

## OBSAH

Naučte se přivábit svého bo(u)rce!	7
<b>ČÁST PRVNÍ: JAK VLASTNĚ FUNGUJE SVÁDĚNÍ?</b>	9
<i>VSTUPNÍ PROHLÍDKA</i>	9
OHODNOŤTE SVOU SCHOPNOST NAJÍT LÁSKU	10
DOTAZNÍK	12
„MUSÍ MĚ BRÁT TAKOVOU, JAKÁ JSEM“ – NE!	15
ZORIENTUJTE SE VE SVĚM ČASOPROSTORU	17
HLEDÁ SE MUŽ. ZN.: BOHATÝ – MĚJTE ROZUM!	17
NEPŘECEŇUJTE SE	19
NEPODCEŇUJTE SE	20
VŠEHO S MÍROU	21
URAŽENÁ JEŠITNOST	24
HEZCÍ MUŽI	25
PROČ DĚLÁTE POŘÁD DOKOLA TOTÉŽ?	26
VÝSLEDKY HODNOCENÍ	28
<i>CHCEME-LI SVÁDĚT, MUSÍME SE NEJPRVE LÍBIT SAMY SOBĚ</i>	30
JAK BÝT VE SVĚ KŮŽI	30
NETŘEBA VYPADAT JAKO CLAUDIA SCHIFFER	32
<i>VYMĚŇTE HARDDISK A PŘEPROGRAMUJTE SI HLAVU</i>	36
BUĎTE POZITIVNÍ	36
RADOST	38
NEOFRŇUJTE SE, NEUZAVÍREJTE SE	39
PŘEPROGRAMUJTE SI HLAVU	40
NALAĎTE SE NA LÁSKU	41
ŽENY MAJÍ PRÁVO UDĚLAT PRVNÍ KROK	43
POLOVINU PRÁCE MUSÍ ODVĚST ŽENA	44
<i>KDO, KDE, KDY, JAK – VYTVOŘTE SI STRATEGII</i>	46
ŘEKNĚTE, CO HLEDÁTE	47
KLUBOTERAPIE	49
SLUNÍČKOTERAPIE	50
USPOŘÁDEJTE VEČÍREK	52
OKRUH PŘÁTEL	54
KDYŽ ZA VÁS HLEDÁ KAMARÁDKA	56

MATCHMAKER	57
VYTVORTE SI NOVÝ OKRUH PŘÁTEL	58
OBJEVTE INTERNET	61
JAK SI VYTVORIT DOBRÝ PROFIL?	63
<i>CHCETE-LI BRÁT, MUSÍTE NEJPRVE UMĚT DÁVAT</i>	70
Z DNEŠNÍCH ŽEN JDE STRACH	70
MUŽSKÉ EGO	72
ZAPRACUJTE NA SVÉM PŘÍJEMNÉM, MILÉM A NĚŽNÉM JÁ	74
<i>VYJADŘUJTE SE OČIMA A ÚSMĚVEM</i>	78
POHLED	78
ÚSMĚV	80
SMÍCH	81
<i>ROZVIBRUJTE SVÉ SMYSLY</i>	83
ČICH	84
SLUCH	85
CHUŤ	85
HMAT	86
PROBUĎTE JEHO SMYSLY	87
VÝSTRÍH	87
ZAVLNĚTE BOKY	88
KURZY BŘIŠNÍHO TANCE	89
PLEŤ	91
HLAS	92
VŮNĚ	93
KOUŘENÍ	94
ŘEČ TĚLA	95
NÁZNAKY – BUĎTE (TROCHU) VYZÝVAVÁ	96
<i>SVÁDĚT ZNAMENÁ UMĚT NASLOUCHAT A KOMUNIKOVAT</i>	99
JAK ZAČÍT ROZHOVOR?	99
MUŽI JSOU OŠTÝCHAVĚJŠÍ NEŽ ŽENY	100
HLEDEJTE PRŮNIKY A SPOLEČNÝ POTENCIÁL	102
ZAJÍMEJTE SE O DRUHÉHO A NASLOUCHEJTE MU	103
MĚJTE CO ŘÍCT	105
PROJEVUJTE ZÁJEM A SKLÁDEJTE KOMPLIMENTY	107
NEBOJTE SE TAKTNĚ MLUVIT O SEXU	108
CO TEDY MUŽI CHTĚJÍ?	
NEPŘIDÁVEJTE PŘEKÁŽKY ANI OHRADY	111
NEBUĎTE NIKDY NEPŘÍSTUPNÁ	113
STRACH Z ODMÍTNUTÍ	114

