

Andrzej Kraczla

sekrety mężatek

ODKRYJ

kulisy
zdrady



Andrzej Kraczla

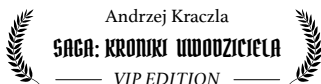
SAGA: KRONIKI UWODZICIELA

VIP EDITION



ODKRYJ

kulisy zdrady



Tytuł oryginału:
Odkryj kulisy zdrady

Redakcja i korekta:
Tomasz Powyszyński
Dominika Bajger

Zdjęcie na okładce:
Szymon Nawrat
www.toinspire.pl

Projekt graficzny, skład:
CHRIS KY
kontakt@chrisky.pl
www.chrisky.pl

Druk:
PRINT GROUP Sp. z o.o.
ul. Cukrowa 22
71-004 Szczecin

ISBN: 978-83-964430-0-7

© 2022, Andrzej Kraczkla. Wszelkie prawa zastrzeżone.
www.andrzejkraczkla.pl

Drogi Czytelniku:
Oceń książkę pod adresem: www.andrzejkraczkla.pl
Podziel się swoimi uwagami, spostrzeżeniami, recenzją.

[Kup książkę](#)

Andrzej Kraczla

ODKRYJ

kulisy zdrady

sekrety mężatek



Grupa: Relacje damsko męskie:



[Kup książkę](#)

Kroniki uwodziciela

Okryj kulisy zdrady

Wszelkie prawa zastrzeżone. Nieautoryzowane rozpowszechnianie całości lub fragmentu niniejszej publikacji w jakiejkolwiek postaci jest zabronione. Wykonywanie kopii metodą kserograficzną, a także kopiowanie książki na nośniku filmowym, magnetycznym lub innym powoduje naruszenie praw autorskich niniejszej publikacji.

Wszystkie znaki występujące w tekście są zastrzeżonymi znakami firmowymi bądź towarowymi ich właścicieli.

Autor dołożył wszelkich starań, by zawarte w tej książce informacje były kompletne i rzetelne. Nie bierze jednak żadnej odpowiedzialności ani za ich wykorzystanie, ani za ewentualne szkody wynikłe z wykorzystania informacji zawartych w książce.

Historie w książce zostały oparte na prawdziwych wydarzeniach, przy czym kluczowe informacje, takie jak imiona i inne zdarzenia, które mogłyby pomóc zidentyfikować tożsamość konkretnych osób, zostały zmienione, aby chronić ich prywatność.

WYDZIAŁ



[Kup książkę](#)

