

Ania Witowska



**BABSKIE
FANABERIE**

...czyli jak przestać całować żaby
i spotkać swojego księcia

**Babskie Fanaberie,
czyli
jak przestać całować żaby
i
spotkać swojego księcia**

Doganowi.

*Mężczyźnie,
który przewrócił mój świat do góry nogami
i sprawił,
że stałam się dużo, dużo lepszym człowiekiem.*

Ania

Autor: Ania Witowska

Projekt okładki: Ania Witowska
Wykonanie okładki: Regina Land
Rysunki: Monika Sołtysiak
Fotografia: Mariusz Kaszuba

Redakcja i korekta: Anna Krystyna Misztal
Skład i łamanie: Anna Krystyna Misztal

ISBN 978-83-7859-533-5

Copyright © by Ania Witowska 2015
kobiecypunktwidzenia.com
kontakt@kobiecypunktwidzenia.com

Wszelkie prawa zastrzeżone.

Żadna część tej książki nie może być reprodukowana jakimkolwiek sposobem (mechanicznie, elektronicznie, drogą fotokopii itp.) bez pisemnego zezwolenia Ani Witowskiej, z wyjątkiem recenzji i referatów, kiedy to osoba recenzująca lub referująca ma prawo przytaczać krótkie wyjątki z książki, z podaniem źródła ich pochodzenia.

Zamiast wstępu...

Być może podchodzisz sceptycznie do tej książki, zakładając, że to tylko kolejna pozycja napisana pod publiczność. Tylko po to, aby coś sprzedać...

Nic bardziej mylnego! Ta książka to tysiące historii kobiet, ale – przede wszystkim – to moja osobista, jakże mozolna wędrówka...

Miłość, która dodawała mi skrzydeł, wznosiła na wyżyny, po to, aby chwilę później pozbawiać oddechu i strącać w otchłań rozpacz.

Miłość, która nauczyła mnie pokory, pchała do zadawania pytań i studiowania jej mechanizmów...

*Tak bardzo chciałam zrozumieć, o co w tym wszystkim chodzi...
Co nami – ludźmi – rządzi, że czytałam wszystko, co tylko mogłam znaleźć.
Eksplorowałam to, co mogło przynieść odpowiedź i pozwolić zrozumieć mi,
jak przestać pozwalać łamać sobie serce i wybrać odpowiedniego partnera.*

Ta książka jest esencją tego, co poznałam, tego, czego się dowiedziałam i co rozumiałam w swoich poszukiwaniach.

Zachęcam Cię, abyś czytała teksty na raty i koniecznie odrabiała ćwiczenia pisemnie (załóż sobie zeszytik Twoich osobistych związkowych fanaberii).

Mam nadzieję, że oszczędzi Ci to trudnych emocji i doświadczeń oraz pozwoli znaleźć miłość i partnera, na jakiego zasługujesz.

*Pozdrawiam,
Ania Witowska*

1. Nowe zasady gry

Czy nie byłoby idealnie, by pierwszy napotkany mężczyzna okazał się tym właściwym? Aby perfekcyjnie do Ciebie pasował, był wolny, szalał na Twoim punkcie i był gotów na poważną relację? Czy nie byłoby wspaniale, gdyby miłość i związki – tak, jak za czasów naszych dziadków – rządziły się naturalnymi prawami i były oczywiste i proste?