NEHRAJTE SI NA TAJEMNOU LHANÍ A ZAMLČOVÁNÍ PRAVDY	118 119
<i>SETKÁNÍ</i>	124
PRVNÍCH SEDM VTEŘIN	124
PRVNÍCH PĚT MINUT	126
POČÁTEČNÍ STRATEGIE?	128
VYSÍLEJTE JEDNOZNAČNÉ SIGNÁLY	130
ŽÁDNÉ DŮVĚRNOSTI	133
NEBOJTE SE MLUVIT O OSOBNÍCH VĚCECH	134
PŘIMĚJTE MUŽE, ABY MLUVIL O SOBĚ	136
<i>MILUJI TĚ, JÁ TEBE NE</i>	139
PŘITAHUJETE HO... ON VÁS NE	139
PŘITAHUJE VÁS... VY JEHO NE	140
NEPOUŠTĚJTE SE DO VZTAHU, POKUD SI NEJSTE JISTÁ, ŽE O NĚJ STOJÍTE	142
<i>PRVNÍ RANDE</i>	144
VYTVOŘTE SI SEZNAM MÍST, KAM MŮŽETE JÍT	144
UDĚLEJTE NĚCO TROCHU VÝJIMEČNÉHO	146
UMĚNÍ POLIBKU	148
NA PRVNÍM RANDE NIKDY?	151
ŽENA JE PŘED MUŽEM O TŘI KROKY NAPŘED	154
NEOHÁNĚJTE SE SVÝMI PENĚZI	155
NEŽEŇTE SE ZA PŘELUDEM	156
<i>SEX – ZOPAKUJTE SI ZÁKLADY</i>	158
PRVNÍ NOC	158
PREZERVATIV – NÁVOD K POUŽITÍ	163
LIBIDO	167
STUPNĚ DŮVĚRNOSTI	169
AGATHA CHRISTIE	169
<i>HALÓ! KDO VOLÁ?</i>	171
A CO POTOM – ZAVOLAT, NEBO NEZAVOLAT?	171
PRAVIDLA SPRÁVNÉHO TELEFONOVÁNÍ	174
SEX PO TELEFONU	175
<i>VE DVOU SE TO LÉPE TÁHNE!</i>	177
NESPĚCHEJTE MOC	177
BUĎTE NEZÁVISLÁ	180
CHÁPEJTE SPRÁVNĚ MUŽSKÉ SIGNÁLY	182

CO MAJÍ MUŽI RÁDI OD ŽEN	182
STRACH Z ROZCHODU	184
JAK POZNÁTE VELKOU LÁSKU	185
MUŽ MÉHO ŽIVOTA – MYLNÁ PŘEDSTAVA	186
FÁZE KRYSTALIZACE	189
RODINNÁ HISTORIE	190
ROLE KAMARÁDEK	193
ROLE KAMARÁDŮ	195
DEJTE MUŽI JISTOTU, ALE ZAS NE MOC	198
MIMINKO	201
<i>JEDNOU JSI DOLE, JEDNOU NAHOŘE</i>	203
POTŘEBUJE DÝCHAT? NIC SE NEDĚJE!	203
PO LÍBÁNKÁCH PŘICHÁZEJÍ HNĚVÁNKY	204
NEMYSLETE SI, ŽE PARTNERA ZMĚNÍTE	206
UŽ NEMŮŽETE DÁL... KONEC	208
<i>ZKUSILY JSTE VŠE, NEFUNGUJE TO</i>	208
NEZÁVISLOST I PRO MUŽE	211
KROKODÝL DUNDEE	212
BOKOVKA	213
UŽ SE NEMUSÍTE ZASTAVIT U PRVNÍHO KANDIDÁTA	214
OSVOJTE SI UMĚNÍ ROZCHODU	215
<b>ČÁST DRUHÁ: JAK SE NÁM ZALÍBIT? (RADY MUŽŮM)</b>	219
<i>MUŽI MAJÍ STÁLE PRÁVO PRVNÍHO TAHU</i>	222
<i>I CHLAPI MOHOU BÝT SEXY</i>	224
PĚSTUJTE SI SVOU IMAGE	224
ZAMĚŤTE SI PŘED VLASTNÍM PRAHEM	225
BÍLÉ ZUBY, SVĚŽÍ DECH	226
KUŘÁCI DOUTNÍKŮ	266
SPRÁVNÝ CHLAP MUSÍ SMRDĚT I Z FOTKY?	277
STARÉ DŽÍNY	228
MUŽNÁ CHŮZE	229
STARÉ SLIPY	230
ŠKAREDÍ KLUCI	231
<i>JSEM NESMĚLÝ, ALE LÉČÍM SE</i>	234
TWINGO	234
LÁSKA NENÍ POHOTOVOST	235
ZPRÁSKANÝ PES	237

BRUČOUN	239
NARCISOVÉ	239
PRVNÍ LÁSKA	241
OBOUSTRANNÝ ORGASMUS	242
VELKÝ BIMBAS	242
LIBERÁLNÍ ŽENY	243
<i>NEZNÁME SE ODNĚKUD?</i>	245
TESCO	245
HOREČKA SOBOTNÍ NOCI	246
TANGA	247
BUNGEE JUMPING	248
ZÁCHRANNÁ SÍŤ	248
<i>JEDNIČKA S HVĚZDIČKOU</i>	251
DVOŘTE SE NÁM	251
JDĚTE DO ROMANTIKY!	252
DOTÝKEJTE SE, JINAK SE NÁS DOTKNETE	253
VYZNEJTE NÁM LÁSKU	254
<i>ZABIJÁCI</i>	255
ZABIJÁCKÉ VĚTY	255
RUKA NA ZADKU	256
MISTR SVĚTA	257
DONCHUÁNOVÉ	257
NEMRAVOVÉ	258
VTIPÁLCI	258
<i>CO ŽENY NEMAJÍ RÁDY</i>	259
<i>CO ŽENY MAJÍ RÁDY</i>	264
NENÍ TO, JAK SI MYSLÍTE	264
PRVNÍ NOC (PRO MUŽE)	267
SEXUÁLNÍ SUPERPOTENCE	269
PO MILOVÁNÍ	270
BONTON V POSTELI	272
ZÁVĚREM	274