Patroni projektu



PRO-BANKING

UCZCIWOŚĆ PODSTAWĄ BIZNESU



**BARTER
HOUSE**



CENTRUM TERAPII
EMPATIA

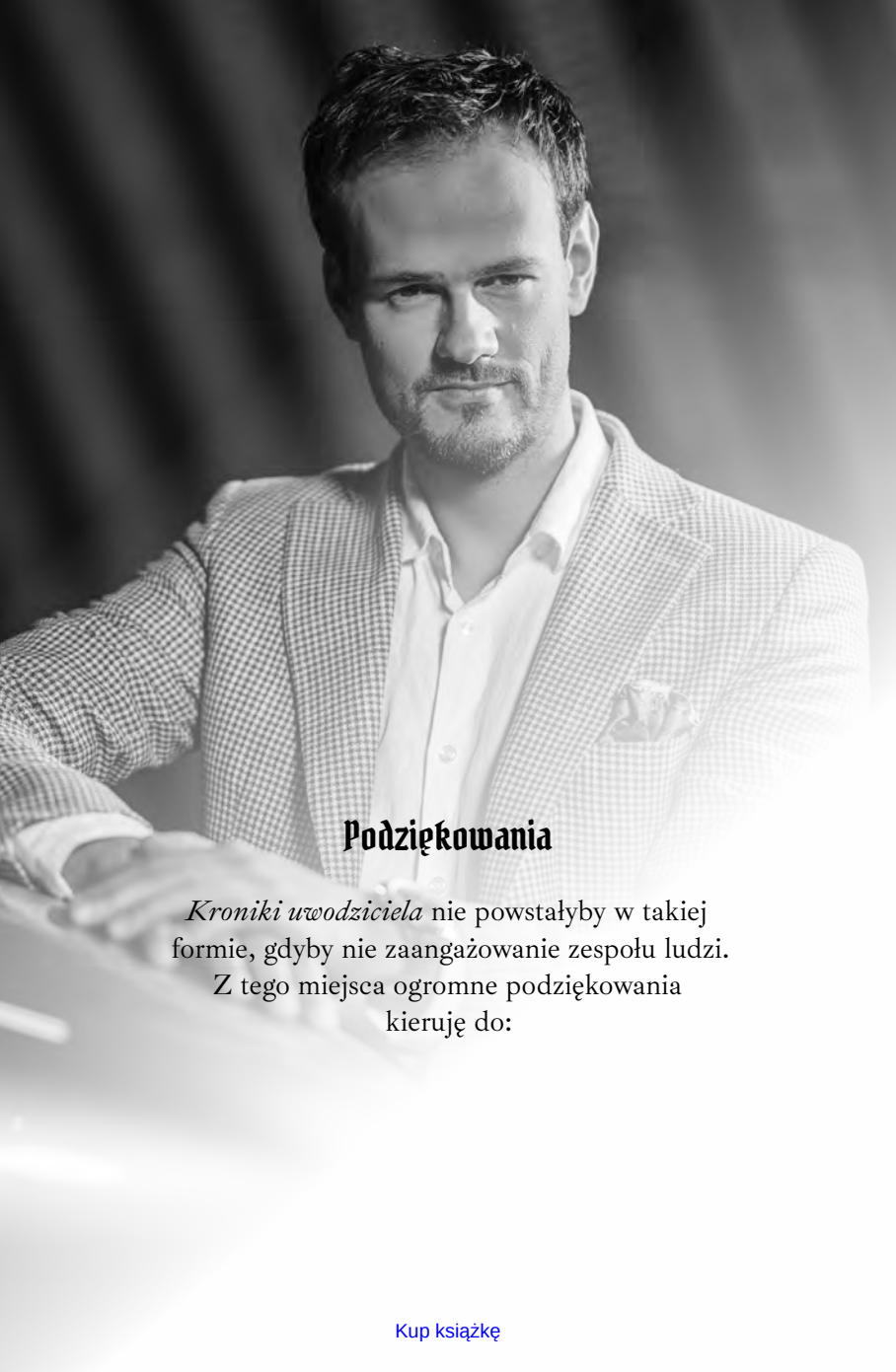


Finanse

Patron odzieżowy

LORIN

KRONIKA



Podziękowania

Kroniki uwodziciela nie powstałyby w takiej formie, gdyby nie zaangażowanie zespołu ludzi.

Z tego miejsca ogromne podziękowania
kieruję do:

Dominiki Bajger i Tomka Powyszyńskiego za redakcję i doprowadzenie tekstu do czegoś, co da się przeczytać :-)

Christophera KY za wspaniałe projekty okładek i skład książek.

Zespołu fotografów: Szymona Nawrata, Jakuba Hazego i Kewina Masłowskiego za wykonanie przepięknych zdjęć.

Modelek: Katarzyny Mukosy, Klaudii Fugiel, Angeliki Kopcińskiej, Marty Rataj, Anny Czaickiej, Magdaleny Łukasik, Mileny Bilskiej za profesjonalne podejście podczas sesji zdjęciowej.

Moniki Beli i Kasi Cholewy za zadbanie o to, aby modelki wyglądały oszałamiająco.

Na końcu ogromne podziękowania
wysłałam w kierunku:

Ewy Świetlik
Marcina Trojana
Krystyny Polc
Sebastiana Horonia
Pauliny Gotowt
Michała Dobrosia
Danuty Kozłowskiej-Makós

za uwierzenie i wsparcie projektu,
zanim *Kroniki uwodziciela* zostały wydane.

