SOCIAL PRO

MÉTODO

Vença a timidez, detone a rejeição
e seja admirado por elas



MAXWELL SCHLOMER & GABRIEL BREIER

SOCIAL PRO

MÉTODO

SUMÁRIO

01 MÓDULO MUDANDO SEU MINDSET PARA O MODO RESPEITO

02 MÓDULO VENCENDO A TIMIDEZ E A REJEIÇÃO

03 MÓDULO COMO FAZER AMIGOS E CONQUISTAR MULHERES

04 MÓDULO MÉTODO SMART

05 MÓDULO VIRANDO A CHAVE



MUDANDO SEU MINDSET PARA O MODO DE RESPEITO

SOCIAL PRO
MÉTODO

01
MÓDULO

04

Bem-vindo ao Social Pro! Parabéns por dar esse passo em sua vida e transformar por completo o cara que você é hoje.

Todo homem deseja ser feliz, realizado e com uma personalidade imbatível, mas a verdade é que poucos estão dispostos a fazer isso, a maioria fica apenas vivendo a vida toda apenas como expectador dos verdadeiros Alphas.

Ter dinheiro, ter sucesso, ser bonito, ficar com as melhores mulheres que existe, isso é a vontade da maioria dos caras. Mas você entende que essa vida de prazeres e abundância está reservada apenas aqueles machos do topo da pirâmide social?

Para a maioria dos homens está reservado uma vida comum e mulheres feias, ou a ausência de mulheres.

O segredo revelado aqui é que essa vida de maravilhas é alcançável para qualquer um. Mulheres bonitas, sucesso na carreira e nos negócios, ser um cara repleto de amigos, sim tudo isso é possível!

E é relativamente simples, você só precisa despertar a mentalidade correta. Os Alphas, os homens que estão topo da pirâmide, tem algo que os outros não tem, e é algo interno:

Eles tem uma mentalidade Alpha, um mindset correto e crenças vencedoras.

Ser admirado pelas pessoas, receber atenção, ser notado, ser respeitado, tudo isso e muito mais está disponível em abundância apenas para os homens que sabem esse segredo.

Você irá passar por uma série de ensinamentos, insights e mudanças de paradigmas que irão literalmente transformar a forma como você vê o mundo. Conhecendo a verdade, você se libertará.

05

Você não merece ficar sem amigos, ficar na pobreza e ser ignorado pelas mulheres. Chega de friendzone, bullying, chifres e humilhações. Está na hora de você virar a chave da sua vida, se tornar um verdadeiro campeão!

Bons cargos, dinheiro, fama, amigos, sucesso, mulheres, tudo isso não é infinito, essas coisas são escassas e estão sujeitas a competição. Betas sempre perderão para os Alphas e ficarão com as sobras deles, empregos ruins, pouco dinheiro, não ter atenção de ninguém e mulheres feias.

A única forma de ter acesso ao que há de melhor nessa vida é se tornar um Alpha, um cara do topo da pirâmide social. É igual o reino animal, Alphas mandam, comem bem e tem as fêmeas.

Vamos aqui mudar seu mindset, inserir crenças de homens vitoriosos. Queremos que após esse curso você seja outro homem, saia com hábitos diferentes, seja o líder do seu grupo social, mude sua aparência e saia da Matrix.

Provavelmente lhe ensinaram tudo errado até hoje. Pessoas derrotadas lhe ensinando como ter sucesso na vida, mulheres querendo lhe dizer como você deve conquistar outras mulheres, a escola, a mídia, tudo! O sistema é uma máquina de moer sonhos.

Aqui você terá acesso a um conteúdo não revelado. Não se fala sobre isso no sistema de ensino, nem abertamente nas rodas de amigos. Nós da Social Pro não estamos presos ao politicamente correto, nem devemos nada para ninguém. Nossa missão é apenas lhe fazer ser um cara que entende finalmente como as coisas funcionam e que saiba tirar o melhor proveito disso, que viva uma vida cheia de boas sensações e experiências
maravilhosas.

Pode ser que muito do que veja aqui seja pesado, ou bata de frente diretamente com suas crenças atuais.

06

Iremos revelar aqui exatamente como funciona a hierarquia da sociedade humana. E porque você finalmente deve se tornar um homem que está no topo dela.

Sexo em abundância, dinheiro no bolso, admiração, pessoas querendo estar com você, receber carinho e atenção, ser respeitado, ser o cara que quando fala todos param para escutar, quem não quer isso?

O melhor de tudo é que para aprender e aplicar essa fórmula, você não precisa ser bonito, ser rico, nem famoso, você pode ser um cara extremamente comum.

Um Alpha é um conjunto de fatores, que vão desde fatores internos do ser como a personalidade, até fatores externos como a linguagem corporal. Iremos lhe ensinar exatamente tudo. Você irá saber como é ser um líder do grupo social.

Está na hora de tomar sua pílula de realidade e parar de ser apenas um expectador de caras vencedores. Para de olha-los e vá finalmente ser um protagonista da sua vida!

Você é uma das poucas pessoas que tem a coragem de assumir que tem um problema e busca ajuda. É impossível resolver um problema se a pessoa não assume que tem um. Assumir o problema é o primeiro passo para acabar com ele

Em segundo lugar (você se encontra aqui): Depois de assumir que tem um problema e ter uma postura matura de dizer para si mesmo que quer buscar uma solução, você parte para a parte de obter conhecimento para saber qual a solução ideal para sua situação. Você conseguiria consertar um carro sem estudar o funcionamento do motor? Arrumaria um piano sem estudar o funcionamento dele antes? Evidente que não. É absolutamente impossível resolver um problema sem obter conhecimento antes. A maioria das pessoas apenas consegue fazer essa conexão para os problemas “físicos”, “palpáveis” e percebíveis aos sentidos, mas dificilmente faz a mesma ligação óbvia para os problemas da mente, do “eu”.

07

Por último: É a hora de praticar. Conhecimento sem ação é conhecimento sem razão! Pelo amor de Deus, de nada vai adiantar você estudar todo este valioso conteúdo se não praticar em todas as ocasiões que forem possíveis em sua vida a partir de agora. Então trate de assim que absorver este conteúdo começar a praticar em casa, com a família, com os amigos, com a namorada, com a menina que você pretende, com seus colegas, sócios, chefe, na festa, etc. Qualquer ser que for dotado de instinto, raciocínio lógico e razão vai ser alvo do conhecimento que você terá.

Isto aqui é um compilado de anos de estudo e prática, onde de maneira bem sucinta entregarei o suficiente para você parar de ser rejeitado, parar de sofrer e revolucionar sua existência.

Quero lhe entregar aqui um diamante lapidado que envolve conhecimento bruto em neurociência, biografia de homens de sucesso, psiquiatria, psicologia, business, espiritualidade, história, anatomia, religião, política, marketing, PNL, vendas, desenvolvimento pessoal, economia comportamental, sociologia, behaviorismo e antropologia.

Aqui você vai entender de uma vez por todas que ser um Alpha é provavelmente a coisa mais importante para você buscar agora e nós da Social Pro vamos explicar o motivo.

Você precisa ser respeitado pelas pessoas, e só há uma forma dessas pessoas te admirarem, é você respeitando a si mesmo.

Entenda: Respeito é a base. Sem respeito não há amor. Sem respeito não há amizade. Respeito é tudo.

08



Entenda que por mais que o ser humano seja racional como nós dizemos, ele não é “100% racional”. Instintos falam bem alto dentro de você, moldam sua vida e as relações interpessoais. As pessoas praticamente esquecem isso, pois os instintos atuam de maneira subliminar na mente, no inconsciente, guiando boa parte de nossas vidas. Um raciocínio básico a se fazer é ver seu coração batendo agora sem você ter que gastar energia enviando comandos conscientes para isso ocorrer ou ter que controla-lo com seu córtex pré-frontal. Assim como isso é uma verdade o fato de que fêmeas não se interessam por machos doentes ou deficientes é uma verdade também. Já se perguntou por quê? Esse fato se dá pelo simples motivo que instintivamente elas entendem que aquele espermatozoide adviria de um macho fraco, um macho que em um estado natural já estaria morto. Logo, muito provavelmente seu material genético seria fraco, gerando uma prole fraca, além de que ele possivelmente não teria condições de suprir a segurança dela e dos filhos.

Outro exemplo prático e quando você está sentado de braços cruzados, todo encolhido e outro homem ao seu lado está sentando bem espalhado com os braços atrás da nuca em posição de “tô nem aí para nada”, as fêmeas ao redor identificam ele como um macho mais poderoso. Olha, se você acredita que a primeira comunicação humana foi verbal (palavras saindo da boca) você está errado, a primeira comunicação humana foi não verbal.

Gestos, posição corporal, dos membros, coluna, cabeça, expressões faciais, olhares, impulsos, etc,etc. Esse tipo de comunicação não verbal e primitiva marcou nosso cérebro e instintivamente utilizamos ela muito até os dias de hoje. Demonstramos através dela força, tesão, propensões, medo, euforia, raiva, tristeza, insegurança, alegria, nojo, etc, etc, etc.

No exemplo que citei um macho com as mãos atrás da nuca comunica para os demais que é extremamente autoconfiante, mostra sinais de que é dominador e superior aos outros. Pode parecer um bobão que se acha o "tal", mas provavelmente um vendedor assim terá mais chances de conseguir um cliente que um vendedor com ombros encolhidos demonstrando sinais de insegurança e fragilidade. O que quero dizer com isso tudo é que os instintos estão aí, quer você acredite ou não, aceite ou não. Agora, trate de utilizá-los a seu favor e deixe de ser uma vítima dos instintos inconscientes dos outros. O pior que vai acontecer é você fazer uns amigos, arrumar umas brigas, ser promovido ou fazer sexo com alguém. O intuito é fazer você hackear as relações interpessoais através da transformação do seu próprio eu.

O ser humano é um animal, dotado de dois tipos de inteligência: inteligência instintiva e inteligência racional. Por mais que aprendemos a suprimir nossos instintos, eles ainda fazem parte de nós, influenciado nosso dia a dia e nossas relações interpessoais. Quero que faça um exercício: imagine que não existe mais a inteligência racional e agora nós somos “homens das cavernas”. Que tipo de macho você seria na selva? Um macho Alpha que acasalaria com as fêmeas e comeria a comida fresquinha com frequência ou o macho beta que apanharia de machos maiores, mais hábeis, mais inteligentes, mais determinados, mais persuasivos, não procriaria com fêmea nenhuma e comeria sobras de comida. Suponho que sua resposta seja a segunda opção. Mas por que eu estou propondo esse exercício? Lembra que falei que nossos instintos nos influenciam diretamente até hoje e moldam a própria sociedade como ela é? Alguns autores incríveis como J. Peterson inclusive propõem teorias que existem “elites naturais” de seres humanos, mais propensos a galgarem melhores posições na

sociedade e deixarem para traz os indivíduos mais fracos na obtenção da sobrevivência, satisfação de desejos e prazeres. Faz sentido.

Então, sabe aquele seu colega de trabalho que lhe tira? Sabe aquela menina que já perdeu o respeito por você, que agora lhe humilha? Sabe aquele coleguinha que faz bulliyng com você?

Isso nada mais é que os instintos naturais do cérebro mais primitivo do ser humano tentando fazer valer nas minúcias das relações interpessoais posições hierárquicas melhores no determinado grupo que se encontram, claro com uma boa dose de falta de noção e babaquice. Seja na fala, sejam nos "testes" que fazem com você, na linguagem corporal, nas piadas, nos afazeres, no lugar que você senta, no tom de voz, entre outras várias coisas, muitos aspectos das relações cotidianas estão totalmente atreladas em definir quem é Alpha e quem é beta nos grupos de indivíduos. Isso vale para mulheres também.

Quem é o macho Alpha no trabalho?

Quem é o macho Alpha na turma da faculdade?

Quem é o macho Alpha na rede social?

Quem é o macho Alpha em casa?

O macho que já conquistou seu território, espaço, respeito, consideração, medo, tesão, admiração dos outros indivíduos no trabalho por exemplo será o macho que provavelmente ganhará a próxima promoção e ainda ficará com as melhores colegas de equipe.

O macho Alpha da turma geralmente fará sexo com as colegas. (não venha me dizer que o gordinho tímido beta faz sexo com alguém)

O macho Alpha da casa é o tomador de decisões e guia da família com poderes sobre os demais.

O macho Alpha das redes sociais chama atenção, faz sexo com mulheres e abre muitas portas em sua vida.

Aquele bom e velho aperto de mão firme transmite uma comunicação não verbal de respeito, dominância e marcação territorial. Agora, se você é um cara que nem a mãe respeita, várias pessoas perceberão que você é um macho frágil, começando aos poucos a testar sua dominância e conquistar espaços que eram para ser seus. Lembre-se sempre: nas entrelinhas das relações entre humanos o instinto sempre estará buscando galgar melhores posições sociais em determinado conjunto de indivíduos para o suprimento de necessidades básicas e prazeres. Perpetuação da espécie e reprodução, a todo tempo estamos tentando fazer isso da melhor maneira, seu cérebro mais primitivo é o responsável pelo grupo de ações que tentam garantir isso em uma competição com outros indivíduos por recursos escassos como comida e fêmeas.

Dado que o homem é o único animal que bebe sem sede, convém que o faça com discernimento.
L. Farnoux-Reynaud

Resumidamente, tudo de bom acontece com um macho respeitado em seu ciclo social. Ele é visto como um alicerce, como um líder, provedor de coragem, inspiração, doutrina e boa prole para as fêmeas. Assim seu ciclo social se expande, suas oportunidades aumentam e sua verdadeira batalha não é mais com os betas e sim com novos machos Alphas fazendo com que seu “nível de competição” aumente, deixando os machos betas ainda mais fora do jogo por mantimentos e mulheres. Por exemplo, um macho ao ser promovido na empresa começa a competir com outros machos Alphas para que na próxima promoção apenas o mais hábil deles passe, isso automaticamente aumenta ainda mais o abismo entre Alphas que concorrem contra outros Alphas e betas que concorrem com betas. Eles forçaram-se a melhorar seu nível de competição

Quero dizer que seu ciclo social vai moldar sua vida. Você é a média das pessoas que convive. Eu não estou dizendo para acabar com suas amizades atuais, muito pelo contrário, faça de você um vetor que levanta toda a moral de seu grupo de amigos e transforme todos vocês em caras de elite. Palavras motivam mas o exemplo arrasta!

"Há grandes homens que fazem com que todos se sintam pequenos. Mas o verdadeiro grande homem é aquele que faz com que todos se sintam grandes.
Gilbert Keith Chesterton"



Use o cérebro para obter respeito

Agora que você já tem um mínimo de entendimento sobre neurociência e como a evolução humana deixou marcas em nosso DNA que fazem com que o nosso “homem das cavernas” ainda tenha grande parcela de importância no nosso eu e em como nos relacionamos com outros seres humanos, vamos conversar um pouco mais sobre uma parte mais racional, uma parte que acreditando ou não você tem controle: sua mente racional, seu espírito, sua razão, sua inteligência, chame do que quiser. É hora de dominar a máquina mais incrível que conhecemos em toda existência terrena até hoje: seu cérebro.

Acontece que aqui você é livre para fazer sua mistura, para burlar o sistema, aqui você pode treinar, pode criar hábitos, pode criar habilidades, aprender coisas, ter ideias, bolar seus próprios métodos, o limite é sua imaginação. Seu cérebro deve atuar para você conseguir respeito e não para ninguém lhe respeitar. Parece óbvio e fácil não é? Mas até hoje seu cérebro apenas lhe sabotou na obtenção de respeito das pessoas, desde sua mãe até a menina que você gosta, pode ser que tenham colocado crenças erradas em sua mente. Por mais que nos tópicos elencados a seguir nós tenhamos material que faz conexão com instintos primitivos como por exemplo a linguagem corporal você é livre para dominá-la. Assim como você pode passar um perfume antes de sair de casa, pode

andar com a cabeça erguida demonstrando confiança dentro de uma festa. Ao final deste livro tudo estará em suas mãos, basta praticar.

Mas atenção antes de tudo, se você achou pesado alguma das coisas que falei aqui antes pode ficar tranquilo, vai piorar. Eu realmente não estou nem aí para o que os outros vão pensar do que escrevi aqui, minha intenção é só fazer homens obterem respeito e resgatar a masculinidade tão importante na nossa sociedade. Ah, só para avisar, quando você é politicamente correto, lá no fundo ninguém lhe respeita, principalmente as mulheres. Seguir o politicamente correto é apenas você afirmando que não possui personalidade e que outros homens mais inteligentes que você ditaram regras morais para controlar sua vida. Pode ser que você perca tudo que conquistou na vida se não souber gerar respeito nas pessoas.

A vida é boa, mas a vida é dura, se você for mole piora tudo. Quero que você seja mais duro que a vida.

Você pode estar se perguntando quem sou eu para lhe dar esse tipo de dica e diretrizes de vida. Vou lhe falar que sou uma pessoa comum mas em absolutamente todas as relações interpessoais que tenho e todos os grupos sociais que frequento sou respeitado. É sua obrigação como homem não ser desrespeitado.

Um homem que perde seu respeito onde for, começa a perder tudo. Preste muito atenção nisto: em qualquer caminho que estiver trilhando, qualquer coisa que estiver construindo ou mantendo se você perder o respeito será o começo do fim.

Vou exemplificar. Se você perder o respeito dentro da empresa que trabalha e virar uma verdadeira piada lá dentro, você acha que sua vida lá será boa e feliz? Você acha que ganhará alguma promoção? Não. O macho sem respeito dentro de uma corporação é a última opção para ganhar qualquer benefício pelo simples motivo de ele ser fraco, frouxo, instável e não transmite confiança. Nenhum chefe, líder e responsável

colocará um inseguro que anda com a cabeça baixa ao seu lado. Se você perder o respeito com sua noiva por exemplo, fim de jogo para você. Prepare-se para muito sofrimento e chifres. Prepare-se para saber que outros caras estão fazendo sexo e ejaculando dentro de sua mulher enquanto você faz sexo de camisinha (quando faz) com ela e é obrigado a gozar fora ainda, fora o sexo horrível que elas dão para machos que não respeitam. Isso acontece com milhões de caras, mesmo que sua inocência diga que não.

Não seja o próximo a passar por humilhações assim que irão destruir seu psicológico.

Deixe sua família perder o respeito por você e verá eles controlando sua vida. Deixe seus pais sentirem que você é um frouxo sem personalidade e você fará a faculdade que eles querem, terá o trabalho que eles dizem, os amigos que eles permitem e o relacionamento que eles deixam, isso quando deixarem você ter algum. Por mais que sua mãe te ame, mulheres não gostam de homens fracos e bunda mole, sua mãe é uma mulher e possui instintos naturais que estão a todo momento interferindo na razão dela e nas relações interpessoais entre vocês.

O comportamento humano é muito mais profundo do que “ela é minha mãe”, “ela é minha irmã” e por isso sempre fará eu ter a melhor vida. Não mesmo. Assuma sua personalidade forte e respeitosa com sua família, caso contrário verá as pessoas que você ama lhe fazerem um mal tremendo. Aprenda a gerar respeito nas pessoas,



1) Autorespeito

Comece aqui, sem isto todo resto ficará bem difícil. O respeito próprio é o vetor para todas ações que visam conquistar respeito, ele é a principal célula motriz.

Quando falo autorespeito, falo sobre como criar itens fundamentais para a concepção de um homem de valor, ou melhor um macho de alto valor social.

Por exemplo entre ser um cara com a personalidade forte e firme ou um baba ovos do chefe, qual dos dois tem mais respeito pela sua própria vida? Qual dos dois vai dormir tranquilo? Eu não estou dizendo que você não possa agradar seu chefe para receber algum benefício em troca como uma folga, aumento ou promoção, eu só estou dizendo para não ser um medíocre que venderia até a mãe por uns trocados. O respeito por si próprio passa inevitavelmente pela construção de uma personalidade, pela edificação de valores, crenças, filosofias e condutas.

Complicado é que todo esse seu “manual de vida” muito provavelmente foi construído na infância, na adolescência ou no início da vida adulta, períodos que você tem pouca maturidade ou que as ideias entram em sua mente até mesmo inconscientemente pele fato de seu córtex frontal ainda estar em desenvolvimento, não tendo um “filtro” muito bom para as coisas, para o certo e errado. Afirmo que é difícil encontrar um macho de valor hoje em dia, ainda mais nesse período

infame que atravessamos de crise moral. Muito provavelmente você foi vítima de toda essa desgraça e além de se tornar um fraco pode ter se tornado um irresponsável, mentiroso, traíra ou até mesmo criminoso. Ao decorrer do livro você perceberá o que causou isso.

“É melhor viver um dia como um leão do que cem anos como um cordeiro”
John Gotti

Acontece que a sua única saída é reconstruir sua personalidade. Você tem uma, mas ela está corrompida. Peço para você imaginar em sua mente um muro de tijolos e você está com uma marreta destruindo esse muro. Esse muro é sua personalidade fraca. Ao passo que você destruiu o muro antigo, imagine-se construindo um novo muro, colocando tijolos e cimento, esse muro é forte e belo. Aqueles tijolos do muro antigo significavam cada um uma coisa, medo, tristeza, baixa auto estima, avareza, insegurança, comodismo, preguiça, covardia, mentira, etc. Você destruiu toda essa merda, o novo muro que você está erguendo cada tijolo significa um valor maravilhoso, autoconfiança, amor, respeito, fraternidade, oragem, firmeza, magnitude, liderança, grandiosidade, etc.

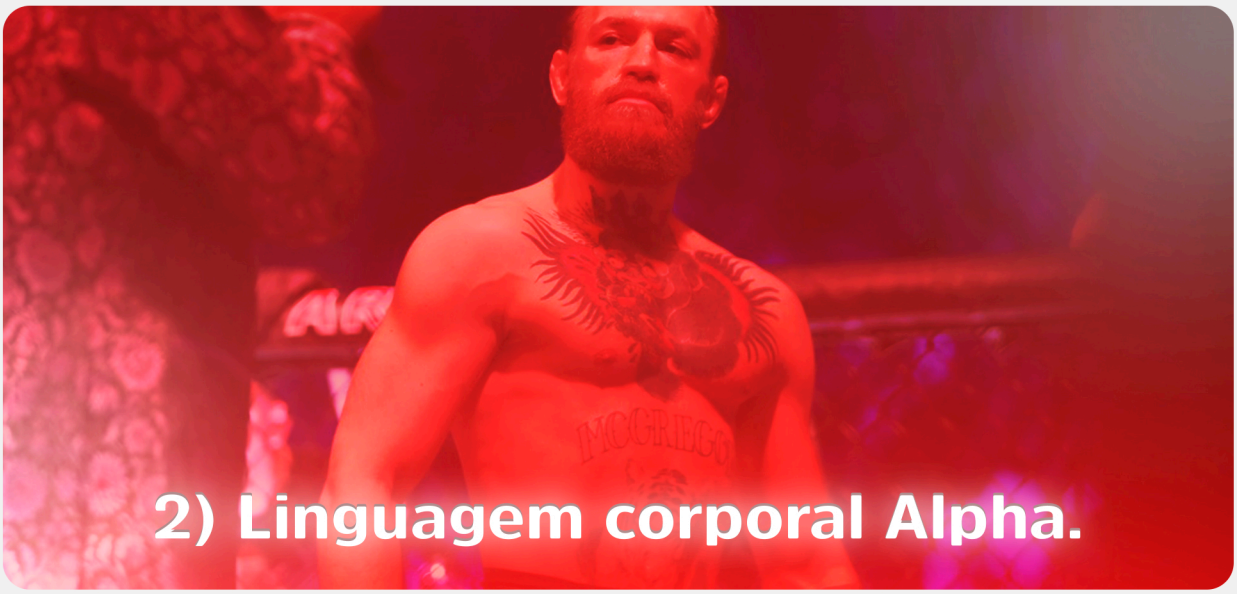
Elenque quais sãos os valores que você quer colocar em seu muro e erga tijolo por tijolo. Você tem um potencial inimaginável de modificar sua própria personalidade. O principal elemento que irá te fazer começar a erguer sua nova mente é a força de vontade, o famoso “querer”. Coisas incríveis são feitas por pessoas que nada tinham e coisas lindas são destruídas por pessoas que tudo tinham. A única coisa que mantém ou destrói é a presença ou ausência de fé e força de vontade própria. Tenha força na sua persona. A partir de agora você não aceita mais deboches, não aceita mais que as pessoas sejam ofensivas com você, não admite mentiras. Do dia de hoje em diante você é firme, se você ver o errado irá denunciar e agir, você combate o mal. Você é presente em suas decisões, você não fica retrucando baixinho ou resmunando, você fala na cara, com todo respeito do mundo, se for possível claro.

Você vai tomar decisões assertivas e tranquilas, você será suave mas duro. Você aparenta que confia em todos mas na verdade não confia em ninguém, você é esperto.

Você irá buscar o conhecimento necessário para todas as melhores decisões e posicionamentos em sua vida.

Vou contar uma coisa incrível, se você não estiver conseguindo fazer isso crie um personagem, finja. Sim finja, o ato de fingir tem um efeito curioso no cérebro, finja até ser. Esse hack vai ludibriando seu cérebro e modificando até mesmo as químicas que são liberadas em sua mente. Por exemplo, se você se acha feio comece a repetir enquanto anda na rua que é lindo e que as mulheres sentem atração por você. Erga sua cabeça, arrume sua postura com peito estufado e vá. Com o tempo isso se torna natural e a confiança e energia que você exala será diferente dos outros machos betas e fracos. Você será notado.

“Os homens não têm muito respeito pelos outros porque têm pouco até por si próprios.”
Leon Trotsky



2) Linguagem corporal Alpha.

A conexão entre corpo e mente é poderosa. Sua postura modifica seu humor, sua produtividade, sua criatividade e principalmente suas relações com os outros. Sua linguagem corporal molda sua mente. A psicóloga social e professora na Universidade de Harvard Amy Cuddy estuda como a linguagem corporal afeta nosso estado emocional e como somos vistos pelos outros, especialmente em situações de poder. Ela fez um estudo de como posturas mais expansivas e outras nem tanto interferiam nos níveis de testosterona e cortisol, hormônios relacionados a liderança e estres.

Ela dividiu 42 homens e mulheres em dois grupos. Um dos grupos era de alto poder e deveria assumir dois tipos de postura por 2 minutos, que eram: a clássica pés na mesa e mãos atrás da cabeça ou em pé curvado com as duas mãos sobre uma mesa. O grupo em posturas de baixo poder deveriam ficar sentados em uma cadeira com os braços cruzados e as mãos entrelaçadas ou em pé com os braços e pernas cruzados

O resultado foi incrível, os que ficaram dois minutos em posturas de alto poder tiveram um aumento de 19% nos níveis de testosterona e 25% de redução nos de cortisol, o grupo de baixo poder por sua vez apresentaram uma queda de 20% na testosterona e um aumento de 15% no cortisol, praticamente o oposto. Grande parte dos estudos realizados até então consideravam somente testosterona como o hormônio mais

relacionado à liderança. Ela descobriu é que o cortisol também é fundamental, visto que, a testosterona que aumenta a agressividade e a coragem para arriscar e o cortisol baixo leva a uma maior capacidade de gerenciar estressores. Essas duas características parecem muito importantes na liderança.

Portanto, se quiser mudar o seu estado emocional, mude sua postura, faça isto por poucos minutos, e notará mudanças inclusive hormonais. Entrar em uma festa com uma postura erguida é uma coisa, entrar em uma festa com a cabeça baixa e ombros encolhidos, já era. Mulheres vão escolher que tipo de cara? Um andar cabisbaixo, ombros caídos, são sinais de tristeza, desânimo, falta de energia, cansaço. Pelo aspecto físico da pessoa conseguimos perceber seu estado emocional, pois foi o estado emocional que imprimiu essa postura.

“Um homem não é outra coisa senão o que faz de si mesmo.”
Jean-Paul Sartre

No nosso cotidiano estamos expostos a muitos desgastes emocionais como reclamações contínuas, pressão no trabalho, aumento da violência, insegurança pela situação econômica do país, entre muitos outros. Estamos vivendo cercados de maior negatividade no ambiente do que de paz, tranquilidade, harmonia, o que acaba afetando negativamente nosso sistema nervoso. Você sabia que num rompante de tristeza, de raiva, ou num momento de ansiedade, de medo ou preocupação intensa você realmente faz muito mal ao seu organismo? Mas, podemos reverter isso utilizando a mudança de postura, como aliada, como uma estratégia poderosa.

Pense bem nisto: quando temos um minuto de raiva em relação a algum acontecimento, a reação libera cortisol e noradrenalina. Essa reação causa um desequilíbrio em todo organismo. O organismo leva em torno de seis horas para se equilibrar de forma completa novamente. Pensa o estrago que nos fazemos diariamente no nosso organismo quando entramos na raiva! Pior quando persistimos na raiva durante hora.

Sempre comparo nosso cérebro a um jardim florido. Quando nascemos ele é repleto de flores! Dependendo de como

reagimos às situações na nossa vida, pela nossa formação, pela nossa herança genética, por uma série de fatores, podemos dar maior poder ao medo, aos estados de preocupação, desânimo.

Se dermos mais espaço para as emoções negativas, as ervas daninhas vão aumentando, tomando conta. E aí começamos a sentir um enorme peso nas costas. A vida fica mais pesada, as vezes nos afastamos das pessoas devido ao nosso humor negativo, sarcasmo, ou por causa da nossa agressividade. E como você pode ir revertendo isso?

Você pode fazer algumas posturas corporais, que quebram o padrão ruim em que você se encontra em determinado momento. Isso acontece porque a postura física imprime no nosso corpo uma mensagem para o cérebro mudar naquele momento a atitude, o padrão emocional. Quando você precisa de coragem, de iniciativa, ou você precisa sentir seu poder, você pode adotar por dois minutos uma dessas posturas de poder:

Super-homem: mãos fechadas, coloque as mãos fechadas na cintura, peito para fora, queixo levantado, corpo firme e pensamento de poder e superação

Poderoso Chefão: sentado numa cadeira com os braços cruzados atrás da cabeça e as pernas em cima de uma mesa, ou em pé apenas com os braços cruzados por trás da cabeça.

Agora é só praticar e sentir-se cada vez mais poderoso, atribuindo valor e poder ao seu maior potencial, que pode estar escondido, mas que vale muito a pena desenterrá-lo.



3) Discorde das pessoas, sem medo.

Amigo, essa é uma das principais diretrizes da vida. Você não vai deixar de viver a sua vida, vai viver da forma que quiser, simples assim. Agora, você pode não perceber mas quando você está conversando, discutindo, decidindo, ouvindo e pessoas falam coisas que você não concorda ou acha um absurdo elas podem estar decidindo por você explicitamente como “você não vai fazer isto porque eu acho X”, ou tacitamente como “você não pode votar em político Y porque ele [asneira] é isso e aquilo mais [/asneira]. Perceba que em um caso onde sua mulher decide que carro você vai comprar existe alguém decidindo como você vai viver sua vida, no outro exemplo você está deixando uma informação que não concorda passar por suas trincheiras de defesas mentais de suas convicções, cedo ou tarde esse acúmulo de informações que você não rebateu para fora de sua mente irão moldar sua realidade.

Não tenha medo de olhar na cara das pessoas e dizer qual sua posição sobre determinado assunto, não tenha medo de dizer qual seu sonho de criança.

Então meu amigo, seja firme. Seja respeitoso, mas seja duro. Não admita que decidam que vida você vai viver, nem sua mãe, nem seu professor. A vida é sua, nenhuma informação que você não concorda e tem conhecimento suficiente para rebater vai moldar seu eu e nenhuma diretriz de acordo com seus valores, crenças e planos irá comandar ou decidir sua vida.

O mainstream está vencendo a batalha de convicções e criando o próprio senso comum por culpa de homens fracos.

Não concorda com feminismo?

Não concorda com a opinião de alguém?

Não gostaram e vão parar de andar com você?

Não se importe.

É normal, neste processo você irá atrair muitas pessoas para perto que irão adorar você, e vai repelir muitas pessoas que vão lhe odiar. Você não precisa de quem não consegue conviver com a opinião alheia e quer impor um modelo de vida a força para as pessoas. Essas pessoas não merecem sua companhia, seu respeito, nem seu sêmen."

Está cheio de mulheres incríveis, inteligentes, lindas e que são compatíveis com sua visão de mundo.

Amigo, minha namorada é loira, linda, uma pessoa incrível, bondosa, do lar e respeitosa, consegui ela ainda sendo um direitista capitalista opressor maldito. Por que você não consegue uma igual para você? Por qual motivo você fica mendigando atenção, escondendo sua personalidade ou modificando seus valores e crenças por causa de mulheres? Por causa de um beijo? Por causa de uma gozada? Faça-me o favor! Repito, existem mulheres que veem o mundo da maneira que você vê ou mulheres que veem o mundo da maneira exatamente oposta mas ainda assim conseguirão conviver e ter um relacionamento com você. O que quero dizer é que f0d@-s3, tanto faz, seja você mesmo, o que tiver que ser será. Nada, mas absolutamente nada é maior do que você respeitar seu próprio eu e sua personalidade. Modificar ou encobrir sua personalidade por causa dos outros é perigoso e um sofrimento muito grande. Se você estiver com vontade de gritar para todos eles que não concorda com uma só palavra do que estão dizendo, grite.

“Os homens distinguem-se pelo que fazem; as mulheres, pelo que levam os homens a fazer.”
Carlos Drummond de Andrade

Por que falei tanto sobre política agora? Primeiro pois a política é fator determinante de se você vai ter o que comer ou não, se vai ter propriedade privada , ou não, se a própria sociedade vai existir ou não. Outro ponto é que a política está em alta como nunca.

Você vê jornal? Há uma narrativa política por trás. Você abre a rede social, tem política. Vê um gráfico? Tem política por trás. Não há ser humano isento na face da Terra, se todo ser humano possui um viés ideológico tudo que advém dele está contaminado com ideologia. É seu dever saber sobre ciência política, filosofia, economia, direito, etc. Caso contrário será refém daqueles que sabem e dirigem toda essa peça de teatro. Se lhe mandarem comer fezes, você achará bom. De novo sobre o que estou falando: podem comandar sua vida explicitamente com ordens ou deixarem uma narrativa fazer lavagem cerebral em você. E esta questão da política está muito em alta nos grupos de interação humana, trabalho, escola, igreja, instituições, redes sociais, faculdade, rodas de amigos, festas, etc. Seja qual for a situação de interação que você estiver, a todo momento as pessoas estão te julgando pelo seu posicionamento político. Um exemplo claro disso são os perfis do Tinder. Quantas meninas colocam explicitamente “ELE NÃO” na descrição do APP de relacionamento? Muitas! O recado que elas querem passar é “se você for bolsominion caia fora” personalidade forte né? Essa personalidade forte que é possível da mulher exteriorizar hoje em dia é positiva, o que não é positivo é você não poder exteriorizar a sua posição, sem fazer sexo com sua mão para o resto da vida ou tornar sua vida um inferno. Eu assumi minhas crenças e a quantidade de pessoas que “gostavam de mim” (colegas, amigos, meninas que me relacionava, conhecidos, ex-namoradas, ex-chefes, etc) que hoje em dia me detestam foi enorme. Pior, eu não fiz nada de mal para ninguém, apenas me odeiam pelo meu posicionamento de vida. Eu não os odeio, segui indiferente, afinal sempre soube que eram de esquerda e os abracei e beijei. Tomei dezenas, talvez centenas de bloqueios

em redes sociais. A sensação que tenho hoje é que se eu me acidentasse e precisasse de uma ambulância, essas pessoas não chamariam. Perguntese: você realmente precisa de uma pessoa dessas no seu ciclo de vida? Depois que elas foram embora e passaram a me detestar eu vi o quão sortudo era e que a melhor coisa que fiz da vida foi assumir minha personalidade própria.

Me libertei das amarras ideológicas dos outros e não sou mais refém da opinião deles. Faça isso, é libertador. Você terá, num primeiro momento, menos pessoas ao seu redor, talvez até mesmo seja doloroso perder algumas, mas depois é incrível, você atrai apenas aquele clubinho que é compatível com suas crenças, ou pessoas que são razoáveis e lúcidas o suficiente para conviver com a opinião alheia, inclusive estudarem juntos, rir e beijar. Você só precisa de pessoas assim ao seu lado, você não precisa namorar com uma menina que se você dissesse que é a favor de político X ou Y ela passaria a te odiar. Que porcaria de pessoa é essa que você está se relacionando?

A ideia que estou tentando passar é que você precisa assumir sua personalidade, obter conhecimento para defender seus ideais e exteriorizá-los para o mundo quando for necessário ou por mero prazer. Nessa empreitada pessoas irão embora e passarão a te odiar, outras pessoas aparecerão inevitavelmente. Quero dizer que os que virão serão pessoas muito melhores e que agregarão muito mais em sua vida do que aqueles que foram embora. Eu tenho umas duas ex-namoradas que me odeiam, mas em compensação conheci pessoas incríveis que me abriram portas inimagináveis em minha vida. Tenho uns coleguinhas que não gostam de mim, mas me aproximei de pessoas que fizeram meu salto intelectual ser enorme. Sobre as mulheres que irão se afastar de você é verídico, você irá repelir muitas delas, a maioria. Infelizmente as meninas de hoje em dia são feministas e esquerdistas, estão extremamente soberbas, ególatras, autoritárias, sexualizadas, fúteis. A narrativa mainstream, da mídia, das universidades, dos artistas, de tudo que é instituição, tomou conta da mente delas. Essas pessoas provavelmente

serão repelidas por você quando você assumir suas crenças, agora a escolha será sua, você quer reprimir, esconder ou modificar sua personalidade por essas pessoas? Mesmo que sejam as melhores companheiras não vale a pena, nada é mais valioso que assumir a si mesmo, acredite é libertador.

Por outro lado existirão algumas meninas maravilhosas que não são feministas, nem chatas, nem esquerdistas, cheias de amor e sensatez para compartilhar com você, ou talvez sejam apenas umas quaisquer. Quero dizer que você encontra sim pessoas compatíveis com sua visão de mundo. Uma menina de esquerda por ser inimaginavelmente incrível e irá preencher sua existência com amor e carinho, assim como uma de direita pode ser tremendamente ruim para você. Só não arrume aquelas malucas, histéricas, que arruinariam sua vida em nome de um ideal.

Vale a pena, rei Leônidas tinha apenas trezentos ao seu lado, Jesus tinha doze apóstolos, eu tenho uns dez amigos. Não se importe com a quantidade e sim somente com a qualidade das pessoas que lhe cercam, afirmo com certeza que sua existência será muito mais saudável e serena.

Sobre a família decidindo por você, preste muito atenção nisso aqui: a família é a principal célula da sociedade, a família é sagrada. Respeite sua família e a defenda com sua vida. Agora isso não significa que sua família não pode ser altamente abominável com você, que sua irmã não pode ser uma pessoa horrível, seu pai um agressor e sua mãe uma estúpida. Pode ser cara, pode ser. Entenda que se sua família chegou neste ponto você tem duas opções: ou ajuda, trazendo luz e paz para dentro de casa ou vá embora e se afaste. Entrar na tempestade não é uma solução, raiva não se combate com raiva, nem tristeza com ódio, nem choro com prantos.

Espero que esteja tudo bem com sua família. Vamos agora entender como vencer algumas situações como sua mãe querer que você faça faculdade X pois ela acha por motivo Y que é o melhor para você, seu pai não quer que você se relacione com menina Z pois por motivo K ele acha que não

o é bom para você. Primeiramente você precisa entender uma coisa e só depois fazer seus pais ou parentes entenderem: a vida é sua. Sim por mais óbvio que pareça a sua mãe não é você, você é dono da sua vida. Deus nos deu a liberdade de escolha para agirmos da melhor maneira possível. Sua mãe não pode viver sua vida, seu pai não pode viver sua vida. Faça-os entender da forma mais respeitosa. É fundamental eles entenderem que podem lhe aconselhar, mas viver sua vida não. Seja razoável e entenda que talvez as pessoas não queiram ser advogados, talvez ele queiram ser músicos.

