

Séduire une jolie fille,
la formule complète en 13 étapes

SÉDUIRE UNE JOLIE FILLE

La formule complète en 13 étapes



Méthode pour séduire une jolie fille, du premier contact au passage à l'acte

SE SEDUCTION EFFICACE

--
Seduction-Efficace.com

Sommaire

Introduction.....	2
Étape préliminaire : les fondamentaux de l'attirance.....	7
Étape 1 : L'approche.....	16
Étape 2 : Les messages (textos/tchat).....	26
Étape 3 : Créer une connexion.....	37
Étape 4 : Communiquer vos intentions.....	44
Étape 5 : Créer une connexion plus profonde.....	48
Étape 6 : Changer d'endroit.....	51
Étape 7 : Rendre l'interaction plus intime.....	53
Étape 8 : Les textos avant le second rendez-vous.....	59
Étape 9 : Le second rendez-vous.....	61
Étape 10 : Une fois devant chez vous, ou chez elle.....	64
Étape 11 : Une fois chez vous.....	67
Étape 12 : L'escalade sexuelle.....	69
Étape 13 : l'acte sexuel.....	71
Conclusion.....	73
Mentions légales.....	75

Introduction

Félicitations, vous allez bientôt faire partie du peu de mecs qui savent comment s'y prendre pour concrétiser avec une jolie fille de manière efficace. Sans vous prendre la tête avec des techniques qui ne fonctionnent pas. Sans vous prendre la tête avec du superflu.

Car vous l'avez sans doute remarqué : sur le web et dans la vie en général, on trouve de tout. Tout un tas de techniques et stratégies sur l'art de séduire les femmes.

Sauf que dans tout ça, on ne sait pas lesquelles choisir. Lesquelles sont les plus efficaces. Et on se sent un peu perdu. Voire complètement. Et on fait une overdose d'informations.

Ça m'est arrivé quand j'ai découvert l'univers de la séduction. Je consultais différents sites web, différents forums, et ce en différentes langues.

Bref, je consommais trop de contenu. Je cherchais désespérément des réponses à mes questions. Je trouvais différentes réponses. Qui parfois se contredisaient. Ça vous est probablement déjà arrivé.

Du coup, vous vous demandez laquelle est la bonne réponse. Laquelle s'applique à votre cas. Bref, vous vous torturez l'esprit à trouver LA solution.

La méthode que vous avez sous les yeux est une formule tout en un, destinée à vous faire séduire une jolie fille de la manière la plus simple possible.

Je l'ai justement conçue de manière à ce que vous ne fassiez pas une overdose d'informations. Et que vous compreniez comment tout ça fonctionne le plus rapidement et le plus simplement possible.

Cette formule en 13 étapes est une série de 13 étapes pour concrétiser avec une fille, du stade où vous ne la connaissez pas (ou plutôt où elle ne vous connaît pas), au stade où vous couchez avec elle. Et même au stade où vous débutez une relation sérieuse avec elle.

Car donner envie à une fille d'entamer une relation sérieuse, ça va plus loin que de simplement la baiser. Certains trucs en plus sont nécessaires. C'est ce que je vous expliquerai à la fin de ce guide.

Beaucoup de filles couchent avec des mecs tout le temps, même si

elles ne l'avouent pas. Des mecs qu'elles ne revoient jamais par la suite. Des mecs qu'elles rencontrent en bar, en boîte de nuit, dans la journée, sur Tinder et sur les sites de rencontres en général. Et il n'y a rien de mal à ça.

Si vous n'avez pas masse d'expérience avec les femmes, c'est souvent bien d'expérimenter ce genre de trucs. Vous éclater, faire ce que bon vous semble sans vous prendre la tête.

Par contre, ce n'est souvent pas de cette façon qu'on construit une vraie relation avec une fille.

À travers cette formule, vous allez apprendre comment trouver l'équilibre entre le mec qui ne peut avoir que des coups d'un soir, et le mec qui malgré des dizaines de rendez-vous n'arrive jamais à conclure, ou se retrouve tout le temps en friend zone.

Vous allez découvrir comment être un homme séduisant, respecté par les femmes, mais qui sait comment s'y prendre pour aller plus loin que simplement les mettre dans son lit.

En mettant en pratique cette formule, vous allez susciter toute cette excitation et attirance qu'une fille ressent en présence d'un badboy avec lequel elle voudrait simplement baiser. Mais vous

allez aussi bâtir une connexion et un engagement qui feront que votre relation sera plus qu'une simple aventure d'un soir.

Après une multitude d'essais et d'erreurs, je vous livre une formule prête à l'emploi, simple et efficace. En général, deux rendez-vous suffisent pour coucher avec une fille tout en étant considéré comme plus qu'une simple aventure d'un soir.

Au cours du premier rendez-vous, vous prenez le temps de connaître la fille. Vous manifestez vos intentions autour d'un café ou d'un verre.

Durant le second rendez-vous, vous emmenez la fille pour une sorte de mini aventure en lui montrant qu'il n'y a pas que le sexe qui vous intéresse chez elle. Tout en veillant à lui faire prendre conscience que vous êtes plus qu'un ami.

Bien entendu, il n'est pas nécessaire de suivre cette formule à la lettre. En séduction, rien n'est immuable. On peut toujours sortir des sentiers battus et faire entorse à la règle.

Les gens ne sont pas des machines et on ne peut pas prédire comment va se dérouler une interaction.

C'est votre boulot d'assimiler les fondamentaux, l'état d'esprit et la structure que je vais vous livrer, et de l'adapter à votre personnalité

et votre environnement, mais aussi à la fille que vous voulez séduire.

Dans tous les cas, même si certains détails peuvent varier ici et là, suivre ces 13 étapes vous placera toujours dans une position avantageuse par rapport aux autres mecs. Et vous mettra dans de bonnes conditions pour obtenir ce que vous voulez avec les filles qui vous plaisent.

Étape préliminaire :

Les fondamentaux de l'attirance :

Avant de commencer et de rentrer dans le vif du sujet, je tiens à vous parler des fondamentaux que vous devez acquérir pour appliquer les étapes de cette formule avec succès :

Vous l'avez peut-être remarqué : l'attirance homme-femme n'a souvent rien à voir avec tout ce qu'on nous a laissé penser à travers les films et dessins animés, les médias, la famille, les amis, bref la société en général.

Le résultat ? La plupart des mecs essaient de montrer aux filles qu'ils sont assez biens pour elles, plutôt que d'assumer que c'est effectivement le cas et de déterminer si la fille leur convient.

Autrement dit, la plupart des mecs font complètement l'inverse de ce qu'ils devraient faire. Ils se positionnent en demandeur. Au lieu de se positionner en décideur, en personne qui a le choix et qui choisit ce qui lui convient.

La plupart des mecs s'investissent à fond - que ce soit émotionnellement ou financièrement - dans une fille avant même de savoir si elle en vaut la peine. En la connaissant à peine ! Ils font en sorte d'être super gentils. Et ce faisant ils paraissent dans le besoin.

En fait, tout comme les mecs, qui aiment sortir et rencontrer de nouvelles personnes, les femmes aiment l'excitation qu'amènent les nouvelles rencontres.

Elles adorent toute la partie séduction qui précède la conquête en elle-même. Vous l'avez remarqué, ça n'a rien à voir avec cette idée qu'on retrouve dans les Walt Disney ou dans les films romantiques à l'eau de rose selon laquelle l'homme doit tout faire pour convaincre la fille qu'il est fait pour elle.

Dans la réalité, c'est l'inverse : l'attraction réside dans la tension. Cette tension qui se crée quand vous repoussez la fille. Ou quand c'est elle qui vous repousse. C'est cette tension qui suscite l'excitation dont les filles raffolent. Et dont les séducteurs raffolent aussi. Moi le premier.

Vous avez besoin de faire ressentir à la fille qu'elle vous intéresse (c'est qu'on appelle un pull - vous la tirez vers vous). Mais aussi de lui faire ressentir que vous n'avez pas besoin d'elle et que

finalement elle ne vous intéresse pas plus que ça (c'est ce qu'on appelle un push - vous la repoussez).

Un homme qui n'a pas peur de montrer ses intentions à une femme, mais qui est aussi ouvert, authentique, détendu et honnête, c'est ultra attirant.

Voici les 4 composantes d'un comportement qui vous permet d'installer ce genre d'atmosphère si propice à une séduction efficace. Plus vous serez détendu et à l'aise avec vous-même et avec les femmes, plus vous vous comporterez naturellement de cette manière :

1. La taquinerie :

Un mec qui taquine une fille la place rarement sur un piédestal. La taquinerie est le comportement diamétralement opposé à l'idéalisation.

Quand vous taquinez une fille, vous lui montrez que vous n'essayez pas d'adapter votre comportement pour être super gentil et super sympa.

Vous déconnez avec elle comme si c'était une amie ou votre petite

soeur.