Spis treści

Wstęp	15
--------------	-----------

Dlaczego napisałem <i>Kroniki uwodziciela</i> . <i>Odkryj kulisy zdrady</i>	19
--	----

DZIAŁ I - Podstawy	23
---------------------------	-----------

Jak ewoluuje miłość?.....	25
Różnice w strategiach seksualnych płci.....	37
Czym jest pożądanie?	39
Jak zdradzają Polacy?	43
Najczęstsze powody zdrady kobiet	49

13

DZIAŁ II - Historie życiem pisane	55
--	-----------

Stare pożądanie nigdy nie wygasa.....	57
Biznes i przyjemności	105
Tak kończy się brak wsparcia męża.....	123

Epilog	165
---------------	------------

Posłowie.....	167
---------------	-----

Sprawdź się	169
--------------------	------------

Wstęp

Poznałeś cudowną kobietę, być może spotkaliście się wzrokiem na imprezie, może... było to wymienienie kilku wiadomości w mediach społecznościowych, a może... to Twoja koleżanka z pracy, o której fantazjujesz od dłuższego czasu. Czas Wam mija na wspólnych rozmowach i nagle orientujesz się, że rozumiecie się wyśmienicie. Jest dokładnie w Twoim typie. Pojawił się tylko jeden problem – jest mężatką i z jednej strony nie wypada flirtować z zajęłą kobietą, z drugiej jednak strony czujesz, że sama jest Tobą zainteresowana i totalnie nie wiesz, jak masz się zachować w takiej sytuacji. Może odpuścić tę relację i zakończyć znajomość? Ale przecież tak świetnie się czujesz, gdy rozmawiacie, i coś w głębi duszy podpowiada Ci: „Brnij dalej i sprawdź, co będzie!”

15

Ile to razy słyszałem podobną historię z ust zarówno kobiet, jak i mężczyzn. Spośród różnych scenariuszy wyłaniał się jeden schemat – oboje

ciągnęło do siebie, a przynajmniej tak odczuwała to osoba opowiadająca. Było to nieodparte pragnienie bliskości, które za nic miało przysięgę wierności czy poczynione zobowiązania w aktualnym związku. Słuchając ich, doskonale potrafiłem się wczuć w te emocje, bo sam przeżyłem podobne historie. Jedną z nich jest wspomnienie chwili, w której cudowna kobieta tuż po seksie przytuliła się do mnie i powiedziała cicho: „Cudownie, że jesteś, bo dzięki tobie mam siłę walczyć o swoje małżeństwo”. W ten sposób odkryłem, że mam w łóżku mężatkę.

Z drugiej strony już nie jest tak kolorowo, gdy nagle uświadamiasz sobie, że kiedyś Wasz związek był jakiś inny. Spędzaliście więcej czasu ze sobą, rozumieliście się doskonale, a seks był przyjemny i intensywny! Jednym słowem, iskrzyło między Wami... a teraz to wszystko „siadło”. Wspólne rozkosze zdarzają się Wam niezwykle rzadko, a od swojej partnerki częściej otrzymujesz chłód niż pozytywne emocje. Zdałeś sobie nawet sprawę z tego, że Twoja kobieta częściej rozmawia z kolegami, spędza długie godziny na telefonie i wydaje Ci się, że z kimś SMS-uje. Widzisz uśmiech na jej twarzy w czasie, gdy Ciebie już nim nie obdarza... Warto, abyś wtedy przeczytał opisaną w książce historię, bo pokażą Ci one, w jaki sposób rozmawiać z kobietą, aby dawne emocje wróciły.

Niezależnie od tego, po której stronie jesteś, wiedz, że takie rzeczy dzieją się cały czas, tu

i teraz, od pokoleń, w niezliczonej liczbie związków. Odkrycie tego faktu może być szokujące, przynajmniej takie było dla mnie...

Dlatego, niezależnie czy zauroczyłeś się w zajętej kobiecie, czy też czujesz, że mogłeś zostać zdradzony, wiedza zawarta w tej książce może pomóc zrozumieć zjawisko zdrady i opanować emocje, a to zawsze jest dobre rozwiązanie.

