

Victor Cunha

# Pau Magnético



Este e-book é de propriedade autoral de Victor Cunha ("Autor"). Publicado no Brasil. Os avisos legais, divulgações, e isenções de responsabilidade sobre este e-book são de direito autoral do Escritório de Advocacia de Michael E. Young PLLC, e licenciado para uso pela Autora. Todos os direitos reservados.

Nenhuma parte deste e-book pode ser reproduzida ou transmitida de qualquer forma ou por qualquer meio, eletrônico ou mecânico, incluindo fotocópia, gravação ou por qualquer sistema de armazenagem e recuperação - exceto por um revisor, que pode citar breves passagens em uma revisão para ser impresso em revista, jornal, blog, ou site - sem a permissão por escrito da Autora. Para mais informações, por favor contate a Autora através do e-mail: [victor@paumagnetico.com](mailto:victor@paumagnetico.com) ou pelo correio através do endereço: Brazil, Av. Ns. de Copacabana, 427 Rio de Janeiro, Rio de Janeiro 22020

Todas as marcas comerciais e marcas de serviço são de propriedade de seus respectivos proprietários. Todas as referências a essas propriedades são feitas apenas para fins editoriais. Exceto para as marcas realmente de propriedade da Autora, a Autora (como autora e editora) não faz quaisquer reclamações comerciais para seu uso, e não é afiliada com eles de qualquer maneira. A menos que expressamente de outra forma, nenhuma das pessoas físicas ou jurídicas mencionadas aqui endossaram o conteúdo deste e-book.

## ÍNDICE DE CONTEÚDO

<u>DIREITOS AUTORAIS E MARCA REGISTRADA.....</u>	<u>1</u>
<u>INTRODUÇÃO.....</u>	<u>3</u>
<u>COMEÇANDO DA MANEIRA CORRETA.....</u>	<u>5</u>
<u>A LINGUAGEM DO SEXO E A PSICOLOGIA DA SEDUÇÃO.....</u>	<u>8</u>
<u>OS NÚMEROS DA SEDUÇÃO.....</u>	<u>15</u>
<u>TORNANDO-SE CONVERSEXUAL – USANDO O PAU MAGNÉTICO.....</u>	<u>19</u>
<u>DAS CONVERSAS PARA OS LENÇÓIS: COMO FAZER COM QUE QUALQUER MULHER DIGA SIM.....</u>	<u>31</u>
<u>EVITE RESISTÊNCIA: DIGA MENOS PARA QUE ELA QUEIRA MAIS.....</u>	<u>43</u>
<u>SOBRE BEIJAR SAPOS E O SANTA GRAAL DA SEDUÇÃO.....</u>	<u>46</u>
<u>SEXO É O QUE TODO MUNDO QUER.....</u>	<u>48</u>
<u>JUNTANDO TUDO – O SOCIAL, O SEDUTOR E O SEXUAL.....</u>	<u>52</u>
<u>7 EXERCÍCIOS PARA CRIAR E MANTER A TENSÃO SEXUAL.....</u>	<u>54</u>
<u>BÔNUS: COMO AUMENTAR SEU PODER FÍSICO DE SEDUÇÃO.....</u>	<u>58</u>

## INTRODUÇÃO



Sexo. Todo nós queremos. O máximo que for possível. As pessoas de todos os lugares do mundo pensam nisso, sonham com isso e falam sobre isso.

Sim, o sexo é algo maravilhoso para se fantasiar, mas deixe-me dizer uma coisa: fazer nada e esperar por um milagre não vai te ajudar a transar.

Nem em 1.000 anos.

Pois convenhamos...

Há um mundo de oportunidades sexuais incríveis esperando por você e você as está perdendo.

Noite após noite.

E por quê?

Simplesmente porque seus medos, palavras e inatividade não conseguem te levar onde seu pênis quer ir: para o meio das pernas dela.

Esse guia vai ajudá-lo a mudar isso.

Para sempre.

Como?

Ajustando suas atitudes e comportamentos de uma maneira que você vai se tornar mais legal e calmo quando as mulheres criticarem sua ousadia e objetividade com elas.

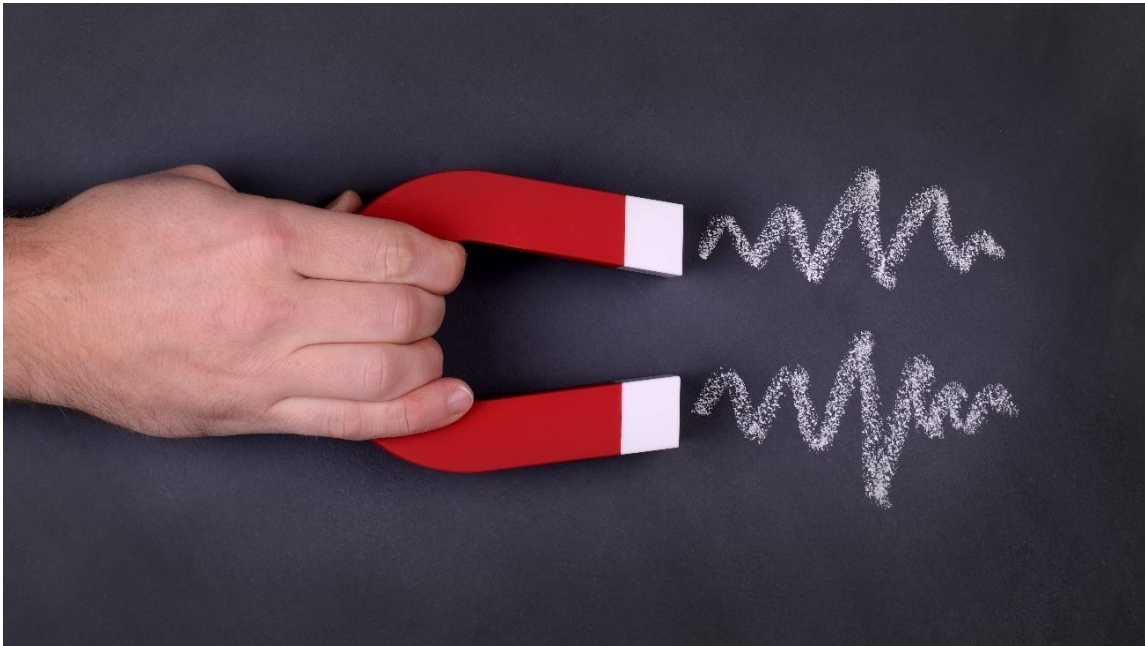
Além disso, seus modos de falar com as mulheres vão mudar, te deixando muito mais sincero e confiante de si.

No final, você vai começar a se sentir como um homem totalmente diferente.

De forma simples, qualquer mulher que escolher interagir socialmente com você vai perceber como você está confiante e atraente.

Então, se você está preparado para:

- eliminar seus medos inválidos e inseguranças afeminadas,
- melhorar suas habilidades de conversar com mulheres
- e por fim atrair e fazer sexo com o tanto de mulheres que quiser usando alguns truques psicológicos simples, porém bem pesquisados... Continue lendo...Pois logo você vai começar a explorar como é a vida pela perspectiva de um deus da sedução.



Nenhum homem solteiro do mundo quer ser colocado na “friendzone” e somente ser considerado um parceiro platônico. É horrível e emocionalmente doloroso.

Se você está atraído física e sexualmente por uma mulher, então seu maior desejo é iniciar uma série de conversas e interações com ela que são mais sexuais por natureza, certo?

Infelizmente, a maioria de nós demora para deixar que uma mulher saiba nossos interesses românticos (e desejos sexuais) por medo da rejeição.

Pense nisso.

Quantas vezes você esteve com a família ou amigos e quis demonstrar um comportamento desinibido, mas foi reprimido por um medo

terrível de ser rejeitado, criticado ou de deixar os outros desconfortáveis em sua presença?

Acredito que todos nós já estivemos nessa posição em algum momento.

A verdade é que isso acontece com a maioria dos caras quando eles estão mais na companhia de mulheres do que de homens.

Em outras palavras, é fácil falar o que você pensa para outros homens, independentemente se você os conhece há três anos, três meses, três dias ou três horas.

Fazer a mesma coisa com as mulheres? Nem tanto.

A verdade fundamental em relação às interações homem-mulher, contudo, é a de que todos nós queremos algo.

Como homem, a maior mentira que você pode contar a si mesmo quando se aproxima de uma mulher com quem você tem interesse de ficar seja de modo romântico ou estritamente sexual é a de que você não quer nada dela.

Para de mentir para si mesmo. É claro que você faz isso.

