

COMMENT ABORDER ET SÉDUIRE DANS LA RUE

*20 conseils simples pour rencontrer
des femmes en journée.*

CHRYS

**“La plupart des femmes qu'on n'a pas eues, c'est
qu'on ne les a pas demandées.”**

- Marcel Pagnol

INTRODUCTION

Le plus dur en séduction n'est pas de plaire aux femmes.

La plupart des femmes ont déjà couché avec des mecs moins beaux, moins intelligents, et moins intéressants que vous.

Le plus important, c'est de **savoir initier correctement l'interaction, et la faire évoluer.**

Ces deux choses, beaucoup d'hommes ne savent pas les effectuer. C'est pourquoi ils ne séduiront qu'un nombre très restreint de femmes au cours de leur vie.

En tant que coach en séduction, c'est mon principal objectif : vous apprendre à initier la conversation, et la faire évoluer jusqu'au résultat escompté.

LA DRAGUE DE RUE

Chaque jour, de nombreuses femmes célibataires croisent votre chemin. La drague de rue est l'outil qui vous permet de les rencontrer.

Non seulement la drague vous permet de rencontrer des femmes qui vous plaisent - n'importe où dans votre quotidien, n'importe quel jour, et à n'importe quelle heure de la journée - mais elle vous permet aussi d'**initier directement un rapport de séduction avec elles.**

C'est quelque chose que vous pouvez rarement faire quand vous rencontrez une femme dans un autre contexte (amical ou professionnel) de votre quotidien.

Souvent, les premières minutes d'une interaction scellent l'issue de la rencontre. Si vous commencez « amicalement », vous vous enliserez dans une relation *amicale*.

Dans la rue, vous pouvez prendre plus de risques, afin d'aller droit au but. Cela vous permet d'échapper aux rencontres conventionnelles, qui vous piègent trop souvent en Friend Zone.

Mais surtout, la rue a cet énorme avantage d'être propice à l'obtention de **rendez-vous.**

Si vous savez aborder et séduire dans la rue, vous obtiendrez un tas de rendez-vous. Et c'est essentiel...

LE MEILLEUR CONTEXTE POUR SÉDUIRE

Le meilleur contexte pour séduire des femmes est **le rendez-vous**.

En quelques années, j'ai couché avec plus 120 femmes en suivant ce simple schéma :



Et la plupart du temps, cela c'est fait en moins de 3 heures - *Rencontre, téléphone et rendez-vous inclus* - et avec relativement peu de résistance de la part de la fille.

Mais soyons clair : je ne parle pas de revoir les filles en mode « *bons copains* », au cinéma, à la salsa ou à la bibliothèque ! Je parle de VRAIS rendez-vous. Quand la fille sait que vous avez un intérêt romantique (ou sexuel) pour elle.

LES AVANTAGES DU RENDEZ-VOUS

Une fois en face à face avec une fille, elle est parfaitement « verrouillée ». Ça signifie que vous avez tout votre temps pour lui montrer vos qualités, la rendre plus attirée par vous, et faire grimper son désir sexuel.

Elle ne risque pas de devoir partir dans la minute. Et, comme vous êtes seuls ensemble, il n'y a pas de copine dans les parages pour s'interposer quand vous devenez trop tactile avec elle.

Vous avez un sacré avantage stratégique : vous pouvez choisir le lieu du rendez-vous.

Vous pouvez choisir un endroit prêt de chez vous, avec l'environnement et l'ambiance pour la séduire.

Il sera plus simple de séduire une fille dans un environnement calme, isolé des regards indiscrets, avec un fond musical et une lumière tamisée. Et vos chances de la ramener chez vous ensuite seront également plus élevés.

Enfin, la plupart des femmes montrent beaucoup moins de résistances psychologiques en passant par la case « rendez-vous », que lors de la première rencontre initiale.

Evidemment, il y a des exceptions. Certaines femmes aiment avoir des rapports sexuels directement. Mais elles ne sont pas légion.

LE RENDEZ-VOUS EST SOUS-COTÉ

Dans la communauté, il y a une fausse croyance qui dit que c'est plus facile de séduire la fille directement, lors de la rencontre initiale. La plupart du temps, c'est faux. Il vaut mieux passer par un, ou plusieurs rendez-vous.

