
Subject: die sieben goldenen regeln

Posted by [christian77](#) on Mon, 10 Nov 2008 19:29:54 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich lese schon sehr lange mit, bin selbst betroffen und werde dennoch meine MÄNNLICHKEIT nicht ein paar Haaren unterordnen bzw. sie deshalb verlieren. Ich habe ein ähnliches Thema (Selbstvertrauen) schon vor geraumer Zeit hier angeschnitten, bin selbst diesen (für mich sehr guten!) Weg weitergegangen und möchte euch meine sieben goldenen Lebensregeln präsentieren - es geht um unsere Attraktivität - es geht um FRAUEN!

1. Inner Game

Zu diesem Thema habe ich ja bereits einen Post geschrieben, welchen man in den Foren finden kann, wenn man denn nur danach sucht.

Jedoch komm ich nicht daran vorbei noch ein paar wichtige Worte zum Thema Inner Game loszuwerden. Geht ja auch nicht anders wenn ich von meinen goldenen Regeln schreiben will.

Zuallererst sollte sich nämlich jeder Leser dieses Posts über eine Sache bewusst werden: Du hast Gegenüber der breiten Masse einen riesigen Vorteil!

Die meisten Männer haben nämlich überhaupt keine Ahnung davon wie man Frauen bekommt, sein Leben verbessert und das eigene Ich zum Maximum optimiert. Es gibt zweifellos Männer, die haben Talent was Frauen angeht. Und andere sind totale Versager. Jedoch haben beide Kategorien (meistens) einen Nachteil gegenüber demjenigen, der sich nicht mit seiner Weiterentwicklung beschäftigt. Welchen?

Sie lernen nicht aus ihren Fehlern... Ich kenne Naturals, die gut aussehen und durch Erfahrung, Glück und einer guten Portion Dreistigkeit wirklich Erfolg bei Frauen haben. Jedoch macht sich keiner von denen die Mühe seine Fehlschläge genau zu analysieren. Sie aufzuschreiben und eventuell sogar von anderen analysieren zu lassen. "Das machen doch nur Verlierer...In der Zeit hab ich mir doch schon längst ne andere gesucht" könnten betroffene Personen jetzt verlauten lassen und hätten vermutlich temporär sogar recht.

Nur der Nachteil ihrer Methode ist: Sie lernen nicht aus ihren Fehlern. Sie werden nicht besser. Es ist erstaunlich wie viele intelligente, erfahrene und sozial hoch stehende Menschen es gibt, die einen Großteil ihrer Schwäche einfach als gegeben hinnehmen. "Bei mir ist das halt so", "Ich kann halt nicht" oder "ich weiß, aber ich kann es nicht ändern".

Fakt ist das das ganze nichts mit dem Können zu tun hat. Es hat mit dem Wollen zu tun. Die meisten Menschen wollen sich nicht verändern.

Sich verbessern setzt nämlich voraus sich mit sich selbst auseinanderzusetzen. Seine eigenen Fehler zu finden, zu deuten, darüber nachzudenken etc. Ich habe in letzter Zeit mit vielen Menschen über ähnliche Dinge gesprochen. Die meiste Reaktion war: "Ja, es ist doch eigentlich gut wie es ist. Da brauch sich nichts ändern".

Jungs, hört nicht auf solche Leute. Wenn ihr euch aktiv mit euren Problemen und euren Schwächen auseinander setzt, dann wird am Ende eines langen Weges ein glückliches und zufriedenes Ich stehen. Und keine bröckelnde Fassade wie bei anderen.

Mindestens genauso wichtig ist zu lernen sich und sein können selbst RICHTIG einzuschätzen. Man glaubt es kaum, aber das können die wenigsten. Mir kommt da immer der wunderbar Wahre Satz aus dem Film Natural Born Killers ins Gedächtnis (auch wenn er da etwas anders gemeint war.):

Jeder Mensch hat einen Dämon in sich.

Und das ist verflucht nochmal wahr. Jeder Mensch hat diese dunkle Seite. Bei manchen mehr, bei anderen weniger gut ausgeprägt. Äußern tut sich das ganze in Neid, Wut, Aggression und Zickereien.

