

ZŁOTE  
MYŚLI



Piotr Mart

# MEŃCZYŻNA

OD A DO Z

Jak **zrozumieć** męczyznę  
i stworzyć **związek**, w którym  
będziesz **szczęśliwa i kochana**

Niniejszy darmowy ebook zawiera fragment  
pełnej wersji pod tytułem:

„Mężczyzna od A do Z”

Aby przeczytać informacje o pełnej wersji, [kliknij tutaj](#)

Darmowa publikacja dostarczona przez

**SINGATE**

Niniejsza publikacja może być kopiowana, oraz dowolnie rozprowadzana tylko i wyłącznie w formie dostarczonej przez Wydawcę. Zabronione są jakiegokolwiek zmiany w zawartości publikacji bez pisemnej zgody wydawcy. Zabrania się jej odsprzedaży, zgodnie z [regulaminem Wydawnictwa Złote Myśli](#).

© Copyright for Polish edition by [ZloteMysli.pl](#)

Data: 9.06.2008

Tytuł: Mężczyzna od A do Z (fragment utworu)

Autor: Piotr Mart

Wydanie III

Projekt okładki: Marzena Osuchowicz

Korekta: Magdalena Michalak, Sylwia Fortuna

Wydawnictwo Złote Myśli sp. z o.o.

ul. Daszyńskiego 5

44-100 Gliwice

WWW: [www.ZloteMysli.pl](http://www.ZloteMysli.pl)

EMAIL: [kontakt@zlotemysli.pl](mailto:kontakt@zlotemysli.pl)

Wszelkie prawa zastrzeżone.

All rights reserved.

## SPIS TREŚCI

<u>Wstęp</u>	15
<u>Witaj!</u>	15
<u>Wprowadzenie</u>	19
<u>1. Uwodzenie</u>	23
<u>Czym jest uwodzenie?</u>	23
<u>Jak zastosować tę wiedzę w praktyce?</u>	25
<u>Zacznij od treningu odwagi</u>	25
<u>Ćwiczenia zwiększające odwagę</u>	26
<u>Obrazy</u>	28
<u>„Spontaniczność planowana”</u>	29
<u>Przykład I: „Fontanna”</u>	30
<u>Przykład II: „W kroplach deszczu”</u>	30
<u>Przykład III: „Kwiat we włosach”</u>	30
<u>Przykład IV: „Gra w koszykówkę”</u>	31
<u>Przykład V: „Kolacja”</u>	31
<u>Przykład VI: „Gwieździste niebo”</u>	32
<u>Przykład VII: „Syrena”</u>	32
<u>Przykład VIII: „Kup mi kotka”</u>	33
<u>Jak tworzyć obrazy do „spontaniczności planowanej”?</u>	35
<u>Ile czasu to zajmuje?</u>	37
<u>Czy wzrokowiec oczekuje od Ciebie powagi?</u>	37
<u>My, gruboskórni</u>	38
<u>Mimika twarzy a uwodzenie</u>	38
<u>Ćwiczenie I</u>	39
<u>Ćwiczenie II</u>	39
<u>Ćwiczenie III</u>	39
<u>Trening magnetycznego spojrzenia</u>	40
<u>Ćwiczenie „Latający komar”</u>	41
<u>Pokaż mu język</u>	41
<u>Jak przytulać, by uwodzić?</u>	42
<u>Sposób I</u>	42
<u>Sposób II</u>	42
<u>Sposób III</u>	43
<u>Rzeczy, które sprawiają, że skuteczniej uwodzisz</u>	43
<u>Pocałunek</u>	43
<u>Nakrycie głowy</u>	44
<u>Twoja zmienność</u>	45
<u>Zmień swój styl</u>	45
<u>Zostań jego fotomodelką!</u>	46
<u>Natura uwodzenia</u>	47
<u>O zdobywaniu kobiety jeszcze więcej</u>	47
<u>Czy każdy mężczyzna wymaga uwiedzenia?</u>	48
<u>Jaki jest ideał kobiety?</u>	49
<u>Wiesz, jaki jest ideał kobiety?</u>	49
<u>Ćwiczenie</u>	50
<u>Nadaj ramy swojemu uśmiechowi</u>	52
<u>Pokaż mu swoją radość, gdy go widzisz</u>	52
<u>Tańcz, kiedy tylko możesz</u>	53
<u>Jak się poruszać, by przyciągać męskie spojrzenia?</u>	54
<u>Hipnotyzujący efekt</u>	55
<u>Jak stać się bardziej kobiecą — kobietą pożądaną przez tłumy mężczyzn?</u>	56
<u>Im bardziej widoczne, tym lepiej</u>	57
<u>Kolory a styl</u>	58

