Erkaklar Nega “yomon” qizlarni yoqtirishadi?

Sherri Argov

(psiholog Shahnoza Xalilovaning moslashtirilgan tarjimasi)

2016 yil

Mening kitobim- o`ta yahshi ayollarga shahsiy munosabatlar haqida qo`llanma.

Sarlavhadagi “yomon qiz” so`zini juddiy olmang. Kitobimni o`qib chiqib har bir narsaga yumor bilan yondoshish kerakligini bilib olasiz, shu jumladan sarlavhaga ham. Bu kitob ko`pgina ayollar o~ylab ammo hech qachon aytmaydigan gaplari haqida. Har bir ayol erkakka bog`langan va talabchan bo`lib kurinishdan qo`rqadi. Har bir ayolni hayotida uni izidan qolmagan erkak bo`lgan , ammo unga yon berishi bilan ayol darhol o`z jozibasini yo`qotgan. Talay fazilatlari bo`la turib qadrlanmaslik nima ekani har bir ayol biladi. Bu muammolar barcha ayollarga tanish hoh u oilali bulsin hoh yolg`iz.

Ho`sh nega erkaklar “yomon qiz”larni yoqtirishadi? “Yomon qiz”- Bu so`zni so`zlashuvdagi ma`nosi bilan men bermoqchi bo`lgan ma`no orasida jiddiy farq borligini bilishingiz zarur. Albatta men ayollarga yalmog`izga aylanishni maslahat bermayman. Men aytaytgan yomon qizlar Joan Kollinz romani qahramonlari yoki barcha hamkasabalarini ko`ra olmaydigan offis hizmatchilari ham emas. Men hikoya qilyotgan ayollar mehribon ammo kuchli. Ularda uncha ko`p bo`lmasada ammo yetarlicha kuch bor. Ular o`z hayotini begona qo`llarga tutqazib qo`ymaydi, ular erkaklarni hech qachon ta`qib qilmaydi. Erkak ularga yuz foiz egaman deb o`ylashiga imkon berishmaydi. Bordiyu erkak haddidan oshsa, uni o`z joyiga qo`yib qo`yish qo`llaridan keladi.

Bunday ayol nima hohlashini biladi, ammo unga erishaman deb murosaga bormaydi. Shu bilan birga u ayollik jozibasini yo`qotmaydi huddi “po`lat magnoliyadek” – usti gul ichi metin. U jozibasini o`z manfaati yo`lida ishlatadi. U erkaklarni laqilatib yurmaydi, balki halol o`yin o`ynaydi. Unda “ yahshi qizlarda” yetishmaydigan bitta sifat bor – hushyor ong. U romantic orzu hayolga berilmaydi. Qiyin vaziyat kelib qolganda hushyor ong uni tushkunlikka tushmasdan, masuliyatni o`z qoliga olib o`z kuchlaridan foydalnishida yordam beradi. Bundan tashqari u har qanday bosimga qarshi tura oladi. Agar “Yahshi qiz” ado bo`lguncha o`zini erkakka fido qilaversa, fido qilaversa, fido qilaversa, Hushyor ong egasi bo`lgan qahramonimiz esa qachon ko`rpani o`ziga tortish kerakligini yahshi biladi.

Bu kitobni yaratish mobaynida men yuzlab erkaklar bilan suhbatlashdim,ularni 90% kitobni bir ko`rishdayoq kulishdi va nomida aytilgan gapni tasdiqlashdi. Ayrim erkaklar kitob nomini eshitganda buni ayollarga nima uchundir fosh qilinmagan, erkaklarning

asosiy siri deb atashdi. Ular nuqul:"Erkaklarga aqlni shoshiradigan narsa kerak" deyishardi ..

Va biz qayta qayta bu mavzuga qaytaverdik

Men suhbatlashgan erkaklar buni har hil tasvirlashdi ammo ma`nosi baribir bir hil qoldi. "Erkaklarni o`tkir tig`li  ayollar maftun etadi" deyashardi ular. Bundan ikki narsa aniq bo`ldi. Ular zo`r berib  "aqlni shoshiradigan" deb tavsiflmoqchi bo`layotgan ayollar ularning nazdida hech narsaga zor emas. Ikkinchidan esa ana shu "yomon qiz" tushunchasi aynan " aqlni shoshiradigan " degan ibora bilan sinonim bo`lib keldi. Aynan mana shu jihatni u eng maftun qiladigani deb topishdi. Erkaklar bilan suhbatda aqlni shoshiradigan" degan so`zni ishlatishim bilan gap qanday sifat haqida ketayotganini darrov ilg`ashdi. Ammo yuzlab ayollar bilan so`zlashganimda ular nimani nazarda tutganimni mutlaqo tushunishmadi.Bunday intervyulardan keyin bu kitobni yozish zarurligini tushundim.Agar bu narsa erkaklar uchun tabiy ekan ayollar uchun ham sir bo`lib qolmasligi kerak.

Bu kitob erkaklar hech qachon qilmagan ishlari haqida. Ular " Hey, pol latta bo`lishni bas qil" " Meni hamma gapimga rozi bo`laverma" "Meni atrofida hamma narsa aylanadigan olaming markazi deb bilma". Bu kitob shunisi bilan kerakli- ki unda siz erkak zotini o`z juftiga aytolmaydigan gaplarini bilib olasiz.

Kitobning boblaridan quyidagi bitta asosiy ma`noni ilg`aysiz: Sevgi bobidagi omad tashqi ko`rinishga emas balki o`zingizni tutishingizga bo`gliq. Ommaviy ahborot vositalari bizni aksiga ishontirmoqchi bo`lishadi. Qizlar o`qiydigan jurnalalarda yigitlarni e`tiborini kiyinish va upa elik bilan tortishga maslahat beriladi. "Bu lab bo`yig`I yoki u kosmetikani atrofdagi barcha erkaklar payqaydi" deb qayta qayta`kidlashadi. Bundan qizlar nimani o`rganadi? Odamlar ko`ngliga yo`l topishi, barchani e`tiboriga sazovor bo`lishi zarurlignimi.

Jurnallar qarish uyoqda tursin, ulgayishga qanday qaraydi? O`smir qiz endi yigirmaga kirdi ammo jurnallarda qarishning ming bir dahshatli oqibatlari haqida bong uradi. Barcha reklama e`lonlarining ma`nosi bir:' Yuzingda ikkta ajin va biroz qorin bormi, bo`ldi sening bozoring kasod. Juda omading kelib qolsa arzonlashgan bahoda ketasan" Ho`sh, bundan ayol nimani o`rganadi? Kimgadir yoqmaslikni oldini olishnimi.

Ulardan farqli o`laroq  mening kitobim nimani o`rgatishi mumkin? Sizni o`z o`zingizga beradgan bahoingizni oshirish uchun sizni fe`lingizga birozgina betakluflikni paydo

qilishni. Men odamlarga behurmatlik qilishga chaqirmayapman balki ularning siz haqingidagi fikriga parvo qilmaslikni o`rgatmoqchiman. "Yomon qiz" _ kuchli ayol u o`z kuchini mustaqil fikrlashdan oladi. Zamonaviy jamiyat esa zo`r berib ayolni o`zligidan kechishga undaydi. " Yomon qiz" boshqalarning o`lchami bilan yahsamaydi, uning o`z o`lchovi bor.

" Yomon qiz" hamisha o`z qoidasiga ko`ra o`ynaydi, u o`ziga ishonadi, u mustaqil va kuchli. Umid qilamanki kitobni o`qib chiqib ko`pgina ayollar o`zlarida ana shunday ajoyib jihatlarni kashf etadilar.

Atrofdagilarga "Men poezdni boshqaraypman. Qayerga borish va qaerda tushish kerakligni o`zim sizga aytaman" deyayotgan, erkaklar borasida omadi chopgan ayollar esa bu kitobdan o`zlarida yumor va sehrli ayura kashf etadilar.

Bunday ayol o`z foydasi uchun nima qilish kerakligini yahshi biladi, bu borada u hech kimga va hech narsaga muhtoj emas. U o`z tanloviga ko`ra shu yerda.

Erkaklar tomonidan sevilgan "yomon qiz" hushchaqchaq va albatta o`tkir qirrali va shunisi bilan havfli. Aynan mana shu havf erkaklarni ohangrabodek tortadi. Boshqalardan farqli o`laroq bu ayol ana shu sifatlarni tashqaridan izlab yurmaydi. Bu uning tabiatida mujassam.

Izoh: Kitobda ko`rsatilgan intervyu berganlarning ism va familyalari iltimoslariga ko`ra o`zgartirilgan holda keltirilgan.

Sherri Argov

Tarjimondan

"Yomon qiz" sarlavhadagi bu nom har hil asostsiyalarni olib keladi. Ingliz tilida "bitch" rus tilidagi "sterva" so`zini o`zbek tiliga tarjima qilishda munosib so`z topolmay ancha qiynaldim.Kitobni qayta qayta o`qish davomida targ`ib etilayotgan ayol qiyofasi o`ziga ishongan, jasur, o`z hohishlarini aytishdan qo`rqmaydigan,o`z so`zini o`tkaza oladigan vaqti kelsa ayyor, o`ziga pishiq, birovni nog`orasiga o`ynamaydi kerak bo`lsa boshqalarni o`ynatadi, hayot ummonida erkin suzadigan eng muhimi hech kimga tobe emas balki unga boshqalar mushtoq, u erkakni yo`qotishdan qo`rqmaydi. Ayyor hudbin erka bu yomonni nima dey, dedimu beihtiyor onamni "yomonim"deb erkalashlari yodimgha tushdi. "Yomonsan ammo yahshi ko`raman" erka singlimga qarata aytilgan bu gaplar miyamda yarq etdi. Ha ha aynan yomon ijobiy ma`nodagi

yomon. Barchaga birdek yoqishga urinayotgan zerikarli “yahshi”dan ko`ra, odamlar nima deyishini o`ylab o`zini o`zgartirmaydigan, jasur ,sho`h “yomon”.  Uni ayrim ishlari chegarlaarga tog`ri kelmasligi mumkin ammo unda qaynayotgan hayotni ko`rib beihtiyor o`zingiz ham unga maftun bo`lasiz.

Erkak zoti uchun jinsiy hayot birinchi navbatda turadi shuning uchun ham ularni buzuq ayolar o`ziga tortadi degan fikrga  ko`pchilik ishonadi. Bu fikrda jon bor albatta. Ammo biror martta ham ular nimasi bilan tortishini o`ylab ko`rishmaydi. Natijada erni ushlab qolish uchun to`shakda sanat ko`rsatish kerak degan yanglish qarorlarga kelib qolishadi.Erkakka yoqish uchun buzuq bo`lish shart emas ammo nozik vaqtda odamlarni va erni ham nima deb o`ylashidan qo`rqmay, o`zidan qandaydir obraz yasamay, o`z hissiyotlariga erk bera bilish. Yomon qiz also buzuq  emas. U o`z qadr qimmatini har narsadan ustun qo`yadi. U yolg`onchi ham emas halol o`yin o`ynaydi. U birinchi navbatda o`ziga sadoqatli.yahshilar yahshi degan ramkada qolib ketishadi yomon esa chegaralarini o`zi belgilaydi. Endi aytingchi bunday “yomon” ni sevmay bo`ladimi.

Muallif va mutahasis sifatida amerikalik yozuvchi ayol yozgan bu kitobni o`qib butunlay maftun bo`ldim. Va qandaydir plogiat yozishdan tiyilib aslini sizga yetkazishga qaror qildim. Oqila, o`z qadrini biladigan hozirda butun dunyoni maftun qilayotgan o`zbek ayoli ummon ortidagilarni maslahatiga muhtojmikin. Kitobni o`qishdan avval men ham shunday fikrda edim. Ammo kitobni o`qib chiqib amerika ayolining o`ziga bo`lgan ishonchi , jasurligi, erkakni yo`qotishdan qo`rqmaslik, fikrini va hohishini anglash va izhor qila bilish jihatlaridan har qanday halq o`rnak olsa bo`lishini tushundim. Kitobdagi g`oyalar aynan g`arbga hos erkin munosabatlarni tanqid ostiga oladi va mustahkam oilaviy munosabatlarni qo`llab quvavtlaydi. Boshqa mentalitet butkul o`zgacha turmush tarzi, albatta maslahatlar ham shularga asoslangan. Bu nomutanosiblikni siliqlash maqsadida o`z izohlarimni va maslahatlarimni kitobga kiritdim.Munosabatlar bo`yicha mutahahsis sifatida meni qoyil qoldirgan ajoyib kitobni sizga taqdim etayotganimdan bahtiyorman. O`ylaymanki bu kitob sizning ham eng sevimli kitoblaringiz orasidan va ko`nglingizdan joy oladi.

Shahnoza Xalilova

Birinchi bob

Pol lattadan erkaklar orzusidagi qizgacha

O`zingizni taqdir sovg`asi deb hisoblang, shunda erkak ham bunga ishonadi.

Jozibaning 50 foizi aslida sizda bori bo`lsa, qolgan 50 foizi boshqalarning sizda bor deb hisoblashlaridan tashkil topadi. (Sofi Loren)

"Yaxshi qiz" bilan tanishing.

Har birimiz "yaxshi qizlarni" bilamiz. Gap ozi hali yaxshi bilmaydigan erkakka evaziga hech narsa talab qilmasgan holda borini fido qilib yuborishga tayyor ayol va qizlar haqida ketayapti. U hamma narsaga chippa-chin ishonadi. Chunki bu bilan harakati bilan erkakning mehriga sazovor bo`lishni istaydi. Bu ayol erkak xohlaydigan hamma narsani qilishga tayyor. Bu ayol shaxsiy munosabatlarni har qanaqasiga saqlab qolishga urinadi. Ko`pchiligimiz bunday holatga tushganmiz va buning hech qanday hayron qoladigan joyi yoq. Istalgan modalar jurnalni oling-u, shaxsiy munosabatlar haqida mutaxassislar tavsiyalarini o`qib ko`ring. "Avval erkakni zabt etish uchun shafqatsiz o`yn olib boring, so`ng unga o`z qo`lingiz bilan 4 xil taomdan tashkil topgan shohona tushlik qilib bering … Sevishganlar kuniga ekzotik ta`m beruvchilardan solib ajoyib tort pishiring. Torni esa qidirb topishning o`ziga 2 soat ketadigan ekologik toza qulupnaylar bilan bezatish esdan chiqmasin-a. Uchrashuvga esa bisotingizda eng ehtiros qo`zg`aydigan kiyimingizni kiying. NIma deb o`ylaysiz, bu nimaning retsepti? Ha, topdingiz, HALOKATNING!

Ana endi erkaklarning ko`ngliga yo`l topishning, e yo`g-e, ularni xuddi ohagrabodek o`ziga tortishning sirlar bilan tarnishing.

Maftunkorlik omili №1

Inson hayotda nimaning ortidan quvsa, shu narsa, albatta, undan qochadi.

Ayniqsa, erkaklar borasida bu ayni haqiqat. Bu yerda bir istisno bor, agar siz uni ehtiros qo`zg`aydigan kiyimda quvayotgan bo`lsangiz, u avval sizdan foydalanadi, keyin esa, albatta, qochib qoladi.

Nima uchun erkaklar bunday holatlarda juftakni rostlashning payida bo`lishadi? Chunki ayolning xatti-harakati o`z qadrini yuqori baholashdan darak bermaydi. Munosabatning ilk bosqichda erkak va ayol orasidagi bog`lanish hali yuzaki. Ayol esa

o`zining eng kuchli qartalarini ochib qo`ya qoldi. Aslida, uning bunday xatti-harakati ikki holatdan birini anglatadi. Yo ayol o`ziga juft topishdan butunlay umidini uzgan, yo duch kelgan erkak bilan munosabat o`rnatishga tayyor. Ehtimol, har ikkisi hamdir. Bu esa erkakning qiziqishini boshqa har qanday narsadan ham tezroq so`ndiradi. Ayol o`zini qadrlamasligini anglashi bilanoq erkakdagi unga bo`lgan hurmat va yaqinlashish istagi yo`qoladi. Endi uning qanday kiyim kiygani yoki kiymaganing mutlaqo ahamiyati yo`q.

Uning orzusidagi ayol kimgadir yoqish uchun o`zini o`qqa-cho`qqa uravermaydi. Mana, nima uchun erkak ayolni chinakamiga sevib qoladi, shubhasiz, bu ayol u uchun 4 xil taomdan iborat quyuq ziyofat tayyorlab yurmaydi. Stolni ham qimmatbaho chinnilar bilan bezatib o`tirmaydi. Omadi kelsa, erkak faqat bitta taomgan umid qilishi mumkin (menimcha, popkorn). Qimmatbaho likoplar esa mutlaqo ortiqcha bezak. Yelim tovoqning o`zi yetarli. U oddiygina qilib senga qanaqasi yoqadi, idishga solingani yo paketi ozidan yeyishmi. Va nihoyat yarim yildan keyin ana shu ayol kechki taomni issiq holda, chinni likopchada tortsa, erkak buni qanday qabul qiladi deb o`ylaysiz? Mayli, likopda do`kondan olingan tayyor qiyma bilan oddiy makaronlar bo`lsin, baribir erkak: “Bu hayotimda tatib ko`rgan eng mazali makoronlar”, - deydi.

Shunda u o`zini qiroldek his etadi. Farq shundaki, erkak bunga erishish uchun qancha vaqt va kuch sarfladi. Mashaqqat bilan erishilgan narsa qadrlanadi.

Maftunkorlik omili №2

Erkaklar ularni deb devor oshishga tayyor ayollar alohida sifatga ega bo`lishlari mutlaqo shart emas.

Odatda bunday ayollarni qarama-qarshi jins vakillari bilan ishiyam yo`q. Gap erkaklar bilan qandaydir o`yin o`ynash yoki ularni o`z nog`orasiga o`ynatish haqida ketmayapti. Siz avval aniqlab oling, siz haqiqatda ham talabchan va munosabatlarga tobemisiz yoki teng huquqli munosabatlar tarafdorimisiz? Muhimi har qanday munosabatlarda aslingizni saqlab qolishingiz, erkak uchun o`zlikdan kechmaslik. Agar xatti-harakatingiz bilan erkakka uning istaklariga bo`ysinishingizni bildirib qo`ysangiz nima bo`ladi? Shu zahotiyoq u sizni umidsiz holatda deb xulosa chiqaradi va qancha pastka tushishga tayyor ekaningizni ko`rishni istab qoladi. Inson tabiati shunaqa, darrov sinab ko`rgisi keladi. Siz qanchalik yuvvosh bo`lsangiz, uning talablari shunchalik

ortib boraveradi. U sizni “dyurasel” batareykasidek qabul qiladi. “Qanchaga chidarkinsiz-a?” “Sizdan yana nimalarni olish mumkin?”degan savollar qiziqtiradi uni. Yaxshi qizlar erkaklar bilan munosabat o`zlari istagandek bo`lishi uchun yomon qizlar allaqachon egallagan bilimlarni bilishlari shart. Ko`nglini olish, istaganini muhayyo qilishga urinishingiz bilan erkaknig sizga bo`lgan hurmatini so`ndirasiz. Uning nazdidagi husni malohatingizni o`z qo`lingiz bilan barbod qilasiz. O`rtangizdagi munosabatning esa kelajagi yo`q, faqat uni yana qanchagacha cho`zishingiz mumkinligi ma`lum emas.

Ko`pchilik erkaklar ularga yoqish uchun har kuyga tushadigan ayollarni yurakka o`t yoqadiganlar qatoriga qo`shishmaydi. Ziyoli  ayol u bilan siyosat yoki iqtisod  haqida suhbatlashib, erkakni  aql bilan qo`lga kiritish mumkin deb oy`lab xato qiladi. “Aqlni shoshirish”ning umumiy mavzudagi suhbatlarga hech qanday aloqasi yo`q. Aqlini shoshira olishingiz siz erkakdan hurmat kutishingiz mumkinmi yo yo`qligini aniqlab beradi. Buni sizning unga bo`lgan munosabatingiz va uni yo`qotishdan qo`rqmasligingizni anglashi belgilab beradi, aqlli suhbatingiz emas.

Yaxshi qizning xatosi esa erkak unga istagan vaqtida erishishi mumkinligini sezdirib qo`yishidadir. Men sen bilan o`yin o`ynashni istamayman deyishi bilan uni yo`qotishdan qo`rqishi ayon bo`ladi. Ana shunda erkak ayolga 100 foiz erishdim deb hisoblaydi. Aynan shu vaqtdan boshlab ayolda “Uning menga vaqti yo`q, u avvalgidek romantik emas”, degan nolishlar davri boshlanadi.

U bilan bo`g`lanish borasida bizning qahramonimiz juda talabchan. U istasa u bilan bo`glana olasiz, uchrasha olasiz, istamasa yo`q. Buni u belgilaydi, erkak emas. Ammo erkak kim bilandir uchrashgisi kelganda birinchi bo`lib xayolga keladigan darajada maftunkor. Chunki u xushiga kelib qolsa, uchrashishga rozi bo`ladi-da. Bundan kelib chiqadiki, ayol erkakka to`laligicha tegishli emas, ya`ni u erishilmagan marra.

Bir martagina ko`rishish uchun har narsaga tayyor ayol haqida nima deyish mumkin? Uning hech qayerga ketmasligini erkak aniq biladi. Ikkita uchrashuvdan keyin erkak do`stlari bilan uchrashadi, ishida ushlanib qo`ladi, qo`ng`iroq qilib belgilangan uchrashuvni keyinga qoldiradi. Ayol erkak bilan uchrashish uchun tunda qayerdandir yetib kelganida unga “yetkazib berish xizmati” degan neon lampali yorliq yetishmaydi xolos.

Maftunkorlik omili №3

Erkak ayolni to`laligicha qo`lga kiritganiga ishonch hosil qilmagandagina uni "aqlni shoshiradigan" deb qabul qiladi.

Sizni erkak bilan birga o`tkazadigan vaqtingiz ham ko`p narsani anglatadi. Bir haftalik tanishuvdan so`ng erkak o`z ishlari bilan band bo`lsa, yaxshi qiz jimgina yumshoq o`rindiqda o`tiradi. Erkak xuddi oldida kecha tanishgan qizi yo`qdek sport dasturi ko`rishi, mashinasini tuzatishi, gitarasini sozlashi mumkin. Qiz eziladi, siqiladi, ammo lom-mim demaydi. Ozgina vaqt bo`lsa ham yigiti bilan vaqt o`tkazish uchun u bor kuchi bilan o`z zerikishini yashirishga urinadi.

Yomon qiz esa darhol noroziligini namoyish qiladi. Bekorga ham yomon emas-da. Qaytaga uning pol latta emasligini erkak tushunadi. Bu degani erkak bilan urishish, shallaqiliq qilish degani emas. Gap sizning xatti-harakatingiz va o`z qiziqishlaringizni qanchalik darajada himoya qila olishingiz haqida ketayapti. Aytaylik, erkak unga sariq sochlilar yoqishini aytdi. Siz esa qorachadan kelgansiz. Kelasi uchrashuvda sizning sochlaringiz va qoshingizng sarg`aytirilgan holda ko`rsa, nima deb oy`laydi? To`laligingizcha uning qo`lida ekanligingizni tushunadi.

"Erkak ko`ngliga eng yaqin yo`l oshqozondan", degan xalq naqli bor. Bu shunday, albatta, ammo bu degani erkakni to`ydirish uchun xuddi kanizakdek kuningizni o`choq boshida o`tkazing degani emas. Siz o`z qolingiz bilan antiqa ovqatlar pishirasizmi yo yaqiningizdagi do`kondan yarim tayyor ovqat olib kelib tayyorlaysizmi, bari bir oshqozonga tushadi va to`ldiradi. Ana sizga muhabbat ta`minlanadi. Bu yerda bir sir bor: ovqatning issiq bo`lishi, qolgani esa bekorchi ovoragarchilik xolos.

Ayollar o`zlarini qurbon qilishga, o`z qiziqishlarini esdan chiqarishga o`rganib qolishgan. Birorta ekaklar jurnalida ayollarga 4 xil taomdan iborat tushlik tayyorlash tavsiya etilmagan.

Bu nashrlar nari borsa bodibilding bilan shug`ullanuvchilarga maslahat beradi.

Ko`pgina ayollar pishir-kuydirga o`ralashib, o`z qadr-qimmatlarini unutib qo`yishadi. Albatta, men oshxonaga yo`lni mutlaqo unuting demayapman. Yo`q, albatta, siz to`yingizning bir yilligi yoki uning tug`ilgan kuni munosabati bilan bayram dasturxoni tuzashingiz mumkin. Bu juda yoqimli. Tantanali kunlarda erkak rag`batga sazovor bo`lganini tushunadi va sizni atay u uchun tayyorlagan taomingizni sovrindek qabul

qiladi. Agar har kuni shunaqa o`lib-tirilaversangiz, sizning bu urinishlaringizni u xuddi odatiy holdek qabul qiladi.

Kitob ayollar uchun ekan, men bir nechta taomlar retseptini taklif qilishga haqqim bor deb hisobladim va bu taomlarni tanishuvning ilk haftalari uchun tavsiya qilinadi. Professional oshpazlarning retseptlaridan farqli o`laroq ularni eslab qolish qiyin emas. Hatto yozib olish ham shart emas

Gazak.

Popkorn (qo`lbola bodroq).

Nima uchun popkornni tanladim, chunki u tayyorlashga oson va ko`p vaqt talab qilmaydi. Popkorn paketchasini mikroto`lqinli pechga avaylab joylang, barcha donlar po`qillab bo`lgandan keyin paketni pechdan ehtiyot bo`lib oling, ular ancha issiq bo`ladi. Har ehtimolga qarshi qo`lingizga qo`lqop kiyib fartuk taqing va albatta, ushlagichdan foydalaning. Bu ko`rinishingiz bilan nafaqat mehmonda taassurot qoldirasiz, balki o`z ishingizning ustasi ekaningizni ham bildirib qo`yasiz. Agar bodroq kuyib ketgan bo`lsa, yaxshilab ko`zdan kechiring. Faqat ustidagilari kuygan bo`lsa, qora donachalarni olib tashlab, sariqlarni idishga solib, dasturxunga tortavering. Keyingi paketni o`zingiz uchun pechga qo`yishingiz mumkin.

Kerakli mahsulotlar: bir yarim paket popkorn yetarli.

Asosiy taom.

Shinavandalar uchun tansiq taom.

Qaynab turgan suvga 2 ta sosiskani soling, 5 minut qaynating. Bu vaqtda mehmoni ham unutmang. Unga bir stakan salqin ichimlik berib, oynaningiz hatto avto to`xtash joyiga qaragan bo`lsa ham, manzaradan bahra olishi uchun ayvonga chiqarib yuboring. Sizni ko`rmay turgandan foydalanib, sosikalarni yupqa parrak qilib kesing va har bir bo`lakka tish kavlagich suqib chiqing. Ijodkorlik qobiliyatingizni ko`rsatish uchun tish kavlagichlarning har xil ranglisidan foydalaning. Bu taomni ajoyib ikki delikates qayla hantal va ketchup bilan torting. Mehmonga esa hech qachon bularning oddiy sosiskalar ekanini aytib yurmang, balki ularni shinavandalar uchun delikates deb atang.

Ana endi desert haqida kichik tavsiya: do`kondan tayyor rulet sotib oling va uni qahva bilan torting. Tushlik uchun ideal yakun yalpizli saqich.

Kelasi safar erkak sizni restoranga taklif qilganida tayyorlagan tushligingiz ko`ngildagidek chiqqanini anglaysiz. Hayotingiz davomida undan "Bugun tushlikka nima?" degan asabga tegadigan iborani ortiq eshitmaysiz.

Agar vaqt o`tib u nogoh sizdan tushlik tayyorlashni so`rab qolsa, siz dadil o`z shohona taomlaringizni taklif eting: popkorn, sosiska, rulet va saqich, keyin esa tayyorlanavering: siz hademay restoranga taklif etilasiz.

Shu yerda sharh bermasdan o`tolmadim. Bizning o`zbek qizlari, albatta, ayollari ham odatda erkakni to`ydan oldin mehmon qilib yurishmaydi. Uyga taklif qilish haqida esa gap bo`lishi ham mumkin emas. Ammo ayrim qizlar bekalik mahoratlarini namoyish qilish uchun yigitlarni antiqa pishiriqlar bilan mehmon qilmoqchi bo`lishadi. Bu katta xato. Birinchidan, u sizni zo`r berib unga yoqmoqchi ekaningizdan xabar topadi. Ikkinchidan, va hammadan ham yomoni keyingi paytda yigitlarimiz har xil ilmi amal, sehr-u jodudan qo`rqib qolishgan. Sizni ne hasratda qilgan mehnatingiz nafaqat yaxshi baholanadi, balki sizni jodugarlikda gumon qilishlari ham mumkin. Yaxshilik bilmaydigan bandalarni boqishni to`xtating.

To`ydan avval qizlar alohida taomlar tayyorlash kurslariga borib har xil tushgayam kirmagan taomlarni o`rganishadi, bu yaxshi, albatta. Ammo bu taomlar ko`p mehnat vaqt va harajat talab qiladi. Hatto turmush qurgandan keyin ham qancha ko`p qayg`ursam, mehnat qilsam, shunchalik mehr qozonaman deb yotog`iga yarim tundan keyin burnidan tortsa yiqilgudek bo`lib kirib boradigan kelinlar talaygina. Rostdan ham baxt uchun shu pishiriqlar muhim deb hisoblaysizmi? Erkak yuragiga eng yaqin yo`l oshqozondan deb o`ylab oshxonada qolib ketmang. Gap shirin yoki bemaza ovqat haqida ketmayapti, balki erkak uchun qanchalik urinish haqida ketmoqda.

Yomon qiz uyda o`tirib, o`zining vaqtini erkakni ushlab qolish san`atini charxlash uchun ketkazadigan ayollar sirasiga kirmaydi. U uchun zarur yagona narsa – bu yaxshi do`stlar davrasi. Erkak do`stlikdan ortiqrog`iga sazovar bo`lishidan avval esa unga buning o`zi kifoya.

Munosabatlarning ilk bosqichida quyidagilarga ahamiyat bering. Agar erkak xushomad bosqichida siz uchun hech narsa qilishni istamasa bilingki, u kelajakda ham

sizga tayinli taklif kiritmaydi. Siz undan yaxshirog`iga loyiqsiz. Shunday qilingki, erkak buni anglasin.

"Yahshi qizlar" xatti-harakatlari bilan o`zlarini yerga urishadi. Ularning xatti-harakati "Senga taklif qila oladigan narsam aniq yetarli emas", "Mening o`zim unchalik emasman" degan ong osti signallarini jo`natadi. "Yomon qizlar" esa, aksincha, o`z juftiga mutlaqo boshqacha "Men shundog`am mukammalman", "Xohlamasang, katta ko`cha" degan ishonch signallarini yuboradi. Ana endi qisqacha solishtiruv. Munosabatlar poydevori birinchi kundan qo`yiladi. Avval boshdanoq erkak ongli ravishda (ha-ha, mutlaqo ongli) munosabatdan u nima olishi mumkinligni bilishni istaydi. Telefon qo`ng`iroqlari ko`p narsaga oydinlik kiritadi. O`z rejalaringizni tuzish uchun uning qo`ng`iroqlarini kutasizmi? Agar u qo`ng`iroq qilmay qolsa, aqldan ozasizmi? O`zingiz qayta qo`ng`iroq qilasizmi yoki qo`ng`irog`ini kutganingizi ko`rsatasizmi?

Aslida, erkaklar atay ayolga qanday ta`sir qilishini aniqlash uchun qo`n`giroq qilishmaydi. Agar ayol xavotirlanayotgan bo`lsa, demak, uni boshqarish oson. Shunda erkak ayolni uni qanchalik xohlaytgani va zor-intizorligini tushunadi. Sizdan iltimos, ommabop jurnallarda ruhshunoslarning nega erkak buncha kam qo`ng`iroq qilishi sabablarini tushuntiruvchi maqolalarini unuting.

Maftunkorlik omili №4

Ayrim hollarda erkaklar sizning qanday ta`sirlanishingizni ko`rish uchun atay qo`ng`iroq qilishmaydi.

U suvga tushishdan avval qanchalik chuqur sho`g`ish mumkinligini sinab ko`radi. Siz bu holatni bir necha marta bolalar, hattoki itlar xatti-harakatida kuzatgansiz. Erkak va ayol munosabatlarida ham xuddi shunday bo`ladi. Erkaklar ko`rpani o`ziga tortishni yaxshi ko`rishadi. Bu ularga o`z kuchiga bo`lgan ishonchni beradi. Birorta erkak: "Jonim, men munosabatlarimiz qanday rivojlanayotganini tushunib olishim kerak", - demaydi. Balki sizni qanday ahvolga tushushingizni ko`rish uchun ko`rpani o`ziga tortadi. Agar bundan qattiq ta`sirlanib ketsangiz tushunadiki, u sizni to`laligicha qo`lga olgan. Agr siz aksariyat hollarda shunday tasirlanaversangiz, uning bora-bora sizga qiziqishi yo`qoladi. Agar u sizni u yoki bu holda reaksiyangiz qanday bo`lishini avvaldan aytib bera olmasa, siz unga jumboqligingizcha qolasiz.

Sizning bu munosabatingiz unga eng zarur bo`lgan erkni beradi. Agar u odatdagidan ko`proq vaqtga yo`q bo`lib ketsa, bundan mutlaqo xavotir olmaganingizni ko`rsating. Bu munosabatingiz bilan uni tasvishlantirasiz. U yo`qligida uni sog`indizmi yoqmi, u kerakmi yoki yo`q. Bu uni sizga ko`proq e`tibor qilishiga majbur qiladi, chunki u ortiq sizni o`ziga tobe deb bilmaydi.

Erkakka " Nega qo`ng`iroq qilmading?", Nega haftalab yo`q bo`lib ketiding? " degan savollar bermaslikka harakat qiling. O`zingizni mutlaqo buni payqamagandek ko`rsatsangiz (chunki sizning usizham qiladigan ishingiz ko`p).

Shunda u sizga yanada yaqinlashadi. Nega? Chunki siz 100 foiz faqat ungagina tegishli ekaningizga amin emas. Ko`pchilik jurnallarda qizlarga quyidagidek noto`g`ri maslahatlar berishadi. Maqola mualliflari eng kutilmagan joylarda(masalan, ryukzak yoki hamyonda) xatlar yoki ishqiy she`rlar bitib, yanayam kutilmagan joylarda qoldirishni tavsiya etadilar. Sizni ishontirib aytamanki, erkakni sizdan xuddi olovdan qochgandek qochishi uchun mana shuning o`zi yetarli. Ammo bu bilan jurnallar tinchishmadi. Qizlarga erkakni kuzatib yurib kutilmagan vaziyatda pitsa yetkazib berishni maslahat berishyapti. Bundan battari bo`lmaydi. Ayting-chi, mana shu maslahatlarni bir joyga jamlasangiz, nima hosil bo`ladi? Bu sizning tabiatan izquvar ekaningizni va usiz bir kun ham yashay olmasligingizni erkakka ta`kidlovchi sehrli retsept.

Maftunkorlik omili №5

Tobeligingizni nomiyish etish bilan erkakni o`zingizdan itarishga erishasiz xolos. Agar erkak yetisha olmayotgan biror narsasi bo`lsa, u to bunga erishmagunicha qo`ymaydi

Odamlarni manipulyatsiya qilish, g`irrom o`yin olib borish sirlarini o`rgatish niyatim yo`q. Shunchaki siz inson tabiatini tushunib, unga mos harakat qilishni bilishingiz kerak. Erkak har doim erisha olmaydigan narsasini xohlaydi. Unga erishib bo`lmaydigan ko`ringan ayol bilan uchrasganda, uni "aqlni shoshirish" deb qabul qiladi. U bu chaqiriqni qabul qiladi va bor kuchi bilan shu ayolning ko`nglini zabt etish, g`alaba qozonish uchun kurashadi. Agar erkak ayolni qo`lga olishga urinsa-yu, shunga qaramay ayol o`z g`ururi va hurmatini yo`qotmasa, unda voqealar rivoji o`zgaradi. Sizga hozirgina yetarlcha e`tibor ham qilmagan erkak endi oziga ishonishni boshlaydi. Men mana shu qizga paypoqlarimni yuvdirsam, tushlik tayyorlatsam yoki nimadir qilib

uning diqqat-e`tiboriga sazovor bo`lsam, deb xayollar qila boshlaydi. Unga o`z tobeligingizni ko`rsatishingiz bilan ana shu erishilgan narsalar o`z qadrini yo`qotadi.

Ayollar ko`pincha yo`l qo`yadigan yana bir xato. Ular o`zlarini pastga urishadi. Uchrashuvda siz mo`ljallayotgan plastik jarrohlik yoki ozishingiz kerakligi haqida gapirmang.

Hech qachon komplimentlarni inkor qilmang. Balki ularni tabiiydek qabul qiling. Hamisha o`z qadringizni biling va hech qachon erkakka yon berish uchun o`zingizni pastga urmang.

Ho`sh, o`z-o`ziga qanday munosabatda bo`lish kerak? “Mana mening ko`rkimdan oylar hijolat. Bundan ortig`i bo`lmaydi”. Pulingizni psixoterapevtlarga ketkazib yurmang. To bunga o`zingiz ishonguningizcha boyagi so`zlarni qaytaring. Oxir oqibat siz bunga ishonasiz va shu zahoti u ham.

Xo`rlik. Xavotir olmang, bu tuzaladigan yara. Agar siz o`zingizni kamtarlik yoki kamsuqumlik qilyaotganingizni sezib qolsangiz, shu zahotiyoq buni tuzating. Demak, yuqoridagi tavsiyalarga qaytasiz, darhol o`zingizning bebaho xazina ekaningizga ishontirasiz. Nuqta. Tugadi. Ish yopildi.

Agar kimgadir sizning o`zingizga bo`lgan ishochingiz yoqmasa, bu ularning muammosi. Nega? Chunki siz ulardan yuqoriroqsiz.

Demak, xulosa. Hech eshitganmisiz biror erkakni “Barcha erkaklar o`zlarini sobiq ayollarini qo`msashadi”, degannini. Erkaklar ularni shunchalik ko`kka ko`tarishadiki, u qizlarning suratini ko`rganingizda esa ko`zlarngizga ishonolmay qolasiz. Siz shunda beixtiyor: “Bu qiz “Lyusining uyga qaytishi” filmidagi asosiy qahramonga o`xshaydi-ku”, - deb yuboray-yuboray deysiz. Ammo bunday qilish yaramaydi, chunki u darhol: “U hayotda chiroyliroq ko`rinadi”, - deb uning himoyasiga kirishadi. Savdolashmang… Yana bir urinish. “Ha, hayotda chiroyliroq ko`rinarmidi? (Shu joyda pauza.) Ha, aftidan, surat muvaffaqiyatsiz chiqqan ko`rinadi” (Yana bir bor eslataman, savdolashib yurmang!).

Erkak xuddi erishilish kerak bo`lgan marra deb hisoblayotgan ayol bu vaqtda erkakning ko`ziga hech narsa ko`rinmasligini anglashi kerak. Yuqoridagi misolda oddiygina hiyla ishladi, u quyidagicha: ayol o`zini xuddi sovg`adek, sovrindek tutdi, natijada kulgili bir ish bo`ldi. Erkak aslida nimaga yoki kimga qarayotganini unutib qo`ydi.

Maftunkorlik omili №6

Siz o`zingizga qanday munosabatda bo`lsangiz, erkak ham sizga xuddi shunday munosabatda bo`ladi.

Buning aksi ham bo`lishi mumkin. Maftunkor ayol agar o`ziga ishonmasa, erkakning ko`ziga badbashara bo`lib ko`rinadi. U sizning izingizdan qolmayotgan ekan, shu vaqtda sizni eng maftunkor deb hisoblayapti. Sizning o`zingizga bo`lgan ishonchingiz va o`z qadr-qimmatingizni bilishingiz betakror ekaningizga uni ishontiradi.

Hech qachon o`zingizni yetarlicha maftunkor emasman deb hisoblamang, shunda erkakning oldida o`zingizni yerga urib va uni ta`qib qilib yurmaysiz.

Did juda subyektiv narsa. Bir erkak uchun "badbashara", boshqa erkak uchun "go`zal" bo`lishi mumkin.

Birinchi uchrashuvdagina tashqi ko`rinish muhim rol o`ynaydi. U sevib qolganidan keyin esa hamma narsa sizning xatti-harakatingizga bog`liq bo`ladi. Hammasi aslingizni qanchalik saqlab qola olishingizga bog`liq. Hammasi o`zingizni qanday tutishingizga bog`liq.

Maftunkorlik omili №7

O`zingizni taqdir sovg`asi deb biling, shunda erkak ham bunga ishonadi.

Ayol o`zini boshqa ayollar bilan solishtirish bilan qadrini yerga uradi. Xonaga boshqa bir ko`hlik ayol kirib kelganda, bundan xavotirga berilmang. Agarda o`rtacha husnli ayolni erkak oldida betakror go`zalga aylanntirishni istasangiz, nima ham qilish kerak? Oddiygina. Uni o`zingiz uchun kuchli raqib deb bilib, xavotirga tushing. Agar o`zingizni unga e`tibor qaratmayotgandek tutsangiz, erkak sizning o`zingizga bo`lgan ishonchingingizni qadrlaydi va siz bilan qiziqib qoladi.

Bu yerda boshqa qiziq ish bo`ladi, shu ondayoq boyagi ayol ortiq maftunkor ko`rinmay qoladi. U ayolda siz unga beradigan kuchdan ortig`i yo`q.

Mening dugonam Samantani birinchi uchrashuvda yigit boksga taklif qildi. Ringlar orasidagi tanaffusda har doimgidek qo`llab-quvvatlash guruhidan bo`lgan yarim yalang`och qizlar yugirib chiqishdi. Yigit esa ulardan ko`z uzolmay qoldi, orada hurmat yuzasidan bir-bir Samantaga yuzlanib turdi. Samanta esa yigitni nega o`ziga bunday qarayotganini yaxshi biladigandek tutdi.

Kelasi tanaffusda yana osha go`zallar ichi ko`rinadigan kiyimlarda chiqqanda, Samanta yigitdan suv so`radi. Shu zahotiyoq u qo`lidagi shishani uzatdi. Samanta biror martayam ringdagi qizlarning o`ziga xavf tug`dirayotganini ko`rsatmadi. Aksincha, u o`zini shunday xotirjam tutdiki, go`yki o`zidan boshqa ayol zoti mutlaqo yo`q. Uhcinchi raund so`ngida esa yigit undan boshqa hech kimga qiyo ham boqmadi.

Tabiiyki yigit Samantaga butunlay maftun bo`lib qoldi. Kela-kelguncha uning qanday go`zalligini ta`riflab keldi. Yigit anavi rigndagi qizlarni emas, Samantaning izidan qolmadi.

Dugonam oqshomda o`zini namunali tutdi, ammo yigitning xatti-harakati mutlaqo romantikaga to`g`ri kelmas edi. Aytgancha, shuni aytib qo`yishim kerakki, erkaklar ko`pincha birinchi uchrashuvda mutlaqo romantikadan yiroq bo`lishadi. Agar erkak uchrashuvga sizni boksga, futbolga yoki og`aynlarini  uchratib qolishi mumkin bo`lgan boshqa bir joylarga taklif qilsa bilingki, u siz bilan uzoq muddatli munosabatlarni rejalashtirmayapti. Agar birinchi uchrashuvda sizni ana shunday joyga taklif qilishsa, ikkinchisiga vaqt ketkazib o`tirmang.

Agar noqulay vaziyatga tushib qolsangiz, boshqa ayol bilan musobaqalashishga harakat qilmang. Siz erkakning diqqatini tortishga mas`ul emassiz.   Bunga urinib, kuch sarflab o`tirmang. Xonadagi ayollarning kiyimiga qarab qaysidir kiyimini yechib tashlashni boshlaydigan ayolarni bilaman. Yana gap o`ziga bo`lgan ishonchsizlik va o`z o`zini pastga urish haqida ketayapti. Bu o`ta ahmoqona va be`mani odat.

Yarim yalang`och kiyim erkakni o`ziga tortishning eng yaxshi usuli emas. Gap uning e`tiborini torta olishingiz haqida ketmayapti. Bu uncha katta marra emas. Erkak chiroyli mashina yoki mototsiklni ko`rganda ham shunday ehtirosga berilishi mumkin. Biz uni yondirish qo`lingizdan kelish-kelmasligi haqida gapirmayapmiz. Asosiysi, ehtirosi qongandan keyin ham u yonadimi? Mana muammo nimada.

Haqiqiy erkaklarni oz narsa o`ziga tortadi, ko`pi emas. U sochlarini oddiygina yig`ib yuradigan  kelishgan kotiba qizni ko`rgan zahoti uning sochlari elka ustida yozilsa, qanday bo`lishni tasavvur qila boshlaydi. Yopiq kiyingan ayolning sviteri ostida nimalar borligini erkak o`zicha taxmin qiladi, shu bilan birga uning aslida qandayligini bilishga bo`lgan qiziqishi  ochiq-sochiq kyingan ayolni ko`rishga   bo`lganxhohishdan ancha kuchliroq bo`ladi. Ha, ayol o`z  qaddi-qomatini chiroyli qilib ko`rsata bilishi kerak, ammo bu tanani har santimetrini ochish degani emas. Sovg`aning o`zidan ko`ra uning o`ramidan ochish insonga ko`proq zavq beradi.

Hirsni qo`zg`aydigan kiyimlar kiygan ayollarni ko`rganda erkak “Bu bilan to`shakda bo`lishga yo`q demasdim” deb o`ylaydi. Bu rostdan ham shunday. Ammo erkak hirsini qondirgandan keyin ayolga bo`lgan har qanday qiziqishi yo`qoladi. Asosiy vazifa erkak diqqatini tortish emas. Asosiysi ana shu diqqatni ushlab qolishdadir.

Munosabatning qanday bo`lishi ko`p jihatdan sizning o`zingizni tutishingizga bo`g`liq.

Har narsada me`yorni biling, oshirib yubormang. Bunga hamma narsa kiradi: erkakka tez-tez qo`ng`iroq qilaverish, uni ziyofatlar bilan siylayverish, hirsini qo`zg`aydgan kiyimlar kiyish. “Tez yongan bot so`nadi” degan maqolni unutmang.

Agar vaqt o`tibgina keyingi uchrashuvlarga o`zingizga avvalgisidan ko`proq oro bersangiz, vaziyat mutlaqo boshqacha bo`ladi. Erkak buni u uchun qilganingizni biladi va buni o`zi uchun sovg`a deb qabul qiladi. Erkaklarni ko`rmagan narsasi qiziqtiradi. Erkaklarning diqqatini tortib va shu diqqatni ushlab tura oladigan ayollarning o`ziga bo`lgan ishonchi mini yubka, kindikdagi halqa yoki chuqur dekolte o`yilgan qora ko`ylak tufayli emas. “Yomon qiz” o`zini ishonch bilan tutishda bunday mayda-chuyda narsalarga tayanmaydi. U o`zining ayollik jozibasiga va shxhsiy sifatlariga ishonadi.

“Meni borimcha qabul qilsin” deydi juda yaxshi ayol. Qabul qilsin? Yo`q-yo`q azizam, buni uniting. U sizni aqldan ozar darajada xohlashi kerak. Qabul qilish haqida gapirish bu yerda o`rinsiz. U pol lataniyam pol latta ekan deb qabul qiladi. Ammo u faqatgina o`z orzusidagi qizni xohlaydi. Agar sizni qabul qilishlarini istasangiz, psixologik qo`llab-quvvatlash guruhiga boring. Biz erkak tashnaligi haqida gapirayapmiz. Bu tashnalik uni bolaligidan boshlangan. Yangi yilga o`zi so`ramagan o`yinchoqni sovg`a qilishganda bola uni 5 daqiqagina o`ynaydi. 2 oylab tushlikka berilgan pullarni yig`ib sotib olgan, magazinning eng yuqori tokchasida turadigan o`yinchog`i u uchun eng katta qiymatga ega. Oldin unga uzatsa qo`li yetmasdi, ammo uni ko`rib zavq olardi. U bu pulni yig`ish uchun juda ko`p zahmat chekdi, har xil yumushlarni bajarib pul ham topdi. Aynan shu o`yinchog`ini bola bir umr eslab qoladi, chunki uni qo`lga kiritish oson bo`lmagan.

Ayol nima o`ylaydi	Erkak nima o`ylaydi
U uchun qo`limdan kelgan hamma narsani qildim.	U men uchun juda ko`p urinayapti. Aftidan menga qattiq yopishib oldi.
Men o`yin o`ynagim va birovni nog`oramga o`ynatgim yo`q.	U juda ko`p gapiradi.
Men unga g`amxo`rlik qilayapman.	Ey xudo, u menga bunchayam onamni eslatmasa.

Men munosabatlarimiz uchun jon kuydirayapman.	U judayam yaxshi, ammo unga nimadir yetishmaydi.

Uning “nimasidir” bor.

Biz shunday ayollik sifati haqida gapirayapmizki, uning aniq nomi ham yo`q. Bu shunday ichki jozibaki, uni qo`l bilan tutib bolmaydi. Ho`sh, u kimda to`laligicha namoyon bo`ladi. O`zidan norozi bo`lishni o`rinsiz deb biladigan va o`zi bilan uyg`unlikda yashayotgan ayolda. Biz tashqi go`zallik haqida gapirmayapmiz, go`zallar har qadamda uchraydi. Biz intellekt haqida ham gapirmayapmiz. Shaxsiy hayotdagi fojia ahmoq ayollarda ham, IQ si juda baland bo`lgan ayollarda ham uchrab turadi. “nimadir” – bu jumboq, qiziqtirib qo`yib, javob kalitini bermaslik.

Siz bu sirlilikni yo`qotganingizda munosabat so`nadi, u zerikarli va odatiyga aylanib qoladi. Tasavvur qiling, erkak gugurt cho`pi. Uni yoqish uchun gugurt qutisi sirtidagi yondirgich tomoni kerak. Vaqt kelib, ana shu sirt yedirilib ketadi, ming urinma,ng endi yondira olmaysiz. Agar erkak ayolga: “Azizam, miyamni joyiga qo`yib olishim uchun menga vaqt kerak”, - desa. “yaxshi ayol” darrov xavotirlanib: “Iltimos, faqat meni tashlab ketma “, - deydi. “Yomon qiz” esa hech qachon bunday qilmaydi, aksincha, uning narsalarini yig`ishtirishda o`z yordamini taklif etadi. Ayting-chi, nega unday qiladi? Quyidagi javob variantlaridan birini tanlang.

A. U yordamga tayyor.

B. U narsalarini jomadonga joylashni bilmaydi.

V. U o`zini juda sevadi.

Albatta-da, yomon qiz o`zini sevadi va unga uni xohlamaydigan odamning keragi yo`q. U erkakning poyiga bosh urib, rahm qilishini tilamaydi. U o`z hayoti bilan yashaydi, bunday ayoldan esa erkak hech qayerga ketmaydi.

Ayol usiz yashay olmaydimi yoki usiz ham xotirjam kunini o`tkazishini erkak juda yaxshi tushunadi. Poyezdni “yomon qiz” yengillik bilan boshqaradi. Aynan ana shu yengillik unga latofat va joziba bag`ishlaydi. “Nimadir” – seksuallikning yuqori darajasi.

“Yomon qiz” nafaqat erkaklarga ehtiyoj sezmaydi, balki ko`pinchi atrofdagi erkaklarni payqamaydi ham.

Hech e`tibor berganmisiz, telefonda qizg`in suhbat qurayotganingizda, yoringiz har xil bahona bilan diqqatingizni tortmoqchi bo`ladi. Siz uni payqamaganga oling, shu paytda uning sizga e`tibori yanayam ortadi. Erkakni mehr-muhabbatingiz va diqqatingiz markaziga aylantiring, shuda u sizdan ertasigayoq qochib qoladi.

Maftunkorli omili №8

“Yomon” ayol bilan “yaxshi” ayolning asosiy farqi bu qo`rquv.

Margaret Etvud: “Qo`rquvning hidi bor, muhabbatning ham”, - degan edi. Qo`rquv va ehtiros miyaning aynan bir qismi bilan boshqariladi. Erkak ayolni yo`qotishdan ozroq qo`rqqanda, uning ehtirosi cho`qqiga chiqadi.

Erkak ruhiyati o`simlikka o`xshaydi. Uni sug`orish kerak, ammo shu bilan birga nafas olishi uchun havo ham kerak. Erkakning o`ziga judayam ishonib ketishini ta`minlash o`simlikni suvga bo`ktirish bilan teng. Ortiqcha suv gulni o`ldiradi, ortiqcha e`tibor esa muhabbatni.

Nihoyat ayollar men aytmoqchi bo`lgan “yomon” qizning qanday bo`lishini o`zlari uchun xulosa qilib tushunib olishlari kerak. U mehribon. U shaftolidek totli. U xushchaqchaq, u jozibali va haqiqiy ayol. Ammo uning hech bir qarori erkakni yo`qotish qo`rquvidan kelib chiqmaydi.

“Yomon” qiz bilan “yaxshi” qizning farqi shaxsidayam xarakteridayam emas. U shallaqi yoki yovuz ham emas. U hecham o`zini yerga urmaydi, chunki o`zini qattiq hurmat qiladi.

Maftunkorlik omili №9

Agar u qadr-qimmati yoki munosabat degan tanlov oldida qolsa, u hamisha o`z qadr-qimmatini boshqa har narsadan ustun qo`yadi.

Erkak bilan munosabatlari qanday ketayotganidan qat`iy nazar, u o`zligini saqlab qoladi.

U do`stlaridan voz kechmaydi. U karyerasini barbod qilmaydi, u sevimli mashg`ulotlarini tashlamaydi. U mustaqil, erkakka bog`liq emas, shunda nogohon

erkak unga bog`lanib qoladi. U erkakni deb vaqtni qurbon qilmaydi, xursandchiliklardan voz kechmaydi va yaxshi ayollardan farqli o`laroq u hurmatsizlikka toqat qilib yurmaydi.

