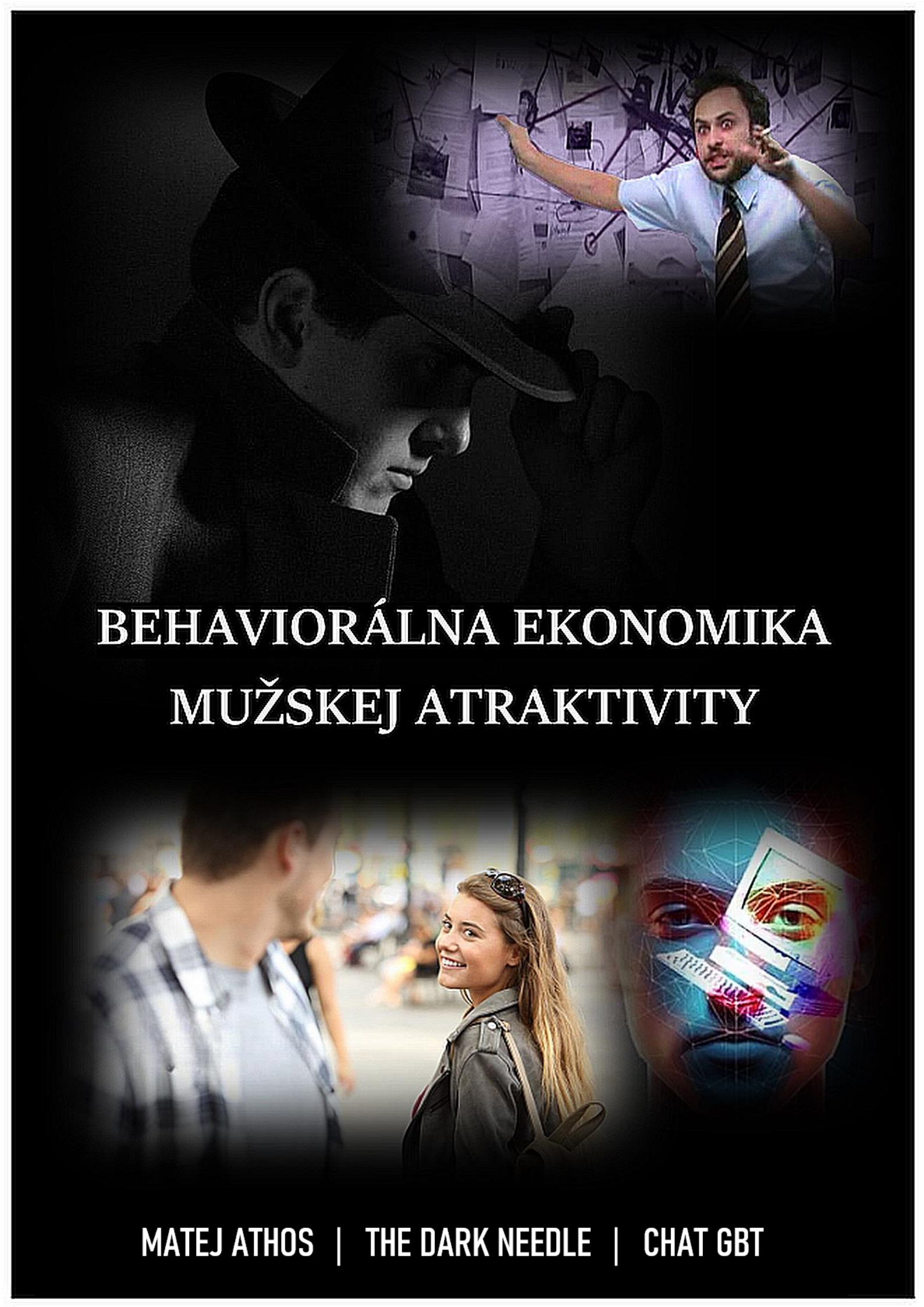




BEHAVIORÁLNA EKONOMIKA MUŽSKEJ ATRAKTIVITY

MATEJ ATHOS | THE DARK NEEDLE | CHAT GBT

Obsah

- 1. Úvod: Behaviorálna ekonomika mužskej atraktivity**
- 2. Zastarané inštinkty: Prečo sabotujeme vlastné vzťahy?**
- 3. Porno: Zlodej potenciálu**
- 4. Atraktivita: Čo je pre ženy podstatné?**
- 5. Premena: Stávanie sa mužom, po ktorom ženy túžia**
- 6. Vystupovanie: Faktory atraktívnej komunikácie**
- 7. Flirt: Integrácia provokácie**
- 8. Jej trúfalosť: Ženské testy**
- 9. Gradácia dôvery: Prekurzor intimity**

Úvod: Behaviorálna ekonomika mužskej atraktivity

Pred sebou máš zbierku kapitol o atraktivite venovanej mužovi. Keď ju dokončíš, získaš komplexné pochopenie o ženách a o tom, ako myslia. Budeš omnoho lepšie vedieť, ako komunikovať so ženami, na čo ženy pozitívne reagujú a ako sa s nimi efektívne vysporiadať. Ako sa budeš do témy ponárať, začnú sa pred tebou postupne vyjasňovať záhady zoznamovacieho sveta. Uvedomíš si, že ženy vo všeobecnosti nie sú také zložité, ako si si možno myslel. Ich kognitívne procesy fungujú na základe súboru princípov, a ak sa rozhodneš tieto princípy prijať a nasledovať, budeš schopný získať obdiv každej ženy.

Táto publikácia je atypicky navrhnutá nielen ako súhrn informácií, ale aj ako nástroj na formovanie tvojho myslenia. Hoci sa v odborných kruhoch uprednostňuje pojem behaviorálna ekonómia, ja používam výraz behaviorálna ekonomika, pretože lepšie vystihuje sledovaný cieľ preniesť vedecké poznatky do reálneho života a pomôcť čitateľovi preformátovať jeho správanie. Opakovanie kľúčových ideí naprieč kapitolami nie je náhodné – slúži na postupnú internalizáciu koncepcií tak, aby sa stali prirodzenou súčasťou tvojho každodenného uvažovania. Posilňuje mentálne modely a uktvuje ich v tvojom podvedomí, až nakoniec začneš tieto myšlienky uplatňovať automaticky bez toho, aby si si to uvedomoval.

Opätovné čítanie jednotlivých kapitol je vysoko odporúčané, pretože mnohé z uvedených poznatkov sú v priamom rozpore s kultúrnymi naratívami, ktoré sú strategicky hlásané v záujme stabilizácie spoločenských štruktúr a diskreditácie nováčikov, ktorí, ak im uveria a začnú sa podľa nich správať, spravia zo seba sluhov zvyšku spoločnosti. Môže byť náročné zbaviť sa týchto falošných predstáv a je prirodzené, že niektoré myšlienky budú zniet paradoxne – až kým si neuvedomíš, že vychádzajú z biologických, evolučných a ekonomických princípov, ktoré sú hlbšie než akýkoľvek spoločenský konštrukt.

Všetko, čo treba urobiť, je dôkladne porozumieť tomu, čo tu zdieľam, a viackrát sa k obsahu vrátiť. Samozrejme, budeš to musieť spárovať s praktickými aplikáciami. Vtedy však už budeš vedieť, čo robiť – a ešte podstatnejšie – čo nerobiť.

Ak chceš byť úspešný v interakcii so ženami, musíš pochopiť podstatu príťažlivosti. Bez hlbokého porozumenia tomu, ako príťažlivosť funguje, tvoje šance na kontrolovaný úspech vo svete randenia budú štíhlejšie než modelka na móle po džúsovej očiste. Možno si hovoríš niečo, čo často vídam v komentároch: *"Ženy sú predsa odlišné, každá je jedinečná."* Avšak keď hovoríme o príťažlivosti, hovoríme o niečom inštinktívnom. Predstav si, napríklad, že ti poviem o človeku, ktorý pociťuje smäd. Ak by som sa ťa opýtal, čo potrebuje, odpoveď by bola: potrebuje pohár vody. Spýtal by si sa ma, ako ten človek vyzerá? Mohol by byť európsky, ázijský, africký, indický... na tom nezáleží. Odpoveď vždy bude, že potrebuje vodu – pretože voda je pre človeka inštinkt.

Teraz sa pozrime na príťažlivosť. Predstav si, že ti ukážem dievča s krásnym telom a peknou tvárou, a pred ňu postavíme heterosexuálneho muža. Opýtame sa ho: "Chcel by si s ňou spať?" Odpoveď bude, samozrejme, "áno". Nezáleží na tom, či je ten muž vysoký, nízky, tučný alebo štíhly – je nemožné, aby bola odpoveď "nie". Pravda, ľudia majú rôzne preferencie, niektorým sa páčia blondíny, iným brunety,

ale pokiaľ má žena krásne telo, odpoveď muža bude vždy "áno". Je to niečo inštinktívne, čo nedokážeme ovládať a všetci to máme spoločné.

To isté platí pre ženy – s tým rozdielom, že muži sú najmä vizuálne priťahovaní, zatiaľ čo ženy sú priťahované emocionálne. Ak dokážeš u ženy vyvolať správne emócie, budeš ju priťahovať – nezáleží na tom, že nie si model, jej odpoveď bude vždy "áno". Preto muž, ktorý je obklopený mnohými ženami, sa iným ženám zdá prítazlivejší – pretože všetky ženy túžia po rovnakom.

Jednou z kľúčových chýb, ktoré muži pri zoznamovaní často robia, je nesprávne chápanie kognitívnej úrovne, na ktorej dochádza k prítazlivosti. Muži, často racionálnejšie orientovaní v komunikácii, sa pokúšajú získať ženský záujem pomocou logiky alebo "správneho správania". Avšak tieto snahy sú z veľkej časti irelevantné, pokiaľ neaktivujú emocionálne obvody spojené s prítazlivosťou. Prítazlivosť je ako morský prúd, deje sa pod hladinou. Pokiaľ nevydávaš tie správne podpovrchové signály, budeš plávať sám čudujúc sa, prečo všetky prúdy smerujú niekde inde.

Ako ukazujú štúdie z oblasti afektívnej neurovedy, emocionálne podnety spracúvame ešte predtým, ako sa dostanú do oblasti vedomej reflexie. Rozhodovanie je teda postavené na implicitnom výpočte hodnoty, ktorý žena (ani muž) nedokáže presne vysvetliť. Ženy niečo cítia a bum, konajú podľa toho. Nesedia s kontrolným zoznamom ako: *"Má stabilnú prácu? Je vzťahovo zrelý? Používa 3v1 šampón ako divoch?"* Nie; cítia emocionálnu iskru a tá iskra prepíše všetko ostatné. Prítazlivosť nie je niečo, čo ženy vedome ovládajú. Nie je to tak, že sa jedného bieleho dňa zobudia a povedia si: *"Vieš čo? Dnes budem zamilovaná do Tibora s Toyotou Corolla a sto litrami na účte."* Nie; prítazlivosť je podvedomá reakcia na špecifické správanie mužov, takže ak chcete spustiť túto reakciu, musíte stelesniť toto správanie. A to si podrobne preberieme neskôr.

Pre začiatok potrebujete prijať nadhľad a vzdať sa vzťahovačnej perspektívy, z ktorej zoznamovanie pôsobí ako pokúšať sa zložiť Rubikovu kocku v tme. V súčasnosti sa na problematiku prítazlivosti a ľudských vzťahov pozeráme optikou [evolučnej psychológie](#), ktorá poskytuje významné vysvetlenie pre mnohé z fenoménov, ktoré pozorujeme v zoznamovacích trhoch. V ich srdci leží najprimitívnejší biologický pohon ľudstva; rozmnožovanie. Všetko sa sústreďuje na tento prostý fakt, avšak muži a ženy si vyvinuli kompletne odlišné stratégie, aby uspokojili túto túžbu. Vráťme sa o milión rokov späť do čias jaskynného človeka – ideálna stratégia pravekého muža bola: šíriť svoje gény doďaleka a všade. U žien to bolo naopak; buď vyberavá, odmietni väčšinu mužov a zabezpeč si toho, kto ťa zostane chrániť a zabezpečovať rodinu. Dnes máme autá, smartfóny a antikoncepciu, ale naše mozgy uviazli v režime jaskynných ľudí. Tieto prvotné inštinkty sú živé a riadia show z tieňa.

Naše podvedomie funguje ako nepretržitý kalkulačný systém. Každý pohľad, gesto, spôsob chôdze či držania tela muža predstavuje údaj, ktorý je okamžite spracovaný jej kognitívnym aparátom s cieľom zhodnotiť "čo sa tým získa, čo sa stratí". Výpočty však prebiehajú prevažne na podvedomej úrovni a nie sú racionálnou analýzou zoznamu požiadaviek, ale skôr heuristickou syntézou. Ženy nie sú za ich očami hlúpe – len optimalizujú v rozdielnych evolučných podmienkach.

Ako univerzálne vzorce formované miliónmi rokov ľudskej evolúcie s týmito princípmi nebojuj; nemôžeš s nimi súperiť, aspoň nie bez toho, aby si neskončil frustrovaný a zmätený. Predstav si plávanie proti prúdu rieky namiesto toho, aby ťa prúd niesol. Znie to vyčerpávajúco? To je presne to,

čo väčšina mužov robí, keď nechápu zoznamovacie princípy. Zlaté pravidlo znie: najefektívnejšie a najjednoduchšie stratégie sú tie, ktoré pracujú so zákonmi, nie proti nim.

Väčšinu dynamiky na zoznamovacích trhoch riadia dve hlavné meny: Ženy sú strážkyne sexu, muži sú strážcami záväzku. Ženy využívajú sexuálnu príťažlivosť, aby prilákali mužov a zabezpečili si ich záväzok. Muži využívajú prísľub záväzku, aby prilákali ženy a dostali ich do postele. Sú to meny, s ktorými obchodujeme, aby sme dostali to, čo chceme - sex a záväzok. Táto dynamika pochádza z nášho podvedomého programovania. Nie sú to nejaké prísne pravidlá, ktoré diktujú, ako každý muž a žena fungujú ako vedomé bytosti – máme jedinečné osobnosti a schopnosť prekonať tieto inštinkty – ale väčšina ľudí to nerobí. Väčšina mužov a žien beží na autopilotovi, ktorý riadi ich mozgy jaskynných ľudí bez toho, aby si to uvedomovali. To je dôvod, prečo sa tieto vzorce objavujú všade, nahlas, a zreteľne.

V ekonomickom kontexte sú sex a sexepíl primárnymi menami žien. Všimli ste si niekedy, že ženy majú tendenciu odmietnuť sex, aj keď ho chcú rovnako ako vy? "Dnes v noci s tebou nespím." "Žiaden sex do tretieho rande," alebo nejaké variácie týchto stratégií existujú aby sa uistili, že si ich skutočne vážite, a aby ste sa ich nevzdali príliš ľahko. Ženy sa dokonca navzájom hania za to, že sú príliš ľahké a odsudzujú sa ako pobehtice. Prečo? Pretože ak sa sex stane príliš dostupným, jeho hodnota na lokálnom trhu prudko klesne. Zamyslite sa nad tým, ako ženy využívajú svoj sexepíl na získanie postavenia alebo zdrojov. Fotky v bikinách na Instagrame, tance na pódiiach nočných klubov alebo sugar-daddy jednanie. Sú to vždy ženy, ktoré využívajú sexepíl, aby získali pozornosť, peniaze alebo vplyv.

Na druhej strane je tu záväzok. Pre ženy je záväzok od muža zlato. Množstvo kníh, filmov a televíznych relácií je nepriamo zameraných na ulovenie muža alebo na to, aby sa zamiloval a zaviazal. Spomeňte si na dievča, ktoré na vás tlačilo, aby ste vniesli do vzťahu viac vážnosti. Ženy túžia po záväzku, pretože predstavuje bezpečnosť, emocionálnu, fyzickú a finančnú. Ako ženy starnú a biologické hodiny začínajú tikať, tlak na získanie oddaného partnera je ešte silnejší. Preto je na tomto trhu váš záväzok pre ženy taký cenný, ako je pre vás ich sexepíl.

Keď zoznamovanie začnete vnímať ako ekonomiku, prestane to byť mäťúce. Uvedomíte si, že väčšina mužov a žien jednoducho funguje na základe týchto prastarých inštinktov. Kľúčom k úspechu na tomto trhu nie je bojovať s touto dynamikou, ale pochopiť ju a využiť ju vo svoj prospech. Venujte pozornosť vzorom okolo vás, ako sa ženy správajú ako strážkyne sexu, ako využívajú svoju príťažlivosť na zabezpečenie záväzku, a ako muži využívajú záväzok na získanie prístupu k sexu. Keď si tieto trendy začnete všimnúť, randenie vám už nebude pripadať také tajomné. Uvidíte trhovisko, a budete presne vedieť, ako sa v ňom orientovať, aby ste si v ňom takpovediac zarobili – inak si zarobia na vás.

Všetko, čo vám spoločnosť povedala o pritahovaní žien, je úplne nesprávne. Nebudem to sladiť, pretože načo by to bolo dobré? Keby väčšina mužov skutočne vedela, ako príťažlivosť funguje, zoznamovací svet by nebol plný frustrovaných chlapov, ktorí sa neustále čudujú, prečo nemôžu dostať späť správu. Skutočnosť, že väčšina mužov bojuje, je dostatočným dôkazom toho, že rady spoločnosti sú zlý vtip. Ale dovoľte mi odľahčiť to; nie je to vaša chyba. Nikto nám nedal návod na zoznamovanie. Väčšina z nás je uvrhnutá do úzadia a nemá nič iné ako kliše a zastarané rady, ktoré nás vedú. Ale tie nefungujú. Viera, že na to, aby ste prilákali ženy, musíte byť gentleman, správať sa milo, správať sa k nej ako k princeznej... Znie to povedome? Áno; nefunguje to. Za príliš málo sexu platíte príliš veľkým

záväzkom, robíte pre ňu príliš veľa a tým jej podvedomiu signalizujete nízku hodnotu, rovnako ako keby v obchode dostala za málo peňazí veľa tovaru. Výsledok? Bude si vás vážiť menej a zapamätá si vás ako jednu zo šmejdáckych toriet za euro.

Väčšina z toho, čo vám spoločnosť hovorí, je **úplný mýtus**:

Ženy nemajú rady sex. – Ak ste niekedy počuli tento nezmysel, dovoľte mi to hneď vyjasniť. Je to úplne falošné; ženy si sex užívajú rovnako ako muži, len si oveľa viac vyberajú, s kým si ho užívajú.

Komplimentami si ju získate. – Komplimenty vás nenechajú vyniknúť. Splyniete nimi. Keď každý chlap na ňu hádže frázy ako: "Si taká krásna," ona si nepomyslí: *Wow, on je jedinečný*. Hlavou jej prebleskne: *Oh, ďalší*.

Ženy uprednostňujú inteligentných mužov. – Tu je krutá realita. To, že ste chytrý, vás ešte nerobí príťažlivých. Mohli by ste mať doktorát z kvantovej fyziky, ale ak nedokážete vyvolať príťažlivosť, nebude sa starať o vaše daňové zručnosti ani o váš najnovší výskum. Ženy nepritahuje to, čo si myslíš – ale to, ako sa pri tebe cíti.

Milí chlapi končia poslední a hulváti dostanú všetky ženy. – Nie je to o tom byť milý alebo hulvát. Ženy priťahuje špecifické správanie, ktoré vyvoláva príťažlivosť. A hulváti často prejavujú tieto črty nevedome, ale môžete byť slušným chlapom a stále vyvolávať príťažlivosť. Všetko je o tom, ako sa správaš, nie o tom, či si milý alebo zlý.

Ženy sa starajú len o vzhľad. – Tento mýtus je taký smiešny, až mi z neho vrie krv. Ak by bol vzhľad jediným faktorom, nebolo by tu nespočetne veľa dobre vyzerajúcich chlapov, ktorí zápasia so zoznamovaním. Príťažlivosť ďaleko presahuje fyzický vzhľad a ženy často obetujú krásu muža na oltár životného štýlu alebo iných výhod.

Peniaze kúpia lásku. – Ak si myslíte, že rozhadzovaním peňazí vás bude mať rada, zamyslite sa znova. Určite by sa mohla držať pre výhody – ale to nie je príťažlivosť a emocionálna angažovanosť. To je obchodná transakcia.

Nikdy jej neodporuj. – Ak budete súhlasiť so všetkým, čo povie, nebude vás mať viac rada. Vďaka tomu budete vyzerat' slabý. Ženy si nevážia mužov, ktorí hľadajú ich súhlas na každom kroku. Stojte si za svojím, keď potrebujete.

Priateľstvo vedie k láske. – Toto je jedna z najväčších lží, aké nám kedy Hollywood predal. V reálnom živote, keď sa stanete najprv len jej priateľom, často sa dostanete priamo do obáwanej friendzone. Akonáhle ste tam, je takmer nemožné zmeniť to, ako vás vidí.

Ženy sú nerady oslovované mužmi. – To je polovičná pravda. Ženy nemajú rady, keď ich osloví hocikaják chlap, ale ak im prídete ako správny chlap, sebavedomý, zaujímavý a bez nervózneho skrytej snahy k niečomu ju dotlačiť, pozornosť uvítajú.

Zostaňte so mnou – pretože toto bola iba špička ľadovca.

Zastarané inštinky: Prečo sabotujeme vlastné vzťahy?

V súčasnosti sú spoločnosti obrovské, anonymné a mobilné – čo znamená, že odmietnutie nemá dlhodobé dôsledky. Problém je, že emocionálne reakcie na odmietnutie sa nemenia tak rýchlo, ako sa mení spoločnosť. Ak si v kmeni z doby kamennej vyznal lásku žene a ona ťa odpálila, mal si problém. Všetci by o tom vedeli, tvoja reputácia by klesla na úroveň muža, ktorý si nevie uloviť ani zajaca, a ostatné ženy by ťa začali ignorovať, lebo by nechceli byť tou, ktorá sa uspokojila s odmietnutým. Odpísaný na celý život. Ale dnes?

Strach z odmietnutia: Najväčšia zbytočná bolesť, akú si si kedy spôsobil

Dnes ťa niekto odpinkne a... A nič sa nedeje. Tvoje ego možno dostane facku, ale realita je taká, že nikto to nevníma. Napriek tomu však veľa mužov (a žien) prežíva odmietnutie akoby ich práve vylúčili zo spoločnosti. Tá bolesť je zastaraný inštinkt, ktorý nemá v modernom svete takmer žiadne opodstatnenie. Ak si myslíš, že ženy budú naozaj riešiť, či ťa niekto kedysi odmietol alebo šikanoval – nebudú. Starajú sa o tvoju súčasnú energiu, sebaistotu a to, ako sa im prezentuješ teraz. Ak si vyrovnaný a neberieš si minulé neúspechy k srdcu, nikto si ich ani nevšimne. Ak však stále nosíš na čele nápis "Som ublížený a odkopnutý," ženy to pocítia. Budeš im pôsobiť slabo, a slabosť nie je sexy. Takže tu je rada: nechaj minulosť minulosťou, emocionálne si reštartuj systém a pokračuj ďalej. Ak ti to pomôže, pusti si motivujúcu hudbu na slučku, ale hlavne si uvedom, že toto odmietnutie je len mikroškrabanec na tvojej ceste, nie koniec sveta.

Nepodľahni romantickej ilúzii, že niekto je nenahraditeľný. V praveku bola často konkrétna žena nenahraditeľná, a tieto podmienky nám zafixovali do mysle mechanizmy závislosti a idealizácie. Dnes je zoznamovací trh rozsiahly, môžeš si vyberať partnerku spomedzi tisícok a netáraj, že tá, ktorú si zhodou okolností spoznal medzi prvými, bola pre teba tá najlepšia zo všetkých existujúcich žien, ktoré môžeš spoznať.

Pamätáš si na tie staré páry, čo spolu vydržali od sedemnástich až do hrobu? Dnes je to už skôr rarita ako pravidlo. Kedysi si našiel niekoho vo svojej dedine, nemal si Facebook, Instagram ani nekonečný prísun atraktívnych ľudí na každom rohu. Vtedy si si povedal: "Okej, je to dobré, ideme do toho," a hotovo. Dnes?

Rozptýlená príťažlivosť a nerealistické očakávania

V dobe internetu a nekonečných možností sa často stretávame s fenoménom "paradox voľby" – čím viac možností máme, tým ťažšie sa rozhodujeme. Evolučne sme nastavení na výber partnera v obmedzenom prostredí, kde väčšinu života trávim s rovnakými ľuďmi. Tvoje podvedomie skenuje priestor a hľadá "lepšiu možnosť" a keďže žijeme vo vizuálnom pretlaku, sem-tam zazrieš niekoho, kto je absolútne mimo tvojho dosahu, ale inštinkt ťa klame, že nie je úplne nemožné ho získať. Evolúcia totiž nepočítala s tým, že raz budeš môcť vidieť stovky dokonale upravených ľudí denne, ktorí ti len tak zmiznú v dave alebo na displeji mobilu.

Výsledok? Tvoje podvedomie rozdrobí tvoj sexuálny záujem medzi množstvo možných, ale nedosiahnuteľných cieľov a na konci dňa si emocionálne vyčerpaný, nespokojný a tvoj reálny vzťah slabne. Partnerstvá sú dnes rozkolísané nielen kvôli zmenám v spoločnosti, ale aj kvôli tomu, že náš mozog stále beží na softvéri spred tisícok rokov. Niektorí z nás to pochopia a pokúsia sa svoju príťažlivosť aspoň trochu racionalizovať, ale hádaj čo? Nie si robot a ani tvoja partnerka nie. A ak si myslíš, že stačí ovládnuť svoje inštinkty, čaká ťa nepríjemné prekvapenie – ona to neurobí; nechce sa ešte viazať, kým nevyskúša všetko, čo môže (tzv. FOMO - Fear Of Missing Out). Takže, čo s tým? Zníž svoje vlastné inštinktívne očakávania a namiesto bezduchého hľadania "dokonalejšej možnosti" sa zameraj na to, čo je reálne prítomné v tvojom živote.

Ešte stále si myslíš, že ak jej dáš všetko na zlatom podnose, začne si ťa viac vážiť? Myslíš si, že keď sa obetuješ a dáš jej ochotne čo potrebuje, budeš v jej očiach najlepší partner? Chyba. Veľká chyba. Logika "poskytovateľa" fungovala v časoch, keď muži rozhodovali o reprodukcii a iní muži oceňovali tvoj prínos pre ich komunitu. Ak si bol dobrý lovec a všetkých si nasýtil, kmeň ťa odmenil rešpektom a pomohol ti rozmnožiť sa; otec ti dal svoju dcéru. Na tom bol postavený náš mužský inštinkt, že odovzdávanie zdrojov umožňuje rozmnožovanie. V dnešnej dobe patriarchia už nekontroluje reprodukciu, kontrolujú ju ženy. Ony rozhodujú o tom, s kým budú a koho budú ignorovať. A ich pohľad na "poskytovateľa" je úplne iný.

Good hunter delusion: Prečo by si nemal byť dobročinný balík pomoci

V evolučných podmienkach bola hodnota partnera viac odvodená z dostupnosti jeho schopností; dnes je odvodená z ich nedostupnosti. Muži hľadajú sex, ale túžia po žene, ktorá im ho nedá lacno – ženy hľadajú záväzok, ale túžia po mužovi, ktorý záväzok neponúka bez selekcie. V modernej dobe sa atraktivita odvodzuje nie od toho, čo človek dá, ale od toho, čo si necháva, čím signalizuje sociálnu hodnotu. Každý akt dávania je stratou vyjednávacej pozície. Je to ako aukcia, kde nie výhra, ale ochota nevyhrať zvyšuje hodnotu ponuky.

Aby mala záujem niekedy zlúčiť svoje gény s vašimi, musí vidieť, že vaše investície idú do vášho vlastného podniku a domova, že stojíte za svojím a neodovzdáte sa nikomu vrátane nej, kým si naozaj nezaslúži vstúpiť do vašej bubliny záujmov. Rozhodne by ste ju nemali umiestňovať vysoko skôr než sa o to nebude zaujímať ona sama. Dovoľte jej, aby bola na vás trochu našťavaná, že jej veľa neslúžite. Uvidí, že sa nevzdávate toho, čo máte, ostatným, že nie ste zvyknutí odovzdávať svoju korisť len tak ako gepard levom. Ak naopak žena vidí, že svoje zdroje a energiu rozdávaš príliš skoro a príliš ľahko, čo si o tebe pomyslí? *"Hmmm, takže on rozdáva svoje zdroje hocikomu? Asi to nie je až tak hodnotný samec..."*

Keď sa snažíš "zaslúžiť si" jej pozornosť, v skutočnosti znižuješ svoju vlastnú hodnotu v jej očiach. Namiesto toho musíš vytvoriť pocit, že máš niečo cenné – svoju pozornosť, energiu a zdroje – ale neponúkneš ich len tak hocikomu. Musí mať pocit, že ty si ten, kto rozhoduje, komu čo dáš. Musí cítiť, že existuje "paradise zone" za tebou, do ktorej môže vstúpiť len vtedy, keď sa sama rozhodne investovať. Príťažlivosť rastie keď žena vidí, že musí bojovať o pozornosť muža, rovnako ako u teba keď vidíš, že treba bojovať o ňu.

Ak sa budeš pre ňu obetovať bez reciprocity, skončíš ako "milý chlap," ktorý ju nezaujíma. Takže nabudúce, keď budeš mať nutkanie jej všetko dávať ešte predtým, než ukáže reálny záujem, zastav sa. Ak jej dáš pocit, že musí bojovať o tvoju pozornosť, jej príťažlivosť k tebe len porastie. Nejde však len o manipuláciu, nejde o to "hrať hru", ale skutočne byť niekým, kto má hodnotu, inak sa taktiky rýchlo rozpadajú, pretože sú iba povrchové.

Historicky bolo partnerstvo predovšetkým stratégiou prežitia. Ak ste žili v starovekej osade, sám ste to ďaleko nedotiahli – potrebovali ste niekoho, kto by s vami obrábal pole, staral sa o deti a možno vás v noci bránil pred divou zverou alebo zdanlivo neškodnými susedmi. Láska bola skôr funkčný mechanizmus než romantická utópia. Lenže dnes?

Láska v dobe komfortu: Posunutá dynamika romantiky

Vďaka modernej ekonomike, sociálnym istotám a technologickej nezávislosti už nikoho nepotrebujeme na prežitie. Potrebujeme ich len pre spoločné Netflix večery a občasné emočné záchvaty. Iní muži si nedovolia ženu zneuctiť ako tomu bolo naprieč históriou, ktorá formovala našu psychiku. Zmizla existenčná núdza, ktorá kedysi lásku spevňovala, a tým pádom sa mení aj jej charakter.

Psychológia to vysvetľuje jednoducho: vzťahy sú najstabilnejšie, keď v nich existuje pocit vzájomnej závislosti a ak sa partneri nepotrebujú, ich vzťah je krehkejší – nie preto, že by si menej rozumeli, ale preto, že sa môžu kedykoľvek rozísť bez existenčných následkov. V dobe, keď si každý môže objednať jedlo na donášku, spotrebičmi vykonať domáce práce a pustiť si ASMR namiesto emocionálnej podpory partnera, je otázne, načo vlastne dlhodobé vzťahy slúžia.

Tento proces neznamená, že láska zomrela – transformovala sa. Kým kedysi bola nevyhnutnosťou, dnes je luxusným produktom s absurdne vysokými očakávaniami. Nehľadáme už len spoľahlivého životného partnera, ale duchovného guru, emocionálnu podporu, najlepšieho priateľa, milenca a motivátora v jednom.

A ak tieto funkcie nenapĺňa, ľahko ho nahradíme – veď prežiť dokážeme aj sami. Ako to môže muž zvrátiť? Ak už láska nie je o prežití, muž nemôže byť len "prakticky užitočný". Ženy už nehľadajú len ochrancu a poskytovateľa, ale emocionálnu a intelektuálnu hodnotu. To znamená, že muž sa musí stať nepostrádateľným iným spôsobom – tým, že vytvorí psychologickú potrebu.

Staň sa zdrojom emócií – V dobe, keď ženy nemusia byť s nikým zo zúfalstva, musia chcieť byť s tebou. A to sa nestane, ak si iba "dobrý chlap". Potrebujú emócie – vášeň, výzvu, dynamiku. Ak si len ďalší "bezpečný a milý" typ, ženy ťa ocenia ako kamaráta, ale nebudú po tebe túžiť.

Ponúkaj to, čo si nemôžu kúpiť – Ak si len poskytovateľ peňazí, je to slabá stratégia. To zvládnu aj samy. Ale ak im ponúkneš životný štýl, skúsenosti a perspektívu, ktorú samy nemajú, získaš unikátnu hodnotu. Chlap, ktorý ich vtiahne do vzrušujúceho sveta, bude mať oproti ostatným náskok.

Buď ten, koho nechcú stratiť – Namiesto toho, aby si bol nevyhnutnosť, musíš byť voľba, ktorú by nikdy dobrovoľne neopustili. To znamená, že musíš mať hodnotu sám o sebe, nielen ako doplnok k ich životu. Vybuduj si vlastnú identitu, ambície a svet, do ktorého budú chcieť patriť. Prestaň sa prispôbovať ich životu – vytvor svoj vlastný. Muži, ktorí sa len snažia zapadnúť do ženského sveta a vyhovieť každému ich rozmaru, sa nikdy nestanú vzácnymi. Buď ten, kto určuje smer a priťahuje tým, že má vlastnú víziu.

Ak máš pocit, že si v modernej dobe stratil výhodu, nie si špeciálny prípad. Inštinkty nás všetkých sa nestíhajú adaptovať na to, ako sa hra zmenila. Závislosť z núdze je z lásky preč a sladké starostlivé dievčatá budú čoraz zriedkavejšie a hodnotnejšie (ako aj sexuálne zmyselní chlapci).

Ale závislosť z túžby je stále reálna. A ten, kto ju dokáže vytvoriť, vyhráva.

A týmto uzatvárame našu výpravu do sveta najkľúčovejších zastaraných inštinktov. Ak si si niečo odniesol, tak nech je to toto: nežijeme už v kmeni, odmietnutie je dnes len dočasný šum a najlepšia investícia do ženy je tá, ktorá prichádza až vtedy, keď si ju zaslúžila sama. Buď adaptovaný muž so starými inštinkтами pod kontrolou – a sleduj, ako sa ti začne dariť.



Porno: Zlodej potenciálu

Treba konfrontovať slona v miestnosti. Pravidelné sledovanie porna významne ovplyvnilo moderné zoznamovanie, a pokroky vo virtuálnej realite túto deformáciu ešte drastickejšie umocnia. Cena sexu na zoznamovacom trhu prudko klesá oproti minulosti, ktorá formovala našu psychológiu. To prináša odlišné dôsledky pre mužov podľa ich vzťahu k pornu:

Muž, ktorý porno sleduje len zriedka, si zachováva silnejší hlad po reálnych vzťahoch. Pri jeho kŕmení čelí dobrým aj zlým správam.

Začnime dobrými: Jeho túžba vyvoláva žene jej vlastnú. O ženy je menšia reálna konkurencia, keďže mnoho chlapov stráca záujem v dôsledku porna. To ženy ovplyvňuje výrazne menej a keď nájdu vhodný cieľ, ich sexualita sa aktivuje veľmi intenzívne.

Teraz tie zlé správy: Muži nesúťažia len proti iným mužom, ale aj proti modernej autonómii. Ženy necítia stratu túžby, ale namiesto toho majú dojem, že všetci sú nudní, čudní a nikto nie je dost dobrý. Vo výsledku je tak oproti tradičným kultúrnym očakávaniam dnes ľahšie mať so ženou sex, ale ťažšie s ňou vytvoriť trvalé puto. Výskum ukazuje, že mladé ženy zväčša preferujú objavovanie a strácajú záujem o dlhodobý vzťah skôr.

Muž, ktorý porno naopak sleduje často, si vytvára odlišnú dynamiku: keďže sex dostáva v jeho iluzórnej forme zadarmo, nie je až tak ochotný zaň platiť záväzkom. Zároveň však sexuálne utiahnutý muž môže byť ochotnejší investovať do ženy – nie preto, že by po nej silno túžil, ale preto, že túži po blízkosti, ktorú mu pornografia pri súčasnej úrovni technológie nedá.

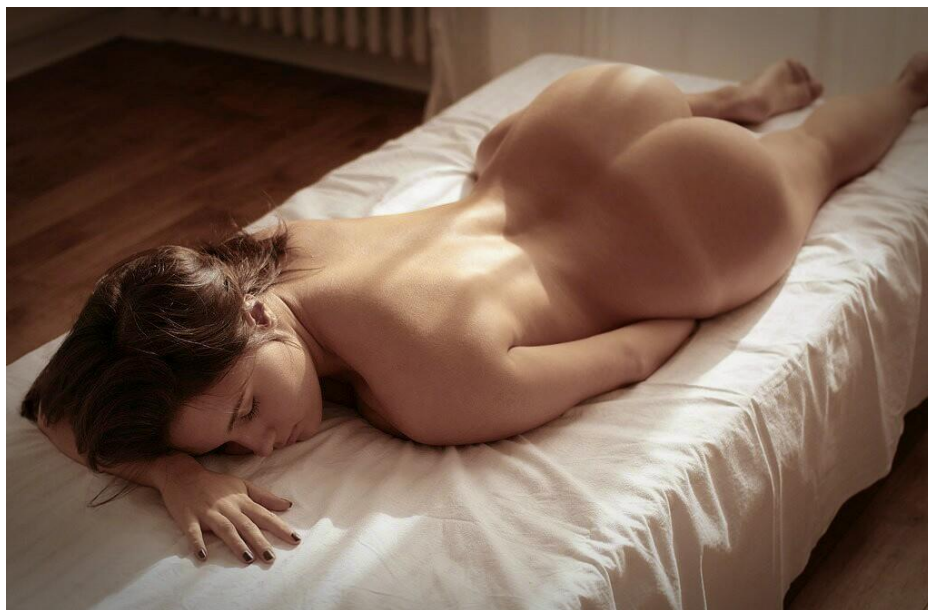
Tento rozpor pôsobí dezorientujúco aj na ženy. Ženský podvedomý aparát bol evolučne formovaný v prostredí, kde mužský sexuálny záujem bol jasným signálom hodnoty a pripravenosti investovať. Ak dnes žena čelí mužovi, ktorý ju chce, ale nie "sexuálne dostatočne", jej psychika zažíva konflikt: vníma jeho slabú motiváciu ako signál jeho nízkej hodnoty (pretože investuje bez primeraného dopytu), ale zároveň sa nestretáva so žiadnym tlakom. Takýto muž nevyvoláva túžbu, ale ani hrozbu – čo môže byť v realite výhodné, no v jej podvedomí to vyvoláva zmätok. Jej mozog sa nevie rozhodnúť, či ide o hodnotného partnera, ktorý je žiadaný a má sex kade tade, alebo o low-value beta investora, ktorého nevzrušuje.

Táto nevyváženosť si vyžaduje vedomú optimalizáciu; zo strany oboch o určité obnovenie funkčnosti systému dopamínovej motivácie. Ak je totiž masturbácia muža častá a sprevádzaná sledovaním porna, dochádza k nadmernej stimulácii dopamínového systému. To môže spôsobiť zníženú citlivosť na bežné odmeny, takže bežné aktivity sa zdajú menej uspokojujúce, tiež zvýšenú potrebu silnejších stimulov ako extrémnejšie porno alebo častejšia masturbácia – ale hlavne zníženú motiváciu pre reálne vzťahy, pretože porno poskytuje ľahší dopamínový hit bez sociálneho úsilia. Muž môže sexuálne uspokojovanie vnímať ako metódu dočasného vyplavenia núdze a podpory racionálneho myslenia – no chronické uspokojovanie vedie k presnému opaku, jasnému úpadku systematického konania, podobne ako scrollovanie.

