



Cuprins

SCRISOARE CĂTRE CITITOR	27
1. FRAGMENTE DIN ISTORIA PERSONALĂ	28
ZIUA ÎN CARE AM AJUNS LA CAPĂTUL POSIBILITĂȚILOR: POVEȘTEA MARTEI	28
DECIZIA	30
SCHIMBAREA	30
ZIUA ÎN CARE AM ÎNCEPUT SĂ CRED ÎN AVEN: POVEȘTEA LUI MELLAO	30
MAEȘTRII ITALIENI	31
TOȚI AVEM ACEST INSTINCT	32
NAȘTEREA UNUI NOU IDOL	34
MELLAO	35
PRIMA ÎNTÂLNIRE CU MELLAO	36
INGRID, FEMEIA CARE M-A TREZIT LA REALITATE	36
UN UNIVERS ÎN CRIZĂ	37
ATTUDINEA CARE MI-A DESCHIS OCHII	38
INFLUENȚA UNUI MARE MAESTRU	38
ÎNCEPUTUL UNUI NOU DRUM	39
COMUNITATEA AVEN	40
CODUL SEXULUI, MANUALUL DEFINITIV	40
BOGĂȚIA CODULUI SEXULUI	41
CUM SĂ FOLOSEȘTI MANUALUL	42
DOUĂ SFATURI FUNDAMENTALE	42
2. CE ANUME NE ATRAGE ȘI DE CE?	43
ATRAȚIA NU SE ALEGE	43
ATRAȚIA FEMININĂ ESTE MAI COMPLEXĂ	44
RĂSPUNSUL ÎL DĂ EVOLUȚIA	44
PRIMA FORMĂ DE SELECȚIE NATURALĂ	45
PRIMUL REPRODUCĂTOR	45
NOI REPRODUCĂTORI	45
ORIGINEA VIEȚII	46
ROBOȚI ÎN SERVICIUL GENELOR	46
FINALITATEA VIEȚII: SUPRAVIEȚUIREA ȘI REPRODUCEREA	47
ÎNCRUCIȘAREA GENETICĂ	47
ATRAȚIA, INSTRUMENT AL GENELOR	48

ATRAȚIA ESTE SELECTIVĂ	48
FEMEIA NE DERUTEAZĂ DIN NOU	49
BĂRBAT ȘI FEMEIE: STRATEGII REPRODUCTIVE OPUSE	49
CE RISCĂ FEMEIA PRIN SEX?	50
CE CĂȘTIGĂ FEMEIA PRIN SEXUL LA ÎNTÂMPLARE?	50
FEMEIA PROMISCUĂ NU ÎȘI SLUJEȘTE BINE GENELE	51
FEMEIA SELECTIVĂ S-A IMPUS ÎN EVOLUȚIE	51
BĂRBAȚII SE COMPORTĂ CA SPERMATOZOIZII; FEMEILE – CA OVULELE	52
A DESCALIFICA ESTE MAI IMPORTANT DECÂT A SELECTA	52
SELECȚIA NATURALĂ ȘI SELECȚIA SEXUALĂ	53
MONOGAMI SAU POLIGAMI?	54
MITUL SEDUCȚIEI UNISEX	54
MIRAJUL CONȘTIINȚEI	54
CREIERUL TREI ÎN UNU	55
FUNȚIILE CELOR TREI CREIERE	55
CONFLICTELE INTERIOARE	56
ATRAȚIA NU SE PRODUCE LA NIVEL INTELLECTUAL	57
CREIERUL CA ORNAMENT SEXUAL	57
CONFLICTUL PROGRAMĂRIILOR	58
MECANISMUL ATRAȚIEI LA FEMEIE	58
VSR: VALOAREA DE SUPRAVIEȚUIRE ȘI DE REPRODUCERE	59
VSR LA BĂRBAT ȘI LA FEMEIE SE BAZEAZĂ PE ELEMENTE DISTINCTE	59
ORICE FEMEIE ARE DIN START O VSR SUPERIOARĂ BĂRBATULUI	60
MASCULUL ALFA	60
BĂRBATUL ALFA	61
MASCUL ALFA ȘI BĂRBAT ALFA	61
BĂRBATUL ALFA CA EXPRESIE MAXIMĂ A VSR	62
VSR = VALOARE + IDILĂ	62
VALOARE = VSR – IDILĂ	63
IDILĂ = VSR – VALOARE	63
CELEBRITATEA, FRUMUSEȚEA, BANII ȘI PUTEREA CA DOVEZI ALE VSR	64
TRANSFORMĂ-TE ÎNTR-UN AVEN	64
DE CE FLIRTEAZĂ BĂRBAȚII AVEN?	65
BĂRBAȚII AVEN: MAEȘTRI AI VSR	65
RECAPITULARE	65
FANTEZII TIPIC FEMININE	67
FANTEZIA A: FĂT-FRUMOS	68
FANTEZIA B: JUMĂTATEA MEA	68
FANTEZIA C: SOȚ ȘI AMANT	69
FANTEZIILE CA MODELE DE VSR RIDICĂTĂ	70
FANTEZIILE NU SUNT ÎNTODEAUNA ASPIRAȚII CONȘTIINȚE ȘI NICI NU SE ÎNDEPLINESC DE FIECARE DATĂ	71
IMAGINAȚIA FEMININĂ SE HRĂNEȘTE CU FANTEZII	71
NOUA DIRECȚIE A EVOLUȚIEI	72
SUNTEM MAȘINĂRII DEMODATE	72
CE S-A ÎNVECHIT?	72
ALTE LUCRURI ÎNVECHITE	73

VIITORUL	75
REVOLTA MAȘINILOR	75
CÂND GENELE LUCREAZĂ PENTRU TINE	76
CUM SĂ AFLI DACĂ EȘTI UN ADEVĂRAT MASCUL ALFA?	76
RĂZBOIUL SEXELOR S-A TRANSFORMAT ÎNTR-UN JOC	77
JOCUL MAȘINĂRIILOR DEMODATE	78
3. NOȚIUNI PREMERGĂTOARE JOCULUI	79
O ISTORIE PERSONALĂ	80
JOCUL NU ESTE STATISTICĂ	81
DEȘI NOROCUL ÎȘI ARE INFLUENȚA SA, JOCUL NU ESTE NOROC	81
PENTRU A VEDEA JOCUL, TREBUIE SĂ IEI PASTILA ROȘIE	82
EVIDENȚA ALUNECOASĂ	82
TU VEI FI MAI PREGĂTIT	83
TERMINOLOGIA AVEN	83
ADOPTĂ TERMINOLOGIA AVEN	84
FOLOSEȘTE DICȚIONARUL DE LA SFÂRȘITUL CĂRȚII	84
CÂTEVA EXEMPLE	84
SISTEME DE NOTARE	84
DE CE DĂM NOTE?	85
MODALITĂȚI DE NOTARE	85
ÎNCREDIBIL, DAR ADEVĂRAT	85
ALEGE CEEA CE TE FACE MAI FERICIT	86
PERSONAJELE JOCULUI	86
ARTISTUL VENUSIAN	86
FRUSTRATUL	87
Cel mai mare dușman	87
Genuri de Frustrați	88
Originea Frustratului	89
NATURALUL	89
Naturalii vorbesc altă limbă	89
Cum se învață o limbă străină?	89
Naturalii sunt obiect de studiu	90
O prietenie frumoasă	90
Podul	91
Combinăția Natural – Aven	91
ALTE PERSONAJE	91
Obiectivul	92
Setul	92
Obstacole	92
Asistentul	92
Pivotul	92
IDENTITATEA BĂRBATULUI AVEN	92
IDENTITATEA ESTE BAZA FARMECULUI	93
O IDENTITATE PUTERNICĂ	93
DEZVOLTĂ-ȚI IDENTITATEA!	94
VINDE-ȚI IDENTITATEA!	94

