

# Uległy mężczyzna ściąga na siebie nieszczęście. Jak przestać nim być?

30 grudnia 2018

Ulegli mężczyźni, to mężczyźni najczęściej odrzucani, zostawiani, ale i zdradzani przez kobiety. Ulegli mężczyźni są produktem zmian społecznych i idealizacji kobiet w naszej kulturze. Mężczyzna zewsząd słyszy, że faceci powinni się starać, rozwijać, klękać przed obliczem kobiety, że każdy ma szansę, ponieważ zawsze w czymś pomogą, jak nie w lekcjach w szkole, to pomogą w pracy, zapłacą w restauracji, złożą mebel. Jak nie będą służyć jako dowartościowanie, to jako wypłakanie się w rękaw, albo zapełnienie nudy. I ci wszyscy mężczyźni uczą się, że muszą sobie czynnie zapracować na uwagę kobiety, która tym samym stoi od nich wartością wyżej. Zawsze odpowiedzialność ma stać po stronie mężczyzn, zawsze słyszą, że wszystkiemu co złe winny jest mężczyzna i tylko on traktuje wszystkich przedmiotowo. To jest wygodne dla kobiet, których jedynym zadaniem jest pojawić się, wyglądać „jako tako” i ocena adoratorów: odrzucanie, lub przyjmowanie zalotów. Ten mechanizm presji, obowiązków, potrzeb i zadań (w skrócie) buduje uległość męską.

Ulegli mężczyźni to też mężczyźni przyciągający dominujące kobiety, więc nienaturalną, destrukcyjną kobiecość, która nierzadko ma zapędy sadystyczne: przemoc psychiczną, ekonomiczną, kłamstwo, manipulacje, niedostępność emocjonalną (w tym udawanie emocji), wykorzystywanie, traktowanie przedmiotowe, silny egoizm i skupienie na sobie, chęć kontroli, czy władzy. To są kobiety świadomie, lub nieświadomie kastrujące mężczyzn z męskości dla własnej wygody i bezpieczeństwa (powierzchnownie), mimo, że w końcowym rozrachunku i tak chodzą niezadowolone. To jest ważny problem, bo będzie się rozprzestrzeniał, a jednak dominujące kobiety są

odpowiedzialne za największą ilość problemów, w tym przemocy (66% seryjnych morderców, ale także ok. 80% pedofilów było wychowywanych przez nie – [LINK](#)).

Pozostają pytania. Czy dany mężczyzna wie, że jest uległy? Co on może zmienić, by poprawić swoje życie? A może to zrobić!

Cytując klasyka: Nowy rok, nowy Ty.

Co prawda wiele z tych punktów także może dotyczyć kobiet, mogą przyjąć jakby to było dla nich, ale poradnik dla kobiet brzmiałby inaczej – nie jak robić, by mężczyzna wykonywał dla kobiety wiele, ale jak zrobić, by mężczyzna był szczęśliwszy, lepszy, zdrowszy i chciał się tym dzielić. Mężczyźni kochani według badań łagodnieją, a także stają się bardziej zmotywowani i produktywni. Inne poradniki dla kobiet raczej służą eksploatacji mężczyzn, czy ich uwodzeniu. Nie tędy droga, bo to droga egoizmu, a nie droga dobrych związków.

## **Uległy mężczyzna nie może żyć złością na mężczyzn dominujących**

Uległy mężczyzna obserwuje co się dzieje dookoła na polu związków, czy rodziny. Spogląda i widzi powtarzający obrazek. Mężczyzna nazwany samcem alfa lekko traktuje kobiety, ma stosunek lekceważący. Nie przywiązuje do nich wielkiej wagi, nierzadko traktuje je źle. Egoizm wychodzi mu uszami, a mimo to ma te kobiety. To może rodzić zazdrość i złość w mężczyźnie, który nie ma powodzenia. Może rodzić niezrozumienie. Dlaczego on ma pracować 10x ciężiej, a i tak nie ma pewności efektu, a tamtemu wszystko przychodzi lekko? Dlaczego bycie dobrym jest nieatrakcyjne? Przecież on by zawsze łezkę otarł, zawsze pocieszył, był i szanował...



Absolutnie nie warto żyć negatywną emocją, zazdrością, frustracją, tylko szukać rozwiązań, patrzeć w przód, starać się logicznie spojrzeć na dany problem i możliwości. Jeśli sami ich nie widzimy, może ktoś inny zobaczy. Najlepiej gdyby nie był to nikt podążający za przekazem mainstreamu, ponieważ ci ludzie żyją w świecie fantazji, w świecie propagandy, kłamstw, nierzadko wywyższania się i to bezpodstawnego, przypisywania sobie cudzych zasług, na które wcale nie pracowali, ale dający też rady bardzo prozaiczne, niezbyt konkretne. Oni żyją w zaprzeczeniu, wyparciu, ponieważ sytuacja nie zmusiła ich doszczętnie na zrozumienie jak działa świat, oni są otoczeni parasolem ochronnym, co broni ich przed niepotrzebnymi myślami, czy nawet zmianami. Nie ma sensu nikogo nawracać. Kto chce ten znajdzie odpowiedzi, ale też nie ma co ich za to winić, ponieważ ich reakcje nie wynikają ze złej woli, a z braku wiedzy.