Dopamín sa neviaže priamo na potešenie, ale kóduje podnety na predikciu odmeny. Ak niečo nečakane fungovalo (napr. klikneš na porno a dostaneš silný zážitok), dopamín vystrelí a mozog to označí ako "super dôležité, opakuj". Tento feedback loop môže viesť k behaviorálnym závislostiam, aj keď pôžitok z daného správania postupne klesá – čo je základný paradox závislosti: "Chcem to, ale už

si to neužívam." Odmeňovací systém sa časom adaptuje na novú úroveň stimulov, ktorá, ak prichádza bez behaviorálneho rastu, je kontraproduktívnou závislosťou, ktorá tvoje šťastie zvyšuje len krátkodobo, a ktorá ho fixuje na správanie, ktoré ho obmedzuje dlhodobo.

Problém je viazanie očakávania odmeny k umelým stimulom, kedy muž masturbuje na ilúziu vlastnej kompetentnosti bez korekcie spätnou väzbou ženy. Myšlienka nie je potlačiť sexualitu, ale rekontextualizovať ju: vrátiť spätnú väzbu a neistotu do systému ako zdroj rastu. Riešením nie je obmedzenie masturbácie, je ním obmedzenie porna. Vráťane jeho light verzií ako sú nudesky, pretože všetky návyky, pri ktorých mozog upadá na nízkonákladový režim diváka, odmeňujú len vnútornú odozvu bez nutnosti konať a menia dopamín na púhe sedatívum, podkopávajúc funkčnosť systému prirodzenej motivácie.



Zbavuj sa intenzívnych umelých stimulov a využívaj viac svoju fantáziu spojenú s reálnymi ženami, najlepšie konkrétnymi zážitkami alebo túžbami, ktoré zahrňajú kontext a osobnosť, nielen vizuálny podnet. Keď si pred obrazovkou a dostaneš naliehavé nutkanie, počkaj 90 sekúnd. Podľa behaviorálnych štúdií trvá akútny impulz práve toľko. Ak vydržíš, mozog presmeruje pozornosť. Nestačí len "myslieť na niečo iné", treba sa zamestnať činnosťou, ktorá aktivuje tvoj prefrontálny kortex. Dopamínový reštart môžeš podporiť suplementáciou L-Tyrozínu a Rozchodnice Ružovej. Ale zo všetkého najdôležitejšie: vystavuj sa prítomnosti živých slečien, pretože bez nich budeš starým návykom stále podliehať.

Prečo sa na to všetko nevykašľať a neuspokojiť sa s pornom?

Pretože úspech u dievčat nie je a nemal by byť chápaný len ako finálny prísľub po zlepšení osobných návykov; jeho pretrvávajúca prítomnosť je vitálnou efektívnou motiváciou kontinuálneho sebarozvoja muža vo všeobecnosti. Je silou posúvajúcou chlapčenské záujmy na vyššiu úroveň. Chlapské záujmy – tie zostanú a majú zostať hlavným objektom tvojich technických snáh – nie ženy samotné. Ako raz pochopíš, a čím skôr tým lepšie, vtiahnutie žien do života nesúvisí s odsunutím seba nabok, ale naopak s prijatím sexuálnej stránky svojich záujmov a zvýšením stávky.

Muž, čo nesleduje porno, sa javí na modernom zoznamovacom trhu ako Ježiš v klube techno hudby: nikto mu neverí, ale niečo na ňom je divne magnetické: je naladený na realitu, pozornejší k bežným veciam, udržuje lepší očný kontakt, hlbšiu prítomnosť, zreteľnú motiváciu – a to v prostredí, kde je veľa mužov znecitlivených, vyvoláva dojem autenticity a lepšej schopnosti viesť. Toto sú presne tie podstatné kvality, ktoré moderní muži so zničeným dopamínovým systémom nedokážu vierohodne simulovať.

Sociálne siete simulujú sociálne vzťahy, videohry iba simulujú dosiahnutie veľkých úspechov a videá pre dospelých iba simulujú sexuálny život, ale napriek tomu všetky tieto aktivity uvoľňujú v tele obrovské množstvo dopamínu, akoby ste to všetko skutočne zažívali. Celá rada týchto vecí nie je vaša chyba. Stojíte proti technologickému kolosu, ktorý pomocou neurovedných poznatkov vytvára aplikácie a produkty tak, aby vašu pozornosť udržali nad čímkoľvek iným.

Sila človeka vyhnúť sa únikom z reality nie je len o individuálnej prosperite, všeobecne definuje budúcnosť uvedomelých. Ak populácia nedokáže obmedziť superstimuly a udržať populačnú krivku, vzniká civilizačný selekčný tlak v prospech kultúr, ktoré obmedzujú slobodu – a nielen porno. Ak nie sme schopní rozmnožiť sa, alebo ovplyvniť spoločnosť v prospech rozmnoženia takých ako sme my, potom takí ako my vymrú. Náhla autonómia povedie k evolučným slepým ramenám, kde sa stimulovaná nezávislosť bez dostatočnej systémovej pomoci pracujúcim matkám a otcom zmení na vyľudnenie. To je nakopávač pre tých, ktorým nie je ľahostajný väčší obraz.

Od vzťahov však nemôžete mať nereálne očakávania, inak sa rýchlo sklamete a zase sa naplno vrátite k porno. Tu sú tri najvýznamnejšie negatívne faktory, s ktorými musíte rátať:

Za prvé, moderné ženy majú podobný problém – tiež stimulujú svoje senzory atraktivity prostredníctvom digitálneho obsahu, ktorý, hoci nie je priamo sexuálny, pôsobí ako ich verzia porna, ktorá im poskytuje emocionálnu stimuláciu. Keď má dievča nízky dopamín, zvykne pôsobiť apaticky, nezainteresovane a bez energie, čo sa prejavuje v nezáujme o nové skúsenosti a pasívnom správaní. Môže mať problémy s vytváraním emocionálneho kontaktu alebo pôsobiť menej sebavedomo. Celkovo býva ťažšie nadviazať hlbší vzťah alebo vzbudiť jej záujem.

Za druhé, rozšírenie zoznamovacieho trhu za posledné desaťročia viedlo k destabilizácii vzťahov. Keď každý dostáva čo chce príliš ľahko alebo príliš ťažko, stratí záujem, takže obaja partneri skúšajú ako mať navrch popri zachovaní záujmu druhého – to je bežná emocionálna ťahanica v partnerstve, ktorá býva návykovým zdrojom zábavy. No ak človek príliš verí, že má možnosti, že má na viac, jeho prispôbovanie sa záujmom druhého klesá toxicky – [vzdá sa prejavu úprimných citov](#) aby nestratil spoločenský status – ale od druhého inštinktívne očakáva zachovanie záujmu, aké by bolo bežné v malých komunitách našich predkov. Tento tragikomický rozpor pramení z kultúrnej zmeny, kvôli ktorej je atraktivita v očiach zvyšku spoločnosti pre mnoho žien podstatnejšia než udržanie záujmu konkrétneho partnera. Tieto dva sú nevyhnutne v rozpore a nejde len o svokru a kamarátky, ale aj o zvýšenú prítomnosť iných potenciálnych partnerov v mestách a na sociálnych sieťach. Tento nesúlad kultúry a biológie plodí frustráciu, konflikty medzi pohlaviami a nárast jednotlivcov, ktorí ostávajú mimo tradičných vzťahových rámcov. Ak hľadáš dlhodobú známosť, tieto nezdravé dynamiky – typické s najatraktívnejšími dievčatami – obmedz na minimum.

A za tretie, industriálna revolúcia narušila tradičné rodové roly. Ženy sa často cítia preťažené pracovnými povinnosťami a podvedome očakávajú, že muž bude dostatočne schopný a zabezpečený, aby ich od tejto záťaže oslobodil. Muži zas vnímajú absenciu starostlivého zázemia od domácej partnerky. Stereotypné roly tvoria majoritu našich preferencií, no funkčne je výhodné aby obaja prebrali niektoré tradičné rodové roly toho druhého (muž kuchár, žena vodička), a táto funkčná výhodnosť sa pomaly stáva novou definíciou toho, čo je považované za sexi.

Dnes často ani nevieme, čo nás skutočne priťahuje, pretože na rozdiel od reálneho kontaktu nám online fantázie nedávajú spätnú väzbu. Naša sexualita sa stáva čoraz viac introspektívna, oddelená od reality. Kým nevstúpiš do kontaktu s reálnymi ženami, nevieš, aký typ dynamiky ti vyhovuje. Neuvidíš, čo v tebe prebudí túžbu a rešpekt zároveň. Čo tvrdíme často nezodpovedá tomu, čo naozaj chceme. Až reálna interakcia – aj keď bude neistá, trápna či neusporiadaná – ti dá skutočnú odpoveď. A ak zotrváš vo svojom hľadaní, nájdeš tú, s ktorou to bude krásne – alebo aspoň lepšie, než [mat' len porno](#), čím sa spätne viac než splatí vliata energia.

Takže pamätajte:

Chcete mať dopamín vysoký; ale naviazaný na činnosti, ktoré skutočne chcete robiť.



Porovnanie muža s a bez porna

Parameter	Porno často	Porno zriedka
Dopamínová citlivosť	Znížená	Zvýšená
Motivácia pre reálny kontakt	Nízka	Vysoká
Ochota investovať do vzťahu	Vysoká, ale bez túžby	Vyvážená
Vnímaná hodnota ženou	Nízka (nezáujem + ústupky)	Vyššia (záujem + limity)
Reálna konkurencia	Vysoká (pasívni rivali)	Nízka (aktívni rivali menej často)
Riziko frustrácie	Nízke	Vyššie (ak nenájde ventil)



Porovnanie kultúrnej regulácie sexuality

Kultúra	Regulácia sexuality	Pôrodnosť	Obmedzenie osobnej slobody
Tradične náboženská	Represívna, kontrola správania, segregácia pohlaví	Vysoká	Vysoké (externé, priame)
Moderná liberálna	Deregulovaná, ale vysoko stimulovaná mediálne a trhom	Nízka a klesajúca	Skryté (cez trh a algoritmy)
AI-riadená spoločnosť	Behaviorálne optimalizovaná, bez represie, s motivačným dizajnom	Stabilná až rastúca	Nízke (cez inteligentné usmernenie)

Atraktivita: Čo je pre ženy podstatné?

Vitajte v časti nášho teoretického dobrodružstva, ktorú by sme mohli nazvať "výpravou cez púšť s ropnými ložiskami" – je nudná, neposkytuje žiadne rýchle triky, no ak ju preskočíte, nikdy skutočne nepochopíte, prečo ženy reagujú tak, ako reagujú. Môžete síce ovládať techniky na prvotné očarenie, ale v dlhodobom vzťahu sa vám všetko môže zrúcať. Prečo? Pretože vaše správanie nebude vychádzať z vášho vnútra – bude len naučenou maskou. A ženy to vycítia.

Takže sa teraz na chvíľu zastavíme, aby sme "založili ropný vrt" a pozreli sa pod povrch správania. Rozoberieme si sedem vnútorných vlastností, ktoré ženská intuícia vyhľadáva, aj keď im na nich priamo nezáleží. Ženy totiž nereagujú na samotné "vlastnosti" ako také – aby žena spoznala, že máte tieto črty, nebude sa vás pýtať priamo, ani jej jednoducho neodpoviete. Namiesto toho vykážete sériu správania, ktoré jej umožní vnímať vašu osobnosť. Tak funguje psychológia: úsudky si tvoríme na základe pozorovateľného prejavu. Ak sa správate sebavedomo, budú vás vnímať ako sebavedomého, hoci by ste vnútorne bojovali.

Tento princíp tvorí základ celej logiky sebazdokonaľovania. Najskôr prichádza pochopenie, to vedie k občasnej zmene správania až sa opakovaným správaním mení samotná osobnosť. Najprv som chcel, aby sa celá teória sústredila iba na druhy správania. Ale tomuto efektu možno ísť oproti cez priame prijatie atraktívnych vlastností. Spojením vonkajšieho prejavu a vnútornej orientácie vzniká konzistentnosť – a práve tú ženy intuitívne čítajú ako pravosť, prirodzenosť, charizmu.

Preto je táto kapitola dôležitá. Nie praktická v bežnom slova zmysle, ale kľúčová, ak sa chcete prestavať zvnútra – nie len večne imitovať atraktívneho muža, ale stať sa ním. Ak vás teda zaujíma, ktoré kvality ženské inštinkty prirodzene rozoznávajú a ako ich internalizovať ako vašu novú druhú prirodzenosť – čítajte ďalej.

ATRAKTIVITA 1: BUĎ MASKULÍNNY

Bez ohľadu na jej kariéru, prvoradý biologický cieľ ženy je nájsť si správneho muža, ktorý je silný, sebavedomý a dokáže jej poskytnúť stabilitu a bezpečie. Krásne feminínne ženy prirodzene inklinujú k suverénnym maskulínnym mužom. Príťahuje ich to, čo by niektorí mohli označiť za "skutočného muža". Hľadajú partnera, ktorý ich ochráni, je dominantný a vedie s istotou. Muž, ktorý pevne stojí vo svojej úlohe hlavy rodiny, je psychicky odolnejší ako ona a je asertívnejší. Ženy túžia po mužovi, ktorého sebavedomie je neochvejné. Niekom, kto nie je otrasený a necíti sa byť nedostatočný bez ohľadu na to aká ohromujúca alebo inteligentná môže byť. Muž, ktorý sa neskloní pred zastrašovaním, ale prijme svoju rolu vodcu. Prevezme opraty iniciovať chvíle intimity a viesť dynamiku medzi nimi.

Príťažlivosť je poháňaná polaritou, nepopierateľným ťahom medzi maskulinitou a femininitou. Tieto protichodné sily pôsobia ako magnety a vytvárajú dynamickú iskru. Čím viac sa muž opiera o svoju mužnosť, tým je jeho príťažlivosť pre feminínne ženy silnejšia. Rovnako, čím viac žena prijíma svoju

ženskost', tým je pre mužov neodolateľnejšia. Pochopením tejto dynamiky ju môžete využiť na vybudovanie maximálnej príťažlivosti.

Keď hovoríme o maskulinite a femininite, máme na mysli spektrum vlastností a správania, ktoré definujú podstatu bytia muža a ženy. Tieto vlastnosti sú hlboko zakorenené v tom, ako nás formuje spoločnosť. Počuli ste už niekedy, že chlapcovi povedali, aby prestal plakať ako dievča, alebo pokarhali dievča za to, že je príliš panovačné? Tieto momenty odrážajú, ako je určité správanie tradične spojené s pohlavím. Aj keď to nie je o prísnom odmietaní vlastností, ako sú emócie u mužov alebo vodcovstvo u žien, je nepopierateľné, že spoločnosť podporuje emocionálnu otvorenosť u žien a vodcovstvo u mužov.

Spoločenské normy nie sú podstatné, ide tu o fakt, že pokiaľ dôjde na príťažlivosť, muži, ktorí sú príliš emotívni, majú tendenciu skôr odpudzovať ako priťahovať. Podobne žena, ktorá sa snaží byť stoická a nevýrazná, pravdepodobne neuchváti. Namiesto toho žena, ktorá dovoľuje svojim emóciám, radosti, nervozite alebo vzrušeniu žiarit', vytvorí auru príťažlivosti. U muža je zase rozvaha a vedenie interakcie nevyhnutné. Ženy vo všeobecnosti považujú za znepokojujúce, keď sa muž zdá neistý a pasívny, zatiaľ čo na žene je to príťažlivé. Podobne, muži sa často cítia oslabení, keď žena dominuje v interakcii so zjavne mužskou energiou.

Ak ste muž, ktorého cieľom je prilákať feminínne ženy; mäkké, citlivé a starostlivé, kľúč spočíva v umocnení vašich mužských črt'. Čím viac vyžarujete silu, sebavedomie a asertivitu, tým príťažlivejšie budete pôsobiť. Podobne, príjemné, láskavé a emocionálne otvorené ženy v očiach muža vždy presvietia hlučné, agresívne, dominantné konkurentky.

Záleží na polarite a jej pochopenie môže byť najsilnejším nástrojom na dosiahnutie príťažlivosti. Protiklady sa priťahujú, ale prečo je táto dynamika taká silná? Doplnenie vlastností zabezpečuje funkcionality partnerstva a efektívne rozdelenie úloh.

No hlbšia odpoveď spočíva v špecifickej súhre reprodukčného potenciálu a genetickej hodnoty. Zvážte evolučné tlaky, ktorým ľudia čelili – ženy nesú obrovskú zodpovednosť za nosenie dieťaťa celých deväť mesiacov, počas ktorých musia zostať zdravé a chránené pred okolím. Táto biologická realita sformovala príťažlivosť žien k sebavedomým silným a dominantným mužom, ktorí dokážu poskytnúť dlhodobé bezpečie a ochranu ako jej, tak jej budúcim potomkom.

Mnohí muži toto vôbec nechápu. Usudzujú, že ženy sú primárne vizuálne motivované, mylne premietajú svoje vlastné štandardy príťažlivosti – fyzický vzhľad – na ženy, bez toho, aby si uvedomili, že jej skutočne záleží na emocionálnom vplyve. To, aký dáva muž žene pocit, je to, čo ju priťahuje. Silný dominantný muž, ktorý vyžaruje pocit bezpečia, prirodzene zvyšuje inštinkt dôvery u ženy, že ich potenciálne potomstvo bude prosperovať. Nemusí byť "krásavec". Coach randenia Mark Manson to perfektne zhrňa v Modeloch: "Pre väčšinu žien je skutočne sebavedomý muž ako žena s dokonalými prsiami a nádherne vyrysovaným zadkom. Pre ženu je muž bez sebadôvery ako muž s najhorším dychom a chýbajúcimi zubami." Drsné? Iste; ale bolestne presné.

Teraz otočme pozornosť. Prečo sú muži tak uchvátení ženským vzhľadom? Pretože fyzické vlastnosti poskytujú najjasnejšie ukazovatele genetického zdravia a reprodukčného potenciálu. Mužov

prírodzene priťahuje mladosť, symetria, čistá plet', zdravé vlasy a nechty, pevné prsia, široké boky a ďalšie znaky plodnosti. Tieto vlastnosti signalizujú schopnosť ženy rodiť a vychovávať zdravé deti, a preto je fyzická krása taká ústredná pre mužskú príťažlivosť.

Tento evolučný rámec pomáha vysvetliť nielen to, čo muži a ženy považujú za atraktívne, ale aj to, prečo tieto preferencie existujú. Mužnosť, vlastnosti ako sila, dominancia a vodcovstvo signalizujú mužovu schopnosť chrániť a poskytovať, vďaka čomu je pre ženy príťažlivý. Ukazovatele ženskosti, mladosti, zdravia a plodnosti signalizujú schopnosť ženy úspešne rodiť deti, čo ju robí príťažlivou pre mužov.

Ako muž je vašim najsilnejším nástrojom príťažlivosti to, ako sa pri vás žena cíti. Silní sebavedomí muži vyvolávajú pocity bezpečia a istoty, aktivujú vrodené mechanizmy príťažlivosti ženy. To je dôvod, prečo takzvaní milí chlapci často nedokážu vzbudiť romantický záujem. Iste, môžu spôsobiť, že sa žena bude cítiť pohodlne alebo dokonca ocenená svojimi darmi a komplimentami, ale pohodlie nie je atraktivita. V skutočnosti môže prílišná ústretovosť signalizovať slabosť, ktorá je opakom toho, čo žena hľadá u partnera. Aj keď je toto vnímanie v kontexte doby nesprávne, nezáleží na tom. Príťažlivosť je o inštinkte, nie o rozume. Ženy sú biologicky naprogramované tak, aby uprednostňovali mužné črty pred povrchnými jemnosťami.

Reprodukčné úlohy mužov a žien túto dynamiku ešte viac posilňujú. Akonáhle je žena tehotná, jej potreba fyzického prínosu muža je v podstate úplná, a muž je naďalej závislý na tele ženy, aby niesla, rodila a vychovávala jeho potomstvo. Tieto biologické skutočnosti tiež vysvetľujú, prečo sa starší muži často dávajú dokopy s mladšími ženami. Reprodukčná hodnota žien je spojená s ich mladosťou a plodnosťou, zatiaľ čo u mužov sa môže s pribúdajúcim vekom naopak zvyšovať, keď hromadia zdroje, stabilitu a skúsenosti, teda vlastnosti, ktoré sú v súlade s evolučnou potrebou žien po istote.

Príťažlivosť medzi pohlaviami sa točí okolo základnej sexuálnej dynamiky mužskosti a ženskosti, ich polaritu. Predstavte si to ako magnetický ťah medzi dvoma protikladmi, z ktorých každý prosperuje vďaka svojim prirodzeným rozdielom. Pravdou je, že táto polarita nielen formuje príťažlivosť, ale aj ju udržiava. Bez nej strácajú vzťahy iskru, často sa stávajú nudnými alebo priam neudržateľnými. Dokonca aj vo vzťahoch osôb rovnakého pohlavia alebo v scénároch, kde sa tradičné rodové roly obracajú, je v hre rovnaká dynamika. Jeden partner stelesňuje viac mužskej energie a druhý viac ženskej. Táto rovnováha, alebo jej nedostatok, určuje magnetickú príťažlivosť vzťahu. Bez polaritu príťažlivosť zmizne.

Takže, čo to pre vás znamená? Jednoducho povedané, vašou úlohou je stelesniť silu a mužnosť. Ako muž je na vás, aby ste prevzali vedenie, od počiatočného prístupu, plánovania dátumov, rozhodovania a dokonca aj iniciovania fyzickej intimity. Dynamike sa darí, keď s istotou vstúpite do svojej úlohy vodcu, najmä v počiatočných fázach vzťahu. Rovnako ako sa muži cítia posilnení a energickí prijatím svojej mužskosti, ženy sa cítia neskutočne sexi, keď môžu naplno prijať svoju ženskosť. Ženy prirodzene inklinujú k mužom, ktorí prevezmú zodpovednosť, pretože im to umožňuje uvoľniť sa, relaxovať a úplne sa ponoriť do svojej ženskej energie. Je to práve táto dynamika, vďaka ktorej je vzťah elektrický a vyvážený. Ak chcete vytvoriť a udržať príťažlivosť, musíte ženám dovoliť cítiť sa žensky. Ako to urobíte? Tým, že bez prepáčenia vstúpite do svojej mužskej role. Buďte rozhodní, sebavedomí a chopte sa vedenia vo svojich interakciách a vzťahoch. To vytvára priestor, kde sa cíti

bezpečne, aby vyjadrila svoje skutočné ja; mäkké, emocionálne a ženské, zatiaľ čo vy držíte dynamiku pevne na mieste so svojou maskulinnou energiou. Keď prijmete túto dynamiku, nielenže priťahujete ženy, ale pripravujete pôdu pre vzťah, v ktorom sa obaja partneri cítia naplno vo svojich prirodzených úlohách.

Ako stelesniť mužnosť a využiť ju na prilákanie žien? Teraz už viete, že ženskosť a mužnosť sú protiklady, takže najjednoduchší spôsob, ako sa stať mužnejšími, je konať v priamom rozpore s tým ako sa správajú feminínne ženy. Prvý krok? Odstráňte všetky ženské črty alebo návyky, ktoré ste nevedomky získali. V dnešnej čoraz viac androgynnej spoločnosti, ktorá učí poslušnosti pod inštitucionálnym tlakom, si mnohí muži radšej osvojili správanie, ktoré sa prikláňa k ženskému. To zahŕňa plachosť, podriadenosť, prílišnú úzkosť, nerozhodnosť a nedostatok sebadôvery. Nie je prekvapením, že ženy považujú tieto vlastnosti za divoko neatraktívne.

Zápas moderného muža spojiť sa so ženami je často zakorenený v týchto tendenciách, ktoré ženám signalizujú, že nie je silným a spoľahlivým partnerom, ktorého inštinktívne hľadajú. Ak chcete získať späť svoju mužskú podstatu, musíte upustiť od správania, ako je byť nepriamy, ustráchaný, zastrašený, zahanbený, príliš emocionálny, sťažujúci sa, ľutujúci sa alebo fyzicky slabý. Tieto vlastnosti vás nerobia len neatraktívnymi, vysielajú do podvedomia ženy, že nie ste tým, na koho sa môže z dlhodobého hľadiska spoľahnúť.

Keby si žil pred tristo rokmi, nebol by to taký problém, pretože muži boli mužmi a ženy ženami. Ale dnes je situácia iná. Sociálny progres odrádza od plného prijatia maskulinity, ktorá v modernej spoločnosti naráža na odpor. Muži sa snažia byť logickejší, altruistickejší a hľadať so ženou spoločnú reč, aby ju pritiahli. Ženské radary mužského správania však fungujú stále na základe logiky o starom prostredí. To, čo musíš ako muž urobiť, je vrátiť sa k svojej podstate pána divočiny, napriek kognitívnej disonancii s porevolučným egalitárskym sociálnym prostredím. Každá žena má súbor čŕt a ty ako muž musíš byť ich opakom.

Podme si ich pre predstavu aspoň päť vymenovať.

Prvá ženská črta je nerozhodnosť. Žena môže stráviť hodinu výberom oblečenia, ale ty musíš vedieť, čo chceš. Napríklad v reštaurácii; ona bude dlho rozmýšľať, čo si objednať. Ty musíš rozhodnúť hneď. Objednaj si hneď, alebo aspoň nečakaj dlho. Tvoja rozhodnosť ju inštinktívne pritiahne. Môže si objednať to isté, alebo ťa požiada o radu. Môže tvoj návrh odmietnuť, to je v poriadku. Dôležité je, že ty nie si nerozhodný. Ak ti povie, že tvoj výber je zlý a navrhne iné jedlo, nepočúvaj ju. Nemeň rozhodnutie. Vždy maj jasno v tom, čo chceš, kam ísť, čo kúpiť. Keď sa to muži snažia aplikovať, často zlyhávajú. Snažia sa ženu viesť, ale ona ich nenasleduje. Väčšinou preto, že už od začiatku stratila dôveru kvôli tvojej nerozhodnosti, ktorá je možno viac logická v dnešnom svete, ale to ju nezaujíma. Preto nebuď nerozhodný, najmä pri žene, ktorá sa ti páči.

Druhá feminínna črta je romantizmus. Mnohí mladí muži padajú do tejto pasce. Ak sa opýtaš ženy, akého muža chce, povie: romantického. Ale hneď ako sa ním staneš, stratí o teba záujem. Romantická má byť ona. Ty si prirodzene priťahovaný k žene, ktorá prejavuje nežnosť – ale ty nemáš byť ten, čo píše básne a posiela srdiečka. Je to veľká chyba – myslia si, že romantika ich spraví atraktívnejšími. Nie. Aj keď žena tvrdí, že chce romantika, neber to vážne. Romantické gestá sú fajn, občas ich urob, ale

nesmieš byť ich hlavným zdrojom. Napríklad ak ťa pozve k sebe a pripraví sviečky a kvety, vychutnaj si to, ale nikdy nebuď ty ten, kto to pripravuje. Nemaj vnútorné presvedčenie, že si romantický, pretože to nie je mužská črta a nemá potenciál naplniť tvoj hlad po prijatí. Môžeš si romantiku užívať, ale nikdy ju nesmieš vytvárať.

Tretia črta — a tá je veľmi dôležitá — je žiarlivosť. Muža priťahuje žiarlivá žena, nemá s tým problém. Ale mužská žiarlivosť je zakázaná. Nikdy žene neukazuj, že žiarliš. Nepýtaj sa, s kým sa rozpráva, nesleduj ju. Konaj, ako by ti to bolo jedno. Ženy ťa totiž často chcú zámerne vyprovokovať k žiarlivosti, spomenú iného muža alebo predstierajú o neho záujem. Vtedy nereaguj a jej príťažlivosť k tebe stúpne. A čo ak zistíš, že ťa podvádza? Napríklad píše si s iným, posielala mu srdiečka alebo sa držia za ruky? Vtedy nežiarli, jednoducho ukonči vzťah a choď ďalej. Príťažlivosti sa darí, keď vidí, že si ťa musí k sebe pripútať. Sledovanie a vlastníctvo to úplne kazia. Aj keď žiarliš, potlač to. Tým sa staneš atraktívnejší. Kontrolou a násilím dnes nevyhráš.

Štvrtá feminínna črta; reaktivita. Vždy musí reagovať ona – byť nahnevaná, smutná, šťastná – kvôli tebe. Nie naopak. Ak reaguješ ty, ona vedie teba. Niekedy ti žena povie tvrdé veci, zahrnie ťa výčtkami a bude sa tváriť dotknuto, ale ty nemáš meniť náladu. Nepodľahni; buď ako skala v búrke. Buď pokojný a reaguj len vtedy, keď ide o tvoju dôstojnosť. Toto neplatí len vo vzťahoch, ale všeobecne. Muž so ženou idú autom a havarujú – žena panikári, hovorí rýchlo, je vystrašená. Muž nie. Vystúpi, skontroluje škodu, rozumne komunikuje s druhým vodičom. Rozhodnutie má byť logické, nie na základe nálady. Preto ženy milujú mužov, ktorí sa starajú o zdravie a jedia zdravo, aj keď to nie je chutné. Ukazuje to disciplínu. Ak nepracuješ na sebe, aspoň to predstieraj. V reštaurácii si objednaj zdravé jedlo. Ukáž, že robíš, čo treba – nie, čo sa ti práve zachce. Nepovedz ráno, že sa večer stretnete, a večer: "Už sa mi nechce." Ak nemáš vážny dôvod, nemeň svoj plán.

A za piate: prehnaná starostlivosť o vzhľad. Móda je ženská doména. Ako muž máš riešiť len tri veci: cvič, nos jednoduché oblečenie s pár doplnkami a udržiavaj hygienu. To stačí. Ak chceš pridať niečo navyše, 3-minútová rutina na pleť. Ale ak tráviš viac než 5 minút denne pozeraním sa na seba do zrkadla, tak prepáč, ale žiadna žena ťa nebude rešpektovať ani ťa nebude vnímať ako skutočného muža. Nenalet' mediálnemu klamu – médiá chcú len tvoje peniaze. Keď sa pozrieš pozorne, všimneš si, že väčšina mužov, ktorí sú posadnutí svojím vzhľadom, tak aj keď vyzerajú dobre, sú s babami úplne mimo. Aj keď si niekto, koho baví starať sa o svoj vzhľad, aspoň to nedávaj najavo pred dievčaťom.

ATRAKTIVITA 2: BUĎ SEBAISTÝ

Priblížiť sa k žene sebavedomo sa môže na prvý pohľad zdať desivé. Podísť sa k nej, nadviazať silný očný kontakt a priamo jej povedať, že vyzerá sexy a chcete ju lepšie spoznať, je ako vstúpiť do centra pozornosti bez záchranej siete. Ale tu je nakopávač: Nepohodlie je dočasné a výsledky presiahnu vaše očakávania. Ženy rešpektujú mužov, ktorí k nim pristupujú so zámerom a vysielajú, že sa s ním cítia bezpečne. Všimnú si odvahu, ktorú si to vyžaduje, a priťahuje ich autenticita.

Odmietnutie? Je to jednoducho súčasť života. Vždy budú existovať faktory mimo vašu kontrolu. Možno je už s niekým iným, alebo mohla mať zlý deň. Odmietnutie nie je odrazom vašej hodnoty alebo úsilia, je to len chvíľa oprášiť sa a pohnúť sa vpred. Vystavenie sa odmietnutiu je naopak znakom vášho sebavedomia. Kľúčom je prijať odmietnutie ako prirodzenú súčasť procesu na ceste k

tej, ktorá povie áno. Ženy si oveľa viac vážia muža, ktorý k nim pristupuje čestne, než toho, ktorý sa skrýva za nejasné úmysly alebo zbabelosť. Začnite stelesňovať mužské črty ešte dnes. Budte vo svojich interakciách priami. Chodte k nej s úsmevom. Udržujte silný očný kontakt a nechajte svoj strach a nervozitu za dverami. Sebavedomie je magnetické a keď sa s týmto prístupom budete cítiť pohodlnejšie, všimnete si, že ženy priťahujete spôsobom, aký ste možno nikdy predtým nezažili.

Ženy prirodzene odradzuje neistota a naliehavosť. Takzvaní milí chlapci často signalizujú absenciu sebadôvery a táto energia spôsobuje, že ženy sú nepríjemné. Istota je základ dôvery a jej absencia je do očí bijúca. Niečo dôležité na pochopenie: Ľudia si od vás berú podnety. Keď komunikujete so ženami, sledujú, ako sa vidíte. Ak im pridete nervózny a neistý, budú predpokladať, že o sebe viete niečo negatívne. Nemajú svoju logiku o vás, ale registrujú tú vašu. *Ak si on myslí, že za veľa nestojí, prečo by som mala ja?* Bez sebaistoty dávate neúmyselne najavo ostatným, najmä ženám, že nestojíte za ich pozornosť. Vždy predpokladaj, že ak tá žena priťahuje, aj ty priťahuješ ju. Toto je kľúčový princíp. Ak to komunikuješ v reči tela a správaní, jej podvedomie na to reaguje.

Sebavedomí muži sa nesnažia na nikoho zapôsobiť, pretože to nepotrebujú. Táto sebaistota prirodzene vzbudzuje dôveru v ostatných. Ženy sú priťahované k mužom, ktorí sa správajú tak, akoby si zaslúžili pozornosť. Keď si veríš, verí ti ona. Kto sa považuje za menejcenného, vráti sa mu energia. Dostanete takmer zrkadlo. Sebavedomie alebo jeho nedostatok dokáže úplne zmeniť to, ako vás ženy vnímajú. Presne ten istý muž v presne tej istej situácii môže uspieť alebo zlyhať len na základe toho, ako sebavedomý sa javí. Ženy dokážu vycítiť, keď sa na ne snažíte zapôsobiť a nie je to príťažlivé tak ako by ste si mohli myslieť.

Keď muž zúfalo predvádza svoje úspechy alebo sa snaží dokázať svoju hodnotu, kričí to neistotou. Ženy si budú podvedome myslieť, že ak sa tak snaží, musí veriť, že sám o sebe nie je dosť dobrý. A úprimne, prečo by verila opaku, keď ani ty neveríš? Skutočne sebavedomý muž necíti potrebu predvádzať sa. Namiesto toho sa sústreďí na to, aby sa dozvedel viac o nej a rozhodol sa, či je niekto, koho chce vo svojom živote. To vytvára magnetickú dynamiku, kde sa cíti nútená zapôsobiť na neho. A keď sa sebavedomý muž podelí len niečím malým o sebe, necháva ju to premýšľať, čo ešte skrýva. Táto nejasnosť pracuje v jeho prospech, pretože ona predpokladá, že pod povrchom je hĺbka a hodnota. Koniec koncov, nesnaží sa vysvetľovaním predať sám seba. Toto všetko súvisí s tým, že vaše činy komunikujú viac ako slová. Je to vaše správanie, ktoré rozpráva skutočný príbeh.

Vyžaruj istotu svojich volieb – keď sa pre čokoľvek rozhodneš, ver, že je to správne rozhodnutie. Kráčate spolu a ty sa rozhodneš ísť istou cestou – povieš jej to bez váhania. Sadnete si v reštaurácii – objednáš si bez toho, aby si sa jej pýtal na názor. Ideš nakupovať – vyberieš si oblečenie s istotou. Tvoje rozhodnutie je tvoje – žiadne vyhľadávanie súhlasu.

Ženy inštinktívne spájajú sebavedomie s hodnotou. Naznačuje silu, charizmu a schopnosti, ktoré ho umožňujú. Neistota je však obrovský obrat. Ak sa bez obáv nemôžete so ženou ani porozprávať, ako môžete očakávať, že bude cítiť vôbec nejakú príťažlivosť? Neistota, či už sa prejavuje ako naliehavosť alebo lichotivosť, vytvára nepohodlie. Je to recept na katastrofu. Ženy sa vo vašej prítomnosti nechcú cítiť nesvoje a zaťažené. Namiesto toho chcú niekoho, kto je stabilný a spoľahlivý.

Ak vám chýba sebedomie, je to prvá vec, ktorú musíte riešiť. Ženy sú priťahované k mužom, ktorí sú kompetentní a sebaistí. Vo chvíli, keď vycítia, že vám tieto vlastnosti chýbajú, príťažlivosť vyprchá. Nie je to osobné, je to inštinktívne. Ženy sú odhodlané vyhľadávať mužov, vďaka ktorým sa budú cítiť bezpečne. Možno máte množstvo schopností, ktorými by ste ju neskôr milo prekvapili, ale ak ste sociálne plachí, ona si všimne tú plachosť, interpretuje ju ako vašu neschopnosť zastat' sa seba a teda aj jej a vašich potenciálnych potomkov, odradí ju to a viac sa nikdy nedozvie.

Aby ste túto skúšku splnili, musíte k interakciám pristupovať z pozície miernej nadradenosti. Ženy priťahujú muži, ku ktorým môžu vzhliadať, ktorí sú v spoločenskom rebríčku nad nimi, či už ide o emocionálnu odolnosť, mentálnu ostrosť, fyzickú prítomnosť alebo spoločenský vplyv. Premietanie sily v ktorejkoľvek z týchto oblastí vytvára trvalý dojem.

Sebedomie — aj keď je z vnútorného pohľadu len ilúzia a maska — je absolútnou zmenou hry. Keď premietate istotu, že si zaslúžite mať čo chcete, proces priťahovania žien sa stáva nielen jednoduchším, ale aj zábavnejším. Vďaka tomuto triku je prioritou precvičiť si sebedomie vo všetkých oblastiach vášho života, nielen so ženami.

Teraz sa poďme zaoberať myšlienkou falošného sebedomia, kým si ho neosvojíte. Sebadôvera neznamena byť si vždy 100% istý všetkým. Slovník to môže definovať ako "byť si istý sám sebou" alebo "nepochybovať o svojich schopnostiach", ale v skutočnosti aj tí najsebedomejší ľudia čelia neistote. Dôvera nie je o odstránení pochybností, ale o tom, ako s nimi naložíte. Predstavte si, že keby do miestnosti vošiel ten najsebedomejší muž na svete, a správal sa ako krotký, bojazlivý a neistý, nikto by ho nevnímal ako sebedomeho, bez ohľadu na to, ako bezpečne a odhodlane sa v skutočnosti cíti hlboko dole. Naopak, muž, ktorý navonok vyžaruje smelosť a sebaistotu, bude vnímaný ako sebedomeý a ženy na to budú prirodzene reagovať, aj keď vo svojom vnútri skrýva niečo zlomené. Ide o to, ako spôsobíš, že sa cíti, bez ohľadu na tvoju vnútornú nervozitu.

Nikto nemôže predpovedať výsledky s absolútnou istotou, život je nepredvídateľný a dôvera nie je o predstieraní opaku. Ide o priznanie si neistoty a posun vpred bez ohľadu na to. Kľúčom k sebedomeému vzhľadu je vopred prijať riziko, či už ide o oslovenie ženy, jej pozvanie, alebo riskovanie odmietnutia. Keď získate skúsenosti, váš vonkajší vzhľad sebedomia sa pomaly stane skutočným, ale dovtedy sa musíte správať sebedome fejkovo, aby ste to mohli potom zožať. Je to menej o skutočnej istote a viac o tom konať isto napriek neistote. Prijať nepoznané a stále kráčať vpred so zámerom. Akoby sa jednalo len o počítačovú hru a nie základnú úroveň života.