En cherchant à séduire directement pour le même résultat (coucher avec la fille), vous allez devoir faire bien plus d'efforts.

- Vous devrez aborder plus : pour filtrer les filles disponibles tout de suite, y compris sexuellement (menstruation.)
- Vous devrez gérer plus de résistances psychologiques : cela demandera plus de temps et de persistance.
- Vous risquez d'avoir plus de complications logistiques : ne pas être dans un endroit idéal pour discuter et faire progresser le processus, être loin de chez vous, etc.

REVOIR LES FILLES

Nous ne sommes plus au milieu des années 90, à l'époque du téléphone fixe. Nous avons des smartphones, les SMS, les MMS, les réseaux sociaux, etc.

Aujourd'hui, il est devenu plus facile que jamais de maintenir du rapport à distance, et d'obtenir des rendez-vous.

Mais il est plus rentable de vendre des méthodes qui promettent du sexe TOUT DE SUITE.

MA SEULE PROMESSE

Je ne vous connais pas. Je ne sais pas qui vous êtes, ni d'où vous partez. Je ne peux pas vous promettre monts et merveilles concernant vos résultats en séduction.

Mais je peux vous garantir une chose :

Si vous êtes capable d'obtenir un rendez-vous par semaine, vous n'aurez plus aucun problème pour coucher et sortir avec des femmes.

Pour cela, la drague de rue est un super moyen !

En apprenant à aborder et séduire dans la rue, vous pourrez obtenir un tas de rendez-vous. Parfois 2, 3 ou 4 rendez-vous chaque semaine.

Un tas de femmes qui se baladent dehors n'attendent qu'à rencontrer un homme intéressant. Si vous savez correctement initier vos interactions, vous trouverez des femmes pour qui vous serez CE MEC intéressant, et obtenir des rendez-vous facilement.

Comment aborder les femmes dans la rue et
obtenir des rendez-vous ?

**Voici 20 de mes meilleurs
conseils pour débuter.**



**POUR
COMMENCER**

1

C'est un processus lent.

“Le chemin est long du projet à la chose.”

- Molière

Ne croyez pas les coachs qui vous disent que vous pouvez devenir très bon tout de suite.

Si vous pensez que vous allez devenir un playboy international dans quelques mois, vous vous engagez vers une terrible désillusion et beaucoup de frustration.

Pourquoi ?

Parce qu'apprendre à draguer est **un processus lent**.

Rien n'arrive facilement dans la vie. Toute amélioration radicale demande du *temps* et des *efforts*. Quel que soit le domaine - sportif, financier, affectif ou autre - rien ne changera du jour au lendemain.

CE NE SERA PAS FACILE

- Parfois, vous aurez l'impression de progresser, et vous vous sentirez satisfait.
- Parfois, vous aurez l'impression de stagner, et vous vous sentirez frustré et dans le doute.

Les hauts et les bas font partie du processus d'apprentissage.

Avant d'atteindre un niveau de résultat satisfaisant, cela prendra des mois, peut-être même des années. Tout dépend d'où vous partez, et le temps et l'énergie que vous y consacrez.

En attendant, préparez-vous à passer par des bonnes et des mauvaises passes, et à devoir persévérer même dans la frustration.

Le courage se démontre de 2 manières :

1. Avoir la force de commencer,
2. Avoir la force de persévérer.

2

Votre peur d'abord.

“Tout ce que vous voulez, est de l'autre côté de la peur.”

- Gregg Braden

Ne sautez pas les étapes.

Pour apprendre à aborder et séduire des femmes dans la rue, vous devez d'abord vous désensibiliser de votre peur de l'approche.

C'est votre première mission.

Ensuite, lorsque vous ne serez plus paralysé par cette peur, quand vous pourrez rester détendu et naturel auprès des femmes, vous pourrez vous perfectionner. Mais cela ne se fait qu'après !

Progresser étape après étape.

3

Responsabilisez-vous.

“L’anarchie est partout quand la responsabilité n’est nulle part.”

- Gustave Le Bon

La réussite en séduction ne viendra qu’à partir de l’instant où vous aurez accepté la pleine responsabilité pour vos résultats.

