

TOMASZ MARZEC

**Jak**  
**poderwać**  
**dziewczynę**

POZNAJ TAJEMNICE  
UWODZENIA, FLIRTU I PODRYWU

Wszelkie prawa zastrzeżone. Nieautoryzowane rozpowszechnianie całości lub fragmentu niniejszej publikacji w jakiegokolwiek postaci jest zabronione. Wykonywanie kopii metodą kserograficzną, fotograficzną, a także kopiowanie książki na nośniku filmowym, magnetycznym lub innym powoduje naruszenie praw autorskich niniejszej publikacji.

Wszystkie znaki występujące w tekście są zastrzeżonymi znakami firmowymi bądź towarowymi ich właścicieli.

Autor oraz Wydawnictwo HELION dołożyli wszelkich starań, by zawarte w tej książce informacje były kompletne i rzetelne. Nie biorą jednak żadnej odpowiedzialności ani za ich wykorzystanie, ani za związane z tym ewentualne naruszenie praw patentowych lub autorskich. Autor oraz Wydawnictwo HELION nie ponoszą również żadnej odpowiedzialności za ewentualne szkody wynikłe z wykorzystania informacji zawartych w książce.

Projekt okładki: Jan Paluch

Materiały graficzne na okładce zostały wykorzystane za zgodą Shutterstock.

Wydawnictwo HELION

ul. Kościuszki 1c, 44-100 GLIWICE

tel. 32 231 22 19, 32 230 98 63

e-mail: [sensus@sensus.pl](mailto:sensus@sensus.pl)

WWW: <http://sensus.pl> (księgarnia internetowa, katalog książek)

Drogi Czytelniku!

Jeżeli chcesz ocenić tę książkę, zajrzyj pod adres

<http://sensus.pl/user/opinie?jakpod>

Możesz tam wpisać swoje uwagi, spostrzeżenia, recenzję.

ISBN: 978-83-246-3580-1

Copyright © Helion 2012

Printed in Poland.

- [Kup książkę](#)
- [Poleć książkę](#)
- [Oceń książkę](#)

- [Księgarnia internetowa](#)
- [Lubię to! » Nasza społeczność](#)

# Spis treści

Wstęp .....	9
Czy flirtu można się nauczyć? .....	13
Czy relacje damsko-męskie są czymś prostym? .....	17
Dlaczego w ogóle mężczyźni mają problemy z kobietami? .....	20
Nie jestem przystojny. Czy mam szansę poznać seksowną kobietę i stworzyć z nią związek? .....	26
Czy niski wzrost ma wielkie znaczenie w oczach kobiet? .....	30
Czy jeżeli poprawię swoją prezencję, to moje kontakty z kobietami także się poprawią? .....	33
Nie jestem bogaty. Czy to źle wpływa na moje możliwości podrywania kobiet? .....	38
Czy mili faceci mają szanse u atrakcyjnych kobiet? .....	41
Dlaczego kobiety lecą na „złych chłopców”? .....	44
Dlaczego kobiety lecą na niedostępnych gości? .....	48
Jestem informatykiem. Czy to źle wpływa na moją atrakcyjność? ...	50
Podoba mi się starsza dziewczyna. Czy dlatego, że jestem młodszy, nie mam u niej szans? .....	53
Jaka jest różnica między flirtem z kobietą młodszą a flirtem z kobietą starszą? .....	56
Na co kobiety zwracają uwagę w pierwszej kolejności, widząc faceta? .....	61
Od czego zacząć, jeżeli startuję praktycznie od zera? .....	70
Jaka jest najszybsza droga do stania się skutecznym w relacjach z kobietami? .....	74

Ile czasu trwa zmiana z nieśmiałego faceta w pewnego siebie mężczyznę? .....	79
Czy mogę poderwać każdą kobietę? .....	80
Czy można podzielić kobiety na jakieś specjalne „typy”? .....	83
Boję się poznawać nowe osoby. Jak mogę pozbyć się lęku? .....	85
Obawiam się, że gdy podejść do kobiety, ona mnie wyśmieje. Czy mogę temu zapobiec? .....	89
Boję się reakcji otoczenia i opinii innych osób. Co zrobić, aby pozbyć się tego przekonania? .....	92
Chcę podejść do dziewczyny, jednak mam wrażenie, że jest ona typową „suką”, która olewa każdego mężczyznę. Co zrobić, aby na mnie zareagowała inaczej? .....	95
Gdzie najłatwiej jest poznawać nowe kobiety? .....	98
Gdzie mogę poznawać kobiety, jeżeli jestem zbyt młody na kluby? .....	100
W jakich miejscach lub sytuacjach nie powinno się flirtować? ...	102
Romans w pracy. Czy to dobry pomysł? .....	103
Czy w klubie kobieta wybiera mężczyzn tylko na podstawie wyglądu, zostawiając osobowość daleko w tyle? ...	106
Ile procent kobiet przychodzi do klubu, aby kogoś poznać? .....	108
Czy warto szukać kobiet w sieci? .....	109
Jak skutecznie zagadać do kobiety? .....	112
Jak podejść do dziewczyny na ulicy? .....	116
Dziewczyna siedzi przy barze w klubie i patrzy mi w oczy. Jak rozpocząć rozmowę? .....	122
W jaki sposób do niej podejść, jeżeli jest z koleżankami lub z rodzicami? .....	125
Jak podejść do dziewczyny na parkiecie? .....	128
Jak mogę podejść do dziewczyny na uczelni? .....	133
Jak uwieść koleżankę z klasy? .....	134
Czy warto brać się za każdą kobietę, czy tylko za te, które mi się podobają? .....	136

---

Dlaczego kobiety nie potrafią wprost i bezpośrednio powiedzieć, czego oczekują? .....	139
Dlaczego kobieta nie podejdzie pierwsza do faceta? .....	142
Czy mam szansę u zajętej kobiety? .....	144
Jak wyrwać kobietę, która ma chłopaka? .....	148
O czym powinienem pamiętać przed zainicjowaniem kontaktu z kobietą? .....	151
Czy kontakt wzrokowy to zawsze okazanie zainteresowania ze strony kobiety? .....	155
Kobieta ucieka przed kontaktem wzrokowym. Jest niezainteresowana czy wstydliva? .....	156
Dlaczego kobiety nas „testują”? .....	157
Jak rozpoznać, że kobieta nas testuje? .....	159
Jak reagować na kobiece testy? .....	162
Kobieta pyta mnie, czy postawię jej drinka. Jak się zachować? ..	166
Czy kobieta, mówiąc na przykład: „Mam chłopaka”, rzeczywiście chce spławić adoratora, czy to może być pewnego rodzaju test? .....	167
Co zrobić, aby kobieta mnie nie odrzuciła? .....	168
Jak reagować na odrzucenie? .....	173
Jak radzić sobie z odrzuceniem na parkiecie? .....	176
Czy mogę jeszcze raz podejść do kobiety, która mnie odrzuciła? 178	
Co zrobić, aby umieć bez problemów rozmawiać z każdą kobietą? .....	179
Jak mówić do kobiety, aby chciała słuchać? .....	185
Wydaje mi się, że dziewczyna, z którą rozmawiam, jest dosyć nieśmiała. Czy to możliwe? .....	188
Rozmowa z nowo poznaną dziewczyną zupełnie się nie klei. Co zrobić? .....	190
Czego nie mówić kobiecie? Jakich tematów unikać podczas rozmowy? .....	192

Jak sprawić, aby kobieta sama prowadziła rozmowę? .....	196
Czy podczas pierwszej rozmowy można mówić o seksie? .....	198
Co sądzisz o zabawianiu kobiet? .....	201
Dlaczego im bardziej staram się o kobietę, tym mniej jestem atrakcyjny w jej oczach? .....	202
Boję się niezręcznej ciszy. Jak temu zaradzić? .....	205
Jak zaimponować kobiecie? .....	207
Jak sprawdzić, czy podobam się kobiecie? .....	209
Skąd będę wiedzieć, że ona mnie lubi? .....	212
Jakie są najczęściej spotykane oznaki zainteresowania mężczyzną ze strony kobiet? .....	215
Jak pozbyć się kolegi kobiety, który przeszkadza nam w podrywach? .....	221
Podczas pobytu w klubie poszedłem do toalety. Po powrocie kobietę, z którą flirtowałem, zastałem z innym facetem. Jak powinienem się zachować? .....	225
Jak pozbyć się nieatrakcyjnej adoratorki? .....	228
Koleżanka dziewczyny, z którą flirtuję, próbuje obniżyć moją wartość i przeszkodzić mi w moich działaniach. Jak się jej pozbyć? .....	229
W jaki sposób można zainteresować dziewczynę swoją osobą? ..	232
Jak zapobiec oporom ze strony kobiety? .....	237
Jak popchnąć sprawę dalej, tak aby nie zostać tylko przyjacielem dziewczyny? .....	241
Czym jest izolacja i jak wyizolować kobietę w bardziej intymne miejsce? .....	244
W jaki sposób zdobyć numer telefonu od dziewczyny spotkanej na ulicy? .....	247
W jaki sposób wziąć numer telefonu od dziewczyny w klubie? ...	248
Jakie można wyróżnić sygnały gotowości kobiety na pocałunek? .....	249

---

Spróbowałem ją pocałować, jednak ona się odsunęła. Co to oznacza? .....	250
Jak wyczuć, że kobieta jest gotowa na seks? .....	251
Kobieta zarzuca mi, że jestem zboczony i napalony. Jak zareagować? .....	254
Co zrobić, jeżeli nie mogę zabrać jej do swojego mieszkania? ...	255
Jaka jest szansa, że kobieta poznana w klubie mnie zapamięta? ....	258
Zaproszenie .....	261





## Czy flirtu można się nauczyć?

Może to będzie dla Ciebie dużym zaskoczeniem, ale flirt jest bardzo podobny do wystąpień publicznych, jazdy samochodem czy pływania. Wystąpień publicznych lub jazdy samochodem człowiek uczy się przecież od podstaw i może osiągnąć dowolny poziom kompetencji, ale tylko pod warunkiem, że włoży w ćwiczenie tych umiejętności czas, energię, a często także pieniądze.

