



Проект «Выйди из тени»
www.vixodizteni.ru

КАК СНЯТЬ СТРАХ ПОДХОДА!?

пикап с удовольствием



практическое руководство



Сергей Южный

10 способов работы со страхом.

Ванна с кипящим молоком.

Прогладь себя нежно.

Ты уже видишь как тебе дают!?

Сними шкурку...

Осваиваем машину времени.

Твоя уверенность всё ещё в жопе!?

Хочешь много красивых женщин, спроси меня как...!

А вдруг она пнёт по яйцам.

Энергетика в НАТУРЕ....

Раздвигай границы.

Страшные страхи подхода

А что скажут другие.Страх общественного мнения.

Страх посылы.

Страх общения с очень красивыми.

А вдруг у неё парень.

Страх не знаю что сказать.

Позвольте задать Вам несколько вопросов:

Был ли у Вас парализующий страх, когда к тебе приближается привлекательная девушка?

Вы когда нибудь думали -Я не знаю что сказать, когда видели девушку которая вам очень понравилась на улице, в кафе или в клубе?

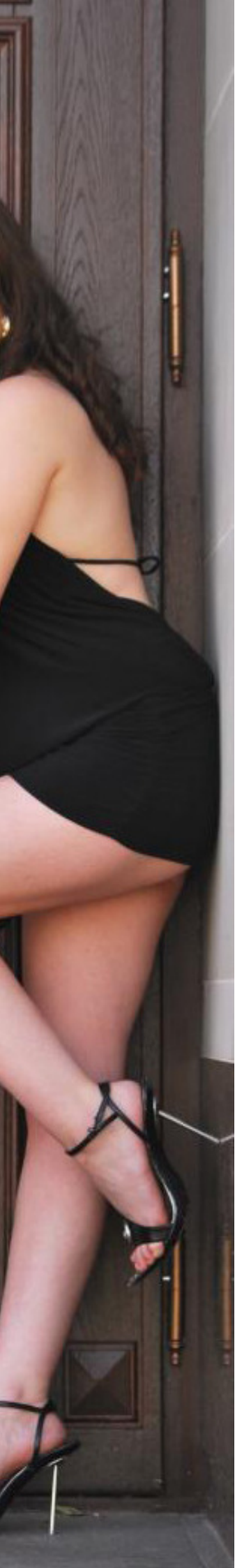
Вы были в растерянности и не могли подобрать слов? Вы когда нибудь чувствовали страх быть отвергнутым или страх общественного осуждения когда вы подходите знакомиться в многолюдном месте. И таким образом вы ничего не делаете не подходите и не начинаете своё общение и невероятные привлекательные интересные сексуальные женщины уходят из вашей жизни?

Возможно вы не верите в то что совершенные девушки (10ки) Могут быть заинтересованны в вас?

Возможно вы чувствовали себя неуверенно потому что вы не высокий, молодой, красивый и богатый?

Вы когда нибудь чувствовали нервозность рядом с красивыми девушками? С которыми вы не могли общаться нормально или так как хотите вы?

Если вы ответили «да» хоть на один вопрос то у меня для вас есть хорошая новость вы в нужном месте в нужное время.



Ты, идёшь по улице и видишь классную девушку, она смотрит на тебя, её внешность заставляет многих оборачиваться.

Ты смотришь на неё, она в ответ улыбается.

Ты думаешь про себя - «надо бы подойти познакомиться, узнать, как её зовут ... наконец спросить телефон»

Но нет, сегодня опять не твой день... Начинается мондраж, трясутся ноги, и ты не находишь ничего лучше, как просто пройти мимо, упустив свой шанс познакомиться с той, о которой будешь вспоминать ещё долгое время.

Ты хочешь и дальше продолжать сидеть в своих 4 - х стенах задрочиваясь до посинения.

Хочешь продолжать смотреть с открытым ртом и глазами полными зависти на эту красотку которая работает, учиться, проходит рядом по улице мимо тебя.

Возвращаясь к себе домой думая что сегодня ты опять так ничего не сдалал и не сказал.

Оставаясь по прежнему в гордом одиночестве.

Или ты будешь смотреть очередную свежую порнушку думая про себя - «вот бы мне стать порноактёром, я бы им всем показал».

Выбираясь в город или в кафе видя очередную очень красивую девушку которая действительно для тебя супер интересна и привлекательна, ты будешь прятаться за своими любимыми отговорками и отмазками - «Мне сейчас неохота». «Она не в моём вкусе». «Она сейчас всё равно уйдёт». «Мне некогда». «У меня нет настроения».

ОДИНОЧЕСТВО

СКУКА

ДЕПРЕССИЯ

ЗЛОСТЬ

СОМНЕНИЯ В САМОМ СЕБЕ

Неужели ты хочешь прожить так всю свою оставшуюся жизнь!?

Хватит соглашаться на толстухек и крокодилов.

Создай ту реальность о которой все говорят и хотят туда попасть.

Реальность сексуального достатка и изобилия.

Убирая страхи связанные при знакомстве,
ты открываешь себе путь в мир удовольствия и
огромных возможностей
в мир свободы.

**В мир эмоциональной свободы
без страха и ограничений.**

Если бы ты был уверен на все 100% что если ты
сейчас подойдёшь и заговоришь с этой
А***ной красоткой и у тебя всё получится
то как ты думаешь, стал бы ты себе что то
говорить или стоять на месте!?

Думаю что ответ очевиден.

Конечно же нет!!!
епть!

Прежде чем начать рассказывать и разбирать
страхи для начала представь какой может быть
твоя жизнь если из неё уйдут страхи связанные
со знакомством и соблазнением.

Ты подходишь к ней начинаешь общение, ты расслаблен, ты получаешь удовольствие. Тебе просто в кайф. Это как приятная тёплая ванна после холодной морозной улицы.

Она тебе улыбается, очень живо реагирует на твои слова. Одним словом ей интересно. Она чувствует твою уверенность и твоё желание.

Если в твоих подходах много напряжения это значит что в них много не естественности. А не естественность это смерть.

Нет, не в прямом смысле смерть, а смерть твоей полноценной сексуальной жизни.

Той, что называется сексуальное изобилие. Изобилие это когда есть из кого выбирать На каждый день недели.

Блять я не писатель - я тренер. Поэтому даю тебе задание описать и представить свою реальность без страхов.

Пока ты представляешь я подброшу пару дровишек в топку твоего воображения.

Твоя жизнь без страхов может быть например такой.

Ты просыпаешься в нужное время. Делаешь зарядку. По дороге на работу, знакомишься с девушками, замечаешь их взгляды.

Не думаешь что делать в выходные, когда гуляешь то тебе это действительно интересно, а не просто убиваешь время на улице.

У Тебя несколько свиданий с разными девушками ты им интересен, им с тобой интересно не день или два, а месяц и два и больше.

Ты просто знакомишься с девушками с которыми тебе интересно и ты не думаешь чтобы сделать как разукрасить, все получается само собой, и получается интересно.

У тебя теперь больше нет проблем с противоположным полом и, если ты видишь то, что тебе нравится, ты просто подходишь и берёшь.

Ты перестал комплексовать и стесняться и научился быстро находить общий язык с любой девушкой.

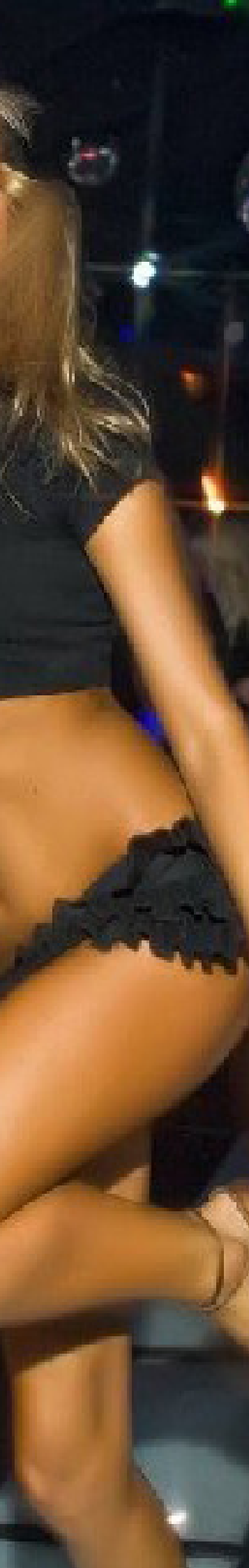
У тебя появилось чувство желанности и успеха, жизнь изменилась в лучшую сторону ,и не осталось места для мрачных серых дней и тяжёлой скуки.

У тебя теперь много поклонниц и многим девушкам с тобой интересно.

Ты перестал общаться а бы с кем и стал находиться в компании таких девушек которые тебя привлекают.

Тебе есть кого пригласить в кино и провести великолепно вечер и ты больше не скучаешь дома один.

Охота на охоте, которая проходит удачно, выйдя на улицу ты без особого труда, страха и комплекса знакомишься с девушками ,которые тебе приглянулись или с теми которые тебя даже не замечали до того как ты к ним подошёл познакомиться.



И это только примерно то что может тебя ожидать.
Всего то и нужно трансформировать свои страхи.

Эта книга о том - как превратить свои мешающие
ограничения в мощные и позитивные изменения,
которые приведут тебя к той жизни которой ты по
настоящему заслуживаешь.

Есть большая вероятность того что материал который ты найдёшь к этом руководстве окажется для тебя полезным

Тема проработки своих страхов очень проста.

Скажу сразу на самом деле, способов работы со страхами гораздо больше чем 10.

Просто 10 это очень хорошее число. Которое не много и не мало.

10 способов будет достаточно для того что бы проработать любые страхи, в том числе и страх подхода.

И если ты ещё только начинаешь вникать в эту тему расскажу о том что вообще такое как "СТРАХ ПОДХОДА"

Страх подхода это такое выражение которое устоялось уже среди тех кто в теме.

На самом деле физически, такой штуки как страх подхода его просто нет. Вместо этого есть другие страхи. О них поговорим чуть позже.