Para cada pessoa com quem interagimos com regularidade ou menos, existe uma necessidade ou desejo que queremos ver realizados.

Com uma mulher bonita – a primeira coisa que vem em nossa mente é sexo. Mas para chegar lá você precisa de uma coisa chamada conversa. Isso mesmo, você leu certo. Você precisa conversar bastante

antes de seguir adiante e no final você verá que conseguir entrar nas pernas dela tem muito a ver com entrar em sua mente.





Toda nossa conversa verbal com as mulheres – ao menos com as mulheres com quem queremos nos envolver em um relacionamento a longo prazo ou para um sexo casual – geralmente pertence a uma dessas quatro categorias:

Dizer às mulheres o que elas geralmente querem ouvir, mas que na maioria das vezes não estão esperando ouvir (principalmente porque elas deduzem que a maioria dos homens não tem coragem de se expressar de uma maneira ousada, sincera e objetiva).

Dizer às mulheres o que elas geralmente querem ouvir e o que elas esperam ouvir (em outras palavras, ser educado e ter boas maneiras).

Dizer às mulheres o que elas geralmente não querem ouvir, mas o que tipicamente esperam ouvir (tudo que o homem estiver discutindo com uma mulher nesse caso é desonesto, ilusório e manipulador ou pior, tímido). Dizer às mulheres o que elas geralmente não querem ouvir e

também o que elas não esperam ouvir (pois o homem que elas estão ouvindo está sendo ofensivo, grosso e misógino e ignorando o fato de que ela já deixou claro que não quer ficar na companhia dele).

Meu foco vai ser na primeira categoria da comunicação verbal – o que as mulheres querem ouvir, mas não esperam ouvir – pois essa é a rota possível mais curta para sair de uma conversa com uma mulher e ir de fato transar com ela. Então vamos começar.

Como homem, por que você quer realmente se aproximar de uma mulher de seu interesse?

Como homem, por que você quer realmente iniciar uma conversa com uma mulher que você acha muito atraente?

Como homem, por que você realmente quer estar na companhia dessa mulher em um futuro próximo ou distante?

Lá no fundo, você já sabe a resposta para essas perguntas: você quer transar e ter orgasmos incríveis com ela.

É claro, você pode querer se envolver em atividades sexuais monogâmicas de longo prazo, como casamento.

Por outro lado, você também pode querer se envolver com essa mulher em atividades sexuais não-monogâmicas de longo prazo, como um casamento aberto, relacionamento aberto ou uma amizade colorida.

Independentemente se o seu interesse for em manter relações sexuais com ela a curto ou a longo prazo, o fato é de que você quer fazer sexo com ela.

Essa é a primeira coisa que você precisa admitir.

Eu conheci vários homens que tentaram negar esse fato para si mesmos, dizendo que só queriam apreciar a companhia delas. Ok, claro.

Essa é uma grande mentira que você está contando para si mesmo e você sabe.

A questão é que grande maioria das mulheres, a menos que sejam virgens ingênuas – já sabem que seu desejo de fazer sexo com elas é o motivo número um pelo qual vocês estão conversando e se socializando.

As mulheres sabem disso. Confie em mim.

Elas só estão curiosas para descobrir se você tem a confiança e coragem para expressar seu desejo de maneira sincera, ousada e objetiva.

A questão é... você tem?

Quando você admite para si mesmo que seu desejo é iniciar atividades sexuais com uma mulher, a próxima coisa que você deve decidir é como vai transmitir suas intenções e interesses.



Você vai começar com uma conversa fiada e bajuladora de no mínimo quinze minutos antes de expressar seus verdadeiros desejos e interesses para ela? Vai procurar pagar um almoço para ela uma ou duas vezes... ou uma janta duas ou três vezes... antes de falar de suas intenções? Não, nada disso, você é melhor que isso.

Você vai passar um tempão em longas conversas com ela sem mencionar seus desejos e intenções, mentindo descaradamente e enganando-a sobre seus interesses? Ou pior, vai evitar se aproximar das mulheres e iniciar uma conversa? Claro que não, você merece muito mais.

O que você quer mesmo é fazer sexo com qualquer mulher que você queira e isso é exatamente o que você vai fazer a partir de agora.

Ao palco... a conversa inicial.

O objetivo dessa conversa não é ir bem ou mal.

O único objetivo é começá-la e não evitá-la. A reação dela não importa muito, então não se preocupe nem se sinta pressionado.

Essa conversa não é grande coisa e tampouco é um indicador de suas habilidades de sedução. Em outras palavras, ela não te dá uma avaliação precisa da sua habilidade em fazer com que uma mulher por quem você tenha interesse também se interesse por você. Isso tem mais a ver com a sedução em si.

A conversa inicial serve para encontrar as garotas que estão interessadas e eliminar o resto rapidamente. Essa conversa é a parte numérica do jogo. E você precisa colocar em números para atingir seu objetivo: o sexo.

Simplesmente não importa se ela for ótima, se for muito constrangedora ou se ela lhe disser para sair de perto de dela. Você começou. Bom trabalho!

Qualquer reação que você conseguir, parta daí.

Não se preocupe, há somente três tipos de reação: ela pode ser rude com você, pode ser constrangedor ou ela pode ficar animada.

Lembre-se, não deve ser perfeito. Às vezes ela vai rir e sorrir imediatamente. Isso é bom, mas esse não foi o objetivo.

O único objetivo era para que você iniciasse a conversa e não a evitasse. Missão cumprida.

Agora você pode seguir em frente baseado na reação dela.

Por exemplo, ser honesto e paciente para dar tempo a uma mulher que é tímida para fazer com que ela se sinta mais confortável. Começar conversas é uma habilidade social e tem pouco a ver com

sedução ou em ser bom com as mulheres. Ser capaz de iniciar conversas apenas significa que você tem confiança para dar o primeiro passo para conhecer novas pessoas.

Se você aborda uma mulher e logo de cara ela revira os olhos, isso quer dizer que você é péssimo com mulheres? De jeito nenhum. Na verdade, isso não quer dizer nada.

Nada que ocorra quando você estiver sendo social pode ser tirado das suas habilidades de sedução.

Certo, mas você deve estar se perguntando: “se ser social não garante a garota, então por que eu deveria me importar com essa parte do processo?”

Porque ser social pode te colocar em mais situações onde você pode ser sedutor, e ser sedutor leva até a garota.

Então saia hoje à noite e converse com todo mundo.

Mas não leve as reações para o lado pessoal. Ser social não é grande coisa, nem falar com mulheres.

Você tem que parar de ficar esperando até que fique bom em iniciar conversas.

A conversa inicial serve apenas para eliminar as garotas desinteressadas (e desinteressantes).

Suas habilidades sociais, físicas e sexuais não são simplesmente boas ou ruins. Essas habilidades são fluidas e baseadas no momento.

Qualquer um pode fazer isso. Pense em receber uma reação ruim quando iniciar uma conversa.



Eu tenho certeza de que você já testemunhou isso antes. Conforme a noite começa, você está tímido e enrola para começar uma conversa. Finalmente você se apresenta e recebe uma reação negativa. Talvez até te olhem de modo estranho ou não interajam muito.

Depois disso você diz “dane-se” e deixa o ego de lado. Você para de ficar na defensiva.

Você percebe que essas tais rejeições são uma piada. E esse sentimento é libertador. Meia hora depois você se tornou uma máquina sociável... bem à frente do cara que ainda está sentado e com medo de receber más reações das mulheres.

Do mesmo modo, cada mulher com quem você conversa responde de maneira positiva e você tem sucesso.

As mulheres estão respondendo bem a você porque elas sentem – sim, isso mesmo – que você é confiante e que não se importa com o que os outros pensam. Esse cenário parece interessante para você?

É claro que sim. Esse é o modo deus social... e é assim que você abrirá as portas para o sexo e as pernas dela de agora em diante.





Tenho certeza de que um vendedor ficaria ofendido se você o dissesse que o que ele faz é apenas um jogo de números.

Vendas, assim como a sedução, é um jogo de números e habilidade social. Isso pode te surpreender, mas alguns gerentes até recompensam seus vendedores por cada não que eles ganham... pois cada não te deixa mais perto de um sim.

Um número mágico é a quantidade de mulheres que você precisa entrar em contato antes de encontrar uma que tenha interesse em você baseada apenas em sua presença.

Aqui estão algumas maneiras de causar uma boa impressão:

- Faça uma abordagem genuína
- Tenha uma linguagem corporal confiante
- Mantenha contato visual

- Sorria
- Transmita uma sensação sedutora

Um cara sem confiança, com má postura e sem estilo poderia ter um número mágico tão alto quanto 100.

