

Keyifli Okumalar Dileriz

Binlerce kategoride milyonlarca PDF e-kitap, ders kitapları, dergiler ve romanlara platformumuz üzerinden ücretsiz ulaşabilirsiniz.

RESMİ WEB SİTEMİZ

<https://rantey.org>

Yedek ve Duyuru Kanallarımız

Sitemize erişim engeli gelmesi veya adres değişikliği durumunda aşağıdaki kanallardan güncel giriş adresine erişebilirsiniz:

- Telegram: <https://t.me/birkitapbir>
- WhatsApp Kanalımız : <https://whatsapp.com/channel/0029VbDHv8uE50Us4lvMoc0Y>

MODELLER



DÜRÜSTLÜK SAYESİNDE KADINLARI KENDİNE ÇEKMEK

MARK MANSON

Uсталık Gerektiren Kafaya Takmama Sanatı'nın yazarı

MODELLER

DÜRÜSTLÜK SAYESİNDE
KADINLARI KENDİNE
ÇEKMEK

MARK MANSON



Telif Hakkı © 2011-2016 Mark Manson

© 2021 BUTİK YAYINCILIK ve KİŞİSEL GELİŞİM HİZ. TİC. A.Ş.

Bu kitabın tüm yayın hakları Türkiye’de BUTİK YAYINCILIK’a aittir.
Tanıtım için yapılacak kısa alıntılar dışında yayıncının izni olmaksızın hiçbir
yolla çoğaltılamaz.

Eserin Orijinal İsmi
“MODELS”
olup, eser bire bir olarak çevrilmiştir.

Yayıncı Sertifika No: 45507
Editör: Birol Gündoğdu
İngilizce aslından Türkçe’ye Çeviren: Pınar Savaş
Düzeltili: Fulya Tükel

Dizgi, Mizanpaj:
Mineral Görsel İletişim Hizmetleri
Tel: 0212 289 30 10
www.mineraltasarim.com

Baskı ve Cilt:
YILDIZ MÜCELLİT MATBAACILIK VE YAYINCILIK SAN. TİC. A.Ş.
MALTEPE MAH. GÜMÜŞSUYU CAD. DALGIÇ ÇARŞISI APT. NO:3/4
ZEYTİNBURNU/İSTANBUL
Tel: (0212) 613 17 33 Faks: (0212) 501 31 17
Sertifika No: 46025



BUTİK YAYINCILIK VE KİŞİSEL GELİŞİM HİZ. TİC. A.Ş.
Mithatpaşa Mah. Abdülhamithan Cad. No: 37
Kemerburgaz-Eyüpsultan-İstanbul Tel: 0212 612 05 00 Faks: 0212 612 05 80
www.butikyayincilik.com • info@butikyayincilik.com

İÇİNDEKİLER

Gözden Geçirilmiş Baskıya Önsöz.....	7
Kadın ve LGTB Okurlar İçin Kısa Bir Not.....	13
Giriş: Hareket.....	15
1. KISIM: GERÇEKLİK.....	25
Bölüm 1: Muhtaç Olmamak.....	27
Baştan çıkarma süreci.....	33
Narsisizm ve aşırı telafi.....	44
Bölüm 2: Savunmasızlıktaki Güç.....	53
Acı dönemi.....	58
Bölüm 3: Hakikat Armağanı.....	69
Hakikat her zaman öne çıkar.....	73
Sınırlar koymak.....	80
Kendi hakikatinizi bulmak.....	84
Uyuşmazlık ve yansıtma.....	90
2. KISIM: STRATEJİ.....	95
Bölüm 4: Kutuplaşma (Polarizasyon).....	97
Üç kadın kategorisi.....	98
Her kategori için stratejiler.....	104
Kendine çekmek için kutuplaştırmak.....	112
Bölüm 5: Ret ve Başarı.....	117
Genellikle sizinle ilgili değildir.....	121
Başarıyı yeniden tanımlamak.....	122

6. Bölüm: Üç Temel İlke	127
Doğal avantajlar/dezavantajlar	130
İki erkek tipi.....	132

3. KISIM: DÜRÜST YAŞAM 137

7. Bölüm: Demografi	139
Hayat tarzı seçimleri	143
İnançlar ve kendi kendini seçmek.....	148
Yaş, para ve görünüm	152
Sosyal kanıt.....	155
Bir şey olmak, bir şey söylemek.....	157

8. Bölüm: Hayat Tarzı ve Kendini Takdim	161
Moda ve fitness.....	163
Beden dili.....	170
Ses tonu.....	172
Karakter geliştirmek.....	174
Hepsini bir araya getirmek.....	179

4. KISIM: DÜRÜST EYLEM..... 181

9. Bölüm: Hikâyeleriniz Nedir?	183
Savunma mekanizmaları	189
Bir kurban değilsiniz.....	195
Cinsel motivasyon	199

10. Bölüm: Kaygıyı Aşmak	203
Kaygınızı yenme rehberi.....	206
Cesaret ve ataklık.....	214

5. KISIM: DÜRÜST İLETİŞİM	219
11. Bölüm: Niyetleriniz	221
Ürkütücülük/tekinsizlik	224
Cinsel gerilim	227
Duygusal bağlantı kurmak	232
Alışkanlıklar edinmek ve alışkanlıkları bozmak	237
12. Bölüm: Nasıl Daha İyi Flört Edersiniz?	241
İlk izlenimler	242
Konuşma becerisi	245
Mizah	259
13. Bölüm: Çıkma Süreci	269
Telefon numaraları	269
Kusursuz çıkma	276
14. Bölüm: Fiziksellik ve Seks	281
Kadınların verdikleri sinyaller	285
Ne zaman öpmeli?	289
İleri gitmek ve rıza	291
Seks	292
Kapanış	299
Sonuç: İlerlemek	301
Sonsöz: Ya Bir Armağansa?	305
Sözlük	309
Yazar Hakkında	317

Gözden Geçirilmiş Baskıya Önsöz

2011 Nisan'ında, Londra'daki sıkış tıkış ve son derece pahalı bir otel odasında, flört konusunda tavsiyelerde bulunan bir kitabın taslağını oluşturmaya başladım.

Kitap yazmaya çalışan herkes başlangıcın en zorlayıcı kısım olduğunu bilir. Göze alınması gereken birçok şey, fikirler, amaçlar ve hevesler vardır. Ve tüm bu potansiyel birkaç gün beni felç etti.

Sonra kendimi bir tek amaçla sınırlandırmaya karar verdim. Kendime şu soruyu sordum: "Bekârken ve flört etmekte zorluklar yaşarken hangi kitabı okumuş olmak isterdim? Okuyacak tek bir kitabını olsaydı bana ne söylemesini isterdim?"

Haftalar geçtikçe bana çok şey söylemesini arzu ettiğimi fark ettim. Kitap neredeyse istemsiz bir şekilde içimden çıkıyordu; bir tür entelektüel kusmaydı. Avrupa'da turdaydım, konuşmalar ve koçluk yapıyorum. Genellikle bir müşterimle seansımı bitirdiğimde ya da küçük bir grupla soru-cevap seansının ardından hemen otel odama koşuyor, yeni ortaya çıkmakta olan kitapla ilgili ağzımdan dökülenleri derhal kâğıda geçiriyordum.

Daha başlarda kitabın stil olarak farklı görünmesini istediğime karar verdim. Pazardaki hemen her flört kitabını almıştım ve çoğu işe yaramazdı. Bu kitabın ana fikirlerinin farklı olacağından emindim: daha derin, daha kişisel, daha duygusal. Ama kitabın tarzının da farklı olmasını istiyordum. Belki kendimi fazla önemsiyordum, ama edebi bir duygu vermesini istiyordum. Flört etme deneyiminin güzelliğinin ve neşesinin yazımda kendini göstermesini istiyordum. Ezberlenecek bilgiyle dolu,

adım adım uygulanacak bir program sunan bir kitaptan ziyade okuru duygulandırmasını istiyordum çünkü aslında kitabın tüm amacı flört etmenin ve romansın kendine duygusal ve fiziksel uygulanma izni vermekle ilgili olduğunu göstermektir.

Bu kitabı üç aydan kısa bir sürede yazdım. Çoğu otel odalarında ve Avrupa'daki apartman dairelerinde yazıldı: Önce Londra ve Bristol, sonra Prag, St. Petersburg ve sonunda Budapeşte'de bitti.

Kitabın ilk taslağı uzun ve dağınıktı: 366 sayfaydı ve en az o kadar yazım, dilbilgisi hatası ve saçma sapan şeyle doluydu. O zamanlar hayal gücünden yoksun bir niyetim vardı: Fiziksel olarak belli bir yerde olmam gerekmeden online para kazanmak istiyordum çünkü dört yıldır koçluk yapmak için sürekli seyahat ediyordum ve yorgundum.

Ama fikirlerimi dünyaya duyurmak ve flört etme endüstrisinde bir iz bırakmak da istiyordum çünkü söylemek istediklerim genelde erkeklere öğretilen zehirli "tavla" tavsiyesinden farklıydı.

Kitap 5 Temmuz 2011'de çıktı. Amazon'daki kendi web sitemde, kendim yayınlamıştım. O ilk ayda sadece birkaç yüz kitap satıldı, okurların çoğu blog takipçilerim ve daha önceki müşterilerimdi. Çoğu beni hatalarımdan haberdar etti, izleyen aylarda kitabın edit edilmesine katkıda bulundu ve kısa süre sonra bazı küçük güncellemeler ekledim. O senenin sonbaharında kitabı yayınlamış olmaktan, insanların onu sevmesinden memnundum ve başka projelere yöneldim.

Ama aylar geçtikçe kitabın kendine ait bir hayatı olmaya başladı. Pazarlama, reklam, promosyon yoktu; benim Photoshop'ta yaptığım boktan bir kapağı vardı, ama satışı her ay lo-

garitmik bir şekilde artıyordu. Bir zihin virüsü gibi insanların beyinlerini etkiliyor ve onlar da ilerleme kaydedip başkalarını etkiliyorlardı. Erkekler kitabı arkadaşlarına tavsiye etmeye başlamışlardı; arkadaşları *kendi* arkadaşlarına öneriyorlardı; bu arkadaşlar da başka arkadaşlarına öneriyorlardı ve bu arkadaşların arkadaşları kitabı erkek kardeşleri, kuzenleri ve hatta yeni boşanmış babaları ve amcaları için alıyorlardı. Kitap kısa sürede web sitelerinde ve forumlarda o kadar sık anılmaya başladı ki mesaj sağanağından vazgeçmemi isteyen e-postalar almaya başladım. Ama bunu yapan ben değildim. Ben hiçbir şey yapmıyordum. Yapan okurlardı.

2012'nin başında, bir yazar olarak yaşamımı sürdürebileceğim parayı kazanabildiğimi görmek beni memnun etmiş ve şaşırtmıştı. Koçluktan vazgeçerek yazılarıma odaklandım. Aynı yaz kitabı ilk kez gerçekten revize ettim. Gerçek bir kapak yapması için bir tasarımcı tuttum. Bilgiçlik taslayan, fazlalık elli kadar sayfa çıkarttım. Bazı terimleri ve teorileri basitleştirdim ve daha okur dostu olmalarını sağlamaya çalıştım. Benim açımdan *Modeller*'in ilk profesyonel versiyonu 2012 Ağustos'unda yayınlandı.

O zamandan beri kitap erkekler için yazılmış flört etme kitapları arasında en yüksek satışa ulaştı; piyasada bulunan ve temel yapıtlar olarak kabul edilen Neil Strauss'un *The Game (Oyun)* ve Erik Von Markovik'in *The Mystery Method (Gizemli Yöntem)* adlı kitaplarından ve hatta kadınlar için yazılmış çoğu tavsiye kitaplarından daha fazla sattı, ki bu o zamana kadar endüstride duyulmuş şey değildi. Amazon'da sürekli çok satan kitaplar kategorisinde kaldı ve öyle bir noktaya ulaştı ki erkekler için birçok popüler flört tavsiyesi forumlarında ve sitelerinde, sıkça sorulan sorular (FAQ) bölümlerinde ve kenar çubuklarında (sidebars) "soru sormadan önce bunu okuyun" notuyla adı geçti.

2013 yılında kitapla işim bitmiş gibi hissettim. İlerleme-ye hazırdım. Sitemi yeniden düzenlemeye ve her iki cinsiyete de hitap eden, kişisel psikolojiden akıllı telefonların ve haber akışının kültürel etkilerine kadar değişen konular üzerine ma-kaleler yazmaya hazırlanıyordum. Flört tavsiyelerini tamamen ardımda bırakmak niyetindeydim.

Sonraki iki yılda sitem son derece popüler oldu. Sadece 2015 yılında yirmi milyondan fazla kişi yazdıklarımı okudu. Ama *Modeller* dayanıyordu, her zaman arka plandaydı. Bana neren-den geldiğimi ve hesaplı bir risk almanın beni nereye götürece-ğini görmenin erdemini gösteriyordu.

Çoğu insan bunu şimdi fark edemez, ama *Modeller* ilk çıktı-ğında büyük bir riskti.

2011’de çok az flört etme ya da ilişki tavsiyesi dobra bir dü-rüstlükten, reddedilmeyi kabul etmekten ve hatta negatif tepki-ler için insanları kutuplaştırmaktan söz ediyordu. Savunmasız-lık çoğu erkek için kaba bir kelimeydi ve hemen seks yapmanızı sağlamayan her şey amaçsız addediliyor ve hatta “beta” olarak niteleniyordu.

Ve, *Allah korusun* ya travmadan, duygulardan, yetersizlik duygusundan söz ederseniz! Kim bunları gerçekten duymak is-ter hanım evladı! Git, biraz daha sıkıştır!

Ama tüm dünyadan yüzlerce erkekle çalışmış olduğum için flört sorunlarının “ne söyleyeceklerini bilmekle” ya da kadın-ların onlarla daha çabuk yatmasını sağlayacak taktiklerle çok az ilgisi olduğunu biliyordum. Bu insanların sorunlarının çoğu duygusaldı. Samimiyet kurma konusunda son derece yeter-sizdiler; bunun nedeni, kadınların yanında ömürleri boyunca kendilerini alçak ve yetersiz hissetmiş olmaktan kaynaklanan mantıksız derecede negatif bir kendilik algısıydı. Gerçeğin gö-

züne bakıp hâlâ gülümsemekten korkmalarıydı.

Bu sayfaları bir araya getirdiğimde ya endüstrinin büyük kısmını yeniden yapılandıracaklarını ya da Amazon’un satış sayfasında bir şaka olacaklarını ve geçimimi sağlamak için bir iş bulmak zorunda kalacağımı biliyordum.

Ama bugün, erkeklere flört tavsiyesi veren endüstrinin büyük bölümünün bu çizgiyi izlediğini ve artık dürüst ifadenin, savunmasızlıkta cesaret ve güven bulmanın, daha iyi bir erkekmiş gibi görünmek yerine daha iyi bir erkek olmak için kendine yatırım yapmanın erdemlerinden söz ediyorlar.

Bazen okurlarım bana başka flört tavsiyesi şirketlerinin ve koçlarının videolarını ve bölümlerini gönderirler; beş yıl önce hepsi birer denyoluk kralıydı; komik giysiler giyerler ve çükünüzü herkesin önünde sallayıp kadınlara saçma sapan şeyler söyleme “tavsiyeleri” verirlerdi. Şimdi bu erkeklerin çoğuna dürüst yaşamının, kadınların arzularına da kendi arzuları kadar saygı duymanın erdemlerinden söz ediliyor. Okurlar bana sık sık “Bu adam seni kopyalıyor, bu seni rahatsız etmiyor mu?” diye sorarlar. Etmiyor. Beni mutlu ediyor ve bana gurur veriyor.

Ben Teksas’ta doğdum. Oturup kendimiz hakkında laflama alışkanlığımız vardır (beni bir teneke ucuz biradan yudumlar olarak kucağımda tüfeğimle bir verandada otururken hayal edin; bunları yazmak kendimi böyle hissettiriyor); kısa keseyim ve muhtemelen merak ettiğiniz soruya cevap vereyim: “Bu son versiyonun amacı ne ve neden bunu yaptın?”

Bu son revizyon 2016’da yayınlanan yeni kitabımı bitirmenin kuyruğuna takıldı. O kitabı tamamlayınca tekrar *Modeller’e* baktım ve bir güncellenmeye ihtiyacı olduğunu hissettim, özellikle de yazımı konusunda. Anafikirlerinden ve tavsiyelerinden

hâlâ memnundum. Ama ona son kez dört yıl önce dokunmuştum ve o zamandan beri yazma ve ifade etme yeteneğim çok gelişmişti. Bir kez daha metni gözden geçirdim: Kavramları berraklaştırdım, tavsiyeleri daha kesin hale soktum, saçma sapan şeyleri ya budadım ya da tamamen ortadan kaldırdım. *Modeller*'in bu okuduğunuz versiyonu en açık, öz ve en güçlü olanıdır. Buna güvenim var.

Sonunda, çoğunlukla bir şakadan ibaret gördüğüm bir türe dahil olsa da bu kitapla son derece gurur duyuyorum. Bana sadece sevdiğim işi yapacağım bir kariyeri mümkün kılmakla kalmadı, onu yazdığım sıralarda sahip olduğum en çılgın hayallerimi aştı. Birçok kitap birkaç yıldan sonra ölür, ama *Modeller* her zamankinden daha dayanıklı, kutuplaştırıcı ve savunmasız olarak yoluna devam ediyor ve erkeklerin hayatlarını değiştiriyor.

Ya da en azından ben kendime böyle olduğunu söylemek istiyorum.

Ve bu başarının çoğu için size teşekkür etmem gerekir: geri dönen okurlar; kitabı okuyan ve onu arkadaşlarıyla paylaşanlar ya da web sitelerinde tavsiye edenler; beş kopya alıp aile üyelerine ya da arkadaşlarına verenler. Buradaki fikirler konusundaki heyecanınız ve desteğiniz olmasaydı, özellikle de ilk dönemde, Amazon'da insanların kendi bastıkları kitaplarından oluşan lağım çukurunda kaybolup gidecekti. Size teşekkür ederim.

Mark Manson

28 Aralık 2015

Kadın ve LGBT Okurlar İçin

Kısa Bir Not

Modeller'in popülerliği, kitabın orijinal olarak kavramsallaştırılmadığı ve hitap etmeyi amaçlamadığı bir okur kitlesinin dikkatini çekmiştir. Bekâr kadınlar, eşcinsel erkekler, lezbiyenler, biseksüeller, trans insanlar yıllar içinde bana e-postalar yazarak kitabın kavramlarının onlara da uygulanıp uygulanamayacağını sordular.

Başta bu beni şaşırttı. Yeniden kitabın üzerinden geçerken bu sorunun yanıtının sağlam bir “evet” olduğunu ve bu kavramların herkese uyarlanabileceğini görmem daha da şaşırttı. Ama birkaç uyarı vardır.

Kitabın ana prensibi –Muhtaç Olmamak (Birinci Bölüm), Savunmasızlık (İkinci ve Üçüncü bölümler), Koşulsuzluk (Üçüncü Bölüm), Kutuplaşma ve Ret (Dördüncü ve Altıncı bölümler), Utancı ve Kaygıyı Yenmek (Dokuzuncu ve Onuncu bölümler) ve Niyetler (On Birinci Bölüm)– tüm insanlara, cinsiyetlerine, yönelimlerine, cinsel organlarına... bakılmaksızın uyarlanabilir.

Doğrudan uyarlanamayacak bölümler bu ana prensiplerin özel örnekleri ve uygulamalarıdır. Örneğin çoğu kültürde erkeklerin kur yapmanın hemen her fazını başlatmaları beklenir; kaygıları (Dokuzuncu Bölüm) ve savunmasızlıkları nedeniyle verecekleri mücadeleler (Üçüncü Bölüm)... heteroseksüel bir kadının ya da başka yönelimden birinin vereceği mücadeleden farklıdır.

Kitapta ilerledikçe bunu aklınızda tuttuğunuz ve kendi flört

durumunuza ana prensipleri uyguladığınız sürece sorun olmayacaktır. Erkekler gibi kadınlar da kutuplaşmalıdırlar. Eşcinsel erkekler de muhtaçlıkları ve savunmasızlıkları üzerinde çalışmalıdırlar. Lezbiyenler iletişimin kendisinden çok iletişimin ardındaki niyetlerine bakmalıdırlar. Ama kitap ilk elden heteroseksüel erkek okur için yazıldığından örnekler ve özel tavsiyeler onların durumları için verilmiştir. Bazı kadın okurlar *Model-ler*'in kadınlar için olan bir versiyonunu da yazmamı istediler; bir gün yapabilirim, ama şimdilik elimizde sadece bu var.

Son bir not olarak öncelikle heteroseksüel erkekler için yazılmış olan Sekizinci ve On Dördüncü bölümler diğer okurların en ilgisiz bulacakları bölümlerdir. Giriş de özellikle heteroseksüel erkeklere hitap eder ve modern günümüzün erkekliğini tartışır. Atlayıp doğrudan Birinci Bölüm'e başlayabilirsiniz.

Giriş: Hareket

Post-endüstriyel, post-feminist dünyamızda bir erkeğin ne olduğu ya da ne olması gerektiği eskisi gibi açık değildir. Asırlar önce bir erkeğin görevi güç ve korumaktı. Onyıllar önce çalışmak ve evin geçimini sağlamaktı. Ama şimdi? Emin değiliz. Sosyal rollerimizin ne olduğu açık olmayan, güçlü ve çekici bir erkek olmanın ne anlama geldiğine dair bir modele sahip olmayan birinci ya da ikinci nesil erkekleriz.

Bu kitabın amacı bu modeli, yirmi birinci yüzyılda bütünlüklü ve olgun, çekici bir erkeğin nasıl olması gerektiğine ilişkin bir modeli oluşturmaktır. Bu, koruyucu, geçim sağlayıcı, kuvvetli olmak ve stoacı felsefenin standartlarının ötesine geçmek, kendimizi daha iyi ve büyük, daha hoş giden ve arzulanan bir şey olmak için geliştirmek anlamlarına gelir.

On yıl önce erkeklere kadınlarla ilişkilerini geliştirmelerinde yardım etmeye başladığım zaman hem kendim hem de başkaları için içine dalmak üzere olduğum enformasyon ve kendini geliştirme çıkmazından haberim yoktu. O zamanlar flört hayatım konusundaki en önemli tasam perşembe gecesine hangi özel içkilerin uygun olduğundan ve geçen hafta telefonumdaki beş Jenna'dan hangisiyle buluştuğumdan ibaretti.

Oturup *başka erkeklerin* telefonlarında da beş Jenna olmasını sağlamaya çalışırken bu erkeklerin çoğunun duygusal ve cinsel dünyalarının derinliğine ve az gelişmişliğine göz atma fırsatım oldu ve onlara bu dünyayı açmak için ilham vermenin ne kadar zor olduğunu gördüm.

Yalan söylemeyeceğim. Geriye dönüp baktığımda, kıyasla-

yınca, *kendimi* bu noktaya getirmek şimdi daha kolay görünüy-
yor. Yetişirken daima averaj bir erkektim, ama hanımlar konu-
sunda pek şanslı değildim.

2005 yılında ilk sevgilim beni aldatıp terk ettikten sonra duygusal olarak çökmüş ve biraz travma geçirmiştım. Takıntılı olmuştum. İçimde kadınlar tarafından onaylanma ve sevgi gör-
me ihtiyacı oluşmuştu; bu sevgiyi ve onayı ararken çoğu erke-
ğin harcadığından çok daha fazla zaman harcıyordum. Olayı
fazlasıyla telafi etmek istiyordum ve kısa zamanda Boston çev-
resinde kendisine yaklaşmama izin veren her kadınla yatmaya
başladım.

Bu üç yıldan biraz daha fazla sürdü.

Planım sofistike değildi. Kadın tavlama teknikleri çizgisin-
de birkaç kitap okumuştum ve haftada dört-beş gece barlara
gidiyordum – yaklaşmak, flört etmek, itmek ve çekmek, seks
yapmak ve bocalamak bu otuz altı görkemli deneyim ayının
özetidir.

Kendine karşı müsamahalıydı. Ama bu gelişme ve hareket
etme zamanıydı.

Birkaç yıl ve birkaç düzine kadından sonra iki şey oldu. Coş-
kulu, sarhoş seks eğlenceliydi, ama pek tatmin edici değildi.
Ve hayatımın diğer alanlarını sağlıklı bir şekilde etkilemiyor-
du. Geri çekilmem, durumu değerlendirmem, neden bu kadar
zaman ve çabayı yüzeysel zevklere feda ettiğimi sorgulamam
gerekiyordu.

İkinci şey de bu davranışlarımla çevremde bir üne kavuş-
mamdı. Kısa süre sonra hiç karşılaşmadığım erkekler bana
e-postalar atarak kadınlarla nasıl ilişki kurduğumu görmek,
beni “eylemdeyken” izlemek için benimle takılmak istedikle-

rini söylemeye başladılar. Bu başta tuhaftı, ama sonra neden olmasın dedim; bana içki ısmarlayın ve az miktarda para ödeyin yeter.

Tuhaftır, ama gerçek yolculuğun o zaman başladığını hissettim: içsel hareketi denemek ve modellemek, o duygusal dünyalara açılmak, kendimde ortaya çıkmaya başlayan yeni bir güven ve bunu başka erkeklerde kopyalamak.

Bir şeyde ustalaşmak isterseniz onu öğretin denir. Bu ikinci yolculuk ilkinden çok daha öğreticiydi. Kendim için kolaydı. Zamanın yarısında kendimi kaybetmek, duygularımı gömmek ve şanslıysam bir yabancıнын kollarında uyanmak için dışarı çıkıyordum. Bazen işe yarıyordu, bazen yaramıyordu. Ve tüm bildiğim buydu.

Ama bu ikinci yolculuğun bir amacı, anlamı vardı ve kendimi entelektüel temele ihtiyaç duyarken buldum. Bunu yapmam yeterli değildi; öğretmem, açıklamam, başka erkeklere aktarmam ve sonra da *onların* yapmasını sağlamam gerekiyordu.

Bu beni dolambaçlı bir yola sevk etti. Sözde “Ayartma Sanatçısı” toplumuna giriş ve çıkışlarla başladı. Sosyal psikoloji, karşılıklı çekimin ardındaki teoriler, insan cinselliği konusunda tarihyazımları okumaya başladım; çokça striptiz kulüplerine gittim; NPL ve bilişsel terapi hakkında kitaplar okudum; çeşitli kişisel gelişim seminerlerine katıldım ve birkaç tane de kendim verdim; model olmak isteyen kızlarla otel odalarını paylaştım; dokunma terapisi çalıştım; birkaç alternatif terapi yanlışı oldu; feministlerle cinsiyet tartışmaları yaptım ve pazardaki flört etmek üzerine yazılmış her işe yaramaz kitabı okudum.

Ben öğrendikçe ve geliştikçe koçluğum da gelişti. Hobi olarak başlayan bir şey işe dönüştü – ve tam zamanlı bir işti. Beni kısa sürede Amerika’da birçok şehre götürdü, ardından Avrupa’ya, İngiltere’ye ve Avusturalya’ya; Arjantin, Brezilya, Rusya, İsrail ve Tayland kadar uzak mesafelere saha çalışmalarına gittim ve oralarda erkekler ve kadınlar hakkındaki önceki varsayımlarımın çoğunun evrensel değil kültürel olduklarını gördüm.

Yoğun bir eğitim dönemi idi ve çok hevesliydim; düşüncemin erkeklik ya da erkek/kadın cinselliği konusunda var olan hiçbir modele ya da paradigmaya sıkışmasına izin vermedim ve bunu açıkladım.

Tüm bunlardan sonra, on zorlu ve zenginleştirici yılın ardından geriye şununla döndüm:

Şu anda iki hareket olmaktadır.

İlki Batı kültüründeki daha büyük bir sosyal ve duygusal harekettir. Nesillerdir var olmayan yeni bir erkeklik istenmektedir. Erkeklerin ne olduğu, ne olmaları varsayıldığı, nasıl davranmaları gerektiği konularında boşluk vardır ve şimdiye kadar hiç kimse bu boşluğu doldurmadi.

İsterseniz fazla hırslı bulun, ama bu kitabın amacı bu boşluğu doldurmaktır; erkek davranışına gelecek için modeller yaratmaktır – çekici, güçlü ve hem kadınlarla ilişkilerinizde hem de hayatınızın genelinde kontrolde olmanızı sağlayacak modeller.

İkinci hareket kişisel olarak içinizde meydana gelir. Duygusal ve psikolojik bir harekettir. Bunu okumanızın nedeni değişmek istemenizdir. Hayatınızdaki kadınlarla etkileşimlerinizi ve ilişkilerinizi değiştirmek istiyorsunuz. Bu ilişkilerin düzelmesi-

ni istiyorsunuz. Bereketli olmasını istiyorsunuz. Hem tanıdığınız hem de tanımadığınız, ama tanışmak istediğiniz kadınların yanında kendinizi güçlü, güvenli hissetmek istiyorsunuz; onlarla ilişkilerinizi kontrol etmek istiyorsunuz. Utanç, tereddüt, pişmanlık ya da acı çekmeden kadınlarla cinsel (seksüel) olmak istiyorsunuz.

Bu ikinci hareket içsel harekettir. Bunu anlamam çok uzun sürdü. Bu ikinci hareket genellikle dış davranışı değiştirmekle başlasa ve sonuçlansa da –söyledikleriniz, giyiminiz, hareketleriniz– aslında içsel bir süreçtir; benlik algısının değişmesi gerekir ve bu da insanın sosyal ve romantik hayatına yansır.

Çünkü inançlarınızı ve zihniyetinizi değiştirdiğinde bunu davranış izler.

Bu kitap size içsel harekette yol göstermek için tasarlanmıştır. Daha geniş sosyal hareket arka plandadır ve içinde bulunduğunuz durumun bağlamını belirlemek için kısaca açıklanmıştır. Kadınlarla başarısızlıklarınızın nedeni yanlış erkek olmanız ya da yanlış şeyi söylemeniz değildir. Sözcükler ve görünüş daha büyük bir içsel sorunun semptomlarıdır.

Başarısızlıkların nedeni kadınlarla ilişki konusunda yetersiz donanıyla yetiştirilmenizdir; özellikle de samimiyet konusunda. Sözleriniz ve görünüşünüz bu içsel beceriksizliğin sadece yan etkileridir.

Bu, nasıl duracağınızı, konuşacağınızı ve davranacağınızı entelektüel açıdan anlamanızla kalmaz. Bu “yapana kadar taklit et” değildir. Bundan daha derindir. Duygularınızın değişmesine sebep olacak fikirleri entelektüel olarak işlemektir; bu da sizi olabileceğiniz çekici erkeğe dönüştüren kalıcı ve bilinçdışı değişimleri beraberinde getirecektir.

Bu, rehberdir.

Bu kitabın amacı, yetişirken asla almadığınız duygusal temelli oluşturacak fikirlerle ve değerlerle sizi güçlendirmek, sizin ve benim tamamen kaçırdığımız erkek modelini tanıtmaktır.

Bu içsel değişime başladığınız zaman sosyal eylemlerin –doğru şeyi söylemek, ne zaman onu öpeceğinizi bilmek, bir kadına nasıl yaklaşacağınız...– yerini bulduğunu göreceksiniz ve bu yer bazı satırları ezberlemekten ya da gelişigüzel bir prosedürü izlemekten çok daha derin ve güçlüdür.

Bu kitabın başlangıcı son derece teoriktir. Büyük resim meselesidir. Bunu yaptım çünkü cazibenin gerçeklerini, cinsiyet davranışlarını ve flört pazarında bir erkek olarak değerinizi neyin belirlediğini açıklamak için bir temel oluşturmanın önemli olduğunu düşünüyorum.

Birinci Kısım kadının cazibesine, bilimsel araştırmalara ve bu araştırmaların modern hayattaki gerçekçi sonuçlarına temellenen dürüst bir bakış açısıdır.

İkinci Kısım benden yardım isteyen tüm erkeklere tavsiye ettiğim flört stratejisine genel bir bakıştır. Bu strateji kadınlardan gelen polarize (kutuplaştırılmış) tepkilere odaklanır; bunların amacı kimliğinize ait en kavrayışlı özelliklerinizi en kısa zamanda taramaktır. Reddedilmeye, sizi engellemesine izin vermek yerine avantajınıza çevirmeye de baktık.

Bu, gerçeklik temelli bir stratejidir; karşılaştığınız her kadınla yatma fantezileriyle ve uçarılıklarıyla ya da senaryolar ve özlü sözler sayesinde “kusursuz onluyla” çıkmanızı sağlamakla ilgisi yoktur. Bu arzuların kökeni güvensizliktir ve ait olduğu yerde kalması gerekir: düşlerinizde. İkinci kısım uzun soluk-

lu bir stratejidir; amacı bir erkeği “hayatımda kadın yok”tan “hayatımda bir sürü harika kadın var”a mümkün olabildiğince çabuk ve az çabayla ulaştırmaktır.

Üçüncü Kısım stratejimizin ilk kısmıdır ve Altıncı Bölüm’de anlatılan Üç Temel İlke’nin ilkinin kapsar: hoş bir hayat tarzı oluşturarak çekici bir erkek olmak. Bu bölümdeki adımlar özeldir, ama uzun soluklu amaçları ve faydaları vardır.

Dördüncü Kısım cesaretin gelişmesini ve bir eylem adamı olmayı kapsar. Erkeklerin kur yapmanın tüm aşamalarını başlatmaları istenir (nedenleri Birinci Kısım’da açıklanmıştır). Bu nedenle mütereddit, kaygılı ya da korkmuş bir erkek kadınlarla pek yol alamayacaktır. Bu adımlarda verilen tavsiyeler sebat gerektirecektir, ama kendilerini verenlerde gerçek ve kalıcı değişimler yaratırlar. Bu adımlar orta vadeli amaçlar ve faydalarıdır.

Son olarak Beşinci Kısım daha etkili, daha çekici, daha açık ve daha seksüel iletişimin özelliklerini kapsayacaktır. Bu bölümdeki adımların çabuk, kısa soluklu faydaları vardır.

Benim amacım duygularınıza derin bir perspektif kazanmanız ve nasıl hareket ettiğinizi görmemiz, kendinizi geliştirmeniz ve amaçlarınıza ulaşmanız için pratik süreçler sunmaktır.

Eğer “bu sözleri söyle ve X4Z-3 planını uygula” gibi şeylerle dolu bir kitap bekliyorsanız hayal kırıklığına uğrayacaksınız; üstelik sadece bu kitapla değil, size bu gibi tavsiyelerde bulunan her kitapla çünkü bunlar acil onarım çözümleridir.

Kendi eylemlerinize güven kazanmadıkça, kendi eşsiz tarzınız ve kişiliğinizle kadınlara yaklaşmadıkça hiçbir şey öğrenmemişsiniz demektir.

Bu kitabın amacı size kadınlar ve cazibe konularında ilk gerçek eğitimi vermektir; bunu bir sürü kaynaktan çok uzun zaman önce almış olmanız gerekirdi, ama almadınız.

Bir bakalım: Durumun söylediklerinizle ilgisi ya yoktur ya da çok azdır. Her şey bedeninizle, ifadenizle, duygularınızla ve hareketlerinizle ilgilidir.

Birkaç yıl önce Arjantin'deydim. Bu konudaki en önemli keşiflerimden birini yaptım. Bir kulüpte yalnız oturan bir kız gördüm. Üzgün görünüyordu, ona yaklaşmam onu daha mutlu etmedi. İngilizce bilmiyordu ve o sıralarda benim İspanyolca bilgim çok azdı. Dans etmek istemiyor, konuşmakla ilgilenmiyordu. Utangaç ve mesafeliydi; sanki uzak ve görünmez bir şey tüm çabalarına rağmen onu ele geçirmişti ve bu sıkıntıdan nasıl kurtulacağını bilemiyordu.

Biraz sebatla onu dansa kaldırmayı ve gülümsetmeyi başardım. Ve sonraki haftada, iş baştan çıkarmaya gelince sözlerin aslında ne kadar önemsiz olduğunu keşfettim.

Dans ederken birbirimize dokunduk ve oynadık. Onunla el oyunları yaptım, döndürdüm, komik suratlar yaparak sahte bir dilsiz alfabesiyle konuştum. Onu tuttum, okşadım ve saçına dokundum. Peçetelere birbirimizin resimlerini çizdik. Kolumu omzuna attığımda ve bana yaslandığında bin konuşmadan daha fazlası ederdi. Hareket etmiştik ve bu bizi fiziksel olarak yaklaştıırken ikisi bir ve aynı olana kadar duygusal olarak da yakınlaşmıştık.

Emerson şöyle demiştir: “Çok yüksek sesle konuştuğunuz zaman ne dediğinizi duyamam.” Baştan çıkarma duyguların iç oyunudur. Hareketleriniz ya da hareketsizliğiniz sözleri değil duyguları yansıtır ve değiştirir. Sözler yan etkilidir. Seks yan

etkidir. Oyun duygulardır; hareket aracılığıyla duygular. Bu kitaptan bir şey öğrenecekseniz bu olsun.

Kültürümüz durağan oldu. Zamanımızı çalışma masasında, bilgisayar başında, arabamızda geçiriyoruz. Eskiden olduğu kadar hareket etmiyor ve hissetmiyoruz.

Bu kitapta sizi hareket etmeye davet edeceğim ve umarım bu konuda ilham verebilirim. O iskemleden kalkmanız, dışarı çıkmanız, hissetmeye cesaret etmeniz, denemeniz ve bağlantı kurmanız gereklidir. Bu, kışınızı kaldırmanız anlamına gelir ve iyi bir şeydir. Bunu yapmanıza yardım edeceğim. Hareket etmeye söz verirsiniz değişeceğinize söz veririm. Yavaşça görünümünüz, sözcükleriniz, eylemleriniz değişecek. Ve umarım harika bir şey meydana gelecek. Duygularınız değişecek; hareket edecek, onlarla titreşeceksiniz ve kadınlar bu titreşimi hissederek çağrınıza gelecekler.

1. Kısım: Gerçeklik

Bölüm 1

Muhtaç Olmamak

Bir erkeğin çekiciliği ne kadar muhtaç olduğuyla ters orantılıdır. Genel olarak ne kadar az muhtaçsa kadınlar tarafından o kadar çekici bulunur. Muhtaç olduğu oranda az çekici olacaktır.

Muhtaçlık, bir erkek başkalarının algılarına kendisine dair algısından daha fazla öncelik verdiğinde ortaya çıkar. Muhtaç bir adamın eylemleri ve sözleri öncelikle başkalarını etkilemeye ve onların onayını almaya yönelik olacaktır. Muhtaç olmayan bir erkek kendine ilişkin algısını daha öne koyacaktır. Demek ki muhtaç olmayan bir erkeğin eylemlerini ve sözcüklerini öncelikle motive eden kendi değerlerine ve arzularına sahip çıkmasıdır.

Muhtaçlık her davranışa sızar çünkü bu davranışlara ilham verir ve onları başlatır. Muhtaç olmamak da aynı şekilde her davranışa yansır. Tüm eylemlerinizin ve sözlerinizin altında yatan bu olduğu için muhtaç olmamak her anlamda daha çekici olmaktır. Yaptığınız ve söylediğiniz her şeyi tanımlar ve onlarda yankılanır; duruşunuzu, gülümsemenizi, şakalarınızı, ilişkide olduğunuz insanları, kullandığınız arabayı, içtiğiniz şarabı, giyiminizi etkiler.

İnsanlar, “kendini taşıyışını seviyorum” ya da “sadece kendine inanmaya ihtiyacın var” veya “o” neyse artık, “o’na sahip” gibi belirsiz cümleler kurduklarında bir erkeğin muhtaç olmamasından söz ederler. Yaptığı her şeyde kendini gösterir.

Paradoksal olarak dikkate ve hayranlığa ihtiyacı olmayan bir tavrın *kendisi* dikkatin ve hayranlığın mıknaatıdır. Bir erkeğin, bazılarının onu sevmeme ihtimali karşısındaki rahatı ve kabulü, herkesin onu daha çok sevmesini sağlar. Bir erkeğin farklı fikirlere saygısı çevresindekilerin daha fazla onunla aynı fikirde olmayı istemesine neden olur.

Muhtaç bir adam sürekli başkalarının kendisi hakkındaki algısını araştırır. İstemediği zaman bile aşırı kibar ve dostanedir çünkü sevmek için bunu yapması gerektiğini düşünür. Pahalı bir saat ve yerel spor takımına sezonluk bilet almanın hayranlık ve sevgi sağlayacağını düşünür. Sahte komplimanlar yapar, çok iyi biri gibi davranmanın ona dikkat ve sevgi sağlayacağını sanır.

Muhtaç olmayan bir erkek de aynı davranışlarda bulunur – sezon biletlerini alıp şakalar yapabilir, ama niyeti farklıdır. Muhtaç olan bunları onay için yaparken muhtaç olmayan yapmaktan zevk aldığı için yapar. Muhtaç kendini düşünüp hissedeceğine başkalarının ne düşünüp hissettiğini kontrol etmeye çalışır. Muhtaç olmayan başkalarınıninkiler yerine kendi düşünce ve duygularını kontrol etmek ister. Muhtaç olan birlikte olduğu kadına kendine yaptığından daha fazla yatırım yapar – *kadının*, erkeğin gerçekten ne düşündüğü ve hissettiği dışındaki her şey hakkındaki fikri daha önemlidir. Muhtaç olmayan erkek kendine birlikte olduğu kadına yaptığından daha fazla yatırım yapar.

Yatırım ile kendi düşünce, duygu ve motivasyonlarınızı bir başkası için feda etme/değiştirme derecenizi kastediyorum. *Daha az* derken kendi düşünce, duygu ve motivasyonlarınızı, başkaları için, onların kendilerinininkileri sizin için feda ettiklerinden daha fazla feda etmemenizi kastediyorum.

Bu kulağa soğuk, politik olarak yanlış gelebilir ve ilk fark ettiğimde beni de ürpertti. Ama doğrudur.

İnsanlık tarihinin çoğunda kadınlar birkaç maddi mal mülkle erkeklerin statüsünü değerlendirdiler. Mağara insanları döneminde havuzlar ve vergi iadeleri yoktu. Erkeklerin marka sandaletleri ve pahalı saç kesimleri yoktu. Bir erkeğin, ötekine kıyasla, olsa olsa paylaşacak birazcık daha fazla eti olabilirdi.

Demek ki insanlık tarihinin çoğunda kadınlar erkeklerin davranışlarını izlediler. Peki sizce ne tür bir davranış, bir kadına, bir erkeğin daha fazla statü sahibi ve çocuklarını yetiştirmeye daha uygun olduğunu gösterir? Bunlar binlerce yıl cinsel açıdan seçilmiş erkeklerdi.

Bu, çevresindeki tüm erkeklere boyun eğen, kadınlara onunla olmaları için yalvaran, kendine sahip çıkamayan ve duygularını çevresindekilerin dikte ettiği bir erkek olabilir mi? Yoksa kendi kaderini kontrol eden, başkalarının oluşturabileceği tehditlerden çekinmeyen ve peşinde olduğu kadın ona yüz vermezse çekip gidecek bir erkek midir?

İkinci erkek statü sahibidir. Besin zincirinin tepesindeyseniz (eğer istemezseniz) engellenmenize ya da başkalarına boyun eğmenize gerek yoktur. Zincirin altındaysanız yaşamınız boyunca başkalarına uyarsınız.

Yüksek statülü erkek muhtaç değildir. Alçak statülü erkek muhtaçtır.

Muhtaçlık bir duygudur. Kadınlar onu sezer. İçgüdüselidir. Adam on iki kez fazla aradığındaki öğürtücü reflektir. Şakalarına biraz fazla gülmek için kendini zorladığındaki hoşnutsuzluktur. O kendine dikkat edebilecekken adam her kararını

onun için verdiğindeki rahatsızlıktır.

Kadınlar bir erkeğin davranışlarının ve sözlerinin ardındaki niyeti sezerek bilinçdışından muhtaçlığı fark ederler. Bu nedenle kadınlar en olmayacak zamanda edilen en önemsiz bir sözle birden adamdan soğurlar. Bilinçli olarak söz ya da eylem zararsızdır, ama bilinçdışından, statünüz hakkında bilmek istedikleri her şeyi onlara iletir ve o da şudur: eylemlerinizi sürekli onay ihtiyacınıza göre ayarlamak.

Muhtemelen fark etmişsinizdir, kadınlar da muhtaç olabilir. Bu, çoğu erkekleri o kadından soğutsa da erkeklerdeki kadar zarar verici değildir.

Kadınların çoğu için muhtaç olmayan bir erkek kusursuz memeleri ve muhteşem bir poposu olan bir kadın gibidir. Muhtaç bir erkeğe nefesi kokan ve dişleri eksik bir kadındır.

Muhtaç olmamak sadece kendinize özen göstereceksiniz demek değildir. Bu narsisizmdir ve biriyle yatmanızı sağlasa da çekici değildir ve yürümeyen bir ilişkiye neden olur.

Bir kadına çekildiğiniz zaman o sizi etkilemeli, sevgi uyanırmalı, ona yatırım yapmalısınız. Tüm eğlence buradadır! Bu nedenle ilişkiye gireriz, başkalarının bize dokunması, bizi duygulandırması için. Buradaki önemli nokta başkalarının algısına kendimizinkine kıyasla nasıl öncelik verdiğimizdir. Hangisi daha önemli, onunki mi, sizinki mi?

Çok muhtaç erkekler bazen sadece çok muhtaç kadınlarla ilişki kurabilirler. Çok muhtaç bir erkek sürekli kadının, çok muhtaç bir kadın da sürekli erkeğin onayını almaya çalışır. İki si işbirliği yaparlar ve genellikle biri drama/duygusal çözümler yaratırken öteki de sürekli tamir eder. Bu zararlı bir ilişkidir

ve her ikisinin de özdeğerini zedeler.

Narsisist erkekler sadece kendileri için yaşarlar ve bazen narsisist ve sığ kadınlarla ilişkiye girerler. Hem kadın hem de adam diğerini sadece kendilerinden ibaret yaşamlarında bir süs olarak görürler. Bu ilişkiler de zararlıdır. Ve genellikle sonu kötü olur.

James iyi bir insandı. Ama ilişkilerinde muhtaç olmaya eğilimi vardı ve karşılaştığı her kadına çok fazla yatırım yapıyordu.

Bir kadınla çıktığı zaman tüm takvimini ona göre düzenliyordu. Hediyeler alıyor, maaşının çoğunu güzel akşam yemeklerine yatırıyordu. Erkek arkadaşlarını ihmal ediyor ve kadın öfkelenirse sabırla oturup tüm hayal kırıklığını kendisine boşaltmasını dinliyor, ona kendini daha iyi hissettirme umuduyla boşuna sözlerini onaylıyordu. Kadının mantıksız olduğunu ve ona haksızlık ettiğini düşünse bile kendisine kızmaması için ona bir şey söylemiyordu.

Kız arkadaşları James'i sevmelerine rağmen pek saygı duymuyorlardı. Er ya da geç, genellikle er, onu terk ediyorlardı. James terk edilince mutsuz ve depresif oluyordu. Teselli edilemiyor ve fazla içiyordu. Genellikle de başka birini bulana kadar kendini iyi hissetmiyor, sonra tüm döngü tekrarlanıyordu.

Jeff tüm hayatı boyunca kadınlar konusunda başarılı olmuştu. Onları iyi tanıyana kadar çok az yatırım yapıyordu. Arkadaşlarıyla çıkmaktan hoşlanıyor ve bunu kadınların onaylayıp onaylamamasına aldırmıyordu. Bazen garip bir şey söylüyor ve reddediliyordu, ama bu onu rahatsız etmiyordu.

Kızlar genellikle onu çekici buluyorlardı. Bunu fark edince o da karşısındakini çekici bulduysa telefon numarasını istiyor

ve ona çıkma teklif ediyordu. Dışarı çıktıklarında onu evinin yakınındaki parka götürüyor, orada bir süre sohbet ediyorlar ve hoşlanmazsa bir bahaneyle ayrılıyordu. Hoşlanırsa birlikte dondurma yiyorlar ya da başka bir şey yapıyorlardı. Bir noktada kadın Jeff'ten hoşlanmaz ve giderse bunu mesele yapmıyordu. Onunla zaten mutlu olamayacağını fark ediyordu, neden kadının hoşlanması için kendini değiştirsin ki?

Jeff bir sürü kadınla yatıyordu. Telefonuna mesajlar yağıyordu, ama o sadece zamanı varsa ve canı isterse yanıt veriyordu. Kadınlara asla kaba ya da kötü davranmıyordu. Ama sadece gerçekten zaman geçirmekten hoşlandıklarıyla zaman geçiriyordu.

James'in tanıştığı ve çıktığı kadınlara yüksek seviyede duygusal yatırımı vardı. Güvenli değildi. Muhtaçtı. Kadının onu sevmesini sağlayacağına inandığı bir şey için hemen kendi kimliğinden vazgeçiyordu.

Jeff'in yatırımı azdı. Hayatından memnundu ve kendisiyle gurur duyuyordu. Güvenliydi ve muhtaç değildi. Bir kadın bunu takdir etmezse onsuz daha iyi olacağını fark edebiliyordu.

Kadınlar altıncı hisleriyle Jeff'in düşük seviyeli duygusal yatırımını fark ederler çünkü bu tüm kararlarını ve davranışlarını belirler. O özdeğeri yüksek bir insandır; kendine bakmasını bilir ve başkalarının yanında kendisi olabilir. James öyle değildir. Jeff'le konuşur konuşmaz ve hatta daha konuşmadan önce kadınlar onun güçlü kimlik duygusunu ve bu kimlikten ödün vermeyeceğini anlarlar. Bu alt-iletişim onun yüksek stüsünü gösterir ve çekim gücü vardır. Jeff'in nasıl iletişim kurduğunu bu kitapta daha sonra göreceğiz.

Bir kadına sorun, size hemen erkeğin “o şeye” sahip olup

olmadığını” söyleyecektir. “O şeyin” ne olduğunu bilmezler, ama erkeğin buna sahip olup olmadığını bilirler. Onu gördüklerinin, onunla konuşmalarının dakikasında, gözüne baktıkları anda, kendilerine kıyasla yatırım seviyesini ve muhtaç olup olmadığını anlarlar.

Tüm bunlar pratik gelmiyorsa endişelenmeyin. Bu kitabın çoğu “o şeyi” nasıl kazanacağınızla, yaptıklarınızdan ve söylediklerinizden bağımsız olarak onu nasıl kadınlara hemen iletceğinizle ilgilidir.

Baştan Çıkarma Süreci

Biyolojik olarak iş sekse gelince kadınların erkeklerden çok daha fazla kaybedecek şeyleri vardır. Bunun sonucu olarak da cinsel partnerleri konusunda seçici davranırlar. Erkeklerse rastgele cinsel ilişkide bulunmaya tarihi olarak daha yatkındırlar ve biyolojik bakış açısından bunun avantajları da vardır.

İster biyolojik ya da kültürel, ister ikisinin bir karışımı olsun, kadın açısından cinsel çekimin temeli büyük oranda kendini yanındaki adamla güvende ve rahat hissetmesidir. Kadınların cinselliği fizikselden ziyade psikolojik bir evrim geçirmiştir ve bu psikolojik ihtiyacın kökeninde güvenlik ve bağlantı ihtiyacı vardır.

Bu nedenle statü davranışa temellenir, varlıklara değil. Varlık açısından zengin olan bir erkeğin bir kadına kendini güvende ve rahat hissettirme potansiyeli daha yüksektir, ama davranışları bunu yapmayacağını gösteriyorsa kadın onu çekici bulmaz. Fiziksel olarak fit bir erkek çocuklarının da fit olacağını ima eder, ama davranışları onları yetiştiremeyeceğini gösteriyorsa kadın ona çekilmeyecektir.

Erkekler sekse kadınlardan daha fazla önem verdikleri ve seksüel fırsatlar erkekler açısından kadınlara göre daha kısıtlı olduğu için etkileşimin başında, kadınlar daha az yatırımla güven duymaya meyillidirler. Bir erkek kadına yaklaşır ve *ona yatırım yaptığı kadar kendisine de yatırım yapılmasını* sağlarsa bu baştan çıkarma sürecidir. Seks bu sürecin doğal yan etkisi olarak meydana gelir.

Baştan çıkarma, bir erkeğin, kadını, ona yatırım yaptığı kadar kendisine yatırım yapmaya ikna ettiği süreçtir.

Baştan çıkarma iki türlü meydana gelir: 1) Erkek kadında, kadının yaptığından çok daha az yatırım yaptığı algısını yaratır (muhtaç olmama kılıfına girmiş muhtaçlık); 2) Erkek gerçekten kadına daha az yatırım yapmıştır (gerçek muhtaç olma hali).

İlk yöntem (erkeğin yanlış izlenimler yarattığı) benim “performans” adını verdiğim şeyle olur. Flört tavsiyelerinin çoğu (hem erkekler hem de kadınlar için) performansa temellenen tavsiyelerdir – şunu söyle, böyle davran, hemen geri arama, ondan hoşlanmamış gibi yap, şu şakaları yap...

İkinci yöntem (bir erkeğin daha az yatırım yapması) kendisiyle ilgili pasif bir süreçtir ve uzun vadede davranışlarının her özelliğinde kendini gösterir. Öğrenecek ya da ezberleyecek bir şey yoktur. İnsanın ölçütünü dış amaçlardan (daha fazla kişiyle çıkmak, daha fazla seks) iç amaçlara (daha iyi ilişkiler, daha fazla duygusal tatmin, genel anlamda mutluluk) yönlendirmesi gerekir. Bu kitap bu içsel sürecin nasıl olacağını ve bunu nasıl gerçekleştireceğinizi gösterir.

Performansa temellenen flört tavsiyeleri teknik olarak “işe yararlar”. Ama tatmin etmezler. Sorunu (muhtaçlığınız) çöz-

mezsınız; sadece saklarsınız. Bir dizi performansa temellenen davranışla başarılı olan bir erkek seks yapabilir, ama muhtaç kadınlarla korkunç ve tatminsiz ilişkiler yaşayacaktır.

Size gerçek yaşamdan birkaç baştan çıkarma örneği vereyim ve her birinde muhtaçlık/yatırım açısından farklı özelliklere bakalım. Bu örnekler gerçektir, ama kimlikler ve önemsiz ayrıntılar değiştirilmiştir.

Ryan üniversitedeyken erkek kardeşliği kulübünün lider üyelerindendi. Ev partilerini düzenlemekle sorumluydu. Sosyal birisiydi ve çoğunluk tarafından sevilirdi. Bu partilerden birinde Jane ile tanıştı. Jane ondan hemen hoşlandı ve çıkmaya başladılar. Ryan partiler düzenliyor ve Jane de arkadaşlarını getiriyordu. Hikâyelerini, deneyimlerini ve ilgi alanlarını paylaşıyorlardı. Okul bu şekilde sürdü.

Mezun olduktan sonra Ryan bir bankada iş buldu ve Jane yerel hayır kuruluşunda çalışmaya başladı. Ryan'ın sosyal çevresi dağılmıştı ve işyerinde geçirdiği uzun saatler dışarı çıkıp yeni arkadaşlar edinme isteğini öldürüyordu. Giderek daha fazla zamanını Jane ile geçirmeye başladı. Genellikle bir şişe şarap eşliğinde film izliyorlardı.

Zamanla, Jane hayırseverlik işlerine giderek daha çok daldı ve fon oluşturmak için seyahat etmeye başladı. Ryan bu zamanı tek başına TV izleyerek ve belki eski arkadaşlarından biriyle bira içerek geçiriyordu, ama aynı şey değildi. Bir yıl sonra Ryan açıkça Jane'in seyahatlerinden şikâyet etti. Jane buna sempati duysa da kendini baskı altında hissediyor ve bu yüzden ona içerliyordu. Daha sık tartışmaya başladılar. Jane daha uzun saatler çalışmaya başladı. Ryan ikisi için Karayipler'e lüks bir tatil planladı. İşinden uzak kalmaya çok ihtiyacı vardı ve bu ilişkilerine çok ihtiyaç duydukları tutkuyu ve heyecanı getirebi-

lirdi. Yolculuk kısa bir süre ilişkilerine romans kattı. Ama eve dönünce gerçeklere de döndüler. Birkaç ay sonra her şey eskisi gibi oldu: Ryan çok çalışıyordu ve sinirliydi; Jane uzaklaşıyordu ve yolculuk ediyordu.

Ryan evlilikten söz etmeye başladı, Jane müteredditti. İşinin giderek yoğunlaştığını ve bir düğün planlamak için ortalıkta olamayacağını söyledi. Ryan parasının çoğunu ona bir yüzük almak için biriktirdi. Jane genç olduklarını ve daha hayat hakkında pek bir deneyimleri olmadığını söyledi. Ama içinden şu fikirden kurtulamıyordu: Ryan tam da hayatı deneyimlemekten korkuyordu ve evlenmek hayattan kaçmanın bir başka yolu. Morali bozulan Ryan birkaç hafta sonra onun işinde ve arkadaşlarıyla çok zaman geçirdiğinden yakındı. Gerçekten de Jane zorunlu olmadığı zamanlarda bile gece geç saatlere kadar işinde kalıyordu. Ryan aynı eve taşınmaları için baskı yapıyordu ve Jane bu kez şiddetle karşı çıktı. Ryan patladı; birkaç yıldır Jane için her şeyden fedakârlık yapmıştı, ama kız nankördü. Jane ilgi ve sevgi isteğiyle kendisini boğduğunu söyleyerek onu terk etti.

Yukarıdaki hikâye size aşına gelmiş olabilir. Siz, arkadaşlarınız ya da aile bireylerinden biri Ryan ile aynı süreçten geçmiş-tir: düşük duygusal yatırım ve düşük muhtaçlık durumunda bir kızla tanışmak; ilişkiye girmek; kademeli olarak giderek daha fazla yatırım yaparken kişisel yaşamınızın avuçlarınızdan kayması; sonunda kızın sizi terk ederek kendisinden daha az yatırım yapan bir erkekle ilişkiye girmesi.

Size aşına gelebilecek bir başka hikâye:

Daniel yirmi dört yaşındaydı ve üç yıllık bir kuraklık dönemini aşmaya uğraşmaktaydı. Tek kız arkadaşı üç yıl önce onu terk ettiğinden beri ilişkisi yoktu.

Daniel bir gece bara gitti ve Stacy ile tanıştı. Ona yaklaştı ve sarhoş erkeklerin kavga çıkarmalarıyla ilgili masum bir soru sordu. Kız cevap verdi, Daniel espri yapmaya devam etti ve onu güldürdü.

Bunlar Daniel'in bir ayartma kitabından öğrendiği satırlardı. Daniel bir süredir taktiklerin alıştırmasını yapıyordu ve onları kullanmakta uzmanlaşmıştı. Birçok kez reddedildikten sonra sonunda kızların telefon numaralarını alabiliyordu ve birkaç kez çıkmışlığı vardı.

Gece boyunca Stacy ile önceden bildiği ve rahat olduğu konularda konuşmaya devam etti. Her hikâyesini denenmiş şakalarla süslüyordu, hepsini onlarca kez kullanmıştı. Stacy sık sık gülüyordu. Okumuş olduğu gibi kızın koluna dokundu, kız da ona dokundu. İlgilenmişti.

Bir hafta eğlenceli mesajlaşmalardan sonra Stacy Daniel ile çıktı. Daniel bir kez daha öğrendiği her şeyi uyguladı, kızın sevdiği konuları açtı, onu konuşturdu, hiçbir zaman karşısına değil, yanına oturdu. Onu evine götürmek için bir bahane buldu vs.

Elbette terslikler de oldu, ama her şey üç aşağı beş yukarı iyi gitti. Daniel sonunda onu öpme cesaretini topladığında, Stacy gerçekten onu çekici bulmaya başlamıştı ve erkeği heyecanla öptü.

Daniel çok mutluydu. Sanki uzun aylardır sürdürdüğü çalışması sonuç vermişti.

Ertesi buluşmaları da benzerdi. Daniel Stacy'yi dairesine gitmeye ikna etti ve heyecan içinde onunla seks yaptı.

Daniel bulutların üstündeydi. Sevinçten sarhoş olmuştu ve onaylandığı için çok memnundu. Hemen en yakın arkadaşıyla internet üzerinden sohbet etti ve tüm işe yarar cümlelerini paylaştı, kızdan ne kadar hoşlandığını söyledi.

Daniel kısa sürede Stacy'yi çekenin numaraları ve sözcükleri olmadığını anladı; kendinin farkında olmadığı zamanlardaki etkileyici gülümsemesiydi. Kız bunun şirin olduğunu düşünüyordu ve ona ilk sevgilisini hatırlatıyordu. Ayrıca hayatının yalnız bir dönemindeydi ve birinin ona ihtiyaç duyduğunu hissetmek istiyordu. Daniel'in onayı için o kadar çabalaması hoşuna gitmiş ve kendini biraz daha az yalnız hissetmesini sağlamıştı.

En azından bir süre.

Daniel ve Stacy sonraki haftalarda birkaç kez daha buluşmalar, ama bir şey değişmişti. Daniel kızla seks yapmış olduğu için taktiklerinden ve cümlelerinden vazgeçmiş, normal kendisi olmuştu: muhtaç kendisi; dikkate ve onaya açtı.

Önce kızın söylediği her şeyle hemfikir olmasıyla alttan alta başlamış, konuşmak için yeni ve ilginç konular bulamaması bunu izlemişti. Zamanının çoğunu TV izleyerek ve video oyunları oynayarak geçiriyordu ve bu cephede konuşacak pek bir şey yoktu. Canlı ve neşeli buluşmaları yerini Stacy'nin gelmesine, ne isterse söylemesine, Daniel'in seks zamanına kadar çoğunlukla onunla hemfikir olmasına bırakmıştı. Artık kötü, ilginç olmayan bir seksti.

Stacy de değişiyordu. Seksi kendini daha az yalnız hissetmek için kullandığını fark etmeye başlamıştı ve ortak hiçbir şeyi olmayan bir erkeğe çok fazla yatırım yapmıştı. Hatasını kabul etmektense suçluluğu ve kendini bir sürtük gibi hissetme korkusu nedeniyle Daniel'i görmeye devam etti.

Bir gün, Daniel Stacy'ye hafta sonu buluşmalarını isteyen bir mesaj gönderdi. Kız bir sınava çalışıyordu ve cevap vermedi. Kendine *gerçekten* meşgul olduğunu söyledi. İsteseydi vakit bulacağını itiraf etmedi.

Daniel Stacy cevap vermediği için kendini güvensiz hissetti. İnternete girip arkadaşından tavsiye istedi. Arkadaşı kızın dikkatini çekecek ve onu yeniden sevmesini sağlayacak, gerçekten cılgın bir mesaj göndermesini söyledi.

Ertesi gün Stacy sınavından sonra telefonuna baktı ve Daniel'den dört yeni mesaj gördü. İlki sıradandı, ama sonra gide rek garipleşiyorlardı. Stacy soğudu – yine o muhtaçlık çirkin yüzünü göstermişti. Ama suçluluk nedeniyle ve kendisi de muhtaç olduğu için her şeyi nasıl bitireceğini bilemediğinden, mesajlar yokmuş gibi yapmaya ve haftasonu Daniel ile buluşmaya karar verdi, ama artık onu heyecanlandıran bir şeyden çok bir zorunluluk gibi geliyordu.

Ama Daniel kolayca kandırılmazdı. Hemen kızla çıkarak onun “kötü davranışını” ödüllendirmeyecekti. Flört kitabında kızın ilişkinin kurallarını belirlemesine asla izin vermeyin di-yordu. Birkaç saat bekledi ve Stacy'ye çok geç kaldığını, başkalarıyla başka planları olduğunu yazdı. Kız bunu tuhaf buldu. Ona dört kez mesaj göndermişti, ama kendini bir şekilde rahatlamış hissetti; hayatına devam edebilirdi.

Ertesi hafta Daniel Stacy'ye mesaj atarak çaba harcamaya razıysa onunla görüşmeye hazır olduğunu soğuk bir tavırla bildirdi. Haddini aşması ve saygısız tonu kızın tepesinin tasını attırdı ve cevap vermedi.

İki gün sonra Daniel sarhoş ve Stacy'nin neden onu görmek istemediği hakkında akli karışmış bir halde ondan gerçekten

hoşlandığını ve onu görmek istediğini, kızın neden artık kendisinden hoşlanmadığını anlamadığını söyleyen acemi bir mesaj yazdı.

Tamamen akli karışan ve adamdan soğuyan kız, iyi biri olduğunu, ama arkadaş kalmak istediğini bir daha onunla çıkmaya niyeti olmadığını söyleyen bir mesaj yazdı.

Her iki hikâyenin de kerelerce ve kerelerce, yüzlerce farklı insan arasında yüzlerce farklı şekillerde oynandığını gördüm.

Oğlan kızla tanışır. Oğlan kıza kendine yaptığından daha az yatırım yapar; seks ve/veya ilişki yaşanır. Oğlan kıza kendine yaptığından daha fazla yatırım yapar, seks biter ve/veya ilişki bozulur.

Birinci hikâye, ilişki ilerledikçe hayatta olan değişiklikler nedeniyle insanın neden kendine yatırım yapmaya devam etmesi gerektiğini öğretir. Bu, uzun süreli ilişkileri dengeli ve mutlu kılmanın tek uzun süreli çözümüdür.

Ryan'ın Jane ile ilişkisi başarısız oldu çünkü mezun olduktan sonra Jane açısından onu çekici kılan öncelikli özelliğini kaybetti ve asla geri kazanamadı – sosyal ilişkileri, neşesi ve spontanlığı, planladığı havalı grup aktiviteleri. Nefret ettiği bir işi yapar ve sosyal çevresini kaybederken kimliğini tanımlamak için giderek daha fazla Jane'e yaslandı. Kendine giderek daha az, kadına daha fazla yatırım yapmaya başladı.

Jane mezuniyetten sonra gelişti; tutku duyduğu ve iyi yaptığı bir işi vardı. Yeni arkadaşlar edindi ve yolculuklara çıkarak kendi deneyimlerine sahip oldu. Kimliği için Ryan'a daha az yatırım yapmaya başladıkça Ryan ona daha çok yatırım yaptı ve giderek daha fazla muhtaç oldu. Sonunda yatırım dinami-

ğiyle birlikte ilişki de bozuldu.

Daniel'in deneyimi farklıdır. Neden flört konusunda ezber cümlelerin, rutinlerin, değer taktiklerinin ve benzerlerinin sadece kısa süreli çözümler olduğunu gösterir. Daniel muhtaçtı ve Stacy'nin sevgisine en başından çok yatırım yaptı. Tek yaptığı, olduğundan çok daha güvenli ve az yatırım sahibi görünmesini sağlayan teknikler ve cümleler kullanarak Stacy'yi kandırmaktı.

Ve bir süre işe yaradı. Buradaki ironi kızı çekenin ezber cümleleri değil, kızı etkilemek için onlar arasında bocalarken kendisi olmasıydı. Stacy de o sırada güvensiz bir yerdeydi ve bunu etkileyici buldu, gerçek sandı. Hayatında ona ihtiyaç duyulmasını ve kendini güçlü hissetmeyi istediği bir dönemdeydi. Ayrıca erkeğin kişiliğinin tuhaflıklarını şirin buldu çünkü ona ilk sevgilisini hatırlatıyorlardı. Ve onunla yattı.

Daniel'in cümleleri ve teknikleri tükendikçe gerçek yatırım seviyesi giderek kendini açık etti. Davranışları sarsak bir hal aldı ve bu Stacy'yi tiksindirdi; çirkin mesajlaşmaların ardından onunla ilişkisini kesti.

Bu tür flört tavsiyelerine uyan birçok erkek bu kadar ilerleyemez bile. Bocalamaya başlamadan önce ancak bir saat, hatta birkaç dakika statü sahibi oldukları izlenimini verebilirler. Performansın stresi böyledir.

Muhtaçlığın üstesinden gelmek ne söyleyeceğinizle ya da yapacak yeni şeylerle ilgili değildir. Bu, kafa yapınızı, benlik algınızı değiştirmekle ve özsaygınızı kazanmakla mümkündür. Kadınlar hakkındaki düşüncelerinizi değiştirmek kadar basittir.