Nie bez powodu flirt porównuję do takich czynności jak pływanie. Tu także poza samą kwestią tego, że zarówno flirt, jak i pływanie jest umiejętnością, to i w jednym, i w drugim przypadku musi coś „zaskoczyć”. Jeżeli pamiętasz swoje początki w nauce pływania, to pewnie wiesz, że najpierw robiłeś pewne rzeczy na sucho, później pływałeś z kołem, może ktoś Cię podtrzymywał, machał rękami i nogami jak dureń — aż do momentu, gdy coś „zaskoczyło”, czyli pojawił się pewnego rodzaju „klik”. Od tamtej chwili utrzymywałeś się już sam na wodzie bez niczyjej pomocy. Jedni nauczyli się pływać bardzo szybko, drudzy musieli trochę nad tym popracować. Później jednak każdy już tylko szlifował technikę i uczył się innych rzeczy: nurkowania, wstrzymywania oddechu pod wodą, szybkiego pływania w danej pozycji itd. We flircie również pojawia się „klik”. Dla osoby mocno początkującej start może wydawać się bardzo trudny, ale gdy już załapie, o co w tym wszystkim biega, to leci mocno z górką.

W społeczeństwie istnieje powszechne przekonanie mówiące o tym, że z pewnością siebie lub umiejętnościami uwodzenia trzeba się urodzić. Szczerze mówiąc, to jedna z największych bzdur, jakie kiedykolwiek słyszałem. To tak, jakby trzeba było się urodzić z umiejętnościami

gry w kosza lub jazdy na deskorolce. A znam dobrze historie takich ludzi jak Michael Jordan czy Tony Hawk, którzy osiągnęli sukcesy tylko i wyłącznie dzięki swojej pracy. Jordan nie potrafił tak po prostu robić wsadów — ale nauczył się tego, bo ciężko trenował. Spędzał setki godzin na siłowni, na boisku, a także doszkalając się w strategiach gry w koszykówkę od strony teoretycznej. Dzięki temu stał się legendą. Historia Tony’ego Hawka jest bardzo podobna. Prawda jest taka, że jeżeli weźmiemy pod lupę jakichkolwiek ekspertów i specjalistów w danej dziedzinie, to się okaże, że są oni w czymś tak dobrzy, ponieważ w opanowanie danej umiejętności włożyli mnóstwo czasu i energii. Kiedyś nawet zrobiono badania, dzięki którym stwierdzono, że jeżeli chcesz być w czymś ekspertem światowej sławy, to musisz poświęcić na naukę tego około 10 000 godzin. Tak, wiem, że to dużo, ale pamiętaj, iż mówimy o osiągnięciu światowego poziomu, czyli na przykład o zostaniu drugim Chopinem, jeśli chodzi o grę na fortepianie.

Jednak o nic się nie martw. Ty nie musisz poświęcać 10 000 godzin na naukę flirtu czy uwodzenia. Będziesz zadowolony ze swoich efektów dużo wcześniej. Na co dzień jestem trenerem relacji damsko-męskich i ćwiczę mężczyzn, którzy mają niski poziom pewności siebie oraz są mało towarzyscy lub mało uwodzicielscy. Zdecydowana większość z nich osiąga świetne efekty już na moim szkoleniu, czyli po 10 lub 20 godzinach treningu. Takie szkolenia są bardzo intensywne i dlatego można dużo osiągnąć w krótkim czasie. Intensywność działania jest niezwykle istotna. Można ją porównać do zwykłej pracy biurowej: ludzie, mając do dyspozycji osiem godzin pracy dziennie, robią wszystko w ten sposób, aby swoją pracę rozłożyć na pełne osiem godzin. Osoby, które nie pracują na godziny, tylko na efekt — tę samą pracę mogłyby skończyć po godzinie lub dwóch. Przeszarzały system edukacyjny oraz niska kultura pracy w wielu firmach są przyczyną tego, że społeczeństwo traci większą część życia, wykonując przez osiem godzin dziennie coś, co mogliby zrobić dużo szybciej.

Nie chcę więc, abyś patrzył na flirt pod kątem tego, ile czasu trzeba poświęcić na bycie dobrym w kontaktach z kobietami. Powinieneś raczej skupić się bardziej na intensywności tego, co będziesz robił. Znam masę osób, które uczą się flirtu, jednak robią to źle. Chodzą po dwa razy w tygodniu do klubów i podchodzą do przykładowo trzech kobiet każdego wieczoru. Jak łatwo policzyć, daje to 24 kobiety w miesiącu. Dobrze wyglądający i dbający o siebie facet spodoba się średnio co drugiej kobiecie, czyli mamy 12 kobiet, z którymi takie osoby mogą prowadzić interakcje. Jednak nie każda kobieta jest wolna, nie każda liczy na szybki flirt, nie każda spodoba się pod pewnymi względami mężczyźnie, który ją uwodzi, a także ten mężczyzna nie każdej się spodoba na dalszych etapach poznawania. Bardzo obiektywnie rzecz biorąc: z 24 kobiet zostaną może 3 – 4, z którymi doprowadzi się do sytuacji wysoce intymnej.

Moje wyliczenia traktuj bardzo luźno, ponieważ w zależności od osoby mogą się one bardzo różnić. Jednak uśredniając, wygląda to tak, jak przedstawiłem.

Teraz zauważ, że w momencie gdy ktoś przychodzi do mnie na coaching lub sam bierze się za poznawanie kobiet, przy okazji bierze to na poważnie i wie, że intensywność jest bardzo ważna, więc podchodzi on do 12 kobiet w ciągu dnia i do 12 kobiet każdego wieczoru, gdy idzie na imprezę. Wystarczy mu więc jeden dzień, na przykład piątek lub sobota, aby dorównać poziomem komuś, kto ćwiczy przez cały miesiąc. W rozliczeniu długoterminowym ma to przełożenie na to, że w ciągu miesiąca robi on takie postępy jak osoba, która zbiera doświadczenia przez kilka lat, ale w sposób mało intensywny.

A teraz zadaj sobie pytanie: „Jak często poznaję nowe kobiety?”. Czy będąc w klubie, podchodzisz przynajmniej do trzech reprezentantek płci pięknej? Czy podchodzisz na ulicy do jakichkolwiek dziewczyn? Jeżeli nie, to jesteś bardzo daleko w tyle w porównaniu do osób, które chcą być dobre we flircie z kobietami i dlatego praktykują.

Flirtu można się nauczyć, i to bez większych problemów. Jednak działanie bez odpowiedniej teorii może poprowadzić Cię w złą stronę. Z kolei sama odpowiednia teoria bez działania da Ci jedynie poczucie tego, że wiesz dużo. Dlatego też uczulam Cię na to, abyś miał na uwadze fakt, że musisz posuwać się do przodu w kwestii praktyki oraz uczyć się więcej o relacjach damsko-męskich. Tym zapewnisz sobie permanentny sukces. Nikt nie rodzi się z jakimiś szczególnymi umiejętnościami. Nie ma genów talentu ani „smykałki” do czegoś. Jeżeli wierzysz w takie brednie, to sugeruję Ci sięgnąć do profesjonalnych badań na temat talentu i genów — przekonasz się, że wszystko, o czym mówię, jest prawdą.

## Na co kobiety zwracają uwagę w pierwszej kolejności, widząc faceta?

Jak już wiesz — żyjemy w kulturze, w której najpierw patrzymy na wizualność i prezentację nowej osoby, a dopiero później na to, kim ta osoba jest, jaki ma charakter, co sobą reprezentuje od wewnątrz. Przyciągamy wyglądem, zatrzymujemy charakterem. Dlatego też nie chcę Cię okłamywać i mówić, że kobiety w pierwszej kolejności zwrócą uwagę na to, kim jesteś. Nikogo to na początku nie będzie zupełnie interesować. Wyglądasz źle — odpadasz. Życie jest okrutne i ludzi selekcjonuje się bezwzględnie. Abyś jednak wypadł jak najlepiej w trakcie tej właśnie selekcji, która za każdym razem jest dokonywana na Tobie, gdy starasz się poznać nowe osoby — podzielę się z Tobą konkretnymi radami, które pomogą Ci znacząco w tym, jakie wrażenie wywierasz na innych.

Pewnie Ci się wydaje, że dam Ci kilka rad odnośnie wyglądu, ubioru lub Twojej sylwetki. Wybacz, ale ja niestety nie patrzę na nikogo i na nic tak powierzchownie. Znam osobiście gości, którzy wyglądają Niesamowicie. Przez duże N. Noszą modne ciuchy, mają idealnie zrobione fryzury, mają świetne rysy twarzy, są dobrze zbudowani — a w ich życiu nie ma żadnych, kompletnie żadnych kobiet. Czy to w ogóle możliwe? O tak, ponieważ prezentacja to nie tylko tych kilka rzeczy, o których wszyscy myślą. Prezentacja i wizualność to coś więcej.

W prezencji chodzi głównie o to, jakie informacje przekazujesz podświadomie poprzez to, jak wyglądasz i jak się zachowujesz. Abyś to lepiej zrozumiał, wyobraź sobie mężczyznę, który wygląda jak model, ale chodzi zgarbiony, z żadną dziewczyną nie potrafi utrzymać kontaktu wzrokowego, ma cały czas smutną minę, a do tego nieświadomie bawi się swoimi palcami, pokazując w ten sposób przeżywane przez siebie skrępowanie. Czy on dla kogokolwiek będzie atrakcyjny? Co z tego, że wygląda świetnie, skoro wystarczy sekunda, aby stwierdzić, iż jest on zakompleksiony, nieśmiały, nie akceptuje samego siebie i nie lubi tego, kim jest. Widzisz więc, że wyglądanie atrakcyjnie to nie tylko ubranie czy fryzura. Jednak są to podstawy, o których też Ci muszę koniecznie powiedzieć.