Ce sont vos choix, vos actions (ou inactions), qui déterminent vos résultats.

Cessez vos excuses. « *C’est à cause de ceci. C’est à cause de cela.* ». Les excuses n’ont jamais résolu aucun problème. Elles ne sont qu’un moyen de fuir ses responsabilités.

➤ *Vous avez trop peur d’aller parler aux femmes, alors vous vous donnez des excuses pour ne pas le faire.*

Mais, malgré tout, ça reste votre choix. C’est vous qui en payerez les conséquences plus tard, en restant au même point qu’avant.

Peu importe les excuses que vous vous donnez, il y a en ce moment même au moins un mec *pire que vous*, qui a beaucoup plus de succès avec les femmes.

La différence entre vous deux : *lui, a pris la responsabilité pour sa vie sentimentale et sexuelle.*

Pendant que vous vous donnez des excuses, il agit : il affronte ses peurs, passe à l’action, s’améliore.

LA VÉRITÉ : VOUS NE VOULEZ PAS VRAIMENT !

Il ne suffit pas de dire « je veux » pour véritablement vouloir quelque chose.

Si vous vous donnez des excuses, c’est qu’en vérité, vous ne voulez pas faire des efforts.

Vous *aimeriez* pouvoir aborder sans peur, mais vous *ne voulez payer* le prix pour ça. Vous ne voulez pas affronter vos peurs. Vous préférez vous mentir à vous-même avec vos excuses pour protéger votre ego.

Cessez d’être pathétique et prenez votre vie en main. SOYEZ RESPONSABLE. Car d’une façon ou d’une autre, votre inaction continuera à nuire à votre vie sentimentale.

4

Trouvez du temps !

“On a toujours assez de temps quand on en fait un bon usage.”

- Johann Wolfgang von Goethe

Beaucoup d'hommes affirment qu'ils n'ont « *pas le temps pour rencontrer des femmes* ». Cela fait partie des principales excuses qu'ils se donnent pour ne rien faire.

Mais si vous avez sérieusement envie de rencontrer et séduire des femmes, ce ne sera jamais le temps qui manquera.

Fixez-vous comme objectif de consacrer au moins 5 heures par semaine à la drague. Puis, aménagez votre emploi du temps de sorte à respecter cet objectif.

AMÉNAGER SON EMPLOI DU TEMPS

La meilleure manière de faire de la place dans votre emploi du temps est de réduire (ou supprimer) quelques activités récréatives inutiles.

La plupart d'entre nous passons un temps considérable à trainer sur internet, regarder la télé ou jouer aux jeux vidéos.

En réduisant le temps passé pour ces choses-là, vous libérerez de précieuses heures pour des choses plus utiles. Comme rencontrer des filles qui nous plaisent.

Le temps est la matière première de toute réussite : si vous n'êtes pas prêt à en investir, vous réaliserez jamais rien.

5

Fixez-vous des objectifs quantitatifs !

“Il n’est pas de vent favorable à celui qui ne sait pas où il va.”

- Sénèque

Quand il s’agit d’apprendre à aborder et séduire des femmes, la quantité est importante.

Vous allez devoir faire BEAUCOUP d’approches avant que cela devienne un réflexe naturel.

C’est la raison pour laquelle vous devez avoir des **objectifs quantitatifs**.

Vous devez vous fixer un certain nombre d’approches chaque semaine, et chaque mois.

Avoir un nombre à atteindre est ce qui vous empêche de vous contenter de peu, ou de rien. C’est ce qui vous motive à faire cette petite approche supplémentaire à chaque fois. C’est ce qui vous fait atteindre votre objectif *qualitatif* plus rapidement.

LE « QUANTITATIF » PERMET LE « QUALITATIF »

La plupart d’entre nous, avons un objectif qualitatif quelque part dans notre tête.

Par exemple :

- être capable de se remettre en couple avec une fille rapidement quand on retourne sur le marché du célibat.
- avoir une vie sexuelle et affective épanouie.

Mais parce que nous avons peur du rejet, nous sommes frileux à l’idée de faire beaucoup d’approches pour y arriver, alors que c’est un passage obligé.

Avoir un objectif quantitatif comme 10 approches, puis 20, puis 30... Peut nous aider à repousser nos limites plus vite.