U o`zining bahosini biladi va qadrlaydi. U o`zining qimmatbaho ekaniga ishonadi va uning har bir xatti-harakati va qarorlari ortida mana shu ishonch yotadi. U qo`rqmaydi, shuning uchun erkak uni yo`qotishdan qo`rqadi. U mustaqil, erkakka zor emas, shunda erkak unga zor intizor bo`ladi. U erkakka bog`liq emas, shuning uchun erkak unga bog`lanib qoladi. Hammasi aynan aksincha bo`ladi.

Munosabatlarning natijasiga kamroq bog`liq bo`lgan odam avtomatik ravishda boshqani unga tobe qilib qo`yadi.

Yangi , ajoyib "yomon" qiz bilan tanishing. Keling, ana shu bob yakunida bu so`zga yangi bir ma`no kasb etamiz. Bu nomni xuddi xushomaddek tushuning. Yomon qiz injiq yoki shallaqi emas. U qo`pol va shafqatsiz ham emas. U muloyim, ammo samimiy. U do`stlari, dugonalari bilan gaplashgandek erkak bilan ochiq va to`g`ri gaplashadi. Erkak uchun bo`yniga osilib hissiyotlarga beriladigan ayoldan ko`ra shunday ochiqko`ngil ayol bilan til topishish osonroq. Ortiqcha oh-voh chekadigan ayollar erkaklarni hamisha cho`chitgan. U nima xohlashini biladi va uni ochiq bildirishga har doim tayyor. Natijada u nima xohlasa, shunga erishadi. Mana, qoyilmaqom "yomon" qizning sifatlari.

1. U o`z erkini qadrlaydi va uni himoya qila oladi. U katta korporatsiyada rahbarmi yoki arzon qahvaxonada ofitsiant, qanday kasb egasiligidan qat`iy nazar, peshona teri bilan pul topadi. U o`zini qadrlaydi, hech kimga uni g`ururini toptatishiga yo`l qo`ymaydi.

2. U hech qachon erkakni ta`qib qilmaydi. Uning olamida erkakdan boshqa narsalaram bor. U uchrashuvlarini burjlar bashoratiga qarab belgilamaydi. U erkakni ov qilib, unga tuzoqlar qo`yib yurmaydi. Shunchaki erkak uning olami markazi emas.

3. U sirli. To`g`rilik bilan hurmatsizlik orasida katta farq bor. U to`g`riso`z, ammo hamma narsaniyam gapiravermaydi. U hamma qartlarini ochib qo`ymaydi. Rasmiylik odamni xafa qiladi, siz haqiginsizda hamma narsaning ochiqligi esa zeriktiradi.

4. U har doim erkakning qiziqishini to`la qondirmasdan qoldiradi. U har kech erkak bilan uchrashavermaydi va uning avtojavobbergichida uzundan-uzoq xabarlar qoldirmaydi. U erkakning kotibasi bilan gaplashib yurmaydi va muzokoralar vaqtida

undan telefonga chaqirib berishini talab qilmaydi. Erkaklar bunday xatti-harakatni sevgidan deb hisoblashadi. Bu, albatta, tahshinga loyiq.

5. U erkakka o`zining ojiz tomonini ko`rsatmaydi. U yaxshi kayfiyatdaligida gaplashadi, hayotinig og`ir lahzalarida esa suhbatdan tiyiladi. U hammasini yaxshilab o`ylab olgandan keyingina fikrini aytadi.

6. U hamisha o`z vaqtini idora qiladi. U hamma ishni shohsmasdan sekin qiladi, ayniqsa, erkak juda shoshib turgan bo`lsa. Erkakning uning hayotini o`z nazoratiga olishga bo`lgan urinishlariga taslim bo`lmay, o`z hayot ritmiga monand yashaydi.

7. U har doim yumor hissini saqlab turadi. Yumor hissi erkakka ayolning mustaqiligidan darak beradi. Ammo u erkakning ustidan kulib unga hurmatsizlik qilib yurmaydi.

8. U o`z qadrini yuqori baholaydi. Erkak unga xushomad qilganda, u buni minnatdorchilik bilan qabul qiladi.Bunday holda u hech qachon qarshi chiqib suhbatdoshga aksini uqtirmaydi. U hech qachon erkakdan uning sobiq ayollari ko`rinishini so`ramaydi va boshqa ayollar bulan raqobatlashib o`tirmaydi.

9. Uning erkakdan tashqari ham keng qiziqishlari olami bor. Erkak o`zini ayol uchun hamma narsa emasligini sezganda, unga bo`lgan intilish yanada ortadi. Agar uning o`zi band ayol bo`lsa, unda erkakning bandligiga xafa bo`lib yurmaydi. Erkak uning hislari va fikrlarining yakka hokimi emas. Shunchaki u ayol o`ylarining ma`lum bir qismini band qilgan xolos.

10. “Yomon” ayol o`z tanasiga yaxshi sozlangan mashinaga qaragandek qaraydi. U o`zining tashqi ko`rinishi va salomatligi uchun qayg`uradi.O`zini hurmat qilishi o`z tashqi ko`rinishga bo`lgan munosabatdan kelib chiqadi. Yori uning qizil lab bo`yig`i yoqmaganini aytgani bilan uni o`zgartirmaydi, chunki bu rang o`ziga yoqadi-da.

Ikkinchi bob

Nega erkaklar “yomon” qizlarni tanlashadi?

Yoki nimani har bir yaxshi ayol bilib olishi kerak?

Baxt. Yaxshi sigara, mazali tushlik, yaxshi ayol yoki yomon ayol. Barchasi sizning qancha baxtni ko`tara olishingizga bog`liq. (Jorj Berns)

Ov zavqi.

Erkaklar ovda aynan zavqni qadrlashlarni har bir ayol bilib olishi kerak. Raqobat erkaklar uchun hamma narsadan muhim. Ular poyga mashinalarga, sportga va ovga qiziqishadi. Ularni buzilgan narsalarni tuzatish, murakkab sxemalarni tahlil etish va ov qiziqtiradi.

Ayollarning asabiga teguvchu "mushuk-sichqon" oyinlari erkaklarga zavq beradi.

Jinslar orasidagi asosiy farq ham ana shunda. Ayollar uchun asosiy maqsad mustahkam, iloji bo`lsa qonuniy munosabatlar. Bu manzil niqtasi. Erkaklar uchun munosabtlarning asosiy qismi bu manzilga tomon yo`ldir. Yomon qiz biladi agar erkak nimanidir xohlasa, uni qo`lga kiritishga urinadi. Bu yo`l qanchalik murakkab bo`lsa, erkakning intilishi shunchalik kuchli bo`ladi. U muvaffaqiyatga darhol erisha olmasa, ana shu yetisha olmaganini tashnalardek xohlayveradi. U faqat u haqida o`ylaydi va orzu qiladi. Juda yaxshi ayol esa bu jarayonni ildizi bilan barbod qiladi. Erkak ortiqcha urinshiga hojat bo`lmasa, shu zahotiyoq zerikishni boshlaydi. Hayotning qaysi jabhasida bo`lamasin, osongina qo`lga kiiritladigan narsani hech kim pisand qilmaydi. Darrovgina to`shakka yotishga rozi bo`ladigan ayollardan erkaklar qochadi.

Agar u osongina maqsadiga yetsa, bu munosabat bir kechadan ortiqqa cho`zilmaydi. Bordi-yu g`alaba qiyinchilik bilan qo`lga kiritilsa, vaziyat mutlaqo boshqacha bo`ladi. Bir oldinga yursa, bir chekinishga majbur. Ammo butunlay taslim bo`lish niyati ham yo`q, chunki maqsad yaqin qolganini sezib turadi. Tug`ma sezgisi uni maydonda qolib, raqiblari bilan kurashga chorlaydi. Yutquzayotganini sezsa, yanada ayovsiz kurashni boshlaydi.

Maftunkorlik omili №10

Agar ayol xushomadlarga darrovgina ilinavermasa, ya`ni yengilmas qal`a va erishilmas marra bo`lsa, erkak unga yanada ko`proq intiladi.

Yana bir misol keltiramiz. Erkak do`stlari bilan ovga ketdi. U bir hafata shu bilan ovora bo`ladi. Hasharotlarga yem bo`lib iflos yotoq qopida uxlaydi. Qamoqdagi mahbus ham yeishni istamaydigan ovqatlarni yeydi. Buning hammasi nima uchun? Ov uchun. Agar rostdan ham bug`uni ovlay olsa, uyga tovusdek mag`rur kirib keladi va shu zahotiyoq

uning shoxini mehmonxonaga ilib qo`yishni istaydi (Qarang-a, mohir ovchi endi dekoratorga aylandi-ya).

Bir narsaga diqqat qiling, bu juda muhim. Agar siz oriq bug`uni ovlab ostonaga tashlab qo`ysangiz ,erkak uga qiyo ham boqmaydi. Bu xuddi o`zi ovlagan bug`uning aynan o`hshasada, erkakning unga munosabati mutlaqo boshqacha bo`ladi. Aynan ta`qib qilish jarayoni erkakning ayolga qiziqishini uyg`otadi. Bordiyu ayol erkakni ta`qib qilib ovlashni boshlasa, u xuddi ostonada yotgan oriq bu`gudek ta`sir qiladi.

Ayolning ko`nglini ovlash bosqichi erkak uchun juda muhim. Bu davrning sekin-asta o`tishi erkakning ov zavqini sezishi va o`zini haqiqiy erkakdek his qilishiga imkon beradi.

Erkak tabiatini tushunish juda oson, chunki bu sifat barcha odamlarga xos.

Maftunkorlik omili №11

Yonginangizda turgan narsani olishning imkonsizligi qondirilishi shart bo`lgan xohishni keltirib chiqaradi.

Odatda erkaklar: “Biz erisha olmaydigan narsalarni xohlaymiz”, - deb tan olib turishadi. ”Yomon” qiz hech qachon erkakning unga erishdim deb tushunishiga yo`l qo`ymaydi. Modomiki erkak hech qachon uni tuta olmas ekan, ta`qib qilishdan to`xtamaydi.

Keling, “yaxshi” va “yomon” qizni taqqoslaymiz.

1-ssenariy

Uyda deb hisoblab sizga qo`ng`iroq qilyapti.

Agar yaxshi qiz uyda bo`lmasa, o`zining qayerda ekanini va qachon qaytishini yigitga qo`ng`iroq qilib aytib qo`yadi.	Yomon qiz esa shu paytda qayoqlarda yuribdi deb o`ylashga uni majbur qiladi.
Yaxshi qiz qo`l telefoni hamisha yoqiqligi va unga istalgan vaqt qo`ng`iroq qilish mumkinligini doim eslatib turadi.	Yomon qiz esa yigitni nega qo`l telefoni bo`la turib, u bilan bog`lanib bo`lmayapti deb oylashga majbur etadi.

2-ssenariy

Erkak: “Falon vaqtda telefon qilaman, keyin olib ketish uchun kelaman”, - dedi. To`rt soatga kechikib qo`ng`iroq qildi.

Yaxshi qiz: “Qo`ng`iroq qilib qo`yish kerak edi”, - deb xavotirlanganini aytib baqiradi.	Yomon qizni tashvishlantirish uncha oson emas, shuning uchun ham uning hissiyotlarini bilish undan-da qiyin. U telefonga javob berishi ham mumkin, bermasligi ham. Va bu uning sog`inishlariga sabab bo`ladi.

3-ssenariy

U charchagan, horg`in va kamgap ko`rinayapti.

Yaxshi qiz darrovgina oldiga borib: “Nimalarni o`ylaypsan?” - deb so`raydi. Chunki uni tashlab ketadi deb xavotirlanadi	Yomon qiz o`z yumushlari bilan band bo`ladi. U vahimaga tushmaydi, shunda erkak o`zi kelib ishlari haqida gapirib beradi.

4-ssenariy

U uchrashuvga kechikib, ayolni kutishga majbur qilayapti.

“Yaxshi” qiz kutadi va qo`l telefoniga 4 martalab qo`ng`iroq qilib, uni qadrlashi kerakligini aytadi.	“Yomon” qiz yarim soat kutadi, keyin esa o`z ishlari bilan mashg`ul bo`ladi.

Bu vaziyatlarda farq ayolning erkakka bo`lgan munosabatida emas, balki ayolning o`ziga bo`lgan munosabatidadir.

“Yomon qiz” xatti-harakati bilan erkakka o`z hayotini uning xohishi va ehtiyojlariga asosan qurish niyati yo`qligini ta`kidlaydi.

O`ta yaxshimisiz?

Tezkor test

1."Yo`q" deganingizda aybdordek his qilasizmi? Rad qilganingizdan keyin aybdorlik hissi qiynaydimi?

Ha. Yo`q.

2. Juftingizga sizga hurmat bilan munosabatda bo`lishi kerakligini tez-tez aytib turasizmi?

Ha. Yo`q.

3. Ko`pincha o`z xohish va ehtiyojlaringizni bildirishda savdolashishga yoki muzokoralar olib borishga majbur bo`lasizmi?

Ha. Yo`q.

4.Uning xohishlarini qondirish uchun ko`pincha uyqudan va boshqa ehtiyojlaringizdan voz kechasizmi?

Ha. Yo`q.

5. Erkak bilan u istaganda va u uchun qulay bo`lgan vaqtda uchrashasizmi?

Ha. Yo`q.

6. U bir marta hech eshitmagani uchun iltimosingizni takrorlashingizga to`g`ri keladimi?

Ha. Yo`q.

7. Janjal yoki tortishuvdan keyin siz birinchi bo`lib yarashishga urinasizmi?

Ha. Yo`q.

8. Munosabatda unga nisbatan siz o`zingizni ko`proq fido qiloyatganga o`xshamayapsizmi?

Ha. Yo`q.

9. U bilan uchrashuvdan keyin ko`pincha siz o`zingizni charchagan yoki ezilgandek his qilmaysizmi?

Ha. Yo`q.

10. Ko`proq e`tibor va g`amxo`rlik istaysizmi?

Ha. Yo`q.

Agar siz 5 yoki undan ortiq savolga “ha” deb javob bergan bo`lsangiz, olishdan ko`ra ko`proq berayapsiz. Keling, xorlik nima uchun hech qanaqasi foyda keltirmasligini tahlil qilamiz.

Ayol ish va o`yin orasida muvozanat bo`lishi kerakligini yaxshi tushunadi. Ular o`z vaqtlarini do`stlari va oila orasida taqsimlay olishadi. Ish bilan o`qishni birga olib borisha oladi. Ammo erkaklar bobida yaxshi qiz muvozanat haqidagi har qanday tasavvurini yo`qotib, shu zahotiyoq bor vaqtini erkakka bag`ishlab yuboradi. Yomon qiz esa unga qancha vaqt ajratsa, shunga rozi bo`lishga majbur qiladi. Qolgan barcha qismlar unda allaqachon taqsimlab rejalangan.

Hamma narsa ozginadan boshlanadi. Qo`ng`iroq qilib yigit so`raydi: “Hozir nima bilan bandsan?”  “Dugonam bilan kinoga bormoqchi edim”, - javob beradi u. Ahamiyat bering-a, u o`tgan zamonda gapirayapti. Shunda u so`raydi: “Uchrashishmaymizmi?” Qiz esa 2 soniya  ham o`ylab o`tirmay: “Kelishdik!” – deya javob qaytaradi.

Erkak sizni iloji boricha qo`lga olmoqchi bo`ladi, chunki siz bilan o`ziga qulay munosabat yaratmoqchi. Va bu mutlaqo tabiiy. Quyidagi iboralarni ishlatgan holda u buni amalga oshiradi. “Menga hamma narsani oldindan rejalash yoqmaydi”, “Men spontanlikni sevaman”, “Menga kutilmagan syurprizlar yoqadi”.

Yomon qiz bilan yaxshi qizni jiddiy farqlaydigan yana bir jihat ayolning munosabtlarga qanchalik o`zini qurbon  qilib yuborishga tayyorligi. Erkak bilan munosabatlar boshlanganida u sizga qiziqayotganini namoyon qilishni boshlaydi. Bu davrda spontanlik elementlari bo`ladi, albatta. Munosabatlarning ilk bosqichida unga ilinganizni hech qanaqasiga bildirishingiz mumkin emas. Agar bunga yo`l qo`ysangiz, munosabat uning shartlari asosida rivojlanadi.

Yaxshi qizlar ko`pincha erkak bilan so`nggi daqiqiada belgilangan uchrashuvni deb o`z rejalarini o`zgartirib yuborishadi. Yomon qiz esa, albatta, o`zi rejasidagi ishni qiladi. Jufti boshiga ko`tarishga tayyor bir shunday ayolni bilaman. Agar sevgilisi qo`ng`iroq qilgan vaqtda u tirnoqlarini bo`yayotgan bo`lsa, u: “Azizim, men band edim, hozir gaplasha olmayman”, - deydi

Maftunkorlik omili №12

Qaysi ayolga oxirgi daqiqada iltimos bilan murojaat qilish mumkinligini erkaklar juda yaxshi his etishadi.

Ayrim hollarda erkak haqiqatda ham oxirgi daqiqada chipta sotib olishi mumkin. Yoki rejada yo`q romantik syurpriz qilishi mumkin. Ha, u spontan, ammo siz avvalgidek asosiy qadriyatligingizcha qoldingiz. Bu yerda spontanlikning zarari yo`q. Agar erkak sizga tez-tez qo`ng`iroq qilib sizni ko`rgisi kelayotgan bo`lsa, sizda hammasi joyida. Boshqa tuzukroq davra bo`lmagani uchun oxirgi daqiqada taklif qilingan uchrashuv sizni tashvishga solishi kerak. Ayrim hollarda sevib qolgan ayol birini ikkinchisidan ajrata olmay qoladi.

U uchun muhimi do`stlari bilan muloqot va ichkilik.	Do`stlari sizni deb ularni mutlaqo tashlab qo`yganidan shikoyat qilishadi. Uni mazax ham qilishadi, ammo u bunga e`tibor ham bermaydi.
U sizni taklif qilmasdan, do`stlari bilan sayohatlarni rejalashtiradi.	U ko`pincha biror joyga birga sayohat qilib kelish uchun ishdan javob so`rashingizni iltimos qiladi.
U sizning yoningizda ko`pincha asabiylashadi va o`zi uchun vaqt ajrata olmayotganini aytib shikoyat qiladi.	U siz bilan o`zini baxtli his etadi. Yaqinlari va oilasidagilar uning ko`rinishi avvalgidan yaxshiligini payqay boshlashadi.
U sizga telefon qilib, u uchun oqshom rejalarini o`zgartirishingizni so`raydi. Shu kuni kechqurun uyiga qo`ng`iroq qilsangiz, avtojavobbergichga to`g`ridan-to`g`ri ulanasaiz. Ertasiga u sizga qo`ng`iroq qilib, kechagi kun uchun biror bahona topib uzrini aytadi.	Agar biror rejani qoldirishga to`g`ri kelib qolsa, uni aybdorlik hissi qiynaydi. Sizdan yashiradigan siri yo`qligi va sizni yaxshi ko`rgani va buni bilishingiz uchun u hamma joydan sizga qo`ng`iroq qilib turadi.
U sizni hech qachon restoran yoki teatrga taklif qilmaydi va sizga pul sarflab yurmaydi, aksincha, u sizdan qarz so`rashi mumkin.	Yuzingizda tabassum ko`rish uchun u hamma narsa qiladi.
Dam olish kunlari bo`sh ekaningizni	U deyarli har doim siz bilan uchrashishga

bildirib qo`ydingiz. U shunga qaramasdan siz bilan ko`rishishga urinmaydi.	tayyor, agar bunga uning ishi yoki o`ziga bog`liq bo`lmagan boshqa vaziyatlar monelik qilmasa.

U deyarli har doim siz bilan uchrashishga tayyor, agar bunga uning ishi yoki biror o`ziga bog`liq bo`lmagan vaziyatlar monelik qilmasa.

Oxirgi daqiqada qilinadigan qo`ng`iroqlarga yorqin bir misol. Avvaliga yigit yana kimdir qo`ng`iroq qilib qomasmikin deb kutadi, keyingina sizga qo`ng`iroq qilib, uchrasha olishi haqida xabar beradi. Soat beshda telefon qilib hali dush ham qabul qilmaganini aytadi. Soat yettida qo`ng`iroq qilib "To`satdan eski do`stim kelib qoldi" degan "noxush" xabarni yetkazadi. Keyin esa do`sti bilan suhbatlashib o`tirishga to`g`ri kelishini aytib, siz bilan boshqa bir payt uchrashishini bildiradi. Kech bo`lganda yana qo`ng`riroq qilib sizni uyiga taklif qiladi, kamiga u yerga o`zingiz yetib olishingiz kerak.

Ming ko`rgingiz kelayotganiga qaramay, unikiga also bora ko`rmang.

Aksincha, bu odam bilan munosabatni davom etirish kerakmi yoki yo`qligini bir o`ylab ko`rishni maslahat beraman. Hech narsga qaramay borsangiz, unga judayam yoqimsiz ko`rinasiz. Bu xatti-harakatingiz bilan uning sizga bo`lgan qiziqishini o`ldirasiz.

Izoh: *O`zini hurmat qilgan o`zbek qiziga, ayoliga ham yigit "Uyimga kel" demaydi, kamiga yana tunda. Agar shunday bo`lib qolgan bo`lsa, unga kimligingizni eslatib qo`ying. Endi esa kitobni birga o`qishda davom etamiz.*

Mening Kristal degan dugonam xuddi shunday vaziyatga tushub qoldi va undan juda chiroyli chiqdi. Uning do`sti Bret shanba kuni kechqurun qo`ng`iroq qildi. Yarim tun. Yomg`ir yog`ayotgan edi. Bret ehtirosli ovozda Kristalni uyiga taklif qildi. Oxirgi daqiqada amalga oshiriladigan qo`ng`iroqlarning klassik turi. U ikki haftadan beri qo`ng`iroq qilmasdi, chunki u boshqa birovlar bilan ko`rishishni istardi. Bretning uyi dugonamning uyidan 35 mil uzoqlikdaligini eslatib otish kerak.

Ho`sh, Kristal qanday yo`l tutdi? U: "Yaxshi azizam, men otlanayapman. Plashimni topib olishimga menga 5 daqiqa ber, 40 daqiqada uying yonida bo`laman", - dedi va Bretdan yomg`irda ivib ketmaslik uchun uy oldida soyabon bilan uni kutib olishni so`radi. U kutdi,kutdi va yana kutdi. Uch soatdan keyingina vaqt o`tkazishga hech kim topilmagani uchun yarim tunda qizlarga qo`ng`iroq qilmaslik kerakligi unga yetib keldi.

Ertalab Kristal avtojavobbergichini tekshirdi. Unda Bretdan bir nechta xabar bor edi. Shu jumladan, u yomg`irda qolib ketgani uchun qattiq tumov bo`lib yotganining xabarini qoldirgan (Bunda uning aybi yoq. Tuzukroq kiyinish kerak edi, vassalom).

Yana bir bor eslatib o`taman "yomon qiz" juda muloyim. U shaftolidek totli. Ammo har bir shirin shaftolida bo`lganidek, unda ham qattiq danak bor. Bu degani agar unga erkak behurmatlik qilsa, u bu oddiy narsani tushuntirib o`tirmaydi. Qo`pollik va hurmatsizlikka hamisha toqat qilib o`zligini saqlab qolish mumkin emas. Hech bir erkakka oyoqni artib tashlasa ham bo`laveradigan ayol kerak emas. O`zingizga hurmat ko`rsatishning hech qanday yomon joyi yo`q. Buning uchun bir nechta shart bajarilishi kerak.

1-shart

U har doim uchrashuvlarni oldindan belgilaydi.

Ma`nosi: Sizning vaqtngiz va e`tiboringiz u uchun qadrli. Agar siz o`z qadringizga yuqori baho bersangiz, erkakning ham sizga beradigan bahosi siznikidan kam bo`lmaydi. Misol keltiraman: u sizga qo`ng`iroq qilib: "Sizni qachon ko`rishim mumkin?" - deydi. "Istagan vaqting, azizim. Vaqtni ayt, sen uchun men doimo bo`shman", - deb javob bera ko`rmang. U sizga jumani aytsa, siz xursand bo`lib rozi bo`lasiz. Keyin o`ylab turib "Ehtimol, seshanba yaxshiroqdir". Siz ungayam rozisiz. Shunda u yana o`ylab: "Balki, kelasi yakshanbadir", - deydi. Sizga buyam to`g`ri kelaveradi.

O`zingizni bunday tutishingiz yaramaydi. Muloyimlik bilan sizga ikki kun oqshom vaqti to`g`ri kelishini ayting. Mayli, qay birilgini o`zi tanlay qolsin. Bunday holda u ikkoviniyam tanlaydi.

Shunga o`xshash boshqa bir holatni aytib beraman. Mening vrach tanishim xususiy amaliyotni boshladi. Uning kotibasi bemorlarga: "Mening barcha vaqtim bo`sh, istaganini tanlang", - deyishini istamasdi. Buning o`rniga kotibaning: "Doktor sizni soat 2. 15 va 4 15 larda qabul qilishlari mumkin. Qay biri sizga qulay?" - deyishini buyurdi. Juda bandligiga qaramay har bir bemor uchun qulay vaqt belgilaydigan doktorni bemorlari hurmat qiladi

2-shart

Agar nimadir sizning ko`nglingizdagidek bo`lmasa, u bilan uchrashmang.

Ma`nosi: U ikkovingiz uchun ham qulay vaqtni tanlashi kerak. Erkak soat to`qqizni ko`rishishni istayorganini aytyapti, ammo siz buncha kech qolib ketgingiz yo`q. “Men vaqtliroq ko`rishsak degandim”, - deb unga ayting. Agar u ishdan kech chiqqani uchun bu to`g`ri kelmasligini aytsa, bundan muammo yasamang. Shunchaki uchrashuvni boshqa kunga qoldiring.

3-shart

Agar sizga erkak yoqmasa, darhol u bilan uchrashishni to`xtating, uni bekorga umidvor qilib yurmang.

Ma`nosi: Sizga qanday munosabatda bo`lishlari kerakligi haqida aniq standartlar mavjud. Deylik, siz u bilan birinchi marta uchrashayapsiz. Erkakning kayfi bor va o`zini risoladagidek tutmyapti. Boshlovchilarga maslahatim: hech qachon ichgan odam boshqarayotgan mashinaga o`tirmang. Doimo yashirin cho`ntagingizda plastik karta va naqd pul olib yuring.

Hamrohingizga uyga ketishingiz kerakligini ayting. Uzr so`rang-u, ayollar xonasiga chiqing va taksi chaqiring.

Mening Kelli degan dugonam ayollar borasida juda omadi chopgan bir erkakni tan berishga majbur qildi. U bunga osongina erishdi. Yigit juda omadli, juda kelishgan va juda ko`p ayollarga yoqardi. Kellini u o`zi doimiy ovqatlanib yuradigan kafeteriysida tushlik qilayotgan vaqtida uchratib qoldi va birinchi bo`lib e`tibor qaratdi. Bu erkakdan o`ziga bo`lgan ishonch yog`ilar va barcha ayollarning diqqatini tortardi.

Ammo Kelli bundan mustasno bo`ldi. Erkak uning diqqatini tortishga harchand urinmasin, uning diqqati butunlay sendvichga qaratilgan edi. Albatta, shundoq yigit unga qarayotganini bilardi, ammo payqamaganga oldi. U seshanba kuniyam keldi. Chorshanbada ham va payshanbada ham. Nihoyat u bilan gaplashishga erishdi. Kelli darrov javob beravermadi: “Men sizni bilmayman, shuning uchun sizga ishq ko`zlari bilan qarolmayman. Biz do`stlashishimiz mumkin, nima bo`lishni keyin ko`ramiz”.

Qarshimizda ayollar uni ko`rsa yiqilishiga o`rganib qolgan yigit. Kelli esa unga go`yoki ringga chaqiriqdek bo`ldi. Qo`lga kiritish oson emasligini darrovgina ko`rsatib qo`ygan bu ayolning ko`nglini olish uchun uning izidan qolmaslikka to`g`ri keldi. Kelli uni deb har ko`yga tushmadi, balki aslicha qoldi.

Maftunkorlik omili №13

Sizni shartlaringiz va muddatingiz. Bu tanlash va o`zingizning shaxs sifatida saqlab qolish imkoningiz bor yoki yo`qligini ko`rsatadi.

Siz darrovgina aslida kim ekanigizni fosh qilasiz: pol lattami yoki uning orzusidagi qiz.

“Muddatlar va shartlar” – juda yaxshi ayollar uchun mutlaqo yangi tushuncha. Ammo uni bittada va abadiyga o`zlashtirib olish kerak. Meni yanglish tushunmang, muhabbat beg`arazlik va fidoyilik talab etadigan tuyg`u. Shunchaki uni sizning hamma shartlaringiz bajarilgandan keyingina bering.

Ona kompleksi va fohisha kompleksi.

Psixoanalizda bu kompleks Madonna/fohisha sindromi deb ataladi.

Bu nazariyaga ko`ra erkak ayolni yo ona deb qabul qiladi, yoki fohisha.

Fohisha deb u bilan jinsiy aloqada bo`layotgan, bo`lishini istaydigan yoki qachonlardir bo`lgan har qanday ayol hisoblanadi. Fohishaning aksi esa ona. Erkakning muloyim, mehribon ayolga nisbatan intilishi unga onasiga bo`lgan munosabatini eslatadi. Bunday ayollar royish, doimo labbay deb javob berishadi, erkak xatolarini osongina kechirashgani va beg`araz mehr ko`rsatishgani uchun erkak bu g`amxo`rlikni tabiiy holdek qabul qiladi. Shunda erkaklar bunday ayollar haqida “Juda yaxshi, ammo unda nimadir yo`q” deb ta`rif berishadi. Ho`sh, nima hosil bo`ldi?

Bexavotirlik+zerikish+ ona=yurakka o`t solmaydi.

Oldindan bilib bo`lmaydi+bir xillik yo`q+fohisha=haqiqiy yong`in.

Erkaklarni erishish mumkin bo`lmagan mustaqil ayollar o`ziga tortsa-da, bor kuchlari bilan ularni fohishadan onaga aylantirmoqchi bo`lishadi. Ayol kishi ular uchun tozalashi, kir yuvishi, ovqat qilishini istashadi.

Menga tanish bir ayol kir yuvish masalasini oilaviy hayotining boshlanishida hal qildi. Yangi kelin qizil futbolkani erining oq rangli paxta matoli ich kiyimlari bilan qo`shib, avtomat kir mashinasida yuvib yubordi. Suvning esa eng qaynog`ini yoqdi. Erning egnida faqat kiyib turgan ich kiyimi qoldi xolos. O`zini hurmat qiladigan hech bir geteroseksual erkak o`lsayam pushti rang ich kiyim kiymaydi. Rasvo bo`lgan ich kiyimlarini ko`rib, g`azabdan yorilay deyayotgan er bor ovozi biln qichqirdi: "Mening ich kiyimlarimga qo`l tekizishni xayolingga ham keltirma!" Xotin esa aynan shuni xohlardi.

Namunali beka bo`laman deb bor kuchi bilan urinayotgan yaxshi qizlar erkak baribir yopiq eshiklar ortida fohishani ko`rishni istashini bilishlari zarur. Bu ikki tushuncha u uchun chambarchas bog`liq.

Nega? Samimiy va doimiy "onalik" erkakni sovitadi. Ha, erkak hamisha onasiga o`xshashishini qidiradi deb hisoblanadi. Bu chiroyli nazariya, ammo bu degani siz holdan toyib yiqilguncha supurib-sidirib, eringizga bolangizdek g`amxo`rlik qilishingiz kerak degani emas.

Erkakni oiri bilan sovutadigan 4 holat bor. Shunda u xuddi isyonkor o`spirindek sizdan qochadi. Siz hamisha yodda tutshingiz kerak bo`lgan 4 asosiy vaziyatlar:

• uni nazorat qilishga urinmang va sizni nazorat qilishini ham so`ramang;

• u hamma bo`sh vaqtini (sizning iltimosingizsiz) siz bilan o`tkazishini kutmang;

• sizsiz o`tgan vaqti uchun hisob berishini so`ramang;

• o`z shaxsiy ishlari bilan shug`ullanishiga imkon bermasdan, holi joniga qo`ymay ortiqcha g`amxo`rlik qilavermang.

Uni hech qachon siquvga olmang. Aytaylik, erkak 100 yildan beri ko`rmagan xolasi bilan suhbatdan keyin telfonni qo`ydi. Agar siz shu zahotiyoq surishtirishni boshlab kim bilan nima haqida gaplashganini ezib so`rayversangiz, shu topdayoq uning ko`z o`ngida fartuk taqqan, uy bekasi bo`lgan onaga aylanasiz-qolasiz. Va u har bir o`smir yigitchadek isyon ko`taradi. Shunday so`z va iboralar borki, ayollar ularni onalarcha eshitilishini o`ylab ham o`tirmay, beixtiyor qo`llab yuborishadi: "Bir oz dam ol", " Juda kechga qolib ketma", "Yetib borganingdan keyin qo`ng`iroq qilib qo`y", "Ketishdan oldin u-bu yeb ol". Erkak o`zini erlik sifati yo`q yosh bolakaydek his qilishiga majbur

qilayapsiz. Siz kap-katta erkakka xuddi 2 yashar bolaga aytgandek “Tushdan keyin uxlab ol, keyin sen bilan o`ynaymiz, kochaga chiqamiz”, deyapsiz.

Erkakni hisob berishga majbur qilib va uni nazorat qilish bilan siz o`zingizni xuddi onadek tutayapsiz. Ehtimol, u shunchaki yarim soatga ushlanib qolgandir. Balki, do`stining mashinasini tuzatishga yordam bergandir, ehtimol, oshnalari bilan pivo ichib qolib ketgandir. Hisob berishiga to`g`ri kelganini sezishi bilan u erkini yo`qotgandek his etadi. Shunda u aldamasa ham bo`ladigan vaziyatda biror yolg`onni to`qiydi . Buni u o`z “sarhadi”ni himoya qilish uchungina qiladi. Bunday so`roqdan keyin erkak o`zini burchakka haydalgandek his etadi.

Maftunkorlik omili №14

Agar siz haddan ziyod g`amxo`rlik qilaversangiz, erkak mudofaa pozitsiyasini oladi va o`z erkini saqlab qolish uchun qochish yo`lini qidiradi.

Xohlagan ishini qilishi uchun sizdan ruxsat so`rab yurishiga majbur qilmang. Unga ortiqcha g`amxo`rlik qilavermang. Ortiqcha e`tibor va g`amxo`rlik erkaklarning asabiga tegadi. U o`zini xuddi mikroskop ostidadek his qilishiga olib kelmang. Uni nazorat qilishga urinayorganingizni sezishi bilanoq, sizdan tezroq qutulishni istab qoladi.

Ertalab erkak soqol olish bilan ovora bo`lib ishga kechikayapti, siz bunig xabarini berish uchun vannaga yugurmang. Mashinasining g`aladonini biror shubhali narsa topib olish ilinjida kavlashtirmang. U telefonda suhbatlashayotganda gap poylamang.

Hamma bo`sh vaqtini siz bilan o`tkazishini so`ramang. Agar erkakni 2 soatgina ko`rmagan bo`lsangiz, unga: “Seni juda sog`indim”, - demang. Agar mening maslahatlarimga quloq osmasangiz, erkakni beixtiyor ta`qib qila boshlaysiz.

Hech qahon erkakka “Tugmalaringni taqib ol”, “Qo`lingni yuv”, “Sochingni tara” degan gaplarni aytmang. Qorni och yoki to`qligini 5 martalab so`ramang. Shamollab qolmasligi uchun issiqroq kiyim kiyishni taklif etmang (aytgancha, ozroq g`amxo`rlik halal bermaydi, erkaklar oddiy tumovni ham vabodek qabul qilishadi).

Baliq oviga sizdan ruxsat so`rab yurmasligi uchun barcha dam olish kunlarini birga o`tkazishni rejalamang. Uning bir juft baliq tutishiga imkon bering. Yo`qsa, u siz bilan uchrashuvlarni bekor qilishni boshlaydi. Nega? Chunki u o`zini onasining oldida o`z menini qo`yib isyon qilayotgan o`smirdek tuta boshlaydi. Buni u atay qiladi. Xullas, sizga erkakka bo`sh vaqtini qanday o`tkazishini buyurmaslikni maslahat beraman.

Siz bilan birga vaqt o`tkazishni erkak o`zining burchi deb hisoblaydi, unga ham maroqli bo`ladigan biror narsa o`ylab toping. Siz mehribon va yaxshi bo`lsangiz-u, erkak o`zini sizni oldingizda qarzdor deb hisoblasa, sizning talabchanligingiz munosabatlarni qiyinlashtiradi. Agar erkakni siz bilan uchrashishga majbur deb his qilishiga olib kelsangiz, sevgi unga bir yumushdek ko`rina boshlaydi. Agar u siz bilan ko`rishishga majbur bo`lmasa, aynan shu harakatlar unga maroq bag`ishlaydi.

Maftunkorlik omili №15

Ayol erkakdan juda ko`p narsalarni talab qilib yuborganda, erkak bor kuchi bilan mas`uliyatdan qochadi. Avval unga qo`lidan nima kelishini ko`rsatishi uchun imkon bering, keyin uni kimligiga baho berasiz.

Erkaklar mashaqqatni sevishadi. Ular sport mashinalarini haydashni xush ko`rishadi. Ularga parashyutda sakrash, baland tog` cho`qqilarini zabt etish yoqadi. Ular imkonsiz narsalarni amalga oshirishni sevishadi. Agar erkak siz bilan uchrashuvlarni imkonsiz narsadek qabul qilsa, u siz bilan yanayam baxtliroq bo`ladi. Uchrashuvlar unga endi yumushdek tuyulmaydi. Bu nazariya qolgan barcha narsalar: telefon qo`ng`iroqlari, birga o`tkaziladigan vaqt va mashg`ulotlar, kun so`ngidagi uchrashuvlar uchun ham o`rinli. Agar uning o`z shaxsiy ishlarini bitirib olishi uchun bir dunyo vaqti borligini his etishiga imkon bersangiz, u hamisha siz uchun vaqt topadi. Siz uning onasiga emas, mahbubasiga aylanasiz. Shunda u sizni elkadagi olahurjun emas, balki xuddi boshidagi tojdek qabul qiladi.Shundagina erkak sizning ortingizdan qolmaydi.

Hech qanday qafaslarsiz.

Erkak o`zini bandi deb his qilishi bilan emotsional stress qo`rquvini sezadi. Yaxshi qiz bilan uchrashib yurganda qiz uning ko`ziga bo`yniga osilib olmoqchi bo`lgan“ola hurjun”dek ko`rinadi. Shu topda beixtiyor “munosabat” degan so`zni ishlatib yuborishidan xudoning o`zi asrasin! Yo`qsa, qiz qutqaruv xizmatini chaqirishiga to`gri keladi. Erkak shu zahotiyoq qiz uning bo`yniga arqon solib, undan farzand tug`ib olmoqchi degan qarorga keladi. Ko`chada kichkintoyni ko`rib qolsangiz, unga kulib, mehringiz tovlanib ketmasin. Bu bilan hamrohingizning qalbini yaralaysiz. Hattoki u tunlari shuni o`ylab bosinqirab chiqadi.

Erkaklardan "Men eshikni ochiq qoldirmoqchiman. O`zimni mas`uliyatlar bilan bog`lab bermoqchi emasman", degan gaplarini eshitib qolamiz. Ayrim hollarda ular buni tushuntirishga boshqa so`zlar topishadi.

Maftunkorlik omili №16

U o`zini qafasda deb his etib qo`rqib ketmasligi uchun yomon qiz erkakka yetarlicha bo`sh joy qoldiradi. Shunda erkak uni qafasga tiqish uchun hamma ishni qiladi.

Ha, erkaklar erk va nazoratni yo`qotib qo`yishdan o`lgudek qo`rqishadi. Bir ayol bilan yashab o`tish fikri ularni qo`rqitadi. Bordi-yu ayol birinchi daqiqadanoq erkakning qo`lini so`rayotgan jiddiy nomzod deb qabul qilsa, u cho`chib ketadi va juftakni rostlaydi. Erkak o`zini burchakka tiqilgandek his qilishi uchun yaxshi qiz bilan bir necha uchrashuvning o`zi yetadi. Keyin "qal`a" prinsipi ishlashni boshlaydi.

Ayol nima deydi	Erkak nima eshitadi
Sen kechqurun qayerga ketayotganingni aytib qo`yishingni istardim. Bu oddiy muomala	Erkni cheklash, nazoratchiga hisob berish.
Sen qo`ng`iroq qilmasang va qayerlardadir yurganingda xavotirlanaman.	Qamoqxona kalitlarining jarangi.
Biz birga bo`lishimiz kerak. Nega men bo`la turib, sen do`stlaring bilan tez-tez uchrashasan?	Chiroqni ochir va 15 daqiqadan keyin o`rningda yotgan bo`lgin.
Men erga tegishni va bir yil ichida farzand ko`rishni istayman.	Hech narsa.

Ana endi tuzatib bo`lmaydigan ish bo`ldi. Munosabatlardan sehr ketdi. Erkak talvasada. U o`zini tor kameraga bir umrga mahkum etilgan mahbusdek his qilayapti. Bizning yomon qiz esa o`zini hecham bunday tutmaydi. Erkakka u o`ziga bir umrga bog`lab olib, uning erkidan judo qilishga mutlaqo qiziqmayotgandek ko`rinadi. Bu erkaklarni yomon qizlarga mahliyo qiladigan asosiy sifat. O`zingizga quyidagi savollarni bering va vijdonan javob qaytaring:

Hech e`tibor berganmisiz erkak bilan armrestling musobaqasi uyushtirsangiz, u juda qiziqib ketadi?

Hech e`tibor berganmisiz, erkak haddidan oshganda, uni joyiga qo`yib qo`yasiz va u sizni yanada ko`proq seva boshlaydi?

Sizni mutaqo qiziqtirmaydigan erkaklar izingizdan qolmasligiga hech hayron bo`lmaganmisiz?

Hech e`tibor bermaganmisiz, siz uchrashib yurgan erkakka qanchalik kam e`tibor qaratsangiz, u shunchalik katta kuch bilan sizni ta`qib qiladi?

Hech shunday bo`lganmi, itingiz yoki mushukchangizni erkalatayotganizni kuzatyotgan yigitingizning rashki keladi?

Bularning hammasini tushunib olish uchun barcha to`gri javoblar topiladigan "Animal planet" telekanaliga diqqat qaratamiz.

Erkaklar-ovchilar. Har qanday yirtqich hayvon kabi ularning eng sevimli mashg`uloti o`ljani poylash va uni yirtqichga qarshiligini yengishdir.

Ko`pchilik erkaklarga yomon qizlar yoqadi, chunki kuchli ayolni bo`ysindirish ularga rohat bag`ishlaydi.

Keling, real hayotda bundan qanday foydalanish kerakligini ko`rib chiqamiz. Bitirvchi bosqich talabasi Nensi kechki mashg`ulotlarga qatnashardi. Unga kursdoshlaridan biri yoqardi. Yigit bora-bora unga yaqin yuradigan odat chiqardi va nihoyat uni uchrashuvga taklif qildi. Nensi unga javoban: "Yaxshi, kelaman. Faqat biz auditoriyada bo`lganimizda o`zingni qo`lga olib, risoladagidek tutib yurasan", - deb aytdi. Yoshlar o`rtasida kuchli hissiyot bor edi. Nensining bu ogohlantirishi olovga yog` sepib yubordi. Yigit shu zahotiyoq qizga erishish oson bo`lmasligini tushundi.

Maftunkorlik omili №17

Agar siz erkakka u bilan yaqin munosabat qurish niyatingiz yo`qligini aytsangiz, u bu fikringizni o`zgartirish uchun hamma ishni qiladi.

Erkaklar qo`rquvini o`tmaslashtirish uchun unga "juda jiddiy" munosabat qilish niyatingiz yo`qligini ayting. Unga bo`lgan qiziqishingiz yo`qolmagunicha yoningizda

qolishi mumkinligini ayting. Erkaklar fikricha, siz aksini xohlashingiz kerak, chunki ayollar uchun mas`uliyat zarurligiga o`rganishgan. Undan mas`uliyat talab etmasdan u uchun g`ayrioddiy jumboqqa aylanasiz. Sizdan nima kutish mumkinligini u endi bilmaydi. Shu yo`sinda erkakning poyezda qolish-qolmaslgini belgilovchi nozir o`rniga o`tasiz. Hamma narsa sizning nazoratingizda ekan, hech qanday ov va poygalar ish bermaydi. Ammo poezdni siz boshqarganingiz uchun u hecham keyingi soniyada nima bo`lishini oldindan aytolmaydi.

Ho`sh erkak o`zini qafasda deb his etmasligi uchun nima deyishiz kerak?

Birinchi uchrashuvda jiddiy munosabatlarni xohlamaslgingizni. Har qalay hozircha xohlamasligingizni ayting (albatta, vaqti kelib hamma narsa o`zgarishi mumkin).

Agar birga ishlasangiz, unga: "Biznes va shaxsiy munosabatlarni aralashtirish yaxshi bo`lishiga iymonim komil emas", - deng (buning aksiga sizni ishontirishga urinib ko`rsinchi).

Bordiyu siz bir-biringizdan juda uzoqda yashasangiz "Bundan bir narsa chiqishiga ishonmayman, axir biz bir-birimizdan uzoqda yashsaymiz" deng (qani, jonim, meni bunga bir ishontir-chi).

Aksi ham o`rinli. Agar sizga erkak yoqmasa va uning ortiq qo`ng`iroq qilmasligini istasangiz: "Bolalar. Men ularni sevaman. Men kamida 5 -6 ta farzandli bo`lishni istayman, ehtimol, undan ham ko`proq. Meni biologik soatlarim bong urayapti, shuning uchun borgan sari tezroq o`z rejalarimni amalga oshirishim kerak. Men kelgusi to`rt besh yilni nazarda tutayapman"ga o`xshash gaplarni ayting va bolalar haqida suhbatni davom ettiring.

Bunday usul har doim ish beradi. Agar erkak sizga shunchaki yoqsa, shu jumladan, uni rad javob bilan xafa qilishni istamasangiz,quyudagi gaplar sizni bittada undan halos etadi: "Tagliklar! Ularni osongina eplasa bo`ladi. Sen xavotirlanma… Senga yosh bolalar upasining hidi yoqib qoladi. Va undan keyin bolalar tuvakka juda tez o`rganishadi". Faqat bunday nutqni u balkondan yiqilib, chil parchin bo`lmasligi uchun birinchi qavatda so`zlang (ko`p qavatli binolar va ochiq oynalardan ehtiyot bo`ling).

Siz shunday qilingki, u o`zini qafasda deb his etmasin, shunda erkak sizning qoidalaringiz bo`yicha o`ynay boshlaydi. Erkakni cho`chib qolgan qo`riqchi it deb hisoblang. Xotirjam holatda u o`zini burch va mas`uliyatlarini bemalol uddalay oladi. Mabodo uni cho`chitib yuborsangiz, u shu zahotiyoq tishlay boshlaydi.

Erkaklar doimo “yomon” ayollarni xush ko`rishiga yana bir bor amin bo`ldik. Tutqich bermas va biroz yengiltak ayolni ko`rgan erkak nima uchun unga yaqinlasha olmasligini oqlash uchun o`zicha bahonalar to`qiydi. “U yengiltak va men u bilan jiddiy munosabatlar qurmoqchi emasman. Faqat ozgina ko`ngil yozgim keldi”, deb o`z-o`zini ishontiradi. O`zini erkin his etish unga yoqadi. Va bu holat uni ayolga butunlay bo`glanib qolib, uning quliga aylangunicha davom etadi.

Erkak hech qachon o`z shaxsiy tanloviga ko`ra sevib qolmaydi. Bu mutlaqo tasodifan ro`y beradi. Mana nima uchun ingliz tilidagi sevib qolmoq (fall in love) so`zi, so`zma-so`z tarjima qilinganda “sevgiga yiqilmoq” bo`ladi. U yurdi-yurdi, paq yiqildi. Uning o`z rejalari bor edi, ammo hamma narsa boshqacha bo`lib ketdi.

Maftunkorlik omili №18

Shunday qilingki, erkak o`z xatti-harakatlari va tanlovida erkin ekanini tushunsin. Shunda u xotirjam tortib o`zini himoya qilishni tox`tadi.

Erkak qanchalik xotirjamlashsa, uning shunchlik sergakligi kamayadi. Shunda siz uni ortga yo`l yo`q bo`lgan nuqtaga olib borishingiz mumkin bo`ladi. Agar erkak telbalarcha sevib qolsa, undan qayerda va kim bilan ekanini so`rab o`tirishga hojat qolmaydi. U sizga hamma bilishni istagan narsalaringizni aytib beradi. Bu siz buni bilishni istaganingiz yoki so`raganingiz uchun emas. Do`stlari bilan uchrashib qolsa ham, bari bir sizning yoningizda bo`lishga oshiqadi.

Eddi Merfi afrikalik shahzoda rolini ijro etgan “Amerikaga kelish” filmidagi bir sahnani eslaysizmi? U bolaligidan uylanishi kelishib qo`yilgan go`zal malika bilan mehrob oldiga borishdan avval uchrashadi va so`raydi: “Senga nima yoqadi?” Malika unga: “Senga nima yoqsa, shu”, - deya javob qaytaradi. Shunda shahzoda undan qanday taomni xush ko`rishini so`raydi. Malika: “Sen nimani xush korsang, shuni”. U o`zining itoatkor va tobeligini tabora ko`proq namoyish etadi. Shunda shahzoda undan itga o`xshab akillab, bir oyoqda sakrashini so`raydi. Malika barcha buyrug`ini so`zsiz ado etganini korgan shahzoda bunday ayolga uylana olamasligini tushunadi.

Erkak o`z shaxsiyz fikri va irodasiga ega bo`lgan shaxs sifatida shakllangan ayolni xohlaydi. Ayolning o`z fikri bo`lishi kerak. Shunday qilishingiz kerakki, u sizning o`zingizga ishongan ayol ekaningizga amin bo`lsin. Shunda u sizni mustaqil ekaningizga va usiz ham kuningiz o`tishiga ishonadi. Agar u sizga kichkinagina sinov uyushtirsa,

sizning ham unga javoban shunday qilishga haqqingiz bor. Erkaklar o`zini yo`qotmasdan, zarbaga zarba bilan javob beradigan ayollarni hurmat qilishadi.

Siz har doim ham uning fikriga qo`shilaverishingiz shart emas. Erkak o`zi qidirgan ayolni topganiga ishonch hosil qilgandagina uni sevib qoladi.

Agar biror narsa haqida sizning qat`iy fikringiz bo`lsa, uni ayting. Agar erkak: "Qanday filmni ko`rishni istarding?" - deb so`rasa, tanlash imkoniyatidan voz kechmang. "Siz bilan ikkita jangari film ko`rdik, keling, endi muhabbat mavzuidagi filmlarga o`tamiz", - deb dadil ayting. Erkaklarga o`z shaxsiy fikrini aytishdan qo`rqmaydigan ayolar yoqadi.

Bir oilali erkak ideal ayolni shunday tasvirladi: "Restoranga borish uchun otlanib bo`lib, eriga bolalari bilan qolmoqchi ekanini aytishi mumkin. U so`ramaydi. U shunchaki aytadi".

Izoh: Bu masalahatlarni eshitib, hoynahoy tasavvur qilayotgandirsiz bundan keyin yoringiznig holatini qanday bo`lishini. Agar oqibatidan qo`rqsangiz, bunday keskin harakatlar qilishga shoshmang, balki fikringizni, tanlovingizni, xohishingizni aytishni sekin-asta boshlang. Har bir jabhada rostdan ham o`z fikringizga egamisiz yoki o`ziga ishonmagan ayolmisiz. Unutmang, sizga o`zinikini o`tkazishni hech kim majburlamaydi, bu shunchaki tavsiyalar. Nimani tanlash sizning ixtiyoringizda. Men har qanday holatda ham sizning tanlovingizni hurmat qilaman. Biz sharq xalqimiz. Ideal ayol muloyim, erini bek deb hisoblaydi. Ammo bu degani fikri yo`q, xohishi yo`q, tanlovi yo`q degani emas. Xohishni janjal yoki topolon bilan emas, ishonch bilan aytishni o`rganing. Va buni prinsipni deb emas, rostdan ham fikringiz bo`lgani va unga aniq ishonganingiz uchun ayting. Kuchli erkak esa ayolni xo`rlayvermaydi, balki uning qarorlarini hurmat qilishni o`rganadi. Davom etamiz.

Boshqa bir erkak yanayam aniqroq tushuntirdi: "Uyda ayol hokim ekanligini anglash ko`pchilik erkaklarga yoqadi deb o`ylamayman. Shunchaki ularni hech bir buni tushunib yetmaydi".

Erkak bilan munosabatni aynan shu bilan boshlashni maslahat beraman. Hamma narsani so`zsiz ma`qullayveradigandek tasavvur qoldirmang. "Harri Sallini uchraib qolganda" filmidagi sahnani eslaysizmi? Bosh qahramon o`ziga sendvich tanlashga bir soat ketkazadi. O`z shaxsiy fikringizga ega bo`ling. Ta`bingizni aytishdan tortinmang. Chiroyli muomala qiling, ammo o`zingizni namoyon qilishdan qo`rqmang.

Aytaylik, siz videotekaga keldingiz va tamosha qilish uchun film tanlayapsiz. Ko`rib bo`lgan filmingizni olishga ko`nmang: ”Siz ko`rmagan bo`lsangiz, men uni qayta tamosha qilishimga to`g`ri keladi”. Qat`iy bo`ling: “Bu yerda yaxshi filmlar ko`p. Keling, ikkovimiz ham ko`rmagan kinoni tanlaymiz”.

