

Why Men Lie

Allan+Barbara Pease

and
Women

Pria Pembohong dan
Perempuan Cengeng

CRY

INTERNATIONAL BEST SELLER

WHY MEN LIE

&

WOMEN CRY

MENGAPA PRIA BERBOHONG
DAN
PEREMPUAN MENANGIS

Allan + Barbara Pease

Daftar Isi

Ucapan Terima Kasih - 16

Kata Pengantar - 17

Mengapa Begitu Sulit bagi Pria dan Perempuan - 19

Mempelajari Bahasa Kedua - 26

Pengalaman dari Tangan Pertama - 27

Bagaimana Memberikan Buku ini sebagai Hadiah - 28

Akhirnya - 29

1. Mengomel - 31

Omelan Perempuan vs Keluhan Pria - 35

Mengomel dalam Sejarah - 37

Bagaimana Perasaan Pengomel - 39

Bagaimana Perasaan para Korban - 40

Mengapa Perempuan menjadi Pengomel yang Lebih Baik? - 41

Mengapa Mengomel Tidak Pernah Berhasil - 45

Di Mana Omelan yang Paling Buruk Terjadi? - 46

Mengomel Bisa Merupakan suatu Teriakan Agar Diakui - 49

"Mother Complex" - 50

Solusi dari Kebiasaan Mengomel: Katakan Apa yang Kau
Maksud - 51

Solusi untuk Mengomel: Ungkapkan Bagaimana Perasaan
Anda - 54

Solusi terhadap Omelan: Teknik Aku' - 56

Solusi terhadap Omelan: Beri Pria Waktu 30 Menit untuk
'berdiang' (beristirahat) - 58

Solusi Mengomel: Membuat Anak-anak Melakukan Apa yang Kau
Inginkan - 58

Jangan Mengomeli Mereka, Latihlah Mereka - 60

Solusi terhadap Mengomel: Studi Kasus dengan Anak-anak - 62
Bagaimana Mengerti Seorang Pengomel - 63
Tantangan bagi Sang Korban - 64
Tantangan bagi Pengomel - 65

**2. Tujuh Hal yang Biasa Dilakukan Pria yang Membuat Perempuan
Menjadi Gila - 67**

*1. Mengapa Pria Selalu Menawarkan Solusi dan Memberi
Nasihat? - 70*

Mengapa Perempuan Dibuat jengkel oleh Solusi yang Diberikan
Pria - 73

Studi Kasus: Sarah dan Andy - 74

Bagaimana Agar Andy Bisa Menangani Masalah Tersebut dengan
Lebih Baik? - 76

Bila Anda Ingin Berbisnis dengan Lawan Jenis - 79

Bagaimana Menghindari Pertengkaran dengan Lawan Jenis - 80
Solusi - 80

*2. Mengapa Pria Selalu Mengganti-ganti Saluran TV dengan
Remote Control? - 81*

Solusi - 84

*3. Mengapa Pria Tidak Mau Berhenti untuk Bertanya
Arab? - 86*

Solusi - 86

*4. Mengapa Pria Bersikeras Tidak Mau Menurunkan Tempat
Duduk Toilet? - 87*

Solusi - 91

*5. Mengapa Pria Selalu Begitu Ribut Kalau Harus Pergi
Berbelanja? - 91*

Bagaimana Berbelanja Makanan - 94

Berbelanja Pakaian - 95

Solusi - 96

6. *Mengapa Pria Mempunyai Kebiasaan yang Begitu Menjijikkan?* - 97
Kenyataan Mengenai Gas dalam Perut - 98
Makanan yang Perlu Dihindari - 99
Solusi - 100
7. *Mengapa Pria Begitu Suka pada Leiucon yang Jorok?* -101
Bagaimana Leiucon dan Humor Meringankan Rasa Sakit 104
Jangan Merasa Tersinggung - 107
Kebiasaan yang Dipelajari - Salahkan Ibunya - 109
Melatih Ulang Seorang Pria - 109
3. *Mengapa Perempuan Menangis* - 113
Mengapa Kita Menangis - 116
Mengapa Perempuan Lebih Banyak Menangis Dibanding Pria - 117
1. Untuk mencuci mata - 117
 2. Untuk mengurangi stres - 118
 3. Sebagai tanda emosional - 118
- Menangis dan Pemerasan Emosional - 119
Bagaimana Cara Kerja Pemerasan - 119
Studi Kasus: Cerita Georgina - 119
Pemerasan Emosional - 122
Studi Kasus: Cerita Rosemary - 122
Pria dan Pemerasan Emosional - 126
Studi Kasus: Cerita Damian - 128
Taktik Pemerasan Emosional yang Biasa Dilakukan - 131
Studi Kasus: Cerita Julia - 133
Studi Kasus: Cerita Stephen - 135
Studi Kasus: Cerita Irene - 138
Bagaimana Mengatasi Pemeras Emosional - 141

- Apa yang Bisa Anda Katakan kepada Seorang Pemeran - 142
- Ketika Sang Pemeran Juga Tidak Tahu bahwa Ia Telah Menjadi
Seorang Pemeran - 144
- Bila Pemeran Menjadi Hukuman Seumur Hidup - 146
4. Rahasia Utama Perempuan - Sistem Penilaian - 149
- Pria Hanya Melihat Gambar yang Besar - 153
- Percobaan Kami dengan Brian dan Lorraine - 156
- Bagaimana Angka Brian Selama Sebulan - 156
- Angka yang Dicatat Lorraine Tapi yang Tidak Berada dalam Daftar
Brian - 157
- Apa yang Bisa Dilakukan Brian untuk Mendapatkan Angka
Lebih- 158
- Bagaimana Lorraine Menilai Kegiatan Bulanannya - 161
- Nilai Hukuman - 161
- Nilai Hukuman yang Dikenakan Lorraine kepada Brian - 161
- Nilai hukuman yang dikenakan Brian kepada Lorraine : 162
- Reaksi Lorraine dan Brian - 162
- Solusi bagi Perempuan - 163
- Solusi bagi Pria - 164
- Kerjakan Tesnya Sekarang - 165
- Kesimpulan - 166
5. Memecahkan Tujuh Misteri Besar Mengenai Pria - 171
1. *Mengapa Pria Tidak Tahu Banyak Mengenai Kehidupan
Teman-teman Mereka?* - 173
- Solusi - 176
2. *Mengapa Pria Menghindari Komitmen?* - 177
- Studi Kasus: Geoff dan Sally - 177
- Cerita Geoff- 178
- Cerita Jodie - 178

Pertikaian -	179
Apa yang Dipikirkan Kebanyakan Pria -	181
Solusi -	183
3. <i>Mengapa Pria Merasa Harus Benar Mengenai Semua Hal?</i> -	184
Studi Kasus: Jackie dan Dan	186
Tidak Percayakah Kau kepadaku?	187
Solusi	188
4. <i>Mengapa Pria Dewasa Begitu Menyukai Mainan 'Anak Laki-laki'</i> -	189
Proyek Kerjakan Sendiri	191
5. <i>Mengapa Pria Kelihatannya Hanya Bisa Mengerjakan Satu Hal pada Suatu Saat</i> -	194
6. <i>Mengapa Pria Begitu Kecanduan pada Olahraga?</i> -	196
Solusi -	199
7. <i>Apa yang Dibicarakan para Pria di Toilet Umum?</i> -	200
6. WIL (Wanita Idaman Lain) - Ibunya -	203
Memasuki Kandang Naga -	205
Ibu Pria - Beban Istrinya -	207
Mereka Tidak Semuanya Buruk -	208
Studi Kasus: Anita dan Tom -	208
Mengapa Sulit Menjadi Seorang Ibu Mertua -	210
Studi Kasus: Mark dan Julie -	211
Studi Kasus: Bernadette, Richard, dan Diana -	212
Perspektif Bernadette -	212
Perspektif Diana -	213
Perspektif Richard -	215
Menentukan Batasan -	221

7. Rahasia Perempuan, Cara Menggunakan Kata-kata - 227
 1. *Mengapa Perempuan Begitu Banyak Berbicara ?* - 230
Solusi bagi Para Pria - 234
Solusi bagi Para Perempuan - 235
 2. *Mengapa Perempuan Selalu Ingin Membicarakan Masalah?* - 235
Studi Kasus: Lisa, Joe dan Pertengkaran Tengah Malam - 236
Solusi - 237
 3. *Mengapa Perempuan Suka Melebih-lebihkan?* - 238
Bagaimana Seorang Perempuan Dapat Membohongi Dirinya Sendiri - 241
Solusi - 243
 4. *Mengapa Perempuan Kelihatannya Tidak Pernah Langsung Menuju Sasaran?* - 243
Kalimat Tidak Langsung dalam Bisnis - 246
Kalimat Tidak Langsung yang Timbul di Rumah - 248
Studi Kasus: Barbara dan Adam - 249
Solusi - 250
 5. *Mengapa Perempuan Selalu Mau Tahu Semua Seluk Beluk?* - 253
Perempuan Terprogram untuk Mencari Detail - 255
Solusi - 256
8. Tes Mengenai Daya Tarik Seks Perempuan - 259
Kerjakan Tes Berikut - 261
Nilai Anda - 266
9. Apa yang Membuat Mata Roger Rabbit Melotot - 271
Studi Kasus: Cerita Kim dan Daniel - 273
Teori Kecantikan - 275
Apa yang Diperlihatkan oleh Ilmu Pengetahuan - 277

Tubuh Perempuan - Apa yang Paling Merangsang Pria -	278
Urutan Hal yang Menarik Perhatian Pria -	280
Nomor 1: Bentuk Tubuh yang Atletis -	280
Nomor 3: Dada Penuh -	281
Nomor 4: Kaki Panjang -	283
Nomor 5: Pinggul Bundar/Pinggung Kecil -	286
Nomor 6: Pantat Bundar -	289
Nomor 10: Perut yang Rata -	291
Nomor 11 & 12: Punggung dan Vulva yang Melengkung -	292
Nomor 13: Leher Panjang -	292
Bagaimana Wajah Bisa Menarik Perhatian -	294
Nomor 2: Mulut Sensual -	295
Nomor 7: Mata yang Menarik -	298
Nomor 9: Hidung Kecil -	299
Nomor 8: Rambut Panjang -	299
Hubungan antara Daya Tarik dan Pomografi -	301
Kartun Hentai -	302
Bagaimana Pengaruh Pakaian Perempuan terhadap Pria -	303
Operasi Plastik -	305
Sisi Lain Daya Tarik -	308
Apa yang Dicari Pria -	308
Solusi -	310
Kesimpulan -	313
10. Tes Selera Seks Pria -	315
Lakukan Tes -	317
Nilai Anda -	321
11. Daya Tarik Seks Pria -	325
Apa yang Ditunjukkan oleh Ilmu Pengetahuan -	329
Hal yang Menarik bagi Perempuan -	330

Nomor 1: Bentuk Tubuh yang Atletis - 331
Nomor 2: Bahu dan Dada yang Lebar, Lengan yang Berotot - 331
Nomor 3: Pantat yang Kecil dan Ketat - 333
Nomor 4: Rambut yang Lebat - 335
Nomor 5 dan 6: Mulut Sensual dan Mata yang Ramah - 337
Nomor 7: Hidung dan Dagang yang Kuat - 338
Nomor 8: Pinggul yang Sempit dan Kaki yang Berotot - 338
Monor 9: Perut yang Rata - 340
Nomor 10: Penis yang Besar - 340
Nomor 11: Jenggot Berusia 3 Hari - 343
Apa yang Diinginkan Perempuan untuk Jangka Waktu Panjang - 344
Apa yang Dicari Perempuan dalam Diri Pria - 344
Solusi - 346

12. "Apakah Pakaian **Ini** Membuatku Tampak Besar?" - 349
Siapa yang Berbohong? - 351
Studi Kasus: Cerita Sheelagh dan Dennis - 354
Jenis Kebohongan - 356
Jenis-jenis Pembohong - 358
Siapa yang Paling Banyak Berbohong? - 362
Kebohongan yang Umum Dikatakan Pria kepada Perempuan - 364
Mengapa Bohong Bisa Gagal - 365
Mengapa Perempuan Begitu Pandai Menemukan Kebohongan - 366
Mengapa Perempuan Selalu Ingat - 368
Nasihat untuk Pria - 368
Orang Muda Lebih Cenderung untuk Berbohong, Berbuat Curang, dan Mencuri - 369

Ketika Semua Orang yang Anda Kenal Berbohong kepada
 Anda - 371
 Mengapa Kebohongan Teman dan Keluarga Paling Menyakitkan - 372
 Bukti untuk Membongkar Kedok Seorang Pembohong - 372
 Pembohong dan Gajah - 373
 Sekali Dua Kali - 374
 Bagaimana Membaca Apa yang Tersembunyi di Balik Apa yang
 Diucapkan - 374
 'Hanya' dan 'Cuma' - 376
 Ketika Mereka Mengatakan, 'Akan Kucoba' - 377
 Menangkap Pembohong dengan Komputer - 380
 Apa yang Ditunjukkan oleh Pita Suara - 381
 Memfoto Otak yang Berbohong - 381
 Mendengarkan Bukti dari Suara - 383
 Membaca Bahasa Tubuh - 384
 Selalu Baca Rangkaian Gerakan - 384
 Tersenyum - 385
 Ada dalam Mata - 385
 Efek Pinokio - 386
 Bagaimana Agar Tidak Dibohongi - 388
 Sebuah Kamus untuk Pola Berbicara Pria - 390

13. Pada Saat Seorang **Pemburu Menggantungkan Busur Panahnya**
- Pensiun - 395

Masalah 'Baby Boomer' - 397
 Cerita Graham - 398
 Seks dan Pensiun - 401
 Ketika Seorang Pemburu Berhenti Berburu - 402
 Bagaimana Pemburu Kuno Menjadi Punah - 403
 Bagaimana Perempuan Mengatasi Pensiun - 404

Cerita Peter dan Jennifer -	405
Mengapa Pria Tidak Bisa Mengatasi Pensiun -	408
Mengapa Begitu Banyak Pria Jatuh Begitu Cepat -	410
Cerita Yvonne -	411
Sisi Buruk Pensiun -	414
Rencana Kegiatan -	416
Kegiatan Sosial -	417
Kesehatan -	418
Kegiatan Olahraga -	418
Komunitas atau Kegiatan Sosial -	419
Spiritual -	419
Seks-	419
Perencanaan Keuangan -	420
Jadilah Terorganisir -	420
Cerita Paul dan Dana -	422
Daftar Pustaka -	427
Daftar Gambar -	433

Ucapan Terima Kasih

Kami ingin berterima kasih kepada orang-orang di bawah ini, yang sudah berperan, baik secara langsung maupun tidak langsung dan kadang-kadang tanpa disadari, dalam penulisan buku ini.

Tim kami yang telah melangkah bersama-sama kami melalui perjalanan ini, Ruth dan Ray Pease, Dorie Simmonds, Sue Williams dan Trevro Dolby.

Bill dan Beat Suter, Adam Sellars, Melissa, Cameron dan Jasmine Pease, Mike dan Carol Pease, Len dan Sue Smith, Fiona dan Michael Hedger, Diana Ritchie, Dr. Desmond Morris, Prof. Alan Garner, Gary Skinner, Dr. Dennis Waitley, Mark Victor Hansen, Dr. Themis Garagounas, Bert Newton, Geoff dan Sallie Burch, Tony dan Patricia Earle, Debbie Mehrrens, Deb Hinckesman, Dorreen Carroll, Andy dan Justine Clarke, Kerri-Anne Kennerley, Frank dan Cavill Boggs, Graham dan Tracey Dufty, John Allanson, Sandra dan Loren Watts, John Hepworth, Esther Rantzen, Ray Martin, Kaz Lyons, Victoria Singer, Graham dan Josephine Rote, Emma Noble, Yvonne dan Barrie Hitchon, Richard Cranium, Ivor Ashfield dan Helen Richardson.

Kata Pengantar

Kita dilahirkan telanjang, basah dan kelaparan.

Kemudian keadaan menjadi lebih buruk.

PERIBAHASA DARI CINA

Mengapa pria berbohong? Mengapa mereka merasa mereka harus selalu benar dalam segala hal? Mengapa mereka berusaha menghindari tanggung jawab? Di sisi lain, mengapa perempuan menangis untuk mendapatkan apa yang mereka inginkan? Mengapa mereka bersikeras mati-matian membicarakan suatu topik? Mengapa mereka tidak lebih sering berinisiatif dalam seks?

Jurang pemisah antara pria dan perempuan, kesalahpahaman dan konflik, bahkan dalam abad kedua puluh satu ini, masih juga terjadi dalam hidup kita, sama seperti yang terjadi pada saat Adam tertipu oleh Hawa. Selama tiga dekade meneliti perbedaan antara pria dan perempuan, melakukan percobaan, menganalisis bermil-mil film, menulis buku, berbicara di televisi dan berbagi informasi di konferensi-konferensi, kami telah menerima puluhan ribu pertanyaan mengenai mengapa pria dan perempuan bertindak dalam cara-cara tertentu. Surat-surat, telepon dan e-mail semua berasal dari orang-orang yang terheran-heran pada apa yang dilakukan oleh lawan jenisnya, dan merasa frustrasi dan tidak berdaya dalam usaha mereka untuk mengetahui dengan pasti apa yang harus dilakukan. Sebagai hasilnya, kami menulis *Mengapa Pria Berbohong dan Perempuan Menangis*. Di sini, kami mengkatalogkan 40 buah pertanyaan yang paling sering ditanyakan oleh para pembaca dan pendengar di seluruh dunia dan telah berusaha keras untuk

menjawab pertanyaan-pertanyaan tersebut dengan menggunakan pengalaman, riset, survei, studi paling mutakhir, pengetahuan dan yang terakhir, akal sehat. Kami kemudian mengembangkan suatu solusi yang bisa dipakai untuk membantu Anda berada pada jalur yang benar dalam berkomunikasi dengan lawan jenis.

Mengapa Pria Berbohong dan Perempuan Menangis menjawab semua pertanyaan "yang perlu diketahui" yang ditanyakan para perempuan pada pukul 1 pagi di hari Minggu. Pertanyaan seperti "Mengapa pria bermain mata dengan perempuan lain?" dan "Mengapa mereka selalu memberitahuku apa yang harus kulakukan dan bagaimana aku harus berpikir?" Kemudian ada kekalutan yang digeluti para pria pada pukul 10 Minggu pagi, ketika mereka, entah bangun sendirian atau bersama kekasih mereka yang tidak lagi mau berbicara dengannya. Kami mempelajari semua pertanyaan seperti, "Mengapa perempuan tidak pernah berbicara langsung pada sasaran?", "Mengapa mereka mengomel?" dan "Mengapa aku harus memungut kaus kakiku pukul 10 Minggu pagi?"

*Seorang perempuan memikirkan masa depan
sampai mereka mendapatkan seorang suami.
Seorang pria tidak pernah memikirkan masa depan
sampai mereka mendapatkan seorang istri.*

Ilmu pengetahuan sekarang bisa menjelaskan mengapa perempuan begitu banyak berbicara, sering berbicara tanpa tujuan yang jelas, mau tahu semua detil mengenai setiap orang di sekeliling mereka dan jarang berinisiatif dalam seks. Kita sekarang tahu ada alasan evolusioner dan biologis mengapa pria hanya bisa mengerjakan satu hal pada suatu saat, benci berbelanja, tidak mau bertanya jalan, menginginkan kertas toilet menghadap keluar dari dinding dan

bukan sebaliknya, dan hampir tidak tahu apa-apa mengenai kehidupan pribadi teman-teman mereka, meskipun mereka baru saja menghabiskan akhir minggu bersama-sama untuk memancing.

Dalam banyak hal, *Mengapa Pria Berbohong dan Perempuan Menangis* menunjukkan hal-hal nyata yang sering terlewatkan oleh kita. Anda mungkin melihat betapa banyak perempuan tampak memiliki dorongan biologis untuk melihat dan membeli bantal-bantal hias, menata ulang perabotan, membuat para pria tersandung pada saat mereka menyelip masuk diam-diam di malam hari. Atau betapa sedikitnya jumlah perempuan yang mengerti betapa mendebarkannya menonton pertunjukan ulang olahraga berkali-kali, sementara sangat jarang seorang pria akan menganggap bahwa menemukan hasil karya perancang terkenal di tempat obralan adalah hal yang menghebohkan dalam hidup ini.

Mengapa Begitu Sulit bagi Pria dan Perempuan

Menjadi pria pada masa ini merupakan pilihan yang sulit. Sejak tahun 1960-an pada saat para feminis menjadi lebih vokal dan lebih berhasil, tingkat bunuh diri perempuan menurun 34% sedangkan tingkat bunuh diri pria meningkat 16%. Meskipun demikian, titik berat perhatian tetap berada pada betapa beratnya beban perempuan dalam hidup ini.

Pada bagian akhir abad kedua puluh, ketika perempuan menemukan kemerdekaan mereka dan sering kali menganggap pria sebagai musuh, hubungan antarmanusia dan keluarga sering kali menjadi berada di bawah tekanan. Perempuan marah; pria terheran-heran dan bingung. Selama beberapa generasi yang lalu, peran pria telah ditentukan dengan jelas. Pria adalah kepala keluarga. Dia adalah sumber utama mata pencaharian, kata-katanya merupakan hukum,

dan pengambilan keputusan sudah jelas adalah peran mereka. Dia adalah pelindung dan kepala rumah tangga. Istrinya adalah ibu, pengurus rumah tangga, sekretaris sosial dan memberikan kehangatan. Dia tahu kewajibannya yang sesuai dan istrinya tahu kewajibannya sebagai istri. Hidup ini sederhana.

Tetapi tiba-tiba semuanya mulai berubah. Komedi situasi di televisi dan iklan-iklan mulai menampilkan pria sebagai orang yang bodoh dan tidak kompeten di hadapan perempuan yang lebih pandai dan lebih hebat. Makin banyak perempuan yang menyukai persamaan hak. Masalahnya adalah perempuan tampaknya makin menyadari apa yang mereka inginkan dan ke mana tujuan mereka, sementara para pria merasa ditinggalkan.

*Jika seorang perempuan menampar seorang pria di depart umum,
semua orang beranggapan pria itulah yang salah.*

Pria sering kali tampak tidak mengerti aturan main ini. Misalnya, seorang perempuan yang berbicara mengenai ketidakadilan, akan mendapat simpati; seorang pria yang berbicara mengenai hal tersebut sering direndahkan, dianggap sebagai pembenci perempuan. Jumlah lelucon yang merendahkan pria mengalahkan jumlah lelucon mengenai perempuan dengan perbandingan 10 banding 1. Ini adalah ciri khas contoh dari apa yang bisa Anda dapatkan tiap hari dari e-mail :

"Pernahkah Anda memperhatikan bahwa permasalahan perempuan diawali oleh pria (*men*)?"

Men-opause

Men-strual pain (sakit pada saat menstruasi)

Men-tal illness (sakit jiwa)

Gi/y-naecologist (ginekolog)

W/s-terectomy (operasi pengangkatan indung telur)"

Dan lelucon terbaru di antara para perempuan, sebuah lelucon yang dianggap oleh sebagian besar pria sebagai sangat menjatuhkan moral dan membuat mereka merasa terancam :

*Apakah definisi seorang pria?
Sebuah sistem penunjang hidup untuk penis.*

Di hadapan apa yang oleh banyak pria dianggap sebagai keadaan yang tidak bersahabat, tidak bisa dipungkiri bahwa ini adalah salah satu faktor dalam keadaan depresi yang kelihatannya melanda seluruh generasi pria. Pria, baik tua maupun muda, saat ini memiliki tingkat bunuh diri yang tertinggi, dengan pria Jepang di tempat teratas. Pria tidak lagi tahu apa spesifikasi pekerjaan mereka dan tidak ada contoh yang jelas.

Perempuan sekarang juga menghadapi masa yang sulit. Gerakan emansipasi perempuan dimulai sebagai cara untuk mengangkat masalah ketidaksamaan hak antara pria dan perempuan dan menjanjikan kebebasan para perempuan dari rantai yang mengikat mereka di dapur. Sekarang, sekitar 50% perempuan di dunia Barat bekerja - apakah mereka memang menginginkannya atau tidak. Di Inggris, satu dari lima keluarga dikepalai oleh seorang perempuan sendirian, dibanding satu di antara 50 keluarga yang dikepalai oleh pria sendirian. Perempuan-perempuan ini sekarang diharapkan menjadi ibu, ayah dan kepala rumah tangga. Perempuan sekarang menderita sakit lambung, menderita serangan jantung dan penyakit yang berhubungan dengan stres, sama seperti yang dialami para pria.;

*Bulimia diperkirakan menjangkiti 4 sampai 5 %
perempuan lulusan perguruan tinggi,
tetapi hanya satu di antara 300 pria.*

Sampai pada tahun 2020, diperkirakan bahwa 25% dari semua perempuan di dunia Barat akan membujang selamanya. Ini adalah keadaan yang tidak alami dan sangat berlawanan dengan kebutuhan dasar dan biologis manusia. Perempuan sekarang bekerja terlalu keras, sering marah dan menjadi makin kesepian. Pria merasa perempuan menginginkan mereka untuk berpikir dan bertindak seperti perempuan. Kita semua menjadi bingung. Buku ini menyediakan peta yang bisa membantu Anda melewati labirin hubungan yang telah terbentuk, dan membantu Anda agar bisa mengenali mana awal yang salah, belokan yang berbahaya dan jalan buntu.

Mengapa Pria dan Perempuan Mempunyai Begitu Banyak Masalah

Perempuan berevolusi sebagai manusia yang mengandung dan menjaga sarang dan, sebagai akibatnya, otak perempuan berhubungan erat dengan mengasuh, memberi makan, mencintai dan menjaga orang-orang dalam hidup mereka. Pria bergerak dengan penjabaran pekerjaan yang sama sekali berbeda - mereka adalah pemburu, pengejar, pelindung, yang kepala rumah tangga dan pemecah masalah. Maka masuk akal bila otak pria dan perempuan masing-masing terhubung erat pada fungsi dan prioritas yang berbeda. Riset secara ilmiah, terutama teknologi canggih pindai otak membuktikan hal ini.

Perempuan paling banyak menulis tentang hubungan antarmanusia dan lebih dari 80% pembelinya adalah perempuan. Sebagian besar dari buku-buku ini cenderung memusatkan perhatian pada pria, kesalahan apa yang mereka lakukan dan bagaimana membuat mereka menjadi lebih baik. Kebanyakan konselor tentang hubungan antarmanusia dan para terapisnya adalah juga perempuan. Bagi seorang pengamat yang netral, ini mungkin memberi kesan bahwa

perempuan mempunyai perhatian yang lebih besar terhadap hubungan antarmanusia dibanding pria.

Dalam banyak hal, ini memang benar. Konsep memusatkan perhatian pada hubungan antarmanusia bukan merupakan bagian dari kejiwaan, cara berpikir atau skala prioritas pria. Sebagai akibatnya, pria entah sama sekali tidak mencoba untuk menjalin hubungan atau mereka dengan cepat menyerah, karena mereka merasa cara berpikir dan bertindak perempuan terlalu rumit. Kadang-kadang semuanya tampak terlalu sulit dan lebih mudah untuk menyerah lebih awal daripada kelihatan sebagai seorang yang gagal. Tetapi pada kenyataannya pria sama seperti perempuan, menginginkan hubungan yang baik, sehat dan memuaskan. Pria hanya sekadar berasumsi bahwa pada suatu hari suatu hubungan yang sempurna akan muncul, tanpa perlu mempelajarinya lebih dulu atau tanpa perlu melakukan suatu persiapan. Perempuan secara terus-menerus membuat kesalahan dengan berasumsi bahwa hanya karena seorang pria mencintainya, maka dia juga harus bisa mengerti dirinya. Tetapi pria biasanya tidak mengerti perempuan. Kita menyebut pria dan perempuan sebagai lawan jenis dengan suatu alasan yang tepat - kita memang berlawanan.

*Seorang perempuan hanya perlu mengenal seorang pria dengan baik,
untuk mengerti semua pria;
sedangkan seorang pria mungkin mengenal baik semua perempuan
tetapi tidak mengerti satu pun dari mereka.
Helen Rowland*

Kita manusia adalah satu-satunya spesies yang terus-menerus mempunyai masalah dengan ritual perkawinan, pacaran dan berhubungan - spesies lain sudah menemukan penyelesaiannya dan segalanya berjalan dengan baik. Bahkan laba-laba Black Widow dan belalang sembah, yang membunuh pasangannya segera setelah

selesai bercinta, mengetahui peraturan dalam berpasangan dan mentaati aturan main tersebut. Misalnya gurita. Mereka adalah binatang sederhana dengan otak yang kecil. Tetapi para gurita tidak pernah bertengkar mengenai perbedaan jantan dan betina, jenis kelamin atau segala urusan yang mengarah kepada hal tersebut. Gurita betina menjadi bergairah pada masa tertentu dan gurita jantan mendatangi para betina dengan melambai-lambaikan belalai mereka; sang betina akan memilih salah satu yang tentakelnya paling disukainya dan memberinya lampu hijau. Sang betina tidak pernah menuduh gurita jantan tidak cukup perhatian dan gurita jantan tidak pernah perlu khawatir apakah dia cukup baik untuknya dan sebaliknya. Tidak ada mertua yang turut campur memberi nasihat, dan gurita betina tidak perlu khawatir apakah dia tampak gemuk dan tidak pernah menginginkan pasangan dengan tentakel 'lambat'.

Tetapi manusia memang rumit. Perempuan mengatakan bahwa mereka menginginkan pria yang sensitif, tetapi tidak mau mereka menjadi terlalu sensitif. Pria tidak mengerti akan perbedaan yang begitu tidak jelas. Pria tidak menyadari bahwa mereka perlu menjadi sensitif terhadap perasaan perempuan, tetapi cukup tangguh dan jantan dalam hal yang lain. Memahami hal ini adalah suatu kemampuan yang bisa didapat para pria dari buku ini. Mengerti apa yang pria inginkan, dan bagaimana memberikan apa yang diinginkan para pria, adalah suatu keterampilan yang akan diajarkan kepada para perempuan.

Ketik kata 'relationship' (hubungan) dan 'seks' (jenis kelamin) pada browser Internet dan Anda akan mendapatkan 36.714 referensi, jumlah ini hanya dalam bahasa Inggris saja belum dalam bahasa lain, yang akan membantu Anda memperbaiki keadaan. Bagi semua binatang lain, berpasangan adalah prosedur yang cukup sederhana, prosedur yang didasarkan pada dorongan oleh kebutuhan masing-

masing spesies untuk bertahan hidup. Mereka tidak berpikir mengenainya - mereka hanya melakukannya. Tetapi kita sudah berubah sampai pada suatu titik, di mana kita sekarang perlu tahu bagaimana cara terbaik untuk berhubungan dengan lawan jenis agar kita bisa mendapatkan kesempatan untuk hidup bahagia, menikmati kebahagiaan bersama, kegairahan dan kelebihan yang dapat diberikan oleh suatu hubungan yang sehat.

Berkeliling Dunia

Mengapa Pria Berbohong dan Perempuan Menangis adalah anak tangga berikutnya setelah *Mengapa Pria Tidak Mendengarkan dan Perempuan Tidak Bisa Baca Peta* dan mencakup banyak hal dalam hidup ini di mana kita jarang berpikir mengenainya atau tidak menyadarinya. Agar dapat menulis buku ini, kami telah bepergian ke lebih dari 30 negara, dan mengumpulkan, merangkai informasi dan melakukan riset mengenai hubungan antarmanusia di mana-mana. Dalam melakukan hal ini, kami mencoba untuk membentuk tema umum dan mendefinisikan masalah yang umum, dan kemudian menghasilkan apa yang kita sebut sebagai solusi praktis. Tingkah laku dan skenario yang kita gambarkan dalam buku ini tidak selalu bisa diterapkan kepada semua orang. Skenario-skenario ini semua kisah nyata dan prinsip dasarnya bisa diterapkan pada sebagian besar orang, dalam hubungan mereka dengan lawan jenis.

Dalam hal hidup bersama, bekerja bersama, mengelola dan mencintai lawan jenis Anda, bila Anda melakukannya dengan benar dengan kebanyakan orang, maka hidup Anda akan menjadi jauh lebih bahagia. Sayangnya, kami melihat bahwa kebanyakan orang masih sering salah.

Di Inggris, misalnya, angka perceraian sekarang adalah di atas 50% dalam 4 tahun perkawinan dan jika Anda mengikutsertakan

pasangan yang tidak pernah menikah, masuk akal bila kita berasumsi angka perceraian dalam tiap pasangan adalah sekitar 60-80%.

100% perceraian dimulai dengan perkawinan.

Mengapa Pria Berbohong dan Perempuan Menangis menawarkan kesempatan yang sesungguhnya untuk menghapus sebagian dari kesedihan, penderitaan dan kebingungan dari hidup kita. Buku ini akan membuat semuanya menjadi lebih mudah. Penuh dengan akal sehat dan kenyataan ilmiah yang sangat berguna, tetapi selalu disajikan dengan cara yang jenaka, dan mudah untuk dicerna. Buku ini menjelaskan mengenai tingkah laku 'kubu satunya', entah merupakan pasangan Anda, anak laki-laki, perempuan, ibu, ayah, mertua, teman maupun tetangga.

Mempelajari Bahasa Kedua

Agar berhasil dengan lawan jenis, Anda perlu menguasai 2 bahasa - 'Bahasa Pria' dan 'Bahasa Perempuan'. Jika Anda hanya berbahasa Inggris dan Anda pergi ke Paris, tidak ada gunanya berbicara bahasa Inggris dan memesan ikan dan kentang. Orang Perancis juga tidak akan mengerti. Jika Anda adalah orang Perancis dan bepergian ke suatu negara yang berbahasa Inggris, tidak ada gunanya berbicara bahasa Perancis dan memesan siput panggang. Orang daerah tersebut tidak akan mengerti. Tetapi jika Anda membeli sebuah kamus sederhana yang mengajarkan kepada Anda bagaimana mengucapkan kata-kata dan kalimat sederhana dari bahasa tersebut, maka buku tersebut akan dapat membantu Anda mengatasi masalah, orang-orang daerah tersebut akan mencintai Anda karenanya dan berkeinginan untuk membantu meskipun Anda tidak terlalu

menguasai bahasa tersebut. Orang lain akan terkesan ketika mereka tahu Anda berusaha untuk mengerti dan berkomunikasi dengan mereka.

"Apakah Saya Harus Berganti Jenis Kelamin?"

Orang sering bertanya kepada kami, "Apakah menurut Anda, saya harus berpikir, berbicara dan berlaku seperti lawan jenis saya?" Sama sekali tidak. Bila Anda membeli sebuah ponsel, maka Anda akan mendapatkan sebuah buku petunjuk penggunaan. Bila Anda belajar mengenai bagaimana cara ponsel Anda bekerja dan memprogramnya untuk mengerjakan apa yang Anda inginkan, maka Anda akan mendapatkan banyak kesenangan, keuntungan dan kegembiraan. Anda tidak akan menuduh perusahaan ponsel tersebut mencoba mengubah Anda menjadi seorang teknisi telepon karena mereka memberi Anda sebuah buku petunjuk. *Mengapa Pria Berbohong dan Perempuan Menangis* adalah sebuah buku petunjuk untuk memahami lawan jenis dan untuk mengetahui tombol mana yang harus ditekan untuk mendapatkan hasil yang terbaik.

Ketika seorang perempuan menyadari bagaimana pria berevolusi, tiba-tiba segalanya menjadi lebih mudah untuk mengerti perbedaan cara mereka berpikir dan mengdalah pikiran. Ketika seorang pria mengerti bahwa seorang perempuan berasal dari arah yang berbeda, maka dia pun bisa mendapat keuntungan dari pengalaman perempuan tersebut dan cara dia memandang hidup ini.

Pengalaman dari Tangan Pertama

Kami, para pengarang, adalah pasangan menikah yang berbahagia, sepasang kekasih yang setia, dan teman yang baik. Kami juga adalah orangtua dari empat orang anak yang cantik. Dalam buku *Mengapa Pria Berbohong dan Perempuan Menangis*, kami juga sudah menggunakan pengalaman pribadi kami dan kami merasa kami telah mem-

berikan kepada Anda pandangan yang seimbang dari berbagai sudut pandang, dan semoga tanpa prasangka, mengenai hubungan antara pria dan perempuan. Menulis dan melakukan penelitian untuk buku ini telah membuat kami memiliki pengertian yang lebih besar mengenai kami berdua, orangtua kami, saudara, sepupu, rekan kerja dan tetangga. Kami tidak selalu benar, tetapi kami merasa kami sering sekali benar mengenai sebagian besar orang. Sebagai hasilnya, kami jarang bertengkar dengan orang-orang dekat kami dan karena itu mereka semua mencintai kami. Tidak selalu sempurna tetapi sering kali memang sempurna.

Bagaimana Memberikan Buku Ini sebagai Hadiah

Mengikuti keberhasilan di seluruh dunia buku kami yang terakhir *Mengapa Pria Tidak Mendengarkan Dan Perempuan Tidak Bisa Baca Peta* (sampai hari ini, lebih dari 6 juta buku terjual dan telah diterjemahkan ke dalam 33 bahasa) beberapa pria menuduh kami membuat hidup mereka jadi sulit. Mereka merasa perempuan mereka menggunakan buku kami untuk menuntut mereka dengan mengatakan "Allan mengatakan begini" atau "Barbara mengatakan begitu ..."*Mengapa Pria Tidak Mendengarkan dan Perempuan Tidak Bisa Baca Peta* adalah buku kesayangan banyak perempuan di mana-mana dan kami juga tahu bahwa beberapa orang memberikannya kepada pria-pria dalam hidup mereka sambil berkomentar, "Kau perlu ini! Baca dari depan sampai belakang - malahan, aku sudah menandai bagian-bagian yang perlu kau baca."

Ketika seorang perempuan memberikan buku bagaimana mengembangkan kepribadian kepada perempuan yang lain, perempuan yang menerimanya merasa mendapat kehormatan dan berterima kasih untuk hadiah yang mungkin dapat membantunya

menjadi lebih baik. Tetapi seorang pria mungkin akan merasa tersinggung dan merasa bahwa perempuan tersebut sedang berusaha mengatakan bahwa dia tidak cukup baik. "Aku tidak perlu ini!" katanya sembari mengembaiikan buku itu, membuat perempuan tersebut merasa tersinggung dan marah.

Maka, jika Anda adalah seorang pria yang sedang membaca buku ini, Anda adalah bagian dari kelompok minoritas yang berkeinginan untuk memahami bagaimana perempuan berpikir dan berkelakuan - Selamat! Jika Anda seorang perempuan, lebih aman untuk meminta pendapat pria mengenai nasihat dalam buku ini, karena pria suka sekali memberikan pendapat. Tandai halaman yang Anda ingin pria Anda membacanya dan tinggalkanlah buku ini di meja kecil atau di toilet. Atau belikan dia sebuah tiket untuk seminar kami.

Akhirnya ...

Orang berkata bahwa menjadi seorang pria merupakan hal yang hebat, karena montir motor berbicara jujur kepada Anda, keriput di wajah memperkuat karakter, pakaian dalam Anda hanya £4.95 (kira-kira Rp94.000) per 6 buah dan coklat cuma sekedar makanan kecil. Orang tidak pernah memandang dada Anda ketika Anda berbicara dengan mereka dan Anda tidak perlu meninggalkan ruangan untuk membetulkan riasan.

Orang berkata bahwa menjadi seorang perempuan adalah hal yang hebat, karena Anda dapat berbicara kepada lawan jenis tanpa harus membayangkan mereka dalam keadaan telanjang, taksi akan berhenti untuk Anda dan Anda dapat menakuti bos pria Anda dengan kelainan misterius penyakit keperempuanan. Anda tidak kelihatan seperti kodok dalam blender ketika Anda berdansa dan jika Anda menikah dengan orang yang 20 tahun lebih muda, Anda menyadari Anda tampak seperti orang yang suka daun muda.

Mungkin pada suatu hari pria dan perempuan akan tampak mirip satu sama lain. Mungkin perempuan akan suka menonton balapan mobil, berbelanja akan dianggap sebagai aktivitas aerobik dan pria akan harus menghabiskan waktu satu bulan dalam satu tahun di simulator PMT (Pre Menstrual Tension - tekanan menjelang menstruasi). Mungkin semua tempat duduk toilet akan terpakai, perempuan hanya berbicara pada saat iklan dan pria hanya membaca majalah Playboy karena nilai sastranya.

Kami meragukan hal tersebut - paling tidak, tidak akan terjadi dalam beberapa ribu tahun mendatang. Sementara itu, kita akan terus berusaha mengerti, mengelola dan belajar mencintai perbedaan kita. Sebagai akibatnya, kita akan balas dicintai dan dihargai.

Selamat menikmati buku kami!

Barbara & Allan Pease

Mengomel

Ketika seseorang bersikeras tidak mau melepaskannya



Nag (mengomel):

kata kerja : menjengkelkan, terus-menerus mengganggu, berbicara terus-menerus, khawatir, mencaci maki, mengganggu, memprovokasi, memaki, menyiksa

kata benda : seseorang, terutama seorang perempuan, yang mengomel.

7ft mengomel adalah suatu istilah yang digunakan hampir secara eksklusif oleh para pria untuk menggambarkan perempuan. Kebanyakan perempuan menyangkal bahwa mereka mengomel. Mereka menganggap diri mereka sedang mengingatkan para pria dalam hidup mereka untuk mengerjakan hal-hal yang harus dikerjakan: pekerjaan rumah, makan obat, membetulkan barang rusak dan memungut barang-barang yang berserakan. Omelan tertentu bisa dianggap bersifat membangun. Bagaimana nasib para pria, jika tidak ada perempuan yang membujuk mereka agar tidak minum terlalu banyak bir dan makan terlalu banyak makanan cepat saji. Dan, jika mereka tidak bisa dihentikan, memastikan bahwa mereka berolahraga dan secara berkala menjalani tes kolesterol? Mengomel bahkan, pada saat tertentu, dapat membuat mereka tetap hidup.

Tetapi, jika pria mengomel, masyarakat akan memandangnya secara berbeda. Pria tidak mengomel. Mereka percaya pada diri sendiri, mereka pemimpin, dan secara pasti mereka menyampaikan kebijaksanaan mereka - dengan lembut mengingatkan para perempuan, jalan yang harus ditempuh bila perempuan tersebut kebetulan lupa jalan. Memang, pria biasa mengkritik, menemukan kesalahan, mengeluh dan mengadu, tetapi semua adalah demi kebaikan para perempuan. Mengulang-ulang nasihat mereka, seperti "Baca peta sebelum berangkat! Berapa kali aku harus memberitahumu?" dan "Tidak bisakah kau berusaha tampil lebih baik pada saat teman-temanku berkunjung?" menunjukkan kegigihan yang mengagumkan, dan di atas segalanya, menunjukkan bahwa mereka peduli.

Perempuan, dalam pengertian yang sama, merasa bahwa mengomel menunjukkan mereka peduli, tetapi pria jarang

melihatnya dengan cara yang sama. Seorang perempuan akan memarahi seorang pria karena dia melemparkan handuk basah ke tempat tidur, melepaskan kaus kaki dan meninggalkannya di sembarang tempat dalam rumah, dan lupa mengeluarkan tong sampah. Perempuan tahu dia menjengkelkan, tetapi dia juga percaya bahwa satu-satunya cara untuk membuat seorang pria mengerti adalah dengan mengulang terus-menerus perintah yang sama, sampai pada akhirnya, mereka pada suatu saat akan ingat. Perempuan merasa hal yang dikeluhkan adalah hal yang berdasarkan kenyataan, maka, sementara dia tahu bahwa dia menjengkelkan, dia juga merasa bahwa dia boleh meneruskannya. Teman perempuannya juga tidak akan memandang hal ini sebagai mengomel - teman tersebut akan melihat bahwa pria itu yang malas atau sulit ditangani dan merasa bersimpati untuk temannya yang sudah menderita sejak lama.

'The Man Song' (Lagu para Pria), sebuah lagu komedi yang ditulis Sean Morley dan sudah diproduksi ulang beribu-ribu kali di Internet, merupakan lagu hit pada saat dipasarkan. Perempuan mencintainya karena lagu tersebut bercerita tentang omelan yang kadang-kadang memberi hasil; yaitu, pria menyadari siapa sebenarnya yang menjadi bos. Pria menyukainya karena lagu ini mengatakan sesuatu yang mungkin, secara diam-diam, selalu dimengerti mereka juga. Salah satu bait dimulai dengan :

*"Makin cepat kau mengenali siapa bos di sini
makin cepat kau bisa memberiku perintah, sayang ...
Karena akulah orang yang berpengaruh di sini ...
Tetapi semua itu ada dalam kepalaku ...*

Tetapi biasanya, ketika seorang perempuan mulai mengulang peringatannya, otak pria mendengar hanya satu kata: mengomel. Seperti

ledeng yang bocor, mengomel merusak jiwa pria dan secara bertahap menumpuk kejengkelan. Pria di mana pun meletakkan mengomel di tempat paling atas dalam daftar hal-hal yang dibenci. Di AS saja, ada lebih dari 2.000 kasus dalam satu tahun di mana pria membunuh istrinya dan mengatakan bahwa omelan merekalah yang membuatnya melakukan pembunuhan tersebut. Di Hong Kong, seorang suami yang memukul istrinya di kepala dengan palu, dan menyebabkan kerusakan otak, diberi keringanan hukuman kurungan oleh hakim yang mengatakan bahwa pria itu melakukan kekerasan tersebut disebabkan oleh omelan istrinya.

Omelan Perempuan vs Keluhan Pria

Perempuan mengomel; pria memerintah.

Setelah membaca *Mengapa Pria Tidak Mendengarkan Dan Perempuan Tidak Bisa Baca Peta*, seorang pria yang menyebut dirinya "Jeremy yang dikuasai istri" mengirim e-mail kepada kami :

"Saya memerlukan bantuan Anda. Saya menikah dengan seorang Ratu Mengomel dan saya tidak tahan lagi, satu menit pun dari omelannya mengenai hal kecil, keluhan dan gangguannya. Sejak saya sampai di rumah sampai saya pergi tidur, dia mengomel tidak berhenti.

Kami sudah mencapai titik di mana satu-satunya komunikasi yang terjadi di antara kami adalah ketika dia mengatakan kepadaku semua hal yang tidak kukerjakan dalam satu hari, satu minggu, satu bulan atau sejak kami menikah.

Situasi sudah menjadi begitu negatif sehingga saya bahkan meminta bos saya agar bisa lembur. Bisakah Anda bayangkan? Saya lebih suka tinggal di tempat kerja daripada pulang ke rumah. Tekanan yang disebabkan sering mendengar keluhannya begitu kuat sehingga saya menderita sakit kepala saat menyetir pulang ke rumah. Tidak seharusnya seperti ini - saya seharusnya merasa senang meninggalkan tempat kerja dan pulang ke rumah untuk menjumpainya.

Ayah saya sering mengatakan bahwa semua perempuan mengeluh dan mengomel, dan saya tidak mempercayainya sampai saya menikah. Bahkan teman-teman saya mengatakan istri-istri mereka mengomel setiap saat. Benarkah perempuan memang dilahirkan menjadi pengomel? Tolong bantulah saya."

Sebuah kelompok perempuan sedang makan di restoran terdengar sedang membicarakan suami-suami mereka.

Perempuan pirang: "Tahukah kau, dia tidak pernah puas. Dia selalu mengeluh. Jika aku tidak ingin bercinta pada saat dia ingin, dia berkeluh kesah begitu keras, kadang-kadang aku mengalah hanya agar dia diam, tapi aku tidak begitu menikmati-nya. Mungkin karena aku sedang tidak ingin. Tetapi dia terus-menerus mengeluh sehingga rasanya jauh lebih mudah mengalah daripada mendengarkannya mengeluh."

Perempuan berambut coklat: "Stephen juga sama. Dia selalu menemukan kesalahan pada segala hal yang aku kerjakan. Jika aku berdandan saat keluar makan malam bersama teman-temannya, dia mengeluh katanya aku lebih berusaha tampil bagus pada saat bersama teman-temannya dibanding saat bersamanya. Kemudian dia akan meneruskan dengan mengatakan bahwa mungkin aku merasa temannya lebih menarik. Jika aku berpakaian lebih buruk, dia mengeluh bahwa aku tidak cukup peduli kepadanya, sehingga tidak berusaha tampil lebih baik. Kadang-kadang aku merasa, aku -tidak akan pernah menang."

Perempuan ketiga: "Jadi mengapa pria mengatakan bahwa perempuan mengomel?"

Mereka tertawa bersama-sama.

Mengomel dalam Sejarah

Menurut sejarah, yang digambarkan suka mengomel selalu perempuan. Kata kerja 'nag' (mengomel) berasal dari bahasa Skandinavia untuk "mengunyah, menggerogoti atau mengganggu". Dalam kebanyakan kamus, mengomel adalah kata betina tanpa ada persamaan kata jantan dengan arti yang sama.

Sampai dengan abad ke-19, hukum di Inggris, Amerika dan Eropa memperbolehkan seorang suami untuk mengadu ke pengadilan mengenai istrinya yang mengomel atau 'memaki'. Jika kasusnya terbukti benar, istrinya akan dihukum di 'Kursi Celup' (Ducking Stool). Kursi celup terkenal digunakan di AS dan Inggris untuk menghukum penyihir, pelacur, pengganggu dan pemaki. Perempuan tertuduh akan diikat di sebuah kursi, yang tergantung di ujung sebuah lengan yang bisa bergerak-gerak, kemudian ditenggelamkan di dalam sungai atau danau terdekat selama waktu yang ditentukan. Berapa kali perempuan tersebut dicelupkan tergantung dari berat tidaknya tuduhan yang dikenakan dan/atau berapa banyak kesalahan yang telah dilakukan sebelumnya.

Sebuah catatan pengadilan Inggris tahun 1592 menuliskan:

'... istri Walter Hycocks dan istri Peter Phillips biasa memaki. Maka diperintahkan di gereja agar mereka berhenti memaki. Tetapi jika suami mereka atau tetangga mereka mengeluh untuk kedua kalinya, mereka akan dihukum dengan kursi celup.'

Puisi di bawah yang ditulis oleh Benjamin West, diterbitkan 1780, menunjukkan betapa seriusnya pria dalam abad lampau menganggapi omelan -

Kursi Celup

Berdiri nun jauh di kolam di sana, kawanku,
Adalah sebuah mesin bernama kursi celup

Dengan kekuasaan hukum diperintahkanlah
Keriang dan ketakutan di kota
Bila menyala percekakan hebat
yang menggetarkan oleh para perempuan
Mengeluarkan kata-kata kotor atau menjambak rambut
Jika sekali lagi perempuan mulai berisik
Menciptakan bunyi ribut dalam rumah
Pergi, menangislah, kau akan menghiasi kursi itu
Kami akan mengajarimu bagaimana mengendalikan lidahmu.
Pelanggar hukum cantik akan mengisi tempat duduk itu
Dalam keindahan kecemberutan, dengan sangat mendalam
Turunlah kursi ke ke dalaman
Tetapi di sini, mula-mula kita kehilangan akhir
la naik lagi dan menjadi makin marah
Kemudian perempuan jahat itu melakukannya lagi
Maka, siramlah api dengan air
Kita akan membuatnya menyala makin tinggi
Bila demikian, kawanku, biarkan dia menerima
Untuk kedua kalinya masuk ke dalam danau.
Dan daripada kau kehilangan kesabaran
Untuk ketiga kali dan ulangi lagi
Tidak ada istri yang ribut, tidak ada perempuan marah
Tidak ada api yang lebih panas daripada air yang dingin.

Jika 'kursi celup' dianggap hukuman yang tidak cukup keras, masih ada yang lebih buruk lagi. Beberapa perempuan diarak mengelilingi kota, sebagai peringatan kepada perempuan yang lain, dengan memakai topeng besi, Brangus (*The branks*), dipakaikan di kepala mereka, dan ada sebatang besi yang masuk ke dalam mulut untuk menekan lidah. Perempuan terakhir yang mendapat hukuman kursi

celup setelah dituduh sebagai 'pemaki' adalah Jenny Pipies dari Leominster, Inggris, tahun 1809.

