

Inhaltsverzeichnis

Vorwort.....	9
1 - Fremde Frauen ansprechen	11
ÜBUNG 1: Bemerken, worauf eine Frau ihr momentanes Interesse gerichtet hat.....	12
VORÜBUNG ZU ÜBUNG 2: Visualisieren, wie du Frauen ansprichst.....	12
ÜBUNG 2: Das ansprechen, worauf eine Frau gerade ihre Aufmerksamkeit.....	12
ÜBUNG 3: Den Blick beibehalten.....	14
2 - Vorstellungen in Frauen erwecken & Fragen & Worte richtig einsetzen ..	15
ÜBUNG 4: Vorstellungsbilder/Gefühle/Inspiration bei dir selbst erwecken.	15
IM CAFE.....	17
ÜBUNG 5: Die Frau in eine bessere Stimmung bringen	18
ÜBUNG 6: Gespräche steuern und steuern lassen	19
ÜBUNG 7: Befehlssätze aussprechen.....	20
WORTE AUFWERTEN	21
ÜBUNG 8: Sprache aufwerten.....	22
BEZIEHUNGSVISION	22
ÜBUNG 9: Visionen in Frauen hervorrufen	23
HYPNOTISCHES UND SUGGESTIVES SPRECHEN	25
3 - Energie, Präsenz, hier und jetzt	28
ÜBUNG 10: Zeitbrechen	29
ÜBUNG 11: Sie ist nicht meine Ex-Freundin.....	31
PRÄSENZ UND EXTROVERTIERTHEIT	32
ÜBUNG 12: Extrovertierte Aufmerksamkeit.....	32
ÜBUNG 13: Extrovertierte Aufmerksamkeit auf Menschen	33
4 - Achtsamkeit und Bewegung	37
ÜBUNG 14: Achtsam mit den Händen umgehen	37
ÜBUNG 15: Zeitlupe	38
ÜBUNG 16: Objekte achtsam platzieren	38
ÜBUNG 17: Erotischer Umgang mit den Händen.....	38
ÜBUNG 18: Sich selbst berühren	38
ÜBUNG 19: Bewusst Gehen	39
ÜBUNG 20: Die ideale Art zu stehen	40
ÜBUNG 21: Die ideale Art zu gehen.....	40
ÜBUNG 22: Geh-Training.....	41
5 - Arbeit an der eigenen Stimme	42
ÜBUNG 23: Voice Tuning	43
ÜBUNG 24: Absichtlich Pausen im Sprechen machen	43
ÜBUNG 25: Mit der Bandbreite der Betonung spielen	43
ÜBUNG 26: Die Stimme in verschiedenen Stimmungen benutzen.....	44
6 - Kommunikation über Schwingungen	45
ÜBUNG 27: Worte mit Schwingungen unterlegen.....	46
ÜBUNG 28: Intentionen platzieren, Teil 1	46

ÜBUNG 29: Intentionen platzieren, Teil 2	47
ÜBUNG 30: Intentionen platzieren, Teil 3	47
ÜBUNG 31: Intentionen platzieren, Teil 4	47
ÜBUNG 32: Intentionen platzieren, Teil 5	47
ÜBUNG 33: Intentionen platzieren, Teil 6	48
ÜBUNG 34: Intentionen platzieren, Teil 7	48
ÜBUNG 35: Mitgefühls-Schwingung.....	49
ÜBUNG 36: Humor-Schwingung	50
ÜBUNG 37: Latin-Lover Schwingung	51
ÜBUNG 38: Sympathie und Antipathie Projizieren	51
ÜBUNG 39: In die Seele schauen.....	51
7 - Sexuelle Verführung.....	52
ÜBUNG 40: Die sexuelle Aura.....	53
ÜBUNG 41: Notgeilheit abbauen	53
ÜBUNG 42: Unerwartete Berührung.....	56
ÜBUNG 43 Berühren und Nicht-Berühren.....	57
8 - Arbeit an der eigenen Identität und am Körper	58
ÜBUNG 44: Arbeit am Selbstbild und der eigenen Identität.....	58
ÜBUNG 45: Toleranz ausdehnen und eigene Schattenseiten abbauen	60
DER KÖRPER	61
KLEIDUNG	62
9 - Flirtorte	63
10 - Flirtricks & Flirtpsychologie	66
10.1. PAWLOW'S HUND & ASSOZIATIONEN HERVORRUFEN	66
10.2. MENSCHENTYPEN ERKENNEN -	67
10.2.1. MENSCHENTYPEN NACH ELEMENTEN	67
10.2.2. MENSCHENTYPEN NACH KÖRPERBAU.....	68
10.3. SPIEGELN	68
10.4. GERÜCHE	68
10.5. FARBEN	69
10.6. MUSIK & IHRE WIRKUNG	69
10.7. KÖRPERSPRACHE DER FRAU DEUTEN.....	70
10.8. FLIRT IN VERSCHIEDENEN LÄNDERN.....	70
10.9. ANZEICHEN, DASS EINE FRAU NICHT FLIRTEN MÖCHTE	70
10.10. DAS ERSTE LÄCHELN	71
10.11. MEHR ZU DEN AUGEN	71
10.12. ORTSWECHSEL.....	72
10.13. TELEFONNUMMERN AUSTAUSCHEN	72
10.14. ÜBERNACHTUNGEN	72
10.15. FRAUEN DIE ZUVIEL REDEN.....	73
10.16. ÜBER DEIN AUSSEHEN	73
10.17. VON BEREITS ERFOLGREICHEN MÄNNERN LERNEN	73
10.18. VON FRAUENZEITSCHRIFTEN LERNEN	73
10.19. DAS WARTEN AUF DEN MÄRCHENPRINZEN BEENDEN.	74

10.20. GESPRÄCHSTHEMEN FINDEN?.....	74
10.21. KLEINIGKEITEN SCHENKEN	74
10.22. ANBIETEN WAS SIE SICH WÜNSCHT	75
11 - Sprüchekatalog	76
12 - Fragen und Antworten	79
13 - Nachwort	84
14 – Literaturhinweise & Informationsquellen.....	85