

DAUGIAU NIEKADA NESIVAIKYKITE VYRŲ

BRUCE BRYANS



38 paslaptys, kurios
padės susirasti
vaikiną, išlaikyti
jo susidomėjimą ir
apsisaugoti nuo
niekur nevedančių
santykių

DAUGIAU
NIEKADA
NESIVAIKYKITE
V Y R Ū

BRUCE BRYANS



MIJALBA

Kaunas
2023

Originalaus leidinio duomenys:

Bruce Bryan
NEVER CHASE MEN AGAIN
Keep Him Interested, and Prevent
Dead-End Relationships

© 2015 by Bruce Bryans

ISBN-13: 978-1514128381

ISBN-10: 1514128381

Iš anglų kalbos vertė Živilė Šileikaitė

Nors šioje knygoje pateikta informacija gali būti labai naudinga, būtina suprasti, kad nei autorius, nei leidėjai neteikia specifinių patarimų apie žmogaus psichologiją, emocijas ar lytinius santykius. Knyga taip pat nėra skirta padėti nustatyti diagnozę, skirti vaistus, rekomendacijas ar gydyti specifines psichologines, emocines ar seksualines problemas. Kiekvieno žmogaus poreikiai yra unikalūs, ir knygos autorius negali atsižvelgti į visus šiuos individualius skirtumus.

Visos teisės į knygą priklauso Bruce'ui Bryans'ui. Draudžiama kopijuoti, platinti ar naudoti šią knygą ar jos dalis kituose kūriniuose, taip pat prisidėti prie nelegalaus šios knygos naudojimo.

Be rašytinio, datuoto ir autoriaus pasirašyto sutikimo šią knygą draudžiama atkurti bet kokia forma ar būdu, viešai skelbti, taip pat padaryti viešai prieinamą kompiuterių tinklais (internete), išleisti ir versti, platinti jos originalą ar kopijas.

Šį leidinį draudžiama atgaminti bet kokia forma ar būdu, viešai skelbti, įskaitant padarymą viešai prieinamą kompiuterių tinklais (internete), išleisti ir versti, platinti jo originalą ar kopijas parduodant, nuomojant, teikiant panaudai ar kitaip perduodant nuosavybėn.

Draudžiama šį kūrinių, esančių bibliotekose, mokymo įstaigose, muziejuose arba archyvuose, mokslinių tyrimų ar asmeninių studijų tikslais atgaminti, viešai skelbti ar padaryti viešai prieinamą kompiuterių tinklais tam skirtuose terminaluose tų įstaigų patalpose.

Bibliografinė informacija pateikiama Lietuvos integralios bibliotekų informacinės sistemos (LIBIS) portale ibiblioteka.lt

ISBN 978-609-469-149-2

© „Mijalba“, 2023

Mano dovana jums

Norėdamas atsidėkoti jums už tai, kad įsigijote mano knygą, siūlau nemokamą 10 pamokų kursą (taip pat kitų naudingų dalykų), kurį galite gauti elektroniniu paštu. Ši dovana yra skirta išimtinai knygos skaitytojams. Kiekvienoje pamokoje atskleidžiamos mano labiausiai saugomos paslaptys apie pasimatymus, kurios gali padėti patraukti tinkamą vyrą ir puoselėti ilgalaikius santykius.

Iš šio nemokamo 10 pamokų kurso sužinosite, kaip elgtis per pasimatymą, kad vyras užsidegtų geismu ir trokštų jums įsipareigoti; taip pat išmoksite pasitikinčiai bendrauti su vyrais, kad susirastumėte tokį partnerį, kokio norite, išlaikytumėte jo susidomėjimą ir sparčiai atsijotumėte laiko gaišintojus, žaidėjus ar vyrus, kurie niekada neįsipareigoja.

