

A NŐ



Egy nő, aki más, mint a többi. Egyedi! S ez az egyediség a legfőbb fegyvere! Ez a nő te vagy!

Nem hiszed? Hogy most éppen semmi nőiest nem érzel magadban? Hogy hulla fáradt vagy? Nincs időd semmire? Hát tervezd meg a napjaid, az életed! Ja, hogy tele van a hócipőd az egész világgal? Hát ne hagyd magad! A világ olyan, amilyenné te teszed! Változz és változni fog a világ is. Nem hiszed? Akkor induljunk el együtt. Nézzünk körül!

Az első, hogy ne hagyd, hogy a világ, annak minden szépségével, jóságával, ragyogásával elmenjen melletted. Ragadd meg, játssz vele. Az életöröm vonzó dolog, tedd magadévá a mondást, hogy ne csak

dolgozz, de élj is. Találd meg azt, ami igazán érdekel, válassz hobbit magadnak, ne hagyd, hogy belekeseredj a munkába, bármennyire is szereted azt.

Tudom, hogy a pénz uralja a ma emberének minden pillanatát, de ha csak hajtod, űzöd, soha nem lesz a tiéd, ráadásul csak belefáradsz és egyre kevesebb lesz az energiád. Muszáj feltöltődni valahol, valamikor. Ehhez kell a hobbi, amikor tökéletesen mást csinálsz, mint, amikor a pénzt keresed.

És tedd rendbe a lelked! Ne azzal foglalkozz, hogy mások mit mondanak, hogyan élnek. Ez, a te életed! És csak ez az egy van belőle! Törődj hát vele! Tedd rendbe a lelked, mert ha az rendben van, bármire

képes vagy! Legyen „énidőd”, olyan órák, napok, amikor csak magaddal foglalkozol! Utazz, sportolj, ülj le trécselni a barátnővel, vagy egyszerűen csak olvass! És főleg - Mosolyogj! Hogy nincs kedved és fáradtan nem tudsz még nézni sem, nem hogy mosolyogni? Vegyél erőt magadon, próbáld meg és meglátod, az emberek visszamosolyognak. Te magad is visszamosolyogsz majd magadra. Életünk minden területére - A saját(!) életünkére -, is hatással van az, amit sugárzunk mások felé. Hogy nem hiszed? próbáld ki! A mosoly hatékony fegyver, főként, ha a szemed is mosolyog nem csak a szád!

Feladat: Három napig mosolyogva járni-kelni, még akkor is, ha belül sírsz! Jegyzed fel a tapasztalataidat és írd meg nekünk! alkotonok@alkotonok.hu

„Nagyanyáink azt tartották: egy nő legyen szakács a konyhában, szajha az ágyban és úrinő társaságban.”
Meglepően szókimondó vélemény tekintve, hogy több mint száz, vagy talán több száz éves a mondás.

Mit gondolsz nálad is ez a felállás? Lehet, hogy nem ez szentháromság jellemzi igazán a nőket, de valljuk be; van benne valami.

Vegyük csak sorra...

A KONYHA

Életünk talán egyik legvitatottabb kérdése, hogy kinek hol a helye. *A nőnek a konyhában* vélemény még napjainkban is erősen tartja magát.

Nagyanyáink idejében teljesen természetes volt: nőnek születéssel, így a helyed a konyhában van, este pedig meleg vacsorával várd hites uradat. Ez volt az egyik legalapvetőbb ismérve volt a jó háziasszonynak. Még a nőknek sem jutott eszébe, hogy esetleg tanulhatnának, netán valamilyen szakmát is szerezhethének. Az a kevés, aki valami csoda folytán mégiscsak iskolába került, netán valami szakmát is tanult, azt bizony le- és kinézte a társadalom.