Ou seja, ele teria que fazer contato com 100 mulheres para conseguir uma em potencial. É claro que esse é um exemplo extremo, mas ainda assim, com alguns pequenos ajustes em sua presença ele poderia reduzir o número para 1 em 50 garotas.

Sim, a sedução é um jogo de números e uma habilidade.

Eu sei que nós preferiríamos acreditar que podemos conseguir qualquer mulher que desejemos, mas na verdade, você não vai querer se envolver com toda mulher que conhecer.

Pensar que precisa encontrar uma mulher em particular é a mesma coisa que ter a síndrome da garota especial.

Ela não é especial.

Há muitas garotas bonitas que se parecem com ela, mas que têm personalidades melhores.

E o mais importante, existe uma garota que se parece exatamente com ela e que gosta de você. Você só precisa encontrá-la. Primeiro você precisa experimentar um bom potencial.

Quando você ver como um bom potencial é (seja em vendas ou com as mulheres) você nunca mais vai se contentar com pouco.

Agora você sabe o que está buscando e essa garota definitivamente não é isso.

Quando você namora com uma mulher de qualidade – ou consegue um bom cliente – cria-se uma nova referência. Aquelas que não se enquadram são rejeitadas para dar chance para os bons potenciais.

A parte dos números no jogo é saber eliminar as garotas com pouco interesse e encontrar as com bom potencial.

Essa parte do jogo tem mais a ver com ser eficiente com seu tempo.

Há muito baixo ou nenhum interesse por aí. Zero interesse é ótimo porque elas nem mesmo querem conversar com você e vão te evitar rapidamente.

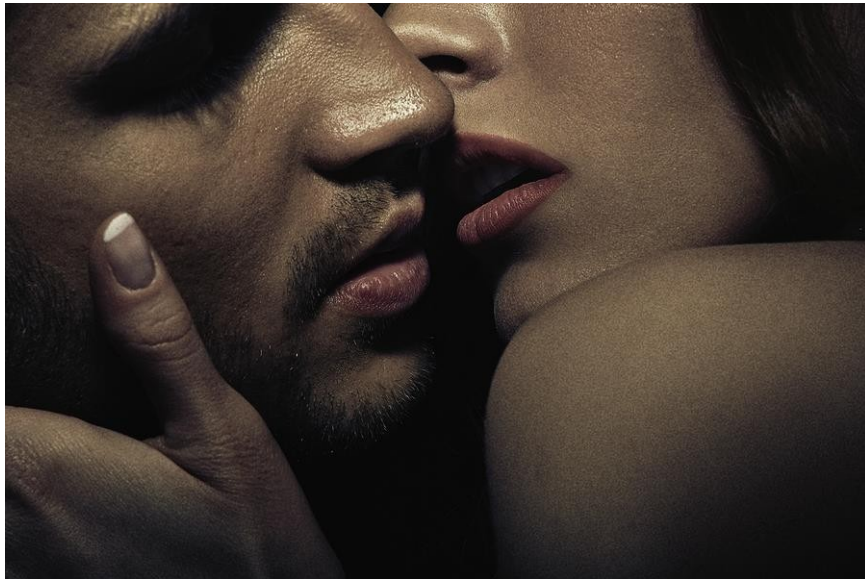
Mas ter baixo interesse é algo perigoso, porque elas gostam de você o suficiente para desperdiçar o seu tempo com conversas que não vão dar em nada.

A parte da habilidade no jogo é deixar uma mulher com pouco interesse em você, muito interessada. Você consegue isso com progressão e persistência. Infelizmente a maioria dos homens não sabe lidar com a parte dos números ao conhecer mulheres, que consiste em iniciar conversas (tanto verbalmente quanto com contato visual) com várias mulheres em um espaço curto de tempo.

Seus egos não sabem lidar com o que eles veem como uma série de rejeições. Em vez disso, eles deveriam ver a parte dos números no

jogo pelo o que ela realmente é, um processo de avaliação. De forma simples, a parte dos números no jogo é encontrar o interesse.

A da habilidade é converter os interessados.



Eu odeio o termo “abordagem”. Eu prefiro chamar de iniciar uma conversa, ou melhor, se apresentar.

Não existe essa coisa de abordar. Você não aborda ninguém, na verdade.

Por exemplo, você não precisa abordar se você se colocar próximo da área dela nem se ela entrar no seu espaço.

Dito isso, o que você deve evitar mesmo é o grande zero – que são as noites em que você não fala com ninguém.

Você fez grandes planos para conversar com algumas mulheres.

Se preparou por semanas. Se vestiu bem e sentiu-se bem.

Mas por algum motivo não conseguiu conversar com ninguém.

Quando isso acontece a estratégia que a maioria dos homens usa é esperar que uma mulher venha conversar com eles.

Em outras palavras, eles esperam que algo interessante vá acontecer.

Acredite em mim, não vai.

Certo, então o que você deveria fazer com seu tempo se não consegue abordar ninguém?

Você deveria pelo menos não evitar outras pequenas coisas no bar, como pedir uma água com gelo ou um lugar para se sentar. Por não evitar as outras coisas que você quer fazer, você cria um momento social positivo e aumenta sua autoestima.

Essa confiança geralmente leva a abordagem.

Enquanto você se mostra receptivo, seu primeiro objetivo é checar quantas mulheres olham e sorriem de volta para você.

Receber vários sorrisos indica que você está fazendo a coisa certa.

Você consegue que as mulheres te olhem apenas sendo receptivo. Simplesmente mantenha o contato visual por alguns segundos, depois se apresente ou brinde no copo dela.

Tente não segurar as mulheres que passam por você ou dar tapinhas no ombro para forçar que se conheçam.

Não se preocupe, se você se manter receptivo eu garanto que vai ter oportunidades de conhecer novas mulheres.

Não importa realmente o que você faz, mas quando uma mulher retorna o olhar, você precisa agir.

Se você não disser imediatamente: “Oi, meu nome é Victor”, ou simplesmente dizer “olá”, ela vai te olhar como se você fosse um esquisito.

Isso acontece porque a tensão criada por um homem olhando para ela se tornou mais um constrangimento do que empolgação.

Ela não sabe para o que você está olhando, então para se proteger ela vai tentar te rejeitar antes que você a machuque.

Tenha em mente que o momento que você vai se sentir mais intimidado por uma mulher é quando for iniciar uma conversa.

Você pode pensar que ela é linda, mas quando começar a conversar com ela e estudar seu rosto vai perceber que não é tanto assim.

Por outro lado, seu nível de interesse nunca é menor do que quando ela começar a gostar de você. Você fica mais confiante e começa a perceber os defeitos dela.

Você pensa, “se ela gosta de mim, ela não deve ser tão boa assim.”

É claro que quando ela te deixar seu interesse aumentará incrivelmente outra vez.

Saiba que o seu interesse por outra pessoa não é estático, ele flutua.

Para um iniciante, a primeira meia hora normalmente é a mais importante da noite, pois ela determina se você será social ou se terá outra noite infrutífera.

Geralmente, nós gastamos os primeiros 30 minutos de maneira confortável com ela no bar, conversando com suas amigas e bebendo.

Péssima ideia. Esse tempo precioso deveria ser usado como um aquecimento social.

Sempre haverá tempo para bebidas e conversas mais tarde.

Para começar a criar uma dinâmica, você deve se apresentar para alguém assim que entra. Tente não hesitar nem por um segundo.

Não peça uma bebida nem escolha o local de início.

Quanto mais você esperar para começar, maiores as chances de que você não vai fazer nada. Não permita que sua mente forme opiniões como “esse lugar é um lixo” ou “aquelas garotas provavelmente têm namorados”.





Quanto menos você souber o que está rolando no bar, melhor.

Você nunca é tão legal quanto no momento em que chega como o novo cara e as mulheres começam a te olhar.

Todos os outros homens lá dentro já ficaram ultrapassados.

As mulheres estão esperando que alguém novo e empolgante entre pela porta. Você.

Se você não agir e perder essa oportunidade, conhecer novas pessoas vai se tornar muito mais difícil.

Por favor faça o seguinte exercício: a próxima vez que entrar em um bar, clube ou boate, comece uma conversa com a primeira mulher que você ver. Começar uma conversa com alguém assim que você entra tem uma taxa de sucesso de 99%, mesmo que você simplesmente diga algo como “como estão as coisas por aqui até agora?”

Isso começa um efeito bola de neve onde cada grupo naquele bar parece se abrir como mágica.

Sempre comece de forma positiva. Além disso, você precisa substituir todos os seus medos sociais por amor. Quando você vai para o novo bar popular é fácil sentir um pouco de ciúmes e inveja.

Fechar a cara e ficar na defensiva.