CONECTEAZ-O LA IDENTITATEA TA!	94
DE CE CONECTĂM OBIECTIVUL?	95
SĂ NE ÎNTOARCEM LA CAZUL TĂU	96
ÎNTRERUPĂTOARELE SEXUALE	96
ÎNTRERUPĂTOARELE EVIDENTE	97
Efectul Halo	97
Opțiunile tale	97
Scurtătura	98
Simte-te vedetă!	98
PRESELECȚIA	98
Ce este Întrerupătorul de Preselecție?	98
Originea Întrerupătorului de Preselecție	99
Exemplul suprem: sexul de urgență	99
O caricatură a folosirii Preselecției	100
Preselecția Negativă	100
Femeile nu sunt conștiente de Întrerupătorul de Preselecție, nici de multe altele	101
STATUS SAU VALOARE SOCIALĂ	102
Ce este Statusul sau Valoarea Socială?	102
Expresia maximă a Statusului sau a Valorii Sociale	102
Cea mai frecventă formă de Status	103
Alte expresii ale Statusului	103
A fi „cool” ca expresie a Statusului	103
Confirmarea Socială	104
O IDENTITATE PUTERNICĂ	105
PERSONALITATEA	105
O investiție pe termen lung	105
Personalitatea ca Întrerupător Sexual	105
Dificultățile evolutive ale personalității	106
Mai multe despre personalitate	106
PREZENȚA	107
Prezența nu este doar aparentă	107
Prezența se poate îmbunătăți... și încă mult!	108
Poți ajunge să ai o prezență mai bună decât cei mai frumoși oameni	108
Mai multe despre prezență	108
STIMULAREA EMOȚIONALĂ	108
Nu contează cum	109
Suntem dependenți de emoțiile intense	109
Mai multe despre cum să-i stăpânești imaginația și să-i dirijezi emoțiile	109
FORTĂREȚA MENTALĂ	109
Nu există ceva mai Alfa	110
Puterea te însoțește	110
Jocul pe termen mediu și lung se decide aici	110
Alte aspecte ale Fortăreței Mentale	110
STILUL DE VIAȚĂ	111
Ai grijă cu imaginea pe care o transmiți	111
Un stil de viață Alfa	112

O chestiune de aparență	112
O regulă pentru a ieși din încurcătură	113
TIPURI DE FLIRT	113
MITUL SEDUCĂTORULUI UNIVERSAL	113
FLIRTUL MECANIC	114
FLIRTUL MECANIC ELABORAT	115
FLIRTUL SPORADIC	115
Blestemul Flirtului Sporadic	115
Flirtul Sporadic eroic	116
Căile rătăcitoare ale Flirtului Sporadic	116
Cum să profiți de pe urma Flirtului Sporadic	117
FLIRTUL ACTIV	117
Flirtul Activ Punctual și Flirtul Activ Prelungit	118
Argumente pro și contra Flirtului Activ	118
Cerințele Flirtului Activ	118
Un flirt pentru aventurieri	119
Particularitățile Flirtului Activ	119
CIBERFLIRTUL	119
Ciberflirtul nu se recomandă frustraților	120
Ideal pentru descurgători	120
Cel mai bun simulator de zbor	120
Convine să fie combinat cu un alt tip de flirt	121
FEMEI: INSTRUCȚIUNI DE URGENȚĂ	121
FACTORUL FEMEIE UȘOARĂ	121
Eliberarea sexuală a accentuat diferențele	122
Ceva putred la mijloc	122
Își doresc femeile acest tip de eliberare?	123
O teorie naturală	123
Consecințele Factorului Femeie Ușoară	124
Puterea unui cuvânt	124
Mișcările feministe	124
Tentative eșuate	125
Viitoarea cale a feminismului	125
RADARUL ȘI APĂRĂRILE	126
Ce sunt Apărările?	126
Când se activează?	126
Apărări și Factorul Femeie Ușoară	127
Perseverența le învinge câteodată	127
Cel mai bine e să nu te prindă Radarul	128
DESCALIFICAREA	128
Descalificarea nu înseamnă „a nu câștiga”	129
Descalificare și apărare	129
Afară, înainte de a zice pește	129
Altă asimetrie evidentă	130
Prevenirea descalficării	130
Calea unui Aven și prețul său	130
Parabola ambarcațiunii sportive	130
Câteva exemple	131

Atitudinea expulzatului	131
Câteodată nu este o greșeală	132
<i>La donna è mobile</i>	132
Investitoare cu risc scăzut	133
Seleționarea personalului	133
Lista Neagră	133
Cauze tipice ale Descalificării	133
CONGRUENȚA	134
Femeile caută bărbați congruenți	135
Pentru a fi congruenți, trebuie să fim dispuși să pierdem	135
Cum să descoperi dacă ești congruent	136
Prefă-te că ești, până devii într-adevăr!	137
Convinge-te pe tine însuși!	137
CATEGORII FEMINE	138
Categoria fundamentală: amant și furnizor	138
Categoria de amant este rar întâlnită	139
Subcategorii: dominant și ascultător	139
Băiatul rău (pericol)	140
Aventurierul (distracție)	140
Seducătorul (sex)	140
Artistul (sentiment)	141
Triumfătorul (resurse)	141
Tăticul (control)	142
Băiatul normal (fidelitate)	142
Pămpălăul (supunere)	142
Alte categorii	143
Categoriile fără succes	143
Categoriile nasc comportamente contradictorii	144
Trăsăturile feminine sunt considerate semn de relație îndelungată	144
Vrem aur, nu cărbunele!	145
Nu tot ce strălucește este aur	145
TESTE DE APTITUDINE	146
Dacă nu ai fost descalificat, procesul de selecție continuă	147
Ne pun la încercare	147
Prinzi indirectă?	148
O femeie nu îți va spune niciodată cum să o atragi	148
Stupiditatea misoginismului	148
Pregătește-te!	149
Fii fericit că te pun la încercare!	149
Vei întâlni multe feluri de teste	149
Capcanele psihologice	149
Cum să treci de capcanele psihologice	150
Crearea tensiunii	150
Exprimarea dezaprobării și a neplăcerii	151
Lipsa de respect	151
A face pe sfânta	151
Tact, sensibilitate și discreție	152
Comportamentul normal	152