Biraz düşünün...

... Bir kadınla buluşmadan önce, onun sizden hoşlanıp hoşlanmayacağını düşünmeden önce sizin ondan hoşlanıp hoşlanmayacağınızı düşünün.

... Onu etkileme ihtiyacı hissedeceğinize bakın bakalım sizi etkiliyor mu?

... Sessizce oturup sizi sevmesi için bir sonra söyleyeceğinizi düşüneneceğinize sessizce oturup ondan hoşlanmanız için ne söyleyeceğini merak edin.

... Sizi aramasını bekleyeceğinize o sizin aramanızı beklerken başka bir şeyle ilgilenin.

... Yeterince uzun musunuz, yakışıklı mısınız, zayıf mısınız diye kaygılanacağınıza iyi özelliklerinizi keşfedemeyecek kadar yüzeysel olup olmadığına karar verebilirsiniz.

... Kusursuz flörtü bulmaya çalışacağınıza kusursuz flörte ihtiyacınız olmadığı için sizden hoşlanıp hoşlanmadığına karar verebilirsiniz.

... Onun hoşlanacağı bir konu bulmaya çalışmak yerine hoşunuza giden bir şeyden söz ederek ilgilenip ilgilenmediğine bakabilirsiniz.

... Onayını aramak yerine kendinizinkini verip vermediğinize karar verebilirsiniz.

... Sizinle neden olmadığına üzülme yerine bunun muhtemelen sizin de onunla olmak istemeyeceğiniz anlamına geldiğini görebilirsiniz.

Tüm bunlar kulağa biraz bencilce gelebilir, ama aslında kuvvetli sınırlara ve yüksek özdeğere sahip olmaktır. Muhtaç olmayan çekici bir adam olmak demektir.

Sadece size zaman ayıran insanlara zaman ayırın. Sadece sizinle çıkmakla ilgilenenle çıkın. Neyin bir başkasını memnun edeceğine kaygılanacağınıza neyin sizi memnun edeceğini düşünün. Her zaman başkalarının ihtiyaçlarını düşüneneğinize sizin ihtiyaçlarınıza hitap edecek birini arayın. Kendinizi olmak istediğiniz *kendinize dönüştürün*, kadınların olmanızı istediklerini düşündüğünüz kişiye değil.

Çünkü, ironiktir, ama kadınlar, sizin, olmak istediğiniz erkek olmanızı isterler.

Kadınları saygı duyacakları erkekler çeker; güvenmek isterler. Nasıl hissedeceğiniz, ne söyleyeceğiniz konusunda sürekli onay arıyorsanız nasıl birisi size saygı duysun?

Başkalarını iten de çeken de sizsiniz, sözcükler ve stratejiler değil. Elde ettiğiniz sonuçlardan memnun değilseniz kendinizi geliştirme zamanıdır.

Ne kadar seksi olduğu umurumda değil. Sizin için yeterince iyi mi? Bütünlüklü mü? Standartları var mı? Akıllı, kişilikli, şefkatli mi? Size hakaret eder ya da güveninizi sarsarsa onu terk etmeye hazır mısınız?

Değilse belki de en başında onunla olmamanızın nedeni budur.

Tek gerçek flört tavsiyesi kendini geliştirmektir. Kendiniz üzerinde çalışın. Kaygınızı fethedin. Utancınızı çözümleyin. Kendinize ve sevdiklerinize özen gösterin.

Kendinizi sevin. Bunu siz yapmazsanız kimse yapmaz.

Narsisizm ve Aşırı Telafi

Bir erkek tüm hayatını muhtaç ve yüksek yatırımla geçirince kendisini güvenli, çekici bir adama dönüştürmesi kolay bir çalışma değildir.

Muhtaç olmamak için kişinin kendine saygı duyması, sınırlarının sağlıklı olması, sosyal beceriler, sağlıklı yaşam alışkanlıkları gerekir. Bu, kendine dönmek, sorgulamak, kuşku, öfke, hayal kırıklığı, hayat tarzı değişimleri... gerektirir.

Ama bir kısa yol vardır. Bu kısa yol kadını nesneleştirmektir; kadınlara nesne ya da biriktirilecek ve başkalarına gösterilecek ganimetlermiş gibi davranmaktır.

Daha önce de söylediğim gibi bazı erkekler performansla muhtaçlıklarını gizlemek isterler. Bunun uzun vadede nasıl başarısız olduğunu gördük.

Bazıları da aşırı telafi eder. Bu erkekler başkalarının kendileri için düşündüklerini boş verip kendileri adına dik duramazlar. Tam ters yöne yönelirler ve sadece kendilerine bakmaya karar verirler. Narsisist olurlar. Sadece kendilerine hizmet ederler; ilişkilerini belli yararları olan araçlar gibi görürler ve birlikte oldukları insanın ihtiyaçlarına duyarsız kalırlar.

Muhtaç erkekler, kendilerine zarar verse bile sadece başkalarının isteklerini yerine getirirler. Muhtaç olmayanlar kendi ihtiyaçlarıyla partnerlerininkinin kesişme noktasını ararlar. Narsisistler aşırı telafi eder ve sadece kendi ihtiyaçlarının peşinde koşarlar.

Narsisist erkekler bunu genellikle kadınların aşağılığı ya da farklılığı hakkında bir sürü yanlış inanç uydurarak yaparlar – kadınlar mantıksızdırlar, para avcısıdırlar, erkekleri manipüle ederler, bastırılmaları ve kontrol edilmeleri gerekir...

Bunların hepsi saçmalıktır. Ama erkekler fazla telafileri nedeniyle bu yargılarda bulunurlar ki sadece kendileriyle ilgilenirken içleri rahat olsun.

Narsisist erkekler diğer herkesten önemliymiş gibi davranırlar. Agresif, duyarsız ve talepkârdırlar. Kendilerine hizmet ederler, reddedilmeyle ve kayıpla iyi başa çıkamazlar. Bu erkeklerin bazıları istismarcı bile olabilir.

Ama narsisist cephe zayıf ve şeffaftır. Hakikat şudur ki erkeğin narsisizmi altta yatan hassas muhtaçlığı saklamak içindir. Hâlâ başkalarının onayına muhtaçtırlar. Sadece bunu elde etmek için sezgilere aykırı bir yol izlerler: kendini büyütme. Muhtaç bir erkek başkalarının onayını almak için uysal ve önemsiz görünür. Narsisist başkalarının onayı için kendi büyüklüğünü beyan eder.

Bir kadın sadece bir başka fetih, bir sayı, ganimet ya da oyuncak gibi davranılacak bir şey haline geldiği zaman onun yanında kendini göstermek, kendi değerlerine ve inançlarına öncelik vermek, ret riskini almak ve kadınların sahip olabilecekleri her türlü perspektife baskın çıkmak son derece kolaydır – güvenin tüm çekici özellikleri korkunç şekillerde ifade edilir.

Narsisizm bir flört tavsiyesi olarak da erkeklere öğretilir. Çoğu flört tavsiyeleri erkeklere bencil, “alfa”, baskın ve agresif olmalarını; kadınların itirazlarını ve retlerini yok saymalarını; ne pahasına olursa olsun kendi isteklerini yerine getirmelerini ve bunu ısrarla ve agresyonla yapmalarını öğretir. Bu tavsiye

kadınların ne istediklerini bilmedikleri, sizi sadece sınadıkları, aslında istedikleri ama söyleyemedikleri... gibi açıklamalarla haklı gösterilir.

Narsisizm bazen erkekler tarafından yetiştirilmekte olan erkeklere de öğretilir; özellikle de maço kültürlerde (Latin Amerika, Orta Doğu, Doğu Asya...). Erkekler sadece kendini yücelterek ve bencillikle ilişki kuran erkekler tarafından yetiştirilirler ve bu özellikler oğullara aktarılır.

Bir ilişkide, narsisizm, her zaman baskın ve kontrolde olma fikri üzerine kurulmuştur. Bu, bencilliğin, iddiacılığın ve baskınlığın bulutsu bir karışımıdır; insanın sadece kendine yatırım yapmasının yanı sıra başkalarının önemini minimize etmesiyle de sağlanır.

Bu strateji aslında erkekleri sabote eder. Narsisist erkekler kur yapmayı ve ilişkileri sadece kazanılacak ve üstün olunacak bir başka yarışma gibi görürler; zevk alınacak bir işbirliği gibi görmezler. Amacınız hayatınıza artı değer katacak son derece zenginleştirici ilişkiler kurmaksa çevrenizdekileri kendinize çekmek için onları önemsizleştirmek ilişkilerinizi yetersiz ve yüzeysel kılacaktır.

Narsisist erkekler narsisist ve/veya son derece muhtaç kadınlarla son bulurlar. Bu kadınlar, narsisist erkeği, kendilerini büyütmek, kendilerini yukarı çıkarmak ve kendi bencil amaçlarına ulaşmak için kullanırlar. Muhtaç bir kadın narsisist erkeğin kötü muamelesine tolerans gösterir çünkü sürekli kendinde bir büyüklük duygusu arayışı içindedir.

Ve üzücü olan şudur ki bu işe yarar – tüm kadınlarla değil, kadınların çoğuyla bile değil, ama güvensiz, bok gibi davranılmayı bekleyen ve karşılığında erkeklere bok gibi davranan ka-

dınlarla işe yarar. Biraz özdeğeri olan bir kadın narsisist erkeği göz açıp kapayana kadar bırakır. O maço cilayı hemen görür. Ama özdeğeri düşük olan kadınlar, özellikle de bir kamyon dolusu duygusal problemi ve geçmişinde istismar olan kadınlar, memnuniyetle kendilerini narsisist adama adar ve onu da kendileriyle birlikte aşağı çekerler.

Yani, evet, narsisizm ve aşırı telafi işe yarar. Ama tatsız, sığ ve yüzeysel etkileşimler kurulur ve gerçekten hoşlanmadığınız, muhtemelen sizden gerçekten hoşlanmayan, sizinle seks yaptığı için pişman olan, duygusal olarak dengesiz ve sizi sürekli rahatsız eden kadınlarla uğraşmanın bitimsiz baş ağrısı çekilir. Bu, havuzun sığ yerinde yüzmek gibidir – evet, yüzersiniz, ama derin yerdeki kadar zevk almazsınız ve su çışlidir.

Narsisizm çeşitli şekillerde karşımıza çıkar, ama genellikle şuna indirgenir: kendi isteklerinize ve arzularınıza, onları başkalarına dayatacak kadar odaklanmak. Baskınlığınızı abartmak ve gücünüzle böbürlenmek. Yanlışınızı, kusurunuzu kabul etmemek. Kendi sorunlarınız için başkalarını suçlamak. Kendiniz büyük görünmek için başkalarını küçük gösterecek şekilde davranmak.

Narsisizmin sorunu kendini başkalarından istediklerini almakla tanımlamasıdır. Narsisist bir erkek ancak bir başkasına baskın çıkarsa, bir başkası ona istediğini verirse kendini muhtaç hissetmez. Ve aslında başkalarına kendine yaptığından daha fazla yatırım yapar ve bu nedenle de hâlâ muhtaçtır ve çekici değildir.

Bir örnek verecek olursam bir kadın muhtaç olmayan bir erkeği reddettiğinde ya da onunla ilgilenmediğinde, erkek bunun yapısal bir uyumsuzluk ya da yanlış bir durum olduğunu varsayacaktır. Eğrisinin doğrusuna geldiğini düşünüp hayatına

devam edecektir.

Narsisist bir erkek reddedildiği zaman öfkeli ve incinmiştir. Büyüklüğünü göremediği için kadını suçlar. Ona aptal, bencil, sık der çünkü ona –kadınla konuşan sıradan bir adam– istediğini vermemiştir.

Bu, başka bir performans formudur – kontroldeymiş gibi yapar; çaresizce kontrolde olmayı istemesinin nedeni güvensizliktir. Muhtaç olmayan bir erkek kadınların kendisiyle ilgili duygularını kontrol etmeyi denemez. Bazı kadınlar hakkında ki kendi duygularını kontrol etmeyi dener. Dünyanın kendisinden ibaret olmadığını ve sadece kendi duygularıyla eylemlerini kontrol edebileceğini bilir. İşler istediği gibi gitmediğinde, insanlar harika olduğunu düşünmediklerinde morali bozulmaz çünkü kendini harika hisseder. Başkalarının onayına ihtiyacı yoktur ve onay alamayınca misyonundan vazgeçmez.

Narsisist erkekler seri oyuncular; takıntılı bir şekilde rastgele seks peşinde koşarlar ve yattıkları kadınlara sadece kötü gözle bakmakla kalmaz, onlara kötü de davranırlar.

Başka bir örneğe bakalım:

Roy üniversiteli iyi bir çocuktur. Bilimsel kafalı bir bilgisayar kurduydum, ama tüm kızlar ona bayılırdı. Roy da onlara bayılırdı, ama cinsel açıdan. Ne yazık ki ne zaman cesaretini toplayıp da bir şey söylese kızlar sadece arkadaşı olmak istediklerini söylüyorlardı. Roy sürekli kızların korkunç ve duyarsız erkek arkadaşlarıyla ilgili anlattıklarını dinliyordu. Tek düşünebildiği, “Ama ben sana önem veriyorum, duyarlıyım. Karşındayım. Neden bunu göremiyorsun?” idi.

Elbette ki kadınlar bunu göremediler. Tüm beklemeye,

umutlara ve teselli edici rolüne rağmen her zaman başka bir oğlanı – genellikle yeni tanıştıkları birini seçerlerdi.

Nihayet, Roy 25 yaşındayken ilk kız arkadaşını buldu: laboratuvarında çalışan depresif ve hafif kilolu bir yüksek lisans öğrencisi. Sorunları belli olmasına rağmen Roy kıza vuruldu. Ama kızın duygusal dengesizlikleri sonunda ikisinin de en iyi yönlerini tüketti. Çalkantılı bir yılın ardından ayrıldılar.

Roy'un öfkesi tepesindeydi. İtilip kakılmaktan, çiğnenmekten, yok sayılıp incitilmekten usanmıştı. Tüm hayatı boyunca kadınlar ona cinsel gözle bakmamışlar ve sonunda bakan da memnun olmamıştı. Artık yettiğine karar vererek kendini ön plana geçirmeye başladı. Başka erkeklerin sevgililerine bok gibi davranıp yine de onlarla yattıklarını biliyordu ve aynısını yapacaktı.

Roy konuştuğu kadınlara hakaretler etmeyi ve onlarla dalga geçmeyi rahat buldu. Bir hayat boyu süren duygusal ihmalin intikamı gibi geliyordu. Bazıları bozuldular, ama tuhaf bir şekilde bu kendini daha güçlü hissetmesini ve dışarı çıkarak daha fazla kadınla tanışmasını sağlıyordu.

Kısa sürede, Roy şaşkınlıkla bazı kadınların onu çekici bulduklarını fark etti. Onları evine götürdü ve onlarla yattı. Önceleri sarhoş ve çirkin kızlardı, ama yavaşça, Roy bu yeni oyuncu kişiliğiyle rahatladıkça kızlar onu daha çekici buldular.

Yattığı kızlardan bazıları onu gerçekten merak etmişlerdi ve daha iyi tanımak istiyorlardı. Roy bu kadınlarla oynadı; telefonda ulaşılmaz numaraları yaptı; onları birkaç kez daha seks için kullandı ve bir tür çatışmayı bahane ederek ya da yapmadıkları bir şeyle onları suçlayarak ayrıldı. Bu kadınlar da Roy'un zaman geçirmek için dengeli ve hoş bir insan olmadığını

nı kısa sürede görerek yollarına devam ettiler.

Roy'un yattığı bazı kadınlar bir tür erkek onayına aç olduklarından onu o kadar da merak etmediler.

Bu kadınlardan bazıları seks yaparak onaylanmak istiyorlardı. Bu durumda Roy onları düzüyor ve onlardan bir daha haber almıyordu.

Ama birçokları için ihtiyaç bundan daha büyüktü. Bu kadınlar cinsel onaylanma kadar duygusal onaylanmanın da açlığını çekiyorlardı. Ağlama krizlerine giriyor, Roy'u gece boyunca düzinelerce kez arıyor, haber vermeden evine gidiyorlardı. Seks genellikle inanılmazdı, ama Roy'un kendi öfkesi ve güvensizlikleri nedeniyle bu kadınların dramasına katılmaması olanaksızdı. Dramatik epizodlar haftalarca ve bazen aylarca, öfkeli ayrılıklar, aşk dolu beraberliğe dönüş, öfkeli ayrılıklar... şeklinde döngüsel devam ediyordu ve giderek yoğunlaşıyordu. Bu kadınların çoğunun geçmişinde cinsel istismar vardı. Zamanla Roy bu oyunlardan sıkılarak tam olarak kopuyor ve bir daha bu tür bir kadınla ilişkiye girmeyeceğine yemin ediyordu. Ama genellikle bir sonraki "deli" kız köşe başında bekliyordu.

Erkeklerle her zaman şunu söylerim: Çıktığınız her kadın dengesiz ya da deliyse bu *sizin* duygusal olgunluk seviyenizin bir yansımasıdır. *Sizin* güveninizi ya da güvensizliğinizi, *sizin* muhtaçlığınızı gösterir. Muhtaç olmayan insanlar muhtaç insanlarla çıkmazlar ve tersi de geçerlidir. Yapamazlar çünkü ta başında bir çekim yoktur.

Çıktığınız tüm kadınlar muhtaç ve duygusal olarak çaresizse bu size kendinizle ilgili ne söyler?

Roy muhtaçlığını narsisizm ile telafi etti. Kadınlara tapıp

kendine saygı duymamaktan kendine tapıp kadınlara saygı duymamaya geçti. Muhtaç olmamanın anahtarı ikisine de sahip olmaktır: kendine *ve* kadınlara saygı duymak.

Daha fazla ve daha çekici kadınlarla çıkmanın kalıcı yöntemi kendinizin de daha çekici olmasıdır. Bir erkek kendine yatırım yaparak ve muhtaç olmayarak çekici olur.

Kişinin kadınlarla ilişkilerindeki yatırımlarında ve muhtaçlığında kalıcı değişim zorlu bir süreçtir ve hayatın tüm yönlerini kapsar. Ama kıymetli bir yolculuktur. Bir erkek açısından *en kıymetli* yolculuktur.

Bunun anahtarı muhtemelen beklemediğiniz bir şeydir. Aslında çoğu erkeğin duyunca burnunu havaya diktiği bir şeydir. Bu anahtar savunmasızlıktır.

Bölüm 2

Savunmasızlıktaki Güç

Savunmasızlık sözcüğünü duyan çoğu erkeğin ilk tepkisi onu zayıflıkla ilişkilendirmek olur. Genellikle erkekler duygularını saklamaları ve her türlü içgözlemi (içe bakış) yok saymaları söylenerek yetiştirirler. Bu yetmezmiş gibi popüler flört tavsiyeleri de erkeklere mesafeli, ilgisiz, yargılayıcı ve bazen de iğneleyici olmalarını söyler.

Erkeklerin daha savunmasız olmak ve duygularını açmak karşısında bir sürü negatif varsayımları vardır. Sizi biraz daha kuşkucu yapabilir ya da beni bunu yazarken görmek bile hasaslaştırabilir.

Kaygılanmayın, sizden bir kamp ateşinin çevresinde, işe yaramaz bir destek grubuyla oturup spiritüel kristaliniz hakkınızda ağlamanızı ya da güç hayvanınız hakkında hikâyeler paylaşmanızı istemeyeceğim.

Daha geniş anlamıyla savunmasızlık hakkında düşünmenizi isteyeceğim. Sadece duygusal savunmasızlık değil (buna da geleceğiz), ama fiziksel ve sosyal savunmasızlık da.

Örneğin, savunmasız olmak korkularınızı ve zayıflıklarınızı paylaşmanız değildir. Kendinizi reddedilebileceğiniz bir duruma sokmak demektir; komik olmayan bir fıkra anlatmak, başkalarını gücendirebilecek bir fikri ileri sürmek, tanımadığınız bir grup insana kendinizi tanıtmak, bir kadına ondan hoşlandığınızı ve onunla çıkmak istediğinizi söylemektir. Bunların

her biri bir şekilde duygusal olmanızı gerektirir. Bunları yaptığınız zaman savunmasız kalırsınız.

Bu şekilde savunmasızlık bir güç formunu temsil eder: derin ve hassas bir güç formu. Hatta cesurdur. Kendini savunmasız bırakabilen bir erkek dünyaya şunu der: “Yansımaları boş verin, ben buyum ve bir başkası olmayı reddediyorum.” Muhtaç olmadığını ve statüsünün yüksek olduğunu söylemektedir.

İnsanların çoğu savunmasız bir erkeğin köşe bucakta saklandığını ve başkalarına onu kabul etmeleri, incitmemeleri için yalvardığını düşünür. Bu savunmasızlık değildir; teslimiyettir, zayıflıktır.

Şu şekilde düşünün: İki erkek var. Biri dik duruyor, önüne bakıyor. İnsanlarla konuşurken gözlerine bakıyor. Düşündüğünü söylüyor ve bazıları onunla hemfikir olmazlarsa bundan rahatsızlık duymuyor. Bir hata yaptığı zaman etkisinden kurtulabiliyor ve gerekliyse özür diliyor. Bir şeyi beceremediğinde itiraf ediyor. Bazen bu nedenle reddedileceğini bilse de duygularını ifade etmekten korkmuyor. Onu reddetmeyen ve olduğu gibi seven insanlara doğru hareket edebiliyor.

İkinci erkek kamburunu çıkartıyor, gözleri yerinde durmuyor ve kimsenin gözlerine rahatsız olmadan bakamıyor. Her zaman mesafeli, havalı bir tavır takınıyor. Performans sergiliyor. Başkalarını üzebilecek şeyler söylemekten kaçınıyor ve bazen çatışmayı önlemek için yalan söylüyor. Her zaman başkalarını etkilemeye çalışıyor. Bir hata yaptığı zaman ya başkalarını suçluyor ya da hata yapmamış gibi davranıyor. Duygularını saklıyor, gülümsüyor, iyi olmasa da herkese iyi olduğunu söylüyor. Reddedilmekten ölümüne korkuyor. Reddedilince çileden çıkıyor, dengesi bozuluyor, öfkeleniyor ve onu sevmeyen insanın sevgisini kazanmak için umutsuzca çabalıyor.

Bu iki adamdan hangisi daha güçlüdür? Hangisi daha savunmasızdır? Hangisi kendisiyle daha rahattır? Sizce hangisini kadınlar daha çekici bulacaktır?

Evrimsel bir perspektiften bakınca savunmasızlığın kadınlara erkek statüsünü ve fitnessini gösteren bir araç olması son derece mantıklıdır. Diyelim ki yirmi erkekten oluşan bir kabile var; hepsi avcı toplayıcı, tüm erkeklerin üç aşağı beş yukarı eşit malı var (ya da aynı derecede yok).

Kabiledeki adamların bazıları ötekilerin söylediklerine sürekli tepkili olsun. Hata kabul etmiyorlar. Davranışlarını ve sözlerini başka erkeklerin onayını almak için değiştiriyorlar. İşler istedikleri gibi gitmediği zaman suçlayacak birini buluyorlar. Bu, kabile içindeki statüleri için ne der? Tüm davranışlarını diğer erkeklerin onayına göre şekillendiriyorlarsa ve sürekli zayıflıklarını örtüyorlarsa bu onların alçak statülü, güvenilirmez, güvensiz ve muhtemelen de iyi bir baba olamayacaklarının göstergesidir.

Şimdi kabiledeki diğer erkeklerin onların muhtaçlığıyla ya da öfke nöbetleriyle ilgilenmediğini düşünün. Ellerindeki işe odaklanıyorlar ve başkalarının onlar için düşündüklerine göre davranışlarını değiştirmiyorlar. Meydan okunduğu zaman kendilerini savunuyorlar, ama hatalı olduklarında, zayıflıklarını saklamak için bir neden göremediklerinden zayıflıklarını saklamıyorlar. Dürüstler. Çevrelerindeki erkeklere tepki göstermiyorlar; tepki gösteren diğerleri olsun.

Bu davranış biçimi yüksek statü göstergesidir; güvenilir, zayıflıklarıyla da güçlü yönleriyle de rahat, işe yarar, hiyerarşide yükselecek ve çocuklarına bakacak erkeklere işaret eder.

Muhtemelen başaracaklar ve iyi baba olacaklardır.

Kadınlar yüksek statülü erkekleri öncelikle *muhtaç olmamalarına* temelle, sonra görünüşlerine ve başarılarına göre seçeceklerdir; görünüş ve başarı da muhtaç olmayan davranışlarının göstergesidir, tersi değil. Bu muhtaç olmayan davranışlar savunmasızlığıyla rahat bir insana işaret eder; dünyaya kim olduğunu ifade etmekten korkmaz. Bu birçok şekilde kendini gösterir – hayata dair kararlarında (Üçüncü Kısım); cesaretinin enginliğinde (Dördüncü Kısım) ve başkalarıyla iletişim biçiminde (Beşinci Kısım).

Bunu okuyorsanız ve kadınlarla aranız iyi değilse bunun nedeni hakiki duygularınızı ve niyetinizi iyi ifade edememenizdir. Belki hoşunuza giden kadınlara kendinizi tanıstırıp onlara çıkma teklif etmekten korkuyorsunuz. Belki sürekli sıkıcı konulardan söz ediyorsunuz çünkü bu konular “güvenli” ve sığ; kimse alınmaz ya da kızmaz. Belki kendinizi ve arzularınızı yeterince ortaya koyamıyorsunuz. Belki kendi cinselliğinizi saklıyorsunuz ve insanlar kendilerininkini sergiledikleri zaman korkup sinirleniyorsunuz. Belki hoşunuza gitmeyen bir işe ve hayat tarzına sıkıştınız çünkü başkaları size daima bunun iyi bir fikir olduğunu söyledi ve çevrenizdekileri üzme ya da hayal kırıklığına uğratmak istemiyorsunuz. Son derece iyi giyinmek size kendinizi rahatsız hissettiriyor; yabancılara gülümsemek ürkütüyor ve açıkça bir kadınla ilgilenmek reddedilme ihtimali yüzünden sizi korkutuyor.

Tüm bunlar aynı ana sorunun semptomlarıdır: savunmasız olamamak.

Siz ve ben de dahil birçok erkek duygularımızı özgürce ifade edemeyecek şekilde yetiştirildik. Nedeni ne olursa olsun –evdeki durum, bir çocukluk travması, ebeveynlerimizin de duygularını ifade etmemesi– duygularımızı bastırmak ve içimize atmak köklü bir alışkanlığımızdır; böyle büyüdük: Karşı çıkma; öne

çıkma; delice, aptalca, bencilce bir şey yapma.

Ben de aynı şekilde yetiştirildim. Tüm gençliğim boyunca sevilmemekten korktum. Erkek ya da kadın olsun, birinin benden nefret etmesi fikri uykularımı kaçırdı. Neticesinde tüm gençliğim insanları mutlu etmekle, hatalarımı saklamakla, izlerimi örtmekle ve başkalarını suçlamakla geçti. Söylemeye gerek yok, ama kadınlarla da başarılı değildim. Sonunda bir sevgilim olduğunda, kendini ifade etmesini bilen biri için beni terk etti.

Tüm bunlar kulağa boş ve yeni çağ modası gibi gelebilir. Bana güvenin, öyle değildir. Savunmasız olarak kadınlarla bağlantı kurarsanız –performans ve narsisizmin aksine– hayatınızdaki en iyi ilişkilerinizi ve etkileşimlerinizi yaşayacaksınız.

Savunmasızlık insanların bağlantı kurmasının ve gerçekten çekici olmasının hakiki yoludur. Psikolog Robert Glover'ın söylemiş olduğu gibi: "İnsanlar birbirlerinin zorluklarına çekilirler."

Çektiğiniz zorlukları gösterin. Kusursuz olmayı denemekten vazgeçin. Kendinizi açın ve engelsiz paylaşın. Retleri, tümsekleri kabul edin ve ilerleyin çünkü siz daha büyük ve güçlü bir adamsınız. Olduğunuz gibi sizi sevecek bir kadınla karşılaşınca (ve karşılaşacaksınız) sevgisinden keyif alın.

Ancak kendinizi bir gecede savunmasızlığa açamazsınız; bir anda duygularınızla, hatalarınızla rahat olup kendinizi engelsiz ifade edemezsiniz. Tüm bu kitap savunmasızlık için bir elkitabı olarak okunabilir. Bu bir süreçtir ve zaman zaman da epey mücadele gerektirir.

Acı Dönemi

Duygularınızı ve davranışlarınızı değiştirmeyi hedeflediğiniz zaman başlangıçta bir “acı dönemi” olacaktır. Bu acı dönemi tipik olarak ilk değişmeye ve yeni alışkanlıklar oluşturmaya başladığınızda yaşanır. Bu, en çok direnç gösterdiğiniz ve rahatsız olduğunuz dönemdir ve birçok kişi bu dönemde vazgeçer.

İster vücut geliştirmek, yeni bir dil öğrenmek, ister yeni bir işe başlamak olsun, mücadele edeceğiniz, zaman zaman başarısız olacağınız ve hepsinden önemlisi, kendinizi savunmasız hissedeceğiniz tuhaf ve zorlu bir dönem vardır.

Çoğunluk bu duygudan kesinlikle nefret eder ve mümkün olabildiğince kaçınır. Savunmasız olmak inciticidir. Utanç vericidir. Zordur. Bu nedenle de insanlar ne yeni şeyler öğrenirler ne de eskilerini düzeltirler. Bir partide bir kadına ilk yaklaştığınızda ya da numaranızı verirken çok korkacaksınız. İyi bir tepki vermezse bu acı verecektir. Bunda bir sorun yoktur. Hoşlandığınız bir kıızı aramak için telefonu elinize aldığınızda. İlk kez bir kıızı öperken. Bunlar sınırları geren anlardır ve yaşaması çok da hoş değildir.

Geçmişte narsisizm ve performansla başarı elde etmişseniz daha da zordur. Savunmasızlık alıştırmaları yaparken “daha iyi olmak için önce daha kötü olacaksınız”.

Ve hayatınız boyunca duygularınızı ne kadar saklamışsanız bu eylemler o kadar acı verecektir. Savunmasızlık üzerine araştırma yapan Brené Brown şöyle der: “Utancınızdan ne kadar az söz ederseniz o kadar fazla utanırsınız.”

Bu kitap daha savunmasız olmanız için bir sürü yol önerir:

Kendinizi kıyafetinizle, konuşmanızla, mizahla ve cinselliğinizle nasıl daha iyi ifade edeceksiniz?

Size en başından kendinizi rahatsız hissedeceğinizi söyleyebilirim. *Bunu* gerçekten yapmanıza gerek olmadığı konusunda sürekli mantık yürüteceksiniz. Neden söz ettiğimi bilmediğimi, çok meşgul olduğunuzu ve bunu sonra yapacağınızı söylersiniz. Önceden planlar, erteler, tekrar planlar, tekrar erteler, bu kitabı birkaç kez daha okumaya karar verirsiniz – bunların nedeni savunmasızlıktan ölesiye korkmanızdır.

Belki bu aşamalardan geçtiniz. Belki aylarınızı ve yıllarınızı sonuçlarından korktuğunuz için eyleme geçmekten kaçınarak geçirdiniz. Belki kariyerinizi değiştirmeyi, gardırobunuzu yenilemeyi, flört sitesine katılmayı ertelediniz. Belki harekete geçemediğiniz için sizden hoşlanan kadınlarla fırsatları kaçırdınız. Belki kendinizi önce “nasıl olacağını” öğrenmeye ikna ettiniz. Belki kendinize önce bunu başkasının yapmasına ihtiyacınız olduğunu söylediniz.

Bunların hepsi kaçınma formlarıdır ve derinlere yerleşmiş muhtaçlıktan kaynaklanır ve bu muhtaçlık sadece daha savunmasız olursanız tedavi edilebilir. Ve başlangıçta savunmasızlık acıtacaktır.

Bunu atlayamazsınız. Bundan çıkmanın tek çaresi içinde yol almaktır.

Kendimi açmayı ilk öğrendiğimde ve savunmasız olduğumda yaşadığım acı dönemiyle ilgili iki örnek vereceğim. İki kız, Melina ve Kate diyelim. Melina 2005'teki feci ayrılığımın sonra çıktığım ilk kızdı. İyi bir doğal kimyamız vardı ve oturup saatlerce sohbet edebiliyorduk.

Bir gece, Melina ile konuşurken boşaldım – on beş dakika hiç durmadan aptal ve orospu eski sevgilim hakkında konuştum; yaptığı boktan şeyleri en küçük ayrıntılarına dek anlattım da anlattım. O kadar acılı ve incinmiş. O kadar gereksiz.

Bitirdim. Böyle konuşarak ne kadar süre geçtiğini bilmiyordum. Tuhaf bir sessizliğin ardından Melina bir şeyden korkmuş gibi bana baktı ve sakince, “Muhtemelen bunları bilmeye ihtiyacım yoktu,” dedi.

Ay!

Kısa sürede birbirimizden koptuk ve görüşmemeye başladık. Çok üzülmüştüm. Sonrasındaki aylarda onunla birçok kez karşılaştım ve her zaman utançtan midem bulandı.

Bu deneyim kötü olduğu kadar da önemliydi. İlk kez ilişkim hakkında duygularımı açıyordum. Daha sonra bundan söz etmenin benim için çok daha kolaylaştığını fark ettim. Bu konudan rahatça söz edebildiğimdeyse o ilişkideki yanlışlarımı fark ettim; daha iyi bir insan ve partner olabileceğimi gördüm. Ama benim oraya varabilmem için o ilk tuhaf, savunmasız adımı atmam gerekiyordu.

Sonra Kate vardı. Kate benden biraz daha büyük ve son derece seksiydi. “İlk buluşmamızda” beni telefonla aramış ve dosdoğru “daireesine gidip onu mutfak tezgâhının üstünde becermemi” istemişti.

“Şeyy... tamam, kulağa hoş geliyor.” Havalı davrandım, ama fena korkmuştum. Kızlar böyle davranır mı? Bunun anlamı nedir? Daha beni pek tanımıyor bile.

Oraya gittim. Korkudan ölüyordum, kafam allak bullaktı ve

beceremedim. Çok utanmıştım. Bu başka kızlarla da başıma gelmişti, ama hepsinde sarhoştum, yani bahanem vardı. Benim çarpık, boktan kafam değil de alkol sorumluydu.

Ama bu kez özrüm yoktu. Kate mutfak tezgâhının üzerinde, beklenti içinde ve son derece hayal kırıklığına uğramış bir şekilde oturuyordu. Köşeye sıkışmıştım. Korkularıma sahip çıkınam gerekiyordu. Öyle havalı bir playboy ya da uçkur düşkününü biri değildim. Bir sürü cinsel güvensizliği ve duygusal bacağı olan gergin bir adamdım. Bunlara sahip çıktım. Ona deneyimsiz olduğumu, uzun süredir cinsel ilişkide bulunmadığımı ve gerçekten gergin olduğumu söyledim. Beni giderek daha az çekici bulduğunun farkındaydım.

Neyse ki benim güvensizliklerim konusunda Melina'dan daha müsamahalıydı. Anladığını, gevšememi, kendime zaman tanımamı, ona haber vermemi... söyledi. Sonra flört kitaplarının bana asla, asla, asla yapmamamı söyledikleri süper yakışık-sız beta şeyi yaptım: Önce birbirimizi daha iyi tanımanın daha iyi olacağını söyledim.

“Gerçek bir erkeğin” yapmayacağı bir şeydi bu. Ama savun-masızdı ve doğruydı.

Öyle yaptık. Sonra ben sakinleştikten ve rahatladıktan sonra seks de yaptık. Destekleyiciydi ve bunu bana karşı kullanmadı. Aylarca çıktık ve evdeki her türlü mobilyanın üzerinde çılgınca seks yaptık. Çok güzeldi. Sadece açılmaya ve gevšemeye ihtiyacım vardı. Bir yıl boyunca onunla aralıklı çıktım. Seks çok iyiydi ve çok iyi bir arkadaştı.

Elbette ki sizin konularınız ve muhtaçlığınız farklı olacaktır. Tüm bunları yaşarken ilk başlarda, savunmasızlık ve muhtaçlık ortaya çıktığında durumun zor olduğunu söylemek için

bunları anlattım. Seksi değildir. Aslında son derece itici ve rahatsızlık vericidir.

Ama bu, sürecin bir bölümüdür. Acı Dönemi. Yavaşça rahatlarsınız, onunla bağınız kopar. Sonra sizin için OK olur. Yukarıda anlattığım şeyleri yaşarken ölecek kadar utanmıştım. Şimdi utanç ya da pişmanlık duymadan onlardan söz edebiliyorum. Ve yeni çıktığım kadınlarla benzer şekilde anlatılmış bu tür hikâyeler paylaşacaktım.

“Utanmıştım. Evet. Berbattı. Evet. Sorunlarım var. Kusursuz değilim.” Buradaki ima bunu mesele yapmadığımdır. Sempati ya da onay aramıyorum. Ondan bir şey istemiyorum; çektiğim zorluklarla ve her şeyle birlikte kimsem oyum.

Hepimizin zayıflıkları, utançları ve savunmasızlıkları vardır. Muhtaç bir erkek onları göstermekten dehşete düşer çünkü başkalarının kendisi hakkındaki duygularına kendisinin kendisi hakkındaki duygularından daha fazla önem verir. Muhtaç olmayan bir erkek kusurlarını göstermekte rahattır çünkü kendisi hakkında hissettikleriyle başkalarının onun hakkında hissettiklerinden daha rahattır.

Kendinizi açıkça başkalarıyla paylaşmak ikisi arasındaki geçiş zorlar: başkalarının düşündüklerinden korkan ve muhtaç bir erkekten muhtaç olmayan ve kendisi hakkında hissettikleriyle rahat bir erkeğe geçiş. Çünkü kendinizle ilgili bu hakikatlerini paylaşmak sizi onlara sahip çıkmaya ve kabul etmeye zorlar ve ayrıca utancın ya da mahcubiyetin sadece bir başka duygu, insanlığın bir başka parçası olduğunu, dünyanın sonu olmadığını gösterir.

Sorulması gereken soru bu duygusal bagaj ve muhtaçlığınız üzerinde çıktığınız kadınla birlikte mi çalışacaksınız? İlla da

gerekli değil. Bunu arkadaşlarınızla, akrabalarınızla ya da bir terapistle paylaşarak da çalışabilirsiniz. Ama bazı konular üzerinde ancak birlikte olduğunuz kadınla durabilirsiniz: özellikle de yakınlıkla ve cinsellikle ilgili konular.

Ama yavaşça kendinizi yontarsınız. Alçakgönüllü olursunuz, kendinizi saklamaz ve bunun OK olduğunu öğrenirsiniz. Reddedilmek OK'dır. Hatalar yapmak OK'dır. Aptalca bir şey söylemek OK'dır. Vazgeçmeyin. Kadınlar retleriniz ve hatalarınız ya da aptalca bir şey söylediğiniz için sizden vazgeçmezler.

Reddedilmeyi, hatalar yapmayı ve aptalca bir şey söylemeyi kabul edebildiğiniz için sizi severler. Her zaman kusursuz sözü söyleyen erkeğe güvenmeyeceklerdir çünkü savunmasızlığını göstermez, sözleri özgün değildir ve muhtaç bir erkektir.

Bazı cümleleri iyi, bazıları kötü olan, ikincisini itiraf edip birincisine gülebilen bir erkeğe güvenirler ve hem duygusal hem de fiziksel olarak kendilerini açarlar. Kusursuz olmamak fikriyle barışın; onun çekici bulacağı sizin çektiğiniz zorluklardır.

Bu başta sevimli değildir. Acı döneminin en zor tarafı insanların çoğunun tüm yaşamları boyunca duygularını bastırmış olmalarıdır ve çok fazla bastırılmış hayal kırıklığına, öfkeye ve utanca sahiptirler. Tipik olarak yaşlandıkça daha fazla bastırırsınız. Ve öfkeyi ve utancı ifade etmeye başladığınız zaman çirkinleşir.

Kendinizi mantıksız davranırken bulabilirsiniz; tuhaf inançlar geliştirirsiniz; insanlara öfkelenirsiniz. Bu nedenle savunmasızlık konusunda zor bir mücadele veren erkekleri bir terapist görmeye cesaretlendiririm; belki bu süreçte onlara rehberlik edebilir.

Bunu okurken şöyle düşünebilirsiniz: “Tüm bunlar iyi güzel de ben zaten kendimi iyi ifade ediyorum ve duygularımın epeyce farkındayım.”

Gerçekten mi?

Gördünüz mü? Bunu yemiyorum. Yıllardır bu işi yapıyorum ve kadınlarla sorun yaşadığı için birlikte çalıştığım tüm erkekler ya kendi duygusal motivatörlerinin farkında değildiler ya da duygularını özgürce çevrelerindekiyle açamıyorlardı. Ve üzücü olan da hiçbirisi durumun sorunlu olduğunu görmüyordu. Her zaman kendimizde bir sorun olmadığını düşünürüz. Berbat durumda olanlar başkalarıdır.

Şunu söylemeliyim: Bir kadının konuşmaya ilgisini korumada sürekli zorluk çekiyorsanız, kadınların yanında büyük kaygı duyuyorsanız, sürekli başkalarına ya da kendinize bir şey ispatlamak zorundaysanız bir sorun var demektir. Bana güvenin, ortada bir sorun var. İfade etmediğiniz ya da temasta olmadığınız bir şey var. Kaygılanmayın, hepimiz bu yoldan geçtik.

Neticede kadınların istediği –hepimizin istediği– bizi tatmin eden, güçlü, bağımsız, muhtaç olmayan bir partnerdir; kendimizi paylaşabileceğimiz ve karşılığında onu alabileceğimiz bir partner.

Kendinizi biriyle paylaşmanız sadece fiziksel olarak aynı mekânda bulunmanız demek değildir. Birbirinizle olguları değiş-tokuş etmeniz anlamına gelmez. Bunun anlamı değerleriniz, arzularınız, duygularınız ve hayalleriniz konusunda kendinizi açmanızdır. Utancınızı, güvensizliklerinizi, kuşkularınızı ve korkularınızı ortaya koymanızdır. Bu, birisiyle birlikte duygusal düzlemde yaşamak, aynı kalp alanını paylaşmaktır çün-

kü bu tek başımıza yapamayacağımız yegâne şeydir.

Ama bir sorun vardır: Bu bölümü bitiren ya da tüm bu savunmasızlık konusunu dinleyen birçok erkeğin ilk tepkisi, “Anladım. Ona tüm bu üzücü hikâyeleri anlatacağım ve benimle seks yapacak,” demek olur.

Hayır. Yanlış. Bu, davranışlarla ya da sözcüklerle ilgili değildir, *niyetlerle* ilgilidir. Yatağa girmek için üzücü hikâyeler anlatıp güvensizlikleriniz hakkında konuşuyorsanız kadınlar bunu sezer ve onların gözünde alçağın biri olursunuz. Bu savunmasızlık değildir; performansın başka bir formudur. Ve her türlü performans muhtaçlıktır.

Aynı şekilde, kadınların yanında “kendinizi ifade etmek” bahanesiyle istediğinizi yapar ve söylerseniz bu da işe “yaramayacaktır” çünkü niyetiniz onunla bağlantı kurmak ve onu tanımak değildir; bu, sadece kendi arzularınızın esiri olmanızdır. Bu savunmasızlık değildir, bu narsisizmdir. Ve narsisizm muhtaçlıktan kaynaklanır.

İletişime yüzeysel enformasyon olarak bakmaktan vazgeçin; yaptığınız ve söylediğiniz her şeyin ardındaki duygulara ve motivasyonlara dikkat edin. Tüm anlamı orada bulacaksınız.

Bir kez daha söyleyeceğim çünkü genellikle unutulur: Savunmasızlık bir teknik ya da taktik değildir. Bir varoluş biçimidir. Öğreneceğiniz bir şey değil, pratiğini yapmanız gereken bir kafa yapısıdır.

Bazen erkeklerden “Hey, kıza köpeğimin ölüşünü ve anemden nefret ettiğimi anlattım, ama benimle seks yapmadı. Savunmasızlık işe yaramıyor,” gibi bir şey söyleyen mesajlar alırım.

Bu mesajları alınca başımı sallarım. Konuyu anlamamış. “İşe yaramıyor,” diyor.

Size bir tavsiye: Kendinizi şu ya da bu işe yaramadı diye düşünürken yakalarsanız performans sergiliyorsunuz ve muhtaçsınız demektir. Kesin. Nokta.

Kadınlar üzerinde “işe yarar” olan bir şeye ilişkin fikrin kendisi bir muhtaçlık formudur. Cinsel ilişki sizin başardığınız bir şey değildir. Video oyununda seviye atlamaya benzemez. Stratejisini yapamazsınız. Ya vardır ya da yoktur.

Kadınlar sizinle ve onlara duyduğunuz arzuyla duygusal bağlantı kurdukları zaman bunun söylediklerinizle ya da seçtiğiniz kelimelerle ilgisi yoktur. Bu kelimelerin ardındaki duygularla ilgisi vardır. Sözlerinizin ardındaki duygu muhtaçsa, size hizmete yönelikse isterseniz ona en kişisel ve dokunaklı hikâyeyi anlatın, sizden yine de soğuyacaktır. Ama bu duygu özgün ve savunmasızsa, alışveriş listenizden ve köpeğinize nasıl ad koyduğunuzdan söz etseniz bile sizi ister. Evet, iyi bir aktörseniz kısa vadede onu kandırabilirsiniz. Ama bunu yapmayın. Kısa vadeli çözümler peşinde olmadığımızı unutmayın.

Yani savlarınız özgün olmalıdır. Savlarınız koşulsuz olmalıdır çünkü tersi savunmasız olmak değildir. Bir kadınla yatma ihtimalinizin artacağını düşünerek ona güzel olduğunu söylerseniz şaşırtıcıdır ama pek de etkilenmez. Deneyin. Bu doğrudur. Sahte komplimanlar yapın ve bakın bakalım nasıl tepki verecekler. Tepkileri pek iyi olmayacaktır.

Ama samimi bir takdirle konuşursanız gözünüzün önünde nasıl parladığını görerek şaşıracaksınız.

Yani söylediğiniz her şey olabildiğince özgün olmalıdır. Bu-

nun kısa yolu yoktur. Hilesi yoktur. Öyle düşündüğünüz için söylersiniz ve söylediğiniz için öyle düşünürsünüz. Sizi ne kadar gererse o kadar iyidir çünkü bu özgün ve savunmasız olduğunuz anlamına gelir.

Ne kadar çekici olduğunuz ne kadar muhtaç olmadığınıza temellenir. Muhtaç olmamanın temeli de olabildiğince savunmasız olmaktır. Ne kadar savunmasız olduğunuzsa kendinize ve başkalarına karşı ne kadar dürüst olduğunuza bağlıdır.

Bu bizi sonraki bölüme getirir: hakikat armağanı.

Bölüm 3

Hakikat Armağani

“Hey tatlım. Popona işeyebilir miyim?”

Bize birkaç metre yaklaşan her çekici kıza tam olarak böyle bağırarak arkadaşımın yanında korkudan taş kesmiş duruyordum.

2006 yılıydı. O sırada üniversitedeydim. Aynı zamanda kızlarla aramı düzeltmeye çalışıyordum ve tanıdığım herkesten daha fazla kızla çıkan birkaç gençle takılmaya başlamıştım. Genç, naif, muhtaçtım ve hâlâ ilişkileri bir performans olarak görüyordum. Planım şuydu: Bu süper oyuncularla takılacak, kadınlara neler söylediklerini dinleyecek ve başarılı olmak için onları taklit edecektim.

Arkadaşım Matt içeri girdi ve “Popona işeyebilir miyim?” diye sordu.

Matt ile daha önce bir arkadaşım aracılığıyla tanışmıştım, ama ününü herkes bilirdi. Bir rock grubundaydı; kollarından dövmeleleri vardı ve yarı-zamanlı işiymiş gibi kızları beceriyordu. Bir-iki hafta önce şans eseri ona rastlamıştım ve ilk kez tüm gece beraber takılacaktık.

Tahmin edebileceğiniz gibi “popona işeyebilir miyim” yorumu başarılı değildi. Bana kalırsa tüm kızlar dehşet içinde bizden kaçıyorlardı. Matt sarhoştı ve ben de ciddi biçimde kendime onunla ne halt ettiğimi soruyordum.

Ama sonra komik bir şey oldu. Birkaç kız güldüler. Başka bir kız yanımızda kaldı ve bizimle konuşmaya başladı.

Söylemeye gerek yok, ama 2006'da çalıştığım ayartma elkitaplarının hiçbirinde "Pona işeyebilir miyim?" diye başlayan bir sohbetin nereye varacağına dair bir bilgi yoktu. Orada aklım karışmış ve tedirgin bir halde duruyor ve neler olacağını izliyordum.

Matt kıza o gece anüsünü yalayacağını söylüyordu...

OK, unut bunu, eve gidiyorum. Bizi bardan atarlarken ya da daha da kötüsü cinsel tacizle suçlanırken bu palyaçoyla bir ilgim olsun istemiyorum.

On beş dakika sonra Matt beni buldu; şaşkınlıkla kolunu konuştuğu kızın beline dolamış olduğunu gördüm. Kızın yüzünde büyük bir gülümseme vardı.

"Hey adamım, biz onun dairesine gidiyoruz; seninle takılmak güzeldi, yine yapalım."

Barda tek başıma oturmuş gördüklerimi anlamlandırmaya çalışıyordum. Hiçbir anlam ifade etmiyordu ve tüm hayatım boyunca kadınlar hakkında öğrendiğim her şeye tersti.

İş karşılıklı çekimin neyle ilgili olduğunu anlamaya gelince bugüne kadar yaşadığım benim için en önemli gecelerden biridir. "Pona işeyebilir miyim?" cümlesinin söylenecek doğru şey mi olduğunu öğrenmiştim?

Hayır, bana kalırsa çok çirkin bir cümle. Ve hakikati söylemek gerekirse arkadaşım Matt son derece narsisistti.

Öğrendiğim şeydu: Bir kadına ne söylediğinizden bağımsız olarak bunu *neden* söylediğinize dair niyetiniz ve imalarınız ne söylediğinizden çok daha önemlidir.

Perspektifinize bağlı olarak en komik ya da kaba şeyi söyleyebilirsiniz, ama alttaki iletişiminiz “Güler misin, korkup kaçar mısın bilmiyorum, ama ben buyum; ister al ister bırak” ise bu alt iletişim en az seviyede yatırımı ve inanılmayacak yüksek derecede savunmasızlığı iletmektedir.

Bu dışarı çıkıp sadece kendinizi eğlendirmek ve seks yapmak için kadınlara kaba şeyler söyleyebileceğiniz anlamına mı geliyor? Her zaman değil. Bunu sık sık yapmanız da gerekli değil. Ama daha kötüsünü de yapabilirsiniz.

Birçok erkek denediğini belli etmeden bir kadını “ayartma” fikrine sahiptir. Havalı olmaya çalıştıklarını göstermeden havalı olmayı denerler. Bir sürü flört ekolü ve kitabı bu fikir üzerine inşa edilmiştir – bir kadına onunla ilgilendiğinizi belli etmeden onun peşinde koşmak.

Bu paragrafı yazmak bile yorucu. Hiçbir işe yaramayan bir sürü çalışmadan söz etmek.

Daha önce tasvir ettiğim gibi bu performansa temellenen şeyler bazen işe yarayabilir, ama kısa süreli bir çözümdür ve çok zamana ve çabaya mal olur. Bu çaba ve zamanı kendinize harcayabilir ve kimliğinizle dürüstlüğünüzün çekici olmasını sağlayabilirsiniz.

Ayrıca, onun peşinde değilmiş gibi yaparak peşinde olmak ipte yürümeye benzer ve çok dikkat ve çaba gerektirir. Kolayca düşebilirsiniz. Bu bağışlanmaz ve hiç de hoş değildir. Ayrıca, kadınları bu şekilde “oyuna getirmenin” gerektirdiği çaba ve dikkat, ironik bir şekilde, sizi daha yüksek yatırımlı ve muhtaç

biri yapar ve çekici bulacağı varsa bile çekici bulmasını engeller.

Erkekler bir kadınla samimi bir biçimde ilgilendiklerini göstermekten kaçınırlar çünkü bunun ona çok yatırım yaptıklarını göstereceğine inanırlar – örneğin muhtaç olduklarını belli edecektir. “Çok sevimlisin ve seninle buluşmak istiyorum” cümlesinin, “Merhaba, o kadar çaresiz ve eziğim ki şimdi tüm arzularımı sana boca edeceğim ve onları kabul etmen için yalvaracağım” şeklinde tercüme olduğuna inanırlar.

Ama unutmayın, söylenen sözler ve davranışlar değil, bunların arkasındaki niyet önemlidir. Bir erkeğin dürüst açıklamasının altında bir dünya alt iletişim vardır ve çekici olan da budur.

Çünkü bir erkek kendini gösterip de bir kadına ilgisini belli ederse bunun alt iletişimi “Beni reddetmende sorun yok, yoksa sana bu şekilde yaklaşmazdım. Kendimle ve olabilecekler konusunda rahatım,” şeklindedir.

Çünkü bir erkek kadının onu reddetme ihtimali karşısında rahat değilse başından dürüst değil demektir. Aslında onunla ilgilenmiyormuş gibi yapacaktır!

Niyetini dürüstçe belli etmesi, elini taşın altına sokması ve kendini hemen ona karşı savunmasız bırakması muhtaç olmadığını alttan iletir ve çekicidir. Ayrıca ona olan arzusunu da gösterir ve bu kadını uyarır.

Unutmayın: Ne söylediğiniz önemli değildir, *neden* söylediğiniz önemlidir.

Daima. Bunun istisnası yoktur. Dünyadaki en iyi cümleyi söyleyebilirsiniz, ama onu muhtaç ve onaylanmaya aç olduğun-

nuz, onun size onay vermesi için söylüyorsanız bunu hemen sezecektir.

Bu nedenle flört cümlelerini kullanmak başarısız olur. Size kadınlara söylediğim en iyi yüz şeyi satabilirim, ama asla niyetlerimi ya da kendime olan güvenimi satamam. Bunları kendi başınıza geliştirmeniz gerekir. Bunu yapınca söylediğiniz sözler kişisel ve *sizinle tutarlı* olacaktır. Bir başkasıyla değil.

Hakikat Her Zaman Öne Çıkar

Devam edeceğim ve size ertesi hafta gerçekten kadınlara “Popona işeyebilir miyim?” dediğimi söyleyeceğim. Neler oldu tahmin edin.

Hiçbir şey.

Tuhaf ve tiksiniş bakışlarla bana baktılar ve kimse gülmedi.

Çünkü o cümleyi bir tepki bekleyerek söylüyordum. Bir kez daha kadınların bana nasıl yanıt vereceğine yaptığım yatırım büyüktü. O zamanlar bunu bilmiyordum. Ne söylediğim ya da söylemediğim önemli değildi; bana nasıl yanıt verdiğine aşırı önem verdiğimi belli eden bir şekilde söyleyince asla işe yaramıyordu. Bir sapık gibi görünüyordum ve kadınlar benden sanki yüzümde frengi varmış gibi kaçıyorlardı.

Çünkü hakikat her zaman öne çıkar. Savunmasız ya da dürüst taklidi yapamazsınız. Tanımları gereği bu mümkün değildir.

Konu bu olunca erkek flört kitapları kadınlara çok az kredi verirler. Kadınların duyguları, motivasyonları ve sosyal ipuçları

genellikle sezgiseldir. Bir kadına zekice bir cümleyle yaklaşıp akıllı olduğumuzu sanırsınız; gizlice onu tavlama çalıştığımızdan haberi olmadığını düşünürüz. Her zaman haberdardırlar ve büyük bir mesele değildir.

Sadece onu tavlama çalıştığımızı anlamakla kalmaz. Reddedilmekten son derece kaygılı oluşumuz da onun ilgisini söndürür. Onunla konuşmaya başlamak için kitap cümleleri söylememiz ve sahte hikâyeler anlatmamız –bu bilinçli olsun ya da olmasın– ona gerçekten çekici bir erkek olmadığımızı ve yüksek yatırım yaptığımızı gösterir.

Bir andan daha uzun süre muhtaç değilmiş gibi yapamazsınız. Kandırabileceğiniz yegâne kadınlar ya sarhoştur ya da kendileri de son derece muhtaçtır. Hakikat.

Muhtaç olmayan ve gerçekten kalitesi yüksek kadınlar erkeklerden göreceği ilgiye yatırım yapmazlar ve ne cümlelerinize ne de oyunlarınıza sabır gösterirler. Ya onları fark ederler ya da gerçekten kim olduğunuzu görürler –savunmasızlığını göstermekten korkan bir adam– veya sizi yatırım yapmaya değmez bulurlar çünkü sürekli etkilemeye çalışırsınız, oyunlar yaparsınız vs.

Savunmasızlık dürüst olmayı gerektirir ve dürüstlük sadece koşulsuzsa, bir şeye bağlı değilse işe yarar. Bunun anlamı yaptığımız ya da söylediğimiz bir şeyin gizli bir ajandası olmamasıdır. Size geldikleri şekliyle sadece duygu ve düşüncelerinizi ifade edersiniz; engelsiz, utanmadan.

Hakikat her zaman kendini gösterir. Kendiniz hakkında yalan söylemeniz ve belli bir şekilde davranmanız bile bu siz ve karakteriniz hakkında sözlerinizin kapsamından çok daha fazla şey anlatır. Karşınızdakini etkilemek için abartıp biraz da rol

yapsanız bile niyetiniz sonunda her zaman kendini belli edecektir ve sizin hakkınızda herhangi bir sözcüğün söyleyebileceğinden çok daha fazlasını söyleyecektir.

Kadınlara plak yapımcısı ve Jay-Z'nin arkadaşı olduğunuzu söyleyebilirsiniz, ama çok iyi bir aktör değilseniz insanlar sözlerinizi destekleyen davranışlarınızdaki hassas tutarsızlıkları sezerler. Er ya da geç bunu sezerler. Ve hakiki kimliğiniz kendini gösterir; savunmasızlığınız, sevgi açlığınız kendini gösterir ve üzgün, acınası, çekici olmayan bir adam olursunuz.

Bu abartılı bir örnektir, ama daha küçük ölçekte de kendini aynı şekilde gösterir. Bir kadının sizinle ilgilenmesi için onunla ilgilenmiyormuş gibi yapmayı ele alalım.

Bir kadından hoşlanmıyormuş gibi yapar, onu yok sayar, söylediği aptalca ya da ilginç değilmiş gibi davranırsanız, ama aslında ondan hoşlanmış ve söyledikleriyle ilgilenmişseniz davranışınızdaki ve beden dilinizdeki hassas ipuçları sizi ele verecektir. Zırhınız çatlayacaktır. Kendi şakanıza fazla gülmeniz, tuhaf bir anda başınızı yana yatırmanız, arkadaşına zorlama hissettiren tuhaf bir yorumda bulunmanız olabilir. İnsanların saçmalık dedektörleri devreye girer ve kendinizin dürüst bir ifadesini sunmadığınız gözler önüne serilir.

Ya bir kadına kompliman yapmak için onun güzelliğini öve öve bitiremeyen, içkiler ısmarlayan ve onunla çıkmak için yalvaran, sürekli arayıp onu düşündüğünü söyleyen erkekler nasıldır? Bu erkekler niyetleri ve duyguları konusunda bir yere varamazlar, öyle değil mi?

Sorun şudur: İnsan doğası ilginçtir ve bir şekilde hak ettiğimizi düşünmüyorsak bizden hoşlanan insanlara güvenmeyiz. Yabancı biri yanınıza gelip size sürekli kompliman yapmaya

başlasa ve bir şeyler ısmarlasa kendinizi nasıl hissedersiniz?

Muhtemelen “Bu ne satmaya çalışıyor?” diye düşünürsünüz. Özellikle ısrarcı ve tuhafsa, “Tanrım, bu baltalı katil olabilir mi?” dersiniz.

Bunun nedeni sizi gerçekten tanımadan, sizinle bağlantı kuracak zamanı geçirmeden, sizi anlamaya çalışmadan ne kadar yatırım yaptığını göstermesidir. Bunun sonucunda da onları güvenmez, tekinsiz ve garip bulursunuz.

Çekici bir kadının gündelik yaşamına hoş geldiniz.

Bu tür adamlar popolarına asılı dev bir neon ışıklı reklam panosu gibi muhtaçlıklarını duyururlar. Sadece on saniyedir tanıdıkları bir kadına ne kadar şahane olduğunu söylerler. Birkaç saat tanıyınca bir şeyler alırlar. Bu erkeğin kadına gönderdiği sinyal şudur: Seni tanımıyorum, ama onayını almak için her şeyi yapabilirim; o kadar çaresizim.” Bu zavallılıktır.

Daha derin bir seviyede bu erkeklerin alt iletişimi başka bir şeydir: “Bir erkek olarak sunabileceğim tek şey para ve kompliman. Başka bir şeyim yok.”

Çekici ve ilginç bir yaşamı, kendisi ve hayatındaki ilişki için yüksek standartları olan bir erkek, hediyelere boğmadan önce çekici bir kadını tanımaya çalışır. Ona gerçekten kompliman yapacak kadar kendini güçlü hissedene kadar bekler. Onunla konuşur da fiziğinin ötesinde bir şeyi olmadığını görürse ilgisini kaybeder.

İroniktir, ama kadınlar bu yüksek standartları ve özsaygıyı seçerler ve son derece seksi bulurlar. Ve bir sürü erkeğin taklit etmeye çalıştığı da işte bu yüksek standartlar ve özsaygıdır.

Kuşku duyduğunuz zaman niyetinizi kontrol edin.

Şunu düşünün: Bardaki averaj erkek çevresindeki güzel kızlara içki ısmarlıyor. Neden bunu yapıyor? Kızlar yanına oturup onunla konuşuyorlar. Ne kadar güzel olduklarını ve nasıl etkilendiğini anlatırken neden onlara kompliman yapıyor? Onu sevmeleri için. Pahalı yemekler ısmarlayıp mücevher almayı teklif ettiği zaman bunu neden yapıyor? Ondan etkilenmeleri ve onu terk etmemeleri için.

Bunlar ne armağandır ne de komplimandır. Bunlar onun simsarlığını yaptığı borsa işleri gibidir. Koşullar ima edilebilir ya da konuşulmamış olabilir, ama alışveriştir. Verdiği her şeyi karşılığında bir şey alma umuduyla verir. İçkiler koşulsuz değildir. Kadının yanında kalıp onunla konuşması koşuluyla ısmarlanır. Kadın ona sevgi ve ilgi gösterirse komplimanlar yapılır.

Kadın takdir etmediğinde ya da ilgisine karşılık vermediğinde bu erkek öfkelenir, kadını suçlar, para avcısı olduğunu, yalancı bir orospu olduğunu söyler. “İyi çocuk” olmakla narsisist olmak arasında bir fark yoktur. Biri sadece verir, öbürü sadece alır. Ama her ikisi de onay açlığı konusunda aynıdır.

Bu, manipölasyonun hassas bir formudur ve ta merkezinden dürüst değildir.

Yüksek değerlere sahip, güvenli kadınlar bunu hemen görür ve bunu yapandan uzaklaşırlar. Ancak yüzeysel ve sevgilerini maddi ve yüzeysel kazançlar karşılığında vermeye hazır kadınlar bunu yaparlar – bu kadınlar ruhsuzdur; duygularını en az kendilerine bir şeyler alan adam kadar bastırırlar.

Çekici bir adam ilgisini koşulsuz belli eder; karşılığında bir

şey beklemez. Bu kadınları uyarır ve ilgisine karşılık verdikleri zaman bu bir armağandır.

Gerçek dürüstlük sadece koşulsuz olduğu zaman mümkündür. Hakikat sadece bir armağan olarak verildiği zaman hakikattir. Karşılığında bir şey beklenmediği zaman. Bir kıza güzel olduğunu söylediğim zaman karşılığında bir şey beklemem. O anda beni reddetmesinin ya da bana âşık olmasının bir önemi yoktur. Önemli olan, *benim o anda* ona duygularımı ifade etmemdir.

Komplimanlarımı bir pazarlık aracı olarak kullanmam. Onları koşulsuz yaparım. Muhtaç bir erkek tanımadığı bir kadına kompliman yapar ve onun kendisine eşlik ederek veya cinsel lütuflarıyla bunu geri ödemesini bekler. Sadece dürüst bir şekilde kompliman yapma ilhamı gelmişse kompliman yaparım; öncesinde kadınla buluşurum; onunla hemfikir olmamaya hazır olduğumu, beni reddetmesine ve iş oraya varırsa ondan uzaklaşmaya hazır olduğumu gösteririm. Ondan uzaklaşmaya hazır olmam ve hiçbir karşılık beklememem çok değerli olan gerçek bir ilgi görmemi sağlar.

Karşılığında bir şey beklemeyen erkeğin yaptığı kompliman hakikatin bir armağanıdır; savunmasızlığını gösterir ve neticede çok daha güçlüdür.

Ve bu dürüst kompliman, kadınlara daha fazla yatırım yapma ilhamı verir. Paradoksal olarak onun size yatırım yapmasını beklememek ona size daha fazla yatırım yapma ilhamı verecektir.

Güzel kadınlara sık sık görünüşleriyle ilgili kompliman yapılır ve %99'u muhtaçlıkla; kim olduğu ya da erkek için ne yapabileceği idealize edilerek yapılır.

Güzel kadınlar hayatları süresince bir erkeğin özgün olup olmadığı, komplimanın bir armağan mı yoksa bir değiş-tokuş aracı mı olduğu konusunda koşullanırlar.

Bu bir armağan olduğu zaman, dürüst olduğu zaman bunu anlar ve kendilerini gerçekten takdir eden bir erkeği takdir ederler. Bu erkeklerden az bulunur.

Kadınlar da insandır (radikal bir fikir, biliyorum). Ve tüm insanlar gerçekten kendilerini takdir eden ve karşılığında bir şey beklemeyene değer verirler.

En büyük afrodizyak sizi seven biridir; gerçekten seven. Bir kadın arzu edilmeyi arzular. Ama bu saf bir arzu olmalıdır. “Egomu parlattığın ve iş arkadaşlarımı etkilediğin sürece seni arzulayacağım,” olmaz.

Saf, hiçbir bağı olmayan takdir bu dünyada ve özellikle de erkekler arasında az bulunur. Kadınlar buna değer verirler ve savunmasızlığını kendilerine gösterebilen bir erkeğe yatırım yaparlar.

Litmus testi şöyledir: Kadınların yanındaki eylemlerinize ve sözcüklerinize ve bunların ardındaki niyetinize dikkat edin. Bu niyetlerin sesi sözcüklerden on kat daha gürdür. Ne söylüyorlar?

Bir kıza başka biriyle konuşmaması için içki ısmarlamışsanız bu niyetiniz hakkınızda ne söyler? Ona fazla yatırım yaptığınızı ve çekici olmayan bir şekilde davrandığınızı söyler.

Bir kızı etkilemek ve sizi sevmesini sağlamak için bir hikâye anlatmışsanız bu niyetiniz hakkında ne söyler? Ona fazla yatırım yaptığınızı ve çekici olmayan bir şekilde davrandığınızı söyler.

Bir kadını sahip olduğunuz parayla etkilemek için bir lokantaya davet etmişseniz bu niyetiniz hakkında ne söyler? Ona fazla yatırım yaptığınızı ve çekici olmayan bir şekilde davrandığınızı söyler.

Bir kadının dikkatini, onu eğlendirerek, parayla ya da yüzeysellikle çekmek isteyen bir erkeğin kimliğine güveni yoktur ve hiç de çekici değildir.

Bunların ya hep ya hiç öneriler olmadığını da söylemeliyim. Hepimiz başkalarının bizi sevmesini, başkalarını etkilemeyi isteriz. Hepimizin bazen onaya ihtiyacı vardır. Hepimiz bir dereceye kadar bunları yaparız. Her zaman kusursuz biçimde muhtaç olmamak mümkün değildir.