Attention : taquiner, ça ne veut pas dire rabaïsser (c'est une erreur que commettent beaucoup de mecs quand ils découvrent la séduction).

Ce que j'entends par taquiner, c'est faire une remarque ou une plaisanterie sur la fille - ou sur la situation - que vous balancez avec un petit sourire en coin, un petit sourire malin et excitant, accompagnée d'une étincelle dans vos yeux. Dit comme ça, ça fait un peu poétique, mais c'est comme ça que ça marche.

Voici une astuce concrète pour taquiner une fille efficacement :

Quand elle vous dit quelque chose qui pourrait laisser penser qu'elle est attirée par vous, vous vous servez de ce quelque chose pour la taquiner.

Vous faites exprès d'interpréter les choses qu'elle vous dit comme des choses qui montrent qu'elle essaie de vous draguer. Vous faites exprès de mal interpréter.

De manière à lui faire croire dans votre taquinerie que vous pensez qu'elle vous drague. Ou de la faire passer pour une fille un peu maladroite. Ou pour une sale gosse (dans le sens fun du terme bien

sûr).

2. Le défi :

Les belles femmes ont l'habitude que les mecs cèdent à tous leurs caprices, à tous leur désirs... Et qu'ils soient d'accord avec tout ce qu'elles leur disent.

Or, c'est le genre de comportement d'une personne qui n'est pas authentique. Qui n'est pas vraie. Comment pouvez-vous établir une connexion avec une personne quand vous rejetez toutes votre croyances pour lui plaire et pour ne pas la blesser ?

Les filles ne sont pas en sucre. Certes, ce sont des êtres fragiles, mais pas à ce point-là... Elles peuvent bien rencontrer quelques difficultés.

Elles peuvent être un peu bouleversées. Exprimez vos opinions avec confiance, sans entrer dans un conflit agressif et sans être trop réactif.

3. Le Push-Pull (ou Pull-Push) :

Le fameux push-pull consiste à alterner un compliment ou une

initiative qui montre à la fille qu'elle vous plaît (pull) avec une taquinerie (push).

L'intérêt ? Vous ne paraissez pas dans le besoin. Vous montrez à la fille que vous la voulez, mais que vous n'avez pas non plus besoin d'elle.

4. La connaissance :

Bien sûr, les femmes apprécient l'attraction physique, mais beaucoup moins que nous les hommes.

Ce qui les excite davantage, et bien plus que les hommes, c'est ce qui rentre dans leurs oreilles et dans leur esprit. Concrètement, ce genre de comportements : raconter des histoires intéressantes, faire rire les gens autour de vous, apprendre des choses aux gens... tout ça, ça attire les femmes.

C'est la raison pour laquelle vous devez avoir une vie riche et excitante en dehors de la séduction. Vous ne devez pas vivre que pour les femmes.

Investissez dans vos passions, testez de nouveaux hobbies. Sortez de votre zone de confort. Repoussez vos limites de manière à vivre

une vie intéressante dont vous êtes acteur.

Ayez ces 4 fondamentaux en tête. Ce sont les états d'esprit et les manières d'être des hommes attirants.

En agissant dans ce cadre de référence, vous allez facilement et naturellement développer les traits suivants :

1. La qualification :

Vous êtes celui qui choisit, plutôt que celui qui attend en espérant être choisi.

Vous ne jugez pas les filles. Vous ne leur faites pas subir un interrogatoire de police. Vous savez simplement que vous pouvez partir à tout moment. Il y a une multitude d'autres filles que vous pourriez rencontrer et avec lesquelles vous pourriez passer des moments inoubliables.

Concrètement, la fille devrait en faire deux fois plus que vous. C'est idéal. Vous devez faire en sorte qu'elle s'investisse deux fois plus que vous dans l'interaction. Puis dans la relation.

2. La positivité :

La positivité est contagieuse. Être positif, c'est du gagnant-gagnant. Ça ne vaut pas dire que vous devez afficher un sourire con 24h/24 et prendre des cours de gymnastique mentale pour considérer tout ce que vous voyez comme des trucs géniaux.

Ce que j'entends par être positif, c'est simplement chercher à créer et donner de la valeur. Vous partagez vos passions, vous écoutez avec attention quand les autres partagent les leurs, vous faites en sorte que les gens autour de vous se sentent bien. C'est la base du charisme.

3. Une vie passionnante :

Le mec qui aborde sa journée avec détermination et passe à l'action, poursuit ses rêves même en présence de risques et d'incertitudes est attirant.

Dans notre vie, on a un nombre de jours limités. Mais pendant combien de ces journées essaie-t-on réellement de vivre à fond ?

Pensez à tout ce que vous voulez dans la vie, au-delà des femmes : passer du temps avec vos amis, faire un métier qui vous plaît et qui est basé sur vos passions, expérimenter de nouvelles choses,

améliorer le monde. Passez à l'action dans chacun de ces domaines.

4. Le sang-froid :

Les gens ont tendance à devenir hautement émotionnels et à prendre les choses beaucoup trop au sérieux quand il s'agit de la drague.

Placez-vous dans le haut du panier en étant stable et solide comme un roc. En étant cette force immuable à laquelle votre copine peut se raccrocher, et s'attacher en cas de tempête.

Une femme veut savoir si vous pouvez rester calme et centré sur vous-même en cas de sauts d'humeur et situations inattendues.

5. La prise d'initiative :

Autrement dit : mener, être un leader. Le processus de séduction, c'est comme une danse dans laquelle l'homme mène et la femme suit. À chaque fois que l'interaction entre vous et la fille peut être passée au niveau supérieur, vous devez assumer cette responsabilité et passer à l'action comme un homme.

Vous devez amener les choses là où vous voulez qu'elles aillent.

Etape 1 :

L'approche :

Ah la la... La fameuse phase d'approche. Celle qui pose problème à la plupart des mecs...

Je pourrai en écrire des tonnes sur le sujet, mais vous l'avez compris, ce n'est pas l'objectif de cette méthode. Ici, je vais aller à l'essentiel.

On va voir ensemble les lieux de prédilection où rencontrer des femmes. Et vous vous en doutez : je n'ai gardé que les lieux où vous pourrez rencontrer des filles en masse :

La rue, les bars et boîtes de nuit, et votre école / boulot.

À la fac / au boulot :

Que ce soit au lycée, à la fac ou au boulot, il vous est sûrement déjà arrivé de repérer une fille et de vous mettre en tête de la choper.

Peut-être que c'est le cas aujourd'hui.

Seulement voilà, vous ignorez comment passer les choses au

niveau supérieur. Surtout si elle est dans votre classe ou dans votre groupe de travail et que vous la voyez tous les jours depuis le début de l'année.

Et c'est à peine si maintenant elle ne fait plus vraiment attention à vous. Comme la plupart des mecs de la classe ou du boulot.

Ce n'est pas la situation la plus facile. Je préfère de loin approcher de nouvelles filles dans la rue ou en soirées. Car ici, vous devez faire les choses de manière plus subtile. Vous ne pouvez pas vous permettre d'être cash.

Et vous devez d'abord fournir des efforts pour changer l'image que la fille a de vous.

Alors qu'avec une nouvelle fille, vous partez de zéro. Vous pouvez construire facilement l'image de vous que vous souhaitez lui communiquer.

Si vous vous trouvez dans cette situation, voici une stratégie à adopter :

1) Vous lui envoyez une pique qui lui met la puce à l'oreille, qui lui fait comprendre que vous trouvez qu'il y a quelque chose de spécial à propos d'elle.

Par exemple un compliment que vous lui faites quand vous lui dites bonjour le matin ou quand vous la croisez à un moment de la

journée :

"J'aime bien ton maquillage" / "J'aime bien ton haut" / "J'aime bien tes chaussures" / etc...

Surtout pas un compliment sur le physique, du genre *"Tu es trop belle aujourd'hui" / "Tu es jolie"*. Ce genre de compliment, ça ne démontre pas une grande intelligence sociale et ça manque cruellement d'originalité.

Alors qu'un complément sur un élément de son style, c'est un compliment qui porte sur un de ses choix, et donc indirectement sur sa personnalité.

Et vous vous arrêtez là. L'objectif est de lui faire ressentir des émotions positives, liées à vous.

Après ça, quand vous lui dites bonjour, soyez un peu plus tactile (en posant une main sur son bras ou sur son épaule quand vous lui faites la bise). Elle vous verra déjà différemment.

2) Ensuite, lors de vos prochaines discussions avec elle, vous allez faire en sorte de la taquiner. Et vous allez vous montrer plus tactile qu'auparavant (par exemple en la repoussant légèrement d'un air légèrement moqueur quand elle vous dit quelque chose sur lequel vous pouvez la vanner).

Quand vous discutez avec elle, regardez-la bien profondément dans les yeux. Elle sentira que quelque chose est en train de se passer entre vous. Elle sentira une tension sexuelle se créer.