Părăsirea dispoziției favorabile	153
Alte teste	154
Çum se trec majoritatea testelor	155
Învățã din propriile greșeli!	155
Contraatacã!	156
GREȘELI TIPICE	156
GREȘELILE TIPICE ALE FRUSTRATULUI	156
Alege pilula albastrã!	156
A critica înainte de a încerca	157
Fii tu însuși!	157
Îi plac, nu-i plac...?	157
Defetism: nu-i de mine	158
A confunda asentimentul cu atracția	158
A explica înainte de a aplica	159
Cumpărarea companiei	159
Calificare sau fudulie?	160
Consolidarea rolului	160
Nevoia sau urgența	160
Mentalitatea flãmândului	160
Femeilor le plac timizii	161
Timiditatea – o problemã de orgoliu	162
GREȘELI TIPICE ALE ASPIRANTULUI AVEN	162
Obsesia disciplinei	162
Caricatura masculului Alfa	163
A întrece măsura	163
Animãlușul milog	163
Calibrarea greșitã	164
Lipsa de congruență	164
A încerca din rãspuțeri	164
Consecințele Efectului Crisalidã	165
Autosabotarea: teama de succes	165
4. CALEA BĂRBATULUI AVEN	166
PERSONALITATEA BĂRBATULUI AVEN	166
JOCUL VALORII: CARACTERISTICI ȘI COMPORTAMENTE	
ALE BĂRBATULUI ALFA	167
ÎNCREDERE ȘI SIGURANȚA	167
Aplomb	168
Bunãstare, satisfacție și relaxare	168
Absența nerãbdãrii sau a neliniștii	168
Împãcat cu tine, cu ea și cu ideea de a face sex	168
Viața sexualã completã	169
Tensiunea este prietena ta	169
SPIRIT AVENTURIER	169
Dragostea pentru risc	170
Inițiativa	170
Controlul	171

Autoritatea	171
Îndrăzneala	171
AUTONOMIA	172
Ai de unde alege	173
Nu ai nevoie de aprobarea ei	173
Rezultatul nu contează	174
Lipsa de respect	174
DIFERENȚIEREA ATRACTIVĂ	174
Remarcă-te!	175
Ființe din carne și oase	176
Selectiv și exigent	176
Nu adăuga gaz pe focul conversațiilor cotidiene	177
Oferă sex și fantezii	177
CĂȘTIGĂTORUL	178
Aptitudinile de lider	178
Invidia femeilor	179
Te urmează sau are de pierdut	179
Te alege sau e considerată proastă	180
Ești mai mișto decât ea	180
Pregătește întotdeauna un răspuns mai bun	181
NU TE EXPUNE!	181
Nu dărui!	182
Mai puternic decât ea	183
Dezarmez-o!	183
Nu pentru nu	183
Nu te sforța!	184
Principiul nadelor	184
Dă-i impresia că poți pleca dintr-o clipă în alta	185
NEGOCIAZĂ CU VALIDAREA EI	185
Refuză-i validarea!	186
Falsa Autodescalificare	187
Indicatorul de Dezinteres	187
Despre Nega	188
Dezinteres activ sau Dezinteres pasiv	188
Argumentează-ți dezarmările!	189
REALITATEA TA ESTE MAI PUTERNICĂ	189
Ea este un invitat în realitatea ta	191
Întoarce foia!	191
A transmite realitatea nu înseamnă a fi flecar	192
PREMIUL EȘTI TU	192
Acuză, denaturează, bănuiește!	193
Ești examinatorul	194
Uzurpatorul	194
ȘMECHERUL AMUZANT	195
Personalitatea Șmecherului amuzant	195
Arogant sau îndrăzneț?	196
Trăiește rolul!	196
Adaptează modele de Șmecheri amuzanți	197

Nimerește în plin!	197
Șmecherul amuzant și tipul Nega	197
Jocuri de Rol ale Șmecherului amuzant	198
Alte modalități de a o călca pe bătătură	200
Șmecherul îndrăzneț față în față cu Frustratul	200
Comportamente caracteristice Șmecherului amuzant	202
JOCUL IDILEI: TRĂȘĂTURI ȘI COMPORTAMENTE	
CARE GENEREAZĂ 3CIP	205
FEMEIA ÎN CENTRUL ATENȚIEI	206
Judec-o după fapte, niciodată după vorbe	207
Uită de tine!	208
Pune stăpânire pe pilotul automat!	208
Empatie și conexiune	209
Curiozitatea neprefăcută	210
Fii minuțios!	210
CAVALERISM ȘI INSTINCT PROTECTOR	210
Fii protector cu ființele apropiate!	211
Ai o concepție pozitivă despre femeie	211
Nu aștepta nimic în schimbul romantismului	212
Practică permanent!	213
RELEVANȚA EMOȚIONALĂ	213
Emoționează!	214
Fii autentic!	214
CAPĂTĂ AUTORITATE ÎN LUMEA EI	215
Cunoaște-i interesele și pasiunile!	216
Înțelege-o!	216
Ai trecut deja prin asta	216
Dezactivează-i pilotul automat!	216
INTERPRETAREA ROMANTICĂ A LUMII	217
Exploatează magia!	218
Sunteți protagoniștii unui basm	218
Conspirația „lumea noastră”	218
Inventează!	219
FII, ÎNTÂMPLĂTOR, BĂRBATUL EI IDEAL!	219
Lucruri în comun	221
Ghicește ce vrea să audă!	221
Sondează-i subconștientul!	221
Punctul slab	222
Fantezia ei: o Femeie cu Penis	222
Cum să pari o Femeie cu Penis	223
ADOARME-I APĂRĂRILE!	223
Punctele tale vulnerabile	224
Fii modest!	224
Suflet de lup în blană de miel	224
Anticipează-i obiectiile!	225
NU O LĂSA SĂ TE URASCĂ	225
Alibiul	226
Fă-o pe eroul neînțeles!	227

