez. Avoir tout cela en tête vous permettra lors d'un « speed dating » de savoir ce que vous allez répondre. Lorsque vous vous inscrirez dans une agence matrimoniale, ceci vous permettra de mieux répondre aux questions qui vous seront posées afin d'établir votre profil. Et sur un site de rencontre en ligne, cela vous permettra de créer un bon profil, mais aussi de bien définir celle ou celui que vous recherchez.

Ensuite, lorsque l'heure de la rencontre aura sonné, vous serez armé, enfin presque, car il reste encore quelques étapes importantes.

Posez des questions

Là aussi, les exercices précédents ont leur importance. Vous savez qui vous cherchez à rencontrer et vous savez également ce que vous voulez réaliser dans les années à venir. Sans doute que dans vos listes, votre partenaire apparaît à un moment. Il va donc être temps de le trouver, mais surtout le déceler et de ne pas le laisser s'échapper.

Il faudra pour cela lui poser des questions. Pour lui permettre de s'exprimer librement afin de pouvoir définir si il ou elle répond à vos attentes.

Rappelez-vous tout va vite et qu'il ne faut pas laisser passer votre chance, d'autres attendent et vous qu'une seule possibilité de faire bonne impression.

Il est donc très important de préparer vos questions. Le fait de les préparer ne sous-entend pas qu'il faudra les enchaîner comme dans l'émission « tournez manège ». Préparer vos questions veut dire que vous ne devez pas être dépourvu à un seul moment. Vous avez le temps pour regarder l'autre dans le blanc des yeux pendant un long moment de silence, mais pas lors d'une première rencontre.

Par contre, si vous préparez vos questions, je vous recommande également de préparer vos propres réponses à vos questions. Lorsque je vous parlais d'être pris au dépourvu à l'instant, sachez qu'un grand nombre de personnes ont pour tendance à vous retourner la question que vous venez de leur poser. C'est un aveu et c'est aussi mon deuxième conseil.

Si vous souhaitez retourner une question posée par votre contact, temporez un peu ou reformulez-la si vous êtes réellement pris(e) au dépourvu.

En découle mon troisième conseil, ne soyez jamais dépourvu de questions, préparez-en plus que de raison, celles qui ne seront pas posées lors de la première rencontre pourront l'être lors du prochain rendez-vous.

Mon conseil suivant est simple, écoutez ce que l'autre vous dit. La personne en face de vous vous livrera un grand nombre d'informations et lorsque le silence se fera ressentir vous aurez matière à rebondir. Quelqu'un un jour m'a dit : « tu as une bouche et deux oreilles, tu dois donc écouter deux fois plus que tu ne parles » !

Venons-en maintenant à l'art de poser des questions. Il existe deux principaux types de questions. Les questions ouvertes, qui invitent l'autre à s'exprimer en formulant des phrases ou les questions fermées, celles auxquelles on ne peut répondre que par oui ou par non.

Voici quelques exemples de questions ouvertes :

- Que faites-vous dans la vie
- D'où êtes-vous ?
- Qu'attendez-vous réellement d'un partenaire de vie ?
- Quel est votre idéal masculin ou féminin ?
- Quelle est votre plus grande déception ?
- D'après vous, pourquoi êtes-vous toujours célibataire ? (oups, question à utiliser avec prudence)
- Etc.

Voici quelques exemples de questions fermées :

- Vous êtes de la région ?
- Quel âge avez-vous ?
- Vous avez des enfants ?
- Vous avez trouvé ce restaurant facilement ?
- Etc.

Certaines personnes, surtout certaines femmes, bien que certains hommes aussi, sont bavardes et, dans le cadre d'une question fermée, elles seront capables de vous raconter leur vie. Écoutez-les tout simplement. Le moment de la fameuse remarque viendra : « ha, mais je parle, je parle, mais, et vous alors, racontez-moi ? ».

Si à cet instant vous rebondissez sur un seul des propos que vous venez de recevoir, vous êtes repartis pour un tour. Encore une fois, plus vous laisserez la personne s'exprimer, plus vous en apprendrez à son sujet et plus elle vous trouvera sympathique. Eh oui, les bavards aiment les gens qui savent écouter.

Ceci étant, rien ne dit que cette personne est bavarde de nature, peut-être se sent elle simplement à l'aise avec vous, ce qui l'amène à s'exprimer aussi librement.

Usez des relances et rebondissez sur ce qu'elle vient de vous dire. Cela prouvera que vous êtes à l'écoute, mais aussi que vous trouvez tout cela intéressant.

Voici quelques phrases de relances et de rebonds :

- Ah, c'est intéressant, mais peux-tu m'en dire plus sur... ?
- C'est-à-dire ?

- Qu'entends-tu par ... ?
- Est-ce que tu peux détailler ?
- Etc.

N'oubliez pas les silences. Parfois, un silence peut être essentiel à une conversation. Il ne faut pas qu'il dure de longues minutes, mais un silence de quelques secondes est parfois agréable.

Ne mitraillez pas l'autre de vos questions parce que vous les avez préparés, préférez toujours suivre le fil de la conversation plutôt que de poser une nouvelle question surtout si elle vous fait passer du « coq à l'âne ».

Avez-vous noté quelque chose de particulier dans mes exemples?

Non ?