<a href="#">Ciemne kolory na dole, jasne na górze</a>	59	
<a href="#">Kobieta, która przyciąga uwagę większości mężczyzn</a>	59	
<a href="#">Jaki jest idealny wizerunek kobiety według mężczyzny?</a>	61	
<a href="#">Jaki wniosek płynie z tego dla Ciebie?</a>	61	
<a href="#">Doceń urodę innych kobiet</a>	63	
<a href="#">Spójrz i Ty</a>	64	
<a href="#">Nie miej kompleksów przed zakochanym mężczyzną</a>	64	
<a href="#">Jaki masz kompleks? Udowodnię Ci, że to zaleta</a>	65	
<a href="#">Sztuka intrygowania mężczyzny</a>	65	
<a href="#">Kiedy zaczynasz intrygować, uwodzisz</a>	65	
<a href="#">Stań się jedną wielką tajemnicą</a>	66	
<a href="#">Bądź bardziej niedostępna niż dostępna</a>	66	
<a href="#">Odnajdź swoją pasję</a>	66	
<a href="#">Uwaga dotycząca pochlebnych opinii</a>	67	
<a href="#">Baw się swoimi włosami</a>	67	
<a href="#">Czym jest miłość?</a>	68	
<a href="#">Odseparuj go</a>	69	
<a href="#">Miłość wzbudzana przy pomocy obrazów</a>	70	
<a href="#">Miłość przywoływana za pomocą skojarzeń</a>	70	
<a href="#">Miłość utrwalana za pomocą wspomnień</a>	71	
<a href="#">Rzeczy, które musisz wiedzieć o wzrokowcach</a>	71	
<a href="#">Przykład dotyczący uwodzenia negatywnymi emocjami</a>	73	
<a href="#">Gdy obrazy uwodzą mężczyznę</a>	73	
<a href="#">Jego wyobrażenia to Twój sprzymierzeniec</a>	74	
<a href="#">Czy przez żołądek do serca?</a>	74	
<a href="#">Zanim przejdziemy do kolejnego rozdziału</a>	75	
<a href="#">Nie rób mu przysług</a>	76	
<a href="#">Nie chwal go bez potrzeby</a>	76	
<a href="#">Nie bądź na jego każde zawołanie</a>	76	
<a href="#">Nie rozgraniczaj seksu i miłości</a>	77	
<a href="#">Kiedy kończy się etap uwodzenia?</a>	78	
<a href="#">Etap I uwodzenia</a>	78	
<a href="#">Etap II uwodzenia</a>	78	
<a href="#">Etap III uwodzenia</a>	80	
<a href="#">2. Zrozumieć mężczyznę</a>	81	
<a href="#">Jak działa wyobrażenia wzrokowca?</a>	81	
<a href="#">Jak czuje kobieta, a jak odczuwa mężczyzna?</a>	82	
<a href="#">Wyciągnij dla siebie odpowiednie wnioski</a>	83	
<a href="#">Symbole miłości</a>	83	
<a href="#">Jak mężczyźni rozumieją symbole?</a>	83	
<a href="#">Nie wysyłaj sprzecznych sygnałów</a>	85	
<a href="#">Kiedy mężczyzna kocha kobietę?</a>	86	
<a href="#">„Zupa grzybowa”. Dlaczego mężczyźni nie kierują się uczuciami?</a>	87	
<a href="#">Psychika mężczyzny</a>	88	
<a href="#">Dlaczego mężczyzna jest słabszy psychicznie?</a>	89	
<a href="#">Skąd bierze się pozorną siłą męskiej psychiki?</a>	90	
<a href="#">Dlaczego mężczyźni udają?</a>	90	
<a href="#">Dlaczego udajemy twardzieli?</a>	91	
<a href="#">Jak rodzi się lenistwo?</a>	92	
<a href="#">Czy mężczyźni są leniwi?</a>	92	
<a href="#">Dlaczego mężczyźni nie mają cierpliwości?</a>	93	
<a href="#">Gdy monotonia uspokaja</a>	94	
<a href="#">Potrzeby męskiej psychiki</a>	95	
<a href="#">Potrzeba bycia potrzebnym a psychologia komunikacji</a>	95	
<a href="#">Potrzeba akceptacji</a>	96	
<a href="#">Potrzeba bycia docenionym</a>	96	