FLUIDITATE ȘI NATURALEȚE LA TRECEREA DE NIVEL	227
Deviază-i atenția de la trecerea de Nivel!	228
Scapă de Modul Logic!	228
Joacă-te cu dispozițiile favorabile!	229
Ajut-o să se justifice!	229
COMPLIMENTE	230
Fugi de clișee!	231
Surprinde-o cu garda jos!	232
Complimente cu picătura	232
JOCUL AMPLIFICĂRII: TRĂȘĂTURI ȘI COMPORTAMENTE	
CARE ÎȚI CONSOLIDEAZĂ JOCUL	233
UMORUL	233
Nu Umorului Autodegradant!	235
Folosește un umor personalizat!	235
Nu o fă pe măscăriciu!	235
Nu forța nota!	236
Nu arăta că aștepti recompense!	236
MISTERUL	236
Ambiguitatea	238
Ce-i mult strică	238
Vârful Aisbergului	239
PRINCIPIUL RARITĂȚII	239
Nu o priva de plăcerea de a-i fi dor de tine!	240
Să nu te ia de bun	241
Pleacă în momentul de maximă intensitate	241
Dă-i de înțeles că ești foarte solicitat	241
Îi poți tăia aprovizionarea în orice moment	241
IMPACT TOTAL	242
Neprevăzut, suspans și așteptare	243
Contradicția	244
Un <i>montagne russe</i> emoțional	244
Privează, apoi recompensează!	245
Recompensează, apoi privează!	245
Doi pași înainte, unul înapoi	246
STĂPÂNEȘTE-I GÂNDURILE!	246
Nu o lăsa să te uite!	247
Determin-o să te asocieze cu lucrurile pozitive!	247
Fii ingredientul excitant al vieții ei!	247
PUNE-O LA TREABĂ!	248
Pedicile sunt asemenea unor magneți	249
Dă-i de furcă!	250
Determin-o să investească în tine!	250
Provoacă-o să se califice!	250
Provoacă-o!	251
EXPLOATEAZĂ-I LOGICA RETROACTIVĂ!	251
Treci de Nivel	252
Penalizează și recompensează!	252
Stăpânește măsurile preventive!	253
Atacă-i antivirusul!	253

COMUNICAREA EXPLOZIVĂ	254
Măiestrie în interpretare	256
Principiul interactivității	256
Denaturarea creativă	257
Jocurile de rol	257
Folosește Materialul la cutie!	257
DIVINAȚIA ȘI ȘTIINȚELE ALTERNATIVE	258
Lectura la Rece	259
Exploatează ezoterismul!	259
New Age	260
PROGRAMAREA NEUROLINGVISTICĂ: UN AMPLIFICATOR	260
Hipnoza	262
Ancorarea	262
Expresiile-veriță	263
Cuvintele de transă	263
Verifică-i sistemul de reprezentări!	264
Autohipnoza	265
INTUIȚIA BĂRBATULUI AVEN: CALIBRAREA	265
CUM SĂ CALIBREZI ACASĂ, TOLĂNIT PE CANAPEA	267
PRACTICA FAȚĂ ÎN FAȚĂ CU TEORIA	267
ORICE FEMEIE REACȚIONEAZĂ POZITIV LA CEVA ANUME	268
INFORMAȚIA-CHEIE	268
A CALIBRA ESTE CA ȘI CUM AI ACORDA UN INSTRUMENT	268
ÎNVAȚĂ SĂ ÎI DECODIFICI DISPOZIȚIILE!	269
CALIBREAZĂ CONTEXTUL!	270
PREZENȚA ARTISTULUI VENUSIAN	270
COMUNICAREA NONVERBALĂ	271
Acționează calm!	273
Controlează-ți respirația!	273
Adaugă profunzime vocii tale!	273
Strecoară inflexiuni în voce!	274
Cultivă-ți o voce de amploare!	274
Fii un maestru al pauzei!	275
Stăpânește arta privirilor!	275
Spațiu și maiestruozitate	276
Elementele care trădează nesiguranța	276
Profită de atitudinile evazive!	277
Bogăția de gesturi	277
FIZICUL ȘI APARENȚA	278
CE TE FACE RESPINGĂTOR	279
Lipsa igienei exterioare	280
Lipsa igienei interioare și a exercițiului	280
Respirația urât mirositoare	281
Înfățișarea inestetică sau de prost-gust	281
Pilozitatea	282
Pielea neîngrijită	282
SPOREȘTE-ȚI FARMECUL NATURAL!	282
Exprimă-ți eul athletic!	283
Aderă la clubul metrosexualilor!	284

Bronzul	284
Fură înfățișarea unei celebrități	284
Învăț să folosești accesoriile sexuale!	285
Teoria împănării	285
Ofere conotații sexuale obiectelor personale!	286
Întoarce-ți defectele pe cealaltă parte!	287
STRATEGIA SOCIALĂ A BĂRBATULUI AVEN	287
CONFIRMAREA SOCIALĂ	288
CUM SE OBTINE CONFIRMAREA SOCIALĂ	289
AI NEVOIE DE O MONEDĂ DE SCHIMB	290
CAUTĂ-ȚI UN ASISTENT SAU UN PIVOT!	290
NEUTRALIZEAZĂ OBSTACOLELE-DOP!	291
PENTRU LIPITORI, DOAR PRIETENIE	291
CONDU JOCUL PE TERENUL TĂU!	292
NU ATENTA LA REPUTAȚIA SAU LA PĂREREA EI DESPRE SINE!	292
PĂSTREAZĂ DISCREȚIA!	293
COMPORTEMENTE AUTENTICE	294
STRATEGIILE ANTICIPATIVE	295
LIMITAREA TEMPORALĂ	295
ALTERNANȚELE DE MEDIU	296
NU TĂIA VACA DUPĂ CE O MULGI!	296
DISTRUGĂTORII DE IUBIȚI	297
DETRONAREA	297
Binefacerile competiției	297
Ce înseamnă a detrona?	297
Detronarea ca procedură de urgență	298
Cum se detronează	298
Cum se evită detronarea	299
DISTRUGĂTORII DE IUBIȚI	300
Nu-ți pierde timpul cu distrugerea unor relații solide!	300
Codul Aven	300
Lucrurile nu sunt întotdeauna ce par a fi	301
Câteva principii esențiale	301
MENTALITATEA BĂRBATULUI AVEN: JOCUL INTERN	303
IMPORTANȚA JOCULUI INTERN	304
UN EXERCIȚIU PRACTIC	305
COMPONENTELE JOCULUI INTERN: ATITUDINI ȘI CONVINGERI	305
ASIMILAREA JOCULUI INTERN	305
ATTUDINEA BĂRBATULUI AVEN	306
Valorează experiența!	307
Vânează sământa, nu roadele!	307
Nu redescoperi America: învață!	307
Admiră-ți rivalii și învață de la ei!	308
Înaintează pe toate fronturile!	308
Stabilește-ți un scop clar!	308
Adoptă principiul ameliorării constante!	309
Țințește starea de „noneu”!	309

