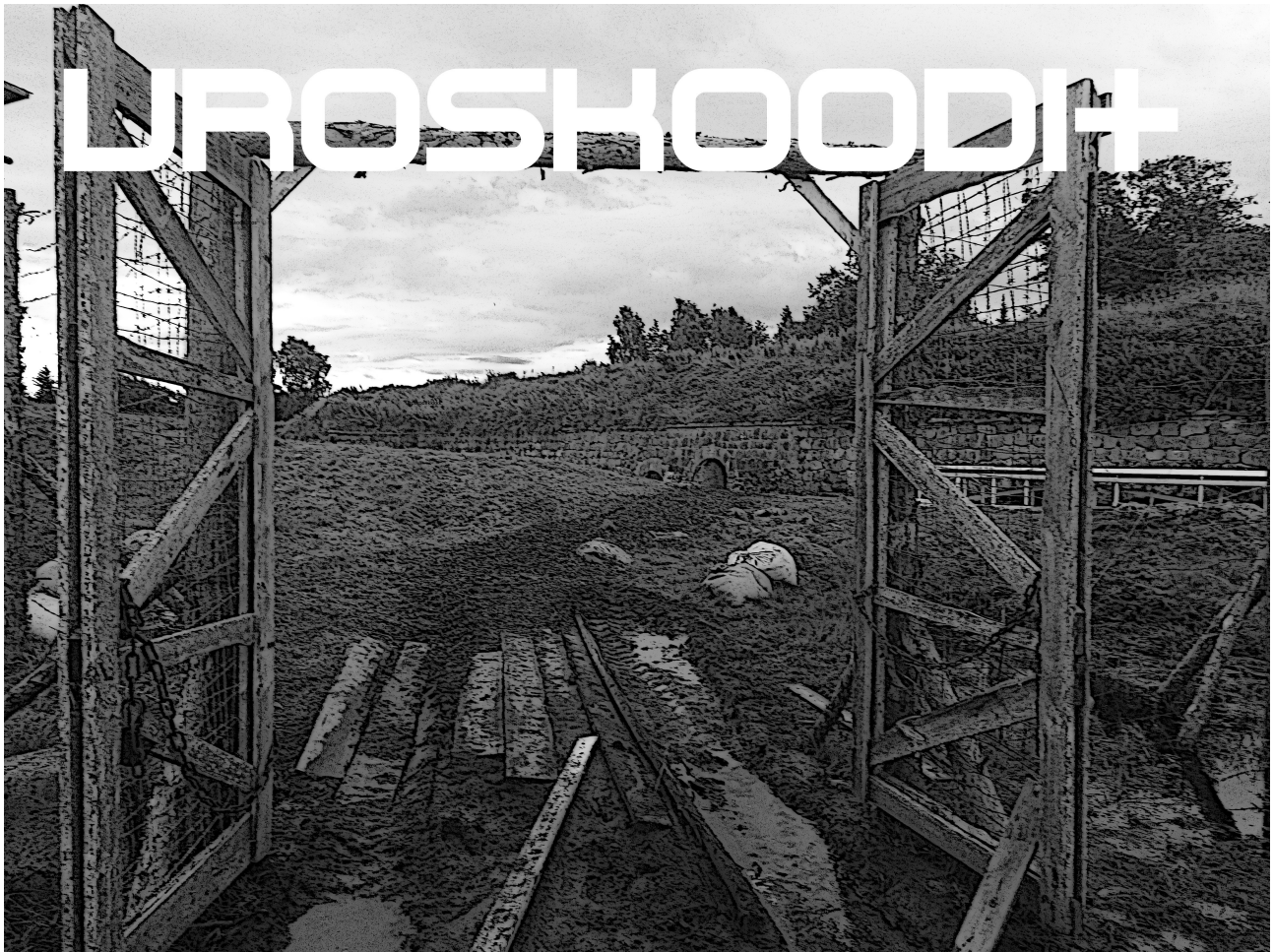




INTRO!

Saatat olla ehkä vähän hämmentynyt kun luet tätä, koska Uroskoodi tuli syksyllä 2010 framille ja nyt se on kirjoitettu uudestaan.

Lisäksi siihen on lisätty todella paljon uutta materiaalia.

Miksi se kirjoitettiin uudelleen, voi joku ja ihan aiheesta kysyä?

No lähdetään vaikka siitä liikkeelle, että toivoisin pelimies- tai PUA - genren Suomessa elpyvän tai pikemminkin syntyvän uudestaan.

Toive pienen marginaalin elpymisestä ei niinkään liity nätteihin tyttöihin sinänsä, vaan enenminkin vihapuheisiin, jotka ovat karanneet täysin kaikkien hallinnasta netissä ja vähän myös muuallakin yhteiskunnassa.

Epätoivo ja turhautuminen sekä riisto tavallisen ihmisen selkänahasta purkautuu raivolla ja epätoivolla, ensin ajatuksissa, sitten puheissa ja lopuksi tekoina.

Tietenkin päättäjät tästä ovat vastuussa ja eipä se heitä näytä kiinnostavan, vaan se että kuka ehtii kupata omalle intressipiirilleen eniten yhteisestä kupista.

Lisäksi edelleen ja valitettavasti kuva pelimiehestä ja koko genrestä on liian pinnallinen sekä yksipuolinen.

Se puolestaan johtuu naistenlehtien vallasta määrittää myös miesten näkemyksiä siitä miten naisten ja miesten vuorovaikutus toimii keskenään.

Tai pikemminkin miten sen tulisi toimia.

Tässä on sitten ongelmana se, että mainostajat kuten suuret meikkijätit pääsevät hyvinkin tehokkaasti päättämään sen mitä ja myös miten sekä mistä naistenlehtien tulisi kirjoittaa.

Niinpä miesten ja naisten vuorovaikutus mediassa tuodaan

miehille ja naisille enemmänkin mainostajien intressejä ajatellen kuin miesten tai naisten omia luonnollisia kanssakäymisen metodeja edistäen.

Mainonta taas perustuu enimmäkseen ihmisen epävarmuuden synnyttämiseen, josta pääsee eroon ostamalla mainostettavaa tuotetta.

Pelimiesgenrestä ei valitettavasti ole kovinkaan paljoa tuotu esille foorumeja ja ennen kaikkea Pelimiesfoorumia, joka pääsi Suomessa suhteellisen lähelle sitä mitä *Neil Strauss* mainiossa *Pelimiehessään* puhuu pelimiesfoorumeista ja niiden tärkeydestä.

Kuitenkin aikoinaan Pelimiesfoorumilla keskustelun taso oli hyvin sivistynyttä ja tukea sai toisilta ihmisiltä niin paljon kuin halusi.

Tämä on se pointti jota olen nyt yrittänyt edistää.

PUA - genren voima niin maailmalla kuin aikoinaan Suomessakin oli yhteisöllisyys ja keskinäinen solidaarisuus sekä yhdessä oppimisen riemu.

Ja vaikka valtamedia sekä naiset eivät sitä uskoisikaan, niin kaikki se vaiva jonka pojat tekivät ja näkivät tullakseen uskottaviksi pelimiehiksi, niin se tehtiin ihan kyseisen pojan oman hyvinvoinnin takia.

Ja kun joku alkoi pärjätä erehdysten ja oppimisten kautta, niin muut tukivat tätä, koska se on vähän se yhteisöllisyyden juttu: kun meidän jengistä joku pärjää, niin se vahvistaa

myös minua ja tuo minullekin hyvän mielen.

Moni foorumi nykyään on mennyt huoraklikkaamisen suuntaan, että pääasia kunhan puhutaan , eipä sen välitä mistä ja että tulisi vain paljon klikkauksia, vaikka siitä olisikin seurauksena pelkkää negatiivisuutta.

Nykyisillä foorumeilla muutamaa hyvää poikkeusta lukuunottamatta voisi olla oppimisen paikka Pelimiesfoorumista.

Kansainvälisestikin foorumit ovat pelimiesgenressä yhä suuressa roolissa, jonne jätetään kenttäraportteja ja saadaan niistä palautetta.

Ja sen palautteen jälkeen hiotaan yhä sitä omaa sosiaalista käyttäytymistä parempaan suuntaan.

Yhdessä wingiosion kanssa kenttäraportit luovat vahvaa yhteisöllisyyttä ja antavat foorumeille jotain sellaista sisältöä mitä muista foorumeista on ihan turhaa hakea.

Pelimiesgenren foorumit lähinnä jenkkilässä antavat rakentavaa sisältöä niille miehille jotka sitä haluavat saada.

Olipa minullakin aikoinaan oma pelimiesfoorumi nimeltä Sargaaja - foorumi, mutta olen edelleen sitä mieltä, että nettihäirikköjen takia se oli pakko ajaa alas.

Toivoisin, että joku nuorempi kolli näkisi saman kuin mitä minä aikoinani näin PUA - genressä ja kävisi Stylelife Academyn tai RSD - Nationin keskustelufoorumeilla ja

mieltäisi miten tämän saisi Suomessa toimimaan.

Suomessa on yhä paljon ujoja poikia, jotka eivät tiedä miten ujoudesta pääsisi eroon tai miten kauniimpaa sukupuolta kannattaisi lähestyä, niin että pääsisi viekkuun nukkumaan.

Lisäksi kun pelimiesgenrestä puhutaan, niin aina valtamedia ottaa yhden kaverin ja nimittää tätä guruksi.

Tätä ilmiötä olen aina vierastanut, koska kyseessä on genre ja ymmärrän sen, että genre koostuu aina useammasta toimijasta ja useammasta yksilöstä.

Onneksi itse säästyin guruksi tulemiselta vaikka aikoinaan Uroskoodi saikin ihan kohtuullisesti näkyvyyttä ja huomiota.

Mitä guruiluun tulee, niin minusta jokaisen pitäisi olla oman elämänsä guru ja ennen kaikkea luottaa omaan tietotaitoonsa sekä intuitioonsa etenkin oman elämänsä suhteen.

Ujo poika ei välttämättä tarvitse avukseen yhtään gurua, mutta tukea ja turvaa hän tarvitsee samanhenkisiltä ihmisiltä.

Ja se on minusta yhä PUA -genren ydin, että heikko yksilö saa apua muilta ja vahvistuu voimakkaammaksi yksilöksi joka puolestaan taas auttaa sitten itseään heikompaa.

Vihapuheet ja syrjäytyminen sekä mielenterveysongelmat ovat koko ajan menossa pahempaan suuntaan, enkä nyt sano, että marginaalissa oleva genre voisi kaiken Suomessa olevan pahan poistaa.

Kun genreen kuitenkin sisältyy paljon muutakin kuin julkkisnaisten pokaaminen karvainen silinterihattu päässä, niin minusta genrelle voisi antaa ihan hyvin uuden mahdollisuuden.

Uroskoodi+ haluaa olla rikkana rokassa tässä kehityksessä.

Uroskoodi+ on kirjoitettu aika monta kertaa läpi ja joka kerta siihen on tavallaan saanut uuden otteen.

Joten väite, että se on oikeasti kunnollinen työväline ujouden tai kahvikuppineuroosin voittamiseen ei minusta ole ollenkaan liioiteltua.

Olen koittanut pitää Uroskoodi+:ssa yhteiskunnalliset näkemykseni ja hengellisyyden edistämisen sivumalla ja panostaa enemmän käytännön läheisyyteen ujouden voittamisessa.

Kuitenkin koska meidän jokaisen elämässä ulkopuolinen maailma koittaa vaikuttaa jokaisen yksilön omaan uskomusjärjestelmään, niin tietenkin olen tuonut niitä näkemyksiä jonkin verran esille jotka mahdollistavat yksilölle täydellisen vapauden omaan elämäänsä ja siinäkin täydellisen vapauden omaan sosiaaliseen ilmaisuunsa.

Itse uskon esimerkiksi siihen, että velan ottaminen tai oman arvomaailman rakentuminen materialistisille arvoille on paras omien unelmien tappaja.

Uusi auto tai kallis rivitalon pätkä voi olla loppujen lopuksi este eikä saavutus, joka estää sinua menemästä sellaiseen elämään johon haluaisit mennä.

Tai sellaiseen maanantaipäivään jonka voisit elää juuri niin kuin sinä haluaisit itse sen elää.

Materialistiset asiat tai toisten ihmisten hyväksyntä voi tehdä sen, että lakkaat etsimästä asioita jotka tekevät sinusta oikeasti onnellisen.

Uroskoodi+ koittaa siis antaa konkreettisia neuvoja ja konkretiaa jolla ihminen saa yhteyden itseensä ja sen jälkeen se itsevarmuus ja rohkeus lähtee rakentumaan tuon sisäisen voimavaran ympärille.

Ja se luo sen vetovoiman ja sosiaalisen käyttäytymisen jolla elämään tulee niitä ihmisiä ja tapahtumia jotka itse siihen haluaa.

Lisäksi niitä kokemuksia tulee vähemmän jotka eivät ole toivottavia.

On myös hyvin tärkeää ujouden voittamisessa lähteä siitä, että sillä ei ole mitään merkitystä kuinka monta kertaa epäonnistuit tai kuinka monta kertaa olit lähellä suurta läpilyöntiä.

Tämän päivän maailmassa ja kiitos vapaan internetin, niin riittää, että onnistuu isosti vain yhden kerran, koska se antaa sen vahvan perustuksen jolla päästään rakentavammalle tielle oman sosiaalisen kehittymisen tiellä.

Joten loppupeleissä ketään ei kiinnosta sinun epäonnistumisesi tai kuinka pitkä matka tai vaikea se loppujen lopuksi olikin.

Niinpä sen ei siis pitäisi kiinnostaa sinuakaan, vaan epäonnistumisista tulee oppia ja kehittyä niiden kautta.

Ja jatkaa matkaa kohti sitä yhtä ainoa isoa läpilyöntiä varten.

Tärkeää on myös se, että yksilö määrittelee itse itselleen mikä tuo läpilyönti on ja että kaikki muukin omasta mielestä tärkeä ja mielekäs nousisi sieltä omasta mielestä ensin esille.

Muiden arvomaailmaan ja arvostukseen meneminen tarkoittaa sitä, että sitten siellä joutuu pätemään toisten, ei oman arvoasteikon mukaan.

Ja siellä temppuradalla oleminen ei sitten välttämättä ole mikään miellyttävä kokemus.

Omaan onneen ei tarvitse kiirehtiä vaan rauhallinen eteneminen on enemmän kuin paikallaan.

Miten luet tätä kirjaa?

Tämä ei ole tavallinen kirja joka luetaan ja laitetaan sen jälkeen sivuun.

Tämä on työkirja jonka tarkoitus on saada ujojen poikien ujous katoamaan ja rohkeus lähestyä muita ihmisiä kohtaan kasvamaan.

Ujous ei lähde päivässä eikä kahdessa pois, mutta jo kolmen viikon järjestelmällisellä itsensä kouluttamisella päästään pitkälle.

On sanottu, että ihan uusi asia alkaa sujumaan joten kuten 21 päivän jälkeen, jos sitä harjoitellaan säännöllisesti.

Se on Uroskoodi+ kirjan tärkein viesti, että järjestelmällisesti itseään kehitetään ja uutta opetellaan vanhan opitun päälle.

Puhutaan siis ajattelu- ja toimintatapojen muutoksesta ja se ei ole mikään abstraktiasia käsittää vaan se on ihan konkreettinen neuvo myös miten Uroskoodi+ kirjaa luetaan.

Anna käsitteen työkirja pureutua mieleesi ja kun luet Uroskoodi+ kirjaa, niin lue vain ja ainoastaan yksi luku päivässä.

Ei yhtään enempää.

Tällä tavalla alat tehdä tuota kirjaa ,etkä vain

suoritemaisesti lue sitä.

Jos luet sen kerralla, niin siinä voi tulla lukuja vastaan kuten kolmen kimppa joka joko aiheuttaa epäuskoa tai huvittuneisuutta.

Ja silloin on hyvin todennäköistä, että et itse pysty rakentelemaan kolmen kimppaa omassa elämässäsi.

Tämä kirja on kirjoitettu ennen kaikkea ujouden voittamiseen ja itsevarmuuden rakentamiseen ja siihen tarvitaan aikaa sekä suunnitelmallisuutta.

Mies uusix ohjelman kanssa kirjan tekeminen kestää yli 60 päivää.

Väittäisin silti, että 60 päivää + kirjan hinta on aika pieni panostus ujouden voittamisesta, jos vaihtoehtona on vuosikausien psykoterapia tai kovan luokan mielialalääkkeet.

Jos luet kirjan kerralla, niin ahmit ajattelematta sen sisällön.

Kun luet luvun päivässä ja elät elämääsi sekä teet muita asioita, niin Uroskoodi+ vahvistaa sosiaalista voimavaraasi suhteessa muuhun elämääsi.

Elämä on kokonaisvaltainen projekti joka pitää sisällään monia eri elämän osasektoreita.

Kaikista on huolehdittava tasapuolisesti.

1 - Luku: Asenne on avain!

Tämän kirjan syvin olemus on saada mies käyttämään omaa viehätysvoimaansa parhaalla hänelle soveltuvalla tavalla.

Ja ihan siksi jotta hän pääsisi saavuttamaan niitä asioita ja kokemuksia, jotka hän elämäänsä haluaa, eikä pelkästään suostua ottamaan passiivisesti vastaan niitä asioita joita hänelle vain annettaisiin.

Yleensä maailma antaa vain muruja niille jotka eivät halua käyttää omaa potentiaaliaan täysin.

Miten onnistuu oman potentiaalin täydellinen käyttäminen?

Ensin kannattaisi lähteä siitä, että kun lähtee jalostamaan omaa sosiaalista dynamiikkaansa, joutuu opiskelemaan paljon ja harjoittelemaan vielä enemmän.

Lisäksi kovia tuloksia ei tule heti.

Kyse on lähes samasta asiasta kuin salilla käyminen.

Välittömiä tuloksia ei ole heti odotettavissakaan, vaan kyse on pitkäjänteisestä kehittymisprosessista, joka ei lopu koskaan.

Alusta asti kannattaisi ottaa sellainen asenne, että epäonnistumisia ei ole olemassakaan on vain kokemuksia, jotka jalostavat ja joista kannattaa oppia.

Lisäksi oman sosiaalisen dynamiikan hiomisessa joutuu toimimaan erilailla kuin miten on aikaisemmin toiminut.

Joutuu myös unohtamaan paljon vanhaa sen lisäksi, että olisi opittava uutta.

Lisäksi joutuu olemaan hyvin paljon omalla epämukavuusalueellaan.

Mikä tarkoittaa käytännössä sitä, että kannattaa tehdä niitä asioita joita ei ole aikaisemmin tehnyt.

Lisäksi kannattaisi opetella pitämään niistä asioista joista ei oikeastaan pidä tai joihin kokee isoja ennakkoluuloja.

Jos kokee epäonnistuneensa vaikkapa lähestyessään jotakin naista ja lähestyminen ei mennyt ihan niin kuin toivoi, niin vika ei ollut tämän viehättävän naishenkilön vaan lähestyjän.

Itseään ei silti saa siitäkään syyttää liikaa, kannattaisi vain kirjata ylös mikä lähestymisessä oli hyvää, mikä meni pieleen, jakaa kokemus mielellään samanhenkisen yhteisön kanssa jos se on mahdollista ja yrittää ottaa opikseen kun menee lähestymään jotakin toista naista seuraavalla kerralla.

Oman viehättävyyden opiskelu on ala siinä missä kielten opiskelukin: ensin opiskellaan teoriaa, sitten opiskellaan kentällä, sitten hiotaan teoriaa ja kentällä opiskeltua materiaalia.

Lisäksi kannattaa muistaa se, että mitä enemmän taitoaan käyttää, sitä paremmaksi tulee.

Jotenkin tuntuu, että vieläkin on oikein opiskella englantia tai itsepuolustusta, mutta ihmisuhdetaitoja suomalainen mies ei saisi opiskella.

Yksi syy on tässä illuusio.

Nimittäin naiset haluavat, että valkoinen ritari tulee ja lyö jalat heidän altaan.

Naiset myös haluavat kohdata unelmiensa miehen joka vie heidän sydämensä, mutta raakaa työtä ja opiskelua saadakseen tuollaiset taidot ei haluta nähdä.

Ihmiset haluavat yhä tänäkin päivänä yhden ensivaikutelman perusteella tehdä toisesta ihmisestä pitkälle meneviä johtopäätöksiä.

Esimerkiksi pelimieskulttuurin antama maailmankuva, että muutos vie aikaa mutta on mahdollista, ei näytä sopivan monen eri tahon intresseihin.

Pelimiesgenren tärkein sanoma on se, että sosiaaliset taidot naisten kanssa ovat jotain sellaista, joita on välttämätöntä opiskella, ellei niitä luonnollisesti omaa.

Harvemmin elämässä käy niin, että juuri se oikea elämänkumppani vain saapuu elämäämme.

Liian monet ihmiset pelkäävät tässä ajassa ja muutokset pelottavat ja hermostuttavat meitä kaikkia.

Tärkeintä olisi kuitenkin päästä voittamaan pelkojaan.

Joillekin se tarkoittaa lähteä lähestymään yhtä tai useampaa naista.

Pelkotiloja lieventää se, että voi puhua samanhenkisten ihmisten kanssa jotka ovat kokeneet saman tai jopa tietävätkin jotain sellaista mistä itse on epävarma.

Myös tiettyjen lainalaisuuksien ymmärtäminen on tärkeää miesten ja naisten välisissä vuorovaikutustilanteissa.

Naiset ajattelevat asioita tunnepitoisemmin ja miehet taas järkipäisistävät niitä ja tuppaavat joka paikkaan laittamaan logiikan.

Esimerkiksi kun vien naiselle kukkia ja saan hänet ravintolaan, niin hän antaa minulle seksiä: tämä on yksi esimerkki miten miehet yleensä ajattelevat treffeistä.

Kun nainen taas haluaisi, että mies veisi hänet yllättäen jonnekin jännittävään paikkaan ja saisi hänet tuntemaan itsensä seksikkääksi sekä kauniiksi ja sitten asiat vain tapahtuisivat...

Naiset kiihottuvat enemmän tunnetasolla kuin logiikalla tai visuaalisuudella.

Miehet kiihottuvat kehosta ja naiset siitä, että mies pääsee vaikuttamaan heidän tunnetilaansa, näin hyvin yksinkertaistettuna.

Ongelma on se, että kouluissa ei opeteta lukemaan niitä signaaleja joita naiset antavat miehille ja naiset itse olettavat, että miehet osaavat automaattisesti tulkita niitä.

Näin ei aina kuitenkaan ole.

Senkään takia seksi ja naiset eivät jakaannu tasan miesten kesken, koska pieni ryhmä osaa lukea naisia ja tietää mitä he haluavat.

Osa miehistä Suomessa on yhä suhteellisen hukassa siitä mitä naiset viestittävät ja miksi.

Yksinkertaistettuna, naiset haluavat James Bondin: vahvan ja itsevarman miehen joka vie heidät jännittävälle seikkailulle.

Tärkeintä on siis luottaa itseensä sekä oman itsevarmuuden saamiseen tai pikemminkin sen järjestelmälliseen rakentamiseen.

Tämä kuulostaa juuri sellaiselta mukavalta kliseeltä, mutta itsevarmuus rakentuu siitä, että on tarpeeksi erilaisia tilanteita joissa tietää, että pystyy toimimaan epäröimättä.

Kun teet asioita joissa tiedät kehittyväsi paremmaksi, niin se alkaa jo itsestään ruokkia omaa itsevarmuuttasi.

Ongelma on vain löytää juuri se ala jossa haluat kehittyä ja jossa voit mennä oman mukavuusalueesi ulkopuolelle niin, ettet välitä epäonnistumisista vaan jaksat jatkaa kehittymistä vaikka vaikeuksia ja takapakkejakin olisikin luvassa.

Kun itsevarmuus on saatu vaikkapa shakissa, sitä voi alkaa siirtämään muualle kuten vaikkapa ravintolaan ja naisten iskemiseen.

Kun on menestytty shakissa tai missä tahansa muussa jutussa ja olosi on itsevarma ja tiedät tehneesi jotain joka ylitti aikaisemman suoritustasosi, niin siirrä tuo tunnetila kehoosi.

Voi tehdä vaikkapa niin, että kun onnistuu isosti, niin sulkee silmänsä ja vetää oikealla kädellä hivenen vasemman käden peukaloa taaksepäin.

Näin menestynyt tunnetila jää kehoon ja sitten kun on uudessa tilanteessa jossa ei ole aikaisemmin ollut ja suoraan sanottuna ei edes ole aivan varma mitä tekee, niin kannattaa vetää oikealla kädellä hivenen vasemman käden peukaloa taaksepäin.

Näin siis siirretään itsevarma ja onnistunut tunnetila sellaiseen tilanteeseen jossa tunnetaan epävarmuutta.

Kyseessä ei ole pelkkä kikka, vaan yksi osa menestystä on saada keho hallintaan.

Palomiehet juoksevat taloon josta muut juoksevat ulos ja turvamiehet juoksevat suojattavan kohteen ympärille kun muut menevät laukauksen kuultuaan maahan.

Heidän kehonsa opetetaan ja koulutetaan siihen, että se toimii eri lailla kuin muilla ihmisillä vastaavassa tilanteessa.

Ja jos on ujo, niin sen itsevarman kuvan antaminen itsestään ei ole ihan itsestäänselvyys.

Joten sitä omaa kehomuistiaan kannattaisi alkaa muuttamaan.

Naiset voivat olla kohteliaita miehelle joka lähestyy heitä, kuitenkin jos he näkevät, että miestä jännittää tai hän on hermostunut, niin kohteliaisuuteen se sitten kyllä jääkin.

Edelleen kyse on prosessista eikä projektista, eikä edes yhdestä illasta.

Kun menee tarpeeksi monta kertaa erilaisiin sosiaalisiin tilanteisiin ja ehkä vielä kirjoittaa niistä sekä käy niitä läpi muiden ihmisten kanssa, niin oma itsevarmuus kasvaa.

Naiset arvostavat rohkeita miehiä joilla on selkeät mielipiteet ja tavoitteet, sekä jotka ovat välinpitämättömiä kritiikistä heitä kohtaan.

Nämä menestyjät eivät näet ole riippuvaisia muiden ihmisten mielipiteistä.

Tämä selittää myös sen miksi naiset ihastuvat renttuihin ja niin sanottuihin pahoihin poikiin: he tekevät mitä haluavat välittämättä muiden ihmisten mielipiteistä tuon taivaallista.

Tällöin naiset lukevat tuon käytöksen, että se on sama asia kuin vahvuus ja rohkeus.

Naiset nimittäin haluavat vahvoja miehiä jotka ovat kunnianhimoisia ja haluavat menestyä.

Muutoksessa tärkeintä on ymmärtää se, että muutos itsessään on abstrakti asia ja tärkeintä on saada muutosprosessi alkuun

Tärkeintä on tulla tietoiseksi siitä, että sellaisen elämän saa jonka on ansainnut, kunhan vain on kärsivällinen ja valmis työskentelemään muutoksen hyväksi.

Yksinkertaistettuna, niin kaikki lähtee oikeasta asenteesta ja se jo yksistään riittää yllättävänkin pitkälle.

2 - Luku: Ego.

Asenne on siis kaikkein tärkein voimavaramme, joten älä siis ikinä unohda tätä totuutta.

Ennen kuin asenne toimii meidän eduksemme, niin meidän on tiedettävä ja tunnettava itsemme.

Aloitetaan itsetuntemus sanasta ego ja otetaan selvää mikä se on ja miksi se hallitsee maailmassa niin voimakkaasti.

Valitettavasti kovin moni tallaja ei vielääkään ymmärrä sitä, että ego on kuitenkin vain hyvin pieni osa ihmisen tietoisuudesta.

Tietenkin se on iso osa persoonallisuuttamme, ei kuitenkaan koko persoonallisuutemme.

Ihminen on antanut kuitenkin egolleen niin paljon huomiota ja valtaa, että valtaosa ihmistä oikeasti uskoo olevansa sama asia kuin egonsa.

He käsittävät oman persoonallisuutensa samaksi asiaksi kuin ego ja unohtavat syvemmät hengelliset merkitykset, kuten sielun.

Kaikki ihmiset eivät edes usko sielun olemassaoloon, vaan he keskittyvät kehoonsa sekä tietoiseen ajatteluun.

Ego et ole kuitenkaan sinä itse, vaan se on yksi osa itseä.

Se koostuu muistin sekä ajatustoiminnan kasautumisesta ja se on yksi osa henkilökohtaista ohjelmointia tai leimautumista.

Egoon vaikuttavat tietenkin muiden ihmisten ajatukset sinusta sekä se miten sinun tulisi käyttäytyä yhteiskunnassa ja mitä

tehdä, sekä ennen kaikkea mitä ei saisi tehdä.

Tähän vaikuttavat muiden ihmisten ja median näkemykset maailmasta sekä yhteiskunnan luomat normit.

Egon ehdottomasti huonoin puoli on se, että jos jää sen vangiksi, niin näkee maailman sekä omat mahdollisuutensa rajallisina.

Todellisuus, elämä, maailma ja maailmankaikkeus on rajatonta, runsasta ja mahdollisuuksia on joka hetki vaikka kuinka paljon, jos sen vain sallii itselleen

Niihin hetkiin kannattaa siis tarttua ja on todella surullista jos sitä ei uskalla tehdä sen takia, että pelkää munaavansa itsensä tai sen takia jos joku on sanonut, että niin ei kannata tai saa tehdä.

Egon tehtävä ei ole oikeastaan mikään muu kuin huolehtia kehon tarpeista, sekä elämän jatkuvuudesta.

Ego myös ilmentää sieluasi muille ihmisille konkreettisilla tavoilla kuten vaikkapa puhumalla.

Tämän filosofian kautta kannattaa ymmärtää se, että ego etsii jatkuvasti ympäristöstä erilaisia uhkia jotka voivat vaarantaa sen olemassaolon.

Läheskään kaikki sen mieleesi tuomat uhat, eivät ole todellisia uhkia.

Ego etsii ja janoaa koko ajan mielihyvää aiheuttavia tuntemuksia, koska se haluaa myös jatkaa elämää.

Ego siis tuo elämääsi pelot sekä halut ja osa näistä on todellisia ja osa tarpeellisia.

Valtaosa niistä kuitenkin ei ole elämällesi välttämätöntä ja jos annat egollesi liikaa valtaa, niin joudut pelailemaan halujen ja pelkojen välillä.

Ensin syntyy halu saada jotakin ja heti kun sen saamme, niin alamme pelätä, että me menetämme sen.

Konkreettisesti egosi haluaa määräytyä kehosi, ikäsi, nimesi, sukupuolesi, sukusi, koulutuksesi, ammattisi, varallisuutesi, puolueesi, uskontosi ja monen muun eri asian kautta.

Tässä on sitten hyvin suurena vaarana se, että me alamme elää niin kuin muut ihmiset odottaisivat tai olettaisivat miten meidän tulisi elää.

Näin menetämme omasta elämästämme elämäniloa, rakkautta, luovuutta sekä spontaanisuutta.

Jos katsot maailmaa egon etkä intuitiosi kautta, niin et näe maailmaa oikein vaan egosi kautta.

Ego puolestaan uskoo siihen mitä se luulee näkevänsä.

Usko on jokaisen ihmisen elämässä tärkeä asia, koska uskoa ei voi nähdä, haistaa eikä tuntea: siihen voi vain luottaa.

Niinpä ego ei halua uskoa uskoon.

Jos egolle antaa valtaa, niin joutuu luokittelemaan, jaottelemaan, erottelemaan ja ennen kaikkea vertailemaan asioita ja ihmisiä toisiinsa.

Tällöin asiat on määriteltävä ja niille on annettava tietty arvo ja missään tapauksessa asiat eivät voi vain olla.

Ego et ole sinä ja jos kuuntelet sitä liikaa, niin se tuo erillisyyden tunteen elämääsi.

Se on taas lähes kaiken kärsimyksen ja ongelmien alkulähde.

Jos koet olevasi erillinen muista, niin luulet olevasi hylätty ja pelkäätkä joutuvasi elämään loppuelämäsi yksinäisyydessä ja saatat myös kokea elämäsi taisteluna vailla tarkoitusta tai päämäärää.

Jos ego hallitsee liikaa, niin se tuo vertailun elämääsi ja vertaat ihmisiä koko ajan itseesi.

Tällöin tunnet ihmisiin joko ylemmyyttä tai alemmuutta.

Tätä kautta ajatuksesi ovat katkeria ja tunnet päivittäin vihaa. Lisäksi myös olosuhteesi alkavat heijastaa tätä olotilaa.

Oma sisäinen näkemyksesi ihmisistä katoaa näin ollen ja elät vain roolin kautta.

Kannattaa muistaa, että onnellisuus on vain ja ainoastaan tässä hetkessä.

Tämä johtuu ihan siitä syystä, että ei ole olemassa kuin tämä hetki.

Eilinen ja äsken mennyt ovat jo tapahtuneet ja huomina tai

kohta ovat vasta tulossa.

Sinä olet nyt tässä ja jos koet olevasi nyt tyytyväinen ja onnellinen, niin onneksi olkoon: olet ymmärtänyt jotain oleellista.

Ego valehtelee aina, että et voi koskaan olla onnellinen nyt, vaan sinun pitäisi saavuttaa jotain ja sitten kun saavutat, niin ego alkaa väittää, että se ei mukamas riittäisikään.

Egon mielestä onnellisuuteen tarvittaisiin ulkoisia tekijöitä eikä sitä onnellisuutta löytäisi itsensä sisältä mitenkään.

Kuitenkin hiljaisuudesta ja tyyneydestä löytyy onni ja siitä ego ei pidä.

Kun tulet onnelliseksi ulkoisista olosuhteista huolimatta, niin myös ulkoiset olosuhteet alkavat muuttua paremmiksi ajan kanssa.

Se kannattaa tässä vaiheessa ymmärtää, että egon kautta ei koskaan voida tuntea onnellisuutta, ainoastaan mielihyvän tunteita.

Onnellisuutta kun ei voi saavuttaa tai suorittaa, koska onnellinen voi vain olla.

3 - Luku: Mieli haltuun!

Pelimiesgenressä puhutaan sisäpelistä todella paljon ja se on erittäin tärkeä asia ymmärtää syvällisesti.

Kyseessä on yleisesti ottaen hyvä mielenhallinta ja että olet sinut sisäisen maailmasi kanssa.

Oleellista ei ole niinkään se mitä sanot kun lähdet iskemään naisia tai naista, eikä täydellinen kynnyskysymys ole sekään miten olet pukeutunut.

Tärkeintä on se miten tuot sanomaasi, pukeutumistasi ja kehonkieltäsi esille.

Sinun siis kannattaa olla sinut itsesi kanssa ja sen materiaalin mitä aiot esittää itsestäsi ulospäin.

Kaikki lähtee siitä, että ensin hallitset itseäsi ja mieltäsi.

Tärkeää on se, että koitat olla tietoinen siitä mitä mielessäsi tapahtuu koko ajan.

Sen lisäksi näin tehdessäsi pystyt huomaamaan mahdollisimman usein mitä tunnet ja mitä ajattelet.

Sekin on tärkeää tiedostaa, että mistä tämä mahdollisesti johtuu.

Sen jälkeen koitat vetäytyä taaksepäin ja olla niin neutraali niille ajatuksille ja tuntemuksillesi joita juuri nyt päässäsi

liikkuu.

Se ei ole ihan helppoa.

Elämme ajassa joka on äärimmäisen hektinen ja älykännykät, radio, tv sekä tietoyhteiskunnan ähky pistävät yhden jos toisenkin mielen kovalle koetukselle.

On esitetty, että ihmisen mielessä liikkuu päivittäin noin 60000-90000 ajatusta.

Valtaosa niistä päivän päätteeksi ei ole oleellista yksilön henkiselle hyvinvoinnille, kuten tieto siitä kuka julkkis seurustelee kenenkin julkkiksen kanssa.

Oman mielensä oma hoitaminen kannattaa, koska se joka tosissaan perehtyy mielensä hallinnoimiseen, voittaa sisällään piileviä heikkouksia, kuten halujaan erilaisiin riippuvuuksiin.

Kun vahvistut henkisesti ja psyykkisesti, niin halut eivät määrää elämääsi vaan rikastuttavat sitä.

Ja sellaisen asian kuin kohtuuden oppiminen on erinomaisen tärkeää, jotta saa itselleen hyvän elämän.

Myöskin negatiivisuuden saa itsessään kuriin joka voi viedä pahimmillaan masennuksen tai ahdistuksen syövereihin.

Ja tietenkin mieltään jalostamalla saa paremmat valmiudet toimia sosiaalisissa tilanteissa, sekä hallitsee paremmin työelämän tai opiskelun haasteet.

Lisäksi kärsivällisyys on jalo piirre ja se on yksi ominaisuus jonka saa lähes ensimmäiseksi.

Sen lisäksi tulee vielä hyvä keskittymiskyky ja yhdessä nämä antavat juoksuaskelia siihen, että saavuttaa hyvän itseluottamuksen.

Kun itsevarmuus on kohdillaan, niin tavoitteisiin ja unelmiin on lyhyempi matka saapua.

Tärkeää on pystyä olemaan mahdollisimman paljon nykyhetkessä, ei menneessä eikä tulevassa.

On siis tässä ja nyt sekä seuraa itseään ja ajatuksiaan mahdollisimman neutraalisti.

Näin toimimalla luo itse oman todellisuutensa ja maailma sopeutuu omaan toimintaan, eikä niin että jatkuvasti pyöritään sinne tänne miten mailma haluaisi sinun käyttäytyvän.

Oravanpyörässä ei todellakaan kannata juosta ja jos siellä aikookin juosta, niin juoksee sitten sieltä pois päin.

Tarkoituksena on, että sinä saat oman elämäsi täysin omaan hallintaasi ja silloin ne ajatukset sekä tunteet joita liikkuu pääsi sisällä, niiden kannattaisi olla sinun omiasi.

Aluksi voi viedä jonkun aikaa kun joutuu mietiskelemään ja meditoimaan tai muuten vain hiljentymään, että kuulee itsensä.

Kun kuitenkin jatkaa mielensä huomiointia säännöllisesti ja huomaa ajatusten sekä tunnekuohujen keskellä pysähtyä ja alkaa seuraamaan oman mielensä käyttäytymistä kauempaa ja neutraalisti, niin alkaa pikku hiljaa pääsemään mielen epävakaa tilasta vakaaseen tilaan.

Huomioi myös miten kehosi reagoi eri ajatuksiin ja eri tunnetiloihin.

Myöhemmin kun olet alkanut huomaamaan yksiksesi, että pystyt seuraamaan ajatuksiasi ja tuntemuksiasi neutraalisti, niin sitten koita tehdä sama asia kun olet kohtaamassa muita ihmisiä.

Yritä tällöin seurata ajatuksiasi ja tunnetilojasi, sekä koita katsoa niitä neutraalisti kauempaa.

Mieti myös miksi ajattelet niin kuin ajattelet.

Miksi joku ihminen suututtaa sinua?

Miksi alat himoita jotain ihmistä?

Miksi joku ihminen herättää luottamuksesi?

Voit myös kirjailla näitä ylös ihan paperille saakka.

Näin vaistosi alkavat herätä ja alat kokea intui­tion voiman.

Mitä intuitiivisempi olet, niin sitä paremmin pystyt reagoimaan nopeisiin ja muuttuviin tilanteisiin: kuten uskallat

mennä juttelemaan kauniin julkisuudesta tutun ihmisen kanssa ennen kuin mielesi tulee sanomaan, että älä lähesty ettet vain mokaa ja häpäise itseäsi.

Tärkeää on se kun analysoit oman mielesi käyttäytymistä, että olet neutraali etkä tuomitse itseäsi etkä ajatuksiasi.

Pian tulet huomaamaan, että oma mielesi huijaa sinua.

Mielesi spekuloi ja herättelee tunnetiloja asioista jotka kun kirjoitat paperille ja mietit uudestaan, tuntuvat täysin joutavilta ja merkityksettömiltä.

Missään nimessä itseään ei saa tuomita mistään tunnereaktioista tai ajatuksista.

Media, yritykset ja byrokratia yrittävät koko ajan saada ihmisen sellaiseen tilaan, että tämä toimisi massassa eikä kyseenalaistaisi mitään.

Monet tahot siis haluavat päästä päättämään sinun mielestäsi ja luoda sinulle heidän uskomusjärjestelmänsä.

Ja tällöin on tärkeää huomata se, että mieleesi yritetään tuoda hyvin paljon epävarmuutta, käytännössä siis ajatuksia ja tunnetiloja jotka korostavat pelkoa, huolta tai oman itsen ulkopuolista uhkaa.

Pahimmillaan tässä käy niin, että mieli luo pelkotiloja joita oma käytöksemme tulee ruokkimaan ja pian peloistamme tulee totta.

Hyvä esimerkki tässä ajassa jota yleensä suuryritykset ruokkivat on se, että sinä et ole mitään ennen kuin omistat jotain.

Vain tavarat tai asioiden omistaminen luo onnellisuuden.

Tietenkin tämä on harhaa, sillä hyvä terveys ja hyvä mielenterveys, ystävät, rakastuminen tai luonnossa liikkuminen on aina tärkeämpää kuin joku tuote.

Valitettavasti vain media ja suuryritykset ovat tykittäneet tätä maailmankuvaa niin kauan ja niin kovaa, että osa ihmisistä oikeasti uskoo, että vain tiettyjä tavaroita keräämällä onnen voi saavuttaa.

Samaten koko ajan markkinatalous ja arvojen määrittely näyttää tulleen myös ihmissuhteisiin, niin että yritetään koko ajan iskostaa, että et ole viehättävä ennen kuin teet niin tai näin tai käytät sitä tai tätä.

Tässä ajassa yritysten toimesta koitetaan ruokkia sinun tyytymättömyyden tunnettasi.

Sinut halutaan laittaa tiettyyn muottiin ja suorastaan pakottaa pysymään siinä.

Sinä teet kuitenkin oman utopiasi ensin päässäsi ja maailma sopeutuu siihen eikä niin, että sinä suostuisit alistumaan toisten mielipiteiden alle.

Tai muuttumaan sellaiseksi millaiseksi muut haluaisivat sinun

muuttuvan.

Pelkoa kannattaa omassa mielessään työstää ensin.

Sillä voi äkkiä käydä niin, että jos olet seurustelusuhteessa, niin mielesi voi alkaa tuoda sinulle ajatuksia ja tunteita, että kumppanisi pettää sinua.

Pahimmillaan muutut niin omistushaluiseksi ja mustasukkaiseksi, että suorastaan ajat kumppanisi pettämään sinua.

Koska elämämme uskotellaan olevan kilpailuyhteiskunnassa, niin mielesi voi haluta sinun koko ajan olevan voitolla toisen ihmisen kustannuksella.

Vaikkapa riitatilanteessa jossa olisi sopivaa sanoa, että lopetetaan tältä päivältä ettei tule sanotuksi sellaista mitä ei saa takaisin, niin helposti sitä lähtee siitä, että minähän voitan tämän riidan hinnalla millä hyvänsä.

Omaan mieleen pääsee helpoiten käsiksi kun käy kirjastossa etsimässä alan kirjallisuutta.

Samalla sosiaaliset taidotkin kehittyvät kun kyselee viehkoilta kirjaston neideiltä kyseisestä aihealueesta.

Lisäksi kannattaa harjoitella meditointia, mietiskelyä ja hiljentymistä.

Tähänkin löytyy kirjastosta hyvää materiaalia.

Ensin kannattaa ottaa aikaa itselleen ja se tarkoittaa silloin sitä, että päivässä noin 15-60 minuutin ajan keskittyy itseensä ja omiin ajatuksiinsa.

Silloin kännykkä ja tietokone ovat tietenkin poissa päältä ja olet muiden ihmisten tavoittamattomissa, etteivät he häiritse sinua.

Keskityt nyt pelkästään itseesi ja ajatuksiisi.

Tee tätä säännöllisesti ja ehkä voi olla suotavaa ainakin aluksi pitää päiväkirjaa tai tehdä merkintöjä paperille miltä se oma olo tuntuu.

Aluksi kaikki on tietenkin outoa ja vasta ajan kanssa huomaa itse hallitsevansa omaa mieltään sekä omia ajatuksiaan.

Korostetaan vielä sitä, että kun säännöllisesti meditoi, lukee alan kirjallisuutta, kirjoittaa tuntemuksiaan paperille ja oikeasti lähtee tosissaan ja vakavissaan kehittämään oman mielensä hallintaa, niin tulee aktiiviseksi toimijaksi eikä passiiviseksi vastaanottajaksi.

4 - Luku: Valkoinen raivo.

Kyseessä on hyvin pahamaineinen sana ja lyhykäisyydessään se on sitä, että ihmisellä on vihaa ja raivoa, eikä hän näytä sitä ulospäin.

Niin sanottu musta raivo on tunnekuohussa toimimista, kuten esimerkiksi suuttumuksessa tehty väkivaltainen teko.

Se on siis selkeää ja näkyy sekä kuuluu hyvin ympäristöön.

Valkoinen raivo on vaikeampi huomata, koska aniharvoin sen kantaja näyttää ulospäin raivoa tai suuttumustaan.

Hän tukahduttaa sisällään olevan vihan ja ärtymyksen, kuitenkin käsittelemättä tai hoitamatta sitä.

Valkoinen raivo on myös yhteiskunnalle vaarallinen ilmiö, eikä se vain rajoitu yksilön sisäiseen maailmankuvaan.

Useiden surmien ja varsinkin joukkosurmien taustalla voi olla valkoista raivoa ja Jokelan- sekä Kauhajoen kouluampumisissa on viitteitä tästä.

Valkoinen raivokin saattaa purkautua ja se on silloin rajumpaa, koska tekijä on padonnut vihaansa ja alkanut miettiä kostamista.

Ehkäpä hän on lähtenyt sitä suunnittelemaankin.

Valkoinen raivo voi purkautua siis äärimmäisenä väkivaltana ja

erityisen pelottavaa siitä tekee sen, että siinä on suunnitelmallisuutta mukana kuten mahdollinen joukkusurman teko.

Lisäksi tekijä ei teon hetkellä välitä sivullisista uhreista ollenkaan.

Tietenkin se mikä tekee tavallisesta ihmisestä tappajan, niin se on monisyinen asia eikä valkoinen raivokaan sitä täysin selitä.

Yleensä pitkäaikainen koulu-, työpaikka- ja nettikiusaaminen laukaisee valkoisen raivon syntymisen.

Kiusattu esimerkiksi voi antaa koulu-, työpaikka- tai nettikiusaamisen jatkua, vaikka hänen mielessään on herännyt halu kostaa häntä väärin tehneille.

Valkoisen raivon alla olevat ihmiset eivät sitten puolustaudu, vaan he kostavat.

Lisäksi he asennoituvat siihen, että agressiivinen ja yllättävä isku on aina paras puolustus.

Suomalaisen yhteiskunnan yksi isoimmista ongelmista on se, että koulu-, työpaikka- ja nettikiusaajat jatkavat toimintaansa täsmälleen niin kauan kunnes tuosta teosta alkaa tulla heille negatiivisia seurauksia, sitten se loppuu.

Suomessa tehdään yhä liian vähän koulu-, työpaikka-, ja nettikiusaamisen ennaltaehkäisemiseksi tai sen kitkemiseksi

pois kokonaan.

Valitettavasti vain ihminen jota on kiusattu ehkä koko elämänsä ajan on yleensä niin henkisesti hajalle hakattu, että hän ei pysty puolustamaan itseään: ei fyysisesti, eikä puhumalla esimerkiksi rehtorin kansliassa.

Joten kun sinua kiusataan ja kiusaajat pääsevät teoistaan kuin koira veräjästä, niin mitä se sinulle aiheuttaa?

Käännyt sisäänpäin ja alat katkeroitua sekä tuntea vihaa.

Sen lisäksi haluat jossain kohti hyvitystä.

Yhteiskunta vielä pitää narsisteja ja toisten ihmisten alistamista ihan hyväksyttävänä.

Lisäksi sitä pidetään jopa toivottavana toimintatapana kun mennään politiikkaan tai yrityselämään.

Sitten toisella kädellä ihmetellään, että minkä takia yritysmaailmassa ja politiikassa on niin paljon narsisteja sekä empatiaan kykenemättömiä miehiä ja ehkäpä suoranaisia psykopaattejakin.

Yksittäisiä tapauksia on tietenkin ollut läpi Suomen rikoshistorian, että uhri on janonut kostoa ja kostanut ajan sekä suunnitelman kanssa.

Kuitenkin vasta vuoden 2005 jälkeen valkoinen raivo on levinnyt Suomessa hyvin voimakkaasti ja siitä on tullut

suunnitellumpaa sekä sitä on tukenut internetin, somen ja tosi - TV buumin syntyminen.

Valkoiseen raivoon liittyy myös se, että teoilla halutaan saada näkyvyyttä ja jättää oma nimi historiaan, vaikkakin vain negatiivisessa merkityksessä.

Mitä siis tehdä?

Lähdetään nyt siitä, että kaikki negatiiviset tunnetilat ja ajatukset täytyy käsitellä ja alustavasti päiväkirjat, videopäiväkirjat sekä erilaiset vertaistukiryhmät auttavat mielen puhdistautumisessa hyvinkin paljon.

Jos on oikein henkisesti tukalaa ja kokee, että viha ja negatiivinen ajattelu on mennyt liian pitkälle ja ettei enää itse hallitse tilannetta, niin ammattiauttajan puoleenkin voi kääntyä.

Lisäksi kun ihmisellä on harrastuksia, mieluisa työ ja terve parisuhde tai ystäviä, niin ne ovat jo yksilölle itselleen iso tukiverkosto.

Syrjäytyminen ja vastoinikäymiset sen sijaan lisäävät valkoista raivoa.

Lisäksi jos ympärillä ei ole ihmisiä, niin yksilö voi jopa oikeuttaa itselleen ne teot joita hän suunnittelee tekevänsä, koska hän kokee olevansa uhri.

Lisäksi ainakin hänelle itselleen se mitä hän suunnittelee on

oikeutettua.

Kuitenkaan väkivalta ei ole koskaan hyväksyttyä ketään kohtaan.

Lisäksi viha ja kostonhimo vie energiaa ja huomiota niistä asioista joilla oikeasti saisi itselleen sellaisen elämän jossa on mielenkiintoa, intohimoa ja mielekästä sisältöä.

Joten siitä omasta psyykkeestään on hyvä pitää huolta, ettei kenellekään käy hullusti.

5 - Luku Itsetuntemus.

Se, että hyviä asioita tulee omaan elämään, niin ettei niiden saavuttaminen tunnu työltä, niin se vaatii aluksi jonkin verran aikaa ja suunnitelmallisuutta.

Vaikka olisit jo tyytyväinen omaan elämääsi, niin muutoshalukkuus näinä aikoina ei ole ollenkaan pahasta.

Onkin parempi lähteä tavoittelemaan muutosta parempaan silloin kun sitä ei ole pakko tehdä, kuin lähteä muuttumaan pakon edessä.

Rukoilukin toimii paremmin silloin kun rukoilee kun kaikki on hyvin ja rukoilee myös muille kuin pelkästään itselleen, kuin jos ristii kätensä kun asiat ovat meneet pieleen ja toivoo itsekkäästi pääsevänsä itseaiheutetusta sotkusta selville kuivin jaloin.

Tietenkin Jumala kuuntelee ihmisiä myöskin hädässä.

Tärkeintä on kuitenkin lähteä liikkeelle sen jälkeen kun tuntee itsensä sekä arvonsa ja tietää unelmansa, sekä niihin johtavat tavoitteet.

Eniten vaaditaan uskoa siihen mitä tekee, eikä pidä odottaa mitään oikeaa hetkeä jolloin nousta ylös ja lähteä tavoittelemaan onnea.

Tämä on klisee ja juuri siksi kliseitä käytetään koska ne toimivat: asenne ratkaisee oman onnellisuuden saavuttamisen

suhteen eniten.

Jos naisten iskemisessäkin lähdet odottamaan jotain täydellistä hetkeä, niin sitä saat oikeasti odottaa, koska sellaista ei ole kuin elokuvissa.

Amerikkalainen pelimiesguru *Mystery* loi syystä kolmen sekunnin säännön, joka on yksinkertaistettuna se, että kun näet naisen niin sinulla on kolme sekunttia aikaa sanoa ja tehdä jotain joka kiinnittää hänen huomionsa.

Jos aikaa menee tätä enemmän, niin nainen ei huomioi sinua, pitää sinua outona friikkinä tai se mitä sanot tämän ajan jälkeen ei herätä enää sellaista kiinnostusta ja huomiota kuin ennen tuota maagista kolmea sekunttia.

Mitä tulee pokaamiseen: niin se toimii.

Koska sen perusidea on, että ensin toimitaan ja sitten vasta mietitään mitä tehdään kun tilanne on päällä.

Näin kun lähtee toimimaan ajattelematta, niin ei ehdi sössiä tilaisuuksia selittelemällä itselleen miksi niihin juuri nyt ei voi tarttua.

Kun oma itsetuntemus kehittyy, niin myös intuitio: kyky toimia nopeasti sekä vaistonvaraisesti ja tätä kautta tehdä alitajuisesti oikeita päätöksiä kasvaa.

Valitettavasti elämme ajassa jossa ihmisten egot hallitsevat maailmaa ja heikot mielet sekä egot yrittävät pönkittää

itseään aina mollaamalla muita.

Näitä tahoja voisi kutsua vaikkapa yhteisellä yleisnimellä: lannistajat, jos jollekulle tulee paha mieli sanasta koulukiusaaja.

Kaikkein tärkeintä on muistaa se, että muiden ihmisten näkemykset ovat myrkkyä oman intuition kehittämiseksi.

Valmistaudu siis jo nyt siihen, että teet mitä tahansa niin sinua henkisesti heikommat ihmiset tulevat mollaamaan ja arvostelemaan sinua siitä mitä teet ja sanot.

Ala koko ajan opetella itseäsi siihen, että yhä vähemmän ja vähemmän laitat painoarvoa tuolle räksytykselle.

Se ei saa haitata matkantekoasi ja koston hetki tulee sitten myöhemmin.

Tämä tarkoittaa sitä, että pääset nousemaan sellaisille jalustoille jonne arvostelijasi eivät koskaan pääse.

Muista aina, että paras kosto on menestyä.

Tärkeintä on siis rakentaa oma ihanne-elämä omin ehdoin ja muita riistämättä.

Silloin se tarkoittaa, että joudumme toimimaan omaan intuitioon luottaen ja hakien vastauksia itsestämme.

Joten tavallaan toisten ihmisten ja ympäristön näkemyksiä

joudutaan pitämään ihan alusta asti jos ei nyt vihollisina, niin ainakin vihamielisinä meidän arvojamme ja unelmiamme kohtaan.

Meidän on siis tuotava omat arvomme, näkemyksemme ja unelmamme omin ehdoin muiden nähtäville.

Lisäksi muiden mielipiteistä emme saa emmekä voi välittää.

Heillä on oma oikeutensa näkemykseensä meistä, arvoistamme tai unelmistamme ja tuo näkemys ei saa tulla hallitsemaan meidän elämäämme.

Joten kaikkein helpointa on heti alusta asti olla noteeraamatta sitä.

Puhutaanpa hetki vetovoiman laista mikä tarkoittaa sitä, että samankaltaisuudet vetävät toisiaan puoleensa.

Tämä on erittäin tärkeää, koska lyhyesti sanottuna positiivinen asenne vetää mahdollisuuksia puoleensa ja negatiivinen asenne vetää luokseen ongelmia ja vaikeuksia.

Tietenkin koko ajan positiivisena oleminen on vaikeaa ja meidät ihmiset on tavallaan opetettu olemaan jatkuvassa negatiivisessa mielentilassa.

Meidät opetetaan monen eri tahon suunnalta olemaan tyytymättömiä omaan elämäämme ja siihen pitäisi aina saada jotain.

Yleensä tuo tyytymättömyys pitäisi täyttää ostamalla jotain roinaa joka on nyt suurinta huutoa.

Kun emme saa sitä mitä mainokset ohjaavat meitä täyttämään tuon tyhjyyden, niin tunnemme tyytymättömyyttä.

Kyse on kuitenkin harhasta.

Jos tyydymme siihen mitä meillä jo on, emmekä ruikuta sen suuntaan mitä meillä ei ole, niin alammekin tuntea tyytyväisyyttä.

Sitä kautta positiivisuus meissä alkaa näkyä ja se taas alkaa vetämään sellaisia asioita, tapahtumia ja ihmisiä puoleemme jotka mahdollistavat meille sellaisen elämän, jota haluammekin elää.

Kun lähtee rakentamaan omaa persoonaansa menestyjäksi on valmistauduttava siihen, että erilaisia asioita ja tapahtumia alkaa seurata tuon muutoksen yhteydessä.

Kun oma intuitio kasvaa, niin alat vaistomaisesti osata toimia oikealla tavalla kun tuo muutos tulee.

Sen takia oman itsensä tunteminen on tärkeää: millainen on nyt ja millainen ennen kaikkea haluaisi olla, sekä minkälaisessa maailmassa elää ja millaisessa maailmassa taas ei halua elää.

Tärkeämpää on siis muuttua joksikin kuin saada jotakin.

Emme vain lähde tuolle matkalle joka tuo muutoksen paremmaksi ihmiseksi, jos meillä ei ole unelmia ja tavoitteita jotka suorastaan pakottavat meidät tälle tärkeälle seikkailulle.

Itsensä likoon täysillä laittaminen on se mikä tekee meistä yli-ihmisiä.

Kun lähdemme matkalle ja emme tiedä asioita joita on mahdoton toteuttaa, niin niitä mahdottomia asioita yleensä tuleekin sitten tehtyä.

Ravintolassakin jos lähdet kysymään kaveriltasi kannattaako sinun iskeä jotain naista, niin takuuvarmasti sanotaan, että ette ole samaa liigaa, että ei kannata edes yrittää...no kukahan sen päättää?

Kuka tahansa pystyy ihan mihin tahansa, jos hän on niin ensin omassa mielessään päättänyt.

Silloin se tarkoittaa, että toisten ihmisten mielipiteistä tai arvosteluista ei voi välittää.

Ja tätä täytyy toistaa sekä tässä kirjassa, että sinun myös omassa elämässäsi.

Sinun on lähdettävä siitä, että vain sinä itse tiedät sen mikä on parasta sinun elämäsi kannalta ja muiden ihmisten näkemyksiin et vain voi luottaa, koska he ajavat aina omaa etuaan.

Heidän näkemyksensä sinun toimistasi katsotaan vain heidän intressejään ylläpitäen.

Jos siis yrität iskeä naista ja kaverisi sanoo ettei sinulla ole saumaa, se ei tarkoita etteikö sinulla olisi vaan se voi tarkoittaa sitä, että kaverisi yrittää iskeä samaa naista.

Tällöin olette kilpailuasetelmissa ja kilpailijoiden näkemyksiin ja sanomisiin ei voi luottaa, eikä niihin pidä uhrata aikaa eikä energiaa.

Usko siis vain ja ainoastaan itseesi ja intuitioosi sinua koskevissa päätöksissä.

Äläkä missään olosuhteissa ulkoista päätäntävaltaa omasta elämästäsi itsesi ulkopuolelle.

6 - Luku: Vielä syvemmälle itseensä menemistä.

Innostunut ihminen voi saada ihmeitä aikaan, kunhan hänellä vain on tarpeeksi halua saada se elämäänsä.

Aikuisten oikeasti, niin minkään meille merkityksellisen asian saaminen elämäämme ei ole mahdotonta.

Me vain itse luomme itse itsellemme ne rajoitukset jotka estävät meitä saamasta niitä asioita elämäämme joita oikeasti siihen haluaisimme saada.

Nyt tulee todella iso salaisuus: lahjakkuutta tai kovinkaan kummoisia taitoja ei tarvita tehdäksemme elämää suurempia tekoja tai saadaksemme niitä asioita elämäämme, joiden mukamas pitäisi olla meidän taitojemme tai tietojemme ulottumattomissa.

Ainoastaan valtavan suuri tahtotila riittää siihen, että ihminen pystyy ylittämään itsensä ja ennen kaikkea muiden ihmisten odotukset hänestä.

Ensin siis hankitaan se tahtotila joilla ihmeitä saadaan aikaan ja vasta sen jälkeen aloitetaan tekeminen.

Nyky aika vielä korostaa yksilön mahdollisuuksia menestymiseen.

Sillä uusi teknologia mahdollistaa asioita joista ennen saattoi vain uneksia tai sitten ne tulivat scifielokuvissa vastaan.

Kyse on vain siitä minkä tarkoituksen yksilö luo omalle elämälleen, joka innostaa häntä lähtemään ylittämään ja kehittämään itseään sellaiseksi yksilöksi joka on menestyvä ja vapaa omilla ehdoillaan.

Muutosprosessi on siis tärkeämpi kuin tavoitteiden saavuttaminen.

Kuitenkin jos tavoitteita ei laiteta ylös, niin ne eivät muutu unelmiksi ja näin ihminen ei vaan lähde liikkeelle.

Unelmiaan kannattaakin jahdata, koska se jahtaaminen itsessään tekee ihmisestä innostuneen ja energisen, joka saa merkittäviä asioita aikaan.

Tässä kohti unelmat ja tavoitteet kannattaisi olla ehdottomasti ja tarkasti selvillä.

Jos ei tiedä mitä haluaa elämäänsä, niin ihan yksinkertainen keino motivoida itseään on tehdä lista siitä mitä ei halua elämäänsä.

Jos ne asiat ovat nykyisessä elämässä joita ei halua elämäänsä (huono pomo, ei toivottu asuinalue, liian vähän rahaa jne)...

...niin kun aloittaa muuttumisen haluamalla muutaman asian ei toivottujen asioiden listalta pois, on jo toimimassa aktiivisesti muuttaakseen omaa elämäänsä parempaan suuntaan.

Tässä kohti on taas hyvä mennä syvemmälle omaan itseensä ja vähän tutkiskella itseään ja omia motiivejaan.

Edelleen olisi todella loistavaa jos se päiväkirja löytyisi.

Jos on nauhuria tai videokameraa, niin kannattaa laittaa

omaa motivaatiota välillä ihan reippaammin ylös.

Kannattaa muistaa se, että oman itsensä tutkiskelua ei laiteta julkiseen jakoon.

Jokaisella ihmisellä on oikeus yksityisyyteen, eikä sitä tarvitse selitellä tai puolustella.

Se on jokaisen yksilön perusoikeus johon ei saa kajota.

Yksityisyys on sikäli tärkeää myös mielenhallinan suhteen, koska ajatukset tuppaaavat pyöriä päässä ja ne valehtelevat, koska niitä liikkuu siellä niin paljon.

Silti ajatukset on huomioitava, koska ne vaikuttavat tunnetiloihin.

Kun negatiivisia ajatuksia liikkuu päässä, niin alat tuntea vihaa ja kun positiivisia ajatuksia liikkuu päässä, niin alat tuntea rakkautta.

Ihan simppeliä sinänsä ja jutun juju on se, että ajatusten kääntäminen negatiivisesta positiivisempaan voi olla hyvinkin haastavaa.

Lisäksi haastavuutta lisää vielä se, että tässä ajassa lööpit ja media käytännössä elävät negatiivisilla uutisilla, niin itsensä pitäminen iloisena ja onnellisena vaikka omat olosuhteet sen sallisivatkin on äärimmäisen haastavaa.

Sen takia ajatuksia kannattaa kirjata ylös tai kuvata omaa tunnetilaansa ja katsoa niitä sitten myöhemmin.

Hyvin äkkiä sitä oppii huomaamaan, että ajattelu on taas lähdössä vanhaan tuttuun uomaansa.

Tärkeää on tiedostaa se, että ajattelun voi kääntää toisenlaiseksi kunhan vain lisää omaa huomiointikykyään.

Tarkoituksena on havahduttaa itsensä huomaamaan miten ajattelee.

Tietenkin pahoja päiviä tulee meille kaikille ja jos auto hajoaa, saa potkut tai ylimääräisiä kuluja tulee postilaatikkoon, niin kiukuttaahan se.

Puhumattakaan jos se oma armas lähtee joogaopettajan matkaan, niin koita sitten tuntea zeniläisyyttä päivittäin.

Kiukunkin voi laittaa paperille tai kuvata sen kameralla talteen.

Kiukkuisena ei kuitenkaan kannata kirjoitella mitään nettiin tai sosiaalisiin medioihin.

Ajan kanssa negatiivisten ajatusten hallinnasta tulee helpompaa ja hyviä tai iloisia ajatuksia ei edes tarvitse hallita, niiden voi vain antaa virrata ihan tasaiseen tahtiin omaan elämäänsä.

Elefantti syödään pala kerrallaan ja onnellisuuteen sekä menestykseen mennään hitaasti ja silti niin varmasti.

Tarkoituksena on lipua oikeaan suuntaan ihan tasainen rauhallinen tahti ylläpitäen, kuin lähteä kauheassa kiireessä ja paniikissa tekemään tekoja ja päätöksiä jotka jo syvällä sisimmässään tuntee, että ne menevät vika vekkiin.

Hitaalla kehittyemisellä on myös etunsa: kun jaksaa jauhaa niin kehittyy tasaisesti.

Sitten kun vastoinkäymisiä tulee ja niitähän tulee kaikille meille, niin on paljon vahvempi kuin jos kehitys olisi ollut ensin nousukiitoista.

7 - Luku: Trauma.

Omaan kehittymiseen ja omaan sosiaalisuuteen voi vaikuttaa hyvinkin negatiivisesti elämässä tapahtunut joku hyvin kielteinen asia, josta voi käyttää termiä trauma.

Mietitään hetki tarkemmin sitä mikä on trauma.

Paljon riippuu tietysti yksilöstä ja hänen tavastaan käsitellä tiukkoja tai hänen elämäänsä vaikuttaneita haastavia tilanteita.

Etenkin se miten ne tulevat myöhemmin vaikuttamaan tulevaan elämään vai tulevatko ollenkaan.

Trauma on pitkäkestoinen mielenterveyteen vaikuttava ongelma, joka syntyy yleensä siitä että yksilön mielessä syntyneet ärsykkeet ylittävät ihmisen sen hetkisen henkisen sietokyvyn.

Tällöin negatiivinen kokemus on niin raju, että ihminen ei kykene selvittämään itselleen traumaan liittyviä tunteita, eikä ajatuksia.

Trauman voi aiheuttaa monenlaiset kokemukset.

Yhteistä niille on se, että tapahtuman kokija kokee täydellistä avuttomuuden tunnetta ja sitä, että hän ei voi hallita kokemaansa mitenkään.

Yleensä trauman aiheuttaa kokijan ulkopuolinen taho, eikä kokija itse.

Kokijan normaali ajatusmaailma siis järkkyy ja tämä altistaa hänet turvattomaan sekä hämmentyneeseen tilaan.

Yleensä traumaan vaikuttaa vielä se, että tilanne on ollut yllättävä, eikä siihen ole oikeastaan voinut varautua mitenkään.

Tällainen yllättävä tilanne voi olla väkivaltainen ja yllättäen tapahtunut ryöstä, läheisen traaginen menettäminen onnettomuudessa, jne...

On myös huomioitava se, että se mikä on trauma jollekin ei sitä välttämättä ole toiselle ihmiselle.

Jotkut selviävät lähes käsittämättömistä vaikeuksista ilman sen kummempia henkisiä ongelmia.

Sota on yksi tällainen tilanne jossa joku traumatisoituu tapahtumista, joita joku toinen haluaa saada elämäänsä lisää.

Onkin siis tärkeää kun jotain traumaattista tapahtuu, että ei lähde vertaamaan itseään yhtään kehenkään, joka on saattanut kokea jotain vastaavaa.

Hänen kokemuksensa on hänen kokemuksensa ja se ei ole välttämättä vertailukelpoinen jonkun toisen kokemukseen vaikka olosuhteet voisivatkin olla identtiset.

Kokemus lähtee ihmisen omasta sisäisestä maailmasta ja senpä takia ihmiset kokevat samankaltaiset tapahtumat ihan eri tavalla.

Ne joille joku kokemus on valtava henkinen taakka, niin esimerkiksi on mahdollista, että vertaistuki auttaa pääsemään tällaisen vaikean tilanteen ylitse.

On kuitenkin huomioitava se, että jos etsii kohtalotovereitaan, niin huomioi vain sen, että ei vertaa omaa tuskaansa muiden tuskaan, vaan koittaa käsitellä oman traumansa täysin yksilöllisesti.