Nic pozytywnego nie da złość na samców alfa, ponieważ w takiej sytuacji odrzuca się chęć bycia podobnym do nich, a więc wzrasta niechęć do sukcesu i chęć bycia samcem beta (efektem jest nieszczęście, mimo wiary, że będzie na odwrót – bardzo destruktywne!), lub stagnacji (w nieszczęściu, co przysporzy chorób, bo ludzie bez miłości i szacunku zazwyczaj wysychają do wiór). Oczywiście pamiętajmy o poprawnym rozumieniu definicji, bo wyjaśniałem w innych artykułach, że przykład

warto brać z pozytywnego samca alfa i pozytywnego samca beta, ewentualnie gamma. Nigdy z ich negatywnych wersji, jak z drania, lub niedojrzałego egoisty skupionego na zabawkach itd. (to wersja feministycznego prania mózgu, który nie zauważa tych pozytywnych wersji mężczyzn, ale też uznaje samca alfa, czy gamma za zagrożenie dla swojej władzy, ponieważ oni kwestionują rzeczywistość, a samiec beta jedynie ulega społeczeństwu, przyjmuje to co jest).

## **Każdy się może zmienić, ale to jest praca, nic wygodnego**

Wielu mężczyzn nie wierzy, że mogą się stać samcem alfa. Istnieją teorie, że wszystko jest nam z góry na dół zapisane, że rodzisz się danym typem mężczyzny: atrakcyjny, lub nie. Nawet jeśli w jakiejś części jest to prawda (genetyka), to i tak nie warto w ten sposób myśleć, ponieważ stanie się to wymówką: i tak nic się nie uda. Oczywiście nie da się stać swoją przeciwnością, ale da się poprawić chociaż kilka cech, a to już może dać sukces. Mniejszy, bądź większy, ale sukces. Jeśli będziemy się nakręcać, że mamy mieć bardzo wielkie rezultaty i bardzo szybko, to zawsze porzucimy chęć zmian i zwątpimy. Małe kroki są najważniejsze i docenianie, że ruszyło się z miejsca, rozwija się i pokonuje swoje ograniczenia. Warto siebie gratyfikować za te małe sukcesy, które nie były nagradzane przez rodziców (oni uczą nas mechanizmu nagrody, lub poczucia winy przez swoje wychowanie). Kochania siebie nie należy mylić z samouwielbieniem (narcyzmem).

Dla przykładu. Wielu ludzi z fobią społeczną ciężko jest wyjść do zatłoczonego miejsca, ale co gdyby oswajać się powoli, systematycznie, mniejsze grupy ludzi, próbować nawiązać małą rozmowę, a nie godzinną? Tak samo jest z przemianą w bardziej atrakcyjną osobę. Kobiety mogą schudnąć, pomalować się, a często nie odzywając się, lub będąc zapłakane, niezadowolone, mogą być atrakcyjne dla mężczyzn, ale nas natura tak nie

stworzyła i musimy wносить więcej przede wszystkim odkąd kobiety mają dostęp do wielu mężczyzn dzięki internetowi, podróżom, łatwością rozwodów, przyzwoleniem na związki „luźne”, a także mają bardzo duży wybór spowodowany nadwyżką mężczyzn. Mężczyzna jest dziś łatwo zastępowalny, więc się go nie szanuje. Także rozumiemy, że konkurencja jest spora, ale na tym to polega, by konkurencję przewyższyć, bo wielu z tych mężczyzn nie czyta o tym wszystkim, wierzy w baniałuki, które przekazuje mu ojciec Janusz, czy z kolegami przechwala się rzeczami, które nawet nie miały miejsca i naprawdę wierzy, że to działa.



## **Samiec alfa – gdy nie ma wiedzy o związkach i kobietach też staje się z czasem samcem beta**

Słyszeliście nie raz w sporcie, że zdecydowanie trudniej jest utrzymywać się na szczycie (dla przykładu mistrzostwo kraju rok w rok), niż raz ten szczyt zdobyć. I to samo się dzieje w związkach. Nawet jeśli mężczyzna był alfa, otoczony kobietami, kobieta szanowała, była miłutka, chętna na seks, ogólnie cuda wianki, to z czasem samiec alfa może zacząć słuchać narzekań kobiety, może zostać wypranym z energii, porzucić pasję, sprawność fizyczną, jeść za dużo, chować problemy w jakimś

uzależnieniu, więc powoli będzie tracił swoją podstawową atrakcyjność. Im więcej z niej utraci, tym kobieta prędzej wycofa seks, a potem będzie rozglądać się za kimś innym. Gdyby jednak kobieta myślała o swoim mężczyźnie „jest inny, niż wszyscy”, „drugiego takiego nie spotkam”, „zawiesił wysoko poprzeczkę” (w inteligencji, charakterze, seksualności, zasobach, wyglądzie) to ona go nie zostawi. Jednak jeśli będzie cały czas wmawiała sobie, że ten mężczyzna lepszy, tamten lepszy, tamten mnie chce, a ten ma za dużo wad, to rozpad będzie szybki. I to jest problem systemowy, ponieważ kobiety są coraz bardziej bierne, ale i wymagające, a mężczyźni dostosowują się do tego. Pragną te wymagania spełniać, kompletnie zapominając o sobie, o tym co dla nich jest ważne i jakie mają potrzeby.