Nu pierde privirea de tigrul!	309
Pregătește-te să-i respingi tentativele de absorbție!	310
Uită de sex!	310
Nu ești cel care primește, ci acela care dăruiește	311
Trăiește momentul!	311
Ascultă-ți eul feminin!	311
Sabotajul emoțiilor	312
Acționează ca un artist, gândește ca un om de știință!	312
Bărbatul Aven nu are nevoie să câștige	312
Iubește-te pe tine însuși!	313
Concepe jocul ca un joc pe calculator!	313
CONVINGERILE BĂRBATULUI AVEN	313
Toate femeile mă vor!	314
Îi voi oferi lucruri pe care nimeni, niciodată, nu i le-a oferit	315
Femeia este adaptabilă	315
Aceasta este realitatea mea	315
Ce este simplu pentru mine va fi și pentru ea	315
Lumea este laboratorul meu	316
Situțiile îmi oferă soluțiile	316
Mă așteaptă alte femei	316
CÂTEVA AFIRMAȚII	317
VIAȚA BĂRBATULUI AVEN	318
RELAȚIILE PERSONALE	319
Creează sau alătură-te unui grup de prieteni Aven!	319
Câștigă-ți prietenia a cel puțin trei genii!	319
Câștigă-ți prietenia a cel puțin trei Femei Mișto!	320
SLUJBA	321
ACTIVITĂȚI DE GRUP	322
PASIUNI ȘI INTERESE	323
ÎNTĂLNIRI MAGICE	325
INVESTIȚII	326
ACCESORII	327
METODA AVEN	328
SCHEME TRADIȚIONALE DE APROPIERE LA RECE	329
Mitul „flirtul nu-i de mine”	329
Modele tipice	329
MODELUL DIRECT	330
Cum se recunoaște Modelul Direct?	330
Evaluarea Modelului Direct	330
Sfaturi pentru utilizarea Modelului Direct	331
MODELUL IDILĂ	331
Cum se recunoaște Modelul Idilă?	332
Evaluarea Modelului Idilă	332
Recomandări pentru utilizarea Modelului Idilă	333
INTRODUCERE ÎN METODA INDIRECTĂ	334
Originea Metodei Indirecte	334
Filozofia Metodei Indirecte	334
Avantajele Metodei Indirecte	335

Când nu poate fi folosită Metoda Indirectă	336
Sfaturi pentru utilizarea Modelului Indirect	336
Cum se seduce cu ajutorul Asistentului	338
PREZENTARE GENERALĂ A METODEI INDIRECTE	339
Campaniile Metodei Indirecte	339
Încălzirea	340
În ce constă Încălzirea	340
Forme de Încălzire	340
Avertizări asupra Încălzirii	341
Valoarea	341
În ce constă Campania de Valoare?	342
Avertizări asupra Campaniei de Valoare	342
Idila	342
În ce constă Campania de Idilă?	343
Justificarea evoluționistă a Idilei	343
Avertizări asupra Campaniei de Idilă	344
Campania de Seducție	344
În ce constă Campania de Seducție?	345
Avertizări asupra Campaniei de Seducție	345
PREZENTAREA DETALIATĂ A METODEI INDIRECTE	325
OBSERVAȚII GENERALE	346
V1: DESCHIDEREA	347
Finalitatea deschiderii	347
O Deschidere reușită	348
Instrumente de bază ale Deschiderii	348
Tipuri de Deschideri	348
Caracteristicile Deschiderilor la cutie	349
Dinamica Deschiderii	349
Observații asupra Deschiderii	352
Teama naturală de Deschidere	353
V2: FEMEIA OFERĂ INDICATORI DE INTERES BĂRBATULUI	354
Finalitatea fazei V2	354
Instrumentele de bază ale V2	355
Dinamica V2	356
Observații asupra V2	356
V3: BĂRBATUL OFERĂ INDICATORI DE INTERES FEMEII	359
Finalitatea etapei V3	359
Instrumentele de bază ale etapei V3	360
Dinamica etapei V3	361
Observații asupra etapei V3	363
II: IDILA ÎNIȚIALĂ	364
Finalitatea Idilei Inițiale	365
Instrumentele de bază ale Idilei Inițiale	366
Dinamica Idilei Inițiale	368
Observații asupra Idilei Inițiale	371
12: IDILA INTERMEDIARĂ	374
Finalitatea Idilei Intermediare	374
Instrumentele de bază ale Idilei Intermediare	374

Dinamica Idilei Intermediare	376
Observații asupra Idilei Intermediare	378
I3: IDILA FINALĂ	379
Finalitatea Idilei Finale	379
Instrumentele de bază ale Idilei Finale	380
Dinamica Idilei Finale	380
Observații asupra Idilei Finale	381
S1: EXCITAȚIA	382
Finalitatea Excitației	382
Instrumentele Excitației	382
Dinamica Excitației	383
Observații asupra fazei de Excitație	384
S2: REZISTENȚA DE ULTIM MOMENT (RUM)	385
Finalitatea Rezistenței de Ultim Moment	385
Instrumentele de bază ale Rezistenței de Ultim Moment	386
Dinamica Rezistenței de Ultim Moment	387
Observații asupra Rezistenței de Ultim Moment	389
S3: SEXUL	390
5. MATERIALUL LA CUTIE	391
A SE CITI ÎNAINTE DE A CONSUMA	392
Rutinele sunt adaptabile și pot fi combinate	392
Totul este Rutină	393
Categoriile de Rutine	393
Tabelul abrevierilor	393
Rutine caracteristice Metodei Indirecte	395
Rutine caracteristice fazelor Metodei Indirecte	395
Care este originea Rutinelor?	396
În ce constă o Rutină bună?	397
Compensează să folosești Rutine?	397
Toată lumea folosește Rutine	398
FOLOSIREA POVESTIRILOR	398
Ce povestiri alegem?	399
Elimină elementele redundante!	399
Lansează un titlu stimulant!	399
Momește-ți ascultătorii!	399
Folosește nume de persoane și de locuri concrete!	400
Transmite mesaje subliminale!	400
Cultivă necunoscutele!	400
Schitează un personaj!	401
Comunicarea nonverbală	401
Folosește efecte speciale!	401
Pune cireașa pe tort!	402
OBSERVAȚII ASUPRA FOLOSIRII RUTINELOR:	
ÎNVAȚĂ SĂ VIBREZI!	402
Nu o lăsa să dirijeze conversația, ca să nu plătești oalele sparte!	402
Evită blocajele: profită de replicile ei!	403