Tuskan jakaminen samankaltaisen tuskan kokeneiden kanssa on hyvä tapa lähteä hoitamaan asiaa rakentavampaan suuntaan.

Kuitenkin jokainen trauma on yksilöllinen ja myös se miten siitä pääsee ylitse on yksilöllistä.

Traumasta syntyvät ongelmat ovat erilaisia ja tyypillisempiä niitä ovat ahdistuneisuus ja masentuneisuus joiden kautta myös unihäiriöt yleistyvät.

Traumaattiset kokemukset kannattaa käsitellä alusta asti kunnolla, että myöhemmin ne eivät aiheuta mitään patoutumia.

Koska patoutumat voivat purkautua hyvinkin voimakkaasti ja aiheuttaa näin lisää oman elämänlaadun heikkenemistä.

Tällöin ammattiauttajat ja psykiatrit ovat oikea osoite ja kuten jo todettua: myös vertaistukea kannattaa ehdottomasti hakea jota on saatavissa lähes minkälaiseen ongelmatilanteeseen tahansa.

Myös oma työ trauman parantamisessa kannattaa huomioida,

eikä sitä saa väheksyä tai välttää.

Kannattaa myöskin pitää päiväkirjaa tai videopäiväkirjaa ja omasta terveydestä kannattaa pitää huolta sekä tavata ystäviään ja etsiä mielekäs harrastus.

Jos traumaattisen kokemuksen jälkeen jää omiin oloihinsa, niin yleensä se ei johda mihinkään positiiviseen, eikä todellakaan oman elämänlaadun parantumiseen.

Traumaattiset kokemukset kannattaa hoitaa ja sen jälkeen panostaa oman elämänlaadun parantamiseen, niin paljon kuin mahdollista.

Traumasta palautuminen vie oman aikansa ja kannattaa olla ymmärtäväinen ja armollinen itselleen.

Tärkeää on myös se, että ainakin itselleen pitää antaa anteeksi se mitä on tapahtunut, eikä jäädä itsesyytöksiin kiinni.

8 - Luku: Kahvikuppineuroosi.

Hyvää ensivaikutelmaa ja hyviä sosiaalisia taitoja arvostetaan ja etenkin arvostellaan tässä ajassa, ehkäpä liikaakin.

Yleensä se vielä tapahtuu tekemisen ja aikaansaamisen kustannuksella.

Tietenkään hyvät sosiaaliset taidot tai hyvät vuorovaikutustaidot eivät ole kaikille ihmisille, eikä miehillekään itsestäänselvyys.

Ei ole välttämättä helppoa olla muiden ihmisten katseiden arvioinnin alaisuudessa ja esittää suorasekäisesti omia näkemyksiään tai mielipiteitään, niin ettei arvostelu ja kyseenalaistaminen sattuisi.

Kaikki ihmiset eivät ole immuuneja arvostelulle ja kritiikille.

Mitä vaativammaksi ihminen kokee tietyn sosiaalisen tilanteen, niin sitä enemmän hänen kehonsa alkaa työskennellä tuota suoritusta vastaan, jos kokemus ei ole aiemmin tuttu.

Tämä tarkoittaa sitä, että adrealiinia alkaa erittymään vereen enemmän ja syke alkaa kiihtyä, sekä näiden seurauksena voi tulla vapinaa, huimauksen tuntua sekä hikoilua.

Käytännössä ihminen alkaa siis silminnähtävästi hermostua.

Sen lisäksi, että keho alkaa virittäytyä pakene tai taistele tilaan, myös mieli alkaa käyttäytymään kummallisesti.

Jännittäminen nousee kehosta mieleen ja olotila alkaa koko ajan olla hermostuneempi sekä levottomampi.

Mieleen nousee epäilyksiä ja itsekritiikki alkaa valtaamaan mielialaa.

Alkaa miettimään sitä, että kiinnostaako se oma puhe tai esiintyminen sittenkään ketään.

Ja vaikka mitkään merkit eivät sitä todista, niin alkaa automaattisesti ajattelemaan, että oma esiintyminen on surkeaa sekä huonoa.

Lisäksi voi alkaa omassa mielessään miettimään, että tässähän nolaa vain itsensä.

Yleensä tällainen reaktio esiintyy kun joutuu puhumaan yleisön edessä.

Ja jokaiselle joka niin tekee, niin ensimmäinen kerta on hermostuttava ja hermostumisen merkkejä onkin hyvä näkyä.

Joka kerta kun harjoittelee esiintymistään ja analysoi edellisen kerran vaikkapa kirjoittamalla esiintymisensä ylös, niin oma esiintyminen alkaa käydä kerta kerralta luonnollisemmaksi sekä helpommaksi.

Aika montaa esiintyjää jännittää ja silti jännittäminen näkyy

kuitenkin aika harvoin ulospäin ammattiesiintyjältä.

Yllättävän moni esiintyjä pidättäytyy ja lisäksi pitää ilmaisun niukkana, jolloin saatetaan virheellisesti tulkita kyseistä käyttäytymistä välinpitämättömyydeksi tai ylimielisyydeksi.

Jännittäminen saattaa myös tuoda esiin levottoman vilkuilun, puheen tempo voi olla liian nopeaa ja kehon asento voi olla ylisuojelevaa.

Jos jännittäminen alkaa rajoittamaan normaalia elämää ja ihan arkiset kohtaamiset ihmisten kanssa tuntuvat ylitsepääsemättömiltä tai se estää menemästä itseä kiinnostaviin tapahtumiin tai tilaisuuksiin, niin tällöin kannattaa ottaa yhteys yleislääkäriin ja kertoa ongelmasta.

Lääkäri osaa sitten neuvoa oikeiden ammattilaisten juttusille jos tarvis on.

Jos jännittäminen on lievää ja esimerkiksi kauniin naisen juttusille arastelee mennä, ventovieraiden kanssa on vaikea aloittaa keskustelua, työpaikkahaastattelu jännittää tai arastelee puheen pitämistä auditoriossa, niin omaa sosiaalista käyttäytymistään paremmaksi voi aina harjoitella.

Jos yksinopiskelu arveluttaa, niin sitten kannattaa etsiä puheviestinnän kursseja, jotka ovat erityisesti suunnattu ujoutta ja esiintymisjännitettä kokeville yksilöille.

Joka tapauksessa kannattaa jo nyt ymmärtää se, että hyvään itseilmaisuun tarvitaan paljon työtä ja harjoittelua ennen kuin se muuttuu luonnolliseksi.

Esiintymisjännityksestä sekä kahvikuppineuroosista pääsee eroon esimerkiksi rentoutumalla säännöllisesti ja opiskelemalla mietiskelyä sekä meditointia.

Myös hyvä fysiikka ja liikkuminen auttavat aika moneen vaivaan, koska kun keho on vahva, niin on mielikin.

Kannattaa myös harjoitella esiintymistä peilin tai videokameran edessä.

Jos kokee, että ujoutta on ilmassa, niin sitten kannattaa lähestyä päivittäin vieraita ihmisiä ja aloittaa keskustelut heidän kanssaan.

Lisäksi tuon kohtaamisen jälkeen kannattaa kirjoittaa se paperille.

Mennään konkreettisiin lähestymisiin kuitenkin vähän myöhemmin.

Jos tarve vaatii, niin terapia ja lääkäri ovat oikea vaihtoehto jos tilanne on päässyt niin pahaksi ettei ilman lääkkeitä tai terapiaa pärjää.

Kaikkein tärkeintä on se, että saa kokea sosiaalisia kontakteja turvallisessa ympäristössä ja myös sellaisessa joka haastaa sitä omaa käyttäytymistään.

Virheet ja epäonnistumiset eivät saa kaataa ihmistä, sillä ne kuuluvat normaaliin elämään ja niitä nyt vain sattuu kaikille.

Oma vahvuus niin sosiaalisissa tilanteissa kuin elämässä ylipäättäenkin, saavutetaan niin, että omat epävarmuudet ja turvattomuus uskalletaan rohkeasti kohdata.

Yksi hyvä paikka harjoitella omaa sosiaalisuuttaan ovat

sukujuhlat.

Kaikki siellä haluavat kuitenkin juhlan menevän hyvin ja tunnet valtaosan ihmisistä, sekä lisäksi tuntemattomat ihmisetkin ovat kytköksissä sinuun sukulaisuussuhteiden tai ihmissuhteiden kautta.

Käytännössä siis ympäristö on ystävällinen ja voit lähestyä ihmisiä tietäen, että sinulle ei käy huonosti.

Miksi sitten ujous on niin yleistä vieläkin?

Jos kokemuksia sosiaalisista kanssakäymisistä on vähän ja ne ovat olleet kielteisiä, niin tämä on yksi syy minkä takia niitä tulee tulevaisuudessakin välttelemään.

Esimerkiksi jos koulussa joutuu kovasti arvostelun tai kiusaamisen kohteeksi ja lisäksi lähestymiset kauniimpaa sukupuoleen eivät mene toivotulla tavalla, voi sen seurauksena tulla halu olla eristettynä muista.

Lisäksi näin ollen tulee automaattisesti vähentämään sosiaalisia kohtaamisiaan.

Koulu myös ylikorostaa pelkkää hyvää esiintymiskykyä muunmuassa puheenpitoa ja miten se sujuu tai miten sen pitäisi sujua.

Lisäksi luokkahuoneessa korostetaan yleisön hyväksynnän saamista.

Käytännössä se tarkoittaa, että itseilmaisusi ei saisi olla omaa vaan sen pitäisi olla hyvää vasta sen jälkeen kun suuri yleisö omasta mielestään pitää sitä hyväksyttävänä.

Näin jo koulusta asti suomalaisesta miehestä yritetään tehdä

massasielua joka ei saisi ajatella itse ennen kuin valtaosa ihmisistä katsoo, että tuo ajattelu tai ilmaisu on heidän mielestään sopivaa.

Myös kehomuisti on tärkeä asia ymmärtää ja tätä piirrettä ei kovinkaan usein tuoda esiin kun puhutaan sosiaalisesta kanssakäymisestä tai itseilmaisusta.

Jos mieli jännittää esiintymistä tai sosiaalisia kohtaamisia, niin silloin saman tekee kehokin.

Lisäksi kun keho alkaa käyttäytyä pakene tai taistele tilanteen mukaisesti, mikä tarkoittaa sitä että adrealiinia syöksyy vereen, vapina ja hikoilu voi alkaa, niin alkaa ajattelemaan, että on epäonnistunut.

Kun esiintymisiä harjoittelee, niin puheenpitämistä kuin vieraita ihmisiä lähestymistäkin, niin aluksi keho jännittää tuota kohtaamista ja kun niitä tekee tarpeeksi sekä analysoi nuo kohtaamiset, niin niistä tulee yhä luonnollisempia.

Kehoa vain pitää treenata harjoittelemalla sosiaalisia kohtaamisia ja tuntemaan hyvänolon tunnetta niistä kohtaamisista.

Esimerkiksi vieraita ihmisiä voi lähestyä vaikkapa kaupassa joka on suhteellisen turvallinen paikka ja kun niitä tekee tarpeeksi, niin kehon jännitys vastaavanlaisista kohtaamisista katoaa.

Yksi pahimmista uhista on itsensävähättely ja yleensä ympäristö tuppaa tukemaan omaa alisuorittamista tyyliin: sinä et pysty siihen, eikö kannattaisi harkita jotain vähän kunnianhimottomampaa jne...

Perhe ja koulu ovat avainasemassa kun omaa identiteettiään rakennellaan.

Lisäksi on äärimmäisen tärkeää, että ilmapiiri on kannustava eikä lannistava.

Jos ihmistä jatkuvasti viedään siihen suuntaan, että hän on epäonnistuja, niin hänestä hyvin nopeasti tulee myös sellainen.

Ja kun mieli on alistettu häviäjän mieleksi, myös käyttäytyminen on sellaista.

Perhe voi myös olla ylihuolehtivainen ja suojella ihmistä liikaa ja tällöin oman mielipiteen esittämiseksi tulee iso kynnyks.

Tässä oli ihan yleisesti muutama kohta mistä ujous voi saada alkunsa.

Epävarmuus kuuluu sinällään elämään ja kaikki sosiaaliset tilanteet tai se, että vie voimakkaasti omia näkemyksiään eteenpäin, ei aina mene mukavasti eikä helposti.

Siinä vaiheessa kun ujous tai sosiaalisten tilanteiden pelko ei ole enää haaste joka pitää ylittää, vaan se alkaa estää niiden asioiden tekemistä joita haluaisi tehdä tai estää menemästä niihin paikkoihin joihin haluaisi mennä, kyseessä on vakava ongelma.

Kyseessä on virallisesti sosiaalisten tilanteiden pelko ja se on psykiatrisessa häiriöluokituksessa luokiteltu ahdistuneisuushäiriöiden ryhmään.

Sosiaalisten tilanteiden pelon pääoire on silmin huomattava sekä jatkuva ja toiminnallista haittaa aiheuttava pelkotila yhtä tai useampaa sosiaalistatilannetta kohtaan, jossa ihminen joutuu tekemisiin tuntemattomien kanssa tai mahdollisesti toisten tarkkailun kohteeksi.

Esiintymispelko on taas yleisin pelkotila sosiaalisten tilanteiden pelon luokituksissa.

Huojentavaa on kuitenkin huomata se, että vain muutamalla prosentilla kyseessä on sellainen pelkotila joka estää toiminnan ja elämisen.

Lisäksi siihen vielä yleensä liittyy joku muukin ahdistuneisuushäiriö kuten paniikkihäiriö.

Lääkäri ja ammattiapu voi siis tulla kyseeseen, mutta aika paljon voi myös itse tehdä kun vain tietää mitä kohti lähtee kulkemaan.

Sitä varten tämä työkirja on tehty, että se oma osuus tulisi joka tapauksessa tehdyksi, vaikka hakisikin apua.

9 - Luku: Eroon kahvikuppineuroosista.

Oleillaan vielä hetki ennen omien sosiaalisten taitojen konkreettista kehittämistä, niissä mielen syvyyksissä jotka saattavat estää meitä kasvamasta henkisesti.

Ja näin ollen myös hidastavat sosiaalisten taitojemme kehittymistä.

Vaikka asiat joita nyt käymme läpi saattavat vaatia ammattiauttajan apua, niin kyllä oma osuus oman hyvinvoinnin kannalta kannattaa aina tehdä, kuten edellisen luvun lopussa jo todettiin.

Jottei käsiteltävät asiat tuntuisi ihan liian raskailta, niin tässä vaiheessa otetaan muutama vinkki miten kahvikuppineuroosista voi päästä eroon tai sen saa hallittavaan muotoon ihan omalla toiminnalla.

Ensimmäiseksi, niin koita ajatella niin positiivisesti kuin mahdollista ja lähde siitä, että jokainen esiintyminen tekee sinusta aina vahvemman ja paremman ihmisen.

Asenne on aina tärkein, ennen tekemistä.

Toiseksi, niin pyri vuorovaikutukseen yleisön tai ihmisen kanssa ja keskity siihen informaatioon jonka haluat jakaa kuin pelkästään käsillä olevaan tilanteeseen.

Sosiaaliset tilanteet ovat vuorovaikutuksellinen tilanne ja miten ne menevät, niin se on täysin subjektiivista eikä objektiivista.

Tätä jauhetaan tässä kirjassa kyllästymiseen asti:

harjoittele niin puheenpitämistä kuin ihan tavallisia kohtaamisiakin kurinalaisesti ja säännöllisesti.

Sosiaaliset taidot ovat kuin lihas, mitä enemmän harjoittelet sitä vahvemmaksi ne tulevat.

Kannattaa myös harkita visualisointia ja mielikuvaharjoittelua: koita nähdä itsesi jo onnistuneessa sosiaalisessa tilanteessa tai itsesi pitämässä esitystä.

Kirjastoista saa hyviä alaan liittyviä kirjoja.

Urheilijat käyttävät hyvinkin paljon visualisointia hyväkseen.

Jos menet johonkin sovittuun tapaamiseen tai tiedät milloin joudut pitämään puheen, niin pidä pieni rentotumishetki ennen kyseistä tilannetta.

Lisäksi tällöin pidät myös hetken aikaa kännykän kiinni ja hiljennyt kuuntelemaan omaa sisäistä ääntäsi.

Jos jännittäminen tuntuu suoritusta eteenpäin viedessäsi, voit hyvin sanoa, että olet hermostunut kyseisestä tilaisuudesta.

Yleensä jännittämisen peittäminen vain lisää jännittämistä.

Jos tuntuu, että jännittäminen vain jatkuu ja se voi haitata kohtaamista tai esitystä, niin sano vain rohkeasti, että olet tästä tilanteesta vähän

hermostunut.

Huomioi myös se, että kaikki eivät ole näkemyksistäsi samaa mieltä.

Lisäksi kannattaa jo hyvissä ajoin varautua siihen, että oma näkemys ei välttämättä saa vastakaikua.

Ja samaten epäonnistumiset ja takapakit kannattaa vain oppia kestäämään.

Tietenkin ne kannattaa kirjoittaa ylös ja käydä myöhemmin läpi.

Epäonnistuminenkin voi tulevaisuutta ajatellen olla onnistuminen jos sen kautta onnistuu oppimaan jotain uutta.

Tekemällä, toistamalla ja oppimalla sosiaalisista tapaamisista tulee täysin luonnollisia.

Lyhyesti: hyvät sosiaaliset taidot saa kun alkaa niitä järjestelmällisesti kehittämään ja jos ujous on häiritsevää, niin käänny lääkärin puoleen.

On todella surullista jos elämä jää kokematta sen takia, ettei pysty menemään keskelle elämää.

10 - Luku - Ensivaikutelma.

Tämä voi olla monen lukijan mielestä kiistanalaista, mutta tämä harha on niin iso asia yhteiskunnassamme, että se tarvitsee huolellisen käsittelyn.

Se, että muuttuu nollasta menestyjäksi, niin se ei tapahdu yhdessä yössä.

Lisäksi ollakseen valmis menestymään on oltava valmis oppimaan uudenlaisia toimintatapoja, sekä sopeutumaan muuttuviin olosuhteisiin hyvinkin nopeasti.

Erittäin tärkeää on myös oppia unohtamaan koulun, yhteiskunnan ja median luoma aivopesu miten ihmisen mukamas pitäisi tässä yhteiskunnassa käyttäytyä ollakseen normaali tai menestyvä.

Teknologian ja globalisaation ansiosta asiat ovat muuttuneet lyhyessä ajassa radikaalisti ja ainoa asia mikä on vakio on se, että kaikki asiat muuttuvat kauhean nopeasti.

Eilispäivän metodit eivät toimi tänään ja todennäköisesti nykyisillä metodeilla ei huomenna tee mitään.

Näin se näyttää nykyään vain menevän.

Ensimmäinen massahypnoosin keino jota koulu, koti, media, yhteiskunta ja ties kuka ja missä huutaa, on tietenkin hyvä ensivaikutelma.

Sillä pitäisi saada työpaikka, taloudellinen turvallisuus, vaimo ja joidenkin mukaan jopa taivaspaikkakin.

Tässä kuitenkin pieni salattu salaisuus yhteiskunnassamme, jota ei ääneen sanota: *ensivaikutelma ei ole niin tärkeä kuin yleensä annetaan ymmärtää.*

Ihmisellä on aina mahdollisuus muuttaa itseään ja tuon muutoksen aikana myös imago hänestä muuttuu.

Vaikutelma omasta itsestä ei ole siis stabiiliasia, vaan se muuttuu ajan ja ihmisen sekä myös toisten ihmisten käytöksen mukaisesti.

Vaikka tekisitkin huonon ensivaikutelman, ei se tarkoita että kaikki olisi menetetty tai, että maailma rojahtaisi niskaan.

Lisäksi pahinta ensivaikutelman ylikorostamisessa on se, että se tekee sinusta altavastaajan: sinä siis haet jonkun toisen hyväksyntää.

Mikä tarkoittaa sitä, että sinulta ei haeta hyväksyntää.

Tämä pohjautunee Suomessa tuohon vuosisatoja jatkuneeseen herran pelkoon, että auktoriteetteja pitää kunnioittaa, eikä heitä saa kyseenalaistaa tai tuomiopäivä koittaa.

Tällä koitetaan ylikorostaa sitä, että olisi jopa hyvä jos sinä pitäisit suusi soukemmalla ja tottelisit sokeasti kun sinua viisaammat ihmiset päättävät sinun elämästäsi.

Ensivaikutelman korostaminen on yksinkertaisesti keino pitää ihminen heikkona ja alistuvana, jotta tätä voitaisiin riistää.

Ihmisten mieliin yritetään luoda tällainen kuva ja tunne: *saat hyväksyntää kun toimit niillä ehdoilla mitä me sanomme sinulle ylhäältä alas käskyttäen.*

Kannattaisi enemmän puhua siitä miten teet vaikuttavan vaikutuksen ihmiseen, eikä jostain typerästä hetken kestävästä hyvästä ensivaikutelmasta.

Vaikuttavan vaikutuksen teon lainalaisuudet ovat ihan erilaiset kuin hyvän ensivaikutelman.

Olisi paljon mielekkäämpää, että yhteiskunnassa puhuttaisiin mieluummin maineen rakentamisesta tai itsensä brändäyksestä, joka on pitkäkestoisempaa ja antaa jotkut virheetkin anteeksi.

Se on kanssa huono asia, että ensivaikutelman pitäisi olla elämää suurempi kokemus ja siinä ei saisi olla mitään virheitä.

Ja miksihän ei?

Me olemme ihmisiä ja mitä teemme sekä olemme, niin se on aina epätäydellistä.

Ylipäättään elämässä ei ole täydellistä suoristusta ja rumakin voi olla kaunista.

Elämä on elämää ja ne jotka ovat siinä mukana katsovat asiaa aina subjektiivisesti, eivät koskaan objektiivisesti.

Huono ulosanti jonkun mielestä voi olla loistava jonkun toisen mielestä.

Jos lähestyt jotain ihmistä ja lähestyminen menee pieleen, niin missä on sanottu ettet voisi yrittää lähestyä uudelleen tätä samaa ihmistä?

Jokaiselle ihmiselle tulee maine, mikä tarkoittaa sitä, että toiset ihmiset määrittelevät hänet.

Jos haluat menestyä, niin arvostelua tulee ja kannattaa jo hyvissä ajoin valmistautua lannistajiin.

Ja monet jotka huutavat hyvän ensivaikutelman nimeen ovat näitä lannistajia.

He hymyilevät sinulle, ja silti yrittävät puukottaa sinua armottomasti selkään, sekä riistää sinua heti kun silmä välttää ja tilanne muuttuu heidän kannaltaan otolliseksi.

Heille ei todellakaan sovi, että sinusta tulisi vahva ja menestyvä, joka kuuntelee omaa intuitiotaan eikä auktoriteetteja.

Oman maineen kannalta hankalan maineen omaava tyyppi on kuitenkin paljon parempi kuin nössön maine.

Ne jotka korostavat ensivaikutelman merkitystä haluaisivatkin Suomen olevan täynnä nössöjä, jotka eivät pidä puoliaan.

Vahva itsenäinen ja omilla aivoillaan ajatteleva suomalainen mies on heille kauhistus vaikka he eivät sano sitä ääneen.

Ei siis kannata piitata ensivaikutelman tekemisestä vaan panostaa kunnolla oman polun löytämiseen ja siinä kulkemiseen.

Parhaiten se onnistuu niin, että on parempi rakentaa uusi minä jos vanha ei miellytä.

Kun omaa itseään rakennetaan vaikkapa jalostamalla amerikkalaisen pelimiesgenren metodeja sinulle sopiviksi, niin mikään sinussa jo olemassa oleva ei katoa.

Nykyiset vahvuutesi vahvistuvat ja entiset heikkoutesi heikkenevät.

Sen lisäksi tulee uusia sosiaalisia ja henkisiä kykyjä, joita et koskaan olisi uskonut olevan olemassakaan.

Muutut sellaiseksi ihmiseksi, jota yleensä olet tottunut katsomaan elokuvista.

Yksi näistä uusista "kyvyistä" on valita se oma polku ja kulkea siinä vaikka se arvostelua aiheuttaisikin.

Ensivaikutelmalle ei siis kannata antaa paljon painoarvoa, koska ihmiset googlettavat sinua ja onkin paljon tärkeämpää mitä sinusta on netissä.

Kuin mitä sinusta huokuu muutaman sekunnin ajan jollekin täysin tuntemattomalle ihmiselle josta et tiedä yhtään mitään ennen tätä lyhyttä kohtaamista.

Vaikka ihmiset tai virastot sanoisivat ettei sinua googleteta tai seurata Facebookissa, niin se on valetta johon et voi luottaa.

Ihmiset ovat ihmisiä ja he eivät voi aina hallita heikkouksiaan.

Joihin kuuluvat uteliaisuus, juoruilu jne...se on lainalaisuus joka kuuluu inhimillisyyteen.

Tätä lainalaisuutta ei voi täysin muuttaa, mutta jota voi käyttää täysillä hyväkseen.

Jos puhutaan ensivaikutelmasta: se menee näin, että vaikka sinulla olisi kuinka hyvä ulosanti, niin jos se mitä sinusta on netissä ei tule live-tilanteessa ulos, niin olet lirissä, koska sinä aiheutat ristiriitaa.

Ihmiset eivät pidä ristiriidasta koska se kavahduttaa heitä aluksi, mutta ristiriidalla ihmiset saadaan koukkuun koska ristiriita luo yksilöön särmää ja mielenkiintoa.

Ensivaikutelman jälkeen ihmiset googlettavat sinua ja kyselevät Facebookissa sinusta ja nämä ovat paljon tärkeämpiä kuvioita: *hallita omaa persoonaa sosiaalisessa mediassa kuin hallita hyvän ensivaikutelman teko.*

Vaikka tekisit kuinka surkean ensivaikutelman, mutta jos sinulla on Facebookissa 1000 ystävää ja niistä 200 julkisuuden henkilöä, tai sinulla on vaikka blogi jota lukee 10000 ihmistä viikossa, olet paljon vahvemmassa asemassa kuin joku joka tekee johonkin ihmiseen vaikutuksen parissa sekunnissa.

Näin sinulla on reaali pohjaa maineesi ja nimesi takana.

Pitkäjänteinen itsensä kehittäminen elämän eri sektoreilla on paljon jalompaa kuin saada sävärit kehoon kun joku tykkää siitä, että sanot nopeasti moi.

11 - Luku: Järjestelmällinen itsensä kehittäminen + Mies uusix - ohjelma..

Nyt tuomme pelimieskulttuurista käsitteet sisäpelin ja ulkopelin.

Ihan simppelellä, niin sisäpeli on oman mielen hallintaa ja ulkopeliä on kaikki se toiminta minkä ihmiset näkevät sinusta, alkaen pukeutumisesta ja linereista mennessä minne, vaikkapa julkkiskavereiden tuntemiseen Facebookissa.

Kun tiedät mitä haluat elämääsi ja varsinkin kun tiedät mitä et halua elämääsi, niin sinulle alkaa hiljalleen tulla ymmärrys mitä taitoja, tietoja ja konkretiaa tarvitaan unelmaelämääsi päästäksesi.

Tällöin sinä alat ymmärtämään oman osasi ja mitä se sisältää pelissä nimeltä elämä.

Tärkeintä on se, että sinulle ei sanella itsesi ulkopuolelta mikä se osa on tai miten elämää pitäisi elää.

Näin kirjoitat oman elämäsi menestystarinan ja se on se juttu.

Elefantti syödään pala kerrallaan, joten ei kannata ahnehtia vaan pienikin eteneminen on tärkeää.

Tärkeää on siis muuttua tai yrittää muuttua joksikin nykyistä minää suuremmaksi ja jalommaksi, kuin saada jotakin elämäänsä.

Muutos yleensä tapahtuu hitaasti ja niin, että omaa itseään ja taitojaan kehitellään joka päivä vähän

kerrallaan, sekä mieluiten tyynessä mielentilassa.

Kun näet elämässäsi mahdollisuuksia, on sinun suoranainen velvollisuutesi käyttää niitä hyväksesi niin paljon kuin mahdollista kunhan se ei vain ole muilta pois.

Voit menestyä ja toimia erittäin ripeästi hyväksikäyttämättä ketään.

Muuttuaksesi menestyjäksi, joka saa sen elämän jonka haluaa eikä ota sitä elämää joka annetaan, niin joudut ottamaan paljon riskejä ja toimimaan paljon epämukavuusalueella.

Sen takia seuraavaksi tuleva Mies Uusix ohjelma on luotu ja nimenomaan siksi, että miehen sosiaalinen kehittyminen menisi rakentavasti eteenpäin joka päivä.

Mies Uusix ohjelman rakenne on seuraavanlainen:

Ensimmäiseksi otetaan menneisyydestä ne tapahtumat, jotka ovat omasta mielestämme muovanneet elämämme nykyisen kaltaiseksi.

Sitten muutamme ne tarinaksi.

Tämän jälkeen kartoitetaan nykyinen elämämme mahdollisimman tarkasti, jotta näemme muuttuuko elämämme ylipäättään parempaan suuntaan tämän harjoituksen myötä vai ei.

Kirjoitusharjoituksen lopuksi lähestymme viittä tuntematonta ihmistä.

Liike-elämän perusteista otamme uhat, mahdollisuudet, heikkoudet ja vahvuudet laatikon.

Näin saamme lyhyen ajan opaskartan joka kertoo mihin pystymme, mihin emme pysty, mihin kannattaa resursseja laittaa sekä mitä kannattaa varoa.

Alamme harjoitella esiintymistä peilin sekä kameran edessä ja sen lisäksi lähestymme jälleen tuntemattomia ihmisiä.

Neljäs harjoitus luo eteemme tulevaisuuden jota janoamme, sekä reitin jota kohti haluamme lähteä kulkemaan.

Teemme siis itsellemme tulevaisuuden suuntakartan.

Lähestymisharjoituksissa lähestymme ainoastaan naisia.

Viidennessä harjoituksessa kerromme lyhyen tarinan siitä miten äskeisessä harjoituksessa hankimamme asiat saapuivat elämäämme.

Kuvaile siis mahdollisimman tarkasti mitä taitoja, vahvuuksia ja mahdollisuuksia käyttäen sait nuo asiat itsellesi.

Tätä tarinaa harjoitteleminen peilin tai videokameran edessä.

Lisäksi lähestymme jälleen viittä naista, sekä yritämme löytää mukavan kahvilan.

Kuudennessa harjoituksessa otamme päivän täysin omaan

hallintaamme ja suljemme puhelimen, emmekä katso sähköposteja.

Lisäksi lähdemme illalla ravintolaan kokemaan elämää.

Luomme siis yhdeksi päiväksi ihan ikioman maailmamme ja olemme irti normaalista arjesta, niin paljon kuin se tietenkin käytännön olosuhteissa on mahdollista.

Lähestymme edelleen naisia ravintolaolosuhteissa.

Seitsemännessä harjoituksessa haemme sosiaalisia heikkouksia ja mahdollisuuksia, joita emme ehkä itsessämme tunnista mielikuvitus-, julkisuuden- ja todellisten ihmisten luonteen piirteiden kautta.

Seuraavaksi pukeudumme vähän normaalia räikeämmin tai sitten selkeästi räikeämmin, sekä lähestymme ihmisiä ja tietoisina tiedämme, heidän huomaavan pukeutumisemme.

Luomme jälleen oman todellisuutemme, välittämättä ympäristölle siitä aiheuttamastamme reaktiosta.

Yhdeksännessä harjoituksessa menemme kerjäämään rahaa.

Kyse ei ole sinänsä rahasta, vaan nyt opettelemme kestämään torjuntaa.

Torjuntaan kannattaisi suhtautua niin, ettei se ole henkilökohtaista ja tässä harjoituksessa torjuntaa kyllä tulee, mutta sitähan onkin tarkoitus oppia kestämään.

Kymmenennessä harjoituksessa kyselemme naisilta

kahviloissa tai kaduilla mitä hyväntekeväisyysjärjestöä he suosittelevat.

Kehitämme omaa sosiaalista omaatuntoamme samalla kun parannamme omaa lähestymistämme kauniimman sukupuolen suuntaan.

Seuraavassa harjoituksessa kirjoitamme mielipidekirjoituksen omalla nimellämme ja tarjoamme sitä jollekin lehdelle.

Meillä on julkinen mielipide ja uskallamme seisoa sen takana, vaikka se voi joissakin ihmisissä aiheuttaakin närää meitä kohtaan.

Kahdennessatoista harjoituksessa olemme huomanneet jo muutoksen kipinän meissä heränneen ja huomaamme hiljalleen sisäisesti muuttuvamme vahvemmaksi.

Muutos ei koskaan koske vain ihmisen sisäpintaa vaan sen kannattaisi näkyä myös ulospäin.

Tänään käymme vaatekaupoissa kysymässä millainen tyyli olisi meille mitä sopivin.

Seuraavassa harjoituksessa alamme luottaa omaan karismaamme sekä sosiaaliseen vetovoimaamme ja menemme ravintolaan vain sen verran rahaa mukana, että saamme ostettua vain ja ainoastaan yhden tuopin.

Sen jälkeen menemme juttelemaan naisten kanssa, tietoisina siitä, että emme pysty heille tarjoamaan yhtään mitään mitä he ehkä vaatisivat meiltä.

Luotamme siis omaan viehätysvoimaamme ja

karismaamme, emme rahaan.

Neljännessätoista harjoituksessa opettelemme lähestymään settejä: kahdesta tai useammasta naisesta koostuvia ryhmiä.

Seuraavaksi keräämme kadulta roskia, kun niitä näemme ja emme välitä mitä muut ihmiset välittävät tästä toimesta.

Jälleen luomme oman todellisuutemme ja emme piittaa ulkopuolisten näkemyksistä.

Huomaamme myös sen, että vaikka joskus kun toimit oikein (roskien kerääminen), voi se suuren massan mielestä käytännössä näyttää naurettavalta: siitä huolimatta on tärkeää toimia oikein.

Kuudennessätoista harjoituksessa menemme tarkoituksella noloon tilanteeseen ja huomaamme pystyvämme toimimaan sielläkin oikein.

Käymme joko ostamassa kaupasta pornolehden tai sitten menemme kirjastosta kysymään *Kamasutraa* tai *Neil Straussin Pelimiestä*.

Seitsemännessätoista harjoituksessa opimme kestämään kritiikkiä entistä vahvemmin.

Menemme jollekin keskustelupalstalle ja kysymme (ei omalla nimellä) apua siitä miten nainen oikeaoppisesti viettelään ja luemme kritiikin jonka siitä saamme.

Seuraavaksi annamme anteeksi meitä vastaan rikkoneille, ennen kaikkea naisille, jos he ovat väärin meitä kohtaan toimineet.

Näin tajuaamme vihan aiheuttavan vain turhaa energian menetystä, jonka voi käyttää paljon rakentavampaankin toimintaan.

Yhdeksännessätoista harjoituksessa menemme laulamaan karaokea, selvinpäin: se voi olla monelle tätä harjoitusta tekevälle iso juttu.

Kyse on kuitenkin vain itsensä ylittämisestä sosiaalisen paineen alla.

Seuraavaksi sulattelemme äskeisiä harjoituksia ja opettelemme tanssimaan, joko kotona tai sitten voi käydä jossain ravintolassa pyytämässä jotain kaunista naista tanssimaan kanssaan.

On hyvä osata muutamia sosiaalisia taitoja ja yksi niistä on tanssiminen: naiset nimittäin pitävät tanssimisesta ylikaiken.

Viimeisessä harjoituksessa menemme kunnolla ravintolaan viettelemään tai pokaamaan.

Lisäksi otamme kunnolla sosiaalista riskiä sekä katsomme minne ilta vie meitä mukanaan.

Ei siis mitään tarkkaa suunnitelmaa miten illan pitäisi mennä ja menet vain tapaamaan upeita ihmisiä, sekä

ennen kaikkea naisia ja katsot mitä tapahtuu.

Aamulla kirjoitamme illasta kenttäraportin, joka ei loukkaa ketään ja joka on rehellinen kuvaus illan sosiaalisista tapahtumista ja mikä niistä omasta mielestä toimi sekä mikä ei toiminut.

Lisäksi saamme asian osaavalta keskustelupalstalta arvion siitä miten reissu käytännössä meni ja miten omaa sosiaalista käyttäytymistä kannattaisi tästä eteenpäin kehittää.

Ennen harjoitusten tekoa kannattaa miettiä miten ja missä ne tulee tekemään ja ennen kaikkea missä mielentilassa.

Harjoituksia ei kannata tehdä alkoholin tai minkään muunkaan päihteen vaikutuksen alaisena tai vihaisen tunnetilan ollessa päällä.

Jos et ole ennen tätä pitänyt päiväkirjaa, niin kannattaa aloittaa sen pitäminen juuri nyt.

Jos pidät päiväkirjaa muutenkin, niin aloita tätä harjoitusta varten uusi päiväkirja, A4-ruutuvihko riittää ihan hyvin.

Muista laittaa aloitussivulle lähtötilanne ja mielellään loppusivuille päämääräsi tai suuri unelmasi.

Joka päivä kannattaisi kirjoittaa jotain ja mielellään sekä aamulla että illalla.

Tunnetilojen kuvaaminen on myös hyvin tärkeää.

Joitain harjoituksia joudutaan tekemään toistona ja vaikka teit kyseisen harjoituksen eilen, se kannattaa tehdä tänään vaikka tälle päivälle olisikin uusi harjoitus, jos tuntuu että kyseinen aihealue ei ole ihan hanskassa vielä.

Lisäksi yhdessä harjoituksessa voi itsessään olla useampia harjoitteita.

Ja ainakin alussa tulee sekä kirjoittamisharjoitus, että sosiaalinen harjoitus, tosin ne ovat aluksia helppoja.

Loppua kohti harjoituksia on vähän, mutta niiden vaativuustaso voi joillekin olla kova, esimerkiksi mennä laulamaan karaokea.

Laita siis paperille ylös ne harjoitukset, joissa mainitaan, että niitä olisi hyvä toistaa useamminkin.

Kyse on prosessista, ei projektista.

Kolmen kuukauden päästä olet eri tilanteessa kuin nyt, osin tämän harjoituksen ansiosta ja osin siksi että kukaan ihminen ei pysty välttämään muutosta, suuntaan tai toiseen.

Me voimme kuitenkin matkalla ollessamme seurata omaa tilannettamme ja aina silloin tällöin analysoida mitä teimme oikein ja mitä väärin.

Sen jälkeen alamme tietämään mitkä ovat oikeita vahvuuksiamme ja mitkä oikeita heikkouksiamme.

Lisäksi alamme vähitellen vahvistamaan vahvuuksiamme ja heikentämään heikkouksiamme.

Myös videopäiväkirjan tekeminen on ihan hyvä asia ja jos mahdollista niin pidä sekä videopäiväkirjaa, että tavallista päiväkirjaa.

Kumpaakin tarvitaan, sekä sitä että osaa esiintyä luontevasti ihmisten ja kameran edessä, sekä sitä että osaa jäsentää itseään ja omaa maailmankuvaansa kirjoittamalla.

Ne eivät ole toistensa vastakohtia ja kumpaakin taitoa tarvitaan, sekä kumpaakin taitoa kannattaisi kehittää jatkuvalla harjoittelemisella.

Sargaaminen ei ole pelkästään naisten viettelemistä, kyseessä on muutosprosessi jonka konkreettisia tuloksia ovat hyvä esiintymiskyky, uusi sosiaalinen verkosto ja paljon kirjoitettua materiaalia josta voi jopa tehdä kirjan tai myöhemmin tulevaisuudessa muistella vanhoja hyviä aikoja.

Kirjoitettu materiaali myös todentaa muutostasi konkreettisesti.

Ala myös henkisesti varautua siihen, että näissä harjoituksissa tulet myös lähestymään ventovieraita ihmisiä.

Tee vain yksi harjoitus päivässä.

Jos harjoituksen tekeminen tuntuu vaikealta, voit pitää välipäivän, jos haluat ja kokeilla sen tekoa uudestaan toisena päivänä.

Jos et pysty jotain harjoitusta tekemään, niin jätä kyseisen harjoituksen tekeminen viimeiseksi ja kirjoita syy siihen miksi, et kyseistä harjoitusta halunnut tehdä sillä kertaa.

Kun olet tehnyt ne harjoitukset joihin kykenet, niin palaa niihin harjoituksiin, jotka olet jättänyt tekemättä ja lue se syy miksi jätit ne aikoinaan tekemättä.

Ajan ja sulattelun kautta olet varmaan saanut sen verran itsevarmuutta muista tehtävistä, että nyt pystyt ne tekemään.

Jos et, niin kirjaa vielä kerran ylös miksi et vieläkaan usko pystyväsi niitä tekemään.

Niitä tehtäviä, joita et pysty tekemään, tarkoittaa vain sitä, että niiden tekeminen siirtyy myöhemmäksi, ei sen kummempaa.

Kannattaa kuitenkin yrittää niiden tekoa, koska niiden tekemättä jättäminen jättää mieleesi jäljen, että olet luovuttanut.

Minkään tehtävän tekeminen ei sinänsä ole mahdotonta ja kaikki on tavallisen miehen suorituskyvyn rajoissa.

Ainoastaan mielesi voi sabotoida niiden tekoa.

Kerjääminen, karaoken laulaminen, kauniita naisia kohden lähestyminen, pornolehden ostaminen, eivät vaadi kolmen kuukauden kommandokoulutusta tai kovan kidutuksen kestäväää fysiikkaa.

Jos ne on mahdotonta tehdä niin, se tarkoittaa, että mielesi tekee ne mahdottomaksi toteuttaa.

Tehtävät sinällään itsessään eivät ole mahdottomia.

Pointti näissä harjoitteissa on juuri se, että luonnottoman asian kannattaisi mielessäsi muuttua luonnolliseksi.

Lisäksi se mikä on ennen sinusta ollut mukavaa, kannattaisi muuttua sellaiseksi ettet halua palata sinne.

Koska mukavuus ei yleensä ole sama asia kuin menestyminen.

Lisäksi sosiaalisen dynamiikan maailmassa hyvä epäonnistunut yritys voi olla paljon parempi kuin olla mukavuusalueen puolella.

Esimerkiksi se, että yrität karaokea ja omasta tai humalassa olevan Erkin mielestä epäonnistuit, voi jonkun kauniin naisen mielestä olla hyvä yritys ja hänelle sillä kappaleella, jota lauloit saattoi olla tunteisiin vetoavaa merkitystä.

Sosiaalisen dynamiikan laissa se minkä itse koet epäonnistumiseksi, ei välttämättä muiden mielestä sitä ole.

Jos alat korostaa jotain luonteenpiirrettäsi liikaa, se muuttaa sinut ylimieliseksi.

Tämän harjoituksen jälkeen varsinainen työ alkaa sosiaalisten taitojesi kehittämisen saralla ja valtaosin joudut oppimaan yrityksen ja erehdyksen kautta, kuten me kaikki, mutta matkaa ei tarvitse tehdä yksin.

Ihminen ei jalostu koskaan tarpeeksi, muuttuessaan paremmaksi.

Hyvää matkaa ja olkoot korkeammat voimat tukenasi kun menet jännittävän Mies Uusix ohjelman pariin.

HARJOITUS 1.

Neil Strauss sanoo Pelimiehessä näin:

Hyvä pelimies on täysin sinut materiaalinsa kanssa, jota hän kertoo naiselle tai sitten hänen pitää olla erityisen hyvä valehtelija.

Tässä ja parissa seuraavassa harjoituksessa, on tarkoitus löytää oikea minämme ja oikeat arvomme.

Löytää siis ne asiat joita me oikeasti haluamme elämäämme niillä keinoilla, jotka ovat meille oikeita sosiaalisen käyttäytymisen suhteen.

Ole rehellinen kun teet seuraavan harjoituksen, koska jos valehtelet, valehtelet itsellesi.

Kirjoita 12 tärkeintä kokemusta elämästäsi.

Ja nimenomaan sellaiset kokemukset, jotka otit hyvin tunnepitoisesti vastaan.

Koita laittaa sekä positiivisia, että negatiivisia kokemuksia joukkoon.

Suhteen kannattaisi olla 50 / 50.

Jos negatiivisia tapahtumia tuntuu olevan enemmän, niin laita vain kaikkein pahimmat ja korota pieniäkin positiivisia hetkiä enemmän.

Jaa nämä kokemukset 2-4 ryhmään ja nimeä ne.
Esimerkiksi lapsuus, työ, ihmissuhde, raha jne...

Sitten tee kustakin aiheesta elokuva: anna joka ryhmälle nimi ja niputa aihe pieneksi tarinaksi.

Ota tärkeimmät hetket elämästäsi, laita ne osiin ja katso mikä niitä yhdistää.

Kun saat yhdistävät osat kasaan: huomaat että siinä on tarina.

Kirjoita tarina ja katso miten se on palvellut sinua.

Jopa epämiellyttävät kokemukset ovat tehneet sinusta sinut ja niilläkin on sinulle kerrottavaa, vaikka se onkin voinut karulta kuulostaakin.

Tee tämä harjoitus ihan kaikessa rauhassa ja muista säilyttää nämä tarinat.

Lisäksi ala henkisesti varautua siihen, että seuraavat harjoitukset ovat kaksiosaisia.

Ensin on kirjoitusharjoitus ja lopuksi sosiaalisuutta edistävä harjoitus.

Ala henkisesti varautua siihen, että alat lähestyä täysin tuntemattomia ihmisiä.

Ennen sitä, niin oma elämä ja varsinkin menneisyys muutetaan tulevaisuutta palvelevaksi tarinaksi.

Valehdella ei kannata.

Silti jokainen päättää itse miten menneisyytensä kertoo eteenpäin.

HARJOITUS 2.

Kerro millaista elämäsi on nyt, mahdollisimman tarkasti ja niin yksityiskohtaisesti kuin vain pystyt.

Sinun on tiedettävä mistä lähdet liikkeelle ja muuttuuko elämäsi paremmaksi näiden muutaman kuukauden aikana, jolloin sinun kannattaisi lisätä tarkkaavaisuuttasi.

Se onnistuu vain jos lähtötilanne on mahdollisimman hyvin kartoitettu jo alusta lähtien.

Tässä muutama esimerkki mitä kannattaisi kartoittaa.

Miten asut nyt?

Missä työskentelet vai työskenteletkö?

Mikä on täsmällinen rahatilanteesi?

Jos sinulla on osakesalkku, kerro sen koostumus ja arvo.

Kerro perhe- / seurustelusuhteistasi?

Oletko ujo?

Kuinka monta sosiaalista riskiä otat päivittäin?

Kuinka monta ystävää sinulla on?

Kuinka monta kaveria / tuttua sinulla on?

Nämä olivat karkeita esimerkkejä, mutta ymmärrät varmaan jutun jujun?

Koska kolmen kuukauden päästä harjoitusten jälkeen, teet uuden listan ja vertaat sitä tähän.

Laita jo nyt allakkaan päivämäärä jolloin kartoitat elämäsi uudelleen.

Vasta silloin alat tajuamaan, kuinka tärkeää on tietää mistä lähtee liikenteeseen.

Loppujen lopuksi vain harvat ihmiset määrittelevät elämänsä ja heille vain tapahtuu asioita.

Ole siis sinä aktiivinen ja huomioi mistä lähdet liikkeelle, niin tulet yllättymään siitä minne pääset.

Listaa siis nykyinen elämäsi mahdollisimman tarkasti ja yksityiskohtaisesti ylös.

Nyt näihin harjoituksiin tulee myös sosiaalinen ulottuvuus.

Lähesty viittä tuntematonta ihmistä tänään.

Sen ei tarvitse olla elämää suurempi tapaaminen, voit kysyä kelloa tai suuntaa johonkin paikkaan.

Tällä harjoituksella koitetaan saada lähestymispelko katoamaan, jos sellaista on.

Jos ei ole, niin sitten tämä harjoitus vain vahvistaa omaa sosiaalista käyttäytymistäsi.

Sukupuolella ei ole väliä ja jos oikein paljon aristaa lähestyä tuntemattomia ihmisiä, voit vaikka aloittaa menemällä lähimpään markettiin ja kysyä infopisteestä miten lottoaminen toimii.

Kirjaa lopuksi miltä se tuntui vihkoosi tai päiväkirjaasi.

HARJOITUS 3.

Tee nopea uhat, mahdollisuudet, vahvuudet, heikkoudet kartta itsestäsi ja taidoistasi.

Tee siis laatikko ja jaa se neljään osaan.

Yhden osan nimi on Vahvuus, toisen Heikkous, kolmannen Mahdollisuudet ja neljännen Heikkoudet.

Ymmärrä vahvuutesi:

Mitä taitoja, kokemuksia, kontakteja ja erityisosaamista sinulla on?

Missä olet hyvä?

Mitä nautit tehdä?

Ymmärrä heikkoutesi:

Mitä taitoja, kokemuksia, kontakteja tai erityisosaamista sinulta puuttuu?

Mistä et pidä?

Millaisten asioiden tekemistä siirrät, aina kun se on mahdollista?

Tunnista mahdollisuutesi:

Mitä tekisit, jos mikään ei estäisi sinua?

Mistä taidoista muut ihmiset kehuvat sinua?

Miten voit hyödyntää taitojasi tai puutteitasi juuri tällä hetkellä näissä olosuhteissa?

Seuraavaksi selvitellään uhat:

Mikä on pahin juttu mikä voi mennä pieleen, jos otat reilua riskiä?

Mitä menetettävää sinulla on?

Mistä muut ihmiset varoittavat sinua?

Mitä pelkää?

Nykyisyyden ja tulevaisuuden välissä on tila ja sen nimi on muutos.

Kerro itsellesi miksi haluat muuttaa nykyisen elämäsi toisenlaiseksi.

Kirjoita ihan lyhyt tarina ja lue se peilin tai videokameran edessä.

Lisäksi nyt alamme panostamaan myös äänenpainoon ja esiintymiseen.

Pelimiesteoriat opettavat kävelemään, puhumaan ja nimenomaan käyttämään äänenpainoa.

Muotitietoiseksi voi oppia ja rohkeus lisääntyy, kun ottaa sosiaalista riskiä päivittäin ja uskaltaa laittaa itsensä likoon.

Kaikki kuitenkin lähtee pohjatyöstä.

Sinun itsesi kannattaisi tietää mihin olet matkalla ja mitä haluat elämääsi.

Lisäksi sen pohjatyön tekeminen voi aluksi tuntua vähän epämiellyttävältä.

Näin kuitenkin saat elämääsi niitä asioita joita oikeasti haluat siihen saada.

Lisäksi pääset niistä asioista eroon, joita et todellakaan halua pitää nykyisessä elämässäsi.

Lähesty jälleen viittä tuntematonta ihmistä tänään ja edelleen voit kysyä vaikka kelloa tai jotain paikkaa jonne suunnistaa.

Nyt alamme opetella hiljalleen keskittämään huomiotasi yksityiskohtiin.

Joten koita kiinnittää huomiota tämän ihmisen vaatetukseen jonka kohtaavat.

Lähestymisen voit aloittaa jälleen kysymällä kelloa tai jotain hyvää vaateliikettä.

Ja sen lisäksi, kysy lopuksi, mitä hyvää kahvilaa he

suosittelisivat.

Muista hymyillä (sitäkin kannattaa harjoitella peilin tai kameran edessä).

Ja ole rennosti, niin hyvin se menee.

HARJOITUS 4.

Tämä on suhteellisen tärkeä harjoitus.

Lisäksi tässä osiossa voidaan jopa joutua askartelemaan saksien, paperin, liiman ja lehtien kanssa.

Nyt keskitymme tulevaisuuteen.

Millaiseksi sen haluat?

Kävit nykyisyytesi läpi ja sen millaista elämäsi juuri nyt on.

Käy nyt samat asiat läpi, niin että mietit mitä haluaisit elämässäsi olevan vuoden päästä.

Entä miltä elämäsi näyttäisi viiden vuoden päästä?

Joidenkin "gurujen" mielestä pitäisi olla tarkka yksityiskohtien kanssa, jotkut taas haluavat että elämä yllättää hänet ja niinpä tämän ihmisen tavoitteet ovat suurpiirteisempiä.

Kumpi tahansa voi olla sinulle sopiva tapa ja sinun kannattaa se itse löytää.

Tavoitteet voi kirjoittaa ylös ja niitä on hyvä lueskella silloin tällöin.

Lisäksi voit myös leikata lehdistä kuvia sekä liimata niitä

vihkoon.

Tai voit tehdä isosta paperista seinälle tulevaisuutesi kuvina.

Jokaisen ihmisen elämä muuttuu päivien kuluessa ja täysin kiveen kirjoitettua suunnitelmaa ei ole hyvä edes olla olemassakaan.

Sinällään tietty suunta mihin päin ihminen ihan konkreettisesti menee päivittäin, niin se olisi hyvä olla tiedossa.

Ja taas: tee tämä ajan kanssa ja jos et tiedä jotain kohtaa elämässäsi miten sen täyttää, niin jätä se avoimeksi.

Lähesty tänään viittä naista, älä lähesty miehiä ollenkaan.

Edelleenkin ei tarvitse mitään muuta kuin kysyä kelloa tai suuntaa, kunhan lähestyt ja alat hiljalleen tottumaan siihen, että juttelet naisten kanssa.

Lisäksi ala kiinnittämään huomiota yksityiskohtiin tarkemmin.

Nyt ei tarvitse kysyä kahvilasta mitään, jos et halua.

HARJOITUS 5.

Viidennessä harjoituksessa kerromme lyhyen tarinan siitä, miten äskeisessä harjoituksessa hankimamme asiat saapuivat elämäämme.

Tai voit kertoa tarinan miten ne ovat jo tulleet elämääsi (vaikkeivat olisikaan vielä tulleet).

Kuvaile mitä taitoja, vahvuuksia ja mahdollisuuksia käyttäen sait nuo asiat itsellesi.

Tästä eteenpäin, koko harjoituksen ajan, niin lue usein aamuisin tuo tarina peilin edessä.

Jos sinulla on nauhuri, niin lue harjoitus aamuisin peilin edessä nauhurille ja illalla ennen nukkumaan menoa kuuntele se.

Jos mahdollista niin pidä kaikki äänitetyt puheesi tallessa ja ala hiljalleen seurata äänenpainosi kehittymistä.

Näin sinulle alkaa tasaisen varmasti tulla voimaa kertoa noista asioista joita haluat elämääsi.

Lisäksi jos sinulla on videokamera, niin lue aamulla teksti nauhalle ja älä pyyhi sitä yli.

Tällä tavoin on tarkoitus vahvistaa esiintymiskykyäsi, sekä äänenpainatuksesi voimaa.

Lähesty jälleen tänään viittä kaunista naista ja kysy nyt mitä kahvilaa he suosittelevat.

Ja jos uskot, että olet valmis, pyydä heitä saattamaan sinut tähän kahvilaan (Jos joku oikeasti lähtee saattamaan, tarjoa hänelle kahvi).

Kannattaa ehkä harjoitella peilin edessä tätä pyyntöä ensin.

Jo se, että lähestyt viittä naista on ihan hyvä suoritus.

HARJOITUS 6.

Tämä on paha harjoitus, koita tehdä se silti.

Tämä harjoitus on varmaankin monelle mahdoton toteuttaa arkipäivänä.

Vaikea se voi olla viikonloppunakin toteuttaa.

Sinällään harjoituksen tekeminen puhdistaa erinomaisesti mieltä.

Ydinidea on se, että menestyjä luo oman todellisuutensa ja elää siinä.

Nyt yritämme luoda sellaisen päivän, jota sinä hallitset niin paljon kuin mahdollista, eikä niin, että ulkoinen maailma yrittää hallita sinua niin paljon kuin mahdollista.

Sulje puhelin, älä tarkista sähköposteja, älä lue iltapäivälehtiä äläkä juorulehtiä (erikois- ja harrastelehdet ovat sallittuja) ja salli itsesi katsoa ainoastaan yksi televisio ohjelma (mutta jos voit olla katsomatta yhtään telkkaria tai olla pelaamatta, niin sitä parempi).

Tarkoitus on, että mietit aikaisempina päivinä kirjoittamiasi tehtäviä ja mietit oikein olan takaa mitä asioita et enää halua elämääsi, mitä haluat, mitkä ovat arvosi ja millainen luonteesi on sekä millaiseksi sen haluaisit muuttuvan.

Television ja roskalehtien lukemisen voit aivan hyvin korvata lähtemällä illalla ulos tapaamaan ihmisiä vaikkapa johonkin hyvään yökerhoon tai ravintolaan.

Käy mielellään sellaisessa paikassa, jossa et ole käynyt aikaisemmin tai käyt muuten vain harvemmin.

Mitä tuntemattomampia siellä olevat ihmiset ovat sinulle, sitä parempi.

Kun olet ravintolassa, niin mene tapaamaan viittä kaunista naista ja aloita jutustelu.

Voit käyttää vaikkapa seuraavia lauseita:

- Moi, käytkö täällä usein?
- Tuolla soi hyvä biisi ja en osaa yhtään tanssia, voisitko opettaa minulle tanssimisen alkeet?
- Kummat sinun mielestäsi huijaavat toisia ihmisiä enemmän: miehet vai naiset?

-

Tai mieluiten keksi joku omasta mielestäsi hyvä keskustelun avaus, jonka voisi heittää vaikka jollekin miehelle.

Nyt heität sen kuitenkin naiselle.

Älä ajattele lopputulosta, mene vain tapaamaan viehättäviä naisia ja katso mitä tapahtuu.

Jos arkaillet vielä keskustelun aloittamista naisten kanssa, kysy sitten vaikka kelloa tai jotain hyvää

jatkopaikkaa.

Edelleen tarkoituksena on totuttaa sinut naisten seuraan ja siihen, että kommunikaatiosi heidän kanssaan muodostuisi luonnolliseksi.

Älä ota torjuntaa henkilökohtaisesti vastaan, koska kun lähestyt tuntemattomia naisia ja he torjuvat sinut, se ei ole henkilökohtaista.

Välttämättä tämän illan ei tarvitsekaan olla kovin "tulosrikas".

Illan loppuksi tai heti aamulla, niin kirjoita tuntemuksistasi ja lopputuloksista päiväkirjaan.

Tarkoitus on että, tätä päivää hallitsit sinä, eikä niin että sinua yritettiin hallita.

Voit aivan hyvin kirjoittaa mitä heikkouksia koit itsessäsi tässä illassa.

HARJOITUS 7.

Tee lista kuudesta fiktiivisestä hahmosta elokuvista, kirjoista, sarjakuvista tai mistä tahansa hahmosta joista pidät tai et pidä.

Listaa fiktiiviset hahmot jotka herättävät sinussa voimakkaita tunteita: negatiivisia tai positiivisia.

Numeroi nyt ne arvoasteikolla 1-6, sillälailla mitä pidät heistä eniten merkityksellisempänä.

Mikä näistä hahmoista aiheuttaa sinussa eniten tunnepitoista vaikutusta?

Ketä rakastat ja ketä vihaat?

Miksi?

Listaa kuusi tuttua julkisuuden henkilöä samalla tavalla.

Tee kolmas lista oikeista ihmisistä jotka ovat vaikuttaneet sinun elämääsi joko positiivisesti tai negatiivisesti.

Kirjoita kaikista henkilöistä ominaisuudet ylös.

Mitkä ovat näiden ihmisten arvot ja mitä ristiriitaisuuksia heistä löytyy?

Mitä teemoja nousee esille?

Tee listat itsenäisesti toisistaan ja oikeastaan kun olet

tehnyt yhden listan, pidä vaikka vartin tauko ja tee toinen lista sekä jos mahdollista niin toisessa huoneessa.

Kun listat on tehty, ala vertaamaan niitä toisiinsa.

Tarkoituksena on löytää piilossa olevia heikkouksia ja mahdollisuuksia.

Se mitä rakastat toisissa ihmisissä, on yleensä se minkä kyvyn haluaisit itsellesi.

Kun yksi luonteenpiirre tulee useammin vastaan, siihen kannattaa kiinnittää huomiota.

Ne asiat jotka ärsyttävät joissakin ihmisissä, oikeissa tai todellisissa, ovat yleensä niitä asioita, jotka on myös sinussa, mutta haluat peittää ne.

Käy myös illalla kaikki muu tämän tehtävän aikana kirjoittamasi materiaali läpi.

Tee se vielä ennen nukkumaan menoa ja kirjoita vielä tuntemuksia päiväkirjaasi.

Tänään ei tarvitse lähestyä ketään.

HARJOITUS 8.

Harjoitusten tässä vaiheessa, keskitymme enemmänkin sosiaalisen puolen kehittämiseen ja jätämme kirjoittelun sekä oman elämämme suunnittelun vähän vähemmälle.

Tavallaan sulattelemmme muutostamme ja opettelemme tuomaan itseämme persoonallisesti esille arkipäivän maailmassa.

Seuraavat harjoitukset kannattaa tehdä ei tutussa ympäristössä.

Seuraavaksi riikinkukkoilemme.

Laita jotain häiritsevää pukeutumiseesi ja lähesty viittä ihmistä.

Pelleksi ei toki tarvitse pukeutua ja harkintaa häiritsevään pukeutumiseen kannattaa käyttää.

Lähesty nyt viittä ihmistä, ihan arkisesti ja kysy kelloa tai jos haluat voit aloittaa keskustelun, mutta pidä jotain sellaista päälläsi, jota et arjessa normaalisti käyttäisi.

Talvella voit käyttää hetken aikaa vaikka aurinkolaseja, koirankauluspantaa, provosoivaa T - paitaa, isoa hattua jne...

Käytä rohkeasti mielikuvitustasi.

Lisäksi tee tämä harjoitus oman tahtisi mukaan.

Huomioi se, että mitä räikeämmin pukeudut, niin sinua saatetaan testata esim: näytät vähän typerältä, miksi aikuinen mies käyttää talvella aurinkolaseja jne...

Älä kuitenkaan ala selittelemään yhtään kenellekään yhtään mitään.

Voit antaa jonkun humoristisen vastauksen: mun mielestä nää on tyylikkää. Mun menestys häikäisee joskus minutkin. Mitkä ihmeen aurinkolasit?

Tai vain kiität kaveria kommentista ja poistut tilanteesta tyylikkäästi.

Harjoituksen avulla on tarkoitus saada loppupeleissä sellainen tyyli joka sopii sinulle, ilman että välität siitä mitä muut ihmiset ovat siitä mieltä.

Muista, että menestyneet ihmiset luovat oman todellisuutensa ja elävät siinä, vaikka se ympäristössä saattaa aiheuttaa keskustelua ja ihmettelyä.

HARJOITUS 9.

Seuraava on aika paha harjoitus, varsinkin jos sosiaaliset taidot ovat olleet pitkään heikot.

Oletetaan, että teet tämän tutustuaksesi kauniimpaan sukupuoleen, vaikka julkisesti saatatkin sanoa kehittäväsi yleisiä sosiaalisia taitojasi.

Kun yrität iskeä naisia, silloin siihen "peliin" kuuluu myös pakkien saaminen.

Sinun on myös totuttava siihen, että kun lähestyt ihmisiä, he saattavat torjua sinut.

Tänään opettelemme kestämään torjuntaa.

Mene sellaiseen kohtaan kaupungissasi tai jopa toiseen kaupunkiin, jossa sinua ei tunneta ja jossa käyt harvemmin.

Laita jotain vähän huonompaa vaatetta yllesi.

Harjoituksenasi on: kerjätä rahaa.

Kävele alueella ja pyydä vastaan tulevilta ihmisiltä euroa tai kahta.

Jos haluat voit vaikka pyytää tuhatta euroa, mutta ihmiset alkavat pitää sinua mielenvikaisena.

Saat itse päättää kuinka kovaa sosiaalista riskiä haluat ottaa.

Varaudu siis siihen, että tulet saamaan arvostelevia katseita ja valtaosin sinua ei noteerata ollenkaan.

Tämä on ehkä tärkein sosiaalinen harjoitus, joka annetaan tässä harjoituskokonaisuudessa.

Voit tehdä tämän kerran ja jatkaa toiseen harjoitusosioon, mutta jos yhtenä syynä pidät epäonnistumista kauniimman sukupuolen kanssa, sitä että pelkäätkä saavasi torjuntaa ja joutuvasi naurunalaiseksi, niin kannattaa tehdä tämä harjoitus useampana päivänä ja siirtää muiden harjoitusten tekoa myöhemmäksi.

Muutaman päivän "kerjääminen" ja siis käytännössä torjuntaan oppiminen, tekee sen, että huomaat, ettei torjuntaan kuole, huomaat myös, ettei torjunta ole henkilökohtaista.

Alun harjoituksessa menit baariin ensimmäisen viikon jälkeen ja sinun oli kirjoitettava siitä baari - illasta seuraavana aamuna.

Sinun olisi tässä vaiheessa hyvä ymmärtää se, että kun opit kestämään torjuntaa, niin seuraava baari - ilta on ihan eri näköinen kuin se ensin tekemäsi.

Sinun on vain huomattava ja ymmärrettävä, käyttäytymisessäsi tapahtuva muutos.

Tee tämä harjoitus ainakin kerran.

Jos oikeasti uskot, että et saa naisia sen takia, että pelkäätkä torjuntaa niin, tee tämä harjoitus kolmena

päivänä peräkkäin ja lähesty 3-5 ihmistä.

Jos tulet sinuiksi homman kanssa, niin ei kukaan estä sinua jatkamasta enemmän kuin 3-5 ihmisen kanssa, mutta jos olet ujo ja arka, niin kannattaa aloittaa varovaisesti.

Muista edelleen ja iskosta tämä päähäsi, kirjoita vaikka se lapulle ja katso sitä säännöllisesti:

Torjunta ei ole henkilökohtaista.

Saat itse päättää jos onnistut saamaan rahaa, mihin sen käytät.

Voit antaa saamasi rahat hyväntekeväisyyteen tai sitten pitää ne itse.

Tarkoitus on oppia kestämään torjuntaa, ei saada rahaa.

Jos omasta mielestäsi pokerisi pitää, niin jos joku antaa sinulle rahaa, voit antaa rahat takaisin ja sanoa tekeväsi tätä harjoitusta ja katsoa minkä reaktion se aiheuttaa.

Kaikki riippuu sinusta ja halustasi ottaa sosiaalista riskiä.

Ja tämä on vaikea harjoitus, jonka moni haluaisi skipata.

Torjuntaan olisi hyvä kuitenkin oppia jossain muualla ensin kuin yökerhossa, koska siellä vastaan voi tulla sitten aika ilkeätakin tylytystä.

HARJOITUS 10.

Liity johonkin hyväntekeväisyysjärjestöön.

Tue jotain tärkeää järjestöä, mielellään joka kuukausi vaikka pienelläkin rahalla.

Tai hanki edes jonkun tärkeän järjestön jäsenyys:

Pelastakaa lapset, Animalia, Eläinoikeus puolue, WWF jne...

Sitä ennen kysy vähintään viideltä naiselta, jossain sopivassa paikassa, vaikka kahvilassa mitä hyväntekeväisyysjärjestöä hän suosittelee.

Illalla liity netin kautta tai vaikka soita sinne kun olet löytänyt mieleisesi hyväntekeväisyyskohteen.

On tärkeää ymmärtää, että heitä pitää auttaa, jotka apua tarvitsevat, eikä siinä, että sen julkisesti tunnustaa ole mitään väärää.

Kun kävit kerjäämässä rahaa ja aloit hiljalleen oppia, ettei torjuntaan kuole niin, sinulle tuli niin sanottua pakkipanssaria.

Ja sen vaarana on se, että saatat muuttua sosiaaliseksi robotiksi.

Tällöin osaat ottaa torjuntaa vastaan ja osaat käyttäytyä sosiaalisissa tilanteissa luonnollisesti, mutta et tunne mitään.

**Sinun on ymmärrettävä se, että ne jotka ovat vahvoja,
heillä on moraalisia velvollisuuksia heikompia kohtaan.**

HARJOITUS 11.

Seuraava harjoitus on taas kirjoittamistehtävä.

Äskeiset sosiaaliset tehtävät saattoivat olla sinulle ehkä vaativiakin.

Esimerkiksi monelle tuo kerjääminen ei ole niitä kivoimpia asioita suorittaa.

Silti tekemällä sen harjoituksen tottuu torjuntaan hyvin tehokkaasti.

Tänään on tavallaan lepopäivä sosiaalisten harjoitusten saralta.

Jos teit kerjäämisharjoituksen useampana päivänä, niin nyt mielen on hyvä vähän totuttautua siihen, että käyttäytymisemme on sosiaalisen dynamiikan maailmassa muuttumassa.

