

SELEKCJA

Przyszedł czas na bodaj najważniejszy rozdział tej książki. Wszystko, czego nauczyłeś się do tej pory - rozmowa, randki, budowanie zainteresowania - nie ma sensu, jeśli nie wiesz, z kim warto to robić. Selekcja to klucz do sukcesu w randkowaniu. Możesz być mistrzem flirtu, ale jeśli wybierzesz złą kobietę, i tak przegrasz. Stracisz czas, pieniądze i nerwy. Skuteczne randkowanie bowiem nie istnieje bez umiejętności powiedzenia „nie”. Nieważne czy właśnie poznajesz kobiety, czy jesteś już z kimś w relacji - **musisz mieć standardy i robić selekcję**.

Większość facetów bierze pierwszą lepszą dziewczynę, która pokaże zainteresowanie wobec niego. Nie ważne jaka ona jest - oby tylko była. Wystarczy że jest ładna (i to nie zawsze) i chce się z nim spotykać - wow, ale wyczyn! - i już myślą o związku.

To dlatego tylu mężczyzn cierpi w toksycznych relacjach lub ma totalną awersję do płci przeciwnej. Są naiwni, źle wybierają, dostają srogą nauczkę od życia, a potem obwiniają za to kobiety! Nie zauważając jednak, że to oni są ojcami swej porażki, niestety...

Ten rozdział może zmienić całe Twoje życie. Pokażę Ci, jak odróżnić wartościową kobietę od wariatki, która zniszczy Twoje życie. Dlatego też, ogromna prośba abyś potraktował ten fragment książki z pełną powagą i świadomością zagrożeń jakie na Ciebie czyhają.

Wartościowe kobiety istnieją

Zaczniemy od obalenia popularnego mitu. W internecie roi się od opinii, że wszystkie Polki to materialistki i idiotki, które interesują się tylko obcokrajowcami z grubym portfelem.

Wszędzie widzisz memy o „Julkach”, które lecą na kasę i paszport. Filmiki o dziewczynach biorących „tabletki witaminki” od sponsorów. Historie o zdradach, wykorzystaniu, alimentach.

I wiesz co? Zaczynasz wierzyć, że wszystkie kobiety są złe.

Skąd się bierze ten obraz?

Internet pokazuje tylko skrajności. Bo co przyciąga więcej uwagi:

- Historia o Julce, która pojechała z Włochem do Mediolanu i została oszukana?
- Czy historia o Ani, która od 5 lat jest w szczęśliwym związku z Markiem?

Oczywiste, że pierwsza.

Normalne, wartościowe kobiety nie trafiają na nagłówki. One po prostu żyją swoim życiem - pracują, spotykają się z chłopakami, budują relacje. Nie nagrywają filmików na TikToka o tym, jak to „leczą na kasę”.

Błędne koło negatywności

Oto jak powstaje mit o „złych kobietach”:

1. Facet nie ma standardów - bierze pierwszą, która się zgodzi
2. Ignoruje oczywiste sygnały ostrzegawcze - bo cieszy się, że w ogóle ktoś chce się z nim spotykać
3. Dziewczyna okazuje się toksyczna - wykorzystuje go, zdradza, manipuluje
4. Zraniony facet narzeka w internecie - „wszystkie kobiety to materialistki!”
5. Inni czytają i utwierdzają się w przekonaniu

Problem nie w tym, że wszystkie kobiety są złe. Problem w tym, że faceci nie potrafią odسياć tych złych od dobrych.

Spotkasz złe kobiety - to gwarantowane!

Teraz ważna prawda: w swoim życiu randkowym NA PEWNO natrafisz na kilka nieodpowiednich kobiet.

To nie jest „może się zdarzyć”. To jest pewne jak to, że deszcz spadnie któregoś dnia na Twoją głowę. Nieodpowiednie kobiety pojawią się w Twoim życiu. To część gry.

Ale wiesz co? To nie problem.

Problem zaczyna się wtedy, gdy z taką kobietą ZOSTAJESZ i pozwalasz jej wpłynąć na Twoje życie.