Cada ser possui habilidades, aptidões, preferências, capacidades maiores ou menores, cada indivíduo possui sonhos.

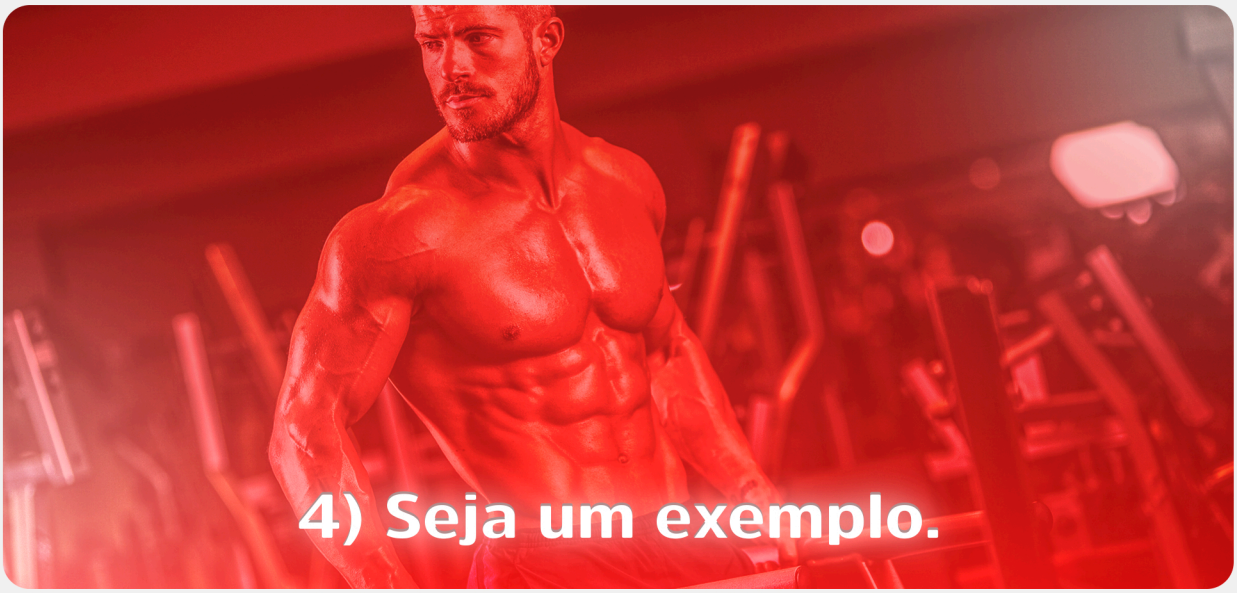
Eu não quero que você vire uma pessoa frustrada, presa a um emprego que não quer. Se você quer ser astronauta da NASA, vá ser!

A vida não é só dinheiro, se fosse seria muito mais fácil. Arrisque ser artista ou youtuber, se quiser. Faça sua família participar de sua vida e seus sonhos. Seja o líder de sua família. Caso não seja possível, adquira sua independência, nem que seja só um pouquinho de independência. Quando você para de depender dos outros até para comer, você começa a poder tomar as decisões de sua vida, mesmo que ninguém concorde com elas.

Esses tempos me deparei com um amigo que morava em casas diferentes da namorada, até então tudo normal. Acontece que a menina queria agora morar junto e ele não queria, só que não sabia dizer não. O homem não sabia o que fazer, como dizer para a menina que não gostaria de morar junto? Eu o aconselhei de maneira muito simples, primeiramente diga a verdade, que isso não é sua vontade por algum motivo que faça sentido. Depois reforce que isso não faz com que ele a ame mais ou menos, que ele segue a amando muito e que ela é uma pessoa incrível. Em um primeiro momento pode parecer cruel, mas na verdade isso é a melhor coisa que ele poderia fazer. Pense bem: imagine uma pessoa morando com outra sendo que na verdade ele gostaria de morar sozinho.

Quanto tempo até o estresse consumir a mente dele e isso estragar o relacionamento maravilhoso que tinham hoje. Tenha a sabedoria de pensar a frente, isso faz com que sua tomada de decisões que envolvem os outros em sua vida seja muito mais clara. Quando está dirigindo, você deixa para desviar de um carro ou parar em um semáforo quando ele está a 30 centímetros de distância de seu carro? Não! Muito provavelmente você já está calculando esse desvio ou parada a uns bons metros. Isso evita um acidente, entendeu?

Quando as pessoas forem tomar decisões pela sua vida você não deixe, caso isso não faça sentido para seus planos, crenças ou valores.

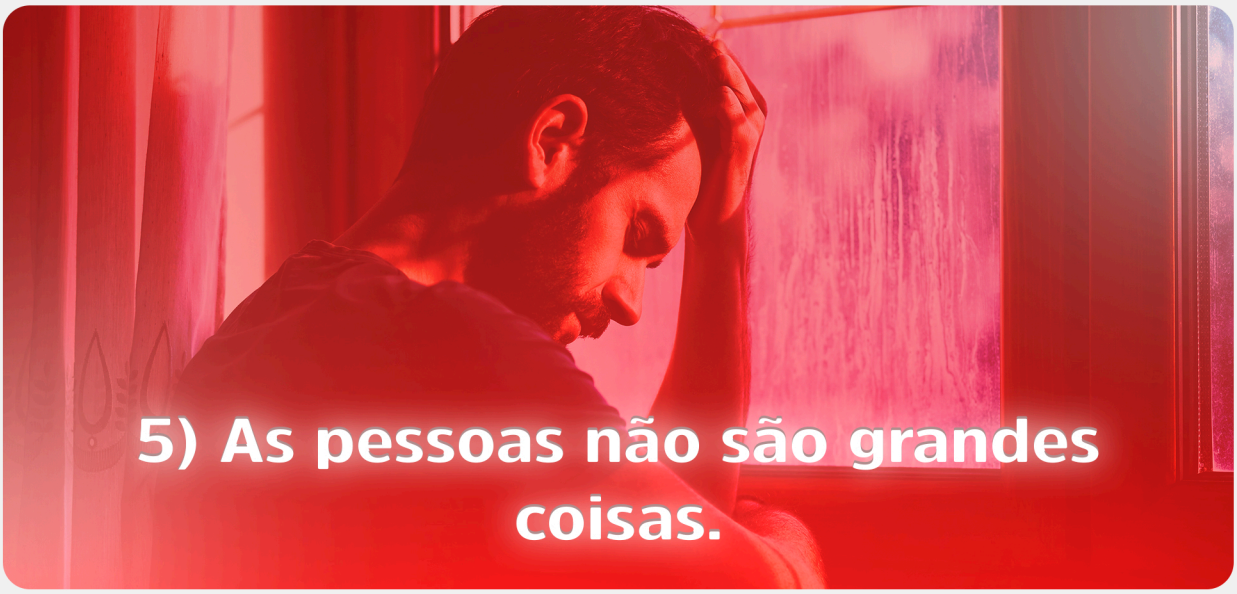


4) Seja um exemplo.

Eu vou dizer o que considero uma das frases mais lindas da história humana para sintetizar este tópico, do imperador Marco Aurélio: “Não desperdice mais nenhum tempo discutindo sobre como um homem bom deveria ser. Seja um.”

Um cara de respeito é um exemplo. Pode ter certeza que o atleta mais respeitado do time não é o melhor, é aquele que é um exemplo, o que treina mais, que comanda mais, é mais esforçado, tem mais amor a camisa. O funcionário que é mais respeitado é o excelente, que chega todo dia no horário, que faz o que pode para a empresa funcionar. O soldado mais respeitado é aquele que é um exímio cumpridor da disciplina militar, que cumpre sua missão. Quero dizer aqui que palavras são bonitas mas o exemplo arrasta. As pessoas apaixonam-se por aqueles que elas queriam ser, eles viram autoridade e sinônimo de perfeição, esforço, caráter e espelho para os outros. Na maioria das vezes tudo ocorre de maneira inconsciente. Ou seja, nenhum deles chega e fala: “olha vejam só gostaria que vocês seguissem meu exemplo”. O exemplo a ser seguido é natural e espontâneo.

Quero que você seja exemplar em todas atividades que se propõe a fazer. Duvido que se você for o primeiro a chegar no treino e o último a sair não será respeitado, duvido que se tirar a nota mais alta da sala não vai ser notado. Duvido que se fizer uma invenção científica as pessoas não irão lhe atribuir autoridade.



5) As pessoas não são grandes coisas.

Não pense que as pessoas são grandes coisas. Na verdade a massiva maioria de pessoas é extremamente comum. As grandes massas vivem em uma ignorância e capacidades totalmente limitantes, vivem em seu próprio inferno mental ou afundadas em futilidades e prazeres momentâneos. Se você não quer apenas comer, dormir ou acasalar e busca algo a mais, você já está acima da média da maioria das pessoas. Ou seja, fazendo um pouco mas só um pouquinho você já se destaca. Eu não estou aqui para dar dicas de produtividades nem nada assim, só quero com este tópico que você entenda que as pessoas não são X-men, nem os Avangers ,que na verdade são bem comuns. Quantos livros você acha que as pessoas na grande maioria lê por mês? Chuto que não chega a um. Se você ler um já sai na frente. Só o fato de você não assistir a Globo você já é quase um super-humano em comparação aos demais.

Só quero dizer aqui para você não se menosprezar e parar de ver os outros em um pedestal. Uma das maiores desculpas da mente, segundo o livro A mágica de pensar grande é que o “outro” é mais capacitado que eu ou está em uma condição mais favorável. Isso é uma armadilha mental criada por você mesmo, isso não é real e mesmo que fosse, que diferença faz para você? Pouco importa se o outro é o super-homem. Em qualquer circunstância, seja como for, você dará seu melhor.

“A penicilina cura os homens, mas é o vinho que os torna felizes” Alex Fleming.



6) Saiba dizer não.

Parece que às vezes tenho que dizer o óbvio. Você precisa saber dizer não, homem. Você é o tipo de cara que fica dizendo sim para tudo que não sabe dizer aquele “não” na cara dos outros, principalmente das mulheres?

Bom, eu fui assim durante muito tempo e não acredito o quanto minha vida mudou desde que descobri o poder do não. O não te salva de entrar em umas roubadas inacreditáveis. Quando a minha tolerância para dizer o sim mudou, percebi a quantidade de coisas que me livrei e outras coisas maravilhosas que construí. Às vezes você precisa até dizer não para o bom para dizer sim para o ótimo. A dificuldade de dizer não está em alta hoje em dia em aspectos destrutivos da vida e em baixa para circunstâncias de maravilha e elevação da alma. As pessoas possuem mais dificuldades em dizer não para as drogas enquanto tem grande facilidade em não valorizar seus pais.

Eu já mencionei essa nossa crise moral. Você diz não para a inteligência, razão e suavidade enquanto diz sim para a soberba, ignorância e tormenta. Primeiramente diga sim para uma vida serena, edificante, de valor e amor ao próximo, depois comece a dizer não para as circunstâncias, caso contrário muito provável que seus “nãos” ou “sins” virão apenas com desgraças.

Vejo pessoas prejudicando suas vidas a todo momento, fazendo somente as vontades de outras pessoas ou tentando demonstrar uma felicidade externa apenas para agradar aos outros. A dificuldade é dizer que não vai aceitar trabalho X e que não precisa comprar uma bolsa de R$600,00 para ser feliz. A dificuldade é dizer que não vai continuar com o relacionamento amoroso e que não precisa ostentar baldinho no camarote na balada para ser feliz. Você vive a vida dos outros, comprando porcarias e aceitando um padrão de vida imposto por pessoas que não estão nem aí para você. Diga não para tudo isso!

Existem dois tipos de “nãos” que você pode dizer que passei tacitamente para você: o não para o exterior e o não interior. O primeiro você joga para fora com sua boca o segundo diz para você mesmo em sua mente. Preciso falar primeiro do “não interior” acredito que sem trabalhar ele será impossível você dizer não para os outros. Aprenda a dizer não para si mesmo, você tem o livre arbítrio e buscando o conhecimento adequado irá saber tomar as decisões perfeitas em sua vida. Esse é seu autocontrole, sua responsabilidade, sua crítica, aqui você faz seus planos, zela por sua saúde, sua produtividade, seus amores, prioridades, etc. Aqui você lida com seus demônios, com sua tempestade. Dentro de sua mente é o lugar onde você diz não para os vícios, não para as paixões descontroladas, não para a maldade, não para a insanidade. Você diz para si mesmo que não será um mal filho, um mal marido, um mal neto, um mal irmão. Dentro de sua mente você tem dois lobos, o lobo bom e o lobo mal,se você alimentar o lobo mal ele vai ficar grande e consumir sua vida, se você alimentar o lobo bom ele irá virar seu melhor amigo e fiel escudeiro. Dentro de sua mente você trabalha seu desenvolvimento pessoal e espiritual e isso só será possível dizendo não para tudo que é mal. Saiba que o lobo mal sempre existirá dentro de sua mente, mas tanta coisa já foi negada a ele que está fraco e seus latidos nem força mais tem.

Os seus “nãos mentais” são muito poderosos. O “eu não vou ser um fracasso”, “eu não vou falhar”, “eu não vou ser otário”, “eu não vou ter este corpo”. Com esses “nãos mentais” você molda seu eu para uma melhor versão de si mesmo. Pratique o “autonão”.

Agora sobre os “nãos” para o exterior. Falar “não” nem sempre é ser “seco” e “revoltado”. Pode ser feito de maneira sutil e leve também. Basta ser praticado com aquilo que fizer sentido pra você e que realmente te fará bem. O “não” para os outros é basicamente para impor limites e para você seguir a vida que acredita ser melhor para você. Não faça isso por orgulho besta, isso é sobre uma libertação quase divina em sua vida. Ao passo que diz não para uma coisa está dizendo sim para outra. O não para um caminho automaticamente te leva para outro, feche uma porta e outra abrir-se-á.

Diga não para uma mulher outra possibilidade se abrirá em sua vida e você irá conhecer outras. Diga não para uma trabalho maldito e você irá em busca de outro. Diga não para amizades desgastantes e você fará novos amigos. O não para coisas ruins te da a possibilidade de dizer o sim para coisas maravilhosas e inimagináveis. “Não” para aqueles que querem controlar sua vida e acham que você é o receptáculo da consciência deles. Não para os autoritários. Não para o sistema. Não, não e não. É lindo dizer não.

“Respeitosamente me recuso a responder, porque acredito que a minha resposta possa me incriminar”
Joey Gallo

Vou falar um pouco das ideias de William Ury sobre o não. Na sua concepção ainda há um problema nos “nãos” que as pessoas dizem, eles podem ser de três formas:

- Calar: a pessoa não tem coragem de dizer não para as outras, ela fica calada.

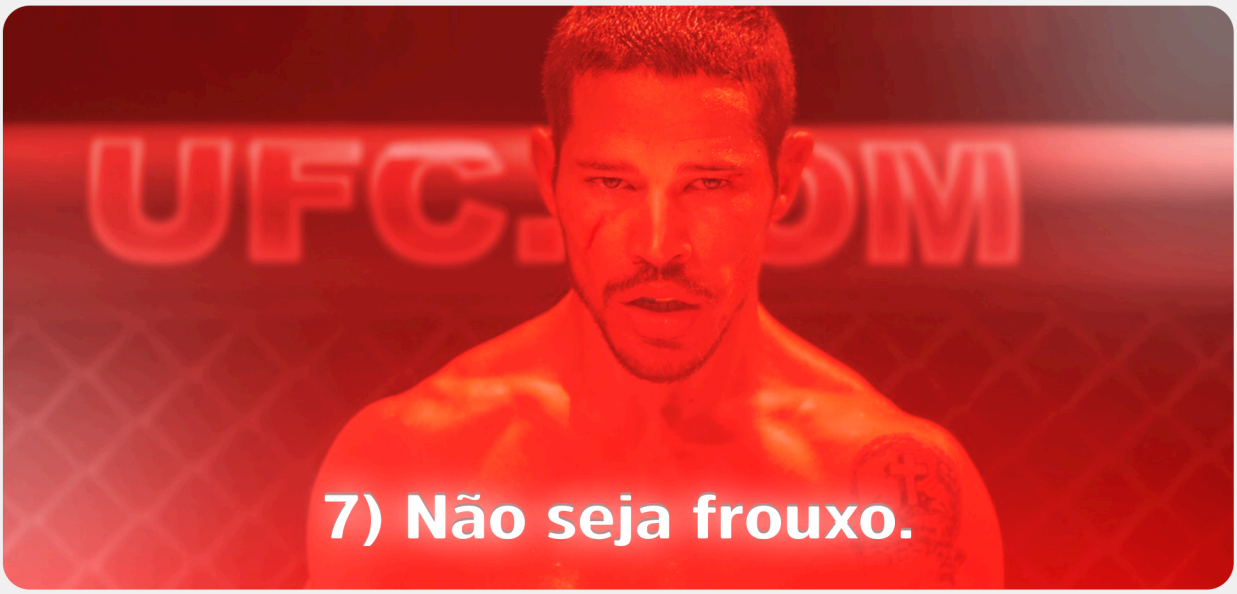
Não diz não para a esposa, não diz não para o chefe.

- Ceder: queria muito dizer um grande “não” mas cede um pouquinho e faz o solicitado. É aquele “não... tá mas só um pouquinho”.

- Combate: a pessoa diz não mas agride as pessoas para isso. É importante você ficar atento a maneira que diz não, pode ser que você cause uma bela confusão ou daqui a pouco esteja fazendo exatamente aquilo que a pessoa te solicitou.

Seja suave mas duro em seus “nãos”. Não é não, sem agressão sem frescura.

“Odiei cada minuto de treinamento, mas não parava de repetir a mim mesmo: ‘nãodesista, sofra agora para viver o resto de sua vida como campeão’”.
Muhammad Ali



Seja bom e generoso. Ser bondoso não é igual a ser frouxo, ser piedoso não é igual a ser fraco. Um bom rei é um rei piedoso e bom, não cruel e impiedoso.

“Elas preferem aqueles que não as temem.”
Nessahan Alita

Não existe nada que broxe uma mulher mais do que um homem frouxo, um homem que parece uma menininha mimada. Um cara que não é o porto seguro, um cara que não resolve os problemas, um cara que não bate no peito e diz: “É comigo!”. Esse tipo de cara sempre será um macho de baixo valor e rapidamente descartável por um macho de alto valor, e não ache que isso irá acontecer apenas nas relações amorosas, isso ocorrerá no trabalho, nas amizades e talvez até na família. Experimente ter dois irmãos, um responsável, seguro e Alpha o outro um infantil, inseguro, frouxo. Qual dos dois o pai achará o mais apto a tocar os negócios da família? Quero dizer que nem sua família aguentará frouxidão. Você entende o quanto baixaria o seu valor perante sua namorada se por exemplo você não a defendesse de um assédio verbal? Se você passasse por alguns moleques e eles chamassem ela de "gostosa" na sua frente e você não fizesse nada, muito provavelmente na mente primitiva da mulher (talvez até na racional) seu espermatozoide teria menos valor, pelo simples motivo de você ter aparentado ser um macho fraco, logo daria uma prole fraca que possivelmente não sobreviveria

Vou falar um negócio, mulher adora aquele cara que “se garante no soco”, elas podem até falar que não (ainda mais hoje em dia) mas é que nem você dizer que não gosta de uma bela bunda sem celulites, uma hipocrisia e mais um discursinho politicamente correto.

Faça o seguinte exercício mental:

Em um cenário hipotético um cara tenta roubar a o celular de sua mulher, ela começa a chorar e se desespera, o cara está desarmado, ela olha para o lado e vê o namorado dela chorando e mais desesperado que ela, quase mijando nas calças. Que porra de homem ela vai achar que tem do lado dela? Ela se sentiu protegida? Segura? Na cabeça dela em qual situação de aperto ela vai poder contar com você? No outro cenário o ladrão se aproxima, anuncia o assalto e quando ela entra em desespero ela olha para o namorado dela e você aplica um belo soco na face do ladrão e desfigura ele acabando com a ameaça rapidamente. Que tipo de homem ela acha que tem do lado dela agora? Olhe a prova que você deu que seria capaz de a proteger em um estado natural.

Antes que alguém lhe fale alguma asneira, mulheres adoram se sentir protegidas. Se há uma coisa que mulher gosta, por questões evolutivas é de se sentir segura. Lembre que nos tempos primitivos um macho Alpha forte e hábil provavelmente garantiria a sobrevivência dela e dos herdeiros, enquanto um macho fraco e tosco significaria a morte. A mulher traz esses traços primitivos em sua consciência até hoje, quer você acredite ou não. Então se você quer o respeito de uma mulher, não seja frouxo. Preste muito atenção nessa frase, aprendi ela com 16 anos: É muito melhor errar por ser bruto do que errar por ser frouxo. Ou seja, você como homem tem o privilégio de errar por ser bruto, por ser grosseiro, é de sua natureza, você como homem só não pode errar por ser fraco. Não estou falando aqui que você não possa chorar ou pedir desculpas. Jesus fez ambos. Com 16 anos eu estava nos primeiros passos para deixar de ser desrespeitado. Eu estava como você agora, obtendo conhecimento. Era triste mendigar atenção de meninas, apenas pelo fato

de eu ser fraco e sem personalidade. Nem preciso dizer que enquanto eu me perguntava como faria para conquistar o coração dela, ela praticava sexo oral no macho mais cobiçado pelas fêmeas da escola, maconheiro e largado. Infelizmente nós temos muito que aprender com os Zé Droguinha quando o quesito é ter respeito e tesão das meninas.

“Um homem pinta com o cérebro e não com as mãos.” Michelangelo. Acontece que um ato de covardia é um ato de frouxidão muito maior que o choro diante de uma grande decepção. Um sábio uma vez disse: homem que é homem só chora diante de um milagre de Deus, nosso Senhor. Não sei se concordo, pois eu nunca presenciei um milagre e chorei por várias coisas que não foram milagrosas. Mas com esse tipo de mindset você acaba se blindando a veadagens, esse é o lado bom de tal pensamento.

O mesmo exemplo que dei na proteção que você deve dar a sua namorada serve para sua mãe, para sua filha, para sua irmã. O que uma filha que está em apuros espera de um pai? Que ele chegue e resolva a situação no melhor estilo Jason Statham!

Não adianta, a coisa que mais causa repulsa em uma mulher é frouxidão, fraqueza. Repito, mulheres adoram a sensação de segurança. Arrisco com quase certeza de dizer que isso as excita inclusive. Outra coisa que politicamente corretos não vão admitir é que mulheres adoram demonstrações de virilidade. Força, competição, responsabilidade, até certa agressividade saudável. Afinal, pense bem, homens e mulheres estão juntos desde os primórdios da civilização, o homem primitivo era bruto, a mulher adequou-se a essa brutalidade que era necessária para a sobrevivência. Por que você acredita que as mulheres de alguma forma achariam ruim demonstrações de virilidade sendo que elas evoluíram acasalando apenas com os machos mais viris do grupo? “Ah mas hoje o ser humano é racional”. Certo e errado, amigo. O ser humano é dotado de inteligência racional e inteligência instintiva, como já conversamos. Certas ações, hormônios, impulsos, pensamentos são tomados e criados de maneira totalmente instintiva. Experimente uma cobra voar no seu rosto e veja se seus instintos não vão falar bem alto.

O mesmo ocorre quando a mulher vê um homem que pode lhe propiciar sensação de segurança, os instintos comandam.

Mulheres sentem-se atraídas pelo Capitão América, o artista famoso, o Homem de Ferro, do Al Capone, o Cristiano Ronaldo. Mas elas também amam o bom marido com barriguinha de chopp e o namorado carinhoso, que diz todo dia que a ama. Gostam de todas essas variantes de homens, só não gostam dos fracos e covardes. Homens só atraem-se por uma bunda bonita e uma cintura fina, não precisa ser a Mulher Maravilha. Ao passo que também amam a namorada carinhosa e que o preenche de amor. Nunca, jamais, tente aplicar a mesma lógica de atração e reprodução em homens e mulheres. Coisa interessante é que o lado racional faz a mulher não necessariamente querer um macho brutal e quase mortal mas sim um macho que lhe propicia formas de segurança mais racionais, inteligentes e variáveis. Preste atenção nisso.

Nesse caso a segurança pode advir com sensação de poder, status social, dinheiro, bens, fama, etc. Mulher não gosta de dinheiro, mulher gosta dessas coisas que acabei de citar.

Um homem poderoso é um homem de respeito. Há várias formas de ser poderoso e demonstrar poder. Você pode ter um belo físico, você pode ter um alto cargo, você pode ser famoso, você pode ser extremamente hábil em alguma coisa, você pode ser querido por outras pessoas, você pode ser amedrontador, etc. A única coisa que você não pode ser se quiser ser respeitado, principalmente pelas mulheres, é ser frouxo.

Foquei especialmente em mulheres no que atine a frouxidão. Pois você pode até ser frouxo com seu chefe que ele não irá te desprezar tanto quanto uma mulher que sentiu que você é frouxo. A fraqueza masculina causa uma repulsa especificamente forte nas mulheres e como o homem vive boa parte de sua vida atrás de fêmeas o foco deveria ser grande aqui.

"Toda vez que um homem tenta viver um "grande amor" uma terrível desgraça o acomete. O amor passional é muito próximo do ódio por ser irracional, instintivo e animal."
Nessahan Alita

Vejo uma crise imensa de masculinidade, ou melhor da falta dela, hoje em dia. Propagada e incentivada como se fosse uma qualidade nos meninos serem frouxos. O sistema mainstream faz um culto a feminização. Escolas, universidades e hoje em dia já a maioria das “big corporações”, incentivam, glamourizam e tratam inclusive como a única coisa aceitável, homens politicamente corretos, frouxos, sem opinião, sem voz, sem personalidade e extremamente femininos. Coisas como brincadeiras de macho, homem com personalidade, pulso firme e competições são quase uma heresia.

Em qualquer oportunidade que possa ter de trocar a frouxidão pela firmeza, faça. Será um ato de bravura hoje em dia.

Mulheres querem homes com personalidade forte. Seguros de si. Mulher gosta de macho Alpha. Não caia nas baboseiras que falam por aí.



8) Não seja um mentiroso.

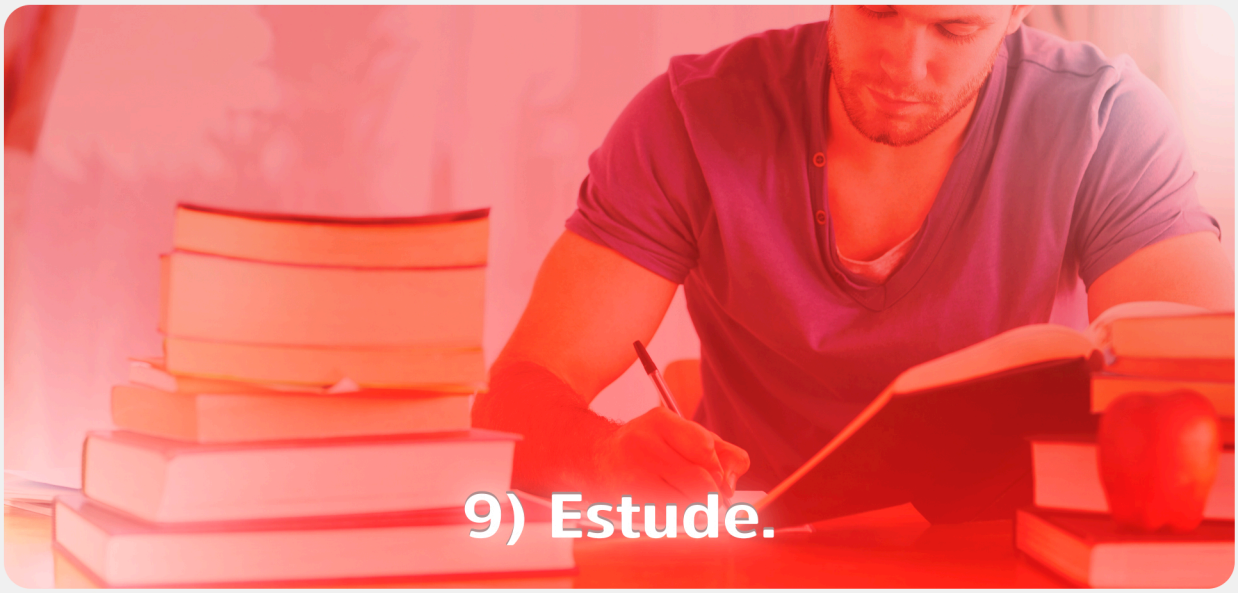
Não faça de você uma piada com mentiras e sendo um bobão. Sabe aquele cara que começa a mentir para aparecer? Não seja esse cara, por favor. Vou te contar uma coisa, espertinho: quando você mente as pessoas percebem. Primeiro pois geralmente seus “feitos incríveis” não são condizentes com você, com sua energia, com sua cara, com seu corpo, com suas habilidades, ok? Vou exemplificar: você joga muito mal futebol e todos sabem disso, um belo dia você chega na roda de amigos e para impressionar as meninas fala que jogou com os caras mais velhos, fez cinco gols, foi aplaudido e um olheiro do Grêmio ainda quis contratar você. Meu Deus, não seja esse cara. Existia um menino que jogava um jogo online com nós, todos sabiam que ele não era grandes coisas, mas às vezes ele jogava sozinho e voltava dizendo que fez coisas inacreditáveis, totalmente incondizentes com suas reais skills

Amigo, a melhor coisa que você pode fazer se não tiver nada de relevante para compartilhar é se calar. Cale-se tanto que quando você disser algo as pessoas vão prestar atenção, a pior coisa que você pode fazer é mentir, contar histórias falsas, criar maluquices para ganhar atenção das pessoas. Lembro de um rapaz do ensino médio que dizia que lutava muito. Nós praticávamos artes marciais na adolescência por aqui e este menino viva dizendo que também praticava em outra academia e que um dia iria nos bater. Ficamos esperando por um ano ele ir treinar com nós, mas ele sempre tinha

uma dor de cabeça, um compromisso, uma lesão de um “campeonato”, logo descobrimos que tudo era mentira, ele ganho um apelido de “Fadiga” com a galera, virou uma comédia e conseguiu a repulsa de todos, especialmente das meninas. É sério, eu já vi rapazes perderem o respeito de seus irmãos por mentirem desesperadamente para conseguir atenção. Já vi mães achando que seus filhos tem problemas mentais pois eles contam feitos absurdamente incríveis e incompatíveis com suas habilidades. Sua mamãe sabe seu potencial, quando não é grande coisa ela sabe também, ela só não te diz. Além do mais, por mais que você minta muito bem com a boca, sua linguagem corporal irá lhe entregar mais cedo ou mais tarde. O corpo não acompanha a “boca” quando mente. Lembra que falamos já que nossa primeira comunicação foi não verbal né? Então você não pense que a pessoa precisa ser um especialista em linguagem corporal para entender o que você está transmitindo, todo esse processo é instintivo, você sente tudo que o outro está tentando esconder pelos gestos corporais, talvez não a primeira vista, mas com o tempo irão perceber.

Depois que você virar o mentiroso, acabou para você. Você vira uma comédia para sua família, para seus amigos e para as meninas então é pior ainda, você vira alvo de gargalhadas humilhantes quando não está presente. Merecido.

Se atente, viva apenas sua realidade, não crie um mundo de fantasia onde você é incrível e faz coisas legais toda hora, as pessoas aplaudem você e riem com você. Se fizer isso vão rir de você. Viva o que é concreto e trabalhe todos os dias suas fraquezas e forças para atingir o nível de maestria em uma atividade. Essa é a melhor forma de obter respeito, não mentindo para si mesmo. Quantas horas de treino há em um faixa preta ou em um sniper?



9) Estude.

No começo do livro falei que você estava em uma espécie de “step two”, onde após passar da primeira fase que é o reconhecimento do problema você esta na fase dois, que é buscar conhecimento para resolver o problema.

Considero que a busca pelo conhecimento é talvez uma das principais coisas que nos diferem dos animais e o principal item que difere uma alma que busca evolução daquela extremamente simples, que se satisfaz apenas com o suprimento de suas necessidades mais básicas.

Você não fará nada de grandioso se não estudar muito.
A competição está acirrada lá fora. Sem estudar você vai ser no máximo a média.

Você vive na era da informação, você precisa manter-se sempre informado. É muito fácil hoje em dia você ser ultrapassado, passar vergonha em uma conversa, não conseguir um vaga na tão sonhada empresa, não ser aprovado em um concurso, falir sua empresa, não sair com aquela mulher pelo simples fato de não ter conhecimento sobre as coisas.
A velocidade com que a informação se espalha e o mercado de informações vai contrapondo teorias, dados, notícias e criando segundas, terceiras, quartas e infinitas novas informações baseadas apenas em uma primeira informação é absurda. A informação se multiplica com velocidade assustadora, o que você sabe hoje, amanhã pode entrar em desuso e talvez sua carreira vá junto com isso.

A busca pelo conhecimento já é quase fator de subsistência para o homem moderno, ainda mais se este não nascer abastado.

Outro ponto crucial é que a busca pelo conhecimento é o caminho da edificação da alma e do desenvolvimento pessoal. Seja onde você buscar conhecimento sua mente nunca mais será a mesma e um novo universo de possibilidades será visível aos seus olhos. É incrível o poder do conhecimento.
O homem só é homem pela capacidade de absorver informação e compartilhar informação com outros homens. É nossa absorção de informações e a liberdade de passá-la adiante que faz o indivíduo humano se desenvolver melhor que seus ancestrais e com isso fazer que a sociedade erga-se em desenvolvimento.

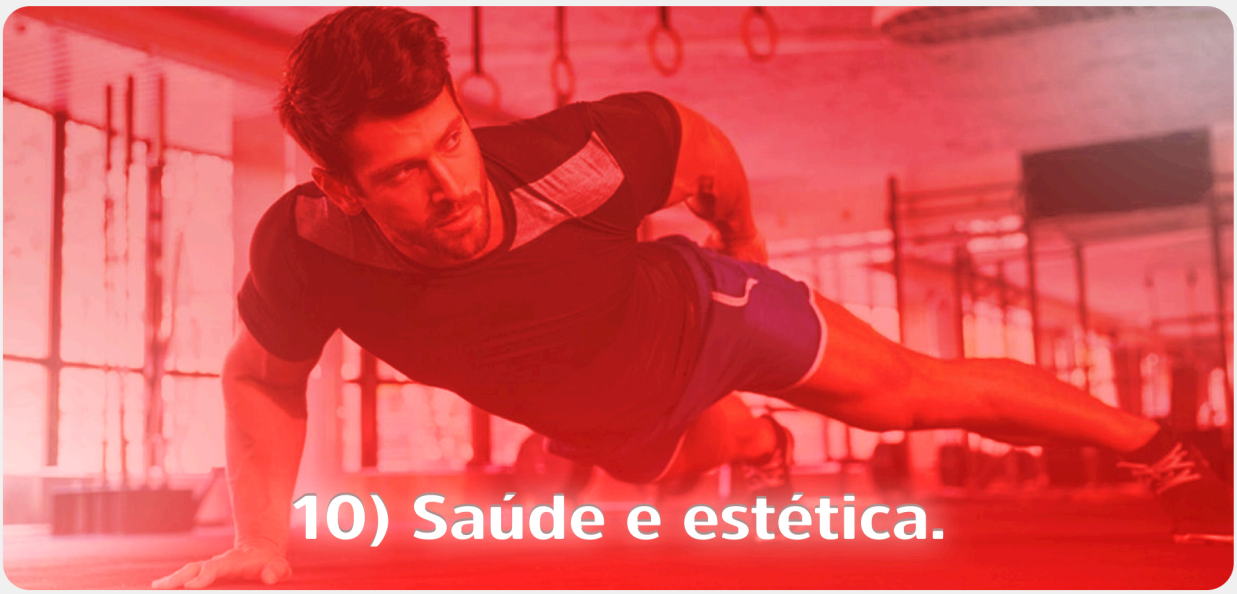
O pior é que os homens de nossa geração são totalmente ignaros e manipulados, todavia acreditam que são inteligentes e livres. Estão mais para marionetes castradas. Quero que você seja diferente. Eu não sei sobre o que você quer estudar, em que quer virar um especialista, apenas desejo que dedique-se para ser o melhor do mundo e escolha uma área em que tenha potencial para isso. Por exemplo não adianta eu achar que poderia ser o melhor jogador de basquete do mundo, não tenho aptidão para isso, mas talvez para ser o melhor filósofo do mundo ou cientista político eu teria.
Seja esperto, meu caro.

Todavia, por mais que eu não tenha o orgulho de poder lhe aconselhar em que área da sua vida deve dedicar-se preciso setar três áreas fundamentais para você, já que você quer ser homem e respeitado ainda. Você obrigatoriamente precisa estudar sobre desenvolvimento pessoal, sobre o funcionamento do mundo e espiritualidade. Eu não estou dizendo para você virar um coach, nem um religioso, nem um filósofo. Apenas digo que você precisa saber desenvolver-se para a melhor versão de si mesmo, enquanto busca sua espiritualidade entendendo que a matéria é fútil e finita, ao mesmo tempo sabendo defender seus ideais enquanto membro da sociedade. Caso contrário você viverá uma vida onde não saberá lidar com as provações que ela traz, será apenas uma pequena parte do que

poderia ser e jogará seu potencial no lixo, buscará apenas a realização material e acabará em depressão, doenças ou vícios e basicamente deixará um rebanho de analfabetos tomar as decisões que envolvem sua vida. O preço que você tem a pagar por não buscar o conhecimento é o preço da vida.

Não espere que a vida seja generosa com você se você não é grato pelo que ela já lhe está dando.

O homem obteve conhecimento para realizar a fissão nuclear mas a falta de sabedoria nos fez jogarmos bombas atômicas uns nos outros. Conhecimento sem sabedoria não é bom, é perigoso. Deixo meu alerta aqui para quando você buscar conhecimento, alie-o a sabedoria.



10) Saúde e estética.

Você já deve ter percebido nesse curso que corpo e mente tem uma conexão muito forte. Falei bastante sobre a mente agora preciso falar um pouco sobre o corpo, mais especificamente sobre saúde e estética. Primeiramente, são duas coisas distintas. Você pode ser bonito sem saúde (talvez não por muito tempo) e ter saúde e não ser bonito. Este tópico não é para dar dicas de beleza nem passar dieta para vocês ou treinos. Mas é um alerta que diz para você cuidar de sua saúde e estética. Homens bonitos, com uma boa postura tendem a serem mais respeitados. Altura e força impõem respeito por exemplo.

A saúde é bem uma questão de respeito consigo mesmo, por favor cuide de seu corpo pois é nele que você mora. Refiro-me aqui a saúde mental também. Faça pelo menos o básico, pratique exercícios, hidrate-se, construa um corpo sem limitações e viverá uma vida honrosa. Não use drogas, não se exponha a riscos desnecessários, que levariam você a podridão. Medite, leia, pratique exercícios. Se treina a mente, treine o corpo. Se torne imbatível.

Tudo muda, quando seu corpo muda. Devo admitir que uma estética musculosa e com traços bonitos além de impor respeito lhe deixa em um ótimo estado consigo mesmo. Sua autoconfiança vai nas alturas.

As pessoas admiram um corpo bonito, além de tudo lhe tiram para exemplo daquilo que elas querem ter e você vira inspiração. Olham para você e pensam em dedicação, força de vontade e disciplina. Quando você olha para um gordo peludo na rua você pensa o que? Desleixo, infarto e preguiça. Outros caras olham para um cara bonito e imaginam que ele transe com muitas mulheres, mulheres olham para um cara bonito e imaginam que ele transe com outras mulheres. Logo mulheres querem praticar o ato sexual com você e caras querem ser você.

