

## Guide de séduction - 1/1

**Bien que cela puisse paraître évident, il nous arrive parfois, faute de temps ou de moral, d'oublier des règles primordiales de l'art de plaire...**

Premier conseil pour séduire : se plaire à soi.

Bien que cela puisse paraître évident, il nous arrive parfois, faute de temps ou de moral, d'oublier une règle primordiale de l'art de plaire : se faire belle. Ce qui implique : se pomponner, se chouchouter, se maquiller avec des teintes chaudes si on a pas le moral et faire l'effort de se changer, même si après coup vous décidez de remettre ce que vous aviez sur le dos. Inutile cependant de passer des heures devant votre glace à vous plaindre de votre nez ou de vos kilos en trop. Vous ne vous en débarrasserez pas en une demie-heure.

Il faut faire avec ce que l'on a et mettre en valeur les atouts que Mère Nature nous a donnés. Si vous avez de beaux yeux, videz le tube de mascara. Si vous avez des seins à la Pamela Anderson, mettez en valeur le décolleté. Et quand bien même vous penseriez n'avoir que des mains gracieuses de danseuse - et c'est déjà pas mal ! (mais on sous-estime souvent nos atours), soignez les avec autant d'attention que le reste. Il ne faut pas oublier que dans la séduction, tout compte

### **Le corps apparent**

L'apparence physique étant le premier élément visible émanant de votre personne, il arrive parfois qu'un homme craque tout simplement sur une nuque bien dégagée, qui ne vous a pourtant demandé que 3 minutes 10 à faire, 3 minutes pour retrouver la barrette qui s'était égarée entre deux coussins du canapé et 10 secondes pour faire le chignon proprement dit. ou sur votre cheville, qui vous a demandé juste 20 secondes pour intuire que c'était la bonne paire de chaussure. Ou simplement sur vos mains, que vous soignez régulièrement sans y penser, juste pour votre plaisir.

Si après tout ce temps passé à vous préparer, vous n'avez toujours pas confiance en vous : il reste encore une solution qui marche aussi : la méthode Coué.

### **S'aider du miroir**

Mettez vous devant votre glace, regardez votre visage de manière objective et répétez (sans avoir peur du ridicule - cela se passe entre vous et vous seule) : " J'ai des belles prunelles marrons, j'ai de jolies lèvres bien dessinées... " autant de fois que nécessaire avant d'en être vraiment convaincue ou d'être vraiment en retard, finissez par vos qualités morales, appelée aussi " beauté intérieure " par le sexe opposé. Vous verrez toute de suite, vous sentirez beaucoup mieux. Si ce n'est pas le cas, il vous reste encore une dernière possibilité : rester chez vous.

Parfois il vaut mieux se coucher de bonne heure en regardant Bernard Pivot que de se sentir totalement nulle et inutile parmi tout un tas de pétasses qui ne sont pas plus belles que vous mais qui elles arrivent à se trouver des mecs. Cette dernière solution n'est cependant à utiliser que très sporadiquement. Elle rejoint le vieux conseil de maman : " Demain il fera jour. " Toutefois, si vous avez un peu d'énergie à dépenser et pas du tout envie de vous coucher avec les poules. Forcez-vous, sortez ! Qui sait vous rencontrerez peut-être l'homme de votre vie ?