95% problemów widać już na początku

Z mojego doświadczenia wynika, że w 95% przypadków czerwone flagi są widoczne już na pierwszych randkach. Problem w tym, że większość facetów ich nie widzi - albo nie chce widzieć. Zaślepieni atrakcyjnością kobiety ignorują sygnały ostrzegawcze i przekonują sami siebie, że „to nic takiego” albo „ona się zmieni”. Nie zmieni się. Te małe rzeczy, które teraz bagatelizujesz, za pół roku będą Twoim codziennym koszmarem.

Faceci potrafią tłumaczyć wszystko. Że była zmęczona. Że miała ciężki dzień. Że to przez jej byłego. Wymówki mnożą się jak grzyby po deszczu, a prawda jest prosta: ona pokazała Ci, kim jest. Uwierz jej za pierwszym razem.

Oto najczęstsze sygnały ostrzegawcze, na które powinieneś zwracać uwagę już od pierwszego spotkania. Jeśli zauważysz choćby jeden z nich - nie ignoruj go. To Twój system wczesnego ostrzegania:

Fochy i sprzeczki na pierwszych spotkaniach

Jeśli już na początku robi awantury o drobiazgi, wyobraź sobie jak będzie po roku. Dziewczyna, która nie potrafi się powstrzymać przed fochami na pierwszych randkach, będzie tylko gorsza z czasem.

Robienie wyrzutów z powodu zbyt rzadkich spotkań

„Dlaczego nie możemy się częściej widywać?” - już po 2-3 randkach. To oznaka kontroli i braku szacunku do Twojego czasu. Wartościowa kobieta rozumie, że masz swoje życie.

Wymaga drogich randek

Nie chce się spotkać na kawę, tylko wymaga kolacji w drogiej restauracji. To jasny sygnał - interesuje ją Twój portfel, nie Ty. Normalna dziewczyna chce Cię poznać, nieważne gdzie.

Nie ma poczucia humoru

Nie umie z siebie żartować, obraża się gdy lekko się z niej nabijasz. Życie z taką kobietą to gehenna - będziesz musiał ważyć każde słowo.

Mowa ciała zdradzająca pogardę

Przewracanie oczami, westchnienia, miny niezadowolenia. Jeśli już na początku pokazuje brak szacunku, będzie tylko gorzej.

Prowokacyjny ubiór i zachowanie

Ubiera się jak na pokaz mody w klubie nocnym idąc na kawę. To sygnał, że szuka uwagi i walidacji od innych mężczyzn.

Dlaczego faceci to ignorują?

Prawda jest brutalna: większość mężczyzn jest tak zadowolona, że jakakolwiek kobieta dała im szansę, że ignorują wszystkie sygnały ostrzegawcze.

Myślą sobie: „No dobra, ma swoje humory, ale przynajmniej się ze mną spotyka!”

To myślenie prowadzi prosto do katastrofy.

Tvoja odpowiedzialność - albo odrzucasz, albo cierpisz

Czas na najtrudniejszą prawdę:

Jeśli jesteś w związku z toksyczną kobietą, to TWOJA wina.

Tak, dobrze przeczytałeś. Nie jej wina. Twoja.

Bo to TY:

- Zignorowałeś czerwone flagi
- Nie miałeś standardów
- Wziąłeś pierwszą lepszą
- Nie zrobiłeś selekcji

Moje podejście do selekcji

Sam w swoim życiu spotkałem kobiety, które były mną zainteresowane, ale już przed pierwszą randką wiedziałem, że nie nadają się na partnerkę.

Co robiłem? Po prostu nie inicjowałem spotkań.

Niektóre panie były zbyt imprezowe. Inne miały za dużo dramatu w życiu. Jeszcze inne pokazywały brak szacunku już w pierwszych rozmowach.

Każda z nich była na przegranej pozycji od samego początku. Czy byłem okrutny? Nie. Byłem mądry. Oszczędziłem sobie i im czasu, nerwów i rozczarowań.

Randki to rozmowa kwalifikacyjna

Musisz zmienić swoje podejście do randek.