Como diria Zyzz, o pai da estética: “Todos os invejosos irão te invejar irmão!”

Se você se sentir motivado a buscar um corpo incrível, busque. Valerá a pena, só não vire escravo do mesmo nessa jornada e nem se afunde em anabolizantes. Eu quero que você tenha uma vida de virtudes e felicidade, não quero que morra de infarto pelo cigarro ou gorduras, não quero que tenha dor no joelho com 40 anos. A escolha está em suas mãos, talvez você não consiga correr 10 km hoje na esteira, mas dar uma volta na quadra correndo e parar de cozinhar com azeite, tenho certeza que você pode.

Você não vai mudar sua estética com dois treinos, mas com frequência e dedicação sim. Você não vai correr de cara 1 hora, mas você pode correr 10 minutos até alcançar 1 hora de corrida. Seu corpo é igual trabalho, quanto mais você trabalha mais dinheiro você ganha, ou seja quanto mais treinar mais forte você ficará.

Seja paciente e resiliente. Dando pequenos passos e melhorando todos os dias, os seus resultados parecerão ao longo do tempo passos de um gigante.

Observação 1: artes marciais e levantamento de pesos são atividades esplêndidas para resgatar sua masculinidade adormecida e um belo hobby de macho.

Observação 2: banhos gelados pela manhã transformam-lhe em um verdadeiro casca grosa. Faça isso por 30 dias sem parar se está achando fácil.

Observação 3: obtenha a estética.



11) Inspiração.

Olhe para o lixo de geração de homens que estamos formando. Sabe uma das coisas que foi culpada disso? A falta de inspiração. Simples, olhe para os meninos crianças, agora olhe para o tipo de conteúdo que eles consomem, olhe seus desenhos, seus brinquedos, o que assistem na TV e a porcaria que veem no youtube. Seus desenhos são frescuras onde personagens masculinos (eu acho que são homens) praticam apenas coisas incompatíveis com a natureza masculina e totalmente próxima ou igual a natureza feminina. Seus personagens, seus influenciadores são uma criação artificial desta geração que distorceram a figura do homem e o transformaram em um frouxo. Eu fico imaginando a confusão mental que será causada nessa geração quando perceberem que a vida real possui vilões reais e mortais. Ou seja os desenhos antigamente mostravam a realidade, o homem enfrentando perigos, vilões e adversidades. Agora a mídia enfia na cabeça das crianças que todos são amigos ou deveriam ser amigos, que a igualdade é possível, que a competição não deveria existir e todos vivem felizes em um mundo mágico. Meu Deus do céu, como diria Vegeta: Verme insolente!

É quase criminoso o tipo de conteúdo imbecilizante que passam para nossas crianças. Não digo que falem de pornografia, violência, mas é que criam um mundo irreal. Fazem as crianças todas serem politicamente corretas, progressistas, avessas a competição e ao individualismo. Sem competição ou

individualismo, simplesmente não há sociedade avançada humana.

Nossos meninos ao invés de estarem perguntando-se como vencer na vida, estão preocupados com transfobia e gordofobia.

Os homens estão praticamente sem personalidade, com medo das próprias palavras que saem da boca deles.

Outra coisa muito assustadora e preocupante para o futuro, é que os desenhos, filmes, séries, o conteúdo que nós consumíamos, eram repletos de mensagens positivas, hoje é repleto de frescuras e vazio. Quem se lembra do Ash defendendo o Pikachu do ataque de Spearows? Quem se lembra do Goku virando Super Saiyajin 1 quando Frieza matou o Kuririn? O Naruto contra o Pain? Nossa, chega arrepiar! Perceba que os conteúdo de uns 15 anos atrás estava repleto de mensagens de amizade, laços, amor, confiança, verdade, fibra, força, superação, firmeza, nobreza, coragem e afins.

Simplesmente acabaram com esses valores. Agora tudo é um mundo repleto de purpurina onde a superação não é necessária, onde criar laços de amizade para sobreviver não é necessário, onde ter coragem e ser másculo é quase um crime.

Criaram um mundo onde os homens pedem desculpas por ser homem, meu Deus! Chegaram ao ponto de dizer que o termo "melhor amigo" é pejorativo e que traumatiza crianças que não tem amigos.

Consuma coisa de macho. Veja coisas que constroem uma personalidade Alpha, se inspire dos caras de alto valor social.

Eu peço que você inspire-se em algo. Pode ser um personagem fictício (eu adoro) ou alguém do mundo real.

Digo que você pode se inspirar em Sócrates, em Chico Xavier ou no Minato, no Wolverine, no Batman. Só não fique sem inspiração, não existem espaços vazios, sua mente irá transformar em inspiração qualquer coisa. O que você vai imitar? Veja séries de macho, veja filmes de homem, desenhos maneiros. Consuma conteúdo que lhe encha o coração com valores nobres e fundamentais para um macho Alpha.

Seja influenciado por influenciadores de valor, inteligentes, de sucesso. Não aceite farsantes. Consuma artistas edificantes, música boa, coisas que elevem sua aura. Você quer consumir o que a Anita fala? Eu não!



12) Aceite sua masculinidade.

“Quem não se sentir ofendido com uma ofensa feita a outros homens, quem não sentir na face a queimadura da bofetada dada noutra face, seja qual for sua cor, não é digno de ser homem”
José Martí.

Não caia nestas asneiras de “masculinidade tóxica”, tenha orgulho de ser homem. Todas essas falácias só tem um objetivo: Dominar você. Aceite essa narrativa e será domado por alguém que tem interesse em acabar com qualquer resquício de masculinidade na Terra. Se eu pudesse fazer uma analogia da sociedade avançada que temos hoje com uma receita, a masculinidade seria um dos principais ingredientes, a energia masculina foi um fator crucial para o avanço do mundo e da qualidade de vida na Terra.

Se o mundo se desenvolveu, entre outras coisas, foi graças a química masculina. Então quando seria o momento de dizer que esta essência deve sumir da nossa receita? Eu não tenho essa resposta e apenas um soberbo com o ego do tamanho de um elefante diria que tem, mas eu arrisco um palpite: Nunca. Em minha humilde opinião, analisando a história do homem, a sociedade é dependente não só em seu surgimento mas em seu mantenimento da masculinidade. Ou seja, a perpetuação da vida na Terra como conhecemos depende de você ser homem. Digo homem de verdade, o homem que seus instintos mandam ser e não o que dizem para você ser. Você prefere seguir sua intuição ou deixar sua vida ser guiada por outras pessoas?

Ninguém respeita o homem que não é homem, ninguém respeita o homem que parece uma mulher. A única coisa que você vai conseguir com isso é broxar uma fêmea na cama.

Ora, preste muito atenção nisto: Você é homem! Ninguém está acima disso, nenhuma opinião, nenhuma narrativa, nenhuma modinha, nada pode mudar sua natureza e o papel que você nasceu para cumprir. A energia da masculinidade, do homem em si, sempre esteve presente, junto com a energia feminina, desde a criação do universo, ou seja, isso é um poder elementar da própria formação de toda a existência, de coisas que não podemos nem sequer imaginar. Entende que a energia Alpha que existe em você não é apenas um aspecto biológico e sim espiritual e que é uma das "colas" da própria realidade? Sem a essência masculina não existira nada, louco né? Ou seja, olhe o quão infeliz é a opinião de alguém que tenta criar um conceito para desqualificar a masculinidade e impor o modelo de masculinidade ideal de acordo com suas concepções meramente pessoais e falhas do que é ser homem ou não, do que é aceitável ou reprovável. Simplesmente não dê bola, sei que pode parecer difícil mas não respeite aquele que tenta de maneira autoritária impor um modelo de vida encima de suas concepções de mundo, valores ou crenças. Só não seja um besta com sua masculinidade.

Tentar fazer a ligação entre masculinidade e agressão é absolutamente errado! O homem másculo não é um agressor de pessoas pacíficas, o homem é cavalheiro, nobre, verdadeiro, corajoso, defensor dos oprimidos. Mantenedor do lar, líder e responsável, isso é ser homem e não um bêbado inútil, um Judas, um agressor de mulheres, um assediador, um ladrão. A sua ideologia, seja lá o que você crê, acaba quando começa o direito natural do outro. Você não pode ameaçar a vida, integridade física ou patrimônio de outras pessoas deliberadamente e isso não tem nada a ver com masculinidade, é muito mais a ver com bom senso, desenvolvimento de caráter e critérios de vida.

Admito que o homem foi e sempre será o protagonista da violência, a criação nos fez assim, com testosterona desde que somos jovens machinhos em desenvolvimento. Nossa psique é moldada de acordo com diretrizes desse hormônio maravilhoso. Aprenda a controlar sua testosterona, nunca invadindo a vida de pessoas pacíficas e inocentes. Apenas digo para você ser um homem bom. Siga sua intuição, respeite os limites dos outros, os direitos dos outros, não seja um babaca, honre suas bolas. Finja que seu pênis é o Mjolnir e que você tem que ser digno para levantá-lo.

O homem é o pilar que provém a segurança e também afeto a mulher. A masculinidade está muito mais para um senso absoluto de autorresponsabilidade do que para qualquer outra coisa. É muito sobre aceitar os desafios da vida de peito aberto e cabeça erguida.
Ser másculo é ser antifrágil. Aceitar que você é o único responsável pelas ações que escolher tomar, lidar com seus sucessos e fracassos.

O homem masculino tem uma personalidade, um frame forte. Ele não muda de opinião por qualquer coisa, ele tem palavra. A criação de uma personalidade Alpha é o principal fato para construir uma masculinidade forte.

Ser másculo é ser firme é dar segurança para o grupo. O macho ajuda seus pais, aconselha seus amigos com firmeza, guia sua namorada. Ser homem é ser líder, ser dono de seu próprio nariz.

Liderar sua vida e comandar seu próprio mundo, não ser uma criança governada pelos outros, são ações que você deve tomar.

O homem sai de casa para conquistar, ninguém precisa tirar ele da cama. Nenhum Alpha de alto valor precisa ser acordado pela mãe, nenhum macho do topo da cadeia social precisa que alguém mande ele procurar um emprego, ele levanta da cama sozinho, ele procura e acha um emprego rápido.

Ser masculino é conseguir dinheiro, erguer impérios, conquistar mulheres, viver uma vida agradável e com abundância.

Ser seguro de si acima de tudo, olhar para o mundo como um conquistador olha pra o próximo reino que vai conquistar.

Apenas criando essa personalidade masculina você vai começar a entender de fato o que é ser um homem de verdade. Eu não estou falando de uma criança que a mamãe faz tudo ou um bebezão que a namorada manda nele. Estou falando de um homem capaz de criar um império do zero.

Quero que você seja o cara que sai da pobreza e vai à riqueza. Que era obeso e hoje tem o corpo dos sonhos. Que não pegava ninguém e hoje pega todas. Que era triste e hoje é feliz. Que era um mentiroso e hoje é fiel.

Isso é ser homem.



VENCENDO A TIMIDEZ E A REJEIÇÃO

SOCIAL PRO
MÉTODO

02
MÓDULO

Um dos maiores medos do ser humano é ficar sozinho. Isso é um fato. Ainda não consegui encontrar uma explicação científica nem espiritual para isso. Sei que é uma grande dor, um grande medo de todos nós ficarmos sozinhos, não termos ninguém.

Também sei que a timidez é uma forte aliada da rejeição, aquele que não consegue socializar, acaba sozinho. Quem não conversa, não se mostra, não brinca, não arrisca, termina sem ninguém.

Ao decorrer deste capítulo vamos te fazer vencer a timidez, não deixar você ser um cara sozinho e conhecer a solitude.

Você já deve ter ouvido por aí, “a solidão é a doença do século”. Não é atoa que a depressão já atingiu 5% da população brasileira, ou seja, em torno de 12 milhões de pessoas. Vejo muitos meninos, jovens e homens que são sozinhos e tímidos, sofrem de ansiedade e depressão. Talvez esteja tudo interligado, talvez a necessidade por amigos, interação social, carinho e atenção nos faça tão triste quando ela não existe. Ainda mais em um mundo artificial, onde quando abrimos o Instagram vemos pessoas bonitas, ricas, rodeadas de louvores e maravilhas.

Cada vez mais queremos algo que parece ser complexo e inatingível, mas vou lhe mostrar que é fácil fazer amigos e deixar de ser tímido.

Sem enrolações, vamos lá. O primeiro passo para evitar a rejeição social é não ter medo de ser rejeitado. Você leu todo capítulo anterior e agora já deve ter uma postura de macho. Você não pode ter medo de ser rejeitado. Claro, tenha bom senso, não estou dizendo que você deve ser inconveniente, sem noção, falar o que vem na cabeça apenas por não dá bola em ser rejeitado. Não é isso, é entender que você é um ser autêntico, de alto valor e acreditar que todos ali no ambiente adoraram sua presença. Bom, pode parecer estranho para um cara que ninguém ou quase ninguém dá a mínima. Mas há jeitos de deixar de ser invisível.

O mais fácil é ser um cara interessante. Eu gosto de dizer que ser um cara interessante é uma tarefa de “ser como a água” que nem diria nosso amigo Bruce Lee. Você deve saber se situar, deve saber estudar o ambiente, onde está se metendo, quem são as pessoas.

Deixe eu lhe contar uma curiosidade, o Messi, para mim o melhor jogador da história, não costuma tocar muito na bola no início do jogo, ele geralmente observa tudo, compreende o jogo, analisa as linhas adversárias e até como agem os oponentes, só então ele começa a jogar. Por que falei isso? Uma das grandes dificuldades do homem é saber se situar, é enfiar-se em situações onde ele não tem nada a acrescentar, onde não é bem quisto, onde ninguém quer ele por ali.

Vou dar um exemplo, se você é coroa de que adianta tentar se misturar e conhecer mulheres em uma festa juvenil? Ninguém lhe quer ali, é a real meu amigo.

Se você não manja nada de rock, não sabe dizer o nome de uma banda, nem escuta rock, por que raios você entra em um barzinho de rockeiros e tenta enturmar com as meninas? Salvo se você for um mestre das relações sociais, você não será um cara interessante ali.

Em ambos os casos a rejeição irá lhe machucar, pois pode ter certeza que ela virá.

Se você é mais coroa, busque mulheres e amigos com sua idade, se você não é rockeiro, pare de tentar se enturmar com rockeiros. Você entendeu o que estou querendo dizer né?

É difícil para nós homens socializarmos, não somos bons nisso, mas podemos ficar melhores. Para isso estou aqui.

Geralmente aquele cara que você vê obtendo sucesso nos ambientes sociais é um cara que está bem situado. Ele está onde é a “praia dele”. Ele é bem situado entre os atletas pois é atleta, ele é bem situado no trabalho pois é um bom homem na função, ele é bem situado no clube de tiro pois frequenta ali semanalmente, ele tem amigos e mulheres na academia pois

ali é sua segunda casa.

Por isso estou falando, ser um cara interessante não é apenas “ser um cara interessante”. Eu posso ser um cara interessante, mas se me jogarem em um grupo de recém casados que comem receitinhas veganas e assistem comédia romântica eu não vou ser um cara interessante, não vou conseguir entrosar com esse grupo. Tenho vinte e poucos anos, não sou recém casado, detesto vegetais e detesto mais ainda comédias românticas.

Você entende que as pessoas de um determinado grupo, tentam falar apenas sobre as coisas que aquela “bolha” fala?

Vou me usar de exemplo: os assuntos, hábitos e hobbies que circundam meu grupo de amigos são, esportes como lutas, futebol, academia, corridas, força, negócios, política, economia, empreendedorismo, teorias da conspiração, alienígenas, jogos de vídeo game, mulheres e etc.

Quando nos envolvemos com mulheres, geralmente são mulheres mais voltadas a academias, festas, negócios. Claro que o assunto com as mulheres é muito mais superficial.

Já alguns outros grupos de amigos, não tão próximos a mim, falam bastante sobre maconha, notícias fúteis, fofocas, festas e coisas mais superficiais. Este grupo aqui eu não convivo muito, pelo fato de eu não ser um cara tão interessante para eles.

Entenda que por mais culto, mais treinado, mais estudado, mais incrível que você for, você tem um limite de grupos que consegue penetrar e ser um cara interessante? Seja para fazer amigos ou conhecer mulheres.

Pegue o 007 e jogue ele em uma universidade federal no curso de pedagogia, ele não será um cara interessante. Pode ser para você, mas para os coleguinhas não.

Então meu caro, saiba se situar, jogue onde você é bom.

Pergunte-se agora:
O que você faz de bem feito?
O que você gosta de fazer?
Que assuntos gosta de estudar, consumir e conversar?
Quem são normalmente as pessoas que conversam com você?

É melhor você expandir a base de pessoas dos assuntos que você conversa, das coisas que é bom do que tentar se aventurar em grupos que não estarão nem aí para você e coisas que você não domina.

As meninas da faculdade de arte tem sua bolha.
Os meninos que jogam CS tem sua bolha.
Os membros da organização “x” tem sua bolha.

Geralmente as relações saem dos grupos, é difícil você se deslocar muito de seu grupo, dos assuntos que domina e conseguir colher bons frutos.

Geralmente aquela menina que prefere o “Zé Droguinha”, é pois ela é uma maconheira também.

Muitas vezes não há conexão entre as pessoas, nem para amizade nem para relações amorosas pois simplesmente não há compatibilidade de interesses. Busque pessoas e grupos que são compatíveis com você.

Poxa, se você é otaku, é mais fácil achar uma menina em uma convenção de anime do que tentar chegar na menina mais gata da balada mais cara da cidade. Já parou para pensar que essa menina geralmente tem um grupo social de caras que levam ela para passear de lancha e ela não assiste Naruto?

Então, seja um cara interessante dentro de seus grupos de interesses, hobbies, costumes e afins.

Talvez encontrar uma menina na igreja que você frequenta, ou na festa do bairro que rola todo final de semana seja melhor que tentar a sorte com uma desconhecida que não gosta nem da mesma comida que você.

É impressionante como isso é verídico. Muitas vezes ao conversar um pouco mais profundamente com mulheres, já vi a conexão ir embora simplesmente por ela gostar de música X e eu não gostar, ou ela fumar e eu não, ela preferia morar na beira da praia e eu na cidade, ela é esquerdista e eu capitalista. Parece que nosso subconsciente entende essa conexão e quais seriam as pessoas mais compatíveis conosco.

Já cheguei a beijar uma menina em uma festa porque rolou uma bela conexão entre nós pois começamos a conversar sobre o seriado favorito dela que eu também via (Game of Thrones).

Eu não estou dizendo que você não possa expandir seus ares, isso é fantástico inclusive, mas deve ser feito de maneira natural e entendendo que é um processo que doerá um pouco.

Já fui em uma academia de crossfit e me senti totalmente fora de conexão com a galera, enquanto em uma academia de luta me sinto em casa, sei entrosar com todos, fazer amigos e dar boas risadas.

Você pode, e aconselho que tente, ter mais contato com diversos grupos, todavia faça naturalmente, vá com uma curiosidade e um sentimento de “ah, se der, deu”.

Está compreendendo que um dos passos para vencer a rejeição além de não se importar com ela é ser um cara interessante, acertando onde você se mete?

Outro passo para ser um cara interessante dentro do grupo é ter conteúdo. Eu não estou falando para ser o nerd mala que “sabe tudo”, não, estou falando para ter conteúdo, para ter o que conversar.

Se colocasse você e uma mulher hoje frente a frente sobre o que você saberia conversar?

Se colocasse você e seu futuro cliente em um bar para conversar, sobre o que você saberia conversar?

Você sabe falar de geopolítica, biologia, matemática, história, jogos de vídeo game, futebol, economia, atualidades? Por favor, você precisa saber falar sobre alguma coisa. O ideal é você ser um mestre na arte de falar um pouco sobre vários assuntos, mas preste bem atenção, não tente bancar o sabichão que você irá passar vergonha perto de uma pessoa que saiba bastante do assunto.

Certa vez uma menina, acredito que deveria ter ingressado recentemente na faculdade de direito, tentou fazer um uma espécie de "shit test jurídico" comigo, pois antes na conversa eu falei que "tinha alguma noção jurídica". Ela largou algumas verborreias jurídicas erradas, sem sentido, tentando tirar onda comigo, "já que eu nada sabia de direito" e ela "sabia bastante". Aquele velho jogo das meninas de tentarem de alguma forma testarem se você tem algum valor e tomarem a dianteira na conversa. Prontamente eu a corrigi e expliquei que ela estava errada. A menina ficou toda sem graça, tentou argumentar, mas novamente foi corrigida, enquanto eu dava uma risada sarcástica. Ela não sabia, eu não havia contato, que naquele período eu estava prestes a me formar em direito.

Usei essa situação de exemplo pois as vezes incentivo os homens a "saberem falar sobre vários assuntos" e logo eles entendem "pronto eu sei de tudo, sou mestre em tudo, já posso dar aula nesses assuntos e vou sair por aí falando cheio de convicção". Meu amigo, retenha-se. Não seja um afobado, a coisa mais sexy para as mulheres e mais dominante em um grupo social é você demonstrar um ar de sabedoria e humildade, onde as poucas palavras que você diz são assertivas, causam impacto e elevam a conversa.

No capítulo anterior você já foi aconselhado a estudar, para vencer a rejeição você deve estudar mais ainda. Aquele cara que tem conteúdo, não fica sozinho.

Eu arranco meu pênis se me provarem o contrário: aquele que é tão sábio que está cheio de coisas para ensinar aos outros, estará sempre rodeado de admiradores, mesmo que ele não deseje isso.

Quer receita melhor para não ser solitário por opção dos outros? Seja um cara Alpha. Aquele cara que já que treina musculação, estuda e sabe muito sobre o assunto. Aquele homem que gosta de cinema e afins e sabe fazer uma bela crítica de um filme. Aquele cara que opina sobre a sociedade com uma sensatez incrível.

Meu amigo, tudo isso está ao seu alcance, não tem desculpas para não ser um cara versado em vários assuntos. Pelo menos naqueles que você gosta.

Eu por exemplo, gosto de falar sobre política, economia, musculação, animes, cinema, quadrinhos, sociologia, filosofia, física, lutas, artes, música, espiritualidade, etc.

Quais serão os assuntos que você irá dominar para sempre ter conteúdo de qualidade para compartilhar com os outros? Dá próxima vez que você entrar em uma conversação, espero que tenha o que falar.



As vezes até aquele cara que é um “invisível”, que nunca ninguém da bola para o que fala, ganha atenção do grupo simplesmente pois é o primeiro a trazer uma notícia. Sim... o invisível chega no grupo de whatsapp (que ninguém responde ele) dizendo: “galera vcs viram que caiu um meteoro na China”, logo todos no grupo: “sério??!!”, “tá brincando?!!”

Usei um exemplo simples aqui para mostrar que dependendo do que você falar, você ganhará atenção das pessoas.

Entendeu a receita? Não?

Vou resumir aqui: escolha o grupo que você tem mais aptidão e tenha conteúdo de qualidade para conversar com essas pessoas.

A aptidão vem pelo que você está acostumado a consumir, estudar, praticar, sua cultura, religião, ideais, laços, etc. A escolha do conteúdo de qualidade para falar com as pessoas é bem abrangente e vai do seu bom senso, geralmente coisas que estão em alta são legais para falar e nunca lhe deixarão "falando sozinho". Conteúdos técnicos, informações relevantes, ensinamentos de livros, filmes, documentários, boas histórias de sua vida ou conhecidos, conteúdos bem profundos sobre algum assunto faz com que as pessoas brilhem os olhos enquanto você fala.

No capítulo anterior você viu que as pessoas não são grandes coisas, e geralmente seus assuntos também não. Na verdade são bem superficiais e se você já tiver lido meia dúzias de livros na vida verá que as pessoas falam de maneira bem rasa, sem embasamento e quase sempre futilidades. É fácil se destacar. Já vou lhe ensinar a se destacar sem ser um babaca.

Certa vez em uma conversa com conhecidos e algumas meninas o assunto entrou na questão de espiritualidade, de Deus e essas coisas. Eu percebi que as pessoas tinham um conhecimento muito superficial sobre espiritualidade, apenas uma "sabedoria popular". Senti que poderia agregar na conversa e dei uma bela opinião pessoal do que era Deus e expliquei segundo minhas concepções o que era Deus para mim. Eu sou um amente dos estudos de espiritualidade, já li uma bocada de livros, conheço bastante. Então quando abri a boca e comecei a falar, todos ficaram abismados. As reações eram como "nossa como ele sabe tanto", "como alguém tão jovem sabe tanto", "tu sabe mais que meu pai", coisas assim. As pessoas ficaram lisonjeadas com minha presença ali, meu valor social subiu muito e as meninas me adoraram. Perto dos outros machos na roda eu era muito sábio, tinha muito a agregar e por isso já era um macho de mais valor que eles. Acabou que mesmo falando de Deus, consegui sexo naquela noite.

Mas como falar profundamente, ser um mestre e não parecer um arrogante. Eu vejo muito pessoas que sabem muito, ou acham que sabem muito, sento totalmente inconvenientes e sem tato social nos grupos que entram. Já chegam com um ar de superioridade, com uma voz alterada, falando com as pessoas como se ela fosse a última bolachinha do pacote.

O segredo para não ser assim é entender o quão pouco você sabe. Por mais que você saiba muito você sabe pouco. Se estiver em um grupo desconhecido sabe menos ainda o quanto os outros sabem. Então coloque suas palavras com humildade. Estou dizendo para colocar com humildade e não ser frouxo. Seja um cara divertido que ensina com humildade, use exemplos, analogias, conte parábolas, histórias, fale de acontecimentos da vida real e traga para a situação, faça exercícios de imaginação, de futurologia, cuide a entonação que fala.

Agora entramos em outra questão. Esse livro não vai lhe dar aulas de comunicação, mas pelo amor de Deus, trabalhe sua comunicação. Não fale para dentro, fale um português correto, uma voz alta, com convicção, com tônus vocal, cuide sua pronúncia para ela ser entendível, cuide sua dicção. Não adianta saber falar sobre um assunto e na hora que as palavras sabem da sua boca você fala que nem um frouxo, fala com medo, fala pra dentro.

Tudo isso que estamos falando é para vencer a rejeição. Percebeu que eu não estou fazendo exercícios aqui para você vencer a rejeição simplesmente fingindo que ela não lhe afeta, não eu estou explicando como você não vai mais ser rejeitado, como não vai ser invisível para os amigos e mulheres, como as pessoas vão te responder no whatsapp.

Amigo, eu parti de um cara que ninguém saberia nem da existência, para um cara que as pessoas chegam até mim dizendo “tu é um cara muito inteligente, o que que tu acha disso?” Olha o orgulho que sinto de mim, as pessoas vem até mim querendo minha influência na vida delas. Isso está ao seu alcance.

Vou reiterar, estude, estude e demonstre para os outros que você agora sabe do que está falando.

Lembre que todo esse processo é demorado, hoje em dia eu tenho segurança de sentar em qualquer mesa de conversa do mundo, seja na festa ou até na ONU e falar com absoluta confiança com qualquer ser humano desta Terra. Mas nem sempre foi assim, já passei bastante vergonha. Já falei o que não deveria, já tomei vácuo, já fui ignorado, rejeitado, humilhado, esquecido, traído, debochado. Mas com bastante prática e entendendo que o fracasso é parte do sucesso, tudo fica mais tranquilo.

Aliás é importante você saber disso, parece que as pessoas que começam a se preocupar com a ciência social em sua vida não entendem uma coisa fundamental que eu vou usar a analogia para explicar. Quantas vezes um cientista falha até conseguir uma vacina? Quantas vezes um químico falha até isolar um composto?

Entendeu? Nessa ciência social você irá falhar até conseguir os resultados esperados. Depois que conseguir os resultados esperados vai tentar fazer outras coisas e vai falhar de novo, só vai falhar menos pois terá experiência, e será um mestre no jogo.

Um cientista falha mais no começo da carreira do que na maturidade dela. Mesmo que tente novos experimentos, já leva com ele toda sua bagagem de conhecimento.

Quer ver outra grande dica para vencer a rejeição, ame a si mesmo, ame sua companhia. Uma coisa que eu dou muito valor é a paz que eu tenho comigo mesmo, fazendo minhas coisas, sem ninguém me incomodando.

Ame-se cuide de você, aproveite sua companhia. Isso é solitude, não solidão. Na solidão você está triste, na solitude você está pleno e para entrar em sua vida é apenas para agregar, só entraram aqueles que forem lhe jogar para cima.

O ser humano precisa se socializar, receber atenção, isso é natural. Porém, a grande maioria se apega em pessoas para sobreviver, porque não descobriram como a solidão pode ser algo necessário e suficiente.

O medo de não ser aceito só existe porque não nos aceitamos. Nos apegamos em alguém “melhor”, sem nos dar a oportunidade de evoluirmos ou tentarmos melhorar. A pressa de crescer, de aprender ou conquistar é muito grande, então optamos em nos apoiar naquele que nos dá segurança e facilidade.

Mas a questão é: por que nossa própria companhia nos assusta tanto? Por que ir ao cinema, restaurante, ou ao parque sozinho é rotulado como chato e solitário?

Nós somos os responsáveis e criadores de todas as nossas ideias, pensamentos e comportamentos. E por que esse conjunto que define o nosso ser individual são facilmente taxados como errado ou melancólico? Não é um fantasma, é apenas você!

Depressão é a doença da solidão e carência, e pode ser evitada pelo simples gesto de se amar e se valorizar. As pessoas podem gostar de si, respeitarem seus próprios sentimentos e assim, não aceitar qualquer tratamento alheio.

É totalmente possível se satisfazer e se divertir na própria companhia. Ir ao cinema, comer, rir, tomar um vinho em frente a tv, dançar na sala de estar, cozinhar sua comida preferida, montar uma mesa bonita pra almoçar ou janta. São atividades deliciosas, que você acharia normal fazer para alguém, só que dessa vez (ao menos uma), você fará pra si mesmo!

Chega de se esconder atrás de alguém, que às vezes, está somente dando migalhas e causando sofrimento, totalmente ciente do seu medo acabar sozinho. No final, pode ser que você nem seja feliz como pensa. Vai ver, você acha que sabe o que é ser feliz e realizado. Então, comece a se olhar com amor, carinho e respeito. Comece a direcionar os seus pensamentos para o prazer individual. Comece tirando um dia para cuidar de si mesmo, noutro, abra um vinho e escolha um filme. Outro dia vá ao cinema, sem planejar. Numa sexta ou sábado a noite, ligue na pizzaria e peça os dois sabores que você mais gosta. Ria sozinho. Coloque música para tomar banho, cante no chuveiro. Dance na frente do espelho, leia um livro. Se tiver que escolher algo, tente não pedir opinião de alguém, decida você.

A resposta está na sua cabeça.

Estar só não é ser vazio ou não ter ninguém. É apenas você curtindo quem fica contigo durante toda a vida: você mesmo!

Ame o seu corpo, sua mente, sua inteligência, suas ideias; defina as qualidades e defeitos. O que der para consertar, faça. O que não, aceite!

Assim, quando alguém chegar na sua vida e quiser ficar, você saberá como merece ser tratado e amado, porque você se conhece, se entende e sabe o que precisa. Ao menor sinal de desamor ou desvalor, você é capaz de se afastar. Se você não se ama, como espera que os outros sintam isso por você?

Na real é que “estar sozinho” depende sempre do ponto de vista de cada um. Tenho certeza que muitos de nós já tivemos a sensação de estar se sentindo sozinho, mesmo no meio de uma multidão. Certamente, queríamos estar noutro lugar ou mesmo quietinhos e protegidos em nosso local seguro, não é mesmo?

Mas o que pode fazer você estar se sentindo sozinho, rejeitado?

A princípio, muitas pessoas estão sozinhas porque têm grande dificuldade no relacionamento interpessoal. Ou seja, em fazer amizades ou mesmo em construir boas relações afetivas. Isso ocorre, por exemplo, por conta do excesso de timidez ou mesmo como reflexo de decepções com amigos ou parceiros amorosos no passado.

Quero dar algumas dicas práticas para mandar esse sentimento de rejeição embora:

1) Registre. Anote os pensamentos que estão lhe fazendo mal, assim você consegue os visualizar e os tirar da sua cabeça. As vezes não conseguimos “enxergar” as coisas que estão na cabeça

2) Meditação. É, na meditação você irá ficar com a mente em silêncio e por mais que seja o cara mais popular do mundo terá que encarar seu verdadeiro eu. Acho a meditação boa para vencer a solidão. Você vê a si mesmo.

3) Algum animal de estimação. Eu não estou pedindo para já que você não consegue socializar com humanos, arrumar um animalzinho para ser seu amiguinho, não. Mas um pet pode ajudar um pouco a trazer um pouco de alegria no seu dia a dia longe do mundo artificial de pornografia e redes sociais.

4) Pornografia. Nunca vi ninguém querer socializar depois de uma sessão de pornografia. Você sente vontade de sair conquistando o mundo e conhecendo pessoas depois de horas de pornô e uma gozada? Eu não.

5) Leitura. A leitura é um superpoder, nos dias de hoje lhe traz uma habilidade sobre-humana. Você fica inteligente, culto, cheio de conteúdo, sua mente vira um terreno fértil, você se desintoxica de tanta porcaria que colocaram em você até hoje. Você estará muito mais aberto e confiante a conhecer outras pessoas, a criar relações positivas com elas, como também a ficar só sem que isso seja um sofrimento para você.

6) Ocupe-se. Mente vazia é oficina de Karl Marx. Vá fazer alguma coisa, qualquer coisa. Vá planejar seu futuro, aprender um hobby, descansar, treinar, conversar com alguém. Só não fique no sofá sem fazer nada esperando o Alzheimer chegar.

7) Hobbies. Cara, o poder que tem um hobbie de não te deixar cair na solidão é demais. Um jogo de vídeo game, tocar um instrumento, ir para uma academia de lutas, jogar futebol, um hobbie pode te fazer socializar também! Eu não estou te pedindo para ficar jogando joguinho de celular e esquecer o mundo, estou dizendo para ter algo que você goste de fazer, não um vício, mas sim uma distração, um momento de prazer que você encaixa no seu dia.

8) Conecte-se. O mundo tem bilhões de pessoas conectadas, fale com alguma delas. Faça amigos em comentários de postagens do seu influenciador favorito no Instagram, faça parte de uma comunidade paga ou de graça, baixe o Tinder para treinar, de “oi” para aquela menina no Instagram. Poxa, olha a facilidade de fazer amigos e ter sexo hoje com a internet.

9) Saia de perto dos que te rejeitam. Sim cara, essas pessoas que te rejeitam, sejam quem for, mesmo se for a menina que você é apaixonado, saia de perto. Deu, acabou. Quem te rejeita hoje é água passada, vire a página, você é um novo homem.

10) Trabalho voluntário. Eu duvido você se sentir solitário e rejeitado ajudando crianças da periferia. Visitando velhinhos em um asilo. Isso vai ser um belo tapa na sua cara também para ver o que é uma situação difícil e ver o que é abandono de verdade.

“Beleza. Eu não sou um cara que sente rejeição, até tenho alguns amigos que trouxe da infância, consigo pegar algumas meninas de vez em nunca, mas sou extremamente tímido, isso me machuca, sinto que posso mais, mas a timidez me mata.”

Amigo, reservei um local nesse conteúdo para falar sobre timidez pois é impressionante a quantidade de pessoas que chega até nossa produção falando sobre timidez.



Fiz um exercício e voltei no meu passado, nunca fui um cara tímido, sempre fui absurdamente engraçado, debochado e fazia bastante amigos, as meninas até andavam comigo (não me beijavam). Mas pensando bem, várias e várias vezes na vida a timidez me prejudicou, não só com as mulheres, mas nos negócios, no network, em tudo.

Não posso nem contar quantas vezes aquela menina linda na festa estava me olhando e eu não fiz nada por esse medo tolo,

essa timidez. Quando aquele possível cliente, só estava esperando eu me apresentar e vender meu serviço.

Quando a menina da escola dava todos sinais que queria sexo comido e eu não reagia. Triste.

Perdi muito por conta da timidez também, mesmo que eu não me considere um cara tímido.

A dica para vencer a timidez é uma só e é a mais difícil, praticar. Não existe outra forma de vencer a timidez, praticar. Você pode e deve observar os caras fazendo, socializando, mas você precisa praticar.

Você pode olhar 1 milhão de vezes um tutorial de como bater uma falta, se você for chutar vai sair uma porcaria. A única forma de você bater aquela falta na gaveta é treinando.

E a prática para vencer a timidez é dolorida...

O tímido parece que sente até dor física para vencer a timidez de tanto que é a dor emocional. O tímido as vezes vai falar com uma menina e chega a tremer, gaguejar, tropeçar... cara se você fizer isso com uma menina ou com um futuro cliente, suas chances acabaram. O problema principal do tímido é que ele demonstra algo que ninguém quer, nem para um sexo, nem para fazer negócios, ele demonstra insegurança.

Mulheres detestam, como nada na vida homens inseguros, sem habilidade social. Um chefe não quer ter ao seu lado um rapaz que não consegue nem falar de tanta timidez. Mulheres e homens precisam de homens masculinos com segurança para ter relações profissionais ou amorosas. O tímido geralmente nem tem muitos amigos, e se essa timidez não é vencida, ele tende a virar um senhor gordinho com camiseta do Star Wars que vive de pornografia na frente de um computador, trabalhando há anos no mesmo emprego.

Timidez não é brincadeira não, ela pode acabar com seu potencial De fato, você pode viver uma vida medíocre por causa dela. A real é que uma vida alto valor não é compatível com timidez.

Um músico, um digital influencer, um político, um profissional com alto cargo, um empresário, essas pessoas não podem ser tímidas, a competição em seus mercados exclui os tímidos. Assim como o mercado sexual exclui o tímido. Entre um cafajeste falador e um tímido com a voz baixinha, com quem uma mulher vai fazer sexo?

Bom, vamos vencer essa timidez e se tornar o cara incrível que você pode ser?



Sabe, um hack mental para vencer a timidez é que para vencer a timidez você não necessariamente precisa praticar socializando com outras pessoas, tipo abordando mulheres na rua. Você pode simplesmente fazer coisas, começar coisas. Sim, você pode se meter em novas empreitadas sozinho mesmo!

Não entendeu? Ao fazer coisas, começar coisas seu cérebro começa a "perder a timidez" pois você começa a arriscar e a "calejar" seu cérebro para o medo da rejeição e fracasso.

Por exemplo, para começar a vencer a timidez sem ter que socializar:

1) Comece um negócio.

2) Aprenda uma profissão.

3) Vá para academia.

4) Comece um esporte.

5) Frequente restaurantes, shoppgins e bares sozinho.

6) Faça coisas que você não faz, que os outros fazem, como por exemplo trocar o gás, lavar a roupa, cozinhar.

7) Vá morar sozinho.

8) Coloque o compromisso de ser bom em alguma coisa.

9) Estude novas áreas do conhecimento.

10) Saia de alguma forma da zona de conforto.

Eu não gostaria de ficar aqui falando coisas como “vá falar com mulheres na rua”, muito provavelmente, caso você faça isso vai acabar se frustrando, ou do jeito que o mundo está agora, sendo acusado de assédio.

Cada vez as mulheres querem mais e mais os Alphas, para os betas, pobres e desconhecidos está restando humilhação e acusações de assédio.

Pode ser que você vá “abordar” mulheres na rua, sem nenhuma instrução ou acompanhamento e acabe se frustrando tanto que desista.

Sugiro que se você quiser socializar com mulheres use as redes sócias. Tinder principalmente, é um buffet sexual.

