

Sélim Niederhoffer

de ArtdeSeduire.com, premier site francophone de coaching en séduction



INCLUS
5 VIDÉOS DE
COACHING
EXCLUSIVES

LEÇONS DE SÉDUCTION

375 secrets pour toutes les faire tomber

**PAR L'AUTEUR AUX PLUS DE 15 MILLIONS
DE VUES SUR YOUTUBE**

**L E D U C . S
E D I T I O N S**

« Un ouvrage aussi savoureux à lire qu'indispensable, un *must have* pour tous ceux qui veulent apprendre à séduire, reprendre confiance en eux et en finir avec le célibat ! »

Robert Greene,
auteur des best-sellers internationaux
Power, les 48 lois du pouvoir et L'Art de la séduction

Que vous débutiez en séduction, que vous pensiez déjà maîtriser l'art du compliment et le regard de velours ou que vous débarquiez sur le marché du célibat après avoir passé douze ans en couple, ce livre est le dictionnaire qu'il vous manquait !

De A comme Aborder à Z comme Zone de confort en passant par *Bro Code*, Charisme, Désir, Fantasma, Humour ou Plaisir, vous trouverez dans ce livre 375 définitions à la fois sérieuses et un tantinet décalées – voire parfois amoureusement incorrectes !

Lettre après lettre, **Sélim Niederhoffer**, coach en séduction, vous aide à maîtriser les secrets de l'attraction et du charme, à mieux décoder les principes qui gouvernent les rapports hommes-femmes et à libérer le séducteur absolu qui sommeille en vous.

Pour chaque mot :

- **Une entrée en matière** littéraire, cinématographique, télévisuelle ou musicale, car sans culture, point de séduction !
- **Une définition précise**, pratique et toujours teintée d'humour pour vous aider à booster votre pouvoir de séduction, décrypter le langage des femmes et savoir quoi dire et quoi faire pour les faire complètement chavirer.
- **Un « DO IT ! »** qui vous permettra de passer à l'action et de devenir l'homme que vous rêvez d'être pour conquérir le cœur de celle(s) qui compte(nt).

Et en plus : 5 vidéos de coaching exclusives, des schémas, des tableaux explicatifs et des encadrés complémentaires pour mieux saisir les subtilités des lois de l'attraction amoureuse.



Sélim Niederhoffer, coach en séduction, est auteur *lifestyle* et créateur de contenus sur le Web depuis 2009. Il a notamment signé plus de 1 700 articles pour le plus grand site francophone de conseils en séduction pour hommes, Artdeseduire.com.

ISBN 979-10-285-0433-5



19,90 euros
Prix TTC France

L E D U C . S
EDITIONS

design : Élisabeth Chardin

Illustration : © Shutterstock

RAYON : DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

LEÇONS
DE SÉDUCTION

375 secrets pour toutes les faire tomber

REJOIGNEZ NOTRE COMMUNAUTÉ DE LECTEURS !

Inscrivez-vous à notre newsletter et recevez chaque mois :

- des conseils inédits pour vous sentir bien ;
- des interviews et des vidéos exclusives ;
- des avant-premières, des bonus et des jeux !

Rendez-vous sur la page :

<http://leduc.force.com/lecteur>

Découvrez aussi notre catalogue complet en ligne sur
notre site: **www.editionsleduc.com**

Enfin, retrouvez toute notre actualité sur notre blog et sur les
réseaux sociaux.