A high-angle, low-light photograph of a diver in a dark wetsuit jumping from the open cargo door of an aircraft. The diver is in mid-air, with arms extended forward and legs trailing behind. Below, the ocean surface is visible, with another diver seen upside down in the water. The aircraft's metal floor with circular hatch covers is in the foreground. The entire image has a reddish-pink color cast.

SE LANCER

6

Ayez un “opener” prêt à l’emploi.

“On n’improvise jamais mieux que lorsqu’on sait son texte.”

- Robert Hollier

Un *opener* est une phrase que l’on utilise pour initier la conversation.

Quand vient le moment d’aborder, plus on attend, pire c’est.

Les excuses, les pensées, etc., s’accumulent chaque seconde davantage dans votre esprit.

Le temps de trouver le truc juste à dire, et il sera trop tard... Votre petite voix négative vous aura fait renoncer à y aller.

Si vous n’avez pas une petite phrase par défaut préparée AVANT, les chances qui vous passiez à l’action ENSUITE se divisent au moins par deux.

N’ATTENDEZ PAS LE DERNIER MOMENT

Plus tard, quand vous aurez abordé des dizaines de filles avec succès, vous pourrez vous offrir le luxe d’improviser au dernier moment. Mais pour l’instant, faites simple !

Choisissez une phrase à dire et aborder les filles avec. De préférence, cette phrase doit être **simple**, **courte**, et **directe**.

Par exemple :

« Bonjour. Je viens de vous remarquer et je vous ai trouvé très élégante. Et je me suis qu’avec un peu de chance, vous seriez aussi sympa ! »

Votre opener n’a pas à être particulièrement drôle ou original. C’est juste une phrase à formuler pour mettre l’interaction sur la bonne voie ! Ni neutre, ni amicale.

7

Faites le grand saut ! (vous n'avez pas le choix)

“Vos craintes ne sont pas des murs, mais des obstacles... Le courage n'est pas l'absence de peur, mais la conquête de celle-ci.”

- Dan Millman

Vous ne pouvez pas éviter de faire le grand saut. Pour vaincre votre peur de l'approche, vous êtes résolu à le faire. Il n'y a pas d'autres issues.

Si vous voulez dépasser votre peur, vous devrez vous y confronter à un moment ou un autre. Mieux vaut tôt que tard !

A chaque fois que vous affronterez votre peur en allant parler à une femme, vous la réduirez.

Et plus tard, avec la répétition, vous vous en désensibiliserez. Cela implique de faire **ce grand saut**.

VOTRE PROCHAINE OCCASION

La prochaine fois que vous remarquerez une fille que vous avez envie d'aborder, mais que vous aurez peur d'aller vers elle, dites-vous que si vous n'y allez pas, cette peur vous suivra et sera la même pour les prochaines de toute façon.

Le seul moyen d'avoir moins peur plus tard, c'est d'y aller maintenant.

VOUS DEVEZ FAIRE LE GRAND SAUT !!

8

Oubliez la réussite (pour l'instant...)

“Toutes les batailles de la vie nous enseignent quelque chose, même celles que nous perdons.”

- Paolo Coelho

J'ai une mauvaise nouvelle : lors de vos premières tentatives, il n'y aura probablement aucune surprise.

Vous allez paniquer, être nerveux, bafouiller, ne pas savoir quoi dire, etc.

Ce sera exactement comme vous l'aviez envisagé au départ.

Mais en vérité, on s'en fout !

Votre objectif n'est pas d'épouser la prochaine femme que vous irez aborder. Votre premier objectif est de dépasser votre peur de l'approche.

RIEN À PERDRE, TOUT À GAGNER

Quand vous abordez, peu importe la réaction de la fille, ça fait +1 à votre compteur d'approche. Et plus vous le nombre augmentera, moins vous avez peur et plus aborder deviendra facile.

Vous aurez tout votre temps pour obtenir de bons résultats plus tard. En attendant, acceptez de faire des approches imparfaites.

Voyez chaque approche comme une réussite en soi. Parce que c'est ce qu'elles sont !

Chaque approche vous donne un peu plus d'expérience pour les prochaines fois.

Tout est difficile avant de devenir facile. Et la transition se fait par la pratique.