Provavelmente você não vai dar match com meninas gatas no Tinder, mas a título de treinamento de match com as feias, com as acima do peso, com tudo que der match, apenas para treinar. É bom, é muito bom na verdade, você desenvolve bastante sua skill “papo com mulheres” é que nem um RPG. É praticamente a mesma coisa falar com a baleia feia do que com a gata 10/10. As únicas diferenças são que a gata 10/10 tem uns 150 caras babando ovo dela, a cheinha deve ter uns 50 e a qualidade desses caras, claro.

A gata 10/10 tem caras ricos, poderosos, famosos, com status, que geralmente não andam com feias. Mas o princípio é o mesmo, não existe fórmula para mulher X ou Y.

Use o Tinder para treinar. Vá lá, fale bobagens para as feias, tome uns “nãos”, seja rejeitado, dê risada de tudo isso. Mande memes para elas, faça humor, tire onde, faça isso como se fosse uma brincadeira, deixe fluir, deixe ser suave. Aos poucos você vai estar fazendo o mesmo com as gatas.

Outra dica valiosa que eu daria é, vá para festas sozinho. Sim, pode parecer estranho ou dolorido, mas vá. Mudou minha vida. Não vá com o intuito de “pegar” alguém, vá para observar o comportamento humano, entender como as coisas funcionam, como os humanos socializam, que tipo de cara pega que tipo de mulher, que amizades se formam, em que momento acontece cada coisa, qual melhor hora de agir e como agir. Vá para lá, fique atento a tudo observando cada detalhe das interações. Vá sem compromissos, sem precisar “pegar ninguém”, na real, nem diga para ninguém que você foi. Só vá, só. Tenho certeza que sua mente vai se expandir sobre as relações humanas sexuais. Vai entender que mulheres mandam na festa e que a manada de gados homens na maioria das vezes só ficam sofrendo, enquanto uma minoria de machos Alphas pegam as fêmeas. Vai ver que é muito difícil e contraproducente tentar sexo pós festa.

É uma experiência valiosa. Vá em festas de alto nível, vá em festas pobres, vá em festivais, tome uma overdose de interações humanas, vá em tudo que der. Você precisa aprender a socializar, e o melhor para isso é ficar tranquilo no ambiente.

Um dia quando você “for de fato” em uma festa com seus amigos ou com aquela menina, você estará tão acostumado que será tranquilo para você, afinal você já sabe como funciona tudo.

Lembro uma vez que eu ia para festas sozinho e me desafiei a começar a tirar a camiseta nas festas (algumas festas permitiam), eu estava treinando, tinha um corpo relativamente legal. Eu nem queria impressionar mulheres, apenas queria ver como eu me sentiria sem camiseta em uma festa, sendo o único sem camiseta, observado e julgado por todos. Foram testes bacanas e no final

só deram certo, afinal, as fêmeas adoram um macho disruptivo e “diferentão”.

Eu não estou pedindo para fazer o “difícil” que seria abordar mulheres, socializar diretamente, eu quero que você faze várias vezes o fácil. Troque o gás, comece um pequeno negócio, vá para o shopping sozinho e vá para festas sozinho.

Em breve você verá que não acontece nada demais nesses lugares, que as pessoas não fazem nada de muito incrível e que elas nem são grandes coisas. Não precise ter medo do julgamento ou reações delas. Seja feliz.

Não sei se seu nível de timidez é a ponto de não ir ou se sentir mal indo por exemplo a academia. Caso esse desafio seja “de boa” para você arrisque-se em coisas maiores! Comece um negócio, coloque a prova seu espírito. Tente passar em um concurso público, diga para todos que vai passar em medicina esse ano, chame a responsa para você. Aprenda a lutar boxe e suba em um ringue de luta amadora com 3 meses de treino. Vá em 4 entrevistas de emprego esse mês (mesmo que você não precise), faça trabalho voluntário, ajude os velhinhos do bairro. Não existe tímido que faça isso meu amigo. Você não precisa ir diretamente falando com mulheres, você pode fazer coisas mais incríveis e maravilhosas.

Uma boa maneira de deixar de ser tímido é se espelhando em caras de alto valor social. Aquele personagem admirável da série, dos quadrinhos, com certeza ele tem muito a lhe ensinar. Observe bem: o Super Man também é o Clarck Kent, você prefere ser o Homem de Aço e não o nerdzinho tímido de óculos, não é mesmo? Se você começar a analisar a postura desses machos Alphas, tenho certeza que captará várias dicas valiosas. Por exemplo, como eles interagem, como se vestem, como se expressam, como andam, seus hábitos, etc.

Você sabia também que é possível vencer a timidez fingindo? Sim, eu já usei a estratégia de fingir em algumas outras áreas da minha vida como confiança. Mas é um princípio muito simples, finja até ser. Se você for tímido e continuar agindo como uma pessoa tímida,, não sentirá o “gostinho” de ser um cara

audacioso, desinibido e que interage como um mestre. Quero dizer que a ação vem antes da emoção, se você depender daquele “lampejo” de motivação para vencer essa timidez, você será tímido para sempre.

Tende fingir um pouco, levantar, olhar para o espelho, sorrir e dizer: “Eu sou o máximo, é incrível como interajo bem com as pessoas! Todos gostam de mim” Por mais ridículo que seja, isso irá começar a reprogramar a sua mente para quando for interagir com alguém, hoje em dia antes de qualquer interação seu cérebro já está programado para achar que ninguém irá gostar de você e você será invisível no grupo.

Andar com a cabeça erguida, treinar sua fala, pronuncia, até seu andar.



(Foto: Eterno McLovin) Veja esse filme se não viu ainda, o nome é Superbad.

Eu vou contar uma experiência minha, em algum momento da vida decido que iria fazer vídeo para postar na internet, fui incentivado por pessoas que diziam que eu me comunicava super bem e que precisaria ter um canal na internet. Bom... eu achei que, na frente das câmeras, seria tão desinibido quanto sou falando entre amigos ou família. Estava errado, a câmera aparecia e eu congelava, eu sumia, aquele cara audacioso, confiante e divertido desaparecia Ficava imaginando o julgamento alheio, imaginava que era um ridículo, que ninguém iria gostar do que eu estava falando, essas coisas. Mas eu não

desisti, eu já sabia do poder de “fingir”. Comecei a gravar e gravar, mesmo estando horrível, não parei. Aos poucos fui “me soltando”, e o cara que eu sou de verdade apareceu nas câmeras. Foi um sucesso tremendo, potencializei minha arte de falar na internet, conquistei milhares de seguidores e fui reconhecido por minhas ideias.

Qual a lição disso? Não desistir. Sim, vencer a timidez é um exercício de não desistir. É óbvio que vai doer nas primeiras vezes que você tentar vencer essa timidez, seja falando com mulheres, tentando fazer amigos ou gravando vídeos para internet. Mas você não pode desistir, se na primeira frustação (que vai acontecer) você desistir, aí será tímido para sempre. Pode ter certeza que você vai tomar algum fora humilhante de alguma menina, que algum cara que você conhecer vai lhe escantear no grupo.

Em falar em foras humilhantes, eu nunca esqueço um fora que tomei quando tinha meus 17 anos. Foi em uma festa famosa na região, chamada de Cord. Tinha uma menina linda na festa, gostosa mesmo, jovem, eu estava com uma regata “gola V”, e eu era muito mas muito magrinho mesmo, magrinho, tímido, sem postura, sem experiência, cheio de crenças erradas, era patético. Bom o final você já deve imaginar, eu “cheguei” na menina com um sorriso (já cheguei errado) dizendo coisas do tipo “oi, tudo bem?”, ela nem olhou direito para minha cara e falou: “kkk nossa como tu é magrinho” e continuou mexendo no celular como se eu não existisse. É, triste. Mas eu nunca desisti de tentar interagir com mulheres, de vencer minha timidez e após vários e vários foras e rejeições nessa vida, acabei vencendo minha limitação com mulheres e minhas crenças errôneas.

Bom, está na hora do próximo capítulo.



COMO FAZER AMIGOS E CONQUISTAR MULHERES

SOCIAL PRO
MÉTODO

03
MÓDULO

Podem lhe dar várias dicas, truques mágicos, hábitos dos x-men, frases prontas, métodos X ou Y, na verdade o segredo é muito simples, para fazer amigos e ganhar mulheres você precisa ser um cara interessante. É, simples. Precisa ser um cara que tenha algo a acrescentar no grupo social, um cara divertido, atualizado, esperto, sedutor, aquele cara que traz coisas legais, que sabe conversar, que fala bem. Não precisa de muito não, é só ser um pouquinho melhor que a média que vários caras irão querer ser seu amigo, criando uma admiração quase doentia por você e várias mulheres irão querer fazer sexo com você. Um cara interessante, que quando ele abre a boca ou faz algo o grupo inteiro sabe que vem algo de bom.

Seja um cara legal, um cara que não falha com os outros, não deixa os outros ficarem mal, um cara que está disponível para ajudar (não um cachorro sem amor próprio).

A verdade é que os grupos humanos, por natureza, buscam um líder. Isso é um fato, quer você queria ou não, sempre há uma liderança, explícita ou subliminar. O ser humano chega a demonstrar quem ele "acha que é o líder" até pela sua linguagem corporal, isso vale para grupos de machos ou fêmeas.

Você precisa entender aqui que existem vários "tipos de homens" que tem amigos e que tem mulheres, uns mais amigos e mais mulheres que outros tipos. Também vai aprender os tipos de homens que outros caras não querem ter por perto e muito menos mulheres.

Nunca se esqueça disso: as mulheres querem fazer sexo com caras que outros caras querem ser e outras mulheres querem fazer sexo.

A chave para fazer amigos é admiração e a chave para pegar mulheres é despertar certos tipos de emoções nelas.

Vamos falar primeiro em conquistar homens (kkk). Me perdoe mas é isso mesmo, conquistar homens, homens adoram um líder, um cara "f#d@". Já parou para pensar em quantos caras você admira?

Aquele digital influencer, aquele personagem da série, aquele cara da academia, aquele atleta top, aquele empresário líder no setor. Existem vários tipos de homens que são admirados por outros homens. Seria ótimo se você fosse um deles! Se você seguir a risca o primeiro capítulo tenho certeza que vários caras vão começar a lhe admirar. Admiração lembra? Admiração é a chave para ter vários amigos ao seu redor.



Ok, ok, eu entendi, mas como consigo admiração de outros caras e faço eles se tornarem meus amigos?

Primeiramente, no momento que você tiver admiração de outros caras eles irão adorar sua presença. Homens admirados não precisam pedir para ninguém ser seu amigo, as pessoas querem ser, e fazem de tudo por isso.

Um macho admirado por outros homens tem uma facilidade enorme de acasalar com outras fêmeas. Lembra? “Mulheres querem fazer sexo com caras que outros caras querem ser...”

Um homem que deixa outros homens boquiabertos abre muitas portas em sua vida. Coisas como viagens, moradias, facilidade de fazer negócios, aprendizados, network e até prazeres como boas comidas e diversão.

Pegue alguns fenômenos do fitness como Jeff Seid, Zyzz, Arnold,imagine quantas portas não se abriram na vida desses caras? Arnold chegou até o cinema, Zyzz é um fenômeno mundial mesmo depois de morto e Jeff Seid é idolatrado.

Eu não estou falando que esses caras não tiveram que batalhar para ter sucesso, só estou afirmando quantas portas abrem-se na vida de caras admirados, isso é um fato.

Cara, eu já vi pessoas que por terem a admiração de outros homens simplesmente eram levados para viagens incríveis, tinham tudo pago, desde comida a mulheres, desfrutavam vários prazeres nessa vida apenas na parceria com outros homens, na amizade.

Então, como conseguir essa admiração?

Para mim, o jeito mais fácil de conseguir admiração é ser bom em alguma coisa. Sério, pare para analisar... Ser bom em alguma coisa (quase em qualquer coisa) te destaca muito. O destaque a e admiração vem com a popularidade e a utilidade da coisa que você é bom. O status do que você é bom lhe trazem admiração nivelada com ele. Por exemplo, o Cristiano Ronaldo é muito bom em jogar futebol, o esporte mais popular do mundo, logo milhões de pessoas o admiram, e basicamente... ele só sabe jogar bola. Quantas pessoas dariam tudo para serem amigas dele? Andarem de carro com ele na beira da praia e ele postar um story com ele. Agora por exemplo o melhor jogador do mundo de tênis de mesa talvez não seja tão admirado por tantas pessoas, o tênis de mesa não é tão popular assim e não tem um status social elevado. Possivelmente eu não daria muita bola se o melhor do mundo em tênis de mesa postasse uma foto comigo.

Está entendendo onde eu quero chegar? Se você obter a admiração dos homens irá ter amigos e influenciar pessoas e um atalho para conseguir essa admiração é ser bom em algo.

Aqui você deve saber se situar. Eu falo muito para você se situar, pois homem é muito “perneta social”, tem muita dificuldade de se situar, As vezes não entende que é pobre, que é feio, que é gordo, que é velho e tenta fazer coisas não compatíveis com seu status. Você se situando pode encontrar algo para ser bom, caso ainda não seja, e investir nisso.

Eu lhe aconselho a ser bom em algo que esteja popular, algo que seja útil, tenha status social, lhe confira poder ou autoridade. Não adianta muito você ser bom em algo muito esquecido, sem popularidade, sem valor, inútil ou extremamente fácil de todos serem bons.



Cuide para não cair em bolhas e não cair em suas paixões. Por exemplo, ser extremamente bom em lutar de espada Jedi. Convenhamos, não são muitas pessoas que irão ver isso, curtir isso e isso não terá um status social elevado. Nerds costumam muito cair em sua bolha nerd, ganhar atenção de pequenos grupos de outros nerds e ficarem ali para sempre.

Eu adoro jogar Yu-Gi-Oh!, mas nem por isso irei dedicar tempo da minha vida a isso ou irei ficar expondo que faço isso. Eu sei que ninguém dará a mínima, salvo algum nerd por aí, ninguém irá querer ser meu amigo por isso e nenhuma mulher irá querer fazer sexo comigo.

Agora... se você for bom naquele jogo que está em alta, o novo COD, o novo BF, talvez você consiga ter um canal com milhões de inscritos, ter admiração de milhões de caras e colher frutos positivos em sua vida.

Eu não estou pedindo para você abandonar seus hobbies, as pessoas que você anda. Estou pedindo para entender que você pode fazer essas coisas, eu faço, eu jogo Yu-Gi-Oh!, jogo xadrez, mas não dedico muito tempo a isso e nem fico mostrando. Sabe aquele jogo que está no hype? Aquele assunto do

momento? Aquele hobbie? Aquela profissão? Se você for bom neles, irá conseguir a atenção de milhares de pessoas, parece mágica.

Eu jogo free fire, conheço os influencers do mercado, e é impressionante como qualquer menino de 16 anos que joga bem atrai a atenção da galera. “Qualquer”, claro que quando o negócio está ou é popular a competição é extrema e apenas os melhores se destacam no topo, mas tem espaço para todos. Aposto que se você for o maior matador da squad você ganhará atenção das pessoas pois as pessoas irão querer jogar com você.

Olhe, imagine que você é um dos sócios mais hábeis para gerir o negócio, os outros sócios irão querer sua companhia, conselhos, ideias, simplesmente pois você é bom em administrar.

Se você for muito bom em fazer piadas, fazer os outros rirem (eu acho isso um segredo muito top) automaticamente várias pessoas irão querer você por perto pois você faz as pessoas rirem, você faz elas quimicamente liberarem hormônios bons.

Mas calma você não precisa viver só de modinhas, só de coisas populares. Lembra o que falei antes? Seja bom em atividades de alto valor social, status, utilidade ou poder. Você entendeu, as vezes só o fato de “estar lá” já lhe dá admiração das pessoas. Por exemplo, só o fato de ser um vereador da cidade, já significa que você tem admiração de várias pessoas, não significa que você está sendo um bom vereador. Se você for médico as pessoas já irão lhe admirar, nem precisa ser um bom profissional. O status das funções que lhe falei já trazem de maneira inata admiração de algumas ou várias pessoas.

Se você for o cara que tem um shape insano na academia é inevitável que outros caras lhe admirem na academia e seja muito mais fácil de você fazer amigos. Quem conseguiria fazer mais amigos na academia, o magrinho sequelado ou o cara com shape de modelo fitness?

Mundo real meu caro, eu sempre vou trazer você para o mundo real. Diferente do que você escuta na televisão,

na rede de ensino mainstream ou daquele digital influencer hipócrita.

Você pode ser bom em algo que lhe dá poder, por exemplo cargos policiais, setores do governo, posições de autoridade. Fugindo um pouco do assunto “homens/amizade”, você sabe por que mulheres tem tanto tesão em caras de farda? Policiais, bombeiros, militares e afins? Pois esses caras trazem uma “gaveta mental” de autoridade. Já explico. Elas veem a farda, o uniforme, a insígnia e o status que isso traz e logo associam ao poder de autoridade do governo.

Alguns fenômenos psicológicos são oriundos da sociedade, sãos os fenômenos psicossociais, ou seja, como a sociedade influencia o psicológico das pessoas, fazendo eles pensarem, sentirem ou agirem de determinada forma.

Então mulheres tem tesão em caras de farda pela sensação de autoridade que eles trazem.

Voltando ao assunto, talvez você nem precise ser tão bom assim em algo, basta alcançar o status da função. Ser da profissão, do ramo.

Quando lhe falam: “Pedro é um cientista de Harvard”. Vem uma gaveta mental de um cara super crânio, genial, diferenciado e inteligente. Com certeza você gostaria de trocar algumas horas de conversa com um cara assim, se não gostaria, deveria.

Você nem sabe se Pedro é tão bom assim, nem o conhece, mas quer conhecer, quer andar com ele, quer falar com ele, já o admira só pelo fato dele “ser aquilo”. Pedro tem mais admiração das pessoas que estão perto de você nesse momento do que você próprio tem.

Imagine falar: “Eu passei na prova dos SEALS, agora sou um militar de elite do exército dos Estados Unidos da América” Pelo amor de Deus, imagina a admiração que isso traz!

Pode ter certeza que existem mais pessoas querendo ser amigas de um SEAL do que ele quer ser amigo de alguém. A fila de pessoas querendo ser amigas de um cara “bonzão” é grande demais para ele dar conta.



Veja bem, o curso é SOCIAL PRO, é para você se tornar um hacker das relações sociais, um verdadeiro mestre. Estou aqui mostrando atalhos, dicas, mindsets, experiências, compartilhando conhecimento, mostrando acertos e erros. Você pode achar imoral, desnecessário ou até “pesado” algumas coisas demonstradas ou aconselhadas aqui. Mas tudo bem, é seu direito. O que espero é que você pratique e se torne melhor do que nós, seguindo seu próprio caminho.

Como diria Kakashi Hatake: “As gerações futuras sempre irão superar as futuras e assumir seus lugares”.

É isso que nossa equipe espera de você, nos supere. Vá, busque, crie seu próprio caminho, suas próprias experiências. Sofra como um homem, construa seu caminho pelo seu suor e lágrimas.

Voltando as dicas para obter admiração dos caras. Antes vamos recapitular: a chave para fazer amigos e ter várias pessoas ao seu redor é a admiração, por isso estamos em busca de admiração. Queremos que você seja o cara que outros caras querem ser.

Outra dica para ser admirado é ter caráter. Bons homens andam com bons homens. Se você for um cara de caráter, um cara que não volta atrás com sua palavra, que não trairia a confiança de um amigo nem pela morte, que daria a vida pelo outro, com certeza irá criar laços de amizades assim. É simples: você transmite isso e você magnetiza isso, atrai pessoas que pensam igual a você. Vai atrair aquele amigo fiel que daria a vida por você.

Eu tenho alguns que daria minha vida e que tenho certeza que dariam a vida por mim.

David Goggins fala isso. Ele diz que não precisa e nem quer ter muitas pessoas ao seu redor, ele fala que tem meia dúzia de amigos que dariam a vida por ele e isso basta. Qualidade importa mais que quantidade.

Você sendo leal, fiel e tendo caráter imodificável irá formar laços fortes. Tão fortes quanto a vida.

Pode parecer que não mas as pessoas admiram muito aquele cara que bate o pé e diz: “é isso mesmo, eu sou assim.” “sim eu falei isso.” “não, não aceito isso”. Pessoas com voz, com firmeza, com verdade estão cada vez mais escassas, e essas mesmas pessoas são líderes naturais da sociedade. A sociedade é carente de pessoas com personalidade.

O mundo está cheio de chorões, politicamente corretos e pessoas medíocres, tanto homens quanto mulheres. Seja o contrário deles.

Outra forma de conseguir amigos é fazendo parte de um “grupinho”. Particularmente acho meio humilhante você se sujeitar a participar de um grupinho para fazer amigos ou tentar comer alguém, participar de grupinhos deve ser algo natural, algo que “acontece”.

Por exemplo, virar feminista para fazer parte do grupinho da faculdade e ter amiguinhos...

Começar a escutar estilo de música tal pois os caras do bairro estão todos escutando...

Não sei, eu não faria isso. Mas talvez seja melhor que ficar sozinho, não sei.

Uma dica para ser admirado também é falar sobre assuntos que as pessoas gostem. Sim, nem digo falar de notícias ou brigas do BBB, mas se você conhece uma pessoa que gosta de música por exemplo, que tal se você fosse lá trocar uma ideia sobre música, ela vai criar um report, ativar algo que chamamos de "neurônio espelho" na interação com você, criar uma conexão. A indústria do marketing usa bastante isso com você. Coloca pessoas da mesma idade que você para fazer propaganda para você ou pessoas que você quer ser. "Eu sou Cristiano Ronaldo e eu uso Clear Man"

Conhece uma menina que gosta de rap? Dê uma estudada em meia dúzia de bandas de rap e comece a interação. Vai dar certo, confie.

Vou contar algo que eu fazia, fugindo do assunto de fazer amizades com homens. Muitas vezes em interações sociais minhas, logo no início, após eu ter chamado a atenção, precisaria despertar o interesse, então partia em uma luta frenética e rápida para identificar algum elemento de interesse na menina, algo que ela gostasse para eu falar sobre aquilo e criar conexão.

A vantagem de ser um cara que domina vários assuntos é esse. Eu posso falar sobre várias e várias coisas com várias e várias pessoas. Ela gosta de tatuagens? Eu falo, sei quase todos os estilos e traços. Ela gosta de filosofia? Eu domino. Gosta de biologia? Também. Seja um cara culto meu amigo, não tem porque ser burro e sem conteúdo.

Vou usar um exemplo bem básico: chegava para interagir com a menina, após perceber que ela prestou atenção em mim e logo via que ela tinha uma tatuagem. Já puxava assunto sobre a tatuagem, perguntando coisas não tão óbvias como "doeu para fazer?", mas coisas como "que traço irado quem fez?"

O problema de criar conexão com coisas tão obvias como tatuagens, signos, curso da faculdade é que ela escuta isso toda hora de dezenas de caras, na internet ou pessoalmente.

Mas voltando ao assunto de amizades, tente criar algum tipo de conexão, parece que as pessoas lhe admiram por gostar de algo que elas gostam, é bizarro.

Ponto, vamos parar um pouco com a admiração. Espero que tenha compreendido.

Outra maneira de fazer amigos é ser um cara divertido. É, parece meio óbvio... Mas divertir as pessoas, fazerem elas rirem, surpreender elas, trazer novas ideias, novos hábitos, novidades, faz com que as pessoas te achem legal.

Claro, saiba se situar, nada ferra mais você que trazer uma brincadeira para o grupo e ninguém gostar, causa um constrangimento enorme em todos. Falar uma piada desagradável, essas coisas.

Faça humor, brincadeiras, diversão, com bom senso. Seja o cara que diverte os outros na festa, seja dançando, fazendo coisas que ninguém faz, aloprando meio bêbado. Só pelo amor de Deus, não seja um chato (tem um bônus irado aqui no curso que fala para não ser um chato).

As pessoas adoram alguém que “inova” que surpreende. Tipo “olha o que ele fez!!”

“Ah mas eu não sei fazer nada de legal”. Pelo amor de Deus, se você tem esse mindset mude! Se não sabe aprenda!

Vá no YouTube e aprenda a dançar eletrônica, próxima festa você tem algo maneiro para fazer. Vá aprender a fazer mágica e mostre para os outros. Faça um grupo para jogar algum jogo online, organize isso, mostre que você guia os outros.

Eu sempre fui bom em fazer piadas, usar o humor ao meu favor. Isso é muito poderoso. É impressionante, ter fama de “palhaço”, de tu ser “terrível” lhe faz fazer amigos. Homens adoram rir e

e debochar.

Vá aprender algo de legal. Pelo menos estude alguma coisa para compartilhar com os outros.

Sério, até aqueles canais “você sabia” irão lhe tornar divertido. Ou saiba falar sobre filmes, séries, contar histórias. Eu sempre soube muitas curiosidades tipo “mega curioso” e contar de filmes, séries, músicas, animes.

É importante que tudo que for fazer “faça de corpo e alma”. Quando você não se entrega e experiência por completo, seu corpo cria bloqueios mentais e até mesmo sua movimentação, gesticulação e fala ficam limitados. Por exemplo, se você for tímido e tentar dançar, se ficar pensando “devo estar passando vergonha...”, “está todo mundo me olhando...”, “eu danço muito mal”. Logo seu corpo irá começar a limitar seus movimentos, sua postura ficará horrível e sua cara insegura. O melhor a se fazer é “ir de cabeça”. Pense assim: “já que estou aqui dançando vou dar o meu melhor e me divertir com um sorriso no rosto, f0da-s# o que os outros vão pensar”

Eu falei aqui sobre dançar, sobre demonstrar conhecimento, conversar sobre assuntos diversos e tudo mais, mas vou falar novamente: tenha noção, saiba se situar.

“Te situa!” – Frase comumente usada por mulheres quando estão com nojo de alguma ação de algum homem. Você já deve ter ouvido.

Como já falei, o homem tem dificuldade de se situar. Faça todas essas coisas que falei mas não passe vergonha, tenha noção do que está fazendo, das coisas que está dizendo e das ações que está tomando. Cuide de sua imagem pessoal.

É fundamental que você saiba a idade ideal das pessoas que tem que se relacionar, o status delas, a classe, etc. Você deve achar pessoas que são compatíveis com você ao tentar se introduzir em alguma grupo, é muito mais fácil.

Imagine que você seja um rockeiro de quase 40 anos e queira fazer amizade com um grupo de rappers de 20 e poucos... A menos que você seja um mestre das relações sociais, muito possivelmente sua tentativa não irá gerar bons frutos.

No final das coisas, tenha noção de quem você é hoje, de suas reais limitações. Conhece-te, aceita-te e supera-te.

Seguindo esse caminho, não há erro. Pratique muito e saiba lidar com as rejeições que virão.

Vou deixar outro conselho fundamental, as vezes não conseguimos fazer amigos pois estamos inseridos em um meio no qual já não temos valor nenhum. Por exemplo, aquele seu grupo de amigos que sua opinião nem vale nada, seus colegas que fingem que você não existe, pessoas que debocham de você e etc. O melhor a se fazer é simplesmente ir embora desses grupos, sempre que for possível. É difícil reverter essa posição sem medidas drásticas. Quando seu valor social já está extremamente baixo em um grupo social, o melhor a se fazer é encontrar outro e tentar de novo.

Se o trabalho está cheio de cuzões, tente trocar. Se a galera do bairro já nem lhe enxerga mais, ande com a galera de outro bairro. Se fazem bullying com você na escola, troque de escola. Se você percebeu que seu curso da faculdade só tem gente nada a ver com você, troque de curso.

As vezes é melhor recomeçar, tirar a cabeça daquilo que lhe causa sofrimento, parar de dar murro em ponta de faca. Vamos recapitular algumas coisas?

- Seja interessante, tenha conteúdo, saiba fazer coisas legais, estimule as pessoas a diversão, a sentirem emoções com você. Você pode aprender um esporte, pode saber falar sobre filmes, contar histórias, ser culto, fazer mágica, tocar instrumentos, dançar, etc, etc.

- Seja muito bom em algo que tem um nível de popularidade bom, tenha uma posição de status social ou poder.

Seja pro player daquele jogo em alta, seja o melhor jogador de futebol do time da escola, vire policial militar, entre para NASA, vire político, cientista, etc, etc.

- Saiba falar, se comunicar bem, se expressar bem.

- Tenha uma imagem pessoal legal.

- Se preocupe com as pessoas, seja leal, verdadeiro e dê sem querer nada em troca.

- Pratique e saiba lidar com os fracassos que virão.

- Entenda um pouco os gostos das pessoas para criar uma conexão.

- Saiba se situar.

- Faça essas coisas e desperte a chave: a admiração dos outros.

Agora vamos falar sobre mulheres. Como conquistar mulheres. Primeiro entenda que quando falo “conquistar” não é naquele sentido beta, bajulador, de “conquistar” a mulher como se ela fosse um ser divino a ser adorado e que você é um verme. Não, pelo amor de Deus! Conquistar é a arte da conquista. Ganhar atenção das pessoas, ser reconhecido, deixar sua marca por onde passa. Conquistar é deixar de ser invisível, humilhado, é deixar de ser alguém que não tem voz, que não é nem levado a sério.

O homem é o ser na Terra que mais tem a habilidade e a faculdade de conquistar. Seja criar impérios ou simplesmente pegar mulheres, é a nossa natureza, é a nossa energia, é nossa função.

Então quero que você pegue essa sua habilidade natural que deve estar adormecida e desperte-a.

Conquistar, com honra, com personalidade, com hombridade, sem ser ridículo, beta, frouxo ou medíocre. Frise bem isso na sua cabeça.

Você também vai ver bastante coisas parecidas com “como fazer amigos” pois afinal fazer amigos também é conquistar pessoas. Admiração é a chave para amigos e mulheres. As coisa serão parecidas, mas você não quer comer seus amigos homens, espero eu.

Então vamos lá, a pergunta que vale 1 milhão de reais: Como conquistar mulheres?

É amigo, como conseguir sexo com mulheres. No fim você quer isso. Conseguir ir numa festa e ficar com algumas meninas ao invés de ficar em um canto parado ou tomar uma sequência de foras humilhantes, conseguir dar vários matchs no Tinder todo dia, falar com mulheres e elas te darem atenção, a mesma atenção que elas dão para caras Alphas, fazer com que as mulheres lhe achem um cara de alto valor e despertar desejo sexual nelas, deixar elas molhadas só falando. No final, conquistar mulheres irá te levar a ter sexo com elas, mas todo o percurso é extremamente prazeroso.



Uma mulher lhe achar “o cara”, querer ficar perto de você, lhe pegar pela mão e lhe apresentar para as amigas, uma mulher lhe dar um beijo bem forte na frente de todos, uma mulher ter orgulho de estar com você. Realmente é uma das melhores sensações que você pode sentir, não que mulheres sejam uma divindade, não é “gadismo”, é que ser reconhecido por elas, faz você ver que está em um bom caminho no seu desenvolvimento como um macho Alpha. Sabe por que?

Porque mulheres sempre buscam os Alphas da sociedade, então se as mulheres querem você, querem sua companhia e fazem sexo igual dos filmes pornôs com você significa que você é um macho de alto valor social. Nós já conversamos sobre os benefícios de ser um macho de topo da pirâmide social, vão muito além de mulheres, são benefícios sociais, de saúde física e mental, econômicos, de divertimento e até espirituais.

Quando elas lhe escolhem e lhe veneram, você está num bom caminho, numa boa posição perante a sociedade. Mulheres são alpinistas sociais, buscando sempre sua segurança. Querem machos que as elevem em status, fama, poder, dinheiro, beleza, o ego em si.

Mulheres são, em sua maioria, bem ególatras. Basta ver o quanto são preocupas com sua aparência, amizades, roupas, posição social, profissão e afins. São extremamente inseguras por isso, e essa insegurança é algo que diversos “gurus” ensinam a explorar.

Você deve conhecer a mecânica cerebral feminina para obter sucesso, antes disso você ficará perdido, não entendendo porque acontece o que acontece. Quando você entende como funciona a mente feminina, porque elas agem como agem, é como se você tivesse tomado a “red pill” das relações. No começo irá lhe despertar a raiva, mas depois que você deixar isso fluir, conseguirá manipular o comportamento feminino a seu favor, verá que elas são simples como 2+2=4. Hoje você vê 2+2=7.

Vou tentar explicar um pouco sobre a mecânica básica cerebral e de onde ela surgiu. No primeiro capítulo já falamos um pouco sobre isso, não é mesmo?

Preciso que você volte no passado, não na semana passada, nem no século passado, preciso que você volte no tempo “das cavernas”, em um estágio natural de relações entre humanos. Um estado pré qualquer organização social, um estado pré existência da própria razão. Um estado de natureza, de Inteligência instintiva.

A inteligência instintiva que guiava as relações entre os humanos, não a razão ou a racionalidade. Agora imagine uma mulher sendo guiada pelos instintos mais básicos de um ser humano. Caso não consiga, imagine uma leoa, ela vive apenas seguindo seus instintos. Eu vou facilitar para você, imagine uma mulher seguindo apenas os instintos básicos de:

- Permanecer viva

- Comer

- Manter sua integridade física, não adoecer, sentir dor, se machucar, sentir frio ou calor extremos, etc.

- Perpetuar a espécie, gerando filhotes o mais saudáveis possível.

É o básico do básico de qualquer animal. Conosco não é diferente. As mulheres aprenderam sobre os instintos básicos dos homens com mais facilidade do que os homens sobre elas, pelo simples fato de elas "terem sido forçadas" a desenvolverem habilidades sociais melhores, afinal elas não tem nossa força. A mulher é muito mais hábil socialmente do que nós na arte da sedução, manipulação, escalada social e reprodução. Mulheres continuaram vivas até hoje sem serem as protagonistas na caça, nem da violência em si.

Então, quero que você pegue esses instintos básicos das mulheres e se pergunte: "como ela iria conseguir isso naquele período?"

Você vai ver que a melhor forma e talvez a única dela conseguir isso, seria se relacionando com um macho que provesse isso. Imagine ela ter que conseguir ficar viva, comer, manter o corpo funcional sem sofrer, perpetuar a espécie em diversas fases da vida? Da juventude até a velhice. Não atoa que alguns povos primitivos descritos por Darwin em seus estudos no período de 1850 mostrava que mulheres velhas das tribos era usadas como alimento, quando o bando não tinha o que comer. Cruel, mas instintivamente elas seriam as mais inúteis para o grupo, não podendo nem reproduzir, nem caçar mais.

Esses instintos naturais seriam muito melhores supridos com um macho Alpha do grupo. Um macho que é forte, hábil, argiloso, cruel, saudável, inteligente, perspicaz. Um macho que tem abundância de comida, de segurança, de conforto, de amigos e de outras fêmeas. Um macho que tem o respeito de outros machos do grupo.

Eram nesses machos que as fêmeas humanas miravam, é fácil você entender isso. Lembre-se, estou falando de um estado pré existência da razão humana.

Os homens tornavam-se inteligentes, hábeis, fortes e mantinham sua saúde em dia, entre outras coisas, pois assim que a seleção natural fez com que nós conseguíssemos ficar vivos. Em uma competição com outros homens, somente os mais espertos, impiedosos, astutos, criativos e brutos ficavam vivos, comiam e reproduziam com fêmeas.

Não havia espaço para fracos viverem na competição masculina, e não havia como os fracos reproduzirem com as fêmeas, pelo simples motivos deles não terem como suprir as necessidades básicas das fêmeas. Um macho fraco não poderia suprir comida, nem tinha o respeito de outros machos, nem tinha os melhores locais para eles se alojarem, etc.

Se você fosse um macho que não poderia defender uma fêmea de uma fera selvagem, por que ela ficaria com você? Ficar com você significaria a morte, doença, sofrimento e a não segurança dos filhos. Elas não poderiam ficar com você, nem que quisessem, isso simplesmente não acontecia, se acontecesse, elas não estariam aqui hoje, elas precisaram evolutivamente buscar aqueles machos que estavam no topo da cadeia social. Elas não tem nossa força, precisavam usar nós para caçar, para proteger e para assegurar ela e os filhotes.

Entre um macho que tinha comida todos os dias e um macho que comia 1 vez na semana, elas com certeza precisavam se oferecer para o macho que mais tinha acesso ao alimento, agradá-lo e assim ele deixar elas comerem. É óbvio que se os homens quisessem não deixariam elas comerem, mandariam elas embora da tribo ou até mesmo escravizariam

todas as mulheres existentes, o que as mantinham vivas nesse período pré razão, pré instituições é que nós precisávamos delas para reproduzir, entre outras tarefas úteis, e a empatia humana, inata de nós todos.

A divisão de tarefas sempre foi substancial e fundamental para um grupo de humanos vencer a competição por recursos finitos contra outros grupos, aquele grupo mais organizado, saudável e perspicaz, acabava exterminando com as mãos ou razões naturais ou afugentando o outro para uma região com menos recursos. Viver na beira de uma lagoa, com terra fértil, caça, rodeado de mulheres em um clima agradável era coisa apenas para os machos mais alphas e seus grupos.

Bom, agora que você sabe um básico sobre comportamento humano e suas origens, talvez esteja mais fácil de entender porque as coisas acontecem como acontecem.

Ah, importante. Ainda lembre-se que as mulheres tinham uma competição com outras mulheres, isso é fundamental. Mulheres estavam em constante competição com outras mulheres pelo único recurso que as possibilitava continuarem vivas: o macho Alpha.

O termo macho Alpha pode ter “caído na boca do povo”, acredito que está totalmente sem sentido hoje e prostituído, mas ele é um termo fundamental na ciência social.

Mulheres precisavam de machos Alphas, era questão de vida ou morte, e elas competiam com outras fêmeas por isso. Não havia machos Alpha para todas as fêmeas, isso explica a origem da bigamia feminina e suas tendências a sentirem tesão em outras fêmeas. Sim, mulheres tem uma tendência natural a sentirem tesão em outras mulheres, mas demonstram isso apenas para os machos Alphas.

Vamos lá. Se mulheres naturalmente, instintivamente e por necessidade foram forjadas perseguindo machos Alphas, por questão de vida ou morte, você não acha que esse comportamento está enraizado até hoje? Nosso grande desafio é desvendar toda a complexidade que isso causou

quando esses instintos naturais se misturaram com a razão humana, com a racionalidade, com a moralidade. Mais além com a ética humana, costumes, cultura, geografia, sociedade, crenças, religiões, ideologias e infinitas influencias. Os fenômenos psicossociais que fazem as mulheres acasalarem hoje em dia são muito mais complexos que simplesmente “encontrar um Alpha pois ele vai me proteger de um leão e caçar para mim”. Afinal nenhum leão irá devorá-la e ela não ira morrer de fome se não encontrar um homem... Elas podem viver no conforto de sua casa, comendo nos melhores restaurantes da cidade.

Mas por que elas ainda fazem de tudo para conquistar um Alpha? Incluindo humilhações e sexo de filme pornô com outras mulheres juntas?

É relativamente fácil compreender isso. Primeiro você tem que aceitar essa realidade. Depois entender que os fatores psicossociais se enraizaram na mente feminina e hoje fazem parte do que a mulher é. Não há como mudar isso. Mulheres sempre vão catar homens do topo da pirâmide, quanto mais alto melhor. Elas seguem atrás de homens fortes, seguros, com status, poder, fama, dinheiro, beleza, habilidosos, espertos e até canalhas e cruéis.



É instintivo. Elas poderiam ficar com o nerd gordinho beta, mas não. Esse homem significa uma prole fraca, um status social baixo e provavelmente nenhuma outra mulher iria querer ele,

o que significa que ele não está no topo. Mulheres buscam o topo. Se buscam homens jovens, eles são saudáveis, fortes e promissores, provem prazer sexual e sensação de segurança física. Se procuram homens velhos é pelo dinheiro, fama, status social ou poder, por exemplo homens mais velhos com um cargo muito alto.