To nie jest czas na motylki w brzuchu i romantyczne uniesienia. To czas na chłodną ocenę, czy ta kobieta nadaje się na matkę Twoich dzieci. Przestań myśleć „czy ja jej się podobam?” i zacznij myśleć „czy ona spełnia moje standardy?”. To fundamentalna zmiana perspektywy. Ty też wybierasz - nie tylko ona. Każda randka to szansa, żeby zebrać informacje: jak reaguje na stres, jak traktuje innych ludzi, jakie ma wartości, jak mówi o swojej przeszłości. Obserwuj, słuchaj, wyciągaj wnioski.

Randka = weryfikacja

Tak jak przed zakupem samochodu:

- Sprawdzasz parametry
- Robisz jazdę próbną
- Zaglądasz pod maskę
- Sprawdzasz historię pojazdu

Tak samo z kobietą:

- Obserwujesz jej zachowanie
- Testujesz reakcje
- Sprawdzasz wartości
- Analizujesz przeszłość

To nie jest romantyczne? No i dobrze!

Romantyzm przyjdzie później, gdy będziesz pewien, że masz do czynienia z wartościową kobietą. Na początku liczy się tylko jedno - **czy ona spełnia Twoje standardy.**

Selekcja to nie okrucieństwo - to mądrość życiowa

Często słyszę: „Ale to nieładnie tak oceniać kobiety!”

Naprawdę?

A wiesz co jest nieładne? Życie w toksycznym związku. Strata majątku w rozwodzie. Depresja z powodu ciągłych kłótni. Alimenty na cudze dziecko. Dzieci wychowywane w domu pełnym krzyków i pretensji.

To jest nieładne.

Selekcja to nie jest brak szacunku do kobiet. To szacunek do siebie i do swojej przyszłości. Wybierasz kogoś, z kim spędzisz dekady życia, kogoś kto będzie wychowywał Twoje dzieci.

Kobiety robią brutalną selekcję

Myślisz, że kobiety nie oceniają? One odrzucają 90% facetów już po pierwszym spojrzeniu!

Kobieta skanuje Cię od stóp do głów:

- Wzrost, waga, mięśnie
- Ubranie, buty, zegarek
- Sposób mówienia
- Pewność siebie
- Status społeczny

I jeśli nie spełniasz jej standardów - wylatujesz bez pardonu.

To dlaczego Ty miałbyś nie mieć standardów?

Związek to największa inwestycja życia

Pomyśl o tym racjonalnie:

W związku inwestujesz:

- **Czas** - lata swojego życia
- **Pieniądze** - dziesiątki tysięcy złotych
- **Emocje** - całe swoje serce
- **Przyszłość** - możliwość posiadania dzieci

To większa inwestycja niż zakup mieszkania!

A jednak większość facetów podchodzi do tego na zasadzie „jakoś to będzie”. Robią więcej researchu przed kupnem telefonu niż przed wejściem w związek.

To szaleństwo.

Podsumowanie - zmień swoje myślenie

Zanim przejdziesz dalej, zapamiętaj te pięć zasad. To fundament, na którym zbudujesz całe swoje podejście do selekcji:

1. **Wartościowe kobiety istnieją** - ale są przemieszane z wariatkami. Twoja robota to je odróżnić. Nie słuchaj tych, którzy mówią, że „wszystkie są takie same” - to wymówka leniwych.
2. **Spotkasz toksyczne kobiety** - to nieuniknione. Pytanie co z nimi zrobisz. Możesz dać się wciągnąć w ich dramat albo powiedzieć „nie, dziękuję” i iść dalej.
3. **Miej standardy i się ich trzymaj** - lepiej być samemu niż z wariatką. Samotność jest tymczasowa, zły związek może zniszczyć Ci życie na lata.
4. **Randki to weryfikacja** - nie romantyczne uniesienia, tylko chłodna ocena. Motylki w brzuchu to nie jest kompas - to często sygnał, że właśnie wchodzisz w coś niebezpiecznego.
5. **Selekcja to mądrość** - nie okrucieństwo. To szacunek do siebie i swojej przyszłości. Masz prawo wybierać, z kim spędzisz życie.