Se fechar e esquecer de sorrir.

Em vez de se preocupar em ficar tranquilo, derrote sua ansiedade com amor. O amor de outras pessoas. Elas não são suas inimigas.

São pessoas como você, com os mesmos temores.

A maior parte da sua ansiedade social vem do fato de querer ser descolado.

Você quer ser realmente bom em suas escolhas, mas em vez de tentar ser legal, se aproxime das mulheres com gentileza. Seja humilde. Seja autêntico.

Lembre-se, você quer conhecê-las e por isso está se aproximando.

Conhecer pessoas é o momento de ser autêntico, não um palhaço. É o momento de ficar na linha, não de proteger o seu ego sendo arrogante.

Ela sabe que você só está bancando o descolado ou fingindo que está brincando para quebrar a tensão sexual.

Fique sossegado, nem sempre você vai se sentir nervoso em situações sociais.

Mas sempre que começar a sentir a ansiedade social, mude para o modo amor.

A chave para o coração de uma mulher (e finalmente para o que está entre suas pernas) é saber quando ser confiante, mas também saber quando ser modesto.

Isso quer dizer que você precisa saber como ser um desafio, mas também saber quando é hora de ser autêntico.

Minha recomendação é que você sempre deve começar uma conversa com confiança, seja ela verbalmente ou contato visual.

Contudo, você deve lidar modestamente com todos os resultados que conseguir por ter sido tão confiante.

Há inúmeras coisas incríveis que você pode fazer com atitudes confiantes e modestas. Desde uma conversa até o caminho para o quarto.

As mulheres sempre torcem para os caras confiantes que também são um pouco modestos.

Elas querem que você tenha sucesso... mesmo que isso signifique dormir com você. Embora as mulheres achem sexy os caras convencidos demais, elas ainda vão rejeitá-los para voltar para os badboys que as largaram no passado.

Diferente dos homens, as mulheres vão te rejeitar mesmo que estejam atraídas por você, mas na maioria das vezes elas fazem isso para se protegerem.

Elas têm problemas com autoestima e não acreditam que você esteja sendo honesto em suas intenções – o princípio básico é, quanto menos atraente ela for, mais modesto você precisa ser. Eu tenho certeza de que você já viu uma mulher bonita passar por uma construção e, como de praxe, um dos caras assobiar, olhar para ela de cima a baixo e dizer algo como: “Você é linda. Para onde está indo?”

Ou seu amigo fazer um barulho estranho de sexo enquanto encara toda garota que passa por vocês, mas que nunca aborda nenhuma delas.

É claro que ela vai sorrir, mas eu não creio que na história da humanidade essa tática tenha obtido algum sucesso.

Então por que não funciona?

Você pode dizer que esses caras são diretos. Eles parecem ter muita confiança.

Mas nunca funciona, pois embora você parece confiante por fora, ela sabe que você só está tentando compensar por alguma coisa.

Ela sabe que você tem medo de se colocar na linha de frente.

Que tem medo de se aproximar dela de modo autêntico e por isso exagera sendo direto.

Assim você pode fingir que estava apenas brincando.

Em outras palavras, você brinca para se proteger.



Aqui está uma maneira confiante e autêntica de se abordar uma mulher: “Você me pareceu interessante, pensei em vir aqui me apresentar”.

Isso mostra confiança. É um exemplo real de se colocar na linha de frente. Isso é atraente para uma mulher. Eu sei que pode ser difícil para alguns caras juntar confiança o suficiente para caminhar até uma mulher bonita e simplesmente se apresentar.

E alguns caras não conseguem fazer isso de jeito nenhum.

Eles se sentem muito mais confortáveis com um comentário, uma pergunta ou uma opinião para começar uma conversa. Para eles eu recomendo fazer um comentário sobre a situação e seguir a partir dele para declarar sua intenção.

Por exemplo:

→ Passo 1: Seja indireto – Comente sobre a situação: “Parece que você está gostando dessa bebida, será que eu deveria pedir uma dessas? Ela: Na verdade está uma delícia, eu me surpreendi”.

→ Passo 2: Seja direto – Declare sua intenção: “Bom, você me pareceu interessante, pensei em vir aqui me apresentar”.

Fazer um comentário sobre a situação e depois declarar sua intenção é eficiente por vários motivos – se você estiver nervoso, você pode ajustar sua atitude de acordo e declarar sua intenção baseada na resposta inicial dela. Contudo, declarar sua intenção de que você

queria conhecê-la acende uma pequena faísca no começo de sua conversa.

As mulheres ficam um pouco nervosas. Seu coração se acelera. Ela começa a ficar inquieta e por aí vai. Tudo coisa boa. É como nos sites de namoro. Todo mundo está lá por um motivo. Quando você recebe uma piscadinha ou envia uma mensagem para uma garota, ela sabe exatamente o que está rolando. Não é nenhum mistério.

Você não precisa fazer perguntas ou comentários.

Você está lá para um encontro. Assim como há uma certa empolgação e tensão que as pessoas sentem quando recebem uma mensagem.

Mesmo que seja um comentário aleatório, sempre há a expectativa de que ele pode levar a algo mais.

Esses caras estão aproveitando a chance da empolgação acumulada que vem quando alguém se interessa por você.

As pessoas gostam das pessoas que gostam delas.

Quando você soa muito vago de porque você se aproximou para conversar, a mulher não vai entender a interação como algo pelo qual ela deveria se sentir empolgada. Ela pode ficar desinteressada.

Vai parar de te ouvir e começar a olhar para os lados.

Isso porque ela pensa que você está só sendo sociável ou estava fazendo um comentário aleatório. Mesmo que mais tarde ela perceba que você provavelmente se aproximou para falar com ela, isso não vai lhe render nenhum ponto por ser confiante. Simplificando, ela vai

saber que você estava assustado e por isso inventou uma desculpa. Acenda uma chama em suas interações ao declarar sua intenção.

Diga a ela que você se aproximou porque queria conhecê-la – isso se chama a “Chave Mágica”, e é a melhor coisa que você pode dizer a uma mulher – isso é o que elas querem ouvir, mas não estão esperando. Se você se sente mais confortável começando com um comentário sobre a situação, então garanta que “Eu queria te conhecer” seja a segunda coisa que você vai dizer.

Tenha em mente, porém, que o seu maior obstáculo não são as amigas dela, e sim o tempo.

A média de uma saída noturna é de 4 horas (das 22h às 2h).

Isso te deixa com somente 240 minutos para pôr as mãos à obra. E você sempre tem menos tempo do que acha que tem.



Se considerar que leva pelo menos meia hora para se aquecer e que a última meia hora geralmente não é muito boa, você tem ainda mesmo tempo.

Se você quer mesmo conhecer uma mulher hoje à noite, você não pode se dar ao luxo de sair com quem vai desperdiçar o seu tempo com baixo interesse.

A perda de tempo mais perigosa é a primeira garota da noite que te respondeu positivamente. Após algumas reações ruins, a primeira mulher que você conhece que ri, sorri e contribui é um grato alívio.

Você pode facilmente perder duas horas ou mais com ela.

Metade da noite já era. Por você ter se aquecido socialmente, esse grupo particular de mulheres foi bem receptivo. O problema é que já que você não se aqueceu fisicamente (não praticou a progressão), você não deu o passo rapidamente.

Agora elas não estão interessadas em você mais do que como amigo. É claro que elas te acham divertido, elas só não se sentem atraídas sexualmente por você.

Esse é o motivo pelo qual você precisa aprender como progredir (agir) rapidamente.





Agir rapidamente não te faz parecer mais legal diante dos seus amigos nem te permite ficar se gabando por aí. Agir fisicamente (progredir) rapidamente é crucial, pois é a sua melhor chance de levar as mulheres para a cama rapidamente.

Não é o que você faz, mas quando você faz.

Quanto mais você espera para progredir, mais difícil fica.

Isso quer dizer que você tinha uma chance muito melhor de que isso funcionasse cinco minutos atrás.

A partir do momento que seu cérebro envia o sinal de que você deveria ter feito algo, você já esperou tempo demais.

Não há absolutamente nada que você pode fazer ou dizer que é mais atraente do que progredir rapidamente.

Nada de provocá-la, contar histórias ou ficar enrolando com trivialidades. Nada chega perto, uma progressão rápida ganha de tudo.

Deixe-me ser bastante específico.

Progressão rápida significa ter cara-de-pau desde o começo. Se aproximar bem dela rapidamente e acariciar sua mão no primeiro minuto. A progressão rápida é uma qualidade atraente.