Keď vidíte ženu, ktorú považujete za príťažlivú, namiesto toho, aby ste podľahli nervozite, prijmite momentálnu neistotu a oslovte ju aj tak. Postupom času, keď sa budete do týchto situácií naďalej tlačiť, nervy pominú a v podstate sa objaví skutočná sebaistota. Predstieraním vytvárate základ pre skutočnú vec. Je to proces vystavenia, skúseností a rastu. Keď sa približujete k viacerým ženám, riskujete a prijímate viac neistoty, začnete to bez námahy zvládať. Nakoniec to, čo začalo ako akt, sa stane druhou prirodzenosťou. Predstieraj sebedomeho muža až kým sa ním nestaneš.

ATRAKTIVITA 3: BUĎ ZRANITEĽNÝ

Staňte sa zraniteľným. Zraniteľnosť v tomto kontexte neznamená slabosť, znamená byť v takej pozícii sily, že ste ochotní odhaliť svoju slabosť a vstúpiť do situácií, v ktorých je výsledok neistý, ako napríklad kráčať ku krásnej žene a vyjadriť váš záujem. Je to o obvyčajnej odvahe. Prijatím svojej mužskej energie vytvoríte polaritu a umožníte ženám oprieť sa o svoju ženskosť. Súčasťou mužskej úlohy je preberanie vedenia, postupná eskalácia interakcie fyzicky a emocionálne. Väčšina žien to za vás neurobí, a úprimne ani nechcú. Tu prichádza na scénu zraniteľnosť ako ľahkosť vystaviť sa situáciám, kde je odmietnutie očakáateľnou možnosťou.

Muž, ktorému vyhovuje zraniteľnosť, prejavuje najvyššiu sebaistotu. A keď zmiešate sebavedomie s túžbou, je to magnetické. *"Ale nevykreslí ma vyjadrenie túžby automaticky ako beznádejne zahľadeného, núdzneho a zúfalého?"* Vôbec nie. Všetko je to o tom, čo vaše činy komunikujú a ženy sú expertky na dekódovanie týchto signálov. Keď s dôverou oslovíte ženu a dáte najavo svoj záujem bez toho, aby ste boli vystrašení alebo arogantní, vysielate silné posolstvo: *Som v poriadku s tým, čo sa tu stalo.* To je ten rozdiel. Ženy považujú za atraktívne, ak vás jej odmietnutie toho, kým ste, nerozhádže, keď poznáte svoju vlastnú hodnotu a viete, že ste nad ňou. Ak sa bez problémov vystavíte jej čepeli, aktivujete jej zrkadlové neuróny, ktoré podporujú empatiu.

Ak by vás odmietnutie nezabolelo, prečo by ste sa obťažovali skrývaním svojich zámerov? Muži, ktorí nie sú spokojní s možnosťou odmietnutia, majú tendenciu tancovať okolo svojich záujmov. Dúfajúc, že zachytí jemné stopy. Spoiler alert; nezachytí. Alebo ešte horšie; zachytí a odkomunikuje jej to slabú platonickú energiu, do ktorej si vás zaradí. Povedať, byť úprimný a priamy o svojich zámeroch nie je len osviežujúce, je to prítiažlivé. Tým, že sa stanete zraniteľnými, vyjadrite úplnú dôveru. Ženy naberú túto energiu a tá ich vtiahne dovnútra. Aj keď nemáš sebadôveru, že sa vieš v takejto situácii zachovať neochvejne, odvahou ukazujes dôveru k nej, že ona ťa nezahrabe do zeme. Je to nákazlivé.

Zraniteľnosť prirodzene vytvára polaritu; čím odvážnejšie sú vaše činy, tým extrémnejšie budú reakcie. Napríklad, ak oslovíte ženu a priamo sa jej opýtate na rande, pravdepodobne dostanete hneď áno alebo nie, ale ak sa spýtate na čas, interakciu sotva zaregistruje. Žiadne riziko; žiadne odmeny. Ako na akciovom trhu.

Tu je ďalší kľúčový bod: To, čo hovoríš, nie je najdôležitejšie, ale prečo to hovoríš. Vaše úmysly a energia za vašimi slovami majú oveľa väčšiu váhu ako slová samotné. Ako sme už viackrát spomenuli: Kým muži optimalizujú hlavne výpis kódu rozhodovania, ženy sú evolučne viac nastavené aby sledovali samotný kód, mentalitu za slovami a činmi. Tým, že urobíte rozhodné, čestné činy, urobíte vyhlásenie. Na konkrétnom výsledku nezáleží až tak ako na správe, ktorú posielate: *Viem, čo chcem a nebojím sa za tým ísť.*

Keď sa to urobí správne, je to dokonalé pre oboch. Túži byť žiadaná a ty túžiš byť ten, kto ju s čistou úprimnosťou dostane. Keď s dôverou oslovíš krásnu ženu priamo, začínaš viac, než len konverzáciu. Ukazujes odvahu. Ženy to považujú za veľmi prítiažlivé, pretože tým vysielas očakávanie z vrchu tvojej logiky chápacej vlastnú hodnotu, že ona na teba zareaguje pozitívne a demonštruje to základnú túžbu. Nepopierateľná túžba muža po žene je mocná, je to dôvod, prečo byť odvážny a asertívny vo svojom záujme môže podnietiť prítiažlivosť aj v prípadoch, keď ona pôvodne záujem nemala. Čím ste

fyzicky a emocionálne asertívnejší bez toho, aby ste prekročili hranicu zúfalstva, tým je pravdepodobnejšie, že vzbudíte jej záujem. Sebavedomý muž, ktorý vie, čo chce, a nebojí sa ísť za tým, spustí reakciu, ktorej odolá len málokto žena.

Problém je, že väčšina mužov tento prístup neprijíma. Spoločnosť podmienila mnohých mužov, aby sa cítili nehodní krásnych žien. Tento spôsob myslenia vytvára cyklus sebarealizácie, v ktorom sa správajú neadekvátne okolo žien a neprekvapivo dosahujú nevýrazné výsledky namiesto toho, aby vlastnili svoju hodnotu. Títo muži sa to snažia kompenzovať prehnanými gestami, míňaním peňazí, plánovaním extravagantných schôdzok alebo nezaslúženým darovaním pozornosti. Ženy však cítia neistotu na míle ďaleko. Nezáleží na tom, či je to maskované ako lichotivé drinky zadarmo alebo kúzelnícke triky. Tieto snahy kričia: myslím si, že nestačím, tak sa snažím dokázať sám seba. Snaha zapôsobiť na ženu alebo si získať jej náklonnosť nielenže zlyhá, je to strata času.

Tu je pravda: Ženy *nechcú* byť postavené na piedestál. Chcú vzhliadať k mužovi. Ak sa chcete stať týmto mužom, musíte zmeniť svoje myslenie. Uznajte, že už máte dosť, nič vám nechýba. Keď ste spokojní s tým, kým ste, ostatní budú túto spokojnosť odzrkadľovať. Keď sa úprimne milujete, vytvárate priestor, aby vás milovali aj ostatní. Jediná vec, ktorú musíte demonštrovať žene, je skutočný záujem. Nepotrebuje milión dolárov ani dokonalé telo. Na rozhovor s ňou nepotrebuješ komplikovanú výhovorku. Ak ju chceš, nech je to tvoj dôvod. Najúčinnším spôsobom, ako ukázať sebaistotu a vysokú hodnotu, je priamosť.

Muži, ktorí sa cítia nehodní alebo nepripravení, sa často uchýľujú k nepriamej taktike, pýtajú sa na rôzne nepodstatné veci alebo využívajú priateľov. Takpovediac skúšajú špičkou teplotu vody. Ako sprostredkovateľ tento prístup nefunguje. Len to oddiaľuje nevyhnutné vyjadrenie vašich skutočných úmyslov. Ženy nepriťahujú muži, ktorí sa odosobňujú od ich vlastných túžob. Chcú muža, ktorý je priamy, sebavedomý a nebojí sa ísť za tým, čo chce.

Ak je vašim konečným cieľom spojiť sa s ňou, či už emocionálne alebo fyzicky, potom budete musieť byť úprimní o svojich zámeroch v určitom okamihu. Prečo neskočiť na vec? Sebavedomý priamy prístup nielen šetrí čas, od začiatku buduje prítlačivosť a vzrušenie. Ženy si netreba získavať trikmi alebo extravagantným úsilím. Skutočnosť, že po nej túžite, je dostatočným dôvodom na to, aby ste vyvolali jej vlastnú. Niekedy ju vaša priamosť môže na chvíľu zaskočiť. Mohla by ťa dokonca dráždiť niečím ako "*Nemôžem uveriť, že si to práve povedal,*" ale jej úsmev ti povie všetko, čo potrebuješ vedieť.

Bez ohľadu na to, ako zareaguje, nikdy sa neospravedlňuj za svoju dôveru. Nevracaj sa späť a nesprávaj sa zranene akoby si urobil chybu, pretože to podkopáva všetko, čo si práve premietal. Ospravedlňovanie signalizuje neistotu a slabosť, dve hlavné neatraktívne vlastnosti. Namiesto toho zostať v súlade so svojím sebavedomým prístupom. Zostať vyrovnaný, očarujúci a bez ospravedlnenia sa, aký si. Nie je nič zlé na tom, že ženu oslovíš priamo – v skutočnosti po tom túži väčšina žien, pretože tak málo mužov má odvahu byť tak odvážni a robiť to, čo iní neurobia. Odlíši ťa to od nich a to samo o sebe je neodolateľné. Ak máš pochybnosti, vždy sa prikláňaj k odvážnym krokom. To priamo súvisí s tým, že sa staneš zraniteľným a uvedomíš si, že ženy túžia cítiť tvoju túžbu. Tým, že vstúpiš do situácií, v ktorých sa vystaviš vonkajšku, vytvoríš dynamiku, ktorá prirodzene polarizuje reakcie, čím odvážnejšie sú tvoje činy.

Čím silnejšie reakcie vyvoláte, či už pozitívne alebo negatívne, myslite na to takto: Ak s dôverou oslovíte ženu a objasníte svoje zámery, pravdepodobne dostanete rozhodnú odpoveď. Porovnajte to s bezpečným zabudnutelným gestom. Prvý prístup nesie riziko, ale tiež vytvára možnosť skutočnej príťažlivosti, zatiaľ čo tá druhá zvyčajne nikam nevedie. Odvaha prináša zraniteľnosť, ktorú ženy interpretujú ako sebaistotu, a tá je jednou z najatraktívnejších vlastností, ktoré môžete premietnuť.

Odvaha však neznamená byť spoločensky nevedomý alebo nevhodný. Ak sú vaše činy nekonvenčné, napríklad pokúšať sa ju pobožkať v prekvapivej situácii, alebo ju pozvať von len pár minút po stretnutí, je dôležité ukázať sebauvedomenie. Pridanie niečoho ako *"Zvyčajne to nerobím, ale"* alebo *"Možno to pôsobí trochu nečakane, ale"* zjemňuje chod vecí a zabraňuje tomu, aby ste vyzneli nepríjemne či vtieravo. Udržiava interakciu hravú a pútavú.

Dôvera je neodmysliteľne spojená so smelosťou a výberom odvážnejšieho postupu sa postavíte ako niekto, kto stojí za jej pozornosť. Ak váhate a čakáte na bezpečnú chvíľu konať, riskujete, že túto príležitosť úplne premeškáte alebo necháte jej príťažlivosť vyblednúť. Ženy, ako historicky zraniteľnejšie, len zriedka vedú v napredovaní interakcií, najmä pokiaľ ide o fyzický alebo romantický pokrok. Táto zodpovednosť leží na vás od začatia konverzácie až po získanie jej kontaktu, plánovanie rande, iniciovanie fyzického zblíženia a vedenie k intímite.

Vašou úlohou je udržať veci v komfortnom pohybe dopredu. Vyhýbanie sa zraniteľnosti nevedie k lepším výsledkom, len ich oddiaľuje a zhoršuje. Mnoho mužov sa mylne domnieva, že ženy nechcú sex, alebo že napredujú príliš rýchlo, alebo že ich záujem svojím vlastným vypnú. Výsledkom je, že strácajú čas nekonečnými večerami alebo sa im vôbec nedarí eskalovať a čakajú, kým ona urobí prvý krok, čo sa takmer nikdy nestane, ak nepochopíte, ako čítať jej signály. Uvedomte si, že eskalácia správnym tempom môže viesť k intímite aj na prvom rande. Vašou úlohou je konať. Ak odmietne vaše návrhy, nie je to koniec sveta, buď spomaľte a eskalujte postupne, alebo rozpoznajte, že nemá záujem a posuňte sa ďalej.

Povedzme, že ste práve oslovili ženu a pochválili ju. Ona ti poďakuje. Čo teraz? Čas je energia. Nestojíš tam trápne a nečakáš, kým niečo urobí, namiesto toho prevezmeš vedenie. Možno ju vezmeš za ruku, okomentuješ, aká je jemná a prejdeš do hravého flirtovania. Môžeš sa jej pozrieť do očí a vtipkovať o tom, ako by sa z nej stala úžasná priateľka, aj keď ste sa práve len stretli. Kľúčom je udržať veci v napredovaní, či už fyzicky, verbálne alebo emocionálne.

Eskalácia však nie je o veľkých náhlych skokoch. Je o postupných úmyselných krokoch. Začnite v malom, napríklad odčesaním prameňa vlasov z tváre alebo komplimentom jej rúk. Ak odpovie pozitívne, posuňte sa vpred. Nežne sa dotknite jej ruky. Rameno alebo stehno môže prirodzene viesť k bozku, ale iba vtedy, keď je ten správny moment, žiadne náhle neočakávané pohyby ako naklonenie sa k bozku, keď ste sa jej nedotkli celú noc. Budovanie pohody je kľúčové. Predstavte si to ako postupné zvyšovanie teploty, čo jej umožňuje prispôsobiť sa v každej fáze, a nie šokovať ju nečakaným skokom vpred. Cieľom je vytvoriť postupné budovanie, eskaláciu krok za krokom, vďaka čomu sa bude cítiť pohodlne a uvoľnene, než postúpíte ďalej, pomalým a zámerným pohybom vytvoríte pocit prirodzeného pokroku, ktorý vedie k vzájomnému pohodliu a príťažlivosti, fyzickej eskalácii, ako aj všetkému ostatnému.

Keď sa cítí pod vašim vedením bezpečne, táto bezpečnosť umožňuje rast príťažlivosti. Keď začítate ekonomický biznis, tiež si musíte najprv získať investorov a v pozadí správania fungujú rovnaké princípy. Namiesto spoliehania sa na tipy, triky alebo manipulatívne techniky, ako sú pick-up lines, ktoré sú behaviorálnymi analógiami reklamy, cieľom je vybudovať pevný mentálny základ, aby ste mohli konať z miesta autenticity a vnútornej stability, nie prchavého napodobňovania.

Problém s mnohými takzvanými technikami je, že ide o povrchné obmedzenia skutočného správania. Napríklad pick-up line môže byť použitá na prejavenie sebavedomia pri priblížení sa k žene a negovanie jej má nenápadne signalizovať, že ju nestavíte na piedestál, ale väčšina mužov, ktorí používajú tieto taktiky, nerozumie, prečo fungujú alebo ako postupovať ďalej. Môžu vzbudiť nejaký záujem, ale bez hlbšieho pochopenia príťažlivosti a sebaistoty potom narazia na stenu. Nakoniec sa vrátia k svojmu pravému ja a tento rozpor v správaní sa stáva do očí bijúci. Ženy si rýchlo uvedomia, že sebaistota bola len pretvarka a akýkoľvek pokrok, o ktorom si muž myslel, že urobil, sa odhalí. Zameraním sa na základy príťažlivosti a rozvíjaním správneho myslenia sa tejto pasci môžete úplne vyhnúť. Namiesto toho, aby ste si zapamätali vety a nútili sa do vzorov správnej komunikácie, stelesníte vlastnosti, vďaka ktorým sú tieto umelé veci zbytočné.

Keď ste skutočne sebavedomí, nepotrebuje taktiky ani triky. Ak chcete vytvoriť príťažlivosť, využívanie naučených pick-up viet ako aj stratégií často pramení z pocitu nedostatočnosti. Muži, ktorí ich používajú, v podstate hovoria, že nestačia takí, akí sú, takže potrebujú vystupovať alebo zapôsobiť, aby boli hodní jej pozornosti. Tento spôsob myslenia je vo svojej podstate neatraktívny, pretože vyjadruje neistotu, nátlak, nesúlad a vyhýbanie sa princípu zraniteľnosti. Je lepšie byť odmietnutý za to, kým si, ako milovaný za to, kým nie si.

Keď presuniete svoje zameranie na budovanie silného mentálneho základu, oslobodíte sa od potreby zapamätať si alebo vystupovať. Nebudete musieť premýšľať, čo povedať alebo urobiť v rôznych situáciách, pretože vaša sebadôvera a autenticita vás budú prirodzene viesť. Namiesto toho, aby ste napodobňovali sebavedomie, budete sebavedomí. Namiesto toho, aby ste predstierali, že ste očarujúci a zodpovedný muž, budete tieto vlastnosti časom bez námahy stelesňovať. Tento prístup vedie k skutočnému a trvalému úspechu u žien nie preto, že ste si osvojili súbor techník, ale preto, že ste si osvojili sami seba.

ATRAKTIVITA 4: BUĎ ^{VODCA}

Keď sa zaseknete pri rozhodovaní s priateľmi, partnerom alebo dokonca len pri vyberaní večere – všetci sme zažili tú chvíľu, klasiku – *"Je mi to jedno"*, alebo *"To, čo chceš ty"*. Vyzerá to neškodne, dokonca zdvorilo. Ale pokiaľ ide o prilákanie žien, tento malý zvyk môže narušiť dynamiku. Nerozhodnosť nie je len neatraktívna, je to úplný zabijak vibrácií. Ženy nechcú mať pocit, že sa ťahajú okolo niekoho, kto si nie je istý sám sebou. Chcú sa cítiť žensky, aby sa uvoľnili v tejto energii, a nič ju nezabije rýchlejšie, než keď sa musia hrať na rozhodcu pre vážavého muža. To je vaša úloha ako mužského náprotivku. Vedenie nie je len možnosť, je to pracovná inštrukcia.

Tu je brutálna pravda. Buď urobíte všetky rozhodnutia, alebo prevrátite dynamiku. Uviazne v mužskej úlohe a vy v pozícii upadnutého pasažiera. Neexistuje cesta k príťažlivosti, ak sa správate ako niekto,

kto nemôže alebo nechce vyjsť hore. Ženy túžia po vodcovi, nie po tyranovi alebo násilníkovi, ale po mužovi, ktorý rozhoduje s istotou a presvedčením.

Nie je to o tom prevalcovať ju alebo vedieť všetko najlepšie, je to o sebavedomom prevzatí volantu, a keď to urobíte, signalizuje to niečo hlbšie. Niečo, čo ženy považujú za neodolateľne príťažlivé. Schopnosť konať rozhodne ukazuje vašu sebaistotu, že viete, čo chcete, a ste ochotní ísť za tým bez ďalšieho hľadania súhlasu. Byť neotrasený názormi iných nie je arogancia, je to dôvera v seba, a to je magnetické, ale ako všetky dobré veci, je tu rovnováha. Vodcovstvo neznamena byť autokratický či ovládať. Sebavedomie nie je o najhlasnejšom kriku. Ide o to vedieť, kedy pevne stáť a kedy sa zohnúť. Robiť to, čo je pre vás správne, a zároveň rešpektovať a počúvať ľudí okolo vás.

Líderstvo nezačína vo vedení žien; začína schopnosťou viesť samého seba, vedieť čo treba a robiť to sám od seba napriek bombardovaniu rozptýleniami. Mnohí muži zlyhávajú v sebaorganizácii a čudujú sa, že ich žena nechce nasledovať. Atraktívny muž má vlastný program, ktorý neprispôsobuje iným, ale očakáva od iných, že sa prispôbia jemu, pretože vie, že on sa vyzná lepšie v tom, čo je správne robiť. Tým dáva ženám (ako aj ľuďom všeobecne) komfort ho nasledovať. Keď muž cvičí, nepritahuje len svalmi, ale najmä práve tou disciplínou, ktorú si udržiavanie postavy vyžaduje; a tá sa prejavuje v celkovej ľahkosti odmietnuť návrhy, ktoré vám dlhodobo nevyhovujú.

Takže keď sa vás nabudúce opýta: "Čo budeme robiť?" nepokrčte plecami. Zavolajte, vyberte reštauráciu, navrhnete plán a chopte sa vedenia. Šťastie nie je len o uľahčení života, je aj o budovaní príťažlivosti stelesnením sily sebavedomia a dotyku odvážnej mužnosti. Ak chcete viesť, musíte vedieť, čo chcete, a dať to krištáľovo jasne najavo. Lídri sa nevyhýbajú svojim túžbam a nemali by ste sa vyhýbať ani vy. Keď chodíš so ženou, povedzme si úprimne, tvoje úmysly nie sú platonické. Ideš po romantike, intimite a fyzickom spojení, ale tu väčšina chlapov tápa. Svoje úmysly skrývajú. Boja sa ich priznať nahlas a, môj priateľ, to je expresný jednosmerný lístok do priateľskej zóny.

Nehanbite sa, že chcete poriadny sex telo na telo so živou dušou nahej ženy, po ktorej túžite – nesprávajte sa, akoby ste neboli hodní dostať svoje. Keď sa stiahnete a budete predstierať, že ste len ďalší milý chlap, nikomu nerobíte žiadnu láskavosť. Ženy chcú jasnosť, nie dohady. Skutočný vodca, niekto, kto vie, čo chce, to odkomunikuje s istotou a s vášňou. Spomeňte si na Baracka Obamu v roku 2008. Milujte ho alebo nenávidte, ale keď hovoril, ľudia počúvali. Jeho sebavedomie, jeho energia, bolo to nákazlivé. Prinútil ľudí veriť v jeho víziu. To je druh energie, ktorú potrebujete, keď ukazujete svoje zámery. Rozhodne, vášnivo a neospravedlňujúco.

Ale byť asertívny neznamena byť dotieravý alebo arogantný. Ide o to prijať svoje túžby bez hanby a váhania. Príliš veľa mužov sa správa akoby ich pocity k žene boli nejaké temné tajomstvo, ktoré treba pochovať. Kráčajú po špičkách okolo svojej túžby po nej a dúfajú, že bude magicky čítať medzi riadkami. Nebude. A keby aj, vaša nerozhodnosť len zabíja atmosféru.

Ak ste si istí a neospravedlňujete sa za svoje túžby, ženy budú túto energiu odrážať. Budú sa cítiť pohodlne s vašimi zámermi, pretože VY sa s nimi cítite pohodlne. Väčšina mužov to robí naopak. Hanbia sa za to, že niekoho chcú, snažia sa to zamaskovať falošným priateľstvom a zakaždým sa to vypomstí. Ale viem, čo si myslíš. *"Ak poviem vopred o tom, čo chcem, nebudem vyzerat' vulgárne?"*

Nie, naopak: Skutočnej špinavosti sa dopúšťa chlap, ktorý predstiera, že je jej priateľ a tajne do nej pichá pre viac. To je zavádzajúce, frustrujúce a úprimne povedané neúčtivé. Ak je aj ona aspoň čiastočne do vás, ocení vašu úprimnosť. Ak nie, ušetrili ste si čas a energiu a nebudete štekať na nesprávny strom. Tak či onak, VYHRÁTE. Niektorí chlapi lipnú na výhovorku "Nechcem pokaziť priateľstvo." Budme realisti: keby ti na rovinu povedala, že má nulový romantický záujem, ešte by si do nej lial všetku tú energiu? Pravdepodobne nie. Nazvime to teda tým, čo to je; strach z odmietnutia oblečený ako lojalita.

Úprimnosť nie je len správna vec, je prítiažlivá. Keď hovoríte o svojich zámeroch vopred, prejavujete tým sebavedomie, silu a úctu k obom. Ak má záujem, super. Ste na rovnakej vlne. Ak nie, môžete odísť s neporušenou dôstojnosťou a nájsť niekoho, kto záujem má. Na vodcovstve záleží, pretože jej umožňuje vstúpiť do svojej ženskej energie a cítiť sa sexy, uvoľnene a priťahuje ju vaša mužská prítomnosť. Keď prevezmete vedenie, dávate jej slobodu, aby sa pustila a jednoducho si užívala čaro prítomného okamihu. Ale keď sa vám nepodarí viesť ju a nútite ju do mužskej role, úplne to zabije náladu. Len málo vecí je pre ženu neatraktívnejších ako muž, ktorý váha, háda alebo sa správa pasívne.

Vodcovstvo ukazuje, že dôveruješ svojmu konaniu. Pre ženy je neodolateľné, keď máte jasno vo svojich zámeroch a prejavujete o ňu skutočný záujem. Naplňate jej túžbu cítiť sa žiadaná a oceňovaná. Ženy milujú vzrušenie z toho, že sú žiadané, a keď to sebaisto vyjadrite, posilní to spojenie a bude sa cítiť viac žensky.

Je tiež dôležité pochopiť, že ženy vo všeobecnosti neflirtujú ako prvé. Spoločenské normy a zastarané stigmy o tom, že ženy sú príliš ľahké, ich často odrádzajú od iniciovania. To znamená, že zodpovednosť nesiete vy. Nastavte tón a ukážte jej, že ste v pohode so svojou mužskou sexualitou. Keď vediete sebaisto a flirtujete bez súdenia, robíte to pre ňu bezpečne. Zrkadlite túto energiu a cítte sa pohodlne, keď ona urobí to isté. Vedenie, rozhodnosť a jasnosť – to všetko spolu vytvára prítiažlivosť. Stelesnením týchto črt nielen vediete interakciu, ale vytvárate dynamiku, v ktorej sa cíti byť videná, žiadaná a slobodná oddať sa a užívať si chémiu medzi vami.

ATRAKTIVITA 5: BUĎ VXZVXU

Nedajte sa splynúť s pozadím. Buďte podmanivý, buďte záhadou, ktorú nevie kompletne rozlúštiť. V momente keď žena cíti, že ťa plne pochopila, zvedavosť sa vyparí, a s ňou aj jej záujem. Musíš zostať výzvou, ktorú sa vždy snaží chytiť, ale nikdy jej to celkom nedovolíš. Keď jej odovzdáš každú časť seba, získa istotu, že si ťa zabezpečila, a iskra prítiažlivosti pohasne. Avšak úplné odmietanie naplniť jej emocionálnu potrebu po spojení tiež pokazí vzťah. Rovnováhou je nechať ju hádať, ale nie oddeliť sa. Dosiahneš to prakticky: udržiuj si svoj vlastný život, ambície a čas, vďaka čomu bude vedieť, že nie je centrom tvojho vesmíru. Táto neistota podnecuje túžbu. Ženy cítia silnejšiu prítiažlivosť k mužom, ktorých musia pre seba vyhrať ony. Investície do získania niekoho náklonnosti ho robia cenným. Žena, ktorá má pocit, že vaša náklonnosť bola odovzdaná príliš ľahko, nakoniec stratí záujem. Bude túžiť po mužovi, ktorý zostáva trofejou, po mužovi, ktorý sa vyčleňuje z davu predvídateľných a príliš dostupných milých chlapov, ktorí zaplavujú jej život.

Atraktívne ženy sa stretávajú s neustálym prúdom pozornosti od mužov, ktorí sú až príliš dychtiví ju zaujať. Väčšina z týchto mužov, zúfalo túžiacich po ocenení, opúšťajú svoje vlastné hranice a hľadajú

tie jej. Vzdávajú sa svojich plánov, držia sa každého jej slova a žijú aj pre tú najmenšiu omrvinku jej pozornosti. Toto správanie nie je len neatraktívne, je zabudnuteľné.

To, čo ženy skutočne priťahuje, je muž, ktorý je sebestačný a istý vo svojej vlastnej hodnote. Muž, ktorý nepotrebuje zapôsobiť na ňu ani na nikoho iného. Tento typ muža ide za svojimi cieľmi, chráni si svoj čas a vzbudzuje rešpekt. Je opakom núdzneho. Jeho činy oznamujú, že on je ten, kto má záujemkyne. Ak je presvedčená, že priťahujete iné ženy, prirodzene bude chcieť vedieť prečo. Nie je to niečo, čo jej povieš. Je to niečo, čo cíti v tom, ako sa nesieš. Nenecháš všetko ležať kvôli nej, netočíš okolo nej svoj život a nikdy neprosíš o jej pozornosť. Toto vás oddeľuje od nás.

Príťažlivosti sa darí v nedostatku. V štúdiách sa ukázalo, že ľudia viac preferujú tých, ktorí sa k nim správajú pozitívne po období ignorácie, než tých, ktorí boli stále milí. Ľudia túžia po tom, čo len tak ľahko nedosiahnu a ženy nie sú iné. Predstavte si stánok s tacos, ktorý je otvorený len cez víkendy. Ak je utorok, nemôžete prestať myslieť na tie tacos a v čase, keď sa blíži víkend, ste nadšení, že si ich konečne doprajete. Ak sa však stánok s tacos otvára každý deň, stratí svoju príťažlivosť. Len ďalšie miesto, ktoré by ste mohli navštíviť kedykoľvek a netúžili by ste po ňom rovnakým spôsobom. Byť neustále k dispozícii znižuje vašu hodnotu. Tým, že si zachováвате svoj vlastný život a odmietať sa točiť okolo nej, jej ukazujete, že vašu pozornosť si len tak ľahko nezíska. To vyjadruje nefalšovanú hodnotu. Ženy inštinktívne rešpektujú a túžia po mužoch, ktorí si najprv vynucujú svoj vlastný rešpekt.

Ako sa stať mužom, na ktorého sa ženy snažia zapôsobiť?

V prvom rade musíte pochopiť a veriť, že ste úlovok. Nielen to povedať, ale vedieť to, osvojiť si to. Zaslúžite si kvalitné ženy vo svojom živote. Začína to tým, že viete, čo od partnera skutočne chcete. Zúfalstvo a neistota, snaha o každú ženu, ktorá vám prejaví najmenšiu pozornosť, sú jasnými znakmi slabého myslenia, a to nie je to, čo chcete premietat'.

Zmeňte svoj pohľad. Ste kupujúci, nie predávajúci. Prestaňte behať a snažiť sa dokázať, že ste dost dobrí. Keď predávate sami seba, hľadáte ocenenie od iných, nie oni vaše. Bojíte sa, že vás budú súdiť a prehnane kompenzujete aby ste zapôsobili. Kričí z toho neistota a neistota je kryptonit príťažlivosti. Budte kupujúci, majte svoju hodnotu a vytvorte si možnosti. Ak ste ako laser zameraní na jednu ženu, nevyhnutne sa pripútate, aj keď si myslíte, že to hráte cool. Táto pripútanosť plodí núdzu a núdza je neatraktívna. Nedávajte všetky svoje emocionálne vajíčka do jedného košíka.

Randite okolo. Spoznajte nové ženy. Vybudujte si myslenie hojnosti, také, vďaka ktorému si uvedomíte, že váš život nezávisí od pozornosti jednej osoby. Tento posun v myslení vás urobí prirodzene sebavedomejšími, čo ženy považujú za neodolateľné. Pristupujte k zoznamovaniu so širším objektívom. Vyskúšajte online platformu alebo začnite konverzáciu, keď ste vonku. Navštevujte spoločenské udalosti a budujte si svoju sieť. Čím viac sa spájate s ľuďmi, najmä so ženami, tým viac možností získate. A s možnosťami sa prestanete správať tak, že každé stretnutie je vaša posledná šanca.

Za ďalšie, rezervujte si komplimenty. Prestaňte schvaľovať, len aby ste schvaľovali. Necíťte potrebu zosúladiť sa s každým slovom, ktoré vyjde z jej úst, alebo preháňať svoju príbuznosť. To vás nerobí očarujúcim, robí vás zabudnuteľným. Pýtajte sa, slobodne spochybňujte jej názory. Skutočná

zvedavosť a úprimná interakcia buduje skutočné spojenia, nie nevýrazné lichôtky. Nemali by byť nástrojom na získanie jej priazne, mali by niečo vážne znamenať. Opustite vyhadzovanie komplimentov kvôli schvaľovacím signálom a bezpečnosti, namiesto toho ju pochváľte len vtedy, keď si to skutočne zaslúži. Majte štandardy, nerozdávajte chvály, ako keby to boli cukríky zadarmo. Posúďte, či spĺňa vaše očakávania, namiesto toho, aby ste sa predklonili a stretli s jej.

Rešpektujte svoj čas. Ak sa k vám správa, akoby vás už získala bez námahy, prehrali ste. Nevyčistite svoj rozvrh bezhlavo. To, že ste neustále k dispozícii, nevytvára dojem, že sa o ňu staráte. Pôsobí to zúfalo. Namiesto toho pestujte život naplnený vašimi vlastnými cieľmi, záujmami a záväzkami. Ženy nechcú byť celým tvojím životom a dôvodom tvojho šťastia. Chcú vkročiť do už naplňajúceho.

A hlavne, prestaňte odôvodňovať svoje konanie. Dôvera nie je o dokazovaní svojej hodnoty. Ide o to ju vedieť. Buďte mužom, ktorý vie, čo prináša na stôl, a necíti potrebu to vysvetľovať.

Toto všetko sa spája do jednej jednoduchej pravdy. Muž so štandardmi je muž, ktorého ženy chcú. Tak prestaňte robiť ústupky a začnite sa ním stávať.

ATRAKTIVITA 6: BUĎ NEPREDVÍDATEĽNÝ

Niet väčšieho zločinu proti príťažlivosti ako hranie sa na spoľahlivo predvídateľného. Ženy túžia po vzrušení a emocionálnej horskej dráhe. Chcú aby ich zmietla z ich nôh nečakaným spôsobom a ponorila ich do víru dobrodružstva. Nechcú sa nudiť. Ak si vás začne spájať s tou otrávenou atmosférou, môžete si rovno zbalit kufre a usadiť sa v zóne kamarátstva, pretože zotavenie sa z nej výlučne silou iných črt je takmer nemožné. Ak odstrániš neistotu, odstrániš emócie – a ak odstrániš emócie, stráca sa príťažlivosť.

Nuda je rozsudok smrti. Ak ste príliš nevýrazný, zaradí vás do kategórie len ďalšieho milého chlapa. To nie je kompliment, je to cintorín pre príťažlivosť. Zakaždým vyhráva vzrušenie mimo línie každodennej rutiny. Sú to nečakané momenty, zvraty a záhada, ktoré niekomu utkvejú v pamäti. Rozdiel medzi kamarátom a milencom je jednoduchý: milenec prebúdza emócie. Vďaka nepredvídateľnosti nielenže vyzeráte cool, doslova opantáte jej mozog. Dopamínové okruhy začnú vystreľovať hormóny, zapoja sa a zrazu nie ste len zaujímavý, ale aj návykový.

Ješ každý deň to isté jedlo? Nie? A prečo nie? Pravdepodobne preto, že po čase si na tú chuť zvykneš a prestane to byť zábava. Podobne – ak žene umožníš zažívať len jedinou emóciu každý deň, je to ako keby si jej dookola podával to isté jedlo. Skôr či neskôr sa tým začne nudiť. Najlepší spôsob, ako urobiť ženu na tebe závislou, je to, že ju necháš zažiť celý rozsah emócií – nie len to, že sa bude cítiť dobre sama so sebou. Do tohto spektra patrí radosť aj bolesť súčasne. Toto je hlavný dôvod, prečo toľko žien sleduje telenovely – obsahujú výrazný prvok drámy. Ženy v skutočnosti túžia po dráme vo svojom živote a sú silne priťahované k mužom, ktorí ju v nich vedia vyvolať. Pokiaľ žena zažíva celý rozsah emócií, nemôže si pomôcť – príťažlivosť vznikne automaticky.

Nejde o to byť zlý alebo bezohľadný, ale o vyhýbanie sa životu v ohrade milého chlapa. Milí chlapci nie sú nenávidení, sú len zabudnutí. Sú príliš predvídateľní, príliš bezpeční. A vzrušujúci asi ako vlažný čaj. Nedostatok spontánnosti ich robí nudnými a nuda práve nevyvoláva vášň. Ženy naozaj

chcú akciu, dobrodružstvo, vzrušenie. Preto sa zdá, že zlí chlapci vždy vyhrávajú aj napriek ich namysleným postojom. Sú nepredvídateľní, nechávajú ženy hádať, čím vytvárajú neustály pocit intríg. A áno, to nebezpečenstvo im každý deň pripadá ako neplánované dobrodružstvo. A to je opojné. Na druhej strane, ak sa budete správať ako každý iný chlap, nevýrazný, prehnane zdvorilý, neistý a príliš túžiaci po tom, aby ste sa zapáčili, bude mentálne skrolovať TikTok počas vašich rozhovorov.

Súvisiaca chyba, ktorú robí väčšina chlapov, je, že sa zameriavajú na to, aby urobili dojem na ženy vonkajšími faktormi – okázalými autami, skvelým platom alebo výbavou. Hoci sa jedná o hlavné determinanty vlastnej pripravenosti muža založiť rodinu a jeho inklinácie k prirodzene atraktívnemu správaniu, ženám na priamej verbalizácii týchto faktorov záleží podstatne menej než mužom a keď sa nimi muž chvastá, zaváňa to neistotou a robí opak toho, o čo sa snaží. Tu je tajomstvo: Prestaň sa tak snažiť, predvážať sa a začni byť zaujímavý. Vybuduj si osobnosť, ktorá zaujme, nie životopis, ktorý kričí "vyber si ma".

Dale Carnegie to zaklíncoval, keď povedal: *"Aby ste boli zaujímaví, zaujímajte sa."* Prestaňte považovať konverzácie za javisko pre vašu one-man show. Ak chcete aby videla, že ste zaujímavý chlap, preklopte reflektor. Pýtajte sa jej, ponorte sa do jej sveta a skutočne počúvajte. Je dokázané, že obľúbeným predmetom ľudí sú oni sami. Ak sa do nej pustíte, budete už na míle pred konkurenciou. Namiesto toho, aby ste boli zúfalým predajcom, staňte sa rozhladeným kupujúcim. Zistite, či je pre vás tá pravá. Tento mentálny spínač mení hru. Vysiela silné posolstvo: *Som taký istý v tom, kým som, že sa nemusím ohýbať, aby som to dokázal.* A tým vynikáš – ženy sú zvyknuté, že chlapi o seba zakopnú, aby na ne urobili dojem. Takže, keď sa pýtate vy, čo ona prináša na stôl, prevráti to scenár. Odrazu prejaví záujem. Prečo? Pretože najlepší spôsob, ako pôsobiť pôsobivo, je neskúšať to vôbec. Namiesto toho ju nechaj rozprávať o svojej obľúbenej téme samú. Ponor sa do toho, čo ju nadchýna. Pýtajte sa, spoznávajte jej svet. A nedovoľte, aby sa to zmenilo na Q&A rozhovor, alebo ešte horšie, sved' na úrade. Podelte sa o svoje vlastné vtipy, vhodte nejaké príbehy, udržiujte veci dynamické. Konverzácie sú o chémii, nie o dobre vypísaných kontrolných zoznamoch.

Muži sú logické stvorenia, ktoré rady komunikujú priamo. Vymieňame si fakty a sledujeme ich tvrdený kontext. Ženy, na druhej strane, sú zapojené inak. Prežívajú svet prostredníctvom emócií a ich slová často odrážajú to, čo cítia, a nie to, čo si myslia. To je dôvod, prečo žena môže povedať niečo, čo sa zdá byť v rozpore. Nie je to o logike, ale o emóciách a intonácii. Ak sa zaseknete na samotných slovách, unikne vám väčší obraz. Cieľom nie je riešiť problémy alebo rozoberať detaily. Ide o to cítiť ako pocity poháňajú prítlačivosť. Ak to dokážete využiť, nie ste len ten chlap, s ktorým sa rozpráva. Ste skúsenosť, ktorú chce mať aj naďalej.