Ama muhtaçlık görecelidir. Bu nedenle *başkalarının algılarına az yatırım yapmak* diyorum, *yatırım YAPMAMAK* demiyorum. Bu önemli bir farktır.

Kalpsiz bir sosyopat olmanızı önermiyorum. Kendinize yatırım yaptıkça karşılık beklemeden başkalarına yatırım yapmak konusunda özgür olursunuz. Muhtaç ve kendine yatırım yapmayan bir erkek, savunmasızlık eşiği çok düşük olduğu için ancak yüzeysel etkileşimlerde bulunabilir.

Başkalarına hiç yatırım yapmamak mümkün değildir. Donanımımız böyledir. Ama her zaman kendinize daha fazla yatırım yapıp özen göstermeniz mümkündür.

Sınırlar Koymak

Koşulsuz olarak dürüst davranmak sadece kompliman yapmak ve takdir etmek değildir. Koşulsuz dürüstlük sert ve yaralayıcı da olabilir. Ve tuhaftır ama sert ve öfkeli dürüstlük bir

kadına en saf kompliman kadar çekici gelir.

Ve önemli olan söylenen değil, onun arkasındaki niyettir ve alt iletişimdir. Bir kadının sözünü kesip ona çizgiyi aştığını söylediğiniz zaman, bir kadına hayatınızda neye tolerans gösterip neye göstermeyeceğinizi söylediğiniz zaman bu alt iletişim onun açısından cazibenin en önemli ögesidir. Onu bir hikâye ya da oyunla eğlendirmekten çok daha güçlüdür.

Bu nedenle bir kadını aynı anda hem uyarmak hem de kızdırmak mümkündür. Kadınlar konusunda deneyimli erkekler bunu bilir.

Güzel bir kadın muhtaç adamın hakaretimiz bulacağı bir şey söylerse adam bunu duymazdan gelir, konuyu değiştirir ya da hakiki duygularını belli etmez. Ve hatta kadını üzmemek için onunla aynı fikirdeymiş gibi bile yapabilir.

Muhtaç olmayan bir adam, kadına, söylediğinin hakaretimiz olduğunu bildirir. Bırakır taşlar yerine otursun. Bu konuda bir salak gibi davranmaz. Sadece kuma bir çizgi çekecek ve “Böyle şeylerden hoşlanmıyorum,” diyecektir; o çizgiyi aşp aşmamayı seçmek kadına kalmıştır.

Narsisist erkekler bunu sıklıkla insanlara sürekli yanıldıklarını söylemek ya da başkalarının duygularına aldırmadan istediklerini yapmak için açık bilet olarak kullanırlar.

Muhtaç olmayan bir erkek başkalarının sınırlarına dayanmanın yollarını *aramaz*; başkalarının sınırlarına saygı duyarken kendi sınırlarını korumakla ilgilenir.

Muhtaç olmamanın anlamı kendinize VE başkalarına saygı göstermenizdir. Muhtaçlık sadece başkalarına saygı göstermektir.

Bir kadın hakaretamız bir şey söylerse narsisist adam ona meydan okuyacak ve düşüncesini değiştirmesine çalışacaktır; muhtaç olmayan erkek sadece söylediğini hakaretamız bulduğunu ve bir daha tolerans göstermeyeceğini söyler. Nasıl tepki vereceği kadının seçimidir.

Bir kadın muhtaç olmayan erkeğin arkadaşına hakaret ederse ondan buna son vermesini ister ve sevdiklerine sahip çıkar. Kadın yarım saat sonra gitmesi gerektiğini söylerse onu kalması için kandırmaya çalışmaz ya da geri gelmesi için yalvarmaz; ona bağırır, tavırlarını düzeltmesini istemez. Gülümser, “Seninle tanışmak güzeldi,” der ve bırakır.

Çizginize sahip çıkın ve bir başkasınınkini aşmayın.

Erkeklerin bana gönderdikleri e-postalardan çoğunun ana konusu bir şekilde sınır korunmasıyla ilgilidir. İster bir buluşmayla, ister onu geri aramayan, mesleğiyle dalga geçen... kadınla olsun, algıladığı “sorunu” ayağa kalkıp ilişkilerinde neyi kabul etmeye, neyi etmemeye hazır olduğunu söylememesidir.

Tipik olarak bu şöyle bir şeydir:

“Benden gerçekten hoşlandı ve numarasını verdi. Mesajlarımın cevap veriyor, ama onunla buluşmak isteyince bahaneler buluyor. Ben de biraz daha mesaj attım ve beni görmek istediğini söyledi, ama buluşmaya geç kalıp erken gitti. Beni öpmedi. Şimdi ona mesaj atıyorum ve bana yazıyor, ama üçüncü buluşmaya razı olmuyor. Ne yapayım?”

Bu tür adamlar genellikle “kadınların oynadıkları oyunlara” ya da kadınların “sınamalarıyla” nasıl başa çıkılacağına takıntılıdır.

Bu erkeklere hep aynı yanıtı veririm: Başından oyun oynamaya niyetiniz olmadığını bildirirseniz sadece çekici bulduğunuz kadın da oyun oynamaktan vazgeçmekle kalmaz, oyun oynayan kadınları çekici bulmamaya başlarsınız.

Yukarıdaki örnekte eylem planım şudur: Ona, “Tekrar buluşmamızı istediğin zaman bana haber ver. Bunu istemezsen de sorun yok,” derim.

Evet, bunu söylerim. Kabaca değil. Açıkça.

Buna benzer bir şeyi muhtemelen beş-on kez kadınlara söyledim. İstisnasız tamamen şoke oldular. Genellikle hemen özür dilediler ve böyle davranmak istemediklerini söylediler. Tuhaftır, dürüstlüğüm ve onlar tarafından reddedilmeye (ya da onları reddetmeye) tamamen istekli oluşum muhtaç olmadığımı gösterdi ve genellikle beni daha çekici bulmalarını sağladı.

Birkaç kez de, “Haklısın, seninle çıkmak istemiyorum,” dediler. Bunda sorun yoktur. Evet, bunu duymak acıtır, ama hayattaki birçok şey acıtır. Bunu aşın. Hayırlısı buymuş. İkinizi de bir sürü zaman ve çabadan kurtardı.

Sınır koyma beceriniz ve arzunuz muhtaçlığınızla ters orantılıdır. Muhtaç olan ve savunmasız olamayan erkeklerin sınırları gevşek ve açıktır; hayatlarına manipülasyon davet ederler ve insanların onları ezip geçmesine izin verirler. Çünkü kadınlardan onay almak için kendilerini değiştirmeye gereğinden fazla isteklidirler.

Muhtaç olmayan erkeklerin kesin sınırları vardır çünkü kendi zamanlarına ve mutluluklarına kadınlardan dikkat görmekten daha fazla değer verirler. Ayrıca öbür insanların sınırlarını zorlamak için bir sebep de göremezler.

İş kendinizi daha savunmasız bırakmaya gelince, ilk adım kendi sınırlarınızı belirlemeye başlamaktır. İnsanlara, özellikle de kadınlara hayır demeyi öğrenin. Neyi sevip neyi sevmediğinizi öğrenin; neye tolerans gösterip neye gösteremeyeceğinizi bilin. Kendinize karşı dürüst olun; acı verecek kadar dürüst. Ve sonra ona karşı da acı verecek kadar dürüst olun.

Güçlü sınırlar oluşturmanın en zor yanı kendi arzularınızın ve duygularınızın özellikle farkında olmanız gerekmesidir. Ve tüm hayatlarını muhtaç yaşamış erkekler kendilerinin farkında değildirler. Ne için sağlam durmaları gerektiğini, neden vazgeçebileceklerini bilmezler. Duygusal motivasyonlarından ve arzularından haberleri yoktur.

Erkeklerin çoğunlukla önce kendi hakikatlerini aramaları gerekir; ancak bundan sonra onu başkalarına ifade edebilirler.

Kendi Hakikatinizi Bulmak

Kendim hakkında bulduğum bazı hakikatler:

Kadınlardan bu kadar çok sevgi istememin nedeni muhtemelen ergenliğimde sadece annem tarafından yetiştirilmemdir. Annemle babamın boşanması bende taahhütte bulunmaya karşı derin bir korku oluşturarak otuzlarımdaki ilişkilerimin tamamını etkiledi. Daha gençken havalı bulduğum birçok şey aslında kendimi korumamın ve yaralarımı iyileştirmem için bir yoluydu. Babama uzun süre içerledim. Erkekliğimle ilgili tuhaf bir takıntım var; en önemli değerlerim dürüstlük, empati ve entelektüel merak. Ne kadar seksi olurlarsa olsunlar, beni mutlu etmeyen kadınlara tolerans göstermeye hevesli değilim.

Bu şeyleri şimdi söylemek benim için kolay ve önemli olan sözcükler değil. Önemli olan kendim hakkındaki bu hakikatle-

ri öğrendikten sonra boşanan duygu seli. Kendimle ilgili şeyleri keşfettikçe daha önce içimde tuttuğum duygularımı gündelik hayatımla ve kadınlarla paylaşmaya başladım.

Kendim hakkında yukarıdaki hakikatleri keşfettiğim için bu hakikatler üzerine temellenen sınırlar çizebiliyordum ve bu da beni daha az muhtaç yapıyordu.

Örneğin, ilk dışarı çıkmaya başladığımda, gürültülü gece kulüplerindeki “seksi” kızları tavlamaaya çalışıyor ve başımı duvarlara vuruyordum. Bilirsiniz, sahte ten renkleri, sahte memeler, sahte saçlar, sahte kişilikler.

Ve... yani, bayağı hayal kırıklığıydı.

Bu kızlar hakkında nesnel olarak daha iyi ya da daha ilginç bir şey olmadığını keşfettim. Erkekleri bu kadınlara çeken tek şey TV’de, filmlerde ve pornolarda gördükleri kadınlara benzemeleriydi. Bir statü sembolü gibi kabul edilmelerinin dışında onlar hakkında çekici hiçbir şey yoktu. Onların peşinde koşmamın nedeni dürüstlüğüm değil, muhtaçlığımdı. Birkaç yılımı aldı, ama bir statü sembolünün, sırta vurulan bir şaplağın, güzel kızların beni umursamadığı tüm başarısız lise yıllarımı rahatlatmanın ve telafi etmenin bir yolu olduğunu sonunda anladım.

Mesele kadınlarla ilgili değildi; mesele benimle ilgiliydi.

Şimdi, böyle bir yerde bana kişiliğiyle ilgili hiçbir derinlik göstermeyen bir kadınla karşılaştığımda, onu tanımak için hiçbir çaba harcamıyorum. Sınırımı koydum: Meraka, eğitime, akla ve özgünlüğe değer veriyorum. Tonlarca makyajla, ten koyultucuyla, saç uzatmayla ve dapdaracık eteklerle yaratılan “sahte” görünümlere de kıymet vermiyorum.

OK, belki dapdaracak eteklere kıymet veriyor olabilirim.

İroni mi? Sınırımı koyduğum için bu kadınlara fazla yatırım yapmıyorum ve öncekinden daha fazla ilgi görüyorum.

Neden kadınlara fazla yatırım yaptığının nedenlerini araştırmak ve bunları çözmeyi denemeniz konusunda kendinizle dürüst bir konuşma yapmak önemlidir.

Örneğin, belki kadınlara fazla yatırım yapıyorsunuz çünkü bakırsınız ve kadınlarla deneyiminiz yok. O zaman deneyimsizliğin nasıl değerinizi düşürmenize ve onay aramanıza neden olduğunu görmeye ihtiyacınız var. Deneyimsiz olma fikriyle rahat edebilirsiniz ve çok deneyim kazanmak istiyorsanız bu güvensizliği itiraf etmek sizi rahatsız etmeyebilir.

Belki eski sevgiliniz sizi başka biri için terk etti ve acılaştınız. Fazla yatırım yapmanıza neden olan öfkenizi çözmeden önce neden öfkeli olduğunuzu ve onun neden sizi terk ettiğini anlamalısınız.

Benim için bunun büyük bir bölümü eski sevgilime epeyce boktan ve naif bir sevgili olduğumu kabul etmektir ve beni neden terk etmek istediğini anlayabiliyordum. Birlikteyken fark etmediğim kusurlarını ve güvensizliklerini de fark ettim; o da benim sandığım gibi süttten çıkmış ak kaşık değildi. Yani bu deneyimle uzlaştım ve öfkem azaldı; bu da deneyimi bırakmama ve çıktığım kadınlara daha az yatırım yapmama neden oldu.

Başka bir örnek daha önce hiç “havalı” olmamış biridir. Belki küçükken ona sataşırıldardı ve alay ederlerdi. Belki okuldaki popüler oğlanlar eşcinsel ve çıtkırıldım derlerdi.

Şimdi büyümüştür, daha yakışıklıdır ve sosyaldır; kendini

önemsiz hissettiği tüm yılları telafi etmek ister. Bunu çevresine para saçarak ve bir sürü yüzeysel dikkat çekerek yapar. Eğlenir, ama bir yarayı kaşır; sonunda havalı ve popüler olma ihtiyacını giderebilir. Ama bir noktada bu sorunuyla yüzleşmesi, kabul etmesi ve rahatça sözünü edebilmesi gerekir. Ancak o zaman ilerleyebilir.

Sadece diğer erkekleri etkilemek için kadınlara sahip olmak istiyorsanız iyi bir yerde değilsiniz ve ciddiyetle motivasyonlarınıza bakmanız gerekir. Neden başka erkeklerin dikkatini ve onayını aradığınızı keşfedebilmelisiniz –belki babanızla ilgili bir sorununuz vardır– ve bu onayı başka yollardan elde edebilmelisiniz. Bir spor takımına katılın, iş arkadaşlarınızla bira için, basketbol maçlarına sezonluk bilet alın. Kadınlarla etkilemeye çalışmaktan çok daha sağlıklı yollardan erkek arkadaşlığına sahip olabilirsiniz

Ben bu son iki örneğin bir bileşimiydim. Ergenlik yıllarımı annemle yaşayarak geçirdim. Bunun sonucunda yetişkin biri olana kadar erkekten çok kız arkadaşım vardı. Erkeklerle iyi bağlantılar kuramazdım. Babam fiziksel ve duygusal olarak yanımda olmadığı için bilinçdışımdan başka erkeklerin onayını arardım.

Dört yıllık sevgilimin beni terk etmesini de buna ekleyince kadınlara çok öfke duyardım. İkisini birleştirin; oyunda yer almak için narsisizme dönmüş, aşırı telafi eden, muhtaç bir adam için mükemmel tarifi elde edersiniz.

Bu hakikatleri kabul etmek kadınların onayına duyduğum açlıktan ve yatırımlarımın çoğundan kurtulmamı sağlayan biricik şeydi. Sonunda tutarlı olabilmek ve hayatıma harika kadınlar çekebilmek için bu kusurlarımı kabul etmem gerekti. Başkalarını etkileme ihtiyacım ortadan kalkınca bardaki sar-

hoş bir kızın benim için ne düşüneceğine de yatırım yapmama-ya başladım. Eski sevgilime öfkemden kurtulunca elime geçirdiğim her şeyi düzme ihtiyacım da ortadan kalktı.

Bunun sonucunda daha az yatırım yapmaya ve çevremdeki kadınların eylemlerinden daha az etkilenmeye başladım; bu da beni daha çekici kıldı. Sanki bir sihir varmış gibi daha az çabayla, çok daha ilginç ve çekici kadını hayatıma çekmeye başladım.

Bunu nasıl bilebilirim? Açık değil mi? Görünüşüm, kılığım değişmedi. Aynı partilere ve barlara gidiyorum. Ama artık kadınlar bana yaklaşıyor. Daha fazla güzel kadını bana bakarken ve gülümserken yakalıyorum. Dış görünümüm biraz değişti. Ruh halim tamamen değişti. Davranışlarım da tabii ki bunu izledi.

Kendi hakikatinizi aramak uzun süreli bir işlemdir. Sadece bu konuda tüm bir kitap yazılabilir. Ama şimdiki hayatınızda, bu derinlere yerleşmiş kimi hakikatlerin, kadınların size davranışlarına aşırı yatırım yapmanıza neden olduğunu garanti ederim. Öyle olmasaydı bu kitabı almaz ya da buraya kadar okumazdınız.

Ciddi duygusal sorunlarınız olduğunu düşünüyorsanız ya da bir nedenle kimliğinizin büyük bölümünü kadınların size nasıl tepki verdiklerine temellendiriyorsanız terapi görmenizi öneririm.

Terapi çevresinde birçok negatif stereotip ve yargılar döner, ama güvendiğiniz, iyi bir terapist bulabilirsiniz son derece yardımcı olabilir.

Terapiyle ilgili unutmamanız gereken, bir çözüm değil, araç

olmasıdır. Bir terapist kendiniz hakkındaki duygusal hakikatlere erişmeniz için size rehberlik yapabilir ve teşvik edebilir. Ama onları sizin için bulamaz. İnsanlar terapiye terapistin sihirli şekilde onları tamir etmesini bekleyerek giderler. Sonra da tüm yaptıkları “konuşmak” ve tüm seans boyunca kendilerine rahatsız edici sorular sorulması olunca hayal kırıklığına uğrarlar.

Bu soruların bir nedeni vardır. Daha önce orada olduklarını bilmediğiniz duygusal düğümlerinizi bulmakta proaktif olun. Bazı inanılmaz şeyler keşfedeceksiniz. Komşunun oğlunun sizi bir dolaba kilitlediği öğle sonrası; annenizin sizi markette unutup eve gitmesi; ebeveynlerin boşanması; sevdiğiniz birinin kaybı... tüm bu duygusal olaylar sizi yönlendirebilirler ve bunu yapacaklardır; hayatınızdaki şu ya da bu kaynaktan onay almak için aşırı yatırım yapmanıza neden olabilirler.

Ve bu kaynak bazen kadınlardır.

Bu kitaptaki tavsiyeleri izlemek de yardım edebilir. Kitaptaki tüm öneriler muhtaç olmamanıza yöneliktir. Bu davranışları benimsemek ve duygularınızın daha fazla farkında olmak size yolunuzda yardım edebilir, kalıcı değişim sağlayabilir.

Göreceğiniz gibi kitapta üç ana alan vardır: kendiniz için çekici ve tutarlı bir yaşam biçimi oluşturmak; korkularınızı ve kaygılarınızı aşmak; duygularınızı ve cinselliğinizi utanmadan ya da tereddüt etmeden ifade edebilmekte sosyal beceri kazanmak.

Üçü de daha savunmasız ve daha az muhtaç olmanızı sağlayacaktır. Altıncı Bölüm’de üzerinde duracağımız gibi bunların hepsi birbiriyle bağlıdır. Birinin üzerinde çalışınca dolaylı olarak diğerleri de fayda sağlar.

Uyuşmazlık ve Yansıtma

Bu bölümü, kadınların yanında savunmasız olabilme ve muhtaç olmama konusunda bazı istisnalardan söz ederek bitirmek istiyorum. Kitabın başında, belli bir kadına, onun size yaptığından daha az yatırım yapmanın, sizi çekici biri olarak algılamasını sağlayacağına söz verdiğimi biliyorum.

Bu doğrudur, ama sizi çekici bulması hemen sizinle yatağa atlayacağı anlamına gelmez.

Çekim harikadır, ama tek başına romantik ya da cinsel bir ilişkiyi sürdürmeye yetmez.

Çekici kadınların sizinle birlikte olmasını engelleyen iki bildik neden vardır: Bunlara uyumsuzluk ve yansıtma derim.

Bir kadın sizi çekici bulduğunda, değer farklılıkları ve dış koşullar sizinle ilgilenmesine ya da bu çekimle hareket etmesine engel oluyorsa buna uyumsuzluk derim.

Diyelim ki bir rock yıldızısınız ve gecelerinizi içerek ve grup seks yaparak geçiriyorsunuz; o da son derece dindar ve evlilikten önce sekse sıcak bakmıyor. Kişisel değerlerdeki bu uyumsuzluk her türlü birlikte olma potansiyelini engelleyecektir ve bir şey olmasına engel olan gerçek bir uyumsuzluktur.

En bilineni sevgili/eş durumudur. Bu sürekli yaşanır. Bir kadınla tanışırsınız; ikinizin arasında gerçekten bir şey vardır; tüm şakalarınıza güler; siz gülümseyince gülümser; gözlerinize uzun uzun bakar...

... ve evlidir.

Ve sadece evli olmakla kalmaz, fazla ilerlemeden flörtü keser. Sizden hoşlanmıştı. Dürüst olup sizi çekici bulduğunu da söyleyebilir. Ama evliliğine size olan çekiminden daha fazla değer vermektedir ve bu konuda yapabileceğiniz bir şey yoktur. Bu, uyuşmazlıktır.

Erkekler bana sıklıkla bir kadının eşine ya da sevgilisine ihanet etmesini nasıl sağlayacaklarını sorarlar. Yanıtım iki bölümden oluşur: Siz sağlayamazsınız; o karar verir. İkincisi, bu boktan işi yapmayın. Neyiniz var? İnsanların hayatlarını mahvetmeye katkı sağlar ve sağlamasa bile hiçbir zaman baş ağrısına değmez.

Uyuşmazlık dini, kültürel ya da sadece zayıf lojistik yüzünden olabilir. Örneğin o Avustralya'da, siz New York'ta yaşıyorsanız meşru bir uyuşmazlık vardır. Bu çekim kuvvetli olsa bile mesafe sorunlar yaratır.

Genellikle her etkileşimde biraz uyuşmazlık vardır. Ne siz bir kadını yüzde yüz sevebilirsiniz ne de o sizi sevebilir. Değerlerde ve önceliklerde sizi biraz, belki de çok fazla ırkiletecek farklılıklar olacaktır. Birlikte olmanıza engel olabilecek kaçınılmaz durumlar ve engeller de olabilir.

Bu uyuşmazlığın cinsel ilişkiyi engelleyip engellemeyeceği sınırlarınıza ve beklentilerinize bağlıdır.

Örneğin kokain bağımlısı, seksi bir kızla tanışabilirsiniz. Onunla sadece seks yapmak istiyorsanız bağımlılığını görmezden gelebilirsiniz. Ama narkotiklerle ilgili önemli bir ahlaki meseleniz varsa muhtemelen kızıdan soğur ve pas geçersiniz.

Neticede değerleriniz davranışlarınızı belirler. Ve tüm bunların anafikri budur: SİZİN değerleriniz sizin davranışlarınızı

belirler, onun ve başkalarının istediğini düşündüğünüz şeyi değil; siz ve ilişki için en iyi olan şeyi belirler.

Yansıma tamamen farklıdır. Birçok kadın bir nedenle kendi cinselliğinden ve/veya cinselliğinde açık olan erkeklerden korkar. Erkeklerle güven ve içleme sorunları vardır. Genellikle bunun nedeni bir tür duygusal/cinsel istismar ve/veya hayatlarındaki erkekler nedeniyle uzun süredir hayal kırıklığına uğramış olmalarıdır.

Muhtaç olmayan –benzer duygusal sorunlara ve güvensizliklere sahip olmayan– erkeklerle karşılaştıklarında güvenmeyecekler, ani ve sert çıkışlarda bulunacaklardır. Bunun nedeni onu çekici bulmamaları değil, tam tersine çekici bulmaları ve bu güçlü cinsel çekimin onları korkutmasıdır; özellikle de onlara tehditkâr gelen bir erkekseniz. Erkek cinselliğine negatif bakarlar. Dürüst ve çekici bir adamla karşılaşınca bunun acısını çıkarmak istermiş gibi saldırırlar.

Bunlar öfkelenen ve “Eminim bunu tüm kızlara söylüyordursundur!” gibi şeyler söyleyen, sizi uzaklaştıracak nedenler bulup sonra pişman olarak geri isteyen kadınlardır. Aramalarını kaçırmış gibi yaparlar ve siz aramakta ısrarcı olmayınca öfkelenirler ya da buluştuğunuzda sizi yok sayacak bahaneler bulurlar ve bir centilmen gibi davranmayınca da kızarlar.

En iyisi bu kadınlardan uzak durmaktır; demeye bile gerek yok. Reddi kabul edin ve uzaklaşın.

Genellikle bu kadınlar son derece muhtaçtır ve aranızdaki geniş yatırım farkı nedeniyle kendi yatırımlarını size yansıtmayı deneyeceklerdir. Sizi talepkâr, buyurgan, fazla abaza, güvenilmez ya da zayıf olmakla suçlayacaklardır. Bu suçlamaların gerçeklikle bağlantısı çok azdır ve muhtaç olmayan erkekler ya

böyle bir kadından uzaklaşacaklardır ya da suçlamalarını yok sayacaklardır.

Böyle saçmalıklarla uğraşan erkeklerin kendileri de son derece muhtaçtır. Muhtaç adam zamanının çoğunu kadının ona yansıttığı suçlamaları ve sorunları yatıştırmakla ya da tamire çalışmakla geçirir. Bu konunun en berbat yönü şudur: Muhtaç erkek *muhtaç kadını tamir etmekten ve yatıştırmaktan zevk duyar*. Zevk duyar çünkü kendisine güvenmeyen kadının korkularını ve suçlamalarını sürekli “tamir ederek” kendisini ihtiyaç duyulan biri gibi hisseder.

Erkek narsisist ise genellikle o da hemen kadına saldıracaktır ve ilişkileri önemsiz, sıradan dramlarla, duyguları tüketerek, acı ve marjinalizasyon hikâyelerini birbirlerine yansıtarak geçecektir. Sonunda birisi döngüyü kırıp gidene kadar bu böyle sürer. Yoksa aylar, yıllar alır. Her iki durumda da tatsızdır.

Tatsız gerçek şudur: Buluştuğunuz kadınların çoğuyla yüksek seviyelerde uyuşmazlığa ve yansımaya sahip olacaksınız. Çoğuyla ne söylerseniz söyleyin işler iyi gitmeyecektir. Beklenen budur. Bunda sorun yoktur. Dünyadaki kadınların büyük çoğunluğuyla uyumsuz olacaksınız. Çoğunlukla yüksek seviyede uyumlu olmayı beklemek bir büyüklük illüzyonudur ve narsisist eğilimlerinizin göstergesidir.

Uyuşmazlık hayatın bir gerçeğidir. Nasıl davranırsanız davranın, ne yaparsanız yapın, verili bir anda kadınların büyük çoğunluğu sizinle ilgilenmeyecek ya da duygusal olarak müsait olmayacaktır. İşimiz her kadını çekmek değil, olduğumuz kişiye (neysek ona) çekilme potansiyeli yüksek kadınları taramak.

Uyumsuzluğun gerçekliği kadınlarla çıkma stratejimizin bütününe belirler. Stratejimizi başka bir şeye temellendirmek en

iyi durumda verimsiz, en kötü durumda zarar vericidir. Dünya neyse odur ve bizim işimiz kendimizi olabildiğince doğrudan, açık bir şekilde takdim ederek tepkileri görmek ve fırsatları değerlendirmektir. Başkalarının tepkilerini kontrol etmeye çalışmak ya da aldığınız tepkiler üzerinde gücünüz olduğunu varsaymak aptalca ve hayalidir.

2. Kısım: Strateji

4. Bölüm

Kutuplaşma (Polarizasyon)

Birinci Bölüm’de erkeklerin çekiciliğinin, muhtaçlık derecelerine ve arzularıyla savunmasızlıklarını ifade ederken ne kadar rahat olduklarına bağlı olduğunu öğrendik. Ayrıca çekimin sınırlarını, ne yaparsak yapalım ya da söylersek söyleyelim, verili bir anda dünyadaki kadınlarının çoğuyla uyumsuz olacağımızı işledik.

İkinci Kısım’da amacımız, bu gerçekliklere temellenen, gerçek dünyada geçerli bir strateji yaratmaktır. Böylece birçok erkek flört hayatını çabuk ve önemli ölçüde değiştirecek açık bir yol haritası çizebilir.

Bu stratejinin amaçları verimlilik ve pratikliktir. Bu, *gerçekliğe* temellenen bir stratejidir; her kadının sırlarını çözmek hakkındaki bir mitolojiye ya da karşılaşacağınız her seksi kızla yatacağınız yalanına temellenmez.

Bunun sonucu olarak da bu kitaptaki strateji birçok erkek flört kitabının ilgilenmediği gerçeklerle ilgilenir: ret, ırk, yaş, görünüm, utanç, dürüstlük, duygusal bağ ve... ret demiş miydim?

Reddedileceksiniz. Ama kaygılanmayın. Bu iyi bir şeydir.

Birçok flört tavsiyesi, özellikle de performans çeşitlemeleri, şeye bakmaksızın... hemen hemen her şeye bakmaksızın istediğiniz her kızla seks yapabilme sözü verir. Annesinin bodru-

munda yaşayan pasaklı şişkonun biri olabilirsiniz, ama doğru iki-üç cümleyle bir iç çamaşırı modeliyle çıkabilirsiniz (sanki her köşe başında bu modellerden varmış gibi).

Bu, peri masalıdır. Ve sadece peri masalı olmakla kalmaz, yaşamak istemeyeceğiniz bir peri masalıdır. Muhtaçlığınızı besler.

Reddin varlığının bir nedeni vardır – birbirleri için iyi olmayan insanları ayrı tutacak bir araçtır.

Erkekler şunu anlayamaz: Bir kadın bir erkeği kısa boylu olduğu, saçını beğenmediği ya da sıkıcı bulduğu için reddediyorsa bu kadınla olmak zaten keyifli olmayacaktır.

Kendinize şunu sorun: Neden sizi takdir etmeyen biriyle yakınlaşmak istiyorsunuz? Neden böyle bir insanla yetineceksiniz? Seksi mi? Kendinize biraz daha saygınız olsun. Standartlarınız biraz daha yüksek olmalı.

Muhtaç ve özsaygısı düşük erkekler *herhangi* bir kadını baştan çıkartmak için kişiliklerini tümüyle değiştirmeye hazırdırlar. Daha çekici olmanın ilk adımı, reddi, sizi mutlu etmeyecek kadınları hayatınızdan çıkarmak olarak görmektir. Bu bir mutluluktur, lanet değil.

Başından başlayalım. Dışarıda sayısız kadın var ve hepsini tanımamız olanaksız. İlk görevimiz olasılıklarımızı daha iyi değerlendirmek için yelpazeyi daraltmak ve bir tarama yapmaktır.

Üç Kadın Kategorisi

Gezegendeki bütün kadınlarla başlayalım. Bu 3.6 milyar ka-

dardır.

Elbette ki dünyadaki kadınların çoğunluğunu arzulamayacaksınız. Fiziksel anlamda zevkinize uymayanları çıkartalım. Bir kadını çekici bulmuyorsanız ona yaklaşmayın, çıkma teklif etmeyin, bir şey yapmayın.

Bunu söyledikten sonra kendi standartlarınıza göre bir kadında neden hoşlandığınıza karar verin. Rasta saçlı siyahi kadınları tercih ediyorsanız güçlü. Sizden büyük, küçük kadınları tercih ediyorsanız havalı. Başka birinin standardına göre yaşamak için kendinizi zorlamayın. Ve Tanrı aşkına, *onu çekici bulmuyorsanız peşinden koşmayın.*

Pratik nedenlerle, çekici bulduğunuz kadınları üç kategoriye ayırabiliriz: alıcı, nötr ve alıcı değil.

Alıcı olmayanlarla başlayalım.

Alıcı olmayan kadınlar şunlardır: Müsait değildirler ve/veya sizinle cinsel/romantik bir ilişkiyle ilgilenmezler. Kadınların bu kategoriye girmesinin ortak nedenleri şunlardır:

Ondan çok daha muhtaç olduğunuz için size karşı bir çekim hissetmez.

Sevgilisi/eşi vardır ve ilişkisi mutludur.

Sizinle çıkmak istemesine engel olan çok fazla uyuşmazlık vardır: değer, ilgi alanları farklılıkları, kötü lojistik vs.

Hayatının bu döneminde hiçbir erkekle birlikte olmak istemiyordur.

Bir kadın tekrar tekrar sizin ilginize karşılık vermiyorsa ve/veya sizinle ilgilenmediğini gösteriyorsa onun alıcı olmadığını söyleyebiliriz. Onu bir kahve içmeye davet ettiğinizde neden

gelemeyeceğine ilişkin bahaneler uyduruyorsa alıcı değildir. Üç kez aradığınızda cevap vermiyorsa alıcı değildir. Onu tavlama-ya çalışırken meşgul olduğunu ve yalnız kalmak istediğini söylüyorsa alıcı değildir. Onunla takılırken sevgilisiyle ne kadar mutsuz olduğunu anlatıp ne kadar iyi bir dinleyici olduğunuzu söylüyorsa alıcı değildir.

İstisnası yoktur. Birçok erkek alıcı olmayan kadınların zamanla onları sevebileceklerine kendilerini ikna ederek zaman kaybeder. Genel kabul görmüş bir kural olarak, “sormak zorundaysanız, cevabınızı alırsınız”. Yani burada belirsizlik olmamalıdır. Bunu ona “Güzel/sevimli/çekici/komik/vesaire olduğunu düşünüyorum; bir kahve içelim mi/yemek yiyelim mi/bir içki içelim mi?” diye sorarak çabucak çözebilirsiniz.

Sorun çözüldü. Nerede olduğunuzu çok çabuk bulacaksınız.

Ama hızlı ilerliyorum galiba...

İkinci kategori nötrdür. Erkeklerin bu kategoriyi anlaması zor olabilir çünkü kadınlar için olduğu kadar bilindik değildir. Genellikle, bir erkek birkaç dakikada bir kadınla çıkmak ve hatta onunla yatmak isteyip istemediğini bilir.

Kadınlar böyle değildir. Bir erkekten emin olamayarak çok zaman geçirirler ve bir yöne ya da diğerine meyletmeleri gerekir.

Bu kategorideki kadınlar genellikle yeni tanıştığınız ya da çok az zaman geçirmiş olduğunuz kadınlardır. Kadınların daima bu kategoride kalmayacaklarını bilmek önemlidir. Zamanla bir yöne ya da diğerine meylederler. Bir hamlede bulunmaz ya da ona ilgi göstermezseniz genellikle alıcı olmamaya doğru kutuplaşırlar (bu arkadaş bölgesidir; birazdan ele alacağız).

Nötr kadınlar genellikle böyledirler; nötr. Sunduğunuz şeyleri illa ki reddetmezler, ama karşılığında bir şey sunmazlar. Jüri hâlâ dışarıdadır. Sıklıkla tereddütle evet derler, ama bu konuda fazla heyecanlı değildirler. Hâlâ zemini test etmektedirler. Bazen de sizi henüz o şekilde düşünmemiş olabilirler.

Nötr kadınlarla amacınız onları sözleriniz ve davranışlarınızda kutuplaştırmaktır. Bunun anlamı onlarla flört etmek ya da şakalaşmak olabilir. Çıkma teklif etmek, odanın diğer ucundan gülümsemek olabilir. Ne yaparsanız yapın, amacınız onu sizin hakkınızda nasıl hissettiğine karar verdirmeye zorlayacak bir eylemdir. Ne tarafa kutuplaşacağı eyleme geçmekten çok daha önemsizdir. Onu nötr halde bırakırsanız muhtemelen alıcı olmayacak ve sizinle çıkmakla ilgilenmeyecektir.

Ve son kategoride, alıcı kadınlar, cinsel/romantik olarak sizden etkilenmişlerdir. Bu kadınları iki yoldan tanıyabilirsiniz: 1) Sizinle bir şey başlatırlar; 2) Eylemlerinize hevesle karşılık verirler.

Sizinle bir şey başlatan kadınlara bazı örnekler:

Güçlü göz teması kurar ve gözlerini kaçırmaz.

Size yaklaşır.

Provoke etmeden size dokunur.

Telefon numaranızı ister ya da kendisiyle/arkadaşlarıyla çıkmanızı önerir.

Hakkınızda bir sürü soru sorar ve gerçekten ilgilenmiş görünür.

Sizi arkadaşlarıyla tanıştırır.

Telefon numarasını verir. Onunla birlikte takılmanız ya da zaman geçirmeniz için bir bahane/hikâye/neden ileri sürer.

Bu kitabı okuyorsanız çoğunlukla kadınların başlattığı iliş-

kileri/cinsel deneyimleri yaşamış olmalısınız.

Bunda sorun yoktur. Ama aşırı yakışıklı değilseniz ve etkileyici bir hayat tarzınız yoksa veya kadınlarla iyi sosyal ilişkiler sayesinde tanışıyorsanız az kadın sizinle bir şey başlatacaktır.

Kadınların çoğu, özellikle de çok güzel kadınlar, sizi çekici bulsalar bile bir şey başlatmazlar. Kadınlar seksten önce daha az yatırım yapmaya eğilimlidirler ve genellikle başlatanın erkek olmasını beklerler. Ayrıca kadının erkeğin başlatmasını beklemesinin bir nedeni de güçlü kültürel baskılardır.

Kadınların alıcı olduklarını göstermelerinin bir başka yolu karşılık vermeleridir. Hamlelerinize karşılık veren bir kadınla nötr duran bir kadın arasındaki hassas farkı anlamak önemlidir. Nötr bir kadın cevap vermez. Örneğin konuşurken onun sırtına dokunursanız dokunmamışsınız gibi yapar.

Karşılık veren kadınsa hamlenize pozitif bir yanıt verecek bir şey yapar. Bunu onunla ilgilenmenizi kabul ettiği ve bundan hoşlandığı şeklinde yorumlayabilirsiniz. Örneğin sırtına dokunursanız ve size karşılık vermek isterse size doğru eğilir, yaklaşır ya da o da size dokunur.

Karşılık vermenin başka bilinen örnekleri şunlardır:

Arkadaşlarını yok sayar ve kalıp sizinle konuşur.

Güçlü göz temasını sürdürür ve sözlerinize biraz fazlaca güler.

Ona dokunduğunuz zaman o da size dokunur.

Kolunuzu ona sardığınızda size yaslanır.

Bir yere gitmek için elini tuttuğunuzda o da sizinkini tutar.

Çıkma teklif ettiğinizde gidecek bir yer önerir ya da sizinle yapmaktan hoşlanacağı bir şeyden söz eder.

Çoğu ilgili kadın sizinle ilgilendiğini göstermek için küçük işaretlerle karşılık verecektir. Kadınların nasıl karşılık verdiği ni yakalamak ve işaretleri fark etmek biraz deneyim gerektirir. Ama neye dikkat edeceğinizi bilerseniz zor değildir.

Beşinci Bölüm’de göreceğimiz birçok flört yöntemi kadınların özel karşılık verme biçimlerini ve bunları nasıl idare edeceğinizi anlatır.

Ne yazık ki sıradan biri olduğunuzu varsayarsak karşılaşacağınız kadınların çoğu ne nötr ne de alıcı olmayan olacaktır. Bu ben de dahil erkekler için de doğrudur. Kaygılanmayın.

Karşılaşacağınız her kategorideki kadınların yüzdesi erkekten erkeğe ve o kadınla hangi bağlamda karşılaştığınıza bağlı olarak büyük değişiklik gösterir.

Örneğin kırk yaşında yatırım imparatoruysanız etkinliklerde ya da konferanslarda kadınların yüzden kırktan fazlasının alıcı olduklarını ve pek azının alıcı olmadığını ya da nötr olduğunu göreceksiniz.

Ama aynı adam yirmi yaşında sarhoşlarla dolu bir gece kulübüne giderse kadınların sadece yüzde birinin alıcı ya da nötr olduğunu ve yüzde doksan dokuzunun alıcı olmadığını görecektir.

Ben bu kavrama *demografi* adını veririm ve Yedinci Bölüm’ün tamamını buna ayırdım çünkü son derece önemlidir.

Her kategorideki kadınların tam yüzdesi önemli değildir. Birçok erkek ve flört tavsiyesi kitabı bu üç kategoriye ve stratejilerini anlamadıkları için gereksiz yere çaba ve zaman harcarlar.

Her Kategori İçin Stratejiler

Eylemlerinizi karşılaştığınız kadının tipine göre farklı olacaktır. Birçok erkek yanlış stratejiyi yanlış kadın kategorisine uygulama hatasına düşer. Örneğin alıcı olmayan bir kadını alıcı yapmaya çalışırlar. Zaten alıcı olan bir kadına henüz değilmiş gibi davranırlar. Bu, sadece zamanı ziyan etmek değildir, etkisi de yoktur.

Alıcı olmayan kadınlarla amacınız onları tespit etmek ve hemen uzaklaşmaktır. Zamanınızı harcarlar. Alıcı olmayan bir kadının alıcı olmamasının iyi bir nedeni vardır ve genellikle sizinle hiç ilgisi yoktur (ya da çok ilgisi vardır; durum buysa bundan ders çıkarmalısınız).

Alıcı olmayan bir kadının fikrini hemen hiçbir zaman değiştiremezsiniz; bunu yapabilseniz bile çabanıza değmez.

“Tamam ya” veya “Hayır” fikrine kuvvetle inanırım. Yanlış bir kadın beni tanıdıktan sonra “Tamam ya!” desin isterim. Benimle olmak konusunda hevesli ve heyecanlı değilse ben de onunla daha fazla ilgilenmem. Alıcı olmayan kadınlar zamanıma ve çabama değmezler. Çok iyi insanlar olabilirler ve belki onlarla arkadaş olurum. Ama bana karşı alıcı olmadıkları anda ilgimi başka yöne yöneltirim.

Şunu eklemem gerek: Yedi yılda binlerce kadın tanıdıktan sonra söyleyebilirim ki belki beşi bana karşı düpedüz alıcı değildi ve “onu kazandım”. Sizi iterse, uzaklaşmanızı, ilgilenmediğini, erkek arkadaşı olduğunu söylerse uzaklaşın. Gerçekten onu aşın ve uzaklaşın. Zamanınızı harcıyorsunuz; ne kadar özel olduğunu düşündüğünüz umurumda bile değil çünkü yine çok özel ve size karşı *alıcı olacak* bir başka kadın daha olmalı.

Alıcı olmayan kadınlarla en büyük iki zaman kaybı arkadaşlık bölgesi ve ilişkisi olan kadınlardır.

Arkadaşlık bölgesine bir kadın sizi potansiyel sevgili değil de arkadaş olarak kategorize ettiğinde girersiniz. Kadınlar açısından bu kategoriler hemen her zaman birbirini dışlar. Bir erkek ya arkadaştır ya da potansiyel cinsel partnerdir, nadiren ikisi birden olur. İstisnalar vardır, ama seyrek.

Bu bölgeye girince çıkmak hemen hemen imkânsızdır. Çıkarmanız da bu muhtemelen sizin yaptığınız ya da denediğiniz bir şey nedeniyle değildir. Neden? Çünkü cinsel arzuları konusunda harekete geçemeyen erkek muhtaçtır, savunmadadır ve bu nedenle de çekici değildir.

Klasik, sancılı bir arkadaş bölgesi örneği eski sevgilimin bir arkadaşıyla yaşandı. Onunla buluştuğumda yeni dairesine taşıyordu. Taşınmasına yardım eden iki erkek vardı. Uzun boylu olanı onu memnun etmeye hevesli görünüyor ve elinden geleni yapıyordu. Kızın çevresindeyken muhtaç olduğunu, yetersiz flört girişimlerinde bulunduğunu ve kızın ona karşılık vermediğini fark etmem uzun sürmedi.

Kız elbette çekici bir kızdı, ona pek yatırım yapmıyordu ve erkeği hemen arkadaş bölgesinde gördüm. Sonradan haklı olduğum ortaya çıktı.

Bu adam o kızla çıktığım sürece benden nefret etti. Götün biri olduğuma çünkü uzun süredir o kıza çok iyi davranmasına rağmen ortaya çıkıp ona çıkma teklif ettiğime ve evet ya da hayır demesine hiç aldırmadığıma ikna olmuştu. Ayrılıp da arkadaş kaldıktan birkaç yıl sonra bile kızın onun yanında benden söz etmesini istemiyordu. Bu dönemde, kızla olabilmek için birçok girişimde bulundu ve hatta gözyaşları içinde ona yıllardır âşık olduğunu bile deklare etti.

Söylemeye bile gerek yok, tüm bu girişimler kızı ondan soğuttu ve kapanmasına neden oldu. Arkadaşlıkları bozuldu. Dört yıldır arkadaşılar ve gösterdiği yatırım derecesi, davranışlarına rağmen (bir harekette bulunabilmek için dört yıl geçirmişti) *devasa derecede* muhtaç olduğunu ve özdeğerinin son derece düşük olduğunu alttan iletiyordu.

Elbette kız onu reddetti. Kerelerce reddetti. Adam öfkelen-di. Beni kıza iyi davranmayan götün biri olarak algıladığı için kendisi de kıza iyi davranmayan götün biri olmayı denedi. Narsisizm ve aşırı telafi yoluna girdi. Kızın kendisine o kadar iyi davranan bir adamı reddettiği için özsaygısı olmadığına inanarak ona saygısızlık etmeye başladı. Ve artan bir ironiyle, ona yıllarca çok “iyi” davrandığı için kıza daha kötü davranmayı ve onu nesneleştirmeyi kendinde hak gördü ve bu öyle bir noktaya vardı ki bir gece kızı öpüşmeye zorladı.

Söylemeye bile gerek yok, ama arkadaşlıkları bitti ve kız bir daha onu görmeyi reddetti.

Arkadaşlık bölgesi mümkün olan en büyük zaman kaybıdır çünkü bu bölgeye sıkışmış çoğu erkek kaçınılmazın bir gün gerçekleşeceği fantezileriyle oyalanır. Bu, kendini romans ve kaderle ilgili fantezilerinde gösterir. Perspektifleri şudur: *Kendisi* kız için kusursuz erkektir ve *bir gün* kız uyanacak ve ne kadar saçmaladığını fark edecektir; tüm bu süre zarfında hayatının aşkı dizinin dibindedir.

Bu asla olmaz. Asla. Bu son derece küstah ve manipülatif bir fikirdir. Kadınların bu tipleri bu kadar itici bulmasına şaşır-mamalı.

Böyle bir durumdaysanız onu aklınızdan çıkarmanız ve iler-lemeniz gereklidir. Hemen. Tipik olarak erkek kadına açık bir

cinsel ilgisini göstermeden bir-iki aydır arkadaşsa muhtemelen çok geçtir.

Erken dönemde bir tür cinsel ilgi göstermelisiniz. Ne kadar beklerseniz o kadar zorlaşır ve kadın size karşı alıcı olmamaya başlar. Kendinize bir kıza ilginizi belli etmek için dört yıl beklemenin size altta ne dediğini sorun. Şunu alttan iletir: “Sana kendimden o kadar fazla yatırım yaptım ki sana ilgimi gösterecek cesareti toplamam dört yılımı aldı.” Bu hiç çekici değildir. Ve muhtemelen de kız bunu biliyordur! Hep bilmıştır ve bu durumu daha da kötüleştirir.

Erkeklerin ikinci en büyük zaman kaybı mutlu bir ilişkisi olan kadınlardır. Erkeklerin genellikle aylar, yıllar kaybettikleri arkadaşlık bölgesinin tersine, ilişkisi olan bir kadın genellikle birkaç hafta, belki birkaç ay ziyan eder. Ama zaman kaybı zaman kaybıdır.

Çoğu erkek kayıplarını kabullenip gitmektense bir partneri olan kadınlarla takılmaya devam eder ve doğru koşullarda her kadının partnerine ihanet edeceği fantezisini kurar. Bu doğru değildir ve doğru olsa bile çabaya ve zamana değmez.

İlişkisi olan bir kadını beklemeye değmez. Nokta. Ayrıca onu “çalabilmek” için ilişkisini sabote etmeye çalışmanız da sadece etkisiz değil ahlaken de boktandır. Bu aşırı derecede muhtaçlık ve narsisizmdir.

Birçok erkeğin anlamadığı, bazen evli ya da ilişkisi olan kadınların da sırf eğlenceli olması ve ilgiden zevk almaları nedeniyle flört etmeleridir. Bazı kadınlar için flört bir hobi gibidir ve onu zararsız bir eğlence olarak görürler. Bir kadın evliyse ya da bir ilişkisi varsa, mutlu görünüyorsa, ama benimle flört ediyorsa bu flörtü pek ciddiye almam.

Erkekler reddedilmeyele çok mücadele ederler. “Erkek arkadaşım var.” Bazı erkekler bunun gerçek olup olmadığına takıntılıdır; belki de kız onu reddetmek için söylüyordur. Söylediğinin gerçek olup olmamasının hiçbir önemi yoktur; önemli olan niyetidir. Ve bu niyet de “İlgilenmiyorum”dur.

Bunları kabul edin ve ilerleyin. Erkek arkadaşı olmasa bile böyle bir konuda size yalan söyleyen bir kızdan hayır gelmez. Erkek arkadaşı varsa muhtemelen onunla mutludur, yoksa sözünü etmezdi.

Ve konunun özü şudur: Erkek arkadaşı/kocasısı olan ve onlara ihanet etmeye niyetli kadınlar erkek arkadaşlarının/kocalarının sözünü etmezler. Tipik olarak bunu ya kadınla çıkmadan hemen önce ya da hemen sonra öğrenirsiniz. Hemen tanıştığınızda söylüyorlarsa ilgilenmiyorlardır. Sizinle çıktıktan sonra dairenize giderken takside söylüyorlarsa muhtemelen ilgilenmişlerdir. Bunları benim söylememe ihtiyacınız yok.

Göreviniz alıcı olmayan kadınları mümkün olduğunca çabuk fark ederek kibarca uzaklaşmanızdır. Bu durumda ret, daha sonra göreceğimiz gibi genelde dostunuzdur.

İşler nötr ya da daha iyi bir kadın bulduğunuzda ilginçleşmeye başlar.

Nötr kadınlarla amacınız mümkün olduğunca çabuk nötr olmaktan vazgeçmelerini sağlamaktır. Daha önce de söylediğim gibi nötr olup nötr kalan kadınlar sonunda alıcı olmazlar. Bunu onlara özgürce savunmasızlığınızı ve kimliğinizi göstererek yaparsınız.

Hakikatinizi kadınlara ifade ettiğiniz zaman onları kutuplaştırırsınız – ya size karşı alıcı olacaklardır ya da olmayacak-

lardır. Hakikatinizi ifade ederken onların yaptığından daha fazla yatırım ifade ederseniz sizi çekici bulmayacaklar ve alıcı olmayacaklardır. Hakikatinizi ifade ederken aranızda üstesinden gelemeyeceğiniz bir uyuşmazlık varsa alıcı olmayacaklardır.

Hakikatinizi ifade eder, muhtaç olmadığınızı, uyuşmazlık olmadığını (benzer ilgi alanları, değerler, hayat koşulları...) gösterirseniz çok alıcı olacaktır. Ve çok derken, *çok* diyorum.

Erkeklerin büyük bir yanlış anlaması da her kadının onlardan hoşlanacağı şekilde davranmaları gerektiğini düşünmeleridir. Sanki kadınların hepsi aynıymış gibi. Bu işe yaramaz çünkü onun istediği gibi olmak için davranışınızı değiştirmeniz savunmasız olmadığınıza, muhtaç olduğunuza ve çekici olmadığınıza dikkat çeker.

Bazı erkekler basit şakalar yapar, güvenli konulardan sapmazlar ve bu reddedilme korkusu nedeniyle kutuplaşma gerçekleşmez. Bu da kişinin kendi hakikatini saklamasının, savunmasızlığını göstermemesinin, fazla yatırım yapmanın bir yoludur ve çekici değildir.

Bu, son derece muhtaç “iyi çocuk” rolüdür. Birinde, özellikle de kadınlarda (ve tabii ki kendisinde) her türlü duygusal tepkiden korkar ve güvenli oynar, bu nedenle kadınlar ona nötr kalırlar. Ve kadınlar kutuplaşmadan çok uzun süre nötr kalınca alıcı olmazlar.

Narsisist erkeklerin çoğunun sorunu onlara alıcı olan az sayıda kadının pek hoş kadınlar olmayışındır (bu kadınlar da son derece muhtaçtırlar).

Görebileceğiniz gibi “oyunun oynandığı” yer nötr kadınlar-

dır. İyi oynamanız nötr bir kadını kısa sürede alıcı durumuna getirmenizi sağlar. Bunu kendinizi savunmasız bırakarak yapabilirsiniz; onu iki yönden birine kutuplaştırıp sonuçtan memnun kalmalısınız.

Örneğin bir gece kulübünde güzel bir kadınla tanıştım. Benimle dans etti, ama daha yakınlaşma girişimlerimi görmezden geldi. Benimle dans etmekten memnundu ama etkileşime bunun ötesinde yatırım yapmadı. Onu kutuplaştırmadan bütün gece onunla dans etmeye sıkışabileceğimi fark ederek bir içki içmemizi, onu daha iyi tanımak istediğimi söyledim ve kabul etti.

Barda ilk sorum nötr durumlarda sormayı en çok sevdiğim sorulardan biri oldu: “Dünyada en çok sevdiğin şey nedir?”

Bu soru bana iki şey söyler: Kendi yaşamı hakkında ne kadar tutkulu ve kendinin ne kadar farkında, ortak bir şeyimiz var mı? Tutkulu ya da kendinin farkında olmayan kadınları hemen bırakır ve bir başkasına geçerim. Benimle ilgi alanlarını paylaşan kadınlar bana onları çabuk kutuplaştırma ve alıcı yapma imkânı verirler.

Örneğin bir kadın “İsa” cevabını verirse dosdoğru alıcı olmayana yol aldığımı bilirim. İsa’dan nefret ettiğimden falan değil... diyelim ki bir çıkar çatışması var. Ben sonunda kıza sahip olamasam da bu kutuplaşma iyi bir şeydir. Birlikte olmamak ikimiz için de hayırlısıdır. Ve dindarlığını erkenden ortaya çıkarmam iyi olmuştur çünkü er ya da geç çıkacaktır.

Bu gece kulübü örneğinde, seyahat etmek ve yeni kültürleri deneyimlemek derse. Bingo. Seyahate bayılırım. Kırk ülkeden fazlasını gezdim. Ona bunu söylerim. Elbette yarım saat içinde Rusça dilbilgisi hakkında bir sohbete dalmış, beraber oturuyor oluru.

Rusça dilbilgisi dersleri size etkili bir ayartma taktiği gibi görünüyor mu? Muhtemelen hayır. Ama devam ettim. O da etti. Ve sonunda benim sevgilim oldu. Başarımların nedeni kimliğimi ifade etmem, onu hakkımda bir karara zorlamam ve taşların yerine oturmasına izin vermemdi.

Sonunda alıcı kadın yanımızdadır. Bu kadınları bulmak en iyisidir çünkü en tatminkâr etkileşimler en az çabayla sağlanır. Alıcı bir kadına rastladığınız zaman amacınız basittir. Tırmandırırsınız. Siz bir adım atarsınız. İşsiz siz yürütürsünüz, bunu istiyorsanız elbette.

Orijinal olarak nötr olan alıcı kadınlar, hızlıca bir hamle yapıp onlarla fiziksel olmazsanız sıklıkla tekrar nötr olurlar ve oradan kalıcı olarak alıcı olmamaya geçerler. Ama başlangıçta alıcı olan kadınların genellikle süresiz alıcı kaldıklarını keşfettim. Bunlar kendinizi arkadaş bölgesinin dışına atmış olduğunuz nadir durumlardır – bu nadir durumlarda o her zaman size karşı alıcıdır, ama bilinmeyen bir nedenle bir türlü birlikte olamamışsınızdır (sizin kız arkadaşınız vardır, o üç yıllığına yurtdışına gitmiştir vs.).

Size karşı alıcı olan kadınların yüzdesi hayat tarzınızın kalitesiyle, sosyal statünüzle ve görünümünüzle orantılı olarak artar. Nötrden alıcıya çevirebildiğiniz kadınların yüzdesi “oyununuzun” ne kadar iyi olduğuna ya da kadınlarla ne kadar iyi iletişim kurup kendinizi ifade edebildiğinize bağlıdır. Ve aynı zamanda her kadın tipi arasından seçme yapıp mümkün olabilirdiğince fazla kadınla tanışmanız ne kadar korkusuz olduğunuz ve gözüpek davranabildiğinize bağlıdır.

(Bu son paragraf önemlidir ve kitabın geri kalanının temelidir, tekrar okumak isteyebilirsiniz ve anladığınızdan emin olun.)

Tavlama tavsiyelerinin çoğu reddedilmekten kaçınmaya ta-
kınılıyken reddedilmek benim stratejim açısından önemlidir.
Kaçınılmazdır, bu nedenle reddedilmenin bize yardımcı olaca-
ğı bir strateji geliştirebiliriz. Reddin bir nedeni vardır. Prestijli
bir üniversitede öğretilen muhtemelen ilkokul mezunu,
alkol sorunu olan birinin eşliğinden hoşlanmazsınız. Güzel bir
poposu olması onunla olmayı isteyeceğiniz anlamına gelmez.

Kadınları bizi reddetmeye doğru kutuplaştırmak –*biz dedi-*
ğim zaman gerçek bizden söz ediyorum; savunmasız ve açık-
hangi kadının bizi mutlu edeceğini belirlemekte bize yardım
eder.

Erkekler genellikle her şeyi birden isterler: ıstırap veren ret-
lerden, aptalca bir şey söylemekten kaçınmak, kendini utandır-
maktan uzak durmak ve aynı zamanda kadınların önünde diz
çöktüğü çekici, harika adam olmak.

Her şeye sahip olamazsınız.

İkisi bir arada yürür. Bazı kadınlar için şaka gibi bir şey ya
da utanç kaynağı olmaksızın başkaları için çekici, hayat de-
ğiştiren bir varlık olamazsınız. Bunu yapamazsınız. Tartışmalı
olmanız gerekir, kutuplaştırmanız gerekir. Oyunun kuralı bu-
dur. Ve bu oyunda iyi olmak için kendinizi duygusal olarak
açmalı, dürüstçe ifade etmeli ve tutkulu anların yanı sıra utanç
veren anları da rahat karşılayacak kadar savunmasız olabil-
melisiniz. Kutuplaştırmaya istekli olmak kolay değildir. Ama
gereklidir. Bu nedenle şu anda buradasınız.

Kendine Çekmek İçin Kutuplaştırmak

Kadınlarla öncelikli stratejimiz kutuplaştırmadır. Kim oldu-
ğunuz, ne düşündüğünüz ve nasıl hissettiğiniz konusunda ne

kadar dürüst olursanız alıcı olmayan kadınları alıcılardan o kadar fazla ayırabilirsiniz. Nötr kadınların çitin dışına çıkıp sizin hakkınızda hissettiklerine karar vermelerini sağlayabilirsiniz.

Kutuplaştırmamanın en güzel yönü muhtaç olmadığınızı göstermesi ve nötr kadınların alıcı olmasını diğer stratejilerle taktilerden daha fazla sağlamasıdır.

Daha önce sözünü ettiğim gibi kadınlarla deneyimi olmayan erkeklerin ortak stratejisi “hepsi tarafından sevilme, hiçbiri tarafından nefret edilmemektir”. Ama iş samimiyet kurup kadınları çekmeye gelince korkunç bir stratejidir. Kimsenin sizden nefret etmemesi genelde kimsenin sizi sevmemiş olması anlamına gelir.

Bu stratejiyi uygulayan erkekler tartışmadan ve sürtüşmeden kaçınmak isteyenlerdir. Bu adamların çoğu hayatları boyu tartışma ve sürtüşmeden kaçınmışlardır. Bunun nedeni savunmasızlıktan korkmalarıdır.

Cinsellik, çekim ve ilişkiler, doğaları gereği çekişmeli ve sürtüşmelidirler. Ya bu gerçeği kabul etmeniz gerekir ya da hayatınızı yaşarken herkes size nötr olacaktır.

Hakikatinizi ifade ettiğiniz ya da savunmasız kaldığınız zaman kutuplaşma meydana gelir. Bir kadına güzel olduğunu söylediğiniz zaman onu kutuplaştırırsınız. Küpelerine iltifat edip kolunuzu omzuna attığınız zaman kutuplaştırırsınız. Gece çıkarken terzi elinden çıkma bir takım giymeniz kadınları kutuplaştırır. Buluşmaya geç kalan bir kadına bir daha bunu yapmamasını söylemek onu kutuplaştırır. Ona gülümseyip ne kadar güzel olduğunu söylediğiniz zaman kutuplaştırırsınız. Elini tutup onu bir yere götürdüğünüz zaman kutuplaştırırsınız.

Çekici olan her şey kutuplaştırıcıdır.

Bunlar, *dürüst* ifadelerse ve savunmasızlığınızı gösterirseniz asla yanlış hareketler değildir.

Aşırı yatırım yapmış bir erkek konuştuğu kadına bağlı olarak davranışını değiştirecektir. Onun geç kalmasını kabul etmeyeceğini söylemeyecektir. Buluşurken o takımı giymeye korkacaktır. Kolunu omzuna atmaktan çekinecektir. Kendini savunmasız bırakamayacak, hakikatini ifade edemeyecek ve onu kutuplaştıramayacaktır.

Duygularını ve isteklerini engelsizce ifade edebilen bir erkek muhtaç olmadığını gösterecektir; kadınları kendine çekecek ve onları hemen alıcı olup olmadıklarına karar vermeye zorlayacaktır. Ve çok fazla uyuşmazlık olmadığı takdirde kadın alıcı olacaktır. Ne kadar çok kadının gözüpek ve boynunu uzatmaktan çekinmeyen bir erkeği çekici bulacağını bilseniz şaşarsınız.

Birçok erkek bunun anlamının üzerine bir ret dağı yağdırmak olduğunu düşünür. Ama bunun seyrek olması şaşırtıcıdır. Evet, kadınları kutuplaştırdığınız zaman reddedileceksiniz. Ve evet, arada bir de bu sert bir ret olacak.

Ama şaşırtıcı biçimde, birçok kadın sizinle ilgilenmese ve sizi reddetse bile bu hamlelerinize olumlu tepki verecektir. Gözüpek ve dürüst bir erkeğe saygı duyarlar. Birçok kereler kadınlara gözüpek ve dürüst yaklaştım; güzel olduklarını ve onlarla çıkmak istediğimi dosdoğru söyledim; beni reddetmelerine karşın gözüpeklğimden ve güvenimden o kadar etkilendiler ki beni hemen uygun olan bir arkadaşlarıyla tanıştırdılar.

Çıkmakta başarısız olduğum kadınların birçoğu onlara çıkma teklif ettiğim için değil, *bunu yapma biçimim* nedeniyle

bana teşekkür ettiler. İşler ilerlemediğinde bile kadınlar ne hissettiğimi dürüstçe söylediğim için en azından bana saygı duydular.

Benim deneyimlerime göre bir erkek ne kadar kutuplaştırıcıysa kadınlar konusunda o kadar fazla fırsatı olur. Bu, tanıdığım ve kadınlarla tanışmakta ve çıkmakta son derece başarılı olduğunu bildiğim her erkek için doğrudur.

Birçok erkeğin zihnini en zorlayan şey retle başa çıkma becerisidir. Bunu tüm hayatları boyunca içlerinde taşırlar. Ve flört tavsiyelerine göre de ret korkunçtur ve ne pahasına olursa olsun kaçınmak gerekir. Sihirli playboylar oldukları ve asla reddedilmeyecekleri mitine inanırlar. Göreceğimiz gibi bu doğru değildir.

5. Bölüm

Ret ve Başarı

İş gurusu Dan Kennedy bir keresinde şöyle demiştir: “Başarısızlıkla başa çıkma beceriniz ne kadar başarıyla başa çıkacağınızı belirler.”

En sert reddedilme deneyimimi Teksas, Austin’de, 2007 kışında yaşadım. Bir arkadaşımın cuma gecesi geç vakit dışarıdaydık. Kendi kendine dans eden iki güzel kız gördüm. Yaklaştım. Birinin hafifçe omzuna dokunarak konuşmaya başladım.

Dönerek, “Siktir git yanımdan! Bir daha sakın bana dokunma!” diye bağırdı.

“Hey sakinleş, bir şey yapmadım,” diye çılgınlıklarının arasına da geveledim. Beni duymadı. Bana bağıırken beni geriye itti. Kendimi korumak için kollarını geri ittim.

Tokat sert ve hızlıydı. Tamamen beklenmedikti. “Siktir git yanımdan! Bir daha sakın bana dokunma!”

Bir sonraki an korumalar beni dışarı atıyorlardı.

“Hiçbir şey yapmadım. Onu tanımıyorum bile,” dedim.

“Neyse ne!” dedi koruma. Kendimi dışarıda buldum. Arkadaşım geldi. “Dostum, şimdi ne bok yedin?”

“Hiçbir şey söylemedim.” Bana kuşkuyla baktı. “Hayır, cid-

diyim. Hiçbir şey söylemedim.”

“Neyse...”

Bir başka gece, bir başka bar. Sanırım 2006 yılıydı. Süper güzel bir sarışınla konuşuyordum. Üniversite öğrencisi. Kızlar birliği kulübünden. Çok budalaydı ve etkileşim kurması çok zordu. Bilirsiniz, durmadan sözünüzü kesip hikâyeyi kendileri hakkında aptalca bir hikâyeye döndüren insanlar vardır, onlardandı. Kendimi sosyal su işkencesinden (boğulma hissi veren bir işkence) geçiriliyormuş gibi hissediyordum.

Ama seksiydi. Ben de gençtim, muhtaçtım ve son derece abayaydım ve yapacak daha iyi bir işim yoktu. Kalıp ıstırapla ve gönülsüzce onunla konuşmaya devam ettim.

Kendimi mi, onu mu alkolde boğsam, kırık bir bira şişesini yüzüme mi geçirsem ya da onun yüzüne... diye düşünürken şu küçük mücevheri yumurtladı:

“Bu arada çirkin olmadığın için teşekkürler.”

Komplimanı yok saydım; sığ, çocuksu konulardan fena sıkılmıştım ve artık kendimi tutamayarak, “Efendim?” diye sordum.

“Çirkin olmadığın için teşekkürler, dedim.”

Ağzım şaşkınlıktan açık kaldı. Tabii ki şaşkınlığımı kaçırdı ve monoloğuna devam etti (monolog konusunda çok iyiydi).

“Yani, bozulma da... ama barlarda oğlanlarla konuşmak çok sıkıcı. Bu gece benimle konuşan ve içki ısmarlayan şu rezil çirkin oğlanlardan başka bir şey yoktu. Sen en azından çirkin

değilsin.”

En azından mı?

Devam etti: “Doğrusu çirkin insanlara dayanamam. Çirkin birine bakmak gerçekten ruhumu incitir. Yani, çirkin birine bakarken salıdan fiziksel acı çekerim.”

Artık kendimi tutamadım: “Bir aynan yok herhalde.”

Yüzü: İnanmazlık, dehşet ve sonra öfke –en fazla yarım dakika sonra–, ardından meyveli kokteyli uçarak yüzüme geldi ve onu sert bir tokat izledi.

“Uyuz!”

Arkadaşlarının yanına gitti.

Kızlarla tanışmak için ilk çıkmaya başladığımda, yukarıdakiler gibi bir olayın başıma gelmesi beni dehşete düşürürdü. Tokat yemek, üzerime içki dökülmesi ya da bir bardan atılmak düşünceleri bile beni titreten kâbuslarımdı. Belki şimdi siz de aynı şekilde hissediyorsunuz.

Bu anılarımın her ikisi de canlıdırlar ve kadınlarla ilgili en önemli öğrenim deneyimlerim arasındadırlar. Bir sürü başarımdan çok daha önemlidirler.

İster inanın ister inanmayın, kadınların bana tokat atması çekim hakkında deneyimlediğim her şeyden fazlasını öğretti. Öncelikle bu dünyanın ve hatta etkileşimin bile sonu değil. Sadece duygusal bir tepki. Ve kuvvetli bir duygusal tepki olduğu için herhangi bir günde tokat yemeyi kayıtsızlığa ve sıkıntıya tercih ederim. Ve kadınları kutuplaştırmak onlara hoş davran-

maktan daha önemlidir.

Tokat yemek insanların tepkilerini kontrol edemeyeceğimi de öğretti. Bazıları tamamen akıllarını yitirmişlerdir ya da uygunsuz davranırlar. Buna çare olamazsınız. Her etkileşimdeki her şeyi kontrol edemezsiniz. Bunu ne kadar çabuk kabul ederseniz o kadar iyidir.