Ты же не боишься пройти 10 метров от точки А до точки Б.
Тебе же это не страшно.
Ты же не боишься ходить!?
Ты же можешь пройти какое то расстояние!?

Соответственно есть что то другое. Вот с другим и надо разбираться.
Если говорить о страхе подхода в контексте отношений, в контексте знакомства, То это как раз другие страхи.



Вот именно про них я и буду говорить.
Именно эти страхи и будем прорабатывать с помощью техник и упражнений.

Но что бы было удобнее, будем называть эти самые другие страхи страхом подхода.
Что бы была какая то ясность.

Страх подхода как такового нет. А что же тогда скрывается за этим выражением.
За страхом подхода часто прячутся такие страхи как:

Страх отказа.

Страх что пошлёт.

Страх что отвергнет.

Мысли которые ограничивают и не дают подойти.

Страх не знаю что сказать или что ответить при подходе.

Стою туплю или подхожу и вообще молчу.

Ну вот не рождаются у меня какие то прикольные фразы.

Или вообще никакие фразы у меня не рождаются.

Или есть страхи связанные со знакомством с супер красивым или гламурным «тюнигованными» девушками.

Что то внутри у меня происходит и рождаются какие то страхи.

Это как раз связано с началом общения вернее ещё до того как оно начнётся, до того как ты подойдёшь к девушке.

У большого процента парней возникают проблемы ещё до того, как они подошли и начали общаться.

До того как они начали что то говорить.
Задавать вопросы и общаться с девушкой.

Вот именно на этом этапе - **этапе подхода**. Подойти и начать общаться продвигаясь по структуре соблазнения возникает очень много каких то там не понятных проблем.

И даже есть вещи которые рационально никак нельзя определить.

Они иррациональны не объяснимы. Например я могу объяснить свой страх страхом что мне откажут.

А у некоторых есть - **Я сам не понимаю чего боюсь!?**

Вот тупо боюсь и всё!
Хер знает причины какой-то нету.

Вроде всё нормально, казалось бы что такого подойти пообщаться с понравившейся мне девушкой.

Ан нет останавливает что то и всё, вот хер знает что останавливает.

Это тоже один из моментов который прорабатывается различными техниками и подходами хотя на это может уйти не много больше времени.

Кстати страхов может быть бесчисленное количество.

Соответственно с ними можно работать по разному и разными способами кому то подойдёт одно, кому то другое.

Самое главное найти эффективный способ работы именно со своим страхом.

10 способов работы со страхами

Ванна с кипящим молоком.
Прогладь себя нежно.
Ты уже видишь как тебе дают!?
Сними шкурку...
Осваиваем машину времени.
Твоя уверенность всё ещё в жопе!?
Хочешь много красивых женщин,
спроси меня как...!
А вдруг она пнёт по яйцам.
Энергетика в НАТУРЕ....
Раздвигай границы.

1.Ванна с кипящим молоком.



Метод - Найди более сильный источник ощущений

Для того что бы вообще понять силу страха, его интенсивность и его тяжеловесность нам необходимо с чем то его сравнить.

Страх в контексте отношений

Вот мы говорим боимся подходить, боимся что нас отвергнут для нас это страшно, для нас это не приемлемо.

Либо у нас есть ещё какой то страх и он кажется нам каким то сильным и он как то на нас влияет.

Один из работающих способов снять свой страх это -**найти более интенсивное переживание**

Например боюсь подходить, но когда испытал какие то экстремальные ощущения прыгнул с моста на жгуте или прыгнул с "тарзанки" в огромный водопад когда отдыхал в Тайланде.



ТО, новое переживание и ощущение становится на первое место и страхи связанные со страхом подхода **просто теряются** на фоне новых очень сильных переживаний и ощущений.

Когда вы перебарываете себя в более экстремальной ситуации.

Когда у вас внутри создаётся более интенсивный источник ощущений.

Когда вы переживаете что то на столько интенсивно что страх подхода становится у вас менее значимым и менее интенсивным в ощущениях.

Когда вы говорите себе - тут такое испытал, такое преодолел.

ОХРЕНЕТЬ!!!

Да что этот страх подхода, есть и есть, где то там.

И после этого вы начинаете спокойно подходить. У вас происходит внутренняя трансформация.

Это один из способов работы со своими страхами,

**найти более сильный источник,
получить более сильные переживания
по сравнению с тем чего боишься.**

Программа для саморазвития

1. Прыгнуть с парашютом.
2. Прыгнуть с "тарзанки".
3. Поучаствовать в боях без правил.

2. Работа со своим телом



Любые события оставляют в нас свой телесный отпечаток.

Мы попадаем в определённую ситуацию и в этой ситуации наше тело реагирует каким то одному нам известным способом.

Как правило у парней это **сердцебиение, зажимы в груди, зажимы в солнечном сплетении,**

**начинают трястись коленки
начинает дрожать голос (начинаю
заикаться),
потеют ладони,
всё тело начинает подрагивать,
меня начинает потряхивать.**

У каждого из нас бывали такие ощущения.

Как работать с телом!?

Необходимо разделить событие, от того что с происходит с вашим телом
Отделить стимул от вашей реакции.

Нужно научиться расслабляться

В этой конкретной ситуации, нужно научиться расслабляться.

Научиться расслаблять своё тело.



Если вы посмотрите на успешных соблазнительей, то во время общения с девушками, они чувствуют себя расслабленно. Они общаются как бы вальяжно и расслабленно.

И от того что у них тело расслабленно, голос их звучит более низко более бархатисто. И все их движения становятся плавными и естественными
И это как бы завораживает всех окружающих.

Расслабленное состояние позволяет проходить и растекаться вашей энергии по всему телу не скапливаясь в определённых местах.
Она растекается свободно и это чувствуется при общении.

Это классно воспринимается девушками в момент общения, так как они входит в резонанс с вашим расслабленным состоянием и становятся тоже расслабленными.

А все мы любим расслабляться и отдыхать. И что бы всё было без напрягов.

Никто не любит напрягаться)))

Поэтому второй способ, научиться расслабляться, причём быстрым и сознательным образом.
Не под музыку или на массаже или под действием внешних стимуляторов

А с помощью специальных психотехник.

Не напрягая себя - не напрягаешь других!

Задание для саморазвития

1. Записаться на телесно-ориентированный тренинг.

Это поможет тебе проработать самые глубокие зажимы и внутренние напряжения.

2. Найти любой курс по аутотренингу и научиться по настоящему хорошо расслабляться

3. Овладеть медитацией.



3.Сними шкурку

Метод -Снятие ярлыка

Этот способ для более продвинутых

Необходимо отделить ярлык, названия страха, от самих ощущений в теле.

Если прочувствовать страх, он нами будет ощущаться в первую очередь телом.

Внутреннее определённое ощущение мы называем страхом.

Вижу девушку - у меня появляются ощущения в теле и я говорю себе это страх.

И соответственно с этим ярлыком у меня начинают идти картины, внутренние ментальные фильмы из моего и чужого опыта.

И когда мы убираем само название. Ярлык под названием СТРАХ, а оставляем только внутренние ощущения саму энергию.

Любая эмоция это ощущение энергии. Любая эмоция это определённые внутренние ощущения в теле.

Это психоэмоциональное состояние которое как то называется.

Которое как то принято называть.
Например словом страх.

Когда убирается логическая структура остаётся только энергия от эмоции энергия внутри.

Как убрать этот ярлык!?

Почувствуйте это переживание.

Переживание страха в своём теле

Уберите название этого переживания,
вы не знаете как это называется
у вас есть только чистое переживание,
чистое ощущение и внутренняя энергия.
в определённых участках тела.
в солнечном сплетении или ногах и тд итд

Это только вопрос практики **научиться
отделять ярлык от самого ощущения и
переживания.** Направить своё внимание
только на переживания самого страха в теле.

Мы можем определить наши эмоции только по
названиям.

Если есть название и мы его знаем то мы это
можем определить.

Есть ощущения в теле которые мы определяем
как это негативная эмоция, это страх, это
счастье и тд.

**Мы прикрепляем ярлык к определённому
переживанию.**

Вопрос на засыпку почему страх вы называете
как страх и ни как иначе?

И если убрать вот это **социальное
выученное** название то у нас останется только
внутренняя энергия, останутся только чистые
ощущения.

Эта техника очень подойдёт тем у кого развит
навык ментальной дисциплины и хороший
уровень концентрации внимания.

A vertical image on the left side of the page shows a person's legs and hands. The person is wearing light-colored shorts. Their hands are resting on a surface, possibly a bed or a table. A red blanket is visible at the bottom of the image. The background is a plain, light-colored wall.

Процедура снятия ярлыка

Начните с того, что вспомните что-то связанное со страхом, прошлое или воображаемое будущее событие. Может это произошло на прошлой неделе. в прошлом месяце или в прошлом году.

Дайте прийти в ваш ум воспоминанию о чём-то. чего вы боитесь.

Замете, во что вы одеты в этом событии, какого цвета ваша одежда.

Замете, есть ли какие-то другие люди в воспоминании или фильме вашего умственного взора. Услышите любые звуки, которые вы слышите в этом фильме.

Наблюдайте ваши ощущения страха, и где они находятся в вашем теле. Дайте развиваться вашему фильму или сюжету.

Теперь, когда страх достигает уровня сильного чувства, отвлеките внимание от фильма и переведите внимание на сам страх, на саму энергию. Замете где в вашем теле находится чувство страха.

Сосредоточьтесь на страхе в вашем теле.

Где он находится?

Каждый раз, когда вашему уму хочется вернуться к сюжету или фильму о том, почему вы боитесь, мягко переведите его на чувство самого страха.

Начните рассматривать страх как энергию.

Помните, ваша задача в том что бы рассмотреть его как есть, не изменяя его, не перемещая, и не вытесняя.

Просто рассмотрите его как энергию. **НЕ пытайтесь изменить его»**

Для удобства рекомендую перечитать всю процедуру несколько раз и выполнять тогда когда будет понимание всей последовательности.

4. Ты уже видишь как тебе дают!?