9

Ce n'est qu'UNE phrase !

“La vie est vraiment simple, mais nous insistons à la rendre compliquée.”

- Confucius

Ne percevez pas la phase d'approche comme un « truc » technique et compliqué. Elle ne l'est pas !

En vérité, ce n'est qu'une phrase à dire. Quelques mots que vous avez déjà préparé à l'avance...

L'approche, en soi, ça n'est ni plus ni moins qu'aller prononcer quelques mots à une fille qui vous plaît. N'importe qui peut y arriver, y compris VOUS.

La phase d'approche demande plus de courage que tout autre chose.

10

Assumez votre peur !

“Ce qui ne peut être évité, il faut l'embrasser.”

- William Shakespeare

N'essayez pas de masquer vos ressentis.

Plus vous craignez que la fille s'aperçoive que vous avez peur, plus cela accentue votre anxiété.

Vous n'êtes pas parfait, et vous avez tout à faire le droit de le montrer.

ASSUMEZ

Si vous êtes nerveux, dites-le ! Dites-lui :

« Je suis un peu nerveux parce que je n'ai pas l'habitude de faire ça ».

Vous verrez, ça soulage beaucoup !

En plus, elle appréciera sans doute votre sincérité.

Ok... Peut-être que cela démontrera un léger manque d'assurance de votre part, et que vous perdrez quelques points...

Mais croyez-moi : vous en perdrez **BEAUCOUP** moins qu'en voulant paraître confiant sans tromper personne !

11

Créez l'impulsion !

“L'habitude rend insensible presque à tout.”

- Christine de Suède

- La première étape est de faire le grand saut.
- La seconde est de **créer une impulsion**.

L'*impulsion* est une série de mêmes actions répétées dans un court laps de temps qui permet d'exécuter cette action de manière quasi-inconsciente est sans effort.

C'est comme faire du vélo...

- Une fois que vous avez donné les premiers coups de pédales pour tenir en équilibre, continuer à pédaler devient quasi-inconscient et sans effort.

METTEZ-VOUS SUR PILOTAGE AUTOMATIQUE

En faisant l'effort d'aborder une ou plusieurs filles plusieurs fois par semaine, avec le temps cela deviendra de plus en plus automatique et sans effort d'aller aborder.

Un homme qui aborde bien est un homme qui est accoutumé à l'approche. Aucun mec n'aborde bien en abordant 3 fois dans l'année. L'excellence s'atteint par une pratique constante. Parce que la pratique constante permet d'acquérir l'impulsion.

Aborder régulièrement, jusqu'à ce que l'approche deviennent une action quasi-automatique. Cela voudra dire que vous avez créé une impulsion.

12

Faites-le pour VOUS.

“La réalisation réside dans la pratique.”

- Buddha

Pour beaucoup d'hommes, les femmes sont soit *trop* bien, soit *pas assez*.

- Soit elles sont belles, et ils ont peur d'y aller parce qu'ils ne se sentent pas à la hauteur.
- Soit elles ne sont pas assez belles, et elles ne valent pas l'effort...

CE N'EST PAS À PROPOS D'ELLES, MAIS DE VOUS

Cessez de vous donner de bonnes raisons pour ne pas aborder. De vous dire que vous ne pouvez pas y aller parce que la fille *est trop X* ou *pas assez Y*.

Votre objectif n'est pas de faire de chaque fille votre future copine. Votre objectif, c'est d'aborder régulièrement pour créer l'impulsion.

Alors allez-y !

Si vous abordez les filles, c'est d'abord pour votre futur VOUS. Parce que vous voulez faire suffisamment d'approche pour que, plus tard, quand vous aurez l'opportunité d'aborder les filles qui vous plairont, vous pourrez le faire avec une parfaite maîtrise.

LA FILLE IDÉALE POUR L'APPROCHE N'EXISTE PAS

Il n'y aura pas de filles « idéales » pour l'approche.

- Celles que vous considérez comme belles continueront à vous impressionner.
- Celles que vous considérez comme un peu en dessous de vos standards continueront à vous faire hésiter.

Mais vous devez quand même les aborder !

Chaque fille, qui vous plaît ne serait-ce qu'un minimum, représente une opportunité pour renforcer l'impulsion de départ et progresser.