<a href="#">Instynkt opiekuńczy mężczyzny</a>	97
<a href="#">Kiedy tonął Titanic</a>	97
<a href="#">Twoja niezwykła, kobieca broń</a>	97
<a href="#">Błąd, jakiego powinnaś się wystrzegać</a>	98
<a href="#">Typy agresji</a>	99
<a href="#">Jak zapobiegać agresji?</a>	99
<a href="#">Agresja instrumentalna</a>	100
<a href="#">Agresja frustracyjna</a>	101
<a href="#">Agresja naśladowcza</a>	102
<a href="#">Nie używaj zwrotu „Nie denerwuj się”</a>	103
<a href="#">Agresja jako wymuszanie szacunku</a>	104
<a href="#">Agresja, którą wywołuje strach</a>	104
<a href="#">Czym jest agresja ukierunkowana?</a>	105
<a href="#">Agresja w odpowiedzi na sugestie</a>	105
<a href="#">Agresja w wyniku braku akceptacji</a>	106
<a href="#">Zazdrość agresywna jako negatywny obraz</a>	106
<a href="#">Moje osobiste doświadczenia z kobietą zazdrością</a>	107
<a href="#">Zazdrość i zaborczość pozytywna</a>	108
<a href="#">Rzeczy, jakie chciałabyś wiedzieć o mężczyznach</a>	111
<a href="#">Dlaczego mężczyzna wstydzi się spytać o drogę?</a>	111
<a href="#">Jakie prezenty chciałby dostawać mężczyzna?</a>	111
<a href="#">Dlaczego mężczyzna nie pamięta o rocznicach?</a>	112
<a href="#">Praktyczne rozwiązanie, by pamiętać</a>	113
<a href="#">Dlaczego mężczyźni boją się atrakcyjnych kobiet?</a>	113
<a href="#">3. Życie we dwoje</a>	115
<a href="#">Mężczyzna jako przywódca stada</a>	115
<a href="#">Silna kobieta i silny mężczyzna</a>	116
<a href="#">Najczęstszy scenariusz, gdy dochodzi do zakłócenia relacji przywódca–członek</a>	117
<a href="#">Ważna uwaga</a>	117
<a href="#">Scenariusz I</a>	117
<a href="#">Scenariusz II</a>	118
<a href="#">Czy pozostajesz typem przywódcy?</a>	118
<a href="#">Negatywne obrazy</a>	119
<a href="#">Czym są negatywne obrazy?</a>	119
<a href="#">Kiedy kobieta staje się przyjacielem mężczyzny?</a>	120
<a href="#">Gra w przetrwanie związku</a>	121
<a href="#">Punktacja</a>	124
<a href="#">Jak mężczyzna rozumie miłość?</a>	124
<a href="#">Czym jest szacunek dla mężczyzny?</a>	125
<a href="#">Co jest ważne dla mężczyzny w miłości?</a>	126
<a href="#">Przemoc w rodzinie</a>	127
<a href="#">Czego nie powinnaś robić lub powinnaś przestać robić?</a>	130
<a href="#">Zacznij podziwiać go na nowo</a>	130
<a href="#">Afirmacje pozytywne</a>	131
<a href="#">Afirmacje podziwu i wdzięczności dotyczące przeszłości</a>	132
<a href="#">Afirmacje podziwu i wdzięczności</a>	133
<a href="#">Afirmacje uwielbienia</a>	135
<a href="#">Dlaczego MEŻCZYŻNA?</a>	135
<a href="#">Dlaczego mężczyźni są bałaganiarzami?</a>	136
<a href="#">Cele mężczyzny</a>	137
<a href="#">O czym mężczyzna chciałby Ci powiedzieć, ale się wstydzi?</a>	138
<a href="#">Dbaj o siebie</a>	139
<a href="#">Jak mówić mężczyźnie „Kocham cię”?</a>	140
<a href="#">Słowa, które dla mężczyzny znaczą więcej niż „Kocham cię”</a>	141
<a href="#">Najlepszy moment na...</a>	142
<a href="#">Jak wychować sobie mężczyznę?</a>	143

<u>Dlaczego tak nie postępować?</u>	143
<u>Etap I</u>	144
<u>Etap II</u>	145
<u>Etap III</u>	145
<u>Etap IV</u>	145
<u>Przykład pozytywny</u>	147
<u>Prośby</u>	147
<u>Stopniowanie</u>	147
<u>Wzmocnienie pozytywne</u>	148
<u>Zasada niekonkurowania z mężczyzną</u>	148
<u>Zacznij od rozpoznania</u>	149
<u>Namów go, by upiekł ciasto</u>	149
<u>Nie konkuruj z nim słownie</u>	150
<u>Kiedy wsparcie okazuje się konkurencja</u>	150
<u>Dlaczego mężczyzna Ci nie pomaga</u>	152
<u>Jak osiągnąć pomyślność finansową z mężczyzną wzrokowcem?</u>	154
<u>Pozwól mu poczuć się mężczyzną</u>	156
<b><u>4. Sztuka perfekcyjnej komunikacji z mężczyzną</u></b>	<b>159</b>
<u>Tajemnice skutecznej komunikacji w związku</u>	159
<u>Przyznaj mu rację</u>	161
<u>By go przekonać do swojego, użyj słowa „ale”</u>	161
<u>By kłótnia przynosiła komunikacyjne korzyści</u>	162
<u>Naucz się zamieniać negatywne emocje na te pozytywne</u>	164
<u>Dlaczego przestaje Ci mówić, o co mu chodzi?</u>	165
<u>Dlaczego powinnaś być ostrożna w tym, o co go oskarżasz?</u>	166
<u>Dlaczego mężczyźni nie słuchają?</u>	166
<u>Mężczyzna potrzebuje słów podziwu, a kobieta słów uwielbienia</u>	167
<u>Wzrokowiec zapomina, ale nie wybacza</u>	168
<u>Mów, czego potrzebujesz</u>	169
<u>Dlaczego on nie czyta w Twoich myślach?</u>	170
<u>Dlaczego powinnaś od razu mówić, co Ci się nie podoba?</u>	170
<u>Psychologia komunikacji</u>	171
<u>Magiczny zwrot: „Czy mi pomożesz?”</u>	172
<u>Stopniowanie Misji</u>	173
<u>Niezwykły przypadek „czytania w myślach”</u>	174
<u>5. Zrozumieć męskie emocje</u>	177
<u>Najważniejszy rozdział tej książki</u>	177
<u>Różnice w emocjonalności</u>	177
<u>Nieustanna krytyka</u>	179
<u>Gdy mężczyzna jest agresywny jak lew</u>	181
<u>Kiedy kobieta „rzuca cień”</u>	182
<u>Kiedy kobieta „traci liście”</u>	183
<u>Studium przypadku</u>	184
<u>Scenariusz I, negatywny: kiedy kobieta przemawia językiem emocji</u>	185
<u>Scenariusz II, pozytywny: kiedy kobieta przemawia językiem uczuć</u>	185
<u>Niezwykły eksperyment psychologiczny</u>	187
<u>Agresywnych zachowań musimy się nauczyć</u>	188
<u>Agresja to często przejaw słabości i rozpacz</u>	188
<u>Jakiego wsparcia potrzebuje Twój partner?</u>	189
<u>Mężczyzna wymaga wsparcia emocjonalnego</u>	189
<u>Dlaczego dotyk działa także na mężczyzn?</u>	190
<u>Gra w uwalnianie z negatywnych emocji</u>	191
<u>Punktacja</u>	193
<u>Czynniki zewnętrzne wpływające na zmianę punktacji</u>	194
<u>Ważna uwaga dotycząca dotyku</u>	194
<u>Studium przypadku: „agresywny mężczyzna”</u>	195