Isso acontece porque as mulheres veem os caras que progridem como confiantes. Sendo assim, não há pontos negativos. Só o fato de que você foi cara-de-pau e se aproximou mais te tornam mais atraente do que um segundo atrás. Não importa qual seja a reação dela, você ainda vai ser visto como confiante. Apenas garanta de não parecer chateado se ela sair de perto ou evitar seu olhar.

Por que se preocupar com brincadeiras e desinteresse para atraí-la quando a progressão faz isso melhor?

Além disso, com a progressão você pode criar a atração e fazer avanços ao mesmo tempo.

Você não pode ficar esperando até ter certeza de que ela está atraída para dar um passo. Isso leva muito tempo. Você não entendeu?

Dar o passo rápido é o que a deixa atraída. A progressão faz com que as mulheres que estavam só um pouco interessadas em você, fiquem muito interessadas.

Em outras palavras, as mulheres gostam de homens que gostam delas.

Para alguns caras, usar a progressão rápida será a única maneira pela qual poderão criar atração de mulheres muito bonitas. A confiança exibida pela progressão rápida supera todas as deficiências em outras

áreas. Se você for baixo ou feio tem que progredir ainda mais rápido, pois seu tempo é ainda menor.

A progressão não é uma técnica para descobrir se ela gosta de você.

Ela é simplesmente uma qualidade altamente atraente que te ajuda a levar as mulheres para a cama, da mesma maneira que a qualificação. Você não levaria para o lado pessoal se tentasse qualificar uma garota e ela te desse uma resposta monossilábica, então por que levar para o lado pessoal se você for beijá-la e ela virar o rosto?

A progressão é a qualidade que te destaca dos outros.

Não tem mais ninguém aqui como você.

Infelizmente, a maioria dos caras não se esforçam para ter mais porque estão felizes por curtir seu sucesso atual.

Eles querem que as lembranças de suas interações sejam sempre boas.

Você sabe do que eu estou falando.

Você se contenta só com o sorriso dela e com ela rindo de suas piadas.

Isso te faz se sentir bem.

Você quer sair de lá como um vencedor e não pressionar muito.

A maioria dos caras estão felizes com isso.

Eles preferem curtir a companhia de uma mulher do que progredir por acharem que a interação vai terminar se derem o próximo passo.

A mesma coisa acontece quando vocês estão acariciando um ao outro e sentindo-se confortáveis.

O carinho mútuo é uma sensação tão boa que você se esquece do lado sexual. O único problema é que essa sensação não vai durar.

E não vai durar porque ela vai se esquivar de você assim que encontrar alguém com quem tenha uma conexão sexual. Na primeira vez que eu faço uma progressão, como segurar a mão de uma mulher, eu já suponho que não vai dar certo.

Eu penso que é mais provável que ela vá puxar a mão rapidamente ou não consentir. A mesma coisa se fosse um beijo.

Eu espero completamente que ela vá recusar na primeira tentativa. Mas eu não me importo, porque a meta da primeira progressão não era obter sucesso mesmo.

Era só para mostrar a ela que eu sou confiante e sei o que quero.



Para falar a verdade, é melhor que a sua primeira tentativa não dê certo. Você tem a oportunidade de demonstrar mais qualidades atraentes como a persistência.

Tudo se resume à segunda vez que você tenta. Esse é o grande passo.

O momento da verdade. A segunda tentativa para criar um “esse é o momento” é a prova real do nível do interesse dela. Você já deixou claro que pode progredir e que a resistência dela não te desmotivou.

Se você quiser colocar em forma de números, na primeira vez que você deu um passo a taxa de sucesso foi de 44%, mas a segunda vez tem uma taxa de 87%.

Suas chances são muito maiores na segunda vez.

Se aproximar dela rapidamente leva a progressão naturalmente.

Na maioria das vezes, apenas ao se aproximar de uma mulher vai deixá-la atraída por você. Isso mesmo.

Uma conexão química é posta em andamento conforme seus feromônios e energias se interagem.

Não há nada que você possa fazer ou falar que é mais importante que isso. Ela vai sentir intuitivamente que vocês têm uma conexão e que há algo especial acontecendo entre vocês.

É claro que você sente algo também. O crepitar da tensão sexual está no ar. O cheiro dela. O jeito que ela olha para você. Você só quer fazer sexo com ela. Não importa quem você é, você só precisa se aproximar.

Ela pode recuar, mas só porque está sentindo tensão sexual e atração por alguém que tipicamente não sentiria.

Infelizmente, muitos homens interpretam essa resistência como se a mulher não gostasse deles e por isso param de tentar.

Eu comecei a notar esse fenômeno quando estava saindo com mulheres por quem eu não me sentia sexualmente atraído, mas por algum motivo nós ficávamos muito próximos um do outro (metrô e ônibus lotado ou simplesmente por acaso) e eu sentia essa atração forte e repentina por elas. Acontecia automaticamente. No final, tudo isso volta para a atração da progressão. Manter contato visual e se manter próximo são progressões. Ao fazer essas duas coisas simples você a deixa automaticamente mais atraída por você.

Mas se você ficar sentado esperando por sinais de atração antes de ter a coragem de se aproximar e segurar a mão dela, vai ficar esperando para sempre.

Você tem que curtir a tensão. Ela se torna divertida.

Ou você vai conhecer ou dar risadas das mulheres que enrolam e arrumam desculpas. Mude sua mentalidade sobre a progressão.

A pressão está sobre ela, não em você. Sempre. E é por isso que uma mulher nunca vai dizer “eu não gosto de você”.

Ela foi condicionada a pensar que o ego masculino é extremamente frágil. Portanto, elas têm que enrolar, distrair e arrumar desculpas.

Ela quer te manter por perto por validação para que ela não precise lhe dizer a verdade.

Eu sinto pena das mulheres por causa disso. Parece trabalhoso demais – e a pressão é muito grande. E ainda assim, tudo o que você tem que fazer é progredir. Então o faça.

Logo que você pedir algo para uma mulher, ela vai parar por um segundo e olhar para você.

Ela quer saber se você está falando sério e sendo honesto. Ela também quer ver como você lida com a tensão daqueles segundos. Ela está verificando se você é carente. O que vai determinar a resposta dela é como você lida consigo mesmo. Lembre-se, a maioria das decisões em dizer sim ou não acontecem no momento.

Então faça o momento valer a pena.



Sua melhor chance está no primeiro minuto e sua melhor oportunidade para progredir rapidamente está na apresentação inicial.

São apenas poucos segundos de contato visual de pura sedução.

Você faz um contato físico, um aperto de mãos onde você possa segurar a mão dela por mais tempo do que o normal.

Deixe-a retirar a mão primeiro.

Dessa forma, algumas relações são construídas com a troca de nomes, o que já te prende.

É por isso que se você começar com um comentário sobre a situação, se apresentar é a próxima coisa que você deve fazer.

A maioria dos homens fazem uma apresentação tosca como “prazer em te conhecer” seguidas de um aperto rápido de mãos.

Você deve se aproveitar da apresentação.

Ou seja, usar a apresentação inicial para conseguir uma rápida progressão física:

- Mantenha um contato visual sedutor
- Segure a mão dela e não solte
- Elogie-a com autenticidade
- Ande ao redor dela
- Puxe-a para mais perto de você
- Abrace-a
- Dê dois beijinhos



Por fim, foque seu olhar nos lados do pescoço dela, depois nos seios e então nas pernas (isso vai ativar o cérebro dela para o modo sexual e ela vai passar a te enxergar como um macho alfa.

Está comprovado psicologicamente).

Seu objetivo é tentar fazer isso logo na apresentação.

Por exemplo, você a trouxe para bem perto de você e vocês ainda estão de mãos dadas.

Leve-a para algum lugar calmo onde vocês possam conversar.

Você nem precisa falar nada para fazer isso. Apenas se aproxime e estenda sua mão ou comece de forma não-verbal com um aceno.

Não solte a mão dela. Mantenha contato direto.

Se aproxime. Cada vez mais perto. Você vai ter vontade de dizer algo para quebrar a tensão. Não faça isso.

Ela pode dizer ou perguntar algo para tentar quebrar a tensão também.

Apenas sorria. Leve-a para algum lugar quieto e faça-a se sentar no seu colo. Falar é opcional. Segurar a mão dela mais do que ela espera, cria uma tensão e acelera seu coração. O que é muito bom. Como a maioria das coisas na sedução, a pessoa que souber lidar melhor com a tensão sexual é quem ganha.

Por exemplo, quem vai ser o primeiro a falar, a desviar o contato visual ou puxar a mão. Às vezes ela não vai puxar a mão e vocês ficarão de mãos dadas imediatamente. A maioria das mulheres decide se gostam

de você ao julgar sua aparência e presença. Esse passo corajoso apenas confirma isso.