Você começa a entender por que é mais fácil pegar mulheres depois que elas passam dos 30 anos por exemplo. Seu valor sexual de mercado despenca, a única coisa que nós homens nos atraímos em um primeiro momento pelas mulheres são jovialidade e beleza. Já parou para ver o pânico que mulheres tem de rugas, pés de galinhas e cabelos brancos?
Elas sabem que não tem chances com fêmeas jovens, diferentes de nós que mesmo envelhecendo podemos ter poder, dinheiro, fama e afins. Claro que perdemos beleza, porte físico, saúde e tudo mais. Mas homens não estão interessados em mulheres com poder ou dinheiro.

Mas o que é valor sexual de mercado? É um valor social que determinada a propensão que você tem de se relacionar e fazer sexo com pessoas. É tipo o “preço do jogador”.

Como ele é medido? Existe os critérios de medição para homens e para mulheres. Ou seja, o que o sexo oposto quer do outro.

Para mulheres: jovialidade e beleza
Para homens: Status social, beleza, dinheiro (recursos) e saúde.

Pode parecer besteira falar “mulheres querem homens saudáveis”. Voltemos no tempo de novo... Um macho que perdeu uma perna na selva tinha chance de sobreviver? Um macho que está febril a beira da morte por infecção. Resta a pena. É possível hoje em dia que um macho não saudável inverta o jogo se ele tiver muito poder ou fama. Perceba que se você não tem um dos nossos 4 itens precisa compensar no outro.

A verdade é que mulheres não querem acasalar com o homem aleijado.

Amigo, desculpa, mas isso é o mundo real.

1- Status social: ser famoso, estar em uma posição de poder, cargos altos, função elevada no grupo, extremamente hábil em algo, reconhecido, pegador, ícone, guru, líder, divindade.

2 – Beleza: porte físico, sensação que dará prazer sexual, jovialidade, rosto com maxilar marcado, cabelos selvagens, linguagem corporal alpha, sedutor, sexualizado, altura, trapézios saltados, tônus muscular, demonstração de força e brutalidade, pegada, capacidade atlética.

3 – Dinheiro: recursos financeiros, dinheiro, bens, posses, propriedade, alimentos, segurança financeira, moradia, carros, lanchas, aviões, helicópteros, maquinários, patentes, ações, sociedades.

4 – Saúde: demonstrar um corpo saudável, boa aparência, higiene, bom hálito, pele rosada e bonita, membros funcionando, boa visão, não reclama de dores, não fica doente, alta imunidade, sem doenças crônicas ou recorrentes, sem uso de muletas, andadores, cadeiras de rodas, próteses, óculos, idade não tão avançada, expressão saudável, sem olheiras, sem coriza ou tosse.

Compreendeu nossos 4 critérios de avaliações quando as mulheres nos “avaliam”? Imagine que você é uma cartinha de algum jogo. Imagine agora sua foto em uma cartinha e embaixo tem as skills: status social, beleza, dinheiro, saúde.

Como estaria sua cartinha em cada skill de 0 a 10 para cada uma? Quanto dá o valor total na possibilidade total de obter 40 pontos.

Como parâmetro imagine 40 pontos o ator que faz o Thor ou o Cristiano Ronaldo.

Para 0 ou quase imagine o gordo, feio, amputado, velho, pobre e desconhecido, morador de alguma favela no Brasil.

Há muitas possibilidades entre o 0 e o 40. Milhões de possibilidades talvez.

Você não ser bonito, mas também não ser feio, saber se ajeitar e se vestir, ter um emprego estável em algum banco da região, um bom apartamento dos seus pais, fazer exercício físico, ter saúde e cursar alguma faculdade.

Ser jovem, pobre, mas ter saúde, ser esperto, conseguir conversar com mulheres e não ser extremamente feio.

Ser bem de vida, mas ser gordinho, feio, de óculos, excluído e com dificuldade de interagir.

Cara, é quase impossível você não ter possibilidade de pegar alguém, na verdade você pode pegar várias.

Você só tem que imaginar sua cartinha, ver suas skills e onde tem que melhorar elas. Treinar seu personagem.



Se você não tem beleza, poxa eu citei várias formas de melhorar sua beleza. Arrume esse cabelo, faça essa barba, tire esses pentelhos horríveis da cara, cure as espinhas, tire as rugas. Vá para academia, veja canais de dicas de moda masculinas, ande com uma postura Alpha. Se for baixinho demais compre uma palmilha que aumenta altura e só tire na hora de praticar o ato sexual, ou desenvolva uma autoconfiança tão grande que isso não lhe abale.

Se você não tem status social e quer ter, pelo menos fique conhecido na faculdade ou no trabalho. Seja o mais inteligente da sala ou o melhor vendedor. Ganhe fama no youtube, ou vire um cafajeste pegador.

Se você não tem saúde, busque de todas formas tê-la.

Se não tem dinheiro, consuma conteúdo para aprender a ter. Empreenda, arrume um trabalho, capacite-se, pare de choramingar ,vá ter 2 trabalhos e mais uma renda extra. Dê seu jeito.

Tem como você se consertar. Ninguém é tão feio que não possa se ajeitar ou tão tosco que não possa aprender até se tornar inteligente.

Então se você for baixinho, gordinho, pobre, desconhecido, não souber nem se expressar e for tímido, não existe aquela palavra mágica daquele seu guru da internet. Não tem o que você diga que irá fazer uma mulher pelo menos 5/10 querer dar para você. É sério. Não existe milagre, você precisa melhorar onde é ruim, ou desenvolver uma autoconfiança inabalável e uma capacidade de sedução absurda. Acho que isso é o caminho mais difícil. Pode até ser que alguma mulher horrorosa nota 3/10 queira dar um sexo que se assemelha a uma esmola para você. Mas esse curso não é para isso, esse curso é para você pegar a 10/10. Convenhamos, você não merece mulheres feias, acima do peso, sem conteúdo.

É melhor você “arrumar o jardim”. Dê um jeito nessa carcaça, arrume o cabelo, estude, seja culto, tenha o que falar, busque status, assim muitas mulheres correrão atrás de você, pois afinal você é o que elas buscam inconscientemente. Beleza, status, dinheiro e saúde, nunca se esqueça que elas buscam isso.

Eu já vi caras que mal conseguiam falar, mas eram altos e bonitos e conseguiam pegar mulheres sem esforço. Já vi baixinhos, feios e pobres pegando mulheres pois tinham uma resenha e autoconfiança incríveis. Já vi cara velho e feio com mulheres de cinema pois tinham dinheiro. Já vi até mulheres de seus 30 anos dando em cima do meu pai com 50 pois ele

tinha poder.

E um pilar fundamental, saiba se vender. Sério, é imprescindível que você saiba se vender, vamos falar bastante sobre isso pois o homem não sabe se vender.

Aquela foto horrorosa na frente do espelho? Puts...é complicado. Mas nós vamos mudar isso juntos, ok soldado? Até o final desse capítulo tenho certeza que você terá uma boa noção de como se vender melhor pessoalmente e digitalmente. As redes sociais são uma máquina de fazer você fazer sexo com muita frequência.

De nada adianta você ser o cara mais zica do universo e não saber mostrar isso adequadamente para os outros. Por exemplo hoje em dia é quase impossível você se dar bem com mulheres caso não esteja pelo menos presente nas redes sociais. Como elas vão analisar seu perfil? Saber seus gostos? Mostrar para as amigas avaliarem?

Outro fator muito importante de estar nas redes socais é a retenção. Você pode até pegar a menina na festa, mas eai, ela pede seu Instagram e você diz que não tem. Dificilmente rolará algo entre vocês, não cria conexão, não cria apego. As mulheres vivem nas redes sociais, propagando seu ego e cuidado da vida de outras mulheres.

Eu fico triste quando analiso as redes sociais da maioria dos homens. É uma falta de noção tremenda.

Mas vamos dividir isso em 2 palcos, o primeiro palco é o presencial, pessoal, carne e osso. O segundo palco é o digital, redes sociais. Em ambos os palcos você deve arrancar aplausos da plateia.

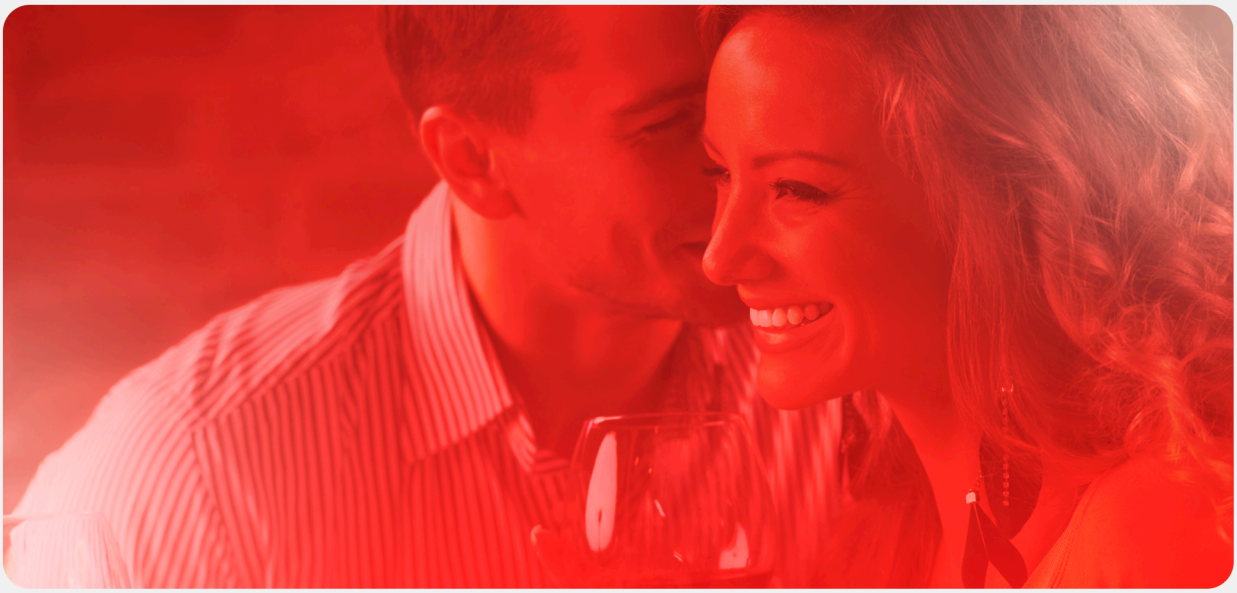
Pessoalmente você deve no mínimo saber se vestir e cuidar da sua aparência, cabelo, barba, sobrancelha, pelos, espinhas. Se você tiver uma estética insana, daí é só alegria. Não se engane, mulheres sente muito tesão em um corpo atlético, definido, másculo, com tônus muscular. Shape de surfista, de musculação, de atleta, de modelo, de ginasta, de nadador. Sem Exageros.

Mulheres não gostam de exageros, apenas uma pequena parcela delas gostam. Se você ficar com um shape de fisiculturista, ou muito grande sem definição, o público feminino que se atrairá por você é aquela rata de academia, aquelas moças que frequentam rave, galera do anabolizante. Nada contra, só estou afirmando que extremos te levam a públicos restritos. E aliás, mulher nem gosta disso, mulheres não gostam de homens exageradamente musculosos, principalmente se são retidos e parecem um bolo abatumado. Quem gosta de extremos é o próprio homem, seja para se sentir bem, massagear seu ego, segui carreira, trabalhar com o corpo na área, ou para aparecer para outros machos. Engana-se quem pensa que a mulher pensa assim: “nossa quero um homem gigante com músculos enormes”. A massiva maioria das mulheres irá preferir um shape de surfista ao invés de um shape extremamente musculoso.

Caso você não tenha um corpo bonito, comece a buscar um. Não é muito difícil, é só não ser muito magro, muito gordo, muito retido, totalmente sem músculos ou sem definição. Ser peludo nos peitos, nas costas. Não tenha uma aparência largada e desajeitada, aquela aparência de quem não toma banho.

Amigo, não espere dicas mágicas nesse curso que irão lhe fazer catar mulheres. Você precisa buscar os 4 pilares: status social, beleza, dinheiro e saúde. Estou lhe ensinando a arrumar cada pontinha solta dessas. Eu vejo vários gurus da internet falando sobre gatilhos segredos e segredos secretos para pegar mulheres, mas não vejo ninguém dando a real sobre a aparência, o status social, a condição e a saúde dos homens. Você precisa melhorar seus atributos.

Como se vestir bem? Cara, depende muito do seu estilo e do local onde você vai ir. Mas primordialmente eu aconselharia a criação de um estilo único. Não precisa ser nada muito chamativo, claro. Mas você pode ter um estilo, ser um cara “preza”.



Meu pai costumava me dizer: “Max, se tu vai bem vestido, tu não tá mal vestido”. Meio redundante, mas faz sentido. Nunca é “demais” se vestir bem. Entre ser o cara que está vestido meia boca no local e o cara que está exageradamente bem vestido, prefira ser o exageradamente bem vestido.

Então... o ideal seria todos nós termos um estilista profissional nos assessorando a vestimenta. Já viu o McGregor se vestindo? O cara parece um Deus! Buscou um estilo próprio que combina com sua personalidade de “Badass”, profissão e tatuagens. Incrível trabalho!

Você já viu funkeiro famoso se vestindo? Pode parecer ridículo, eu sei. Mas para o meio deles, eles estão lindos e são inspiração para os meninos da favela, por usarem seus óculos de abelha e camisas de marca.

Mas já que não temos um estilista, podemos fazer um básico, barato e bem feito.

Eu gosto de um estilo mais básico, calças jeans, camisetas de cores básicas como preto, branco, vermelho, azul. As calças um pouco personalizadas com rasgões e acessórios masculinos como pulseiras e cordões. Tênis... ah, os tênis, mulheres prestam muito atenção nos tênis, e homem tem uma paixão por tênis feio. Não apareça na frente de mulheres com tênis que você vai na fruteira ou na academia, use um tênis básico, limpo, de cores básicas.

Eu evito coisas muito chamativas, com estampas, coloridas, brilhosas. Mas por que? Porque eu acho que você precisa ter um estilo para fazer isso e eu nunca tive saco para fazer. É arriscado se vestir mal fazendo isso e ficar ridículo. Quando você faz o básico, cores básicas, bem vestido, limpo, sem roupas amassadas, você inevitavelmente estará bem vestido, alinhado.

Compre coisas pela internet, é barato.

Mas uma coisa é fato, nenhuma roupa ficará bem ou bonita em você se você estiver com um corpo feio, você sempre ficará se sentindo inseguro, sei como é.

Você vai lá e coloca a camisa de R$ 300,00 e fica um mosquito dentro, ou toda marcada em seu corpo gordinho e sem músculos. Aí passa um cara do seu lado com uma camiseta básica de R$ 30 estourada na braceta e colada na silhueta. Você fica se sentindo mal.

Eu treinava com um instrutor da academia que tinha um corpo magnífico, ele pouco se importava com as roupas que usava. Largava uma camisa branca e uma calça jeans preta, saia na rua e a mulherada pirava. Nenhuma roupa supera um shape sinistro.



Caras altos, esbeltos, definidos, fortes, tem extrema facilidade em ficar bem nas roupas. Baixinhos, magrinhos, gordinhos saem perdendo nessa.

Todavia, mesmo que seu corpo não esteja bonito agora, comece a se vestir bem. Sugiro começar de maneira discreta.

Cuide de seu cabelo, tenha o cabelo que quiser ter. Quando mais chamativo ele for, mais necessário será você ter um estilo próprio. Mantenha ele hidratado, com aspecto de limpo, com forma.

O ideal é você ir em um cabeleireiro bom, é quase a única coisa que nós homens temos que ter atenção ao gastar nosso dinheiro com beleza. Um bom cabeleireiro irá saber o corte ideal para seu tipo de rosto.

Cuide para não ter monocelhas, nem pelos no ouvido ou nariz. Não tenha vergonha de fazer a sobrancelha, todos atores famosos fazem. Vá no salão e peça para fazer. Apenas cuide para não parecer que faz a sobrancelha, mulher notam isso e acham que você é um fresco. Quando for fazer peça para fazer de uma forma que fique natural, nada de muito desenhado. Deixe como se você não desse bola para isso, mas ainda assim uma sobrancelha bonita e máscula.

Sobre seu cabelo ainda, se ele for ruim, existem tratamentos em salão, repito de novo, não tenha vergonha de fazer. Só não diga para as mulheres que você faz, aliás você não precisa dizer para ninguém. Nada de cabelos ressecados ou oleosos, caso não tenha condições de manter ele comprido ou médio e bonito, deixe curto. Existem até opções de tratar os cabelos em casa, basta jogar no Google. Mas cabelos grandes, franjas, cortes mais complexos, demandam mais cuidados.

Caso seu rosto seja muito baleado, por espinha, buracos, cicatrizes ou olheiras, aprenda a passar alguma maquiagem leve para ir as festas pelo menos. Um toque sutil faz toda diferença. Ou você acha que os atores do cinema não se maquiam?

Pessoalmente é fundamental que você tenha uma postura Alpha e uma linguagem corporal confiante. Não ande todo corcunda, com os ombrinhos coladinhos igual criança. Não ande desajeitado, parecendo que vai cair por cima das pessoas ou trombando nelas.

Sobre a linguagem corporal, preste muito atenção, o ser humano desenvolveu primeiro a linguagem corporal e depois a verbal. Então antes mesmo de você falar qualquer coisa para a mulher “seu corpo já falou”, se você for falar com ela transparecendo insegurança, já era. Como você quer que ela fique com você se você acabou de dizer que está inseguro, nervoso ou com medo.

Nada de bracinhos cruzados, ombros caídos, sorrisinhos no rosto, carinhas de coitadinhos. Cuide bastante a distância que inicia um approach também. Caso a mulher não tenha demonstrado interesse em você, dificilmente dará certo você invadir um espaço de 30 cm dela. Inconscientemente ela ficará incomodada.

A melhor postura e linguagem corporal possível você tirará dos cinemas. Aqueles caras são topo de pirâmide, basta imitá-los.

Imite a postura do 007, do Tony Stark, do Super-Man. Isso seria um básico de imagem pessoalmente. E da mesma forma você deve se mostrar na internet. Por que postar uma foto horrorosa sua? Por que postar uma foto com uma cara de moribundo, num local feio, uma foto desenquadrada, recortada de alguém? Por que postar uma foto sem uma iluminação boa se tem sol todo dia? Por que postar uma foto em frente ao espelho do banheiro sujo?



Não se venda assim na internet. Homens acham legal fazer isso, não sei por quê.

Você pode tentar fazer assim:



(Esse sou eu galera kk)

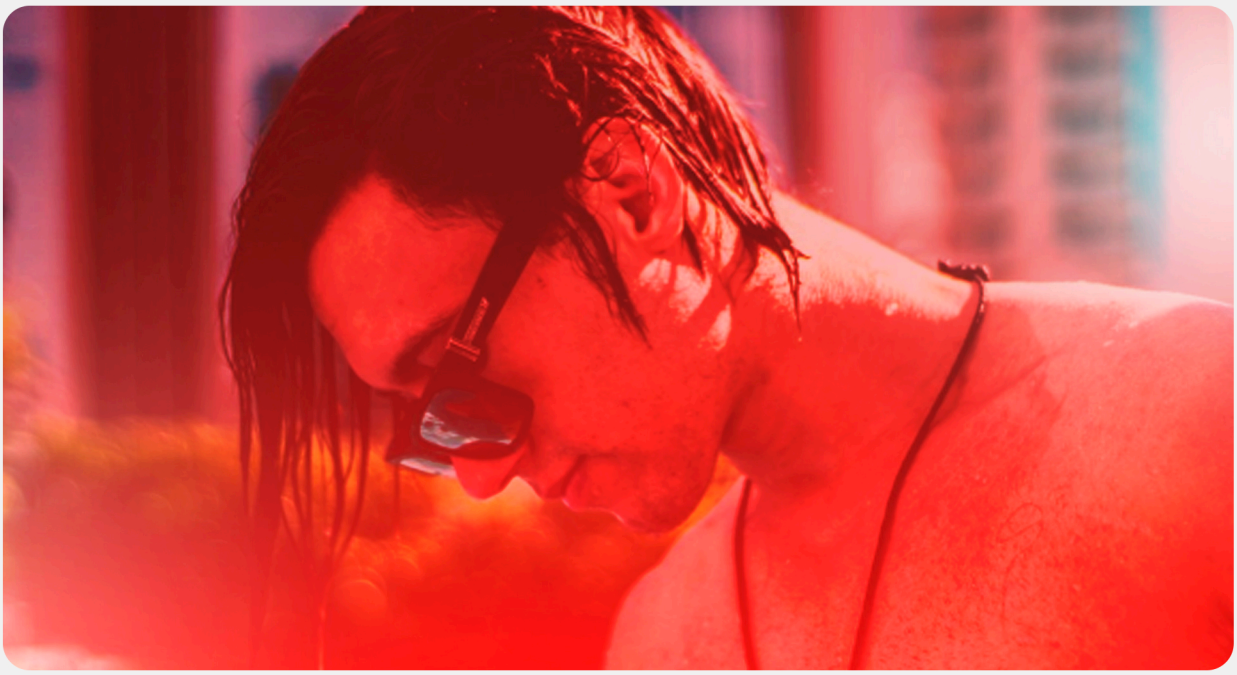
Enfim, peça para um amigo bater uma foto de você, vá para um cenário legal, É sério, você precisa investir tempo nisso.

“Tá hoje eu vou sair para tirar umas fotos maneiras”

É assim que eu faço com meus amigos olha só:



Cara olha os resultados que eu consigo com um pouco de paciência, planejando um pouco e com alguém para me ajudar:





O que você acha que acontece quando eu coloco essas fotos no Tinder por exemplo? Pois é. Você pode fazer assim também com sua vida soldado!

Se liga só nesse exemplo, ao invés de você ter uma foto assim:

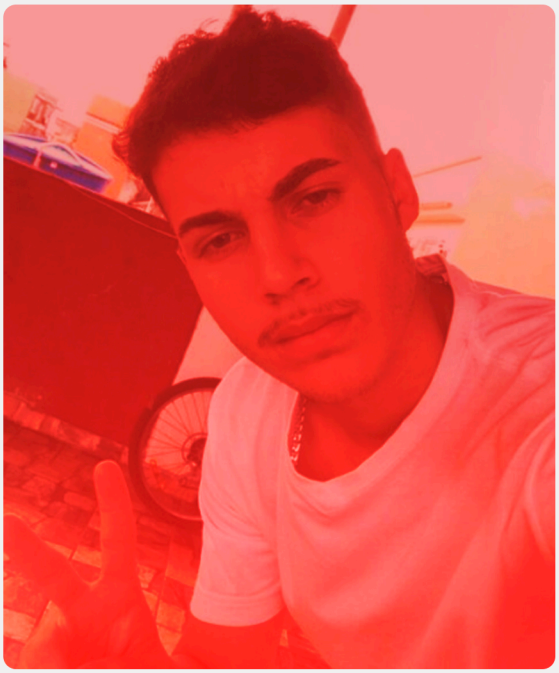


Foto sem valor social nenhum. Qualidade baixa, cenário horroroso, expressão facial sem emoção. Roupa ok.

Você pode fazer assim:



Olha que foto maneira que o cara tirou na praia.

Cenário ok, roupa ok, expressão facial boa demais, qualidade da foto top, iluminação ótima.

Poxa, você não precisa ser nenhum expert no assunto. Dê uma estudada em como tirar fotos boas. Bom enquadramento, boa iluminação, boa expressão facial, cenário bonito.

Comece a praticar, óbvio que vai ser ruim no começo, mas em pouco tempo você já vai ter uma imagem nota 10/10.

Chame algum amigo e saia para praticar, se divirta. Ok? Se não tiver nenhum amigo vá sozinho, apoie a câmera do celular em algum lugar, ou peça para alguém tirar para você, sem desculpas.

Por que estou falando para você sobre como se vender? Porque é impressionante o potencial que há na internet de você conhecer mulheres. Seja por qual motivo, para um sexo casual ou para encontrar o amor da minha vida. Eu mesmo já encontrei "vários amores da minha vida na internet". Tinder, Instagram, Tik Tok, Twitter, caso você tenha canal no YouTube ou Twitch, também é importante cuidar de sua imagem pessoal.

As suas redes sociais são sua "identificação social" grave isso. Pode ter certeza, assim que a menina conhecer você em uma festa, na faculdade, no barzinho, vocês vão trocar redes sociais. Ela quer saber da sua vida, quer saber se você é um macho que vale a pena fazer sexo.

Claro que a beleza é um belo fator para quando a menina ver suas redes sociais ela ficar com desejo. Mas você pode não ter beleza, ou ter beleza e não saber "se vender". Já vi caras feios mas que sabem tirar fotos incríveis, fazem caras e bocas, editam as fotos, dedicam tempo nisso. Aliás você já deve ter visto vários... "ah esse cara é feio, não sei como as meninas curtem as fotos dele". Cara, ele sabe se vender, seja na internet ou pessoalmente, nada é por acaso.

Se você for feio mas tiver várias fotos com mulheres, fotos em lugares irados, praticando esportes radicais, em festas, mostrando uma vida abundante, divertida e de valor, pode ter certeza que irá chamar mais atenção que um "gato" que tenha um Instagram mórbido, com fotos em uma paisagem horrorosa e uma câmera horrível, com olheiras e uma cara de tédio.

Sua rede social precisa ter vida, diversão, esperteza, maravilhas! Nunca se esqueça: beleza, status social, saúde, dinheiro. Sempre mire nessas coisas, a rede social pode lhe ajudar a mascarar uma série de coisas.

As mulheres são viciadas em emoções, caso você não passe nenhuma, ela não estará nem aí para você, vale para redes sociais ou pessoalmente.

Caso a mulher veja que suas redes sociais são movimentadas, isso lhe atribui valor. Mulheres são viciadas em homens que tenham atenção das outras pessoas, o famoso popular do colégio. A explicação para isso é pois ao "colar" em um macho que tem o prestígio dos outros, ela pode subir na escada social e vencer a competição egoica com outras fêmeas. Além claro, conforme já estudamos: homem popular = status social alto = fêmeas gostam.

Ter seguidores, ter curtidas nas fotos, ter comentários, interagir com as pessoas nos stories, coisas assim. Mulheres estão em um tédio tremendo em casa, elas adoram ver pessoas interagindo com outras pessoas nas redes sociais.

Você pode fazer stories respondendo seus amigos, pode gravar seu dia a dia, pode postar alguma legenda da foto estimulando os comentários, pode postar vídeos. Lembre-se de dar atenção para isso, de movimentar suas redes sócias, de estar presente.

E fundamental, mostre você apenas em situação de valor social. Não há muitos motivos de mostrar você em uma fila esperando o ônibus, nem dentro dele. Não há motivos de mostrar uma casa sem reboco na parede.

"Ah mas eu pego ônibus e moro em uma casa sem reboco". Beleza, mulheres não gostam disso. Ou você se torna um mestre da sedução que irá driblar isso. Eu mesmo já transei com muitas mulheres enquanto vivia andando de ônibus, sem carro nenhum (não tenho até hoje), morando em um apartamento horroroso em uma avenida mal falada da cidade. Confesso que durante muito tempo ser pobre, andar de ônibus e morar em uma casa feia me fizeram perder inúmeras mulheres, na verdade eu mal

saia de casa. Mas depois que aprendi a lidar com isso, a conhecer minhas fraquezas e entender do jogo da sedução, foi como se aquele apartamento horroroso, aquela avenida repleta de lixo e andar de ônibus não fossem empecilhos nenhum para eu me relacionar com mulheres, ah, mulheres de alto nível claro.

Tente ter um celular bom para tirar fotos. Se não tiver pegue o do pai, o da mãe, o do amigo. Se ninguém tiver, use o melhor e fique em uma iluminação boa. O fundamental para uma boa foto é luz. Existe luz solar todo dia, pra que tirar fotos noturnas iluminado pelo poste? Ou fotos em salas escuras, paredes de quartos com luz artificial, dentro de carros escuros, essas coisas?

Use e abuse da luz, vá para a varanda, abra as janelas, vá para o parque, etc.

Não tire fotos escuras e de baixa qualidade! Você pode não ter o melhor equipamento mas pode tirar o melhor dele.



(foto de alguns aplicadores do método Social Pro)

Você tem noção que essa mesma foto poderia estar uma verdadeira porcaria? Mesmo estando em uma mansão, com uma piscina, numa cobertura e com uma menina super gata? Se essa foto estivesse escura, se ela estivesse mal enquadrada, se as pessoas estivessem mal arranjadas na fotografia, etc.

Preciso que você tenha uma pequena noção sobre fotografia para se vender bem na internet. Que filtros usar, como enquadro bem a foto, onde corto a foto. Bem básico, isso pode salvar sua foto e lhe ajudar a tirar ótimas fotos suas e de seus amigos.

Sobre enquadramento e recorte:

A Regra dos Terços é a utilização de uma grade que separa a foto em 9 quadros para a harmonização da foto. O objeto principal da foto deve ficar perto das junções das linhas, e nunca no meio delas. O resto da foto deve ser um local de repouso, que faça com que os olhos corram direto ao elemento atraente.



Esse aqui é o exemplo de uma foto profissional, claro que você não precisa começar tão bem assim.

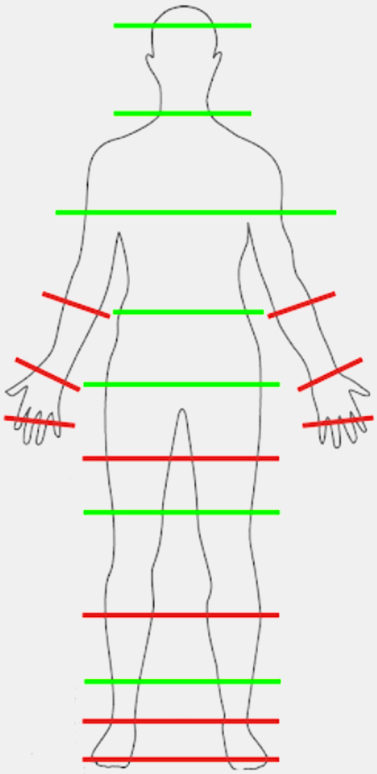
Sobre o recorte, cansado de parecer amputado nas fotos?

A dica aqui é muito simples: nunca corte o corpo de uma pessoa nas articulações. Ex: joelho, punho, cotovelo, tornozelo, etc. Isso faz a pessoa parecer amputada, maneta, perneta...

Para fugir a essa desagradável sensação a dica é sempre cortar o corpo entre as articulações. Assim, é permitido cortar no meio da perna, no meio da coxa, no meio do antebraço e no meio do braço. É claro que quando eu digo no meio, isso não significa exatamente no meio do

membro. Pode ser um pouquinho pra cima ou pra baixo. O importante é nunca ser na articulação.

No caso da barriga, corte acima ou abaixo do umbigo, mas nunca exatamente sobre ele. A mesma regra serve para os mamilos. Abaixo é mostrado um diagrama de onde os cortes podem ser feitos (em verde) e onde não devemos cortar a foto (em vermelho).



Sugiro que você pratique. No começo será ruim, claro, mas depois você irá tirar fotos incríveis, estude mais sobre como tirar boas fotos por fora do curso, será fundamental para uma boa identidade digital.

Não é tão difícil tirar uma boa foto, quer ver?



(eu sei que é o Mc Pedrinho kkk)

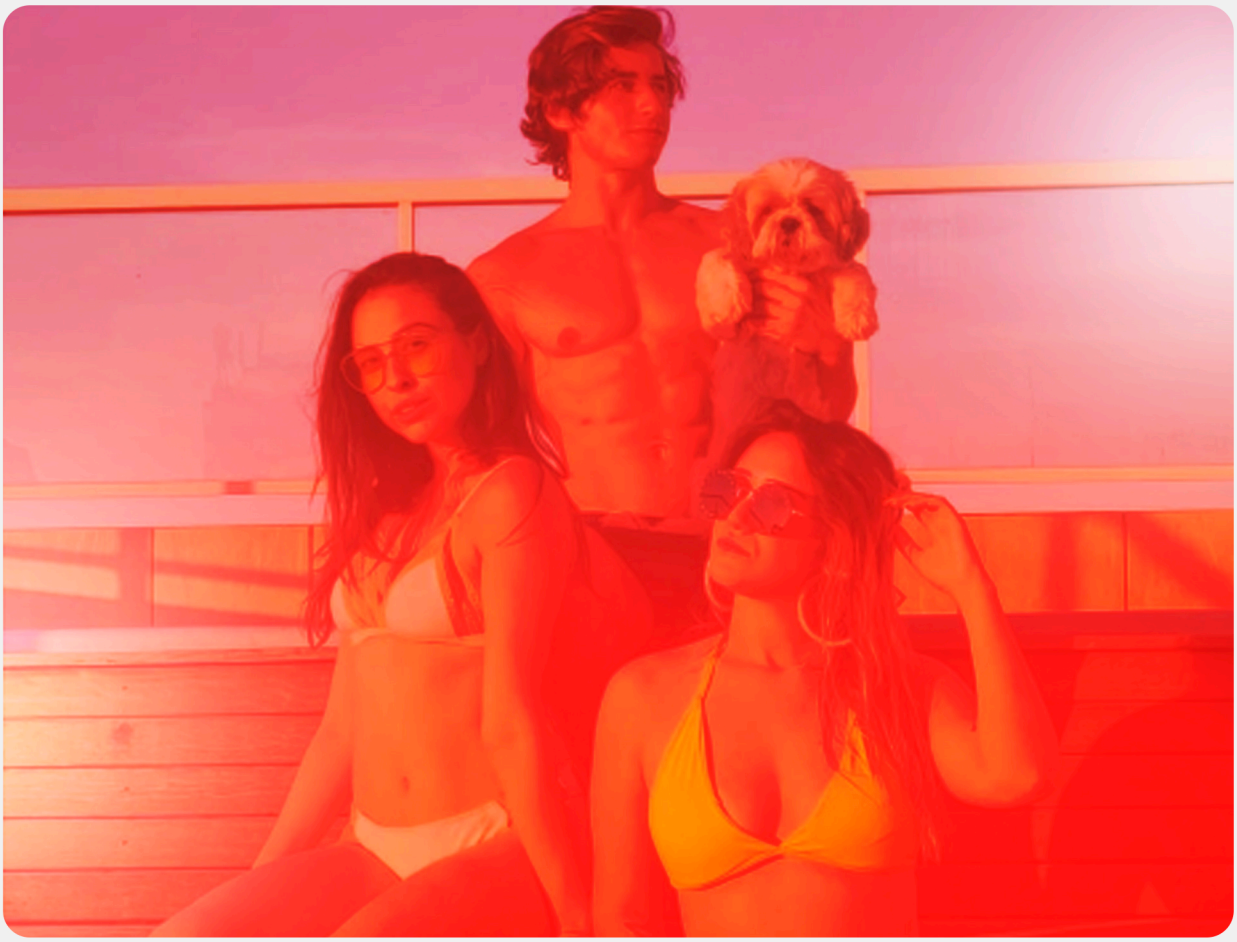
Mas olha que fácil tirar uma foto boa, agradável e bonita. Está bem iluminado, com uma qualidade boa, um sorriso e uma roupa descente, pronto. Imagina esse mesmo cara em uma parede de quarto com luz amarela de noite, uma roupa brega, um enquadramento vindo de baixo (igual seu pai quando tira foto), amigo não teria salvação.

Seguem mais uns exemplos de fotos que você pode tirar, agora usando o Gabriel Breier como modelo.



Fotos extremamente fáceis de se fazer, detalhe, ele tirou elas sozinho.

“Ah, mas ele é forte, tem um corpo dos sonhos”. Eu já usei caras magros aqui amigo. Preste atenção, estou falando sobre dicas de boa fotografia, para você saber se vender, é óbvio que o ideal seria você ter o corpo do @_gabrielbreier, mas pode ser que essa não seja sua realidade hoje, então trate de tirar o melhor com o que você tem. Grave isso: tirar o melhor com o que eu tenho. Faça isso sempre que puder e verá os resultados! Quero ver geral com uma foto assim um dia:



Fotos é melhor mostrar do que ficar falando, seguem mais fotos de aplicadores do método Social Pro. @igorbaron_



O rapaz usou na primeira foto o benefício da luz solar e fez uma cara com olhos serrados, com intento de passar um ar sedutor. A segunda foto uma foto estilo “distraído” que particularmente gosto muito. Aqueles momentos que lhe pegam rindo, falando, gesticulando, andando, etc.

Cara, por que estou falando tanto sobre fotografia, imagem na internet? Eu vou deixar a ênfase da importância de você ter uma imagem top nas redes. Quando você vai comprar de uma empresa, você não olha site e redes sociais? Sim. Quando uma mulher pensa se vai ou não dar para você ela vai olhar suas redes sociais também.

Pode até ser que você pegue uma menina em uma festa e transe com ela. Mas no dia seguinte se suas redes sociais não forem iradas, não passarem emoções e valor social, ela vai embora, ou seu valor com ela irá diminuir muito.

É incrível, mas pode ser que você beije a moça a noite toda, ela fique toda molhada te achando incrível, mas no dia seguinte, após ela ver suas redes sociais parece que tudo acabou... aquele fogo cessou. O cara diferente e de valor que você era, já é só um Zé.

Das duas uma: ou ela não gostou do seu “tipo”, ou suas redes sociais não tem valor.

Na primeira hipótese é como se você fosse rockeiro e ela gostasse de funkeiros e skatistas. Ou você sendo um bolsominion e ela uma petista, feminista, vegana. (o que é bem possível kkk)

Sei que no início no livro, onde falamos sobre mindset, falei muito de você ter sua personalidade, e esse inclui a política. Mas ninguém precisa ficar sabendo de sua opinião. Você pode até omitir ela, principalmente quando quiser sexo.

O que eu quero dizer é quase o seguinte: se você não quiser seguir uma carreira onde sua opinião política seja relevante ou faça seu ganha pão, não vale a pena expor sua opinião. Se você não for político, sociólogo, filósofo, professor, escritor e afins,

por que raios vai ficar falando de política com meninas de retardadas feministas?

A menina do Tinder não precisa saber sua opinião política. Aos retardados o silêncio. Mas se você acreditar que essa é a mulher da sua vida, se quiser investir nela, trate de expor quem você é logo. Caso contrário será impossível vestir a máscara por muito mais tempo e você criará uma confusão tremenda, ou terá que fingir ser o que não é.

Uma bela evasão é dizer: “Política? Eu nem dou bola para essas coisas, estou focado na minha vida”, “Maneiro isso que tu acredita, legal, nem sei muito sobre essas coisas”.

Na segunda, e mais provável, é que sua rede social está ruim. Suas fotos estão ruins, você está com poucos seguidores, não tem fotos com mulheres, não tem interações, falta emoções, não é fotogênico.

Escute eu não estou pedindo para você mestrar suas redes amanhã, mas estou pedindo para seguir as dicas e dar o melhor com o que você tem!

“Não tenho mulher para tirar foto” - Chame sua irmã. Sua tia, se ela for jovem.

“Não tenho corpo bonito” – Use um ângulo que lhe favoreça, use roupas bonitas, faça uma cara que passa alguma emoção.

“Não sei tirar foto” – Estude, pratique e aprenda.

“Não gosto de tirar foto – Vai ter que gostar ou fazer sem gostar mesmo.

Eu digo que o cara que não gosta ou não sabe usar suas redes sociais para pegar mulher está perdendo. Não estamos mais na época de nossos pais, hoje tudo acontece no digital.

Você provavelmente terá uma escassez de mulheres, terá menos do que poderia.

Outra coisa, nada de fotos com cara de bundão. É, isso mesmo. Não dê sorrisinhos afeminados, não poste fotos com linguagem corporal insegura. Por favor, não aparente ser fraco nas redes sociais.

É importante entender a interligação das redes sociais. Como assim? Simples, você da match no Tinder e ela quer seu instagram, não adianta nada ter um match no Tinder se seu instagram vai estragar tudo... Entendeu? Esteja bem em todas redes que estiver presente.