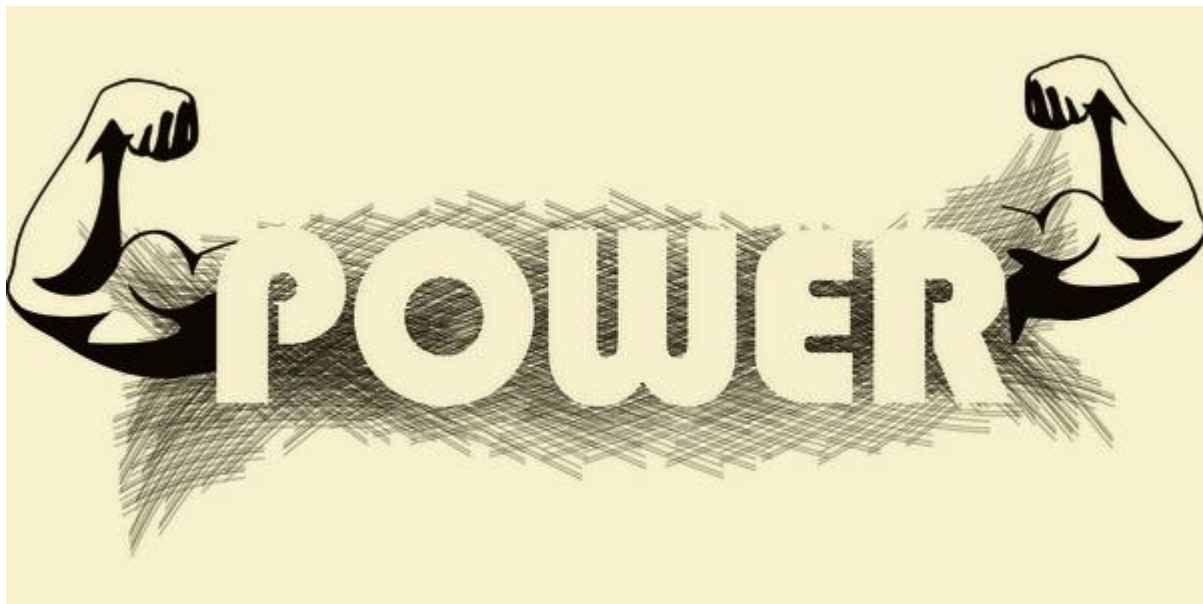
Zdecydowanie łatwiej jest nieatrakcyjnym mężczyznom czerpać przykłady z samców beta (posłuszeństwo, podporządkowanie, bycie nadmiernie miłym, zapewnianie zasobów), zamiast z samców alfa (rozwój, pokonywanie barier, prowadzenie, lekceważenie narzuconych norm, odporność), jedynych, którzy są szanowani, a więc kochani przez kobiety prawdziwie, ponieważ nad nimi dominują, a więc taki samiec wnosi wartość dodatnią. Jednak mężczyźni nadal sądzą, że wcielając się w rolę uległego samca beta, idealizując kobietę, spełniając jej zachcianki – także będą kimś kto wnosi wartość i taka kobieta ich doceni, będzie wdzięczna, przywiązana emocjonalnie i wszystko będzie odbywało się w kolorowych barwach. Niestety nigdzie nie uczy się nas psychologii, poznania rodzaju ludzkiego od środka, system karmi nas kłamstwami o miłości, płciach i związkach, dlatego upraszczamy te strategie, zamiast zastosować te skuteczne. A te poznacie właśnie u mnie.

## **Przemiana samca beta. Od czego zacząć?**

1. Zrozum jak działa seksualność i jak bardzo łączy się z tzw.



„miłością”. Kobiety segregują mężczyzn w dużo bardziej skomplikowany sposób, niż mężczyźni kobiety. Większość mężczyzn jest uznawana za „innych, niż samce alfa”. Samce alfa ZAWSZE są traktowani jako potencjalni partnerzy seksualni, gdzie kobiety mają same z siebie chęć na seks z tymi mężczyznami, w nich jest potencjał na zakochywanie się teraz, lub podczas rozwijania znajomości. Samcy beta ZAWSZE są traktowani jako potencjalni dostarczyciele zasobów, związku, „ratunku”, pocieszenia, dziecka „na siłę” i seksu „na siłę” (czyli są MINIMUM, by kobiety mogły uprawiać seks bez obrzydzenia, ale tak naprawdę go nie chcą i wycofają go jak tylko będzie okazja). W tym aspekcie miłości nie ma, choć popkultura tak wpłynęła na umysły kobiet, że czy kochają, czy nie to i tak będą mówić, że kochają. W innym wypadku nie umiałyby zrozumieć przesłanek dlaczego w dany związek weszły. Przecież, że z miłości, nie ma innej opcji. Dlatego to mężczyzna musi sprawdzać miłość w czynach kobiety dla niego.