Oftmals gibt es dafür nicht mal richtige Gründe. Es ist nur ein schlechtes Inner Game und eine falsche Selbsteinschätzung.

Ich kenne zum Beispiel Leute die sind super neidisch und sogar wütend, wenn ihre Kumpels Frauen abschleppen die sie sich nicht mal trauen anzusprechen.

Merkwürdig ist es schon. Jedoch läuft alles auf eine falsche Selbsteinschätzung zurück. Die denken sich nämlich Sachen wie:

" Ja, bei mir hätte sie es viel besser. Was will sie mit dem? ich würde ihr alle Wünsche von den Lippen ablesen" etc. Und das ist Falsch. Wenn er ihr alle Wünsche erfüllen würde, hätte er sie angesprochen und verführt.

Der Dämon zeigt sich auch in anderen Situationen. Wenn beispielsweise eifersüchtige Freunde ausflippen weil ihr Mädels ne SMS von nem anderen Typen bekommt. Wer kann was dafür? Die Frau? nein. Der andere Kerl? nein. Die meisten von uns würden das gleiche versuchen, wenn uns die Frau gefällt. Es ist einzig und allein das Problem des Eifersüchtigen. Doch er bekämpft es nicht. Er lässt seiner Wut freien Lauf. Anstatt sich zu fragen woher denn die Wut kommt. Und was man dagegen machen kann.

Also Leute: Lernt euch selbst kennen. Lernt zu wissen was ihr könnt, wollt und was ihr euch zumuten könnt. Das optimiert den Erfolg.

Als es losging mit dem Studienfach suchen, überlegte ich mit genau:

Was kann ich? Was will ich? Was kann und will ich auf keinen Fall?

Damit war die erste Selektion getätigt. Dann kam Phase 2:

Wieso will ich das? Passt das zu mir? Könnte ich dies notfalls bis zur Rente tun? etc.

Zum Schluß standen 2 Studienfächer zur Auswahl. Und ich hab die richtige Wahl getroffen. Es macht mir Spaß. Ich bin bis jetzt gut indem was ich mache und ich kann mir eine Zukunft in dem Beruf vorstellen.

Hätte ich jedoch meine Fähigkeiten nicht so genau eingeschätzt, hätte ich vermutlich Maschinenbau studiert oder ähnliches. Das soll um Gottes Willen nichts abwertendes gegen den Studiengang "Maschinenbau" sein. Jedoch hätte ich mich mit meinen desolaten mathematischen und technischen Fertigkeiten und Interesse gerade so durchs Studium geschlagen. Hätte keinen Spaß an der Sache gehabt. Und wäre unzufrieden in einen Job gegangen den ich gar nicht wollen würde.

Lerne also dich selbst zu kennen. Das optimiert dein Inner Game.

Nur wer wirklich mit sich selbst im Reinen ist, und es auch bei Tiefschlägen immer wieder wird,

wird dauerhaft Erfolg haben. Ein gutes Inner Game ist der Schlüsselpunkt für ein erfolgreiches Leben.

2. Frame

Meines Erachtens ist der Frame (der eigene Rahmen, im eigenen Rahmen BLEIBEN!!!) ein Punkt, bei dem viele Leute noch unglaubliche Probleme haben. Bei mir war es früher ähnlich: Ich war eigentlich immer ein recht cooler Typ mit einem ziemlich großen Freundeskreis. Ich kannte viele Leute und hab mir von niemandem was sagen lassen. Ich machte immer was ich für richtig hielt und was ich gerne wollte.

Das strahlte ich auch nach außen aus. So kam es, das ich immer wieder wirklich hübsche und tolle Mädels kennenlernte. Und genau dann, beim ersten Date, fiel ich aus meinem Frame. Ich wurde von dem coolen, rebellischen Astradamus zu dem Nice-Guy-Astradamus. Ich machte auf einmal Komplimente und bezahlte Drinks. Jedoch ohne dabei der Alpha von vorher zu sein. Das Ende vom Lied ist ganz klar: Ich wurde mit LJBF (lets just be friends) genextet (durch einen Besseren ersetzt).

Alles nur weil ich meinem Frame nicht treu war.