<u>Twoje emocje, gdy rodzi się dziecko</u>	196	
<u>Uprzedź go, co go czeka</u>	197	
<u>6. Uwodzenie na odległość</u>	199	
<u>Jak rozmawiać przez telefon?</u>	199	
<u>Jakie obrazy są atrakcyjne dla mężczyzny?</u>	200	
<u>Zabierz go we „wspólną podróż”</u>	200	
<u>Wspominaj</u>	200	
<u>Wzmocnienie pozytywne</u>	201	
<u>Jak uwieść mężczyznę na odległość?</u>	201	
<u>Wykorzystuj każdą okazję</u>	202	
<u>Używaj „aktywnych” słów</u>	202	
<u>Nagraj film z sobą w roli głównej</u>	203	
<u>Jak go pocieszyć na odległość?</u>	203	
<u>7. Seks i erotyzm</u>	205	
<u>Wstęp</u>	205	
<u>Geneza skojarzeń</u>	205	
<u>Kiedy iść z nim do łóżka?</u>	206	
<u>Obrazy tworzone automatycznie</u>	207	
<u>Kochaj się wszędzie, ale nie w łóżku.</u>	207	
<u>Spontaniczność w seksie</u>	207	
<u>Spontaniczność planowana w seksie i erotyzmie</u>	208	
<u>Przykłady spontaniczności planowanej w seksie i erotyzmie</u>	208	
<u>Przykład I: „Ulica”</u>	209	
<u>Przykład II: „Kąpiel”</u>	209	
<u>Przykład III: „Gotowanie”</u>	211	
<u>Przykład IV: „Niemy krawat”</u>	211	
<u>Przykład V: „Powrót do domu”</u>	212	
<u>Przykład VI: „Zabawa w zgadywanie”</u>	213	
<u>Odruch Pawłowa a orgazm</u>	214	
<u>Bielizna a atrakcyjne obrazy</u>	216	
<u>Magia przedmiotów</u>	217	
<u>Depilacja intymnych części ciała</u>	218	
<u>Punkt „G” u mężczyzny</u>	219	
<u>Kilka cennych uwag</u>	219	
<u>Fellatio a potrzeby męskiego ciała</u>	220	
<u>Potrzeby męskiego ciała</u>	220	
<u>Uwodzenie zapachem</u>	221	
<u>Wzmocnienie pozytywne a zapach</u>	222	
<u>Powód I: brak obrazów</u>	224	
<u>Powód II: budowanie negatywnych obrazów</u>	224	
<u>Powód III: brak wsparcia emocjonalnego</u>	224	
<u>8. Trudni mężczyźni</u>	225	
<u>Mężczyzna Piotruś Pan</u>	225	
<u>Uczucia</u>	226	
<u>Racjonalne myślenie</u>	226	
<u>Emocje</u>	226	
<u><i>Idealna partnerka dla Piotrusia Pana</i></u>	227	
<u>Jak go otworzyć na uczucia?</u>	227	
<u>Jak przemówić mu do rozumu?</u>	228	
<u>Podsumowanie</u>	228	
<u>Mężczyzna Pan Piotr</u>	229	
<u>Co różni Pana Piotra od Piotrusia Pana?</u>	230	
<u>Jaki zawód wykonuje Pan Piotr?</u>	231	
<u>Jakiej partnerki szuka Pan Piotr?</u>	231	
<u>Co uwodzi Pana Piotra?</u>	232	
<u>Co zniechęca Pana Piotra w kobiecym zachowaniu?</u>	232	