3) Pour lui proposer un rendez-vous, surtout si vous le faites en direct (c'est-à-dire pas par texto ou par tchat), vous allez vous y prendre de manière relativement subtile. De manière à ce qu'elle ne perçoive pas ça comme un rendez-vous.

C'est particulièrement valable si c'est une collègue à vous. Ce faisant, si elle refuse, vous ne pourrez pas dire qu'elle vous a rejeté ou qu'elle vous a mis un râteau.

Voici un exemple de proposition subtile de rendez-vous :

"Je vais aller faire du shopping demain soir, tu veux m'accompagner ?"

Si vous avez l'anniversaire d'une amie de prévu prochainement, utilisez-le à votre avantage :

"Je dois acheter un cadeau pour une amie, et j'aurais besoin d'un avis féminin histoire de pas faire de bêtise"

Pour la proposition de rendez-vous par sms, on verra ça à l'étape suivante.

Et vous ne connaissez pas encore la fille de votre fac ou de votre boulot, comment faire ?

Le must dans ces cas là, c'est de vous faire pote avec un de ses amis. Puis de faire en sorte de vous retrouver en présence de son ami(e) en même temps qu'elle, afin de faire connaissance.

Sinon, vous pouvez toujours utiliser une approche cash ou indirecte, mais c'est plus risqué.

Dans la rue :

Ce qui est bien dans la rue, c'est que si vous vous faites rejeter (et encore, ce terme est un peu fort, vous ne vous faites jamais vraiment "rejeter", car la fille vous dira tout simplement qu'elle n'est pas intéressée, avec un sourire), la prochaine n'est jamais très loin.

La rue, c'est un terrain de chasse infini. Vous croisez toujours des filles différentes. Toujours de nouvelles filles à aborder.

Pour approcher une inconnue dans la rue, ce n'est pas compliqué :

Vous utilisez une approche directe. Vous y allez cash. Une simple phrase comme *"J'aime bien ton style"* ou *"Je te trouve mignonne"* suffit.

Pourquoi utiliser une approche directe quand vous abordez une fille dans la rue ? Parce que c'est la manière la plus naturelle de procéder.

Mettez-vous à la place d'une fille qui marche dans la rue : entre un mec qui vous approche en utilisant une approche indirecte (par exemple en vous demandant son chemin, ou en vous demandant un conseil de cadeau pour sa petite soeur) puis qu'après essaie de prolonger la conversation de manière bizarre ; et un mec qui est honnête et exprime son intention, lequel vous paraît être le plus confiant ? Lequel vous paraît être le plus authentique ? Le plus viril ?

C'est comme les mecs qui essaient d'être amis avec une fille pour ensuite la séduire. Ça ne marche pas. Ça ne fait pas honnête. Comme si le gars essayait d'éviter la difficulté. Comme s'il avait peur de dire ce qu'il pense. Peur de l'échec. Les femmes sont attirées par les hommes qui ont des couilles !

Donc concernant la phrase d'approche, vous n'avez pas besoin de vous prendre la tête.

La clé, c'est de la dire de manière détendue en respectant ces 3 points :

- sourire : la fille saura tout de suite pourquoi vous êtes là.
- poser votre voix : ne pas parler à toute vitesse, parler d'une voix sensuelle.

- parler suffisamment fort : il n'y a rien de pire quand une fille vous dit de répéter votre phrase d'approche parce qu'elle n'a pas entendu...

Ensuite, au lieu de poser des questions à la con et transformer l'interaction en interrogatoire de police, vous allez transformer vos questions en affirmations. En utilisant la technique de l'affirmation.

Cette technique, dont je parle souvent sur Séduction Efficace, vous permet de ne pas passer pour un mec dans le besoin. Elle consiste à remplacer une question que vous voulez poser à la fille par une affirmation. Comme si vous aviez deviné la réponse à la question que vous vouliez lui poser.

Comparez *"Tu viens d'où ?"* et *"Toi tu ne viens pas de Paris."*

Comparez *"Tu fais quoi comme études ?"* et *"Toi tu fais des études de mathématiques."*

Vous arrivez à voir la différence.

Les affirmations sont plus fun. Elles dynamisent la conversation. Et forcent la fille à répondre, mais pas de la même manière qu'une question.

Bref, je ne vais pas vous expliquer la théorie du pourquoi et du comment. Je vous laisse vous familiariser avec cette technique. Vous pouvez même l'utiliser sur vos amis ou sur des connaissances pour vous entraîner.

Pour prendre le numéro de la fille après avoir discuté plusieurs minutes et lui avoir démontré vos qualités, encore une fois soyez cash : vous lui dites simplement que vous avez envie de l'emmener boire un café plus tard dans la semaine. Puis vous ne dites plus rien.

Vous attendez sa réponse.

Si elle n'émet pas d'objection, sortez votre téléphone et prenez son numéro.

Si elle refuse, continuez à discuter avec elle et retentez plus tard.

En boîte de nuit / en bar :

En boîte de nuit, même si les approches directes peuvent fonctionner si vous vous y prenez bien et que vous arrivez à développer votre sens de l'observation pour repérer les filles intéressées, je vous conseille de commencer par des approches indirectes.

Pour les raisons suivantes :

1. Une boîte de nuit n'est pas un terrain de chasse illimité, au bout d'un moment vous aurez abordé toutes les filles. Mais pire : au fur

et à mesure, les filles vous verront enchaîner les râteaux et vous serez grillé.

2. En boîte, une fille est souvent entourée de ses ami(e)s, et pour ne pas passer pour une fille facile elle aura tendance à vous rejeter si vous l'approchez avec une approche directe.

Vous allez donc privilégier des approches indirectes. Abordez aussi bien les groupes que les filles seules.

Servez-vous du contexte. Utilisez votre sens de l'observation. Comment sont-elles habillées ? Comment se comportent-elles ? Qu'est-ce qu'elles boivent ?

Quelques exemples :

"Vous êtes habillées quasiment pareil, c'est fait exprès ?"

"J'aime bien la façon dont vous êtes habillées, ça change des autres filles de la soirée"

"Vous buvez toutes la même chose ? C'est qui qui a copié sur qui ?"

"C'est quoi ce fou rire ? C'est quoi la blague ?" (si un groupe de filles à côté de vous rigole relativement fort)

Etc...

Si vous manquez d'inspiration, vous pouvez toujours approcher les filles en leur demandant leur opinion sur un sujet, mais je suis de moins en moins fan de ce genre d'approche, car ça a été sur-utilisé. En voici une qui est encore efficace :

"Mon pote a repéré la fille là-bas mais ne sait pas comment l'aborder, vous avez des suggestions ?"

Notez qu'au final votre pote peut très bien choper une fille du groupe que vous avez abordé.

Remarque : le coin fumeur est un endroit merveilleux pour engager des conversations facilement : il vous suffit de demander du feu et d'enchaîner sur un compliment sur le style (si c'est une fille seule, ou alors deux filles, auxquelles cas vous faites un compliment aux deux filles).

Et notez que vous n'avez même pas besoin de demander du feu pour approcher un groupe.

Pour la prise de numéro, procédez de la même façon que dans la rue (à adapter aussi à la situation, parfois vous coucherez avec la fille le soir même, parfois ce ne sera pas possible et donc vous devrez la revoir plus tard).

Etape 2 :

Les messages (textos / tchat) :

Votre objectif quand vous échangez des sms avec une fille est de véhiculer ces trois qualités, qui sont des qualités que la filles aimerait voir si vous interagissiez ensemble dans la vraie vie. Ces 3 qualités clés, les voici :

1. Être joueur
2. Ne pas être dans le besoin
3. Mener

Pour cette étape, privilégiez le soir ou la fin d'après-midi. Car en soirée, les filles ont généralement plus de temps et d'énergie pour prêter attention à ce que vous allez leur écrire.

Et elles ne sont pas distraites par tout ce dont elles ont à penser et à faire pendant la journée (les cours, le boulot, les transports... des trucs stressants).

Pour le weekend en revanche, évitez le soir. Car les filles sont souvent de sortie avec leurs amis. Donc préférez attendre le

dimanche pour lui envoyer un texto en weekend.

Dans le cas où c'est une fille que vous avez rencontrée la journée, envoyez-lui un sms quelques heures après la rencontre.

Car il faut battre le fer tant qu'il est encore chaud. Autrement dit tant que la fille vous a encore en tête et que les émotions positives que vous lui avez fait ressentir pendant l'interaction sont encore fraîches.

Pour une fille que vous avez rencontrée en soirée, envoyez-lui un texto le lendemain. Car de la même façon, vous devez éviter de trop attendre. Sinon la fille vous oubliera.

Oubliez les conseils de pseudo experts en séduction qui vous disent d'attendre 3 jours minimum avant de recontacter une fille. Cette règle des 3 jours, c'est un mythe. Et si elle a peut-être été valable autrefois, elle est désormais complètement obsolète et connue de tous... et de toutes.