Bagaimana Perasaan Pengomel

Pengomel selalu berharap korban mereka akan termotivasi untuk melakukan aksi positif, dengan membuat korban merasa bersalah. Mereka berharap korban akan segera beraksi, bila tidak dengan menyadari bahwa dia berada pada pihak yang salah, paling tidak bisa membuat perempuan menghentikan tegurannya. Para perempuan tahu mereka mengomel, tapi ini tidak berarti mereka menikmatinya. Sering kali mereka melakukannya sebagai senjata pamungkas.

Beberapa perempuan telah menjadikan omelan sebagai suatu bentuk seni. Kita dapat mengenali 5 omelan dasar -

Omelan dengan satu topik: "Kurt, bagaimana kalau sampahnya kau keluarkan?" Berhenti sebentar. "Kurt, katanya kau mau mengeluarkan sampahnya." Lima menit kemudian. " Bagaimana dengan sampahnya, Kurt? Masih di sini tuh."

Omelan dengan topik majemuk: "Rumput di depan rumah kelihatan tidak rapi, Nigel, pegangan pintu di kamar tidur copot dan jendela belakang masih macet. Kapan kau akan membetulkan antenna TV dan ..." dsb., dsb.

Omelan yang bermanfaat: "Kau sudah makan obatmu hari ini, Ray? Dan berhentilah makan pizza itu - tidak baik untuk kolesterol dan berat badanmu..."

Omelan pihak ketiga: "Moirra bilang Shane sudah membersihkan BBQ mereka dan mereka mengundang orang-orang ke sana besok. Musim panas keburu berakhir, kalau caramu bekerja seperti ini."

Omelan yang lebih canggih: "Aku harap kau memperhatikan minumu malam ini, Dale. Kita tidak mau mengulang kehebohan yang terjadi tahun lalu."

Biasanya, perempuan tertawa paling keras melihat gambaran di atas. Mereka mengenali diri mereka sendiri dan kata-kata mereka, tetapi tetap saja mereka tidak melihat alternatif lain.

Bila mengomel sudah tidak terkendali, hubungan pengomel dan orang-orang di sekitarnya akan memburuk. Pria bisa makin mengabaikannya, yang akan membuatnya lebih jengkel dan kadang-kadang, marah. Akhirnya perempuan akan merasa sendirian dan bisa menjadi kesal dan menyedihkan. Bila hal tersebut sudah di luar kendali, maka akan merusak hubungan secara total.

Bagaimana Perasaan para Korban

Dari sudut pandang pria, mengomel merupakan suatu peringatan yang terus-menerus, tidak langsung dan negatif mengenai hal-hal yang belum dia kerjakan, atau mengenai kekurangannya. Hal tersebut terjadi terutama pada akhir hari ketika pria membutuhkan waktu untuk dirinya sendiri.

Makin sering seseorang mengomel, sang korban akan makin mundur berlindung di belakang pelindung yang membuat pengomel menjadi jengkel. Pelindung-pelindung ini dapat berupa koran, komputer, pekerjaan rumah, wajah cemberut, amnesia, pura-pura tuli dan *remote control* TV. Tidak ada orang yang suka menjadi penerima kemarahan, pesan-pesan tidak jelas, rasa mengasihani diri sendiri dan tuduhan atau rasa bersalah yang terus-menerus ditimpakan kepadanya. Setiap orang menghindari pengomel, meninggalkannya sendiri dan merasa kesal. Ketika orang yang mengomel merasa makin terperangkap, tidak diakui dan terisolasi, korban yang diomelinya akan lebih menderita

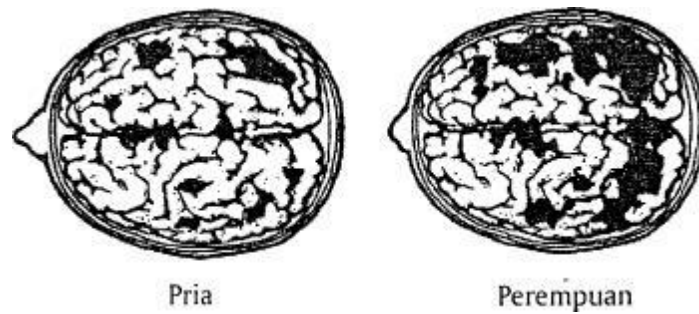
*Makin banyak mengomel,
pengomel akan menjadi makin terisolasi.*

Satu-satunya hal yang dihasilkan dari mengomel adalah rusaknya hubungan antara orang yang mengomel dan yang diomeli, karena orang yang diomeli merasa dia harus terus-menerus membela diri.

Mengapa **Perempuan** menjadi **Pengomel** yang Lebih Baik?

Kebanyakan perempuan memiliki susunan otak yang bisa menang berbicara dan menang mengomel terhadap semua pria di planet ini. Gambar di halaman berikut ini diperoleh dari hasil *scan* otak pada 50 pria dan 50 perempuan, menunjukkan daerah aktif (berwarna hitam) yang digunakan untuk berbicara dan berbahasa. Ini adalah grafik yang menggambarkan pria dan perempuan berbicara dan berkomunikasi satu sama lain.

Daerah bayang-bayang adalah daerah yang digunakan untuk fungsi berbicara dan bahasa. Anda dapat melihat dengan jelas bahwa perempuan memiliki kemampuan yang jauh lebih besar dalam hal berbicara dibanding pria. Hal ini menjelaskan mengapa, dari sudut pandang perempuan, pria tidak banyak berbicara dan dari sudut pandang pria, perempuan tidak pernah tutup mulut.



Daerah di otak yang digunakan untuk berbicara dan berbahasa
Institute of Psychiatry, London, 2001

Otak perempuan terorganisir untuk bisa 'jalur majemuk' - perempuan dapat bermain lempar empat atau lima bola sekaligus. Perempuan dapat menjalankan program komputer sambil berbicara di telepon dan mendengarkan pembicaraan kedua yang berlangsung di belakangnya, sambil minum secangkir kopi. Perempuan dapat berbicara mengenai beberapa hal yang tidak berhubungan dalam satu percakapan dan menggunakan lima jenis suara untuk mengganti pokok pembicaraan atau memberi tekanan pada suatu hal tertentu. Pria hanya dapat mengenali tiga dari suara tersebut. Sebagai akibatnya, pria sering kali kehilangan alur cerita pada waktu mendengarkan perempuan berbicara.

'Jalur majemuk' dapat terjadi dalam satu kalimat -

Bill: "Apakah Sue akan datang pada hari Natal?"

Debbie: "Sue bilang dia akan datang, tergantung bagaimana keadaan order karpet yang menurun karena keadaan ekonomi dan Fiona mungkin tidak datang karena Andrew harus pergi mengunjungi spesialis dan Nathan kehilangan pekerjaannya juga, jadi dia harus mencari pekerjaan baru dan Jodi tidak bisa cuti - bosnya keras

sekali! - jadi Sue bilang dia bisa datang lebih awal dan kami akan pergi membeli baju untuk pernikahan Emma dan aku pikir jika kita dapat memberinya dan Len kamar tidur tamu, kita bisa minta Ray untuk datang lebih awal maka ..."

Bill: "Apakah itu artinya 'ya' atau 'tidak'?"

Debbie: "Yah, hal itu juga tergantung apakah bosnya Diana, Adrian, bisa memberinya cuti karena mobilnya rusak dan dia hams ..." dsb., dsb...

Bill merasa dia menanyakan sebuah pertanyaan yang sederhana dan dia akan bahagia bila mendapatkan jawaban sederhana seperti 'ya' atau 'tidak'. Sebaliknya, dia malah mendapat jawaban 'jalur majemuk' yang meliputi 9 pokok pembicaraan yang berbeda dan meliputi sebelas orang. Dia merasa frustrasi dan pergi keluar untuk menyirami kebun.



Otak pria terbentuk sebagai 'jalur tunggal'. Pria hanya bisa memusatkan perhatian pada satu hal pada suatu saat. Bila seorang pria membuka peta, dia akan mematikan radio. Jika seorang perempuan berbicara dengan seorang pria pada saat pria itu sedang menyetir di jalan yang melingkar, jalan keluar akan terlewatkan olehnya dan dia akan menyalahkan perempuan tersebut karena berbicara. Bila telepon berdering pria akan menyuruh semua orang untuk diam agar dia dapat menjawab telepon. Bagi beberapa pria, sering kali mereka yang berada pada posisi yang sangat berkuasa, ternyata sangat sulit untuk berjalan dan mengunyah permen karet pada saat yang sama.

*Otak pria bekerja pada 'jalur tunggal'.
Pria tidak bisa bercinta dan pada saat yang bersamaan
menjawab pertanyaan
mengapa mereka belum mengeluarkan tong sampah.*

Salah satu masalah besar bagi pria adalah bila 'jalur majemuk' terjadi dalam proses mengomel. Ini terlalu berat baginya, maka dia akan menutup diri. Hal ini akan terus berlangsung sampai pada awal dimulainya suatu lingkaran setan, pengomel meninggikan suaranya dan memperkuat tuduhan atau tuntutan agar diakui, sementara sang korban mundur lebih jauh ke belakang pelindung, sering kali sampai pada titik di mana dia secara fisik menjauh dari pengomel. Meninggalkan tempat tidak selalu bisa dilakukan, dan tekanan akan terus meningkat sampai pada titik di mana sang korban akan melawan, menyebabkan terjadinya pertengkaran yang keras. Kadang-kadang hal ini akan berlanjut pada kekerasan secara fisik.

Mengapa Mengomel Tidak Pernah Berhasil

Alasan utama mengomel tidak pernah berhasil adalah karena pada dasarnya dalam mengomel terdapat harapan untuk gagal. Pada saat sang pengomel mengharapkan kata-katanya akan mendorong sang korban untuk melakukan sesuatu, sering kali dia juga berharap agar sang korban gagal untuk melakukannya atau mengundang mereka untuk memberikan respon yang negatif.

Kesalahan utama mereka adalah cara mereka melakukan pendekatan terhadap masalah. Bukannya mengatakan "Saya mengharapkan ini, karena ini hak saya," mereka malah mengatakan, "...kau tidak pernah mengeluarkan sampah, kau tidak mau memungut pakaianmu" Mereka menghadapi masalah mereka dengan menggunakan hal-hal remeh yang menjengkelkan. Mereka membuat permintaan yang tidak tegas dan tidak langsung, dan yang dipadati oleh rasa bersalah. 'Permintaan' tersebut biasanya datang dalam kelompok yang acak yang dibingkai dalam kalimat tidak langsung, di mana otak pria mempunyai keterbatasan dalam menguraikannya. Bagi seorang pria, hal ini seperti terus-menerus digigit oleh sekelompok nyamuk. Dia mendapat gigitan kecil-kecil yang gatal di mana-mana dan tidak bisa membunuh nyamuknya. "Kau tahu, aku tidak memintamu untuk melakukan banyak hal ... kau tahu mengeluarkan sampah bukanlah hal yang sulit ... dan kau tahu dokter bilang aku tidak boleh mengangkat barang-barang berat ... aku menghabiskan akhir mingguku bekerja membanting tulang agar tempat ini tampak menarik sementara kau cuma duduk di sana seharian menonton TV ...Jika kau punya sedikit saja semangat, kau seharusnya membetulkan pemanas ruangan karena minggu ini udara benar-benar sangat dingin dan"

Omelan seperti ini tidak berguna, membuat diri sendiri kalah dan menciptakan situasi kalah/kalah. Dengan pendekatan semacam ini, omelan menjadi kebiasaan yang merusak dan menyebabkan tekanan yang tinggi, ketidakharmonisan, kebencian, kemarahan dan bisa dengan mudah berakhir dengan reaksi kekerasan secara fisik.

Di Mana Omelan yang Paling Buruk Terjadi?

Mengomel jarang terjadi di tempat kerja kecuali bila pengomel dan sang korban mempunyai hubungan yang erat. Suatu tanda yang jelas bahwa keintiman terjadi di antara bos pria dan sekretarisnya adalah bila sang sekretaris mulai mengomelinya mengenai hal-hal yang belum dikerjakan oleh sang bos.

Mengomel adalah mengenai keseimbangan kekuasaan di antara dua orang. Ketika seorang sekretaris melihat bosnya belum mengerjakan hal-hal tertentu, dia akan secara halus mengingatkannya atau sekadar mengerjakan untuknya. Lagipula, hal itu memang merupakan pekerjaannya. Tetapi ketika dia mulai merasa bahwa posisinya lebih aman, dan merasa lebih berkuasa dan bahkan merasa dia tidak bisa digantikan, dia mungkin akan mulai mengomel kepada bosnya agar mengerjakan pekerjaannya dengan lebih baik. Bahkan mungkin akan muncul suatu titik di mana dia merasa dia bisa mengerjakan pekerjaannya dengan lebih efisien dibanding bosnya. Pada tahap ini mengomel mungkin akan meningkat. Dia mungkin tidak benar-benar bisa mengambil alih pekerjaan bosnya, tetapi, mungkin bahkan secara tidak sadar, dia memandang mengomel sebagai suatu cara untuk membuat bosnya menjadi lelah, untuk 'menurunkan posisi bosnya ke tingkat yang sama dengan sekretaris', dan membuatnya menyadari betapa banyak kekurangannya.

Perempuan karir yang bahagia dan merasa puas dalam pekerjaannya jarang mengomel di rumah. Perempuan karir tidak

punya waktu atau energi untuk ini. Dia biasanya terlalu mempedulikan 'gambaran besar' dari kehidupan pekerjaannya di mana dia bisa menerima pujian, penghargaan dan tawaran-tawaran. Jika pasangan prianya tidak mau mengerjakan pekerjaan rumah bagiannya, dia mungkin akan membayar orang untuk melakukannya, atau mengabaikannya atau mencari pasangan lain yang bisa melakukannya. Dia bergerak dari posisi di mana dia mempunyai kekuasaan.

Perempuan penggoda biasanya juga tidak mengomel. Mereka juga memiliki kekuasaan, meskipun dalam arti yang berbeda. Mereka biasanya menggunakan kekuatan seks mereka untuk menang dari pria. Mereka tidak akan pernah mengganggu dengan omelan mengenai pakaian kotor di lantai - mereka juga menjatuhkan pakaian mereka di lantai, dan dengan cara yang sangat sensual. Tetapi, ketika suatu hubungan menjadi lebih permanen, perempuan penggoda bisa berubah menjadi pengomel yang lebih hebat daripada kelompok lain.

*Perempuan penggoda tidak peduli akan
pakaian-pakaian di lantai -
Mereka sendiri melakukannya.*

Perempuan yang sedang jatuh cinta cenderung tidak mengomel. Mereka begitu terpaku pada pandangan romantis pasangan mereka, atau terlalu sibuk mematangkan rencana untuk membuat suasana cinta yang hangat di setiap bagian rumah, mereka tidak pernah memperhatikan pakaian yang jatuh di lantai atau piring makan pagi ditinggalkan di atas meja. Pria pasangan mereka, pada awal hubungan mereka, juga sangat bersemangat melakukan segala hal untuk menyenangkan hati perempuan pasangan mereka. Tidak ada yang perlu mengomel.

Mengomel terjadi di antara orang-orang yang mempunyai hubungan yang sangat erat - istri, suami, ibu, anak dan pasangan

yang hidup bersama. Inilah sebabnya mengapa tipe pengomel yang klise, pengomel yang rutin, adalah istri atau ibu - yaitu orang-orang yang terikat oleh tanggung jawab rumah tangga, yang biasanya merasa tidak berdaya dalam hidup, dan yang merasa tidak mampu mengubah hidup mereka menjadi lebih maju, secara langsung.

Perempuan karir memancarkan kekuatan materi dan jiwa. Perempuan penggoda mengeluarkan kekuatan seks. Dia kuat, mandiri dan bebas. Sebaliknya, perempuan yang menggunakan cara mengomel untuk mencapai apa yang diinginkan, adalah mereka yang merasa tidak berdaya, frustrasi dan sudah mencapai batas. Dia berakhir dengan makin lama makin terjebak dalam kemarahan yang membingungkan dan terpendam. Dia tahu ada hal-hal lain yang lebih berharga daripada apa yang dia dapatkan dalam hidupnya, tetapi dia merasa terlalu bersalah untuk mengakui bahwa dia tidak menyukai perannya. Dia bingung karena dia tidak benar-benar tahu apa yang dia pikirkan.

Selama berabad-abad, sikap anggota keluarga, majalah perempuan, film dan iklan TV meyakinkan para perempuan bahwa peran seorang perempuan sejati adalah Istri dan Ibu yang sempurna. Dia secara diam-diam mengetahui bahwa dia berhak mendapat yang lebih baik tetapi sudah dicuci otak untuk mencoba hidup berdasarkan 'kenyataan' yang dia tahu tidak lagi layak. Dia tidak mau nantinya di nisannya tertulis, 'ia selalu menjaga dapur tetap bersih', tetapi dia tidak tahu bagaimana caranya terbebas dari hal ini dan membangun hidup yang lebih baik untuk dirinya sendiri. Dia sering bahkan tidak menyadari bahwa perasaannya adalah umum, normal dan sehat.

Riset kami menunjukkan bahwa perempuan yang berorientasi pada pencapaian tujuan, bekerja lebih dari 30 jam seminggu atau

yang dengan bahagia bisa menerima pekerjaan rumah tangga yang monoton, rutin dan peran seorang ibu, jarang mengomel.

Mengomel Bisa Merupakan suatu Teriakan Agar Diakui

Mengomel bisa merupakan suatu tanda bahwa seorang perempuan meminta lebih: lebih dihargai oleh keluarganya untuk apa yang telah dia berikan selama ini, dan lebih banyak kesempatan untuk maju untuk mencapai sesuatu yang lebih baik.

"Setiap saat ibuku melakukan sesuatu, dia hams menyatakan dengan jelas bahwa dia telah melakukan hal tersebut," keluh Adam, seorang remaja yang selalu diomeli. "Setiap saat ibu mencuci piring atau menghisap debu dari karpet, ibu membuat banyak komentar kecil untuk menarik perhatian kepada dirinya sendiri. Pada askhirnya aku lebih suka dia tidak melakukan pekerjaan-pekerjaan tersebut. Mengapa ibu harus selalu mengulang-ulang mengenai hal-hal remeh?"

Ibu selalu mengomel mengenai 'setiap hal-hal remeh' karena hidupnya telah menjadi hidup yang terdiri dari sekumpulan hal-hal remeh. Sangat sulit untuk mempunyai rasa percaya diri dan merasa berkuasa bila semua yang kau lakukan dari pagi sampai malam adalah hal-hal sepele, hal-hal yang bisa diduga dan biasa. Setiap orang bisa menghisap debu dari karpet. Tidak seperti seorang tentara yang dipuji karena telah menyerahkan hidupnya bagi kesejahteraan negaranya, tidak ada orang yang akan mengukir namamu di tugu peringatan karena telah mendedikasikan hidupmu demi kesejahteraan keluargamu. Tidak ada hadiah Nobel untuk menjaga perdamaian dalam rumah. Karena pekerjaannya begitu tidak dihargai, sehingga ibu Adam mengomel kepadanya untuk mendapatkan sebuah pengakuan.

*Tidak akan ada hadiah Pulitzer
karena telah menuliskan
sebuah daftar belanjaan yang bhlian.*

Istri dan Ibu Yang Sempurna tidak disiksa (paling tidak, tidak dalam arti yang sebenarnya), diledakkan, atau menderita dengan cara yang mulia. Pekerjaannya sehari-hari kelihatan terlalu remeh untuk mendapatkan protes atau tuntutan pengakuan kehormatan dari masyarakat. Penderitaannya adalah jenis penderitaan yang tidak kelihatan. Penderitaannya adalah kesedihan yang tertekan, diam, penderitaan dari kebanyakan orang.

Jika para Adam memberi para perempuan sedikit pengakuan yang begitu diinginkannya - dan patut didapatkannya - maka nilai hidup para perempuan akan meningkat secara dramatis.

Perempuan-perempuan yang mengomelnya sudah di luar kendali cenderung menjadi istri atau ibu yang frustrasi, kesepian, dibuat kecewa dan merasa tidak dicintai dan tidak dihargai. Di sanalah letak salah satu dari antara kunci-kunci yang ada. Memberi pengakuan kepada pengomel untuk hal-hal kecil atau pekerjaan rutin menghilangkan sebagian besar dari omelan-omelan.

"Mother Complex"

Banyak perempuan kadang-kadang merasa hanya merekalah satu-satunya orang dewasa yang berpikiran sehat dalam keluarga. Mereka merasa suami mereka atau teman pria mereka berkelakuan seperti anak-anak. Tentu saja, dalam lingkungan kerja pria, seorang pria dapat berkomunikasi, memecahkan masalah dan memberikan hasil yang positif dan, benar-benar mendapat gaji yang jelas-jelas lebih besar daripada para perempuan yang melakukan pekerjaan yang

sama. Pasangan perempuan mereka menyadari bahwa pria mempunyai kemampuan ini, maka menjadi sangat frustrasi bahwa pria tidak bisa menggunakan kemampuan tersebut di rumah.

*Riset menunjukkan bahwa pria yang menikah
hidup lebih lama dibanding pria yang tidak menikah.
Beberapa pria mengatakan
rasanya hidup memang jadi lebih lama.*

Masalahnya adalah perempuan kemudian cenderung untuk memperlakukan pasangannya lebih sebagai seorang anak yang nakal daripada sebagai seorang pria yang memiliki kemampuan. Reaksi pria, sebagai akibatnya, adalah benar-benar mulai berkelakuan seperti seorang anak yang nakal. Pergeseran kelakuan ini adalah sebuah awal dari jalan yang berbahaya dalam langkah menuju menurunnya kualitas sebuah hubungan. Makin pria tersebut memberontak, makin parah perempuan tersebut mengomel. Makin pria tersebut membangkang, makin parah sang perempuan berperan sebagai seorang ibu. Pada akhirnya, mereka berdua akan tiba pada suatu titik di mana mereka tidak lagi memandang kedua belah pihak sebagai partner, pasangan dan teman baik. Dan tidak ada pembunuh cinta yang lebih hebat bagi seorang pria daripada ketika dia mulai merasa bahwa dia sedang bersama ibunya, juga bagi seorang perempuan ketika dia merasa bahwa dia sedang bersama seorang anak kecil yang tidak dewasa, egois dan malas.

Solusi dari Kebiasaan Mengomel: Katakan Apa yang Kau Maksud

Sepasang pria dan perempuan sedang bertengkar dengan hebat di sebuah restoran pizza. Seluruh restoran menjadi diam ketika mereka

berdua mulai menaikkan nada bicara mereka makin lama makin tinggi. Pertengkaran tersebut dimulai mengenai pizza besar mana yang akan mereka pesan untuk berdua. Sang pria menginginkan peperoni dan *caper* (kuncup bunga sejenis tanaman semak yang dipakai untuk membuat saus); sang perempuan menginginkan Hawaiian. Sang perempuan memulai dengan menuduh sang pria tidak pernah mendengarkan apa yang dia inginkan dan bahwa dia *benci caper*. Tidak masuk akal mengatakan bahwa pizza yang sempurna bisa rusak oleh nenas. Lagipula, jika dia (sang pria) mau mempertimbangkan untuk berbelanja atau memasak, mereka tidak perlu keluar begitu sering untuk makan di restoran pizza. Lagipula, dia (sang perempuan) tidak mau makan pizza terus-menerus karena dia lebih suka makan makanan yang sehat. Apakah dia dianggap menuntut terlalu banyak bila dia minta diperbolehkan untuk memilih jenis pizza sekali ini saja?

Setelah kalimat terakhir ini, terjadilah kesunyian. Seluruh restoran menunggu untuk mendengarkan apa reaksi sang pria. Dia diam untuk waktu yang lama. Dia menghirup anggurinya, memandang ke lantai, melihat menu, kemudian, akhirnya memandang istrinya kembali. "Ini bukan mengenai pizza kan?" katanya pada akhirnya. "Ini mengenai 15 tahun terakhir ini kan."

Mengomel sering kali merupakan suatu tanda bahwa ada masalah komunikasi di antara dua orang. Tetapi bukannya membicarakan masalah tersebut, biasanya justru lebih mudah memilih untuk membicarakan hal-hal sepele dan memancing kedua belah pihak menggunakan hal-hal tersebut. Ini kecenderungan utama yang dimiliki banyak perempuan. Banyak anak perempuan yang dibesarkan dengan mempercayai bahwa mereka harus baik dan manis dan meletakkan kebutuhan dan perasaan mereka dalam urutan yang paling akhir. Mereka tumbuh menjadi perempuan yang percaya

bahwa peran mereka untuk menjaga kedamaian untuk melancarkan masalah, untuk disukai dan dicintai. Banyak perempuan merasa sangat sulit untuk keluar dan mengatakan, "Aku tidak bahagia hidup seperti ini. Aku merasa sesak. Aku ingin istirahat dari semua hal ini selama dua minggu, pergi sendiri dan berlibur. Bagaimana menurutmu bila aku meninggalkan anak-anak di rumah ibuku selama satu minggu, kau cuti minggu berikutnya selama satu minggu untuk menjaga mereka, dan aku bisa punya waktu untuk diriku sendiri? Aku pikir aku akan kembali dengan perasaan yang lebih bahagia, dan menjadi orang yang lebih enak diajak hidup bersama." Hal tersebut jauh lebih sulit untuk diungkapkan dibanding mengomeli pilihan pizzanya di hadapan umum.

Perempuan sering kali mengharapkan seorang pria untuk secara intuitif menangkap apa yang dipikirkan para perempuan tanpa mengatakannya. Perempuan mengasumsikan bahwa bila mereka menguap dan mengatakan, "Aku lelah sekali, aku akan pergi tidur sekarang" dan pergi, maka pria akan menyikatgigi mereka, berkumur dengan pembersih mulut, pakai deodoran dan ganti pakaian yang nyaman lalu bergabung dengan mereka untuk bercinta. Sebaliknya, pria menggerutu, kembali ke lemari es untuk mengambil bir dan duduk di sofa menonton acara olahraga di TV. Tidak pernah tercetus dalam benak pria bahwa perempuan dalam hidup mereka berbicara dengan kode-kode tidak langsung. Perempuan, duduk sendirian di tempat tidur, pada akhirnya tertidur sendirian, merasa tidak dicintai dan tidak diinginkan.

Mengomel terus-menerus hanyalah untuk menutupi masalah komunikasi yang lebih dalam. Ketika perempuan belajar untuk mengatakan langsung apa yang mereka maksud, pria merespon dengan segera. Perempuan perlu mengerti bahwa otak pria berfungsi

secara sederhana dan pria jarang sekali bisa menduga apa yang istri atau pasangan mereka maksud itu di luar kata-kata yang mereka utarakan. Begitu kedua jenis kelamin menyadari hal ini, maka komunikasi jadi lebih sederhana dan menghilangkan sebagian besar kebutuhan untuk omelan yang terjadi.

Solusi untuk Mengomel: Ungkapkan Bagaimana Perasaan Anda

Seorang pria hanya akan diam. Seorang pria tidak akan mengatakan kepada Anda bahwa dia merasa direndahkan ketika Anda mengoreksi kelakuannya. Dia tidak akan mengatakan bahwa pada saat Anda menghukumnya atau mengomelinya, membuatnya merasa terganggu, sama seperti yang biasanya dia rasakan terhadap ibunya ketika dia masih remaja. Dan dia juga tidak akan mengatakan bahwa dia merasa Anda secara seksual tidak menarik, sama seperti perasaannya terhadap ibunya. Ketika Anda membuatnya menyadari bahwa Anda tidak berpikir dia akan membuat keputusan yang benar, dia merasa sebagai seorang yang gagal dan tidak bisa memenuhi standar Anda.

Anda berdua mungkin banyak berbicara, tetapi hal itu tidak berarti Anda telah menyampaikan pesan. Hampir semua masalah dalam suatu hubungan seperti ketidaksetiaan, kekerasan secara fisik atau kata-kata, kebosanan, depresi dan mengomel adalah akibat dari komunikasi yang buruk. Jarang seorang perempuan mengatakan, "Aku heran kenapa kau tidak lagi berbicara denganku?" Pada saat yang sama seorang pria mungkin berpikir, "Istriku tidak lagi tertarik padaku" tetapi tidak pernah mendiskusikan dengan istrinya.

Jika seorang perempuan dalam hidup Anda mengomeli Anda, maka dia mempunyai sesuatu untuk dikatakannya kepada Anda dan karena Anda tidak mendengarkannya, maka dia akan terus mengata-

kannya sampai Anda mendengarkannya. Alasan Anda tidak mendengarkan adalah karena dia tidak melakukan pendekatan yang benar terhadap Anda. Perempuan mempunyai kebiasaan untuk mendekati pria mereka dengan cara yang salah, dengan kata-kata tidak langsung.

Suatu sore, Daniel terlambat tiba di rumah, dan menemukan istrinya Sue menunggunya dengan wajah sangat marah. Sebelum dia mempunyai kesempatan untuk berbicara, Sue sudah menghantamnya dengan -

Sue: "Kau sama sekali tidak peduli! Mengapa terlambat lagi sampai di rumah? Aku tidak pernah tahu kau berada di mana! Makan malam sudah dingin - Kau tidak peduli kepada siapa pun kecuali dirimu sendiri!"

Daniel: "Jangan berteriak kepadaku. Seperti biasanya, kau mengeluh dan membesar-besarkan masalah lagi! Aku bekerja sampai begini malam supaya aku bisa mendapatkan cukup uang untuk membuatmu nyaman ... tetapi hal ini tidak pernah cukup bagimu!"

Sue: "Huh! Kau begitu egois! Bagaimana kalau kau mendahulukan keluargamu sekali saja! Kau tidak pernah mengerjakan apa pun di sini - kau selalu mengharapkan aku untuk mengerjakan segala sesuatu!"

Daniel: (berjalan pergi) "Menyingkirlah! Aku lelah dan aku mau istirahat. Yang kau lakukan tidak lain hanya mengomeli aku saja."

Sue: (sangat marah) "Ya, benar! Pergilah dari sini! Kau berkelakuan seperti anak kecil lagi. Tahukah kau apa masalahmu? Kau selalu lari dari masalah dan kau tidak pernah mau membicarakannya!"

Bukannya mengomunikasikan apa yang benar-benar dirasakannya dengan kata-kata langsung, Sue mengungkapkan permusuhan dengan cara tidak langsung yang menyebabkan timbulnya kelakuan defensif Daniel.

Begitu Daniel masuk dalam mode defensif, komunikasi terhenti, menghalangi mereka untuk menyelesaikan situasi yang terjadi. Tetapi kedua belah pihak tidak ada yang mau mendengarkan atau menaruh perhatian; Sue tetap mengulang pesan yang lama, Daniel tetap berjalan pergi, berpikir bahwa Sue hanyalah seseorang yang suka mengomel.

Mereka hanya tidak mengatakan bagaimana perasaan mereka berdua yang sebenarnya. Dan masalah mereka akan menjadi makin buruk.

Solusi terhadap Omelan: Teknik 'Aku'

Untuk mendapatkan perhatian Daniel, tujuan utama Sue harusnya menghindari langsung menyerang Daniel dan membuatnya menjadi defensif. Sue bisa melakukan hal tersebut dengan menggunakan teknik 'aku' dan bukannya selalu menggunakan kata 'kau'.

Di bawah adalah beberapa kalimat 'kau' yang digunakan Sue yang menyebabkan kemarahan Daniel -.

Kau tidak peduli!

Kau egois!

Kau berkelakuan seperti anak kecil lagi.

Tahukah kau apa masalahmu?

Kau selalu lari dari masalah.

Menggunakan kalimat 'kau' memprovokasi sikap defensif. Menggunakan pernyataan 'kau' meletakkan posisi Sue sebagai hakim dan juri - suatu posisi yang tidak bisa diterima Daniel. Teknik 'aku' membuat Sue mengomunikasikan perasaannya tentang kelakuan Daniel tanpa menghakimi. Teknik ini akan membuat Anda melakukan

pembicaraan normal dengan pasangan Anda, tanpa harus bertengkar lagi. Dan untuk selamanya tidak perlu berbantahan.

Teknik 'aku' mempunyai 4 bagian. Hal ini menggambarkan kelakuan pasangan Anda, interpretasi Anda terhadap kelakuan tersebut, perasaan Anda, dan konsekuensi kelakuan tersebut terhadap Anda.

Di bawah ini cara seharusnya Sue menangani Daniel :

Sue: "Daniel, kau sudah pulang terlambat selama seminggu tanpa meneleponku [kelakuan]. Apakah kau berusaha menghindar dariku, atautkah kau punya orang lain? [interpretasi] Aku mulai merasa tidak dihargai dan tidak menarik. Aku merasa terluka [perasaan]. Jika hal ini diteruskan, aku bisa menjadi gila karena mengkhawatirkanmu [konsekuensi]."

Daniel: "Oh Sue, aku minta maaf. Aku tidak pernah berpikir bahwa kau merasa seperti ini. Aku bukan menghindarimu. Aku menghargaimu. Dan tidak, aku tidak punya orang lain, sayang. Aku begitu sibuk dengan pekerjaanku akhir-akhir ini, sehingga aku harus lembur dan aku betul-betul tertekan. Ketika aku pulang, aku sudah begitu lelah, aku perlu waktu untuk diriku sendiri. Aku tidak mau kau merasa begitu dan aku berjanji sejak saat ini aku akan menelepon bila aku lembur."

Teknik 'aku' sangat berguna karena teknik ini mengurangi defensif, meningkatkan kejujuran dan menjelaskan perasaan setiap orang. Hampir tidak mungkin menjengkelkan orang lain dengan teknik ini.

Pada contoh di atas, pesan dikomunikasikan dengan jelas baik oleh Daniel maupun Sue dan hal ini menyelesaikan masalah. Kalimat 'aku' yang baik sangat berguna bila disampaikan dengan cara yang benar, dengan nada yang tepat dan pada saat yang tepat, maka tunggu

beberapa saat sebelum berbicara untuk meyakinkan bahwa orang lain mendengarkan.

Solusi terhadap Omelan: Beri Pria Waktu 30 Menit untuk 'berdiang' (beristirahat)

Pada akhir dari suatu hari yang panjang, seorang pria memerlukan waktu istirahat 30 menit untuk mengumpulkan kembali energinya sebelum dia siap berbicara. Tetapi, sebagian besar perempuan siap untuk berbicara dan ingin berbicara segera. Berikut adalah cara bagaimana menerapkan teknik ini:

Daniel: Sayang, aku sudah mengalami hari yang panjang dan melelahkan - bisakah kau beri aku waktu setengah jam untuk menenangkan diri dan relaks? Aku janji aku akan berbicara denganmu setelah ini."

Sue: Sayang, aku perlu berbicara denganmu mengenai hal-hal yang terjadi hari ini. pukul berapa kita bisa berbicara?"

Jika Daniel setuju mengenai waktunya (dan memenuhi waktunya) dan Sue memberinya waktu untuk 'berdiang', tidak akan ada pertengkaran, tidak ada tekanan dan tidak ada yang merasa terintimidasi.

Solusi Mengomel: Membuat Anak-anak Melakukan Apa yang Kau Inginkan

Bagian dari tanggung jawab orangtua adalah untuk mengingatkan, membujuk dan bahkan meminta anak-anak berkelakuan sedemikian rupa demi keselamatan diri mereka sendiri, kesejahteraan, dan keberhasilan dalam hidup mereka. Tetapi sejak kapan perhatian kita berubah menjadi omelan? Dan siapa yang harus disalahkan dalam masalah orangtua yang selalu mengomel di rumah - anakyang tidak

patuh atau orangtua yang mengomel? Jawabannya adalah - orangtua.

Orangtua sudah mengondisikan anaknya untuk secara otomatis bereaksi seperti yang biasa para orangtua lakukan. Anak diajari bahwa tidak perlu bereaksi setelah permintaan pertama dan standar Anda sebagai orangtua adalah untuk mengingatkan, membujuk atau meminta beberapa kali sebelum Anda mengharapkan anak-anak untuk melaksanakannya. Anak-anak telah melatih Anda untuk terus mengulang permintaan Anda, dan anak-anak berpikir bahwa Anda tidak benar-benar menginginkan mereka untuk bereaksi.

Sebagai orangtua, hal ini menjadi lingkaran setan. Makin Anda mengulang dan mengeluh, makin lama anak-anak bertahan. Makin Anda menjadi frustrasi karena anak-anak tidak menurut, Anda menjadi makin marah dan suara Anda menjadi makin keras. Anak sekarang mulai membenci kemarahan Anda, karena dalam pikiran mereka, mereka tidak melakukan kesalahan apa pun. Sekarang anak menjadi bingung dan frustrasi. Apa yang dimulai dengan permintaan sederhana seperti "Ayo makan malam!" telah berubah menjadi perang.

Situasi orangtua yang mengomel atau anak yang tidak menurut dapat dengan mudah diperbaiki dan yang Anda perlukan hanyalah disiplin dan ketabahan - pada diri Anda sendiri, bukan pada diri anak-anak.

Tabahkanlah diri Anda, bukan anak-anak.

Anda harus siap untuk menghadapi setiap masalah yang akan terjadi selama 30 hari tanpa mengalah. Jelaskan kepada anak Anda bahwa mereka hanya perlu diberitahu satu kali untuk bekerjasama dan jika dia tidak bereaksi, maka itu adalah pilihannya sendiri. Kemudian tunjukkan akibatnya bila tidak menurut.

Sebagai contoh, "Jade, tolong ambil pakaian kotormu dari lantai kamar tidurmu dan letakkan dalam keranjang pakaian kotor. Jika kau tidak melakukannya, aku tidak akan mencucinya."

Di sinilah disiplin diri dan penyelesaian berperan. Siapa yang akan mengalah duluan? Jika Anda mengalah dan mengambil pakaian kotornya, maka Anda kembali pada titik awal. Jika Anda mempunyai disiplin diri, biarkan pakaian kotor menumpuk dan tulikan telinga terhadap keluhan bahwa tidak ada baju yang bisa dipakai. Hal ini mungkin tampak kejam, tetapi Anda akan mengajarkan kebiasaan bertanggung jawab, juga rumah yang lebih bahagia. Dan pasangan anak-anak Anda di masa yang akan datang tidak akan menyalahkan Anda untuk kebiasaan buruk anak Anda.

Kelakuan seorang anak adalah akibat langsung pelatihan orangtua, baik atau buruk.

Jangan Mengomeli Mereka, Latihlah Mereka

Jika Anda merasa bahwa Anda terus-menerus mengomeli seseorang, hal ini menunjukkan bahwa orang tersebut telah melatih Anda untuk melakukan apa yang dia ingin Anda lakukan. Dengan kata lain, mereka membuat peraturan dan Anda menurut. Misalnya Anda secara terus-menerus meminta orang ini untuk berhenti melemparkan handuk basahny di lantai kamar mandi. Kelihatannya tidak peduli bagaimanapun Anda protes, orang ini tetap melakukannya. Sebagai akibatnya, Anda selalu memungut handuk bekas pakai karena Anda tidak suka kamar mandi dalam keadaan tidak rapi. Anda pikir jika Anda tidak melakukannya tidak ada orang lain yang akan melakukannya dan nantinya, tidak akan ada handuk kering yang bisa dipakai. Kenyataannya di sini adalah orang lain tahu bahwa Anda pada akhirnya akan mengambil handuk tersebut - apa yang harus mereka

lakukan hanyalah menerima sedikit omelan dari Anda, sedikit nilai yang harus mereka bayar. Maka Anda telah dilatih oleh mereka.

Berikut adalah bagaimana menghadapi situasi tersebut: Alokasikan handuk bersih untuk tiap anak dan/atau orang dewasa di rumah dan katakan pada mereka bahwa ini adalah handuk pribadi mereka dan mereka harus bertanggung jawab penuh terhadap handuk tersebut dan keadaannya. Katakan pada mereka jika mereka meninggalkan handuk basah atau kotor mereka di lantai, Anda akan memindahkannya karena Anda tidak suka kamar mandi yang tidak rapi dan hal tersebut melanggar hak Anda untuk memiliki sebuah rumah yang rapi. Katakan pada mereka bahwa Anda akan meletakkan handuk bermasalah tersebut di halaman belakang atau di pagar samping rumah, di kandang anjing atau bahkan di bawah bantal mereka. Jangan pedulikan di mana Anda meletakkannya, pilihan ada pada mereka. Ketika Anda pertama kali menjalankan strategi ini, akan menyebabkan banyak tawa, kebingungan dan protes dari para pelanggar peraturan tetapi Anda harus tetap menjalankannya atau Anda akan tetap menjadi orang yang dilatih.

Misalnya, pada saat berikutnya hal ini terjadi, Anda meletakkan handuk basah di bawah lemari sapu. Ketika para pelanggar peraturan tersebut mandi lagi, mereka akan menanyakan pada Anda di mana handuknya dan Anda bisa memberikan koordinat tempat handuk tersebut. Mereka kemudian akan merasakan betapa tidak enakannya mengeringkan badan dengan handuk yang lembab dan bau. Hanya perlu dua atau tiga kali untuk membuat mereka terlatih mengambil dan menggantungkan handuk.. Cara yang sama berlaku juga untuk kaus kaki kotor, pakaian dalam atau barang apa pun yang Anda tidak mau berserakan. Dengan cara ini, Anda menjadi pelatih dan bukan orang yang dilatih dan tidak lagi perlu mengomel. Tetapi, jika Anda

memilih untuk terus-menerus memungut, Anda telah memilih untuk tetap menjadi orang yang dilatih dan dengan demikian Anda kehilangan hak untuk mengomeli siapa pun bila ada barang berserakan di lantai.

Solusi terhadap Mengomel: Studi Kasus dengan Anak-anak

Cameron, 13 tahun, diberi tugas mengeluarkan sampah tiap hari Rabu malam. Dia biasanya mengatakan akan melakukannya setelah makan malam atau setelah filmnya selesai, atau segera setelah dia mandi, tetapi akan terus melupakannya. Berminggu-minggu bau makanan busuk masuk ke dalam rumah karena sampah menumpuk. Ibunya telah melewati titik menyuruh dan mulai masuk dalam tingkat mengomel. "Seluruh rumah bosan mendengar sampah dan baunya. Tetapi hal itu tidak mengganggu Cameron - dia tetap melupakannya dan siap untuk menerima omelan.

Pada akhirnya ibu Cameron menyadari bahwa Cameron telah melatihnya untuk mengomel, maka dia memutuskan untuk mengambil alih kendali. Dia mengatakan bahwa adalah tanggung jawab Cameron untuk mengeluarkan sampah, tetapi karena dia gagal melakukannya, seluruh keluarga harus menderita karena bau busuk makanan. Cameron kemudian diberitahu akibat yang harus dia tanggung karena dia tidak menurut. Ibu berkata, jika sampah tidak dibuang, ibu akan meletakkannya di kamar tidur Cameron. Jika Cameron tidak keberatan akan bau busuk makanan, maka dia juga seharusnya tidak keberatan tidur bersamanya. Hal ini diberitahukan dengan cara yang langsung, lucu, relaks dan tidak agresif.

Seluruh keluarga dengan tidak sabar menunggu datangnya hari Rabu malam, seperti biasa, Cameron lupa mengeluarkan sampah. Malam berikutnya, ketika dia pergi tidur, dia membuka seprei dan

menemukan tempat tidurnya penuh dengan sampah yang membusuk. Kamar tidurnya bau bukan main! Harga dari pelajaran ini adalah seprei yang kotor dan bau (yang harus dicuci Cameron - dia tahu akibatnya). Dan dia tidak pernah lagi lupa untuk mengeluarkan sampah.

Bagaimana Mengerti Seorang Pengomel

Bila seorang korban jujur pada dirinya sendiri dan mengakui unsur kebenaran dalam omelan tersebut dan mengenali bahwa mengomel biasanya adalah suatu teriakan untuk mendapatkan sebuah pengakuan, dia bisa dengan cepat mengubah situasi menjadi situasi menang/menang. Dorongan paling besar dalam diri manusia adalah merasa penting. Riset menunjukkan, dari waktu ke waktu bagaimana orang yang bekerja penuh lebih jarang mengomel dibanding mereka yang menghabiskan banyak waktu di rumah, terisolasi dari orang-orang dewasa lain. Mereka yang bekerja penuh, melihat bahwa sumbangan mereka, yang merupakan bagian dari suatu rencana kerja, sebagai hal yang penting dan mereka merasa usaha mereka diakui. Hal yang sama, para ibu rumah tangga yang benar-benar menikmati berada di rumah dan bangga dalam menciptakan rumah yang bersih dan nyaman, memasak makanan yang baik dan sehat dan memelihara keluarga mereka, cenderung untuk tidak mengomel juga - selama mereka mendapatkan penghargaan dan rasa terima kasih.

Maka, orang-orang yang melakukan pekerjaan yang membosankan dan terus-menerus atau mereka yang tidak suka berada di rumah, cenderung menjadi pengomel. Beberapa perempuan tidak diragukan lagi, merasa hidup mereka tidak ada apa-apanya. Mencuci pakaian, membersihkan karpet, membersihkan dapur, merapikan

tempat tidur dan berbelanja makanan dapat membuat pikiran jadi mati rasa setelah beberapa tahun. Bila Anda menambahkan anak-anak yang nakal ke dalam gabungan ini, anak-anak yang membuyarkan semua pekerjaannya selama sehari dalam 10 menit, Anda akan menjumpai seseorang yang akan mengomel untuk mendapatkan perhatian dan mencoba untuk membuat semua orang lain merasakan penderitaan seperti yang dia rasakan.

Karena dasar dari mengomel adalah kebenaran, maka korban harus menerima tanggung jawab yang sama dalam hal mengomel. Mengomel adalah akibat dari komunikasi yang buruk.

Tantangan bagi Sang Korban

Untuk mendapatkan situasi menang/menang, masing-masing pihak harus bersedia untuk berubah dan berbagi tanggung jawab. Korban harus mengenali dan menerima bahwa dia juga berperan dalam masalah tersebut.

Korban mengembangkan pola menghindar, yang menyebabkan masalah jadi lebih sulit. Mereka mungkin mengacuhkan pengomel, mencoba untuk meneriaki mereka agar diam, meninggalkan ruangan atau rumah atau membuat alasan untuk tidak mematuhi permintaan pengomel. Korban memperoleh hal tersebut dengan mudah karena mereka selalu bisa menyalahkan sang pengomel. Tetapi satu-satunya jalan keluar adalah korban harus berhenti, melihat dengan teliti ke dalam diri mereka sendiri dan mempertimbangkan peran mereka. Mereka harus memandang mengomel sebagai suatu teriakan minta tolong.

Sebagai seorang korban, Anda harus menanyai diri sendiri :
Apakah Anda mendengarkan orang lain?

Apakah Anda mengerti rasa frustrasi orang lain?

Apakah Anda memperlihatkan kesan superior, membuat mereka merasa tidak berharga?

Apakah Anda menghargai apa yang telah dicapai orang lain?

Apakah Anda menolak untuk ikut serta dalam pekerjaan rumah tangga karena Anda merasa diri Anda adalah pencari nafkah, maka berhak untuk mendapatkan keringanan di rumah?

Apakah Anda hanya malas dan tidak perhatian?

Adakah kemarahan terpendam, yang menyebabkan Anda tidak bersedia untuk mengerti masalah orang lain?

Apakah Anda mau untuk menjadi bahagia?

Jika Anda benar-benar ingin bahagia, siapkah Anda untuk duduk dengan orang lain dan membicarakannya?

Tantangan bagi Pengomel

Jika Anda adalah seorang pengomel, pernahkah Anda berpikir bahwa orang lain mungkin tidak dapat memenuhi permintaan Anda ? Apakah Anda berkelakuan seperti orangtua terhadap mereka? Apakah Anda menuntut reaksi yang langsung pada saat itu juga, tidak peduli akan kebutuhan orang lain pada saat itu? Apakah Anda secara terus-menerus mengulang permintaan Anda ?

Jika jawaban dari pertanyaan-pertanyaan di atas adalah ya, duduklah dengan orang lain dan bersiaplah untuk berkomunikasi dengan menggunakan bahasa 'aku':

Katakan padanya apa yang membuat Anda frustrasi.

Menyetujui adanya suatu tenggang waktu untuk memenuhi permintaan Anda.

Berhentilah mengulang-ulang.

Katakan keperluan Anda, kemudian berhenti dan dengarkan jawaban pasangan Anda.

Carilah masukan dari pasangan Anda. Dia mungkin mempunyai ide yang lebih baik.

Hindari pernyataan 'kau', yang akan menimbulkan perlawanan dari orang lain.

Apa solusi atau akibat jika dia tidak mempertimbangkan kembali kelakuannya yang tidak bertanggung jawab?

Apa yang akan Anda lakukan untuk memperbaiki citra diri sendiri?

Apakah Anda memberi hadiah kepada diri sendiri untuk apa yang telah Anda capai dari hari ke hari?

Apakah Anda ingin menjadi bahagia?

Mengomel bisa merupakan kebiasaan bagi banyak orang, suatu cara di mana mereka selalu mengakhiri komunikasi, membuat mereka marah, benci dan tidak senang kepada orang dalam hidup mereka, yang sehari-hari seharusnya merupakan sumber kebahagiaan, kehangatan dan tempat bersandar. Tetapi tidak harus begitu. Ikuti strategi sederhana kami untuk membangun masa depan yang lebih bahagia dan saling mencintai bagi Anda berdua.

Tujuh Hal yang Biasa Dilakukan Pria yang Membuat Perempuan Menjadi Gila



Tiga orang bijak mengikuti Bintang di Timur menuju ke Betlehem untuk mencari bayi Yesus. Mereka membawa hadiah berupa emas, dupa dan mur. Tetapi bagaimana seandainya mereka adalah tiga perempuan bijak?

Cerita mengenai tiga orang bijak dan kelahiran Kristus adalah sebuah cerita yang paling sering diceritakan di dunia ini. Juga merupakan suatu cerita yang, bagi perempuan, menggambarkan semua sifat pria yang membuat mereka frustrasi. Pertama, mereka hanya mengasumsikan bahwa surga berputar di sekeliling mereka - bintang bersinar di Timur diletakkan di sana agar mereka mengikutinya. Kedua, mereka tiba di kandang tempat Yesus dilahirkan dua bulan setelahnya, kemungkinan besar karena mereka menolak untuk berhenti di jalan dan bertanya arah. Ketiga, apa yang bisa digunakan oleh bayi yang baru lahir dan ibunya yang kelelahan sehabis melahirkan terhadap emas, dupa (biji-bijian yang dipakai untuk wewangian) dan mur (sejenis minyak tanaman berbau keras yang dipakai untuk mengawetkan mayat)? Dan, yang paling akhir, Tiga orang pria bijak? Siapa yang pernah melihat pemandangan yang tidak mungkin seperti ini?

Bayangkan jika cerita tersebut tentang Tiga Perempuan Bijak. Mereka akan bertanya mengenai arah, tiba tepat pada waktunya untuk membantu kelahiran bayi dan membawa hadiah yang bisa dipakai, seperti popok, botol, mainan dan rangkaian bunga. Pada saat itu mereka sudah mengeluarkan binatang-binatang, membersihkan kandang, membuat makanan, saling berhubungan lewat surat, dan akan terjadi kedamaian di dunia.

*Musa berkelana di gurun pasir selama 40 tahun.
Dia juga tidak mau bertanya jalan.*

Sulit untuk menentukan jumlah yang tepat dari begitu banyak sifat pria yang dianggap menjengkelkan oleh para perempuan, tetapi dari surat-surat yang telah kami terima, dari 5.000 lebih pembaca perempuan kami, kami mendapatkan 7 pertanyaan yang paling sering ditanyakan para perempuan mengenai pria.

1. Mengapa pria selalu menawarkan solusi dan memberi nasihat?
2. Mengapa pria selalu mengganti-ganti saluran TV dengan *remote control* ?
3. Mengapa pria tidak mau berhenti dan bertanya arah?
4. Mengapa pria bersikeras tidak mau menurunkan tempat duduk toilet?
5. Mengapa pria selalu begitu ribut kalau hams pergi berbelanja?
6. Mengapa pria mempunyai kebiasaan buruk yang begitu menjijikkan?
7. Mengapa pria begitu suka pada lelucon yang jorok?

Apa yang dilihat perempuan sebagai 'kebiasaan buruk' pria dapat dikelompokkan dalam dua kategori, yaitu apa yang para pria pelajari pada saat mereka tumbuh dewasa, dan apa yang terhubung pada otak pria. Tetapi tidak ada yang tidak dapat dipecahkan. Setiap orang bisa dilatih ulang, jika Anda tahu caranya.