Bon, j'ouvre une petite parenthèse concernant le tutoiement. Si la personne vous vouvoie ou vous tutoie d'entrée de jeu, respectez son choix. Par contre, ne le faites pas. Préférez faire connaissance avant tout, en toute courtoisie et en toute politesse. Bien que ce soit de moins vu de nos jours comme un manquement quelconque, posez plutôt la question avant de l'imposer, surtout les hommes.

Le style décontracté : « salut, ça boume ? » est un peu bof. Par contre : « bonsoir, ravi de faire votre connaissance » passera bien mieux 9 fois sur 10.

Bien, vous avez préparé votre liste de questions, passons maintenant à la préparation de vos réponses.

Préparez vos réponses

Ici aussi, les exercices précédents vous permettent d'avoir déjà de nombreux éléments de réponses puisque vos questions en sont issues directement ou indirectement. Je vais donc plutôt vous donner quelques conseils de formulations pour vos questions.

Soyez Positifs

Lorsque je vous dis qu'il faut être positif, cela ne se limite pas qu'à vos réponses.

Être positif veut dire évoquer ce que vous aimez et pas ce que vous détestez le plus au monde. Certaines personnes expriment tellement de négatifs, qu'elles en deviennent râleuses.

- « il fait beau aujourd'hui »

- « Ah ouais, y a du soleil, mais qu'est-ce qu'il fait chaud, on peut rien faire par ce temps... »

Et comment réagirait cette personne s'il ne faisait pas beau.

- « quelle pluie aujourd'hui »

- « Pff, c'est trop mouillé partout, pas moyen de sortir, vivement qu'il fasse beau... »

Eh oui, quand il fait beau, le soleil tape, normal, il brille. Mais quand il pleut, on ne peut rien faire dehors. Voici ma réponse à la pluie :

- « ah oui, il était temps après cette sécheresse. Bon c'est sûr, ce temps restreint un peu les activités, mais il me permet de faire des choses à l'intérieur que j'avais mises de côté pendant les beaux jours. Je dois avouer que le plus important est de reconstituer nos réserves d'eau... »

C'est un exemple parmi d'autres, par contre ne rédigez pas vos réponses de la même manière, il faut qu'elles viennent naturellement dans une conversation.

Ne les apprenez pas par cœur, cela ne servirait à rien.

Puisque nous sommes dans le positif, je profite de l'occasion pour ouvrir une parenthèse.

« La positive attitude », vous avez déjà entendu cette expression et peut-être même la chanson. Cette attitude est aussi importante, bien sûr, pas sur internet, là vous pouvez même être en pyjama, affalé dans votre canapé, devant votre écran, personne, à moins d'une session webcam surprise, ne pourra le constater.

Soyez à l'aise

Oui, mais pas trop ! Lorsque vous êtes en rendez-vous, évitez de vous affaler sur votre chaise ou de vous écrouler sur la table. Vous pouvez être le plus beau des parleurs, dans cette position, personne ne vous croira. Tenez-vous bien sur votre chaise. Ni trop raide (pour ne pas paraître coincé) ni trop tordu (la vie me torture), droit, et à l'aise, histoire de faire preuve de toute la confiance que vous avez en vous.

Évitez les curages en tous genres (nez, dents), prévoyez de le faire avant.

Évitez également de vous gratter un peu partout surtout les parties génitales et postérieures, si vos démangeaisons deviennent intenable, faites une pause et cachez-vous vite aux toilettes. Bon, je pense que ça coule de source, mais le préciser ne fera de mal à personne.

Ne vous préoccupez pas du reste. De ce bouton que vous avez découvert sur votre visage ce matin au réveil (ha tiens comme par hasard), ne vous préoccupez pas plus de vos aisselles qui dégoulinent sous la chaleur de l'endroit et surtout de la pression que vous avez-vous. Votre chemise ou votre chemisier commence à éponger votre transpiration, ce n'est pas grave.

Plus vous chercherez à masquer ces petits défauts, plus ils se verront, détendez-vous, vous n'êtes pas seul(e) à rencontrer ce genre de problème. Mettez-vous à ma place. Lorsque j'ai chaud ou que je suis particulièrement stressé, le premier endroit qui transpire est mon visage. Si Pinocchio lorsqu'il mentait avait eu un orteil qui gonflait,

personne n'aurait pu s'en apercevoir, alors que le nez, ça, personne ne peut l'ignorer.

Conclusion

Ces moments ne sont pas faciles, malgré l'humour que j'ai voulu donner à ce rapport. Vous sortez sans doute d'une déception, ou pire, et vous devez tout faire pour reconstruire votre vie. Il y aura encore des moments difficiles, mais dites-vous toujours que le meilleur reste à venir tant que vous décidez d'avancer.

Ne vous méprenez pas, les premiers rendez-vous ne seront sans doute pas les meilleurs, mais vous rencontrerez du monde, vous vous lierez d'amitié avec certaines personnes et en oublierez d'autres complètement.

Et un jour, vous aurez ce pincement au cœur, celui qui vous dira « ça y est, c'est elle (oups « ou lui ») ». C'est ça, le monde des rencontres, elles peuvent aboutir à mille et une choses, mais elles rempliront votre vie de petits moments de bonheur, de quelques déceptions et un jour, tout sera réuni et vous aurez trouvé celle ou celui que vous attendiez.

N'oubliez pas, soyez toujours vous-même en toute honnêteté, c'est le seul moyen d'y arriver.

A votre plus grand bonheur.

[AFFILIPAYE](#)