Rappelez-vous que l'objectif quand vous envoyez des textos à une fille, c'est de la revoir dans la vraie vie. Pas de vous lancer dans des conversations qui n'en finissent pas.

Ayez simplement en tête que votre objectif c'est de lui rafraîchir la mémoire en lui envoyant un simple message. Autrement dit de

faire en sorte qu'elle vous ait toujours en tête et qu'elle ne vous oublie pas.

Contentez-vous d'un message court et ne nécessitant pas de réponse.

Car les messages sous forme de questions vous font souvent passer pour un mec dans le besoin. Un peu comme les mecs relou qui abordent des filles dans la rue en leur posant tout un tas de questions, qui transforment vite l'interaction en interrogatoire de police...

Donc si vous posez une question, faites-en sorte de la rendre fun ou de la poser avec un air déconneur.

Pour la drague sur internet ou sur Tinder, repérez quelque chose d'intéressant ou d'unique sur le profil de la fille et faites un commentaire dessus.

Si vous avez rencontré la fille dans la vraie vie (dans la rue, en boîte de nuit, au centre commercial...), faites allusion à un élément sur lequel vous l'avez taquinée pendant l'interaction. Ou faites un lien avec une private joke de la discussion.

Voici quelques exemples :

Sur le web / sur Tinder :

"Belles photos, mais ton chien/chat/... te vole la vedette :)"

(si elle prend des photos avec son chien/chat/...)

"Une fan de [groupe/artiste]... C'est bien parti ;)"

"Une brune aux yeux bleus avec un tatouage... Ça commence bien ;)"

En sms :

"Salut petite accro au café ;)"

(si elle vous a dit qu'elle prenait tout le temps du café)

"Tu as réussi à te réveiller aujourd'hui ? ;)"

(si elle vous a dit qu'elle était tout le temps en retard en cours ou au boulot car elle avait toujours trop de mal à se lever)

"Alors petite alcoolique, bien rentrée hier ? :)"

(si vous l'avez rencontrée en boîte et qu'elle avait tout le temps un verre à la main)

Comme d'habitude, ces messages sont à adapter. Je les ai sortis comme ça, en me remémorant des interactions passées. Vous

devez avant-tout saisir l'esprit de ces messages, pour créer les vôtres, uniques et bien à vous.

Les textos-soufflet :

Vous allez faire suivre votre premier message d'un texto-soufflet que vous allez envoyer ou ou deux jours plus tard.

Vous êtes probablement en train de vous demander ce qu'est un texto-soufflet... Un texto-soufflet (oui c'est moi qui ai inventé ce nom, je n'ai pas trouvé mieux mais on s'en branle), c'est un sms court et percutant qui est destiné à rafraîchir la mémoire de la fille : c'est un message qui donne de vos nouvelles de manière amusante, ou un message dans lequel vous montrez quelque chose que vous avez vu récemment.

Les textos-soufflet sont des messages qui ne nécessitent pas de réponse. Mais qui suscitent simplement des émotions positives : vous générez de la valeur et vous embellissez la journée de la fille (rappelez-vous du concept de positivité dont j'ai parlé dans l'étape préliminaire).

Un texto-soufflet peut être un simple sms écrit en texte, ou bien un

message contenant une photo (par exemple si vous voulez lui montrer un truc marrant sur lequel vous venez de tomber).

Pourquoi j'ai appelé ça un "texto-soufflet" (ou "sms-soufflet" si vous préférez) ?

Parce que c'est un message qui sert à raviver la mémoire de la fille à votre sujet. On l'utilise comme un soufflet : pour donner de l'énergie aux braises d'un feu, afin de raviver ses flammes. Bref, pour entretenir un feu.

Ici, c'est la même chose : vous allez de temps en temps envoyer un texto-soufflet pour raviver la flamme qui brûle dans l'esprit de la fille à votre sujet. Afin qu'elle ne s'éteigne pas. Autrement dit afin qu'elle ne vous oublie pas.

Mais sans en faire trop, sinon vous pourriez éteindre le feu (imaginez un vent ultra violent qui souffle sur un petit feu...). C'est la raison pour laquelle vous devrez garder vos messages légers, courts, et ne nécessitant pas de réponse.

Les caractéristiques d'un texto-soufflet efficace :

- ils comportent des affirmations plutôt que des questions

- ils sont différents
- ils montrent des choses marrantes ou inattendues
- ils sont courts

Ne vous embêtez pas à essayer de concevoir des textos-soufflet ultra sophistiqués. Ne commencez pas à écrire un sketch. Faites simple, court et concis. Notez simplement des trucs que vous avez vus pendant la journée, et partagez-en un avec la fille :

"Je viens de passer devant ton café préféré ;)"

"Je viens de voir 2 écureuils se battre"

"Je viens de croiser le sosie de [nom d'une célébrité]. La journée commence bien"

ou encore *"Je viens de croiser le sosie de [nom d'une célébrité]. C'est un signe que ça va être une bonne journée"*

"Allongé au soleil avec mon nouveau bouquin... La vie est belle :)"

Vous saisissez l'esprit. À vous d'inventer vos propres textos-soufflet.

Répondre à la fille :

Si la fille est plutôt réceptive et réactive à vos messages, c'est-à-dire qu'elle vous répond rapidement, que les messages s'enchaînent et qu'elle s'investit dans l'interaction (c'est-à-dire qu'elle pose des questions, qu'elle envoie de longs messages, qu'elle est la première à vous envoyer un sms...) c'est un signe qu'elle est intéressée et prête pour un rendez-vous.

C'est le moment de lui proposer un rendez-vous.

Fixer un rendez-vous :

Amener le rendez-vous, c'est votre boulot. Car rappelez-vous : c'est vous qui devez mener l'interaction. Il est de votre responsabilité d'enchaîner les étapes dès que c'est possible.

Comme si vous étiez avec la fille dans une voiture et que vous conduisiez : c'est à vous de passer les vitesses, pas à la fille. Car si vous attendez qu'elle le fasse, vous risquez d'attendre longtemps. Ça n'avancera pas et la fille sera vite saoulée.

Pour amener le rendez-vous, dites à la fille que vous voulez faire un truc avec elle et faites des suggestions. Par exemple :

"J'ai envie de t'emmener boire un café/cocktail/... à [endroit (quartier/parc/...)] cette semaine. Tu préfères [jour 1] ou [jour 2] ? :)"

"Il faut que je t'emmène à [nom d'un bar] pour te faire goûter les cocktails dont je t'ai parlé. Tu préfères [jour 1] ou [jour 2] ? :)"

Bien sûr ne reprenez pas ces messages tels quels. Ce ne sont que des exemples. Ils sont à adapter à l'endroit où vous habitez, à vos goûts et à votre personnalité.

Envoyer un message comme celui-là démontre de la confiance et de l'intelligence sociale. Si les choses se sont bien déroulées avec la fille jusqu'à présent et qu'elle a investi en vous en vous envoyant plusieurs textos, ce n'est pas pour rien.

Elle veut vous revoir. Lui proposer de la revoir, c'est tout naturel. C'est la suite naturelle des choses.

Quand vous lui suggérez un jour pour le rendez-vous, en règle générale évitez le vendredi et le samedi. Car ces jours-là, la plupart des filles ont autres choses de prévues (en tout cas en France et dans la plupart des pays occidentaux, c'est comme ça).

Si la fille répond oui au message, il vous reste à lui envoyer une heure et un lieu de rendez-vous :

"Ça marche, on se retrouve à la sortie du métro à 8h, fais-toi belle ;)"

Si la fille vous dit qu'elle ne peut pas, ce n'est pas la fin du monde. Certaines filles vous proposeront une alternative si elles ne peuvent vraiment pas venir au rendez-vous.

Dans le cas où elle ne propose aucune date en alternative, ça ne signifie pas qu'elle n'est pas intéressée (parfois certaines filles voudront vraiment vous tester pour voir si vous abandonnez facilement ou pas, pour voir comment vous réagissez). Dans ce cas, gardez un ton léger et fun dans votre réponse. Et envoyez-lui un autre texto-soufflet quelques jours plus tard.

Si la fille vous donne des excuses bidons et qu'elle cesse de répondre à vos textos-soufflet, supprimez le numéro et passez à autre chose. Il y a tellement d'autres filles qui vous attendent !

Les lieux à privilégier pour un premier rendez-vous :

Oubliez le genre de rendez-vous à la con qu'on retrouve dans la plupart des films romantiques à l'eau de rose ou dans les vieux feuillets.

L'une des pires choses que vous puissiez faire pour un rendez-vous avec une fille que vous voulez choper, c'est d'être assis face à face à une table en train de manger lentement un bon repas. C'est un investissement qui est beaucoup trop gros. Du coup, ça met plus de pression : à vous et à la fille. On se sent beaucoup moins à l'aise que dans d'autres lieux plus cool.