Kursą rasite šiame interneto puslapyje:
<http://www.brucebryans.com/ecourse/>

Turinys

Ižanga 9

Pirmas skyrius. Sustiprinkite jo susidomėjimą jumis ir išmokykite jūsų siekti 17

Antras skyrius. Teisinga mąstysena ir požiūris, vedantis į sėkmingus santykius su vyrais 35

Trečias skyrius. Atskleiskite savo aukštas vertybes ir būkite tokia moteris, kokiomis vyrai žavisi 57

Ketvirtas skyrius. Paprastos taisyklės, kurios padės išvengti niekur nevedančių santykių 75

Baigiamosios mintys 90

Apie Bruce'ą Bryansą 99

Pasidalykite paslaptimis 101

Įžanga

Mes visi padarome klaidų per pasimatymus ir bendraudami su priešinga lytimi. Esu tikras, galite tiksliai prisiminti akimirką, kai praradote susidomėjimą koku nors vaikinui, su kuriuo susitikinėjote praeityje. Kai tai nutiko, tas nelaimėlis veikiausiai neturėjo nė menkiausio supratimo, kad mintyse jį jau atmetėte dėl kažko, ką jis pasakė ar padarė *tą vieną kartą*. Arba, iš kitos pusės, galbūt susidomėjimas menko palengva, bėgant laikui, ir tam tikras pasikartojantis vaikino elgesys ar įvykiai atstūmė jus visam laikui.

Jeigu taip nutinka vyrams, vadinasi, taip pat gali nutikti ir moterims. Ir nutinka... *labai* dažnai.

Kartais kažkas, ką moteris padaro pačioje santykių pradžioje, paskatina vyrą atsiriboti, beveik akimirksniu visiškai prarasti susidomėjimą arba priskirti ją tik draugių grupei ar, dar blogiau, draugių, su kuriomis galima retkarčiais pasimėgauti seksu be jokių įsipareigojimų. Tokio tipo klaidos paprastai padaromos per pirmas pasimatymų savaites, dar nespėjus užsimegzti rimtiems santykiams.

Tačiau net ir tais atvejais, kai rimti santykiai spėja užsimegzti, moterys gali padaryti įvairiausių klaidų, kurios atbaido puikius vyrus. Šios klaidos paskatina vyrus nutraukti

santykius arba sumenkinti santykių statusą, ir moteris vieną dieną susivokia, kad atsidūrė santykių zonoje „seksas be įsipareigojimų“. Kai taip nutinka santykiams įsibėgėjus, jaučiatės daug blogiau nei tada, kai sekso be įsipareigojimų zonoje atsiduriate pačioje santykių pradžioje, nes jau būnate iššvaisčiusi daug laiko ir jausmų vyrui, kuris yra jūsų nevertas arba kuris nuo pat pradžių buvo jums netinkamas.

Vyras, kuris nežiūri į jus rimtai, gali jausti potraukį su jumis linksmintis, bet tai tęsis tik tol, kol suprasite, kad esate išnaudojama, arba kol jis sutiks savo svajonių moterį. Mano asmenine nuomone, moteris neturėtų laukti, kol taip nutiks, jeigu nori išsaugoti savo orumą (ir sveiką protą).

Tokiais atvejais skatinu moteris turėti savigarbos ir taip pat siūlau susikurti taisyklių rinkinį, kuris leidžia priimti tinkamus, griežtus ir racionalius sprendimus, padedančius nepaklysti, klajojant po apgaulingą pasimatymų teritoriją ir ieškant to vienintelio.

Griežtos ribos ir žaidimai

Daugelyje moterims skirtų knygų apie pasimatymus ir santykius persama idėja, kad moteris turi labai pasitikėti savimi, jeigu nori, kad vyrai žiūrėtų į ją rimtai ir ji galėtų gauti, ko trokšta. Aš visiškai su tuo sutinku, tačiau noriu pridurti svarbų pastebėjimą: pasitikėjimas savimi neduos jokios naudos (nepaskatins vyro jūsų siekti), jeigu nežinosite, kaip *naudoti* savo pasitikėjimą bendraujant su vyrais.

Moters pasitikėjimą rodo tai, kaip ji sugeba nubrėžti asmenines ribas ir jų laikytis. Pasitikėjimą savimi demonstruojanti kūno kalba ir bendravimas, pasitikėjimas savo moteriškumu (moteriškumą pabrėžiantis aprangos stilius ir

laikysena) toli nenuves, jeigu leisite vyrams atsainiai elgtis su jūsų jausmais, laiku, dėmesiu, kūnu ar bet kuo, kas jums yra svarbu. Pasitikėjimas savimi daro moterį patrauklesnę, tačiau jei šis pasitikėjimas neskatina jos nubrėžti griežtų asmeninių ribų, jis nepadės ilgam išlaikyti vyro susidomėjimo.