Mise en page : Émilie Guillemin

Illustrations : Fotolia, sauf pour les pages 145, 227, 252, 361, 468 :
Émilie Guillemin

© 2017 Leduc.s Éditions

29, boulevard Raspail

75007 Paris – France

E-mail : info@editionsleduc.com

ISBN : 979-10-285-0433-5

Dépôt légal : septembre 2017

Sélim Niederhoffer

LEÇONS DE SÉDUCTION

375 secrets pour toutes les faire tomber



EN BONUS
5 vidéos
de coaching exclusives !
Voir p. 4

L E D U C . S
E D I T I O N S

RETROUVEZ 5 VIDÉOS BONUS DANS CE LIVRE

- Les 4 stades de l'apprentissage pour progresser en séduction (voir p. 27).
- Un exercice pour qu'on vous remarque dans une pièce (voir p. 48).
- La méthode pour être intéressant (voir p. 224).
- La technique pour faire rire une femme dès le début de la conversation (voir p. 264).
- 3 techniques pour avoir toujours confiance en soi (voir p. 461).



MARQUE-PAGE

Séances audio, vidéos explicatives, interviews, liens... Nos livres s'animent désormais grâce à des contenus digitaux exclusifs ! Il vous suffit d'ouvrir l'application pour scanner la page du livre, et vous découvrirez alors des contenus originaux pour aller encore plus loin dans la lecture de nos livres.

Comment ça marche ?

Marque-Page vous permet de flasher les livres des éditions Leduc.s.

- Téléchargez l'application et ouvrez-la
- Flashez les pages de nos livres où apparaît le logo « Marque-Page »
- Découvrez des contenus exclusifs directement sur votre smartphone ou votre tablette !



SOMMAIRE

INTRODUCTION	7
ABÉCÉDAIRE	9
ANNEXES	499
TABLE DES MATIÈRES	507

NOTE DE L'ÉDITEUR : Les mots apparaissant au cours d'une définition et faisant eux-mêmes l'objet d'une définition sont indiqués en **CAPITALES**.

Lorsqu'un astérisque (*) est noté à la suite des mots **DO IT !**, cela signifie que vous trouverez la référence d'un bonus (page Web, vidéo, quiz en ligne, e-book, etc.) à la rubrique « Et sur le Web » (voir Annexes, p. 503).

INTRODUCTION

Bonjour, *hello, hallo, privet, hej, hola* !

Dragueur d'un jour, jeune divorcé ou timide de toujours, bienvenue dans *Leçons de séduction* !

Après plus de 1 700 articles publiés sur www.artdeseduire.com, le site leader des conseils en séduction aux hommes en France, il était temps que nous apprenions à mieux nous connaître !

À la fin de la lecture de cet ouvrage, vous risquez d'être frustré comme quand on finit *Final Fantasy VII*. « Et si j'étais passé à côté d'une technique de séduction imparable ? Et si j'avais lu en diagonale une page importante qui m'aurait permis de rentrer accompagné ce soir ? »

Ce n'est pas grave ! *Leçons de séduction* n'est ni un roman ni une série : vous pouvez donc l'ouvrir où vous le souhaitez, apprendre un terme, découvrir un concept pour plaire aux filles et bondir de 200 pages sans rien manquer (et personne ne meurt en fin de saison 1, promis !)

Cet ouvrage a été pensé comme un Yoda de poche, un allié, un grimoire que vous pourrez consulter quand bon vous semble pour rester au top de votre sex-appeal, avant de rejoindre vos amis en soirée ou avant un rendez-vous prometteur avec Gwendoline, quand elle aura enfin décidé de répondre à vos textos !

Écrit entre Paris et Ibiza, New York et Andernos-les-Bains, dans les avions et dans les trains, ce livre a pour vocation de faire de vous un « honnête homme », confiant et séduisant, qui ose et qui conquiert. Sans forcément tomber dans les excès de Don Juan ou de Casanova...

L'Amour à la française est « plus grand que mes erreurs », et on ne fait pas un livre sur la séduction sans briser des cœurs : encore pardon et merci à toutes celles qui m'ont permis de jouer, d'expérimenter, de me tromper... et de comprendre un peu mieux ce que veulent les femmes !

Désormais retiré du délicieux cercle vicieux des applis de rencontres et des histoires sans lendemain (grâce à une femme merveilleuse !), j'ai pu écrire ce livre pour transmettre ce que j'ai appris au cours de ces nuits endiablées : à vous de choisir votre chemin !