1. Mengapa Pria Selalu Menawarkan Solusi dan Memberi Nasihat?

"Pria dalam hidupku menjadi keterlaluan dengan pendekatan 'pemecahan masalah' yang terus-menerus dia lakukan. Dia memberiku nasihat bagaimana harus menyelesaikan segala hal dalam hidupku -tidak peduli apakah aku menginginkannya atau tidak! Ketika aku hanya ingin berbicara mengenai hariku atau perasaanku, dia terus-menerus

memotong pembicaraanku dengan mengatakan kepadaku apa yang harus kulakukan, pikir atau katakan. Dia seorang pemecah masalah yang hebat bila berhubungan dengan 'barang-barang' - ledeng yang bocor, lampu yang rusak, masalah mobil atau komputer, dan sebagainya- tetapi bila sampai pada hal mendengarkan, dia tidak mau melakukannya. Dan bila aku tidak menuruti 'nasihat' nya, dia menjadi marah.

Karen 'yang menjadi gila'

Untuk mengerti mengapa seorang pria bersikeras memberikan penyelesaian untuk semua hal kecil, ada beberapa hal yang perlu dimengerti mengenai cara bekerja otak pria.

Pria berevolusi sebagai pemburu dan sumbangan utama mereka terhadap ketahanan hidup manusia adalah kemampuan menembak sasaran yang bergerak sehingga semua bisa makan. Mereka perlu bisa membidik dengan tepat, entah pada sasaran yang bisa dimakan atau musuh yang entah mau mencuri makanan atau yang mengancam kesejahteraan keluarganya. Sebagai akibatnya, otak mereka berkembang dengan daerah membidik yang disebut daerah 'visual-spasial', yang memungkinkan mereka untuk berhasil menjalankan seluruh peran mereka sebagai pembidik sasaran dan penyelesai masalah. Mereka berubah menjadi orang yang berorientasi pada hasil, yang mengukur keberhasilan mereka dengan hasil, pencapaian dan kemampuan mereka untuk mendapatkan penyelesaian terhadap suatu masalah. Sebagai akibatnya, seorang pria masih mendefinisikan diri dan nilai dirinya dengan kemampuannya dalam menyelesaikan masalah dan pencapaiannya.

*Nilai seorang pria ditentukan
oleh hasil yang dapat dicapainya
atau dengan seberapa tepatnya
dia dapat membidik seekor zebra
yang sedang bergerak.*

Inilah sebabnya mengapa pria suka mengenakan seragam dan topi dengan lencana dan simbol yang memamerkan kecakapan mereka atau mencerminkan kemampuan mereka dalam menyelesaikan suatu masalah. Seorang pria merasa bahwa dia adalah orang yang paling mampu menyelesaikan masalahnya sendiri dan tidak melihat perlunya untuk mendiskusikannya dengan orang lain. Dia hanya akan meminta pendapat orang lain mengenai suatu masalah jika dia merasa dia perlu pendapat seorang ahli dan dia menganggap ini sebagai langkah yang pandai dan strategik. Sebagai gantinya, pria yang ditanyai pendapat akan merasa mendapat kehormatan.

*Jika seorang pria meminta nasihat dari pria yang lain,
pria yang dimintai pendapat menganggap
permintaan tersebut sebagai pujian.*

Sebagai akibatnya, bagi seorang perempuan yang menawarkan nasihat kepada seorang pria, ketika pria tersebut tidak bertanya, akan dianggap sebagai suatu pernyataan bahwa perempuan tersebut merasa pria itu tidak mampu, karena tidak dapat memecahkan masalahnya sendiri. Seorang pria melihat permintaan akan nasihat sebagai suatu kelemahan karena dia merasa dia seharusnya dapat menyelesaikan masalahnya sendiri dan inilah sebabnya mengapa dia jarang mau berbicara mengenai hal-hal yang meresahkannya. Pria suka menawarkan nasihat dan penyelesaian untuk orang lain,

tetapi nasihat yang tidak diminta, terutama dari seorang perempuan, sangat tidak disukai.

Mengapa Perempuan Dibuat Jengkel oleh Solusi yang Diberikan Pria

Otak perempuan tersusun untuk berkomunikasi melalui berbicara dan tujuan utama berbicara adalah berbicara. Pada sebagian besar dari pembicaraan tersebut, perempuan bukan mencari jawaban, dan jawaban memang tidak diperlukan. Di sinilah letak permasalahan utama bagi kebanyakan pasangan - pada akhir hari perempuan biasanya ingin membicarakan apa yang terjadi pada hari itu dan untuk berbagi perasaan, tetapi pria berpikir perempuan memberinya masalah untuk diperbaiki dan mulai memberikan penyelesaiannya. Perempuan menjadi marah karena pria tidak mendengarkannya berbicara, dan pria menjadi marah karena perempuan tidak mau menerima penyelesaian yang diberikannya. "Mengapa kau tidak mau diam dan mendengarkan?" Perempuan akan berteriak sambil berjalan ke arah pintu. "Jika kau tidak memerlukan pendapatku," pria akan balas berteriak pada saat pintu terbanting, "Jangan minta!" Masing-masing pihak merasa pihak lain tidak menghargai apa yang mereka katakan.

*Ketika perempuan ingin pria menunjukkan empati,
pria berpikir bahwa perempuan meminta jalan keluar.*

Pria berpikir dia penuh perhatian dan cinta dengan memberikan penyelesaian pada masalahnya - perempuan berpikir pria tidak peduli atau merendahkan perasaannya dengan tidak mendengarkan.

Studi Kasus: Sarah dan Andy

Sarah mengalami hari yang berat di tempat kerja: bosnya sedang sangat menjengkelkan, dia disalahkan untuk kesalahan yang terjadi di administrasi, dia kehilangan dompetnya dan mematahkan kukunya. Dia merasa seakan-akan dunianya hancur berkeping-keping dan ingin berbicara dengan Andy mengenai hal ini pada saat Andy pulang nanti.

Ia menelepon Andy untuk mencari tahu pukul berapa Andy pulang, dan menyiapkan makan malam yang istimewa dengan harapan mereka bisa berbicara dari hati ke hati sambil makan malam. Andy akan penuh cinta kasih dan bersimpati. Ia akan bisa mengeluarkan seluruh isi hatinya kepada seseorang yang peduli dan ia tahu ia akan merasa jauh lebih baik akhirnya. Ia ingin Andy mendengarkan, membuatnya merasa dicintai dan dimengerti, dan meyakinkannya bahwa ia bisa menyelesaikan masalahnya sendiri.

Tetapi Andy juga mengalami hari yang berat. Dia meninggalkan pekerjaan dengan beberapa masalah besar belum terpecahkan, yang harus dia selesaikan sebelum kembali ke tempat kerja esok hari. Sambil menyetir pulang, yang dipikirkan adalah bekerja lembur untuk mendapatkan pemecahan dari masalahnya. Dia tahu dari telepon Sarah tadi, bahwa Sarah mengalami hari yang berat, tetapi dia betul-betul memerlukan waktu untuk menyelesaikan masalahnya sendiri.

Andy tiba di rumah, mengatakan "hai" dengan cepat kepada Sarah kemudian duduk di ruang tamu menonton berita di TV. Sarah memeriksa makan malam dan memberi tahu Andy bahwa makan malam akan siap dalam 15 menit. Andy berpikir, 'Bagus! 15 menit waktu tenang sebelum makan malam.' Sarah berpikir, 'Bagus! 15 menit untuk mulai mengobrol sebelum kita makan.'

Sarah: "Bagaimana hari ini, sayang?"

Andy: "Baik."

Sarah: "Aku mengalami hari terburuk dalam hidupku dan aku merasa sudah tidak tahan lagi!"

Andy: (masih sambil menonton berita) "Kau sudah tidak tahan dengan apa?"

Sarah: "Bosku memberiku banyak masalah. Ketika aku tiba di tempat kerja pagi ini, dia memarahiku mengenai kualitas kerjaku dan menuntutku untuk memberitahunya mengapa aku belum menyelesaikan kampanye iklan yang baru. Kemudian dia mengatakan dia mau iklan itu selesai sebelum akhir minggu dan dia sudah menjadwalkan klien untuk datang hari Senin untuk melihat apa yang sudah kita lakukan. Ketika aku berusaha menjelaskan bahwa iklan itu belum selesai karena aku masih mengerjakan proyek Seinfeld, yang katanya mendesak, dan bahwa aku tidak akan punya waktu untuk menyelesaikan dua-duanya begitu cepat, dia memotong kata-kataku dan mengatakan dia tidak mau lagi mendengarkan lebih banyak lagi alasan dan pokoknya proyek kampanye iklan itu harus siap di mejanya sebelum aku pulang hari Jumat. Percaya tidak? Pokoknya dia tidak mau mendengarkanku ... (menjadi jengkel) ... kemudian dia mengganti pokok pembicaraan dan mengatakan dia akan menemui pukul 6 Jumat malam untuk membahas perubahan terakhir. Aku betul-betul merasa ingin berhenti. Aku rasa aku sudah tidak tahan lagi...."

Andy: "Sarah, ini gampang ... apa yang harus kau lakukan adalah membela dirimu sendiri dan mengatakan kepadanya bahwa kau tidak bisa menyelesaikan kedua proyek tersebut bersamaan dan tanyakan kepadanya yang mana harus diselesaikan lebih dulu?"

Besok waktu masuk kerja katakan kepadanya tenggatwaktu yang diberikannya tidak masuk akal dan dia harus menyesuainya atau menyuruh orang lain membantumu dalam kedua proyek tersebut."

Sarah: (menjadi emosional) "Aku tidak percaya! Aku menceritakan kepadamu mengenai bosku yang menyuruh-nyuruhku seenaknya dan tidak pernah mau mendengarkan, dan kemudian kau juga menyuruh-nyuruhku. Mengapa kau tidak bisa hanya mendengarkanku? Aku bosan pada pria yang selalu merasa paling tahu."

Andy: "Ayolah, Sarah. Kalau kau tidak menginginkan pendapatku, berhentilah menceritakan masalahmu kepadaku. Selesaikan saja sendiri dan berhentilah mengeluh kepadaku mengenai! Aku juga punya masalahku sendiri, yang, omong-omong, selalu kuselesaikan sendiri!"

Sarah: (sudah hampir menangis) "OK. Pergilah! Aku akan mencari orang lain yang mau mendengarkanku dan tidak akan mengatakan kepadaku apa kesalahan yang telah kulakukan! Kau urus makan malammu sendiri! Aku mau pergi keluar dan aku tidak tahu pukul berapa akan pulang!"

Bagi pria dan perempuan di dunia ini, hal di atas adalah skenario yang sangat biasa. Pada akhirnya Sarah merasa kecewa, tidak dicintai dan terluka. Andy merasa tidak dihargai dan bingung karena Sarah baru saja mengkritik kemampuan utamanya: menyelesaikan masalah.

Bagaimana Agar Andy Bisa Menangani Masalah Tersebut dengan Lebih Baik?

Mari kita putar kembali adegan tadi dan melihat bagaimana Andy seharusnya bisa menghindari malam yang begitu buruk.

Sarah: "Bagaimana hari ini, sayang?"

Andy: "Baik. Aku punya beberapa pekerjaan yang harus kuselesaikan sebelum besok pagi; masalah-masalah tersebut akan jadi lebih baik besok."

Sarah: "Aku mengalami hari yang paling buruk dalam hidupku dan aku sudah tidak tahan lagi!"

Andy: "Oh, tidak. Kekasihku yang malang! Aku mau kau menceritakan semuanya kepadaku, tetapi bolehkah aku minta 15 menit sendirian untuk menyelesaikan masalah yang kuhadapi di tempat kerja, kemudian aku bisa memberimu perhatian sepenuhnya sambil makan malam."

Sarah: "OK ... Aku lihat dulu makan malamnya dan aku akan memanggilmu bila sudah siap. Mau segelas anggur sekarang?"

Andy: "Mau... Terima kasih sayang."

Dengan Andy meminta waktu istirahat dan Sarah memberinya, Andy sekarang punya waktu dan tempat untuk duduk dan memikirkan masalahnya sendiri. Sarah merasa diyakinkan dan bahagia bahwa Andy akan berada bersamanya selama makan malam ketika dia bisa mengeluarkan masalah dari hatinya dan merasa lebih baik dalam hidupnya.

Di bawah adalah bagaimana makan malam tersebut berlangsung:

Sarah: "Bosku benar-benar menjengkelkanku. Ketika aku tiba di tempat kerja pagi ini dia memarahiku mengenai kualitas pekerjaanku dan menuntut untuk tahu mengapa aku belum juga menyelesaikan iklan yang baru. Kemudian dia mengatakan kepadaku bahwa dia mau iklan itu jadi sebelum akhir minggu ini dan bahwa dia sudah menjadwalkan kedatangan klien pada

hari Senin untuk melihat apa yang sudah kita lakukan. Ketika aku berusaha menjelaskan bahwa iklan itu belum selesai karena aku masih mengerjakan proyek Seinfeld yang ia bilang mendesak...."

Andy: (menunjukkan wajah penuh perhatian) "Sayang ... sungguh mengerikan. Tidakkah dia tahu betapa kerasnya kau bekerja? Kau kelihatan begitu tertekan "

Sarah: "Kau tidak bisa membayangkan betapa tertekannya aku! Kemudian aku mulai menjelaskan mengapa iklan itu belum selesai, karena proyek Seinfeld benar-benar memakan waktu. Tetapi di tengah penjelasanku dia memotong pembicaraanku dan mengatakan dia tidak mau mendengar segala macam alasan dan bahwa iklan itu hams berada di mejanya sebelum aku pulang kerja hari Jumat! Percaya tidak?"

Andy: (tampak penuh perhatian dan berusaha untuk tidak memberi nasihat) "Kedengarannya dia benar-benar sudah merepotkanmu...."

Sarah: "Pokoknya dia tidak mau mendengarkanku ... dia mengganti pokok pembicaraan dan mengatakan dia akan menemui pukul 6 Jumat malam untuk membahas perubahan terakhir. Aku begitu tertekan, rasanya aku mau berhenti saja"

Andy: (merangkulnya) "Kau benar-benar telah melewati hari yang berat sayang. Apa yang ingin kau lakukan sekarang?"

Sarah: "Aku mau tidur dan bangun pagi-pagi besok dan jika aku tidak merasa lebih baik, aku benar-benar perlu bantuanmu bagaimana menangani masalah ini. Aku benar-benar terlalu lelah untuk membicarakannya malam ini. Terima kasih sudah mau mendengarkanku, sayang. Aku sudah merasa lebih baik"

Dengan tidak menawarkan pemecahan masalah, Andy menghindari pertengkaran, mendapatkan segelas anggur dan tidak berakhir tidur sendirian di sofa. Dengan memberi Andy waktu bagi dirinya sendiri, Sarah menghindari pertengkaran yang biasa terjadi, dan merasa bahagia mengenai dirinya sendiri dan hidupnya.

Bila Anda Ingin Berbisnis dengan Lawan Jenis

Pria dan perempuan menjalankan bisnis dengan cara yang sangat berbeda, dan jika masing-masing pihak tidak benar-benar menyadari implikasi dari hal tersebut, maka hubungan bisnis mereka bisa menjadi bencana secara finansial. Perempuan pada awalnya ingin membangun hubungan pribadi dengan seorang pria sebelum mereka berlanjut ke bisnis, dengan mengobrol mengenai berbagai topik, sering kali sampai hal-hal pribadi, sebagai cara untuk melihat "orang yang bagaimana pria ini" dan apakah dia tampak bisa dipercaya. Pria sering secara total salah mengartikan pendekatan ini. Yang terburuk, beberapa pria malah berpikir perempuan ini datang kepadanya untuk seks. Yang tidak begitu buruk, hampir semua berasumsi perempuan ini meminta nasihat untuk masalahnya. Akibatnya pria merasa diperbolehkan untuk menawarkan penyelesaian dari masalah-masalah tersebut dan mengatakan kepada perempuan itu apa yang hams dia lakukan, pikirkan, atau katakan. Perempuan benci sekali akan hal ini. Dia pasti akan mencoret pria tersebut, karena dianggap sebagai seseorang yang tidak mau mendengarkan dan orang yang paling tidak akan memperhatikannya jika mereka berbisnis. Perempuan menjadi makin ragu-ragu untuk berurusan dengannya, meninggalkan pria tersebut dalam keadaan bingung bertanya-tanya mengapa hubungan mereka tidak berjalan dengan baik. Seorang pria harus mengerti bahwa, bahkan dalam

berbisnis, seorang perempuan akan lebih mudah diajak bekerja sama bila ia menjalin sebuah hubungan pribadi lebih dahulu. Seorang perempuan perlu mengerti bahwa seorang pria merasa tidak nyaman membicarakan hal-hal yang bersifat pribadi, dan lebih suka langsung berbicara mengenai bisnis. Bila kedua belah pihak mengerti akan hal ini, maka masing-masing akan lebih mudah untuk berkompromi - yang pada akhirnya akan menjadi hubungan bisnis yang jauh lebih kuat untuk jangka waktu panjang.

Bagaimana Menghindari Pertengkaran dengan Lawan Jenis

Jika seorang perempuan sedang marah atau tertekan dan perlu berbicara, cara sederhana untuk menyatakannya kepada seorang pria adalah, "Aku perlu berbicara denganmu mengenai beberapa hal. Aku tidak perlu jawaban, aku hanya ingin kau mendengarkan." Seorang pria akan senang dengan pendekatan seperti ini karena dia tahu dengan pasti apa yang harus dia lakukan.

Solusi

Jika seorang perempuan sedang berbicara, dan pria tidak tahu apakah dia sedang minta penyelesaian atau hanya sekadar berbicara, dia dapat mencari tahu dengan bertanya, "Kau mau aku mendengarkan sebagai seorang laki-laki atau perempuan?" Jika perempuan menginginkannya untuk mendengarkan sebagai seorang perempuan, dia hanya perlu mendengarkan. Jika perempuan menginginkannya untuk mendengarkan sebagai seorang pria, dia boleh menawarkan penyelesaian. Dengan cara yang mana pun, kedua belah pihak akan merasa bahagia karena masing-masing mengerti apa yang diharapkan.

*Seorang perempuan biasanya ingin didengarkan,
bukan diperbaiki.*

Kesimpulannya, memberi pendapat ditanggapi secara berbeda antara pria dan perempuan. Seorang pria memandang memberi nasihat sebagai perhatian dan menunjukkan cinta, tetapi seorang perempuan mengartikan hal ini sebagai sikap tidak mau mendengarkan. Pelajaran ini sederhana, tapi sangat bermanfaat. Bagi seorang pria, mendengarlh dengan empati, terutama jika perempuan sedang marah, dan jika pria tidak yakin akan apa yang diinginkan perempuan itu untuk dia lakukan, bertanyalah. Bagi seorang perempuan, jelaskan apa yang kau harapkan dari pria kepada siapa kau mengeluarkan isi hatimu.

2. Mengapa Pria Selalu Mengganti-ganti Saluran TV dengan *Remote Control*?

Remote control: kata benda, berjenis perempuan: Sebuah alat untuk mengganti satu saluran TV ke saluran yang lain; *kata benda, pria:* Sebuah alat untuk melihat sepintas 55 saluran dalam 2,5 menit.

Selama ribuan tahun, pria pulang ke rumah dari perburuan pada akhir hari dan menghabiskan sore hari dengan berdiang di perapian.

Seorang pria akan duduk dalam keadaan setengah sadar di antara teman-temannya dalam waktu yang lama tanpa berbicara, dan pria yang lain tidak akan menuntutnya untuk berbicara atau ambil bagian dalam pembicaraan mereka. Bagi pria, ini adalah saat yang berharga untuk melepaskan beban dan suatu cara untuk mengisi kembali baterai mereka untuk kegiatan esok hari.

Bagi pria modern, 'berdiang' masih terjadi di akhir hari, tetapi sekarang melibatkan alat-alat seperti koran, buku dan *remote control*. Pernah suatu kali, kami bersantai di tempat terpencil di Delta Okavango, di sebelah utara gurun Kalahari di Botswana, Afrika Selatan. Kami melihat sebuah parabola yang digerakkan sel matahari di atas sebuah tiang di sebuah gubuk, kami masuk, menemukan sekelompok orang asli Kalahari memakai cawat di depan TV dengan *remote control*, semua bergiliran mengganti saluran.

*Di surga, setiap pria mempunyai tiga remote control
dan semua tempat duduk di toilet menghadap ke atas.*

Pria mengganti saluran TV adalah hal yang paling dibenci perempuan di mana-mana. Bahwa banyak perempuan berharap bisa menguburkan suami mereka dengan *remote control* tergenggam erat di tangan, adalah lelucon yang umum diceritakan.

Pada akhir suatu hari yang panjang, perempuan suka santai dan menonton TV, terutama serial yang menggambarkan hubungan antarmanusia dan adegan-adegan emosional. Otak mereka terbentuk untuk membaca kata-kata dan bahasa tubuh dari para aktor dan dia suka memperkirakan akhir dari skenario tersebut. Dia juga suka menonton iklan. Tetapi, bagi pria, menonton TV adalah proses yang sama sekali berbeda, dikerjakan untuk memuaskan dua dorongan utama. Pertama, karena memiliki otak yang berorientasi pada penyelesaian, pemecahan masalah, dia tertarik untuk mengetahui akhir cerita secepatnya. Dengan mengganti-ganti saluran, dia dapat menganalisis masalah dalam tiap program dan mempertimbangkan penyelesaian yang diperlukan. Kedua, pria cenderung untuk melupakan masalah mereka sendiri dengan melihat masalah orang lain, hal ini menjelaskan mengapa jumlah pria yang menonton buletin

berita enam kali lebih banyak dibanding perempuan. Karena pikiran mereka hanya bisa menyelesaikan satu masalah pada satu saat, dengan melihat masalah orang lain dan tidak perlu bertanggung jawab, dia dapat melupakan masalahnya sendiri. Maka hal ini menjadi semacam pelepasan tekanan bagi mereka, sama seperti menjelajah internet, mengutak-atik mobilnya, menyirami kebun, berolahraga atau yang paling disukainya, bermain cinta. Selama seorang pria berkonsentrasi pada satu hal, dia akan selalu melupakan masalahnya dan merasa puas akan dirinya.

*Pria tidak mau tahu apa yang ada di TV,
mereka mau tahu ada apa lagi di TV.*

Jika seorang perempuan khawatir akan suatu masalah, tidak peduli apakah dia yang melakukannya atau bukan - masalah tersebut masih bercokol di pikirannya yang mempunyai 'jalur majemuk' dan dia perlu membicarakannya untuk melepaskan beban tersebut.

Perbedaan mendasar di antara pria dan perempuan ini bisa menjadi masalah. Seorang perempuan sering berusaha untuk berbicara dengan pria selagi ia membaca koran atau berganti saluran TV dan karena dia tidak bereaksi pada apa yang dikatakan perempuan itu, maka perempuan suka menantanginya. "Apa yang terakhir kukatakan?" tuntutnya. Dan yang membuat perempuan lebih frustrasi, pria biasanya bisa mengatakan apa yang terakhir dikatakannya. Hal ini adalah karena pria mendengarkan apa yang dikatakan, karena sebagian besar otaknya sedang dipakai untuk mengerjakan satu hal, yaitu membaca koran, maka dia tidak benar-benar mendengarkan, atau menganalisis apa yang dikatakan oleh perempuan itu, dia hanya merekam kata-katanya.

Perempuan sering menuduh seorang pria berada di tempat yang jauh pada saat mereka berusaha untuk berbicara dengannya. Hal ini membingungkan pria; mereka merasa keberadaan mereka secara fisik sudah cukup. Tetapi perempuan menginginkan pria juga berada di tempat secara emosional. Perempuan akan mencela ketidakperhatian seorang pria dan mengartikannya sebagai pengabaian. Pria juga akan mencela perempuan karena tidak membiarkannya memiliki waktu istirahat, bahkan setelah mereka menawarkan penyelesaian dan dibantah. Makin seorang perempuan menekan, makin seorang pria melawan. Makin pria ini melawan, maka perempuan menjadi makin benci.

Seorang perempuan perlu mengerti bahwa seorang pria 'berdiang' sebagai cara mereka melepaskan beban, dan dia tidak perlu merasa tersinggung. Ketika pria berbicara, dia berbicara mengenai satu hal saja pada satu saat. Otak perempuan yang 'jalur majemuk' memungkinkannya untuk berbicara mengenai beberapa hal, yang sudah berlalu yang sedang terjadi dan yang akan terjadi, secara bergantian.

Diam bagi seorang pria tidak berarti dia tidak mencintainya.

Ini berarti dia perlu waktu tenang.

Seorang pria perlu mengerti bahwa seorang perempuan perlu berbicara mengenai beberapa hal tanpa mencari penyelesaiannya, untuk melepaskan beban yang dirasakannya.

Solusi

Untuk menyelesaikan masalah *remote control*, perempuan perlu dengan tenang membicarakannya dengan pria bahwa hal tersebut membuatnya sangat kesal, dan bisakah dia tidak melakukannya pada

saat dia sedang menonton suatu program? Alternatif lain, dia dapat menyembunyikan *remote* tersebut di suatu tempat yang tidak akan bisa ditemukannya. Dan jika kedua hal tersebut tidak berhasil, dia bisa mempertimbangkan untuk membeli lagi sebuah TV - atau *remote control* yang lain.

3. Mengapa Pria Tidak Mau Berhenti untuk Bertanya Arah?

Selama lebih dari 100.000 tahun pria menggunakan bagian spasial otak mereka untuk mengikuti jejak buruan mereka dan menembaknya. Dalam kurun waktu ini pria mempelajari ilmu untuk mengenali arah dan bagaimana mencari jalan kembali dengan perasaan, sehingga mereka bisa berburu dalam jarak jauh dan pulang kembali. Inilah sebabnya mengapa ketika memasuki ruangan tak berjendela untuk pertama kalinya, lebih dari satu di antara tiga orang pria bisa mengetahui di mana arah Utara dalam lingkup 90 derajat dan menunjukkannya, sesuatu yang bisa dilakukan oleh hanya satu dari antara lima perempuan. Kenyataan yang tidak menguntungkan adalah Anda tidak pernah bisa belajar mengetahui arah Utara, entah Anda memang bisa atau tidak bisa. Penjelasan yang paling tepat untuk masalah pengenalan arah ini adalah karena pria mempunyai konsentrasi besi yang lebih tinggi di otak kanannya, yang memungkinkan mereka untuk merasakan magnet Utara. Kemampuan yang sama dipakai pria untuk menemukan jalan kembali ke tempat duduk mereka di tempat menonton pertandingan, menemukan kembali mobilnya di tempat parkir bertingkat dan kembali ke tempat yang hanya pernah dikunjunginya satu kali.

Perempuan yang mempertahankan sarang tidak berkeliaran sendirian melewati cakrawala maka mereka belajar navigasi berdasarkan sesuatu yang mudah dikenali - mengenali arah tidak

diperlukan dan bukan bagian dari pekerjaan mereka. Jika perempuan bisa melihat sebatang pohon atau sebuah danau atau bukit, dia dapat menemukan jalannya dan menemukan jalan pulang kembali. Ini juga merupakan kunci bagaimana pria harus memberi petunjuk pada perempuan. Jika pria memberitahu perempuan untuk pergi ke jalan dengan pohon oak yang besar, kemudian ke arah bangunan merah muda di sebelah bank Nasional di seberang danau, maka perempuan ini bisa tiba di tempat tujuan. Jika pria memberi tahu perempuan untuk mengambil jalan keluar ketiga di belokan Barat di Jalan Raya No. 23 kemudian jalan lima km ke arah Utara, perempuan ini mungkin tidak akan pernah kembali.

*Pria tidak tersesat -
mereka hanya menemukan tujuan alternatif.*

Bagi seorang pria untuk mengakui bahwa dia tersesat adalah sama dengan mengakui bahwa dia telah gagal melaksanakan kemampuan utamanya - menemukan jalannya. Maka dia akan lebih suka dibakar hidup-hidup daripada mengakui hal ini di hadapan perempuan. Jika Anda seorang perempuan di tempat duduk penumpang dan baru saja melewati tempat yang sama untuk ketiga kalinya, adalah penting untuk tidak mengkritiknya atau menawarkan nasihat, terutama jika Anda tidak mau berakhir dengan berjalan kaki.

Solusi

Beli sebuah peta atau penunjuk jalan dan tinggalkan di mobil untuknya. Jika dia suka komputer, sekarang ada CD untuk kebanyakan kota besar yang menunjukkan jalur yang terbaik, yang bisa Anda cetak dan bawa dalam perjalanan. Dengan biaya yang relatif kecil, penyelesaian yang tepat adalah membelikannya *SNS (Satellite*

Navigation System - Sistem Navigasi Satelit) untuk hacilah ulang tahun atau Natal, yang merupakan mainan anak laki-laki yang sangat spasial yang bisa membuatnya selalu benar, tidak pernah tersesat dan akan mencintai Anda selamanya.

*Mengapa memerlukan empat juta sperma
untuk menemukan dan membuahi sebutir telur?
Karena tidak ada yang bertanya mengenai arah.*

Strategi yang cepat dalam keadaan darurat adalah mengatakan Anda harus segera ke toilet, yang akan memaksanya untuk berhenti dan paling baik adalah di pom bensin. Selama Anda di toilet, dia akan punya waktu untuk pura-pura membeli sesuatu dan sekalian bertanya arah.

4. Mengapa Pria Bersikeras Tidak Mau Menurunkan Tempat Duduk Toilet?

Sampai dengan akhir tahun 1900-an, toilet adalah kotak kecil di luar di belakang rumah. Kapanpun seorang perempuan mau memakai toilet, ia akan mengajak perempuan lain untuk menemaninya, dengan alasan keamanan. Tetapi pria diharapkan untuk pergi sendiri dan membela diri jika perlu. Pria tidak pernah buang air kecil di toilet - mereka melakukannya di semak-semak atau di samping sesuatu, suatu kebiasaan yang diwarisi pria modern dari leluhur mereka. Inilah sebabnya Anda jarang melihat seorang pria buang air kecil di lapangan, selalu di samping sesuatu seperti dinding atau pohon, dan seperti binatang lain, ada unsur hakiki mengenai hal ini, yaitu menandai daerah kekuasaannya. Ketika toilet yang bisa menyiram sendiri diciptakan di akhir abad 19 (diciptakan oleh

Thomas Crapper), toilet sederhana ini pindah ke ruangan tersendiri dalam rumah maupun tempat-tempat umum. Tetapi kebiasaan pergi ke toilet beramai-ramai masih terjadi pada perempuan. Seorang pria tidak akan pernah terdengar mengatakan, "Hei Fred, aku mau ke toilet, ikut?"

*Pada saat pria pergi ke kamar mandi,
mereka tidak pernah membawa bala bantuan*

Sekarang, toilet umum di mana-mana mempunyai fasilitas terpisah untuk masing-masing jenis kelamin, dengan tempat duduk untuk perempuan dan urinoar yang dipasang di tembok untuk pria. Perempuan selalu duduk, tetapi pria hanya duduk sebanyak 10 sampai 20% dari seluruh waktu ke toilet. Rumah modern dirancang dan dibangun dengan harapan dapat mengakomodasi secara sama rata baik untuk pria maupun untuk perempuan, tetapi pria dirugikan karena toilet rumah hanya mengakomodasi kebutuhan perempuan saja. Di rumah, seorang pria menaikkan tempat duduk toilet agar dia tidak membasahinya ketika kencing karena seorang perempuan akan duduk di atasnya. Tetapi ketika dia kemudian tidak menurunnannya, dia dikritik dengan keras. Banyak pria jengkel akan hal ini. Sebagai gantinya, kalau begitu, bagaimana bila seorang perempuan yang menaikkan tempat duduk toilet tersebut untuk pria? Di beberapa bagian di dunia ini, seperti Swedia misalnya, malah sudah menjadi hukum bahwa pria harus duduk di toilet umum ketika buang air kecil karena hal ini secara politis dibenarkan.

Ketika Tuhan selesai menciptakan jagad raya Dia menyadari ada dua hal yang akan dibagikan antara Adam dan Hawa. Satu, Dia menjelaskan, adalah peraturan yang memungkinkan pemiliknya untuk buang air kecil dengan berdiri. Adam sangat senang akan

hal ini, dan dia memohon dan memohon agar diperbolehkan untuk memilikinya.

Hawa tersenyum dengan anggun dan mengatakan kepada Tuhan bahwa jika Adam benar-benar menginginkannya, dia bisa mendapatkannya. Maka Tuhan memberikannya kepada Adam, yang segera pergi buang air kecil di samping sebatang pohon sambil menggambar suatu pola di pasir. Dan Tuhan melihat hal ini adalah baik.

Tuhan kemudian menoleh pada Hawa. "Nah, ada hal yang lain." Kata-Nya, "Saya rasa kau bisa mendapatkannya."

"Terima kasih," jawab Hawa. "Namanya apa?" Tuhan tersenyum dan menjawab, "Orgasme ganda."

Di Swedia beberapa tahun yang lalu, sebuah grup feminis meminta agar urinoar untuk pria dilarang dengan alasan bahwa pria buang air kecil dengan berdiri untuk 'merayakan kemenangan kejantanan mereka' maka hal ini merendahkan derajat perempuan. Mereka tidak terlalu mendapat dukungan. Di beberapa tempat, biasanya kantor-kantor periklanan trendi di AS, urinoar secara bertahap dihilangkan digantikan oleh toilet yang bisa dipakai pria maupun perempuan, yang dibangun di dalam ruang-ruang individual. Hal ini lebih disebabkan pertimbangan penghematan biaya dan ruang daripada pertimbangan mengenai persamaan pria dan perempuan. Sebuah perusahaan Belanda di tahun 2000 mengumumkan peluncuran di pasar urinoar perempuan yang pertama di dunia. Sampai saat ini urinoar tersebut tidak memberi pengaruh berarti terhadap kebiasaan toilet secara global.

Satu dari pembaca pria kami menulis kepada kami bagaimana dia dan istrinya mengatasi masalah pertengkaran mengenai tempat duduk toilet :

"Perempuan harus mengerti bahwa kadang-kadang penis seorang pria mempunyai kemauannya sendiri. Seorang pria dapat pergi ke kamar kecil (karena semua urinoar terpakai), membidik toilet dengan tepat, dan penisnya masih juga buang air kecil di kertas toilet, turun ke kaki kiri celana panjangnya, dan kena sepatunya. Saya beritahu Anda John Thomas tidak bisa dipercaya.

Setelah menikah selama 28 tahun, istriku telah berhasil melatihku. Aku sekarang tidak lagi buang air kecil seperti - seorang pria - dengan berdiri. Aku diharuskan untuk duduk dan buang air kecil. Istriku meyakinkanku bahwa ini hanyalah suatu nilai kecil yang harus dibayar. Bila tidak, jika sekali lagi dia ke kamar kecil suatu malam dan entah duduk di tempat duduk yang basah kena air seni, atau jatuh ke dalam toilet karena aku tidak menurunkan tempat duduk, dia akan membunuhku pada saat aku tidur."

Ada juga masalah mengenai ereksi di pagi hari, yang membuat dua kali lebih sulit bagi seorang pria untuk menepatkan sasaran, dan ini menjelaskan mengapa dinding menjadi basah. Bahkan dengan duduk pun, dia melaporkan, ada masalah mekanis besar yang hanya bisa dimengerti seorang pria. Dia sekarang sudah menguasai seni berbaring menghadap ke bawah di atas mangkok toilet dalam posisi 'superman terbang' agar tidak ada yang lolos.

"Perempuan perlu mengerti bahwa pria tidak bisa sepenuhnya disalahkan. Kami peka terhadap keinginan mereka mengenai kesehatan dan kebersihan kamar mandi, tetapi ada waktu di mana ada hal-hal yang di luar kekuasaan kami. Bukan salah kami, ini alami (*Mother Nature*). Jika saja Bapak Alami (*Father Nature*) ada ... maka pasti tidak akan ada masalah"

Sebenarnya, pria tidak benar-benar peduli mengenai apakah tempat duduk toilet berdiri atau diturunkan, tetapi dapat menjadi jengkel dengan seorang perempuan yang menuntut agar tempat duduk toilet

diturunkan, bukannya meminta dengan sopan-atau menurunkannya sendiri.

Solusi

Meminta seorang pria untuk duduk pada saat dia buang air kecil, biasanya berarti tidak ada lagi masalah. Jika pria menolaknya, maka harus ditunjukkan kepadanya dengan tenang tapi tegas. Jika hal ini juga gagal membujuk seorang pria, maka tentukanlah aturan baru dalam rumah. Sejak saat ini, pekerjaannyalah untuk membersihkan kamar kecil, dan hal ini berarti mengepel lantai tiap hari untuk membersihkan semua tetesan yang nyasar. Hal ini mungkin bisa segera memberikan pandangan positif terhadap posisi duduk....

Jika Anda mampu, solusi paling ideal adalah membeli rumah dengan dua toilet - satu untuk pria satu untuk perempuan - atau renovasi rumah untuk kamar mandi tambahan. Dengan cara ini, Anda berdua masing-masing dapat menikmati standar kebersihan dan kesehatan yang Anda pilih, tanpa perlu merasa tertekan karena pihak lain.

5. Mengapa Pria Selalu Begitu Ribut Kalau Harus Pergi Berbelanja?

Hal hebat menjadi seorang pria adalah, Anda dapat membeli dua stel pakaian, tiga kemeja, sebuah sabuk, tiga dasi dan dua pasang sepatu dalam waktu kurang dari delapan menit. Dan pakaian-pakaian ini cukup bagi seorang pria untuk kurun waktu sembilan tahun. Dia bisa membeli hadiah Natal untuk seluruh keluarga dalam waktu kurang dari 40 menit pada pukul 4.30 sore pada tanggal 24 Desember dan dia bisa mengerjakan itu semua sendirian.

*Bagi seorang pria, satu pasang sepatu, satu stel baju,
dan beberapa kemeja bisa bertahan selama beberapa musim.
Potongan rambut yang sama bertahan selama bertahun-tahun,
bahkan sampai puluhan tahun.
Dan hal yang lebih bagus lagi adalah, sebagai akibatnya,
dompetnya juga dapat bertahan lebih lama.*

Kebanyakan pria benci berbelanja dengan tingkat kebencian yang sama dengan saat harus memeriksakan prostat pada dokter yang tangannya dingin. Ahli jiwa dari Inggris, Dr. David Lewis menemukan bahwa tingkat stres pria pada saat berbelanja untuk Natal, sama dengan stres yang dialami seorang polisi pada saat menenangkan massa yang sedang marah dalam suatu kerusuhan. Sebaliknya, bagi kebanyakan perempuan, berbelanja adalah kegiatan melepaskan stres yang sangat disukai.

Alasannya jelas bagi siapa pun yang mempelajari perbedaan evolusi pria dan perempuan, dan yang mengerti bagaimana otak mereka bekerja. Hidup pria sebagai pemburu memberi mereka pandangan yang seperti terowongan, yang memungkinkan mereka untuk bergerak langsung dari titik A ke titik B dengan lurus. Banyaknya jalan zig-zag melewati orang-orang yang berbelanja dan toko-toko membuatnya merasa sangat tidak nyaman, karena untuk suatu perubahan arah diperlukan suatu keputusan. Tetapi perempuan dengan pandangan yang lebih luas, berjalan melewati orang banyak dan berzig-zag dengan enak.

Tip berbelanja bagi pria no. 62: Anda bisa mendapatkan sepatu seharga 4£ (kira-kira Rp75.600) di lorong tempat bowling.

Pria berevolusi menjadi makhluk yang dapat membunuh dengan cepat kemudian pulang lagi. Saat ini, begitulah cara pria berbelanja. Perempuan berbelanja dengan cara yang sama seperti cara leluhur

mereka mengumpulkan makanan: keluar bersama perempuan-perempuan lain ke tempat di mana seseorang ingat ada makanan enak yang tumbuh di sana. Tidak harus ada tujuan atau arah yang pasti, dan batasan waktu tidak begitu perlu. Mereka menghabiskan seluruh hari berkeliaran dari satu tempat ke tempat yang lain dengan cara yang tidak terstruktur, meremas, membau, merasakan dan mencicipi semua hal menarik yang mereka temukan, sambil pada saat yang sama berbicara satu sama lain mengenai hal-hal yang tidak saling berhubungan. Jika tidak ada apa pun yang tersedia atau yang bisa dipetik dan mereka pulang ke rumah pada akhir hari dengan hanya sedikit hasil, mereka masih juga merasa gembira bahwa mereka mengalami hari yang menyenangkan. Bagi pria, ini adalah konsep yang tidak dapat dimengerti. Bagi pria untuk pergi keluar bersama beberapa pria lain dengan tempat tidak jelas, tujuan tidak jelas atau maksud yang tidak jelas atau tidak ada batasan waktu, dan pulang ke rumah dengan tangan kosong, akan menggolongkan mereka sebagai gagal. Inilah mengapa, jika seorang pria dimintai untuk beli susu, roti dan telur dalam perjalanan pulang ke rumah, dia mungkin pulang dengan membawa sardin dan *marshmallow*. Dia lupa apa yang diminta untuk dibeli dan sebagai gantinya pulang dengan beberapa tawaran - hasil buruan mereka sendiri

*Seorang perempuan akan berpakaian dengan rapi
sesuai dengan cuaca, musim, fesyen, warna mereka sendiri,
ke mana mereka pergi, bagaimana perasaan mereka pada hari itu,
siapa yang ditemui, apa yang akan dikerjakan.
Seorang pria hanya akan mencoba membau pakaian
yang ditinggalkannya di lengan kursi.*

Bagaimana Berbelanja Makanan

94

95

Ayam lain (yang tidak diberi tambahan hormon jantan) makan semua makanan berwarna tanpa memedulikan urutan.

Solusi

Berikan pada pria hanya sebuah pekerjaan pada suatu saat, jangan berusaha membujuk mereka bahwa Anda bisa berhemat lebih banyak dengan membeli lebih banyak. Jangan pernah bertanya, "Aku tampak lebih bagus pakai baju biru atau emas?" Seorang pria akan menjadi cemas karena dia tahu dia tidak akan pernah memberikan jawaban yang benar maka pasti akan gagal. Kebanyakan pria memiliki dua pasang sepatu, otak pria mempunyai kemampuan yang terbatas dalam memadankan pola dan bentuk, satu di antara delapan pria buta warna terhadap merah, biru atau hijau. Jika seorang perempuan meminta seorang pria untuk berbelanja atau mengambilkan barang dari rak baju, dia harus memberinya ukuran yang tepat dari baju yang diinginkannya. Jika pria mengambilkan satu ukuran terlalu besar, perempuan akan menuduhnya mengatakan dia gemuk. Jika satu ukuran terlalu kecil dia berpikir dia menjadi lebih gemuk. Jika dia sedang mencoba baju untuk dinilai seorang pria dia hanya perlu memberitahunya untuk memberi nilai tiap baju dengan nilai satu sampai sepuluh jangan pernah menanyakan pertanyaan membandingkan seperti "apakah yang hijau lebih bagus daripada yang kuning?" Jika seorang perempuan meninggalkan seorang pria menunggu di luar kamar ganti di 'tempat duduk suami yang bosan', pastikan dia mempunyai sesuatu untuk dimakan.

Bahkan dengan strategi seperti di atas, kebanyakan pria hanya mempunyai perhatian terhadap berbelanja selama 30 menit. Jika Anda bersikeras membawanya berbelanja untuk waktu yang lama, lakukan di tempat dekat toko yang berjualan perkakas, sehingga,

paling buruk, dia akan pulang ke rumah dengan membawa gergaji listrik *'Black & Decker'* model terakhir yang dapat membantunya membuat lubang kecil yang sempurna sambil terbalik di langit-langit tanpa tangga, seandainya diperlukan.

6. Mengapa Pria Mempunyai Kebiasaan yang Begitu Menjijikkan?

Perempuan di mana-mana mengeluh bahwa pria mempunyai jauh lebih banyak kebiasaan buruk yang tidak bisa diterima dibanding perempuan, tetapi riset tidak membuktikan hal ini. Pria lebih bisa menerima apa yang mereka anggap kebiasaan buruk perempuan dan pria tidak begitu memperhatikan detail dibanding perempuan. Maka mereka tidak begitu melihat kebiasaan buruk perempuan.

*Enak menjadi seorang pria karena
Anda tidak harus meninggalkan ruangan
untuk membenarkan bagian yang paling pribadi Anda.*

Pada urutan teratas dari daftar hal-hal yang tidak bisa ditoleransi perempuan dalam kebiasaan buruk pria adalah membersihkan hidung, bersendawa, bau badan, memakai pakaian dalam lama dan menggaruk selangkangan. Tetapi yang menempati posisi teratas adalah kentut.

Flatulence (gas dalam perut): *kata benda, perempuan*: akibat sampingan yang memalukan dari pencernaan; *kata benda, pria*: sumber hiburan tanpa akhir, ekspresi diri dan hal yang mengikat para pria.

Kentut secara umum tidak bisa diterima perempuan meskipun hal tersebut adalah suatu tanda badan dan diet yang sehat. Bagi pria, menilai kentut sebagai suatu hiburan dimulai pada usia sekitar 10 tahun ketika tingkat kemampuan seorang anak dihubungkan dengan

kemampuannya untuk mengeluarkan serangkaian kentut dalam berbagai situasi misalnya meniru suatu suara atau menggunakan korek api untuk menembakkan api biru sampai ke seberang ruangan. Perbuatan ini dipandang sebagai pencapaian yang lebih hebat dibanding penemuan pengobatan untuk polio. Bersendawa berada pada urutan kedua.

Orang yang paling terkenal di dunia dengan kentutnya adalah Joseph Pojul, yang pada tahun 1892, mengadakan pertunjukan yang sangat terkenal di Moulin rouge di Paris dengan nama 'Le Petomane'. Penampilannya dibuka dengan bercerita menggunakan berbagai jenis kentut sebagai suara para pemain. Ia dapat merokok melalui pipa yang diletakkan di pantatnya dan juga memainkan lagu kebangsaan dengan flute yang terhubung ke ujung pipa tersebut. Perempuan dilaporkan tertawa lebih keras dibanding pria, beberapa orang sampai hampir pingsan dan harus dibawa ke rumah sakit.

Kenyataan Mengenai Gas dalam Perut

Sementara 96,3% pria mengaku terus terang bahwa mereka kentut, hanya 2,1% dari perempuan yang mau mengaku bahwa mereka kentut. Pria mengeluarkan rata-rata 1,5 - 2,5 liter udara setiap hari, dan kentut rata-rata 12 kali sehari, jumlah udara ini bisa dipakai untuk mengisi sebuah balon kecil. Perempuan kentut rata-rata tujuh kali sehari dan mengeluarkan udara sebanyak 1-1,5 liter. Penyebab utama banyak kentut adalah terlalu banyak berbicara dan makan sambil berbicara. Angin yang masuk jadi terperangkap dalam sistem dan meskipun sebagian besar keluar dalam bentuk sendawa, sisanya mengalir melalui usus kecil di mana gas ini bercampur dengan gas yang lain dan siap untuk meletus keluar ke dunia yang tidak mengira akan adanya serangan ini. Dalam tahun 1956, Bernard Clemmens

dari London berhasil memperpanjang kentut, secara resmi tercatat dalam 2 menit 42 detik.

*Mengapa pria lebih banyak kentut dibanding perempuan?
Perempuan tidak berhenti berbicara cukup lama
untuk mengumpulkan tekanan.*

Gas kentut terdiri dari 50 - 60% nitrogen dan 30-40% karbon dioksida. Sisanya yang 5-10% adalah metana, yang dapat membuat ranjau darat meledak dan gas hidrogen, yang dalam sebuah bom, dapat menghancurkan beberapa kota. Salah satu sumber terbesar dari gas-gas ini adalah telur, yang menyebabkan timbulnya istilah 'kentut telur busuk'.

Makanan yang Perlu Dihindari

Makanan penghasil kentut terbesar adalah kol kembang, bawang merah, bawang putih, kubis, brokoli, sekam, roti, kacang-kacangan, bir, anggur putih dalam tong, dan buah-buahan dan sayuran pada umumnya. Sebagai akibatnya, orang vegetarian lebih sering kentut tetapi lebih tidak berbau.

Produk yang bisa mengurangi jumlah gas yang dihasilkan meliputi tablet arang, obat yang mengurangi gas dan produk-produk *pepermint* dan jahe. Ada juga bantal arang. Anda dapat duduk di atasnya dan dijamin mengurangi 90% bau kentut.

Kentut ternak dan domba menghasilkan sekitar 35% gas metana di atmosfer, menyebabkan meningkatnya pemanasan global dan memperbesar lubang di lapisan ozon. Terorisme bukan ancaman terbesar dunia - kentut sapi adalah ancaman terbesar.

Solusi

Pengobatan yang paling jelas adalah menyediakan makanan sehat dengan sesedikit mungkin bahan penghasil kentut, dan lebih baik memberi seorang pria secangkir teh *pepermint* setelah makan, daripada memberinya secangkir kopi. Diet *food-combining* juga menunjukkan manfaat, di mana makanan tidak pernah mencakup karbohidrat dan protein pada saat yang bersamaan.

*Pria tidak diperbolehkan untuk memakan
makanan penghasil kentut
dalam kurun waktu dua jam sebelum tidur.*

Juga usahakan agar pria tidak minum air selama makan. Sebelum makan boleh, tetapi minum pada waktu makan menyebabkan zat pencernaan makanan terlarut, menyebabkan kemungkinan untuk kentut lebih besar. Lakukanlah hal tersebut sebagai contoh untuknya. Kunyah makanan dengan baik, makan perlahan-lahan, dan jangan makan sambil menonton TV. Tetapi, jika pria masih tetap bersikeras untuk makan dengan cepat dan sering kentut, Anda bisa membuat taktik yang lebih dramatik. Ambil salah satu contoh dari seorang pembaca buku kami :

Nigel selalu dimarahi karena kentut di hadapan umum seperti di toko serba ada, selama bepergian dengan Sharon. Setelah kentut, dia akan memasang wajah tidak berdosa, sehingga tidak ada orang yang tahu. Bila ada orang lewat yang menoleh melihat sepasang kekasih ini, Sharon akan tampak sebagai tertuduh, karena wajahnya menjadi merah dan kelihatan malu. Nigel pikir hal ini menyenangkan - sampai saat terjadi pertengkaran hebat karena hal ini. Di rumah Nigel kentut di tempat tidur dan menyebutnya sebagai 'ujian bagi cinta sejati'.

Sharon memutuskan untuk memberlakukan 'zona bebas kentut' di kamar tidur dan dapur. Bila mereka berada di tempat umum, Sharon meminta Nigel untuk memberi waktu paling sedikit dua menit sebelum kentut. Jika dia tidak memenuhi peraturan ini, Sharon akan mengeluarkan tisu dari tas tangannya sambil berkata dengan keras, "Mungkin ini bisa membantu?"

Memelihara binatang sering kali juga dapat membantu. Bila ada bunyi atau bau dari kentut, Anda bisa berpaling pada anjing atau kucing Anda dan memarahinya dengan suara lantang.

Sering kali alat yang paling meyakinkan dalam menghadapi pria adalah janji untuk bercinta jika dia berkelakuan baik. Seorang perempuan dapat dengan jelas mengatakan betapa dia kehilangan nafsu bila pria kentut di kamar tidur. Jika pria berdiet untuk mengurangi kentutnya, sebagai imbalannya dia akan bisa lebih menikmati seks.

7. Mengapa Pria Begitu Suka pada Lelucon yangjorok?

Tujuan utama menceritakan lelucon bagi pria ada tiga: satu, untuk memperoleh status dengan pria lain dengan memberikan pertunjukan yang baik; kedua, untuk memungkinkan dia mengatasi kejadian tragis atau akibatnya; dan yang ketiga, untuk menerima kebenaran mengenai suatu isu. Inilah mengapa kebanyakan guyonan ada penutupnya, yang biasanya adalah suatu akhir yang merupakan bencana. Tertawa berakar dari masa lalu kita di mana tertawa dipakai sebagai suatu tanda peringatan bagi manusia yang lain bahwa ada bahaya mendekat, sama seperti yang digunakan dalam keluarga kera. Jika, misalnya, seekor simpanse lolos setelah hampir dimangsa singa, simpanse ini akan berlari naik ke pohon, melemparkan kepalanya ke belakang dan membuat suara HOO-HOOHOO-HAR-HAR-HAR, suara

yang mirip suara tawa manusia. Ini memperingatkan simpanse yang lain akan adanya bahaya. Tertawa adalah kepanjangan dari menangis dan menangis adalah reaksi ketakutan dan terkejut, yang dibuktikan dengan tangisan bayi yang baru lahir. Jika Anda sengaja menakut-nakuti seorang anak kecil dengan main cilukba, reaksi pertamanya adalah menangis ketakutan. Pada saat anak itu menyadari situasinya tidak berbahaya dia akan tertawa, menunjukkan bahwa, dia mengalami reaksi ketakutan, tertawa menunjukkan dia tahu hal itu hanya tipuan.