O ideal é nunca falar aquela: “ah mas eu nem uso muito”. Pronto ela já sabe que você é um macho desconhecido e sem status social.

Beleza, status social, dinheiro e saúde. Lembra?

Cara se você não está disposto a desenvolver sua mente, estudar, ir para academia, ir socializar, trabalhar sua imagem, cuidar sua aparência, aprender coisas novas, usar as redes sociais e ter uma vida produtiva e desafiadora, o que você está fazendo aqui?

Está esperando que as mulheres caiam quicando no seu colo?

Sinto muito, não vai acontecer. O que vai acontecer é você ser um cara frustrado, corno e ficar anos sem saber o que é sexo.

Desculpe, mas a Social Pro te da a real.

Vamos conferir algumas outras fotos da galera? Sobre fotos é melhor mostrar do que ficar falando. Entenda o seguinte: tirar fotos bonitas não tem nada a ver com ser bonito.

Outra coisa, nada de fotos com cara de bundão. É, isso mesmo. Não dê sorrisinhos afeminados, não poste fotos com linguagem corporal insegura. Por favor, não aparente ser fraco nas redes sociais.

É importante entender a interligação das redes sociais. Como assim? Simples, você da match no Tinder e ela quer seu instagram, não adianta nada ter um match no Tinder se seu instagram vai estragar tudo... Entendeu? Esteja bem em todas redes que estiver presente.

O ideal é nunca falar aquela: “ah mas eu nem uso muito”. Pronto ela já sabe que você é um macho desconhecido e sem status social.

Beleza, status social, dinheiro e saúde. Lembra?

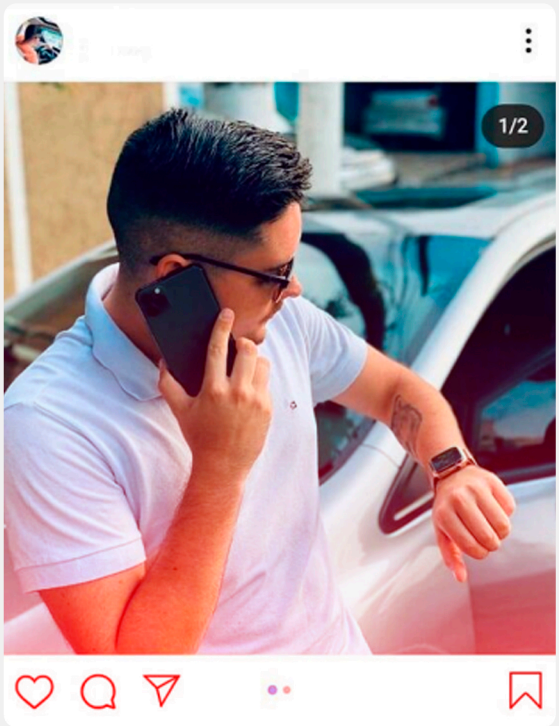
Cara se você não está disposto a desenvolver sua mente, estudar, ir para academia, ir socializar, trabalhar sua imagem, cuidar sua aparência, aprender coisas novas, usar as redes sociais e ter uma vida produtiva e desafiadora, o que você está fazendo aqui?

Está esperando que as mulheres caiam quicando no seu colo?

Sinto muito, não vai acontecer. O que vai acontecer é você ser um cara frustrado, corno e ficar anos sem saber o que é sexo.

Desculpe, mas a Social Pro te da a real.

Vamos conferir algumas outras fotos da galera? Sobre fotos é melhor mostrar do que ficar falando. Entenda o seguinte: tirar fotos bonitas não tem nada a ver com ser bonito.



Olha que foto irada do maluco! Estilo patrão. A foto está com boa qualidade e numa vibe espontânea. Eles está com roupas descentes, cabelo bacana, acessórios legais. Eu trocaria a foto de perfil, pois não dá para ver quem ele é. Pode transmitir insegurança, ou na duvida acharem que ele é feio.

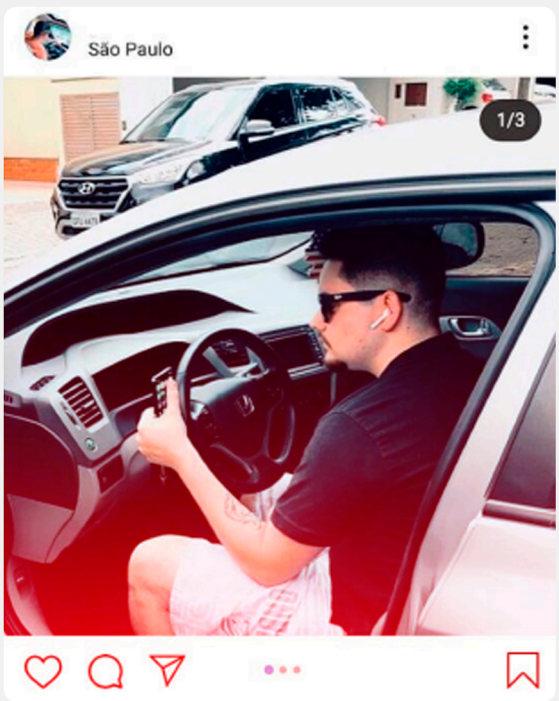


Foto maneira também! Fácil para você recriar. Foto maneira também! Fácil para você recriar.



Olhem essa foto de perfil para não fazerem igual. Nunca usem foto com outras pessoas junto como foto de perfil. Não, não e não. Ninguém sabe quem é... e tem um cara de camiseta dentro da piscina?



Nunca coloque fotos de costas de perfil...fica feio e não dá para saber quem é você.

123



Veja bem, a foto de perfil está legal, mas eu não aconselharia uso de óculos. Ainda esconde um pouco seu rosto, não é um grande problema, mas o ideal é não fazer isso.



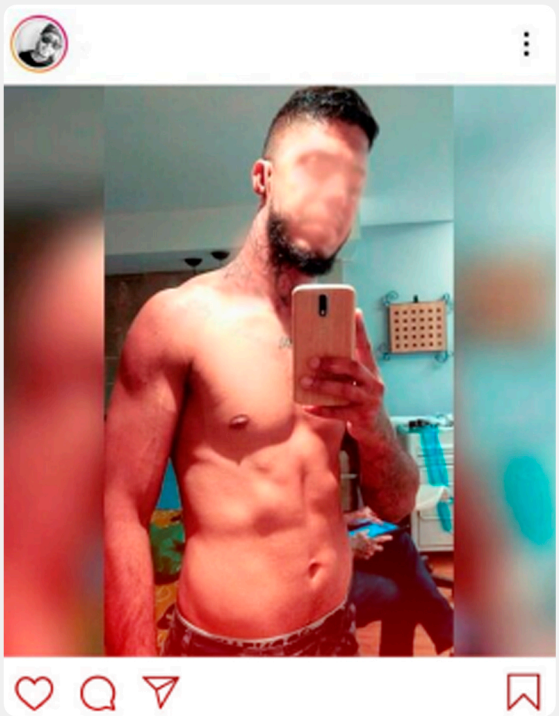
Esse é o tipo de foto que eu não gosto muito. Além de ter um erro desnecessário que baixa qualidade da foto. O sol atrás, fica ruim de olhar. Se ele usasse o sol a seu favor e não contra seria melhor. Bastaria tirar a foto do outro ângulo. Ainda acho uma foto com pouco valor social. Legal, você e sua parede branca... mas eai?



Já essa foto aqui, olha que legal. Cenário e qualidade iradas! Se fosse de dia, melhor ainda.



O mesmo moço de antes, da foto de perfil de costas... Agora olhe essa foto. Cara mulheres não querem ver você na frente do espelho mostrando o bíceps, quem te falou isso? Quer mostrar o braço? Mostre de um jeito natural, ao segurar um cigarro ou abraçando alguém, fazendo carinho no cachorro, treinando... Não forçando na frente do espelho. Além de tudo, a qualidade da foto está ruim.



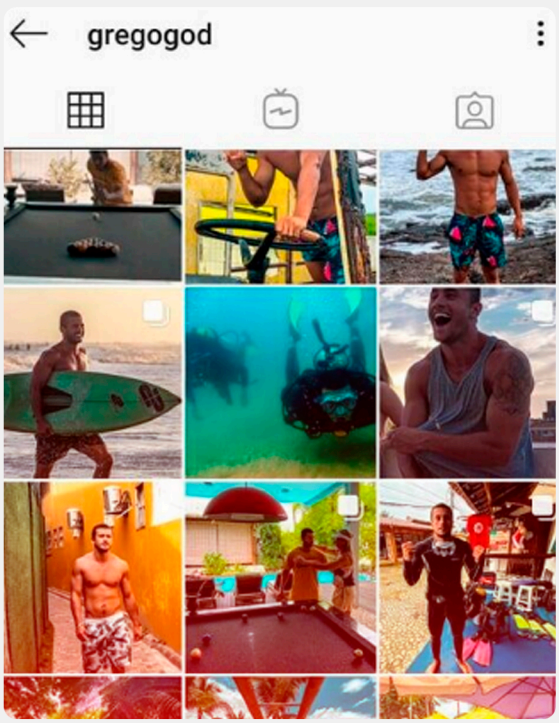
Outra foto do mesmo estilo. E mais, caso você não tenha um shape irado, insano, não fique mostrando seu shape a todo custo. Não que o shape no rapaz esteja ruim, mas longe de ser um shape top. É um corpo que seria melhor mostrar em uma foto na praia, fantasiado em uma festa, etc, em situações mais “naturais”. E afirmo de novo, mulher odeiam caras que ficam na frente do espelho mostrando o shape.



O mesmo rapaz tem uma foto irada! Fotos lutando ou praticando algum esporte são boas demais! Por quê? Pois são atos de alto valor social, macho de alto valor lutam, viajam, vão para festa, dão tiro, andam de montanha russa, fazem coisas legais!

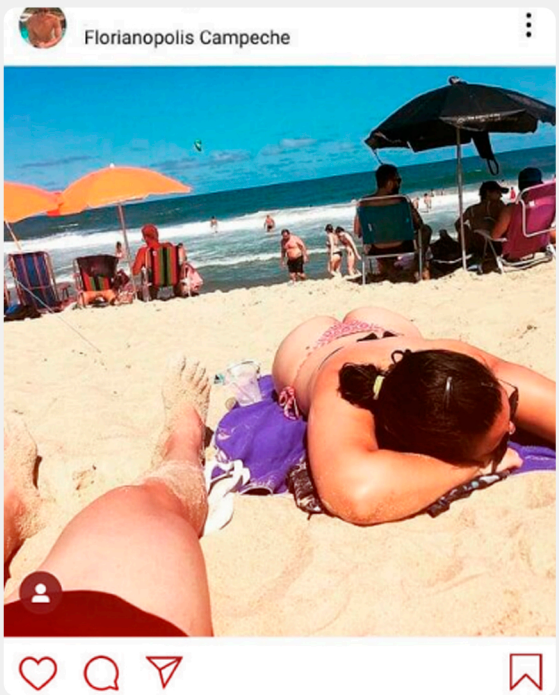


E ele é um cara boa pinta, uma simples foto do rosto já fica decente. Ser bonito ajuda, mas viram com a foto no espelho o estragou.



Exemplo de perfil sensacional. Sei que não é todo mundo que tem um celular com essa qualidade,

nem pessoas para bater essas fotos e nem acesso a esses lugares. Mas sei que tem caras que tem tudo isso e tem um perfil horrível! Ora, se você tem acesso a essas coisas por que não tem um perfil assim? Pois você não sabe se vender que nem esse rapaz.



Eu gostei muito dessa foto. De maneira sutil mostrou uma prova social, monstro demais! Foto com uma mulher de bunda para cima numa praia.

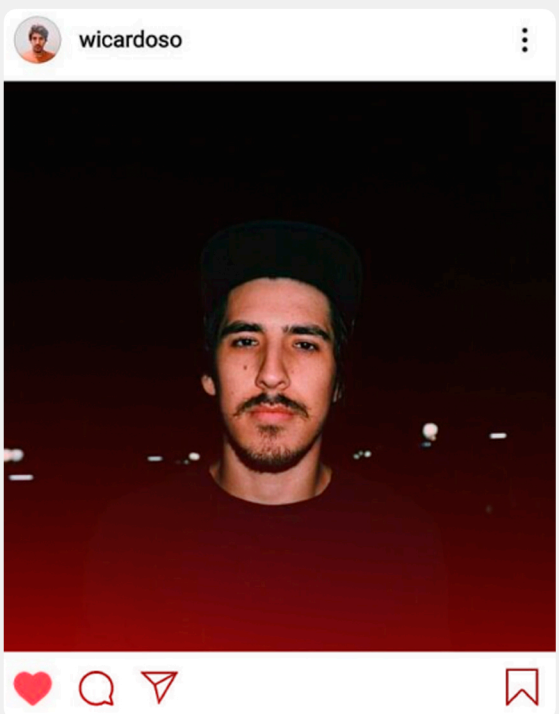
Lembre-se: mulheres querem fazer sexo com caras que outras mulheres fazem sexo.



O mesmo rapaz tirou essa foto irada também! Olhem o enquadramento, mostrando a paisagem.



Por falar em enquadramento e paisagem. Essa foto é em um shopping, com um celular mediano. O rapaz apenas tem noção de enquadramento, achou um lugar maneiro, foi criativo ou copiou de alguém e tem boas noções de edição de imagem. Bom gosto salva!



Celular mediano, enquadramento ótimo, técnica de fotografia e criatividade. Baita foto



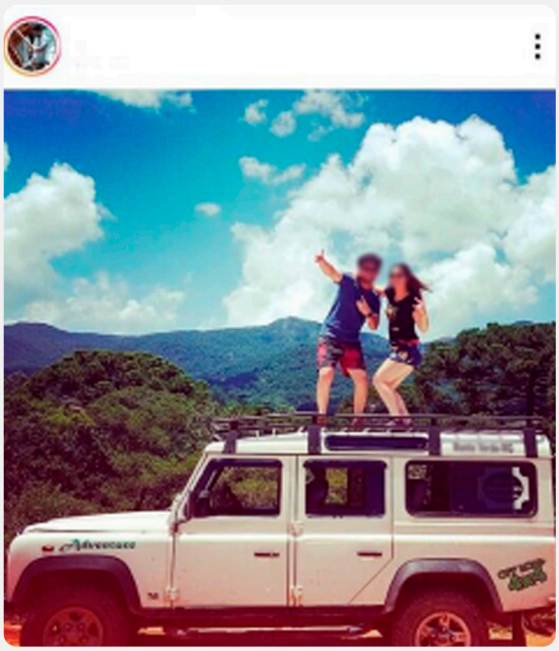
Cara, não tirem fotos assim. O que tem de valor nessa foto? Você e um amigo. O amigo claramente inseguro, escondido, tentando não se mostrar na foto, com a postura de um beta e uma roupa horrível. Um espelho e a famosa foto na frente do espelho...



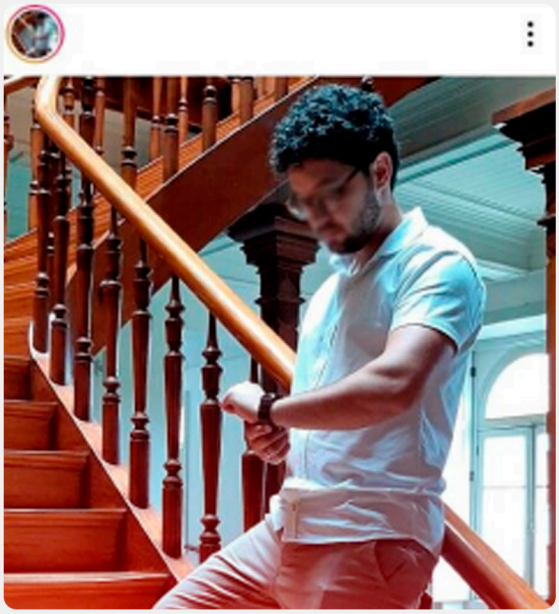
O mesmo menino tem uma foto assim com os parças, bem melhor né? Por mais que esse campo aí não traga valor nenhum para foto os rapazes estão com roupas legais, bem enquadrados e a qualidade está top!



Foto muito top com a namorada! Pegou o exemplo de net e copiou, bom demais!



O mesmo maluco, foto top demais com a namorada, parabéns!



E essa foto dele aqui? Top demais! Eu só não usaria ele de perfil, pois não dá para ver quem ele é muito bem. Fotos de perfil ideais são mostrando o rosto.



Meu amigo... não faça isso. Parece foto que motorista da Uber cadastra no aplicativo.

Agora eu vou falar outra coisa importante, como pegar mulheres mesmo sendo feio e pobre. Afinal elas gostam dos ricos e bonitos não é mesmo?



Bom, é claro que elas gostam. Mas duas coisas: muitos dos ricos e bonitos são extremamente fracos no “jogo”, se humilhando por mulheres feias, tomando foras humilhantes, se envolvendo em relações tóxicas e passando anos sem o “bem bom”, ou fazendo sexo só pagando. E existem poucos caras ricos, bonitos e Alphas. Não adianta nada ser rico, bonito e um beta, um fraco, um medíocre, um bajulador, um coitado. Mulheres querem os Alphas, entre o alpha pobre que faz ela gozar que nem louca e o rico boçal e fraco que mal sabe chupar ela, ela irá entregar seus melhores tesouros para o alpha. Pode ser até que ela namore o rico patético, principalmente se ela tiver mais de 30 anos. Por uma questão de segurança e momento. Mas a paixão dela, o tesão sexual dela, onde o coração dela vai bater é onde estão os Alphas, isso é lei.

O que eu quero dizer é que o beta, mesmo sendo rico e bonito, nunca terá uma mulher por inteira, ele nunca saberá o que é uma mulher sem louca por ele. Chorar, gritar, deitar nos pés dele para ele ficar mais, pegar ele pela mão e apresentar para todos.

Elas aceitam traições dos Alphas, mas não aceitam um “comentário machista” dos betas, já parou para pensar que isso não tem lógica nenhuma? Não tem mesmo! A menos que você estude essa antropologia humana aqui no Social Pro, não é mesmo?

Está cheio de caras ricos e bonitos sendo humilhados nas relações, sendo tratados como lixo ou como um caixa eletrônico. Sem contar nas traições, diversas e nojentas, que geralmente ocorrem sem preservativo com cafajestes.

A verdade é que elas aceitam agressões dos Alphas, mas não aceitam uma piadinha de mal gosto do beta.

A verdade é que elas fazem sexo anal com o Alpha mas jamais fazem com o beta. A verdade é que elas aceitam praticar o ato sexual com uma amiga junto com o Alpha mas sentem nojo de fazer sexo sem camisinha com o beta.

Falo isso pois já aconteceu comigo. Já passei por várias experiências onde fazia sexo de camisinha em meus namoros e nem pensar de gozar dentro em nenhum lugar. Ah, já fui traído várias vezes também. Isso, corno mesmo.

Para o beta é reservado as coisas mais humilhantes do mundo. Eu não aceito isso, você também não precisa. Vire a chave como eu virei, desligue o modo humilhação.

Já vi a história de um menino que chegou até nós que a namorada dele “até fazia sexo com ele”, mas na hora dele gozar ela obrigava ele a gozar na própria mão ou no chão. Isso não é vida, eu não admito um aluno nosso passando por uma humilhação dessas em sua vida. Eu preferiria ficar sem sexo para o resto da vida do que passar por isso.

Meu conselho é que você sempre tente ser rico e bonito, quanto mais rico ficar mais bonito vai parecer. Se você for rico, famoso e poderoso então vai parecer ser lindo. Mesmo que você seja gordo e feio. Beleza, status social, dinheiro e saúde.

Sempre se lembre que as mulheres preferem status social do que qualquer outra coisa. A fama atrai mulheres de uma maneira sem explicação.

Caso não seja ainda rico e bonito, vamos lhe ensinar a driblar isso.

Driblando a pobreza e a feiura:



A melhor coisa que você pode fazer se é pobre feio é simplesmente aceitar e deixar... “Como assim deixar?”

É, deixa ir. Aceita, respira fundo e manda embora. Faça que isso pare de te incomodar, dê risada na cara da pobreza e da feiura.

Seja tão realista e esteja tão em paz consigo mesmo que você atingiu um nível onde ser feio e pobre não lhe impedem de ser feliz.

Você pode ser feio, pobre e estar triste em uma festa.
Você pode ser feio, pobre e estar feliz em uma festa.

Geralmente o feio e pobre já criou uma aura horrível sobre si, ele criou a realidade onde ele não consegue pegar ninguém, ou vive de migalhas. Quero que você esqueça essa mediocridade, jogue fora, não tem nada a ver viver assim por uma crença que está enraizada em você.

Está cheio de caras feios e pobres com mulheres bonitas, pior ainda, elas chorando atrás deles.

Entenda que existe até mulher que gosta de homem feio. Sim, por elas serem extremamente inseguras, não consegue manter relação com um cara muito bonito ou muito independente emocionalmente delas. Elas querem controle, querem estar a cima da relação. Todavia a relação só funciona da seguinte forma:

Homem um pouco acima da mulher e mulher um pouco abaixo do homem. Simples, mulheres não conseguem sentir tesão em caras que estão abaixo delas, babando ovo ou não lhes provem segurança. Homens não conseguem se relacionar com mulheres que estão dominando a relação.

Mulheres querem proteção e homens querem proteger. A teoria sexual é fantástica!

Então, estou lhe incentivando a abandonar a angústia que é ser pobre e feio. Levar uma vida suave enquanto todo dia tenta ser mais bonito e rico.

Você pode ficar menos feio, tenho certeza. Menos gordo, menos magro, cabelo mais bonito, sobrancelhas melhores, dentes arrumados, cremes para pele, tirar as espinhas, se for baixo você deve usar palmilhas que aumentam a altura para socializar com mulheres.

Homens com menos de 1.70 quase nem existem aos olhos das mulheres, a menos claro se forem famosos, ricos, poderosos, ou se forem mestres na arte da sedução. Nem a beleza salva um cara muito baixo.

Você sabe como é difícil chegar em meninas de salto na festa quando você tem 1.65? É quase impossível, uma palminha que aumenta a altura pode lhe largar com até 1.72. Faz toda diferença!

Bom, estou dando umas pequenas dicas para melhorar a feiura, “dibrar ela” como porte físico, altura, boa vestimenta, boa aparência.

Você pode ser pobre e feio. Mas pobre, feio e com bafo de onça ninguém merece.

Mas beleza, digamos que você consiga dar uma melhorada na sua aparência, altura, bafo, cabelo, roupa, mas ainda assim continua feio. A solução é você lidar com sua feiura e se tornar o melhor predador sexual possível, mesmo feio.

Você primeiramente terá que domar sua feiura, principalmente, não deixar ela baixar sua auto estima, lhe jogar para baixo e se tornar um cara inseguro por causa dela. Se sua insegurança é pelo rosto feio, pela altura ou pelo corpo feio, até por alguma má formação, acidente ou algo assim, a melhor coisa que você pode fazer é ter uma confiança tão inabalável que ninguém percebe que você é feio, nem as mulheres.

Por exemplo, um cara feio de cabeça baixa e ombrinhos contraídos é uma coisa, um cara feio de cabeça erguida, fala firme e ombros levantados é outra coisa.

Um cara feio, chato e inconveniente é uma coisa, um cara feio, divertido e engraçado é outra coisa.

Tenho certeza que se você for feio, mas for divertido e confiante, quando as amigas delas falarem “ai amiga mas ele é feio”, ela dirá “ele é feio mas é super legal, eu adoro ele”. Pronto, mulheres não dão muita bola para beleza na verdade. Claro, naquele primeiro approach, rosto bonito e uma estética é vantagem. Mas mesmo sendo feio, você pode ser super estiloso, com roupas, acessórios, tatuagens.

Enfim, preste atenção nisso: se você é feio e pobre, você precisa compensar em outro lugar. Você não é rico nem bonito para alguém “usar você”. Se você é pobre e feio, seja autoconfiante.

Como ter essa autoconfiança?

Repito, já vi caras baixinhos, feios, que pareciam um goblin e não tinham grana, ficando e namorando meninas 10/10. Confesso que não é maioria dos caras feios e pobre que pegam mulheres, ainda mais mulheres gatas. A maioria fica amargurado na punheta ou se rebaixando por mulheres 3/10.

A autoconfiança é o fato crucial e ela vem quando você decide ter uma postura de auto responsabilidade em sua vida, encarar o mundo de cabeça erguida e não deixar sua fisionomia lhe afetar.

Todavia, todos os caras feio que eu vi pegando mulheres estavam tentando se desenvolver fisicamente ou mentalmente. Ou seja, buscavam melhorar o corpo ou seu estilo, aprender a tirar fotos ou se tornavam mestres da trova, cafajestes com lábia boa.

Não existe você ser feio, pobre, chato, inseguro e sem assunto e ainda pegar mulheres 10/10.

O “segredo” é o mesmo: repetição. Particularmente para aumentar a autoestima eu gosto da estratégia de fingir, sim fingir.

A partir de agora você vai fingir até ser. Vai andar na rua acreditando que você é um cara sensual e que mulheres lhe desejam. Vai andar com um sorriso canalha no canto da boca e olhares serrados, vai testar essa mesma cara na frente do espelho e vai começar a se sentir bem!

Faça isso todos os dias que em breve você esquece que é feio, seu cérebro foi reprogramado. Toda vez que você vai tomar uma ação hoje, seja chamar uma guria no Instagram ou ir falar com uma menina na faculdade seu cérebro fala: “ah, sou feio, vai dar tudo errado, ela não vai gostar”

Você precisa modificar essa programação para: “sou lindo, sou imbatível, é impressionante como sou sensual”

O que você tem a perder? Ninguém vai ficar sabendo que você pensa essas coisas. Mas eu preciso que você modifique sua estima para o modo alpha sedutor.

Repito, em breve você esquece que é feio, baixinho, gordo, espinhento, logo você está agindo tão naturalmente, essa confiança enraizou tanto em você que nem as pessoas irão perceber e todos se perguntarão: “quem é esse cara?”

Seu novo eu precisa nascer. Um cara divertido, autoconfiante, sedutor natural, com um astral bom.

Preciso que você comece a exalar autoconfiança. Não estou falando em ser um babaca, estou falando em ser tão mas tão seguro de si, que sua condição física ou financeira não lhe afeta em mais nada que você for fazer.

A chave para vencer a “pobreza e a feiura” na hora de pegar mulheres é agir como se você não fosse. É ignorar totalmente, entenda que você não tem nada a perder se mudar seu pensamento, só tem a ganhar.

Já imaginou você podendo falar, conversar com uma mulher sem ficar pensando que ela não irá gostar de você por você ser feio e pobre?

Afinal as mulheres querem alphas. Um cara sensual, que passa o ar que “vai arrebentar ela na cama”, vale mais do que um “riquinho fraco na cama”.

Sempre tenha em mente os 4 pilares do valor sexual de mercado e tente imaginar sua cartinha e suas skills. Beleza, status social, dinheiro e saúde.

Saiba que por ser pobre e feio você já saiu perdendo, isso é óbvio. Mas não há motivos para se abalar, você não ganha nada com isso?

O que você ganha deixando a insegurança dominar suas ações? Esse medo vai roubar todos seus sonhos, todas as experiências incríveis que você poderia ter, pelo simples fato de ir lá e fazer mesmo sendo feio e pobre.

É fundamental para o feio e pobre que saiba se vender bem. Você pode ser feio, mas se vender tão bem que parece bonito. O feio arrumado é melhor que o feio mal arrumado. Mulheres são campeãs nisso com suas roupas, maquiagens, cirurgias e silicones. Então estude bem sobre o que já conversamos de se vender.

Ser feio e pobre e conquistar mulheres na internet é mais fácil que pessoalmente, numa balada ou em uma universidade. Na internet há diversos tipos de mulheres, de diversas classes

sociais e gostos, você pode achar elas aos milhares e tentar comer desse cardápio.

Se você ficar preso ao seu bairro, a sua escola e onde sua bicicleta conseguem ir, fica mais difícil, afinal todos sabem que você é feio e pobre. Pode ser que você pegue meninas caso a concorrência esteja muito fraca.

E isso é um ponto importante, hoje a concorrência está muito fraca. No capítulo primeiro, sobre mentalidade, falamos para não superestimar as pessoas, ou seja, elas não são grandes coisas. Sinceramente, a maioria dos homens estão bem feminizados hoje em dia com toda essa onda esquerdista e feminista. Não estou fazendo juízo de valor, só estou afirmando que isso é um fato. Basta olhar ao redor, assistir TV, Youtube, ir em alguma festa, ou até mesmo ver como são os meninos na saída de uma escola. Aquele perfil mirradinho e com cara feminina tomou conta deles, aliado ao discurso anti-machista e politicamente correto.

Tire proveito disso, mulheres querem homens, não garotinhas mais femininas que elas.

“Ele é feio mas tem atitude”. Quem nunca escutou isso? A mulher prefere um feio com atitude do que um bonitinho enrolado e fraco. Mas não é bem que “prefere”... Na verdade o feio com atitude sabe aproveitar os momentos, as brechas e é esperto. Elas adoram isso, quando o feio as beija de surpresa, as convida para sexo casual, diz que vai algemá-las e fazer sexo brutal com elas, ele vale mais que o riquinho bonito que não tem atitude e o máximo que faz é convidar ela para ir ao parquinho e dar um beijo sem graça.

Mulheres querem emoção, querem ser tocadas e instigadas em lugares proibidos, querem que você acelere o carro, querem sentir cheiros e gostos, escutar músicas altas, querem viajar, querem ser surpreendidas, querem viver a vida a mil. O rico, bonito e chato que não as toca em um local público e não fala sacanagem em seu ouvido, serve apenas como muleta emocional, aeroporto de chifre ou caixa eletrônico.

O feio que diz no cinema que quer ir embora do cinema para comer ela a tarde toda, tem mais moral com elas do que o bonito que não faz isso. Mulheres vão para aqueles que causam emoções.

O feio e pobre que faz a espinha delas se arrepiarem de tesão, paixão ou raiva deixa elas mais loucas que o rico e bonitinho sem sal e sem tempero nenhum.



Então já estamos com algumas lições para você que é feio e pobre e quer ter mulheres, vamos recapitular?

1 – Tente ficar menos feio. Trabalhe seu corpo, suas roupas e um estilo próprio.

2 – Saiba se vender. Um feio que tira boas fotos e é popular é melhor que um feio desconhecido e com fotos feias.

3 – Autoconfiança nas alturas. Finja até ser. Retire a programação “sou feio e nada vai dar certo” para, “sou lindo, as mulheres me desejam e vai dar certo”. O que você tem a perder?

4 – Vá e faça. Ação, reprogramar sua mente vai proporcionar você agir com confiança. Quando surgir a oportunidade, vá e agarre.

5 – Aproveite que a competição está baixa. Hoje em dia basta

você ter um pênis que funcione, ser 100% hétero e másculo. Só assim você já larga na frente.

6 – Seja bom de lábia. Obviamente ser bom de lábia irá ajudar você a conquistar mulheres.

7 – Tente ser menos pobre e enquanto isso não fique mostrando sua pobreza por aí. Evite mostrar ambientes de baixo valor social.

8 – Trabalhe os pilares de status social, dinheiro e saúde. Você pode até ser feio, mas se você ser feio, famoso e poderoso parece que elas lhe acham bonito não é mesmo?

9 – Atitude. Isso deixa elas molhadas, tenha atitude de predador sexual, aproveite as oportunidades e faça elas arrepiarem a espinha.

10- Treinamento. Você vai precisar repetir e repetir tudo isso.

Ainda sobre ter atitude eu tenho um amigo que é feio, mas mesmo sendo feio ele sabe se vender, tirar boas fotos e tal, acabou tendo sucesso com as meninas na internet. Ele também tem muita atitude, no Tinder ele fala algumas coisas picantes e convida as meninas para sexo a 3 com outra menina. Dará certo com você? Não sei. Mas ele é tão “diferente” que chama atenção, causa emoção. Afinal, quantos caras chama elas para fazer um ménage no Tinder? São poucos que tem essa atitude de uma maneira não “nojenta”, poucos sabem ser picante e sensual. Detalhe, ele tem 1.64, é magrinho, usa óculos, é peludinho, tem traços feios, tem os pés tortos.

A maioria dos caras sejam ricos, feios, pobres, bonitos, estão falando “manda foto de agora”, “oi linda tudo bem”, essas coisas comuns que não causam emoção nenhuma.

Você precisa ter calibragem meu amigo. Ser um belo observador e nos mínimos detalhes entender todo o contexto da garota, para aí sim saber o que falar e a maneira de falar. Essa calibragem só advém com a prática, obviamente. Você precisa sair, precisa socializar ou até mesmo falar com várias meninas na

internet.

Como falei, já consegui fazer sexo com muitas meninas indo ver elas de ônibus. Não precisa ter carro, não precisa ter iate, moto, não precisa de nada, mulheres querem sentir tesão e gozar com machos alphas do seu lado.

Acontece que a pobreza e a feiura lhe deixam tão sem confiança que você vira um macho beta. Vire a chave e torne-se um macho alpha.

Você não pode deixar que o medo por ser pobre ou feio controle suas ações. Você não tem nada a ganhar com isso.

E a todo momento lembre-se de algo que já falei, trabalhe e estude para deixar de ser pobre e tente ficar bonito.

Esse livro não é só sobre mulheres e como conquista-las, mas sim sobre como você vai se tornar um cara alpha, bem sucedido e de feliz. Eu quero que você seja bonito, sheipado, rico, culto e alto astral.

Você sente que as meninas negam você por conta da sua classe social? Pode ser que seja verdade. Mas isso só vai se aplicar a meninas de classes mais altas. É bom pegar patricinhas, confesso. Quem não gosta? Acontece que geralmente para pegar uma patricinha ou uma menina de alto nível social você precisa fazer parte do grupo social dela, quero dizer que é mais fácil, não que você que é pobre não possa ficar com uma menina 10/10 que cursa medicina na particular. Eu disse: fazer parte do grupo social, não disse que precisa ser rico. Se você estiver em contato com essa pessoa frequentemente, vai acabar se relacionando.

Você também pode conhecê-las em festas, parques, etc. Todavia você deve saber onde encontrar meninas desse tipo. Provavelmente em festas caras, parques em bairros nobres, bares famosinhos da região, etc. Dificilmente encontrará uma menina de alto nível social em um boteco ferrado, uma festa barata e um parquinho da favela.

Outra coisa, geralmente quando falamos em meninas 10/10 e ricas, ficamos inseguros. Normal, mas não tem por quê. Tinha um pai de um amigo que sempre me dizia: “Max, chega nelas, dinheiro elas já tem.” Quando conversávamos sobre ficar com patricinhas e eu expressava meu medo e insegurança. Eu nunca entendi muito os conselhos do velho mas faz total sentido.

Pense bem, uma menina rica não tem porque querer seu dinheiro, ela já tem. Claro, ela quer status social e um cara gatinho para mostrar para as amigas patricinhas. Ou ela quer sentir fortes emoções que nenhum “playboy” que anda com ela a faz sentir.

Se você se sentir inseguro ao tentar um approach em uma menina de classe alta, pense: é só uma menina comum, como qualquer outra.

Cara, a pior coisa que você pode fazer é transmitir insegurança. Pense que pegar mulher feia é fácil, há menos caras bajulando elas, querendo bancar elas e até mesmo tentando acasalar com elas. Agora um cheirosa, riquinha, 10/10, há centenas de caras de alto nível na pirâmide social todos os dias bajulando ela.

Minha irmã nem é rica, só é bonita e é impressionante a quantidade de caras com carrão, com shapes, com altos cargos, dinheiro no bolso que ficam atrás dela. 99,9% são dispensados pois são malas, chatos, bajuladores, betas e sem atitude.

Uma menina de classe alta, está sendo bombardeada a todo momento por trovas de caras do alto da pirâmide financeira, de onde ela pertence. Então sim, ficar com as 10/10, ricas é mais difícil. Não a toa é quase a meta de qualquer um no mercado do sexo.

Eu lembro que quando eu estava no ensino médio, nunca consegui ficar com uma patricinha do ensino médio dos colégios particulares, eu era do público. Nossa, eu mal ficava com as “pobres” imagina pegar as ricas. Era um sonho distante.

Passado alguns anos e eu estudando e praticando a sedução, comecei a ter tanta abundância de mulheres que passei a mirar somente no topo, mas patricinhas ricas. E acertei! Incrivelmente eu estava me relacionando apenas com meninas lindas e ricas, de alto valor social. Aquelas meninas que antes eu ficava apenas babando e me masturbando no Instagram, hoje estavam fazendo sexo comigo.

No momento em que me tornei um alpha e soube da ciência social das relações, comecei a vencer e ter uma vida maravilhosa.

A única forma de você não fazer parte daquela classe alta e se relacionar com a 10/10 de elite, é ser um cara de valor. Não existe aquela frase pronta que vai fazer você ganhar o jogo, muito menos ter um relacionamento duradouro com ela.

Ser um cara destacado, divertido, que chama atenção, que é diferenciado, que não bajula ela e nem se humilha. Que trata ela como se ela fosse qualquer outra menina. Patricinhas simplesmente ficam loucas quando você as trata com indiferença, quando as provoca.

Sim, riquinhas parece que não acreditam quando são provocadas. Quando você demonstra abundância, não as responde, sai com outras meninas, mostra que tem abundância de mulheres e amigos.

Dentre as técnicas do PUA, a arte de pegar meninas, eu acho que a melhor para conseguir uma mulher de alto valor é a abundância. Imagine que todos os caras chegam a se humilhar para ficar com uma menina rica, jovem e gostosa. Ou se rebaixam demais ou são extremamente afobados, chegando a serem escrotos.

Quando você as trata normal, como se fossem “meras mortais”, conversa, brinca, entre e sai no tempo certo, parece que elas ficam loucas. Eu sempre gostei disso e colhi os melhores resultados.

Imagine na cabeça dela: todos os caras que vão conversar com ela já chegam com “segundas intenções”. Se ela está na festa, os caras chegam chamando de linda e pedindo beijo, se ela está no parque chegando falando que acharam ela linda e querem whatsapp. Isso é chato e saturado. Ela não aguenta mais.

Quando você conversa com ela sobre coisas do ambiente, coisas que estão acontecendo, como se você falasse com um conhecido seu, você quebra essa padrão, e logo chama atenção.

Então vamos recapitular algumas coisas básicas sobre como ficar com a patricinha 10/10:

1 – Encontre o círculo social dela e participe dele. Vá nas festas delas, conheça o pessoal dela, frequente o clube, etc.

2 – Se controle. Não chegue igual todos as centenas de caras que chegam nela para interagir, babando por elas e com segundas intenções. Tenha uma interação suave e amigável, quebre o padrão.

3 – Demonstre abundância. Mostre que você não é um bajulador dela e que não precisa dela. Que você tem amigos e mulheres a disposição, que ela é só mais uma. Que você tem coisas legais para fazer.

Bom amigos, sempre que estiver pensando em interagir com uma mulher, seja rica, linda, acima do peso pobre, feia, pense em uma coisa fundamental que ela pensa, na verdade o subconsciente dela pensa sem ela saber:

“Eu teria um filho com esse cara?”

As mulheres inconscientemente pensam isso e estão analisando essa possibilidade a todo momento quando estão interagindo com vocês. Seja fisicamente ou na internet, essa avaliação ocorrerá.

Quero que você imagine, você é o tipo de cara que a mulher teria um filho? Não que ela queira ter um filho agora e com você...

Mas você tem uma genética boa? Tem saúde? Tem condições financeiras? Recursos? Poder? Fama? Status social? Beleza? Inteligente? Atleta? Esperto? Hábil? Bruto?

Lembre sempre da sua cartinha. Dos 4 pilares.