Reddedilmeyi bazen hak edersiniz, bazen etmezsiniz. Kadın birliği kızına söylediğimden pişman değilim, ama muhtemelen ona kaba davranmamalıydım. Bugün olsa uzaklaşır, çeker giderdim.

Her başarısızlıkla olduğu gibi bunun ne kadar önemsiz olduğunu, ne kadar zamanı bir hiç uğruna kaygılanarak geçirdiğinizi ve nasıl isterseniz öyle hareket edebileceğinizi anlamak için belli bir miktar başarısız olmanız gerekir.

Erkeklerin reddedilmekten korkmalarının nedeni başkalarının hakikatleriyle hareket etmeleridir, kendilerinininkilerle değil. Retten korkan erkekler kendi hakikatlerinin farkında değildirler; kendi arzularının, ihtiyaçlarının ve değerlerinin farkında olsalar neden korksunlar ki? Neden savunmasızlıklarını başkalarına göstermekten çekinsinler?

Kendi hakikatlerini tam kavrayamamış erkekler asla reddedilmeme fantezileri kurarlar. Bu, sadece muhtaçlıklarının bir göstergesi olmakla kalmaz, gerçekçi de değildir. Reddedilmek beni zamanı boşa harcamaktan ve çabadan kurtardı. Biraz olsun çekici bulduğum her kızla çıksaydım muhtemelen aklımı yitirirdim.

Genellikle Sizinle İlgili Değildir

Bu çekici kadın meselesinin %95'inin sizinle ilgisi olmadığını fark ettiğiniz anda, tereddüt ya da korku duymadan istediğinizin peşinde koşmakta özgür olursunuz.

Dışarı çıkmaya ve pek çok kadınla karşılaşmaya başladığınız zaman “yanlış zamanda doğru insan” hakkında çok fazla şey söylendiğini fark edersiniz. Kaç kez harika bir kadınla tanıştığımı, ama koşulların uygun olmadığını söylesem şaşarsınız. Bu sürekli olur. Tatildedir ve ertesi gün 3.500 km uzaktaki evine dönecektir. Köpeği yeni ölmüştür ve canı konuşmak istemez. Eski erkek arkadaşı onu arayıp taciz etmektedir ve yalnız bırakılmak ister. Bir önce çıktığı adam poposunu ellemiş ve ona bok gibi davranmıştır ve adlarınız aynıdır...

Herhangi bir verili zamanda, sizin kontrolünüzün dışında olan milyonlarca dış neden vardır ve tanışıp konuştuğunuz kadınların büyük bir yüzdesi bunlardan birini deneyimlemektedir. Yapabileceğiniz en iyi şey bırakmaktır ve unutmayın: *Sizinle ilgili değil.*

Bu nedenle *kendi* gerçeğimizi temel alarak kadınların peşinden koşarız. Bu nedenle kadınları çabucak kutuplaştırırız. Bu nedenle *değerlerimize* ve ihtiyaçlarımıza uygun mu (tersi değil) diye görebilmek için kadınlara yaklaşıyoruz.

Birçok erkek kadınlara “Umarım benden hoşlanır” ya da “Umarım beni utandırmaz ya da reddetmez” diye yaklaşır. Her şey onlarla ilgilidir. Ve bu nedenle, işler iyi gitmezse erkek bunu kişisel alır – üzülmür, kızar; memeleri olan bu rastlantısal yabancıнын o anda uyduruk şakalarına gülmemesine bozulur.

“Benden hoşlanıp hoşlanmayacağını merak ediyorum,” yeri-

ne, “Acaba nasıl biri, merak ediyorum,” diye düşünün.

“Umarım beni reddetmez,” diye düşüneneğinize, “Umarım benim için doğru olduğunu görürüm,” diye düşünün.

İster ânında size âşık olsun, ister yüzünüze içkisini fırlatsın... başardınız; işin güzelliği de budur. Hakikati buldunuz. Merakınız tatmin oldu ve şimdi devam edip etmemeye karar verebilirsiniz.

Ben her reddi sadece bir uyuşmazlık formu olarak görürüm. İster benim tam bir serseri olduğumu düşünsün, ister benim için deli olsun, ama farklı kıtalarda yaşayalım, ister ona çıkma teklif ettiğimde korkunç bir ruh halinde olsun, ister şirin olduğumu, ama benden farklı değerleri ve ilgi alanları olduğunu düşünsün; nedeni neyse, bir kadın beni reddederse bana uygun değildir. Geçici bir uyuşmazlık olabilir. Benden yeterince hoşlanmışsa benimle olmak için çaba göstermeye istekli olacaktır. Hoşlanmamışsa bunun anlamı yanlış kişi olmasıdır ya da yanlış zamanda doğru kişi. Bunda bir sorun yoktur.

Unutmayın, ya “Tamam ya, evet!” olmalıdır ya da “Hayır.” “Tamam ya, evet!” değilse, “Yani... olur!” yerine “Hayır!”ı tercih ederim.

Başarıyı Yeniden Tanımlamak

Modern flört tavsiyelerindeki “başarı” kavramı genellikle çarpıktır. Geleneksel rollerin ve kuralların bir yanından etkilenir –güzel bir sevgili bul, evlen... vs.–, öte yanda başka erkeklerin sosyal baskıları ve beklentileri vardır – “erkek” olmanız, onlarca kadını yatağa atmanız, hiç reddedilmemeniz, modellerle sevişmeniz... vs. gerekir. Erkekler birbirlerine çok baskı yaparlar ve reddedildikleri zaman birbirlerini utandırırılar; bu

sağlıksız bir erkeklik kültürü geliştirir ve bu kültür özgün bir şekilde kendini ifade etmeye değil muhtaçlığa temellenir.

Kadınlarla başarıyı nasıl tanımlamayı seçtiğimiz son derece önemlidir. Bunu kendiniz için yanlış tanımlarsanız bu amaca ulaşmak için geçirdiğiniz aylar ve yıllar heba olacaktır.

Örneğin, başarıyı kaç kadınla seks yaptıklarıyla tanımlayan erkekler, çok hoşlanmadıkları ya da çekici bulmadıkları kadınların peşinde koşmak ve onları manipüle etmek, böylece kendileri için tanımladıkları *başarıya* ulaşmak için zaman kaybedeceklerdir.

Burada bir atış poligonunda değiliz. Duygusal hayatlarımızın sağlığından söz ediyoruz. Kadınlar ve ilişkilerimiz duygusal sağlığımızla bir ve aynıdır; bu nedenle kadınları ve ilişkileri nasıl algıladığımız duygusal sağlığınıza yansiyacaktır.

Eğer “başarının” hangi kadınların sizi seçtiğine ya da ne kadar para kazandığınıza bağlı olmasını seçiyorsanız muhtemelen epeyce yalnız kalacaksınız ve sonunda size hayat boyu katlanabilecek en yakınınızdaki kadınla birlikte olacaksınız.

Eğer “başarının” bir skor tutma ya da başka bir istatistiksel veri noktası olmasını seçiyorsanız aşk hayatınız tanıştığınız kadınlar kadar nesneleşecektir ve kâğıt üzerinde sizi destekleyecek etkileşim miktarı olsa bile tüm duygusal kalite ortadan kalkacaktır ve mutsuz olacaksınız.

Ben başarıyı nitel bir şekilde ölçerim: birlikte olmayı tercih ettiğim kadınla/kadınlarla mutluluğu maksimize etmek.

Başarı = Birlikte olmayı tercih ettiğimiz kadınla/kadınlarla mutluluğu maksimize etmek.

Bu gayet açık bir sav gibi görünür, ama imaları aslında epey derindir. Erkeklerin çoğu için kadınlarla “başarı” şu şekilde tanımlanır:

Evli olmak ya da partnersiz olmamak.

- Asla reddedilmemek.
- Arkadaşlarının sevgililerinden daha çekici bir kadınla çıkmak.
- Kaç kadına yaklaşabildikleri ya da çıktıkları.
- Kadınların niteliğinden çok sayısı.
- Güzellik hakkında bir stereotipe uyması.
- Çıkmanız gerektiği fikriyle yetiştirildiğiniz türden bir kadın olması.

Başarıyı bizi daha mutlu edecek ilişki(ler) olarak tanımladığımız zaman yaklaşımımız yeni bir bakış açısına kavuşur. Bir kadının bizi seçmesini ummak ve beklemek yerine, sayıları toplamak yerine, övünme hakkını kazanmak yerine, retten kaçınmak yerine başarımız keyif alacağımız ve bizden keyif alacak kadınları bulana kadar mümkün olduğunca çok kadını taramakla ölçülür.

Ret başarımızı zedeleyeceğine birden ona yardım etmeye başlar. Sizinle seks yapmak için bekleyen bir kadınla harika bir buluşma, sizinle tanıştıktan bir saat sonra yatağa atlayacağınız bir kadından çok daha önemli bir başarı haline gelir.

Kadınları onları kutuplaştırarak tararız. Onlarla açıkça ve özgürce kendi hakikatimizi paylaşarak onları kutuplaştırırız. Bunu yapınca ya kadınlar bize son derece çekilirler ya da bizi reddederler. Her iki şekilde de daha mutlu oluruz.

Ve sadece bizi mutlu edeceğine inandığımız kadınların peşinde koşup onları kutuplaştırmakla kalmayız, etkileşimi de

zorlarız. Bazı erkekler öptükleri ya da telefon numarasını aldıkları kadınlarla tatmin olurlar. Bu başarı değildir. Çünkü bu kadınlarla ilişkinizi *maksimize etmiyorsunuz*. Bu ölçütler sürecin bir parçasıdır. Herkesten daha fazla telefon numarasına sahip olmak mutluluk vermez. Tatmin olmanın değil onay almanın peşinde koşuyorsunuz. Onlarla çıkmıyorsunuz, yatmıyorsunuz, yakınlaşmıyorsunuz ve hatta taahhütte bile bulunmuyorsunuz. Gidin kendinizi gösterin. Kendinizi açın ve neyin sizi mutlu ettiğini bulun. Evet, bunun anlamı muhtemelen incinecek olmanızdır. Ne olmuş? Hayattaki en iyi şeyler kolay elde edilmezler.

Asıl meseleye gelme zamanı. Kitabın çoğunu introspektif olarak ve duygusal yaşamlarımız hakkında konuşarak harcadık. Belli bir kadını elde etmemiz kendimize yaptığımız yatırıma bağlı olan yatırım seviyemize bağlıdır. Bu, muhtaç olmamaktır. Bunu savunmasızlıkla inşa ederiz. Dürüst olarak savunmasız oluruz.

Üç yoldan dürüst oluruz ve bu üç yol bu kitabı oluşturmaktadır. Bunlar: değerlerimizi (yaşam stilimizi) temel alarak yaşamak; niyetlerimiz konusunda rahat olmak (cesur olmak); cinselliğimizi özgürce iletmek (iletişim).

Hakikatimizi ifade etmenin ilk yolu bizi mutlu eden bir hayat tarzı geliştirmektir. Hakikatimizi ifade etmenin ikinci yolu cesur olmak, korku ve kaygılarımızla mücadele etmektir. Hakikatimizi ifade etmenin üçüncü yolu iyi iletişim kurmak ve cinselliğimizin engelsiz olmasıdır.

Kendi değerlerimize ve ilgi alanlarımıza temellenmeyen bir hayat yaşamak kendimize karşı dürüst olmamaktır. İnsanın başkalarına kendine yaptığından daha fazla yatırım yaptığını yansıtır. Ve çekici değildir.

Arzularımızı yerine getirmemek, uygun olduğunda kendimizi ortaya koymamak başkalarına kendimizden daha fazla yatırım yaptığımızı gösterir ve çekici değildir.

Düşüncelerimizi, duygularımızı ve arzularımızı özgürce ve açıkça ifade etmemek de başkalarına kendimizden daha fazla yatırım yaptığımızı gösterir ve çekici değildir.

Hayat Tarzı, Cesaret ve İletişim: bunlara Üç Temel İlke adını veririm.

6. Bölüm

Üç Temel İlke

Üç temel ilke bir erkeğin daha savunmasız ve daha az muhtaç olmasının üç yoludur. Bu üç temel ilkenin her birini geliştirmek bazen çarpıcı bir biçimde sonuçlarınızı iyileştirecektir. Her birinin üzerinde bağımsız olarak çalışılabilir, ama daha sonra göreceğimiz gibi birini geliştirmek diğer ikisine de yardımcı olacaktır ve tersi.

Bu üç temel ilke şunlardır:

1. Çekici ve zenginleştirici bir hayat tarzı yaratmak.
2. Sosyalleşme, yakınlık ve cinsellik konularındaki korku ve kaygılarınızı aşmak.
3. Duygularınızı ifade etmekte ustalaşmak ve akıcı biçimde ifade edebilmek.

Bu üç temeli geliştirmenin yolu her biri için savunmasızlığınızı daha çok araştırmaktır. Bunu düşünmenin bir yolu, temel ilkelerin, kadınlarla alacağınız sonuçları iyileştirebileceğiniz (ve genel anlamda daha iyi olacağınız) *kategoriler* olduklarını varsaymaktır. Savunmasızlığınızı ifade etmek ve hakikati araamak bu kategorileri geliştirdiğiniz *süreçtir*.

Kısacası, bu üç temel ilke dürüst yaşamak, dürüst eylem ve dürüst iletişimdir.

Mesela, dürüst yaşam ya da çekici bir hayat tarzı yaratmak,

içinize dönerek bir erkek olarak hayattan ne istediğinizi anlamak ve bunu gerçekleştirmek için çalışmaktır. Nefret ettiğiniz bir işiniz, hobileriniz ve sevmediğiniz arkadaşlarınız varsa ne yaparsanız yapın ve kaç para kazanırsanız kazanın, keyif alacağınız ve sizden keyif alacak çekici kadınlarla tanışmanız zor olacaktır. Çünkü benimsediğiniz kimlik duygusal ihtiyaçlarınızı ve arzularınızı doğru olarak yansıtmaz. Hayatınızı dürüstçe yaşamazsınız; bunun anlamı kendinize yatırım yapmamanız, bunun anlamı da muhtaç ve itici olmanızdır.

Gerçek tutkunuz sanatsa ve bir sigorta şirketinde dirsek çürütüyorsanız dürüst yaşamıyorsunuz demektir. Kimliğinizden başkalarının arzularına uymak için ödün vermişsiniz demektir; başkalarının toplum değerlerine ya da size biçtikleri rollere (sabit bir iş sahibi olmak, bir şirkette çalışmak, güzel bir ev/araba sahibi olmak...) uyabilmek için gerçekten sizi mutlu edecek şeyden vazgeçmişsiniz demektir. Bu, savunmasız olmadığınızı ve muhtaç olduğunuzu gösterir.

Bunlar gerçekten sizin için önemli değilse kendinize karşı değişme sorumluluğunuz vardır. Yoksa daima çekici olmayan bir erkek olacaksınız. Nasıl? Çünkü her hafta kırk saatinizi, kimliğinize kendi istediğinizi değil, başkalarının sizden istediğini yapıp harcayarak yatırım yaparsınız. Bu, muhtaçlığın ana hattıdır ve bunu düzeltmediğiniz sürece karşılaştığınız *her* kadınla muhtaç olursunuz; bu, bir gün potansiyel olarak birlikte olabileceğiniz harika kadınlarla karşılaşmanıza engel olur.

Dürüst yaşamak kendinize çekeceğiniz *kadınların kalitesiyle* doğru orantılıdır. Yaşam tarzınızla kimliğiniz uyumlu oldukça, görünümünüze ve sağlığınıza dikkat ettikçe çekeceğiniz kadınların kalitesi daha yüksek olacaktır ve daha fazla alıcı kadınla karşılaşacaksınız.

Dürüst eylem kadınlarla ilgili korkularınızı ve kaygılarınızı aşmaktır. Kaygımız gerçeklerden kaçmamızın ve başkalarının algılarına aşırı yatırım yapmamızın bir başka formudur. Kötü bir hayat tarzı gibi o da bizim bir parçamız gibi görünür ve daha uzun bir zaman ayırarak üzerinde çok düşünmeniz ve düzeltmek için çok çaba harcamanız gerekir.

Buna dürüst eylem derim çünkü en katı şekliyle dürüstlük demektir. Güzel bir kadın görür ve onunla tanışmayı arzu ederseniz eyleme geçerek onunla tanışmamak kendinize karşı dürüst olmamanın bir formudur. Bir barda dururken bir kadın ilginizi çekerse, bir şey yapmaktan korktuğunuz için gece boyu ona bakıp durursanız derin bir seviyede niyetiniz ve cinselliğiniz hakkında dürüst değilsiniz demektir. Ona ve başkalarının fikirlerine fazla yatırım yapıyorsunuz ve savunmasızlığınızı gösteremiyorsunuz.

Cinselliğiniz çevresindeki tüm korkunuz kendinizi kalitesiz ve değersiz bulmanızdır. Bir kadına yaklaşımdan korkuyorsanız onun sizin hakkındaki fikrine kendi fikrinizden daha fazla yatırım yapıyorsunuz demektir. Bir kadına evinize gelmesini söylemekten korkuyorsanız onunla yatmak istediğiniz cinsel gerçekliğinden korkuyorsunuz demektir – kendinizle arzunuzu hizalamak yerine onun sizi *reddetmemesine* daha fazla yatırım yapıyorsunuz demektir.

Korkunuzu ve kaygınızı aşmak kadınlarla alacağınız tüm sonuçları etkiler. Bir erkek reddedilme korkusunu aşabilirse her zaman istediği kadının peşinde koşabilir. Hayat tarzı iyi olmazsa, kendini ifade etmede zorluk çekerse (iyi iletişim kuramama) onunla çıkmak ve yatmak isteyen kadınlar sayıdan başka bir şey olmayacaktır. Reddedilme korkusu duymadan beş yüz kadına yaklaşırsa içlerinden en az biri ona yüz verir.

Dürüst eylem tanışacağınız ve kendinize çekeceğiniz kadınların *kalitesiyle doğru* orantılıdır.

Üçüncü temel ilke dürüst iletişimdir ya da kendinizi özgürce ve etkili biçimde ifade etmeyi öğrenmeniz anlamına gelir. Birçok flört tavsiyesinin sattığı ve “oyun” olarak sınıflandırdığı – iyi bir mizah duygusu, başkalarıyla bağlantı kurabilme becerisi, hikâyeler anlatabilme, insanların dikkatini çekebilme, karizma sahibi olma ve cinselliğini açıkça ifade edebilme.

Ben buna dürüst iletişim derim çünkü gerçek niyetinizi ve duygularınızı bir başkasına açıkça iletmeyi öğrenmek anlamına gelir. Genellikle belli başlı bazı düşüncelerimiz ve duygularımız vardır, ama bunları iletmenin en iyi yolunu bilemeyiz. Bu üçüncü temel ilke bunu nasıl yapacağımıza odaklanır.

Dürüst iletişim size uygun olan kadınları çekme *veriminizi* belirler. İletişimi yetersiz ve kendini açıkça ifade edemeyen bir erkek elbette ki birçok romantik fırsatı “bir konuşabilse” durumları içinde kaybedecektir – yanlış anlamalar, belirsiz iletişim, doğru olmayan varsayımlar vs. olacaktır

Doğal Avantajlar/Dezavantajlar

Üç temel ilkeden birinde ya da ikisinde güçlü, birinde ya da ikisinde vasat olabilirsiniz. Nerede güçlü, nerede vasat olduğunuz sadece kadınlarla alacağınız sonuçların miktarını değil, bu sonuçların ne tipte olacağını da etkiler.

Örneğin harika bir hayat tarzı olan, ama eylemde ve iletişimde zayıf bir erkeğin çevresinde güzel ve ilginç kadınlar olacaktır, ama hiçbiri onunla olmayacaktır.

Bunun klasik örneği zengin ve yakışıklı, ama bekâr ve hayal kırıklığı içindeki erkeklerdir. Paraları, bağlantıları, güçleri ola-

bilir ve düzenli olarak güzel kadınlarla tanışırlar (ya da güzel kadınlar onlara yaklaşır), ama hiçbir zaman bu fırsatları değerlendiremezler.

Kadınlara karşı korkusu ya da kaygısı olmayan bir erkek birçok kadına yaklaşp çıkma teklif edecektir, ama ödöl/çaba oranı düşük, kadınların kalitesi daha da kötü olacaktır. Birçok ilham veren oyuncu bu kategoridedir; haftada beş-altı gece çıkarlar, bir sürü kadına yaklaşır, hemen hepsiyle başarısız olurlar, arada bir sarhoş ve sersem bir kızı eve atabilirler.

İletişim becerisi büyük, ama korku dolu ve hayat tarzı iyi olmayan bir erkek güzel kadınlarla nadir olarak karşılaşacak ve onları kendine çekecektir. Eline fırsat geçerse değerlendirecektir. Birçok “normal” erkek bu kategoridedir. Nadir olarak bir fırsat yakalarlar, ama yakaladıkları vakit iyi değerlendirirler. Bu erkeklerin sorunu aşk hayatlarının kontrolünü hiçbir zaman kendilerinde hissetmemeleridir. Bunu elde etmek için her zaman kendilerine ilgi duyan bir sonraki kadını beklerler. Ve bazen de çok uzun beklerler.

Üç temel ilke ilginçtir çünkü neden birçok erkeğin, bir sürü flört ya da kendini güçlendirme tavsiyesine uydukları halde sonuçlarda bir değişim göremediklerini açıklar. Zayıflığınız nedeniyle tutarlı iletişim kuramıyorsanız ya da başkalarının ifade ettiklerine empati duyamıyorsanız beş yüz yeni kadına yaklaşmaya cesaretlendirilmek tam bir felaket olacaktır.

Meteliksizseniz, ebeveynlerinizle yaşıyorsanız, işiniz yoksa tüm paranızı ve vaktinizi gece kulüplerinde harcamaya cesaretlendirilmek sizden daha iyi bir seçeneği olmayan vasat kızlarla anlamsız seks demektir.

Çekici bulduğunuz bir kadına bir şey söylemekten ölesiye

korkuyorsanız en iyi sohbet ipuçları, şakalar ve flört cümleleri ve hatta konuşmayı başlatma temaları bile size hiç yardım etmeyecektir.

Ama daha önce de söylediğim gibi üç temel ilke birbirine bağlıdır – birbirlerinden beslenirler. En büyük sorunuz iyi iletişim kuramamaksa, yüz yeni kadınla tanışmak size doğrudan fayda sağlamayacaktır, ama yüz yabancıyla konuşmak dolaylı olarak sorununuza yardımcı olacaktır. Aynı şekilde etkili konuşmak da aşırı kaygılı erkeklere gelişimlerinde yardımcıdır çünkü harekete geçebilecek cesareti bulurlarsa bunu genellikle yumuşak ve sosyal uyumlu bir şekilde yaparlar.

Sizin sorunlarınıza uygun tavsiyeyi temin etmek önemlidir. Bu bölümde zayıflıklarınızın neler olduğuna dair biraz fikriniz olmuştur. Bu kitabın geri kalanında temel ilkeleri teker teker ele alacağız ve bu alanlarda nasıl gelişebileceğimizi göreceğiz. Temel ilkeleri tanımlamak ve üzerinde çalışmanız gerekenlere odaklanmak aşk ve seks hayatınızı düzeltmenin en hızlı yoludur. Çoğunuzun bir ya da iki zayıflığı ve doğal olarak güçlü bir yönü bulunacaktır. Bazılarınızda hepsi zayıf olabilir. Bunu okuyorsanız hepsinde iyi olmadığını size garanti ederim. Öyle olduğunuzu düşünüyorsanız ve yine de buraya kadar okuduyorsanız hayal görüyorsunuz demektir ve kendinize karşı dürüst olmanız için Üçüncü Bölüm'ü yeniden okumalısınız.

İki Erkek Tipi

Benim deneyimime göre ilişkilerinde sorun yaşayan her erkek şu kategorilerden birine dahildir: sosyal-kaygılı ya da sosyal-bağılantısız.

Sosyal-kaygılı erkekler üçüncü temel ilkede iyidirler. Kendilerini iyi ifade ederler; sosyal ölçülerin ve başkalarının ne düşün-

düğünün/hissettiğinin farkındadırlar. Genellikle sosyal-kaygılı erkekler başkalarının ne düşündüğünün ve hissettiğinin *fazla* farkındadırlar ve bu nedenle sosyal kaygıları büyüktür. Yeni kadınlarla konuşmaktan korkarlar. İşleri ilerletmek onları gerer. Kadınlara çıkma teklif etmeye çekinirler.

Genellikle, bu erkekler kendilerinden hoşlanan bir kadınla karşılaştıkları zaman iyi idare ederler. Tüm gece onunla sohbet edebilirler. Kadın onları çekici bulursa fena gitmezler. Ama proaktif olmak ve harekete geçmek onları ölesiyle korkutur. Bu erkekler genellikle zamanlarının çoğunu korkularını yenmeye ve azını kendilerini ifade etmeye harcarlar.

Sosyal-bağlantısız erkekler tam zıddıdır. Başkalarının düşündüklerine ve hissettiklerine karşı biraz “ihmalkârdırlar”. Genellikle içlerine kapanıktırlar ve çevrelerindeki insanlardan ziyade çalışmalarıyla ya da rağbet görmeyen bir uğraşla ilgilirler.

İlginçtir ki sosyal-bağlantısız erkekler iş bir kadına yaklaşmaya, peşinden koşmaya ve tırmandırmaya gelince çok daha az korku ya da kaygı sahibidirler. *Çünkü* sosyal ipuçlarının ve başkalarının ne düşündüğünün/hissettiğinin o kadar farkında değildirler ki korku duymazlar.

Bu gruptaki erkeklerin mücadelesi üçüncü temel ilke olacaktır: kendilerini ifade etmeyi ve başkalarının nasıl düşünüp hissettiğini anlamayı öğrenmek. Bu erkekler eyleme geçmekte tereddüt etmezler ya da korku duymazlar, ama kerelerce yanlış zamanda yanlış eylemlerde bulunurlar ve nedenini seyrek olarak anlarlar.

İlk temel ilke (yaşam tarzı) haritanın her yerindedir ve herkes geliştirmelidir. Hayat tarzınız ne kadar düzelirse diğer her şey

de o kadar kolaylaşacaktır. Ve hayat tarzınız üzerinde öncelikle ve en çok kendiniz için çalışırsınız. Kadınların çekici bulması hoş bir yan etkidir.

İkinci ve üçüncü temel ilkeler birbirlerine derinden bağlıdır. Kaygılı erkeklerin kaygılı olmalarının nedeni, sosyal olarak fazla (belki de *çok* fazla) başkalarına uyar olmalarıdır ve sosyal-bağlantısız erkekler başkalarından sosyal açıdan kopuk oldukları için kaygısızdırlar.

İstedğimiz sosyal-bağlantılı *ve* korkusuz *ve* harika ve çekici bir hayat tarzına kavuşmanızdır. Bütün paket. Üç temel ilke.

Hangi tip olursanız olun üç bölümü de okuyun. Doğal olarak kuvvetli olduğunuz alanlar hakkında okumak bile pozitif alışkanlıklarınızı güçlendirecektir. Ve muhtemelen daha da güçlenmenize yönelik birkaç öneri de bulacaksınız.

Üçüncü Kısım dürüst yaşam hakkındadır – çekici ve bereketli bir hayat tarzı geliştirerek sizinle en uyumlu ve çekici kadınların doğal olarak hayatınıza girmesini sağlamak.

Dördüncü Kısım dürüst eylem hakkındadır – tereddüt etmeden ve utanmadan içgüdülerinizle hareket edebilmek için korkularınızı ve kaygılarınızı yenmek.

Beşinci Kısım dürüst iletişim hakkındadır – kadınların sizinle ilgilenmesini sağlayacak ve onlarla fiziksel olmaya geçişi kolaylaştıracak dinamik ve ilginç bir yoldan, açıkça ve etkili biçimde kendinizi ifade edebilmeniz.

Üçüncü ve Dördüncü kısımların her biri iki bölüme ayrılmıştır. İlki bu temel ilkenin kavramlarını ve fikirlerini kapsar; ikincisi her temel ilkeyi geliştirmek için özel, uygulanabilir

tavsiyeler içerir. Örneğin, Üçüncü Kısım'da (Dürüst Yaşam), Yedinci Bölüm demografiye ve kadınların size vereceği tepkiyi nasıl etkilediğine ayrılmıştır. Sekizinci Bölüm'ün adı "Hayat Tarzı ve Kendini Takdim"dir ve demografi hakkındaki bilgimizi karşılaştığımız her kadına mümkün olduğunca çekici görünmek için nasıl kullanacağımızı anlatır.

Dördüncü Kısım'daki dört bölüm etkili iletişimin (sözel, fiziksel vs.) tüm yönlerini ve flört sürecinden sosyal olarak neler beklendiğini kapsar.

Şunu unutmayın: Tüm tavsiyelerin temelinde bir erkek olarak kendinizi ve arzunuzu dürüstçe ifade etmeniz yatar. Bu, muhtaç olmadığınızı göstermenin en etkili yoludur ve sizi en mutlu edecek kadınlarla aranızda kalıcı ve samimi bir çekim duygusu yaratır.

İlk altı bölümde size anlamsız gelen ya da tam yerine oturmeyen bir şey varsa geriye dönüp gözden geçirmek isteyebilirsiniz. Yoksa, her şey anlamlı geliyorsa ve bu zamana kadar söylediğim her şeyin ardındaki mantığı görebiliyorsanız hazırsınız. Okumaya devam edin...

3. Kısım: Dürüst Yaşam

7. Bölüm

Demografi

Kadınlara ilk olarak ne söylemek, onları nasıl güldürmek, nereye götürmek, nasıl öpmek ve hatta ne giymek ve nasıl görünmek gerektiği gibi temel konulara girmeden önce, daha önemli bir konuya değinmemiz gerekir. Cevabı yukarıdaki listedeki her şeyi etkileyecek ve değiştirecek bir konu.

Nasıl kadınlarla tanışmak ve onlarla nasıl bir ilişkiniz olmasını istiyorsunuz?

Bağlam. Bir kadınla bir kafede konuşmak, kendinizi bir iş etkinliği sırasında takdim etmek ya da bir çabuk çıkma etkinliğine katılmış olmak çok farklıdır.

Nerede ve hangi bağlamda kadınlarla karşılaştığınız benim *demografi* dediğim şeydir ve piyasadaki flört kitaplarının hemen tamamında yok sayılır. Bu zihnimi bulandırıyor çünkü sosyal etkileşimler her zaman bağlamsaldır ve demek ki kadınları çekmek de her zaman bağlamsaldır.

Bazı flört kitapları, bir sanat galerisinde kadınlarla tanışan kırk yaşında bir erkekle, partilere sızan on dokuz yaşında bir delikanlıya aynı tavsiyelerde bulunurlar. Aptalcadır. Bu iki erkeğin öncelikleri, hayat deneyimleri, kişilikleri ve ilgi alanları tamamen farklıdır ve bu iki mekânda karşılaşacakları kadınların yaşları, eğitimleri, değerleri, duygusal gelişimleri, görünüşleri ve ilgi alanları da farklı olacaktır. Bazı tavsiyelerin bu erkeklere tamamıyla aynı cümleleri ya da stratejileri öğretmesi

nasıl işe yaramaz olduklarını gösterir.

Demografi teorisi basittir ve hatırlaması kolaydır: Benzerler benzerleri çekerler. Olduğunuz şeyi çekersiniz.

Güzel şaraplardan hoşlanan başarılı bir profesyonelseniz, yurtdışında okumuş ve iyi giyiniyorsanız gündelik yaşamınızda doğal olarak çekileceğiniz kadınlar aynı şekilde eğitilmiş, benzer görünümlüdürler; benzer ilgi alanları vardır ve benzer başarılarla sahiptirler.

Demografiler uygun değilse bu uyumsuzluk yaratır. Üçüncü Bölüm’de öğrendiğimiz gibi uyumsuzluk da çekimin yakınlığa ve/veya sekse dönüşmesini engeller.

Birçok kez gördüğüm bir demografi senaryosu rağbet görmeyen bir erkeğin bir oyuncu olmaya karar vermesidir. Diyelim ki 35 yaşındaki mühendis John, kitap kurdudur ve tüm hayatını kapalı geçirmiştir. İki önemli sevgilisi olmuştur ve her ikisi de beş yıldan fazla sürmüştür. Yalnızdır ve evlenmeden önce mümkün olduğunca çok kadınla tanışmaya karar vermiştir. John birkaç flört kitabı okumuştur ve öğrendiği yeni “tekniklerle” gece kulüplerini gezmeye başlar.

Şimdilik kullandığı cümleleri yok sayalım – hatta (muhtemelen öyle olmasalar da) cümlelerinin iyi olduklarını varsayalım. Çok seksi, sarışın Jenna’ya yaklaşsın.

Jenna yirmi yaşındadır ve okuldaki ikinci yılındadır. Kentin yoksul bir mahallesinden gelmektedir ve iki yıldır eğitim masraflarını karşılamak için bir ayakkabıcıda satış elemanı olarak çalışmaktadır. Hayatında ne yapmak istediğine dair bir fikri yoktur. Geleceği düşünmekte zorlanır. Borçlanarak giysiler alır ve partilere derslerinden daha çok zaman ayırır.

John üç uzmanlık derecesine sahiptir, son sekiz yılını haftada altı saat çalışarak geçirmiştir ve içki içmez. Hayatında yirmi civarında partiye gitmiştir ve sadece iki kez sarhoş olmuştur. Pasiftir, analitiktir, mizah anlayışı son derece entelektüeldir. Yumuşak konuşur ve düşüncelidir. Pek iyi giyimli sayılmaz ve dağınık saçlıdır. Büyük bir gözlüğü vardır ve ortalamadan biraz kısadır.

Jenna ile karşılaşınca, hangi cümleleri söylerse söylesin flörtün uzun sürmeyeceği ve muhtemelen de Jenna'nın ona olan ilgisizliğini gösterirken pek hassas davranmayacağı aşikârdır.

John işe yaramadıkları için öğrendiği cümleleri suçlayabilir. Çirkin ve biraz kısa olduğu için kendini suçlayabilir. Ama bu basit bir uyumsuzluk meselesidir. John'un değerleriyle kızınki-ler uyumsuzdur. Jenna'nın hayat tarzı ve ilgi alanları erkeğinkiyle uyumsuzdur. John daha büyüktür, ama daha deneyimsizdir. Jenna daha genç ve deneyimlidir. John olgun ve pratiktir. Jenna daha hamdır ve içinden geldiği gibi davranır. Her yanda uyumsuzluklar vardır.

Ama bu düşünce deneyine devam edelim. İki yıl geçer. John kendini geliştirir, şimdi kusursuz giyinmektedir; kaliteli kumaşlardan yapılma, sadece stil sahibi olmakla kalmayan başarılı bir iş kişisini de temsil eden markalar giyer. Tıraşlıdır. Spora başlamıştır, gözlük yerine lens takar ve güzel bir saç kesimi vardır.

John artık daha neşelidir, arada bir partiye gider. Arada bir genç profesyonel arkadaşlarıyla bir şeyler içer ve eğlenir, plajda daha fazla zaman geçirir, arada bir gitar tıngırdatır. Sosyal güveni artmıştır ve hayat tarzı genişleyip büyümüştür.

Jenna da iki yılda değişmiştir. John'la tanışmasının ardın-

dan kendini eğitimine vermiştir. Hemşirelik okuluna gider; işi-
ni ciddiye alır; sandığından daha akıllı olduğunu keşfetmiştir
ve öğrenmekten zevk alır. Sorumsuz ve ona kötü davranan bir
futbolcuyla bir yıllık ilişkisini sonlandırmıştır. Kendisinden
daha sorumlu bir erkeğe ihtiyaç duyduğunu fark etmiştir ve
aynı zamanda kendi sorumluluğunu alması ve çıktığı erkekler-
den daha fazlasını beklemesi gerektiğini düşünür.

Bu kez John ona yaklaştığında (flört cümleleri olsun olma-
sın), demografileri birbiriyle örtüşür: John artık çekici, ba-
kımlı, başarılı bir bekârdır, güldürmesini bilir, eğlencelidir ve
duygularını ifade eder; Jenna sadece güzel olmakla kalmaz, so-
rumlu, ihtiraslı ve güvenlidir.

Şimdi karşılıklı bir çekim vardır.

John sadece gerekli cümleleri öğrenip pratiğini yapsaydı kısa
vadede Jenna'yı daha az yatırım yaptığına ve onun demogra-
fisinde olduğuna ikna edebilirdi (striptizci eski kız arkadaşı
hakkında hikâyeler falan), ama sanırım şimdiye kadar bu tür
stratejilerin ne kadar kötü geri teptiğini kavramışsınızdır; özel-
likle de uzun vadede. Bir vadede John'un cümleleri tükenecik-
tir ve balodan sonraki Külkedisi gibi Jenna da aslında kiminle
konuştuğunu görerek dehşete düşecektir.

Ama John (ve Jenna) kendileri üzerinde çalıştıkları, demog-
raflerini geliştirdikleri, hayat tarzlarını zenginleştirdikleri ve
hayatlarını istedikleri gibi yaşadıkları için artık birbirlerini çe-
kici bulacak yeterince ortak zemine sahiptirler.

Demografinin gücü budur.

Ve bunun aralarında bir çekim olsun olmasın, insanlardan
ziyade zamanlamayla ilgili olduğuna dikkat edin. İki yıl önce

uyumsuzdular. İki yıl sonra uyumlular. Unutmayın, doğru insan, yanlış zaman.

O kayak kaymayı ve at binmeyi seviyorsa, siz açık havadan ve yolculuktan nefret ediyorsanız hemen olmasa bile bir noktada bu uyumsuzluk yaratacaktır.

O duygularını açıkça ifade etmekten hoşlanıyorsa ve arkadaşlarının kendisi hakkında düşündüklerine önem veriyorsa, siz ciddi konuşmalardan, entelektüel arayışlardan hoşlanıyorsanız ve sosyalliğe pek önem vermiyorsanız ciddi miktarda uyumsuzluk yaşayacaksınız demektir.

Bu kaçınılmazdır. Akıllı cümleler bunu değiştirmez. Yakışıklı olmak bunu değiştirmez. Zengin olmak bunu değiştirmez. Onun hoşlandığı şeylerden nefret ediyorsanız ve tersi de doğruysa flört hiçbir yere varmayacaktır. Nokta.

Bunun cevabı kimliğinizi ve tutkularınızı değiştirmek değildir. Onları yeni ve ilginç aktiviteler kapsayacak şekilde genişletin; yeni ifade biçimleri, kendinizi tanıtacak yeni yollar bulun.

Demografi neden bazı kadınlarla “tık ettiğini” ve neden bu kadınlarla genellikle eğlenirken ve sevdiğiniz şeyi yaparken rastlaştığınızı açıklar.

Hayat Tarzı Seçimleri

Demografi teorisinin avantajları da vardır: Güçlü yönlerinizi öne çıkarırsanız – örneğin zamanınızı ve enerjinizi değerlerinizi, ilgi alanlarınızı ve ihtiyaçlarınızı paylaşacak ortamlardaki kadınlarla tanışmaya yöneltirseniz hem başarı şansınız artar hem de hoşunuza gidecek kadınlarla çok daha sık karşılaşrsınız.

Örneğin ben seyahat etmeyi çok severim. Ve yolculuktan hoşlanan kadınlarla tanışmaya bayılırım. En sevdiğim konuşma konusudur ve sık yolculuk etmiş bir kadınla tanışınca onu kendime çekmem ve onunla çıkmam çok kolay olur.

Teksas'ta sıradan bir barda yolculuk etmiş bir kadınla karşılaşma ihtimali fazla değildir. Ama New York'ta Avrupa şarapları tadımına gidersem oradaki kadınlarla başarı şansım çok yüksektir.

Daha da iyisi, toplanıp bir başka ülkeye gidebilir ve o ülkeyi ziyaret eden kadınlarla tanışırsam başarı şansım aşırı derecede yükselir.

Dans etmekten ya da farklı müziklerden hoşlanıyorsanız farklı dans etkinliklerinde ve konserlerde karşılaşacağınız kadınlar size daha uygun olacaktır ve başarı şansınız artacaktır.

Barlar ve gece kulüpleri genellikle “tanışma pazarı” ya da insanların birileriyle karşılaşmak için gittikleri yerler olarak kabul edilir. Hangi bağlamda bir bara ya da gece kulübüne gittiğinizi düşünün: yüksek enerjili, jenerik parti durumunda, insanların eğlenmeye ve arkadaşlarıyla zaman harcamaya değer verdikleri yerler.

Partileri çok seven birisiniz diyelim; eğlenirsiniz, bir alay yeni arkadaşla tanışırsınız; bu çok iyidir. Ama doğal olarak dışadönük ve sosyal bir tip değilseniz oradaki insanların çoğuyla uyumsuz olma ihtimaliniz büyüktür.

Kişiliğinizin ya da hayat tarzınızın bu yönünü geliştirene kadar bu kadınlar size açılmayacaklardır.

Benim erkeklere tavsiyem şudur: Bir kadınla konuşmaya bile

başlamadan önce bir süre oturun ve kendinize bazı sorular sorun:

Bir kadında neye değer verirsiniz? Dürüstlük? Güzellik? Akıl? Merak? Benzer ilgi alanları? Elbette ki yanıt “bunların hepsi”dir. Değil mi? O zaman soruyu yeniden sorayım: *En çok* neye değer verirsiniz? Çıktığınız kadınla mutlak oyunbozan nedir? Bir kadında öncelikle ne aradığınızı belirleyin. Bu, nereye bakacağınıza karar vermenize yardım edecektir.

Sizin değer verdiğiniz özelliklere sahip kadınlar nerelere giderler? Onları bulma ihtimaliniz nerelerde fazladır?

En çok ne yapmaktan hoşlanırsınız? Okumaya/yazmaya bayılır mısınız? Müzik aleti çalar mısınız? Spor ve rekabet sever misiniz? Hobilerinizi keşfetmek için katıldığınız etkinlikler ve organizasyonlar nelerdir?

Tutkularınız ve ilgi alanlarınız hakkında fikriniz yoksa her zaman yapmak istediğiniz, ama hiçbir zaman vakit bulamadığınız ya da cesaret edemediğiniz şeyleri yazın. Bir yolunu bulup ilginizi çeken bir etkinliğe ya da aktiviteye katılacağınıza kendinize söz verin.

Elbette ki her etkinlik kadınlara dolu olmayacaktır. Rekabetçi bir satranç ustasıysanız turnuvalarda çok kadınla karşılaşmayacaksınız. Ama çok az insanın sadece bir hobisi ya da ilgi alanı vardır. Muhtemelen ilginizi çeken bazı şeyler kadınlarla dolu olacaktır.

Aşağıda kadınlarla karşılaşma fırsatı sunan harika hobilere/etkinliklere örnekler bulacaksınız:

- Dans kursları (salsa, swing, salon dansları vs.)
- Politik organizasyonlar ve etkinlikler
- Konserler ve konser promosyonları
- Amatör spor ligleri (son zamanlarda frizbi ve kadın er-

kek birlikte oynanan voleybol kadınların ilgisini çekmektedir – hem de fit kadınların)

- Gönüllü çalışmak, hayırseverlik etkinlikleri (genellikle harika kadınlarla doludurlar)
- Eğitim kursları (topluluk önünde konuşma, liderlik)
- Yemek kursları
- Yoga dersleri (büyük bir madendir)
- Meditasyon kursları ve inzivaları
- Kişisel gelişim seminerleri ve eğitim etkinlikleri
- Seyahat grupları
- Dindarlar için kilise ya da dininizdeki eşdeğeri
- Eğitim kursları (yabancı dil vs.)
- Köpek parkları
- Şarap ya da bira tadımı
- Sanat galerileri, sergileri, gösterileri
- İş çevresi etkinlikleri

Ayrıca [meetup.com](https://www.meetup.com) ve [livingsocial.com](https://www.livingsocial.com) kafa yapınıza uyacak aktiviteleri ve yaşadığınız şehirdeki havalı etkinlikleri bulmak için harika kaynaklardır.

Bir arkadaşım çok iyi bir dansçıdır ve her hafta lokal dans etkinliklerine gider. Başarılı, akıllı ve profesyoneldir. Kültürlüdür ve gezip görmüştür. Ayrıca ABD’de yaşayan ve çalışan Avrupalı girişimciler aracılığıyla bağlantılar kurar. Bu iki grup sayesinde birçok insanla ve çekici, akıllı kadınla karşılaşır. Onları genellikle evine, ev sahipliği yaptığı etkinliklere davet eder. Kadınlarla sürekli başarılı olmasının tek nedeni karizması ve “oyunu” değildir; hoşlanacağı ve kendisinden hoşlanacak kadınların demografisini daraltmıştır ve bu çerçevede hareket eder.

Çok daha basit bir örnek de profesyonel müzisyen olan bir arkadaşımdır. Hemen bir sürü kadınla seks yaptığını düşün-

ceksiniz, ama zamanının çoğunu provalarda ve kayıt stüdyolarında geçirirdi.

Partnerinden ayrılınca ucuz ve kolay işler almaya ve düğünlerde, barlarda, *cover* gruplarda... çalmaya başladı ve hemen ne yapacağını bilemediği kadar çok kadınla tanıştı.

Benim seyahat ve kültüre olan tutkum büyüktür. Nereye gidersem gideyim lokal etkinliklere ya da kurslara katılırım ve benim kafa yapımda, yolculuk etmekten hoşlanan insanlarla tanışırım. ABD'deyken yabancıların katıldığı etkinliklere ve organizasyonlara katılırım.

Diyelim ki ABD'deyken Arjantinli bir kadınla tanıştım, ona hemen –İspanyolca– Buenos Aires'te geçirdiğim üç aydan söz etmeye başlarım ve tahmin edebileceğiniz gibi onunla çıkınam zor olmaz.

Sizin cevabınız tamamen farklı olacaktır. Denemeniz gerek. Bunlar sadece birkaç başarılı örnektir.

Demografi kadınlarla tüm etkileşimlerinizi etkiler. Demografik uyumsuzluk çok genişse uyumsuzluk son derece yüksek olacaktır ve ne kadar çekici olursanız olun, sizinle bağlantı kuramayacaktır.

Bu durum şu âna kadarki başarısızlıklarınızın pek çoğunu açıklar.

İlgi alanlarınızı genişletin ve peşinden gidin.

Spiritüellik ve meditasyon ilginizi çekiyorsa bunu izleyin. Politika ilginizi çekiyorsa ve aktif bir toplum üyesiyseniz bunun peşinden gidin. Dünya mutfağı ilgi alanınızsa peşinden gidin.

Aşçılık kurslarına yazılın, yemek tadımlarına, restoran açılışlarına katılın vs.

İnançlar ve Kendi-Kendini-Seçmek

Hayat tarzı seçimleri karşılaştırmak istediğimiz kadınların demografisinde önemli rol oynar. Yogadan hoşlanıyorsanız ve yoga yapmaya giderseniz yogadan hoşlanan kadınlarla karşılaşacaksınız. Aranızda bir çekim oluşacak.

Bu kadar açık olmayan ama aynı derecede önemli olan bir nokta da belki de daha önemlidir, hayatlarınıza giren kadınları inançlarımızın nasıl taradığıdır. İnançlar derken kadınlar, seks, ilişkiler ve kendimiz hakkındaki inançlarımızı kast ediyorum.

İnançlarımızın davranışlarımıza yansımaları buradaki ana fikirdir ve davranışlarımız hangi kadınlarla (ve kaç kadınla) aramızda çekim olacağını belirler.

Örneğin tüm kadınların sürtük ve değersiz olduğuna inanıyorsanız bu yargılayıcı tutumunuza tolerans gösterecek yegâne kadınlar değersiz olanlar ve herkesle yatanlardır. Sosyal psikolojide buna *çeşitlilik etkisi* denir ve birçok çalışmada sözü geçer.

Bir başka örnek kadınların erkekler kadar seksi istediğine ve zevk aldığına inanmaktır. Bu inanç benim için önemlidir. Birçok erkek kadınların seksten zevk aldığına ve fantezi kurduğuna inanmaz.

Peki bu inanç davranışlarınızı nasıl etkiler ve sizi çekici bulan kadınları nasıl tarar?

Kadınların seksten keyif almadıklarına ya da almamaları gerektiğine inanıyorsanız seksten zevk alan kadınlar sizin yanınızda cinselliklerini ifade etmekten rahatsız olacaklardır. Seksten zevk almayan kadınlar onları anladığınızı hissedeceklerdir.

Bu da cinselliklerinden kopuk ve sizinle seks yapmaktan rahatsız kadınlarla çıkmanıza neden olacak.

Ama kadınların seksten zevk aldıklarına inanıyorsanız seksten zevk alan kadınlar cinselliklerini sizin yanınızda rahatça ifade edecekler ve cinselliklerini rahatça ifade edemeyen kadınlar sizin yanınızda rahatsız olacaklardır. Evet, bu reddedilmeye davetiye çıkarır, ama unutmayın ki ret demografiyi taramanın bir formudur ve bu durumda size iyiliği dokunur.

Cinsel ve duyarlı, sizinle olmaktan keyif alan kadınlarla olacaksınız. Bunda yanlış bir şey yoktur.

Kişisel inançlar yoluyla çeşitlilik etkisi son derece güçlüdür. Erkeklerin taktiklerle ve tekniklerle çözmeye çalıştıkları birçok “sorunun” sadece inançlarınızı sorgulayarak çözülebileceğine inanıyorum.

Erkeklerle her zaman, “Çıktığın tüm kadınların tek ortak noktası sensin,” derim. Yani çıktığınız tüm kadınlar yalancı ve manipülatif çıkarsa, hepsi bencilse ve size kötü muamele ediyorsa, sıradan ve kişiliksizlerse muhtemelen sizin inançlarınızda ve davranışlarınızda bu tür kadınları seçen bir şey vardır.

Daha kabaca ifade edersek: İster farkında olun ister olmayın, kadınlarla elde ettiğiniz sonuçlar her zaman kendi suçunuzdur.

Ne yazık ki kadınlar ve ilişkiler hakkındaki inançlarımızı sorgulamak ve yeniden değerlendirmek birkaç ayartma cümlesi

ezberlemekten çok daha zor ve rahatsız edicidir. Bu nedenle birçok erkek bunu yapma sıkıntısına katlanmaz. Ve bu nedenle bu erkekler kalıcı başarılar elde edemezler.

İnançlarınızın doğru olmayabileceklerini kabul edebilmenin Üçüncü Bölüm’de üzerinde durduğumuz şey olduğunu düşünüyorum: kendinize ve arzularınıza açıkça ve dürüstçe bakabilmek. Muhtaç olmayan bir erkek olmak her şeyden önce kendinize karşı son derece dürüst olmanızı gerektirir. Bunun bir bölümü kendi inançlarınızı gözlemek ve sorgulamaktır. Tüm hayatınız boyunca kadınların güvenilmez ya da cinselliğini ifade eden kadınların ahlaksız olduğuna inandıysanız belki bu inancın hayatınıza ne tür kadınlar getireceğini sorgulamanın vakti gelmiştir. Bu tür kadınları çekmek istemiyorsanız belki de inançlarınızı değiştirmeyi denemeniz gerekir.

Şimdi muhtemelen “İnançlarımı değiştirmeyi denemek mi? Bunu nasıl yapacağım?” diye sormaktasınız.

İnançlarınızı sadece neden söz ettiğinizi bilmediğinizi kabul ederek ve kendinizi başka sonuçlara açık tutarak değiştirebilirsiniz. Tüm kadınların kötü ve manipülatif olduğuna inanıyorsanız bilinçli olarak ne söylediğinizi bilmediğinize karar verebilirsiniz, sonra gerçek dünyada yeni varsayımları denersiniz. Bir etkinliğe gidin ve karşılaştığınız tüm kadınların sevgi dolu, şefkatli ve dürüst olduğunu varsayın. İnternette kadınların sizinle bir başka ajandayla değil de siz olduğunuz için ilgilendiklerini hayal ederek mesajlar gönderin. Bakın neler olacak. Elbette bu başta sizi çok korkutacaktır, ama çabucak kadınların kalibresinde bir değişim göreceksiniz ve ilişkileriniz düzelecek.

Çünkü erkekler ve kadınlar hakkında şöyle bir harika durum vardır: İnsanlar onlardan beklediğimiz gibi davranmaya meyillidirler.

Örneğin, diyelim ki yeni bir işiniz var ve patronunuz hemen sizin rezil biri olduğunuza karar verdi. Sizi aşağılıyor, gözlerini deviriyor ve sanki varlığınız onun için önemli olan her şeye bir hakaretmiş gibi davranıyor.

Ona nasıl davranmaya başlarsınız? Doğru, rezil biri gibi davranmaya başlarsınız. Size kötü davranır çünkü sizin rezil biri olmanızı bekler. Siz de o size kötü davrandığı için rezil biri gibi davranırsınız.

Aynı şey kadınlar ve flört için de geçerlidir. Kadınlar hakkında boktan şeylere inanarak onlarla tanışır ve çıkarsanız tek yaptığınız boktan davranışları teşvik etmek olur. Birlikte olduğunuz kadına asla güvenmezseniz ve kıskançsanız onu arkanızdan iş çevirmeye teşvik edersiniz. Nasıl olsa ona bağıracaksınız, o da bilgi saklamaya başlar.

Küçümseyiciyseniz ve kadınlara kendi kararlarını veremeyen küçük çocuklar gibi davranıyorsanız o da kendisi için hiçbir karar vermeyerek şımarık bir çocuk gibi davranacaktır.

Terapötik dünyada buna genellikle “yetkilendirme” denir: Boktan davranışlarımız çevremizdekilerin de boktan davranmasına neden olur.

Demografi ve daha da önemlisi, birine kur yapmadan önce ilişkiler hakkındaki kendi inançlarımızı analiz etmek, bu sorunları meydana gelmeden önce bertaraf etmemizi sağlar; kırıcı ayrılıklar yaşamaktan kurtuluruz.

Ve son olarak da olduğumuz kişiyi çekeriz. Kaba, kinci, kıskanç, güvensizsek sizce nasıl bir kadınla birlikte olacağız?

Yaş, Para ve Görünüm

Demografinin en dokunaklı bölümü –ve muhtemelen tüm flört tavsiyelerinin en dokunaklı konusu– yaş, para ve görünüştür.

Şunu bir kerede kesinlikle, yüzde yüz açıklamak istiyorum: Yaş, para ve görünüş önemlidir; bazen daha fazla, bazen daha az önemlidir, ama önemlidir. Size bunların önemli olmadığını söyleyen yalancıdır.

Bunu söyledikten sonra yaş, para ve görünüm birçok erkeğin sandığı kadar önemli değildir. Demografinin etkilerinin farkındaysanız bu konuların üstesinden gelebilir ve hatta avantajınıza çevirebilirsiniz.

Çalışmalar, bir erkeğin fiziksel olarak en çekici döneminin 30'lu yaşlarda olduğunu gösterir (bu, kadınların yirmi bir yaşına göre bir lükstür) ve fiziksel çekiciliğimiz kadınlara göre çok daha yavaş geriler. Çalışmalara göre kırk beş yaşında bir erkek hâlâ on sekiz yaşındaki bir erkek kadar çekici bulunur.

Bunun ana nedeni şudur: Yine çalışmalar, kadınların bir erkeğin statüsünü, gerçek fiziksel boyutlarından çok tarzı, bakımı ve kendini nasıl temsil ettiğiyle değerlendirdiklerini göstermiştir. Biz erkekler bu konuda aşırı şanslıyız. Üzerine bol gelen eski tişörtü ve kotuyla bir erkeği alın, güzel bir takım giydirin, saçını güzelce kesin, bir gecede görünüş departmanında %50 aşama kaydeder; oysa kadınlar fiziksel görünümlerini mümkün olduğunca maksimize etmek için bitmez bir mücadele içindedirler.

Mümkün olduğunca iyi görünümlü olmayı bir sonraki bölümde derinlemesine işleyeceğiz. Şimdilik şunu bilmeniz yeter-

lidir: Ne kadar çirkin olduğunuzu düşünürseniz düşünün (ve muhtemelen o kadar çirkin değilsinizdir), sizin için umut vardır. Bu konuyu yakında ele alacağız.

Para önemlidir çünkü başarıya ve başka pozitif özelliklere işaret eder, ama gereğinden fazla şişirilmiştir. Para konusunda araştırmaların ve çalışmaların yine ilginç bulguları vardır.

Bunların ilki para/başarı konusunun yaşıınızla ilgili olmasıdır. Yaşıınız arttıkça daha çekici olmak için daha fazla paranız olması, daha başarılı olmanız beklenir. İkinci bir bulgu da kadın ne kadar gençse para o kadar önemli olacaktır.

Bu nedenle stereotipik para avcısı yoksulluk içinde yetişmiş çok güzel genç kadındır. Varlık içinde yetişmiş ya da parası olan kadınlar buna o kadar aldırmazlar.

Ama kadınların paralı erkekleri, biz erkeklerin güzel kadınları değerlendirdiğimiz gibi değerlendirdikleri gerçeği değişmez: bir sosyal statü. Her kadının sosyal statüyü nasıl tanımladığı ve paranın bunun bir parçası olup olmaması kadından kadına değişecektir.

Bu da beni ana noktama getirir: Yaş, para ve görünüm konusunda da belirleyici olan demografidir.

Kendinize hangi kadın demografisinde paranın ve görünümün son derece önemli olduğunu sorun. *Sadece* yakışıklılığı önemli bulan kadınlar çoğunlukla *sadece* güzel kadınlardır ve sunacak pek bir şeyleri yoktur. Parayla son derece ilgili kadınların önlerinde başka ilgi alanları ya da fırsatlar yoktur.

Yani, sadece görünümle ya da parayla ilgilenen kadınlar genellikle ilgilenmeyeceğiniz ya da sizi mutlu etmeyecek kadın-

lardır. Çok fazla bir şey kaçırmıyorsunuz.

Bunları söyledikten sonra herkes bir dereceye kadar başarıya ve paraya değer verir. Tamamen boş verebileceğimiz bir şey değildir. Elinizden geldiği kadar iyi görünmek *zorundasınız*. Elinizden geldiği kadar maddi başarı kazanmak *zorundasınız*. Ve en akıllı, en kıvrımlı ve psikolojik açıdan sağlıklı kadınlar bile başarılı ve iyi görünüşlü bir erkeği böyle olmayana tercih ederler. Geriye kalan her şey eşit olsa görünüm ve para her zaman elinizi artırır.

Ama şunu da eklemeliyim ki *kendiniz için* elinizden geldiği kadar iyi görünmelisiniz. *Kendiniz için* olabildiğinizce başarılı olmalısınız. Bunlar kendiniz için yatırım yapacağınız alanlardır.

Yani evet, görünüm ve para önemlidir. Ama soru şudur: Kadınların çoğunluğuyla sonuçlarımızı nasıl etkiler?

Ne kadar fazla paralı/yakışıklı/başarılıysanız o kadar az çekici davranmaya ihtiyacınız olur. Ne kadar az paralı/yakışıklı/başarılıysanız o kadar fazla çekici davranmaya ihtiyacınız olur.

Bunu düşünmenin bir başka yolu yaşın, paranın ve görünümün evrensel demografiler olmasıdır, bu nedenle birindeki uyumsuzluk her yerde ekstra uyumsuzluklara neden olabilir.

Ama bir uyumsuzluk ya da daha az alıcı kadın olması uzun vadede başarılı olamayacaksınız demek değildir.

Paraya ve görünüme takıntılı bazı erkeklerin bu takıntısının nedeni onları bahane olarak kullanmalarıdır. Bu geçerli bir bahane değildir. Zengin ve yakışıklı bir erkek de almak istediği sonuçlar için çalışmalıdır; sadece bir sonraki adam kadar ça-

lışması gerekmez.

Bana güvenin, profesyonel olarak benden çok daha başarılı ve yakışıklı yüzlerce erkekle çalıştım, yine de onlardan daha fazla kadınla ve daha fazla güzel kadınla çıktım. Bir işe yaramasını sağlamazsanız zenginlik ve yakışıklılık değersizdir. Dünyanın en zengin adamı olabilirsiniz, ama utangaç, negatif ve zayıf biri gibi davranırsanız kadınlar sizi itici bulacaktır.

Ve bir sonraki bölümde göreceğimiz gibi gereken çabayı harcayan herkes yakışıklı ve yüksek statülü görünebilir. Özrünüz yok.

Ve elbette son kerte de statüyü belirleyen demografidir. Üniversitedeyken bir ev partisinde bira tenekelerini başıyla ezen yirmi yaşında bir oğlan havalıdır ve oradaki kızlar açısından yüksek statü sahibidir. Bir sanat galerisinin açılışında kimseyi bulamayacaktır. Basgitaracı cılız hipster yerel indie müzik şovunda yüksek statü sahibi, ama iş ağı etkinliğinde düşük statü sahibidir. Armani giyen başarılı bir borsa simsarı firmasının yıllık Noel partisinde yüksek statülü, bir hippie müzik festivalinde alçak statülüdür.

Her şey görecelidir. Yapmanız gereken şunlardır: 1) Kişisel ilgi alanlarınızı ve güçlü yönlerinizi bilin; 2) Tercih ettiğiniz demografideki kadınları çabucak kendinize çekebilmek için bu kişisel ilgi alanlarınızın ve güçlü yönlerinizin üzerinde çalışın.

Sosyal Kanıt

Sosyal kanıt kavramı ikna psikolojisinden gelir ve satıcılıktan reklamcılığa, politikadan karşılıklı çekime ve ilişkilere kadar her alanda iyi belgelenmiştir.

Fikir şudur: Biz insanlar, başka bir sürü insanın bir şeye değer verdiğini gördüğümüz zaman bilinçdışımızdan ona değer veririz. Örneğin herkes yeni bir film den söz ediyorsa onu görmek isteriz çünkü bilinçdışımızdan iyi ve önemli bir film olduğunu varsayarız.

Bir partideyseniz, içeri biri girerse ve herkes ona selam vermek için sohbetine ara verirse ilk düşünceniz muhtemelen, “Vay, vay bu da kimmiş?” olur. Ve yine muhtemelen onunla tanışmak istersiniz.

Kadınlar ve karşılıklı çekim konusunda da bu geçerlidir. Bir odaya girdiğinizde herkes durur ve sizinle konuşursa odadaki kadınlar sizi yüksek statülü olarak algılayacaklar ve size çekeceklerdir. Birçok kadının flört ettiği bir erkekseniz bu *daha da fazla* kadının sizinle flört etmesine neden olacaktır.

Bu nedenle güçlü erkekler –sporcular, ünlüler vs.– birçok kadın tarafından arzulanırlar. Bir erkek olarak amacınız, *kendi demografinizde* olabildiğince sosyal kanıt yaratmaktır.

Örneğin firmanızda güçlü bir yöneticiyseniz işyerinizde yüksek seviyede sosyal statünüz ve sosyal kanıtınız olacaktır. Sizinle birlikte çalışan kadınların belli derecelerde size çekilmesi mümkündür, ama hafta sonu kimseyi tanımadığınız bir bara giderseniz sosyal statünüz sıfır olacaktır. Oradaki erkeklerden birisiniz.

Sosyal kanıt sadece bir demografi içinde işe yarar. Bu nedenle demografinizi daralttığınız zaman bağlantılar kurmak ve kendinizi olabildiğince yüksek bir lider konumunda konuşturmak istersiniz. Sadece frizbi takımına katılmayın, onu organize etmeye başlayın. Bir hayırseverlik etkinliğinde gönüllü olmakla kalmayın, sponsor bulmaya da yardım edin. Yerel bir

kulüpte sadece takılmayın, promosyonunu da yapın.

Dürüst bir hayat tarzının önemli bir ögesi de tutkulu olduğunuz şeyin peşinden gitmektir. Sanat sergilerine gitmekten büyük zevk alıyorsanız sadece galeri gezmekle kalmayın, bir organizasyonda aktif rol alın, onları ziyaret etmekten hoşlanan kişilerle bir grup kurun ya da yorumlar için bir forum yaratın. Sadece ilgi alanınızın peşinden gitmekle kalmayın, o alanda bir lider olun. Sadece kadınlarla karşılaşacağınız demografiyi seçmekle kalmayın, onu yönetin.

Sanırım şimdiye kadar kendinize çektiğiniz kadın demografisiyle çekmek istediğiniz kadın demografisinin neler olduğuna dair açık bir fikre sahip olmuştunuzdur. Bir sonraki bölümde sizin için doğru demografiyi nasıl takip edeceğiniz ve elinizden geldiği kadar çekici olacağınız üzerinde duracağız.

Bir Şey Olmak, Bir Şey Söylemek

Bu bölümden kazanacağınız bir şey varsa o da *çekici bir şey olmak* her zaman *çekici bir şey söylemekten* daha güçlüdür. Dünyanın en çekici cümlesini söyleyebilirsiniz, ama kimliğiniz bunu desteklemezse hiçbir anlamı olmayacaktır. Ama harika bir şeyseniz söyleyeceğiniz her şey çekici olacaktır çünkü çekici ve özgün bir adamın ağzından çıkar.

Kadınlar sizin kimliğinize çekilir. Kelimelerin hiçbir anlamı yoktur. Söyledikleriniz size kimliğinizi göstereceğiniz zamanı satın alır. “Anlatacağınız” demedim, “göstereceğiniz” dedim.

Diyelim ki iki farklı erkekle karşılaştınız. Biri çirkin, karanlık bir karakter, gözünüze bakamıyor. Bakımsız, kötü kokuyor. Kendi kendine konuşuyor ve uygunsuz yerlerini kaşıyor. Onunla konuşurken size bakıp şöyle diyor: “Senden iyi duygular alı-

yorum, seni daha iyi tanımak isterim.”

Bu size kendinizi nasıl hissettirir?

Sanırım ürperirsiniz ve hemen yanından uzaklaşmak istersiniz.

Yakışıklı, başarılı, karizmatik, etkileyici bir erkekle konuştuğunuzu düşünün. Söylediği her şey büyüleyici ve ilginç. Derken gözlerinize bakıyor ve “Senden iyi duygular alıyorum, seni daha iyi tanımak isterim,” diyor.

Bu size kendinizi nasıl hissettirir?

Gününüz şenlenir. Neden? Çünkü ikinci adam birisidir. Sadece ilginç ve hoş şeyler söylemekle kalmaz, kendisi de hoş ve ilginçtir. Ağzından çıkan kelimelerin yepyeni bir ağırlığı ve anlamı vardır.

Ama birçok erkek bunu performans göstermeye bir başka davetiye olarak ele alır. Dün gece kız arkadaşımla bir lokantadaydım. Şık ve pahalı bir lokantaydı. Yan masada çıktıkları belli bir çift oturuyordu. Adam biraz yaşlıca, kadın genç ve güzeldi. Adam hemen menüyü kapattı ve “Bir şey ısmarlama, menüde olmayan özel bir şey biliyorum ve onu yiyeceksin,” dedi. Kadın biraz da tereddütle kabul etti. Adam garsonla menüde yer almayan gizemli bir yemek pişirmek hakkında konuştu. Garson ve adam tartışmaya başladılar ve kısa bir süre içinde yakınımızda oturan masalar tuhaf ve yersiz bir konu olduğunu fark ettiler. Kadın sinir oldu, sıkıldı, sonunda tamamen telefonuna dalarak Facebook, Instagram, Twitter, artık onu karşısında oturan bu mankafadan kurtaracak ne bulduysa kendini ona verdi.

Adam kendini muhtemelen başarılı ve güçlü bir erkek olarak

görüyordu. Benim gördüğümse zavallı bir performanstı; fazla ikame ediyordu ve tam anlamıyla narsisistti. Başarılı bir adam başarısını menüde olmayan bir şey ısmarlamaya çalışarak göstermez. Başarılı bir adam çıktığı kadına o gece ne yiyeceğini dikte etmez.

Bu nedenle kafanızda neyin çekici olduğuna ilişkin bir imgeyle kadınları etkilemeye çalışırsanız her zaman geri teper. İsterseniz gidin haftalarca, aylarca, yıllarca performans gösterin hiçbir zaman iyi bir sonuç alamazsınız çünkü iyi bir portrenizi çizemezsiniz. Açık ve başarılı bir kimlik sergileyemezsiniz. Hayatınızı yaşama biçiminizle temasta olamazsınız.