Nieraz zdarzyło mi się dokładnie wypytać różne kobiety, na co zwracają uwagę w wyglądzie faceta, którego właśnie poznały. Płeć piękna najczęściej wymieniała rzeczy podobne do tych, do których sam zawsze u siebie przykładałem wagę, czyli:

- uśmiech
- ubiór
- fryzura
- buty
- schludność i czystość ogólna
- postawa
- spojrzenie
- zapach

Poza tym jest kilka kwestii, które podświadomie bardzo mocno wpływają na nasz odbiór przez innych, a ze względu na to, że rzadko się o nich mówi, płeć piękna oraz mężczyźni po prostu nie zwracają na nie uwagi w sposób świadomy, czyli zgodnie z zasadą: „Wiem, że to także się liczy”. Pozwól więc, że ja dopełnię tę listę. Te ważne kwestie to:

- otwartość na innych,
- co dokładnie ktoś robi ze swoimi oczami,
- jak ktoś czuje się wśród innych,
- czy zwraca na siebie uwagę,
- jakie ma nastawienie do otoczenia,
- energia,
- z kim przyszedł,
- czy widać, że lubi samego siebie i że się akceptuje.

Powiem Ci po kolei, dlaczego akurat te wszystkie rzeczy wymienione powyżej są takie ważne oraz, na co powinieneś przy nich zwrócić uwagę.

Uśmiech. Każda zdroworozsądkowa, myśląca dziewczyna — widząc gościa, który chodzi smutny, z dziwnym wyrazem twarzy, bez jakiegokolwiek uśmiechu na ustach — nie myśli sobie o nim zbyt dobrze. Wrzuca go do tej samej szufladki co wszystkich innych socjalnych psychopatów przemierzających się ulicami miast. Oni nawet nie idą — oni się przemierzają. Mamy w Polsce tak dużo smutnych, schorowanych i narzekających ludzi, że jeżeli idziesz przez miasto po prostu zwyczajnie uśmiechnięty i radosny, to ludzie patrzą na Ciebie jak na wariata. Jednak wydzwięk całościowy jest jak najbardziej pozytywny. Postaw się na miejscu dziewczyny. Spotykasz przez całe życie samych smutnych facetów, a tutaj nagle koło Ciebie przechodzi uśmiechnięty, atrakcyjny mężczyzna. Czy nie jest to dla Ciebie intrygujące? Jeżeli ktoś taki by podszedł do Ciebie i zaczął z Tobą rozmawiać, to, będąc na miejscu kobiety, na pewno dałbyś mu szansę. To fakt, że kobiety o niebo lepiej reagują na mężczyzn, którzy podchodzą do nich uśmiechnięci. Wiedzą, że oni „przybywają w pokoju” i mają dobre zamiary. A jeżeli ktoś podchodzi do kobiety smutny i ma na twarzy typowe spięcie, wówczas staje się podejrzany. Może on chce mi coś zrobić? Może chce mnie okraść? Nie wiadomo, co myśleć o kimś takim.

Ubiór. Ważne, aby ciuchy były dopasowane do osoby, która je nosi. Nie mogą być za duże, ponieważ będą wisieć na kimś tak, jakby założył na siebie worek po ziemniakach. Nie mogą być też za małe, bo będzie to wyglądać, jakby pomylił swoją szafę z szafą młodszego brata. Ubrania powinny być maksymalnie dopasowane. Ostatnimi czasy popularny stał się standard „slim fit”, czyli wytaliowane bluzki, koszule, T-shirty, bluzy. Do tego spodnie proste lub rurki — to styl, który jest obecnie wysoce preferowany. Kiedyś pod wpływem różnych subkultur i mody z Zachodu, która docierała do nas z dużym opóźnieniem, nosiło się wszystko za duże, za szerokie, za długie — nosiło się workowate koszule czy spodnie z szerokimi nogawkami. Dziś oblatują mnie po całym ciełe ciarki, gdy nawet w dużych miastach widzę mężczyzn, którzy zatrzymali się z modą w XX wieku. Czasy się zmieniają, moda także — bądź więc elastyczny i również się zmieniaj. Wywal ze swojej szafy wszelkie staromodne ubrania, które do Ciebie nie pasują i w których już się nie chodzisz. Idź do dobrych sklepów z ciuchami, najlepiej w okresie przecen i obkup się od góry do dołu za grosze. Jeżeli wybierzesz odpowiedni termin i trafisz do odpowiedniego sklepu, to zaufaj mi — możesz kupować T-shirty za 5 – 10 zł, koszule za 20 – 30 zł, a spodnie za 30 – 50 zł. Powtarzam: w naprawdę bardzo dobrych sklepach. Jeżeli nie wiesz, kiedy są przeceny, to oczywiście Ci podpowiem: gdy kończy się jeden sezon, a zaczyna drugi. W styczniu i lutym masz przeceny, ponieważ wychodzi sezon zimowy, a wchodzi wiosenny. W maju/czerwcu masz przeceny z wiosennego na letni, we wrześniu/październiku zazwyczaj z letniego na jesienno-zimowy. Dużo też zależy od danej marki.

Fryzura. Zapuść trochę włosy i idź do dobrego fryzjera. Za obcięcie zapłacisz średnio 40 – 60 zł, ale jeżeli dobrze wybierzesz, to zostaniesz super obcięty. Na Twojej głowie nie może istnieć także łupież, używaj więc dobrych szamponów, dbaj o swoje włosy. Nie mogą być tłuste, nie mogą być brudne. Myj je codziennie. Staraj się



układać swoją fryzurę: używaj grzebienia i rąk w połączeniu z żelami, kremami lub lakierami do włosów (w zależności od preferencji).

Buty. Nie będę Ci wspominać o stylu butów, bo to zależy od Twojego ubioru i stylu. Za to wspomnę o czystości butów. Jeżeli są one skórzane: obowiązkowo pasta do butów i szczotka do czyszczenia. Na czyste buty nałóż pastę na kilka minut, a następnie dobrze wypoleruj szczotką. Jeżeli są z innego materiału: weź namoczoną szmatkę i przetrzyj. Możesz je przetrzeć, używając wody z mydłem, a następnie na sucho. Jeśli przyszedłbyś do mnie na szkolenie w brudnych butach, to wyleciałbyś szybciej, niż byś się na nim znalazł. Buty są wizytówką mężczyzny. Nie mogą być w smugach, w błocie czy całe w kurzu. Na miejscu kobiety olałbym każdego faceta, który podszedłby do mnie w cholernie brudnych butach.

Schludność i czystość ogólna. Na Twoich ubraniach nie może być plam, a do tego powinny być one wyprasowane i pierwszej świeżości. Nie dziel rzeczy na brudne, czyste i „można jeszcze chodzić”, tylko jeżeli wychodziłeś w czymś kilka razy — to najwyższy czas to wyprać. Jeżeli Twoje ciuchy leżały gdzieś zmiętolone, użyj żelazka i wyprasuj je. Możesz mieć najmodniejsze ubrania, ale jeżeli nie zadbasz o to, jak wyglądają i jak pachną — to będziesz porównywany do menela. Odnośnie schludności i czystości — popatrz również na swoje paznokcie, na zęby oraz na wszelkie możliwe miejsca, w które mogłaby zajrzeć jakaś dziewczyna w sytuacji towarzyskiej lub intymnej (!). Zadbaj o to, aby po prostu utrzymywać higienę na jak najwyższym poziomie.

Postawa. Chodź wyprostowany, z głową prosto, barki lekko do tyłu, nie bujaj się jak skate ani nie woź jak dres. Klatka wypięta lekko do przodu. Stań przed lustrem i przećwicz różne postawy, tak abyś wyglądał jak najbardziej męsko. Możesz pooglądać filmy, w których aktorzy są „facetami alfa”, i podejrzeć ich mowę ciała — wzoruj się na tych, którzy mają świetną postawę. Podejrzyj także postawy osób nieśmiałych, aby zobaczyć, jak nie powinieneś się zachowywać.

Poproś o pomoc swoje koleżanki, aby Ci powiedziały, co w Twojej mowie ciała jest nie tak. Miej pewną siebie postawę, ale pamiętaj, aby nie przesadzać.

Spojrzenie. Rozluźnij oczy — wiele razy silnie je zamykając i otwierając w krótkim czasie. Nie otwieraj oczu na maksa, ponieważ będziesz wyglądał jak ćpun na dopalaczach oraz skrajnie towarzysko. Stajesz się bardziej atrakcyjny, jeżeli masz lekko przymrużone oczy. Nie ruszaj nimi za szybko, niech ruchy gałek ocznych będą powolne i spokojne. Implikujesz wtedy również spokój wewnętrzny. Staraj się patrzeć każdemu głęboko w oczy — w szczególności kobietom.

Zapach. Używaj antyperspirantów — i to dobrych antyperspirantów! Wydadaj te 10 zł na to, aby mieć antyperspirant dobrej marki, który będzie realnie powodować, że zmieni się zapach Twojego potu. Pamiętaj, że antyperspiranty nie działają w ten sposób, iż całkowicie blokują wydzielanie potu, a jedynie zakłócają jego wydzielanie i nadają mu inny zapach. Mówiąc bardziej wprost: dzięki temu nie śmierdzisz. Szczerze polecam Ci nie stosować dezodorantów, tylko lepiej pod pachy coś w kulce lub sztyfcie. Zadbaj również o posiadanie dobrych perfum. Są firmy, które produkują zamienniki drogich perfum — możesz skorzystać z takiej opcji lub kupić oryginał normalnie w drogerii. Ważne jest, abyś pachniał jak najlepiej, ponieważ kobiety mają o wiele lepszy węch od mężczyzn, a zapach niesamowicie wpływa na to, jak kogoś odbierają.

Teraz trochę o rzeczach z drugiej listy, tych podświadomych:

Otwartość na innych. Tutaj wyklada się masa gości, którzy świetnie zadbali o swoją prezencję, ale mają nieodpowiednie przekonania i podejście. Idąc na imprezę lub będąc gdziekolwiek na ulicy i chcąc poznać jakieś kobiety, musisz być otwarty na innych ludzi. Musisz podchodzić do poznawania innych z czymś, co będzie wprawiać Cię w stan euforii. Otwórz się na innych sercem i umysłem. Chciej to robić i traktuj to jako przygodę lub zabawę. Wtedy też mnóstwo w Twoim życiu się zmieni, ponieważ przez mikrozachowania

nie będziesz przekazywać tego, że boisz się innych i że w rzeczywistości nie chcesz nikogo poznać. Otwartość, otwartość i jeszcze raz otwartość. Musi to wychodzić z głębi Ciebie. To nie może być jedynie zasłyszane przez Ciebie przekonanie. Musisz tym żyć. Powiedz sobie szczerze: chcę poznawać innych, jestem otwarty na to, aby nawiązywać nowe znajomości, nie boję się kontaktu z ludźmi i akceptuję ich takimi, jakimi są.