Independente do quanto técnica “x” ou “y” pode melhorar sua vida, nada supera você se tornar um cara alpha, um cara interessante, homem e diferenciado.

Nós já conversamos bastante sobre antropologia humana e como a origem e duração do homem e mulher aqui foi possível, e o tipo de homem da pirâmide social que elas buscam.

Vamos continuara explicar mais alguns medos, desafios e crenças limitantes que você pode ter e como superá-las.

Sempre que você se identificar com uma dor aqui ou uma crença sua que deve ser vencida, lembre-se do que nós da equipe do Social Pro aconselhamos: sempre busque evoluir sua mente, aparência e carreira.

Nós ainda não entramos em técnicas de abordagens, isso será coisa do próximo capítulo. Você precisa antes aprender comportamento humano, entender suas crenças, aprender hacks sociais, padrões humanos, aparência, mentalidade e saber como as coisas funcionam de fato.

Bom, outra coisa que afeta muito os homens e os deixa inseguros é o seguinte: “Estou a anos sem fazer sexo.”

É mais comum do que você imagina entre os homens ficarem meses, 1 ano sem fazer sexo, as vezes anos. Parece que depois de um tempo, o cara desiste.

A verdade é que ficar tempo sem fazer sexo lhe causa uma frustação tremenda, e uma espécie de pressão mental interna. Fora toda pressão que você pode sofrer dos amigos e até familiares as vezes.

Essa tensão acaba te dominando e você perde as esperanças, abaixa a cabeça para a vida e toma ações com essa estima baixa de quem não sente o cheiro de uma vagina há meses.

Lembra quando falamos que você age em certa “programação”? Então, você que está há tempo sem praticar sexo está agindo nessa sintonia. E para você fazer sexo com alguém você precisa trocar esse canal, limpar essa máquina, sair dessa vibe. Eu tenho um método infalível para tirar esse peso das costas...

É simples, transe com uma prostituta. Sim, você precisa sair dessa sintonia. E nada melhor para aliviar essa sua pressão mental do que finalmente acasalar.

Quando entrarem no assunto sexo, você não vai ficar constrangido e inseguro, pensando “faz meses que não transo”... Quando você for interagir com uma menina vai estar mais aliviado, pois afinal, você transou recentemente...

É um alívio, é um hack mental. Não estou julgando se você gosta, nem a moralidade disso. Estou afirmando que funciona.

Ninguém precisa saber, ninguém. A menos que seja vantajoso contar, por exemplo para aquele seu tio, ou seus amigos chatos, que ficam dizendo: “hahaha não come ninguém”.

Isso não é sucesso na vida, nem você é um Alpha que as mulheres desejam, não você só chegou tão no fim do poço que agora precisa de medidas extremas para sair de lá e salvar sua vida sexual. Você que está a mais de ano sem fazer sexo com ninguém, está em uma situação calamitosa no mercado sexual, seus músculos sociais estão atrofiados e muito provavelmente isso está lhe fazendo mal.

Sair de onde você está, com o peso que está em sua mente, para se tornar um Alpha pegador é um caminho bem longo. Dificilmente você conseguirá percorre-lo com um peso nas costas.

Então vá lá e pague uma garota de programa. Pode ser a mais barata que tiver.

Bom, caso você não tenha dinheiro, comece a comer o que tem. Isso, a feia, a pesada, a indesejada, a maneta. Pegue aquela menina do bairro horrorosa que é apaixonadinha por você. Sempre há um pé sujo para um chinelo velho.

Não se sinta ofendido. Conhece-te, aceita-te e domina-te. A intenção nunca é ofender, estamos tendo um papo de amigos, com sinceridade. Talvez ninguém tenha tamanha sinceridade com você como estamos tendo agora.

Já falei, não espere palavras doces, espere a realidade. Engula esse choro ou essa raiva besta e vá a luta, ok soldado?

Outra coisa que é um hack mental para você conseguir sexo é: pare de se masturbar.

Eu não vou aprofundar aqui os estudos sobre No Fap, mas para você fazer sexo é fundamental que saia para "caçar", seja pessoalmente ou na internet. Uma coisa sobre No Fap é certo, se você ficar se masturbando todos os dias, ou algumas vezes por semana, você inconscientemente ache que não vale a pena se esforçar para pegar uma menina. Começa a pensar: "...ah, muita mão", "ah eu vou ficar em casa...". E aí são madrugadas e madrugadas de jogos, séries, inutilidades e pornografia.

Muita pornografia não é mesmo?

Faça 7 dias sem masturbação. 1 semana, só te peço isso. Você vai começar a ter vontade de sair de casa para conhecer mulheres e principalmente fazer sexo com elas. É uma vontade incrível, um desejo quase animalesco que você não sentiu nunca na vida.

É a testosterona fluindo nas veias. Você não fica mais bonito, nem mais forte. Mas fica mais corajoso, tem vontade de ir lá e fazer, fica desinibido, arrisca mais.

E explicação é simples, instintivamente você precisa gozar e procriar. Quando você fica se masturbando seu cérebro pensa que você está fazendo sexo e procriando. Por isso você está há meses sem fazer sexo e está: "...hum ok, é ruim mas... vou ver

mais um pornozinho aqui que passa.”

Alguns dias sem masturbação e até quando você for no shopping vai ter vontade de interagir com mulheres.

Já faz isso. Na faculdade até o cheiro delas parecia que estava melhor, eu me sentia um predador sexual.

Eu particularmente usava os benefícios do No Fap para conseguir sexo. É incrível, você parece que enxerga o mundo como ele é realmente. E como as mulheres gostam de “um macho com pegada”. Eu não tenho palavras para dizer o tesão que o No Fap me dava, eu simplesmente precisava acasalar e meu cérebro dava um jeito de fazer acontecer.

Eu era mais corajoso, astuto, tinha um poder de persuasão incrível. O bom é que você faz isso de 7 a 15 dias, faz sexo e fica “ok”, depois pode repetir o método.

Eu lembro que fiquei uns 20 dias sem me masturbar e eu simplesmente estava explodindo, eu precisava fazer sexo. Comecei a interagir com uma colega minha de faculdade, gostosa, que eu nunca tive coragem. Ela simplesmente ficou “em choque” com minha autoconfiança e audácia. Lembro que nós nos bulinamos dentro da sala de aula algumas vezes, eu pedia para ela me mostrar sua calcinha, cheirava o pescoço dela, essas coisas. Tudo isso no segundo semestre do curso de direito em uma universidade particular, a Uniritter.

Então você pode aproveitar essa energia sexual incrível que o No Fap lhe dá, ao invés de jogar ela fora todas as noites.

Vamos lá, como vencer essa tensão que fica na sua cabeça por estar a tempos sem praticar sexo?

1 – Pague uma prostituta.

2 – Se não for possível pagar uma prostituta, comece pelas feias que são mais fáceis.

3 – Pratique No Fap.

mais um pornozinho aqui que passa.”

Alguns dias sem masturbação e até quando você for no shopping vai ter vontade de interagir com mulheres.

Já faz isso. Na faculdade até o cheiro delas parecia que estava melhor, eu me sentia um predador sexual.

Eu particularmente usava os benefícios do No Fap para conseguir sexo. É incrível, você parece que enxerga o mundo como ele é realmente. E como as mulheres gostam de “um macho com pegada”. Eu não tenho palavras para dizer o tesão que o No Fap me dava, eu simplesmente precisava acasalar e meu cérebro dava um jeito de fazer acontecer.

Eu era mais corajoso, astuto, tinha um poder de persuasão incrível. O bom é que você faz isso de 7 a 15 dias, faz sexo e fica “ok”, depois pode repetir o método.

Eu lembro que fiquei uns 20 dias sem me masturbar e eu simplesmente estava explodindo, eu precisava fazer sexo. Comecei a interagir com uma colega minha de faculdade, gostosa, que eu nunca tive coragem. Ela simplesmente ficou “em choque” com minha autoconfiança e audácia. Lembro que nós nos bulinamos dentro da sala de aula algumas vezes, eu pedia para ela me mostrar sua calcinha, cheirava o pescoço dela, essas coisas. Tudo isso no segundo semestre do curso de direito em uma universidade particular, a Uniritter.

Então você pode aproveitar essa energia sexual incrível que o No Fap lhe dá, ao invés de jogar ela fora todas as noites.

Vamos lá, como vencer essa tensão que fica na sua cabeça por estar a tempos sem praticar sexo?

1 – Pague uma prostituta.

2 – Se não for possível pagar uma prostituta, comece pelas feias que são mais fáceis.

3 – Pratique No Fap.

Espero que você tenha entendido que não é para ficar sempre pagando garotas de programa, nem praticando sexo com mulheres feias. Isso não é legal, não é bom e nem é coisa de homem de alto valor.

Ninguém levanta de manhã e diz: “nossa é hoje que vou comer uma menina acima do peso”. Ninguém quer isso, quem faz isso é pois está necessitado ou não consegue pegar mulheres bonitas.

Prostitutas e feias são apenas para você conseguir tirar esse peso nas costas que você carrega por “ser o cara que não faz sexo”.

O No Fap, você deve levar como hábito e estilo de vida. Você só tem a ganhar.

Outra coisa que pode ocorrer em seus relacionamentos com mulheres é:

“Eu converso, converso com elas e elas só me enrolam, nunca saem comigo, vivem me dando desculpas”

Desculpas... homens recebem muitas desculpas.

“Ai essa semana não dá, to super ocupada”

“Ai não, to cheia de trabalhos da faculdade para entregar”

“Não posso tenho que estudar”

“Vou sair com minha mãe”

“Não dá, to super cansada”

Chega a ser ridículo né?

Pense o seguinte, alguma mulher que realmente está com tesão em um cara, daria uma desculpa dessas?

Amigo, mulher quando quer fazer sexo, ela dá um jeito. Nada segura uma mulher com tesão. Se você for um macho de alto valor na sociedade, elas faltariam até o enterro dos pais para dar para você.

Desculpas são desculpas, agora resta saber que nível de desculpas você recebe, se são verdadeiras ou mentirosas.

Você acha que alguma mulher daria desculpa para Jensen Ackles?



Ou será que elas diriam para o Ragnar: “não vou te ver hoje, vou ficar estudando”



Existem tipos de caras que nunca ganham desculpa nenhuma de mulher nenhum. Caras extremamente do topo da pirâmide social tem os maiores tesouros delas em abundância a todo momento, sem desculpas.

Vamos lá, temos 2 caminhos, ou a desculpa é de verdade ou é de mentira. Mulheres dão bastante desculpas de mentira, a maioria na verdade. Sua hipergamia sexual as faz funcionar assim: se tem um macho de valor social superior ao macho que estava combinando de sair com ela, ela automaticamente cancela com o macho de menor valor e sai com o macho de maior valor. Ou ela pode simplesmente não estar com vontade de sair com você, pois você é desinteressante, não a fez sentir tesão, não é um cara que vale a pena para ela se esforçar.

Como identificar uma desculpa de verdade e uma desculpa de mentira?

A de verdade é uma desculpa genuína, muito provavelmente acompanhada de uma frustação por não pode lhe ver, ou uma preocupação sobre como ficará seus sentimentos. Ela pode até ficar desesperada se souber que você tem a opção de acasalar com outras mulheres no lugar dela.

Quanto mais ela acreditar que existem outras mulheres que fariam sexo com você, menos ela vai lhe dar desculpas.

A desculpa genuína, pode vir acompanhada de uma remarcação do combinado de vocês.

“Nossa, eu não vou poder te ver na sexta pois preciso viajar com minha família! Mas olha só, domingo eu volto de manhã e podemos nos ver a tarde. Pode ser?”

Isso me parece uma desculpa de verdade, eu teria quase 100% de certeza. Ou ela vai dar para alguém na sexta e precisa descansar até domingo de tarde. Pode ser, pode ser.

Se você marcou com ela, e na hora dela te deu bolo, normalmente a desculpa é mentira e ela não está nem aí para você, mas nem aí mesmo.

Se você estiver no lugar e ela não puder vir, o certo seria ela ligar para avisar. A menos que tenha acontecido alguma coisa muito grave e você sente que é verdade, ou que ela pode comprovar, é mentira e ela não dá a mínima para você.

E como saber se a desculpa é mentira. Simples, ela vem acompanhada de uma falta de questão de saber se você ficou triste ou não com a desculpa. É aquele “tanto faz”.

A desculpa de mentira é muito genérica, sem detalhes. Ela não tem interessem em te explicar certinho porque não vai te ver.

“Vou ver meu pai”

“Estou cansada”

“Estou com dor de cabeça”

“Minha tia vem aqui em casa e ela precisa de ajuda com algumas coisas”

É aquela coisa que você chega ficar triste em escutar.

Se você marcou com ela e ela te deu um bolo, ela não liga para avisar, não atende o telefone, não responde mensagem e quando você volta para casa ela não fala nada. Simplesmente parece que você não é nada.

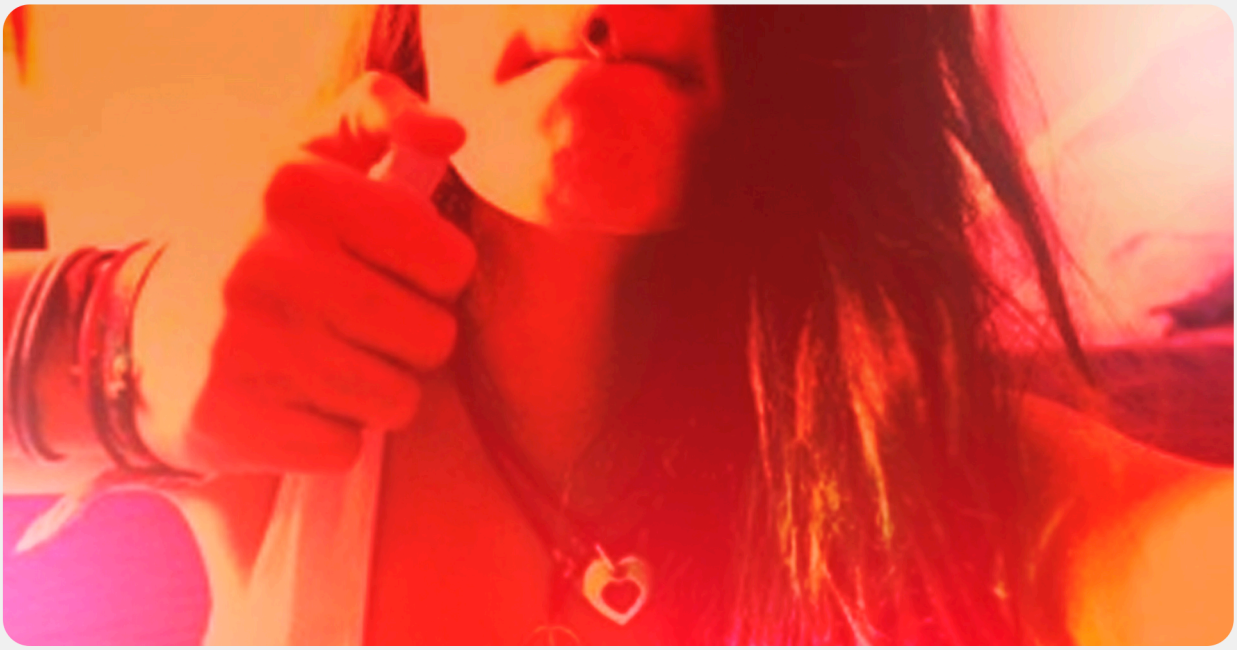
Meu conselho é: Vaze. Nunca mais dirija a palavra para essa pessoa. A menos que ela volte rastejando para você, o que muito provavelmente não acontecerá.

Chega de falar sobre desculpas que no fundo sempre são desculpas. Vamos falar sobre outra dúvida masculina.

Mulheres gostam de drogas?

Eu diria que mulheres gostam de drogas tanto quanto os homens. A diferença é que homens não se envolvem com uma mulher “porque ela usa droga”, já mulheres adoram um “zé droguinha”.

É, elas adoram. Já explico por quê.



Onde há drogas, há mulheres. Seja na faculdade, na balada, na rave. Para entender isso vamos recorrer novamente a antropologia e ao estudo da evolução humana.

Para a mente feminina o homem que usa drogas é muito mais interessante que o homem comum. Ele é mais corajoso, perigoso, desinibido e tem uma aura negativa que geralmente é compatível com a dela.

Drogas causam emoção e mulheres são viciadas em emoções. Quando elas conhecem um cara que fuma com elas, que cheira com elas, que bebe com elas, simplesmente o par entra em sintonia.

Uma menina que gosta de fumar, não vai sentir tesão em um cara que é “geração saúde”.

Eu nunca transei tão pouco na minha vida quando incorporei o personagem “atleta, geração saúde e antidrogas”. As meninas viam que eu não usava nada, ou perguntavam se eu não usava nada e quando descobriam que eu era “limpo” parece que eu me tornava um “virjão”. Várias e várias delas perdiam instantaneamente o interesse. Não sei parece que mulheres sentem uma atração por caras sujos e que potencialmente podem dar uma relação tóxica para elas. Eu sei por que, é porque elas sabem instintivamente que nesse tipo de cara elas

encontrarão fortes emoções.

Eu abandonei o perfil “certinho”. E comecei não deixar explícito que eu usava alguma droga, mas deixar nas entrelinhas. Consegui deixar um ar de canalha no ar, que usava alguma coisa mas não explanava.

Eu não uso drogas, nenhuma. Ok?

Mas precisei mentir para fazer sexo mais. Eu dizia “ah... até fumo um sabe? As vezes eu até as chamava para fumar um, já cheguei até a comprar maconha para dar para elas. Elas fumavam e eu não fumava. Na hora eu dava uma desculpa tipo: “po gata, to tentando parar de fumar”. “o minha linda, já fumei muito essa semana, pode fumar tudo sozinha”.

As vezes precisamos ser artistas. Mas fato é que a maioria delas gostam de fumar um ou beber casualmente.

Repare que não estou julgando ninguém, estou apenas afirmando um fato.

Já parou para pensar quantas mulheres tem atrás daquele cara maconheiro? Eu nunca vi maconheiro sem mulher na volta, geralmente com mulheres bonitas ainda.

Todas aquelas técnicas de pegar mulheres podem ser substituídas por um: “eai, bora fumar um?”. É sério. Duvida? Dê um match no Tinder e mande para a menina:

“Eai Juliana, bora fumar um?”
(Substitua Juliana pelo nome dela no Tinder, óbvio)

Quando você fala isso você não precisa falar mais nada, ela simplesmente abriu uma gaveta mental e associou todas as concepções e emoções que ela tem sobre “homens que fumam maconha”.

A gaveta mental que ela abre quando você fala “bora fumar um?” é a de um cara suave, que faz sexo com frequência, tem amigos e pode dar emoções para ela.

É melhor que nada né?

Onde há drogas há mulheres, repito. E geralmente o cara que usa drogas e tem aquele aspecto largado tem várias mulheres apaixonadas por ele.

Acredito que seja um fator biológico, onde elas associam que o cara que usa drogas é um macho que pode prover segurança pra elas, ou mais segurança que machos comuns.

Geralmente todo uso de drogas é associado a varias coisas. O cara que fuma maconha na novela, no cinema, o cara do bairro que fuma maconha, o cara no clipe de música. A droga é bem glamourizada na sociedade. É “bonito” fumar maconha.

Bebem e fumam nos clipes, bebem e fumam na mídia, bebem e fumam no cinema. Todo mundo que é “bad boy” parece que está usando alguma droga...

Essa associação faz elas acreditarem que o macho que usa drogas é um macho que tem mais chances de sobrevivência que os machos normais. Ele é mais perigoso, malandro, esperto, experiente, cruel e traiçoeiro.

Eu também acredito em um lado espiritual, onde a mulher sabe que quando se relacionar com um homem que usa drogas irá encontrar a mesma sintonia dela e as emoções ruins que ela está buscando inconscientemente. Elas sabem que caras drogados são mais maldosos, tendem a trair mais, serem mais agressivos e possessivos. Elas sabem e buscam isso, no fundo buscam esse relacionamento tóxico e abusivo com um maconheiro. Só não admitem isso, é um fenômeno subconsciente.

A mulher corre para onde há virilidade, brutalidade. Ela sabe que no macho drogado ela irá encontrar alguma coisa nesse sentido. Afinal ela já teve experiências assim e toda a mídia e cultura fazem ela acreditar cada vez mais nisso.

Dizer para a menina que passou a noite toda fumando com seus amigos lhe dará muito mais chances de fazer sexo com ela do que dizer que passou a noite toda estudando. Eu estou errado? Não.

“Ah mas não é todo tipo de mulher”. Claro que não, é só a maioria. E pode ter certeza, se você não for um alpha, ela vai fugir de você cedo ou tarde, você usando drogas ou não.

Acontece que a maioria dos caras são extremamente betas e fracos e nessa competição de machos de baixo valor elas acabam com os drogadinhos pois eles saem na frente pelos requisitos antropológicos que vimos antes.

E o efeito manada é impressionante! Mulheres sabem que outras mulheres gostam de homens que usam drogas e isso faz com que mais mulheres gostem de homens que usem drogas.

Mulheres sabem que mulheres não fazem sexo com nerds e cada vez menos nerds fazem sexo com menos mulheres.

Esses dias conversando com um amigo que é crente ele falou:

“É impressionante mano, as meninas da igreja só querem aqueles irmãos que estão saindo da vida louca, do presídio, que são ex traficantes, que tem aquelas caras de mal! Ou elas querem esses caras ou querem os irmãos bem sucedidos de carrão!”

Eu pensei: “é óbvio...”

O cara com cara de mau e advindo da vida louca é um cara que vai dar fortes emoções para ela. Perigo, ciúmes, tesão, raiva, tristeza, excitação, alegria, desespero.

O cara do carrão e com grana, vai propiciar status social e segurança financeira, para ela e a futura prole.

Bom, acho que você já entendeu um pouco sobre mulheres e suas relações com os largados.

Não sei se você fuma ou usa alguma droga. Existem vários e vários caras bem sucedidos que usam drogas de maneira recreativa. O único problema é você se perder para as drogas. Claro que fumar uma maconha de vez em quando não vai matar ninguém e pode lhe fazer até pegar uma gatinha.

Eu sei que outra dor de nós homens é a friendzone. Fizemos um bônus incrível sobre como não cair nela, dê uma olhada depois.

Mas já lhe adianto, você cai na friendzone pois não causa tensão sexual nela, ela não lhe vê como um cara que comeria ela pois você não demonstra isso.

Mulheres vão esquecer do que você falou, até do que você fez, mas nunca vão esquecer do que você as fez sentir.



O MÉTODO SMART

SOCIAL PRO

MÉTODO

04

MÓDULO

Está na hora de falar um pouco sobre como você deve fazer passo a passo na prática para conseguir pegar uma mulher em qualquer lugar.

Esse método é fruto de anos e anos de experiência em relações com mulheres, em interações reais. Tomei muitos foras nessa vida, mas também já beijei muito, dei beijo triplo quadruplo. Já fui rejeitado e humilhado, mas já transei muito, com mais de duas, três ao mesmo tempo.

Já fui detestado e corno, depois fui desejado e respeitado.
O método a seguir é o compilado, mastigadinho do que deu certo para mim.

Faça bom uso. Vou separar na primeira parte em approaches físicos e approaches pela internet.

Os fundamentos são basicamente os mesmos.

Vamos lá, a técnica consiste em:

1 – Pré Approach:
São os momentos antes da abordagem. Aqui você a observa e deve ser pelo menos notado por ela. O ideal é que aja alguma interação entre vocês como troca de olhares, posicionamento ou gestos.

2 – Approach :
É o início da abordagem. As primeiras palavras que você troca com ela. Aqui você decide se continua ou vaza.

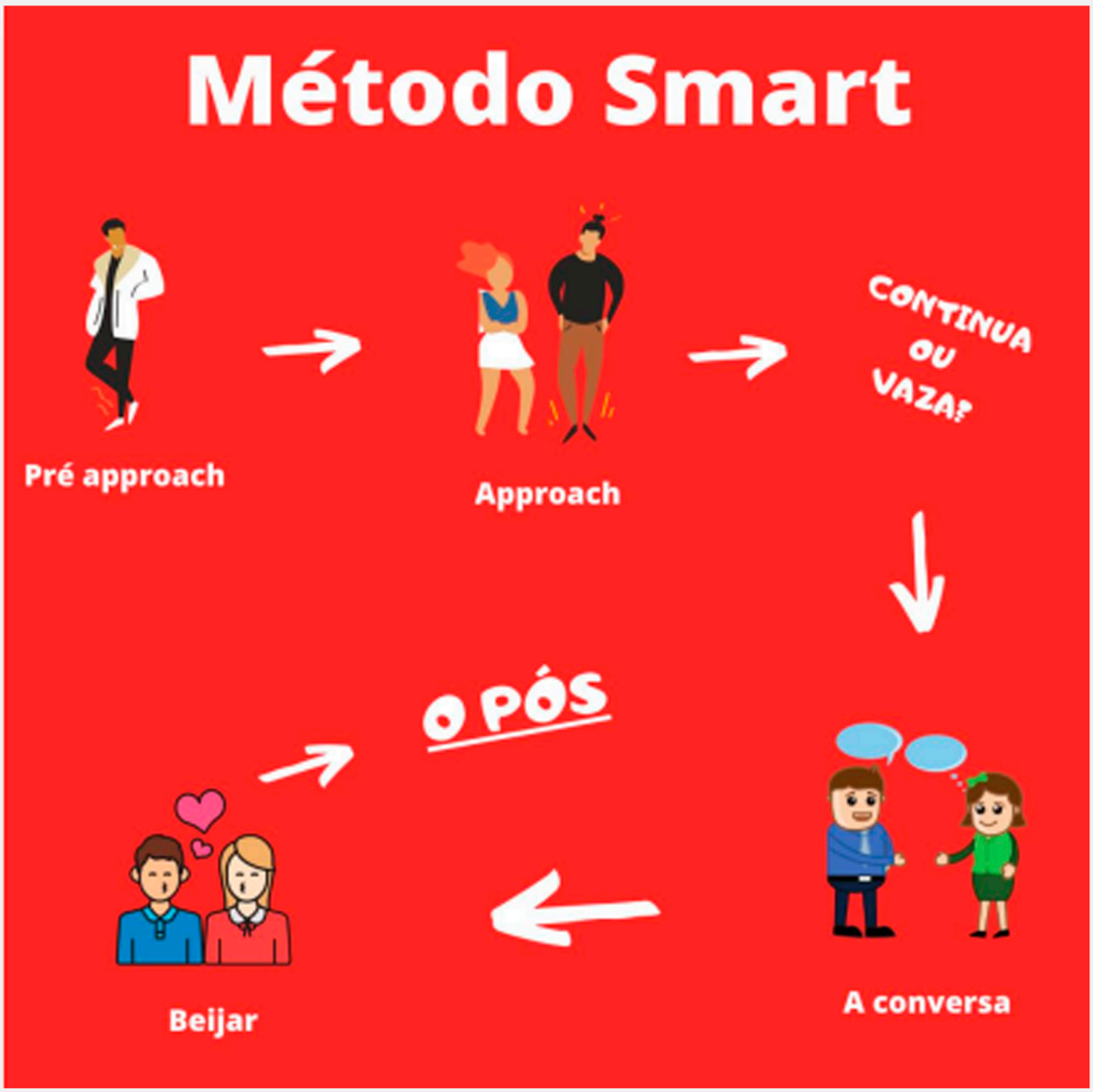
3 – Conversa :
É o desenvolvimento da conversa em si, caso o approach tenha dado certo.

4 – Ação:
A ação é o beijo ou em caso negativo tentar conseguir algum contato dela.

5 – Pós
Como você lida após beijá-la, instantes depois e até no dia

seguinte. O pós vale também caso tenha levado um fora mas tenha pego contato.

Segue o método em foto para você visualizar melhor:



Agora é o momento de explicarmos cuidadosamente todo esse passo a passo, após juntarmos tudo e fazermos ter sentido em sua cabeça.

É o método mais fácil e menos frustrante que existe, você vai ver que esse método é até “a prova de foras”. Não é que você vai beijar todas mulheres, mas é que nem vai chegar a levar o fora ou vai ter uma porcentagem de acertos muito grande, pois soube usar o timing certo para fazer cada ação.



O PRÉ APPROACH

- Ser notado por ela OU

- Ela saber que você existe (melhor é ser notado)

- Aguardar o timing certo

O pré approach eu gosto muito, é o período de observar, você deve estar extremamente alerta e entrar nesse modo de “foco total”. Fique extremamente sensível ao ambiente e as pessoas. O pré approach é tipo o filtro que vai fazer você ter a maior porcentagem de sucesso. O ideal é alguma troca de flerte (olhares, troca de posições, gestos) antes do approach. Pode ser que ela lhe olhe, pode ser que ela venha dançar perto de você, pode ser que ela fale alto para ser notada por você, pode ser que ela troque de posição com alguma amiga, pode ser que passe a mão no cabelo ou morda os lábios, pode ser que ande diversas vezes na sua frente. Concorda comigo que entre uma mulher que nem olhou para você no ambiente e uma que lhe deu algumas olhadas, você tem mais chances com a que trocou olhares com você né?

Outra coisa importante é saber o timing certo. Por exemplo, não vá chegar para interagir com uma menina que está chorando, extremamente bêbada, entrando no Uber, andando rápido demais como se estivesse indo com pressa para um lugar, quando ela está no telefone.

É importante você perceber qual é a melhor oportunidade para você agir e quais estão mais suscetíveis a uma interação social. Meninas que estão dançando na pista da festa, meninas que estão passeando com cachorros no parque, que estão andando na rua, que estão entediadas, que estão sentadas no barzinho, que estão em festivais, etc, geralmente estão mais suscetíveis a abordagens. Geralmente a pessoa que está suscetível a abordagem está feliz se divertindo ou entediada.

Uma técnica legal do pré approach é quanto você estiver perto do seu alvo, começar a flertar com outras mulheres na frente dela. Ou seja o mesmo que você está fazendo com ela, trocando olhares, faça com outras, de modo que ela veja. Você pode até ficar olhando outras meninas dançarem na frente dela, muito provavelmente isso ativará a competição no cérebro dela e ela irá começar a dançar de modo que chame mais sua atenção, até mesmo esbarrando ou roçando em você. Só cuide para não parecer um tarado olhando outras meninas rebolas.



- Nunca dizer o que todos caras dizem
- Pausar e analisar se ela foi recíproca

O approach não é aquela investida patética que todos os caras fazem:

“Oi linda, qual seu nome?”

“Fernanda...”

“Que nome bonito!”

“...hm, obrigada”

“Fernanda, posso te dar um beijo?”

“errr... não, tchau, ok?”

Ah, e a maioria dos caras faz isso gritando no ouvido das meninas na festa, extremamente desagradável. Se você for falar com alguma menina na festa fale com uma voz suave e grave no ouvido, fale lentamente.

Muito por cima é basicamente isso que a maioria dos caras fazem. Falam exatamente a mesma coisa que todos falam e logo querem arrancar um beijo, ou pegar o contato da menina. Assim, no seco, sem conversa nem emoção nenhuma.

Pode até ser que isso funcione, mas como? Se o pré approach foi muito bem analisado. Caso ela tenha dado vários sinais que quer te beijar, pode ser que você não precise nem pedir o nome dela. Basta chegar, dar um sorriso sensual, pegar no rosto e beijar. Ou claro, se você for um cara bonito, famoso. Caso seus 4 pilares de valor estejam bem preenchidos.

Eu já cheguei a ver uma espécie de "approach terceirizado". Estava em uma festa em Jurere Internacional – SC e estava com algumas amigas de 16, 17, 18 anos, bem jovens, lindas, gostosas e ricas, bem ricas... No meio da festa chega um segurança numas delas, se identificando como o segurança do Mc #### (não vou dizer o nome), famoso Mc de funk que estava na festa. O segurança disse que ele estava convidando ela para ir para o hotel dele depois da festa, caso ela quisesse. Ela quis e foi ao final da festa. As amigas apoiaram, elas adoraram a ideia.

Já imaginou você convidando uma desconhecida para ir para o hotel com você? Talvez você fosse até acusado de assédio sexual.

Então para nós "comuns" nos resta fazer um approach esperto, que tenha grandes chances de dar certo e caso de errado não será bem um "fora". Caso isso dê errado você verá que foi como se tivesse interagido com alguém que não lhe deu atenção e não tentado beijar alguém ou dito uma cantada bagaceira e foi rejeitado.

O approach esperto é o seguinte, ele é largar alguma coisa no "ar" uma frase sobre alguma situação do ambiente, algo que ocorreu, ou ser criativo, no máximo dos máximos eu indico uma cantada bem sutil.

Calma lá, vou exemplificar tudo.

Vamos supor que perto de você algum cara escroto tenha chego na menina que você está afim de maneira totalmente errada como descrevi acima, esse cara toma um fora. Você pode aproveitar essa situação e falar:

"haha nossa hein, por que todos os caras chegam assim?"

Então nos instantes seguintes você percebe a reação dela para ver se ela foi recíproca.

Esse approach esperto é iniciar a conversa sem ser pelo lado "sexual". Estamos bugando o sistema aqui.

Caso ela esteja dançando e você saiba dançar também, você pode largar a seguinte frase:

"Você até dança bem, mas quero ver dançar melhor que eu"
Se você a encontra no bar sozinha, até mesmo pedir fogo ou uma informação podem quebrar o gelo. Claro, quanto mais sutil e "comum" for sua frase mais perceptível você terá que ser. Um mestre consegue notar no tom de voz, no gesto, até mesmo se perguntar onde fica o banheiro.

Você pode estar na fila do bar e reclamar da fila do bar com ela.

Pode ser que vocês estejam próximos no parque e você pergunte para ela por que o céu é azul.

Já viu aqueles gurus que fazem mágica para pegar meninas na rua? Ou aqueles que começam com desafios? Com perguntas engraçadas?

Por mais banal que isso possa parecer ser, dá certo. Eles estão iniciando uma interação sem serem os "caras chatos" que falam todos os dias com elas.

Entenda que essa fase de approach não é a conversa em si. Esse approach é extremamente rápido e aqui você decide se fica ou vaza.

Por que falei que esse método é a prova de foras?

Pois o máximo que você vai acontecer é ela não interagir com você ou interagir só por educação.

Outra coisa legal de fazer é, mas só funciona caso vocês tenham trocado olhares (ou algo no gênero) no pré approach, chegar nela quando ela ou você estiverem se cruzando e falar no

ouvido dela:

“Você é a segunda guria mais bonita da festa”

E saia imediatamente. Pode ter certeza que ela vai ficar curiosa e provavelmente vai querer falar com você.

Seja criativo, cause emoção, desafio, curiosidade. Importante aqui é ter uma linguagem corporal alpha, saber falar, estar em alto astral e ser autoconfiante.

O próximo passo é decidir se vai embora ou se vale a pena continuar.



- Ir embora se ela não foi recíproca
- Continuar se ela deu sinais de interesse

A mulher que interage com interesse em você sorri, gesticula, puxa assunto, vem para perto de você. Ela está aberta.

A que não está interessada, mal olha em seus olhos, e faz alguma cara de que você é indesejado.



- Continuar a conversa prendendo a atenção dela, sem dizer o que todos caras dizem. (coleta de informações)
- Gerar tensão sexual. Gerar emoção sexual para não ser apenas mais um “cara legal” que veio falar com ela. (coleta de informações). Usar olhar sedutor, gestos e toques.
- Espelhamento (usar as informações colhidas) com tensão sexual e conversa amistosa.

A parte da conversa é fundamental, tudo até foi muito rápido. A conversa é onde de fato vocês começam a se conhecer mais. Você já gerou a atração dela, agora precisa fazer ela manter o interesse na conversa, para após fazer ela ter o desejo te de beijar e finalmente você tome a ação. Mas vamos aos poucos. Para ter uma conversa interessante que prenda atenção dela, é fundamental que você não diga o que todos os caras dizem. “Que faculdade você faz?” “Vem sempre aqui então?” “Mora onde?”. Não meu amigo, seja interessante. Aí entra a importância de você ser um cara culto, um cara com conteúdo, esperto, com habilidade social. É fundamental que você mantenha uma postura corporal de alpha e um astral elevado. Seja participativo na conversa, deixe ela falar, faça perguntas que a estimulam a falar sobre ela.

Enquanto rola essa conversa divertida é fundamental que você comece a coletar informações. Mas o que é isso?

Coletar informações é para poder fazer o espelhamento depois. Coletar informações é perceber as palavras que ela usa com frequência, a ênfase que ela dá, notar que gestos ela faz, o jeito que ela ri. As coisas que ela gosta, se é arte, viagens, futilidades, drogas, tudo isso.

Se ela fala muito “nooooossa”. (por exemplo)

Se ela gosta de estilo de música tal.

Se ela mexe no cabelo a todo momento.

Você já vai entender esse hack.

Mas agora a próxima etapa, a tensão sexual. Tensão sexual é fundamental para você marcar o gol ou não, caso você não saiba criar tensão sexual você provavelmente será mais um cara legal que falou com ela.
Poxa, você chegou até aqui, não vamos vacilar ok?

Tensão sexual é algo para ela entender que você estar afim de pegar ela, que você é heterossexual e tem apetite sexual por ela. É a arte de gerar emoção sexual. Você pode fazer isso de diversas formas, com um olhar sedutor, com toques sutis ou falando sobre determinados assuntos.

Você pode falar por exemplo sobre relacionamentos, é um assunto que induz que você está afim dela. Pode fazer alguma espécie de provocação, mexendo com o ego dela.

“Ah menina com essa carinha de diabinha você não me engana”.

Você pode começar a falar sobre os outros caras da festa e dizer qual combina com ela, qual ela deveria beijar. (aponte para caras feios, isso vai baixar a moral dela e automaticamente aumentar a sua)

Uma técnica incrível para gerar tensão sexual é olhar para a boca da menina enquanto ela fala. Faça isso e veja elas ficarem loucas para te beijar.

Aqui na tensão sexual você pode dar em cima dela com sutilidade ou mais agressivamente, vai de você saber o quanto ela já demonstrou interesse em você e saber dosar.

Não existe uma receita mágica, pegar alguma mulher é saber dosar, ter timing, aproveitar as oportunidades, saber se portar e como agir.

Você pode falar por exemplo abertamente sobre sexo, sobre o que vocês mais gostam na hora do sexo, vejam bem, vocês estão só conversando, mas com certeza se estiverem falando sobre isso ela quer te pegar.

É importante saber dosar para não parecer um tarado/necessitado nem um amigo gay.

Vou contar uma técnica incrível e julgo que quase infalível para você pegar quase qualquer mulher e principalmente para usar quando estiver perdendo o jogo. As vezes você está perdendo tanto valor e ela está tão desinteressada em você que a única forma de virar esse jogo é com uma dose forte de valor sexual caindo em você.

O ideal seria se quando você estivesse numa pior na conversa, chegassem duas loiras gatas dizendo: “Oiii Robertinho, a quanto tempo, a gente estava morrendo de saudade de você, lembra de nós daquela festa?”

Mas como isso não vai acontecer, eu vou lhe contar um jeito de aumentar seu valor sexual de mercado absurdamente e muito rápido.

Você precisa de duas coisas:
A primeira: introduzir um papo de relacionamentos, de namoro, de rolos antigos ou atuais.

A segunda: abrir seu instagram e catar uma menina gata que você conheça.

Vai funcionar da seguinte forma, você estará falando sobre relações passadas ou atuais e irá dizer que está/ou a pouco

tempo teve um rolo com uma menina e que vocês se gostaram muito, mas ela era muito ciumenta, possessiva e meio fútil, sabe sem cabeça?

