

Obsah

→ Úvod: Proměna	9
------------------------	---

Část I.

Realita

→ Kapitola 1: Co ženy přitahuje	21
Všudypřítomnost statusu	24
Touha být objektem touhy	27
→ Kapitola 2: Emocionální zoufalost	33
Proces svádění	37
Přehnaná kompenzace a falešný alfa	44
→ Kapitola 3: Síla zranitelnosti	51
Období bolesti	56
Zranitelnost při projevu touhy	59
→ Kapitola 4: Dar opravdovosti	65
Pravda se vždy ukáže	69
Bezpodmínečnost	71
Stanovení hranic	75
Najděte své pravdy	78
Překážky a projekce	83

Část II.

Strategie

→ Kapitola 5: Polarizace	89
Tři typy žen	91
Různé typy, různé cíle	95
Polarizací k přitažlivosti	103
→ Kapitola 6: Odmítnutí a úspěch	107
Honba za pokladem	111
Obvykle to není o vás	114
Muži, kteří znají jen odmítnutí	116

Předefinování úspěchu	118
→ Kapitola 7: Tři základní kameny	123
Přirozené výhody a nevýhody	126

Část III.

Upřímné žití

→ Kapitola 8: Demografie	133
Výběr životního stylu a demografie	137
Domněnky a vlastní volba	142
Věk, peníze a vzhled	147
Rasa a efekt cizince	151
Sociální důkaz	155
Nejkrásnější ženy	157
Být versus říkat	162
→ Kapitola 9: Jak být krásný	165
Styl	167
Sport	175
Řeč těla	181
Tón hlasu	183
Jak být úchvatný	186

Část IV.

Upřímné jednání

→ Kapitola 10: Co si nalháváte?	207
Obranný mechanismus	213
Nejste oběť	219
Sexuální motivace	227
→ Kapitola 11: Jděte na to	231
Návod, jak překonat úzkost	235
Odvaha a smělost	244

Část V.

Upřímná komunikace

→ Kapitola 12: Vaše úmysly	251
Slizounství	254
Emocionální vazba	264
Budování a odstraňování návyků	268
→ Kapitola 13: Jak být okouzlující	271
První dojem	272
Konverzační dovednosti	276
Humor	289
→ Kapitola 14: Proces randění	297
Telefonní čísla	298
Perfektní rande	305
Signály, které nám ženy dávají	310
→ Kapitola 15: Tělesnost a sex	315
Líbání	318
Další vývoj	321
Sex	329
→ Závěr: Kudy dál	335
→ Doslov: Co když to byl dar?	341
→ Další literatura	345
Doporučené knihy	345