Co dokładnie robisz ze swoimi oczami. Czy jeżeli patrzysz na piersi jakiejś kobiety i ona to zauważy, to udajesz, że wcale się nie patrzyłeś? Czy przy dłuższym kontakcie wzrokiem spuszczasz oczy w dół? Czy przebywanie w pobliżu kobiety sprawia, że ona Cię onieśmiela i dlatego patrzysz gdzieś w bok? To ważne, aby zawsze patrzeć tam, gdzie się chce patrzeć, oraz nigdy nie spuszczać wzroku jako pierwszy. Twoje spojrzenie musi być wręcz bezczelne. Patrz na daną dziewczynę tak długo i tak mocno, jak tylko możesz. Nie wielu jest gości, którzy potrafią robić coś takiego. Kobiety będą Cię cenić za to, w jaki sposób na nie patrzysz.

Jak czujesz się wśród innych. Czy przytłacza Cię nowa sytuacja? Czy starasz się wkręcić w to, co robią inni? Czy czujesz się komfortowo, poznając obcych? Przekraczaj swoje granice i rób wszystko, aby za każdym razem czuć się tak, jak tylko najlepiej się da. Pokażesz w ten sposób, że jesteś towarzyski i odważny. Nie uciekaj od towarzystwa, nie stój z boku, nie bądź tylko biernym obserwatorem. Płeć piękna kocha gości, którzy czują się dobrze w każdej sytuacji i w każdym towarzystwie.

Czy zwracasz na siebie uwagę. Jeżeli tak — to czym? Czy robisz to specjalnie? Osoby, które na siłę starają się być liderami, są źle odbierane przez innych, bo zachowują się niczym skaczące wokół klauny. Jak wyglądasz? Czy ze względu na swoją ogólną prezencję inni na Ciebie patrzą? Czy świetnie tańczysz? Czy jesteś w otoczeniu pięknych kobiet? Im więcej osób na Ciebie patrzy i Cię podziwia — tym lepiej dla Ciebie. Nie bądź cichą myszką, która stoi

gdzieś z boku i nikt jej nie widzi. Kobiety pożądamy osób, które są przebojowe i które potrafią zainteresować swoją osobą na odległość.

Jakie masz nastawienie do otoczenia. Jeśli masz „zły dzień”, to nie przychodź do klubu tylko po to, aby zaczepiać innych i wyzywać się na przypadkowych osobach. Nie możesz także gardzić otoczeniem i narzekać, jak to dokoła jest źle oraz jacy ludzie są beznadziejni. Każde narzekanie na innych powoduje, że się od nich odcinasz i zamykasz na nowe kontakty. Twoja postawa się zmienia, a to jest negatywnie interpretowane przez kobiety. Gdy jesteś w klubie, musisz zachowywać się tak, jakbyś był w miejscu, do którego przyszedłeś się pobawić i w którym chcesz poznać innych, a nie do którego przyszedłeś się pokazać.

Energia. Czy Twoja energia jest bardzo wysoka czy niska? Czy seksualna czy towarzyska? Czy emanujesz optymizmem czy pesymizmem? Czy jesteś wewnętrznie agresywny czy spokojny?

Z kim przyszedłeś. Kim się otaczasz? Jacy są Twoi znajomi? Czy to pijani, nachalni i chamscy kolesie, czy może atrakcyjne, eleganckie kobiety? Z kim przestajesz, takim się stajesz i tak odbierają Cię inni. Dobieraj bardzo uważnie ludzi, z którymi chodzisz na imprezy, ponieważ kobiety patrzą nie tylko na to, jak Ty wyglądasz i jak się zachowujesz, ale również, z kim przyszedłeś — bo to dużo mówi im o tym, jakie masz standardy względem ludzi.

Czy widać, że lubisz samego siebie i że się akceptujesz. Osoby, które nie lubią swojego ciała, swojego wyglądu i swojego życia, starają się nie rzucić innym w oczy. Chodzą ze skuloną postawą, rzadko łapią kontakt wzrokowy z innymi, są jakby przez cały czas przestraszone. Dopóki nie zaakceptujesz siebie — to nie zaakceptują Cię też inni ludzie. Dopóki nie polubisz samego siebie, inni także Cię nie polubią. To jedna z zasad, od których powinieneś zaczynać swoją przygodę z relacjami damsko-męskimi. Zaakceptowanie, polubienie i pokochanie siebie. Przypomnij sobie, jak się zachowywałeś, gdy na przykład miałeś podbite oko, dużo trądziku lub coś, co

chciałeś ukryć. Czułeś się wtedy bardzo niepewnie. I to jest nawet gorsze niż nieśmiałość w normalnej formie.

Wiesz już, na co kobiety zwracają uwagę w pierwszej kolejności. Przemysł to i postaraj się zrobić coś, aby poprawić wszystkie kwestie i rzeczy, o których Ci powyżej wspomniałem. Będziesz dzięki temu o wiele lepiej postrzegany i odbierany przez płęć piękną.

## Czy mogę poderwać każdą kobietę?

Stwierdzenie: „Możesz poderwać każdą” to jedno z przekonań najczęściej lansowanych przez osoby zajmujące się marketingiem w branży uwodzenia i relacji damsko-męskich. Jak myślisz, dlaczego lansuje się taki pogląd?

Odpowiedź jest jasna: dla kasy.

Czy nie chciałbyś dostać magicznej pigułki na wszystko? Czy nie chciałbyś umieć poderwać każdą kobietę? Czy nie chciałbyś, aby kobiety błagały Cię o seks? Jasne, że tak! Jeżeli więc w jakiejś ofercie produktu czy szkolenia pojawią się tego typu stwierdzenia, to ludzie szybciej są skłonni kupić taki produkt/usługę. Zazwyczaj jednak nie ma żadnej korelacji pomiędzy tym, co znajduje się w ofercie, a tym, co znajdziesz w produkcie/usłudze. Dostaniesz średniej jakości materiał, który bez odpowiednich fundamentów nie przyniesie Ci spektakularnych sukcesów w kontaktach z kobietami, a gdy zeżłościsz się na twórców, którzy gwarantowali sukcesy oraz to, że będziesz mógł poderwać każdą, to wmówią Ci oni, że robisz coś źle i że oczywiście wciąż masz szansę poderwać każdą kobietę, ale pod warunkiem że kupisz kolejny produkt lub przyjdiesz na kolejne szkolenie. To niesamowite źródło przychodu: wów komuś, że może coś mieć, a później zrób z niego dojną krowę i ciągnij kasę tak długo, dopóki nie skapuje się, że coś tu jest nie tak.

Ja stoję w opozycji do tego mocno niezdrowego przekonania. Nie, nie możesz mieć każdej kobiety, nie możesz poderwać każdej i musisz to w pełni zaakceptować. Gdyby istniał jakiś system lub techniki, dzięki którym mógłbyś to zrobić, to twórca takiego systemu

byłby miliarderem. Popatrz też na to w ten sposób: skoro byłby system, dzięki któremu mógłbyś poderwać każdą, to pewnie istniałby analogiczny system, dzięki któremu dowolna kobieta mogłaby poderwać każdego mężczyznę. Pamiętasz mój przykład z pijaną, grubą, obrzyganą i śmierdzącą babą? No, błagam Cię — czy ona mogłaby zastosować jakąś technikę, dzięki której poleciałbyś na nią? Ja jestem mocno cyniczny, ale są momenty, w których trzeba być poważnym. I to jest właśnie taki moment.

Nie możesz poderwać każdej, ponieważ zwyczajnie nie spodoba się każdej kobiecie. Gdy wchodzisz do jakiegoś lokalu i masz do wyboru 100 kobiet, to czy podoba Ci się każda? Jasne, że nie! Podoba Ci się pięć, dziesięć, może jedna. Nigdy nie każda! Chyba że jest to impreza zamknięta modelek Victoria's Secret, ale mnie mam, że jeszcze nie jesteś stałym bywalcem takich eventów. Skoro Tobie nie podoba się każda, to również danej kobiecie nie podoba się każdy mężczyzna. To nie oznacza, że jeżeli Ty się komuś nie spodobaś, to jest z Tobą coś nie tak! Nie, nie! Po prostu nie spodobałeś się komuś i tyle. Może jesteś blondynem, a dana kobieta leci tylko na szatynów. Może masz 180 cm wzrostu, a dana kobieta leci na gości, którzy mają 170 cm lub 190 cm. Może nie wyglądasz elegancko, może nie podoba jej się Twoja fryzura, może ma chłopaka i nikogo nie szuka. Kto wie, jakie są powody tego, że jakaś kobieta nie jest Tobą zainteresowana? Może być ich masę. Tak czy inaczej, nie traktuj ich personalnie.

Na przeszkodzie stają także bariery kulturowe. Dres nie podewie bizneswoman, tak samo jak biznesmen nie podewie dziewczyny, która utożsamia się z subkulturą skate'ów. Porównałbym to trochę do czasów, w których istniał podział na chłopów i szlachtę. Chłop nie mógł poderwać szlachcianki — to by nie przeszło. Bariery kulturowe oddziaływały tak mocno na związek dwojga ludzi, że albo pasowali oni do siebie i zapalało się zielone światło do działania, albo też z automatu było światło czerwone. Jeżeli pchasz się w typ

kobiet, które są spoza Twojej ligi, to mocno odczujesz fakt, że nie możesz poderwać każdej. Szukaj za to takich kobiet, które będą odzwierciedleniem Ciebie — wtedy będzie Ci najłatwiej.