Emme kuitenkaan jää aloillemme ja tänään kirjoitamme mielipidekirjoituksen lehteen.

Ja ihan omalla nimellä, aihealueen saat itse valita.

Näin ilmaisemme omia mielipiteitämme ja näkemyksiämme rohkeasti.

Kirjoitus voi olla täysin asiallinen, jopa tylsä ja ydinidea on se, että kirjoitat sen omalla nimelläsi, etkä nimimerkillä.

Sinulla on nyt mielipide ja seisot sen takana, julkisesti.

Nimimerkkien takana kritisointi ja arvostelu on pelkuruutta sekä edistää koulu-, työpaikka- ja nettikiusaamista Suomessa.

Sinä joka luet tätä ja teet harjoituksia, et ole pelkuri etkä kiusaaja.

Kun kerjäsit rahaa, teit sen sellaisessa paikassa, jossa et tule varmaankaan enää käymään, et varmaan vähään aikaan.

Niitä ihmisiä joilta kerjäsit, tuskin tulet enää näkemään ja he eivät enää edes muista sinua.

Sen sijaan kun teet kirjoituksen omalla nimelläsi, niin, se näkyy ja otat reilua sosiaalista riskiä omalla persoonallasi.

Sosiaalinen dynamiikka toimii, myös muilla tasoilla kuin vain kävellessämme ja kohdatessamme ihmisiä.

Kirjoittamasi kirjoitus huomataan ja mitä todennäköisemmin (Voit kirjoittaa 3-4 kirjoitusta) saat sen pieniin lehtiin; tietenkin Helsingin Sanomiin ja iltapäivälehtiin kannattaa yrittää, koska jos se menee läpi, onnistumisen tunne on sitä vahvempi.

Pointti tässä harjoituksessa on se, että sinulla on mielipide ja uskallat tuoda sen omalla nimelläsi esille, etkä pelkää niitä reaktioita joita kirjoituksesi saattaa aiheuttaa.

HARJOITUS 12.

Tässäkään harjoituksessa ei ole mitään uutta auringon alla, se nyt vain on fakta, että muutos sisältä käsin on tärkeämpää, kuin ulkoa päin.

Kun olet päättänyt muuttaa elämäsi ja tavata naisia, sekä saada sosiaalisen puolen kuntoon, siihen myös kuuluu muutos ulkoisesti.

Tänään vaihdamme tyyliä.

Emme kuitenkaan osta tänään vaatteita, vaan olemme ymmällämme miltä meidän tulisi näyttää.

Käy vähintään viidessä vaatekaupassa ja sano etsiväsi itsellesi uutta tyyliä, mutta että et oikein tiedä millaisen haluaisit sen olevan.

Kysy vain rohkeasti vaatemyyjältä neuvoa.

Jos paikalla on kauniimman sukupuolen edustajia, kysy heiltä: *anteeksi, mutta olen vaihtamassa tyyliä ja en oikein tiedä millainen minulle sopisi. Voisitkohan sinä tai te tytöt antaa minulle neuvoja siitä, miltä tyylikkään ja itsevarman miehen tulisi näyttää?*

Älä kuitenkaan osta mitään tällä kerralla.

Sano lopuksi, ettet ole varma ja kiitä opastuksesta sekä käy muissakin kaupoissa.

Jos sinulla on joku esikuva, niin nyt on oikea aika kokeilla

miltä hänen vaatetuksensa tuntuisi sinun päälläsi.

Jos sinulla on idolistasi kuva, niin voit ihan hyvin mennä sen kuvan kanssa kauppaan ja sanoa: *että minusta tämä jätkä näyttää tyylikkäältä, onko teillä tällaista vaatetusta tai tätä lähellä olevaa, haluaisin konkreettisesti nähdä, miltä se minun päälläni näyttää.*

Mieti illalla mikä niistä tuntui sinulle sopivalta ja hyvin nukutun yön jälkeen tai kun sinulle sopii, niin hae sitten sellainen vaatetus joka tuntui sinusta parhaalta kantaa ja mistä pidit.

HARJOITUS 13.

Nyt opettelemme taas toimimaan epämukavuusalueen puolella ja otamme sosiaalista riskiä.

Tänään menemme baariin tai ravintolaan ja otamme mukaamme vain sen verran rahaa, että saamme yhden oluen.

Nimenomaan vain yhden oluen tai yhden juoman verran rahaa mukaan.

Jos ravintolaan on sisäänpääsymaksu, niin ota sen verran rahaa mukaan, että pääset sisään ja saat vain yhden oluen.

Ja jos tarvitset taksin, niin laske se budjettiin.

Tärkeintä on se, että älä ota kortteja mukaan ja vain sen verran rahaa, että saat yhden oluen.

Jos olet tykännyt juopotella ravintoloissa alkoholin voimalla ja sitä kautta olet luonut sosiaalisia kontakteja, niin nyt joudut opettelemaan toimimaan aivan uudella tavalla.

Ja jos et ole pahemmin käynyt ravintoloissa, niin nyt on syytä käydä.

Tarkoitus tässä harjoituksessa on se, että alat uskoa omaan sosiaaliseen karismaasi, etkä luota ulkoisiin avuihin: ulkonäköön, rahaan tai statukseen yhtään.

Ostat siis illan aikana vain yhden tuopin ja seurustelet ihmisten kanssa.

Mene siis juttelemaan rohkeasti kauniille naisille.

Jos joku nainen tulee pyytämään juotavaa ja että sinun olisi tarjottava hänelle, nyt et voi niin tehdä, koska sinä et konkreettisesti pysty tarjoamaan kenellekään yhtään mitään.

Voit vastata: äiti antoi vain vitosen ja se meni tähän tuoppiin, sitä paitsi on kauhea klisee, että mies tarjoaa naiselle ja minä tykkään rikkoa kliseitä. Tarjoa sinä minulle puolestasi tuoppi / paukku.

Tai jotain muuta vastaavaa ja nokkelaa hymyssä suin.

Jos sosiaaliset taidot tuntuvat vieläkin vähän huterilta, niin treenaa vastausta peilin tai videokameran edessä.

Ja ole niin kauan ravintolassa tai baarissa kun sinusta tuntuu luontevalle.

Käy nyt kuitenkin lähestymässä viittä naista ja ala jutustella ihan niitä näitä heidän kanssaan.

HARJOITUS 14.

Pysytäänpä vielä perusteissa.

Olet jo varmaan huomannut, että sosiaaliset taitosi ovat kehittyneet ja että varsinkin kauniit naiset eivät liiku yksin.

Lisäksi ravintolassa ollessaan he ovat tyttöporukoissa, joissa on kahdesta useampaa tyttöä mukana.

Näitä voisi kutsua seteiksi.

Joskus naiset menevät myös porukoihin, joissa on miehiä. Nämä ovat niin sanottuja sekasettejä.

Ja jos haluat nostaa sosiaalista kyvykkyyttäsi, sinun kannattaa myös mennä setteihin.

Joudut siis menemään enemmän kuin yhdestä ihmisestä koostuvaan porukkaan, etkä välttämättä tunne heistä ketään.

Se voi tuntua pelottavalta kokemukselta.

Nyt ajelemme vielä kolmipyöräisellä, vaikka kun olet käynyt pyytämässä rahaa tuntemattomilta ihmisiltä ja kirjoittanut mielipidekirjoituksen, jonka takana pystyt seisomaan niin, uskot jo kykeneväsi vaikka mihin.

Hyvä niin.

Kehittymisen olisi kuitenkin syytä olla tasaista ja jos ottaa itselleen liian kovia riskejä ja saa niistä siipeensä, voi olla,

että masentuu ja jättää kokonaan itsensä kehittämisen sosiaalisen käyttäytymisen sektorilla.

Nyt opettelemme tulemaan toimeen settien kanssa.

Palataanpa aivan alkuun.

Pysäytä kahdesta tai useammasta tytöstä koostuva ryhmä ja kysy kelloa tai jotain paikkaa.

Kysy sellaista asiaa joka tuntuu sinusta luonnolliselta.

Mikäli sinusta tuntuu, että voisit käydä kovemmillaakin kierroksilla, niin voit laittaa uudet vaattesi päälle, jos olet sellaiset ostanut ja kysyä seteilä, mitä mieltä he ovat niistä:

- Anteeksi, mutta voisittekohan te auttaa minua? Ostin uudet vaatteet, mutta itse en ole varma ovatko nämä tyylikkää, mitä mieltä te olette?

Tai, anteeksi minusta olisi kiva tavata mukavia tyttöjä, kuten te mutta en oikein tiedä missä he arkisin ja iltaisin liikkuvat, osaatteko sanoa jotain paikkaa, jonne kannattaisi mennä ihan tyttöjen tapaaminen mielessä?

Jos et ole tehnyt tätä aikaisemmin, niin harjoittele ensin peilin edessä.

Lisäksi ennen kuin kokeilet näitä repliikkejä, pysäytä pari settiä ja kysy heiltä kelloa tai missä joku liike sijaitsee.

Näin saat itsevarmuutta, ennen kuin otat kovempaa

sosiaalista riskiä.

Edelleen, tärkeintä on että tulet sinuiksi noiden tilanteiden kanssa ja jos tytöiltä tuntuu vaikealta kysyä, missä heitä olisi hyvä tavata, niin älä kysy.

Totuttele vain pysäyttelemään settejä ja tulemaan sinuiksi tilanteiden kanssa.

Kirjoita illalla miltä tuntui mennä noihin setteihin päiväkirjaasi.

HARJOITUS 15.

Tänään keräämme kadulta roskaa.

Kun näet kadulla selkeän roskan, vaikkapa karkkipaperin tai muovipussin, ota se käteesi ja vie lähimpään roskikseen.

Kyseessä on samankaltainen harjoitus kuin rahan kerjääminen.

Kannattaa siis toimia eri tavalla kuin muut ihmiset ja olla noteeraamatta muiden huomioita omasta käytöksestä.

Älä tee harjoitusta tutussa ympäristössä, jos yhtään arveluttaa.

Tee kuitenkin harjoitus niin, että muut ihmiset huomaavat käytöksesi ja reagoivat siihen.

Lisäksi älä ala selittelemään toimiasi vaan pidä niitä ihan luonnollisina.

Voit ennen harjoituksen alkua tehdä muutaman linerin jolla vastaat nokkelasti takaisin jos haluat, mutta ei sinun tarvitse edes vastata mitään jos et halua.

Tai ihan asiallinen vastaus: minusta vain tuo roska oli ruma tuossa ja halusin tuoda vähän kauneutta tähän maailmaan.

Tässä harjoituksessa tekosi puhuu enemmän kuin yksikään sana.

Tämän jälkeen vaikkapa kotimatalla lähesty 3 tai viittä settiä.

Lisäksi kirjoita illalla ylös, mitä eroa oli mennä setteihin tänään kuin verrattuna siihen, että teit harjoituksen ensimmäisen kerran.

Kerro miltä tuntui silloin ja miltä nyt.

HARJOITUS 16.

Seuraavaksi harjoitteleminen noloon ja arveluttavaan tilanteeseen menemistä.

Mene siis kirjastoon ja pyydä kirjaston neitiä lainaamaan sinulle *Neil Straussin Pelimies, Kamasutra* tai ylipäätään kirja joka käsittelee joko naisten iskemistä tai seksiä.

Jos haluat ottaa enemmän sosiaalista riskiä, niin pyydä häntä suosittelemaan jotain kirjaa kyseisiltä elämäalueilta.

Tai käy kaupasta tai kioskista ostamassa kondomipaketti tai pornolehti.

Ideana on tarkoituksella mennä kiusalliseen tilanteeseen.

Huomioi se, että sinun ei tarvitse selitellä sitä mitä teet, kirjastojen tehtävä on lainata kirjoja ja kauppojen tehtävä on myydä tavaraa.

Tämän harjoituksen tarkoituksena on opettaa toimimaan itsevarmasti sellaisissa tilanteissa joita saatat itse pitää noloina.

Ja yleensä paikkakunnilla on useampia kuin vain yksi kirjasto sekä kauppoja on vaikka kuinka paljon, joten jos yhtään arveluttaa, älä tee tätä harjoitusta tutussa ympäristössäsi.

Vielä kannattaa pysäytellä settejä ja totuttautua siihen.

Määrän saat päättää itse.

HARJOITUS 17.

Tänään on tarkoitus oppia kestämään kritiikkiä.

Mene siis jollekin keskustelupalstalle, vaikkapa Suomi24 käy ihan hyvin ja kysy neuvoa miten nainen isketään.

Omalla nimellä ei tarvitse, eikä edes kannata tätä harjoitusta tehdä.

Nyt tarkoituksena on se, että avaudut ja saat siitä kritiikkiä tai suoranaista haukkumista.

Ei siis sinne missään nimessä oikealla nimellä ja älä pura myöskään sinne elämäsi tärkeimpiä asioita.

Voit vaikka kertoa tekeväsi tätä harjoitusta, jotta saisit naisseuraa ja katsoa miten siihen reagoidaan.

Sitten myöhemmin käy lukemassa se "palaute" ja kirjoita miltä kritiikki tuntui vaikka omaan päiväkirjaasi.

Muista se, että keskustelupalstoilla on äärimmäisen helppoa haukkua toista, koska tätä ei näe.

Lisäksi valtaosa siellä olevista haukkujista onkin niitä pahamaineisia nettikiusaaajia.

Tällä harjoituksella on tarkoitus totuttaa sinut kritiikkiin ja palautteeseen joka ei heti tule vastaan.

Jos sinulla on ollut säkää, niin hyvään mielipidekirjoitukseen tulee yleensä vastine ja olet ehkä jo sellaisen saanut, mutta aina sitä ei tule.

Kun teet tämän harjoituksen, niin aivan pomminvarmasti tulee kritiikkiä, ainakin Suomi24:llä.

Älä pelkää sitä, sillä siihen tottuminen tekee sinut vahvemmaksi.

HARJOITUS 18.

Anna anteeksi kolmelle sinulle eniten vääryyttä tehneelle ihmiselle.

Myös tänään jätetään sosiaalinen käyttäytyminen vähän vähemmälle ja nyt mennään hengellisten harjoitusten äärelle.

Ja tällä harjoituksella on myös tarkoitus estää sinua muuttumasta sosiaaliseksi robotiksi tai sosiopaatiksi.

Kirjoita kirje, jossa annat anteeksi kolmelle sinua vastaan rikkoneelle ihmiselle.

Niitä kirjeitä ei tarvitse lähettää kenellekään.

Tarkoitus on se, että se viha ja katkeruus joka sinulla on näitä ihmisiä kohtaan, loppuisi ja saisit sen energian kanavoitua vähän nykyistä paremmin.

Jos vaikkapa naiset ovat sinua loukanneet, tee tämä kirje heille ja anna anteeksi.

Sosiaaliset taitosi nousevat aika nopeasti kovalle tasolle.

Lisäksi ei kukaan halua, että muutut kylmäksi ja laskelmoivaksi naisia kohtaan, vaikka ravintolaolosuhteet voivatkin joskus tuntua julmalta peliltä.

Naiset ovat ihmisiä ja heitä pitää kohdella sen mukaisesti.

HARJOITUS 19.

Seuraavaksi menemme johonkin baariin tai paikkaan, jossa on karaoke-iltoja ja laulamme yhden laulun.

Voit harjoitella peilin edessä, kovinkaan paljoa ei kuitenkaan kannata sitä tehdä.

Tarkoitus on olla hetken aikaa ravintolassa muiden ihmisten mielenkiinnon kohteena ja toimia jälleen kerran siitä välittämättä.

Pointti ei ole se laulatko hyvin vai huonosti, pointti on se, että menet framille, teet suorituksesi ja poistut sieltä jälleen välittämättä siitä minkä reaktion suorituksesi aiheuttaa muissa ihmisissä.

Lisäksi tässä harjoituksessa joudut suoraan ihmisten silmätikuksi.

Lisäksi vaikka laulusuoritus menisi pieleen, niin ymmärrät sen, ettei siihen kuole vaikka mokaisikin.

HARJOITUS 20.

Opettele tanssimaan!

Tänään vedetään henkeä ennen viimeistä harjoitusta ja tänään on niin sanottu suvantopäivä.

Naiset pitävät miehistä, jotka osaavat tanssia, joten harjoittele muutama tanssiliike peilin tai mieluummin videokameran edessä.

Voit lainata kirjastosta tanssikirjan ja opetella muutaman askeleen tai jopa mennä tanssikurssille.

Tanssimisessa kuitenkin se, että olet innostunut ja toimit rytmin mukaan, on tärkeämpää kuin oikeaoppiset tanssiliikkeet.

Seuraavassa harjoituksessa on tarkoitus lähteä oikein kunnolla sargaamaan ja tehdä oikein kunnollinen ravintolareissu.

Kirjoita ylös nyt mitä haluat saada tältä nimenomaiselta onnistuneelta ravintola- tai sargausillalta ja millaista seuraa oikein lähdet etsimään.

HARJOITUS 21.

Tämä on viimeinen harjoitus: mene ravintolaan, yritä jutella naisten kanssa, yritä pokailla heitä ja pyydä heitä tanssimaan.

Huomioi se, ettei sinulla olisi mitään agenda.

Ja seuraavana aamuna kirjoita siitä kenttäraportti, sitä ei tarvitse lähettää, mutta jos haluat niin sen voi ja kritiikki pitää siitä kuunnella.

Tämä on loppukoe.

Mene siis ravintolaan ja käyttäydy miten tämän harjoituksen alussa et olisi käyttäytynyt

Jos vielä arveluttaa tai ujostuttaa, niin mene sellaiseen ravintolaan jossa et ole aikaisemmin käynyt tai käyt harvemmin.

Ja pidä hauskaa sekä ota kunnolla sosiaalista riskiä.

Tee siis se alussa mainittu kenttäraportti ja tästä eteenpäin kun käyt radalle, tee siitä kenttäraportti joka on askelaskel kuvio siitä miten lähestyit naisia ja ennen kaikkea millaisessa olotilassa.

Jos et halua niin, raportteja ei tarvitse lähettää minnekään, voit pitää ne itselläsi ja seurata omaa kehittymistäsi.

Sitä varten ne on kehitetty.

Kuitenkin RSDNation ja Stylelife Academy ovat oivia paikkoja jonne sen oman kenttäraportin voi viedä.

Muitakin on ja ne kannattaa selvittää omatoimisesti, että mikä voisi itselle olla se sopivin yhteisö.

Äsken mainitut ovat vain johtavia keskustelufoorumeja PUA -genressä maailmanlaajuisesti.

Tämän harjoituskokonaisuuden jälkeen ostat uuden vihkon ja alat seuraamaan, onko harjoitus muuttanut sinua.

Kolmen kuukauden päästä lopetat puolestasi tämän kyseisen vihkon.

Ja sitten katsot mistä lähdit, minne halusit mennä ja mihin asti pääsit kolmessa kuukaudessa.

Tällä harjoituksella on tarkoitus huomata kuka oikeasti on, mitä oikeasti haluaa ja minne haluaa mennä.

Tällä harjoituskokonaisuudella oli tarkoitus tuhota lähestymiskammo, opettaa kestämiään kritiikkiä, opettaa kestämiään torjuntaa, opettaa ottamaan sosiaalista riskiä ja ennen kaikkea olla ylpeä omasta itsestään sekä näkemyksistään.

Jos haluaa olla elämää suurempi hahmo, niin silloin pitää käyttäytyä niin.

Ja ennen kuin se tulee luonnollisesti, siihen joutuu tekemään paljon töitä.

Toisaalta kaikki eivät halua olla elämää suurempia hahmoja, jotkut haluavat vain hyvät sosiaaliset taidot ettei

ventovieraiden ihmisten seurassa tarvitse turhaan jännittää.

Ja sekin on ihan oikein.

12 - Luku: Kenttäraportit ja pelimiesyhteisöt.

Lähestymiskammon saaminen pois on siis yksi osa kuviota, ennen kuin voi olla luonnostaan viehättävä.

Yleensä se poistuu sillä, että lähestytään naisia sekä miehiä paljon ja useasti.

Tällöin päästään tilaan, että voidaan aloittaa keskusteluja ventovieraiden ihmisten kanssa ilman agenda ja näin tuodaan omaa karismaa esille.

Olisi hyvä jos kaikki sosiaaliset kohtaamiset olisivat rentoja ja miellyttäviä koskien kaikkia osapuolia.

Ehkä paras keino saada lähestymiskammo pois, on tehdä joku sosiaalinen ohjelma kuten *Stylelife Challenge* tai tässä kirjassa oleva *Mies Uusix*, koska ne järjestelmällisesti tietyn ajan puitteissa parantavat sosiaalisia taitoja monipuolisesti.

Ihan yleistäen, niin lähestymiskammo katoaa sillä, että lähestyy ihmisiä ja aloittaa jutustelut vaikkapa kaupan leipähyllyllä tai bussissa vastapäisen ihmisen kanssa.

Kuulostaa siltä, että se ei ole elämää suurempi asia, mutta joillekin se voi sitä olla ja senpä takia sitä tässä toistellaan.

Pelimieskulttuurin ydinidea on se järjestelmällinen itsensä kehittäminen.

Ja siellä yksi avainasemassa oleva asia ovat kenttäraportit.

Niiden merkitystä kehittää sosiaalista dynamiikkaansa ei vieläkään täysin ymmärretä Suomessa.

Kenttäraportit ovat kuvaus illan tai päivän sosiaalisista tapahtumista ja niiden tarkoitus on auttaa omaa sosiaalista kehittymistä nopeutumaan.

Niiden tehtävä ei ole nostaa omaa egoa, eikä niiden tarkoitus ole häpäistä ketään.

Kuitenkin raportin kannattaisi olla rehellinen kuvaus illasta ja siitä mitä siellä tapahtui.

Jos siellä käytettiin alkoholia, se kannattaisi kertoa. Jos tuli riitaa tai joutui tappeluun, se kannattaa myös kertoa.

Jos illalla sai naisen mukaansa, niin hyvä, jos ei, niin sekin on hyvä.

Tapahtuman kerronnassa kannattaisi olla suhteellisen tarkka ja siinä kannattaisi yrittää muistaa mainita jonkin verran mistä puhuttiin ja miten omaan käyttäytymiseen suhtauduttiin.

Sekä tärkeää on myös kertoa millainen oli oma sisäinen olotila ja siis se mitä tunsu illan aikana.

Jos lähestyminen on jännittänyt, niin on hyvä kertoa minkälaisen reaktion itse sai aikaan vaikka itsestä saattoikin tuntua, että oli aivan paniikissa eikä tiennyt mitä teki.

Ajan kanssa kun raportteja tekee, huomaa omien taitojensa kehittyneen sekä oman sisäisen tilan vakaantuneen.

Hiljalleen alamme päästä jännittämisestä pois ja se oma luonnollinen kommunikointi tulee esille.

Sitten raportti olisi hyvä laittaa kansainvälisille pelimiesfoorumeille, jotka on jo mainittu Mies Uusix ohjelmassa.

Siellä muut miehet lukevat sen ja kommentoivat sitä.

Neuvot ovat yleensä positiivisia ja kannustavia sekä ne joilla on enemmän kokemusta sargaamisesta, osaavat antaa konkreettisia neuvoja siitä miten ensi kerralla voisi mennä paremmin.

Pelimiesfooromit eivät Suomessa oikein ole ottaneet tulta alleen, joten valitettavasti kuten jo aiemmin mainittua, niin kannattaa mennä kansainvälisille foorumeille.

On surullista, että miehen sosiaalisuuden kehittämisen suhteen julkiset foorumit olisivat avainasemassa, mutta median ennakkoluuloiset asenteet ja nettikiusaajien käyttäytyminen tekevät sen, että Suomessa julkisia keskustelufoorumeja tämän elämänosa-alueen suhteen ei ole voitu rakentaa toisin kuin naisille.

Mennäänpä vähän taaksepäin ja mietitään syvällisemmin kenttäraporttien voimaa: nykyään jokainen ihminen haluaa olla yksilö ja erottua massasta.

Miten se onnistuu?

Sillä että olet kiinnostavampi kuin keskiverto ihminen ylipäättään.

Miten se taas onnistuu?

Sillä, että sinulla on elämä joka on keskiverto ihmistä kiinnostavampi ja se onnistuu niin, että sinulla on tarinoita, jotka kiinnostavat muita.

Esimerkiksi joidenkin mielestä *Teppo M:n 100 naista blogi* josta tuli kirja, niin erään teorian mukaan se koostui useista kenttäraporteista, jotka oli muokattu blogiystävälliseen muotoon.

***Teppo M* eli elämää radalla joka kiinnosti monia muitakin ihmisiä ja hänen tarinastaan tuli menestys.**

Nopein keino parantaa omia sosiaalisia taitojaan on mennä radalle ja tehdä niitä kenttäraportteja.

Niiden kautta oma elämä ja sosiaalinen kehittyminen alkaa jäsentyä.

Parhaista illoista tulee omia tarinoita, joita voi kertoa eteenpäin.

Elät elämääsi, josta kerrot koko ajan foorumeilla ja kun taitosi kehittyvät, niin sinun tarinasi alkavat elää omaa elämäänsä ja niitä muut kertovat juttuina mukamas heille

tapahuneina.

13 - Luku: Tarinoilla tilanne haltuun.

Monet sosiaalisesti suositut ihmiset ovat suosittuja, koska heillä on tarinoita, joita muut ihmiset haluavat kuunnella.

Tarinoiden kertominen on yksi merkityksellisempiä taitoja jolla hallita isompaa ryhmää oman julkisuusarvon ohella.

Ja nykyään lähes kaikilla on sellainen sosiaalisten medioiden voittokulun takia.

Ihan perusideologia on tämä: kerro hyviä tarinoita, älä kerro huonoja tarinoita.

Kaikkein parasta olisi se, että sinulla olisi kiinnostava elämä mielenkiintoisine sattumuksineen, josta ihmiset haluaisivat kuulla.

Jos siinä elämässä vilahtaisi julkisuudesta tuttuja henkilöitä, niin aina parempi.

Ilmankin kyllä pärjätään aivan mainiosti.

Tärkein pointti on se, että kun alat kertoa tarinaa, niin pidä huoli että se on sellainen tarina, joka oikeasti kiinnostaa sinua.

Jos tarina ei edes alunperin sinua kiinnosta, niin ei se kiinnosta kuulijoitakaan.

Kun olet itse innostunut siitä mitä kerrot, vaikka se olisi matemaattinen yhtälö, sinun innostuksesi vetää kuulijoita puoleensa.

Ei siis omasta mielestäsiikään tylsiä tarinoita, vaan sellaisia jotka saavat sinut vauhtiin ja innostavat sinua.

Pahinta mitä voit tehdä, on alkaa kertoa tarinaa, joka ei sinua itseäsi kiinnosta ja kuitenkin luulet, että se kiinnostaa yleisöä.

Tällöin jo oma kehonkieleesi ja äänenpainosi toimivat sinua vastaan.

Jos joku asia ei kiinnosta, niin sen yleensä näkee ja kuulee.

Toisaalta: innostuminen tarttuu.

Seuraavaksi kannattaa huomioida tarinan aihe: mielellään sellainen tapahtuma, joka on itsellesi käynyt, koska sen muistaa parhaiten.

Lisäksi siinä on itse tunnetasolla mukana ja isosti.

Jotkut opettelevat tarinoita, joita on sattunut muille ja / tai löytävät ne kirjoista sekä elokuvista ja muuntelevat niitä omiin tarkoituksiinsa sopiviksi.

Jos kuitenkin aiot itse keksiä tarinan, niin pidä huolta, että muistat sen yksityiskohdat ja ennen kaikkea, että se kuulostaisi uskottavalta.

Kun tarinaa aletaan kertomaan ravintolaolosuhteissa tai sen isomman ryhmän edessä niin, kirjoita se paperille ja lue muutaman kerran peilin edessä.

Mikäli vain mahdollista, niin käytä nauhuria tai videokameraa.

Ja olisi suotavaa katsoa oma suoritus videolta tai kuunnella se nauhalta suhteellisen säännöllisesti, että oikeasti näkisi sen oman edistymisensä.

Tämän jälkeen tarina editoidaan.

Tämä tarkoittaa sitä, että tarinasta jätetään turhat yksityiskohdat ja toistot pois.

Mitä tiiviimpi tarina, sitä parempi ja tätä kautta se on myös selkeämpi esittää.

Kun tarina on mielestäsi valmis ja sitä on harjoiteltu, on aika mennä yleisön eteen.

Jos mahdollista, niin se olisi hyvä kertoa ensin tutulle kaveripiirille ja nähdä millaisen reaktion se herättää.

Kun tarinaa kerrotaan, on hyvä johdatella kuulija tarinan maailmaan.

Oletkos sä tavannut ketään julkkista, kuten Jone Nikulaa? Aijaa, no mulla olisi yksi hauska juttu joka sattui mulle ja johon liittyy Nikulan Jone...

Tai

Onkos sulle käynyt koskaan niin, että olet treffeillä ja sun vanha exä tulee yxkax samaan raflaan...mulle kävi viikolla

niin että mä...

Vihjaile asioita enemmänkin kuin sanoisit suoraan.

Jos käytät *Jone Nikula* kuviota, älä sano että olisit tavannut tämän, vaikka olisitkin.

Puhu vain yleisluonteisesti ja koita saada toinen osapuoli esittämään kysymyksiä, joihin voit vastata:

A: Kiusoitellen

B: Totuudenmukaisesti

C: Siltä väliltä.

Valehdella ei kannata, vaikka tietenkin jotkut käyttävät sitä tarinankerronnassa.

Nimittäin jos on huono muisti, niin voi puhua itsensä pussiin kun ei muista, että missä kohti puhuu totta ja missä suorastaan valehtelee.

Lisäksi joillakin on huono pokerinaama ja bluffauksen näkee siitähän.

Sinällään faktoja voi muokata sillä lailla, että ne antavat itsestäsi sellaisen kuvan jonka haluat antaa.

Tämä on niin sanottua muokattua totuutta ja faktat kyllä sinänsä pitävät paikkansa, ja ne kerrotaan sellaisessa

kulmassa joka palvelee parhaiten sinua.

Kyseessä on käytännössä sinun näkemyksesi asiasta ja joku voi tietenkin olla siitä eri mieltä.

Niinpä konflikti on usein suosittu tarinoiden aihe.

Tällöin henkilö joutuu yhteenottoon toisen ihmisen tai kaikkein mieluiten ison organisaation kanssa:

Onkos sulla ollut ongelmia Sammon kaltaisen suuryrityksen kanssa? Et usko minkälaiseen tilanteeseen mä jouduin menneellä viikolla Sammon takia.

Etsiminen on myös suosittu aihe: muista *Indiana Jones* elokuvat, joissa sankari jahtaa jotain myyttistä aarretta jota jahtaavat muutkin.

- *Oliko sulle selvää jo pienestä pitäen mikä susta tulee isona?*

- *Viikolla mulle kävi hassu juttu, kun olin töissä, niin yhdestä kustantamosta soitettiin mulle, jonne mun kaveri oli lähettänyt mun tietämättäni yhden kirjoituksen.*

- *Mä luulin olevani tyytyväinen siihen työpaikaan, mutta nyt kun mä mietin mitä ne siellä kustantamossa sanoivat, niin pieni kirjailija alkoi herätä minussa ja...tosin kustantamolla on toinenkin teos toiselta kirjailijalta ja ne nyt miettivät kumman aikovat julkaista.*

Jos puhut pelkästään naiselle, eikä kyse ole isosta seurueesta, jossa on myös miehiä, niin kannattaa käyttää tunneperäisiä tarinoita.

Tällöin kerrot juttuja suhteista, seurustelusta, häistä, kihlauksista jne...vähemmän puhetta rahasta, vallasta, maineesta, tappeluista, väkivallasta jne...poikkeukset vahvistavat säännön ja tekemällä oppii.

Kun kerrot tarinoita, muista puhua selkeästi ja voimakkaasti.

Harjoittele siis myös äänenkäyttöä peilin tai nauhurin edessä ennen kuin lähdet radalle, siellä on vähän heikompi harjoitella.

Kannattaa myös opetella taukojen pitämistä.

Ne ovat merkittävässä asemassa kun puhetta rytmitetään.

Nopeaa puhetyyliä kannattaa välttää koska se antaa kiireen ja hätäilijän kuvan.

Tauot ovat siis hyviä, jos niitä oppii käyttämään, koska näin annat tietyille kohtauksille dramaattisen vaikutelman.

Mitä useammin harjoitteleet tarinaasi tai tarinoitasi, sitä enemmän niistä tulee tutumpia ja pystyt useammin niitä kerrottuaasi käyttämään äänenpainoasi kun haluat korostaa jotain kohtaa.

Muista, että äänenpainon käyttö ja tauotus ovat kaksi eri

asiaa, joilla haetaan kuitenkin samaa, eli jonkun kohdan ylikorostamista.

Tarinoita olisi hyvä olla vähän enemmänkin kuin yksi, koska jos sinulla on vain se yksi tarina, niin se on kulutettu aika nopeasti loppuun.

Tarinoiden kertomiseen ja esittämiseen kannattaa panostaa ja kunnolla.

14 - Luku: Pukeutuminen.

Sisäisestä maailmasta on nyt hyvä mennä ulkoiseen maailmaan, koska se miten pukeudumme määrittää meidät toisten ihmisten silmissä hyvinkin tehokkaasti.

Kannattaa kuitenkin itselleen sisäistää se, että tuo määritelmä tehdään suhteellisen nopeasti, sekä ennakkoluuloihin perustuen.

Tätä sanotaan ensivaikutelmaksi ja toisin kuin järjestelmä edelleen yrittää sumuttaa, se ei ole niin tärkeä asia kuin mukamas "tärkeiden" ihmisten mielestä sen pitäisi olla.

Omaa minuuttiaan ja persoonallisuuttaan ei kannattaisi missään olosuhteissa "myydä" muiden ihmisten hyväksynnälle.

Pukeutuminen on siis paljon isompi asia kuin se, että se lämmittää meitä.

Aloitetaan menemällä pukeutumisen lainalaisuuksiin.

Ihan aluksi kannattaa huomioida oma hygienia.

Jos henki löyhkää ja haiset hieltä, niin ihmiset tekevät jo tästä pitkälle meneviä johtopäätöksiä.

Jos henkesi ja olemuksesi haisee, niin tee se sitten tietoisesti, etenkin jos diggaat pultsareiden tyylistä ja elintavoista.

Muutenkin hygieniaan kannattaa panostaa päivittäin ja käydä suihkussa useasti sekä käyttää dödöä.

Hyvä olisi myös pestä hampaat aamulla, illalla sekä ennen

tärkeitä tapaamisia.

Vältä kuitenkin fluoria ja koita korvata se jollakin aivoillesi miellyttävämmällä hoitoaineella, jos sinusta pelkkä vesi ei riitä.

Tästä päästään alusvaatteisiin.

Käytä mukavia alusasuja ja on erittäin tärkeää, että ne eivät ole kireät.

Ei siis yhtä kokoa pienempiä vaatteita, koska se saa olosi tuntumaan epämukavalta.

Lisäksi vaatteiden kannattaisi olla ylipäättään vähän löysempiä.

Mikä ei tietenkään tarkoita yhtä kokoa pienempiä vaatteita.

Alusvaatteiden kannattaisi joustaa ja tuoda tietty rentous olemukseesi.

Jos haaroista kiristää, niin ihan takuulla jossain kohti päivää alkaa se vannekin päästä puristamaan.

Jos haluat ja pidät siitä, niin sitten voit pitää naisten alushousuja.

Sillä kaikkein tärkeintä on se, että alushousut antavat sinulle miellyttävän olotilan alkavaan päivään.

Jos teet näin, niin: niitä sitten pidetään, niistä ei puhuta ääneen!

Rentoon olotilaan voidaan päästä ihan konkreettisin toimin ja yksi on se, että vaatteet tukevat rentoa olemusta, eivätkä

tuo ylimääräistä räsitusta alkavaan päivään.

Pelimieskulttuurissa pukeutumisella on äärimmäisen iso merkitys, kuten *Neil Straussin Pelimieskirjasta* voi todeta tai seuraamalla amerikkalaisen PUA-guru *Mysteryn* toimintaa. Tällöin kyseessä on niin sanottu riikinkukkoilu.

Se voitaisiin suomentaa häiritseväksi tai huomiota herättäväksi pukeutumiseksi.

On paljon helpompi saada asioita menemään haluttuun suuntaan niin myyntitilanteessa, naisten iskemisessä kuin työpaikkahaastattelussakin, jos osaa erottautua muista paikalla olevista miehistä melkein heti kun toisessa päässä ovat ihmiset alkavat kartoittaa niin sanotusti laumaa.

Pukeutumalla erilailla kuin sinusta oletettaisiin tai miten muut pukeutuvat, niin saat huomion keskittymään itseesi hyvinkin tehokkaasti.

Kun herätät huomiota, niin kannattaa varautua siihen, että niin sanottua testaamista tuosta pukeutumisesta tulee.

Jos olet pukeutunut kuin cowboy ja menet tapahtumaan jossa kaikilla muilla on puku päällä, niin sinua voidaan yrittää pitää vitsinä.

Lisäksi sinua voidaan yrittää vähätellä.

Mitä epäsovinmaisemmin pukeudut, niin sitä enemmän sinua tullaan testaamaan sekä kyseenalaistamaan tuosta pukeutumisesta.

Kun olet valmistautunut siihen esimerkiksi keksimällä jonkun

leikkisän sanonnan minkä takia olet pukeutunut kuin cowboy (tulin bilettämään, enkä hautajaisiin), niin silloin tila ja muiden ihmisten huomio on käytännössä sinun.

Mikä tarkoittaa sitä, että ihmiset kyselevät: kuka tuo mies on? Miksi hän pukeutuu noin? jne...tällöin tila ja tilanne ovat sinun hallinnassasi.

Näin sinä viet asioita haluamaasi suuntaan!

Lisäksi ihmiset haluavat sinulta jotain tai he haluavat tietää jotain sinusta, kuin, että sinä olisit passiivinen ja toimitisit tilanteessa muiden reaktioiden pohjalta.

Tietenkin näin joutuu laittamaan itsensä likoon ja voi joutua naurunalaiseksi.

Tärkeintä on kuitenkin se, että ymmärtää tämän lainalaisuuden.

Ei aluksi tarvitsekaan kauhean provosoivasti pukeutua, vaan voi aloittaa varovaisemmin ja edetä siitä.

Tärkeintä on oivaltaa se, että pukeutuminen on vain yksi osa riikinkukkoilua.

Se paljon tärkeämpi osa on se miten sinä käyttäydyt ne vetimet ylläsi.

Jos olet hermostunut ja hermostuneisuus huokuu sinusta, niin voit hyvinkin tehdä itsestäsi pellen pukeutumalla epäsovinnaisesti.

Sen sijaan jos joku vaikka kuinka tylyttää sinua ja et menetä

hermojasi tai joku yrittää nolata sinut ja sinä nolaatkin kaverin verbaalisesti, niin tällöin sinä oikeasti muutut sen tilan supertähdeksi.

Se miten sinut määritellään illan tai tapahtuman lopuksi pukeutumisesi perusteella määrittyy hyvin paljon omasta käyttäytymisestä, sekä miten ympäristö mukautuu sinuun ja käyttäytymiseesi.

Jos menet ravintolaan punainen ja karvainen silinterihattu päässäsi ja istut nurkassa yksin juomassa olutta: olet muuttunut pelleksi.

Jos olet pöydässä joka on täynnä naisia jotka nauravat jutuillesi tuo sama hattu päässä: olet sankari.

Tärkeää huomiota herättävässä pukeutumisessa on siis itsetuntemus.

Missään vaiheessa ei saisi käydä niin, että pukeudut epäsovinnaisesti ja sitten sinua vähätellään ja se masentaa sinua.

Varovainen aloittaminen kaikkiin uusiin kuvioihin on äärimmäisen tärkeää.

Kun uskallusta alkaa onnistumisten kautta tulla, niin sitten sosiaalista riskinottokykyä voidaan lisätä.

Takapakit eivät saisi kaataa sinua, vaan ennemminkin voimistaa ja olla oppimisesi välineitä.

Joten jos käytät pukuja sekä pukupaitoja paljon, niin silloin häiritsevä pukeutuminen voi tarkoittaa vaikkapa räikeää kravattia tai värikkäämpää paitaa tai pikkutakkia.

Pukeutumisella ei paeta omaa minuuttaan, eikä omia

heikkouksiaan.

Vaan pikemminkin vahvistetaan niitä persoonan ominaisuuksia joita itsessä jo on.

Ei ihmisen todellinen luonne pääse esille jos hän pelkää.

Jos ihminen pelkää nolatuksi tulemista, niin sitten hän saattaa pukeutua niin, että häntä ei huomata.

Sitten häntä ei huomata ja se saattaa masentaa häntä.

Riikinkukkoilulla tuodaan omaa persoonaa esille, että muutkin ihmiset sen huomaavat.

Itsetuntemus on siis äärimmäisen tärkeää, että tuo itseään muiden tykö oikealla tavalla.

Jos cowboy tyyli ei itsellesi sovi, niin ei sitten tarvitse pukeutua niin.

Kuitenkin esimerkiksi naiset osaavat pukeutua niin, että heidät huomataan ja heidän persoonansa tulee esille niin, että se palvelee heidän luonnettaan ja intressejään mitä tehokkaimmin.

Nykyään omaa persoonaa tuodaan yhä voimallisemmin esille ja myös muualla kuin niin sanotusti livetilanteissa.

Netti ja Facebook ovat erittäin tärkeitä välineitä nykyään oman minuuden rakentamisessa sekä sen ilmentämisessä.

Kun pukeudut huomiota herättävästi, niin voit myös samalla lähestyä ihmisiä kameran tai kamerakännykän kanssa ja pyytää heitä ottamaan itsestäsi kuvan.

Jo tuollaisella käyttäytymisellä herätät huomiota ja myöhemmin voit sitten käyttää tuota kuvaa vaikkapa Facebookissa.

Riikinkukkoilulla koitetaan siis saada etulyöntiasema muihin ihmisiin ja etenkin muihin miehiin, sekä yritetään tehdä itsestä lähtemätön vaikutus nopeasti.

Tärkeintä on tosiaan se, että kun joku alkaa ihmettelemään tuota pukeutumistasi, niin joko sitä tuodaan leikkisästi ihmisten tietoisuuteen tai sitten vain seisoo pukeutumisensa takana.

Jos jollain ihmisellä on julkisuusarvo, niin hänet huomataan heti niiden kahdentoista muun kaverin joukosta.

Jos sinulla ei ole julkisuusarvoa, niin riikikukkoilulla voit kuitenkin pystyä samankaltaiseen huomionherättelyyn kuin kaveri jolla on.

Kuten sanottua, niin ihmiset näkevät ensin sen miten olet pukeutunut ja tekevät siitä hyvinkin pitkälle meneviä johtopäätöksiä perustuen aika pinnalliseen tietämättömyyteen tai jopa ennakkoluuloihin.

Joten kun tunnet itsesi, tiedät arvosi ja tiedät mitä haluat ja et halua elämääsi, niin jo noista lähtökohdista on aika hyvä alkaa miettiä, että mitä kannattaa päälle pukea ja mitä ei.

Että jos pukeudut verkkareihin ja lähestyt missiä ja missi torjuu sinut, niin pidä huolta, että teit tuon lähestymisen verkkareissa ihan tietoisesti.

15 - Luku: Flirtti.

Flirttailu on osa elämää ja joidenkin mielestä jopa elämän suola.

Lisäksi se on myös ihmisten välistä vuorovaikuttamista toisiinsa.

Ihan yleisesti ottaen on ylläpidetty käsitettä, että flirttailulla osoitetaan romanttista tai seksuaalista mieltymystä tai suoraa halua toiseen ihmiseen.

Myös ihastuminen voidaan viedä flirttailulla käytäntöön.

Harvemmin flirttailussa on huomioitu se, että sitä voidaan käytännössä harrastaa pelkäksi ajankuluksi ja siis ilman minkäänlaista agenda.

Siinä flirttailu eroaa pokailusta huomattavasti, että pokaaminen tai sargaaminen on suorituskeskeistä toimintaa.

Näiden taitojen tarkoituksena on saavuttaa jotakin, kun flirttailussa ei välttämättä tarvitse saavuttaa yhtään mitään.

Tietenkin samankaltaisuutta löytyy pokaamiseen, iskemiseen ja sargaamiseen.

Silti flirttailussa toiminnan lainalaisuudet ovat ihan erilaiset kuin mitä ne ovat esimerkiksi pokaamisessa.

Flirttailu voi olla nykyistä elämänlaatua parantava kokemus, koska se tuo piristystä arkeen sekä kauan kaivattua vaihtelua.

Flirttailulla voidaan myös selvittää onko toinen ihminen

kiinnostunut meistä itsestämme ja sitten myöhemmin pyytää häntä vaikkapa ulos syömään.

Mikään pakko ei ole olla mitään taka-ajatuksia, vaan flirttailu voi olla viatonta ajankulua jolla halutaan piristää omaa tai toisen ihmisen arkea.

Toki jos on parisuhteessa ja flirttailee minkä ehtii, niin se voi aiheuttaa pahennusta sekä vaikeuksia myöhemmin kotona.

Sinällään parisuhteessakin voi flirttailla, koska se ei ole synonyymi sanalle pettäminen.

Flirttailun voimana on seksuaalienergia, vaikka flirttailulla itsellään ei tarvitsekaan olla seksuaalista merkitystä.

Se sukupuoli joka viehättää meitä, niin sen sukupuolen kanssa olevassa missä tahansa vuorovaikutuksessa on seksuaalinen pohjavire, vaikka se ei ehkä näy ulospäin, eikä sitä ehkä itsekään tunnista.

Ihmiset ovat seksuaalisia olentoja ja se on yksi voima joka ajaa meitä päivittäin eteenpäin.

Se kannattaa ajoissa hyväksyä ja sen jälkeen käyttää tuota energiaa eteenpäin vievänä ja rakentavana voimana, mikä ei tarkoita sitä, että omia itsekkäitä tarpeita pitäisi päästä mahdollisimman monta kertaa päivässä tyydyttämään.

Yleensä flirtti vain piristää päivää.

Ja kuten jo alussa todettua: varatutkin ihmiset voivat flirttailla.

Pokaamisessa mennään suoraan pettämisen puolelle ja kaikki eivät siihen halua ryhtyä: flirttailla voi oli naimisissa tai ei, jos ei lähde viemään sitä sen pidemmälle.

Hyvä itsetuntemus ja itsevarmuus ovat avainasemassa

flirttailussa, koska jos olet hermona niin se näkyy sinusta ja saa toisenkin menemään epämukavuusalueelle.

Flirtti toimii parhaiten kun kaksi ihmistä on rennossa olotilassa, eikä kumpikaan odota mitä tapahtuu ja näin asiat saavat rauhassa mennä oikeisiin uomiinsa.

Flirttailun keskeinen idea on siis se, että ihmisillä olisi keskenään hauskaa.

Alapäähuumori tai suorasukainen seksuaalinen ehdottelu ei kuulu flirttailuun.

Pokaamisessa sitä voi toki käyttää, mutta puhtaassa flirttissä ei.

Pokaamisessa negatiivinen reaktiokin voi olla hyödyksi, mutta flirttailu epäonnistuu jos toinen kokee kohtaamisessa negatiivisen pohjavireen.

Jos flirtti ei toimi, niin yleensä ensimmäinen reaktio tästä on se, että toinen ihminen alkaa vältellä katsekontaktia.

Ristityt kädet ja keho käännettynä sinusta poispäin on myös voimakas viesti, että sinä et kiinnosta häntä.

Lisäksi äänenpaino menee tylympään suuntaan ja tiuskiminenkaan ei ole kovin kaukana.

No mitä se flirtti sitten käytännössä on?

Yleensä se luokitellaan leikkisäksi jutusteluksi ja se voi myös pitää sisällään kehon sekä kasvon liikkeitä.

Kun ihmiset kohtaavat, niin hymyily huomataan lähes ensimmäiseksi toisessa ihmisessä.

Kun kuuntelee toista ihmistä ja omat kulmakarvat nousevat ylös, niin sitä pidetään isona kiinnostuksen merkkinä.

Kun kumartuu toista kohden eteenpäin ja vaikka nyökkää, niin toiset lukevat sen niin, että olet heistä kiinnostunut.

Kinon puolelle meneminen voi myös olla flirttiä kuten se, että koskettaa tai hipaisee toisen kättä.

Näinä aikoina fyysisyyden kanssa on vain oltava varovainen.

Jos katsoo toista kauemmin silmiin, niin sitä pidetään merkittävänä asiana.

Pitkä katsekontakti luo aina merkityksellisyyttä ja harhaileva katse luetaan niin, että kiinnostusta ei löydy.

Elekieli kannattaisi myös huomioida ja se liittyy sekä flirttiin, että pokaamiseen.

Esimerkiksi kun nainen puraisee kevyesti alahuultaan, hän on yleensä seksuaalisesti kiihottuneessa tilassa.

Joskus se tehdään alitajuisesti, eikä tarkoituksella ja joskus se tehdään ihan tarkoitushakuisesti.

Lisäksi vieläpä miestä tarkoituksella testaten tai kiusaten.

Kunhan nyt vaan tiedät.

Jos nainen koskettelee itseään ja kehossaan olevia herkkiä erogeenisia alueita, kuten kaulaa, ranteen tai reiden sisäsyryä, niin yleensä se kertoo hänen halustaan tulla kosketetuksi.

Naiset myös yleensä tekevät tuon liikkeen naamioidusti, ehkä jopa alitajuisesti ja kosketus voidaan naamioda esimerkiksi kaulakorun sivellykseksi.

Jos nainen koskettelee itseään useasti, voi mies ottaa riskin ja laskea kätensä kevyesti naisen polvelle tai käsivarrelle ja katsoa kuinka kauan omaa kättään voi pitää siinä.

Asian sopivuuden päättää nainen, joka omalla reaktiollaan tai äänenpainollaan kertoo voiko kättä pitää siinä yhtään sen pidempään vai ei.

Flirttailu on viatonta ja sitä kannattaa harrastaa, koska se piristää päivää ja kehittää omia sosiaalisia taitoja taas pykälän parempaan suuntaan.

16 - Luku: Naiset testaavat miehiä.

Naiset etsivät unelmiensa prinssiä vähän eri tavalla kuin miehet etsivät prinsessaa elämäänsä.

Naisia myös lähestytään romanttisessa mielessä miehiä useammin.

Se taas tarkoittaa sitä, että heillä on enemmän varaa valita kuin toisinpäin.

Tai ainakin tällainen mielikuva yhteiskuntaan on luotu.

Niinpä naiset testaavat kaikkia miehiä jotka tulevat vastaan, ennen kuin päättävät ottaa sen yhden useampien joukosta, joko yhdeksi illaksi tai sitten pidemmäksi aikaa.

Naiset ovat hyvin tietoisia siitä, että heitä jahdataan miesten toimesta: kiitos median sekä *Sinkkuelämää* tapaisten sarjojen.

Näin luodaan sellaista kuvaa, että miehet ovat vain viettiensä viemiä ja ainoa asia mitä mies naiselta haluaa on seksi.

Yhteiskunnassa on siis sellainen käsitys, että naiset hallitsevat miehiä seksuaalisuudellaan ja että kysyntä miesten puolelta saada naisilta seksiä on isompaa kuin toisinpäin.

Niinpä, yllättävää kyllä ne joilla on se mitä toiset haluavat, määräävät säännöt.

Kyse on kuitenkin pääosin median ja naistenlehtien luomasta keinotekoisesta harhasta, sillä naiset haluavat seksiä ja läheisyyttä yhtä paljon kuin miehet.

Naiset vain ovat tarkempia partnereidensa suhteen kuin miehet, ihan noin törkeästi yleistäen.

Tietenkin on kaikkennäköistä jampppaa jotka lupaavat sitä ja tätä saadakseen seksiä.

Sitten kun lupaukset pitäisi laittaa toteutukseen, ne jäävät tekemättä.

On siis ihan luonnollista, että naiset testaavat onko mies, mies vai hiiri.

Usein naisten miehille tekemät testaukset tulevat alitajunnasta ja testaukset eivät välttämättä ole naisilta edes tietoista toimintaa.

Ja tämä on hyvin tärkeää: miehen käyttäytyminen naisen testaukseen aiheuttaa naiselle tunnereaktion jonka kautta nainen tekee sen päätöksen onko mies viehättävä vai ei.

Miehet ajattelevat järkiperaisesti ja toimivat tuloshakuisesti mikä ei aina ole hyvä asia ja naiset puolestaan ajattelevat tunnepitoisesti.

Naisten testauksista ei päästä järkeilyllä läpi vaan sillä, että osataan vaikuttaa oikealla tavalla tunnepitoisesti naiseen.

Jos naisten tekemiä testejä ei läpäise, niin naisen kiinnostumisen taso sinuun laskee ja mennään kovaa niin sanotulle OVY vyöhykkeelle.

OVY tulee sanoista: Ollaan vain ystäviä.

Tällöin nainen kyllä on kohtelias sinulle, mutta romantiikan tai seksin voit samantien unohtaa.

Käydäänpä muutama esimerkillinen testaus läpi.

Nainen saattaa yllättäen perua tapaamisesne tai yhteisen menon hyvin lyhyellä varoitusajalla.

Lisäksi voi olla ettei hän ilmoittele muuttuneesta aikataulusta sinulle mitään.

Tällöin voit ilmaista suuttumuksesi asiallisesti siitä miksei sinulle ilmoitettu hyvissä ajoin mahdollisesta peruuntumisesta, jos hyvää syytä ei ole.

Jos tapahtuma on sinulle merkityksellinen, niin lähde sinne ilman seuralaista ja ilmoita seuralaisellesi, että voitte sitten tavata joskus toisella ajalla.

Luo sellainen kuva, että sinä menet niihin tapahtumiin joihin olet naista kutsumassa, vaikkei hän lähtisikään mukaan.

Näytä, siis että sinulla on elämä ja että sinä hallitset sitä.

Nainen voi haastaa sinut muiden ihmisten edessä jopa ystäviesi ollessa läsnä.

Testi voi olla verbaalinen tai jopa fyysinen.

Tällöin nainen voi kyseenalaistaa sinun näkemyksesi ihmisten edessä ja hän voi jopa tönäistä tai läppäistä sinua ja sanoa jotain sellaista: että sinä olet ihan tyhmä.

Tällöin, et vain noteeraa naisen testausta.

Lisäksi sinun ei kannata lähteä selittelemään tai puolustamaan näkemyksiäsi.

Jos nainen tönäisee tai läppäisee sinua, niin voit sanoa: *Auu nyt mun käsi murtui.*

Kunhan et vain ala selittelemään etkä puolustelemaan itseäsi niin kaikki on hyvin.

Sitten jos on kokemusta ja itsevarmuutta, niin aina voi vastata takaisin jotain nokkelan röyhkeää: kannattaa opetella *David DeAngelon Cockycomedyä*.

Nainen voi vaatia tai pyytää sinua tekemään jonkun palveluksen tai ostamaan jotain tai vihjailla hyvinkin suoraan haluavansa joitain lahjoja.

Ja jos näin ei käy, niin suhde voi hyytyä tai nainen voi jopa yrittää kiristää seksillä:

Jos en saa sitä tai sitä tai et tee tätä tai tätä, niin kannattaa sitten jonkin aikaa viettää aika sen vanhan pornokokoelman kanssa, yksin.

Pidä kuitenkin siitä kiinni, että et ole mikään toisten ihmisten asioita hoiteleva juoksupoika.

Ja jos ostat naiselle lahjan: niin koe, että haluat antaa hänelle jotain puhtaasti sydäimestäsi, ei sen takia että sinun pitäisi ostaa tai tehdä jotain saadaksesi jotakin.

Haluamme aina niitä asioita joita emme voi saada, joten ei kannata tehdä naiselle ihan liian helpoksi saada niitä asioita joita nainen sinulta vaatii.

Kun et toimikaan täysin naisen mielen mukaan, niin hän voi testata sinua hermostumalla käytöksestäsi ja ylidramatisoimalla tilannetta.

Tällöin hän lähtee yleensä leikkimään draamakuningatarta.

Muista että et ala selittelemään mitään, etkä hermostu.

Ole vain asiallinen ja rauhallinen, sekä selvitä tilanne rauhallisesti.

Missään nimessä mihinkään ihmissuhteisiin ei kannattaisi

lähteä niin, että ne ovat peliä ja että ne pitäisi voittaa.

Ihmissuhteissa ja sosiaalisissa tilanteissa naisten kanssa toimivat tietyt lainalaisuudet ja ne toimivat sekä ovat olemassa uskoit itse niihin tai et.

Joten on ihan järkevää kummankin sukupuolen kannalta, että ottaa selvää mitkä nuo lainalaisuudet ovat ja pärjätä niissä sitten mahdollisimman hyvin.

Nainen voi myös muutamien treffien jälkeen pyytää tai jopa vaatia tiettyä palvelusta tai jonkin asian suorittamista, jonka tekemisen nainen jo hyvissä ajoin tietää olevan miehelle jos ei nyt mahdollottoman vaikeaa, niin ainakin hankalaa.

Tällöin jos mies ei halua tai voi tehdä kyseistä asiaa, niin nainen voi suuttua siitä jopa kohtuuttomasti asian kokoon nähden.

Esimerkiksi:

Nainen: - Voisitko viedä tämän keinutuolin mun äidin asuntoon?

Mies: - Muuten kyllä, mutta kun pienessä autossa on jo kalastusvälineet ja pitäisi lähteä kohta merelle kavereiden kanssa.

Nainen: - Sen kiikkustuolin vieminen mun äidille on tärkeää ja sen on just nyt päästävä kiikkustelemaan.

Mies: - Mutta kun just pitäisi lähteä kavereiden kanssa laskemaan verkot ja se on jo ajat sitten sovittu asia.

Nainen: - Sä ja sun verkot. Sä et ajattele muuta kuin kalastamista ja itseäsi. Sä viet kiikkustuolin mun äidille tai...

Mies: - Tai mitä?

Nainen: - Meidän seurustelu loppuu tähän.

Yleensä testit tehdään verbaalisesti ja ennalta-arvaamattomasti, sekä ennen kaikkea epäsuorasti ja nopeasti.

Tämä siitä syystä jottei mies ehtisi valehdella tai huijata ja että nainen näkisi niin sanotun aidon reaktion.

Myös se, että nainen kritisioi miehen pukeutumista, työtä, asuntoa, kavereita jne...on testausta.

Lisäksi kun nainen alkaa kertomaan miten miehen pitäisi elää, miten pukeutua jne...ollaan testausten jännittävässä maailmassa.

Katsotaanpa miten nuo testaukset voisi läpäistä.

Ei kannata suuttua naisen käytöksestä, koska se ottaa vallan pois sinulta ja antaa sen naiselle.

Älä siis ala huutamaan tai osoita millään muullakaan tavalla, että naisen käytös on saanut sinut pois tolaltasi, vaikka olisi saanutkin.

Kaikkein pahinta on se, että annat naiselle periksi ja alat muuttamaan käytöstäsi siihen suuntaan johon nainen haluaa. Näin alistut naisen päätöksien alle ja teet itsestäsi nössön.

Naiset eivät arvosta heikkoja miehiä jotka ovat heti valmiita kääntämään takkia kun tulee ensimmäinen tiukka paikka.

Missään nimessä ei kannata alkaa kysellä naiselta miten pitäisi käyttäytyä tai mitä pitäisi tehdä.

Jos nainen alkaa riehua tai jopa nolaa sinut kaveriesi edessä, niin sitä ei tarvitse sietää eikä sitä pidä missään vaiheessa pitää omana syynään, koska sitä se ei ole.

Heti kun nainen näkee, että et läpäise testiä, niin hän todennäköisesti lähtee testaamaan sinua kahta kauheammin.

Mitä useammin et läpäise testejä, sitä nopeammin nainen menettää kiinnostuksensa sinuun ja näin ollen parhaimmillaankin teistä tulee vain hyvät ystävät.

Eikä siinä mitään pahaa ole jos olet itse päättänyt, että kyseisen naisen kohdalla sinulle riittää ystävyys, mutta kaikki romanttinen toiminta kannattaa unohtaa välittömästi.

Testit voidaan myös torjua ja vieläpä asiallisesti.

Testaukset kannattaisi ensinnäkin nollata välittömästi ja sinun kannattaa reagoida oikealla tavalla mahdollisimman nopeasti.

Tärkeintä on säilyttää maltti ja mielenhallinta kaikissa tilanteissa, sekä vastata tyyneästi ja rauhallisesti.

Toisekseen on hyvin tärkeää keskittyä omaan peliin.

Jos et muuttaisi näkemyksiäsi tai käyttäytymistäsi jonkun toisen miehen takia kuten ystäväsi, niin silloin ei pidä sitä tehdä myöskään kenenkään naisen takia.

Sinulla on elämäsi, unelmasi sekä arvosi ja elämääsi tulevat ne ihmiset jotka hyväksyvät ne, sinä et muuta arvojasi, unelmaasi tai elämääsi kenenkään toisen ihmisen takia.

Jos nainen haluaa tulla elämääsi, hän sopeutuu sinun elämääsi

ja hyväksyy näkemyksesi, eikä yritä muuttaa sinua omien näkemyksiensä näköiseksi.

Koska se on nimenomaan sitä aitoa rakkautta.

Ellei näin tapahdu, on peli niin sanotusti menetetty ja kannattaa laskea kyseinen nainen vapaille markkinoille ja jatkaa sen oikean naisen etsimistä.

Sillä aina ei voi voittaa ja näennäinen epäonnistuminenkin voi olla tärkeä oppitunti.

Kun ollaan tekemisissä ihmisten kanssa ja kyseessä ovat sosiaaliset tilanteet joihin ei loppupeleissä edes ole mitään varmaa toimivaa kaavaa, niin mitään voittajia tai häviäjiä ei edes ole olemassa, on vain ihmisiä jotka yrittävät pärjätä tässä kovasti muuttuvassa maailmassa mahdollisimman hyvin.

Ja löytää itselleen sopivimman kumppanin joko pidemmäksi tai lyhyemmäksi aikaa.

17 - Luku: Pokaaminen alkuun!

Pelimieskulttuurissa tekniikoita saada seuraa on vaikka kuinka paljon ja nyt lähdetään joihinkin PUA - genren perusasioihin tutustumaan.

Ensiksi otamme käsittelyyn suoran tyylin ja se on nimensä mukaisesti suora lähestymistapa.

Jos lähestymiskammos on, niin se pitää ensin hoitaa alta pois.

Tässä kirjassa on tuotu esille *Mies Uusix* - ohjelma ja kaikkein tehokkain taitaa olla *Neil Straussin* luoma *Stylelife Challenge*.

Ujouden tai arkuuden voittaminen voi olla haastavaakin.

Nyt lähdetään siitä, että lähestymiskammos ei enää ole ja on jo suhteellisen luontevaa jutella arjessa naisten kanssa.

Mennään tästä kuitenkin vähän pitemmälle.

Tehokkain tapa edistää omaa sosiaalisuuttaan ja saada romanttistakin vastakaikua kauniimmalta sukupuolelta on opetella suora tyyli.

Tämä tyyli myös lisää yleistä itsevarmuutta ruton lailla, kun tätä harjoittelee tarpeeksi.

Yksinkertaisemmillaan se menee näin:

Näet yksinäisen naisen baaritiskillä, sitten menet hänen

luokseen ja sanot hänelle rauhallisella äänenpainolla.

- *Moi, sä näytät tosi kauniilta, mutta yksinäiseltä, joten mä halusin tulla juttelemaan sun kanssasi.*

Ja sen jälkeen, jos lupa istuutua ja keskustelun aloittamiseen on saatu, niin aletaan juttelemaan ja pyydetään viehättävää daamia jossain kohti tanssilattialle jne...

Yleensä suoraa tyyliä käytetään vain yksittäiseen naiseen ja epäsuoraa tyyliä setteihin, koska suora puree aika heikosti ryhmiin.

Lisäksi suora tyyli on vähän tarkoitettukin yksittäiseen naiseen: näet kauniin naisen ja lähestyt häntä heti.

Epäsuorassa lähestymisessä, kuten että kysyt mielipidettä tai vaikkapa negaat, tunneyhteyden luomiseen menee aikaa ja nainen tai naiset vähän aikaa miettivät, että mitä tuo mies tuossa tekee ja ennen kaikkea mitä hän haluaa.

Suoralla tyyllillä lähestyt heti ja teet selväksi, että olet kiinnostunut naisesta ja haluat vieläpä jutella hänen kanssaan.

Kehonkieli on äärimmäisen tärkeää kun viehättävyyttä rakennellaan.

Lisäksi parasta kehonkielen hallinnassa on se, että ei sitä tarvitse erikseen kontrolloida.

Se seuraa kyllä mukiasi kun menet tilanteisiin.

Lisäksi kun suoraa metodia alkaa käyttämään, niin että lähes kylmiltään alat keskustella naisten kanssa, niin varmuutesi

toimia kasvaa ja näin ollen kehonkieleksi alkaa toimia sinun puhemiehenäsi.

Sinällään ei kannata yksin treenata kovinkaan paljoa kehonkieltä, vaan alkaa lähestyä suoraan naisia.

Ja kun rentous jutella naisten kanssa on luonnollista, kehosi toimii itsevarmasti, eikä sinun tarvitse ajatella jokaista liikettäsi.

Suora tyyli ilmaisee sinusta seuraavia asioita.

Kun lähestyt naista, osoitat hänelle epäsuorasti, että olet kiinnostunut hänestä enemmän kuin muista paikalla olevista naisista.

Näin hän pitää itseään viehättävänä sekä haluttavana ja naisille tämä on erittäin tärkeä yksityiskohta.

Osoitat voimaa kun kävelet naisen luo ja aloitat keskustelun, sekä näin tuot esille oman rohkeutesi.

Lisäksi osoitat myös rehellisyyttä, jota naiset arvostavat.

Epäsuoralla toiminnalla, naiset eivät voi olla koskaan täysin varmoja motiiveistasi vaikka epäsuorat metodit ovat nimenomaan sitä viettelyä.

Suoran tyylin suurin voima on siis se, että teet heti selväksi, että olet kiinnostunut naisesta ja haluat keskustella hänen kanssaan.

Lisäksi suora tyyli torjutaan lähes aina nätisti.

- *Mä odotan tässä seuraa tai mulla on jo poikaystävä...tyyppisillä torjunnoilla ja tietenkin niihinkin pääsee kiinni, mutta pysytään nyt vain perusasioissa.*

Vaikka nainen haluaisi jutella kanssasi vain hetken ja hän odottaisi ystäviään tai vaikka poikaystävänsä, kun olet lähestynyt häntä ja alkanut jutella hänen kanssaan, koko ravintola ja muut naiset ovat huomanneet, että sinä herätät kiinnostusta muissa naisissa.

Jo yksin tämä lisää viehättävyyttäsi ravintolassa.

Muista kuitenkin, että missään nimessä älä lähesty naista takaantapäin.

Naista lähestytään joko suoraan tai viistosta.

Ja jos nainen on sinuun selin, niin sano rauhallisesti: että anteeksi neiti ja odota, että hän kääntyy.

Älä tartu häneen kiinni takaantapäin missään olosuhteissa.

Suorasta tyylistä on hyvä jatkaa lähestymistä naisten suhteen yökerhon tai baarin ulkopuolellakin.

Se, että päivällä lähestyy naisia romanttiset ajatukset takaraivossa, kulkee pelimiesgenressä termillä päiväpelaaminen.

Lyhykäisyydessään, niin kannattaa aloittaa lähestymiset ja jutunteot arjessa, sekä katsoa minne se johtaa kauniimman sukupuolen kanssa.

Esimerkiksi kirpputorit ovat oikein oivallinen paikka tehdä noita lähestymisiä.

Varsinkin silloin, kun on niin sanotun pelinsä alussa.

Kirpputorit voivat olla jopa kauppojakin parempia paikkoja tehdä lähestymisiä kauniimman sukupuolen edustajiin.

Ensinnäkin kirpparit ovat suhteellisen ahtaita ja niiden tilavuus on paljon pienempi verrattuna marketteihin.

Se taas tarkoittaa, että joudutaan olemaan vähän sumpussa.

Tämän vuoksi lähestyminen kauniimpaa sukupuolta kohtaan tuntuu luontevalta.

Lisäksi käytännössä ahdas tila tekee automaattisesti naisille sen tunteen, että et lähesty häntä varta vasten.