DLaczego napisałem Kroniki uwodziciela.

Odkryj kulisy zdrady

Zdrada to zjawisko powszechne w społeczeństwie i według badań ankietowych jest dość duża szansa, mniej więcej na poziomie rosyjskiej ruletki, że może się przytrafić każdemu z nas – czy to po stronie zdradzonej, czy po stronie zdradzającej. Różnica jest taka, że gdy możemy być zdradzeni, najczęściej brak nam wiedzy, doświadczenia, jak prowadzić relację z partnerką, aby wspomniana sytuacja nigdy nie zaistniała lub chociaż aby ryzyko jej wystąpienia było minimalne. Sama zdrada jest wynikiem nieświadomych zaniedbań i postępowania, które wręcz zachęcają partnerkę do rozejrzenia się za kimś innym. Aby uniknąć powtarzania się, odsyłam Cię do lektury książki *Byłem pantoflem. Odkryj sekretny mechanizm niszczący związki*, w której na własnym przykładzie opisuję mnóstwo błędów, nieuchronnie prowadzących do rozpadu

19

relacji i powodujących, że ryzyko zdrady rośnie astronomicznie.

W niniejszej książce skupimy się na drugiej stronie, na relacji zajętej kobiety i zainteresowanego nią mężczyzny. W pierwszym rozdziale omówimy ewolucję związków, aby lepiej zrozumieć, co dzieje się wraz z upływem czasu. Następnie przeanalizujemy strategie seksualne, które diametralnie różnią kobietę i mężczyznę. Pod koniec rozdziału sprawdzimy, jak i dlaczego zdradzamy.

W drugim rozdziale na przykładzie historii inspirowanych prawdziwymi wydarzeniami zagłębimy się w dynamikę budowania relacji dwójki flirtujących osób, która doprowadzi do romansu i seksu. Ta część książki to swoisty przewodnik, jak budować napięcie, sygnalizować wartość i intencje oraz radzić sobie z testami i obiekcjami kobiety, aby ostatecznie podjęła decyzję, że chce spędzić z mężczyzną czas na osobności. Jak wiemy, może to zakończyć się płomiennym seksem, a nawet dłuższym romansem. Głęboko wierzę, że wiedza zawarta w niniejszej książce pozwoli zrozumieć, co tak naprawdę dzieje się w umysłach dwójki ludzi, i obedrze zdradę z jej destrukcyjnej mocy, tym samym dostarczając wiedzy i odpowiedzi. A jak dobrze wiemy, tam, gdzie pojawia się zrozumienie, tam zanikają strach i obawa, co w efekcie prowadzi do ograniczenia negatywnych odczuć, a tym samym zwiększa komfort i jakość życia. Bo tak

naprawdę wolimy życie pełne stresu i niepokoju czy jego odwrotność? Niezależnie od sytuacji, których doświadczymy, dla mnie odpowiedź jest prosta. Zapraszam Cię, drogi Czytelniku, do odkrycia kulis zdrady.



[Kup książkę](#)

Andrzej Kraczla

KRONIKI WYDZIEŁA

WZIAŁ 1 - Podstawy

Jeśli chodzi o sprawy z dziedziny psychologii, to nikt nie ma do końca słuszności. Nie możecie zapominać, że w psychologii środkiem obserwacji i wyrokowania na temat psyche jest właśnie psyche. Słyszeliście o młocie, który by się sam wykut? W psychologii ten, kto obserwuje, to jednocześnie ten, kto jest obserwowany. Psyche stanowi nie tylko przedmiot, ale i podmiot naszej wiedzy. Widzicie więc, że poruszamy się w zaklętym kręgu, toteż musimy zdobyć się na maksimum skromności.

Carl Gustav Jung

[Kup książkę](#)

Jak ewoluje miłość?

Kiedy masz z kimś romans, to ten romans staje się spoiwem związku. Tajemnica podsycza namiętność. Ale kiedy związek staje się legalny, powszednieje jak wszystko inne.