Agar erkak sizni hind restoraniga taklif qilayotgan bo`lsa-yu, siz sharqona taomlarga toqat qila olmasangiz: “Muyulishda italyan restorani ochildi deb eshitdim”, - deng.

Erkakka tashabbusni o`z qo`lingizga olish va taklif kiritishdan qo`rqmasligingizni ko`rsating. Uning jentelmen bo`lishni xohlashiga ishonch hosil qiling. Agar shunday bo`lsa, u sizni xursand qilishni istaydi.

Yomon qiz hamisha tenghuquqli holatlar yaratishni talab etadi, yaxshi qiz esa nuqul yon beradi. Agar erkak ayolning xohishlariga ahamiyat bermasdan, qaysi filmni ko`rishda va qay bir joyga borishda turib olsa, yomon qiz bunday erkak bilan munosabatni cho`zib yurmaydi. Gap italyan yoki hitoy oshhonasi u yoki bu filmni zo`rligi haqida ketmayapti. Gap erkakning o`z xudbinligini namoyon qilishida ketyapti. Va yomon qiz xarakterning bunday jihatiga toqat qilib o`tirishga majbur emas.

Izoh: Erkak bilan haq-huquq talashishni o`ziga munosib ko`rmaydigan sharqona va islomiy tarbiya ko`rgan ma`suma o`zbek ayoli, sizga bir narsani ta`kidlashni burchim deb bildim. Islom ayolni yerga urmagan, balki uni ko`klarga ko`targan yagona din hisoblanadi. Va bu shunchaki quruq gap emas. Kitobdan chalg`imaymiz!

Bu ancha ahmoqona misol, ammo u yorqin namuna bo`lgani uchungina uni keltiraman. Dugonam Anna bir erkak bilan kechki ovqatga bordi, erkak ikkita omar buyurdi. Ofitsiant ikkita tirik omarni stolga olib keldi va ulardan bu tog`ri kelish yoki kelmasligini so`radi. Dugonam vegeteryan emas, ammo o`z vatani shvedsiyada, tabiat bag`rida o`sgan va omarlarning bunday noliish bilan shoxchalarini qimirlatganini ko`rmagan. U: “Bu bechoralarni tiriklayin pishirishlariga bu yerda jimgina qarab tura olmayman”, - dedi. Anna buyurtmani bekor qilishini talab qilib turib oldi.

Boshimni qo`yib qasam ichamnki, bu erkak menga ortiq qo`ngi`roq qilmaydi deb o`yladi Anna, ammo u qo`ng`iroq qildi. U har kuni qo`ng`iroq qila boshladi. U omarni yeishdan ko`ra ayolni xursand ko`rishni ko`proq istardi. U haqiqiy jentelmen. O`z juftingizda shunday tajriba o`tkazing demayman. Ammo o`zni shunday tutish kelinchak Eddi Merfi kabi itoatkor bo`lib va “Sen xohlaganigcha, azizim” deb pichirlashdan yaxshiroq.

Maftunkorlik omili №19

Erkak, ayniqsa, ayolning qanchalik o`ziga emotsional tobe yoki yo`qligiga diqqat qaratadi.

Erkaklarga amalga oshirib bo`lmaydigan narsalarni talab qilib, nuqul turmush sharoitidan nolidigan haqiqiy qaysar ayollar yoqadi demadim. Erkak o`z noroziligini bildirishdan qo`rqmaydigan va o`z shaxsiy fikrini ayta oladigan ayolni xohlaydi.

Agar erkak birinchi uchrashuvda: "Nima bilan mashg`ul bo`lishni istardingiz?" – desa, yelka qisib: "Siz nima taklif qilasiz?" – deb, qanday ahmoqona taklif bo`lsa ham, rozi bo`lib ketavermang.

Shunchaki erkakka hayotga bo`lgan ishtahanigiz borligini ko`rsating. O`z shaxsiy hayotingizga, albatta.

Bu xuddi yaqindagina o`qigan kitobingiz haqida so`zlab bergandek "Men yaqinda

(bitta esnab) qiziqarli kitobni o`qidim". Bu iborani mana bunisi bilan solishtirib bo`lmaydi: "Men Syuzen Smitning ajoyib kitobini o`qib chiqdim. Bundan ham qiziqarli kitobni men hali ko`rmagandim. Syuzen ajoyib yozuvchi!"

Erkaklar itoatkor va ularga tobe ayollarni nega yoqtirmasliklarini tushunish uchun quyidagi misolni esda tuting. Erkaklar bilan munosabati o`xshamagani uchun nuqul sizga hasrat qilib yig`i-sig`i qiladigan dugonangiz yo`qmi? U navbatdagi erkak bilan uchrashib yurganda uni topib bo`lmaydi, qo`ng`iroq qilib tushib bo`lmaydi. Ammo ikki oy o`tar-o`tmas siz yana uning yig`i-sig`isiga chidashingizga to`g`ri keladi, chunki erkak yana uni tashlab ketdi. Keyin u yana yo`q bo`lib ketadi, chunki unga yangi hushtor topiladi.

Bunday do`stlik sizning ko`nglingizni to`ldirmaydi, chunki bu do`stlik u ayolning hayotida muhim rol o`ynamaydi. Erkak ham ayolni o`ziga nihoyat tobe bo`lib qolganini juda yaxshi sezadi. Agar siz uning bo`yniga osilib olsangiz, bu yukni ko`tarishga kuchi yetmay qolishi mumkin. U shunchaki inson va uning ham o`z muammolari bor. Erkakka o`zingizning teng sherik bo`la olishingizni ko`rsating, shunda munosabatlarga o`z hissangizni qo`shasiz .

Maftunkorlik omili №20

Siz ehtiyojingini deb emas, o`z tanlovingizni deb u bilan birga ekaningizni erkak his qilishi kerak. Faqat shundagina u sizni o`ziga teng juft deb qabul qila oladi.

O`ziga bog`lanib qolgan va unga ehtiyojmand degan tassavur hosil qilmaslik uchun yomon qiz har doim erkakni uyga ketishiga qo`yib yuboradi. U o`zini o`zi eplay oladi.

Erkak erkni yo`qotish hissining o`rniga shunday kuchli ayolning e`tiborini qo`zongani uchun g`urur hissini tuyadi. Qachonki juftlar biri-birga nisbatan o`zini qarzdor deb his etmagandagina teng huquqli munosabtlarga asos qo`yiladi.

Mana nima uchun erkakka erk berish kerak. Bu sizni mazlum emas, mag`rur ko`rsatadi. SIz u uchun hamisha o`zi intiladigan manzil u zabt etmoqchi bo`lgan cho`qqi bo`lib qolasiz. Bu nega kerak? Uning oldida o`z tanlovingizga asosan qolganingizni his qilishi uchun. Siz unga tobe emassiz va bo`yniga osilmayapsiz. Siz to`laqonli shaxssiz: u bilanmi yoki usiz. Bu juda muhim. Mustaqillik - mana nima asosiy. Hech qanaqasiga unga qaramligingizni namoyish etmang. Shunda erkak sizni o`z xohishiga ko`ra sherik tanlaydigan kuchli ayol ekaningizni tushunadi.

Uchinchi bob

Qandolat do`koni.

O`z ayollik latofatini qanday ishlatish kerak?

Faqat bittadan konfet.

Agar siz erkaklarni ayollardagi nima maftun qilishi haqidagi barcha tadqiqotlarni tahlil qilib chiqsangiz, asosiy, zerikarli va jo`ngina javoblarni olasiz: "Tadqiqotchilar erkaklar asosan ayollarning tashqi ko`rinishi, jozibasi va o`zini qo`ya bilishiga maftun bo`lishadi degan xulosaga kelishdi". Shuyam tadqiqot bo`ldi-yu.

Keyingi sahifaga o`tamiz "Yangi lab bo`yoq sotib oling… Qoshni terib tashlab boshqatdan chizing… Labga kollagenli ineksiya qiling…" Ana shunda u sizning asiringiz bo`ladimi? Faqat bu hayotda emas. Ikki o`rtada qoshdan ayrilganingiz qoladi.

Hech hayron bo`lganmisiz, ajoyib yigit nima uchun qo`shni qizga uylanganiga?

Sizning nigohingizda ko`rimsizgina qiz, ammo erkak ko`zi bilan qaraganda tabiiy go`zal. Uning husn bobidagi bor-yo`q yutug`i olti yoshida "qovoq go`zali" tanlovi bo`lsa-da, erkak bunday ayol bilan bo`lganda o`zini pishloq fabrikasiga tushib qolgan semiz kalamushdan-da baxtliroq sezadi.

O`ziga qiziqib qolgan erkakning telbalarcha sevib qolishini istayotgan har bir ayol ikki narsaga ahamiyat berishi kerak. Avvalo, erkak shu ayolga nisbatan mayl sezishi va bu haqida har xil orzu-xayolga berilshi kerak. Keyin esa ayol juda yaqin munosabatlarga kirishib ketishga shoshmay, biroz kutishi kerak.

Bu bobni tarjima qilish yoki qilmaslik haqida juda ko`p ikkilandim. Ammo yozishga qaror berdim. Erkak va ayol munosabatlari bor ekan, bir kun kelib u xoh to`gri bo`lsin, xoh noto`g`ri, jinsiy munosabatgacha yetib keladi. Va bunday munosabatlarni tushunib-tushunmay boshlab yuboradigan qizlar, hattoki ayrim hollarda hayot ko`rgan ayollar ham uchrab turadi. Biz uchun shariat va xalqimizning etika normalari belgilab bergan qonun-qoidalar bor. Unga ko`ra nikohsiz aloqalar normaga kirmaydi. U gunohga, isnodga, zinoga kiradi.

Aziz ayollar, unutmang, davlat, shariat, ota-ona, jamiyat ruxsat bermagani bilan munosabatlar uchun ma`sul, eng avvalo, ayol kishi. Nega? Chunki ayol o`z hirsini, xohishini erkakdan ko`ra kuchliroq nazorat qila oladi. Erkakda kuchli xohish bo`lganda uni hirs boshqaradi, aql emas. Bu vaqtda uning so`zlariga emas, xatti-harakatiga ahamiyat bering. Afsuski, tuzoqqa yaxshi qizlar ko`proq ilinib qolishadi. Ana keyin badnom bo`lish, nikohsiz homiladorlik kabi ko`ngilsiz oqibatlar kelib chiqadi.

Bu bobni tarjima qilishimdan ham maqsad aslida ana shunday erkin munosabatlar norma bo`lgan, qiz bola iffatiga beparvo jamiyatda mutaxassislar oila quraman, mustahkam ishonchli munosabat qilaman degan ayollarga to`ydan avval to`shakka bormaslikni maslahat berishaytganini ko`rsatish edi. Iffatni saqlash, eng avvalo, ayol foydasiga ishlaydi. Ko`pincha yosh qizlarni yigitlar tashlab ketish bilan qo`rqitib maqsadlariga erishishadi. Agar yigit xayolida bo`lsa ham bu fikrni o`yladimi, demak, u aniq sizni tashlab ketmoqchi. Xohishini qondirish bilan uni ushlab tura olmaysiz. Yaxshisi, unga oq yo`l tilang. Xohishlari esa uning muammosi, o`zi qanday xohlasa shunday hal qilib olsin. Siz yosh bola-yu, u sizni onangiz emaski, nima desa ho`p deb bajarib ketishingiz kerak bo`lgan. O`zingizni ko`proq qadrlang, shunda qadrliroq bo`lasiz. Tarbiyaviy soatni to`xtamiz-u. kitobga qaytamiz.

Nihoyat “qandolat do`koni” nazariyasiga yetib keldik: erkakka rastadagi hamma shirinliklarni yeishiga ruxsat bermang.

Maftunkorlik omili №21

Agar erkak ayol bilan yaqin bo`lishini kutishiga tog`ri kelsa, u nafaqat ayolni haqiqiy go`zal deb hisoblaydi, balki uning qadrini yuqori baholashi uchun vaqti ham yetarli bo`ladi

Erkaklar ayollarni darhol ikki kategoriya: ko`ngilxushlik uchun va “munosib”ga ajratishlarini ayollar bilishini istashmas ekan. Agar siz “ko`ngilxushlik degan kategoriyaga tushib qolgan bo`lsangiz, hech qachon u yerdan chiqa olmaysiz.

“Yomon qizni” konservator yoki ikkiyuzlamachi demoqchi emasman. Shunchaki erkaklar ularni “munosib” deb hisoblashlarini istashadi. Buning uchun ular o`z jozibalarini qadam-baqadam ochishadi.

Bunday xatti-harakat yomon qizga “poezd harakatini nazorat qilish” imkonini beradi. Erkak ayolni tutqich bermas deb hisoblagani uchun uni boshqalar ham osonlikcha qo`lga kirita olmasligini tushunadi. Aslida, u o`zi ham qachondir unga yetisha olishiga imoni komil emas. Shuning uchun ham erkak bu ayolni ”ko`ngilxushlik uchun” degan kategoriyaga kiritishga o`ziga ruxsat berolmaydi.

“Pol latta”ni osongina erishiladigan deb hisoblashadi, chunki u mutlaqo notog`ri sabablarga ko`ra va juda tez to`shakka rozi bo`ladi. Uning o`ta sipo va sodda ko`rinishi hech narsa qilolmaydi. Uzun yubkalar kiyadimi, sochini otning dumi qilib yig`adimi va pishir-kuydir kurslariga boradimi yoki ochiq-sochiq kiyinib diskotekama-diskoteka yuradimi, baribir natija bir xil. Nima bo`lgandayam agar ayol erkakning ko`ngliga yo`l topish uchun u bilan birga bo`lishga o`zini majbur deb his etsa, erkak darhol ayolning holatini sezadi va unga bo`lgan bor hurmatini yo`qotishni boshlaydi.

Bred ismli erkak ikkala turdagi ayollarning farqini menga bunday tushuntirgandi: “Ayollar ikki turga bo`linadi: biri zo`r berib ofatijon bo`lib ko`rinishga urinishadi, ikkinchisiga esa urinishniyam keragi yo`q, ular busiz ham shunday. Ko`pchilik erkaklar ikkinchi tip ayollarni ofatijon deb hisoblashadi. Albatta, bor narsasini isbot qilish uchun qattiq urinayotgan ayol hamisha notabiiy ko`rinadi. Ammo bunga urinmayotgan

ayolning erkakni o`ziga ko`proq tortishi tabiiy. Aynan shunday ayollarga erkaklar jiddiy qarashadi"

Shunisi qiziqki, Bred yaqindagina kollejni tamomlagan yigitcha. Endigina 20 ga kirgan yigitcha buni tushungan ekan, sizga kunda uchrab qolishi mumkin bo`lgan har qanday erkak ham buni bilishi tabiiy.

Quyida keltiriladigan jadvalda erkaklarning oz ma`lumotga ega bo`lganidayoq ayollarga baho berishi ko`rsatilgan. E`tibor bering, ikkala tip ayollar ham aslida ofatijon, ammo ularning farqi biri erkakka muhtojdek ko`rinadi, boshqasi esa yo`q.

Ko`ngilxushlik uchun ayol	Munosib ayol
U birinchi uchrashuv va birinchi telefon qo`ng`irog`idayoq intim mavzularda gaplashadi.	U juda ehtiyotkorlik va odob chegarasidan chiqmagan holda o`ta nozik noz-karashmalar bilan o`zining ofatijon ekanini namoyon eta oladi.
U juda kalta yubka kiyadi, belini, oyoqlarini va ketini ko`z-ko`z qiladi. Uning seksualligiga katta urg`u berilgan. Erkakning doimo diqqatini qaratadigan xatti-harakatlar qiladi.	U qaddi-qomatini chiroyli ko`rsatadigan kiyimlar kiyadi. Qomatni biror qismiga urg`u berish uchun uni ochib yurmaydi. U bachkana ham, kulgili ham emas.
U erkakka nuqul hushomad qiladi yoki bo`yniga osilib oladi.	U erkakni vaqti-vaqti bilan e`tirof etadi.
Ikkinchi uchrashuvdayoq qiz uni uyiga taklif etadi. Yigit o`zini qo`lga olishga va`da bergan bo`lsa-da, ehtiroslar o`z ishini qiladi. Erkak bittada butun konditor do`konidagi barcha shirinlikka ega bo`ldi.	Yigit eshik oldigacha kuzatib kelganiga va qizni u bilan xayrlashgisi kelmayotganinga qaramay, qiz o`z hislarini jilovlay oladi. Ostonada yigitga hayrli tun tilab, muloyim xayrlashadi.
Uchqun so`ndi.	Uchqun so`nmadi, balki alanga oldi.

Ho`sh, qancha vaqtgacha uni oziga yaqinlashtirmaslik kerak? Qacha imkoni bolsa shuncha.

Izoh: Yana sharx berishni lozim deb topdim. Bizda yaqinlik deganda to`shak nazarda tutilmayapti. Bizda nikohsiz aloqalar norma emas, ya`ni ko`pchilik bunday yashamaydi. Shunday ekan, bizning erkaklar ham to`shakni xohlagani bilan ayoldan normaga mos xatti-harakat kutishadi. Munosabatlarda erkinligingiz sizni shunday zamonoviy qiz degan tasavvur bermay, balki erkak nazdida yengiltak, kim duch kelsa bo`lib ketaveradigan buzuq ayol degan taassurot qoldirishingiz mumkin. Yaxshi ayollarga, nima desa ho`p deydigan sodda qizlarga kelsak, turmush qurgandan keyin halol juftingiz nima desa ho`p desangiz, foydadan holi bo`lmas. Ammo ming sinashta bo`lsa-da, hali er degan nomga sazovor bo`lmagan yigitga erlik huquqini berib qo`ymang. Yo`q deyishni esa iltimos, o`rganing. Erkak kishiga bu borada ishonib bo`lmasligini erkaklarning o`zlari ta`kidlashadi. Hali bokira qiz bo`lasizmi yoki to`rt marta erdan ajrashgan ayolmi, baxt topaman desangiz, iltimos, munosabatlar hali rasmiylashtirilib halol degan maqom berilib, ommaga ma`lum qilinmagunicha to`shakka shoshmang. Har qanday holatda shirin so`zlarga aldanmay hushyor turing, shunda vaziyatni siz nazorat qilasiz, munosabatning taqdiri ham sizning qo`lingizda bo`ladi.

Kamida bir oy munosabatlarni qat`iy chegarada ushlang. Bu taktika sizga erkakni yaxshilab o`rganib olishingiz uchun kerakli vaqtni beradi. Romantik tundan so`ng uni uylangani haqida xabar topishni istamaysiz-ku. Yoki eski mashinasi bor sobiq jazmani borligi va u tez-tez ko`chada qolib ketgani uchun uyiga olib borib qo`yish kerak bo`lishini.

Shirinlikni bitta-bittadan berish deganda men uy qizidek yovvoyi bolishni nazarda tutmayapman. Gap sizning o`zingizni qanchalik qadrlashingiz va qo`ya bilishingiz haqida ketayapti. Bu taktika orqali erkak sizning ko`nglingizga yo`l topish uchun ancha ter to`kishi kerakligini anglaydi, shundagina u sizga siz xohlagandek munosabatda bo`ladi.

Intimdan o`zingizni tiyib erkakni masofada ushlaganingizda, qo`lingizdagi qartalarni foydali va juda qiziqarli qilib ishlatish imkoniga ega bo`lasiz. Siz o`zingizga yaqinlashtirmagan erkakning qo`liga ko`chada nogohon tegib ketsangiz, hayajondan etlari jimirlab ketadi. Yoki u sizning ovozingizni eshitish uchun xudoning bergan kuni qo`ng`iroq qiladi. U sizni o`z hayotida uchratgan eng ajoyib ayol deb hisoblaydi. Ana shunda aynan o`sha sehrli uchqun paydo bo`ladi. Erkak zoti esa faqat shuni deb yashaydi-da.

Maftunkorlik omili №22

To`shak va "uchqun" bular hecham bitta narsa emas.

Shirin g`alaba.

Agar erkak sizga erishish uchun o`z jasorati, muomalasi yoki istarasini ishga solishi kerakligini his etsa, u sizni yanayam ko`proq qadrlaydi. Ayollar bekorga erlarini xo`jayin deb atashmaydi. Ular egalik hissi bilan tug`ilishadi. O`zlari erishishga urinayotgan narsani boshqa erkaklar osonlik bilan qo`lga kirita olmasligini bilish ular uchun yoqimli. Xuddi kapitan Kirk yoki Hristofor Kolumbdek hali erkak oyog`i yetmagan yerlarni ochishni istashadi. Erkaklarni bir narsa: sizning qanchalik tez taslim bo`lishingiz qiziqtiradi.

Haqiqatan ham, tasodifiy aloqalarga odatlanmagan ikki insonning juda tez bir-biriga tushib, yaxshi munosabatlar paydo bo`lib va buni bir umrlik rishtaga aylangan holatlari bo`lib turadi. Ammo bu tasodif, qonuniyat emas. Mening yaqin dugonam Brittani dorishunos bo`lib ishlaydi. U ajoyib, go`zal, "munosib" ayol. Odatda u ikkinchi uchrashuvdayoq erkak bilan yaqin munosabtda bo`lib ketadi.

Yaqinda u o`ziga yoqadigan bir yigit bilan uchrasha boshladi. Maqsadiga juda tez erishgan yigit bir zum o`yga toldi, keyin esa dugonamga yuzlanib: "Sen hamma erkaklar bilan shunaqa qilasanmi?"- dedi. Bu so`zlarni eshitgan dugonam o`z ta`rificha "qotib qoldi".

Agar siz juda tez erkak bilan yaqinlik qilsangiz, avvaliga o`ziga o`zi: "U mendek yigitga yo`q deya olmadi", - deydi. Ammo keyinroq sizni yana nechta erkakka yo`q deya olmaganingiz va yana nechtasiga yo`q deya olmasligingizni o`ylab bosh qashlab qoladi.

Maftunkorlik omili №23

To`shakdan avval erkak aniq fikrlay olamydi, ayolning miyasi esa ravshan bo`ladi. Keyin esa hammasi aksincha bo`ladi. Erkakning zehni tiniqlashadi, ayol esa esini yo`qotib qo`yadi.

Yaqinlashish yorug`lik tezligida bo`lganda, erkak barcha xohlagan narsasiga erishadi. Yaqinlikdan keyin uning miyasi ravshanlashishadi, chunki u oldiga qo`ygan maqsadiga erishgani uchun yengil nafas olishi mumkin. Ayol esa endigina o`z xohlagan maqsadi

tomon yo`lga chiqmoqda. Uning ishi hali bitmadi. Endi ayol uni ta`qib qilishni boshlaydi, u esa qochib qoladi.

Sizga yoqadimi yoqmi, munosabatlarning ilk bosqichida sizni qoniqtiradigan shart-sharoit yaratilishi ustida ish olib borasiz. Agar bu bitimga juda tez rozi bo`lsangiz, tashabbus va nazoratni qo`ldan boy berasiz. Yomon qiz o`zi uchrashayotgan erkak bilan bitim tuzish yoki tuzmaslik haqida ancha bosh qotiradi. U erkak zoti bir to`xtab o`tadigan bekat bo`lishni istamaydi.

Erkak avval siz bilan tunni o`tkazishni istaydi. Sizning qanday tirikchilik qilishingiz unga muhim emas. Sizning mashinangiz qandayligi uni qiziqtirmaydi. Sizni ertalabdan yog`siz sutli qahva bilan shirinkulcha yeishni yoqtirishingiz bilan uning bir tiyinlik ishi yo`q. Sizni esa oldinda bu munosabatni mutlaqo boshqachasiga o`zgartirish uchun qilinadigan ishlar kutmoqda.

Erkakni kutishga majbur qilib sizning "boshqacha" ekaningizga amin bo`lishiga imkon berasiz.  Shundagina u sizni qaymoqli qahva emas, yog`siz sutli qahvani xush ko`rishingizga ahamiyat berishni boshlaydi.

Maftunkorlik omili №24

Har bir erkak, avvalo, to`shakni xohlaydi; siz bilan uzoq muddatli munosabat qilishni istash-istmasligi haqida keyinroq o`ylab ko`radi. Uning xohlaganini bermasangiz, u sizni qanday qilib ajralmas juftiga aylanib qolganingizni bilmay ham qoladi.

Erkaklar o`yinlarni xush  ko`rishadi, ayollar esa bularga toqat qila olmaydi. Quyidagi sahnani tasavvur qiling. Qiziqqon amerikalik erkak hisob 47:3 bo`layotgan superkubok o`yinini ko`ryapti. Bu unchalik qiziqarli emas, to`g`rimi? Ammo u hisob ochilmagani uchun qo`shimcha vaqt qo`shib berilgan o`yinni ko`ryapti.  Qiziqib ketganidan uning diqqatini ekrandan, ketini esa o`rindig`idan ko`chirib bo`lmaydi. Mana u fanatlik qilayotgan komanda tashabbusni o`z qoliga oldi, u esa: "Bo`l, bo`laqol", - deb baqirayapti. Mabodo uning komandasi g`albani qo`lga kiritsa, u telbalardek u yoqdan bu yoqqa yugurib, qiyqirib g`alabani nishonlaydi.

O`n yillar o`tgandan keyin ham agar siz shu final o`yin haqida so`rab qolangiz, xuddi kecha bo`lgandek aytib beradi. Ayol erkak bilan yaqinlashib ketishga shoshmaganda ham xuddi shunday bo`ladi. Erkakning qiziqishi oshganidan oshadi.

Bu sizga urfdan qolgandek tuyulishi mumkin, ammo ishoning, mening maslahatlarim har xil yoshdagi erkaklardan olingan son-sanoqsiz intervyularga asoslangan. Ajoyib bir misol – Natan. U endigina yigirma beshga kirgan yigit. U ayollar ko`ngliga yo`p topishni yaxshi biladi. U menga nima deganini so`zma-so`z keltiraman: “Agar ayol juda tez o`zini topshirib qo`ysa, romantika yo`qoladi va ikkovimiz ham bu yo`nalishda harakat qilishdan to`xtaymiz. Chin so`zim, biz erkaklar bu borada qattiqroq, ko`proq urinishni xohlaymiz. Bizga o`yin o`ynash yoqadi, agar bu o`yin tez tugab qolsa, bizning hafsalamiz pir bo`ladi. Hattoki biz botinan bunga qarshilik qilamiz. Ha, biz unga erishishni xohlayotganimizni bilamiz, ammo qiz bola bizni kutishga majbur qilishini xohlayotganimizni ham bilamiz. Yo`qsa, bu ehtirosimiz ikki yo uch martadan so`ng mutlaqo so`nadi. Keyin esa biz yangi sarguzasht izlab ketamiz”.

Albatta, munosabat qurish uchun ortiqcha urinishni istamaydigan erkaklar ham uchrab turadi. Ular “uch uchrashuv” qoidasi bilan yashashadi. Qoidaga ko`ra agar ayol uch uchrashuvda ham xohlaganini beravermasa, unga vaqt ketkazish behuda.

Jiddiy munosabat qursa bo`ladigan ayolni izlayotgan erkaklar talaygina. Ammo “uch uchrashuv” qoidasi bilan yashaydigan erkakning niyati bitta - xohlaganini olish va jo`nab qolish. Xohlaganini ololmagani uchun uchinchi uchrashuvdan so`ng erkak qaytib kelmasa bilingki, ertami-kechmi u baribir sizni tashlab ketardi.

Yaxshi qiz erkak nima xohlasa, shuni berishga o`zini mas`ul deb biladi. Uni boshqarish juda oson. U erkak bilan bo`lgandan keyin uni shu yo`l bilan ushlab qola olaman deb o`ylaydi. Go`yoki bu borada u oltinga tengdek. Yomon qiz esa erkak qiyinchilik bilan erishgan narsasigina oltinga teng bo`lishini yaxshi biladi.

Erkak zoti juda tez va ortiqcha urinishlarsiz maqsadga erishishni istaydi deb xomtama bo`lmang. Aslida, ko`pchilik erkaklar ayolga erishish uchun ter to`kishni istashadi. Erkak va yaxshi qiz orasida so`zsiz savdlolashuv boshlanadi: “Azizam, menga qara. Birga bo`lish uchun men ikkita kechki ovqat, guldasta va kinoga bilet olishga tayyorman. Jami 255 dollar 95 sent. Ortiq bir chaqa ham bermayman!”

Erkak qancha to`lay olishi va uning narxi qanchaligini bilishni istaydi. Yomon qiz esa undan aqlliroq. Biladiki, erkak agar uni ta`qib qilmasa, boshqa ayolning iziga tushadi.

Shuninig uchun ham “yomon qiz” erkak byudjetining qanday bo`lishidan qat`iy nazar, astronomikmi yoki kamtarona bu pullarning bari uning o`zigagina sarf bo`lishini istaydi. U o`zini erkak uchun eng yaxshi sarmoya deb hisoblaydi. “Uch uchrashuv “ qoidasi yomon qizga o`tmaydi. U erkakni xotirjamgina qo`yib yuboradi, loqal uni eslamaydi ham. Hattoki shunday erkaklar ham oxiri borib uning qoidasi bo`yicha oynamaydigan ayollarga uylanishadi. Yomon qiz o`z qoidalariga binoan o`ynaydi. “Korishguncha” degan so`z uning tilidan osongina chiqadi. Bordi-yu erkak ketadigan bo`lsa, bu qiz uni deb achchiq ko`z yoshlar to`kadi deb o`ylashiga o`rin qolmaydi.

Maftunkorlik omili №25

Maftunkorlik o`z o`ziga ishonchga yoki emotsional tobelikka asoslanganini erkak ich-ichidan his etadi. Qachon ayol to`shakdan erkakni bog`lab olish uchun foydalanayotganini erkak yaxshi biladi.

Yaxshi qizdan farqli o`laroq “yomon qiz” o`zining toshakdan-da ustun tomonlari borligiga ishonadi. U o`zi istagan munosabatga erishgandan keyingina yaqinlikka rozi bo`ladi. U judaym ofatijon, shuning uchun ham erkak xohlashi bilan uning xohishini qondirishga o`zini mas`ul deb hisoblamaydi. Erkak hech qachon bunday ayolni zabt etdim deb xotirjam bololmaydi. Sirlilik yo`qolmaydi, ov davom etadi.

Ayol erkakni juda yoqtirgani va uni zo`r berib ushlab qolmoqchi bo`lgani uchun erkakka o`zini tezgina topshirib qo`ysa, uning xatti-harakati keskin o`zgaradi. Endi romantik sayrlar, sham yog`dusidagi kechlik va guldastlar o`tmishda qoladi. Qizni kinoga yoki restoranga taklif etish o`rniga uyiga taklif qilib qo`ya qoladi, chunki u yerda nima bo`lishini yaxshi biladi. Agar qiz o`z qoida va shartlarida qat`iy turib olsa, romantika va guldastalr oqimi to`ydan keyin ham to`xtamaydi. Chunki erkak maqsadiga erishishidan avval ayolning hurmatini joyiga qo`yishga odatlanib ulguradi.

Maftunkorlik omili №26

Yomon odatlar yaxshisiga nisbatan tez shakllanadi, chunki yaxshilarini paydo qilish uchun ongli sa`y-harakat zarur. Kutish esa bunday sa`y-harakatga undaydi.

Risoladagidek erkak ikki narsaga amin bo`lmagunicha atrofingizda aylanib yuraveradi. Birinchidan, u sizga yoqishiga ishonch hosil qilishni istaydi. Ikkinchidan, haliyam

o`yindami yoki yo`qligini bilishni xohlaydi. Tunnel oxirida yorug`likni ko`rib turar ekan, u intilaveradi. Erkakka ikki yoqli fikrlarni jo`natmang, yo`qsa u o`zini aldangan deb his etishi mumkin. Keyingi bob sizga muommoli vaziyatlarda muvozanatni saqlashni va erkakni suvga olib borib sug`orilmay kelgandek his etmasligiga yordam beradi.

Konfetni berish rejasi:

Munosabatlarning yotoqdan tashqarida rivojlanishiga urinar ekansiz, erkaklarning maqsadi siznikidan farqli ekanini yodda tuting. Siz ikkita oyog`ingizni yerda mahkam turihini istasangiz, erkaklar esa sizni muvozanat yo`qotishingizni istashadi. Erkakni nuqul laqillatib yurish yaramaydi. Unga ikki ma`noli signallar yuborish juda oson, chunki erkaklarni bu masala qattiq qiziqtiradi. Erkaklar o`ziga yashil chiroqni bildirishi mumkin bo`lgan har bir signalni ilg`ashadi. Sizning signallaringiz aniq va ikki ma`noli bo`lmasligi bu yerda juda muhim.

Qizil rang "yo`q" deganni bildiradi.

Yashil –"olg`a".

Sariq esa siz erkakni ahmoq qilib uni asab torlarida o`ynayotganingizdan darak beradi. U yer-bu yerni ochish bilan siz erkakka yashil chiroq ko`rsataypsiz, keyin esa o`zingizning qanday yaxshi qiz ekaningizni tushuntirish o`rinsiz. Bu esa bolakayga konfet berib, u endi ochayotganda qayta tortib olishga o`xshaydi.

Maftunkorlik omili №27

Agar oxirgi daqiqada tormozni bossangiz, erkak sizni yolg`onchi deb hisoblaydi.

Ana endi biz "qaynoq" va "xavotirlangan" terminlarini ishlatishni boshlaymiz. U "qaynoq" bo`lmay qolishi bilan, uning ehtirosi o`z o`rnini "xavotirga" bo`shatib beradi. Endi erkak asabiylasha boshlaydi. U boshqa sizning o`yinlaringizda ishtirok etishni istamaydi, chunki undan faqat siz zavq olaypsiz. U endi sizni halol o`ynayapti deb o`ylamaydi va oqibatda seksual xohishlar o`rnini xafalik va araz egallaydi. Agar u sizning uni laqillatganingizni sezib qolsa, u mutlaqo sizdan yuz o`giradi.

Bu haqida mulohaza yuritib ko`ring. Itga bir soat suyakni ko`rsatib turib, o`rniga selder bargini berish mumkin emas. Agar erkak sizni hurmat qilishini istasangiz, u bilan halol o`yin olib borishingiz kerak. Erkak bilan yaqin munosabatlarga kirishmasdan

munosabatni saqlab turish va yana u sizni yolg`onchi deb atamasligi uchun quyidagi maslahatlarga amal qiling.

• Munosabatlarning ilk davrida uni yoki o`zingizning uyingizda u bilan yolg`iz qolmaslikka harakat qiling, ayniqsa, kech bo`lganda.

• Jamoat joylarida uchrashing. U o`zi kelib sizni olib ketishi mumkin.

• Uchrashuvlarni kunduzgi soatlarga belgilang. Agar sizga velosipedda sayr qilish yoqsa, bunday vaqt o`tkazish  ham qizil chiroq yoqishning  yaxshi  usuli. Ammo ikkovingiz kamin yonida bir shisha sharob bilan shamlar yog`dusida birga o`tirgan bo`lsangiz, unda erkak uchun bu yashil chiroq.

• Bo`salarning juda ehtirosli bo`lishiga va uzoq cho`zilishiga yo`l qo`ymang.

• Uchrashuvdan kech qaytayapsiz, qahva ichish uchun uyga taklif qilib yurmang, hatto buni o`zi so`rasa ham. Uy yaqinida u bilan xayrlashing.

• Sertabassum bo`ling, uning hazillariga mazza qilib kuling, yaxshi hamsuhbat do`st bo`ling. U sizga  mahbuba deb qarashidan ko`ra do`st bo`lishini istang. Agar u sizga yuragini ochib o`zi haqida gapira boshlasa, bu yaxshi belgi. Erkak ayolni yoqtirgandagina unga o`z ko`nglini ochadi.

• Noz-karashma me`yordan oshib ketmasin. Bemaza  mavzudagi latifalardan ehtiyot bo`ling, chunki ular kamdan-kam holatda shunchaki hazil bo`ladi. Erkak kishi hazilni ko`pincha sinash uchun ishlatadi. Ammo juda jiddiy ham bo`lib ketmang, yaxshi hazilga kulish gunoh emas. Ammo intim mavzularda uzoq to`xtalib qolmang, chunki u buni yashil chiroq deb o`ylashi mumkin.

• Erkakni e`tirof etib turing. Sizga yoqishini bildirib qo`ying. Masalan, uning odekoloni iforidan hidlang. Yoki bugun ko`rinishi zo`rligni ayting. Bu bilan unga yaqin bo`lib ketmayotganingiz aslo uni yoqtirmaganingizdan emasligini bildirib qo`yasiz.

• Unga mehringizni izhor qiling. Uning qo`lidan tuting , yelkasiga bosh qo`ying, shunda u oz`ining erkakligini his etadi.

• O`z kuchingizga katta baho bermang. Uning hech narsa bo`lmaydi degan gaplariga ishonmang. Hatto uni anchadan beri bilsangiz ham, juda yaxshi inson bo`lsa ham, bunday holatlarda har qanday erkak o`zini nazorat qila olmay qolishi mumkin.

• Mehringizni odamlar orasida ko`rsating. Bu yer xavfsiz, hech qanday ortiqcha ish bo`lish ham mumkin emas.

Erkak ehtiyotkorlik bilan to`shakka ishora qilayotganiga qaramay, u ich-ichidan siz uni kutishga majbur qilishingizni istaydi.

Mening bir mijozim ayollar borasida omadi chopgan yigit aytgan gaplari yodimga tushdi: "Judayam chiroyli bir qizga oshiq bo`lib qolaman, chindanam haqiqiy muhabbat ana shu deb o`ylay boshlayman. Ammo u men istagan narsalarimga ruxsat berib yuborgandan keyin hafsalam pir bo`ladi, sen ham hammaga o`xshagan ekansan deb". Davom etamiz.

U sizning "boshqacha" ekaningizga ishonch hosil qilishni istaydi. Siz uni ajoyib, yoqimtoy va eng zo`r deb hisoblashingizni xohlaydi. Siz uning hazillariga kulishingizni, uni aqlli deb sanashingizni istaydi. U ma`budani xohlaydi. U ajoyib ayolni xohlaydi.

Ho`sh, qanday qilib siz unga bunday tasavvurni berishingiz mumkin? Oddiygina sizni ta`qib qilishiga, izingizdan qolmasligiga imkon bering va osonlikcha o`zingizni topshirib qo`ymang. Biroz mashaqqat cheksin, shunda siz u uchun ideal ayolga aylanasiz.

Shirin nuqta.

Ayol bilan erkak oshiq-ma`shuqqa aylangandan keyin ham "pol latta" va "orzudagi qiz"ning xatti-harakatlari bir-biridan tubdan farq qiladi.

Yaxshi qizlarning katta xatosi ular boshqa ayollar bilan musabaqalshmoqchi bo`lishadi.

U erkak bilan ishlaydigan har bir ayolni surishtirib chiqadi "U senga yoqadimi?" deb. Yaxshi qiz erkak yoqtiradi deb xayol qilgan fotomodellar, raqqosalar, kinoyulduzlar bilan ham musobaqalashishi mumkin.

Maftunkorli omili №28

Agar erkak sizni xavotirlanishga majbur qilsa, xavotirni o`z yo`lboshlovchingizga aylantiring.

Ayolning seksual imkoniyatlari o`ttizdan keyingina cho`qqiga chiqadi, deyishadi ko`pincha. O`zini boshqa ayollar bilan solishtirib, o`ziga ishonmaydigan ko`pgina ayollar

uchun bu fikr o`rinli. Jinsiy hayotning yaxshilanishiga sabab ayol nima xohlashini erkakka bemalol ayta olishidadir. U xotirjamlashadi, o`ziga ishonch paydo bo`ladi va qat`iylashadi. U endi erkakni yo`qotishdan unchalik qo`rmaydi.

Ko`pchilik ayollar o`zlarini qandaydir idealga o`xshashga majbur deb bilishadi. Boshqalar esa yotoqda erkakka parnografik shou uyushtirishlari kerak deb hisoblashadi. Hattoki erkaklarning ayolini tanqid qilib “Qancha ko`p qichqirsa, shuncha yahshi” deganini eshitgandim.

Hattoki ommaviylashib ketgan parnografiya ham kinoning reallikdan katta farq qilisini isbotlaydi. Bunday sharmanda kinolarga ehtirosli ovozlarni studiyada berishadi. “Yomon qiz” hech qachon ozini qandaydir tashqi standartlar bilan solishtirib yurmaydi. Yaxshi ayollar esa nima uchundir shularga o`xshashga majburman deb o`ylashadi. To`shakda o`zini qanday tutish kerakligi bilan ovora bo`lib, umuman nima uchun bu joydaligini unutib qo`yayozishadi. Endi bu animatsiyaga aylanib ketdi. “Yomon qiz” bunday tomoshalar qo`yib yurmaydi. U rostgo`y. Xohlaganini aytishga iymanmaydi. Erkakni ushlab qolish uchun yolg`on tasavvur uyg`otib yurmaydi.

Maftunkorlik omili №29

Haqiqiy erkak orzularida ehtirosli ayolni ko`radi.

Erkak uchun ayolning qoniqishi juda muhim, ammo buni sun`iy qilmang. Albatta, erkak ko`ngli bu masalada nozik bo`ladi, ammo bu o`zingizning ko`nglingizni unuting degani emas. Yotoqdami, tashqaridami prinsiplar o`zgarishsiz qoladi. O`z ko`nglini olishni unutmagan ayol erkakni ko`proq baxtiyor qila oladi. Intim muloqotning har bir daqiqasida bunday ayol nima istayotganini erkak so`zsiz tushunadi. Bu esa erkakka boshqa barcha narsadan ham ko`proq rohat bag`ishlaydi.

Yaxshi qizning yana bir xatosi u boshqa masalada juda samimiy va to`griso`z. Masalan, u yigit ikkinchi uchrashuvda undan hayotida nechta erkak bo`lganini so`raypti. Bu bir qop yong`oq rostini aytib qo`ya qoladi “Bor-yo`g`i uchta”. Yomon qiz esa hech qachon bunday qilmaydi. U bunday savollarga hecham to`ppa-to`g`ri javob berib o`tirmaydi.

Ammo u sizni o`tmishingizni kavlashtirishni istab so`rab-surishtiraversa, “Mening hayotimda bo`lgan erkaklar soni senga uchragan ayollar sonidan kam ekani aniq”, -

deb aniq hisobotdan qutuling. Xuddi yashiradigan narsasi bordek, biror aybi bor odamdek o`zingizni oqlashga urinmang. Qaytaga unda shubha paydo bo`ladi, bu esa munosabatni buzadi.

Agar u o`tmishdagi g`alabalarini oshirib-toshirib so`zlashni boshlasa, nima qilardingiz? Siz eshitayotganingiz bo`rttirilgan shakli bo`lgani va ulardan ayrimlari to`g`ri deb chippa-chin ishonganingiz uchun ham bu hikoyaga toqat qila olmaysiz.

Erkak o`tmishidagi ayollarni eslashni boshlasa, yomon qiz qo`lidagi so`atiga bir qarab qo`yadi-yu, gapni boshqa mavzuga burib yuboradi.U o`zining bebaho ekanini yaxshi biladi, erkakni bu qoniqtirmasa katta ko`cha. Agar soatiga qaraganida u mavzuni o`zgartirmasa: "Azizim, menimcha, erkak emasligimni unutayozding, iltimos, menga avvalgi mahbubalaring haqida ortiq gapirma", - deb yoqimsiz mavzuga nuqta qo`yadi.

Maftunkorli omili №30

Ayol boshqa ayollar bilan raqobatlashishni boshlashi bilan o`z qadr-qimmatini pasaytiradi.

Unutmang, yotoq ichkarisida bo`ladimi yo tashqarisida, erkak ayolning o`ziga bo`lgan ishonchsizligidan foydalanadi. Mana nega "boshqacha" bo`lish kerakligining asosiy sababi. Har bir xatti-harakatingizda ishonch sezilib tursin. Bundan qomatingiz yoki uni birov ilib ketishi sizni tashvishlantirmasligi ayon bo`lsin.

Agar gap boshqa bir ayolga borib taqalsa, unga o`z posiztsyangizni quyidagicha ko`rsatib qo`yishingiz mumkin: "Agar birorta ayol mendan yigitni tortib olsa, uni o`ziga olib qolaversin. Menga bunday erkak ortiq kerak emas". Shu yerda biroz pauza qilib, oldingizdagi qadahdan bir qultum ichib, shiddatli mavzuni keskin o`zgartiring: "Birorta qiziqroq yangi film tamosha qilmadingmi?"

Agar unga ishonmasangiz, aloqani to`xtating. Mabodo shubha qilishingiz uchun biror sabab ko`rmagan bo`lsangiz, o`zingizni unga ishongandek tuting. Bu sizning o`zingizga bo`lgan ishonchingizni ko`rsatadi va go`yoki xatti-harakatingiz bilan "Albatta-da, sen mening yonimda qolishni istaysan", - deyapsiz.

Maftunkorlik omili №31

Ko`ngilga haqiqiy "cho`g" tushganda, bu qulfni yagona kalitgina ocha oladi.

Haqiqiy erkak ishonishlarini istaydi. Shunday qilingki, unga ishonishingizni bilsin. Shubha o`rin qoldirmagan ekan, unga ishoning. Agar u sizni sevib qolgan bo`lsa, faqat siz bilan bo`lisni istashini aytib o`tirmaydi, buni gap-so`zlarsiz ham tushunib olasiz. U har kuni qo`ng`iroq qiladi, "Faqat men bilan uchrashasiz", - deb turib oladi. Chunki o`z orzusidagi qizga birorta erkakning yaqin yo`lashini istamaydi.

To`rtinchi bob

Tentak tulki.

Shouni siz boshqara turib vaziyatni u nazorat qilayotganiga erkakni qanday qilib ishontirishish mumkin.

"Tentak tukli" erkakning hudbinligidan foydalanadi.

Oldingi boblarda ko`rib chiqqanimizdek, ayolni romantika qanchalik es-hushdan ayirsa, erkakni kuch xuddi shunday aqlini yo`qotishiga majbur etadi. Keling, bunga yanada yaqinroqdan nazar solamiz.

Erkakni saxiylikka undamoqchi bo`lsangiz, shunday qilingki, biror narsani bo`lashish unga huzur bag`ishlasin. U qadrli va hurmatli ekanini his etishni istaydi. Aynan shuning uchun erkaklar urushga kiradi. Shu sababli yirik kompaniyar barpo etishadi. Shu tufayli ular sportda rekord natijaga erishay deb garmonlar qabul qilishadi. Shu maqsadga yetaman deb tilanchilik qiladi, o`grilik qiladi, qarzga botadi. Aynan shu tufayli ular sevib qoladi.

Bu ta`rif ko`rinishdan oddiydek tuyulishi mumkin, ammo hecham unday emas. Erkak o`zini jasoratli his qilishni istaydi. Mana nega u adashganida to`xtab, yo`lni so`ramaydi. Sizni ming martalab adashdik, ortga qaytishimiz kerak, deyishingiz befoyda. U mag`rur, pedalni bosib yo`nalsihida davom etadi. U adashmadi, u shunchaki...

- Yangi yo`lni bilib olmoqchi bo`ldi.
- Boshqa joyga borgisi kelib qoldi.

• Shahar ko`chalarida qanday o`zgarishlar bo`lib ketganini ko`rgisi keldi.

• Yangi joylarni o`zi uchun ochishni istadi.

U hecham yo`lda adashmaydi. Yoq, nazoratchi o`zi borishi kerak bo`lgan manzildan 37 mil radiusda nimalar bo`layotganini tekshiraypti xolos.

Agar uni o`ngga qayilishini istasangiz, “Menimcha chapga burilishimiz kerak”, - deb ayting. Erkaklarning fikricha, ularning mo`ljal olish qobiliyati ayollarnikidan ancha yuqori. Buning bari uning egilmas va bukilmas izzat-nafsi tufayli.

Har qanday erkakni qo`lga olishning kafolatlangan yo`li bor. Bu uchta sehrli so`zni aytish “Siz mutlaqo haqsiz”. Ming urinmang, boshqachasiga tushuntira olmaysiz.

Uning “haq” bo`lishiga imkon bersangiz, siz aqlli bo`lasiz. Shuning uchun ham “ovsar tulki” erkakni hamma narsa o`zini nazoratida deb o`ylashiga imkon beradi. Uni qadr-qimmatli deb o`zini his etishiga imkon berishingiz bilan uning quvvat batareykalarini zaryadlaysiz.

Maftunkorlik omili №32

Erkak hamma narsani o`z qo`lida deb o`ylay qolsin. Shunda u o`z-o`zidan hamma ishni siz istagningizdek qila boshlaydi, chunki sizning nazaringizda u “qirol”dek bo`lishni istaydi.

Haftada ikki marta u o`zini saxiy va mehribonligini namoyon etganda, bu dunyoda undan zo`ri yo`qligini e`tirof eting. U o`zini yo`lboshchi, buyuk va qudratli qahramon deb his etsin. Qani endi ayting-chi, uni kim boshqarayapti?

Mening dugonam Annet o`zining achchiq tajribasida bunga guvoh bo`ldi. U turmush o`rtog`i bilan suhbatlashib orqa hovlida nogohon ilon paydo bo`lganini va uni qanday o`ldirganini aytib berdi. U so`radi: ”Sen uni qanday o`ldirding?” Annet esa bo`lgan voqeaning ipidan ignasigacha aytib berdi. Qanday qilib uzun tayoq olib butun hovlida ilonni quvgani va uni urib-urib o`ldirganini hikoya qildi. Er o`z dahshatini yashirolmay unga tikilib, etlarni jimirlatadigan voqeani eshitardi. Shu tunda esa erning erkakligini namoyon etishga na majoli keldi va na xohishi.

Bo`lib o`tgan voqeani tushuntirish juda oddiy: siz o`zingizni Tarzandek tutsangiz, yoringiz o`zini Jane deb his etadi. Erkak zotining oldida hattoki chivinniyam o`zingizcha

o`ldirmang. Hech narsani tuzatmang, kuygan lampochkaniyam almashtirmang (bunday ehtiyotsizlikdan Allohning o`zi asrasin).

Har qanday kuchli erkak uchun muhimi o`zini erkak deb his etishi. Bu hamisha itoatkor bo`ling degani emas. Ayni vaqtda aqlni shoshiradigan bo`lishingiz kerakligini ham unutmang. Ammo uni alqash ham esdan chiqmasin. Uni e`tirof etish bu unga tobe bo`lish degani emas. Bularning orasida katta farq bor. Unga quyidagilarni deb muhtoj ekaningizni ko`rsatmang:

- kundalik muammolarni yechishda;

- emotsional muvozanat topishda;

- o`zingizga beradigan bahoyingizni oshirish uchun;

- o`zingizning ahamiyatli ekaningizga ishonch hosil qilish uchun;

- o`zingizni to`laqonli shaxs deb his etishingiz uchun.

Bularning bari emotsional tobelikdan darak. Biroq siz uning jasoratiga ehtiyoj sezishingizni va qadrlashingizni ko`rsatishingiz mumkin. Agar uni erkak sifatida qadrlashingiz va u bilan faxrlanishingizni sezsa, mutlaqo taslim boldi deyavering.

Maftunkorlik omili №33

Agar uni izzat-nafsini yumshoq panjalaringiz bilan avaylab silasangiz, u o`z kuchini tajovvuz yo`lda qo`llamaydi.

Maqtov – erkak sizga o`zingiz xohlaganingizdek munosabat qilishiga majbur qiladigan samarador vosita. “ Ahyon-ahyondagina gul sovg`a qilasiz”, - deb nolimang. Yo`q, shu daqiqadan boshlab uning har bir guldastasi “siz hayotda ko`rgan eng zo`r guldasta” bo`lsin. Kamdan-kam restoranga olib borishidan nolimang. Yo`q, shu daqiqadan boshlab uning har bir olib borgan restorani siz uchun “ajoiyb” , “qoyilmaqom” bo`lsin. Bordi-yu u: “Bu yerda bo`lganmisan?” - deb so`rab qolsa, undan avvalgi ikkita yigitingiz bilan xuddi ana shu stolda romantik dasturxon ustida o`tirganizni aytib yurmang (Agar bu yerga qaytib kelmaslikni orzu qilayotgan bo`lmasangiz).

Maftunkorlik omili №34

Agar muloyim va nazokatli bo`lsangiz, yoringiz sizni asrab-avaylagisi keladi. Qachonki o`zingizni tajovuzkor tutsangiz, u siz bilan kurashishni boshlaydi.

Agar yoringiz sizni erkak roliga da`vo qilayotganingizni sezib qolsa, jangga tayyorlanavering. Hozirgina o`z tashabbusingiz bilan sevimli mahbubadan xavfli raqibga aylandingiz. Agar u kurashishni boshlasa, har qanaqasiga g`olib bo`lishga urinadi, uni yengishingiz esa amri mahol.

Erkakni ehtiyotkorlik bilan yo`lga solish kerak. Va buning yagona yo`li ular o`zlarini yaxshi tutganida maqtab turish. Erkak zotini sevimli so`zi "eng zo`r". Uning qaysi xislati nazarda tutishingiz ahamiyatisiz, muhimi "eng zo`r" so`zini qo`shishni unutmang. Ana shunda sizga erkak zotining diqqat markazida bo`lish kafolatlanadi.

Uning hudbinligi sizning do`stingizga aylansin. Yoringiz sizga uy dekoratsiyasida yordam berishni istadi va o`z bilganicha devorni har xil almisoqdan qolgan narsalar bilan to`ldirdi. Afrika qilichlarimi-ey, superkubok posterlari; u bularni "san`at asari " deb biladi chog`i. O`zingizni qo`lga oling. Bu "bebaho antikvarlarni" san`at durdonasi ekanini e`tirof eting-u, darhol garaj yoki yerto`lani bezatishda uning yordamiga mujtoj ekaningizni ayting.