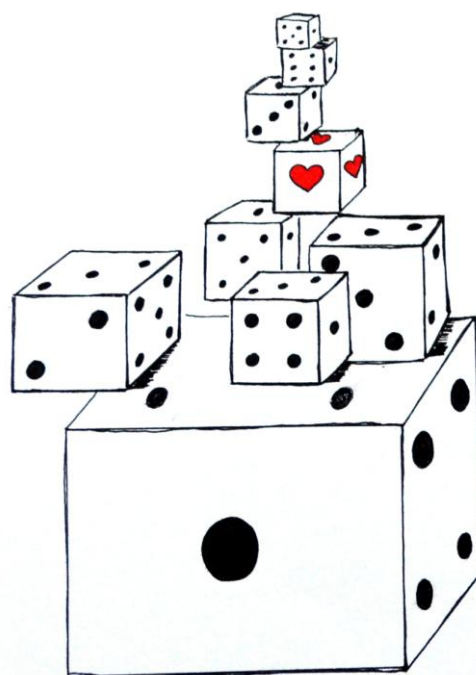
Niestety... Czas, prędkość życia oraz przemiany społeczno-obyczajowe wymusiły zmiany także w tej sferze życia. Coraz trudniej jest poznać kogoś właściwego, zaangażować się, zaufać i stworzyć głęboki, oparty na solidnych podstawach związek. Aby na nowo odnaleźć się w tej dżungli damsko-męskich relacji, trzeba odrzucić przekonania, że miłość jest oczywista i sama przychodzi, bez jakiegokolwiek naszego wysiłku. Trzeba otworzyć się na nowe opcje – choćby takie, że większość z nas nie ma automatycznie wbudowanych czujników, aby wykryć, czy spotkana osoba będzie dla nas odpowiednim partnerem czy nie.

Wychowaliśmy się na romantycznych bajkach i opowiadaniach, w których książę (prędzej czy później) się zjawia, ratuje księżniczkę i żyją długo i szczęśliwie. Jednak prawdziwe życie i zasady, panujące w uczuciowym świecie, są zupełnie inne. Możesz nadal wierzyć, że książę się zjawi, a – w międzyczasie – zaliczać kolejne żaby i czuć się coraz bardziej zrezygnowana i samotna bądź też... zrewidować swoje poglądy.

Statystyki są zatrważające, a procent rozpadających się związków – wysoki. Jeśli nie chcesz stać się częścią tych smutnych danych, jeśli nie chcesz, aby o tym, czy jesteś z kimś w związku, decydował kredyt bądź posiadane dzieci – zamiast uczuć i bycia szczęśliwą – przeczytaj spokojnie tę książkę, przemyśl jej treść pod kątem swoich doświadczeń i daj sobie czas na podejmowanie decyzji...

Pytania

- 1) Co Ci się najbardziej nie podoba w obecnym sposobie dobierania się w pary?
- 2) W jaki sposób może Cię to sabotować?
- 3) Czym możesz to zastąpić, aby nie ograniczać swoich szans?



2. Bez taryfy ulgowej!

To, jak zachowują się współcześni mężczyźni, jest efektem tego, na co my, kobiety, im pozwoliłyśmy. Obniżyłyśmy nasze standardy, zaczęłyśmy dawać więcej, niż otrzymujemy w zamian, w konsekwencji czego zachwiałyśmy naturalnym podziałem ról i zgubiłyśmy gdzieś szacunek do samych siebie. Im bardziej się naginamy, wyręczamy, zabiegamy – tym mniej oni się starają, zakładając, że to nam bardziej zależy. Im bardziej naciskamy, przyspieszamy, wchodzimy w ich rolę – tym na większe desperatki wychodzimy i tracimy w męskich oczach.

Czas, abyśmy wspólnie podniosły głowy i oczekiwania. Czas, abyśmy ponownie zaczęły wymagać od mężczyzn, by znów nimi byli. Czas, abyśmy dostrzegły swoją własną wartość i z tej perspektywy dokonywały wyborów i oceniały, czy ktoś pasuje do nas jako partner czy też nie. Mając świadomość tego, kim jesteś i ile masz do zaoferowania – cierpliwie czekasz, bo masz pewność, iż nie musisz rezygnować z siebie. Że odpowiedni mężczyzna dorośnie do Twoich oczekiwań.

Pytanie

Co się stanie, jeśli podniesiesz swoje standardy? Wypisz jasno i wyraźnie plusy i minusy wyższych oczekiwań.

O Ani

Ania Witowska – dumna mama dwóch chłopców, zaangażowana na 100% i pełna oddania Trenerka Zmiany na Lepsze, Life Coach oraz NLP Practitioner. Kreatywna propagatorka dobrego stylu życia oraz pozytywnego myślenia, mówca motywujący, a od 2010 roku – założycielka Kobięcego Punktu Widzenia i bloga o rozwoju osobistym blog.aniawitowska.com.