Lokantadaki adam gibi olursanız –var olmak yerine bu kadar fazla performansa odaklanırsanız– kimliğinizle, kim olduğunuzla, ne istediğinizle temasınızı kaybedersiniz. Ve kendinizle temasınızı kaybettiğiniz zaman belirsiz ve boş demografilerin içine düşersiniz. Yanınıza yaklaşan her kadını amaçsızca kısıp kacıp almaya çalışırsınız. Kimseyi kutuplaştıramamanız sizi şaşırtır.

Hakikatinizi keşfetmek ve kimliğinizi oluşturmak arzuladığınız kadın demografisini, size çekici gelen kadınların demografisini belirlemek için önemlidir. Ve göreceğimiz gibi demografiniz üzerinde çalışmak flörtle ilgili her şeyin altında yatar.

Umut ederim ki bu bölüm size hayatınızla ne yaptığınızı, kimliğinizin ne olduğunu, ilişkilerinizden ne istediğinizi ve ne tür kadınları çekmek istediğinizi sorgulamakta yardımcı olmuştur.

Bir sonraki bölüm seçtiğiniz kimliğiniz çevresinde ve seçtiğiniz demografide nasıl çekici bir yaşam tarzı oluşturacağınızın özellikleri üzerinde durur.

8. Bölüm

Hayat Tarzı ve Kendini Takdim

Biz erkekler, kadınların, çekiciliği bizimle aynı şekilde algıladıklarını varsayalım. Bilim ve psikoloji bunun böyle olmadığını göstermiştir.

Erkekler kadın güzelliğini önce fizikle değerlendirirler, kişilik ve kendini takdim sonra gelir: çıkık elmacık kemikleri, simetrik yüz, bel-kalça oranı, memelerin iriliği vs. Kadınların da bizim çekiciliğimizi aynı ölçütlerle değerlendirdiğine inanırız; bu nedenle, boyumuza, kaslarımıza, penis ilaçlarına bakarız.

Evet, fiziksel ölçütler bir erkeğin görünümünün değerlendirilmesinde rol oynar, ama araştırmalara göre öbür etmenler daha önemlidir.

Bu nedenle, ben yakışıklı olmakla çekici olmayı ayırırım. Her erkek biraz zaman ve çabayla yakışıklı olabilir. Ve nihayetinde kadınların istediği çekici bir erkektir.

Bir nedenle erkekler fiziksel görünümünün değişmez olduğunu sanırlar ve düzeltmekle ya da büyük değişiklikler yapmakla ilgilenmezler. Bir erkeğin kendini türlü şekillerde takdim edebileceğini ve bunlardan bazılarının çok daha çekici olduğunu anlamazlar.

Birkaç talihsiz gerçek: İlki görünüm son derece önemlidir. Tarz sahibi biri olarak algılanmakla olmayan biri gibi algılan-

mak arasında dağlar kadar fark vardır. Bir serseri gibi giyine-
rek de kızları tavlayabilirsiniz, ama çaba/ödöl oranındaki fark
büyüktür. Biraz kendinize ve gardırobunuza çekidüzen verirse-
niz çok kısa sürede kadınlarla çıkmanın üç kez kolaylaştığını
göreceksiniz. Kendinizi daha güvenli, ilginç, heyecanlı hisset-
menin psikolojik yan etkilerine değinmiyorum bile.

Unutmayın ki dış görünüşünüz kendinize yatırımınızı (ya da
bunun olmayışını) yansıtır. Yatırım seviyeniz daha az muhtaç
olmanızı sağlayacak ve davranışlarınızı daha çekici kılacaktır.
Nasıl görüldüğünüze ve kendinizi dünyaya nasıl takdim etti-
ğinize bakan kadınların, bir erkek olarak statünüz hakkında
bilinçdişı varsayımı oluşacaktır.

Birinci ve bilinen adım derli toplu olmak ve genel kişisel ba-
kımdır. Düzenli duş, tıraş, saç kesimi, deodorant kullanmak,
dişlerinizi fırçalamak, temiz tırnaklar ve temiz giysilerdir.

Aslında bunları size söylememem gerekir, ama ne olur ne
olmaz diye söylüyorum. Üstteki paragrafın pazarlığı olmaz.
Bugün başlayın.

Görünümünüzü en çok etkileyen iki etmene bakalım: moda
ve fitness.

Eğer ilk düşünceniz, “Ah! Bunu atlayıp ayartma cümleleri-
ne geçeceğim” ise bu iki öge sizi pek heyecanlandırmamıştır.
Bunu söylemekten nefret ediyorum, ama işler kolaylaşmaya-
cak. İnsanlar her zaman çekimin “sihirli ilacından” söz eder-
ler. Böyle bir şey varsa bu moda ve fitnestir. Bu ikisi daha kısa
zamanda, yapabileceğiniz diğer her şeyden çok kadınları size
çekerek. Kabul edilebilir bir fizikte olmak, iyi giyinmek bu sü-
recin her aşamasını kolaylaştıracaktır: kadınlarla tanışmak,
onlara çekici gelmek, onlarla fiziksel olmak, çıkmak, bir ilişki

kurmak. Bunların hepsi sizin hayrınızdır.

Bunlara kulak verin ve kendi kendinize ciddi bir söz verin çünkü bunu siz yapmazsanız kimse yapmaz.

Moda ve Fitnes

Birçok heteroseksüel erkek tarzını ve nasıl giyineceğini keşfetmez çünkü bunun “gay” bir davranış ya da erkekliğine müdahale olduğunu düşünür. Bu birçok erkeğe kendini rahatsız hissettirir. Birçok erkek kendinden memnundur ve tipini ya da giydiği tişörtü veya yıllardır aynı olan saç kesimini değiştirmeyi düşünmez. Ayrıca birlikte takıldıkları insanlar arasında fark edilmekten ya da farklı görünmekten de hoşlanmazlar.

Bu tanım size uyuyorsa aşmanız gereken zihinsel bir durumdur. Epeyce zamanınızı moda ve tarzla ilgilenererek geçirmemişseniz muhtemelen iyi görünmek sandığınız şey doğru değildir. İyi giyindiğinizi sanırsınız; herkes daha iyisini öğrenene kadar öyle sanır, ama muhtemelen hiç de öyle değildir.

İlk adım bilmediğinizi kabul etmektir.

İyi giyinmenin birkaç kuralı vardır:

1. Üzerinize uyan giysiler giyin.
2. Birbirine uyan giysiler giyin.
3. Kişiliğinize uygun giyinin.

Üzerinize uyan giysiler giyin: Erkeklerin büyük çoğunluğu üzerlerine uyan giysiler giymezler. Konforu ve pratikliği giyinmenin her türlü estetik amacına tercih ederler, genellikle de bol şeyler giyerler. Çoğunuzun üzerindeki giysi fazla boldur. Birçok erkek bedeninden memnun değildir ve saklamak için bol giysiler alır.

İş giyinmeyse kral doğru bedendir. Dünyanın en iyi pahalı giysisiyle bile üzerinize göre değilse soytarı gibi görünürsünüz. Öte yandan mütevazı ve hatta vasat bir giysi üzerinize oturuyorsa ve siz de fitseniz iyi duracaktır.

Doğru beden büyük bir fark yaratır ve değişim hemen görünür.

Dolabınızdaki üzerinize iyi oturmayan her şeyden kurtulun.

Her zaman ölçülerinizi bilmelisiniz. Emin değilseniz öğrenin. Birçok giysi departmanında bunu sizin için memnuniyetle yapacak bir terzi bulunur.

Tişıörtlerinizin omuzları aşağıya sarkmamalıdır. Sarkıyorsa size fazla büyük demektir.

Gömlüklerin manşetleri bileğinizde olmalıdır, daha uzun değil.

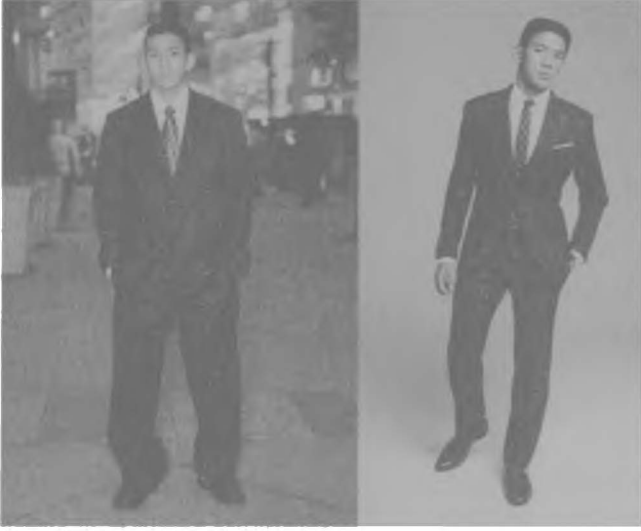
(Özel bir rocker ya da hip hop kotu giymiyorsanız) Pantolonunuzun ya da kotunuzun paçaları ayakkabınız üzerinde torbalanmamalıdır. Birden fazla “kırık” olmamalıdır. Kırık, ayakkabınızın üzerindeki kumaşın doğal kıvrımıdır.

Pantolonunuzun paçasına ayakkabınızla basıyorsanız fazla uzundur. Yürürken çoraplarınız görünüyorsa fazla kısadır.

Pantolonunuz eğildiğinizde ya da uzandığınızda bile belinizden düşmemelidir. “Tesisatçı çatalı” kesinlikle çekici bir şey değildir.

Kemersiz kotlar belinizden kaymamalıdır. Birçok erkek kendine çok bol gelen kotlar giyer ve doğru dürüst üzerine uyanı giyince başta kendini tuhaf bulur. Gergin ve rahatsız hisseder.

Bu normaldir. Zamanla alışacaksınız.



Üzerinize uygun olmayan kot örnekleri:



Üzerinize iyi uyan kot ve tişört örneği:



Çok büyük bir ceket. Omuzların sarkmasına dikkat edin:



Ve iyi oturan bir başka giyim örneği:



Birbirine uyan giysiler giyin: Erkekler renkler ve onları birbirlerine uydurmak konusunda son derece bilgisizdirlere.

Neyi arayacağınızı öğrenince uydurmak aslında basittir:

Kemeriniz ayakkabılarınıza ve/veya aksesuarlarınıza uymalıdır.

Kumaş pantolon giyyorsanız çoraplarınız pantolonunuza uymalıdır.

Kot giyyorsanız çoraplarınız ayakkabılarınıza uymalıdır.

Aksesuarlarınızın ya hepsi gümüş ya da hepsi altın olmalıdır.

Başlamak için kolay bir yol şudur: Bir “siyah set”, bir de “beyaz set” satın alın. Bir çift kaliteli siyah ayakkabı, güzel bir siyah kemer ve siyah ceket. Sonra kahverengilerini alın.

Birkaç tane açık ve koyu tasarımcı kotu ve on tane kadar tişört alın.

Ondan sonrası “karıştır ve uydur”dur.

Bir kot ve güzel bir tişört giyin, hangisi kotunuzu daha iyi tamamlıyorsa “kahverengi setinizi” ya da “siyah setinizi” kullanın. Ben kahverengi setimi açık renk tişörtlerim ve kotlarımla, siyah setimi de koyu tişörtler ve kotlarla kullanırım.

Elbette giyinmek bundan çok daha komplikedir, ama bu başlamak için kolay ve başarısızlığa uğraması olanaksız bir yöntemdir.

Kişiliğinize uygun giyinin: Bir sürü erkek moda hakkında bir şeyler öğrenir, sonra da gider kendi yaşam tarzına hiç uymayan gülünç şeyler satın alır. Kırk yaşındaki işadamı bol kotlar ve kapüşonlu svetşört, yirmi yaşındaki üniversite öğrencisi beş yüz dolarlık üçlü takım giymemelidir. LED ışıklı kemerler, altın kolye saatler vs., insanların aslında korkunç bir şeyin stil sahibi olduğuna inanmaları beni hep şaşırtmıştır.

Kişiliğinize uygun giyinmiyorsanız tarz sahibi değilsiniz demektir.

Kadınlar tarafından çekici bulunan ve kendi stilinizi oluşturmaya yardım edecek farklı moda stereotipleri vardır. Kaykaycı/sörfçü görünümü; başarılı işadamı görünümü; rock yıldızı görünümü; atlet görünümü...

Örneğin bir rock müzisyeni gibi giyinmek kişiliğinize uygunsa bunu yapın. Ama finans tepe yöneticisiyseniz stil sahibi ve başarılı bir işadamı gibi giyinmeniz gereklidir. Hip-hopu bayılıyorsanız ve DJ iseniz bu çizgide giyinmeniz gereklidir.

Dergilere ve internete bakın. Sizin kişiliğinizi temsil eden ünlüler ya da rol modelleri bulun. Ve kendinizi bu kişilerin görünümlerine göre şekillendirin.

Son olarak da moda konusunda bir sıçrama yapmak istiyorsanız modaya uyan bir kadın arkadaşınızla birlikte alışverişe çıkabilirsiniz.

Alışveriş konusunda bir fikriniz yoksa iyi kadın arkadaşlar

size yardım edebilirler. Sizi eğitebilirler ve neyin üzerinizde seksi durduğu neyin durmadığı konusunda yansız bir kadın görüşü sunabilirler.

Ama dikkatli olun, bir vajinaları olması onları *de facto* uzmanlar yapmaz. Birçok kadın moda hakkında görüldüğü kadar bilgili değildir. Ayrıca sizi, gerekli olan şekilde değil de kendi seksi erkek idealarına göre giydirebilirler.

Fitnes: Bu kitapta fitnesin inceliklerine girmeyeceğim çünkü başvurabileceğiniz çok kaynak vardır. Birkaç temel nokta üzerinde duracağım:

1- Ne olursa olsun spor yapın. Bunun pazarlığı yoktur. Çıplakken daha güzel görünmekle kalmazsınız, enerjiniz, testosteron seviyeniz artar; depresyon ve kaygı semptomları azalır ve genel anlamda kendinizi daha iyi hissedersiniz.

Bunu nasıl yaptığınızı yapmanız kadar önemli değildir. Futbol oynamak istiyorsanız sizinle futbol oynayacak insanlar bulun. Beden ağırlığınızla çalışmak veya yoga yapmak istiyorsanız yapın; ağırlık çalışıp irileşmek istiyorsanız bunu yapın.

2- Diyetinizi temizleyin. Yüzde yirmi çabayla yüzde seksen sonuç alabileceğiniz kolay bir başlangıç noktası şunları kesmektir: gazlı içecekler, hazır gıdalar, tatlılar ve şeker. Bunları diyetinizden çıkarırsanız önemli ilerleme kaydedeceksiniz.

Düşük-yüksek karbonhidrat diyetleri, yüksek protein-düşük yağ diyetleri hakkında bir sürü bilgi vardır. Gıda enformasyonu insanın içinde kolayca boğulabileceği bir deryadır.

Ama en temel şeylerle başlar ve yukarıdakileri diyetinizden çıkartırsanız, düzenli spora başlarsanız birkaç ay içinde netice

alacağınız kesindir.

Ve egzersiz gibi gıda da sadece seksi görünmenizi sağlamakla kalmaz. Moraliniz düzelir, kendinizi daha iyi hissedersiniz ve muhtemelen de para tasarrufu yaparsınız.

Beden Dili

Beden dili de göreceli olarak kısa bir zamanda düzeltilebilir ve hemen daha çekici görünmenizi sağlar.

Bazı araştırmalara göre beden dili insanlar arasındaki iletişimin yüzde altmışını oluşturur. Bu çoktur.

Muhtaçlık, niyetler ve alt-iletişim hakkında kitabın başında öğrendiklerimizi düşünersek beden dilinin önemi sizi şaşırtmamalıdır.

Önemli beden dili sorunları bilinçli olarak ve pratik yaparak giderilebilir. Ayrıca beden diliniz daha az muhtaç olarak ve çok spor yaparak da düzelecektir.

Bu bölümde duruşunuzu analiz etmek için bir aynaya (boy aynası olursa daha iyidir) ihtiyacınız vardır.

1- Aynanın karşısında durun ve solunuza ya da sağınıza doksan derece dönün. Kendinizin kusursuz bir profilini elde etmelisiniz. Şimdi boynunuzdan omzunuzun bittiği yere kadar uzanan hatta bakın. Üzerinizde tişört varsa boynunuzdan dirseğinize uzanan dikişe bakabilirsiniz. Bu dikiş ya da hat hemen herkeste öne eğimlidir. Bu hat düz olana kadar omuzlarını geriye atın – boynunuzdan dosdoğru omuzlarınıza gitmelidir. Bu, omuzlarınız için optimum pozisyonudur. Bu pozisyonu unutmayın ve sık sık omuzları-

nızı geriye atmayı hatırlayın.

2- Şimdi dönüp doğruca aynaya bakın, omuzlarınız geride, çeneniz boynunuzla doksan derece açı yapacak şekilde olsun. Gözleriniz doğrudan karşıdaki aynadaki yansılarına baksınlar ya da yürüyormuşsunuz gibi ufka bakın. Boynunuz ve sırtınız dik olsun. Omuzlarınız geride ve başınız yukarıda olunca karnınız doğal olarak içeri çekilir ve sırtınız dikleşir; istediğimiz budur.

3- Sonra ayaklarınıza bakın. Omuz genişliğinde aralık olmalıdırlar. Ayaklarınızın burnu nereyi gösteriyor? Dümdüz önünüzü göstermelidir, en fazla çok az dışa dönük olabilir. İçe ya da dışa basmanız duruş bozukluklarına yol açar ve yürürken komik görünürsünüz. Tam önünüze çevirin ya da hafif bir açı olsun ve öyle durun. Özellikle de otururken içe ya da dışa basmaya devam ediyorsanız kalça kaslarınız çok gergin demektir; onları esnetmeniz ya da köpük bir merdaneyle masaj yapmanız gerekir.

4- Şimdi sıra yürümeye geldi. Pozisyonunuzu koruyun – omuzlar geride, sırt dik, baş yukarıda, mide içeride, ayaklar düz–, yürürken omuzlarınızı sallamak isteyebilirsiniz. Fazla açılmayın çünkü komik görünürsünüz. Ama onları hareket ettirin; bu sizi daha rahat gösterir. Yürürken dümdüz önünüze bakmak tuhaf gelebilir, ama bu iyidir. Yanlarından geçerken herkesin gözüne bakabilirsiniz.

5- Son olarak da kollarınızı hafifçe sallayın. Sallamazsanız robot gibi görünürsünüz. Ellerinizi ceplerinize sokmanız sizi soğuk ya da ödle gösterir. Fazla sallarsanız komik olursunuz. Hafifçe sallayın ve kasılmayın. İşte oldu.

Nasıl hissettiğinizi hatırlayana kadar bunların pratiğini yapın. Bu duyguyu aklınızda tutun ve mümkün olabildiğince sık kendinizi bu şekilde durmaya zorlayın.

İsterseniz adım adım gidebilirsiniz. Yolda yürürken hatırlayın: omuzlar geride, çene yukarıda, gözler karşıda, ayaklar düz, omuzlar ve kollar hafifçe sallanıyor. Tökezleyecek gibi değilseniz yere bakmayın. Yanınızdan geçenlerin, özellikle de çekici kızların gözlerine bakın. Sizinle göz temasında bulunanlar olacaktır. Bakışlarınızı başka yöne çevirmek isteyebilirsiniz. Yapmayın. Göz temasını bozan her zaman başkaları olmalıdır; siz değil.

Bunları bir alışkanlık oluşturunca kadar yapın.

Bir hafta boyunca her gece dışarı çıkın ve başkalarının yanında her zaman bunları uygulayın. Duygularınızdaki değişimi fark edin. İnsanların size tepkilerindeki değişimi fark edin. Güveninizdeki farklılaşmayı fark edin.

Ses Tonu

Ses tonu erkekler tarafından kesinlikle gözardı edilir. Sadece seksi bir sese sahip olmak değil, ifadeli ve *yüksek* bir sese sahip olmak önemlidir.

İki sesimiz vardır: kafa sesimiz ve göğüs sesimiz. Şarkı söylerken kafa sesiniz yüksek notaları ve göğüs sesiniz alçakları çıkartır. Kafa sesiniz çoğunlukla burnunuzdan nefes alır; göğüs sesiniz ağzınızdan nefes alır. Kafa sesiniz boğazınızdan, göğüs sesiniz diyaframınızdan gelir.

Şunu deneyin: Bir nota mırıldanın ve onu yavaşça yükseltip alçaltın. Bir siren gibi çıkmalıdır; yukarıda yüksek, aşağıda alçak, yukarıda yüksek, aşağıda alçak. Bunu yaparken bedeni-

nizde hava basıncının nerede olduğuna dikkat edin. Yüksekten alçağa geçerken başınızdan göğsünüze iner ve sonra geri döner.

Tahmin edebileceğiniz gibi göğüs sesimizi geliştirmek isteriz. Bunu yapmanın tek yolu bir kez daha bilinçli egzersizdir. Bu bir alışkanlık haline gelene kadar kendinize göğüs sesinizle konuşmayı hatırlatın.

Yapabileceğiniz havalı bir egzersiz şudur: Şu cümleyi yüksek sesle okuyun:

“Perşembe gecesi bir şeyler içmek ister misin?”

Şimdi burnunuzu tutun ve aynı cümleyi tekrarlayın. Tonunuz farklı mı? Çok farklı değilse zaten büyük oranda göğsünüzden konuşuyorsunuz ve tonunuz fena değil demektir. Birden sesiniz çok burundan geldiyse daha derin bir sesle konuşma çalışmaları yapmanız gerekir.

Burnunuzu tutarak ve tutmayarak bu cümleyi söylediğinizde sesiniz fazla farklılaşmayana kadar çalışın.

Erkeklerin bir başka sorunu da genellikle çok hızlı konuşmalarıdır. Bu, bilinçaltımızdan, her şeyi çabucak söylemezsek insanların söylediğimiz her şeyi dinlemeyeceği düşüncesinden kaynaklanır. Bu muhtaç bir davranıştır.

Bunun kesin bir ölçüsü yoktur. İnsanların sizi duymakta sık sık zorluk çekip çekmediklerine dikkat edin. Sesinizi biraz alçaltırsanız aldığınız tepkilerde ne fark ediyor; siz kendinizi nasıl hissediyorsunuz? İnsanlar sık sık sözünüzü tekrarlamanızı istiyorlarsa ve oda gürültülü değilse çok hızlı konuşuyor olabilirsiniz.

Ayrıca yeterince yüksek sesle konuşmuyor da olabilirsiniz.

Aslında hemen herkes yeterince yüksek sesle konuşmaz. Daha yüksek sesle konuşun. Şimdi yapın ve her yerde yapın. Bağırmayın, ama yüksek sesle, diyaframınızdan, göğüs sesinizle konuşun. Araştırmalar bunun daha dikkat çektiğini ve saygı uyandırdığını göstermiştir.

Beden dili gibi bu alışkanlıkları oturtmak da zaman ister.

Daha iyi bir beden dili ve vokal yansıtma sayesinde başkalarıyla daha iyi etkileşime geçersiniz ve ruh haliniz de pozitif etkilenir. Evet, sadece bilinçli olarak bedeninizi daha güvenli bir pozisyona getirmek bile kendinize daha güven duymanızı sağlayacaktır ve bunun tersi de doğrudur. Bunu bilerek, ne yaptığınızın farkında olarak yapsanız bile yine de işe yarar. Bedeninize, kendinizi nasıl takdim ettiğinize, nasıl oturduğunuza, ayakta durduğunuza ve göz temasınıza dikkat etmeye başlayın. Fark yaratacaktır. Ve çabucak ilerlersiniz.

Karakter Geliştirmek

Erkekleri sürekli geri bırakan bir başka şey tipik dost ya da kardeş olarak görülmeleridir. Bini bir paraya. Hayatımızın çoğunda akışla yol almaya zorlandık; arkadaşlarımızın beğenilerine uyduk ve çevremizdekilerin düşündükleriyle hemfikir olduk.

Gördüğümüz gibi bu çekici olmayan bir davranıştır çünkü kendi ilgi alanlarınıza, tutkularınıza ve arzularınıza yatırım yapmadığınızı gösterir. Çekici adamlar kutuplaştırırlar ve engelleri yoktur. Çekici adamlar kararlarının bilinmesini isterler. Eşsiz deneyimleri ve fikirleri vardır. Birçok insanın denemediği şeyleri denemişlerdir. Yapmadıklarını yapmışlardır ve fikirlerini açıkça ve özgürce paylaşırlar.

Yani, derinliği ve karakteri olan çekici bir adamın fikirleri

vardır ve bu fikirleri açıkça ifade eder.

Sevdiklerine ve sevmediklerine karar vermeye gelince, çoğu erkeğin taraflardan birine tepkileri çok ortalamadır.

“Evet, film harikaydı,” ya da “Ya, bu filmi sevdim,” veya “Bu filmi sevmedim.” Bunun ötesine pek geçmez. Neden birinin bir müzik türünü diğerine, bir filmi bir başkasına, bir yazarı bir diğerine tercih ettiğine dair bir şey yoktur. Ve bu seçime yol açan *duygularla* bir bağlantı yoktur.

Örneğin sıradan bir erkek şunu söyleyebilir: “*Terminatör*’e bayıldım. Çok havalıydı.”

Daha ilginç bir insan şunu söyler: “*Terminatör* çok iyiydi, ama senin sonunda kötü adamdan yana olduğun film benim için daha ilginçti.”

Sevecen olmakta ve arkadaşlarınızla benzer şeylerden zevk almakta kötü bir şey yoktur. Ama özellikle kadınlar konusunda öne çıkmanızı sağlayacak şey, ufkunuzu genişletmenin yanı sıra kişisel zevkleriniz, deneyimleriniz ve farklı konulardaki düşünceleriniz hakkında kendi kararlarınızı vermenizdir.

Gerçekçi olalım, yalnız kadınların karşılaştığı on sıradan erkekten dokuzu şu konularla ilgilenir: spor, komedi filmleri, rock/hip-hop müzik ve diğer jenerik erkek aktiviteleri. Bunda yanlış bir şey yoktur, ama kendinizi göstermenizi ne sağlayacak?

Sizi zevkli, fikir sahibi, yetmişlerin Motown plaklarından Alman filmlerine, on dokuzuncu yüzyıl edebiyatından empresyonist sanata neyi sevip neyi sevmediğini tam olarak açıklayabilecek bir erkek haline getirmek istiyoruz. Beni yanlış anla-

mayın, gidip sanat kurslarına yazılın falan demiyorum. Süper entelektüel bir züppe olmanıza gerek yoktur. Bu kendi fikirlerinizi geliştirip hayatınızı zenginleştirmekle ilgilidir.

Çok fazla erkek fikirlerini pop kültürün ve erkek arkadaş grubunun yönlendirmesine izin verir.

“Oh kanka, Will Farrell öööööyle komik ki!”

“Yeni *Batman* filmi harika.”

Çok az erkek durup da eleştirel bir yaklaşımla, neden bazı şeyleri sevdiğini, neden bazı pop kültür formlarının popüler olup bazılarının olmadığını düşünür. Çok azında yeni sanat formlarıyla ve hobilerle ilgilenme ve onlar hakkında nasıl hissettiğini keşfetme merakı vardır.

Sanat ve medyayı deneyimlerken aklınızda tutmanız gereken bazı kavramlar şunlardır:

Her şeyin bir değeri olduğunu varsayın; bunu bulmak sizin vazifenizdir. Hakkındaki bir stereotip ya da önceden sahip olunan nosyon nedeniyle bir müzik janrı ya da film türüne önyargılar beslemekten daha aptalca bir şey yoktur.

Hemen tüm önyargılarınızdan vazgeçerek şu mantaliteyi benimseyin: “Bu sanat formunda bir şey olmalı, yoksa kimse izlemezdi; bunun ne olduğunu bulmalıyım.” Önce onu bulun, sonra hoşlanıp hoşlanmadığınıza karar verin. İster beğenin ister beğenmeyin, her zaman takdir edebilmelisiniz.

Ufkunuzu genişletirken genel olarak en iyisi olarak kabul edilenle başlayın.

Bazı sanat formlarından kolayca ve doğallıkla tat alacak-

sınız. Aşkın olarak tanımlanacak kadar iyi ya da acı verecek kadar kötü rock müziği ayırt etmek iki saniyemi alır. Tüm hayatım boyunca dinledim. Country? Klasik? Bluegrass? Daha uzun sürer.

Filmlerle de aynısını yapın. IMDB'nin tüm zamanların yirmi en iyi film listesini izleyin. Google eleştirmenlerinin tüm zamanların en iyi filmleri listesini bulup izleyin. En iyi film Oscar'ı kazanan her filmi izleyin. Bu iyi bir başlangıçtır.

Kendinize şunu söylüyor olabilirsiniz: "Tüm bunlar iyi güzel de Hemingway okumak ya da Chaucer veya Bach hakkında fikir sahibi olmak beni yatağa götürmez."

Üstüne bastınız. Yine de aşağıdakilere değineceğim:

Fikirleri gelişkin bir birey olmak demografinizi genişletecektir. Evet, hiçbir ilginç fikri olmayan bir kadınla çıkmak için bunlar gerekli değildir. Ama akıllı, sanatsal duyarlılıkları, tutkusu ve klası olan bir kadınla çıkmak istiyorsanız bunların hepsi bir önkoşuldur.

İkinci nokta lise edebiyat öğretmenimin bize her zaman söylediği şeydir: "Edebiyat okursunuz çünkü hiçbir zaman yeterince insanla karşılaşamazsınız." Ben bu sözden şunu anlıyorum: Evet, Hemingway ya da Milton Friedman'ın ekonomik teorilerini okumak sizi bir kadınla yatağa götürmeyebilirse de daha çeşitli fikirlere sahip olabilmeniz için perspektifinizi geliştirirler; daha fazla insanın deneyimleri ve fikirleriyle ilişki kurabilirsiniz ve genel anlamda insanlarla etkileşiminizde daha fazla bilgiye sahip olursunuz.

İster inanın ister inanmayın, Hayek'in liberalizm hakkındaki ekonomik savları benim ilişkiler ve çıkma hakkındaki perspektifimi iyi yönde etkiledi. Bu kulağa delice gelebilir, ama

doğrudur.

Çok okuyan herhangi biri, size, bir kitaptan edindiğiniz en iyi fikirlerin genellikle kitapla bir ilgisi olmadığını söyleyebilir.

Birçok erkek kendini gündelik çarka kaptırmıştır; zamanını ziyan eder, hayatını gerçekten zevk almadığı, kimliklerini ve kişiliğini gerçekten ifade etmeyen işlerle geçirir. Bu erkekler:

İşe giderler (genelde iyi bir iştir).

Eve gelir ve rahatlarlar.

Tipik spor/durum komedisi programlarını izlerler.

Cumaları/cumartesileri aynı 3-4 arkadaşlarıyla takılırlar.

Genellikle yaşamlarında bu kadar bile çeşitlilik ve denge olmayan erkeklerle karşılaşırım. Haftada 60-80 saat çalışırlar ya da iki işleri vardır; banka hesaplarını kabartmak dışında hiçbir hobileri yoktur.

Yukarıdaki listede yanlış bir şey yoktur. Batı dünyasında, 20-40 yaş arasındaki erkeklerin yüzde doksanını temsil eder.

Ama mesele de budur: Kendinizi o yüzde doksandan farklılaştırmak istiyor musunuz?

Kendinize şunu sorun: Yaşadığınız yerdeki on gelişigüzel, bekâr erkekle kuyruğa girseniz sizi onlardan ayıran nedir? Diyelim ki bir kadın sırayla her birinizle taşınsın. Sizinle ilgili onun durup da “Vay, bu eşsiz bir adam!” demesini ne sağlayacaktır? Onlarda olmayıp sizde olan nedir? Diğer erkeklerin çoğunun sunamayacağı ne sunabilirsiniz?

Boş zamanlarınızda gizlice şiir yazıp dolabınızda mı saklıyorsunuz? Üç kez skydiving mi yaptınız? Alpler’de bir buzula

mı tırmadınız? Yılan, kurtçuk, örümcek gibi şeyler yemeyi mi denediniz? Sizi bir insan olarak şekillendiren havalı ve ilginç şey nedir?

İnsanların başka yerde bulamayacağı zorlu yönleriniz nelerdir? Onun aklında öne çıkabilmenizi sağlayacak ne yaptınız?

Hepsini Bir Araya Getirmek

Çekici bir hayat tarzı oluşturmak uzun bir süreçtir. Eylemlerinize, alışkanlıklarınıza, zamanınızın çoğunu nasıl geçirdiğinize tutarlı ve derinlemesine bakmanız gereklidir.

Mesleğiniz, hobileriniz, arkadaşlarınız, ilgi alanlarınız size söylenen ya da dayatılan şeylerin sonucunda mı oluştu, yoksa bilinçli olarak değerlendirerek kendinizi nasıl zenginleştireceğinize ve tutku duyacağınıza temellenen şeyler mi?

Bunlar önemli sorulardır. Sizin hayatınızı sizden başka kimse yaşayamaz. Kendiniz için inşa ettiğiniz hayat tarzını sorgulamadan ya da değerlendirmeden uyurgezer gibi yaşarsanız aynı davranışsal modeller sürekli kendini gösterecektir.

Erkekler genellikle bana tam olarak inanmazlar. İş kadınlara gelince yetersiz hayat tarzı seçimleriniz her türlü etkileşiminizi ve iletişiminizi etkiler. Bu, kendinize yatırım yapmadığınızı gösterir ve özgüveniniz azdır, başkalarının onayına ihtiyaç duyarsınız.

Bunu ilk kez ebeveynleriyle yaşayan erkeklerle çalışırken fark ettim. Hepsi iyi insanlardı; akıllı, komik, şefkatliydi ve ilginç hobileri vardı. Bazılarının işleri de iyiydi, ama başka nedenlerle ebeveynleriyle oturmayı seçmişlerdi (sağlık vs.).

Hiç sonuç alamıyorlardı. Kadınlar onlara sıcak davranmıyordu ve hiçbir zaman motive ya da güvenli görünmüyorlardı.

İlerleyebilmeniz için yaşam stilinizin size vermek zorunda olduğu temel bir bağımsızlık ve kendine yeterlik seviyesi vardır. Sürekli iş nedeniyle stres altında, arkadaşlarınız nedeniyle üzgünseniz ve sağlıksızsanız kaygılarınız ve iletişiminiz üzerinde çok çalışsanız da fayda etmeyecektir. Gelişiminizde ve kadınlarla potansiyelinizde bir tavan belirliyorsunuz demektir. Bu kitabın kalanı size fazla yardım etmeyecektir. Deneyebilirsiniz, ama muhtemelen sonuçlar pek değişmeyecektir.

Hayatınıza özen gösterin. Sağlıklı olun. Mutlu bir arkadaş çevresi edinin. Fikirleriniz olsun. Zamanınızı ne yaparak geçirmek istediğinize kulak verin. Bu, kendinize yaptığınız yatırımı artırır ve başkalarının yanında daha az muhtaç olursunuz. Bu da size doğru eylemleri yapacak ve etkili iletişim kuracak cesareti verir. Bu, dürüst yaşamaktır.

Ve kendi hakikatiniz, değerleriniz, idealleriniz olan bir hayatı yaşamaya başladığınız zaman eyleme geçme vakti gelmiş demektir.

4. Kısım: Dürüst Eylem

9. Bölüm

Hikâyeleriniz Nelerdir?

Arabamı spor salonunun önünde park ettim ve hemen kulaklıklarımı taktım. Arabadan çıkıp salona doğru ilerlerken başka bir yönden ince, uzun bir kadının da yürüdüğünü gördüm. Seksiydi.

Gözlerimiz buluştu ve kaldı. Bakışları çoğu kimsenin yapacağından yarım saniye daha uzun karşılık verdi. Aramızda cinsel gerilim doğan bir an.

On adım önümden salona girdi. Poposunu kontrol ettim. “PEMBE” yazıyordu. Kızların bazen giydiği komik taytlardan giymişti. Zihnim bunu hemen yargıladı. Bir nedenle ucuz bir kız olduğunu düşündüm. Kendime engel olmam gerekiyordu. Ne biliyordum ki, hiçbir şey.

Kayıt masasına birlikte vardık. Zihnimde ona söyleyecek bir şey aramaya başladım. Ben bir şey bulamadan telefonu çaldı ve cevap verdi. “Ah, şu kızlardan!” dedim kendime içgüdüsel olarak. Yine kendime engel olmam gerekiyordu. Onu tanııyordum. Ama ona bayağı enerjimi harcıyordum. Muhtemelen harcamalıyım.

Aklımda daha sonra onunla konuşabileceğim mantıklı senaryolarla oyalandım; tuvalete gitmiş gibi yapabilirdim ve geri geldiğimde telefonu bitmiş olabilirdi. Yok, bu çok planlıydı. Salonda çalışırken ona yaklaşabilirdim. Ama doğrusu ya, bu geçmişte pek işime yaramamıştı ve oraya spor yapmaya gitmiş-

tim, arkadaş edinmeye değil. Sporu bitirme zamanımı ona göre ayarlayabilirdim. O zaman da musallat olmuşum gibi olurdu. Teorik olarak bunlar işe yarayabilirdi, ama ilgimi kaybediyordum. Kulaklıklarım da bangır bangır müzik çalıyordu ve zihnim çoktan squat aletine yönelmişti bile.

Tüm bunlara rağmen aklıma gelen sihirli bir cümleyle günü kurtardım yalanını atmayacağım. Çünkü onunla konuşmadım. Onu bir daha gördüğümü ve bunu yazana kadar onu hatırladığımı sanmıyorum. Yani günü kurtarmadım. Günümde yanlış giden bir şey yoktu ve hâlâ da yok.

Bu tür kitapların genelde yaptığı gibi burada oturup çekindiğim, korkak olduğum, erkek gibi davranmadığım için kendimi suçlamayacağım. *O kadar da* önemli değil. Ve mütevazı okurlarım, size neden çekinmemeniz, daima, daima ve daima onunla konuşmanız –ne olursa olsun sizi ödleler; salonda, telefonda, bıçaklarla gösteri yaparken, yerde başının üzerinde dururken, patlak lastik değiştirirken ya da ilkyardım uygularken–, *illa ki* onunla konuşmanız konusunda bir vaaz vermeyeceğim.

Dürüst olalım, ne kadar deneyimli olduğumuza bakılmaksızın hepimiz her hafta bir sürü yukarıda anlatılana benzer durum yaşarız. Hiç düşünmeden ya da farkına bile varmadan yüzlerce, belki de binlerce fırsatı kaçıırız. Bunu hepimiz yaptık ve yapmaya devam ederiz.

Yani size fırsatları kaçırdığınız için çıkışmayacağım. Kaçırdığınız fırsatları zaten bilmektesiniz. Ve eminim ki bu zamana kadar keşke şunu, bunu yapsaydım, yapmalıydım, yapabilseydim... evresini çoktan geçtiniz.

Ben daha çok kendinize anlattığınız hikâyelerle ilgiliyim. Hepimizin kendimize anlattığımız hikâyelerle.

Yıllar önce bu konularla ilgilenmeye başladığımda, kadınların yanında başka tanıdıklarım kadar kaygı duyuyordum. O zamandan beri yüzlerce erkeğe koçluk yaptım ve aralarında ancak üç-beş tanesi rastgele bir kadınla konuşmak konusunda benden daha kaygılıydı.

Bugüne gelelim. Artık bilinçli olarak çok seyrek kaygıya kapılıyorum. Sıkı bir herif olduğumu söylemeye çalışmıyorum. Zaman veriyorum. Yapmam gerekenleri yapıyorum. Bazıları eğlenceli, bazıları da can sıkıcı ve küçük düşürücü. Ama bunları yaptım. Geliştim. Şimdi bu konuda daha iyiyim. Yıllar boyunca en temel ya da gülünç yollardan binlerce kadınla karşılaştıktan sonra o elle tutulur korkunun çoğu –ellerin terlemesi, nefesin hızlanması, zihnin boşalması– geçti.

Geçmemiş, hiçbir zaman geçmeyecek olan, değişime sürekli bir dirençtir; bu, korkudan ya da hassas bilinçdışından kaynaklanır ve beni sürekli sabote etmek ister. Bu hiç durmadı. Artık kendimi sinirli hissetmiyorum, ama berbat yargılarım var ve sıkılıyorum. “Sadece boş kızlar bu saçmalıkları giyer”; “Ayy, şu sürekli telefonla konuşan kızlardan biri, buna ayıracak vaktim yok.” Bazen kıza yaklaşmadan önce, bazen ilk yarım saatte, bazen ikinci buluşmada oluyor. Ama bu yargılarım hiçbir zaman onun doğru bir resmini çizmiyor. Onu tanımıyorum bile, ama yargılıyorum. Bu bir savunma mekanizmasıdır. Bilinçli korkum ortadan kalktı, ama bilinçdışı direncim canlı ve kendini hissettiriyor.

Ve gözlemlerime göre *herkesin* bilinçdışı savunma mekanizmaları hâlâ aktiftir. Direnç ortadan kalkmaz. Sadece şekil değiştirir. Yıllar içinde kaygı duygusuzluğa, o da küstahlığa dönüşür. Direnç kızla karşılaşmadan ya da onu öpmeden veya seks yapmadan ya da ilişki taahhüdünde bulunmadan önce hissedilir. Hepimizin zayıf noktaları vardır. Ve bu zayıflıkların

her birinin isteğimiz değişikliklere kendi direnç formları vardır. Bir sınır diğerini ve bir başkasını geriye iter.

Bir kadına yaklaşmadan önce aşırı sinirli olabilirsiniz; karşılaştığınız kadınları aramayı erteleyebilirsiniz; sizinle ilgilediği ve eve gitmek istediği aşikâr bir kızla çıkarken kendinize, bilinmeyen bir nedenle, seks “havanızda olmadığınızı” söyleyebilirsiniz; bunların hepsi değişime direnen bilinçdışınızdır. Zihniniz bu direnci açıklamak için hikâyeler uydurur. Bu hikâyelere bağlı duygular vardır. Bunlar korku, sıkıntı, öfke, utanç vs. olabilirler ve sizi bulunduğunuz yerde tutmaya katkı sağlarlar. Bu, sizin duygusal ataletinizdir. Statükodur. Sizi orada, güvende tutan donanımınız ve mekanizmanızdır. Ve hepimiz bunlara sahibiz.

Son zamanlarda kendime uydurduğum hikâyelerden bazıları: bu kızlar için fazla iyi olduğum şu sıralarda bilinçdışımın favori hikâyesi. Kendime, “Ondan daha seksi/akıllı/havalı onlarca kızla çıktım, neden uğraşayım ki?” diye soruyorum. Evet, bu düşüncemde bir alay hatalı şey var. Evet, böyle düşündüğüm zaman züppece ve küstahça davrandığımı biliyorum. Söylemek istediğim tam da bu. Hepimizin saçma sapan davranışları var. Hem de bir sürü. Tüm hikâyelerimiz saçma sapan ve genellikle de onları dinleriz. Onlara inanırız. Benimkilerin saçma sapan olduklarını biliyorum ve muhtemelen sizinkiler de öyledir. Ama aklıma gelenler bunlar; bugünlerde bu bahaneyle mücadele ediyorum ve benim için bu bitimsiz bir mücadele.

Bir başkası kadınları mesajla/telefonla takip etmememdir çünkü bir şekilde artık kadınlarla etkileşimime çaba harcamama hakkını kazanmış olduğumu hissediyorum (flört ve çıkma sanatını öğretmenin sizi nasıl bozacağını merak ediyorsanız bu iyi bir örnektir).

Kızları gerektiği kadar sık aramam. Bir nedenle buna hakkım varmış gibi geliyor. Sanki bana minnet duymalılar ve istediğim anda eşliğimde belirmeliler. Evet, bazen bir kıızı gerçekten araştırmıyorum ve onu tekrar görüp görmemeye aldırmiyorum. Bazen de bunu istiyorum ve birkaç hafta sonra biraz daha çaba harcamadığım için pişman oluyorum.

Bunlar benim hikâyelerim. Şu anda üç yıl öncekinden tamamen farklılar. Üç yıl önce de altı yıl öncesinden tamamen farklıydılar. Ama amaçları hep aynıdır: statükoyu korumak. Benim duygusal ataletim.

Kendinize hangi hikâyeleri anlatıyorsunuz? Hikâyelerinizin farkında olmadan davranışlarınızı değiştiremezsiniz. Belki barlarda ve gece kulüplerinde çok sinirli oluyorsunuz ve kendinize yetersizlik hikâyeleri anlatıyorsunuz. “Böyle kızlar sadece uzun boylu ve kaslı erkeklerden hoşlanır.” Belki kendinize “Birkaç içkiden sonra ona yaklaşacağım,” diyorsunuz. Belki de çok aceleniz var; kafedeki bir kadına durup da selam veremeyecek kadar meşgulsünüz.

Belki de kendinize sizden hoşlanması için söyleyecek gerçekten harika bir şeye ihtiyacınız olduğunu söylüyorsunuz. Onunla konuşurken fazla zorlanıyor, bocalıyor ve onu uzaklaştırıyorsunuz. Şu hikâyeyi deneyin: Belki zaten harikasınız.

Peki şuna ne dersiniz? Belki de kendinize bir kadınla tanışmaya henüz hazır olmadığınızı söylüyorsunuz. Evde oturup bunun gibi kitaplar okuyorsunuz, kendinize “biraz daha sonra”, “belki zam alınca ve saçımı yeni bir tarzda kestirince” veya “güzel giysiler alacak parayı biriktirince” diyorsunuz ve zam ya da giysileri alınca yeni bir hikâye ortaya çıkıp eskilerin yerlerini alıyor. Önce biraz çalışmanız gerek. Diyet yapmalısınız, sonra hazır olacaksınız. Aradan altı ay geçiyor ve ortada olan

bir şey yok.

Her zaman bir bahane vardır, öyle değil mi? Her zaman o anda sahip olmadığınız, ama olsaydınız tam istediğiniz şekilde davranmış olacağınız bir şey vardır. Yanlış mı?

Sizin hikâyeleriniz neler? Bu iç direnci haklı çıkarmak için kendinize neler anlatıyorsunuz? Ve olabildiğince fazla miktarda dirençten kurtulmak için ne tür hikâyeler anlatabilirsiniz?

İnsanlar bu tür konularda çok fazla “beceri”den söz ederler. “Baştan çıkarmak bir beceridir, pratiğinin yapılması gerekir.” Laf! Yıllar geçtikte söylediklerinizin ya da nasıl yaklaştığının önemli olmadığını kanıtlandığını düşünüyorum. Önemli olan çekinmeden, şu anda hiçbir şey yapmayarak, statükoyu koruyarak boyun eğdiğiniz direnç olmadan ilerlemenizdir. Bu, benim spor salonundaki direncimdir. O kız benim hayatımın aşkı, benim için kusursuz kız olabilirdi. Kim bilir? Ben asla bilemeyeceğim.

Çıkma konusunda en önemli “beceri” kendi saçmalıklarınıza kulak vermeyi, kendi hikâyelerinize inanmayı bırakmanızdır. Direnç sürekli. Onunla sürekli mücadele etmelisiniz. Kendi uydurduğunuz hikâyeleri görmeli ve kendinize “Biliyor musun, telefonla konuşmasına ya da poposunda PEMBE yazmasına aldırmiyorum. Onunla tanışmak istiyorum,” diyebilmelisiniz. Ve tereddüt etmeden, korkmadan, özür dilemeden bunu yapabilmelisiniz.

Elbette duygusal ve zihinsel kaslarınızı gevşetmeniz gerekecek, benlik farkındalığınızı oluşturmanız gerekecek. Ama iyi haber şudur: Hatunların gerçekten aradığı kaslar bunlardır.

Ne yazık ki hepimiz kendi saçmalıklarımızı dinleriz. Hepi-

miz zaman zaman kendi hikâyelerimize inanırız. Kadınlar ve cinselliğiniz konusunda kaygılarınız ve korkularınız ne kadar fazlaysa kendi hikâyelerinize ve saçmalıklarınıza o kadar fazla inanırsınız.

Savunma Mekanizmaları

Cinselliğimizle iç içe geçmiş korkularımız ve utançlarımız vardır. Bunlar genellikle kendilerini bir elin parmakları kadar ve çok belli başlı senaryolarda gösterirler:

- Çekici bir kadına yaklaşma ve bir konuşma başlatma korkusu.
- Doğrudan ya da dolaylı (telefon numarasını sorarak, bir telefon numarasını arayarak, çıkma teklif ederek vs.) cinsel ilginizi belli etme korkusu.
- Cinsel temas başlatma korkusu (tipik ilk öpücük durumu).
- Seks yapma korkusu.

Erkeklerin çoğu kadınlarla etkileşimde bu korkulardan en az birini bir dereceye kadar duyarlar. Azınlıktaki bazı erkekler bu korkuların bir ya da ikisinden muaftır ve çok çok azınlıktaki bazı erkekler de hiçbirini duymazlar.

Bu kaygılar muhtaçlığın ve savunmasız olmak istememenin göstergesidir. Tipik olarak bir alanda ne kadar ihtiyaç içindeyseniz o kadar fazla kaygı duyarsınız.

Bilimsel olmasa da benim koçluktan ve yüzlerce erkekle çalışmaktan kazandığım deneyime göre yüksek derecede kaygıyla aşağıdaki durumlardan birini deneyimlemek arasında ilişki

var: yetişirken bir baba figürünün olmaması; duygusal istismar yaşanan çocukluk; çocukluk travmaları; dindar bir şekilde yetiştirilme; katı kültürel normlarla yetiştirilme; yetişirken zorbalığa ya da sosyal sürgüne maruz kalma.

Üzücü olansa kaygıya kapıldınız mı kaygı oradadır ve neden orada olduğunu keşfetmek fazla yardımcı olmaz. Ya bütün hayatınız boyunca ondan kaçınırsınız ya da bir şeyler yaparsınız.

Bu konularda bir şey yapmak için buradayız. Kitabın bu kısmının adının Dürüst Eylem olmasının bir nedeni var.

Bana kalırsa erkeklerin başarılı bir şekilde kadınlarla tanışmasını ve çıkmasını engelleyen en büyük suçlu kaygıdır. Kaygıyı kaldırın, deneme-yanılma konunun gerisinin büyük çoğunluğunu halleder.

Kaygı, tanımı gereği, yüksek seviyede muhtaçlığı temsil eder. Diyelim ki yanınıza güzel bir kadın oturdu; ona bir şey söylemek istiyorsunuz, ama ölesiye korkuyorsunuz. Bundan ölesiye korkuyor olmanız onun sizin hakkınızdaki fikrine yüksek seviyede yatırım yaptığınızı gösterir ve bu da yüksek seviyede muhtaçlıktır. Bu muhtaçlık içimizde bir dövüş-kaç tepkisi oluşturur – adrenalin boşalımı olur; terlemeye başlarız, zihnimiz bulanır; aynı anda her şeyi düşünürüz ve hiçbir şey düşünemeyiz. Ve bir kelime söyleyebilirsek bocalar ve kekeleriz, yüzümüz kızarır, kendimizi aptal konumuna sokarız.

Başka bir kez yanımıza güzel bir kadın oturduğunda, bu durum daha fazla kaygılanmamıza neden olur.

Bu korkunç bir bilmecedir ve hepimizi bir şekilde etkiler. Beni müthiş bir şekilde etkilerdi ve kurtulmam yıllarımı aldı.

Neyse ki öğrendiklerim sayesinde sizin için benim için olduğu kadar zorlu ve ıstıraplı olmayacaktır.

Korkularınızı yenmenin ilk adımı modelinizin ne olduğunu keşfetmektir.

Korkularımız ve kaygılarımızla başa çıkmak için genellikle uyguladığımız bir model ya da strateji vardır. Örneğin benim en bilindik modelim duygusuzluktur. Ne zaman beni korkutan bir şeyle karşılaşsam aslında gerçekten aldırmadığıma *kendimi ikna ederim*, aldırımıyormuş gibi yaparım. Farkına vardığım en sık rastlanan modeller şunlardır:

1. Suçlama oyunu. İnsan korktuğu bir şeyle karşılaştığı zaman korkusu için bir şeyi ya da başka birini suçlar.

Örneğin, diyelim ki işyerinde yapacağınız bir sunum sizde kaygı yaratıyor. Suçlama oyununu oynayan biri neden patronunun bir aptal, kendisinin o işi yapmak için fazla akıllı olduğunu ve işler yolunda gitmezse nasıl kendi suçu olmadığını, zaten hasta ya da bilmem ne olduğunu ve yeterince araştırma yapmadığını söyler? Kadınlar bağlamında da suçlama oyununda, erkekler kadınları, “fazla kasıntı” ya da “sadece yakışıklı erkeklerle ilgilenen biri” olmakla suçlarlar; onun için “fazla aptaldır” ya da “gece kulübü sohbet edemeyecek kadar gürültülüdür” veya “Miami’deki kadınlar çekilmez, yeni bir kente gitmesi gereklidir” vs.

Bahaneler ve suçlamalar adice ve gülünç olabilir, ama derinlerden gelebilirler. Suçlama oyununun çirkin kısmı beraberinde öfke ve hayal kırıklığı olmasıdır. Ve bunu uzun süre yaparsanız öfkeniz birikir, kadınlar hakkında epeyce acı ve mantıksız inançlara sahip olursunuz. Tüm hayatları boyunca suçlama oyununu oynamış erkekler, “kadınlar sa-

dece paraya bakar” ya da “barlardaki tüm kızlar aptal ve sığır” gibi berbat inançlar geliştirirler ve bu bayağı karanlık yerlere varabilir.

2. Duygusuzluk ve kaçınma. Bu benim her zaman Aşıl topuğum oldu ve oldukça sık rastlanır. Erkek kendini aldırmadığına ya da onun için önemli olmadığına inandırır ve bunu deneyimlemek tam da adı gibi duygusuzluk ve kaçınmaktır. Bunu yıllarca yaptım. Kendimi kadınlarla tanışmaya aldırmadığıma ve beğendiğim kızların beni çekici bulmamalarının önemi olmadığına inandırdım. Aylarca arkadaşlarım birbirini ardına kızlarla çıkarlarken yalnız başıma evde oturup porno izledikten sonra sert bir uyanışla aldırıldığımı anladım. Kadınlar konusunda duyduğumuz korkulardan kaçınmak en kötü tepkiler değildir ve genellikle sonsuza dek sürmezler. Biyolojik olarak kadınların peşinden koşmaya donanımlıyız ve bir noktada içgüdüler kazanacaktır. Bunların daha tehlikeli oldukları yerler kariyer, aile, hobiler gibi hayatımızın başka alanlarıdır. Kaçınma ve duygusuzluk zamanını kanepesinde yatarak harcayanların ya da hoşnutsuz ofis çalışanlarının paylaştıkları bir modeldir.

3. Entelektüelleştirmek. Burada olmanızın bir nedeninin de bu olduğunu garanti ederim: Kadınlarla ilgili bir tür korkunuz, ıstırapınız ya da kaygınız vardır ve bu konuda gerçekten bir şey yapmak yerine internete girer ve üzerinde çalışabileceğiniz bir yanıt aramaya başlarsınız.

Bu bazen yararlıdır çünkü birçok konuda birçok bilgi öğrenirsiniz; bazen entelektüelleştirme insanın daha fazla kendinin farkında olmasını sağlar ve nasıl bir eylemde bulunmanız gerektiği açıklığa kavuşur. Ama birçok erkek entelektüelleştirmeyi kaçınmanın bir başka formu olarak

uygular. Bunu zeki erkekler de yapar ve bu bir sorundur çünkü ne kadar zekiyseniz o kadar fazla entelektüelleştirirsiniz ve kendinizi daha fazlasını öğrenmeniz ve anlamanız gerektiğine inandırırırsınız.

Ama kadınlar söz konusuysa bu cevap değildir (diyor bu konuda iki yüz sayfa kitap yazmış olan adam). Eğer kendinize karşı dürüst olur ve hatalarınızdan öğrenirseniz, bir satır flört tavsiyesi okumadan bir yıl dışarı çıkıp da kadınlarla konuşursanız muhtemelen fena iş çıkarmazsınız. Bunlar yardımcıdır elbette, ama en iyi öğretmeniniz kendi deneyiminizdir. Bir konu hakkında fazla şey bilmek bir noktadan sonra artık fayda getirmez ve bilginizi uyarlayacak deneyiminiz olmadığı için aklınızı karıştırır.

Entelektüelleştirme geri de tepebilir. Bir konuyu fazla çalışmak kaygınızı artırır. Bu kadar çalışınca başarmak konusunda kendinizi fazla baskı altında hissedersiniz ve kendinizden beklentileriniz artar.

Daha başka modeller de vardır, ama kaygılarını aşmaya çalışan erkeklerde gördüğüm başlıca modeller bu üçüdür.

Ayrıca yukarıda listelenen korkulara verilen tepkilerin her birinin de bir modeli vardır. Amaçları korkudan *kaçınmaktır* ve bunu genellikle kendilerini illa doğru olması gerekmeyen bir şeye *inandırarak* yaparlar.

Suçlama oyunundan hoşlanan erkek bunun kadının suçu olduğunu söyler. Duygusuzluk erkeği kendini bunun önemi olmadığına ikna edecektir. Entelektüelleştiren erkek tipi kendini önce daha fazla öğrenmesi ve anlaması gerektiğine ikna edecektir. Sonuçta hepsi korktukları şeyden kaçınırlar.

Ayrıca, hiç kimsenin tek bir savunma mekanizması yoktur.

Bunlardan her birini zaman zaman kullanırız. Aslında bunları birbirinin üzerine koyarız. Örneğin, “kızların benim hakkımda ne düşündüklerine aldırmiyorum, hepsi kasıntı sürtükler, en iyisi ben evime gideyim”, net olarak suçlamanın üzerine duygusuzluğu ekler.

Bunu belirttikten sonra hepimizin sık sık tekrarladığı favori bir modelimiz vardır.

Korkunuzu yenmenin püf noktası korkuya verdiğiniz modelli tepkiyi kırmaktır. Bu, belli bir seviyede kendinin farkında olmayı ve disiplin gerektirir.

Örneğin, kadınlara yaklaşmayı öğrenirken bir sürü korkum ve kaygım vardı. Modelim de duygusuzluktu. Bir barda dururken hoşuma giden güzel bir kız görsem, hemen, “Şu anda canım konuşmak istemiyor,” ya da “Kızlarla tanışma havamda değilim,” diye düşünürdüm. Bu tam bir saçmalıktı. O gece dışarı çıkmamın nedeni kadınlarla tanışmaktı. Tüm hafta kadınlarla tanışmak hakkında kitaplar okuyup internette gezinmekten başka bir şey yapmamıştım. Kadınlarla tanışmak istiyordum.

Bu modelin farkına varınca onu kırmaya ve zihnim bana istemediğimi söylese de kendimi konuşmak istediğim kadınlarla konuşmaya zorlamaya başladım.

Kendi modelinizi kırmanıza yardım edecek birkaç nokta:

1. Bir an durun ve size en çok kaygı veren şeyi düşünün. Yaklaşmak mı? Cinsel ilgi göstermek mi? Çıkma teklif etmek mi? İlk öpüşme mi?
2. Bununla ilgili modelinizi yazın. Örneğin, “kadınları

aramak, model duygusuzluk” ya da “kadınlara yaklaşmak, model suçlama oyunu” yazabilirsiniz.

3. Kendiniz için bir amaç belirleyin. Örneğin: “Ne kadar aldırıyor olsan da aldığın her telefon numarasını ara.” Bunu yazın.
4. Bir arkadaşınıza ne yapmak istediğinizi söyleyin ve sizi sorumlu tutmasını isteyin.

Bu son madde önemlidir. Korkularınızı paylaşmak ve sizi mesul tutacak birinin varlığı tüm bu süreci tamamlar ve işinizi on kat kolaylaştırır. Sizinle empati kurabilen ve sizi anlayan biriyle korkunuzu paylaşmak bile üzerinizdeki baskıyı önemli oranda azaltır.

Bir Kurban Değilsiniz

Uzun süre hayatımı birlikte yaşadığım bir varsayım şudur: “Sadece ben mi berbat durumdayım, yoksa insan kitleleri de aynı şekilde berbat durumda mı? Bana kalırsa büyük ihtimalle sadece ben berbat durumdayımdır.”

Genel bir örnek olarak erkekler gelip bana şunu derler: “Dışarı çıkıp kadınlarla tanışmaya çalışıyorum, ama yaşadığım kentteki kadınların tümü sinsi ve toy. Sanırım yeni bir kente taşınmam gerek.”

Gerçekten mi? Yani durumu bok eden siz değilsiniz de kentinizde yaşayan 150.000 bekâr kadının tamamı, öyle mi, hem de aynı şekilde? Bunun ihtimali nedir?

Ya da bazı erkekler *her –bazı değil, çoğu değil, her–* Amerikalı kadının kararsız ve fazla bireysel olduğunu söylerler. Ya da

provokatif tarzda giyinen *tüm kadınlar* ahlaksızdırlar, aldatırlar ve hiçbir zaman iyi bir sevgili olamazlar.

Erkekler kendi yetersizliklerinin ve stereotiplerinin sorumluluğunu almamak için *milyonlarca* kadın hakkında negatif varsayımlarda bulunurlar. Benim açımdan bu sadece kurban zihniyetidir ve birçok erkeğin düşüncesini türlü yollardan işgal eder.

Bu illa da genel bilginin yanlış olduğu anlamına gelmez, onu kendinizi kurbanlaştıracak şekilde yorumladığınız anlamına gelir. Evet, Amerikalı kadınlar Avrupalılardan daha kararsız ve sahte tavırlı olabilirler (olmayabilirler de). Kentinizdeki kadınlar muhtemelen daha büyük bir kentteki kadınlara kıyasla daha kapalıdırlar (ya da değildirler). Ama siz bu gözlemlerinizin eylemlerinizden sorumlu olmasını seçiyorsunuz. Bu, başkalarına aşırı yatırım yapmanın ve muhtaç olmanın tanımıdır.

İnsanlar bir nedenle stereotipleştirirler: kendimizi daha verimli yönlendirebilmek için geniş bir enformasyon miktarını yönetebilmek. Bazen stereotipler yararlıdır, ama genellikle işe yaramazlar. Genellikle bahaneden başka bir şey değildirler: sonuçlarımızdan memnun olmadığımız için suçluluğumuzdan ve sorumluluktan kaçınmanın yolları. Ve bu bahaneler bizi incitir, fırsatlara kapatır. Başkalarını suçlamak bir şey öğrenmemektir. Öğrenmezsek de gelişmeyiz.

“Yaşadığım kentteki kadınlar soğuk” örneğine dönelim. Ortalamada diyelim ki Las Vegas’taki kadınlara göre soğuk olabilirler, peki hepsi mi? Belki yüzde kırk-ellisi, ama hepsinin üzerini çizerseniz ve bunu bir bahane olarak kullanıp sorumluluk almazsanız kendinizi yaşadığınız kentteki yüzde elli kadına kapatırsınız. Yüzlerce fırsat kaçırsınız.

Aynı şey Amerikalı kadınlar için de geçerlidir. Amerika'da yaklaşık kırk milyon bekâr kadın var. Gerçekten iyi birini bulamaz mısınız? Bu kimin suçu? Sizin. Tembelsiniz. Tembelsiniz ve milyonlarca kadını haksız yere yargılıyorsunuz çünkü başarısızlıklarınızın sorumluluğunu almak istemiyorsunuz.

Hayatınızdaki her şeyin sorumluluğunu almanız gerektiğine kuvvetle inanıyorum. Zihnimiz her zaman acıdan, başarısızlıktan, retten kaçınmanın yollarını arar ve kusursuz görünmemizi sağlayacak şekilde akıl yürütür; boktan olan onlardır, biz değil. Biz iyiyiz. Her şeyi doğru yaptık. Mutlu olmamamızın nedeni boktan dünyadır.

Suçlamak muhtaçlığın başka bir formudur. Başkalarına kendinize göre öncelik vermektir. Onların suçu olduğu sürece savunmasız olmanız gerekmez.

Ama hayatınızda olup biten her şeyin sorumluluğunu aldığınız zaman başkalarını suçlamaktan vazgeçersiniz. Daha az suçluluk, daha fazla fedakârlık konusunu ele almanız gerekir. Siz soğuk sürtükler oldukları için yalnız değilsiniz, bu sizin suçunuzdur ve soğuk bir sürtük olmayan bir kadın bulmak için fedakârlık yapmaya niyetinizin olup olmaması sorunudur. Sorumluluk almak ve suçluluğu fedakârlığa dönüştürmek sizi güçlendirir. Top sizin sahanıza girer ve başarılarınızı ve başarısızlıklarınızı belirleyen yegâne kişinin siz olduğunuz gerçeğine dönersiniz.

Suçluluk, sorumluluk ve fedakârlık ilişkilerde de çok önemlidir. İşlevsiz ilişkiler hemen her zaman taraflardan birinin yetersizlikleri ve ihlalleri için bir diğerini suçlaması nedeniyle çatırdar. Araştırmalar partnerler arasındaki suçlamalarla ayrılmaya yatkınlık arasında doğrudan ilişki olduğunu gösterir. Sağlıklı ve mutlu bir ilişkinin reçetesi partnerlerin kendi duy-

gularının ve diğetine taahhütte bulunma seçiminin sorumluluğunu aldığı ilişkilerdir.

Bu kitapta daha önce söz ettiğim gibi, tüm bu flört tavsiyelerine girişmeden önce lise ve üniversitede dört yıl bir kızla çıktım. Deli gibi âşıktım, ama beni aldattı ve bir başka erkek için terk etti. Uzun süre çok kızgındım ve onu suçladım.

Haklıydım.

Ama zamanla birkaç şeyin farkına vardım: 1) Yılın sevgilisi sayılmazdım ve bir sürü yönden beni aldatıp terk etmesi şaşırtıcı değildi; 2) Bir sürü uyarı işareti vardı ama onları yok saydım ya da kesinlikle farkında olmadım; 3) Onun eylemlerinden bağımsız olarak gece gündüz ona taahhütte bulundum ve aldatılmak bu taahhütte her zaman bir ihtimaldi; evet, o boktan bir şey yaptı, ama ben de ona güvenmeyi seçtim.

Sonunda, ilişkimizin tadını çıkartmak için incinme riskini alma fedakârlığı yapmaya istekli olduğuma bilinçli bir karar verdim. Bu kararı geri almazdım; benim sorumluluğumdu.

Gençken yüzeysel parti kızlarıyla aşk/nefret ilişkim olurdu. Gençtim ve bir filmde sağlam bir parti oğlanı olmam gerektiğini görmüştüm ve zamanımın çoğunu sarhoş parti kızlarını ayartıp onlarla seks yapmaya çalışarak geçirirdim. Uzun süre hayal kırıklığı yaşadım ve aşk/nefretin nefret kısmı sonunda onları kaypak, aptal ve sığ bulmamdı.

Bu doğru olabilir, ama onlarla başarısızlığım nedeniyle onları suçluyordum. Nasıl olur da beni çekici bulmazlardı? O kadar salak olmasalardı benimle yatmak için kuyruğa girerlerdi ve dünya böyle olmalıydı. Öyle değil mi?

Hayır, öyle değil. Bu, olgun olmayan ve her şeyi kendine hak sayan bir zihniyet. Benim sorumluluğum olan bir şey nedeniy-
le onları suçluyordum. Böyle yaparak da onlara insan olarak saygı duymuyor ve cinsel haz nesnesi olarak görüyordum ve fethedilmeleri gerekiyordu, bir video oyunu gibi.

Gerçekten bir seçim yapmam gerekliydi: Öyle kızlarla bağ-
lantı kurmak için iletişimimi geliştirmeye hazır mıydım? Gü-
nün sonunda en önemli soru budur. Tanıştığınız kadınlar ta-
nıştığınız kadınlardır, ama bundan bir şey yaratmak için çaba
göstermeye hazır mısınız? Bunu yapınca bir şey gördüm: Çoğu
o kadar aptal, sık ya da yüzeysel değildi. Hatta çoğu akıllı,
ilginç, keyifli ve güzeldi! Ama ben onları bulmak için kendimi
bu ihtimale açmadığımdan her şeyi kaçıırıyordum.