13

Un peu chaque jour...

“Petit à petit, l’oiseau fait son nid.”

- Proverbe Français

Apprendre à aborder, créer une impulsion, n’est pas qu’une question de nombre d’approches. C’est aussi, et surtout, une affaire de **constance**.

➤ **Il vaut mieux en faire peu mais régulièrement, plutôt qu’en faire beaucoup, mais de temps en temps.**

En faisant un gros volume d’approches, vous risquez de vous « cramer ». Votre envie et votre motivation risquent de se consumer rapidement, et vous contraindre d’arrêter après quelques semaines seulement.

C’est très dur d’apprendre à aborder, surtout au début. Si vous faites des dizaines d’approches sans obtenir de résultats, vous risquez de vous frustrer, et perdre goût à la séduction.

LE MOINS FAIT LE PLUS

Pour que ça n’arrive pas, faites-en peu, mais souvent.

« *Les petits ruisseaux font les grandes rivières* ».

Avec une, deux ou trois approches, quasi-quotidiennement, vous en ferez suffisamment pour créer une impulsion et progresser rapidement.

Il y aura des jours avec, et des jours sans. Des jours où vous réussirez facilement, et des jours où ça ne marchera pas... C’est comme ça !

Capitalisez dans les bons jours. Faites autant d’approches que bon vous semble, tant que vous vous sentez bien.

Mais n’insistez pas dans les mauvais jours. Faites-les deux ou trois approches que vous aviez prévues de faire, et arrêtez.

Persistez, mais avec intelligence.

A woman with long, dark hair styled in many thin braids is shown from the chest up. She is wearing a dark, heavily fringed shawl or poncho. Her expression is thoughtful and slightly somber as she looks off to the right. The background is a blurred, natural outdoor setting. The entire image has a warm, reddish-orange color cast.

LA RENCONTRE

14

La réussite est dans l'intro.

“Le commencement est beaucoup plus que la moitié de l'objectif”

- Aristote

Il existe un principe effectif dans de nombreux domaines qui dit qu'environ 80% des effets sont le produit de 20% des causes. C'est le fameux **principe de Pareto**.

Si on exporte ce principe à la séduction dans la rue, je dirais que votre capacité à faire une bonne première impression représente ces 20% de la rencontre qui déterminent 80% du résultat final.

Les femmes font très vite le choix de s'intéresser à vous ou non lors de la rencontre. Une bonne introduction est donc fondamentale.

Si vous voulez de bons résultats à partir d'une approche dans la rue, vous devez apprendre à soigner votre intro.

➤ Celle-ci détermine toute la suite de la rencontre, rendant les filles, soit plus compliantes, soit plus résistantes.

Apprendre à faire une bonne intro est **la troisième étape**. Si vous faites une bonne intro, le reste suivra tout seul.

15

Oubliez la conversation.

“J'adore parler de rien. C'est le seul domaine où j'ai de vagues connaissances”

- Oscar Wilde

On se fiche de la qualité de la conversation !

Tout ce qui compte c'est faire une bonne intro, créer un peu de rapport et proposer le numéro.

D'ailleurs, une bonne conversation ne dépend même pas de vous.

Si la fille ne participe pas parce qu'elle est trop réservée, ou parce qu'elle n'est pas intéressée, vous partirez dans un monologue ou dans une petite série de questions-réponses. Et ça n'aura absolument rien à voir avec vos compétences sociales ou vos sujets de conversation.

UNE BONNE CONVERSATION EST OPTIONNELLE

En vérité, si vous faites une bonne intro, la conversation comptera pour très peu dans le résultat final.

Vous pouvez vous présenter, lui poser une ou deux questions, parler de la pluie et du beau temps, etc., ça ne vous fera perdre de points si elle a apprécié votre approche.

La plupart des mecs ont plus peur de la conversation qui suit l'approche, que de l'approche en elle-même. Ils ont peur de ne pas avoir quelque chose d'intéressant à dire...

Mais, en tout franchise : si vous savez dire « comment tu t'appelles ? », « qu'est-ce que tu fais dans la vie ? », « quel sale temps aujourd'hui ! »

...ce sera suffisant avec toutes les femmes qui ont apprécié votre intro.