Zapomnij o tym, że można poderwać każdą, ponieważ z tym przekonaniem możesz podkopywać własną pewność siebie i samoocenę. Gdy wierzysz w to, że możesz mieć każdą, wówczas w konfrontacji z odrzuceniem ze strony kobiety i negatywnymi reakcjami na Twoją osobę uważasz za pewnik, że coś z Tobą jest nie tak. Możesz mieć każdą, ale Ci nie wychodzi — sądzisz więc, że albo stosujesz coś złego, albo jesteś mało atrakcyjny. A prawda jest taka, że po prostu się komuś nie podobasz, kobieta ma zły dzień, jest zajęta, cokolwiek innego. Nie masz więc powodów do przejmowania się jej reakcjami. Pod warunkiem że jesteś na to przygotowany oraz akceptujesz to, iż nie można mieć każdej.



## **Chcę podejść do dziewczyny, jednak mam wrażenie, że jest ona typową „suką”, która olewa każdego mężczyznę. Co zrobić, aby na mnie zareagowała inaczej?**

Sęk w tym, że to tylko Twoje wrażenie. To tylko Twoja halucynacja i jakiś obraz, który tworzysz w swojej głowie. Patrzysz na kobietę, która wygląda w dany sposób i wydaje Ci się, że ona jest taka i taka. Moje pytanie brzmi: „Skąd możesz wiedzieć, jaka ona jest naprawdę?”. Może to miła i sympatyczna osoba? A może rzeczywiście masz rację?

Najlepszą opcją na zweryfikowanie swoich przekonań jest skonfrontowanie ich z rzeczywistością. Nie sraj w gacie jak wszyscy faceci w klubie, tylko podejź do dziewczyny, która ubrała się po prostu wyzywająco. Zdziwisz się, jak wiele kobiet ubiera się tak celowo! Kobiety nieśmiało ukrywają swoją nieśmiałość pod ostrym makijażem i ekspanowaniem swoich wdzięków w dość seksowny sposób. Są też takie, które starają się wyglądać groźnie, aby odstraszyć gości, którzy nie mają jaj. Są takie, które ubierają się tak, bo lubią zwracać na siebie uwagę, a są całkiem sympatyczne. Są takie, które przez „sukowaty” image demonstrują swoją niechęć do poznawania innych gości, ponieważ są zajęte albo nie chcą z nikim flirtować. Są też takie, które się tak ubierają i po prostu identyfikują się z takim wyglądem, przez co zachowują się w określony sposób. Wiesz, opcji jest wiele. Ważnym jest, aby nie wymyślać, nie halucynować, nie bawić się w odgadywanie — a przekonać się z pierwszego źródła.

Bardzo, ale to bardzo często miałem sytuacje, w których poznawałem kobiety kreujące się na największe suki, jakie można tylko spotkać, a po kilku minutach okazywały się one aż nadto miłe i otwarte! Było też nieraz tak, że okazywały się takimi już po moim podejściu do nich!

Mozemy w klubach zaobserwować tendencję do oceniania innych i właśnie do wydawania niesłusznych osądów na czyjś temat. Tydzień temu, gdy byłem w jednym z wrocławskich klubów, na parkiet weszła seksowna brunetka. Długie nogi, szpilki, krótka sukienka, idealnie zrobiony makijaż, piersi na wierzchu, mnóstwo biżuterii — naprawdę rzucała się w oczy. Tańczyła sama i dokoła niej zrobiło się „gej-kółko” lub jak kto woli „kółko parówek”, czyli sami faceci, którzy tańczą przy jakiejś dziewczynie, ale boją się podejść. Stałem wtedy przy barze i usłyszałem rozmowę dwóch gości pijących piwo. Jeden do drugiego powiedział: „Wow! Patrz, jaka suka weszła na parkiet... pewnie nikt z tego klubu nie ma u niej szans”. Trochę mnie to zmotywowało do stanowczego ruchu, tym bardziej że akurat dopilem do końca swoją wodę gazowaną z cytryną (rzadko piję alkohol, tym bardziej że zazwyczaj prowadzę coachingi i jeżdżę na imprezy samochodem). Wyszedłem więc na parkiet, zmierzając wprost w stronę brunetki. Jednym zgrabnym i konkretnym ruchem przedarłem się przez kółeczko facetów, podszedłem do brunetki, chwyciłem ją za rękę, zrobiłem obrót, przyciągnąłem do siebie i gdy jej twarz zatrzymała się po obrocie kilka centymetrów od mojej, ujrzałem niesamowity uśmiech i seksowne spojrzenie. A to był tylko początek! Tak czy inaczej — nie przekonałbym się o tym, że ona wcale nie była typową „suką”, i nie wiedziałbym, że była naprawdę mocno otwarta, gdyby nie to, że spróbowałem i chciałem ją realnie poznać. Popchnęła mnie do tego chęć sprawdzenia tego, jaka okaże się ta kobieta. To jeden z najczęściej stosowanych przeze mnie motywatorów, który świetnie się sprawdza. Podchodzę do kobiety nie po efekt, nie po przetestowanie czegoś, a po przyjemność i chęć jej poznania. Chęć

zobaczenia, czy dana osoba mi pasuje i czy ja jej pasuję. To takie proste. A tak wielu facetów się tego boi.

Bywa jednak i tak, że posługując się różnymi wskaźnikami lub sygnałami, możemy wywnioskować, że kobieta rzeczywiście nałożyła na siebie maskę suki (w klubie, jak pewnie wiesz, zdecydowana większość osób udaje kogoś, kim nie jest). Dla przykładu — widzieliśmy ją, jak odrzuca kilkunastu facetów z rzędu. To już nam daje pewne informacje, które możemy, a nawet powinniśmy wykorzystać. Z reguły jest tak, że w relacjach damsko-męskich dziesięć osób na dziesięć tworzy pewnego rodzaju pattern (czyli wzór), a jedna na dziesięć ten pattern łamie. Patternem w poznawaniu kobiet jest pewien schemat, który jest przewidywalny i powszechny. W przypadku obcowania z kobietami, które kreuja się na tak zwane suki — patternem może być bycie miłym i do porzygania nijakim w celu zaskarżenia sobie sympatii kobiety. I tak też po kilku mężczyznach, którzy podeszli jednego wieczoru do dziewczyny z tekstami typu: „Co taka piękna kobieta robi sama?” lub „Czego się napijesz?” — ona podświadomie zakłada, że każdy kolejny zachowa się podobnie. Wic polega na tym, aby to złamać i podejść do niej np. z tekstem: „Pewnie podchodzi do Ciebie mnóstwo gości z tanimi tekstami na podryw, prawda?” lub „Ilu pijanych gości, którzy lecieli tylko na Twoje cycki, musiałyś dzisiaj olać?”. Zachowanie się w sposób niekonwencjonalny, odwrotny do schematów, które wszyscy stosują, staje się często dobrym punktem do wejścia w interakcję z kobietą, która odrzuca każdego praktycznie faceta.

## Jak skutecznie zagadać do kobiety?

Przed wszystkim nie istnieje coś takiego jak „skuteczne zagadanie do kobiety”. Faceci uczący się tego, jak uwodzić, starają się mieć idealne rozwiązania na wszystko. Starają się także nauczyć idealnie „zagadywać”. Problem w tym, że zagadanie to tylko drobnostka, w rzeczywistości mało istotna, jeżeli wiesz, co robić dalej. Abyś nie miał wątpliwości, że to tylko drobnostka, spróbuj sobie przypomnieć, w jaki sposób zagadałeś do dziesięciu ostatnio poznanych kobiet.

Może nie wypadnę zbyt dobrze w Twoich oczach i pomyślisz sobie, że mam problemy z pamięcią, ale jeżeli podchodzę do jakiejś dziewczyny w klubie czy na ulicy, to po kilku minutach już nie pamiętam, jak do niej zagadałem, a co więcej, nie pamiętam większości tego, o czym z nią rozmawiałem. Pomimo tego jednak istnieje pewna zasada, która odpowiada za pełną ocenę naszej osoby przez kogoś innego. Ocena ta sprowadza się do dwóch momentów naszej interakcji: początku i końca. Mało osób pamięta środek danej randki, ponieważ lepiej zapamiętujemy początek, a najbardziej sam koniec.

Skoro tak czy inaczej pamiętamy początek, to mimo wszystko warto by było zadbać o pierwsze dobre wrażenie. Nie jest to super istotne, można jednak skorzystać z możliwości zwiększenia swoich szans u kobiety. Są pewne wzorce, które pomagają, jednak nie mogą ich nazwać „wzorcami skutecznymi”, ponieważ skuteczność to raczej miara efektu końcowego. Pozwól więc, że zapoznam Cię z przykładami tego, jak można zacząć kobietę, a dokładniej, jakimi tekstami, aczkolwiek uczulam na to, abyś nie przywiązywał do tego wielkiej wagi.

Jeżeli jesteś w klubie i chcesz bez większych problemów nawiązać kontakt z dziewczyną, to fajnym sposobem jest wcześniejsze ocenienie pełnej sytuacji w lokalu. Poobserwuj, co się w nim dzieje. Jak ludzie się bawią? Czy jest tłoczno? Czy jest gorąco? Jaka jest muzyka? Czy jest wielu pijanych gości? Czy jest specyficzny klimat? Czy są pewne rzeczy rzucające się w oczy? Jak się bawi dziewczyna, do której chcesz podejść? Z kim jest? Jak się bawi jej towarzystwo? Czy dużo piją? Wykorzystując wszelkie na pozór przypadkowe informacje, które zbierzesz dzięki krótkiemu spojrzeniu na otoczenie, możesz z łatwością stworzyć nieskończoną ilość tekstów, które będą dość niezobowiązujące, ale dzięki nim możesz pociągnąć interakcję dalej. Przykładowe teksty używane przez moich kursantów — nazwijmy je sytuacyjnymi, bo nawiązują do sytuacji w danym miejscu — to:

- Boże, zawsze tu jest tak tłoczno? (mimochodem, przelotem — jeżeli w klubie jest tłok)
- Kolejny frajer z genialnym tekstem na podryw? (jeżeli ona splawiła jakiegoś faceta)
- Nie pij tyle, bo znowu będę musiał Cię prowadzić do domu! (jeżeli pije jakikolwiek alkohol i jest uśmiechnięta — tekst ten jest OK, jeśli dziewczyna ma poczucie humoru)
- Wiesz co... wyjątkowo nie pasujesz do tego towarzystwa (jeżeli np. dziewczyna jest ubrana bardzo elegancko, a przyszła na imprezę studencką, na której ludzie wyglądają przeciętnie).
- A wy co? Jury z „Mam talent”? (pytanie zadawane z uśmiechem na twarzy, gdy kobieta siedzi na kanapie sama/z koleżanką w miejscu, w którym widać przechodzące osoby, i ma dość przekrojowy widok na wielu klubowiczów)

Powyższe teksty są mieszanką tekstów pośrednich i bezpośrednich. Tak naprawdę nie widać w nich większego zainteresowania osobą kobiety, ponieważ są dosyć niezobowiązujące. Można takie

teksty tworzyć i wymyślać, ile się ich tylko chce. Osobiście lubię teksty sytuacyjne, które są przeze mnie idealnie wpasowywane w sytuację lub kontekst. Reaguję zawsze bardzo szybko, jeżeli jest tylko taka okazja. Gdy kobieta coś potłucze, upuści, zachowa się w zabawny sposób, pokaże na zewnątrz jakąś emocję, którą przeżywa itd., ja to dość szybko komentuję i zaczynam prowadzić z nią konwersację. Wychodzi to najbardziej naturalnie.