Herkesin içindeki iyiyi ve güzeli bulmaya çaba gösterin. O
oradadır. Bulmak sizin işinizdir. Göstermek onların işi değil-
dir.

Cinsel Motivasyon

Çoğu erkeğin karşılaştığı bir başka sorun da kaygılarının ve korkularının yanı sıra, dışarı çıkıp kadınların peşinde koşacak motivasyonlarının olmamasıdır. Evde oturup böyle bir kitap okumakla bir cumartesi günü dışarı çıkıp kadınlarla karşılaş-
mak arasında büyük fark vardır. Başta büyük çaba gerektirir
ve bazı erkekler kendilerini kolayca bu çabaya değmeyeceğine
ikna ederler.

İnternet pornografisinin icadından beri erkeklerin cinsel ih-
tiyaçlarını doyurmaları her zamankinden daha kolay oldu. Bu-
gün, tüm bir nesil canı ne kadar isterse o kadar pornografiye
erişerek büyüdü.

Birçok pornografi karşıtı hareket vardır ve hatta pornografi bağımlılığı hakkında ortaya attıkları teoriler bile vardır. Porno bağımlılığının henüz bilimsel bir kanıtı olmasa da size kesinlikle doğru olan bir şey söyleyebilirim: Porno gerçek yaşamda kadınların peşinden koşma motivasyonunuza zarar verir.

Dünyada cinsel duygusuzluk epidemisi vardır; eşler, sevgililer ve hatta bekâr erkekler her gün çevrelerinde olan gerçek kadınlardansa pornografiye yönelmektedirler ve bu da anlamsız değildir: Daha kolay, kadınlar seksi, seks daha heyecanlı, bir tık uzağınızda her zaman elinizin altında, kızlar hiç hayır demiyor, duygular, zorunluluklar, taahhütler yok.

Sorun bazı negatif yan etkilerinin olmasıdır. Porno seks, kadınlar, cinsellik konusunda son derece gerçekdışı beklentiler yaratır. Cinsel ideaları vurgulayarak ve abartarak para kazanılan bir endüstridir. Gerçek bir kadınla gerçek seksin, onun neden hoşlandığını, sizin neden hoşlandığınızı, bunların nasıl yapılmasından hoşlanıldığını keşfetmeye çalıştığınız tuhaf anları olacaktır. Pornonun hiçbir zaman sağlayamayacağı duygusal yakınlığın esrik anları yaşanacaktır.

Ayrıca gerçek kadınlar ne kadar seksi olsalar da kusurları vardır. Bunlar pornoda makyajla ya da estetik cerrahiyle saklanır. Bir erkek pornonun kusursuzluğuna fazla alışırsa her gün gördüğü kızların onu motive etmesi giderek güçleşecektir.

Ayrıca porno o kadar kolaydır ki erkekleri aşırı mastürbasyon yapmaya teşvik eder. Ve biz erkekler biliyoruz ki ne kadar çok mastürbasyon yaparsak o kadar fazla yiyecek ve televizyonla, o kadar az kadınlarla ve bir şeyi başarmakla ilgileniriz.

Napoleon Hill'in *Think and Grow Rich* (Düşün ve Zenginleş) adlı klasik eserinde, "Cinsel Başkalaşım" adını verdiği bö-

lümü epey ün kazanmıştır. Hill aşırı başarılı erkeklerin seks dürtülerinin aşırı yüksek olduğunu keşfetmiş ve bunu kavram-sallaştırmıştır. Sadece seks dürtüleri yüksek olmakla da kal-maz, bu cinsel enerjiyi işlerine ve başarılarına yönlendirebilir-ler. Sıklıkla uzun süreler boyunca seksten ve mastürbasyondan uzak dururlar ve kendilerini daha enerjik hissederler.

Bilim bunu desteklemeye başlamıştır. Orgazmlar, daha doğ-rusu erkeğin boşalması, motivasyon gibi gerekli davranışların nedeni olan birçok hormonların ve endorfinlerin tükenmesine neden olur.

Ergenliklerinden beri sürekli sert ve çılgınca mastürbasyon yapan erkekler penislerini gerçekçi senaryolara duyarsızlaş-tırırlar. Yıllarca günde üç kez mastürbasyon yaptıysanız sık-lıkta kendinizi çok sıkı kavrarsınız ve boşalmak için çılgınca ovalarsınız. Bu, genellikle bir kadınla yatağa girdiğinizde cin-sel sorunlara ve iktidarsızlığa neden olur. Vajina yumuşaktır, ıslaktır ve size verdiği duyular hassastır. Kendinizi demir bir kavrayışla ovalamanız sıcak kadın sevgisine hazırlanmanızda hiç de işe yaramaz.

Size ve motive olarak kendilerini geliştirmek isteyen tüm erkeklere tavsiyem şudur: Bu benim patentli mastürbasyon ve porno diyetimdir. Zaman zaman hayatıma biraz motivasyon katmak için ben de bu diyeti yaparım. Harikadır ve birçok er-kek için harika sonuçlar yaratmıştır. Yıllardır oturup flört tav-siyesi okuyan ve hiçbir eylemle bulunmayan erkeklerle çalıştım. Mastürbasyon ve porno diyetinle iki hafta içinde kadınlarla çıkmayı denemeye hazır hale geldiler.

Evet, fazla uzatmadan...

- Hemen tüm pornodan vazgeçin. Bilgisayarınızdaki her

şeyi silin. CD ve DVD'lerinizi atın. İhtiyaçlarınızı kontrol edemiyorsanız birkaç bedava web sitesi engelleme yazılımı indirerek bildiğiniz her porno sitesini sonsuza dek engelleyin. Bu korkunç ve aşırı gelebilir, ama bana güvenin. Bir ay içinde bana teşekkür edeceksiniz.

- Haftada bir kez mastürbasyon yapın. Zamanlayın. Bir gün seçin. Ben genellikle pazartesiye seçerim. Bu zamanlamayı bozmayın. Daha fazla motive (ve on dört yaşında bir genç kadar abaza) olmak istiyorsanız iki haftada bir mastürbasyon yapın. Bir gün seçin ve buna uyun.
- Mastürbasyon yaparken sadece tanıştığınız ve seks yapmadığınız kadınlarla ilgili fanteziler kurabilirsiniz. İşyerindeki kadın, cumartesi gecesi tanıştığınız kız olabilir. Bu hafta çıkacağınız kız olabilir. Neyse. Ama gerçek olmalı, yatmadığınız, ama yatmak istediğiniz biri olmalı.
- Mastürbasyon yaparken kayganlaştırıcı ya da losyon kullanın. Her zamankinden daha yavaş yapın. Yapabilirsiniz on dakikadan uzun sürsün. Bunu her gün yapamayacağınızı unutmayın.

Bunu birkaç hafta uyguladıktan sonra motive olduğunuzu göreceksiniz. Bozar ya da vazgeçerseniz yeniden başlayın. Kendinize anlayışsız davranmayın. İdeal olarak birkaç hafta içinde, dışarı çıkıp kadınlarla tanışmak size bir iş gibi değil heyecan verici bir şey gibi gelecektir. Bu iyidir. Çıkın ve bunu yapın!

10. Bölüm

Kaygıyı Aşmak

En son ne zaman birlikte olmak istemediğiniz biri sizinle takılmayı denedi? Belki bu işyerinizdeki sıkıcı adamdır. Belki sürünün kara koyunu olan kayınbiraderinizdir. Belki annenizin bir komşunun kızıyla ayarladığı buluşmadır. Birini reddetmeniz gereken o tuhaf durumu düşünün. En son ne zaman biriyle vakit geçirmemek için kibar bahaneler uydurdunuz? Kendinizi nasıl hissettiniz?

İyi değil.

Doğrudan da (başımдан git ve beni rahat bırak), dolaylı da (bu hafta gerçekten çok işim var, başka bir zaman buluşalım) olsa tuhaf ve rahatsızlık veren bir durumdur ve kimsenin hoşuna gitmez. Bu dünyadaki çok az insan boktan biri olup da başkalarının hislerini incitmekten hoşlanır.

Şimdi bunu hemen her hafta yaptığınızı düşünün. Bunda neşe verecek hiçbir şey yoktur ve aslında moral bozucu ve can sıkıcı olur. Bu nedenle kadınlar üzerlerine gelen ya da tuhaf erkeklerden şikâyet ederler – onları reddetmeleri gerekir ve birini reddetmek genellikle tatsız ve rahatsız bir deneyimdir.

Erkekler kadınları cinsel dağ tepelerinden bize gülen ve hangi erkeğin ilahi vajınaya ulaşacağına (ulaşma şansına erişeceğine), hangisinin zamanını yalnızlık içinde geçireceğine karar veren bencil yaratıklar olarak algırlar. Bu işler böyle yürümez.

Biraz düşünün. Neden kadınlar giyimlerine ve görünümle-
rine o kadar zaman ve çaba harcarlar? Neden bekâr barlarına
giderler, flört sitelerine katılırlar ve kör randevulara bir şans
verirler? Bir alay erkeği reddetmek için bu kadar çaba harca-
mazlar. Onlar da bizim kadar yalnızdırlar ve moralleri bo-
zuktur. Bir erkekle tanışmak isterler, ama herhangi biri değil
– güvenli, sevimli, neşeli ve ilginç bir adamla. Muhtaç olma-
yan, savunmasız olabilen, kendini dürüstçe ifade edebilecek bir
adamla tanışmak isterler.

Bir kadın sizin o adam olmanızı ister. Gizlice sizi destekler.
Sizi reddetmek istemez. Ne zaman bir erkek ona doğru yürüse
kendine gizlice şunu söyler: “Lütfen, lütfen, lütfen o ol. Hayır
diyemeyeceğim çekici adam ol.” Sonra adam gelir, ona bir içki
ısmarlamak konusunda bir şeyler geveler, havayla ilgili berbat
şakalar yapar ve kadın kendini yeniden birini reddedeceği o
son derece rahatsız pozisyonda bulur.

Bazen bu kadar ileri bile gitmez. Adam ağzını açmadan önce
oyun bitmiştir. Soyтары gibi giyinmiştir; üç aydır saçını tarama-
dığı bellidir; kadına dosdoğru bakamayacak kadar sarhoştur.

Bu nedenle kadınlar bizden hoşlanırlarsa yaptığımız bir sürü
saçma sapan hareketi ve hatayı görmezden gelirler. Bir kadın
sizden hoşlanırsa vereceği ikinci ve üçüncü şanslar olması ha-
rikadır. Sizi destekler. Sizin en büyük hayranınızdır. Şunu der:
“Bu kez bana çıkma teklif edecekken korktu, onu aramak için
bir bahane bulurum ve belki ikinci defasında bunu yapabilir.”
Partideki ya da kafedeki veya flört sitesindeki kadınlar inanıl-
maz derecede çekici adamlar olmanızı isterler; onlar için za-
manı durduran ve onlara hiç hissetmedikleri şeyler hissettiren
adam. Bu olmanızı isterler. Sizi reddettikleri zaman bunu zevk
aldıkları, şişkin bir egoları olduğu için yapmazlar; siz çok ye-
tersiz kalmışsınızdır ya da kaslarınız yeterince gelişmemiştir...

Ona o hissi verememişsinizdir. Dönmesini ve düşmesini ve gülmesini ve nerede ve kiminle olduğunu unutmasını sağlayamamışsınızdır. Genellikle geldiğinizi görür – sizi zaten desteklediğini bilir. Aslında başarmanızı o da sizin kadar ister. Ve bir anlığına sizin en büyük hayranınızdır.

Sizin bir erkek olarak göreviniz eyleme geçmektir. Her şey size bağlıdır. Her zaman size bağlıdır. Olayların ilerlemesini siz sağlamalısınız.

Ve erkeklerin büyük çoğunluğu burada başarısız olur. Ağzınızı açmak, ayağınızı doğru yönde hareket ettirmek ya da telefonu almak – bunu yapmazlar. Korku ve bir önceki bölümde sözünü ettiğimiz akıl yürütmeler fazla büyüktür. Çok ağır gelir. Ve hiçbir şey yapılmaz.

Ve son olarak da ne kadar okursanız okuyun, istediğiniz kadar çalışın ya da flört edenleri ve çekici kadınları izleyin, eyleme geçmezseniz hiçbir yere varamazsınız.

Bunu okuyorsanız demek ki flört ve kadınlar hakkında okuduğunuz ilk kitap değildir. Bazı erkekler kişisel gelişim ve flört tavsiyesi bağımlısı olurlar, okuyup dururlar, ama bir türlü eyleme geçemezler.

Aslında bazı erkekler de enformasyon ve tavsiye okuyup biiktirmeyi eylemden kaçmanın bir yolu olarak görürler. Karşılıklı çekim üzerine yüz elli sayfalık bir kitap okumuşlarsa *bir şey* yapmışlardır, öyle değil mi? Ve bir şey yaptıkları sürece gerçek korkularıyla yüzleşmeleri gerekmez: dışarı çıkmak, bir kadının karşısında durmak ve hakikatlerini ifade etmek. Savunmasız olmak ve kendilerini redde açık tutmak.

Bu yeni bir sorun değildir; kişisel gelişim ve iş tavsiyesi en-

düstrileri bununla onyıllardır uğraşır. Erkek flört tavsiyesi endüstrisi de uğraşır. Ama şu âna kadar erkekleri motive etmekte ve onlara eyleme geçmeyi öğretmekte son derece kötü bir iş çıkardılar.

Eyleme geçme konusundaki klasik tavsiye üç aşağı beş yukarı şudur: Yüzmeyi öğrenene kadar havuzun derin bölümüne atla.

Kadınlara yaklaşmakta sizi sakat bırakan bir korku duyuyorsanız bir “acemi birliğine” ya da bir koçun sizi bara götürdüğü ve bir gecede yirmi beş kadına yaklaşmadığınız takdirde size bağıracağı bir programa yazılmanız anafikirdir. En azından kıcınızı kaldırır ve bir şey yaparsınız.

Böyle yüklemeye eyleme geçme yöntemindeki sorun kısa süreli olması ve alışkanlığa dönüşmemesidir. Daha basit ve daha az stresli bir yöntemle kaygılarınız üzerinde kalıcı sonuçlar elde edebilirsiniz.

Kaygınızı Yenme Rehberi

Korku normaldir. Herkes bir şekilde korkar ve yakında yok olmayacaktır. Mesele ondan kurtulmak değildir; kendinizi ona rağmen davranacak şekilde eğitmektir.

Korkudan kurtulmak isteğinizi söylemek tüm öfkenizden, üzüntülerinizden kurtulmak istediğinizi söylemenize benzer; bu, asil bir amaçtır, ama araştırmalara göre bu duyguları bastırmamız ya da onlardan kaçınmamız bir dahaki sefere ortaya çıktıklarında onlarla mücadele gücümüzü azaltır. Benim tavsiyem negatif duygularımızı pozitif davranışa uyarlamayı öğrenmektir.

Örneğin öfke sorunları olanların öfkelerini üretken amaçlara yönleltmeleri yardımcı olur – egzersiz yapma, çalışma, duygularını ifade eden mektuplar yazma vs. Öfkeyi yok saymak ya da ondan kaçınmak bir dahaki sefere güçlenmesine neden olacaktır.

İlk kız arkadaşım benden ayrıldığında bilinçli bir karar verdim. Ne kadar gülünç ve yararsız olduğunu anlayana kadar birkaç hafta yataktan çıkmadım. İncinmişim, öfkeliydim, ama yataktan çıkınayıp ondan kaçınmak beni geriyordu. Eğer gerileceksem üretken de olabilirdim.

Ve başka bir strateji denemeye karar verdim. Kendi üzerimde çalışacaktım. Bunu öyle yapacaktım ki benden ayrıldığında her zaman pişman olacaktı. Bunu hınçla yapıyordum. Kendini geliştirme konusundaki ilhamım intikam duygusuyla başladı.

Hayatımda ilk kez spor salonuna yazıldım. Daha fazla ders çalışmaya başladım. Bir kız arkadaşımla kendime giysiler aldım. Yeni insanlarla tanışacağım partilere gittim. Tüm bu süre zarfında motivasyonum eski sevgiliye duyduğum öfke ve kırgınlıktı. O kadar harika biri olacaktım ki beni terk ettiğine pişman olacaktı.

Kadınlarla ilgili korku ve kaygılarınıza aynı kavram uyarlanabilir.

Kadınlara duyduğunuz kaygıyı illa ki kurtulmanız gereken bir şey olarak algılamak da başka bir problemdir ve genellikle sadece problemi artırmaya yarar. Nörobiyolojinin gösterdiğine göre korktuğumuz bir şeyden kaçınmak ya da kendimizi ona kapatmak onu sadece güçlendirir.

Örneğin bir spor karşılaşmasında oyunu kazanmak için sa-

dece bir atış hakkınız varsa gerginliğinizi, durumu düşünmek ve gevşemeye *çalışmak* sadece sizi daha kaygılı ve sinirli yapacaktır.

Budizm’de bir deyiş vardır: “Direnilen şey sürer.” Ve bu durumda da doğrudur.

Korkunuzla ve kaygınızla başa çıkmanın yolu onu kabul etmektir; bunun normal ve sizin bir parçanız olduğunu kabul edin ve tanıştığınız kadından onu gizlemeyi düşünmeyin bile.

Çok, çok iyi olduğunuz bir şeyi düşünün. Belki işinizin bir yerini çok iyi yapıyorsunuz. Belki okuldayken teniste ve satrançta çok iyiydiniz. Belki hitabet yeteneğiniz var.

Tüm bu etkinliklerde (bir tenis maçı, önemli bir sunum, önemli bir toplantı...) sahaya çıkmadan önce muhtemelen sinirli olursunuz. Ama bu perişan eden bir sinir midir, canlandıran mı?

Okuldayken sunum yapmaya bayılırdım. Çok iyi yapardım. Her birinden önce gergin olurum. Geçtiğimiz beş yılda işim için muhtemelen yetmiş beş seminer verdim ve konuşma yaptım. Her birinden önce gergindim.

Ama bu sinirlilik hali insana kendini neredeyse iyi hissettirir. Becerime güvenirdim. Herkesi etkileyeceğimi bilirdim. Beni seveceklerini bilirdim. Oraya çıkmak konusunda gergin olduğum halde sabırsızlık duyardım.

Büyük bir maç öncesinde uyuyamadıklarını söyleyen profesyonel sporcular gibi. Sinirlidirler, ama sahaya çıkmak için sabırsızdırlar. Becerilerine güvenir, baskı ve kaygı duyarken de başarılı olabilirler.

Psikolojik araştırmalara göre insanlar belli bir miktar kaygı duyarken aktivitelerinde daha başarılı olurlar. nemli olan kaygının kendisi değildir; kişinin kaygı duyduğu eylemi gerçekleştirmek için kendi becerisine duyduğu güvendir.

Birçok flört tavsiyesi ve ayartma teorisinin sizi acıttığı yer de burasıdır. Komplike modeller ve teoriler açıklarlar; ezberleyecek ve pratiği yapılacak tonlarca malzeme verirler ve kadınlarla tanışmayı, bin kere deneyip başarısız olduktan sonra bir kereliğine işe yarayacak son derece karmaşık bir şey gibi sunarlar. Deneyimsiz ya da az deneyimi olan herkesin korkudan donuna kaçırmasına neden olacak bir yoldur bu.

Bunun tersi doğrudur. Kadınları çekmek komplike değildir. Bir akrabanızla ya da arkadaşınızla konuşabiliyorsanız gerekli tek beceriye de sahipsiz demektir. ğrenecek değil yapılacak şeyler vardır. Korkudan kurtulamazsınız ama onun size yardım etmesini sağlayabilirsiniz.

Güzel bir kadına ne zaman yaklaşsam hâlâ kendimi gergin hissederim. şu noktada muhtemelen iki bin kadına yaklaşmışımdır. Ne zaman birini pecek olsam gerilirim. şu noktada en az üç yüz kadını pmüşümdür. Ne zaman yeni bir kızı eve getirsem gerilirim. Ve yüzden fazla kadınla yattım.

Korkudan hiçbir zaman kurtulamazsınız. Değişen benim muhtalığım ve savunmasızlığımdı. şimdiyle 2005 arasındaki fark, o zaman son derece muhtaç olmam ve kadınların beni nasıl algıladıklarına fazla yatırım yapmamdır. Bu ikisi kaygımı dayanılmaz hale getiriyordu.

Birçok insan muhtaç olmamayı korkusuz olmak zanneder. Ama muhtaç olmamak, sadece korkuyu hissetmek ve onun sizi tanımlamasına izin vermemektir. Muhtaç olmamak, korkuyu

hissetmek ve başka bir şeyin daha önemli olduğuna karar ver-
mektir.

Her şeyi berbat edecek bir şey söyler ya da yaparsam (ve
bunu sürekli yaparım) gerçekten aldırımmam. Kendim hakkında-
ki düşüncelerimi değıştirmmez ve gelecekte kadınlarla etkileşim
kurma becerimi etkilemez.

Önemli olan kaygı ya da korku seviyesi değildir; korktuğu-
nuz şeyi yapmaktaki yeterlilik seviyenizdir.

Muhtemelen, şimdi, “İyi de... sen bu kadar güvenlisin çünkü
çok kadınla birlikte oldun, ama ya kadınlarla çok az deneyimi
olan veya hiç olmayan bir erkek?” diye sorduğunuzu duyuyoro-
rum.

Sormanıza memnun oldum.

Daha önce de söylediğim gibi tüm flört koçları, korku ve
retle mücadele etmenizi sağlamak için temelde sizi derin suya
atıp yüzme öğrenmenizi umut ederler.

Kadınlara yaklaşmaktan korkuyorsanız size çılgın sözler
söyletirler ya da utandırıcı ve zor sosyal durumlarda bırakırlar;
bu korkunun işe yaramasını umarlar.

Fikir şudur: Sizi en zor duruma sokabilirlerse basit, sıradan
sosyal durumlardan çekinmemeye başlarsınız.

Bu, şekle girmek isteyen birini hemen maraton koşturmaya
benzer. İşe yarayacaktır, ama sevimli ve kolay olmayacaktır. O
maraton ne kadar zorlu ve ıstıraplı olsa da sadece iyi bir egzer-
siz anlamına gelir, bir alışkanlığa dönüşmeyecektir.

Bu kişiler bu kadarla kalırlarsa ve bir daha egzersiz yapmazlarsa yeniden eskisi gibi şekilsiz olacaklardır.

Korkularımız için de aynı şey geçerlidir.

Kaygıya artarak ve sürekli maruz kalmanız gerekir; bir anda aşırı miktarda maruz kalmanız değil.

Örneğin, öğle tatilinizde her gün bir kadına yaklaşıp saati sorabilirsiniz.

Daha fazlası gerekli değildir: Saat kaç?

Kolay bir şey bulun, ama bunu artık zor gelmemeye başlamanın kadar bir süre düzenli olarak yapın.

Ertesi hafta, kadınlara saati sorduktan sonra gününün nasıl geçtiğini sormayı ekleyebilirsiniz.

Bunu her gün biraz daha zorlaştırır ve yoğunlaştırırsınız.

Sonunda kadınlara yaklaşıp çekici olduklarını söyleyecek ve onlara çıkma teklif edecek cesareti bulana kadar bunu yaparsınız. Ne kadar kısa sürede bunu rahatça yaptığınızı görerek şaşıracaksınız.

Gerçekte erkeklerin çoğundan farkınız yoktur ve bu uygulamalara devam ederseniz adrenalin salgısına bağımlı olacaksınız ve zamanla yeni bir kadına yaklaştığınızda midenizdeki kıpırtı hoşunuza gitmeye başlayacak.

Zamanla, her koşulda her kadına yaklaşabileceksiniz ve korkmadan, ne söyleyeceğinizi, hangi satırları kullanacağınızı düşünmeden ona olan ilginizi korkusuzca ifade edebileceksiniz.

Ve bunu her duruma uyarlayabilirsiniz: kadınlarla fiziksel olmak, kadınlara e-posta göndermek, telefon etmek, cinsel espriler, kadınlarla sohbet etmek... vs.

Konu yaklaşımınızı nasıl yapılandıracağınızdır.

Çıktığınız kızları öpmekten korkuyor musunuz? Önce ellerini tutmayı deneyin. Bunu birkaç kez yaptıktan sonra omuzlarına kolunuzu atıp orada tutabilirsiniz. Bunu birkaç kez yaptıktan sonra onu yanağından öpebilirsiniz ve sonunda kendinizi o öpüş için zorlayın.

Tüm bunlar aynı kızla ve hatta aynı buluşmada yapılabilir. Amacınız bir hafta içinde düzinelerce kadınla yatmak olmamalı; yaklaşımınızın adım adım olması önemlidir.

Yaratıcı olun. Bu yöntemin uygulanabileceği başka noktalar şunlardır:

- Konuşurken mola verin. Kendinizden söz ederken rahat olun.
- Kızları arayın ve onlara çıkma teklif edin.
- Bir kızla çıktıktan sonra sekse geçin.
- Kadınlarla flört edin ve şakalar yapın.
- Doğrudan ilgi gösterin. Onları çekici bulduğunuzu söyleyin.

Gerçekten de yapmanız gereken bir gecede sıfırdan yüze çıkmak değil, odaklı, tutarlı bir çaba göstermektir. Sürekli ve kesin başarıları ardı ardına kazanmalısınız. Sadece becerinizi

ve güveninizi artırmak değil, tüm süreci çok daha hoş kılarak kaygınızı yenmekte kendinize yardım etmek amacınız olmalıdır.

Bu yöntemin iyi tarafı kaygınıza alışır, becerinize güven tesis eder, daha fazla kadınla tanışmak ve çıkmak için motive olursunuz ve tüm bunlar kaygınızı azaltır.

Bu yöntem sağlıklı ve başarılı bir aşk yaşamı geliştirmenin kesinlikle ayrılmaz bir parçası olan momentuma sahiptir. Bu yöntem hakkında söyleyeceğim son şey bir kerede bir şeye odaklanmanızdır. Ve bir kerede bir şeye “odaklanmak” derken etkileşimlerinizin bir defada sadece bir özelliğini ölçmenizden söz ediyorum.

Yani kadınlara yaklaşırken daha az gergin olmak istiyorsanız nasıl telefon numaralarını isteyeceğiniz ya da onu ne zaman öpeceğiniz veya hangi mesajları yazacağınız konusunda telaşlanmayın. Sadece onlara yaklaşmaya odaklanın.

Aynı şekilde, kadınlarla fiziksel olmaya ve kendinizi göstermeye karar verdiğiniz zaman, yaklaşmak konusunda kaygılanmayın. Kadınlarla çıkmanın daha sonraki aşamalarından –tırmandırma, buluşmalar, seks vs.– korkan erkekler daha fazla kadına yaklaşmayı bunlardan kaçınmanın bir yöntemi olarak kullanırlar. Onlardan çok hoşlanan güzel bir kadınla tanışıyorlar, işleri ne kadar ileri götürebileceklerine bakmadan telefon numarasını alır ve devam ederler çünkü kendi kendilerine “kadınlara yaklaşmak üzerinde çalıştıklarını” söylerler. Sorunları yaklaşmak değil cinsel olmaktır!

Bazen benlik farkındalığı eleştireldir. Bir kerede bir şey yapın. Basamakları sadece kendinizi rahat hissedene kadar değil, bu konuda heyecan da duyana kadar yavaş yavaş çıkın, sonra

bir sonraki adıma ilerleyin. Bu heyecan ve heves bir sonraki kaygı formu üzerinde etkili olacak ve sizi ilerlemek için motive edecektir.

Bu kulağa çok iş gibi geliyorsa öyle değildir. Çok daha az iştir. Kadınlarla tanışmaktan korkuyorsanız bu en basit basamakla başlayacaksınız demektir: Saati sorun, bir flört sitesine üye olun, bir arkadaşınızdan sizi tanıştırmasını isteyin. Sonra bir kerede bir adım atın. Her adımla bir öncekinden biraz daha fazlasını yapın. Aslında çok basittir, eğer odaklanırsanız ve her türlü dünyevi ve tuhaf teoriyle kafanızı doldurmazsanız çok kolaydır ve hemen başarabilirsiniz.

Cesaret ve Ataklık

Korkuya rağmen harekete geçmek cesaret kazandırır. Ne zaman bir şey yapmaktan korksanız ve görünmeyen bir gücün sizi geri çektiğini hissetseniz, ama yine de yapmaya devam etmeniz cesaret kazanırsınız.

Cesaret bir alışkanlıktır. Bir disiplin formudur. Başka bir şey yapıyormuş gibi hissetmenize rağmen bir eylemde bulunmaktır. Buradaki fark korku karşısında cesur olmaktır; disiplin ise tembellik ve yorgunluk konusunda bir şeyler yapmaktır.

Cesaret kas gibi geliştirilir. Bir önceki bölümdeki adım adım egzersizler cesaretinizin giderek gelişmesini sağlar. Cesaretiniz arttıkça daha atak davranabilirsiniz. Atak davranmak savunmasız olmayı gerektirir ve muhtaç olmamayı öğrenirsiniz.

Bir kadını durdurup saati sormak pek cesaret gerektirmez ve atak bir davranış değildir. Sosyal normlar içinde uygundur.

Birlikte oturan altı kişiye doğru yürümek, en çekici kadından bir saniyesini rica etmek, ona onu güzel bulduğunuzu ve

bir ara bir yere davet etmek istediğinizi söylemek çok ataktır çünkü sosyal normları kırmak çok cesaret ve savunmasızlık gerektirir.

Ama burada bir ikazda bulunmalıyım: Sosyal normları bozduğunuzu *bilmelisiniz*. Yaptığının alışılmadık olduğunu fark etmelisiniz. Etmezseniz kendinin farkında olmayan ve aldırışsız biri gibi görünürsünüz ve bu da çekici değildir.

Bunu sosyal olarak kopuk erkeklerin çoğu yapar. Sosyal normlardan o kadar habersizdirler ki atak bir şekilde davranmakta sorunları yoktur. Sorun ne zaman atak olup olmadıklarını bilmemeleridir.

Örneğin bir keresinde sosyal olarak çok kopuk bir erkekle çalıştım. Bir alışveriş merkezinde dolaşüyor ve birlikte kadınlarla konuşuyorduk.

Yürüyen merdivenle inerken yanıımızdaki merdivende yukarı çıkan çok güzel bir kız gördük. Yanından geçerken onunla konuşması gerektiğini söyledim.

Hemen aşağı inen merdivende yukarı doğru koşmaya başladı ve bağırarak kendini tanıtmaya çalıştı.

Bu çok tuhaf ve acayip bir şeydir. Bu yaptığının farkında olsaydı atak bir davranış derdim. Ama farkında değildi ve kız da durumdan hiç hoşlanmadı elbette.

Alışılmadık bir şey yapacaksanız, tuhaf bir yerde bir kadına yaklaşıyorsanız, öpecekseniz, tanışır tanışmaz çıkma teklif edecekseniz vs., yaptığının normal olmadığının farkında olduğunuzu iletmeniz önemlidir.

“Biliyor musun, bunu daha önce hiç yapmadım, yeni tanıştığımı biliyorum, ama neden birlikte yemeğe çıkmayalım!”

“Özür dilerim bu rastgele oldu, ama güzel olduğunu düşünüyorum ve seninle tanışmak istedim.”

Eyleminiz ne kadar ataksa o kadar çekim yaratırsınız. O kadar savunmasız olursunuz ve tepkileri kutuplaştırırsınız.

Kadınlara saati sormak onları çok kutuplaştırmaz. Genellikle saati söylerler. En kötü ret, “Ah özür dilerim, saatim yok,” ya da buna benzer bir şey olur.

Ama ortalıkta dolaşıp kadınlara çıkma teklif ederseniz kutuplaşmış tepkiler alırsınız – sinirli ve heyecanlı evetler ve çekingeng hayırlar. Daha da ileriye gider ve bir kadını beklemediği bir anda öpmek isterseniz, ya çok heyecanlı bir evet ya da heyecanlı bir hayır olacaktır.

Önemli olan şudur: Daha atak davranışlar daha fazla kutuplaştırır.

Bu, kendini ortaya koyacak şekilde davranmakla ilgili bir başka savdır. Bu nedenle mantralarımın biri “Her zaman kendini ortaya koymaktan yana ol”dur.

Ne yapmanız gerektiği konusunda kuşku duyduğunuz zaman kendinizi ortaya koyun. Atak eylemi seçin. Kıza doğru harekete geçmek için daha güvenli ve daha az atak bir fırsatı beklerseniz karşılıklı çekim o kadar olmayacak ve hatta azalacaktır.

Atak davranışlar kendi başlarına bir yere kadar işe yararlar. Buna karizmatik ve etkili konuşmanın eşlik etmesi gerekir. Sa-

dece atak davranmakla bazı kadınları kendinize çekebilir ve özellikle parti ortamlarında cinsel fırsatlar yaratabilirsiniz; etkili ve ilginç bir şekilde iletişim kurmadan ve sosyal normların farkında olmadan pek uzağa gidemezsiniz. Pek fazla kadın sizinle kalmak istemeyecektir ve ilişki muhtemelen sürmeyecektir.

Son derece çekici bir hayat biçimi ve kişilik yaratabilir, doğru demografiye odaklanabilir ve utanç duymadan, atak bir tavırla kadınların peşinden koşabilirsiniz. Ama niyetlerinizi ve kişiliğinizi iyi bir şekilde iletmezseniz ilgilerini uzun süre korumak zor olacaktır.

Beşinci Kısım iletişim becerilerinizi geliştirerek tanıştığınız herkes üzerinde iyi bir etki bırakmanızla ilgilidir.

5. Kısım: Dürüst İletişim

11. Bölüm

Niyetleriniz

İkinci Bölüm’de, savunmasızlığın, nasıl ancak koşulsuz olarak iletilirse bir ağırlığı olacağından söz ettik – yani, bir kadına kompliman yaptığınızda ya da kendinizi ifade ettiğinizde, bunu gizli bir nedenle yapmamalısınız, sadece kendinizi ifade etmelisiniz.

Bu bölümde bu fikri geliştireceğiz.

Erkekler genellikle olgular, hikâyeler ve verilerle iletişim kurarlar. Spor istatistiklerinden, hafta sonu arabamızı nasıl tamir ettiğimizden, gelecek ay nereye gideceğimizden söz ederiz. Bir erkek “Altıda görüşürüz” derse bu gerçektir. Okulundaki en iyi basketbol oyuncusu olduğunu söylerse belki biraz abartmış olabilir, ama bunu söylediği gibi kabul edersiniz. Sizden hoşlanmadığını söylerse anlamı artık sizinle arkadaşlık etmek istememesidir ve yolunuza devam edersiniz.

Kadınlar duygularıyla iletişim kurarlar ve özellikle de niyetlerini iletirler. Elbette yüzeyde olgulara ve hikâyelere dikkat ederler, ama onlarla ilettikleri niyetler ve altındaki duygulardır.

Bu alt-iletişimdir.

Bu nedenle sevgiliniz sinirlenip geceyi arkadaşlarınızla geçirmenizden nefret ettiğini söylerken, ertesi gün haftalık bowling ligine gitmeniz konusunda ısrar edebilir ve savlarında bir çelişki görmez. İlk gece ona yeterince özen göstermediğinizi hissetmiştir. Ertesi gün kendini güvende hissediyordur ve mutlu ol-

manızı ister. Mesele arkadaşlarınız değil, onun kendini değerli hissetmesidir.

Söylemeye bile gerek yok, ama bu tür şeyler erkeklerin kafasını, genellikle de ömürleri boyunca fena karıştırır.

Bu nedenle erkekler kadınları genellikle deli, mantıksız, dengelessiz olarak nitelerler.

Erkekler kadınların söyledikleri her şeyin altında yatan duyguların ve niyetlerin farkında olmadıkları için kadınlar da onları kalpsiz, soğuk, serseri, bencil olarak nitelerler ve genellikle dinlemediklerinden yakınırlar.

Dinleriz, genellikle havuzun sığ kısmında oynarız.

Üçüncü Bölüm’de, kadınlara popolarına işemek istediğini söyleyen arkadaşımın söz etmişim. Elbette ki sözleri son derece gülünçtü ve ne onu reddeden ne de birlikte evine giden kadınlar arasında sözlerine aldırın yoktu.

Ama niyeti açık ve gürdü: Ne düşündüğün umurumda değil, bu gece eğlenmek istiyorum, eğlence anlayışım biraz ekstrem çünkü ben ekstremim. Bu bazı kadınları korkuttu elbette, ama niyetinden hoşlanan bir kadınla karşılaşınca hemen sıkı bir bağ kurdular.

Bu ekstrem bir örnektir. İşte size çok daha sıradan bir örnek:

Bazı flört tavsiyelerinde, erkekler kadınlara çok sık ve çok erken kompliman yapmamaları konusunda uyarılırlar çünkü bu tavsiyeleri okuyan erkeklerin çoğunun niyetleri sorunludur. Muhtaçtırlar, seks ya da kadın ilgisiyle onaylanmak isterler. Muhtaç bir erkek bir kadına kompliman yaparsa kadın kendini

rahatsız ve nesneleşmiş hisseder.

Bir erkek bir kadına onu gerçekten takdir ettiği için kompliman yaparsa kadın onun niyetini anlayacak ve o da erkeği takdir edecektir.

Kadınlara takılmak ve flört etmek de başka bir iyi örnektir. Kadınlarla flört etmeyi denemeye yeni başlayan bir erkek onlara takılacaktır/dalga geçecektir ya da “canlarını sıkacaktır”. Kendinize bunu sorun, dalga geçmekle hakaret arasındaki fark nedir? İkisi de küçük düşürücüdür. İkisinde de mizah vardır. O zaman fark nedir?

Niyet. Eğlenmek için pozitif bir niyetle dalga geçer, şakalaşırsınız. Hakaretlerin niyeti negatiftir.

Neyse ki artık anlamaya başladınız: Niyettir. Niyetiniz nedir? Onu etkilemeye çalıştığınız için (muhtaç) övünüyor musunuz? Yoksa kendinizi paylaşıyor (savunmasızlık) ve onu kutuplaştırıyor musunuz?

Bu yatırım, muhtaçlık ve onaylanma konularında doğrudan Birinci Bölüm’de gördüklerimizle ilişkilidir. Aşırı muhtaç bir erkeğin niyetlerini onaylanma ve değerli görülme arzusu ele geçirmiştir ve ne söylerse söylesin çekici olmayacaktır. Muhtaç olmayan bir erkeğin niyeti savunmasızdır ve ne derse desin çekici olacaktır.

Elbette insanlarla konuşmanın bazı teknik yönleri vardır ve bunları bu bölümde ve gelecek bölümde göreceğiz. Önemli nokta şudur: Ne söylediğinizin sonuçlarınıza etkisi niyetlerinize kıyasla son derece azdır.

Bu ve gelecek bölümdeki her şey doğru niyetle hareket et-

tiğinizi temel alır. Unutmayın, kadınlar sizin hatlarınızı görmezler, kendinizi nasıl temsil ettiğinizi görürler. Sözlerinizi duymazlar, niyetlerinizi duyarlar. Kronik retten mustaripseniz kendinizi gerektiği gibi temsil etmiyorsunuz ve/veya niyetiniz bozuk demektir. Her iki durumda da muhtaçsınız ve bu nedenle kendinize yatırım yapana kadar çekici olmayacaksınız.

Ürkütücülük/Tekinsizlik

Erkeklerin cinsel arzularını kadınlara açıkça ifade etmekten korkmalarının bir numaralı nedeni “ürkütücü” bulunmaktır.

Ürkütücülüğün tam olarak ne olduğuna ve kadınların bundan şikâyet ederken ne ifade ettiklerine geçmeden önce ret için verdiğim acı hakikat serumunun aynısını vermeliyim.

Kadınların taptığı, ama arada bir ürkütücü olmayan bir erkek yoktur.

Cinselliğini özgürce ifade eden bir erkekseniz (ve öyle de yapmalısınız) bu hayatın bir gerçeğidir; bazı kadınlar bazen sizi ürkütücü bulacaklardır. Bu kaçınılmazdır. Ne kadar havalı, zengin, yakışıklı ve hoş olursanız olun, bir noktada bir kadının sizi görünce tüyleri ürperecektir. Bununla yaşamayı öğrenin.

Bilge bir arkadaşım şöyle der: “Kendine ürkütücü olma izni ver.” Ürkütücü biri olmayı denemeyin ve kadınları rahatsız edecek tavırlarla ortalıkta dolaşmayın elbette. Sadece arada bir gerektiği gibi iletişim kurulamadığını, tuhaf durumların olabileceğini, bir şeylerin yanlış gittiğini kabul etmelisiniz. Kendinizi ifade ederken saygılı davrandığınız sürece ciddi bir sorun çıkmayacaktır. Hayat böyledir.

Bunun başka yolu yoktur. Ve bu dünyanın sonu değildir.

Öyle sizi tutuklayacak, üçüncü dereceden ürkütücülükle yargılanacağınız bir mahkeme gününü beklemeniz için hapse atacak bir polis türü yoktur.

Ürkütücülük herkesin bildiği gibi en belirsiz kavramlardan biridir, kimse tam olarak kelimelere dökemez. Kadınlara bunun ne olduğunu sorarsanız size yuvarlak cevaplar verecekler ve bir tanımdan çok örneklerle açıklamaya çalışacaklardır.

Elbette örnekleri haritanın her yerine dağılmıştır ve kesinlikle ne kafiyeleri ne de mantıkları vardır.

(Birçok kadın arkadaşşıma bunun ne olduğunu sordum ve verdikleri ürkütücü erkek örnekleri “titrek elleri vardı”dan “beni hiç neden yokken kolumdan çok sıkı kavradı”ya, “mesajlarında çok fazla emoji gönderiyor”a, oradan “konuşurken bana acayip bakıyor”a kadar değışti! Bilindiği üzere kadınlar bir şeyden *neden* hoşlandıkları/hoşlanmadıkları konusunda pek otorite sayılmazlar; sadece hoşlanıp hoşlanmadıklarını bilirler.)

Ürkütücü biri gibi görünmeyi göze alarak bu konuda somut bir tanım vermeme izin verin:

Ürkütücü olmak, bir kadına, kendini cinsel olarak güvensiz hissedeceği şekilde davranmaktır.

Niyetiniz rayından çıktıkça eylemlerinize ve sözlerinize güvensizliği o kadar artacaktır. O güvenini yitirdikçe kendini giderek rahatsız hissedecek, siz de daha ürkütücü/tekinsiz olacaksınız. Örneğin barda bir kadına yaklaşır ve havadan söz ederseniz, ama konuştuğunuz süre boyunca göğsüne bakarak dudaklarınızı yalarsanız tekinsiz biri olursunuz. Eylemlerinizin ve sözlerinizin niyetinizle alakası yoktur ve o bunu görebilir.

Ona dürüstçe “Şahane memelerin var,” deseniz bile yine de tekinsiz olacaksınız; niyetinizi belirtmediğinizden değil, sizi tanımadığı için ve kadınların çoğu tanımadıkları erkeklerin yanında cinsel olmaktan rahatsız olur. Güvenmek zaman alır. Kendini rahat hissedip de size açmadan ve savunmasız bırakmadan önce eylemlerinizin niyetlerinizle aynı hizada olduğunu görmelidir.

Kadınlar cinselliklerini ifade ederek erkeklerden çok daha fazla şey kaybedebilirler. Onlar bebek yapar. Biz yapmayız. İnanılmaz yüksek oranlarda cinsel saldırıya/tecavüze uğrarlar. Bize olmaz. Beş bin yıllık cinsiyetçi kültürel tarih kendilerini birer sürtük gibi hissetmelerine neden olur. Biz öyle hissetmeyiz.

Onlara kendilerini cinsel anlamda rahatsız hissettirdiğiniz an ürkütücü biri haline gelirsiniz ve yanınızdan en kısa sürede uzaklaşmak için bir bahane bulurlar.

Bu nedenle savunmasızlık o kadar engindir. Tanımadığınız birinin karşısında savunmasız olduğunuz zaman, bu onlara güven verir ve karşılığında size karşı daha da savunmasız olurlar. Bir kadın sizin yanınızda ne kadar fazla savunmasız olmaya istekliyse tüylerini o kadar az diken diken edersiniz.

Uyarı: Savunmasızlık doğru niyetlerin başlığı altındadır. Bir kıza sizin için üzülmesi ve sizinle yatması için hüzünlü bir hikâyeye anlatırsanız bilin bakalım nesiniz: Hâlâ tekinsiz/ürkütücü birisiniz.)

Uyarı: Bir kadın için seks savunmasızlığın nihai eylemi olarak görülebilir. Kendinizi yanında ne kadar savunmasız bırakırsanız –yöneterek, niyetlerinizi paylaşarak, dürüst olarak– o kadar fazla size güvenecek ve karşılığında savunmasız olacaktır. Seks bu karşılıklı savunmasızlığın bir yan etkisidir.)

Paradoksal olarak kadınlarla savunmasız bir şekilde etkileşim kurmanın ve böylelikle tekinsiz biri olmayı alt etmenin yolu, bazı kadınların bir zaman sizi ürkütücü bulacaklarını kabul etmektir. Ret konusunda olduğu gibi bu riski almaya ne kadar hevesliyseniz o kadar az başınıza gelir.

Kadınların sizi ürkütücü bulması konusunda rahatladıkça, eylemlerinizi ve söylemlerinizi daha savunmasız ve engelsiz oldukça, onların çıkarlarına ve arzularına saygılı ve bunların farkında davrandıkça sizi ürpertici/tekinsiz bulma ihtimalleri azalır. Ne kadar içine kapanık, niyetleriniz konusunda kapalıysanız o kadar fazla onu manipüle eder ve ne istediğiniz, kim olduğunuz konusunda yanlış yönlendirirsiniz; size karşı hislerine ve eylemlerine gereken önemi vermezsiniz ve o da ürpertici biri olduğunuza karar verir.

Elbette ki bunu sağlayan iletişimin teknik yönleri de vardır. Kötü beden dili, tuhaf sohbet konuları, ölçsüz mizah, uygun-suz temas; bunların her biri ne kadar iyi niyetli olsanız da sizi tekinsiz/ürpertici kılar. Bu nedenle, bir noktada bir kadının sizi tekinsiz bulacağını kabul etmeniz gerektiğini ve bunda bir sorun olmadığını söylüyorum. Çünkü bunun alternatifi cinselliğinizi saklamak ve bir kadının gelip sizi bulmasını ummaktır – ve bunun ne kadar işe yaradığını hepimiz biliyoruz.

Cinsel Gerilim

Flört etmek ürkütücülüğün tersidir. Flört etmek, bir kadına kendini cinsel olarak güvende hissettirecek şekilde cinselliğinizi ifade etmenizdir.

Davranışınızın cinselliği bazen açıktır, bazen hassastır, bazen imalıdır. Ama doğru bir şekilde yapıldığı zaman kadınlar tarafından kabul ve takdir edilir.

Flört tavsiyesi kitaplarını ipuçları bulmak için karıştırıyorsanız, “kadınlarla karşılıklı çekim oluşturmak” konusunda bir alay yöntem bulacaksınız. En popüler olanların arasında şunları görebilirsiniz: dalga geçmek, takılmak, kendinden emin/komik olmak, itmek/çekmek, kalifikasyon, ilgi alanları, sahte niteleyiciler, rol yapma oyunu, yönlendirme ve tempoyu belirleme, değer yaratma, sihirli numaralar, soğuk-okuma, yanlış paket servisler, söz oyunları, el oyunları, bahisler, rekabet vs.

Muhtemelen bu kavramların birkaçını okumuşsunuzdur veya aşinasınızdır. Ne olduklarını bilmiyorsanız çok iyi, sakın kaygılanmayın. Hayır, ciddiylim – kaygılanmayın çünkü hepsi aynı temel modeli izler:

Flört etmek, bir kadına, kendi cinselliğini size geri yansıtırken kendini güvende hissedeceği şekilde cinselliğinizi yansıtmanızdır.

Özetle, birçok erkeğin “oyun” dediği şey kadınlarla flört edebilme becerisidir. Kadınlara cinselliklerini ifade edip pozitif tepkiler almakta ne kadar iyidirler? Bunu sıklıkla yapabiliyorlarsa oynayabilirler.

Taktiklerin ve stratejilerin (dalga geçme, şakalaşma vs.) hepsinin kendi yöntemi vardır, ama aynı modeli izlerler. Zamanından ve yerden tasarruf etmek (ve sıkılmamak) için flört yöntemlerinin çoğunu iki gruba ayıracağım: şakalaşmak ve ataklık. Şakalaşma ve atak tipte flörtleşme (negatif geri besleme, yanlış paket servisler ya da rol oyunu) aynı temel formüle sahiptir: cinsel gerilim yaratmak için uyumu bozmak.

Bilimsel araştırmalara göre bir etkileşimde potansiyel cinsel ihtimallerin belirsizliği ortaya konduğu zaman cinsel gerilim olur.

Örneğin cinsel imalı şöyle bir şey söyleyebilirim: “Kedileri sevmen çok havalı, belki sana gelip bir süre pisipisinle (İngilizce ‘pussy’ hem kedi, pisi hem de kadın cinsel organı anlamına gelir) oynarım.” Bu cinsel gerilim yaratır çünkü içkisini yüzüme fırlatmadığını veya bana tokat atmadığını varsayarsak gelecekte bir cinsel buluşma ihtimalini açık bırakır. Bu, sonu olmayan bir hikâyedir ve insan beyni bir sonra ne olacağını bilmek ister. Ve bu durumda bir sonraki şey muhtemelen cinsel olacaktır.

Şakalaşma tipinde davranışlar cinsel gerilim oluşturur çünkü bir kadınla gerçekten ilgilenip ilgilenmediğiniz konusunda belirsizlik yaratırlar. Yukarıdaki örnekte, kapsama ve duruma bağlı olarak tamamen şaka yapıyor ve patavatsızlık ediyor olabilirim. Tamamen ciddi ve arzularımı hafifçe örtük bir şakanın ardına gizliyor da olabilirim. O bunu bilemez. Ve bu kadar iyi olmasının nedeni de budur. Belirsizlik gerilim yaratır.

Bir kadınla saç konusunda şakalaşırsanız, permasıyla ET’ye benzediğini söylerseniz ya da ninenizin bir zamanlar böyle bir peruğu olduğundan söz ederseniz cinsel gerilim yaratırsınız çünkü karmaşık sinyaller gönderirsiniz. Niyetiniz “senden hoşlandım” sinyali gönderirken sözleriniz “hoşlanmadım” sinyali gönderir. Bu, belirsizlik ve de cinsel gerilim yaratır.

Bu nedenle Batı kültüründeki birçok flört tavsiyesi hem kadınlara hem de erkeklere karmaşık mesajlar gönderme konusunda cesaret verir; “sahip olmak için sıkı oyna” veya “birbirinizle oyun oynayın” der. Elbette bu niyetleri çarpıtır, ama belirsizlik yarattığı için cinsel gerilim de yaratır.

Ama insan niyetleri konusuna açık olarak da flört edebilir. Cinsel arzunuzu açıkça belli edebilir ve hatta arzunuzu doyurmak için harekete geçebilirsiniz. Bu sezgilere aykırıdır, ama

çok fazla belirsizlik ve cinsel gerilim yaratır.

Örneğin size doğru gelen bir kadın gördünüz ve “Güzel olduğunu düşünüyorum, seninle çıkmak isterim,” dediniz.

Birçok erkek bu fikri beğenmez. Muhtaç erkekler bu fikirden nefret ederler çünkü ürkütücü görüneceklerini düşünürler. Narsisist erkekler de güç kaybına uğradıklarını düşündükleri için hoşlanmazlar.

Ama gerçekte bu söyleyebileceğiniz en güçlü ve pratik şeylerden biridir. Sadece uzun uzun üzerinde durduğumuz gibi savunmasız olmakla kalmaz, aynı zamanda çok fazla cinsel gerilim yaratır.

Ama nasıl? Zaten ondan hoşlandığınızı biliyorsa bu nasıl gerilim yaratır? Belirsizlik yoktur.

OK, ama vardır. Sadece hemen görülemez. Gözleyin:

1. Her şeyden önce böyle doğrudan bir ifade kutuplaştırıcıdır. Bir kadın sizinle ilgilenmiyorsa bunu hemen oracıkta söyleyecektir. İlgileniyorsa bu atak ifade onu o kadar heyecanlandıracaktır ki siz de hemen bunu bileceksiniz. Her iki durumda da kazanan siz olursunuz.
2. Unutmayın, kadınları arzulanmak uyarır. Kendilerine atak davranan erkekler onları uyarır ve baştan çıkartır.
3. Ayrıca muhtaç olmadığınızı gösterir, bu da sizi daha çekici kılar.
4. Şimdi uyarılmış ve ilgili bir kadın ve atak, savunmasız, çekici bir erkek vardır. Ve her ikisi de örtük ya da açık cinsel ilgilerini belirtmişlerdir. Bu birden her türlü yeni

soruya ve fırsata açık hale gelir: Daha sonra ne olacak? O kadar atak ve doğrudan ki ne söyleyeceği ya da yapacağı konusunda hiçbir fikrim yok. Beni öpmek mi istiyor? Benimle sevişmek mi istiyor? Onunla sevişmek istiyor muyum? Hem istiyorum hem de istemiyorum. Ne yapacağımı bilmiyorum. Bana ne zaman dokunacak? Nasıl hissedeceğim? Hoşuma gidecek mi?

Gördünüz mü, bir erkek durmadan havadan sudan konuşuyorsa kadının zihninde işlerin ne âlemde olduğu hakkında hiçbir belirsizlik olmayacaktır. Konuşma sığ ve basit olduğu için neden konuştukları ya da konuştukları şeyin anlamı konusunda sorular oluşmayacaktır.

Bir erkek şakalaşarak bir kadınla flört etmeye başlarsa belirsizlik yaratarak hemen olaya yeni bir boyut katar: Benden hoşlandı mı hoşlanmadı mı? Neden benimle flört ediyor?

Ama bir erkek atak ve savunmasız olmayı seçerse, reddedilme riskini göze alırsa büyük miktarda cinsel gerilim yaratarak ödüllendirilir çünkü bir darbeyle bağlamı “Daha sonra neden söz edeceğiz”den “Daha sonra ne söyleyecek ya da benimle ne yapacak”a çekmiş oluruz.

Bu son derece güçlüdür.

Elbette bunu söylemek kolay, yapmak zordur. Bu şekilde flört etmek savunmasız olmayı, ret riskini göze almayı gerektirir ve/veya ürkütücü bulunma ihtimaliniz vardır. Ve başta muhtaç ve rica eden bir tavırla flört ederek kadınları, sadece sıradan ve sıkıcı olduğunuzda kaçırdığınızdan daha hızlı kaçırabilirsiniz. Ama zamanla, kendinizi ve cinsel arzularınızı açık ettikçe karşınızdakine daha az yatırım yapacaksınız, daha güvenli,

baskın ve çekici olacaksınız. Şakalaşmak muhtaç olmama algısını yaratmada size yardımcı olacaktır ve ataklık kadınların muhtemelen atacağınız cinsel adımlara daha alıcı olmalarını sağlayacaktır.

Çekici bir hayat tarzı oluşturmaktan duyulan korkuların tersine, flört etmek ve cinselliğinizi ifade etmek etkili bir iletişim gerektirir. Ayrıca bazı sosyal davranışlar beceri gerektirir. Ve sosyal davranışlarınızı da diğer davranış türleri gibi bir gecede değiştiremezsiniz. Alıştırma yaparak geliştirmeniz gerekmektedir.

Duygusal Bağlantı Kurmak

Bir kadınla duygusal bağlantı kurma beceriniz kendi duygusal süreçlerinizin ve motivasyonlarınızın ne kadar farkında olduğunuzla orantılıdır.

İkinci Bölüm’de anlatıldığı gibi kendinin farkında olmak ve savunmasızlık daha az muhtaç davranmanızı sağlayacak ve kadınlara “gerçek sizi” tanıma, size güvenme ve kendi hislerini açma fırsatı verecektir.

Nihai olarak çoğu kadının istediği budur. Romans romanlarına –pornonun kadın versiyonu– bakarsanız hemen hemen aynı modeli izlerler: Sert ve görmüş geçirmiş kötü adam tipli erkek kahraman sorunlu ama güçlüdür, yavaşça kendini açar, gerçek duygularını ve arzularını kadın kahramanla paylaşır; böylece kadın ona destek verebilir, onu kurtarabilir ve sonunda da ona âşık olur. Ve tabii onlar ermiş muradına...

Bu, üç aşağı beş yukarı baştan çıkarmanın elkitabıdır: güç, yüksek statü; çekici dış özellikler (hayat biçimi, görünüş...); korkusuzluk; kendini açabilme ve savunmasız yanını kadınla

paylaşabilme becerisi. Kadınlar bu bolluk için diz çökerler. Ve çoğu zaman bunun bilincinde de değildirler.

Etkileşimlerinizde tüm ihtiyacınız, belli bir seviyede duygularınızın farkında olmanız ve savunmasızlıktır.

Ve size şunu söylememe izin verin: Duygusal bağlantılar *güçlüdür*. Başka kitaplarda öğrenebileceğiniz taktiklerden ve numaralardan çok daha güçlüdürler. Kadınlarla duygusal bağlantı kurduğunuz zaman hayal bile edemeyeceğiniz şekillerde size içlerini açarlar; etkileşimleriniz ve ilişkileriniz o biricik, eşsiz ve zengin deneyime dönüşür; seks çok daha iyi olur ve tüm zihin oyunları, güvensizlikler, ikilikler kapı dışarı gider.

Birçok baştan çıkarma ve çıkma tavsiyesinin sorunu benim “çekim takıntısı” adını verdiğim şeydir. Sürekli mümkün olan en çekici/alfa erkek olmanız gerektiği konusunda başınızın etini yerler ve genellikle bunu türlü numarayla, oyunlarla, taktiklerle, tekniklerle, manipülasyonlarla ve başka kandırmacalarla yapmanızı önerirler. Çekim takıntısının nedeni güvensizliktir. Onaylanmak ister. Muhtaç bir davranıştır ve uzun vadede kendini sabote eder.

Bunun çekimle ilgisi yoktur. Bir kadın sürekli erkeklere çekilir, ama onların hiçbirisiyle yatmaz ya da çıkmaz. Kadınlar aslında kendilerini ucuz ve sürtük gibi hissedecekleri için çekildikleri erkeklerin çoğuyla yatmazlar.

Kendini sürtük gibi ya da ucuz hissetmesinin nedeni “Ah, ilk buluşmamızda yattım” meselesi değildir. Kaç kez çıktığınızla, birlikte geçirdiğiniz saatlerle ya da ona kaç yemek ısmarladığınızla ilgili değildir.

Kendisini sürtük gibi hissetmesinin nedeni ona aldırmayan

ya da onunla bağlantı kuramamış bir adamla yatmasıdır. Size güvenmezse, ondan gerçekten hoşlandığınıza ve önem verdiğinize yüzde yüz ikna olmazsa sizinle yatmayacaktır. Bunu yaparsa da pişman olur ve kendini kirlenmiş hisseder.

Peki kadınlarla nasıl derin ve kalıcı duygusal bağlar kurabilirsiniz? Sizin ve onun aklını uçuracak, yüreklerinizi çalacak bağlar. Size hayatınızın kimi en iyi gecelerini ve seksi verecek bağlar.

Sorduğunuz için memnun oldum.

Temel model şöyledir ve burada İkinci Bölüm'den birçok şey bulacaksınız:

- Kendi duygularınızın, motivasyonlarınızın ve hayat hikâyenizin farkında olmak.
- Bu duyguları, motivasyonları ve hayat hikâyesini ilk paylaştığınız olarak öncülük etmek.
- İlk olarak sizin paylaşmanız güven telkin eder ve ona size açılıp kendini paylaşma cesareti verir.
- İdeal olarak bu devam ettikçe hikâyeler kişiselleşir ve bağlanmanızı sağlayan duygular derinleşir.

Örneğin ikinizin hoşlandığı müzik hakkında bir konuşmayı alalım. Empire of the Sun seviyor. Siz de öyle. Sadece “Ben de Empire of the Sun seviyorum,” demek yerine konuyu genişletebilir ve *neden* sevdiğiniz hakkında konuşabilirsiniz.

“Ben de Empire of the Sun severim” demek yerine şunu diyebilirsiniz: “Empire of the Sun’a bayılırım. Bana her zaman ağabeyimi hatırlatırlar. Beni yıllarca okula götürdü ve her sa-

bah bu müziği dinlerdik. Şimdi geriye dönüp bakınca kardeşimin bu şekilde bana bakmasının benim için ne kadar anlamlı olduğunu görüyorum. Babam genellikle çok meşguldü. Empire of the Sun bana bunları hatırlatır. İnsanın yıllar geçene kadar farkına varmadığı takdir anları.”

Vay, biraz yoğun, değil mi? İşte fikir budur. Bunu okurken ve kendinizi böyle bir şey söylerken hayal edince rahatsız oluyorsanız bu iyidir çünkü savunmasızlıktır. Ve nihai olarak sizi kadınlarla bağlantı kurabilen çekici bir erkek yapacak olan şey savunmasızlığınızdır.

Konular daha da derinleşebilir. Örneğin işleriniz hakkında konuşmak. Belki bir avukattır ve yoksul, göçmen bir aileden geliyordur. Hırslı olduğu ve çok çalıştığı bellidir. Bununla ergenlik günleriniz, bir araba kazası geçiren arkadaşlarınız, bunun sizi etkilemiş ve korkutmuş olması ve her gününüzü şükrederek yaşadığınız, bulunduğunuz yere gelebilmek için çok zaman ve potansiyel harcadığınız ve çok çalıştığınız arasında bağlantı kurabilirsiniz.

Her neyse, o konuda açılın. Kendinize bir seviye daha derine inmek için meydan okuyun.

Ve duygusal bağlantının en önemli kuralı, duygularla bağlantı kurmaktır, olgularla değil. Baştan çıkarma duygular hakkındadır, olgular değil. Bu nedenle bazen sizinle çok şey paylaşan bir kadınla karşılaşsınız –aynı kasaba, aynı ilgi alanları, aynı meslek, aynı sokakta yaşar– ama bir bağlantınız ya da kimyanız yoktur. Sizden tamamen farklı bir hayat yaşamış bir kadınla tanışsınız, ama içinden geçtiği duygusal mücadeleler ve duygusal gerçekliklerle bir bağlantı kurabilirsiniz onunla derin bir ilişkiniz olur.

Sekiz yaşındayken babası ölmüş ve yatılı okula gönderilmiş zengin bir kız olabilir; siz Hindistan'daki yoksulluktan çıkıp ABD'ye gelmiş olabilirsiniz, ama duygusal olarak onunla derin bir bağ kurarsınız – eve yabancılaşmak, başarıdan başka bir destek olmadan, aile duygusu yaşamadan büyümek, yeteneğiniz nedeniyle kendini yalıtılmış hissetmek...

Bu gezegendeki herkes bir avuç evrensel duygusal gerçekliği paylaşır: hırs, utanç, yabancılaşma, yalnızlık, başarı, pişmanlık, çok çalışma, dostluk, aşk, kalp kırıklığı. Bunları hepimiz deneyimledik. Olgular değişir, duygular aynıdır. Ne kadar sığ, aptal, tuhaf ya da rahatsız edici olursa olsun, içinde bir yerdedir. Onu dışarı çıkarmak ve bağlantı kurmak sizin işinizdir. Altın oradadır. Orada gerçek sihir meydana gelir. Bunu bulmak için uğraşın. Çünkü bir kez bunu yaptınız mı, asla geriye dönmezsiniz.

Ve güçlü bir duygusal bağ kurma hakkındaki en büyük yanlış anlama sizi bir tür söz vermeye mecbur etmesidir. Bu doğru değildir. Muhtemelen karşılıklı taahhütte bulunmanıza neden olur, ama bir ilişki taahhüdü entelektüel bir yapıdır. Duygusal bağlantılar organik olarak bilinçdışı bir seviyede meydana gelirler.

Ama dikkat edin, bazı kadınlar bir tür taahhütte doğru adım atmazsanız kendilerini aldatılmış hissedeceklerdir. Kültürümüz kadınların kafasına duygular eşittir taahhüt eşittir onlar ermiş muradına fikrini kazımıştır, ama bu pek gerçekleşmez. Kadınlarla derin bir seviyede bağlantı kurduğunuz zaman bununla başa çıkabileceklerinden emin olun – sizin beklentilerinizi anlayacak kadar bilinçli olsunlar ve birbiriniz için çok şey hissetmenizin birbirinize mecbur olduğunuz anlamına gelmediğini bilsinler.

Alışkanlıklar Edinmek ve Alışkanlıkları Bozmak

İletişim becerileriniz bir dizi iç içe geçmiş alışkanlıktır. İnsanlarla göz teması kurmanızı, konuşmanızı, sesinizin yükselip alçalmasını, ne tür sorular sorduğunuzu, konuşmayı izleyen ya da liderlik eden olmanızı, meraklı ya da bencil olmanızı, ne sıklıkta gülümsediğinizi, başka yöne bakmanızı, gülmenizi etkileyen alışkanlıklarınız vardır. Bu liste uzar gider.

İnsanlarla ve özellikle de kadınlarla bağlantı kurmakta sorununuz varsa muhtemelen çekici olmayan ve işinize yaramayan iletişim alışkanlıklarınız vardır.

Bu alışkanlıkların bazılarını öğrenmek ve düzeltmek kolaydır; örneğin daha fazla göz teması kurmak. Diğerlerini fark etmek ve düzeltmek daha zordur; mesela bir gözlem yaparken başkalarının fikirleriyle hareket etmek.

Çekici olan ve olmayan bazı alışkanlıkları bir sonraki bölümde göreceğiz. Şimdilik bu bölümü bu alışkanlıkları edineceğiniz ve bozacağınız sürecin üzerinden geçerek bitirmek istiyorum.

Birçok erkek yanlış fikre kapılır. “Ona gülümserken koluna dokun” gibi bir şey söyleyen bir flört tavsiyesi okurlar. Bunu yaparlar ve kendilerini çok tuhaf, yapmacık bulurlar ve bir daha da yapmazlar.

Tuhaf ve yapmacık gelmesinin nedeni bunu daha önce yapmamış olmalarıdır. Onlar için henüz bir alışkanlık değildir. Aslında, gülümserken bir kadına *dokunmamak* alışkanlıktır ve bundan kurtulmak istemektedirler. Alışkanlıklardan kurtulmak zordur. Zaman alır. Ve bunu sürekli yapmanız gerekir.

Önemli olan, sahip olmak ya da kurtulmak istediğiniz iyi/kötü alışkanlıklarınızı belirlemek ve ikinci doğanız haline gelene kadar bilinçli olarak onlara odaklanmaktır. Duruş ya da göz teması gibi basit şeyler sadece birkaç hafta alır. Dokunmak, sorular sormak yerine kendinizi ifade etmeyi öğrenmek daha da kısa sürer.

Her iki yoldan da bu alışkanlıkları edindikçe kadınlar size daha iyi tepki vereceklerdir. Ve daha fazlasını yapmak için motivasyonunuz artacaktır.

Temelde burada söylemek istediğim şey şudur: Bir sonraki bölümdeki hiçbir şeyi bir gecede tamir edemezsiniz; kerelerce tekrarlamanız gerekir.

Ve kendinizi kaygılara karşı duyarsızlaştırmak gibi bir kerede bir, en fazla iki tanesine odaklanmalısınız.

Birçok erkeğin karşılaştığı bir başka sorun da şudur: Güçlü göz teması kurmaları, sırtlarını geriye atmaları, yaklaşırken dokunmaları, kadının hatları hakkında gözlemler yapmaları, onun tutkularını değerlendirmeleri, güldüğü zaman ona dokunmaları gerektiğini öğrenirler; *hepsi aynı anda*.

Dışarı çıkarlar, her şeyi birbirine karıştırırlar, neye odaklanacaklarını bilemezler ve bu davranışların hepsine aynı anda odaklanmaları mümkün değildir.

Bu genellikle etkileşimlerini daha da kötüleştirir.