Arjessa naiset eivät välttämättä odota iskuryityksiä kirpputoreilla ja heidän suojaustasonsa lähestyvään mieheen on pienempi kuin esimerkiksi ravintolaolosuhteissa.

Toiseksi kirpputoreilla oleva materiaali antaa sinulle pelivaraa.

Kysyt vain jostain tavarasta naiselta, että mitä mieltä sinä olet tästä ja siitä päästään mukavasti keskustelujen alkuun.

Naiset nimittäin rakastavat tuoda omia näkemyksiään esille ja he pitävät siitä, että heidän mielipidettään kysytään

varsinkin muotiin sekä pukeutumiseen liittyvissä asioissa.

Muutenkin kirppari on sikäli hyvä, että siellä voi tehdä heräteostoksia suhteellisen halvalla.

Lisäksi voi katsoa miten ne amerikkalaiset pelimieskulttuurin menetit uppoavat suomalaisiin naisiin arjessa.

Tekniikoilla jalostetaan omaa persoonallisuutta.

Ne ovat kuitenkin vain apupyöriä ja toimivia sellaisia, joista voidaan luopua, kun itsevarmuus tuoda omia näkemyksiään ja persoonallisuuttaan esille on huipussaan.

Tekniikoihin kannattaisi suhtautua nimenomaan apuvälineinä, joita on hyvä kokeilla esimerkiksi kirpputoreilla.

Jos niistä tekee jotain itseä isompaa, niin silloin on vaarana muuttua sosiaaliseksi robotiksi ja eiköhän tässä yhteiskunnassa nyt jo muutenkin noita sosiopaatteja ole vapaalla jalalla ihan liikaakin.

Kun olet jutellut naisen kanssa tarpeeksi ja olosi on hyvä ja se myös huokuu naisesta, niin voit pyytää häntä vaikka heti lähtemään kahville jossa jutustelua voidaan jatkaa.

Tai voit pyytää hänen numeroaan tai pyytää häntä Facebook kaveriksi.

Jos et saa häntä lähtemään heti kirpputorilta tai kaupasta mukaasi, niin jos tiedät hänen nimensä niin laita privaviesti

Facebookin inbox osioon ja sano, että oli kiva tavata.

Vain yksi viesti ja jos hän vastaa siihen, niin hyvä ja siitä jatketaan.

Jos hän ei vastaa, niin ei se mitään.

Muista, että vain yksi viesti on asiallinen ja jos mitään ei kuulu, niin älä ala häiriköimään.

Laitetaan vähän haastetta kun nämä lähestymiset ovat lähteneet näin hyvin käyntiin.

Mitäpä jos olet nyt pyöräilemässä tai nainen pyöräilee sinua vastaan ja haluat pysäyttää hänet, niin mitä tehdä?

No, aloitetaan sillä, että vastaantuleva liike ensiksikin pitää pysäyttää.

Jos olet pyörällä ja nainen kävelee vastaan, hidastuta vauhtia, katso naista silmiin, nosta hitaasti toinen käsi ylös, että hän näkee, että teet reaktion häntä kohtaan ja sano rauhallisella äänellä: "Anteeksi, mulla on pieni ongelma, voisitkohan sä auttaa"

Jos olet kävellen: sama kuvio – ensin käsi ylös ja sitten vaan heität: "Että anteeksi..."

Jos olette molemmat pyörällä, ajoitus on tärkeää, koska kummallakin on vauhtia.

Joten jo hyvän matkan päästä teet eleen, jonka nainen huomaa ja sitten sanot rauhallisesti, että sinulla on ongelma ja tarvitset neuvoja.

Aloita sillä, että sinun on pysäytettävä vastaantulija sen takia, että sinulla on joku ongelma, johon tarvitset neuvoa.

Ihmiset auttavat toisia ihmisiä mielellään ja jos pysäytät suoraan kysyäksesi numeron tai teet treffipyynnön, testausta tulee.

Aloita sillä, että kysyt neuvoa ja sitten, jos koet, että naisella on hyvä olla ja tuntuu oikealta, voit kysyä tietääkö hän jotain sinkkupaikkaa ja jos tietää, tulisiko hän opastamaan sinut sinne.

Tässä vain pitää ymmärtää se, että kun liikutaan pyörällä, vauhtia on enemmän kuin kävellen ja nopeita liikkeitä ei kannata tehdä, koska se laukaisee ihmisessä "pakene tai taistele" -moodin päälle.

Miten itse reagoit, kun ohi menevä pyöräilijä pysähtyy äkkiä luoksesi ja sanoo: "Anna rahaa."?

Hitaat ja rauhalliset liikkeet ja jo hyvissä ajoin anna merkki vastaantulijalle, että sinulla on asiaa.

Lähestyminen arjessa tuo luonnollista persoonallisuuttasi esille ja kun teet sen oikein, naisetkin arvostavat sitä.

Naiset haluavat olla haluttuja ja he pitävät siitä, että heitä

lähestytään oikeaoppisesti.

Lisäksi kun teet sen arjessa oikein ja selvinpään, itsellesikin jää hyvä mieli.

Näin ihan kaikki voittavat sukupuoleen katsomatta.

18 – Luku: Pokaaminen ravintolassa: osa 1.

Pokaamisessa sekä pelimieskulttuurissa on tärkeintä muistaa se, että kyseessä on taidon oppiminen.

Tärkeää on myös muistaa, että taitoa ei saa hetkessä ja parasta on ylipäätään kehittää itseään kokonaisvaltaisesti, sekä laittaa ensiksi omat arvot ja asenteet kuntoon.

Mikä tahansa asia opitaan hyvin kun sitä toistetaan.

Sen jälkeen riittävän pitkällä aikajaksolla sama kuvio kerrataan uudestaan ja uudestaan, jähka on mietitty mikä aiemmalla kerralla oli toimivaa ja mikä ei .

Kuten jo aikaisemmin mainittua, niin niistä aiemmista pokausreissuista voidaan tehdä kenttäraportteja.

Ylipäätään kun sosiaalisista kohtaamisista on kirjoitettua materiaalia, niin sitä lukiessa tulee aika hyvin selväksi missä kohti on parannettavaa ja mikä jo nyt toimii.

Kehitystä alkaa tapahtumaan kun omasta toiminnasta jää jälki jota seurataan järjestelmällisesti.

Vieläkin tehokkaammin siitä saa irti, jos vie kenttäraporttinsa jollekin sosiaalisesta dynamiikasta kiinnostuneelle keskustelufoorumille:

Kuten aiemmin mainittua, niin ulkomailla niitä on paljon ja tosi hyviä, ehkä joku päivä Suomessakin.

Taidon siis oppii kun lukee teoriaa, kokeilee sitä käytännössä kentällä, kirjoittaa sen kokemuksen, analysoi kokemusta ja lähtee uudestaan kentälle ja tekee sitä riittävän kauan.

Lisäksi olisi hyvin viisasta oppia sekä omista, että muiden virheistä, eikä ainakaan jatkaisi samojen virheiden toistamista.

Lähdetään nyt kuitenkin vasta sinne mistä yleensä pokaamisoppaat ovat jo aloittaneet eli pokaamaan sinne ravintolaan.

Perusmuistutus ihan aluksi, että huolehdi hygieniasta.

Ennen kuin lähdet ovesta ulos, niin käy suihkussa, sekä vaihda sukat ja alushousut, koska tämä ilta voi olla juuri se ilta.

Mielellään: älä lähde ihan uusissa vaatteissa ravintolaan, koska et tunne itseäsi niissä vielä mukavaksi.

Lisäksi epämunavuus vaatetuksen suhteen näkyy ja tuntuu kun olet ihmisten parissa.

Jos vaatetus saa olosi tuntumaan epämunavalta, niin se epämunavuus näkyy ja pahimmillaan naiset lukevat sen epävarmuudeksi.

Jos olet ostanut uusia vaatteita juuri tätä iltaa varten, niin käytä niitä päivä pari arjessa, jolloin totut niihin.

Hae rentoa olotilaa jo kotona ja jos siihen tarvitaan alkoholia, niin käytä sitä kohtuudella.

Jos saat rennon tunteen vaikkapa meditoimalla tai kuuntelemalla musiikkia, niin aina parempi.

Mitä hauskeempaa sinulla on ja mitä rennommassa olotilassa pystyt lähestymään ventovieraita ihmisiä, sitä helpommin ja paremmin he ottavat sinut ja viestisi vastaan.

Ilman alkoholia ravintolaan ja pokaamaan meneminen on kunnioitettavaa, kuitenkin jos siihen rentoon olotilaan tarvitaan alkoholia, niin sitten sitä tarvitaan.

Muista kuitenkin, että alkoholi ei ole mikään ihmelääke, jolla sosiaaliset taidot saadaan kehittymään.

On hyvä tietää ja tuntea oma käyttäytymisensä alkoholin suhteen.

Alkoholilla ja varsinkin sitä liikaa nauttimalla voidaan kyllä ilta saada pilalle hyvinkin tehokkaasti.

Lisäksi naiset arvostavat miehiä, jotka eivät ole kauheassa kaatohumalassa.

Seksikin sujuu paremmin selvinpäin kuin umpihumalassa.

Kohtuus siis kaikessa ja tätä ei voi Suomessa ylikorostaa.

Kun ollaan hyvällä tuulella ravintolassa, niin nyt se vaatetus ja ennen kaikkea riikinkukkoilu, se häiritsevä pukeutuminen tulee kuvioon mukaan.

Se tekee sinusta helposti lähestyttävän ja sen suurin voima on juuri siinä.

Tarkoitus on edelleen se, että naiset tulevat kyselemään mikä juttu se oikein on ja miksi se on siinä.

Senkin oppii erehdyksen ja kokeilun kautta miten kannattaa pukeutua ja mitä laittaa päälle.

Voit laittaa esimerkiksi sheriffin tähden rintaan, uimalasit otsalle, silinterihatun päähän, tai sitten voit laittaa vain valkoiseen paitaan värikkään solmion.

Kaikki riippuu halustasi ottaa sosiaalista riskiä ja mielikuvituksestasi.

Huomioi se, että mitä epäsovinnaisemmin pukeudut, sitä enemmän sinua tullaan testaamaan tuosta pukeutumisesta.

Jos laitat arjalaisuutta ihannoivan paidan päälle kun menet ravintolaan, niin ihan varmasti herätät huomiota.

Lisäksi sinua tullaan testaamaan tuosta paidasta.

Riikinkukkoilulla saat kuitenkin enemmän huomiota kuin pukeutumalla harmaasti ja huomaamattomasti.

Se kääntyykö huomio sinua vastaan vai sinun eduksesi, riippuu täysin omasta käyttäytymisestäsi.

Oikein tehtynä riikinkukkoilulla saat ihmisten huomion ja mahdollisuuden olla tilan keskipiste.

Naiset huomaavat aina miehen joka hallitsee tilaa ja jonka muut ihmiset noteeraavat.

Se ei kuitenkaan vielä riitä, että sinulla on esine vaatteissasi joka herättää huomiota.

Sen lisäksi siihen esineeseen pitää keksiä tarina, joka kertoo leikkisästi miksi sinulla on se, kuten koirankaulapanta.

Nainen - *Miksi sulla on koirankaulapanta päällä?*

*Mies - Yx nainen piti mua vajassaan seksiorjana....sitten
mä kyllästyin siihen touhuun ja purin narun poikki ja lähdin
meneen... kato kun mä olen muutakin kuin pelkkää lihaa.*

Tarkoitus on saada nainen kiinnostumaan sinusta vaatetusta
hyödyntämällä ja sen jälkeen olla niin leikkisä kuin
mahdollista.

Leikkimielisyys saa naisen aina rentoutumaan miehen seurassa
ja vakavuus taas saa naisen epämukavuusvyöhykkeelle, jossa
hän ei kovinkaan kauaa halua olla.

Riikinkukkoilulla myös itseilmaistaan itseään: *olen näistä
muista miehistä erottuva kaveri elämän vähän joka sektorilla
ja haluan vaatetukseni tuovan sen esille jo heti kättelyssä.*

Erilainen pukeutuminen vaatii rohkeutta ja naiset huomioivat
sen ja arvostavat sitä.

19 – Luku: Pokaaminen ravintolassa: osa 2.

Nyt kun olet ravintolassa hyvässä vireessä ja kauniimman sukupuolen edustajat ovat huomanneet sinut, niin toimi ilman agenda.

Se tarkoittaa sitä, että älä odota saavasi illan lopuksi seksiä ja älä missään nimessä lähde hakemaan vaimoa tai tyttöystävää.

Lähde vain pitämään hauskaa ja katso mitä illalla on annettavana, sekä ole mahdollisimman avarakatseinen ja ennakkoluuloton illan suhteen.

Ilta voi olla onnistunut vaikka et saisikaan naista lähtemään mukaasi tai et saisikaan seksiä.

Pokaamisessa ja oman sosiaalisen dynamiikan hiomisessa ylikorostetaan seksin ja pesän saantia, johtuen siitä, että tämä genre on ollut kauan nuorten poikien hallinnassa.

Nuoret pojat tuppaavat ylikorostamaan seksiä, siinä missä nuoret naisetkin.

Seksi ei kuitenkaan voi olla ainoa asia jolla sosiaalista kehitystä mitataan, olkoonkin, että se on helppo mittari: taitosi ovat hyvät kun saat, taitosi ovat huonot kun et saa.

Tärkeintä on oppia taito kuin se, että saa jotain konreettista.

Matka on siis paljon tärkeämpi kuin se päämäärä.

Kun ollaan kentällä ja yleensä ravintolassa, niin kannattaa käydä samassa paikassa kuin käydä eri ravintoloissa tietyn aikajakson aikana.

Tietenkin vaihtelu virkistää.

Kun kuitenkin lähdet lähes tyhjästä ja haluat taitojesi kasvavan nopeassa aikasyklissä, niin kannattaa aluksi valita yksi ravintola jossa käy sanotaan kuukauden tai kuuden viikon aikana kerran tai kolme kertaa viikossa.

Näin tulet tutuksi ravintolahenkilökunnan kanssa ja kun samassa ravintolassa pyörii, niin samoja ihmisiä alkaa tulemaan vastaan.

Näiden ihmisten kanssa on hyvä aloittaa jutustelu ja pystyt nostamaan omaa sosiaalista piiriäsi ja sosiaalista arvoasi suhteellisen nopeassa ajassa kuin, että kävisit saman aikajakson aikana useammassa eri ravintolassa.

Yksinään ravintolassa oleva mies on vähän murheellinen näky ja heti kun alat jutella ihmisten kanssa, et ole enää yksin ja naiset näkevät sinut menestyvänä sosiaalisena hahmona.

Lisäksi naiset kiinnostuvat enemmän miehestä joka hallitsee sosiaalista ympäristöään kuin ovat kiinnostuneet miehen ulkonäöstä.

Se taas ei ole mikään syy olla huolehtimatta omasta fysiikastaan tai terveydestään.

Joten siellä salilla on hyvä käydä, vähän illalla lenkeillä sekä tietenkin myös katsoa miten pukeutuu ja myös miettiä mitä

sekä miten syö.

Kun tulet tutuksi ravintolahenkilökunnan kanssa, älä ota heitä itsestäänselvyytenä: älä käskytä, äläkä vaadi heiltä mitään.

Juttele ja ole kiinnostunut heistä, niin he kiinnostuvat sinusta.

Kun tulet myöhemmin baariin, niin jos ei ole ruuhkaa voit aloittaa heidän kanssaan jutteleminen.

Mitä enemmän ravintolan henkilökunta on jutuissasi mukana ja nauraa niille tai kysyy juttuja sinusta, sitä enemmän oma arvosi nousee ravintolaympäristön silmissä.

Jos lattialle on kaatunut juomaa , niin älä vaadi heitä korjaamaan sitä ja jos olet itse kaatanut sen, pyydä anteeksi, sekä pyydä sieltä rätti ja korjaa jälkesi.

He eivät ole orjiasi, vaan he ovat palveluammattissa ja he pitävät siitä, että heitä kohdellaan ihmisinä ja heidän asioista ollaan aidosti kiinnostuneita.

Älä kuitenkaan ole liian tungetteleva keskusteluissa tai mene liian nopeasti kyselemään henkilökohtaisista asioista.

Jos menet yksin ravintolaan , niin älä missään nimessä osta juomaa ja mene yksin pöytään, se on käytännössä sosiaalinen itsemurha.

Mikäli et sitten tietoisesti halua olla yksin ja istua yksin pöydässä ajatustesi kanssa, sittenhän se on okei ja se on sinun valintasi.

Jos taas haluat kehittää sosiaalista käyttäytymistäsi aktiivisempaan suuntaan, niin jää mieluummin baaritiskille ja sinne kannattaa tulla jo hyvissä ajoin ennen ruuhkaa.

Baaritiski on parempi vaihtoehto kuin pöytä, koska ravintolahenkilökunta on sen takana ja voit näin aloittaa juttelemisen heidän kanssaan.

Lisäksi baaritiskillä käy ihmisiä joiden kanssa voit aloittaa keskustelemisen.

Baaritiskillä olet lähempänä ihmisiä kuin omassa pöydässäsi.

Jos olet omassa pöydässäsi ja nouset sieltä lähestyäksesi jotain ihmistä, niin on suurempi riski epäonnistua lähestymisessä kuin se, että olet baaritiskillä ja aloitat spontaanisti keskustelun ihmisten kanssa.

Baaritiskillä oleminen tekee sinut aktiiviseksi ja omassa pöydässä istuminen passiiviseksi vaikka se voi kuulostaa nurinkuriselta.

20 – Luku: Pokaaminen ravintolassa: osa 3.

Nyt vasta otetaan lähestyminen naisia kohtaan kunnolla puheeksi vaikka olemme jo ravintolan sisällä.

Lisäksi pidetään perustekniikkana sitä suoraa lähestymistä.

Joten lähesty heti, äläkä mieti voitko lähestyä kun näet naisen vai etkö voi.

Vielä kerran, että oikeasti menisi alitajuntaan: amerikkalainen pokauguru Mystery on lanseerannut kolmen sekunnin säännön.

Se tarkoittaa sitä, että kun näet naisen niin sinulla on kolme sekuntia aikaa lähestyä häntä.

Jos aika menee sen yli, niin olet odottelulla mokannut tilaisuuden ja käyttäytymisesi tämän kolmen sekunnin jälkeen on niin häiritsevää tai hermoilevaa, ettet saa positiivista vastakaikua.

Heti kun siis näet naisen, niin sano jotain: tärkeintä on se että teet jotain etkä mieti seurauksia, kuten sitä seurusteleeko nainen vai ei.

Kyseessä on taidon oppiminen ja sen että oppii luonnollisesti ilmaisemaan itseään nopeasti.

Tällöin toimitaan ennen kuin mietiskelyllä on annettu tilanteen valua hukkaan.

Ja kyseessä on pelkkä keskustelun avaaminen: joten mikä on pahinta mitä voi tapahtua kun aloitat pelkän juttelun

ventovieraan ihmisen kanssa?

Pokausrepliikin eli openerin tehtävä on avata keskustelu, kun kaksi ventovierasta ihmistä tapaa ja mies tekee aloitteen.

Se on vain ja ainoastaan openerin tehtävä: avata sosiaalinen tilanne kahden ihmisen välillä.

Eikä replan tarvitse olla mikään elämää suurempi lause.

Tietenkin se voi sitäkin olla ja naisten sekä iltapäivälehtien mukaan sen pitäisi aina sitä olla.

Ehkä kuitenkin joku tällöinen voisi nyt aluksi tulla kyseeseen: *sä näytät kauniilta, mutta vähän yksinäiseltä ja mä halusin tulla juttelemaan sun kanssasi.*

Parasta on tietysti se, että näet naisessa jotain sellaista, mihin on hyvä tarttua.

Jos hänellä on vaikkapa Stetson päässä, voit aloittaa: *hei onkos rodeo tullut kaupunkiin?*

Opetellun openerin sijasta kannattaa tarttua hetkeen ja katsoa mitä siitä saisi irti.

Voit myös lähestyä naista ja pyytää häneltä naisellisen mielipiteen johonkin ongelmaan.

Kannattaa miettiä ennen kuin lähtee radalle, että mikä se ongelma voisi olla.

Tässä esimerkki. *Mun entinen tyttöystävä on aloittanut seurustelusuhteen yhden niljakaan kaverin kanssa, joka tulee takuulla satuttamaan sitä...mä tiedän tän siitä, että mä käyn sen niljakkaan tyypin kanssa samalla salilla ja se aina kehuu valloituksillaan... mä tarvitsisin tähän naisellisen*

näkemyksen... kannattaako mun edes yrittää kertoa mun exälle, minkä kanssa se on tekemisissä... siis jos me oltaisiin oltu pari ja kaikki ei olisikaan mennyt ihan putkeen...niin uskoisitko jos mä sanoisin, että sun kannattaa olla varovainen sun nykyisen jätkäsi kanssa, vai sanoisitko, että mun elämä ei enää kuulu sulle?

Naiset pitävät siitä, että heidän mielipidettään kysytään ja äskeisellä mielipiteen kyselyllä voi lähestyä isompiakin settejä jos rohkeus on kasvanut niin paljon, että uskaltaa settejä lähestyä.

Jos näet yksinäisen naisen ja haluat kokeilla vähän uhkarohkeampaa tyyliä jota myös yleensä tullaan testaamaan, niin kannattaa kokeilla *David De Angelon* kehittelemää *CockyComedyä* joka on röyhkeän hauska tyyli.

Lähesty naista.

Sinä - Noin isoa siiderin ystävää mä en ole täällä ennen nähnytkään.

Nainen - Miten niin?

Tökkää leikkisästi, hiljaa ja varovaisesti naista vatsaan ja hymyile.

Tämän jälkeen nainen testaa sinua ja voi sanoa jopa törkimykseksi.

Näin hän on kuitenkin huomannut, ettet ole ainakaan perusnössö tässä ravintolassa.

Tämä tyyli ei sovi kaikille ja se on hyvä tiedostaa.

Jos nainen katsoo sinua arvioivasti kun olette vaikka jonossa

tilaamassa juotavaa, niin voit heittää.

Sinä - Onkos neiti ikkunaostoksilla, vai haluatko sä sovittaa?

Tärkeintä on lähestyä naista heti ja aloittaa keskustelu.

Kun naisia lähestyy ja aloittaa keskustelemisen, niin se oma tyyli, joka sopii itselle tulee aika nopeasti esille.

Tietysti on aina tämä legendaarinen humalassa tehty: *mennäänks meille panee?*

Äskeistä ei ehkä kuitenkaan kannata kokeilla, vaikka tietysti oikea mies kun sanoo sen oikealla äänenpainolla ja oikealle naiselle oikeaan aikaan, niin voihan se toimiakin.

Kun keskustelu lähtee eteenpäin, niin omaa työpaikkaansa ei kannata heti sanoa, koska se vaan on tylsää.

Ei siis kannata heti kertoa naiselle kaikkea mitä hän haluaa tietää tylsästi ja arkisesti, vaan kannattaa antaa itsestään mysteerinen kuva.

Ja se onnistuu olemalla ennalta- arvaamaton, sekä vastaamalla leikkisästi ja salaperäisesti.

Eikä edelleenkään hauskasti olemalla röyhkeä ole pelillisesti mitään vikaa.

Toinen tyyli joka alkaa olla suosittu on se, että kertoo kyllä sen mitä tekee, mutta ei heti.

Ensin pohjustellaan keskustelua: *kun minä olin pieni poika, niin mä halusin lentäjäksi....tunnet sä ketään lentäjää, mä tunnen vain lentoemoja. (tauko)*

- Mutta lentäjän ura ei oikein ottanut tulta alleen...

(tauko)...koska mulla on korkean paikan kammo. (tauko)

- Toinen ala joka lähti viemään mun kiinnostusta oli...

(tauko) ...media, tarkemmin sanottuna sanomalehdet

(tauko)...niinpä mä nykyään olen vastuussa sanomalehtien jakelusta suoraan asiakaskontakteille (sanomalehden jakaja)

Omaa työtään voi tuoda leikkisästi esille jos haluaa.

Jos on juuri tavannut toisen ihmisen, ei kaikkea kannata kertoa heti.

Jos on iso ja vaikuttava asema, niin sen esiintuominen ei kyllä yleensä innosta naista.

Korkeintaan nainen alkaa kärttämään sinua tarjoamaan hänelle koko illan.

Sehän ei sitten loppupeleissä johda yhtään mihinkään.

Nainen joka alkaa vaatia sinua tarjoamaan hänelle... antaa kyllä ymmärtää, mutta ei ymmärrä an... no tiedät kyllä kuvion.

Jos nainen alkaa vaatimalla vaatia sinua tarjoamaan juomaa ja yleensä kallista kuplivaa, sano, että hänen pitäisi tarjota ensimmäinen kierros ja että sinä tarjoat seuraavan: *minä teen niin aina ystävilleni... etkös sinä olekaan minun ystäväni?*

Vältä nopeita liikkeitä ja *Hermusmaista* käytöstä, koska loppupeleissä se pelottaa ihmisiä.

Käsillä voi puhua ja niillä saa itselleen särmikkyyttä, sekä sen lisäksi oma sanoma voimistuu.

Liika huitominen kuitenkin kostaautuu.

Vältä liian nopeaa puhetta ja älä siis edelleenkään kerro heti kaikkea itsestäsi.

Kysele naiselta mieluummin asioita, sillä ihmiset haluavat enemmän kertoa itsestään kuin kuulla asioita toisesta ihmisestä.

Jos kerrot vitsin, älä ala nauramaan ensimmäiseksi sille itse, koska se on aika surullisen näköistä kun mies nauraa vitsille, jolle kukaan muu ei naura.

Vitseissä kannattaa tehdä niin, että opettelee yhden vitsin hyvin ja yleensä sellaisen joka on jo naurattanut itseäkin, treenaa sitä peilin edessä ja oikean hetken tullessa kertoo sen.

Se kannattaa muistaa, että ei odota mitään reaktioita vitsille sen kertomisen jälkeen.

Se naurattaa jos naurattaa ja jos se ei herätä reaktioita, niin sitten yleisö oli nähtävästi väärä.

Ei sitä pidä alkaa selittelemään.

Nainen - Kerro vitsi.

Sinä - OkeiOliks sun nimi Linda...okei...pikku Linda meni ostamaan Barbieta...(tauko) ja kauppias sitten kysyi...(tauko)...että tuleekos tää Barbi Kenin kaa...

(tauko)... pikku Linda vastas siihen topakasti...(tauko)...Ei

kun Barbi tulee aina Actionmanin kaa.

Näin se homma hoidetaan himaan.

21- Luku: Pokaaminen ravintolassa: osa 4.

Huomioi tämä luku tarkasti!

Sillä kun olet päässyt keskusteluun naisen kanssa, niin siinä sinun täytyy osoittaa naiselle, ettet aio ripustautua häneen koko illaksi, vaikka haluaisitkin.

Kuten on jo käynyt selväksi, niin naisia kiihottaa ja kiinnostaa salaperäisyys ja ennalta-arvaamattomuus miehessä.

Nainen myös koko ajan epäröi sitä, että herättääkö hän sinun mielenkiintosi vai ei.

Hän siis miettii sitä, että onko hän viehättävä vai ei.

Myös naiset kärsivät epävarmuudesta siinä kuin miehetkin.

Kuitenkin tämä asia jätetään mediassa vähän turhan pienelle huomiolle naistenlehtien taloudellisten intressien takia.

Jos lähestyt naista ja alatte jutustella, niin hän voi pitää sinua luuserina joka tulee hänen pöytänsä kertomaan typeriä vitsejä ja ehkä pilaamaan hänen iltansa.

Joten alusta asti kannattaa luoda itselleen kiireisen maailmanmiehen imago.

Se onnistuu parhaiten luomalla valheellinen aikarajoite.

Temppu on hyvin yksinkertainen: kun olet päässyt naisen kanssa juttusille ja hän on kiinnostunut jutuistasi ja naurahtanut niille pari kertaa, niin sano: *mä en voi olla tässä kovinkaan kauaa, kun kavereiden kanssa sovittiin tapaavamme täällä ja mun pitää etsiä ne jossain kohti iltaa.*

Tämä on hyvä keino, jos jostain syystä et haluakaan olla pöydässä pitempään, voit poistua luonnollisestikin etsimään niitä kavereitasi.

Jos teillä on oikein hauskaa sekä viihdyt hänen seurassaan ja hän viihtyy sinun seurassasi, niin voit aina sanoa: *että hiiteen kaverit.*

Valheellinen aikarajoite antaa sen kuvan, että sinä tulet vain piipahtamaan, etkä jäämään siihen ikuisiksi ajoiksi.

Näin nainen voi heti alusta asti huojentua, että mies jo aikaisessa vaiheessa sanoo ettei aio ripustautua häneen.

Naiset eivät pidä miehistä jotka jäävät roikkumaan naiseen ja tuppaantuvat heidän pöytänsä lähes väkisin.

Lisäksi vaikka teillä olisikin hauskaa, niin on hyvä pitää välillä taukoa ja voit sanoa naiselle, että käyt etsimässä niitä kavereitasi.

Näin annat salaperäisyyden sekä oman riippumattomuutesi kasvaa.

Jos pöytään tulee joku toinen mies pokaamaan tätä naista, niin sitten siinä voi käydä niin, että tämä toinen mies vie naisen.

Näin käy kuitenkin harvemmin.

Jos olet toiminut oikein tähän asti niin, *nainen* sanoo: *että hänellä on jo seuraa.*

Pokaajaguru *Neil Strauss* sanoo: että saadakse *naisen* täytyy olla valmis menettämään hänet.

Se on oiva neuvo jos mikä!

Jos olet saanut naisen nauramaan ja teillä on sinun mielestäsi ollut hauskaa, niin sinun pitää luottaa omaan viehätysvoimaasi

ja taitoihisi.

Sekä luottaa siihen, että nainen on jo viehättyynyt sinusta.

Omistushaluisille ja mustasukkaisille miehille käy yleensä huonosti, koska he yrittävät tukahduttaa naisen vapauden.

Jos siis pöytään palatessasi siellä on toinen mies ja nainen nauraa hänen jutuilleen, niin etsi uusi nainen.

Äänenpainoon kannattaa kiinnittää erityisesti huomiota.

Ei kannata puhua liian kovaa tai liian nopeasti ja myös liian hiljaista äänenpainoa kannattaa välttää.

Puhe kannattaa pitää rauhallisen tasaisena ja sitä kannattaa oikeasti treenata nauhurilla tai peilin edessä ennen kuin menee ravintolaan.

Hiljaa ja epäselvästi puhuvat syödään sekunnissa.

Se mitä sanotaan on vain yksi osa mitä tuomme itsestämme esille kun olemme ihmisten seurassa.

Äänenpainolla, ryhdillä ja yleensä ulkoisella olemuksella on enemmän painoarvoa kuin sisällöllä, mikä on sinällään väärin, mutta se nyt vain on vallitseva lainalaisuus tämän päivän maailmassa.

Kun istut ja juttelet naisen kanssa, niin nojaa taaksepäin ja puhu sellaisella äänenpainolla, että nainen joutuu nojaamaan sinun suuntaasi.

Ei kannata nojata naiseen päin, koska se laskee sinun arvoasi hänen silmissään.

Jos nainen ei innostu jutuistasi, älä lähde jahtaamaan häntä ja yritä saada hänen hyväksyntäänsä ja huomiotaan hinnalla millä hyvänsä.

Älä yli päättään koita saamalla saada naisen huomiota ja

hyväksyntää, vaan pieni etäisyys naiseen niin fyysisesti kuin keskustelujenkin osalta on kultaa.

Pieni välinpitämättömyys ja se ettei koko aikaa ravintolassa ripustaudu naiseen on hyvä asia.

Jos olet herättänyt naisen mielenkiinnon, niin on ihan hyvä, että käyt välillä keskustelemassa muidenkin ihmisten kanssa, eikä siitä ole pelillisesti mitään haittaa, että juttelet vaikkapa toisten naisten kanssa.

Kannattaa muistaa se, että me ihmiset haluamme aina sitä mitä emme voi saada ja kaiken arvokkaan pitäisi olla vaikeasti saatavaa.

Sinun kannattaisi suhtautua näin, että sinä olet saalis ja nainen saalistaja ja jos nainen herpaantuu hetkeksikin sinua saalistamasta, hän menettää sinut jollekulle toiselle saalistajalle.

Jos nainen puhuu sinusta tai jostain sinulle tärkeästä asiasta negatiivisesti, niin kannattaa leikata se pois ja olla kuulematta sitä.

Älä ainakaan lähde puolustautumaan tai korjaamaan näkökantojasi, naiset eivät arvosta mielistelijöitä.

Älä anna periksi, jos nainen käyttäytyy tyyneästi, niin ajattele, että hän on joku tavallinen mies.

Mieti miten toimisit jos joku ventovieras mies loukkaisi sinua. Jos nainen loukkaa sinua, niin jätä nainen kylmästi ja lähde pois.

Etsi tämän jälkeen uusi nainen.

Jos naisen sanoma jää korpeamaan tai se loukkaa, niin sivalla takaisin: *en olisi ikinä uskonut, että noin kauniissa kuoressa on noin ruma sielu.*

Vaikka miehille koko ajan opetetaan, että naisia pitää kohdella kunnioittavasti, naiset kumminkin ihastuvat niin sanottuihin pahoihin poikiin.

Syy on se, että heidän rumasta käyttäytymisestään huolimatta, heidän käytöksessään on voimaa ja se kiihottaa sekä kiinnostaa naisten mieliä.

Voit olla asiallinen sinua kohtaan väärin tehneille, ja ei se tarkoita sitä, että sinun pitäisi nöyristellä tai itku kurkussa juosta karkuun, voit hyvin iskeä takaisin verbaalisesti.

Onneksi näin kuitenkin harvoin tapahtuu ja valtaosin, pissiksiä lukuunottamatta, naiset ovat asiallisia heitä lähestyviä miehiä kohtaan.

Oletetaan nyt, että jutustelut kauniimman sukupuolen kanssa menevät kuitenkin ihan asiallisesti.

Kysymyksiin ei kannata antaa liian nopeasti tai liian aikaisin vastauksia ainakaan ihastumisen alkuvaiheessa.

Ei siis kannata vastata liikaa vaan kannattaa vastata leikkimielisesti ja kiusoittelevasti, sekä luoda mysteerinen vaikutelma omasta itsestään.

Myös se, ettei anna mitään tietoja itsestään ilmaiseksi on hyvä asia.

Jos joudut kolmannen asteen kuulusteluun, niin pidä huoli ettei se ole toiselle osapuolelle ilmaista.

Jos sinua tentataan, niin sano, että vastaukset maksavat...

(leikkimielisesti)... yksi vastaus on yksi pusu tai sitten voit sanoa, että sä kysyt nyt kysymyksen ja mä kysyn seuraavaksi.

Ei kannata kovinkaan paljoa nyökytellä naisen vastauksille, koska se antaa kuvan, että sinä kerjääät hänen hyväksyntäänsä.

Jos olet samaa mieltä hänen kanssaan, seiso selkä suorana ja sano, *aivan*.

Varo liiallisia toistoja.

Tätä ei voi ylikorostaa: koko ajan rauhalliset liikkeet ja rauhallinen äänenpaino.

Jotain sanomista toki voidaan käsillä korostaa ja jotain asiakohtaa voidaan äänenpainolla ylikorostaa.

Hitaat liikkeet ja rauhallinen puhe luovat kuvan itsevarmasta miehestä joka tietää mitä tekee.

Keskusteluissa kannattaa varoa sitä, että jos aikaisempi keskustelu on jostain syystä katkennut, niin älä missään nimessä palaa siihen oma-aloitteisesti, vaan etsi uusi puheenaihe tai odota, että joku muu aloittaa keskustelun, jos olet isommassa ryhmässä.

Jos takerrut ehdoin tahdoin keskusteluun mikä on katkennut, haet hakemalla hyväksyntää ja sitähan et niin saa.

Jutteluiden välissä on hyvä käydä välillä tanssimassa.

Tanssitaito on hyvä taito olla olemassa ja lisäksi se on hauskaa.

Ja jos ei osaa tanssia, niin voi etsiä naisen ravintolasta ja sanoa, *että en osaa yhtään tanssia, voisitkohan sä opettaa?*

Ei uusien asioiden oppimista kannata pelätä.

Tärkeintä on kaikessa se mitä tekee radalla, ettei hae tekemisilleen toisten ihmisten hyväksyntää, vaan keskittyy omaan peliin ja nauttii illasta.

Jos nainen puhuu hiljaa, niin älä pyytele anteeksi sitä ettet kuule mitä hän sanoo, vaan aloita varovaisesti kiusoittelemalla häntä: *että sinä taidat olla niitä vähän ujomman puoleisia tyttöjä, kun puhut noin hiljaa, et kai ole landelta?*

Ja kun kerrot jotain tarinaa, niin tiivistäminen on kultaa.

Mitä vähemmän kerrot, niin sitä tehokkaammin viestisi menee perille: *älä selitä liikaa.*

Niin ja asioita kannattaa jättää avoimiksi, että vastapuoli pystyy tarttumaan keskusteluun: *mitä sä tarkoittit sillä?... tyyliin.*

Ja naiselle ei kannata vakuutella mitään, koska se korostaa omaa epävarmuutta.

Ei kannata sanoa minä olen lihaksikas, minä olen rikas, minä olen hyvännäköinen jne...

Jos olet jotain, muiden ihmisten pitää tuoda se esille, ei sinun.

Itsevarmat miehet eivät kehu itseään, koska heidän ei tarvitse.

Vaikka olotilasi olisi sinällään negatiivinen, niin kun peilaat iloista ja energistä, sinua pidetään sellaisena.

Näin myös pikkuhiljaa iloisuus ja energisyys tarttuu sinuun.

Sinun ei tarvitse mitään muuta kuin yrittää pitää hauskaa ja olla avoimin mielin, kaikki muu seuraa perässä, jos ei heti niin ajan kanssa.

Samaten, älä yritä viihdyttää naista liikaa ja älä tee liikaa temppuja varsinkaan jos hän niitä vaatii.

Muutut äkkiä tanssivaksi apinaksi joka tekee juuri niin kuin yleisö haluaa ja kun viihde loppuu, niin sinut hylätään armottomasti.

Jos teet jonkun tempun kuten kuution tai taikatempun ja naisen kaveri tulee ja nainen alkaa huutamaan: että teeppä se temppu mun kaverille, niin älä tee tai ala vaatia jotain palkkioksi, kuten pusu tai suihinotto.

Vaadi jotain sellaista jolla teet selväksi, että sinua ei pompoteta, sinua ei pidetä pellenä ja jos teet temppuja, niin teet niitä omilla ehdoillasi.

22- Luku: Pokaaminen ravintolassa: osa -5.

Jossain kohti kun olet hyvän aikaa jutellut naisen kanssa, kohtaamista kannattaa ehdottomasti viedä fyysiseen suuntaan.

Ihan siitä syystä, että naiset kyllästyvät siihen, jos kanssakäyminen jääkin vain puheen asteelle, noin niin kuin pidemmän päälle.

Naiset panostavat ajallisesti ja myös rahallisesti miehiä paljon enemmän ulkonäköönsä, joten naiset haluavat, että se huomataan ja että heitä halutaan:

Naiset haluavat, että miehet kiinnostuvat ja kiihottuvat heistä, joten sen pitää myös tuntua jossain kohti iltaa.

Jos vain keskustelet, niin nainen alkaa pitämään sinua nössönä ja alat siirtyä ystävyysvyöhykkeelle, jossa nainen näkee sinut vain ystävänä.

Ei siis mahdollisena poikaystävänä tai rakastajana.

Voit sanoa, että hänellä on kaunis tukka ja alkaa koskettelemaan sitä varovaisesti, jos signaali siihen on jo verbaalisesti saatu, että sinä kiinnostat häntä.

Naisille hiukset ovat tärkeä asia, että saat kyllä näpeillesi jos nainen ei halua sinun koskettelevan hänen hiuksiaan.

Kuitenkin näin tiedät, että on vielä liian aikaista viedä sosiaalista kanssakäymistä fyysisempään suuntaan.

Yksi aivan loistava keino mennä fyysisyyden puolelle on pyytää naista kanssaan tanssimaan.

Mielellään vielä jotain hidasta biisiä, jonka aikana ruumiisi lähestyy hänen ruumistaan ihan luonnollisesti musiikin tahdissa.

Voit yrittää ennustaa hänelle kädestä: osasit tai et tai voit tehdä hänelle Snoopyn eli Ressun.

Ressu on hauska leikki, jolla pääset koskettamaan naista leikkimielisesti.

Kysy naiselta onko hän kekseliäs ja johdattele häntä ja ole leikkisä laittamalla hänet puolustelemaan kekseliäisyyttään.

Sitten sanot, että haluat tehdä hänelle Snoopyn / Ressun.

Kun hän suostuu, niin laita vasen käsi avoimeksi ja oikea käsi avoimeksi sekä sano, että hänen pitää laittaa omat kätensä käsiesi päälle.

Sen jälkeen sanot, että vasen käsi on Ressu ja oikea käsi ranta ja siinä välissä on kovasti virtaava joki, jonka Ressun pitää ylittää.

Ja naisen pitää keksiä miten Ressu ylittää virtaavan joen ja joka kerta kun nainen yrittää olla oivaltava, niin näytät että Ressulle on aina joku ylivoimainen vastus.

Nainen: *Ressu vaan ui yli.*

Sinä: *Ei, ei onnaa, koska virtaus joessa on aivan liian kova.*

Koko ajan keksit jonkun syyn miksei Ressu voi ylittää jokea ja sitten kun hän ei enää keksi mitään ja kysyy, että miten se Ressu sitten ylittää joen?

Sinä vastaat - *Ei mulla ole aavistustakaan, mutta että minusta oli mukavaa pitää sua kädestä kiinni.*

Koko aikaa ei tietenkään pidä kosketella ja fyysisyydellä viettää vain ihastumistasi tiettyyn suuntaan.

Lisäksi kannattaa varoa kourimasta vääristä paikoista liian varhain.

Kuitenkin se ettei vie asioita fyysiseen suuntaan tekee sen, että nainen pitää sinua nössönä.

Lisäksi se johtaa siihen ettet pääse kourimaan oikeista paikoista silloin kun pitäisi.

Tilannetaju on välttämätön työkalu: aluksi keskustelujen ja kiusoittelun lomassa kannattaa aloittaa varovaisella koskettelulla ensin viattomista paikoista kuten käsistä.

Ja myöhemmin illan ja asioiden syvetessä mennä intiimimmeille alueille jos sinusta tuntuu, että nainen näyttää vihreää valoa.

Pääasia, että toiminta on johdonmukaista ja rauhallista etenemistä paikasta A paikkaan B.

Naisen tahtoa ja halua kunnioitetaan ja ei on ei, sekä torjunta otetaan hyvin vastaan jos sitä tulee.

Oletetaan, että sitä ei nyt kuitenkaan tule.

Jos kysyt naisen nimeä ja sen jälkeen alat puristella pyllystä, niin peli on ohi.

Toisaalta jos luulet, että nainen haluaa koko illan aikana vain jutella, niin no sitten teistä voi tulla vain hyviä ystäviä.

Se ei loppupeleissä intohimoiseen suhteeseen johda, mutta toisaalta hyviä ystäviä ei ole koskaan liikaa.

Loppujen lopuksi naiset haluavat, että mies johtaa tilannetta ja ottaa tilanteen haltuun sekä sanoo, että näin me teemme.

Jos nainen johtaa tilannetta, hän pitää miestä nössönä ja kohtelee tätä sen mukaisesti.

Naiset haluavat menestyä elämäänsä ja eivät todellakaan kännissä olevia tuulipukupellejä, jotka eivät osaa kuin vongata seksiä ja sen jälkeen ruikuttavat kun elämä potkii päähän ja vielä ihan ilman omaa syytä.

Naiset nimittäin vihaavat yli kaiken ruikuttajia.

Kannattaa myös tiedostaa se, että naiset ovat yhtä seksinhaluisia kuin miehet.

Lisäksi seksuaalisuus on iso asia joka ohjaa meitä, niin miehiä kuin naitiakin.

Kummallakin sukupuolella on yhtä isot haluat saada sekä nauttia seksistä.

Valitettavasti media on luonut kuvan valta- ja talouspoliittisista syistä, että miehet haluavat saada enemmän seksiä hinnalla millä hyvänsä kuin naiset.

Niinpä jotkut naiset käyttävät tuota imagoa ja omaa seksuaalisuuttaan räikeästi hyväkseen, esimerkiksi saadakseen ilmaista juomaa, ilmaisen sisäänpääsyn tai rikkaan aviomiehen.

Se on ihan ymmärrettävää, koska kauniiden nuorten naisten kautta liikutellaan vuositasolla miljardiluokan rahavirtoja, joten totta kai media haluaa pitää kliseet voimissaan ja kulissit pystyssä.

Se, että meillä on stereotypiat miehistä ja naisista, niin se palvelee monien tahojen isoja taloudellisia ja valtapoliittisia intressejä.

Naistenlehdet myyvät mainoksia vaate- ja kosmetiikkajäteille

jotka tekevät rahansa myymällä tuotteensa naisille, jotka tuntevat epävarmuutta omasta viehättävyydestään tai seksuaalisuudestaan jos eivät käytä tiettyjen megabrändien tuotteita.

Tähän kuvioon ei sovi itsevarma mies, joka voi pyörittää kerralla useampaa naista ja vieläpä ketään loukkaamatta tai kenellekään valehdellen.

Kannattaa ihan oikeasti muistaa se, että mikä toimii elokuvissa tai televisiossa, niin se välttämättä ei toimi oikeassa elämässä.

Keskity vain omaan peliisi ja kun toimit erilailla kuin media odottaa sinun käyttäytyvän, niin olet jo hyvin pitkällä muuttuaksesi, niin viehättäväksi mieheksi josta naiset suorastaan haluavat tapella.

23- Luku: Pokaaminen ravintolassa: osa 6.

Toistoa, toiston päälle, niin se oppiminen tapahtuu kuin itsestään ja oma uskomusjärjestelmä vahvistuu tai rakentuu voimallisesti.

Nyt puhumme edelleen ja uudestaan torjunnasta.

Muista edelleen se, että torjunta ei ole koskaan henkilökohtaista.

Vaikka nainen torjuisikin sinut, ei se tarkoita etteikö hän olisi vielä illan aikana sinusta kiinnostunut.

Kirjoita tuo lause nyt omin sanoin paperille ja katso sitä säännöllisesti 21 päivän ajan.

Näin alat nähdä pienin askelin vastoinkäymiset tulevina mahdollisuuksina.

Jos siis joku nainen torjuu sinut, niin mene ja avaa uusia settejä.

Lisäksi ala jutella toisten naisten kanssa, kyllä hän seuraa sinuakin vaikka yrittääkin näyttää ettei olisi kiinnostunut.

Se ettet saa hyväksyntää joka lähestymisellä kuuluu tähän peliin, jota joku muuten kutsuu elämäksikin.

Älä loukkaannu torjunnasta ja tätäkään ei voi ylikorostaa: se ei ole henkilökohtaista.

Kauniita naisia yritetään iskeä illan aikana 12-35 kertaa ja yleensä juuri niillä kliseillä: haluatko sä juotavaa?... lähetkö

sä tanssimaan?...käyt sä täällä usein?

Tietenkin se yleinen vastaus on: kiitos ei, no voit sä mulle paukun tarjota ja voit saada siitä hyvästä tanssin.

Muista kuitenkin, että jos kliseisesti toimimalla saa ilmaisen ravintolaillan, niin kukapa siihen ei tarttuisi.

Ei sillä kuitenkaan sen pitemmälle päästä.

Parempi keino on se, että otat aurinkolasit ravintolaan sekä kameran ja kysyt naiselta, että voisinkohan mä ottaa sinusta valokuvan mun aurinkolaseissa tulevaisuudessa perustettavaa lehteä varten?

Tuskin kovin moni muu kaveri tekee vastaavanlaista aloitusta ja vaikkeet saisikaan vastakaikua, nainen ainakin laittaa sinut merkille, että tolla jätkällä oli mu... rohkeutta lähestyä minua ihan eri tavalla kuin muilla äijillä.

Oman luonnollisen sosiaalisen käyttäytymisensä saa noin vuodessa tai puolessatoista tulemaan esille, kun käy säännöllisesti ravintoloissa ja kokeilee oppimisen sekä erehtymisen kautta mikä itselle toimii ja mikä ei.

Lisäksi kannattaa kirjoitella sitten niitä kenttäraportteja ja verkostoitua pelimiesverkostoissa.

Että elämän oppii kun elää ja kokee tarpeeksi, mutta onnea ei löydä jos vain kyyhöttää kotona ja odottelee sitä.

24- Luku: Pokaaminen ravintolassa: osa 7.

Toivottavasti olet lukenut vain ja ainoastaan luvun päivässä kuten kirjan alussa ehdotettiin, koska tämä on käytännönläheinen opaskirja ja näiden ajatusten on hyvä itää mielessä.

Niinpä nämä ehdotukset eivät tule täysin lineaarisessa järjestyksessä, koska ihmisten välisessä vuorovaikutuksessa täysin toimivaa kaavaa ei ole, vaan koko ajan joudutaan sopeutumaan ja mukautumaan muuttuviin olosuhteisiin.

Suoralla tyyllillä luodaan itsevarmuutta ja epäsuora tyyli on niin sanotusti sitä viettelemistä.

Ja nimensä mukaisesti tässä lähestytään epäsuorasti.

Suorassa tyyliässä mennään suoraan kohti naista ja epäsuorassa lähestytään tavallaan sivuttain.

Suoran vahvuus on se, että se osoittaa, että sinä olet mies etkä hiiri ja kun siis näet naisen, niin menet lähes heti hänen luokseen esittäytymään ja aloittamaan keskustelun.

Epäsuorassa lähestymisessä ei käytännössä edes lähestytä naista, vaan olet lähellä naista ennen kuin teet aloitteen.

Kuten, että olet vaikka baaritiskillä ja näet naisen sekä sitten odotat, että hän tekee sinulle katsekontaktin, jolloin tokaiset jotain jolla otat tilanteen haltuun.

Edelleen tärkeintä on se, että olet ylipäätään sellainen mies josta naiset haluavat tapella.

Kannattaa siis olla elinvoimaisen näköinen tai mielellään elinvoimainen.

Monien "gurujen" materiaali perustuu nimenomaan epäsuoraan lähestymiseen.

Esimerkiksi *Mysteryllä* on negaukset jotka äskeiseen tilanteeseen voisivat sopia näin:

Nainen tekee katsekontaktin.

Mies: - *Sulla on kauniit hiukset.*

Nainen - *Kiitos.*

Mies - *Joo...oletkos sä itse leikannut ne?*

Negien tehtävä ei ole loukata ketään, vaan saada kaunis nainen niin sanotusti puolustuskannalle.

Tässä esimerkissä nainen saattaisi alkaa puolustella omia hiuksiaan.

Jos lähestymiset eivät vielä ole luonnollisia, niin negejä ei kannata käyttää, vaan ehkä mieluummin *CockyComedyä* eli *David DeAngelon* luomaa niin sanottua hävyttömän hauskaa tyyliä.

Se menisi äskeisessä tilanteessa suunnilleen näin:

Nainen tekee katsekontaktin.

Mies: - Miksi sä seisot siinä niin yksin...(tauko)...oot sä pierassut tai jotain?

Vieläkin ihan liian moni mies ripustautuu naiseen ja toimii tämän ehdoilla, kuten ostaa tälle juoman kun nainen niin käskee.

Naiset eivät loppujen lopuksi kuitenkaan halua mielistelijöitä vaan vahvan ja hauskan miehen joka seisoo omilla jaloillaan.

Niin oudolta kuin se voi kuulostaakin, niin juuri tämän takia negit ja *CockyComedy* toimivat, koska siinä mies ei mene polvilleen naisen kauneuden edessä vaan uskaltaa haastaa tämän verbaalisesti.

No niin, jätetäänpä "gurujen" materiaali nyt sivummalle ja varmasti tuli selväksi, että molemmat tekniikat perustuvat kauniin naisen itsevarmuuden heikentämiseen.

Niitä ei ole edes tarkoitettu kuin kaikkein kauniimpien naisten itsevarmuuden horjuttamiseen, jotta he alkaisivat puolustella itseään sinulle, jolloin sinusta tulee se jota yritetään iskeä ja vakuuttaa.

Epäsuora tyyli siis perustuu käytännössä siihen, että nainen on lähellä sinua ja pystyt heittämään puhe-etäisyyden päästä jotain sellaista mikä häntä kiinnostaa.

Sen ei tarvitse olla äskeisen kaltaista, se voi olla vaikka ihan peruskamaa:

Nainen tekee katsekontaktin.

Mies - Hei käyt sä usein täällä?

Nainen...vastaa jos vastaa.

Voit myös käyttää:

Mies - Haluaisin sanoa, että sun nimi on Pirre, mutta en uskalla kun menee kumminkin vika vekkiin.

Näin annat ymmärtää, että olet mukamas erehtynyt henkilöstä, vaikka tarkoituksena on vain tehdä aloitus ja aloittaa keskusteleminen.

Seuraava on äärettömän riskialtis ja tällä tavalla menee testaukseksi ja voi tulla sanomista.

Voi se toimiakin ja kaikki riippuu siitä miten itse pystyt reagoimaan toisten reagointiin.

Kun näet näppärän näköisen naisen, ota hänestä kuva, antaa hän luvan tai ei.

Yleensä nainen tulee motkottamaan ettei ilman lupaa saa kuvia ottaa, niin sitten voitte yhdessä pyyhkiä sen kuvan jolloin nainen saa sen kuvan, että hän hallitsee tilannetta.

Sitten alat kyseenalaistamaan leikkisästi hänen kauneuttaan, koska kauniit tytöthän antavat aina ottaa itsestään kuvan, että mikä mättää kun sinä et anna ottaa kuvaa.

Yleensä naiset alkavat tässä vaiheessa puolustella ulkonäköään ja joskus se kuva otetaan uudestaan.

Tuossa on toki omat riskinsä ja kovaan riskinottoon kuuluvat sitten kovat voitot sekä tappiot, että ei oheinen tyyli nyt kaikille sovi.

Epäsuora lähestyminen tehdään aina yllättävästi ja sanotaan jotain sellaista joka aiheuttaa naisessa reaktion.

Epäsuoralla tyyllillä annat kuvan, että et ole iskemässä ketään vaan näet hauskan naisen ja alat juttelemaan, sekä saat hänet nauramaan.

Näin nainen ei oleta sinun välttämättä edes olevan iskemässä häntä, vaan siinä on hauska kaveri joka saa hänet nauramaan.

Valtaosa naisista kuitenkin haluaa kohdata sellaisen miehen joka vie häneltä jalat alta ja antaa mahdollisuuden romanttiseen seikkailuun.

Naiset haluavat, että "se" vain tapahtuu, että asiat johtavat toiseen asiaan ja niin pois päin.

Ja se on epäsuoran lähestymisen suurin valtti, että sanot jotain leikkisää joka johtaa minne se sitten johtaakin.

25- Luku: Pokaaminen ravintolassa: osa 8.

Pysytäänpä vielä ravintolaolosuhteissa.

Oletetaan, että olet jo saanut jonkun viehättävän neitokaisen huomion ja olette jutelleet niitä näitä, sekä ehkä jo käyneet vähän tanssahtelemassa.

Tanssimisen alkeet siis kannattaa opetella ennen ravintolaan lähtöä joko tanssikurssilla tai sitten ihan itse treenamaalla peilin tai jonkun opetusvideon tahdissa.

Se nyt on edelleen karu totuus, että naiset rakastavat tanssimista ylikaiken.

Näitä on jo käyty aiemmin läpi ja ne mainitaan vain sen takia, että tanssiminen nostaa naisen energiatasoa ja silloin hänellä on hyvä mieli sekä ylipäätään hyvä olla.

Ja kun naisen tunnetila on hyvä ja hän on sinun viestinnällesi kaikkein vastaanottavaisin, niin nyt olisi tarkoitus lähteä viemään asioita sen verran pidemmälle, että lähtisitte samaa matkaa kulkemaan.

Seuraavaksi sinun kannattaisi eristää nainen: sinun siis kannattaisi saada hänet juttelemaan kanssasi kahden kesken ilman minkäänlaisia häiriötekijöitä.

Mikäli nainen on kiinnostunut sinusta ja antanut jo muutaman kiinnostuksen merkin kuten sutinut hiuksiaan ja kysynyt sinusta asioita, hyväksynyt kosketuksesi ja saattanut jopa

kosketella takaisin sekä nauranut vitseille, jotka eivät naurata ystäviäsi, on aika mennä syvemmille vesille.

Eristäminen on yksinkertaisuudessaan sitä, että viet naisen ravintolassa hiljaisempaan paikkaan, jossa voitte rauhassa jatkaa keskustelua.

Näin se yksinkertaisemmin menee.

Mies- Mä haluaisin jatkaa sun kanssa keskustelua, mutta en täällä...täällä on ihan liian kova meteli...mennään tuonne syrjemmälle istumaan.

Aluksi voit vain kysyä haluaako hän lähteä syrjemmälle.

Kun taidot ja rohkeus kasvavat, niin sanot vain noin ja otat hellästi sekä tietenkin määrätietoisesti naisen kädestä kiinni ja lähdet viemään häntä jonnekin syrjemmällä olevaa pöytää kohti.

Näin osoitat johtajuutta ja naiset pitävät määrätietoisista miehistä kuin mehiläinen hunajasta.

Jos nainen ei halua lähteä mukaan, niin hän kyllä osaa ilmaista sen.

Nyt siis olette kahden ja nainen ihmettelee, että mitähän nyt tapahtuu ja miksi halusit olla hänen kanssaan syrjemmällä kahdestaan.

Voit kertoa naiselle jonkun hienon tarinan ja sanoa, että

halusit jakaa sen hänen kanssaan kahden kesken.

Tai sitten voit tehdä hänelle kuution.

Kuutio on hyvä ja hauska ravintolaolosuhteisiin luotu sosiaalinen peli, tai voi sitä pitää pienenä psykologisena testinäkin.

Näin se yksinkertaisuudessaan menee: kysyt naiselta viittä asiaa ja sen jälkeen tulkitset ne.

Pyydä häntä ensin sulkemaan silmänsä ja sen jälkeen kysy onko hänellä hyvä mielikuvitus ja sen jälkeen voit aloittaa testin.

Kysy häneltä ensin kuutiosta: minkä näköinen se on, onko se iso vai pieni, onko se tavallinen kuutio vai jotenkin erilainen kuten Rubikin kuutio.

Muista se, että voit keksiä aina itse lisää.

Sen jälkeen kysy rappusista / tikkaista: kuinka lähellä ne ovat kuutiota ja minkälaiset ne ovat sekä minkä väriset, jne...

Seuraavaksi kysy kukkasista: missä ne ovat, mitä ne ovat, paljonko niitä on, jne...

Sitten vastaan tulee hevonen ja pyydä häntä kuvailemaan sitä mahdollisimman tarkasti.

Viimeisenä tulee myrsky ja pyydä häntä kuvailemaan se mahdollisimman tarkasti sekä yksityiskohtaisesti.

Lopuksi alat kertoa mistä oikein on kysymys.

Kuutio kuvastaa naista itseään ja se miten hän kuvailee kuutiota, on se millaisena hän näkee itsensä.

Rappuset ovat naisen opiskelu tai työura ja kierreportaat tarkoittavat, että hän haluaa tutkia monia eri vaihtoehtoja.

Ja suorat portaavat sitä, että hän on hyvin suoraviivainen tavoitteissaan.

Kukkaset kuvastavat ystäviä ja jos niitä on paljon, hänellä on paljon kaveruussuhteita,

Ja jos siellä keltakakkaroiden seassa on yksi ruusu, niin se kertoo, että hänellä on yksi ystävä, joka on ylitse muiden.

Hevonen on hauskin ja paras kohta tässä pelissä: hevonen kuvastaa hänen ihannemiestään.

Myrsky kuvaa vaikeuksia.

Kun hän kuvailee myrskyä, niin hän kuvailee vaikeuksia, joita hän luulee saavansa omalle kohdalleen.

Sitten harjoitus on tehty ja teet analysoinnin.

Lisäksi kuution lopuksi, kysyt että minkä arvosanan hän antaa tälle"analyysille".

Se on tärkeää tiedostaa, että oikeita ja vääriä analyysseja ei ole ja et voi tehdä tätä väärin.

Vaikka se menisi pieleen ja ei olisi ollenkaan naisen mielestä oikea, voit aina sanoa: *no ainakin mä yritin ja halusin vain tutustua sinuun paremmin.*

Sen jälkeen sitten voit aloittaa keskustelun vaikka hänen ihannemiehestään eli hevosesta.

Esimerkiksi näin: *vaikka mun arvio meni pieleen, niin mä olen huojentunut (miksi?)...no kun se hevonen oli Suomen hevonen ja siis tarkoitan, että mullakin on näköjään mahkuja:*

Ja tietenkin tuo sanotaan leikkisästi.

Kuution tehtävä ei ole täysin nappiin menevä arvio, vaan näytät naiselle, että hänen luonteensa ja hänessä oleva syvyys kiinnostaa sinua.

Kuution avulla saat naisesta informaatiota, jota voi käyttää illan aikana.

Tätä kautta saat tietää hänen urasuunnitelmistaan ja siitä voi aloittaa jutustelut: voitte jutella vaikeuksista tai ystävyssuhteista vaikka aamuun asti.

Kuution tarkoitus on syventää kahden ventovieraan ihmisen keskustelua vähän pintaa syvemmälle.

Ja jos nainen alkaa oikeasti kiinnostua seurastasi ja molempien puolesta keskustelua voisi jatkaa, niin tässä vaiheessa kannattaa poistua ravintolasta yhdessä.

Kyseessä ei ole siis mikään manipulaatio keino, eikä taikatemppu:

Kuutio on sosiaalinen väline, jolla keskustelun tasoa yritetään syventää.

Kuution on tehnyt erittäin kuuluisaksi jo tässäkin kirjassa tutuksi tullut *Neill Straus* kirjallaan *Pelimies*, sekä pitämistään seminaareista.

Huomioi edelleen se, että elämä ei sinällään ole peliä, jossa on voittajia ja häviäjiä, vaan ihmisten keskinäiseen vuorovaikutukseen kuuluvat tietyt lainalaisuudet ja säännöt kannattaa opetella, jotta saisi itselleen sellaisen elämän kuin ansaitsee ja haluaa.

26 - Luku -Pokaaminen ravintolassa osa - 9.

Seuraava voi olla jonkun lukijan mielestä kiistanalaista ja jopa epämiellyttävää.

Silti se on hyvä huomioida.

On sitten kyse sopimuksien teosta tai naisten iskemisestä, niin joskus tai itseasiassa aika usein käy niin, että miehet menevät toistensa tonteille.

Maailmassa on usein niin, että on kyseessä mikä tahansa asia jolla on arvoa, niin sille apajalle tulee aina useampi epeli.

Tässä osiossa mennään miesten välisiin konflikteihin ja arvomäärittelyihin.

Käytännössä siis alfuuden jännittävään maailmaan, jossa vahvin ei välttämättä voitakkaan, vaan vikkelämpi sekä neuvokkaampi voi viedä potin.

Otetaanpa alkuun tuttu skenaario ravintolamaailmasta ja miksei muualtakin.

Timo on nörtti joka juttelee Lean kanssa.

Lea on hyvännäköinen nainen ja niinpä Marko tulee pokaamaan Leaa röyhkeästi Timon nenän edestä.

Marko on fyysisesti paljon vahvempi kuin Timo ja käyttää kokoaan röyhkeästi hyväkseen.

Lisäksi Marko dissaa Timoa tämän nörtteydestä.

Miten Timo pystyy pitämään Lean ja todistamaan olevansa alfa, vaikka vastassa on fyysisesti isompi kokoinen mies, joka on äärettömän röyhkeä?

Miten Timon kannattaisi toimia?

Todelliset alfat hallitsevat ympäristöään kaikissa olosuhteissa ja eivät muuta omaa käyttäytymistään ympäristön mukaan, vaan ympäristö muokkautuu heidän käyttäytymisensä mukaan.

Yksi keino on se, että Timon pitää muuttaa Marko yllättäen lähestyvistä ehkä jännittävistäkin hahmosta, surkuhupaisaksi pelleksi.

Tässä tapauksessa kannattaisi luoda sellainen kuva, että Marko yrittää käydä kaikki kapakan naiset läpi ja kun muiden kanssa ei ole onnistunut, niin nyt on vuorossa Lea.

Timon kannattaisi heittää Markon iskuyritysten väliin jotain tämän suuntaista:

- Joo- o, olen katsellut sun toimiasi koko illan ja olet kyllä yrittänyt ihan tosissasi tänään pokata naisia...oonko mä nähnyt sun jo saavan tusinan verran torjuntaa?

Perusidean kannattaisi olla se, että on koko ajan naisten silmissä ravintolan halutuin mies.

Se mies jota kaikki muutkin naiset katselevat hassusti, eivät jää altavastaaajiksi.

Timon kannattaisi käyttäytyä kuitenkin Markoa kohtaan rauhallisesti ja antaa itsestään vaaraton kuva, koska fyysinen puoli on Timoa vastaan.

Kovan luokan alfat luovat oman todellisuutensa ja eivät anna muiden vaikuttaa siihen missään olosuhteissa.

Tällaisten miesten itsetuntemus ja itsevarmuus on äärimmäisen tiukalle vietyä.

He myös välttävät toisten aliarviomista.

Heitä henkisesti heikompi yksilö ei yksinkertaisesti pysty murtamaan heidän peliään.

Alfa luokan miehet eivät arvota itseään suhteessa beta luokan miehiin.

Kyse on mielenhallinnasta ja siitä, että ottaa tilanteen itse haltuun, eikä anna tilanteen vaikuttaa omaan käyttäytymiseensä.

Pari- ja ihmissuhdemarkkinoilla kuitenkin asia menee vielä niin, että sellaisia miehiä joita naiset haluavat elämäänsä on paljon vähemmän, kuin niitä miehiä joita naiset eivät halua elämäänsä.

Joten jos pääsee ensiksi mainittuun ryhmään, voi hyvin

kävellä epämiellyttävästä tilanteesta pois.

Timon ei pidä ärsyttää tai suututtaa Markoa, vaan hänen kannattaisi saada Marko näyttämään säälittävältä Lean silmien edessä.

Vieläpä mielellään niin, että Marko itse tulisi ampumaan itseään nilkkaan.

Timon kannattaa myös varautua siihen, että Marko myös reagoi tilanteeseen.

Marko voi nolata takaisin tai pahimmassa tapauksessa hän voi tulla fyysisesti päälle jos suuttuu, mikäli hän tajuaa, että timo on pelimies ja aikookin taistella naisestaan verbaalisin keinoin.

Tilanteesta voi myös aina vetäytyä.

Lisäksi jos Timo ja Lea ovat jo pitkään olleet yhdessä, niin Lea varmaan itsekin tylyttää Markon pois.

Jos Timo ja Lea ovat vasta tavanneet, niin ulkopuolinen peluri pääsee hyvinkin tehokkaasti sotkemaan pelin.

Missään vaiheessa epävarmuutta ei kannattaisi näyttää, koska se vain kiihdyttää Markon toimintaa.

Lisäksi se tekee Timosta epäseksikkään Lean silmissä.

Naiset tuppaavat vaistoamaan miehen epävarmuuden lähes

yli-inhimillisellä tavalla ja naiset yhdistävät epävarmuuden heikkouteen.

Koska naiset hakevat syvällä sisimmässään turvaa, niin heikot miehet eivät heitä sytytä.

Miehen pitäisi pystyä todistamaan oma vahvuutensa ja itsevarmuutensa naisen silmissä jollain tavalla.

Ja se ei tarkoita välttämättä fyysistä tai taloudellista vahvuutta, jotka toki auttavat asiaa.

Jos näitä avuja ei ole, niin sitten kannattaisi todistaa oma neuvokkuutensa jollain muulla tavalla.

Timon kannattaisi siis tässä tilanteessa pitää päänsä, eikä hän saisi hermostua yhtään.

Timo ei saisi puolustella itseään tai näkemyksiään Markolle missään vaiheessa, vaikka Marko lähtisi kuinka testaamaan tai ärsyttämään.

Mihinkään typerään kädenvääntö kisaan Timon ei todellakaan kannata lähteä Markon kanssa.