<u>Podsumowanie</u>	233	
<u>Zestawienie cech Pana Piotra i Piotrusia Pana</u>	233	
<u>Meżczyzna słuchowiec</u>	234	
<u>Kim jest słuchowiec?</u>	234	
<u>Eksperyment</u>		234
<u>O słuchowcach ogólnie</u>	235	
<u>Zawód wykonywany</u>	235	
<u>Potrzeby</u>	235	
<u>Oczekiwania</u>	236	
<u>Zalety</u>		236
<u>Wady</u>	237	
<u>Jak rozpoznać słuchowca?</u>	237	
<u>Typy słuchowców</u>	238	
<u>Słuchowiec typu A (uczuciowy)</u>	238	
<u>Słuchowiec typu B (racjonalny)</u>	238	
<u>Zmysły u słuchowca</u>	240	
<u>Zmysł słuchu</u>	240	
<u>Zmysł dotyku</u>	240	
<u>Zmysł smaku</u>	240	
<u>Zmysł węchu</u>	240	
<u>Zmysł wzroku</u>	241	
<u>Racjonalne myślenie u słuchowca</u>	241	
<u>Jak rozpoznać słuchowca?</u>	241	
<u>Uwodzenie słuchowca</u>	242	
<u>Aktywne słowa u słuchowca</u>	242	
<u>Emocje u słuchowca</u>	243	
<u>Jakiej kobiety poszukuje słuchowiec?</u>	243	
<u>Słuchowiec jako przywódca?</u>	243	
<u>Wyobrażenia przestrzenne u słuchowca</u>	244	
<u>Podsumowanie</u>	244	
<u>Czy każdy muzyk jest słuchowcem?</u>	245	
<u>A jeśli ta książka nie przypadła Ci do gustu?</u>	248	
<u>Możesz być też kobietą uczuciową</u>	248	
<u>Zestawienie cech wzrokowca i słuchowca</u>	249	
<u>Zestawienie słuchowca typu A i typu B</u>	250	
<u>9. Studia przypadków</u>	251	
<u>Przypadek I</u>	251	
<u>Dlaczego on ciągle mnie pyta: „Za co mnie kochasz? To mnie tak irytuje!”</u>		251
<u>Przypadek II</u>	251	
<u>Kiedy mężczyzna jest dużo młodszy</u>	251	
<u>Przypadek III</u>	252	
<u>Przypadek IV</u>	253	
<u>Zapach malin</u>	253	
<u>Przypadek V</u>	254	
<u>Kiedy mężczyznę pochłania praca</u>	254	
<u>Przypadek VI</u>	255	
<u>Kiedy mężczyzna staje się obojętny</u>	255	
<u>Przypadek VII</u>	256	
<u>Przypadek VIII</u>	258	
<u>Jak rozmawiać z mężczyzną, który jest chorobliwie zazdrosny?</u>	258	
<u>Przypadek IX</u>	259	
<u>Dlaczego on się przy mnie nudzi?</u>	259	
<u>Przypadek X</u>	261	
<u>Czyja to wina, że się kłócimy?</u>	261	
<u>Przypadek XI</u>	263	
<u>Jak przekonać go do posiadania dziecka?</u>	263	



<u>Przypadek XII</u>	265	
<u>Kiedy kobieta nie rozpoznaje przygnębienia u mężczyzny</u>		265
<u>Przypadek XIII</u>	266	
<u>Gdy kobieta i mężczyzna są słuchowcami</u>		266
<u>Przypadek XV</u>	268	
<u>Jak sprawić, by on o niej zapomniał?</u>		268
<u>Przypadek XV</u>	269	
<u>Dlaczego on wypomina mi brak inteligencji?</u>		269
<u>10. Na zakończenie</u>	271	
<u>Petycja w imieniu mężczyzn</u>	271	
<u>Bonusy</u>	273	
<u>Jak skutecznie pocieszyć nie tylko mężczyznę?</u>		273
<u>Uwaga</u>	274	
<u>Powiedz, by uniósł głowę do góry</u>		275
<u>Uwaga</u>	275	
<u>Czym jest ego?</u>	276	
<u>Jak zrozumieć męskie ego?</u>	276	
<u>Czym ego nie jest?</u>	277	
<u>Kiedy i u kogo wpływanie na ego będzie skuteczne?</u>		277
<u>Kiedy i gdzie rysować jego obraz (ego)?</u>	278	
<u>Gdy obrazy mężczyzny są sprzeczne</u>	278	
<u>Jak krytykować, by nie naruszać męskiego ego?</u>		279
<u>Niebezpieczeństwa</u>	279	
<u>Przymiotnik ma większą moc niż przysłówki</u>		280
<u>Jeśli jesteś rodzicem chłopca</u>	282	
<u>Zastosowanie męskiego ego w praktyce</u>	282	
<u>Chcę Ci coś udowodnić</u>	283	
<u>Czego tak naprawdę pragnie mężczyzna?</u>		284
<u>Odczuwanie emocji odróżnia nas od rzeczy</u>	286	
<u>Najważniejszy zmysł w uwalnianiu z nadmiaru negatywnych emocji</u>		287
<u>Drugi ważny zmysł u mężczyzny</u>	288	
<u>Wzrokowiec</u>	288	
<u>Słuchowiec</u>	288	
<b><u>O autorze</u></b>		<b>289</b>