Ako sa teda stať človekom, ktorý tieto pocity vytvára?

Nechajte ju hádať najlepším možným spôsobom, keď si nie je istá, čo bude nasledovať. Ona dáva pozor, a keď dáva pozor, vyhráivate. V konečnom dôsledku to nie je o tom, aby ste ju oslnili svojimi úspechmi alebo aby ste sa na nej narobili. Je to o vytvorení emocionálneho opojenia, vďaka ktorému chce zostať nablízku.

Jeden z najjednoduchších spôsobov, ako vnieť do vašich interakcií nepredvídateľnosť, je hovoriť úryvky z toho, čo si skutočne myslíte. Zabudnite na príliš príjemný zdvorilostný akt ľudí. Namiesto

toho majte odvahu povedať svoj názor. Povedzte, čomu skutočne veríte, aj keď to nie je presne to, čo chce počuť. Neberte to ako povolenie byť blbcom alebo zámerne urážlivým. O to nejde, cieľom je autenticnosť.

Ženy majú neuveriteľný radar na falošné správanie a nič nezabije záujem rýchlejšie, ako keď vycítia, že niekto len koná, aby získal jej súhlas. Tu robia dobrí chlapci chybu. Majú strach z toho kohokoľvek rozčúliť. Tento strach nevyvoláva len neistotu, vysiela, že majú nedostatok možností. Keď sa bojíte rozkolísať loď, skončíte tak, že sa bude držať späť. Ponoríte sa do niečoho predvídateľného, zabudnuteľnej krutej reality.

Životy väčšiny žien nie sú až také vzrušujúce. Bez ohľadu na to, aké sú krásne, často sú rovnako uviaznuté v nudnom živote autopilota ako ktokoľvek iný. To, po čom túžia, je niečo alebo niekto, kto ich z toho vytrhne. Ženy sa nezamilujú do chlapov, ktorí súhlasia so všetkým, čo povedia, alebo po špičkách obchádzajú okolo konfliktu. Ženy je lepšie rozčuľovať než nudiť. Vzrušenie je to, čo ženy uchváti, a chlap, ktorý sa bojí ju akokoľvek znepokojiť, ho nedodá. To je aj dôvod, prečo niektoré ženy zostávajú v toxických vzťahoch – nie preto, že by nevedeli, čo je pre ne dobré, ale kvôli intenzite emócií, ktoré v takom vzťahu zažívajú. Nikto nie je závislý na pohodlí – sme závislí na emóciách.

Keď prerazíte monotónnosť jej každodenného života, stanete sa nezabudnuteľným. Už nie si len ďalší chlap, ktorého stretla. Ty si ten chlap, ktorý jej umožnil živo zažiť život. To je dôvod, prečo sa zdá, že hulváti majú navrch. Nezáleží im na tom, aby sa páčili. Vedia, že majú možnosti. A ak ich jedna žena nemá rada, koho to zaujíma? Na jej miesto je pripravený rad ďalších. Toto sebavedomie im umožňuje povedať, čo chcú, kedykoľvek chcú, bez ospravedlnenia, bez podriaďovania a vyhovovania jej manierom. A ironicky, tento bezstarostný postoj ich robí atraktívnejšími, lebo demonštruje silu. Nie je to o tom byť zlý – muži, ktorí sa snažia "vyhrať hru" bez empatie, riskujú budovanie vzťahov na emocionálnych dlhoch – a tie sa raz splatia. Je to o tom byť sám sebou bez ospravedlnenia.

Takže zahodte strach, prestaňte hádať a povedzte, čo máte na mysli. Nechajte ju premýšľať, čo urobíte alebo poviete ďalej. Buďte chlap, ktorý ju drží v strehu. Pridanie uvoľnenej hravosti do mixu posúva veci na ďalšiu úroveň. Ženy nemajú radi len nepredvídateľnosť, túžia po zábave. Hravé doberanie nepriamo komunikuje niektoré z najatraktívnejších vlastností, ktoré môžete mať. Nebojíš sa povedať svoj názor a neberieš život príliš vážne. To ukazuje, že ste si istí. Tiež jej to hovorí, že je pre vás zábavné byť okolo niekoho, koho dokážete rozosmiať aj bez toho, aby ste prosili o súhlas. Chlap, ktorý je dostatočne sebavedomý hravo ju dráždiť a pritom zostať úplne v pohode sa stáva neodolateľným, uvoľneným. Hravosť nie je o tom, že ste komik alebo vtipkujete každých päť sekúnd. Je to o ľahkovážnom bezstarostnom postoji, ktorý jej signalizuje, že sa cítite pohodlne vo svojej vlastnej koži, keď ju môžete dráždiť. Zábavný, koketný spôsob. Ukazuje jej, že ju nestaviate na piedestál. Zaobchádzaš s ňou ako s človekom, nie ako bohyňou. A budme skutoční – väčšina chlapov na to nemá odvahu.

Ale byť hravý neznamená zmeniť sa na klauna. Humor je kľúčom k vytváraniu pocitov šťastnej aury, ktorú ženy milujú, ale ak ju len rozosmievate, bude vás považovať za zábavného, nie lákavého. Rozdiel medzi chlapom, s ktorým randí, a chlapom, ktorého označí za vtipného priateľa, je v tom, ako kombinuje humor so sexuálnym napätím. Flirtovanie a podpichovanie fungujú najlepšie, keď sú pretkané sebavedomím s náznakom príťažlivosti. Ide o to, aby ste jej ukázali, že ju považujete za sexi, ale ovládáte sa. Nie si uslintané šteniatko. To vytvára silnú dynamiku. Si zábavný, nepredvídateľný a

máš jasný záujem, ale si tiež sebavedomý a nie zúfalý. Dráždi ju, ale nie len preto, aby si sa zabavil. Rob to, aby ste sa spojili, a keď dosiahnete túto rovnováhu, vytvoríte energiu, ktorá je magnetická. Neskôr sa ponoríme hlbšie do flirtovania a hravého podpichovania, ale zatiaľ stačí vedieť, že hravosť je vaša tajná zbraň. Vďaka nej vyčnievate z davu, neustále ju zaujíma a necháva ju premýšľať, čo bude ďalej.

Ide tu aj o to, že ženy často testujú vašu osobnosť, vedome alebo nie, aby hľadali muža, ktorý je sebavedomý, silný a schopný viesť. Niekedy tieto testy prichádzajú ako nevinné komentáre alebo jemné požiadavky. Zatiaľ čo hulváti týmto testom nepodľahnú jednoducho tým, že sa nestarajú, vy ako čitateľ tohto textu túto možnosť nemáte, a aby ste dosiahli rovnaký efekt, nemusíte sa vzdať základnej slušnosti. Trik je v tom, aby ste okamžite neprepadli jej rozmarom.

Namiesto toho meškajte.

Predstavte si, že ste na rande a ona len tak mimochodom spomenie, ako veľmi miluje čokoládové muffiny. Nováčik v tú istú noc uteká do najbližšieho podniku. Ale expert si ju získa inteligentnejšou hrou. Zapamätá si to malé zrnko informácie. O pár týždňov neskôr ju sladko prekvapí, keď to bude najmenej čakať. Meškaním trafíte do čierneho. Ukážete, že ste premýšľavý a venujete pozornosť, ale nevyzeráte príliš zanietene. Navyše to do vzťahu vnáša nepredvídateľnosť. Nikdy si nie je celkom istá, čo bude nasledovať, a to podporuje jej záujem.

Uvedme si ďalší príklad. Spomenie svoju lásku k pláži. Väčšina chlapov by okamžite skočila do plánovania plážového dňa, len aby na ňu zapôsobil. Nebuď ten chlap. Namiesto toho ju prekvap spontánnym výletom na pláž v piatok večer po práci. Mesačné vlny a nečakané gesto. Takto zanecháte trvalý dojem. Oneskorenie nie je o zadržiavaní horlivosti alebo hraní hier mysle, ide o tempo. Udržiava veci čerstvé, vzrušujúce a odlišné od typických všedných zážitkov, na ktoré by mohla byť zvyknutá. Praktizovaním oneskoreného uspokojovania vytvárate vzrušujúcu dynamiku, ktorá ju udržiava zaangažovanú, rešpektuje vaše vlastné hranice a dáva jej pocit šťastia, že môže byť s niekým, kto vie, ako udržať veci zaujímavé.

Ženy sa veľmi rýchlo začnú nudiť, ak dokážu predvídať tvoje ďalšie kroky. Znamená to aj to, že si smieš dovoliť striedať svoje správanie – niekedy byť veľmi milý a láskavý, inokedy zasa vzdialený až chladný. Tento neustály výkyv emócií u nej vytvorí návykovú reakciu. Práve toto ich priťahuje na dramatických seriáloch. Táto emočná horská dráha je dôvodom, prečo sa k nim stále vracajú. Buď tým, kto v nej vyvolá celé spektrum emócií – nie len jednu jedinú. Nejde o to, aby si jej ubližoval – ide o to vziať ju na emočnú cestu, ktorú predtým nezažila. Čím väčší je výkyv, tým silnejšie musí byť zblíženie. Takto dosiahneš, že sa stane závislou. Keď pochopíš psychológiu za týmto mechanizmom, uvedomíš si, že výhernou stratégiou v randení sú emócie – nie výzor alebo peniaze. Ak chceš, aby bola do teba posadnutá, musíš prestať byť bezpečný a predvídateľný.

Vyhni sa tomu, aby si bol stále dostupný – toto je častá chyba mužov. Venujú žene všetok svoj čas a energiu, čím zabijú napätie z dobývania. Musíš byť iný. Neodpisuj jej na správy hneď. Niekedy počkaj pár hodín, inokedy aj celý deň. Zmizni na chvíľu, aby sa zamýšľala, čo robíš. Vytvor prázdno, a potom sa vráť so zvýšenou pozornosťou a náklonnosťou. Nenechaj kľučanie alebo dotieravé požiadavky diktovať tvoje činy. Pekne, ale rázne dajte najavo, že nereagujete na otravovanie. Namiesto toho sa

naučí, že jej túžby sú splnené až keď sa rozhodnete, že je ten správny čas, a nie preto, že sa ju snažíte potešiť ako každý iný chlap. To vás robí viac než nepredvídateľnými. Ukazuje, že máte hranice a štandardy. Komunikujete tým, že nie ste len možnosťou. Vy ste tá možnosť, úlovok, ktorý stojí za to mať po svojom boku.

ATRAKTIVITA 7: BUĎ NÍZKO-INVESTIČNÝ

Investovanie je pojem, ktorý sme v tomto spise už niekoľkokrát obišli, no teraz je načas, aby sme sa doň zahryzli. Poďme k jadrú. Čo teda presne myslíme pod pojmom investícia? V kontexte interakcií so ženami investície odzrkadľujú to, ako núdzne pôsobíte, alebo presnejšie, ako ste k nim citovo viazaní. To zahŕňa aj to, koľko nalejete do interakcie alebo vzťahu, či už ide o čas, úsilie alebo peniaze. A tu to začína byť zaujímavé. Ženy inštinktívne priťahujú muži, ktorí investujú *menej*. Môže to znieť neintuitívne, ale nejde o to, koľko jej dáte. Ide o to, koľko do vás ONA investuje. Čím viac sa cíti investovaná, tým silnejšia je jej príťažlivosť. Prečo ženy nevedome inklinujú k mužom, ktorí sa zdajú menej investovaní?

Poďme si to rozbaľiť z viacerých strán. Prvým dôvodom, prečo nízke investície fungujú, je to, že ticho kričí sebadôverou a vysokou hodnotou. Sebavedomie nie je len o tom, ako chodíte alebo rozprávate. Nízka investícia sa odráža aj v neverbálnej reči tým, že uprednostňuješ svoj názor na seba pred názorom kohokoľvek iného. Nevysvetľuješ, neobhajuješ sa, neprerušuješ ticho, máš pomalé pohyby, pokojný hlas, očný kontakt bez žmurkania. To sú behaviorálne markery vnútornej istoty. Na druhej strane nedostatok sebadôvery vás núti zúfalo túžiť po schválení, čím sa z vás stáva klasický núdzny milý chlap. A priznajme si, tí chlapi vyhrávajú málokedy.

Vezmime si núdzného, preinvestovaného chlapa. Prenesie hory, alebo si aspoň preplánuje život, len aby ju potešil. Zasype ju darčekom, zruší plány s priateľmi, toleruje neférové správanie a obetuje svoje šťastie, aby ju nerozrušil. A čo dostane na oplátku? Neúcta, nezáujem a jednosmerný lístok do kamarátskej zóny.

Toto ženské správanie má svoje historické dôvody. Záujem "milých" mužov môže na prvý pohľad vyzerat' ako starostlivosť – napríklad keď sa jej príliš často ozývajú, chcú vedieť, kde je, s kým je, čo robí. Ale to, čo si myslia, že je ochrana vzťahu, sa v skutočnosti cíti ako dusenie. Keď muž lipne na kontrole, nehovorí tým "záleží mi na tebe", ale "nedôverujem ti" – alebo ešte horšie, "nedôverujem sebe, že si ťa udržím". Pre ňu je to vlezlé a vyčerpávajúce. Alebo žiarlia na jej nezávislosť – ak ide s kamarátkami von, hneď sa urazia alebo spochybňujú jej úmysly. Namiesto toho, aby vnímali jej samostatnosť ako zdravý prvok vzťahu, vnímajú ju ako hrozbu. Ženy túžia po bezpečí – ale to neprichádza cez mikromanažment, ale cez dôveru. Keď sa jej snažia vládnuť, vysielajú signál, že sa boja, že o ňu prídu – a tým ten strach sami naplnia. Namiesto toho, aby sa cítila milovaná, cíti sa uväznená.

Čo robia sebedôverní muži inak? Dôverujú jej – veria, že robí dobré rozhodnutia. Vtedy ťa bude sama chcieť zapojiť do svojho sveta, pretože si váži tvoj názor. Tiež sa sústreďujú na seba – venujú energiu svojim cieľom, záujmom a vášňam. Muž, ktorý má vlastný život, je oveľa atraktívnejší než ten, ktorý neustále krúži okolo nej. A napokon, rešpektujú jej slobodu – podporujú jej nezávislosť a individualitu. Keď ju nebudeš kontrolovať, ale podporovať, bude ťa o to viac rešpektovať. Čím viac sa ju snažíš

ovládať, tým menej kontroly naozaj máš. Láska je o slobode, nie o vlastníctve. Keď sa vzdáš potreby kontrolovať, ale aj byť "dobrácky investovaný", spojenie medzi vami zosilnie.

Budovanie dôvery začína investíciou do seba. Ty si prioritou číslo jedna. Ženy priťahujú muži, ktorí sa viac zameriavajú na svoj vlastný rast, vášne a šťastie, než o ňu. Naopak, muž, ktorý ju postaví na piedestál, obetuje svoju identitu alebo sa zriekne svojich koníčkov aby ju potešil, je na rýchlej ceste k tomu, aby sa nechal zo vzťahu vyhodit'. Prečo? Ľudia odzrkadľujú to, ako sa k sebe správate. Keď sa budete správať sebavedomo, ostatní vás nasledujú. Ale ak o sebe pochybujete a nedáte von samých seba v domnienke, že takého, aký ste, vás chciet' nebudú, očakávajte to isté od všetkých ostatných. Ľudia sú predurčení k tomu, aby boli priťahovaní k tým, ktorí si sami seba bez prepáčenia cenia.

Chlap s nízkou investíciou sa uprednostňuje bez prepáčenia. Neskláňa sa, aby získal jej súhlas, pretože to nepotrebuje. Jeho rande nie sú extravagantné produkcie. Sú jednoduché a autentické. Prechádzka, káva, pokec v parku. Nebojí sa byť odmietnutý alebo sám odísť, ak atmosféra nie je v poriadku. Tento chlap vie, kto je, a nikomu nerobí kompromisy s touto identitou. Ženy to cítia, keď si muž váži sám seba. Muži s nízkymi investíciami projektujú tichú silu a neochvejný zmysel pre identitu. Nestrácajú sa v honbe za náklonnosťou ženy. Namiesto toho signalizujú vysoký status tým, že zostanú verní sami sebe. A táto autenticita je neodolateľne príťažlivá. Podvedome to ženu informuje: *Tento muž má viac možností ako mňa. Buď ho musím získať, alebo ho stratím.*

Ako akt zmierenia sa s nevydareným vzťahom je ukotvenie v sedliackej logike samé o sebe schopné nízkoinvestičnosti – *žien je dnes veľa, takže áno, mám viac možností a menej dôvodov strácať čas pri nesprávnej osobe.* Rozchod sedliacka logika podporí, ale nízkoinvestičnosť zvykne zlyhávať, keď chce ňou muž ZAUJAŤ tú ženu, po ktorej naozaj sakra veľmi túži.

K tomu potrebuješ silnejšie vhlady. A ja ti ich dám...

Nízkoinvestičnosť je jej priestor pre investíciu do teba, bez nej ten priestor zadupeš. Čím viac úsilia, energie a emócií do vás vleje, tým viac rastie jej príťažlivosť. Keď človek do niečoho investuje, začne to racionalizovať späť: *Ak som investoval(a) toľko, musí za to stáť.* Práve tu väčšina mužov zakopne o vlastné šnúrkky na topánkach. Sústreďujú sa na veľké investície do nej, myslia si, že je to kľúč k jej získaniu. Ale to všetko ho k nej pripútava. Zatiaľ čo ona cíti, no... nič.

Keď muži počujú, že by mali investovať menej, prepadajú panike. Predstavujú si, že sa k nej prihrnú iní chlapi, zasypú ju darčekmi, zoberú ju na honosné miesta a získajú ju, zatiaľ čo oni sedia a nič nerobia. Tento strach nie je len neopodstatnený, je úplne nesprávny. Príťažlivosť nie je transakčná. Nie je to matematická rovnica, kde viac úsilia rovná sa väčší záujem. Keď vás naposledy dievča odmietlo, chceli ste ho potom viac alebo menej? Pravdepodobne ste ho chceli viac. Ženy to majú rovnako. Ženy nepočítajú svoje pocity podľa toho, koľko pre nich muž robí. V skutočnosti sa nadmerné pozornosti často vypomstia. Signalizujú nízku hodnotu, ako keby ste sa pokúšali podplatiť jej náklonnosť, pretože hlboko vo vnútri si myslíte, že nestačíte alebo nie ste pripravení.

Minimálna snaha nie je lenivosť, je to tiché vyhlásenie: *Nepotrebujem nikomu dokazovať svoju hodnotu.* To je druh energie, ktorá priťahuje pozornosť a rešpekt. Stále nie ste presvedčení? Možno si myslíte, že tradičné dvorenie na štýl čias, keď ste potrebovali získať náklonnosť jej otca viac ako tú jej, je ešte

stále relevantné. "Tu máte tridsať kráv, pane, chcem vašu dcéru." Alebo sa obávate, že ak sa nezohnete, utečie s niekým, kto to urobí. Nieкто, kto ju rozmaznáva, dopraje jej každý rozmar a bez slova toleruje jej sťažnosti. Predstavuješ si, že žije svoj najlepší život, zatiaľ čo ty sedíš sám so svojimi zásadami. Je to bežný strach, ale rešpekt a príťažlivosť takto nefungujú.

Dovoľte mi to dokázať. Predstavte si muža, ktorého hlboko obdivujete. Nieкто mocný, charizmatický a možno aj trochu zastrašujúci. Je to typ človeka, ktorému patrí každá miestnosť, do ktorej vojde. Muž, ktorého ostatní chcú napodobňovať a byť okolo. Máš ten obraz v hlave? Perfektné, drž sa toho. Teraz si položte otázku, či by ste niekedy kľučali alebo sa sťažovali tomu mocnému mužovi, ktorého obdivujete? Čakali by ste, že vám bude kupovať veci? Vezme vás na dovolenky? Alebo sa prispôbi každému jej rozmaru, ktorý nájde v jej profile na sociálnej sieti? Samozrejme, že nie. Už len tá myšlienka je smiešna, však?

Teraz otočme skript. Myslime na sladkého, nenáročného priateľa. Je to dobrý človek, ale nie je pre vás autoritou. Neváhali by ste ho požiadať o láskavosť, prispôbiť sa vášmu dňu, alebo ho požiadať, aby pre vás niečo zobral. Aj keď je sympatický, nevyvoláva rovnakú úroveň rešpektu alebo úcty. A ženy nesnívajú o milom chlapovi. Ženy sú nasmerované k túžbe po mužoch, vďaka ktorým cítia silný, takmer zastrašujúci rešpekt, avšak je dôležité rozlišovať medzi dominanciou ako zdrojom ochrany a kompetencie a dominanciou ako agresívnym potláčaním. Ide o rovnaký druh úcty, aký pociťujete voči mužovi, ktorého hlboko obdivujete. Tento rešpekt nie je oddelený od príťažlivosti. Pre ženy sú jedno a to isté. Ženy nefantazirujú o mužoch, ktorých vidia ako sladkých starých otcov. Snívajú o cisároch; alebo aspoň o šľachticoch.

Existujú dva typy rešpektu, ktorý môžu mať ženy. Rešpekt pre muža – je druh úcty vyhradený mužom, ktorí sú mocní, vyrovnaní a veliaci. Sú to muži, ku ktorým sú ženy sexuálne priťahované, fantazirujú o nich a prenasledujú ich. Po druhé – rešpekt ako priateľ alebo podporovateľ. Toto je zdvorilá úcta, ktorá sa dáva pozorným, ústretovým a milým chlapom. Ženy možno ocenia týchto mužov, ale myšlienka na sex s nimi je, úprimne povedané, odpudzujúca. (Tieto pozorovania nevypovedajú o morálnej hodnote jednotlivcov, ale o evolučne podmienených mechanizmoch preferencií.) Teraz už chápete, prečo snaha získať si ju nekonečnými láskavosťami, darmi a sebaobetovaním nebude fungovať. Získate tým priateľský, dedovský rešpekt. Ale nezapáli oheň príťažlivosti. Naopak, *hasí ho*. Muži, ktorí uspejú u žien, sú tí, ktorí vzbudzujú rešpekt prvého typu. Títo muži investujú minimálne, najmä na začiatku.

Je to nevedomý prejav ich vyššieho postavenia v sociálnej hierarchii. Len malá časť z nás to aplikuje vedome, ako princíp. Pochopenie je totiž evolučne pomerne nový modifikátor správania, na ktorý jej podvedomý radar ešte nie je naladený. Nebude hľadať filozofické "prečo". Jednoducho cíti, že to funguje, aj keď svoje správanie ovplyvňuje vedome.

V konečnom dôsledku je jej vlastná rastúca investícia do vás tým palivom, ktoré poháňa jej príťažlivosť. Čím viac úsilia do nej vložíte, tým viac sa k nej pripútate VY. Ale nie naopak.

Na druhej strane, čím viac úsilia do vás investuje ona, tým viac rastie jej príťažlivosť pre vás. To znamená, že je potrebná malá počiatočná investícia. Žena potrebuje podnety, aby sa cítila pohodlne vás prenasledovať, ale táto investícia by mala byť minimálna. Len toľko, že jej otvoríte dvere aby

mohla prejsť. Neskôr, keď rezervovanosť získa jej záujem, postupne nastáva fáza, kde žena očakáva reciprocitu, a jeho odmietanie investovať môže byť interpretované ako nezáujem či neschopnosť. No ani v dlhodobom vzťahu nesmie dôjsť k opačnej chybe – muž, ktorý sa príliš prispôsobuje, znižuje svoju autonómiu, čím oslabuje emocionálne napätie a polaritu, ktoré tvoria základ príťažlivosti.

Dlhodobá atraktívna rovnováha teda znamená inteligentne dávkovanú angažovanosť, v ktorej si muž zachováva rámec, schopnosť povedať "nie" a psychologickú sebestačnosť. Ako čitateľ tohto textu ste už teraz dost' investovaní a táto pointa je pre vás obzvlášť relevantná.

Dodatok pre vyvolanie odporu k prehnanému investovaniu do ženy zo súcitu:

Zatiaľ čo v minulosti (a v situáciách stále veľmi populárnych v hernom a filmovom priemysle) atraktívne ženy mohli trpieť v dôsledku fyzickej zraniteľnosti a závislosti od mužského zaopatrenia, v súčasnosti sa situácia výrazne zmenila.

V digitálnom prostredí a ekonomike pozornosti majú fyzicky príťažlivé ženy bezprecedentnú schopnosť mobilizovať zdroje – najmä od mužov – bez nutnosti reciprocity alebo dlhodobej väzby. Evolučná asymetria, ktorá kedysi pracovala proti nim v čase vojny a biedy, sa v informačnej dobe preklopila do výhody: schopnosť speňažiť alebo inak využiť svoju atraktivitu znížila ich rizikovú závislosť od muža poskytovateľa. Súčasné prostredie teda neukladá atraktívnym ženám väčšie bremeno než mužom – skôr naopak, umožňuje im ťažiť z ich vizuálneho kapitálu rýchlejšie, efektívnejšie a s menším úsilím ako kedykoľvek predtým.

VAROVANIE

Vzťah, ktorý vznikol na základe pochopenia ženských preferencií,
má potenciál byť stabilnejší ako spontánny vzťah.

Ale len vtedy, ak muž dokáže tieto vzorce integrovať do svojej identity.
Inak bude trpieť pocitom odcudzenia, že vzťah žije nie on, ale jeho naučené správanie.

Spontánne vzťahy bývajú emocionálne silnejšie, no bez kognitívneho porozumenia
sústavne zlyhávajú v útrpnom chaose banálnych chýb a nesprávnych očakávaní.

Naštudované vzťahy majú výhodu, pretože muž vie, čo nerobiť.
Ale ak správanie nie je dostatočne vnútorne prijaté, vedie k vyhoreniu.

Premena: Stávanie sa mužom, po ktorom ženy túžia

Vitajte v najdôležitejšej kapitole nášho zoznamovacieho sprievodcu. Predstavím vám sedem stratégií, ktoré sa týkajú nie prázdnych fráz, ale priamo súvisia s vašimi činmi a správaním – teda tým, čo ženy skutočne sledujú a čo ich podvedomie spracúva ako signál mužskej hodnoty. Nejde o to, čo hovoríte, ale ako sa správate. Z toho si intuitívne odvodí, kto ste: či ste stabilný, rozhodný a dôveryhodný, alebo len ďalší neistý hráč, ktorý maskuje svoje slabiny rečami o sebavedomí.

Svet je zaplavený stovkami flirtujúcich trikov a manipulatívnych techník. Väčšina z nich je lacnou pretvárkou na povrchu. Niektoré fungujú – no iba na chvíľu. V lepšom prípade vás dostanú k sexu, ale v skutočnosti nikdy nezmeníš spôsob, akým rozmyšľáš a správaš sa ako muž. Skončíš tak, že dievča stratíš, keď si uvedomí, že nie si ten chlap, akým si sa predstavoval. Napokon cez ne žena prekukne, pomyslí si, že ste podvodník a hráč a vy sa cítite ako lúzer, že ste sa o niečo vôbec pokúsili.

A práve preto som všetok ten balast vyradil. Zahrnul som len tie najefektívnejšie a etické stratégie, ktoré nielenže fungujú, ale menia aj spôsob, akým ako muž uvažujete, a natrvalo menia spôsob, akým na vás ženy reagujú. Najlepšie na tom je, že nič z toho nie je záludné ani pod ženským radarom. Mohli by ste tento text pokojne ukázať ďalšiemu dievčaťu, s ktorým chodíte, a ak je úprimná, potvrdí vám: presne takto to chodí.

Toto od vás ženy skutočne chcú. Nie pretvácky, ale spoľahlivé signály, že viete, kým ste.

PREMENA 1: MINDSET MUŽA, KTORÝ VIE, ČO CHCE

Musíš veriť, že si zaslúžiš čokoľvek, čo existuje. Toto je obrovský znak sily, ktorý spôsobí, že sa žena k tebe pripúta, a zároveň ti umožní žiť šťastný život. Predstav si, že chceš pracovať vo veľkej firme. Nepovedz si: "Nezaslúžim si tú prácu." Alebo: "Tá žena je príliš krásna, je nad moju ligu." Ako veriť, že si zaslúžiš čokoľvek? Musíš veriť, že máš vnútornú hodnotu a nesmieš dovoliť, aby niekto tvoju hodnotu znižoval alebo pošliapaval. Toto bol môj vlastný problém v minulosti – ľudia ma mohli urážať a ja som si z toho nič nerobil. Vyrastal som v chudobnom prostredí, kde bola neúcta bežná, takže ma nevedela zasiahnuť. Ale ako som vyrástol a začal komunikovať so ženami, tento mindset mi spôsoboval veľké problémy; nevedel som si svoju hodnotu udržať. Takže, prosím, nerob tú istú chybu. Ak ťa niekto urazí — zastav ho. Ak žena vidí, že sa vieš postaviť sám za seba, jej príťažlivosť k tebe výrazne vzrastie. To platí aj pre ňu — ak ťa nerešpektuje, nastav jej hranice.

Mať životný cieľ je kľúčová črta príťažlivého muža. Nestačí mať len dobrú prácu a peniaze. Ak chceš, aby ťa žena milovala ako človeka, nie ako peňaženku, musí vidieť, že niekam smeruješ. Dokonca aj muž, ktorý len študuje medicínu, je pre ženu často príťažlivejší ako lekár, ktorý už "uspel". Prečo? Lebo má cieľ. Ženy milujú cestu, nie cieľ samotný; chcú byť súčasťou niečoho; chcú nasledovať. A hlavne: tvoj cieľ musí byť dôležitejší ako ona. Ak ti povie: "Pod' von" a ty jej povieš: "Nie, musím pracovať" – rešpektuje ťa viac. Ak cvičíš o 19:00 – chod'. Ak natáčaš video – najprv ho dokonči. Muži, ktorí po svadbe upadnú do rutiny a nemajú cieľ, strácajú atraktivitu. Žena stratí rešpekt. Preto vždy niečo naháňaj. Ak sa ti žena začne posmievat' za tvoj cieľ alebo ťa zneisťovať – je to test. Nehnevaj sa, ale nedovoľ jej, aby ti brala silu.

Je extrémne prítiažlivé vedieť si vypýtať, čo chceš. Ak ste v reštaurácii, objednaj si to, čo chceš ty. Nepýtaj sa druhých. Si v taxíku a je ti teplo? Požiadať vodiča, nech otvorí okno. Aj keby ti povedal "nie", nevadí. Dôležité je, že si to skúsil. Aj v práci: robíš veľa, máš nízky plat? Choď za manažérom a žiadaj zvýšenie. Od dnešného dňa – ak niečo chceš, požiadať o to. A keď veci nejdú podľa tvojich predstáv – čo sa nevyhnutne bude diať neustále – nevzdávaj sa toho, čo chceš. Nauč sa zvládať zlyhania a prehry ako súčasť procesu získavania skúseností a zdrojov. Ženy milujú mužov, ktorí spadnú – a vstanú. Zlyhal si v pohovore? Povedz jej to. Ale zároveň jej ukáž, že pokračuješ – rovno v ten deň pošli ďalšie prihlášky.

Urobil si chybu vo vzťahu? Neutekaj. Postav sa k nej a rieš to. Prečo podľa teba existuje vášnivé zmierenie po hádke? Pretože žena podvedome cíti prítiažlivosť k mužovi, ktorý zvláda problémy. Zlyhanie nie je slabosť, je to súčasť života. A keď to ukážeš žene, cíti sa pri tebe v bezpečí.

PREMENA 2: VYLÚČENIE NEJASNOSTÍ

Nespočetné množstvo mužov sa ocitá v neslávne známych "šedých zónach" – v stave iluzórnej nádeje, kde partnerka nepriamo profituje zo zvýšenej pozornosti, no bez skutočného záujmu o hlbší vzťah. Situácie, v ktorých sa pýtate, či vás má rada, nemá vás rada, alebo ju len baví mať vás na šnúrke, sú ako uviaznutie v očistci, len namiesto ohňa a síry sú to trápne úsmevy a zmiešané signály. Stretávaš sa s ňou a tajne dúfaš vo viac, zatiaľ čo ona ti naznačuje, že si pre ňu len nový super kamoš. Možno ste tam uviazli tak dlho, až ste uverili, že to je všetko, na čo ste dobrí. Alebo ste možno začali ako priatelia, ale teraz chytáte istý impulz. Možno sa jej páčiš, alebo si si len zle prečítal jej dvadsiaty dlhotrvajúci pohľad. Alebo má priateľa, ktorý je prakticky duch, a vy sa pýtate, či jej priateľstvo s vami nie je viac priateľské.

Muž investuje čas, pozornosť a nádej, zatiaľ čo druhá strana ponúka nejednoznačné signály. Výsledkom je kognitívna disonancia, v ktorej racionalizujeme nejednoznačné správanie ako potenciálny záujem. V skutočnosti však často ide o tzv. pozitívne posilňovanie s intermitentnou frekvenciou – rovnaký mechanizmus, aký používajú hazardné hry na vytváranie závislosti. Každé emocionálne kolísanie v šedej zóne je sprevádzané dopamínovou osciláciou. Nejasné signály zvyšujú anticipáciu a túžbu, no neprítomnosť odmeny vedie k frustrácii. Takýto cyklický vzorec posilňuje fixáciu na osobu, ktorá nie je emocionálne dostupná – čím sa ďalej znižuje motivácia hľadať iné perspektívy.

Býval som v týchto šedých zónach. Dievčatá ma nalievali miešaným kokteilom záujmu a ľahostajnosti. Bezradne som tam sedel a premýšľal, či sa im páčim, alebo sa im len páči moja pozornosť. Zvyčajne to bolo to druhé. Ak ste už niekedy počuli takéto skvosty: "Ja proste ešte neviem. Všetko chce čas." "Znamenáš pre mňa tak veľa, nechcem pokaziť naše priateľstvo." "Mám ťa rada, ale nie som pripravená na nič vážne." Gratulujem, máte sedadlo v prvom rade do divadla šedej zóny. Aj ja som to kedysi toleroval, väčšinou preto, že som nevedel, aký je to pocit, keď mám niekoho, kým som si celkom istý. Ale keď raz zažijete, aký je to pocit, už sa nikdy neuspokojíte s temnou strednou cestou. Keď si uvedomíte, že máte možnosti, sivé zóny vám pripadajú ako zlý vtip. Žiadne limbo netoleruj. Ak to nie je áno, je to nie. Buď ide do toho, alebo vy nie.

Maj od začiatku brutálne jasno vo svojich zámeroch a prejavuj nehanebný záujem. Žiadne hry, skrývanie sa, žiadne hlúposti. Len čisté, neospravedlniteľné *"Mám ťa rád a nebojím sa to povedať"* vibrácie. Jedna z prvých vecí, ktoré sa pýtam dievčaťa, o ktoré mám záujem, je: *"Si slobodná?"* Tento prístup nie je výrazom netrpezlivosti, ale ochrany mentálnej energie a psychologického zdravia. Keď muž bez ostychu komunikuje svoj záujem, skracuje cyklus neistoty a nastavuje rámec interakcie, ktorý nedáva priestor neproduktívnej ilúzii. V tomto zmysle je aj odmietnutie evolučne výhodná informácia, pretože umožňuje včasnú redistribúciu investícií.

Používanie priamych verbálnych prejavov typu...

– *Myslím, že si výnimočná. Chcel by som ťa pozvať na rande.*

– *Prestaň byť tak roztomilá. Kvôli tebe som zabudol na to, čo som chcel povedať.*

– *Aké rozkošné dievča. Mali by sme všetko preskočiť a rovno sa vydať.*

...funguje ako behaviorálny filter. Ak žena odpovie záporne alebo vyjadrí neistotu, muž má k dispozícii informáciu s vysokou informačnou hodnotou, ktorá umožňuje adaptívne rozhodnutie. Nehanebný záujem prerezáva tie sivé oblasti ako horúci nôž maslo. Bez dvojzmyslov, bez hádaniek. Je to autentické a nevyžaduje si žiadnu šikovnosť. Len odvalu.

Polož si otázku: Kedy si sa naposledy pozrel dievčaťu do očí a povedal jej, že sa ti páči? Ak ťa tá myšlienka prinúti zakrútiť hlavou, spýtaj sa sám seba prečo. [Strach z odmietnutia je zastaraný inštinkt](#). Navyše, čokoľvek, na čo sa sústreďíš, rastie. Ak ste posadnutí odmietnutím, zvyšujete jeho pravdepodobnosť.

Teraz otočme scenár: Čo ak povie áno? Čo ak čakala, že niekto skutočne urobí krok? Niekto, kto nie je len ďalší rádoby chlapík, ktorý sa nevie rozhodnúť? Keď sa zameriate na túto možnosť, prinesiete lepšiu energiu, sebavedomie, šarm, vzrušenie. Stanete sa niekým, komu stojí za to povedať áno.

Takže keď budete nabudúce s dievčinou, o ktorú budete stáť, opýtajte sa sami seba: *Skrývam svoj záujem alebo ho dávam najavo nehanebne?* Pretože ak ho skryjete, zostanete v šedej zóne, zatiaľ čo jeho ukazovanie odstráni hmlu. Máte obavy z priateľskej zóny? Zabudnite na ňu. Skutočným liekom je jasnosť. Hovorte vopred o tom, čo chcete. Pozri sa jej do očí a povedz: *"Myslím si, že si úžasná. Chceš ísť so mnou von?"* Ak povie áno, blahoželám, ste v tom. Ak povie nie, alebo utrúsi niečo o tom, že ste len priateľmi, znova vám blahoželám, pretože teraz viete, na čom ste. A úprimne, to, že vás odmietne, bude viac dôvery, než keby sa skrývala v neistote.

Pamätaj, buď je to sakra áno, alebo je to nie. Už žiadne sivé oblasti, máš lepšie veci na práci!

Ale ak si Už stroskotal na tom pustom ostrove, skús niečo, čo možno nazvať "tvrdým K slovíčkom". Nie, nie je to to, na ktoré myslíš. Slovo je úplne nevinné, odolné voči odmietnutiu a obsahuje dostatok psychologického úderu, aby ňou pohlo.

Ak je atraktívna, nie je zvyknutá na to, že by bola niekým aktívne devalvovaná ako iba "kamoška". To je jej ťah, nie tvoj. Tento narušený predpoklad interpersonálnej hierarchie spôsobí mikrošok v jej vnímaní vlastnej hodnoty v očiach druhého, čo môže spustiť snahu znovu získať dominantnú pozíciu. Dynamika sa obráti a zrazu už nie je tou, ktorá drží všetky karty, ale tou, ktorá sa čuduje, prečo na ňu nereaguješ ako každý iný muž. Už si jej pozornosť. Ak sa pri tom neuzatváraš do seba, oddeľuješ ju

od seba – a tým ju vyzývaš. A výzva je vec, ktorej ľudia, obzvlášť tí atraktívni, nedokážu odolať. Keď niečo nie je ľahko dostupné, zvyšuje to jeho vnímanú hodnotu.

A čo je podstatné: Mysli to vážne. Nepotrebuješ byť zase vtiahnutý do šedej zóny. Ak to budeš robiť iba manipulatívne, môže to pôsobiť neúprimne. Dôležité je, aby si pri tom pôsobil sebavedomo a nezávisle – nie ako keby si hral hru. Nazvi ju "*kamarátka*" a kúzlo sa začne rozvíjať. Keď budeš nabudúce v rozhovore s dievčaťom, ktoré ťa priťahuje, vyskúšaj to. Bude si klásť otázky, hádať, prenasledovať. Je to ako zasadiť semienko zvedavosti, ktoré postupne prerastie do skutočnej intrigy.