W swojej codziennej pracy uparcie i z pasją pomaga kobietom zmienić sposób myślenia, podjąć inicjatywę i odkryć własny potencjał.

Kreatorka projektu „Czas Kobiet”, autorka bestsellerów „Babskie Fanaberie, czyli w cholere z tym wszystkim” i „Babskie Fanaberie, czyli wygraj walkę o siebie” oraz ponad stu autorskich produktów i programów, pomagających kobietom lepiej i łatwiej żyć.



Jeśli pragniesz więcej inspiracji, narzędzi do pracy oraz pomocy – zajrzyj na stronę kobietypunktwidzenia.com.

Znajdziesz tam m.in. warsztaty („Poczucie własnej wartości”, „Pozytywne myślenie” itp.), kursy, nagrania oraz motywację, by w życiu sięgać po wiele, wiele więcej.



Spis treści

<i>Zamiast wstępu</i>	4
1. Nowe zasady gry.....	5
2. Bez taryfy ulgowej!.....	6
3. Twoje miłosne CV.....	7
4. Twój mężczyzna a poczucie wartości.....	9
5. Kryzys na rynku?.....	10
6. Właściwa para butów.....	11
7. Przestań próbować zrozumieć!.....	12
8. Czekanie na księcia.....	13
9. Mężczyzna Nie-Do-Wzięcia.....	15
10. „Bardzo Cię lubię, ale...”.....	16
11. Emocjonalny Przedszkolak.....	18
12. „To nie Twoja wina, kochanie!”.....	20
13. Prawie jak kandydat doskonały... ..	21
14. Syndrom Matki Teresy.....	23
15. Materiał na partnera.....	24
16. Korzenie.....	25
17. Zmienię Cię i koniec!.....	26
18. I ukarzę Cię za mojego byłego!.....	27
19. Nowy związek, stare żale.....	28
20. Jego potencjał kontra rzeczywistość.....	29
21. Ten albo żaden!.....	30
22. Zakochaj się w tym, co jest, a nie w tym, co może być.....	31
23. Mężczyźni mówią, co myślą i myślą, co mówią.....	32
24. Ciasto czy okruszki?.....	33
25. Sztuka wyboru.....	34
26. Kokon.....	35
27. Twój pierwszy mężczyzna.....	36
28. Związek a przekonania.....	37
29. Czym „przeciekasz”?.....	39
30. Zakochać się a kochać.....	40
31. Różne odcienie szczęścia.....	41
32. Nieprawdziwe historie.....	42
33. Niewłaściwe TAK.....	43
34. Mniejsze zło.....	44
35. Rozstania i powroty.....	45
36. Jak się odkochać?.....	46
37. Foremki do związku.....	47
38. Od teorii do praktyki, czyli od gadania do działania.....	48
39. Statystyka.....	49
40. Randka czy nie randka?.....	50
41. Posag.....	51
42. Prawdziwa konfrontacja.....	52
43. Nie za słodko, nie za słono.....	53
44. Czy jemu zależy?.....	54
45. Droga do męskiego serca.....	55

46. Wstrzymaj konie!.....	56
47. Zielone światło dla seksu.....	57
48. Wybuchowa mieszanka.....	58
49. Maraton	59
50. Księciunio	60
51. Zbędna trójca	61
52. Rozważania	62
53. Na dobre i na złe?.....	63
54. Tak, po prostu tak.....	64
55. Rzeka czy bajorko?	65
56. Ile zainteresowania można okazać mężczyźnie?.....	66
57. Różna interpretacja zachowań	67
58. Jedna miłość – pięć różnych form kochania	68
59. Istota związku	69
60. Pielęgnacja	70
61. Wygrywajcie razem!	71
62. Czy potrafisz dawać?	72
63. Wdzięczność	73
64. „Bo my uważamy...”	74
65. Foch czy nie foch?	75
66. Zmiany zasad gry	76
67. Darwin w praktyce	77
68. Dlaczego nie wiem psów na mężczyznach?	78
69. Koło	79
<i>Zamiast zakończenia...</i>	80
O Ani	82