Agar uning uyda biror foydali ish bilan shug`ullanishi istasangiz, uning yordamiga muhtojligingizni ko`rsating. Go`yoki siz ojiza, u esa kuchli. Kichkinagina yumushlar, vazifalar bering. Videomagnitofonni tuzatishmi yoki suratni devorga ilish, buning ahamiyati yo`q. Erkak zoti elektrik drell bilan qurollanganda o`zini Rembodek his etadi. Agar surat qiyshiqroq ilinib qolgan bo`lsa , (shunaqa bo`ladi ham) buni xuddi ajoyib chiqqandek qabul qiling. U chiqib ketguncha biroz sabr qiling, keyin esa sekingina to`g`rilab qo`ying.

Yoringiz uyga maoshini olib kelganda uyim-joyim deb mehnat qilayotgani uchun minnatdorchilik bildiring. U chiqib ketishi bilan cheklarini ko`ring-chi, navbatdan tashqari ishlagan soatlariga to`liq haq to`lashdimikin?

U o`zini haqiqiy erkakdek namoyon qilib sizga yaxshi munosabatda bo`lganda uni rag`batlantirib turing. Hech bo`lmasa haftada ikki marta u o`zini qahramondek his etsin.

U uyda biror foydali ish qilganida, masalan, kitob javonini qoqqanida uni maqtab qo`ying. Javon 45 gradusga og`ib undagi kitoblar qiyshayib bir tomonga yig`ilib qoladimi, bu ahamiyatsiz. Xuddi hayvonot bog`idagi o`rgatilgan dengiz mushugidek baxtdan qarsak chalib yuboring, keyin esa yoringizni uyda yo`q vaqtini topib usta chaqiring-u, javonni unga bildirmay tuzattirib qo`ying. Bordi-yu: "Siz javonni qiyshiq ilibsiz", - desangiz, baxtingiz xotima topdi deyavering. Endi uyda u ortiq bunday ishlarga qo`l ham urmaydi. Sizning tanqidingiz ubi o`zini ikki olgan yosh bolakaydan-da yomonroq his qilishiga majbur etdi.

Erkaklarning ulkan xudbinligi bor va bu xudbinlik mehrga, parvarishga muhtoj.

"Tentak tulki" aynan shunday qiladi. Erkak o`zini uning olamidagi King Kong deb his qilishi uchun bor kuchi bilan urinadi.

Mana uni sizni oldingizda qahramondek his ettiradigan bir nechta maslahatlar:

• O`qshomlari itingizni aylanishga olib chiqadigan bo`lsangiz, "himoya qilishi uchun" sizga hamroh bo`lishini so`rang. Axir siz ojizasiz.

• Agar u kichkinagina qo`ng`izni o`ldirsa ham, teskari o`giriling. "Xavf ortda qolganini" aytmagunicha qaramay turing.

• Tunda biror shovqin eshitsangiz (masalan, tomda qushcha sakrayapti), o`zingizni qattiq qo`rqandek tuting. Va yoringizdan nima shovqin ekanini aniqlashini iltimos qiling.

•U shovqin nimadan chiqayotganini aniqlab kelgandan keyin uni yonigizda ekani biram yaxshi, chunki u bilan o`zingizni "xavfsiz" sezishingizni ayting.

• Undan bankani ochib berishini so`rang, hattoki uni ochishdan osoni yo`q bo`lsa ham. Hattoki mo`jazgina qog`oz qutilarni ham ko`tarishib yuborishini iltimos qiling.

• Dahshatli filmlar ko`rayotganda bor kuchingiz bilan uning qo`liga tirmashib oling. Ayanchli sahnalar kelganda ko`zingizni chirt yumib oling va o`tib ketishi bilan aytishini yoringizdan iltimos qiling.

• Agar ko`cha sovuq bo`lsa, qo`llaringizni uning paltosiga suqing.

• Undan mebelni surib berishini so`rang (hatto buni o`zingiz bemalol udallay olsangiz ham). U osonlik bilan shkafni surganida uning qanchalik og`ir ekanini va "Siz juda kuchlisiz-a, buni joydan qo`zg`atishni tassavur ham qila olmayman", - deng.

• Noqulay va murakkab to`xtash joylarida mashinangizni olib kirib berishiga ruxsat bering. Agar mashinani sizdan ko`ra ancha yaxshi boshqara olishini aytsangiz bormi, u quvonganidan mashinangizni yuvib va benzin bakingizni ham to`ldirib beradi.

Erkak xudbinligini yumshoq panjalaringiz bilan siypalang. Bu juda oddiy. Bolakay bog`chasidan bor olib kelib, rasm chizisga kirishib ketdi. Bu suratlar qanchalik rasvo bo`lmasin, ona hecham bolasini tanqid qilmaydi. Ona hecham “Nima balo chizding bu itmi yo sigir? Vazifalaringni qilganmisan o`zi?” demaydi. Aslo, yaxshi ona “Bu qoyilmaqon san`at asari”, deydi. Shunda bola o`zini Pikkaso deb hisoblab, yana o`ntalab rasm chizib tashlaydi.

Maqtov judaym muhim. Erkak kishi sizni restoranga taklif etganda ovqatlanish vaqtida bir marta keyin xayrlashuv vaqtida xayrli tun tilab, yana bir bor taklif uchun minnatdorchilik bildiring. Yaxshi qiz har doimgidek xatoga yo`l qo`yadi u bir ish uchun qayta-qayta rahmat aytaveradi. Kamiga ertasi kuni hammasi biram ajoyib bo`lganini aytish uchun uch martalab qo`ng`iroq qiladi. Umrida issiq ovqat ko`rmaganmi deb o`ylaysan kishi.

Munosabatlarning ilk bosqichida uning siz uchun to`lashiga ruxsat bering. O`rtangizda aloqa ancha qalinlashgandan keyin goh-gohida o`zingiz to`lashingiz mumkin. Aslo yarmini yoki o`zing uchungina to`la deb turib olmang, axir bu erkak, birga ishlaydigan hamkasbingiz emas-ku.

Agar erkak sizga oshiq bo`lib qolgan bo`lsa, u hecham harajatlarni bo`lishib yurmaydi. U “Sen indeykali salat olding, men mol go`shtili. Demak sendan …” - demaydi.

Agar erkak ayolni yoqtirgan bo`lsa, maydalashib yurmaydi. Chunki uning fikri-zikri faqat “qanday qilib uning ko`ngliga yo`l topsam” degan o`yda bo`ladi.

Agar unda katta harajatlarga imkoni yo`q bo`lsa, arzon restoranlarga boring yoki pulga bo`gliq bo`lmagan biror mashg`ulot bilan shug`ullaning. Masalan, velosiped uchishingiz, muzeyga borishingiz mumkin. Biroq u birinchi uchrashuvdayoq o`zingiz uchun o`zingiz to`lashingizni taklif etsa, u bilan ortiq uchrashishning keragi yo`q. Gap pulda emas, balki bu odamning sizda yaxshi taassurot qoldirishga urinmayotganidadir. Bu esa juda yomon belgi.

Maftunkorlik omili №35

Agar erkak ayolga pol lattadek munosabatda bo`lsa, birinchi uchrashuvdayoq unga o`zi uchun pul to`lashiga imkon beradi. Va u hech qachon uning orzusidagi qizga aylanolmaydi.

Radoi muloqotlaarimdan birida shunday hodisa bo`ldi. Bir ayol studiyaga sim qoqib, erkak kishi u uchun to`lashiga ruxsat berishi kerak yoki yo`qligini so`radi. "Munosabatning ilk bosqichida, albatta", - deb javob berdim. Shunda studiyada qarshimda o`tirgan erkak va ovoz muhandisi birvarakayiga "Bu adolatdan emas", - deb qichqirib yuborishdi. Men ularga javoban "Bu adolatdan. Ado-lat-dan", - deb javob berdim. Men bu erkaklarni juda yaxshi tushunardim. Erkak bilan bir xil ishlab u bir dollar, ayol bo`lgani uchun buni 36 sent olishi adolatdanmi? Ko`krakni baland ushlash uchun siynaband taqib siqilishimiz, baland poshnali tufli kiyishimiz adolatdanmi? Bolani qornimizda to`qqiz oy ko`tarib yurib, keyin tug`uriq azobini tortishimiz adolatdanmi? "San to`la", "Man to`la" qilib maydalashib yurmay hech bo`lmasa bu borada sal erkakka o`xshashsa. yomon bo`lmasdi.

Erkak kishi kechki ovqatga taklif qilganda uning tanlovini va sa`y-harakatini qadrlashingiz juda muhim. Uning didini, buyurtma qilgan ovqatini, sharobni va tanlagan restoranini maqtab qo`ying. Agar nimadir yoqmasa, yaxshisi bunga to`xtalmang.

"Tentak tulki" erkakni qancha kam tanqid qilsa, shuncha yaxshi ekanini biladi. Mana u nega hecham arralamaydi. Buning o`rniga u taktika qiladi.

Masalan, yoringiz kiyimini shundoq yechib polga irg`itib ketsa, uni koyimang. Ertalab turganida o`zi uni olib qo`yadi. Keyin esa kiyimlarini joyiga ilishni o`rganadi.

Uni paypog`-u ich kiyimlari hamma yoqda yoyilib yotgan bo`lsa-chi? Ayb o`zingizda, kim aytdi sizga qopqoqli kir solgich oling deb ( uni ochish biram qiyinki). Usti ochiq idish oling va burchakka joylashtiring. Endi sizni tabriklasa ham bo`ladi. U uchun o`ziga xos basketbol korzinasi yaratdingiz. Mo`ljalga to`g`ri tushgan har bir iflos paypoq uchun ikki ball.

Hojatxona qog`ozini tugaganda nuqul siz almashtirasizmi? Yoringiz bunga mutlaqo e`tibor qilmasligi g`ashingizni keltiradimi ? Ko`nglingizni cho`ktirmang. "Tentak tulki"ning uddalamagan ishi yo`q.

Yakshanba kuni ertalab yoringiz sport gazetasini qo`ltiqlab hojatxonaga yo`l oladi. Mutolaa bilan juda band bo`lgani uchun yigirma daqiqagacha hojatxona qog`ozi tugab qolganini bilmaydi. Eng so`nggi futbol matchlari natijalaridan xabar topib bo`lganidan keyin mutolaani tugatib, sizni chaqira boshlaydi: “Azizam, azizam! Meni eshitaypsanmi?” Javob bermang.

Shu paytda blender yoki idish yuvish mashinasi yoqib yuboring va tonggi quyoshdan bahra olish uchun tashqariga chiqib keting. Quyosh charaqlamoqda, gullar ochilgan, qushchalarning sayrashini aytmaysizmi (qiziq, qo`shimcha qog`oz ruloni uning yonginasidagi shkafda turishini anglashi uchun qancha vaqt kerak bo`lar ekan).

Agar er uy yumushlarida mutlaqo yordam bermasa, “tentak tulki”: “Uyingizda qo`lim kosov, sochim supurgi, xizmatimni butun umr to`lasangiz ham oqlay olmaysiz“, deb shikoyat qilib yurmaydi. Buning o`rniga uyga xizmatchi yollaydi. Qarang, naqadar oddiy. Agar yoringiz sizga haq to`lashni istamasa, unda boshqa birovga to`laydi. Shunday to`laydiki, sizning ko`zga ko`rinmas xizmatingiz bebaho ekanini tushunadi.

“tentak tulki”ning ajoyib taktikalariga yana bir misol. Mening dugonam Sherron eri va bolalarining ortidan uy yig`averib joni halak bo`lardi. Hech bo`lmasa haftada bir marta unga kimdir yordam berishini istardi. Haftada 50$ to`lashni istamagani uchun eri bunga mutlaqo qarshi edi. Vaholangki, bunga imkoni bor edi.

U yordamchini bir oyda bir martadan ortiq kelmasligini talab etardi. Dugonam “tentak tulki” roliga o`tdi va rozi bo`ldi. U chek qog`ozlarni qalbakilashtirishni boshladi, ya`ni har haftadagi harajatlari miqdorini 50$ ga oshirdi. Albatta, erning xohishiga qarshi o`laroq yordamchi haftada bir marta kelaverdi. Xonadon tinch, bahsga o`rin yo`q, Sherron esa orasta uyda biroz yengil nafas olish imkoniga ega bo`ldi.

“tentak tulki”ning shiori to`qnashuvlarni mohirona aylanib o`tish.

Muhimi:

Nima desa to`gri deyish.

Hech narsani tushuntirib yurmaslik.

Keyin esa o`z bilganidan qolmaslik. Ana shunda hayot ancha yengillashadi.

“tentak tulki”ning donoligiga yana bir misol, u erkak zoti bilan vannaxonani bo`lashmaydi.

Birinchidan, mehmonlar uchun sochiq yoki naqshinkor bezakli sochiq degan tushunchalar erkaklar uchun yot. Ular uchun sochiq bu sochiq, hammom sochiqdan plyajda ham, mashina yuvishda ham, iflos qo`llarni artishda ham foydalansa bo`laveradi. Yumshoq chiroyli kashtalar bilan bezatilgan pushti rang sochiqni yoringiz garajga olib kirib ketmas deb o`ylasangiz, qattiq yanglishasiz. Siz yuz artadigan sochig`ingizni pol latta o`rnida ishlatmaydi deb orzu qilayapsizmi? Unda erkaklarni yaxshi bilmas ekansiz.

Bahslashmayman erkaklarniyam orasta, farosatlilari uchrab turadi. Ammo ularning asosiy qismiga mansub bo`lgani bilan bir vannaxonadan foydalanish do`zax azobining o`zginasi. Siz vannaxonani tozalab chinniday qilib chiqaningizdan 10 daqiqia o`tib, u kiradi, shunda suv zarrachali hamma yoqqa sachraydi. U yer zumda tozalnishdan avvalgi holga qaytadi-qoladi. Bu uy morji bilan bitta hammomdan foydalanish bir xil.

Ruhshunoslar va zoologlar birlashib nega erkak zoti suv sachratishining sababini aniqlaganlaricha yo`q. Olimlar bu muammoni bartaraf qilgunlariga qadar vannaxonangiz alohida bo`lishi kerakligini aytib turib oling.

“tentak tulki” uy-joyni adolatli taqsimlashni yaxshi biladi. Erkakka shkafni 20 foizini ajratadi, ammo evaziga butun garaj va yerto`lani unga topshiradi. Yana o`t o`radigan mashina, avtomobil, qo`ra va boshqa asbob-anjomlar erning nazorati ostida bo`ladi.

Unutmang, erkak zoti o`z sarhadiga ega bo`lishni hush ko`radi, shuning uchun hovli ham unga bo`la qolsin. Ana endi siz bemalol yotoqxonani o`z -o`zngizniki deyishingiz mumkin.

Yaponlarda ajoyib maqol bor: “Aqlli burgut hecham tirnoqlarini ko`rsatmaydi”. Amerika ayollari yapon ayollarining eriga bo`ysungani va nuqul bir qadam ortida yurgani uchun yoqtirishmaydi. Biroq yapon erkaklari hamma topgan-tutganini uyiga olib boradi va xotiniga topshiradi. Barcha harajatlarni ayol nazorat qiladi, nimaga qancha ishlatishni ham u hal qiladi.

Yapon ayollarining nega orqada yurishining asl sababi ular og`ir hamyon bilan quruq cho`ntakli eriga yetib olishlari oson emas.

Yoringiz o`zini “haq” deb his etishi uchun, go`yoki g`oya undan chiqqandek tassavur uyg`oting. Yodda tuting, har doim hamma narsani u o`ylab topgan. Bu fikr sizdan chiqqan bo`lsa ham, bu unikiligiga ishontiring.

Do`stlar yoki qarindoshlar davrasida u aytishi kerak bo`lmagan gapni gapirib yuborsa, bundan fojia yasamang. Erkak o`zini oila boshlig`i ekanini ko`rsatishni istaydi. Do`stlar davrasida uning gapiga tuzatish kiritmang, uning erkaklik g`ururini yerga urmang. Bolasini avalayotgan onadek munosabatda bo`lmang. U odamlar orasida o`z hurmatini asrab qolishni istaydi, bunga imkon bering. Agar unga aytib tashlaydigan gapingiz ichingizga sig`mayotgan bo`lsa, unda holi qolguningizcha sabr qiling. Buni yuzma-yuz hal qiling, also odamlar orasida emas. Agar u be`mani gaplarni valdiryaotgan bo`lsa-yu, ammo uninng sizga zarari bo`lmasa, ahamiyat bermang. Sizning shundan bo`lak qiladigan ishingiz yo`qmi? “tentak tulki” buni yaxshi biladi. U arzimagan narsani deb bahslashib yurmaydi, ayniqsa, bu ga`labadan hech narsaga ega bo`lmasa. U o`z foydasini yaxshi biladi, bo`lar-bo`lmasga pachakilashib yurmaydi. U o`z hukmronligini saqlashni biladi, ammo hecham yoriga buni sezdirmaydi.

Maftunkorlik omili №36

Erkaklarning hukmronligi kishi ko`ziga, haqiqiy hukumat o`zaro munosabatlarda ko`rinadi, odamlar orasida emas. Bizga aynan shunisi muhim.

Erkakning shashtini sindirmaslik uchun, unga boshqalar oldida haqiqiy erkak bo`lib ko`rinishiga yordam berishimiz kerak. U siz uchun eshik ochib berishiga va restoranda buyurtmani u berishiga imkon bering. Bu uyda kim hokim ekanini ko`rsatadigan tashqi belgi, bu bilan erkingizdan ayrilib qolmaysiz.

Agar siz uning orzusidagi ayol bo`lsangiz, buyruqsiz ham aytganiz aytgan, deganiz degan bo`ladi. Nima istasangiz, u shuni muhayyo qiladi. Ayolning qudrati erkaknikidan hecham kam emas. Bu yerda shoirona adolat bor: erkaklar dunyoni boshqaradi, ayollar esa ularni.

Ellis istarali keksa ayol. Turmush o`rtog`i bilan uzoq yillardan beri totuv yashaydilar. O`zlarining qimmatli maslahatlarini biz bilan baham ko`rdilar. Menga nimadir kerak bo`lsa, turmush o`rtog`imga bu g`oyani unikidek qilib uqtiraman. “Azizim, balki, restoranga borgingiz kelayotgandir? Ehtimol, sizga mana bunisi yoqar” kabi.

U to`laydi, men esa uni o`zi tanladim, deb hisoblashiga imkon beraman. Biz tashqariga chiqqanimizda esa: “Azizim, qanday ajoyib g`oya kelibdi-ya sizga!“ – deb, uni maqtab qo`yaman.

Ayollarga romantika yoqishini ko`pchilik erkaklar yaxshi bilishadi. Ammo ayollar erkakka hokimiyat, o`z so`zini o`tkazish ana shunday ta`sir qilishini tushunishmaydi. Ular bundan moydek eriydi, siz esa bu vaziyatdan foydalanib o`zingiz istaganingizdek munosabatni yaratasiz.

Erkaklar aynan shunday qilishadi. Ular biz atirgulni sevishimizni bilishadi. Aslida, ular uchun atirgul xuddi bir yovvoyi o`tdek yoki xonada o`sgan o`simlikdan farqi yo`q.

Ko`pchilik ayollar atirguldan qilingan katta guldasta keltirgan erkakka yo`q deyisha olmaydi. Erkak hokimiyatini odamlar oldida tan olganingizda siz ham shunday qilasiz. U sizning ko`z o`ngingizda qiroldek ko`rinishni istaydi, sizning kayfiyatingizni ko`tarishni xohlaydi. "Azizim, siz ajoyibsiz, men siz bilan faxrlanaman!" degan so`zlar uchun jonini berishga tayyor bo`ladi. Erkak o`zi sevgan ayolning e`tirofiga sazovor bo`lish uchun eng baland cho`qqini zabt etishgayam tayyor.

Maftunkorlik omili №37

Agar siz uni haqiqiy erkak deb his etishiga imkon bersangiz, u sizni himoya qilishni istaydi. U sizga dunyolarni olib bergisi keladi.

Munosabatni o`z qo`lingizga olishingiz bilan, erkak uchun zarur bo`lgan hukmronlik hissini bering, shunda uyda kim boshliq ekanini bilolmay ham qoladi. Hatto eng aqlli erkaklar ham bundan mustasno emas. Albert Eynshteyn oltin to`yida ayoli haqida shunday gapirdi: "Biz turmush qurishimiz bilan o`zaro kelishib oldik. Oilada barcha muhim qarorlarni men qabul qiladigan bo`ldim, ahamiyatsizlarini esa ayolim o`z zimmasiga oldi. Ellik yil mobaynida biz bu kelishuvni biror martaym buzmadik. Baxtli oilaviy hayitoimizning siri ham aynan ana shunda deb o`ylayman. Ammo shunisi g`alatiki, ellik yil mobaynida birrotayam jiddiy qaror qabul qilishimizga to`gri kelmadi!"

"Tentak tulki"ning eriga bo`ysunishi shart emas, to o`lim ajratmagunicha sevgiga sadoqat qilib, unga quluq qilib yashashga qasamyod qilib yurmaydi. Uning nikoh shartlari haqida o`z tasavvuri bor. U yorini sevishga, hurmat qilishga va bir-bir uning fikriga qo`shilishga so`z beradi.

Men, aslida, shaxsiy munosabatlarda qanday qilib hukmronlikni qo`lga olishni o`rgatmoqchi emasman. Men sizga o`z hukmronligingizni qanday qilib kuchaytirishni o`rgataman olos. U sizga shaydo ekan, bundan o`z manfaatingiz yo`lida

foydalanishingiz mumkin. Emotsiyalar borasida erkaklarga qo`llab-quvvatlovingiz kerak, chunki ular har doim ham nima istayotganini yaxshi bilishmaydi. U sizga kerakligiga uni ishontirishingiz kerak, shundagina u ehtiyojlaringizni anglay boshlaydi va ko`nglingizni olishga harakat qiladi. Unga dalda berishingiz va sizga bo`lgan xohishini qo`lla- quvvatlashingiz kerak. Shundagina u sizga: Tila tilagingni", - deydi.

"Tenta tulki" muzokora olib borishni juda yaxshi biladi.

Zamonamizda ayollar ertadan kechgacha ishlashadi, erkak o`zini unga unchalik kerak deb his etmaydi. U ham ishlaganiga qaramay, avvalgidek o`zini oilaning yagona daromad manbai deb hisoblamaydi. Erik Yong aytganidek "Ayollar ozodligini ulug`laydigan erkakdan ehtiyot bo`ling. U shunchaki ishlashni istamaypti".

Ishbilarmon ayollar: " Men shunchalik kuchliligim uchun kechirim so`rashga majbur emasman", - deyishadi o`zlariga o`zlari. Bir muddat o`tgandan keyin esa aynan shu ayollar "munosib erkakni hecham topa olmayotganlaridan" hayron bo`lishadi. Bu juda oddiy: munosib erkakka munosib ayol kerak. Kuchlilik o`z ayollik jozibasini unutish degani emas. Va yana bu siz hamma narsada o`z hukmingizni o`tkazing degani ham emas. Shunchaki bu hech kimga o`zingizni oyoq osti qilib qo`ymang degani.

Klassik super ayol erkak va ayol teng bo`lgan shaxsiy munosabatlarni xohlaydi. Ammo bu shirin nazariya xolos, amalda esa ulardan biri ko`rpani o`ziga tortishni boshlaydi.

Maftunkorlik omili №38

Agar ayol barcha ish qolidan kelishini ko`rsatib qo`ysa, unda hamma ana shu ishlar o`ziga qoladi.

Shuning uchun ham munosabatning ilk bosqichida bunga ehtiyot bo`lishingiz kerak. Davom ettirishni istamagan ishingizni boshlamang. Agar siz hudoni bergan kuni ovqat qilishni istamasangiz unda boshidayoq bunga o`rgatmang. Agar doimo to`rvahalta ko`tarib yolg`iz o`zingiz bozor qilib yurishni istamasangiz unda bunga boshidanoq qo`l urmang, keyin u to`rvahaltani erkakka ilishni ilojisi bo`lmay qoladi. Yoringizni sizni shartlaringizga ko`niksin.

Ozbek oilasida har kuni uyda qozon qaynayshi kerak. Va uni albatta ayol kishi qiladi.yangi kelin har kuni ovqat qilishni istamayman deb ovqat qilmay o`tira olmaydi. Ammo yangi kelinlarni o`z pazandalik mahoratlarini ko`rsatib murakkab ziyofat

taomlari turli pishiriqlarni tez tez tayorlashlari kuzatiladigan holat. Biror oy o`tgandek keyin kelinga bunday urinish malol kela boshlaydi. Uydagilar esa bunday mulozamatga ko`nikib bo`lishgan. Ana shundan keyin yangi supurgi yahshi supuradi yoki bir qish bir yoz o`tsin kelinga keyin baho bneramiz degan gaplar chiqadi. Har ikki tomonni ham tushunsa bo`ladi. Ularni ko`nglini qo`ldirmaslik uchun bugun haqiqatda qandaykundalik yumushlarga qodir bo`lsangiz shunisini oling, o`zingizni zo`riqtirib ideal bo`lishga urinmang. Hamisha tarozini muvozanatda saqlashni o`rganing

Endi tanishganda ayolda yahshi taasurot qoldirish uchun erkaklar yuvvosh b`olishadi. Aynan shu davrda unda yahshi odatlarni shakllantirish mumkin. Keyinroq esa oladiganini olib bo`lganidan keyin u o`zgarishni istamay qoladi.

Agar u sizni tushlik yoki kechki ovqatga taklif etsa rozi bo`ling. Agar u biror narsa olib kelaymi desa uni ayab yurmang chindanam o`zingizga kerak narsani buyuring. Agar u biror ko`nglingizga yoqadigan narsa olish uchun   do`konga chiqmoqchi bo`lsa biror mazali narsa olishga ruhsat bering. Gap siz uchun ketkazilgan ortiqcha uch dollar haqida bormayapti, balki u sizni ko`nglingizni ololganidan bahtiyor bo`lishi haqida bormoqda. U hamma narsa mening qo`limda deb o`ylay qolsin, aslida esa hamma narsani siz boshqarasiz faqat siz. Yahshi qiz uchun eng murakkabi shundaki  u sovg`alarni qanday qabul qilishni o`rganishi kerak. Erkak sovg`a qilaversin chunki bu bilan sizga o`zini masul deb hisoblaydi. Ma`suliyat esa haqiqiy erkakka hos.

“Tentak tulki” hecham hokimiyatni qo`ldan  boy bermaydi, faqat erkak unga erishgandek tasavur uyg`otadi. Bu unga hukmronligini yanada kuchaytirish imkonini beradi,chunki bu bilan istagniga erishadida.

Bunga bir misol. Meni tanishim o`zi uchrashishni boshlagan yigiti haqida hikoya qiladi. Ikkinchi uchrashuvdan keyin u qizga uni uyiga borishini taklif etdi. Tabiyki qiz buni istamasdi, ammo shu yerda oddiygina yoq demay ayyorlik ishlatdi. Uni iltimosini eshitmaganday mayinlik bilan so`radi: “ Boshqa bir tunni birga o`tkazishni istarmiding? Agar bugun noqulay bo`lsa, men hammasini tushunaman.”

Dugonam bu vaziyatdan qoyilmaqom chiqdi. U sarosimaga ham tushib qolmadi, unga nima qilishi kerakligini ham aytmadi. U shunchaki ikkita yo`l ko`rsatdi ulardan biri tunni usuz o`tkazish edi. Kamiga unga tanlash imkonini ham berdi.

Vaziyatni nafisligi shundaki “tentak tulki” har doim erkakni ma`qullaydi, u ziyrak va hamisha hushmuomala. Shu sabali erkak vaziyatni men boshqarayapman deb o`ylaydi (aslida esa mutlaqo bunday emas)

U judda sodda bo`lib ko`rinsada, vaziyatni juda yahshi anglab turadi. Buni biznes muzokaralardan hecham farqi yo`q

1.U sir boy bermaydi.

2.Agar shartlar unga to`gri kelmasa, o`yindan chiqadi.

“Tentak tulki” ortiqcha gap so`zsiz , shunday yo`l tutadi.U o`z shartlariga asosan muzokara olib boradi. Agar taklif unga yoqsa u rozi bo`ladi. Agar taklif unga to`gri kelmasa: “ Ha juda zo`r bo`lardi, ammo meni boshqa rejlarim bor” deydi.

Erkak o`zini haiqiy janoblardek tutishini u alqaydi, bordyu uning hatti harakatida biroz behurmatlik sezsa darhol yo`nalishni o`zgartiradi.

Maftunkorlik omili №39

Erkakka sizni gapingiz ta`sir qilmaydi. Uni gaplashmay qo`yishingiz ta`sirlantiradi.

“Tentak tulki” lik bu erkak sizga hurmatsizlik qilishi mumkin bo`lgan vaziyatlardan qochish. Masalan birinchi uchrashuvda u mulozamat ko`rsatishi, eshik ochib berishi, yoki o`tirishingiz uchun stulni surib berishini ko`rasiz. Agar buni o`rniga u biror shilqimlik qilsachi. Endi nima qilasiz? Juda oddiy. Tushunmagandek o`zingizni chetga oling va bu huddi yomon tasodifdek darhol undan uzr so`rang.

Meni dugonam Taliya hayotidan yana bir misol. U uchrashish uchun restoranga keldi. Oqshom nihoyasida ofitsiant hisobni olib keldi. Yigit hazil qilib ofitsiantga hisobni qizga berishini aytdi, va buni unga qanday ta`sir qilishini kuta boshladi. Taliya boshini yonga og`dirib hayratlangandek ko`rsatdi, avval bunaqasi uchratmagandek. Huddi ro`yaga duch kelgandek ko`zlarini yumib ochdi.

“Tentak tulki” hech narsani yurakka yaqin olmaydi. Yahshi qiz esa aksincha har baloni deb ko`z yosh to`kishga tayyor turadi. Bir erkak aytgandi “ Ayollar juda ko`p gapirishadi. Agar ular asabiylashayotgan bo`lsa bu haqida qayta qayta gapiraveradi.. Menga bir narsani takrorlayotgan ayolni eshitgandan ko`ra Mayk

Tayson bilan olti raund ringga tushish yengilroq”. Siz sevadigan ikki soatli telefon suhbatlariga kelsak bu katta hatto. Avvaliga yigitga bu yoqishi mumkin, chunki siz unga befarq emassiz. Keyinchalik u bunday suhbatlarni yoqtirmay qoladi. Telefondagi suhbatlarni cho`zmang. Siz bilan suhbatni yoqimsiz, jonga tegadigan burchga aylantirmang. Qisqa va muloyim gapiring, shunda u sizga qayta qayta qo`ng`iroq qilaveradi.

Maftunkorlik omili №40

Munosabatingizni juda uzoq muhokama qilmang. Bu undagi “mavhumlik” va sirlilikni yo`qotadi.

Agar unga zor bo`lmasangiz undan har qadami haqida hisob berishini talb etmaysiz. Agar o`zingizga ishongan qiz bo`lsangiz u hecham 100foiz sizga erishdim deb hosoblay olmaydi. Agar siz 100 foiz uni qo`lida ekaningizga amin bo`lmasa, unda uning o`zi sizni qo`lingizda deyavering.
“ Gaplashib olishimiz kerak” degan so`zni ug`atingizdan chiqarib tashlang.

Maftunkorlil omili №41

Erkaklar fikrini qaisqa va lo`nda bayon etadigan ayollarni hurmat qilishadi, chunki erkaklar o`zaro aynan shu tilda gaplashishadi.

Yomon qiz yahshi qizdan farqli o`laroq mutlaqo boshqacha gaplashadi. U gapni aylantirmay, nima hohlayotganini aniq ravshan aytadi. Yahshi qiz esa hamsuhbatini kayfiyatini buzmay deb o`z hissiyotlarini yashiradi. Shu tobda erkak nimani eshitadi? Hech narsani eng muhimi bu qizni o`ziga emotsional tobeligini biladi va bu unga hecham yoqmaydi.
“Tentak tulki” esa sirli.
U doimiylik zerikishga olib kelishini yahshi biladi, shuning uchun ham u birinchi uchrashuvdayoq barcha qartlarini ochib tashlamaydi. Ayniqsa eng zo`r qartalarini ishlatishga shoshmaydi.
Birinchi uchrashuvingiz ekan suhbatda barcha tashabbusni o`z zimmangizga olmang . Tinmay gapirib uni zeriktirmayman deb urinmang bu bilan

asabiylashayotganingizni namoyon etasiz halos. Hotirjam va kamgapligingiz bilan unga ko`proq yoqasiz chunki erkak o`zini namoyon qilish imkoniga ega bo`ladi. Men o`zim endigina tanishgan bir yigit bilan uchrashuvga chiqtim. U o`zini omadsiz shahsiy hayotini barcha ikir chikirigacha gapira ketdi. Menga bularni eshitishni istamasdim, ammo uni keskin qayrib tashlab mavzuni o`zgartirishini ham so`ramadim. Men muloyimlik bilan “Ishlaring qanday ketayapti. Jon?” dedim.

“Tentak tulki” hecham “Kel mavzuni o`zgartiramiz” demaydi. Chunki unga bu uchun ruhsatni keragi yo`q.

U qarama qarshi jins vakiliga o`zini avvalgi munosabatlari haqida hecham gapirmaydi. Siz u uchun ko`ngildagi maqsad, orzusidagi sovg`a bo`lishingiz kerak, bahtsizlik va omadsizliklar zanjiri emas. Sizni sobiq turmush o`rtog`ingiz aliment to`lamaslik uchun hamma oshhona jihozlarini lib chiqib tashlagani yoki uni kallakesar terorchi ukasi borligini bilish endigina uchrashib turgan erkak uchun qiziq emas. Va yana sobiq yigitingizni “hammasi tugaganini hech qabul qilolmay haliyam ortizdan soyadek ergashayotgani” ham unga qiziq bo`lmas. Agar o`zi sobiq yigitiz yoki eringiz haqida so`rab qolsa shunchaki “Bizni yo`limiz ayro tushdi” yoki “ Bir birimizga to`g`ri kelmadik” deb javob bera qoling.

Erkakka mutlaqo aloqasi yo`q mavzularda gap borayotganida “tentak tulki” hamisha umumiy iboralar bilan kifoyalanadi.

Ho`sh o`zni qanday tutish kerak?O`zingiz haqingizda yomon narsalarni mutlaqo gapirmang. Qomatingiz o`zingizga yoqmasligi yoki ohirgi etti oy ichida sizga hech kim uchrashuv belgilamgani u bilishi kerak bo`lgan gaplar emas. SIz unga bo`lgan qiziqishingiz bo`yniga osilish bo`lib tuyuladi. U darrov sizga jiddiy munosabatlar kerak degan hulosa chiqaradi va u bilan bir umr yashab tug`ib olmoqchisiz deb o`ylaydi. Sizzni mutlaqo boshqacha ekaningizni anglash u uchun juda muhim. Siz hoitrjam va uni bor yoki yo`qligidan qatiy nazar bahtiyorsiz. Biz maftunkorlikning 42 omilida foydalanilgan erkak chin bahtining asosiy formulasi ana shu.

Maftunkorlik omili №42

Agar kayfiyatingiz hamisha a`lo va u istagan vaqt ketishi mumkin bo`lgan ozod qush bo`lsa, Bu dunyoda u erkakdan bahtilisi topilmaydi.

Siz o`z sevimli muzqaymog`ingiz haqida gapirmoqchimisiz, dadil gapiravering.Baliga borishni istaysizmi? Ajoyib mavzu! Ishingizda muammolar bormi, yoki genekologigngiz bepushtligigngizni aytganmi? Bularni unga also aytib bo`lmaydi.

Uni ayrim savollarini javobsiz qoldirsangiz yahshi bo`lardi. Men shunday qilishni maslahat beraman.Hamma narsa aytib bo`lingandan keyin sir ham jumboq ham qolmaydi.O`zligigngizni yo`qotmang u esa o`zi bilisnni istagan narsalarini tahmin qilib yursin.

"Tentak tulki" hecham o`zligini yoqotmaydi.

Tulki kichkina hayvon. Yirtqichlar olamida maydalar yem bo`ladi. Shuning uchun ham u qanday qilib o`lja bo`lib qolmaslikni yahshi biladi. Ayniqsa bu munosabatlarning boshlanishida juda muhim. Yahshi qiz esa hamma gapga laqqa ishonadi. Munosabatlarning ilk bosqichida erkak, yirtqich panjalarini ko`rsatmaydi va asl maqsadini berkitadi, ammo hotirjam bo`lishga erta.

Erkak nima demaydi	Erkak nima deydi
Men seksni hohlayman va undan boshqa hech narsani	Menga doimiy jiddiy munosabatlar kerak
Kel birga bo`laylik sen bilan bir ikki hafta qolaman	Menga ishonsang bo`ladi
Sendan boshqa yana uchta ayol bilan galma galdan uchrashsam bo`larmikin	Sen boshqachasan
Oyning eng zo`r ayoli bo`lishni istarmiding?	Uchrashuvlardan biram charchadimki

Savol, qanday erkak ayollarni ko`proq maftun etadi? Hamma narsani ochiq  aytib berganmi, yoki asl maqsadini yashirganmi? Tabiyki agar erkakni sirli rejalari bo`lsa uni ochishi shart emas. Shuning uchun ham tulkini o`zi buni tushunib olishi kerak.

"Tentak tulki" o`z kuzatishlarini sezdirib qo`ymasligi kerak, Erkak uni ta`qib qilishmayotganini sezgandagina o`zini haqiqiy yuzini ko`rsatadi. U ozini rejalari va avvalgi munosabatlari haqida gullab qo`yganda go`yiki "meni bu ayol yahshiroq bilib

olsin deb shunday qilaypman” deb o`ylaydi. Tulki esa so`roq qilish o`rniga yengil va hech narsaga masul qilmaydigan suhbat olib boradi. Nega? Shungaki haqiqiy ma`lumotni tili emas inson tanasi ko`rsatib beradi. Hazil huzul bilan suhbat olib borganingizda u siz istagan hamma narsani aytib beradi. Agar u qo`zichoqni terisini yopingan bo`ri bo`lsa, uning tishlari hademay ko`rinib qoladi. Agar unga erkakning fe`l atvoridagi biror jihat yoqmasa, uni bildirib o`tirmaydi. Barcha qiziq narsalar uning quloqlari uchungina. President Lindon Jonson aytganidek “Qachon og`izni yumush kerakligini ozingiz sezishingiz shart”

Erkak sizni manipulyatsiya qilmoqchi ekanini sezib qolib, buni bilishingizni unga aytsangiz, u darhol gapni boshqa yoqqa olib qochadi. “sen o`zingga ishonmaysan” yoki “Menga qarshi ashyoviy dalillar top`laypsanmi?” kabi so`zlar bilan o`zingizni ayblashga tushadi. Rostanam shunday qilaypsizmi? Ho`sh agar shunday bo`lsachi uni rostan ham tekshiryaotgan bo`lsangizchi, buni zarari yo`q, biroq kuzatishlaringiz natijasini u bilan bo`lashmang.

“Tentak tulki” faqat o`zigagina ishonadi. U o`z tajribasidan kelib chiqib boshqalarga baho beradi. U o`zini birovga hafa qildirib qo`ymaydi. U shoshmaydi va hamisha erkakni asl yuzini ko`rishni istaydi. U o`z sinchkovligi va havfni isidan bilish qobiliyatiga ishonadi.

Ov qilinayotgan hayvonda fikrlash va shubhalanishga vaqti yo`q. Tulki havfni sezadi va undan qochadi. Hech qachon sizga azob berishi mumkin bo`lgan odam bilan qolmang. Agar u tasodifan ozor bergan bo`lsa, tushunish mumkin. Ammo u atay shunday qilgan bo`lsa chi? Unda o`yin tamom. Nima kerak bo`lsa barini bilib oldingiz.

Endi tanishgan vaqtingizda o`zingizni erkin va ochiq tuting, ammo qartalarni qo`lingizdan qoymang. Eng muhimi hecham shoshmang. Bu nafaqat tulkidek dono bo`lishga balki o`z mustaqilligingizni saqlab qolishga ham yordam beradi.

Yahshi qiz o`zini mudofaa qilishni unutib ertaklarga , va yana oq otdagi shahzoda uni albatta qutqarishiga ishona boshlaydi. “Tentak tulki” esa befoyda orzularga berilmaydi va o`zini zolushka deb hayol ham qilmaydi. U o`ziga faqat o`zigagina ishonadi. U hamisha hushyor va o`z havfsizligini erkakka ishonmaydi.

Bu shavqatsiz hayotda yashab qolish uchun tulki aqlli va ayyor bo`lishi zarur. Aqlli tulki tabiatni asosiy qonunini unitmaydi : Har kim o`z jonini asrashi kerak.

Beshinchi bob

Sirkdagi itdek halqadan sakraymiz o`o`o`p a

Ayollar o`zligidan uzoqlashganda juda talabchan va tobe bo`lib qolishadi.

Hecham qo`rqandan murosai madora qilish kerak emas. Jon F. Kennedi

Yangi dars : Hayotingizning egasi kim?

Yahshi qiz biror yigit bilan tanishgandan so`ng, odatda hayotidagi boshqa barcha narsalarni unutib qoyadi. U kundalik ishlari bilan shug`gulanmay qo`yadi. Do`stlari bilan uchrashmaydi. Yoga mashg`ulotini tashlaydi, dam olish kunlari tennis o`ynashni yig`ishtiradi. U yolg`izligidagi shug`ullangan barcha ishlarini to`htatadi. U nimalar qilmaydi deysiz?

•Uchrashuvni deb go`zallik saloniga borishni qoldiradi.

•Uchrashuvni deb ishdan keyin gimnastika zaliga bormaydi.

• Erkak o`zini uning hayotidagi yagona muhim inson deb his qilishi uchun do`stlari bilan ortiq uchrashmaydi.

•U o`z rejalarini bekor qiladi, chunki har mahal yigiti unga qo`ng`iroq qilib qolishi mumkin.

•Endi o`qishgayam tuzukroq diqqat qilolmaydi chunki uning hayoli menga qo`ng`iroq qilib qolmadimikin degan fikr bilan band bo`ladi.

•U ishigayam qaramay qo`ydi, chunki har daqiqada u hat yozmadimikin deb elektron pochtasini tekshiraveradi.

•U o`z karerasini unutib qo`ydi, chunki endi u yorini qo`llab quvvatlashi va uning karerasi haqida qayg`urishi kerak.

•Munosabatidan boshqa hech narsani orzu qilmay qo`ydi,chunki uning hamma orzulari faqat ungagina qaratilgan.

Yomon qiz hecham o`z rejalarini o`zgartirmaydi. Aynan shu uni hushyor ongni saqlab qolishiga imkon beradi. Yahshi qiz esa batamom es hushini yo`qotib bo`ldi.

Maftunkorlik omili №43

Agar o`z rejalaringizni buzilishiga ruhsat bersangiz, hayotingizda bo`shliq paydo bo`ladi. Va bu bo`shliqni to`ldirish uchun juftingizdan kutadigan va talab qiladigan narsalaringiz borgan sari ortib boraveradi.

Bunga Tereza yorqin misol bo`la oladi. Haftada ikki martta u raqsga qatnardi. Bir yigit bilan tanishib qolib raqsni tashladi, chunki yigiti raqsni jinni suymasmish. U tennis bilan shug`ullanardi buniyam tashlashga to`gri keldi, nega deysizmi chunki yigit bunaqa narsalarga qiziqmasmish.

Bir qarashda bu bezarardek tuyuladi. Aslida mutlaqo unday emas. Tereza o`ziga yoqadigan barcha narsalardan voz kechdi. Bu uni o`ziga yetarlicha ishonmasligidan darak beradi. U boricha yigitga yoqmay qolishidan qo`rqib, o`z qiziqishlarini barini tashladi. O`z hohish va qiziqishlaridan doimiy ravishda voz kechaverish orqali ayol shahs sifatida o`zgaradi. Ma`lum vaqt o`tgandan keyin erkak ham buni payqab unga qiziqishi so`nadi.  Chunki u erkini yo`qotganini erkak o`zidan ham oldin payqaydi.

Ho`sh ayol o`z mustaqilligini yo`qotsa nima bo`ladi? Keling yahshisi bitta yigitni deb tennis va raqsdan voz kechib yuborgan Tereza voqeasiga qaytamiz. U hikoya qiladi: "deyarli har kuni oqshomni birga o`tkazardik va bunga juda tez o`rganib qoldik. Buni unga malol kelayotganidan u hecham shikoyat qilmasdi. Biroq u birgaligimizdan unchalik bahtli emasdek kam kuladigan bo`ldi. Men buni sezishim bilan o`zimga bo`lgan ishonchsizligim ortib ketdi, va yanada ko`proq mehrimni namoyon etishga urinaverdim. Uni avvalgidek bahtiyor holda ko`rishni juda istardim"

Maftunkorlik omili №44

Ko`pchilik ayollar o`ziga o`zi berishi kerak bo`lgan narsalarni erkakdan olmoqchi bo`ladi.

Yahshi qiz yigitga nimanidir bersa yoki voz kechsa evaziga undan yahshiroq va kattarog`ini qaytaradi deb hom hayol qiladi. U o`z hayotini nazorat etishdan voz

kechayapti. O`zi kutganini oladigan vaqt kelganda esa uni hafsalasi pir bo`ladi. Uni quruq qo`l bilan qolgani kamlik qilgandek yana shahsiy qiziqishlaridan ham ayriladi.

Yahshi qiz qanchalik ko`p narsa berayotganini erkaklar kamdan kam sezishadi, qadrlash haqida gapirmasa ham bo`ladi. Kuchli jins vakili esa hech narsani qurbon qilishiga to`gri kelmaydi, jon kuydirib  nima qiladi u bilan birga bo`lish uchun har narsaga tayyor ahmoq borku. O`zi hamma narsadan voz kechgani uchun erkak ham huddi shunday qilishi kerak deb o`ylaydi. Erkakni oilasi yor birodarlaridan ayirmoqchi bo`ladi. U hamma bo`sh vaqtini unga bahshilashini istaydi. Agar erkak gimnastika zaliga borsa bu ham ergashib bormoqchi bo`ladi.

Yomon qiz bilan esa erkak bunday bosimni his etmaydi. U bilan asosiy vaqtini o`tkazgisi keladi, uni hurmat qiladi chunki bu ayolni yahshi qizdan farqli o`laroq o`z hayoti va qiziqishlari bor. Tasavvur qiling qiz kulolchilik mashg`uloti borligi uchun yigit bilan uchrashuvni rad etdi. U esa “Men bilan uchrashishdan ko`ra loy changallashni afzal bildimi?” deb bosh qashlab qoladi. Bu nafaqat uni maftun etadi balki mutlaqo esdan ayiradi.

Maftunkorlik omili **№**45

Erkak uni o`z qiziqishlari va hayotini chetga surishga majbur eta olmaganida, ayol uni nazdidia yanayam o`ziga ishonganroq bo`lib ko`rinadi. Chunki ayol o`z hayoti va qiziqishlari bilan bahtiyor.

Agar siz u bilan birga yoki yolg`iz ekaningizdan qatiy nazar hayotni sevsangiz, u ham sizni boringizcha tushunadi va qabul qiladi.

Sizga kim hokim?

Yahshi qiz	Yomon qiz
YAhshi qiz hayotidagi o`zi uchun  qadrli va muhim bo`lgan narsalarni baridan voz kechadi	Yomon qiz o`z tanlovi, qadriyatlarini qadrlaydi.Hamisha
Erkak- uning hayotini egasi	U o`z hayotini o`zi bekasiligicha qoladi
Yahshi qiz juda yaqinlashib ketib joniga tegmadimi deb uning ko`zlariga termuladi.	Yomon qiz esa o`z bilganidan qolmaydi. Uni zerikishiga esa imkon bermaydi.
Erkak- uning hayotini egasi	U o`z hayotini o`zi bekasiligicha qoladi

Yahshi qiz uni qanchalik bahtli ekanini his etadi, har bir harkatini unga yoqayaptimi yo yo`qmi deb e`tibor qiladi	Yomon qizni erkakni u haqidagi fikri mutlaqo qiziqtirmaydi. U birovni ma`qullashiga zor emas
Erkak- uning hayotini egasi	U o`z hayotini o`zi bekasiligicha qoladi
Yahshi qiz yigiti bilan birga vaqt o`ykazganda o`zini yahshi his etadi, bordiyu u hafa qilsa qiz uchun dunyo qorong`u	Yomon qiz o`ziga ishonadi va erkakning kayfiyatini yomonligi unga ta`sir etolmaydi. Qaytaga uchrashuv o`rniga tennis o`ynaydi, qanday mazza!
Erkak- uning hayotini egasi	U o`z hayotini o`zi bekasiligicha qoladi
Yahshi qiz o`z qiziqishlarini ahamiyatsiz yoki ikkinchi darajali deb hisoblaydi	Yomon qiz esa hecham o`z qiziqishlarini qurbon qilmaydi, hatto mayda chuydalarini ham. Ana shu nayda narsalar u uchun muhim
Erkak- uning hayotini egasi	U o`z hayotini o`zi bekasiligicha qoladi
Yahshi qiz eldan burun juda ko`p narsa berib yuboradi, keyin esa u tarafdan ham shunday munosabat kutadi	Yomon qiz esa fidokorlikka shoshmaydi
Erkak- uning hayotini egasi	U o`z hayotini o`zi bekasiligicha qoladi

Juftlar yorug`lik tezligida  yaqinlashib ketsa, ma`lum vaqt o`tkach erkak o`z shahsiy hududini himoya qilish uchun chekinadi. Shunda ayol sarosimaga tushib qoladi.

Aynan shu vaqtda yahshi qiz tobe, talabchan va unga yelimdek yopishadigan bo`lib qoladi. Ana endi qiz sirkdagi itdek halqadan sakray boshlaydi. Agar ayol erkakni ko`nglini olaman deb har kuyga tushsa erkakni unga bo`lgan hurmati yo`qoladi.

Erkaklar o`zlarini tutib yurishni istashadi. Ular hamisha biroz ehtiyotkor bo`lishlari lozim. U poyafzali tozalangan, shimi qilichdek dazmollangan, va o`zini tutishi qoyilmaqom bo`lishini istaydi.

U sizga mashina eshigini ochib berganda, restoranda stulni surib berganida, yahshi hulq egasi ekanini namoyon etadi. Demak u sizni hurmat qiladi. Demak sizni huzuringizda u bamaylihotir bo`lolmaydi demak keyingi daqiqada nima kutish mumkinligini bilamydi.

Maftunkorlik omili №46

Ayol erkak aytgan mezonlarga mos bo`laman deb urinishni boshlashi bilanoq o`rtadagi munosabat sifatini tushira boradi.

Ayol o`zligini yo`qotib o`z dunyosidan uzoqlashib ketmas ekan, erkak unga intilaveradi. O`z hayotini o`z qoliga olgan ayolni ko`rgan erkak nogohon uning tanlovi, didi, unga nima yoqishi bilan qiziqa boshlaydi, va qay yo`l bilan uni hursand qilish haqida o`ylaydi.

Ayollar osonlik bilan rejalagan ishlarini bekor qilib yuborishadi. Erkaklar hecham oshna og`aynilar bilan o`tirishga bormasdan qolmaydi.Ular ishini tashlamaydi,uyqu va ovqatdan voz kechmaydi. Tabiyki ular huddi shunday yo`l tutadigan ayolalrni hurmat qilishadi. Ya`ni o`z qiziqishlarini qadrlaydigan va ularni qurbon qilmaydigan.

Erkak kishi o`z sartaroshiga qo`ng`iroq qilib "Sem kel 2 45 dagi soch kestirishni bekor qilib turaylik. Dugonam Salli bilan biroz gaplashay devdim" deganini hech eshitganmisiz. Bunaqasi also bo`lmaydi. Sizni hozirgina qanchalik unga mehr berib, qanday hunarlar ko`rsatganingiz ahamiyatsiz, yoringiz ropa rosa 2-45 da Semni huzurida bo`ladi. Erkaklar osonlik bilan romantikadan real hayotga o`ta olishadi. Yomon qiz ham huddi shunday qiladi. Yomon qiz u bilan uning tilida gaplashadi. Yahshi qiz esa judaym bog`lanib qoladigan. U buni oqlash uchun "U meni deb aqldan ozadi" – deydi. U aqldan ozsa ozgandir ammo siz boshingizni yo`qotishingiz mumkin emas, faqat shu yo`l bilan o`z hayotingizni bekasi bo`la olasiz.

Hatto avtomobillar poyagasida ham g`ildirak almashtirish uchun biroz to`htab tin olishadi, yo`qsa marraga kelganda to`htay olmaydi. Erkaklar keyin nima bo`lishi haqida hecham o`ylashmaydi,mabodo tezlik nazoratini ularga topshirilsa, munosabatingiz halokatga yuz tutadi. Agar shamni ikki tomonidan yoqsangiz, tez yonib bitadi. Mana nega munosabat ritmi va tempini faqat ayol kishi nazorat qilishi kerak. Yo`qsa u sizni huddi sirkdagi o`rgatilgan itdek halqadan sakrashga majbur qiladi. Yana qaytaraman u sizni ko`rmasa turolmaydimi, ajoyib insonmi, siz ham uni yoqtirasizmi farqi yo`q vaqtingizni borini unga sarflamang. O`zingiz uchun ham ozgina vaqt qolsin.

Endigina tanishgan paytlaringizda u birga o`tkazish uchun taklif etgan vaqtning uchdan ikkisini unga ajrating. Qolgan bir qismida esa o`z shahsiy ishlaringiz bilan shug`ullaning.

Qachon qo`ng`iroq qilarkin deb hayol surib uyda o`tirmang. Esda tuting bunday hatti harakat uni boshqarish uchun emas, balki sizni realikdan uzilmasligingizni ta`minlash

uchun. U bilan uchrashishdan avval qanday turmush tarzida yashagan bo`lsangiz keyin ham uni saqlab qoling.O`z ritmingizni yo`qotish bilan ruhiy muvozanatni ham yo`qotasiz shuning uchun unga bog`lanib qolasiz.