**Метод -
Программирование
себя на
успешное
будущее.
Как рождается
страх?**

Страх идёт от картинок которые проносятся у нас в голове.

Он идёт от картинок не успешного будущего. Мы с начало показываем себе негативный исход события и затем появляется страх.

Например мне надо пройти по подвесному мосту над пропастью.

Какие у вас рождаются картинки!?

От чего я боюсь

А боюсь я именно того что я сам себе и показал, а вдруг оборвётся трос, а вдруг ветер его перевернёт, а вдруг досточка не выдержит моего веса. И вот я вижу уже внизу кровавое пятно.

И от этого запрограммированного самим собой будущего я ничего и не делаю

И это происходит с огромной скоростью

Внутренний ментальный фильм который прокручивается от начало и до трагичного конца.

То есть мы себе показываем что со мной может это случиться, а я ведь этого не хочу.



Поэтому способ номер 4 научиться
программировать своё будущее.

Когда вы планируете подход или хотите подойти к
понравившейся вам девушке необходимо
прокрутить в голове позитивный фильм.

А он например может быть такой.

Я подхожу она на меня смотрит
заинтересованными глазами.
Немного мне улыбается
Она немного смущенна, но ей всё равно
интересно и тд.

Заранее в голове прокрутили позитивный
фильм с хеппи эндом.

У многих этот страх уже снимается.

Был пример что
один тренер сказал своему ученику
что вот эта эта и эта ты им очень нравишься.

И ученик стал подходить к девушкам и общаться
более эффективно так, как будто бы он им
действительно нравится.

На самом деле тренер не знал что этот
конкретный ученик нравится этим девушкам и
девушки об этом тоже ничего не знали
однако это сработало, именно потому что
первоначально ученик создал у себя позитивные
образы он уже заранее увидел **что всё будет
ОК что он им нравится.**

И это 4 способ создать внутри себя позитивный **фильм с хорошим эротическим концом.**

И это просто навык, который развивается как например в спорте или другом виде деятельности.

Когда с начало это не очень хорошо получается, а потом это всё даёт хорошие ощутимые результаты.



5. Твоя уверенность всё ещё в жопе!?



**Метод -
Развитие
своей
уверенности.**

Через
развитие свой
внутренний
уверенности
Что это
значит?

Как вообще у нас и в нас формируется
уверенность или не уверенность

**Очень большую роль играет социальное
окружение.**

В начале это родители,
затем это учителя
какие то значимые люди какие то персонажи тёти
дяди дедушки и бабушки.
старшие сёстры и братья.

**Они влияют на формирование восприятия
наших способностей.**

Тем самым они нас первоначально убеждают в
том на что мы способны, а на что не способны.

Они определяют наши границы что для меня
возможно а что для меня не возможно

Как сделать так что бы уверенности стало
больше, что бы появилось **чувство внутренней
уверенности в любой ситуации.**

Как его можно сформировать самому!?
Кроме социального программирования
существует ещё и наше собственное поведение
которое тоже в нас формирует уверенность или
не уверенность.

Как это происходит?

Вы когда то запланировали достигнуть маленькую
цель и просто про неё забыли, и не достигли, и
не сделали того что надо было сделать.

И этот ваш не зачёт пошёл в вашу внутреннюю
базу данных.

О вас, как о личности, точнее о том на что вы
способны, о ваших способностях.
О вас как о человеке который может или не
может.

Ну это как бы маленький минусик ничего
страшного, не сделали и забыли и он где то
храниться внутри вас.
Потом ещё что то не сделали по какой то причине
например было **лень вставить**.

И появился ещё один маленький минусик который
пошёл в ту же самую базу данных о вас самих.
Он тоже попал в эту внутреннюю копилку
информации о вас.

**Со временем с течением жизни
этих минусиков становиться всё больше и
больше.**

А плюсики становиться всё меньше и меньше.

Тем самым мы начинаем чувствовать в себе либо
больше уверенности либо больше неуверенности.



Потому как неудачи есть абсолютно у всех, но чем больше будет у тебя именно плюсов в твоей базе данных о себе, тем сильнее будет крепнуть твоя уверенность

Причём **зачитывается абсолютно всё** начиная от маленьких плюсиков и заканчивая громадными, глобальными зачётами.

Чем больше маленьких плюсиков или средних или крупных, тем более уверенным вы будете становиться.

Плюсы могут быть в разных контекстах в плане карьеры

в плане здоровья
в плане финансов
в отношениях

Внутренняя ценность, ценность ваших способностей, она будет очень сильно повышаться.

В качестве упражнений можете вспомнить те цели которые вы начинали достигать, но не достигли и не сделали.

Выпишите их и доделайте.

Доделайте, закройте, завершите.

К примеру давно хотел прибить плинтус, вставайте и прямо сейчас прибивайте.

В качестве новых целей можете запланировать на месяц 10 целей разного калибра.

Кому мало 10 можете запланировать 20 и в течении месяца их закончить

Цели могут быть совершенно разными

Например цель может быть например купить себе какуюнибудь прикольную штуку -)))

Самое главное, то что если вы это планируете вы этого обязаны достигнуть, что бы база данных с плюсами постоянно росла и пополнялась. Что бы эти плюсы пошли вам в копилку.

Для развития вашего внутреннего чувство уверенности.

Ощущения того что Я МОГУ!!!!

Я могу достигать тех целей которые я себе ставлю для достижения.

Таким образом вы тренируете своё подсознание вы его программируете на то что для Вас всё возможно или не всё, но очень много, что не доступно среднему человеку.

По ходу такой тренировки прорабатываются и ваши страхи.

Это лекарство против вот такой ситуации или вот таких мыслей.

"Я вижу очень красивую девушку и думаю про себя - "Почему она вся такая разтакая красивая захочет со мной общаться..."

Способ номер 5 Это как раз об этом. О, больших или множестве маленьких минусиков которые у меня были по жизни которые повлияли на мою самооценку.

Отсюда и такие мысли из моего ощущения почему она будет со мной общаться

Я же как бы никто!!!

И Звать меня никак! У меня нет каких то внушительных достижений.



А всё как раз начинается с небольших вещей!

И это пятый способ проработки своих страхов он не такой быстрый как кому то может быть хотелось бы.

Зато это самый верняк поднять свою самооценку до небес.

Так как есть ощущение внутренней **малой ценности**, то нужно повышать свою ценность путём достижения поставленных целей и **завершением всех запланированных дел.**

Задание для саморазвития

Запланируйте на месяц одну большую цель три средних и 6 маленьких целей.

Которые вы можете достигнуть и получить быстрые результаты.

НА сайте проекта "Выйди из тени"

ты сможешь найти статью "12 советов которые могут помочь повысить самооценку"

<http://vixodizteni.ru/sj/>

6. Осваиваем машину времени.



Метод работы с прошлым опытом

Ещё один не слишком быстрый способ по работе со своими страхами.

Это работа со своими прошлыми не удавшимися опытами или не завершёнными опытами или завершёнными, но не так как хотелось бы.

Что это означает!?

Например

Когда-то мы влюбились, когда-то у нас в прошлом была первая любовь, в школе, с девушкой начинали встречаться и дружить.

Подружили пару месяцев, а потом что-то произошло у неё в голове и она говорит - "Ну всё, пока, мне уже с тобой не интересно".

И всё

Мы этот опыт отношений, закрепился в нас как не удачный.

Мы получили переживания которые отложились, как в теле так и в нашей памяти.

Мы получили отрицательны опыт.

И кроме этого мы сделали в этот момент о себе какие то выводы, о том как на нас реагирует девушка.



И повзрослев или проживя несколько лет когда мы видим девушку мы начинаем входить впадать в не комфортное состояние.

И этот не комфорт идёт от той ситуации которая произошла в прошлом.

И такой опыт он у нас был не в одинарном виде.

Были ещё случаи которые шли в эту копилку отрицательных опытов.

В копилку того как ко мне относятся девушки.

Файл в котором написано

Эта послала, Эта тоже послала, и эта тоже послала...

И в итоге когда мы видим девушку к которой хотим подойти мы говорим - "ага хер я к ней подойду."

Я уже заранее знаю что эта, то же может послать.

А откуда я это знаю!?

Если бы этих опытов неудач у нас не было.

Если бы у нас внутри был "чистый лист".

Что бы тогда мне мешало подходить и спокойно знакомиться!?

Ответ ничего бы мне не мешало!!!

Значит есть что-то в прошлом, что мешает и останавливает меня от того что бы подойти и комфортно начать общаться с любой девушкой.

И этот минусовый опыт мог произойти даже и не с вами.

А это мог быть и чужой опыт.

Например увидели как вашего друга бросает его девушка и посмотрев со стороны на это, сказали себе -"Нет я бы не хотел что бы такое было со мной".

И дальше мы начинаем идти с этими мыслями и с этими ощущениями.

Мы взяли это за точку отсчёта.

По работе с прошлыми событиями есть множество психологических школ и направлений есть множество техник из НЛП из гештальт подхода из психоаналитического подхода.

Трансформируя свой негативный опыт прошлого вы приобретаете уверенность, начиная действовать как человек с новым прошлым, вы действуете как один из самых успешных людей.

И что для этого нужно?

Четко выявить конкретный опыт прошлого, делающий вклад в текущее состояния, затем трансформировать его наилучшим образом.

На курсе "Выйди из тени" вы научитесь это делать за несколько минут.

Со снайперской точностью вы будете находить нужный опыт, и с этой точностью рассоздавать негативный заряд. Приводя себя во всё более оптимальное состояние.

В качестве примера привожу тебе две техники для работы.

1. Генератор нового поведения.
2. Техника ПЕРЕПРОСМОТРА.



Техника - Генератор нового поведения

В своем воображении увидите себя осуществляющим то поведение, которое вы хотели бы иметь. Если это трудно, представьте себе ролевую модель, делающую это. Займите место режиссера в своем внутреннем фильме. Станьте Стивеном Спилбергом в своем воображении. Посмотрите на сцену так, как она разворачивается перед вашим внутренним взором.