Je vous souhaite le même succès lors du voyage personnel que vous allez entreprendre en découvrant ces 375 techniques et concepts de séduction.

Puissiez-vous y trouver la stabilité et l'Amour dans les bras d'une femme qui vous correspondra, que vous aimerez et qui vous fera du bien.

Vous tenez entre vos mains le livre sur la séduction que j'aurais voulu lire au lycée vers 14-15 ans, le fruit d'un travail de près de dix années de coaching.

J'espère que vous utiliserez vos nouveaux superpouvoirs pour faire le bien autour de vous, car comme le disait l'Oncle Ben : « Un grand pouvoir implique de grandes responsabilités ».

En attendant, soyez sage, mais pas trop...

Sélim, juillet 2017, Ibiza



« Si ce n'est toi, c'est donc ton frère. »

Jean de la Fontaine

ABONDANCE (ESPRIT D'-)

L'esprit d'abondance est un état d'esprit à adopter pour apprendre à relativiser l'échec et se libérer de la pression du résultat. Un homme qui se dit « *si ce n'est pas elle, ce sera peut-être la suivante* » arrive bien plus détendu que son rival qui surinvestit émotionnellement, et qui se dit qu'il faut absolument séduire cette fille, sinon c'est la fin du monde.

Avoir l'esprit d'abondance, c'est être persuadé de la véracité du proverbe « *une de perdue, dix de retrouvées* ». Au fond, il faut réussir à vous dire que les aventures et l'amour, ce n'est pas comme le pétrole : ce sont des ressources inépuisables.

Les meilleurs dragueurs voient un énième **RÂTEAU** comme celui qui les rapproche du prochain succès, car ils savent qu'ils rencontreront d'autres filles en marchant 200 mètres et en changeant de bar.

Alors certes, c'est bien plus facile d'avoir l'esprit d'abondance à Paris, Londres et Berlin qu'au fin fond de la Creuse... Mais personne ne vous force à vivre avec les chèvres !

Si l'amour est dans le pré (mais ça gratte), la rencontre est, elle, beaucoup plus facile en ville... où l'esprit d'abondance s'appelle Tinder !



Do it ! Apprenez à lâcher prise et arrêtez d'idolâtrer une fille que vous connaissez à peine. Elle n'était rien pour vous il y a 5 minutes, et statistiquement, elle ne représente même pas 1/3 000 000 000^e de votre champ des possibles !



« Un voyage de mille lieues commence
toujours par un premier pas. »

Lao Tseu

ABORDAGE/ABORDER

La première étape de votre long périple d'apprenti séducteur. Si vous ne faites pas ce premier pas, ne vous attendez pas à ce qu'elle le fasse : seules 10 femmes sur 100 osent aborder un homme qui leur plaît vraiment (statistiques personnelles !). Sans abordage, pas de butin, et vous n'aurez alors en commun avec Jack Sparrow que le verre de rhum, seul au bar.

Des phrases pour aborder des femmes, il y en a des milliers, mais les meilleures sont toujours celles qui vous viendront naturellement, en fonction du contexte. Si vous n'arrivez pas à aborder cette femme, confiez cette tâche à votre **WINGMAN** qui saura vous mettre en valeur auprès d'elle ! N'oubliez pas : la **RÈGLE DES TROIS SECONDES** et un simple « **SALUT !** » sont les meilleures armes du dragueur !

Do it ! En début de soirée, rien de tel que d'aborder les filles qui ne vous plaisent pas vraiment, afin de vous mettre en confiance et de vous échauffer avant de gravir l'Everest.



« Les mains écartées sont des quais
Où les désirs peuvent accoster. »

Charles de Leusse

ACCOSTER

Aborder quelqu'un pour lui parler. De quoi ? Comment ? Quand l'un de mes coachés utilise le mot accoster, je voyage et j'essaie de l'embarquer avec moi. Ce sont les bateaux qui accostent, remplis de promesses et de découvertes, d'horizons lointains et d'aventures !