Bunu yapmayacağız. Aslında yukarıdaki tüm önemsiz alışkanlıklara fazla prim verildiğini düşünüyorum. Daha genel anlamında çekici sosyal alışkanlıklar sunacağım ki, 1) Beyninizi

bulandıracak daha az şey olsun; 2) Kişiliğinizi ve size özgü tiklerinizi ifade edebileceğiniz alanınız kalsın.

Bu alışkanlıkların çoğunun doğrudan Dokuzuncu ve Onuncu bölümlerde sözü edilen kaygılarla ve korkularla bağlantılı olduğunu göreceksiniz. Örneğin, bir şaka yaparken yanınızdaki kadına dokunma alışkanlığını geliştirmeniz doğrudan birçok erkeğin cinsel ilgilerini gösterme kaygısına bağlıdır. Birine kendinizi takdim ederken gülümseme alışkanlığı yabancılarla karşılaşma kaygısına bağlıdır.

Bu alışkanlıkların çoğu kaygılarınıza bağlıdır. İlginç olan, bunları iki yönden çözebilmenizdir: Davranışlarınızı düzeltmek içinizdeki kaygıyı yatıştırır; bu kaygının yatışması davranışlarınızı düzeltmenize yardım eder.

Ve her zamanki gibi çekici sosyal davranışlar rahatça savunmasız olabilmenizle, arzularınızı dürüstçe ifade etmenizle ve nihai olarak da muhtaç olmayarak kendinize yatırım yapmanızla ilgilidir.

12. Bölüm

Nasıl Daha İyi Flört Edersiniz?

Bazen iyi niyetinize ve kendinizi açıkça ifade etmenize rağmen insanlar sizi doğru anlamazlar. İletişim her zaman yorumla bağlıdır; bu nedenle yanlış anlaşılmanız ya da insanların sizi yanlış yargılaması söz konusu olabilir. Muhtemelen de kendinizi *açıkça ve etkili* ifade edemiyorsunuz.

Örneğin, bir kıızı kahve içmeye davet edebilirsiniz. Belki deneyimsizdir ya da muhafazakâr bir çevreden geliyordur ve sizin açınızdan ilginizin açık ifadesi olan bu daveti bir arkadaşlık daveti olarak görebilir.

Belki bir kadına elbisesiyle ilgili kompliman yaptınız. Ama bir nedenle, belki sesinizin tonu, belki ifadeniz, bunu alaycı buldu. Belki kendine güveni yoktur, erkeklerin ona kompliman yapması konusunda hassastır ve size negatif tepki verir.

Uzun vadede yanlış anlamalar ve yanlış iletişim girişimleri kaçınılmazdır. Ne kadar açık ve sevimli olursanız olun, söylediğinizi ve niyetinizi yanlış anlayan kadınlar olacaktır. Bu, hayatın alışmanız gereken bir parçasıdır.

Açık ve etkili iletişim becerilerini öğrenerek ne kadar açık ve etkili iletişim kurduğumuzu kontrol edebiliriz. İletişim becerilerimiz ne kadar iyi olursa o kadar açıkça kendimizi ifade edebiliriz ve cinsel ilgimizi gösterebiliriz. Kendimizi ne kadar açıkça ifade eder ve cinsel ilgimizi gösterirsek kadınlarla cinsel

ve duygusal bir bağlantı kurmamız o kadar kolaylaşır.

Üzücüdür, ama doğrudur. Sıklıkla bir kadın cinsel olarak bir erkekle ilgilenir, ama niyetlerini birbirlerine açıkça belli edememeleri etkileşimlerini yoldan çıkartır. Bunun olmasının bahanesi yoktur.

Ve üç temel ilkenin hepsinde geçerli olduğu gibi açık iletişim, romantik ilişkilerinizi, kadınlarla tanışma ve onları çekme becerilerinizi geliştirmekle kalmaz, hayatınızın başka alanlarını da geliştirir – iş ilişkileriniz, aile ilişkileriniz, dostluklarınız, ağ oluşturma beceriniz.

İlk İzlenimler

İlk izlenimler çok önemlidir. Araştırmalara göre bir insanı, büyük oranda onunla geçirdiğimiz ilk birkaç saniyedeki algımıza göre değerlendiririz. Bu ilk izlenim o insanla ilişkimizi haftalarca ve hatta aylarca etkileyebilir.

Ciddi olarak çıktığım kadınlara bakarsam hemen hemen hepsi, yüzde doksan kadarı, etkileşimimizin ilk birkaç dakasında kendini bana çekilmiş hissetmiştir. Birbirimize uymuşuzdur ve bu izlenim daha sonra romantik bir ilişkiye ve sekse dönüşmüştür.

İlk izlenimler hakkındaki en büyük yanlış anlama bir kadınla ilk tanıştığınızda ne söyleyeceğiniz konusuna fazla önem verilmesidir. Bunun hiçbir önemi yoktur ve sanırım kitabın bu noktasında nedenini açıklamama gerek yok.

Söylediğiniz sözler kaygı seviyenizden ve niyetlerinizden çok daha az önemlidir.

Bir kadınla tanıştığım da yüzden doksan, “Merhaba, ben Mark,” derim ve “seninle tanışmak istedim,” diye devam ederim. Kendimi özellikle atak hissediyorsam, “Güzel olduğunu düşünüyorum ve sizinle tanışmak istedim,” derim.

Bu kadar.

Bir kadına gününün nasıl geçtiğini sorabilirsiniz ya da ona ilk dakikalarda en zekice ve nükteli sözleri edebilirsiniz, ama ilk izlenimini kendinizi nasıl takdim ettiğiniz (görünüştünüz, hayat tarzınız; Yedinci ve Sekizinci bölümler) ve bunları açıkça ifade edebilme beceriniz oluşturur. Ağzınızdan çıkanlar unutulacak ya da dakikalar içinde çok önemsizleşecektir. Bunu aklınızda tutun. İyi bir ilk izlenim yaratmanızı sağlayacak bazı ipuçları şunlardır:

- Ona yaklaşırken onu hazırlıksız yakalamayın ya da korkutmayın. Bu, kadınlara yaklaşırken yapabileceğiniz en önemli hatadır. Onu irkiltir ya da korkutursanız sonrasında hiçbir şey olmayacağı benim deneyimlerime göre kesindir. Hemen “ürkütücü” damgası yersiniz ve bu durumdan kurtulmak için elinden geleni yapacaktır. Nazik davranıp bir dakika konuşsa bile muhtemelen asla size güvenip açılmayacaktır. Erkekler kadınları arkalarından yaklaşarak (kesinlikle yapmayın), sertçe tutarak, bağırarak veya hakaretamiz ya da tuhaf bir şey söyleyerek irkiltirler.
- Bir kadına nasıl yaklaşacağınızı bilemediğiniz zaman sadece yanına gidip kendinizi tanıttın ve neden onunla tanışmak istediğinizi söyleyin. Bu, kulağa sıkıcı ve sıradan gelebilir. Ama unutmayın, amacınız onu eğlendirmek değildir. Amacınız muhtaç davranmamak ve ona olan sa-

mimi ilginizi ifade etmektir. Gün içinde genellikle, “Par-don, biraz sıradan olacak ama...” diye başlarım ve yine gün içinde genellikle, onları güzel bulduğumu söylerim.

- Benim deneyimime göre bir erkek açılış cümlelerinde yaratıcı ve farklı olmaya çabaladıkça, a) Saçma sapan bir şey söyleme, b) Muhtaç görünme ihtimali artacaktır. Biraz düşünün, on dakika bir kızın kendinden hoşlanması için ne söyleyeceğini düşünen bir erkek muhtaç değil de nedir?
- O bunu hisseder. Aslında bu inanılmazdır. Kadınların bu meselelerde hakikaten altıncı hissi vardır. Bir kıza yaklaşmadan önce ne kadar uzun tereddüt eder ve ona bakarsam reddedilme ihtimalim o kadar artar. Bunu fark ettim. En iyi yaklaşımlarım üzerlerinde düşünmediklerim ve doğaçlama bir şekilde yürüyüp selam verdiklerimdir.
- Oyalanmayın. Çevresinde dolanır ve oyalanırsanız yaklaşımınız tuhaf ve zorlama görünecektir. Aranızda düz bir çizgi olduğunu hayal edin ve hazır olunca tam önünde durana kadar o düz çizgiyi takip edin. Ortalıkta dolanıp yerdeki tozlara tekmeler savurarak ve yanında nasıl sinirlerinize hâkim olacağınızı düşünerek oyalanmayın.
- Gülümseyin. *Batman* filmlerindeki Joker gibi gülümsemeyin. İyi, dost canlısı bir insan olduğunuzu gösterin. Rahat bir gülümseme. Geriye yaslanın. Kambur durmayın. Yeterince yüksek sesle ve açık konuşun. Güçlü göz teması kurun. Kendinizi tanıttın ve elinizi uzattın. Sağlam bir şekilde elini sıkın. Bu, kendine güvenli bir insan olmaktır.

Eğer ilk yaklaşımlarınızda sıklıkla reddediliyorsanız bu muhtemelen şu üç nedenden biriyle ilgilidir:

1. Kendinizi iyi tanıtmıyorsunuz – kötü giyiniyorsunuz, kötü görünüyorsunuz, tarzınız, beden diliniz kötü; Yedinci ve Sekizinci bölümleri gözden geçirin.
2. Niyetiniz kötü. Yanlış nedenlerle yaklaşıyorsunuz. Bunların arasında, “güzel bir kız, onunla tanışmak istiyorum” dışındaki her şeyi sayabiliriz. İstatistik, “pratik”, arkadaşlarınızı etkilemek için yaklaşmak. İnternette okuduğunuz bir sürü saçmalığa göre yaşamak niyetiyle yaklaşmak. Bunların hepsi yaklaşmak için *yanlış* nedenlerdir. Güzel bir kadın gördüğünüz zaman sizi motive eden onu tanıma arzunuzdan başka bir şey olmamalıdır. Bu kadar. Bu motivasyonu bulmakta zorlanıyorsanız Dokuzuncu Bölüm’deki Cinsel Motivasyon başlığına bakın.
3. Yukarıdaki yönergelerden birine uymuyorsunuz. Onu şaşırtıyorsun. Zeki ya da ilginç olmak için çok uğraşıyorsun. Ya da teknik olarak yanlış bir şey yapıyorsun (gözünün içine bakmamak, gülümsememek vb.)

Söylediğim gibi tüm bunları sağladığınız zaman açılışa seyrekle reddedilirsiniz. Büyük kusurları olan erkeklerle çalıştım (güven eksikliği, kötü görünüm, kaygı), ama yukarıdaki adımları izletmekle, en azından kadınların çoğu durup bir saniye onlarla konuştular.

Ve gerçekten de açılışın yapması gereken bundan ibarettir: onları durdurup bir saniye sizinle konuşmalarını sağlamak. Bu bir saniyeyi bir dakikaya, onu bir saate dönüştürmek konuşma becerinize kalmıştır.

Konuşma Becerisi

Konuşma becerisini geliştirmek derin bir konudur. Bu kitap-

ta sadece en önemli yönlerinden söz edeceğim ve uygulaması en kolay tavsiyeleri vereceğim.

Bu bölümde üzerinden geçeceğimiz konular şunlardır:

- Etkili dil kullanmak
- Sorular ve ifadeler
- Sonsuz konuşma konuları yaratmak
- Hikâye anlatmak
- Bağlantı kurmak

Etkili dil kullanmak: Bu, iletişim becerilerinizde en kolay “tamir edebileceğiniz” şeydir. Etkili bir dil kullanmak, ifade etmek istediğinizi, niyetinizi gözden kaçırmadan ve anlamı yitirmeden, söyleyebileceğiniz en az sözcükle söylemeniz demektir.

İyi bir yazar iyi iletişim kuran birine dönüşmeniz size bu noktada yardım edebilir. Bir cümlede söylenebilecek bir şeyi dört cümlede söylüyorsanız bir cümlede söyleyin. Dört sözcükle söylenebilecek bir şeyi on sözcükle söylemeyin.

Konuşmada ve iletişimde kalite her zaman miktardan daha önemlidir. On dakika sürekli aynı şeyi söyleyen vasat bir konuşmadansa otuz saniye harika bir konuşmayı tercih ederiz.

Bu ayrıca, “eee”, “şey”, “yani”, “ah” gibi doldurucuları da gündelik konuşmanızdan ayıklamanız anlamına gelir.

Tüm doldurucuları yüzde yüz ayıklamak genellikle imkânsızdır (ben hâlâ arada bir “hım” ya da “biliyor musun” diyorum), ama bunlardan ne kadar kurtulursanız konuşmanız o kadar açık ve tutarlı olur. Kimse konuşmasını sürekli “hım-

mm”, “yani” gibi sözcüklerle dolduran biri kadar inceliğe uzak değildir.

Şu iki cümleyi yüksek sesle okuyun:

“Yani, şeyy, sanırım demek istiyorum ki kendimi hiçbir zaman evimde hissetmedim gibi orada yaşarken yani, bilirsin işte, Kaliforniya’da. Yani, insanlar, bir nedenle, bana yüzeysel geldiler gibi, yani şeyy, hiçbir şeyden pek hoşlanmadım işte. Sanki.”

“Kendimi Kaliforniya’da hiç evimde hissetmedim. İnsanlar bana bir nedenle yüzeysel geldi. Bundan hoşlanmadım.”

Aralarındaki farka dikkat edin. İkinci cümlemin neden daha etkili olduğunu ve ifade edilmek istenen noktaya parmak bastığını fark edin.

Bir robot gibi konuşmayı da istemezsiniz. Sürekli “hımmm”, “şeyyy”, “yani” gibi dolgu kelimeleri kullanmadan ikinci cümlede de tüm vurguyu, ses tonunu ve ritmi ayarlayabilirsiniz.

Cümlelerinizi okuduğunuz zaman hemen farkı hissetmelisiniz. İlki son derece sıradan, bezgin, hatta tembel ve ilgisiz gelir kulağa. İkincisi daha ciddi, kararlı, güçlü ve açıktır.

Sorular ve ifadeler: İfadeler aracılığıyla bir konuşma akışı yaratmak bunu sorularla yapmaktan çok daha güçlüdür. Çünkü bir bağlantı kurulduğunu gösterir ve hemen konuşmayı kişiselleştirir.

Örneğin, barda birkaç dakikadır bir kadınla konuşuyorsunuz ve “İçimde zeytin olmasından hoşlanıyorum. Çocukken kavanozdan alır alır yerdim, bayılırdım,” diyorsunuz. Bu “İçkinde zeytin olmasından hoşlanıyor musun?” diye sormaktan

ve onun cevabını beklemekten çok daha ilginçtir. Ayrıca bu soru tuhaftır da. Ama ifade ilginçtir ve hatta pek çok kadının söyleyeceği şekliyle “sevimplidir”.

Durmadan sorgulamak yerine soğuk-okuma adı verilen bir beceri geliştirebilirsiniz. Soğuk-okuma birisi hakkında, bir şeyi, aslında bildiğinizi bile bilmeden “bilmenizdir”.

Saçmalıkları olmadan bir medyum olmak gibidir.

Bizim amacımız açısından, soğuk-okuma, bilgi almak için sorular sormak yerine ilginç ifadeler oluşturmanın bir yöntemidir. Bilmek istediğiniz soruları sormazsınız, bunun yerine yumuşak bir tahminde bulunursunuz.

Onun hakkında bir soru sormak yerine sorunuzun cevabını tahmin eder ve bildirirsiniz. Bazı örnekler şunlardır:

“Nerelisin?” yerine, “Kaliforniyalı gibi görünüyorsun.”

“Ne iş yapıyorsun?” yerine, “Yaratıcı biri gibi görünüyorsun. Eminim ilginç bir işin vardır.”

“Birbirinizi nereden tanıyorsunuz?” yerine, “Uzun süredir arkadaş gibi görünüyorsunuz.”

Her durumda, ifadeniz akıllı bir tahminde bulunur ve kadını herhangi bir sorudan çok daha fazla konuya dahil eder. Ona kendisi hakkında bir şeyler soracağınıza *bunu siz söylersiniz*. İnsanların kendileri hakkında konuşmaktan daha çok sevdikleri bir şey varsa kendileri hakkında bir şeyler duymaktır. Ama ya yanılıyorlarsa!

En iyi kısmı burasıdır! Birçok erkek soğuk-okumadan kaygı

duyar çünkü yanlış bir şey söylemekten korkar. Bu, insan doğasının lehimize işlediği bir durumdur.

Soğuk-okumayı başaramamak diye bir şey yoktur. Her soğuk-okumada şu üç şeyden biri olur:

1. Yanlış tahminde bulunursunuz; sizi düzeltir.
2. Yanlış tahminde bulunursunuz; neden öyle düşündüğünüzü sorar.
3. Doğru tahminde bulunursunuz ve bu kadar kavrayışlı olmanız onu şaşırtır.

İlk sonuçta, sadece soğuk-okumanıza temellendirdiğiniz sorunuzu cevaplar ve yanıldığınızı unuttur.

İkinci sonuçta, yanılmışsınızdır, ama bu tahmininiz ilgisini çekmiştir ve onun hakkında gözledikleriniz üzerine daha derin bir sohbet yaratır. Bu bölümde daha sonra mümkün olan en derin sohbeti yaratmanın önemi üzerinde duracağız.

Üçüncü sonuçta, soğuk-okumanızın doğru olduğu az sayıdaki durumdan birinde, onu bu kadar iyi kavrayabilmenize şaşırtır. Bu hemen bir bağlantı dalgası oluşturur ve aynı zamanda da onu etkiler.

Her üç cevap için de soğuk-okuma durumları örnekleri:

Ben: “Kitap kurdu gibi görünüyorsun. Buralarda bir yerde öğrenci misin?”

O: “Değilim ama kitap okumaya bayılırım.”

Ben: “Kitap kurdu gibi görünüyorsun. Buralarda bir yerde öğrenci misin?”

O: “Hayır. Bu nereden aklına geldi? Gözlüğüm mü? Yeni satın aldım.”

Ben: “Kitap kurdu gibi görünüyorsun. Buralarda bir yerde öğrenci misin?”

O: “Evet, öyleyim. Bu kadar belli mi!”

Olabildiğince fazla soğuk-okuma yapmalısınız. Ne zaman gerçeklere dayanan bir cevabı olan bir soru sormaya yeltenseniz soru soracağınıza tahminde bulunun.

Bir gece Chicagolu bir kızla tanıştım ve gittiği üniversiteyi tahmin ettim. Beş dakika boyunca kavrayışımın ne kadar engin olduğu üzerinde durdu. Nereden bildiğimi sordu, ben de entelektüel biri olduğunu fark edebildiğimi, ama okul kentin kötü bir bölgesinde olduğundan muhtemelen taşınmış olduğunu söyledim. Hepsi akıllı tahminlerden ibaretti. O noktadan sonra tamamen benimle konuşmaya daldı ve benimle bir daha çıkma konusu onu heyecanlandırdı.

Bunun yanı sıra, ifadelerinizden konuşma yaratmak sizi aklınızın boşalmasına karşı da korur. Bir kadınla konuşurken kendinizi sohbetin birden öldüğü ve bir sonra ne diyeceğinizi bilemediğiniz bir durumda bulmuşsunuzdur. Orada kendinizi tuhaf bir şekilde otururken bulursunuz ve rahatsızlığınız arttıkça konuşma konusu bulmakta zorlanırsınız. Ve sonunda, “Eee, nerede yaşıyorsun?” gibi bir şey ağzınızdan çıkar.

İfadelerinizi kullanmak buna büyük ölçüde engel olur. Jenerik sorulara temellenen yeni bir konuşma yaratmaya çalışmak yerine bir şey hakkında yorum yapabilir ya da bir gözlemde bulunabilirsiniz. Konuyla ilgisiz ifadelerin gücünü küçümseyin.

“İçkiyi bırakmayı düşünüyorum.” “Bu gece buraya gelirken bana neredeyse araba çarpıyordu.” “Oda arkadaşım fındık ezmeli ve mayonezli sandviçler yer. Çok iğrenç.” “Hep Afrika’yı görmek istemişimdir.”

Bunlar bazen rastgele çıkar. Bunun nedeni öyle olmalarıdır – o anda aklınıza gelen düşüncelerinizdir. Rastlantısal ve ilginç olmak öngörülebilir ve sıkıcı olmaktan iyidir. Korkmayın. Bir şey söyleyin.

Bu işe yarar çünkü soruların tersine, ifadeler diğer kişinin yatırım yapmasını gerektirmez. İstedığınız her şeyi söyleyebilirsiniz ve onun da bir konuşma yaratması örtük beklentisi yoktur.

Bu şekilde ifadelerle konuşmak –doğaçlama konuşma yaratmak– önemlidir çünkü kendinizi onunla paylaşmaya zorlar. Bir kıza sadece sorular sorduğunuz zaman kendiniz hakkında bir bilgi vermezsiniz; bu, size güvenmesini ve bağ kurmasını zorlaştırır. Ama kendiniz hakkında bir gerçeği söyler ve onun üzerinde konuşursanız kendinizi paylaşırsınız ve ona kendi girişimini ortaya koyacak şansı verirsiniz.

İfadelerle konuşmanın en iyi yanı, doğru yaparsanız o *size* sorular sormaya başlar. Bu önemli gelmeyebilir, ama aslında tüm etkileşimi yeniden yönlendirir. Daha önce de söylediğim gibi soruları kim soruyorsa, diğeri, ilgi alanları hakkında daha fazla şey öğrenme arzusunu alttan iletir. Sürekli sizden bilgi almak istiyorsa artık etkileşimi yönetecek gücünüz var demektir – bilgiyi ve konuşmayı kontrol edebilirsiniz.

Sonsuz konuşma konuları yaratmak: Her konuşma konusunda başka konulara atlayacak sayısız fırsat vardır. Bir sürü sözcük çağrışımı yapılabilir.

Örneğin diyelim ki bir kadınla konuşuyorsunuz ve “Şu restoranı sevmem. Geçen yıl doğum günümde gittik ve gece yarısından sonrasını hatırlamıyorum. Arkadaşımın mutfağında, yerde uyandım,” dedi.

Bu konuşmayı yeni yönlelere yönleltmek için fırsatlarla doludur. Aşağıdakilerden her biri hakkında konuşabilirsiniz.

1. Sevmediği lokanta.
2. Sizin geçen doğum gününüzde yaptıklarınız.
3. En son ne zaman sarhoş olup sızdığınız.
4. Beklenmedik bir yerde uyanmak hakkında bir hikâye.

Ve bu sohbetlerin her biri konuyla ilgili ve ilginç olacaktır.

Bunu yapmıyorsanız kazanmanız gereken bir alışkanlıktır. Komedyenlerin tuhaf çağrışımlara kendilerini alıştırmaları gibi bu alışkanlığı kazanmanız gerekir.

Bir kadının ifade edebileceklerine bazı örnekler şunlardır. Aralarındaki atlama noktalarının altını çizdim. Onları konuşmayı yönlendirebileceğiniz birer kavşak olarak düşünün. Örnekleri okurken aklınıza her atlama noktasıyla bağlantılı bir ifade getirmeye çalışın. Bu, herhangi bir konu üzerinde doğaçlama konuşmayı öğrenmenize yardımcı olacaktır.

“Şu anda Harvard’a gidiyorum. Ama batıya geri dönmek istiyorum. Burada hava çok soğuk.”

“Burada arkadaşlarım Steve ve Carrie’yle birlikteyiz. Altı aydır çıkıyorlar. Ama evli bir çift gibi kavga ederler.”

“Şehir merkezinde birlikte çalışıyoruz. Fena değil, ama ben kariyerimi değiştirmek istiyorum.”

“Dün gece şu partideydik. Çılgındı. Sonunda polis bastı ve bazı sarhoş gençleri tutukladılar.”

Bu örnekleri tekrar okuyun ve altı çizili sözcükler ya da cümleler hakkında bir düşünce ya da cevap düşünün. Örneğin ben Harvard’ı gördüm ve orayı ziyaret ettiğimde kampüsü bir sara-ya benzetmiştim. Harvard’a giden kendi arkadaşlarımı düşünebilirim. Bunlar konuşmayı çekebileceğim meşru alanlardır.

Bunda beceri kazandıktan sonra her konuşmanın bu yola aktığını fark edeceksiniz. Konuşmalar ancak biri diğerine atlama noktası bulunmayan bir şey söylediğinde son bulur. O zaman bir konuşma “ölür”. Atlama noktalarını tanımayı öğrenir ve onlardan en kısa sürede yararlanırsanız herhangi biriyle bir konuşmayı sonsuza dek sürdürebilirsiniz.

Bu beceriyi soğuk-okuma becerisi ile birleştirin ve ifadelerinizle hiç yoktan konuşma konuları yaratın. Herhangi biriyle herhangi bir konuşmayı başlatacak ve istediğiniz kadar sürdürecektir beceriye gerçekten ulaşacaksınız.

Hikâye anlatmak: Hikâyeler, daha doğrusu hikâyelerin dalanıp budaklanması insanları kendine çeker ve bu insanların doğasında vardır. Politikacılar bunu kampanyalarında, öğretmenler önemli kavramları açıklarken, komedyenler bizi güldürmek için ve bizler sürekli gündelik etkileşimlerimizde kullanırız.

En iyi iletişim kuranların harika hikâye anlatıcılar olduklarını belki fark etmemişsinizdir.

Size bir şey anlatmaya başladığı zaman konuşmanın bir yere gitmediği bir arkadaşınız hiç oldu mu? Chicago’ya yaptıkları seyahati anlatmaya başlar, oteli, belki *concierge*’i (otellerde

resepsiyon hizmetleri, özel şoförlü havaalanı hizmeti, restoran rezervasyon hizmeti gibi unsurları kapsayan ve artık büyük apartmanlarda da uygulanan sistem) tasvir eder ve sohbet ölür.

Ya da hiç sürekli pek anlamı olmayan, sönen ve komik olmayan şakalar yapan birini tanıyor musunuz?

Belki siz de böyle birisiniz. Hikâyenizin ortasında insanlar size olan ilgilerini yitiriyorlar mı? Başkalarını (bilerek) güldürmekte zorluk çekiyor musunuz?

Burada üç hikâye yayılma noktası vardır:

Kurgu: Kurgu tam olarak şudur: söylemek üzere olduğunuz şey hakkında sahneyi ya da bağlarını kurmak. Bu, söylenecek şeyin temelidir ve gerektiği gibi kurmazsanız hikâyeleriniz, şakalarınız ve fikirleriniz gelişigüzel görünecektir. İnsanlar sürekli sizin gerçekten gelişigüzel konuşan, tuhaf ya da uçuk biri olduğunuzu söyleyeceklerdir.

Bağlam/Çatışma: Ne hakkında konuşacağınızı kurduktan sonra gerçek bağlamdan söz edersiniz. Bu, aynı zamanda hikâyenizdeki “çatışmadır”. Bu her neyse gerilim ve beklenti yaratır. Hikâyenizin kapsamı ilginç olmalı ve insanlar sonra neler olacağını merak etmelidir. Hikâyelerinizin kapsamıyla pek gerilim yaratmazsanız insanlar ilgilerini kaybederler ya da sizin gevelediğinizi düşünürler.

Çözüm: Çözüm çatışma ya da bağlamdaki gerilimi boşaltır. Çözümler can alıcı noktalar (şakalar için), sonuçlar (fikirler için) ya da sadece jenerik bir hikâyenin kapanışı olabilir. Fikirlerini ve şakalarını sonlandırmayan insanlar genellikle boş bakışlarla ve “Eee, sonra?..” gibi sorularla karşılaşır çünkü hikâyenin bittiğinin farkına varılmamıştır.

Kurgusu, kapsamı/çatışması ve bir çözümü olan hikâyelere bir örnek:

Okuldayken ilk oda arkadaşımın sarhoş olunca tuhaf bir alışkanlığı vardı. Bir narkoleptiğe dönüşüyor, acayip yerlerde ve zamanlarda uyuyakalıyordu (kurgu).

Bu çocukla tanıştığım ilk akşam bir oryantasyon partisine gittik. Birkaç kızla tanıştık ve birlikte onların yatakhane-sine gittik. Feci sarhoştuk ve kızla konuşmayı bırakıp köşede uyukladığını fark ettim. Tuhaftı ama saat de sabahın üçüydü, ne olmuş yani! Birden gideceğini söyledi, kalktı ve gitti. Eve dönene kadar bu konuyu düşünmedim, ama ertesi sabah daha gelmemişti. Saatler geçti ve kaygılanmaya başladım (kapsam/çatışma).

Meğerse koridorda yere uzanıp tüm gece orada sızmış. Sadece bu da değil, ceketini kızın odasında unutmuş. Sabah dokuz gibi gizlice içeri girip kızı uyandırarak ceketini alması gerekmiş. O zamanlar çok komikti. İşte... oda arkadaşım böyle biriydi (çözüm).

Genellikle, “İşte... oda arkadaşım böyle biriydi” gibi bir cümle iyidir çünkü hikâyenin bittiğini, konuşmanızın bittiğini gösterir.

Başka bir örnek:

9-5 çalışma hayatına alışacak biri olmadığımı hemen anladım. Mezun olunca Boston’un merkezinde prestijli bir bankada iş bulmuştum (kurgu).

İlk günden nefret ettim. Orada geçirdiğim üç saatten sonra “Buradan çıkana kadar daha ne kadar çalışmam gerek?”

diye düşündüğümü hatırlıyorum (çatışma/bağlam).

Bir sonraki düşüncem şuydu: “Bu muhtemelen kötüye işaret.” (Çözüm.)

Sonucu hikâyemin başında ima etmeme dikkat edin. Buna sezdirme denir ve genellikle insanların izlemesine yardım eder. Ayrıca hikâyenin her bileşeninin uzunluğunun ya da kısalığının önemsiz olmasına da dikkat edin; önemli olan doğru bilgiyi iletmenizdir.

Bir başka örnek:

İnsanlar çılgın bir kentten söz ettiklerinde Güney Amerika’yı bilmeden konuşuyorlar. Geçen bahar birkaç ay orada yaşadım ve her hafta bizim buradaki gerçekliğimizin dışındaki şeylere tanık olurduk (kurgu).

Bir gece, başka bir gece kulübüne gitmek için taksiye atladık. Saat sabaha karşı dört gibiydi ve taksi şoförü birden arkasını dönüp kokaininden denemek isteyip istemediğimizi sordu. Kibarca reddettik. Şoför İspanyolca “İyi, bana daha çok kalır,” dedi. Ve saatte seksen km ile giderken dizinin üzerinde kokain şeritleri hazırlamaya başladı (bağlam/çatışma).

O gece hepimiz öleceğimizi sandık (çözüm).

Bunların hepsi doğrudur bu arada...

Son bölümde, konuşmada atlama noktalarından ve bu şekilde birbirimizle bağlantı kurduğumuzdan söz ettik. Örnekler her cümledeki atlama noktalarını gösterdi.

Gerçek hayatta insanlar birbirleriyle cümlelerle değil, hikâyelerle konuşurlar. Atlama noktaları çevresinde bütün bir hikâyeyi oluşturma becerisi geliştirebilirsiniz, ayrıca, bir hikâyenin bütünündeki atlama noktalarını görmeyi de öğrenebilirsiniz.

Bu, kulağa geldiğinden daha kolaydır, arkadaşlarınızla ve akrabalarınızla içinde bulunduğunuz durumlarda birçok kez farkına varmadan yaparsınız. Önemli olan, bunu herhangi biriyle tutarlı ve doğal olarak yapabilmenizdir ve buna çekici kadınlar da dahildir.

Bağlantı kurmak: Başarılı bir konuşmanın nihai amacı konuştuğunuz kadınla kişisel bir bağlantı kurmaktır.

Bir kadınla konuşurken aslında iki *gerçek* konuşma konusu vardır: o ve siz. Konuştuğunuz her şey, bir şekilde birbirinize kendi kimliklerinizi göstereceğiniz şekilde olmalıdır.

Kimliklerin bu şekilde ortaya konması bir tür “bağlantı” duygusu uyandırır. Yarattığınız bağ ne kadar güçlüyse sizinle o kadar fazla zaman geçirmek isteyecektir ve tersi de doğrudur.

Bir bağlantı kurmanın üç adımı vardır: 1) Kendiniz hakkında açık olmak; 2) Onun kendini açmasını sağlamak; 3) Birbirinizin deneyimleriyle bağ oluşturmak.

Neden söz edersiniz? Kendiniz hakkında açıkça nasıl konuşursunuz? Erkekler kendilerinden daha çok söz etmelerini, kendilerini açmalarını söylediğim zaman, “New Yorkluyum, beyzbol severim, 27 yaşımdayım,” derler; kendilerini paylaşmaya başlamaları iyidir, ama bu biraz sığdır.

Bir kâğıda aşağıdakilerin her biri için üç şey yazın:

1. Tutkularınız ve yapmaktan en çok hoşlandığınız şeyler.
2. Düşleriniz, hevesleriniz, hayattaki amaçlarınız.
3. Başınıza gelen en iyi/kötü şey.
4. **Çocukluğunuz, aile hayatınız, yetiştirilişiniz.**

Yazdığınız her madde üzerinde bir dakika konuşun. Olabildiğince ayrıntılı ve dürüst olun. Bu, kulağa geldiği kadar kolay değildir. Yalnız olsanız bile bu konularda konuşmak size kendinizi biraz rahatsız hissettirir.

Birçok erkek bu konularda konuşurken kendini savunmasız hisseder, özellikle de kadınlarla. Önemli olan da budur.

Herhangi bir parçanızı, herhangi biriyle, herhangi bir zamanda ve her seviyede paylaşmaya istekli olun. En kötüsü sizi reddeder ve tüm yaptığınız işinizden ve spordan söz etmekse sizi zaten terk edecektir, o zaman sorun nedir?

Kendinizle ilgili daha derin ve kişisel bir şey paylaşırsanız bu hakiki olacaktır ve o da hemen hakiki olarak size tepki verecektir.

İdeali kendinizin bu yönlerini paylaşmanızın onu da kendininkileri paylaşmak konusunda cesaretlendirmesidir. Onun tutkuları, hevesleri, en iyi ve en savunmasız deneyimleri hakkında konuşabilirsiniz. Bunlar sizi insan olarak tanımlayan ve eşsiz kılan konulardır – yani onunla konuşan son yirmi erkekle fark yaratırlar.

Bunlar öne çıkmanızı sağlayacak konuşma konularıdır. Neden? Çünkü sizi tanır. Tuttuğunuz takımı ya da geçen hafta gittiğiniz partiyi değil, sizi.

Ve sizi tanıyıp da hatırladığı zaman onunla yeniden görüş-

mek için aradığınızda telefonu açacaktır.

Sonuç: İş konuşmaya gelince üzerinde durulması gereken çok şey vardır. Bu bölümü okumak size yorucu gelmiş olabilir. Unutmayın: Parçalara ayırın ve bir kerede bir şeyin alıştırtmasını yapın.

Artık dinamik ve ilginç bir konuşmanın nasıl olması gerektiğini öğrendik. Bunu nasıl çeşnilendireceğimize bakalım. Mizahı edelim.

Mizah

Eski bir deyiş vardır: Bir kadını güldürebilirseniz yatağa atabilirsiniz. Mizah kızlarla çıkma sorunlarının tamamını halledemese de kesinlikle önemlidir. Kadınların erkeklerde en çok aradıkları şeyler hakkında yapılan araştırmalara göre mizah duygusu listenin tepesindedir.

Bunun nedeni kuvvetli bir mizah duygusunun kimliğinizin tüm çekici özelliklerini kadına iletmesidir. Dünyayla ve kendisiyle kolayca dalga geçebilen bir erkek muhtaç değildir. Kadınlar yanında kendilerini daha iyi, yani güvende hissederler. Çok ciddi, kendine ve dünyaya gülemeyen bir erkek çevresinin kendisi hakkındaki algısına fazla yatırım yapmıştır ve muhtaçtır.

Özel espri tarzınız bu tarza sahip olmanıza kıyasla daha az önemlidir. Elbette farklı kadınlar farklı esprilere farklı tepki verirler, ama bu sizin fıkra anlatma becerinizden çok demografiyle ilgidir. Alaycı kadınlar alaycı erkeklerden hoşlanırlar. Aptal kadınlar aptal erkeklerden hoşlanırlar vs. Kişisel olarak neyi komik bulduğunuza odaklanın ve bunu tanıştığınız kadınlarla paylaşmaktan utanmayın. Gülerlerse çok iyidir! Gülmezlerse muhtemelen ilişkinin zaten yürümeyeceği anlamına gelir.

Mizah kısaca görünüşe göre alakasız fikirler ve nesneler arasında bağlantılar resmetmektir. Bunu yapmanın birçok yolu vardır, ama mizah *yaratıcı bir aktivitedir* ve bu nedenle kendinizi engelsiz ifade edebilme becerinizle yakından ilgilidir.

Bazen tatsız şakalar yapacaksınız, özellikle de başlarda. Bunda sorun yoktur. Kendinize gülmeyin. Kendinizle alay etmeyin. Şakayı açıklamaya kalkışmayın. Bunlar muhtaç tepkilerdir çünkü kendi fikrinizden çok başkalarının sizin hakkınızdaki fikirlerine temellenirler. Bazen şakalar kötü olabilir, komik olmayabilir. Sorun yoktur. Devam edin.

Bu bölümde, birkaç mizah türü üzerinde duracağım: yanlış yönlendirme; abartma; dalga geçme ve dokundurma; küfretme; kelime oyunları ve cinaslar; rol yapma oyunu ve oyunlar.

Yanlış yönlendirme: En bilinen ve kolay mizah formlarından biridir. Bir şey söylemeye ya da anlatmaya başlıyorsunuz ve dinleyici bir noktayı vurgulamak istediğinizi sanırken birden bambaşka bir şey söylersiniz. Örneğin Steve Martin'in ünlü dizesi:

“Kadınların seks yapmak istedikleri zamanki bakışlarından haberin var mı?... Ya, benim de yok.”

Onunla seks yapmak isteyen bir kadının bunu belli eden bir bakışla baktığı bir hikâye anlatacak sanırsınız. Ama sizi yanlış yönlendirir ve kendi cinsel deneyimsizliği hakkında bir espri yapar. Bir tane de Jimmy Fallon'dan:

“Kadınlar Neden Seks Yapar adlı bir kitapta 237 nedenden söz edilmiş. Ve arkadaşlar, David Letterman ilk onunu biliyor.”

Kadınların neden seks yaptığıyla ilgili yeni bir kitaptan söz ederek şakayı kurar. Sonra bunu neden seks yaptıklarıyla ilgili

237 neden olduğu fikrine taşır ve David Letterman'ın programının ünlü “top 10” segmanına ve Letterman'ın stajyerleriyle yatarken yakalanmasına bağlar. Görünüşte iki bağlantısız konu bu şakanın komik olmasının nedenidir.

Abartma: Abartma da mizahta çok kullanılır ve herkesin kullanmayı bilmesi gerekir. Bir şeyle ilgili bir niteliği ele alır, mümkünse yaratıcı ve ilginç bir şekilde oranlarının dışına taşırırısınız. Örneğin:

“İyi bir kadın doğrusu. Tanıdığım en iyi bir hektarlık et.”

Elbette hiçbir kadının bir hektarı kaplayacak eti yoktur. Ama bunu komik yapan kadının şişman olmasıdır. Ayrıca incelikli bir yanlış yönlendirme de vardır (“iyi kadın”dan “şişman”a).

Aslında abartırken ne kadar yaratıcı ve aşırı olursanız o kadar komik olacaktır. Örneğin aşağıdaki iki cümleye bakalım.

“Maymuna benziyor.”

“Havaalanı pisuarının içinde daha çekici şeyler gördüm.”

İkincisi çok daha aşırı ve yaratıcıdır. Bir havaalanı pisuarıyla bir kızın yüzü kadar bağlantısız iki şey (yazarken bile gülüyorum) mizahın derecesini yükseltir.

Mizah yaparken ayrıntılar ne kadar özel ve tuhafsa şaka o kadar komik olur.

Dalga geçme ve dokundurma: Yanlış yönlendirme ve abartma hemen herkes için komikken dokundurmayı ve dalga geçmeyi komik bulmayan az sayıda kadınla karşılaşacaksınız. Ayrıca bunlar uygunluklarına göre derece derecedir, özellikle de

nerede olduğunuza bağlı olarak. Bir cenazedeyseniz merhumun ailesine alaycı yorumlar yapmanızı tavsiye etmem.

Dalga geçmek birisi hakkında küçük düşürücü ve komik yorumlarda bulunmaktır. Genellikle iyi bir ruh haliyle ve iyi niyetlerle yapılır. Kötü niyetle dalga geçmek hakaretamiz olur ve çoğu kişinin hoşuna gitmez.

Dalga geçmek eğlenceli olmalıdır. İdeali bir kızda karışık duygular yaratmaktır: savunmaya geçmek ve mutluluk gibi. İdeal tepki kızın, size, “Bunu söylediğine inanamıyorum,” derken gülmesi ya da gülümsemesidir. Birkaç dalga geçme örneği:

(Parlak kırmızı ayakkabı giyen bir kadına)

“Daha sonra eve dönmek için topuklarını birbirine mi vuracaksın?”

(Kendi başına köşede oturan ve sıkılmış görünen kadına)

“Mola mı aldın?”

(Dikkatini çekmek için barmene banknot sallayan kadına)

“Erkeklerin ilgisini hep böyle mi çekersin?”

Dalga geçerken dikkatli olun, özellikle de tanımadığınız kadınlarla. Ben sonuncusunu bir kadına söyledim ve suratıma tokadı yedim. Yine de onunla yattım, ama sık sık ve özgürce dalga geçiyorsanız geniş bir duygusal tepki yelpazesine açık olmalısınız. Dalga geçmek kutuplaştırır, genellikle bunu sertçe ve hızlı yapar. İyi bir taktiktir, ama her zaman hoş olmayabilir.

Bazen kızlar dalga geçene gerçekten alınırlar ya da dalga ge-

çilmeye hassastırlar ve iyi tepki vermezler. Karşılaştığım kadınların belki üçte biri dalga geçilmekten ya da iyi niyetli takılmalardan hoşlanmadı diyebilirim. Bu kadınları fark edip dalga geçmemek gerekir. Dalga geçilmekten hoşlanmayan kadınlar genellikle samimi komplimandan hoşlanırlar. Ben de ona geçerim.

Dokundurma dalga geçmekten daha karanlık bir mizah formudur. Alay daha da az kadında işe yarar, ama bundan hoşlanan kadınlar *gerçekten* hoşlanır. Bana kalırsa bunu okuyan çoğunuzun pek alaycı bir mizah duygusu yoktur, dokundurmayı bilmezsiniz. Bunda sorun yoktur. Sonsuza kadar sekssiz ve yalnız bir hayat yaşayabilirsiniz.

(Kaçırdıysanız bu alaydı.)

Gerçekten de dokundurma herkese göre değildir. Dokundurma aslında ifade ettiğinizin tamamen tersine aşırı bir yorumla olur. Bunu genellikle ciddi bir ifadeyle ve gülümsemeden söylersiniz.

Birçok kadın dokunduran mizahı anlamaz. Ciddi olduğunuzu düşünürler, yoksa akılları karışır. Başkalarının hoşuna gitmez. Ama benim deneyimime göre bir kadın dokundurmadan hoşlanırsa bunu gerçekten *sever*.

Yıllar önce bir kızla bara gitmiştim. Bütün gece flört ettik ve çok alaylı bir mizah anlayışı vardı. Bir noktada içkime baktı ve “Yavaş içiyorsun, ben benimkini çoktan bitirdim!” dedi.

Ciddi bir ifadeyle, “Hepimiz kendimizden senin kadar nefret etmiyoruz,” dedim.

Neredeyse gülmekten yere düşecekti. Bundan çok hoşlandı

ve harika bir ilişkimiz oldu.

Küfretme: Küfretmek ve açık saçık bir dil kullanmak mizah-
ta ilginç bir role sahiptir. Birçok mizah türü, dokundurma ve
abartma da dahil, güçlü bir etki bırakmak için belli bir seviye-
de tedirginlik gerektirir.

Açık saçık bir dil ya da küfür kelimeleri kullanmak söylemek
istediğinizi aşırıya taşımak için ucuz ve kolay bir yoldur. Örne-
ğin herhangi bir nükteli ifadeye “boktan” sözcüğünü eklediği-
niz zaman vurgusu biraz daha sert olacaktır.

Aynı zamanda küfür sözcükleri kullanmak bir anlamda kes-
tirmedir ve çok sık kullanırsanız kısa zamanda eskirler ve ku-
lağa zorlama gelirler. Beklenmedik bir anda bir küfür sözcüğü
söylemek komik bir şakayı daha da komik hale getirebilir. Ama
durmadan küfretmek durumu tatsızlaştırır ve sıradan görün-
menize yol açar.

Genelde yaşlandıkça kaba bir dilden kaçınmanızı öneririm.
Seyrek ve sadece kullanmak için özel bir nedeniniz olduğunda
kullanın. Ne kadar fazla kullanırsanız o kadar dikkat heveslisi
ve negatif görünürsünüz ve her ikisi de çekici olmayan özellik-
lerdir.

Sözcük oyunları ve cinaslar: Sözcük oyunları, dinleyici bir
anlam beklerken karşısına bir başkasının çıktığı yanlış yönlendirmeye benzer, ama farklı anlamları olan sözcükleri kullanarak yanlış yönlendirme uygulaması yapılır.

Örneğin:

“Acele edin. Bir yolcu hasta. Hastaneye gitmemiz gerek.”
“Şu nedir?”

“İçinde bir sürü doktor olan bir bina, ama buna vaktimiz yok.”

Cinaslar ve sözcük oyunları dokundurmaya kıyasla daha da seyrek takdir edilen mizah formlarıdır. Ayrıca çok entelektüel olmaya eğilimlidirler. Onları takdir eden az sayıda kadın bulacaksınız. Bunu okuduktan sonra birine sözcük oyunu yapma ihtimaliniz daha da azalacak. Benim deneyimime göre bunları takdir eden bir kadınla tanışırsanız *gerçekten* takdir eder.

Rol oyunu ve oyunlar: Oyunlar ve rol oyunu kadınlarla etkileşimlerinize neşe katmak için çabuk ve kolay yollardır. Keyiflidirler. Ve diğer mizah tiplerini kullanmanız için pek çok fırsat yaratırlar.

Oyunlar basit fiziksel oyunlardan (el çırpma, başparmak savaşı...) sözcük oyunlarına (beş sözcük oyunu; seviş/evlen/öldür...) kadar her şey olabilir. Örneğin seviş/eğlen/öldür kolaydır. Mekândaki rastgele üç kişiyi işaret edersiniz ve “Kiminle sevişirdin, kiminle evlenirdin ve kimi öldürürdün ve neden?” diye sorarsınız.

Bu oyun insanların gözlemlerine temellenen ilginç konuşmalara da fırsat olabilir.

Rol oyunu enerji verir ve eğlendirir. Temelde konuştuğunuz kadına sahte bir rol vermekle ve bu rol çevresinde oynamakla ilgilidir. Benim en sevdiğim rol oyunu evlilik/boşanma rol oyunudur.

Örneğin diyelim ki bir kızla karşılaştım ve otuz saniye içinde bana hoşlanmadığım bir şey söyledi. Ona, “Buraya kadar, boşanıyoruz,” derim. Bu komiktir çünkü onunla yeni karşılaşmışızdır, ama bu kadar basit bir şeyle çok eğlenebilirsiniz – örneğin “Sen çocukları al, ben Avrupa’ya taşıyorum.” “Müzik

zevkinden hiçbir zaman hoşlanmadım. Güveçlerin de hiç güzel değildi,” gibi.

Mizah konusunda çok zorlanıyorsanız çok fazla durum komedyeni izlemenizi öneririm. Benim en sevdiklerim Louis CK, George Carlin ve Bill Hicks’dir. Mesajlarına, zamanlamalarına ve yüz ifadelerine dikkat edin. Bunlar bir kitapta öğretilemez, bu nedenle dikkat edin. En sevdiğiniz komedyenlerin durum komedisi rutinlerini birçok kez izleyerek hikâyeyi nasıl anlattıklarına, vurucu noktasını nasıl verdiklerine dikkat edin.

Ayrıca kendi değerinizi düşüren mizah tuzağına düşmeyin. Özellikle çevrelerindeki insanların tepkilerine çok fazla yatırım yapmış muhtaç erkekler kendileriyle alay eder ve başkalarını güldürmek için kendilerini küçük düşürürler.

Bu kadınları güldürse de aşırı yapıldığı zaman muhtaç bir davranıştır çünkü başkalarını eğlendirmek için benlik algınızı feda edersiniz. Ve son kertede çekici değildir. İyi bir mizah duygusuna sahip erkekler bunu kendi üzerlerinde kullanabilirler; aynı şakaları ve düşünceleri konuştuğunuz kadınlara da çevirmenizi öneririm. Kendinizle alay etmek yerine onunla alay edin. Başta rahatsız edici gelebilir, ama etkileşiminizi kolaylaştırdığını, daha fazla cinsellik ve oyun kattığınızı göreceksiniz.

Mizah kadınları kendinize çekmekle ve baştan çıkarmakla ilgili tüm sorunlarınızın çözümü değildir. (Böyle bir çözüm varsa fizikselliktir: On Dördüncü Bölüm.) Doğal olarak eğlenceli bazı erkekler bir kızı güldürebilme becerilerine fazla güvenir ve aşırıya kaçarlar. Çekici ve güçlü erkeklere dönüşeceklerine sürekli dikkat ve onay arayan eğlendiricilere dönüşürler. Bunun en kötü tarafı da bu olurken kadının gülmesi ve varlığını tat almasıdır. Bu akıl karıştırır ve onu baştan çıkardığınızı düşünürsünüz. Gülümsüyor. Gülüyor. Benden hoşlandı. Cinsel

olarak da bana çekilmiştir, öyle değil mi?

Ne yazık ki hayır. Mizah sadece baskın bir şekilde onu yönlendirirseniz ve bir şeyleri fiziksel anlamda zorlarsanız işe yarar. Bir kadınla fiziksel ve duygusal bağlantı kurmadan onu *gerçekten* baştan çıkarmış olamazsınız, değil mi? Mizah bu konuda son derece yardımcıyken tüm işi sizin için yapamaz.

13. Bölüm

Çıkma Süreci

İster beğenin, ister beğenmeyin, çıkma sürecinin bazı katı çizgileri vardır. Erkek kızla tanışır, ona çıkma teklif eder, onunla haberleşir, onunla bir tarih belirler, tekrar haberleşir, yine bir tarih belirler ve bunu kızı eve getirene kadar tekrarlar; bir noktada özel bir ilişki mi değil mi, sıradan ve rahat bir çift mi, seks arkadaşı mı, ruh ikizi mi, yoksa birbirlerini bir daha görmek istemiyorlar mı, ortaya çıkar.

Bu sürecin istisnaları vardır, bir dereceye kadar hızlandırılabilir, ama üç aşağı beş yukarı hepimizin izlediği bir kur yapma süreci vardır. Kültürümüz sessizce bu şeyler için bir prosedür belirlemiştir ve kadınlarla başarı kazanmak isteyen her erkeğin bunun farkında olması gerekir.

Süreçte hemen her zaman şunlar vardır: iletişim bilgilerinin alınması, mesaj ya da telefonla konuşmak, çıkmak, seks, (olacaksa) ne tür bir ilişki olacağına karar verme. Genellikle (ama her zaman değil) bu sırada. Bazı durumlarda iletişim bilgileri ve çıkmak atlanabilir ve onu karşılaştığınız gün/gece eve getirirsiniz (ya da onun evine gidirsiniz). Ama bu durumlar seyrek-tir ve genellikle parti ya da gece kulübü ortamlarında yaşanır ve bunun derinine inmeyeceğiz.

Telefon Numaraları

Erkeklerle flört tavsiyelerinde telefon numarasına, yazışma-ya, sözde “mesaj oyunlarına” ya da “kopuşun önlenmesine”

küçük bir takıntı vardır.

Kopuş şudur: Bir kadın size telefon numarasını verir, tekrar görmek istediğini söyler, ama ya aramalarınıza cevap vermez ve geri aramaz ya da buluşmak istemez. Kopuşlar size asla cevap vermeyen ya da cevap veren, ama sizinle çıkma konusunda yan çizen kadınlardır.

Bu kadınlara takmak ve onları kazanmaya çalışmak herkesin düşebileceği kolay bir tuzaktır. Bana kalırsa bu, hastalığı değil, semptomu idare etmektir.

Kopuşu önlemenin tek yolu, sizinle son derece ilgilenen ve kopmayı düşünmeyen kadınlarla karşılaşmanız ve onları kendinize çekmenizdir.

Sorun çözüldü.

Benim deneyimime göre bu sözde kopuşu önleme stratejilerinin %99'u –belli zamanlarda aramak, açık uçlu mesajlar göndermek, mesajı yanlış kişiye göndermiş gibi yapmak– sizinle hiç ilgilenmeyen bir kadının aniden ilgilenmesini sağlamaz. Bir şekilde sizinle buluşmaya razı etseler bile sizinle orada olmakla gerçekten ilgilenmeyen bir kadınla çıkarsınız.

Aynı şekilde, erkekler günde kaç kez mesaj gönderecekleri, ne zaman arayacakları, ne zaman bir yere davet edecekleri gibi konulara fazla takarlar. “Bir yere davet etmeden önce üç gün bekle” ya da “asla art arda iki mesaj gönderme” gibi katı kurallar koymak sizi sınırlar ve kadınla geliştirmek için zaman harcadığınız eşsiz bağlantıyı zedeler. Ve bu arada sizi tekrar görmek istemesini sağlayan bu bağlantıdır; yazmak için kırk beş dakikanızı harcadığınız zeki mesaj değil.

Bunu söyledikten sonra kadınları aramak ve mesaj göndermek konusunda benim “kurallar” versiyonum şöyledir:

- Bir kadın size gerçekten çekilmiş ve ilgilenmişse telefon numarasını isteyin. Kendinizi yeniden onunla zaman geçirirken görebiliyorsanız ve buna zamanınız varsa telefon numarasını isteyin. Mezuniyet partisi için üç günlüğüne şehre gelmiş sarhoş bir kızsı ve işyerinde iki gün içinde önemli bir toplantınız varsa onu boş verin.
- Telefon numarasını isterken süslü bir cümle etmeyin ya da bahane bulmayın. Sadece isteyin. Onu çekici bulduysanız bunu saklamanıza gerek yoktur (baskın, güvenli bir erkeksiniz, unutmayın). Sizi çekici bulduysa hevesle verecektir. Kadınların çoğu istenince telefon numaralarını verirler. Sizden hoşlanmamışlarsa ve yeniden görüşmek niyetleri yoksa bile verirler. Bir erkeği yüzüne karşı reddetmektense gerçekten hoşlanmadıkları adamlardan gelen aramaları yok saymayı tercih ederler.
- Herkes kopuş yaşar. Buna alışın. Çekici kadınların yaşamlarında kopuş yaşamasına neden olacak bir sürü ilginç şey olmaktadır. Belki eski erkek arkadaşı yeniden aramaya başladı. Belki sizinle tanışmasının ertesi günü ruh ikizini buldu. Belki kaza yaptı ve hastanede. Belki hastalandı ve yatakta. Belki bir süre kimseyle çıkmak istemiyor. Belki sizi iyi hatırlamıyor çünkü tanışırken sarhoştı. Belki telefonunuzu kaybetti, belki fikrini değiştirdi ve belki de umurunda değildir.
- Kadınlar sizi çekici bulmamak dışında milyonlarca meşru nedenle kopuş yaşamış olabilirler. Bu nedenlerin hangilerinin meşru, hangilerinin bahane olduğunu bulmak

olanaksızdır. En iyisi peşini bırakıp devam etmektir. Aslında bütün mesele şudur: Sizden yeterince hoşlanırsa buluşacak bir yol bulur. Bunu yapmıyorsa demek ki sizden sandığınız kadar hoşlanmadı.

- Kopuşlardaki politikam üç faulde çıkmaktır. Kadın ilk keresinde tepki vermezse bir daha denerim. Yine tepki vermezse üçüncü kez arayabilirim de, aramayabilirim de, ama bu girişimimde fazla çaba harcamam. Genellikle bir kadını bir ya da iki kez ararım. Üçüncü girişimden sonra da bir şey yoksa peşini bırakırım.
- Birçok kadın neden sizinle çıkmayacaklarına ilişkin bahaneler bulacak, buluşma tarihinden vazgeçecek, buluşmayı iptal edecek ya da sadece cevap vermeyecektir. Bazen geçerli nedenleri vardır. Bazen bir bahane uydururlar. Bu nedenle ilk kez bir neden öne sürdüklerinde, her zaman bir daha denerim. Onlarla gerçekten ilgilenmişsem ya da gerçekten iki geçerli nedenleri varsa bir kez daha denerim. Genellikle de bunun son kez olduğunu bildiririm. Üçüncü denemeden sonra vazgeçerim. O noktada artık zamana ve çabama değmez.
- Genellikle ilk 24 saat içinde mesaj atarım. “Merhaba Sara, seninle tanışmak güzeldi,” gibi basit bir şey yollarım. O kadar. İlgi duyan kızların çoğu çabucak cevap verir. Cevap vermeyenler genellikle sizinle ilgilenmeyecek olanlardır.
- Daha sonra genellikle bir-iki gün bekler ve bir mesaj iletişimi başlatırım. Bu mesajlarda tanıştığımızda konuştuğumuz bir şeyden söz ederek bir tür süreklilik yaratmaya çalışırım. Burada özel bir amacınız yoktur, sadece biraz

ileri-geri yaparsınız. Yirmi dört saati geçmiştir ve durumun ne kadar sıcak olduğuna bakarım. Genellikle bu aşamada bir mesaj konuşması gerçekleşirse muhtemelen benimle çıkacak demektir. Yanıtları seyrek, araları açık-sa muhtemelen kopacaktır.

- Burada sofistike olmaya, tekerleği yeniden icat etmeye kalkışmayın. Çok fazla tepki vermiyorsa sevimli davranıp onu kazanmaya çalışmayın. İşin hamaliyesini onunla tanıştığınızda yaptınız ve şimdi elinizde ne kazandıysanız o var. Bana kalırsa kızları mesajla kazanmaya çalışmak ve çok çabalamak muhtaç görünmenize ve onu kaybetmekten korktuğunuzun belli olmasına neden olur.
- Tepki gösteriyorsa şaka yapın ve onunla dalga geçin. Göstermiyorsa onunla en kısa zamanda çıkmaya çalışın.
- Konuşmanın gidişatına göre ya ona hemen çıkma teklif ederim ya da takvimime bağlı olarak bir-iki gün daha beklerim. Eskiden kadınları aramanız beklenirdi, ama mesajlaşmak çabucak bunun yerini aldı. 2005 yılında, bu işlere başladığımda, aldığım her numarayı arardım. Şimdi bir kız onu aramamı özellikle istemezse aramıyorum. Geçen yılda çıktığım kızların %90'ını mesajlaşarak ayarladım.
- Bunu yeniden söylemeliyim: Mesajlarınızda sofistike ya da şirin olmayın. Mesajlaşmak kötü bir iletişim ortamıdır. Mesajlarınızda alaycı ya da zekice sözler eden biri olmayı denerseniz kolayca yanlış anlaşılabilirler ve gerçek niyetinizle ilgisi olmayan bir niyetiniz varmış gibi görünebilir. Ve unutmayın, her şey niyetle ilgilidir. Açık, doğrudan bir dil kullanın. Mesajlaşmayı sadece birbirimizi tekrar görecekseniz kullanırım. Mesajlarımın %90'ı "Perşembe akşamı ne yapıyorsun?" ya da "Bu hafta sonu doluyum, ama seni yeniden görmek isterim," gibidir.

Mesajlarla konuşmam sıkıcıdır. Size tipik bir mesaj konuşmasından örnek vermek için çıktığım son kızla mesajlaşmamızın transkriptine aşağıda yer veriyorum.

Önce biraz arka plan: Bu kızla bir gece kulübünde saat birde tanıştım ve birlikte 60-90 dakika geçirdik. Hafifçe öpüşme vardı, ama çoğunlukla konuşma ve dans etmeydi. İçki yoktu (büyük bir şey). Evine gitmeden önce ertesi gün onu görmek istediğimi söyledim, kabul etti.

Ben: Hey, Mary, bu gece seninle tanışmak güzeldi.

O: Seninle de :)

Ben: (Ertesi gün) Akşamüzeri dörde kadar çalıştığını söylemiştin, öyle değil mi?

O: Evet, hâlâ görüşmek istiyor musun?

Ben: Evet, 7:30 nasıl?

O: 8 yapabilir miyiz?

Ben: Elbette, kent merkezinde mi?

O: Evet, X restoranın önünde. Nerede olduğunu biliyor musun?

Ben: Evet, orada görüşürüz.

O: Yakında görüşmek üzere :)

Bu kadar. Mesajlaşmamın %75'i buna benzer.

Ama öbür aşırı ucu da göstermek için birkaç ay önce İngiltere'de bir kızla mesajlaşmanın transkriptini de buraya ekliyorum. Bu yaşadığım en "oyuncul" şeydi.

Ben: Hey, Natalie, bu gece seninle tanışmak güzeldi.

O: Hey, şimdi bende telefonun var :)

Ben: İyi yakında konuşuruz.

Ben (Ertesi gün): Hey, Natalie, gecenin geri kalanı nasıl geçti?

O: Keyifli, ama yorgunduk ve biraz erken döndük.

Ben: İyi. Yarın gece boş musun? Bir şeyler içelim.

O: Saat kaç gibi?

Ben: Sekizde X nasıl? Nerede olduğunu biliyor musun?

O: Biliyorum. 8 o zaman. Yarın mesaj atarım. İyi geceler.

Ben: İyi geceler.

O (Ertesi gün): Hey, işte fazla mesai yapmam gerek ve seninle bu gece buluşamam. Umarım İngiltere hoşuna gitmiştir.

Ben: Hadi Natalie, yaşlanıp saçların beyazladığında daha çok çalışmış olmayı mı, sevimli Amerikalı oğlanlarla çıkmış olmayı mı isteyeceksin?

O: Haha, çok doğru. Bakalım ne yapabilirim.

O (Daha sonra): Tamam, bitiriyorum. Seninle buluşabiliyim :)

Buluşmakta tereddüt gösterince onunla nasıl biraz “oyun” oynadığıma dikkat edin. Bunu yapmamın tek nedeni, biraz derinlik katmazsam onu kaybedeceğimi fark etmemdir. Kopmaması için ona olan arzumu tekrar gösterdim ve olayı biraz kutuplaştırdım. Bunu yaptım ve işe yaradı.

Öyle mi?

Natalie gelmedi. Beni 7:40 civarında aradı ve benden çok hoşlanmış olmasına rağmen birkaç gün içinde İngiltere’den ayrılacağım için benimle çıkmakta bir anlam göremediğini söyledi. Gelmeyeceği için kendini kötü hissettiğini anlamıştım, ama değerleri son derece açıktı.

Bu karara saygı duydum ve ona sorun olmadığını, güzel bir kız olduğunu, yanında olacak harika bir erkeği hak ettiğini söyledim. Gerçekten de böyle düşünüyordum.

Ne yazık ki her zaman bunu deneyimlerim: Bir kopuş, ko-

puştur. Ne yaparsanız yapın. Sizinle buluşmak istediğine dair geçici bir illüzyon yaratsanız bile.

Sevimli olmaya ve onu etkilemeye çalışmak muhtaçlık olduğu ve çekici görünmeyeceği için sadece sizi incittiğiyle kalır. Bir kızı kaybetmenin en hızlı yollarından biri kendinizi çok zorladığınız mesajlar atmaktır.

Kuşku duyuyorsanız basit olun ve konuya girin.

Bu bazı erkekleri hayal kırıklığına uğratar. Bir kızın fikrini hemen değiştirecek ilginç ve etkileyici mesajlar göndermek konusunda gerçekten heyecan duyarlar. Boşuna zahmet etmeyin. Yalan ya da manipölasyon hiçbir zaman işe yaramaz.

Ona Shakespeare soneleri göndermeniz gerekmez. En kısa zamanda sizinle buluşmaya razı etmeye çalışın ve tüm ağır işi yüklenin. Nerede fiziksel etkileşim kurabilirsiniz; nerede sizin niyetinizi ve muhtaç olmadığınızı görebilir vs.

Kusursuz Çıkma

Öncesinde ne kadar gergin olsanız da çıkmak tüm sürecin en düz sürecidir. Doğru yere, doğru zamanda gitmek, bilindik tuzaklara düşmemek ve düze çıkacaksınız.

Ne zaman çıkmak gerekir: Öğlen yemeğine çıkmayın ve ilk buluşmanızın bir öğle sonrası buluşması olmamasına özen gösterin. Bunu yapmayın. Bir nedenle, hiçbir şey birlikte öğle yemeği yemekten daha fazla “Hadi arkadaş olalım,” demez.

Akşam buluşun. Bu daha büyük beklenti yaratır. Daha fazla birlikte zaman geçirmek için esnekliği bulunur. Daha fazla taahhütte bulunmak anlamına gelir. Ve hiçbirinizin bir saat

içinde bir başka yerde bulunması gerekmez. Ve geceyi birlikte geçirme opsiyonunu açık tutar.

Ne zaman gideceğinize gelince, bu ne yapacağınıza bağlıdır. Kendinize üç birer saatlik aktivite yapacak zamanı tanıyın (bundan daha sonra söz edeceğiz). Akşam altı ile dokuz arası uygundur. Bundan geç olursa birlikte az zamanınız olur. Daha erken olursa çevrenizde gündüz enerjisi olur ve onun eve gitme zamanı gelmeden önce çıkmanız istimini kaybeder. Buluşmanızı gece on ya da on bir civarında doruğuna varacak şekilde ayarlamak ve onda, “Eve gitmem gerek, ama canım istemiyor,” duygusunu uyandırmak istersiniz.

Nereye gitmeli: İlk ya da ikinci çıkmanızda kesinlikle sinemaya gitmeyin. Sinema buluşmaları korkunçtur. Konuşmazsınız, tuhaf bir şekilde yan yana oturursunuz ve tuhaf olmadan ona dokunamazsınız (bunun öneminden sonraki bölümde söz edeceğiz).

Mümkünse birlikte yemeğe de çıkmayın. Klişedirler. Nerede yediğinize bağlı olarak kişisellikten uzak olabilirler. Bir kez daha, dokunmak neredeyse olanaksızdır. Ve ister inanın ister inanmayın, birçok kadın karşınızda yemek yerken kendisinin fazla farkındadır; hangi yemeği seçeceği vs. ayrıca tuhaf “kim ödeyecek” durumundan da kurtulmuş olursunuz – bundan da bir sonraki bölümde söz edeceğiz.

İyi çıkma mekânları aktif, katılımcı, birbirinize dokunmanıza ve flört etmenize olanak tanıyan mekânlardır. Tazınızsa alkol yardımcı olur. Bazı iyi örnekler komedi kulüpleri, dans dersleri, müze gezisi, ilginç yerlerde yürüyüş (meydanlar, parklar vs.), konserler ya da bir yerde bir şey içmek olabilir.

Gidilecek yerler yaşadığınız yere bağlıdır. Çevrenizdeki il-

ginç yerleri bulabilmek için internetten yararlanabilirsiniz. Örneğin Boston'daki evimin yakınında bir bowling salonu/gece kulübü vardı. Çok eğlenceliydi. Birlikte bowling oynayabilir (katılımcı, aktif, flörte müsait), birkaç içki içebilir, işler iyi giderse ve parti havanızdaysanız aşağı inip dans edebilirsiniz.

İkinizin de hoşuna giden yerlerse barlar ve gece kulüpleri uygundur. Ancak baş başa gidin. Arkadaşlar varsa bu bir çıkma değildir. Genellikle “Arkadaşım Cindy de oradadır,” diye bir bar önerdiğinde olur. Arkadaşıyla birlikte sizinle takılmak istiyorsa bu çıkmak değildir.

Son olarak da ya sizin ya da onun evine yakın mekânlar bulmalısınız. Evinize ya da dairenize arabayla kısa bir mesafede 4-6 tane uygun mekân araştırmanızı ve bulmanızı tavsiye ederim. Yürüme mesafesinde yerler bulabilirseniz daha da iyidir.