Das ist auch das Problem vieler Typen in Beziehungen. Sie verändern sich zu dem scheinbaren Wunsch der Frau hin. Und werden verlassen. Ich könnte für dieses Phänomen unglaublich viele Beispiele beschreiben. Statt dessen werde ich 2 sinngemäße Zitate bringen:

"Frauen versuchen immer den Mann an ihrer Seite zu ändern und hoffen instinktiv, das sie es nie schaffen" - Endless Enigma

"Wir Frauen versuchen immer unsere Männer zu ändern. Haben wir es geschafft, wollen wir sie nicht mehr" - Marlene Dietrich

Wenn man darüber nachdenkt ergibt es sogar Sinn. Die Frau verliebt sich in euch, als ihr der Coole Alpha gewesen seid, der sich von niemandem was sagen lässt und bei dem sie sich sicher fühlte und ihre Leidenschaft und Abenteuerlust trotzdem ausleben konnte. 2 Jahre später wird euch am Tisch der Mund verboten, euch wird befohlen "gerade zu sitzen" und ihr müsst fragen wenn ihr ein Bier wollt. Aus welchem Grund sollte die Frau das lange mitmachen? Weil ihr es Spaß macht ihren Mann bemuttern zu müssen? Eben.

Das bedeutet jedoch gerade in Beziehungen nicht, dass man nicht auch Kompromisse eingehen kann. Klar kann man. Man darf sich nur nicht völlig verbiegen.

Ein weiterer Fehler, den wirklich wirklich viele Männer machen ist folgender:

Sie haben ein "System" das wirklich funktioniert. Sie kriegen wirklich viele Frauen. Und wenn dann eine dabei ist, die ihnen wirklich gefällt, schmeißen sie das funktionierende System über Bord und stellen die Frau auf ein Podest.

Ich frage mich warum??? "Die Frau ist was besonderes..." Bla Bla Blubb... Mehr ist das nicht. Mein Rat: Vertraue auf dein System. Dabei ist es egal ob es direkt, indirekt oder grün gepunktet ist. Wenn es klappt dann klappt es. Sie ist nicht anders. Sie kommt euch nur anders vor. also nochmal:

"Vertraue auf dein System!!!"

Ein Kumpel von mir z.B. hat guten Erfolg bei Frauen. Jedoch nur wenn sie ihm "egal" sind. Sobald er eine Frau mag, weicht er von den funktionierenden Methoden ab, gamed die "besonderere Frau" besonders und der Erfolg bleibt aus.

Wenn du wirklich immer in deinem Frame bleibst, wirst du auch nur noch in den aller seltensten

Fällen auf den gleichen getestet. Egal ob von Männern oder Frauen. Wenn du einen beinharten Frame hast, wirst du Sachen wie Shittests kaum noch merken. Sie werden an dir apprallen wie ein Gummiball.

Die einfachste und sicher beste Methode Shittests zu bestehen, ist ihnen einfach keine Chance zu geben. Du fällst nur durch Shittests wenn es dir wirklich wichtig ist der Frau zu gefallen. Du stellst sie auf ein Podest. Dann verkrampfst du, hast Angst bestimmte Sachen zu sagen und fällst durch einfachste Tests.

Diese Sache kannst du am besten durch Inner Game und Frame umgehen... Wenn du ein erfolgreiches Game hast, klappt das auch bei dieser Frau. Nur weil du sie magst, ist es kein Grund sie anders zu behandeln als die Frauen davor. Vertraue einfach darauf, das sie DICH mögen wird. Das sie sich für DICH entscheiden wird. Weil du so oder so die beste Option für sie bist: Aufgrund was du bist und wie du es bist.

Dann hast du es auch nicht nötig dich für sie zu verstellen. Du wirst einen beinharten Frame haben weil du dich toll findest und von dir und deinem Game überzeugt bist.

Wenn du das verinnerlicht hast, wirst du Shittests nicht einmal mehr merken...

3. Selbstbewusstsein

Okay, ich hätte es auch in den Punkten davor behandeln können, jedoch wollte ich den Punkt gerne einzeln ansprechen.