Pamiętaj: Każda toksyczna kobieta pokazuje swoje prawdziwe oblicze już na początku. Jeśli zignorujesz sygnały ostrzegawcze i z nią zostaniesz - sam jesteś sobie winien. Nie mów potem, że Cię nie ostrzegałem.

W następnym podrozdziałach pokażę Ci konkretne techniki selekcji. Dowiesz się jak testować kobiety i na co zwracać uwagę.

Ale najpierw przyjmij do wiadomości: odpowiedzialność za to, z kim jesteś w związku, spoczywa TYLKO na Tobie. Nikt Cię nie zmusza do bycia z kimkolwiek. To Twój wybór - więc wybieraj mądrze.

JAK ROBIĆ SELEKCJĘ?

Skoro już wiesz, że musisz robić selekcję, czas na konkretne narzędzia. W tym rozdziale dostaniesz praktyczny system, który pozwoli Ci odsiać nieodpowiednie laski od wartościowych kobiet.

To nie jest teoria. To sprawdzony w boju system, który uratował setki facetów przed toksycznymi związkami.

Randki to rozszerzona rozmowa kwalifikacyjna

Pierwsza rzecz, którą musisz sobie wbić do głowy:

Randki nie są po to, żeby poczuć motylki w brzuchu.

Randki są po to, żeby sprawdzić, czy kobieta nadaje się na partnerkę. Kropka.

Zmiana perspektywy

Wyobraź sobie, że prowadzisz firmę i szukasz pracownika na kluczowe stanowisko. Czy zatrudniłbyś kogoś tylko dlatego, że:

- Ładnie wygląda?
- Miło się uśmiecha?
- Mówi, że „bardzo chce tę pracę”?

Oczywiście, że nie. Zrobiłbyś dokładną rozmowę kwalifikacyjną.

Sprawdziłbyś kompetencje. Zweryfikowałbyś referencje. Może nawet dałbyś zadanie testowe.

Tak samo powinieneś podejść do randek.

Co sprawdzasz podczas randek?

Twój główny cel to obalenie hipotezy, że dziewczyna jest wariatką.

Na każdej randce obserwujesz i testujesz:

1. **Stabilność emocjonalną** - czy potrafi kontrolować emocje? Czy nie wpada w histerię z byle powodu?
2. **Poczucie humoru** - czy potrafi śmiać się z siebie? Czy rozumie żarty? Czy nie obraża się o wszystko?
3. **Szacunek** - czy szanuje Twój czas? Twoje granice? Twoją prywatność?
4. **Cierpliwość** - czy potrafi wytrzymać bez Ciebie kilka dni? Czy będzie robić Ci z tego powodu awantury?
5. **Jej podejście do życia** - czy ma przyjaciół? Hobby? Cele? Czy jej życie to tylko Instagram i dramaty?
6. **Charakter** - czy dziewczyna jest kłótliwa? Czy potrafi w inny sposób rozwiązywać konflikty? Jak reaguje na różnicę zdań? Jak stara się negocjować w przypadku poróżnienia?
7. **Jej prawdziwy stosunek do mężczyzn** - jak traktuje facetów? Czy stawia ich pozycję niżej, czy może ma podejście partnerskie do budowania relacji?

Każda randka to kolejny test. I pamiętaj - ona może udawać przez pierwsze spotkania. Dlatego potrzebujesz czasu i randek, żeby ją naprawdę poznać. Tym właśnie jest okres spotkań przed związkiem.

Zasada obserwacji - patrz co robi, nie słuchaj co mówi

To fundamentalna zasada, która uratuje Cię przed manipulantkami:

ZAWSZE patrz na czyny, NIGDY nie wierz w słowa.

Dlaczego to takie ważne?

Kobiety są mistrzami manipulacji werbalnej. Potrafią powiedzieć dokładnie to, co chcesz usłyszeć. Mogą być słodkie jak miód, obiecywać złote góry, mówić o miłości i wspólnej przyszłości.