Timo voi myös ottaa Leaa kädestä ja lähteä viemään tätä vaikka tanssilattialle, sanoen: *täällä on paremmat bileet* ja jättää Markon yksin nurkkaan.

Timo voi myös laskea Markon arvoa Lean silmissä leikkisästi parittamalla näitä toisiinsa.

Timo voi vaikka leikkisästi heittää kuinka hyvin nämä kaksi sopisivat toisilleen vaikkapa korostamalla Markon lyhyttä ja Lean pituutta.

Naiset tuppaavat aina kiinnostumaan enemmän kaverista joka parittaa näitä kahta kuin itse paritettavasta kohteesta.

Timo voi heittää hassuja perusteluja miksi nuo kaksi sopisivat toisilleen niin hyvin ja sanoa, *että kun te olette niin kaunis pari, niin täytyypä lähteä etsimään uusia tuttavuuksia.*

Yleensä nainen, tässä tapauksessa Lea ei ehkä haluakaan Timon poistuvan ja voi myös olla että Lea ajaa itse Markon pois tai lähtee oma-aloitteisesti Timon mukaan.

Yleensä tällaiset urpot jotka tulevat sivusta sotkemaan pelin haluavat kehua omilla jutuillaan ja olla koko ajan äänessä, sekä saada toimilleen toisten ihmisten huomiota ja hyväksyntää.

Ja se mistä he puhuvat kuten urheilu tai heidän oma elämänsä, niin he saattavat puhua asiasta hyvinkin fanaattisesti.

Siinä vain käy äkkiä niin, että kun ihminen puhuu koko ajan itsestään ja itselle tärkeästä asiasta, hän muuttuu pian tylsäksi ja ennalta-arvattavaksi, sekä näin ollen myös epäkiinnostavaksi.

On erittäin tärkeää myös olla puhumatta liikaa ja kun puhuu, niin kannattaa puhua niin, että jättää jotain asioita

kertomatta.

*Näin ihmisten mielikuvitus ja uteliaisuus kiihotetaan
äärimmilleen.*

27 - Luku:Yhden yön jutut.

Kun ujoudesta on päästy eroon ja ravintoloissa alettu pokaamaan kunnolla sekä luontevasti, niin nyt vasta mennään seksuaalisuuteen ja yhden yön säätöihin.

Tietenkin seksi ja seksuaalisuus ovat iso osa identiteettiämme ja me myös haemme omaa seksuaalista ilmaisumuotoamme koko elämämme ajan.

Haemme sitä päivittäin joko tiedostaen tai tiedostamattamme.

Olipa sukupuoli suuntautuminen mikä tahansa, niin halu saada seksiä ja toteuttaa omaa seksuaalisuuttamme toisen ihmisen kanssa on tärkeä osa inhimillistä kokemustamme.

Osa ihmisistä haluaa sitoutua ja hankkia parisuhteen tai perheen, jolloin seksuaalisuus ilmentää osaltaan läheisyyden tarvetta tai halua jatkaa omaa perimäänsä.

Osa ihmisistä haluaa seksuaalisuudellaan toteuttaa omia aistinautintojaan tai tutkia omaa persoonallisuuttaan seksuaalisuudestaan käsin.

Etsimmepä kumppania tai halusimmepä toteuttaa fyysisiä tarpeitamme, niin joudumme etsimään ja kokeilemaan yleensä seksiä erilaisten ihmisten kanssa ja silloin menemme yhden yön säätöjen maailmaan.

On käyty jo läpi miten se käytännössä onnistuu ja nyt

selvitämme, että miksi niitä yhden yön säätöjä tehdään ja miksi niitä ei ehkä kannata tehdä.

Esimerkiksi todella huonoja syitä hankkia yhden yön suhteita ovat halu nostattaa itseään toisen kustannuksella, paeta epämiellyttäviä kokemuksia tai tunteita, halu miellyttää muita, itsensä rankaiseminen tai palkitseminen.

Seksiin joutuminen vahingossa tai jonkun toisen päätöksestä aiheuttaa yleensä mielipahaa ja voi heikentää itsetuntoa.

Ja parisuhteen etsiminen yhden yön kautta, niin se ei ehkä ole paras mahdollinen tapa etsiä sitä tyttöystävää.

Toki se voi niin löytyä, mutta ehdoin tahdoin ei sitä kannata lähteä etsimään yhden yön jutuista.

Yksinkertainen halu pitää hauskaa, niin että kaikilla on hauskaa on ihan hyvä syy tehdä yhden yön juttuja.

Lisäksi sitä kautta voi etsiä omaa seksuaalisuuttaan tai ehkä sitä haluaa oppia uusia asioita seksistä.

Seksuaalisuudesta enemmän kuitenkin seuraavassa luvussa.

Yleensä koko oman sosiaalisen taituruuden kehittämiseen kannattaa käyttää jonkin verran suunnitelmallisuutta, jopa ihan kynän ja paperin kanssa.

Tämä ihan siksi, että pystyisi itse vähän suunnittelemaan ja varautumaan siihen mitä mahdollisesti on tulossa, ennen kuin se on tulossa.

Yhden yön juttujen kanssa, jos missä voi vastaan tulla kaikkennäköisiä tilanteita ja tyyppejä, joten noita tilanteita kannattaisi koettaa ennakoida jo ennen kuin ne tulevat vastaan.

Pohjatyöhön kannattaa lähteä sillä asenteella, että miettii kynän ja paperin kanssa miksi lähtee hakemaan yhden yön seuraa ennen kuin sitä lähtee hakemaan.

On ainakin hyvä itse tietää mitä haluaa yhden yön jutuilta saada.

Toki voi lähteä yhden yön juttuja hakemaan ihan fiilispohjalta ja katsoa mitä ilta tai yö tuo tullessaan.

Jos haluaa kuitenkin, että noita epämiellyttäviä kokemuksia tulisi vastaan mahdollisimman vähän, niin sitten kannattaa suunnitelmallisuutta ja pohjatyötä tehdä.

Ja näin koittaa varautua mahdollisimman moneen sattumukseen ennen kuin nuo sattumukset oikeasti iskevät isolla kädellä päälle.

Varautumiseen kuuluu tietenkin aluksi se, että ottaa ehkäisyvälineitä eli kondomeja mukaan sen takia, että ne mahdolliset epämiellyttävät sattumukset eivät ilmentyisi epämiellyttävinä sukupuolitauteina tai ei toivottavina raskauksina.

Alkoholi ja päihteet ovat vekkuleita veijareita joilla se harkintakyky katoaa yöelämässä varsin nopeasti.

Lisäksi yhtä nopeasti ne yllättävät ja jopa negatiiviset

tilanteet tulevat siihen omaan elämään, vaikka niitä ei siihen juuri nyt niin kovin innolla haluaisikaan.

Lisäksi liika juominen saattaa vaikuttaa miehiseen suoriutumiseen yön hikisissä toiminnoissa.

Jos jutut eivät konkreettisesti ota eteen, niin se turhauttaa naista ja se taas voi vaikuttaa miehen itsetuntoon musertavastikin.

Alkoholissa kannattaa huomioida kohtuus tai tarvittaessa jättää pohjien ottaminen vaikka kokonaan pois.

Naiset arvostavat selviä miehiä ja jotkut naiset jopa valitsevat yhden yön juttuihinsa pelkästään selviä miehiä turvallisuusnäkökohtien takia.

Tai ihan sen takia, että mies myös pystyisi suoriutumaan yhden yön velvoitteistaan.

Yhden yön säätöjen suhteen kannattaa huomioida muutama perusta jo hyvissä ajoin.

Ensimmäiseksi harkintaa, valintaa ja karsintaa kannattaa käyttää, eikä hakea mitä tahansa kaatoa ja näyttää näin epätoivoaan.

Kannattaa kävellä romanttisesti asuntoon klubin jälkeen kuin ottaa taksi.

Lisäksi näin pystyy tutustumaan samalla toiseen ihmiseen vähän syvemmin.

Mieluiten vie nainen omaan kotiisi kuin menisitte hänen luokseen, koska et oikeasti tiedä mitä siellä on.

Ole kaikessa rehellinen ja ystävällinen, koska näin toimiessasi pelailuun ei ole tarvetta, vaan avoimuudella päästään todella pitkälle.

Muista myös jälkipeli ja se tarkoittaa, että älä huutele asioista kovinkaan paljoa myöhemmin, varsinkaan netissä.

Molemmille osapuolille tulisi jäädä hyvä mieli ja miellyttävä tunne tapahtuneesta.

Joten huomioi naisen toiveet ja huomioi hänet hyvin, joten kuulostele tarkasti mitä hän haluaa.

Kun olette päässeet siihen vaiheeseen, että vaatteet lentelevät huoneessa, on ehdottoman tärkeää, että huolehdit hänestä ensin.

Naisillakin voi olla vaikeuksia orgasmin kanssa jos veressä on alkoholia, joten jos hän vihjailee, että voit lopettaa, niin toimi kuten hän pyytää.

Väkisin yrittäminen vie fiilikset naiselta ja ajaa hänet esittämään orgasmia.

Jos taas sinulla on alkoholin vuoksi ongelmia erektion tai laukeamisen kanssa, kerro se ehdottomasti naiselle heti, jotta hän ei yritä turhaan, eikä syytä itseään.

Voitte vaikka sopia, että jatkatte aamulla.

Harvempi nainen kieltäytyy, jos kahmaiset hänet kainaloosi nukkumaan seksin jälkeen.

Se tyydyttää jo puolet naisen läheisyydenkaipuusta ja ei, se ei tarkoita automaattisesti naisen hinkuvan parisuhdetta

kanssasi.

Muista myös suudella naista paljon ja usein.

Mikään ei ole inhottavampaa naiselle kuin mies, joka haluaa pelkkää seksiä, mutta ei vaivaudu edes lämmittelemään petikumppaniaan.

Pyydä numeroa tai Facebook ystävyyttä tapaamisen päätteeksi.

Näiden pyytäminen on oleellista paristakin eri syystä.

Ensinnäkin se tuntuu naisesta hyvältä, koska se saa hänet tuntemaan, että viihdyit hänen seurassaan.

Toinen kenties vielä tärkeämpi syy on se, että voit lähettää hänelle myöhemmin viestin, jossa kiität illasta.

Tämä on erittäin oleellista, jotta tapahtuneesta jää hyvä mieli kummallekin osapuolelle.

Naisen vastauksesta tai vastaamattomuudesta voitkin sitten päätellä, kiinnostaako häntä uusinta.

Numeron tai Facebook ystävyyspyytämistä on turha pelätä.

Eivät kaikki naiset oleta, että se tarkoittaa sinun hinkuvan häntä parisuhteeseen.

Kunhan viesti, jonka lähetät, ei vihjaa mitenkään mihinkään syvempään. *"Kiitos illasta, oli kivaa"* -tyyppinen viesti riittää mainiosti.

Kun lähetät viestin tai soitat vielä saman päivän aikana, naisen ei tarvitse miettiä miksi pyysit numeroa jos et aio olla yhteydessä.

Jos nainen ei vaikuta täysin ahdistuneelta tapahtuneesta, on kohteliasta kruunata poistuminen kevyellä suukolla.

Tämäkin siitä syystä, ettei nainen koe olleensa sinulle vain pois heitettävä seksilelu.

28 - Luku: Seksuaalisuus.

Seuraavaksi tulee iso aihe, sillä moni ihminen joutuu hämmennyksen tilaan oman seksuaalisuutensa edessä.

Ihan siitä syystä, että omia tuntojaan seksuaalisuudesta ei vain pysty välttämään tai pakenemaan.

Seksuaalisuus on osa perusviettejämme.

Kuitenkin monelle yksilölle on miesten sekä naisten välinen vuorovaikutussuhde vääristynyt.

Eikä se ole täysin yksilöiden oma vika.

Joillekin yksilöille käsitys seksuaalisuudesta aiheuttaa isoja ongelmia, jotka voivat johtaa vakaviin identiteettikriiseihin.

Miesten ja naisten välisen vuorovaikutussuhteen monimutkaistaa ja suuria intohimoja aiheuttaa nimenomaan seksuaalisuus.

Sekä se miten siihen kannattaisi suhtautua.

Seksuaalisuudesta ei kuitenkaan kannattaisi tehdä ylipäätään ongelmaa, koska se ei ole sitä jos et itse tee siitä sellaista.

Toisin sanoen seksuaalisuutta ei kannattaisi ylikorostaa suhteessa muihin haluihin tai tarpeisiin.

Kehoaan ja omaa henkisyttään ei ylipäätään kannattaisi erottaa toisistaan, vaan ajatella niitä toistensa jatkumoina.

Valitettavasti seksuaalisuuteen on leimattu valta- ja taloudellisista syistä se, että siihen liittyisi kärsimys, häpeällisyys, syyllisyys tai että siitä pitäisi potea kauheaa ahdistusta.

Oikeanlainen seksuaalisuus kuitenkin yhdistää henkisyyden, psyykkeen ja kehon yhdeksi kokonaisuudeksi.

Lisäksi seksikokemus saisi olla hauska ja innoittava molempia osanottajia kohtaan.

Seksin aikana kahden ihmisen kannattaisi yhtyä hetkeksi yhdeksi ihmiseksi.

Tämän kokemuksen ei pitäisi lähtökohtaisesti olla hetkellistä tarpeen tyydyttämistä, koska sen tarpeen masturbointi tyydyttää aivan mainiosti.

Monilla ihmisillä on ongelmia tai pitkäkestoisia traumoja nimenomaan vääristyneistä seksuaalikäsityksistä.

Se voi joitain ihmisiä helpottaa, että kyse ei välttämättä ole siitä, että ihminen itse olisi aiheuttanut nämä ongelmat itselleen, vaan tässä tapauksessa oireilun syyt voivat tulla ihmisen ulkopuolelta.

Varsinkin länsimaisessa yhteiskunnassa seksuaalisuus on vääristetty keinotekkoisten aitojen sisälle.

Lisäksi ihmisten ei edes toivottaisi etsivän henkisyttään oman seksuaalisuutensa kautta.

Esimerkiksi alastomuus on ihmisille luonnollinen olotila ja silti länsimaisessa kulttuurissa sitä on alettu kavahtaa tai pitää jopa epäluonnollisena taipumuksena.

Seksi kannattaisi nähdä hengellisenä kokemuksena, jossa kahden ihmisen läheisyyden kokemisen kautta ihmisten aurat eli energiakentät yhtyvät.

Seksi siis mahdollistaa mitä suurimman läheisyyden kokemisen kahden ihmisen välillä.

Molempien kannattaisi kunnioittaa ja arvostaa kumppaniaan ennen ja jälkeen aktin.

Tasapuolisen kohtelun pitäisi olla itsestäänselvyys ja tällöin siihen kuulu myös se, että mukana ei ole hyväksikäyttämisen, halveksinnan tai alistamisen pelkoa tai halua.

Kannattaa myös tiedostaa, että vaikka lopettaisi seksin harjoittamisen ja menisi selibaattiin, niin ihminen ei silti lakkaa olemasta seksuaalinen olento.

Valitettavasti seksuaalisuus yritetään rinnastaa turhan usein rakkauteen.

Vieläpä ihan tarkoitushakuisesti.

Se, että joku ihminen viehättää meitä seksuaalisesti, ei tarkoita sitä, että kyseessä olisi aito rakkaus.

Vetovoima itseasiassa avaa oven tai antaa mahdollisuuden kokea aitoa rakkautta.

Seksuaalisuus on siis vääristetty tarkoituksella taloudellisten ja valtapoliittisten intressien takia.

Varsinkin nuorille tytöille ja pojille yritetään pakkosyöttää jäykät uskomukset seksuaalisuuden suhteen, joiden varassa heidän mukamas pitäisi elää loppuelämänsä.

Jos oikeaan ja aitoon tasa-arvoon haluttaisiin mennä tai edes yrittää siihen suuntaan suunnata, niin miesten pitäisi alkaa tasapainottamaan itseään feminiinisellä energialla.

Naisten ei tarvitse enää tehdä mitään, he ovat jo tarpeeksi vahvistaneet itseään maskuliinisella energialla.

Naisten henkinen voima on noussut isommaksi kuin miesten nykyisessä maailmassa.

Ja nyt naisten kannattaisi pysähtyä ja antaa miesten henkistyä heidän kanssaan samalle tasolle.

Molempien sukupuolien kannattaisi kunnioittaa toisiaan tasavertaisina ja tasapuolisesti.

Tasa - arvoon liittyy myös se, että naisten ja miesten on hyvä olla tasa-arvoisessa asemassa, mutta myös miesten ja naisten pitäisi huolehtia että tasa-arvo toteutuu oman sukupuolen sisällä.

Koulu-, työpaikka- ja nettikiusaaminenhan johtuu siitä, että jotkut pitävät itseään ylempi-arvoisina suhteessa toisiin.

Lisäksi he yrittävät tätä itsetehtyä omaa asemaansa vielä vahvistaa polkemalla ja alistamalla muita.

Tähän sekä miesten, että naisten pitäisi puuttua paljon nykyistä kovemmalla kädellä ja ottaa tämä näkökohta vakavasti.

Kenenkään ihmisen ei pitäisi tuntea sitä, että häntä ei arvosteta oli sitten kyseessä mies tai nainen, tyttö tai poika.

Nykyisessä länsimaisessa kulttuurissa nainen on pitkään ollut seksiobjekti ja nykyään myös mies yritetään yhä enemmän ja enemmän seksualisoida.

Kyseessä on se, että ihminen yritetään määritellä ja arvioida pelkästään ulkoisten avujen perusteella.

Kun naiset on ensin muutettu objekteiksi, niin se on tehnyt sen, että pojista ja miehistä on haluttukin tehdä vain kalunsa ja halujensa perässä juoksevia idiootteja, joiden miehisyyks mukamas vain perustuisi siihen kuinka paljon kaverilla on seksikumppaneita.

Suurin syy seksuaalisuuden vääristymiseen johtuu

valtamediasta ja sen taloudellisista intresseistä.

Sinkkuelämää tyypiset tv-sarjat ja elokuvat kertovat mukamas itsenäisistä ja vahvoista sinkkunaisista, jotka käyttäytyvät miehiä kohtaan samoin kuin miehille on opetettu miten mukamas naisia pitäisi kohdella.

Toisin sanoen tällaiset naiset tai miehet ovat tunne-elämältään kauniistikin sanottuna epätasapainossa.

Ihmisten eteen vyörytetään myös koko ajan seksikkäin mies ja nainen -äänestyksiä.

Näin ihmisille luodaan mielikuvaa, että ensinnäkään ihmiset eivät ole tasa-arvoisia suhteessa toisiinsa ja että heitä arvotetaan enemmän ulkoisista lähtökohdista kuin sisäisistä käsin.

Valtamedia myös haluaa kaupallisista intresseistä johtuen määrittää minkälainen mies tai nainen on haluttava ja minkälainen ei sitä saisi olla.

Media haluaa mustavalkoistaa maailman ja määrittää normit kaikelle, koska kun maailma näytetään mustavalkoisena asiat on helpompi myydä massoille.

Internetin ja sosiaalisten medioiden voittokulun takia valtamedia onkin lirissä, kun se ei enää pysty sopeutumaan niin nopeasti kuin pitäisi vallitsevaan henkiseen heräämiseen.

Lisäksi ihmiset haluavat itse päättää mitä he ylipäätään haluavat ja mikä heidän suhtautumisensa esimerkiksi seksuaalisuuteen on.

Kyseessä ei ole ihan helppo tehtävä, koska esimerkiksi pornoteollisuuden valta-asema on tehnyt sen, että seksuaalisuus on äärimmäisen vääristynyt.

Lisäksi sitä yritetään yhä koko ajan entistä enemmän vääristää.

Porno luo kuvaa jossa naisen pitäisi olla alistettu suhteessa mieheen ja, että tämä vain toteuttaa miehen seksuaalisia vaatimuksia.

Myös miesten pitäisi mukamas olla kyltymättömiä koneita, jotka eivät saa koskaan naisesta tai naisista tarpeekseen.

Pornoteollisuus on halunnut muokata kahden ihmisen intiimin kokemuksen suoritukseksi.

Miten siis seksistä tulisi nauttia ja miten se jeesisi henkisen kehittymisen suhteen?

Ensin kannattaisi rakastua itseensä tulisesti ja alkaa oikeasti rakastamaan ensin itseään kuin muita.

Tämä näkemys ei tee kenestäkään narsistia.

Et voi vain rakastaa muita pyyteettömästi ennen kuin rakastat itseäsi pyyteettömästi.

Etkä voi saada muilta hyväksyntää itsellesi ennen kuin annat sitä muille.

Vasta kun hyväksyt ja rakastat itseäsi ehdoitta, voit tuoda tämän saman tunteen ollessasi kanssakäymisessä toisten ihmisten kanssa.

Rakkautta ei siis pitäisi edes lähteä etsimään oman itsensä ulkopuolelta.

Esimerkiksi voit luoda onnistuneen parisuhteen kun olet oppinut olemaan onnellinen yksin ollessasi, etkä tarvitse hyvän olon saavuttamiseksi ketään toista ihmistä.

Jos lähtee yksinäisyyttä pakenemaan parisuhteeseen, niin

siitä ei voi vain muodostua onnellista suhdetta.

Lisäksi se on pakotettu tuottamaan surua ja murhetta kummallekin osapuolelle.

Kukaan toinen ihminen ei voi täyttää sisällämme olevaa tyhjyyden, tunnetta kuin vain me itse.

Meidän on itse täytettävä sisällämme oleva tyhjiys rakkaudella ja vasta sen jälkeen elämäämme voi tulla joku toinen ihminen.

Romantinenkin rakkaus on vääristetty taloudellisista ja valtapoliittisista syistä, että miehen ja naisen pitäisi takertua toisiinsa.

Tämä ei kuitenkaan aiheuta mitään muuta kuin epäterveen riippuvuussuhteen, jossa parisuhteen osapuolet alkavat kokea omistajuussuhdetta toisiinsa: minun tyttöni tai minun poikaystäväni.

Ihan kuin toisen ihmisen oikeasti muka voisi omistaa.

Parisuhde alkaa toimimaan siinä vaiheessa hyvin kun parisuhteen molemmat puolet kokevat, että eivät tarvitse toisiaan ollakseen onnellisia.

He siis täydentävät toisiaan ja omaa hyvänolon tunnettaan ollessaan kahdestaan, mutta yhdessä ololla ei täytetä tyhjyyttä.

Rakkaus parisuhteessa ei sitten riipu seksiaktien määrästä, vaan nimenomaan niiden laadusta.

Hyvässä parisuhteessa ei edes välttämättä tarvitse olla seksiä.

Toki siinä voi olla sitä paljonkin.

29 - Luku:Kolmen Kimppa!.

Tämä luku voi aiheuttaa tirskahtuksia tai suoranaista epäuskoa joissakin.

Totuus on kuitenkin se, että niinkin voi käydä, että yksittäinen mies voi saada pehkuihin kaksi naista yhtäaikaan.

Sen takia ravintolassa pokaamisen jälkeen perehdyttiin vähän syvällisemmin yhden yön juttuihin, sekä ylipäätään seksuaalisuuteen.

Että, se joka lukee tätä, niin oppisi tekemään asioita vähän niin kuin syystä, eikä vain sen takia, että joitain asioita voidaan tehdä kun niitä nyt vain pystytään tekemään.

Semmoinen ajattelu- ja käyttäytymistapa saa meidät vaikeuksiin, ennemmin tai myöhemmin sekä yksilöinä että ihmiskuntana.

Kuitenkin oli niin tai näin, niin aika montaa miestä kiehtoo ajatus seksistä kahden naisen kanssa ja vieläpä yhtäaikaan.

Hetki aikaa kannattaa kyllä käyttää siihen ja mielellään vielä kynän ja paperin kanssa, että miksi haluaisi harrastaa seksiä kahden naisen kanssa.

Miksi siis mies ylipäätään haluaisi olla sängyssä kahden naisen kanssa yhtäaikaan ja ilman vaatteita?

Miehet kuluttavat paljon pornoa ja tältä osin pornoteollisuus

ja sen muovaama mies / naiskäsitys on vaikuttanut miesten tähän fantasiaan uskomattoman paljon.

Toisaalta vaikka ei kannattaisi, eikä se edes olisi oman elämänlaadun kannalta järkevää, niin miehet arvottavat itseään ja omaa viehätysvoimaansa suhteessa toisiin miehiin ja heidän kyvykkyytensä vietellä naisia.

Edelleen tässä yhteiskunnassa mies jolla on normia enemmän niin sanottuja kaatoja, niin häntä katsotaan vähän kateellisena muiden miesten silmäkulmasta.

Yksi syy joka ei ole nätti ja silti se sattuu olemaan totta: niin miehet haluavat kaksi naista sänkyyn yhden hinnalla lähinnä sen takia, että heidän oma arvostuksensa muiden miesten silmissä nousisi.

Kysymys on tällöin itsekunnioituksesta ja omanarvon tuntemisesta, eikä seksistä itsessään.

Jotkut kyllä pitävät seksistä ja niinpä seksi kahden naisen kanssa voi olla kokemus, jonka mies haluaa elämänsä aikana kokea.

Se voi myös avata uudenlaisen näkökulman omaan seksuaalisuuteen.

Olivatpa syyt mitkä tahansa, niin lähdetään nyt miettimään miten se kolmen kimppa onnistuisi ihan käytännön kannalta.

Miksi kaksi naista jotka todennäköisesti eivät edes ole

lesboja lähtisivät miehen kanssa sänkyyn?

Tai miksi kaksi lesboa ottaisi miehen punkkaansa kun siellä on täyttä jo muutenkin?

On jo käyty se läpi, että jos joku suostuu kolmen kimppaan, niin todennäköisin syy on se, että hän haluaa itselleen kokemuksen jollaista omassa elämässä ei ole aiemmin ollut.

Kun näin intiimeistä asioista puhutaan, niin nyt unohdetaan kaikki temppuilut ja linerit, sen sijaan keskitytään lainalaisuuteen.

Konkreettiset niksit löytyvät aiemmista luvuista joilla sen pelin saa niin sanotusti käyntiin.

Huomioi nyt ensisijaisesti se, että se vaatetus, kamera ja ideologia siitä, että sinun oikeasti kannattaa erottua muista miehistä jotka ovat samassa tilassa on mukana.

Tärkein asia tässä kokemuksen halun lisäksi on luottamus, joka naisilla on tässä ensimmäisenä mielessä.

Kun oikeasti tulee mahdollisuus kolmen kimppaan, niin ajatus samalla jännittää sekä hermostuttaa valtaosaa ihmisistä.

Ihan yleisesti ottaen ja törkeästi yleistäen, niin valtaosa ihmisistä kaipaa turvallisuutta seksin saralla.

Ja ne jotka haluavat seksissä ottaa kovia riskejä jopa oman turvallisuutensa uhalla ovat kuitenkin marginaalissa.

Seksissä on siis kyse luottamuksesta, että voi luottaa toiseen ihmiseen niin paljon, että on valmis riisumaan itsensä alasti tämän edessä.

Sitten kun kuvioon tulee mukaan vielä toinen ihminen, että enää kyseessä ei olekaan kaksi vaan kolme ihmistä, niin peli muuttuu ihan erilaiseksi.

Joku voi pelätä sitä, että jos sängyssä on yksi enemmän, niin häntä ei ehkä huomioida tarpeeksi.

Voi tulla myös mieleen ajatuksia, että tuo toinen on paljon viehättävämpi kuin minä.

Tai että hän on kokeneempi kuin minä.

Yleensä ihmiset nauttivat seksistä kun se menee rennosti ja pahemmin miettimättä, joten kolmen kimpassa miehen pitää voida huomioida kaksi naista, niin tasapuolisesti kuin se vain on mahdollista.

Fysiikan pitää siis kestää, ei vain yhden naisen vaan kahden naisen tyydyttämiseen.

Näin kauniisti sanottuna, niin hyvästä kielitaidosta ei ole tässä tapauksessa mitään haittaa.

Jotkut ihmiset ovat ylitsehuolehtivia ja miettivät ennen toimintaa mitä pitäisi tehdä ja miten pitäisi oikein toimia sängyssä.

Tämän kaltainen ajattelu kuitenkin syö innostumista sekä intohimoa, koska seksissä ja myös viettelyssä on perustana luottaminen intuitioon sekä kykyyn toimia spontaanisti.

Silti kannattaa toimia kuitenkin tietoisesti.

Tätä ei voi ylikorostaa, että toisaalta kannattaisi toimia niin, että tilanne veisi kolme ihmistä mukanaan, ja kuitenkin niin, että jälkeinpäin ketään ei kaduttaisi.

No lähdetään nyt rakentamaan sitä kolmen kimppaa ihan konkreettisesti.

Kaikkein vaikeintahan on se, että löytää kaksi naista jotka ovat halukkaita tulemaan samaan sänkyyn sinun kanssasi.

Lähdetään nyt siitä, että kyseessä on sinkkumies joka haluaa kokea seksiä kahden naisen kanssa.

Joten unohdetaan se, että pariskunta lähtisi etsimään kolmatta pyörää joltain keskustelufoorumilta.

Lähdetään siis siitä, että ravintolasta pitäisi saada kaksi naista mukaansa.

Ensinnäkin miehet yleensä lähtevät kenen tahansa naisen matkaan ja kolmen kimpassa yleensä miehelle riittää, että on kaksi naista joiden kanssa on mahkuja sänkyyn.

Naiset ovat paljon tarkempia siitä millaisia kumppaneita he hakevat.

Jos haluat kolmen kimppaan niin se menee niin, että sinun on ensin vieteltävä yksi nainen jonka kautta koitetaan toinen nainen saada mukaan.

Harvemmalta mieheltä se onnistuu niin, että menet kahden naisen pöytään ja kerrot haluavasi harrastaa seksiä näiden kahden kanssa.

Todennäköisesti se onnistuu vain niin, että olet tunnettu ja arvostettu jääkiekkolegenda tai sitten räppäät jäähallin täyteen.

Me muut miehet joudumme hoitamaan tämän kuvion kuitenkin yksi nainen kerrallaan.

Menet siis ravintolaan ja huomaat siellä kolme viehättävää naista: neidit A, B ja C.

Yleensä naiset harvemmin ovat yksinään vaan he tykkäävät liikkua ryhmissä.

Kuitenkin, että tämä lainalaisuus olisi ymmärrettävä, niin oletamme nyt ravintolassa olevan kolme sinkkunaista jotka istuvat yksinään omissa pöydissään.

Tai jos haluat niin voit kuvitella myös jonkun toisen ympäristön kuin ravintolan, mutta ravintolaympäristössä tämä lainalaisuus vain ylikorostuu.

Kun lähestyt neiti A:ta myös neidit B ja C seuraavat lähestymistäsi hyvin tarkkaavaisesti.

Jos ei muuten niin alitajuisesti.

Jos lähestyminen neiti A:n kanssa menee hyvin, niin neidit B ja C kiinnostuvat sinusta yhtä paljon kuin neiti A:kin.

Näin voit siis alkaa jutella neiti A:n kanssa ja myöhemmin jos tilanne tulee sopivaksi, niin voit mennä juttelemaan neiti B:n tai C:n kanssa.

Ei neiti A:kaan varmaan tykkää, että ripustaudut häneen koko illaksi.

Me puhumme nyt kuitenkin alustavasti lähestymisestä ja siitä miten siihen reagoidaan.

Toisaalta jos kemiat synkkaavat, niin ei mikään estä olemasta neiti A:n seurassa vaikka koko iltaa jos se molemmista tuntuu siltä.

Jos lähestyminen neiti A:han ei mene hyvin, niin elä hätäänny hyvä mies.

Peli ei todellakaan ole ohi, vaan pikemminkin se tässä vaiheessa vasta alkaa.

Neiti A:n jälkeen tulee tässä kuviossa kaikkein tärkein neiti ja hänen nimensä on neiti B.

Neiti A:n torjuttua sinut ovat neiti B ja neiti C katselleet touhujasi.

Nyt kun lähestyt neiti B:tä, niin neiti C seuraa sinua tarkasti ja myös neiti A, joka juuri torjui sinut, niin silti hän seuraa silmä kovana miten lähestymisesi neiti B:n suhteen menee.

Jos neiti B tykää sinusta, niin neiti C on erityisen kiinnostunut sinusta, mutta myös neiti A mietii, että torjuiko hän sinut liian hätäisesti.

Kun joku kiinnostuu sinusta, niin nekin ihmiset jotka eivät aiemmin olleet kiinnostuneita, kiinnittävät sinuun nyt ihan erilailla huomiota kuin aiemmin.

Jos neiti B siis kiinnostuu sinusta, niin myös kaksi muuta neitiä ovat sinusta kiinnostuneita.

Jos neiti B torjuu sinut, niin valitettavasti asemasi heikkenee

huomattavasti.

Sinulla voi olla vielä mahkuja neiti C:n suhteen, mutta jos kaksi naista on jo torjunut sinut ja hän on nähnyt torjunnat, niin on aika todennäköistä, että torjuntaa tulee nytkin.

Vaikka neiti C tykästyisi sinusta, niin todennäköisesti neiti A:ta sinä et ainakaan enää kiinnosta ja tuskin myöskään neiti B:tä.

Oppitunti joka olisi hyvä omaksua tästä on se, että ravintolassa jossa ihmiset arvotetaan todella nopeasti ja pinnallisiin ennakoluuloihin perustuen, niin yksi torjunta hyväksytään aina.

Ja kahden torjunnan jälkeen sinua pidetään jo vähän pilaantuneena eränä.

Sen takia neiti B on niin tärkeä jos haluaa yöelämässä pärjätä, koska keskimmäistä pokaussyritystä seuraa niin moni silmäpari.

Lisäksi se määrittelee illan aikana oletko naisten mielestä viehättävä vai et.

Näin kun neiti A torjuu sinut ja neiti B hyväksyy sinut, niin hän alkaa epäroidä omaa viehätysvoimaansa.

Kun neiti B ja C torjuvat sinut, niin neiti A ei epäroi omaa seksuaalisuuttaan.

Ja myös neiti C miettii omaa viehätysvoimaansa koko ajan.

Kun lähestyt neiti C:tä, hän on seurannut mitä on aiemmin tapahtunut.

Hän miettii miksi kiinnostuit neiti A:sta etkä hänestä

ensimmäiseksi.

Kun neiti A torjuu sinut niin hän odottaa, että lähestyt häntä, mutta sitten kun lähestytkin neiti B:tä, niin neiti C miettii, että eikö hän olekaan tarpeeksi viehättävä.

Kun neiti B torjuu sinut ja lähestyt neiti C: tä niin arvaatko miltä hänestä tuntuu?

Olenko minä tuon kaverin viimeinen toivo?

Tämä on lainalaisuus joka ravintolassa toimii naisten mielessä.

Jokaikinen nainen sitten kiistää ajattelevansa tällä tavalla, koska kukaan nainen ei omasta mielestään ole seksuaalisesti epävarma.

Tämä lainalaisuus on hyvä tiedostaa.

Ja nyt muokataan tämä lainalaisuus kolmen kimppaan.

Sanotaan, että neiti B kiinnostuu sinusta ja teillä alkaa synkata, niin neidit A ja C seuraavat yhä teitä.

Koska kyse on luottamuksesta, niin kun onnistut viettelemään naisen jota kiinnostaa kolmen kimppa ja joka on ajatuksesta innoissaan, niin tämän innostuksen kautta voit saada toisenkin naisen innostumaan ideasta.

Tässä tapauksessa kyseessä ovat neidit A tai C

Kun jo yksi nainen on innostunut ideasta harrastaa seksiä sinun ja ehkä toisen naisen kanssa, niin tällöin on paljon helpompaa saada toinenkin nainen innostumaan ideasta.

Huomioi myös se, että kun olet jo "saanut" neiti B:n, niin arvostuksesi on noussut neiti A:n ja C:n silmissä.

Et ole enää mikään tyypillinen turhautunut pösilö, vaan alfa joka kerta vedolla iski paikan parhaimman näköisen naisen eikä tullut edes hiki.

Nyt muut naiset ovat nostattaneet arvostuksesi pykälää korkeammalle ja kun halutaan petiin vielä yksi nainen jo neiti B:n lisäksi, niin tuota arvostustasoa käytetään hyväksi siihen.

Kannattaa siis saada ajatus kolmen kimpasta neiti B:n mieleen ja jos hän on innostunut asiasta, niin kaikkein parasta olisi jos hän pyytäisi jotain toista naista mukaan.

Vaikka ajatus kahdesta naisesta voi saada ajatuksen karkaamaan päästä jonnekin muualle, niin tiettyjä asioita kannattaa miettiä etukäteen.

Kannattaa etsiä vain naisia jotka ovat sinkkuja.

Mustasukkaisuus tai syyllisyys voi tulla myöhemmin kuvioon mukaan.

Ja näin pelkkä seksi saattaa vääntyä paljon mutkikkaammaksi kuvioksi kuin alunperin aikoi tai toivoi.

Vaikka spontaanisuus onkin hyvä asia, niin vähän kun kartoittaa ihmisiä ennen kuin tekee mitään on pidemmällä kuin jos toimisi vain hetken huumaan luottaen.

Suomalaiselle miehelle ei voi ylikorottaa tätä kun ollaan ravintolaolosuhteissa: älä juo liikaa, äläkä päihdy liikaa.

Kyse on luottamuksen saavuttamisesta kahden naisen välillä ja liika juopuminen vie naisilta niin sanotusti halut.

He voivat myös alkaa epäilemään onko miehestä mihinkään.

Varo myös liian humalassa olevia naisia, että aamulla ei kävisi niin, että toisesta tai molemmista naisista tuntuisi siltä, että heitä olisi hyväksikäytetty humalatilan takia.

Asiasta keskusteleminen on tärkeää ennen kuin lähdet kahden naisen kanssa ravintolasta, sekä tietenkin keskustelu aktin jälkeen jolloin tilanne puretaan on erittäin tärkeää.

Sen sijaan kun tilanne on päällä, niin kiihkoa kannattaa lisätä ja siinä puheille ei ole sijaa.

Tietenkin *ei* on sitten aina *ei*.

Siis ensin kahden naisen pitää ymmärtää mitä he ovat lähdössä tekemään, sen jälkeen tunnelmaa ja energiatasoa nostetaan, sitten on toiminnan vuoro.

Ja lopuksi on tärkeää keskustella asiasta sekä huolehtia siitä, että kaikille jää hyvä mieli.

Ylipäättään sosiaalisten tilanteiden jälkipurkuun ei Suomessa kiinnitetä kovinkaan paljoa huomiota.

Kun kaikki osapuolet huomioidaan, niin yleensä ongelmia ei tule.

Ongelmia tulee yleensä siitä, että joku ihminen otetaan itsestäänselvyytenä tai häntä ei huomioida riittävästi.

30 - Luku: pokaamalla luonteen syvyyksiin: osa 1.

Seuraavaksi mennään vähän pintaa syvemmälle pokaamisen jalolla saralla.

Seuraavat neuvot ovat oiva tapa saada tietää nopeasti toisesta ihmisestä hänen luonteensa.

Ne joille kohtaamiset vieraiden ihmisten kanssa tuntuvat edelleen väkinäisiltä tai ei luonnollisilta, niin sitten kannattaa palata aiempien lukujen pariin.

Muista edelleen, että tämä on opaskirja ja tämä antaa käytännön neuvoja joita toivottavasti myös käytetään.

Perusidea on siis se, että uuden jutun olisi hyvä tulla jo aiemmin opitun lisäksi.

Jos näin ei ole käynyt, niin aiempaa harjoittelua kannattaa edelleen jatkaa.

Mennään nyt kuitenkin naisiin ja heidän kauniisiin luonteisiinsa.

Maailmassa on vaikka kuinka paljon hyviä naisia, joten mistä löytäisi itselle sen luonteikkaan oikean ja ehkä ainoan, niin ettei saa lähestymiskieltoa?

Vähän joitain voi jännittää se, että tämä luku on tehty käyttämällä kylmälukemisen perustekniikoita ja ihan ripaus on otettu kaaosteorian puolelta.

Ja näillä metodeilla voidaan päästä toisen ihmisen psyykkeen sisälle hyvinkin syvälle kohtuullisen nopeasti.

Huomioi kuitenkin se, että sinun motiiviesi tulee olla puhtaat.

Manipulointi pelkästään omien itsekkäiden tarpeiden tyydyttämiseksi on tuomittavaa ja aiheuttaa myös tekijälle itselleen myöhemmin ongelmia.

Ahne ja itsekäs toiminta muiden ihmisten kustannuksella yleensä aiheuttaa itselle sellaisia reaktioita toisten ihmisten taholta, jotka eivät ole toivottavia loppupeleissä.

Pienemmilläänkin voi saada paskan jätkän maineen!

Kylmälukeminen tai toisin sanoen cold reading tai kylmiltään lukeminen on ihan perusidealtaan sitä, että koitetaan saada toisesta ihmisestä tietoa tietämättä hänestä etukäteen juurikaan mitään.

Jostain syystä ihmisiltä kumpuaa kauhea tarve uskoa, että joillain toisilla ihmisillä on ennustamisen tai selvännäkemisen lahja.

Ja vaikka he kiistävät tämän taipumuksen olemassaolon, alitajuisesti, niin silti he etsivät sellaista ihmistä joka sanoisi miten heidän pitäisi elää.

Tämä ihan siitä syystä, että heidän ei tarvitsisi ottaa itse vastuuta omasta elämästään ja päätöksistään.

Johtuen varmaan siitä, että ajat ovat epävarmoja ja vaikka tiede pystyy selittämään paljon, niin se ei pysty selittämään sitä miksi ihmiset tuntevat epävarmuutta ja surkeutta varmaan enemmän kuin koskaan aikaisemmin omassa elämässään.

Lisäksi väite, että tiede on sen sylikoira joka sitä rahoittaa, niin se istuu ihmisten mielissä lujasti.

Joten ei ole ihme, että apua haetaan sitten parapsykologiasta kuten ennustamisesta.

Ja koska tämänkin taidon voi oppia, niin eikö olisi hyvä, että sen oppisivat sellaiset miehet ja ihmiset joiden motiivit ovat puhtaat?

Loppujen lopuksi kun osaa kuunnella ja havainnoida ympäristöään, sekä kanssaihmissä on jo ihmeen pitkällä kylmiltään lukemisen jännittävässä maailmassa.

Sillä valtaosa ihmisistä haluaa mieluummin kertoa itsestään kuin kuunnella vastakumppaniaan.

Ja jos he kuuntelevatkin, he tekevät sen sen takia, että pääsisivät pian kertomaan itsestään.

Olet aika paljon tietoinen toisen ihmisen elämästä ja sen jälkeen kyseisestä ihmisestä ja voit vaikka ennustaa hänelle hänen lähitulevaisuudestaan, kun olet kuunnellut ja tarkkailut häntä intensiivisesti tovin.

Niistä lauseista ja sanoista sitten etsitään oleelliset asiat, joiden kautta muodostetaan tietynlainen profiili, jonka kautta alamme ennustaa tai lukea kyseistä ihmistä.

Se on ensimmäinen tärkeä osa kylmälukua, että ihmisen puheesta, pukeutumisesta ja yleisestä käyttäytymisestä muodostetaan profiili.

Ja toinen iso osa on termillä nimeltä, kalastelu.

Lähdetään siitä, että olet jo hahmottanut tuntemattomasta ihmisestä nopeasti tietynlaisen profiilin.

Ja sitten kalastelulla lähdetään yksinkertaisesti arvailemaan tai johdattelemaan asioita haluttuun suuntaan seuraten ihmisen reaktioita.

Rumasti sanottuna me manipuloimme, kuitenkin koska tässä ajassa ihmiset ja yritykset ajavat omaa etuaan, niin ei kannata jäädä sanoihin kiinni kuten pakkomielle tai manipulointi, vaan kannattaa edes yrittää hahmottaa isompi kokonaisuus.

Jos kerran huijarit käyttävät näitä metodeja menestyäkseen, niin eikö samat metodit sitten kannattaisi jakaa myös niiden ihmisten kanssa, joilla on sydän puhdasta kultaa ja puhtaat motivaatiot, mutta kömpelö ulosanti?

Tähän tulee kuvaan edelleen se, että sosiaalisissa kanssakäymisissä ovat elokuvat, viihde ja naisten lehdet opettaneet jo pitkään miten pitäisi toimia, jotta toimivan ihmissuhteen saisi aikaan.

Kuitenkin eroja ja riitaisia parisuhteita on varmaan enemmän kuin koskaan.

Joten ehkä kannattaisi kääntää se oma ajattelukuvio sen legendaariset 360 astetta ja katsoa jos se toisenlainen polku veisi siihen onnellisempaan päämäärään.

Kun ihminen halutaan johdattaa johonkin suuntaan, niin voidaan alkaa vaikka puhua kirjoista ja sen jälkeen johdatella kirjoittamiseen jolloin kohde hämmentyneenä saattaakin huudahtaa, että hän on aina halunnut kirjoittaa kirjan.

No kukapa ei ja siis ei kenenkään unelma-ammatti ole tehdä jotain liukuihin työtä päivästä toiseen yritykselle jonka omistajille mikään ei riitä.

Kaikki ihmiset haluavat toteuttaa itseään isosti ja yleensä nykyinen työpaikka on vain keino maksaa laskut tai elättää itsensä ja perheensä.

Se on kunnioitettavaa, ei se kuitenkaan kenenkään kutsumus ole.

Kannattaa muistaa, että ihmiset haluavat suun mukaista ruokaa ja he siis haluavat kuulla heitä miellyttävistä asioista.

Joten vaikka johdattelussa osa menisikin pieleen, niin sillä ei ole merkitystä, koska ihmiset katsovat hudit läpi sormien, kun yksi tarkka analysointi on juuri se minkä he haluavat kuulla kuten:

- Mistä sä tiesit, että olen aina halunnut näyttelijäksi?

Tähän lukuun on otettu pelkkää cold readingiä, joka eroaa jonkin verran hot readingistä joka tarkoittaa, sitä että otat jo etukäteen jostain ihmisestä asioita selville, mikä ei tänä Googlen valtakaudella ole mikään ongelma.

Ihmiset laittavat Facebookinkin täyteen tietoja joita eivät välttämättä tulevaisuudessa olisikaan sinne halunneet laittaa.

Niinpä informaation saaminen jostain ihmisestä ei todellakaan ole mikään elämää suurempi asia ja siihen ei tarvita NSA:n kaltaista organisaatiota.

Pointti on se, että ihmiset haluavat löytää toisen ihmisen jolle avautua ja joka olisi samanhenkinen kuin hän itse ja joka kuuntelisi häntä luottamuksella.

Jotkut osaavat sen taidon ja jotkut taas eivät osaa.

Ja niilläkin ihmisillä pitää olla mahdollisuus menestyä ihmissuhteissa jotka eivät ole saaneet tuota taitoa lahjaksi.

31 - Luku: pokaamalla luonteen syvyyksiin: osa 2.

Äskeinen luku oli enemmän kylmälukemisen filosofiaa ja pohdimme myös asian moraalista puolta.

Ja nyt mennään tuohon käytännön läheisempään puoleen.

Ihan ensimmäiseksi kartoitamme tilan jossa olemme.

Se tarkoittaa käytännössä sitä, että sinun kannattaisi olla sinut sen paikan kanssa jossa seisot.

Ravintolassa, marketissa ja kirkossa on erilainen tunnelma ja sinun kannattaa sopeutua tuohon tunnelmaan.

Ilmapiiriä jossa liikut kannattaa opiskella lukemaan siinä missä ihmisiäkin.

Kun olet sopeutunut ympäristöösi, niin sinun kannattaisi alkaa miettiä mitkä asiat sopivat tähän tilaan ja tilanteeseen, sekä mitkä eivät.

Esimerkiksi kirkossa ei kannata alkaa puhumaan pornoteollisuudesta ja ravintolassa et saa vastakaikua kolmannen maailman hädälle.

Seuraavaksi sitten valitset ihmisen johon haluat tutustua ja johon haluat kokeilla kylmälukemista.

Ja mitä enemmän olet seurannut ja tarkkailut kyseisen ihmisen käyttäytymistä, sitä vahvemmillä olet.

Kaikkein tärkeintä ennen kuin tehdään yhtään mitään on se, että sinun tulee olla lähestyttävän ihmisen luottamuksen arvoinen.

Lisäksi sinun on tiedostettava tunnetila, ennen kuin edes teet lähestymisyritystä.

Tärkeää on myös se, että oma olosi on rauhallinen ja teet asioita joita haluat tehdä, etkä suorita mitään.

Koita päästä innostuneeseen tilaan ja näin siis annat asioiden tapahtua omalla painollaan, etkä vain yritä saada sitä ja sitä reaktiota, että nainen tekisi noin ja noin, että saisit tätä ja vähän tota.

Rauhallinen eteneminen vie parhaiten perille.

Valitse aihe jolla lähestyt ihmistä ja profiloi häntä koko ajan.

Ihmisen ikä kertoo jotain ja vaatetus on loistava asia johon saa otteen.

Vaatteet ovat niin sanotusti ihmisen aatteet tai ainakin kertovat aina jotain kantajansa arvomaailmasta.

Mustat hiukset omaava tyttö joka on pukeutunut mustaan, niin voit aloittaa vaikka sanomalla: - *Hei ihan ensimmäistä kertaa elämässäni näen ihka elävän goottitytön.*

Sana gootti herättää yleensä tunnereaktion joka on, että

nainen sanoo joko olevansa tai ei olevansa gootti.

Joka tapauksessa openerisi herättää tunnereaktion, joka on aina tärkeä asia kun lähestytään ihmistä.

Toivottavinta olisi positiivinen reaktio, sinällään negatiivinenkin on parempi kuin ei ollenkaan reaktiota.

Ja kaikki tällainen tieto kuten ikä, paino, pituus, onko vihkisormuksia vai ei, kertovat jotain luonteesta ja antavat suuntaa siitä mitä ihminen haluaa elämäänsä.

Lisäksi se kertoo mahdollisesti myös siitä mitä ihminen ei halua elämäänsä.

Koska elämme tässä ajassa niin se, että tajuaa mistä toisen ihmisen tyytymättömyys johtuu tai arvaa edes lähelle, avaa hyvinkin paljon toisen ihmisen puolustusta.

Lisäksi hän alkaa luottamaan sinuun.

Profiloinnin aikana, niin seuraa koko ajan ruumiinkieltä: onko ryhti kumarassa vai nouseeko leuka vähän liikaakin, ovatko liikkeet rauhallisia vai rauhattomia.

Lisäksi äänenpainon merkitys on valtava.

Sanattomia eleitä kannattaa alkaa opiskelemaan, sillä ne voivat kertoa enemmän ihmisestä kuin tämän puhumat sanat.

Tee jo kotona lista valmiiksi ja paina se mieleesi tietyistä

omista näkemyksistäsi ja ihan yleisistä olettamuksista joita yrität saada sopimaan ihmisen käyttäytymiseen.

- *Älä siis kerro, anna mä arvaan, olet juuri aloittanut merkityksellisen parisuhteen.*
- *Ei älä kerro anna mä arvaan, olet juuri menettänyt merkittävän ihmisen elämästäsi.*
- *Luulen, että tänään sinulle on tapahtunut jotain iloista ja merkityksellistä.*
- *Luulen, että tänään sinulle on tapahtunut jotain ikävää.*

Joidenkin oletusten kannattaisikin mennä niin, että sinua aletaan korjailemaan.

Muista, että lista antaa vain suuntaa.

Tässä on kyseessä kuitenkin vaistoihin ja improvisaatioon perustuva taito, jossa tilanne itsestään kertoo miten se etenee.

Ja listoilla otetaan vain alkuvauhtia.

Tähän kannattaisi suhtautua samalla tavalla kuin stand-up- komiikkaan, jossa erittäin tärkeää on esityksen avaus, opetellut rutiinit ja kyky saada suoritus näyttämään luonnolliselta.

Hyvä stand-up keikkahan näyttää aina tuoreelta vaikka sitä on hiottu ja valmisteltu sekä ehkä esitettykin jo

useita kertoja.

Yleensä improvisaatiossakin on takana raakaa pohjatyötä.

Eikä sitä tarvitse hävetä, koska ihmissuhteet ovat niin tärkeä osa jokaisen ihmisen elämää, että miksi ei näkisi vaivaa siihen, että saa oikeanlaisia ihmisuhteita elämäänsä?

Sinun on aika nopeasti pystyttävä vakuuttamaan, että tiedät asioista joista valtaosa muista miehistä ei tiedä.

Joten sinun on hiottava tilannetajuasi joka tarkoittaa ihan yksinkertaistettuna tätä: *sinun on opittava milloin naisen kanssa pitää keskustella innostuneesti ja milloin rauhallisesti, milloin olla hiljaa ja milloin härnätä, sekä milloin pitää lisätä vauhtia.*

Yritä koko ajan olla vilpitön ja pelata avoimin kortein.

Tilannetaju ja itsevarmuus ovat ne asiat joilla luottamus toiseen ihmiseen rakennetaan.

Ja niitä vain ei valitettavasti voi ostaa kaupasta, joten niiden opiskeluun menee oma aikansa.

Että jos olet ravintolassa ja juttelet naisen kanssa, niin voit sanoa: - *Että luulen ymmärtäväni sinua, olen itsekkin ollut huonossa suhteessa.*

Jos naisen käyttäytyminen on ollut surumielistä ja sormusta ei ole sormessa, niin nainen voi yllättyä siitä, että olet samalla aaltopituudella hänen kanssaan ja hän voi juuri olla päättänyt parisuhteen ikävällä tavalla.

Sitten taas kalastellaan ja kysyt kysymyksiä jotka antavat itsessään vastauksia sinulle, oli vastaus myönteinen tai kielteinen.

- *Onko totta, että blondeilla on hauskenpaa?*

Harmiton kysymys naiselle vaikka tämä olisi punatukkainen.

- *Mistä minä tiedän?*
- *Voi ollakin.*
- *Mistä sä arvasit, että mä olen luonnostani vaaleatukkainen?*

Näin ihmisen vastaus vie keskustelua eteenpäin ja vastaukset kertovat sinulle ihmisen luonteen laadusta.

Lisäksi kysymyksiin saadut vastaukset ovat merkityksettömiä sinällään.

Jos punahiuksinen nainen kivahtaa, *että mistä hän voi tietää onko blondeilla hauskenpaa*, se voi myös tarkoittaa sitä, että blondi on rikkonut hänen edellisen parisuhteensa.

Pointti on siinä minkä reaktion kysymys aiheuttaa ja miten reagoit tuohon reagointiin.

Muita kylmälukemisen perusteita ovat:

- *Luulen, että tunnet itsesi joskus epävarmaksi ja*

varsinkin silloin kun joudut sellaisten ihmisten seuraan, joita et tunne kovin hyvin.

Nämä ovat yleisoletuksia ja sopivat useisiin ihmisiin, sillä kukapa ei nyt joskus tuntisi itseään epävarmaksi tai epäluuloiseksi ventovieraiden ihmisten seurassa?

Hämmennä vain rohkeasti tilannetta ja kun ihmiset joutuvat puolustelemaan sinulle käytöstään, näin et kuitenkaan loukkaa heitä, herätät heissä voimakkaan tunnereaktion.

Voit alkaa vaikka tulkitsemaan ihmistä, että minulla on sinusta voimakas tunne.

- Että koen sinut iloiseksi ja positiiviseksi ihmiseksi valtaosan ajasta, silti jotenkin koen, että on ollut aikoja jolloin olet joutunut suuren järkytyksen tilaan.

Tai

- Tunnut hyvin sympaattiselta ja ystävälliseltä ihmiseltä ja silti tunnen syvästi, että jos luottamustasi käytetään väärin, niin koet syvää vihaa ja suuttumusta sille joka tekee sinulle näin.

Tai.

- En ymmärrä miksi olet nyt hiljainen ja ujo, kun voisit helposti olla huomion keskipisteenä ihan missä tahansa.

Näin otat eri luonteenpiirteitä, mielellään vastakkaisia ja punot ne yhteen.

Näin siis liität rakkauden ja huolenpidon vihaan sekä raivoon:

- *- Vaikutat hyvin äidilliseltä ihmiseltä joka tykkää huolehtia rakkaimmistaan, mutta jos sinua tai rakkaitasi uhataan, näen että pystyt toimimaan naarastiikerin tavoin hirmuisella raivolla.*

Hyödynnä taukoja ja kun kysyt kysymyksiä tai odotat vastauksia, niin reaktioaika kertoo aika paljon ihmisestä itsestään.

Mene vain rohkeasti ihmismielen ja luonteen syvempiin kerroksiin.

Mieti vastaako hän hitaasti vai miettiikö vastausta: yksinkertaistettuna siis, onko hän äkkipikainen vai rauhallinen.

Tee aina myönteinen arvio tilanteesta.

Lisäksi tarkoituksena ei ole loukata, eikä aiheuttaa mielipahaa kenellekään, vaan löytää sellainen nainen jolla on se luonteenpiirre joka miellyttää sinua.

Tässä vaiheessa sinun ei tarvitse olla tarkka minkä lopputuloksen saat.

Lisäksi sinun ei pidä antaa neuvoja, ei ainakaan jos niitä ei pyydetä.

Mielellään, niin älä ohjaa ihmistä tekemään mitään, anna hänen vain yllättyä miten hyvin osaat arvata tai lukea hänen elämäntilanteensa.

Huomioi se, että tapaamisen pitääkin aluksi olla lyhyt ja arvoituksellinen.

Jos pöytään tulee muita ihmisiä, niin voit ihan hyvin poistua sekä etsiä toisia ihmisiä.

Yhteystiedot voi toki aina vaihtaa jos kokee, että synkkaa, mutta ei haluakaan lähteä samaan suuntaan vielä.

Tarkoitus on, että löytyisi sellainen ihminen jonka kanssa alkaisi kunnolla synkkaamaan ja jonka luonne synkkaisi oman luonteen kanssa.

Joten ei sen suhteen tarvitse syntyäkään heti.

32 - Luku: Empatia.

Seuraava asia on hyvin tärkeä jokaisen ihmisen elämässä, koska se jos mikä tekee meistä inhimillisiä olentoja.

Kyseessä on empatia ja sen ymmärtämisen tärkeys.

Empatia on ihan käytännössä myötätuntoista eläytymistä ja ennen kaikkea toisen ihmisen asemaan asettumista.

Yksilö siis samaistuu tai koittaa tulla samalle aaltopituudelle toisen ihmisen tunnetiloihin ja lähtökohtiin.

Eläydytään siis siihen mitä toinen kokee ja tuntee tai edes yritetään tehdä niin.

Näin koitetaan nähdä toisen ihmisen näkökanta nimenomaan niin läheltä tätä ihmistä kuin se toisen ihmisen asemasta käsin on mahdollista.

Empatia jos mikä on erittäin tärkeä ihmissuhdetaito.

Empaattinen ihminen ymmärtää myös sen, ettei aina pysty ymmärtämään toista.

Ja hän jaksaa kuunnella erilaisessa elämäntilanteessa olevaa kanssaihmistään, eikä oleta tietävänsä täsmälleen, mitä tämä tuntee tai ajattelee.

Empatia vaatii lisäksi kykyä lukea oikein ei-sanallisia viestejä, kuten äänensävyjä, ilmeitä ja ruumiinasentoja.

Hyvä uutinen on se, että empatiakyky on kaikkien saavutettavissa, sillä sitä voidaan oppia ja opettaa.

Itsensä kehittämiseen riittää kapasiteettia kaikenikäisenä!

Ihminen oppii empatiaa luonnollisesti kärsimysten kautta, mutta omaksumista voi tapahtua myös pienemmillä henkisillä pääomasijoituksilla.

Ihmisen empatiakyky rakentuu ennen kaikkea itsetuntemukselle: mitä paremmin ihminen tunnistaa ja ymmärtää omia tunteitaan, sitä taitavampi hän on tunnistamaan niitä myös muissa.

Ensimmäinen ja tärkein osa empatiaharjoittelua onkin itsetuntemuksen lisääminen.

Toinen keino harjoittaa omaa empatiakykyään on perehtyä eri taidemuotoihin: kaunokirjallisuus, elokuvat ja kuvataide avaavat kaikki väylän toisen, erilaisen todellisuuden ymmärtämiseen.

Ihan hyvä perusharjoitus on se, että voit joskus tarkastella näytelmän tai elokuvan päähenkilön elämää, niin että mietit katsoessasi näytelmää ja sen päähenkilöä miettien mitä hänelle tapahtuu ja miten hän mahtaa tarinan tapahtumat kokea ja ennen kaikkea tuntea.

Tässä äskeisen lisäksi kaksi empatiaharjoitusta, jotka voit tehdä täysin itsenäisesti.

Ensimmäiseksi, niin kuvittele mielessäsi jokin ristiriitatilanne,

jossa olet ollut osallisena.

Yritä saada tilanne mahdollisimman elävänä mieleesi.

Seuraavaksi vaihda päässäsi rooleja sen ihmisen kanssa jonka kanssa konflikti syntyi: ota siis sen ihmisen rooli, jonka kanssa olit eri mieltä.

Pyri kuvittelemaan mahdollisimman tarkasti, miltä hänestä tuntuu ja mitä hän ajattelee.

Kirjaa näitä mietteitäs ylös ja tarkastele tilannetta nyt toisesta näkökulmasta käsin.

Toiseksi, niin kuvittele saavasi lampun hengeltä kolme toivomusta, jotka toteutuvat.

Ensimmäinen toive on sinulle itsellesi, toinen jollekin perheenjäsenellesi ja kolmas pahimmalle vihamiehellesi.

Seuraavaksi kirjaa paperille nämä toiveet ylös.

Yllättäen henki ilmoittaaakin, että toiveet jaetaan satunnaisesti teidän kolmen kesken.

Miltä tuntuisi saada vihamiehellesi osoitettu toive?

Entä jos hänen toiveensa osuisikin perheenjäsenesi kohdalle?

Toivoisitko nyt eri tavalla?

Kirjaa ajatuksiasi ylös.

Empatia auttaa sinua suvaitsemaan ihmisten erilaisuutta ja kääntämään sen voitoksesi.

Voimme myös esimerkiksi oppia ymmärtämään vähemmistöjen asemaa, sekä ylipäänsä kunnioittamaan toista ihmistä inhimillisenä olentona.

Empatian avulla voidaan sekä vähentää ristiriitoja, että selvittää jo syntyneitä erimielisyyksiä toista kunnioittavalla tavalla.

Empatian opettelu siis todellakin hyödyttää sinua.

Empatia sekoitetaan aika usein sympatiaan ja on hyvä käydä näiden kahden asian ero selväksi.

Sympatia on myötätuntoa, kykyä tuntea yhdessä toisen kanssa.

Kun ihminen kokee sympatiaa, niin ihminen samaistuu toisen ihmisen tunnetilaan pyrkimättä kuitenkaan ymmärtämään toista täysin.

Ihminen ei asetu toisen asemaan tutkimaan tilannetta objektiivisesti vaan pyrkii myötäelämään ja myötätuntemaan samalla tavoin toisen kanssa.

Lisäksi yleensä enemmän omasta kuin toisen näkökulmasta käsin.

Sympatia vahvistaa usein kohteensa kokemaa tunnetta, eikä negatiivisten tunteiden yhteydessä useinkaan vie tilannetta parempaan suuntaan.

Sympaattinen ihminen saattaa sääliä tai voivotella ja hänellä ei välttämättä ole kykyä myötäelämiseen.

Kun siis empatia tarkoittaa kykyä asettaa itsensä toisen asemaan, pelkän ymmärtämisen sijaan.

Empatia on kykyä ymmärtää toisen tunteita, kyky ymmärtää toista sisäisesti, eikä vain ymmärtää tilannetta ulkoisesta näkökulmasta käsin.

Empaattinen ihminen ei pyri ylentämään eikä alentamaan itseään suhteessa toiseen, vaan on lähtökohtaisesti samanarvoinen ja samalla tasolla toisen yksilön kanssa.

33 - Luku: Treffeille meneminen.

Nyt kun joku nainen tai tyttö on herättänyt mielenkiintosi, niin seuraavaksi varmaan haluaisit tutustua häneen paremmin ja läheisemmin kahden kesken.

Tällöin ulospyynti ja treffit alkavat mukavasti kutkumaan mieltä.

Rauhattomat mietteet alkavat velloa päässäsi ja mietit miten lähestyä häntä niin, että hän vastaisi pyyntöösi myöntävästi.

Miten siis pyytää häntä oikeaoppisesti ulos ja mitä tehdä sitten treffeillä?

Tärkeää on myös se, että mistä treffeillä on hyvä puhua ja mistä ei.

Pieni vinkki alkuun: missään nimessä kaveria ei kannata ottaa avuksi ja kysyä, että voisiko hän pyytää puolestasi, naista tai tyttöä ulos.

Todennäköisesti nainen innostuu kaveristasi joka rohkeni pyytää häntä ulos ja ylipäätään lähestyä häntä.

Sinä sen sijaan vaikutat parhaimmassakin skenaariossa nössöltä, jolla ei ole pokeria edes tulla juttelemaan naiselle kasvoista kasvoihin.

Ulospyynti pitää siis tehdä itse ja kasvotusten kaunottaren kanssa.

Jos joku nainen oikeasti kiinnostaa sinua, niin kannattaa jo hyvissä ajoin miettiä mitä sanoa hänelle ja ennen kaikkea miten.

Kannattaa myös huomioida se missä sen ulospyyntin tekee.

Ajoitus on kaiken A ja O.

Parhaiten se onnistuu niin, että juttelet jo naisen kanssa muutenkin ja normaalin jutustelun ohessa mainitset, että voitaisiin tavata töiden tai koulun ulkopuolella.

Myös Facebookin kautta voi leikkisästi ehdotella ulosmenoa.

Ensin kannattaa keskustelua pohjustella normaalisti ja sen aikana tehdä ulospyynti rauhallisesti.

Kuten: *tästä asiasta olisi kiva jutella myöhemmin...mitäs sinä teet tänään illalla?*

Täysin suora treffiehdotus voi säikäyttää naisen ja laittaa hänelle hänen luonnollisimman puolustusreaktion päälle joka on: *että nyt ei käy.*

Varaudu myös siihen, että voit saada kieltävän vastauksen ja kun se tulee, niin heti ei kannata lähteä kävelemään vihaisena pois.

Kannattaa jäädä tilanteeseen ja sanoa jotain leikkisää.

Lisäksi kannattaa antaa sellainen vaikutelma, että torjunta ei ollut mikään iso juttu, niin kuin se ei loppupeleissä olekaan.

Oletetaan kuitenkin, että vastaus on myönteinen ja tapaaminen sekä treffit on sovittu.

Tapaaminen kannattaa sopia johonkin persoonalliseen paikkaan ja omaperäisyyttä sekä luovuutta kannattaa soveltaa minkä sielu sietää.

Kannattaa ihan aluksi lähteä siitä, että ensimmäisiä kertoja tapaamisen suhteen ei ylikorosteta, eikä myöskään yliromantisoida.

Ihan aluksi kannattaa nainen viedä lenkille tai johonkin

tapahtumaan johon itsekin menisi, kuten vaikkapa elokuvaan.
Elokuvat ovat treffien vakiokalustoa sekä klisee ja kliseitä käytetään siksi koska ne toimivat.

Harkitse tarkasti mitä leffaa menette katsomaan yhdessä.
Ja jo ennen tapaamista tai vaikkapa tapaamisen aikana voit ottaa elokuvat puheeksi.

Siitähän saadaan mukavasti jutun juurta, kun toinen tykkää toiminnasta ja toinen pienen budjetin eurooppalaisista taide-elokuvista jne...

Tärkeintä on, että saat aikaan reaktion ja sitä mukaillen ilta lähtee sitten menemään eteenpäin.

Jos pelkää ohareita, niin sitten treffit kannattaa sopia sellaiseen paikkaan jonne olisi mennyt muutenkin.

Näin tilassa on luontevaa olla vaikka toista osapuolta ei kuuluisikaan paikalle.

Sovittu tapaaminen konserttiin, sellaisen artistin keikalle josta itsekin tykkää on ehkä paras suositus tällaiseen skenaarioon.

Ei kannata mennä ensimmäisillä treffeillä ravintolaan, koska se ei osoita luovuutta eikä mielikuvituksen käyttökykyä.

Lisäksi se muuttuu äkkiä pakkososialoinniksi ja nainen voi luulla, että haluat ostaa hänen huomionsa.

Jos haluat haasteita, niin päätä ettet käytä treffeillä 5 euroa enempää ja näin joudut pakostakin käyttämään mielikuvitustasi sekä luovuuttasi.