Než zájdeš do väčších snáh, upozorňujem ťa: je iracionálne fixovať sa len z vôle dobyť nedobyťé. No ak vidíš, že to s ňou môže skutočne fungovať ak "prejdeš múrom", tu je celá pointa:

Potrebuješ dosiahnuť efekt odpojenia od emócií pripútaných v jej mysli k verzii teba, ktorú odmieta, tak aby si o tebe musela vytvoriť nový kognitívny model. Efekt posilníš tým, keď uvidí, že si sa posunul (spokojnosť, iné správanie, randenie s inými ženami) a zmenou prostredia alebo časového obdobia, v ktorom ju stretávaš. Často práve keď sa od nej, alebo skôr "nad ňu" konečne odpútaš, zrazu sa snaží zaujať ona teba – je to ona, ktorá chce, aby ste si dohodli ďalšie stretnutie.

PREMENA 3: KVALIFIKÁCIA OSOBNOSTI

Kvalifikácia alebo "flirtovanie filtrovaním", je správanie, ktoré kričí: *mám možnosti a som vyberavý*.

Už samotný akt kvalifikácie dievčaťa vysiela správu, že nie ste zúfalý, pretože iba chlap, ktorý je presvedčený o svojej hojnosti, by sa na prvom mieste obťažoval filtrovaním. Ide o jednu z najsilnejších techník, aké kedy použijete. Ak ju cítite skutočne, je neuveriteľne efektívna a čo je najlepšie, je to niečo, čo väčšina tvojej konkurencie úplne prehliada. Miesto hrania vecí, ktoré môžu kedykoľvek vyprchať, je to ultimátny nástroj uzamknutia jej príťažlivosti na: *Wow, toho chlapa mám naozaj rada, ako naňho zapôsobím a prinútim ho, aby som sa mu viac páčila?*

Pamätáte si zlaté pravidlo? Budte vyberačom, nie prenasledovateľom. Kvalifikácia prevráti scenár presne týmto smerom a dá jej pocit, že si ju vyberáte z davu. Už nie je len ďalšie dievča, s ktorým flirtuješ. Je niekto, koho si začínate skutočne vážiť za to, kým je, okrem jej vzhľadu. Keď ju kvalifikujete, ukazujete jej, že pred vami stojí za niečo skutočné, nielen pretože dobre vyzerá. Bez tohto kroku by mohla predpokladať, že len hráte, aby ste dostali to, čo chcete, alebo ešte horšie, že ste tak zúfalí, že idete po každej.

Ako kvalifikovať dievča tak, aby sa cítila prirodzene, hravo a aby sa cítila ako tá najvýnimočnejšia osoba v miestnosti? Sú tri spôsoby, ako to urobiť.

Za prvé, kvalifikačná otázka.

Táto technika je o tom, že jej položíte otázku, ktorá ju povzbudí, aby o sebe prezradila niečo zmysluplné a potom ju za to úprimne oceníte. Urobené správne, je to ako vystaviť ju svetlám reflektorov a nechať ju žiariť, zatiaľ čo vy si užívate predstavenie. Napríklad:

"Vieš, dnes večer som stretol toľko ľudí, ale z nejakého dôvodu ma to k tebe ťahá. Cítim sa tak pohodlne, keď sa s tebou rozprávam a nemôžem prísť na to prečo. Zaujímalo by ma, čo by si povedala, že je tvoja najpozitívnejšia vlastnosť? Ak by si si mala vybrať jednu vec, čo by to bolo?"

Predstavte si, že sa jej to spýtate práve v tej správnej chvíli, keď už flirtujete a ona si užíva vašu spoločnosť. Zastaví sa a bude rozmýšľať: *Čo môžem povedať, aby ma tento chlap mal ešte viac rád? A potom sa vám začne predávať. Podelí sa o niečo osobné a dúfa, že to bude niečo, čo oceníte. Tu sa odohráva kúzlo. Keď odpoviete niečím tak jednoduchým, ako je: "Wow, je to naozaj skvelé. To sa mi na tebe páči."* Bude sa cítiť ocenená, výnimočná a skutočne videná. V tomto bode už nie je len dievča, s ktorým sa rozprávate, je niekým, koho spoznávate na hlbšej úrovni. Keď niekto obhajuje vlastnú hodnotu voči inému, vytvára to spätnú väzbu: *Ak sa snažím zapôsobiť, tak mi na tom druhom záleží.* Navyše, čokoľvek zdieľa, otvára nové konverzačné vlákna, ktoré môžete preskúmať.

Tu je ďalší príklad: *"Vieš, nebol som si istý, aká budeš, kým som prišiel, ale v skutočnosti je s tebou naozaj zábava a ľahko sa s tebou rozpráva. A teraz som na teba tak trochu zvedavý. Čo je na tebe naozaj zaujímavé?"* Alebo možno niečo hravé ako: *"Ale vážne, kto do pekla si? A prečo sa s tebou takto bavím práve teraz?"* (smiech)

Kľúčom je, aby sa cítila pohodlne a zároveň aby veci zostali ľahké a zábavné. A bez ohľadu na to, čo vám povie, prijmite ju za to. Ak sa vám predstaví a bude sa cítiť odmietnutá, celá vec vybuchne, ale ak bude mať pocit, že ste skutočne ocenili to, čo zdieľala, bude mať pocit, že si vás získava svojou osobnosťou, nielen vzhľadom. Toto je zmena hry, najmä u skutočne atraktívnych žien. Väčšina chlapov je hyper-zameraná na vzhľad a rýchlo vyniknete, keď ukážete, že vás zaujíma, kto je, nielen to, ako vyzerá. Už nie si len ďalší chlap, ktorý jej venuje pozornosť na úrovni povrchu. Ste niekto s hĺbkou, štandardmi a schopnosťou vidieť, čo ju robí jedinečnou.

Nepredstierajte to. Ak len robíte šou, aby ste ju dostali do postele, vybuchne a obráti sa to. Ale ak ste úprimní vo svojej zvedavosti a uvidí, že by si vás nezískala keby bola iná, bude to rezonovať a bude vás považovať za niekoho, koho stojí za to poznať.

Spôsob číslo dva: Seba-napĺňajúce sa ocenenie.

Táto technika je o vyslovení vyhlásenia, ktoré uznáva špecifickú pozitívnu vlastnosť, ktorú ste si u nej všimli. Keď bude súhlasiť s vašim tvrdením, nielenže sa bude cítiť dobre, ale tiež prirodzene začne túto vlastnosť okolo vás viac stelesňovať. Je to ako dať jej rolu, ktorú bude hrať, takú, vďaka ktorej sa bude cítiť výnimočne a bude s vami spojená. Napríklad:

"Vieš, dnes večer je tu veľa skutočne roztomilých a zaujímavých dievčat, ale ja sa s tebou veľmi dobre bavím. Nevieš, či ti to už niekto povedal, ale vyzeráš byť naozaj otvorená. Je to také osviežujúce, pretože väčšina ľudí je pri prvom stretnutí s niekým dosť uzavretá. Veľmi si to na tebe vážim. Povedala by si, že je to pravda?"

Omáčka sa končí otázkou, ktorá ju vyzýva, aby povedala áno. Keď súhlasí – *"Áno, myslím, že som dosť otvorená."* – prirodzene bude chcieť konať viac v súlade s touto kvalitou. A čím viac ju stelesňuje, tým viac sa s vami bude cítiť prepojená.

Ale opäť: Kompliment musí pôsobiť úprimne. Musí to byť niečo, s čím sa bude cítiť dobre, keď bude súhlasiť. Niečo, čo ju prinúti pomyslieť si: *Wow, on ma naozaj vidí*. Keď má pocit, že ste na nej spoznali niečo jedinečné a cenné, čo by ostatní mohli prehliadať, vytvára to okamžitý pocit spojenia. Zamyslite sa nad tým – necítili by ste sa rovnako dobre, ak by vás niekto uznal za niečo, čím ste výnimoční? Niečo, čím sa odlišujete od ostatných? Tu je príklad:

"Vieš čo sa mi na tebe veľmi páči? Si taký odvážny, akoby si sa nedržal späť a nepretvaroval sa. Povieš len to, čo máš na srdci. Je to osviežujúce a cítim sa pri tebe tak príjemne. Ale to je len môj dojem. Môžem sa mýliť. Povedal by si, že je to pravda?"

Alebo: *"Som si o tebe niečo uvedomila. Oprav ma, ak sa mýlim, ale mám pocit, že si naozaj rozvážny a inteligentný, ako keby si sa neuspokojil s rovnakými nudnými rutinami. Rád veci miešaš podľa seba a vytváraš nové. Znie to správne?"*

Kľúčom je vyjadriť to otvorene, pozitívne a dostatočne vágne, aby nemohla priamo nesúhlasiť. Dávajte jej rámec, do ktorého môže vstúpiť, taký, vďaka ktorému sa bude cítiť cenná a videná. Keď bude súhlasiť s vašim vyhlásením, bude prirodzene chcieť túto rolu splniť a tieto dobré pocity si spojí s tým, že je vo vašej blízkosti.

Táto technika funguje obzvlášť dobre, pretože väčšina ľudí túži po uznaní vlastností, o ktorých majú pocit, že sú často prehliadané. Pekné dievčatá si často želajú, aby ľudia rozpoznali ich inteligenciu, pretože sú unavené z toho, že si ich cenia len pre ich vzhľad. Múdre dievčatá zasa tajne túžia počuť, že sú krásne. Tu je skvelý príklad pre obzvlášť atraktívnu ženu: *"Stavím sa, že väčšina ľudí si neuvedomuje, aká si šikovná."* Je to pravda pre mnohé nádherné ženy. Často si želajú, aby ľudia videli za ich krásu a uznali ich vynaliezavosť alebo iné kvality. Keď ste ten chlap, ktorý si všimne a ocení tú hlbšiu vrstvu, vyniknete. V konečnom dôsledku majú ľudia tendenciu oceňovať komplimenty, ktoré uznávajú vlastnosti, o ktorých sa domnievajú, že nie sú zrejmé alebo neboli dostatočne ocenené. Keď na nej spoznáte niečo jedinečné, čo si tajne želá, aby si to ľudia všimli, bude sa cítiť výnimočne a šťastne, že je pri vás. Keď to urobíte efektívne, nečudujte sa, že sa vám začne otvárať tak, že budete mať pocit, že sa poznáte roky. A pamätajte, toto je obojsmerná cesta. Budte pripravení podeliť sa s ňou a budte k nej úprimní.

Hľadáš vlastnosti, ktoré chceš zdôrazniť? Otvorená, zábavná, chytrá, dobrodružná, spontánna, sebavedomá, dobrosrdečná, sexuálne odvážna, výmyselná, ľahko sa s ňou rozpráva... A nezabudni, čokoľvek sa rozhodneš zvýrazniť, dbaj na to, aby to bolo úprimné. Falošné komplimenty vedia ženy odhaliť ľahšie než si myslíš a narobia viac škody ako úžitku.

A za tretie: Všimnite si a oceňte, keď sa kvalifikuje sama.

Ženy sa vám často prirodzene kvalifikujú bez toho, aby ste ich museli nabádať. Ide len o to si to všimnúť a uznať. Tu je návod, ako by to mohlo vyzerat': Začne sa chváliť alebo vám o sebe rozprávať veci v nádeji, že to pre vás bude pôsobivé. Reč jej tela vysielá záujem. Je tvárou v tvár, nakláňa sa alebo uzatvára medzeru medzi vami dvoma. Dotýka sa vás koketným, hravým spôsobom, čím dáva najavo, že chce, aby ste si ju všimli. Pýta sa, či ste single, alebo sa predvádza, aby upútala vašu pozornosť.

Vždy, keď cítite, že sa na vás snaží zapôsobiť, nenechajte si to ujsť. Dajte jej najavo, že vidíte jej snahu a ukážte, že si to vážite. Pochváľte ju. Dajte si ruku okolo nej. Usmievajte sa. Čokoľvek, čo je prirodzené a upevňuje to, že si vás získava. Samozrejme, platí to len vtedy, ak ju máte skutočne radi a chcete ju povzbudiť, aby vás neprestávala prenasledovať. Ak ste ľahostajní, nenúťte to. Vyjde to ako neúprimné. Ale ak ignorujete jej úsilie, keď sa vám páči, pravdepodobne sa bude cítiť odmietnutá, čo by mohlo viesť k tomu, že sa stiahne späť alebo sa bude správať vzdialene. Keď ju uznáte a prijmete, je to ako keby ste jej dali zelenú. Bude sa cítiť potvrdená. Špeciálna. A motivovaná pokračovať. Kľúč je tu jednoduchý – venujte pozornosť. Ľudia sa neustále kvalifikujú, nielen v romantických situáciách, ale aj v každodennom živote. Ak sa zastavíte a všimnete si, začnete to vidieť všade. Bez ohľadu na to, ako sa to stane, či už ju k tomu vyzvete, alebo sa to deje organicky, kvalifikácia je kritickou súčasťou budovania príťažlivosti. Toto je ten moment, keď obaja ticho, alebo nie tak ticho súhlasíte: *Máme sa radi a ideme ďalej*. Neschopnosť kvalifikovať často vedie do obáwanej priateľskej zóny, rovnako ako keď sa vy necítite byť ňou ocenený za vaše vnútorné vlastnosti, na ktorých vám najviac záleží.

Uznanie vecí, ktoré na druhých skutočne oceňujete, im dáva vytúžený pocit, že ich vidia a vážia si ich. Tento druh uznania môže úplne posunúť dynamiku v akomkoľvek vzťahu, romantickom, platonickom alebo profesionálnom. Ľudia sa radi cítia videní a oceňovaní. Začnite teda dávať pozor, uznávajte, čo vidíte, a sledujte, ako sa ľudia rozžiaria, keď sa cítia uznaní. Je to malé gesto s obrovským dopadom.

PREMENA 4: SEXUÁLNY NÁBOJ VEDENIA A NASLEDOVANIA

Stretli ste sa niekedy s dievčaťom, ktoré sa vám zdalo úplne do vás, len aby sa jej záujem vyparil rýchlejšie ako ranná rosa? Možno to zhaslo po pár dňoch, po jednom nevydarenom stretnutí alebo len po niekoľkých správach. Znie to povedome? Ver mi, aj ja som tam bol, viackrát, než si dokážem priznať. Problémom neboli dievčatá, ale ja. Konkrétne, išlo o moje rozhovory. Chýbalo im to, čo rád nazývam sexuálny náboj. Mali všetku iskrú vybitej batérie. Stále si pamätám ten moment, keď som si uvedomil, čo robím zle. Znovu som si čítal správy od dievčaťa, ktoré sa zmenilo zo vzrušenej morskej panny na ducha v rekordnom čase. Spočiatku to išlo skvele. Bol som si istý, že je do mňa. Potom som zbadal poslednú vec, ktorú som jej poslal: *Kedy tá môžem znovu vidieť?*

Au! To, priatelia, je päťslovný rozsudok smrti pre príťažlivosť. Je to ten druh otázky, ktorý prakticky zaručuje, že ju už nikdy neuvidíte, nieto ešte dostať ju do vzťahu alebo do posteľe. Variácie tohto zahŕňajú: Čo robíš dnes večer? Kedy máš najbližšie voľno? Čo chceš čítať? Kam chceš ísť? Môžeme sa stretnúť?

Toto všetko sú otázky nasledovateľov. Ničia sexuálny náboj. Predstavte si príťažlivosť ako batériu. Batéria má plusovú a negatívnu stranu, a polarita medzi nimi vytvára energiu. Ale ak spojíte dve pozitíva alebo dve negatíva, nedostanete nič. Žiadna polarita, žiadny náboj, žiadna iskra. Sexuálna príťažlivosť funguje rovnakým spôsobom, ibaže polarita nie je o pluse a mínuse, ale o vedení a nasledovaní. Jedna osoba vedie, druhá nasleduje. Väčšina žien prirodzene uprednostňuje rolu nasledovateľky, takže ak ste to vy, kto ju žiada, aby sa rozhodla, keď ide o stretnutie, plánovanie alebo výber reštaurácie, preklopili ste scenár. Prevzali ste rolu nasledovateľky – a to nie je to, na čo sa prihlásila.

Keď kladiete takéto otázky, v podstate hovoríte: *ty sa rozhodni prvá a ja budem konať na základe toho, čo povieš*. Hádzate loptičku na jej dvorec a čakáte, kým sa ujme vedenia. To je v poriadku, ak ste len priatelia alebo máte neformálne obchodné stretnutie, ale v sexuálnom vzťahu žiadny tenis – musíte hrať svoje roly, pretože sexuálne vzťahy prosperujú na polarite. Vy ste kladný náboj, ona záporný. Ty vedieš, ona ťa nasleduje. To je to, čo vytvára iskru. Keď stratíte tú dynamiku, veci sa rýchlo stanú sexuálne neutrálnymi. Žiadna iskra, žiadna príťažlivosť. To je tiež dôvod, prečo veľa vzťahov zatuchne. Po fáze medových týždňov páry prestanú hrať svoje roly, muž sa jej zverí so svojou emocionálnou batožinou, žena sa stane panovačnejšou a elektrina zmizne. Čo zostalo? Situácia spolubývajúcich bez túžby. Ako teda hrať hlavnú rolu?

Začnite tým, že zahodíte tieto otázky nasledovníkov a nahradíte ich hlavnými vyhláseniami. Nepýtaj sa jej, čo chce robiť, povedz jej to. Prevezmi vedenie, ukáž jej, že máš plán, a nechaj ju nasledovať ťa. Napríklad:

< *Nasledovanie*: "Kedy sa môžeme stretnúť?"

> *Vedenie*: "Povedz mi kedy si voľná tento víkend. Mám super nápad."

< *Nasledovanie*: "Čo rada robíš pre zábavu?"

> *Vedenie*: "Chcem ťa vziať na to najlepšie miesto v meste. Budeš to milovať. Prídem po teba o siedmej. Obleč si niečo sexy."

< *Nasledovanie*: "Môžem dostať tvoje číslo?"

> *Vedenie*: "Vlož svoje číslo do môjho telefónu. Zostaňme v kontakte."

< *Nasledovanie*: "Môžem ťa znovu vidieť?"

> *Vedenie*: "Dnes to bolo super. A vieš čo? Znovu si to čoskoro zopakujeme. Napíšem ti."

Nepýtaj sa jej – povedz jej to. Veď ju. Nechce mať pri sebe chlapa, ktorý sa okolo nej krúti a pýta sa, čo chce, ako keby čakal na povolenie. Túži po mužovi, ktorý jednoducho vie, čo chce robiť a robí to. Čím istejší ste vo vedení, tým pohodlnejšie sa bude cítiť, keď bude nasledovať vaše vedenie. Je to prirodzená dynamika. Či už ide o rozhodnutie ísť na rande, objednať si drink, keď uviazne v jedálnom lístku, alebo dokonca návrh, aké oblečenie by si mala obliecť, sebavedomie udáva tón. A to siaha až do spálne. Chce niekoho, kto presne vie, čo chce, a nebojí sa prevziať vedenie.

Je pravidlom, že spôsob, akým komunikujete na začiatku, je základom toho, čo sa stane neskôr za zatvorenými dverami. Vedeli ste, že milióny žien fantazirujú o tom, ako sú zviazané, ovládané či dokonca znásilnené? Znie to temne, no je to tak. Nancy Friday v jej knihách *My Secret Garden* a *Forbidden Flowers* zozbierala anonymné sexuálne fantázie žien všetkých vekových kategórií. Jedna opakujúca sa téma?

Snívali o úplnej dominancii. Tela, mysle aj duše.

Ale vyjasníme si to. Nefantazirujú o zneuctení v reálnom živote. To, čo naozaj chcú, je vzdať sa kontroly bezpečným, konsenzuálnym spôsobom. Nechať niekoho iného, aby prevzal opraty. Je to psychologický útek. Miesto, kde sa môžu cítiť skutočne slobodne bez rizík následkov a traumy v reálnom živote. Je to o dominancii a odovzdanosti. Takže, ak ste sa niekedy pristihli, že rozmýšľate; čo

odo mňa ženy vlastne chcú? Tu je odpoveď. Chcú, aby ste ich viedli, aby ste hrali dominantnú rolu. Dokonca aj generálna riaditeľka Taipei, ktorá žuje zasadacie rokovania na raňajky.

A nečakajte do spálne, aby ste jej ukázali, že ste ten typ muža, ktorý vedie. Je to vo vašom správaní od prvého momentu, kedy sa stretnete. Tu je rada: Keď ju objímate, nesmelo sa k nej nenakláňajte. Stojte pevne na zemi a vtiahnite ju do seba. Je to nenápadné, ale vysliela to silné posolstvo.

Pri plánovaní vynechajte otáznik. Zabudni na *"Chceš ísť na drink?"* Namiesto toho povedz *"Poďme na drink."* a *"Povedz mi, keď budeš mať voľno."* a *"Stretnime sa v Bosmill o 19:00. Bude sa ti to páčiť. Je tam super pohoda."* Nepýtaj sa na dovoľenie – mocní muži to nerobia. Oznam jej, aby ťa informovala a rozhodni za ňu. Ak sa nevie rozhodnúť, čo si objednať, urobte výber pre ňu. V preplnenej miestnosti ju nežiadajte, aby nasledovala. Chyťte ju za ruku a vedte ju tam, kam idete. A keď ju objímate, dokonca ju na chvíľu zdvihnite z nôh. Hravo, no zároveň sebavedomo.

Myšlienka je jednoduchá. Prevezmite vedenie, prevezmite zodpovednosť a od začiatku sa k nej správajte, akoby bola vaša. Ale, a to je kľúčové, aby sa v tomto procese cítila bezpečne, ešte jedna vec. Medzi dominantným a povýšeneckým je tenká hranica. Byť povýšenecký znamená nútiť ju robiť veci bez ohľadu na to, ako sa cíti. Na druhej strane dominancia znamená viesť sebaisto a zároveň zostať naladení a sledovať jej pohodlie. Ide o posúvanie vecí dopredu tempom, ktoré jej vyhovuje. Sebavedomie s empatiou je to tajomstvo.

PREMENA 5: PROJEKTOVANIE BUDÚCNOSTI

Odkedy som sa cítil v spoločnosti atraktívnych žien komfortne hovoriť, čo si naozaj myslím – žiadne filtre, žiadne nacvičené repliky, ktorými sa chlapci dievčatá snažia umelo zaujať – pristihol som sa, že hovorím dosť o randení a vzťahoch. Prečo? Dva dôvody. Najprv ma filozoficky zaujala téma. Žiadne prekvapenie. A po druhé, ženy sa do nej rady ponárajú.

Raz v noci na domácej párty som bol uprostred živej debaty o vzťahoch so skupinou veľmi atraktívnych žien. A keď sa rozprávali, napadla ma takáto myšlienka: Každá z týchto žien je svojím spôsobom zaujímavá a sexi. Ak by som si mal vybrať jednu z nich za svoju priateľku, kto by to bol? Vtedy som si uvedomil, že nenasledujem, vyberal som si. Veľký rozdiel. A potom jedno z dievčat povedalo niečo, čo ma zastavilo. Rozprávali sme sa o tom, prečo môžu byť chlapi takí alergickí na usadenie sa. Väčšina zo skupiny vyhadzovala zvyčajné sťažnosti na to, aké ťažké je uzamknúť chlapa. Ale toto jedno dievča prevrátilo celý príbeh. Povedala: *"Nechcem sa snažiť, aby sa mi chlapec zaviazal. Chcem byť takou ženou, ktorej sa oplatí zaviazať."*

Jej perspektíva zasiahla inak. Bez námahy magnetická. Bolo to vyhlásenie, ktoré vás prinúti všetko prehodnotiť. V tej chvíli padlo moje rozhodnutie. Pozrel som sa na ňu a pomyslel som si, áno, to je ona. Ak by som si mal jednu vybrať, bola by to ona. A potom, bez toho, aby som nad tým premýšľal, som povedal tých sedem slov, ktoré úplne prevrátili večer: *"Viem si ťa predstaviť ako svoju priateľku."* Nebolo to len tým, čo som povedal. Šlo o to ako som to povedal. Akosi vážne, a akosi nie. Ako vtip, ktorý má toľko pravdy, že ju nechá hádať. Hravé, no s nádychom niečoho skutočného pod sebou. Jej reakcia? Okamžitá.

Rozžiarila sa, akoby som jej práve podal kľúče od večierka. Od tej chvíle prestala venovať pozornosť komukoľvek inému v miestnosti. Mal som jej plné sústredenie. Zvyšok noci sme sa stále hravo točili okolo príbehu nášho budúceho vzťahu. Mysleli sme to vážne? Kto vie? Ale celý obraz sme namaľovali spolu. Ako by očarila cestu môjho života a ukradla moje srdce. Ako by sa pristahovala príliš skoro a ja by som znášal to, že mi zastavala kúpeľňový pult jej nekonečnými zásobami make-upu. Ako by sme prežili sviatky, rozdelili si čas medzi jej rodinou na Vianoce a mojou na Silvestra. Ako by sme sa vzali, strávili medové týždne v Grécku a smiali sme sa, a ako to všetko začalo na tejto náhodnej domácej párty. Len sme sa hrali, ale pri vytváraní tejto spoločnej budúcnosti sme si užili toľko zábavy, že nám to nepripadalo ako hra.

A vtedy som si uvedomil, že to nie je len jednorazová záležitosť. Je to technika, spôsob, ako vyvolať zábavné, zmysluplné a nepopierateľne magnetické rozhovory, ktoré v skutočnosti niekam vedú. Pamätáte si ešte keď sme v prvej kapitole diskutovali o tom, ako ženy prirodzene ťahajú mužov k záväzku? Projektovanie budúcnosti berie tento inštinkt a spája ho priamo s vami.

Koncept nie je prelomový, je to vlastne taktika predaja. Predajcovia používajú vizualizáciu budúcnosti na to, aby postrčili ľudí do akcie tým, že im poskytnú živý a emocionálny náhľad na to, aký úžasný bude život, keď obchod prijmú. Keď si idete kúpiť nové auto, predavač na vás nehádza len čísla. Vezmú vás na testovaciu jazdu. Dajú vám pocítiť auto. A ak sú dobrí, urobia viac. Budú sa pýtať na váš život, vašu rodinu, vaše dochádzanie do práce, vaše víkendy a potom vám predstavia dokonalý malý sen. Povedia vám, ako by vás vaša žena zbožňovala, keby ste prešli na také bezpečné a luxusné auto. Ako budú mať vaše deti konečne priestor a prestanú bojovať na zadnom sedadle. Ako vám vaši priatelia budú nenápadne závidieť, keď sa zvalíte do tohto elegantného stroja. Urobia vám obraz toho, ako držíte volant potiahnutý kožou, cítite surovú silu motora a užívate si ranné dochádzanie do práce s vyhrievanými sedadlami naplno aj v treskúcej zime. Kým budú hotoví, už ste to auto v duchu zaparkovali na svojej príjazdovej ceste. Ostáva už len podpísať papiere.

To je v skratke projektovanie budúcnosti. A rovnako dobre to funguje aj pri zoznamovaní. Bez ohľadu na to, v akom štádiu sa so ženou nachádzate, používajte projektovanie, aby ste sa s ňou posunuli na ďalšiu úroveň. Necháte ju pocítiť, aké by to bolo byť v ďalšej fáze s vami dávno predtým, než to bude skutočné.

Takto to vyzerá v praxi:

Keď len flirtuješ: *"Už teraz vidím, že sa spolu dostaneme do množstva problémov."*

Keď urobí niečo, čo ťa upúta: *"Páni, úplne si ťa viem predstaviť ako svoju priateľku."*

Keď si píšete pred prvým rande: *"Čestné upozornenie – keď ťa uvidím, možno ti budem musieť dať jeden alebo dva bozky."*

Keď ste v hlbšom rozhovore, nenútene sa opýtajte: *"Ak by si mala navrhnuť svadbu, ktorá by úplne vystihovala tvoju osobnosť, ako by vyzerala? Intímna ceremónia v záhrade pri západe slnka, alebo veľkolepá oslava, kde by sa aj hviezdy červenali? A čo medové týždne? Máš vysnívané miesto, kde by si chcela utiecť z reality len s niekým, komu úplne dôveruješ?"*

Cieľom nie je preniesť ju na miesto, ale prinútiť ju, aby si predstavovala, aké by to bolo zažiť tie veci s vami. Akonáhle sa dievčaťu začnete páčiť, tieto rozhovory sú ako letecký benzín. Opýtajte sa

jej, čo chce od priateľa, ako vyzerá jej ideálny vzťah a podelte sa o svoje vlastné myšlienky. Povedz jej, aký druh spojenia hľadáš. Povedz, že miluješ, keď žena podporuje vaše ciele a akceptuje vás takého, aký ste. Povedz jej, ako veľmi si ceníš, že si môžeš skutočne oddýchnuť s niekým, kde ticho nie je trápne a nemusíte byť vždy zapnutí. Rozprávajte sa o maličkostiach, napríklad o tom, ako by ste milovali priateľku, ktorá by bola v pohode, keby ste jeden večer pozerali horory v teplákoch a na druhý sa obliekli na luxusnú večeru. Spomeňte, aké dôležité je, aby vychádzala s vašimi priateľmi a rodinou. Vsuňte niečo na štýl: *"Bola by z teba skvelá družka na stužkovú. Na budúci mesiac si nechaj kalendár otvorený."* Skrátka, nech si niekde urobí testovaciu jazdu. Dajte jej a sebe zažiť, ako by ste sa cítili vo vzťahu, emocionálne a prakticky, bez toho, aby ste tam už oficiálne boli. To sa dotýka jej túžby po bezpečí a intimite a uspokojuje jej potrebu záväzku ešte skôr, než ho od vás technicky dostane.

A tu platí zlaté pravidlo: Robte to len s niekým, koho skutočne považujete za materiál priateľky. V opačnom prípade sa s jej emóciami len tak pre zábavu pohrávate.

Keď už spolu chodíte a chcete veci posunúť vpred, túto víziu aj naďalej budujte. Začnite hovoriť o plánoch, ktoré siahajú ďalej do budúcnosti. Kúpte si lístky na koncert, ktorý sa bude konať budúci mesiac, a povedzte si, aké zábavné to bude. Spomeňte pár mesiacov vopred svadbu svojho bratranca a nenútené ju pozvite. Porozprávajte sa o svojom cestovnom zozname a o tom, ako potrebujete roztomilú kamarátku na dobrodružstvo. A sľúbte, že jej spravíte všetky zábery vhodné do Instagramu, aké kedy chcela.

Pokračujte v maľovaní obrazu. Udržujte ju vzrušenú z toho, čo príde ďalej. Nech budúcnosť pôsobí rovnako neodolateľne ako prítomnosť.

PREMENA 6: ŽENSKÁ KONKURENCIA

Všimli ste si niekedy, ako sa k vám ženy zrazu správajú lepšie, keď sa motáte okolo iných žien? Nech už je vaša kamarátka, priateľka alebo dokonca vaša manželka, dynamiku to posúva. Keď bude vedieť, že je v súťaži s inými ženami, bude sa snažiť dvakrát viac udržať si ťa po svojom boku. Žena miluje ten pocit, keď je v súťaži s inými ženami, ktoré jej závidia a vnímajú ju ako víťazku. Preto by vašou úlohou ako slobodného chlapa snažiacего sa priťahovať ženy malo byť obklopovať sa ženami, ako je to len v ľudských silách. Spoznajte nových ľudí, budujte spojenia a prijmite chaos.

Dobre sa zamysli: Aj keď nemáš záujem o rozširovanie kruhu sexuálnych partneriek a chceš len jednu priateľku pre emocionálne stabilný intímny život – čo je rozumný prístup – potrebuješ si komunikáciou s viacerými ženami prejsť v procese hľadania tej jednej kvalitnej. Nechceš sa predsa usadiť s prvou, ktorá o teba prejaví záujem a tolerovať vašu nekompatibilitu dlhé roky. Podobne; asi nechceš tolerovať samotu, nedostatok oxytocínu a erotické nenaplnenie až do smrti len preto, že je to dočasne lepšia alternatíva k prvým skúsenostiam, ktoré sú štandardne zlé.

Mnohí muži v sebe nesú podvedomé presvedčenie – často prameniace z toho, že ako deti boli zhadzovaní a podceňovaní – že nie sú schopní ochrániť ženu pred inými mužmi, a preto by nemali riskovať tým, že sa budú zoznamovať s viacerými. Toto nastavenie je dnes kontraproduktívne. Kým kedysi bývala stabilita vzťahu otázkou fyzického prežitia, moderné spoločnosti ponúkajú ženám aj

mužom pomerne bezpečné prostredie, v ktorom je možné slobodne skúmať kompatibilitu s viacerými partnermi.

Ak muž zameria všetku svoju pozornosť a nádej na jednu ženu, vytvára tým nerovnováhu – emocionálnu aj vyjednávaciú. Ženy rozhodujú o tom, či dôjde alebo nedôjde k sexu – a ak muži nemajú iné alternatívy, napätie sa nabaľuje až do frustrácie. Z behaviorálneho hľadiska je preto vhodné rozložiť pozornosť medzi viacero kontaktov počas počiatočnej fázy zoznamovania – nie ako manipuláciu, ale ako ochranu vlastnej psychologickkej stability a zachovanie parity síl.

Nemôžem zveličovať ako veľmi táto stratégia pomáha prejsť z plachého, spoločensky nepohodlného babráka na niekoho úplne sebavedomého okolo žien. Začnite sa kamarátiť so ženami – nie len jednou či dvoma, ale toľko, koľko dokážete. To spôsobí dve veci.

Po prvé, zvýši vaše pohodlie a prirodzenosť okolo žien vo všeobecnosti. Zmení to vaše myslenie a zbúra mnohé toxické presvedčenia, ktoré by ste teraz mohli mať o ženách a vzťahoch.

Po druhé, zmení to, ako vás vidia ostatné ženy. Zrazu už nie si len nejaký náhodný chlap. Si ten chlap, ktorý je už v mixe. Je to ako začať každú interakciu na sedmičke z desiatich namiesto nuly, pretože **ženy sú nastavené na to, aby si všimli muža, ktorého už iné ženy schvaľujú**. Je to psychologické, je to primárne a funguje to.

Tu je háčik: Ak chcete, aby táto stratégia vystrelila nahor, musíte sa ku každej žene správať rovnako. Presne tak, žiaden špeciálny prístup. Žiadne uprednostňovanie jednej pred druhou pred skupinou. Pretože keď s nimi zaobchádzate rovnako, začnú súťažiť o vašu pozornosť. Zrazu sa čudujú, čo musia urobiť, aby na vás vynikli. Dajte si slobodu zbližiť sa a flirtovať s akoukoľvek slobodnou ženou bez toho, aby ste niekoho postavili na piedestál. Ak si si celý svoj šarm vyhradil pre tie horúce, zastav sa. Takéto zmýšľanie... to ťa znepokojuje. Robí ťa to nervóznym, nepríjemným a čo je najhoršie, príliš investovaným. Vyhrad' si hlbšie romantické city pre dievča, ktoré im voči tebe podľahne ako prvé. Než sa tak stane, flirtuj s každou rovnako, akoby to bola len hra pre zábavu.

A sleduj ako sa to vyvinie.

Ale aby ženská konkurencia fungovala ešte lepšie v kolektívnom prostredí, môže to chcieť rozbušku... Nájdite si ženu a vsuňte ju do role svojej vzťahovej poradkyne, alebo ešte lepšie, dohadzovačky. Ak odmietne, gratulujem – v podstate priznáva, že sa o vás zaujíma. Ak súhlasí, perfektné; teraz máte jej licenciú na interakciu s inými ženami priamo pred ňou, vrátane jej kamarátok. Hravo, neškodne, možno trochu koketne. Nechajte ju hádať. Toto vašej wing-girl popletie hlavu tým najlepším spôsobom. Zrazu si myslí: *Prečo ma nechce? Čo majú tieto ostatné dievčatá a ja nie? Ako dokážem, že som dosť dobrá?* A bum, ona ťa prenasleduje, nie naopak.

Kľúčový tip: Toto funguje len s atraktívnymi ženami. Skúsiť to s niekým menej sebavedomým môže rozdrviť ich sebavedomie. A to nie je cieľom. Ale atraktívne dievča? Nie je zvyknutá byť ignorovaná; v tom je to kúzlo.

Spôsoby ako ju pozvať byť vašou wing-girl?

- *Si rozkošná. Chceš sa stať mojou dohadzovačkou a pomôcť mi získať nejaké dievča?*
- *Si ako moja malá sestrička. Chceš ma predstaviť nejakým slobodným priateľkám?*
- *Pomôž mi tu. Vidíš v tejto miestnosti nejakú slečnu, ktorá je môj typ?*
- *Pod' si nájsť partnera. A keď už sme pri tom, môžeš mi nájsť roztomilé dievča.*
- *Máš pekné telo, ale medzi nami to nebude fungovať. Poznáš tu nejakú slečnu, ktorá by som mal pozvať do tanca?*

Použite podobné repliky so zmesou humoru a odvahy. A nechajte ju hádať, či to myslíte vážne alebo sa len hráte. V každom prípade to upúta jej pozornosť. A než sa nazdáte, bude to ona, ktorá bude pracovať na tom, aby vyhrala tú vašu. V určitom okamihu ju to premôže, začne flirtovať, dotýkať sa a robiť všetko, čo je v jej silách, aby udržala vašu pozornosť. Uznajte jej snahu, dajte jej vedieť, že to funguje, ale nepreháňajte to. Udržujte tajomstvo nažive. Odtiaľto už je to plynulé. Tá žiarlivosť, zvedavosť, súťaživosť ju doženú k ďalšiemu kroku. Až nastane správny čas, vezmite veci do súkromnejšieho prostredia a spustite ohňostroj.

PREMENA 7: VZÁCNOSŤ

Ak chcete, aby vás ženy prenasledovali, musíte prijať jeden silný princíp; nedostatok. Keď obmedzíte svoj čas a dostupnosť, bude prirodzene tvrdšie pracovať, aby si ho zarobila. Ale ak svoj čas rozdávaš ako nonstop bufet, bude ťa brať ako samozrejmosť. A čo je horšie; stratíš hranice. Pamätáte si, keď sme hovorili o zoznamovaní ako o trhovisku? Tu je pripomienka; na akomkoľvek trhu, keď je niečoho málo, jeho hodnota prudko stúpa.

To isté platí aj v zoznamovacej hre. Keď máte málo času a pozornosti, ste cenou vy. Ste zberateľským kúskom limitovanej edície, nie sériovo vyrábanou odklepávkou. To je dôvod, prečo by ste sa v ranom štádiu zoznamovania nikdy nemali zdať príliš dostupní...

On: *Ahoj, minulú noc som sa úžasne bavil. Máš vo štvrtok voľný čas na drink?*

Ona: *Rada by som, ale štvrtok mám zaneprázdnený.*

On: *Dobre, čo v piatok?*

Ona: *Nemôžem ísť ani v piatok.*

On: *Takže v sobotu?*

Ona: *Celý víkend mám zaprataný. Možno niekedy budúci týždeň.*

On: *Dobre, kedy máš voľno?*

A potom rádiové ticho. Znie vám to povedome?

Ak sa vám to stalo, tu je studená, tvrdá pravda. Boli ste príliš dostupní a to zabilo vašu hodnotu. Aj keď si vedome nemyslí *Wow, tento chlap vyzerá zúfalo*, jej emocionálny mozog vás už radí nižšie na stupnici dôležitosti. Takto funguje špás. Chápem to, je to k zblázneniu. Zdá sa, že hrá hry, však? Ale tu ide o to, že randenie nie je povrchovo logické. Význam komunikácie je menej podstatný než to, čo dáva evolučne úspešným ženským emocionálnym vzorom najavo.

Keď sa stále pýtaš a pokračuješ, signalizuješ, že tvoj čas sa dá ľahko nájsť, a preto je menej cenný ako jej. Či si to uvedomuješ alebo nie, cíti to. Zakaždým, keď sa naháňaš, kopeš si hlbšiu dieru.