Cum se vibrează din nimic	403
Găsește momentul potrivit!	404
Cum se conduce interacțiunea pentru a vibra	405
Jocurile de rol	405
Adaptează rutinele la identitatea proprie!	406
Urmărește mai multe piste în același timp!	406
Rutina ca vehicul	407
Formule de adresare	407
RUTINELE LA CUTIE	408
DESPRE INTERPRETAREA RUTINELOR	408
DESCHIDERILE (RD)	409
Deschiderile Directe (RDDIR)	409
Fetițele rele (RDDIR)	409
Oul (RDDIR)	409
Pentru că sunt gay (RDDIR)	410
Nou în oraș (RDDIR)	410
Prietenul meu întreabă (RDDIR)	410
Studiezi sau muncești? (RADIR)	410
Prietena mea zice (RDDIR)	410
Dragoste la prima vedere (RDDIR)	410
Cubul de gheață (RDDIR)	410
Parodia Frustratului (RDDIR)	410
Trei minute pentru a mă impresiona (RDDIR)	411
Deschiderea digitală (RDDIR)	411
Mesaje pe șervețele (RDDIR)	412
Trucuri de magie (RDDIR)	413
Bomboanele Pez (RDDIR)	413
Bomboanele Pez, varianta lui Inazuma (RDDIR)	413
Un sondaj trăsnet (RDDIR)	414
Întrebări și iar întrebări (RDDIR)	414
A fost odată ca niciodată (RDDIR)	414
Provocarea (RDDIR+SIT)	416
O voi agăța pe cea mai mișto dintre voi... (RDDIR+V+C)	416
Bunicuța asta îl are pe vino-ncoace (RDDIR+SIT)	417
DESCHIDERILE SITUATIONALE (RDSIT)	418
Intră în vorbă (RDSIT)	418
Capcana dezbaterii (RDSIT)	419
Acuzațiile (RDSIT)	419
M-ai călcat! (RDSIT)	419
Cavalerul (RDSIT)	419
Prieteni vechi (RDSIT)	419
A juca teatru (RDSIT)	419
DESCHIDERILE INDIRECTE (RDIND)	420
Iubita geloasă (RDIND)	420
Parfumul (RDIND)	421
Unghiile (RDIND)	421
Talentul artistic (RDIND)	421
Cine minte mai mult? (RDIND)	422
Cățelușii Mariei (RDIND)	422

Porcul vecinului (RDIND)	422
Doua fete păruindu-se afară (RDIND)	423
Vrăjitoria – versiune amplă (RDIND+VUL+V)	423
Poltergeist (RDIND)	425
Prototipuri de succes (RDIND)	425
Maria (RDIND)	425
AFIRMAȚII DE VALOARE (AV)	429
RUTINE DE VALOARE (RV)	433
VOI, FEMEILE, SUNTEȚI NIȘTE ANIMALE DE PRADĂ SEXUALE – VERSIUNE AMPLĂ	434
DE CE ÎMI PLACE PLAJA DE NUDIȘTI? (RV)	434
SEMĂNĂM PREA MULT (RV)	434
UN BĂIAT EXIGENT (RV+C)	434
PENTRU CĂ SUNT UN NARCISIST (RV)	435
PENTRU CĂ SUNT EXIGENT (RV+I)	435
FETIȚELE POWER PUFF (RV)	435
TESTUL CELOR MAI BUNE PRIETENE (RV+I)	435
TREI (RV+I)	436
ȘAPTE (RV+I)	436
ȘAPTELE ÎNTORS PE DOS (RV+I)	436
BANCUL PĂCĂTOȘILOR – VERSIUNE AMPLĂ (RV)	437
PIATRĂ, HÂRTIE SAU FOARFECĂ? (RV)	438
BANCUL PREȘEDINTELUI (RV)	439
SFINȚIȘORII (RV+I)	439
TEAMA DE IGUANE – VERSIUNE AMPLĂ (RV)	439
TEAMA DE CLOSETE – VERSIUNE AMPLĂ (RV)	440
RĂZI CA O ȘECLĂ (RV+I)	441
DETECTORUL DE MINCIUNI (RV+I)	442
FOLOSIM DOAR 10% DIN CREIERUL NOSTRU (RV+I)	442
MEMORIA FOTOGRAFICĂ (RV+I)	443
CURSA DE ȘOARECI (RV+I+AS)	444
TESTUL FRUCTELOR (RV)	445
VOI SUNTEȚI CONFIRMAREA MEA SOCIALĂ (RV)	445
BĂRBATUL CEL MAI CEL (RV)	446
MICUL MEU HAREM (RV+I+DEZ+C)	446
NU ÎMI PLACE SĂ ÎMI IROSESC SĂMÂNȚA – VERSIUNE AMPLĂ (RV+C)	448
SUNT UN AVEN, DAR NU ÎMI PASĂ (RV+C)	448
SUNT UN AVEN. DE CE MI-AȘ DORI SĂ TE CUCERESC? (RV+C)	449
SUNT UN AVEN, ÎNSĂ NU ÎMI PLACE SĂ FIU CATALOGAT DREPT DONJUAN (RV+C)	449
GORILA LUI MARGARET THATCHER – VERSIUNE AMPLĂ (RV)	449
APELUL TELEFONIC (RV)	450
RESURSELE TELEFONULUI MOBIL (RV)	451
REPERTORIUL DE ÎNTREBĂRI (RV+DIND)	452
REPERTORIUL DE ÎNTÂMPLĂRI (RV)	452
Elvis Presley avea părul castaniu	452
Bruce Iee era narcoman	452
Trauma reptilelor	452

Rujul ca desert	453
De-a-ndoaselea	453
Punctul orb	453
TRUCURILE DE MAGIE (RV+I)	454
RUTINELE GESTUALE (RGEST)	454
SURĂSUL ÎNȚIAL (RGEST+V)	454
ESCHIVAREA (RGEST+V)	454
APROPIEREA PROGRESIVĂ (RGEST+D)	455
TĂCEREA (RGEST+V)	455
DEGETUL (RGEST+V)	455
DU-TE-VINO (RGEST)	456
ÎMPĂUNAREA (RGEST+V)	456
RELAXAREA (RGEST+V)	456
MURMURUL LA URECHE (RGEST+I)	457
ALTE DEMONSTRAȚII DE VALOARE	457
CALIFICAREA ȘI DEZARMAREA (RC, RD)	457
FRUMUSEȚEA SE ÎNTĂLNEȘTE PE TOATE DRUMURILE (RD+C)	458
FRUMUSEȚE DE DOI LEI (RD+C)	459
VREAU CEVA MAI MULT (RD+C)	459
CE TE FACE DIFERITĂ? (RC)	459
NU EȘTI GENUL MEU (RD)	459
ÎMI PLACE DE TINE, ÎNSĂ NU EXISTĂ ATRACȚIE ÎNTRE NOI (RD+C+V)	460
RĂȚUȘCA CEA URĂTĂ (RD+C)	460
IZOLATORII (RIZ)	461
RUTINE DE IDENTITATE (RID)	462
VISELE ÎNGEMĂNATE (RID+V+I+VUL)	463
VERSIUNEA SIMPLĂ (RID+V)	467
FRAZE ROMANTICE (FR)	467
RUTINE DE IDILĂ (RI, RAS, RVUL ȘI RRUM)	468
ASEDIUL SIMȚURILOR (RAS+I)	468
TESTELE SENZORIALE (RAS+I)	470
ȘTIU CE ÎNSEAMNĂ SĂ SUFERI (RVUL)	471
ERA ODATĂ KIPPER (RVUL+I)	471
CELE TREI DORINȚE ALE ZĂNEI (RI+C)	475
MOR DUPĂ ALINTURI (RI+V)	476
UN LUCRU PE CARE NU Î L-A MAI SPUS NIMENI ALCINEVA (RI+V+D+C)	476
TESTUL DE SENZUALITATE (RAS+I)	477
EȘTI CA O GEANTĂ DE VOIAJ PENTRU MINE (RI+RRUM)	478
TESTUL DE ÎNCREDERE (RI+AS)	480
JOCUL ÎNCREDERII (RI+AS)	481
MASAJUL MĂINILOR (RI+S)	481
ÎMI PLACE SĂ MIROS FEMEILE (RI+AS+C+V)	481
ÎN FUNDUL GOL PRIN MUNȚI (RI)	482
CONSPIRAȚIA (RI)	483
PRIMA DATĂ – VERSIUNE AMPLĂ (RI+V+VUL)	483
UN SĂRUT CA-N FILME – VERSIUNE AMPLĂ (RI+V+VUL)	486
O GEANĂ ȘI O DORINȚĂ (RI+AS)	487
VARĂ-MEA MĂ VIOLA (RI+VUL+V)	487