Jednak mimo wszystko bardziej lubię teksty o charakterze bezpośrednim, dzięki którym można pokazać kobiecie zainteresowanie jej osobą oraz wprowadzić pewne napięcie erotyczne pomiędzy mężczyzną a kobietę, i to w bardzo krótkim czasie. Przykładami takich tekstów są:

- Niesamowicie seksownie pachniesz (jeżeli ma silne perfumy).
- Wiesz co, nie mogłem się powstrzymać i musiałem do ciebie podejść i się przywitać. Cześć, jestem XYZ (praktycznie w każdej sytuacji, gdy dziewczyna Ci się podoba).
- Nie wiem, ilu facetów już ci to dziś powiedziało, ale fenomenalnie tańczysz (gdy dobrze tańczy i zwraca w ten sposób na siebie uwagę).
- Nie uśmiechaj się tak ładnie, bo będę musiał cię poderwać (jeżeli jest w dobrym humorze i widać, że jest otwarta na nowe znajomości).
- Muszę ci powiedzieć, że twój tyłek tak świetnie wygląda w tych spodniach, że każdy facet się za tobą ogląda. Ja też.
- Mógłbym wymyślić jakiś supertekst na podryw, ale nie lubię taniego flirtu, dlatego po prostu się przywitam. Jestem XYZ.
- Zastanawiałem się, jak do ciebie zagadać, ale w sumie to nie mam ochoty wymyślać żadnych głupich tekstów. Jestem XYZ.

Za pomocą dwóch ostatnich tekstów z tych bardziej bezpośrednich chciałem pójść nieco w inną stronę, o której koniecznie muszę

Ci także wspomnieć. Jak pewnie zauważyłeś, właśnie te dwa teksty są bardzo niecodzienne, a jednocześnie szczere. Jestem promotorem takiego właśnie podejścia — bez zbędnego oszukiwania i flirtowania w tani sposób. Dlatego jeżeli już nabierzesz trochę pewności siebie i będziesz chciał stosować najlepszy tekst, jaki istnieje na rozpoczęcie rozmowy, to pamiętaj, że jest nim:

Cześć!

Tak. Po prostu zwykle: „Cześć”. Wiem, że to może się wydawać dziwne i aż za proste, ale chodzi tu tylko o to, abyś rozpoczął interakcję i aby jakoś zaczęła się rozmowa. Czytając przykłady tekstów na zagajenie kobiety, znajdujących się wyżej, pewnie dziwiłeś się przy niektórych, że są „skomplikowane” jak konstrukcja cepa. Niestety lub stety, ale ja idę w intuicyjność całego procesu i nie chcę na siłę robić trudnym czegoś, co jest w rzeczywistości łatwe. Zaufaj mi — najprostsze rzeczy często działają najlepiej.

## **Dziewczyna siedzi przy barze w klubie i patrzy mi w oczy. Jak rozpocząć rozmowę?**

Najgorsze, co możesz w takiej sytuacji zrobić, to pozostać biernym i czekać, aż dziewczyna sama wykona ruch. Faceci żywią fałszywe przekonanie, że skoro kobieta na nich patrzy, to jest już na tyle zainteresowana, że sama podejdzie. Nic bardziej mylnego. Choćby dziewczyna patrzyła na Ciebie przez cały wieczór, to Ty musisz ruszyć tyłek i zagadać do niej.

Kolejnym błędem jest myślenie o rozpoczęciu rozmowy w kategoriach zrobienia tego najlepiej, jak tylko się da. Męskie ego działa tak zabawnie, że gdy facet widzi kobietę realnie nim zainteresowaną (np. patrzącą na niego), to odwleka zapoczątkowanie interakcji na rzecz wymyślenia genialnego tekstu, którym niczego się nie spieszy. Wiedz, że gdy masz przed sobą kobietę, której się spodobałeś, tym bardziej nie potrzebujesz żadnego skomplikowanego tekstu na zagajenie, ponieważ jest mało prawdopodobne, że ona zareaguje na Ciebie negatywnie. Reakcja kobiety zainteresowanej jest zwykle bardzo pozytywna. W sytuacji gdy masz przed sobą dziewczynę siedzącą przy barze i ona łapie z Tobą kontakt wzrokowy, zrobiłbym Ci krzywdę, polecając Ci użycie czegoś skomplikowanego. Zamiast tego polecę Ci coś banalnego, jednak bardzo naturalnego i według mojego doświadczenia najbardziej efektywnego.

W moim sposobie liczy się nie tyle to, co powiesz, ale jak to zrobisz. Do tego musisz pracować trochę mimiką twarzy i emocjami.



Cały wic polega na tym, że gdy zejdą się spojrzenia — Twoje i kobiety, która na Ciebie patrzy — musisz zrobić taką minę, jakbyś ją skądś kojarzył. Tak, jakbyś był zaskoczony, że ją widzisz, ale nie do końca wiedział, gdzie się poznaliście. Zrób to najbardziej naturalnie, jak tylko się da. Następnie podejdź spokojnie do dziewczyny, cały czas na nią patrząc, i rzuć prostym: „Cześć! Znamy się skądś?”. Dziewczyna w takim przypadku może Ci dać w sumie tylko dwie odpowiedzi: „nie” lub „tak”. Rzecz jasna, pierwsza odpowiedź pojawi się częściej, ponieważ zazwyczaj są to kobiety, z którymi nie będziesz się znać. Nie halucynuj jednak od razu i niech Ci się nie wydaje, że tekst: „Cześć! Znamy się skądś?” jest tanią bajerą. Jeśli zrobisz to tak, jak trzeba — wszystko pójdzie jak z płatka.

Możesz jednak się zastanawiać, co zrobić, jeśli dziewczyna odpowie Ci, że się nie znacie. Rozumiem to, też bym się nad tym zastanawiał. Dlatego też chciałbym Ci przedstawić przykładowe teksty, którymi możesz „pociągnąć to dalej”.

— Cześć! Znamy się skądś?

— Nie.

— Wydawało mi się, że skądś Cię kojarzę. Ale skoro już rozmawiamy, to wypadaloby się przywitać. Jestem XYZ.

— Cześć! Znamy się skądś?

— Nie.

— To dziwne, bo wydaje mi się, że już się gdzieś poznaliśmy. Poza tym patrzyłaś na mnie w taki sposób, jak byśmy się już gdzieś spotkali.

— Cześć! Znamy się skądś?

— Nie.

— Dziwne, bo popatrzyliśmy na siebie w taki sposób, jakbyśmy byli starymi znajomymi. A... tak w ogóle to jestem XYZ.

Tak jak już wspomniałem: zainteresowana dziewczyna będzie bez większych problemów z Tobą rozmawiać i prowadzić konwersację. Nie kombinuj, nie wymyślaj niczego specjalnego. Opieraj się na tym, co po prostu działa.

## O czym powinienem pamiętać przed zainicjowaniem kontaktu z kobietą?

Jest kilka kwestii, na które powinieneś zwracać uwagę i których nie może zabraknąć w Twoim podejściu. Są to bardzo trywialne i wydawałoby się — oczywiste rzeczy — czy jednak na pewno je wykorzystujesz i stosujesz?

Zacznę od czegoś takiego jak uśmiech. Pisałem Ci już o tym wcześniej, odpowiadając na pytanie związane z tym, na co kobiety, widząc faceta, zwracają uwagę w pierwszej kolejności. Pamiętaj, że Twój uśmiech jest jednym z najbardziej atrakcyjnych dodatków do Twojej osoby. Kobiety zwracają uwagę na to, czy ktoś się uśmiecha, czy może ma jakąś smutną, przeciętną minę bez wyrazu. Zwracają na to uwagę zarówno świadomie, jak i podświadomie. Brak uśmiechu generuje w większości przypadków automatyczną, negatywną reakcję w stosunku do faceta. Czego on ode mnie chce? Czy to jakiś złodziej albo gwałciciel? Jeżeli chce mnie poznać, to dlaczego podchodzi smutny? Brak uśmiechu pokazuje także kobietom, że facet się spina i stresuje kontaktem z płcią piękną. Dziewczyny nie lecą na takich gości. Lecą na mężczyzn pewnych siebie i dominujących, po których nie widać cienia stresu. Zaczynij się więc częściej uśmiechać do kobiet. To nie musi być „amerykański uśmiech” od ucha do ucha, tylko po prostu zwykły, przyjemny, przyjacielski uśmiech. Dzięki temu kobiety będą wiedzieć, że podchodzisz z dobrymi zamiarami.