Jos työsi on mielenkiintoinen, niin katso voisitko sopia

tapaamisen työpaikallasi tai voisitko jotenkin muuten esitellä työtäsi.

Ja jos työ on intohimoa, niin se innostus tarttuu ja treffit saavat niin sanotusti vauhdikkaan lähdön.

Varmista jo hyvissä ajoin, että naisella on puhelinnumerosi, jos hänellä onkin oikea syy olla saapumatta.

Oikean ja keksityn selityksen siitä miksi toinen ei voi tulla paikalle, erottaa yleensä siitä, että oikeasti paikalle halunnut ihminen haluaa tavata sinut.

Niinpä hän ehdottaa uutta tapaamista ihan konkreettisesti, kuten huomenna Karhulan torilla kello 19.00.

Se joka ei halua tulla, siirtää tapaamista koko ajan epämääräiseen tulevaisuuteen.

Älä ylikorosta ensivaikutelman merkitystä, koska tässä yhteiskunnassa sille annetaan ihan liikaa arvoa.

Sellaiset ihmiset jotka oikeasti ovat sinulle tärkeitä ja merkityksellisiä eivät korosta pinnallisuutta.

Ja pinnalliset ihmiset...no eivätköhän he löydä kaltaisiaan.

Peiliin kannattaa aina katsoa ennen kuin lähtee ulos.

Pelkkää T-paitaa ja verkkareita ei kannata laittaa, koska se antaa kuvan ettet huomioi itseäsi kunnolla.

Lisäksi se voi antaa sellaisen kuvan ettet kunnioita myöskään toista ihmistä.

Liian hienot vaatteet taas voivat antaa yliyrittämisen kuvan. Nyrkkisääntönä, että sellainen vaatetus päälle kuin laittaisit työpaikkahaastatteluun ja vähän samankaltainen asenne, niin homman pitäisi sillä lähteä kulkemaan.

Viinaa ei kannata käyttää missään vaiheessa ja täysin selvänä kannattaa mennä treffeille.

Jos hermostuttaa, niin sen voi tuoda esille, koska myös naisia treffit hermostuttavat.

Viinalla on hyvä sauma pilata hieno ilta.

Jos tapaatte ravintolassa tai nainen haluaa treffeillä mennä ravintolaan, niin sitten voit ottaa mietoa alkoholia, kuten olutta kohtuudella

Sinällään tapaamisen aikana kannattaisi olla selvä.

Se myös pakottaa sinut olemaan oma paras itsesi, kun et voi vedota alkoholiin.

Toisin sanoen olet skarpimpi, tietoisempi ja yrität kovemmin kun tekosyy olla hauska ei olekaan alkoholi vaan joudut olemaan hauska ja rento ilman viinaa.

Lisäksi jos sosiaalisia tilanteita lähtee hoitamaan siltä pohjalta, että ne menevät paremmin kännissä kuin selvinpäin, niin sitten sitä joutuu koko ajan sosiaalisissa tilanteissa käyttämään.

Joten parasta on jo alusta asti tottua hoitelemaan sosiaaliset tapaamiset selvinpäin ja alkoholille on sitten oma aikansa sekä paikkansa, jos on.

Ensimmäiseen tapaamiseen naisen kanssa, joka kiinnostaa sinua, se ei sovi.

Varaa treffeille aikaa ja keskity myös siihen mitä hänellä on

kerrottavana.

Jos koet olosi olevan kovin hermostunut, ehkä kannattaa käydä vaikka lenkillä tai salilla ennen tapaamista.

Liikunta ja ylipäätään fyysinen tekeminen poistavat paineita, jolloin vaikutat itsevarmalta ja rauhalliselta.

Sillä on myös hyvä aloittaa keskustelu.

Vaikkaet kävisikään kuntoilemassa, niin suihkussa kannattaa käydä ennen tapaamista.

Perushygienia kannattaa huomioida hyvin ja kunnon deodoranttia vain kainaloon, hampaat pitää pestä ja ottaa vielä varmuuden vuoksi mukaan Minttiä tai jotain suuraikastetta.

Lisäksi alushousut kannattaa vaihtaa, koska sitä ei koskaan tiedä mitä ilta tuo tullessaan, edelleenkään.

Vaatteiden kannattaisi olla siistit ja ei mielellään ihan uudet.

Uudet vaatteet eivät tunnu mukavilta päällä eivätkä luonnollisilta, joten sellaiset vaatteet joista pidät ja joissa tunnet itsesi itsevarmaksi kannattaa pukea päälle.

Värikkäitä vaatteita samoin kuin riikinkukkoilua kannattaa käyttää hyväksi treffeillä.

Mitäpä sitten kun menet tapaamaan ulos pyytämäsi naista ja koet, että pitäisi sanoa jotain, mutta pääsi huutaa tyhjyyttään?

Miten siis sanoa jotain järkevää ja sellaista mitä toivoisit hänen kuulevan?

Politiikka, uskonto ja seksi kannattaa nyt ainakin aluksi pitää

sivussa.

Sen sijaan voit vaikka kysyä hänen tulevaisuuden suunnitelmistaan.

Tilanne kyllä lähtee purkautumaan kuin itsestään ja keskusteluun kyllä löytyy yhteisiä aiheita.

Myöskään ensitapaamiselta ei kannata vaatia liikoja.

Luontoa ja liikettä kannattaa käyttää treffeillä hyväksi.

Kannattaa siis kävellä aluksi jossain kauniissa maisemassa ja sieltä sitten siirtyä jonnekin, kuten vaikkapa kahvilaan.

Illasta tulee hyvä kun käytät mielikuvitustasi, joten ota vaikkapa kamera mukaan.

Voit pyytää saada ottaa hänestä kuvia ja voit pyytää häntä ottamaan sinusta kuvia, sekä voit pyytää jotain tuntematonta ottamaan teistä yhdessä kuvia.

Valokuvilla on sitten hyvä myöhemmin lähestyä tätä naista ja vaikkapa lähettää hänen sähköpostiinsa näitä kuvia ja kysyä, *että mitäs pidät?*

Muista, että kuvat ovat vain yksityiskäyttöön, että ei kannata heti laittaa niitä valokuvia Facebookkiin tai omille kotisivuille.

Eikä missään nimessä ilman yhteistä päätöstä.

On tehokkaampaa kun näytät että tunnet jotain kun, että puet tunnetilan sanoiksi.

Lisäksi kosketteluakaan ei kannata pelätä.

Jos olette kävelemässä joen rannalla, niin ota häntä rennosti kädestä kiinni tai voit jopa pyytää, että haluaisit pitää häntä kädestä kiinni.

Tässä vaiheessa kannattaa huomioida muutama kohta jolla deitit voivat epäonnistua.

Ei vara venettä niin sanotusti kaada.

Älä missään nimessä puhu liikaa, siis lörpöttele.

Äläkä varsinkaan itsestäsi ja kiinnitä keskusteluissa noin 2/3 huomiota häneen, äläkä siihen, että pääset kertomaan itsestäsi.

Kun puhut, puhu asiaa.

Älä koita tehdä vaikutusta liian innokaasti.

Äläkä ainakaan törsää liikaa rahaa treffeillä tai tuo varallisuuttasi esille, koska se laskee oman itsesi arvoa.

Rahalla ei osteta toisen ihmisen hyväksyntää ja imartelullakin on rajansa.

Ja älä siis edelleenkään mene treffeille kännissä.

Tätä nyt vaan ei voi ylikorostaa tässä kirjassa yhtään liikaa.

Ensimmäisellä tapaamisella kannattaa olla vesiselvä.

Jos ujostuttaa tai hermostuttaa, niin sen voi sanoa.

Sitä ei pidä kätkeä alkoholilla.

Älä etene liian nopeasti.

Se ei mene sitten niin, että ensin kävellään, sitten terassille ja pari olutta, teille, sänkyyn ja hei hei.

Naiset tuntevat vahvemmin kuin miehet, joten sinun kannattaisi luoda naiseen tunneside ja saada hänet luottamaan sekä uskomaan sinuun.

Menet tapaamaan ihmistä joka kiinnostaa sinua ja johon haluat tutustua, joten se vie oman aikansa.

Ja mikäs kiire tässä valmiissa maailmassa on?

Äläkä koita saada näiden treffien jälkeen, heti uusia treffejä.

Älä ylipäättään lähde saamaan treffeiltä mitään.

Suomeksi sanottuna, älä lähde suorittamaan.

Se on tapaaminen ja siellä katsotaan miten asiat etenevät ja tuntevatko kaksi ihmistä samalla tavalla, vai onko syytä tästä eteenpäin kävellä toisella puolen katua.

Muista myös ettet etene myöskään liian hitaasti.

Se että toimitaan rauhallisesti, tarkoittaa sitä, että mennään kuitenkin eteenpäin, eikä jäädä tuleen makaamaan.

Jos menette vaikkapa kahville terassille ja et kysy häneltä mitään etkä vie häntä mihinkään paikkaan joka on mielenkiintoinen, niin tunnelma ja ilta lässähtää suurinpiirtein siihen.

Naiset arvostavat miehessä johtajuutta, joten sinun on hyvä ottaa tilanne välillä haltuun.

Sovi tapaaminen joen rantaan ja siellä sitten juttelette tai otatte valokuvia, sitten viet hänet terassille jossa otatte kahvia ja sitten menette vaikkapa elokuvaan.

Terassilla käynti on eri asia kuin ravintolaan meno, koska siellä vain piipahdetaan ja idea on olla liikkeessä, jossa vain piipahduksilla rytmitetään matkaa.

Tässä skenaariossa sinä viet naista eteenpäin ja tuot koko ajan sisältöä iltaan.

Sinä siis pistät asioita tapahtumaan, etkä odota, että isäsi,

yhteiskunta tai kaverisi tulee näyttämään miten treffit pitää hoitaa.

Jos näin käy, niin he hoitavat saman tien myös naisesi.

Älä osoita riippuvaisuutta millekään tai kenellekään, joten älä takerru häneen.

Älä seuraa häntä vessaan, äläkä muutu mustasukkaiseksi jos hän juttelee jonkun kanssa vaikka tämä olisikin mies.

Kun puhut jostain aiheesta, älä odota häneltä hyväksyntää siihen mistä puhut.

Lisäksi muutenkaan toisten ihmisten hyväksyntää omille mielipiteille ei ole hyvä hakea toisilta ihmisiltä.

Ylipäättään, niin ole hetkessä ja katso mitä tapahtuu.

Jos nainen ei pysty aloittamaan keskustelua, niin aloita sinä ja ole luonnollinen tässä tilanteessa.

Parhaiten naisen mielenkiinnon saa pysymään koko treffien ajan yllä, kun ei anna naiselle liian hyvää vaikutelmaa ja varsinkaan ensivaikutelmaa itsestään.

Mitä vähemmän informaatiota annat naiselle, niin sitä enemmän mystisyytesi kasvaa kun nainen joutuu miettimään omassa mielessään ne aukkokohtat jotka jätät itse tyhjäksi.

Ensimmäisillä treffeillä kannattaa jättää asioita avoimeksi, jotta myöhemmistä treffeistä tulisi sitten vieläkin merkityksellisemmät.

Sitten ilta alkaa loppua ja pitäisi miettiä, että lähdetäänkö kotiin yksin nukkumaan vai mennäänkö yhdessä samaan osoitteeseen.

Sen kyllä huomaa helposti onko juttu luistanut ja toisen

ihmisen mielenkiinto herännyt.

Mikäli naiseen ilta ei kolahtanut tai sait itse signaalin, että etsintää kannattaisi jatkaa, niin on kohteliasta kuitenkin kiittää tapaamisesta ja toivottaa hyvää loppuelämää.

Yleensä ensimmäisen tapaamisen jälkeen, jos se on onnistunut niin vaihdetaan puhelinnumeroita tai tapaamisesta jutellaan Facebookissa.

Ensimmäiset treffit yleensä aloittavat kommunikaation kahden ihmisen välillä, jonka jälkeen sovitaan toisista treffeistä jne...

Vaikka ensimmäisten treffien jälkeen ei pääsisikään sänkyyn, niin ilta on voinut joka tapauksessa olla merkityksellinen.

Se voi myös palvella sinua tulevaisuudessa vaikka nyt et ehkä saanutkaan sitä mitä olit toivonut.

Molempien kannattaisi saada treffeistä jotain ja kummallekaan ei saisi jäädä pahaa mieltä.

34 - Luku: Työpaikkaromanssit.

Ihmissuhteita ja vieläpä romanttisia sellaisia voi syntyä myös sieltä mistä me hankimme elantomme.

Yleensä työyhteisöissä lämpimät suhteet työtovereihin ovat ensisijaisesti toveruuksia ja sinällään sellaisia neutraaleja suhteita toisiin ihmisiin ilman sen kummempia intohimoja.

Kuitenkin kun samoja tai samaa ihmistä näkee säännöllisesti, niin tunteet voivat roihahtaa ja ihastumisia sekä rakastumisia voi alkaa tulla eteen.

Varsinkin pikkujoulut ovat niitä paikkoja, joissa sattuu ja tapahtuu, sekä tätä kautta tunteet voivat virrata kovastikin kuumina ja avoimina.

Flirttailu on yleisin asia joka lähtee työpaikoilla päälle kun tunnemme vahvasti jotain toista ihmistä kohtaan.

Ja parhaimmillaan pieni ja ehkäpä jopa viatonkin flirtti voi nostaa omaa itsetuntoa, sekä piristää työpäivää.

Ja jos intohimo on nousussa, niin työyhteisössä tunteiden tukahduttaminen voi olla hankalaakin ja niinpä työpaikkaromanssit ovat suhteellisen yleisiä.

Työpaikoilla on kuitenkin omat lainalaisuutensa, joita ei esimerkiksi ravintolaolosuhteissa ole.

Työpaikka tekee rakastumisesta haastavan jo siinäkin, että koko ajan kyyhkyläiset pelkäävät suhteen vaikuttavan työyhteisöönsä, sekä työpaikan ilmapiiriin.

Huhuja sekä juoruiluja suhteen oikeista syistä onkin syytä varoa.

Lisäksi ennakkoluulot sekä moralisointi voi lähteä työyhteisössä liikkumaan paljon nopeammin ja voimakkaammin kuin jos suhteen aloittaisi jossain muualla.

Monet työpaikkaromanssit ovat kuitenkin johtaneet avioliittoon, että kyseessä ei ole pelkkä sekstailu työpaikan tiloissa.

Tärkeää ja myös vaikeaa työpaikkaromanssissa on erottaa parisuhde ja työsuhde.

Kuitenkin se on siinä kaikkein oleellisin asia.

Ihan ensimmäiseksi kun tunteet kuohahtavat, niin kannattaa miettiä, että onko kyseessä molemminpuolinen tunne vai onko käynyt niin, että toinen työsuhteessa on ihastunut yksipuolisesti toiseen.

Tällöin positiivista vastakaikua on aika vaikea saada aikaan. Kannattaa myös miettiä, että mitä jos aloittaa suhteen ja se ei pääty hyvin, niin mitä sitten tapahtuu.

Tällöin työpaikalla toisen tapaaminen voi tuntua kiusalliselta ja voi jopa käydä, niin että jompikumpi joutuu vaihtamaan

työpaikkaa.

Työpaikkaromansseissa jos missä kannattaa edetä hitaasti, sekä rauhallisesti ja vieläpä niin, että molemmat osapuolet ovat koko ajan samalla aaltopituudella.

Työpaikkaromansseissa tulee yksi ehkä merkittävin eroavaisuus muihin suhteisiin, koska työpaikkaromanssissa on oltava avoin myös muulle työyhteisölle.

Vaikka työpaikkaromanssi olisi suhteellisen alussa, niin yhteisellä päätöksellä se olisi hyvä julkistaa työyhteisölle kuten esimiehille ja lähemmille työkavereille.

On parasta, että työpaikkaromanssi tunnustetaan heti suhteessa olevien toimesta kuin niin, että huhut ja juorut lähtevät liikkeelle.

Sitä ei voi ylikorostaa, että työ- sekä parisuhdeasiat on pidettävä erillään työpaikalla.

Työajalla ei kannata puhua parisuhteesta ja vapaa-ajalla ei kannata puhua työasioista.

Eikä missään nimessä parisuhteen ongelmista kannata puhua edes läheisille työkavereilleen.

Jos on aloittanut työpaikkaromanssin, niin voi olla hyvä vaikka ylikorostaa aikaa muiden kollegojen kanssa töissä ja jättää rakkaimpansa kanssa hellyydenosoitukset töiden jälkeiseen aikaan sekä paikkaan.

Tärkeää olisi myös se, että työpaikkaromanssissa olijat eivät vieraannuttaisi itseään ja toisiaan muusta työporukasta.

Pelissäännöistä yhdessä sopiminen on siis kaikkein tärkeintä ihan alusta asti.

Yleisestikin ottaen suhteet vaativat omistautumista sekä kärsivällisyyttä.

On hyvin tärkeää huomioida se, että parisuhteessa olevat työkaverit eivät saisi muuhun työyhteisöön vastaikkainasettelun tuntua.

Jos rakastavaiset ovat työssään samanarvoisessa asemassa, niin se on paljon helpompi asema kuin se, että toinen olisi esimiesasemassa.

Jos toinen suhteen osapuoli on esimiesasemassa, niin voi työyhteisöön tulla tunne, että esimies suosii poika- tai tyttöystäväänsä muiden kustannuksella.

Myös vielä isommat johtajat voivat huolestua suhteesta esimiehen ja työntekijän välillä, että mitä se tekee yrityksen ja työntekijöiden moraalille jne...

Suhde esimiehen ja työntekijän välillä aiheuttaa jännitteitä työyhteisössä ja niinpä suosimista voidaan epäillä.

Tästäkin pääsee eroon avoimuudella.

Työyhteisön olisi hyvä tietää, että mistä suhde on lähtenyt liikenteeseen: onko kyseessä kahden vapaan ihmisen rakastuminen, onko ollut salasuhde, onko jotain petetty jne...

Jos suhteessa olijat ovat samalla osastolla, niin voisi olla

hyvä, että toinen siirtyisi toiselle osastolle, ettei huhuja ja juoruja toisen suosimisesta lähtisi liikenteeseen.

Rakastumista työpaikalla ei kuitenkaan kannata pelätä.

Ainoastaan harkintaa ja avoimuutta tarvitaan enemmän kuin jos suhde alkaisi muualla kuin töistä.

35 – Luku: Pokaaminen Facebookissa.

Facebook on yksi sosiaalisen kehittymisen sekä ihmissuhdetaitojen osalta merkittävä paikka, kaiken muun ohella.

Nyt huomioimme tämän ”pelikentän” ja tuomme muutaman niksin, joilla voi lähestyä oikeaoppisesti naisia romanttisessa mielessä Facebookissa.

Jos puhutaan lähestymisestä kauniimpaa sukupuolta kohtaan virtuaalisesti, niin on persoonallisempaa ja omaa rohkeutta sekä itsevarmuutta kehittävämpää, että lähestyy omalla nimellä ja persoonallaan kuin jossain nettisaiteilla nimimerkillä.

Joten pisteet menevät siis Facebookille kuin suoralle nettideittailulle.

Aloitetaan sillä, että visuaalisuus on nykyään hyvin tärkeä asia, joten profiilikuvaksesi kannattaa valita hyvin edustava kuva.

Jos tunnet jonkun julkkiksen ja sinulla on kuva jossa olette yhdessä, niin laita se vaikka profiilikuvaksesi, koska se herättää ihmisissä mielenkiintoa.

Jos mahdollista, kannattaa laittaa hyvä otos naamataulustasi profiiliin ja kannattaa myös laittaa kokovartalokuva sivullesi.

Jos sinulla on eläimiä tai on kuvia, jossa olet yhdessä

vaikkapa koiran kanssa, se kannattaa laittaa, sillä eläinrakkaat miehet saavat plussaa naisten silmissä.

Valitettavasti elämme ajassa, jossa koko ajan huudetaan ensivaikutelman perään enemmän kuin todellisen persoonallisuuden.

Vallalla on sellainen maailmankuva, jossa pinnallisuus jyllää omaperäisen luonteen tai sisällön kustannuksella.

Tämä tarkoittaa sitä, että huijarit ja sosiopaatit ovat saaneet edun hyvien ja herkkien, mutta ujojen miesten kustannuksella.

Vaikka koko ajan tulee persoonia, jotka panostavat siihen mitä he oikeasti haluavat tehdä ja millaisia oikeasti olla välittämättä siitä minkä reaktion se aiheuttaa, niin lähdetään nyt siitä, että profiilisi pitää miellyttää ketä tahansa naista, joka katsoo sitä kolme sekunttia.

Facebook-profiilissasi kannattaisi välttää hölmöjä ja usein toistuvia vitsejä sekä tekstejä.

Navanalusjutut voivat naurattaa sinua ja kavereitasi, mutta todennäköisesti ne kavahduttavat sinusta kiinnostuneita naisia.

Sen pitäisi olla itsestään selvää, että ruikuttaa ei pidä.

Jos ikäviä asioita tulee omalle kohdalle, niin toki niitä voi jakaa maailman kanssa, kuitenkin rakentavassa hengessä.

Suora asioiden voivottelu antaa ihmisestä armottomasti heikon kuvan.

Ihan kaikkia asioita ei siis kannata Facebookiin laittaa, tietenkään.

Ihmisen olisi hyvä olla jonkun verran salaperäinen ja siis hänellä kannattaisi olla salaisuuksia, joista muut eivät tiedä.

Muutenkin Facebookiin kannattaa laittaa kiinnostavia asioita omasta elämästä.

Se tarkoittaa käytännössä sitä, että kirjoita niistä asioista, jotka ovat sinulle itsellesi tärkeitä ja kiinnostavat sekä innostavat sinua.

Jos käyt jossain kiinnostavassa paikassa tai tapahtumassa, muutama valokuva piristää mukavasti profiiliäsi.

Kannattaa olla sellaisissa yhteisöissä, jotka tuntuvat itsestä aidoimmilta.

Niissä sitten kannattaa olla aktiivinen, jotta oma nimi ja luonne jää muidenkin tietoon.

Esimerkiksi lempiharrastuksen tai lempiartistin faniyhteisöstä voi hyvinkin löytyä samanhenkinen ihminen, joka kiinnostaa myös romanttisessa mielessä.

Kavereita voi käyttää apuna myös tässä asiassa.

Kannattaa myös aina silloin tällöin vilkaista kavereiden ystävällisaukset.

Jos siellä profiilissa on kiinnostava tapaus, niin kannattaa pyytää ystävääsi esittelemään teidät toisillenne.

Jos se ei tunnu kiusalliselta, voit katsoa ja jos se on mahdollista, että mistä kyseinen ihminen pitää ja mennä samaan faniryhmään.

Sen kautta voit ottaa yhteyttä kyseiseen ihmiseen ja sanoa, *että pidän tästä ryhmästä ja huomasin, että olet sen tyyppin ystävä, joka on minunkin ystäväni., että mikä sattuma.*

Ihmissuhteiden suhteen kannattaa olla rehellinen.

Jos olet sinkku, sano olevasi sinkku.

Jos et ole sinkku, niin mitä hemmettiä sinä ylipäättään luet tätä tekstiä?

Yleisesti ottaen, niin kannattaa kiinnostua vain vapaista naisista, koska varattujen naisten kanssa tulee vain ylimääräistä sotkua.

Tämän säännön saa rikkoa vain, jos oikeasti ja aidosti rakastuu, sillehän sitten ei voi mitään.

Rakkaudelle ei ihminen voi mitään ja sen seuraukset pitää sitten vain kestää.

Ylipäättään sano olevasi sinkku ja etsi myös Facebookista sinkkuja, koska se on pitkän päälle kaikille osapuolille helpompaa ja siistimpää.

Jatketaan siitä, että lähestyt jotain kiinnostavaa tapausta ja saat vastakaikua.

Tunteista kannattaa kertoa vasta sitten syvemmällä tasolla, kun nainen on tehnyt jonkinlaisen aloitteen sen suhteen, että on valmis menemään sille syvemmälle tasolle.

Helpoiten tämä käy niin, että nainen kertoo tunteistaan ensin.

Näissä asioissa vaistoihinsa pitää luottaa ja toimia niiden mukaan, eikä tämä ole ihan kiveen kirjoitettu sääntö.

Parin päivän Facebook tuttavuuden jälkeen ei kannata sanoa rakastavansa häntä ja haluavansa lapsia kyseisen naisen kanssa.

Naisten suhteen kannattaa toimia määrätietoisesti ja jonkin verran arvaamattomasti, sillä määrätietoisuus luo naiselle turvallisuuden tunteen.

Ja arvaamattomuudella tai voisiko pikemminkin puhua yllätyksellisyydestä, niin sillä pidetään naisen mielenkiintoa sinuun yllä.

Yllätyksellisyys ja arvaamattomuus ovat juuri niitä asioita, joita et tuo julkisesti esille, mutta joita voit kertoa naiselle,

jos asia nousee luonnollisesti keskusteluissa esille.

Sinällään et salaa asioita, vaan kerrot niistä vasta jos joku kysyy.

Kuten se, että tunnet jonkun julkkiksen tai yrität kirjoittaa romaania tai suunnittelet lomamatkaa Intiaan.

Yllätyksellisyyden ei tarvitse olla elämää suurempaa.

Se voi olla vain pieni tieto, jota panttaat oikeaa ihmistä varten.

Jos ystävällistallasi on naisia, jotka kiinnostavat sinua, kysy heiltä vaikka henkilökohtaisilla viesteillä, *että miten menee.*

Niin kuin pokauksessa yleensäkin, naiset eivät kiinnostu, eivätkä kiihotu miehistä, jotka jahtaamalla jahtaavat heitä.

Koko aikaa ei siis kannata kysellä miten menee ja mitä teet.

Osoita viestittelyssäsi enemmän oikeaa kiinnostusta kuin, että yrität saada jankkaamalla hänen huomionsa.

Naiset eivät pidä miehistä, jotka aikovat ripustautua heihin.

Tämä pätee ihan kaikkiin ihmissuhdekuvioihin, joissa on mies ja nainen.

Naiset haluavat seikkailua sekä jännitystä elämäänsä ja miehen kannattaisi ainakin antaa ymmärtää se, että se voi

onnistua vain ja ainoastaan hänen kanssaan.

Tämä lainalaisuus pätee myös jännittävässä Facebook-maailmassa.

Osoita kiinnostusta häneen ja kirjoita hänen seinälleen, mutta älä kirjoita liian usein.

Kun kirjoitat, kirjoita silloin, kun sinulla on oikeasti jotain sanottavaa.

Lisäksi koeta saada nainen käymään enemmän sinun sivullasi kuin niin, että sinä kävisit jatkuvasti hänen sivullaan.

Naiset arvostavat miehiä, joilla on oma elämä ja jotka hallitsevat sitä.

Kun kirjoitat vain silloin tällöin hänen seinälleen ja sitten otat häneen yhteyttä yksityisesti, hän antaa sille viestinnälle enemmän arvoa.

Pidä myös se mielessä, että Facebook tuo mukanaan kaiken maailman sekopäitä, joten naiset ovat hyvin varautuneita yhteydenottoon.

Ja jos olet heille tuntematon, sitä varautuneempia he ovat.

Käytä siis chat-mahdollisuutta hyvin harkiten.

Facebookin volyymi on iso ja koko ajan ihmisten yksityiselämä menee Facebookiin ja vastaaviin sosiaalisiin yhteisöihin, joten

ne on tärkeä huomioida tässä ajassa myös sosiaalisen kasvamisen suhteen.

36 – Luku: Pokaaminen Netissä.

Nykyään moni ihminen etsii ihmissuhdetta tai myös pelkkää seksiseuraa netin ja siellä olevien deittisivustojen sekä palvelujen kautta.

Ihmisten elämä on mennyt valtavalla nopeudella verkkoon ja sinne on myöskin mennyt seurustelu- sekä kumppaninhakukin.

Vaikka Facebook onkin parempi paikka saada viehättävää seuraa kuin nettideittailu, niin nettideittailu on silti hyvä huomioida tässä kirjassa.

Nettideittailussa kuitenkin vallitsevat aivan toisenlaiset lainalaisuudet kuin mitä tulee esimerkiksi yökerhossa pokaamiseen tai päiväpelaamisen lainalaisuuksiin.

Olisi hyvin suotavaa, että nettideittailuun lähdettäisiin aluksi suhtautuen kuin television Idols kisaan.

Hyvin siis valmistautuen ja kuitenkin pitäen pilkkeen silmäkulmassa, sekä mielellään odottaen sellaista kokemusta mikä menee arjen rutiinien yläpuolelle.

Ensimmäinen lainalaisuus nettipokaamisessa on se, että kannattaisi erottautua oikein, jotta saa naisen tai naisten huomion.

Sen jälkeen kannattaisi olla niin mielenkiintoinen kuin mahdollista ja saada naisen mielenkiinto kiedottua itseensä niin, että nainen haluaa saada sinulta vastakaikua tai ylipäätään viestitellä kanssasi.

Älä lähde hakemaan naisen mielenkiintoa nettideittailun saralla tai ylipäätään, koska äkkiä joudut vain juoksemaan

tämän älyttömien oikkujen perässä.

Se taas ei johda yhtään mihinkään loppupeleissä ja aiheuttaa vain pahaa mieltä sinulle.

Naisen tai naisten pitää haluta sinua, jotta homma lähtisi pelittämään niin kuin semmoisella isommalla kädellä.

Sinun kannattaisi siis johtaa ja antaa naisten tulla luoksesi tuon johtajuuden takia.

Voit toki lähestyä niitä profiileja jotka kiinnostavat sinua ja joita haluat lähestyä: pidä se kuitenkin toissijaisena toimintona.

Panosta siihen, että naiset haluavat lähestyä sinua ja sinä valitset heistä ne jotka kiinnostavat eniten sinua.

Huomioi se, että useimmat naiset treffaavat samanaikaisesti useampia miehiä, joten miehilläkin saa olla kontakteja samanaikaisesti enemmän kuin yksi.

Tällaisesta käytöksestä miehiä kuitenkin yritetään yhä syyllistää.

Siihen ei kuitenkaan pidä alistua, eikä sitä pidä alkaa selittelemään, koska tätä syyllistämistä pidetään yllä pelkästään valta- ja taloudellisista intresseistä johtuen.

Naiset ovat ihan mukavia ja tämä ei ole mikään julistus, että miehet vastaan naiset, vaan yhteiskunnassa on totuttu siihen, että mies lähestyy naista ja nainen on pokaamisen suhteen ylivoimaisessa asemassa mieheen nähden.

Näin siis käytännössä mies lähtee jokaikiseen pokaamistilanteeseen altavastaaaja tilanteesta käsin.

Lisäksi annat itsestäsi aika epätoivoisen kuvan jos kietoudut

vain yhteen naiseen kiinni ja pommitat tätä jatkuvasti huomionkiipeydelläsi.

Mitä kovemmin haluat toisen ihmisen huomiota, niin sitä enemmän alat vaikuttamaan epätoivoiselta ja mitä epätoivoisemmalta vaikutat, niin sitä vähemmän kiinnostat sekä kiihotat tätä ihmistä.

Niin netissä kuin elämässä ylipäättään, me ihmiset himoitsemme niitä asioita joita emme ehkä saakaan niin helposti ja joista myös toiset ihmiset ovat kiinnostuneita.

Helpot asiat jotka tulevat suoraan syliimme, eivät yksinkertaisesti herätä intohimojamme.

Joten jos sinulla ei ole vakituista tyttöystävää tai vaimoa, niin useampaa naista on ihan soveliaista tapailla, eikä sitä edes tarvitse hävetä tai salailla.

On ihan oikein etsiä oikean luonteista naista, koska ne eivät yleensä kerralla vain tule vastaan.

Tärkein asia siis on asennoitua niin, että naisten kannattaisi enemmänkin lähestyä sinua kuin, että sinun pitäisi lähestyä heitä.

Tällaisen ajattelutavan omaksumisen jälkeen seuraava tärkeä asia onkin panostaa kunnolla nettiprofiiliin.

Miehille on siis opetettu, että kannattaisi hakea jonkun toisen ihmisen hyväksyntää ja ettei sinun hyväksyntääsi haeta.

Ja tämä lainalaisuus kannattaisi kääntää päinvastaiseksi omissa toimissasi.

Ensimmäiseksi niin, profiilikuva on tärkeä. Joten panosta

hyvälaatuiseen kuvaan ja omaperäisyyteen.

Jos sinulla on kuva jossa olet julkkiksen kanssa tai jonkun hyvännäköisen naisen, niin käytä ihmeessä tätä kuvaa profiilissasi.

Ihmiset ovat uteliaita ja ihmiset myös arvottavat ihmisiä toisiinsa vaikka ehkä ei kannattaisi, joten jos profiilikuvassa olet jo jonkun naisen kanssa kaulailemassa, niin naisten alitajunnassa he haluavat sinua koska sinua on jo haluttu.

Julkisuuden henkilöiltä ei tarvitse kysyä lupaa kuvan käytön suhteen, mutta muilta ihmisiltä se lupa on hyvä käydä kysymässä.

Lisäksi tietenkin kannattaa käyttää harkintaa kuvien julkaisun suhteen.

Naiset ovat siis kiinnostuneita miehistä joista toisetkin naiset ovat kiinnostuneita, kuin miehistä joilla ei juuri nyt ole suhdetta ja joilla on haku päällä.

Myös kuvat luonnossa patikoimisesta ja eläinten kanssa poseeraaminen herättävät naisen kiinnostuksen ja sympatiat.

Periaatteessa huonoja profiilikuvia ei olekaan, koska tulemme kohta kohtaan mitä kannattaa tehdä jos profiilisi ei herätä kiinnostusta.

Naisten siis kannattaisi kiinnostua sinun profiilistasi ja sinun persoonastasi kuin toisinpäin.

Se mikä kuva tuo persoonaasi parhaiten esille, niin siinä sinun kannattaisi ensin käyttää intuitiota ja vain luottaa siihen, että osaat valita sen kuvan joka tehoaa parhaiten.

Jos intuitio ei heti toimi, niin sitten kannattaa vaihdella

säännöllisesti profiiliin kuvia ja seurata mitkä kuvat aiheuttavat liikehdintää ja mitkä eivät.

Pieni neuvo kuitenkin, että jos haluat olla provokatiivinen niin mieti yön yli sen provosoivan kuvan käyttöä ennen kuin käytät sitä.

Jos olet esimerkiksi katkaissut kalkkunalta kaulan ja ottanut kuvan siitä, että sinulla on kalkkunan pää käsissäsi, niin mieti hetki ennen kuin laitat sen profiilikuvaksesi.

Voit toki niin tehdä: mieti vain ensin mitä se saattaa aiheuttaa ennen kuin teet sen.

Muutenkin kannattaisi tuoda omat kiinnostuksen kohteet, arvomaailma, tavoitteet tai unelmat sekä yleinen elämänasenteesi hauskasti ja huumorintajuisesti esille.

Ennen kuin teet oman profiilisi mihinkään nettipalveluun, niin käy muutaman miehen profiili läpi ja katso, että omasi tulee eroamaan niistä.

Jos haluat niin kannattaa käydä katsomassa suosituimpia miesten profiileja ja katsoa mitä he painottavat.

Älä kuitenkaan kopioi heitä suoraan.

Ota vain heistä vähän suuntaa ja mallia sekä luo oma profiilisi intuitioosi luottaen.

Profiilia rakennellessasi kannattaa huolehtia, että tuot perustietosi rehellisesti, sekä mielellään joko asiallisesti tai leikkisästi esille.

Riippuen siitä oletko luonteeltasi hauska vai asiallinen kaveri.

Hauska kaveri joka käyttäytyy muodollisesti on outo ilmestys ja vakava kaveri joka yrittää olla hauska, ei yleensä sitä ole.

Muista se, että suorasta valehtelusta jää yleensä kiinni ja sillä on seurauksensa.

Jos et halua jotain asiaa tuoda esille, niin sinun ei ole pakko.

Jos olet työtön ja et halua tuoda sitä esille ja silti joku haluaa kiihkeästi tietää mitä teet, niin voit aina sanoa olevasi freelancer tai, että toimit freelancer pohjalta.

Asioiden kertomatta jättäminen ei ole valehtelemista ja on ihan sopivaa korostaa joitain oman elämänsä kohtia tai luonteenpiirteitä, sekä jättää joitakin sivummalle.

Ole siis rehellinen ja aito profiilissasi sekä pidä myös huolta, että kun menet treffeille, niin profiilisi pitää paikkansa myös livetilanteessa.

Luota omaan persoonallisuuteesi.

Ole ystävällinen ja asiallinen viestittelyssäsi.

Pidä huoli, että epätoivoisuus ei haise ilmoituksestasi joten ota rennosti ja pidä asenteesi positiivisena.

Jos sinulla on ollut epäonnea suhteissasi eikä nettideittailu oikein toimi, niin älä missään nimessä tuo näitä asioita esille.

Näin tekemällä annat itsestäsi vain katkeran vaikutelman ja se ei vakuuta oikein ketään tai saa naisia kääntymään puoleesi.

Vastoinkäymiset ja negatiiviset tunteet kannattaisi purkaa totta kai, mutta ei omassa profiilissasi eikä missään nimessä nettideittailun yhteydessä.

Uusi nettideittisi on uusi yksilö ja entiset epäonnistumiset eivät mitenkään liity tähän kuvioon tai häneen mitenkään.

Älä siis kippaa vastoinkäymisiäsi uuden tuttavuuden niskaan, koska se voi säikäyttää hänet.

Toki jos nettideittailussa on takapakkeja tullut, niin voit mainita, että kaikki kohtaamiset eivät ole menneet putkeen ja siitähän saa yhteisen keskustelunaiheen.

Pääidea on se, että et kippaa ongelmiasi tai takapakkejasi uuden nettideittisi päälle.

Jos sinulle tulee viestejä ihmisiltä jotka eivät viehätä tai kiinnosta sinua, niin torju ne ystävällisesti ja asiallisesti tai anna mieluummin heidän ymmärtää, että sinua ei nyt heidän seuransa niin kovinkaan paljoa innosta.

Yksi keino on vastata myöhemmin.

Jos olet aikaisemmin vastannut nopeasti, niin nyt alat sitten viivyttämään vastauksia.

Jos olet vastannut laajasti ja sinua ei enää kiinnosta näin tehdä, niin lyhennä vastauksiasi.

Jo nämä kertovat piilotaquisesti toiselle ihmiselle, että nyt innostus on hiipunut ja vieläpä kohteliaalla tavalla.

Seuraavan kohdan olisi voinut laittaa ehkä ihan alkuun, mutta se olisi saattanut tuoda vähän ikävämmän sävyn, joten se on laitettu tänne vähän sivummalle.

Kun menet nettideittailun jännittävään maailmaan, niin huomioi muutama asia aluksi.

Ennen kuin aletaan puhumaan romantiikasta kunnolla, niin varmistetaan selustamme.

Varo ensinnäkin maksullisia deittisivustoja ja jos ne kiinnostavat, niin ota niistä selvää niin paljon kuin mahdollista.

Usealle deittisivustolle voi kirjautua ilmaiseksi ja sen jälkeen jokainen erillinen toiminto saattaa maksaa erikseen.

Osa sivuista myös käyttää täkyjä eli heidän naisensa tai kumppaninsa ottavat sinuun yhteyttä ja osoittavat kiinnostuksensa.

Tällä keinoin et rakkautta löydä, vaan menetät yhä enemmän ja enemmän rahaa palvelun käytöstä.

Myös joillain deittisaiteilla on oman jäsenyyden irtisanominen usein vaikeaa ja ohjeet tähän on vaikeasti löydettävissä.

Varo myös luottokortin käyttöä ja varsinkin sitä, että palvelu voisi automaattisesti laskuttaa luottokorttisi kautta.

Aloita kommunikointi aluksi anonyyminä ja etene varovaisesti.

Kun sinusta tuntuu, että aika on koittanut ja että haluat antaa yhteystietosi, niin anna ne ja pyydä myös vastapuolta tekemään samoin.

Pidä kuvio vastavuoroisena mitä tulee tietojen luovuttamiseen.

Sen jälkeen tarkista saamasi yhteystiedot, koska netissä ei voi koskaan olla liian varovainen.

Pidä huolta, että se ihminen jonka kanssa aloitat keskustelun on oikeasti se kuka hän sanoo olevansa.

Pidä myös huolta, että sinä annat oikeat tiedot ja olet se ihminen joka sanot olevasi.

Lähdetään siitä, että etsit netin kautta vähän vakavampaa ja pitempikestoista seuraa kuin pelkkää seksiseuraa.

Jos lähdetään hakemaan pitempiaikaista suhdetta, niin ihan aluksi on opittava tunnistamaan huijarit.

Huijausilmoitukset vaikuttavat yleensä liian hyviltä ollakseen totta.

Tällöin ilmoitus sisältää usein epäloogisuuksia sekä

ristiriitaisia tietoja.

Tämän lisäksi yhteydenotto voi olla agressiivinen, jossa voidaan luvata mahdottomia asioita mahdottoman nopeasti.

Opettele käyttämään omaa harkintakykyäsi sekä intuitiotasi aina ja kaikkialla.

Valeprofiileja luodaan sen takia, että sinulta saataisiin yhteystietosi tai sinulta voidaan haluta rahaa ja jopa hyvinkin suorasukaisesti.

Yhteystietojen luovuttamiseen kannattaa käyttää harkintaa, koska niitä voidaan käyttää identiteettivarkauksiin.

Ja jos joku pyytää suorasukaisesti rahaa, niin hyvä neuvo on, että älä anna.

Rakkautta kun rahalla ei voi ostaa ja todennäköisesti jos vastapuoli huomaa, että piikki on auki, niin rahapyyntöjä alkaa tulla entistä enemmän.

Varo myös sellaisia palveluja jotka pyytävät omaa kotiosoitetta, puhelinnumeroa, työpaikkaa tai mitään muutaakaan arkaluontoista tietoa, koska ne voivat ne julkisesti paljastaa.

Jos sinusta tuntuu, että vastapuoli valehtelee lyhyen tuttavuuden jälkeen, niin se on mitä todennäköisemmin totuus ja tuttavuutta kannattaa vaihtaa tai välttää.

Jos toinen painostaa tai yrittää saada sinut epävarmaksi, niin kannattaa lopettaa viestittely melkein välittömästi.

Etene siis hitaasti ja varmasti haluamaasi suuntaan.

Aluksi kannattaisi aloittaa kommunikointi anonyymisti ja kun luottamus kasvaa tasavertaisesti, niin sitten voitte vaihtaa

puhelinnumerot tai kohdata Facebookissa.

Vasta tämän jälkeen kannattaa alkaa harkita edes miettimään tapaamista kasvokkain.

Kannattaa siis siirtää hiljalleen kommunikointi anonyymistä omalla nimellä tapahtuvaksi.

Helpoiten se käy niin, että kommunikoitte Facebookin, LinkedIn tai vastaavien palvelujen privapuoolella ja jossain kohti voitte vaikka soitella toisillenne.

Anonyymiuden kautta otetaan alkukontakti ja etsitään samanhenkistä ihmistä.

Ja kun sellainen löytyy, niin kannattaa ottaa selvää kuka se kyseinen ihminen oikeasti on ja kertoa myös kuka itse on.

Näin ette ole enää nettipersoonia vaan oikeita ihmisiä ja tätä kautta on mahdollista mennä paljon syvemmälle.

Kun aika on oikea, niin sovi tapaaminen neutraaliin ja turvalliseen paikkaan, koska myös nainen pelkää ja häntä arveluttaa sinun kohtaamisesi.

Julkisella paikalla kohtaaminen antaa naiselle turvallisuuden tunteen ja sinäkin voit ottaa rauhallisemmin.

Neutraalin oloinen paikka laittaa teidät myös tasa-arvoiseen tilanteeseen, joka on kummallekin eduksi ja rauhoittaa molempien mieltä kuin niin, että toisella olisi niin sanotusti kotikenttäetu.

Jos nettideittailu ei oikein lähde menemään toivotulla tavalla, niin älä masennu siitä vaan ala analysoida tilannetta.

Voi olla, että sinulla on ollut huono tuuri, mutta sinulla saattaa myös olla väärä lähestymistapa.

Jos ongelma on lähestymistavassa niin ongelma korjaantuu

sillä, että alkaa muokata profiiliaan.

Visuaalisuudella on iso merkitys, joten kannattaa pitää jemmassa useampia hyviä profiilikuvia.

Voit vaihdella niitä säännöllisesti, sekä katsoa vaikuttaako se esimerkiksi profiilien katsomiskertoihin.

Keskusteluissa kannattaa huomioida myös kirjoitusasu, sillä sekava teksti ja kirjoitusvirheet vähentävät toisen osapuolen kiinnostusta.

Jos sinulla on useampi kontakti, niin älä postaa samaa tekstiä samoille naisille, vaikka kokisitkin niin, että jos sama teksti on toiminut toisten naisten kanssa niin toimiihan se toistenkin.

Tämä syö omaa persoonallista itseilmaisua.

Luota vain siihen, että jokaisen naisen kanssa löydät oikeat sanat.

Kannattaa myös olla varovainen ainakin aluksi viemästä keskustelua fyysiseen puoleen tai fyysisiin ominaisuuksiin.

Se tarkoittaa sitä, että ei kannata arvostella ja ei myöskään kehua toista ihmistä fyysisistä ominaisuuksista, koska kaikki tietävät mihin se lopulta johtaa.

Kun kiinnostut toisen ihmisen luonteesta, unelmista ja arvoista, niin tätä kautta pääset paljon syvemmälle kuin kehumalla jonkun ulkonäköä.

Mitä syvemmälle haluat mennä toisen ihmisen persoonaan, niin sitä enemmän joudut myös itse tuomaan omia arvojasi sekä persoonaasi framille.

Tässä on kuitenkin se hyvä puoli, että se rakentaa jännitettä sinun ja toisen osapuolen välillä.

Vuorovaikutuksessa kannattaisi huomioida se, että et kerro itsestäsi ja asioistasi heti vaan annat informaatiota tasaisesti ja ehkäpä leikkimielisesti.

Ja sitä nyt vaan ei voi ylikorostaa, että kannattaa myös kysellä toisesta ihmisestä paljon.

Näin annatte informaatiota toisistanne tasapuolisesti ja lisäksi se luo turvallisuudentunnetta molemmille.

Lisäksi toinen osapuoli pitää siitä, että hänen elämänsä kiinnostaa sinua.

Pidä vain huoli siitä, ettet kysele koko aikaa, että ei tule sellaista tunnetta, että sinä keräät tietoa toisesta ja et halua itse kertoa mitään itsestäsi.

Kaikkein tärkeintä on se, että et kaada elämäsi ongelmia toisen ihmisen niskaan, sillä kukaan ei pidä treffailusta siitä, että toinen ihminen alkaa tilittämään oman elämänsä ongelmia toiselle ihmisille.

Ole huomaavainen ja ymmärtäväinen, sillä tällä tavalla oikeasti sitä luottamusta rakennetaan, joka voi esimerkiksi johtaa pitkäkestoiseen suhteeseen.

Nettideittailun kautta voi löytyä aitoa oikeaa rakkautta ja ei nettiä siis pidä pelätä.

Jotkut ehkä venyttävät totuutta tai liioittelevat omaa elämäänsä enemmän netissä kuin reaali maailmassa ja sitten on ihan oikeitakin huijareita,

Joten toki netissä on omat vaaransa, mutta sinällään elämää ei kannata eikä pidä pelätä.

Kun omaa ennakkoluulotonta mieltä ja ottaa vähän selvää nettideittailun vaaroista ja sen jälkeen käyttää maalaisjärkeään, niin ei ole mitään syytä jättää nettiä pois kuvioista jos etsii itselleen ihmissuhdetta yhdeksi yöksi tai pitemmäksikin aikaa.

On vain huolehdittava siitä, että kaikki ovat samalla aaltopituudella ja tietävät sen mihin ollaan menossa.

37 - Luku: Ihastuminen.

Seuraavaksi käsittelemme aihealuetta nimeltä ihastuminen.

Huomaatko, että tässä kirjassa ensin mennään radalle ja jutellaan ihmisten kanssa ja vasta sitten mietitään ihastumista tai asioiden syvällisempää tasoa?

Kun asiat menevät näin päin, niin siihen on syynsä: jos teoria hallitsee mieltä, niin yleensä silloin vain teoriasoidaan.

Kun asioita tehdään ensin tekemisen kautta ja opitaan onnistumisista sekä epäonnistumisista ja vasta sen jälkeen teoriasoidaan, niin käyttäytymiseen tulee enemmän syvällisyyttä ja tietoista toimintaa kuin toisinpäin.

Teoria ilman käytännön toimia ei vaan jää mieleen, puhumattakaan että se muuttaisi vanhan käyttäytymisen uuden tekemiseksi.

Joten nyt mennään ihastumiseen, kun uskalletaan pörrätä jo naisten keskellä hurjassa yöelämässä.

Varsinkin nuoruudessa ensimmäiset ihastumisemme tapahtuvat yleensä johonkin suosittuun näyttelijään tai laulajaan, jonka karisma meitä viehättää.

Vasta sen jälkeen oikeastaan alamme huomata myös muiden ihmisten viehättävyyden.

Ja jossain kohti meidän on kerrottava tunteistamme tai tuntemuksistamme sille ihmiselle joka meille noita tunteita tai

tuntemuksia aiheuttaa.

Yleensä aluksi pidämme ihastumisemme omana tietonamme ja vasta ajan kanssa alamme tuoda sitä enemmän ja enemmän esille.

Voi jopa olla niin, että toiset ihmiset aavistavat meidän ihastumisemme ennen kuin me edes itse oivallamme ihastumisen johonkin toiseen ihmiseen alkaneen.

Ihastuminen siis tarkoittaa sitä, että me emme enää olekaan pelkästään vastuussa siitä mitä meille tapahtuu, vaan meidän tekojemme seuraukset voivat koskettaa myös toista ihmistä.

Enää elämä ei olekaan pelkkää minää, vaan siihen tulee aspekti me tai se toinen.

Ihastumisen kautta myös halumme heräävät ja yksi voimakkaimmista haluista on tietenkin seksuaalisuus.

Seksuaalisuutemme kehittyy varttuessamme ja se on yksi iso osa identiteettiämme.

Kun puhuimme aiemmin, että tunteet voivat ottaa meidät haltuunsa ja viedä minne vievät, niin myös seksuaalisuus on se joka voi ottaa meidät täysin hallintaansa.

Lisäksi se voi ohjata meitä sellaiseen suuntaan johon rationaalinen ajattelumme huutaa, *että missään nimessä ei sinne pidä mennä.*

Kävimme seksuaalisuutta aiemmin läpi henkisen kasvamisen kautta ja nyt seksuaalisuus tulee kuvioon mukaan ihastumisen kautta.

Seksuaalisuuden yksi määritelmä, eikä ehkä paras on

kuitenkin yksinkertaistettuna, se että ihmisellä on halua tyydyttää fyysisyys toisen ihmisen kanssa tai kautta.

Ihminen kokee seksuaalisia tarpeita koko elämänsä ajan ja varsinkin varhaisnuoruudessa seksuaalisuus aiheuttaa eniten hämmennystä sekä epävarmuutta.

Lapsuuden loppumiseen vaikuttaa hurjasti myös se, että jossain kohti tytön tai pojan keho on muuttunut miehen tai naisen kehoksi.

Tällainen muutos yleensä hämmentää nuorta mieltä hurjasti ja yleensä sen seurauksena myös vanhemmat joutuvat hämmennyksen tiloihin.

Ihminen nyt vaan on seksuaalinen olento ja yksi persoonallisuuteemme vaikuttava asia on se, että haluamme osoittaa hellyyden ja rakkauden tunteita fyysisesti toiseen ihmiseen joka viehättää meitä joko fyysisesti tai luonteensa puolesta.

Seksuaaliset jännitteet ovat asia joka vaivaa meidän mieltämme kun kasvamme vanhemmiksikin.

Naiset haaveilevat miehiä useammin romanttisesta rakkaudesta ja laittavat unelmiinsa enemmän tunnevirettä kuin miehet.

Miehillä on kovempi valloittamisen halu ja valloittelulla yritetään yleensä nostaa miehen omaa egoa.

Miehet lähtevät seksiinkin hyvin suorituskeskeisesti ajatellen, kun naiset ajattelevat kokemusta hyvin tunneperäisesti.

Seksuaalisuus on yksi osa ihastumista ja se voi ajaa ihastumiseen tai ainakin ruokkia sitä.

Ihastuminen on kuitenkin hieno asia ja se on tärkeää

tiedostaa, että pitää huolen omasta identiteetistään vaikka ihastuisikin toiseen ihmiseen.

Joskus toiset ihmiset koittavat alkaa muuttaa meitä joksikin sellaiseksi jollaisia emme ole, emmekä välttämättä edes halua sellaisiksi tulla.

Tämä on oman persoonallisuuden kannalta vaarallinen tie, sillä sitä kautta oma minuus voi kadota.

Tärkeää on se, että ihmiset ihastuvat toisiinsa sellaisina kuin he ovat, eikä heitä lähdettäisi muuttamaan miksikään muuksi.

38 - Luku: Näin teet rakkauskirjeen.

Seuraavaksi otamme tähän tämmöisen kepeämmän luvun ja koitamme viedä ihastuminen käytäntöön, vieläpä tosi oldschool meiningillä.

Niinpä nyt teemme rakkauskirjeen.

Valitettavasti rakkauskirjeen tekeminen on katoavaa kansanperinnettä.

Kuitenkin se on niin persoonallinen tapa ilmaista tunteitaan, että emme todellakaan ole sitä huomioimatta.

Rakkauskirjeen kautta osoitamme ihastumista toiseen ihmiseen kirjoittamalla.

Sosiaalisessa vuorovaikuttamisessa unohdetaan usein, että kirjoittaminen on yksi iso tapa viestittää omaa sanomaansa, sekä persoonaansa toisille ihmisille.

Kirjoittaminen on myös yksi iso ja merkittävä tapa kehittää omaa sosiaalisuuttaan.

Sen lisäksi, että kirjoittamalla voidaan tehdä suunnitelmallisuutta sekä luoda rakenteita joiden päälle sosiaalinen kehittyminen rakennetaan, niin kirjoittaminen on yksi sosiaalisen ilmaisun muoto.

Tässä ajassa se myös korostuu tekstiviestien, sähköpostien, blogin tai vaikkapa Facebookin muuntaessa viestittelyn nopeaksi, mutta aika persoonattomaksi.

Myös mielipidekirjoitukset ovat yksi oiva tapa tuoda omaa itseään ja näkemyksiään esille.

Ja niin ikään myös romanttisessa vuorovaikuttamisessa kirjoittaminen on hyvin tärkeässä asemassa.

Nyt siis paneudumme ehkä jopa unohdettuun romanttisen vuorovaikuttamisen muotoon.

Niinpä teemme rakkauskirjeen.

Ensinnäkin rakkauskirje on taatusti tässä ajassa omaperäinen keino erottautua muiden miesten lähestymisistä, joita varmaan sinunkin rakkautesi kohde saa pilvin pimein.

Kannattaa tehdä käsinkirjoitettu kirje, koska sen kautta voidaan voimistaa tunnesidettä toiseen ihmiseen.

Rakkauskirjeen kautta voit myös udella miten vastaanottaja suhtautuu tunnetasolla lähettäjään, siis sinuun.

Facebook ja sähköpostit ovat toimintatavoiltaan erittäin mekaanisia ja vaikka niidenkin kautta voidaan onnistuneesti iskeä nainen ja vaikka vuorovaikuttamisen tasolla ne pesevät menneen tulleen kirjeen nopeudellaan, niin siitä huolimatta käsinkirjoitettu kirje huomataan.

Lisäksi se vaikuttaa tunnetasolla aivan eri volyymillä kuin vaikkapa Facebookin kautta lähetetty romanttinen viesti.

Rakkauskirjeeseen voi liittää kuvia, piirustuksia tai vaikkapa runoja.

Lisäksi se kannattaa kirjoittaa kauniille kirjoituspaperille.

Rakkauskirjeen kautta tuot tunteesi esille toiselle ihmiselle.

Lisäksi koska sielun voi tuntea vain ja ainoastaan aistien kautta, niin kirjeen kannattaisi olla persoonallinen ja tunnetasolla vaikuttava.

Tärkeintä tässä on se ja tätä ei voi ylikorostaa, että kirjoita se kirje käsin.

Kirjoita kirje selkeästi ja selkeällä käsialalla, sekä niin hyvin kuin vain pystyt.

Voit myös jo alusta asti lähteä siitä, että kirjoitat ensin yhden kirjeen tunnekuohussa ja seuraavan kirjeen vaikka seuraavana päivänä ja kolmannen kirjeen sitä seuraavana päivänä.

Vasta seuraavana päivänä sitten mietit mikä noista kirjeistä on mielestäsi paras ja sitten vain lähetät sen.

Näin impulssiivisuus ja tunnekuohussa toimiminen häviää, mutta harkintakykyä tulee sitäkin enemmän.

On mahdotonta sanoa mikä tyyli on paras.

Onko parasta kirjoittaa tunnekuohussa, luottaa siihen ja postittaa se vai hioa sanomaa muutaman päivän ajan ennen kuin laittaa sen kirjeeseen ja sitten lähettää sen?

Mieti omaa luonnettasi sekä persoonallisuuttasi ja sitten vain päätät kumman linjan valitset.

Seuraavaksi menemme sisältöön ja mietimme mistä kannattaisi kirjoittaa, sekä ennen kaikkea miksi.

Kun vaikutetaan tunteisiin, niin silloin puhutaan tunteista eikä esimerkiksi rahasta tai säästä.

Kerro siis kirjeessä mitä tunnet tätä kyseistä ihmistä kohtaan ja miksi koet hänen vaikuttavan sinuun niin voimakkaasti kuin juuri nyt koet.

Kerro myös miksi sinun piti kirjoittaa se kirje juuri nyt ja

kertoa ne asiat jotka kerroit.

Ole myös rehellinen sen suhteen mitä haluat kyseiseltä ihmiseltä ja jos et ole varma, niin sen voi sanoa ääneen.

Pelkistä sanomasi ja vältä monimutkaista ilmaisemista.

Koita olla niin omaperäinen kuin pystyt ja vältä kliseitä.

Äläkä vedä liian siirappiseksi koko touhua.

Ja myös toisinpäin: älä myöskään ole ihan liian suorasukainen, äläkä liian tavoitehakuinen.

Jos siis viesti tulee sinusta selkeästi ja tunnet kirjoituksessa olevan voimakkaan tunnesisällön, niin voit lähettää sen melkein heti jos haluat.

Jos koet, että sinun on soudettava ja huovattava sekä mietittävä miten ilmaista mitä tunnet, niin kirjoita useampi kirje ja valitse niistä sitten se minkä lähetät.

Ohessa rakkauskirjeen pohja.

Ensin lähettäjän yhteystiedot ja osoite.

Saat päättää laitatko päiväyksen vai et.

Vastaanottaja.

Neutraali alku: *Hei tai mitä kuuluu...nimi?*

Kirjeen ensimmäisessä kappaleessa kerrot syyn miksi olet kirjoittanut tämän kirjeen (*koen voimakkaita tunteita sinua kohtaan ja halusin tuoda ne sinun tietoisuuteesi...en voi enää tukahduttaa niitä*)

Toisessa kappaleessa kerrot konkreettisesti miten hän vaikuttaa sinuun (*kun olemme törmänneet koulussa / töissä /*

kaupungilla, niin olen jäänyt ajattelemaan sinua sen kohtaamisen jälkeen)

Voit korostaa toisen luonnetta (olen aina kunnioittanut etiikkaasti ja näkemyksiäsi.)

Se voi olla juuri myös se syy miksi tunnen voimakasta vetoa sinua kohtaan, koska sinulla on voimakkaat näkemykset eläintenoikeuksista ja koen samaa lähes hurmos tilaa kun pelaan Tomb Raideriä)

Pysy poissa ulkonäöksellisistä asioita ja ruumiinrakenteesta.

Kerran toki voit sanoa naista kauniiksi. Pysy kuitenkin enemmän luonteen kuin ulkonäön puolella.

Kun nainen viehättyy sinusta ja pääsette samalle aaltopituudelle, niin kyllä se kroppa sitten seuraa sen tunteen perässä.

Kaikki kielteisyyys tai negatiivisuus on kiellettyä, koska se lasketaan ruikuttamiseksi.

Rakkauskirjeen täytyy olla positiivinen ja jättää hyvä jälkimaku.

Viimeisessä kappaleessa kerrot mitä haluat naiselta: (Voisimmeko tavata joku kerta koulun / työn ulkopuolella ja ihan sattumalta olen huomannut Facebookin kautta, että pidämme samasta orkesterista, joka esiintyy perjantaina paikallisessa kuppilassa.)

(Tai haluaisin tutustua sinuun paremmin, joten voisimmeko jatkaa tästä eteenpäin vaikkapa Facebookin privapuolella tai ohessa on myös sähköpostiosoitteeni. Haluaisin tietää mitä tunnet tämän kirjeen pohjalta.)

Sitten allekirjoitus ja omalla nimellä, ei mitään salainen ihailija tyylistä kuviota.

Kirjoita miellyttävässä ympäristössä, eikä sellaisessa missä tunnet stressiä.

Tai voit hakea miellyttävän paikan vain ja ainoastaan tätä nimenomaista kirjoitusprosessia ajatellen.

Voit myös laittaa sellaista musiikkia soimaan taustalle joka innostaa sinua.

Ensimmäisessä kirjeessä kannattaisi välttää sanoja rakas, rakastan, rakkaimpani ja niin edelleen.

Aloitetaan varovaisesti, ettei saada hullun kyttääjän leimaa ja puhutaan ihastumisesta.

Ihastuminen kertoo naiselle, että sinä kiinnostat häntä romanttisessa mielessä, mutta että myös sinulla on jalat maassa etkä leijaile pilvissä.

Etkä kuvittele tässä vaiheessa vielä mitään muuta kuin, että toivot tapaavasi tämän naisen kahdestaan.

Jos alat puhua rakastumisesta, niin nainen säikähtää ja alkaa miettiä, että sinä olet jo perustamassa perhettä.

Ihastuminen on tarpeeksi voimakas termi tuomaan esille sen, että nainen viehättää sinua.

Lisäksi se ei säikäytä häntä pois.

Naiset voivat suitsutella rakkauskirjeisiinsä mitä tahansa parfyymiä.

Miehet eivät voi.

Miehet ilmaisevat tunteensa selkeästi ja hajuttomasti, ehkä parin runosäkeen tukiessa viestiä ja thats it.

Loppupeleissä kyse on viestin viemisestä: joku nainen herättää sinussa tunnereaktion, haluat kertoa sen hänelle ja persoonallisesti kirjoitettu kirje tuo tuon sanoman hänelle oikeassa muodossa.

Voit vielä kirjeeseen laittaa sähköpostiosoitteesi tai puhelinnumerosi.

Lähetä kirje postitse ja odota vastausta pari päivää.

Jos vastausta ei kuulu, niin voit toki soittaa tai kysellä Facebookin tai sähköpostin kautta, että tuliko kirje perille tai mennä henkilökohtaisesti kysymään jos se on mahdollista.

Mikäli mitään vastausta ei tule, niin sitten on aika todeta tosiasia ja jättää nainen ennen kuin tulee lähestymiskielto.

Huomioi se, että jos vastausta ei tule, niin yksi tai kaksi asiallista lähestymistä asian tiimoilta on ihan sallittua tehdä.

Yleensä naiset sitten säilyttävät tuon kirjeen vähän pidemmän aikaa, joten huomioi se kun lähetät sen.

Etkä laita sitten mitään alastonkuvaa itsestäsi sinne, koska se voi kuulostaa sinusta hauskalta idealta ja kuitenkin naisten silmissä se harvemmin sitä on.

39 – Luku: Ainoan oikean syndrooma.

Joskus yksi nainen tai tyttö voi ylikorostua miehen tai pojan mielessä ja tässä kohti on hyvä käyttää *Neil Straussin* *Pelimies* kirjan termiä, sekä lainata täysin kirjan kohtaa:

AOS (Ainoan oikean syndrooma: pakkomielle naiseen, jota ei aktiivisesti tapailla). Pokaajat ovat sitä mieltä, että tällainen pakkomielle heikentää ratkaisevasti miehen mahdollisuuksia päästä naisen kanssa treffeille tai sänkyyn.

Pelimiesgenressä pelimiehet pitävät kyseistä tilaa yleensä pelkkänä ihastumisena.

Heille AOS on aina uusi nainen joka tulee vastaan, johon mies ihastuu ja pitää tätä elämänsä merkityksellisempänä ihmisenä.

Ja tunnetilasta mukamas pääsee eroon kun hankkii taas uuden naisen.

Toisaalta AOS voi kyllä tulla yhdestäkin naisesta, jota ihailee salaa, ja jota kohtaan on kykenemätön tekemään aloitetta syystä tai toisesta.

Yksinkertaistettuna kuvio menee siis niin, että mies luo jostain naisesta ihannekuvan ja koko ajan hän korostaa mielessään tätä ihannekuvaa.

Kun tulee tilanne lähestyä tai toimia kyseistä naista kohtaan, niin, mies on ylikorostanut tilanteen sekä naisen merkityksen mielessään.

Ja yleensä hän sitten mokaa tuon lähestymisen.

Pahimmillaan hän voi jopa säikäyttää kyseisen naisen omalla hermostuneella käyttäytymisellään.

Yleensä AOS iskee aina, kun käy ulkona tai treffeillä jonkun naisen kanssa, jonka kanssa kokee sielujen yhteyttä tai siis luulee kokevansa.

Tulee tunne, että elämä on tyhjää ilman kyseistä ihmistä ja usein pitkään jatkunut yksinäisyys tai syrjäytyminen ruokkii tuota tunnetta.

Heti kun yksinäisyydestä tulee pois ja tapaa jonkun naisen, niin mies tarrautuu tähän kuin henkensä hädässä ja tuollaisella käytöksellä tavallaan tukahduttaa naisen.

Sinällään yhteen naiseen ei kannattaisikaan liikaa ripustautua, eikä koko aikaa soitella tai mennä tapaamaan häntä.

Ei myöskään kannattaisi tuntea mustasukkaisuutta, jos näkee hänen juttelevan toisen miehen kanssa.

Naiset eivät nimittäin pidä miehistä jotka ripustauvat heihin tai yrittävät kontrolloida heitä.

Ja jos tuntee voimakkaasti jotain naista kohtaan, ei sitä tarvitse hävetä.

Se tunne tekee meistä ihmisiä, oikeita miehiä, eikä mitään tunnekylmiä sosiaalisiarobotteja tai itsekkäitä psykopaatteja.

Ei ihastumista tai rakastumista tarvitse hävetä on vain tärkeää, että oppii käyttämään tuota tunnetta rakentavasti.

Se tunnetila kannattaisi saada rakentavaan käyttöön ja sitä

ei edes pidä tappaa tai yrittääkään tuhota, vaan jos jotain kahta ihmistä ei ole tarkoitettu yhteen, niin varmaan se elämä sitten vie eri teille.

AOS tunnetilana antaa tavallaan kuitenkin syyn muuttua paremmaksi mieheksi, koska loppupeleissä valtaosa miehistä haluaa asettua, jossain kohti aloilleen ja löytää itselleen hyvän naisen, jonka kanssa elää elämäänsä ja jakaa asioita.

Hyvin harva mies joka alkaa järjestelmällisen itsensä kehittämisen sosiaalisten taitojen saralla haluaa käydä 400 naista läpi, niin kuin itseään alan "guruina" pitävät tyypit tuppaavat vaatimaan.

Valitettavasti kovin moni ei mieti, että mikä on se voima joka saa miehen ylittämään itsensä.

Voiko siis ulkoisesti negatiivinen termi, kuten pakkomielle, silti olla tunnetilana rakentava, eikä tuhoava?

Kun AOS- tunnetilana on päällä, niin muut naiset ovat vähän merkityksettömiä ja toiminta on heidän suhteensa vapaampaa sekä riehakkaampaa, koska loppupeleissä et ole kiinnostunut heidän reaktioistaan ollenkaan.

Toiminta jossa et välitä muiden ihmisten mielipiteistä tuon taivaallista, taas luo sen, että naiset kokevat etteivät saa huomiota sinulta ja alkavat tulla sinun luoksesi.