Čo teda robiť? Prevráť scenár; prijmi nedostatok. Dáš svojmu času a pozornosti pocit, že je to vzácna komodita. Povedzme si, ako na to. Najprv prestaň ponúkať konkrétne dátumy hneď z fleku. Ak jej napíšeš: *Máš voľný štvrtok?* Pripravuješ sa na sériu odmietnutí. Namiesto toho ju prinúť najprv odhaliť jej dostupnosť. Je to jednoduché. Miesto toho, aby ste sa uzatvorili do plánu, povedzte: *Napíš mi, ako vyzerá tvoj týždeň. Kedy sa môžeme stretnúť a užiť si naše epické dobrodružstvo ...* Tým posuniete dynamiku; teraz vám odhaľuje svoj rozvrh ona, nie naopak. A najlepšia časť? Stačí sa opýtať raz a máte zaručené áno, pretože ste to už zúžili na jej voľný čas.

Tu je ďalší kľúčový krok: Vždy buďte tým, kto ukončí konverzáciu ako prvý, či už osobne, telefonicky alebo pri dopisovaní. A urobte to skôr, ako si myslíte, že by ste mali. Aj keď sa veci vyvíjajú úžasne – skráť to. Čím dlhšie budeš otáľať, tým viac bude mať podvedome pocit, že nie si taký výnimočný. Tu je príklad, ako to urobiť:

- *Hej, musím bežať. Večera s priateľmi. Čoskoro sa porozprávame znova.*
- *Čas vyraziť, musím ísť niečo vybaviť. Nedovoľ si, aby som ti príliš chýbal.*

Trik je v tom skončiť na vysokej hladine. Udržujte ju usmievajúcu sa, zaujatú a áno, aj trochu nahnevanú, že odchádzate. To je tá sladká bodka. A hoci to nepovieš na rovinu, chceš, aby sa pýtala: *Kto iný má jeho čas, keď nie ja?* To je presne tá otázka, ktorá ju bude zaujímať.

Ženská láska je konzumná: chce v sebe mať čo najviac z teba. Keď však svoj cieľ dosiahne, záujem o to, čo ju kedysi fascinovalo, rýchlo vyprchá. Na mužoch spočíva úloha udržať hranice proti tejto potrebe v prospech oboch – čo občas znamená sklamať svoju ženu. Vzájomné porozumenie môže túto potrebu významne zmierniť – avšak kto sa túto zručnosť nenaučí, skôr či neskôr to oľutuje. Sklamávať ženy samo o sebe nie je tá zručnosť; je to doslova bez námahy, pretože ona bude sklamaná nech už robíš čokoľvek.

To, čo si tu vyžaduje skutočnú zručnosť, je nestarať sa o to, čo ženy chcú.

Tu je spôsob myslenia, ktorý si musíš osvojiť: Si zaneprázdnený chlap. Máš plnohodnotný život. Máš priateľov, máš ciele, koníčky a je tu milión vecí, ktoré si vyžadujú tvoju pozornosť. Nie si chlap, ktorý zúfalo čaká na jej spätnú správu. Si chlap, z ktorého chcú všetci ostatní kúsok. A keď dostane kúsok tvojho času, bude sa cítiť výnimočne, pretože by mala. Takže len nedúfaj, že vzácnosť bude fungovať; urob z nej pravidlo. Obmedz prísun svojho času a pozornosti. Premysli si, kedy a ako sa zapojíš. Rozdiel uvidíš takmer okamžite. Bude si ťa vážiť, bude ťa prenasledovať viac. A čo je najdôležitejšie: už nikdy nebudeš musieť nikoho prosiť o pozornosť.

PREMENA: VPLYV EPOCH ĽUDSKEJ HISTÓRIE NA ZMENITELNÉ ATRAKTORY

Aby ste sa skutočne stali mužom, po ktorom ženy túžia, potrebujem aj, aby ste zvážili vplyv histórie a jej vln významu na miestnu priazeň žien. Ženy, či už si to osobne priznajú alebo nie, vyhľadávajú partnera, ktorý je atraktívny aj v očiach iných žien v ich prostredí. A to až tak, že kolektívne lokálne

preferencie hrajú hlavnú rolu na rámec, ku ktorému potrebuje muž optimalizovať správanie, aby bol ňou vnímaný ako príťažlivý.

Ideály správania muža majú svoje korene v rôznych obdobiach ľudskej minulosti, a tieto obdobia mali rôzny vplyv v iných častiach sveta. Jedná sa teda o veľmi komplexný vedecký pohľad na vec, ale v krátkosti znamená, že muž musí adekvátne investovať do atraktorov, ktoré sú v kurze na jeho zoznamovacom trhu; a to aj vtedy, keď má záujem o konkrétny typ dievčaťa.

Začnime rozdelením časových období, a potom si definujeme mieste rozdiely ich významu.

Obdobie **lovcov-zberačov** predstavuje až 99% histórie ľudstva a dominuje vo vplyve na okamžité vnímanie atraktivity muža ženou. Jedná sa však tiež o ťažko hýbateľné faktory. Genetiku, výšku alebo mužnosť hlasu nemôže chlap na sebe zmeniť; čo však môže ovplyvniť je reč tela, charizma, kontakt očami, mentálna dominancia, sebavedomie, pohotovosť, schopnosť chrániť a ovládať situáciu. Preto si zasluhuje zhruba **30%** pozornosti muža, ktorý chce byť v očiach sveta atraktívny – do tejto miery by sme mali vedome pripodobňovať praveký ideál.

Preferencie žien boli formované v prostredí malej skupiny (20–100 ľudí), kde boli dôležité:

- fyzické zdravie a sila (ochrana)
- status v skupine (vodcovstvo, rešpekt)
- schopnosť získať a zdieľať zdroje (úspešný lovec)
- sociálna inteligencia a schopnosť vyjednávať (neprežiť konflikt, ale ho predísť)
- osobná prítomnosť (muž bol fyzicky prítomný, nie anonymný)

Väčšina základných preferencií žien (a mužských očakávaní o nich) má evolučný pôvod práve z tejto etapy – preto sú mnohé dnešné atraktory iracionálne z pohľadu modernej doby.

Starovek (mestské štáty, impériá) bol typický vznikom hierarchických štruktúr. Spoločnosť už nebola kmeňovo rovnostárska, ale kastovo vrstvená. Ženy sa začali orientovať aj na majetok, vplyv, mocenskú pozíciu muža v spoločnosti, chlapov schopných manipulovať systém a udržať si postavenie, ochranu nielen fyzickú, ale v rámci väčšieho politického rámca. Kultúrne vrstvy začali modulovať pôvodný biologický výber; niektoré ženské preferencie sa transformovali na priamejšiu túžbu po mocensko-ekonomickom zabezpečení.

Zmeniteľné faktory? Demonštrovanie vplyvu, mocenské hry v komunikácii, ovládanie skupinovej dynamiky v práci alebo komunite. Prejavujú sa však najmä vo vysokopostavených prostrediach a sú ťažšie dosiahnuteľné pre bežného muža. Starovek si zaslúži vedomú pozornosť asi **na 10 %**.

Stredovek (feudalizmus, náboženstvá) definuje náboženský a patriarchálny spoločenský model. Ženská autonómia je potlačená, ale selektívne preferencie prežívajú pod povrchom. Atraktívnymi sa stávajú muži s titulom, pôvodom a pôdou, tiež duchovní, ak boli vnímaní ako morálne authority, rytieri ako idealizovaný model spájajúci fyzickú silu s etickým kódexom (česť, ochrana slabších). Príťažlivá je neopálená pleť. Prvky romantickej lásky sa objavujú ako forma sexuálneho výberu pod tlakom spoločnosti. Maskulinitu definuje lojalita voči systému, nie individuálna divokosť.

Zmeniteľné atraktory: česťnosť, ochrana slabších, morálny kódex, galantnosť, šarm, vernosť. Obmedzenia: Vnímané ako slabosť v hyperkonkurenčnej dobe. Účinné len pri špecifických typoch žien, ktoré sú romanticky orientované. Zaslúžená pozornosť: tiež **len 10%**.

Novovek (kapitalizmus, industrializácia). Moc sa presúva z meča na peniaze a know-how. Ženy sa čoraz viac orientujú na vzdelanie, postavenie a schopnosť zarábať, intelektuálnu dominanciu (advokát, lekár, profesor), subtilné prejavy moci (štýl reči, kontrola emócií, chladná racionalita). Ženská autonómia sa po storočiach potláčania vracia na scénu. Objavuje sa romantický návrat k individualizmu: predstava „vyvoleného“, ktorý spája intelekt, dušu a charizmu. Kultúrna vrstva sa zmenila, ale signalizácia statusu ostala kľúčová – len sa vyjadruje novými prostriedkami.

Zmeniteľné faktory: Vzdelanie, rétorika, jemné zručnosti, profesijný status a kompetencia, estetika, štýl. Význam novoveku? **Až 35%**. Prečo najvyšší podiel? Tieto prvky sú silne trénovateľné, editovateľné, škálovateľné. Najviac „gameable“ z celého zoznamu – zmeniť prácu, štýl, správanie.

Súčasnosť (digitálny a postindustriálny svet). Individualizmus prechádza do neromantickej formy. Dochádza k odpojeniu reálneho a digitálneho statusu – mnoho mužov dnes simuluje dominantné znaky online. Ženy reagujú najmä na: sociálny vplyv (followeri, výtlak), rétorickú dominanciu (irónia, dôvtip, nonkonformita), vizuálnu symboliku statusu (luxus, opálená pleť, životný štýl). Evolučné inštinkty ostávajú, ale sú zneužívané trhom – ženy niekedy reagujú na falošné signály statusu, čo zvyšuje frustráciu mužov aj žien. Sme v období kognitívneho glitchu – biologický software je z čias lovcov-zberačov, ale kultúrne inputy sú algoritmicky generované.

Zmeniteľné atraktory: Online image (Instagram, profilové fotky, meme humor), sociálny status cez „virtuálne tokeny“ (followeri, content, komentáre). Obmedzenia: Veľké riziko, že vytvára len ilúziu hodnoty. Mnohé ženy tieto prejavy vnímajú ako manipuláciu. Vplyv na vnímanie atraktivity: **15%**.

Záleží však aj na špecifických miestnych preferenciách vychádzajúcich najmä zo súčiny toho, ktoré sociálne podmienky trvali ako dlho, a nakoľko radikálne ovplyvňujú vnútornú štruktúru vzťahov.

Moderný vývoj spoločností význam pravekých atraktorov scvrkáva, avšak napríklad Ukrajina má veľmi silnú vrstvu prežitia a tribalistickej ochrany. Zatiaľ čo na Slovensku je o čosi výraznejší vplyv stredoveku a vedení k poslušnosti, antiklerikálne Česko vyniká nadpriemerným presadzovaním ideálov novoveku. V Namíbii je význam pravekých atraktorov najvyšší, zatiaľ čo v Singapure je extrémne dole (okamžitá urbanizácia, skoro žiadne uznanie prírodného muža, telesná dominancia predstavuje možný problém pre sociálnu harmóniu). V Sýrii sú naopak fyzická prítomnosť, tvrdosť a autorita veľmi cenené. Latinská Amerika je tiež silno poznačená machizmom, patriarchálnou štruktúrou a dramatickým chápaním mužskej role. Ak sa zaujímame o podmienky, kde dominujú stredoveké ideály – hlava rodiny ako autoritatívny, ale starostlivý muž – stelesňuje ich Rusko, najmä staršie generácie. Ak hľadáte krajinu, kde má starovek najsilnejší vtláčok do preferencií žien, sú to tradičné oblasti Iránu; najmenší v krajinách ako Fínsko. Vo veľkomestách USA je zase dôležitosť sebaaprezentácie a najnovších zručností čoraz viac cítiť ako atraktor presahujúci ostatné.

Ak sa nemienite kvôli tomuto presťahovať, geografické rozdiely môžete zo vzorca ignorovať.

Ak sa ale plánujete presťahovať, zvážte aj mieste preferencie žien vzhľadom na váš charakter.

Vystupovanie: Faktory atraktívnej komunikácie

Priznajme si to; hovoriť s krásnou ženou nie je pre mnohých z nás ľahké. Je poľutovaniahodné, koľko našej energie a úzkosti je nutnej len k tomu, aby sme nabrali odvahu priblížiť sa k nej, takže kým sa rozhovor začne, už sme vyhovení a nevieme myslieť na to, čo povedať. Viest' zábavný a flirtujúci rozhovor so ženou nemusí byť ťažké, ale môžeme vám hneď teraz povedať, že ak sa jej začnete pýtať na prácu a školu, na domácich miláčikov alebo akýkoľvek iný typ otázok, ktoré sa čo i len vágne podobajú veciam, ktoré by boli na zamestnaneckom pohovore, ste mŕtvola vo vode.

Čím viac sa sústredíte na to, že neviete, čo máte povedať, tým menej atraktívnej sebaistoty budete signalizovať. Preto je prospešné to preskúmať, pochopiť, prečo funguje čo funguje a získať výhodu nad mužmi, ktorí nemajú iné zdroje než vlastné získané skúsenosti. V tejto kapitole sa zameriame výlučne na konverzácie s dievčatami, ako ovplyvniť ich emócie počas rozhovoru a ako viesť dialóg smerom k budovaniu romantického vzťahu namiesto toho, aby ste upadli do priateľskej zóny. Vysvetlíme si aj to, ako sa vyhnúť tým nepríjemným tichám. Túto sekciu si užijete.

Začnime zásadou, ktorú by ste si mali pamätať po zvyšok svojho života.

Rozhovor by mal byť 50% o nej a jej osobnosti, 30% o okolí alebo čomkoľvek inom
a iba 20% rozhovoru by malo byť tvoje rozprávanie o sebe.

Prečo? Pretože v každom rozhovore medzi dvoma ľuďmi, osoba, ktorá potrebuje súhlas toho druhého, je tá, ktorá veľa hovorí o sebe. Predstavte si, že robíte pracovný pohovor: rozhovor bude o vás, o vašej osobnosti a vašich schopnostiach, nie o osobe, ktorá s vami pohovorí – pretože vy ste ten, kto žiada o tú prácu, a oni majú kontrolu nad uzavretím obchodu. Ak ona potrebuje získať váš súhlas a nie naopak vy ten jej, znamená to, že vy ste zhodnotili, že disponujete väčšou hodnotou než ona, a že nervózna by mala byť ona, lebo obchod je výhodný pre ňu.

Takže ako zabezpečiť, že rozhovor bude o nej? Pýtajte sa, čo má a nemá rada, ako strávila detstvo, ako plánuje žiť svoj život, aké sú jej sny, čo rada robí vo svojom voľnom čase, čo vidí na sebe ako negatívne alebo pozitívne. Naozaj sa o ňu zaujímajte, tak aby čas od času rozmýšľala nad tým, čo vám povedala, a jej vlastný sebaobraz si prepojí s rozhovormi s vami.

Ďalších 30% percent konverzácie by malo byť o prostredí okolo vás alebo o čomkoľvek inom. V tejto fáze by ste si mali byť stále vedomí jednej veci: Nemyslite na to, čo by ste mali povedať. Čokoľvek trafené, čo vám príde na myseľ, povedzte. Akoby si sedel vedľa priateľky, ktorú poznáš 10 rokov, rozprávajte sa o čomkoľvek a o všetkom. Je v poriadku povedať niečo hlúpe, dôležité je nevyzerat', akoby ste sa snažili povedať niečo, čo hlúpe nie je. Nesnažte sa hovoriť vážne na dôležité témy. Predstavte si, že ste opití a rozprávate sa, trepete o čomkoľvek, aj keď to nedáva zmysel. Idea je nadviazať spojenie uvoľnením vedome udržiavaných emočných blokáď a ak sa pri nejakej téme dostanete do hádky, nehnevajte sa a dokonca ani neargumentujte, aby ste dokázali svoj názor. Autenticky vyjadrite váš postoj bez potreby schvaľovania toho, čo vyjde z jej úst, a zároveň sa nemuňte pokúšaním sprostredkovať určitú myšlienku alebo ju o nej presvedčiť. Toto všetko sú prejavy správania muža hodnoty, ktorý nepotrebuje jej súhlas.

A teraz si rozoberme tých kritických 20%.

Keď rozprávate o sebe, nikdy sa jej nesnažte ukázať, že ste úžasný. Nerečnite o svojich úspechoch alebo dobrodružstvách, nepredvádzajte sa. Ženám to pripadá, že sú súčasťou súťaže, nie spojenia. Ten, kto musí pripomínať svetu svoju hodnotu, jej sám neverí. Je omnoho pôsobivejší, keď na vaše úspechy narazí sama, než keď ju nimi zasypete.

Zlatá rada znie priam opačne: Vždy si robte zo seba srandu a spomeňte historky, ktoré vás trochu zosmiešňujú. Keď hovoríte o sebe hlúpo a nebojíte sa vystreliť si zo seba, uvidí, že nepotrebuje jej uznanie a nepotrebuje jej obdiv.

Uznajte: Ak absolvujete dve rande s dvoma rôznymi ženami – pričom počas prvého sa budete snažiť pôsobiť maximálne atraktívne a na druhom zámerne znížite svoje úsilie, ba dokonca ho s vtipom cielene pokazíte – je pravdepodobné, že druhé stretnutie dopadne lepšie. Môže vzniknúť výmena absurdných seba-devalvačných poznámok typu *"Nechceš ma, lebo..."* Takéto hravé dialógy majú prekvapivo vysokú hodnotu. Dôvodom je paradox atraktivity: neokázalé správanie, menšia snaha a vnímaná autonómia vyvolávajú väčší záujem než výkonovo orientovaná sebaaprezentácia.

Ďalšia vec, ktorú stojí za to urobiť, je, aby si bol **TAJOMNÝ**. Vaša osobnosť by mala mať prvok mystiky a byť nejasná. Avšak potrebujem aj, aby ste ocenili kontext, prečo tomu tak je.

Keď prijmete ženu, aby sa vychystala a išla s vami na rande, miesto toho, aby robila čokoľvek iné, jej prvotný záujem o vás je patrične vysoký. Ale... ako je to možné? Ved' vás nepozná. A o to ide: nie je zamilovaná do vás – ale do jej predstavy o vás. Ste zatiaľ pre ňu len materiál, ktorý poslúžil ako základ pre atraktivitu, aby svoje veľké medzery v poznaní vyplnila príjemnými ideálmi. V snahe zapôsobiť na ženu mnoho mužov odhalí o sebe veľa detailov, ale pravdepodobnosť, že akákoľvek z týchto podrobností bude zodpovedať fantázii, ktorú má žena o tom, kto by ste mohli byť, je prakticky nulová. Nechcete ju zbaviť týchto predstáv príliš rýchlo. Potrebujete najskôr prezradiť čo najmenej a primäť jej emócie vzplanúť putom k vám, aby nahradili ustupujúci sen.

Toto nie je lešť na ženy o nič viac, ako je make-up a šaty lešť na mužov. Prečo sa ženy neukážu na prvom rande v teplákoch a nenamaľované? Pretože nechcú muža pripraviť o jeho fantázie, ktoré by mohol mať o jej výzore príliš skoro v procese dvorenia, inak by sa nezdržal dosť dlho, aby chcel rozvíjať vzťah. Svoje telo mu ukážu neskôr, keď už bude namotaný. Funguje to oboma smermi.

Veľa chlapcov má tendenciu dať podrobné odpovede na každú otázku, ktorú im dievča položí. Príliš rýchlym rozdávaním príliš veľkého množstva informácií neúmyselne signalizujú nízku hodnotu, ktorá je v ich neprospech. Napríklad ak sa ich slečna spýta, kde pracujú, povedia hneď firmu, pozíciu, aj časy. Nechcú, aby neúplnou odpoveďou pôsobili, že taja sklamanie.

Avšak sexuálna atraktivita muža v očiach ženy nie je založená na jej racionálnej analýze vašej pravdepodobnej životnej situácie vyplývajúcej z neochoty odpovedať ako psík na jej tvrdú otázku. Je založená na testovaní a sledovaní vašej emocionálnej reakcie. Ak sa dievča spýta, kde pracuješ, povedz niečo ako: *"Vydrž, práve sme sa len stretli a už ma vypočúvaš?"*

Vidíš ten rozdiel? Tu je viac príkladov:

Ona: "Ako sa voláš?"

Ty: "Hádaj, máš tri pokusy. Dám ti čokoládu, ak uhádneš."

Ona: "Čo robíš v sobotu večer?"

Ty: "Niečo vzrušujúce, ale tajné. Prepáč, nemôžem povedať."

Ona: "Bol si už niekedy vo vzťahu?"

Ty: "To je príbeh na neskôr... Najprv sa musím rozhodnúť, či si ho zaslúžiš počuť."

Pokiaľ o sebe nepreziadiš mnoho príliš skoro, zvedavosť bude pracovať v tvoj prospech. Pamätaj, 20% o tebe hravo, 30% o okolí a čomkoľvek inom a 50% o nej a jej záujmoch. Týmto si získal všeobecnú predstavu o tom, ako by mala konverzácia prebiehať a si pripravený na zapojenie nadchádzajúcich techník, kde sa spolu ponoríme do detailov.

GYSTUPOVANE 1: VYHLÁSENIÉ ODHADU OSOBNOSTI

Po prelomení ľadu so ženou väčšina chlapov odpáli záplavu nudných zoznamovacích otázok. Rovnaké nezáživné žiadosti o informácie, aké na vás vaši vzdialení príbuzní hádzajú počas nepríjemných rodinných stretnutí. To nielenže robí konverzáciu nudnou pre oboch, ale tiež jej to bráni plne sa zapojiť. Často uvidíte chlapov, ktorí poskakujú od jednej otázky k druhej, pričom úplne míňajú príležitosti ponoriť sa hlbšie do niečoho, čo ju zjavne nadchlo.

Kedykoľvek položíte otázku, odolajte nutkaniu okamžite prejsť na ďalšiu. Namiesto toho odpovedzte na jej odpoveď vyhlásením. Tento jemný posun robí zázraky. Ukazuje, že skutočne počúvate, dokazuje, že otvorene hovoríte čo si myslíte, a vytvára prirodzený tok, ktorý môže viesť k hravejším alebo dokonca intímnejším rozhovorom. Príklad:

- Máš nejaké domáce zvieratko?
- Oh, áno, vlastne mám tri najroztomilejšie mačky na svete.
- Aha... (to je pekné. Aké sú ich mená? - chyba)
- ...tak ty si mačacia panička. Nechaj ma hádať: máš ich všetky rozmazané.
- Prestaň, haha. Nie, nie som jedna z tých bláznivých mačacích dám. Jednoducho milujem svoje mačky.
- Vieš, hovorí sa, že mačací ľudia sú nezávislejší ako milovníci psov. Možno práve preto ťa to k nim ťahá.

Vidíte ten rozdiel? Nevypaľujete len otázky ako nováčik. Vytvárate atmosféru, budujete intrigy a pripravujete pôdu pre spojenie. Problém je, že ako muži sa radi držíme hmatateľného. Fakty, udalosti, príbehy. A určite sú to skvelé spúšťače konverzácie. Ale ak je to všetko, čo prinesiete na stôl, nepreskočíte do úplne inej dimenzie. Takej, ku ktorej to ženy prirodzene ťahá. Ženám sa darí v mystickom, emocionálnom spodnom prúde pod povrchom. Nechcú len vedieť, čo sa stalo. Chcú preskúmať, čo to znamenalo. Ak jej nedokážete ukázať, že viete operovať na tejto hlbšej vlnovej dĺžke, splyniete s davom. Len ďalší chlapík so slušnými anekdotami a základnými znalosťami reči.

Vyhlásenia odhadov a domnienok pomáhajú odlupovať vrstvy jej osobnosti bez toho, aby si uvedomila, že ste sa práve len stretli. Pointa je niečo o nej pozorovať a potom to pretaviť do hlbšieho vhľadu. Je to šťastí intuícia, šťastí chytrá rýchla myšlienka. A je to skvelý spôsob, ako ju primäť, aby sa

emocionálne otvorila. Predstavte si toto: Rozprávate sa s ňou a ona len tak mimochodom spomenie chlapíka, s ktorým kedysi chodila. To je váš moment.

– *Vieš, už len z toho, ako hovoríš, mám pocit, že si typ dievčata, ktoré chodí na veľa rande, ale málokedy nájdeš niekoho, kto ťa skutočne zaujme. A keď sa to stane, rovnako rýchlo stratíš záujem.*

Ona: "Wow, to je vlastne pravda."

– *Stavím sa, že ťa to ťahá za dobrodružstvom. Asi ťa trochu desí, ale hlboko vo vnútri po ňom túžiš. A myslím, že to, čo sa deje, je, že zakaždým, keď stretneš týchto ľudí, inštinktívne vieš, že ti neposkytnú také vzrušenie, aké hľadáš.*

Bum. Len v niekoľkých riadkoch si sa dotkol jej emocionálneho plazenia, diskvalifikoval si každého ďalšieho chlapa, o ktorom sa zmienila, a nenápadne si sa postavil do pozície iného než zvyšok. Nie si len ďalšou tvárou v dave. Ty si ten chlap, ktorý ju možno konečne pochopí. Ten, ktorý by mohol byť vzrušením, za ktorým sa ženie. Zdieľanie osobných odhadov o nej je odvážnejšia stratégia, ale keď si ju osvojíte, už nebudete len konverzovať, vytvárate spojenie.

GYSTUPOVAVIE 2: NÁKAZLIVÁ VÁŠEŇ

Väčšina mužov nevedomky stratí atraktivitu práve vtedy, keď zabľúdi na nudné témy ako práca, škola alebo denná rutina. Výsledok? Pôsobia ospalo, emocionálne chladnú a zároveň chladia aj ženu voči nim. Na oboch stranách je emocionálny úpadok.

Existuje však jednoduchý protijed: vášeň. Ak sa opýtate takmer každej ženy, čo ju na mužovi najviac priťahuje, odpoveď často obsahuje slovo "vášnivý". A hoci zvyčajne treba zaobchádzať s tým, čo ženy hovoria, že chcú, so zdravou dávkou skepticizmu, v tomto prípade je to na mieste. Prečo? Pretože nadšenie plodí nadšenie. Psychológovia to vysvetľujú ako emocionálnu rezonanciu — vaša emócia vyvoláva zrkadlové emócie v nej.

Keď s ňou rozprávate, nechajte svoju vášeň rozhorieť. Nezáleží na tom, či ide o niečo jednoduché ako varenie, zbierku kníh alebo programovanie aplikácií. Ak skutočne milujete tému, o ktorej hovoríte, vaše nadšenie preskočí aj na ňu. Ak je vaším koníčkom objavovanie skrytých kaviarní v meste, rozprávajte o tom so žiarou v očiach. Ak vás poháňa podnikateľský sen, ukážte ten oheň. Hudba, technológie, príroda – čokoľvek vás rozochvieva, neschovávajte to.

Ale pozor: vášeň nie je prednáška. Nie je to súťaž v znalostiach ani predvádzanie faktov. Je to zdieľanie emócie, nie informácie. Ženy prirodzene priťahuje muž, ktorý vie, kam smeruje, čo miluje a prečo to robí. Nie preto, že by hľadali hotového hrdinu, ale preto, že vášeň signalizuje životnú silu. Preto zabudnite na fádne reči a ukážte svoju živú, sústredenú a neospravedľujúcu sa verziu samého seba.

GYSTUPOVAVIE 3: PODPICHOVAVIE

Keď väčšina chlapov osloví ohromujúcu ženu, okamžite ju hodia na metaforický trón a správajú sa, akoby to bola nejaká nedotknuteľná kráľovná. To ich stavia do čudne submisívnej pozície, chodia po

špičkách po konverzácii, ako keby mohla explodovať, keby boli vyslovené nesprávne slová, napríklad *"No ty si teda číslo. S tebou budú problémy."* Sú tak laserovo sústredení na to, aby boli dokonalí alebo na ňu zapôsobili, že interakcia sa rýchlo zmení na stroskotanie nešikovnosti.

Ženy chcú byť naopak okolo niekoho, kto na ne prenáša relax a zábavu. V hĺbke duše sme všetci len dospelé deti, ktoré si hľadajú oddych od stresu a monotónnosti života dospelých. Bar, rande alebo neformálna konverzácia nie je čas na TED Talk. Je to šanca zasmiať sa, uvoľniť sa a užiť si daný moment. Tu prichádza na rad podpichovanie.

Podstatou doberania nie je urážať ju alebo spôsobiť, že sa bude cítiť zle. Je o tom vyvolať hravú atmosféru, ktorá láme ľady. Predstavte si ako keby ste komunikovali so svojou zlomyseľnou sestrou. Je to odľahčené, trochu drzé a veľmi zábavné. Trik spočíva v tom, že sa na chvíľu prestanete snažiť byť chladným chlapom a necháte sa ovládnuť svojou hlúpu stránkou. Budte praštení, nepredvídateľní a neberte sa príliš vážne. Nastavte dlaň na tlačnutie si, len aby ste v poslednej sekunde potiahli ruku späť - *Ups!* Napodobňujte ju hovorením alebo robením niečoho prehnaným spôsobom. Hravo ju obviňte, že vás balí, len aby sa prevrátil scenár. Roztočte smiešne očividný vtip, vytrvajte, až kým na to skočí, a potom ju dráždite, že je taká dôverčivá...

Tento druh vecí môže zniet ako priamo z učebnice pre štvrtú triedu, ale hádajte čo? Teraz to funguje rovnako dobre ako vtedy. Ide o vytvorenie dynamiky, ktorá je zábavná, zapamätateľná a úplne odlišná od strnulej a predvídateľnej konverzácie, na ktorú je zvyknutá.

VYSTUPOVANIE 4: NAUČ SA IMPROVIZOVAŤ

Jednou z najčastejších sťažností mužov je, že im dochádzajú veci, ktoré by mohli povedať v rozhovoroch. Toto sa zvyčajne koncentruje na dva problémy.

Po prvé, nevedia prirodzene prechádzať medzi témami, čím sa diskusia dostáva do slepej uličky.

Po druhé, neposkytujú dostatok zaujímavých tém, v ktorých by sa žena mohla zapojiť. Chlap sa spýta otázku, ale namiesto toho, aby pozorne počúval jej odpoveď, je zaneprázdnený plánovaním, čo povedať ďalej. Výsledkom je, že premeškal jedinečné príležitosti chopiť sa potenciálnych tém, ktoré ona už predkladá na stôl.

Tu je lepší prístup. Keď budete nabudúce v rozhovore so ženou, skúste do svojich odpovedí zakomponovať viacero tém. Dajte jej možnosti, vlákna, na ktoré sa môže chytiť, aby konverzácia plynula prirodzenejšie. Napríklad, namiesto toho, aby si povedal niečo ako *"Milujem tenis"*, čo obmedzuje tému na tenis, povedz: *"Milujem tenis, pretože môj otec ma brával na turnaje, keď som bol malý, a teraz mi to prináša toľko nostalgických spomienok."* Takto jej dáte viac tém. Môže sa rozhodnúť podeliť sa o spomienku na svoje vlastné detstvo, porozprávať sa o niečom nostalgickom vo svojom živote alebo sa ponoriť do témy konkrétneho športu, ak ju baví.

Keď je na rade hovoriť ona, naozaj počúvajte, čo hovorí. Hľadajte vlákna, ktoré ponúka. Ak povie niečo ako *"Milujem varenie, naučila ma to moja mama a teraz som nachytaná na tie smiešne relácie o varení"*, nezostávajú len pri varení. Dalo by sa odpovedať: *"Chápem, čo tým myslíš. Pre mňa sú to tie cestovateľské relácie. Strácam sa vo všetkých úžasných destináciách. Ak by si mohla ísť kamkoľvek na svete, bez finančných obmedzení, kde by to bolo?"*

A pozrite sa, aké je to jednoduché. Prechádzate z jednej témy do druhej tak, že sa odrazíte len na JEDINOM slove alebo myšlienke. Je to improvizácia v akcii a udržiava konverzáciu dynamickú.

Veľa mužov si myslí, že krásne ženy sa s nimi nechcú rozprávať. To nie je pravda. Atraktívne ženy si užívajú pútavé, zábavné a flirtujúce rozhovory rovnako ako ktokoľvek iný. Problém je v tom, že tak málo mužov vie, ako vyvolať takýto druh interakcie. Nie je nezaujatá. Len čaká na niekoho, kto sa s ňou dokáže porozprávať spôsobom, ktorý ju skutočne vzruší. Pravda je taká, že nervozita a úzkosť často bránia mužom ukázať svoju hravú a zaujímavú stránku. A keď sa im ju podarí preraziť, často sa zabudnú zapojiť spôsobom, ktorý s ňou rezonuje.

Keď sa naučíte improvizovať, môžete prekonať tieto prekážky, tvoriť hlbšie spojenia a držať konverzáciu bez námahy.

VYSTUPOVANIE 5: SLEDUJ EMÓCIE VIAC NEŽ FAKTY

Ženy a muži spracúvajú konverzácie odlišne a ako už bolo spomenuté, ženy sa často zameriavajú viac na emócie a významy za činmi než na samotné fakty. Dôležité je pamätať na to, že emócie, ktoré počas rozhovoru vyvolávate, sa k vám v jej mysli nevedome priviažu. Takže, ak zdieľa negatívne skúsenosti, ako sú zlé pocity o bývalom, tieto emócie by sa mohli spájať s vami. Je jasné, že to nie je výsledok, ktorý chcete.

Otočte túto logiku. Ak sa o vás môžu ukotviť negatívne emócie, môžu sa ukotviť aj pozitívne. Preto je nevyhnutné vytvárať pozitívne emocionálne prostredie počas vašich interakcií. Dráždiť ju, ako už bolo spomenuté, je jedným zo spôsobov, ako vyvolať hravú atmosféru. Diskvalifikácie typu "Ty máš radšej čaj ako kávu?! No pekne. Toto nikdy nebude fungovať." sú pochopiteľne neseriózne, takže implicitne informujú, že ide len o hru, a dovoľujú jej uvoľniť sa. Podobný účinok má absurdné projektovanie budúcnosti "Zháňam ľudí na večnú cestu okolo sveta na motorkách až kým nezostarneme. Pracovať môžeme online odkiaľkoľvek. Čo ty na to?"

Ešte priamejším prístupom je viesť konverzáciu smerom k diskusii o pocitoch, a nie faktoch, vykresľovaním emócií, ktoré spája so svojimi vášňami alebo zážitkami. Povedzme, že spomenie, že miluje snowboarding. Typická odpoveď chlapa môže zahŕňať rýchle otázky a odpovede o horách, výstroji alebo technike. Veciach, ktoré by mohli zaujať iného chlapa. Ale s ňou? Zamerajte sa na emocionálny rozmer. Nechajte ju rozprávať o tom, čo je pre ňu snowboarding, čo ho robí vzrušujúcim alebo prečo ho tak miluje. Tu je návod, ako k tomu môžete pristupovať:

- Robila si cez dovolenku niečo zaujímavé?
- Áno, išla som na snowboard. Bolo to úžasné.
- Snowboarding je super. Ten šialený adrenalin keď letíš dolu horou. Ja ho mám spojený so závodnými autami a hudbou. Čo je na snowboarde pre teba najlepšie? Čo ťa na tom skutočne vzrušuje?
- Hmm. Myslím, že je to ten pocit dobrodružstva, vieš? Ísť tak rýchlo, cítiť strach, ale milovať to a nechcieť, aby to prestalo. Akoby som v tej chvíli naozaj žila.

Presunutím pozornosti na emócie za aktivitou ste nielen urobili konverzáciu pútavejšou, ale vyvolali aj pozitívnu emocionálnu reakciu. Teraz tieto pocity dobrodružstva, vzrušenia a bytia nažive nie sú

spojené len so snowboardingom. Sú pripútané k vám. A v jej mysli je to druh spojenia, ktoré nebude chcieť ukončiť.

GYSTUPOVANE 6: PAMÄTAJ NA REČ TELA

Väčšina chlapov na ňu úplne zabudne. Namiesto toho, aby vyžarovali sebavedomie, nechajú svoju nervozitu uniesť svoje telo a zmeniť ich na napätý a hranične trápny neporiadok. Prečo? Pretože sú príliš zaneprázdnení prílišným premýšľaním, uviazli v mentálnej slučke *Ako na ňu zapôsobím?* Je to ako keby sa uchádzali o jej schválenie bez toho, aby si uvedomili, že túto rolu už dostali.

Tu je obraz zmeny hry: Predstav si, že táto žena, s ktorou sa rozprávaš, ti už pošepala do ucha, že neskôr večer bude rozvalená na tvojej posteli úplne nahá. Pri pohľade na ňu podrž túto myšlienku, vži sa do nej.

Keby si to vedel, ako by si sa niesol? Nepremýšľal by si, bol by si uvoľnený, tvoje pohyby aj reč by sa spomalili a lišiacky úsmev by sa objavil na tvojej tvári. Hazard s vysokými stávkami by sa vyparil, zostalo by už len hravé a úplne prirodzené správanie bez námahy, pretože odmietnutie by ani nebolo na tvojom radare. A tu je dôsledok: človek, ktorý sa správa s takto uvoľnenou sebadôverou a jemným magnetizmom ju nielen zaujme; bude si vami istejšia, lebo vy si budete istejší. Teraz, keď to viete, môžete skutočne priviesť tento scenár k životu. Energia je nákazlivá a keď budete vyžarovať istotu, ľudia si nevedia pomôcť, vtiahne ich to k vám.

GYSTUPOVANE 7: UMENIE DOPISOVANIA

Textové správy môžu byť neuveriteľne mocným nástrojom na rýchle posúvanie vecí k rande. V skutočnosti často prevyšujú telefonát v účinnosti. Prečo? Pretože, na rozdiel od hovoru, ktorý môže niekoho zastihnúť v nesprávnom čase, alebo ešte horšie, môže byť úplne ignorovaný, text sa prečíta takmer vždy. A jednou z najväčších výhod textových správ je bezpečnostná sieť, ktorú poskytujú tým, že na odpoveď máte čas. Netreba prepadať panike, ak vám položí otázku. Pri telefonickom hovore vás môže náhly test prinútiť hľadať vtipnú odpoveď a zmrazenie v tej chvíli je okamžitým porušením dohody. Vycíti zaváhanie, a tak sa hra končí. Odosielanie textových správ vám však dáva priestor na premýšľanie, stratégiu a návrat s perfektnou odpoveďou, čím sa obmedzia problémy na minimum.

Prvý bod, ktorý musíš pochopiť: Účelom písania správ je dohodnúť si stretnutie a osobne sa s dievčaťom stretnúť. Nie len sa rozpisovať. Cieľom nie je konverzácia, ale reálne stretnutie. Ako muž nič nezískaš z písania si cez správy. Je to strata času, ktorá ti neprinesie žiadny úžitok.

Druhý bod: Žena si cez písanie nevybuduje k tebe citové puto. Toto je častá chyba – muži si s dievčatami len tak píšú, ako keby to samo o sebe stačilo. Nie. Písanie je prostriedok k cieľu, ktorým je dohodnúť si rande.

Tretí bod: Ak bývaš v jednom meste a ona v inom, vzdialenom – prečo si s ňou vlastne píšeš? Čo z toho získaš? Aj keby ste sa stretli raz mesačne, je to nevýhodný obchod pre teba. V tvojom okolí sú desaťtisíce žien, tak prečo sa sústreďuješ na niekoho mimo tvojho dosahu? Zamysli sa, než budeš míňať svoj čas a energiu.