Além disso, você precisa progredir o clima do social para o sedutor.

Eu sei que é difícil, mas você precisa resistir à necessidade de falar muito e entreter. Sim, isso vai contra tudo o que você aprendeu.

Você pode ser muito mais sedutor com seu olhar e criar mais tensão sexual quando escuta do que quando fala.

É claro que você pode ser divertido, mas use um humor cara-de-pau. Você ainda será interessante, apenas conte as histórias lentamente.

Você ainda estará dando o primeiro passo, mas seu comportamento relaxado te faz parecer distante e sério.

Ouvir sedutoramente é uma progressão. Você vai progredir o clima e isso não é arriscado.

De maneira simples, você não pode ser rejeitado por progredir o clima.

O objetivo da escuta sedutora é criar uma tensão sexual – o que leva a atração. A escuta sedutora também ajuda a criar uma conexão.

As garotas dizem que querem um cara que as escute. Elas preferem falar sobre si mesmas e imaginar sobre nós.

O problema é que nós nunca aprendemos a escutar corretamente.

Normalmente quando escutamos uma mulher falar por muito tempo nós acabamos na friendzone. Há o modo certo e o errado de escutar:

→ Limite suas expressões faciais

→ Não use frases de preenchimento

→ Não a interrompa

Agora o que você deveria fazer:

→ Mantenha contato direto

→ Sorria de modo sedutor

→ Imagine-se beijando os lábios dela



E fique calado.

Enquanto ela fala, sua expressão facial deve ser ligeiramente desconfiada. O único feedback que ela terá de você será não-verbal.

Não fique com medo de ser sedutor. Não deixe que ninguém te impeça. Deixe-os cochichar e dar risadinhas. Deixe-a supor as coisas.

Resista ao impulso de reavê-la ao agir com arrogância ou fazendo cara feia. Fique na sua e sorria. Seja confiante, porém modesto.

Você não precisa provar nem se desculpar por nada. Ficar calado, manter o olhar dela e se aproximar não serve apenas para homens bonitos. Todos podem fazer isso. Você tem o direito de ser tão sedutor quanto qualquer um.

As mulheres vão tentar ainda mais assustar caras como você para que não sejam sedutores. Você vai ser testado muito mais do que os outros caras. Quem se importa?

As mulheres ficarão atraídas pela sua confiança.

Além disso, sua confiança criará o que eu chamo de “sistema toque para grudar” que torna uma garota muito sexual perto de você e somente de você e te querendo debaixo dos lençóis mais cedo ou mais tarde. Parece bom demais para ser verdade? Então tente.

Isso acontece porque há uma tensão sexual natural que existe entre homens e mulheres. E ao fazer essas pequenas coisas como ser cara-de-pau, se mover para mais perto e não quebrar a tensão – faz a atração acontecer naturalmente.

Em outras palavras, você será imbatível.



A progressão é o caminho, mas às vezes ela pode contestar. Veja o que você precisa fazer.

Primeiramente, fique quieto. Não diga nada. Faça com que a reclamação dela seja ouvida e registrada. Agora você pode tentar novamente.

A resistência só se torna real se você responder a ela. Por exemplo, tentar convencê-la verbalmente a mudar de ideia. Do mesmo modo, ela só se torna real se você reagir a ela.

Por exemplo, quando você deixa transparecer que está irritado.

Não importa por quais testes ela te faça passar, apenas sorria e mantenha contato visual de forma sedutora.

É provável que ela já esteja atraída por você, então não há necessidade de dizer nada.

Não permita que ela te faça quebrar a conexão nem mudar o clima do sedutor de volta para o social.

Enfim, em um certo ponto, todo teste de uma mulher vem do desejo de não parecer fácil.

Progredir o clima com contato visual é não-verbal, então você raramente vai sofrer resistência verbal.

Do mesmo jeito que você raramente sofrerá resistência verbal ao toque, pois ela acontece discretamente.

Você só sofrerá resistência não-verbal. Por exemplo, você se aproxima e ela recua. Não é uma rejeição oficial.

É como se nunca tivesse acontecido. Você pode facilmente tentar outras vezes até conseguir. A persistência é atraente. Sempre. Mas tenha cuidado. Se você decidiu levá-la para casa, não tente convencê-la de que suas amigas não vão se importar se ela sair. Fique quieto. Escute as objeções dela e as registre. Sorria. Cinco minutos depois você fala com ela de novo. Vamos lá. Dessa vez ela vai concordar.

Se ela ainda se recusar, segure sua mão e a leve para um lugar mais privado. Se ela protestar verbalmente, ignore e continue guiando-a pela mão.

Não diga nada. Solte-a somente se ela retirar a mão.

Sorria e tente outra vez se quiser. Se ela continuar segurando sua mão, não importa o que ela diga, tudo está bem.

Tenha em mente que há uma relação direta entre resistência e persistência. Não faça cara feia na primeira vez que receber resistência a um contato físico – tudo se resume à segunda vez – e tentar duas vezes demonstra persistência, o que é atraente. Você pode ser tão persistente quanto quiser, contanto que não se torne irritante.

Ou seja, contanto que você não tente convencê-la, você pode continuar tentando o quanto quiser.

Progressão rápida, uma boa reação à resistência e persistência devem ser os três pilares do seu jogo de sedução.

Para melhorar suas ações, você pode usar o “truque da miragem mental”, que a faz imaginar você como seu amante. Qual o segredo?

Dar pistas de seus planos futuros, mas não dizer nada de concreto. Deixa-a imaginar. Isso a deixará curiosa e muito interessada em você.

Você já se perguntou como se cria aquela atração sexual poderosa que as mulheres sentem por caras ricos, bonitos e bem-sucedidos, mas sem gastar nenhum centavo, sem ser bonito ou mesmo bem-sucedido?

Esse é o segredo de porque as mulheres mais bonitas estão “beijando sapos”.

Como eu mencionei anteriormente, o homem mais interessante do mundo é aquele que é um bom ouvinte. Mas quer saber? Eu finalmente descobri a melhor maneira de ouvir que deixará as mulheres loucas por você. É o santo graal da sedução. O único passo que você precisa dar.

Como se chama? O olhar vazio.

A chave é manter uma expressão completamente neutra em seu rosto e ficar totalmente quieto, como a cara de um jogador de pôquer quando ele não quer revelar o que tem na mão.

Por exemplo, não sorria, arregale os olhos nem balance a cabeça. Não faça nada. Encare de maneira neutra. A cara de pôquer funciona ainda melhor ao fazer a expressão facial de “estou desconfiado de você” quando ela estiver falando.

O motivo pelo qual isso funciona tão bem é porque você não está dando a ela nenhum feedback verbal ou não-verbal.



Portanto ela vai continuar falando (qualificando a si mesma) e se esforçando para obter sua aprovação. Por um lado, ela adora que você seja um bom ouvinte.

Você está mantendo contato visual sedutor e prestando bastante atenção nela, mas por algum motivo estranho, ela ainda sente como se precisasse te impressionar sem nem saber o porquê.

Deixe-me dizer o motivo – é porque você não está dando a ela nenhuma resposta na forma de expressão facial com a qual ela está acostumada a receber quando conversa com um cara interessado.

Para falar a verdade, ela está acostumada com todos os caras sorrindo e acenando com a cabeça.

Mal sabem eles que estão validando-a e quebrando a tensão sexual como suas micro expressões faciais.

Os homens são famosos por interromper constantemente uma mulher no meio de uma frase para contar uma história melhor, mais legal e mais engraçada.

Isso só deixa claro que você está tentando impressioná-la.

Lembre-se que a fala da pessoa é sua qualificação.

No começo, manter uma cara de pôquer pode ser desconfortável e você pode ter dificuldades para parar com suas micro expressões.

Você pode até duvidar de si mesmo e achar que é bizarro.

Mas o olhar vazio é a chave para seduzi-la enquanto estiver ouvindo e também serve para estabelecer um clima de qualificação sem dizer uma única palavra.

A cara de pôquer é extremamente poderosa na sedução.



Você sempre deve presumir que o interesse que uma mulher tem por você é sexual. Ela quer seu corpo. Sorrir e tocar seu braço não são apenas indicadores de seu interesse.

Eles são sinais de que ela quer dormir com você. É claro que nem toda mulher que falar com você está querendo fazer sexo. Contudo, internalizar esse pensamento transforma suas interações positivas com as mulheres em interações sexuais.

Você deve presumir que ela está flertando porque quer um contato mais físico com você. Todo interesse mais cedo ou mais tarde leva a algo físico.