Kolejni z mężczyzn są kompletnie nieapetyczni, kobiety nigdy nie chciałyby mieć z nimi kontaktu fizycznego, ale i ciężko, żeby chciały związku. Jeśli kobieta chce seksu SZCZERZE – widzi w mężczyźnie cechy alfa. Świadomie, lub nie, ale wyczuwa je. To jest czysta genetyka, dobry materiał na zapłodnienie, stąd chęć na seks. Kobieta wycofała seks w związku – uważa mężczyznę za samca beta, narzędzie (*jesteś dla mnie jak brat,*

*nie wiem czemu, ale nie mam ochoty*). On musi rozwijać atrakcyjność o której zapomniał. Reszta opcji nie ma znaczenia tak naprawdę, bo mężczyzna zawsze szuka potencjalnie chętnej partnerki, która też jemu się podoba.

2. Przestań szukać wymówek. Nie jest ważne za kogo się uważasz, jak bardzo wmawiasz sobie, że więcej się nie da wycisnąć z siebie, że dotknąłeś sufitu swojego potencjału. Tego nie wiesz, bo nie spróbowałeś dostatecznie pokonywać siebie i masz tylko szczątek danych na swój temat – to nie jest PRAWDA O TOBIE. Życie jest długie i nie raz się zaskoczysz, ale musisz zrobić coś więcej, niż robiłeś do tej pory. Im więcej robisz i im więcej masz wiedzy, tym więcej kontroli nad swoim życiem posiadasz, a więc jesteś szczęśliwszy.

Miej na uwadze, że wszystkie nieżyczliwe Ci, fałszywe osoby, jeśli zaczniesz żyć po swojemu, myśleć po swojemu, być „inny” niż do tej pory – zaczną Cię atakować. Reszta będzie Ci życzyć dobrze. Jeśli nie masz żadnej takiej osoby, to dlatego, że wcześniej tkwiłeś nie w takim towarzystwie jak trzeba. Im bardziej rozwiniesz horyzonty, tym lepszych ludzi spotkasz. Im bardziej poznasz siebie i swoje granice, tym szybciej odrzucisz osoby, które wcześniej nie miały tak dobrych i szczerych intencji wobec Ciebie.

3. Zabij swoje ego i obserwuj siebie. To podstawa czytania Świadomości Związków. Co to oznacza? Trochę jak zabicie starej wersji siebie, starych przyzwyczajień, myśli, wierzeń, a czasem nawet potrzeb, których spełnienie może nie tkwić tam, gdzie myślimy, a także skąd się bierze dane nieszczęście, czy zdenerwowanie. To bardzo trudne, ponieważ mężczyznom nakazuje się być spójnymi, mieć jedno zdanie, konkretne, sprecyzowane, wiedzieć i umieć. Jednak aby porzucić kłamstwa i mity, należy porzucić swoje ego, które wchłonęło je. Bardzo łatwo określić to mogę na przykładzie ludzi silnie religijnych, lub upatrujących wyzwolenia w „jedynej słusznej” partii politycznej. Ci ludzie, którzy mają wysokie ego nigdy nie



zmieniają zdania na te tematy, ponieważ ich wiedza nie opiera się na faktach, a na wierze. Dlatego w starciu z logicznymi argumentami będą doznawać dysonansu poznawczego, będą się denerwować, czuć atakowanymi i wypierać prawdę.

Dam przykład porzucenia dwóch sfer ego.

Mężczyzna wszedł w związek jako beta provider. Potrafi remontować dom za grube tysiące, kupuje prezenty za grube tysiące, zabiera kobietę na zakupy, robi to co ona zapragnie. Sam nie dostaje za wiele w zamian, bo i tego nawet nie oczekuje (ideał, co?). W tym związku nie ma za wiele seksu, a co dopiero innych czułości ze strony kobiety. Jest za to krytyka gdy beta nie dostarczył danego zasobu, zapomniał o czymś i tak dalej. I teraz ten mężczyzna sprawdza statystyki: kobiety zostawiają najczęściej mężczyzn, którzy mają niższy status, niż one, zarabiają mniej, mają niższe wykształcenie, są mniej zaradni. On sobie wmawia, że kobieta go kocha romantycznie, za to, że jest, że jest dobry, że będzie z nim w jego trudach (wierzy w to, nie ma dowodów), ale może pomyśleć – ona jest ze mną dla pieniędzy, dla tego co robię dla niej (często gołymi rękami), czyli jestem „używany” w znaczeniu „przydatny”. Mimo, że wielu mężczyzn ma takie myśli, to szybko je wypiera, aby tylko obronić ego. Dopiero, gdy spotykają ich problemy, rozwód, rozstanie, zdrada – dopiero ego zostaje zniszczone – ALE JAK TO? DOPIERO MÓWIŁA, ŻE KOCHA NA ZAWSZE! 3 DNI TEMU!