Оставайтесь диссоциированным, пока вы слушаете и монтируете звуковую дорожку. Вы и главный герой, и режиссер. Если в сцене участвуют другие люди, отметьте их реакции на то, что вы делаете.

Осуществляйте режиссуру сцены и звука до тех пор, пока вы не будете полностью удовлетворены.

Затем войдите внутрь образа самого себя и сыграйте эту сцену заново так, как будто вы сами это делаете

В то время, как вы это делаете, обратите особенное внимание и на свои ощущения, и на реакции людей вокруг вас. Действительно ли это новое поведение выражает ваши ценности и вашу личную целостность?

Если ваши ощущения вам не нравятся, вернитесь в режиссерское кресло и переделайте фильм, прежде чем снова войти в него.

Когда вы будете довольны своим воображаемым исполнением, определите внутренний или внешний сигнал, который вы можете использовать в качестве триггера, запускающего ваше новое поведение. Мысленно отрепетируйте, как в ответ на этот сигнал вы начинаете осуществлять новое поведение.

Генератор нового поведения - это простая и вместе с тем мощная техника, которую вы можете использовать для личного и профессионального роста. Каждый опыт становится возможностью для научения. Чем чаще вы будете делать это, тем быстрее вы будете продвигаться к тому, чтобы стать той личностью, которой вы действительно хотите быть.

ТЕХНИКА ПЕРЕПРОСМОТРА

1. Выберите из своей личной истории такое событие для перепросмотра, на которое вы отреагировали негативно, испытали стресс.



2. Представьте эту ситуацию, представьте того человека (или тех людей), с которым связаны ваши переживания в этой ситуации.

3. Первое, что нужно сделать, — это принять эту ситуацию. Принять ситуацию — это значит взять на себя ответственность за ее

возникновение.

4. Подумайте, какими своими мыслями и чувствами вы создали эту ситуацию. Приятные ситуации в своей жизни мы создаем позитивными мыслями, а неприятные (стрессовые) — негативными.

5. Определите, чему важному и позитивному на учила вас эта ситуация? Какой позитивный урок вы прошли?

Техника дыхания при перепросмотре личной истории

Процедуру перепросмотра какого-либо события личной истории нужно сочетать со специальным «очищающим» дыханием. Это помогает достичь определенной степени сосредоточенности и делает всю процедуру более эффективной.

Прежде чем приступить к процедуре перепросмотра, подышите 3—5 минут, пока не восстановится дыхание.

Теперь возьмите то событие сбоей личной истории, которое вы пере просматриваете, и вспоминайте его до тех пор, пока в памяти не всплывут все чувства, которые это событие вызвало.

Затем делайте медленный вдох, перемещая голову с правого плеча на левое, очерчивая кончиком носа полукруг перед собой.

Смысл этого вдоха в том, чтобы восстановить энергию, так как каждая жизненная ситуация, в которой задействованы чувства, опустошительна для человека.

Вдыхая справа налево после воспоминаний чувств, человек, используя энергию дыхания, возвращает свои эмоции, чувства, мысли, оставленные им в той ситуации, то есть возвращает свою энергию.

Сразу за этим следует выдох слева направо.

При помощи выдоха человек освобождается от тех чувств, эмоций и мыслей, которые оставили в нем другие люди, участвовавшие в этом событии.

Старайтесь во время дыхания удерживать зрительный образ события или отдельного человека, с которым связано это событие.

Забирая свои мысли, чувства и эмоции при вдохе, возвратите чужие чувства, мысли и эмоции при выдохе этому человеку. Делайте это совершенно спокойно.

Уже после нескольких дыхательных циклов вы почувствуете себя гораздо легче.



Заканчивайте дыхание и пере просмотр тогда, когда появится чувство свободы и легкости.

Ваше тело само подскажет вам, когда нужно закончить. Для каждой ситуации требуется разное количество дыхательных циклов. Все зависит от «тяжести» и длительности события.

Для полного пере просмотра некоторых ситуаций, с которыми обычно связаны тяжелые чувства и отрицательные эмоции, требуется несколько дыхательных циклов в течение нескольких дней. Например, смерть близкого человека или разрыв отношений. В таком случае вам нужно пересмотреть все события своей жизни, которые так или иначе связаны с этим человеком.

6. Поблагодарите всех участников событий за урок. Заканчивая каждый перепросмотр, проговорите вслух: «Я благословляю тебя с любовью и отпускаю. Ты живешь в своем мире. Я — в своем. Я и ты — свободны!»

7. Знание всех шагов



Этот вариант продвигает многих парней, это знание того как сделать. И многие если не большинство пикап школ как раз и предлагаю подход КАК.

С чего начать и чем закончить.

Когда я знаю что надо сделать первое второе и третье для того что бы получить результат.

Когда я знаю как это сделать,
мне становится гораздо легче.
Я могу на это опереться.

Знание как познакомиться на той же улице.
Знание самой структуры общения при подходе и знакомстве.

Например выучить какой то шаблон.

Шаблон "знакомство с социальным контекстом"

Вы подходите и спрашиваете девушку про то что просто принято в обществе например - "Который час?",
Как пройти на грибоедовскую?
и тд

Дальше вы делаете комплимент
или задаёте дополнительный вопрос,
Дальше вы комментируете то что видите
или говорите комплимент.



Таким образом структура знакомства может выглядеть так:

Подход

Переход

Знакомство

Если я понял эту структуру как устроен этот процесс

То мне становится гораздо проще подходить и становится проще знакомиться на улице потому как я знаю все шаги, знаю как.

Как это делается, ну плюс если я ещё увижу как это делается увижу со стороны, то уверенности у меня станет гораздо больше.

Страх подхода исчезает если я знаю как, знаю что это возможно, знаю как это работает и как всё устроено.

И на закуску вот тебе структура классической "трёхсвиданки".

**Очень хорошо подходит для новичков -
Позволяет соблазнить девушку за 3
свидания.**

Структура первого свидания.

Наиболее важное и значимое место в структуре соблазнения, без сомнения, принадлежит первому свиданию.

От того, насколько успешным оно будет, зависят все дальнейшие отношения.

Первое свидание - это знакомство с внутренним миром, сущностью человека, и от полученных впечатлений строится дальнейшее общение.

Цели:

1. Показать адекватность.

Идя на первое свидание с новым парнем, каждая девушка боится. Это абстрактный и часто не осознаваемый страх начинается от неуверенности в себе, и проявляется в различных формах.

2. Заинтересовать девушку для прихода на второе свидание. Как этого достичь?

Быть оригинальным и весёлым. С позитивными людьми интереснее и легче общаться- это факт.

А раз так, то на свидание нужно приходить в приподнятом, позитивном настроении.

Кроме настроения, в процессе встречи нужно выяснить сферу интересов девушки, и тогда вам всегда найдётся тема для разговора.



Структура второго свидания.

Итак, первое свидание прошло успешно, начальные впечатления получены, и на волне заинтересованности друг в друге мы приступаем к осуществлению второго свидания. Как и первая, эта встреча требует от вас приятного внешнего вида и адекватного поведения.

Цели:

- Поражать женщину; (Она должна почувствовать, что рядом с ней действительно интересный, достойный и неординарный человек).
- Продемонстрировать сексуальный интерес;
- Добиться от неё фразы: «Мы мало знакомы, ещё рано и т. д.»

Третье свидание.

Девушка вполне заинтересована нашей персоной, заинтригована, и ждёт новой встречи. И теперь для получения желаемого нам остался последний, рывок. И этот рывок называется SEX.

И ещё на сайт проекта "Выйди из тени" ты найдёшь **более 300 шаблонов** для знакомства.
<http://vixodizteni.ru/sj>

Которые как раз и отвечают на вопрос КАК.

8. Тотальное принятие

Очень часто мы боимся потому что не знаем что будет - **это страх неизвестности**
мы не знаем как на нас отреагирует незнакомый человек

Как на нас отреагирует девушка.

Этот способ предполагает расписать все возможные варианты реакции на ваш подход. Предположить все варианты которые могут произойти при подходе к девушке. Что может произойти в тот момент когда я к ней подойду.

Например у вас может получиться 7 различных вариантов:

- она просто промолчи
- она криво посмотрит
- она пошлёт
- она пнёт по яйцам
- она развернётся и убежит
- она будет мне мило улыбаться и смотреть на меня щенячими глазами
- будет радоваться и прыгать от того что я к ней подошёл знакомиться

После этого их нужно внутренне для себя пережить каждый вариант.

Для того что бы их для себя принять. Принятие в этом является ключиком успеха и снятия дальнейших своих страхов связанных с подходом к девушке.

Одна из причин страхов это то, что мы что то о себе не можем принять.



Почему нас может цеплять отказ девушки, потому что в прошлом был какой то опыт и мы знаем что тот опыт на нас очень сильно повлиял к примеру ввёл нас в продолжительную депрессию из которой мы кое как выбрались и тело это всё запомнило

И поэтому теперь мы не хотим испытывать такие же ощущения и мы это не хотим принимать.

От этого и внутренний тормоз при подходе к уже новой интересной девушке.

Когда мы **внутри принимаем** разные варианты развития и реакции на наш подход и ещё раз всё это перепроживаем.

Страх исчезает он растворяется и спадает потому как я знаю что она меня может послать и я знаю что я могу при этом испытать и так как я уже всё знаю заранее то и страха перед неизвестностью и неопределённость тоже нет.

Я это знаю.

И поэтому я могу действовать более эффективно.

Упражнение - "Я выбираю это."

1. НА большом листе бумаги, выпишите все варианты которые могут произойти при знакомстве с девушкой.
2. К каждому варианту задайте вопрос - "Принимаю ли я этот вариант на все 100%, то есть полностью?
Если ответ нет то нужно разбираться с тем что именно цепляет меня в этом не приемлемом варианте.
3. Добиться принятия всех вариантов.
4. В конце сказать себе - "Да, при подходе может быть и это и это и вот это и я всё принимаю, но я выбираю..... и поставе тот вариант который для вас наиболее желаем.
Когда будете видеть девушку то **просканируйте** все варианты и выберете тот который вам больше хочется,
подходите и начинайте знакомиться.