Les termes militaires et marins ont la cote dans le domaine de la séduction : accoster est plus doux que le pirate qui part à l'abordage, il y a plus de diplomatie... en apparence !

Le meilleur moyen d'accoster une femme à la terrasse d'un café ? Commencez par un grand sourire, messenger pacifique pour la mettre en confiance. Livrez-vous ensuite au commerce de la douce discussion.

Et surtout, n'allez pas trop vite pour le premier contact physique, si vous ne voulez pas que cette tentative de rapprochement se termine en touché-coulé !



Do it ! Vous rêvez d'accoster une femme sans avoir peur ? Ça n'arrivera jamais ! Respirez, profitez de ce dernier shoot d'adrénaline, de ces secondes d'incertitude et de ces papillons dans le ventre avant de toucher la terre femme... Le plus intéressant, c'est maintenant !



« L'avarice perd tout en voulant tout gagner. »

Jean de La Fontaine

ADDITION (payer ou ne pas payer l'-)

Qui la paie ? Le débat fait rage depuis que les femmes sont les égales de l'homme. Dans le règne animal, le mâle en période de parade amoureuse offre souvent à la femelle de quoi se nourrir : pour gagner son cœur, il doit d'abord gagner les faveurs de son estomac. « La reconnaissance du ventre », ça s'appelle.

Mais le féminisme lutte pour l'égalité partout ! Résultat des courses : de plus en plus de scènes rocambolesques et de malentendus quand il s'agit de régler la douloureuse et que l'homme sort sa carte bleue pour inviter la dame. « *Mais tu m'as prise pour une pute ou quoi ? Je peux payer toute seule ! T'as cru que tu allais m'acheter pour me baiser après ?* » Face à de telles furies, je vous recommande de conserver le calme le plus total.

Mais... si vous refusez de payer l'addition ? Si vous proposez de la partager ? En France, vous passerez probablement pour un avare, une pince, et l'**AVARICE** est le pire des défauts pour une femme.



Do it ! « Si tu n'as pas les moyens de sortir et d'inviter une fille un soir, retourne travailler ton *business model*. » Toujours écouter ma mère. Si vous galérez pour une seule sortie, imaginez ce que ça donnera quand vous serez vraiment en couple... L'argent, le nerf de la guerre amoureuse ?



VOUS PAYEZ !	CHACUN SA PART !
<p>» Si c'est votre premier rendez-vous et que ça s'est bien passé, que sa compagnie est charmante et que la perspective d'un deuxième rendez-vous semble plus que probable.</p> <p>» Si elle fait mine de sortir sa carte bleue pour payer sa part (une femme courtoise, qui paiera la prochaine fois).</p> <p>» Si elle vous dit qu'elle paiera lors du prochain rendez-vous, parce qu'elle a l'air intéressée.</p>	<p>» Si elle vous fait un sketch à l'américaine : « Non on partage, je ne veux pas que tu m'achètes, je peux payer moi-même, je suis une femme forte et indépendante. »</p> <p>» Si elle n'est clairement pas intéressée par vous et que vos moyens sont limités (bien sûr, elle crachera sur vous dans votre dos en expliquant « qu'en plus d'être relou, il est radin... », mais vous vous en fichez puisque vous ne la reverrez sans doute jamais !)</p>

ATTENTION !

Si elle disparaît aux toilettes au moment où vous demandez l'addition, ce n'est peut-être pas un signe de pingrerie de sa part, les femmes filant parfois se refaire une beauté pour être parfaites et fraîches pour un « dernier verre ». C'est peut-être un bon indicateur pour la fin de soirée...