Ma, két évszázaddal később, a XXI. században a 17-20 éves lányok fejében meg sem fordul életcélként a férjhez menés, a háztartás vezetése. Kitolódott a családalapítás, előtérbe került a karrier fontossága. A nők, ma tanulnak, egyetemeket, főiskolákat végeznek, majd karriert építenek. Van, aki meg elégszik egy általa megkívánt, majd elért állással, pozícióval, de van, aki a férfiakéhoz hasonló, munkahelyi sikereket, pályafutást szeretne. Hogyan alakul majd társadalmunk jövője, ha a nők számára fontosabbá válik a munka, a karrier, mint a háztartás?

Ez sem tökéletes így. Hol van hát az a bizonyos sokat emlegetett „arany középút”?

Hogy egy nőnek családja van, gyereket nevel, nem zárja ki, hogy valami mással is foglalkozzon. Csakhogy, tudnunk kell meg találni az egyensúlyt. A karrier is lehet fontos, ellenben nem lehet akadálya a családalapításnak.

Nézz körül hány és hány nő oldotta már meg ezt a feladatot, méghozzá sikeresen! Igen, erő és elszántság kell hozzá. Valóban! De a sorsod a te kezédben van, az életed olyan lesz, amilyenné te formálsz!

Csak indulj el, és meglátod menni fog!



AZ ÁGY...

Életünk egyik legfontosabb területe s jó esetben azzal keveredünk oda, aki aztán életünk társává szegődik.

De mielőtt ágyba keverednél a kedvessel, építsetek hidat egymás között. Legyen meg a bizalom, mert két ember között csak akkor működik egy kapcsolat, ha meg van a bizalom. Persze, lehet, hogy „csak” jól akarod érezni magad az ágyban, vagy egy átmulatott éjszaka után ébredsz egy ismeretlen mellett. De ennyi erővel társaddá fogadhatnál egy vibrátort is, nem? És az legalább nem hagyja szerteszt a zoknijait.

A viccet félretéve, egy kapcsolatban az a legjobb, ha a vonzalom nem csupán az ágyba bújásig tart. De ha már ott

vagyunk, akkor tegyünk meg mindnet, hogy a lehető legtöbb örömet okozza... Ne essünk „csak úgy” egymásnak, játszunk a másikkal, húzzuk az időt. Lassan szabadítsuk meg egymást a ruháinktól és azt se felejtsük el, hogy minél közelebb kerül egymáshoz két ember a hálósobán kívül is, annál jobb lesz többek között a szex is köztük. Azaz legyenek közös programjaink, különben elmegyünk egymás mellett, mint két hajó a tengeren s még csak a ködkürt sem zúg fel a találkozás örömére.

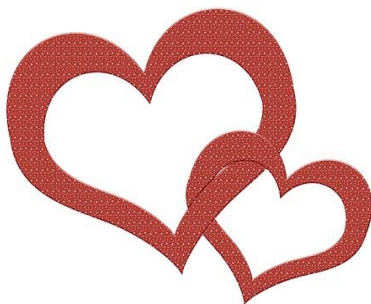
A tetejébe mi, nők arra vágyunk, hogy választottunk számára mi legyünk a LEG! És ezt bizony hallani is akarjuk, még az ágyban is! Ami persze nem egyszerű, hiszen a pasik általában nem beszélnek érzelmeikről az életben sem, nemhogy az ágyban. Akkor mi a teendő?

Szeretkezés után a férfiak energiaszintje szinte nullára esik vissza, ami azzal is járhat, hogy még az érintést sem igényli. A nők esetében ez a helyzet pont fordítva van: orgazmus, szerelmi együttlét után még jobban vágynak a simogatásra, ölelésre, gyengédségre.

A megoldás? Egy kis női fifika ismét, búj hozzá, öleld magadhoz, hiszen aludni úgy is lehet, hogy nem a hátát mutatja feléd. Nem igaz? Ha másra nem is hajlandó a kezéd biztosan megfogja majd, mielőtt a másik oldalára fordul, és elalszik.