Richard Paul Evans

25

Związek dwójki ludzi to skomplikowane zjawisko i za każdym razem, gdy próbujemy opisać skomplikowane zagadnienie, warto rozłożyć je na czynniki pierwsze. W interesujący sposób rozprawa się z nim prof. Bogdan Wojciszke w *Psychologii miłości*. Wyróżnia on trzy składniki miłości: intymność, namiętność i zobowiązanie. Zrozumienie tych trzech aspektów wspólnego życia to krok w kierunku spokoju. A to pozwoli lepiej zapanować nad emocjami, które możemy interpretować negatywnie, gdy związek będzie się zmieniał i ewoluował.

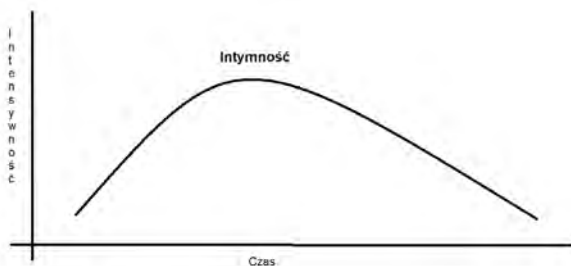
1 <https://lubimyczytac.pl/ksiazka/148080/psychologia-milosci-intymnosc-namietnosc-zobowiazanie>.

Intymność

Na intymność składają się:

- pragnienie dbania o dobro partnera,
- przeżywanie szczęścia w obecności partnera i z jego powodu,
- szacunek do partnera,
- przekonanie, że można nań liczyć w potrzebie,
- wzajemne zrozumienie,
- wzajemne dzielenie się przeżyciami i dobrami, zarówno duchowymi, jak i materialnymi,
- dawanie i otrzymywanie uczuciowego wsparcia,
- wymiana intymnych informacji,
- uważanie partnera za ważny element własnego życia.

26



Rycina 1.1. Wzrost i spadek intymności w miarę trwania związku
Źródło: Sternberg, 1986 Copyright by American Psychological Association

Intymność pogłębia się z czasem, rosnąc powoli, a następnie jeszcze wolniej opada. Badania pokazują jej silny związek z oksytocyną, potocznie nazywaną hormonem przywiązania i więzi społecznej. Przebieg zjawiska prezentuje rycina 1.1. Budowanie intymności wymaga zaangażowania i dobrej woli obu stron, jednak tkwi w tym również pewne niebezpieczeństwo. Im lepiej rozumie się dwójka osób, im lepiej odczytują nawzajem swoje potrzeby, tym mniej pojawia się konfliktów i drobnych różnic zdań. Z jednej strony jest to dobre dla relacji, ponieważ w udanym związku różnice zdań stopniowo się zacierają, a to pozwala nam się czuć w nim coraz bezpieczniej. Z drugiej jednak strony to śmiertelne zagrożenie, dlatego że sytuacja, w której jesteście zgodni i brak jakichkolwiek różnic zdań, może doprowadzić do rutyny, a stąd już tylko krok do nudy i zgaszenia żaru w związku.

Podstawową umiejętnością, jaką powinien nabyć mężczyzna, jest świadome kreowanie emocji w związku, trochę jak aktor w filmie. Abyśmy my jako widz mogli poczuć emocje i uznać jego rolę za świetnie odegraną, najpierw on sam musi je poczuć. Wspaniałym przykładem jest tutaj plan zdjęciowy do filmu Stevena Spielberga *Park jurajski* z 1993 roku. Usłyszałem kiedyś, że rolę pracowników planu było nastraszyć aktorów podczas robienia zdjęć, a odpowiedzialnością aktorów – poczuć strach czy przerażenie, tak aby widzowie mogli je też poczuć.