« Être aimable, rien n'est plus utile. »

Anatole France

AIMABLE


Qualité première chez tout séducteur. Votre travail, en tant que séducteur, est de mettre les autres à l'aise, vos interlocuteurs doivent éprouver de la sympathie pour vous et non de la gêne, de la honte ou de la rage.

La définition du Larousse est suffisante pour comprendre l'importance d'être aimable en société : « *Qui, par sa politesse, sa gentillesse, son désir de faire plaisir, s'attire la sympathie d'autrui : un aimable garçon.* »

Partout, tout le temps, il est plus important d'attirer la sympathie que l'indifférence. Soyez solaire ! Avoir l'air aimable, c'est attirer les autres malgré la distance, sans même qu'ils vous connaissent. Votre réputation va jouer pour vous et vous précédera parfois. On parlera toujours de vous dans votre dos et les jaloux tenteront de vous discréditer auprès des femmes qu'ils convoitent eux aussi. Mais vous devez vous montrer aimable !

Dans une classe, dans une salle de réunion, dans un amphi, dans une salle de sport, ce sont votre sourire et votre posture qui vous rendront aimable. Soyez prévenant, aidez les autres avant qu'ils aient besoin de vous demander votre soutien.

Être aimable est l'une des premières étapes de la loi de l'**ATTRACTION** : si vous tirez une tronche de six pieds de long, pourquoi une femme viendrait-elle à vous ? Pourquoi voudrait-on être votre ami ?



Do it* ! Deux exercices indispensables : souriez à la vie, aux autres, soyez heureux d'être en leur présence, et arrêtez de ne penser qu'à vous ! Tenez les portes, souriez aux vieilles, portez le pack d'eau de votre voisine, dites bonjour aux voisins toxicos qui ne vous calculent jamais. Le karma équilibrera tout ça à la fin.



« Il faut faire très attention aux femmes.
C'est encore plus traître que l'alcool. »

Michel Galabru

ALCOOL

Meilleur ami de l'homme peu sûr de lui, qui donne en soirée l'illusion de toute-puissance.


Consommé avec modération, l'alcool sert de lubrifiant social mais ingurgité en trop grande quantité, il tient les autres à distance. Que vous voyiez le verre à moitié vide ou à moitié plein, l'alcool reste un indéniable accélérateur de rencontres.

L'alcool est, à mon sens, bien trop souvent associé à des valeurs viriles : si tu bois beaucoup, tu es un homme. Or impuissance, bagarres stupides et accidents de la route m'ont convaincu très jeune de l'absence de virilité dans le fait de boire comme un trou.


Mais la France et l'alcool, c'est une véritable histoire d'amour, de culture. Que serions-nous sans le bordeaux, le champagne et le cognac ? Ne pas boire pose d'ailleurs très souvent un problème à nos amis musulmans pratiquants, qui refusent de corrompre leur âme avec de l'alcool. Comment s'intégrer en France quand on ne boit pas ?

Demandez aux sportifs, aux copines mannequins, aux amis musulmans et aux anciens alcooliques : pas facile de devoir se justifier en permanence quand on s'abstient.

Comment ça, vous ne buvez pas ? Vous êtes forcément rabat-joie. « Allez, juste un verre, ça ne va pas te tuer ! » Pour sauvegarder les apparences et ne pas passer votre soirée à vous justifier, utilisez mon astuce : une flûte de champagne, dans laquelle le barman, complice, vous servira du Perrier. Ni vu, ni connu... Faire semblant est parfois suffisant !



Do it ! Buvez avec modération. Un grand sage, avec pas mal de pratique dans le domaine, m'a dit un jour : « Si tu ne sais pas boire, ne bois pas. » Merci Papa !



TOP **3** DES MANIÈRES D'UTILISER L'ALCOOL POUR DRAGUER

1 Au bar, en faisant la queue, abordez-la en lui demandant ce qu'elle boit, en prétextant manquer d'inspiration. Pensez à la féliciter pour son choix classe et pas forcément girly.