9.Энергетика в НАТУРЕ

Метод -Работа со своей внутренней энергией

Это различные энергетические практики.
Развитие через прокачивание своей энергетики.
Есть куча упражнений из этого подхода

Например представление что вокруг вас есть
невидимое безопасное поле
которое растворяет всю отрицательную энергию
при вашем общении.

Или вы можете представить себя в пространстве с
позитивной энергией.

Или представить что из тебя прёт позитивная
ресурсная энергия.

И в таком состоянии гораздо проще подходить
знакомиться.

Ты делишься с девушкой своей ресурсной
энергией

И окружающие начинают отвечать вам на то что
вы выдаёте из себя

Раз ты даёшь ресурс то обратно тебе тоже
приходит ресурс.

Кроме этого энергетические практики тесно
работают с нашим телом.

Этот способ я уже называл
И занимаясь какими то энергетическими
практиками мы попутно учимся работать со своим
телом.

Например наполняя себя внутри энергией какого то определённого рода то она вытесняет другие чужеродные энергии.

В том числе и энергию страха
А так как страх это энергия
То во время наполнения себя позитивной энергией вы растворяете свой страх

Для энергии страха просто не остаётся места.

Техника ВНУТРЕННЯЯ УЛЫБКА

Увеличение личной силы через Внутреннюю Улыбку

1. Улыбка является наиболее мощной энергией личной силы. Искренняя Улыбка вашим органам внесет вклад их силы для образования и протекания потока энергии к вашим органам чувств, особенно глазам. Глаза связаны со всеми органами тела. Однажды вы узнаете, как вам послать энергию ко всем вашим органам. Представьте, у нас 63 триллиона клеток. Каждая клетка вырабатывает очень незначительное количество энергии. Но умноженная на 63 триллиона, энергия становится огромной. Когда вы расслаблены и спокойны, вы улыбаетесь, вы можете поддерживать энергию на высоком уровне и будете всегда готовы действовать. Уровень энергии обычно является ключевым моментом.

2. Когда уровень вашей энергии возрастает, у вас будет больше энергии для совершенствования своего мастерства, у вас будет возможность более гибко действовать, вы будете лучше знать, чего вы хотите и как достигнуть этого.

3. Улыбайтесь своим половым органам. У вас будет более высокий уровень сексуальной энергии и больше личной силы. Когда количество сексуальной энергии уменьшается, уменьшается и личная сила.

Практикуйте, как сохранить и увеличить сексуальную энергию путем ее рециркуляции. Рекламируемые пища и препараты могут увеличивать сексуальную силу, но действуют непродолжительный отрезок времени, если вообще действуют. Они не увеличивают энергию и обладают кратковременным эффектом. Знание того, как культивировать сексуальную энергию, является главным источником силы.

ПРАКТИКА

А. Посылайте Улыбку органам сверху вниз по передней линии тела

1. Расслабьте лоб. Вы можете представить, что встретили того, кого вы любите, или увидели нечто прекрасное. Почувствуйте улыбающуюся энергию в ваших глазах.

2. Затем позвольте улыбающейся энергии переместиться к точке между бровями. Позвольте ей переместиться к носу и потечь по щекам.

Почувствуйте, как она расслабляет кожу лица, затем проникает глубже, в лицевые мышцы; почувствуйте, как она согревает все ваше лицо.

Позвольте ей втечь в рот, слегка приподнимите уголки губ. Позвольте ей потечь по языку.

Заполните ею кончик языка. Коснитесь языком верхней десны и оставьте его в таком положении на время остальной части практики. Это соединит два главных энергетических канала:

Управляющий и Функциональный. Переместите улыбающуюся энергию в челюсти. Почувствуйте снятие напряжения, которое обычно там присутствует.

3. Улыбка проникает в вашу шею и горло, где также обычно чувствуется напряжение. Ведь шея представляет собой сужение, хотя она является главным проходом для большинства систем тела. Воздух, пища, кровь, гормоны и сигналы нервной системы перемещаются вверх и вниз по шее.

Когда мы находимся в состоянии стресса, все системы оказываются в состоянии чрезмерно интенсивной работы; в шее образуется "пробка" от их повышенной функциональной активности, и мы ощущаем онемение шеи.

Будьте похожи на мастеров Дао и думайте о своей шее как о шее черепахи — позвольте ей прятаться под панцирь и отдыхать от бремени — постоянного держания вашей тяжелой головы.

Улыбнитесь вашей шее и почувствуйте, что энергия проникает в ваше горло и снимает с него напряжение.



4. Улыбнитесь передней части шеи, где находятся щитовидная и паращитовидные железы. Это место энергии речи, и, когда оно заблокировано, поток Ци течь не может. Когда она напряжена и откидывается назад, вы не можете хорошо выразить свою мысль. Вы будете бояться выступать перед людьми, будете малодушны и у вас появятся трудности с общением. Улыбнитесь щитовидной железе и почувствуйте, что горло открывается, как бутон цветка.

5. Позвольте энергии Улыбки переместиться вниз к тимусу — месту любви, огня, вместилищу Ци и месту исцеляющей энергии. Улыбнитесь ему, почувствуйте, что он стал мягким и влажным. Почувствуйте, что он увеличивается, что он похож па бутон и постепенно расцветает.

Почувствуйте аромат теплой энергии и исцеляющей Ци, которая течет затем к сердцу.

6. Позвольте улыбающейся энергии течь к сердцу, которое находится в левой стороне груди, размером с ваш кулак.

Сердце является вместилищем любви, местом сострадания, местом подлинного уважения и радости. Почувствуйте сердце как постепенно распускающийся бутон. Пошлите благоухающую теплую Ци — энергию любви, радости и сострадания, которая распространяется от пульсирующего сердца на все органы. Позвольте энергии Улыбки наполнить ваше сердце радостью. Поблагодарите ваше сердце за постоянную и важную работу насоса для перемещения крови при нормальном давлении по всему телу. Почувствуйте его открытым и расслабленным, чтобы ему было легче работать.

7. Переместите Улыбку и радостную энергию от сердца к легким. Улыбнитесь каждой клеточке вашего легкого. Поблагодарите ваши легкие за их прекрасную работу по снабжению кислородом всего тела и освобождению его от углекислого газа. Почувствуйте, что легкие стали мягкими, влажными, похожими на губку. Почувствуйте в них небольшое покалывание энергии. Улыбнитесь вглубь легких — и ваша печаль и депрессия исчезнут. Наполните легкие ароматом доброжелательности, куда входят любовь, сострадание и радость сердца. Позвольте улыбающейся энергии радости, любви и доброжелательности переместиться вниз к печени.

8. Улыбнитесь своей печени, крупному органу, расположенному на правой стороне у края ребер. Поблагодарите ее за изумительное участие в процессе переваривания пищи — обработке, запасанию и высвобождению питательных веществ — и за ее работу по детоксикации вредных веществ.

Почувствуйте, как она становится мягкой и влажной.

Улыбнитесь снова и пошлите Улыбку внутрь печени.

Постарайтесь увидеть в печени раздражение и горячий нрав. Улыбаясь, ушлите их прочь и поместите там радость, любовь, сострадание. Теплая Ци способствует образованию доброты — природному качеству печени. Когда печень наполнится ею, она потечет к почкам и надпочечникам.

9. Переместите улыбающуюся энергию в ваши почки, которые расположены сзади, по обе стороны от позвоночника под нижней частью ребер.

Поблагодарите их за работу в фильтрации крови, выведении ненужных продуктов и в поддержании водного баланса.



Почувствуйте, как они становятся прохладными, свежими и чистыми.

Улыбнитесь вашим надпочечникам, которые находятся в верхней части почек. Они образуют адреналин в ситуациях "сражение или полет" и некоторые другие гормоны.

Ваши надпочечники могут отблагодарить вас, послав вам небольшой дополнительный заряд энергии.

Улыбнитесь снова, пусть Улыбка проникнет внутрь почек.

Постарайтесь увидеть и почувствовать, есть ли в них страх. Тепло, радостно, любовно, по-доброму улыбнитесь им, и ваш страх исчезнет.

Позвольте доброте, природному свойству почек, войти и наполнить их, а заполнив, потечь далее к поджелудочной железе и селезенке.

10. Улыбнитесь вашей поджелудочной железе и селезенке.

Вначале улыбнитесь вашей поджелудочной железе, которая расположена посередине и слева выше талии. Поблагодарите ее за производство инсулина для регулирования уровня сахара в крови и за ферменты для переваривания пищи. Затем улыбнитесь желудку, который находится у нижнего края ребер с левой стороны.

Поблагодарите его за образование обычных антител против обычных болезней. Почувствуйте, как он становится мягче и свободней.

Улыбнитесь еще раз желудку и поджелудочной железе; почувствуйте и постарайтесь увидеть, не спряталось ли внутри них беспокойство.

Позвольте теплу радости, доброты, доброжелательности и спокойствию рассеять ваше беспокойство.

Улыбка добродетели желудка — честности — заполняет его и перемещается вниз к мочевому пузырю и области половых органов.

11. Опустите улыбающуюся энергию вниз, к области половых органов в нижней части брюшной полости.

Позвольте любви, радости, доброте и спокойствию войти в половые органы, чтобы вы стали обладать силой преодолевать и ограничивать бесконтрольные сексуальные желания.

Вы будете контролировать свои сексуальные действия, а не они вас.

Сексуальная энергия является основной энергией жизни.

12. Вернитесь к своим глазам.

Быстро улыбнитесь всем своим органам в передней части тела, проверяя каждый, не осталось ли в них напряжения.

Улыбайтесь до тех пор, пока напряжение не исчезнет.

10. То что лежит за границами наших возможностей



Которые как правило являются скрытыми. Это наши резервные возможности. Которые есть внутри, но мы ими не пользуемся, но когда мы находим способ

добраться до них то наши страхи исчезают самым чудесным образом.

Как правило наши резервы открываются в экстремальных ситуациях.

То есть не в тех ситуациях в которые я сам пошёл, а в тех которые появились неожиданно.

В такие моменты происходит огромный выброс энергии и мы начинаем действовать как бы на другом уровне.