Jostain käsittämättömästä syystä me ihmiset olemme niin huomionkipeitä sekä epävarmoja ja jos toinen ihminen sohaisee huomionkipeytemme tai epävarmuutemme, esimerkiksi negauksella, ihminen alkaa vaistomaisesti

puolustella itseään ja tuoda itseään tuon kyseenalaistajan tykö.

AOS:n luomassa tunnetilassa, et välitä muiden naisten reaktioista ja näin sinä et siis pelaa, etkä näyttele vaan toiset naiset AOS:n takia eivät vain tunnu kiinnostavan sinua. Ja tämä taas saa muiden naisten huomionkipeyden kasvamaan sinuun.

Alat siis vetämään niitä naisia puoleesi, joista et ole kiinnostunut ihan sen takia, että he aistivat sen, että et ole heistä kiinnostunut.

Tämä nostaa heidän epävarmuutensa pintaan, josta he haluavat yrittää päästä eroon esimerkiksi viettelemällä sinut.

Näin näppärästi voi käyttää AOS:n luomaa tunnetilaa, jotta voimme tavata muita naisia luonnollisesti ja niin, että se aiheuttaa heissä kiinnostuksen merkkejä.

Kannattaa ajatella näin: jos tunne yhteen naiseen ei kuole luonnollisesti, niin sitten sitä hyötykäytetään rakentavasti.

Jos AOS-tilanne tulee päälle, niin kannattaa käyttää niin sanotusti radiohiljaisuutta kohteeseen ja mielellään jopa kohteen leikkaamista omasta elämästään, siksi aikaa kunnes naiseen pystyy jälleen suhtautumaan kuten kehen tahansa naiseen ja tämän seurassa pystyy normaaliin käyttäytymiseen.

Kannattaa myös tehdä AOS:lle selväksi kiinnostuksesi häneen ja jos sille ei saa vastakaikua, niin yrittää sitten muiden naisten kanssa.

Suomi on pullollaan surullisia tarinoita siitä, mitä voi käydä kun mies ei osaa purkaa tunteitaan intohimonsa kohteeseen oikein.

Media kyllä osaa mässäillä näillä traagisilla tapauksilla.

Harvempi edes yrittää tutkia, että voisikohan tuota tunnetta käyttää rakentavassa hengessä hyväkseen.

Se on myös naisten etu, että heihin ihastuneet miehet pystyisivät tuon tunnetilansa käyttämään rakentavalla tavalla, ettei käy niin, että *Erkki Epätoivoinen* muuttuu vaaralliseksi vaanijaksi, joka on todellinen uhka ihastumisensa kohteelle.

Otetaanpa tähän kaksi esimerkillistä tarinaa miten AOS voi vaikuttaa mieheen ja tämän mieleen.

Scenario 1.

Olen pitkään katsellut sinua Angelica ja nyt päätin rohkaistua ja tehdä aloitteen sinun suhteesi...

Alkoi kirjeeni jonka lähetin Angelicalle.

Olin pitkään katsonut häntä, mutta jostain syystä en ollut rohjennut tehdä aloitetta hänen suuntaansa.

Nyt kuitenkin tunnetila oli ollut niin vahva, etten enää pystynyt tukahduttamaan sitä.

Halusin oikeasti lähestyä Angelicaa, vaikka tiesin hänellä olevan poikaystävän.

Uskoin kuitenkin rakkauteen ja kohtaloon sekä siihen, että meidät oli tarkoitettu yhteen.

Niinpä viikonlopuksi tein suunnitelman ja päätin lähestyä

Angelicaa.

Olin treenannut erästä kipaletta kitaralla ja päätin yllättää hänet.

Otin muutaman lasillisen hyvää kallista punaviiniä ja laitoin parhaimmat päälleni, sekä suunnistin Angelican parvekkeen alle ja aloitin.

- Joka päivä ja joka ikinen yö sinua ajattelen...*

Ihmisiä alkoi kerääntyä ympärilleni, mutta vaikka sydämeni rytmit tiivistyivät, päätin jatkaa.

Äkkiä parvekkeelle tuli tämä jumalattaren oloinen nainen ja hänen perässään mies, poikaystävä jonka nimen tiesin Peteksi.

- Kuka, siellä noin kauniisti soittaa? Angelica kujersi.*
- Jeppe.*
- Se Jeppekö joka lähetti minulle sen ihanan kirjeen ja kukkasia?*
- Se mies. Vastasin ääni väristen.*
- Angelica tiedätkö sinä kuka tuo mies tuolla alhaalla kitaran kanssa on?*
- Taidanpa tietää. Angelica sanoi ja katsoi minuun.*

Huomasin Peten harmistuvan tästä. Silti nyt oli pelattava kovilla.

- Angelica olisin sinua kohtaan voinut olla tahdikkaampi, mutta tunnen sinua kohtaan niin valtavan voimakkasti ja halusin tuoda sen sinulle ilmi nyt, vaikka tie...sanoin ja samassa Angelica keskeytti minut.*
- Hyvä että toit, sillä minäkin tunnen sinua kohtaan vahvasti. Angelica vastasi ja huomasin nyt Peten olevan hyvin hermostuneessa olotilassa.*
- Äkkiä Angelica katosi parvekkeelta.*
- Tämä ei voi mennä näin. Pete huusi ylhäältä minulle.*
- Olen todella pahoillani, mutta rakastumista toiseen ihmiseen ei vain voi hallita. En pyydä tunteitani anteeksi. Vastasin hyvin itsevarmasti, mutta missään nimessä en ylimielisesti.*
- Äkkiä Angelica juoksi minua kohti ja hyppäsi syleilyyni.*
- Tiedätkö kuinka kauan minä olen odottanut tätä hetkeä?*
- No nyt se odotus loppui. Hän sanoi.*

Aloitimme kiihkeän syleilyn ja ympärillä olevat ihmiset alkoivat taputtamaan rajusti.

Äkkiä huomasin, että Pete oli tullut taaksemme.

Angelica kääntyi Peteä kohti.

- *Anna anteeksi, mutta minä tunnen vahvemmin Jeppeä kohtaan kuin sinua.*
- *Miksi olit minun kanssani, jos kerran tunnet vahvasti toista miestä kohtaan? Pete kysyi.*
- *Koska rakastin myös sinua, mutta Jeppeä rakastan nyt enemmän.*
- *Olen pahoillani, mutta pakko minun oli tuoda tämä esille. Sanoin.*

Pete käveli minua kohti ja ojensi kätensä.

- *No minkäs sitä tunteilleen voi ja enköhän minä nouse tästä. Hyvää loppuelämää teille molemmille.*

Kättelin Peteä ja toivotin hänelle vilpittömästi onnea ja menestystä tulevaisuuteen ja katsoin Angelicaa suoraan silmiin.

- *Tiedäthän sinä, että sinä olet se?*
- *Mikä? Hän vastasi ja hymyili arveluttavasti.*
- *Minun se ainoa oikeani.*
- *Tiedän ja minäkin rakastan sinua täydestä sydämestäni.*

- *rakastan sinua. Sanoin.*

Aloitimme Angelican kanssa hillittömän syleilyn ihmisten taputtaessa raivokkaasti ja Peten kävellessä surumielisenä pois luotamme auringon laskuun samalla kun joku romanttinen ja imelä hittibiisi lähti soimaan.

HAPPY END?

Näinhän meille opetetaan, että jokaisen ihastumisen pitäisi olla elämää suurempi rakkaustarina.

Lisäksi aina kun päähenkilö kokee vahvan tunteen, hän saa sille vastakaikua, oli ihminen suhteessa tai ei.

Ihmissuhteet ovat hyvää materiaalia kirjoille, elokuville, TV-sarjoille, naistenlehdille ja oikeastaan mille liiketoiminnan haaralle tahansa ja niinpä niistä tehdään tarinoita:kliseisiä ja koristeltuja satuja joilla ei ole kyllä reaailmaailman kanssa mitään tekemistä.

Käydäänpä äskeinen kliseinen tarina, uudestaan läpi ja nyt reaailmaailman ehdoin.

Scenario 2

Olen pitkään katsellut sinua Angelica ja nyt päätin rohkaistua ja tehdä aloitteen sinun suhteesi.

Alkoi kirjeeni jonka lähetin Angelicalle.

Olin pitkään katsellut häntä, mutta jostain syystä en ollut rohjennut tehdä aloitetta hänen suuntaansa.

Olin ottanut selvää missä hän asui ja seurannut häntä pitkään kiikareilla ja onnistunut ottamaan muutaman valokuvan, joista olin tehnyt seinälleni alttarin.

Nyt tunnetila oli ollut niin vahva, etten enää pystynyt tukahduttamaan sitä ja halusin lähestyä Angelicaa vaikka tiesin hänellä olevan poikaystävän.

Toisaalta poikaystäväthän ovat vain hidasteita ja esteitä, eivätkä mitään sen kummempia.

Uskoin kuitenkin rakkauteen sekä kohtaloon ja siihen, että meidät oli tarkoitettu yhteen.

Lisäksi halusin tuon yhden ja ainoan naisen elämäni hinnalla millä hyvänsä, kuluista viis.

Niinpä perjantaiksi tein suunnitelman ja päätin lähestyä Angelicaa.

Olin treenannut erästä kipaletta kitaralla ja päätin yllättää hänet.

Vedin pari pulloa Koskenkorvaa kurkusta alas ja laitoin parhaimmat päälleni, eli verkkarit jotka olin pessyt oksennuksesta, sekä muista tahroista ja suunnistin Angelican parvekkeen alle ja aloitin.

Jok päi..ä ja jok ikkinen yö sinnua aj..elen...

Ihmisiä alkoi kerääntyä ympärilleni, mutta vaikka sydämeni rytmit tiivistyivät, päätin jatkaa.

Tosin ensiksi olin rykäissyt kunnon oksennukset nurmikolle ja puhdistanut suuni isolla huikalla raakaa viinaa.

Äkkiä parvekkeelle tuli tämä jumalattaren oloinen nainen ja hänen perässään mies, poikaystävä jonka nimen tiesin Peteksi.

- *Kuka?*
- *Jeppe. Vastasin.*
- *Se friikki joka lähettää mulle outoja kukkasia, ei morjesta kun tullaan vastaan ja ottaa kaukaa minusta valokuvia. Luuletko että mä en ole huomannut sun seuraavan mua?*
- *S.ss. sama mies. Vastasin ja taisin samalla vähän laskea alleni.*
- *Angelica tiedätkö sinä kuka tuo mies tuolla alhaalla kitaran kanssa on? Pete sanoi.*
- *Taidanpa tietää. Angelica sanoi ja samalla katsoi minuun päin huulet ilkeästi mutristuen. Huomasin Peten valpastuvan tästä. Nyt oli pelattava kovilla.*
- *Angelica olisin sinua kohtaan voinut olla tahdikkaampi,*

mutta tunnen sinua kohtaan niin valtavasti ja halusin tuoda sen sinulle ilmi .

- Hei friikki, mä en tunne sinua ja sinä olet niin outo mies, että mene pois...ja minä en tunne sinua kohtaan yhtään mitään.Ootko sä friikki huomannut, että ihmiset tuijottavat meitä?*
- Mene pois tai kohta menne pahaksi. Pete huusi.*
- No v...u katotaan. Huusin takaisin ilkeästi irvistäen.*

Kuulin kuinka Pete sanoi menevänsä hoitelemaan minut ja Angelica sanoi, ettei pitäisi vaan, että hän soittaisi poliisit paikalle.

- Tämä ei voi mennä näin, minä rakastan sinua. Huusin epätoivoisena alhaalta ylös parvekkeelle.*
- Olen todella pahoillani, mutta rakastumista toiseen ihmiseen ei voi hallita. En pyydä tunteitani anteeksi ja minä en tunne sinua kohtaan yhtään mitään vaan rakastan Peteä. Angelica sanoi ja katsoi minua kylmästi ja jatkoi - Minä soitan just nyt poliisit paikalle.*

Näin Angelican nostavan puhelimen kauniille korvalleen ja äkkiä huomasin kaverin tulevan minua vastaan alhaalla pesäpallomaila kädessään.

Se oli Pete ja Pete oli vihainen.

- Tiedätkö kuinka kauan minä olen odottanut tätä hetkeä? Sanoin ja katsoin Tuimasti Peteä.
- No nyt se odotus loppui.

Pete huitaisi pesäpallomailalla, mutta ohi ja pääsin sitä kautta Peten lähetyville.

Pukkasin häntä päälläni leukaan, Pete tipahti polvilleen ja alkoi sylkeä verta maassaan polvillaan ollen.

Menin pesäpallomailan luokse ja otin sen käteeni.

- Nyt muuten sattuu Peteä leukaan. Sanoin
- Lopeta hullu. Huusi Angelica, joka juoksi Peten luo ja alkoi halata tätä.
- Älä tee Petelle mitään. Mä nussin sua, kunhan et vain satuta Peteä.

Tiputin pesäpallomailan järkyttyneenä ja loukkaantuneena maahan.

- Luuletko sä, että tässä on siitä kyse...mä rakastan sua. Sanoin ääni vapisten.
- No minä en rakasta sinua, jätä meidät rauhaan.minä pelkään sinua, sinä olet vaarallinen.
- En mä...AARGH

Äkkiä tunsin ensin kyynelkaasusuihkun silmissäni ja sitten pamppu osui jalkaani ja tipautti minut maahan.

Ennen kuin tajusinkaan, niin olin käsirautoissa ja minut heitettiin poliisiauton sisuksiin, jonkun lihavan juopon seuraksi joka silitti päätäni ja lipaisi huuliaan.

Huusin epätoivoisena vielä rakastavani Angelicaa, mutta hän näytti minulle keskisormea.

Loppupeleissä tuli lähestymiskielto ja ehdotonta vankeutta väkivaltaisesta päällekkarkauksesta.

THE END!

Tietenkin tilanteet ovat karrikoituja, mutta näin se loppupeleissä menee.

Yhteistä on vain se, että mies tuntee hyvin voimakkaasti yhtä ja ainoaa naista kohtaan.

Ensimmäinen skenaario oli tyypillinen disneymäinen rakkaustarina, joita harvemmin todellisuudessa tapahtuu.

Jälkimmäinen oli tavanomaisempi ja tietenkin provosoitu tarina, siitä millaisen vastakaiun tällainen tunne yleensä saa.

Kysymys kuuluukin, että jos tunnet valtavan voimakkaasti jotain naista kohtaan ja vaikka et saisi vastakaikua, voiko tuota tunnetta hyödyntää?

Jos muut naiset eivät saa sydäntäsi pakahtumaan, onko oikein tappaa se tunnetila, jonka se yksi nainen aiheuttaa?

Vai voisiko se tunnetila palvella sinua muuttumaan paremmaksi ihmiseksi, joka saisi elämänsä upean naisen ja hienon elämän, niin ettet aiheuttaisi kenellekään pahaa tai saisi lähestymiskielloa?

Ohessa harjoitus, jolla AOS tunnetilan saa rakentavan käyttöön ja vieläpä niin, että kenellekään ei käy huonosti.

RAKENTAVA TUNNETILA™

Tämä harjoitus on tehty sen takia, ettei yksikään suomalainen mies muuttuisi AOS:n takia vaanijaksi.

Huomioi se, että aika monelle yhteiskunnan taholle sopisi paremmin kuin hyvin taloudellisten ja poliittisten intressien takia, että suomalainen mies naksaltaisi

Yhteiskunta ei tule siis auttamaan yksilöä jos yksittäinen nainen aiheuttaa miehelle tunnekuohun, joka saattaa olla hänelle jopa liikaa.

Niinpä yksilön kannattaa itse ottaa vastuu tuosta tunnetilasta ja hoitaa tuo tunnetila niin, että se on miehen elämän kannalta rakentavaa eikä tuhoavaa.

Jos sinulla on siis joku nainen joka ei anna mielellesi rauhaa ja ajattelet häntä koko ajan ja et ole varma siitä miten hän ehkä reagoisi sinuun tai sanomiisi ja käyttäytymisesi on hermostunut hänen seurassaan, niin sinulla on todennäköisesti niin sanottu Ainoan oikean syndrooma päällä.

Joten kannattaa vähän yksin ensin miettiä ja mielellään vielä

kynän ja paperin kanssa, että miksi tuntee vahvasti tätä naista kohtaan ja mitä häneltä ylipäättään haluaa.

Ole rehellinen ja kaikki mitä kirjoitat tämän harjoituksen aikana, jää vain omaan käyttöösi, näitä ei ole edes tarkoitus antaa unelmiesi kohteelle / AOS:lle tai kenellekään muullekaan.

Mieti ja kirjaa ylös millainen tilanteenne on nyt ja ole rehellinen.

Millaista käytöksesi on kun lähestyt häntä?

Miten käyttäydyt kun olet hänen seurassaan, oletko edes hänen seurassaan?

Kun ajattelet häntä oletko tyyni vai hermostunut?

Millaisen kuvan omasta mielestäsi annat hänelle?

Mitä tunnet kun ajattelet häntä?

Mieti kaikkein pahin vaihtoehto mikä voi käydä ja kirjaa se ylös jos lähestyt häntä vaikka soittamalla.

Mitkä asiat tai toimet voivat mahdollistaa pahimman skenaarion syntymistä?

Miten voit ehkäistä niitä, eli miten voit poistaa ne asiat, jotka saattavat luoda pahimman mahdollisen vaihtoehdon?

Mieti ja kirjaa ylös paras mahdollinen skenaario.

Mitkä asiat tai tapahtumat voisivat auttaa tuon skenaarion syntymistä?

Miten voit auttaa niitä asioita tai tapahtumia tapahtumaan rakentavassa hengessä, että paras mahdollinen skenaario voisi toteutua?

Miten haluaisit lähestyä tuota unelmiesi kohdetta ja millaisessa mielentilassa?

Miten haluaisit käyttäytyä hänen seurassaan?

Minkälaisen mielikuvan haluaisit hänen omaavan sinusta?

Jos siis joku nainen muodostuu haaveksi tai pakkomielteeksi, niin yritä saada selville miksi juuri hän aiheuttaa tämän tunnetilan.

Pidä huoli että toimintasi on rakentavaa: älä siis ala vaania häntä, äläkä lähettele tuhottamasti kirjeitä, sähköposteja tai soitele hänelle.

Ihan sen takia, koska tuollainen toiminta vain hermostuttaa häntä ja saa hänet vain kauemmaksi sinusta.

Muutaman lähestymisen voit tehdä ilmaistaksesi kiinnostuksesi häneen, mutta mikäli vastakaikua ei tule, niin sitten kannattaa vain odotella ja kartoitella tilannetta.

Kannattaa myös pokata eli käydä ravintoloissa iskemässä muita naisia tai ylipäättään lähestyä naisia, niin ravintolassa kuin arjessakin.

Kun käyt pahimman mahdollisen vaihtoehdon läpi, näet mitkä toimet voivat vaikeuttaa elämääsi ja näin ollen osaat välttää niitä.

Nykyinen tilanne kertoo mikä tilanne on tällä hetkellä ja paras mahdollinen tilannearviointi, taas näyttää ne suuntaviivat joita haluat ja joita kohti voit varovaisesti lähteä kulkemaan.

Mikäli tunnet vahvasti jotain naista kohti, mutta et saa vastakaikua häneltä, niin parasta on jos voit unohtaa hänet ja etsiä jonkun toisen naisen.

Kuitenkin koska me puhumme tunteista ja me olemme ihmisiä emmekä robotteja, niin asia ei ole aina näin yksinkertainen.

Jos siis tunnet vahvasti jotain naista kohti ja et saa vastakaikua, mutta tunnetilasi ei kuole, niin älä tukahduta sitä, koska se ei toimi.

Pidä vain huolta, ettet aiheuta naiselle tai itsellesi ongelmia, ja silti voit aivan hyvin luoda parhaamman mahdollisen vaihtoehdon ja uskoa, että se tulee toteutumaan joskus tulevaisuudessa.

Kun ponnistelet tuota unelmaa kohti, niin muutut väkisinkin paremmaksi mieheksi jolla on hyvät sosiaaliset taidot ja se taas lisää muiden naisten kiinnostusta sinuun.

Ja kun ajan kanssa annat näille muillekin naisille mahdollisuuden, niin yhtenä päivänä olet voinut löytää sen unelmiesi naisen vierellesi.

40 - Luku: Keskustelujen ylläpitämisen taito.

Nyt menemme naisista ja ihmissuhteista kehittämään muita sosiaalisen taituruuden osa-alueita.

Kun lähtee kehittämään itseään millä elämänosa-alueella tahansa, on hyvä kehittää itseään monipuolisesti, pitkäjänteisesti ja kohtuullisen kurinalaisesti.

Oikeastaan vain näin niitä pitkäkestoisia tuloksia saa aikaan.

Nyt keskitymme oman keskustelutaidon kehittämiseen ja jalostamiseen.

Täytyy tähdentää, että omia sosiaalisia taitojaan ei pitäisi koskaan ottaa itsestäänselvyytenä.

Ei edes silloin vaikka itse pitäisikin niitä loistavina ja huimaa kehitystä olisikin jo tapahtunut.

Tarkoituksena on kehittää omaa keskustelutaitoaan niin, että emme intä tai väitä vastaan.

Emme myöskään ota ihan ilmaiseksi kyseenalaistamista tai suunsoittoa, joka meitä vastaan väistämättä jossain kohti tulee.

Suurien johtajien, mestarien ja miesten kohtalona on yleensä joutua kyseenalaistetuksi tai arvostelun sekä kritiikin kohteeksi.

Keskustelutaito otetaan yleensä itsestäänselvyytenä ja kaikilla on se, mutta onko se hyvä vai huono, niin siitä pääsemmekin taas aiheeseen kumpi oli ensin muna vai kana?

Äkkiä voi käydä niin, että ympäristö ja yhteisö sanovat sinulle, että keskustelutaitosi on huono, vaikka se voi olla ihan täydellinen jos se palvelee persoonaasi ja tavoitteitasi.

Kuitenkin sinä, näkemyksesi tai unelmasi voivat olla ristiriidassa muiden näkemysten tai intressien kanssa ja tätä kautta vastustus sinua sekä näkemyksiäsi kohtaan kasvaa.

Oma intuitio on erittäin tärkeätä omata ja että siihen voi luottaa, koska hyvin äkkiä sinut yritetään saada ruotuun tai lokeroon johon et halua kuulua tai joka ei ole sinun intressiesi mukainen.

Sinun haluttaisiin siis tekevän tai sanovan mitä muut haluavat sinun tekevän tai kuulevan sinun sanovan.

Jos se tekee sinut onnelliseksi, niin ei siinä mitään.

Jos ei tee, niin se on alistumista ja ne jotka alistuvat pahemmin vastarintaan nousemista, niin niille yksilöille ei yleensä käy hyvin.

Niinpä se miten hyvä keskustelutaito määritellään, niin se riippuu ihan siitä keneltä sitä kysytään.

Yleensä hän vastaa siihen oman maailmannäkemyksensä ja intressiensä mukaisesti.

Niin kuin sinäkin teet jos sinulta vastaavaa tullaan kysymään.

Taito keskustella ja pitää omista näkemyksistään kiinni ja samalla olla kyvykäs reagoimaan vastakeskustelijan tai vastapuolen näkemyksiin on hyvä taito ja sitä kannattaa opiskella.

Keskustelutaito on tietoista omien näkemysten esiintuomista vuorovaikutuksessa toisten ihmisten kanssa.

Kyse on siis omien viestintätaitojen edistämisestä.

Keskustelutaito tai taidot ovat sosiaalisen kanssakäymisen perusta, sekä vuorovaikuttamisen tehokas keino.

Keskustelutaito ei ole pelkästään oman näkemyksen runnomista väkisin muiden tietoisuuteen, eikä muiden manipuloimista omien näkemysten taakse.

Se ei ole myöskään toisen näkemyksen taakse täydellisesti asettumista tai alistumista.

Missään nimessä keskustelu ylipäätään ei ole mikään huutokilpailu.

Vastapuolta kannattaisi kunnioittaa ja vastapuoli kannattaisi enemmänkin aliarvoida kuin yliarvioida, ettei itselle käy hassusti.

Jos joku aliarvoi sinut, niin silloin enkelit ovat puolellasi.

Se joka aliarvioi toista, niin itselle voi käydä hassusti, jos näkemykseksi tai ennakkoluuloksi toisesta eivät ole yhtä faktojen kanssa.

Oman itsensä ja persoonansa tunteminen on tässä erittäin tärkeää ja mitä haluaa viestinnällään sanoa tai saada aikaaan, joka lähtee tuosta persoonasta.

Edelleen kyse on taidosta, joka rakennetaan omaa minuutta tukemaan.

Mitään roolia emme rakenna oman itsemme päälle, emmekä hukkaa omaa itseämme ja persoonallisuuttamme muuttuessamme vahvemmaksi yksilöksi.

Jos olemme kyllästyneet siihen elämään joka meillä on ja kypsyneet siihen mitä meille annetaan, niin sitten on vain lähdettävä liikenteeseen ja rakennettava sellainen elämä jonka oikeasti haluamme.

Jos onnea ei anneta, niin sitten se rakennetaan.

Ja jos emme ole hyviä tuomaan näkemyksiämme esille ja meillä ei ole taitoja kommunikoida ihmisten kanssa kuin haluaisimme, niin sitten me rakennamme ne taidot.

Miten ylipäättään taito saadaan tai rakennetaan?

Taidon oppiminen perustuu siihen, että mielen näkemys tapahtumasta koetaan yksityiskohtaisesti verrattaessa sitä todelliseen tapahtumaan.

Jos jotain asiaa tarpeeksi harjoittelee kuten polkupyörällä ajamista, sitä enemmän tuntumaa ajamiseen sekä ajamisen ajatteluun tulee.

Ensin ajo on haparoivaa ja vastoinkäymiset saattavat tehdä sen, että halu ajaa katoaa ja jos tekee vaikka kolarin, voi tulla pelkotila koskea koko pyörään.

Kun ajaa säännöllisesti, niin taidot kasvavat.

Kun taito kasvaa: halu ajaa kovemmin sekä näyttävämmin lisääntyy.

Lisäksi halu ottaa riskejä kasvaa.

Äkkiä kyllä voi käydä niin, että omat taidot tai kyvykkyys ja

näyttämisen tarve sekä halu ottaa kovempia riskejä menevät ristiin.

On ihan luonnollista, että taidon kasvaessa nälkähalu kasvaa syödessä ja haluaa ottaa riskejä, sekä mennä epämukavuusalueelle yhä enemmän myöskin kasvaa.

Harkintaa kannattaa käyttää ettei ota ylisuuria riskejä, jotka voivat olla kohtalokkaita jos pysytään yhä pyöräilyssä.

Tärkeintä on siis tuntea itsensä ja tavoitteensa, sekä tässä tapauksessa ihan hyvä neuvo on miettiä miksi ylipäätään haluaa oppia ajamaan pyörällä.

Yleensä syy on se, että vanhemmat haluavat sinun ajavan pyörällä.

Syynt pitäisi olla se, että haluaa päästä nopeammin paikasta A paikkaan B.

Taito kasvaa kun johonkin asiaan kiinnittää normaalia enemmän huomiota ja alkaa tekemään jotain asian eteen.

Siksi kannattaisi saada vahva tahtotila ja sen jälkeen suora toiminta, että saamme jotain aikaan tuon asian saamiseksi omaan elämäämme.

Pyöräilystä palaamme keskusteluun ja se on taito jonka voi oppia siinä missä karaten tai naisten pokaamisenkin.

Keskustelutaidon harjoittaminen tai järjestelmällinen edistäminen kehittää kykyä esittää omia näkemyksiä, käsittää saatavissa olevaa tietoa analyyttisesti sekä antaa mahdollisuuden vuorovaikuttaa omien näkemysten esille tuloon tahoille, jotka voivat olla tuon näkemyksen kanssa eri mieltä.

Joku voisi rumasti sanoa, että kyseessä on manipulaatio, mutta ihmiset ovat vuorovaikutuksessa toisten ihmisten

kanssa joka päivä ja useaan otteeseen.

Ja jokainen ihminen pääosin haluaa tuon kommunikation edistävän omaa hyvinvointiaan.

Kyseessä on vuorovaikuttaminen toisten sielujen kanssa, mutta jos joku haluaa tämän nyt nähdä manipulaationa, niin siitä vaan.

Sehän ei tarkoita, että vaikka minä vaikutan sinuun tai manipuloin sinua, että sinua riistetään.

Ehkäpä jos minun näkemykseni tulevat sinun näkemyksesi tilalle, niin saamme yhdessä enemmän aikaan kuin jos vain vänkäisimme asiasta.

Tai toisinpäin: sinähän saatat pystyä vakuuttamaan minut oman näkemyksesi taakse.

Yleensä suurin osa keskusteluista on joko toisen näkemyksiä myötäilevää tai sitten omat näkemykset tuodaan niin voimakkaasti esille, että kiistoja syntyy.

Rakentavinta on keskustelu, jossa rohkaistaan kuuntelijoita tai vastakeskustelijaa ilmaisemaan oma näkemyksensä ja kyseenalaistamaan vallitsevia näkökulmia.

Väittelyssä ylipäättään kannattaisi olla rauhallinen ja toisten näkemyksiä kunnioittava ilmapiiri.

Ihmisten kannattaisi ajatella omilla aivoillaan ja jos kokee ettei joku asia ole niin kuin sen pitäisi olla tai kokee, että se on oman maailmankuvan vastaista, niin sitten se pitää uskaltaa sanoa.

Kun omia näkemyksiä tuo esille, niin ne kannattaa pystyä perustelemaan ja jos joku kyseenalaistaa sinun näkemyksesi, niin toivottavasti olet harjoittanut meditaatiota ja

mielenhallintaa, että sinulla on voimaa kuunnella tuo arvostelu ja kritiikki.

Kiitä jopa siitä arvostelusta ja kritiikistä vaikka se aiheuttaisikin sinulle tunnekuohun.

Lisäksi: älä missään nimessä vastaa takaisin kovassa tunnekuohussa (helpommin sanottu kuin tehty), koska sinun ei tarvitse muuttaa näkemyksiäsi tai toimintaasi tuon kritiikin takia.

Jos haluat omaa sosiaalisuuttasi kehittää, niin etsi mieluiten joku paikka jossa joudut oman persoonasi kautta olla livetilanteessa ja väitellä omien näkemystesi puolesta.

Jos halua on, niin netissä on vaikka kuinka paljon keskustelupalstoja, joissa voit kokeilla sosiaalista vuorovaikuttamista ja vieläpä nimimerkillä.

Toki voit mennä myös Facebookissa omalla nimelläsi kommentoimaan eri asioita kuten uutisten aiheita.

Aloita varovaisesti ja seuraa taitojesi kehittymistä ja ota riskejä sekä mene eteenpäin ja käytä harkintaa minkä kokoisia riskejä otat.

Kuitenkin jos sinulla on sanottavaa, niin sano ihmeessä se!

41 - Luku: Puheen pitäminen.

Jälleen kerran tässä työkirjassa luomme konkreettisen työkalun omaan viestimiseen ja oman sanoman eteenpäin vientiin.

Nyt teemme ja pidämme puheen.

Jos puhe yleisön edessä ei tunnu luonnolliselta, niin ei kannata mennä heti julkiseen tilanteeseen kuten ravintolashown juontajaksi, vaan kannattaa aloittaa pienesti ja varovaisesti.

Yksi merkittävä taito, kun puhutaan hyvästä sosiaalisesta dynamiikasta on pitää isompaa ihmisjoukkoa hallussaan, sekä esittää omat näkemyksensä ja tavoitteensa kipsailematta.

Tällöin joudumme esiintymään ihmisjoukon edessä ja parhaiten siihen valmistaudutaan niin, että opetellaan pitämään julkisia puheita.

Valitettavan kovin monelle ihmiselle ei ole itsestään selvää, edelleenkään mennä ventovieraiden ihmisten eteen kertomaan asiaansa.

Ennen kuin puhe pidetään siellä missä se pitää pitää, niin sen pitämiseen kannattaa valmistautua.

Ensin olisi hyvä määritellä puheesi tarkoitus ja miettiä millaiselle yleisölle se pidetään ja millaisessa tilassa sekä ympäristössä joudut esiintymään.

Voice of Finlandissa esiintymiseen valmistaudutaan ihan eri tavalla kuin työpaikkahaastatteluun ja 5000 ihmisen edessä

puhutaan eri tavalla kuin kolmen ihmisen kanssa.

Silläkin on merkitystä tunnetko ihmiset joille esiinnyt entuudestaan vai onko kyseessä täysin ventovieraat ihmiset.

Voi jopa olla vapauttavampaa esiintyä tuntemattomille ihmisille kuin niille ihmisille jotka tuntee.

Kylmiltään ei kuitenkaan kannata puhettaan pitää, vaikka kyseessä olisi veljesi häät ja tuntisit kaikki paikalla olijat.

Kannattaa ensin määritellä puheen pituus ja laatia kiinnostusta herättävä aloitus.

Tärkeää on kirjoittaa puhe paperille.

Ensin ranskalaisilla viivoilla yleissuunat ja sitten kokonaisuus sen ympärille.

Huomion herättävyys on siis tärkeä puheen aloituksessa, sitten jämäkkä keskiosa ja myös lopetukseen kannattaa panostaa, koska yleensä puheesta muistetaan nimenomaan se loppuosa.

Sitten harjoittelet peilin tai videokameran edessä puhettasi ja ei kuitenkaan liikaa, ettei mene ylisuorittamisen puolelle.

Harjoitella kannattaa noin 2-4 kertaa ennen varsinaisen puheen pitämistä ja ehkä viisi kertaakin on jo liikaa.

Älä jaarittele vaan pelkistä asioita ja hiomalla tai näyttämällä puheen jollekin ennen kuin sen esität, saat ulkopuolisen näkemyksen puheesta ja näet sen mahdolliset

sudenkuopat.

Jos lainaat jonkun puhetta tai tekstiä, niin muista mainita alkuperäinen lähde.

Huumori on vaikea laji ja se maustaa puhetta jos sen taidon osaa.

Jos tiedät että et ole hyvä vitsinkertoja, älä silloin ala väen väkisin laittamaan puheeseesi vitsejä, koska hyväkin vitsi muuttuu huonoksi jos sen joutuu väkisin vääntämään.

Jos mahdollista, niin esitä treenattu puheesi live yleisölle, jollekin ystävällesi tai perheen jäsenellesi ennen kuin menet puheen julkisesti esittämään.

Tätä ei voi ylikorostaa, koska ulkopuolinen näkee sekä kirjoitetun tekstin että esityksen eri tavalla kuin sinä, joka olet kiinni omassa suoritukseksasi:

Muista, että kaikkein tärkeintä on puhua sydämestään vaikka toki hyvä valmistautuminen auttaa siihen, että esitys menee hyvin.

Lisäksi on tärkeää, että puhut tilanteen mukaan ja kuulijat huomioiden.

Vaikka nyt puhutaankin hyvän valmistautumisen ja ennalta kirjoitetun puheen puolesta, niin väkisininkin joudut tilanteessa improvisoimaan.

Puheenpito on sosiaalinen tilanne ja jos luet puheen

pelkästään paperista sanasta sanaan, niin se näyttää hyvin jäykältä ja rutiininin omaiselta toimenpiteeltä.

Harjoittelun ja kirjoitetun puheen pitäisi antaa suuntaviivat sinulle ja olla tavallaan tilanteen käsikirjoitus.

Esittämällä puheen, annat sille sielun.

Kuka tahansa voi tulla hyväksi puheenpitäjäksi ja pitää onnistuneita puheita, kunhan vain harjoittelee ahkerasti ja uskaltaa mennä julkisiin tilanteisiin puhumaan.

Hyvää harjoitusta puheen pitämisen kannalta ovat esimerkiksi Karaoke tai julkinen Stand upin esittäminen.

Ne antavat sinulle kokemusta olla ventovieraiden ihmisten edessä ja auttavat jännityksen ja pelon poistumista.

On hienoa jos pystyt pitämään puheen ulkomuistista.

Harvempi vain pystyy siihen, joten ota kirjoitettu puhe mukaasi ja vilkaise sitä aina sivusilmällä.

Harjoittele puhettasi muutama päivä ennen sen pitämistä ja jos mahdollista, niin tee se yleisön tai videokameran edessä ja katso esiintyminen jälkeenpäin.

Lisäksi koita saada siitä palautetta.

Jos joudut käyttämään mikrofonia, niin käy testaamassa se ennen puheenpitämistä, ettei tule ikävää yllätystä.

Sitten mennään itse esittämiseen.

Sanotaan se nyt vielä kerran ja varmuuden vuoksi: pidä puhe seisten ja selvinpäin.

Seiso selkä suorana ja pidä olemuksesi ryhdikkäänä, sekä pidä asentosi tukevana ja molemmat jalat maassa.

Äläkä hytky.

Myös ennen varsinaista puheen esittämistä kannattaa valmistautua; seiso siis peilin edessä ja mieti miten yleisö näkee sinut.

Pidä molemmat kätesi yleisön näkyvissä ja älä ainakaan piilota niitä taskuihisi, äläkä tarraudu esimerkiksi tuoliin.

Toki voit käsilläsi elävöittää puhettasi, älä kuitenkaan huido liikaa, sillä se antaa sinusta epävarman kuvan.

Mielellään pieniä eleitä ja hyvin rauhalliset liikkeet.

Puhetta kannattaa treenata peilin tai kameran edessä sen lisäksi, että saa puheestaan otteen, niin näkee myös sen miltä puheen esittäminen näyttää.

Puhu selkeästi sekä rauhallisesti ja jos sinulla on nauhuri, niin puhu puheesi sille ja kuuntele se kerran, että saat ymmärryksen siitä millainen äänenpainosi on.

Kun esität puheesi, niin äänenpainolla on yksi iso merkitys ja esitystavalla toinen, joten kumpaakin kannattaa erikseen hioa.

Pidä välillä tauko ja hengitä rauhallisesti, sekä pidä esityksesi ajan lasi tai pullo vettä lähellä, jotta kun kurkkuasi kuivaa niin saat kostuketta.

Koita välttää köhimistä yleisön edessä, jos sinua alkaa yskittämään niin laita käsi / nyrkki suusi eteen ja käänny vähän sivummalle, köhäise ja pyydä sitä sitten anteeksi.

Älä panikoi jos sinusta tuntuu ettei puhe sujukaan ihan suunnitelmien mukaan.

Huomioi se, että kukaan muu kuin sinä tai muutama puheesi tietävä ystävä tai sukulainen vain ja ainoastaan tietää puheesi sisällön, joten muut kuuntelijat eivät tiedä vaikei

kaikki menisikään käsikirjoituksen mukaan.

Jos paniikki iskee, niin pysähdy ja katkaise puhe hetkeksi ja rauhoita tilanne, katso paperia ja yritä löytää se kohta johon jäit ja jatka siitä.

Jos tilanne yhä tuntuu sellaiselta ettet pysty viemään puhettasi loppuun, niin voit sanoa, että tilaisuus on sellainen joka hermostuttaa sinua ja sinusta tuntuu että kaikki olennainen on jo sanottu.

Tämä toimii hyvin häissä, synttärikutsuilla tai hautajaisissa, koska tilanne on niin tunnepitoinen, että kaikki ymmärtävät sen, että puhujakin voi olla tunnekuohun vallassa.

Jos pidät esitelmää ja puheen pitäminen hermostuttaa tai tuntuu ettet pysty pitämään sitä loppuun, niin ota kuuntelijat mukaan esitykseen: *kysy heiltä onko heillä kysyttävää ja mitä mieltä he ovat tähänastisesta puheestasi.*

Näit saat vähän aikaa ja ennen kaikkea näet sen reaktion minkä tähän astinen esityksesi on aiheuttanut.

Tämän jälkeen tilanne yleensä lähtee purkautumaan ja esitys tulee sujumaan hyvin.

Neuvottelut ovat yksi esimerkki jossa hyvästä ilmaisusta on ihan käytännön hyötyä ja niissä voi joutua pitämään puheenkin.

Niinpä joudut nyt pitämään juhlapuheen syntymäpäiväkutsuilla tai häissä.

Ensin mietit kenelle on tarkoitus puhua ja ennen kaikkea mitä haluat hänelle sanoa

Koita myös asettua juhlistavan asemaan ja mieti mitä hän

haluaisi kuulla.

Puhu lyhyesti ja ytimekkäästi sekä vältä jaarittelua sekä selittelyä.

Noin alle 5 minuutin puhe yleensä riittää.

Huomioi myös se oletko ainoa puhuja vai et. Jos juhlassa on monta puhujaa, niin sitten lyhyt ja ytimekäs puhe riittää.

Puheesi kannattaisi olla positiivinen ja sen olisi hyvä jättää iloinen mieli kaikkiin paikalla olijoihin.

Vitsit ovat tehokkaita ja ne herättävät huomiota, mutta niillä voidaan kyllä puhe pilatakin.

Ei siis mitään hävyttömiä tai mauttomia vitsejä.

Jos tiedät jonkun harmittoman vitsin jolle olette ehkä yhdessä juhlakalun kanssa nauraneet, niin sen voit kertoa.

Muista ennen kaikkea hyvät tavat.

Jos tiedät, että olet huono vitseissä, niin ei vitsiä ole pakko kertoa, koska ilmanakin selviää mainiosti

Jos lainaat jotain ihmistä, niin muista mainita se ketä lainaat.

Yritä opetella puhe ulkoa, mutta kirjoita se kuitenkin paperille ja pidä sitä lähellä varmuuden vuoksi.

Puheen pitämisen jälkeen voit vaikka antaa puheen muistoksi sille kenelle puhe on pidetty.

Otetaan tässä esimerkkipuhe kuvitteelliselle Erkki sedälle tämän syntymäpäiväjuhlien kunniaksi.

Olen kiitollinen siitä, että saan olla ensimmäinen joka pitää puheen sedälleni Erkille.

Ja minun täytyy sanoa, että hän on ollut sedistäni se hauskin, vaikka tässä suvussa komiikkaa löytyy varsinkin omalta puoleltani ja varsinkin Juhannuksena.

(Tauko)

Setäni Erkki opetti minua lapsena esimerkillään ja ilman lapsena saarella oleskelua en olisi koskaan ymmärtänyt miten hieno ja jalo harrastus kalastus on ja kuinka merkittävä asia luonto meille suomalaisille on.

(Tauko)

Ja lisäksi olen kunnioittanut sitä, että hän on jaksanut painaa tehtaalla pitkää päivää jo yli 30 vuotta.

Koska setäni on sosiaalisesti hyvin menestyvä ja tähän alkaa jo tulla jonoa, että pääsisivät Erkkiä onnittelemaan, niin nyt on minun vuoroni väistyä tältä areenalta.

(Tauko)

Onnittelen siis vielä kerran setääni ja ojennan hänelle tämän syntymäpäivä lahjan, jonka toivoisin korkattavan tänään (loppua kannattaa harkita, mutta jos tuntee sukulaisensa, sitä voi käyttää).

Ihan lopuksi, niin hyväksi puheenpitäjäksi tulee kun tekee niitä puheita, paljon ja erilaisissa tilanteissa.

Myös itsevarmuus ja rohkeus kasvaa kun tajuaa, ettei puheenpitämiseen kuole ja että loppujen lopuksi valtaosa kuulijoistakin haluaa sinun enemmän onnistuvan kuin epäonnistuvan.

Tietenkin aloitus on vaikeaa jos sosiaalinen ilmaisu on muutenkin vähän karuhkoa tai jos se vaatii suuria ponnistuksia, niin tällöin kynnyks mennä pitämään puhe on kova.

Puheita pitämällä oppii hallitsemaan suuria ryhmiä ja uskaltaa tuoda omia arvojaan sekä tavoitteitaan ponnekkaammin esille.

Eikä puheen pitämistä tarvitse heti aloittaa pitämällä se 5000 ihmiselle vaan sen voi aloittaa vaikka pitämällä siskolleen puheen hänen syntymäpäivillään.

Hyväksi puheenpitäjäksi tullaan niin, että aloitetaan pienestä piiristä ja vieläpä sellaisesta joka hyväksyy sinut, kuten omat kaverit ja sitten treenamalla sekä hiomalla siirrytään yhä isompien kuulijakuntien eteen.

42 - Luku: Työpaikkahaastatteluun meneminen.

Työpaikkahaastatteluakaan ei kannattaisi ottaa itsestään selvyytenä, vaan siihen kannattaa myös panostaa ja valmistautua hyvin.

Ihan aluksi kannattaa huomioida jälleen se pukeutuminen ja mennä siisteissä vaatteissa haastatteluun.

Toistetaan vaatteista mikä on jo aiemminkin tuotu ilmi: älä osta uusia vaatteita työpaikkahaastattelua varten tai älä ainakaan ota niitä sinne ensikäyttöön.

Vaatteisiin kannattaisi totuttautua, että antaa itsestään rennon ja silti itsevarman vaikutelman.

Vaatteiden kannattaisi olla ennen kaikkea asialliset ja työpaikkahaastattelussa ei kannata riikinkukkoilla, siis ottaa mukaan mitään häiritsevää koristetta vaatetukseen mukaan.

Ennen kuin menet haastatteluun, niin ota ensiksi selvää yrityksen perustiedoista.

Ihan kaikkea ei tarvitse yrityksestä tietää, sillä yrityksen haastattelijat haluvat myös puhua ja kehua yritystään.

Onhan sen nyt oltava mainio työpaikka, koska he ovat siellä töissä.

Jos yritys on ollut negatiivisesti uutisissa, niin älä mainitse siitä.

Ylipäättään haastattelijat eivät halua kuulla haastateltavalta

negatiivisia näkemyksiä heidän yhtiöstään.

Ei kannata ottaa haastattelijasta selvää, vaikka jotkut niin suosittelevat, koska se voi antaa sellaisen kuvan, että olet taitavampi ja valmistautuneempi kuin haastattelija.

Ja hän saattaa säikähtää sitä.

Kun tiedät firmasta suhteellisen paljon, niin sinällään se on hyvä merkki, mutta liika tieto voi kääntyä sinua vastaan.

Kyllä haastattelija alkaa sitten ihan itsenäisesti kertoa itsestään ja yrityksestään jos katsoo, että se tieto on tärkeää.

Huolehdi siis siitä, että vaatetuksesi on siistin asiallinen ja että hygieniasi on kunnossa.

Huomioi myös mahdollinen pahanhajuinen hengitys ja vedä pari Minttiä ennen kuin menet sisälle haastatteluun.

Kättele voimakkaasti ja ei tietenkään liian puristavalla otteella.

Kättelyä kannattaa harjoitella jonkun tutun kanssa, ennen kun sen tekee oikeasti haastattelussa.

Katso haastattelijaa suoraan silmiin aina silloin tällöin ja muista hymyillä.

Vastaa asiallisesti ja leikkisyyttä kannattaa varoa vaikka olisi siinä hyvä, sillä työpaikkahaastattelut ja sopimusten tekeminen on vakavaa hommaa.

Älä ole kuitenkaan liian nöyrä ja jos sinulla on joku näkemys

johon uskot, seiso sen takana.

Vaikka haastattelija olisikin siitä eri mieltä.

Omista periaatteistaan ei kannata tinkiä yhden työpaikan vuoksi ja voit aina sanoa, että voit tehdä kompromisseja jos tarve niin vaatii.

Omaa joustavuuttaan kannattaa tuoda esille ja liiallinen nöyryys tai myötämielisyys katsotaan aina ja iänkaikkisesti heikkouden merkiksi.

Näitä yleensä kysytään haastattelussa:

- Miksi heidän pitäisi palkata juuri sinut tähän yhtiöön?
- He tenttaavat sinulta tietoja yrityksestä.
- Jos vaihdat työpaikkaa, niin he tenttaavat siitä.
- Jos olet ollut pitkään työtön, niin he tenttaavat miksi näin on käynyt.
- He haluavat tietää miksi haet juuri tähän firmaan.
- He haluavat tietää onko sinulla rikosrekisteriä ja joskus onko sinun luottotiedoissasi häikkää.
- Sitten aletaan tenttaamaan hyviä ja huonoja puoliasi.
- He haluavat tietää pystytkö toimimaan paineen alla ja oletko ryhmätyökykyinen.
- Ja lopuksi he kysyvät tulevaisuuden suunnitelmistasi. (Ne eivät saa olla liian vaatimattomia, eivätkä liian kunnianhimoisia.)

Listaa ennen haastatteluun menoa, kaikki hyvät puolesi ja laita myös huonot puolet esille.

Sen jälkeen etsi huonoista puolista ne kaikkein vaarattomimmat, jotka voit sanoa haastattelussa.

Haastattelijat eivät luota ihmisiin, jotka antavat

sellaisen kuvan, ettei heillä ole vikoja, joten sano suoraan, että olet ihminen ja että sinussa on myös heikkoja puolia.

Huomioi kuitenkin se, että kaivat itse ne kaikkein vaarattomimmat esille.

Koita hakea sellaiseen yhtiöön töihin jota arvostat ja sellaiseen työhön jota haluat tehdä, koska tällöin kehonkieleesi, äänenpainosi ja ylipäättään asenteesi toimii täysillä sinun puolestasi.

Parasta tietysti on hankkia sellainen tietotaito, jota ei kovin monella muulla ole, niin mitään haastatteluja ei tule, vaan sinusta tapellaan verisesti muutenkin.

Kunhan vain pidät huolen siitä, että taidoistasi ja tiedoistasi tiedetään.

Lisäksi ehdottomasti kannattaa antaa hyvä kuva omasta parhaasta käytöksestään.

Jos osaat visualisoida, niin kannattaa nähdä mielessään itsensä rentoutuneessa tilassa ja jo onnistuneessa työpaikkahaastattelussa.

Koita siis nähdä miten itsevarmasti käyttäydyt haastattelutilanteessa ja miten puhut, sekä muista hahmottaa tilanne tarkasti ja yksityiskohtaisesti.

Jos et osaa visualisoinnin jaloa taitoa, niin ei se haittaa, kaikki ihmiset eivät osaa visualisoida.

Haastattelun voi pari kertaa heittää peilin tai videokameran edessä ja katsoa, että miten se meni.

Pari tai kolme harjoituskertaa riittää. Ei kannata liioitella tässäkään asiassa.

Ja vaikka ensivaikutelmaa ihan liikaa tässä yhteiskunnassa korostetaankin, niin ensivaikutelmasi myy koko osaamistasi lyhyessä aikasektorissa.

Lähde siis siitä, että tilanne ei ole alkujaankaan todellinen, vaan näytelmä.

Muista se, että loppujen lopuksi firma ei ole sinällään kiinnostunut siitä kuka sinä olet, vaan mitä hyötyä voit heille antaa.

Tämä filosofia kannattaa laittaa selkärankaan, jo ihan alusta asti.

Yritykset toimivat tulosvastuullisesti, ja mitä tahansa toimintaa he tekevätkin niin, he ajattelevat rahaa ja kaikkea toimintaa seurataan taskulaskimella.

He haluavat hyötyä sinusta ja työpanoksestasi, joten älä unohda sitä.

Varsinkin suuret yritykset eivät ole kiinnostuneita työntekijöidensä hyvinvoinnista vaan pelkästään tuloksesta.

Se taas heijastuu siihen, että kun eletään kovista tulosodotuksista, niin haastattelijat ovat varpaillaan, sillä he eivät halua tehdä virheitä.

Haastattelijat haluavat lähtökohtaisesti olla varmoja, että sinä et mokaa, jotta se ei vaikuttaisi heidän työhönsä tai työpaikkaansa.

Yksi tärkeä asia oppia työpaikkahaastattelijasi ajatusmaailmasta on se, että hän ajattelee sitä ettei hänen oma työpaikkansa vaarannu kun hän palkkaa sinut.

Lähde siitä, että hakemasi työpaikka palvelee sinua vain niin kauan, kun päätät sen palvella itseäsi.

Työ on sitä varten, että ihminen saisi toimeentulon ja elannon sekä voisi toteuttaakin itseään, ei niin, että ihmiset eläisivät vain ja ainoastaan työtään varten.

Jokainen työpaikkahaastattelu vahvistaa sinua ja vaikkei heti onnistuisikaan, niin jokainen kerta hioo sosiaalisia taitojasi paremmaksi ja paremmaksi.

Myös itsevarmuutesi esiintyä ventovieraiden ihmisten edessä kasvaa.

Luonnollinen itsesi ilmaiseminen kehittyy joka haastattelun myötä ja jännittäminen katoaa, jolloin alat hehkua itsevarmuutta ja luonteikkuutta.

Älä väheksy yhtään työpaikkahaastattelua, koska niissä käyminen jalostaa sinua.

Sitten kun olet oikeasti sellaisen firman työpaikkahaastattelussa jonne haluat mennä, niin hermostumisesi ei nouse pintaan ja et tätä kautta niin sanotusti mokaa sitä hienoa tilaisuutta.

Siis yhtään työpaikkahaastattelua ei kannata väheksyä, mutta ihan joka työtä kuten mainostenjakelemista ei kannata ottaa vastaan.

43 - Luku: Hissipuhe ja pitchaus.

Nopea ideoiden, liiketoiminnan ja oman itsensä esille tuonti on tämän ajan, jos ei vitsaus niin se hallitsee maailmaa.

Kyse on edelleen ensivaikutelman luomisesta ja siitä harhasta kuinka tärkeää se mukamas olisi.

Vaikka tämä kirja haluaakin mennä pintaa syvemmälle, niin ihmisten jotka tässä ajassa elävät on hyvä tiedostaa miten pitää hissipuhe tai mitä on pitchaus.

Sen varaan ei ehkä kuitenkaan kannata rakentaa mitään vaan vähän syvällisempien arvojen.

Nämä taidot on kuitenkin hyvä tiedostaa ja niitäkin on hyvä harjoitella.

Niiden hallitseminen tukee muita sosiaalisia taitoja kuten esimerkiksi puheen pitämistä.

Aloitetaan hissipuheella.

Hissipuheen perusidea on se, että törmäät johonkin rikkaaseen ja vaikutusvaltaiseen ihmiseen yllättäen.

Tällöin sinulla on noin kolmisenkymmentä sekunttia aikaa kertoa kuka olet ja miksi tämän tyyppin pitäisi kiinnostua sinusta, ideastasi tai yrityksestäsi.

Sinun siis kannattaisi vietellä toinen ihminen mahdollisimman nopeasti ja saada kiinnostumaan sinusta sekä kuvioistasi.

Hissipuheen treenaaminen on ihan hyvää perusharjoitusta saada selville kuka on tällä hetkellä, mitkä ovat omat tavoitteet ja arvot, sekä miksi minä olen ylipäättään kiinnostava tyyppi toisten ihmisten mielestä.

Tietenkään naisten kanssa tätä ei kannata käyttää, ei ainakaan jos on ravintolassa ja tarkoituksena on oikeasti pokata tai löytää joku kiva nainen vierelleen.

Naiset tykkäävät mysteereistä ja siitä, että mies ei ole ennalta - arvattava.

Hissipuhe antaa sen tekijälle kykyä ilmaista omaa itseään nopeasti, jos tarvetta sellaiseen on.

Kun rakentaa omaa sosiaalista dynamiikkaansa järjestelmällisesti tarkoittaa sitä, että miehellä on tiettyjä välineitä ja kykyjä selvittää erilaisista paikoista sekä tilanteista hyvin ellei peräti loistavasti.

Ja tiukoista tilanteista selviää sillä, että pohjatyö on tehty hyvin sekä harjoittelussa ei ole velttoiltu.

Hissipuhetta ei olekaan tarkoitettu kellistämään naisia, vaan saamaan niin sanotut "isot pojat" kiinnostumaan sinusta ja etenkin ideoistasi.

Perusidea on siis se, että tapaat hississä jonkun vaikutusvaltaisen ihmisen, joka ei vielä tiedä, että sinuun kannattaa tutustua tai, että sinä tulet luomaan lisäarvoa hänelle tai hänen yritykselleen.

Hissipuhe menee suurin piirtein näin.

Rahamies - Kukas sinä olet?

Sinä. - Topi Tuntematon.

Rahamies - Mitäs sinä teet?

Sinä - Luon lisäarvoa asiakkailleni.

Rahamies - Minkä alan?

Sinä - Viihteen ja viestinnän.

Rahamies - Onkos mitään mielenkiintoista työnalla?

Sinä - Aina on jotain.

Rahamies - Mitä se on?

Sinä - Tuossa on minun käyntikorttini ja siinä on nettisivumme osoite ja siellä kerromme tarkemmin tästä uudesta mullistavasta liiketoimintaideastamme.

Rahamies - Kuulostaa mielenkiintoiselta.

Sinä- Sitähän se on ja minä kerron ilomielin lisää, jos teitä kiinnostaa kuulla tästä tarkemmin.

Rahamies - Hienoa sovitaan aika, jotta voidaan jutella tästä tarkemmin.

Hissipuheen tehtävä on kertoa nopeasti kuka sinä olet, mitä teet ja sitten kannattaa opetella vähän näitä sosiaalisen dynamiikan kuvioita, jotta osaa kalibroida tilanteen oikein.

Lopuksi kannattaa heittää joku heitto, lause joka herättää ihmisen mielenkiinnon ja halun saada sinusta tietoa enemmän:

- Olimme somessa yksi ensimmäisistä.

Yleensä varsinkin firmat yrittävät syöttää sellaisen kuvan, että sinun pitäisi miellyttää tätä "isoa pomoa" hississä kertoen ummet ja lammet sekä toimia hänen ehdoillaan.

Näin ei välttämättä kannata toimia vaikka olisikin asiallinen ja kertoisi kuka on sekä mitä tekee.

Kun heittää lopuksi sitten jotain sellaista mikä herättää toisen huomion, niin kannattaisi heittää koukkuja, jotka herättävät tämän ihmisen mielenkiinnon, mutta eivät ruoki sitä liikaa.

Ihmisten mieliin kannattaisi jäädä nälkä saada sinusta ja projekteistasi tietoa enemmän.

Hissipuheen tarkoitus on nopeasti saada toisen ihmisen mielenkiinto ja mielellään vielä ahneus heräämään sinua sekä projektiasi kohtaan.

Hissipuhetta kannattaa harjoitella peilin tai kavereiden edessä ja jos mahdollista, niin se kannattaa äänittää ja kuvata kuten kaikki muutkin sosiaaliset harjoitukset.

Tämän harjoituksen tekeminen valmentaa sinua muunmuassa työpaikkahaastatteluun tai muuhun haastatteluun, johon joudut menemään ja sinua aletaan siellä tenttaamaan.

Kun on tehnyt itselleen hissipuheen ja treenannut sitä, sekä kotona, että käytännössä, hallitsee itsensä ilmaisun perustaidon ja osaa nopeasti kertoa kuka on ja miksi toisen ihmisen pitäisi kiinnostua minusta.

Se mikä se koukku sitten on sen jälkeen kun on esitellyt itsensä, onkin tuumailemisen arvoinen asia.

Jos on opiskelija tai elämäkokemusta ei ole paljoa tai on vaikkapa pitkäaikaistyötön, kannattaa harjoitella miten voisi

itseään tuoda esille ettei toinen katso nokka pystyssä halveksien.

Lisäksi kannattaa miettiä, että miten kannattaisi ne asiat kertoa, mitkä eivät välttämättä herätä mielenkiintoa.

Esimerkiksi jos on työtön, ei kannata sanoa hississä olevansa työtön, toki ei ehkä kannata valehdellakaan.

Mitä siis sanoa?

No jos yhtään harrastaa kirjoittamista, piirtämistä tai valokuvaamista tai esiintymistä, niin silloin olemme freelancereita ja sitten vain sanoo, että vie isoa projektia eteenpäin vaikkapa kirjoittamisen saralla.

Tällöin kyse ei ole valehtelemisesta, vaan asioiden tulkitsemisesta.

Lisäksi tietenkin näitä asioita kannattaa tulkita itselleen edullisella tavalla, koska jos sinä et aja omaa etuasi, niin joku ajaa omaansa sinun kustannuksellasi.

Jos sinua aletaan tentata tarkemmin, niin sanot vain että tämä on huono paikka alkaa kertomaan omaa elämäntarinaansa.

Sitten voit vaihtaa sähköpostiosoitetta tai puhelinnumeroa, jos ylipäättään haluat jatkaa keskustelua ja keksiä sitten juoksussa miten tarkemmin tuot itseäsi esille.

Hissipuhetta treenaamalla saa nopeasti tuntuman itsensä ilmaisuun ja jos menee vaikkapa Idols ohjelman koelauluun, niin on jo saanut pienen perustan sille miten tuo itseään kiinnostavasti esille.

Ja aina kannattaa tuoda itselle tärkeä asia esille, josta on oikeasti kiinnostunut

Hissipuheen tehtävä on tehdä sinusta mielenkiintoinen ihminen, johon kannattaa tutustua toisten ihmisten mielestä.

Hissipuhetta ei tarvitse tehdä kaikkiin ventovieraisiin ihmisiin ja jos tapaa itselle tärkeän ihmisen tai selkeästi jonkun vaikutusvaltaisen henkilön, niin tietenkin tilaisuuteen kannattaa tarttua.

Ja jos jonkun ventovieraan ihmisen kanssa alkaa mielenkiintoinen keskustelu, niin ainakin itse tietää ne perusteet, joilla mielenkiintoista keskustelua voi jatkaa.

Hissipuheen tehtävä on saada sinut sellaiseen paikkaan, jossa olet omimmillasi ja pääset parhaiten toteuttamaan itseäsi.

Käydään nyt nopeasti läpi pitchaus ja miten se eroaa hissipuheesta.

Mitä se ensinnäkin on?

Ihan yksinkertaistettuna, niin se on nopea esitys tuotteen, liikeiden tai palvelun pääkohdista.

Sen tehtävänä on herättää kiinnostusta esiteltävään asiaan, tuotteeseen tai yritykseen ja vakuuttaa kuulijat asian, yrityksen sekä esittäjän vahvuuksista.

Tärkeää on myös tuoda tekijän tai tekijöiden innokuus esille ja antaa sellainen vaikutelma, että kyseessä on paljon mielenkiintoisempi ja isompi kokonaisuus kuin vain pelkästään esiteltävä asia tai tuote.

Käytännössä myydään innovatiivisuutta julkisesti.

Mennäänpä siihen millainen on pitchauksen rakenne.

Ihan ensimmäiseksi esitellään itsensä eli siis esittelijä esittelee itsensä ja sen jälkeen yritys tuodaan esille ja sen

jälkeen vasta liikeidea tai valmis tuote / palvelu esitellään.
Seuraavaksi esitellään kenelle idea tai tuote on suunnattu ja käytännössä siis idean tai tuotteen lyhyt kuvaus sekä sen kohderyhmä.

Pitchauksessa on nimittäin erittäin tärkeää tuoda se esille selkeästi mille kohderyhmälle kyseinen tuote tai palvelu on suunnattu.

Sitten tuodaan esille miksi idea on ainutlaatuinen vai onko se ylipäättään.

Tässä vaiheessa on tärkeää kertoa se mitä ollaan hakemassa kyseiseltä tilaisuudelta tai niiltä joille esiinnyttään.

Kannattaa olla ytimekäs ja ymmärrettävä.

Ja tietenkin esitys kannattaa harjoitella hyvin jo etukäteen.

Erittäin tärkeää on pystyä kertomaan kaikki tarvittava vaaditussa ajassa.

Lisäksi kannattaa olla ajoissa ennen esiintymisaikaa esiintymispaikalla.

Siinä voi jopa olla hyvä sauma vaihdella käyntikortteja ympärillä olevien ihmisten kanssa ja tätä kautta verkostoitua.

Pitchauksen tavoitteena on herättää kuulijoiden kiinnostus ideaa kohtaan ja toistetaan se, että kyseessä on konkreettisesti myyntitilanne.

Kuuntelija ei saa tipahtaa asiasta missään esityksen vaiheessa.

Pitchaajan on ensimmäisten minuuttien aikana saatava kuulija vakuuttuneeksi siitä mitä pitchaaja on kertomassa.

Lisäksi tarinan olisi hyvä olla koukuttava ja ennen kaikkea uskottava.

Jos tilanteeseen menee ylimielisellä asenteella, niin yleensä pitchaus epäonnistuu.

Yksi merkittävä asia on myös se, että tilanne on vuorovaikutteinen.

Ei pidä lähteä siitä, että pelkästään pitchaajan pitäisi saada vakuuttumaan kuulijat, vaan hänen pitää myös miettiä, että millaisia sijoittajia, asiakkaita, yhteistyökumppaneita hän haluaa itselleen.

On hyvä tietää itse miksi hakee niiltä ihmisiltä hyväksyntää tai mitä nyt hakeekaan, joilta sitä hakee.

Myös kuulijan rooliin kannattaa asettua ennen kuin menee areenalle.

Lisäksi kannattaa miettiä mitkä ovat niitä kaikkein tärkeimpiä asioita joita kuulija mahdollisesti haluaa tietää ja mistä vakuuttua.

Kaikkein oleellisin asia on se, että pystyy kertomaan minkä asiakkaan ongelman idea tai yritys ratkaisee.

Lisäksi on tärkeää miten tuomme asiakkaalle lisäarvoa ja mikä se konkreettinen asia on jonka teemme asiakkaan puolesta.

Pitchaaminen vaatii paljon harjoittelua.

Sinänsä kyseessä on nopea esiintymistilanne, mutta poikkeus on siinä, että kuulijalle on vakuutettava se, että lisäkeskusteluja kannattaa käydä tulevaisuudessa.

Ja epätoivo ei saa missään vaiheessa huokua pitchaajasta.

44 - Luku. Tällainen on hyvä myyjä.

Tässä vaiheessa kirjaa on hyvä katsoa voisiko joku työ tai ammatti auttaa oman sosiaalisen taituruuden parantamisessa tai kehittämisessä.

On monia töitä joissa sosiaaliset taidot ovat tärkeässä roolissa.

Useat asiakaspalvelijat joutuvat päivittäin monenlaisten ihmisten kanssa tekemisiin erilaisissa tilanteissa.

Lisäksi myös oman persoonan positiivinen esille tuonti alkaa olla enemmän merkityksellisempää kuin puhdas ammattitaito.

Joten on ihan luonnollista, että tähän lukuun on valittu myyjän ammatti, koska myyjille jos keille tulee erilaisia sosiaalisia kohtaamisia päivän aikana todella paljon.

Ja näistä jos mistä oppii miten toimitaan oikein vuorovaikutustilanteissa erilaisten ihmisten kanssa.

Vaikka tätä ei sanota ääneen tässä yhteiskunnassa, niin pärstäkerroin ja miten sitä käyttää vaikuttaa urakehitykseen yhä enemmän ja enemmän.

Myyjän ammatti taitaa kuitenkin olla töistä se jossa sosiaalinen kyvykkyys ja sopeutumiskyky on oleellisin asia oman urakehityksen kannalta.

Myyjälle sisäinen asenne on erittäin tärkeää ja hänen olisi hyvä osata asennoitua elämään yleisesti ottaen myönteisesti.

Oman persoonan kannalta kaikkein tärkeintä on se oma uskomusjärjestelmä ja miten itsestään sekä ympäröivästä

maailmasta ajattelee.

Tämä siitä syystä, että sisäinen maailmamme luo ulkoisen maailman kokemuksemme.

Joten hyvän myyjän olisi hyvä suunnitella työtään ja omaa uraansa pitemmällä aikavälillä, sekä asettaa itselleen rohkeasti korkeitakin tavoitteita ja ennen kaikkea lähteä niitä kohti uljaasti pää pystyssä.

Vaikka ahkeruus onkin työssä menestymisen kannalta olennaista, niin hyvä myyjä ei välttämättä kuitenkaan niinkään panosta ahkeruuteen vaan tehokkuuteen.

Tehokkuuteen liittyy se, että he tietävät mitä myyvät sekä kenelle.

Oleellista on löytää oikea asiakasryhmä, joka ylipäänsä on halukas ostamaan yrityksen tuotteita.

Näin ihan alusta asti energia kohdentuu siihen ryhmään, jonka kautta voi tulla nopeiten tuloksia.

Hyvä myyjä antaa itsestään erittäin ammattitaitoisen kuvan ja hän myös tietää lähes kaiken kilpailijoiden tuotteista, sekä niiden toiminnasta.

Lisäksi hän pystyy tarvittaessa myös suosittelemaan kilpailijaa ja hän antaa sen kuvan, että häntä kiinnostaa ennen kaikkea asiakkaan etu.

Parhaimmillaan häntä kiinnostaakin.

Hyvä myyjä on vakuuttava ja vakuuttavuuteen kuuluu se, että hän ei yritä olla asiakkaan ystävä tai se hauska kaveri.

Uskottavuuteen kuuluu se, että antaa itsestään asiantuntijan kuvan.