W końcu żadnych dinozaurów nie było na planie, a dobry aktor potrafi pokazać emocje. Robi to poprzez świadome „wytwarzanie” ich w sobie. Wtedy my jako widzowie możemy poczuć to, co on. Dopiero w ostatnim momencie, przy finalnym złożeniu filmu, pojawiał się wygenerowany komputerowo niebezpieczny dinozaur. Podobnie jest w relacji damsko-męskiej. Mając świadomość istnienia emocji, a następnie wiedząc, w jaki sposób je wytworzyć, możemy w dużej mierze spowolnić opadanie poziomu intymności. Chodzi o utrzymywanie nutki niepewności, tajemniczości, nieprzewidywalności, tak aby kobieta nie była w stu procentach pewna, jak się zachowasz. Brak pewności będzie utrzymywać w niej ciekawość Twojej osoby, całkiem jak magnes na metalowe przedmioty. Innymi słowy, chodzi o uniknięcie rutyny i nudy.

Jednocześnie warto pamiętać o efekcie habituacji,² czyli stopniowym osłabianiu reakcji na pojawiający się ten sam bodziec. Stąd tak istotne jest zaskakiwanie partnerki od czasu do czasu, robienie nowych rzeczy, bycie nie do końca przewidywalnym, tak aby utrzymać jej chęć ciągłego zdobywania. Zupełnie jak w zdaniu: „Nie chodzi o to, aby złapać króliczka, tylko o to, aby go gonić”.

2 <https://pl.wikipedia.org/wiki/habituacja>.

W tym miejscu warto zaznaczyć, że sytuacja, w której partner jest przewidywalny i... w zasadzie nudny, zwiększa prawdopodobieństwo zdrady, bo pragnienie odczuwania emocji nie zanika i może być tak, że poszuka zaspokojenia w romansie. Mogę Cię zapewnić, Czytelniku, że całkowicie inaczej zachowuje się kobieta, która wciąż goni króliczka w swoim związku, a inaczej ta, która już dawno go złapała. Ta pierwsza nie reaguje na adorację innych mężczyzn, druga swoim zachowaniem komunikuje światu brak zaspokajanych potrzeb i gdy pojawi się właściwy mężczyzna we właściwym miejscu i czasie, to kto wie, co się wydarzy.

Namiętność

29

To połączenie silnych emocji, zarówno tych, które identyfikujemy pozytywnie, jak zachwyty, tkliwość, pożądanie, radość, jak i tych o odbiorze negatywnym, jak ból, niepokój, zazdrość, tęsknota połączone z silnym pobudzeniem fizjologicznym. Będąc pod wpływem namiętności, zapominamy o całym otaczającym nas świecie. Liczy się tylko przebywanie sam na sam z naszym partnerem, a częsty seks jest oczywistą oczywistością. Namiętność w samej swojej naturze jest wybuchowa, eksploduje na początku znajomości i jej nieodłączną cechą jest to, że może tylko rosnąć lub spadać, nie pośrodku.

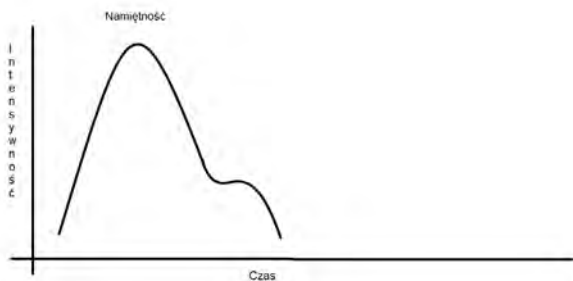
Po uświadomieniu sobie tego faktu zdałem sobie sprawę, jak wiele razy sam byłem w tym stanie. Jednocześnie obserwuję go wśród swoich znajomych i klientów. Jest to naprawdę niesamowite, jak nagle człowiek zmienia swoje zachowanie pod wpływem namiętności. Przykładowo wcześniej opanowany, zaradny i przedsiębiorczy mężczyzna nagle po poznaniu atrakcyjnej kobiety zmienia się nie do poznania. Biznes i relacje z przyjaciółmi schodzą na dalszy plan, a liczy się tylko ona. Może to zachwiać przychodami firmy, a nawet bezpieczeństwem pracy na etacie, jeżeli zacznie zaniedbywać swoje obowiązki. Z drugiej strony relacje ze znajomymi również mogą ucierpieć. Sam tego doświadczyłem, gdy mój bardzo dobry znajomy, po zakochaniu się w kobiecie, po prostu zniknął. Wcześniej widywaliśmy się kilka razy w miesiącu, a potem w ciągu roku spotkaliśmy się zaledwie raz.