To samo jest z kobietami, które nie są w związkach z miłości, ale żeby nie podjąć decyzji o rozstaniu muszą sobie wmawiać w głowę, że jakieś tam zachowanie to jednak objaw miłości i sprawa załatwiona. Ale tak naprawdę w środku jest nieszczęście, lęk przed decyzją, brak odpowiedzialności, skryte, nierealizowane potrzeby. Ego chroni by wszystko zostało jak jest, by uważało się tak, co jest wygodnie, a nie aby było słusznie i prawdziwie.

Inny przykład – w pracy. Robisz wywiad z danym człowiekiem,

masz do niego pozytywne nastawienie. Ten nie mówi w Twoim języku. Ty go pytasz kilka razy, on nie rozumie i w końcu denerwuje się i odchodzi. Człowiek z wysokim ego mówi: ten człowiek głupi, buc, gwiazdor, nawet nie pogada. Potem takie nagłówki w gazetach czytają inni. Ale redaktor, gdyby wyparł swoje ego w tym aspekcie powiedziałby: muszę nauczyć się większej ilości języków, jeśli chce przeprowadzać dobre wywiady. I sprawa załatwiona.

Warto to zrobić, warto przemyśleć skąd się wzięły nasze poglądy i czy aby na pewno są korzystne. Warto pomyśleć, czy to kim jesteśmy jest naszą decyzją, czy decyzją innych, bo ktoś nas pociągnął w danym kierunku, lub formował nas pod swoje wyobrażenia. Porzucenie ego jest trudne, ale kto nie próbuje ten nigdy nie zwycięży.

Wraz z porzuceniem ego każdy staje się kowalem własnego losu, własnych potrzeb, już nie jest owcą, która jest prowadzona i nie musi się kryć za „większością ludzi, którzy sądzą podobnie” (nie wspominając o niedojrzałej rodzinie, która uzależnia od siebie, kontroluje, a niedojrzałe dziecko nie umie się od niej uwolnić). Tylko wtedy rozwój jest możliwy w dobrym kierunku, gdy ktoś jest wolny. W innym wypadku jest rozwój – dla polityków, dla nawet psychopatycznego pracodawcy, dla płci przeciwnej, dla kogoś innego, ale nie siebie. Jak człowiek to wszystko wie, to jest wolny, nie ma łańcuchów presji społecznej oplecionej na szyi. Ale to może boleć w początkowych etapach, więc umysł skutecznie eliminuje wszelkie próby zastanawiania się.

4. Wiedz, że nawet jeśli mężczyźni nie przyznają głośno, to nie są w wielu przypadkach zadowoleni ze swoich związków – głównie po ślubie. Nie bądź naiwny sądząc, że Twoja sytuacja jest wyjątkowa. Aktualnie małżeństwo daje profit tylko kobietom i jest stworzone pod nie. Każdy, nawet największy samiec alfa, po zawarciu związku małżeńskiego nakłada na siebie więcej obowiązków, zrzuca połowę praw, ale i nadaje psychologiczną władzę kobiecie, więc staje się beta. To też

kobiet nie uszczęśliwia, ale jest to lepsza opcja, niż samiec alfa i elementarny, dozgonny brak bezpieczeństwa.

Większość mężczyzn żyje złudzeniami – że np. ślub zapewni im miłość kobiety, wierność, wsparcie, dbanie lub regularny seks. Otwórz oczy. Kobieta kocha, tylko gdy jesteś atrakcyjny dla niej, a także zapewniasz najwięcej korzyści, najsilniejsze, różnorodne emocje spośród znanych jej mężczyzn, a nie wymuszone bezpieczeństwo i posłuszeństwo. Empatia wobec mężczyzn nie istnieje, ponieważ mężczyźni w słabościach są uznawani za odpady (niech nikogo nie dziwi procent samobójstw, uzależnień, a nawet przemocy często wynikającej z nieuświadomionego smutku i poniżenia – warto poszukać przyczyn głębiej).

Seks? [W związkach małżeńskich kobiece libido spada.](#)

Stając się beta providerem zapewniasz zasoby, ale nie jesteś ani kochany, ani pożądany, także dlatego, że aktualnie rola mężczyzny i ojca została zdewaluowana. Po rozwodzie, na który szansa jest bardzo wysoka według statystyk – nadal musisz być providerem, ponieważ prawo jest tak skonstruowane, by wykorzystywać mężczyzn dla dobra kobiet, a dzieci zostają praktycznie zawsze przypisane matce. Także według świata jesteś nikim, tanim robotem. Nie zapomnij, że wiele kobiet przestaje o siebie dbać po ślubie, nie tylko fizycznie, ale i mentalnie (stają się wredne i kapryśne, a z wiekiem jakby nabierają męskich cech i są coraz bardziej agresywne, a nie „tylko” pasywno-agresywne – zapewne dlatego, że nie ma praktycznie żadnych konsekwencji dla kobiet za takie zachowania). W jaki sposób kobieta ma szanować kogoś takiego, jeśli widzi ile ma nad nim przewagi i jak on mało może? O narzekaniu, czy rozmawianiu o tym problemie – zapomnij. Zdążono już ośmieszyć większość inicjatyw na rzecz praw mężczyzn, które mówią jak jest. Albo sam się obudzisz i sam zaczniesz rozumieć jak ta gra wygląda, albo przegrasz. To samo z kobietami, które zachowując się jak mainstream nakazuje, będą kastrowały mężczyzn z męskości, siebie wywyższać, co da

obustronne nieszczęście.