Scan otak menunjukkan bahwa pria lebih banyak menertawakan hal-hal yang menstimulasi otak kanan daripada otak kiri, tetapi bagi perempuan yang terjadi adalah sebaliknya. Di Amerika, Universitas Rochester menyatakan bahwa mereka menemukan dari mana rasa humor pria berasal - yaitu terletak di kanan bagian depan dari otak, di atas mata kanan. Pria suka humor atau guyonan yang berhubungan dengan logika, pendekatan langkah demi langkah dengan kesimpulan yang tidak mudah ditebak. Di bawah adalah beberapa lelucon jinak yang menstimulasi otak pria

1. Apa beda pelacur dan perempuan jalang?
Pelacur akan tidur dengan siapa pun
Perempuan jalang akan tidur dengan siapa pun kecuali kau.
2. Apa beda seorang perempuan dengan PMT (*Pre Menstrual Tension* - tekanan menjelang menstruasi dan teroris?
Kau bisa berunding dengan teroris.
3. Mengapa pria memberi nama penis mereka?
Karena mereka tidak suka seseorang yang sama sekali asing mengambil keputusan baginya.

Perbedaan utama di antara kedua jenis kelamin adalah obsesi pria dalam menceritakan lelucon mengenai tragedi, kejadian yang

mengerikan dan alat kelamin pria. Alat kelamin perempuan dapat melakukan sesuatu yang mengagumkan dalam hal reproduksi manusia, tersembunyi dengan aman, dan jika dilepas, dapat direntangkan sampai lebih dari empat kilometer. Tetapi perempuan tidak pernah bergurau mengenai alat kelamin mereka, memberi nama atau memperlakukan alat kelamin sebagai bahan untuk ditertawakan. Alat kelamin pria tergantung di luar di tempat yang mudah diserang dan sangat tidak aman (bukti lain bahwa Tuhan sebenarnya adalah perempuan) dan merupakan bahan untuk ditertawakan dan kegembiraan pria. Lelucon perempuan melibatkan orang, hubungan dan pria. Contohnya:

1. Apa yang bisa kau ucapkan kepada seorang pria yang baru saja selesai bercinta?
Apa saja, toh dia tertidur.
2. Apa definisi kekasih pria yang sempurna?
Dia bercinta sampai pukul 2 pagi kemudian berubah menjadi coklat.
3. Mengapa pria tidak pura-pura orgasme?
Karena tidak ada pria yang mau menarik wajahnya seperti itu dengan sengaja.

Otak pria mempunyai kapasitas yang luar biasa untuk mengingat dan menyimpan lelucon. Beberapa pria dapat menceritakan kembali lelucon yang mereka dengar waktu mereka masih duduk di kelas empat tetapi tidak tahu nama anak-anak sahabat karibnya. Pria pikir menyenangkan untuk bergerak tanpa tujuan dari sebuah mobil yang sedang berjalan sampai pada sekelompok perempuan tua yang tidak curiga, terutama para biarawati, memasang *super glue* atau *cling wrap* di tempat duduk toilet, mengadakan lomba kentut atau merantai seseorang calon pengantin yang sedang mabuk, telanjang

pada tiang listrik. Bagi kebanyakan perempuan, tidak satu pun hal tersebut lucu.

Lelucon begitu penting sebagai alat komunikasi bagi pria sehingga kapan pun terjadi tragedi global, jaringan e-mail dan fax di seluruh dunia akan penuh oleh lelucon sehubungan dengan tragedi tersebut yang dikirim para pria. Entah itu merupakan kematian putri Diana, September 11 atau perburuan Osama bin Laden, otak pria langsung bekerja.

*Osama bin Laden mempunyai
53 saudara laki-laki dan perempuan,
13 istri, 28 anak, dan harga atas dirinya adalah 300 juta dolar.
Tetapi dia membenci orang Amerika
karena kehidupan mereka yang berlebihan.*

Di sinilah letak perbedaan antara pria dan perempuan dalam menangani isu emosional yang serius. Perempuan menghadapi bencana atau tragedi dengan secara terbuka menyatakan emosi mereka kepada orang lain, tetapi pria menahan emosi mereka. Pria menggunakan cara menceritakan lelucon sebagai cara mereka 'berbicara' mengenai kejadian-kejadian tersebut tanpa sedikit pun menunjukkan emosi yang kuat yang dapat dipandang sebagai suatu kelemahan.

Bagaimana Lelucon dan Humor Meringankan Rasa Sakit

Tertawa dan menangis memerintahkan otak untuk melepaskan endorfin ke dalam aliran darah. Endorfin adalah zat kimia yang mempunyai komposisi yang sama dengan morfin dan heroin, mempunyai efek menenangkan sambil pada saat yang sama membentuk sistem imun. Hal ini menjelaskan mengapa orang yang

bahagia jarang menjadi sakit dan orang yang banyak mengeluhlah yang sering sakit.

Tertawa dan menangis berhubungan erat, dilihat dari sudut pandang psikologi dan fisiologi. Ingatkah Anda pada saat seseorang menceritakan sebuah lelucon dan membuat Anda tertawa sampai terbungkuk-bungkuk. Bagaimana perasaan Anda setelahnya? Sensasi yang menggelitik datang dari otak Anda, melepaskan endorfin ke dalam aliran darah, memberi rasa 'terbang' yang alami. Sebagai akibatnya, Anda 'terbius'. Mereka yang kesulitan untuk tertawa beralih pada obat-obatan, alkohol atau seks untuk mendapatkan perasaan yang sama. Alkohol melonggarkan pertahanan diri seseorang dan membuat orang tertawa, melepaskan endorfin, hal ini yang menyebabkan orang yang normal lebih banyak tertawa pada saat mereka minum alkohol dan orang yang tidak bahagia menjadi makin sedih atau bahkan menjadi brutal.

Pada akhir dari suatu tawa keras, sering kali Anda jadi menangis. "Aku baru saja tertawa sampai menangis!" Air mata mengandung encefalin, yang merupakan obat penenang alami yang lain dari badan kita untuk menghilangkan rasa sakit. Kita menangis ketika kita mengalami kejadian yang menyakitkan, endorfin dan encefalin membantu sebagai obat bius.

*John duduk diam
sementara sang peramal memandang ke dalam bola kristalnya.
Tiba-tiba sang peramal mulai tertawa dengan keras,
maka John membungkuk ke depan dan meninju hidungnya.
Inilah pertama kalinya ~
dia memukul seorang medium yang berbahagia.*

Dasar banyak lelucon adalah sesuatu yang merupakan bencana atau kejadian yang menyakitkan bagi seseorang. Tetapi karena kita tahu itu bukanlah kejadian yang sesungguhnya, kita tertawa dan melepaskan endorfin untuk membius diri sendiri. Jika hal itu merupakan kejadian yang sesungguhnya, kita akan segera menangis dan tubuh akan melepaskan encefalin. Inilah mengapa menangis sering merupakan perpanjangan dari tertawa dan mengapa bila berhadapan dengan krisis emosional yang serius seperti kematian, banyak orang menangis, tetapi seseorang yang secara mental tidak dapat menerima kematian tersebut akan mulai tertawa. Ketika kenyataan menghantamnya, tawa berubah menjadi air mata.

Tawa membius tubuh kita, membangun sistem imun, mempertahankan diri terhadap sakit dan penyakit, membantu ingatan, mengajar secara lebih efisien dan memperpanjang hidup. Humor menyembuhkan. Riset di seluruh dunia menunjukkan bagaimana tertawa memberi efek positif, dengan melepaskan obat penghilang sakit dari dalam tubuh, memperkuat sistem imun. Setelah tertawa, denyut nadi menjadi stabil, napas menjadi dalam, pembuluh darah terbuka dan otot menjadi rileks.

Inilah cara utama seorang pria menghadapi rasa sakit emosional. Makin sulit bagi seorang pria untuk menceritakan suatu kejadian emosional, semakin keras dia akan tertawa pada saat menceritakan lelucon mengenainya, betapa pun tidak berperasaan dan tidak sensitifnya hal ini dalam pandangan seorang perempuan. Pria jarang membicarakan kehidupan seks mereka dengan pria yang lain, maka mereka menceritakan lelucon mengenainya sebagai cara untuk mendiskusikannya. Tetapi perempuan, akan mendiskusikan kehidupan seks mereka dengan teman perempuannya dalam setiap detailnya tanpa bantuan lelucon.

Jangan Merasa Tersinggung

Selama masih ada orang Irlandia, akan ada lelucon Irlandia. Atau lelucon Asia atau Australia atau lelucon yang berhubungan dengan perempuan. Dan setiap kali terjadi suatu tragedi, akan secara bervariasi menimbulkan lelucon.

Merasa tersinggung adalah suatu pilihan. Orang lain tidak dapat menyinggung perasaan Anda - Anda yang memilih untuk tersinggung. Dan memilih tersinggung mengatakan kepada dunia bahwa Anda tidak dapat menerima masalah yang dinyatakan dalam lelucon tersebut. Kami adalah pengarang Australia yang hidup di Inggris, dan orang Inggris selalu menceritakan lelucon Australia mengenai kami: "Apa beda antara Australia dan yoghurt? Minimal yoghurt mempunyai kebudayaan (*culture*. Dalam bahasa Inggris *culture* berarti kebudayaan dan biakan)!" "Mengapa orang Australia begitu seimbang?" "Mereka memakai bilah {*chip*} di kedua bahunya. (istilah 'a chip on one's shoulder' dalam bahasa Inggris berarti mudah tersinggung)" Dan "Bagaimana kamu bisa membedakan seorang Australia yang tenang [*level-headed*)?" "Mereka mengeluarkan air liur dari kedua sisi mulut mereka."

Dengan semua lelucon ini, kami memilih untuk tidak tersinggung. Jika merupakan suatu lelucon yang bagus, kami akan tertawa sekeras orang Inggris. Dan kemudian, kita mungkin mengadaptasinya menjadi orang Selandia Baru atau orang Amerika. Memilih untuk tersinggung adalah pilihan yang buruk, seperti merasa malu, atau terluka. Pilihan-pilihan ini bisa menunjukkan kepada orang lain bahwa Anda mempunyai penghargaan diri yang rendah, tidak dapat mengendalikan emosi Anda sendiri atau tidak siap menghadapi suatu situasi.

Anda bisa memilih untuk tersinggung karena seorang menceritakan suatu lelucon mengenai seseorang yang bodoh dari negara Anda. Hal itu tidak berarti mereka memang bodoh dan bahkan seandainya Anda setuju bahwa mereka memang bodoh, menyiksa orang yang mengatakan hal ini tidak membuat orang dari negara Anda menjadi lebih pandai. Anda dapat memilih untuk menjadi marah karena terjadi kemacetan, tetapi hal ini tidak akan membuat kemacetan itu hilang. Bila Anda menanggapi dengan tenang, dengan pendekatan analisis mengenai mengapa terjadi kemacetan, Anda mungkin akan tiba pada suatu penyelesaian yang dapat membantu menyelesaikan masalah ini. Tidak ada gunanya memilih untuk menjadi marah.

Jika seorang pria bersikeras untuk menceritakan gurauan yang tidak pantas pada tempat atau waktu yang salah, katakan padanya bahwa Anda tidak suka dan bahwa Anda menginginkannya untuk berhenti. Jika dia tetap melakukannya cukup berjalanlah menjauh dan lakukan hal yang lain.

Pada pesta makan malam, hal ini akan jadi sulit, terutama jika Anda adalah tuan rumah. Pria yang Anda minta untuk berhenti menceritakan gurauan yang tidak pantas tersebut mungkin akan merasa dihina di depan umum, yang mungkin malah akan membuatnya menceritakan lelucon yang lebih parah. Mungkin lebih baik menggunakan taktik memulai suatu pembicaraan mengenai lelucon tersebut dengan kalimat, "Tahukah Anda lelucon yang pantas, atau semua lelucon memang tidak pantas?" Hal ini mungkin akan membelokkan pembicaraan di meja makan ini ke arah diskusi secara umum mengenai lelucon. Anda bisa saja memukau tamu-tamu Anda dengan pengetahuan lebih Anda mengapa pria dan perempuan tertawa pada jenis lelucon yang berbeda!

Kebiasaan yang Dipelajari - Salahkan Ibunya

Beberapa perempuan memandang pria sebagai seorang anak laki-laki nakal yang tidak pernah tumbuh dewasa. Mereka menuduh pria membuang pakaian mereka di lantai, tidak mau membantu dengan pekerjaan rumah, tidak dapat menemukan barang yang dicari, tidak mau bertanya arah, berharap untuk dilayani terus-menerus dan tidak akan pernah mengakui kesalahan yang mereka perbuat. Otak perempuan terbentuk untuk mengasuh dan menjadi ibu bagi orang lain, terutama anak laki-laki mereka. Mereka memungut barang-barang yang dilempar putra mereka, memasak makanan kesukaannya, menyeterikakan pakaiannya, memberinya uang dan melindunginya dari percobaan hidup. Sebagai akibatnya, banyak anak laki-laki tumbuh dewasa dengan hanya beberapa kemampuan untuk mengerjakan pekerjaan rumah, dan sedikit pengertian bagaimana membuat hubungan dengan perempuan menjadi berhasil. Putra mereka menjadi tertarik kepada perempuan yang, seperti ibu mereka, akan mengasuh dan menjadi ibu bagi mereka. Pada awal suatu hubungan, kebanyakan perempuan bersedia menanggapi peran menjadi ibu bagi seorang pria, tetapi ketika mereka menyadari bahwa peran ini bisa menjadi peran yang tetap, hubungan ini menjadi buruk. Adalah penting bagi seorang perempuan untuk mengerti bahwa, jika dia terus-menerus menjadi ibu bagi seorang pria, pria ini akan memandangnya sebagai sosok ibu dan menanggapi dengan teriakan, marah-marah dan lari meninggalkan rumah. Dan tidak ada pria yang merasa ibunya menarik secara seksual.

Melatih Ulang Seorang Pria

Melatih seseorang untuk melakukan apa yang Anda inginkan adalah sama, baik dia seorang anak kecil atau seorang dewasa. Anda

memberi penghargaan atas kelakuan yang Anda inginkan dan mengabaikan kelakuan yang tidak Anda sukai. Sebagai contoh, jika seorang pria membiarkan pakaian atau handuk basahnyanya di lantai, dan bukannya meletakkannya di keranjang baju kotor, jelaskan dengan sabar bahwa Anda ingin barang-barang tersebut diletakkan di dalam keranjang supaya bisa dicuci. Jika dia terus melanggar hal ini, jangan memungutnya. Jika barang-barang tersebut mengganggu Anda dalam merapikan rumah, jelaskan dengan tenang bahwa Anda akan meletakkannya dalam tas plastik dalam lemari, atau di bawah tempat tidur atau di kamar kerjanya. Dengan cara ini, jika dia membutuhkannya paling tidak dia tahu di mana barang-barang tersebut. Kuncinya adalah memberikan peringatan awal mengenai tujuan Anda dan untuk menghindari Anda menjadi sarkastik, menghakimi atau agresif, karena biasanya hal tersebut mempunyai "efek yang bertolak belakang terhadap pria. Ketika dia akhirnya memerlukan pakaian dalam yang bersih, kemeja atau handuk, hal ini menjadi masalahnya sendiri bukan Anda. Hal yang sama, bila dia meninggalkan peralatan atau proyek tidak terselesaikan di sekitar rumah, katakan padanya Anda juga akan meletakkannya dalam lemari atau laci. Jangan meletakkannya dalam kamar kerjanya atau tempat-tempat yang mudah untuk baginya untuk mencari, karena hal ini hanya akan membuat kelakuannya, yang tidak Anda sukai, makin menjadi-jadi. Jika Anda ingin melatih ulang pria Anda, Anda harus bisa bertahan dari keinginan untuk memungut barang-barangnya. Ketika dia menyimpan barang-barangnya, beri mereka hadiah untuk sumbangannya dengan sebuah senyuman atau terima kasih. Beberapa perempuan tercengang pada ide untuk berterima kasih kepada seorang pria karena melakukan sesuatu yang begitu sederhana, seperti mengambil pakaiannya sendiri, tetapi adalah penting untuk mengerti bahwa pria tidak berkembang sebagai

no

pelindung sarang dan kerapian bukanlah sesuatu yang secara alami tumbuh dalam diri mereka. Jika ibu seorang pria tidak meiatihnya untuk mengerjakan hal-hal tersebut, terserah Anda untuk meiatihnya. Sebaliknya, jika Anda terus memungutkan barang-barang seorang pria (atau seorang anak), Anda harus menerima bahwa Anda memilih untuk menggantikan ibunya, dan Anda mungkin sebaiknya merasa bahagia dengan peran ini.

Ketika Anda mengerti bagaimana otak pria bekerja, Anda akan menemukan bahwa bisa menyenangkan ada seorang pria di sekitar Anda. Pria di mana pun sama saja - mereka mungkin mempunyai warna kulit yang berbeda, kebudayaan atau kepercayaan yang berbeda, tetapi otak mereka bekerja dengan cara yang sama, tidak peduli apakah mereka tinggal di Triste atau di Timbaktu.

Kuncinya adalah selalu mengatur pria dalam hidup Anda, daripada bertengkar, menjadi marah atau merasa frustrasi dengan mereka. Dengan cara ini, kedua jenis kelamin akan bisa hidup dengan bahagia selama-lamanya. Anda tidak akan pernah tahu, mungkin lain waktu, bila kita bertanya kepada perempuan mengenai tujuh hal yang diperbuat pria yang membuat mereka jengkel, mereka hanya bisa menyebutkan tidak sampai tiga. Mungkin.

Mengapa Perempuan Menangis

Bahaya pemerasan emosional



Sampai saat ini, kita sudah mempelajari dengan serius tapi penuh humor mengenai perbedaan antara dua jenis kelamin, pria dan perempuan, dan apa yang dapat Anda lakukan mengenainya. Sekarang, kita akan melihat pada sisi yang serius bagaimana emosi dipakai untuk memanipulasi orang lain untuk mendapatkan apa yang diinginkan. Semua cerita di bawah ini benar-benar terjadi - hanya namanya sudah diubah untuk melindungi yang bersalah.

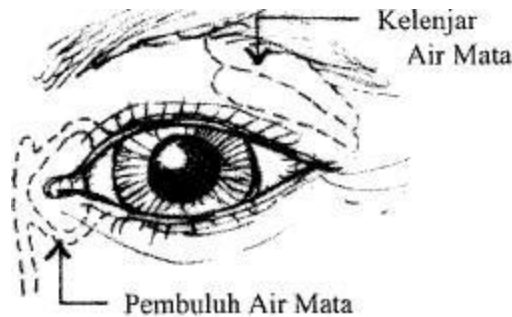
Ada saat di mana orang menangis sebagai reaksi langsung dari hati, tetapi sering kali mereka menangis untuk memanipulasi emosi orang lain. Sementara pria kadang-kadang melakukan hal ini, perempuanlah yang paling sering menggunakan air mata sebagai cara untuk memeras orang lain secara emosional. Kadang mereka tidak menyadari apa yang mereka lakukan. Mereka menangis sebagai reaksi terhadap suatu situasi, dan mengetahui bahwa hal ini akan membuat orang lain merasa bersalah mengenai diri mereka sendiri dan dengan harapan, sebagai akibatnya, mereka akan dapat memanipulasi orang lain. Ini adalah mekanisme kontrol yang entah secara sengaja atau tidak sengaja dilakukan. Tujuannya adalah untuk memaksa orang lain - suami, kekasih, anak, orangtua atau teman - untuk melakukan sesuatu yang sebetulnya tidak ingin mereka lakukan. Perempuan mungkin menangis sebagai suatu usaha untuk tampak menyesal sehingga menerima hukuman yang lebih ringan karena melakukan sesuatu yang salah seperti menyeleweng atau mencuri. Bab ini akan membantu Anda mengenali orang-orang dalam hidup Anda yang menggunakan taktik ini untuk memanipulasi atau menggertak Anda untuk melakukan sesuatu yang mereka inginkan.

Mengapa Kita Menangis

Menangis: kata kerja, berteriak, menangis dengan keras, mengeluarkan air mata, meratap, tersedu-sedu, mencururkan air mata, merengek, merintih

Menangis adalah suatu persamaan antara kita dan bintang lain dan dimulai pada saat lahir, tetapi manusia adalah satu-satunya penghuni daratan yang menangis dengan emosi. Air mata mempunyai tiga kegunaan bagi manusia: untuk membantu membersihkan permukaan mata; untuk mengeluarkan zat kimia akibat stres dari tubuh; dan sebagai suatu tanda visual tertekan dalam suatu situasi yang sangat emosional.

Kelenjar air mata adalah kran,



sedangkan saluran air mata adalah pipa salurannya.

Air mata dibentuk oleh kelenjar di atas mata dan ditumpahkan oleh dua waduk, yang berada di sudut dalam mata, ke dalam rongga hidung. Dalam keadaan emosional atau tertekan, kelebihan air mata yang tidak sempat dikeluarkan oleh waduk air mata, akan mengalir di pipi.

Mengapa Perempuan Lebih Banyak Menangis **Dibanding** Pria

Menangis dimulai dari saat lahir dan tujuan utamanya adalah untuk membangkitkan perasaan cinta dan melindungi diri dari orang dewasa. Menangis adalah cara bagi bayi untuk mendapatkan apa yang dia inginkan, sebagai seorang dewasa, beberapa perempuan mempertahankan kelakuan ini. Kebanyakan perempuan bisa mengenali tujuh arti yang berbeda dari tangis bayi untuk mengevaluasi apa yang diperlukan olehnya. Kelenjar air mata perempuan lebih aktif daripada pria, konsisten dengan besarnya respon emosional dari otak perempuan. Pria sangat jarang terlihat menangis di depan umum karena, dari sudut pandang evolusi, seorang pria yang menunjukkan emosi, terutama di sekitar pria yang lain, akan berada dalam situasi berbahaya. Dia akan terlihat lemah dan hal ini akan mengundang pria lain untuk menyerangnya. Tetapi, bagi perempuan untuk menunjukkan emosi kepada orang lain, terutama perempuan lain, dilihat sebagai tanda percaya, karena yang menangis menjadi bayi dan meletakkan temannya dalam posisi orangtua yang melindungi.

Menangis mempunyai tiga tujuan :

1. Untuk mencuci mata

Banyak ahli zoologi yang percaya fungsi ini adalah sisa dari era air, di mana kita hidup kebanyakan di dalam air dan berkembang mempunyai jari yang berselaput, jari kaki berselaput dan hidung menghadap ke bawah agar lebih efektif dalam berenang. Kelenjar air mata mengeluarkan cairan ke dalam mata dan waduk air mata berperan untuk mengalirkannya lewat rongga hidung. Menangis berfungsi untuk mengeluarkan garam dan zat kotor lainnya dari mata - suatu keistimewaan yang tidak dapat ditemukan pada primata

yang lain. Air mata juga mengandung suatu enzim yang disebut lysozyme yang dapat membunuh bakteri dan melindungi mata dari infeksi.

2. Untuk mengurangi stres

Analisis kimia dari air mata menunjukkan bahwa air mata stres, yaitu yang mengalir di pipi, mengandung protein yang berbeda dari air mata yang dipakai untuk membersihkan mata. Tubuh tampaknya menggunakan fungsi ini untuk membersihkan racun akibat stres dari dalam tubuh. Hal ini bisa menjelaskan mengapa perempuan mengatakan mereka merasa lebih baik setelah menangis keras-keras, padahal tidak ada yang perlu ditangani. Air mata juga mengandung endorfin, salah satu zat penghilang rasa sakit yang secara alamiah dikeluarkan oleh tubuh, yang berperan sebagai pelindung rasa sakit secara emosi.

3. Sebagai tanda emosional

Anjing laut dan berang-berang laut menangis ketika secara emosional tertekan karena mereka kehilangan anak-anaknya. Manusia adalah satu-satunya makhluk daratan yang menangis baik karena emosi maupun untuk memanipulasi emosi. Air mata berperan sebagai suatu tanda visual untuk meminta orang lain memeluk atau menenangkan sang penangis dan memicu produksi hormon oxytocin, yaitu hormon yang membuat seseorang ingin disentuh atau ditimang orang lain.

*Anjing laut dan berang-berang
tidak memanipulasi sesama dengan air mata.
Hanya manusia yang melakukan hal ini.*

Mata yang bersinar atau bercahaya hanya terjadi ketika emosi seseorang sedang kuat tetapi air mata tidak sampai membanjir keluar ke pipi. Mata yang bersinar atau bercahaya dapat dilihat pada orangtua yang bangga atau mata kekasih yang bersinar atau berbinar karena sinar dipantulkan oleh air mata yang dihasilkan.

Menangis dan Pemerasan Emosional

Bagaimana Cara Kerja Pemerasan

Sekarang karena Anda sudah mengerti tujuan dari menangis, kita akan mempelajari mekanisme bagaimana seseorang merencanakan untuk memanipulasi orang lain.

Studi Kasus: Cerita Georgina

Georgina adalah seorang perempuan yang menarik dan pandai. Dia mengikuti sekolah sekretaris sebelum mengambil posisi sebagai seorang asisten pribadi eksekutif. Dia menyukai kehidupan yang cepat: pesta, apartemen yang mahal, baju rancangan perancang dan mobil sport. Dia mempunyai penghasilan yang cukup untuk memenuhi kebutuhan hidupnya yang mahal, tetapi kebanyakan kehidupan sosialnya yang mewah dibiayai oleh teman prianya.

Tetapi sebenarnya Georgina benci bekerja. Bangun tidur dan harus berada di kantor pukul 9 pagi setelah semalaman keluar, akhirnya menjadi terlalu berat baginya. Kehidupan sosial dan komitmen pekerjaannya menjadi tidak sejalan.

Pada suatu malam dalam sebuah pesta, dia menceritakan masalahnya kepada seorang pria yang ditemuinya. Dia adalah seorang pria yang lebih tua yang kelihatannya kaya, memiliki sebuah Porsche dan kapal pesiar, banyak bepergian dan kelihatannya tidak

bekerja. Dia menyarankan agar Georgina menjadi seorang pelacur kelas tinggi, dan dengan memberinya persentase dari pendapatannya, dia bisa memperkenalkan Georgina pada banyak klien.

Setelah berpikir keras selama beberapa hari, Georgina menerima tawarannya dan segera menikmati kehidupan seperti yang diinginkannya. Tetapi tidak untuk waktu yang lama. Perasaan bersalah, suara hati dan sebuah kecelakan parah segera membuatnya menyadari bahwa kehidupannya yang lama ternyata tidak terlalu buruk. Georgina pindah, mengganti namanya menjadi Pamela dan mendapat pekerjaan di sebuah perusahaan akuntansi yang besar. Segera Georgina, yang sekarang dikenal sebagai Pamela, mulai berkenan dengan salah satu partner bisnis di perusahaan - bosnya, Graeme. Mereka akhirnya menikah dan setelah tiga tahun yang berbahagia, mempunyai seorang anak. Georgina - alias Pamela hidup dengan baik. Dia mempunyai seorang suami yang baik yang mencintainya, seorang bayi yang cantik, sebuah rumah baru, aman dalam keuangan dan banyak teman.

Pada suatu pagi, Georgina menerima telepon dari seorang bernama Frank. Frank adalah kliennya waktu dia menjadi pelacur. Dia ingin bertemu lagi dan mengusulkan untuk makan siang bersama. Pamela menolaknya. Hal itu adalah masa lalu dan sudah berlalu. Frank bersikeras bahwa pertemuan ini akan menyenangkan Pamela dan dia yakin Pamela tidak akan suka bila masa lalunya dibeberkan kepada suami dan teman-temannya.

Pamela sangat terpuak. Dia bisa kehilangan segalanya - suaminya, rumahnya, anaknya, seluruh keamanan dalam hidupnya.

Pamela menemui Frank, yang meminta \$ 10.000 sebagai biaya tutup mulut. Pamela mempunyai sedikit tabungan dan merasa bahwa dia tidak punya pilihan lain selain membayarnya. Tiga bulan

kemudian, Frank kembali dengan tuntutan berikutnya tetapi dia sekarang juga menginginkan seks selain uang. Pamela pergi ke polisi. Frank dihukum atas tuduhan pemerasan dan dipenjara selama 12 bulan. Meskipun suaminya Graeme menangani masalah ini dengan baik, Pamela tahu hidupnya tidak akan pernah sama lagi.

Ini adalah kasus klasik bagaimana kasus kejahatan pemerasan berjalan. Kasus ini menggunakan strategi yang bisa dipakai dalam semua situasi di mana seseorang berusaha memanipulasi orang lain demi kepentingan pribadi. Di bawah ini adalah beberapa bahan dan para pemeran :

Korban: seseorang yang mempunyai perasaan bersalah dan merasa berkewajiban melakukan sesuatu

Pemeras: seseorang yang mengetahui kelemahan korban

Tuntutan: pembayaran untuk tutup mulut atau untuk bekerja sama

Ancaman: ancaman untuk mengungkapkan, hukuman dan ancaman akan kehilangan sesuatu yang sangat berharga atau perasaan bersalah

Perlawanan: penolakan awal oleh sang korban untuk bekerja sama

Memenuhi tuntutan: memenuhi tuntutan pemeras

Kelanjutan: tuntutan terus-menerus yang tidak dapat dihindari

Kebanyakan orang tidak pernah memikirkan bahwa orang-orang yang dekat dengan mereka akan menggunakan strategi manipulasi macam ini; mereka hanya berpikir bahwa orang-orang dekat tersebut adalah orang-orang yang berkelakuan buruk atau terlalu menuntut. Bab ini akan membantu Anda mengenali siapa orang-orang ini dalam hidup Anda dan akan menunjukkan kepada Anda apa yang harus Anda lakukan.

Pemerasan Emosional

Pemerasan emosional adalah di mana seseorang yang secara emosional dekat dengan Anda, secara samar-samar mengancam untuk menghukum atau mengancam atau menunjukkan bahwa Anda akan menderita bila Anda tidak menuruti apa yang mereka inginkan. Mereka tahu rahasia terdalam Anda dan kelemahan Anda dan menggunakan pengetahuan ini untuk membuat Anda menuruti apa yang diinginkannya. Apa pun kekuatan atau kelemahan yang Anda miliki, sang pemeras akan menggunakannya untuk menghadapi Anda.

Studi Kasus: Cerita Rosemary

Suami Rosemary, Greg dan ibu Rosemary tidak saling menyukai. Ibu Rosemary merasa Greg tidak cukup baik bagi anak perempuannya dan selalu mencoba untuk menimbulkan masalah di antara pasangan ini.

Suatu had, ibunya mengatakan kepada Rosemary bahwa salah seorang temannya telah melihat Greg bersama perempuan lain di bar. "Mungkin hanya teman kerja," kata Rosemary. "Kami bukan milik satu sama lain."

Rosemary membicarakan masalah ini dengan Greg. Greg menjadi marah dan menuduh Rosemary memata-matainya. "Mungkin kau tidak percaya padaku, kita harus mempertimbangkan kembali hubungan kita," kata Greg. Rosemary tetap bertahan menanyakan masalah ini, dan akhirnya Greg terpaksa harus mengakui bahwa perempuan tersebut adalah pemilik bar dan dia sebenarnya sedang merencanakan pesta kejutan untuk ulang tahun Rosemary yang akan datang. Greg kemudian bersikeras membawa Rosemary ke bar tersebut dan memperkenalkan mereka berdua.

Dua tahun kemudian, ibu Rosemary jatuh. Dia tinggal di rumah sakit selama empat bulan, dan ketika dia keluar dari rumah sakit, dia menjadi sangat lemah dan kehilangan kepercayaan diri. Rosemary tahu, dengan hati yang berat, bahwa dia harus meminta ibunya tinggal bersamanya, tetapi dia dapat membayangkan bagaimana reaksi Greg mengenai ide ini. Dia dengan hati-hati memilih waktu untuk membicarakan masalah ini.

Sore itu, dia berdandan dengan lebih rapi dari biasanya, dan memasak masakan kesukaan Greg. Ketika Greg tiba di rumah Rosemary memberinya segelas anggur dan menanyakan bagaimana harinya. Pada saat mereka berdua duduk di meja makan, Rosemary tahu Greg telah merasa tenang dan santai.

Setelah makanan pencuci mulut, Rosemary menopang kepalanya dengan tangan. Greg menjadi khawatir dan bertanya apa yang tidak beres. "Aku tidak tahu bagaimana harus mengatakan ini kepadamu," jawabnya. "Aku merasa sangat tidak enak." Greg meletakkan tangannya di atas tangan Rosemary, "Rosie, ada apa?" tanyanya. "Apakah ada sesuatu yang telah kulakukan?" Rosemary menggelengkan kepala dengan sedih. "Bukan, Greg, kau tidak melakukan apa pun. Aku cuma ..." Dia kemudian menangis.

Greg meletakkan lengannya di bahu Rosemary dan memintanya untuk mengatakan kepadanya apa masalahnya. Dengan berurai air mata, dia menggelengkan kepalanya. "Tidak, Greg, tidak apa-apa. Aku akan segera mengatasinya. Maaf, jangan khawatir." "Tetapi Rosie," dia memohon, "katakan apa yang telah terjadi. Tentunya tidak akan seburuk ini?" Melalui air matanya, Rosemary memandang Greg dengan pandangan memohon. "Tidak, Greg, Aku rasa kau akan marah kepadaku, dan aku tidak tahan kalau kau marah," katanya dengan suara lembut dan sedih. "Kau tidak akan mengerti." Greg mulai

menjadi jengkel. "Tolong katakan," katanya. "Jujur - aku akan mencoba untuk mengerti." Greg mulai berpikir mengenai kemungkinan yang paling buruk. Rosemary mungkin sedang terlibat dengan pria lain.

Rosemary gemetar, mengusap matanya kemudian menghela napas panjang. "Ibu," katanya. "Dia sekarang sangat lemah dan aku betul-betul mengkhawatirkannya. Aku ingin merawatnya, tetapi aku tahu bagaimana perasaanmu mengenai dia tinggal bersama kita. Aku sudah mencoba menyingkirkan hal ini dari pikiranku, tetapi hal ini sangat menyiksaku - memikirkan bagaimana dia tinggal seorang diri tanpa orang yang membantunya bagaimana kalau dia jatuh lagi. Oh Greg, aku tidak tahu harus berbuat apa ... jika ini terjadi pada ibumu aku pasti bisa mengatasinya tetapi ..." Rosemary menangis terisak-isak.

Semula, Greg secara lugas menolak bahkan untuk memikirkan mengenai ibu mertuanya pindah ke rumahnya. Tetapi setelah dua hari Rosemary berurai air mata, dia mulai merasa bersalah. Jika dia benar-benar mencintai Rosemary, bukankah dia juga harus siap untuk berkorban baginya? Bukankah ini arti dari cinta sejati? Bukankah pernikahan adalah mengenai kompromi? Greg mulai merasa egois dan jahat - persis seperti yang diperkirakan Rosemary. Akhirnya, Greg setuju untuk mencoba selama satu bulan. Baik Rosemary maupun ibunya tahu, bahwa sekali ibunya masuk ke dalam rumah, pastilah tidak mungkin mengeluarkannya lagi dari rumah. Greg tahu bahwa setiap kali dia protes, akan ada airmata dan tuduhan dan akan berakhir dengan perasaan tidak enak bagi dia. Polanya sudah terbentuk.

Cerita Rosemary dan Greg di atas mengandung semua bahan pemerasan tipikal, di mana seseorang mencoba untuk secara emosional memanipulasi orang lain demi kepentingannya pribadi :

Korban: Greg - mempunyai kelemahan dan perasaan bersalah ketika perempuan dalam hidupnya tampak tertekan secara emosional

Pemeras: Rosemary - dia tahu kelemahan Greg

Tuntutan: Ibu Rosemary pindah tinggal bersama mereka

Ancaman: menyiratkan bahwa Rosemary akan menarik kembali cintanya jika dia tidak mendapatkan apa yang diinginkannya.

Perlawanan: penolakan awal dari Greg untuk bekerja sama

Memenuhi tuntutan: Greg menyerah, menuruti tuntutan Rosemary

Kelanjutan: pertengkaran yang tidak dapat dihindarkan dan air mata

Setiap orang tahu, paling tidak satu orang, yang telah menggunakan taktik pemerasan emosional untuk memaksa orang lain melakukan sesuatu, yang pada awalnya menolak untuk melakukannya. Mungkin situasinya sama seperti situasi Greg atau mungkin terjadi secara rutin pada orang yang pasif-agresif, yang tidak pernah mengatakan dengan pasti apa yang sebenarnya mereka inginkan - mereka selalu berakhir memainkan permainan untuk mendapatkan hasil yang diinginkan. Sangat penting bagi Anda untuk bisa mengenali siapa saja orang dalam hidup Anda yang menggunakan taktik ini untuk memanipulasi atau menggertak Anda untuk mendapatkan apa yang mereka inginkan. Kebanyakan orang tidak menyadari bahwa teman-teman mereka atau saudara mereka dapat menggunakan strategi yang telah direncanakan dengan sadar dan matang ini; mereka hanya berpikir orang-orang ini adalah orang-orang yang tegas atau agresif. Akibat dari pemerasan secara emosional selalu merusak..

*Pemeras emosional yang paling umum
adalah anggota keluarga dan teman dekat.*

Anda akan berakhir menyetujui sesuatu yang tidak pernah ingin Anda lakukan atau Anda dibuat percaya bahwa hal tersebut memang patut dilakukan dalam keadaan tersebut. Dalam proses agar Anda menurutinya, sang pemeran telah membuat Anda merasa tak enak akan diri Anda sendiri, dan merasa bersalah karena telah menolak. Akhirnya, Anda akan benci telah diletakkan pada posisi seperti itu dalam situasi tersebut. Apakah Anda menyadarinya atau tidak, dalam jangka panjang, hubungan Anda dengan sang pemeran tidak akan pernah sama lagi.

Pria dan Pemeran Emosional

Pria lebih sering menjadi korban pemeran secara emosional daripada menjadi pelaku. Pria cenderung untuk bertanya secara langsung mengenai apa yang mereka inginkan. Perempuan, dalam peran yang berkembang dari penjaga perdamaian, cenderung untuk menghindari mengatakan dengan pasti apa yang mereka inginkan, kapan mereka menginginkannya. Banyak perempuan kekurangan kepercayaan diri untuk menyadari bahwa mereka berhak atas apa yang mereka minta. Sebagai pelindung sarang, keinginan mereka adalah agar disukai oleh yang lain. Mereka selalu merupakan orang yang memelihara hubungan - dengan pasangan, anak dan anggota keluarga lain atau kelompok sosial. Otak mereka terbentuk untuk berhasil menciptakan suatu hubungan baik. Maka mereka sering kali menggunakan pemeran secara emosional untuk mendapatkan apa yang mereka inginkan, daripada meminta langsung apa yang mereka inginkan dan berisiko untuk ditolak.

Pemeran kelihatannya merupakan jalan yang mudah karena bisa membuat orang menghindari konfrontasi.

Pria akan menggunakan pemeran emosional, tetapi selalu pada tingkat yang lebih rendah. Otak pria berfungsi secara lebih sederhana bila menyangkut masalah emosi. Ketika pria adalah pemburu, mereka lebih suka pendekatan yang langsung dan otak mereka terus berkembang dengan cara ini.

Jika seorang pria ingin ibunya untuk tinggal bersamanya, dia mungkin akan membelikan pasangannya sebuah rangkaian bunga sebelum dia bertanya, tetapi hanya sejauh ini manipulasinya. Dia kemudian akan berlanjut mengangkat masalah tersebut dan membicarakannya dengan jelas, tanpa emosi, melihat sisi pro dan kontranya. Dia mungkin akan mengemukakan sebuah rencana untuk membangun sebuah sayap di rumah, mencari orang untuk membantu ibunya memelihara rumahnya, pergi berakhir minggu tanpa ibunya, dan seterusnya. Pria sering meminta atau dengan ringan menuntut setiap orang untuk mengikuti apa yang mereka inginkan dan banyak perempuan akan menurut.

*Pria menggunakan pendekatan
yang direncanakan dengan baik
untuk mendapatkan apa yang mereka inginkan.
Perempuan cenderung menggunakan
pemeran secara emosional.*

Dalam sejarah, pria berada dalam posisi yang lebih berkuasa daripada perempuan, dan dapat menyatakan apa yang mereka inginkan dengan lebih terbuka. Perempuan jarang memiliki kekuasaan yang cukup besar untuk melakukan hal ini. Maka selama berabad-abad mereka bergantung pada tipu muslihat dan kecerdikan mereka untuk mendapatkan apa yang mereka inginkan.

Tetapi, dalam beberapa keadaan, pria memang melakukan pemeran emosional. Misalnya, seorang pemuda dalam usaha

membujuk pasangannya untuk bercinta, menggunakan pemerasan emosional sebagai alat untuk mendapatkan apa yang diinginkannya.

Studi Kasus: Cerita Damian

Damian sudah dua kali pergi bersama Erika, dan kedua kencan mereka berakhir dengan ciuman yang panjang, sebelum Erika melepaskan pelukannya dan keluar dari mobil, berjalan ke rumah orangtuanya. Damian menjadi tidak sabar. Dia menyukai Erika dan ingin bercinta dengannya, tetapi Erika kelihatannya menolak. Damian tidak mengerti mengapa. Erika mengatakan dia menyukainya, tetapi Damian merasa wajar saja jika Erika juga ingin bercinta seperti yang dia inginkan.

Pada kencan ketiga mereka, setelah menonton bioskop dan setelah Damian membayar makan malam yang lebih mahal dari yang direncanakannya, Damian menepikan mobilnya di taman yang remang-remang dan mematikan mesin. Dia menoleh kepada Erika, mulai menciumnya, dan mulai melepaskan baju atasnya. Erika membantunya membuka kancing baju dan mereka mulai saling mengusap tubuh mereka. Setelah lima menit, dia mencoba untuk menaikkan rok Erika tetapi Erika menyingkirkan tangannya. Hal ini terjadi dua kali. Tiga kali. Akhirnya Damian melepaskan pelukannya dan bertanya apa yang salah.

"Begini, aku benar-benar menyukaimu," kata Damian kepada Erika. "Aku cuma mau bercinta denganmu. Aku merasa kita bisa bergaul dengan baik, aku mau menunjukkan betapa aku memperhatikanmu." Erika kelihatan tidak yakin. "Maaf, Damian, aku juga sangat menyukaimu," katanya. "Tetapi ini terlalu cepat. Aku tidak siap. Kita baru kencan sebanyak tiga kali. Aku akan tahu bila waktunya sudah tepat. Tolong bersabarlah denganku."

Damian menciumi telinganya. "Ayolah sayang," katanya. "Kau tahu kau menginginkannya. Aku betul-betul menyukaimu. Untukku, sekarang waktunya sudah tepat. Aku hanya mau mengenalmu lebih baik. Aku tidak pernah merasa seperti ini terhadap seseorang sebelumnya."

Tetapi Erika, menjauh. "Tidak Damian Maaf ... tetapi aku tidak mau," katanya. "Aku juga menyukaimu, tetapi aku tidak siap."

Damian kelihatan kecewa. "Tetapi ... aku pikir kau juga mempunyai perasaan yang sama seperti perasaanku kepadamu," katanya. "Erika, aku minta maaf Aku secara total salah membaca tanda yang kau berikan...." Dia kelihatan marah, Erika tidak berdaya hanya merasa kasihan kepadanya. "Tidak Damian, aku benar-benar suka padamu," dia bersikeras. "Aku cuma perlu lebih banyak waktu...."

Damian menggelengkan kepalanya dengan sedih. "Tidak, kau jelas tidak merasakan apa yang kurasakan. Maaf Erika, aku benar-benar berpikir kita mempunyai hubungan yang baik di antara kita. Aku benar-benar mempermalukan diri sendiri. Maaf. Mari kita lupakan apa yang telah terjadi." Dia menjangkau kunci mobil dan menghidupkan mesin. Erika merasakan dirinya menjadi makin kacau. "Tidak, Damian," katanya. "Begini, aku rasa kau adalah pria yang tampan dan aku mau menghabiskan lebih banyak waktu bersamamu."

"Tetapi, Erika," jawab Damian, "Aku benar-benar menyukaimu, dan adalah wajar bagi seorang pria untuk menunjukkannya secara fisik. Tetapi jika kau tidak merasakan apa yang kurasakan, maka aku pikir lebih baik kita putus dulu sebelum kita terlibat lebih dalam ... Maaf, tetapi inilah yang kurasakan. Aku pernah terluka juga sebelumnya...."

Erika akhirnya bercinta dengan Damian malam itu. Hubungan mereka hanya bertahan selama dua minggu.

Dalam hal ini, Damian adalah sang pemeras, Erika adalah sang korban. Seks adalah tuntutan. Damian tahu dengan jelas di mana titik kelemahan Erika dan memanfaatkannya tanpa belas kasihan. Perempuan tidak suka melihat pria tampak kacau secara emosional; hal ini membangkitkan insting keibuannya dan keinginan untuk membantu menghilangkan rasa sakit tersebut. Perempuan terbiasa untuk melihat pria sebagai makhluk yang kuat, tidak bisa dijatuhkan, maka ketika seorang pria tampak hancur, perempuan akan terpengaruh secara mendalam. Ketika Damian secara samar-samar menuduh Erika tidak memperhatikannya, kemudian Erika dengan jelas mengatakan bahwa dia peduli, Erika membiarkan dirinya mulai merasa mungkin satu-satunya cara Damian bisa mengerti bahwa dia benar-benar mencintainya adalah dengan menyetujui untuk bercinta dengannya.

Pada akhirnya, adalah ancaman tersamar Damian, bahwa dia akan mengakhiri hubungan ini jika dia tidak memperoleh apa yang diinginkannya. Jika Damian mengutarakan keinginannya dengan terus terang, Erika tidak akan bereaksi seperti di atas. Tetapi karena Damian mengutarakan maksudnya menggunakan kata-kata 'tidak bisa disakiti lagi', Erika berhenti melawan dan membiarkan dirinya diperas secara emosional ke dalam suatu posisi yang tidak diinginkannya. Hal ini membuka jalan bagi Damian untuk mengharapkan seks setiap kali mereka bertemu.

Suatu hubungan yang bermula dari sebuah dasar manipulasi seperti ini biasanya tidak akan berakhir baik. Bagaimana mungkin dua orang dapat diharapkan untuk saling percaya dan saling menghormati, jika pada awalnya kebersamaan mereka dibangun atas dasar

manipulasi? Pemerasan secara emosional sangat merusak kecuali bila hal tersebut segera di atasi.

Taktik Pemerasan Emosional yang Biasa Dilakukan

Pemeras emosional mungkin adalah kekasih, suami, atau istri, anak, ibu mertua, orangtua, atau teman. Kadang-kadang bisa juga pegawai. Pemerasan terjadi dalam tradisi keluarga dan taktik ini turun-temurun diwariskan dari satu generasi ke generasi yang lain.

Di sini ada beberapa contoh ancaman atau hukuman yang biasa digunakan oleh para pemeras. Beberapa mungkin terasa tidak asing bagi Anda.

Orangtua: "Saya melakukan apa pun untukmu."

"Aku akan menghapus namamu dari surat wasiat."

"Mengapa kau lakukan hal ini? Kau adalah darah dagingku!"

Suami/Istri: "Aku tidak percaya kau begitu egois."

"Kau tidak benar-benar peduli padaku."

"Jika kau mencintaiku, kau akan melakukannya."

Mantan: "Aku akan menyeretmu ke pengadilan. Kau tidak akan pernah melihat anak-anak lagi."

"Aku akan mengambil tiap sen yang kau miliki."

"Aku membenci saat-saat kita bercinta."

Kekasih: "Semua orang melakukannya. Kenapa sih kau?"

"Ini adalah apa yang seharusnya saling dilakukan oleh sepasang kekasih."

"Jelas sekali bahwa kau tidak mencintaiku. Mungkin lebih baik kita berpisah saja."

Anak-anak: "Semua orangtua lain melakukannya untuk anaknya. Jelas terlihat bahwa mereka lebih mencintai anak-anak mereka daripada kalian mencintai aku."

"Aku akan pergi meninggalkan rumah - aku mungkin anak adopsi."

"Kau lebih mencintai kakakku daripada aku."

Mertua: "Aku akan mewariskan semua hartaku kepada yayasan."

"Jika kau tidak merawatku, aku akan menjadi sakit dan harus tinggal di rumah sakit."

"Jangan khawatirkan aku - aku sudah tua dan akan segera mati."

Temam: "Jika yang terjadi adalah sebaliknya, aku akan melakukannya untukmu."

"Katamu aku sahabatmu. Mungkin lebih baik kau mencari sahabat yang lain."

"Aku selalu ada untukmu. Sekarang lihat apa yang kau lakukan pada saat aku membutuhkanmu."

Pemilik perusahaan: "Kau hanya akan membuat keadaan menjadi sulit bagi kolegamu. Mereka yang harus menanggung bebannya."

"Aku akan memastikan kau tidak akan pernah lagi dipertimbangkan untuk kenaikan jabatan."

"Mestinya kau setia kepadaku dan kepada perusahaan."

Pegawai: "Jika kau memecatku, kau akan memerlukan seorang pengacara yang hebat."

"Taruhan, pers pasti akan senang sekali mendengar hal ini."

"Tidak pernahkah kau mendengar tentang pelecehan?"

Apa yang dikatakan para pemeran adalah, "Jika kau tidak berlaku seperti yang kuinginkan, kau akan menderita."

Anak-anak sejak awal sudah belajar bahwa pemerasan emosional adalah cara untuk mendapatkan apa yang diinginkan - terutama ketika mereka tahu bahwa orangtua mereka melakukannya juga. Anak-anak relatif merasa tidak berdaya karena usia dan ukuran mereka, maka pemerasan tampak sebagai cara yang paling mudah dan paling efektif untuk mendapatkan apa yang mereka inginkan.

Studi Kasus: Cerita **Julia**

Pada saat anak Julia tumbuh makin besar, mereka segan bersama-sama dengan paman John yang harus tinggal di tempat tidur. Julia merasa bersalah. Setiap kali Julia mengunjungi paman John, paman John akan bertanya di mana anak-anak. Julia merasa dia harus berbohong setiap kali, mengatakan mereka pergi ke sekolah, atau sibuk dengan pekerjaan rumah mereka, atau ada proyek khusus yang harus mereka kerjakan.

"Lihatlah, dia sudah tua, dan aku tidak tahu berapa lama lagi dia akan hidup," Julia mengatakannya kepada anak-anak. "Dia kesepian dan berharap dapat bertemu kalian. Ingatkah kalian akan semua hal yang telah dia kerjakan untuk kalian ketika kalian masih kecil? Dia selalu menemani dan memanjakan kalian. Dia tidak pernah punya banyak uang, tetapi dia selalu membelanjakan uangnya demi kalian."

Tetapi anak-anak Julia sering kali sama sekali tidak memberi tanggapan dan akan menggunakan pemerasan emosional terhadap Julia. "Tetapi, Ma, dia toh tidak bisa mendengar apa yang kami katakan, dia begitu tuli," kata Bernard, lima belas tahun. "Dan tempat itu membosankan. Tidak ada yang bisa dikerjakan. Lagipula aku tidak punya banyak waktu untuk teman-temanku. Aku kan juga

berhak untuk bersenang-senang? Mama tidak menginginkanku menjadi sedih, kan?"

Katie, enam belas tahun, juga seorang pemeran yang ahli. "Ayolah Ma," katanya. "Kau tahu betapa banyaknya pekerjaan rumahku, pasti kau tidak mau kami gagal dalam ujian kan? Aku mau pergi denganmu pagi ini, tetapi aku punya esai geografi yang harus kuserjakan. Angka yang kudapat akan menentukan nilai akhirku. Jika aku tidak mengerjakannya dengan baik, aku bisa dapat masalah besar. Lagipula, kau seharusnya tidak menggunakan cara pemerasan emosional ini terhadap kami. Ini tidak adil. Kami tidak mau pergi. Akhir cerita."