Feladat: Ha házas vagy, ha kapcsolatban élsz, helyezd új alapokra az „ágyjelenetet”. Legyél NŐ, s hidd el a párod is FÉRFIVÁ válik melletted. Ha egyedülálló vagy keresd elő magadban a büszke nőt, és hagyd, hogy megharcoljon érted egy férfi. Ha van kedved, oszd meg velünk tapasztalataidat:

alkotonok@alkotonok.hu



A TÁRSASÁG

Had kezdjem egy közhellyel: Az ember, társas lény!
De nem mindegy, hogy milyen társaságban és főleg,
hogyan vesz részt. És itt jegyzem meg, hogy otthon
is társaságban vagyunk! Senki nem szeret egy
lepukkant nővel együtt lenni, akkor sem, ha az illető
a felesége, a kedvese vagy az édesanyja!

Nézzük elsőnek a külcsínt: Soha ne hagyd el magad,
és soha ne feledd; minden nő szép a maga módján.
Használj egy kevés sminket, találd meg a saját
stílusod az öltözködésben, a sminkben és
hajviseletben is.

És ez legyen jellemző rád otthon is, nyilván nem kell túsarkúban, nagyesztélyiben mosogatni, de azt a csúf, kinyúlt mackó nadrágot igenis le kell cserélni egy igényes, kényelmes ruhára.

És persze legyen kellemes, nőies illatot, ehhez nem egy drága parfüm kell! Elég hozzá egy kellemes szappanillat.



Ami pedig a belbecsed illeti: A szép külső mindig takarjon egy jó társalkodó, tájékozott nőt. Bizonyára te is hallottad már: „Szép, szép! Csak meg ne szólaljon!”

Természetesen nem kell egyetemi végzettség semmiből. De tudj miről beszélgetni, figyelem! Nem okoskodni! Beszélgetni! És lehetőleg ne az aktuális frizura vagy műköröm trend legyen a fő témád.

Ha hiszed, ha nem az olvasást pont erre találták ki. Igaz, ma nem divat olvasni, sokak vágyálma valamilyen valóságshowban való szereplés. De kitűnni nem csak így lehet, az olvasottság, a műveltség meghozza azt az elismerést, amire az

ember vágyik. Persze munkás dolog ez, de higgyétek el a munkát soha, sehol nem lehet megúszni!

És még egy dolog; ne csak te beszélj! Hallgasd meg a társadat is, érdekeljen, mi történt veled, min gondolkodik. Ha találsz benne érdekes dolgot, nyugodtan dicsérd meg, ismerd el a tudását!



Mindig légy büszke magadra! Egyedi vagy! Nincs még egy belőled. Nézz hát bátran az emberek szemébe.

A külvilág felé a viszonyod mindig legyen kedves, de határozott. Ha harcolni kell, mert ez is előfordulhat életünk során, a nő ésszel, bűbájjal harcol, soha nem szájjal! Soha ne könyörögj, és teljesen soha ne add ki magad. De vigyázz! Ne megközelíthetetlen, titokzatos légy.

Légy önálló, szabad akaratú ember, aki nem azért van a párjával, mert épp nincs más, hanem azért, mert vele jobb lenni, mint bárki mással. Egy nő soha nem kezdeményez, pontosabban nem úgy kezdeményez,

ahogy egy férfi. Bájjal, mosollyal, egy szemvillanással adja tudtára a kiválasztott férfinak, - mert mindig a nő választ! -, hogy őt akarja! A férfiaknak szükségük van a vadászat érzésére, hagyd hát meg neki! Hadd legyen büszke arra, hogy meg tud hódítani téged.

Tudj gyenge is lenni, engedd, hogy megmenthessenek a férfiak. Fogadd el, ha adni akar valamit, legyen az akár bók, akár ajándék! Ne tankolj egyedül, ne csinálj férfias dolgokat – még ha meg is tudnád csinálni -, ha valami szerelési problémád adódna, kérj segítséget.

Használd a nőiességed, ezt az ajándékot, ami csak nekünk van, s amivel, sokkal többet el tudsz érni, mint az erőszakos, háborús férfi technikákkal.





www.alkotonok.hu