Ein gutes Selbstbewusstsein, ist das A und O in der heutigen Welt, wie du schon richtig sagtest, nicht nur bei Frauen.

Als allererstes will ich dir den Tip mit auf den Weg geben den viele Leute übersehen: mach dein Selbstvertrauen nicht abhängig von anderen. Das wäre mehr als fehl am Platz: schließlich heißt es SELBSTvertrauen und nicht FREMDvertrauen...

Ein Selbstbewusster Mensch ist ebenso ein Selbstkritischer Mensch, und deshalb ist es sehr sehr wichtig das du anfängst dich selbst zu durchleuchten:

"Wo sind meine Stärken, wo meine Schwächen?, Was kann ich gut, und was liegt mir überhaupt nicht?" Du kannst nur zu einem guten Selbstvertrauen kommen, wenn du lernst dich gut einzuschätzen und weißt was du dir zumuten kannst und welche Ziele du dir setzen kannst.

Besonders bei den kritischen Aspekten solltest du sehr genau sein.

Niemand ist perfekt, darüber solltest du dir im klaren sein. Deswegen wird man auch bei allen Fehler finden. Finde deine Fehler und lerne ein positives Verhältnis zu ihnen zu haben. DU musst grundsätzlich zwischen deinen Handlungen und deinem Selbst differenzieren.

Wenn du Fehler machst, bist du kein schlechterer Mensch deswegen.

Fehler sind gut, analysiere sie und verbessere dich dadurch.

Wichtig ist auch, das du lernst, das du dir selbst der nächste bist.#

Wenn dich jemand kritisiert, tust du zwei Dinge:

1.: Freu dich. Du machst irgendetwas richtig. Angegriffen wird immer nur derjenige der den Ball hat.

2. Frag dich ob der Kritiker recht hat mit dem was er sagt?!

falls ja: sei ihm dankbar, nimm die Kritik an und verbessere dich.

falls nein: denk nicht drüber nach, der kritiker war ein Idiot und ist mit sich selbst nicht im reinen,

deswegen kritisiert er andere...

Weiterhin fängst du sofort an, negative Sprache und Gedankengänge aus deinem Leben zu streichen... Du wirst damit aufhören, verstanden??? Warum das so ist, kann ich dir leicht erklären:

Wenn du z.B. sagst: "ich will nicht arm sein" kann dein Unterbewusstsein das "nicht" nicht verarbeiten...

Es wird in Zukunft daran arbeiten sich dir entgegenzustellen. Du wirst unterbewusst immer Blockaden aufbauen, die sich dem Geld verdienen in den Weg stellen. Setze dir Ziele und formuliere diese positiv!

Außerdem helfen dir Affirmationen ganz sicher...

Wenn du im Forum guckst, wirst du sicher einige gute Listen mit Affirmationen finden.

4. Hobbys

Wenn ich genauer drüber nachdenke begann mit dem Computer eine Welle der sozialen Schwäche. Wenn ich meine Eltern und ihren Freundeskreis höre, erzählen die nie von "World of Warcraft" in ihrer Jugend. Von Rollenspielen und dunklen Zimmern mit einem Joystick und "GTA -San Andreas" auf dem Bildschirm. Sie erzählen von Partys, Feiern, großen Freundeskreisen, vielen Hobbys usw.

Sie erzählen auch nie von einer Masse an Männern die es Jahrelang nicht geschafft haben ne Frau abzuschleppen. So gut uns der Computer tut:

In den letzten Jahren hat er die sozialen Fertigkeiten des Heranwachsenden mehr als geschwächt. Er hat sie oftmals dezimiert.

Viele Computerfreaks sind nicht annähernd in der Lage auf Menschen zuzugehen. Schon gar nicht auf Frauen. Das liegt an dem geringen sozialen Umgang den man hat, wenn man alleine in dunklen Zimmern wochenlang vor der Glotze hockt. Soziale Fertigkeiten sind wie ein Muskel. Werden sie nicht beansprucht, schwächen sie ab. Deswegen will ich auch nichts gegen den Computer als Hobby sagen. Ich sage etwas gegen den Computer als einziges Hobby. Geht raus, sucht euch Sportvereine und schließt euch denen an.