Wybuch namiętności to nieustanny zalew emocji związanych z partnerem. Trudno się skupić na innych rzeczach, gdy ciągle myśli się o tej osobie. Zdecydowana większość z nas kojarzy miłość właśnie z namiętnością, używając takich określeń jak: „Czuję motyle w brzuchu”, „Nie mogę przestać o niej myśleć”, „Nic więcej się nie liczy, tylko my” itd. Jest to ogromnie ryzykowne, ponieważ zrównujemy w ten sposób słowo o wielkiej mocy z najbardziej prymitywnymi zwierzęcymi odruchami, których

jedynym zadaniem jest nakłonić nas do spółdzenia potomka. To brutalna ocena, jednak jak najbardziej prawdziwa. Z biologicznego punktu widzenia nasz gatunek dawno by wymarł, gdyby nie pojawiały się kolejne pokolenia. Gdy więc spotkamy na swojej drodze odpowiedniego partnera, który w dodatku odwzajemnia nasze zainteresowanie, to hormony w mózgu wręcz eksplodują i dążymy do tego, aby doprowadzić do seksu. Kiedyś oczywiście często kończyło się to spółdzeniem dziecka, jednak teraz, w czasach antykoncepcji, już niekoniecznie i ludzie czasem zapominają, że organizm po to doprowadza do seksu, aby przedłużyć gatunek. Nagrodą jest oczywiście przyjemność czerpana z seksu, za który jesteśmy nagradzani.

31

Obserwacje wskazują wręcz, że namiętność ma silny związek z dopaminą. Dlatego często „stan zakochania” czy wysoki poziom namiętności porównuje się do uzależnienia od narkotyków. Aby utrzymać pierwotną euforię, zwiększamy zażyłość relacji, tak jak zwiększamy dawkę środków odurzających. Jednak nie można tego stanu podnosić w nieskończoność i po pewnym czasie jego poziom ulega załamaniu, potem na chwilę się stabilizuje, po czym opada całkowicie. Zmiany te zostały przedstawione na rycinie 1.2.



Rycina 1.2. Wzrost i spadek namiętności w miarę trwania związku
 Źródło: Sternberg, 1986 Copyright by American Psychological Association

32

Bardzo istotnym elementem namiętności jest seks – jakościowy seks. Rozważmy dwa scenariusze. W pierwszym mężczyzna nie stawia za priorytet zaspokojenia partnerki w łóżku. W takim przypadku może dojść do sytuacji, w której przyjemność z niego będzie czerpać tylko mężczyzna, a nie oboje. A to już prosta droga do coraz radszych stosunków seksualnych i pojawienia się zjawiska wykorzystywania seksu jako nagrody za dobre zachowanie poza łóżkiem. Innymi słowy, sytuacje, w których partnerzy są dosłownie najbliżej siebie, są coraz radsze, a to oddala ich od siebie.

W drugim scenariuszu, gdy już dochodzi do seksu, mężczyzna nie przestaje, dopóki nie zaspokoi kobiety. Wtedy oczywiście partnerka wspaniale się odwdzięczy i oboje otrzymają festiwal cudownych emocji. To podejście wymaga jednak pracy nad kontrolą swojego ciała i umysłu i tym zajmiemy się w książce *Zostań bogiem seksu*.

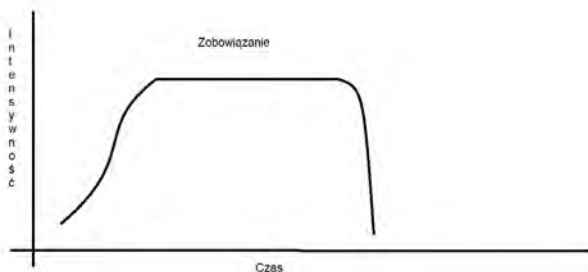
Oczywiste jest, w którym przypadku ryzyko zdrady partnerki rośnie diametralnie. Warto wspomnieć o powiedzeniu: „Jeżeli mężczyzna ma smaczne jedzenie w domu, to nie je na mieście”. Jest ono jeszcze bardziej prawdziwe w stosunku do kobiet.