Pour un premier rendez-vous, choisissez un endroit neutre, pas trop propice à la séduction. Après tout, vous ne connaissez pas encore très bien la fille, donc un endroit où vous n'êtes pas seuls et qui n'est pas trop intime est idéal, comme un café ou un pub.

Notez que l'atmosphère sera quand même connotée intime, étant donné que vous fixez le rendez-vous en soirée. Et donc que ça laisse supposer que ça mènera à quelque chose de plus intime qu'une simple pause café (en même temps tout le monde s'en doute).

Étape 3 :

Créer une connexion :

Une fois sur le lieu du rendez-vous, choisissez des sièges opposés, ou dont l'angle fait 90 degrés.

Si vous avez téléchargé ma formation sur l'art de coucher dès le premier rendez-vous, vous vous souvenez probablement que je vous avais dit de vous asseoir de préférence à côté de la fille. Le conseil est toujours valable, mais on ne va pas l'appliquer tout de suite (ici, on va faire les choses de manière plus progressive).

Donc pour l'instant, choisissez une table où les deux sièges se font face, ou bien dont l'angle fait 90 degrés. Ça permet de garantir que la fille est à l'aise et de garder une atmosphère légère pour le début du rendez-vous.

Pour cette première partie du rendez-vous, ne vous prenez pas la tête : pas de pression, pas de tentative d'embrassade.

Vous allez simplement faire connaissance. Apprendre à vous connaître.

Astuce : au lieu d'attendre maladroitement au bar que le serveur ou la serveuse vous serve, vous pouvez dire à la fille un truc du genre :
"Je m'occupe des verres/café/boissons, je vais te donner une petite mission : trouve-nous de très bonnes places."

Au cours de la première partie du rendez-vous, votre objectif est simplement de vous détendre et de créer une sorte de zone de confort entre vous et la fille. Il n'y a pas de pression.

Chacun d'entre vous fait connaissance avec l'autre, apprend à connaître l'autre de manière relativement superficielle - rien de lourd ni trop sérieux. La durée de cette séquence sera l'équivalent du temps nécessaire pour boire votre premier verre.

Lisez bien ce qui va suivre :

Au cours de cette partie, vous n'allez pas vous comporter comme le mec lambda dans le besoin qui est penché vers la fille et écoute avec une attention exacerbée ce qu'elle lui dit. Une attitude comme celle-là ne vous mènera pas bien loin.

Adoptez une attitude détendue, confiante et qui ne laisse pas penser que vous êtes dans le besoin (rappelez-vous des fondamentaux de l'étape préliminaire) : vous prenez de l'espace,

vous vous posez tranquillement dans votre siège, votre dos confortablement dans le dossier.

Quand la fille vous parle des détails de son quotidien, vous n'allez pas feindre de trouver ça super intéressant. Vous n'allez pas simuler le mec super intéressé qui répond de manière ultra enthousiaste sur un ton aigüe : *"Waouh, super ! C'est bien !"*. Non, pas de ça.

Vous écoutez. Et vous répondez en conséquence. Si elle dit quelque chose qui n'est pas intéressant, vous dites simplement *"Ok"* et vous hochez doucement la tête. Gardez une expression faciale neutre, à moins que ce que vous dise la fille ne mérite vraiment votre enthousiasme.

Vous allez aussi éviter de tomber dans ces pièges classiques dans lesquels tombent la plupart des mecs quand ils discutent à un niveau relativement superficiel comme celui-ci. L'erreur typique, c'est de vous enliser à parler pendant un long moment de votre boulot de manière plate et ennuyeuse.

La conversation pourrait devenir chiante à mourir : une discussion autour du boulot en général, d'une manière qui n'apporte rien ni à vous ni à la fille sur le plan personnel.

Vous allez vous arranger pour que le sujet principal de la conversation, ce soit elle (le sujet préféré de chacun, c'est lui-même !). Et baser vos conversations autour de ces trois grands temps :

1. Le passé
2. Le présent
3. Le futur

Parler du passé implique de parler de l'enfance de la fille, de sa maison, de là où elle a grandi et de ce que ça fait d'être là-bas. En quoi c'est différent de là où elle vit aujourd'hui ?

Les conversations autour du présent sont basées sur sa vie de tous les jours : son travail, qu'est-ce qu'elle fait pour s'amuser, etc...

Finalement, parler du futur implique de parler de sujets comme ses vacances de rêve et de choses excitantes qu'elle veut faire. Ici vous n'allez pas essayer de rentrer profondément dans ses pensées. Contentez-vous de rester léger.

Ayez en tête votre objectif qui est de maintenir une atmosphère positive dans la conversation.

Si la fille commence à devenir négative sur un sujet, c'est à vous de

diriger la conversation dans une autre direction, plus positive.

Par exemple, si elle commence à parler négativement de son travail, vous pouvez parler sur un ton joueur des patrons au travail qui peuvent être un véritable cauchemar, toujours sur un ton léger et sans prise de tête. Puis imaginer à quel point elle pourrait être insupportable s'il lui arrivait de devenir patron/supérieur/boss.

Astuces de conversation :

- Poser des questions ouvertes :

Au lieu de poser des questions fermées (c'est-à-dire des questions dont la réponse ne contient qu'un seul mot, comme "oui" ou "non"), posez des questions qui permettent à la fille de s'ouvrir et de parler de quelque chose. Voici un exemple concret pour que vous compreniez bien ce dont il s'agit :

Au lieu de demander : *"Alors c'est bien de grandir à Nice ?"*, vous allez poser la question : *"Je n'y suis allé qu'en touriste, c'est comment de grandir à Nice ?"*.

- Utiliser la technique de la question matelassée :

Vous ignorez de quoi il s'agit ? Pas de panique, j'explique tout. La technique de la question matelassée consiste à faire une affirmation sur ce que vient de vous dire la fille, puis d'enchaîner

sur une question en rapport. L'intérêt ? Vous ne produisez pas l'effet "interrogatoire" en enchaînant de simples questions.

Un exemple :

- La fille : *"J'adore les sushis."*

- Vous : *"Tu adores les sushis. C'est quoi tes sushi préférés ?"*

Ça passe mieux que de simplement répondre : *"C'est quoi tes sushis préférés ?"*

Vous pouvez aussi utiliser cette technique pour poser une question qui n'a pas vraiment de lien avec ce que vient de vous dire la fille :

- Vous : *"Tu adores les sushis. Qu'est-ce que tu as prévu de faire pendant tes vacances ?"*

Ça passe beaucoup mieux que de balancer direct *"Qu'est-ce que tu as prévu de faire pendant tes vacances ?"*

Avec la technique de la question matelassée, vous montrez à la fille que vous l'avez écoutée.

Ça fait beaucoup plus naturel et beaucoup moins dans le besoin que le mec qui enchaîne les questions comme lors d'un interrogatoire de police.

Ce que j'aime aussi avec cette technique, c'est qu'en faisant votre affirmation sur ce que la fille vient de vous dire, vous lui donnez l'impression que vous l'évaluez, comme si vous alliez lui donner une note. C'est vous qui choisissez si elle vous convient, et pas l'inverse.

Après, libre à vous d'adapter le ton de votre voix à ce que vous voulez faire ressentir à la fille.

- Utiliser la technique du perroquet :

Pour amener la fille à développer un point en particulier, vous pouvez simplement répéter les derniers mots de sa dernière phrase sur un ton interrogatif. Ça l'incitera à expliquer ce qu'elle était en train de vous dire en donnant plus de détails.

- Préparez-vous à parler de vous :

C'est aussi le moment où la fille voudra en savoir un petit peu plus sur vous. Il y a de grandes chances pour qu'elle vous demande d'où vous venez et qu'est-ce que vous faites dans la vie. Soyez prêt à donner des réponses intéressantes à ces questions. Ne la bassinez pas avec un cours de 15 minutes sur le développement web. Expliquez-lui ce que vous faites d'une façon intéressante sur le plan personnel.

Étape 4 :

Communiquer vos intentions :

La plupart des rendez-vous ne dépassent pas la troisième étape. Le mec fait connaissance avec la fille. Ils apprennent un peu à se connaître. Tout se déroule sans pression. Et à la fin du rendez-vous leurs chemins se séparent. Il semble n'y avoir eu aucun problème...

Sauf que la fille n'a pas vraiment l'air d'avoir envie de revoir le mec. Elle rentre chez elle et dit à ses amis que c'était juste un mec sympa, un mec gentil.

Pour ne pas tomber dans ce piège, vous allez devoir communiquer vos intentions. Pour que ce rendez-vous soit plus qu'une conversation sympathique.

Concrètement, vous allez envoyer quelques petites piques à la bulle de confort que vous avez créée autour de vous et la fille - comme du piment qui va révolutionner un plat trop fade.

Vous allez poser vos couilles et lui faire comprendre qu'elle vous plaît. Bien sûr, ça signifie qu'il y a une chance qu'elle rejette vos

avances. Et c'est normal.