Jeśli mężczyzna ma wartość musi być jej świadom i wymagać inwestycji (czynów ze strony kobiety, w tym poświęcenia się, a nie egoizmu, który będzie niszczył każdy związek – „nie robię niczego niezgodnego ze mną”). Świat musi być logiczny. Ten kto wnosi więcej ten rządzi, ten kto nie rządzi nie powinien być odpowiedzialny w takim samym stopniu. Dzisiaj uczy się na odwrót, a mężczyzna nie szanuje siebie (przeciwnością wcale nie jest syndrom płatka śniegu). Jeśli mężczyzna robi wiele, a nie dostaje wiele w zamian, to jest jego błąd, że na taką sytuację pozwolił i wierzył, że będzie jak w bajkach, gdzie dobro zawsze zwycięża. Nie, to się nazywa tanio sprzedawać swoje zaangażowanie, lub dawać sobą pomiatać.

Samiec beta często powtarza: „Wystarczy mi, że kobieta jest”, albo „ważne, że mogę dla niej robić wiele rzeczy”. Całą resztą zajmuje się on. Bardzo to romantyczne, aż zacząłem łzawić. Niestety, to jest jego błąd, bo nikt nie szanuje tego co przychodzi łatwo i jest darmowe. Ludzi wiąże ze sobą wzajemność czynów i poświęcenia dla siebie. Wzajemne obowiązki, wzajemna troska, wzajemne spełnianie swoich oczekiwań i właśnie – wzajemne inwestycje. A przypominam, że dziś kobiety chcą być równe mężczyznom, więc tym bardziej należy wymagać równego wkładu.

5. Przyznaj, że jesteś uległy, bo inaczej tego nie zmienisz. Mianowicie: stawiasz potrzeby kobiety nad swoje, to Ty o nią zabiegałeś, Ty wydawałeś pieniądze, Ty kupowałeś prezenty, Ty organizowałeś, Ty pomagałeś, Ty byłeś fachowiec, Ty współczułeś gdy miała problemy, Ty nie oczekiwałeś wiele. Ewentualnie – Ty zgodziłeś się na ślub, ale z presją wyszli inni, Ty mieszkasz u kobiety, Ty zgodziłeś się na dzieci, bo kobieta chciała, Ty słuchasz nawet teściowej i tak mogę wymieniać. Wiele toksycznych kobiet wyznaje zasadę „trzeba zrobić tak, by mężczyzna spełniał zachcianki i myślał, że to jego własna decyzja”. Także kto rządzi w związku? Kto wnosi więcej, a kto oczekuje więcej? Kto częściej daje dobre słowo

(i wcale nie po „spełnieniu zadania”, a bez powodu)? Kto częściej odmawia seksu? Kto częściej marudzi i narzeka? Kto dla kogo jest częściej wyrozumiały i wybacza (w tym np. spóźniałstwo, niedotrzymywanie słowa, zmienność)? Kto decyduje co robicie, gdzie idziecie, gdzie jeździcie, kiedy, co trzeba naprawić w domu, co trzeba kupić? Kto podnosi głos częściej i reaguje złością? Kto chce unikać konfliktów, a kto się do nich przyczynia? Kto ma ostatnie słowo? Kto po rozstaniu będzie miał więcej pocieszycieli czy pocieszycielek? Kto może bać się rozstania bardziej i kogo takie rozstanie może kosztować więcej?



6. Przystaw swój tryb życia na zdrowszy. Jeśli masz możliwości, trenuj ciało i staraj się chociaż chodzić na spacer w celu dotlenienia. Dobrze dla ducha i ciała są też wycieczki w głąb przyrody (tak naprawdę najszczęśliwsi ludzie to ci, którzy prowadzą najprostsze życie, blisko natury – romantyczne, co?). Miej pasję, która pozwoli Ci odetchnąć od „prozy życia” i być ciekawszym. Dobieraj zdrowszą żywność – jeśli będziesz umiał opanować się przed smaczными, ale śmieciowymi posiłkami, będziesz budował pewność siebie i charakter. Wysypiaj się (cisza, brak oświetlenia, odpowiednie pory snu, dobrane łóżko i poduszki). Medytuj, stosuj relaksację, trenuj oddech, lub stosuj inną metodę, by radzić sobie lepiej ze stresem (w dobrym związku jest dodatkowo

prztyulanie i seks, które pozwalają się rozprężyć i wspólnie o siebie zadbać). Zadbaj o suplementację witamin i minerałów. Szczególnie zimą potrzebna jest witamina D, a która wpływa na samopoczucie. Spokojnie można przyjmować dawki 4000 UL, jeśli nie masz niedoborów. Mężczyzna, który nie zbudował integralnej osobowości zazwyczaj jest łatwo rozpraszany przez przeróżne sytuacje, przyjemności, czy zapychacze czasu. Nie mówię, że są to złe rzeczy, bo sam czasem korzystam, ale wszystko z umiarem. Nigdy nie może to stanowić bazy życia.