Si elle a apprécié les premières secondes de la rencontre, elle aura envie de discuter AVEC vous quoi qu'il en soit !

16

Soyez bref !

“La brièveté est sœur du talent.”

- Anton Pavlovitch Tchekhov

Il y a plusieurs choses que vous devez savoir sur la drague de rue :

1. La plupart des femmes sont pressées. Pour elles, la rue n'est qu'un lieu de transition entre un endroit et un autre.
2. Que vous ayez passé 2 ou 20 minutes à parler avec une fille, vous restez un inconnu qu'elle a rencontré dans la rue... Passez les 2 premières minutes, le temps passé à discuter avec elle sur le lieu de la rencontre n'influence pas sa décision de vous revoir ou non.
3. Avoir tout son temps pour aborder et faire la conversation à une parfaite inconnue dans la rue peut éveiller des soupçons sur vous (laisser croire que vous êtes un dragueur en série.)
4. Vous faites toujours meilleure impression dans les quelques premières minutes de l'interaction, quand la rencontre est encore fraîche et excitante.
5. Si votre intro a été bonne, que vous avez fait les présentations et échangé quelques mots, elle aura déjà décidé de vous laisser ou non ses coordonnées.

Pour toutes ces raisons, non seulement rester plus de quelques minutes à discuter est inutile, mais cela peut même être **contre-productif**.

Faites de votre rencontre une *bande annonce* !

Apprenez à être bref dans vos rencontres. Cela vous permettra de contourner les contraintes de temps, et terminer sur une meilleure impression.

17

Proposez le numéro simplement.

“Tout devrait être rendu aussi simple que possible, mais pas plus.”

- Albert Einstein

Vous n’avez pas besoin d’une « phrase magique », ou de quelconque astuce, pour obtenir un numéro de téléphone.

Après une bonne introduction et une courte conversation avec la fille, il sera tout à fait naturel et logique de lui proposer de vous revoir une autre fois, dans un endroit plus agréable. Après tout, vous êtes venu pour faire sa connaissance...

Cela doit sembler **couler de source**. Si vous proposez l’échange de numéro comme si *c’était un truc qui ne se fait pas en général*, que ce soit en hésitant, en tournant autour du pot, ou en cherchant un bon prétexte, cela risque de déclencher ses résistances.

SA RÉPONSE EST INFLUENÇABLE

La réponse des femmes est influençable et dépend de votre attitude quand vous lui proposez d’échanger vos numéros.

- Si vous agissez comme si c’était **normal**, ça lui paraîtra normal de vous le donner.
- Si vous agissez comme si ça ne l’était pas, comme si les risques qu’elle refuse étaient élevés, elle aura la sensation qu’elle *doit* refuser, ne serait-ce que pour faire bonne figure.

La meilleure manière de proposer un numéro de téléphone, c’est de le proposer le plus normalement et simplement possible !



PERFECTIONNEMENT

18

Améliorez votre apparence.

“L'apparence est le vêtement de la personnalité.”

- Galienni

Vous voulez un simple conseil pour améliorer la réceptivité des femmes sans même avoir à pratiquer la drague ?

Travaillez votre apparence !

- Look
- Soins du visage
- Corps athlétique
- Etc.

Améliorer son apparence au quotidien est une manière indirecte, mais efficace, d'augmenter la qualité de sa première impression.

Plus vous êtes présentable et en bonne forme physique, meilleure sera votre première impression, et meilleure sera la qualité de l'interaction qui s'ensuivra.

ATOUT OU HANDICAP ?

L'attrance ne fera pas tout le boulot de séduction à votre place.

Cependant, elle peut être soit un atout, soit un handicap lors de vos rencontres, rendant la séduction plus facile ou plus difficile.

Ce qui déterminera cela, seront les choix que vous ferez dans votre vie quotidienne :

- *Est-ce que vous cherchez à améliorer votre apparence ? Ou est-ce que vous la négligez ?*
- *Est-ce que vous faites régulièrement du sport ? Surveillez-vous votre alimentation ? Faites-vous attention à votre style vestimentaire ? OU PAS !?*

La réponse à ces questions détermine la facilité à laquelle vous pouvez séduire lors de vos interactions.

19

Mettez-vous à la diet' mentale.