## 6. Uwodzenie na odległość

### Jak rozmawiać przez telefon?

Dzisiaj, zwłaszcza w dobie internetu, zdecydowanie częściej niż kiedyś pary zostają poddane próbie „dalekich odległości”. Mężczyźni, ale i kobiety także, wyjeżdżają za pracę, albo poznają się przez internet i powstaje problem: „Jak go uwieść i utrzymać jego miłość na odległość?”. Pierwszą trudnością, z jaką kobieta się spotyka, jest rozmowa telefoniczna. Tutaj kobieta zaczyna sobie zadawać pytanie: „Jak i o czym z nim rozmawiać?”. Całkiem możliwe, że mężczyzna z czasem coraz rzadziej dzwoni, a w końcu kobieta przestaje odbierać od niego telefony. Jest załamana. Ona nadal go kocha, a on „nagle” stracił nią zainteresowanie. Powód zazwyczaj jest dość prosty: kobieta przekazywała mężczyźnie słowa, a on, by „zostać uwiedzionym” i kochać, potrzebował obrazów. Oczywiście może ona tutaj spytać: „Ale jak przez telefon przekazywać obrazy, kiedy do rozmowy używa się słów?”. Ależ można! Tak jak powieściopisarz potrafi przy pomocy języka roztoczyć przed czytelnikiem obraz całej batalii, tak kobieta może tworzyć obrazy wyłącznie za pomocą słów, a dalej, jeśli zechce, dodatkowo pozytywnie je wzmocnić.

Rozmowa telefoniczna, by była „pociągająca” dla mężczyzny, musi zawierać obrazy, w których to będzie występować wspólnie z mężczyzną. Nietrudno je stworzyć. Wystarczy coś sobie wyobrazić, skojarzyć z czymś i zwyczajnie mu o tym opowiedzieć. Dobrze jest, kiedy kobieta jest kreatywna i potrafi tego typu obrazy tworzyć automatycznie. Jeśli tak nie jest, można się do nich odpowiednio przygotować, tak jak w przypadku spontaniczności planowanej.

### Jakie obrazy są atrakcyjne dla mężczyzny?

Zazwyczaj będą to wszystkie, które ukazują Was razem. Kiedy tematem Waszych rozmów telefonicznych stają się problemy Twojej koleżanki, to Wasza znajomość bardziej zbliża się ku końcowi. Rozmowa telefoniczna powinna dotyczyć Was obojga, a nie problemów osób trzecich. Jednym ze sposobów na udany kontakt telefoniczny, tworzący wiele ciekawych obrazów, jest „wspólna podróż”.

#### **Zabierz go we „wspólną podróż”**

Rozmawiając z nim przez telefon, powinnaś tak często, jak to możliwe, zabierać go we wspólną podróż. W imaginowane wycieczki, w których to opiszesz mu, co będziecie robić razem, gdy już się zobaczycie. To może być opis wspólnego spaceru po parku, wspólnej kąpieli w basenie, czy spędzonego razem czasu na bezludnej wyspie.

Wszystkie tego typu obrazy rozbudzą jego ciekawość i wyobraźnię, dzięki czemu zapagnie zrealizować chociaż część z tych, jakie stworzysz w jego umyśle. Wiedz też, że mężczyzna, kiedy zaczniesz, sam będzie kontynuował taką podróż — jeśli tylko jest wzrokowcem. Zatem rozmowa na tego typu tematy będzie nie tylko łatwiejsza, ale sama przyznasz, że i znacznie przyjemniejsza niż omawianie problemów Twojej koleżanki. Następnym sposobem na udany kontakt tego rodzaju, tworzący atrakcyjne obrazy, jest „zabawa we wspomnienia”.

## **Wspominaj**

Jeśli mężczyzna, z którym rozmawiasz przez telefon, jest osobą, którą spotkałaś i macie już wspólne wspomnienia, powinnaś to teraz wykorzystać i mówić o tym, kiedy tylko możesz. Zresztą, wspomnianie nie tylko tworzy obrazy, gdy rozmawiasz z nim przez telefon. W świecie realnym również powinnaś to wykorzystać. Możesz nawet odwołać się do jego marzeń, mówiąc:

„A pamiętasz o naszym wspólnym marzeniu, kiedy to planowaliśmy nasz wyjazd na narty z dzieckiem, które ci urodzę?”.