2 Au bar, en faisant la queue derrière une inconnue qui vient de commander : « Je vais prendre pareil, je ne suis pas chiant. Je paierai la prochaine tournée, ça te va ? Quoi ? Tu ne me connais pas ? Viens on va réparer ça... Enchanté, je m'appelle George Michael ! »

3 Quand elle renverse son gin tonic sur vos chaussures toutes neuves. « Ah là là... Je n'ai jamais compris comment 10 € pouvaient venir ruiner aussi facilement 500 €. Je prends les chèques, les tickets resto ou l'Amex. Comment s'appelle mon agresseur ? »

Lors des soirées en appartement, il était coutume d'apporter son propre alcool. Avant la crise, champagne et alcools forts (vodka, whisky) avaient le monopole. Depuis la crise, on assiste, impuissant, à la multiplication des packs de Heineken et des déclarations du genre « Mon caviste m'a recommandé ce petit bijou bien long en bouche » en parlant d'une piquette à 4 €. La fin d'une époque...

Heureusement qu'il reste l'art de la dégustation pour les esthètes. Le Salon du Vin, le salon Whisky live et autres bars à cocktails et *speakeasys* permettent toujours aux véritables gentlemen d'associer alcool et raffinement, pour emmener ces dames dans des chemins de traverse.

« L'amour, c'est comme un poker. Et c'est presque toujours le moins menteur qui perd. »

Joe Dassin

ALL-IN

Tout miser et se mettre à nu pour remporter le gros lot. Si vous jouez au poker, vous avez déjà remarqué les nombreux parallèles entre la séduction et le bluff qu'on adopte sur table, face à des adversaires. Le point commun le plus important, c'est l'état d'esprit face à la prise de risque. Si vous avez peur du risque, si vous avez peur de perdre, vous ne jouerez pas au poker. De la même manière, je parie que vous n'aborderez pas les femmes qui vous plaisent, par peur de perdre.

« Refus de perdre » contre « envie de gagner » : les vrais joueurs savent qu'on n'a rien sans rien. Pour rafler la mise et engloutir le tapis de son adversaire, pour doubler de taille en l'avalant, il faut être prêt à tout perdre.

Une déclaration d'amour, une tentative d'embrasser une femme à la fin d'un premier rendez-vous, c'est la même chose : on joue son va-tout, on joue carte sur table, la tension est extrême, mais on se sent plus vivant que jamais dans ces moments-là.



DO IT ! Si vous êtes tétanisé par la peur de perdre votre honneur, par la peur du **RÂTEAU**, par l'humiliation publique, vous ne gagnerez jamais le tournoi face aux gros poissons et ne jouerez que dans des petits tournois.



*« Je suis Australien !
Comment être plus alpha que ça ? »*

Sam Worthington

ALPHA MALE

Le mâle alpha, le mâle dominant, celui qui guide, celui que la meute suit, celui que les hommes voudraient être et avec qui les femmes voudraient être. Si le mâle alpha du royaume animal cogne fort, plus fort que les autres et s'impose au physique, le mâle dominant du genre humain a plus de latitude pour exprimer sa domination.

Si Jason Bourne, Jack Bauer et James Bond sont des exemples de héros modernes qui inspirent les hommes et attirent les femmes, le mâle alpha humain n'est pas loin d'avoir les mêmes avantages que ses confrères animaux : la préférence des femelles du troupeau et le droit de mener la meute lors des processions.



Devenir un mâle dominant, tout le monde en rêve pour attirer les femmes que tout le monde veut. C'est René Girard, qui explique ce concours de bites géant avec son concept du désir mimétique : on désire ce que les autres désirent – l'actrice, la mannequin qui, elle aussi, désire ce que les autres femmes désirent – l'acteur, l'homme politique, le sportif (le couple Brangelina en est l'exemple parfait... ou du moins l'était, jusqu'à leur fracassant divorce).