Kita priežastis, kodėl neužtenka pasakyti moteriai „pasitikėk savimi“, yra tai, kad net didelis pasitikėjimas savimi neužtikrina, jog moteris sugebės tinkamai įvertinti vyrus, su kuriais susitikinėja. Kitaip tariant, pasitikėjimas savimi nesuteikia sveiko proto ir gebėjimo atskirti, kas yra kas. Galite pasitikėti savimi kaip Kanye West’as per *Grammy* ceremoniją, ir jus vis tiek gali apgauti vyrukas, kuris ir pasitiki savimi, ir yra gudrus.

Deja, moters gebėjimas tinkamai įvertinti vyrus atsiranda iš patirties. Nors mokymasis iš kitų moterų patirties taip pat duoda naudos, paprastai tokių paviršutinių žinių neužtenka, kad galėtumėte aiškiai mąstyti ir priimti teisingą sprendimą, kai pasimatymo su trokštamu vaikinu įkarštyje jus užlieja emocijos.

Ką daryti?

Kadangi vien pasitikėjimas savimi, be patirties ir sumanumo, toli nenuveda, patikimiausias moters ginklas santykiuose su vyrais yra jos nubrėžtos griežtos asmeninės ribos, kurios galioja visada, **kad ir kokia būtų situacija**. Moteris, kurios neleidžia kitiems pažeisti jų asmeninių ribų, gyvenime yra susitelkusios ne į vyrus ar romantiką, o į savo vertybes ir principus. Asmeninės vertybės (pavyzdžiui, pagarbus elgesys ir besąlygiška meilė) joms yra svarbesnės nei troškimas užmegzti santykius su konkrečiu vyru.

Kai moteris bendraudama su vyrais nubrėžia griežtas asmenines ribas, ji nedaro jokių išimčių vien todėl, kad vyras

yra labai gražus, turtingas, išsilavinęs, užima aukštą padėtį visuomenėje, daug žada, ar todėl, kad jaučia jam stiprią fizinę trauką. Ji laikosi savo įsitikinimų ir atsisako taikstyti su tokia santykių situacija, kurioje jaučiasi išnaudojama.

Tiesą sakant, moteris, kuri išsaugo asmenines ribas ir kartu laikosi aukštų moralinių vertybių, paprastai nesileidžia į jokių santykius, kuriuose yra išnaudojamas vienas iš partnerių – nesvarbu, ar ji pati, ar kitas žmogus. Gyvenime kartais susiklosto aplinkybės, kuriomis galite lengvai pasinaudoti vyru, tačiau kuo aukštesnės jūsų moralinės vertybės, tuo mažiau tikėtina, kad tai padarysite, nes gerai žinote, jog **sveikuose santykiuose nėra išnaudojamas nė vienas partneris ir visada išlošia abu.**

Kad romantiniuose santykiuose su vyrais lydėtų sėkmė, *privalote* nubrėžti griežtas asmenines ribas ir žinoti, kada pasakyti „ne“, atsitraukti ar paleisti žmogų, kuris jus išnaudoja. Kai kurios moterys sutrinka, nes vienos knygos apie santykius rašoma, kad vyrai nemėgsta moterų, kurios žaidžia su jais žaidimus, o kitose kaip tik rašoma, jog vienintelis būdas užkariauti vyro širdį yra žaisti žaidimus ir vaidinti sunkiai pasiekiamą. Jos sutrinka, nes nesupranta, ką iš tiesų reiškia būti „sunkiai pasiekiamą“.

Tiesa yra tokia: geri vyrai nesiekia moterų, kurios apsimeta, kad jais nesidomi, yra nepatikimos, elgiasi ekscentriškai ar žaidžia žaidimus, norėdamos išlaikyti vyro susidomėjimą. Tačiau jie gerbia tokias moteris, kurios griežtai atsisako švaistyti savo laiką ir nesileidžia manipuliuojamos.

Ar supratote?

Pakartosiu: dauguma vyrų, ypač gerų, patikimų, nemėgsta, kai moterys apsimetinėja ir žaidžia žaidimus, tačiau juos traukia moterys, kurios turi griežtas asmenines ribas ir

nesitaiksto su vyrais, kurie nelabai žino, ko nori, ar bando jas išnaudoti.