FIINȚELE RUPTE ÎN DOUĂ (RI)	487
JOCUL ÎNTREBĂRILOR (RI)	488
TABĂRA DIN CASĂ (RI)	488
ANALIZA GRAFOLOGICĂ (RI+V)	488
ANALIZA TEXTULUI	489
POZIȚIA TEXTULUI	489
ORIENTAREA RÂNDURILOR	490
PRESIUNEA EXERCITATĂ ASUPRA FOII ȘI VITEZA DE SCRIERE	490
ÎNCLINAREA LITERELOR	490
SPAȚIUL DINTRE LITERE ȘI DINTRE CUVINTE	491
CONTINUITATEA	491
DIMENSIUNEA LITERELOR	492
ÎNĂLȚIMEA PREDOMINANTĂ A TEXTULUI	492
CONSISTENȚA ȘI CONSTANȚA SCRISULUI	492
FORMA LITERELOR	493
ANALIZA SEMNĂTURII ȘI A PARAFEI	493
Semnătura	493
Parafa	494
PRIVIREA (RI+V)	495
SPERIETURA (RSIT+V)	498
MI S-A PĂRUT CĂ TE VĂD (RI+RUM)	499
VISUL (RI+RUM)	499
THUMB-WRESTLING (RI+AS)	500
JOCUL LOVITURILOR DE PALMĂ (RI+AS)	500
TESTUL VALORILOR (RI+V)	501
VEI FI RĂPITĂ DE EXTRATEREȘTRI PESTE ȘASE LUNI (RI)	503
CUBUL (RI+V)	503
PĂDUREA (RI+V)	506
PARFUMUL TĂU MĂ DUCE ÎN AL NOUĂLEA CER (RSIT)	508
ANALIZA FIZIONOMICĂ (RI+AS+V)	509
Forma feței	510
Fruntea	510
Sprâncenele	510
Ochii	511
Nasul	511
Gura	512
Buzele	512
Mandibula	512
CIRCUITUL TĂU EMOTIONAL ESTE APROAPE PERFECT (RI)	512
TANTRA TIGRULUI ALB (RI+V)	513
EJACULAREA FEMININĂ (RI+V)	515
LECTURA LA RECĂ ÎN GENERAL (RI+V)	515
FIXAREA (RFIX)	516
FĂ-O INVIDIOASĂ (RFIX)	517
NU DEPIND DE TINE (RFIX)	517
EXPLOATEAZĂ-I PASIUNILE ȘI INTERESELE (RFIX)	518
SPONTANEITATEA (RFIX)	518
ANGAJAMENTUL INSTANTANEU (RFIX)	519

NU MĂ DERANJEAZĂ SĂ NE VEDEM ÎN GRUP (RFX)	519
ÎMPRUMUTĂ-I UN OBIECT (RFX)	520
RUTINA DE LECTURĂ LA RECE NETERMINATĂ (RFX)	520
TESTUL DE SuspendARE (RFX)	520
EU ȘTIU CĂ FETELE... (RFX)	521
FALSA INVITAȚIE (RFX)	522
FALSA ACCEPTARE (RFX)	523
ÎNCHIDEREA INTERACȚIUNII (RII)	524
SURPRINS (RII+I+C)	524
EA ÎNCHIDE INTERACȚIUNEA (RII)	524
ÎNCHIDEREA INTERACȚIUNII PRIN EFECTUL DOMINO (RII)	525
ÎNCHIDEREA AMÂNATĂ A JOCULUI (RII)	525
ÎNCHIDEREA INTERACȚIUNII FĂRĂ COMENTARII (RII)	526
ÎNCHIDEREA INTERACȚIUNII CU O CAPCANĂ (RII)	526
ÎNCHIDEREA INTERACȚIUNII CU MESAJUL ÎN NOTA DE PLATĂ (RDIR+II)	526
ÎNCHIDEREA INTERACȚIUNII PRIN SCHIMBAREA ADRESELOR DE E-MAIL (RII)	527
ÎNCHIDEREA JOCULUI PRIN SĂRUT (RSAR)	528
PRIVIREA TRIUNGHIULARĂ (RSAR)	528
PRIVIREA DE FOC (RSAR)	529
SCALA DE LA UNU LA ZECE (RSAR)	531
SCALA DE LA UNU LA ZECE A ȘMECHERULUI AMUZANT (RSAR)	531
MĂ ÎNNEBUNEȘTE MIROSUL TĂU (RSAR)	531
CELE TREI ÎNTREBĂRI (RSAR)	531
A SĂRUTA FĂRĂ A ATINGE (RSAR)	532
AI PATRU SECUNDE SĂ FUGI (RSAR)	532
GENELE FALSE (RSAR)	532
A PRIVI ÎN SUFLETUL OAMENILOR (RSAR)	532
SĂRUTUL FOTOGENIC (RSAR)	532
SĂRUT DUPĂ RÂS (RSAR+RAS)	533
SĂRUT DUPĂ SPAIMĂ (RSAR+AS)	533
SĂRUT DUPĂ ÎMBRÂNCEALĂ (RSAR+AS)	533
SĂRUT PE LA SPATE (RSAR+AS)	534
SĂRUT DUPĂ MASAJ (RSAR+AS)	534
SĂRUTUL DUPĂ RELAXARE (RSAR+AS)	536
SĂRUT DUPĂ ASEDIIU SIMȚURILOR (RSAR+AS)	536
RUTINA EVOLUTIVĂ (RSAR+AS)	537
RUTINE LA DISTANȚĂ: MESAJE, APELURI TELEFONICE (RDIST)	538
MESAJELE SCRISE (RDIST)	539
E-MAILURI ȘI CHAT (RDIST)	541
Cizmele de cowboy	543
O conversație mai puțin metafizică	543
APELURILE TELEFONICE (RDIST)	546
FINALIZAREA (RFIN)	549
SĂRUT, O HAINĂ SAU ÎNDRĂZNEALĂ? (RFIN)	549
MASAJUL AYURVEDA (RFIN)	549
REPLICILE BĂRBATULUI AVEN (RE)	551
FM: „EȘTI PUS PE AGĂȚAT ORI MI SE PARE MIE?”	552
FM: „CE EȘTI TU? UN SEDUCĂTOR?”	552