Au fond, en séduction, il y a deux approches : la grecque : « Connais-toi toi-même », pour le séducteur qui accepte ses défauts, et l'américaine : « Deviens le meilleur ! » À vous de choisir votre voie !



Do it* ! Lisez les très bons *Sexus Politicus*, *Sexus Economicus* et pourquoi pas *Sexus Footballisticus* pour comprendre le fonctionnement des mâles alpha au plus haut niveau de la pyramide !



« Un amant exceptionnel ne peut faire qu'un mauvais mari. »

Michel Audiard

AMANT

Le beurre, l'argent du beurre, mais surtout le cul de la crémière.

L'amant est celui qui bénéficie de la meilleure part de la femme : celle qui s'offre, qui joue, qui explore, qui brûle entre deux portes, dans des chambres d'hôtel ou des salles de réunion, alors que son mari doit se contenter du confort du lit conjugal.

Pour l'amant, nulle contrainte si ce n'est la discrétion : la femme infidèle lui donnera tout et plus encore, tant qu'il lui apportera ce qu'elle ne trouve pas ou plus chez son mari.

Triste fin pour les amants gigolos qui sont remplacés par plus jeunes et vigoureux qu'eux lorsqu'ils ne donnent plus entière satisfaction à Madame, comme dans l'excellent film de Charles Shyer, *Irrésistible Alfe* (2004).

Attention, il faut avoir les nerfs solides si vous voulez jouer le rôle de l'amant : les menaces de mort du mari sont toujours déstabilisantes. La première fois. Après, c'est comme des chaussures trop petites, on s'y habitue...



Do it ! Vous voulez éviter que votre femme prenne un amant ? Alors, continuez de la surprendre, et travaillez sur votre couple au quotidien. Sinon, fermez les yeux et ne soyez pas trop curieux, c'est la recette du bonheur... Et relisez *Dom Juan*, on n'a pas fait mieux.



« *Entre amis, tout est commun.* »

Platon

AMI

Au ^{xxi}e siècle, celui qu'on appelle au téléphone pour prendre de ses nouvelles, qu'on voit au moins deux fois par an et qu'on compte parfois parmi ses Facebook *friends*.

Les « amis » Facebook : un mot intéressant pour désigner les fréquentations, les connaissances, le réseau, les voyeurs. Mais gardez-vous bien de croire que vos amis Facebook vous aideront à enterrer un cadavre au milieu de la forêt à trois heures du matin.

Car telle est la définition de la vraie amitié virile : votre *bro*, votre frère, votre ami pour la vie vous suivrait partout sans sourciller, sans

même vous poser de question quand vous êtes dans la merde, par loyauté.

En séduction, les amis servent à montrer qu'on est socialement bien intégré, qu'on n'est pas un loup solitaire venu pour sectionner des carotides en fin de soirée. Les meilleurs d'entre eux se jeteront pour vous sur les **AMOGs** pour les neutraliser et vous laisser le champ libre avec votre *target*, ils chanteront même vos louanges et vous protégeront des ragots en votre absence.

Votre meilleur ami n'est pas forcément votre **WINGMAN**, vous pouvez partager d'autres choses que la drague avec lui.

NB. : l'amitié entre un homme et une femme reste à l'heure d'aujourd'hui débattue par les spécialistes.



Do it ! Si vous n'avez jamais lu le livre de référence de Dale Carnegie *Comment se faire des amis*, c'est le moment ou jamais. Vos amis sont le socle de votre pouvoir social !



« Je serai là, toujours pour toi
N'importe où quand tu voudras. »


Lorie, « Je serai ta meilleure amie »

AMIE (MEILLEURE -)


Votre pire cauchemar ou une alliée de poids pour séduire votre *target*. Nous ne parlons pas ici de votre meilleure amie : si vous en avez une, c'est bien (même si l'amitié entre un homme et une femme reste un sujet débattu par les spécialistes, voir plus haut !) : elle est comme un *bro* (avec un vagin) pour vous et vous recadre parfois quand vous faites n'importe quoi avec les filles. Nous parlons ici de la meilleure amie de votre *target*, celle à qui elle dit tout, celle qui préférerait son ex à vous, le

futur potentiel, celle qui donnera son verdict une fois que vous serez parti, celle à qui elle envoie des sms 24/24.