Тут происходит развитие сразу по нескольким направлениям и развитие уверенности и достижение целей.

И вы очень сильно расширяете границы своих возможностей.

Свои привычные рамки.

А у мужиков это встроено самой природой на инстинктивном уровне.

Нам надо постоянно что то расширять.

Мы постоянно хотим чего то большего и в этом не важно чего.

Если собираем марки то должны бы все марки мира.

Если это даже порнуха о её должно быть всё больше и больше

Если это одна комната то должно быть две, после двух это коттедж!

И это нормальна.

В нас заложено раздвигать свои внутренние границы, через внешние вещи

Больше денег

и конечно же больше женщин

Просто обществом этот инстинкт очень сильно задавливается.

И мы можем чувствовать что как то не правильно живём.

Мы внутри этого хотим, но возникает чувство вины по типу это наверное не правильно знакомиться каждый день с новыми интересными девушками в общественных местах на улице, в транспорте

Или может не совсем правильно.

От этого мы можем и не начинать знакомиться в любом месте, в любое время.

Например походим к девушке начинаем общаться я на социальные темы и думаем блядь а как мне перейти к знакомству!?

Как я ей так сразу скажу ты мне понравилась пойдём с тобой сходим в ближайшее кафе.

Но нет так же не принято на улице

Я же просто подошёл спросить время.
И возникает чувство виноватости что мол я её
немного обманываю
подошёл спросить время а тут вдруг стал с ней
знакомиться ууууу непорядок!!!

Вот это как раз связано с прошлым опытом и
очень сильным социальным
программированием.

И задача в этом способе делать больше, хоть
на миллиметр хоть на метр, но больше. В своих
разных жизненных контекстах -работе, учёбе,
спорте, знакомствах.

Бегали 10 метров, начинаем бегать 20.
Получали 10 000 начинаем получать 11 000
после 12 000 и тд.
Знакомились с одной в неделю, начинаем
знакомиться с двумя.

Страшные страхи подхода



А что скажут другие.

Страх посылает. Страх что продинамит.

Страх общения с очень красивыми

А вдруг у неё парень.

Ты что язык проглотил страх не знаю что сказать.

А что скажут другие!?



Если у тебя есть страх перед знакомством с девушкой в общественном месте, и плюс к этому думаешь что о тебе подумают окружающие люди то вместо этого ты подумай о том, что каждый из мужчин, которые находятся рядом, с огромным удовольствием трахнул бы ту девушку, с которой ты собираешься познакомиться, но не решается к ней подойти

просто посмотри вокруг и скажи то ты лучше их, ты не серая масса подойди и познакомься с ней.

А ещё подумай о том, что многие девушки одиноки и хотят с ними кто нибудь познакомился.

Часто в разговорах с девушками особенно с очень красивыми девушками можно услышать фразы типа –«**НУ почему ко мне не подходят знакомиться!?**»

Если и после этого ты не решаешься познакомиться, задай себе один вопрос, и честно себе на него ответь «Готов ли я отказаться от этой девушки, ради других людей и того, что они обо мне подумают ?» ответь себе на этот вопрос честно.

И чем быстрее вы это усвоите, тем больших результатов вы добьётесь.

Ещё одним приёмом может стать связка из двух вопросов

Когда ты видишь девушку в общественном месте задай сначала первый вопрос – **«Почему не я?»**

И следом для того что бы начать двигаться – **«Почему не сейчас?»**

Страх посылы.

Многие боятся, что девушка в общественном месте, например в транспорте, громко пошлёт нахуй, поверьте надо очень постараться, чтобы девушка вас послала.



Если вы просто подходите к девушке чтобы познакомиться и просто начинаете с ней общаться, вероятность того, что она вас пошлёт 0%.

Просто представь себе как бы ты отреагировал если бы к тебе на улице подошла симпатичная девушка и захотела бы с тобой познакомиться

ТЫ бы стал её посылать!?

Конечно же нет, тем более в общественном месте.

Что бы послать тебя на хуй в общественном месте девушка должна быть либо супер самоуверенной либо полностью ебанутой.

Что делать если всё таки такой редкий вид достался именно тебе.

Что делать если она вас пошлёт, во первых врятли она вас пошлёт, во вторых можете сказать ей громко, на весь автобус что ? Не надо прыгать к нему в постель!

Но даже, если и пошлёт, что такого на самом деле случится ? Ответ – ничего, **самооценка - это то, как вы сами себя оцениваете.** И только вы позволяете себе управлять своей самооценкой.

Ваша самооценка повышается даже только оттого, что вы решились и подошли к ней.

Страх общения с очень красивыми девушками



Если вы думаете, что к красивым девушкам подходить бесполезно, так как они выбирают только супер мачо то оглянитесь по

сторонам, все другие мужчины думают так же и подходят к средненьким девочкам, «простушкам»(которых ошибочно считают легко доступными) -

Как итог красивые девушки обделены вниманием мужчин, если вы подошли знакомиться к красивой девушке, будьте уверены, вы возможно единственный, кто подошёл к ней за последний месяц.

Ещё сравним красивых и не красивых девушек

Общаться с красивыми девушками гораздо легче, чем со средненькими, так как к средненькой девушке подходят очень часто и ваша ценность для неё будет мала, а красивая девушка будет сама поддерживать диалог между вами, так как в её жизни знакомства это редкость.

И на свидании красивые девушки ведут себя активнее.

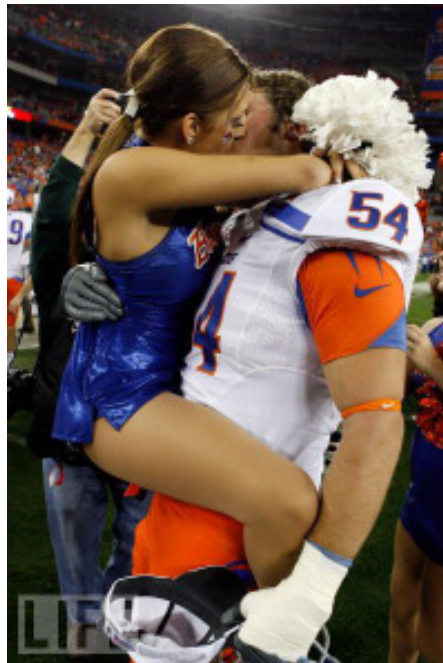
Комплексы - Для девушек внешность гораздо важнее, чем для мужчин, во время общения некрасивая девушка может «тормозить» только из-за того, что думает, что ваши отношения не продлятся долго, что вы её бросите, что она потом будет чувствовать себя плохо.

Поэтому средненькая девушка может отшить вас только для поднятия своей самооценки.

Средненькие девушки более требовательны к внешности своего парня, так как красивый парень будет повышать её самооценку, он нужен ей, для того чтобы хвастаться перед подругами, - это не плохо и не хорошо, это просто так есть.

Средненькие девушки с большей вероятностью отрицательно среагируют на ваш стёб, чем красивые, что сужает количество ваших инструментов в съёме.

А вдруг у неё парень!?



Парень действительно может быть поэтому пару советов о том если вдруг парень девушки появляется на горизонте:

Подходит парень, спрашивает вас, что-то типа "Чё хотел ?" вы искренне удивлённо спрашиваете его -

"А что вы вместе ? он допустим скажет, "Да", тогда вы говорите "Ок", делаете открытый жест

рукой или руками, как бы прощаясь и просто уходите.

Общайтесь с ним на равных, ведите себя уверенно, но не наезжайте на парня.

Если что можете так и сказать парню, понравилась девушка, я захотел с ней познакомиться, я думал что она свободна, но если она с тобой, то ок, пока.

Поверьте ничего такого в том, что вашей девушке оказывают знаки внимания, нет, наоборот это даже хорошо, что с вашей девушкой знакомятся, значит, вы сделали правильный выбор.

Ты что язык проглотил, страх не знаю что сказать.



Не нужно говорить
с девушкой на
темы, которые
тысячу раз
обсосаны,
обговариваются со
всеми и уже всех
зае**ли:

- Погода;
- Учёба;
- Как ты(она)

провели прошлый праздник(выходные);

- Семья, с кем живёт, что делала;
- Компьютеры, особенно их настройка;
- Точные науки (математика, теория автоматизации управления, метрология и измерения);
- Смерть;
- Болезни;
- Негатив (что напрягает)
- Любые каждодневные вещи.

Если не знаешь что сказать тут решение очень простое, говорите правду !

Говорите что хотите, говорите то, что хотите сказать, говорите что хотите её, доверяйте своим чувствам. Будьте искренни, девушки это оценят, так как это признак силы.

Со временем вы научитесь говорить о чём угодно, вас будет переть, вы сможете легко заболтать её. Можешь начать с нейтральных тем а дельше перейти к более интимным и глубоким.

Нейтральные темы, которые помогают узнать о собеседнике:

- Любимые фильмы;
- Любимая музыка;
- Любимая еда (напитки);
- Спорт (каким занималась);
- Умеет ли готовить, что готовит, может ли накормить толпу голодных студентов;
- Любимые стили в одежде.
- Как одеваются люди на улице.
- Животные;
- Человеческие качества. (Что ты ценишь в мужчине, в подругах)

Интересные темы, на которые можно поговорить, вместе с девушкой:

- Что для тебя значит поехать к парню домой;
- Сколько должно пройти времени, от знакомства до секса;
- Блядство.;
- Все люди изменяют, даже если любят;
- Социальный статус и характер (мажоры, зажавшиеся бизнесмены);
- Восточные люди, которые потоком заполняют нашу страну;
- За что сейчас можно жизнь отдать;
- Что для тебя означает парень твоей мечты. Это человек или образ;
- Знакомства (на улице, в транспорте, в биотуалете, на марсоходе, на кладбище);
- Страхи (отличная тема, вызывающая приток адреналина у девушки, если развить). Главное вовремя съехать;
- Если бы у тебя была волшебная палочка, что бы ты сделала;
- Яркие воспоминания о море;
- Путешествия в другие страны (другие миры);
- Сны (странные сны, сбываются ли).