Meni hamhonam Geyl buni juda yahshi o`zlashtirib oldi. U tez tez telefonini o`chiradi va qo`ng`iroqlarga javob bermaydi. Agar u ishdan charchab kelgan bo`lsa barcha uchrashuvlarni bekor qiladiyu, uyda hotirjam dam oladi. Bir qadah sharobni quyib divanga yonboshlab kitob o`qiydi yoki televizorda biror film ko`radi. Geylni oshiqlari esa har doimgidek yetarli.

Men sizni manmanlik va takabburlikka chaqirmayapman. Aslida ayol dimog`dor mag`rurligini ushlab turaman deb o`z tabiyligini yo`qotadi. Chunki u judaym o`ziga ishongandek ko`rinish uchun qattiq urinadi.

Gregori Korso aytganidek “Muyulishda turib ammo hech kimni kutmayotganingda o`z kuchingi his etishishing mumkin” Hech kimni kutmayapsiz demak hech kimga ehtiyojingiz yo`q. Agar erkaklarga nisbatan shunday munosabat qilinsa, ular sizning shartlaringizga ko`ra o`ynay boshlaydi. Eng avvalo erkaklarni ko`nglidagidek bo`lishga urinishni to`htating, keyingina sizni hohishlaringiz qondiriladi.

Linn plastik jarroh Kevin bilan uchrashishni boshladi.Ikkoviyam o`z shahsiy kvartirasida yashardi. Oqshomlardan birida Linn u uchun kechki ovqat tayyorladi. Kevin ohirgi daqiqilarda qo`ngiroq qilib boshqa bir jarroh bilan o`rin almashgani uchun kela olmasligini aytdi.Ovqat allaqachon tayyor edi, qo`ngiroq aytilgan vaqtga yarim soatgina qolganda bo`ldi.Vaqtliroq aytganida shuncha urnalmasdi, tinchgina dam olgan bo`lardi.

Linn mana shu yerda olovli halqadan sakrab hato qildi. Chunki u Kevin uchun ertasiga ovqat tayorlab berishini aytdi. Kamiga yana unikiga borib pishir kuydir qiladigan bo`ldi. Ho`sh bu holatda nima qilish kerak edi? Linn: Ha? Mayli Kevin hammasi joyida. Afsus kela olmas ekansan. – deyishi kerak edi.

Erkak ayolga yetarlicha hurmat ko`rsatmaganda  ham ayol bunga ko`nib ketaversa, u ohiri bilan o`z hurmatini yo`qotadi. Tabiyki ertasi kuni Linn Kevinnikiga keldi, ammo uning fidoyiligi yetarlicha baholanmadi, bundan dili og`ridi. Bu munosabat esa asta sekin barham topdi.

Yomon qiz har doim o`z manfaatlarini boshqalarnikidan ustun qo`yadi. U ni “yoq” javobi yo`qni bildiradi, “ha” si esa to`la va samimiy rozilikni. Gap qo`ppolik yoki

e`tiborsizlik haqida ketmayapti. Muhimi ochiq bo`lish . Siz muloyim bo`lish bilan birga ochiqqina ham bo`lishingiz mumkin. O`z nima hohlayotganini aniq biladigan va ayta oladigan ayolalrga erkaklar hurmat bilan qarashadi. Agar erkak uchrashuvga kechikayotgan b`olsa u achchiqlanadi chunki bu hatti harakati bilan unga noqulaylik tug`dirdi. Achchiqlanishni emotsional ta`sirlanishdan farqi bor. U darhol: “ Meni vaqtimni bekorga isrof qilma, kechikayotgan bo`lsang oldindan aytib qo`y men rejalarimni o`zgartiray.Meni seni kutishdan ham bo`lak qiladigan ishlarim bor” deb noroziligini namoyish etadi

Kelasi safar kechikkanida u o`n besh daqiqia kutadiyu keyin usiz ketadi.Yomon qiz uchun o`z qadriyatlari muhim, u o`z vaqtini qadrlaydi. U o`z manfaatlaridan hecham voz kechmaydi.

Shunday vaziyatga tushganingizda o`zingizga savol bering: - Mening hatti haraktim unga qanday ko`rinadi? Bu hatti hakat bilan unga nimani tushuntirib qoymoqchiman?

Sizni haqiqiy ta`sir kuchingiz quyidagilardan tashkil topadi

•O`z ritmini anglash va unga monand yashash

•O`z “Men”I va o`z qiziqishlarini tushunish va nimaga toqat qila olmasligini anglash

•O`z manfaat va hissiyotlarini unutmagan holda qaror qabul qilish qobiliyati.

•O`zini idora qila olish, chunki haqiqiy kuch o`z hayotini idora qila olishdadir

O`z hayotingizni o`zingiz idora qilganingizda , oh vohlarga o`rin qolmaydi. Qatiyatingizni namoyon qiling shunda o`zingizga o`zingiz bekaligingizcha qolasiz. Va ayni vaqtda yoringizni ham bekasiga aylanasiz.

Bo`sh bayovlikdan dadillikka.

Ayolni juda ta`sirchan va boshangligi erkakni cho`chitadi, ayniqsa uni yahshi bilmasa. Yomon qiz dadilligi bilan ajralib turadi, u bilan suhbatlashish osonroq. Uni gapirishi erkaklar o`zaro so`zlashadigan dangalcha tilni eslatadi.

Meni bir tanishim o`ta emotsional suhbatlardan erkaklar qanchalik qo`rqishi haqida ajoyib misol keltirdi. Shahsan uni endigina tanishgan ayolaridan kelgan oh vohli dil so`zlari bitilgan yorliqlar qo`rqitganini aytib berdi.

Yana bir yigitga qiz nuqul she`r o`qirkan “Ular biram uzun va hissiyotga to`la edi. Ayrimlari esa qisqa va zerikarli. Ammo bularning bari bitta umumiy mavzuda edi. Ya`ni:”Azizim seni naqadar sevaman!” Va bu qiz she`riy satrlarini ko`z yosh bilan o`qirdi.Men har hil bahonalar bilan shu qizdan o`zimni chetga tortadigan bo`ldim”

Meni uchunchi suhbatdoshim esa bir necha haftadan beri bir ayol bilan uchrashardi va o`z tajribasidan kelib chiqib shunday dedi: “ Har o`ttiz sekundda meni qanday sevishini aytishi shart emas. Ammo ayollar buni qayta qayta takrorlayverishadi. Bu huddi kakadu to`tisi bilan yurgandek gap … Men seni sevaman… Men seni sevaman… Men seni sevaman… Men seni sevaman… Men seni sevaman… Men seni sevaman…”

Ayol kishi bor kuchi bilan munosabatni saqlab qolmoqchi yoki mustahkamlamoqchi bo`layotganini erkaklar darrov sezishadi. Kitob javoningizga bir qaranga. U yerda shahsiy munosabatlarni mustahkamlashga oid o`nlab kitoblar turgandir. Balki sizni hayotingizda aynan erkakka ehtiyoj borligini yana boshqa narsalar sotib qo`yar.

Erkak o`zini juda kerakli ekanini anglashi bilanoq o`yin tugaydi. Agar siz behosdan bunday hatoga yo`l qo`ygan bo`lsangiz unga o`lib turmaganingizni namoyish qilish bilan ko`nglini qayta qayta zabt etishingizga to`g`ri keladi. Ahir sizni o`z hayotingiz bor. Undanda oldin paydo bo`lgan qadriyatlaringiz bor.

Maftunkorlik omili №47

O`zingizni to`laligingizcha unga bahshida etganingizni namoyish etishingiz huddi sirkdagi o`rgatilgan itning halqadan sakrash tamoshasiga o`hshaydi.

•Birinchi uchrashuvdan oldin soatlab telefonda gaplashmang. Hazil huzul qiling. Dadil gapiring. Uchrashuv borasida o`z rejangiz va taklifingizni ilgari suring va muloyimlik bilan suhbatga yakun yasang.

•Munosabatning ilk bosqichida jiddiy muammolarni tahlil qilmang. Psihoanalitiklar sevadigan terminlarni ishlatmang. Katarsis, proses, trigger va yana ichki go`dakmiey. Munosabatlaringizdan tinchlantiruvchi damlama tayyorlab, uning qalb yarasiga malham bo`lishingizni aytib yurmang

•Munajjimlar bashoratiga ishonsangiz merkuriy yupiterga teskari yo`nalishda harakatlangandagina u bilan uchrashuvga chiqa olishingizni aytmang.

•Oldingi hayotingizda kim bo`lganingiz va kelasi hayotingizda kim bo`lishingiz haqida gapirib yurmang u sizni tomi ketgan deb hisoblashi mumkin.

• Ilk tanishgan kezlaringizda haftada bir marttadan ortiq uchrashmang. Keyinchalik haftada ikki martadan bo`lishi mumkin.

•Agar qo`ng`iroq qilmasa esdan og`mang va o`zingiz hovriqib qo`ng`iroq qilib yurmang. Qaytaga u siz uni qo`ng`irog`iga nega javob bermayotganingizni o`ylab qiynalsin.

•Agar u sizni qimmat restoranga taklif qilgan bo`lsa keyin qo`rniz ochligidan uning tarelkasidagi ovqatga tikilmaslik uchun ko`katlardangina iborat salat buyurtma qilmang. Asabiymashmang , o`zingizni yahshi hulqli ekaningiz bilan taasurot qoldirishga urinmang. Hayotdan zavqlaning va buni yashrimang.

•Birinchi oqshomni bolalikdagi dil jarohatlarini yengish haqidagi hikoyalarga bag`ishlab rasvo qilmang.

•Birinchi uchrashuvdan erkak kishini tuzatishni boshlamang. Men bir ayolni bilaman u o`z do`stini ishga bo`lgan bog`liqligini bartaraf etishga yordam berish uchun “Morri bilan seshanba”nomli kitobini sovg`a qilgan. O`taketgan psihoanalitik tahlil har qanday odamni cho`chitishi mumkin.

•U do`stlari bilan yig`iladigan o`tirishlarga birga bormang. Sizga ham og`aynisidek muomala qilishini istamaysizku.

•Uydami yo yo`qmi bilish uchun uning uyi atrofida o`ralashmang

•Agar u sizni kech bo`lganda uyiga taklif qilsa yugirib ketmang

•Kasallik darajasiga yetgan yomon odatlari bor erkak bilan uchrashmang. Unga yordam beraman den homtama bo`lmang, giyohvandlik yoki aroqho`rlik botqog`idan olib chiqaman deb urinmang. O`z muammolarini o`zi hal qilsin. O`z tanansiga to`gri munosabat qilolmagan erkak sizga ham yahshi munosabatda bo`lolmaydi.

•Rossa istasangiz ham haftada bir martadan ortiq unga qo`ng`iroq qilmang. Avtojavobbergichiga uzundan uzoq hisisyotlarga to`la dil izhorlari qoldirmang,balki qisqa va do`stona gapiring.

• Elektron pochtasiga ham haftada bittadan ortiq hat jo`natmang. “Hissiyotlar”, “munosabatlar”, sizda nima “yo`qligi” sizga nima “kerakligi” haqida yozmang. Bordiyu

u sizga hat yozib qolsa javob berishga hovriqmay hech bo`lmasa o`ttiz sekund sabr qiling.

•Uni deb ovqatdan, uyqudan yoki jismoniy mashg`ulotlardan voz kechmang. Odatdagi kun tartibingizni ushlang. Agar u siz unga ajrata olishingiz mumkin bo`lgan vaqtdan ko`proq siz bilan birga bo`lmoqchi bo`lmasa uni o`z mashg`ulotlaringizga taklif qiling. Masalan itingizni aylantirish yoki dam olish kunlari velosiped uchish kabi.

•Uni sog`inganingiz uchungina ohirgi daqiqada belgilangan uchrashuvga rozi bo`lmang

•Hovli atrofida maqsadsiz tentiramang, har besh daqiqada hat kelmadimi deb pochtaga yugurmang,unga kuniga ming martalab qo`ng`iroq qilmang. Biroz tin oling, dush yoki vanna qabul qiling,ovqatlaning va tinchlaning. O`z ritmingizga mutanosib yashang. U sizni o`z shahsiy hayotingiz borligi va undan mamnun ekaningizni bilishi kerak.

•agar siz u bilan gaplashayotgan bo`lsangizu eshik qo`ng`irog`I jiringlab qolsa hecham : "trubkani qo`ymay tur, bilaychi kim ekan undan tezroq qutulishga harakat qilaman" demang. Unga qo`ng`iroq qilganingizda o`tgan kuningizni bittalab hisobini bermang.

•Undan mehrni tilab olmang, talab ham qilmang. Agar sevgingiz javobsiz qolishini his etsangiz uni izhor qilib yurmang. Agar sizga e`tibor qilmayotgan bo`lsa diqqatini torataman deb aylanib o`rgilavermang.

•Telefonni quliga aylanmang. Avtojavobbergichdagi uni habarlarini qayta qayta aylantirib dugonalaringiz bilan tahlil qilib yurmang. Undan ko`ra quyidagi savollarga javob bering. U sizni hayotingizni to`ldirayaptimi? U bilan o`zingizni yahshi his qilasizmi? Agar yo`q bo`lsa undan kelgan barcha habarlarni belgilab  "delete" tugmasini bosing va uni o`zini ham hayotingizdan o`chirib tashlang.

•Birinchi uchrashuvdan keyinoq telefon raqamini yod olmang. Unga qo`ng`iroq qilib keyin bosib qo`ymang. Siz ekaningizni u juda yahshi biladi.

•Agar uni kayfiyati yo`qroq bo`lsa, uzr so`ranggu undan nari keting va o`z yumushlaringiz bilan mashg`ul bo`ling.

• Asosiy diqqatni o`z hayotingizga qarating. Shundagina uning nazdida mag`rur ko`rinasiz.

Maftunkorlik omili №48

Ikkita oyig`ingizda mahkam turing. Yo`qsa hayotingiz nazoratini qo`ldan chiqarasiz, shu bilan birga munosabatni ham.

“yomon” qiz b`olishning asosiy shartlari

Ayol bor kuchi bilan uni og`dirib olmoqchi va ushlab qolmoqchi  ekanini erkak darhol payqaydi.Chunki u taasurot qoldirishga va diqqatni tortishga urinadi. Ortiqcha urinayotgan  va bog`liqligini ko`rsatayotgan ayoldan u qochadi. Yomon qiz hecham taasurot qoldirishga urinmaydi.

Erkaklar ularga samimiy va tabiy ayollar yoqishini juda ko`p ta`kidlashadi. Bu bilan ular makiyaj yoki bo`yalgan sochni nazarda tutishmayapti. Tabiylik bu degani erkakka faqat ekologik toza va tabiy mahsulotlardan iste`mol qiladigan ayol kerak degani ham emas. O`zini tabiy tutish bu diqqat e`tiborni totrtaman deb ayol o`zni har kuyga solmasligidir. Erkaklarga yoqaman deb urinayotgan ayol huddi sirkdagi itdek halqadan sakrayapti.

Maftunkorlik omili №49

To`la itoatkorlik va emotsional bo`gliqlik uni sizdan sovutadi. Erkak o`z shirinlik bo`lagini olish imkoni borligini payqaydi va darhol yeb qo`ya qoladi.Bu imkonni bermay ko`ringchi u bor kuchi bilan sizni ko`nglingizni olishga urinadi.

Keling ayol it kabi halqadan itoatkorona sakraganda nima bo`lishini ko`rib chiqamiz. Sizga klassik senariy. Sara Mikki bilan uchrashish uchun samoletga chipta sotib oldi. Mikki bu shaharga tatilida kelganida bir marttagina uchrashishgan edi. Bir oy telefonda gaplashib va elektron pochtadan hat almashgandan so`ng Sara bildiki bu uning orzusidagi inson. Sara u bilan yana bir martta uchrashmoqchi bo`ldi. Chipta to`rt yuz dollar turardi. Mikki mehmonhona harajatlarnini to`laydigan bo`ldi. Motel  harajati qirq dollarni tashkil etardi. Mehmonhonada birga qolishdi, shubhasiz qiz bunga osonlik bilan rozi bo`ldi. Keyin u qizni nomer harajatlari ichiga kiradigan qahvahonaga taklif etdi. Honaga qaytishganda esa yigit go`yoki hech kim yo`qdek futbol chempionatini tamosha qildi. Ajoyib uchrashuv shunday emasmi? Na musiqa va na shamlar hech qanday romantika ham yo`q. Bu uchrashuvni romantik deyishga til ham bormaydi. Ikki kunlik shunday romantikadan so`ng ikkovilari ham tezroq bir birlaridan qochib qutulishni hohlab qolishdi.

Ana endi moliyaviy tahlil olib boramiz. Erkak juda ko`p ovqat, juda ko`p mehr muhabbat , va qiziqarli matchni bor yo`g`I qirq dollarga oldi. Qiz esa samolyotda yeb ketish uchun 2 qog`oz haltada yeryo`ng`oqli bo`ldi. Har birida ikki yarimtadan jami beshta yer yong`oq. Natija ko`ngilni tinchlantiradigan emas albatta.

Yomon qiz bunday holatga tushib yurmaydi. U erkak ke desa chopib bormaydi. U bilan uchrashmoqchi bo`lsa erkakni o`zi keladi. Va uni uyga yaqinroqdagi biror mehonhonada to`htashini so`raydi, uyiga kirga`zib olmaydi.

Yahshi qiz buyurilsa olovli halqadan sakrashga tayyor hukmdorining   ko`ngli nima tusasa shunga rozi, chunki shunday qilsam unga  ko`proq yoqaman deb o`ylaydi. Erkak ega bo`lmagan narsasiga qiziqadi,va unga erishish uchun harakat qiladi.

Yahshi qiz unga qattiq gapira olamydi ahir u "orzusidagi shahzodasi", " osmonlarda bitilgan bahti". Ammo bularning bari be`mani ertak yanayam aniqrog`I zararli ertak, chunki shularga ishonib qiz bu yigitni o`z olami markaziga aylantiradi.

Ayolalrni oqibatini o`ylamay munosabatga kirishishlarining boshqa bir sababi bu qo`rquv.

Meri shunday hikoya qiladi: " Men yigitimga hech yo`q deya olmayman. Meni uni uyi olidga  kelamanu uni ishdan qaytishini  mashinamda o`tirib kutaman. Keyin birga ovqatlanamiz, men unikida alamahalgacha qolib ketaman, vaholangki vaqtli turishim kerak. Ertasiga o`zimni suvi siqib olingan limondek holsiz sezaman"

Men Meridan nega yigitiga : "Azizim men charchadim, uyimda biroz dam olay" deya olmasligini so`radim. U esa :"unda meni tashlab ketishidan qo`rqaman. Uydayam baribir uhlay olmayman qaysi qiznikiga ketdi ekan deb o`ylab" dedi.

Yomon qiz erkakni yo`qotishdan hecham qo`rqmaydi, chunki u o`z qadri va bahosini yahshi biladi, agar u tashlab ketsa o`ziga qiyin u ayolni yo`qotgan hisoblanadi. Ayol ehtiyotsizlik qilib arzimaygan mayda chuydalarda o`zini yerga uradi ammo ana shu mayda narsalar yig`ilib qor uyirini tashkil etadi va butun vazni bilan ayolni bosib qo`yadi, natijada u o`zini tushkun his etadi.

U erkakni hayotining markaziga qo`yib yanglishadi, va bu xatosi tufayli u o`z kundalik ehtiyojlaridan ham voz kechadi. U borgan sari holdan toyayotganini sezib turadi ammo erkak bu fidoiylikni qadrlaydi va qaytaradi deb hisoblab bor kuchi bilan urinishda davom etadi.

Erkak esa uni o`zini qurbon qilib yuborishga tayyor ekanini sezib hotirjamlashadi chunki endi u hamma hohlagan narsasiga erisha olishini biladi.

Ayol esa uni hotirjamlashganini ko`rib yoqmay qoldimmi deb hayol qilib sarosimaga tushadi va qayta qayta olovli halqadan sakrayveradi. Ayolning iztiroblari esa oshib boraveradi.

Qanday qilib bu holatdan chiqish mumkin. Faqat bir yo`l bilan- puch orzu hayyolardan voz kechib.

Munosabat uchun nimadandir voz kechib yoki nimanidir sarf qilganingizda o`zingizni ranjigandek his etsangiz ortiq bunday harakat qilmang.o`zingiz chin dildan hohlaganingizdagina munosabatga qandaydir ulush qo`shing. Ana shunda ikkita oyog`ingiz bilan yerda mahkam turasiz.

Bolalar bog`chasida bizga o`rgatilgan oltin qoidani elslaysizmi? Bu nazairyada hammasi zo`r ammo real hayot o`z talablarini ilgari suradi.

Keling o`zgartiramiz…	Bilan…
Senga qanday munosabatda bo`lishlarini istasang  boshqalarga shunday munosabatda bo`l	Boshqalarga yahshilik qil, qachonki ular bunga loyiqligini isbot etishganda
Muhabbat hamisha g`olib	Agar bor yo`gingni berib yuborsang Muhhabat seni maxv etadi
Bergan qo`l olgandan yahshiroq	Afzali ham berish ham olish
Hayriyani o`z uyingdan boshla	Uyda hech qanday hayriyaga o`rin yo`q
Barcha yahshi narsalar ohiri bilan	Yakuni ezgulik bilan yakun topishi uchun qayg`uradiganlarda hamma narsa yahshi
Yaqiningni sev	Avval o`zingni sevishni o`rgan shunda seni atrofingdagilarga sen bilan birga yashash oson va maroqli bo`ladi.

Maftunkorlik omili №50

O`z hohishlari qolib erkakning ehtiyojlarini qondirishni o`z asosiy maqsadi deb bilganida, yahshi qiz juda ko`p narsani qurbon qilib yuboradi

Elliginchi maftunkorlik omili bu nozik masala. Kundalik hayotda siz uni payqamaysiz.Masalan bo`sh vaqti kam ishbilarmon ayol. Erkak undan so`rayapti "Chorshanbada uchrasha olamizmi?" Payshanba vaqtli ishga borishi kerakligi uchun ayol rad etadi. Endi u seshanba yoki payshanbani taklif etadi, va ayol rozi bo`ladi. U o`z ehtiyojlarini tamomila unutadi undan tashqari og`ir ish kunidan keyin asabiy, charchagan holda erkak kishi bilan uchrashish munosabtlarga salbiy ta`sir etishini o`ylab ham ko`rmaydi.

Yomon qiz hecham mushkul yo`lni tanlamaydi.U hamisha eng kam qarshilikli yo`ldan boradi. Haftada dam olish degan kunlar ham bor. Va bu kuni belgilangan uchrashuv ikkovlarigayam birdek yoqimli bo`lardi. Yomon qiz o`zi haqida o`ylaydi, natija esa  ikki tomon uchun ham foydali bo`ladi.

Keti yigit bilan birinchi uchrashuvga chiqdi. Restoranda buyurtma berish borasida qizni ko`ngliga qarash uni hayoliga ham kelmadi. U nuqul "Sen buni tatib ko`rishing kerak " deyaverdi. Keti chiroyli muomala qildi ammo natijada o`z ko`ngli tusaydigan taomni buyurtma qildi. Keyin yigit bir shisha sharob buyurtma qildi vaholangki qiz ichgan odam rulda bo`lgan mashinaga chiqmasligini aytib o`tgan edi, yana kamiga ish kunida. Buyurtirilgan sharob keldi, qadahdagi sharobni hurmat yuzasidan cho`qishtirdi ammo ichish niyati yo`qligi uchun ichib o`tirmadi.

Bu misoldagi eng muhim jihat Ketti o`z hatti harakatlariga izoh berib o`tirmadi. U shunchki nima istasa shuni qildi. Yigitni ko`nglidagidek bo`lay deb o`zi hohlagan narsalarni qilish  uchun  erkakdan ruhsat so`rab o`tirish shart emas.

Meni yana bir tanishim boshqa bir voqeani hikoya qilib berdi. Ikkinchi uchrashuvdan so`ng yigit undan ertalab soat oltida reysi borligi va aeroportga olib borib tashlashni so`radi.(ha ha erta soat oltida)

Ikkinchi uchrashuvda unga nima qilishini ipidan ignasigacha tushuntirdi: "Soat to`rtda turasan, meni beshda uydan olasan,va biz oltida aeroportda bo`lamiz.Yettdia uyda bo`lasan dush qabul qilib soat sakkizga ishga yetib olasan. (Hayvon o`rgatuvchi badbaht itiga halqani tayorlab bo`pti endi faqat sakrash qoldi)

Ishli ayolni tong saharlab uyqusini buzgandan ko`ra taksi chaqirish mumkinligi hayoliga kelmaganini qarang-a. Qiz muloyimlik bilan javob berdi :Azizim men u vaqtda band bo`laman. U hayron bo`lib :-NIma bilan?Uyqu bilanmi? deb so`radi. Qiz mamnun jilmayib: –Albatta!

Agar erkak sizni hech bir e`tirozsiz halqadan sakrashingizni kutgandek hatti harakt qilsa, uni bunday yanglish taasurotdan tezroq halos qiling. Uni gapiga ahamiyat bermang. Agar u o`zini ma`naviyati yuksak inson deb aytsa, quruq gapga ishonmang. Uni hatti harakatilariga e`tibor bering. O`zini yuksak ma`naviyatli deb sanasayu mutlaqo kurakda turmaydigan ishlarni qilsa uni so`zigamas amaliga qarab hulosa chiqaring.

Mutahasis izohi (Hozirda juda ko`p uchrab turadigan bir holat. Namozhonman islomiyman desa negadir qizlar hudoga ishongandek ishonib yuborishadi. Yomon hulq va zararli odat egalari namozhonlar ichida ham topiladi. Shuning uchun balandparvoz gaplar etingizni jimirlatadigan ma`ruzalar aqlingizni olib qo`ymasin. Unutmang nomahram erkak va ayol holi uchrashganda ularning o`rtasida shayton turadi. U namozhoniyam ayab o`tirmaydi.)

Ayolni olovli halqadan sakrashga tayyorligini bildiradigan yana bir belgi bu u qo`ng`iroq qilarmikin deb mahtal bo`lib kutishidir. Sizda shunday bo`lganmi dugonangiz bilan bir o`tiraylik deb bir joyga taklif qilmoqchi bo`lib qo`ng`iroq qilasizu ammo u yigitidan qo`ng`iroq kutayotgani uchun sizga bir aniq javob ayta olmaydi? Bu qiz mutlaqo o`zini hurmat qilmaydi. U yigiti bilan uchrashish imkonini qo`ldan boy bermay deb o`z rejalarini tuzmaydi. Siz unga so`ngg`I bor qo`ng`iroq qilayapsiz nihoyat u siz bilan vaqt o`tkasizhsga qaror qildi ammo allaqachon soat tungi o`n bo`lgandi.

Agar erkak siz uchun qulay vaqtga uchrashuv belgilamasa demak u sizni shahs sifatida hurmat qilmaydi. Shunday erkak bilan munosabatni davom ettirish shartmikin.

Ayolni Itoatkorona olovli halqadan sakrayshiga yana bir misol. Bu erkaklar go`zallik va yoshlik hamma narsadan ustun qoyishadi degan fikrni bekor qiladi. Karla endigina o`n to`qqiz yoshda, u shunchalik go`zalki hech qanday makiyajsiz ham modalar jurnali muqovasini bezashi mumkin. Karla uni yigit Bart o`n olti yoshli qizchalarga ko`z tashlaganini aytib yig`ladi.

Ho`sh bu haqida Bartning o`zi nima derkin?: “Karla meni sevganidek men uni seva olmayman” dedi va Karla qanday qilib uni uyini saranjom sarishta qilganini aytib berdi:

“Uyim ivirsib, botib yotggandi , bilasizmi Karla nima dedi : “Bu yerni tartibga solib bo`libgina uyimga ketaman” Uydagi hamma narsalarni yuvib taradi. Agar : “Isqirtini o`zin tozala” deb eshikni taq etib yopib chiqib ketganda men uni ko`proq hurmat qilardim”

Yigitingiz uyiga kelgan qay kun bo`lishidan qaity nazar uyini yig`ishtirib ketmang. Kirlarni faqat o`z uyingizda yuving,o`z uyingiz rakovinasinigina tozalang. Agar uni o`zi buni iltimos qilsa asabiylashmang unga shunday hizmat ko`rsatadigan agentliklarni manzilini topib bering.

Izoh(O`zbek qiziga qaerda bo`lsa darrov darrov ish qilish tartib o`rnatish uqtirililgan. Mehmonga borsayam darrow qarashib ketaveramiz. Bu yahshi albatta, yana bir nasani unutmang o`zbek qizi yigitni uyiga borib yurmaydi, bekalik mahoratini ko`rsatishga nima bor. Lekin shunday vaziyat bo`lishi ham mumkinki un mashinasida ketayapsiz va u iflos darrow qo`lingizga latta olib artishga tushib ketmang bu ish bilan shug`ullanadigan shahobchalar bor. Bir narsani unutmang ayol kishi uy ishlarini qiladi ammo u farrosh bo`lmasa duch kelgan uyda bunday ishlar bilan shug`ulanmaydi. Oila qurganingizdan keyin u uy sizniki bo`lgandan so`nggina hohlagancha supir sidir qilaverasiz, hozircha bunaqa tashabbus ko`rsatishga shoshmang, va bu bilan yigitni ham shoshirib qo`ymang.)

Maftunkorlik omili №51

Erkakni bitta ishorasi bilan o`rgatilgan itdek halqadan sakraydigan bo`lsangiz, munosabtingizni kelajagi yo`q.O`zingizni tabiy tuting shunda siz bilan yashash osonlashadi va munosabat hecham ortiqcha harakat talab etmaydi.

Unutmang gap erkak haqida ketmayapti. Siz o`z hayotingizni bekasi bo`lishingiz kerak. Hayot juda qisqa uni har hil mayda chuydalarga sarf qilib yubormang. O`zingiz hohlagan ishnigina qiling va sizga qulay bo`lgan vaqtda, ayniqsa gap munosabatlar haqida ketganda. Bunday taktika orqali o`zingizni ham qadrlaysiz boshqalarga ham qadrli bo`lasiz.

Oltinchi bob

Arralashni to`htaning!

Yahshi ish, yahshi gapdan afzalroq.

Benjamin Franklin

Mahbuba yoki ona?

Ko`pchilik ayollarga tanish manzara: Yahshi ayol o`z yorini ko`nglini olaman deb ming urinadi. Er ishdan keldi. Hotin gap boshlaydi. Er bir ikki og`iz gaplashgandek bo`ladiyu charchaganini bahona qilib o`zini olib qochadi. Ayol eri yoqtiradigan ovqatini tayorlagan ammo bu futbol matchini o`tkazib yubormaslik uchun televizorga oshiqadi. Ayol o`ziga shuncha oro beradi er esa buni payqamaydi ham chunki uni uydagi bir jihozdek ko`nikib qolgan. Agar shu ayol cho`milish kiyimida dasturhon tuzasa nima bo`ladi? U uyqudan uyg`ongandek bo`ladi. Bundan hulosa nima? Sizni shudnay bo`lishi kerakdek qabul qilayapti, ya`ni payqamayapti. SIz bor kuchingizni uni diqqatini tortishga sarf qilasizmi? Yo`q! Endi erni atrofida aylanib o`rgilish yo`q! Endi siz bilan yangi hayot boshlaymiz. Avvaliga e`tibor bermay qo`yding deb shikoyat qilardingiz. Va nihoyat buni ish bermasligiga amin bo`ldingiz. Bu bobda aynan shu haqida ya`ni samara beradigan hatti harakatlar haqida gaplashamiz. Agar uni arralayversangiz, u o`zini oqlashni boshlaydi, sizni urinishlaringiz esa bekor ketadi.

Yodingizda bo`lsin ko`rinishda kap katta ko`ringan har qanday erkakning ichida uch yashar bolakay yashaydi va u tabiy instinkiga ko`ra har qanday qistovga qarshilik qilaveradi. Uni arralashni boshlashingiz bilan uni ichidagi boyagi kichkintoy uyg`onadi va o`ttiz sekunddan so`ng har qanday harakatga qarshilik qilish mehanizmi ishga tushadi.

Radiokanalni almashtirishdan osoni yo`q. O`ttiz sekund ichida u sizni to`lqiningizdan boshqasiga o`tib oladi va faqat diydiyoni to`htatganingizdan keyingina sizni kanalingizga qaytadi. Nima deyishingizdan qatiy nazar u hech narsani eshitmaydi. Unga gap uqtirib bo`lmaydi ammo sizni hatti harakatlaringiz unga juda ko`p narsalarni aytishi mumkin.

Ayollar o`z his tuyg`ulari haqida gapirishni hush ko`rishadi, erkaklar esa buni tahlil qilib yurishmaydi, shunday ekan ikki martadan ortiq aytilgan gap ularni zeriktiradi va joniga tegadi. Hech qachon erkak kishidan bir narsa ikki martadan ortiq so`ramang yo`qsa u sizni qattiqqo`l ona deb hisoblay boshlaydi. Siz uni arralaganingizda esa u isoynkor o`smir bolaga aylanadi.

Maftunkorlik omili №52

Arralaganingizda u sizni pisand qilmaydi.Ammo siz hatti harakatingiz bilan so`zlaganingizda u sizga diqqat qaratmay qolmaydi

Ayollar aytishadi: kichkina bolakaylar biram yahshi, ular katta bo`lgandan keyin nega buncha o`zgararkin? Freyd fikricha bola shahsi tuvakka o`rgatish momentidan boshlab shaklanadi.

Keling buni yahshiroq tagiga yetish uchun kichkina bolalar hatti harakatini kuzatamiz.

Uch yashar bola onasidan mustaqil bo`lishni istaydi. Ammo uni hamisha yonida bo`lishi va har doim bola ehtiyojlarini qondirishga tayyorligi esa huddi tabiy holdek qabul qilinadi. U haddidan oshsa nimalar bo`lishini ko`rmoqchi bo`ladi. Quloqsiz bola ona qo`lidan chiqib yugirib ketadi va burchakda yashirinib uni kelishini kutib turadi. Sabri chidamay onam shu yerda yo yoqligini bilish uchun u joydan yana yugirib chiqadi.

Ulg`ayib erkak bo`lganida bu sahnaga bor yo`g`I bitta bosqichni qo`shadi. Ayoldan qocha turib "ona" nima qilishini bilish uchun qayta qayta ortga qarayveradi. U diydiyioni boshlaydimi?Sarosimaga tushadimi? Yoki uni quvib yetish uchun yugirishga tushadimi? Erkakni yaqinlashishi yoki butunlay qochib ketishini ayolning reaksiyasi belgilab beradi.

Maftunkorlik omili №53

Erkak ayolni tabiy holdek qabul qilganida, uni haliyam shu yerda yoki yo`ligiga amin bo`lishni istaydi

Erkakni arralash qanchalik be`mani ish ekani haqida o`ylab ko`ring. Siz bu hatti harakatingiz bilan u nima qilsayam siz uni tashlab hech qayoqqa ketmasligingizni ta`kidlayapsiz. So`zning ta`siri juda kam. U sizga " eshit aziziam, men munosabatimizni yahshilash uchun hech qanday harakat qilishni istamamyman, ammo sen hozirgidek

manga ovqat tayyorlab , kir chirimni yuvib, hohlagan narsamni so`ragan vaqtimda berib tursang bo`ldiYotoqhonada bo`ladigan  ishlarga kelsak, hozir ham yo`q demasdim” demaydi. O`ylayapsizki bunday shartga faqat esi joyida emas ayollargina rozi bo`lishi mumkin, afsuski ayollar bunday shartni doimiy ravishda qabul qilishadi, va shunday yashashadi ham. Hamisha va hamma yerda. “Buni nimasi yomon?” deyishadi ular.

Endi tanishgan vaqtida erkak o`zini haqiqiy jentelmendek tutishga urinadi.Mashina eshiklarini ochib beradi, restoranda taom tanlashni so`raydi va hakazo.. Avvaliga ular ayollarga qanday munosabat qilish kerakligini juda yahshi bilishadi. Bepisandlik esa ortiqcha gap so`zsiz   sekin asta boshlanadi. Ko`pincha ayollar buni payqamay ham qolishadi. Payqashganda esa judaym kech bo`ladi. Keyin esa ayol uni to`g`ri yo`lga solaman deb, javrashni boshlaydi.

Erni divanga cho`zilishga taradudlanayotganini ko`rgan hotin arralashni boshlaydi: “ Sen bilan hech qayoqqa bormay qo`ydik.Birga kam vaqt o`tkazamiz.”

Bu iboralar erkakni ko`nglini hotirjamlashtiradi demak ayol to`laligicha uning ihtiyorida.Endi hech narsaga urinmasaym bo`ladi, chunki ayol uni borligini o`zidan qanoatlanadi. Va u asosli javob qaytaradi: “Sen bilan birgamanku. Senga yana nima kerak?”

Uch yashar bolakay onasi bag`riga qaytishi uchun u ko`zdan g`oyib bo`lishi kerak. Arralashingiz esa sizni uning ihtiyorida ekaningizdan darak beradi. Siz uni kutayotganingizni juda yahshi biladi.Ehtimol siz uni e`tiborliroq, sizga g`amho`rroq bo`lishini kutayotgandirsiz. Baribir kutayapsiz. Siz to`laligingizcha uni ihtiyoridasiz.

Siz vaziyatni tubdan o`zgartirishingiz kerak.

U sizni shunday bo`lishi kerakdek qabul qilganida, uni  buvisini onasini yoki boshqa tarbiyalangan ayolni yahshi ko`rgandek mehr bilan qaraydi. Siz uni “eski va qadrdon” dugonasiga aylanasiz. Baqirib chaqirsayizam hech qayoqqa ketmasligingizni u yahshi biladi. “ U meni ketimga bir ikki shapatilashi mumkin,ammo baribir sevadi men esa ko`nglimga kelgan ishni qilishim mumkin” Uni aynan mana shunday o`ylashiga yo`l qo`ymasligigngiz kerak.

Erkaklar bunday hatti harakatni yahshi emasligini tushunishadi, ammo yana nimalar qilish mumkinligini bilishni istashadi. Bir erkak shunday tan oldi: “ayollar nimani olishga yo`l qo`yib bersa erkaklar shuni oladi” Bu bilan yahshi, ba`mani erkaklar yo`q hayotda

demoqchi emasman. Haqiqiy erkaklar o`zlari hali loyiq bo`lmagan narsani olishni istashmaydi.Shuning uchun ham o`zini hurmat qiladigan, haqiqiy erkak o`zini hafa qildirib qo`ymaydigan ayollarga intiladi.

Agar u sizga bepisand bo`lib qolgan bo`lsa, ortiqcha tushuntirishlarsiz vaziyatga mos munosabat bildiring. Shunda u esankirab qoladi. Endi siz avvalgidek o`zingizni tutmaysiz. Siz ortiq uni oyijonisi emassiz. Bunday hatti harakatingiz bilan uni yana qiziqtirib qo`yasiz natijada u sizni qaytadan mahbubasiga aylantirishni istaydi. Agar siz o`zingizni avvalgidek "sadoqatli, eski  dugonadek" tutishda davom etsangiz, u ham `oz o`rnida onasidek ko`rib barcha erkaligini ko`rsatadi.

Shahsiy munosabat borasida e`tiborning yetishmasligi ayollar duch keladigan yagona muammo emas.  Ko`pincha Barcha uy yumushlarini ayollar faqat o`zlari qilishlari kerakligidan  ezilishadi.  Bu yerda ham javrab o`tirmasdan erkakka amaliy ta`sir o`tkazish mumkin.Ko`pchilik erkaklarni uy yig`ishtirilgan yoki yo`qligi bilan mutlaqo ishlari yo`q. Ko`pchilik erkaklar uyga kelsayu divanga tappa tashlasa hech narsa haqida o`ylamasam deydi. Oshhonada iflos idish to`lib yotishi bularga farqsiz. Poyafzalni gilamda izini qolishi ularni halovatini buzmaydi.

Maftunkorlik omili №54

Munosabatingizda turgunlik paydo bo`lganda u sizni huddi onasidek yahshi ko`radi. Demak u hademay sizga tabiy holdek qarashni boshlaydi.

Do`konda navbatda turganingizda bolasi izmidan chiqmaydigan onalarga ahamiyat bering. Ular bolaga nimalarnidir uqtiravermaydi,urishvermaydi, bitta gap yoki ma`noli qarashni o`zi kifoya. Bola bunday onani hurmat qiladi, chunki kelasi daqiqada nima bo`lishini bilmaydi, natijada u o`zini risoladagidek tutadi. Erkak sizga qanday munosabatda bo`lishini tushuntirib qoyish uchun gap soz mutlaqo kerak emas. Oddiy sukut yoki o`zni chetga olishni o`zi yetarli.

Ayrim holalarda mahbuba rolida yosh bolaga to`gri keladigan shartlar qo`yishingizga to`gri keladi. Nega? Chunki sizni sevgilingiz erkak. Va har bir erkak ichida uch yashar go`dak yashaydi.

Biz bu bobda ta`kidlayotgan sizni hatti haraktlaringizdagi o`zgarishlar hotirjam, jozibali va har jihatdan maftunkor bo`lishingiz imkonini beradi. Muhimi unga ona bo`lishni yig`ishtirib sekin asta haqiqiy mahbubaga aylanish.

Erkakalar yorga bo`lgan muhabbati bilan onaga bo`lgan mehrini hecham bog`lay olishmaydi. Bu borada ehtiyot bo`ling. Unga mahbubaligingizni saqlab qolaman desangiz uni hecham bo`shashishiga, bamaylihotir bo`lishiga imkon bermang. Bunday munosabat uni sizga bo`lgan qiziqishini oshiradi va usizni ta`qib qilishda davom etadi. Sizni unga ona bo`lganingizdan ko`ra sevgilisi bo`lishingiz ko`proq yoqadi. Ha unga divanda yotish yoqadi chunki u qulay. Ammo unga sizni ona bo`lib olishingiz yoqmaydi aks holda u o`z sevgilisini yo`qotadida.

Siz bunday hatti harakatni shaklantirishingiz va shunday muvozanatni topishingiz kerakki u sizni bir umr izingizdan qolmasin. Erkak tabiatan ovchi. U yahshi qizdan mustahkam, ishonchli onalarcha mehrni olganda uning seksual mayllari pasayadi. U hecham onasini ta`qib etmaydi. Yahshi qiz unga mehr va sadoqat ko`rsatish bilan, munosabatni zerikarli va odatiy turmushga aylantiradi. Ayollar ko`pincha erkaklarga bo`ysinish va sadoqatli ekanliklarini isbot qilish bilan ularni ko`ngliga yo`l topmoqchi bo`lishadi. Ammo yomon qiz usiz ham bemalol kunini ko`ra olishini bildirish bilan erkaklar ko`nglini osongina zabt etadi.Bu yomon qizning eng asosiy jihati.  Ogoh bo`ling, erkak sizni huddi tabiy holdek qabul qilishiga, hurmat va pisand qilmasligiga yo`l qo`ymang. Keling hamasini boshidan boshlaymiz.

Retsept:Erkakka do`stdek munosabatda bo`ling.

Yoringiz bilan endi tanishgan paytlaringizga qaytamiz. U vaqtlar siz bunday arra emas edingiz. Unda siz do`stona munosabtda edingiz. Ikkovingiz ham hotirjam quvnoq va birga o`tkazgan vaqtlaringiz juda maroqli edi.Erkak siz uchun hali olamingiz markaziga aylanib ulgurmagandi. Shunda hammasi yengil edi.

SIz uni arralay boshlashingiz bilan unga :Men seni har bosgan qadamingni bilib yuribman” Shu sababli faqatgina shu sababli sizni arralashingiz unga berilgan mukofot. Chunki sizni onalarcha koyishingiz bu unga g`amho`rlik qilishingiz va o`zingizni fido qililayotganingizdan darak beradi.

Maftunkorlik omili №55

Salbiy munosabat – ham munosabat. Bu orqali siz uni hukmida ekaningizni his etadi, aslida u aynan shuni istardi.

Ehtimol siz yetuk huquqshunosdirsiz va ayblarini bitta bitta ashyoviy dalilar bilan bo`yniga qo`yib uni og`iz ochishiga y`ol ham qo`ymaysiz. Buni ahamiyati yo`q. Siz uni arralayapsiz va bu bilan uni munosabatingiz kelajagi borasida ko`nglini hotirjam qilayapsiz. U endi hech narsa haqida havotirlanmasaym, boshini og`ritib o`ylab yurmasaym bo`laveradi. Siz ortiq uni o`zingizga maftun etmaysiz. U uchun endi jumboq emassiz.Javraganingizda esa oddiygina boshqa to`lqinga o`tib oladi. Siz u bilan "gaplashib olishni" istaysiz, u esa har qanday bahona bilan suhbatdan qochadi. Siz bosimni davom ettiraversangiz u diqqatini boshqa kanalga ko`chiradi.

Qanday qizlib osonlik bilan boshqa to`lqinga sozlanish mumkin?

Erkaklar uchun qo`llanma

•Avvaliga unga suhbat uchun noto`g`ri vaqt tanlaganini ayting. Yodda tuting suhbat uchun "to`g`ri" vaqtning o`zi yo`q.

• Og`iz juftlamasidanoq u hamma narsani noto`g`ri tushunishi va umuman juda ta`sirchanligini ayting.

•Har hil t a`nalar yog`diring. Dushanba va chorshanbada ayolni juda ta`sirchanlikda ayblang, seshanba va payshanbada esa pashshadan fil yasashini ayting. Yakshanbada esa oddiygina "hammasini o`ylab topayapsan" deng

•Chaqqonlik bilan suhbat mavzuini o`zgartiring: "Oylik kasaling kelganmi, asabiylashaypsan?"

•Bular ish bermasa hujumga o`ting. Ayovsiz kurashing ammo janjalni u boshlaganini ta`kidlashdan to`htamang.

• U sizga qarshi olttita asosli dalil keltirsayi sizda bittagina kichkina unga qarshi ayblov borsa bo`lsa, ana shu boridan unumli foydalaning

•Hecham chekinmang. O`z fikringizda turib oling undan esa zudlik bilan javob qaytarishini talab eting. Agar u biroz vaqt gap topolmay qolsa,bu sustkashligi sizni haqligingizni tasdig`I ekanini ayting.

•Agar u mutlaqo haq bo`lsa, uni hech narsa qilmaganlikda ayblang.Va bu “aybini” qatiyat bilan yuziga soling.

• Go`yoki siz tomon bo`lgan ekspertlarni o`ylab toping.(Iloji boricha ayolingiz ularni hayotda ko`rmagan bo`lsin) : “hatto Jo va Jim ham meni fikrimga qo`shiladi seni esa mutlaqo nohaqligingni tasdiqlaydi”

•Agar u huddi siz aytgan gapni boshqa so`zlar bilan aytsa ko`zlaringizni aylantiring.

•o`zingizni uni psihoterapevtidek tuting. “ Sen bu ishni qilding. Nega sen bu ishni qilding?”

•avval u bir gapni nech martta takrorlaganini sanang va albatta buni unga ayting. Uydagi janjal huddi boksga o`hshaydi. Chapdan bir zarb, o`ngdan bir zarb, endi qochib qoling…

•Muhammad Ali aytganidek kapalekdek yengil suzing va aridek sanchib oling. Uni gaplariga shubha bilan qarab asta suzing va keskin “nega bularni esdan chiqarmaysan” deb chaqib oling.

•Raqsni davom ettiring, ikkta oyog`ingiz esa yerda mustahkam tursin

•Yodda tuting har doim hamma narsada u aybdor. Bu fikringizda qatiy turing.

Bunday vaziyatda har qanday erkakning quloqlari chippa bitadi.U sizni lablaringiz qimirlayotganini ko`radi, ammo gaplaringizni mutlaqo eshitmaydi. Uni boshida boshqaruv pulti bor, hozirgina u tovushni o`chirish tugmasini bosdi. Arralash joningizga tekkandan keyin o`z o`zidan jim bo`lasiz deb umid qiladi. O`yladiki agar vaqtni bir ammalab cho`zib tursa sizni o`z urinishlaringiz o`zingizni holdan toydiradi.

Ammo bu borada ayollar bir hil emas. Ko`pchilik erkaklar bilan suhbatdan amin bo`ldimki, ayollarning o`z kiyinish, bo`yanish, atir tanlash va sevish uslublari bo`lganidek erkaklarni arralash individual uslubi ham bor. Mana bunga bir nechta misol:

Marafon- arra. Bunday ayol erkakni qancha kerak bo`lsa shuncha arralash imkoniyatiga ega. Yorini juda omad kelib qolsa u ikki soatda tinchlanadi.

Sprinter-arra. Bu uncha ko`p vaqt arralashga dosh bera olmaydi. U bittada qattiq portlaydi, shuning uchun tez charchab qoladi.

**Payt poylar yig`loqi.** Bu ayol avval yig`I sig`ini boshlaydi, keyin paytini poylab sekin arralashga o`tadi va diydiyoni cho`qqisiga chiqaradi, keyin esa uvillab yig`lashni boshlaydi. Qancha ko`p yig`lasa shuncha ko`p choqqiga chiqadigan momentlarga olib bora oladi, va o`zini bosishi shuncha qiyin bo`ladi.

**Tonggi yig`loqi.** Quyosh ufqda ko`rinishi bilan u ishini boshlaydi. Erkak ko`zlarini ochadiyu ertalabki diydiyoni eshitadi. Yoki u uhlab yotgan bo`lsa, huddi ho`rozdek o`z yig`I sig`isi bilan barchani uyg`otadi.

Tungi arra. Kun bo`yi charchagan erkak endi o`rniga cho`zilib ko`zi ilinishi bilanoq, u arralashni boshlaydi. Erini uyg`otib ertaga nima qilishi kerakligini takidlay boshlaydi.

Pistirmadagi arra. Bu arra boshqalardan farqli o`laroq kutilmaganda paydo bo`ladi. Erkakni poylab yurib eng kutmagan vaqtini topadi.Hozirgina hammasi joyida edi, hech qanday ogohlantirishsiz u pistirmadan chiqib keladiyu tashlanadi.

Snayper. Bu jiddiy mashg`ulotlardan o`tgan arra. U odatda bittagina gap aytadi. Ammo u gap teshib o`tib ketadi va eshitganni yakson qiladi.

Erkaklar bilib bilamay ayolni dilini og`ritib qo`yishadi. Ayollar bir narsani esda tutishlari zarur agar sizga yoqmaydigan biror ish bo`lgan bo`lsa bilingki erkak buni atay qilmadi shunchaki u bundan yahshirog`ini bilmaydi halos.

Agar ayol erkakdan dili og`rigan bo`lsayu bu qilgan ishini noto`g`riligini unga tushuntirib qo`ymoqchi bo`lsa. Avvalo hotirjamlikni saqlashi kerak. Keyin esa: “ Maylimi senga bir narsani aytsam” deyishi kerak. Bitta narsani tushunib olish kerak erkak o`z hatti harakati bilan ayolni ko`nglini og`ritish niyati yo`q edi, shunchaki uni oqibatini bilmadi halos.

Shakila O`Nil aytganidek “Bu shavqatsiz o`yin. Bir jarohatlaysiz, bir o`zingiz og`riqdan azoblanasiz” Agar munosabatni idora qilmoqchi bo`lsangiz,og`riqni unutishingizga to`g`ri keladi. Chiroyli muomala bilan muloqat qilsangiz uni sizga bo`lgan sevgisini asrab qolasiz.

Agar ayol erkak e`tiborini yo`qotgan bo`lsa demak u arralash natijasidada erkakni jufti emas raqibiga aylanib qolgan.

Bundan Shunday formula chiqarish munkin:

Arralash = zerikarli ayol= qarzdorlik hissi= maylni pasayishi

Befarqlik=Kam kutilgan ta`sirlanish= yangi intilish

Maftunkorlik omili №56

Erkakka do`stdek munosabatda bo`lib , uni o`z qoidalaringizga ko`ra o`ynashga majbur qilasiz. U hotirjamlikni istardi, ammo endi sizni ta`qib qilishiga to`g`ri keladi.

Erkakni do`stdek qabul qilganingizda unga hotirjamroq qaraysiz. Bo`lar bo`lmasga arralayvermaysiz.Men uni og`aynilardek elkasiga qoqib, birga erkakcha suhbat qurib pivoho`rlik qilishni nazarda tutmayapman. Do`st ekanman deb avvalgi yurgan qizini birga poylashni taklif etmang yoki u bilan tamki chaynab yurmang. Oshirib yubormang.

Takrorlayman do`st bo`lish bu sizga yoqmaydigan tasodiflarda ham o`zni hotirjam tutish. Agar siz asabiy bo`lsangiz va unga bog`lanib qolganingiz uchun jahlingiz chiqayotgan bo`lsa, unga bo`lgan munosabatngizni o`zgartiring vassalom. Tinchlaning va tushunib oling bu munosabat sizni hayotingizdagi eng asosiy narsa emas. Qachonki munosabatga shunday yengil qarasangiz uni ko`ziga shunchalik maftunkor va jozibali ko`rinasiz.

Agar u siz bilan vaqt o``tkaza olmagani uchun bahonalar to`qisa siz ham nega u bilan vaqt o`tkaza olmasligingiz sabalarini topib qo`ying. Bu sizga o`yin bo`lib ko`rinayaptimi?Aslo unday emas. U juda bandmi, yana siz o`z hisisyotlaringizni unga tushuntirishga urinib ko`rdingiz hammi? Endi unga aslida shartni bu yerda kim qo`yishini ko`rsatib qo`yish vaqti keldi.

Maftunkorlik omili №57

Biroz o`zingizni chetga olish va o`z hisslaringizni nazoratga ushlashingiz bilan unda sizni yoqotib qo`yish havotirini uyg`otasiz.