Apesar de todas as risadinhas, coradas e conversas sobre ter uma conexão profunda, vocês dois querem, em algum momento, ir para o quarto. Como nós, as mulheres adoram o prazer e obviamente o sexo

é uma experiência muito prazerosa. Vamos deixar as coisas claras, as mulheres adoram sexo.

Inclusive as mulheres mais velhas, as comprometidas, as com cara de santa e a sua.

Todos nós sabemos disso, mas nos esquecemos facilmente. Por isso que quando estão na cama com uma mulher nova, os caras querem confirmar e ter certeza de que isso é verdade.

Perceber que as mulheres gostam de prazer é parte do entendimento sobre elas.

Se ela sentir que você é ingênuo e que só acredita que certos tipos de mulheres gostam de sexo, ela não se sentirá atraída por você. Ou pior, ela vai te usar para favores.

Mas quando você olha para uma mulher com a cara de quem diz “vamos parar de joguinhos, eu sei que você gosta de prazer”, todas as provações dela acabam. Não há nada de vergonhoso em dois adultos que querem transar um com o outro sem terem que seguir as regras da sociedade.

De forma simples, as mulheres gostam de sexo tanto ou mais que os homens.

Elas gostam de fazer oral.

Homens e mulheres possuem a mesma habilidade de sentir prazer.

Na próxima vez que você ver um par de seios, note como você se sente. Note os sentimentos de prazer que passam pelo seu corpo.

Bem, as mulheres sentem a mesma coisa quando você as excita sexualmente.

Nós somos exatamente iguais.

Se você acha que as mulheres só dormem com os caras que gostam, o objetivo de sua progressão vai ser descobrir se ela gosta mesmo de você.

Então o que você deveria fazer é buscar criar atração e excitá-la.

Por exemplo, se você acariciar a mão dela e ela não retribuir, seu coração vai se partir porque você vai associar a falta de aceitação dela como um sinal de que ela não sente o mesmo por você.

O motivo pelo qual nós não podemos ignorar a resistência delas e ser persistentes é por causa de como as mulheres enxergam a progressão.

A progressão é uma ferramenta para levar uma mulher para cama, não uma maneira de checar o quanto ela gosta de você.

Quando um homem associa a reação de uma mulher como um julgamento de o quanto ela gosta dele, é claro que ele vai ficar tímido e fazer beicinho.

Ou seja, vai fazer tudo aquilo que repele uma mulher e que a faça não querer dormir com ele. Quando você deseja sexualmente uma mulher, você pode progredir e ser persistente.

Esses são os ingredientes mais essenciais para levá-la para cama.

As mulheres podem ficar muito vulneráveis quando gostam de alguém.

É por isso que elas dificultam as coisas no começo.

Fazer uma mulher se sentir confortável é crucial. Você não precisa brincar ou dissipar o tema do sexo usando humor. Em vez disso, seja autêntico.

Tudo é uma questão de deixá-la confortável com a ideia de dormir com você.

E quando há conforto, o caminho se abre.

Quando você estiver sozinho com uma mulher, há uma estratégia chamada “toque quente-frio” que vai deixá-la louca enquanto a garante que ela está segura.

Aqui está como fazer:

Finja que vai beijá-la, mas em vez disso morda os lábios.

Respire forte na nuca dela e depois se force a parar com uma pequena lambida.

Acaricie o corpo dela com um olhar malicioso, depois se esforce para recuar e parar.

Isso funciona bem porque ela gosta do quanto você está excitado, mas não carente. Você tem controle do seu corpo e de si mesmo. Em outras palavras, ela interpreta seu comedimento nesse momento de extremo desejo sexual como uma prova de que é seguro estar com você. É claro que excitação e carência demais são sinais de alerta para não dormir com alguém.



Para transar com qualquer mulher que queira, primeiro você precisa visualizar a si mesmo como possuidor da combinação perfeita desses três elementos:

- O social
- O sedutor
- O sexual

Seu objetivo é ficar em harmonia com esses três elementos e ser capaz de transitar suavemente de um para o outro sem preocupações.

Isso quer dizer que em um segundo você cativa todo o grupo com uma de suas histórias engraçadas e no outro você se acomoda, não diz muito e olha para o seu alvo de modo sedutor. Lembre-se, o cara social começa conversas, o cara sedutor progride e o cara sexual é excitante.

Há o momento específico, mas não linear, para cada personagem.

Se manter no social por muito tempo equivale ao cara engraçado, ao que entretém, ao que é amigo.

Ir para o sedutor antes que ela ao menos esteja um pouco interessada vai te fazer parecer assustador.

Ela vai manter contato visual com você, mas como se fosse uma competição para ver quem pisca primeiro. Ser sedutor depois que ela demonstra interesse é sexy. Há algo de especial em você. Se você for para o modo agressivo antes de ter progredido e criado um conforto sexual, ela vai enxergar seus avanços como os de um cara infantil que fala de sexo e que está a fim de dar uma.

Se for para o sexual depois de carícias mútuas, ela vai achar que o cara sabe o que quer e vai ficar excitada.

É sua função começar o diálogo, fazer a progressão e mostrar interesse sexual depois disso.

É importante que você seja honesto consigo mesmo.

Quando você não conseguir começar uma conversa com uma mulher que você gostaria de conhecer, eu quero saber o motivo.

Quando você não der um passo claramente físico, eu quero saber o motivo.

E quando você não avançar sexualmente com uma mulher que gosta de você, eu preciso saber qual sua desculpa. Lembre-se, toda sua ansiedade vem do medo de ser autêntico.





### 1: A Fria Atração

Da próxima vez que estiver interagindo com uma mulher bonita, não tente atraí-la. Se você pensa que precisa fazer coisas especiais para atrair uma mulher, você já perdeu. Em vez disso, você deve acreditar que ela já está atraída por você. E quando uma já te quer, tudo que resta a fazer é curtir com ela. Curtir com as mulheres significa relaxar e notar todas as pequenas coisas nela que te excitam: seu perfume, seus lábios, seus sapatos de salto alto sexy. Isso vai te deixar em um clima mais sedutor e abrir caminho para a progressão.

### 2: O Olhar Mágico

Quando manter contato visual com uma mulher, faça-o por um segundo ou dois a mais do que normalmente faria. Nunca desvie o olhar rapidamente como se tivesse sido pego em flagrante. Deixe que a mulher te note e não olhe para o outro lado.

Isso mostra que você se sente confortável com sua aparência e a faz acreditar que você é bonito (mesmo que você não seja).

### 3: A Aproximação

Quando conversar com uma mulher (de pé ou sentado), aproxime-se dela mais do que você se aproximaria em uma conversa com um amigo. Isso demonstra que você pode estar interessado e cria um pouco de tensão sexual.

Quando você fica mais confortável ao fazer isso, você pode chegar perto o suficiente para que sua perna ou sua mão toquem levemente na dela. Se ela não retirar a mão, isso é um ótimo sinal de que você pode progredir.

### 4: O Silenciador

Na próxima vez que houver uma pausa na conversa não se sinta pressionado a dizer alguma coisa – a maioria dos homens pensa que é função deles entreter as mulheres então acabam falando algo idiota e cortam o clima.

Em vez disso, deixe o silêncio durar e se delicie junto dela na tensão sexual.

### 5: O Ouvinte

Quando conhecer uma mulher que você goste, em vez de falar ou tentar ser descolado, faça perguntas sobre as paixões dela e use o método da escuta sedutora.

Isso abre o caminho para que seja ela a tentar te impressionar. Não fale ou se esforce demais. Mantenha-se misterioso. É uma inversão completa de papéis.

#### 6: O Olhar de Avaliação Sexual

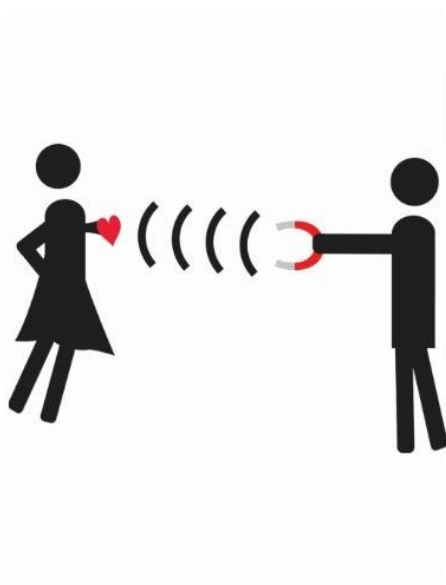
Esse é o olhar que diz “Eu quero dormir com você, mas ainda não fui conquistado completamente.”

A expressão facial correta é de 50% de “Eu quero transar com você” e 50% de “Eu estou te avaliando”.