FM: „PARIEZ CĂ AI SPUS ASTA LA O GRĂMADĂ DE FEMEI”	553
FM: „AI PLĂNUIT TOTUL, NU-I AȘA?”	553
FM: „NU MĂ ÎNTĂLNESC CU DISPERAȚI” ȘI ALTE TESTE SIMILARE	553
FM: „ȚI-A CERUT CINEVA SĂ VII AICI?” ȘI ALTE TESTE SIMILARE	553
FM: „TE CUNOSC DE UNDEVA?” (PE TON INSOLENT)	554
FM: „NOI DOI NE CUNOAȘTEM?” (CÂND VĂ CUNOAȘTEȚI DEJA ȘI FACE PE-A PROASTA)	554
FM: „AM PRIETEN”	554
FM: „PRIETENUL MEU (SAU PRIETENII LUI) TE VA SNOPI ÎN BĂTAIE”	554
FM: „SUB ACEST ASPECT (SEXUAL), SUNT MAI MULT DECÂT SATISFĂCUTĂ”	554
FM: „AI PRIETENĂ?”	555
FM: „ÎMI OFERI CEVA DE BĂUT?”	555
FM: ORICE REPLICĂ GROSOLANĂ	555
FM: „CONECTEAZĂ CAMERA WEB” (PE INTERNET)	555
FM: O NECUNOSCUTĂ SE APROPIE DE TINE ȘI ÎNCEPE SĂ TE SĂRUTE	555
FM: ȚI SE FACE UN COMPLIMENT SEXUAL	555
FM: ÎNCEARCĂ SĂ TE EXCITE SAU SĂ TE PROVOACE PRIN COMENTARIILE EXCESIV DE SEXUALE	556
FM: „PARI UN TIP FOARTE SIGUR PE SINE”	556
FM: „CE PROFESIE AI?”	556
FM: „CĂȚI ANI AI?”	556
FM: CÂND ÎȚI CRITICĂ GUSTUL SAU ORIENTAREA SEXUALĂ	556
FM: „CÂTE IUBITE AI AVUT?”	557
FM: „TE ÎNTĂLNEȘTI CU ALTE FEMEI?”	557
FM: „UNDE UMBLAI ASTĂZ-NOAPTE? TE-AM SUNAT.”	557
FM: „ÎMI FAC FUNDUL MARE?”	557
FM: „SUNT GRASĂ, NU-I AȘA?”	557
FM: „NU ȘTIU CE SE ÎNTÂMPLĂ CU PĂRUL MEU. AZI ARATĂ GROAZNIC.”	558
FM: CRITICĂ MUZICA PE CARE O ASCUȚI ÎN MAȘINĂ	558
FM: ÎȚI SCOATE ÎN EVIDENȚĂ UN DEFECT	558
FM: „AZI TE-AI PUS LA PATRU ACE...”	558
FM: „IA TE UITĂ, EȘTI MULT MAI SCUND DECÂT CREDEAM!”	558
FM: „MIE ÎMI PLAC BĂRBAȚII ÎNALȚI”	558
FM: „ADEVĂRUL ESTE CĂ NU ȘTIU CE VĂD FEMEILE LA TINE!”	559
FM: „AZI AM FOST LA SALA DE GIMNASTICĂ”	559
FM: SCOATE ÎN EVIDENȚĂ DEFECTELE ALTEI FEMEI	559
FM: „ÎNOȚI BINE?”	559
FM: ÎȚI CERE SĂ Î FACI UN SERVICIU	559
FM: BLA, BLA, BLA... CÂND VORBEȘTE CA O MOARĂ STRICATĂ	560
FM: „NU AM DE GÂND SĂ MĂ CULC CU TINE”	560
FM: „NU AR TREBUI SĂ FACEM ASTA!”	560
FM: „SUNT FOARTE FRUMOASĂ”	561
FM: „DE CE NU M-AI BĂGAT ÎN SEAMĂ?”	561
FM: „NU EȘTI GENUL MEU”	561
FM: „ȚI-A FOST DOR DE MINE?”	561
FM: „EȘTI VIRGIN?”	561
FM: „CUM TE NUMEȘTI?”	562
FM: FACE PE OFENSATA DACĂ O ÎNTREBI VÂRSTA	562

RUTINE DE DETRONARE ȘI DE ANTIDETRONARE	
(RDETR ȘI RANTIDETR)	562
DETRONAREA (RDETR)	563
Demascarea (RDETR)	563
Te cunosc (RDETR)	563
Complicitate în stilul fetelor (RDETR)	563
FRAZE DETRONARE ȘI ANTIDETRONARE (FDETR, FANTIDETR)	563
D: „Este un băiat bun.” (RDETR)	563
D: „Nu ar minți niciodată, este cinstit și transparent.” (RDETR)	563
D: Râgăie atunci când spune ceva serios, profund sau important (RDETR)	563
D: „Normal, întotdeauna ai fost un poponar fără pereche...” (RDETR)	564
D: Continuă să râgăie (RDETR)	564
D: „Este atât de cinstit, încât uneori devine plictisitor. E băiat bun, însă...” (RDETR)	564
D: „Face pe băiatul rău, însă în realitate este o dulceață” (RDETR)..	564
D: „Ce se întâmplă cu tine, bătrâne, te simți bine? Ești cam ciudat, nu spui nimic. Tu nu ești așa...” (RDETR)	565
D: „Când eram elevi, nu reușea să flirteze” (RDETR)	565
D: „Te străduiești prea mult, bătrâne! Te sforțezi întotdeauna peste măsură... Ar trebui să te relaxezi.” (RDETR)	565
D: Ridică tonul pentru a te acoperi și nu te lasă să vorbești (RDETR)	565
D: „Am regulat-o pe mă-ta!” (RDETR)	566
D: „Zău așa! Și unde pui că cerea mai mult, cățeaua!” (RDETR).....	566
D: Eu eram în cutare loc, cu mai mulți prieteni, ca să-l învâțăm minte pe X... (RDETR)	566
6. GLOSAR	567
RIGOAREA ȘTIINȚIFICĂ	567
UN ELITISM SĂNĂTOS	567
UN COD SECRET	568
7. DICȚIONAR	569
8. BIBLIOGRAFIE ȘI FILMOGRAFIE	589
LUCRĂRI CARE AU INSPIRAT PREZENTUL MANUAL	589
CÂTEVA FILME CARE I-AR PUTEA INTERESA PE BĂRBAȚII AVEN	590
AUTOARE PENTRU A INTRA ÎN CONTACT CU LATURA TA FEMININĂ	590
AUTOARE DE LITERATURĂ ROZ	590
9. ARTIȘTI AVEN CĂRORA LE DATOREZ MANUALUL	591