Macht etwas das euch Spaß macht. Dort lernt ihr viele neue Leute kennen. Gleichgesinnte mit den gleichen Interessen. Daraus können ganze Freundschaften entstehen. Außerdem sorgt es dafür das ihr körperlich und geistig fit bleibt. Ein Mensch mit vielen Hobbies, ist ein glücklicherer Mensch. Ich habe mich neulich mit einem Mitstudenten unterhalten, der meinte zu mir, sein Hobby ist es auf der Couch zu liegen und nichts zu tun... Das wäre sein Hobby.

Davor warne ich dich hiermit ausdrücklich! Lass das...

Deine Hobbies sollten etwas sein, wo du Spaß dran hast und dich verbessern kannst und etwas schaffst. Liegst du nur auf der Couch hast du am Ende des Tages nämlich nichts erreicht und es werden keine wohltuenden Glückshormone ausgeschüttet. Wenn du allerdings besser läufst, schneller schwimmst, den Goldball besser puttst oder oder oder, wird sich dein Selbstvertrauen und dein ganzes inneres Ich von ganz alleine steigern. Und du hast auch noch Spaß dabei...

5. Das Verhalten anderer

"Das Verhalten anderer" ist ein schöner Punkt dem viel mehr Beachtung geschenkt werden sollte. Man kann da nämlich eine Menge draus lernen. Aus den guten und aus den negativen Dingen.

Wir fangen bei einem Punkt an den die meisten von euch kennen werden:
Die Frau sagt sie ruft an, tut es jedoch nicht.

Zu meinen AFC-Zeiten war ich der König im Fehlinterpretieren dieses Verhaltens. Ich dachte mir sie hat bestimmt viel zu tun, kein Geld auf dem Handy, meine Nummer aus Versehen falsch eingetippt und was weiß ich nicht noch alles. Das war natürlich alles Quatsch. Da brauchen wir uns gar nichts vor machen. Der Grund für meine Fehlinterpretation war folgender:
Es ist eine Schutzfunktion unseres Körpers um nicht in Depressionen zu verfallen. Das Gehirn will uns zwingen Ausreden einfallen zu lassen, damit wir uns nicht in ein schlechtes Licht rücken. Das ist generell eine gute Sache. Es geht uns selten wirklich richtig schlecht dabei. Jedoch voranbringen tut es uns auch nicht.

Deswegen mein Rat: Bewerte einen Menschen immer nach seinem Handeln! Niemals nach seinen Worten. Diese werden oft gesagt um nicht zu verletzen. Aber auch das bringt einen nicht weiter.

Zu dem Ausgangsbeispiel passt das nämlich ganz gut. Ich bin damals nicht mit einer Silbe drauf gekommen das sie mich ja auch aus einer Telefonzelle hätte anrufen können. Oder Von dem Handy einer Freundin.

Wenn sie mich wirklich gewollt hätte, hätte sie das auch getan. Mein Gehirn wollte mich schützen und ich Fehlinterpretierte ihr Verhalten. Und wartete weiter vergeblich auf einen Anruf. Wie Enigma es schon in "Lob des Sexismus" schrieb: "Das Wort ist der Schatten der Tat" Das ist ein sehr sehr wichtiger Satz. Den man bei sich selbst und bei anderen beachten sollte. Es lohnt auch nichts anderen leere, wenn auch gut gemeinte Versprechen zu machen. Handelt lieber, als ihnen nur leere Worthülsen zu schenken.

Vom Verhalten anderer kann man aber auch eine ganze Menge lernen. Aus deren Game, aus ihrer Körpersprache etc. Versucht das Verhalten von Menschen die ihr bewundert oder die ihr toll findet, genau zu analysieren. Dabei kann man ne Menge lernen. Ob es nun die Körpersprache von Frauenhelden wie "Robbie Williams" oder "Collin Farrell" ist, oder die Schlagfertigkeit eines Harald Schmidts. Wenn euch solche Eigenschaften bei anderen auffallen und imponieren, analysiert sie. Und versucht sie auf euch zu übertragen, jedoch ohne sie zu kopieren.