C'est une étape naturelle du processus : si vous ne le faites pas, certes vous pourriez éviter un rejet, mais vous n'irez pas au-delà de la friend zone. Si vous ne lui montrez pas que vous avez un minimum des couilles, pour elle vous ne serez rien de plus qu'un simple ami.

Inutile de vous dire que ce n'est pas ce que vous voulez. Vous n'avez pas envie d'entendre le fameux "*Je préfère qu'on reste amis...*".

Bien, voici des exemples concrets de piques que vous allez envoyer à la fille pour vous assurer de ne pas finir en friend zone :

- Lui faire un compliment :

Par exemple "*J'aime bien ton style, en plus tu n'es pas bête, j'aime bien*"

- Lui avouer que vous avez été distrait par une de ses particularités :

"Excuse-moi tu peux répéter, j'ai été distrait/déconcentré par tes jambes... Je devrais pas faire ça, c'est l'animal qui parle. Tu disais ?"

- Faites une projection sur ce que vous avez l'intention de faire avec la fille :

"Tu veux un chewing-gum ? Tu dois être prête au cas où je t'embrasse plus tard"

Ces piques doivent juste pimenter la conversation. Utilisez-les avec parcimonie. Leur effet est puissant. Elles doivent juste rappeler à la fille que vous êtes plus qu'un ami.

Après avoir lancé une pique, passez à autre chose. Ne restez pas bloqué dessus. Continuez la conversation comme si de rien n'était.

Comme d'habitude, je vous invite à inventer vos propres piques, et pas à reprendre tels quels les exemples que je viens de vous donner.

Certains vous diront de ne jamais faire de compliment physique à une fille que vous voulez séduire. Et moi le premier. Sauf qu'à ce stade, vous pouvez vous le permettre (c'est à l'approche que vous devez éviter ce genre de compliments). À ce stade, vous avez démontré vos qualités à la fille. Elle sait que vous êtes un mec normal. Pas un psychopathe. Et elle est désormais attirée.

Donc faire un petit compliment physique de manière subtile pendant la conversation ne pose aucun problème, bien au contraire.

Étape 5 :

Créer une connexion plus profonde :

Ici, on ne va pas se prendre la tête avec des astuces hyper pointues de psychanalyste. Donc pas de panique. Ce qu'on va voir ici reste relativement simple à mettre en place.

Pour créer une connexion émotionnelle avec la fille, vous allez simplement parler d'une façon émotionnelle, plutôt que de parler d'une façon logique.

Concrètement, dites comment vous vous sentez dans telle ou telle situation. Mettez l'accent sur les passions et les sensations, comme le toucher, l'ouïe et le goût.

Par exemple, si la fille travaille dans un secteur lié au textile, plutôt que de parler de manière logique et impersonnelle sur les magasins de vêtements, parlez-lui de vos expériences auxquelles elle peut s'identifier et dont elle peut parler :

- Vous : *"C'est bizarre, quand je vais dans un magasin de vêtements je me sens submergé... Mais les filles que je vois sont*

toujours en train de caresser tous les vêtements, c'est quoi le délire des filles de se froter à tout comme ça ?"

Bonus : les bijoux et les tatouages de la fille sont d'excellents sujets de conversation. Ont-ils une histoire ? Y a-t-il un rapport avec ce qu'elle veut faire dans le futur ou avec des expériences de vie ?

Vous pouvez aussi aller plus loin qu'une conversation classique en utilisant la technique de la projection de manière fun. En faisant une projection romantique exagérée, tout en déconnant. En créant un futur romantique pour vous deux, en caricaturant les histoires à l'eau rose de type Disney.

Plaisantez par exemple sur la manière dont vous allez fuir tous les deux et vous marier aux Maldives.

Ça permet de vous placer tous les deux dans une bulle romantique, comme si vous étiez seuls contre tous. La fille se prendra au jeu.

Astuce : au cours de cette étape, vous allez planter des graines pour la suite. Faites en sorte de découvrir ce qu'elle aime boire (vins, cocktails...) et quelle est sa nourriture préférée.

Vous pouvez aussi parler des genres de films qu'elle préfère. Vous allez vous servir de ces informations pour suggérer des prochains rendez-vous, alors notez-les quelque part dans votre tête (ou ailleurs).

Si votre situation ne vous permet pas de ramener la fille chez vous, vous allez faire en sorte de découvrir où elle habite - si elle vit dans un logement étudiant, si elle a son propre appartement, etc...

Étape 6 :

Changer d'endroit :

Une fois que vous avez créé une connexion et que vous et la fille êtes à l'aise, tout en ayant veillé à lui faire comprendre que vous l'intention d'en faire plus qu'une simple amie, il est temps de vous rendre dans un endroit plus propice à la séduction.

Comme un bar lounge, un bar à cocktails, un café un peu tamisée, etc...

Bref, un endroit dont l'atmosphère est plus propice à la séduction : lumière moins intense, musique plus relax (electro posée, voire deep house, ou hip hop posée). Tapez "chill out music" ou "chill out mix" ou encore "chill out electro" sur Youtube pour comprendre de quoi je parle.

Choisissez un endroit qui ne va pas devenir complètement bondé et dans lequel vous pourrez vous asseoir près de la fille. Donc un bar avec des canapés ou des fauteuils est idéal.

Sur le chemin pour changer d'endroit, vous allez encore maintenir une certaine tension sexuelle en lui dévoilant subtilement vos

intentions.

Autrement dit en lui envoyant encore une petite pique d'attirance ou d'excitation.

Vous pouvez par exemple laisser la fille marcher devant vous, puis quand elle vous demande ce que vous faites, lui dire que vous checkiez/regardiez son cul.

Vous pouvez aussi sexualiser en la touchant physiquement : par exemple en l'attrapant et en lui disant sur un ton déconneur que vous allez la jeter dans une benne à ordures.

Des petites piques comme celles-là ajouteront une étincelle à l'interaction. C'est bien mieux que de simplement marcher et parler.

Étape 7 :

Rendre l'interaction plus intime :

Une fois arrivés au deuxième bar, il est temps d'adopter une attitude bien plus séduisante, bien plus sexuelle.

Quand vous entrez dans le lieu que vous avez choisi pour cette partie du rendez-vous, choisissez une place qui vous permet de vous asseoir à côté de la fille. S'il n'y a pas de canapés, il vous suffit de mettre deux chaises/tabourets côte à côte.

Vous allez maintenant discuter de sujets plus osés.

Quel genre de mecs trouvent-elles attirants ? Comme célébrités ?

Parlez des relations et de la drague en général, comme par exemple ses pires rendez-vous.

Vous pouvez aussi parler de ses particularités physiques, par exemple en lui demandant comment elle fait pour avoir un beau ventre plat comme celui-là ou des jambes fines et toniques.

Pour que tout se déroule de manière naturelle et pour ne pas passer pour un mec maladroit, vous allez amener ce genre de sujets de manière indirecte :

Si vous parlez du type de mecs qu'elle aime, commencez par parler d'un film que vous avez vu récemment, puis mentionnez l'acteur principal et décrivez-le.

Si vous voulez parler de son corps et du fitness, vous pouvez commencer par parler d'un ami à vous qui fait du yoga.

Important : ici, votre objectif est d'intensifier la tension sexuelle qu'il y a entre vous et la fille ; soyez prêt à prendre des risques et à perdre la fille (si elle fait mine d'être choquée, pas de panique, c'est normal, souvent elle fait ça simplement pour ne pas passer pour une fille facile).

Une façon de rendre la conversation plus sexuelle est de jouer au jeu des questions. Ce jeu consiste simplement à vous poser tour à tour une question intéressante, à laquelle chaque personne doit répondre honnêtement :

- Vous : *"J'ai envie de découvrir des choses intéressantes sur toi, des choses que je ne pourrais jamais deviner... Tu aimes les jeux ?"*

- La fille : *"blablabla"*

- Vous : *"Ok cool, on va faire un truc un peu débile. Ça va prendre 5 minutes. On va se poser chacun notre tour une question. Ça doit être des questions intéressantes. Et chaque question peut avoir*

une sous-question. Ça te tente ?"

Quand vous jouez à ce genre de jeux, la clé est de vous montrer sexuel puis de passer à autre chose.

En posant vos questions, vous pouvez vous montrer de plus en plus provocant. Commencez par poser des questions assez stupides (sur son premier baiser, sur ses expériences les plus folles qu'elle ait jamais eues. Puis passez à autre chose, ne restez pas coller au sujet.

Ne tombez pas dans le piège de vous entêter à rendre les choses ultra sexuelles. Votre but est d'amener une atmosphère sexuelle et de la laisser là. Pas de vous griller en passant pour le mec qui veut désespérément l'installer.

Arrivé à ce stade, vous allez pouvoir embrasser la fille. Vous allez donc adopter un langage corporel et une communication non-verbal de plus en plus sensuels :

Regardez la fille profondément dans les yeux. Touchez-lui doucement le dos ou sa nuque, puis attrapez-la (avec douceur) et rapprochez-vous d'elle.