Anak-anak bisa menjadi ahli dalam seni manipulasi. Orangtua yang secara rutin mencoba untuk memeran anak-anak mereka harus bersiap-siap untuk menerima perlakuan yang sama.

Dalam skenario ini Julia merasa tidak berdaya, dan mencoba untuk menekan moral dan emosi anak-anaknya. Bukannya berunding dengan tenang dan dingin dengan mereka atau sekadar memerintahkan mereka untuk melakukan apa yang menurutnya benar, Julia menggunakan cara pemerasan emosional. Anak-anak kemudian melakukan hal yang persis sama karena mereka telah mempelajari bagaimana permainan ini dimainkan.

*Orang dewasa yang menggunakan
pemerasan emosional,
dalam membesarkan anak-anak
akan menciptakan pemeran-pemeran emosional
yang lebih ahli.*

Pada suatu hari kami sedang menonton seorang badut di jalan di London. Pada akhir pertunjukannya, dia menoleh pada sekelompok

anak kecil yang terpesona memandangnya dan berteriak, "Hai, anak-anak! Jika orangtua kalian tidak mau memberimu 1 pound untuk dimasukkan ke dalam topiku, itu berarti mereka tidak mencintaimu!" Dia memperoleh 18 pound.

Makin seseorang menyerah terhadap pemerasan emosional, maka pemerasan akan makin membentuk suatu pola yang menentukan masa depan dari hubungan tersebut. Makin dekat hubungan itu, makin besar rasa berasal yang ditimbulkan, dan perasaan bersalah adalah alat yang paling ampuh dari para pemeran.

Studi Kasus: Cerita Stephen

Stephen telah menikah dengan Camilla selama lima tahun sebelum mereka berpisah atas persetujuan bersama. Yah ... menurut Stephen adalah perpisahan yang disetujui bersama. Meskipun Camilla telah setuju berpisah pada saat itu, dia tidak pernah benar-benar berpikir bahwa Stephen akan bisa benar-benar menjalaninya. Dia hanya berasumsi bahwa, setelah berapa minggu sendirian, Stephen akan kembali padanya, memohon agar diperbolehkan pindah kembali ke rumah lagi.

Stephen tidak pernah kembali. Sebaliknya, dia bekerja lebih keras dan lebih lama, dan mengubur dirinya dalam pekerjaan. Camilla secara diam-diam percaya bahwa Stephen tidak akan bisa terus begini, dan cepat atau lambat dia akan menyadari, betapa kosong dan tidak artinya hidup tanpa Camilla. Tetapi Stephen kemudian bertemu dengan perempuan lain.

Camilla menjadi sangat marah. Dia secara berkala menelepon ibu Stephen agar bisa tetap mengikuti kehidupan Stephen. Dia tahu ibu Stephen mencintainya seperti anak perempuannya sendiri dan merasa sangat sedih ketika pasangan itu berpisah. Ketika ibunya

mulai berbicara mengenai perempuan bam dalam hidup Stephen, Camilla melihat bahaya. Dia mulai menelepon Stephen pada jam-jam yang tidak biasa, pagi dan malam had, mengatakan bahwa dia mengakui telah membuat kesalahan yang besar dan ingin bertemu kembali dengannya untuk membicarakan beberapa hal.

Dengan terpaksa Stephen setuju untuk bertemu. Camilla penuh humor, manis, dan hangat - sama seperti ketika mereka baru saja bertemu. Tetapi Stephen sudah melangkah lebih jauh. Dia masih menyukai Camilla dan merasa sungguh-sungguh suka kepadanya tetapi tidak lagi merasakan adanya ikatan emosional. Stephen mendengarkan ketika Camilla berbicara mengenai betapa dia merindukan Stephen, tetapi Stephen sangat menyesal, karena telah bertemu orang lain, dan dia berharap Camilla juga bisa menjadi bahagia.

Tetapi Camilla tidak menangkap pesan tersebut. Dia terus menelepon sambil menangis dan memohon agar Stephen mengunjunginya. Jika Stephen datang, dia akan menangis dan mengatakan bahwa ia merasa hidupnya telah berakhir tanpanya. Stephen merasa tidak berdaya di hadapan wajah yang penuh air mata. Dia akan menenangkan-konkretnya. Kemudian Camilla menelepon dan mengancam akan bunuh diri.

Stephen tidak tahu harus bagaimana. Untunglah, teman perempuannya, Chrissie melihat apa yang sedang terjadi dan mengambil alih situasi. Dia membujuk ibu Stephen untuk menelepon keluarga Camilla dan mengatakan bahwa dia sangat khawatir akan keadaan mentalnya dan bertanya apakah mereka dapat merawatnya? Chrissie mengatakan kepada Stephen untuk menulis surat kepada Camilla, mengatakan kepadanya dengan tegas bahwa dia bersimpati, tetapi semua sudah berlalu. Tidak mungkin dia akan mempertimbangkan untuk kembali kepadanya.

Seperti kebanyakan perempuan, Chrissie dapat melihat pemerasan emosional yang diperankan Camilla dan tahu bahwa Stephen adalah korban yang tidak menyadari hal ini. Cara berpikir Chrissie yang cepat, menyelamatkan Stephen agar tidak terperangkap dalam hubungan yang tidak lagi dia inginkan. Jika Chrissie tidak turut campur, Stephen mungkin akan kembali pada Camilla, meskipun dia tidak ingin. Stephen akan sangat ketakutan oleh ancaman bunuh diri Camilla, dan merasa dia harus bertanggung jawab jika Camilla benar-benar bunuh diri. Stephen tidak menyadari bahwa Camilla sengaja menggunakan pemerasan emosional untuk mendapatkannya kembali, dan tidak pernah benar-benar ingin mencelakakan diri sendiri.

Stephen dan Chrissie menikah tahun berikutnya. Camilla masih berada di sana, mengunjungi ibu Stephen secara rutin dan bercakap-cakap mengenai 'hari-hari bahagia' dalam hubungan mereka. Tetapi tidak ada seorang pun yang benar-benar memperhatikannya. Mereka semua merasa kasihan kepadanya, tetapi berharap dia akan dapat meneruskan hidupnya.

Rasa bersalah membuat para korban berada di bawah tekanan yang besar. Tidak ada orang yang suka meragukan ketulusan orang lain, tetapi penting untuk mempertahankan apa yang Anda inginkan. Stephen tahu dia tidak ingin kembali kepada Camilla, dan seharusnya dia bertahan di sini. Pria tidak biasa mengatasi emosi mereka dan sangat sedikit tahu mengenai bagaimana cara menangani emosi perempuan.

Pria menyukai pembicaraan langsung dan berdebat mengenai tim olahraga mana yang terbaik, partai politik mana yang mempunyai politik yang tepat untuk menjalankan negara dan bir mana yang menimbulkan sakit kepala yang paling ringan. Pria bekerja

dengan fakta, data dan kenyataan yang konkret. Sementara orang lain - biasanya perempuan - menghadapi pria dengan emosi, kebanyakan pria tidak sanggup menghadapinya. Perempuan tahu mengenai hal ini, dan menggunakannya untuk kepentingan mereka. Tetapi pria juga bisa menjadi penggertak secara emosional untuk mendapatkan apa yang mereka inginkan. Hal ini cenderung berhasil ketika perempuan dalam hidup mereka adalah tipe yang sensitif, diam, yang biasanya menurut.

Studi Kasus: Cerita Irene

Irene memiliki kecantikan alami. Dia tenang dan hangat dan peduli kepada orang, tidak pernah mementingkan diri sendiri di atas kepentingan orang lain. Dia adalah orang yang murah hati, bahagia dan setia. Tetapi dia tidak melihat dirinya seperti itu. Dia sering menyerah pada tuntutan orang lain atau mengalahkan kepentingan dirinya sendiri hanya untuk menjaga perdamaian. Sedangkan suami Irene, Bob, adalah seseorang yang sangat penuntut dan pencemburu dan selalu mau menangnya sendiri.

Suatu hari, Bob mengumumkan bahwa dia mau membeli sebuah kapal baru. Dia mengatakan kepada Irene bahwa kapalnya yang lama tidak cukup cepat, tidak cukup besar, tidak mudah untuk dikendalikan dan tidak cukup canggih seperti yang diinginkannya. Dia telah melihat berkeliling dan mengatakan dia bisa dengan mudah mendapatkan apa yang diinginkannya dengan harga yang pantas.

Ketika Bob menyebutkan angkanya, Irene hampir pingsan. "Kita tidak akan mampu beli kapal saat ini," kata Irene. "Kita baru saja membayar uang sekolah anak-anak dan kau berjanji membelikanku mobil baru di akhir bulan karena mobilku sudah sangat tua dan sering sekali mogok."

Bob menjadi marah, "Nah kau mulai lagi, selalu mementingkan diri sendiri," kata Bob. "Aku, aku, aku, itu saja yang kau pedulikan. Tidakkah pernah terbersit dalam benakmu bahwa aku mempunyai kebutuhan juga? Aku bekerja keras sepanjang minggu untuk mendapatkan penghasilan yang cukup untuk keluarga ini. Aku terus-menerus tertekan dan kegiatanku memancing pada hari Sabtu adalah satu-satunya kesempatanku untuk bersantai."

Bob betul-betul menyulitkan Irene selama tiga hari berikutnya. Irene merasa sangat lelah. Akhirnya dia memutuskan untuk berkompromi. "Bob, aku sudah berpikir mengenai kapal itu dan jika aku beli mobil bekas yang kecil dan kau tunda rencana pembelian kapal baru ini selama dua belas bulan, kita berdua akan bisa mengatasinya nanti."

Bob bergeming, "Tidak" jawabnya. "Kapal ini akan menjadi lebih mahal tahun depan, lagipula, merupakan ide bagus untuk membeli sebuah kapal pada musim panas *ini*. Kita akan bisa menghabiskan lebih banyak waktu bersama anak-anak karena mereka bisa berski-air. Kita perlu menyibukkan anak-anak selama akhir pekan atau mereka akan menjadi masalah nantinya."

Irene sangat terpukul. "Tetapi Bob, kita tidak akan mampu sekarang ini. Masih banyak hal lain yang diperlukan di rumah," Bob tidak bereaksi. "Aku tidak percaya, Irene," Bob berkata, suaranya menjadi marah. "Tentunya kau peduli terhadap anak-anak kan? Kaulah yang selalu khawatir mengenai di mana mereka berada dan apa yang mereka kerjakan. Aku tidak pernah berpikir bahwa pada suatu hari aku akan melihat kau merampas waktu mereka untuk bersama-sama kita sebagai sebuah keluarga. Mereka perlu kapal ini juga!" Setelah dua hari yang tegang, Irene merasa dia tidak tahan lagi dengan situasi seperti ini. Dia tahu Bob akan terus begini entah

sampai kapan, dan anak-anak akan menjadi makin tertekan dengan situasi seperti ini. Akhirnya Irene menemukan cara pemecahannya. Dia akan kembali bekerja penuh, maka keadaan akan menjadi lebih baik.

Bob membeli kapalnya - dan sekarang dia menginginkan sebuah tempat untuk menambatkan kapalnya. Dia tahu ia akan berhasil bila menggunakan taktik yang sama.

Irene adalah korban pemerasan, sama seperti orang yang menerima pesan tuntutan dari penculik, atau ancaman langsung. Bahan utama dari pemerasan kriminal dan pemerasan emosional adalah sama.

Korban: rasa bertanggung jawab Irene terhadap keluarganya, cintanya kepada anak-anaknya, dan keinginannya untuk memelihara sebuah rumah yang bahagia adalah kelemahannya.

Pemeras: Bob tahu semua rahasia dan perasaan Irene karena hubungan mereka yang erat.

Tuntutan: Irene akan setuju untuk membeli sebuah kapal baru.

Ancaman: perasaan bersalah akan kontribusi terhadap penurunan kesehatan suaminya; membiarkan anak-anaknya bergaul dengan orang-orang yang tidak baik karena sikapnya yang egois dan mementingkan diri sendiri; terus-menerus mendapatkan tekanan di rumah.

Perlawanan: usaha Irene untuk menjelaskan bahwa permintaan Bob tidak mudah untuk dilaksanakan; dia menawarkan alternatif.

Memenuhi tuntutan: Irene akhirnya menyerah.

Kelanjutan: Taktik Bob yang berikutnya untuk mendapatkan sebuah tempat untuk menambatkan kapalnya karena dia tahu pemerasan ini bisa berhasil.

Pemerasan emosional merusakkan citra diri sang korban. Jika mereka terus menyerah pada sang pemeras, mereka akhirnya akan kehilangan kepercayaan diri dan selamanya dirampas kemampuannya untuk menuntut hak diri mereka sendiri. Mereka akan merasa terancam oleh perasaan ragu terhadap diri sendiri, takut dan perasaan bersalah, dan ini akan menyebabkan pemeras membuat tuntutan yang lebih parah.

Bagaimana Mengatasi Pemeras Emosional

Pemeras emosional biasanya tampak kuat dan tegas. Meskipun mereka memberi kesan bahwa mereka tahu apa yang mereka inginkan dan mereka siap untuk melakukan apa yang harus mereka lakukan untuk mendapatkan apa yang mereka inginkan, sebetulnya mereka tidak begitu.

Pemeras biasanya hanyalah penggertak. Mereka mempunyai citra diri yang buruk dan tidak bisa mengatasi penolakan. Mereka kekurangan rasa percaya diri untuk membicarakan situasi mereka dan mempertimbangkan pilihan yang ada dan sangat ketakutan kehilangan apa yang sudah mereka miliki. Mereka biasanya menuduh korban mereka egois, tidak perhatian atau mementingkan diri sendiri - semua hal yang sebenarnya mereka sendiri miliki. Dalam banyak hal, mereka seperti anak kecil yang nakal. Mereka membuat tuntutan mereka dan jika tidak segera terpenuhi, mereka akan marah-marah. Setiap kali orangtua menyerah pada anak-anak yang marah, mereka akan menuai hasil dari biji yang ditanam oleh pemeras emosional.

*Ingatlah selalu - pemeras emosional
adalah seperti penggertak atau anak-anak yang nakal
dan harus diperlakukan seperti layaknya penggertak atau anak nakal.*

Jika Anda merasa Anda adalah korban pemerasan emosional, maka penting bagi Anda untuk menentukan apakah Anda siap menjalani situasi ini atau apakah Anda akan melakukan sesuatu mengenainya. Orang akan selalu memperlakukan Anda sebagaimana Anda membiarkan mereka memperlakukan Anda. Jika Anda adalah korban, ini disebabkan Anda membiarkan diri Anda menjadi korban. Tetapi sebagaimana kelakuan pemeras dipelajari dalam suatu kurun waktu, kelakuan ini juga bisa diubah sejalan dengan waktu. Mengubah suatu kelakuan memerlukan komitmen dan waktu, maka Anda harus siap melewati jalan yang panjang dan melelahkan.

Hal pertama yang harus disadari adalah, para pemeras memerlukan persetujuan Anda mengenai sesuatu, jika tidak, mereka tidak akan meminta Anda untuk memperbolehkan mereka melakukan apa yang mereka inginkan. Maka dalam kenyataannya, sebenarnya Anda lah yang berkuasa. Tanpa persetujuan Anda, para pemeras tidak berdaya. Jika Anda menunjukkan kelemahan, Anda akan kehilangan kekuasaan tersebut. Jangan memohon kepada mereka agar tidak menyulitkan Anda, dan jangan mau menerima tuduhan apa pun dalam situasi ini. Jangan mencoba untuk mengerti bagaimana perasaan para pemeras. Selalu ingat bahwa *Andalah* yang diperas dan yang penting adalah bagaimana perasaan *Anda*. Jangan pernah mencoba untuk memeras balik.

Ketika tuntutan, ancaman dan tuduhan seorang pemeras mulai mengalir, sangatlah penting bagi Anda untuk siap dengan jawaban yang bisa digunakan. Anda mungkin tidak siap dengan jawaban-jawaban ini, maka berlatihlah sampai Anda mahir menggunakannya.

Apa yang Bisa Anda Katakan kepada Seorang Pemeras

"Yah, kalau itu pilihanmu."

"Aku menyesal kau memilih untuk merasa begitu."

"Jelas kau sedang marah, mari kita bicarakan pada saat kau sudah tidak marah."

"Yah, pendapatmu berbeda dengan pendapatku."

"Aku bisa melihat bahwa kau tidak senang, tetapi memang inilah yang terjadi."

"Aku rasa hal ini memerlukan banyak pertimbangan. Mari kita bicarakan nanti."

"Kita memandang masalah dengan cara yang berbeda."

"Kau mungkin benar. Mari kita pertimbangkan sebentar sebelum kita mengambil suatu keputusan."

"Jelas kau merasa kecewa, tetapi ini tidak bisa ditawarkan."

Penolakan untuk mengalah atau merundingkannya secara langsung, sangat mungkin menimbulkan suatu periode di mana pemeras menjadi diam atau merajuk. Di sinilah titik di mana biasanya para korban mengalah. Situasi ini harus dibicarakan pada akhirnya - tetapi hal ini hanya bisa dilakukan bila pemeras siap untuk membicarakan situasi ini secara dewasa dan rasional. Selama masa diam para pemeras, jangan mengeluh mengenai masalah ini, karena ini akan menyebabkan pemeras tahu bahwa Anda merasa frustrasi dan inilah yang memberi mereka kekuatan. Cukup katakan, "Aku mau membicarakannya pada saat kau siap."

*Hindari membalas ancaman,
hinaan atau menyerang
kelemahan sang pemeras.*

Sang pemerias akan merasa tidak berdaya dan putus asa tetapi tetap perlu untuk menyelamatkan muka, maka 'elus' mereka pada kebaikan mereka. Jika sampai pada suatu kompromi, tentukan batasan Anda dan bertahanlah. Jika sang pemerias membuat Anda merasa tidak nyaman, jangan terpancing untuk menuruti apa pun yang mereka katakan.

*Jangan bertengkar atau beradu mulut
dengan para pemerias -
latihlah mereka*

Dengan mempergunakan jawaban yang telah kita bicarakan, Anda dapat mengubah kelakuan sang pemerias. Para pemerias menghormati orang-orang yang bisa mempertahankan diri.

Ketika Sang Pemerias **Juga Tidak Tahu bahwa Ia Telah Menjadi Seorang Pemerias**

Kadang-kadang seorang pemerias mungkin tidak menyadari apa yang mereka lakukan. Jurnalis Afrika Selatan, Charlene Smith, menulis suatu buku yang hebat mengenai malam saat dia diperkosa di rumahnya sendiri dan bagaimana dia terus-menerus mendesak pihak yang terkait untuk menangkap si pelaku. Pada saat itu, Afrika Selatan menduduki tingkat statistik terburuk dalam perkosaan di dunia, yaitu dalam tiap 26 detik, seorang perempuan diperkosa. Perkosaan adalah topik yang paling tabu dibicarakan di negara tersebut dan hanya beberapa orang, terutama korban perempuan, yang mempuriyai keberanian untuk membicarakan apa yang terjadi.

Dalam bukunya, dia membicarakan efek buruk dari hal tersebut terhadap dirinya, bagaimana dia akhirnya keluar dari keadaan tersebut dan menjadi lebih kuat, dan bagaimana dia menjadi

panduan bagi begitu banyak perempuan lain yang mengalami trauma yang sama. Seorang perempuan yang meneleponnya, hanya mendapatkan sedikit simpati. Perempuan ini berhenti kuliah sebagai akibat dari perkosaannya dan menuntut suaminya untuk membeli sebuah rumah di daerah lain, dan berhenti merawat ketiga anak-anaknya dan rumahnya. Anak-anaknya memelihara diri sendiri, rumah menjadi terbengkalai dan suaminya tercabik-cabik oleh kesedihan dan frustrasi karena dia tidak mampu membantu istrinya. Ketika perempuan ini menghubungi Charlene, dia tertegun oleh sikap Charlene. Charlene dengan terus terang mengatakan kepada perempuan ini, bahwa dia telah menggunakan cara pemeriasan emosional untuk membuat keluarganya menderita, seperti dia telah menderita. "Kecenderungan Mary untuk mengasihani diri sendiri membuat dia menjadi budak dari orang yang telah menyerangnya," tulis Charlene dalam *Proud of Me*. "Dia meniru kelakuan kejam penyerangnya dengan cara yang berbeda. Pukulan mereka tampak jelas, pukulan yang dia lakukan terhadap keluarganya lebih mematikan, tetapi tidak tampak oleh mata telanjang."

*Korban dapat tanpa sadar meneruskan akibat
pemeriasan emosional kepada
anggota keluarga yang lain dan teman.*

Perempuan itu mungkin tidak menyadari bahwa dia secara emosional memerias keluarganya. Mudah untuk jatuh ke dalam peran pemerias, terutama karena suami dan anak-anaknya tidak bisa protes atau menyerang balik. Mereka diselimuti perasaan bersalah bahwa terjadinya perkosaan itu merupakan kesalahan mereka. Bagaimana seandainya suaminya berada di rumah malam itu? Bagaimana jika anak-anak tidak keluar malam itu? Mungkin perkosaan itu tidak akan

pernah terjadi. Rasa bersalah adalah senjata yang paling ampuh dari antara persediaan senjata-senjata sang pemeras. Rasa bersalah ini akan melumpuhkan korban.

Dalam posisi ini, lebih baik bagi korban pemeras untuk pergi keluar rumah dan mencari bantuan. Seorang teman yang bisa dipercaya dari perempuan itu bisa didekati untuk menjadi penengah. Seorang penasihat, ahli ilmu jiwa atau ahli pengobatan penyakit jiwa yang baik bisa juga dipanggil. Kadang-kadang seseorang yang berada di luar jangkauan emosi sang pemeras, dan tidak bisa dikungkung oleh ikatan emosional, diperlukan untuk membantu memecahkan lingkaran pemerasan mengasihani diri sendiri dan akhirnya penghancuran diri sendiri tersebut.

Bila Pemerasan Menjadi Hukuman Seumur Hidup

Ketika Anda menyerah pada tuntutan awal seorang pemeras, sebuah lingkaran yang tidak menyenangkan mungkin akan berkembang dan secara bertahap akan menjadi makin sulit untuk dihentikan. Sang pemeras pada akhirnya bisa menghancurkan sang korban secara emosional, kejiwaan dan keuangan.

Seorang perempuan yang kami kenal diganggu terus-menerus oleh tunangannya untuk ikut menandatangani hutang gabungan tunangannya. Sang tunangan memohon kepadanya untuk berperan sebagai penjamin untuk mendapatkan kredit sebuah mobil baru yang diperlukan untuk bekerja. Katanya, dia, seorang diri, tidak memiliki batas kredit yang memperbolehkan untuk mendapatkan kredit itu. Mula-mula perempuan ini menolak. "Tetapi kenapa tidak?" tanya tunangannya. "Kita di sini membicarakan mengenai menghabiskan sisa hidup kita bersama-sama. Jika kau merasa kau tidak bisa mempercayaiku untuk utang sesederhana ini, mungkin kita lebih baik putus saja sekarang!"

Pertengkaran ini berjalan sehari-hari. "Jika kau *benar-benar* mencintaiku, kau akan melakukan hal sederhana ini untukku," kata tunangannya. "Bukannya aku memintamu untuk mendapatkan hutang hanya untukku. Kita melakukan ini bersama dan ini adalah untuk masa depan kita berdua." Ia menggunakan "setelah masa-masa yang kita lewati bersama, paling tidak ini yang kuharapkan terjadi" sebagai senjata pamungkas untuk memaksa perempuan itu membutuhkan tanda tangan. Akhirnya, dibutakan oleh cinta dan ketakutan akan kehilangan pria tersebut, perempuan itu setuju untuk membubuhi tanda tangan di atas garis titik-titik tersebut. Kemudian ketika dia menyadari bahwa pria itu ternyata adalah orang yang tidak bertanggung jawab, penipu yang luar biasa yang tidak bisa mempertahankan pekerjaan apa pun lebih dari dua minggu, dan yang telah berhutang ke mana-mana, perempuan itu sudah terlambat.

Dengan menyerah pada sang pemeras, perempuan itu berakhir mempunyai hutang besar yang wajib dibayarnya dengan mencicil. Sedangkan tunangannya, sudah lama menghilang. Dan yang menyedihkan, dia sekarang selalu curiga pada pria mana pun yang mendekatinya.

*Ketika seorang pemeras
mengancam dengan menarik kembali cintanya,
banyak perempuan
dengan mudah menjadi korban.*

Bekas luka lama bisa juga disebabkan oleh orangtua. Terutama dalam komunitas petani, orangtua meletakkan tekanan yang sangat besar kepada putra tertua - atau putra bungsu, jika dia tampak lebih mudah menyerah - untuk tinggal di rumah, dan mengambil alih peitanian keluarga. Tetapi dia mungkin menginginkan masa depan

yang berbeda bagi dirinya sendiri. Dia mungkin ingin bepergian, untuk membuka usahanya sendiri, belajar berdagang atau mendaftar di sekolah teater. Jika dia menyerah pada pemerasan emosional dia akan selalu merasa terperangkap dan membenci orangtuanya.

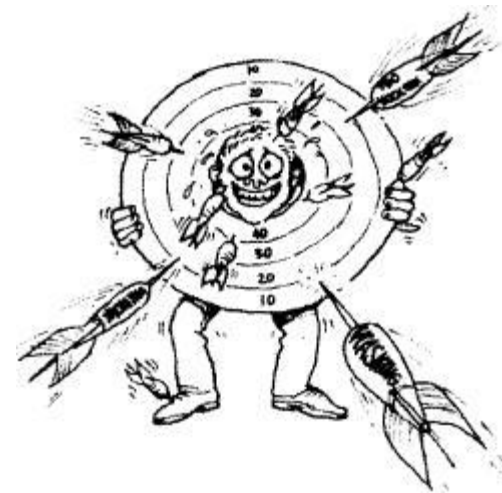
Pemerasan emosional terhadap anak perempuan cenderung mengambil bentuk yang berbeda. Kita semua pernah mendengar tentang perempuan-perempuan yang menghabiskan hidup mereka untuk merawat orangtua, melupakan kebahagiaan mereka sendiri karena merasa berkewajiban, terhadap ibu yang lemah atau ayah yang berkeras untuk membebani anak perempuan mereka dengan rasa bersalah bila anak perempuan mereka berpikir untuk pergi dan membangun hidupnya sendiri

Kapan pun pemerasan emosional terjadi, hal ini sangat tidak menyenangkan dan menjengkelkan. Jika Anda pernah berperan sebagai korban, Anda akan selalu terperangkap untuk memerankannya dan Anda hanya punya sedikit kesempatan untuk menemukan kegembiraan, cinta dan kebahagiaan hidup bebas dari rasa bersalah. Maka jika Anda menangis, pastikan Anda menangis dengan alasan yang benar.

Bab 4

Rahasia Utama Perempuan - Sistem Penilaian

Bagaimana hidup seminggu seorang pria dirusakkan



Seperti kebanyakan pria, Andy tidak pernah mendengar sistem penilaian rahasia perempuan. Dia pikir dia hanya mengerjakannya untuk Justine.

Sagi seluruh dunia Mark dan Kelly memiliki hidup yang sempurna. Mark mempunyai pekerjaan yang hebat, mereka memiliki rumah yang bagus, ketiga anak mereka semua berbahagia dan mempunyai keseimbangan hidup yang bagus, dan mereka berlibur keluar negeri setahun sekali.

Tetapi, di balik pintu yang tertutup, hubungan mereka sebenarnya sedang bermasalah. Meskipun mereka saling mencintai, mereka sama-sama bingung, jengkel dan putus asa akan pertengkaran-pertengkaran yang tampaknya selalu terjadi. Kelly kelihatan marah sepanjang waktu, sementara Mark bingung - dia benar-benar tidak mengerti apa yang terjadi.

Masalahnya adalah Mark, seperti pria lainnya, sama sekali tidak tahu bahwa Kelly menggunakan sistem penilaian perempuan untuk menilai perkawinan mereka.

Ketika pada suatu malam, timbul topik untuk melakukan perpisahan percobaan, mereka sama-sama setuju untuk membicarakan masalah mereka dengan seorang penasihat perkawinan. Kelly senang dengan ide mengunjungi seorang penasihat. Mark setuju, tetapi secara diam-diam dia merasa bahwa sebetulnya mereka seharusnya menyelesaikan masalah mereka di antara mereka sendiri. Di bawah adalah hal yang mereka kemukakan kepada penasihat tersebut :

Kelly: "Mark gila kerja. Dia melupakan aku dan anak-anak, dan dia tidak pernah melakukan apa pun untuk kami. Sepertinya kami tidak ada. Selalu bisnis, bisnis, bisnis, sementara kami terletak

di urutan paling bawah daftar prioritasnya. Aku bosan menjadi ibu dan ayah bagi analoanaku. Aku perlu seorang pria yang menginginkanku, menjagaku dan berpartisipasi dalam keluarga tanpa aku perlu mengomelnya untuk melakukannya.

Mark: (terkejut) "Aku tidak percaya akan apa yang kau katakan, Kelly ... apa maksudmu aku tidak menjagamu dan anak-anak? Lihat rumah kita yang indah, baju, perhiasan yang kau pakai, sekolah yang bagus untuk anak-anak ... Aku yang menyediakan itu semua untukmu dan anak-anak! Ya, aku memang bekerja keras, supaya kita semua bisa hidup seperti sekarang ini dan memiliki barang-barang bagus yang kita inginkan dalam hidup kita. Aku bekerja membanting tulang tiap minggu untukmu dan kau tidak menghargainya! Kau hanya mengomel"

Kelly: (marah) "Kau tidak mengerti kan, Mark? Aku rasa kau tidak akan pernah mengerti! Aku melakukan semuanya untukmu ... Aku memasak, membersihkan, mencuci, mengatur kehidupan sosialmu dan memastikan keluarga kita terawat ... Yang kau lakukan cuma bekerja. Kapan terakhir kali kau mengosongkan mesin cuci piring untukku? Tahukah kau bagaimana cara memakai mesin cuci? Katakan kapan terakhir kali kau mengajakku keluar untuk makan malam? Katakan kapan terakhir kali kau mengatakan padaku bahwa kau mencintaiku"

Mark: (terkejut) "Kelly ... kau tahu aku mencintaimu"

Kebanyakan pria sama sekali tidak tahu bahwa perempuan membuat catatan angka dari penampilan pasangan mereka dalam menjalin suatu hubungan. Kebanyakan pria bahkan tidak menyadari bahwa ada sistem penilaian ini dan gagal tanpa mengerti di mana kesalahan mereka. Angka yang didapat seorang pria dari pasangannya akan secara langsung memengaruhi kualitas hidupnya. Perempuan tidak

hanya menilai, perempuan juga memiliki catatan angka! Ketika seorang pria dan perempuan memutuskan untuk hidup bersama, mereka tidak pernah membicarakan secara terperinci apa yang akan disumbangkan oleh masing-masing pihak dalam hubungan mereka. Masing-masing pihak secara diam-diam berasumsi bahwa pihak yang lain akan tetap memberikan apa yang selama ini mereka berikan, akan tetap berkelakuan sama seperti kelakuan orangtua mereka, atau akan mengikuti peraturan kuno bahwa pria memotong rumput dan perempuan memasak.

Pria Hanya Melihat Gambar yang Besar

Pria lebih suka mundur dan melihat 'gambar yang besar' dan memberikan sumbangan besar dalam jumlah kecil, daripada terbenam dalam banyak sumbangan kecil yang tidak begitu penting. Contohnya, seorang pria mungkin tidak sering memberi pasangannya hadiah, tetapi, ketika dia memberikan hadiah, dia memberikan sesuatu yang besar. Sebaliknya, otak perempuan, terbentuk untuk memperhatikan hal-hal kecil dan perempuan membuat bermacam-macam keputusan kecil-kecil dari suatu hubungan yang rumit yang mempunyai banyak sisi. Seorang perempuan akan memberikan satu angka untuk tiap hal yang dikerjakan oleh pasangannya dalam hal hubungan mereka tanpa memperhatikan ukuran, dan dua atau lebih angka akan diberikan untuk pernyataan cinta yang intim.

Jika seorang pria membelikan pasangannya sekuntum bunga mawar, misalnya, perempuan akan memberinya satu angka. Jika dia membelikannya rangkaian bunga mawar yang terdiri dari enam kuntum mawar dia tetap mendapatkan satu angka. Tetapi jika dia membelikannya sekuntum mawar tiap minggu selama enam minggu, maka dia mendapat enam angka. Makna sekuntum mawar sangat

nyata bagi perempuan, sementara sebuah rangkaian mawar bisa dianggap sebagai hiasan untuk rumah. Hadiah rutin berupa sekuntum mawar menunjukkan dia selalu berada dalam benak pria tersebut. Hal yang sama bila seorang pria mencatat rumah, dia mendapat satu angka. Jika dia memungut pakaian kotornya atau mengatakan bahwa dia mencintainya, dia juga mendapat satu angka untuk masing-masing hal tersebut. Dengan kata lain, angka diberikan untuk jumlah kegiatan yang dilakukan, bukan karena ukuran, kualitas atau hasil dari suatu kegiatan. Jika pria membelikan perempuan mobil atau cincin berlian yang diimpikannya, dia pasti mendapat angka tambahan pada saat itu. Tetapi 95% dari semua angka yang diberikan dalam suatu hubungan antarpasangan adalah untuk hal-hal sehari-hari yang dilakukan atau tidak dilakukan. Sebenarnya yang benar-benar masuk hitungan bagi perempuan adalah apa yang dipikirkan.

*Perempuan memberikan satu angka
untuk tiap kegiatan atau hadiah,
tidak peduli akan ukurannya.
Jika pria memberlakukan sistem penilaian,
mereka akan memberikan angka
berdasarkan ukuran dari kegiatan atau hadiah tersebut.*

Kebanyakan pria sama sekali tidak tahu bagaimana perempuan menilai, karena pria hanya mengerjakan apa yang harus mereka kerjakan dalam menjalin hubungan dengan perempuan dan tidak secara sadar mempertimbangkan untuk mencatat angka. Bagi perempuan, mencatat angka adalah hal yang dikerjakan tanpa disadari, bukan melakukannya dengan penuh kesadaran, dan semua perempuan secara intuitif mengerti bagaimana cara kerjanya. Perbedaan inilah yang menjadi sebab dari banyak kesalahpahaman antara pria dan perempuan.

Perempuan adalah pencatat angka yang hebat dan mempunyai ingatan yang panjang yang dapat mengumpulkan angka selama bertahun-tahun. Perempuan tetap melakukan pekerjaan-pekerjaan bagi seorang pria karena mereka berasumsi bahwa, akhirnya angkanya akan berakhir seri. Perempuan secara diam-diam berasumsi bahwa pasangan mereka akan segera berterima kasih dan membalas dukungan yang mereka berikan.

Perempuan mencatat nilai dan tidak pernah lupa

Seorang pria tidak mengerti kapan angka yang didapat saat menjalin hubungan dengan seorang perempuan menjadi tidak seimbang. Seorang perempuan akan membiarkan angka tersebut mencapai 30 banding 1 sebelum dia mengeluh mengenainya. Dia kemudian akan menuduh pria tidak melakukan apa-apa dan pria akan merasa terkejut dan jengkel atas tuduhan tersebut. Pria tidak mengerti bahwa ada masalah. Karena jika seorang pria mencatat angka, dia tidak akan membiarkannya sampai sejauh ini. Begitu dia merasa bahwa angkanya adalah 3 banding 1, dia akan mengeluh bahwa dia memberi lebih dan dia ingin angkanya jadi seri.

Jika seorang pria mencatat angka, dia akan menilai dengan dasar makin besar kegiatan yang dilakukan atau hadiah yang diberikannya, makin banyak angka yang harus dia dapatkan. Dia akan menilai bahwa bekerja lima hari seminggu layak mendapat angka tiga puluh tetapi dari sudut pandang perempuan, angkanya hanya lima - satu untuk tiap hari dia bekerja. Seperti yang diketahui oleh kebanyakan perempuan, bagi pria ukuran besar kecil selalu menjadi masalah.

Bagi perempuan, bukan ukuran yang jadi masalah tapi frekuensi.

Percobaan Kami dengan Brian dan Lorraine

Brian adalah seorang broker keuangan yang bekerja menemui klien dalam waktu yang panjang dan membangun bisnisnya. Istrinya Lorraine merawat rumah dan kedua anak mereka. Mereka menggambarkan diri mereka sebagai pasangan yang bahagia, normal. Kami meminta mereka untuk mencatat kartu nilai harian selama 30 hari untuk sesuatu yang mereka anggap telah mereka lakukan dalam hubungan mereka dan untuk memberikan angka yang mereka anggap seharusnya mereka terima dari pihak yang lain. Satu angka akan diberikan untuk suatu hal yang kecil dan nilai maksimum 30 angka untuk suatu hal yang besar dalam hubungan mereka. Mereka juga harus mencatat nilai hukuman untuk hal-hal yang dikerjakan pasangan mereka yang dianggap menjengkelkan. Mereka tidak boleh membicarakan di antara mereka mengenai bagaimana atau kapan angka akan diberikan, atau kegiatan apa yang akan akan mendapat angka, jika ada angkanya.

Di bawah adalah sebagian rangkuman dari apa yang mereka dapatkan setelah 30 hari. Anda akan melihat bahwa keduanya tidak mendapat banyak angka hukuman. Kami menduga ada dua kemungkinan untuk ini: pasangan yang hidup bersama membentuk kecenderungan untuk mengabaikan atau menyaring hal buruk dari masing-masing pihak dan, ketika pasangan tersebut mengerjakan tes seperti ini, mereka sering kali berkelakuan sangat baik.

Bagaimana Angka Brian Selama Sebulan

Kegiatan Brian	Angka Brian	Angka Lorraine
Bekerja 5 hari seminggu	30	5
Menyetir ke rumah ibu mertua	5	1
Merangkaikan mainan pesawat anak	5	1

Pesta barbeque untuk teman	3	1
Memeriksa bunyi yang terjadi di malam hari	1	2
Mengisi oli mobil	2	1
Membersihkan daun di selokan	3	1
Membawa keluarga makan di Pizza Hut	2	1
Mencuci mobil	2	1
Bekerja lembur	5	1
Menyeimbangkan pH di kolam renang	2	1
Membawa anak-anak menonton sepakbola	3	2
Membaca majalah Komputer	2	0
Membuang bangkai tikus di kebun	2	1
Membeli cat untuk garasi	2	1
Menanam semak	2	1
Membawa keluarga berakhir pekan	3	1
Mengelem sepatu istri yang rusak	3	1
Membeli bunga/cokelat dan anggur	10	3
Menggantung lukisan di dinding	2	1
Membuang sampah	1	1
Membetulkan pegangan pintu	1	1
Mengatakan dia cantik	1	1
Memotong rumput	3	1
Membetulkan sepeda anak	2	1
Membetulkan speaker stereo	4	1

Angka yang Dicatat Lorraine Tapi yang Tidak Berada dalam Daftar Brian

Memberikan jaketnya kepadaku waktu udara dingin	3
Menurunkanku di depan pintu karena sedang hujan	2

Membuka pintu mobil untukku	2
Memanaskan mobil sebelum kupakai	2
Mengasah pisau	1
Memasukkan nomor telepon nama di 'speed dial'	1
Membukakan tutup toples yang sulit dibuka	1
Memuji masakanku	3

Apa yang Bisa Dilakukan Brian untuk Mendapatkan Angka Lebih

Memungut handuk basah	1
Mengupas sayuran	1
Menidurkan anak-anak lebih awal	2
Berbicara denganku dan bukannya menonton TV saat tiba di rumah	2
Mendengarkanku berbicara tanpa memotong dengan memberiku penyelesaiannya	6
Meneleponku untuk mengatakan bahwa dia akan pulang terlambat	3
Mengatur untuk pergi akhir minggu hanya berdua saja	10
Menawarkan untuk membersihkan dapur	2
Mengecilkan suara TV untuk berbicara denganku	2
Menelepon untuk mengatakan 'aku cinta padamu'	3
Merapikan tempat tidur	1
Bercukur sebelum bercinta	1
Memijat kepala dan kaki	3
Menciumku	1
Menciumku tanpa meraba-raba	3
Tidak mengganti-ganti saluran TV dengan <i>remote control</i>	2
Bergandengan tangan di depan umum	3
Membuatku merasa lebih diperhatikan daripada anak-anak	3

Pergi berbelanja denganku	5
Memberikan kartu yang romantis	4
Berdansa di dapur	2
Membuka bungkus mesin cuci piring	1
Menunjukkan perhatian waktu aku berbicara	3
Membawa pakaian kotor ke binatu	1
Mengatakan bahwa dia merindukanku	3
Menurunkan tempat duduk toilet	1

Daftar tersebut di atas menunjukkan beberapa hal: pertama, karena pria mempunyai otak yang berorientasi spasial maka mereka memberi angka lebih banyak untuk hal-hal yang berhubungan dengan fisik dan spasial dibanding perempuan. Misalnya, Brian memberi angka lima untuk dirinya sendiri karena telah membantu anak laki-lakinya merangkai sebuah mainan pesawat, tetapi Lorraine hanya memberinya angka satu. Bagi Brian, hal itu merupakan tugas yang sulit, perlu keahlian dan dia merasa bangga akan apa yang telah dia capai; bagi Lorraine itu hanya mainan. Perempuan biasanya memberi pria penghargaan sebesar satu angka untuk setiap pekerjaan rumah tangga yang dia kejakan tetapi akan memberi nilai lebih banyak untuk pekerjaan kecil, pribadi atau intim dibanding pekerjaan besar. Misalnya ketika Brian memuji masakan Lorraine, yang di masaknya suatu malam, Lorraine memberinya tiga angka tetapi Brian sama sekali tidak tahu bahwa dia mendapat angka. Sebenarnya dia tidak ingat mengatakan hal itu dan tidak menuliskannya dalam daftarnya. Bukannya Brian lupa akan hal itu; hanya saja tidak pernah terlintas dalam pikirannya bahwa memuji masakan seorang perempuan akan mendapat angka yang bagus. Ketika Brian membelikannya sebuah rangkaian bunga, cokelat dan sampanye, Brian pikir dia akan mendapat angka paling tidak 10 - sepertiga

dari angkanya untuk bekerja lima hari seminggu - karena barang-barang tersebut mahal, tetapi Lorraine hanya memberinya empat angka. Brian telah mendapat angka yang banyak untuk hal-hal sepele seperti 'memberikan jaket kepadaku pada saat udara dingin' tanpa dia menyadari bahwa dia mendapat nilai untuk hal sepele yang dia kerjakan. Brian hanya berpikir dia 'menjaganya'.

*"Mengapa kita tidak mencoba untuk berganti posisi malam ini?"
tanya seorang pria kepada seorang perempuan.
"Ide bagus!" jawab perempuan,
"Kau berdiri di tempat cuci piring di dapur
dan aku duduk di sofa dan kentut."*

Brian berpikir makin banyak dia bekerja, makin banyak angka yang dia dapatkan, tetapi bekerja di luar jam kerja sebenarnya berarti dia mempunyai waktu lebih sedikit di rumah untuk mengerjakan hal-hal kecil, maka dia malah kehilangan nilai. Brian berpikir dia mendapatkan uang lebih banyak untuk hidup yang lebih baik dan istrinya akan mengaguminya tetapi kenyataannya istrinya berpikir dia lebih memperhatikan pekerjaan daripada dirinya. Bekerja lembur mendapatkan nilai lima angka tiap malam, menurut Brian, tetapi Lorraine hanya memberinya angka satu. Jika dia menelepon Lorraine dari tempat kerja untuk mengatakan dia mencintainya dan merindukannya, dan telepon lagi waktu dia hampir tiba di rumah, dia akan mendapat paling tidak tiga angka. Seperti kebanyakan pria, Brian tidak menyadari kenyataan bahwa hal-hal kecil mempunyai arti yang besar bagi seorang perempuan, padahal mereka sering mendengar hal ini dari ibu atau nenek mereka.

Bagaimana Lorraine Menilai Kegiatan Bulanannya

Daftar kegiatan pribadi Lorraine empat kali lebih panjang daripada punya Brian. Dia menuliskan setiap kegiatannya dengan terperinci tetapi kebanyakan hanya memberikan angka-angka yang kecil. Menghisap debu, berbelanja kebutuhan sehari-hari, menyiram tanaman, urusan bank, merawat binatang peliharaan, membayar bon, mengirimkan kartu ucapan selamat ulang tahun, merencanakan kegiatan keluarga, memandikan anak-anak, membaca untuk anak-anak atau mendisiplinkan anak-anak masing-masing mendapatkan satu angka. Kegiatan berulang seperti memungut pakaian atau handuk basah yang berserakan di lantai, mencuci baju, memasak atau merapikan tempat tidur semua mendapat satu angka setiap kali Lorraine mengerjakannya. Brian tidak pernah melihat kegiatan rutin Lorraine karena dia lebih sering berada di tempat kerja, maka dia memberikan angka secara total - 30 angka, nilai yang sama untuk dirinya sendiri karena bekerja 50 jam seminggu. Lorraine menggaruk punggung Brian pada suatu malam dan Brian memberinya 3 angka dan Lorraine mengajak bercinta dalam dua kejadian, angkanya adalah 10 untuk tiap-tiap kejadian.

Nilai Hukuman

Nilai hukuman dikurangkan setiap kali salah satu melakukan sesuatu yang membuat pihak lain frustrasi atau jengkel.

Nilai Hukuman yang Dikenakan Lorraine kepada Brian :

Mengkritikku di hadapan teman-temannya	-6
Kentut waktu makan malam bersama temannya	-10
Menempel pada perempuan lain di pusat perbelanjaan	-5
Memaksa untuk bercinta waktu aku sedang tidak berminat	-6

Nilai hukuman yang dikenakan Brian kepada Lorraine :

Berbicara denganku waktu aku sedang nonton TV	-2
Bilang "tidak" waktu aku mau bercinta	-6
Mengomel	-5
Berbicara mengenai banyak hal pada saat bersamaan	-3

*"Aku tidak mengomel.
Aku secara terus-menerus mengingatkannya,
kalau tidak dia tidak akan pernah
menyelesaikan pekerjaannya."*

Keluhan Brian adalah mengenai hal-hal yang dilakukan atau tidak dilakukan Lorraine untuknya, sementara keluhan Lorraine lebih banyak mengenai hal yang dilakukan Brian di depan umum. Daftar tersebut juga menunjukkan bagaimana, bila seorang pria ingin bercinta tetapi perempuan tidak mau, kadar kemarahan yang dirasakan kedua belah pihak adalah sama.

*"Apa maksudmu aku menempel pada perempuan itu?" protes Brian.
"Dia menghalangi pandanganku!"*

Pada akhir percobaan, Brian memberi angka pada diri sendiri rata-rata 62 angka per minggu. Dia memberi Lorraine nilai rata-rata 60 per minggu, maka dia merasa bahagia nilai hubungan mereka seri. Lorraine menilai diri sendiri rata-rata 78 angka tetapi hanya memberi Brian nilai rata-rata per minggu 48 angka.

Reaksi Lorraine dan Brian

Lorraine merasa nilainya lebih banyak 30 dalam seminggu dibanding Brian. Ini menjelaskan kejengkelan yang bergolak dalam dirinya

selama tahun-tahun terakhir. Brian terpukul oleh hasil tersebut. Dia telah menjalani hubungan ini seakan-akan segala sesuatunya baik-baik saja dan dia tidak tahu bagaimana perasaan Lorraine, karena Lorraine tidak pernah mengatakan apa-apa. Dia merasa Lorraine menjauh darinya sejak anak terkecil mereka lahir setahun yang lalu dan berpikir itu karena Lorraine mempunyai lebih banyak pekerjaan dan merasa tertekan. Untuk membuat menjadi lebih mudah bagi Lorraine, Brian mulai bekerja lebih lama di malam hari untuk memberi Lorraine ruang dan agar dia bisa memberi Lorraine lebih banyak uang.

Bagi Brian dan Lorraine, percobaan ini membuka mata mereka. Apa yang diawali sebagai suatu tes yang sederhana dan menyenangkan untuk menunjukkan bagaimana pria dan perempuan yang menilai sesuatu secara berbeda, telah menjurus pada situasi yang parah. Lorraine berada di rumah merasa dikhianati dan marah dan Brian bekerja lebih lama, berpikir dia harus melakukan apa yang Lorraine inginkan untuk dilakukannya.

Solusi bagi Perempuan

Perempuan harus menerima kenyataan bahwa otak pria terprogram untuk melihat gambaran yang besar, dan bahwa pria percaya mereka akan mendapat angka lebih banyak bila mengerjakan hal-hal yang lebih besar. Dengan cara ini, perempuan tidak perlu merasa marah jika nilai pria lebih rendah. Perempuan juga harus mendorong pria untuk mengerjakan hal-hal kecil yang mereka sukai dalam menjalin suatu hubungan, dan memberi pria penghargaan ketika dia melakukannya.

Semua pria sama.
Mereka *cuma punya wajah yang berbeda*
supaya Anda bisa membedakannya.
Marilyn Monroe

Pria tidak terprogram untuk menawarkan bantuan, dukungan atau nasihat kecuali jika seseorang secara khusus memintanya, karena dari sudut pandang pria, hal ini dilihat sebagai bahwa dia menilai orang itu tidak mampu. Beginilah yang terjadi di dunia pria - mereka menunggumu untuk meminta. Jika Anda tidak minta, mereka akan menganggap nilainya seri, maka berarti hubungan pastilah berjalan dengan baik. Pria mempunyai ingatan yang pendek.

Mereka akan melupakan hal-hal positif yang mereka lakukan untukmu minggu lalu tetapi juga melupakan hal-hal positif yang Anda lakukan untuk mereka. Perempuan selalu ingat. Jangan pernah berasumsi bahwa seorang pria mengerti bagaimana perempuan memberi nilai; ini adalah konsep yang tidak dikenal oleh mereka, ayah mereka, saudara laki-laki dan anak laki-laki mereka. Banyak hal yang pria kerjakan, tidak masuk hitungan dalam daftar mereka karena mereka mengerjakannya tanpa berpikir bahwa mereka akan mendapat angka karena mengerjakannya.

Solusi bagi Pria

Perempuan tidak hanya menilai, mereka juga mengumpulkan angka dalam waktu yang panjang dan tidak pernah lupa. Dia akan mengatakan tidak pada seks pada suatu hari karena kau berteriak kepada ibunya dua bulan yang lalu. Ketika seorang perempuan merasa nilai yang diberikan kepadamu lebih tinggi, dia tidak akan mungkin mengutarakannya. Bila terjadi defisit seperti ini, dia akan menjauh, marah dan kehidupan percintaanmu akan pudar. Jika hal ini terjadi,

pria harus bertanya kepadanya apa yang dia inginkan untuk dilakukan. Ingat bahwa seorang perempuan memberi satu angka untuk setiap kegiatan yang dilakukan pria dan pria menerima angka yang lebih bagus untuk hal-hal sepele yang menyangkut dukungan emosional. Membawakan bunga, memuji penampilannya, memungut barang-barangnya sendiri, membantu mencuci piring dan memakai pewangi mulut juga sama nilainya, kadang-kadang malah lebih, dibanding membawa pulang cek gaji atau mencat rumah. Hal ini tidak berarti bahwa pria tidak perlu bekerja keras. Tetapi jika dia bisa mengingat bagaimana partnernya memberi nilai pada hal-hal tersebut dan berusaha untuk mengerjakan hal-hal kecil, kualitas hidupnya akan meningkat secara dramatis.

Kerjakan Tesnya Sekarang

Bersama dengan pasanganmu, berilah angka dan catat semua hal yang dikejutkannya dalam hidup bersama kalian selama sepuluh hari seperti yang dilakukan Brian dan Lorraine. Evaluasi hasilnya dan Anda bisa menggunakannya sebagai patokan untuk pendekatan terhadap hubungan kalian, yang akan memberimu lebih banyak kebahagiaan daripada yang pernah Anda bayangkan. Perbedaan nilai kurang dari 15% menunjukkan hubungan yang cukup seimbang, di mana tidak ada pihak yang merasa marah atau dimanfaatkan. Perbedaan antara 15% - 30% menunjukkan adanya cukup banyak kesalahpahaman yang bisa menimbulkan tekanan, dan lebih dari 30% berarti ada seseorang yang merasa tidak bahagia dalam menjalin hubungan ini.