Evinizin yakınında yapmaktan keyif alacağınız 4-6 iyi çıkma aktivitesi araştırıp planladıktan sonra bunları bir araya getirme ve her çıktığınızda birçok şey yapma vakti geldi demektir.

Bu size tuhaf gelebilir, ama püf noktasıdır. Birçok erkek yemeğe çıkar ve ardından sohbet için bir saat daha aynı masada oturur. Pek flört edilmez, aktivite yoktur. Dokunulmaz. Dinamizm ya da değişim duygusu yoktur.

Çıktığımız zaman bir şeyler *yaparız* – bir sürü şey. Bowling oynarız, içki içeriz, dans ederiz, parktaki heykellere, atlı araba yollarına bakarız – hepsi üç saat içinde.

İnsan psikolojisinin tuhaf bir yönü vardır. Samimiyet derecemizi konuştuklarımızın çokluğundan ziyade birlikte paylaştıklarımızın çokluğu belirler. Bu çıkmalar mümkün olan en kısa sürede en fazla karşılıklı deneyimi yaratmak için tasarlanmış-

tır. Sağlam çıkma örnekleri:

Kahve için buluşmak → yolun ilerisinden dondurma almak → parktaki büyük salıncağa gitmek → ilginç bir kitapçada birlikte alışveriş yapmak.

Salsa dersi → ardından yandaki barda bir şeyler içmek → meydandaki pizzacıya yürümek → sizin evinizde video oyunları.

Alışveriş merkezindeki vitrinlere bakmak → doğaçlama komedi gösterisi → hızlı bir yemek → parkta yürüyüş.

Mümkünse dans etmeyi de dahil edin çünkü bu en cinsel çıkma aktivitesidir. İçki içmeye karar vererseniz mekânların/aktivitelerin ikincisinde ya da sonuncusunda için. Biriyle çıkarırken sarhoş olmak istemezsiniz.

Çıkarken nasıl davranacaksınız: Daha önce de sözünü ettiğim gibi çıkarken paylaşımcı olmalısınız. Birlikte yürümeli, dokunmalı ve olabildiğince etkileşimde bulunmalısınız.

Çıkmanın altında yatan kavram sürekli liderlik etmeyi demenizdir.

Her karar sizin olmalı ve onun uyması beklenmelidir. “Şimdi ne yapmak istersin?” cümlesini çıkma sözcük dağarcığınızdan çıkartın. Bir daha asla söylemeyin.

Şöyle olmalıdır: “Hey, gel dürüm alalım, şurada hoş bir dürümcü biliyorum.” “Bir fikrim var. Hava hokeyinde seni fena yenebilirim.” “Bilim müzesine bakalım mı, insan bedeni hakkında harika bir sergi açıldı.”

Ne konuşacağınıza gelince, konuşmanız derinleşmeli ve kişi-

selleşmelidir. Daha az şakalaşmalı, daha fazla hayatlarınızdan ve önem verdiğiniz şeylerden söz etmelisiniz. Geçmişini, tutkularını, hayallerini ve en sevdiği şeyleri öğrenin.

Aynı zamanda bunu (birçok akşam yemeği çıkmasının dönüşüğü gibi) bir iş görüşmesine dönüştürmek istemezsiniz; kendinizi paylaşarak bu konuları açın.

Son olarak da post-feminizm dünyamızın büyük sorunu: Kim ödeyecek? Bugünlerde, birçok kadın kibar olduğu için hesabı ödemeyi önerecektir, ama onları geri çevirmeniz centilmence olur (öyle bir şey). Bakın, bunları uydurmadım; onlarca kadınla yüzden fazla kez çıktıktan ve kendimi kimin ödeyeceği konusunda birkaç tuhaf durumda bulduktan sonra yazıyorum, benim için şu işe yarar: Gerçekten cüzdanını/kredi kartını çıkartıp sizi durdurmazsa siz ödeyin. Fiziksel olarak bunu yapana kadar ödeyin.

Evet, arada bir kadınlar size içki ısmarlayıp bir şeyler alabilirler –hatta bunu yapmalarını sağlamanın yolları vardır– ama günün sonunda, iflas bayrağını çekmemişseniz onlara ısmarlayın. Kaybedeceğiniz bir şey yoktur ve birçok kadın da size puan verir.

14. Bölüm

Fiziksellik ve Seks

Seksten söz edelim. Kadınlar neden seks yapar ve neden bunu sizinle yapmak ister?

Kadın cinselliği bir asırdır psikolojinin bulanık alanı olmuştur. Freud'un bir noktada söylediği gibi: "Büyük soru hiçbir zaman cevaplanmadı ve kadın ruhunu otuz yıldır araştırmama rağmen hâlâ cevaplayamam: 'Kadınlar ne ister?'"

Araştırmalara göre uzun zamandır kadınların yüksek statülü erkeklerden gelen fikirlere ve güvenlik gösterimine, yatırıma ve taahhüde bağlı olarak uyarıldığı düşünülmektedir.

Ama bunun hakkında düşünürseniz gerçek dünyada bir anlamı yoktur. Psikologların şansına, kadınlar mumlar yakıp bir banyo küvetinde yatar ve mastürbasyon yaparken evin ipoteğini ya da dekoratif çiti düşünmezler. Çok farklı (ve tuhaf) şeylerin fantezilerini kurarlar.

My Secret Garden (Gizli Bahçem) adlı kitabında, gazeteci Nancy Friday dünyanın her yerindeki kadınların cinsel fantezilerini anonim toplamıştır. İlginç bir şekilde zihninizi açmak isterseniz bir göz atın. Kadınların bazılarını gerçekten... "yaratıcı" diyelim, şeyler uyarıyor. Çete tecavüzlerinden, tuhaf yerlerden ve pozisyonlardan, anonim erkeklerden... söz ediyoruz.

Bu tür bir veri her şeyi biraz rayından çıkardı. Yıllardır bilim insanları nereden başlayacaklarını bilemediler. Erkeklerle

kolaydı; biz genellikle görsel olarak uyarılırız ve genellikle de aynı şeyleri (simetri, belli bir kalça/göğüs oranı, iri memeler...) severiz.

Ama iş kadınlara gelince dart tahtasına bok fırlatmışa benzeriz; gelebildiğimiz yer burasıdır.

Baştan çıkmak üzerine yapılan araştırmaların bugünlerde yeni bir sonucu kadınların uyarılmasının bir anlamda narsisist olduğunu ortaya koymuştur. Kadınlar istedikleri, arzulandıkları zaman uyarılırlar.

(Not: Erkekler de öyledir, ama kadın uyarılması psikolojik etkenlerden fiziksel etkenlere göre ortalamada daha fazla etkilenir ve bu kadın uyarılması açısından çok daha önemlidir.)

Bu, bazı kadınları uyardığı bilinen acayip ve farklı şeyleri de açıklar. Kadınları uyaran birbirleriyle bağlantısız olaylar da –bu romantik bir evlilik teklifinden banyo lavabosuna bağlanmaya kadar değişir– bu açıdan bakıldığında anlam kazanır. Her ikisinde de bir erkeğin duyduğu aşırı arzu vardır. Onunla olmak için her şeyi feda edecek bir erkek. Bir noktada erkek tüm hayatını ona vermeye hazırdır. Bir başkasında onunla fiziksel aşırılıklar yapmaya hazırdır. İkisi de seksidir.

Kadınlar tecavüz fantezilerinin tecavüz edilmek istedikleri anlamına gelmediğini söyledikleri zaman bu doğrudur. İstedikleri arzulanmaktır. Engelsiz bir arzu. Tutkulu ve kontrol edilemez arzu. Bir erkeğin farkındalığını ve kendini kontrol etme mekanizmasını tamamen kaybedeceği kadar arzulanmak isterler. Tecavüz kısmına gelince –hiçbirinin bundan zevk alacağını sanmam.

Benim deneyimim de bunu destekler. Erkeklere flört tavsi-

yeleri endüstrisinin de son beş yılda keşfettiği gibi bir kadının peşinden ne kadar açıkça koşarsanız o kadar baştan çıkar. Bir kadınla birlikteyken engelsiz fiziksellik hakkında neredeyse “sihirli” bir şey vardır.

Saatlerce meteoroloji ya da başka bir şey hakkında geveleyen bir erkeği alıp kolunu konuştuğu kadının beline koyarsanız ya da söylemek istediğini ve şakalarını vurgulamak için hafifçe onun koluna dokundurursanız çok daha fazla cinsel gerilim yaratılmış olur.

Cinsellik neticede hareket ve bedenlerimizin birbirine dolanmasıyla ilgilidir. Diğer yapılan her şey bu noktaya ulaşmak içindir.

Bunu apaçık söyleyeceğim: Kadınlarla fiziksel olmak ve bunu hızlıca ve rahatça yapmak, son kertede, insanın birçok kadın arkadaşı olmasıyla birçok kadınla çıkmış olması ve sevgilisi olması arasındaki farkı yaratan şeydir.

Kadınlarla fiziksel olmak baştan çıkarmanın ve çıkmanın açık ara farkla en bütüncül parçasıdır. Buna sahipseniz sürekli seçenekleriniz olacaktır. Sahip değilseniz yalnız çok zaman geçireceksiniz.

Bir arkadaşım vardı. İyi görünümlüydü. Kadınlara (sarhoş değilse) zor yaklaşırdı. Konuşması tuhaf biriydi çünkü farklı bir mizah anlayışı vardı. Ama kadınlarla fiziksel olurdu, onlara erken dokunurdu. Sık dokunurdu. Karşılık vermeseler ve uzaklaşırlar bile yeniden denerdi. Bunu sürekli yapardı.

Ve biliyor musunuz, sürekli kadınlarla yatardı. Seksi kadınlarla da üstelik.

İnanılmazdı. Onunla çıkardım ve beceriksizce bir şeyler ge-
velemesini, biraz fazlaca içmesini, beceriksizce kolunu kızın
omzuna koymasını ve kızın kafası karışmış bir şekilde orada
oturmasını izler ve “Ne felaket!” diye düşünürdüm.

20 dakika sonra geri geldiğimde kızla çıkıyor olurdu. Bir
saat sonra kız heyecanla onunla eve giderdi.

(Burada etik bir not: Bir kadın size açıkça bir şeyi yapma-
manızı söylerse yapmayın. Alınmayın ve ona rahatsız olup ol-
madığını ve/veya neden rahatsız olduğunu sorun. Genellikle
bunun nedeni sizden hoşlanmaması değil, onun için fazla hızlı
gitmenizdir. Her zaman sınırlarına saygı gösterin ve mümkün
olan en kısa zamanda nasıl rahat ettiğini ve beklentilerinin ne
olduğunu açığa kavuşturun. Bu sadece savunmasız bir şey ol-
makla kalmaz, aynı zamanda saygılıdır da.)

Kadınlarla fiziksel olmak gerekli bir alışkanlıktır ve kadın-
lar konusunda başarısız erkeklerin çoğu bunu hemen hiç yap-
mazlar. Çoğu erkek iş “harekete geçmeye” gelince biraz utan-
gaç ve mütereddittir: dokunmak, ilk öpücük, cinsel dokunmak
vs. Bunun sona ermesi gerek; şimdiden sonra cinsel olarak açık
ve baskın erkek olacaksınız, bundan utanmanıza gerek yoktur.
Ayrıca kadınların aslında böyle olmanızı istediklerini de göre-
ceğiz.

Kadınlarla fiziksel olarak açık olmanın iki nedeni vardır.
İlki kutuplaştırmaktır. Mümkün olan en kısa zamanda sizinle
cinsel açıdan ilgilenip ilgilenmediğini görmek istersiniz. İkinci
nedense fiziksel olmak cesur bir davranıştır ve flört etmenin
son derece çekici bir şeklidir.

Araştırmalara göre birine ilk tanıştığınızda dokunursanız
sadece sizin hakkında olumlu düşünme ihtimali artmakla kal-

maz, size daha çabuk güvenir.

Peki bir kızı durup dururken nasıl dokunursunuz?

Onunla konuşurken alıcı olduğunu varsayarak koluna, dir-seğinin yakınına hafifçe dokunun. Bastırmayın, tutmayın, bu onu tedirgin edebilir, sadece hafifçe dokunun, vurun ya da sığın. Dokunmanız şakanın anafikrini, konuşmanın komik bir nını ya da püf noktasını vurgulamak ister gibi konuşmayı desteklesin. Bir diyalogun nlem ya da soru işaretlerinde dokunduğunuzu düşünün.

Diyelim ki akıllıca bir şaka yaptınız ve o gerçekten gülmeye başladı; nın duygusunu vurgulamak için elinizi onun koluna koyabilirsiniz.

Dokunmanın en iyi şekli fizikselliği konuşmanıza taşımadır. Örneğin parmak savaşları, onu bir balerin gibi döndürmek, beşlik akmak fiziksel temas başlatmak için iyi yollardır. Konuşma ilerledikçe her şey iyiye gider; daha fazla dokunmak ve dokunuşlarınızın daha kişisel olmasını istersiniz.

Dokunmanız kademeli olmalıdır. Genellikle onun bedeninin dış uzuvlarıyla –kolları ve bacakları– başlamak istersiniz. Onu sizinle oturmaya davet ettiğinizde hareket ederken elinizi sırtına koyun. Yanınızda bara yaslanırken elinizi beline koyun vs. Daha sonra bu kademe yakınlığa doğru yol alacaktır: gıdıklama, masaj, sarılma, oynaşma vs. Buradan pşmeye, okşamaya ve cinsel olmaya ilerleyecektir.

Kadınların Verdikleri Sinyaller

Erkekler ilgilendikleri kadınların kendilerine verdikleri “sinyalleri” anlamakta fena uvallarlar. Kur yaparken eyleme geçip

hamleleri yapmak her zaman erkeğin sorumluluğudur. Kadının sorumluluğu ona sinyaller göndermek, ne zaman ilerleyeceğini, ne zaman duracağını söylemektir.

Erkekler olarak biraz tuhaf bir yere sıkışırız. Bir yandan her zaman ilk hareketi başlatmamız ve yapmamız beklenir, öte yandan bir kadının arzularına ve bedenine hâkimiyetine saygılı olmamız.

Bu nedenle, bir kadınla cinsel olmak için adım atmadan önce kadınlarının sizinle cinsel olarak ilgilendiklerini gösteren işaretlerin bir listesini yapmak istiyorum: Bunları bir şekilde onunla fiziksel olarak ilerleme izni işaretleri gibi görebilirsiniz, ama yanlış iletişim potansiyeline karşı çok fazla varsayımda bulunmayın. Aradığımız ondan size sürekli bir sinyal akımıdır. Ön yaklaşma sinyalleri sizinle konuşmak istediğini gösterir. Konuşma sinyalleri sizinle fiziksel olarak yakınlaşmak istediğini gösterir. Ve tırmandırma sinyalleri sizinle cinsel olmak istediğini belli eder.

Bu sinyalleri alırken sadece bir sonraki sinyaller grubuna doğru hareket etmek için yeşil ışık olarak görün (bir kadının sizinle göz teması kurması hemen oracıkta sizinle seks yapmak istemesi anlamına gelmez, sadece sizinle konuşmayı merak ediyor demektir). Bir kerede bir adım atın ve unutmayın: Her zaman geri çekilme ya da fikrini değiştirme hakkına sahiptir.

Ön Yaklaşma Sinyalleri

- Rastlantı eseri olmayan göz teması: Kuşku duyarsanız rastlantı eseri olmadığını varsayın. İnsanlar merak ettikleri ya da çekici buldukları şeye bakmaya ve odaklanmaya programlanmışlardır. Size ortalama yabancından %10 daha fazla baksa bile bir şekilde sizi merak etmiş/ilgi-

lenmiştir. Benimle rastlantısal olmayan göz teması kuran her kadına yaklaştırmaya çalışırım ve işime yarar.

- Gülümsemek: Göz temasının anlamı onun ilgilenmiş olmasıysa bunun anlamı “Gel benimle konuş!”tur.
- O size yaklaşırsa: Burada söylenecek söz yoktur, ama bazı erkekler o kadar hiçbir şeyin farkında değildirler ki bunu bile kaçırmazlar. Bir kadın saati, havayı, yön sormak için bile size yaklaşırsa sizinle konuşmakla ilgilenmiş olma ihtimali vardır.
- Yakınlık: Bu biraz hassastır, ama hayat tarzınız, beden diliniz ve stiliniz üzerinde çalıştıkça daha iyi kavrayacaksınız. Bir kadın buna gerek yokken belirgin bir biçimde yanınıza yaklaştığında olur. Örneğin, diyelim ki otobüste oturuyorsunuz ve çekici bir kadın bindi. Tüm otobüs boş, ama gelip karşınıza oturdu. Bu onunla konuşmanızı istediği anlamına gelebilir. Buna başka örnekler: Bir dükânda gelip yanınızda durması, belli bir şey aramadan uzun süre alışveriş etmesi vs. olabilir.

Konuşma Sinyalleri

- Aşırı gülümseme/gülme: Bu öznel ve değerlendirmek gerekir, ama bazen, bir kızın, siz konuştuğunuz zaman diğerlerinden daha fazla gülümsediğini ya da güldüğünü fark edersiniz. Sizden hoşlanmış olabilir.
- Saçını kıvrması, oynaması: Klasik flört sinyalidir ve genellikle bilinçsizce yapılır.
- Gözbebeklerinin büyümesi: Araştırmalara göre çekici bulduğumuz birine bakarken gözbebeklerimiz büyür. Özellikle bir gece senaryosunda fark etmesi zordur. Ama gözlerinde normalden daha derin ve geniş bir bakış olur;

“iri geyik gözleri” denilen şey.

- Normalden daha yakınınızda durması: Durum zaten ortadadır. Sizinle konuşurken kendini nerede konumlandırdığına bakın. Kişisel alanınızın biraz içinde olması muhtemelen sizinle fiziksel olmakla ilgilendiğini ortaya koyar.
- Aşırı göz teması: Aşırı gülümsemenin aynısıdır. Bir konuşmada bakışlarını gözlerinizden ayırmamışsa söyleyeceklerinizle son derece ilgilendiği anlamına gelir. Çoğu kimse göz temasını çok sık böler. Özellikle de yeni tanıştıklarıyla konuşurken. Bunu yapmaması sizinle ilgilendiğini gösterir.
- Size öncelik vermesi: Yine çok öznedir. Ama eylemleri etkileşimlerinde size öncelik verdiğini hassas bir biçimde ortaya koyar. Klasik örnek, bir barda tanıştığınız kızın yanına arkadaşları gelip onunla konuşmak isterlerse onlara yüz vermemesidir. Sizden hoşlanmayan kadınlar yanına arkadaşları geldiği zaman sizi ânında bırakırlar. Arkadaşlarını yok sayıyor ya da yanınızda kalıyorsa sizden hoşlandığının açık göstergesidir.

Tırmandırma Sinyalleri

- Sizinle baş başa kalmak ister: Genellikle bir kadının yapacağı en açık hamle bir hareket yapmak değil (bu sizin işinizdir) size hareketi en kolay yapabileceğiniz durumu sağlamaktır. Diyelim ki küçük bir partide gecenin çoğunda bir kadınla takıldım ve birden “Gel bloğun çevresinde yürüyelim, burası çok gürültülü,” dedi. Kendini bilerek benimle mümkün olabildiğince yalnız bırakmaktadır. Bunun anlamı öpülmek istemesidir.
- Sizin için arkadaşlarını atlatması: Yukarıdakiyle aynı

şeydir. Sadece birkaç saattir ya da bir gecedir tanıdığı bir erkek için arkadaşlarını bırakması bir kadın açısından çok şeydir. Bunu yapıyorsa bu parlak bir yeşil ışıktır.

- Size dokunması: Elini kolunuza ya da bacağınıza koymaya başlarsa ya da bir önceki bölümde betimlediğim tarz dokunuşlarınıza karşılık verirse sizinle cinsel olarak ilgilendiğinin ve öpülmek istediğinin açık bir göstergesidir.

Ne Zaman Öpmeli?

Bir kadını öpmek konusunda flört koçları arasında eski bir deyiş vardır: Onu öpebileceğinizi düşünüyorsanız muhtemelen bunu on dakika önce de yapabilirdiniz. Biz erkekler bir kadının cinsel arzusunu ve işleri ileriye götürmeye ne zaman hazır olduğunu anlamak konusunda korkuncuzdur.

Genellikle, onu ne zaman öpebileceğinizi düşünüyorsanız bunu yapabileceğinizi varsaymak güvenlidir. Birçok erkek, kadın onlara gece boyunca sinyaller vermişken “sinyal” ardına “sinyal” arayarak öylece takılırlar. Şöyle düşünün: Bütün gece hareket edemeyip de ne olacağını hiçbir zaman bilememektense onu öpüp reddedilmek daha iyidir.

Yaklaşık hesap şudur: Kuşku duyuyorsanız yapın.

Onu öpmek için uzanırsanız ve başını çevirirse ya da size karşılık vermezse geri çekilin ve ona kendini nasıl hissettiğini sorun. Sizden hoşlanmışsa veya fazlî hızlı gidiyorsanız cevabını dinleyin. Genellikle kadınlar sizi öpmek isterler, ama onları kaygılandıran, üzen ya da kendilerinin fazla farkına vardırıan bir şey vardır. Bununla başa çıkmanın en iyi yolu savunmasızlık ve ondan mesele neyse o konuda dürüst olmasını istemektir.

Bazı kadınlar dışarıda öpüşmezler. Bunun zevksizlik ve kötü form olduğunu düşünürler. Sizden ne kadar hoşlanmış olsalar da bunu yapmayacaklardır.

Aynı şey tanıdığı insanların arasındaysa da geçerlidir. Yanında dört tane iş arkadaşı varsa sizinle olmaktan rahatsızlık duyabilir. Onu daha yalnız kalabileceğiniz bir yere götürmeye çalışın.

İyi öpüşmek üzerine birkaç not:

- Tüm yüzünü yalamayın.
- Dilinizi boğazına sokmayın. Bunun yeri vardır ve genellikle ikinizin de çıplak olduğu yatak odasıdır.
- Onu ninenizmiş gibi gagalamayın.
- Yüzünüzü onun yüzüne bastırmayın. Öpüşmek duyusaldır. Onun dudaklarına kendi dudaklarınızla masaj yaptığınızı düşünün.

Öpüşürken ellerinizi nasıl kullandığınızın da önemi vardır. Bedeninde hafifçe gezdirmeli, sırtını okşamalı, hafifçe çenesini tutmalı, kalçalarını size doğru çekmelisiniz. Bir kızla öpüşürken yapmaktan hoşlandığım bir hareket onu kemerinden kendime doğru çekerek kalçalarını kalçalarımaya yaslamaktır.

Öpüşürken kendinizin önüne geçmeyin. Birçok erkek bir kadınla öpüşmeye başlar başlamaz, nerede olursa olsun, hemen “OK, HADİ SEVİŞELİM!” moduna girer, onu rahatsız etmeye başlar ve yüzünü yalayıp yutar.

Sakin olun. Öpüşmek daha engin ve derin bir yakınlığın giriş kapısıdır. Tadını çıkartın. Öpüşürken oyunlar yapın. Öpü-

şürken gevşeyin.

İleri Gitmek ve Rıza

Onu öptüm. Şimdi ne olacak?

Baş başa olduğunuzu, birbirinizi tanıdığınızı, daha ileriye gitmek konusunda hemfikir olduğunuzu varsayarak artık olayı sekse doğru tırmandırmanın vaktidir.

Sekse hazır olduğunuzu ve o da hazır olana kadar bunun kabul edilemez olduğunu ifade etmenin yolu genellikle memelerine dokunmaktır. Elleriniz yollarını bulabilirlerse o da hazır demektir ve bu genellikle işlerin daha ileri gidebileceğinin göstergesidir.

İster inanın, ister inanmayın, kadınlar külotlarını çıkartıp da sizinle oracıkta seks yapmak istemezler. Erkekler düğmeye basınca yemeğin hazır olduğu bir mikrodalga gibi kadınlar bir fırın gibidir. Isınmaları, hatta ön ısıtma yapılması gerekir. Unutmayın, kadınların uyarılması öncelikle psikolojiktir. Bu nedenle sekse doğru bir şeylerin oluşması gerekir. Öpüşmekten sevişmeye geçemezsiniz (bazı kadınlar yapar, ama genellikle yapmazlar). Genellikle hafif dokunuşlardan öpüşmeye, oradan öpüşürken ellerinizle bedenini okşamaya, bazı giysilerini çıkarmaya, biraz daha öpüşmeye... doğru yol almanız gerekir.

Kadınlar genellikle bu noktada itiraz ederler ve sadece oynamak istediklerini, seks yapmak istemediklerini söylerler. Herhangi bir itiraza verilecek tek cevap “Sorun yok. Neyi yapmakta rahatsan onu yaparız,” olmalıdır. Amacınız keyifli bir deneyim yaşamak. Karyolanızın kenarına skor çentiği atmak değil.

Evet, kadınlar sık sık “Bu gece seks yapmayacağız,” derler ve seks yaparlar. Bunda da sorun yoktur. Bu gibi şeyler genellikle akışkandır ve ikiniz de utanç ya da yargılama olmadan katılmakta ve katılmamakta serbestsiniz.

Tecavüz hakkında küçük bir not çünkü ne yazık ki bu noktada bir şey söylemek zorundayım: Unutmayın, ana kural şudur: Bir kadın bizi durdurana kadar devam ederiz. Sizi fiziksel olarak durdurması anlamına gelir; ellerinizi itmesi, sizden uzaklaşması, giysilerini giymesi vs. ya da sözel olarak açıkça “DUR” ya da “HAYIR” der.

Kendinde değilse (sarhoş, uyuşturucu vs.) muhtemelen açık göremiyordur ve devam etmeme kararı veremiyordur. Durun. Hikâyenin sonu.

Fiziksellik alıştırma yapmanız ve rahat olmanız gereken bir şeydir. Her erkek nasıl dokunmak istediğı, işleri nasıl ileri götüreceğı konusunda kendi tarzını ve kişiliğini geliştirir. Kendi fiziksellik stilinizi geliştirdikçe kadınların ne zaman ve nasıl rahat ettiklerini hissetmeye başlayacaksınız. Seksi kazandığınız ya da bir kadından aldığınız bir şey olarak görmemelisiniz. İkinizin paylaştığı bir şeydir, bir takım çalışmasıdır.

Çünkü ister inanın ister inanmayın, kadınlar da seks isterler; çılgın, tutkulu, vahşi seks; tıpkı sizin gibi.

Seks

Bravo kanka, sonunda bu gece seks yapacaksın!

Hayır, cidden. Bazı giysilerinizi çıkardıktan ve yatakta –kanepede, banyo zemininde; planınız neresiyse orada– kendinizi bulduktan sonra ön sevişme diyarına hoş geldiniz. Erkekler ön sevişmeye gereken önemi vermezler çünkü çüklerimizi ıslatma

konusunda büyük heyecana kapılmışızdır. Ön sevişmeye ne kadar yer verirsiniz kadınınız o kadar uyarılacak, daha iyi seks yapacak demektir ve bu sizin de daha iyi seks yapacağınız anlamına gelir (bu bir takım çalışmasıdır, unutmayın).

Başlamak için iyi bir nokta çıplak memelerini emmek ve masaj yapmaktır. Daha sert şeylerden hoşlanan bazı kızlar meme uçlarını hafifçe ısırmanızı sevebilirler, ama dikkatli olun, her kız bundan hoşlanmaz.

Daha sonra en azından onu parmaklamalı ya da parmağınızı klitorisine sürmelisiniz. Ne kadar ıslak olduğunu hissedin. Islaksa biraz daha ileri gidebilirsiniz. Kuruysa yavaşlayıp kendinize zaman verin. Isınmak için daha fazla zamana ihtiyacı var demektir.

Kızlara oral seks yapmaktan hoşlanıyorsanız bunu yapmak için de iyi bir zamandır. İyi oral seks yaparsanız kızların çoğu seks yapma arzularına karşı koyamayacaktır (hatta bazıları sizi kavrayıp bunu yapmanızı isterler).

Ön sevişme hakkında akılda tutulması gereken en önemli şey şakalaşma ya da beklentidir. Yukarıda sözü edilenleri yaparken acele edip onu yiyip bitirmeyin. Bu bazen havalı olabilir, ama genellikle yavaş ilerlemek, duyuşal bir deneyim yaşamak istersiniz. Örneğin sadece parmağınızı içine sokup devam etmek yerine parmak uçlarınızla birkaç saniye yavaşça cinsel organına dokunabilirsiniz. Delirir ve sizi her zamankinden çok içinde ister.

Ona sadece oral seks yapacağınıza kasıklarının içini öperek başlayın, milim milim yaklaşın ve beklenti yaratın. Ona yapmak üzere olduğunuz şeyi arzulasın. Bu gibi şeyler kadınları deli eder ve inanılmaz derecede uyarır. Bunu iyi ve tekrar tekrar

yaparsanız kızlar sizi aşağı itecek ve seks yapmaya zorlayacaktır. Beklenti büyüktür. Hemen gerçekleşmesi gerekir. Oracıkta.

Sekse gelince, herhangi bir fiziksel teknikten, havalı bir açıdan, pozisyondan ya da her neyse ondan daha önemlisi baskın olmanızdır. Kadınlar için cinsel tatmin fizikselden çok psikolojiktir, ama erkekler için çoğunlukla fizikseldir. Bu psikolojik tatminin büyük bir kısmı hükmedilmekten ve kontrolü elden bırakmaktan kaynaklanır. Kadınlar yatak odasında gücünüz ve kontrolünüz olmasını severler. İstediklerinizi güçlü bir şekilde dışa vurmanızı isterler. Yatakta nasıl baskın olursunuz?

1. Gürültülü olun. Ses çıkartın. Homurdanın. Sık nefes alın. Kadınlar bundan hoşlanırlar çünkü kendilerinin de gürültülü olabileceğini hissederler. Ve ses çıkardıkları zaman daha sıklıkla ve kolaylıkla kendilerini bırakırlar.
2. Müstehcen konuşun. Ona ne kadar seksi olduğunu söyleyin. Ne yapacağınızı yapmadan önce söyleyin. Ona edepsiz bir kız ve abaza bir sürtük olduğunu söyleyin. Bu konfor bölgenizin dışında olabilir, ama unutmayın ki yatak odasında kurallar farklıdır ve mantık yoktur.
3. Fiziksel olun. Tokat atın. Saçını çekin. Bir elinizle onu tutun. Pozisyon değiştirirken onu gerçekten tutun ve siz hareket ettirin.
4. Asla “Bu OK mi? X yapmamı ister misin?” gibi sorular sormayın. Yapın ve hoşlanmazsa durup özür dileyin. Seks sırasında durmadan kendisine başvuran bir erkek kadar kadınları soğutan bir şey yoktur. Kontrolü alın. Sizi ne uyarıyorsa onu yapın ve bu onu da uyacaktır.

Açık ara farkla geliştireceğiniz en önemli alışkanlık yatak odasında konuşmak ve kendini ifade etmektir. Bir kadınla yataken, özellikle de başlarda, açık bir iletişim forumu olmalı-

dır. Yeni bir insanla seks ilk keresinde her zaman biraz tuhaf-tır. İkinizin de farklı uygulamaları, alışkanlıkları ve tercihleri vardır. Birbirinizin eğilimlerini öğrenerek diğerinin hoşlandığı ve hoşlanmadığı şeylere uyum sağlamak biraz zaman ister.

Yatak odasında bir mizah anlayışınızın olması gerekir. Tuhaf, çuvalladığınız anlar olacaktır ve insanların çoğu çıplak-ken ve bir hafta önce tanıdıkları birinin altında yatarken ken-dilerini en güvende hissettikleri anları yaşamazlar.

Mizah anlayışınız olsun. Anlayışlı olun. *Rahatlayın.*

Yatak odasında işler ters gidince en sevdiğim şakalarım-dan biri, “Bu filmlerde ne kadar kolay görünüyor”dur. Bir kızı gül-dürebilerseniz çıplak, tuhaf bir pozisyonda olduğunu, biraz önce işleri berbat ettiğinizi unutacaktır; sadece sizinle birlikte olacak ve gülecektir.

Ayrıca dürüst olun. Eğer size saksofon çekmesini beğen-miyorsanız ona bunu ve nasıl yapmasını istediğinizi söyleyin. Komplimanlarınızda da dürüst olun. Çıplakken güzel oldu-ğunu söyleyin. Üstte olmasını sevdiğinizi söyleyin. Bu pozisyonda seksi göründüğünü söyleyin.

Birçok erkek cinsellikten kaygı duyar ve seks yapacaklarını anladıkları zaman gerilir, ama bu konuyu erkeklerin arasında açarsanız sanki kendi kaygıları yokmuş gibi dalga geçerler. Acı gerçek hepimizin şu ya da bu formda kaygı duyduğumuzdur. Cinsel kaygının farklı nedenleri vardır. En bilinenler şunlardır:

- Deneyimsizlik
- Katı dini ve/veya kültürel yetiştirme
- Negatif geçmiş cinsel deneyimler

- Geçmiş travmalar
- Düşük özdeğer

Son olarak da cinsel kaygının nedenleri doğrudan diğer kaygı formlarıyla alakalıdır: güven eksikliği, başkalarına fazla yatırım, utanç ve savunmasız kalmaktan korkmak.

Şu iki semptomdan birine sahipsinizdir: Ya çok erken boşalırsınız (bir ya da iki dakikadan kısa) ya sertleşemezsiniz veya sertliğinizi koruyamazsınız.

Ama bu anlamsız değil mi? Tamamen birbirinin zıddı iki olayın nedeni nasıl aynı şey olabilir?

Bu, aslında “dövüş/kaç” tepkisinin bir permütasyonudur. Gerildiğinizde ve adrenalin salgıladığınızda, bedeniniz kendini en kısa zamanda korunaklı ve güvenli bir duruma geçirmek ister. Bunu yapmanın bir yolu hemen boşalmaktır. Diğeri de ereksiyonunuzu tamamen kaybetmektir.

Her iki yoldan da bu berbat bir sorundur. Hangisi daha kötü bilmiyorum, ama bununla mücadele etme yöntemlerimiz var.

Çok erken boşalıyorsanız daha kalın bir prezervatif bulun. Şimdi daha geç boşalmanız için penisinizi hissizleştiren prezervatifler mevcut. Seksten birkaç saat önce mastürbasyon yapmayı deneyin.

Sertleşmekte ve sertliğinizi korumakta zorlanıyorsanız ilaçlar var. Reçetesiz alabileceğiniz ve Viagra'ya benzer işlevi olan bitkisel ürünler var. Sizi bir öküze kadar sertleştirebilirler ve birçok kez sevişebilirsiniz. Bir kızla yakınlaşmadan önce birkaç tane alın ve dikkat etmeniz gereken bir sorununuz kalmasın.

Ama bunların hepsi daha derinde yatan bir soruna geçici çarelerdir.

Daha derinde yatan sorununuz cinselliğinizle ve seksle kendinizi rahat hissetmeyişinizdir. Bu, bir kere daha, bir savunmasızlık meselesidir. Bu sorun derinlere iner ve bilinçdışımızda yer alır. En görünen çözüm olabildiğince fazla seks yapmaktır. Bunu yapmanın en iyi yolu sürekli bir kız arkadaş edinmektir.

Ne yazık ki bekâr kalmak istiyorsanız bu çok zaman ve çaba gerektirir ve bir sürü moral bozucu başarısızlık yaşayacaksınız demektir. Kızla seks yapacağınızı anladıktan sonra yavaş gitmeye özen gösterin.

Onunla seks yapacağınızı anladıktan sonra gözlerinizi yumup gevšemeye çalışın. Sorununuz aşırı heyecanlanmaksa beysbol ya da video oyunları gibi cinsellikle ilgili olmayan bir şey düşünün. Erekte olamıyorsanız gevşeyin, ona bakın ve ne kadar seksi olduğunu düşünün.

Geçmişinizde bir tür duygusal travma olduğunu düşünüyorsanız ve cinsel anlamda ciddi olarak baskıcı bir çevrede yetişmişseniz danışma ya da terapi almayı düşünmelisiniz.

Ne olursa olsun, bir kere bu noktaya ulaştınız mı, bir kişiyle maksimum savunmasızlık noktasına ulaşmışsınız demektir. Tipik olarak seksten sonra kadınların yatırım miktarı artar, erkeklerinki azalır. Birçok çiftin güç dinamiği bu noktada değişir. Kadının sahip olduğu seçim gücü (seks yapacak mı, yapmayacak mı) genellikle erkeğe geçer (taahhütte bulunacak mı, bulunmayacak mı). Bu güç dinamiği yer değiştirmese genellikle erkekte bir muhtaçlık işaretidir ve çekim sürmeyecektir.

Savunmasızlık taahhütle ya da bağlanmayla karıştırılmamalıdır. Bir kadınla yoğun ve güçlü bir duygusal bağlantı deneyimlerken birbirinize uzun süreli bağlılık sözü verme arzusu hiç duymamanız mümkündür.

Ama aynı zamanda, bu tür bir savunmasızlık ve yakınlık çoğumuzun içinde yok olmayacak bir bağın başlangıç noktası olur. Bugüne kadar yattığım kadınlar, onlarla çıkmasam da ayrı bir arkadaşlık ve sadakat kategorisi içinde yer alırlar.

Samimiyet, romans ve yoğun duygusal bağlantılar harika ve birçok anlamda bir uyuşturucu gibi zehirli ve hatta bağımlılık yapıcı olsalar da hakiki ve uzun süreli duygusal bağlantı ancak uzun süreli bir taahhütten doğar. Ama bu başka bir kitabın konusudur.

Kapanış

Sonuç: İlerlemek

Bu kitapta hazmedilmesi gereken çok şey vardır. Kadınlar için daha çekici olmak amacıyla kendini geliştirme yolculuğuna henüz başlamamış birine tüm bunlar fazla gelebilir ve nereden başlayacağını bilemeyebilir.

Bu nedenle bu küçük eylem planını oluşturdum. Kitabın sonunda bulacaksınız. Amacım size hem başlamak için açık bir yer sunmak hem de neye ve hangi sırada odaklanacağınızı göstermenizi sağlamaktır.

Eylem planı beş görevden ya da zorluktan oluşan beş gruba ayrılmıştır. Her bölümdeki en az dört görevi yerine getirdikten sonra bir sonraki bölüme geçin. Birinci bölümdeki bazı görevleri doğal olarak yapmakta olabilirsiniz. Örneğin düzenli spor yapıyorsanız bu iyidir. Öbür bölümlerde, bir eylemi *o bölüme başladıktan sonra yapmadıysanız sayılmaz*. Örneğin, beşinci bölümde, daha önce hiç seks yapmadığınız bir kadınla seks yapmanız konusu vardır. Elbette bu kitabı okuyan herkes bakir değil. Belki de daha önceki kısımlardayken bir kadınla seks yaptınız. Ama bunlar beşinci bölüme gelene kadar sayılmaz.

Elbette ki bunlar katı kurallar değildir. Ama bu bölümler sizi zorlamak, açıkta tanımlanmış amaçlar ve mihenk taşları göstererek başarıya ulaşmanızı sağlamak için tasarlanmıştır. Her bölümdeki bazı görevler size çok kolay, bazıları da çok zor gelecektir. Bu kişiden kişiye değişir, ama genel fikir kendinizi geliştirme konusunda size izleyeceğiniz açık bir yol sunmaktır.

Ayrıca, bunun uzun vadeli bir süreç olduğunu bilin. Bu görevlerin çoğunu bir gecede ya da bir hafta sonunda yerine getiremezsiniz. Çoğu haftalarca ve hatta aylarca çabalamanızı gerektirir. Ama bunda bir sorun yoktur çünkü muhtemelen bunlar üzerinde çalışmaya gerçekten ihtiyacınız vardır.

Seviye 1: Temeliniz (beşte beşini tamamlayın)

Spor salonuna katılın: Bir salona üye değilseniz üye olun. Nasıl egzersiz yapacağınızı bilmiyorsanız bir özel eğitmen tutun. Bunu haftalık bir alışkanlık haline getirin.

Gardırobunuzu yenileyin: Sekizinci Bölüm'deki tavsiyelere uyarak yeni giysiler alın. Daha önce giymediğiniz kadar iyi giysiler giymek için kendinizi zorlayın. Kendinizi farklı hissedeceksiniz.

Güzel bir saç kesiminiz olsun: Bu işe biraz para harcayın. Buna değer ve fark yaratır.

İş güvenliği/tatmini: Bu biraz karmaşıktır, ama çalışma durumunuz sizi mutlu etmiyorsa biraz zaman ayırarak bunu düzeltmek için bir plan yapın. Çok fazla çalışıyorsanız daha az çalışmanın bir yolunu bulun. İşsizseniz her şeyi bırakın ve bir iş bulun.

Bir sosyal hobiyi düzenli olarak yapmak: Bir sosyal hobi seçerek onu düzenli olarak yapın. Bir hobiniz halihazırda olabilir ama yoksa bulun. Dans dersleri, toplum içinde konuşma, dil, yemek pişirme kursları, bir orkestraya katılmak vs. olabilir. Her neyse sosyal olsun. Evde oturup kusursuz model uçaklar yapmak sayılmaz.

Seviye 2: Kadınlarla Tanışmak (beşte dördünü tamamlayın)

Demografiyi anlamak: Buradaki tavsiyelere uyarak demografinizi keşfedin. Gitmekten en çok hoşlandığınız yerleri ve ne tür kadınlarla tanışmak istediğinizi yazın. Ve bu ikisinin kesiştiği yerler ve etkinlikler öğrenin. Bağımsız rock konserleri, sanat galerisi gösterileri, salsa geceleri olabilir. Uygun yeri/durumu bulun ve onu izleyin.

Bir günde beş kadınla tanışın: Ne demek istediği ortada.

Bir haftada yirmi kadınla tanışın: Aynı şekilde ne dediği ortada.

Bir internet flört sitesine katılın ve on kadına e-posta gönderin: Bunun da ne demek istediği ortadadır. Otuz yaşın altındaysanız bedava siteleri öneririm. Otuz yaşın üzerindeyseniz ücretli siteleri tercih edin.

Bekârlar için düzenlenen ya da hızlı çıkma etkinliklerine katılın: Yaklaşma görevlerini yerine getirmekte güçlük çekiyorsanız bu size doğru yönde moral kazandırabilir.

Seviye 3: Kadınlarla İletişim (üçte ikisini tamamlayın)

Yeni tanıştığınız kadınlarla en az yarım saat süren sohbetler yapın: Nerede olduğu önemli değildir.

Yeni tanıştığınız üç kadının telefon numarasını alın: Ne kadar çok kadının numarasını verdiğini görerek şaşıracaksınız.

İki kadınla çıkın: Herhangi bir yerde tanıştığınız kadınlar olabilir.

Seviye 4: Yakınlaşmak (üçte ikisini tamamlayın)

İki kadını öpün: Bu kitabı okumaya başladıktan sonra tanıştığınız kadınlar olsunlar.

Aynı kadınla ikinci kez çıkın: Anlamı açıktır.

Bir kadını başarıyla evinize götürün: Genellikle ikinci çıkmadan sonra gerçekleşir.

Seviye 5: Cinsel Olmak (ikide ikisini tamamlayın)

Daha önce seks yapmamış olduğunuz bir kadınla seks yapın: Anlamı açıktır.

Üç yeni kadınla ilk kez çıkın: Anlamı açıktır.

Seviye 6: Oh, Seni Çapkın Seni (isteğe bağlı)

O gün/gece tanıştığınız bir kadınla seks yapın: Bunu bir barda ya da gece kulübünde tanıştığınız bir kadınla yapmanızı öneririm. Gündüz tanıştığınız bir kadını evinize getirmeniz zordur, ama olanaksız değildir.

İlk defa çıktığınız bir kadınla seks yapın: Bunun harika bir randevu olduğundan emin olun.

O gün/gece tanıştığınız üç kadını öpün: Farklı gecelerde de yapılabilir. Yine bar ya da gece kulübü tavsiye edilir.

Sonsöz: Ya Bir Armağansa?

Önceki sayfalarda muhtaç olmadığınızı ve kendinize güveniniz olduğunu sezen kadınların sizi çekici bulacaklarını öğrendik. Bu güven duygusu güçlü bir kimliğiniz olmasından ve kendinize başkalarının algılarına yaptığınızdan daha fazla yatırım yapmanızdan kaynaklanır. Bu alttan sizin güvenilir, güvenli ve yüksek statülü (ya da yakında yüksek statüye kavuşacak) biri olduğunuzu iletir.

İnsanın kendine daha fazla yatırım yapmasının, daha güvenli olmasının yolu sezgilere aykırıdır. Hem eylemlerimizde hem de duygularımızda savunmasız olmanın insanın kendine daha fazla yatırım yapması ve daha az muhtaç olması anlamına geldiğini öğrendik.

Bu yeni kavuştuğunuz güven kendinizi daha açık ve doğrudan ifade etmenizi sağlar; kadınların tepkilerini kutuplaştırırsınız, reddedilmeyi daha kolay kabul edersiniz, ama kadınlara öncekine göre çok daha çekici gelirsiniz. Kadınları çekmek bir kendi kendini seçme sürecidir. Korkunuzu yenme süreciniz oranında onları kendinize çekersiniz. Ve sizi çekici bulan bu kadınları baştan çıkarma tutarlılığınız cinselliğinizi ifade etme süreci aracılığıyla olur. Bunlar üç temel ilkedir.

Bu sayfalarda bir erkeğin kendini yenilemek ve kadınlarla başarı kazanmak için ihtiyacı olduğunu düşündüğüm tüm araçları sundum. Kuşkusuz bazı zamanlar zorluk çekeceksiniz. Hız kesicilerle, dönüşlerle karşılaşacak, duygusal iniş ve çıkışlar yaşayacaksınız. Ama ısrar ederseniz ve iyimserliğinizi koursanız oraya varacaksınız. Bundan kesinlikle eminim.

Ve zorlaştığını hissettiğiniz, hayal kırıklığına uğradığınız

ve güvensiz inançlarınıza geri döndüğünüz, dış onaya ihtiyaç duyduğunuz, kendi iç pusulanıza göre hareket etmeyi bırakıp başkalarının sizi çekıştirmesine izin verdiğiniz zaman kendinizi kaybolmuş ve çaresiz hissedebilirsiniz. Bu çaresizlik hissi dakikalar, saatler ya da günler sürebilir, ama kendinizi zorlarsanız, gerçekten değışmeyi denerseniz ve dünyayla etkileşiminizi yeniden düzenlerseniz bir noktada bunu hissedeceksiniz.

Ve bu zamanlarda, bana ve sayısız erkeğe bu zorlu yollarda yardım etmiş olan bir cümle paylaşmak isterim:

Dr. Robert Lover, *No More Mr. Nice Guy (Artık Yeter Bay İyi Adam)* adlı kitabında bu cümleyi söylemiştir ve bu kitap erkeklerin duygusal sağlığı ve gelişimi konularında okuduğum en iyi kitaplardan biridir.

Cümle şudur: “Ya bir armağansa?”

Başınıza ne gelirse gelsin, ne kadar kötü olursanız olun, ne kadar umutsuz hissederseniz hissedin, kendinize “Ya bir armağansa?” diye sorun ve öyle olmasının mantıklı açıklamasını düşünün.

Çünkü gördüğünüz gibi duyguların dünyasında mutlakiyet yoktur, genellikle istediğiniz sonucu çıkartabilirsiniz. Neden mutlulukla, iyimserlikle ve armağanlarla ilgili bir sonuç olmasın!

Eski kız arkadaşınız sizi bir başkası için terk etti, ya bu bir armağansa? Bu olmasaydı bu kişisel gelişim yoluna girmeyecektiniz; sonsuza kadar hayal kırıklıklarıyla dolu bir ilişkinin içinde kendinizin farkında olmadan sıkışacaktınız.

Bir kadın saçınızla dalga geçti ve çirkin olduğunuzu söyledi.

Ya bu bir armağansa? Bu kadar sert bir ret sizi gelecekte daha güvenli olmanız için sertleştirir ve umut ederim ki nasıl göründüğünüzü gözden geçirirsiniz.

Arkadaşlarınız kadınlara yaklaşmanın tehlikeli olduğunu söylüyorlar ve bunu yapmak istediğiniz için sizi ezik biri olmakla suçluyorlar. Ya bu bir armağansa? Ya yaptığınız ve üzerinde çalıştığınız şeylerin sosyal sınırları zorladığını gösteriyorsa, kutuplaştırıcıysa ve son kertede sizi daha tartışmacı ve çekici gösteriyorsa?

19 yaşındayken bir arkadaşım gözümün önünde boğuldu. Bir göl kıyısında partideydik. Bir an oradaydı, gülüyor, gülümüyor, şakalar yapıyordu ve bir sonraki an ebediyen gitmişti.

Bana verilen en büyük armağanlardan biriydi. İyi bir şey olduğu için değil, çok trajikti. Ama o zamandan beri değiştim.

Elbette o gece şoka girmiş ve travma geçirmiştım. Bu deneyimden varlığımızın aslında ne kadar geçici olduğunu fark ederek çıktım. Her an yok olabiliriz. Kimse benim hayatımı benim için yaşamayacak ve burada oturup gerçek arzularıma mesafeli, dünyadan kaçınarak ve ona dahil olmaya korkarak geçirdiğim her an en büyük armağanı ziyan ediyorum: Bu, hayatta geçireceğim zaman.

Ölümü beni şoke etti; depresyona girdim ve korktum. Ama risk alma, kendimi ifade etme, kendi algıma başkalarınıninkinden çok yatırım yapma cesareti de verdi. Çünkü er ya da geç her şey yok olacak ve hiçbir şeyin önemi kalmayacak. Buradayken olabildiğince tadını çıkarabilirsiniz.

Ve son olarak sizin için tüm umut edebileceğim budur: buradaki zamanınızın tadını çıkarmak. Size anlattığım araçlarla

donanmak, dışarı çıkmak, kendi yolunuzu çizmek, bu hayatın sizi ödüllendirdiği aşkı, heyecanları ve mutluluğu deneyimlemek.

Çünkü hayat bunu yapar: Sizi ödüllendirir. Size her gün armağanlar verir.

Onları kabul edecek misiniz?

Sözlük

Baştan çıkarma: Bir erkeğin, kadına yaptığından daha fazla yatırımı kadının yapmasını sağladığı durumdur. Seks bu sürecin bir yan etkisidir. Kadınlar bir etkileşimin başında genellikle daha az yatırım yaparlar çünkü erkeklere kıyasla hemen her zaman daha fazla cinsel ve romantik seçenekleri vardır.

Cesaret: Yapmaktan korku ve kaygı duyduğunuz bir şeyi yine de yapmak. *Bkz. Kaygı.*

Cinsel kaygı: Kişinin cinselliğini ifade ederken ya da cinsel durumlarla karşılaştığında duyduğu kaygı ve sıkıntı. *Bkz. Cesaret, savunma mekanizmaları.*

Cinsel niyet: Biriyle cinsel ilişki kurma arzusunun ifade edilmesi. Açık ve ortada ya da flört aracılığıyla hassas ve imalı olabilir. *Bkz. Ürkütücü. Çıkma.*

Cinsel tırmanma: İki kişinin giderek daha fazla cinsel olarak dahil oldukları durum. Genellikle hafif dokunuşlardan ağır dokunuşlara, öpüşmeye, ön sevişmeye ve nihayetinde sekse doğru yol alır.

Cinsel uyarılma: Kişinin cinsel olarak fiziksel, psikolojik ya da duygusal uyarılması. Yakın zamanda yapılan araştırmalar kadınların cinsel niyetin belli edilmesi ve atak davranışlarla uyarıldığını ortaya çıkarmıştır. *Bkz. Cinsel niyet, cesaret.*

Çekici davranış: Kişinin gündelik yaşamında ve kadınlarla etkileşimlerinde güvenli olması. Bu her zaman olmasa da genellikle savunmasızlığın sonucudur. *Bkz. Hayat tarzı, muhtaçlık.*

Çeşitlilik etkisi: Kadınların da erkeklerin de benzer inançları ve benlik algılarını bulmaya olan eğilimi. Örneğin özdeğeri düşük bir erkek özdeğeri düşük kadınları çekecektir. Sekse karşı pozitif bir erkek sekse olumlu bakan kadınları çekecektir. *Bkz. Demografi.*

Çıkma başarısı: Kişinin seçtiği kadınla/kadınlarla mutluluğunu en üst düzeye çıkarması. Bunu sayılar, cinsel birleşmeler, görünüm vs. **BELİRLEMEZ**; mutluluk belirler.

Demografi: Hayatınızın iyi olduğunuz ve keyif aldığınız alanlarında kadınların peşinde koşarsanız daha büyük başarı (mutluluk) ve verim elde edeceğiniz fikri. Örneğin, müzisyenseniz *müzik* etkinliklerinde ve konserlerde tanıştığınız kadınlarla başarılı çıkma deneyimleri yaşamanız daha muhtemeldir. *Bkz. Çeşitlilik etkisi, yaşam tarzı.*

Duygusal bağlantı: İki insan arasındaki karşılıklı duygusal yatırımdır. Bu yatırım yakınlık hissi yaratır ve daha fazla empati duyulmasını sağlar. Genellikle uyarır ve cinsel arzu uyandırır. **Hakikatinizi bulmak:** İki parçalı bir süreçtir. 1) Kendi değerlerinize değil de başkalarının onayını almaya yönelik davranışlarınızdan kurtulmak; 2) Daha önce bilinçsiz olan duygularınızla ve arzularınızla bağlantı kurmak. Kişinin hakikatini bulması davranışlarımızın ve inançlarımızın hayatlarımız boyunca yanlış nedenlerle edindiğimiz birtakım alışkanlıklar olduğu fikrine temellenir. Kişinin gerçek duygu ve arzularıyla temas kurması, güvensiz alışkanlıklarını ve davranışlarını bırakması daha savunmasız ve daha çekici olmasına neden olur. *Bkz. Çekici davranış, muhtaç olmamak, savunmasızlık.*

Dürüst eylem: İnsanın aslında yapmak istediğiyle yaptığı arasındaki açığı kapatması. Genellikle kişinin neyin mümkün olduğu konusundaki kendi kaygılarını ve kısıtlayıcı düşünceleri-

ni alt etmesini gerektirir.

Dürüst iletişim: Kişinin inandığı ve hissettiğiyle söylediği arasındaki farkın kapanmasıdır. İletişimdeki engellerin kaldırılmasını ve açıklık gerektirir.

Dürüst yaşam: Olmak istediğiniz kişiyle olduğunuz kişi arasındaki farkın kapanmasıdır. Uzun süreli yatırım ve sıklıkla da majör hayat kararları/değişiklikleri gerektirir.

Güven: Kişinin kendine, belli koşullarda kendi yeteneğine ve becerisine olan inancı. Güven bağlama bağlıdır. Biri yönetim kurulu odasında son derece güvenliken cinsel ilişki sırasında son derece güvensiz olabilir. Güven çoğunlukla özdeğer ile karıştırılır. Romantik durumlarda güven yoksunluğu muhtaçlığa işaret eder ve bu da düşük özdeğerin bir bileşenidir. *Bkz. Muhtaç olmamak, muhtaçlık, özdeğer.*

Hayat tarzı: Kişinin hayatının büyük kısmını birlikte geçirdiği insanların, ilgi alanlarının ve yaptığı aktivitelerin kalitesi ve tipi için kullanılan kapsayıcı bir terim. Mesleğiniz, mahalleniz, hobileriniz, arkadaşlarınız ve hafta sonu yolculuklarınız hayat tarzınızın bileşenleridir. Bu sizin değerlerinizin, özdeğerinizin bir yansımasıdır ve demografinizi de belirler. Hayat tarzı güvensiz davranışlara da temellenebilir (örneğin kadınları etkilemek için belli bir şekilde giyinmek, belli bir araba kullanmak vs.). *Bkz. Demografi.*

İstirap/acı dönemi: Kişinin kendini duygusal olarak açmaya ve başkalarına karşı daha savunmasız olmaya başladığı dönem. Yılların duygusal bagajıyla ve travmasıyla uğraşırken geçici olarak daha az çekici davranmanıza neden olabilir. Genellikle çok fazla duygusal stres ve ıstırapın eşlik ettiği bir dönemdir. İstirap dönemi düşük özdeğerli, güvensiz birinin yüksek özde-

ğerli ve hakiki güvene sahip birine dönüşmesi için gereklidir. *Bkz. Savunmasızlık, muhtaç olmamak.*

Kaygı: Belli bir durumun tekrar tekrar ortaya çıkardığı genel bir korku ve endişe hali. Kaygınızı cesaretinizle alt edersiniz. *Bkz. Sosyal kaygı, cinsel kaygı, cesaret.*

Kendi kendini seçme: Çeşitlilik etkisinin bilinçdışı sürecidir. Ne yaparsanız yapın veya kim olursanız olun, belli bir demografi için çekici olacaksınız ve ötekiler için olmayacaksınız. Uzun boylu ve kelseniz bilinçdışından uzun boylu, kel adamlardan hoşlanan kadınları tarayacaksınız çünkü hoşlanmayanlar sizi reddedecek ya da ilgi göstermeyecektir. Bir yabancıysanız bir şey yapmanıza gerek kalmadan yabancıardan hoşlanan kadınları otomatik olarak seçersiniz. Çeşitlilik etkisine benzer, ama inançları ve tutumları yansıtmak yerine yüzeysel tercihleri yansıtır. *Bkz. Çeşitlilik etkisi, demografi.*

Kısıtlayıcı inançlar: Kişinin bir şeyde başarılı olmasını engelleyen mantıksız inançlar. Bunlar hemen her zaman yanlıştır ve savunma mekanizmalarıyla cesaret yoksunluğundan kaynaklanırlar. Örneğin kel olduğu için kadınların kendisini çekici bulmayacağını düşünerek hiç denemeyen bir erkek. *Bkz. Savunma mekanizmaları, cesaret.*

Koşulsuzluk: Karşılığında bir şey beklemeden bir şey yapmak ya da söylemek. Genellikle erkekler kızın karşılığında kendilerine bir şey borçlu olması için güzel şeyler söyler ya da yaparlar. Örneğin, kızın ona iyi davranması için kompliman yaparlar. Bu, koşullu davranıştır. Koşullu davranışlar güvensizdir, genelde geri teperler ve daha az çekici görünmenize neden olurlar. Koşulsuz davranış karşılık beklemeden bir şey yapmaktır. Koşulsuzluk güvenli ve çekicidir.

Kutuplaştırma: Bir kadını sizin hakkınızda güçlü pozitif ya da negatif duygular hissetmeye sevk etmektir. Kutuplaştırma sizinle en uyumlu kadınları çok hızlı biçimde taramanızı sağlar. Kutuplaştırma reddi sadece davet etmekle kalmaz, onu bir kadınla çıkmak için bir araç olarak da kullanır. *Bkz. Çeşitlilik etkisi, demografi, ret.*

Muhtaç olmamak: Kendinizle ilgili fikrinize başkalarının sizin için düşündüklerinden daha fazla yatırım yapmak. Muhtaç olmamak yüksek özdeğerin ve tüm çekici davranışların bileşenidir. Hakiki güven savunmasızlık alıştırmaları ve kendine yatırım yaparak sağlanır. *Bkz. Güven, muhtaçlık, özdeğer.*

Muhtaçlık: Başkalarının fikirlerine ve algılarına kendi fikirlerinizden ve algılarınızdan daha çok yatırım yapmak. Muhtaç erkekler başkalarının onayını kazanacaklarını düşündükleri şey uğruna tüm kararlarından ve davranışlarından taviz verirler. Kendi kimliklerini ve arzularını başkalarının iradesine göre değiştirirler. Muhtaçlık hayatın erken dönemlerindeki sosyal/duygusal başarısızlıkların yarattığı bir savunma mekanizmasıdır, ama yetişkinlikte yakınlık kurarken işe yaramaz. Kişinin kendine yatırım yapmasıyla, savunmasızlığı öğrenerek ve dürüst yaşam, dürüst eylem, dürüst iletişim ilkelerinden taviz vermeyerek aşılabılır.

Narsisizm: Düşük özdeğerlerini ve güvensizliklerini, kendi iradelerini ve ihtiyaçlarını gereksizce başkalarına dayatarak aşırı telafi eden erkekler. Narsisistler genellikle mümkün olan en fazla kadınla yatmayı amaçlarlar. Narsisist davranışların ayartma endüstrisinde ve sözde pick up artist ekolünde sıklıkla promosyonu yapılır. Narsisistler kendine güvenli görünebilirler, ama bunlar yine de düşük statülü davranışlardır çünkü başkalarının algılarına fazla yatırım yaparlar. Narsisist erkekler kısa süreli cinsel başarılar yakalayabilirler, ama uzun vade-

de duygusal başarısızlıkla karşılaşır. *Bkz. Özdeğer, muhtaç olmamak, pick up artist.*

Nesneleştirme: Kadınları ve sosyal etkileşimleri insanlar ve duygusal aktiviteler olarak değil kişiliksiz süreçler ve nesneler olarak görme kararı. Erkekler kadınları sayılar, üzerinde çalışılması gereken konular, kazanılacak oyunlar vs. olarak görerek cinsel ve duygusal hayatlarını nesneleştirirler. Duygular yok sayılır ve ifade edilmeleri teşvik edilmez. Narsisizm ve performans davranışları kısa vadede başarı kazanmak için nesneleştirmeyi cesaretlendirirler. Ama bu uzun sürede duygusal zarar verir, depresyona ve daha düşük özgüven seviyesine neden olur. Bu nedenle uzun zamandır narsisist olan erkek kendini şu durumda bulur: Birçok cinsel partneri vardır, ama başladığı noktada olduğundan daha mutsuzdurlar. *Bkz. Narsisizm, pick up artist.*

Özdeğer: Kişinin kendi değerini ya da iç zenginliğini bilinçdışı algılamasıdır. Yüksek özdeğer sahibi olmak cinsel etkileşimlerde kendinize güvenli olmanızı sağlar. Bu kitapta özdeğerin ilişkisel bileşenini açıkça ifade edebilmek için “özdeğer” yerine “muhtaç olmama” terimi kullanılmıştır. *Bkz. Muhtaç olmama.*

Pick up artist: Erik von Markovik (gizem) ve Neil Strauss’un tekniklerini öğreten bir flört tavsiyesi ekolü. Pick up artistlerinin kendi özel argoları ve başarı ölçütleri vardır ve bu da mümkün olduğu kadar çok kadınla yatmaktır. Duygusal ve cinsel yaşamlarını nesneleştirirler ve kadınlarla seks yapmalarına rağmen kendilerine uzun vadede psikolojik zarar verirler. Birçok pick up artist narsisist ve performans temelli davranışları destekler. *Bkz. Narsisizm, nesneleştirme.*

Ret: Bir kadın bir erkeğin cinsel niyetine ilgi göstermediği za-

man meydana gelir. Bu açıkça olabilir (“Bir erkek arkadaşım var, özür dilerim.”) ya da imalıdır (kopmak, tuvalete gidip geri gelmemek vs.).

Savunma mekanizmaları: Kişinin eyleme geçmekten kaçınmasına neden olan psikolojik tepkiler. Suçlama, öfke, yansıtma, rasyonalizasyon, duygusuzluk vs. *Bkz. Kaygı, cesaret.*

Savunmasızlık: Düşüncelerinizi ve duygularınızı onları savunmadan, gardınızı almadan ifade edebilme yeteneği. Çoğu erkeğin düşüncelerini ve duygularını saklaması onları daha az çekici kılar. Bu, koşullu davranmalarına ve davranışlarını başkalarının inançlarına temellendirmelerine neden olur. Bu güvensiz davranıştır ve son kertede daha itici görünmelerine neden olur. Paradoksal olarak kişinin savunmasız olması ve karşılığında bir şey beklemeden eleştiriye teslim olması özdeğerinin artmasına, daha güvenli ve çekici olmasına neden olur.

Sınırlar: Kişinin kabul edilebilir bulduğu iletişim ve etkileşim limitleri. Güven seviyesine bağlı olarak güçlü ya da zayıf olabilirler. Örneğin Jack güvensizdir ve çıktığı kadınların onunla dalga geçmesine ses çıkarmaz. Sally güvenlidir ve çıktığı adamın onu almaya yirmi dakika geç gelmesini kabul etmez. Sağlam sınırlar hakiki güvenin nedeni ve sonucudur. Kişinin sınırlarına sahip olması çoğunlukla çekici gelir ve her zaman daha fazla saygı uyandırır.

Sosyal çevre: Ortak arkadaşlar ve tanıdıklar.

Sosyal kanıt: Birçok insan bir şeye değer veriyorsa bizim de ona değer vermemize neden olan psikolojik mekanizma. Karşılıklı çekimde, belli bir sayıda insan ya da kadın sizi çekici bulursa belli bir kadın sizi hepsinden daha fazla çekici bulacaktır. Sadece sosyal durumlarda geçerlidir. Diyelim ki bir bara gir-

diğınızde bazı kadınlar size ilgi gösterdiler. Ama barın diğercunda oturan ve ortak tanıdığınız olmayan bir kadın aldır-mayacaktır. Ama bir bara girerseniz ve aynı kadın içerde sizi tanıyan ve seven üç kadın arkadaşıyla birlikteyse daha onunla konuşmadan sizi çekici bulması muhtemeldir.

Sosyal kaygı: Kişinin sosyal durumlarda ya da yeni insanlarla bir arada olduğunda deneyimlediği kaygı ve sıkıntı. *Bkz. Cesa-ret, savunma mekanizmaları.*

Sürtüşme: Karşılıklı çekim olmasına rağmen cinsel tırmanma-yı engelleyen koşullar ve nedenler. Örneğin iki kişi birbirlerini çok çekici bulur, ama biri evlidir ve diğeri başka bir kentte ya-samaktadır.

Ürkütücü: Kişinin cinselliğini bir kadını rahatsız edecek ya da kendini daha az güvenli hissettirecek şekilde ifade etmesidir. Bu tür davranışlar bilinçli ya da bilinçsiz olabilir. *Bkz. Cinsel niyet.*

Yansıtma: Kadınların ve erkeklerin kaygıdan kaçınmak için kullandıkları bir savunma mekanizmasıdır. Yansıtma kaygınızın kaynağını kendinizden başka bir yerde arar. Örneğin ırkı konusunda güvensiz bir Hintli erkek kadınların ırkçı olduklarını ve onu Hintli olduğuna için beğenmediklerini söyler. Kadınların ona kötü davranmasından kaygı duyan bir erkek bunu kadınlarla yansıtarak onların sürtük olduklarını söyleyecek ve bunu onlardan kaçınmak için bir neden olarak kullanacaktır. Kadınlar da yansıtırlar. Kendi cinselliğiyle rahatsız ve güvensiz olan bir kadın sizi çok çekici bulsa da reddedebilir. Düşük özdeğerli bir kadına fazlasıyla çekici gelerseniz bu güvensizliği size yansıtacak ve onunla seks yapmak istediğiniz için size öfkelenenecektir. Bu nedenle daha az çekici kadınlar sizi daha çekici kadınlardan daha sık ve sert reddedebilirler. *Bkz. Savunma mekanizmaları.*

Yazar Hakkında

Mark Manson, ABD, Teksas, Austin'de doğmuş ve 2007 yılında Boston Üniversitesi'nden mezun olmuştur. Aynı yıl erkeklere koçluk etmeye başlamış, onları lokal barlara götürerek çekici kadınlara yaklaşmalarına yardımcı olmuştur.

2008'den 2012'ye kadar bir şirket kurarak erkekler için flört danışmanlığı yapmıştır. *Modeller: Dürüstlük Sayesinde Kadınları Kendine Çekmek* adlı kitabını 2011 yılında kendi yayınlamıştır. Kitap 2012 ve 2016'da gözden geçirilmiştir.

Mark, 2013 yılında danışmanlıktan ve flört tavsiyelerinden uzaklaşarak her iki cinsiyet için de geniş bir konu dağarcığını kapsayan blog yazıları yazmaya başlamıştır. Bu konuda daha fazla bilgi için: www.markmanson.net

Mark evlidir ve New York'ta yaşamaktadır.