Темы, которые проходят на ура:

Байки, игры, тесты и рутины.

на сайте проекта **Выйди из тени** ты найдёшь описание несколько хорошо зарекомендовавших себя рутин игр и пр.

<http://vixodizteni.ru/sj/>

Кроме этого на курсе Выйди из тени ты сможешь освоить специальную технику "5X5" с помощью которой ты сможешь поддержать разговор с любой девушкой любого социального статуса.

Вообще что бы было что сказать **во первых** читай,**во вторых** общайся с разными людьми и **в третьих** посещай интересные места и мероприятия.

Итак, вы прочитали книгу.

Ответьте на три простых вопроса:

1. Сделали ли Вы задания?
2. Все?
3. А в течении какого времени? 1 раз, неделя, две, а может целый месяц!?

Если Вы ответили «нет» на один из этих вопросов, у меня для вас как всегда 2 новости: хорошая и плохая.

Плохая новость: Вы опять не получили того результата который так хотели и возможно так его не получите - Никогда. До тех пор, пока Вы не решите взять и что-то сделать.

Хорошая: но у Вас еще есть возможность изменить свою ситуацию.

Перечитайте еще раз все упражнения. И сделайте их.

Сегодня или завтра. И послезавтра.

И так далее...

До тех пор, пока нужный вам результат станет неизбежен.

Да, у Вас, возможно, получится не все.

Возможно, что-то покажется странным. Или даже невозможным.

Но я гарантирую, что если Вы приложите усилия и будете выполнять упражнения и техники регулярно, Вы станете чувствовать себя совершенно по другому.

Глава 4. Бонусы

1. Книга Вл. Леви. "Искусство быть собой"

2. 300 - 500 фраз для начала знакомства ("открывашки")

<http://vixodizteni.ru/sj/?p=197>

пароль **trening**

3. Вебинар - **"Как снять страх подхода, не ломая себя об коленку и не сжимая всю свою волю в кулак"**

скачать в записи

участвовать в живом эфире.

Об авторе

Я не пикап гуру. Я обычный парень такой же как и ты. Это может удивить вас, но ... Я не выхожу в клубы, 7 дней в неделю для съёма девочек. Я предпочитаю, знакомиться с женщинами, когда иду в кафе или по дороге на работу или когда иду в магазин за продуктами.

Пока все остальные "гуру" заняты тем что стараются продать свою продукцию, и изобретают очередную глупую "теорию".

Я выхожу на улицу и беру телефоны у самых классных женщин!

Вообще я не сторонник рассказывать о себе раньше времени.

Потому как считаю что знание о том кто я и откуда вряд ли поможет тебе на пути собственного развития.

Но что бы соблюсти некий соц. ритуал я напишу здесь немного о себе.

Я интеллигент в седьмом (7) поколении, но так уж получилось что в качестве своего стиля я выбрал как я его сам называю стиль интеллигентного быдла.

Ну да я люблю когда сиськи большие и что такого.

А ещё я очень люблю когда мои студенты достигают за очень короткое время нужных им результатов.

Ведь я не по наслышке знаю что такое пережить одиночество.

Я знаю что такое провести несколько лет в одиночестве и зная, что способен на большее, но ничего для этого не делать.

Я знаю множество истории моих реальных (а не виртуальных) учеников которые пережили сотни отказов и вежливых посылов.

Они молча сидели в одиночестве, скованные страхом и задроченные своим близким окружением.

Смотря как их мечты уходят от них на высоких каблуках.

За последние 2 года, что я разделил с ними каждую каплю своих эмоций, своего опыта и сопереживания,моей самой большой наградой и

Я уверен что вы захотите присоединиться ко мне что бы разделить тот успешный опыт

Приглашаю вас в захватывающее путешествие, вопреки своим страхам, социальному программированию, вопреки вашим сомнениям и тому что возможно душит вас несколько лет.

Я гарантирую вам свою эмоциональную поддержку и понимание.

Ваше путешествие это моя история и ваш успех является для меня единственным измерением моего успеха!

Позволь сделать тебя более совершенным в отношении знакомства с девушками, что бы ты начал жить той жизнью которую действительно заслуживаешь!

Курс Выйди из Тени

система трансформации



WWW.VIXODIZTENI.RU

Онлайн курс “Выйди из тени”

**Всё Ещё «пинаешь» и «разгоняешь» Себя Для
Того Чтобы Подойти и Познакомиться!?**

**А может тебе нужен напарник что бы
преодолеть страх подхода!?**

**Или тебе ещё нужно идти в поле и
разогреваться?**

**Если ты почитал все книги по пикапу,
прослушал и просмотрел кучу материалов и
даже сходил на пару тренингов и всё равно
вечерами «помогаешь» себе левой рукой.**

Возможно это последний тренинг который ты
пройдёшь что бы решить свою проблему с
женщинами раз и навсегда.

**Приготовьтесь этот тренинг действительно
работает!**

Вот та реальность с которой сталкивается каждый из нас.

«.....с девушкой отношения и когда начинаю целовать она вдруг заявляет
»Давай останемся друзьями«. Поиграла значит и на попятную...
Кажется, что ты неудачник и не смог сделать то, что хочется тебе»

«После очаровательных встреч, она вдруг заявляет, что не может со мной больше встречаться, так как приезжает её парень к которому она бросается сразу же при его приезде да уж, быть использованным и растоптанным в очень интересный момент отношений накладывает клеймо, перестаешь верить в себя»

«Встречался с девушкой, баловал сюрпризами и не заметил как потерял её.
Где-то совершил ошибку.
Вознес её на пьедестал и потерял к себе интерес - она сказала, что ничего ко мне не испытывает и мы расстаемся.
Я, сделал что-то не так?
Недостаточно хорош? На душе очень погано»

«.....я знакомлюсь девушкой и приглашаю ее в кино. Там мы сидим, общаемся, немного обнимаемся и все такое, после кино я приглашаю ее к себе. Она меня посылает и говорит, что ей рано вставать утром (неприятное - остается ощущение, что она меня использует.»

«У нас нету искры в отношениях, всё слишком идеально. Я Вернулась к бывшему, извини!»

«.....говорю ей:»привет«, та что то мне отвечает делая неприятную гримасу на лице, на что я начинаю говорить что просто хотел пообщаться, девушка всем видом дает мне понять что не хочет продолжать со мной общение, ну и я соответственно иду дальше и настроение гавно.»

....и мы пошли с ней в кафе, пообщались и вдруг она вежливо говорит мне, что хочет домой, что я ей не понравился, и она не хочет продолжать со мной отношения.

И это лишь малая часть историй и опыта который был с каждым из нас.

И прежде чем рассказать о самом курсе я хочу рассказать тебе свою историю.

«Я не пикап гуру. Я обычный парень такой же как и ты.

Это может удивить вас, но ... Я не выхожу в клубы, 7 дней в неделю для съёма девочек. Я предпочитаю, знакомиться с женщинами, когда иду в кафе или по дороге на работу или когда иду в магазин за продуктами.

Буквально год назад сама только мысль подойти к понравившейся мне девушке вызвала усиленное сердцебиение!!!!

Раньше я боялся подходить к женщинам...

Сама мысль о том что надо подходить к этой офигительной девушке заставляло моё сердце бешено колотиться и выпрыгивать из груди, а руки самопроизвольно покрывались потом.

Я любил смотреть на улице как мимо меня проходят невероятно красивые девушки и про себя я думал
"Да, что за хуйня, что за гавно, почему я не могу просто подойти по пообщаться с ней"!

Но я так ничего и не делал.

Я просто находил внутри себя не существующие причины что бы не подходить.

Внутренний диалог мне в этом очень помогал. Обычно я думал про себя

"У неё наверное есть парень....а может даже и не один"

"Что если она отвергнет меня на глазах у всех этих людей"

"Она такая классная и офигительная, зачем ей общаться с таким как я"

"Она сейчас занята не хочу её отрывать от..."

"Она скорее всего меня просто пошлёт"

В конце концов мне это надоело и я решил проработать эту часть своей жизни.

Я посетил тренинг !!!!

Который принёс лишь кратковременные результаты.

Которые длились примерно 3 месяца.

И после этого я начал собирать и изучать материалы которые только мог найти.

Я изучил практически всё по теме пикапа и соблазнения. Нет не практически я изучил всё.

Если сделать распечатку материалов которые хранились у меня в электронном виде то получилась бы небольшая комнатка заставленная книжными шкафами.

И это не считая всех постов на однотипных пикап форумах.

Представьте себе какой хаус был у меня в голове, хвала небесам что моё тренерское образование позволило обработать всех этот "шлак".

Из этих материалов полезного оказалось около 10 % и это даже очень завышенные цифры.

И летом этого года на свет появилась программа которую я назвал "Выйди из тени"

Всё что попало в программу я сначала опробовал на себе.

Первое что я сделал это снял страх подхода. И это оказалось самой сложной частью, пришлось прорабатывать несколько мешающих ситуаций из моего прошлого.

Зато одно только **это дало мне массу энергии и адреналина.**

Я перестал париться о том познакомлюсь я сегодня хоть с кемнибудь или нет.

Всё стало происходить как бы само собой!

После я помог нескольким парням в основном это были знакомые из пикап тусовки, а также ребята которые приходили ко мне на консультацию.

Результаты были и есть просто потрясающие.

Многие проходили полную трансформацию за месяц, от полной девственности

до общения с очень красивыми и интересными девушками.

Я до сих пор до конца не верю что процесс изменения может быть таким простым, а самое главное безболезненным без волевых и титанических усилий.

Это просто классно и приятно!!!

Я знаю что такое провести несколько лет в одиночестве зная, что способен на большее, но ничего для этого не делать. Я знаю множество истории моих учеников которые пережили сотни отказов и вежливых посылов.

Они молча сидели в одиночестве, скованные страхом и задроченные своим близким окружением. Смотря как их мечты уходят от них на высоких каблуках.

За последние год, что я разделил с ними каждую каплю своих эмоций, своего опыта и сопереживания, моей самой большой наградой и мотивацией было и является прекращение их одиночества.