Pihak yang mendapat nilai negatif perlu untuk menyeimbangkan nilai mereka dengan melakukan hal yang diinginkan pasangannya untuk menyeimbangkan nilai dan mengurangi tekanan.

Kesimpulan

Mendapatkan banyak nilai tidak membutuhkan usaha yang lebih daripada apa yang sekarang Anda lakukan. Hanyalah masalah mengerti bagaimana orang lain menilai sesuatu dan mengubah pendekatanmu. Sistem penilaian yang digunakan oleh lawan jenis Anda tidaklah lebih baik atau lebih buruk daripada sistem Anda, hanya berbeda saja. Perempuan mengerti akan hal ini, tetapi kebanyakan pria tidak menyadari hal ini sampai hal ini ditunjukkan kepadanya. Ketika kami meminta Brian dan Lorraine untuk ikut dalam percobaan ini, Lorraine mengerti dengan tepat yang yang kami inginkan. Reaksi Brian adalah, "Huh? Penilaian? Mengenai apa?" Seperti kebanyakan pria, dia tidak pernah tahu bahwa perempuan menyimpan lembaran nilai. Ketika seorang pria dan perempuan bertengkar, kalimat yang paling sering digunakan perempuan adalah, "Setelah segala apa yang kulakukan untukmu! Kau ini malas tidak pernah melakukan apa-apa untuk membantuku!"

Lakukanlah tes penilaian ini dari waktu ke waktu pada saat hubungan Anda berubah arah, untuk mengetahui bahwa angka yang ada seri. Suatu pasangan akan menilai secara berbeda ketika mereka mempunyai tanggung jawab yang tidak banyak daripada ketika mereka mempunyai tanggungan hutang, tiga anak dan seekor anjing.

Akhirnya, salah satu dari pria pembaca kami yang melakukan tes ini mengirim pada kami contoh di bawah ini bagaimana seorang perempuan bisa menghadihi atau mengurangi angka kartu angka cinta Anda sehari-hari.

Kpd Yth. Barbara dan Allan,

Melakukan tes ini secara total mengubah hubunganku dengan teman perempuanku. Hubungan kami sekarang menjadi lebih baik daripada yang kami alami selama tiga tahun kami bersama dan

aku mau berbagi pengalaman mengenai bagaimana perempuan memberi nilai.

Terima kasih

Jack yang berbahagia

Tugas Rumah Tangga Sehari-hari

Kau mengeluarkan sampah	+1
Kau mengeluarkan sampah pukul 4.30 pagi pada saat truk sampah baru saja lewat	-1
Kau memasukkan piring kotor ke mesin cuci piring setiap kali selesai memakai piring	+1
Kau meninggalkan piring kotor di bak cuci	-1
Kau meninggalkan piring kotor di bawah tempat tidur	-3
Kau tidak menurunkan tempat duduk toilet	-1
Kau membiarkan tempat duduk toilet berdiri di tengah malam (dan ia hamil)	-10
Kau mengencingi tempat duduk toilet	-5
Kau buang air di sembarang tempat	-7
Kau mengganti tisu pada saat tisu habis	0
Pada saat tisu toilet habis, kau menggunakan tisu saputangan	-1
Pada saat tisu saputangan juga habis, kau melompat-lompat dengan celana melorot ke kamar mandi sebelah	-2
Kau tidak mengangin-anginkan kamar mandi	-1
Kau merapikan tempat tidur	+1
Kau merapikan tempat tidur tapi lupa memasang bantal hias	0
Kau menutupi selimut kusut dengan tutup tempat tidur	-1
Kau kentut di tempat tidur	-5
Kau memastikan ada cukup banyak bensin dalam mobil	+1
Bensin dalam mobil hampir tidak cukup untuk pergi ke pompa bensin terdekat	-1

Kau memeriksa suara-suara aneh di malam hari dan tidak ada apa-apa	+1
Kau memeriksa suara-suara aneh di malam hari dan ada apa-apa	-4
Kau memukulnya dengan besi	+10
Ternyata ayahnya	-10
Kegiatan sosial	
Kau tinggal di sisinya selama pesta	+5
Kau tinggal bersamanya sebentar, kemudian pergi mengobrol dengan seorang kawan lama	-2
Namanya Charlotte	-9
Pada saat berkumpul bersama para tamu kau menggandeng tangannya dan memandangnya dengan penuh cinta	+4
Ketika berkumpul, kau memperkenalkannya sebagai "masalah dan percekcoakan" dan menepuk bokongnya	-5
Hadiah	
Kau membelikan bunga, tetapi hanya saat diharapkan	0
Kau tidak membelikannya bunga ketika diharapkan	-10
Kau membelikannya bunga sebagai kejutan	+5
Kau memberinya bunga liar yang kau petik sendiri	+10
Ia mencium bunganya dan disengat lebah Afrika	-25
Menyetir	
Kau menghilangkan penunjuk arah	-4
Kau menghilangkan penunjuk arah dan tersesat	-10
Kau tersesat di tempat tidak aman	-15

Kau bertemu dengan orang-orang di tempat yang tidak aman tersebut	-25
Dia mendapati bahwa kau bebohong mengenai memiliki sabuk hitam	-60

Memecahkan Tujuh Misteri Besar Mengenai Pria



Para pria sedang membicarakan perjalanan memancing mereka yang terakhir.

Para perempuan membicarakan hal-hal lain.



engikuti sukses *Mengapa Pria Tidak Mendengarkan Dan Perempuan Tidak Bisa Baca Peta*, kami dibanjiri surat dan e-mail dari para perempuan yang meminta lebih banyak informasi mengenai perbedaan di antara kedua jenis kelamin. Di bawah adalah tujuh pertanyaan yang paling sering ditanyakan :

1. Mengapa pria tidak tahu banyak mengenai kehidupan teman-teman mereka?
2. Mengapa pria selalu menghindari komitmen
3. Mengapa pria merasa harus benar mengenai semua hal
4. Mengapa pria dewasa begitu menyukai mainan 'anak laki-laki'
5. Mengapa pria kelihatannya hanya bisa mengerjakan satu hal pada suatu saat
6. Mengapa pria begitu kecanduan pada olahraga
7. Apa yang dibicarakan para pria di toilet umum

Masalahnya bagi perempuan adalah mereka mencoba untuk menganalisis kelakuan pria dari sudut pandang perempuan. Sebagai akibatnya, kelakuan pria menjadi mengherankan. Tetapi kenyataannya adalah pria bukan tidak logis, mereka hanya bekerja dengan cara yang berbeda dari perempuan

- I. Mengapa Pria Tidak Tahu Banyak Mengenai Kehidupan Teman-teman Mereka?

Julian sudah setahun tidak bertemu dengan Ralph, maka mereka setuju untuk menghabiskan sehari bersama di tempat main golf. Ketika Julian tiba di rumah sore harinya, istrinya Hannah sangat

ingin mendengarkan bagaimana pertemuan mereka :

Hannah: "Bagaimana harimu?"

Julian: "Baik."

Hannay: "Bagaimana Ralph?"

Julian: "Baik."

Hannah: "Bagaimana perasaan istrinya setelah keluar dari rumah sakit minggu lalu?"

Julian: "Aku tidak tahu - dia tidak bilang apa-apa."

Hannay: "Dia tidak bilang? Maksudmu kau tidak tanya?"

Julian: "Yah, tidak, tetapi jika ada masalah, aku yakin dia akan mengatakannya kepadaku."

Hannah: "Jadi ... bagaimana anak perempuan mereka dengan suami barunya?"

Julian: "Ah ... dia tidak bilang"

Hannah: "Apakah ibu Ralph masih menjalani kemoterapi?"

Julian: "Ummm ... aku tidak yakin"

Dan begitu seterusnya. Julian tahu berapa pukulan yang mereka masing-masing lakukan, dia ingat masalah di bunker, *hole-in-one* yang hampir dia dapatkan dan lelucon mengenai biarawati dan anak ayam karet, tetapi dia hampir tidak tahu apa-apa mengenai istri Ralph, anak-anaknya dan keluarganya. Dia tahu mengenai masalah Ralph berjuang melawan pemerintahan daerah mengenai rencana bangunannya, pembuatan dan model mobil yang diinginkan Ralph, dan perjalanan keluar riegery Ralph yang terakhir untuk menutup sebuah transaksi. Tetapi dia tidak tahu apa-apa mengenai anak perempuan bungsu Ralph yang sekarang tinggal di Bangkok, atau bahwa saudara laki-laki Ralph terdiagnosa menderita Parkinson atau

bahwa istri Ralph dinominasikan sebagai warga negara terbaik tahun ini di komunitas lokal mereka. Sebaliknya, dia sekarang mempunyai cadangan banyak lelucon baru.

*Seorang pria akan mengetahui semua lelucon bogus
yang diceritakan temannya
tetapi tidak menyadari bahwa temannya itu
sudah berpisah dengan istrinya.*

Jika seorang pria pergi minum dengan temannya selama satu jam atau lebih sepulangnya dari kerja, perempuan menjadi sangat heran bahwa dia pulang dengan mengetahui hanya sedikit sekali atau bahkan tidak tahu apa-apa mengenai kehidupan pribadi masing-masing. Hal ini adalah karena pria menggunakan semua aktivitas tersebut sebagai suatu bentuk 'berdiang'. Mereka menghabiskan waktu berjam-jam bersama untuk memancing, bermain golf, bermain kartu atau menonton sepakbola, tanpa berbicara banyak. Ketika mereka berbicara, adalah mengenai kenyataan - akibat penyelesaian masalah atau jawaban terhadap suatu pertanyaan - atau bertukar informasi mengenai beberapa hal dan proses. Tetapi mereka jarang sekali mendiskusikan orang-orang dan emosi mereka. Pria mempunyai otak 'hasil akhir' yang biasanya tidak menyadari perasaan atau emosi.

Sebuah studi yang dilakukan di University of Leeds menyelidiki alasan mengapa pria pergi ke bar untuk minum setelah pulang kerja-

Mengapa pria pergi 'minum'

9,5% pergi untuk minum alkohol

5,5% pergi untuk bertemu dengan perempuan

85% pergi untuk melepaskan stres

Pria melepaskan stres dengan membebaskan otak dari hal tersebut

dan berpikir mengenai hal lain. Inilah sebabnya mengapa pria pergi minum, hal ini disebut 'minum dengan tenang' - tidak ada perlunya berbicara jika kau tidak mau.

***Jika seorang pria sedang bersama temannya
dan tidak berbicara,
tidak berarti mereka telah bertengkar;
dia hanya sedang 'berdiang'.***

Pria tidak mengharapkan pria lain untuk berbicara banyak dan mereka tidak pernah bersikeras untuk berbincang-bincang. Ketika salah satu dari mereka sedang 'berdiang' dengan segelas minuman di tangannya, pria lain akan secara intuitif mengerti, dan akan membiarkannya. Mereka tidak pernah memaksanya untuk berbicara. Tidak ada yang akan berkata, "Ceritakanlah mengenai harimu Siapa yang kau temui dan mereka seperti apa?" Ketika mereka berbicara, pria membicarakan pekerjaan, olahraga, mobil dan hal-hal yang berhubungan dengan spasial. Mereka berbicara bergiliran karena otak mereka terbentuk entah untuk berbicara entah untuk mendengarkan. Tidak seperti perempuan, yang bisa mengerjakan kedua-duanya bersamaan.

Solusi

Pria merasa sulit untuk mengerti mengapa seorang perempuan ingin tahu semua seluk-beluk mengenai kehidupan teman atau kenalannya, karena jika temannya ingin dia mengetahui sesuatu, mereka akan mengatakannya sendiri. Bukannya pria tidak tertarik kepada teman, dia hanya ingin tahu kenyataan akhir dan hasilnya. Satu-satunya saat di mana pria berbicara satu sama lain mengenai seluk-beluk pribadi adalah pada saat dia tidak dapat menyelesaikan

masalahnya dan kemudian sebagai usaha terakhir yang dilakukannya, dia akan bertanya kepada temannya untuk mendapatkan nasihat.

Maka, jika Anda ingin informasi mengenai kesehatan, karir, hubungan atau di mana keberadaan anggota keluarga dari lingkungan sosial Anda, jangan pernah bergantung pada pria untuk mendapatkan jawabannya, tanyalah pada perempuan. Pria bertemu dengan sesamanya untuk membicarakan akibat dan penyelesaian dan melepaskan stres. Mereka jarang bertanya mengenai hal-hal pribadi.

2. Mengapa Pria Menghindari Komitmen?

Komitmen: *kata kerja, perempuan:* suatu keinginan untuk menikah dan membentuk keluarga; *kata kerja, pria:* tidak berusaha untuk berbicara dengan perempuan lain bila sedang bepergian dengan istri atau teman perempuan

Studi Kasus: Geoff dan Sally

Jodie berpikir bahwa Geoff dan Sally akan menjadi sebuah pasangan yang hebat maka dia mengatur agar mereka berkencan.

Mereka melewati malam yang menyenangkan, bertukar nomor telepon dan berencana untuk bertemu lagi. Keesokan harinya, Sally menelepon Jodie dan berterima kasih kepadanya karena telah memperkenalkan mereka dan berkata bahwa dia benar-benar menyukai Geoff dan ingin mengenalnya lebih baik. Malam itu, Geoff juga menelepon Jodie dan mengatakan hal yang sama mengenai Sally.

Ketika Geoff menutup telepon, Jodie segera menelepon Sally dan mengulang apa yang dikatakan Geoff. Ini merupakan tanda bahwa Sally perlu memulai proses lebih mengenai Geoff dan mengawali sebuah hubungan, maka akhir minggu berikutnya, Sally

mengundang Geoff untuk pergi ke pantai bersamanya kemudian makan malam. Geoff dengan gembira menerima tawaran ini. Mereka pergi bersama lagi selama tiga akhir minggu berturut-turut dan pergi menonton bioskop satu atau dua kali seminggu. Bagi Sally, waktu yang telah berlalu menandakan bahwa mereka sekarang sudah menjalin hubungan. Dia tidak pergi dengan orang lain selain Geoff, meskipun mereka tidak pernah membicarakan suatu hubungan yang khusus.

Cerita Geoff

Sebulan telah berlalu tetapi Geoff sama sekali tidak punya pikiran bahwa dia sebenarnya sedang menjalin suatu hubungan, karena hal ini tidak pernah dibicarakan. Beginilah cara otak pria bekerja. Otak pria tidak mengerti konsep mengenai menjalin hubungan seperti yang dimengerti oleh perempuan.

Geoff memutuskan untuk membawa Mary ke pesta pernikahan teman baiknya. Mary selalu menjadi pusat perhatian dalam acara berkumpul bersama - seseorang yang benar-benar menyenangkan - dan Geoff sudah berbulan-bulan tidak bertemu dengannya. Dalam pesta tersebut mereka sedang bersenang-senang ketika Geoff melihat Jodie. Geoff segera pergi menemuinya dan memperkenalkan Mary. Jodie tampak agak dingin terhadap mereka dan Geoff merasa bahwa Jodie tidak menyukai Mary. Ini membuatnya heran karena Mary adalah orang yang menyenangkan dan semua orang menyukainya. Tetapi dia tidak memikirkan hal ini lagi.

Cerita Jodie

Jodie sangat terkejut karena Geoff tidak mengajak Sally ke pesta. Malah membawa seorang bermulut besar bernama Mary. Jodie tahu

bahwa, daripada Sally mendengarnya dari gosip, lebih baik dia yang mengatakan kepadanya, dan dia benar-benar tidak suka melakukan ini. Dapat dibayangkan, hal ini tidak berjalan baik. Sally menelepon Geoff dan memintanya untuk datang menemuinya sore itu. Geoff merasa ada yang tidak beres, tetapi tidak bisa membayangkan mengenai apa.

Pertikaian

Geoff tiba di tempat Sally, berharap untuk bertemu Sally lagi, berharap dia mungkin memasak masakan kesukaannya. Tetapi, ketika Sally membulca pintu, dia bisa melihat bahwa Sally baru saja menangis dan sedang marah dengannya. "Bagaimana kau bisa melakukan hal ini kepadaku?" tanya Sally, "... di hadapan teman-teman kita lagi! Sudah berapa lama kau berhubungan dengannya? Apakah kau mencintainya? Apakah kau tidur dengannya? Jawab aku!" Geoff tidak percaya akan apa yang didengarnya. Dia tidak bisa berkata-kata.

Geoff menghabiskan tiga jam berikutnya mencoba untuk menyelesaikan masalah ini dengan Sally, apa pun masalahnya. Dia menjelaskan bahwa dia tidak pernah menyadari bahwa mereka adalah pasangan secara khusus - dia pikir Sally juga bertemu dengan beberapa pria lain, tidak hanya dia. Inilah saat pertama kali mereka membicarakan perasaan mereka dan emosi mereka dan keduanya menyadari bahwa mereka masing-masing menuju arah yang sama sekali berbeda.

Sally ingin sebuah janji Geoff. Tetapi Geoff tidak siap memberikannya. Dia menginginkan kebebasannya. Mereka memutuskan mereka akan tetap berteman tetapi bukan lagi kekasih... yah, inilah keputusan Sally. Geoff pikir Sally mungkin sedang mengalami

'tekanan menjelang menstruasi' dan akan segera sembuh sebelum akhir minggu

Perempuan sering tidak bisa mengerti akan cara seorang pria begitu setia, hampir pada tingkat pemujaan, pada sebuah kelompok olahraga, tetapi sangat jarang bisa menanamkan jumlah energi emosi yang sama dalam sebuah hubungan. Seorang pria akan sering kali menahan emosi dan perasaannya terhadap perempuan yang dicintainya, tetapi bisa menjadi sangat emosional dan bernaafsu ketika tim favoritnya sedang main - terutama jika mereka sedang kalah. Bagaimana seorang pria bisa menjadi begitu penuh dedikasi dan setia kepada sekelompok olahragawan berbadan besar, tidak terlalu pandai, orang biasa yang tidak pernah ditemuinya dan yang tidak akan peduli kepadanya. Tetapi tidak bisa mempunyai perasaan memuja yang sama terhadap pasangan perempuannya?

Hampir sepanjang keberadaan manusia, pria berpoligami dengan alasan untuk bertahan hidup. Jumlah pria selalu tidak cukup banyak karena sebagian besar terbunuh selama berburu atau berperang, maka sangat masuk akal bagi mereka yang berhasil bertahan hidup untuk mengambil janda-janda dan memasukkan mereka ke dalam haremnya. Ini juga memberi pria kesempatan yang lebih besar untuk meneruskan gen mereka. Dari sudut pandang mempertahankan hidup suatu spesies, masuk akal bagi seorang pria untuk memiliki sepuluh atau dua puluh perempuan, tetapi tidak masuk akal bagi seorang perempuan untuk memiliki sepuluh atau dua puluh pria karena dia hanya bisa mengandung seorang anak pada satu saat. Hanya 3% dari spesies binatang, misalnya rubah dan angsa yang bermonogami. Jantan dan betina mempunyai ukuran dan warna yang sama sehingga sulit membedakan antara jantan dan betina. Otak dari kebanyakan spesies jantan, termasuk manusia, tidak

terbentuk untuk bermonogami. Inilah sebabnya mengapa pria akan menunda selama mungkin untuk membentuk sebuah ikatan dengan hanya seorang perempuan dan mengapa begitu banyak pria kesulitan untuk bermonogami dalam suatu hubungan. Tetapi kita berbeda dengan spesies yang lain, otak bagian depan kita lebih berkembang, yang membuat kita bisa membuat keputusan mengenai apa yang mau atau tidak mau kita kerjakan, maka tidak akan pernah cukup bagi seorang pria yang menyeleweng untuk memberi alasan bahwa mereka tidak bisa menahan diri. Mereka selalu mempunyai pilihan. Bagi seorang perempuan, menjadi terikat, paling sedikit sampai anak-anak mereka tercukupi, sudah terbentuk dalam jiwa mereka.

*Jika Anda ingin seorang pria yang terikat -
carilah di rumah sakit jiwa - MAE WEST*

Pengertian perempuan adalah, jika seorang perempuan pergi dengan seorang pria untuk sementara waktu dan mereka masing-masing tidak berkencan dengan orang lain, maka sebuah hubungan terjalin. Tetapi bagi kebanyakan pria, seperti Geoff, ini adalah konsep yang asing. Ketika Sally meraung, "Apa yang sedang dia pikirkan?" Jawabannya adalah: dia tidak sedang berpikir sama sekali.

Apa yang **Dipikirkan Kebanyakan Pria**

Merupakan tema yang umum bahwa teman pria dari seorang pria akan menertawakan bahwa hubungan permanennya dengan seorang perempuan atau perkawinan adalah tanda yang nyata bahwa kehidupan pribadi pria malang tersebut, seperti yang sekarang dijalannya, hampir berlalu. "Sekali kau terikat, dia akan mengendalikan dirimu sepenuhnya," begitulah mereka akan menertawakannya. "Katakan selamat tinggal kepada separuh rumahmu dan 90%

kehidupan seksmu!" Mereka akan tertawa. Dan kemudian ada juga peringatan biasanya datang dari pria bujangan, "Kau akan memerlukan izin untuk bersin sekarang, karena dia sudah memborgolmu." Salah satu dari lelucon yang paling banyak dilakukan pada seorang calon pengantin pria adalah teman-temannya akan menuliskan kata TOLONG pada sol sepatu yang akan dipakai pengantin pria. Kebanyakan pria akan menghindari komitmen dalam suatu hubungan karena mereka merasa seorang perempuan akan mengambil alih kebebasan mereka dan mereka akan menjadi lemah dan tidak berdaya. Reaksi seorang pria terhadap hal ini sering kali adalah tidak membicarakan komitmen dengan seorang perempuan atau malah melakukan kebalikan dari apa yang diinginkan oleh perempuan itu.

Sementara banyak pria mengatakan bahwa komitmen berarti mereka akan kehilangan kebebasan mereka, sangatlah sulit mengerti dengan tepat apa sebenarnya yang dimaksud dengan kebebasan yang mereka bicarakan. Pada saat Anda benar-benar mendesaknya, mereka akan berbicara mengenai kebebasan datang dan pergi semaunya, tidak berbicara bila dia sedang tidak ingin, tidak pernah harus menjelaskan kegiatan atau kelakuan mereka, dan kebebasan untuk memiliki sebanyak mungkin perempuan yang diinginkan. Tetapi pada saat yang sama, mereka ingin cinta, ingin dipelihara dan banyak seks. Pendeknya, mereka mau semua - dan berapa banyak pria saat ini yang bisa mengatakan bahwa dia mendapatkan apa yang diinginkannya, bukannya kehilangan itu semua? Cara hidup seperti ini mungkin pernah terjadi pada zaman kuno di harem orang-orang Arab dan masih dijalankan pada beberapa kebudayaan primitif, tetapi kebanyakan pria zaman sekarang mempunyai kesempatan yang kecil sekali untuk merasakan hidup seperti itu bahkan meskipun hanya mencoba.

Satu-satunya cara untuk menikmati hidup dengan kebebasan sempurna adalah dengan hidup sendirian di pulau gurun pasir di mana tidak ada peraturan sama sekali. Menjalin suatu hubungan sama seperti mendapatkan surat izin mengemudi. Jika Anda ingin menjadi seorang pengendara kendaraan bermotor Anda harus belajar peraturan berlalu lintas dan mengikuti peraturan tersebut - bila tidak, Anda akan selamanya menjadi seorang pejalan kaki. Sebuah hubungan hanyalah suatu negosiasi dengan peraturan - jika Anda ingin mendapatkan cinta, persahabatan, seks dan seseorang yang akan mengasuh Anda, Anda harus menawarkan sesuatu sebagai gantinya. Anda tidak bisa mendapatkan semuanya tanpa memberi sesuatu sebagai imbalannya. Apa yang diharapkan seorang perempuan sebagai imbalan adalah cinta, pengabdian dan kesetiaan. Hal terakhir yang akan timbul dalam pikiran mereka adalah mengambil kebebasan seorang pria.

Solusi

Konsep untuk menjalin suatu hubungan yang berpotensi untuk menjadi permanen, sama sekali tidak terpikir oleh Geoff. Ketika seorang perempuan merasa bahwa seorang pria menderita fobia komitmen, perempuan ini perlu dengan jelas mengatakan kepadanya bahwa dia sudah berada dalam suatu hubungan. Misalnya, dia bisa menceritakan sebuah lelucon mengenai, karena pria itu sudah berada dalam suatu hubungan, membuatnya secangkir kopi, atau dia bisa berbicara mengenai betapa bahagiannya berhubungan seks kemudian terbangun dan mendapatkan mereka sedang berdua, karena mereka mempunyai suatu hubungan. Perempuan ini harus belajar untuk berterus terang dan terbuka, daripada hanya memberi petunjuk sambil berharap pria bisa mengerti apa yang dia maksud. Karena

seperti yang terjadi pada Geoff, kadang-kadang dia akhirnya masih juga tidak mengerti. Bukan hanya karena pria bukan pembaca pikiran yang baik, tetapi juga karena kebanyakan dari mereka tidak peka terhadap pikiran seorang perempuan. Ingat, pria berevolusi dari seorang pemburu binatang dan berperang melawan musuh, bukan berusaha untuk mengerti mereka atau peka terhadap apa yang mereka perlukan.

Maka, jangan pernah berasumsi bahwa Anda berada dalam sebuah hubungan tanpa membicarakannya terlebih dahulu. Pria tidak bisa membaca pikiran maka seorang perempuan harus bertanya bagaimana perasaan pria tersebut terhadapnya dan ke arah mana pria menginginkan hubungan ini. Pria biasanya langsung dan akan memberitahu seorang perempuan apakah mereka ingin suatu hubungan yang eksklusif atau tidak. Keterusterangan pria berarti sebagai tanda menghormati, maka jika seorang perempuan menginginkan komitmen, dia harus memintanya, bukan hanya mengharapkannya.

Tetapi ada batasan berapa sering seseorang bisa mengucapkan hal ini. Merupakan suatu gambaran yang menyedihkan dari suatu hubungan, ketika seorang perempuan terpaksa mengatakan, "Bisakah kau menurunkan anak-anak di sekolah, karena sekarang kita sudah menjalin hubungan?"

3. Mengapa Pria Merasa Harus Benar Mengenai Semua Hal?

Untuk mengerti karakteristik pria modern kita perlu melihat bagaimana mereka dibesarkan dari seorang anak kecil. Anak laki-laki diharapkan untuk menjadi tabah, tidak pernah menangis dan berhasil dalam segala hal yang mereka kerjakan. Tokoh panutan mereka adalah Superman, Batman, Spider-man, Zorro, Tarzan, James

Bond, Rocky dan *the Phantom*, semua adalah pria penyendiri yang tidak pernah menangis karena suatu masalah, sebaliknya mereka mencari cara penyelesaian yang tepat. Dan dengan sendirinya, mereka jarang gagal dalam tugas mereka. Mereka biasanya mempunyai sahabat karib yaitu pria yang lebih kecil, lebih lemah, sangat jarang seorang perempuan. Jika peran seorang perempuan ditampilkan, biasanya dia lebih merupakan masalah daripada membantu. Contohnya, Batgirl, selalu ditolong oleh Batman, Superman selalu menyelamatkan Lois Lane dari kematian, Tarzan menghabiskan sebagian besar waktunya berayun melewati hutan untuk menjaga agar Jane tidak terlibat masalah, dan *the Phantom* mungkin dapat lebih cepat bergerak di jalan bila Dianna tidak selalu menimbulkan masalah. Superhero-superhero ini sering kali tampaknya lebih suka mempunyai seekor kuda atau anjing sebagai pasangan karena binatang setia, dapat diandalkan, tidak pernah membantah atau membuktikan bahwa sang pahlawan melakukan kesalahan. Seperti kebanyakan stereotip pria tradisional dalam buku dan bioskop, pahlawan anak laki-laki jarang melakukan kesalahan dan tidak pernah menunjukkan kelemahan atau emosinya. Tidak pernah ada Ny. Batman atau Ny. Zorro. Lone Ranger bukan pria yang menyukai keramaian. Kartun masih melukiskan pria kuat sebagai makhluk besar yang memiliki otot yang membuatnya tampak seperti sebuah kondom penuh dengan kacang kenari, dia mempunyai suara yang dalam dan serak (testosteron tinggi) dan pahlawan perempuan biasanya merupakan tipe boneka Barbie dengan dada yang secara anatomis tidak mungkin dimiliki.

*"Aku menikah dengan Mr. Right (Tuan Benar),
aku cuma tidak menyadari nama kecilnya adalah
Always (selalu)"*

Pada saat seorang anak laki-laki mencapai kedewasaannya, dia telah dikondisikan untuk merasa bahwa tidak bisa melakukan sesuatu, atau menyelesaikan suatu masalah, berarti dia telah gagal sebagai seorang pria. Inilah sebabnya, mengapa ketika seorang perempuan mempertanyakan apa yang dikatakan atau dilakukan seorang pria, pria tersebut berkelakuan defensif. Ketika seorang perempuan berkata, "Mari kita berhenti dan bertanya jalan," dia mendengarnya sebagai "Kau ini tidak berguna. Mari kita cari pria lain yang tahu lebih banyak daripadamu." Ketika seorang perempuan berkata, "Aku mau memanggil seorang montir untuk membetulkan mobil," dia mendengarnya sebagai "Kau tidak berguna. Aku akan mencari pria lain yang bisa menyelesaikan masalah ini." Seorang pria mungkin tidak akan ragu-ragu untuk membelikan buku resep masakan untuk hadiah ulang tahun, tetapi jika seorang perempuan memberinya buku perkembangan diri sebagai hadiah, dia pasti akan marah. Dia akan berasumsi perempuan tersebut sedang berusaha mengatakan kepadanya bahwa dia tidak cukup baik. Bahkan menghadiri seminar mengenai suatu hubungan atau mengunjungi penasihat perkawinan dianggap sama seperti pengakuan yang memalukan bahwa dia salah, dan kebanyakan pria menjadi defensif atau agresif karena usulan bahwa hal ini mungkin memang perlu. Pria merasa sulit untuk mengatakan, "aku minta maaf," karena dengan mengatakannya berarti mengakui bahwa dia salah.

Studi Kasus: Jackie dan Dan

Jackie ingin berhenti bekerja dan menjadi seorang ibu rumah tangga tetapi Dan merasa mereka belum siap secara finansial. Hal ini segera menjadi topik utama dalam pertengkaran mereka, dan mereka bertengkar terus mengenainya. Segera, hal ini membuat hubungan

mereka menjadi sulit. Pada suatu hari, Jackie mengumumkan bahwa dia telah berkonsultasi dengan seorang konsultan keuangan untuk mengatasi masalah ekonomi mereka. Dan tidak bisa mempercayai apa yang dia dengar: Jackie mau orang lain menyelesaikan masalah mereka! Sangat jelas Dan berpikir bahwa Jackie merasa bahwa dia tidak mampu mengerjakan perhitungan itu. Pertengkaran pun makin menjadi - dan tiga bulan kemudian, mereka berpisah.

Jackie merasa dia sedang membantu meringankan beban Dan dengan memanggil seorang konsultan keuangan. Jackie berharap Dan senang karena dia mengambil alih tanggung jawab dengan meminta orang lain mengerjakan rencana dasar keuangan mereka untuk persiapan bagi bayi mereka. Dan memandang hal ini dengan cara yang sama sekali berbeda. Di matanya, Jackie telah mengungkapkan pikirannya bahwa Dan salah mengenai situasi keuangan mereka dan telah memanggil seorang penasihat untuk meiumjukkan ketidakmampuannya.

Tidak Percayakah Kau Kepadaku?

Pernyataan yang paling sering diungkapkan oleh pria ketika kegiatannya ditantang oleh seorang perempuan adalah : "Tidak percayakah kau kepadaku?" Ketika Anda mendengar kalimat ini berarti Anda pasti telah menghina kejantanannya. Jika dia tersesat dan mencoba untuk membaca peta dan perempuan mengatakan, "Biar aku saja yang membaca peta," pria akan berasumsi perempuan itu berpikir bahwa dia tidak mampu. Reaksinya adalah, "Tidak percayakah kau bahwa aku pasti akan membawa kita tiba di tempat?" Jika dia bosan karena anjing tetangga selalu menggonggong pada malam hari dan mengatakan bahwa dia akan ke tetangga sebelah untuk menyelesaikannya, dan perempuan memohon kepadanya agar

tidak melakukannya karena khawatir akan terjadi masalah, pria akan mengatakan, "Tidak percayakah kau bahwa aku bisa menyelesaikan masalah ini dengan benar?" Jika mereka berada dalam sebuah pesta dan perempuan memperingatkan pria bahwa ada seorang tamu perempuan yang mempunyai reputasi sebagai seorang pemangsa pria dan bahwa dia harus menghindarinya, pria akan berkata, "Tidak percayakah kau kepadaku?" Dalam tiap keadaan di atas, reaksi perempuan selalu sama: "Aku hanya mencoba untuk membantu!" Perempuan merasa bahwa dia menunjukkan cinta dan perhatiannya terhadap pria tersebut, tetapi pria melihat kebalikannya, yaitu dia salah dan tidak bisa menyelesaikan masalahnya sendiri.

*Seorang pria menyamakan nasihat
yang diberikan seorang perempuan sebagai pernyataan
bahwa dia salah dan bahwa
perempuan tidak mempercayainya.*

Pria menuduh perempuan selalu berusaha untuk mengendalikannya. Pria mempunyai perasaan yang sangat kuat mengenai hal ini, sehingga perempuan akhirnya mulai merasa bahwa mungkin dia memang tipe yang suka mengatur.

Solusi

Seorang perempuan harus menghindari melakukan pendekatan yang akan membuat pria merasa bahwa dia salah. Sebaliknya, dia harus berbicara mengenai bagaimana perasaannya, bukannya mengatakan bahwa pria tersebut salah. Misalnya, bukannya mengatakan, "Kau tidak pernah tahu ke mana tujuannya dan kita selalu terlambat!" dia bisa mengatakan, "Kau hebat sekali, sayang, tetapi tanda-tanda jalan ini betul-betul membingungkan. Aku - aku rasa lebih baik kita

berhenti dan bertanya kepada orang-orang di sini apakah mereka tahu belokan mana yang betul." Dengan kata lain, bukan dia yang disalahkan.

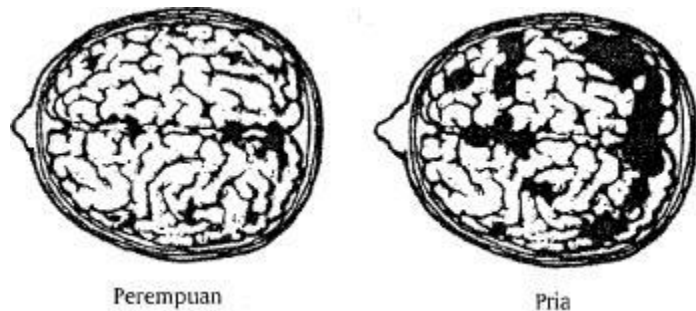
Ketika seroang pria melakukannya dengan benar, perempuan harus memujinya. Ketika mereka tiba di tempat tujuan, perempuan seharusnya mengatakan "Terima kasih, sayang. Kau memang hebat bisa membawa kita tiba di sini." Bisa lebih baik, jika perempuan membelikannya sebuah *Satellite Navigation System* (Sistim Navigasi Satelit) - dengan demikian dia akan selalu mendapatkan jawaban yang benar.

4. Mengapa Pria Dewasa Begitu Menyukai Mainan 'Anak Laki-laki'

Untuk hadiah ulang tahun teman kami Gerry, kami membelikannya sebuah stapler kertas bermotor, seukuran televisi mini. Stapler ini mempunyai kotak plastik tembus pandang sehingga kita bisa melihat gerakan roda dan piringan yang ada di dalamnya. Kelihatannya seperti sesuatu yang berasal dari pesawat ruang angkasa. Alat ini memerlukan tiga baterai AA yang harus diganti tiap minggu, padahal yang dikerjakan alat ini hanya memasang stapler di kertas - sama seperti stapler yang biasanya. Tetapi Gerry sangat bahagia mendapatkan alat ini, bukan karena alat ini adalah sebuah stapler, tetapi karena alat ini mempunyai banyak roda dan piringan yang berputar-putar, diterangi dengan lampu-lampu yang berkelap-kelip dan mengeluarkan suara motor. Gerry mengatakan kepada kami bahwa kadang-kadang ketika dia bangun pagi-pagi untuk ke kamar mandi di lantai bawah, dia melewati stapler ini, dan tidak bisa menahan diri dan memasang 4 atau 5 stapler di kertas hanya agar dia bisa melihat roda-roda tersebut berputar. Ketika teman prianya mengunjunginya, mereka semua berdiri mengelilingi alat ini dan

bergiliran men-staple kertas sambil tertawa-tawa dengan gembira. Semua perempuan yang berkunjung tidak akan memandangnya dua kali. Mereka terheran-heran bagaimana mungkin ada orang bisa menjadi begitu tertarik pada sebuah alat yang begitu mahal, yang hanya melakukan tugas yang paling tidak berarti di rumah. Tetapi kelakuan pria ini sama dengan seorang perempuan yang membayar mahal untuk sebuah boneka beruang yang mempunyai mata yang terlalu besar dan hidung yang kecil, yang diproduksi di Brazil hanya karena "... aku tidak bisa menahan diri."

Sangat mudah menjelaskan mengapa pria dan perempuan bereaksi begitu berbeda terhadap hal-hal tersebut. Di bawah adalah hasil *scan* yang menunjukkan daerah otak yang bekerja ketika seseorang menggunakan kemampuan spasialnya. Daerah yang gelap adalah daerah yang aktif. Bagian spasial dari otak adalah daerah yang digunakan untuk memperkirakan kecepatan, sudut dan jarak - merupakan bagian otak untuk berburu.



Daerah otak yang digunakan untuk mengendarai mobil, menendang bola sepak, parkir mundur dan mengoperasikan alat-alat mekanis - Institute of Psychiatry, London, 2001.

Karena susunan otak pria yang demikian, maka pria dewasa dan anak laki-laki menjadi tertarik pada segala sesuatu yang mempunyai

tombol, motor atau bagian yang bergerak, menimbulkan suara dan ■ mempunyai lampu yang berkelap-kelip dan bekerja karena baterai. Ini meliputi semua jenis video game atau software komputer, *Global Positioning System portable*, anjing robot yang berkelakuan seperti anjing sungguhan, korden yang bisa dibuka secara elektronik, *speedboat*, mobil dengan *dashboard* yang rumit, *snipper* canggih, pistol dengan teleskop untuk malam hari, senjata nuklir, pesawat ruang angkasa dan segala sesuatu yang mempunyai *remote control*. Jika mesin cuci mempunyai *remote control*, pria mungkin bahkan akan mempertimbangkan untuk mencuci pakaian.

Proyek "Kerjakan Sendiri"

Seluruh kegiatan "Kerjakan Sendiri" ditujukan pada bagian spasial dari otak pria. Pria suka tantangan untuk memasang kapal layar kuno, mainan kereta api, model pesawat terbang, Meccano set, meja komputer, lemari buku atau apa saja yang mempunyai sekumpulan instruksi, betapa pun sulitnya mengartikan instruksi tersebut. Anak laki-laki pergi ke toko mainan. Pria pergi ke toko "Kerjakan Sendiri", toko peralatan dan tempat jual beli mobil di mana mereka bisa menemukan barang-barang untuk dibuat atau dibangun atau bisa dilihat sedang bergerak, sehingga memuaskan keinginan spasial mereka. Anak laki-laki percaya bahwa segera setelah tumbuh bulu di pipi mereka, mereka akan bangun tiap pagi dan mempunyai kemampuan untuk membongkar dan memasang kembali sebuah mesin mobil.

Di rumah, dorongan spasial pria bisa menjadikan perempuan frustrasi karena rata-rata seorang pria hanya mempunyai kemampuan untuk memperhatikan sesuatu hal selama 9 menit dan akan sering kali meninggalkan proyek-proyek yang tidak terselesaikan dari ujung

ke ujung rumah. Mereka tidak secara teratur membetulkan barang yang rusak tetapi menjadi marah dan posesif jika Anda menyarankan agar orang lain menyelesaikan pekerjaan itu. Misalnya, jika toilet di rumah rusak, seorang perempuan akan berkata, "Mari kita panggil tukang ledeng." Tetapi bagi seorang pria, hal ini dipandang sebagai serangan terhadap kemampuan spasialnya. Dia bisa membetulkannya sendiri, katanya. Tidak hanya itu, tukang ledeng mahal biayanya untuk pekerjaan yang benar-benar sederhana.

*Memanggil tukang ledeng
tanpa terlebih dahulu membicarakannya
dengan pria dalam rumah
bisa dianggap sebagai hinaan yang besar.*

Maka hari Sabtu siang (setelah pertandingan), pria yang menolak bantuan tukang ledeng untuk membantu membetulkan toilet rusak, mematikan air dari pusat kemudian membongkar toilet. Dia menemukan apa yang tampak seperti cincin penutup yang aus dan pergi ke toko "Kerjakan Sendiri". Dia berkeliling toko selama sekitar 45 menit, melihat-lihat mainan spasial yang bisa dia miliki, mencoba satu atau dua pemasrah listrik, mencoba bor tekanan udara dan akhirnya menemukan apa yang tampak seperti ukuran yang cocok dari cincin penutup yang dia cari. Dia kemudian pulang ke rumah dan ternyata ukurannya salah, tetapi dia tidak bisa mengembalikan cincin yang lama, karena dia tidak bisa menemukannya. Toko "Kerjakan Sendiri" sudah tutup dan dia tidak bisa menghidupkan air dari pusat sampai ledeng selesai dibetulkan, maka sekarang tidak seorang pun bisa mandi atau pakai toilet.

Banyak perempuan tidak bisa mengerti bahwa kebanyakan pria lebih suka memotong kaki kanan mereka daripada mengakui bahwa

mereka tidak bisa membetulkan sesuatu. Karena hal ini berarti mengakui bahwa dia tidak cukup mampu dalam hal keterampilan utama otak pria - yaitu kemampuan spasial dan menyelesaikan masalah. Jika mobilnya mengeluarkan bunyi aneh dia akan selalu membuka kap mobil dan melihat-lihat, meskipun dia sebenarnya tidak tahu apa yang dia cari. Dia berharap masalahnya akan tampak jelas, misalnya ada seekor trenggiling sedang menggigit-gigit karburatornya.

Seorang perempuan jangan sampai memanggil seorang tukang ledeng, tukang bangunan, ahli keuangan, teknisi komputer, penangkap trenggiling atau segala pria yang mempunyai kemampuan spasial tanpa terlebih dahulu membicarakannya dengan pria dalam hidupnya, karena pria tersebut akan berpikir bahwa perempuan itu merasa dia tidak mampu secara spasial. Sebaliknya, perempuan itu harus mengatakan kepadanya apa yang dia butuhkan, minta pendapatnya dan memberinya batas waktu. Dengan cara ini, jika pria tersebut memanggil tukang ledeng, dia bisa merasa bahwa dia sendiri yang menyelesaikan masalahnya.

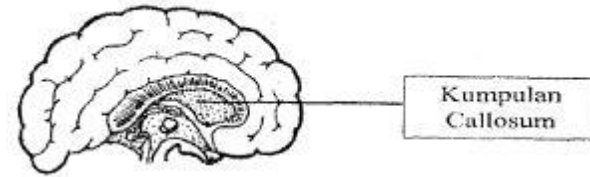
*Satu-satunya perbedaan antara pria dewasa
dan anak laki-laki
adalah harga mainan mereka.*

Kebanyakan suatu bisnis baru sekarang dimulai oleh perempuan, tetapi 99% dari semua paten - yaitu 'mainan anak laki-laki' - masih terdaftar oleh pria. Ada sebuah pelajaran dalam hal ini: selalu belikan seorang pria mainan spasial sebagai hadiah. Jangan pernah membelikannya bunga atau kartu yang bagus; hal-hal tersebut tidak berarti apa-apa bagi pria.

5. Mengapa Pria Kelihatannya Hanya Bisa Mengerjakan Satu Hal pada Suatu Saat

Dalam *Mengapa Pria Tidak Mendengarkan Dan Perempuan Tidak Bisa Baca Peta*, kami menampilkan studi mendalam mengenai mengapa otak pria begitu terfokus pada satu hal: apa yang kita gambarkan sebagai 'jalur tunggal'. Kami menerima tanggapan yang begitu heboh pada bagian ini, maka di sini kami akan merangkumnya lagi. Kebanyakan perempuan tidak bisa mengerti mengapa pria kelihatannya hanya bisa mengerjakan satu hal pada suatu saat. Seorang perempuan dapat membaca sementara mendengarkan dan berbicara, maka mengapa pria tidak bisa? Mengapa pria bersikeras mengecilkan suara TV ketika telepon berbunyi? Perempuan di seluruh dunia berkeluh-kesah untuk hal yang sama: "Ketika dia membaca koran atau menonton TV, mengapa dia tidak bisa mendengar apa yang baru saja kukatakan?"

Alasannya adalah otak pria terkotak-kotak dan mengarah pada tujuan khusus. Dengan kalimat yang lebih sederhana, hal ini berarti seakan-akan dia mempunyai ruang-ruang kecil dalam otaknya dan tiap ruang berisi minimal satu fungsi utama yang beroperasi terpisah dari yang lain. Kabel yang menghubungkan belahan otak kanan dan kiri, yaitu *corpus callosum* rata-rata 10% lebih tipis dari milik perempuan dan hubungan antara otak kanan dan kiri pria 30% lebih sedikit daripada perempuan. Hal ini yang menyebabkan pendekatan 'satu hal pada satu saat' terhadap segala yang dilakukan dalam hidupnya.



Otak pria terkotak-kotak dan mempunyai hubungan antara otak kanan dan kiri, 30% lebih sedikit dibanding otak perempuan.

Sementara pikiran dan fokus tunggal dalam melakukan pendekatan pada segala hal ini, bagi seorang perempuan tampak sangat terbatas, hal ini membuat pria menjadi ahli yang berdedikasi atau ahli pada suatu hal. 96% dari ahli teknik di dunia ini adalah pria - mereka sangat hebat dalam sebuah keterampilan.

Memahami mentalitas 'satu hal pada satu saat' pria adalah hal paling penting yang harus dipelajari seorang perempuan mengenai seorang pria. Hal ini menjelaskan mengapa pria mengecilkan radio ketika dia membaca peta atau sedang parkir mundur. Jika dia sedang menyetir di jalan berputar dan seseorang berbicara kepadanya, dia sering kali akan kehilangan belokan tempat seharusnya dia belok. Jika dia sedang bekerja dengan peralatan tajam dan telepon berbunyi, dia mungkin bisa melukai diri sendiri. Ambillah *MRI scan* dari otak pria ketika dia sedang membaca, Anda akan melihat bahwa dia sebenarnya tuli. Ingat: jangan pernah berbicara kepada seorang pria pada saat dia sedang bercukur - kecuali kalau Anda ingin dia melukai dirinya.

Seorang pria
dua kali lebih sering mengalami kecelakaan mobil
dibanding perempuan
■ pada saat sedang berbicara dengan handphone.

Otak seorang perempuan terbentuk untuk melakukan beberapa pekerjaan dalam satu waktu. Kebanyakan perempuan dapat mengerjakan beberapa hal yang tidak berhubungan pada saat yang sama dan *scan* otak membuktikan bahwa otak perempuan tidak pernah berhenti, selalu aktif meskipun sedang tidur. Inilah alasan utama bahwa 96% asisten pribadi di dunia ini adalah perempuan. Seakan-akan dia secara genetik berhubungan dengan gurita. Dia bisa berbicara di telepon, mencoba resep bam dan menonton TV pada saat yang bersamaan. Dia bisa mengendarai mobil, merias wajah dan mendengarkan radio sambil berbicara di handphone dengan hands-free. Tetapi bila seorang pria mencoba resep dan Anda ingin berbicara dengannya, sebaiknya Anda siap-siap makan malam di luar.

Jika Anda ingin hasil yang sukses dan bebas stres, strategi terbaik adalah selalu berikan kepada pria satu hal saja untuk dikerjakan pada satu saat. Dalam bisnis, bicarakan satu topik saja pada suatu saat dan tetap bicarakan hal tersebut, sampai para pria dalam pertemuan tersebut puas dengan penyelesaian yang ada, sebelum berpindah pada topik yang berikutnya.

Dan yang paling penting, jangan pernah bertanya kepada seorang pria yang sedang bercinta dengan Anda.

6. Mengapa Pria Begitu Kecanduan pada Olahraga?

Selama ribuan tahun, pria pergi berburu berkelompok bersama pria-pria lain, sementara perempuan mengumpulkan makanan dan membesarkan anak-anak. Pria berlari, mengejar, mengintai binatang dan menggunakan kemampuan spasial mereka untuk menangkap mangsa, tetapi pada akhir abad kedelapan belas, teknik pertanian yang maju membuat kemampuan dinamik ini menjadi hampir tidak berguna. Antara tahun 1800 dan 1900, pria menciptakan hampir

semua olahraga bola modern yang ada hari ini, sebagai ganti kegiatan berburu mereka. Sebagai anak, anak perempuan mempunyai boneka sebagai praktik untuk membesarkan anak dan anak laki-laki menendang dan mengejar bola sebagai praktik 'berburu'. Sebagai orang dewasa, perempuan mengganti boneka dengan anak-anak, tetapi pria masih tetap menendang bola. Maka pada kenyataannya, tidak banyak yang berubah, selama ratusan ribu tahun pria masih berburu dan perempuan masih membesarkan anak.

Dengan menjadi pengikut setia tim favoritnya, seorang pria bisa sekali lagi menjadi anggota kelompok pemburu. Ketika dia melihat pahlawannya di lapangan dia membayangkan dia sendiri yang sedang menembak dan menghasilkan nilai. Pria bisa menjadi sangat emosi ketika mereka menonton pertandingan sepakbola sehingga mereka merasa seakan-akan merekalah yang bermain di pertandingan tersebut. Otak mereka memperhitungkan kecepatan, sudut dan arah bola dan mereka menjerit gembira ketika 'pembunuhan' dilakukan.

*Olahraga membuat seorang pria
menjadi bagian dari kelompok pemburu.*

Mereka mengumpat wasit (meskipun wasit tidak bisa mendengar umpatan mereka) ketika mereka tidak setuju dengan sebuah hukuman -"Kau menyebut itu kesalahan?! Goblok kau! Pakai kacamatanya!!!" Mereka bisa menghafal nilai dan mengingat dengan jelas semua hal kecil dari gol yang diperoleh dalam pertandingan yang terjadi bertahun-tahun yang lalu dan bisa hampir menangis ketika membicarakan apa yang seharusnya dilakukan oleh para pemain dan bagaimana seharusnya hasilnya. Misalnya, setelah Inggris menang Piala Dunia dari Jerman di tahun 1966, hampir tidak ada pria di Inggris yang tidak bisa menyebutkan nama-nama para

pemainnya, gol yang hampir mereka tendang dan kesalahan taktis yang terjadi. Ini adalah kemampuan yang hebat, tetapi pria-pria tersebut tetap saja tidak tahu nama keponakan-keponakan mereka, tetangga sebelah rumah atau tanggal berapa had ibu diperingati.

*Pria dikuasai oleh emosi
ketika menonton pertandingan
tetapi jarang terlibat
dalam suatu hubungan secara emosional.*

Mengendarai mobil merupakan suatu kemampuan yang hampir seluruhnya merupakan kemampuan spasial. Kecepatan, sudut, berbelok, mengganti gigi, berlalu lintas dan parkir mundur adalah surga pria. Pria begitu terobsesi dengan menyetir sehingga mereka bisa memonton pria lain mengendarai mobil balap berputar-putar selama berjam-lam di TV. Pria yang menonton pertandingan tinju akan membungkuk dan seakan-akan merasakan kesakitan ketika seorang pemain jatuh kena pukulan di bawah perut.