Em seguida irá dizer: “Ah, deixa eu te mostrar o Instagram dela aqui para você ver o que acha” ou “Vou te mostrar o Insta dela aqui, só para eu sentir saudades haha”

Os adjetivos ciumenta e fútil, atribuem duas coisas:
a) Ela sentia ciúmes de você. Uma mina gata sentindo ciúmes de você provavelmente com ciúmes de outras minas gatas.
b) Fútil: Mulheres adoram dizer que as outras são fúteis, infantis, cabeças ocas. Então, ela vai pensar – “ah essa aí é fútil, eu não, eu não sou assim, ele vai me querer”

Bom você vai mostrar o Instagram dessa menina gata para ela. É importante não ser alguma menina totalmente incompatível com você. Se você não tem um Instagram legal, uma imagem pessoal legal e mostrar uma menina de cinema que é sonho de consumo de qualquer um com 10 mil seguidores, você acha que a moça que você está conversando vai acreditar? Não, você vai passar por mentiroso.

Já falamos sobre se situar né. Mulheres saberão se a mentira for muito desproporcional. Caso você ainda não tenha uma imagem pessoal muito maneira, comece devagar com esta técnica, use ela mas com uma menina mais feia.

Eu já usei essa técnica do Instagram várias vezes e ela é matadora. Eu mostrava o Instagram de uma loira, conhecida minha, padrão de uma universidade particular.

Como eu descobri essa técnica? Eu descobri pois eu fiz ela “sem querer”. Realmente estava conversando sobre rolos antigos e comecei a falar que gostava de uma menina da faculdade mas ela era muito ciumenta e tudo mais, então mostrei o Instagram para a menina que eu estava conversando. Logo que ela viu o Instagram da loira, ela já começou a me tocar a sentar mais perto de mim e finalmente depois de uns 5 minutos nos beijamos.

Essa técnica é muito poderosa, use com moderação. Principalmente com a mulher dos outros.

Observação: Eu sei que você estará mentindo. Tome cuidado para a pessoa que você mentiu que ficou nunca, jamais ficar sabendo que você sai por aí dizendo que vocês tiveram um caso. Cuide para ter bons amigos que não irão debochar de você, muito pelo contrário, irão te cobrir.

É uma técnica que você mente, fica a seu critério usar.

Bom e sobre o espelhamento? Espelhar alguém é nada mais do que imitar. Mas por que fazer isso? Imitar gestos, palavras que mais usa, entonação verbal, risada, gostos, manias, etc faz a pessoa sentir conexão com você.

Ao fazer ela ter conexão, ela pensa “hum ele é que nem eu”. Ela pensa isso inconscientemente e começa a sentir segurança e gostar da sua presença.

Um mestre do espelhamento consegue usar isso logo nos primeiros segundos da conversa. Consegue imitar olhares, imitar postura, etc.

Provavelmente nas suas primeiras investidas, demorará alguns minutos, todo o tempo da conversa até aqui para você começar a espelhar.

Com o tempo você começa a identificar padrões com mais facilidade e agilidade e encaixá-los com maestria na conversa.

175



- Aproveitar o momento certo para agir. Agir é tentar beijar.
- Caso ela negue o beijo, não insista muito, se for insistir faça com cautela e sem se humilhar, nem perder toda moral que conquistou.
- Em caso dela ainda negar beijar você mesmo após insistência, mas não sair correndo, nem uma amiga puxar, peça o Instagram, ou Whatsapp.
- Em caso positivo do beijo. Beije com apetite sexual, deixe ela com tesão.
- Após terminar o beijo, troque algumas palavras e pegue o contato dela, caso ainda não tenha pego.

É o momento da ação soldado. Diria que se você já chegou aqui e acha que ela vai te beijar é porque vai dar tudo certo. A única coisa que pode ferrar você é o timing errado.

Beijar é acertar o timing. Existem situações que ela simplesmente não vai te beijar.

Imagine que mesmo que ela esteja super interessada em você passe um cara da faculdade que ela tem um rolo. Ela pode querer evitar ser pega no ato. Ou que você tentou beijá-la quando vários conhecidos dela vieram falar com ela. Tentou beijá-la quando ela está tendo que ir de um lugar para o outro com pressa.

O beijo geralmente ocorre no momento onde o pico de emoção na conversa está propenso a algo mais íntimo. Ocorrem em despedidas também. Você tem que sentir o momento ideal.

Você pode falar coisas como:

“Eu acho que estou louco para te beijar.”

“Não sei porque mas me deu muita vontade de te beijar agora.”

“Fulana, quero te beijar.”

Nunca peça. Se pedir a chance de fracassar é grande. Outra que você já deu poder a ela e baixou seu valor.

Uma boa forma de conseguir o beijo é dar um motivo. Dizer:

“Quero te beijar porque está muito quente aqui”

É melhor que dizer apenas:

“Quero te beijar”

Mas claro, diga algo melhor como:

“Quero te beijar, me deu muita vontade agora”

O cérebro humano busca explicações para as ações dos outros e as ações que vai tomar.

Se ela negou o beijo no momento eu sugiro que você dê uma leve insistida, sem humilhações claro.

A melhor forma para você insistir é não se afetar com o fora, não ficar nervoso, com raiva ou se sentir mal. Aja naturalmente, dê risadas internamente.

Se ela negar após sua insistência, desista. Desista e tente pegar o Instagram, primeiro peça o Insta, é mais fácil elas darem, whatsapp é meio íntimo demais, ainda mais para o cara que ela acabou de dar um fora.

Mas já adianto, se você tomou um fora, muito provavelmente não vai conseguir nada depois...

É mais fácil as vezes não tentar beijar e pegar o Instagram ou Whatsapp (se você não tomou fora é mais fácil pegar o Whatsapp)

Pode usar desculpas como:

“Me passa seu Whatsapp e me manda aquele vídeo do YouTube que conversamos.”

“Me passa seu Whatsapp para me mandar aquele shampoo para cachorros que me falou que é bom.”

Se ela te beijou, o importante é beijar com pegada e tesão viril. Fazer ela ficar molhada e querer te dar apenas com seu beijo.

O que ela tem que pensar é:

“Nossa, se ele beija assim, imagina me f.....”

Não confunda isso com uma pegada meio “brutal”, com apertões exagerados. É mais ter uma suavidade firme, saber onde pegar e guiar ela no beijo, causar emoções. Ela tem que sentir que você está gostando e que você está excitado.

Após beijar troque algumas palavras e abrace ela. Deixe ela segura. Logo peça o contato dela caso ainda não tenha. Sugiro que peça whatsapp, já que estão mais íntimos.



- Avalie se vale a pena continuar ali “casadinho” com ela e se ela demonstra interesse de querer ficar ali com você
- Se sentir que ela quer ir embora, vá embora você antes. Ir embora antes, sempre irá aumentar seu valor pois demonstra abundância
- Se você quiser ir embora, mas sente que ela quer ficar com você mais, vá mas não tão imediatamente, pode parecer que você é um babaca que “só quis pegar ela”.
- Saída triunfal e apimentada.
- Caso seja a menina que você não beijou, mas pegou o contato, chame ela no dia após a festa, não na madrugada, no decorrer do dia.

Agora que você conseguiu entrar é importante conseguir sair. Eu não aconselho que você fique grudado na menina que acabou de beijar. Claro depende muito do ambiente, mas em festas pode demonstrar que você é um necessitado.

Mulheres querem ficar com homens que outras mulheres querem ficar.

Ao pegar ela e ir embora você demonstra abundância de mulheres. Você pode sair dali e pegar outra, é o que ela pensa, e isso aumenta muito seu valor.

Eu sempre preferi sair. A menos que a menina desse claros indicativos de que me quer muito ali, ou que iremos fazer sexo depois, claro ela ainda tem que ser bem gata.

Apenas cuide para não parecer um babaca fazendo isso. Aquele cara que “só quis pegar ela e largou.”

Não pense “ah sou feio, melhor ficar agarrado nessa aqui”. Essa insegurança só vai fazer você atrair menos mulheres e provavelmente repelir a que conseguiu. A mulher que você acabou de conseguir sentirá se você está inseguro ou não é abundante de mulheres.

Caso você sinta que ela quer ir embora, vá antes. Geralmente antes de ir embora elas dão alguns sinais e pense que normalmente elas querem ir, querem pegar outros caras.

“Ai não estou achando minhas amigas.”

“Quero ir no banheiro sabe...”

São sinais que ela quer ir embora.

Diga:

“Sereno, de boa, eu preciso encontrar minhas amigas também. Tchau, beijos”. Certifique-se de já ter o contato dela antes de ir embora.

Eu gosto de usar uma tática chamada “saída triunfal”. Ela pode ser um beijo pegado ou uma palavra de canalha com voz baixa no ouvido “eu vou lá meu anjo, depois eu te beijo mais”.

É aquele tchau com gostinho de quero mais. Aquele tchau que vai dar vontade nela de fazer sexo com você depois. Dar esse tchau estilo canalha é muito bom, elas adoram. Geralmente com um sorriso debochado e um ar irônico no ar.

Pode existir o pós com a menina que você não beijou mas pegou o contato. Se você tentou beijá-la e ela lhe deu um fora, já adianto que possivelmente não vai adiantar nada chamá-la nas redes sociais. A menos que ela descubra que você é rico ou famoso. Ser ela for rica, não vai dar bola para sua riqueza,

você é só mais um playboy que ela deu um fora. Pode ser, em uma hipótese remota, que naquele momento ela não estava afim de beijar, mas 99% de certeza que não é isso. O problema é sempre você quando uma mulher não lhe beija.

Mas há as meninas que você pegou o contato por exemplo no parque, na fila, na universidade e não necessariamente tentou beija-la. Essa é ótima para você desenrolar no Instagram ou no Whatsapp.



Soldado, acabei de lhe entregar uma técnica muito poderosa, com passo a passo do início ao fim.

Espero que entenda e a use com sabedoria.

Se você ficar em casa sem colocar em prática, obviamente não vai adiantar nada, a vida vai passar e você vai continuar para sempre no 5 contra 1.

Agora vamos falar sobre como conquistar elas pela internet? Mais precisamente no Instagram ou Tinder.



O MÉTODO SMART NA INTERNET

SOCIAL PRO
MÉTODO

04
MÓDULO

A receita é a mesma:

- Fale o que outros caras não falam. Entenda que existem dezenas de caras babando ovo de qualquer feiosa por aí, de uma bonita centenas de uma bonita e rica muitas centenas.

- Puxe assuntos com sutilidade, conversas atuais, cotidianas, e sem conotação sexual. Uma conversa “inocente”.

- Faça ela sentir interesse em conversa com você.

- Aja, pedindo para sair com ela.

Bom, eu acho incrível o potencial das redes sociais. Se você sabe se vender nas redes sociais (já falamos sobre isso) é quase infinito a quantidade de sexo que você pode ter.

O fundamental é você saber o que falar em cada plataforma. Por exemplo quando você dá um match no Tinder, já sabe que ela está interessada. Já quando responde um story de alguma menina no Insta, você não sabe se ela se interessaria por você, a menos claro que ela curta suas fotos ou interaja com você.

Mas no Tinder você já pode chegar um pouco mais “íntimo”. Com piadas apimentadas, elogios discretos. Pode usar humor, memes, usar assuntos que estão em alta, brincar, provocar.

No Instagram a melhor coisa a se fazer é trabalhar sua mídia e deixar elas virem. Claro para isso você precisa largar a isca.

Eu acho a melhor isca responder os stories delas.

“Que musica legal essa!”

“Que lugar maneiro, onde é”

“Concordo com isso que você está dizendo, pois blábláblá.”

“Hahaha o dog é a cara da dona”

Coisas assim, mais naturais e “friendly. Assim ela irá entrar no seu perfil e te ver. A isca funcionou, você foi notado. Não adianta achar que vai ser notado curtindo todas as fotos dela.

Sabe, sobre curtir fotos até funciona você não curtir as fotos que estão em alta. Espere ela postar uma foto nova, vá lá e curta uma foto antiga. Ela vai lhe ver e você não vai cair em “mais um cara que curtiu minha foto nova”. Provavelmente ela irá visitar seu perfil.

Amigo, se seu perfil for de um cara de baixo valor esqueça de pegar mulheres bonitas na internet. Aquela menina blogueirinha 10/10 nunca vai dar moral para um cara sem valor sexual de mercado nas redes sociais.

Se seu perfil não for maneiro, você terá que se contentar com meninas que também não tem um perfil maneiro. Geralmente aquela menina dos sonhos, linda, patricinha, fotogênica, está se relacionando com caras que tem um perfil nas redes sociais super irado.

No final temos algumas dicas legais para interagir na internet com ela. A frequência é importante, não fale uma palavra, duas na semana, nem passe muito tempo sem responder. Cara, essa história de dar “gelo nela” não funciona mais, claro a menos que ela também faça com você, se ela demora 5 horas para lhe responder, não responda no mesmo segundo. Mas estamos na era da informação, se você não estiver presente nas redes dela outro cara vai.

Interaja com ela até conseguir arrasta-la para o Whatsapp. No Whatsapp a conversa fica mais íntima e se ela lhe deu a oportunidade de estar lá é pois tem interesse...

Geralmente as “conversas de sacanagem” rolam no Whats, por mais que elas mandem os nudes pelo Insta. Elas mandam os nudes pelo Insta pois o Insta não deixa nada armazenado e você não pode mostrar para outras pessoas.

Para conseguir o Whatsapp dela pelo Tinder ou Instagram é fácil, basta arranjar uma desculpa.

A clássica do Tinder:

“Me passa teu Whats, entro pouco aqui”

É velha mas funciona até hoje. Lembre-se que o cérebro humano precisa de um “porque”.

No instagram a desculpa tem que ser um pouco melhor, afinal que assunto ela pode falar pelo Insta que não pode falar pelo Direct?

Eu gosto de deixar ela um pouco esquecida no Instagram, algumas vezes e depois dizer:

“Desculpa meu bem, demoro muito para responder as pessoas aqui. Me dá teu Whatsapp que eu converso mais por lá”

Nunca venha com coisas como:

“Me dá teu Whatsapp pra gente ficar mais íntimo por lá kk”

Cara, intimidade não se pede, se conquista, ela vem ao natural. Não é algo artificial.

Uma técnica fatal para fazer qualquer menina que você está conversando no Whatsapp sair com você é fazer ela gozar enquanto fala sacanagens com você no Whatsapp.

Sim, mulheres se masturbam.

Sim, se você fez ela gozar, a maior excitação que o corpo dela pode atingir naturalmente está atribuída a você.

Sim, ela vai querer sempre.

Mas como fazer isso?

Aí nós entramos de novo naquele tema, tensão sexual.

O problema dos homens é que são afobados, imaginam a conquista uma coisa que vão fazer em uma noite, tudo rápido,

atropelam tudo. Não sejam assim!

Cara é um caminho longo sair do cara que trocou alguma palavras no Instagram com ela até fazer ela se masturbando no Whatsapp para você.

Você precisa ir induzindo ela. Aos poucos criando essa tensão sexual e aumentando seu valor sexual.

Você perguntar que coisas excitam ela (aqui já estou falando de uma menina com certo grau de intimidade)

Pode dizer que ela fica bonita com cor tal, exemplo:

“Tu tem uma cara que ficaria bonita de vermelhinho”

Ela entenderá que você quer dizer que ela ficaria bonita de calcinha vermelha.

Eu já consegui muitos nudes assim. “Nossa, será que tu fica bonita de pretinho?”

Elas automaticamente querem te mostrar que ficam bonitas de calcinha preta. Eu estou usando as palavras no diminutivo e é para você falar assim mesmo, eu não sei por que mas elas gostam. Só cuide onde usar o diminutivo, não vá usar “bonitinha” pelo amor de Deus! A menos que queira provocar propositalmente.

Você pode perguntar que músicas ela prefere na hora do sexo. Talvez perguntar que posições ela gosta. (essa já é uma conversa com alta intimidade)

Mas de novo vá com calma, é um processo, não atropele os procedimentos. Como assim?

Sugiro que em uma noite você pergunte por exemplo quais são as coisas que mais a excita em um cara e assim que ela responder, fale um pouquinho mais e troque o assunto. Diga que vai dormir, deixa ele com gostinho de quero mais. No outro dia você volta trazendo aquele mesmo assunto a tona,

provocando um pouco mais, aí quem sabe já pode rolar nudes e sacanagem. Vou exemplificar:

Você pergunta que coisas a excita em um homem e ela responde que é a barba. No outro dia você volta dizendo, “oi estou com barba, sabia?”

Se ela falou que gosta de homens com cueca preta, no outro dia você chega e diz, “opa, estou de cueca preta sabia?”

Você traz a tona aquele assunto picante.

É fundamental você saber que existe um horário para trocar nudes e falar sacanagem. Sem saber os horários você irá fracassar, falar coisas sexuais no timing totalmente errado. Acha que alguém vai lhe mandar nude no trabalho ou no meio da sala de aula, na janta com os pais?

O horário ideal é das 22h até as 02h da manhã.

É só você pensar: “bom em que horário elas estão deitadas na cama entediadas”. Se não conseguir fazer essa reflexão faça em você, em que horário você fica na cama entediado.

Cara eu já fiz muito sexo virtual. O horário quente é das 00h até a 01h.

Assim como você, elas se masturbam antes de dormir. Entenda isso, mulheres mandam nudes, falam sacanagem, veem pornô e se masturbam.

Não é porque não acontece com você que elas não fazem, elas fazem e muito.

Uma dica muito irada é deixar ela louca mandando GIFs de sacanagem. E imagem é muito mais poderosa que você digitando.

Diga: “Imagina nós fazendo isso”

E mande:

[GIF PROIBIDÃO]

É fatal.

Eu tenho outra técnica fatal para conseguir nudes e fazer sexo virtual. Como falei elas gostam de fazer isso quando estão deitadinhas na cama. Geralmente com um pijaminha, ou apenas de calcinha.

Quando chega no horário propenso eu pergunto: “Eai bebê, tá com que roupinha pra dormir?”

Elas dizem:

“Ah, com uma calcinha kkk”

“Só de camisetão rsrs”

Tem umas que já entendem o recado e:

“Calcinha, não gosto de dormir de roupa hahah”

Tem outras que pegam pesado e já mandam a foto de como estão agora.

É importante entender que você só vai fazer isso coma menina que você já tem certo grau de intimidade. Se fizer com a menina que já pegou na festa é quase certo que terá sucesso.

Então eu continuo a provocar com coisas que são sensíveis (aos sentidos), como por exemplo:

“Hum, mas que cor é essa calcinha?”

“Olha só, que interessante.. e já tomou banho para nanar, ta cheirosa? Hahah”

“Ah, assim tu me mata, cheguei a imaginar aqui”

“Cheguei a ficar com calor imaginando rsrs”

“Será que tu fica bonita com essa calcinha?”

“Camisetão eu tenho vários, um dia tu vai usar um meu haha”

Particularmente eu gosto de perguntar se elas estão cheirosas antes de dormir ou se ficam bonitas com aquela roupinha. Eu não sei por que mas funciona demais!

Nunca se esqueça de usar emogis em suas interações, elas podem lhe ajudar muito, podem expressar coisas, apimentar a conversa e dizer o que palavras não conseguem dizer. Diabinhos, corações, carinhas de safados, carinhas babando, carinhas de anjo. Emogis são incríveis para provocar, mostrar tesão, safadeza, brincar e muitas outras coisas.

Outra coisa infalível é que se enquanto você falar com ela, estiver “trovando” ela ver você com outras mulheres. Se ela ver você beijando outras mulheres nas redes sociais, ela vai achar que você é um babaca e provavelmente vai se fechar. O ideal é aparecer com mulheres em situações “sutis”, onde você pode dizer “ah é só uma amiga bebê”.

Apareça com mulheres lhe dando beijinho na bochecha, com mulheres sorrindo com você, em festas, mulheres em viagens, mulheres e amigos. Ela tem que ver você com mulheres. Por que? Porque mulheres querem fazer sexo com caras que outras mulheres querem fazer sexo.

Vamos tentar recapitular algumas coisas. O ideal é você sempre levar ela a falar sacanagem com você, é bom e é a garantia que vocês vão fazer o ato sexual cedo ou tarde. Também quando ela for te ver não vai ficar fazendo c. doce. Ela está indo te ver e sabe para que.

Nada de ir para restaurantes caros, pagar a conta e nem ganhar um beijo. Ela sabe que se vocês falam sacanagem vocês vão trepar.

Então há um caminho a percorrer onde você passa a ser o cara desconhecido bonitinho do Tinder ou o desconhecido total do Insta e começa a ocupar espaço na vida dela. Começa a ser uma

pessoa do ciclo social dela. “O cara que fala com ela no whatsapp”.

É importante você dar atenção, praticamente todos os dias, ser divertido, legal. Estamos na era da informação, portanto seja presente na vida dela.

Sopese a quantidade de investimento que você está fazendo, se você é o cara que vive convidando ela para sair e ela não dá bola, repense suas ações.

Eu só gostaria de convidar para sair depois de trocar alguma sacanagem, pois aí eu sei que irei dar um tiro certo e o sexo será bom.

Ter uma rede social maneira é fator determinante para a qualidade e quantidade de mulheres que você vai pegar.

Nunca fale o que todos os outros caras falam. É imprescindível que você seja maneiro, malandro, esperto e demonstre até um pouco de “safadeza”.

Elogios ridículos são dispensáveis e lhe colocarão na categoria de beta ridículo bajulador e inflamador de ego. Se for elogiar use um elogio muito sútil acompanhado de certa provocação.

Por exemplo:

“Hmm, que boca bonita nessa foto.”

“Hmm, que cara de comportadinha que ela tem”

Espero que você esteja entendendo todo contexo do método SMART meu caro.

Afinal, não é muito difícil e você pode aplicar sendo rico, feio, gordo, bonito, pobre, virgem, sendo qualquer um.

Quando você interagir com uma menina nas redes sociais e for rejeitado, você não levou um fora, apenas ela não foi recíproca ou não lhe deu abertura.

São apenas duas pessoas conversando. Pode ser que ela tenha sido super simpática mas não tenha ainda nenhum desejo sexual em você.

Mas ela ser simpática já é um começo, melhor que ela lhe ignorar não é mesmo?

Transforme a simpatia dela em tesão, criando tensão sexual pela internet, tendo uma rede social maneira, acertando bem qual o tipo de menina iria se interessar por você e tendo um bom timing.



Agora, o jeito é ir para as redes sociais e para a rua e praticar, já entregamos tudo mastigado para você.

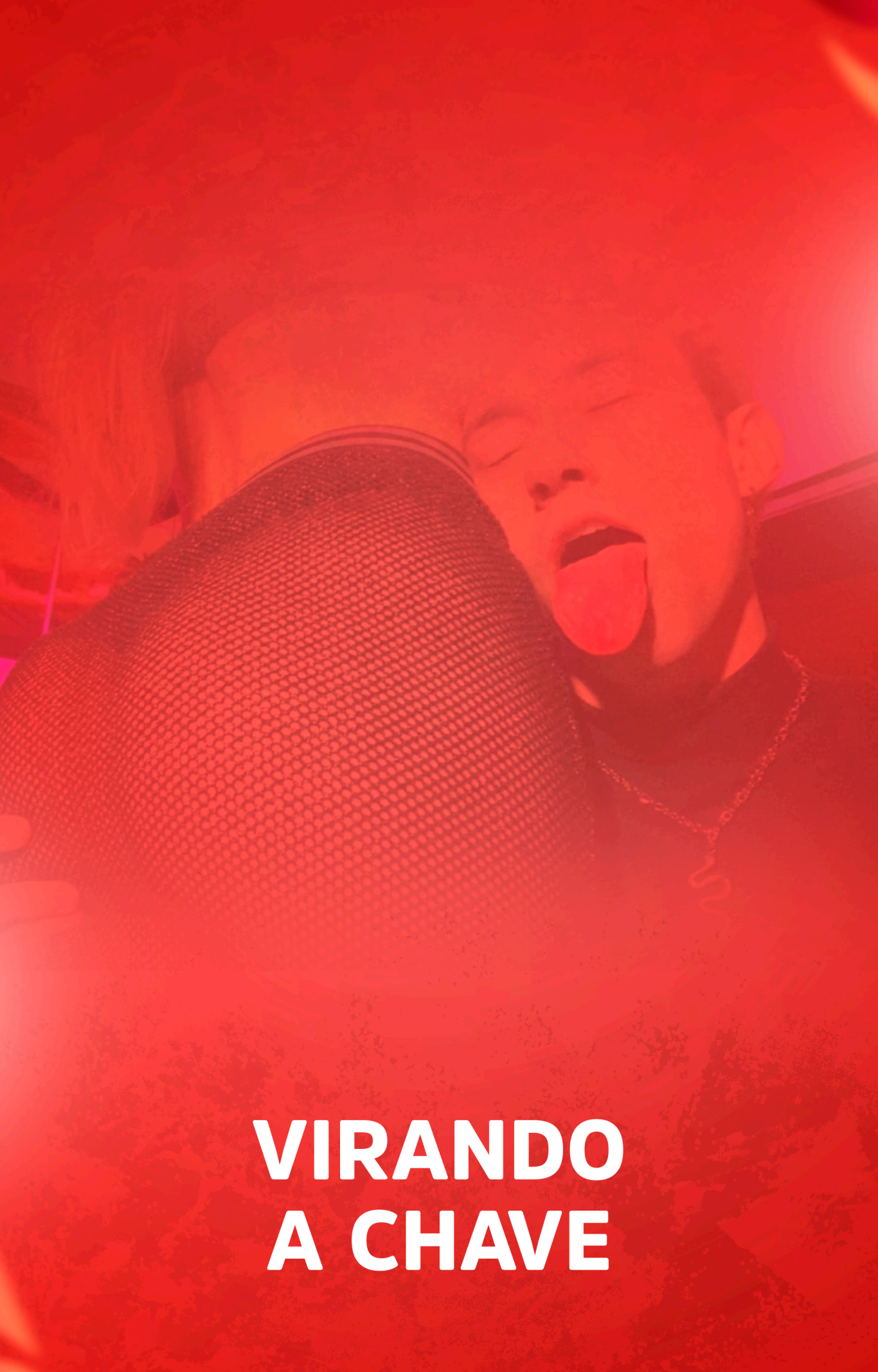
Lembre-se de algo que já falamos, nenhuma mulher vai cair quicando no seu colo, você precisa ir atrás, ir a luta.

Você vai sentir desconforto, vai sentir dor, vai querer desistir, vai sentir preguiça. Vai achar que é mais fácil ficar em casa jogando ou se masturbando sem falar com ninguém, afinal interagir, conhecer pessoas, lidar com a rejeição, sentir emoções, experimentar coisas novas e tirar as nádegas do sofá, assustam. Seu cérebro vai lutar para você que leu tudo isso aqui e está cheio de esperanças, desistir.

Sua luta agora é para não parar, é para praticar tudo isso. Tire fotos mesmo não gostando e fique um craque nisso. Interaja com meninas no Instagram mesmo sendo tímido.

Continue interagindo com as pessoas mesmo sendo rejeitado no começo. Se vista bem mesmo não precisando ou não querendo. Use o Tinder mesmo tendo medo ou nunca dando um match. Fale com meninas ricas e bonitas mesmo sendo inseguro. Tente meu amigo, você irá conseguir. Persistência é a chave para o sucesso.

Estamos quase no final. Aguente mais um pouco comigo, ok?



VIRANDO A CHAVE

Bom, tudo que é bom termina. É assim, nada é para sempre nesse plano. Eu não estou falando isso pelo fim do curso, pois ler isso aqui é só o começo.

Eu estou falando do fim de sua vida. É, um dia você vai morrer...

Agora eu peço que relaxe, e coloque a sua música favorita para acompanhar minhas palavras, por favor.

Se você está lendo isso e é jovem, essa juventude passará bem rapidinho e certas coisas você nunca mais poderá fazer. Há certas coisas que apenas a juventude propicia, esse período dos 16 aos 20 e poucos anos, nunca mais volta.

E pode ter certeza que é a época mais incrível de sua vida, ou pelo menos poderia ser.

Você não precisa de dinheiro para ter uma vida épica nesse período, não precisa de um carrão ou músculos, pois é justamente nesse período que você está conquistando tudo isso.

Você tem a força da juventude!

A graça da vida é a conquista. Minha filosofia é de nunca parar, é de sempre conquistar. É apreciar o agora, esse momento, seja ele qual for. Olhar para ele agarrá-lo com toda sinceridade e amor do mundo, por mais difícil que ele seja.

Você agora mesmo está deixando de viver, de fazer coisas inimagináveis, você não tem noção do poder que existe dentro de você. É o poder da própria criação, que originou a vida nesse universo.

Você pode agarrar tudo, olhe a quantidade de oportunidades que existem, de ideias que você pode tirar do papel, olhe o império que você pode construir, a quantidade de pessoas que pode ajudar.

Não é o momento de se contentar com uma vida mediana nem medíocre. Queremos que você saia e curta a vida, não seja um cara triste.

É o momento de fazer amigos e de conhecer mulheres. É agora a hora de se tornar aquele cara que você sempre sonhou ser. É tempo de abandonar seu antigo eu e despertar para uma vida de maravilhas que lhe aguarda do lado de cá.

Bons momentos, bons gostos, boas mulheres. Viver uma vida de abundância, assim como vários caras já conseguiram.

Para você fechar com chave de ouro esse curso, você precisa virar a chave de sua vida. Isso, vire a chave! É hora de ser um cara incrível.

Você deve ter percebido que tentamos fazer uma reforma interna em você aqui, lhe transformar na melhor versão de si mesmo.

Nenhuma dica, nenhum truque, nenhuma frase pronta, supera você se tornar um cara incrível. Ser um Alpha legítimo, que exala autoconfiança, um cara culto, esperto, sedutor, sensual, apimentado. Nada supera você ser esse cara! Nossa meta é que você saia daqui e busque o topo da pirâmide social. Os melhores prazeres desta vida estão reservados para os Alphas. Os melhores cargos, os melhores sabores, os melhores olhares, as melhores festas, os melhores lugares, as melhores mulheres.

Enterre isso na sua cabeça para nunca mais tirar: nada supera ser um Alpha.

É essa virada de chave que precisamos que você dê. É a de colocar em sua mente que daqui para frente você será um poço de resiliência. Você irá em busca do seu novo eu. Você não irá parar nessa jornada, custe o que custar. Enquanto você não estiver no lugar que merece estar, enquanto não estiver no topo, não vai parar.

Nos negócios, na família, nas amizades, nos relacionamentos amorosos você sempre será o Alpha, o número 1.

Grave em sua mente a imagem de um cara inabalável, inatingível, um cara que é exemplo para os outros e tem uma inteligência emocional desenvolvida.

Queremos que você seja um cara culto, que não só saiba falar com as pessoas, mas tenha o que falar. Um cara que abra a boca e todos se calem para escutar. Um ser de sabedoria elevada.

Falamos a todo momento para não ser um babaca, um mentiroso e principalmente um covarde. Mulheres e carros vem e vão, mas o caráter de um homem irá ficar com ele para todo sempre. Sempre durma de consciência tranquila, sabendo que nada fez de errado.

Seja um bom homem, um bom amigo, um bom pai, um bom filho, um bom irmão, um bom namorado, um bom amante. Seja bom, mas é aquilo, seja bom apenas uma vez pois se for duas, será bombom e aí alguém te come. Quero dizer para não confundir ser bom com ser pateta e deixar os outros lhe passarem para trás. Não seja o cara que toma golpes, é humilhado e aceita traições apenas por ser “bonzinho demais”. Seja bom, mas sem ser fraco. Benevolência e força.

Tudo isso vem com uma personalidade, o que é a chave para virar a sua chave. Você precisa ter uma essência sua, pura. Ter seu cheiro, seu tom de voz, seu estilo, sua filosofia, sua posição política, seu modo de ver o mundo, suas religião, sua cultura, suas crenças. Ter isso tudo e expressar isso para o mundo, quando quiser.

Essa criação de personalidade Alpha não é coisa para crianças, crianças obedecem a mamãe ou a namorada. Crianças não falam o que as menininhas da faculdade não querem escutar ou escolhem a profissão pois os pais mandaram. É hora de ser homem, crianças não enriquecem, nem andam com as melhores mulheres.

Cada homem deve ser uma essência masculina única no universo e não o receptáculo de ideias de outras pessoas, que originam-se sabem-se lá de onde.

Construa essa personalidade antes que seja tarde, antes que você se lembre de você pelo que você não foi.

É, é melhor tratar de aproveitar essa vida e sugar dela o melhor que existe antes que olhe para trás e perceba que nada fez, antes que olhe para trás com lágrimas nos olhos pois não viveu o melhor momento de sua vida. Pois deixou de tirar aquele negócio do papel ou dizer que ama aquela mulher. Pois não fez as pazes com seus amigos ou enfrentou sua família.

Tic-toc, o relógio está passando e você está morrendo. Não só você está morrendo como oportunidades únicas estão passando. Quantos dias já não voltam mais e quantas experiências você já deixou de viver. Esses dias e essas sensações passaram, já era. Mas você ainda tem alguns milhares de dias aqui na Terra, trate de aproveitar!

A vida é motivação, motivação para ação.

Fique acordado todo dia e toda noite, isso parece ser tão correto. Você pode ser bem jovem e bem burro, vá se embebedar um pouco e namorar, quebrar a cara e voltar. Juntar seus cacos e uivar para lua!

Fique acordado até amanhecer para saber como é bom, toque seu violão, faça sua arte, pratique seu esporte favorito. Aja com seu coração!

Abaixe sua guarda um pouco e se permita experimentar. Ah, isso é ótimo! Você precisa viver soldado, precisa ser um pouco tolo e um pouco sábio.

Um homem não pode dizer que já venceu alguma batalha se nunca lutou. Você não pode dizer que não quer alguma coisa ou que já superou se nunca experimentou. É hora de tentar e falhar, de tentar, conseguir e depois desistir pois afinal... não era para você ou era apenas uma fase.

É hora de largar a faculdade no último semestre pois isso não tem nada a ver com o que você quer da vida! Ou finalmente terminar o curso e seguir a carreira que ama.

É hora de empreender em algo que você sonha! Ou conseguir aquele emprego tão sonhado.

É algo de acabar com seu relacionamento de anos, pois você quer viajar o mundo com seus amigos! Ou casar com a mulher da sua vida.

É hora de fazer algo que você sempre quis! Ou não fazer nada... pois você não quer fazer nada agora.

É hora de puxar a menina da sua vida pelo braço e dar um beijo de cinema nela! Ou de tomar um fora dela.

É hora de lembrar de você e sentir orgulho!

Aquele cara lá do futuro vai ter orgulho do que você vai viver. E afinal para o que você vai viver? Já encontrou algo pelo que morreria? Um homem só encontra a razão de sua vida quando encontra algo pelo que morreria.

Está na hora de encarar o homem que você vai se tornar, não a criancinha, criancinhas chamam os pais para resolver os problemas, criancinhas não teriam coragem de morrer por algo. É hora de sair desse quarto, saia e curta a vida, um mestre já dizia!

Ah, meu amigo é hora de escutar sua música favorita e trabalhar naquele projeto de sua vida. Colocar essa música e ir para academia. Dançar essa música na festa enquanto está com a menina mais bonita do ambiente.

Escutar essa música enquanto faz aquela viagem com seus amigos. Ah, soldado! Aquela música que você ama, faça ela ser a trilha sonora da sua vida!

Não é a hora de ser o magrelo que ninguém nota. Não é a hora de ser pobre. Não é a hora de ser tímido. Não é a hora de não saber falar direito.

Não é a hora de ficar meses sem sexo. Não é a hora de ser rejeitado por todos. Não é a hora de gastar com restaurantes e bebidas e não pegar

ninguém. Não é a hora de ficar esperando a “hora certa”.

Agora é agora da ação, agora!

Agora é a hora de mexer esse corpo, de ir caçar. De fazer algo inenarrável. Um passo de cada vez, um passo de cada vez e com o tempo, aos olhos dos demais, seus feitos parecerão passos de um gigante.

É a hora de mudança com pequenas ações. Fragmentos de esforço todo santo dia, esforço e mais esforço. Tudo isso direcionado a um objetivo.

Ser um cara mais bonito. Passar naquele vestibular. Passar naquele concurso público. Pegar aquelas mulheres gostosas. Fazer aquela dieta.

Comprar aquele carro. Fazer o negócio virar. Fazer chuva de dinheiro na festa.

Eu não sei o que você quer fazer, mas você precisa querer fazer algo. E querer muito.

Fé. Eu sei que sem fé você não faz nada de mais. Tenha fé que você vai conseguir, pois afinal, você está tentando não é mesmo?

A fé move montanhas, mas não é que a fé irá trazer a montanha até você e sim fará você construir meios para trazer a montanha até você. Com fé você deixa de ser gordinho. Deixa de ser corno sempre. Para de ser fraco. Com fé deixa de ser pobre. Deixa de ser o cara que não pega ninguém. Com ela você deixa de ser invisível.

Acredite, não há nada mais poderoso que a fé em Deus e em si mesmo.

Liberdade meu amigo, agradeça todo dia por ser um homem livre. Um homem que acorda e tem bilhões de possibilidades todos os dias, você é livre para arcar com seus fracassos e sucessos. Agarre essa liberdade, apaixone-se por ela. Seja livre para aceitar a si mesmo.

Eu e você já trabalhamos muitos aspectos aqui nesse curso, desde sua aparência, seu jeito, hábitos, crenças até sua mente. Esperto que tenha percebido que tudo é um conjunto. Mente, corpo e alma.

Você a soma de várias coisas que devem estar em harmonia. É uma sintonia delicada mas fácil de lidar se você estiver atendo.

Você precisa cuidar essa sintonia para não entrar em uma frequência ruim para você e mergulhar em padrões de pensamentos destrutivos, crenças péssimas e consequentemente uma vida com sofrimento.

Por isso que você deve ser feliz. Deve brincar, deve tentar ficar com o corpo bonito, tentar ficar rico, ser o melhor jogador, pegar as melhores mulheres, escrever um livro, ser pro player naquele jogo em alta, conhecer pessoas, trabalhar com o que ama. Seja feliz, faça o que estiver com vontade de fazer. Você pode e deve, desde que arque com o que vier. Para isso você precisa de autorresponsabilidade.

A vida é sobre criar impacto e para ter o que nunca teve é preciso fazer o que nunca fez.

O conselho da equipe sempre será para ser um cara do topo da pirâmide social, afinal, as melhores maravilhas da vida estão destinadas a esses caras.

Não tenho muito mais para encerrar, a não ser pedir de novo para virar essa chave. Fechar com chave de ouro é virar a chave de sua vida.

Daqui para frente, sempre para frente, mas nunca com excesso de futuro. O momento é o agora. O passado já passou por pior que ele tenha sido e o futuro ainda não aconteceu, por pior que pareça.

Viva o momento do agora. O que é o futuro se não sucessivos “agoras”?

Gostaria de pedir apenas mais uma coisa. Sempre que puder,

faça o bem ao próximo, mesmo que isso possa lhe causar desconforto. O objetivo do homem é ser Deus na Terra. Amor ao próximo. Se puder estender a mão estenda, se puder perdoar, perdoe.

Para sentir o amor é antes preciso exprimir amor. Então estará te fazendo um bem. Quando você ilumina o caminho do outro, automaticamente ilumina o seu também. Seja e dê e receberá. Mas doe-se sem esperar nada em troca, receber graças nessa vida não é sobre fazer uma barganha com Deus.

Tenho muito a agradecer a você por ter ficado até aqui conosco. Tenho certeza que já conseguir afetar positivamente a vida de um homem, talvez mudar o rumo de sua vida ou até salvar ela.

É uma honra! Saiba que tenho orgulho de você!

Quero o melhor para você, quero a vida mais feliz do mundo. Espero que use tudo isso aqui com sabedoria e que tenha entendido a mensagem. Espero que encare a vida com coragem e nunca deixe ninguém pisar em você. Seja um bom homem e aproveite esta sua estadia na Terra.

A pergunta agora não é se você vai conseguir...
E sim o que está disposto a fazer para conseguir?