Ale ich zachowanie zdradza prawdę.

Przykłady rozbieżności słów i czynów:

Mówi: „Jesteś dla mnie najważniejszy”

Robi: Odwołuje spotkania w ostatniej chwili dla koleżanek

Mówi: „Nie interesuję się innymi facetami”

Robi: Ciągłe sprawdza telefon i chowa go gdy podchodzisz

Mówi: „Szanuję Twoją prywatność”

Robi: Pyta gdzie byłeś, z kim, dlaczego tak długo

Mówi: „Nie jestem materialistką”

Robi: Ciągłe narzeka na brak kasy, sugeruje drogie prezenty

Stąd też, jeżeli chcesz prawdziwie poznać kobietę, odpuść sobie bezpośrednie pytania.

Możesz ją zapytać „czy jesteś wierna?” - a co ona Ci odpowie?

„Nie, zdradzam każdego faceta”? Oczywiście, że powie to, co chcesz usłyszeć.

Każdy potrafi mówić piękne rzeczy o sobie. Nie dowiesz się niczego ciekawego o tej dziewczynie, a na pewno nie poznasz jej prawdziwej twarzy! Wyłącznie czyny zdradzą Ci jej prawdziwą twarz. Nie słowa!

Jak stosować zasadę obserwacji?

- 1. Zapisuj sprzeczności** - gdy zauważysz rozbieżność między słowami a czynami, zanotuj to
- 2. Szukaj wzorców** - jednorazowa sytuacja może być przypadkiem. Powtarzający się wzorzec to czerwona flaga
- 3. Testuj** - celowo stwarzaj sytuacje, gdzie może pokazać prawdziwe oblicze
- 4. Ufaj instynktowi** - jeśli coś Ci się nie zgadza, nawet jeśli nie potrafisz tego nazwać - to sygnał ostrzegawczy

Pamiętaj: Kłamać słowami jest łatwo. Kłamać zachowaniem przez dłuższy czas - niemożliwe.

Dokumentowanie zachowań - prowadzenie notatek

Najważniejsze narzędzie w selekcji to notatki. Brzmi dziwnie? Może. Ale to działa.

Dlaczego? Bo:

- **Emocje zaciemniają osąd** - gdy jesteś zakochany, Twój mózg dosłownie wyłącza krytyczne myślenie. Notatki to Twój trzeźwy głos z przeszłości.
- **Łatwo zapomnieć złe zachowania gdy jest miła** - jeden dobry tydzień i nagle „tamta awantura to nic takiego”. Zapisane fakty nie kłamią.
- **Wzorce widać dopiero po czasie** - pojedynczy incydent to przypadek, trzy to wzorzec. Ale bez notatek nie połączysz kropek.

Nie musisz pisać elaboratów. Wystarczy krótka notatka w telefonie: data, co się stało, jak się zachowała. Po kilku tygodniach lub miesiącach przeczytaj wszystko od początku. Zobaczysz rzeczy, których wcześniej nie widziałeś. To jak czytanie historii kogoś obcego - nagle wszystko staje się jasne.

Jak prowadzić notatki?

1. Stwórz prosty system

W telefonie, w notatniku, gdziekolwiek. Ważne żeby było łatwo dostępne.

Format może być prosty:

RANDKA #3 - 15.03

Miejsce: Kawiarnia

Czas: 2h

PLUSY:

- Punktualna
- Dobry humor
- Pytała o moją pracę

MINUSY:

- Sprawdzala telefon co 5 minut
- Narzekala na byłego (znowu)
- Obrazila się o żart

CZERWONE FLAGI: brak

ŻÓLTE KARTKI: 1 (telefon)

2. Notuj zaraz po randce

Pamięć jest zawodna. Zapisz najważniejsze rzeczy tego samego dnia.

3. Szukaj wzorców

Po 4-5 randkach przejrzyj notatki. Czy widzisz powtarzające się problemy?

4. Bądź obiektywny

Zapisuj fakty, nie interpretacje. Nie „była miła” tylko „zapytała o mój dzień, pamiętała o moich urodzinach”.