Kai vyro susidomėjimas jumis ima menkti, nebijokite atsitraukti, nes tai gali paskatinti jį vėl imti jūsų siekti. *Atsitraukimas* parodo vyrui, kad moteris savo orumą vertina labiau už vyro dėmesį, todėl nešvaisto savo laiko ir jausmų žmogui, kuris neįžvelgia ar nepripažįsta jos vertės.

Moteriai, kuri mėgsta žaisti su vyrais, atsitraukimo taktika taip pat gali padėti, bet jos veiksmas kyla ne iš savigarbos, o iš savanaudiškų motyvų, iš troškimo patenkinti savo poreikį gauti vyrų dėmesio. O štai moteriai, kuri saugo asmenines ribas, atsitraukimas nuo neapsisprendžiančio vyro yra nuoširdus savigarbos demonstravimas.

Jeigu išmoksite gerbti save labiau, nei trokštate vyro ar konkretaus tipo vyrų dėmesio, jums daugiau nereikės apsimetinėti, kad esate sunkiai pasiekiami. Save gerbiančiai moteriai nereikia žaisti žaidimų su vyrais, nes ji visada sugeba apginti asmenines ribas, kad ir kokioje santykių situacijoje atsidurtų.

Kai geras, patikimas vyras susipažįsta su moterimi, saugančia savo asmenines ribas, jos savigarpa ir atitinkamas elgesys labai padidina jos patrauklumą ir paskatina vyrą pažvelgti į ją kaip į moterį, kuriai verta įsipareigoti. O jei moters asmeninės ribos yra neapibrėžtos, jos reiklus ar desperatiškas elgesys paskatins vyrą žiūrėti į ją tik kaip į laikiną partnerę, su kuria galima užsiimti seksu be įsipareigojimų ar prasiblaškyti. Taip gali nutikti bet kuriai moteriai, kurios asmeninės ribos yra silpnos, kad ir kokia graži bei žavinga ji būtų.

Pagrindinė šios knygos paskirtis yra padėti jums nuo to apsisaugoti. Kiekvienas patarimas, pateiktas šioje knygoje,

yra skirtas padėti jums sustiprinti asmenines ribas ir geriau pateikti savo privalumus (asmenines savybes, kurios skatina vyrą užmegzti su jumis rimtus santykius), kad tinkamas vyras negalėtų jums atsisipirti.

Vyrams patrauklus elgesys

Turėkite omenyje, kad visos mintys, kuriomis dalinuosi su jumis šioje knygoje, yra nuoširdžios ir man tikrai rūpi, kaip klostosi jūsų meilės reikalai. Tikrai nenoriu, kad skaitydamos mano patarimus pradėtumėte graužtis ir kaltinti save dėl to, kad santykiuose darote klaidų. Rašau ne tam, kad išreikščiau jums savo priekaištus ir priversčiau jus apgailestauti. Nors tolesniuose puslapiuose kai kur kalbėsiu griežtai ir be užuolankų, žinokite, kad mano tikslas yra padėti jums suprasti, ką vyrai iš tikrųjų galvoja apie moteris bei romantinius santykius ir kaip elgiasi.

Taip pat turėkite omenyje, kad ši nedidelė plona knygelė nėra išsamus santykių vadovas. Nuoširdi tiesa apie santykius tokia: vyras gali nutolti nuo jūsų, prarasti susidomėjimą ar elgtis su jumis kaip su laikina partnere, su kuria galima pasilinksinti be jokių įsipareigojimų, dėl *daugybės* įvairiausių priežasčių. Todėl užuot bandęs padėti jums suprasti, kaip galvoja *visi* vyrai ir kaip išsaugoti *visų* vyrų susidomėjimą, nusprendžiau sutelkti dėmesį į vieną vyrų grupę – šiuos vyrus vadinu **aukštos kokybės vyrais**.

Kitose savo knygos („7 moterų savybės, kurioms vyrai negali atsisipirti“ ir „101 tiesa, kurios tėtis jums nepapasakojo apie vyrus“) plačiau kalbu apie šią vyrų grupę ir apie tai, ko jie nori iš moterų. Aukštos kokybės vyrai yra išskirtinė vyrų grupė, ir nors jų standartai moterų atžvilgiu yra daug

aukštesni, jie taip pat gali duoti moterims kur kas daugiau nei kiti vyrai.