Oddiy misol. Siz u bilan ko`proq vaqt o`tkazish uchun dam olish kunlari biror joyga borishni taklif etdingiz. U esa “Yo`q iloji yo`q. Men ishlashim kerak” deb javob beradi. Odatda siz shu paytda “yetarli vaqt ajratmayapsan” deb arralashni boshlaysiz. U ham

sizdan aynan shuni kutadi. Endi siz boshqacha yo`l tuting, shunda siz uni haqiqiy qiziqish va e`tiborini tortasiz.

Agar siz osongina u bilan vaqt o`tkazish fikridan qaytsangiz u havotirga tushib qoladi. Ko`pchilik erkaklar ayollarning "qaniydi u bilan doimo birga bo`lsam" deb orzu qilishini istashadi. Sizdagi bu o`zgarishni ko`rib u havotirga tushadi. Agar siz hammasini tushuntirib o`tirmay, go`yiki unutib yuborgandek o`zingizni ko`rsatsangiz, u o`ylab qoladi: "Meni bu gaplarim uni asabini buzishi kerak edi, u nega bunchalik hotirjam" Sizni hotirjalmligingiz uni battar shubhaga soladi, haliyam "uniki" ekaningizga shubhalanib qoladi. Agar shunga loyiq bo`lsayyu ayol uni arralamasa, nima bo`lganini tushuna olmagani uchun erkak havotirga tushadi.

Aytaylik u siz bilan haftada ikki martta uchrashadi, dam olish kunlari esa uni shahsiy ishlari bor. Ayrim hollarda dam olish kunlarini birga o`tkazish sizga nasib bo`ladi, qolgan vaqtlarda esa u do`stlari bilan birga vaqt o`tkazish uchun sizni tashlab ketadi. Uni shunday shartlariga ko`nishni va shunig uchun ham o`zingizni ahmoqdek his etishni hecham hohlamasdingiz.

Endi unga qulay bo`lgan munosabat meyorlarini hech qanday tushuntirish, ogohlantirishlarsiz o`zgartirasiz. Siz ham u ishlatgan usuldan foydalaning. U hohlaganidan ko`ra ikki martta kamroq uchrashing. " Sen bilan uchrashishni judaym hohlardim. Ammo seshanba kuni biram ishim ko`p keyin esa sportzalga borish kerak. Men judaym charchaganman kelasi hafta uchrasha qolamiz." Shu ikki og`iz gap bilan bir umr arralagan va zorlanganingiz bilan erisha olmagan narsalaringizga erishasiz. Siz so`na boshlagan cho`g`ni bir zumda alangalatib yuborasiz.

Ikkinchidan esa u bir hillikdan va uni o`zgartirishga urinish fikridan tiyiling. U siz bilan uchrashmaslik uchun bahona qidirish o`rniga birga vaqt o`tkazish uchun biror qiziqarli mashg`ulot topishga urinadi.Shundagina siz u bilan uchrashishni yana hohlab qolishingiz uchun. Ayolga erishish mushkul bo`lganida ,u bilan vaqt o`tkazish uchungina erkak hamma ishni qiladi.

Istalgan to`tiqush o`rgatuvchidan qushlarni qanday qo`lga o`rgatishni so`rasangiz, u eng avvalo qush o`tiradigan tayoqchani yelkangiz balandligida ilishingizni aytadi. Hech qanqasiga tayoqchani o`zingizdan balandga ilmang,yo`qsa to`tiqush o`zini sizdan afzalman deb o`ylab qoladi. U sizni qanchalik sevishidan qatiy nazar boshini silash uchun uzatgan barmog`ngizni tishlab oladi. Erkaklar ham o`zlarini huddi shunday tutishadi.Bordiyu qushchani yerga qo`ysangiz u o`zini juda zaif sezadi. Qush

o`rgatuvchilar uni o`rtada ushlashni maslahat berishadi. Agar barmog`ingizni tortib olsangiz u nafaqat tishlamaydi balki sizga ergashadi va yelkangizga qo`nishni istab qoladi. Agar yoringiz o`zini huddi sizdan afzalroqdek tutayotgan bo`lsa, darrov uni yerga tushiring shunda munosabatdagi yo`qotilgan muvozanatni tiklaysiz.

Maftunkorlik omili №58

Erkak ayolni o`ziqa qiziqib qolganini bilishi bilan uni pisand qilmay qo`yadi,va o`zining bu munosabatini o`zgartirishga shoshmaydi

Misol keltiraman, Rondaning yigiti uni tabiy holdek qabul qilishga o`rganib qolgan edi. Oqshom qizga qo`ngiroq qilib uyiga yetib kelishini so`radi.Ronda mashinasi ustahonada bo`lgani uchun bora olmasligini aytdi. Yigit yeti minutlik yo`l uzozqlikda yashar va mashinasi ham o`z joyida edi. Ammo u: “Ronda, qachon mashinang tuzaladi?” deb so`radi. Uni mashinasi hali very tuzalmasligini bilgandan so`ng uchrashishga bo`lgan hohishi ham so`ndi.

Bu misolda biz nimani ko`rishimiz mumkin? Yigit vaqtini chog` o`tkazmoqchi ammo buning uchun yetti minutlik yo`lga borib qizni olib kelgisi yo`q. Ha qiz ham o`z o`rnida undan olib ketishini so`rashi mumkin edi, ammo u bunday qilmadi. Kelasi safar qo`ng`iroq qilganida u biror do`sti , tanishi bilan gaplashgandek hotirjam gaplashdi. Qiz: “Qo`ng`iroq qilganing yahshi bo`ldi. Birozdan so`ng qo`n`giroq qilib yubor men boshqa liniyada suhbatlashayotgan edim” dedi. U yana qo`ng`iroq qildi bu safar Ronda dushda bo`lgani uchun javob bera olmadi. U uchunchi martta qo`ng`iroq qilgandagina ular biroz gaplashishdi. Tanishganidan beri birinchi martta Ronda yigitga ortiqcha mehr ko`rsatmadi. U befarq edi. Biroz gaplashgandan keyin u muloyimlik bilan suhbatga yakun yasadi: “ Men senga kechroq qo`ng`iroq qilaman. Hayr azizim”. Shu daqiqadan boshlab yigit e`tiborliroq bo`lib qoldi.

Unutmang istalgan vaqt pauza tugmasini bosish imkoningiz bor. Munosabatingiz lentasini ortga qaytaring. Endi ovozni boricha ko`taring. E`tibor bering Ronda qanday osonlik bilan muammoni hal etdi.

1. Yigit nohaq edi

2.U o`zini noto`g`ri tutayotganini bilardi.

3.U qizni arralashini kutgandi.

4. Qiz arralamadi.

5.Yigit havotiga tushdi

6.Ronda esa butunlay hotirjam edi

7. Qiz o`z hatti harakatini tushuntirib o`tirmadi.

8. Yigit esa o`ziga o`zi: “undan quruq qolmasam bo`ldi” dedi

Maftunkorlik omili №59

Uni arralayotganingizda siz u uchun muammoga aylanasiz, nima qilsayam ovozingizni o`chirishni istaydi. Arralamaganingizda esa u o`z muammolarini yechishiga to`g`ri keladi.

Muammo paydo bo`lganda erkak buni hal qilishi kerak. Uni arralashingiz bilan barcha muammo sizda ekanini ko`rsatasiz. Diananing tushgan holati bunday vaziyatga yorqin misol bo`la oladi. Eri vannahonadagi kranni tuzatsin deb arralashni boshladi. U ta`mir qilishi haqida uchinchi martta talab qilganida er shunday g`azab otiga mindiki : “Bu dunyodagi hech bir kuch meni krani tuzatishga majbur qilolmaydi” deb baqirdi.

Oqshomda do`stlari ularnikiga mehmonga kelishdi. Er haliyam shahstidan tushmagan. Diana esa dugonasining eridan kranni tuzatib berishni so`radi. Shunday muloyim ovozda so`radiki u yo`q deya olmadi. Diana burama kalitni qidira boshladi. Shu payt uni o`zini eri darrov vannahonaga kirdiyu ikki minutni o`zida kranni tuzatib tashladi.

Erkaklar ularni ishini boshqa bir erkak qilishini yoqtirishmaydi. Bu sarhad masalasi- boshqa bir erkak unga tegishli hududga qadam qo`ydi. Siz undan bir necha bor qaysidir bir ishni qilishini iltimos qilaypsiz u esa qimirlay demaydi, shunda : “Azizim hammasi joyida. Hech narsa qilmasang ham bo`ladi. Qo`shnimiz aytdi kirib bir pasda barini to`g`irlab berar ekan” deng. Agar qo`shningiz yo`q bo`lsa eng yaqin do`stingzidan iltimos qilganingizni ayting. Shunda yoringiz zumda hamma ishni bitiradi. Vaholangki yaqindagina hudoni zorini qilganingiz befoyda edi.

Dugonam Lyusi bir narsaga amin bo`ldi. U qachon eridan biror ishda yordam so`rasa, er hech qachon uni iltimosiga e`tibor bermaydi. Masalan u  ko`pincha do`kondan qaytgandan so`ng mashinadagi yuklarni olishda yordam berishini so`ragan. Er esa : "Bir daqiqa "  Biroz vaqt o`tib Lyusi yana "Mahsulotlar urinib qoladi. Yordam berish niyating bo`lsa hozir qil"      Va hotin har do`konga borganida uyda shu janjal.

Keyinchalik u eridan yordam so`ramay ham qo`ydi. O`zgarishni payqagan erkak havotirlanib "yordam kerak emasmi" deb o`zi so`ray boshladi. Shunda hotin : "Rahmat azizim o`zim uddalayman". Mo`jiza! Erni o`zi hotinidan iltimos qilib yuklarni tushuradigan bo`ldi.

Meni yana bir dugonam Rayana bolasini o`qishga olib borib qo`yishni istamagani uchun eriga nuqul javrardi. Er esa buni qilmaslik uchun ming hil bahona o`ylab topardi. Shunda Rayana bo`lasi o`g`li bilan bir maktabda o`qiydigan qo`shni uyda yashovchi bir yolg`iz otani topdi. O`g`lini qo`shni olib borib qo`yayotganini tushungan er shu zahotiyoq bu vazifani o`z zimmasiga oldi.

Maftunkorlik omili №60

Yoringizni yumushlarini boshqa birovga yuklab , va u odamni ishlarini ochiq maqtasangiz, eringiz shu zahotiyoq osha yumushlarni o`zi qilishni istab qoladi.

Unutmang erkakni yo`lga solish kerak. Erkaklar uy ro`zg`or ishlariga no`noqroq bo`lishadi. U turmush qurishidan avval yovvoyi ayiqdek hayot kechirgan va unda bo`ydoqlik odatlari shakllangan. Birinchi martta uni uyiga kelganingizni eslang. Choyshablar dazmollanmagan, yostiqlarda gilof yo`q. Lampalar qalin chang qatlami bilan qoplanib yotardi. Kvartira shunchalik ivirsigan ediki undagi chiiqindini tashish uchun ikkta yuk mashinasi kerak edi.

Tushuning erkak kishining turmush tarzi siznikidan farq qiladi. O`z gapingizni o`tkazing, ammo uni arralab emas. Bundan durustroq yo`llar ham bor.

Uni arralab yoki aybdorlik hissini uyg`otib biror ishni qilishga majbur etganingizda u o`zini yomon his etadi. Eng yahshi yo`li maqtov. U hozirgina pochta qutisini tuzatib uyga kirdi, albatta  qoli gulligini  maqtab, rahmat ayting. Shunda u : "rostdanam nega men vanandagi kranni ham tuzatmas ekanman" deb o`ylab qoladi.

MAftunkorlik omili 61

Yoringizni arralab unga o`z ojizligingizni ko`rsatasiz.

Dam olish kuni Barbara qanday qilib erini divandan turg`aza olgani haqidagi kulgili voqeani hikoya qilib berdi. U garajga kirib uyning eri o`tirgan qismiga tegishli elektr uzatgichni uzib qo`ydi. Keyin eshikni qulflab nima bo`lganini tushunmagan qiyofa qilib uyga qaytdi. “Azizim? Men dahshatdaman! elektrga nima bo`ldi?” Hotini uzgich-ulagichni o`chirib oq`yishi mumkiniligi  erning hayoligaym kelmadi. Barbara eriga fonusni tutqazdi uni esa o`rnidan turishiga to`gri keldi. Ayiqpolvon yordamga shoshmoqda! Er yordamga keldi chunki uning aynan erkak sifatidagi yordamiga ehtiyoj bor edi.

Birorta tiqin otilib ketgan ketmaganini ko`rish uchun garajga yo`l oldi. Hotiniga esa fonusni ushlab turishdek ma`suliyatli vazifani ishonib topshirdi. Nihoyat “nosozlik” topildi va bartaraf etildi. Barbara o`zini fahrlangandek va hayratlangandek tutib: “ ajoyib. Buni qanday eplading?” Keyin u onasi qo`ng`iroq qilib : “Onajon u naqadar aqlli…”

Ohirgi martta qachon siz yoringizni erkak ekanidan fahrlanishiga imkon berdinsiz? Qahramonligidan?Supermenligidan? Siz undan biror narsani iltimos qilsangiz u darrov iltimosingizni bajaradi. Bu siz uzoq ming`irlaganingiz uchun emas balki o`zi shu ishni qilishni hohlagani uchun qiladi. Muhimi u o`zini juda yahshi his qiladi.

Jon Chertoy Kollinz aytganidek : “Iltimos so`rash  mumkin bo`lgan narsani talab qilmang” Erkakni arralab undan talab qilaypsiz, iltimos qilib esa u o`zini erkak deb his etishiga imkon yarataypsiz. Agar uni maqtov va yutuqlar kutayotgan bo`lsa, u albatta mamnuniyat bilan yordamga oshiqadi.

Ayol yorining orzusidagi malika bo`lishni istaydi. Erkaklar esa ayolning ko`z o`ngida qahramon bo`lib ko`rinishni hohlashadi.

Ming martta eshitgandan bir martta ko`rgan afzal.

Yoringizni diqqatini tortish uchun nuqul arralashingizga to`gri keladimi, men sizga yangicha yondoshuvni taklif etaman. Ma`lum vaqtgacha o`z hissiyotlaringizni namoyish etmang.Sababini tushuntirib o`tirmang. Bu sizni yangi imidjingiz ekanini ham aytmang. Oshirvormang: “Hissiyotlar? Ular nima?” kabi. O`z manfaatlaringizdan endi voz kechmasligingizni so`zda emas, amalda ko`rasating.

Ruhshunoslar hisisyitlarni yahshirmaslikni tavsiya etishadi. Ularni fikricha odamlar o`zlarini "ifodalay olishlari" kerak. Har bir gapni "Men ...ni his etayapman" dan boshlashni. Boshqalarni unga munosabat bildirishlarini so`rash. Keyin esa aylana davra qurib o`tirib qo`lni qo`lga berish, bir birilariga obi diyda qilish. Boshqa bunday qilmaslikka va so`ngra uzoq va bahtli yashashga so`z berish. Aytgancha ruhshunosga 175$ to`lash esdan chiqmasin. Ajoyib nazariya. U ko`ngilga hotirjamlik beradi. O`ylab ko`ring-a hissiyotlarni ifodalash qanday yahshi. Ishonaman ayrim hollarda bu nazariya ish beradi(qachonki terapevtga 20 000$ dan kam bo`lmagan summani to`lasangiz - shundan so`ng terapiya sizga foyda berdi deb hisoblashga majbur bo`lasiz) O`zingizni aldamang. Odam ikkita psihoterapevtik seansdan o`zgarib qolarmidi. Bunday davralarga birga tuzalamiz deb yoringizni ham sudramang.Erkak terapiyani shantajdek qabul qiladi, o`zini esa garovga olingan deb hisoblaydi. Seansga rozilik berishini yagona sababi esa sizni yo`qotishdan qo`rqishidir.Odatda risoladagidek erkakka yarimta seans kifoya qiladi.

Erkak sizni pisand qilmay, e`tibor bermay qo`ygan bo`lsa bu haqida boshqalarga va uni o`ziga hasrat qilib, "ifodalash"dan nima naf. Ming`ir ming`irdan ko`ra amaliy ishga o`ting. Doimo hissiyotlarni ifodalash bu o`tinch bu tilanish.Bu bilan siz o`z qadr qimatingizni emas balki tobeliingizni namoyish etasiz. Erkak haddidan oshganda undan mag`rur yuz o`girishchi? Mana bu endi o`zingizni qadrlashingizdan darak.

Hamma qartalaringizni ochib stolga tashlab qo`ymaganingiz sababli, yoringzi siz bilan o`ylashib muomala qilishiga to`gri keladi. U ortiq sizga onasidek qaramaydi. U sizga e`tibor qaratdi, chunki endi siz bilan hayot onani bag`ridek betashvish emas. Endi u ing desa yugirib kelishmaydi.

Men odamlarni manipulaytsiya qilisga undamayapman.Bunday hatti harakatingiz uni tiriltiradi, uygo`tadi.

Yoringizga hissiyotlaringiz haqida gapirsangiz ko`pincha u tushunmaydi. U sizni ta`sirlanishingizdan qo`rqib o`z hisslarini ko`rsatmay qo`yadi. Uni nimalarni his qilishini anglamoqchi bo`lsangiz 62 maftunkorlik omilini o`qing.

Maftunkorlik omili 62

Erkaklar emotsional ayollarni qo`lga olish oson deb hisoblashadi.

Meni tanishim Garri avtopoyga bilan shug`ullanadi.Uni nuqul arralaydigan dugonasi haqida gapirib berdi. Navbatdagi poygadan so`ng Garri u bilan tribunada o`tirardi. Shunda uni muhlisalari kelib dashat qo`yib berishini so`rashdi. Garri : " Buni u qizga bunchalik ta`sri qilishini bilmovdimam. Men uni sevadigan qizim deb hisoblamasdim. Men uni borligini shunchaki unutib qo`yibman. U arralshni boshladi. Hatto yig`lab ham berdi" Va eng qizig`I u suhbatining so`ngida shunday dedi: " Bilasizmi erkaklarni eng toqat qila omaydigan narsasi nima? Ayol o`zini jabrdiyda qilib ko`rsatishi!"

Bilmadim qiz nega o`zini bunday tutdi. Ehtimol Garri muhlisa qizlarga boshqacharoq qaragandir. Hamma narsa bo`lishi mumkin. Qizig`I u "jabrdiyda" so`zini ishlatdi. Qiz unda aybdorlik hissini uyg`otib uni boshqarmoqchi bo`ldi. Erkaklar ularni manipulyatsiya qilishlarini yoqtirishmaydi. Boshqa tomondan agar qiz shunchaki turib ketvorganda yigit o`zini hurmat qiladigan mag`rur qizni ko`rardi. Bu hususiyatni erkaklar qadrlashadi.

Maftunkorlik omili 63

Oldingdan oqqan suvning qadri yo`q

Agar restoran yoki mehmonga borganingizda u o`zini risoladagidek tutmasa, muomalangizni o`zgartirmang ammo vaqtli turib keting:"Menda ertaga og`ir kun. Erta turishga to`g`ri keladi" Kelasi safar biror yoqqa taklif qilganida sizni qoidangizga ko`ra o`ynaydigan bo`ladi.

Sintiya ismli dugonam kulguli bir voqeani aytib berdi. Sintiya yigit bilan endi uchrasha boshlangandi. U Sintiyani oqshomda strip barga taklif etdi. Albatta bu dugonamga yoqmadi,bunday fikr qaytib kelmaydigan qilib yigitga ko`rsatib qo`ymoqchi bo`ldi. Ikki kundan keyin u yigitini oldida o`zini go`yoki strip barga ishga joylashmoqchidek ko`rsatdi. "Barda raqs tushish ajoyib emasmi?" Keyin esa u raqs uchun tuflini qaerdan sotib olishi haqida yigitiga maslahat soldi.

Keyingi uchrashuvga esa Sintiya labiga yorqin puchtirang lab bo`yo`gi surtib va hozirgina elektr stuldan turgandek soch turmagida keldi. Qovoqlaridagi binafsharang soya manzarani bir butunga aylantirdi. Qoshlarni esa gapimay qo`ya qolay. YIgit "qaynoq qizlar"ni ko`rishni istagandi Sintiya esa unga tekin tomosha uyishtirib berdi.

Nihoyat yigit: “Men oldimda yurgan ayol bunday kiyinishi va bunaqanagi joylarda ishlashini istamayman” dedi. Keyin ular paydo bo`lgan muammoni birgalikda muhokama qilishdi va ikkovlari ham bunday joylardan nari yurishga kelishib olishdi.(tushundingizmi? Nega jon kuydirib unga nimanidir isbot qilish kerak qachonki o`zi bu ishni qilishi mumkin bo`lsa)

BIrgalikda Ancha jiddiy muhokama qilish kerak bo`lgan jiddiy muammolar ham uchrab turadi. Bordiyu shunday bo`lib qolsa erkakni arralamasdan, bitta gapni o`n martta qaytarmasdan ham , o`z nuqtai nazaringizni namoyish qilib qo`yishingiz mumkin.

Agar u : “Hammasi joyidami?” deb so`rasa chuqur nafas oling-u, hotirjam javob bering: “Hammasi joyida emas. Ammo bu haqida keyinroq gaplashmoqchiman. Hozir mavridi emas” deng.

Shu yerda ichga yutishni o`rniga siz tovushni baland ko`tardingiz. Sizni birorta so`z ishlatshingizga hojat ham qolmaydi, chunki siz muammoni muhokama qiladigan vaqt kelgunicha u ortiq bunday qilmaslik kerakligini tushunib yetadi. U hatto sizni tinchlantirishni ishonchli ususllari haqida ham o`ylab oladi. Va bularning hammasi siz og`iz juftlashingizdan avvalroq sodir bo`ladi. Qalay?
Bu jarayon qattiq diskni defragmentatsiyasiga o`hshaydi. Siz uni arralamay, asabiga tegmay ishlashga majbur qilasiz. Siz shunchaki nari ketasiz va o`z yumushlaringiz bilan mashg`ul bo`lasiz. U esa o`z o`zini “korreksiya” qiladi.

MAftunkorlik omili 64

Uni yodiga solib turmasangiz u sizni qanday maftunkorligingizni unutoyazadi.

Ko`pchilik ayollar erkaklarni tinmay nimalarnidir uqtirib arralab yo`lga solish kerak deb o`ylashadi. Ular o`zlarini arraga aylanib qolishganini hatto tushunishmaydi ham.

Bunday yo`l tutishni to`htating , va vaqti vaqti bilan o`zingizga eslatib turing: “erkaklar ham odam”. Ularni o`rniga bir o`zingizni qo`yib ko`ring doimo o`zini onadek tutadigan odam bilan yashash juda yoqimli demasdim.

Sizni so`zingiz emas hatti harakatingiz nima o`ylayotganingizni unga yetkaza oladi.

Har qanday erkak kuchli ayolni orzu qiladi. Beysboll, hotdog, olmali pirog va … “yomon” qizlar . bundan zo`ri yana nima bo`lishi mumkin.

7 Bob

Qo`shni jamoaning sirlari.

Siz tahmin qilgan ammo u hecham tilga olmagan narsalari

Savdoni hiyla nayrangini emas, sotishni o`rganing.

Noma`lum muallif

Ayol kishining qanday muloqot qilishi haqida erkaklar nima deb o`ylashadi.

Ayollar o`ylashadiki erkaklar o`z hissiyotlarini anglasholmaydi va romantic munosabatlar haqida tassavurga ham ega emas. Erkaklar o`z hsisiyotlarini ifodalshmagani uchun ularni sovuqqonlikda va hissizlikda ayblanishadi.

Erkaklar haqiqatdan ham hisisyotlar haqida gapirishni yoqtirishmaydi. Ular his tuyg`ular haqidagi filmlarni ham ko`rishni istashmaydi. Mayk ayollar judaym sevib tomosha qiladigan sentimental filmlarni erkaklar qanday ko`rishlarini gaprib berdi: “U yerda  hamisha ona, qiz va onaning eng yaqin dugonasi bo`ladi. Filmni boshidan ohirigacha ular plyajda o`tirishadi yoki ahmaqona shlyapalar kiyib bog`da pomidor teirb yurishadi.Hammasi tinimsiz noliydi, yig`I sig`I qiladi. Endi asosiy syujet unda yig`layotgan ona sahnasi.  Bir to`da ayolni yig`isi holva bo`lib qoladi. Ikki soat buni chidab ko`rib bo`lmaydi.”

Mashina tagiga cho`zilib dvigatellarni tuzatish ayollarga qanchalik yoqsa erkaklarga ham bunday filmlarni tamosha qilish shunchalik yoqadi. Erkaklar uchun seriallar bu shavqatsiz va adolatsiz jazo.

Qiziq erkaklar hissiyotlar haqida nima derkin. Agar siz undan bu so`zni talaffuz qilishni so`rasangiz u ifodali qilib “hiss sii yoot!” deydi. Agar suhbat bu mazuda davom etaversa go`yo siz uni  ustida og`riqli tibbiy amaliyot o`tkazayotganingizdek uni yuzida azob belgilari ko`rina boshlaydi. Bunday suhbatning no`jo`ya ta`siri har hil bo`lishi mumkin. Ko`pincha ovqat hazm qilishda muammo paydo qiladi. (foydali maslahat:yoringiz bilan

hislaringizni muhokama qilishdan avval uni oshqozonini tinhclantirish uchun guruch qaynatib bering)

Sentimentallik yo`q bo`lgani sababli ayollar erkaklarning hissizlikda ayblashadi. Ammo bu haqiqatdan yiroq albatta. Bu kitob ustida ishlash mobaynida yuzlab erkaklar bilan suhbatlashdim. Ularning eng yoshi o`n sakkizda eng kattasi esa yetmishda edi. Ularning ayrimlari oilali ayrimlari esa bo`ydoq. Meni hayratda qoldirgan narsa shu ediki ular o`z hissiyotlari haqida ayollarga qaraganda erkinroq so`zlashdi. Erkaklarni suhbatga ochiq va aqlli ekanligini angladim. Men bu bobda erkaklarning eng qiziqarli va foydali iqrorlarini kiritdim.O`z juftlari nimalarini his qilishini ayolar tushunishsin deb ularni ro`yhatini tuzdim.

Ular tobe ayollar haqida nima deyishadiyu, kuchli ayollar haqida nima, ularni nima qonini qaynatadiyu nima ko`ngliga hush yoqadi. Bu ma`lumotlar kitobni boshqa boblaridagi keltirgan bilimlar bilan qo`shilganda  sizga foydali bo`lishi shubhasiz. Siz bundan nafaqat meni qanday maslahat berganimni balki nima uchun ularni keltirishga qaror qilganimni ham tushunib olasiz.

Erkaklarning ayollarga o`n beshta asosiy e`tirozlari.

1. Agar ayol kishi hamma narsaniyam yuragiga yaqin olavermasa, u o`zini hotirjamroq tutadi. Erkaklarga shunday ayollar ko`proq yoqadi. Bunday hulq atvor qarama qarshi jins vakillari bilan omadli munosabat yaratishga yordam beradi.Masalan erkak kishi ishiga borishi kerak. Bu siz bilan vaqt o`tkazishni istamaydi degani emas.  Agar ayol erkak kishini o`z holiga qo`ysa , shunchalik qadrli bo`ladi.

2. “Menga kamgap ayollar yoqadi. Ular nima o`ylayotganini bilib ham bo`lmaydi. Ular o`ziga ishongan, o`z hayoti va o`z emotsiyalarini boshqara oladigandek ko`rinadi. Hamisha yoningda avval o`ylab kyin so`yladigan bir odam bo`lishini istaydi kishi”

3. “Ayrim ayollar haddan ortiq ehtiyotkor bunday hatti harakat ularning o`ziga ishonchsizligidan darak beradi. Bir ayol hali uchrashuvga taklif qilib ulgurmasimdan ko`nglimni qoldirdi. U o`zini hafsizligini ta`minlayman deb shunchalik havotirlanardiki, hattoki menga telefondagi birinchi suhbatimizdayoq nimalarga toqat qila olmasligini aytib tashladi. U avvalgi yigitlar bilan uchrashuvlarida nimalar bo`lganini to`kib soldi. Biz hali biror marta ham ko`rishmaganmiz ammo u meni ham shunday ekanimga amin edi. Men hecham yo`l harakati qoidalarini buzmayman, ammo u meni o`limga hukm qilib bo`ldi. Tabiyki uni uchrashuvga taklif qilish hohishim so`ndi.”

4. “ Men endigina uchrashib turgan ayol darrov so`roqqa tutib ketdi. O`zimni tergovdadek his etdim Albatta bu menga yoqmadi. Boshqa odamlarning gunohiga tavon to`lash kimgaym yoqardi”

5. “Men uchrashib yuradigan ayol gapirishni sevardi. U tinmay gapirib charchamasdi. U bilan gaplasha turib uhlab qolibman uyg`onsam haliyam sayrab yotibdi. Tushundimki u hamma bo`lib o`tgan narsalarni gapirib olmaguncha tinchiyolmaydi.”

Maftunkorlik omili 65

Asabiyligi sabab ko`pchilik ayollar ko`p gapirishadi. Erkaklar esa buni ishonchsizlikka yo`yishadi

6 “Men uchrashayotgan bir ayol o`ziga bo`lgan ishonmasligi kuchli edi. Uni deyarli barcha narsaga ishontirish kerak edi. Uni do`stlari oilasi va ishdagi munosabatlari tashvishga solardi. Nozik vaqtda u menga : “Bilasanmi, bugun ishda nima bo`ldi?” dedi. U bittagina bemavrid aytgan shu iborasi bilan butun kayfiyatimni rasvo qildi”

7. “Suhbat muloqotning bir qismi, ammo asosiy qismi emas.Ayollar o`z hissiyotlari haqida judaym ko`p gapirishadi. Agar ular hadeb aytilaversa o`tmaslashadi, bu yahshi emas. Oltin o`rtalikni topmoq kerak”

8. “Bir ayol meni nuqul o`zgartirishga urinardi. U hissiyotlarim haqida ko`proq gapirishmni istardi. Uqib oling,men o`z muammolarimni o`zim hal qila olaman”

9. “Men o`zim istamasam-u kimdir meni ichimdagini bilib olishga urinsa, mendan bittayam gap ololmaydi. Qaytaga yanayam ichimdagini top bo`lib olaman. Men uni yordamiga muhtoj emasman.”

10. “ Agar ayol o`z juftini do`stlari bilan vaqt o`tkazishiga hotirjam qarasa erkak o`zini bahtiyor sezadi. Bu go`yki so`nggi daqiqada hokkey matchiga chipta olgandek gap”

11. “Meni judaym sergap dugonam bo`lardi, men hatto boshqa honaga chiqib ketsam ham u gapirishda davom etardi. Bir kun sal qulog`im tinchir deb vannhonaga kirib ketsam u hatto yopiq ehsik orqali ham men bilan suhbatni davom ettiraverdi.”

Maftunkorlik omili 66

Agar erkak kishiga hissiyotlar haqida gapirsangiz bu unga malol keladi. U ayol kishi bilan vaqt o`tkazganda ko`ngil yozishni istaydi.

12. "Yigit biror narsa haqida gapirganda bu o`ttiz sekundan ortiqqa bormaydi. Ayol esa cheksiz gapira oladi. Erkak kishi uchun mutlaqo tutriqsiz ko`ringan narsa ayol kishi uchun olamshumul fojia deb qabul qilinadi. "Azizam bunchalik yurakka yaqin olma" deb nega yordam bermoqchi bolasiz. Ammo sizni gaplaringiz vaziyatni battar yomonlashtiradi, siz hissiz va yuraksizga chiqasiz"

13. "Fikrimcha kamgap qiz sergap qizga nisbatan maftunkorroq,chunki u sirli ko`rinadi. Tinmay vaysashdan ma`no yoq. Muloqotda sifat muhim, son emas. Agar ayol o`zini noqulay va havotirda his etsa buni erkak ortiqcha gap so`zsiz ham tushunishi kerak."

14. "Bir ayol nuqul men bilan vaqt o`tkazishni istardi. U meni rejalarimni o`zgartirishga urindi.Ammo har bir erkakni o`zi uchun ajratilgan vaqti bo`lishi kerak. U men umuman istmagan mashg`lotlar bilan shug`ullanishimni hohlardi. U san`atga qiziqmasligimni yahshi bilardi ammo meni muzeylarga ko`rgazmalarga sudrardi. Agar erkak ayolga yahshi munosabatda bo`lsayu, o`z hissiyotlarni ifoda etish uchun sh`erlar yozmasa ahmaqona yorliqlar sotib olmasa, uni boricha qabul qilish kerak."

15. " Ayol kishi Uy jihozlarini o`rnini o`zgartirishni tushunaman. Ammo u meni o`zgartirishga urinsa jahlim chiqadi. U meni hayotimni o`zgartiraman deb kuchini bekorga isrof qilmay, o`z hayoti bilan yashashini istardim."

Bu ro`yhat sizni nimaga o`rgatishi kerak? Erkakka qanchalik yaqin bo`lishni istashingizdan qatiy nazar , uni o`zgarishga majbur etmasligingiz kerak. So`nggi punktni eslang-a:uni fikricha ayol o`z kuchini bekorga isrof qilayapti. Biz haddan ortiq emotsional bo`lib ketganimizda ko`pchilik erkaklarni bizga b`olgan qiziqishi so`nadi. Biz o`z fikrimizni aniq va lo`nda ifoda etishimiz kerak, yo`qsa u bizni birorta so`zimizni eshitmaydi.

Erkak kishini hislari haqida gapirishga majbur etmang va o`z hissiyotlaringizni uzundan uzoq izhor etmang, bu uni asabiga tegadi. Mana nima uchun:

Maftunkorlik omili 67

Erkak kishini hisslari haqida gapirishga majbur etib, ayol uni ko`z o`ngida unga muhtojdek ko`rinadi, va natijada uni sizga bo`lgan hurmati yo`qoladi.Qachonki uni ayolga hurmati yo`qolar ekan, uning hisiyotlariga borgan sari kam ahamiyat beradi.

Agar u sizni e`tiborga olmayotganini sezib qolsangiz tulkidek tentak bo`ling. Agar u sizni ehtiyojlaringizga e`tibor bermay qo`ysa, hech narsa tushuntirib o`tirmay undan chetlashing. Avvalgi bobda aytganimizdek ularga gap ta`sir qilmadi.

Ayollar erkaklarni tuyg`ulari haqida gapirishga majbur etish bilan ularni ta`qib qilishadi.

Shubhasiz ular bundan qochadi.Bola onani oldiga yugirib kelishi uchun, ona uni quvishni bas qilishi kerak.

Agar talab qilmasangiz, ta`qib qilmasangiz, ahmoqona suhbatlarga tortmasangiz uni hurmatiga sazovor bo`lasiz. Qisqa va lo`nda gapiring, sababini tushuntirmay nari keting shunda u sizni hislaringizga e`tiborliroq bo`ladi. Va buning uchun hech qanday gap so`z shart emas.

Erkaklarning o`z hislarini namoyish etmasligining o`n beshta sababi.

Men ulardan nega hislarini yashirishlari va o`zlarini beprvo ko`rsatishlari sababini so`radim.Yana nega ular o`zlaridan "macho" yasashlari va aslidagidanda badjahlroq ko`rinishga urinishlari haqida bilishni istadim. Ma`lum bo`lishicha ular o`zlarini shunday tutishlari kerak deb hisoblashar ekan, ayniqsa ayollar bilan muloqotda.

Qizlar ko`pincha yigitlar nega uzoq vaqt telefon qilmasligiga hayron bo`lishadi. Masalan yigit qizni telefon raqamini oladi faqat olti kundan keyingina qo`ng`iroq qiladi. Keyin u uchrashuvga taklif qiladiyu yana besh kun yo`q bo`lib ketadi. Bechora qiz esa bu vaqt ichida Bu nima ekaniga tushunmay o`z yog`ida qovriladi.

Ayollar ko`pincha erkaklarni ko`nglini sindirishadi, shuning uchun ular kutish mudofaa taktikasidan foydalanishadi. Munosabatning ilk bosqichida u hamma narsani hisoblab chiqadi. Erkak sovuqqon bo`lishni istaydi, hissiyotlarga ruhsat beravermaydi, chunki hissiyot ojizlik belgisi. Seshanbada u o`z o`ziga "O`ylaymanki unga payshanbada qo`ng`iroq qilaman" deydi. Ayollar ularni qo`ng`irog`ini seshanba kuni kutganini ko`pchilik erkaklar tushunishmaydiyam.

Erkaklar o`zlarini nega bunday tutishadi? Bunga sabab obro`sini saqlab qolish, va o`z oldida vaziyatni nazorat o`zi boshqarayotgandek tasavvur hosil qilish. Stiven ismli kelishgan yigit meni o`z oqilligi bilan hayron qoldirdi. U: " Ayol kishi bilan huddi u bilan hech qanday ishing yo`qdek hotirjam tutar ekansan hammasi joyida.Bordiyu uni muhim ekanini ko`rsatib qo`ysang u buni sezadiyu darrow senga boshqacha munosabatda bo`la boshlaydi" Mana nega erkaklar qo`ng`iroq qilmay kutishadi. Ularning fikricha o`z ojizligini ko`rsatadigan erkaklarni ayollar hurmat qilishmaydi.

Siz bunday hatti haraktni o`zingizga olmang. Mayli bir ikki kun u qo`ng`iroq qilmay qo`ya qolsin. Ko`pincha uni siz bilan ishi yoq deb o`ylaganingizda,aslida u sizga pinhona hushomad qilaypti, siz shunchalik unga qiziqsizki buni namoyish etishni istamaydi. U sizga qanchalik muhimligini bilishni istaydi. Ishonmayapsizmi?, unda mutolada davom eting. Qarang-a bu shaytonlar nimalarni o`ylab topishibdi:

1. "Erkaklar mutlaqo bunday bo`lmasada  ayollar ularni dugonalari ko`p deb o`ylashlarini istashadi. Erkaklar bo`rtirishadi. Shunday bo`lsam ko`proq yoqaman deb hisoblashadi."

2. " Ha erkaklar ko`pincha o`zlaridan "macho" yasashadi. Shunday bo`lsa ayollarga ko`proq yoqaman deb o`lashadi. Shunday yigitlarni bilaman,ular haqiqiy qizlarini asabiylashishga majbur etish uchun mutlaqo chiroyli bo`lmagan qizlar bilan uchrashishadi."

3. "Erkaklar qaysidir ma`noda ayoni nazoratida ekanliklarini tan olishni istashmaydi. Qay bir ayolni ular uchun shunchalik muhim deb o`ylash ularga alam qiladi.Biz o`zimizni nazorat qilolmay qolishdan qo`rqamiz"

Maftunkorlik omili 68

Munosabatning ilk bosqichida uning sizga munosabatiga e`tibor qarating, chunki u hali his tuyg`ularini ko`rsatishga shoshmaydi

4. Boshida men qizga ancha vaqtgacha qo`ng`iroq qilmayman,chunki qattiq sevib qolgan bo`lib ko`rinishni istamayman."

5. "Erkaklar ham huddi ayollar kabi emotsional.Shunchaki ular o`z hissiyotlarini ko`rsatishmaydi, jamiyat ularni bunga rag`batlantirmaydi. Erkak hamisha o`zini qo`lga ola bilishi kerak"

6. “Ayol kishini o`zini hotirjam va mustaqil tutishi erkakni cho`chitadi. Ayollar o`zlari bilmagan holda erkaklarni yakson qilishlari mumkin. Ayol shunchaki ketsa nima bo`ladi? Bu erkaklarni qattiq qo`rqitadi.”

7. “Agar yigit qizni haqiqatda ham sevib qolgan bo`lsa u o`zini huddi unga e`tiborsizdek ko`rsatishga harakat qiladi. Kamdan kam holda erkak ayolni oyog`iga yiqilib yig`laydi”

8. “Albatta erkaklar o`zlaridan “macho” yasashadi. Chunki ayollar ular bilan qiziqishlarini istashadi. Biz ayollarga yoqishni istaymiz,ammo ojiz yoki oshiq bo`lib ko`rinishni istamaymiz. Agar ayolga hisisyotlaringni fosh qilsang bormi, u darhol boshingga chiqib oladi.”

9. “Endi tanishganimda o`zimni qizga befarqdek ko`rsataman. Uni menga qiziqishini oshirish uchun ancha vaqtgacha qo`ng`iroq qilmayman. Hech bir yigit es hushini yoqotgan oshiq bo`lib ko`rinishni istamaydi.”

10. “Seksual ma`noda erkaklar toberoq.Ayollar o`z mayllarini nazorat qila olishadi, erkaklarniyu butunlay qo`lga olib bo`lishgan”

11. “Erkaklar ayollarni qiziqtirish uchun o`zlarini bunday tutishadi. Ko`pchilik erkaklar ayollar qo`pol,kuchli, “yomon” yigitlarni sevishadi deb o`ylashadi.”

12. “Ojizligingni ko`rsatsang, darrov undan foydalanishadi. Ko`pchilik erkaklarning fikricha agar ayol kishiga dilni ochishlari bilan, u olgan ma`lumotlarini ularga qarshi ishlatadi.”

13. “ Agar ayolga hayotingda anchadan beri ayol kishi bo`lmaganini aytsang, umidsizlikdan duch kelgan bilan uchrashishga tayyor degan tassavur paydo bo`ladi.”

14. “Munosabat ayollarning qo`lida, chunki ular jinsiy mayllarini nazorat qila olishadi. Ayollar o`zlari o`ylaganlaridanda ko`proq kuchga egadirlar.Ko`pchilik erkaklar o`zlarini ayolni oldidia ojiz sezishadi”

15. “O`zidan “macho”yasayotgan yigit qizni oldida kuchli degan tassavur hosil qilmoqchi. U shunchaki o`yinni qoidasi bo`yicha o`ynashga urinayapti. Hech bir erkak o`zini ojiz deb hisoblashlarini istamaydi”

Maftunkorlik omili 69

Erkak boshqa erkaklarni olidida o`zini qanday tutsa ayolni ham oldida shunday tutadi. O`zidan "macho"yasashiga sabab esa ,u ojiz va ado bo`lgandek ko`rinishdan qorqishidir.

Erkaklarning romantik munosabatni saqlab qolishning o`n besh usuli.

Ko`pchilik erkaklar munosabatda ehtirosni saqlab qolish haqida ham gapirishdi. Bu mavzu oilali va avval oilali bo`lgan erkaklarni qiziqtirardi. Biroq ular bilan bu mavzuda suhbatlasha turib so`z o`yiniga duch keldim. Men "sevgi" desam ular "to`shak"deb eshitishdi. Men "ehtiros" desam ular "to`shak" deb tushunishdi. Men "yangi tajriba" desam ular "to`shak" deb tushunishdi. Men "hilma hillik" deganimda ulardan : Siz albatta to`shakni nazarda tutayapsiz, shunday emasmi?" degan javobni eshitdim.

Yuqoridagi aytilganlardan kelib chiqib shunday hulosa qilish mumkin. Erkaklar ayollarni munosabatdagi iliqlik va o`zaro intilishni tiklash mavzuidagi suhbatlardan o`zlarini tiyib uni o`rnini … ha topdungiz "to`shak" bilan to`ldirishlarini istashadi.Ular tuyg`ulari haqida gapirishni istashmaydi, ular uchun muhimi o`zlari sevgan ayol bilan bog`lanishni his qilish va yurakda o`tni saqlab qolish. U jinsiy aloqa bilan mashg`ul bo`lmay qo`yganda o`zini kimgadir kerakligi va to`laqonli erkak ekaniga shubha bilan qaray boshlaydi. "To`shak"erkaklar uchun shunchaki jismoniy akt emas.

1. "Erkak hamisha jufti uni hohlashini his etib turishi kerak. Bu unga suv havodek zarur."

2. "Jinsiy hayotingizga hilma hillik kiriting"

3. "Kechqurun hammamiz ham charchaymiz. Kundalik tashvishlar odamni romantikadan yiroqlashtiradi. Ammo er hotin bir biri uchun vaqt topa bilishi kerak. Bolalarga qarash uchun enaga chaqirish mumkin va hotirjam restoranga yoki biror ko`ngilochar maskanga borish mumkin"

4. "Munosabatda romantikaning yo`qligini odamlar mabl`ag va vaqt yetishmasligiga bog`lashadi. Munosabatda ehtirosni asrash esa juda muhim"

5. “Erkaklarga har bir ishga ijodiy yondoshadigan ayollar yoqadi.Bir hillik va turg`unlik ulrni toliqtiradi. Agar ayol kishi munosabatlarni yahshilash va rivojlantirish o`rniga buni muhokama qilaversa erkak bundan zerikadi.”

6. “ Yaqindagina biz ayolim bilan oqshomlari bolalarni uyda qoldirib o`zimiz biror yoqqa boradigan bo`ldik. Bu munosabatimizga iliqlik kiritdi. Va nihoyat ikkovimiz birga vaqt o`tkazish imkoniga ega bo`ldik”

7. “Restoranda ovqatlanish yoki dam olish kunlari biror yoqqa borishga imkoniyat yoqligini aytish juda oson. Albatta bolalarning o`qishi va to`lovlar juda muhim. Ammo ko`ngil ishlarini ham unutmaslik kerak. Bu ham juda muhim”

Maftunkorlik omili 70

Erkaklar uchun yotoq ichida va tashqarisida kutilmagan sovg`a elementlari bo`lishi juda muhim. Bu ularga ishtiyoq beradi.

8. “Barcha kutilmagan narsalar erkaklarga zavq beradi. Biz nimadir yangi narsani hohlaymiz.”

9. “ Agar erkak nuqul o`z jinsiy maylini bosishiga to`g`ri kelsa,bora bora uni hohishi so`nib boradi. Erkakka haftasiga kamida ikki marta jinsiy aloqa zarur. Har bir er yalinish zarur bo`lmagan hotini orzu qiladi.”

10. “Ayolim qo`limdan tutib yotoqqa olib kirishini hohlardim. Erkaklardan tajvuzkorlik kutiladi. Ayolda hohishni uyg`otish uchun ancha urinishimiz kerak. Ayrim holda bu bizga malol keladi”

11. “ Bizga jinsiy hayotda vaqti vaqti bilan tashabbusni o`z qo`liga olib turadigan ayollar yoqadi. Ehtimol yangi turmush qurgan vaqtda emasdir, ammo keyinchalik munosabatlar yetarli darajada stabilalshganidan keyin. Shunda er ayoli uni rostdan ham hohlashini tushunadi.”

12. “ Meni fikrimcha ayriliq munosabatga romantika beradi, hatto bir uyda yashaganda ham. Yolg`iz qolish imkoniga ega bo`lish muhim va ayni vaqtda ayoling bundan salbiy ta`srilanmasa. Baliq oviga borganimda hotinimni so`g`inishni boshlayman. Bu ajoyib ku shunday emasmi?”

13. “ozib yozib bo`lsada ayol o`z eridan uning hohishlari haqida so`rab tursa uning erni oldidagi ahamiyati oshadi. Er va hotin hayotlariga yangiliklar kiritib turishlari kerak. Masalan dam olish kuni avval hecham bormagan joyga borish kabi.”

14. “ Dam olish kuniga bir talay mashg`ulot o`ylash mumkin. Bolalar bilan hayvonot bog`iga borish, yoki uy ishlari bilan mashgul bo`lish. Ozaro munosabatda romantikani asrash uchun kundalik tashvishlarni biroz unutib turish kerak. Ertlablari bolalarni olib aylanib kelaman ayolim esa bu vaqtda uylarni yig`ishtirib oladi. Kelasi shanbada u bolalarni olib hayvonot bog`iga borishi mumkin, men uyda o`z ishlarim bilan mashg`ul bo`laman. Oqshomlari birga vaqt o`tkazgan ma`qul. Ayolimni iflos halatda pol artayotganini ko`rishim shart emas.”

15. “Tunni o`zing sevgan ayol bilan va o`zing bilgan uchta usul qollagan holda vaqt o`tkazish qulay.Ammo kun kelib bular jonga tegadi.Nimadir yangilik hohlab qolasan.”

Maftunkorlik omili 71

Yotoqda bir narsani qayta qayta takrorlayvermang. Munosabat siz uchun zerikarli kundalik hayotga aylanib qolamsin desangiz, jinsiy menyuga hilma hillik kiriting.

Erkaklar toqat qila olmaydigan o`n besh narsa

Bu bo`limda erkaklar toqat qila olmaydigan narsalar haqida  e`tirozlarini to`pladim. Ayrimlar bularni bilishar,ammo ayrimlarni hayron qoldirishi mumkin. Har nima bo`lgandaym erkaklar buni ochiq aytaverishmas ekan ayol kishi o`zi uchun bilib qo`ygani yahshi.

1. “Ayol kishi hojathona eshigini ochiq qoldirmasligi kerak. Gigienek vositalrga esa erkak zotini ko`zi tushmagni ma`qul.”

2. “Ayolning judaym omilkorligi meni jahlimni chiqaradi. Agar ayol kishi meni qanday poyafzal kiyishim, soatim, qanday mashina haydashim va qaysi rayonda yashashimga ahamiyat qaratsa menga u bilan zerikarli bo`la boshlaydi.”

3. “Men rashkchi ayollarga toqat qila olmayman. Uchrashuvga chiqqanimda yonimizdagi stolda sariq sochli go`zal honim o`tirgandi. Men unga qiyo boqqanim uchun dugonam meni yeb qo`yay dedi. Bu meni g`azabimni qo`zg`atdi”

4. “Sirlilik juda muhim. Men endigina tanishgan bir ayolim bilan telefonda gaplashayapman u esa menga o`zmoqchi ekanini aytdi va shuning uchun unga jinsiy yaqinlik  kerakligini bildirdi. Nima deb o`ylaysiz buni eshitish menga yoqimli bo`ldimikin?”

5. “Menga o`z qiziqshlari va ishi yo`q ayollar yoqmaydi. Yo bo`lmasam moliyaviy muammolari bor ayollar, yoki eski do`sti jinnihonadamiey.Menga ishbilarmon ma`suliyatli ayollar yoqadi.”

6. “Menga bosim o`tkazmaydigan ayollar yoqadi. Shundog`am ishi boshidan oshib yotgan erkakni hayotini qo`shimcha bosim bilan murakkablashtiradigan ayoldan qochib ketgin keladi.”

7. “Begonalar oldida meni kulguli vaziyatga tushiradigan ayollar yoqmaydi.Bordiyu biror hato qilsam u uyga qaytgandan so`ng buni aytishi kerak.”

8. “ Og`ir ish kunidan horib uyga qaytgan erni hech bo`lmasa yarim soat holi qoldirish kerak. Unga peshvoz chiqing, o`pib qo`ying ammo kelishi bilan muammolaringizni unga qalashtirib tashlamang.”

9. “ Erkakni bahosini oshirib yuborish kerak emas. Bir qiz birinchi uchrashuvimizga uch soat tayorlanganini aytdi. Bu endi ortiqcha!”

10. “ Har bir erkak hotini to`ydan keyin sochini kesib tashlashi, semirib ketishi va o`ziga qaramay qo`yishidan qo`rqadi.”

11. “Hech bir ayol ichadigan er bilan yashashni istamaydi. Agar shunday bo`lib qolgan bo`lsaym hotin erga qo`shilib ichib o`tirishi kerak emas. Uyda biroz ichishi mumkin ammo barda ichib qotib qolib tamosha ko`rsatish, bu dahshat! Hech kim aroqho`r bilan yashashni istamaydi.”

12. “Hecham kun bo`yi uni qo`ng`irog`ini kutib zo`r intizor o`tirganingizni aytib yurmang.   Ular bilan munosabat qilmasangizda sizni undan boshqa ham oshiqlaringiz borligini u bilishi zarur.”

13. “Agar ayol erkakni ta`qib qilishga tushib uni o`zidan sovutadi.”

14. “Hamisha hisob berishga majbur qiladigan ayol turniketga o`hshaydi. Bunday munosabat ko`ngilni juda tez qoldiradi”

15. “Ayol hecham uni uyida yoki uni ishhonasida to`satdan paydo bo`lmasligi kerak. Bu fojea!”

Erkaklar “yomon qizlar”ni yoqtirishining o`n besh sababi

Qizlarni bog`cha yoshidan bo`shlab yahshi bo`lishga o`rgatishadi. Qizlar mehribon muloyim bo`lishi kerak, barchani ko`nglini olishi va barchaga g`amho`rlik qilishi kerak. Jamiyat   ayolni boshqalar uchun qulay bo`lishga chaqiradi,  natijada qizlar   yahshi bolishning o`zi omadli chiptadek gap u yog`iga hammasi zo`r bo`ladi deb o`ylashadi.Ayol mustaqil bo`lishi kerakligini hohlashi bilan uni hayotida  muammolar boshlanadi. Ko`pincha ayolalr o`z ehtiyojlari va o`z shahslarini qurbon qilish evaziga yahshiliklaricha qolishadi.

Erkaklarga o`z qadrini bilmaydigan ayollar yoqmasligini bilib oldingiz. Quyidagi ro`yhatni o`qiganingizdan so`ng siz bu kitobdan olgan barcha ma`lumotlar ipdek tizilib o`z joyiga tushadi. Shunga ko`ra hulosa chiqarasiz.Keling bu haqida yana erkalarning o`zlaridan eshitamiz. Ular yashirincha “Yomon qizlarni” sevishadi. Ular o`zini hafa qildirib qo`ymaydigan ayollarni yoqtirishadi. Nihoyat qo`shni jamoaning sirlaridan voqif bo`layapmiz. Mana endi ular Nega “yomon qizlar” ularning yuragiga o`t yoqishini o`z so`zlari bilan tushuntirib berishadi. Bu ularning eng asosiy siri, endi u siz uchun ortiq sir bo`lmaydi.