Das Verhalten anderer ist auch ein wichtiger Punkt im sozialen Umgang. Ich handhabe das bei allen Menschen gleich. Wenn ich ihnen begegne, bringe ich allen Respekt entgegen. Tut diese Person jedoch etwas was meinen Respekt nicht verdient, entziehe ich ihr meinen Respekt vollkommen. Da ist es egal wer das ist. Man muss sich von niemandem was Gefallen lassen. Damit bin ich immer gut gefahren. Weil man sich nicht verbiegen muss und trotzdem respektiert wird. Die meisten Menschen wollen nur respektiert werden. Da laufen Spielchen wie: "Ich muss den Kerl Amoggen, sonst bin ich hier nicht der Alpha" natürlich zum falschen Ergebnis hinaus!

6. Prinzipien

Mache dir klar, das du derjenige bist mit dem du ein Leben lang zu tun haben wirst. Du wirst jeden Abend mit dir ins Bett gehen. Und jeden Morgen mit dir aufstehen. Jede Sekunde deines Lebens wirst du mit dir verbringen. Also ist es elementar wichtig, sich selbst nicht hinter andere zurückzustellen.

Viele machen das trotzdem. Wieso? Sind andere wichtiger als ich? Nein!!!!

Deshalb ist es wichtig sich Prinzipien zu setzen und diese auch einzuhalten.

Diese sollten jedoch auch Hand und Fuß haben und nicht irgendwie dahin gequatscht sein. So wie mich neulich ein Kumpel fragte ob ich nicht jemanden wüsste der ihm seine Motorradteile abkaufen würde. Ich sagte ihm er solle es bei Ebay versuchen. Seine Antwort: "Nein, ich mag Ebay nicht"

Ich: Wieso das denn?

Er: Aus Prinzip nicht.

Fakt ist, er hat keinen Grund. Jedoch handelt er trotzdem nach schwachsinnigen Prinzipien. Seine Motorradteile verrosteten übrigens im Keller....

Wenn man sich jedoch wirkliche Prinzipien setzt, muss man diese auch einhalten. Eines meiner Grundprinzipien ist Ehrlichkeit. Ich habe zu meiner Freundin gesagt wenn sie mich betrügen würde, müsste sie es mir sagen. Man kann über alles reden. Kein Problem. Das meine ich auch so. Jedoch würde ich sie, ohne auch nur eine Sekunde zu überlegen, verlassen wenn sie diesbezüglich nicht ehrlich zu mir wäre. Ich habe diese Prinzipien aus gutem Grund aufgestellt. Unehrlichkeit wäre ein Vertrauensbruch. Ich möchte nicht mein eigenes Glück hinter die Lügengeschichten eines anderen Menschen stellen. Dafür mag ich mich selbst viel zu sehr. Ich sehe nicht einen Grund warum ich das tun sollte. Deswegen finde ich es wichtig sich wirkliche Prinzipien zu setzen und diese dann auch einzuhalten.

7. Die eigene Wirklichkeit

Ein jeder hat sie. Und das ist auch gut so. Jeder Mensch ist ein Individuum.

Nur so erklärt es sich das ich beispielsweise keine Tomaten mag, während manch anderer diese abgöttisch liebt. Nur so erklärt es sich, das Enigma das Prinzip der körperlichen Treue nicht mag, es dagegen für andere absolutes Muss ist. Nur so erklärt es sich, dass einige Indirect Game verabscheuen. Und andere es viel lieber mögen als direct.

Alles ist richtig, solange es für dich funktioniert!!!

Das ist der Grund, warum manche Tipps die man von anderen bekommt bei einem selbst nicht immer funktionieren. Finde heraus was du magst und was nicht. Und lebe danach. Lass dich nicht davon beeinflussen ob andere es auch mögen oder nicht. Solange es für dich funktioniert und du damit glücklich und zufrieden bist, ist es richtig!

NICHT EUER AUSSEHEN MACHT EUCH ZUM MANN - EUER HANDELN IST DAFÜR VERANTWORTLICH!

führt, seid stark, seid dominant, seid mutig, steht zu eurer Einstellung, weicht davon nicht ab und ihr werdet beim weiblichen Geschlecht für immer punkten!