Następna ważna kwestia to spojrzenie. R.W. Emerson powiedział kiedyś: „Ludzkie oczy mówią tyle samo, ile ludzki język, mają jednak tę przewagę nad nim, że ich dialekt nie potrzebuje słownika, ponieważ jest zrozumiały na całym świecie” i ja zgadzam się z tym w stu procentach. Poprzez spojrzenie można wyrazić naprawdę wiele. Praktycznie cały komunikat to sygnały niewerbalne, a słowa stanowią zaledwie od kilku do kilkunastu procent przekazu (w zależności od sytuacji). Nie wyobrażam sobie, jak można flirtować z kobietą i nie patrzeć jej w oczy — jest to strzał we własne kolano. Utrzymywanie silnego kontaktu wzrokowego z dziewczyną jest podstawą całej interakcji. To między innymi właśnie dzięki niemu mówi się, że „zaiskrzyło” lub że „była między nami chemia”. Gdy kobieta opowiada swojej przyjaciółce, jak poznała jakiegoś faceta, to podkreśla takie szczegóły jak: „Miał niesamowity uśmiech i przyciągający, elektryzujący wzrok”. Zapytaj swoich koleżanek, jak się czują, gdy facet patrzy im głęboko w oczy i do tego lekko się uśmiecha. Każda Ci powie, że jest to niesamowite i podniecające. Ja mógłbym dodać, że spojrzenie może być także hipnotyzujące. Pamiętaj, żebyś przed podejściem do kobiety w miarę możliwości złapał z nią kontakt wzrokowy, a jeśli nie, to przynajmniej patrz jej w oczy. Ona w pewnym momencie zwróci na to uwagę (szczególnie gdy będziesz szedł w jej kierunku) i Wasze spojrzenia się spotkają. Patrz na kobietę głęboko i intensywnie, ale nie w sposób, który mógłby doprowadzić do jej wystraszenia. Masz wyjść nie na psychopatę, lecz na kogoś atrakcyjnego. Dlatego rada ode mnie: gdy na nią patrzysz, zmruż lekko oczy (lekko!) oraz od czasu do czasu popatrz w inne miejsce, możesz też jeździć wzrokiem po jej ciele (raz na kilka – kilkanaście sekund). Będziesz wtedy lepiej odbierany, ponieważ kobiety często boją się gości, którzy przez cały czas patrzą im non stop w oczy (onieśmiela je to, wywołuje zbyt duże napięcie na samym wstępie).

Miej pewną siebie mowę ciała. Idź wyprostowany, z głową lekko uniesioną do góry, lekko wypiętą klatką i ściągniętymi w tył barkami.

Rób to wszystko w miarę rozsądnie. Ma to wyglądać dobrze, dlatego niesamowicie istotne jest, abyś czuł się komfortowo, przedstawiając daną mowę ciała. Masa facetów chodzi zgarbiona i wygląda przez to źle. Nie chodzi o to, abyś był wyprostowany jak słup wysokiego napięcia, tylko abyś po prostu wyglądał jak prawdziwy facet. Nie chodzi o posiadanie sztucznej mowy ciała lub mowy ciała „alpha”, ponieważ wiele osób nadinterpretowuje pewne sugestie, a chodzi jedynie o włączenie myślenia i poprawny wygląd.

Staraj się być przyjacielsko nastawiony i przekazuj to przez swoje zachowanie. Zarażaj swoją pozytywną energią, od razu witaj się uściskiem dłoni lub buziakami w policzek, gdyż o wiele łatwiej rozmawia się nam z osobami, które już poznaliśmy. Traktuj poznawanie kobiet jak zabawę i podchodź do nich z nastawieniem pt. „Robię to z przyjemnością i cokolwiek się wydarzy, będę się cieszył interakcją”. Jesteś przecież facetem, więc to udowodnij.

Pilnuj się, czy nie podchodzisz z postawą „potrzebującego”. To bardzo popularny błąd popełniany przez mężczyzn, którzy dopiero zaczynają i za wszelką cenę chcą poznawać kobiety. Inicjują kontakt — martwiąc się już przed podejściem o efekt końcowy. Przy okazji zachowują się w taki sposób, aby wszystko wychodziło idealnie. Tacy faceci próbują na siłę wypaść dobrze i w swoich staraniach po prostu „chcą za bardzo”. Zdają sobie sprawę z tego, że chcesz mieć jak najszybciej sukcesy w kontaktach z kobietami, ale musisz przerobić swoje i rozwijać się stopniowo. Jeżeli będziesz za bardzo przeć na efekt i przez swoje starania pokazywać, że zależy Ci na tym, aby poderwać daną kobietę, to wszystkie dziewczyny będą od Ciebie spieprzać. W momencie gdy kobieta widzi, że zbytnio Ci nie zależy (zdrowa postawa szczególnie na samym początku — w końcu jej nie znasz, więc dlaczego miałoby Ci zależeć?), to okazuje się, że jej nie odstraszasz i że chce z Tobą rozmawiać. Poznawanie kobiet ma być dodatkiem w Twoim życiu, a nie całym Twoim życiem. Niezależnie od przebiegu konkretnej relacji Ty i tak będziesz

czuł się dobrze oraz będziesz zadowolony ze swojego życia. To jest postawa na miarę człowieka sukcesu. A postawą „potrzebującego” będziesz tylko zniechęcał innych do siebie.

Bądź przygotowany na różne reakcje i różne przypadki. Kobiety będą na Ciebie reagować pozytywnie, skrajnie negatywnie, neutralnie, będą reagować śmiechem, uśmiechem, ciętymi komentarzami, ciszą i wszystkim, co tylko możesz sobie wyobrazić. Trafisz pewnie na kobiety, które na wstępie walną Cię w twarz za nic, oraz trafisz na takie, które rzucą się na Ciebie i będą się z Tobą całować — tak po prostu. Życie Cię nieraz zaskoczy i świat relacji damsko-męskich nieraz Cię zadziwi. Przygotuj się także na to, że niektóre kobiety będą się Ciebie bały, będą się spieszyć, nie będą chciały Cię poznać, bo będą miały stałego partnera itp. Zaakceptuj to i olej — jest zbyt dużo kobiet na tej planecie, abyś przejmował się jakimiś pojedynczymi negatywnymi reakcjami w stosunku do Ciebie .

Powyższe kwestie to podstawy i na samym początku powinny Ci wystarczyć. Lista ta powinna być o wiele dłuższa, ale to nie jest odpowiedni moment na mówienie o wszystkim.

## Co zrobić, aby kobieta mnie nie odrzuciła?

Nie jesteś w stanie nic zrobić, aby jakaś kobieta Cię nie odrzuciła. Możesz zminimalizować jedynie szansę bycia odrzuconym poprzez bycie bardzo pośrednim i na maksa towarzyskim, czyli nie dając kobiecie powodów do odrzucenia Cię. Dziewczyna może Cię odrzucić, jeżeli jesteś bezpośredni, pokazujesz swoje intencje, pokazujesz jej w jakikolwiek sposób, że jesteś nią zainteresowany, przechodzisz na seksualność, naruszasz jej strefę komfortu, wprowadzasz do relacji napięcie erotyczne. Problem jednak w tym, że każde podejście w klubie do kobiety może być przez nią zinterpretowane w ten sposób, że ona Ci się podoba. Miewałem w swoim życiu sytuacje, w których podchodziłem do dziewczyny w klubie, żeby po prostu zapytać, gdzie jest toaleta, bo byłem w tym lokalu pierwszy raz — a ona odwracała się plecami i mnie olewała, bo myślała, że przyszedłem ją podrywać. Odrzucenie jest normalne, naturalne i powszechne, więc nie masz się co nim naprawdę przejmować.

Odrzucenie jest wpisane w Twoje działanie i będziesz się z nim spotykać zawsze. Pragnę jednak Ci pomóc i zwrócić uwagę na coś mocno istotnego. Zadam Ci pewne ważne pytanie: czym w ogóle jest dla Ciebie odrzucenie? Widzisz — dla mnie to tylko pewna krótkka, zwięzła informacja o tym, że kobieta nie jest mną zainteresowana/nie spodobałem się jej/chce, abym się bardziej postarał. Informacja — i tyle. Nie boję się odrzucenia, bo nie patrzę na nie w tych samych kategoriach co inni mężczyźni. Samo słowo „odrzucenie” jest nacechowane złymi emocjami i nie lubię go używać, bo implikuje

coś negatywnego, ale po prostu muszę, ponieważ bardzo mocno utarło się w mojej branży. Poza tym co się może zdarzyć, jeżeli kobieta mnie odrzuci? Wyobraźmy sobie najgorszy możliwy scenariusz: podchodzę do kobiety, a ona mówi do mnie: „sp\*\*rdalaj”. No to, co robię? No idę sobie, jeżeli nie chce mi się z nią dyskutować, bo przecież nie będę stać jak ten debil. Po co mam tracić czas na kogoś, kto jest chamski, ordynarny i zamknięty na kontakty z ludźmi? Ja naprawdę mam bardzo wysoki poziom szacunku dla samego siebie i nie będę akceptować czegoś takiego. Jest za wiele kobiet na tej planecie, abym emocjonował się głupią reakcją jakiejś przeciętnej dziewczyny, która nie miała mi nic więcej do zaoferowania oprócz fajnego wyglądu.

Czym więc jest dla Ciebie odrzucenie? Moje stanowisko już znasz, a jakie jest Twoje?

Idę o zakład, że to jeden z Twoich największych lęków. Boję się odrzucenia, boję się odrzucenia... Ale czy tu nie chodzi bardziej o Twoje ego? O to, aby nie poczuć się źle? Ale po co łączysz odrzucenie ze złymi emocjami? Przecież to nic innego jak tylko info dla Ciebie, abys poszedł sobie dalej. A może odbierasz odrzucenie bardzo personalnie? Jeżeli tak — to skończ z tym. Kogo odrzuca kobieta? Czy na pewno Ciebie? Czy może jedynie błąd zarys tego, jaki jesteś? Błąd zarys, który sam nakreśliłeś przy swoim podejściu. Popatrz. Jeśli podszedłbym do kobiety zgarbiony, lekko skulony, w jakimś brudnym ubraniu, rozczochrany i z tłustymi włosami, to zbudowałbym w jej głowie pewien obraz mnie, prawda? Odebrała by mnie jako kogoś nieatrakcyjnego, nieśmiałego, niepotrafiącego zadbać o siebie. Czy jednak w rzeczywistości jestem kimś takim? Nie! Dlaczego? Bo mogę dowolnie kształtować swój wizerunek i wpływać na swój odbiór przez innych. Podchodząc do kobiety, nie pokazuję jej, jaki jestem, bo mogę być przecież jakikolwiek. Gdy podchodzę, zachowując się naturalnie, to także nie pokazuję prawdziwego siebie, a jedynie odrobinę, malutki skrawek siebie. Kobieta



nie wie o mnie kompletnie nic. Nie wie, co robię w życiu, jak się nazywam, czy jestem szczerzy, czy jestem pewny siebie, czy jestem dobry w łóżku, ani jaki jest mój ulubiony film. Dlatego też nigdy nie odbieram reakcji kobiet w sposób personalny. Nie biorę ich do siebie, bo tu nie chodzi o mnie! One mnie nie poznały w ciągu zaledwie kilku sekund. Jak mogę być takim ignorantem i myśleć sobie, że dana dziewczyna oceniła mnie w sposób negatywny i odrzuciła mnie jako osobę? Ona odrzuca, reaguje, ale nie na mnie, tylko na pewne sztuczne wrażenie, które na niej wywarłem. Nieważne, czy negatywne czy pozytywne — ważne, że jest pewne wrażenie.