7. Wpłacaj pieniądze na dobre cele. Dawanie prezentów, czy też pomaganie daje wystrzał dopaminy, nadaje sens istnieniu. Tylko antyspołeczne osobowości czerpią frajdę z czynienia zła, lub egoizmu. Zdrowi mają na odwrót.

8. Nie oczekuj niczego, ciesz się z tego co jest, nie potępiaj się za porażki, tylko uznawaj je za kolejne doświadczenie na którym będziesz budował siebie. Brak oczekiwań zrzuca presję i negatywne emocje.

9. Jeśli nie jesteś w związku możesz podchodzić do kobiet, ale nie w celach podrywania, a w celu rozmowy o „niczym”, o czymś co zauważysz, z jakimś pytaniem, żartem. Czasem rozmawia się stojąc w kolejce. Czasem nawet wspólnie się na coś narzeka (ale lepiej potraktować to jako ostateczność). Jeśli przestaniesz uznawać każdą kobietę za potencjalną partnerkę to bez problemu będziesz je lepiej poznawał, będziesz ciekawy ich przeżyć, charakteru, a nie tylko spełnienia własnych potrzeb. Brak oczekiwań daje luz. Jeśli Ty jesteś wyluzowany, a i nie jesteś w tym sztuczny, to kobieta też poczuje się bezpiecznie i chętniej porozmawia. Od tego bliższa droga do znajomości niż sztuczne podejście z powiedzeniem „hej, jesteś piękna” i nawet nie dokończysz zdania, a już usłyszysz, że ma chłopaka i się spieszy.

Jeśli podrywasz, nie przejmuj się odrzuceniami. Każdy mężczyzna zostaje odrzucony wiele razy w życiu na różnych poziomach. Nie jesteś gorszy, niż inni. Nawet największy alfa-

przystojniak nie poderwie 100% kobiet, nie w 100% czasu będzie miał chętnie na seks kobiety. Jeśli wyceluje w zły moment, okaże nieodpowiednią mowę ciała, narzuci nieodpowiedni temat, czy nawet będzie miał różne poczucie humoru od swojej kandydatki, to nic z tego nie będzie. Błędów nie popełnia ten, kto nic nie robi (beta). Nie jest krytykowany ten, kto nie ma własnego zdania (beta). Każde działanie oznacza wzrost: sił, umiejętności, wiary, zrozumienia i swojego położenia na świecie. Desperacja to uważanie, że podejście oznacza być, albo nie być. Nie ma sensu popełniać błędu skrajnych ocen: sukces, lub porażka. Tym bardziej gdy dla Ciebie definicja sukcesu może oznaczać, że kobieta od razu rzuci Ci się w ramiona. Zdefiniuj swój sukces i niech będzie realistyczny. To jest trening, a trening czyni mistrza. Jak ze wszystkim.

W relacjach damsko-męskich mężczyzna musi być silniejszy. Mianowicie nie może zależeć mu bardziej, niż kobiecie. On musi być bardziej odpornym. Jeśli on nie umie żyć bez kobiety, świruje bez niej, to podświadomie jest odbierany jako mały chłopiec potrzebujący matki. Z kolei kobiety nie umiejące żyć bez mężczyzn często są „słodkie” jako „małe dziewczynki”, więc jak we wszystkich dziedzinach tolerancja dla kobiet jest dużo wyższa. Tak czy siak z nimi też jest problem, bo relacja ojcowska z dorosłą kobietą nie jest niczym zdrowym i taki sam, toksyczny schemat przeniesie się na dzieci.

Kobiety? Mogłyby być bardziej wyrozumiałe i wspierające, rozumieć, że gotowiec który im się podoba też przechodził różne etapy rozwoju i nigdy nikt na pstryk palcem nie jest mistrzem w tym co robi – ale zamiast liczyć na ich zmianę, liczyć na siebie.

10. Jeśli kręci Cię krzywdzenie innych, robienie innym na złość, lubisz knuć podstęp – skieruj się do psychiatryka. I tak nie posłuchasz, ale tam twoje miejsce.

11. Im wyższy testosteron, tym wyższe libido. Jeśli nie zgrasz się z kobietą w tym aspekcie, naprawdę – będziecie się kłócić



o byle co. Każda bliskość powoduje spotęgowanie przywiązania, wyzwala silne, ale pozytywne hormony i daje rozluźnienie, spokój. Bez bliskości nie osiągniecie wiele, a różnica w temperamentach spowoduje poczucie niedostatku u strony, która ma większe potrzeby. Nie słuchaj, że to głupota, prymitywność, zboczenie. To są manipulacje. Jako zdenerwowany, smutny i z poczuciem winy Twoje libido będzie pikować w dół, co nie znaczy, że będziesz sobą. Będziesz wykastrowanym sobą (mentalnie i seksualnie). Poniekąd zaczniesz myśleć, że realnie masz niskie libido, ale i tak będziesz rozdrażniony, spięty, będziesz wiedział, że coś jest nie tak, że gdzieś dzwoni, ale nie wiesz w którym kościele.