И я уверен что вы захотите присоединиться ко мне что бы разделить тот успешный опыт»

Сергей Южный

Содержание курса

1 неделя.Управление состоянием.

Вся работа происходит со своими состояниями. Состояние основа для применения техник.

Без состояний самые стопудовые техники не работают.

На первой недели готовим основу.

Учимся, осваиваем навык работы со своими психоэмоциональными состояниями.

День 1

Вводная.

О чём, зачем и почему нужен ещё один тренинг

Наши цели.Говорим о результатах

ДЗ

Начинаем разгоняться

Структура.Важные принципы

FAQ

День 2

Тема дня. Слабые звенья

ситуации в которых я не уверен

ДЗ

День3

Осваиваем основную технику курса

продолжаем процесить свои ситуации до идеального состояния

разбор и процесинг ситуаций участников.

Аутотренинг,медитация,транс.

ДЗ

День4

Тема устройство страха.

Социальное перепрограммирование.

Тема без шоковая работа в «поле»

ДЗ

День 5

Тема. Работа с ограничивающими убеждениями.

Ростки,ветки,массивы.

Микроструктура знакомства

Техника работы с ограничениями.

ДЗ

День 6

Тема: Что такое ресурс и разгонка.

Как управлять своим состоянием.

Управление состоянием без бухла,редбула и неадекватата.

ДЗ

День 7.

Тема.Итоги недели.

Подводим итоги недели

Считаем раненых.

Выносим погибших.

ДЗ

2 неделя курса. Настоящие девушки.

Если первая неделя это работа со своими внутренними состояниями то вторая неделя уже ответы на вопросы которые начинаются со слова КАК!!!

Как пройти по «дорожке» которая ведёт в нужную РЕАЛЬНОСТЬ!?

Как подходить...

Как говорить...

Как брать телефон..

Как вызвать нужные эмоции у девушки(ек)...

Как увозить...

Как заинтересовать во время разговора.

Как понравиться...

Как пользоваться многочисленными техниками из многочисленных книг.

Как одеться что бы это пошло именно мне...

Как перейти с этапа на этап...

Как подобрать «ключик» к конкретной девушке.

Как понять где я теряю нужные мне баллы

Как общаться с теми кто НУ ОЧЕНЬ НРАВИТЬСЯ!))))

Как проходить женские проверки....

Как правильно расставаться.

Как развить сексуальность.

Как начать играть в ролевые игры.

Как наконец остановиться и перестать знакомиться с девушками, что бы найти время на себя и подумать о добром, великом и прекрасном.

3 неделя курса.Мистика трансформации.

Самый интересный и загадочный этап работы
На этом этапе тебя начинают накрывать те результаты над которыми ты начинал работать в начале курса.

ТО что тогда казалось не достижимым обретает реальные черты.
на этом этапе мы усиливаем и бетонируем достигнутые результаты.

Особенности курса

- Тебе не придётся ломать себя об «коленку» как это принято делать на пикап тренингах.
 - Или просить после прохождения что бы тебя кто то «попинал» сделать подходы.
 - Также тебе не придётся искать напарника для выходов в поле. Ты станешь самостоятельной «боевой единицей»
 - У тебя будет всё получаться естественно и без напрягов.(умное слово конгруэнтно)
 - Пройдя тренинг ты полностью трансформируешь свои не эффективные убеждения в отношении девушек.
 - На этом курсе изменения будут идти изнутри. Это одно из самых существенных отличий от тренингов такого плана.
Без директивы без внушений.
 - Научишься создавать те внутренние состояния без которых все пикаперские техники просто не работают!
 - Самый важный результат - ты сможешь знакомиться каждый день,
вообще не думая об этом как о знакомстве.
- Ты же не думаешь о том как дышать!?
- После прохождения курса ты сможешь это делать так же легко как ты делаешь привычные каждодневные вещи.

Результаты

Обо всех результатах сможет рассказать тебе только твой собственный опыт.

Поэтому здесь опишу только основные.

итак что тебя ждёт после той работы которую ты выполнишь на этом курсе:

- ✓ То что сейчас для тебя невозможно станет возможным.
- ✓ Ты будешь чувствовать себя комфортно и естественно не зависимо есть ли у тебя ресурс или нет. (он будет у тебя всегда)
Это как плавание или езда на велосипеде, стоит раз научиться и сможешь это делать всегда.
- ✓ У тебя разовьются все необходимые навыки и необходимые способности. Даже те которые так и остаются неиспользованные после прохождения любых тренингов.
- ✓ Один из супер результатов- появиться ощущения что ты достоин любых женщин.
- ✓ Перестанешь прикладывать колоссальные усилия (сжимать кулаки и подходить на счёт раз два три) при знакомстве с любой девушкой. Всё будет происходить очень легко и очень естественно.
- ✓ Как правило после прохождения курса высвобождаются колоссальные запасы энергии которые ты сможешь использовать в любой сфере свой жизни - женщины, отношения, работа, карьера, бизнес, здоровье. Происходит это в следствии трансформации того что сейчас тебе мешает и ограничивает.
- ✓ Каждый раз когда вы будете видеть понравившуюся девушку ты будешь способен подойти и начать с ней общаться.
- ✓ Ты будешь понимать что и как надо сделать для достижения желаемого результата.

Немного камней

Уже не секрет что большинство пикап тренингов превратились в способы сбора денег. Одна их основных проблем состоит в том что техники которые даются без правильных состояний не работают.

Реальная статистика говорит что такой подход который используется на таких тренингах помогает небольшому проценту парней из группы.

Кто сказал что будет всё просто!?

Да но

всегда есть НО
ты ведь это уже знаешь.

А но заключается вот в чём:

плохая новость состоит в том что:

Тебе необходимо будет отработать целых 3 недели (21 день). Под словом отработать скрывается то что тебе в день придётся уделять от 30 до 120 минут своего времени для выполнения заданий и упражнений.

Самое сложное в этом, найти это время и выполнить задание, в общем сделать то что необходимо сделать иногда без объяснений зачем и почему.

Зато самое приятное в том что навык будет работать раз и на всегда, всю оставшуюся жизнь, без вариантов!

если твоя логика молчит и не знает что делать , но по ощущениям ты понял что для тебя это действительно будет работать.

Добро пожаловать.

Буду рад новому и не сомневаюсь интересному знакомству.

P.S. - Это живой интерактивный тренинг, где вы будете слушать задания в прямом эфире, выполнять домашнее задание, выкладывать отчёты, в общем всё как в настоящем тренинге также сможете тут же задать вопрос, сможете общаться между собой и т.д.

Отзывы

"...только сейчас я понял, наконец, что книжки можно читать, книжки нужно читать, а когда живой человек тебе рассказывает, информация усваивается раз в 5 лучше!

Замечательно было, что все это было в течение 3- недель, т.к. приходилось все свои знания применять, и в результате сформировался некоторый навык.

я всегда работал над собой и всячески развивал себя в разных областях жизни. поэтому знал, просто знал, что достоин больше женщин в своей жизни, а главное, красивее.

я выходил, делал всякие упражнения, благо всё было понятно и просто.

девки, конечно, были... но что-то все же не клеилось или шло не так как я хотел, или я тратил слишком много времени на соблазнение, или что-то ещё, это не важно, важно то, что....=)

я решил пойти на тренинг. цель стояла такая – повысить уровень соблазнения (расширить рамки, увеличить кол-во соблазнений, поработать с собой именно в этой части жизни),

грубо говоря, трахать красивых девочек, за меньший период времени. подходить к девочкам мог, но отсылов было много. внутреннее состояние было не то.

я во время тренинга:

все вещи мне были понятны. вопрос стоял только в практике. с каждой ступенью эффективность росла. стала появляется легкость в процессе. к ошибкам относился с улыбкой. правильный настрой вырабатывался с успехом, сам собой.

бывали моменты простоя, связанные, скорее, с личной занятостью, что влияло на общий рост. но не долго.

очень порадовала новизна упражнений. я их не встречал в других источниках. это и прикольно было – ново.

Для меня тренинг проходил очень живо и весело.

я после тренинга:

момент мастерства – полное спокойствие при подходе. такое ощущение, что можешь если не всё, то очень многое.

одиочные подходы _ в клубах, ТЦ, улицах, магазинах, метро – везде, короче.

Алексей 20 лет.Студент

В декабре я прошёл тренинг "Выйди из тени". Эмоции и мысли сумбурные. Надо всё обдумать, принять, потренироваться. Волшебной таблетки нет. Нельзя прийти на тренинг и сразу решить все свои проблемы. Более того после разнообразных пикап-тренингов мне знакомо чувство отката. Когда на тренинге всё замечательно. Позитив взрывает мозг, а через n-месяцев всё возвращается на круги своя. Что ж - посмотрим что будет хотя бы через 1 месяц после Выйди из тени.

Но - есть одно громадное "НО". Я почувствовал, что техники из курса действительно работают. Непонятно полностью как. Но работает. Для всех, читающих этот отзыв, я думаю не является большим секретом, что в процессе любого тренинга или курса есть состояние исходное - А. От которого мы хотим избавиться. Обычно - какой-то негатив, страх, зажим (хотя возможны варианты). И на выходе есть какое-то состояние - Б. Так вот это состояние Б я и получил! Один в один. Через какие-то окольные пути - но вышел как раз на это состояние, которое хотел. Потом попробовал ещё раз, с другой проблемой - опять вышел.

И вот тогда-то и приходит чувство ликования. Ты понимаешь, что реально можешь убрать ЛЮБУЮ негативную эмоцию, страх, комплекс себе и другому человеку. Смотрели сериал "Герои" ? Гаитянина помните? Оно того стоит.

Генадий 21.Студент.

Этот тренинг не волшебная таблетка выпив которую ты станешь высоким, красивым, богатым и с 30 сантиметровым хуем человеком!!! После прохождения Ты сам выберешь кем тебе стать и какую дорогу выбрать!

Если ты считаешь, что знания, которые ты получишь из этого курса могут тебе помочь, то можешь смело записываться в группу.

**Стать участником он
лайн курса Выйди из
тени.**