Vous pouvez parler d'un truc qui n'a rien à voir avec ça, mais vous devez escalader physiquement pendant que vous discutez.

Parlez de manière plus suave. Plus profonde. Et plus lente.
N'hésitez pas à faire de longues pauses pendant la conversation. Ça permet de faire monter davantage la tension.

Comment savoir si elle est prête à être embrassée ?

La plupart des mecs commencent à stresser quand arrive le moment où ils doivent embrasser la fille. Qu'est-ce qu'il se passe si la fille me rejette ? Si elle n'est pas intéressée ?

Comme on l'a vu dans les étapes précédentes, il est de votre responsabilité d'escalader et de passer l'interaction au niveau supérieur. Vous allez devoir prendre votre courage à deux mains.

J'ai tout de même découvert une manière facile de tester la fille, pour savoir si elle est prête à être embrassée ou non :

Quand vous la touchez, par exemple quand vous lui prenez les mains ou quand vous lui caressez la nuque, jugez sa réaction lorsque vous essayez de bouger son corps.

Si elle se laisse faire et bouge en accord avec vos mouvements, elle prête à 100% et n'attend qu'une chose : que vous l'embrassiez.

Si elle résiste et se montre plutôt rigide, alors vous avez probablement besoin d'intensifier l'atmosphère sexuelle de l'interaction, pendant un peu plus longtemps.

Quand vous embrassez la fille, évitez le long baiser d'adolescent qui emballe une fille pour la première fois. Autrement dit évitez le baiser maladroit et qui dure 3h.

Pour commencer contentez-vous d'un bref baiser puis retirez-vous. Laissez-la en vouloir davantage en faisant comme si rien ne s'était passé et en continuant à parler d'autre chose.

Vous pouvez embrasser la fille plusieurs fois pendant le rendez-vous, de manière un peu plus longue et sensuelle à chaque fois. Mais n'y allez pas trop fort ! Soyez toujours le premier à vous retirer.

Et ne commettez pas l'erreur de paraître dans le besoin en essayant de l'embrasser encore et encore. Ne tombez pas dans le piège de vouloir rechercher sa validation par le baiser.

Votre objectif est de ramener la fille chez vous (ou chez elle) à l'issue du second rendez-vous. Donc vous montrer trop entreprenant ici - trop dans le besoin - pourrait nuire à la suite de

l'interaction.

Vers la fin de ce premier rendez-vous, commencez à discuter d'une nouvelle rencontre. Ici, votre objectif est de décider d'un deuxième rendez-vous, en détails, afin d'éviter tout un échange de sms laborieux.

Vous pouvez lui proposer de l'emmenner dans le parc, ou d'aller vous balader dans un coin sympa, ou même de louer des vélos pour faire une petite balade.

Le deuxième rendez-vous va consister en une sorte de mini aventure qui va montrer à la fille qu'avec elle, vous voulez plus qu'une simple relation sexuelle.

Pour terminer ce premier rendez-vous, accompagnez-la à la station de métro/arrêt de bus/taxi la plus proche. Ne l'escortez pas sur des kilomètres et des kilomètres.

Faites simplement en sorte de l'accompagner là où elle doit se rendre (transport en commun, ou si elle habite à côté, en bas de chez elle ou au début de sa rue).

Juste avant qu'elle s'en aille, vous pouvez lui envoyer une petite pique d'attirance, en l'attrapant par la main et en la faisant tourner, ou en l'embrassant légèrement.

Étape 8 :

Les textos avant le second rendez-vous

:

Parfois, après un premier rendez-vous qui s'est bien déroulé, la fille vous enverra un texto pour vous remercier et/ou pour vous souhaiter une bonne nuit.

Vous pouvez lui répondre en lui envoyant un message du même style, mais ne tombez pas dans le piège de lui envoyer un message trop romantique...

Vous avez juste été boire un verre avec elle, et on n'est pas dans un feuilleton à l'eau de rose. Vous pouvez même taquiner un peu la fille : *"Ne fais aucun rêve de moi cette nuit ;)"*.

Si elle ne vous envoie pas de message, attendez simplement quelques jours, puis envoyez-lui un texto-soufflet. Inutile de paniquer si elle ne répond pas immédiatement, ni de vous prendre la tête à chercher quelque chose d'intéressant à lui envoyer le jour suivant.

Après le premier rendez-vous, vous en savez plus sur la fille. Vous pouvez facilement faire allusion à des délires que vous avez eu tous les deux.

Et comme d'habitude, veuillez à respecter ces trois conditions :

1. Ne pas être dans le besoin
2. Être léger et joueur
3. Mener/diriger

Étant donné que vous avez déjà planté des graines de ce second rendez-vous en prévoyant pendant le premier rendez-vous ce que vous allez faire, il vous suffit simplement de l'inviter une seconde fois. C'est comme appuyer sur un bouton !

Étape 9 :

Le second rendez-vous :

Le second rendez-vous consiste à faire en sorte que la fille se dise que cette relation qui se développe entre vous deux, ce n'est pas que du sexe.

Faire ensemble quelque chose d'un peu kitsch ou décalé de manière spontanée lui montre que vous ne voulez pas simplement la mettre dans votre lit. Vous voulez apprendre à la connaître.

Certains vous diront que faire une mini balade à vélo avec une fille, ou l'emmener pique-niquer dans un parc, c'est un trop gros investissement. Or, toutes ces idées ne sont pas chères !
À Paris, louer un vélib, ça revient à quelques euros tout au plus. Et pour les villes de province, ça fonctionne de la même manière.

Suivant l'endroit où vous habitez, vous pouvez aussi l'emmener faire une balade en bateau. Attention, pas une croisière, ici je parle du genre de bateau que vous prenez pour vous rendre d'un point A à un point B. Et dont le coût du ticket ne dépasse pas quelques

euros.

Emmener une fille dans un parc, c'est gratuit. Quelle que soit la ville où vous habitez, même une petite ville, il y a sûrement un tas d'endroits intéressants et originaux où emmener la fille.

Explorez la ville où vous habitez, ou faites quelques recherches, pour savoir en avance où est-ce que vous allez emmener la fille.

Un bon choix : un endroit où vous pourrez être en compétition avec la fille, de manière fun (par exemple une course de bateaux télécommandés, une salle de jeux vidéos à l'ancienne, etc...), et quelque chose qui va susciter des émotions (quelque chose d'unique et d'intéressant, ou une vue magnifique).

L'atmosphère de cette mini-aventure sera bien entendu séductrice, relaxante et même un peu bébête.

Vous pouvez déconner en parodiant une histoire romantique un peu conne : faites comme si vous étiez tous deux dans un film romantique cucul, par exemple quand vous êtes tous les deux allongés dans un parc :

"Waouh, t'as vu ça. C'est juste toi et moi, à regarder les étoiles, je n'ai jamais ressenti ça. Il faudra qu'on emmène nos enfants ici. C'est tellement magique."

Au cours du rendez-vous, vous pouvez vous montrer insolent et

séducteur, volontairement mal interpréter ce qu'elle vous dit en prétendant qu'elle vous drague.

Si la fille est à ce second rendez-vous avec vous, c'est que clairement elle est intéressée pour aller plus loin avec vous, alors soyez à l'aise et laissez-vous aller (dans le bon sens du terme bien sûr).

Si vous vous promenez (que ce soit à pied ou à vélo), vous pouvez faire une pause pour vous asseoir tous les deux et vous rapprocher de manière plus intime.

Et si vous n'aviez pas embrassé la fille au cours du premier rendez-vous, c'est le moment parfait pour le faire.

Veillez tout au long du rendez-vous à respecter les fondamentaux : taquiner, défier, faire des push-pull et qualifier.

Vers la fin du rendez-vous, vous devez faire en sorte de vous rapprocher de là où vous habitez, de manière à pouvoir ramener facilement la fille chez vous.

Étape 10 :

Une fois devant chez vous, ou chez

elle :

Comme avec la plupart des étapes précédentes, vous allez devoir prendre votre courage à deux mains et inviter la fille à venir avec vous... chez vous.

Après avoir passé de si bons moments avec la fille, vous avez peut-être un peu peur de lui montrer que vous voulez la ramener chez vous... Vous pensez peut-être que ça pourrait tout gâcher... Et si elle refusait votre proposition ?

Le fait est que communiquer vos intentions, c'est du gagnant-gagnant :

Si vous voulez aller chez vous et que la fille accepte, c'est top.

Si ça lui fait peur, alors ça vous évite de perdre du temps avec une fille avec laquelle de toutes façons ça n'ira pas plus loin.

En revanche si vous ne passez pas à l'action, vous êtes assuré de perdre.

Pour cette étape, je vous conseille de privilégier votre appartement, plutôt que celui de la fille, car vous pouvez le préparer au préalable de manière à rendre l'atmosphère propice à une séduction efficace. Mais si ce n'est pas possible, c'est toujours faisable d'aller chez la fille (voire de réserver une chambre d'hôtel si ce n'est pas non plus possible d'aller chez la fille - ou toute autre alternative).