To samo z introwertyzmem i ekstrawertyzmem. Jeśli kobieta uwielbia sytuacje społeczne, cały czas musi mieć znajomych, tonę uwagi, rozmawiać z tryliardem osób, a Ty jesteś zadaniowcem, którego mierzi zgiełk – też się nie dogadacie. Chyba, że jesteście bardzo dojrzałi emocjonalnie, umiecie uszanować tak duże różnice w sobie i jakoś je pogodzić. Ludzie zazwyczaj najlepsze związki tworzą na podobieństwach, a nie przeciwnościach. Jeden cel, jeden kierunek. Drużyna.

12. Nie próbuj kupić sobie kobiety pieniędzmi, prezentami, nie próbuj podlizywać się, nie próbuj udawać, że lubisz muzykę, której ona słucha. Im bardziej na celu masz przekonanie kobiety do siebie, tym bardziej jesteś uległy, ale i fałszywy. Kobiet się nie przekonuje logiką, ani samymi zasobami. Bo co z tego, że będziesz miał jacht, jeśli z tą kobietą nie będziesz umiał zamienić słowa, zbudować jakiejś więzi, bazy emocjonalnej, poczucia, że dobrze się wam rozmawia, macie podobne myślenie i będzie się wam dobrze razem spotykało, a potem może nawet razem żyło?

13. Zabij w sobie chęć bycia kochanym. Jeśli masz taką potrzebę to ona wynika z niskiej samooceny, kompleksów i problemów z miłością po stronie rodziców. Jeśli nie kochasz siebie, to najmniejsza draska na braku tego idealnego kochania będzie dla Ciebie problemem, ale i problemem dla ewentualnej

partnerki, która nie da Ci bezgranicznej i bezwarunkowej miłości. To nie istnieje w dorosłym życiu, życiu mężczyzn. Mała, konstruktywna krytyka zostaje wyolbrzymiona do nienawiści, nerwów, czy płaczów, co będzie prowodyrem kłótni – kłótni o nic, jeśli na chłodno zaczynamy o tym myśleć. To jest to samo co z tymi co zgłaszają molestowanie „bo ktoś spojrzał” i NA PEWNO według ich paranoicznego umysłu chciał zgwałcić! I pomimo, że to nie jest prawda, to te osoby „czują” w ten sposób, więc uznają, że jednak to prawda jest. Ale to brednia. Odbieranie normalnych rzeczy jako dramatycznych jest problemem tylko po stronie tej osoby, jest brakiem poczucia bezpieczeństwa. Taka osoba chce też, by cały czas było idealnie i by ta osoba była widziana jako ideał. Brak dojrzałej, szczerzej miłości ze strony rodziców powoduje neurotyzm, nadwrażliwość, co powoduje, że dorosła osoba szuka miłości u partnera/partnerki jak od matki, lub ojca – najlepiej bezgranicznej i bezwarunkowej. Taka osoba wszystko bierze do siebie. A przecież tylko krytyczne i sceptyczne podejście rozwija. Akceptacja tego co jest, szukanie bycia miłą osobą na siłę, by nikogo nigdy nie urazić i być przez wszystkich lubianym jest chowaniem się pod kołdrę w obliczu deszczu ognia. W ten sposób rozwiązuje się problem powierzchownie, ale on dalej jest.

Dlatego mężczyzno zawsze jesteś oceniany, gdy coś zrobisz, czegoś nie zrobisz, czy masz efekty, czy nie. Jesteś też testowany nie tylko przez kobiety, ale przez innych ludzi, w różnych sytuacjach, kryzysach, w pracy, wszędzie. Zawsze do czegoś dążysz i albo przejmujesz się tym i dostosowujesz się ulegle do celów ludzi, albo nie i masz tylko swoje cele. Mężczyzna musi być niezależny, by był atrakcyjny, wolny. Niezależność pozwala na dominację. Cechę która podoba się tylko u mężczyzn. Zacznieś sam oceniać siebie szczerze tylko wtedy, gdy sam ustalisz swój plan rozwoju, swoje priorytety i swoje zasady. Potrzeba bycia kochanym jest ważna, ale nie w momencie kiedy np. siebie nienawidzisz, nie znosisz swojego życia, otaczającej Cię nudy, czy wszystkich dookoła. Nigdy

potrzeba bycia kochanym nie może być priorytetem. Priorytetem musi być chęć dawania miłości u obu partnerów w związku, nigdy na odwrót.

Autorstwo: Swiadomosc-Zwiazkow.pl

Zdjęcia i ilustracje: Pixabay.com (CC0)

Źródło: WolneMedia.net