“Celui qui a commencé à vivre plus sérieusement de l'intérieur commence à vivre plus facilement à l'extérieur.”

- Ernest Hemingway

Ce que vous vous dites à vous-même - à propos de vous, des femmes et de la séduction - programme vos croyances et états d'esprit.

Cela peut améliorer votre mental (=innergame), ou le détériorer. Tout dépend si c'est positif, ou négatif.

❖ **Pendant les 30 prochains jours, essayez de parler à vous-même, de vous visualiser, et pensez positivement à propos de ces choses-là. Vous pouvez aussi utiliser l'auto-hypnose et les autosuggestions conscientes.**

Pourquoi 30 jours ?

Parce que c'est à peu près le temps qu'il faut pour reprogrammer une habitude.

REPROGRAMMEZ VOS HABITUDES MENTALES

L'homme n'est ni positif, ni négatif par nature. Sa mentalité est une habitude mentale.

Certains prennent l'habitude de se parler à eux-mêmes positivement, et d'autres négativement. Et cela programme leurs croyances, qui déterminent ensuite leurs états d'esprit, leurs comportements et leurs actions.

Si vous n'avez pas de résultat avec les femmes, il est possible que vous ayez de très mauvaises habitudes mentales.

Si vous avez l'habitude de vous parler négativement. Vous devez recadrer cette habitude. Sinon vous continuerez à vous limiter à cause de croyances erronées sur vous-même et sur les femmes.

CONTRÔLEZ VOS PENSÉES

Jour après jour, en faisant l'effort conscient de vous parler positivement, à la fois intérieurement et à haute voix, vous améliorerez votre mental de séducteur.

Voilà comment cela fonctionne :



Votre mental joue un énorme rôle dans votre réussite avec les femmes : **notre réalité extérieure dépendant en grande partie de ce que nous croyons pouvoir obtenir à l'intérieur.**

20

Obtenez du Feedback

“Les amis sont des compagnons de voyage, qui nous aident à avancer sur le chemin d'une vie plus heureuse.”

- Pythagore

Trouvez quelqu'un pour vous observer et vous dire ce que vous pouvez améliorer ou corriger.

Par exemple, vous pouvez prendre les services d'un coach, ou proposer des entraides à d'autres dragueurs de votre ville via un forum.

Il y a un tas de choses à améliorer dans notre langage corporel, notre posture et la tonalité de notre voix, dont n'avons pas conscience, mais qu'un œil attentif (ou une oreille) pourrait détecter facilement.

Ensuite, vous pourrez travailler sur ces petits défauts.

Parfois, certaines choses peuvent sembler n'être que de « petits détails », mais en les corrigeant les uns après les autres, vous ferez des approches qui seront *visiblement* bien meilleures et vous apporteront plus de résultats.

Obtenez le succès que vous méritez avec les femmes

Les meilleurs séducteurs ne sont pas ceux qui utilisent le plus de stratégies et techniques de séduction. En fait, c'est plutôt l'opposé...

En vérité, les bons séducteurs utilisent **très peu** de techniques et de stratégies pour séduire. Mais ils n'utilisent que **les plus efficaces**, et **excellent dans l'art de les appliquer**.

C'est la **spécialisation** dans ces techniques et stratégies efficaces qui fait d'eux des bons séducteurs !

VOUS NE POUVEZ PAS DEVENIR BON EN TOUT

"J'aime mieux tout de quelque chose que quelque chose de tout." – Victor Hugo

Si vous vous dissipez en apprenant un tas de techniques, vous ne deviendrez jamais très bon dans aucune d'elles. Et si la plupart de ces techniques ne sont pas efficaces, vous n'obtiendrez rien de mieux que des résultats moyens, voire médiocres.

Mais si vous apprenez à utiliser **parfaitement bien** quelques techniques **efficaces**, vous deviendrez bon.



Mon Ebook : ***Drague Minimaliste : séduisez sans effort***, est le seul guide français qui combine des conseils concrets, directement applicables, avec une explication simple et réaliste du processus de séduction **de l'approche dans la rue, jusqu'au sexe**.

Pour développer des bases solides en séduction, cliquez ci-dessous :

[**Drague Minimaliste : Comment séduire sans efforts**](#)