Você pode variar entre essas duas expressões. Isso a desafia e faz com que ela venha atrás de você.

#### 7: A Mão Invisível

Não toque a mulher com quem você está conversando ainda. Veja se consegue com que ela toque seu braço primeiro, usando um olhar malicioso, aproximando-se dela e mantendo a energia sexual. Imagine que sua vibe sedutora é uma mão invisível que a excita sem que você a toque fisicamente. Além disso, ela te tocar primeiro é um bom sinal e te dará confiança para dar o próximo passo mais tarde.



O primeiro elemento da sedução é o seu físico.

Não importa o que os mais sábios possam dizer sobre como a aparência física não é importante, vamos encarar a realidade: sua aparência é a primeira coisa que as pessoas notam quando te conhecem.

Ela vai causar uma impressão, de um jeito ou de outro. Você pode pensar que não tem muito controle sobre sua aparência fundamental, além de ir a um cirurgião plástico.

Na verdade, há muitas coisas que você pode fazer para melhorar a aparência que você nasceu.

Acentuar o que for bom enquanto minimiza as características que considera como defeitos é uma prática comum. Então vamos começar

a construir o “novo você”. Para ficar o mais atraente possível, comece com uma avaliação sincera da sua aparência. Seja metuculoso, mas não crítico demais.

A melhor maneira de começar é dividindo sua presença física em duas categorias distintas: como você é e o que você não gosta muito.

Comece avaliando seu rosto.

Ele é a parte de você que a maioria das pessoas vão notar.

Fique diante de um espelho e olhe de verdade para o seu rosto. Não diga que isso parece ser inútil. Você sabe muito bem que quando não há ninguém por perto você olha para o espelho, testa novas expressões e se certifica de que as antigas continuam do mesmo jeito de quando você as testou pela última vez.

Ao menos agora você tem permissão e está fazendo isso por um motivo real. Olhe para seus olhos, nariz, boca e para a textura de sua pele.

Finja que a imagem refletida pertence a outra pessoa e que você está avaliando os elementos para determinar como ela é. Depois de terminar com a avaliação visual, faça uma lista com duas colunas: “Para realçar”, com as características que você gosta e “Para aprimorar”, com aquelas que você acha que precisam melhorar.

Talvez a sua melhor característica seja sua boca. Isso mesmo, tanto homens quanto mulheres podem ter uma boca sensual.

Na coluna “Para aprimorar”, você pode colocar que não gosta dos seus olhos, porque você usa óculos. Então em um lado da lista você tem olhos que não te ajudam muito e do outro, lindos lábios.

Decida o que fazer com os itens da coluna “Para aprimorar” de sua lista. Como você decidiu se tornar mais atraente, você provavelmente perceberá que estabelecer metas vai te ajudar a fazer as mudanças desejadas em sua aparência.

Em alguns casos, somente metas de curto prazo serão suficientes e as de longo prazo nem serão aplicadas. Há coisas que você pode fazer apenas uma vez que farão uma tremenda diferença. Vamos supor, por exemplo, que você não goste dos seus óculos. A meta a curto prazo é algo fácil: use lentes. Se você não consegue usar lentes, você pode comprar óculos mais estilosos.

Porém, se você quiser uma meta a longo prazo que não envolva nem as lentes nem os óculos, você pode checar as mais novas e seguras técnicas de correção visual. Se você e seu oftalmologista decidirem que essa é a melhor opção para você, mas você não pode bancar agora, essa seria uma meta a longo prazo.

→ Higiene e cuidados pessoais

É praticamente impossível chegar à idade adulta em nossa cultura que está atenta aos cheiros sem saber o básico sobre escovar os dentes e usar fio dental, banhos diários e o uso de desodorantes.

Não vou te insultar ao insinuar que você é algo além de exigente nessa área. Em relação aos cuidados, você provavelmente já sabe do essencial. Porém, se você for bem cuidado, mas ainda não está completamente satisfeito com sua aparência, considere buscar a assistência e conselhos de profissionais – cabelereiros ou estilistas, pois eles lidam com centenas de diferentes pessoas, que possuem formatos de cabeça, rosto e tipos de cabelo únicos. Eles podem determinar qual tipo de corte de cabelo é melhor para você e podem te ajudar a elaborar uma rotina de cuidado adequada para seu cabelo.

→ Condição física, saúde e vestuário

Todo mundo tem sua própria ideia de como é o corpo perfeito.

Algumas pessoas acham que algo como a perfeição de um deus grego não é atraente, outras, contudo, gostam daqueles com uns quilos a mais. Então qual nível de condição física é o certo para você?

A resposta é bem simples, o que for melhor para você. Ser saudável e magro, necessariamente não quer dizer ser um viciado em academia. O que isso quer dizer é o seguinte:

Você tem aproximadamente o peso correto para sua altura e estrutura corporal.

Você pode praticar sua atividade favorita sem se cansar muito rápido nem se machucar.

Você se sente confortável com seu corpo.

Mas tenha em mente que para chegar lá é necessário um trabalho gradual em vez de tentar mudar tudo drasticamente.

A chave para deixar seu corpo o melhor que ele pode ser está em uma dieta saudável e algum tipo de exercício. Ou seja, seja bom para o seu corpo que os resultados serão que você vai se sentir bem consigo mesmo.

Aplique a lista “Para realçar/Para aprimorar” e o processo de estabelecimento de metas para a imagem do seu corpo, assim como você fez com seu rosto:

Fique nu diante de um espelho. Dê uma olha boa e honesta em seu corpo, mas não se esqueça que honestidade não quer dizer crueldade.

Assim como fez antes, faça uma lista com duas colunas: “Para realçar” (o que você gosta) e “Para aprimorar” (o que você não gosta).

Olhe para lista e decida o que você pode fazer – agora e a longo prazo – para minimizar o efeito de cada item na coluna “Para aprimorar” da lista. Ao mesmo tempo, pegue cada item do lado “Para realçar” e descubra uma maneira de acentuá-lo.

O objetivo é que você tenha uma imagem precisa e realista de si mesmo e que você compare com exemplos realistas. Se você continuamente se afligir para parecer como uma imagem com photoshop, você sempre se sentirá enganado.

Quando você adota um programa de treino físico, o segredo para o sucesso é focar em como ele vai te fazer se sentir. É claro que é ótimo



sentir o prazer de saber que seu esforço está te ajudando a ficar melhor também; mas se essa for sua única motivação, provavelmente você não vai ficar nele por muito tempo. No final, é muito mais gratificante encontrar uma atividade que faz seu corpo se sentir tão bem como ele está começando a ficar.

Quando você se envolve em alguma atividade que você gosta de verdade, e que também te faz se sentir melhor fisicamente, sua autoimagem e seu senso de bem-estar como um todo vão melhorar drasticamente. Acredite em mim, isso é sedutor. É uma situação de real ganho-ganho. No que se relaciona a vestuário, quer você opte por consultar um especialista ou se decidir sozinho, aqui estão algumas dicas para quando for comprar roupas:

Compre roupas que te caiam bem e que sejam confortáveis.

Essa é uma regra básica tão importante quando o estilo – talvez até mais importante. Embora uma calça apertada possa ser sexy em alguém, o efeito é completamente menor se você tiver que ficar puxando e repuxando porque ela não lhe cai bem.

É melhor comprar suas roupas um número maior, para que você fique confortável nelas sem que você tenha que ficar se preocupando com elas no cabide.

Escolha tecidos bons para você. Uma pessoa sensual não gosta de algo desagradável tocando sua. É melhor usar uma blusa macia de algodão, do que uma de lã que pinica, não importa quão bonita a de lã seja.

Você deve se sentir bem com os tecidos.

Escolha qualidade acima de quantidade. Em vez de tentar encher seu guarda-roupas, se concentre em comprar roupas que te servem bem, que sejam estilosas mas não que não saiam de moda e que sejam agradáveis aos seus sentidos.

→ Estilo próprio

O motivo principal para todo esse esforço é para te ajudar a descobrir e polir seu estilo pessoal. Você não vai tentar ser algo que não é, mas sim realçar e aprimorar o que já é. Observe as características que você admira em outras pessoas, mude-as para que se adequem a você e com isso desenvolva de forma consciente o seu estilo pessoal.

Talvez seu estilo seja básico, talvez seja glamoroso e exibido ou talvez que mude constantemente; mas não importa qual seja ele, ele deve ser substancial.

Ou seja, deve vir da consciência e do estado de estar confortável consigo mesmo.

Colocando de forma simples, você não pode ter um estilo próprio nem fazer coisas que são únicas para você até que você tenha desenvolvido um nível de confiança e consciência de quem você é.