Pieni etäisyys asiakkaaseen luo tuota kuvaa.

Liika ystävällisyys ja myötämielisyys asiakkaaseen tekee sen, että myyjä ei vakuuta asiakasta vaan päinvastoin työntää asiakasta kauemmaksi ostotapahtumasta.

Ennen kaikkea hyvä myyjä ymmärtää panostaa siihen, että osaa käyttäytyä erilaisissa sosiaalisissa tilanteissa hänen kannaltaan parhaimmalla mahdollisella tavalla.

Sekä luoda ympärilleen positiivista ilmavirtaa.

Yleensä tämä tarkoittaa sitä, että hän pitää langat käsissään kaupanteon yhteydessä ja ohjaa asiakkaan ostamaan tuotteen kuuntelemalla asiakkaan sanatonta ja sanallista kommunikaatiota.

Hyvä myyjä haluaa kehittyä koko ajan ja hän oppii vastoinkäymisistä sekä osaa oppia myös menestymisestä.

Hyvä myyjä osaa sopeutua myönteisesti myös vastoinkäymisiin.

Vaikka hänen sisällään niin sanotusti kuohuisikin epäonnistuneen myyntitilanteen johdosta, niin hän ei näytä sitä ulospäin eikä varsinkaan pura sitä asiakkaisiin tai työtovereihinsa.

Hyvä myyjä osaa hillitä itsensä sekä tunteensa, eikä anna tunnekuohun ottaa itseään hallintaansa.

Vastoinkäymiset voidaan myöhemmin purkaa päiväkirjaan tai videoklippiin yksityisesti ja vastoinkäymisiä ei todellakaan kannata padota sisälleen.

Niiden purkamiseen on olemassa oikea aika ja paikka.

Ennen kaikkea hyvä myyjä haluaa myydä.

Lisäksi hän nauttii myyntitilanteesta, sekä hän haluaa tehdä myyntitapahtumasta mahdollisimman miellyttävän sekä asiakkaalle, että myyjälle itselleen.

Hyvä myyjä panostaa sosiaaliseen käyttäytymiseen ja hänen äänensä sekä äänenpainonsa on rauhoittavan uskottava.

Äänen käyttöä voi myös opiskella ja myyntitapahtumia voidaan harjoitella peilin, kollegan tai videokameran edessä.

Hyvä myyjä korostaa sanomaansa tauoilla ja hän ylikorostaa hänen mielestään asiakkaalle tärkeitä kohtia.

Hyvä myyjä ei puhu asiakkaan päälle, vaan kuuntelee asiakasta ja ansaitsee hänen luottamuksensa.

Hyvä myyjä kuuntelee ja osaa myydä myös hiljaisuudella mikä tarkoittaa sitä, että joskus asiakkaan pitää itse todeta tarvitsevansa tuotetta, jota hänelle myyjä ehdottaa.

Tällöin liika tuputtaminen voi kostautua.

Hyvä myyjä myös hymyilee paljon ja pitää liikkeensä sekä käyttäytymisensä hillityn rauhallisena, koska äkkinäiset liikkeet tai kova puherytmi aiheuttaa levottomuutta ympäristöön.

Hyvästä myyjästä huokuu aitous sekä luonnollisuus ja se voidaan luoda asiallisella pukeutumisella sekä rauhallisella liike- ja puherytmillä.

Hyvä myyjä koittaa myös olla erossa työpaikoilla esiintyvistä valtapelistä ja selkään puukottamisesta.

Koska hän tietää, että juoruilu sekä huhuilu vie energiaa oman uran ja taloudellisen vapauden saavuttamiselta.

Hyvä myyjä ei ole sooloilija, vaikka pystyykin itsenäiseen työhön, vaan hän uskoo ryhmätyöhön ja siihen, että kaikkien pitäisi hyötyä hänen toimiensa seurauksista.

Hän ymmärtää sen, että työpaikka on yhteisö ja yhteisön täytyy yhdessä kukoistaa, että myös yksilöt pystyisivät ylittämään itsensä.

Hyvä myyjä on innostunut ja myönteinen sekä yrittää myös levittää omaa innostustaan ja myönteisyyttään sekä

työyhteisöönsä, että myös asiakkaisiinsa.

**Hyvästä myyjästä huokuu vaatimattomuus ja hän varoo
ylimielisyyttä sekä olemasta täynnä itseään.**

**Hyvä myyjä luottaa nöyryyteen, koska tietää, että liian
itsevarmat ja täynnä itseään olevat myyjät saavat vähemmän
asiakkaita kuin nöyremmät myyjät.**

45 - Luku: Koulu- työpaikka ja nettikiusaajat sekä heihin oikeaoppinen suhtautuminen.

Tämä aihealue on Suomen, jos ei koko ihmiskunnankin henkinen syöpä.

Joskus sitä joutuu toisten ihmisten huomion kohteeksi ja yleensä vieläpä tahtomattaan.

Lisäksi voi käydä niin, että toiset ihmiset koittavat nostattaa itseään meidän kustannuksellamme.

Ja on ihan oikein puolustautua siltä.

Joten nyt menemme aihealueeseen nimeltä kiusaaminen.

Aloitamme nettikiusaamisella joka eroaa aika radikaalisti työpaikka- ja koulukiusaamisesta.

Suurin ero on se, että nettikiusaajat ovat yleensä nimettömien nimimerkkien suojissa ja työpaikka- sekä koulukiusaajat, jotka eivät niitä edes omasta mielestään ole, toimivat työpaikoilla ja kouluissa omilla nimillään.

Valitettavan yleistä koulu- ja työpaikkakiusaaminen on.

Kun ihmisten elämä menee enemmän ja enemmän nettiin, niin sinne menee myös kiusaaminen ja häiriköintikin.

Ylipäättään keskustelupalstoilla nimimerkkien takana oleva arvostelu ja hävyttömien huutelu on jo ajat sitten lähtenyt

lapasesta.

Lisäksi ihmiset jotka kirjoittavat nimettömästi nettiin, eivät näytä käyttävän harkintaa tai mietintää ollenkaan mitä sinne kirjoittavat.

Nettiin on näet helppo heittää ihan mitä tahansa ja varsinkin nimettömästi ilman sen suurempia tunnontuskia.

Senpä takia nettiin tulee rasistisia kirjoituksia, väkivallalla uhkailua, ihmisten nolaamista, vihapuhetta jne...

Ihmiset jotka arjessa näyttävät käyttäytyvän asiallisesti ja joita voisi kutsua termillä normaalit, näyttävät muuttuvan ihan eri ihmisiksi kun he menevät jollekin keskustelupalstalle nimimerkin suojassa.

Äänensävy on sellainen, että vastaavaa tekstitulvaa omalla nimellä esimerkiksi Facebookissa ei tule vastaan.

Ja muutamaa poikkeusta lukuunottamatta, niin ihmiset näyttävät oikeasti miettivän mitä Facebookiin kirjoitetaan tai jaellaan.

Omalla sivulla siis kyllä käytetään harkintaa kirjoitusten suhteen, mutta jostain syystä se sama harkinta ei sitten yllä keskustelupalstoille.

Ja tuo on kyllä vähän kaksinaismoralistista, eiköstä vain?

Jos on valmis ja halukas arvostelemaan jotain ja ei tee sitä

omalla nimellään Facebookissa tai esimerkiksi mielipidekirjoituksen muodossa, niin se vaan on pelkuruuden yksi muoto.

Mikäli ei halua omalla nimellään tulla esille, niin silloin ei kyllä voi olla mitään painavaa sanottavaakaan.

Tietenkin joku ei välttämättä halua tuoda mielipidettään julki ja se kuuluu myös sananvapauteen, että on oikeus olla sanomatta mitään.

Kovin moni joka nettiin kirjoittelee, ei näytä ymmärtävän sitä, että sananvapauteen kuuluu myös vastuu.

Vaikka sinulla on oikeus tuoda joku näkemys esille ja vieläpä niin, että et joudu sen vuoksi vankilaan, niin sinun kuului kuitenkin käyttää itse sitä harkintaa mitä sanot tai kirjoitat.

Pitää olla rohkea ja seisoa sanojensa takana, jos kerran haluaa sanoa jotain tai tuoda mielipiteensä esille jostain asiasta tai henkilöstä.

Yleensä nimimerkkien takana olevilla kritisoijilla on melkein aina äärimmäisen huono itsetunto.

Ja sehän on itsestään selvää, eikös olekin?

Ne joilla on vahva itsetunto, eivät tarvitse nimimerkkien suojaa tuodakseen oman näkemyksensä esille.

Ne puolestaan jotka kirjoittavat ja puhuvat näkemyksiään

omalla nimellään sekä kasvoillaan joutuvat kovan arvostelun kohteeksi ja se kuuluu osana tähän peliin.

Kun ihminen joutuu kovan julkisen arvostelun kohteeksi, niin luonnollisestikin se sattuu ja tuntuu.

Tällaisen myllytyksen kohteeksi joutuneelle kyseinen tapahtuma voi jättää isot henkiset arvet joiden paranteluun menee aikaa ja siitä ei silti välttämättä toivu.

Siksi olisi hyvä, että ihmiset käyttäisivät harkintaa, varsinkin kun ihmisiä arvostellaan heidän omilla nimillään.

Sinällään kritiikkiä ja arvostelua saa ollakin.

Demokratiassa ne jotka tekevät päätöksiä jotka vaikuttavat toisiin ihmisiin, niin heitä pitääkin voida arvostella ja kritisoida.

Jaksaa kuitenkin aina ihmetyttää se, että ne jotka arvostelevat ja kritisoivat eniten, saavat aikaan vähiten tässä yhteiskunnassa.

Kuitenkaan ketään ei saisi loukata henkilökohtaisten ominaisuuksien tai oman vakaumuksensa vuoksi, vaikka olisikin eri mieltä asiasta tai näkökohdista.

Koulu- ja työpaikkakiusaaminen loppuu vasta sitten ja samoin nettikiusaaminenkin, kun väärintekijät joutuvat maksamaan tuosta käytöksestään kovan hinnan.

Jos pienistä rikkeistä joutuu maksamaan isot sakot, niin äkkiä tuleekin harkintaa noiden pikkurikkeiden tekemiseen.

Joten miten kohdella niin nettikiusaajaa kuin myös muita kiusaajia ylipäättään?

Ensiksi on ymmärrettävä se, että ei saa antaa periksi missään olosuhteissa.

Jos kiusaajalle osoittaa yhtään heikkouden merkkejä, niin kiusaaja vain innostuu siitä, eikä todellakaan lopeta kiusaamista vaan yrittää edelleen hyödyntää kiusatun heikkouksia.

Tämä voi tarkoittaa sitä, että töniminen ja solvaaminen voi muuttua vaikkapa rahan vaatimiseksi väkivallalla uhkaamisella, eikä meneminen seksuaalisen häirinnän puolelle ole harvinaista.

Mitä enemmän kiusattu antaa kiusaamisen olla, niin sitä enemmän se antaa niin sanotusti polttoainetta kiusaajalle tai kiusaajille ja he koittavat joissain tapauksissa hyötyä tilanteesta hyvinkin häikäilemättömästi.

Kiusaamiseen pitää heti tarttua ja osoittaa, että ei aio missään olosuhteissa alistua uhriksi, eikä todellakaan ilman taistelua.

Jos mahdollista niin nauhoita kiusaamistilanne vaikka puhelimesi.

Ja sen jälkeen käytä sitä äänitettä tai jos sinulla on liikkuvaa kuvaa, niin aina parempi.

Tämä on tärkein sanoma: nauhoita kiusaamistilanne jos se vain on mahdollista.

Jos joudut kiusaajan kanssa tilanteeseen jossa teidän sananne ovat vastakkain, niin olet suhteellisen heikossa asemassa koska yleensä kiusaaja on kiusattua sosiaalisesti taitavampi ja osaa luoda sellaisen kuvan, että kyse on vain harmittomasta väärinkäsityksestä.

Kuten todettua kiusaajat ovat vähän kuin sairaita koiria, jotka eivät tiedosta itse olevansa sairaita ja tällöin kannattaa ottaa se kanta, että terroristien kanssa ei vaan kannata neuvotella.

Jos sinulla on nauhoitus kiusaamistilanteesta, niin käytä sitä.

Ennen kuin menet opettajan tai työsuojeluvastaavan puheille, niin sinulla on oltava enemmän reaalipohjaa kuin pelkkä sinun sanasi.

Joten oikeasti kannattaa nauhoittaa kiusaamistilanne jos se on ollut pitkäaikaista ja jatkuvaa ennen kuin otat yhteyttä yhtään kehenkään ja kerrot tästä kiusaamistapahtumasta.

Kun sinulla on nauhoite, niin mieti tarkasti mitä teet, ennen kuin teet mitään.

Kiusaajiin siis kannattaa suhtautua kovalla kädellä, koska

muuten joudut vain kärsimään kiusaamisesta vuositolkulla ja se voi viedä mielenterveytesi.

Ole siis aktiivinen ja toimi: tee rikosilmoitus ja kun käytät harkintaa sekä kohtuutta, niin voit miettiä nauhoitteen tarjoamista medialle tai vielä huolellisemman harkinnan jälkeen sitä ehkä kannattaisi käyttää sosiaalisissa medioissa.

Jos sinulla on äänite ja voit todistaa kiusaamistapahtuman olemassaolon, mutta et halua käyttää sitä mediassa tai somessa, niin kerro siitä kiusaajallesi, että olet nauhoittanut kiusaamistilanteen ja harkitset jatkotoimia.

Ole kuitenkin varovainen puheissasi, ettet mene rajan ylitse ja ettei sinua syytetä kiristyksestä.

Voit jopa mennä kiusaajasi puheille ja sanoa nauhoittavasi tämän keskustelun molempien oikeusturvan takia.

Jo tämä ele säikäyttää useimmat kiusaajat ja he alkavat miettiä, että mitähän sinulla on hihassasi.

Tämä toimintatapa myös tuo sinun puheisiisi ja käytökseesi harkintaa, jossa vain ilmoitat hyvin vahvasti, että se kiusaaminen loppuu tämän kaverin osalta tähän.

Jos sinulla on nauhoite kiusaajaa vastaan, niin voit hyvin sanoa, että jos kiusaaminen ei lopu, niin käytät sitä nauhoitetta.

Muista kuitenkin, että kun käytät pelotetta niin voi olla, että

kiusaaja voi kokeilla sitä, että bluffaatko vai et.

Varaudu siis henkisesti siihen, että voit tarvittaessa joutua käyttämään kovempaa asennetta kiusaajaa vastaan jos tämä ei muuten tokene.

Voit siis oikeasti joutua tekemään sen rikosilmoituksen ja siihen kannattaa jo hyvissä ajoin varautua.

Huonoa omaatuntoa kiusaajia kohtaan on yhtään turha tuntea, koska ei heitäkään kiinnosta sinun hyvinvointisi.

Jos kiusaaja ei kestä kiusaamisesta tulevia seuraamuksia, niin kannattaisikohan alunperin olla kiusaamatta?

Kiusaajat pelkäävät oman maineensa menettämistä eniten maailmassa.

Kannattaa tiedostaa myös se, että valtaosa kiusaajista on narsisteja ja he ovat siis hyvin itsekeskeisiä.

Lisäksi he kokevat, että he saavat tehdä lähes mitä tahansa, mutta heitä vastaan ei saisi tehdä yhtään mitään.

Koulu- ja työpaikkakiusaaminen loppuu vasta sitten ja samoin nettikiusaaminenkin, kun väärintekijät joutuvat maksamaan tuosta käytöksestään kovan hinnan.

Jos pienistä rikkeistä joutuu maksamaan isot sakot, niin äkkiä tuleekin harkintaa niiden tekemiseen.

Itsensä puolustaminen ei ole koskaan syntiä!

46 - Luku: Haluaisinko julkisuuteen?

Kun itsevarmuus on kasvanut ja sosiaaliset taidot ovat kehittyneet valtavasti sekä myös omaa vahvaa näkemystäkin löytyy, jota ei kovin monelta muulta pojalta löydy, niin sitä huomaakin äkkiä olevansa haluttua lihaa.

Lisäksi kun menestyy tarpeeksi usein erilaisissa sosiaalisissa tilanteissa, niin sitten tulee mieleen, että omaa lahjakkuuttaanhan voisi tuoda koko kansan tietoisuuteen.

Miksi jäädä johonkin pikkukylään notkumaan, kun on mahdollista valloittaa koko maailma?

Niinpä sitä jossain kohti alkaa miettimään sitä, että mitähän jos menisi julkisuuden valokeilaan tai tulisi tunnetuksi ihmiseksi ja saisi tätä kautta asioita isommin aikaan tai pääsisi vaikuttamaan yhteiskuntaan positiivisesti.

Ihan tavallisten ihmisten saapuminen julkisuuteen on Suomessa kuitenkin tapahtunut aika nopeasti, suoraan sanottuna vasta 2000 - luvun alkuvuosien jälkeen ja niin sanotun tosi-tv-buumin myötä.

Se alkoi jo siis ennen Youtubea ja sosiaalista mediaa.

Näihin ohjelmiin osallistujista eniten silmiin pistää se edelleenkin, että heillä ei ole tietoa eikä taitoa käytännössä siihen miksi ihmisten pitäisi heistä olla kiinnostuneita.

He ovat halunneet tulla julkisuuteen julkisuuden itsensä takia, ei sen takia, että heillä olisi jotain substanssia josta ihmiset voisivat olla oikeasti kiinnostuneita.

He eivät kirjoita kirjoja eivätkä pelasta maailmaa, he istuvat sohvalla ja puhuvat pehmoisia tai sitten makaavat julkkisihmisten kanssa ja tulevat kertomaan siitä julkisuuteen.

Eikä heillä ole ymmärrystä siitä, että yksityiselämän salaisuudet on nopeasti loppuunmyyty ja kulutettu.

Lisäksi he eivät halua käsittää sitä, että alistumalla julkisuuteen he usein sulkevat jättiläismäiset mahdollisuudet itseltään.

He eivät hahmota sitä, että mikä yritys muka palkkaa ihmisen joka kertoo kaikki ihmissuhteensa julkisesti ja todennäköisesti näin ollen myös kertoo yrityksen salaiset asiatkin otollisissa olosuhteissa?

Tai mikä jättiyritys tai brändimerkki haluaa PR ihmiseen ihmisen joka on kännissä mokaillut koko kansan edessä?

Monella näihin ohjelmiin menevillä ihmisillä on halu päästä julkisuuteen syistä joita he eivät itsekään tiedosta, eikä heillä ole minkäänlaista tietoisuutta julkisuuden negatiivisista puolista.

Kuten siitä, että esimerkiksi *Seiskan* tapaiset lehdet tekevät usein lööppijuttuja vajavaisiin tietoihin perustuen ja laittavat ne tarkistamatta kanteen.

Ja jos julkisuuteen tuleeikin väärää informaatiota, niin se korjataan vasta kuukausien päästä ja yleensä useiden huomautusten jälkeen.

Lisäksi korjaus on yleensä laitettu pienellä jonnekin lehden sivulle, jossa sitä ei oikeastaan edes huomaa.

Kuitenkin vahinko on jo tapahtunut: väärällä tiedolla tehty lööppi

on tuhonnut jo jonkun ihmisen uran ja raha on vaihtanut omistajaa.

Jos ihmisen elämä on tyhjää ja merkityksetöntä, niin ei se paremmaksi muutu vaikka julkisuuteen pääsisikin ja tapaisi muita julkisuuden ihmisiä.

Niinpä julkisuus pelkän julkisuuden takia on säälistävää.

Julkisuuteen pääsy sinänsä on nykyään helppoa.

Voi mennä yrittämään *Idolsin* koelauluun ja pelkällä yrityksellä saa jo ruutuaikaa.

Lisäksi jos hölmöilee ja puhuu läpiä päähänsä koelaulutilaisuudessa, niin saa enemmän ruutuaikaa ja naamansa *Seiskan* kanteen.

Myös urheilussa menestymisellä saa julkisuutta.

Voi yrittää olla jonkun julkkiksen salarakas ja tulla sen jälkeen kertomaan siitä julkisuuteen.

Oman materiaalin tuottaminen nettiin Youtuben, Facebookin ja vastaavien palveluiden sekä blogien kautta on nykyään yleistymään päin, mikä on lähes pelkästään hyvä asia.

Kaikilla ihmisillä on oikeus omaan näkemykseensä ja omaan ääneensä sekä tuoda se parhaalla tavalla esille, jos kokee sen tärkeäksi.

Ehkä kunniakkainta on tehdä omaa sisältömateriaalia ja saada sille fanipohja välittämättä siitä minkä reaktion se aiheuttaa.

On täysin inhimillistä se, että haluaa olla yleisön keskipisteenä ja saada teoilleen ja elämälleen isomman ihmisjoukon hyväksyntää.

Se ei saa vain tapahtua hinnalla millä hyvänsä.

Ehkä tärkeintä on oppia ymmärtämään julkisuuden lainalaisuudet sekä omat arvonsa ja tavoitteensa.

Ja vasta sen jälkeen lähteä miettimään miten julkisuus palvelisi sinua ja projektejasi kaikista parhaiten.

Julkisuuden kannattaisi palvella sinun päämääriäsi ja tavoitteitasi ja sen kannattaisi olla megafoni jolla kerrot itsestäsi sekä tavoitteistasi niille ihmisille joiden haluat niistä kuulevan.

Kannattaa myös miettiä ennen kuin menee johonkin tosi-tv-ohjelmaan, sillä ohjelmaan mentäessä joutuu allekirjoittamaan todella tiukan sopimuksen.

Ja yllättäen huomaatkin, että et saa kritisoida kyseisiä tahoja vaikka sinusta kaikki ei olisikaan mennyt nappiin ja kokemuksesta olisi tullut paha mieli.

Ja sen päätöksen, että oletko rikkonut sopimusta vai et, tekee tuotantoyhtiö yksin.

Näin siis tuotantoyhtiö yksipuolisesti päättää onko tapahtunut sopimusrikos vai ei.

Lisäksi usein käy niin, että ohjelmaan mentäessä kaikki sinun tekemäsi tekijänoikeudellinen materiaali voi siirtyä muodollista korvausta vastaan tuotantoyhtiölle.

Jos siis kirjoitat, kuvaat tai videokuvaat, niin sopimuksessa voi olla ehto, että se siirtyykin käytännössä ilmaiseksi tuotantoyhtiölle.

Tai tuotantoyhtiö voi käyttää sinun tekemääsi materiaalia omissa mainoksissaan tai projekteissaan, käytännössä ilman korvausta.

Myöskin kaikki liiketoiminnalliset sopimukset pitää hyväksyttää tuotantoyhtiöllä.

Jos siis vaikkapa saat tarjouksen tulla johonkin talk show ohjelmaan isännäksi, niin tuotantoyhtiö voi sen sopimuksen torpata halutessaan.

Sopimukset kannattaa siis lukea hyvin tarkkaan, jos aikoo tosi-tv-ohjelmiin mennä, koska vaikka saisit julkisuusarvon, niin jos sopimukset ovat tiukat, et pysty hyödyntämään sitä taloudellisesti hyväksesi.

Julkisuus ei sitten ole ollenkaan sama asia kuin menestyminen tai taloudellisen varallisuuden tai vaurauden saavuttaminen.

Jos julkisuutta haluaa, niin kannattaa ensin vähän miettiä itsensä ja palan paperia kanssa, mitkä ovat hyödyt ja haitat jos sinne menee.

Eli se julkisuuskuva mihin et voi vaikuttaa, siitä ei pidä piitata, se pitää unohtaa ja sitten kannattaa katsoa mihin haastatteluihin suostuu ja millä ehdoilla.

Toimittajat toki tekevät työtänsä sekä päättävät mitä lehteen kirjoittavat, ja se on pelin henki.

Lisäksi toimittajilla on täysi oikeus tuoda oma näkemys jostain

henkilöstä tai asiasta esille.

Nykyään kannattaa perustaa oma kotisivu ja oma blogi, niin että pystyy joka tapauksessa tuomaan oman näkemyksensä julki, jos omasta mielestä julkisuudessa se ei oikein tule esille.

Internet on tehnyt sen, että viestintä on mahdollista ominkin päin täysin omaehtoisesti.

Jos vaikkapa *Seiska* kirjoittaa sinusta häväistysjutun, voit omien blogiesi tai kotisivujesi kautta iskeä takaisin ja tuoda oman versionsi julkisuuteen.

Monet poliitikot ja julkisuuden ihmiset tekevät juuri näin, eiväkä välttämättä enää edes soita lehden päätoimittajalle ja vaadi korjausta lehteen.

Nykyään ei kannata alistua, vaan kannattaa tuoda ihan reilusti ja rohkeasti vaikkapa oman bloginsa kautta tai sitten Facebookin välityksellä se oma versionsa asioista ja tapahtumista esille.

Media ei enää päättä mistä ihmiset keskusteleivat, keskustelupalstat ja internet on tehnyt sen mahdolliseksi, että ihmiset päättävät itse sen mihin uskovat tai mistä puhuvat.

Yleensä median kanssa pärjää niin, ettei rakenna elämäänsä julkisuudenhakuisuuden perään ja kannattaa miettiä tarkkaan kenelle antaa haastattelun ja etenkin kenelle ei sitä anna.

Itseään ja omia arvojaan ei kannata määrittää juorujen tai medianäkyvyyden mukaan.

Kannattaa siis vain ja ainoastaan keskittyä omaan peliinsä ja vähät välittää siitä mitä huutoa tai mekkalaa se omatoimisuus

aiheuttaa.

Mitä omavaltaisampaan elämään pystyy välittämättä kenenkään näkemyksistä tai mielipiteistä, niin sitä paremman elämän saa ja tämä koskee myös julkisuutta.

47 - Luku: Johtajuus.

On hieno asia, että ihmiset kyseenalaistavat kuulemaansa, näkemäänsä ja lukemaansa.

Eivätkä näin ollen ota mitään asioita täytenä totuutena, vaikka ne ylhäältä alaspäin saneltaisiinkin.

Yhden näkemyksen mukaan ympäristö ja siinä tapahtuvat asiat sekä olosuhteet muokkaavat ihmistä paljon enemmän kuin geenit.

Myös muiden ihmisten uskomukset ja käsitykset yksilöstä itsestään muuttavat yksilön käyttäytymistä, jos hän sen sallii tapahtuvaksi.

Ihminen ei siis ole geeniensä eikä olosuhteiden vanki, vaikka geeniperimä voi tuoda vaikeuksia, esimerkiksi jonkun perinnöllisen sairauden muodossa.

Myös huonot olosuhteet voivat tehdä ponnistelun hyvään elämään rankemmaksi, kuten vaikkapa jos omaa alkoholismista kärsivät vanhemmat.

Uskomusjärjestelmän ylikorostamista ei vain voi ylikorostaa.

Jokaisella ihmisellä on uskomusjärjestelmä ja valitettavan moni antaa toisten uskomusjärjestelmien päättää myös sen mitä hän itse kokee voivansa saavuttaa tai ylipäätään pystyä tekemään.

Jos emme ole varovaisia, niin muiden ihmisten uskomuksista meistä, tulee meidän omiamme.

Yhteiskunta näkee itsensä itseisarvona johon yksilö kuuluu, eikä niin, että yhteiskunnan järjestelmä olisi tehty palvelemaan,

suojelemaan tai auttamaan yksilöä.

Jos yksilö uskoo vallitsevaan yhteiskunnalliseen järjestelmään, niin se luo onnettomuutta ja orjuutta sekä kollektiivisesti, että etenkin yksilölle itselleen.

Jos yksilö kyseenalaistaa ja alkaa rakentelemaan uusia juttuja ei toimivan järjestelmän päälle, niin se tie vie onneen ja mielenrauhaan.

Länsimainen ihminen on alkanut unohtaa sen miten rakennellaan parempi yhteys eläimiin, luontoon, toisiin ihmisiin ja Jumalaan, miten yksilö sen sitten käsittääkään.

On aika välttämätöntä tällä hetkellä alkaa ymmärtämään se, että länsimainen ja nykyinen yhteiskunta sekä elämänmeno ei johda yhtään mihinkään hyvään ja puhtaaseen yksilön kannalta.

Tämä tarkoittaa käytännössä sitä, että yksilön kannattaa lopettaa auktoriteettien ja poliitikkojen maailmaankuvaan uskomisen välittömästi.

Uskonsa menettäminen nykyiseen rahajärjestelmään on myös tärkeää, sillä mitä enemmän arvottaa ja määrittää asioita rahalla, niin sitä vähemmän kykenee saavuttamaan itselleen tärkeitä asioita.

Rahajärjestelmä on luotu myös sen takia, että ihmisten henkinen kehittyminen pysähtyisi ja ihmiset alkaisivat miettiä rajoituksia omissa taidoissaan ja ylipäätään omassa elämässään.

Yksilön siis kannattaa lähteä siitä, että kaikki mitä on itselle ylhäältä alas opetettu on tällä hetkellä mielipuolista valhetta.

Tästä on hyvä lähteä liikkeelle.

Tämän toteamuksen jälkeen lähtee siitä sitten menemään eteenpäin ja alkaa oikeasti uskoa, että omasta itsestään saa ne vastaukset joilla se oma elämä muuttuu paremmaksi.

Ja oman itsensä ulkopuoliseen ohjaukseen ja neuvontaan kannattaa suhtautua varauksellisesti, toki kuunnella se, miettiä sitä ja sen jälkeen vasta tehdä päätös suuntaan jos toiseenkin.

Se oma tyyli ja tapa millä se oma elämä saadaan paremmaksi, niin se saadaan erehtymisen ja oppimisen kautta.

Sekä pitkäjänteisesti puurtamalla ja kokeilemalla erilaisia asioita ja yhdistelemällä rohkeasti asioita jotka eivät välttämättä mitenkään sopisi keskenään yhteen.

Aloitetaan sillä, että pidä perustasi kunnossa: panosta itsetuntemukseesi ja siihen mitä haluat elämääsi ja mitä et halua.

Mieti vielä tämän lisäksi mitä olet valmis tekemään sen eteen mitä haluat ja mitä taas et ole.

Listaa myös omat arvosi sekä unelmasi ylös ja näin saat jo aika vankan pohjan aloittaa itsetuntemus.

Teit vastaavankaltaisia harjoituksia paljon aikaisemmin.

Nyt ideana on se, että et katso niitä aiempia vaan vastaat nyt intuitiosi pohjalta ja myöhemmin vertaat näitä lappusia keskenään.

Näin saat taas suuntaa itsestäsi selville.

Kun oman elämän perusta alkaa selkeytyä, niin sitä kautta oma keskittymiskyky parantuu ja tätä kautta alat tasaisesti tehdä koko ajan oikeita päätöksiä oman elämäsi suhteen.

Näin saat oman elämäsi tai oman pelisi omaan hallintaasi ja näin sinun on helpompi olla myös lähtemättä muiden provosointiin tai pelaamiseen mukaan.

Lisäksi otat täyden vastuun siitä elämäsi tilanteesta jossa juuri nyt olet, vaikka et olisikaan siihen täysin omaa syytäsi joutunut.

Nykyinen elämänmeno: kiire, taloudelliset vaikeudet, mediaähky ja muu sielulle vaarallinen töhkö, tekevät ihmisestä levottoman ja tätä kautta helposti manipuloitavan.

Kannattaa siis kääntää ajattelusuuntaa vaikka olisikin tiukassa paikassa tai kiire puskisi päälle.

Lisäksi kannattaa alkaa ajatella sitä, että levottomuutta voi myös käyttää hyväkseen.

Henkistä kehittymistä tapahtuu myös paineen alaisuudessa, eikä vain pelkästään rauhallisessa olotilassa jossa mieli on tyyni.

Hiljentymiselle ja pysähtymiselle on paikkansa ja hiljaisuudessa saadaan parempi yhteys omaan itseen, yliminään ja sieluun.

Tiukoissakin tilanteissa ja stressin alaisuudessa me kaikki ihmiset joudumme aina silloin tällöin toimimaan ja ei pidä yhtään ajatella, etteikö myös se olisi henkistä jalostumista.

Kyse on nimenomaan asiaan suhtautumisessa ja miten niissä tilanteissa toimimme niin, että tilanteen kaikki osapuolet hyötyvät tai pääsevät siitä tilanteesta kunnialla pois.

Tällöin on tärkeää, että toimii tunteella, koska tällöin jos koskaan toimimme hyvän intuition pohjalta.

Tunteella toimiminen kannattaa erottaa tunnekuohussa toimimisesta ja yleensä tunnekuohussa toimimisesta ei seuraa mitään hyvää, yleensä vaan kaaosta tai asiat lähtevät menemään enemmän solmuun.

Nämä kaksi asiaa eroavat radikaalisti siinä, että tunteella toimimisessa yleensä toimitaan rauhallisesti ja tunnekuohussa halutaan toimia hyvin nopeasti.

Lisäksi yleensä tunteella toimimisessa on positiivinen pohjavire, kun taas tunnekuohussa on negatiivinen sävy, että jos juuri nyt en toimi näin ja aiheuta huomiota, niin ne jyrää meitin.

Tunteella toimimisessa tullaan huomioimaan myös toisten ihmisten palveleminen ja kuten kaikki tietävät, niin nöyrästi palveleva ihminen onnistuu useammin kuin itsekäs.

Koska jos haluat oikeasti onnistua isosti elämässä tai vaikka yritysmaailmassa niin tärkein lainalaisuus on se, että sinun tarkoituksesi ei ole pelkästään menestyä, vaan saada ympärilläsi olevat ihmiset menestymään.

Näin heidän menestyksensä nostattaa myös sinua ja sinulle tulee maine, että jos tuota kaveria seuraa, niin itsekin siitä voi hyötyä.

Jos haluaa tulla karismaattiseksi ihmiseksi, niin tällöin kannattaa ehdottomasti luottaa omaan persoonallisuuteensa ja siihen, että se luo vetovoimaa joka tuo muita ihmisiä ympärillesi.

Itsevarmuus tulee omaan elämään niin, että tietää suurinpiirtein

niiden asioiden lopputuloksen joita tekee.

Tämä onnistuu kaikista parhaiten niin, että hallitsee asiansa ja se taas onnistuu niin, että tekee lujasti pohjatyötä näiden eteen sekä harjoittelee rivakasti.

Näinä levottomuuden aikoina, niin kärsivällisyys on hyveistä yksi parhaimmista.

Se, että me ymmärrämme tehdä oman osamme saadaksemme hyvän elämän ja ymmärrämme myös laskea otteen emmekä purista mailaa rystyset valkoisina, vaan annamme korkeampien voimien viedä ne asiat sinne minne ne kuuluvat jotka potkaisemme liikkeelle, niin se on jumalallista.

Maailmankaikkeudella on rytmi ja siihen on turha lähteä säätämään ja hakemalla hakemaan itselle sellaista lopputulosta kuin ehdoin tahdoin haluaa, koska sitä ei ole kuitenkaan luvassa.

Tekee vain nöyrästi oman osansa ja katsoo sitten kärsivällisesti miten se asia tulee menemään.

Esimerkiksi jos annat jollekin ihmiselle kirjoittamasi novellin ja hän sanoo soittavansa sinulle vaikka perjantaina ja sanoo mielipiteensä siitä, niin ei kannata ottaa kaveriin yhteyttä yhtään aikaisemmin.

Tunnekuohussa toimimisella antaa itsestään vain hätäisen kuvan ja ihminen joka kärsivällisesti odottaa oikeaa hetkeä antaa itsestään itsevarman kuvan joka tietää mitä tekee.

On myös tärkeää tuntea ihmiset ja ihmisluonto ihan yleisestikin ottaen hyvin.

Se miten psyyke toimii ja mitkä ovat laumakäyttäytymisen periaatteet, niin kirjaston materiaalin kautta kannattaa tähän perehtyä.

Ihmistä ja ihmisiä voidaan manipuloida ja johdattaa tiettyyn suuntaan aika helpostikin.

Ihminen joka haluaa olla ainakin oman elämänsä johtaja, niin ei lähde tuohon leikkiin mukaan.

Hän johtaa selkeästi itseään, arvojaan, tavoitteitaan sekä unelmiaan päämäärätietoisesti A:sta B:hen.

Tietenkin tähän tarvitaan myös yhteistyötä muiden ihmisten kanssa.

Ja siihen taas puolestaan tarvitaan hyvää kommunikointikykyä.

Hyvä kommunikoija on puolestaan sellainen joka on selkeä ja rehellinen.

Jos oikein haluaa saada muiden ihmisten positiivisen huomion, niin kannattaa aliluvata sekä ylisuorittaa.

Tämä tarkoittaa sitä, että teet ja annat enemmän kuin lupaat.

Tässä ei kuitenkaan kannata liioitella, koska ihmiset saattavat alkaa oppimaan siihen, että sinulta saa halvalla hyvää ja äkkiä ollaan kierteessä joka polttaa yksilön loppuun.

Kuitenkin kun on selkeä kommunikoinnissaan ja kertoo selkeästi ihmisille mitä ajaa takaa ja millä motiivein, niin huolta ei pitäisi olla sitten sen suhteen, että tekee vähän enemmän kuin samalla elämänsektorilla olevat toiset toimijat.

Johtajuuden ja myös karismaattisuuden ehkä tärkein näkyvä ominaisuus on se, että puhuu ympärillä oleville ihmisille niin, että he ymmärtävät sen mitä ajat takaa.

Selkeys on yksi tärkeimpiä ominaisuuksia tavoittaa muut ihmiset.

Muiden ihmisten kanssa tullaan myös samalle aaltopituudelle, niin ettei esitä eikä kuvittele olevansa mikään supersankari tai muiden ihmisten yläpuolella, vaan uskaltaa myös näyttää haavoittuvuutensa sekä inhimillisyytensä.

Siihen kuuluu, että uskaltaa myöntää ja näyttää omat vikansa sekä virheensä.

Kun siis puhuu, niin kannattaa puhua totta ja olla rehellinen viestinnässään, koska tällöin keho, mikroilmeet ja äänenpaino on viestijän puolella eikä tätä vastaan.

Tätä kautta tulee rentous ja niin sanottu flowtila päälle ja se taas tuo reippautta ja iloisuutta esiintymiseen, joka riisuu yleensä yleisön sekä ympärillä olevien ihmisten varauksellisuuden pois.

Rentoutta saa myös sekä itseensä että ympärillä oleviin ihmisiin, niin että hymyilee enemmän.

Hymyilyn ohessa erittäin tärkeää on pitää katsekontakti keskustelukumppaniin ja myös isommalle massalle puhuessa kannattaa etsiä sellainen kiintopiste johon katsoo.

Tämä näyttää suuremmalle massalle sellaiselta, että sinä katsoisit juuri heihin yksilöllisesti.

Sen jälkeen kommunikoinnissa rauhalliset liikkeet ja ei lähde

pyytelemään missään vaiheessa omaa olemassaoloaan anteeksi.

Ja näin tavallaan unohtaa itsensä ja sitä kautta se sanoma korostuu jota haluaa ihmisille kertoa.

Kommunikoinnissa ja puheessa kannattaa käyttää mielikuvitustaan sekä mielikuvia ja antaa ihmisten itse tajuta se viesti jota viedään eteenpäin, kuin alkaa sitä vääntämään rautalangasta, jolloin kuuntelijalle tulee tyhmä olo ja sen jälkeen hän kokee, että häntä suorastaan dissataan.

Sen jälkeen puhujaa pidetäänkin ylimielisenä.

Viestinnässä sitä kannattaa korostaa, että oma ego kannattaa unohtaa ja jopa ylikorostaa sitä viestiä jota on ihmisille kertomassa.

Ihan käytännön vinkkinä, niin kannattaa toimia selvinpäin ja välttää ainakin esiintymisessä tai toisten ihmisten kanssa neuvotteluissa tai heille vaikkapa esitelmää pidettäessä lääkkeitä, alkoholia tai huumeita.

Ne voivat tuoda sekavuutta ajatteluun ja ne tuovat takuuvarmasti sekavuutta esiintymiseen sekä puheeseen.

Ja äänenpainosta ainakin selviää se, että onko mies päihteiden vaikutuksen alainen vai eikö ole.

Yleisön mielenkiintoa pidetään yllä niin, että vältetään rutiinia ja ollaan ennalta-arvaamattomia.

Mallia kannattaa ottaa Stand up esiintyjistä, jotka treenaavat paljon, tekevät ison määrän pohjatyötä ja kuitenkin lähes jokainen esitys on erilainen ja tuore improvisoinnin ansiosta.

Kannattaa muutenkin panostaa tarinan kertomiseen ja kertoa tarinoita, eikä vain saarnata omia näkemyksiään ihmisille.

Eteen tulevista tilanteista olivatpa ne positiivisia tai negatiivisia, niin niistä kannattaa oppia ja sitä kautta hyödyntää eteen tulevat mahdollisuudet niin hyvin kuin vain on mahdollista.

Improvisointi on helpompaa kun pohjatyo on tehty hyvin.

Tätä kautta tilanne otetaan haltuun aktiivisella toiminnalla ja tätä kautta myös se oma asenne näkyy ja kuuluu.

Näin myös se oma merkityksellisyys kasvaa ja lisäksi tätä kautta muut ympärilläsi olevat ihmiset kokevat, että annat heille jotain tärkeää.

Näin nostat itsesi ja muiden arvoa!

Mitä enemmän on aktiivinen ja tavallaan pakottaa muut vastaamaan omiin siirtoihin kuin niin, että reagoi vain passiivisesti muiden siirtoihin, niin sitä enemmän mahdollisuuksia pystyy rakentelemaan omista lähtökohdistaan käsin.

Reagointi muiden siirtoihin tarkoittaa, että muut pystyvät vaikuttamaan sinun elämääsi ja sinun ratkaisuihisi enemmän kuin heille ehkä kannattaisi loppupeleissä antaa siihen valtaa.

Laadi itsellesi siis tavoitteet: mitä, miksi ja miten sekä miten ei.

Panosta itsetuntemukseesi jatkuvasti.

Sekä luota intuitioon ja toimi spontaanisti.

Eteenpäin meneminen ja riskien ottaminen kuuluu ehdottomasti

menestyjälle ja itsensä johtajalle.

Kuitenkin kannattaa edetä niin, että vaikka vastoinkäymisiä tulisikin niin ne eivät saa kaataa sinua.

Nosta siis tavoitteittesi rimaa varovaisen harkitusti ja uskalla edetä myös hitaasti.

Isoilla riskeillä ja nopeudella voi tulla sellaisia takapakkeja, ettet kestä niitä.

Yksi keino vahvistaa itseään niin, että takapakit eivät tule koskaan kaatamaan sinua on se, että yksilö opettelee nauramaan itselleen eikä ota itseään eikä toimiaan niin kauhean vakavasti.

Kun huumorintaju kasvaa ja oppii nauramaan itselleen eikä otakaan ihan kaikkia asioita niin kuoleman vakavasti, niin tätä kautta tulet kestäämään epäonnistumisen tuomat tunteet paljon paremmin kuin jos suhtaudut asioihin vakavasti ja puristat mailaa niin sanotusti rystyset valkeina.

Yksi tärkeä asia jossa suomalaiset miehet eivät ole hyviä, niin meitä ei ole opetettu onnistumaan tai ylittämään itseämme ja entisiä suorituksiamme.

Ole sinä siis poikkeus tälle toteamalle ja johda itseäsi siihen!

48 - Luku :Anteeksianto.

Ennen kuin voi muuttua hengellisesti jalommaksi ihmiseksi, kannattaisi olla kaikin puolin muuten vahva: huolehtia terveydestään ja sosiaalisuudestaan, pitää huolta taloudestaan sekä huolehtia, että asiat menevät elämässä ylipäättään suhteellisen hyvin.

Jos ihminen on velkaa ja kaikki asiat ovat rempallaan, niin hän ei pysty täydellisesti jalostumaan henkisesti, koska kaikki arjen murheet sekä harmit hiipivät mieleen ja tekevät mielestä sekavan.

Ihmisen kannattaisi kaikin keinoin ensimmäiseksi yrittää saada elämänsä tasapainoon, ennen kuin voidaan syventyä hengellisyyden periaatteisiin isommalla kädellä.

Maslow'n tarvehierarkian voisi huomioida tässä alustavasti, koska sen teorian ydin on siinä, että ihmisillä on ensin perustarpeet, kuten tarve syödä, nukkua ja kaikki mikä tarvitaan perustoimintoihin.

Vasta kun perustarpeet on tyydytetty voidaan alkaa toteuttamaan korkeampien tarpeiden tyydyttämistä, kuten arvostuksen saamista muilta ihmisiltä.

Tosin myös Maslow aikoinaan totesi, että tarpeiden tyydytys ei välttämättä etene hierarkisesti, vaan tietty tarve ja sen tarpeen tyydyttäminen voi ylikorostua toisen tarpeen kustannuksella.

Tämä voi tarkoittaa sitä, että vaikka on nälkä tai kunnollisia asuin- tai elinolosuhteita ei ole, niin silti voi olla tärkeämpää saada huomiota muilta ihmisiltä tai päästä toteuttamaan omaa

taiteellista suuntautumistaan.

Yksinkertaistettuna se tarkoittaa sitä, että henkiseen kehittymiseen ei voida hypätä jos ajatukset pyörivät arjen murheissa.

Tietenkin asioiden syvällisempi ymmärtäminen ihan arkisissa asioissakin auttaa, mutta ensin oma pesä kuntoon, ennen kuin kannattaa lähteä edes yrittämään ymmärtämään universumin salaisuuksia.

Tai miten niitä voisi hyödyntää oman elämänlaadun parantamisen suhteen.

Henkisyys ja se, että ei anna tavaroiden tai asioiden määrittää itseään, vaan se, että ymmärtää asioilla ja omalla elämällään olevan syvemmänkin merkityksen, niin se on vaan äärimmäisen tärkeää ihmisen motivaatiolle sekä hänen tekojensa laadulle.

Itsensä jalostaminen on hieno ja uljas asia ja sillä tiellä kulkemista me jatkamme.

Sielulle anteeksianto tekee hyvää, mutta konkreettisesti anteeksiannon tekeminen on helpommin sanottu kuin tehty, koska ihmisen luonne on mitä se on.

Törkeästi yleistäen, niin ihmiset ovat itsekkäitä egoisteja, jotka ottavat asioita itsestäänselvyyksinä itselleen muista vähät välittämättä.

Ihmislunnonetta seuraten, niin valitettavasti näyttäisi, että asiat vielä jonkun aikaa pahenevat ennen kuin paranevat, vaikka hyviä ennusmerkkejä on olemassa, että olemme kollektiivina menossa parempaan suuntaan ja itsekkys alkaa hiljalleen väistyä

jaloimpien luonteenpiirteiden noustessa keskiöön.

Anteeksiantaminen on tärkeä asia yksilölle itselleen ja nyt sitä käsitellään vähän normista poikkeavalla näkökulmalla, nimittäin energiapoliittisesti.

Viha ja rakkaus ovat energiaa ja ne antavat meille voimaa tavoitella niitä asioita joita haluamme saada tai saavuttaa.

Kosto on yksi tällainen motiivi jonka toteuttamiseen tunnetila nimeltä viha antaa meille energiaa sekä voimavaroja.

Kun vihaamme jotain, niin saamme voimaa kostaaksemme jollekin sitä mitä hän on tehnyt meille.

On se teko ollut sitten todellinen tai mielemme luoma kuvitteellinen tila.

Ei aina, mutta joskus alamme vihata asioita tai ihmisiä ei sen takia, että he olisivat tehneet meille jotain pahaa vaan kuvittelemme, että heidän käytös on aiheuttanut meille pahaa tai he ovat riistämässä meitä vaikka näin ei olisikaan.

Oma mielemme osaa luoda meille vihollisia vaikka he eivät todellisuudessa sitä olisikaan.

Viha tunnetilana tuppaa vain syömään meitä ja kun kosto on saatu tai kuvittelemme sen saavuttaneemme, huomaammekin ettei se ehkä antanutkaan sitä mitä odotimme.

Ja voi olla, että koston jälkeen elämäämme tulee tyhjiö tai tyhjyyden tunne.

Enää viha ei siis annakaan meille energiaa mennä eteenpäin.

Tarkoituksena on siis tulla sellaiseksi ihmiseksi joka vetää menestystä ja asioita puoleensa: viehätysvoima on rakennettu niin kovaksi, että halutut asiat suorastaan tippuvat syliin.

Silloin joudutaan sitä pohjatyötä tekemään ja kuten moneen kertaan on todettua, niin karismaattisuuden voi rakentaa.

Yleensä karismaattisesta ihmistä huokuu voima mennä unelmiaan ja tavoitteitaan kohti ja saada muut ihmiset kulkemaan yhdessä tätä matkaa.

Tällöin voidaan puhua myös johtajuudesta ja silloin kyseinen yksilö antaa ymmärtää, että hänen kanssaan tai hänen suuntaansa kulkiessaan kaikki voittavat ja saavat hyviä asioita elämäänsä tai jopa paremman elämän.

Silloin kun suunta laitetaan luomiseen tai jonkin päämäärän saavuttamiseen, niin energiaa ei ole tuhlettavaksi.

Sen takia vihasta ja katkeruudesta olisi hyvä laskea irti koska se tunnetila pitää sinut paikallaan, etkä saa niitä asioita elämääsi joita haluaisit.

Viha ja katkeruus yksinkertaisesti vievät sinulta energiaa ja mahdollisuuksia pois, jotka voisivat parantaa huomattavastikin oman elämäsi laatua, kunhan vain oppisit suuntaamaan tuon energian rakentavasti ja positiivisesti unelmiisi.

Mitäpä jos pysähtyisit hetkeksi miettimään ja ottaisit kynää sekä paperia ja täysin intohimottomasti mieltisit mitä hyvää viha tai kostonhimo tuo elämääsi?

Sitten mieltisit, että mitä se rajoittaa nykyisessä elämässäsi.

Lopuksi sitten miettisit mitä haluat elämääsi ja miten ne voisivat siihen saapua.

Tämmöisellä pienellä suunnittelulla ja suunnan ottamisella sekä ennen kaikkea energian tarkasti kohdentamisella voisit päästä elämässäsi hyvinkin pitkälle.

Nimittäin liike on tässä avainasemassa.

Kosto ja viha vievät kyllä lyhyellä tähtämellä eteenpäin.

Valitettavasti pitkällä juoksulla ne vievät energiaa ja tuppaavat jättämään ihmisen aloilleen ison tyhjyyden tunteen kanssa.

Tärkeää on siis saada energiaa jotta voi saada sellaisen elämän kuin haluaa omin ehdoin ja niin kuin itse haluaa, eikä sellaista elämää jota muut haluaisivat sinun elävän.

Paremmaksi ihmiseksi ja jalommaksi henkiseksi olennoiksi muuttuminen tulee kaupan päälle.

Tarkoitus on tulla elämää suuremmaksi menestyjäksi ja silloin energiaa pitää kohdistaa tarkasti ja valitusti oikeisiin kohteisiin.

Ja siinä anteeksianto tulee kuvioon mukaan.

Anteeksianto on vaikeaa ja ihmiseen on rakennettu halu kostaa niille, jotka tekevät väärin meille ja elokuvat sekä viihde vielä ruokkivat tätä ilmiötä, puhumattakaan suurvaltojen ulkopolitiikasta, jossa yleensä ulkopolitiikkaan tartutaan kun omia sisäisiä asioita ei osata tai haluta hoitaa kunnolla kuntoon.

Vihasta ja katkeruudesta on kuitenkin hyvä päästä eroon tai kanavoida se oikein, koska se mahdollistaa eteenpäin menemisen.

Vieläpä sellaisen eteenpäin menemisen joka tuo elämäämme hyviä asioita tai pikemminkin muuttaa meitä sellaiseksi, jolle noita upeita asioita elämään tulee kuin ihmeen kaupalla.

Häpeä, viha, syyllisyys ja monet vastaavankaltaiset tunteet rasittavat meitä fyysisesti, henkisesti ja psyykkisesti.

Ne uuvuttavat meitä, joten niitä pitää oppia hoitamaan jotta energiaa saataisiin muuhun kuten niihin unelmiin ja tavoitteisiin.

Anteeksiannolla siis haetaan voimaa ja energiaa kohdistaa se asioihin jotka ovat meille hyödyksi, kuin että jäisimme passiivisesti ruikuttamaan meille sattunutta vääryyttä.

Jos itselle sattunut vääryys ahdistaa, niin sen voi purkaa paperille tai videokameralle.

Jos oikein ahdistaa, niin voi hakea ammattiauttajan apua.

Sinällään siihen tuskaan ja harmitukseen ei saa jäädä kiinni, koska se rajoittaa omaa elämää.

Kipeätkin asiat on hyvä käsitellä ja prosessoida.

Monet ihmisen ongelmat johtuvat siitä, että ihminen ei osaa käsitellä oikein omaa tunne-elämäänsä ja niitä tunteita ei uskalleta kohdata tai sitten niille annetaan ihan liikaa valtaa.

Elämä menee joka hetki eteenpäin, liikut sinä siinä mukana tai et, mutta negatiiviset ajatukset ja tunnetilat pitävät aika hyvin ihmisen aloillaan sekä joskus laittavat ihmisen rypemään itsesäälissä.

Jos ei keskity oman elämänlaatunsa parantamiseen joka hetki,

huomaa äkkiä, että elää sellaista elämää jota ei ole halunnut elää, eikä haluaisikaan elää.

Totta kai korjausliikkeitä voi tehdä aina ja mitä nopeammin huomaa sen, että oman elämänlaadun parantaminen on prosessi joka kannattaisi aloittaa mahdollisimman nopeasti, niin hyvinkin pian on siellä missä oikeasti haluaa ollakin.

Tärkeintä on antaa ensin itselleen anteeksi kun lähdetään anteeksiannon tielle.

Vahvoja tunteita ei pidä pelätä, vaan alkaa opiskelemaan niihin suhtautumista ja niiden käyttöä.

Voimakkaat tunteet antavat meille loppujen lopuksi sitä energiaa mitä me tarvitsemme saadaksemme sen mitä janoamme.

Ja jos arveluttaa mennä yksin omaan tunnemaailmaansa, niin ammattiauttajiakin voi käyttää.

Aika paljon saa kynällä ja paperilla aikaan ihan itse.

Kannattaa kirjoittaa mitä tuntee sekä mistä paha olo tulee ja katsoo myöhemmin mitä on kirjoittanut ja sen jälkeen kirjoittaa uudelleen.

Kannattaisi myös alkaa opetella miettimään miten sitä omaa suuntaa ja omaa käyttäytymistä kannattaisi muuttaa, että sitä energiaa voisi laittaa oikeasti itselle mielekkääseen tekemiseen.

Ihminen pystyy kyllä hyvin pitkälle auttamaan itse itseään, eikä oman elämänlaadun parantamista kannattaisi ulkoistaa ollenkaan.

Muista ettei anteeksiantaminen merkitse, että hyväksyisit

väärän toiminnan itseäsi kohtaan eikä se myöskään tarkoita, että sinun pitäisi unohtaa asia.

Päinvastoin, jos koet, että sinulle on tehty vääryyttä, niin nosta rohkeasti meteli päälle.

Ota yhteyttä mediaan, poliisiin, kerro asiasta sosiaalisten medioitten kautta, kirjoita räväkkä mielipidekirjoitus, haasta väärintekijät oikeuteen jos se sinusta tuntuu oikealta paikalta jne...

Vaikka joku tekee väärin ja annat hänelle anteeksi, ei se tarkoita ettetkö voisi pitää puoliasi.

Vaikka raiskattu antaisikin raiskaajalleen anteeksi, raiskaajan pitää silti maksaa iso hinta siitä mitä tämä on tehnyt.

Ja sama isompien toimijoiden suhteen.

Jos joku firma kohtelee sinua kaltoin, niin ota yhteyttä mediaan ja koita saada mahdollisimman paljon julkisuutta asiallesi.

Pidä reilusti puoliasi!

Jos sinua kiusataan koulussa, niin voit kertoa opettajille, kotona ja jos se ei auta voit tehdä rikosilmoituksen koulukiusaajista.

Muista vain se, että kun puolustaudut ja pidät puoliasi, niin toimi intohimottomasti ja lähes stoalaisesti.

Kosto ei saa olla elämäsi päämäärä ja on oikein puolustaa itseään sekä joskus muistuttaa väärintekijöitä siitä mitä nämä ovat tehneet.

Kyse voi olla myös voimapolitiikasta, että aina kun pidät puolesi, niin ihmiset huomaavat sinun puolustavan itseäsi.

Näin sinua ei pidetä kynnysmattona ja yleensä ihmisiä, jotka eivät anna heti periksi tai antaudu ilman taistelua, niin niitä ei nyt ensimmäisenä lähdetä hyötykäyttämään.

Pahiten tässä maailmassa näytetään kohtelevan ihmisiä, jotka alistuvat heti voimakkaamman edessä ja vaikka heitä kohdeltaisiin väärin, niin he eivät sano siitä mitään, eivätkä pidä puoliaan.

Vahvat ja häikäilemättömät ihmiset käyttävät lähes aina hyväkseen ihmisiä, jotka eivät pidä puoliaan.

Kun ihmistä jatkuvasti riistetään, hyväksikäytetään tai hänen hyväluontoisuuttaan käytetään hyväksi, niin se voi tuoda noita negatiivisia tunteita ja nostaa vihan sekä raivon pintaan.

Kun on tarpeeksi vahva elämän eri sektoreilla, niin voi olla, että sinua ei tullakaan riistämään tai hyväksikäyttämään ja siitä ei sitten tarvitse suuttua tai tuntea vihaa, eikä anteeksiantoon ole tarvetta.

Kun on vahva ja menestyvä, niin on armeliaskin sekä osaa nähdä asioiden syvemmän merkityksen.

Kuten sen, että jos joku menestyy, niin se ei välttämättä ole minulta pois tai jos minä menestyn, niin se voi hyödyttää sinuakin.

Tietenkin maailma on monimutkainen ja monimuotoinen, joten tulee ihmisiä ja tapahtumia jotka nostattavat kiukun pintaan.

Se kiukku taas vie energiaa oman elämänlaadun parantamisen suhteen, joten negatiiviset tunnetilat pitää käsitellä, jotta saamme energiaa rakentaviin asioihin ja positiivisiin ajatuksiin.

Anteeksiantoon pitää kasvaa kuten kaikkiin henkisiin kykyihin tai taitoihin ja sen jälkeen se kannattaisi sopeuttaa nykyiseen elämään.

49 – Luku: Onnellisuus!

Tämä on se päämäärä, johon tämä kirja ehdottaa sinua pääsemään.

Se vain on niin, että: joskus kannattaa olla aloillaan sekä antaa kiireen mennä kauas pois ja nauttia vain elämästä sekä olla suorittamatta mitään.

Ottaa vain elämään saapuvat asiat ihan rauhallisesti ja tyynesti vastaan.

Mitä onnellisuus on ihan konkreettisesti ja voiko sen saavuttaa elämänsä?

Tässä vielä lyhyt kertaus ihan perusteista.

Onnellisuus kannattaisi rakentaa perusasioiden varaan ja niitä ovat esimerkiksi:

Hyvin nukuttu yö sekä rauhallinen uni ovat kaiken aa ja oo.

Lisäksi päivittäin olisi hyvä saada muutakin lepoa ja muutenkin hyvä olisi olla rentoutuneessa mielentilassa mahdollisimman paljon.

Päivittäin kannattaisi pitää lepotauko, vaikka töiden jälkeen, se voisi olla vaikka puolituntia.

Ja tällöin kannattaisi olla sellaisessa tilassa ja paikassa, jossa saa olla rauhassa sekä ihan yksinään.

Kännykkä kannattaisi sulkea, sillä se on sinun aikaasi, eikä sitä saa muut ihmiset päästä häiritsemään.

Synkät ajatukset ja masennus tulevat yleensä väsyneenä, joten

omaa mieltään kannattaa lepuuttaa tänä aikana jona kiire ja median möly tупpaavat sitä sotkemaan.

Omaa mieltään kannattaisi aktiivisesti hoitaa silloin kun ongelmat ja kiire eivät rassaa.

Se on helpommin sanottu kuin tehty, mutta kriisitilanteessa tai saadessasi uutisen, joka vaikuttaa tunnetilaasi (kuten tieto läheisen kuolemasta, potkujen saaminen tai vaikka se, että ulosotto uhkaa), on ihan turha yrittää ottaa omaa aikaa ja rauhoittaa mieltään.

Kun on oppinut hiljentämään mielensä ja miettinyt omat arvonsa , niin osaa toimiakin oikein tiukoissakin paikoissa

Niin sanotusti silloin kun sinulla on tylsää, ota aikaa itsellesi ja keskity kuuntelemaan hiljaisuutta.

Seuraavat perusarvot ovat terveys ja hyvä kunto.

Terveysten me ihmiset tупpaamme ottamaan itsestäänselvyytenä ja tajuamme elämän rajallisuuden, vasta kun keho pettää tai joudumme onnettomuuteen.

Säännöllinen liikunta ja terveydestä huolehtiminen on tärkeää, myös ruokavaliostaan kannattaa pitää hyvää huolta.

Liikunta on laaja-alainen asia, että jokainen löytää sieltä jotain aina salilla käymisestä uimiseen tai vaikkapa joogaan.

Kannattaisi myös tehdä hyviä asioita päivittäin, vaikkapa niitä hyvinkin pieniä, joita saattaa jopa pitää täysin merkityksettöminä.

Kuten roskan kerääminen maasta, rahan antaminen hyväntekeväisyyteen, vanhemmille ihmisille oven avaaminen, sen yrittäminen ettei kiroilisi yhtenä päivänä (vaikeampaa kuin

luulettekaan) jne...

Tai jonkin hyvän asian tekeminen, josta ei välttämättä saa kiitosta, mutta jonka tietää oikeaksi teoksi, joka kannattaa siitä huolimatta tehdä.

Jos joku on auttanut sinua, kannattaa muistaa aina silloin tällöin kiittää vilpittömästi sellaista ihmistä joka on apua antanut.

Me ihmiset tuppaamme ottamaan myös toisen ihmisen antaman avun aina itsestänselvyytenä.

Lisäksi kun seuraavan kerran tarvitset hänen apuaan, hän tietää, että sinä otat yhteyttä myös muulloinkin kuin vain silloin kun tarvitset apua.

Ihmisiä ja varsinkaan ystäviään ei saisi koskaan ottaa itsestänselvyytenä.

Onnelliseen elämään tarvitaan myös haasteita, jokainen haluaa, että eläisi merkityksellistä elämää ja niinpä jos työ ei ole haasteellista, jonkun harrastuksen olisi sitä oltava.

Ihmisellä kannattaisi olla joku toive tai unelma, jonka tavoittelu haastaa hänet ylittämään itsensä ja nykyisen suorituskykynsä.

Luonnon ääressä kannattaa kävellä omaan rauhalliseen tahtiinsa ja kaikkein parasta on jos voi kävellä liikkuvan veden äärellä, kuten joella, sillä vesi rauhoittaa mieltä.

Ihmissuhteet ovat onnen peruskiviä ja on hyvä omatakin hyviä ystäviä.

Sen lisäksi kannattaisi ympärillään olla samoista asioista kiinnostuneita ihmisiä, joiden kanssa voi vaikkapa jakaa jonkun harrastuksen.

Erittäin tärkeää henkisellem kehitykselle ja hyvälle mielenterveydelle on rakastuminen ja parisuhde.

Ne vaatisivat oman kirjansa, joten mainitaan vain, että ketään

ei ole tarkoitettu elämään yksin, joten ihmissuhteisiin kannattaa panostaa.

Taloudellisen tilanteen olisi hyvä olla vakaa, koska jos laskut uhkaavat mieltä ja asuntolaina painaa päälle tai ollaan vielä kahden asunnon loukussa, voi tuntua, että onnellisuutta ei ole ja huolet hallitsevat elämää.

Tietenkään ihminen ei aina itse pysty täysin vaikuttamaan omaan taloudelliseen tilanteeseensa.

Lisäksi kannattaa pitää se mielessä, että kun täältä lähdetään niin, rahaa ei saa mukaansa ja taloudelliset huoletkin jäävät tänne maan päälle, kun oma aika loppuu.

Jos on esimerkiksi pitkäaikaistyötön tai asuntovelallinen, niin tietenkin taloudellisen tilanteen miettiminen päivittäin on arkipäivää, halusi sen asian olevan niin tai ei.

Kuitenkin kannattaa yrittää saavuttaa sellainen tila, että itse hallitsee omaa taloudellista asemaansa ja omissa arvoissa raha ei olisi se ihan ykkösasia .

Pelkotilojaan kannattaisi pystyä hallitsemaan ja pelot eivät saisi hallita sinua.

Ihan sama asia kuin rahassa, sinun kannattaisi olla pelkojesi herra, eikä pelkojen sinun herrasi.

Onnellisen olotilan saavuttaminen on siis se johon jokaisen kannattaa lähteä pyrkimään heti aamusta kun herää.

Ei se ole niin vaikeaa kuin voisi luulla ja jos on tehnyt tämän kirjan sen ehdotusten mukaisesti, niin sitä helpommin ja nopeammin se onnellisuus on mahdollisesti mahdollista saavuttaa.

LOPUKSI!

Jos tämä kirja on tehnyt tehtävänsä ja palvellut Jumalaa, niin sinun pitäisi olla hyvin hämmentyneessä tilassa juuri nyt.

Ja se on hyvä asia, koska tämä kirja halusi sinun rupeavan ajattelemaan itse ja tekemään omia päätöksiäsi omien halujesi sekä tarpeidesi pohjalta.

Toivottavasti myös kun tämä kirja on tehty, ei luettu vaan tehty, niin sitä aikaa olisi mennyt yli 2 kuukautta.

Kaikkien sosiaalisten tilanteiden käsikirja Uroskoodi+ ei siis ole, eikä sitä ole edes vielääkään tehty, eikä sitä todennäköisesti koskaan pystytäkään edes tekemään aihealueen laajuuden takia.

Ujouden voittaminen ja itsevarmuuden saaminen ovat olleet tämän kirjan kantavia voimia ja näin syvällisten arvojen sekä taitojen rakentumiseen tarvitaan aikaa, vaivaa sekä suunnitelmallisuutta.

Jos kirja pitää johonkin lokeroida ja jos siis on aivan pakko, niin Uroskoodi+ on lähestymisopas.

Tämä tarkoittaa sitä, että Uroskoodi+ koittaa antaa tekijälleen taitoja, tietoja sekä henkisiä voimavaroja jotta asianomaisen lähestyminen erilaisissa sosiaalisissa tilanteissa menisi hänen kannaltaan parhaalla mahdollisella tavalla.

Pokaamisopas Uroskoodi+ ei missään nimessä halua olla vaikka Uroskoodi+:n opit tulevatkin siitä, että kirjoittaja on yrittänyt jalostaa amerikkalaista pelimieskulttuuria suomalaisen miehen luonteeseen sopivaksi jo useamman vuoden ajan vaihtelevalla menestyksellä.

Pokaamista ei kuitenkaan kannata ylikorostaa, koska siinä naisen saaminen nousee taitojen saamista korkeammalle jalustalle.

Naiset ja seksi siis ylikorostuvat sosiaalisen kehittymisen syvällisemmän ymmärryksen tieltä.

Tietenkin naiset, seksi ja läheisyys ovat tärkeitä asioita miehen elämässä.

Jos kuitenkin katsoo asioita laajemmasta perspektiivistä käsin ja käyttää sosiaalista kyvykkyyttään kaikkia kohtaamiaan ihmisiä hyödyttävällä tavalla, niin voi päästä pidemmälle ja saada enemmän sekä merkityksellistä aikaa, kuin jos keskittyisi pelkästään pesän perässä juoksemiseen.

Lisäksi sosiaalista kyvykkyyttä ei opita lukemalla vaan tekemällä, kokeilemalla ja kokemalla.

Sen takia tämän opaskirjan kirjoittamisessa tai pikemminkin sen jäsentämisessä meni todella kauan aikaa, koska luvut haluttiin saada sellaiseen kuosiin, että olisi sekä harjoituksellinen, että filosofinen osio.

Tarkoituksena oli, että tekemisen ja menemisen jälkeen pysähdyttäisiin miettimään, että mitä tuli tehtyä, miksi ja millä motiivein.

Kirja ei ole täydellinen, se kuitenkin antaa moneen erilaiseen sosiaaliseen kohtaamiseen rakenteen ja konkreettisia apuvälineitä.

Se on sitten lukijasta tai pikemminkin tekijästä kiinni, että käyttääkö hän niitä vai ei.