1. “Qiz bolaga hazil qilganingizda, u oqilona javob bilan boplab uzib olsa. Bu ko`ngilga o`t yoqadi”

2. “Haddan oshganimda joyimga qo`yib qoyadigan ayollar yoqadi. Men bir zararkunda bo`lsamu, U meni zarar keltirishimga yo`l qo`ymasa. Men u ayolni hurmat qila boshlayman”

3. “Har bir erkakning ichida qaysar bolakay yashaydi. Sevimli ayoling bunday telbaliklarga qarshi tura olishini bilish yoqimli”

4. “ Ayrim vaqtlar men ayolim bilan janjalashib qolaman. Uni dilini og`ritish uchun emas, shunchaki jahlim chiqib turgani uchun alamimni undan olaman. U meni joyimga qo`yib qo`yganda unga meni hurmatim oshadi”

5. “Menga o`yin o`ynamaydigan ayollar yoqadi. Uni o`ziga bo`lgan ishonchi men bilamydigan nimalarnidir u bilishidan darak beradi. Shunda men o`zimga o`zim “U qadrini yahshi biladi”deyman

6. “Ayolni doimo muloyim va mehribon bo`lishi ko`ngilga uradi”

7. “Agar yigit qizni ahmoq deb hisoblasa hech qachon unga jiddiy qaramydi va uni fikrini hurmat qilmaydi.Agar u haqiqatanam aqllli va o`z hayoti bilan yashay oladigan qiz bo`lsayu va men bilan birga hayot kechirishga rozilik bildirsa uni o`zimga nisbatan hushomad deb qabul qilaman. Men uni qimamtbaho sovg`a deb his etaman.”

Maftunkorlik omili 72

Ko`pchilik erkaklar o`ta itoatkor ayollarni hurmat qilishmaydi

8. “O`zingiz ham uni nomaqbul ekanini  bilib turib u bilan mashg`ul bo`lishni ayolingizga taklif, u  sizga keskin : Meni bunaqa ishlarga vaqtim yo`q , deyishi kuchli ishtiyoq paydo qiladi. Barchasi vaziyatga bog`liq, umuman olganda menga o`z manfaatlari uchun turib bera oladigan ayollar yoqadi.”

9. “Menga o`ziga hos ayollar yoqadi.Ayolni o`z fikrini aytib, men bilan bahslashishi yoqimli”

10. “ Ayol yolg`oni kechirmasligi kerak. Albatta bundan norozi bo`laman ammo bu meni yuragimga o`t yoqadi”

Maftunkorlik omili 73

O`z fikringizni aytish va unda turib olishdan qo`rqmang. Bu bilan nafaqat erkak hurmatiga sazovor bo`lasiz balki uni yurigiga o`t yoqasiz ham”

11. “Bunday muomalaga loyiq bo`lganimda, meni joyimga qo`yib qo`yadigan ayollar yoqadi.   O`z kuchini anglaydigan ayol- judaym ofatijon. Menga o`zi o`tirgan qayiqni tebratishdan qo`rmaydigan ayollar yoqadi.”

12. “ Yomon munosabatga toqat qilmaydigan ayollarni erkaklar hurmat qilishadi”

13. “Men ayollarga teng munosabatda bo`laman, shuning uchun ham ularni oqillikda men bilan bellashishlari juda yoqadi.Menga yumor hissi bor va hazillasha oladigan ayollar yoqadi. Menga bahslashish va o`yin o`ynash yoqadi.”

14. “ Menga mag`rur va qatiyatli ayollar yoqadi. Ular meni boshiga chiqarib qoy`masligini bilaman. Magrur ayolar juda ofatijon.

15. “Yomon qiz” judaym ofatijon. Uni haqiqiy yo`lbarsga aylanishi mumkinligini bilasiz. Yahshi qiz bilan esa nuqul qo`rqasan tag`in oyisiga borib aytib bermasin deb.”

Maftunkorlik omili 74

Erkaklar ayol kishini ko`rganda darrow to`shakda qanday bo`lishini tahmin qilishadi. Yomon qizni erkin va bemalol bo`lishini yahshsini esa u yerda o`zini sipo va zerikarli tutishini tassavur qilishadi.

Erkakni sevish sevmasligini aniqlovchi o`nta uslub

Erkaklar o`z his tuyg`ularini yahsirishni judda yahshi uddalay olganlari sababli, ayollar ko`pincha tushuna olishmaydi, erkak ularni rostan ham sevadimi yoki shunchaki ko`ngilhushlik qilmoqchimi.O`zingizga bunday savol berar ekansiz bir muhim narsani unutmang: Agar shuncha vaqtni birga o`tkazganingizga qaramay u sizni sevishiga shubha bilan qarayotgan bo`lsangiz demak buni juddiy sabablari bor.Erkaklarning aytishicha arzimigan mayda chuydalar ham ularning nazarida katta ahamiyat kasb etishi mumkin. Siz bularga e`tiborli bo`lishingiz zarur.

1. “Ayol taklifini bajarishga rozi bo`lishiga qarab uni sevib qolganini tushunish mumkin. Uni o`z do`stlari bilan tanishtirishni boshlashi erkakni sevib qolganidan darak beradi.”

2. “Sevib qolgan erkak hamisha kayfiyati a`lo yuradi. U o`zini haqiqatda bahtli sezadi va hayot tarzini o`zgartirishni boshlaydi. Do`stlari va qarindoshlari undagi bu o`zgarishni payqay boshlashadi.”

3. “ Sevib qolgan erkak o`z uyida ayolni bekalik qilsihiga ruhsat beradi.Ayol kelib uni uyida o`zgartirishlar qilishidan fahrlanadi. Unga yoqadigan mebel sotib oladi. U ayolni o`z hayotiga qabul qilishga tayyor.”

4. “ U o`ziga oro berishni boshlaydi.U kelajagi haqida qayg`ura boshlaydi. Hayotining moliyaviy, jismoniy va boshqa jabhalari haqida bosh qotirishni boshlaydi.”

5. “U o`z qiziqishlaridan chekinishni boshlaydi. U bilan uchrashish uchun hamma ishini tashlaydi. Agar uni ko`ngli biror narsani tusab qolsa yarim tun bo`lsada muhayo qiladi”

6. “Erkaklar har hillikka intiladi to rostakamiga sevib qolmagunicha. Agar u haqiqatda ham shu bitta ayol bilan bo`lishni istasa, uni yana nechta ayol bilan bo`lishi mumkinligi endi ahamiyatsiz. Unga faqat ana shunisi kerak. Oshiq erkakni boshqa ayollar qiziqtirmaydi.”

7. “Erkak doimo biror ayol haqida o`ylaganda, unga yoqimli kichkina sovg`alar qilganda hamisha uni qanday qilib bo`lsa ham hursand qilish haqida o`ylaydi”

8. “Ortiq hech kimni qidirmayotganini u to`satdan anglab qoladi”

9. “ oshiq yigit mahbubasi uchun har ishga tayyor. U hecham oila qurish farzand ortirih haqida o`ylamasdi, ammo bu qiz bilan hammasini va tezroq amalga oshirishni hohlab qoladi.”

10. “Ayol iltimos qilib o`tirishi shart emas. U so`zsiz ham tushunadi”

Maftunkorlik omili 75

Sevib qolgan erkak keskin o`zgaradi. U sevgilisi uchun har ishni qilishga tayyor

Kitobimda keltirilgan maslahatlar erkaklarning iqrorolariga asoslangan.Ulardan biriga murojaat qilib nega bu haqida o`z ayoliga aytib bermaganini so`radim. U: “ chunki men o`zimni siz bilan havfsiz sezdim.agar bularni ayolimga aytib bersam u meni gaplarimni o`zimga qarshi ishlatishi mukin edi-da” Erkaklar nazorat va hukmronlikni yo`qotib qo`yishdan qo`rqishadi. Boshqacha qilib aytganda Yomon qiz nimasi bilandir  maftun qiladiyu biroq buni  o`zi bilmasligi kerak.

Erkaklarni men bilan bo`lishgan ma`lumotlari nafaqat ishonchli balki foydali ham ekanini yahshi bilaman. Meni tadqiqotimda ishtirok etgan erkaklarning barchasi ismini yashirishni so`rashi bejizga emas. Ular bunday ochiqlash bilan erkaklar jamoasini sotib qoyishayotganini his etishdi.

Tabiiyki erkaklarni qanday fikrlashini bilish siz uchun foydadan holi bo`lmaydi. Meni vazifam ta`qib qilishni yangi usullariga o`rgatish emasdi. Yahshi qizlar buni a`lo darajada uddalaydilar ammo u yahshilikka olib kelmadi. Yahshi qiz quymoq pishirganida bittasini buzib qo`ysa o`shanisi o`ziga oladi yahshisini yigitga beradi,ikkita pechene pishira turib bittasini kuydirib yuborsa kuyganini o`zi yeb kuymagnini yigitiga ilinadi. Yahsi qiz bunday g`amho`rligini o`ziga qarshi ishlashi haqida o`ylab ham

ko`rmaydi.  U o`zini shahs sifatida yo`qotayotganini va oqibatda sevimli insonini ham qo`ldan chiqarishi mumkinligini tushunmaydi. Bu bobda keltirilgan erkaklarning izhori iqrorlarini yana bir bor o`qib chiqing. Bu malumotlardan yoringizni ko`nglini olishda foydalanmang. Balki birinchi o`rinda o`z ko`nglingizga huzur bag`ishlash haqida o`ylang, chunki shu yo`l bilan unga ham huzur bag`ishlaysiz.

8 Bob

O`z hayotingizni egasi bo`ling

Nega moliyaviy mustaqillik sizga kuch beradi?

Bashanglik yangi kiyimda emas

KOKO Shannel

Moliyaviy mustaqillik: Hayotingizni kim nazorat qiladi?

Shahsiy munosabatlarning yana bir jihati borki undan ko`z yumib bo`lmaydi.Men pul haqida gapiraypman.Ko`pchilik ayollar hamma to`lovlarni to`laydigan oq otdagi shahzodani  orzu qilishadi. Agar bu shahzoda qasrdagi barcha to`lovlarni to`lasa unda u yerda yangraydigan musiqani ham o`zi buyuradi. Ana shunda malika ortiq malikalardek bo`la olmaydi balki o`zini hizmatkordek his etadi.

Bu bobda siz o`zingizni unutganingizda va o`z o`zingizni ta`minlash imkonidan mahrum bo`lganingizda nima bo`lishi haqida gaplashamiz.

Maftunkorlik omili 76

Moliyaviy jihatdan ikki oyog`ingizda qattiq tura olmas ekansiz u sizni shahs sifatida hurmat qilmaydi.

Mashina sotib olib siz uni rasman egasiga aylanasiz, va buni tasdiqlovchi hujjatga ega bolasiz. Qo`lingizda bu hujjat bilan mulk egasi ekaningizni tasdiqlashingiz mumkin. U sizni boshqa biror burchingiz yoki hali to`lanmagn to`lovlaringiz yoqligini ko`rsatadi. Siz ana shu transport vositasini mutlaq va yagona egasidirsiz. Va u sizni ihtiyoringizda,

nima hohlasangiz shuni qilasiz. Qachonki ayol o`z hayotini aynan shunday mutlaq egasi bo`lganida shahsiy munosabatlarga boshqacha kirishadi.

Ko`pgina onalar qizlariga aynan shuni ta`kidlashadi: O`z mustaqilligini qurbon qilib erga moliyaviy qaram bo`lgan ayol tanlash huquqini yo`qotadi.U butunlay va mutlaq boshqalar ehtiyoji va hohishiga tobe bo`ladi.Mana nega ayol o`z mustaqilligini saqlab o`z hayotiga o`zi egalik qilishi kerak.

Ish =pul=mustaqillik=tanlash huquqi= qadr qimmat

Erkak o`ziga Iqtisodiy qaram bo`lgan ayolga qanday munosabatda bo`lishini onalar juda yhshi bilishadi. Ayol eri uchun quvonch emas balki og`ir yukka aylanadi. Buni anglagan er bu munosabatni ortiq kurashish zarur bo`lgan imtiyoz deb qabul qilmaydi.

Bu farzand tarbiyasi bilan mashg`ul ayollarga taaluqli emas.Gap oila haqida borganda ayol o`z burchlarini ado etishi kerak. Bu holda erkak uni yuk deb hisoblamaydi, chunki ayolning vazifalari unikidan kam emas. Erkak uy ishlaridan ko`ra ko`chadagi yumushini afzal bilgani uchun ham ayolga hurmat bilan qaraydi.

Shart sharoitni tanlash imkoniga ega ekansiz, o`z hayotingizga o`zingiz bekaligingizcha qolasiz. Kuch va hokimiyatni ham saqlab qolasiz. Agar ketgingiz kelsa buyumlaringizni yug`asizu ketasiz. Sizning mustaqilligingiz erkakni sizni ketishingizni istamsligiga majbur etadi. Sizni behurmat qilishlariga toqat qilib o`tirmaysiz. Butun dunyo maftunkorligi yig`ilsada shu birgina o`zini hafa qildirib qo`ymaslik imkonini o`rnini bosa olmaydi.

O`z hayotingiz ma`suliyatini erga topshirganingizda u o`zini qopqonga tushgandek his etadi. Siz bilan birgaligidan quvonchni emas, siz uchun masul ekanini his etadi. Va bu yukni tortishga uni qurbi yetmay qolishi mumkin. Endi u ikkita odam uchun oziq ovqat topishga, ikkta odam uchun uy topishga va ikki hissa to`lov to`lashga mahkum. U juda tez ikki baravar ma`suliyatning bosimini his etadi.

Yomon qiz odatda o`z mustaqilligini saqlab qolishga intiladi. U munosabatga shunday kirishadiki uni hech kim yuk deb qabul qilmaydi. U hecham o`z oyoq qo`lini bog`lab bermaydi.

Siz o`z qadr qimmatingizni har narsadan ustun qo`yishingizni erkak anglashi kerak, hatto u judaym boy bo`lsada. U shuni bilsinki bordiyu sizga yetarlicha hurmat bilan

munosabatda bo`lmasa  siz yuklaringizni yig`asizu uni shohona qasridan hech o`ylab o`tirmay o`zingizni bir honali kvartirangizga chiqib ketasiz. Bordiyu qimmatbaho mashinada hurmatsizlikka toqat qqilishingizga to`g`ri kelsa siz “Mersedes Bens” o`rniga “Fiat Puntoda” yurishni ma`qul ko`rasiz. Siz o`zingizga yoqmagan narsalarga toqat qilishga majbur emassiz. U hayotingizda paydo bo`lishidan avval ham juda yahshi yashaganingizni bilishi zarur.

Odatda siz buni unga o`z hatti harakatingiz bilan ko`rsatasiz, ammo lozim bo`lib qolsa bularni so`z bilan ham ifoda etishingiz mumkin.Masalan siz serial ko`rayapsiz va u yerda bahtiqaro ayol erdan qayta qayta kaltak yeyapti.Fursatdan foydalanib yoringizga tarbiyaviy suhbat uyishtirishingiz mumkin. Shunchaki unga o`giriling va ko`zlariga tik boqib : “ Men bunday erkakni joyida o`ldirardim!” deng

Maftunkorlik omili 77

Siz hurmatsizlikka toqat qilmasligingizni ko`rsatib qo`yishingiz kerak. Shunda erkak ham sizga hurmat bilan munosabatda bo`ladi.

Mustaqil ayol bilan uchrashayotgan erkak , ayolni nima bilan hayron qoldirsam degan o`y bilan band b`oladi. Unda zerikishga vaqt qolmaydi. Agar ayol erkakka iqtisodiy qaram bo`lsa u nima qilsam ham ko`naveradi deb hisoblab qoladi. Hatto erkak hurmatsizlikni atay qilmagan bo`lsayu  ayolni har qanday tahqirni yutib ketishini sezib qolsa undan juda tez ko`ngli qoladi.

Siz boy bo`lishingiz shart emas, shunchaki o`zingizni o`zingiz eplash imkoniga ega bo`lsangiz bo`ldi. Shundagina erkakni hurmatiga sazovor bo`la olasiz. Shunda u sizni kechki ovqatga och bo`lganingiz yoki pulingiz yo`qligi uchun taklif etmaydi. U shunchaki sizga sovg`a berayapti uni qabul qilish qilmaslik sizni ihtiyoringizda. Faqat shunday sovg`alargina kishiga quvonch beradi.

Jannet o`zining sobiq eri haqida menga hikoya qilib berdi. Oilada faqat eri ishlagani uchun Jannet o`zini noqulay sezardi. U hotirlaydi: “Meni erim jarroh bo`lib ishlardi va yahshi topardi. To`rt yil davomida men o`zimga bitta palto ololmadim.Men pul topmaganim uchun paltoga ikki yuz dollar harajat qilishim mumkin emas deb hisoblardim. Qishda men kollejda kiygan pidjaklarimni yoki erimni paltosini kiyib yurardim.

Men o`zimga vaqtinchalik ish topishim bilan o`zimni yengil his etdim. Men nafaqat o`zimga narsalar sotib olish imkoniga ega bo`ldim balki erimdan ortiq nimadir iltimos qilishimga ham to`gri kelmadi.

Siz o`zingizni o`zingiz ta`minlay olish imkoniga ega bo`lsangiz eringizni sizga bergan barcha narsalari huddi sovg`adek qabul qilinadi. Sizni bir tishlam noningiz endi unga bog`liq emas. Siz o`zingiz yolg`iz ham yashay olasiz, shunda u sizni ko`proq qadrlaydi.

Maftunkorlik omili 78

Er bilanmi yoki yo`qmi siz o`z hayotingizni bekasiligingizcha qolishingiz shart. U hecham sizni to`laligingizcha o`zini hukmi ostida deb his qilishi mumkin emas.

Syuzen B Entoni aytgandi: "Men o`z mustaqilligimni erimning uyidaga uy boshqaruvchilikka almashtirmayman" Gap ayolni uyda ho`jalik ishlarini olib borishi ustida ketmayapti. Yoki uyda qolib bola tarbiyasi bilan shug`ullanishi haqida ham emas. Muhimi ayol istagan vaqtida ketish imkoniga egaligi haqida ketaypti.

Erkak ayoni iqtisodiy jihatdan to`la ta`minlaganda quyidagidek bo`ladi:

1.Erkak o`zini chiqib bo`lmaydigan tuzoqqa tushgandek his etadi.

2.U ayolga idroki past boladek munosabatda bo`ladi.

Maftunkorlik omili 79

Agar erkak ayolga gamho`rlik qilishi kerak bo`lgan qizchadek yoki singlisidek munosabatda bo`lsa uning ehtirosi so`nishni boshlaydi.

Erkakka kuchli ayol kerak, o`zini eplay olmaydigan go`dak emas. Faqat kuchli ayolgina unda jinsiy mayl uyg`ota oladi.

Bir oilani bilaman hotin uyda o`tiradi ro`zg`orni yolg`iz erning o`zi tebratadi.Hali farzand ko`rishmagan.Har gal uning hotini Nensi tufli olmoqchi bo`lganda uzundan uzoq tanbehni eshitishiga to`g`ri keladi.

“Oyog`ing ikktagina ammo nega senga shuncha tufli zarur bilmayman? Yilda 365 kun bor, senda esa yuz juft tufli. Manda faqat uchtagina.Ko`ryapsanmi men qanday poyafzaldaman? Men ikki yildan beri shu tuflini hudoni bergan kuni kiyaman. Senga nega shuncha tufli keragini men umuman tushunmayman.”

Agar hotin o`zi ishlaganida, shuncha gap yo`q edi.Agar erkak barcha to`lovlarni to`lasa hotinni harajatlarini nazorat qilisga o`zini  haqli deb hisoblaydi. Erdan pul so`ramaslik uchun hech bo`lmasa  uy yaqinidagi qahvahonada  haftada bir martta ofitsiantka bo`lib ishlagani yahshi.Shunda u hech kimga hisob bermay hohlagan tuflisini sotib ola olardi.

O`zbek oilasida hotinning erga iqtisodiy qaramligiga norma deb qaraladi. Biroq ishlamagan ayollar jannatda yashaypti degani emas. Men mutahasis sifatida ayolni tirikchilik qilishiga ro`zg`or tebratishiga mutlaqo qarshiman, ammo ishlamagan ayolda o`ziga bo`lgan ishonch va o`z o`ziga beradigan bahosi pasayib ketadi. Uyda o`tirib farzand tarbiyasi bilan shug`g`ullanish yoki hech qanday ehtiyoj bo`lmagani uchun ishlamaslikning o`z madaniyati va qonun qoidalari bor. Bularga amal qilmagan ayol hayotdagi maqsad va mazmunni yo`qotib qo`yadi. Bu surunkali ruhiy tushkunlik yoki boshqa ruhiy muammolarga sabab bo`ladi. Said Ahmad ayollarni ishlashini afzal bilganlardan edi. Uning ta`rificha: “ishlaydigan ayol hohlaydimi yo`qmi oziga qaraydi,sochini taraydi pardoz andoz qiladi,rusumdagi kiyimlarni kiyishga harakat qiladi. Ishlamaydigani esa sochlari parishon ostonada bola emizib o`tiradi” Kamiga erning oldidia ham o`z mavqeini yo`qotadi. Zerikarli suhbatdoshga aylanadi. Shuning uchun tinmay ishlash kerak demayman. Ayol o`zlarining ta`riflarlaricha orzu havas uchun, ko`chaga chiqib kelish uchun, kiyimlarini ko`rsatish uchun ishlashi kerak. Eng muhimi kichkinagina bo`lsa ham bir maslak bo`lishi uchun hayotda onalik va hotinlikdan boshqa ham rollarini toppish uchun ishlashsa arziydi. Hech bo`lmasa yoringiz bilab gaplashsa bo`ladigan biroro mavzuingiz bo`ladi.

Maftunkorlik omili 80

Bu ikki narsa -qanday yashashni va sizga qilinadigan qanday munosabatni tanlash imkoniyati siz uchun har qanday moddiy boylikdan ham ko`roq kuch qudrat beradi.

Yoringiz sizga kichkina qizchadek munosabatda bo`lganda beihtiyor hurmatsizlikka ham yo`l qo`yishi mumkin. U sizga nimagadir ruhsat berishi ,nimanidir ta`qiqlashi yoki harajatlaringizni nazorat qilishim mumkin deb hisoblaydi. U nimani olish olmasligingizni buyurishni boshlashi ham mumkin.Bu barcha cheklovlarni sizni erkingizdan ayiradi va o`zingiz tanlashingizga imkon bermaydi. Siz bunday vaziyatga tushmasligingiz kerak , chunki:

•Erkak mustaqil fikrlay oladigan shahsga intiladi. Agar bu erkni saqlay olsangiz uni sizga bo`lgan qiziqishi va intilishi so`nmaydi.

•Hayotda o`z tanloviga ko`ra yo`l tutish imkoniyati eng muhim narsa.U kuch qudrat manbai.

Sizni ta`minlayotgan erkak nima olish yoki yo`qligini buyirishni o`zi bilan cheklanib qolmaydi, balki tez orada siz nima yoqtirishingiz yoki nimani yoqtirmasligingiz kerakligini ham buyurishga o`tadi. U sizni fikringizni so`rab o`tirmaydi, balki sizni fikringiz qanday bo`lishi kerakligini u amr etadi. U sizni to`laligicha uni ihtiyoridagi qo`g`irchoq Barbi deb hisoblay boshlaydi. Ana shunda quyidagilar sodir bo`ladi:

•U o`zini hamisha haq deb hisoblay boshlaydi va ohirgi qarorni u qabul qiladi

•Ko`ngliga nima kelsa shuni qiladi

• Sizni hafa yoki hursandligingizni ham u nazorat qilishni boshlaydi

• Uni rahbar o`zingizni esa huddi uning hodimidek his etasiz.

• U sizga o`zi belgilagan shartlar asosida yordam berishi mumkin. Siz esa bu muruvvatni poygakda itoatkorona qo`l qowushtirgan holda kutizga to`g`ri keladi.

Maftunkorlik omili 81

Qanday munosabatligidan qat`iy nazar, agar bir kishi ikkinchisini harajatga hissa qo`shmayotganini sezsa uni ortiq hurmat qilmay qo`yadi

E`tibor bering asosiy masala to`lovlarni kim to`lashida emas. Asosiysi bordiyu vaziyat shuni taqozo etsa, usiz ham kuningiz o`tadimi.

Erkak sizni ustingizdan mutlaq hukmron ekanini his etmasa, sizga hurmat bilan munosabatda bo`ladi. U oila boshlig`i. Yodda tuting u hamisha o`zini rahbar ekanini his

etishi kerak. Ammo hech qachon sizni hayotingizni nazorat qilishga haqqim bor deb hisoblamasligi kerak.

O`zingizni o`zingiz eplay olishingiz sizga quyidagilarni beradi:

1. Hurmat

2. Uzoq va totuv turmush

3.Uni sizga bo`lgan ehtirosining so`nmasligi

Bunga bir misol keltiray. Roksana eriga boy bo`lgani uchun tekkan. U eri bilan uning Malibu qasrida yashardi. Roksana "Mersedes" haydar, qimmat do`konlardan harid qilardi. Uni bunday to`kin sochin yashashida butunlay eriga bog`liq edi. Bir qarashda u bahtli edi, ammo u o`z hayotining bekasi emasdi.

Bir kuni tushlikka taklif qilish uchun Roksananikiga keldim. Uydan chiqishdan oldi u stol tortmasini ochib bir qancha naqd pul oldiyu shunday dedi: "Ken meni mag`rurligimni hurmat qiladi, so`rab yurmasligim uchun pulni tortmada saqlaydi." Bunday hatti harakatni mag`rurlik deyish mushkul. Mag`rur ayol o`zini barcha harajtlarini o`zi to`laydi. Yuqoridagi misolda muammo mutlaqo moliyaviy emas. Ken unga ozgina soatga bo`lsa ham ishlashini talab etgan. U: " agar ishlaganingda men seni ko`proq hurmat qilgan bo`lardim" derdi. Biroq Roksana ish topishga urinib ham ko`rmadi. Ikki haftadan keyin esa u ko`z yosh bilan yuklarini yig`ib oltin qasrdan chiqib ketishga majbur bo`ldi

Maqsadli nikoh boylik ovlovchiga har doim ham baht keltiravermaydi. Endi Roksana kun bo`yi ishlashiga to`g`ri keladi, uni daromadini esa avvalgisi bilan taqqoslab bo`lmaydi. Tibbiy sug`urta haqida gap ham bo`lishi mumkin emas. Ayol kishidan talab etiladigan narsa bu munosabtdagi muvozanatni ta`minlash. U elektr tokiga pul to`lashi yoki vaqti vaqti bilan o`z hisobidan ro`zg`orga oziq ovqat olib kelishi mumkin. Hotin eriga moliyaviy jihatdan teng bo`lishi shart emas. Shunchaki siz o`z aravangizni ozingiz torta olishingizni u bilib qo`yishi kerak.

Maftunkorlik omili 82

Iqtisodiy qaramlikni emotsional qaramlikdan hech qanday farqi yo`q. Har ikki holatda ham siz uning hukmi ostidasiz.

Meni yana bir tanishim Mishel eri bilan to`rt yil yashadi.Bu davr ichida er barcha harajatlarni o`zi ko`tardi va biror martaym nolimadi, chunki hotini pul topmasdi. Keyin Mishelga 120 000 $ meros tegdi. Shunda er Mishelga ayrim harajtlarini o`zi to`lashini so`radi. Biroq u rad etdi. Er unga to`lovni teng yarmini ko`tarishni buyurmagandi,shunchaki ro`zg`orga o`z hissasini qo`shsin devdi. Uni kapitalining foizlari ayrim to`lovlarni to`lashga yetib ortardi. Ammo u pulni qora kunga deb asrab qo`yganini aytib qatiy turib oldi.

Tabiyki ana shu qora kun keldi. Er uni tashlab ketib qoldi. Endi Mishel barcha to`lovlarni o`zi to`lashiga to`g`ri keldi. U ro`zg`orga o`z hissasini qo`shishi mumkin edi. Bu o`zi uchun ham foydadan holi bo`lmasdi. Bu yerda muammo faqat iqtisodiy emas. Agar u ham o`z hissasini qo`shib muvozanatni ushlaganda, munosabat uyg`un holda rivojlanardi.

No`ldan ko`tarilgan millioner tanishim menga shunday tushuntirdi: Ayol kishi uning pullariga ho`jayin bo`lishni hohlayotganini muvvafaqiyatga erishgan har bir erkak juda tez ilg`ab oladi. Ayolarga tubsiz cho`ntakli erkaklar kerak. U qizga boy ekanini , ajoyib mashinalr haydashi va hashamatli saroylarda yashashini ko`rsatishi kerak. Shunda har qanday qiz bu boyvachadan hecham nari ketmaydi"

Hayratlanarlisi shundaki bunday erkaklarni qo`g`irchoq Barbilar o`ziga tortadi. Ularni o`zini tutib olgan honimga aylanishiga umid qilishadi. Ko`rinadiki bu erkaklar eng yahshi ovchilar emas ekan. Ular tutgan o`lja puch chiqdi. Bu qo`g`irchoqlar ichki kuchga ega emas. Natijada bu qo`g`irchoqdan zerikkan erkak yangi qurbonni izlaydi. Haqiqiy erkak esa kuchli ayolni qidiradi. Unga hurmat qilsa bo`ladigan, ov qilishga arziyidigan juft kerak. Unga munosib hamkor kerak. U barcha ro`zg`or yukini olishga tayyor, ayoli esa uyda bolalar bilan o`tirishi mumkin. Uyda o`tirganiga qaramay u munosabatga o`z hissasini qo`shadi. Boshqacha qilib aytganda u faqat olavermaydi bali bera oladi ham, chunki u ikki oyoqda mahkam turadi. Demak u omadli munosabatni saqlab qola oladi.

Matunkorlik omili 83

Ayol qanchalik go`zal bo`lmasin, faqatgina ko`rinishi bilan erkak hurmatiga sazovor bo`la olmaydi. Tashqi ko`rinish maftun qiladi, ammo ayol mustaqiligigina erkak yuragiga o`t soladi.

Qadr qimmat va g`urur sizni tortmadan yoki kissadan pul olishingizdan iborat emas. U sizga kredit kartochkani berib qo`yishi haqida ham gap ketmayapti. Qanchalik ozligiga qaramay sizni o`z daromad manbaingiz bo`lsa, bu pullar sizga quyidagi imkoniyatlarni beradi:

1.O`z qoidalariga ko`ra yashash

2.Boshqalarning buyrug`I bilan emas , o`zi hohlagandek harakat qilish

3. Sizga qanday munosabatda bo`lishlarini hohlashingizni o`zingiz belgilash.

4.Nimaga toqat qilish-u, nimaga toqat qila olmasligingizni tanlash

5. Agar Istaganini olmasa ketish.

Yomon qiz bularning barini hamma narsadan ustun qo`yadi. Har qanday yo`l bilan u o`z kuchini asrab qoladi. Henri Kissenjer aytganidek "Kuch - buyuk ehtiros qo`zg`atuvchi"

Pullar va boshqa hech narsa.

Tadqiqotim mobaynida erkaklar uchrashuvda qancha pul sarflashlari haqida o`ylab o`tirmasliklarini aniqlab hayron qoldim. Ularni e`tiborini qaratadigan narsa ayol erkakka pull to`lash huquqini berayptimi yoki uni burchi deb hisoblayaptimi.

Agar erkakdan qandaydir majburiyatini bajarishini kutayotgan bo`lsangiz, u o`z sayi harakatini qadrlanmaganidek his etadi. Agar u to`lasa, shunday qilinki siz bunga e`tibor berganingizni va uni bu harakatini qadrlashingizni tushunsin.

Ayollar tomonidan minnatdorchilikning yo`qligi va komili ishonch bilan uni to`lashga majbur deb hisoblashlari g`azabni qo`zg`atishini erkaklar bot bot ta`kidlashdi. Shunday ayollar ham borki erning tug`ilgan kuniga restoranga borib va jimgina o`zi to`lashini kutib turishadi. Ko`pchilik erkaklar tug`ilgan kunlarida va boshqa bayramlarida ayollarini hamma narsaga o`ziga pul to`latganlarini alam bilan hikoya qilib berishdi.

Bir ayol esa erni tug`ilgan kuniga anchagina mehmon aytib va tug`ilgan kun egasini hisobni to`lashini kutdi. Ofitsiant hisobni olib keldi mehmonlar karmoniga qo`l uzatganda ayol hammani to`htatib "yo`q kerak emas, Mark hamma uchun to`laydi" dedi. (Bu gap Markni juda hursand qildi deb bo`lmaydi).Bu erni yerga urish edi.

Gullar va sovg`alar bilan ham huddi shunday bo`ladi. Sovg`alardan quvonasizmi? Minnatdorchilik bildirasizmi? Yoki ming`irlabqilib rahmat aytib gullarni suvli bankaga

tiqasizmi? Agar yoringiz supermarketda arzon biroz uringan gul olib kelgan bo`lsa, burningizni jiyirmang. Kulib minatdorchilik bildirib uni suvga solib qoying.

Agar u sizga biror narsa sovg`a qilsa, do`konga qaytib borib boshqa tuzukroq narsaga almashtirib kelishini buyurmang. Bordiyu shunday qilsangiz siz ortiq etibor kutib yurmang.Agar qo`lingizdan kelsa uni boshqa o`hshashiga almashtiring va yoringizga o`sha o`zi sovg`a qilgani ekaniga ishontiring.

Agar yoringiz sizga qimmatbaho taqinchoq sovg`a qilishini istasangiz uni bu fikrga bosqichma bosqich va kishi bilmas qilib olib boring. Agar sizda sobiq eringiz yoki qaylig`ingiz sovg`a qilgan tilla taqinchoq bor bo`lsa uni hozirgisiga aytib yurmang.

Minnatdorchilik erkaklar uchun juda muhim. Hatto meni bir tanishim o`zi uchrashadigan qiziga sovg`a berganida uni minnatdorligini his qilmagani uchun u bilan uchrashishni to`htatgan. Jon o`zi uchrashadigan qizi Keytni uyidaligida, qiz undan televizorni boshqa honaga olib chiqib berishini so`radi. Bu televizor Keyt uchun juda qadrli edi chunki uni marhum otasi sovga qilgandi. Shunda Jon behosdan televezorni tushirib yubordi va u sindi. Mana keyin nima bo`ldi. : “Men o`zimni judayam yomon his qildim. Shuning uchun ham darrov do`konga borib ikki yarim ming dollarga sterio ovozli ajoyib televizor va ko`ngilochar markaz sotib oldim. Bir haftadan keyin do`stlarimiz mehmonga kelishdi va : “ Wow, buncha zo`r televizor!” deyishdi , shunda Keyt zaharhanda qilib : “Shunchaki Jon meni eski televizorimni sindirdi” dedi. Men o`tirgan joyimdan yiqilb ketay dedim.”

Shu kuniyoq Jon Keytnikidan ketdi va u bilan boshqa hecham ko`rishmadi.

Erkaklar o`z hisiyotlarini ifodalashga o`rganishmagan, shuning uchun ham ayollar ularni ketkazgan puliga achinmaydi yoki osongina pul topadi deb o`ylashadi. Agar erkak sizga biror narsa sovg` qilsa siz albatta unga hurmat bilan minnatdorchilik bildiring. Agar sizga yahshi munosabatda bo`lishlarini istasangiz, unda har yo`l bilan erkakni rag`batlantiring. Agar u sahiylik va bag`rikenglik ko`rsatsa, shunday qilingki u siz uchun alohida va ahamiyatli inson ekanini anglasin. Yo`qsa yana shunday qilishga unda na hohish va na rag`bat bo`ladi.

Vinni tabiatan sahiy inson, u Shonna ismli ayol haqida gapirib berdi. Ular qimmat restoranlarga borishganda Shonna har doim lobster buyurardi. Vinni : “Uni lobster buyurishiga qarshiligim yo`q, ammo u hecham ularni yemasdi. Shonna ovqatni vilka

bilan kavlab,keyin menga aytardi : “Bilasanmi men mutlaqo och emasman” Bu menga hecham yoqmasdi”

Bu ayol o`zini shunday tutdiki go`yo erkaklar unga qarzdor. U avtomatik ravishda erkaklardan sahiylik va yahshilik kutadi va evaziga hecham minnatdorchilik bildirmaydi. Ko`pchilik erkaklarga ta`minotchi deb qarashlari yoqadi, qachonki ularning bergan narsalari qadrlansa.

Agar erkak sizga eshik ochib bersa minnatdorchilik bildirish esdan chiqmasin. Siz uni jentelmenligiga qoyil qolishingiz bilan munosib taqdirlagan bo`lasiz. Shu yo`sinda uni siz uchun yoqimli bo`ladigan hatti harakatga undaysiz.

Pullar erkakning maqsadi qanday ekanini aniq aytib beradi. Meni dugonam Karla uchrashuvda mutlaqo unga pul to`lash niyati bo`lmagan bir yigit bilan uchrashdi. U har doim nega to`lay olmasligini tushuntirardi. Qachon biror joyga borishsa har kim o`ziga to`lardi. Yigit buni adolatdan ekanini va hamisha shunday bo`lishi kerakligini ta`kidlardi.

Bir kun Karla shu yigit bilan barga bordi u yerda yigitni do`stlari bor edi. Uni hayratda qoldirib yigit hamma uchun o`zi to`lashini aytdi. Yigirma daqiqa ichida hammani ikki hissadan ichimlik bilan siyladi, sakson dollar harj qildi. Vaholangki u shu tong nonushtada Karladan omlet uchun yeti dollar talab qilgandi.

Karla shu zahotiyoq uni qanday munosabatda ekanini tushundi va qayta uchrashmay qo`ydi. Agar yigit birinchi uchrashuvdayoq qizga o`zi uchun o`zi to`lashi kerakligni ko`rsatib qo`ysa,bu uni shu qiz bilan munosabatini mutlaqo qadrlamasligini ko`rsatadi.

Ayni vaqtda ayrim ayollar erkaklarni ular uchun to`lashi va eshik ochib berishini istashmaydi. Ularni “sotib olishlarni” hohlashmaydi. “Yomon qizlarda” bunday muammo yo`q. Agar erkak kishi unga berishni istasa, u qabul qilishni o`ziga ruhsat beradi. Erkakdan hech qanday sovg`a yoki kechki ovqatni qabul qilishga o`ziga ruhsat bermagan yahshi qiz o`zini uni oldida qarzdor deb his etishdan qo`rqadi. Yahshi qizga bunday komplekslar notanish. U odob bilan minnatdorchilik bildiradi, va bir daqiqiaym o`zini qarzdor deb his etmaydi. Va to`langan kechki ovqat uni o`z prinsiplaridan voz kechishga yoki hohishiga qarshi borishga majbur eta olmaydi.

Agar siz talaba yoki kam ta`minlangan odam bilan uchrashayotgan bo`lsangiz va u sizni ko`nglingizni olmoqchi bo`lsa, u sizga qimmat bo`lmagan nimanidir taklif etadi. Hech qancha turmaydigan ko`ngilhushliklarni hamisha topish mumkin. U arzon sharob sotib olib parkda piknika sizni taklif etishi mumkin. Birga kinoga borishingiz yoki

do`stlarinikidagi kechalarga taklif qilishi mumkin. Agar yigit sizni deb esdan og`ayotgan bo`lsa, u hecham kechlikka o`zingiz to`lashingiz yoki chiqimlarni ikkiga bo`lishingizga ruhsat etmaydi.

Meni tanishim Syuzen Jorj bilan birga yashaydi.Ularni ikkoviyam shifokor.Syuzen endigina universitetni tugatgani uchun uning maoshi oddiy hamshiranikidan ham kam.Jorj esa aksincha allaqachon o`z mavqeini tiklab olgan va daromadi juda yahshi.

Ular birgalikda haqqi deyarli to`lab bo`lingan shahsiy uyda yashashadi. Shunga qaramay Jorj qizga har oyda ijara haqqi sifatida yahshiina pul to`lashini talb etadi. Ular hamma harajatlarni teng ikkiga bo`lishadi, elektrga, gazga, suvga va oziq ovqatga. Bitta narsagagina butunlay Syuzeni o`zi to`laydi bu mushukni ozuqasi. Ahir mushuk Syuzenga tegishlida.

Maftunkorlik omili 84

Agar erkak unga boqimanda bo`lishuinguzdan qattiq tashvishlanayotgan bo`lsa, demak u sizni unchalik qattiq sevmaydi va o`rtangizdagi munosabat u uchun bir chaqalik qimmatga ega emas

Shuningdek Jorjning daromadi yiligi to`rt million, Syuzeni ortirgan barcha puli talabalik kreditini to`lashga ketardi. Oiladagi kirim va chiqimni taqqoslang

•Yigitni daromadi 500 000$

•Qizning daromadi 25 000$

•Ikkoviyam kvartiraga 25 000$

•Aytgancha mushuk tekinga yashaydi.

Ahamiyat bering Jorj Syuzendan yigirma baravar ko`p daromad qiladi, shunga qaram bir hil 25 000$ ijara haqi to`lashni adolatdan deb biladi.Kamiga qizning ijara haqqi sifatida to`lagan pullari uni uyini kreditini to`lashga ketadi. Bu misoldan nimaga amin bo`ldik? Malumotli, ajoyib Syuzendek qizni juda "Yahshi qiz" ekaniga.

Har qanday munosabatning iqtisodiy jihati avval boshdanoq aniqlab olinishi kerak. Juftlarning hech biri moddiy og`irlikni ko`tarishga o`zini majbur deb bilmasligi zarur.Agar u teatrga qimmat bilet sotib olgan bo`lsa,sizlarda esa kechki ovqatga

restoranga borishga vaqt yo`q, chunki u ishda ushlanib qoladi. Darhol hitoy oshhonasidan kechlik buyurtiring va uni kelishiga isitib turing. Agar u sizni restoranga taklif qilsa ertasiga siz kinoga chipta olib uni o`z g`amhorligingiz bilan hayron qoldiring.

U sizni uchrashuvga taklif qilsayu, qaerga boorish, vaqtni qanday o`tkazish rejasini tuzishni sizga qoldirsa, faqat o`z didngizdan kelib chiqmay uni ham fikri bilan qiziqing. Meni dugonam Linda yigit uni teatrga taklif qilishini so`rab turib oldi.Uni yigiti Benni esa haqiqiy erkak , u balet va dramaga toqat qilolmaydi. Ammo Linda faqat teatrga borishni istaydi. Voqeani Benni shunday tasvirlaydi: " Men o`z kredit kartamni unga berdim.U ikkita bilet sotib oldi, va meni kiyishim uchun smoking ijaraga oldi.Keyin menga kichkina binokl bilan uzun ruchka berishdi. Bu meni erkaklik hammiyatimga urilgan shapati edi.Men o`zim bilan shunday narsa sodir bo`layotganiga ishonolmasdim. Spektakl tugashini daqiqa sanab kuttim. Bu kredit kartamni Lindaga birinchi va ohirgi martta berishim edi."

Agar u sizni biror yoqqa sayohatga taklif etsa, maqsadga muvofiq ish ko`ring. Barcha harajatlarni u ko`taradigan bo`lsayu sizga mehmonhonani rezrv qilishni sizga ishonib topshirgan bo`lsa,narhi navoni aniqlang va unga ma`lumot bering. Erkaklar hamma narsani o`zlari hal qilishni istashadi. Fikrini inobatga olinishi ularga yoqadi.Agar u sizni sayohatga taklif qilsa siz nomerga nonushta buyurtma qilib uni hursand qiling. Yoki uni kechki ovqatga taklif eting. Agar janubga ketyotgan bo`lsangiz yorqin rangli ko`ylak sovg`a qiling, shimolga bo`lsa issiq sviter. Shu tarzda uni sizga berayotgan sovg`alarini qadrlashingizni bildirib qo`yasiz. Erkaklar ham huddi ayollar kabi shunday bo`lishi kerakdek qabul qilnishni istashmaydi.

Erkaklar sovg`asiga ham shu tarzda mnosabatda bo`lish kerak. U sovg`a berganda hattoki mutlaqo didsizlarcha tanlangan bo`lsada, zavq va quvonchni namoyon eting: "Menga biram yoqdiki!" Meni bir dugonamni eri aqli past o`smir qizchalargina kiyadigan, bema`ni surat solingan futbolka sovg`a qildi. Futbolkani rasvoligiga qaramay erni ko`ngilini ko`tarish uchun dugonam uni uyda kiyib yurdi.

Juda yahshi ayollar ko`p narsa berib yuborib hato qilishadi.Ularni fojeasi aynan shunda.Juda yahshi ayol erkakni unga muhtoj ekanini sezishi bilan qizil hoch jamiyatining misisoneri kabi yordamga oshiqadi. U ko`r ko`rona beraveradi beraveradi.

Ebbi italyan Frankoga unga green karta olishiga yordam berish uchun turmushga chiqdi. Nikohni taraddudi vaqtida u o`zini qizni sevib qolgandek ko`rsatdi. Qiz

vegetarian bo`lgani uchun u ham go`sht yeishga chek qo`yidi va sabzovotlarga o`tdi. Unu chang`I uchushga qiziqishini bilib, chang`I uchushga olib bordi. Uni hudojo`yligini anglab o`ziniyam shunday ekanligini aytdi.Nikohni haqiqiyligini aniqlash uchun juftlardan olinadigan intervyudan muvafaqiyatli o`tkan Franko nihoyat green kartalik bo`ldi. Shu kunni ertasigayoq u yuklarini yig`diyu "Chao" deb jo`nab qoldi. Qiz bu nikohda hatto unashtiruv uzugiga ham ega bo`lmadi, ammo u bilan ajrashish uchun anchagina to`lovlarni to`lashiga to`gri keldi.

Yana shunday ayollarni ko`rdimki ular juda yahshi va erkaklarga qarz berishga doim tayyor. Odatda bu ayollar pullarni bekorga sarf qiladigan ayollar emas, qaytaga tejamkor. Ammo o`z avtomobili doimiy ta`miridan pulni qissa-da, er o`z mashinasiga sterio magnitofon olishi uchun qarz beradi. Ho`sh qarz berishning qoidasi qanday? Qarz bermaslik!

O`zbek erkakgi bo`la turib elikka elik deyaptimi? Unda bu odamni oldida qolishga hojat yo`q.

Maftunkorlik omili 85

Yagona qobiliyat odamlarni o`zlarini hurmat qilishlarini namoyish etadi. Bu o`z muammolarini mustaqil hal eta olish qobiliyatidir

Yomon qiz bahil emas, u shunchaki boshqalar buni hisobiga yashashiga ruhsat bermaydi. Erkak undan foydalanib laqillatib ketishiga yo`l qo`ymaydi.Ha boshqalar senga qanday munosabatda bo`lishlarini istasang sen ham ularga shunday munosabatda bo`l. Bu tog`ri albatta. Ammo huddi ana shuni erkak kishidan kutishga ham haqqingiz bor. Yomon qiz hech qachon erkak uni boshqa boradigan joyi yo`q bo`lgani uchungina u bilan deb o`ylashiga yo`l qo`ymaydi. Uning iqtisodiy qaram emasligi bordiyu er o`zini risoladagidek tutmasa, ayol u bilan qolmasligini doimo erkakka eslatib turadi. Shuning uchun ham munosabat o`zaro hurmatga asoslangan va har ikkoviga ham quvonch beradi.

9 Bob

Qanday qilib hayotga romantikani qaytarish mumkin

Qanday qilib yurakka qayta o`t yoqish mumkin

Tenglik bu erkak bilan teng bo`lish emas, balki erkakka qanday munosabatda bo`lsa o`ziga ham huddi shunday munosabat qilish demakdir.   Marlo Tomas

1 bosqich

Undan sizga e`tibor qilishini so`rash o`rniga , o`zingizga o`zingiz e`tibor qarating

Erkaklarni mustaqil ayollarda eng ko`p maftun qiladigan jihat bu ularning erkaklardan mustaqilligidir. Erkak bunday ayolni o`ziga teng juft deb his etadi. U erkakni deb o`z qiziqish va kundalik mashg`ulotlaridan voz kechganida, sekin asta erkakka yoqmay boradi. U ayolni taqdirning mukofoti emas balki ortiqcha yuk deb qarashni boshlaydi.

O`chib qolgan ehtirosni qaytarish uchun ayol eng avvalo o`ziga e`tibor qaratishi kerak.

U o`ziga erkakdan ham boshqa qiziqroq mashg`ulot topishi kerak. Erkaklarga hamisha o`z qiziqishlari va mashg`ulotlari bor bo`lgan ayollar yoqadi. Shunda erkaklar ayol bilan vaqt o`tkazishga o`zlarini majbur deb his etmaydilar chunki uni mashg`ul bo`ladigan o`z qiziqishlari bor.

Matunkorlik omili 86

Siz qanchalik erkakka bog`liq bo`lmasangiz, u shunchalik ko`p sizga qiziqadi.

Quyidagi hikoya orqali siz buni yahshiroq tushinib olasiz. Rob yoqimtoy, omadli erkak. U har qanday ayolni ham es hushini o`qirlay oladi. Bu yigit soddagina didsiz bir qiz bilan qiziqib qoldi. Laura unit a`rifi bilan aytganda “Urfdan qolgan kompyuter qurti”. U uzun burmali yubka va oq koftada yurardi. Bir necha uchrashuvdan keyin Rob uni dengiz sayohatiga taklif qildi. U qiz bilan o`zini juda dadil his qildi va unga qanday hursandchilik qilish kerakligini bir ko`rsatib qo`ymoqchi bo`ldi. U qizga yangi dunyoni ochishni istardi.

Laura esa bora olmasligini aytdi. Nega? Chunki u elim idishlarni sotish maqsadida uyushtiriladigan ziyofatni rejalab qo`ygan ekan. Rob keyin nima bo`lgani haqida hikoya qilib berdi: "Men uni fikridan qaytib qolar deb o`yladim.Nihoyat sayohatga bir o`zim ketdim va bir kun o`tmay  u nima shug`ullanayotganini ko`rish uchun qaytib keldim. Men uni boshqa bir erkak bilan birgaligiga ishonchim komil edi, ammo  buni o`z ko`zim bilan ko`rishni istardim"

Rob qaytib keldi va ziyofat belgilangan shanba kuni kutdi. U Lauranikiga kutilmaganda ogohlantirishsiz kelaverdi, va uni uyi qizlar bilan to`laligini ko`rdi.

Laura uni ko`rib juda hursand bo`ldi va uyga kirishga taklif etdi va konservalangan baliqdan tayorlangan sendvich bilan mehmon qildi. Ayni vaqtda Rob Bagama orollarida lobster va dengiz mahsulotlaridan tanavul qilib, istagan go`zal ayoli og`ushida bo`lishi mumkin edi. Buni o`rniga unga tish kavlagich suqilgan yupqagina sendvich taklif qilishdi. U Las vegas uslubidagi birinchi klass shou o`rniga, magnitofonda kantra uslubida musiqa eshitaypti.

Rob haliyam bu narsa u bilan sodir bo`lganiga ishonolmasdi. : "Atrofimda elim likop tutgan bir to`da qiz. Arzon qahvadan ho`plab bu yerda qilayotgan ishimdan hayratlanardim"

Laura hiyla ishlatdimi? Mutlaqo yo`q. U shunchaki o`z rqiziqishlaridan voq kechmadi va o`z rejalarini yigit aytmoqchi "afzallaroq taklifni" deb o`zgartirmadi. Hammadan ham Robni hayratlantirgan narsa uning o`z rejasi yigitni rejasidan ahamiyatliroq edi. Rob aytadi : "Shu daqiqadan boshlab men uni telbalarcha sevib qoldim" Bir qarashda mutlaqo mos bo`lmagan bu yigit –qiz , ideal juftlikka aylandi.

Rob bisotidagi eng pand bermaydigan usul bilan Laurani hayratda qoldirmoqchi edi, ammo u bundan umuman ta`sirlanmadi. Yomon qizdan farqli o`laroq yahshi qizda taasurot qoldirish juda oson. Uni munosabat qurish va mustahkamlash istagi shunchalik ochiq oydinki, natijada erkakda salbiy ta`sir uyg`otadi.

Maftunkorlik omili 87

Agar siz nimagadir erishish istagingizni ochiq namyon etsangiz, atrofdagilarni burningiz tagida tinmay sabzi o`ynatgisi kelib qoladi.

O`z hayotingizni o`z qo`lingizga olishingiz sizga ishonch va toqatni beradi.Hotirjam holatda birovga bo`gliq bo`lish odamni hayoliga ham kelmaydi. Siz ortiq tobe bo`lib ko`rinmaysiz va bu darhol munosabatingiz dinamikasini o`zgartiradi.

Agar siz yoqolgan romantikaga yangi hayot bermoqchi bo`lsangiz, erkak bilan uchrashishdan avval qanday mashg`ulotlar bilan shug`ullangan bo`lsangiz shular bilan shug`gulanishni davom etirishingiz zarur. Siz avvaldan rejalangan ishni deb u bilan uchrashishdan voz kechsangiz u darhol bu o`zgarishni payqaydi. Bundan u havotirga tushadi va qiziqsinib qoladi, sizga esa aynan shu kerak.

Ayniqsa bu qiziqish juda oddiy va kundalik mashg`ulotga o`hshasa uning hayrati yanada ortadi. Bu mashgulotlar to`qish, bog`bonchilik, kulolchilik kabi. Erkakning kibri ishonolmay qoladi, nima undan qandaydir switer, tuvakdagi o`simlik yoki sopol ko`za afzal bo`ldimi?

Agar siz nimani tanlashingizdan qatiy nazar, erkakdan boshqa nimagadir ehtiros bilan munosabtada bo`lsangiz, uni sizga bo`lgan ehtirosi har doimgidan ham kuchliroq bo`ladi. Bunga  kafolat beraman. Siz  ilk tanishgan vaqtlaringizdagi savolni o`ziga qayta beradi: “ Men bilan vaqt o`tkazish o`rniga, nimaligidan qatiy nazar u qanday qilib boshqa ish bilan mashg`ul bo`ladi?”

Agar ayol faqatgina u bilan birga vaqt o`tkazay deb barcha ishlarini tashlamasa, shunda erkak uni o`ziga ishongan va mag`rur ekanini tushunadi.  Va bu unga sizni qatiyatli ekaningizni eslatib turadi, shunda uni sizni izingizdan yurishdan boshqa yo`li qolmaydi.