## **Wzmocnienie pozytywne**

Czym jest wzmocnienie pozytywne? Wyobraź sobie, że piszesz do mężczyzny list. Dołączasz do niego zdjęcie. W tekście, który do niego wysyłasz, piszesz:

„Tak będę ubrana. List pachnie dokładnie tak, jak ja w dniu naszego spotkania, kiedy już się zobaczymy.”

To jest właśnie wzmocnienie pozytywne słów, jakich użyłaś w liście. Wszędzie tam, gdzie mężczyznę „zmuszasz”, by ten użył innych swoich zmysłów, a nie tylko samej wyobraźni — wzmacniasz pozytywnie obraz, jaki mu przekazujesz.

Zawsze warto potęgować obrazy, jakie tworzysz w umyśle mężczyzny. Możesz to robić przy pomocy zdjęć, zapachów, smaku, a nawet zmysłu dotyku. Przykładowo, kiedy wysyłasz mu jakiś element swojej garderoby, wzmacniasz obraz dzięki jego zmysłowi dotyku. Gdy z kolei robisz to samo ze zdjęciem, a do tego dołączasz krótki list odwołujący się do niego, wtedy wzmacniasz obraz zmysłem wzroku.

Jak uwieść mężczyznę na odległość?

Uwodzenie wzrokowca na odległość wymaga przede wszystkim budowania obrazów i wzmacniania ich dodatkowymi zmysłami. W rozmowach telefonicznych, SMS-ach, mailach i listach

tradycyjnych powinnaś się skupić na tworzeniu w jego wyobraźni obrazów, mając świadomość, że wzrokowiec w niej przede wszystkim widzi.

Staraj się angażować stopniowo. Nie pisz mu kilkustronicowego listu zawierającego dziesiątki obrazów, kiedy on wysyła Ci jedynie kartkę z życzeniami. W takim wypadku, jeśli mężczyzna nie angażuje się w obrazy, jakie starasz się stworzyć w jego wyobraźni, oznaczać to może, że nie jest wzrokowcem, bądź też jego prawa półkula mózgowa jest bardzo słabo rozwinięta. Wtedy masz małe szanse, by go w sobie rozkochać.

Wysyłaj mu atrakcyjne zdjęcia siebie samej, bowiem jest to obraz w najczystszej postaci. Rób to szczególnie wtedy, kiedy o nie prosi. To bardzo ważny sygnał dla Ciebie. Pisząc mu listy, musisz wiedzieć, że im bardziej mężczyzna jest w Tobie zakochany, tym więcej będzie chciał o Tobie wiedzieć. Jednak kiedy jeszcze nie darzy Cię tym uczuciem, wtedy skup się na opisywaniu podróży do wymaganych miejsc, w jakie chciałabyś się z nim udać. Nie staraj się mu narzucać, gdy on nie angażuje się zbyt. Pozwól, by obrazy, jakie tworzysz w jego wyobraźni, mogły tam zakiełkować.

Postaraj się, by znajomość na odległość rozwijała się stopniowo. Jeśli on nie odzywa się, nie dzwoni, nie pisze, Ty też nie bądź natrętna. Obrazy, które dotychczas stworzyłaś w jego wyobraźni, powinny wystarczyć, by zateęsknił i zechciał się z Tobą skontaktować.

Wykorzystuj każdą okazję

Postaraj się wykorzystać każdą okazję, gdy kontaktujesz się z nim, by stworzyć dodatkowy obraz w jego wyobraźni. Przykładowo, gdy on dzwoni, a Ty odbierasz telefon, już na wstępie Waszej rozmowy możesz powiedzieć coś takiego:

„A... właśnie gotuję obiad i myślę o tobie. Wyobrażałam sobie, jak stoisz za mną i przytulając mnie czujesz, jak moje krągłe pośladki ocierają się o twoje biodra.”

Używaj „aktywnych” słów

Stosując te scenariusze, używaj „aktywnych” słów, które oddziałują na jego zmysł wzroku. To wszystkie takie, które

mężczyzna może sobie wyobrazić. I tak, przykładowo, słowo „mokry” mężczyzna jest w stanie wyobrazić sobie jako coś mokrego, ale w wyobraźni nie poczuje tego jako rzeczy mokrej. Słowo „ciepły” to wyraz, którego mężczyzna nie jest w stanie ani poczuć w wyobraźni, ani go w niej zobaczyć.

Inne „aktywne” słowa to wszystkie te, które ukazują jakiś ruch. I tak, przykładowo, wyrazy: „przytulając” i „ocierają się”, których użyłem w powyższym przykładzie, pomimo że odnoszą się do zmysłu dotyku, to symbolizują ruch, a sam ruch mężczyzna jest w stanie sobie wyobrazić. Dotyku niestety już nie.

Nagraj film z sobą w roli głównej

Jednym ze skutecznych sposobów uwodzenia wzrokowca (zawładnięcia jego wyobraźnią) może być film wideo. Przykładowo, możesz poprosić koleżankę, by sfilmowała Cię, gdy spacerujesz po parku w Twoim mieście. Film taki możesz zamieścić na stronie internetowej i przesłać mu link do niego. Taką możliwość mają serwisy takie, jak: YouTube czy VideoGoogle. Ten drugi pozwala zastrzec treść wideo tylko dla wybranych osób, którym wyślesz link.