Štvrtý bod: Písanie správ je len digitálna konverzácia. Aj keď má svoje špecifiká, stále je to len odraz reality. Aby si bol úspešný v písaní, musíš najprv vedieť, ako zbalit ženu v reálnom svete. Urobil som kedysi rovnakú chybu ako mnohí iní muži: Nevedel som, kedy sa mám opýtať dievčaťa na stretnutie. A preto ti vysvetlím základný koncept: Musíš vedieť, v akej fáze sa práve nachádzaš. Je to fáza, kedy máš požiadať o stretnutie? Alebo máš zatiaľ len pokračovať v rozhovore, lebo si ešte vo fáze budovania príťažlivosti? Hlavné je, aby si vedel, kde práve si. Vždy budeš v jednej zo štyroch fáz – ber ich ako kompas, ktorého sa držíš:

Fáza 1 – Ticho: Neodpisuje ti, alebo si len prečíta správu a nereaguje.

Znamená to, že príťažlivosť klesla.

Fáza 2 – Testovanie: Kritizuje ťa, nesúhlasí, alebo spomína iných chlapov.

Je to biologický inštinkt – dievčatá mužov testujú.

Fáza 3 – Konverzácia: Diskutuje s tebou logicky alebo emocionálne.

Rozhovor plynie prirodzene.

Fáza 4 – Príťažlivosť: Posiela ti svoje fotky, naznačuje možné stretnutie.

Pozitívne reaguje na tvoje správy.

Vo všetkých rozhovoroch sa budeš nachádzať v jednej z týchto štyroch fáz. Musíš vedieť, v ktorej fáze si, aby si vedel, čo máš robiť. Príklady chýb: Si vo fáze príťažlivosti, ale len si s ňou ďalej píšeš = chyba. → V tej chvíli ju máš pozvať na rande, inak stratí záujem. Si v tichej fáze a hneď navrhneš rande = ďalšia chyba. → Nesedí to s tým, v akej fáze si.

Zásadné pochopenie: Ženy sú emocionálne bytosti a písanie správ je pre ne emočná hra. Evolúcia ich predurčila k tomu, aby ju ovládali. Ty máš však prevahu v logike – nehráš hru s tou istou frakciou. Keď to pochopíš cez logiku, môžeš mať navrch. Preto ti to vysvetlím logicky.

Teraz si prejdeme každú fázu podrobne:

Fáza 1 – Ticho:

- Neodpisuje, odpovedá jednoslovné, je neaktívna.
- Nerob tlak. Neposielaj správy.
- Nežiadať odpoveď. Neponúkaj rande.
- Len občasne zareaguj na príbeh (story) alebo napíš niečo, čo nevyžaduje odpoveď.
- Cieľ: zachovať si hodnotu, neukázať potrebu.

Fáza 2 – Testovanie:

Provokuje ťa, spomína iných, nesúhlasí.

Tri spôsoby, ako prejsť testom:

- Ignoruj poznámku.
- Obráť to na žart.
- Odpovedz niečím úplne nesúvisiacim.

· Neponúkaj ešte rande. Príťažlivosť sa ešte buduje.

Fáza 3 – Konverzácia:

- Rozhovor tečie prirodzene, možno si vymieňate hlasové správy.
- Tu môžeš navrhnúť stretnutie.
- Uplatni techniky, ktoré si sa naučil.
- Pamätaj: Textovanie je iné než hovorenie tvárou v tvár; musí tam byť viac humoru.
- Čím zábavnejšie sú tvoje správy, tým pozitívnejšie odpovede od dievčaťa dostaneš.

Fáza 4 – Príťažlivosť:

- Posiela ti fotky, lajkuje tvoje.
- Ak si sa s ňou ešte nestretol, teraz je moment navrhnúť rande.
- Ak to neurobiš, skončíš ako kamarát alebo stratíš kontakt.

Zhrnutie pravidiel:

- Správy majú byť krátke, výstižné.
- Musia vyvolať emóciu.
- Nepíš jej neustále.
- Každá správa má mať účel – vyvolať emóciu alebo dohodnúť stretnutie.
- Po získaní kontaktu napíš do 48 hodín.
- Nepýtaj sa nudné otázky.
- Nesnaž sa zapôsobiť.
- Nečakaj na odpoveď – maj svoj život.
- Píš ako muž.
- Nepýtaj sa, prikazuj. Rob vyhlásenia, nie otázky.

Čím sú vaše kúsky vtipnejšie a kreatívnejšie, a tým máte väčšiu šancu vzbudiť jej záujem. Nevýrazné správy to nevyrežú. Profesionálny tip: nahradte jej skutočné meno za niečo hravé. Dajte jej zábavnú prezývku, niečo ako Pusinka, Tryskáčik alebo dokonca Cicuška. Je to nečakané, odzbrojujúce a funguje to ako kúzlo, aby vaše správy vynikli. Tu je malý plán – spoľahlivá výmena textov, ktorá takmer zaručene upúta jej pozornosť:

- *Hej, ohňovláska, akú dobrú máš pamäť na stupnici od 1 do 10?*
- *Hm, 10?*
- *Podme to otestovať. Ak prehráš, večera je na teba. Pripravená?*
- *No povedz.*
- *Akú farbu topánok som mal na sebe, keď sme sa stretli?*
- *Čiernu?*
- *Nesprávne. Dlížš mi večeru. A poriadnu!*

A tu je posilňovač: Či je jej odhad správny alebo nesprávny, ihneď potom jej zavolajte. Hravo argumentujte, že vaše topánky mali inú farbu a pokračujte v žartovaní. Nie je to o topánkach. Ide o nastavenie zábavného, koketného tónu. Problém väčšiny chlapov je, že ich texty sú až otupujúco nudné. Niečo ako "Môžem ti zavolať?" "Si voľná?" "Chceš si pozrieť film?" Tie si prakticky koledujú o odmietnutie. Namiesto toho skúste niečo tvorivejšie a zaujímavejšie. Niečo ako:

- *Neuveríš, ako som sa dnes strápnil. Moja mama by ma zaprela.*
- *Umieram od hladu. Dovolím ti kúpiť mi hamburger, ak mi slúbiš, že ma potom pobavíš.*
- *Práve sa u mňa objavila moja sesternica. Je v podstate ako ty. Musíš sa s ňou stretnúť!*
- *Toto je najlepší deň v mojom živote. Nakoniec sa mi to podarilo. Ozvi sa mi.*

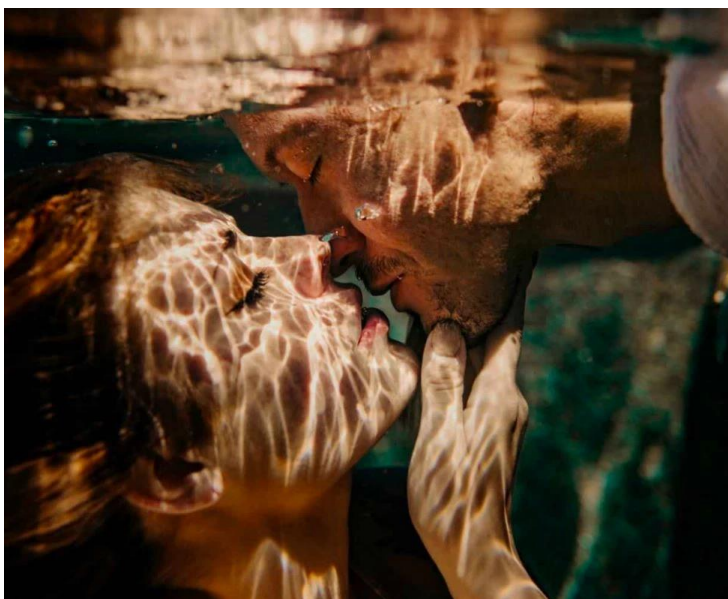
Ingrediencie? Šálka humoru, lyžica tajomna a kvapka vzrušenia. Varte jej s nimi a vaše texty jej budú chutiť. Nudné správy prinášajú nudné výsledky. Nech je to živé a bude sa tešiť na každú jednu správu, ktorú jej pošlete.

Prečo? Pretože muž, ktorý si môže dovoliť byť uvoľnený, vysielá signál, že má veci pod kontrolou. Naznačuje to prebytok energie – teda že nie je vyčerpaný základnými nárokmi prežitia – a preto môže investovať energiu do ženy a detí.

Nie je pravda, že každá serióznosť je pre ženy odpudivá – cieľavedomosť a pracovitosť môžu vzbudzovať obdiv. Zároveň však platí, že ak táto serióznosť pohlcuje schopnosť byť hravý, vtipný a emočne dostupný, začína chýbať emocionálna výživa, ktorú žena intuitívne vyhľadáva.

Neschopnosť prepínať medzi režimami pôsobí ako psychologická rigidita – a tá je neatraktívna. Ak je muž trvalo v režime "problém–riešenie" bez prepínania do režimu "vzťah–prítomnosť–zábava", stáva sa pre okolie vyčerpávajúcim.

Ideál? Kombinovať presnosť vedca s dravosťou rebela. Racionálne určiť pevný rámec správania, ktorý ctíš – a v jeho vnútri si dovoliť uvoľnenosť, iróniu, či dokonca bláznovstvo. Práve to vytvára ten magnetický dojem kontroly bez napätia.



Flirt: Integrácia provokácie

Flirtovanie. Čo to vlastne je? Ak si otvoríte slovník, nájdete tam: *Správať sa so zámerom niekoho sexuálne priťahovať, ale skôr hravo ako s vážnymi úmyslami.* Zo všetkých slov v tejto definícii si jedno vyžaduje vašu pozornosť. Chcete hádať?

Je to "hravo". To je podstata flirtovania. Je hravé. Nie je to pochmúrny, slávnostný, rituálny alebo prísny kontrolný zoznam. Je to svetlo povinností dňa, je to zábava a neberie sa príliš vážne. Flirtovanie prekvitá jemnosťou a šarmom, nie plným útokom tuposti a tvrdohlavosti.

O chvíľu rozoberieme bežné chyby, ktorých sa muži pri pokuse o flirtovanie dopúšťajú. Ale predtým, než sa ponoríme do nástrah, pozrime sa bližšie na účel, ktorý sa za flirtovaním skrýva. Flirtovanie je zručnosť, ktorá oddeľuje nudnú slovnú výmenu od spojenia, ktoré iskrí, ale prečo sa vôbec obťažovať flirtovaním? Aby sme to pochopili, ponorme sa do rozhovoru bez akéhokoľvek flirtovania:

Chlap: "Odkiaľ si?"

Žena: "Melbourne."

Chlap: "Austrália, páni. Takže si prežila všetky tie smrteľne nebezpečné zvieratá?"

Žena: (Smeje sa.) "Áno."

Chlap: "Ale vážne. Počul som, že je to jedno z miest, kde sa dá najlepšie žiť. Prečo si sa presťahovala?"

Žena: "Áno, je to skvelé miesto pre život. Presťahovala som sa, pretože..."

A tak sa to vlečie. Platonická výmena informácií, ktorá je rovnako strhujúca ako čítanie návodu na použitie hriankovača. Vidíte problém? Ak nie, tu je tip: tento rozhovor sa môže rovnako ľahko odohrávať medzi dvoma kolegami, dvoma cudzincami v autobuse alebo dvoma chlapmi, ktorí diskutujú o dovolenkových destináciách. Je tam nulová iskra – žiadny podtón, nič vzdialene sexuálne.

Ak mal tento chlap nejakú nádej na nadviazanie romantického spojenia, teraz sa už točí okolo kanála. V lepšom prípade pôjde domov sólo. V horšom prípade získa jednosmernú vstupenku do friendzone, tej temnej, čas vysávajúcej priepasti neopätovaného úsilia a nerealizovaného potenciálu. A nie, priateľská zóna nie je nejaký prechodný priestor, možno-niekedy. Je to priam slepá ulička. Flirtovanie je to, čo posúva dynamiku, do jej mysle vsádza myšlienku romantickej alebo sexuálnej chémie, vďaka čomu vo vás vidí viac než len ďalšiu tvár v dave. Bez nej ste ľudský ekvivalent bieleho chleba. Dobrý, ale nikto o ňom nesníva.

Takže, ak je flirt základom príťažlivosti, prečo sa v ňom toľko chlapov neorientuje?

Pretože sú v úspornom režime; chcú nič alebo všetko. Tento režim je vo svojej podstate neatraktívny: znamená, že nedisponujú prebytkom energie, ktorú možno investovať do žien a detí.

Podme si rozobrať bežné úskalia, ktoré z potenciálnych Casanovov robia konverzačných spúšťačov spánku. Väčšina chlapcov, ktorí sa dopúšťajú chyby, že vôbec neflirtujú, čím sa len o vlások vyhnú obávannej kamarátskej zóne, často kvôli tomu narazia hlavou do ďalšej série nástrah. S trochou sebauvedomenia a snahy sa môžete týmto nástrahám nielen vyhnúť, ale získať aj masívnu výhodu v umení svádzania.

Tu sú najčastejšie chyby, ktorých sa chlapi pri flirtovaní dopúšťajú, a ako ich môžete obísť:

PREDÁVKOVANIE: ZJAVNOSŤ

Myslíš si, že keď jej povieš, že si do nej, bude to fungovať? Nesprávne. Zjavnosť nielenže odstraňuje záhadu, ale odčerpáva z interakcie všetko jej vzrušenie a zábavu. Intrigy sú tajným zdrojom príťažlivosti, sú to, čo núti toho druhého hádať, byť zvedavý a zaujatý. Bez toho len vykladáte všetky svoje karty na stôl v prvom kole. A kde je v tom zábava? Dovoľte mi nakresliť vám obraz očividného nemotorného flirtovania:

Dievča: *"Milujem športové podprsenky."*

Chlapec: *"Stavím sa, že by si vyzerala úžasne v športovej podprseneke."*

Au! Cítite nasledovné rozpaky? Je to ako sledovať šport, kde niekto zakopne o vlastné nohy. Príliš veľa, príliš skoro a príliš zřejmé. Flirtovanie by malo byť jemné, asi ako varenie, v ktorom koreníte, ale nepresolíte žiadne sústo. Namiesto toho, aby ste záujem vykričali, spoľahnite sa na implikáciu. Dobrý podtón podpichovania či úsmev dokáže povedať viac ako tisíc slov. Úprimnosť je cnosť, ale pokiaľ ide o flirtovanie, prílišná priamosť je ako facka. Spomeňte si na to, ako sme hovorili o rezervovaní si komplimentov. Povedať žene, že má nádherné oči, alebo ju nazvať totálnym úžasom sa môže zdať ako skvelý nápad, no je to problém. Kričí to: *nestretávam často atraktívne ženy*.

To nie je presne ten signál, na ktorý sa zameriavate.

Potom je tu otázka sexuálnej priamosti. Povedať niečo ako *"neskôr ťa tak tvrdo vyšukám"*, alebo poslať jej intímne fotky, môže znieť vo vašej hlave odvážne, ale v skutočnosti to spustí to, čo je známe ako obrana proti ľahkosti, respektíve vnútorné: *Nie som žiadna šlapka, jasné!*

Ženy boli prispôsobené tak, aby sa vyhli tomu, aby boli vnímané ako radodajky – je to spoločenská záležitosť a nie, nie je to fér, ale je to tak. Takže keď budete príliš sexuálne tvrdí, v podstate ju postavíte do kúta, kde sa cíti odsúdená, lebo odhalila svoju prirodzenú stránku, takže sa uzavrie, aby sa dostala z tohto vnímania preč.

Trikom je tu hodnoverné popieranie. Chcete, aby mala pocit, že sa bude musieť snažiť, aby došlo k sexu. Povedzte niečo ako: *"Mám u mňa vynikajúcu fľašu vína, musíš ho prísť hneď vyskúšať, dlho nevydrží."* Teraz má spoločensky prijateľný dôvod ísť k tebe a veci sa môžu odvíjať prirodzene. Skrátka: nezabíjaj atmosféru príliš otvorenou hrou.

PODDÁVKOVANIE: ASEXUALITA

Mnohí muži používajú skôr priateľské žartovanie než sexuálne flirtovanie. Väčšina chlapov vie žartovať tak, ako to robia so svojimi priateľmi neustále. Občas nabehnú na vlnu ľahkého a hravého dráždenia, ale po nej nasleduje rýchly návrat. Zábava s kamarátmi je podtónom nesexuálna a ak tú istú energiu vnesiete do interakcie so ženou, dostane známku priateľská, a to nie je zábava rovnaká ani blízka sexi.

Je napríklad rozdiel si s dievčaťom tlapnúť dlaňami, gesto, ktoré je priateľské, a miesto toho v poslednej chvíli šmyknúť svoju ruku nadol. Posledné menované zavádza odvážny nezameniteľný prvok sexuálneho napätia. Žiaľ, väčšina chlapov hrá na istotu, pretože sa obávajú odmietnutia, držia sa

dynamiky kamaráta a nikdy neriskujú. Neškodnosť nie je sexi. Flirtovanie je o vystúpení zo svojej zóny pohodlia. Ide o to, aby ste jej dali vedieť bez toho, aby ste boli hrubí a zjavní, že ju vidíte ako viac než len kamarátku.

Do značnej miery je asexualita komunikácie návykom zo školského a pracovného spoločenského prostredia, kde zrejme nechcete denno-denne stretávať osobu, ktorá by vás odmietla. A to je v poriadku, ako sa hovorí "neserte tam, kde jete". Uvedomte si teda, že keď randíte mimo svojej bubliny, treba zahodiť tieto strnuté návyky. Môžete si dovoliť byť osviežujúco odvážny.

Nepomôže vám, ak budete racionalizovať svoju sociálnu strnulosť ako dospelosť, a sťažovať sa, že ženy sú ako malé deti. Nemôžete predsa chcieť, aby pohlaviu, ktoré je doslova evolučne naprogramované na získanie partnera vhodného pre založenie rodiny, nezáležalo na tom, ako viete zvládať, zaujať, byť učiteľom a autoritou pre deti. Ak si osvojíte prispôsobovanie svojho behaviorálneho módu prostrediu, situácii a fázam vzťahov, budete aj seriózní aj hraví, aj atraktívni, aj láskaví. Nemôžete však byť v jeden moment všetkým a preskakovať neistú fázu flirtovania ako Železník Veľký Taxis na Pardubických závodoch. Ako ma naučila teória hier, ak je X súčasťou pravidiel hry, tak nech je na vašej strane, aj keď vám samé o sebe nie je po chuti. V tomto kontexte je X rovné neistote záväzku, a kto ju vie správne dávkovať, hrá atraktívne.

Mnohé ženy sa snažia fázu randenia predlžovať, pretože im vyhovuje – poskytuje im výhody pozornosti, istoty a validácie bez potreby recipročného záväzku. Kolektívnou chybou mužov je, že do týchto počiatočných fáz vnášajú prehnanú istotu záväzku, čím však v modernom sociálnom prostredí znižujú svoju vnímanú hodnotu v očiach danej ženy a súčasne tým znižujú cenu záväzku na zoznamovacom trhu, čím vytvárajú tlak aj na ostatných mužov.

Dôsledkom je čoraz častejší odpor voči tzv. "simp" správaniu – teda ochote investovať emocionálnu či materiálnu energiu bez reciprocity a selektivity. Ak žena, ktorá ponúka sex bez výberu, znižuje trhovú hodnotu sexu, potom muž, ktorý ponúka záväzok bez výberu, znižuje hodnotu záväzku. V tomto zmysle je "simp" mužským ekvivalentom šlapky – obaja pôsobia ako neatraktívne dostupní. Takýto muž končí vo friendzone, podobne ako radodajka končí v tzv. sexzone – teda v priestore dostupnosti bez romantického šarmu.

Teraz už jasnejšie vidíte, prečo je citová zdržanlivosť muža cennou behaviorálnou stratégiou – a prečo je potrebné naučiť sa pracovať s emóciami tak kontrolovane provokatívne ako ženy už od pradávna pracujú so sexepíлом: nie ako pasívna obeť nutkania, ale ako hráč, ktorý rozumie pravidlám a vie ich využiť vo svoj prospech.

V nasledujúcich riadkoch sa ponoríme do špecifických techník, ktoré môžete použiť na zmenu myslenia a prechodu z priateľského na sexuálne lákavého. Teraz si len pamätajte, že flirtovanie nie je o dokonalosti balansu dvoch suchých extrémov. Je o vytváraní napätia, tajomstva a zmyslu pre zábavu, bez pocitu povinnosti zbaviť ju neistoty a byť hneď jej alpha omega.

FLIRT 1: JEMNOSŤ

Jemnosť je umenie zasadiť semená prítlačivosti bez vtĺkania sa do cieľa ako býk v obchode s porcelánom. Ide o to dať jej dosť na to, aby sa čudovala, práve toľko, aby si predstavovala, a len toľko,

aby ťa naháňala. Nebuď reklama, buď upútavka, ktorá zaujme a zároveň jej nie je dost'. Keď si rafinovaný, vytváraš pre ňu hádanku, ktorú musí vyriešiť, a ženy milujú hádanky, najmä keď je cenou muž s vysokou hodnotou.

Keď sa spolu dobre bavíte, nechajte takmer mimochodom vyklízuť vetu ako: *"Mám rád chvíle ako je táto."* A hneď nato zmeňte tému. To úplne stačí. Povedať priamo *"mám ťa rád"* v skorých fázach vzťahu je ako dať si na čelo transparent s nápisom *zúfalo túžim po pozornosti*. Kým si navzájom nebudete istí citovou rovnováhou, nikdy by ste nemali povedať ekvivalenty *"milujem ťa"* ako prví. Ženy sú na presladený romantizmus precitlivené, najmä ak príde priskoro. Emocionálna otvorenosť muža u nich často funguje ako predávkovanie.

Vezmime si príklad so športovou podprsenkou znova. Keď ten chlap ide priamo po nej – *"Vyzerala by si úžasne v športovej podprsenke"* – je ako kúzelník, ktorý pred vystúpením vysvetlí každý trik. Kde je potom zábava? Namiesto toho, aby si vyložil na stôl, že ideš po nej, naznač svoj záujem. *"Mám rád dievčatá, ktoré majú rady športové podprsenky"* jej ukáže, že je tu hĺbka, ktorú ešte nepreskúmala a môže ju odhaliť, ak bude investovať.

To robí jemnosť neodolateľnou. Namiesto toho, aby si ju prenasledoval, posúvaš dynamiku tým, že ju robíš zvedavou, premýšľajúcou, či sa ti páči, alebo či ťa len baví ju dráždiť, čo je tvoj obchod, že si intríg zasadil semienko. A skôr, než si to uvedomí, je pripútaná. Takže ak chceš jej pozornosť, nehádz sa jej k nohám, stoj vysoký a sleduj ako sa prikloní, zúfalá rozlúštiť ťa.

FLIRT 2: ODSÚHLAS A PREŽEŇ TO!

Keď jednáš s atraktívnymi ženami – posledné škrtnúť – všetkými ženami, očakávaj testy. Tieto malé výzvy sú jej spôsobom, ako zmerať vašu sebadôveru a emocionálnu stabilitu. Považujte ich za kvízy v hre príťažlivosti. Ak ich dokážete zotrieť ako pavučiny na rukáve, prejdete na výbornú. Ale ak sa pošmyknete, začnete sa vysvetľovať alebo zostanete defenzívni, práve ste zhoršili svoju známku.

Tieto testy zvyčajne prichádzajú prezlečené za uštipačné komentáre, ťažké otázky alebo nepotrebné požiadavky, ktoré si dievčatá vymýšľajú. Tajná zbraň na odzbrojenie týchto testov? Odsúhlas a prežeň to. Namiesto toho, aby si sa bránil alebo zhltol návnadu, jej slová vezmeš a nafúkneš ich do karikatúrnych rozmerov. Nielenže to ukáže, že si neotrasiteľný, ale tiež pridáva hravú hranu interakcii.

Ona: *"Stavím sa, že túto frázu si použil na všetky dievčatá, ktoré si mal."*

Ty: *"Oh, jednoznačne. Dal som si to patentovať."*

Ona: *"S koľkými ženami si spal?"*

Ty: *"Tento rok alebo tento týždeň? Strácam prehľad."*

Ona: *"Kúp mi drink."*

Ty: *"Samozrejme, chceš aj moje kľúče od domu a moje rodné číslo?"*

Ide o to pod tlakom nevybočiť z atraktívneho vzoru správania nehádzajúceho sa nikomu k nohám. Namiesto toho, aby si bral jej poznámky a otázky vážne, hravo ich preháňaj až do absurdity. Premení to jej test na chvíľu spoločného humoru a vráti ťa späť do hry ovládania rámu príťažlivosti.

FLIRT 3: SPRÁVAJ SA, AKOBY SI BOL VÝHRA TY

Krásne ženy sú zvyknuté na to, že sa s nimi zaobchádza ako s kráľovkami. Žijú vo svete, v ktorom sa každý chlap snahou a komplimentami uchádza o ich pozornosť. Namiesto hrania predvídateľnej hry naháňania úplne prevráťte scenár – a zrazu nie je cenou ona. Nie je to o tom byť namyslený alebo drzý, je to o nenápadnom rámcovaní každej interakcie, ako keby sa snažila ona zaujať vás.

Preberajte jej komentáre a činy a premieňajte ich na hravé obvinenia, že sa vás snaží zviest'. To udržuje veci ľahké, dráždivé a nezastaviteľne pútavé. Napríklad, predstavte si, že hovorí niečo nevinné ako spomínané:

Ona: "Milujem športové podprsenky."

Ty: "Prosím, nesnaž sa ma prinútiť predstaviť si ťa v jednej."

Ona: "Mal by si piť viac vody."

Ty: "To je zlaté, ako sa snažíš správať, akoby si bola moja frajerka."

Ona: "Chceš si dať ďalší drink?"

Ty: "Oh, chápem to, snažíš sa ma opiť a zviest' a potom ma odtiahnuť k sebe domov."

Ona: uprený pohľad, stratená v myšlienkach

Ty: "Snívaš o tom, ako ma zvedieš?"

Je to všetko o tom, že s tebou zažije prehodenú obvyklú nátlakovú dynamiku, napríklad:

Ty: "Mohli by sme ísť ku mne na drink, ale musíš mi slúbiť jednu vec. Neskúšaj nič vtipné."

alebo:

Ona: "Masáže sú úžasné."

Ty: "Ani nepomysli na to, že by si si ma získala pomocou bezplatných masáží."

Ona: "To určite nie!"

Ty: "Dobre, pretože som úplne imúnny voči tvojej taktike."

Keď sa presadzuješ proti pravidlám hry, si sebavedomý a ani trochu zúfalý a to je kombinácia, na ktorú nie je zvyknutá, ale nedokáže odolať, hoci ti to len tak hneď neprizná.

FLIRT 4: CHCEM ŤA – NECHCEM ŤA

Push-pull flirt je umenie hrať sa s kontrastami, ktoré ju emocionálne alebo fyzicky pozývajú bližšie, a potom, práve keď sa prikláňa, stiahnuť sa späť. A ako sa tak ťahá sem a tam, podlieha napätiu, intrigám a vzrušeniu. Napríklad: *"Si príliš rozkošná aby som ťa zvládal, zmizni!"* Na jednej strane uznávate jej roztomilosť, ktorá ju citovo vtahuje, na druhej strane ju hravo odmietať, čo vytvára zmysel pre tajomno a zábavu. Tu je ďalší príklad: *"Si úžasná, si ako moja malá sestrička."* Najprv jej zložíte kompliment, ale vzápätí ho podrežete hravým prirovnaním, ktoré spochybňuje váš zámer. Výsledok? Je zvedavejšia a investovanejšia do toho, aby ťa odhalila.

Dynamika push-pull zasahuje do hlbšieho psychologického princípu – ľudia si cenia to, na čom musia pracovať. Predstavte si, že stretnete niekoho, kto začiarkne všetky vaše políčka – očarujúca, vtipná, inteligentná... ale potom sa na vás vrhne. Nebolo by to príliš jednoduché? Mohli by ste podceniť jej hodnotu alebo stratiť záujem, pretože dotýčná nie je výzvou. Ženy to majú rovnako. Majú menšiu túžbu po chlapovi, ktorý sa ich snaží zaujať, alebo ktorý ich zasypáva nezaslúženou chválou. Preto povestný milý chlap často prehráva so zlým chlapcom nie preto, že ženy milujú zlé zaobchádzanie, ale preto, že nepredvídateľnosť zlého chlapca vytvára "Chce ma? – Nechce ma?" výzvu.

Stelesňujte tento princíp. Je to hravý, ale jemný spôsob, ako signalizovať vysokú hodnotu. Ako legendárny Thomas Paine povedal: *"Čo získavame príliš lacno, vážime si ju príliš slabô."* Keď si dost' sebavedomý aby si o nej vtipkoval a spochybnil ju, ukazuje to, že si niekto, koho sa oplatí získať. Vtedy dochádza k jej vzrušeniu.

FLIRT 5: HRANIE ROLÍ

Hranie rolí nie je len hravá zábava. Je to seriózny spôsob, ako vytvoriť dynamiku, ktorá je nabitá napätím a chémiou. Trik je oprieť sa o prirodzený tlak a ťah mužskej a ženskej energie. Vy vstúpite do úlohy authority, sebavedomia a nekompromisnej kontroly, zatiaľ čo ona sa bude vyžívať v hravejšej, drobnejšej a submisívnej roli.

Predstavte si to ako vstúpiť do horúcej scény z filmu bez scenára. Môžete byť riaditeľom prestížnej školy, ktorý ju pristihne pri nejakej nepleche, alebo možno obyčajným policajtom, jej šéfom alebo inou úlohou, ktorá umocňuje kontrast. Napríklad *"To bolo od teba veľmi neslušné. Vyzerá to tak, že si ťa po hodinách budem musieť nechať kvôli nejakej extra disciplíne."* Toto hravé žartovanie so skrývaným úškrnom alebo vážnym tónom dokáže rozhorieť iskru vzrušenia ako aj udržať sexuálny náboj v spálni v dlhodobom vzťahu.

Táto nepopierateľná sexuálna dynamika odhaľuje podstatnú skutočnosť: Spoločnosť veľa tlačí na mužov aby prevzali vedenie, ale tiež aby neprekročili hranice, ktoré určujú ženy. Kombo nezlúčiteľné s mužskou motiváciou a tiež ženskou prirodzenosťou byť priťahovanou k alpha-samcovi, ktorý jej súhlas nepotrebuje. Mnohí muži pociťujú frustráciu, keď si všimnú, ako často ženy pozitívne reagujú na dominantné, ba až antisociálne správanie iných mužov. Filozofická obhajoba spoločenskej rovnosti zriedka vzbudí atraktivitu, zatiaľ čo jednoduchá slovná hračka spájajúca okamžitý postreh, dôvtip a jemnú signalizáciu hierarchickej prevahy pôsobí oveľa silnejšie.

Evolučne je totiž ženský výber citlivý na znaky investície do mikrosystému, nie do širšieho spoločenstva. A prosociálne správanie smeruje energiu von, k cudzím, kým žena (biologicky) vyhodnocuje orientáciu dovnútra – k vlastnej ochrane a potomstvu. Nemožno teda očakávať, že altruistická morálka zameraná na kolektívne blaho bude inštinktívne vnímaná ako atraktívna.

Drzejší prístup vyhráva, a my, efektívni altruisti, tu nie sme od toho, aby sme nad tým nariekali.

Je tu stredná cesta: To, čo by ste mali vo vlastnom záujme ihneď rešpektovať a prestať, je *nesúhlas* vyplývajúci nielen z jej reči, ale aj správania.

No ak potrebujete mať vyhlásený jej *súhlas*, aby ste si vôbec dovolili ju dráždiť, hoci sa pri tom usmieva, budete čakať ako kresťan na druhý príchod Ježiša.

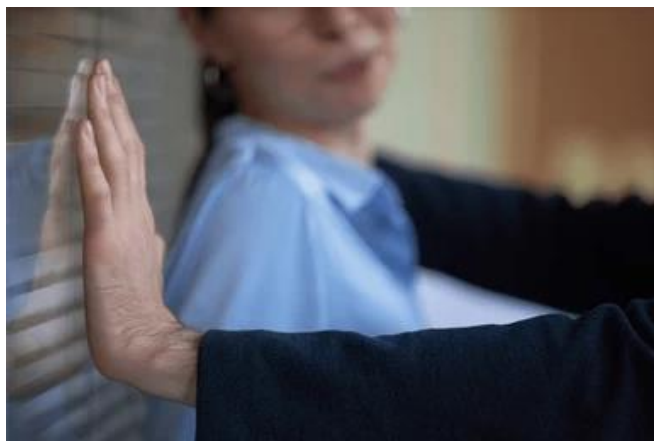
Hranie rolí nie je vyhradené pre vopred dohodnutú erotickú zábavu, je súčasťou obrazu, ktorý maľujete od začiatku a ak ho vynecháte, oberiete seba aj ju o nemalý kus vtipu a vzrušenia.

FLIRT 6: LÁKAVÉ NEVERBALITY

Flirtovanie je hra plná energie. Myslite na ľahkovážne žartovanie, nie na súdne výpovede. Ak sa prikloníte príliš k vážnosti, budete balansovať na okraji nepríjemného územia, v horšom prípade ju vyľakáte. Ako si teda udržať zábavný tón bez prílišného premýšľania?

Odpoveď spočíva vo vašich neverbálnych signáloch. Po prvé, majte pohodu na tvári. Nič prehnane ako reklama na zubnú pastu, len jemné lákavé zakrivenie pier. Spojte to so sebavedomým očným kontaktom. Nie súťaž v pozeraní, len toľko, aby ste ukázali, že sa bavíte. Táto kombinácia jej hovorí, že ste uvoľnení a pripravení na zábavu, takže ste zabezpečení. Ďalej, reč vášho tela hovorí veľa. Krátky, ležerný dotyk na jej predlaktí alebo ramene môže signalizovať hravý zámer. S dôrazom na stručnosť a nenútenosť, ako keby ste vypichovali vtíp, nie žiadali o súdny zákaz. A potom je tu váš tón hlasu. Udržujte ho pozitívny, hravý, možno aj dráždivý. Nie to, čo hovoríte, ale ako to hovoríte, vyjadruje vaše zámery.

Tieto neverbálne narážky sú vašou súpravou nástrojov na flirtovanie ako profík bez toho, aby ste ju trápili očakávaniami. No čo je ešte dôležitejšie – bez toho, aby ste nimi trápili seba. Kariéru sa oplatí brať ako boj o pozície, v ktorom sa prispôsobujete predstavám trhu; zoznamovanie stojí za to brať ako hru pre radosť, v ktorom sa má trh prispôsobovať vám. Táto orientácia záujmov je pre úspešný spoločenský život takmer nevyhnutná, pretože reaguje na rozdielnú povahu týchto oblastí.



Jej trúfalosť: Ženské testy

Po dosiahnutí puberty ženské telo aktivuje evolučne zakorenený mechanizmus orientovaný na selekciu vhodného partnera. Tento proces nie je jej vedomým rozhodnutím, ale biologicky podmienenou stratégiou optimalizácie reprodukčného investovania. Ženské vnímanie a hodnotenie muža prebieha ako sústavná dekonštrukcia jeho správania, ktorá má za cieľ extrapolovať stabilitu jeho charakterových črt. Si spoľahlivý, dominantný, schopný prevziať zodpovednosť, alebo sa pod tlakom rozpadneš?

Vaše správanie nemusí vždy odrážať vašu skutočnú povahu. Muž môže ľahko predstierať určité črty, aby sa javil ako silný jedinec, oklamaním ženy, aby dosiahol svoj cieľ, ako je napríklad nadviazanie fyzického vzťahu s ňou. Z tohto dôvodu ženy testujú mužov, aby odhalili ich skutočnú povahu. V momente, keď vstúpíte do interakcie so ženou – bez ohľadu na to, či o ňu prejavujete úprimný záujem alebo nie – začne na nevedomej úrovni aktivovať testovacie stratégie. Tieto správania zvyčajne neprebiehajú ako vedomé rozhodovanie ("vyskúšam toto, poviem tamto"), ale skôr ako automatizované behaviorálne reakcie, ktoré majú diagnostický charakter – slúžia na odhalenie vášho psychologického profilu a úrovne vašej vnútornej stability. Často ide o jemné provokácie, paradoxné vyjadrenia alebo zdanlivo nelogické reakcie, ktorých cieľom v skutočnosti nie je konfrontácia, ale pozorovanie vašej schopnosti zachovať rámec, emócie a kontrolu v napätej situácii. Zamyslite sa nad tým; ak žena vníma muža ako neschopného zvládať výzvy bez toho, aby ho zlomili, ako mu môže dôverovať, že ochráni ju a jej deti v časoch nešťastia?

Ak prejdete jej testami, jej príťažlivosť k vám sa zvýši. Čím viac testov prejdete, tým silnejšia bude jej príťažlivosť. Otázkou teraz je, čo sú tieto testy a ako nimi môžete prejsť? Existujú dva typy testov, ktorým vás žena môže podrobiť. Pozrieme sa na každý typ jednotlivo a vysvetlíme, ako ich úspešne absolvovať. Táto časť teórie je jednou z najdôležitejších, preto venujte zvýšenú pozornosť.

PSYCHOLÓGIA TESTOVANIA

Ženy vás netestujú, pretože chcú, aby ste zlyhali. V skutočnosti vám fandia, aby ste prešli. Tieto testy sú ich spôsobom, ako zistiť, či je vaša sebadôvera skutočná alebo len okázalá fasáda. A väčšinou si ani neuvedomujú, že to robia. Je to pudové, a ak je veľmi žiadaná, môžete sa stavať, že to urobí ešte viac. Prečo? Pretože musí oddeliť sebavedomých mužov, ktorí si zaslúžia jej čas, od uchádzačov, ktorých sa musí zbaviť.

Teraz, predtým, ako prevrátiš oči a nazveš to nespravodlivým alebo plytkým, nájdime si chvíľu na prechádzku v jej topánkach. Predstavte si, že ste žena – nádherná žena – v dnešnom svete. Takáto žena je neustále oslovovaná. V priemere aj 10-krát denne. To je 70-krát týždenne. 3 650-krát ročne. Za desaťročie bola balená desaťtisíckrát. To všetko neprejdete bez toho, aby ste si nevšimli vzory. A to, čo zistila, je jednoduché. Neistí chlapi sa správajú rovnako, kým sebavedomí vynikajú.

Keď máte jej pozornosť, prichádzajú na rad testy. Sú to jej skratky, ako zistiť, kto ste, bez toho, aby strácala čas. Mohla by ti dať do cesty malú výzvu. Možno požiada o malú pomoc. Možno požiada o láskavosť. Dúfa, že hneď nekapituluješ jej rozmarom, pretože sebavedomý muž neskáče cez obruče len preto, že je niekto pekný. Alebo vás možno bude dráždiť, robiť si z vás srandu, len aby zistila, či to

dokážete vziať bez toho, aby ste sa rozpadli. Sebavedomie nie je len atraktívne, je aj odolné. Chce niekoho, kto sa dokáže smiať z úderov, zostať neotrasený a držať ich pri zemi. V momente, keď zle zareagujete, hra sa končí. Vidí neistotu, prevezme kontrolu nad interakciou a puf, jej záujem zmizne.

Nie je to osobné. Len filtruje hluk.

Tragédiou je, že by si mohol byť neuveriteľný človek, ale ona sa to nikdy nedozvie, pretože si zakopol o jej test. Preto je pochopenie týchto malých hier nevyhnutné. Ak dokážete rozpoznať test, môžete ho ľahko absolvovať, a keď to urobíte, ste o krok bližšie k vytvoreniu skutočného spojenia. Poďme si rozobrať prvý druh testu a ako ho zvládnuť ako profesionál.