2Bosqich

<u>Hayotingizni o`zgartiring</u>

Yoringiz ko`ngliga o`t yoqishni istasangiz , siz u ko`nikkan va turmush tarziga aylanib ulgurgan odatlaringizni o`zgartirishingiz kerak. Munosabatda turg`unlik paydo bo`lganda, kundalik hayot avvaldan aytish mumkin bo`lgan zerikarli filmga aylanib qoladi. Shunda erkak “avtoboshqaruvga” ga o`tadi.Yani uni ongi mudray boshlaydi, chunki siz uni ortiq fikrlashga rag`bat qilmaypsiz. Demak yangi  uni qiziqtruvchi omil o`ylab topish kerak, shunday emasmi?

Harri Turmen aytganidek “Agar ishontira olmasangiz, chalg`iting”. Qanday qilib? Odatiy tartibni mutlaqo o`zgartirib.Bundan jahlingiz chiqmasin, va unga shikoyat ham qilib

yurmang. U bilan doimiy ko`rishish  o`rniga , uchrashuvlaringizni tasodifga aylantiring. Tasodifning ma`nosi, erkak kelasi safar sizni qachon ko`rishini yoki qachon qo`ng`iroq qilishingizni oldidan aytib bera olmasin.

Maftunkorlik omili 88

Odatdagi hatti haraktingizni o`zgartirib, aniq vaqtda kutilgan joyda bo`lmaganingiz tufayli yoringizni esankiratib qolyasiz. Erkaklarga gap ta`sir qilmaydi. Ularga aloqaning yo`qligi ta`sir qiladi.

Hoh uchrashayotgan bo`ling hoh turmush qurgan  farqi yo`q bu qoida birdek ishlaydi. Agar munosabatga romantikani qaytarmoqchi bo`lsangiz,  o`zingiz tushib qolgan qolipni o`zgartiring. Agar yoringiz nimagadir ko`nikib qolgan bo`lsa, uni qarama qarshisiga dadil o`zgartiring. Yolg`iz ayollar o`z rejalarini erkakning qo`ng`irog`iga asoslanib tuzishadi. Oilalali ayollar  ko`pincha erini ishdan kelishini kutib o`tirishadi. Yolg`iziyam oilalsi ham bir hil sabrsizlik bilan qo`ng`iroq kutishadi.

Treysi eri bilan munosabati qolipini o`zgartirishga qaror qilib, bundan yahshi natijaga erishdi. Treysi eri uni payqamay, pisand qilmay qo`yganini his etdi. U tez tez hizmat safariga ketardi, Treysi esa erini qo`ng`irog`ini tuni bilan kutishiga tog`ri kelardi.Hatto shuni deb o`z rejalarini o`zgartirishiga ham to`g`ri keldi. Bora bora hotiniga qo`ng`iroq qilish Allenga malol kela boshladi, u o`zini huddi nazorat ostidadek his eta boshladi. U odatda ishdan keyingi vaqtda qo`ng`iroq qilar, tezgina suhbatlashib keyin hamkasblari bilan  biror yoqqa ketardi. Hotin esa bu vaqtni o`tkazib yubormaslik uchun uyga shoshardi.

Treysi bu tartibni o`zgartirishga qaror qildi. Qanday? U shunchaki erini qo`ng`irog`ini kutmay qo`ydi. Allen keyingi biznes safariga jo`nab ketayorganida unga "Yetib borishing bilan qongiroq qil" demadi. Er safardalik paytida uning qo`ng`iroqlarining yarmiga u javob berdi qolganlarida esa u uyda yo`qligi uchun bog`lanishni imkoni bo`lmadi. U fursatdan foydalanib anchadan beri ko`rishmagan dugonalarini barchasi bilan uchrashib chiqdi, va erni qong`irog`ini kutish uchun uyga oshiqmadi.

Treysi uyda bo`lmagan birinchi oqshomdayoq er havotirga tushdi. Uni hatti harakati mutlaqo o`zgardi. U odatdagidek 7.30 da qong`iroq qildi,keyin 8 da, yana 8.30 da, keyin 9 da va 10 .30 ichimlik ichish uchun barga  birrov tushdi va yana qo`ng`iroq qilish uchun honasiga qaytdi. Treysi soat 10 59 uyga kirib keldi roppa rossa 11 da esa telefon

qo`ng`irog`I jiringladi. Hotin bilan gaplashish uchun ancha ter to`kkan Allen uni ovozini eshitishdan bahtiyor edi. Treysi ham hursand bo`ldi, ayniqsa avtojavobergichda 9 raqamini ko`rganda. (Bu qo`ng`iroqlarning 6 tasi eridan edi) Shu tunda har ikkovi baht hissini tuyib uyquga ketdi.

Allen nega to`satdan hotini sog`inib qoldi? Chunki endi Treysining munosabatlardan tashqarida ham o`z hayoti bor edi.

Hech qachon o`z hayotingiz bilan yashashni to`htatmang. O`quv kurslariga boring, o`z sevimli mashg`ulotingizga vaqt ajrating, yaqinlariz do`stlaringiz bilan uchrashing. Siz o`z qiziqishlaringiz borligi uchun ham qiziqarlisiz.

Bularning bari sizni shahs sifatida tashkil etadi. U bilanmi yoki u sizmi bahtiyor ekaningiz sizga uni oldida erishilmagan marradek qolishingiz imkonini beradi. Natijada u sizga intilaveradi.

Bunga yorqin misol Ellen oilali ayol, eri uni payqamay qo`ygan. U uyda o`tirib farzand tarbiyasi va uy ishlari bilan band bo`lardi. Har oqshom eri va bolalari uchun kechlik tayyorlardi. Er esa ko`pincha ishda kechgacha ushlanib qolardi. Shuning uchun kechki ovqatga kechikib kelardi. Ellenni tashvishlantiradigan narsa u hecham erini qachon qaytishini bilmasdi. U kechikkanda ogohlantirib qo`ymasdi. Vaqtini aniq bilmagani uchun Ellen ovqatni uch martta qayta isitgan paytlari ham bo`lgan.

Ellen hamisha : Bolalar sen bilan ovqatlanishni istaydi,Sidney." deb kuyinardi. Erni kechikishlari davom etaverdi.

Barcha yahshi ayollar singari Ellen ham sabr toqatli edi. Yomon qiz darrov kechki ovqat ruhini o`zgartirgan bo`lardi.U oylab o`tirmasdan bu odatga barham berardi. U biror holi vaqtni topib eriga : "Bilasizmi azizim menimcha siz butun hafta davomida ishdan kech qaytayapsiz. Shu sabalbi sizga kechki ovqat tayorlamayman. Bollardan nimadir qolsa muzlatgichdan toparsiz. Ammo siz yo`l yo`lakay nimadir tamadi qilib kelsangiz menga qulayroq bo`lardi"

Bir necha kun er shunday ham qilardi. Bir kun qovurilgan jo`ja olib kelar. Boshqa kuni qandolat do`koniga kirar. Buterbrod va kolbasadan keyin u jig`ildon qaynashga qarshi dorini ko`proq olishiga tog`ri kelardi. O`ylaymanki u juda tez ishda ushlanib qolish muammosini hal qilar va kechki ovqatga o`z vaqtida tashrif buyuradigan b`olardi.

Sendi ismli bir ayol eri uni qanday ranjitgani haqida aytib berdi. Er hotini pisand qilmay, uyda bor yo`qligini sezmay qo`ygandi.U eriga ovqatni tayyorlab dasturhon tuzadi va oshhona polini artishga tushib ketdi. Er ovqat chaynab turib : " Men ovqat yeayotganimda polni yuvmay tura olasanmi. Bu meni asabimga tegayapti.Men hozir tugatamanu chiqib ketaman." Bu gapi uchun Sendi erini bo`g`ib qo`yishiga sal qoldi.

Hafta ohirigacha Sendi achiqlanib yurdi. Er bilan juda sovuq muomalada bo`lardi. Erning : "Nima bo`ldi? Degan savoli ygirma martta aytilgandan so`ng u hohlar hohlamay javob berdi. Bir hafta ichida u "ishchi asalaridan" "malikaga" aylandi.

Nihoyat Sendi o`z kun tartibidagi masalalarni bayon etdi. Eng avvalo unga uy ishlarini qilishda yordamchi kerak edi. Undan tashqari uyda ovqatlanish tartibiga ham biroz o`zgartirish kiritsh kerakligini aytdi. Avvalari uni eri Ueyd bir o`zi ovqatlanardi, u kelib o`tirguncha turib ketardi. Shunday ekan agar u ikki kishiga ovqat tayorlab o`tirish niyati yo`qligini aytdi. Ular avvalari, hatto qimmat bo`lmagan joylar bo`lsada, biror restoranda ovqatlanishmasdi. Uyda hizmatchi bo`lar ekan ikkovlari hech bo`lmasa haftada bir martta tashqarida ovqatlanishlari mumkin.

Yuqoridagi ikkala misolda ham ayollar kechki ovqat masalasiga o`zgartirish kiritishdi. Bu bilan o`z turmush o`rtoqlariga ular ham nimanidir yo`qotishi mumkinligi gap so`zsiz tushuntirib qo`yishdi. Ayollarning hatti harakati: "Yo bizni ehtiyojlarimiz hurmat qilinadi va biz kelishib olamiz yoki bu masalni butunlay yopamiz" (va siz kechki ovqatsiz qolasiz)

Maftunkorlik omili 89

Hech qachon yomon hulqni rag`batlantirmang.

Ko`pchilik ayollar erga g`amho`rlik qilib, hatto u ayolni hizmatini tabiy holdek qabul qilganiga qaramay aylanib o`rgilaverib hatoga yo`l qo`yishadi. Menga yaqindagina radio muloqotga qo`ng`iroq qilgan Lori bunga ajoyib misol bo`lishi mumkin. Laura yolg`iz ona,daromadi ham uncha ko`p emas. U sevgan insoni uchun ,sevishganlar kuniga yurak shaklida tort pishiraman deb, yuraknusha qolipni butun shahar bo`ylab ikki kun qidirdi.

Oddiy savol yuzaga keladi: Erkak tortni yurak shaklida ekanini sezarmikin?

U g`ildirak yoki boshqaruv pulti shaklidagi tortni afzal bilgan bo`lardi. Siz do`kondan tayyor futbol timsoli bilan yasatilgan tort sotib olsangiz ham yahshi bo`lardi ahir sevishganlar kuni ayanan super kubok o`yinlari kuniga to`gri keladi. Keyin undagi mitti futbolistlarni sug`urib olib o`rniga qing`ir qiyshiq qilib "Sevishganlar kuni bilan" deb yozishingiz mumkin. Siz qancha vaqt tejaganingizni tassavvur qilaypsizmi?Ikki kun va yigirma minut bir taqqoslab ko`ringchi.

Hizmatlari tabiy holdek qabul qilinib pisand qilinmayotgan ayol, jurnalalrdagi maslahatlarni mutlaqo unutishi kerak. Ha erkaklar ko`p ta`kidlashganidek ularning yuragiga yo`l oshqozondan boshlanadi. Ammo bu sizga shu oshqozonga tushadigan ovqatni pishirishingiz majburiyatini yuklamaydi.Sizda tabiy savol tug`iladi : Unda kim ovqat pishirishi kerak? Javob variantlar ko`p.

Siz restoranda ovqat buyurtirishingiz mumkin. Balki yo`l yo`lakay biror yegulik harid qilarsiz. Yoringiz sizni biror joyga taklif qilishi mumkin. Uni o`zi kabob tayyorlashi mumkin. Bunday u qanday rohatlanishini ham bir tasavur qilib ko`ringa. U grilda kotletlarni pishirishi ham mumkin. Grill qanchalik katta bo`lsa u o`zini shunchalik qudratli his etadi.

Agar yoringiz sizni grilda tayyorlangan ovqat bilan mehmon qilishni istasa rad etmang. U ovqat tayorlagunicha siz etiket qoidalariga ko`ra dasturhon tuzashingiz mumkin. Ikkita qog`oz likop va ikkita elim stakan qo`ying. Plastmas sanchqi va pichoq ham yoddan chiqmasin. Hech qanday dasturhonga o`rin yo`q faqat ikki dona qogoz sochik kifoya.

Erkak kishiga oshhonada o`z mahoratini ko`rsatishiga imkon berishga hech qachon juda erta bo`lmaydi. Xilma-xillik bo`lishi uchun ertasiga siz ham biror narsa pishirishingiz mumkin. Shu tarzda odatlar tartibi shakllanadi

"bahtiyor ugurdak"ka aylanishga urinmang. O`z ihtiyoringiz va mamnuniyat bilan uni hizmatkoriga aylanishingizni u qadrlamaydi. Ammo uni sizga nisbatan qilgan har bir yahshiligi uchun minnatdorchilik bildirsangiz, unga qilgan arzimagan hizmatingiz ham buyuk iltifot deb qabul qiladi.

Maftunkorlik omili 90

Uni konglini olaman deb haddan ortiq jon kuyidiradigan ayolni erkak hurmat qilmaydi

Zerikarli turmush tarziga aylanib qolgan odatlarni o`zgartirish uchun ba`zida kechlki ovqat ritualini o`zgartirishni o`zi kifoya qiladi, boshqa hollarda uchrashuv vaqtini o`zgartirish kerak.

Anita kollej talabasi o`z tajribasi misolida agar ayol erkak bilan munosabatlari huddi tabiy holatdek qabul qilinishni boshlaganiga e`tibor bermasa qanday oqibatlarga olib kelishi mumkinligini ko`rsatib berdi. Sizni pisand qilinmasligingizni birinchi belgisi bu kuttirish.

Anita munosabatlarida zerikarli turg`unlik qanday shakllangani haqida shunday deydi: " Men yigitim Deyv bilan haftada bir necha bor uchrashardik. Mashg`ulotlarim tugagandan so`ng soat to`rtlarda u meni qo`l telefonimga qo`ng`iroq qilar va biz qaerda uchrashishimizni kelishib olardik. Bora bora u kechroq qo`ng`iroq qiladigan bo`ldi.Men bugun nima bo`lishini bilmasdan uni qo`ng`irog`ini kutib hunob bo`lardim. Men rejalashtirgan ishlarimni ko`pini bekor qilishga majbur bo`lardim chunki u menga istalgan vaqt qo`ng`iroq qilib qolishi mumkin edida.

Anitaga o`hshagan ayollar nuqul shunday vaziyatga tushib qolishadi chunki ular kutishga tayyor. Erkak kishi kutayotganingizni anglashi bilan sizni abadiy kutishga majbur qiladi. Ayni vaqtda bunday ko`nikmaga chek qo`yish kerak.

Anitaning vaziyatida yechim aniq. U oqshomni o`ziga qulay tarzda rejalashi kerak, va har doim ham yigit chaqirganda labbay deb yetib borish shart emas. Bu uni ertaroq qo`ng`iroq qilishga majbur etadi.

Shunchaki undan so`rash kerak: "Nima deb o`ylaysan biz qachon uchrasha olamiz? Daeyv javob beradi :"ertaga bo`shashim bilan senga qo`ng`rioq qilaman." Ana shu joyda rozi bo`lish mutlaqo mumkin emas. Shunchaki unga ayting: " Meni topa olamsliging mumkin va oqshomingni buzgim ham yo`q. Kel yahshisi aniq vaqtni kelishib olamiz"

Mayli u belgilagan vaqt kech bo`lsin ammo aniq bo`lsin. Muhimi siz ertangi uchrashuv vaqtini aniq biling. Agar u kechroq qo`ng`riq qilib aytish fikrida turib olsa siz qo`l telefoningiz ishlamayotgani, peydjer yo`qolgani va ish vaqtida shahsiy qo`ngiroqlarni qabul qila olmasligingizni bahona qiling.

Maftunkorlik omili 91

Agar u uchrashuv vaqtini aniq belgilamasa , uchrashuvga rozi bo`lmang.

Ba`zida erkaklar do`stlarini bahona qilishadi. Agar siz : "Do`stim ertaga kelayapti.Men uni yuz yildan beri ko`rmadim,bilmadim u yana qancha vaqt shaharda bo`ladi.Men uni ko`chada qoldirgim kelmayapti" kabilarni eshitsangiz, oddiygina : "Hammasi joyida. Vaqtingizni hush otkazinglar" Keyin esa boshqa bir payt ham uchrasha olishingiz mumkinligini ayting. Unutmang erkaklarga sizni nimadir deyishingiz emas balki hech narsa demasligingiz ta`sir qiladi.

Bordiyu o`zingizni boshqacha tutsangiz uni qo`ng`irog`ini ikki soatlab kutishingizga to`g`ri keladi.Siz esa bu ikki soatni biror foydali mashg`ulotga bag`ishlashingiz mumkin edi. Ko`pchilik yolg`iz onalar, ishlaydigan ayollar va talabalarga ikki soat uchun yetarli yumush topiladi. Shunga qaramay ular bu ikki soatni behudaga sarflashadi.

Endi o`zgartirishlar kiritishni boshlaymiz. Agar unga kuniga ikki martadan qo`ng`iroq qilsangizu u sizni ovozingizni eshitishdan unchalik mamnun bo`lmasa,qo`ng`iroqlarni kamaytiring. Agar avvalari dam olish kunlarini birga o`tkazadigan bo`lsangiz, uchrashuvlarni ish kuniga ko`chiring. Bu hafta u bilan seshanba va jumada uchrasha olasiz. Kelasi hafta esa balki payshanba va shanbadir.

Men bahtli turmush qurgan bir ayolni bilaman. Margaret o`zini bahtli munosabat sirlarini biz bilan bo`lishdi. "Turmush o`rtog`im mendan biroz ozini chetga olayotganini sezib qolsam, dam olish kunlarini do`stlarim yoki qarindoshlarim davrasida o`tkazish uchun jo`nab ketaman. Payshanbada unga juma kech yo`lga chiqib yakshanbada uyga qaytishimni aytaman. Men qaerda ekanimni aytib qo`yish uchun unga bir ikki marta qo`hg`iroq qilishim mumkin. Meni bu usulim hecham pand bermagan. Qaytganimni u meni oshiq yigitchadek kutib oladi"

Munosabatlar reabilitatsiyasiga oid yana bir nechta tavsiyalar:

•Agar siz qachon uyga qaytishini bilish uchun uni ishhonasiga qo`ng`iroq qiladigan bo`lsangiz, ba`zida uni kelishiga uydan chiqib keting

• Yoringizga kuningizni har bir daqiqasini qanday o`tganini aytib bermang

•U qo`l telefoningizga qo`ng`iroq qilsa, har doim ham javob beravermang

•Agar u sms yuborsa o`ttiz sekund otmay qo`ng`iroq qilmang, yoki umuman qo`ng`iroq qilmang.  Borgan joyingizdan emas Uyga qaytgandan keyingina unga nega qo`ng`iroq qilganini bilish uchun uy telefonidan qo`ng`iroq qiling.

•Agar u sizga qo`ng`iroq qilsa hamma ishni tashlab telefonga chopmang. Juda zaril bo`lsa sms yuborar. Agar bungaym ko`nglingiz bo`lmasa qo`ng`iroqqa javob berib, hozir gaplasha olmasligingizni ayting.

•Agar siz telefonga bo`g`lanib qolgan va har daqiqiada undan habar yoqmi deb avtojavobergichni tekshirayotgan bo`lsangiz,sizga telefonni mutlaqo o`chirishni maslahat beraman. Chalg`ish uchun biror film ko`ring yoki kitob o`qing.

•Agar birga yashasangiz, ko`ngil yozish uchun biror yoqqa keting. U kutganidan ikki soat kechroq uyga qayting. Agar u sizni qaytish vaqitngizni aniq bilsa biroz kechiking.

•Agar erkak o`z ayolini qayerda ekanini bilamsa izlashga tushadi. Ular tabiatan ovchi. U sizni izingizga tushadi.Ular o`zlariga tegishli narsalarni ya`ni ayolarni himoya qilishga o`rganib qolishgan. Agar siz uni ko`nglini olish uchun urinaversangiz, uni sizdan k`ongli to`q bo`ladi. Demakki u sizdan ortiq hech narsa hohlamydi.

Maftunkorlik omili 92

Sizda bo`layotgan o`zgarishlar uni siz haqingizda o`ylab bosh qotirishga majbur etadi, Natijada siz u uchun yana yechilmagan jumboqqa aylanasiz.

3 Bosqich

Yumor hissingizni qaytaring

Odatda yumor hissi yo`qolishi ayol erkakka emotsional tobe bo`lib qolganda , va boshi bilan uning hayotiga sho`ngida ketganda ro`y beradi. U munosabatdan ko`ngli to`lmaydigan narsalarni deb tez tez hafa bo`ladi.

Yumor hissi – jinsiy mayl bilan bog`liq sifat.Erkaklar bu haqida hecham gapirishmaydi, ammo u yo`qolib qolsa darrow payqashadi. Endi tanishgan vaqtlaringizda tez tez hazillashar va zukkoligingiz bilan uni hayratlantirardingiz. Sizda sirlilik yo`qolganda u bilan birga yumor hissi ham yo`qoladi.

U haddan oshganda joyiga qo`yish va uni tiyishni eng samarali yo`li bu yumordir. Siz hazil huzul bilan o`zingizni unga tobe emasligingizni ko`rsatasiz. Bu juda muhim shahs harakteristikasidir. Yumor sizni bahtyor va hayotdan mamnun ekaningizdan darak beradi. Erkak sizni mustaqil ekaningizni anglaydi. Maqsad uni kuldirish emas. Chunki uni kuldirish uchun ho`p uringaningizni tushunadida.

MAftunkorlik omili93

Kulishni boshlashingiz bilan sog`ayishni ham boshlaysiz.

Yumor sizni erkin fikrlashingizdan darak beradi. Siz atrofingizda bo`layotgan hodisalar haqida nafaqat o`ylay, balki ularni ustidan kula olasiz ham. Agar yoringiz bilan so`z o`yini qilsangiz u hecham sizni o`ziga tobe deb his eta olmaydi.

Erkak ayolni hafa qilib keyin uni qanday ta`sirlanishini tekshirib ko`radi. Yumor hissi bilan esa bir tomondan haqingizni qoldirmay undan alam olasiz ikkinchidan o`zingizni hafa qildirib qo`ymasligingizni ko`rsatasiz. Misol keltiraman. Meni dugonam bilan ikki martagina uchrashgan yigit uni tirnog`iga surtilgan lakni rangini tanqid qildi. U esa quvnoq ovozda: "Bugun murojaatlar qabul qilinmaydi.ammo sen o`z taklifingni faks orqali jo`natsang, men uni murojaatlar papkasiga tikib qo`yaman" dedi. (Keyin u chiqindi solinadigan idishga ishora qildi.) Bu ikki juftlik haliyam birga, yigit esa dugonamni qattiq sevadi hatto u haliyam o`sha rangdagi lakni surtsada.

Yumor nafaqat vaziyatni yumshatadi, balki ayolni atirgul iforidek namoyon bo`lishiga yordam beradi. Agar aytilgan gapdan hafa bo`lish o`rniga o`z ustingizdan o`zingiz kula olsangiz u sizga yanada hurmat bilan munosabatda bo`ladi.Bu bilan siz o`zingizga bo`lgan ishonchni namoyish etasiz. Masalan er hotinini mashina to`htash joyiga mashinasini qanday qo`yishini aytib kulyapti. Odatda erkaklar bunday tur hazillar qilishganida o`zlarini kuchliroq his etishadi.Shunda ayol ham buni ko`ngliga olmay, o`z hatolarini ham ustidan kula olsa, bu erkakka hafa bo`lganidan ko`ra ko`proq yoqadi.

Nima kiyganingiz muhim emas, mayli egningizdagi kartoshkadan hozirgina yechilgan qop bo`lsin. Yumor hissi sizni erkakka ehtirosli qilib ko`rsatadi,buni hatto qora ich kiyim ham bera olmaydi. Har bir hatti harakatiga qo`llab quvvatlash izlaydigan ayoldan ko`ra o`z ustidan o`zi kula oladigan ayollar erkaklarga ko`proq yoqadi.

Omadli siyosatchilar yumordan qanday foydalanish kerakligini yahshi bilishadi. U orqali odamlar yuragiga yo`l topishadi,va saylovchilarga o`ziga ishongan odam bo`lib ko`rinishadi.Ronald Reygan saylovoldi kompaniyasi olib borayotganda , debatlardan birida, unga shu yoshda bunday katta lavozim og`irlik qilmasmikin qabilida savol berishdi. Shunda u: "Men siyosiy mavqeimni yoshlikka va o`z raqibimni tajribasizligiga qarshi ishlatmayman."

Erkak kishini yuragida hamisha sizga nisbatan ehtiros bo`lsin desangiz, u bilan hazillashib turing. Aga u sizga biror ranjitadigan gap aytsa "Seni bitta oyog`ini sindiraymi yo bir yo`la ikkovinimi?" deb javob bering.

Meni Darla ismli dugonamni eri juda ivirsiq edi.Ammo ular yotoqda bir birga juda mutanosib. Kechki ovqatni yeb bo`lib er yotoqqa kirishni istardi, ammo Darla idishlarni yuvishga kirishdi, va eriga hazilomuz : "Idish yuvishga qancha ko`p vaqtim ketsa, bir birimizga shuncha kam vaqt qoladi"dedi. Shu zahotiyoq unga harakatchan yordamchi topildi.

Maftunkorlik omili 94

Jiddiy qiyofadan ko`ra yumor hissi bilan ko`proq narsaga erishishingiz mumkin

Yoringiz hamisha sizni kuzatadi.U hayotingizni qanday izga solayotganingizni kuzatadi. U jigi`ngizga tekkanida qanday javob berishingiz , u yoki boshqalar tomonidan tanqidga uchraganingizda qanday holatga tushishingizni kuzatadi. U sizni hamisha sinaydi , va sizdan nima kutish mumkinligini bilishni istaydi. U sizni mustaqil, usiz ham yashay olishingizni ko`rishni istaydi.

10 Bob

"Yomon qiz"ning yangi , mukammalashgan versiyasi.

Juda yahshi ayollarga yashab qolish bo`yicha yo`riqnoma

Yoringiz yuragidagi eski o`tga cho`g` tashlab turing.Hatto o`zingizni parchalangan

muz bo`lagidek his qilayotgan bo`lsangiz ham. Etel Mermen

Yomon qiz har doim nima hohlashini biladi

“Yomon qiz” aslida siz o`ylaganchalik yomon emas. U qo`pol emas, u shavqatsiz ham emas, eng muhimi u hohlaganiga erishish uchun erni arralamaydi. Uni o`zi emas hatti harakatlari gapiradi. U hunarini faqat kerak vaqtda ishlatadi.Eng muhimi u birovni ko`nglini olish uchun esdan ayrilmaydi. Demak mukammalashgan versiyani ko`rib chiqamiz.

Yomon qiz- boshqa odamni fikrini deb alamidan boshini devorga urmaydi. yahshi biladiku agar kimgadir uni qaysidir ishi yoqmasa bu uni muammosi. Yomon qizga bu qilchayam ta`sir qilmaydi.U boshqalarning o`lchovi bilan yashamaydi, uning o`z hayot standartlari bor. Shuning uchun ham u erkaklarga mutlaqo boshqacha munosabatda bo`ladi.

Yomon qiz o`ziga ham boshqacha munosabatda. U erkakni o`ziga teng raqib deb hisoblaydi.Yahshi qiz bilan gaplashganda erkak o`zini “super og`irvaznli” deb his etadi qizni esa “qush patidek” vaznga ega. O`ziga ishongan ayol ringga chiqib hatto engilsada ammo erkakning hurmatiga sazovor bo`lmaguncha ketmaydi. Nega? chunki bundan keyin erkak uni kimligini bilib oladi.U ohirigacha kurashadi, buni ko`rgan erkak uni hurmat qilmasdan qolmaydi.

Uni hatti harakatini erkak so`zsiz ham tushunadi.U erkaklar bilan ularning tilida gaplashadi. Shunda u ayolni o`zi bilan bir hil vazn kategororiyada ekanini anglaydi.

U yoqishga urinmay ochiq va to`g`ridan to`gri muloqot qila oladi.Siz hech bu haqida o`ylab ko`rganmisiz? Yahshi va yomon qizni taqoslab ko`raylikchi.

Yahshi qiz	Yomon qiz
U munosabatda hohlagan narsasini berishi uchun nuqul erkakni ko`ndirishga urinadi.Agar bular ish bermasa yig`laydi, hafa bo`ladi va jahli chiqadi.	U tilyog`lamalik qilmaydi yoki kosa tagida nimkosa qabilida gapirib yurmaydi.U nima hohlashini aniq aytadi.Natijada erkak uni nima qilish va nima qila olmasligini yahshi biladi.O`ziga hurmat bilan munosabat qilinishini talab etadi
U aybdorlik hissini uyg`otishga harakat qiladi yoki “ichki go`dak”haqida gapirishni boshlaydi.u yosh bolaga o`hshaydi.	Yomon qiz- to`laqonli ayol, unda yosh bolalarcha qiliqlar yo`q. Unda aqlsiz mantiqsiz harakatlar yo`q
Agar erkak yahshi qizni hafa qilsa u yig`laydi,keyin uni kechirim so`rashga va hecham qaytib bunday qilmaslikka so`z	U yuzini teskari o`giradi va uning jimligini o`zi hamma narsani anglatadi.U o`zi tayyor bo`lgandagina gaplashadi. Bundan

berishiga majbur qiladi.	erkak uni bunday narsalarga toqat qilmasligini tushunadi. Agar bu sharoit qoniqtirmasa o`ziga boshqa qiz topishi mumkin.
U o`ziga o`zi : “U meni hafa qilmoqchimasdi” deydi. Va uni har bir hattini oqlovchi sabab qidiradi.	U hurmatsizlik belgilarini darrow payqaydi va kechiktirmay buday holatni tuzatishni chora tadbirlarini ko`radi.

Yahshi qiz	Yomon qiz
Yigitni ko`nglini olish uchun istamagan ishlarni qilishga o`zini majbur etadi.U o`zini bahtyordek tutadi va yolg`ondakam hursand qilib ko`rsatadi	U o`zi istamgan ishni hech qachon qilmaydi va shu zahotiyoq bu haqida unga aytadi. U erkak bilan teng o`ynaydi.
Biri =tobe ayol= hurmatning yo`qolishi	Boshqasi=ko`ngilga o`t yoqadigan ayol=hurmatning oshishi.

Erkaklar bir biriga kamdan kam holda “Meni hislarimni oyoq osti qilding” deydi. Ehtimol tarihda umuman bunaqasi bo`lmagandirham.Ular nari borsa bir biriga “Meni juda qiynab yubording” deyishi mumkin, ko`pincha bu so`zni bunaqa sipo emas so`kinish bilan bildirishadi.

Oddiy misol. Bir erkak boshqasidan qarz oldi va qaytarish haqida o`ylamayapti.ular bu muammoni uzoq muhokama qilib yurishmaydi. Barchasi qisqa va lo`nda : “Qarzni qaytar,eshshak!” Keyin o`zaro munosabatni toh`tatishadi, muammo barham topadi.

Yomon qiz ham kosa tagida nimkosa qilib o`tirmay aniq gapiradi, shu sababli erkaklar uni hurmat qilishadi. Erkak uni hisisyotlarga beriladigan ayoldan ko`ra ko`proq hurmat qiladi. Ayol kishi hissiyotlarini namoyon etganda erkak garmonlar muvozanati buzilgandirda degan hulosaga keladi. Yoki uni ojiz deb hisoblaydi. Ammo u yomon qiz bilan gaplashganda u nima hohlab nimani istamayotganini darrow tushunadi. Chunki u o`ziga nima yoqish yoqmasligini yahshi biladi.U mustaqil iroda egasi.

“Yomon qiz” so`zini talafffuz etib unga salbiy ma`no bermang. Bu haqorat emas maqtov.Bunday nomga ega bo`lish buyuk baht. Bu erkakning chin sevgisi va hurmatiga sazovor bo`lgan ayolning muvafaqiyati belgisi. Aytgancha endi bu erkak undan hech qayoqqa keta olmaydi. U ayolga juda ko`p mehnat va mablag sarf qilganini o`ylab ham

undan shunchaki voz kecha olmaydi. Va endi ayolni ko`nglini zabt etishga qayta qayta urinaveradi.

Maftunkorlik omili 95

U gah desa ayol qo`lga qo`nadigan bo`lganda, erkak to`laligicha uni zabt etganini tushunadi. Aynan shu vaqtdan boshlab u ayoldan zerikadi.

Yomon qizni zabt etib bo`lmaydi.

Ho`sh nima uchun erkaklar ularni sevishadi? Yomon qiz bilan birga ekan uni zabt etganiga hecham ishonch hosil qila olmaydi. Shuning uchun ular qayta qayta uriniaverishadi. Ayrim erkaklarni bunga butun umri ketadi.

Erkak nima istasa shuni qilishga tayyor ayol bu hatti harakati bilan uning hurmatiga sazovor bo`la olmaydi. Sharlotta yigiti Tomga hamisha g`amho`rlik qilardi. Ammo yigitni unga bo`lgan qiziqishi bora bora so`nib bordi.

Sharlotta Tomning muhabbatini qaytarish maqsadida plyajda kecha uyishtirdi. U kecha tadorigini ko`rdi va bu kechaga barcha do`stlarini chaqirdi. U hattoki havoda tabrik yozishi uchun uch ming dollar sarflab samolet yolladi. Ikkita samolet havoda yurak shaklini chizib va “seni juda sevaman” deb yozishdi. Samoletlar osmonda paydo bo`lishdi va yarim soat davomida bu tabrikni yozishdi. Barcha mehmonlar bundan hayratda edilar. Bunaqasi hali bo`lmagan. Faqat Tomga buning farqi yoq edi, chunki u kechadan yarim soat oldin qo`ng`iroq qilib kela olmasligini aytgandi. Bu vaqt buyurtmani bekor qilish uchun juda kech edi.

Samoletlar o`z vazifasini bajardi va kecha davom etdi. Sharlotta misoli istisno emas.Ayol o`ta iltifotli bo`lib, sirkdagi itdek halqadan sakrashga tayor turganda huddi shunday bo`ladi. Bunday munosabatga erkaklar toqat qilisha olmaydi. Agar yahshi qiz esi hushidan ayrilsa, yomon qiz esa erkakni esini yoqotishga majbur qiladi. O`zini mag`rur va mustaqil tutadigan ayollarga erkaklar ko`proq qiziqishadi. U hamisha bunday ayol haqida o`ylaydi, unga tolaligicha erisha olmaydi,va nihoyat usiz yashay olmasligini tushunadi.

Ayol va erkak o`rtasidagi asosiy farq bu ayollar havfsizlik va aniqlikni istashadi. Erkaklar esa havf va noma`lumlikni qidiradi. Yahshi qiz Barbi qo`g`irchog`ini o`ynab katta bo`lgan, va uzoq va bahtli hayot kechirishi kerak deb o`ylaydi. O`g`il bolalarni esa

betmen, spaydermen va supermen kabi havf hatarga to`la hayot kechiradigan qahramonlar o`ziga tortgan.

Har qanday onadan farzandlaridan qay biri eng ko`p tashvish keltirganini so`rasangiz, ular shubhasiz o`g`il bolalarni eplash qiyinroq ekanini aytishadi. Nega? Ko`pchilik erkaklar uchun havfsizlik zerikish bilan bir. Shuning uchun ular hayotga qiyinchilik va havf qo`shadigan usullarni izlashadi. Keyin bundan yo`l topib chiqishadi. Ta`qib qilish mushkul.Unda havf elementlari bor. Aynan mana shu havf ularni "Yomon qizlar" tomon sudraydi.

Maftunkorlik omili 96

Yomon qiz bilan munosabatda qaltislik yuzaga keladi, bu esa erkakka yengil havf hissini beradi. U bilan erkak o`zini biroz ishonchsiz sezadi, chunki bunday ayolga erishish oson emas.

Erkaklar nimalarni kolleksiya qilishi haqida bir o`ylab ko`ring. Qurollar, sport kartochkalari,ilmiy fantastik jurnallar, cho`ntakda olib yuriladigan pichoq va hakazo… Ha, yana o`yinchoq soldatlar haqida unutibman. Ba yuqori tezlikli uskunalar: avtomobil, chang`I,motosikl, samolet.

Yahshi qiz unga g`amho`rlik qilib katta hato qiladi. Chunki bu g`amho`rlikdan ular o`zlarini kafolatlangan  havfsizlikda sezishadi.  Ular shu zahotiyoq zerikishni boshlaydi.Havfsizlik va turg`unlik munosabatda bir hillikni paydo qiladi Yomon qiz bilan bir hillik muammosi bo`lmaydi.

Erkak havfga qiyinchilikka , kurashga ehtiyoj sezganda , yahshi qiz bu vaziyatga e`tibor qilmaslikka harakat qiladi. U huddi tuyaqushdek havf kelganda boshini qumga tiqib oladi. Tuyaqush yirtqichni ko`rganda havfga tik boqib kutib olish o`rniga qo`rqandan boshni qumga tiqib go`yoki bu havfdan qutuladi. Bu samarasiz usul.

Yomon qiz har qanday havfga yuzma yuz turadi. U haqiqatni ko`radi. Yahshi qiz esa nima ko`rishni istasa shuni ko`radi.

Yahshi qiz qallig`I bilan o`tkazgan birinchi oyida nima qiladi. Unga uqalash muolajasi qiladi. Keyin esa unga olti hil qiymali qymoq tayyorlaydi.Kiyimlarini yuvadi, dazmollaydi. Unga she`rlar o`qib beradi. Butun kunni uni quchoqlab o`tkazishga tayyor

bo`ladi. Yigit uni tashlab ketganda esa: " U men bilan shunday qilganiga ishonolmayapman" deyishadi.

Ko`pchilik ayollar erkaklarga nima buyursa shuni qiladigan itoatkor ayol kerak deb o`ylashadi. Nazariy jihatdan erkaklar rostdan ham shuni hohlashadi. Ammo amalda hohlaganlariga erishganlaridan keyin bundan zerikib qolishadi. sizni nazaringizda u hamisha haq, va har qanday hurmacha qiliqlariga sabr qilishingizni tushunib yetgan daqiqada go`yoki siz oq bayroq ko`tarib g`olibga taslim bo`lgandek bo`lasiz.Uni hohishlari siz uchun qonunga aylanadi.

Unga itoatkor kanizak kerak, yoki u hayotda ezilgan mazlumani qidiradi deb homtama bo`lmang. Bir erkak aytgandi : "honimni og`ir vaziyatdan qutqarganingizda, bo`yningizga minnatdor va sadoqatli ayolni abadiyga ilib olasiz"

Yodda tuting, erkakni hamma hohishini so`zsiz bajarish – mutlaqo sevgining belfgisi emas. Bu shunchaki tobelik. Erkak oldida itoatkor hotinni ko`rganda : " Rossa odamiga uchradimku.Endi bu muloyim supurgiga bir umr toqat qilishim kerakmi?"Bunday holat odatda u ayol bilan yaqinlikdan keyin sodir bo`ladi.

Maftunkorlik omili 97

Har narsaga rozi bo`laveradigan, munosabatga o`zini fido qiladigan ayol o`zidan ham ko`ra ko`proq unga ishonadigandek tasavur uyg`otadi erkakda. Erkak buni ezgulik deb emas balki ojizlik deb qabul qiladi

Yahshi qiz unga qattiq ehtiyoj sezganda,uni ko`klar ko`targanda erkakka shunday munosabatda bo`lishni boshlaydiki hatto uni o`ziyam o`ziga bunchalik katta baho bermaydi. Bu uni noqulay ahvolga soladi.U o`zini oq otdagi shahzoda emasligini yahshi biladi.Ammo yana shuniyam biladiki qiz undan katta qahramonliklar kutaypti. U ma`lum vaqtgacha romantik bo`lishga zo`r berib urinadi, ammo hech qancha vaqt o`tmay o`ziga nega bunay qilishim kerak degan savolni berib qoladi. U o`ylaydi : "qiziq bu aslida qanday ekan? U bunchalik yahshi bo`lishi mutlaqo mumkin emas" U huddi birinchi oydagina yahshi bo`ladigan kredit kartaga o`hshaydi,bunday ayol juda tez asl foyda emas shunchaki "reklama" ekanligi ma`lum bo`ladi.

Yomon qiz bilan hammasi ochiq va sodda. Bu yerda shubhaga o`rin yo`q. U yomon qizni bir ikki martta sinab ko`radi va u har gal erkakni o`z joyiga qo`yib qo`yadi. Shunda

ikkita hodisa ro`y beradi.  Birinchidan erkak o`ziga o`zi : "Bu ayol ahmoq emas.U meni nayrangimga laqqa tushmadi" deydi.

Ikkinchidan uni aslida kim ekanini yahshi bilishini his etadi.Erkakni kamchiliklariga qaramay sevishini tushunadi.Huddi shunday u ham qizni kamchiliklarini biladi va boricha qabul qiladi. Yomon qiz bilan munosabatga kirishayotgan erkak uni qiyinchiliklar kutayotganini yahshi biladi, ammo ularning birgalikdagi hayoti haqiqiy bo`lishiga ham ishonadi.

Yomon qiz bu ichki sifat

Eddi Merfi Intervyulardan birida shunday degan edi: "Men eshitgan eng yahshi maslahat, boshqalarning maslahatiga quloq solmaslik". Haqiqatda ham shunday. Boshqalarning tekin maslahatlariga quloq osmay,o`z hayotingizni o`zingiz boshqarasiz va u uchun o`zingiz masul bo`lasiz. Tashqaridan mutlaqo ma`lumot olmang va o`zingizni bu yo`ldagi yagona yo`lovchi deb biling demayapman. Shunchaki siz o`z manzilingizni o`zingiz belgilang deyapman halos.

Aynan ana shu erkak sizni mustaqil deb hisoblash hisoblamasligini belgilaydi.Mustaqil fikrlashni tohtashingiz bilanoq erkak siz uchun ham fikrlay boshlaydi va shu ondayoq u sizni haydovchi o`rindig`idan tushirib oyoq ostidagi gilamcha o`rniga qo`yadi.

Kimdir sizga nima o`ylashingiz va nima his qilishingiz kerakligini buyurishni boshlashi bilanoq siz to`laligingizcha shu odamning ihtiyoriga o`tasiz.

Mustaqillik esa hayotning boshqa jabhalarida ham o`z mevasini beradi.Boshqa kishiga sizning o`rningizga   karerangiz va hohish istaklaringizga nisbatan qaror qabul qilishiga ruhsat berishingiz bilan, o`z erkingizni nihoyatda cheklaysiz.Natijada siz u qanday bo`lishingizga ruhsat bersa shunday bo`lasiz

Sharqqa feminism yot. Ayollar erlariga itoatkor bo`lishlari kerak. Bir narsani farqiga boring sharqdagi itoat qarbdagidek ma`noga ega emas. Sharq ayoli erni hurmat qiladi, un ruhsatisiz ostona hatlamaydi ammo kim aytdi u erini boshqarmaydi, gapibni o`tkazaolmaydi deb. Sharq ayoli dono ayol ayorligi ham chiroyli madaniyat pardasiga o`raglan. U haq huquq talashib teng teng olishib yurishi shart emas. Ammo itoatni to`g`ri tushunmaydiganlar ham bor natijada erni ho`rlashiga ko`nib yashashadi. Faqat ojiz erkakkina ayolini ho`rlaydi, bunday erkakni esa hurmatga loyuiq demasdim. Hatto o`zi ishlab yahshigina pul topib ham erga tiyinigacha sanab olib kelib berib kamiga uni

ho`rliklariga chidab yurgan ayolalr ham talaygina. Nima ham deyman erk hissi insonni ichida bo`ladi buni unga tashqaridan berib bo`lmaydi

Maftunkorlik omili 98

Hamisha mustaqil fikrlovchi bo`ling! Sizni cheklamoqchi bo`lganlarga esa parvo ham qilmang

Sizni kiyinishda didingiz,munosabatga bog`liqligingiz, nima bilan tirikchilik qilishingiz qanday bo`lishidan qatiy nazar boshqalarni nazorat qilishiga ruhsat bermang. O`z hayotingiz bilan yahshang.

Mustaqil fikrlashni boshlashingiz bilan ikki narsa sodir bo`ladi. Birinchi sizga pozitiv odamlar va hodisalar magnitdek tortiladi. Ikkinchidan salbiy fikrlovchi odamlarni o`zingizdan itarishni boshlaysiz. O`z negativ urug`larini sizni bog`ingizga qadashga tayor odamlar hamisha topiladi. Ammo bu siz ruhsat berganingizdagina sodir bo`ladi.

O`zinikini qo`ya bilish bu hamma bilan janjalashish emas. Balki ba`zida salbiy to`lqinga so`zlangan odamlarga bekorga kuch sarflamaslikdir.

Maftunkorlik omili 99

Kuchli insonlar nega hurmat talab qilayotganlarini tushuntirb o`tirishmaydi. shunchaki ularni hurmat qilmaganlar bilan muomala qilib yurishmaydi.

O`ziga beradigan bahosi yuqori bo`lgan odam uchun bu tabiy hol, ammo yahshi qiz uchun bu haqiqiy yangilik bo`ladi. U qulog`i bilan qarzga botgan yigitni kreditlarini to`lashga tayyor. Familiyasini ham bilmasdan avval u bilan to`shakka rozi bo`laveradi. Va o`zi mustaqil hal qilish o`rniga ,ayol sifatidagi qadr qimamtini baholashni erkakka itoatkorona topshiradi.

Yahshilik eng muhim sifat. Siz haqingizda umuman qayg`urmaydigan odamga, yahshilik qilish o`rinsiz. Bunday holatga tushganda eng avvalo o`zingizga ezgulik qiling ya`ni holatga tuzatish kiriting yoki bunday odam bilan uchrashishni bas qiling.

Yomon qiz yumshoq va muloyim bo`lishi mumkin ammo u hech qachon o`z qadrini yerga urmaydi. U yumshoq ammo qatiyat bilan uni manipulyatsiya qilish mumkin

emasligini ko`rsatadi.U hecham o`rgatilgan itdek halqadan sakrab yurmaydi. Va hech qachon boshqalarning fikriga qarab o`zi haqida hulosa chiqarmaydi.

Bunga yorqin misol men yaponiyalik dugonam Masai. U bir yildan beri shtatlarda yashaydi , va haligacha yapon aksentida gapiradi. Shunga qaramay unda men yuqorida ta`kidlagan yumshoqlik va kuch yig`indisi mavjud.

Masai amerikalik Stiven bilan uchrasha boshladi. Uni tug`ilgan kuniga dugonam haqiqiy yaponcha bayram uyishtirishni istadi. U miso sho`rvasi, sushi va bir nechta issiq ovqat tayorladi. Stivnni bor yoq aytgan gapi sousni juda sho`rligi bo`ldi. “Kelasi safar yashil qopqogligidan olgin unda tuz kam bo`ladi” dedi

Massai hayratlandi ammo o`zini bosdi.O`zini cheklangan so`z bo`yligini ishlatib : “men senga ovqat tayorladim.Yoqmayaptimi? Men senga boshqa tayyorlamayman”dedi. Shu shu Stiven uni tanqid qilmay faqat maqtaydigan bo`ldi. Eleonora Ruzvelt aytganidek: “Hech kim sizni hafa qilolmaydi, toki bunga o`zingiz ruhsat bermaguningizcha”

Pozitiv odam yahshi narsalar haqida gapiradi ayniqsa suhbatdosh bunga muhtoj bo`lsa.Bunday odam bilan suhbatlashib kuch olgandek bo`lasiz.Ajoyib inson bilan uchrashib o`zingizni ajoiyb ekaningizga ishona boshlaysiz.U sizni bunga ishonishga majbur etadi.Sizga aynan shunday munosabatlar kerak. Shunday munosabatlarnigina qo`llab quvvatlasa arziydi.

Qanchalik mustaqil fikrlashga o`rgansangiz , shunchalik erkaklarni maftun qilasiz. Siz go`yoki erkaklarni sehrlaysiz. Uygo`nasiz-u o`zingizni bahtiyor sezasiz. Sizni hayotiy quvvatingiz borgan sari oshib boradi.

Ommaviy ahborot vositalari hayotga bo`lgan bunday munosabatni targ`ib qilmaydi.Ular zo`r berib begonalarning fikrini sizga o`tkazadi. “Shuni kiying chunki u so`nggi rusumda” boshqa kanalga olamiz “siz aynan  shunday ko`rinishingiz kerak” yana boshqasiga o`tamiz. “Buni sotib oling va atrofda hamma sizni sevib qoladi” boshqa kanalga oling. “Bu organik soch bo`yig`I hammani sizga maftun etadi”

O`ziga ishongan ayol aslidek bo`lishdan qo`rqmaydi. U birovlarni fikriga e`tibor qilmaydi. U qanday hohlasa shunday kiyinadi. Uni o`z uslubi,o`z jozibasi, o`z rusumi bor.Erkak har qadamda uchrayvermaydigan nimanidir hohlaydi. Gap sariq yoki qora sochda ketmayapti. U mustaqil fikrlay oladigan, shunday noyob ayolni istaydi.

Erkaklar aksariyat ayollar bilan munosabatga kirishganda o`zlarini haqiqiy hayvon o`rgatuvchidek his etishadi: “Uyoqqa sakra…orqa panjangda tur…buyoqqa sakra”. U o`z hayoti bilan yashaydigan mustaqil ayolni uchratganda hammasi tubdan o`zgaradi. Erkaklar unga ho`jayinlik qilisha olmaydi, balki uni qoidalarini qabul qilishga to`g`ri keladi.Bu esa ularda qiziqish uyg`otadi.

Yomon qiz hech kimga o`hshamaslikdan qo`rqmaydi.Mana nega u hammadan ajralib turadi.Erkak hamma rejalari barbod bo`lgani uchungina unga yarim kechasi qo`ng`iroq qilmaydi.U o`ziga yoqmagan ish bilan shug`ullanmaydi.U yoshiga yarasha ko`rinishdan qo`rqmaydi.Har qanday yoshda ham u o`zini haqiqiy tuhfa deb biladi. U qarishga qarshi reklamalarni eshitmaydi. U o`zini ortiq o`smir qiz emasligidan ezilmaydi.Oilalimi, yolg`izmi, ajrashganmi u hayot bilan uyg`unlikda yashaydi.

U kuchli iroda va ishonch egasidir.

Kitob ustida ishlash davomida bir qancha erkaklar bilan suhbatlashib kitobni nomi ularga qanday ta`sir qilishini bilmasdim. O`ylovdimki ularning aksariyati bu gapni eshitib “erkaklar yomon qizlarni yoqtirishmaydi”deb keskin rad etishadi.Ammo buning aksi bo`ldi.Deyarli barcha suhbatdoshlarim ularga  kuchli ayollar yoqishini aytishdi.Ba`zida ular nega ularni sevishlarini tushuntirb berishdi, ba`zida esa “Chindanam nega ularni buncha sevamiza?” deb so`rab qolishdi. Ammo 90% erkaklar kuchli ayollarni yoqtirishlarini inkor etishmadi.

Shahsiy manfaatlaringiz haqida o`ylab siz erkakni  aslo ranjitmaypasiz.Aksincha bu bilan uning hurmatiga sazovor bo`layapsiz. Mustaqil ayol bilan muloqot qilayotgan erkak elkasidagi yuk yengillashganini his etadi. Chunki u tinimsiz sizni bahtli qilish haqida o`ylayvermaydi. U sizni o`ziga ishongan ayol deb hisoblaydi. siz o`zi nima hohlashingizniyam bilmaydigan ojiz ayol emassiz.

Siz qaytadan sanashni o`rganishingizga to`gri keladi. Matematikada bir ikkidan avval keladi. Siz hamisha birinchi raqamlisiz. Uchi? Siz o`z joyingizda bo`lsangiz demak u ikkinchi. Shu paytgacha hato qilib keldingiz ikkinchini birinchidan oldin turishi mumkin deb o`ylab. Ehtimol umuman bir raqamini unutib yuborgandirsiz. Siz uni unutganingizga sabab miyangiz ikki soniga to`lib ketgan ya`ni uni hayoli bilan band bo`lib o`zingizni unutgandingiz.

Hayot – bu boshlang`ich maktab emas. Maktabda uchunchi sinf o`quvchisi birinchi sinf o`quvchisini pullarini olib qochib ketishi mumkin.

Ammo birinchi sinfdagi ham bo`sh kelmay,unga teng kelib pullarini qaytarib olishi mumkin.

Yangi ajoyib yomon qiz bu prinsipni kattalar hayotiga qo`llay oladi. Odamlar har doim bir narsani takrorlashadi. Ular sizni kaltaklab, keyin qochib ketishadi, ular hoh ishdagi hamkasblar,hoh uydagi oila a`zolari, do`stlar … ha ha  hatto sevishganlar ham. Bu odamlar orasidagi yagona farq sizni tushlik pulingizni tortib olishmaydi. Buni o`rniga anglab yoki anglamay sizni o`zingizga bo`lgan ishonchingizni o`g`irlashadi.

O`zingizga ishonish uchun bir nuqtaga qarang va ko`zingizni katta oching. Agar sizda maqsad orzu va hohish bo`lsa, u manzilga olib boruvchi yo`lni tanlang, va yo`lga chiqing.

Hayotingiz davomida atrofdagilar sizni o`zingizga bo`lgan ishonchingizga rahna solishga urinishadi. Shunda o`zingizga eslating siz ruhsat bermagunigizcha ular sizdan ishonchni tortib ololmaydi. Hayot yo`lidan borar ekansiz boshingizni baland tuting va yolingizdan chekinmang. O`zingizga bo`lgan ishonchingizni tebratishga hech kimga ruhsat bermang chunki bu siz ega bo`lgan yagona narsa.

Maftunkorlik omili 100

Sizning eng maftunkor shahsiy sifatingiz – o`z qadr qimmatingizdir