Akceptuję wybory kobiet. Nie chcesz mnie? Dobrze. Lecisz na mnie? Jeszcze lepiej. Każdy ma prawo do świadomego życia i do podejmowania w swoim życiu wyborów. Zrozumiem wybór kobiety polegający na tym, że ona mnie oleje, ale nie zrozumiem mężczyzny, który przejmuje się odrzuceniem. Hej, to tylko kobieta. To tylko jakaś pieprzona reakcja. Ty odejdziesz, a ona o Tobie zapomni. Nie będzie wiedziała, dlaczego zachowała się tak, jak zachowała — nawet nie będzie tego rozpamiętywać. A Ty będziesz chodzić przez kilka dni i frustrować się, ponieważ mniejsza, słabsza i drobniejsza od Ciebie istota dała Ci kosza? Ha, ha, ha, nie bądź zabawny!

Jeżeli będziesz aktywnie poznawać kobiety, to przez najbliższe kilka lat maaaaaaanaaaaaa z nich Cię oleje. Przygotuj się na to i przywyknij do tego. Nie walcz z tym, nie próbuj tego zmieniać. Po prostu przejdź nad tym do porządku dziennego. Odrzucenie? OK, następna! Idźmy dalej i teraz trzymaj się mocno, ponieważ mogę Cię zaskoczyć. Z tej masy kobiet, które Cię odrzucają, jakieś 70 – 80% to będą kobiety, którym się spodobaś i które będą Tobą zainteresowane. Zdziwiony?

Zaraz, zaraz, Tomku, ale jak to możliwe? Odrzucają mnie i zareagują na mnie negatywnie kobiety, które są mną zainteresowane? Gdzie tutaj sens? Gdzie logika? Przecież to się kupy nie trzyma! Oj, oj... trzyma się i nawet nie wiesz jak bardzo!

Jeżeli będziesz spędzać noc w klubie i:

- będzie w nim podbijać do kobiet wielu facetów,
- wielu gości będzie pijanych,
- będzie ciemno,
- dziewczyna, do której podejdziesz, będzie pijana,
- dziewczyna, do której podejdziesz, będzie z koleżankami,
- dziewczyna, do której podejdziesz, będzie nieśmiała,
- dziewczyna, do której podejdziesz, nie będzie w humorze,
- dziewczyna, do której podejdziesz, będzie miała okres,
- dziewczyna, do której podejdziesz, będzie miała chłopaka,
- dziewczyna, do której podejdziesz, będzie miała dość imprezowania,
- dziewczyna, do której podejdziesz, będzie miała przekonanie pt. „W klubie nie można poznać nikogo wartościowego”,
- będziesz pijany,
- będziesz źle wyglądał,
- będzie od Ciebie śmierdziało,
- będziesz wyglądał o wiele gorzej lub o wiele lepiej niż przeciętny facet w klubie,

to masz pewien stopień prawdopodobieństwa warunkujący to, że kobieta odrzuci Cię z automatu — nawet się zbytnio nad tym nie zastanawiając. Weźmy pod lupę kilka czynników. Po pierwsze dziewczyna może być z koleżankami. Widzisz, w grupie człowiek zachowuje się inaczej, niż gdy jest z kimś sam na sam. Przy koleżankach może to być nabijanie sobie ego i pokazywanie im, że potrafi się olewać facetów. Wszystko może kręcić się wokół udowadniania samej sobie, że jest się atrakcyjną i że potrafi się bawić bez mężczyzn. Jeśli podejdziesz do kobiety, która w grupie zachowuje się inaczej, to

możesz się jej nawet bardzo, ale to bardzo spodobać, a ona przy koleżankach i tak zachowa się jak „zimna suka” i nie da Ci żadnych szans. Ale cóż — jej strata.

Drugim powodem może być to, że będziesz wyglądał lepiej od wszystkich innych gości. Jeżeli będzie to jeszcze skorelowane z nieśmiałością dziewczyny, ona może zareagować na Ciebie negatywnie, ponieważ po prostu przestraszy się jakiegokolwiek interakcji z Tobą i spanikuje.

Trzecim czynnikiem, równie często spotykanym jak dwa poprzednie, jest to, że w klubie do kobiet podchodzi masa mężczyzn i są oni na dodatek pijani. Kobieta po kilku takich podejściach, gdy musi spławiać adoratorów, kotwyczy się na to, że każdy facet, który do niej podejdzie, jest taki sam. Trudno czegoś takiego sobie nie wmówić, jeśli podchodzi do dziewczyny np. 15 pijanych gości z rzędu. Ona ma dość już patrzenia danego wieczoru na jakichkolwiek facetów i choćby stanął przed nią jej ulubiony aktor, to ona się odwróci i oleje to, co on mówi!

Jest masa rzeczy, które warunkują „automatyczne odrzucenie”. Otoczenie i sytuacja, w jakiej znajduje się kobieta; to jaka jest, jakie ma przekonania, jakie ma zasady, jak podchodzi do życia lub facetów itd. Są po prostu kwestie, na które nie masz najmniejszego wpływu, a skoro nie masz na coś wpływu, to tym bardziej nie powinienes się przejmować reakcjami z tym związanymi!

Make sense?

# PROGRAM PARTNERSKI

GRUPY WYDAWNICZEJ HELION

- 
- A central image showing four hands, two from the top and two from the bottom, holding four interlocking puzzle pieces. Three pieces are olive green, and one piece at the bottom right is red. The hands are positioned as if they are about to assemble the pieces.
1. ZAREJESTRUJ SIĘ
  2. PREZENTUJ KSIĄŻKI
  3. ZBIERAJ PROWIZJĘ

Zmień swoją stronę WWW  
w działający bankomat!

**Dowiedz się więcej i dołącz już dzisiaj!**

<http://program-partnerski.helion.pl>

GRUPA WYDAWNICZA

 **Helion SA**

# Jak poderwać **kobietę?**

Otóż jest to proste jak... jazda na rowerze. I tak samo można się tego nauczyć. Jednak działanie bez odpowiedniej teorii może poprowadzić Cię w złym kierunku. Natomiast teoria bez działania da Ci jedynie poczucie, że dużo wiesz.

Jesteś dojrzałym mężczyzną. Ja także. I nie mamy się co oszukiwać – na co dzień wyjątkowo często myślimy o najbardziej pociągającym obiekcie naszego pożądania, czyli o kobietach. Chcemy je poznawać, podrywać, uwodzić i flirtować z nimi. Spędzać z nimi czas, śmiać się, tańczyć, jeść, uprawiać seks. Jednak na drodze do tego wszystkiego stoi skomplikowana rzeczywistość relacji damsko-męskich – zagadki, bariery, lęki. W naszych głowach pojawia się mnóstwo pytań. Jak podejść, zagadać, oczarować, zaprosić na kawę, poprosić o numer telefonu i wiele więcej. A gdyby tak za jednym zamachem odpowiedzieć na większość pytań najczęściej nurtujących naszą pleć?

Ta książka jest swoistym *know-how* w świecie relacji damsko-męskich nastawionych na podryw! Nie czekaj, nie rozmyślaj – działaj!

Słowo „flirt”, pochodzące z języka starofrancuskiego, znaczy zarówno „kusić”, jak i „próbować”. No to próbuj, miły kolego – w barach, klubach, na dworcach. Z tym poradnikiem możesz wreszcie z góry uznać swoje próby za zaliczone.

**Tomasz Marzec** – ekstrawertyk, niesamowicie towarzyski i otwarty na ludzi. Jego naturalna pewność siebie, luźne podejście do życia oraz fascynacja rozwojem osobistym innych powodują, że jest świetnym coachem, który z wielką przyjemnością pomaga mężczyznom oraz kobietom w rozwiązywaniu ich codziennych lub niecodziennych problemów. Tomek stawia na jakość pracy z ludźmi, więc każdego traktuje bardzo indywidualnie. Już w lipcu 2008 roku magazyn „CKM” uznał go za „specjalistę udzielającego najlepszych porad w kwestii tego, jak zostać supersamcem”, co stało się realnie wiążące, ponieważ jego porady trafiły na sam szczyt najważniejszych porad, zebranych w ciągu dziesięciu lat przez magazyn „CKM”. Jeśli chcesz dowiedzieć się więcej, wejdź na stronę [www.AlphaMale.pl](http://www.AlphaMale.pl)



**OSOBOWOŚĆ ODNOWA**

Nr katalogowy: 8140

Księgarnia internetowa:  
<http://sensus.pl>

Zamówienia telefoniczne:  
**0 801 339900**  
**0 601 339900**

**sensus**

Sprawdź najnowsze promocje:  
● <http://sensus.pl/promocje>  
Książki najchętniej czytane:  
● <http://sensus.pl/bestsellery>  
Zamów informacje o nowościach:  
● <http://sensus.pl/nowosci>

Hellen SA  
ul. Kościuszki 1c, 44-100 Gliwice  
tel.: 32 230 96 43  
e-mail: [sensus@sensus.pl](mailto:sensus@sensus.pl)  
<http://sensus.pl>

Cena 39,00 zł

ISBN 978-83-246-3580-1