Spójrzmy na to z innego punktu widzenia. Być może zastanawiałeś się, co przyciąga miliony kobiet do lektury harlequinów czy oglądania „seriali wenezuelskich”. To nieustanne zmiany odczuwanych emocji i dramy. Tam zawsze coś się dzieje i sprawia, że niektóre serie mogą mieć kilkaset czy kilka tysięcy odcinków. Jeżeli chcesz utrzymać zainteresowanie kobiety, to nabierz umiejętności wzbudzania emocji w celu utrzymania napięcia. To będzie Twoja najlepsza ochrona przed ryzykiem zdrady. Jeżeli chcesz uwieść kobietę, ta umiejętność to Twój najpotężniejszy atut.

Zobowiązanie

Rozumiemy je jako działanie w kierunku umocnienia znajomości i przekształcenia jej w trwały związek. Porównując wszystkie trzy aspekty – namiętność w ogóle nie oddaje się świadomemu umysłowi, intymność tylko w ograniczonym stopniu, zobowiązanie natomiast jest niemal w całości podporządkowane świadomemu umysłowi. Oznacza to, że podjęcie zobowiązania, a potem

świadome trzymanie się decyzji mogą być mocnym filarem trwania związku. Z drugiej strony, pod wpływem różnych czynników, w tym zdrady, decyzja może zostać zmieniona i zobowiązanie znika całkowicie. Podjęcie zobowiązania ma tendencję do utwierdzania osoby w przekonaniu, że tak trzeba. W końcu podejmuje ona świadomą decyzję i świadomie inwestuje w związek, więc mamy do czynienia ze stosunkiem zysków i strat wynikającym z pozostawania w związku z kimś. Ponadto, jeżeli już zdecydowaliśmy się zainwestować w relację, gdyby okazała się ona chybiona, może to źle o nas świadczyć wśród znajomych, tak jak źle mogłaby świadczyć błędnie poczyniona inwestycja w biznesie. Stąd tendencja do utwierdzania w przekonaniu siebie i bliskich, że dobrze wybraliśmy, i kontynuowania inwestycji w związek. Rozwój i ewolucję zobowiązania prezentuje rycina 1.3.



Rycina 1.3. Wzrost i spadek zobowiązania w miarę trwania związku.
Źródło: Sternberg, 1986 Copyright by American Psychological Association

Widzimy, że początkowo zobowiązanie rośnie powoli. Następnie wraz ze wzrostem namiętności i intymności rośnie, aż dojdzie do maksymalnego poziomu. Gdy związek się kończy, spada do zera.

Gdybym miał powiedzieć, czym jest dla mnie świadoma miłość, to najbliżej jej do definicji zobowiązania, gdy z poziomu świadomego umysłu mówisz partnerce, za co i dlaczego ją kochasz. Nawet jeżeli mówisz wtedy o dzikim pożądaniu, to rozumiesz, skąd się ono bierze, i dajesz jej to odczuć. Silne zobowiązanie również będzie ograniczać ryzyko zdrady. Warto jednak uważać, aby chęć rozwijania związku wynikała z chęci dzielenia się z drugą osobą swoim szczęściem. Chodzi o sytuację, w której mężczyzna czuje się dobrze sam ze sobą i jest z kobietą, bo chce, a nie – bo musi. Częściej niestety jest ona spowodowana desperackim poszukiwaniem szczęścia w drugiej osobie. Takie postępowanie może doprowadzić do oddalenia się partnerki i otwarcia się na poznanie kogoś innego. Rozprawiamy się z tym zagadnieniem w książce *Byłem pantoflem. Odkryj sekretne mechanizmy niszczący związki*.