Sa meilleure amie, vous ne pouvez pas la négliger : il va falloir en tenir compte. N'en faites pas trop non plus, elle repérera vite votre hypocrisie. Une fois en couple avec celle que vous convoitiez, sou-tirez un maximum d'informations à sa meilleure amie pour offrir des cadeaux vraiment originaux à votre bien-aimée.



Do it ! Une fois en couple, ne critiquez jamais ouvertement sa meilleure amie : si vous attaquez sa *BFF (Best Friend Forever)*, ce sont ses choix à elle que vous attaquez. Mauvaise idée...



« *I have no rival, no man can be my equal.* »

Queen, « Princes of the Universe »

AMOG

Alpha Male Of the Group, celui qui veut l'attention de votre *target*. Vous êtes officiellement concurrents et il ne peut en rester qu'un.

On décrit souvent l'*AMOG* comme le rival stupide : musclé, agressif, pas très intelligent, et c'est là que réside sa faille. Restez tout en retenue, vannes et punchlines, il finira par s'énerver et perdra sa crédibilité aux yeux de votre *target*, du moins si elle a un cerveau et des tendances sapiosexuelles. Si elle fond pour les muscles et la virilité agressive, vous faites probablement fausse route en lui récitant des poèmes à l'oreille.

Comment se débarrasser de cet *AMOG* qui ridiculise votre discours, qui se moque de votre *OPENER* et de votre look ? La répartie, et beaucoup de pratique. Beaucoup.

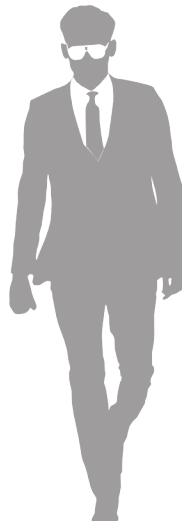
Votre **BODY LANGUAGE** jouera énormément. Ne le laissez surtout pas être dominant avec vous : pas de main sur l'épaule, infantilisante : « Je sais que tu me kiffes en secret mais seules les jolies filles peuvent me toucher, tu sais... » Autre manière de le calmer si besoin : son attitude. S'il fait le coq, soyez détendu, et dites-lui qu'il peut être naturel avec vous, qu'il n'a pas besoin de démonstration de virilité pour vous draguer, que vous n'aimez pas les gens qui jouent un rôle. Enfin, s'il ne souhaite pas draguer votre *target* mais juste jouer au **COCKBLOCKER**, attirez-vous les faveurs des filles alentour pour le neutraliser :

- Tu as une copine ? - Oui. - Les filles, vous trouvez ça normal un mec qui laisse sa copine seule à la maison ?

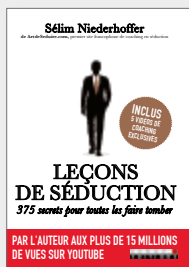
Mission accomplie !



Do it ! Pour parfaire votre art de la répartie et votre sens de la formule, regardez *Ridicule* de Patrice Leconte. Ou écoutez les Rap Contenders, imparables pour fusiller sur place un adversaire en rimes.



Nous espérons que cet extrait
vous a plu !



Leçons de séductions

375 secrets pour toutes les faire tomber

Sélim Niederhoffer



J'achète ce livre

Pour être tenu au courant de nos parutions, inscrivez-vous
à la lettre des éditions Leduc.s et recevez des **bonus**,
invitations et autres **surprises** !

Je m'inscris

Merci de votre confiance, à bientôt !

L E D U C . S
E D I T I O N S