Dites à la fille où vous allez (chez vous). Et donnez-lui une raison (par exemple regarder un film sympa dont vous avez discuté auparavant, préparer un bon plat que vous aimez tous les deux, etc...).

Vous pouvez même, avant d'aller chez vous, passer dans un magasin pour acheter des ingrédients, ou quelque chose à boire. Ça peut s'ajouter à cette atmosphère d'aventure qu'il y a entre vous deux.

Comment préparer votre appartement/maison ?

Beaucoup de mecs se tirent une balle dans le pied en ne prenant pas le temps de préparer leur appartement. Je ne parle pas de mettre au point une déco de fou, mais simplement de faire le minimum, à savoir :

- avant de partir pour le second rendez-vous, rangez et nettoyez votre appartement
- achetez à boire (une bouteille de vin et d'autres boissons diverses) pour vous détendre tranquillement quand vous serez de retour... avec la fille
- vous pouvez aussi préparer une playlist de musique propice à la séduction (recherchez des mix "lounge"/"chilled out" sur Youtube, Soundcloud, ou toute autre plateforme de musique)
- si possible, achetez ou récupérez une lampe qui permet un éclairage doux (par exemple une lampe avec différents degrés d'intensité lumineuse)
- n'oubliez pas de vous protéger : ayez des préservatifs prêts et facilement accessibles

Étape 11 :

Une fois chez vous :

Vous devrez avoir donné une raison valide à la fille de venir chez vous. Non pas pour bernier la fille, mais tout simplement parce que si vous ne donnez pas une raison ou un prétexte à la fille, elle pourrait avoir l'impression de passer pour une fille facile. Alors que si vous lui donnez une raison qui n'a rien à voir avec le sexe, elle peut se dire que c'est ok, que si elle monte vous n'allez la prendre pour une pute.

Alors qu'à l'inverse, si vous lui dites que vous allez la ramener chez vous pour passer une nuit torride avec elle, si elle accepte elle passera pour une fille facile.

Même si cette dernière approche peut marcher (si la fille est vraiment chaude), préférez utiliser une approche plus soft en donnant un prétexte qui n'a rien à voir avec le sexe. Regarder un film, préparer un plat, écouter ou regarder un truc dont vous avez parlé pendant le rendez-vous, ou simplement admirer la vue depuis votre balcon sont toutes de bonnes raisons.

Pas besoin de faire compliqué, la fille sait très bien ce qui va se

passer une fois chez vous. C'est simplement pour se dédouaner et se donner bonne conscience. Et continuer à apprécier ce processus subtile de séduction.

Astuce : une fois chez vous, retirez tous deux vos chaussures et vos vestes. Ça permet de renforcer le fait que vous allez rester ici un moment et vous mettre à l'aise.

Parfois, à ce stade la fille se jettera carrément sur vous, et ce sera le moment de l'amener dans la chambre. Dans la plupart des cas, vous ferez simplement ce que vous avez dit que vous feriez (cuisiner, regarder un film, écouter de la musique...).

Quand vous êtes sur votre ordinateur, vous pouvez utiliser *Google Maps* pour qu'elle vous montre où elle habite, ou que chacun d'entre vous montre à l'autre où il a grandi.

Laissez-lui la main libre sur ce qu'elle veut vous montrer, mettez-la dans de bonnes conditions pour qu'elle se détende dans cet endroit qu'elle connaît à peine.

Avoir à portée de mains des livres/magazines de mode peut être utile : vous pouvez les feuilleter et parler des différents looks qui vous plaisent.

Étape 12 :

L'escalade sexuelle :

Une fois que vous êtes tous deux bien détendus (bon peut-être que vous n'êtes pas non plus ultra relax... mais vous voyez ce que je veux dire !), il est temps de passer encore une fois à la vitesse supérieure.

Montrez-vous tactile en touchant la fille, par exemple en jouant avec ses cheveux, ou en la recoiffant (en prenant ses cheveux et en les mettant d'un côté de sa nuque). Utilisez les mêmes indices non verbaux que vous utilisiez à la fin du premier rendez-vous. Tirez-la vers vous et embrassez-la.

N'essayez pas de tout faire d'un coup. Faites grimper la tension en l'embrassant puis en vous retirant, en touchant puis en maintenant de la distance.

Allez un peu plus loin à chaque fois. Si la fille réagit en accord avec vos avances, vous pouvez simplement la prendre par la main et

l'amener vers le lit (ou à l'endroit que vous souhaitez pour passer à la vitesse supérieure).

Étape 13 :

L'acte sexuel :

Souvenez-vous que l'acte sexuel n'est pas la fin du processus de séduction. Si vous voulez garder la fille, vous devrez la satisfaire sexuellement, ou bien elle trouvera cette satisfaction ailleurs. Vous devez être un bon amant. Un bon coup.

Ici, on ne va pas rentrer dans le détails. Vous trouverez de nombreuses ressources sur le web, des livres, des vidéos... La plupart gratuitement.

Je vais tout de même vous révéler des principes clés à avoir en tête pour devenir un bon amant. Des principes qui vous feront prendre une longueur d'avance sur vos potentiels concurrents.

Au-delà de tous les conseils techniques sur l'art d'être un bon coup, la chose la plus importante à régler en amont c'est votre attitude envers le sexe. Vous ne pouvez pas être passionné si vous croyez que le sexe c'est mal, ou si vous en avez honte.

C'est important que vous compreniez que moins vous aurez une opinion positive du sexe, moins ce sera une expérience extraordinaire pour vous... et pour la fille.

Aimez faire l'amour. Et laissez-vous aller sans honte à ce moment de plaisir.

Ensuite, les mecs qui ont confiance en eux sexuellement mais qui pensent que les femmes ne devraient pas aimer le sexe auront des performances plutôt médiocres.

Comprenez que les femmes aiment autant (et même plus !) le sexe que les hommes. Les femmes ne sont pas des petits anges irréprochables auxquels il ne faut pas toucher. Ce sont des personnes qui, comme tout le monde, ont leurs besoins et leurs désirs.

Vous seriez surpris des fantasmes qu'ont de nombreuses femmes.

Conclusion :

Après avoir couché avec la fille, vous vous rendrez compte qu'elle se montrera beaucoup plus ouverte avec vous, qu'elle vous fera davantage confiance, et qu'elle sera davantage à l'aise. Ça pourrait être le commencement d'une belle relation.

Mais ne tombez pas dans le piège de jeter tout ce que vous avez appris et de commencer à la mettre sur un piédestal. Vous devez continuer à la séduire.

Les fondamentaux qu'on a vus au début de cette formule tiennent toujours. Ce qui l'a attiré chez vous au début continuera de l'attirer. Et le fait de paraître dans le besoin la repoussera toujours.

Une dernière chose :

Vous n'êtes pas obligé de respecter les étapes de cette formule à la lettre. Car comme je le dis souvent, en séduction, rien n'est immuable. J'ai déjà couché avec des filles dès le premier rendez-vous. Parfois j'ai attendu le troisième rendez-vous.

Cette formule en 13 étapes est simplement un compromis qui fonctionne : un compromis pour coucher rapidement avec une fille

tout en posant les bases d'une relation sérieuse avec elle. C'est comme une route que j'ai tracée pour vous.

Mais vous pouvez sortir des sentiers battus, vous pouvez prendre vos propres raccourcis, ou aller plus lentement.

Et n'oubliez jamais que c'est à vous de passer les choses au niveau supérieur. Pas à la fille.

Prenez l'habitude de prendre des initiatives et d'oser. En plus de gagner du temps, vous gagnerez en confiance en vous.

Je vous souhaite une séduction efficace ;)

Jacques

MENTIONS LÉGALES :

L'ebook "Séduire une jolie fille : la formule complète en 13 étapes" est l'exclusive propriété de www.seduction-efficace.com appartenant à K Focused. Il est interdit de distribuer cet ebook ou de le revendre sans partenariat d'affiliation. La publication de l'oeuvre ou d'extraits sur tout support est formellement interdite sans l'autorisation de l'auteur.

www.seduction-efficace.com décline toute responsabilité en cas de détournement ou de mauvaise interprétation du contenu proposé.

Le contenu de ce guide doit être lu avec discernement et ne doit pas être appliqué à la lettre. Les exemples qui figurent dans ce guide ne sont présents qu'à but d'illustration. Ils sont subjectifs et ne reflètent aucunement une vérité universelle.

Nous déclinons toute responsabilité en cas d'incident ou d'accident dans la mise en oeuvre des techniques et pratiques enseignées dans ce guide.

Cet ebook a été déposé en mai 2015 sur CopyrightDepot.com sous le numéro **00052483**

Si vous souhaitez vendre cet ebook en tant qu'affilié, merci de nous contacter à l'adresse suivante :

jack@seduction-efficace.com.