JEJ TRÚFALOSŤ: TESTY SÚHLASU

Test súhlasu nastáva vtedy, keď vás žena – často krátko po tom, čo ste sa zoznámili – požiada, aby ste pre ňu niečo urobili. Na prvý pohľad ide o triviálnu požiadavku: "*Môžeš mi kúpiť drink?*" "*Podrž mi to.*" "*Zostaň tu.*" "*Odfoť ma.*" Alebo dokonca: "*Daj mi pusu na líce.*" Tieto požiadavky však zriedka vyplývajú z reálnej potreby či racionálneho dôvodu. Ich jadro je psychosociálne – žena si prostredníctvom nich nevedome overuje, aký typ muža má pred sebou. Nejde o zlomyselnosť. Ide o subtilnú formu selekcie, ktorá skúma mieru vašej podriadenosti voči jej vzhľadu a šarmu.

Ak bez váhania plníte pokyny len preto, že je atraktívna, vysielate signál nízkej expozície voči ženám podobného typu – teda: *Takéto ženy nepoznám, a keď so mnou hovoria, snažím sa im okamžite vyhovieť.* V jej očiach to nie je príťažlivé. Pretože hodnotný muž nie je definovaný tým, že reaguje na ženskú krásu servilne, ale tým, že zachováva svoju autonómiu aj v jej prítomnosti.

Zlyhanie neznamená len súhlas urobiť, čo chce. Znamená to aj dotknuté reakcie; hnev, precitlivosť, sebaobrana. Všetko to kričí: *Neviem ako toto zvládnuť.*

Takže ako vyhrať túto hru? Jednoduché – povedz áno, ale podľa tvojich podmienok.

Keď hovorí: "*Vyfoť ma.*" Odpovedz: "*Dobre, ale daj mi svoju najhlúpejšiu, najsexi, alebo najviac gangsterskú pózu. Pripravená? Ideš!*" Prevraciaš scenár; nútiš ju, aby sa ti podriaďovala, namiesto toho, aby si bol iba jej poslušný fotograf.

Keď utrúsi: "*Kúp mi drink.*" Odpovedz: "*Možno, ale len ak ma dokážeš poraziť v palcovej vojne. Porazený kupuje ďalšiu rundu. Pripravená?*" Je to hravé, sebavedomé, a drží to sily vyrovnané.

Keď povie: "*Počkaj tu na mňa.*" Povieš: "*Fajn, ale ja pôjdem tamto. Príď ma nájsť keď budeš naspäť.*" Jemné, ale teraz je to ona hľadajúca teba.

Je to o posunutí dynamiky. Ak slepo robíš, čo ona žiada, vysieláš, že je mimo tvojej ligy. Krásne ženy si to okamžite všimnú. Vedome alebo nie, ich vnútorný monológ: *Ak je taký dychtivý po mne, zrejme nie je zvyknutý na ženy ako som ja.* A práve tak nos atraktivity klesá pod hladinu.

Tu je kľúčová poučka: Nikdy nespôsobuj sebe neprijemnosti alebo nedávaj ju na piedestál len pretože je atraktívna. Prinúť ju odpracovať si to, a urob to s úškrnom, nie zamračením. Sebavedomý chlap?

Toho to neotrasie, je to len ďalšia časť hry a hrá ju bez premýšľania. Sebavedomie, hodnota a sebaúcta, toto sú vlastnosti, ktoré ženy považujú za neodolateľné.

Potrebuješ pár ďalších príkladov? Ona: "Kúp mi drink."

– *Vieš, práve som sa ťa chcel opýtať to isté!*

– *Dobre, ale len ak ma porazíš v šípkach/bilarde/stolnom hokeji. Pripravená prehrať?*

– *Tento raz platím ja; ale nabudúce si na rade ty. Platí?*

– *Jasné, ale poďme si dať niečo oveľa zaujímavejšie než ten nudný drink. Mám perfektný návrh.*

Každá odpoveď zmení jej požiadavku na hravú výmenu. Neodmietaš ju, stanovuješ podmienky. Ukazuješ, že si v kontrole a zvyknutý na ženy ako je ona. Pretože testy súhlasu nie sú iba o nej, sú o tebe. Zvládni ich správne, a nielenže ťa prenesú cez jej filter, odlíšia ťa od každého chlapa, ktorý zlyhal pred tebou.

JEJ TRÚFALOSŤ: TESTY ZHODY

Zatiaľ čo testy súhlasu boli o akte (ne)prijatia požiadavky, testy zhody sú o zisťovaní tvojej autenticity, hĺbkového súladu medzi vnútorným stavom a vonkajším správaním. Testy zhody sú jedným z najbežnejších spôsobov, ako ženy posudzujú vašu sebadôveru. Niekedy nazývané aj testy na hovno, pretože môžete mať pocit, že sa vás snaží uraziť, byť povýšenecká alebo vás jednoducho zarmútiť.

Ale nenechajte sa oklamať. Nejde ani tak o to, aby sa bavila, ale o to, aby zistila, či ste skutočne sebavedomý, alebo sa len predvádzate. Čím je žena krajšia, tým je pravdepodobnejšie, že vám tieto testy bude hádzať do cesty. To znamená, že ich musíte ovládať, pretože keď sa to stane, nie je to len výzva, je to znamenie. Znamenie, že je ozaj blízko k sexuálnej príťažlivosti, ak tam už nie je. Áno, je to tak, je to dobrá správa.

A opäť, tu ide o to, že to nie je osobné, nie je to nejaký vypočítavý útok na tvoje ego, je to väčšinou podvedomé. Že vás testovali si často uvedomia až neskôr, ak vôbec. Ženy to robia, aby vyradili chlapov, ktorí nestoja za jej čas, pretože, priznajme si, veľa chlapov predstiera sebavedomie. Testy zhody sú jej spôsobom, ako zistiť, či sa vaše vnútorné ja zhoduje s obrazom, ktorý premietate. Si autentický, alebo to len predstieraš? Aby to zistila, pokúsi sa stlačiť vaše gombíky. Cieľ? Aby uvidela, či zostanete pokojní alebo sa rozpadnete pod tlakom. Keď zachováte chladnú hlavu, prejavíte emocionálnu stabilitu, čo je neskutočne príťažlivé. Ale ak sa rozčúlite, signalizujete emocionálnu slabosť. A to je koniec hry.

Ako teda prejsť testom zhody?

Jednoduché: Ignorujte to. Len predstierajte, že nepovedala niečo neslušné. Pochopte, že nie ste povinní reagovať na každú maličkosť, ktorú vám postaví do cesty. Ak vás jej slová dokážu prinútiť reagovať, odovzdávate jej moc nad vami. A nič nekričí nesebavedomejšie, ako keď za vaše nitky potiahne niekto iný. V rozhodnutí nezapojiť sa je skutočná sila.

Ale ak chcete ísť o krok ďalej, skúste toto: Jej urážku si vysvetlite ako flirtovanie. Prevráťte to celé na hlavu. Ak budete jej komentár považovať za hravé podpichovanie, jej test nielenže zneškodníte, premeníte ho na príležitosť spojiť sa.

Zamyslite sa nad tým. Keby ste boli chlap, ktorý už mal veľa možností, ktorý bol zvyknutý na to, že ženy súperia o jeho pozornosť, brali by ste jej komentár ako urážku? Pravdepodobne nie. Vníмали by ste to ako zábavnú malú hru. Dokonca aj predohru. A to je spôsob myslenia, ktorý chcete mať. Si ten chlap, ktorý je taký sebavedomý, že ho ani nenapadne, že by ťa nemusela mať rada.

Napríklad, povedzme, že povie niečo uštipačné. Môžeš reagovať: *"Och, si taká rozkošná, keď sa ma snažíš vyprovokovať. Práve preto by nám to nikdy neklapalo — ty by si nikdy netolerovala moje hlúposti a ja zas tvoje."*

Zrazu sa celá atmosféra zmení. Neobraciaš sa do defenzívy, neurážaš sa. Ty nastavuješ tón a berieš veci do vlastných rúk. Týmto spôsobom ste sa posadili na miesto vodiča. Vy ste ten, kto definuje dynamiku medzi vami dvoma. Vediete rozhovor podľa svojich podmienok. Povie jej to, že nie si ostrasení. Že sa nenaháňaš za jej súhlasom. Namiesto toho ona prenasleduje váš.

Teraz si povedzme o konečnom silovom ťahu: Dajte jej súhlas. Je to psychologický prešlap v džude. Prečo? Pretože na to, aby ste niekomu dali súhlas, musíte byť v pozícii autority. Úplne posúva dynamiku. Namiesto toho, aby ona skúšala vás, je to ako keby ste skúšali vy ju. Napríklad, ak povie niečo rezavé, môžete odpovedať: *"Wow, toto sa mi páči. Kde si bola celú noc? Doteraz som zostal pri nudných ľuďoch."*

Alebo: *"Vieš, mala by si skončiť so svojou každodennou prácou. Potrebujem niekoho ako ty, aby bol mojím bodyguardom. Zdvojnásobím ti plat."* Toto nie sú defenzívne návraty. Sú to hravé uznania, vďaka ktorým máte všetko pod kontrolou.

Ďalšou možnosťou je pochváliť jej silu. *"Nebojíš sa povedať svoj názor a ja to rešpektujem."*

Alebo: *"Ak je tvojim cieľom, aby si sa mi páčila, úplne to funguje."*

Otočením scenára splníte jej test a premeníte ho na moment, v ktorom ukazujete, že ste chlap s vysokou sebaúctou, niekto, koho neotrasie trochu verbálneho shittalku. Absolvovanie testu zhody je o udržiavaní vášho rámca. Ide o to, aby ste jej ukázali, že ste stáli, vnútorne sebavedomí a hry vás netrápia. Toto všetko sú odrazy všeobecného princípu:

BUĎ AKO SKALA

Predstav si, že ideš ku skale a začneš na ňu kričať alebo sa na ňu hnevať. Čo urobí skala? Nič.

Predstav si, že do nej silno udieraš. Čo urobí? Nič.

Skala je niečo, čo nereaguje – nech robíš čokoľvek, zostáva stále na svojom mieste.

To, čo od teba chcem, je, aby si bol niekto, kto nereaguje. Tejto charakteristike neodolá žiadna žena – bez ohľadu na to, aká je. Keď žena hľadá muža, hľadá niekoho, kto má schopnosť prežiť. Ako vždy hovorím – hoci dnes žijeme v modernom svete, stále v sebe nesieme myslenie našich primitívnych predkov. Aby žena zaistila prežitie svoje a svojich detí, potrebuje muža, ktorý má schopnosti prežitia.

A jednou z najdôležitejších vlastností muža, ktorý vie, že je schopný prežiť, je vyrovnanosť. Musí byť nezlomný. Naši predkovia žili v chaose a ak niekto príliš reagoval, ľahko stratil kontrolu a zahynul. Dnes už síce také tlaky nemáme a naopak nezaujem je väčší problém, ale ženy v sebe stále nesú gény, ktoré ich ťahajú k mužom, ktorí sú nereaktívni. Nie je to niečo, čo by si uvedomovali vedome – je to hlboko v ich podvedomí. Preto sú často priťahované postavami vo filmoch, ktoré pôsobia chladne. Ak by si sa ma spýtal na jedinú vlastnosť, ktorej ženy nedokážu odolať, odpovedal by som: *nereaktivnosť*. Ak ju z teba necíti, nebudeš ju priťahovať.

Keď s tebou začne komunikovať, rada si ťa testuje – častejšie, než si myslíš – chce vedieť, či ťa môže ovplyvniť. Napríklad: pošleš jej správu a ona neodpovie. Potom jej pošleš ďalšiu – práve si zareagoval na jej ticho. Neodolal si. Možno sa ti to zdá ako maličkosť a dievčatá ti prídu hlúpe, ak ešte aj toto sledujú. Ale ide o to, že ich vonkajšia úroveň komunikácie príliš nezaujíma. Viac vnímajú emocionálnu hladinu – a to automaticky. Takže ak jej pošleš správu a ona neodpovie, upokoj sa.

Ďalší príklad: pozveš ju na rande a ona odmietne. A ty začneš: "Prečo nechceš ísť?", alebo sa jej snažíš prispôbiť, prípadne sa urazíš: "To si myslíš, že si pre mňa jediná? Takých ako ty je milión."

Alebo v reakcii na ňu zhodnotíš všetky svoje doterajšie poznatky o dievčatách a napíšeš rozsiahly dokument nesúci názov: "Behaviorálna ekonomika mužskej atraktivity".



Všetky tieto reakcie jej podvedomiu odkazujú, že nie si skala. Že si sa nechal ovplyvniť. Pamätaj si: Ak povie "nie", tvoja odpoveď má byť pokojná a jednoduchá: "V poriadku, možno inokedy."

Musíš jej dať najavo, že ona nie je stred tvojho sveta. A nabudúce, keď ju pozveš, skôr povie "áno" práve preto, že si nezareagoval.

Iný príklad: Si s ňou na rande, dotkneš sa jej ruky – a ona ju odtiahne. Nevadí. Žiadna panika. Nedávaj najavo žiadnu reakciu. Stiahni ruku a počkaj na ďalšiu príležitosť. Len preto, že sa prvýkrát stiahla, nemaj pocit, že dotyky máš vypustiť – práve naopak, dotyk je veľmi dôležitý pri budovaní spojenia. Dotýkaj sa – ale s mierou. Napríklad: dotkni sa, potom prestávka, neskôr sa znova krátko dotkni. A ak sa po čase ona dotkne teba, neprejavuj prehnanú radosť. Nereaguj, nesprávaj sa, akoby si čakal len na túto chvíľu.

Podobne pri bozkávaní: Ak sa pokúsiš ju pobožkať a ona uhne tvárou – zachovaj pokoj. Nezabúdaj: si ako skala. Nijaké: "Prečo si nechcela?" "Stalo sa niečo?" "Čo mám robiť, aby si nechcela?"

Nič z toho nerob. Neukazuj, že ju potrebuješ. Keď zistí, že ju nepotrebuješ, práve vtedy si ju získavaš. Ak príde k tebe domov a po chvíli povie, že chce odísť – nechaj ju. Bez komentárov. Nezaujem je tvoja sila. Jediná situácia, kedy máš reagovať, je pri neúcte. Ak ťa urazí, nadáva ti, správa sa dešpektívne – tu máš zasiahnuť. Zastaviť to. Čím skôr problém adresuješ, tým lepšie. Ale ak len odmietne pozvanie na rande? To nie je neúcta, je to normálne. Nereaguj.

Ďalšia úroveň nereaktívnosti: Nikdy sa nemeň len preto, že ťa o to žena požiada. Možno ti povie: zmenš si účes, oblečenie, štýl, koníčky... Pokiaľ ťa o tom presvedča sama – je to test. Chce vidieť, či si silný. Ak sa zmeníš kvôli nej, prehral si. Dôležitý fakt:

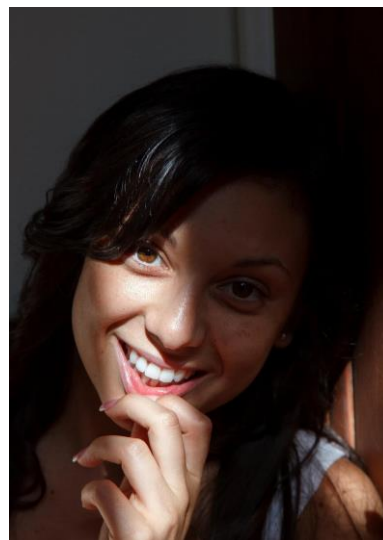
Ak sa žene na tebe niečo naozaj nepáči, nebude sa s tebou vôbec baviť. Žena, ktorá o teba nemá záujem, sa snaží byť milá – nezaujímaš ju. Ale ak ťa začne kritizovať, znamená to, že ju priťahuješ. Nehnevaj sa, netráp sa. Je to dobré znamenie.

Vyššiu úroveň nereaktivity umožňuje pochopenie ženskej psychológie. Psychika žien je riadená dvoma silami: Hormóny – stále sa menia. Emócie – žena sa rozhoduje pocitmi.

Preto sa môže zamilovať do fajčiara alebo "zlého chlapca". Jej nálady sú chaotické, často sa menia. Teraz chce ísť von, o hodinu chce byť doma. Potom sa nahnevá, chce čínske jedlo, chce sex, potom plače... Ty ako muž musíš zvládať jej výkyvy. Nepokúšaj sa ich kontrolovať. Nedá sa to.

Nesnaž sa ju za každú cenu rozveseliť, keď je smutná. Nehovor jej: *"Čo mám spraviť, aby si nebola nahnevaná?"* Len počkaj, kým to prejde. Buď stabilný. Ako skala. Keď uvidí, že jej nálady na teba nemajú vplyv, začne ťa vnímať ako silného muža – a príťažlivosť stúpne. Nebude chápať prečo, ale bude to cítiť. Toto neplatí len pri ženách. Platí to aj v živote.

Ak rád oslovuješ ženy, zažiješ rôzne reakcie: niektoré sa budú usmievat', iné ťa budú ignorovať, ďalšie sa odvrátia. Tu sa ukáže, či si emocionálne stabilný. Ak ťa ich reakcie rozhodia – ak sa budeš cítiť zle, keď ťa odmietnu – si reaktívny. Tvoj pocit sebahodnoty je závislý od iných. Takýto muž je pre ženu neatraktívny. Nechce byť s niekým, koho môže ľahko ovládať.



Ak ťa odmietne jedna žena – nič to neznamená. Nepripisuj tomu dôležitosť. Nezmenšuj sa pred ňou. Nereaguj. Ak muž koná na základe vlastného presvedčenia, pôžitku či túžby – nie kvôli túžbe zavďačiť sa – vytvára sa tým prirodzená dynamika vedenia a nasledovania, ktorá býva vnímaná ako príťažlivá. Takáto interakcia umožňuje žene uvoľniť sa, pretože cíti, že muž má vnútorný kompas a nepotrebuje jej súhlas ako podmienku svojej aktivity. Ak muž signalizuje, že si váži svoje štandardy a neuspokojí sa so vzťahom, ktorý mu nevyhovuje, vytvára tým implicitný rámec:

Som tu dobrovoľne, nie z núdze.

Ale, paradoxne, ak sa muž prispôsobuje a podriadi sa očakávaniam ženy, stráca v jej očiach hodnotu – nie preto, že by bola krutá alebo povrchná ako "rybárova žena" z rozprávky, ale preto, že jeho správanie naznačuje nedostatok alternatív a sebahodnoty. Žena to podvedome prečíta ako: *Tento muž si myslí, že na viac nemá. Možno má pravdu.* Čím trpí aj jej vlastná sebahodnota, že je s mužom, ktorý má nízke štandardy – a potrebuje si to opäť kompenzovať. Nerob nič preto, že to iniciuje ona a ty sa cítiš morálne povinný, aby ti neušla. Ak si ju chceš udržať, nepodľahni jej.

Rob veci po svojom a ak vedieš životný štýl, v ktorom sa vie nájsť, jej neschopnosť ovládať ťa jej bude liezť na nervy tým najlepším možným spôsobom.

Gradácia dôvery: Prekurzor intimity

Prosím, ak ste jedným z tých, ktorých zaujíma iba vedenie k intimitě, vyzývam vás, aby ste sa najskôr vrátili. Ak si osvojíte predošlé charakteristiky a autenticky použijete metódy, ktoré som vysvetlil, všimnete si, že dievča začnete prirodzene priťahovať. Začne vás vnímať ako niekoho, s kým túži mať fyzický vzťah.

Ak sa však rozhovor s dievčaťom nikdy neposunie do fázy fyzickej blízkosti, šanca, že sa z toho niečo vyvinie, dramaticky klesá. Táto časť je o tom, čo sa deje v tejto kritickej fáze. Rozdelíme si to na dve časti: najprv vysvetlím psychológiu fyzickej eskalácie a potom ponúknem konkrétny rámec správania, ktorý sa dlhodobo osvedčil.

Táto téma je zásadná. Nejde o techniky, ale o porozumenie prečo sa to deje a ako to funguje.

GRADÁCIA DÔVERY: PSYCHOLÓGIA TELESNÉHO ZBLÍŽENIA

Rýchle a prirodzené zblíženie sa so ženou predstavuje jeden z kľúčových momentov pri budovaní atraktivity. Práve tu sa nachádza zlomový bod medzi zotrvaním v rovine priateľstva a vstupom do sveta vzájomnej príťažlivosti a romantických úspechov. Väčšina mužov nezlyháva preto, že by im chýbali predpoklady – zlyhávajú preto, že váhajú. Prejavujú nadmernú opatrnosť, hanblivosť a zadržiavanú iniciatívu. Často zostávajú paralyzovaní otázkou "kedy je ten správny moment?", najmä keď ide o prvý dotyk či bozk. A práve nerozhodnosť – nie nedostatok atraktivity – je tichým sabotérom romantického pokroku.

Na opačnom konci spektra sú muži, ktorým sa darí – nie vždy preto, že by disponovali lepšími vlastnosťami, ale preto, že sa rozhodli konať. Neanalyzujú každý moment do vyčerpania. Ich prístup je plynulý, prirodzený a založený na neverbálnej odvahe: ruka na pleci, odhrnutie vlasov, hravý dotyk. Títo muži spontánne vytvárajú fyzický rámec dôvery a záujmu, bez křča, bez teatralnosti – a práve vďaka tejto schopnosti vytvárajú napätie, ktoré môže viesť k prirodzenej eskalácii intimity.

Rozdiel? Dotyk. Jeho silu nemožno nadhodnotiť. Ak chceš budovať príťažlivosť, neváhaj urobiť prvý krok. Buď mužom, ktorý je bez výhovoriek sebavedomý, sexuálne asertívny a nebojí sa fyzickej eskalácie. Ženy chcú muža, ktorý prevezme iniciatívu. Keď vytvoríš fyzický kontakt už na začiatku, pomôžeš jej cítiť sa pohodlne s fyzickou blízkosťou. Týmto spôsobom sa dotyky stanú prirodzenou súčasťou vašej dynamiky, namiesto toho, aby pôsobili šokujúco a neočakávane, keď sa ju zrazu pokúsiš pobozkať po hodinách nečinnosti.

Dotyk nielen komunikuje dominanciu, buduje dôveru. Pozrite sa na politikov a podnikateľov. Podávajú ruky, ťapávajú ľudí po chrbte a kladú ruky na ramená. Vďaka dotyku sa ľudia cítia pohodlne, buduje to vzťah. Dotyk uvoľňuje oxytocín, takzvaný hormón spájania, ktorý pomáha ľuďom cítiť sa prepojení. Keď sa dotknete ženy, dokonca aj drobnými spôsobmi, doslova spustíte jej mozog, aby vám dôverovala a páčili ste sa jej viac.

Základom efektívneho fyzického zblíženia je postupná, takmer neviditeľná eskalácia dotyku. Začína sa nenápadne – ľahkým dotykom na rameno či ruku počas rozhovoru. Takýto neverbálny signál môže slúžiť ako nástroj na zvýraznenie pointy, podporenie humoru alebo emocionálne podfarbenie rozprávaného príbehu. Ako interakcia napreduje, dotyk by mal zostať prirodzenou súčasťou výmeny. Hravé fyzické gestá – ako jemné ťapnutie po ruke, palcové zápasy či symbolické otočenie dievčaťa ako pri tanci – pôsobia uvoľnene a zároveň prehlbujú telesnú blízkosť bez vyvolania nátlaku. Kritickým faktorom je dávkovanie: intenzita fyzického kontaktu musí korešpondovať s úrovňou vzájomnej dôvery. Predčasne nasadený intímny dotyk nepôsobí len neprirodzene – môže narušiť komfort a spôsobiť ústup. Jemnosť a načasovanie preto nie sú prejavmi slabosti, ale behaviorálnou presnosťou.

V žiadnom prípade nesmieš pôsobiť zúfalo alebo unáhlene. Nepýtaj si jej kontakt a hneď zajtra stretnutie. Neponáhľaj sa s pozvánkou na sex. Buď pokojný. Tak ako pred sexom ženy milujú predohru, tak aj pri zoznamovaní sú pomalšie. Sú priťahované k trpezlivým mužom, nie k tým, ktorí pôsobia sexuálne alebo emocionálne nenaplnení.

Predstavte si to ako začiatok koncertu. Najprv nenápadne rozohráva melódiu klavír, tón po tóne, postupne sa pridávajú ďalšie nástroje a vokály, až kým celá miestnosť nerezonuje hudbou. Vaša eskalácia by mala byť rovnako hladká. Keď sa priblížite, dotknite sa jej ruky. Potom, o pol hodiny neskôr, nájdite svoju ruku okolo jej ramien alebo dlaň položenú na jej stehne. Eskalácia by mala byť prirodzená, nie nútená. Keď sa interakcia prehľbuje, nezdráhajte sa byť intímnejším. Hravosť je tu vašim spojencom. Použite techniku "chce ma – nechce ma". Dráždite ju a potom nasledujte hravým dotykom. Možno ju zo žartu diskvalifikujete: *"Nemyslím si, že zvládnem niekoho tak tvrdohlavého ako si ty."* A potom ju priviňte do objatia. Alebo možno predstierajte, že má príliš veľa problémov na to, aby ste to riešili, a s úškrnom ju zľahka postrčte späť.

Záver? Bavte sa s tým. Nebojte sa ju rozosmiať, prinútiť ju začervenat' sa, pohrávať sa s jej emóciami a dať jej pocítiť vašu prítomnosť prostredníctvom dotyku. Fyzické spojenie je základným kameňom príťažlivosti a jeho dôležitosť nemožno preceňovať. Takže prestaňte sa nad ňou zamýšľať a začnite konať, pretože príťažlivosť nie je postavená vo vašej hlave. Je postavená vo chvíľach, ktoré s ňou zdieľate.

GRADÁCIA DÔVERY: STRATÉGIE ESKALÁCIE DO POSTELE

Konverzácia je jedna vec, ale smerovať konverzáciu z priateľského tónu k niečomu sexuálnemu bez toho, aby si bol nepríjemný, strašidelný alebo urážlivý, je úplne iná vec. Kedysi som s tým veľmi bojoval. Dlho som si myslel, že sex je nedotknuteľná, tabuizovaná téma, o ktorej so mnou ženy nikdy nechcú diskutovať. Prečo? Pretože som bol neskúsený. Sex mi pripadal ako tá monumentálna udalosť, ktorú som musel ošetrovať detskými rukavicami, a ten tlak sa zmenil v úzkosť. Čím menej sa toho stalo, tým viac som nad tým premýšľal, takže celá téma bola ešte viac zamedzená. Ak s vami niečo z toho rezonuje, držte sa. Táto lekcia môže navždy zmeniť spôsob, akým k tomu pristupujete.

Tu je realita. Chlapi, ktorí sú na celibáte, majú často tendenciu vyhýbať sa sexuálnym témam úplne. Skrývajú svoje túžby, pretože sa hanbia, pretože sa obávajú, že sexuálne vyjadrenie ich okamžite označí za zvrhlých. A tak uzavreli túto stránku svojej osobnosti a presvedčili sa, že je bezpečnejšie udržiavať veci čisto priateľské. Na druhej strane, chlapi, ktorí súložia, nemajú často tendenciu vyhýbať

sa sexuálnym témam. Zo skúsenosti vedia, že ženy si sex užívajú rovnako ako muži a prirodzene ich to ťahá k mužom, ktorí vyžarujú sexuálne sebavedomie a dominanciu. Títo chlapci sú úplne v pohode so svojou sexualitou a táto ľahkosť robí rozdiel. Neboja sa predstaviť sexuálne témy hravým, uštipačným spôsobom. Očakávajú, že ich interakcie so ženami budú prirodzene smerovať k sexu, pretože pre nich to tak jednoducho chodí.

Ale tu je rozdiel: Nie sú z toho zúfalí. Ak žena nereaguje pozitívne, neberú to osobne, ani sa nesnažia problém vnucovať. Prečo? Pretože vedia, že je veľa žien, ktoré budú reagovať pozitívne. Keď vám skutočne vyhovuje hovoriť o sexe, oznamuje to ženám, že ste muž s možnosťami. Hovorí to, že sex je len normálna časť vášho života bez námahy.

Táto dôvera je magnetická a ženy ju preberajú. Poznal som ženy, ktoré priamo sexuálne flirtovali a hovorili veci ako: *"Stavím sa, že neustále s niekým spíš, však?"* Ak vás pri predstave vnášania sexuálnych tém do rozhovoru oblieva studený pot, nebojte sa. Existuje správny a nesprávny spôsob, ako to urobiť. Správna cesta je byť sexuálny. Nesprávny spôsob je byť nadržaný.

Tu je rozdiel:

Sexuálny: si uvoľnený, sebavedomý a nehanbíš sa. Rozprávanie o sexe je prirodzené a zábavné pre vás aj pre ženy, s ktorými ste. Nie je to téma, ktorá vám dvíha tlak. Je to len rozkošná časť toho, kým ste.

Nadržaný: si núdzny a zúfalý. Si fixovaný na sex práve teraz, pretože sa to nestáva často. A je to vidno. Máš agendu a tvoja konverzácia vyzerá ako zastretý pokus dosiahnuť jeden cieľ.

Vnímate ten rozdiel? Prvé pravidlo pre rozhovory so sexuálnym podtextom znie: nebuď naliehavý, buď zmyselný. A druhé pravidlo: vždy komunikujte z pozície rešpektu a obojstranného súhlasu. Pamätáte si na dynamiku medzi vedením a nasledovaním, medzi dominanciou a prijímaním? Ide o to, že keď sa vo vlastnej koži začnete cítiť istejšie pri intímnejšej komunikácii, objavíte zaujímavý psychologický jav – mnohé ženy sa v prítomnosti dôveryhodného muža prirodzene uvoľnia a prenechajú mu vedenie. Najprv na úrovni reči a postoja. Neskôr aj fyzicky.

Jej súhlas je kľúčový – nie jednorazový, ale kontinuálny. Nejde len o jedno "áno" v správnej chvíli. Ide o hlbokú istotu, že ak by sa cítila nesvoja alebo zmenila názor, vy okamžite rešpektujete jej hranice. O tejto dôvere sa nedá vyjednávať. Preto chcete jej súhlas v každej fáze interakcie, počnúc od začiatku. Musí sa cítiť pohodlne a mať kontrolu nad tým, ako ďaleko veci idú. A tu vstupuje do hry koncept rebríka "YES! YES!! YES!!!"

REBRÍK "ÁNO. ÁNO! ÁNO!!!"

Predstavte si to ako sériu malých dohôd. Otázky alebo vyhlásenia, ktoré ju prirodzene vedú k tomu, aby povedala áno. Každé áno buduje komfort a dôveru. Postupná eskalácia interakcie. Viedete ju krok za krokom k intímnejšiemu územiu a zároveň zabezpečujete, aby bola počas celej cesty plne na palube. Začínate s jednoduchými vecami, ktoré vyvolávajú pohodlie a zvedavosť. Keď budujete na týchto základoch, každé ďalšie rozhodnutie pôsobí logicky a zároveň vychádza z jej vnútornej voľby. V čase, keď vám v posteli nadšene povie áno, bude mať pocit, že táto cesta bola vzrušujúca a zároveň úplne jej vôľa.

Ženy, ktoré už tento druh dynamiky zažili, rozpoznajú, čo robíte, a okamžite ich to vzruší. Tie, pre ktoré je to novinka, zas môžete jemne priviesť k stránke ich vlastnej ženskosti, ktorú ešte len objavujú. A práve táto schopnosť – byť prieskumníkom ich túžby – vás robí výnimočným.

Aby to fungovalo, začnite s nevinnými otázkami, ktoré prirodzene vyvolávajú súhlas, a potom postupne stúpajte po rebríku na základe úrovne jej pohodlia. Napríklad:

"Páčia sa ti sebavedomí chlapci, však?"

"Nie je to dobrý pocit, keď chlap vie, čo chce?"

"Baví ťa, keď sa chlap ujme vedenia?"

"Ako vnímaš malú drsnosť? Ako ťahanie za vlasy alebo hravé uhryznutie?"

"Páči sa ti, keď ťa chlap pevne drží? Možno ťa aj trochu dusí?"

"A čo výprask? Vzrušuje ťa to?"

Všimnite si, ako každá otázka nadväzuje na predchádzajúcu a prechádza od hravej k intenzívnejšej. Všetko je to o progresii. A ak jej niečo nie je po chuti, jednoducho prestanete. Žiadny nátlak, žiadne nepríjemnosti, len prirodzený tok rozhovoru, ktorý vám obom vyhovuje.

Je tu aj ďalší spôsob, ako udržať túto dynamiku...

SMERODAJNÉ OTÁZKY

Táto technika vytvára dojem rozhodovania, pričom zároveň jemne udáva smer.

Nejde o manipuláciu – ide o pozvanie k objavovaniu. Nechávaš ju vybrať si medzi možnosťami, ktoré sú pre ňu zaujímavé, ale zároveň ju vedú tam, kam chceš ísť aj ty.

V tom je tá krása: nezatlačíš ju, no predpokladáš, že odpoveď bude takmer istá – pretože si navrhol rámec, v ktorom sa bude cítiť príjemne. Takto vytváraš hravú, zvedavú dynamiku. Je to spôsob, ako jej umožniť dostať sa do kontaktu so stránkami svojej túžby, ktoré možno zatiaľ nepreskúmala, bez toho, aby sa cítila vedená alebo tlačaná. Napríklad:

"Povedala by si, že patríš medzi tie, ktoré hrajú na istotu... alebo si skôr dobrodružný typ dievčata?"

"Takže... máš radšej klasiku; zhasnuté svetlá a misionára... alebo ťa skôr lákajú vzrušujúcejšie a zvrhlejšie veci?"

"Myslíš si, že keď dievča nazve chlapa 'pánom', je to sexy?" Ak povie nie: *"Naozaj? Čo je teda podľa teba sexy? Otecko? Ako chceš nazvať chlapa? Okrem môjho mena, samozrejme."*

"Je to zaujímavé, tolko báb je unesených z 50 odtieňov sivej, ale potom povedia, že im ani nevyhovuje škrtenie alebo hryzenie. A čo ty? Páčil sa ti ten film? Čo ti na Christianovi Greyovi prišlo také príťažlivé?"

Ako sa bude konverzácia vyvíjať, venujte pozornosť jej odpovediam a povzbudzujte ju, aby zdieľala viac. Dôležité je aktívne počúvať aby sa cítila bezpečne a vyjadrila sa bez posudzovania. Tu je niekoľko hlbších pohľadov na zamyslenie, ktoré môžete zaviesť, aby bola konverzácia pútavejšia a zároveň sexuálna, no beznúdzne:

"Vieš, čo považujem za nesprávne pochopené? Celý koncept submisie. Ľudia predpokladajú, že ide o stratu slobody, ale ja to vidím naopak. Submisívny partner je v skutočnosti ten, kto má moc – má slobodu si vybrať, a zo všetkých vecí, ktoré by mohla urobiť, sa rozhodne odovzdať a úplne dôverovať niekomu. Pre mňa je to neuveriteľne sexy. Čo si o tom myslíš?"

"Vždy ma fascinovala myšlienka dominancie a podriadenosti. Veľa ľudí si to spája s násilím, akoby na súhlase vôbec nezáležalo. Pre mňa je oslobodzujúce a vzrušujúce, keď si dvaja ľudia dôverujú natoľko, že úplne opustia akékoľvek pretvárinky... jeden preberie vedenie a ten druhý sa úplne uvoľní. Aký je tvoj pohľad?"

"Raz mi kamarát povedal niečo, čo navždy zmenilo môj pohľad na vzťahy: 'Rešpektuj ženu, túž po štetke a opatruj princeznú.' Zostalo to vo mne, pretože to pôsobí tak surovo a zároveň skutočne. Je to ako dokonalá rovnováha mysle, tela a duše. Čo si o tom myslíš ty?"

Môžete ju tiež hravo postrčiť, aby sa otvorila, a to tak, že budete robiť sebanaplňujúce sa proroctvá:

"Neviem prečo, ale mám z teba taký pocit, akoby sa pod povrchom skrývalo oveľa viac výstrednej, pikantnej energie, ako dávaš vedieť. Mám pravdu?"

"Niečo na tebe pôsobí až znepokojivo prítlačivo. Ako keď niekto vie, že nič nemusí dokazovať. Čo ti na mužoch rezonuje najviac?"

"Nechaj ma hádať. Si totálna šéfka vo svojom každodennom živote a riadiš show ako generálna riaditeľka. Ale v spálni by si radšej odovzdala kontrolu. Som niečomu na stope?"

Každý z týchto prístupov jej umožňuje cítiť sa fascinovane a pohodlne, popri udržiavaní konverzácie hravou, púťavou a sexuálne nabitou bez donucovania. Pokračujte v počúvaní, doberaní a vedení konverzácie spôsobom, ktorý je pre vás oboch prirodzený.

Dôležité: Doprajte si čas a získajte jej áno na každom kroku. Dominantný muž sa nikdy neponáhľa, netlačí a nikdy nekoná zo zúfalstva. Pozná hodnotu trpezlivosti, vie sa správať atraktívne dlhodobo a s ľahkosťou vedie ženu, aby povedala áno na každom jednom kroku. Až kým sa napokon nestratí kričaním áno, pretože je to sakramentsky dobrý pocit.

Predstavte si toto: Práve ste mali úžasný deň. Chémia je nepopierateľná, spojili ste sa na hlbšej úrovni a prítlačivosť je elektrická. Je zrejmé, že sa jej páčiš. Teraz je ten správny moment posunúť veci ďalej. Uzamkneš s ňou očný kontakt. Váš pohľad je intenzívny a sebavedomo vyžaruje maskulínnu energiu. A potom pokojným, zvonným tónom povie:

– Páči sa ti, keď ti niekto hovorí, čo máš robiť? (Áno.)

– Dôveruješ mi? (Áno.)

Vediete ju krok za krokom, posilňujete jej pohodlie a súhlas s každým pohybom.

– Dobré, tu je to, čo sa stane. Poviem ti presne, čo chceš a urobíš, čo ti poviem, dobre? (Áno.)

– *A pamätaj, že môžeš kedykoľvek povedať stop a ja okamžite prestanem. Vrátime sa k normálnej konverzácii. Znie to fér? (Áno.)*

Akonáhle súhlasí, s istotou prevezmete vedenie.

– *Tak fajn. Teraz pod' sem a daj mi pusu.*

– *Je to dobrý pocit? (Áno.)*

– *Je dobré cítiť potešenie, že? (Áno.)*

– *Miluješ ten pocit, však? (Áno.)*

– *Budeš pre mňa dobré dievča? (Áno.)*

– *Celá mi patríš a ty to miluješ, však? (Áno.)*

Využitie jej áno na prehĺbenie intimity. Každý krok nadväzuje na posledný, vytvárajúc stupňujúce sa vlny dôvery, túžby a spojenia. Vediete ju s dôverou, vždy sa uistíte, že je plne na palube, plne prítomná a plne si užíva daný okamih. A čo je najdôležitejšie, nikdy neprerušíte tok ponáhlením sa alebo preskakovaním krokov. Beriete veci tak ďaleko, ako vám to obom vyhovuje. Vždy vám záleží na tom, že celú cestu hovorí áno. Jej nadšený súhlas je základom sebavedomia dominantného muža. Vďaka tomu je zážitok silný, príjemný a nezabudnuteľný pre vás oboch.



Týmto končí séria článkov Behaviorálna ekonomika mužskej atraktivity.

Ak niečo ďalšie k téme pridám (čo je pravdepodobné), roztriedim a doplním to do kostry už–existujúcich kapitol na [mojej osobnej stránke](#).

Ak vás téma zaujíma viac, navštívte Youtube kanál [The Dark Needle](#) alebo [PsycHacks](#).

Z týchto dvoch som čerpal najviac.

**Teraz, len preto, že toto všetko vieš, neber to ako výhovorku nesprávať sa týmto spôsobom.
Nikoho nebude zaujímať tvoje pochopenie, ale koho majú pred sebou.**

Adios queridos.