Santykių srityje galioja pasiūlos ir paklausos dėsnis. Aukštos kokybės vyrų yra mažai, todėl jų dėmesio siekia daug moterų. Kaip tik todėl šių vyrų standartai yra aukštesni ir jie nesitaiksto su nepagarbiu elgesiu, apsimitinėjimais ir žaidimais. Paprastai jie nesunkiai perpranta žmogaus charakterį ir yra nelinkę švaistyti laiko su moterimi, kuri jo nevertina arba net savęs pačios nevertina.

Aukštos kokybės vyrai, rinkdamiesi moterį rimtiems santykiams, įvertina ne tik jos fizinį grožį, bet ir **charakterį**. Todėl patarimai šioje knygoje yra skirti padėti jums pataisyti savo elgesį visose santykių stadijose, kad galėtumėte patraukti būtent šio tipo vyrus.

Deja, taip pat turiu pripažinti, kad ši knyga skirta ne visoms. Štai 2 būdai įvertinti, ar knyga bus jums naudinga:

1. Jūs norite sudominti aukštos kokybės vyrą ir išlaikyti jo dėmesį (aukštos kokybės vyrais vadinu tokius vyrus, kurie gerbia save, turi lyderio savybių, gyvenime turi tikslų ir jų siekia, yra atjautūs, nori ir gali įsipareigoti, kelia sau aukštus reikalavimus, gina asmenines ribas, žino, ko nori, atvirai išsako, ką galvoja, supranta santykių vertę ir pasitiki savo vyriškumu bei seksualumu).

2. Norite užmegzti su tokiu vyru *rimtus meilės santykius, kurie gali vesti į santuoką*.

Jeigu jūsų nedomina vyrai, kurių standartai yra aukšti, tačiau ir pagrįsti (tai yra kurie nesitaiksto su nepagarbiu elgesiu ir žaidimais), arba jei nenorite puoselėti rimtų santykių su vyrišku vyru, kuris vertina rimtus santykius ir nori įsipareigoti, tokiu atveju ši knyga ne jums. Jeigu norite

pritraukti vienos nakties nuotykių mėgėjus ar keturiasdešimtmetį perkopusį *pleiboją*, kuriam žodis „įsipareigojimas“ prilygsta keiksmazodžiui, ši knyga ne jums.

Kad patrauktumėte ir išlaikytumėte gero vyro dėmesį, jūsų įprastas elgesys per pasimatymus ir jūsų pozicija (tikėjimas savimi) turi rodyti, kad tikrai nusipelnote puikaus vyro besąlygiškos meilės. Vienintelis būdas tai pasiekti yra nedaryti klaidų, kurios skatina vyrą manyti, kad esate apimta nevilties, jaučiatės nesaugi emociškai ar tinkate eiliniam nuotykiui, bet **ne rimtiems santykiams**. Taigi, jeigu norite užmegzti santykius su geru vyru ir nenorite būti apgauta, išnaudojama, negerbiama ar būti klaidingai palaikyta tinkama tik vienos nakties nuotykiui arba trumpalaikiam romanui, skaitykite toliau.

Apie Bruce'ą Bryansą

Bruce'as Bryansas aistringai tyrinėja vyrų ir moterų bendravimo bei poravimosi ritualus ir sėkmingai rašo apie tai knygas. Jis neapsimeta visažiniu „santykių guru“ ir tiesiog pateikia naudingą informaciją, grįstą socialiniais ir biologiniais veiksniais, kurie skatina vyrus ir moteris įsimylėti ir kurti romantinius santykius. Bruce'as yra parašęs daug knygų tokiomis temomis, kaip antai vyriškumas, patrauklumas, pasimatymų strategijos, lyčių dinamika romantiniuose santykiuose ir panašiai. Pagrindinis Bruce'o tikslas yra pateikti praktinę, lengvai pritaikomą informaciją, kuri padeda vyrams ir moterims pakelti savo vertę „pasimatymų rinkoje“ ir padidinti savo patrauklumą priešingos lyties akyse.

Baigęs rašyti savo literatūrinius šedevrus (kaip jis pats mano), Bruce'as daugiausia laiko skiria savo vyriškiems pomėgiams, draugams ir įkyri mylimai žmonai bei vaikams.

Daugiau informacijos apie jo knygas, naujienas ir nuolaidas rasite interneto svetainėje:

www.BruceBryans.com