Pria bisa menjadi begitu terobsesi oleh tontonan pertandingan olahraga sehingga mereka juga suka menonton atau berpartisipasi dalam tantangan yang tidak mempunyai tujuan. Pertandingan ini meliputi pertandingan minum di mana pemenang adalah pria terakhir yang masih mampu berdiri, turnamen 'perut besar' di mana pria-pria dengan 'perut bir' besar saling menyerang, pertandingan bersepeda di atas es atau suatu pertandingan yang meliputi membuat pesawat aneh di mana pria terikat pada punggung di dalam pesawat tersebut dan melompat dari jembatan ke dalam sungai untuk melihat apa yang terjadi. Bisa diduga, perempuan jarang mempunyai minat terhadap jenis 'olahraga' seperti ini.

*"Istriku berkata,
jika aku tidak berhenti terobsesi oleh Manchester United,
dia akan meninggalkanku.
Aku benar-benar akan merasa kehilangan dirinya."*

Dunia ini telah menjadi tempat yang membingungkan bagi pria - kemampuan otak mereka yang utama menjadi sangat tidak berguna dan perempuan menyerang mereka dari segala arah. Pria tidak lagi mempunyai spesifikasi yang jelas akan apa yang diharapkan dari mereka atau panutan yang jelas untuk diikuti. Olahraga selalu merupakan aktivitas yang konsisten di mana seorang pria dapat sekali lagi merasa menjadi bagian dari suatu tim; tidak ada seorang pun yang akan mencoba untuk mengubah atau mengkritiknya dan dia bisa merasa berhasil jika timnya menang, sebuah perasaan yang mungkin tidak lagi dia dapatkan dari pekerjaannya. Hal ini menjelaskan mengapa pria yang mempunyai pekerjaan rutin atau karir yang membosankan adalah pengikut olahraga yang paling besar tetapi mereka yang menggambarkan pekerjaan mereka sebagai menyenangkan dan memuaskan adalah mereka yang paling tidak tertarik pada olahraga. Ini jugalah mengapa pria membeli tongkat golf baru bukannya membeli meja makan yang sebenarnya sangat diperlukan, dan lebih suka menonton pertandingan sepakbola musiman dibanding berlibur bersama keluarga di Perancis.

Solusi

Jika partner Anda terobsesi pada suatu olahraga atau hobi, Anda mempunyai dua pilihan. Pertama, ikut terlibat di dalamnya. Belajarlah mengenai kesukaannya dan mengerti akan hal itu. Pergilah ke pertandingan bersamanya dan Anda akan terkejut melihat berapa banyak 'janda olahraga' yang juga pergi melihatnya dan nikmatilah

aspek sosial dari olahraga ini. Bahkan meskipun Anda tetap tidak merasa hal ini menarik, semua orang lain akan terkesan oleh pengertian Anda dan Anda dapat mempunyai banyak teman baru.

Kedua, gunakan obsesinya terhadap olahraga sebagai kesempatan positif untuk menghabiskan waktu bersama teman atau keluarga Anda, pergi berbelanja atau memulai hobi yang baru untuk Anda sendiri. Ketika ada pertandingan olahraga besar, jadikanlah hal ini sesuatu yang istimewa baginya. Biarkan dia melihat betapa Anda menghargai kepentingannya. Jangan bertengkar atau bersaing dengan olahraga atau hobi seorang pria. Bergabunglah dengannya, atau gunakan waktu yang tersedia untuk melakukan sesuatu yang positif bagi diri Anda sendiri.

7. Apa yang Dibicarakan para Pria di Toilet Umum?

Pertama-tama mari kita menjawab pertanyaan yang paling banyak ditanyakan para pria: "Apa yang dibicarakan perempuan ketika mereka pergi bersama-sama ke toilet umum?"

Jawabannya adalah semua hal dan semua orang. Mereka membicarakan mengenai betapa mereka menyukai tempat tersebut dibanding tempat lain yang pernah mereka kunjungi, mereka membicarakan baju yang mereka dan orang lain kenakan - "Apakah kau melihat perempuan yang pakai baju ungu itu? Aku tidak akan pernah memakai baju seperti itu!", siapa pria yang menyenangkan, siapa yang tidak mereka sukai, dan segala masalah pribadi yang mereka atau teman mereka alami. Ketika mereka sedang membetulkan riasan wajah, mereka akan membicarakan teknik aplikasi dan berbagai jenis produk, dan akan berbagi kosmetik dengan yang lain, termasuk dengan orang asing. Setiap perempuan yang kelihatan kecewa akan diberi terapi bersama ... dan lindungilah pria yang

menyebabkan perempuan itu kecewa! Perempuan akan duduk di toilet dan berbicara dengan perempuan lain melalui dinding, mereka akan meminta orang asing untuk memberikan kertas tisu lewat lubang di bawah dinding, dan bukan hal yang asing bila dua perempuan berbagi satu ruangan toilet agar mereka bisa meneruskan pembicaraan mereka. Sebuah niteclub di Birmingham, Inggris, bahkan membuat ruangan yang super besar di toilet perempuan dan masing-masing mempunyai dua toilet untuk pembicaraan yang dalam dan penuh arti.

*Toilet perempuan adalah jaringan
dan pusat konseling
di mana Anda bisa bertemu dengan orang baru
dan orang yang menarik.*

Jadi, kembali pada pertanyaan: Apa yang dibicarakan pria di toilet umum? Jawabannya - tidak ada. Sama sekali tidak ada. Mereka tidak berbicara. Bahkan seandainya dia berada di sana dengan teman baiknya sekalipun, berbicara hanya seperlunya. Dan seorang pria tidak pernah berbicara dengan pria asing lain di toilet umum. Tidak pernah dan tidak akan pernah terjadi dalam keadaan apa pun. Mereka pasti tidak akan pernah berbicara kepada pria lain jika mereka duduk di toilet dan tidak akan pernah memandang pria lain. Tidak pernah. Dalam ruang toilet, pria lebih suka dinding yang tertutup dari lantai sampai ke langit-langit untuk membatasi interaksi mereka dengan para tetangga, sementara perempuan lebih suka lubang yang besar agar mereka bisa berbicara dan saling menukarkan barang satu sama lain. Anda jarang mendengar perempuan kentut di toilet umum, tetapi jika benar-benar terjadi, sang pelaku akan bersembunyi sampai tidak ada saksi yang tertinggal. Dari toilet pria akan terdengar seperti

perayaan peringatan hari kemerdekaan dan pria yang kentut paling keras akan keluar dengan bangga dari ruangan.

Di bawah adalah surat dari salah satu pembaca pria kami, mengenai topik apa yang dibisikkan di toilet umum pria :

Aku sedang menyetir ke arah utara di Motorway ketika aku berhenti untuk pergi ke toilet umum. Ruang pertama ada orang maka aku pergi ke yang kedua. Aku hampir duduk ketika terdengar sebuah suara dari ruang yang lain, "Hai, apa kabar?" Seperti biasanya pria, aku tidak pernah memulai pembicaraan atau bergaul dengan orang asing di toilet umum, dan aku tidak tahu apa yang terjadi pada diriku, tetapi aku menjawab dengan malu-malu, "Tidak buruk!"

Pria yang lain berkata, "Jadi ... apa yang akan kau lakukan?"

Aku pikir, "Ini aneh" tetapi, seperti orang bodoh, aku menjawab, "Sama sepertimu ... hanya melakukan perjalanan ke utara!"

Kemudian aku mendengar pria tersebut berkata dengan gugup, "Begini ... aku akan meneleponmu lagi, ada orang bodoh di sebelah yang terus-menerus menjawab pertanyaanku!"

Pria juga mempunyai ritual teritorial yang mereka lakukan ketika kencing. Jika dalam sebaris ada lima tempat kencing, pria yang pertama datang akan memilih yang paling jauh dari pintu, agar dia jauh dari pendatang baru. Orang kedua yang datang akan memilih yang paling jauh dari orang pertama, dan orang yang berikutnya akan memilih tengah-tengah di antara dua orang yang sudah berada di sana. Orang keempat biasanya memilih menggunakan ruangan WC tersendiri daripada berdiri di samping orang yang sama sekali asing yang mungkin akan memandangnya. Dan pria selalu memandang ke depan dan tidak pernah berbicara dengan orang asing. Tidak pernah. Moto pria adalah "mati sebelum kontak mata".

***Bagi seorang pria,
berdiri di samping pria lain di toilet umum
adalah seperti berdiri di lift dengan celana terbuka.***

Bab 6

WIL (Wanita Idaman Lain) - Ibunya



Sampai pada malam pengantinjane baru menyadari bahwa Martin, umur 36 tahun, masih membiarkan ibunya membelikan pakaian dalamnya.

Ada dua orang perempuan yang menghadap Raja Sulaiman, sambil menarik seorang pria muda yang telah setuju untuk menikahi anak perempuan kedua perempuan itu. Setelah mendengarkan cerita mereka, raja Sulaiman memerintahkan untuk memotong pria muda itu menjadi dua agar kedua perempuan itu masing-masing bisa mendapatkan separuh.

"Tidak!" teriak perempuan yang pertama. "Jangan menumpahkan darah! Biarkan anak perempuan perempuan satunya menikahi pria ini." Raja bijaksana tersebut tidak ragu-ragu lagi. "Pria ini harus menikahi anak perempuan perempuan satunya itu," kata beliau. "Tetapi perempuan itu mau pria itu dipotong jadi dua!" teriak para pembesar kerajaan. "Ya" kata raja Sulaiman, "itu menunjukkan bahwa dialah ibu mertua sejati."

Memasuki Kandang Naga

Ibu mertua mungkin merupakan kelompok yang memberi paling banyak inspirasi bagi lelucon dibanding kelompok manusia lain di dunia ini. Ibu mertua selalu menjadi bahan gurauan para pelawak, di antara pria dan dalam komedi situasi di TV, secara terus-menerus dijadikan karakter tukang sihir, penyebab masalah atau perempuan cerewet. Ingat, Lenin, seorang peridiri Rusia modern, waktu ditanya apa hukuman paling berat untuk bigami, jawabnya: "Dua ibu mertua".

"Ibu mertuaku datang berkunjung pagi ini. Ketika kubuka pintu dia bertanya, "Bolehkah aku tinggal selama beberapa hari?"

"Boleh saja," jawabku - dan kututup pintunya.

Apa beda ibu mertua dan burung pemakan bangkai? Burung bangkai menunggu kau mati dulu baru memakan hatimu.

Tetapi sementara ibu mertua benar-benar terbukti merupakan masalah dalam banyak perkawinan, dengan sepertiga dari jumlah pasangan yang berpisah menyalahkan ibu mertua sebagai penyebab perpisahan mereka, kebanyakan bukan ibu pihak perempuan yang menyebabkannya. Riset kami membuktikan, dari waktu ke waktu, bahwa ibu pihak pria lah yang merupakan bahaya yang sesungguhnya. Ibu mertua seorang pria mungkin yang paling sering mengeluh di depan umum, tetapi keluhan ini kebanyakan hanya merupakan kata-kata bukannya protes sesungguhnya terhadap suatu masalah.

Aku menerima e-mail hari ini yang mengatakan bahwa ibu mertuaku telah meninggal dan juga bertanya apakah akan dilakukan pemakaman, kremasi atau diawetkan. Aku jawab, "Pastikan ketiga-tiganya kau lakukan."

Ibu mertua yang menyulitkan bukanlah masalah besar bagi kebanyakan pria. Bahkan bagi legendaris Giovanni Vigliotti dari Arizona, yang menjalani 104 pernikahan antara tahun 1949 - 1981, baik yang menggunakan namanya sendiri maupun 50 pernikahan yang menggunakan nama palsu, ke-104 ibu mertua merupakan persoalan yang jauh lebih kecil dibanding penjara selama 34 tahun yang harus dijalannya, sebagai akibat dari pernikahan-pernikahannya.

Ibu mertua seorang pria mungkin membuatnya jengkel, mengomelinya dan membuatnya lelah, tetapi kebanyakan pria biasanya tidak membenci ibu mertua mereka. Masalah ibu mertua tidak mendominasi kehidupan para pria.

Ada peribahasa Polandia kuno: "Jalan untuk mendapatkan hati ibu mertua adalah melalui anak perempuannya." Kebanyakan pria

menyadari hal ini. Apa yang paling diharapkan ibu dari seorang perempuan, lebih daripada hal-hal yang lain, adalah melihat anak perempuan mereka bahagia. Dan jika seorang pria bisa membuat anak perempuannya bahagia, biasanya pria ini tidak bermasalah.

Jika pria mempunyai masalah dengan mertua mereka, kebanyakan adalah dari bapak mertua yang menolak melepaskan putri yang disayangnya. Tidak banyak lelucon mengenai bapak mertua - mereka memang bukan bahan guyonan.

Ibu Pria - Beban Istrinya

Drama yang sebenarnya dalam kebanyakan keluarga berasal dari ibu pria, ibu mertua pasangan perempuannya. Riset yang dibuat oleh Utah State University menunjukkan bahwa dalam lebih dari 50% pernikahan ada masalah serius antara menantu perempuan dan ibu suaminya yang tukang buat masalah dan keras kepala.

Sementara tidak semua ibu mertua pantas menyandang reputasi yang menakutkan ini, bagi menantu perempuan, ibu mertua yang suka turut campur, posesif dan mengganggu, yang tidak mau melepaskan anak laki-lakinya, dapat menjadi perusak jiwa. Bagi menantu perempuan, krisis ibu mertua sering tampak tidak bisa terkendalikan dan tidak bisa terselesaikan, dan dapat menyebabkan kesedihan, penderitaan dan yang paling parah adalah merupakan ancaman penyebab perceraian.

Seorang pria bertemu dengan seorang perempuan yang menyenangkan dan bertunangan dengannya. Dia mengatur makan malam dengan ibunya sore itu agar ibunya bisa bertemu dengan tunangannya. Ketika dia tiba di rumah, dia membawa serta tiga perempuan - pirang, berambut cokelat dan berambut merah. Ibunya bertanya mengapa dia membawa tiga perempuan bukannya satu. Dia berkata bahwa dia ingin tahu apakah ibunya

bisa menebak mana perempuan yang akan menjadi menantunya. Ibunya memandang ketiga perempuan itu dengan teliti dan kemudian menjawab: "Yang berambut merab."

"Bagaimana ibu bisa menentukan dengan begitu cepat?" tanyanya.

"Karena," jawab ibunya, "Aku tidak tahan berada bersamanya."

Mereka Tidak Semuanya Buruk

Tentu saja, tidak semua ibu mertua memiliki reputasi buruk sebagai orang jahat. Riset Utah State University membuktikan bahwa kira-kira 50% ibu mertua dianggap sebagai bermasalah, 50% sisanya seharusnya paling tidak adalah netral atau penuh kasih sayang, sangat membantu dan anggota keluarga yang murah hati. Dan sering kali ibu mertualah yang disalahkan bila ada masalah emosi anak laki-laki mereka atau menantu perempuan mereka.

Studi Kasus: Anita dan Tom

Mereka baru menikah selama 6 bulan ketika mulai terjadi keretakan di dalam kebahagiaan yang baru saja mereka temukan. Anita merasa Tom menjadi tidak bisa diajak hidup bersama. Tom membuang baju sesuka hatinya dan membuang handuk basahnyanya di lantai. Tom membuat semua ruangan menjadi seperti kandang babi. Hal ini membuat Anita harus membicarakan hal ini.

Anita: "Tom, kau seperti babi saja - aku tidak bisa lagi hidup bersamamu!"

Ton: "Bukan - kaulah masalahnya, kau begitu cerewet, kau membuatku menjadi gila! Hal seperti ini tidak pernah terjadi waktu aku hidup di rumahku dulu. Ibuku tidak pernah mengeluh mengenaiku atau segala yang kulakukan!"

Anita: "Bagus - mari kita bicarakan mengenai ibumu. Setelah hidup bersamamu selama enam bulan, aku tidak percaya bahwa dia membesarkanmu - dia pasti telah memanjakanmu. Kau merasa perempuan harus mencuci, memasak, menyeterika, membersihkan rumah dan bekerja penuh waktu - sebenarnya, kau tidak menghormati perempuan sama sekali. Ibumu telah menciptakan seorang monster dan aku sudah tidak tahan lagi."

Ton: "Apa hubungannya dengan ibuku? Mengapa kau tidak bisa membicarakan topik yang bersangkutan saja dan berhentilah menyalahkan orang lain selain dirimu?"

Banyak ibu merusak anak laki-lakinya bagi perempuan berikutnya dalam hidup mereka. Para ibu memelihara, memasak, bersih-bersih, mencuci dan menyeterika untuk anak laki-lakinya. Mereka percaya bahwa dengan melakukan ini, mereka menunjukkan cinta mereka kepada anak laki-lakinya, tetapi sebenarnya mereka menciptakan masalah bagi anak laki-laki mereka dalam kehidupannya di kemudian hari, ketika anak laki-laki mereka menjalin hubungan dengan perempuan. Anak laki-laki mereka, pada akhirnya, merasa kesulitan melakukan hal-hal yang biasanya dilakukan ibu mereka untuknya.

Sangat sulit bagi seorang perempuan untuk menangani hal ini, tetapi daripada mengkritik ibunya, jauh lebih efektif untuk melatih pasangan prianya agar melakukan apa yang dia ingin pria itu lakukan untuknya dan berhenti menyalahkan ibunya. Dia sekarang seorang dewasa dan harus bertanggung jawab terhadap kelakuannya sendiri.

Masalah ini bisa menjadi sangat rumit, karena kita menghadapi hubungan segitiga di sini, yang bisa bervariasi dari suatu hubungan di mana ketiga pihak adalah orang yang secara emosional tampak stabil, mandiri, tidak egois dan saling menyayangi, ke suatu hubungan di mana satu, dua atau ketiga pihak termotivasi oleh rasa

cemburu, ingin memiliki, tidak mandiri, tidak dewasa, egois, atau secara emosi tidak stabil.

Mengapa Sulit Menjadi Seorang ibu Mertua

Adalah penting untuk mengingat bahwa ibu mertua berada dalam posisi yang sulit karena menantu perempuan mereka biasanya mempunyai hubungan yang erat dengan ibu mereka sendiri dan akan membicarakan secara terperinci, semua hal kecil dengan ibunya. Seorang ibu ingin tetap terlibat dalam kehidupan anak-anaknya. Adalah wajar bagi seorang anak perempuan untuk lebih tergantung pada ibunya sendiri daripada pada ibu mertuanya. Hal ini akan menimbulkan kecemburuan dari pihak ibu mertua. Ibu mertua selalu berpikir mengenai apa yang dikerjakan anak laki-laki mereka, terutama jika dia merupakan anak tunggal dan hidup ibu itu sendiri membosankan. Apakah dia sudah makan dengan layak? Apakah rumahnya cukup bersih? dsb. dsb. Tetapi anak laki-laki jarang berbicara dengan ibunya mengenai segala hal. Sebagai akibatnya, seorang ibu mertua akan jarang mendapatkan informasi dan mulai merasa tidak dilibatkan dalam hidup rumah tangga baru anaknya dan mulai berpikir satu-satunya cara agar dia bisa dilibatkan adalah dengan memaksakan keberadaannya dengan terus-menerus hadir di kehidupan mereka. Selama masa pacaran, perempuan akan berusaha lebih keras dalam membentuk sebuah hubungan dengan calon ibu mertuanya karena ini adalah suatu strategi yang baik agar calon ibu mertua berada di pihaknya. Tetapi, ketika perkawinan membuat hubungan menjadi lebih permanen, hal ini menjadi seperti dua perempuan yang berebut untuk mendapatkan seorang pria.

Tetapi bagi tiap masalah, pasti ada penyelesaiannya. Apa yang diperlukan adalah kemauan untuk menyelesaikannya. Para menantu

pria maupun perempuan harus menangani masalah ini dengan terbuka dan dewasa.

Studi Kasus: Mark dan Julie

Mark dan Julie memutuskan untuk menikah. Karena tidak cocok, Julie dan ibunya, Sarah, tidak saling berbicara selama tiga tahun. Hal ini berarti Julie menjadi lebih tergantung pada ibu Mark, Fran untuk membantunya memilih baju pengantin, menu untuk pesta perkawinan mereka dan semua hal lainnya - semua hal yang seharusnya dilakukan Julie dengan ibunya jika saja mereka tidak sedang bertengkar.

Tetapi tepat pada saat sebelum pernikahan, dengan bantuan Mark, Julie menemukan ibunya dan mereka berdamai. Fran tiba-tiba tidak lagi diperlukan dan merasa ditinggalkan. Dia merasa tidak berguna dan dikecewakan.

Seorang ibu mertua sering merasa ditinggalkan setelah terjadinya suatu perkawinan kecuali jika dia berhasil membangun suatu hubungan yang kuat dengan menantu perempuannya. Jika menantu perempuannya dekat dengan ibunya sendiri, dia mungkin lupa bahwa dalam keluarga, ibu suaminya juga sama pentingnya dengan ibunya sendiri. Hidup kita menjadi makin lama makin sibuk dan makin sedikit waktu untuk keluarga dekat kita, apalagi untuk keluarga jauh; makin sedikit waktu bagi hubungan antarmanusia. Kita menggunakan e-mail dalam bisnis untuk mengurangi hubungan antarmanusia, tetapi bagi generasi yang lebih tua telepon atau bertemu muka adalah cara yang mereka kenal. Akan menjadi sulit bagi generasi kita untuk menangani orangtua kita dan kedua belah pihak perlu saling mengerti dan menemukan pemecahan masalahnya, jika semua pihak ingin bahagia. Para orangtua membutuhkan waktu yang berkualitas dan

anak-anak memerlukan waktu bagi keluarga dekat mereka. Pada zaman dahulu, keluarga dan keluarga jauh semua tinggal dalam sebuah rumah, sekarang kita mungkin tinggal di desa yang berbeda, kota lain atau bahkan negara lain. Berusaha mempertahankan hubungan adalah bagian dari kehidupan berkeluarga.

Di India dan sebagian negara di Afrika, seorang perempuan yang sudah menikah, 'menceraikan' orangtua sendiri dan hidup dengan keluarga suaminya dan memanggil mereka ibu dan ayah. Di banyak negara, hubungan mertua-menantu digambarkan dengan jelas dan sering kali dibakukan dengan pengaturan yang jelas. Tetapi di kebudayaan Barat, hubungan antara pria dan perempuan lebih diutamakan, dibanding hal-hal lain - dan mertua menjadi bahan gurauan.

Studi Kasus: Bernadette, Richard, dan Diana

Perspektif Bernadette

Bernadette berada di usia awal 40-an ketika suaminya meninggalkannya. "Pembebasan!" katanya kepada teman-temannya. Suaminya minum tequila banyak dan tidak pernah benar-benar peduli dengan keluarganya. Tetapi dia masih memiliki putra mereka Richard. Richard seorang anak muda jujur, berusia 22, dan yang akan menjaganya.

Bernadette mengira Richard tidak suka gadis-gadis. Ia memberikan perhatian, hiburan dan dukungan emosional yang mungkin dapat diperoleh Richard dari perempuan lain. Perempuan-perempuan bodoh yang ia kencani jelas hanya sebagai penyaluran beralasan saja. Bernadette merasa Richard tahu bahwa ia sudah

dibesarkan, diperhatikan, dikasihi sejak kelahirannya, sekarang ia harus memberikan tanggung jawabnya merawat ibunya.

Perspektif Diana

*Adam dan Hawa adalah pasangan yang paling bahagia
dan beruntung di dunia ini,
karena mereka tidak punya mertua.*

Diana langsung menyukai Richard setelah mereka bertemu. Tetapi, selama mereka berpacaran, Diana merasa aneh, karena Richard tidak pernah membawanya ke rumah diperkenalkan dengan ibunya sampai saat mereka mengumumkan pertunangan mereka. Bernadette tidak begitu suka dengan kehadirannya, tetapi Diana merasa mungkin dia perlu waktu untuk menyesuaikan diri. Dia menertawakan komentar Bernadette bahwa mereka tidak siap untuk menikah, dan bahwa mereka bisa mengubah pendirian mereka selama persiapan pernikahan mereka.

Ketika upacara pernikahan dilaksanakan, Bernadette berkelakuan sangat buruk, dan mengatakan kepada semua orang bahwa dia merasa perkawinan ini tidak akan lama.

Tidak perlu waktu lama bagi Diana untuk menyadari bahwa dia mewarisi ibu mertua dari neraka. Masalah segera timbul setelah Diana dan Richard kembali ke rumah dari perjalanan bulan madu mereka, Bernadette berkunjung hampir tiap hari tanpa lebih dulu memberitahukan kedatangannya.

Diana berusaha untuk bersahabat, tetapi tidak lama dia menjadi bosan, karena selalu diberitahu Bernadette bagaimana harus memasak masakan kesukaan Richard dan bagaimana pengaturan

rumah yang disukai Richard. Bernadette selalu menemukan kesalahan pada hampir setiap hal yang dilakukan Diana. Tidak lama kemudian, bila Richard tidak berada di tempat, Bernadette akan secara terbuka menghina Diana, tetapi tidak mengakuinya bila Diana mengatakannya kepada Richard, dan menuduh Diana berusaha untuk memecah belah hubungan antara Richard dan ibunya. Diana mulai menghindari ibu mertuanya, tetapi Bernadette malah tiap malam menelepon, berbicara tidak henti dengan Richard. Dia akan bertanya kapan Richard akan pulang ke 'rumah' untuk mengecat rumah, menyiangi kebun, membetulkan kran bocor, membicarakan suatu masalah atau mengajaknya berbelanja. Permintaannya tampak tidak ada habisnya, Richard sekarang selalu menurut begitu ibunya menjentikkan jari atau memanggilnya, tidak peduli akan kebutuhan Diana. Bernadette secara efektif telah berhasil menggantikan posisi suaminya dengan anaknya.

*Berapa ibu mertua yang diperlukan
untuk mengganti bola lampu rusak?
Satu. Dia hanya perlu memegang bola lampu
dan menanti dunia berputar mengelilinginya.*

Dua tahun kemudian Diana melahirkan seorang putra, Travis. Bernadette segera kembali dalam kehidupan Diana setiap hari, membantu merawat bayi. Bernadette mengetahui segala hal dan segera mengambil alih semuanya. Bukannya mengajari Diana bagaimana menjadi ibu, dia malah terus-menerus mengkritik Diana. Bernadette menjadi obsesif terhadap Travis, mengendongnya setiap saat mereka bersama. Diana mulai merasa tersisihkan. Bernadette akan mengambil bayinya darinya dan bahwa bayi itu akan lebih mencintai Bernadette daripada ibunya sendiri, pikir Diana. Diana

merasa terjebak dan sedih. Bernadette selalu berkunjung tanpa diundang dan tanpa memberitahu terlebih dahulu dan secara terus-menerus mengkritik dan menghina Diana.

Diana berusaha berkali-kali untuk membicarakan hal tersebut dengan Richard tetapi Richard merasa Diana hanya merasa posesif dan bahwa ibunya hanya berusaha untuk membantu. Richard juga merasa bahwa dia bertanggung jawab terhadap keperluan ibunya. Richard merasa bahwa Diana egois, pencemburu dan tidak dewasa.

Akhirnya Diana lelah bertengkar dan diam-diam merasa tidak puas.

Perspektif Richard

Richard kehilangan ayahnya setelah perceraian orangtuanya, tetapi rumah menjadi lebih tenang. Ibunya selalu mengatakan kepadanya bahwa ayahnya orang yang tidak berguna dan terserah Richard apakah mau menjadi kepala rumah tangga. Ibunya mencurahnya dengan perhatian dan kasih sayang, memasak masakan kesukaannya, membereskan tempat tidurnya, memungut dan mencuci baju kotornya dan tidak pernah membiarkannya memakai pakaian yang sama dua kali berturut-turut tanpa mencuci dan menyeterikanya terlebih dahulu.

Ibunya tidak pernah mengkritik Richard; sebenarnya dia merasa bahwa segala yang dilakukan Richard adalah luar biasa. Satu-satunya masalah yang dihadapi Richard adalah, setiap kali Richard membawa pulang teman perempuannya, hubungan Richard dengan teman perempuannya akan memudar begitu bertemu ibunya. Tetapi ketika dia bertemu Diana, dia tahu ia betul-betul jatuh cinta. Dia memutuskan untuk menjauhkan Diana dari ibunya.

Setelah Richard dan Diana menikah, Bernadette selalu berada di sekitar mereka, membantu, tetapi Diana kelihatannya menjadi cemburu pada hubungan Richard dengan ibunya, sampai pada suatu titik di mana ibunya tidak lagi berkunjung. Sebagai gantinya, Richard akan bertemu dengannya di akhir minggu ketika dia membantu ibunya di rumah. Tetapi, dia memang mempunyai sebuah masalah dengan ibunya. Yaitu, ibunya suka menelepon tiap malam dan berbicara tidak henti di telepon ketika Richard sedang mulai relaks. Tetapi, pikirnya mungkin ibunya hanya merasa kesepian, hidup sendirian, dan dia memang mempunyai tanggung jawab terhadapnya.

*Apa beda mertua (in-laws)
dan kriminal (outlaws)?
Kriminal dicari (wanted)*

Ketika Travis lahir, Bernadette adalah yang pertama datang membantu, selalu berada di sana, mencuci baju dan menjaganya. Membesarkan anak adalah hal yang sama sekali baru bagi Diana. Nasihat ibu mertuanya adalah hal yang sangat berharga. Tetapi Diana tampak sama sekali tidak mau menerima nasihat. Diana menjadi posesif terhadap Travis dan selalu bertengkar dengan Bernadette dan mengeluh tidak ada habisnya kepada Richard mengenai Bernadette. Richard mencintai Diana tetapi Diana membuatnya gila dengan ledakan emosionalnya. Karena memiliki otak yang biasa memecahkan masalah, Richard berpikir dia tidak layak bekerja keras setiap hari kemudian pulang ke rumah dengan masih harus memecahkan masalah pertengkaran antara istrinya dan ibunya. Dia mulai berpikir bahwa hidup akan menjadi lebih mudah bila dia kembali menjadi bujangan.

Ibu dan anak menantu seharusnya berusaha menjalin suatu hubungan bila mereka ingin bisa hidup bersama. Perempuan secara alami melakukan ini untuk mempertahankan hidup di zaman purba dan sekarang juga perlu melakukannya agar bisa bertahan hidup dalam dunia modern ini, agar memiliki hidup yang bebas stres dan menghindari menyeret pria ke dalam masalah ini. Perempuan perlu menyelesaikan hubungan di antara mereka sendiri tanpa melibatkan suami atau anak laki-laki mereka. Pria mungkin menyukai perhatian yang disebabkan oleh dua perempuan yang memperebutkan mereka dan bila hal ini berlanjut akan membuat ego pria menjadi lebih besar. Para istri perlu menjadi lebih pandai dalam mengendalikan situasi ini dan memastikan bahwa masalah diselesaikan hanya di antara ia dan ibu mertuanya. Bila hal ini berhasil, akan merupakan keadaan *win-win*. Hal terakhir yang diperlukan seorang perempuan adalah ibu mertua yang mengeluh mengenainya kepada suaminya; dia benar-benar lebih perlu seorang teman daripada seorang musuh.

Drama ini bukan hal yang asing. Drama ini dimainkan dalam keluarga-keluarga di seluruh dunia. Dalam beberapa negara, masalahnya lebih buruk daripada negara lainnya. Di Rusia, di mana pasangan muda tinggal bersama orangtua mereka, karena apartemen sulit didapat, telah timbul kebudayaan membenci ibu mertua. Di Spanyol ada suatu penyakit yang disebut Suegritis, yaitu sebuah penyakit yang konon disebabkan oleh ibu mertua. Ada sebuah karnival peluit yang disebut Masasuegras, yang berarti 'bunuh ibu mertua'. Di ibukota India, New Delhi, ada sebuah sayap di penjara yang dikhususkan untuk ibu mertua, yang ditangkap karena menuntut mas kawin yang terlalu tinggi dari menantu perempuan mereka, dan merusakkan perkawinan. Sayap ini secara terus-menerus terisi penuh.

Di Spanyol dan Italia, seorang ibu mertua bisa dituntut karena merusak atau menghancurkan suatu perkawinan. Di Lutz, Florida, seorang istri yang tidak bisa lagi menahan diri, karena suaminya selalu membela ibunya, membius suaminya kemudian mentato karikatur wajah ibu mertuanya yang cerewet di pipi suaminya. Suaminya meninggalkannya dan mengajukan perceraian - kemudian menuntut istrinya atas kerusakan yang telah diakibatkannya. Di Australia, seorang apoteker memberitahu seorang perempuan bahwa foto ibu mertuanya tidak cukup sah untuk dipakai membeli arsenik.

Ibu mertua orang Yahudi bahkan lebih banyak lagi dipakai sebagai bahan lelucon. Dalam dokumenter Amerika *Mamadrama*, pelukan ibu mertua Yahudi digambarkan sebagai 'penuh cinta seperti sebuah pelukan sayang; pelukan itu akan meremukkanmu'.

*Apa beda anjing Rottweiler dan ibu mertua?
Rottweiler pada akhirnya akan melepaskan gigitannya.*

Masalah ibu mertua/menantu perempuan mungkin sudah ada sejak awal mula dan kadang-kadang kekerasan yang timbul tampak cukup jelas. Ketika Sylvester Stallone mengumumkan bahwa dia akan menikahi teman perempuannya yang sedang hamil, Jennifer Favin, ibunya mengatakan kepada dunia, "Dia tidak seharusnya menikah dengan perempuan itu. Jennifer mungkin memang sedang jatuh cinta, tetapi juga mempunyai gagasan untuk menjadi orang penting. Aku rasa ada unsur licik dalam dirinya." Hal ini seharusnya sudah terlihat pada saat dia mengatakan : "Di mata saya, tidak ada perempuan yang cukup baik untuk Sylvester. Aku akan berbaring dan mati untuknya."

Tetapi dalam banyak kasus, ketika ketiga orang yang terlibat berusaha untuk mencari penyelesaian yang bisa diterima semua

pihak dan mencapai suatu penyesuaian, mereka biasanya tidak berhasil. Jika sejak awal sudah timbul masalah dalam sebuah hubungan, maka menantu perempuan harus menjadi pihak yang berusaha menjembatannya. Dia harus menyadari pendeknya waktu antara masa pacaran dan pernikahan, dan bila pada masa ini semua perhatiannya difokuskan pada hubungannya dengan pasangannya saja, dan tidak memberi waktu untuk hubungannya dengan ibu mertuanya yang penting, maka dia akan rugi pada akhirnya. Dia harus berusaha untuk menghabiskan lebih banyak waktu dengan ibu mertuanya, agar ibu mertuanya melihatnya sebagai seorang individu, bukan hanya sebagai pasangan anaknya. Bila ada lebih banyak orang yang terlibat, maka lebih baik memperkuat hubungan satu orang dengan orang yang lain, hal ini akan mengurangi masalah yang akan timbul.

Tetapi, bila kemudian dalam suatu perkawinan, masalah sudah mengakar, akan menjadi lebih sulit untuk mencapai kesepakatan bersama antara tiga orang, di mana masing-masing pihak mempunyai agenda dan prioritas yang berbeda. Salah satu pihak jarang mau mengalah pada apa yang mereka pandang sebagai suatu persekutuan di antara kedua pihak yang lain. Maka, pada tahap ini, masalah harus diselesaikan oleh dua pihak yang paling terpengaruh - anak Iaki-Iaki dan menantu perempuan.

Pertanyaan-pertanyaan awal yang harus mereka jawab adalah :

Apakah mereka berdua mengakui ada masalah di antara mereka?
Apakah mereka menginginkan hidup bersama yang bahagia, saling mencintai dan tahan lama?
Apakah mereka mau mencari penyelesaian dari masalah ini?

Jika jawaban terhadap salah satu pertanyaan di atas adalah 'tidak', maka disarankan untuk mencari bantuan dari badan konseling perkawinan. Jika jawabannya adalah 'ya', maka suami dan istri harus duduk dan berkomitmen untuk menuliskan apa yang mereka pikir merupakan masalah mereka.

Sebagai contoh, dalam studi kasus di atas, Diana bisa menuliskan:

Bernadette selalu datang tanpa memberitahu terlebih dahulu, yang berarti kami tidak punya privasi dan rencana kami selalu terganggu.

Bernadette menelepon tiap malam, pada saat kami berusaha menikmati waktu untuk keluarga secara tenang.

Bernadette menuntut terlalu banyak perhatian Richard, sehingga Richard tidak punya cukup waktu untuk keluarganya sendiri.

Bernadette selalu mau tahu urusan orang. Dia selalu harus terlibat dalam semua kegiatan kami.

Bernadette selalu mengkritik dan tidak menghargai kemampuanku, dan selalu menguasai, mengharapkan Richard untuk menurutinya seperti anak kecil.

Di sisi lain Richard bisa menulis :

Ibuku merasa kesepian dan terserah pada kita untuk menyenangkan hatinya, tetapi Diana tidak peduli.

Ibuku tidak mempunyai pria dalam rumahnya untuk mengerjakan pekerjaan rumah dan Diana tidak mengerti bahwa adalah tanggung jawabku sebagai anak laki-lakinya untuk membantu.

Ibuku berusaha membantu Diana, tetapi Diana menolak untuk berbagi Travis, atau menerima nasihatnya yang berharga mengenai bagaimana menjaga anak.

Ibuku membuatku merasa bersalah bila aku tidak menuruti permintaannya.

Aku tidak mengerti mengapa semua orang selalu marah-marah sepanjang waktu, padahal yang kuinginkan hanya agar aku bisa berhubungan baik dengan setiap orang.

Maka, sekarang masalah ini merupakan masalah Diana dan Richard. Bernadette tidak mempunyai masalah. Dia sudah dibiarkan untuk mengontrol Richard dan melalui Richard dia mengontrol Diana dan Travis. Richard belum memutuskan tali pusarnya, belum memutuskan hubungan ibu dan anak. Dia belum meninggalkan rumah dan belum menjadi dewasa.

Saat terbaik memutuskan tali pusar adalah pada saat bayi dilahirkan.

Diana juga secara tidak sadar ikut berpartisipasi dalam masalah ini. Dia membantu menjadi arsitek dari ketidakbahagiaannya sendiri. Dia tidak menentukan batasannya terhadap Bernadette ketika dia mulai melihat ada masalah yang timbul. Sebagai akibatnya, dia membiarkan Bernadette merajalela tanpa batas dalam kehidupan rumah tangga dan perkawinan mereka.

Menentukan Batasan

Menentukan batasan berarti menentukan peraturan main dan menjaga garis yang tidak boleh dilewati pihak yang lain. Batasan tidak ditentukan oleh Richard dan Diana ketika mereka pertama kali menikah. Ini adalah perangkat yang paling sering menjebak para pasangan muda. Mereka tidak berpengalaman dan biasa tinggal dalam batasan orang lain. Mereka tidak yakin akan diri mereka sendiri

dan biasanya merasa anggota keluarga yang lain hanya mencoba untuk membantu dengan nasihat-nasihat mereka.

Menentukan batasan dan percaya diri adalah dua pelajaran penting yang harus dipelajari para pasangan muda. Ketika batasan sudah ditentukan, maka setiap orang tahu seberapa jauh mereka boleh melangkah. Mereka tahu bahwa jika mereka keluar batas, berarti mereka mengundang masalah. Dalam perkawinan mereka, Diana dan Richard memiliki batasan, garis yang tidak boleh dilanggar bahkan oleh mereka berdua, maka mengapa tidak membuat batasan untuk Bernadette juga?

Diana mengatakan bahwa Bernadette datang tanpa diundang dan tidak memberitahu terlebih dahulu. Maka Bernadette "perlu diajari mengenai hal melanggar batasan privasi. Dia harus diberitahu alangkah baiknya bila dia menelepon dulu sebelum berkunjung. Harus dijelaskan bahwa Diana dan Richard perlu waktu bagi mereka sendiri untuk bersantai atau mengerjakan proyek mereka bersama dan kedatangan yang tidak diberitahukan terlebih dahulu sangat mengganggu. Dapat dimengerti bila Bernadette akan merasa ditolak dan tersinggung, tetapi itu adalah masalahnya. Harus dijelaskan bahwa mereka tidak berkurang dalam mencintainya, tetapi batasan-batasan tersebut tidak bisa dilanggar. Bernadette akhirnya akan mengatasinya dan menyesuaikan diri.

Masalah Bernadette yang meminta Richard mengerjakan pekerjaan di rumah Bernadette juga merupakan masalah batasan. Richard memang mempunyai tanggung jawab untuk membantunya, tetapi waktunya harus disetujui Diana juga. Mereka bertiga harus membicarakan hal ini pada saat emosi sedang tidak tinggi. Mungkin juga akan merupakan suatu solusi untuk berbicara kepada seorang tukang di daerah sana, dan memberi Bernadette nomor telepon

tukang tersebut. Richard dan Diana bisa juga membayarkan biaya tukang selama setahun sebagai hadiah ulang tahun dan Natal. Diana bisa menawarkan untuk ikut membayar agar Bernadette merasa dia juga bagian dari keluarga.

Ibu mertuaku dan aku hidup berbahagia selama 20 tahun. Sampai pada suatu hari kami bertemu.

Mengenai mengasuh Travis, Bernadette telah melanggar batas yang belum dibuat. Masalah akan sangat berkurang apabila kunjungan Bernadette dilakukan berdasarkan perjanjian. Diana harus percaya diri. Dia perlu berterimakasih kepada Bernadette untuk perhatiannya, tetapi menyatakan bahwa dia dan Richard sudah menyetujui suatu program untuk perkembangan diri Travis dan mereka mau menjalankan program tersebut.

Richard harus membatasi telepon dari ibunya, agar dilakukan hanya pada saat-saat yang disetujui bersama dengan Diana, misalnya 10 menit. Richard kemudian harus mengatakan kepada ibunya bahwa dia mempunyai hal yang harus dikerjakan, kemudian mengucapkan selamat tinggal.

Tetapi, yang paling penting adalah dia perlu membantu ibunya mengembangkan kesukaan ibunya sendiri di luar keluarganya. Hal ini bisa merupakan kegiatan seperti berkebun, kelompok membaca, menjadi sukarelawan di rumah sakit, mengikuti klub para pensiunan, mengikuti kursus atau membantu organisasi seperti *Meals-on-Wheels*. Baik Richard maupun Diana harus mendorong Bernadette untuk lebih banyak keluar rumah, dan siap-siap mendukungnya secara emosi dalam tahap ini. Mereka harus sudah siap untuk lebih memperhatikan minatnya dalam hidup 'baru'nya sampai dia mampu mengikuti momentumnya sendiri.

jika kau bisa *membujuk ibu mertuamu*
untuk berjalan 10 mil sehari,
hanya dalam waktu satu minggu
ia sudah berada 70 mil jauhnya.

Setiap masalah Diana bisa diselesaikan dengan menentukan batasan dan memastikan bahwa batasan ini diawasi. Tidak mudah. Bernadette akan marah pada awalnya, dan mungkin akan membalas dengan pemerasan secara emosional dan perasaan bersalah seperti:

"Setelah segala sesuatu yang kulakukan untukmu!"

"Kepada siapa lagi aku bisa berpaling?"

"Kau tidak lagi peduli kepadaku."

"Ketika aku mati dan sudah pergi, kau baru akan menyesal."

"Kau egois - sama seperti ayahmu."

"Aku merasa begitu sendirian sekarang."

Tetapi taktik seperti ini hanya bisa berhasil bila Anda membiarkannya terjadi. Anda tahu, Anda benar melakukan apa yang Anda lakukan, Anda sudah membicarakannya secara menyeluruh, Anda sudah memperhitungkan semua kemungkinan reaksi yang akan timbul dan Anda sudah siap menghadapinya. Orang hanya bisa berhasil membuat Anda merasa bersalah jika Anda mau menerima perasaan bersalah tersebut.

Ibu mertua: gambaran Hitler perempuan

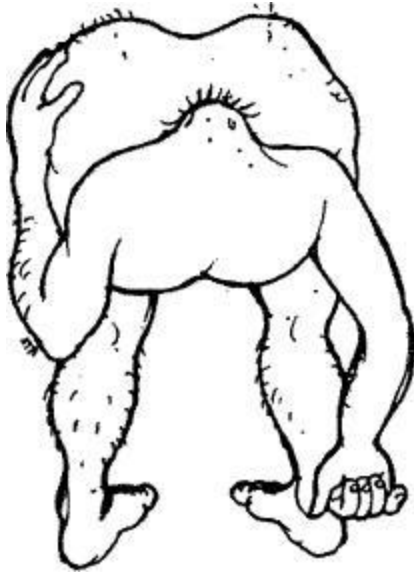
Tahap berikutnya dari reaksi Bernadette mungkin adalah menarik kembali bantuannya, misalnya menjaga bayi, dia mungkin juga akan mengancam untuk tidak meninggalkan warisan bagi mereka. Reaksi seperti ini memang sudah diharapkan, tetapi jika Richard dan Diana

mau hidup mandiri, dewasa dan bahagia, mereka harus meyakinkan diri mereka sendiri. Diana dan Richard tidak perlu menjelaskan atau mencari pembenar dari keputusan mereka, cukup menyatakan kembali bahwa ini adalah jalur yang mereka pilih untuk dijalani.

Melalui semua proses ini, mereka harus tetap penuh kasih sayang dan mendukung Bernadette. Mungkin mereka akan tergoda untuk memutuskan hubungan dengan Bernadette, terutama bila balasan dari Bernadette lebih tajam dari yang mereka bayangkan, tetapi mereka tidak boleh berbuat begitu. Mereka harus tetap menceritakan kepadanya mengenai perkembangan keluarga mereka tetapi tetap mendukungnya untuk menjalani hidupnya sendiri. Jika mereka menentukan batasan mereka terhadap Bernadette dengan empati dan cinta, hubungan yang dewasa dan menyenangkan akan terbentuk dan dengan sendirinya tumbuh.

Dan pada akhirnya, bila hal ini juga tidak bisa menyelesaikan masalah, pindahlah ke kota lain.

Rahasia Perempuan, Cara Menggunakan Kata-kata



*Ketika perempuan berusaha untuk berkomunikasi dengan-
nya Trevor akan segera menyembunyikan kepalanya.*

Seorang arkeolog sedang menggali reruntuhan pada suatu lokasi kuno ketika dia menemukan sebuah lampu kuno yang berdebu. Pada saat dia menggosok debunya, seorang jin muncul dari dalam lampu itu. "Kau telah membebaskanku!" teriak sang jin. "Aku akan memenuhi sebuah permintaanmu."

Sang arkeolog berpikir sebentar, kemudian menjawab, "Aku ingin sebuah jembatan jalan raya yang menghubungkan Inggris dan Perancis!"

Sang jin memutar matanya dan bergumam, "He, aku baru saja keluar dari lampu dan aku masih merasa kram dan lelah. Tahukah kau berapa mil jarak antara Inggris dan Perancis? Hal itu secara teknis tidak mungkin! Mintalah yang lain!"

Orang tersebut berpikir sebentar, kemudian berkata, "Aku harap aku bisa mengerti bagaimana berkomunikasi dengan perempuan."

Sang jin menjadi pucat dan bertanya, "Kau mau jalan dengan satu jalur atau dua jalur?"

Jika Anda adalah seorang pria, ini adalah bab yang paling penting yang akan Anda baca dari buku ini. Anda mungkin akan ragu-ragu mengenai beberapa hal yang akan Anda baca, maka kami menganjurkan agar Anda menegaskan kembali dengan seorang perempuan di sekitar Anda mengenai tiap hal yang Anda baca.

Selama lebih dari satu dekade, kami telah mengumpulkan dan mencatat respon terhadap survei mengenai bagaimana pria dan perempuan berkomunikasi, dan kami sudah menggambarkan dalam ilmu tingkah laku manusia untuk menjelaskan perbedaan tersebut. Yang paling penting, kami sudah mengembangkan strategi untuk mengatasi perbedaan-perbedaan tersebut.

Kami sudah meriset pria dari berbagai kebangsaan dan suku bangsa. Sebagai hasilnya, untuk pertama kalinya kami dapat mengungkapkan logika yang rumit di belakang lima pertanyaan yang paling sering ditanyakan pria mengenai bagaimana cara seorang perempuan berkomunikasi. Rahasia-rahasia ini adalah sumber dari hiburan dan kebingungan bagi kebanyakan pria, tapi bagi mereka yang mempunyai pengetahuan mengenainya, sebuah tingkat hubungan baru telah ditemukan mengenai hubungan dengan lawan jenis. Di bawah adalah pertanyaan tersebut :

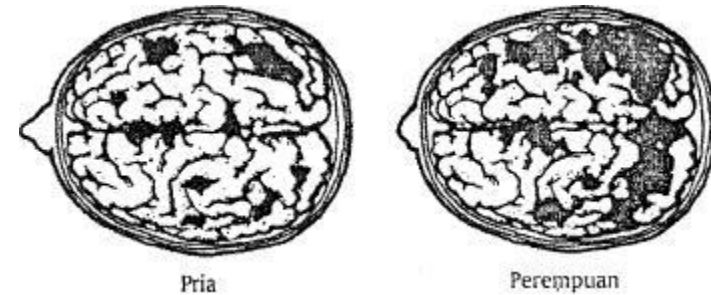
1. Mengapa perempuan begitu banyak berbicara?
2. Mengapa perempuan selalu ingin membicarakan suatu masalah?
3. Mengapa perempuan suka melebih-lebihkan?
4. Mengapa perempuan kelihatannya tidak pernah langsung menuju sasaran?
5. Mengapa perempuan selalu mau tahu semua seluk beluk?

1. Mengapa Perempuan Begitu Banyak Berbicara?

Kemampuan perempuan dalam mengoceh adalah suatu hal yang sangat sulit dimengerti oleh pria. Dalam *"Mengapa Pria Tidak Mendengarkan Dan Perempuan Tidak Bisa Baca Peta"*, kami membahas masalah ini dengan teliti dan kami akan memberikan ringkasannya di sini.

Perempuan berkembang dalam suatu kelompok dengan perempuan lain dan anak-anak, semua tinggal berdekatan dalam gua. Kemampuan untuk membentuk dan membangun hubungan dekat adalah sangat penting bagi ketahanan hidup bagi tiap perempuan. Pria berkembang dengan duduk diam di bukit, mencari sasaran yang bergerak. Ketika seorang perempuan terlibat dalam suatu aktivitas bersama, mereka akan secara terus-menerus berbicara sebagai cara untuk membentuk hubungan. Ketika pria berburu atau memancing, tidak ada yang berbicara karena takut mengejutkan mangsa. Pada saat pria zaman modern pergi memancing atau berburu, mereka masih tidak banyak bicara. Ketika perempuan modern pergi berkumpul dengan teman atau berbelanja bersama, mereka masih juga banyak berbicara. Perempuan tidak memerlukan alasan untuk berbicara dan tidak memerlukan suatu hasil akhir. Mereka berbicara untuk membentuk hubungan satu dengan yang lain.

Di bawah adalah gambar *scan MRI* dari otak pria dan perempuan dalam suatu percakapan antara mereka berdua. Daerah yang gelap adalah bagian yang diaktifkan dalam otak.



Daerah untuk berbicara dan berbahasa dari sebuah otak,
Institute of Psychiatry, London, 2001.

Hasil *scan* otak di atas menunjukkan betapa otak perempuan dimanfaatkan dengan penuh pada saat berbicara dan berbahasa. Dalam *"Mengapa Pria Tidak Mendengarkan Dan Perempuan Tidak Bisa Baca Peta"* kami menunjukkan betapa otak seorang perempuan dapat, dengan hanya sedikit usaha, mengeluarkan 6.000 - 8.000 kata-kata per hari. Berlawanan dengan hal ini, kemampuan otak pria untuk mengeluarkan kata-kata hanya 2.000 - 4.000 kata per hari dan Anda dapat melihat mengapa kemampuan perempuan dalam berbicara menyebabkan begitu banyak masalah bagi pasangan-pasangan. Seorang pria yang bekerja, menghabiskan kata-katanya pada siang hari kemudian pulang ke rumah, kepada seorang perempuan yang masih mempunyai 4.000 -5.000 kata-kata untuk dipakai! Dua orang perempuan dapat menghabiskan sehari bersama dan kemudian masih berbicara lagi selama satu jam di telepon. Reaksi seorang pria terhadap hal ini adalah, "Mengapa tidak kau katakan semua itu pada saat kau bertemu dengannya tadi?"



"Aku harap aku tidak terlalu banyak berbicara!"

Memiliki sebuah otak yang tidak begitu kuat dalam berbicara dan berbahasa adalah penyebab terbesar perbedaan antara pria dan perempuan dalam masalah yang berhubungan dengan berbicara: pria mengalahkan perempuan, yaitu tiga atau empat kali lebih banyak dalam hal gagap dan sepuluh kali lebih banyak dalam dyslexia yang parah dibanding perempuan.