Jak na odległość utrzymać miłość mężczyzny?

By utrzymać miłość mężczyzny, powinnaś do wszystkiego, o czym była już mowa, dołączyć wspomnienia. By utrzymać jego miłość, musisz wspominać to, co już razem przeżyliście i łączyć to z nowymi obrazami.

Jak go pocieszyć na odległość?

Temat pocieszenia mężczyzny na odległość bardzo często się powtarza w listach, jakie otrzymuję. Nie jest to sprawa prosta przynajmniej z kilku powodów. Jednym z nich jest kiepska orientacja na temat tego, w jakim stanie emocjonalnym znajduje się mężczyzna, tak byśmy mogli nawiązać do jego stanu i pozwolić mu wspinać się po emocjonalnej skali. Bardzo często próby pocieszenia go słowami typu: „Nie martw się, jakoś dasz sobie radę” jedynie irytują bądź złością, a przecież nie chodzi o to, by był on zły na swoją partnerkę. Dlatego też jednym ze skuteczniejszych sposobów na pocieszenie mężczyzny na odległość jest odwrócenie jego uwagi.

A najłatwiej to zrobisz, kiedy skierujesz ją na siebie. Bardzo często, gdy kobieta spotyka się z przygnębieniem u mężczyzny, udziela jej się jego nastrój. Dlatego też powiedz mu o tym. Dzięki temu przestanie myśleć o sobie, a jednocześnie podzielisz jego stany emocjonalne.

Kiedy jesteście przygnębieni, łatwo jest pocieszać się Wam obojgu. Rozumiecie się doskonale, odczuwając to samo. Mężczyzna, skupiając się na tym, by Cię pocieszyć, nie myśli o swoim przygnębieniu, a Ty możesz „zabrać go w podróż” i odciągnąć jak najdalej od nastroju, w jakim się znajduje. Także tutaj bardzo pomocna będzie „wspólna podróż”. Nie skupiaj się na jego przygnębieniu, a opowiadaj mu o różnych miejscach czy obrazach, jakie widzisz, a które pragniesz przenieść bezpośrednio do jego wyobraźni. To właśnie dzięki tym przyjemnym obrazom — będziesz w stanie skutecznie go pocieszyć, pomimo odległości, jaka Was dzieli.

## Jak skorzystać z wiedzy zawartej w pełnej wersji ebooka?

Podejmij decyzję teraz. Publikacja ta przyniesie Ci wiedzę, jak zrozumieć mężczyznę i wreszcie mieć to, czego naprawdę potrzebujesz. Jak zrozumieć mężczyznę i dzięki temu tworzyć związek, o którym większość kobiet tylko marzy w swych największych tęsknotach.

<http://meczyczna.zlotemysli.pl/>

**Zrozum mężczyznę i stwórz związek,  
w którym będziesz szczęśliwa i kochana!**



## POLECAMY TAKŻE PORADNIKI:

### Arkana seksu - ekstaza i jedność - Rafał Seremet



**Poznaj arkana seksu, dzięki którym wzmocnisz swój związek i doznasz wielu przyjemności.**

Poradnik ten jest syntezą głębokiej wiedzy dotyczącej osiągania seksualnej pełni wydobytą z wszystkich wielkich kultur świata.

Więcej o tym poradniku przeczytasz na stronie:

<http://seksualnosc.zlotemysli.pl>

*"Poradnik napisany bardzo przystępnie, przejrzysto i ciepło. Wciąga, otwierając przed czytelnikiem coraz bardziej pasjonujące zagadnienia erotyki. Pomaga zrozumieć w szerszej perspektywie własną seksualność oraz reakcje i zachowania naszego partnera."*

*- Aleksandra Piątek, pracownik firmy farmaceutycznej*

### Naturalne Planowanie Rodziny - Anna Gabriela



**Seks bez barier. Miłość bez wątpliwości.**

Mało kto wie, że naturalne planowanie rodziny (NPR) nie ma nic wspólnego z mało skutecznym kalendarzykiem małżeńskim...

Czy wiesz jak wybrać i stosować dobrą, tanią, zdrową i jednocześnie skuteczną metodę planowania rodziny i mieć z tego pełną satysfakcję? Jak świadomie wybrać między antykoncepcją a metodami naturalnymi?

Więcej o tym poradniku przeczytasz na stronie:

<http://npr.zlotemysli.pl>

*"Jestem zadowolony z tego ebooka (...) Pozwala pozytywnie spojrzeć na NPR, które jest najzdrowsze i co ważne - najskuteczniejsze."*

*Wojciech Przydział, 23 lata, informatyk*

**Zobacz pełen katalog naszych praktycznych poradników na stronie [www.zlotemysli.pl](http://www.zlotemysli.pl)**