Otak pria dibentuk untuk menyelesaikan masalah dan untuk secara terus-menerus menghasilkan penyelesaian. Pria menggunakan kemampuan berbicara dan berbahasa untuk mengomunikasikan fakta dan data. Kebanyakan pria hanya akan "berbicara jika ada yang perlu dibicarakan" yaitu, ketika mereka perlu untuk mengomunikasikan fakta, data atau suatu penyelesaian. Hal ini menciptakan masalah yang serius ketika berkomunikasi dengan perempuan, karena 'pembicaraan' perempuan sama sekali berbeda. Bagi perempuan

'berbicara' adalah suatu bentuk penghargaan dan untuk membentuk ikatan dengan orang lain. Secara sederhana, jika seorang perempuan menyukai atau mencintai Anda, jika dia setuju dengan apa yang Anda bicarakan atau ingin agar Anda merasa diterima dan penting, dia akan berbicara kepada Anda ; jika dia tidak suka pada Anda, dia tidak akan berbicara.

*Otak pria berorientasi pada solusi.
Otak perempuan berorientasi pada proses.*

Seorang pria hanya akan berbicara dengan pria lain mengenai masalah pribadi jika dia merasa bahwa pria lain tersebut bisa memberinya penyelesaian. Seperti yang kita jelaskan terdahulu, pria yang diajak berbicara akan merasa mendapat kehormatan bahwa pendapatnya diharapkan dan dia akan menawarkan suatu penyelesaian. Tetapi jika seorang perempuan berbicara, dia hanya mau menjalin hubungan dengan orang lain dan tidak mengharapkan suatu penyelesaian. Sayangnya, pria berpikir perempuan tersebut membicarakan masalahnya karena dia tidak tahu bagaimana harus mengatasinya, maka dia secara terus-menerus memotong pembicaraannya dengan memberikan penyelesaian.

Maka tidak heran jika seorang perempuan mengatakan bahwa pria secara terus-menerus memotong pembicaraannya dan tidak mau membiarkan dia menyatakan pendapat pribadinya. Dari sudut pandang perempuan, pria yang selalu menawarkan penyelesaian tampak seakan-akan dia mau kelihatan selalu benar dan bahwa perempuan tersebut selalu kelihatan salah. Di sisi lain, bila seorang perempuan berbagi perasaan atau masalahnya dengan seseorang, ini menunjukkan bahwa dia mempercayai orang tersebut karena dia yakin akan apa yang dibicarakan.

*Ketika seorang perempuan
membagi rahasia pribadinya dengan Anda,
dia bukan bermaksud mengeluh -
hal ini berarti dia mempercayai Anda.*

Kebalikannya juga benar - jika seorang perempuan tidak menyukai atau mencintai orang tersebut, tidak menyetujui apa yang dia bicarakan, atau jika dia ingin menghukum orang tersebut, dia akan berhenti berbicara. Diam digunakan sebagai suatu bentuk hukuman dan merupakan suatu taktik yang efektif jika diterapkan pada perempuan lain. Taktik ini tidak akan berhasil dengan pria - karena pria merasa mendapatkan tambahan 'damai dan diam' sebagai suatu bonus. Maka jika seorang perempuan mengancam, "Aku tidak akan pernah berbicara denganmu lagi!" hal ini harus ditanggapi dengan serius - tetapi tidak secara harfiah.

*Perempuan menggunakan 'diam' untuk menghukum pria.
Tetapi pria menyukai keheningan.*

Jika seorang perempuan ingin menghukum seorang pria, cara paling gampang adalah berbicara dengannya tanpa berhenti dan mengganti pokok pembicaraan secara terus-menerus.

Solusi bagi Para Pria

Mengertilah bahwa tujuan utama seorang perempuan 'berbicara' adalah untuk berbicara. Tujuannya adalah untuk merasa lebih baik dengan membicarakan hal yang telah dia jalani dan untuk menjalin hubungan dengan Anda - tidak ada penyelesaian yang diperlukan. Apa yang Anda perlu lakukan hanyalah mendengarkannya dan memberinya dukungan. Isi dari pembicaraan seorang pria tidaklah penting, partisipasinya yang penting

Solusi bagi Para Perempuan

Tentukan waktu dengan pria pada saat Anda ingin berbicara dan katakan kepadanya bahwa Anda hanya ingin didengarkan tanpa ditawarkan penyelesaian masalah. Jangan menghukum pria dengan diam, kemudian merasa tidak senang karena dia tidak menyadari bahwa Anda tidak berbicara dengannya. Dia menikmati waktu tenang ini karena dengan demikian dia bisa santai. Jika Anda mempunyai masalah dengannya, berterusteranglah.

2. Mengapa Perempuan Selalu Ingin Membicarakan Masalah?

Perempuan hidup rata-rata tujuh tahun lebih lama dari pria, hal ini terutama disebabkan oleh karena perempuan lebih mampu mengatasi stres. Bila seorang pria ingin melupakan suatu hari yang penuh stres, dia akan melakukannya dengan berpikir atau melakukan sesuatu yang lain. Otaknya yang berlajur tunggal hanya memperbolehkan dia untuk berkonsentrasi pada berita, televisi, menyiram tanaman, browsing internet atau merangkai sebuah kapal-kapalan kecuali masalahnya. Dengan berkonsentrasi pada satu hal selain masalah yang dihadapinya, dia bisa melupakan masalah tersebut. Seorang pria yang sedang stres tapi tidak menyibukkan diri dengan aktivitas yang lain akan berhenti berbicara dan duduk sendiri di kursi goyangnya berusaha untuk mendapatkan penyelesaian bagi masalahnya. Bahayanya adalah stresnya jadi masuk ke dalam tubuhnya dan dapat menyebabkan kondisi stres seperti diare, sembelit, sakit lambung atau serangan jantung - semoga tidak semuanya sekaligus. Perempuan mengatasi stres dengan membicarakan masalah mereka secara terus-menerus maju dan mundur dan dari segala sudut pandang, tanpa mencapai suatu kesimpulan. Membicarakan masalah bagi mereka adalah cara untuk melepaskan

stres. Jika seorang pria berbicara seperti ini, pria lain akan beranggapan bahwa dia tidak mampu dan sedang meminta suatu penyelesaiannya ... yang akan segera diberikan.

Studi Kasus: Lisa, Joe dan Pertengkaran Tengah Malam

Ketika Lisa dan Joe pertama kali pindah untuk hidup bersama, mereka sering kali bertengkar. Sering pertengkaran tersebut menjadi-jadi sampai tengah malam. Masalahnya adalah Lisa sejak kecil dididik untuk percaya bahwa suatu pasangan tidak boleh pergi tidur dengan membawa pertengkaran. Mereka harus berciuman dan berdamai sebelum pergi tidur. Maka dia berbicara, berbicara dan berbicara mengenai masalah yang mereka hadapi - sampai terjadi pertengkaran berikutnya. Joe tidak bisa menerima hal ini. Dia jauh lebih suka bertengkar, pergi tidur, dan melupakannya.

Lisa ingin mengurangi stresnya dan ingin agar mereka berdua bisa mencapai kata sepakat; Joe merasa mereka hanya terus-menerus membicarakan topik yang sama. Dia sama sekali kehabisan kata-kata pada akhirnya dan cukup puas dengan membiarkan saja pertengkaran mereka.

*Suami saya dan saya
memutuskan untuk tidak pergi tidur
sampai kami menyelesaikan suatu masalah.
Pada suatu malam kami tidak tidur selama 6 bulan.
PHYLLIS DILLER*

Bagi pria, adalah suatu misteri mengapa perempuan begitu suka membicarakan suatu pertengkaran, terutama pada malam hari. Tetapi otak perempuan adalah suatu komputer komunikasi yang berdasarkan proses. Perempuan suka membicarakan tiap aspek

kegiatan dan perasaan mereka. Pria akan menjauhi hal seperti itu. Pria lebih suka bertengkar, kemudian membiarkannya. Pria suka pergi ke batu karang mereka dan berpikir mengenai sesuatu yang lain.

*Ada dua teori untuk bertengkar dengan perempuan,
tidak ada satu pun yang bisa dipakai.
RODNEY DANGERFILED*

Perempuan ingin berdamai dan menguruskan semua perselisihan. Mereka percaya membicarakannya dapat membuat semua orang merasa lebih baik. Pria percaya bahwa berbicara biasanya membuat masalah jadi lebih runyam.

Solusi

Jika seorang perempuan sedang berbicara mengenai suatu masalah dan tampaknya tidak masuk akal, ingatlah bahwa dia perlu melewati proses berbicara agar merasa lebih baik. Dengarkanlah dengan penuh perhatian dan katakan padanya bahwa Anda akan selalu berada di sana untuk mendengarkan jika dia membutuhkannya. Hal ini lebih sederhana daripada mencoba untuk menyelesaikan masalah yang tidak ada dan merugikan Anda.

*Hal-hal yang diharapkan perempuan untuk diketahui pria,
nomor 105: segala sesuatu yang dikatakan seorang perempuan
enam atau delapan bulan yang lalu
tidak bisa diterima untuk pertengkaran
yang terjadi sekarang.*

Jika Anda tidak bisa langsung bereaksi, mintalah dengan lemah lembut apakah dia bisa menghentikan pembicaraan tersebut sekarang dan membicarakannya lagi lain hari pada saat kemarahan

dalam hatinya sudah hilang. "Maaf, sayang, tetapi aku tidak bisa memikirkan masalah ini sekarang. Bisakah kita membicarakannya besok/pada akhir pekan/minggu depan, ketika aku sudah mempunyai kesempatan untuk memikirkannya?" Pendekatan ini jauh lebih ada harapan untuk dilakukan daripada tidak mengatakan apa-apa, dan berharap seorang perempuan akan begitu saja kehabisan kata-kata. Perempuan tidak akan kehabisan kata-kata.

3. Mengapa Perempuan Suka Lebih-lebihkan?

Baik pria maupun perempuan suka lebih-lebihkan. Perbedaannyanya adalah pria lebih-lebihkan fakta dan data sementara perempuan lebih-lebihkan emosi dan perasaan. Seorang pria mungkin lebih-lebihkan betapa pentingnya pekerjaannya, besar-kecil gajinya atau besar-kecilnya ikan yang dia pancing, mobilnya atau berapa banyak perempuan cantik yang telah dia kencani. Perempuan akan lebih-lebihkan bagaimana perasaan mereka dan orang lain mengenai suatu masalah pribadi atau mengenai apa yang seseorang katakan. Otak perempuan terfokus pada orang dan mereka lebih banyak berkhayal mengenai hidup dan hubungan antarmanusia dibanding pria, dan lebih-lebihkan masalah tersebut membuat pembicaraan menjadi lebih menarik.

Lebih-lebihkan membuat pembicaraan mengenai hubungan menjadi lebih menarik dan menggairahkan.

Kebiasaan perempuan untuk lebih-lebihkan kata-kata dan emosi adalah hal yang biasa dan sangat bisa diterima oleh perempuan lain ketika mereka berbicara di antara mereka sendiri dan merupakan bagian dari struktur sosial sebagai seorang perempuan.

Kebanyakan perempuan suka berkhayal mengenai ksatria tampan menunggang kuda putih yang akan membawa mereka pergi, meskipun para perempuan tersebut secara tetap akhirnya jatuh cinta pada pria berambut merah, seorang teknisi komputer dengan wajah berbintik-bintik membawa segelas bir, yang mereka temui di Hotel White Horse di malam minggu.

*Suatu studi sosiologi telah membenarkan bahwa
khayalan seorang perempuan yang terbesar adalah
memiliki dua pria pada saat yang sama.
Dalam khayalan ini,
seorang pria sedang memasak,
yang lain sedang membersihkan rumah.*

Di bawah adalah beberapa contoh yang biasa dari perempuan yang lebih-lebihkan :

"Aku sudah mengatakannya kepadamu berjuta-juta kali untuk memungut kembali handuk basahmu."

"Kau selalu mengharapkan aku untuk mengerjakan semua pekerjaan rumah dan pada saat yang sama juga menjaga anak-anak."

"Ketika aku melihatnya memakai gaun itu, aku merasa mau mati!"

"Kau selalu melakukan hal ini terhadapku sepanjang waktu."

"Aku tidak akan pernah berbicara denganmu lagi!"

Bagi seorang pria, kebiasaan perempuan untuk lebih-lebihkan bisa membuatnya sangat frustrasi karena otak pria bergantung pada fakta dan data untuk mengerti sesuatu dan dia mengurai kata-kata berdasarkan kata-kata. Misalnya, jika dia berbeda pendapat dengan seorang perempuan di depan teman-temannya, perempuan tersebut mungkin akhirnya akan berkata, "Kau *selalu* meremelikanku dan *tidak pernah* membiarkanku mempunyai pendapat sendiri! Kau

melakukan ini terhadapku *sepanjang waktu*" Pria akan menanggapi kata-kata tersebut secara harfiah dan membantah bahwa dia *tidak selalu melakukannya setiap waktu* dan membela diri dengan misal-nya. "Hal itu tidak benar!" dia protes, "Aku tidak melakukannya kemarin malam dan sudah tidak melakukannya selama berbulan-bulan!" Perempuan akan membantahnya dan menyebutkan berapa kali, tempat dan tanggal di mana dia melakukan kesalahan yang sama. Pria akan berjalan pergi dengan perasaan terluka dan marah. Tetapi apakah dia benar-benar melakukan apa yang telah dituduhkan, tidaklah penting. Apa yang perempuan tersebut inginkan adalah bagi pria tersebut untuk menunjukkan, di hadapan teman-temannya, bahwa dia memperhatikannya. Perempuan melebih-lebihkan emosinya dan pria membantah apa yang dia pikir adalah fakta dan data.

*Aku merasa seperti berjuta-juta - tetapi satu pada suatu saat.
MAE WEST mengenai pria.*

Tanpa melihat kapasitas berbicara para perempuan, bila sampai pada masalah komunikasi, perempuan juga bergantung pada bahasa tubuh untuk mengirim dan menerima informasi. Bahasa tubuh mengungkapkan keadaan emosi seorang perempuan dan memegang peran 60% - 80% dari percakapan para perempuan. Dari sudut pandang seorang pria, perempuan sering tampak menggerak-gerakkan tangan dan menggunakan banyak sekali ekspresi wajah dan gerakan pada saat mereka berbicara, termasuk berbicara di telepon. Nada bicara menunjukkan apa yang dia inginkan dan perempuan berkomunikasi dengan lima nada - pria hanya bisa mengenali tiga. Kata-kata berperan hanya 1% sampai 10% dari apa yang ingin disampaikan para perempuan. Sebagai akibatnya, kata-kata tidaklah

penting dalam pembicaraan mereka karena kebanyakan pesan adalah pesan nonverbal. Bagi perempuan, sama sekali bukan masalah untuk menggunakan kata-kata yang tidak berhubungan dengan percakapannya. Bagi perempuan, emosi dan perasaan adalah yang paling penting dan bahasa tubuh dan nada adalah jalur utama untuk berkomunikasi.

Bagaimana Seorang Perempuan Dapat Membohongi Dirinya Sendiri

Ketika seorang perempuan mengulang sebuah skenario di kepalanya, apa yang diingatnya tersebut akan tampak seakan-akan benar-benar terjadi. Di bawah adalah surat dari Jessica yang menunjukkan bagaimana hal ini bisa terjadi.

Luke dan aku memutuskan untuk bertemu di restoran kesukaan kami untuk makan malam sekitar pukul 6 malam di malam minggu.

Luke pergi ke pertandingan sepakbola dengan teman-temannya hari itu, dan aku bersenang-senang dengan teman-teman perempuanku, yang sudah jarang aku temui sejak aku jalan dengan Luke. Kami menghabiskan sehabis untuk berbelanja, makan siang dan minum kopi serta membicarakan semua hal kecil-kecil.

Waktu berlalu dengan cepat dan aku sedikit terlambat tiba di restoran. Aku tahu makan malam ini pasti akan romantis; aku merasa gembira dan benar-benar ingin bertemu lagi dengan Luke.

Ketika aku tiba di restoran, Luke sedang duduk di sana, memandang keluar jendela. Aku minta maaf karena datang terlambat dan mengatakan kepadanya betapa menggembirakannya hari yang kulewatkan bersama teman-teman perempuanku dan menunjukkan kepadanya apa yang telah kubeli. Aku memberinya sebuah hadiah istimewa - satu set manset emas yang indah yang cocok untuk setelan jasnya. Dia menggumam "Trims", memasukkannya ke dalam kantongnya dan duduk diam tidak berkata apa-apa.

Dia sedang dalam suasana hati yang aneh, kupikir dia mungkin menghukumku dengan tidak berbicara denganku karena aku terlambat. Percakapan selama makan malam benar-benar sulit, dan

tidak menarik. Dia tampak berada bermil-mil jauhnya dari sini. Kami memutuskan untuk minum kopi di rumah saja.

Kami berdiam diri dalam mobil selama perjalanan pulang, dan sekarang aku tahu, kami menghadapi masalah yang serius. Aku dudukdisana memutarotak, mencoba untuk mencari penyebabnya tetapi memutuskan menunggu sampai tiba di rumah untuk membicarakannya. Aku mempunyai kecurigaan tetapi tidak mau mengatakannya dulu.

Ketika kami tiba di rumah, Luke langsung pergi ke ruang tamu, menghidupkan TV dan memandang kosong padanya. Matanya tampak mengatakan bahwa semuanya sudah berakhir di antara kita. Aku mulai menyadari bahwa sesuatu yang aku pikirkan selama ini telah terjadi - dia pasti mempunyai perempuan lain, dia sedang berpikir mengenainya dan tidak mau mengatakannya kepadaku atau melukai aku. Juga sudah jelas siapa perempuan itu - Debbie, perempuan jalang dengan baju pendek di tempat kerjanya! Aku sudah melihat caranya menggoyangkan pinggulnya pada setiap kali dia berjalan melewati Luke dan Luke pasti berpikir aku adalah seorang idiot, tidak melihat bagaimana dia memandang Debbie dan memberinya senyuman tolongnya. Mereka pasti mengira bahwa aku buta! Ok, aku duduk di sana di sofa dengannya selama sekitar 15 menit sampai aku tidak dapat menahannya lebih lama lagi. Aku pergi tidur. 10 menit kemudian, Luke juga datang ke tempat tidur dan mengejutkanku dengan memelukku. Dia tidak menolak pendekatanku dan kami bercinta. Tetapi kemudian dia berguling dariku dan langsung tertidur. Aku begitu marah dan tertekan sehingga berbaring tidak bisa tidur selama berjam-jam danakhirnya menangis sampai tertidur. Aku merasa seakan-akan segalanya akan segera berakhir.

Aku berjanji pada diriku sendiri bahwa besok pagi aku akan mengkonfrontasikan situasi ini dan menuntut agar dia menceritakan yang sebenarnya. Siapa perempuan lain itu? Apakah dia mencintainya atau ini hanya sekedar main-main. Mengapa pria tidak bisa jujur? Yang aku tahu hanyalah aku tidak bisa hidup seperti ini lebih lama lagi

Apa yang benar-benar Luke pikirkan malam itu adalah :

Inggris kalah. Tapi mereka bermain dengan bagus.

Solusi

Jika Anda adalah seorang pria, mengertilah mengenai kebutuhan perempuan untuk melebihi-lebihkan dalam percakapan dan tidak menanggapi secara harfiah. Jangan pernah memanggilnya 'ratu drama' atau mengkritiknya di hadapan orang lain. Cukup mundur satu langkah dan cobalah untuk mendengarkan perasaannya yang sesungguhnya, tanpa mengatakan kepadanya apa yang seharusnya dia pikirkan atau katakan. Tetapi, seorang perempuan haruslah menyadari bahwa pria selalu menanggapi semuanya secara harfiah dan seorang perempuan seharusnya bertahan pada fakta dan membatasi melebihi-lebihkan - terutama dalam hal bisnis, di mana hal ini bisa membingungkan dan merugikan.

4. Mengapa **Perempuan Kelihatannya Tidak Pernah** Langsung Menuju Sasaran?

Bagi pria, perempuan lebih sering tampak tidak jelas atau mengada-ada daripada langsung pada tujuan. Kadang-kadang seorang pria merasa seakan dia hams menduga-duga apa yang diinginkan perempuan tersebut, atau bahwa dia diharapkan untuk bisa membaca pikiran. Hal yang tampak tidak jelas ini dikenal sebagai kalimat tidak langsung.

Di bawah adalah surat dari seorang pembaca pria yang menunjukkan bagaimana perasaan pria terhadap hal tersebut :

Istriku sudah mengangkat kalimat tidak langsung menjadi suatu bentuk seni. Misalnya, kemarin, dia sedang sibuk di dapur dan berkata, "Pada saat rapat para staf hari ini, kepala bagianku berkata, 'Jangan makan salami.'"

"Apa?" aku berteriak, "Apa yang dia katakan mengenai salami?"

"Bukan dia, kau," jawab istriku dengan nada putus asa, "Aku tidak mau kau makan salami itu. Aku akan menyimpannya."

Aku berdiri di sana tertegun, mencoba mencari dalam lemari berdebu otakku, arti percakapan kami, sementara dia dengan ringannya meneruskan pembicaraan yang terputus dan mengatakan kepadaku apa yang sesungguhnya dikatakan kepala bagianya.

Dia selalu melakukan hal ini. Aku harus meletakkan 'tanda' dalam arus kata-katanya agar aku bisa mengenali jalur pembicaraan yang mana yang sedang dibicarakan. Dia bisa sekaligus menggunakan 4 sampai 5 jalur pikiran yang berbeda dengan mudah, sementara aku harus berjuang keras untuk mengikuti alur pikirannya. Teman-teman perempuannya bisa mengerti dia, tetapi aku dan kedua anak laki-laki kami betul-betul harus berusaha keras untuk mengerti. Bagaimana mungkin seorang perempuan yang begitu cerdas bisa mempunyai otak yang begitu berantakan ketika dia berbicara?

"Kamu mau nonton malam ini?" dia bertanya. Aku terkesan karena dia bertanya, tetapi aku bilang "tidak" - aku mempunyai pekerjaan yang harus kukerjakan di garasi. Hampir satu jam, baru aku menyadari, bahwa dia tidak berbicara denganku. Aku bertanya apa ada masalah, dia berkata "tidak", tetapi tetap mendiamkanku. Ketika aku mendesaknya mengenai hal ini, dia berteriak dengan mata basah, "Kau tidak pernah membawaku menonton!" Sebentar — pikirku, kan aku yang diundang nonton tadi, bukan dia!

Hari ini, ketika aku membawa cucian ke garasi, aku berkata, "Aku perlu pergi ke toko peralatan nanti."

Aku menyibukkan diri di garasi selama sekitar 30 menit, pada waktu itu aku sudah memasukkan pakaian kotor ke mesin cuci, memindahkan kotak-kotak dan membersihkan rak. Aku membuat daftar di kepalaku apa saja yang harus kukerjakan hari ini, setelah aku kembali dari toko peralatan. Ketika aku kembali ke rumah, dia mengangkat kepala dari pekerjaannya dan bertanya, "Mengapa?"

"Hah? Apanya yang mengapa?" aku bertanya.

"Apa yang kau perlukan?"

"Aku tidak perlu apa-apa! Apa sih yang kau bicarakan?"

"Kalau kau tidak perlu apa-apa, kenapa pergi ke toko peralatan?" dia menuntut, melipat lengan di dada, berdiri dengan posisi yang menyatakan apa-yang-akan-kau-lakukan, posisi yang dikenali hampir semua pria yang telah menikah.

Hei, percakapan itu kan sudah lama, aku sudah mengisi pikiranku dengan setengah lusin hal untuk dibicarakan, sejauh yang aku tahu, toko peralatan adalah cerita lama. Tetapi bagi istriku, hal tersebut tidak pernah terselesaikan, maka hal tersebut tetap tercatat dalam daftarnya, dan dia berasumsi aku juga melakukan hal yang sama.

Pada saat hal tersebut sudah dijelaskan, dia yakin aku tidak mendengarkan, dan aku setengah percaya bahwa aku memang tidak mendengarkan. Aku akan mencoba mengerti nanti, setelah memakan sandwich salamiku.

Raymond yang frustrasi

Ketika seorang perempuan berbicara, dia sering menggunakan kalimat tidak langsung. Hal ini berarti dia sedang mengisyaratkan apa yang dia inginkan atau dia duga. Istri Raymond juga seorang yang mempunyai pikiran 'jalur - majemuk', maka Raymond menjadi samasekali bingung.

Kalimat tidak langsung seorang perempuan mempunyai suatu tujuan - yaitu menjalin hubungan dan saling pengertian dengan orang lain yaitu dengan menghindari serangan, konfrontasi, atau pertentangan. Dari sudut pandang evolusi, menggunakan kalimat tidak langsung menyebabkan seorang perempuan bisa menghindari percekocokan dengan orang lain dan membuatnya lebih mudah menjalin hubungan tanpa tampak mau menguasai atau agresif. Pendekatan ini benar-benar cocok dengan keseluruhan pendekatan perempuan untuk menjaga harmoni.

Bila perempuan menggunakan kalimat tidak langsung dengan perempuan lain biasanya tidak ada masalah - perempuan cukup peka untuk bisa mengerti maksud yang sebenarnya. Tetapi hal ini bisa menjadi bencana bila diterapkan pada pria. Pria menggunakan kalimat langsung dan mengartikan kata-kata secara harfiah. Seperti yang kita katakan, otak pria berkembang sebagai sebuah mesin yang

mempunyai fokus tunggal karena kebutuhan untuk berburu. Mereka menganggap kurang terstrukturanya pembicaraan dan tujuan pada seorang perempuan sangat mengganggu, dan menuduh perempuan tidak tahu apa yang mereka bicarakan. Pria bereaksi dengan mengatakan "Apa pokok pembicaraannya?" "Ke mana tujuan pembicaraan ini?" dan "Apa sebetulnya maksudnya?" Pria kemudian melanjutkan berbicara dengan seorang perempuan seakan-akan perempuan itu adalah pasien rumah sakit jiwa atau akan memotong pembicaraannya dengan mengatakan, "Kita kan sudah membicarakan hal ini berkali-kali", "Berapa lama lagi ini akan berlangsung?" dan "Pembicaraan ini terlalu sulit dan tidak ada hasilnya!"

Kalimat Tidak Langsung dalam Bisnis

Akan menjadi masalah bila seorang perempuan menggunakan kalimat tidak langsung dalam bisnis, karena pria akan mengalami kesulitan mengikuti cara berpikir 'jalur-majemuk', dan pembicaraan yang tidak langsung. Pria harus diberi ide dan informasi yang jelas, logis, dan terorganisir sebelum mereka bisa membuat suatu keputusan. Seorang perempuan bisa ditolak ide dan permintaannya hanya karena bos prianya tidak tahu apa yang sebenarnya dia inginkan. Marie adalah contoh korban yang klasik.

Setelah enam bulan bernegosiasi, Marie akhirnya memenangkan kesempatan untuk mempresentasikan program iklan perusahaannya kepada klien dari perusahaan keuangan yang besar. Pendengarnya adalah delapan orang pria dan empat perempuan, proyek ini berharga \$200,000, dan Marie mempunyai waktu 30 menit untuk menjual ceritanya. Dia tahu dia hanya mempunyai satu kesempatan. Pada hari itu, Marie tiba berpakaian dengan sempurna, stelan bisnis sepanjang lutut, rambutnya diikat ke atas, dia memakai dandanan yang ringan, berwarna alami dan dia melatih presentasi Powerpoint-nya sampai pada titik di mana dia bisa mempresentasikannya sambil tidur.

Tetapi, pada saat dia memulai presentasinya, dia melihat betapa para pria menatapnya dengan mata kosong. Dia merasa mereka sedang menilainya dengan kritis dan berasumsi bahwa para pria kehilangan minat terhadap presentasinya, maka dia mulai menggunakan 'jalur-majemuk' dengan presentasinya dalam upayanya untuk mencoba menarik minat mereka, yaitu dengan kembali ke slide yang sebelumnya, berbicara tidak langsung dan mencoba untuk menunjukkan bagaimana satu dan yang lainnya berhubungan. Para perempuan mencoba memberinya dukungan dengan tersenyum, menggunakan berbagai mimik wajah dan membuat suara-suara yang menunjukkan bahwa mereka mendengarkan, misalnya "Uh huh" "Betul!" dan "Mmmm" dan menunjukkan wajah tertarik. Marie gembira dengan reaksi yang diberikan oleh para pendengar perempuannya dan mulai memfokuskan ceritanya pada mereka, dan tanpa sengaja mengabaikan pendengar prianya. Seluruh presentasinya menjadi pertunjukan permainan lempar bola. Dia selesai dan meninggalkan tempat, yakin bahwa dia sudah melakukan pekerjaan besar dan dengan antusias menunggu reaksi dari perusahaan tersebut.

Di bawah adalah pembicaraan yang terjadi di antara para eksekutif pria pada saat minum kopi, setelah Marie pulang.

Direktur Marketing: "Kalian mengerti apa yang dia bicarakan?"

Pimpinan eksekutif: "Tidak ... aku sama sekali tidak bisa mengerti.

Katakan padanya untuk mengirimkan proposalnya secara tertulis."

Marie telah membuat presentasinya menjadi 'jalur-majemuk' dan menggunakan kalimat tidak langsung dengan sekelompok pria yang tidak mengerti sama sekali apa yang dia bicarakan atau hubungan antara satu hal dengan yang lain. Para eksekutif perempuan merasa senang dengan presentasi tersebut dan berpartisipasi dengan mengajukan pertanyaan tapi tidak ada pria yang mau mengangkat tangan untuk bertanya dan mengakui bahwa dia tidak mengerti. Seorang perempuan harus mengerti bahwa jika seorang pria tidak

mengerti apa yang dibicarakan seorang perempuan dia akan lebih suka pura-pura mengerti daripada mengakui bahwa ia tampak seperti orang bodoh.

'&

*Ketika seorang pria
tidak dapat mengikuti pembicaraan
mengenai bisnis dengan seorang perempuan
dia biasanya pura-pura mengerti.*

Perempuan sering mengharapkan para pria dalam hidup mereka untuk mengerti, menguraikan kodenya dan mengikuti kalimat tidak langsung. Tetapi para pria tetap tidak mengerti.

Tanpa mempedulikan berapa usia seorang pria, perempuan tetap perlu berbicara menggunakan kalimat langsung. Berikan kepadanya jadwal, agenda, jawaban yang langsung menuju intinya dan tenggat waktu. Perempuan harus berterus terang kepada seorang pria dalam bisnis dan memberi mereka satu hal saja pada saat yang sama untuk dipertimbangkan. Marie masih menunggu jawaban

Kalimat Tidak Langsung yang Timbul di Rumah

Ketika seorang perempuan mengatakan ...	Maksud sebenarnya adalah
Kita perlu berbicara	Aku marah atau mempunyai masalah
Kita perlu	Aku mau
Aku minta maaf	Kau akan menyesal
Itu keputusanmu	Selama aku setuju
Aku tidak marah	Tentu saja aku marah!
Kau harus belajar berkomunikasi	Pokoknya turuti saja kemauanku

Apakah kau mencintaiku?

Kau benar-benar baik malam ini

Berapa dalam kau mencintaiku?

Supaya romantis, matikan lampu

Aku mau sesuatu yang mahal

Cuma seks sajakah yang ada dalam pikiranmu?

Aku melakukan sesuatu yang tidak kau sukai

Pahaku tidak bagus.

Studi Kasus: Barbara dan Adam

Barbara pergi berbelanja dengan teman-temannya dan meminta Adam, anaknya yang berusia 16 tahun untuk membersihkan dapur. "Adam maukah kau membersihkan dapur untukku?" katanya. "Uh, ya ..." gumam Adam. Ketika Barbara kembali dari berbelanja dengan teman-temannya, dapur masih kelihatan seperti baru saja kena bom. Sebetulnya malah tampak lebih buruk daripada sebelum Barbara pergi tadi. Dia marah sekali. "Tetapi aku akan membersihkannya sebelum aku pergi keluar malam ini!" Adam mengeluh. Masalahnya terletak di Barbara. Dia menggunakan kalimat tidak langsung dan berharap Adam mengerti bahwa pada saat Barbara pulang ke rumah dengan teman-temannya, dapurnya sudah harus dibersihkan. Dia meminta, "Maukah kau membersihkan dapur?" Tidak ada remaja yang 'mau' membersihkan dapur, demikian juga Adam. Permintaan langsung dengan tenggat waktu misalnya, "Adam, tolong bersihkan dapur sebelum aku pulang dari berbelanja siang nanti" akan memberikan hasil yang lebih baik.

Anak laki-laki tidak 'suka' mengerjakan pekerjaan rumah tangga - mereka harus diberi perintah langsung

Malam itu, dia berkata pada Adam, "Aku mau kau belajar selama satu jam sebelum kau pergi tidur." Kalimat tidak langsung seperti

ini akan ada hasilnya bila dikatakan kepada anak perempuan, tetapi anak laki-laki tidak akan mengerti. Otak anak laki-laki mendengar kalimat ini sebagai ibunya ingin dia mengerjakan pekerjaan rumah tetapi dia tidak benar-benar diperintahkan untuk mengerjakannya, maka dia tidak mengerjakannya. Jika ibunya mendapatinya sedang mendengarkan radio atau menonton TV, maka akan terjadi pertengkaran. Perintah langsung dengan batas waktu adalah satu-satunya cara yang realistik untuk menangani pria.

"Adam, aku mau kau belajar di kamarmu selama satu jam dan aku akan datang dan mengucapkan selamat malam sebelum kau tidur." Dengan perintah langsung seperti ini, hampir tidak ada kesempatan untuk salah komunikasi dan pria menghargai perintah langsung yang jelas. Banyak perempuan sangat khawatir bahwa perintah langsung terlalu agresif atau terlalu mengkonfrontir. Bila digunakan terhadap perempuan, mungkin hal ini benar. Tetapi bagi pria, perintah langsung adalah sangat normal karena beginilah cara mereka berkomunikasi.

Solusi

Bagi perempuan: Kalimat tidak langsung digunakan oleh perempuan untuk menjalin hubungan dengan perempuan lain. Gunakan kalimat langsung bila berbicara dengan pria. Mungkin pada awalnya akan terasa sulit tetapi dengan latihan, hal ini akan memberi Anda hasil yang memuaskan dan Anda tidak akan pernah bertengkar dengan pria dalam hidup Anda.

Bagi pria: jika seorang perempuan sedang berbicara dan Anda tidak bisa mengikuti pokok pembicaraannya, maka duduklah, dengarkan kemudian pergilah keluar tanpa menawarkan penyelesaian untuknya. Paling jelek, beri dia batas waktu -

"Sayang, aku mau menonton berita pukul 7 malam, tetapi sekarang sampai nanti pukul 7, aku memberimu perhatian sepenuhnya." Bila Anda mengatakan hal tersebut, dia biasanya akan berbicara sampai puas dan merasa bahagia dan rileks, tanpa Anda perlu melakukan sesuatu.

Seorang pembaca kami mengirim kami *Kamus Istilah Tidak Langsung Perempuan* yaitu istilah yang biasanya muncul dalam pertengkaran mereka.

'Baik' Seorang perempuan menggunakan kata ini pada akhir suatu pertengkaran di mana dia percaya bahwa dia benar tetapi dia ingin pria itu tutup mulut. Seorang pria tidak boleh menggunakan kata 'baik' untuk menggambarkan bagaimana tampang seorang perempuan. Hal itu akan mengakibatkan pertengkaran yang berakhir dengan perempuan mengatakan, 'Baik!'.

'5 menit' Ini berarti sekitar setengah jam. Hal ini ekuivalen dengan lima menit sebelum pertandingan sepakbola berakhir, sebelum seorang pria mengatakan bahwa dia akan mengeluarkan sampah.

'Tidak apa-apa' Hal ini berarti 'ada apa-apa'. 'Tidak apa-apa' biasanya dipakai untuk menggambarkan perasaan seorang perempuan ketika ia merasa ingin mencekik seorang pria. 'Tidak ada apa-apa' sering berarti awal suatu pertengkaran yang akan berakhir '5 menit' dan berakhir dengan kata 'baik'.

'Teruskan saja' (dengan alis mata naik). Ini adalah sebuah tantangan yang akan berakhir dengan seorang perempuan menjadi marah akan sesuatu yang 'tidak apa-apa' dan akan berakhir dengan kata 'baik'.

'Teruskan saja' (dengan alis mata normal). Ini berarti 'aku menyerah' atau 'kerjakan apa yang kau mau karena aku tidak peduli'. Dalam

beberapa menit, Anda biasanya akan menerima sebuah 'teruskan saja' (dengan alis mata naik), diikuti dengan 'tidak ada apa-apa' dan 'baik' dan dia akan berbicara denganmu selama sekitar '5 menit' ketika dia sudah mendingin.

Helaan napas yang **keras**. Hal ini berarti dia pikir Anda adalah seorang idiot dan heran mengapa dia menghabiskan waktu berdiri di sini dan bertengkar dengan Anda untill hal yang 'tidak ada apa-apa'.

'Oh?' Pada awal suatu kalimat, 'Oh' biasanya menunjukkan bahwa Anda ketahuan berbohong. Sebagai contoh, 'Oh? Aku berbicara dengan saudara laki-lakimu mengenai apa yang kau kerjakan malam kemarin' dan 'Oh? Aku diharapkan untuk mempercayainya, kan?' Dia akan mengatakan kepada Anda bahwa dia 'baik' sambil melemparkan pakaian Anda keluar jendela, tetapi jangan mencoba untuk berbohong lebih lanjut untuk keluar dari masalah ini, atau Anda akan mendapatkan sebuah 'teruskan saja' (dengan alis mata naik).

'Tidak masalah' berarti dia perlu berpikir keras dan lama sebelum membalas atas apa yang telah Anda lakukan. 'Tidak masalah' biasanya dipakai bersamaan dengan 'baik' dan digunakan berhubungan dengan 'teruskan saja' (dengan alis mata naik). Pada suatu saat di waktu yang akan datang, ketika dia telah selesai merencanakannya, Anda akan mendapat masalah besar.

'Silakan' Ini bukan sebuah pernyataan, ini adalah tawaran bagi Anda untuk berbicara. Seorang perempuan memberi Anda kesempatan untuk mengatakan alasan atau sebab dari apa yang telah Anda kerjakan. Jika Anda tidak mengatakan kebenaran, Anda akan mendapat 'Tidak masalah' pada akhirnya.

'Sungguh?' Dia tidak sedang menanyakan kebenaran mengenai apa yang Anda katakan, dia hanya mengatakan kepada Anda bahwa dia tidak mempercayai sepatah kata pun apa yang Anda katakan. Anda menawarkan untuk menjelaskan dan mendapatkan 'silakan'. Makin banyak Anda mengemukakan alasan, makin keras dan sinis bunyi 'sungguh?' yang akan Anda dapatkan, dibumbui dengan banyak 'Oh', 'alis mata naik' dan akhirnya 'helaan napas yang keras'.

'Terima kasih banyak' seorang perempuan akan mengatakan ini ketika dia benar-benar kecewa pada Anda. Ini berarti Anda telah melukainya secara tidak berperasaan, dan akan diikuti dengan 'helaan napas yang keras'. Jangan bertanya apa yang salah setelah 'helaan napas yang keras', karena dia akan mengatakan 'tidak apa-apa'. Saat di mana dia bersedia bermesraan dengan Anda, adalah 'pada suatu hari'.

5. Mengapa Perempuan Selalu Mau Tahu Semua Seluk Beluk?

Josh sedang membaca koran suatu sore hari ketika telepon berbunyi. Dia mengangkatnya, mendengarkan sekitar 10 menit sambil menjawab dengan gumamam, mengatakan "ya - OK, sampai jumpa ..." kemudian menutup telepon dan meneruskan membaca.

"Siapa itu?" istri Debbie bertanya.

"Robert, teman sekolahku," jawabnya.

"Robert? Kau kan tidak bertemu dengannya sejak SMA!"

Bagaimana kabarnya?"

"Dia baik-baik saja."

"Jadi ... apa yang dia katakan?" tanya Debbie.

"Tidak banyak.. dia cukup sukses ... dia baik-baik saja ...," Josh

menjawab dengan nada jengkel seperti biasa pria yang sedang membaca koran.

"Hanya itu yang kau katakan setelah sepuluh tahun tidak bertemu? Dia baik-baik saja?" Debbie bertanya.

Debbie kemudian menanyai Josh seperti seorang pengacara, membuatnya mengulang pembicaraannya terus-menerus sampai dia mendapatkan semua detailnya. Dari sudut pandang Josh, pembicaraan ini sudah berakhir dan tidak perlu lagi dibicarakan lebih lanjut. Tetapi Debbie mau tahu semua detailnya.

Sejauh yang dipedulikan Josh, ceritanya sederhana - Robert meninggalkan sekolah pada usia 15 tahun dan bekerja sebagai pelacur pria untuk membiayai ibunya yang hidup sendiri, yang menderita penyakit gangguan kejiwaan setelah menemukan bahwa suaminya adalah seorang transeksual dan merencanakan akan melarikan diri bersama adik laki-laknya. Setelah ibunya mencoba bunuh diri, Robert menjadi pengguna narkoba untuk mengatasi rasa sakitnya dan kemudian memperoleh pekerjaan sebagai seorang penelan pedang di Sirkus Moscow. Setelah kehilangan sebuah testikelnnya dalam sebuah kecelakaan parah, dia bergabung dengan Legiun Asing Perancis dan kemudian menjadi misionaris di Afganistan tetapi ditangkap karena mengajarkan agama Kristen, kemudian dibebaskan setelah dia setuju untuk menjadi budak Taliban. Dia melarikan diri pada suatu malam dengan mengapung tanpa ketahuan dalam tong di saluran pembuangan dan sekarang kembali ke kota dengan istri barunya, seorang mantan biarawati lesbian yang menjadi-pelacur, yang ingin Robert pindah ke Afrika untuk mendirikan koloni bagi orang-orang penderita kusta - inilah yang Robert rencanakan sekarang setelah dia dibebaskan dari penjara setelah memenangkan kasus dalam tuduhan pembunuhan. Dia dan

ketujuh anak angkat Brasilnya sekarang menjadi vegetarian dan anggota Saksi Jehovah dan dia mengatakan bahwa dia tidak pernah merasa lebih baik ... dia baik-baik saja.

Bagi Josh ini semua cukup jelas. Pada dasarnya Robert baik-baik saja -Josh tidak melihat alasan untuk mengulang seluruh cerita. Tetapi Debbie harus menggonggonya dengan seluruh detail.

Pembicaraan ini menyoroti perbedaan mendasar otak pria dan perempuan. Bagi pria, detail tidak relevan. Seorang perempuan berpikir bila seorang pria tidak berbicara banyak artinya dia tidak mencintainya karena, bagi seorang perempuan, kata-kata digunakan sebagai sebuah ikatan. Seorang pria berpikir, seorang perempuan berbicara terlalu banyak dan sedang mencoba untuk menginterogasinya.

Perempuan Terprogram untuk Mencari Detail

Sebagai penjaga sarang manusia, seorang perempuan harus memastikan bahwa dia mempunyai lingkungan teman yang berhubungan erat, yang akan membantunya jika para pria tidak kembali dari berburu atau pertarungan. Lingkungan teman-temannya adalah seperti polis asuransinya. Kemampuannya untuk bertahan hidup tergantung pada kemampuannya untuk mengikat hubungan dengan anggota yang lain dalam kelompok tersebut dan ini berarti harus mengetahui semua hal kecil mengenai keadaan tiap anggota kelompok dan keluarga mereka dan secara terus-menerus menaruh perhatian terhadap hal tersebut demi kelangsungan hidup kelompok tersebut.

Bila terjadi pembicaraan antara pria dan perempuan setelah sebuah kegiatan sosial, perempuan akan mengetahui apa yang dikerjakan oleh anggota kelompok sosial tersebut dan keluarganya,

mimpi mereka dan apa sasaran yang akan mereka capai dalam tahun tersebut, kesehatan mereka dan keadaan hubungan mereka. Perempuan biasanya tahu ke mana teman mereka akan pergi berlibur dan bagaimana prestasi anak-anak mereka di sekolah. Pria akan tahu 'mainan' baru yang dibeli pria lain, akan secara teliti memeriksa mobil sport merah Bob yang baru, membicarakan di mana tempat memancing yang bagus, menentukan bagaimana mengatasi terorisme dan bagaimana Inggris mengalahkan Jerman dalam pertandingan sepakbola ... oh ya ... lelucon mengenai pria yang mengalami kecelakaan kapal bersama Elle Macpherson. Tetapi mereka hanya tahu sedikit mengenai kehidupan pribadi para anggota kelompok mereka - perempuanlah yang akan menceritakan semuanya kepada mereka dalam perjalanan pulang.

Bukannya perempuan berusaha untuk usil ... ya, mungkin juga ... tetapi kelangsungan hidup jangka panjang tertanam dalam otak mereka maka mereka harus tahu bagaimana keadaan tiap orang dalam kelompok mereka dan bagaimana mereka bisa membantu.

Solusi

Jika Anda adalah seorang pria, mengertilah bahwa bagi seorang perempuan kebutuhan untuk mengetahui detail pribadi dan informasi mengenai seseorang adalah demi kelangsungan suatu hubungan dan telah tertanam dalam otak mereka. Maka pada saat Anda berbicara dengan seorang perempuan, cobalah untuk memberinya lebih banyak detail dibanding yang biasa Anda berikan. Pakailah pakaian joggingmu, ajak dia berjalan-jalan dan biarkan dia berbicara. Dengan cara ini, Anda akan mendapat olahraga.

Ingat, Anda tidak perlu memusatkan pikiran untuk mencoba mencari jawaban - tidak ada usaha yang diperlukan dari pihak Anda.

Jika Anda adalah seorang perempuan, ketahuilah bahwa terlalu banyak detail membuat seorang pria jadi gila dan sangat membosankan bagi mereka. Dalam pertemuan bisnis, langsunglah pada titik pembicaraan, berusahalah untuk tepat dan singkat. Di rumah, katakan kepada pria kapan Anda mau berbicara, beri dia batasan waktu dan katakan kepadanya dia tidak perlu menawarkan penyelesaian, cukup mendengarkan. Dan jangan terus-menerus bertanya, "Apakah kau mendengarkanku?" atau "Apa yang terakhir kukatakan?"

Tes Mengenai Daya Tarik Seks Perempuan

Dengan cara apa Anda membuat seorang pria berlari ke arah Anda?



Cara untuk menarik perhatian pria

Kerjakan Tes Berikut

Ketika mata seorang pria bertemu dengan mata Anda dari seberang ruangan yang ramai, apa reaksinya yang tepat terhadap Anda ? Ini hal yang selalu menjadi pertanyaan perempuan sejak Adam pertama kali bertemu Hawa: ketika seorang pria pertama kali melihatmu, apa kesan pertamanya? Kebanyakan perempuan mau tahu seberapa menariknya dia bagi pria, maka kami menciptakan tes ini untuk menunjukkan kepada Anda baik - atau burukkah - nilai Anda. Tes ini sepenuhnya berdasarkan pada bentuk fisik Anda, penampilan dan penyajian Anda. Ini adalah panduan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh Anda terhadap seorang pria pada saat dia pertama kali melihat Anda, dan tes didasarkan pada reaksi otak pria terhadap bentuk tertentu perempuan, rasio, warna, ukuran, tekstur, dan bahasa tubuh. Pengaruh dari kepribadian terhadap ketertarikan akan dibicarakan kemudian. Tes ini adalah seperti saat seorang pria sedang menilai Anda dalam sebuah foto. Pertanyaannya tidak dalam urutan yang bisa diperkirakan, maka Anda tidak bisa bermain curang.

1. Apa yang paling tepat untuk menjelaskan bentuk tubuh Anda ?
 - a. Kurus/lurus.
 - b. Atletis/kurus/kekar.
 - c. Gemuk/berbentuk- buah pir.

2. Pada kencan pertama, bagaimana Anda akan berdandan untuk mencoba menarik perhatian pria?
 - a. Pakai celana panjang atau rok panjang, tetapi dengan anggun.
 - b. Berdandan kasual, tidak terlalu bergaya, dengan sepatu yang nyaman.
 - c. Berpakaian rapi, dengan rok pendek dan sepatu tumit tinggi untuk menampilkan keindahan kaki Anda.
3. Jika kita melihat isi lemari pakaian Anda, sepatu tipe apa yang paling banyak ditemukan?
 - a. Sepatu tumit tinggi atau tumit stiletto (tinggi dan sempit).
 - b. Sepatu trendi dengan tumit sedang.
 - c. Sepatu tumit rendah atau sepatu tidak bertumit tetapi bergaya.
4. Jika Anda bisa membeli pakaian baru tanpa mempedulikan harganya, yang mana dari pilihan di bawah ini yang Anda pilih:
 - a. Pakaian yang panjang dan berjumbai yang bisa menutupi semua daerah yang bermasalah.
 - b. Pakaian yang pendek, ketat, berpotongan rendah yang bisa memamerkan semua kelebihan Anda.
 - c. Setelan celana panjang, buatan penjahit dan anggun.
5. Ukurlah pinggang dan pinggul Anda dan hitung rasio pinggang - pinggul. Bagi ukuran pinggang Anda dengan ukuran pinggul Anda. Misalnya, jika pinggul Anda 40 inci dan pinggang Anda 30 inci, maka nilai Anda adalah 75%. Nilai Anda :
 - a. Di atas 80%.

- b. Antara 65% sampai 80%.
 - c. Di bawah 65%.
6. Bila Anda sedang berbincang-bincang dengan seorang pria yang menarik yang membuat lutut Anda bergetar, posisi apa yang Anda ambil?
 - a. Berusaha untuk membuatnya duduk agar dia tidak melihat badan saya.
 - b. Berdiri dekat dengannya dengan kaki tidak terlipat.
 - c. Memainkan rambut, membasahi bibir, menonjolkan pinggul dan mengelus badan untuk menarik perhatiannya.
7. Jika Anda bertanya kepada seorang asing untuk menggambarkan lekukan tubuh Anda apa yang akan mereka katakan?
 - a. Lebar besar.
 - b. Datar, kurus atau atletis.
 - c. Bundar/bentuk buah persik.
8. Jika Anda mengelus perut Anda bagaimana rasanya?
 - a. Keras/berotot.
 - b. Halus/rata.
 - c. Bergumpal/bundar.
9. Pada saat berpakaian untuk keluar malam hari dengan teman perempuan, bagaimana Anda akan berpakaian?
 - a. Memakai pakaian yang longgar agar tidak menampilkan badan di balik pakaian.
 - b. Memakai *bra push up* untuk menampakkan belahan dada.
 - c. Memakai pakaian buatan penjahit, pakaian yang pas untuk menonjolkan bentuk tubuh.

10. Gambarkan dandanan Anda :

- a. Semua warna dan gaya *fashion* yang mutakhir.
- b. Saya lebih suka warna alami.
- c. Wajahku adalah paletku, dan aku memerlukan banyak *make-up*, tidak peduli kapan, sehari-hari aku harus tampil paling bagus.

11. Jika Picasso melukis Anda, bagaimana penampilan Anda ?

- a. Kurus/berotot.
- b. Banyak lekukan.
- c. Bundar.

12. Jika Anda diminta untuk berpose untuk majalah Vogue, pose apa yang akan Anda ambil?

- a. Menaikkan rambut ke atas kepala dan memandang ke belakang dari bahu.
- b. Melengkungkan punggung, menonjolkan pinggul, meletakkan tangan di pinggul dan mencibir.
- c. Menonjolkan bokong dan membungkuk ke depan, meniupkan sebuah ciuman ke arah kamera.

13. Bagaimana seseorang akan menggambarkan leher Anda ?

- a. Panjang, kurus, atau meruncing.
- b. Panjang dan tebal rata-rata.
- c. Pendek, tebal, dan kuat.

14. Bila diminta untuk menggambarkan wajah Anda, teman-teman Anda akan mengatakan :

- a. Anggun/fitur yang kuat.

- b. *Baby face*/mata yang besar.
- c. Biasa tapi hangat.

15. Anda akan pergi makan malam di bawah sinar lilin dan manakah kelihatannya seksi, Lipstik apa yang akan Anda pilih?

- a. Netral/warna alami.
- b. Merah terang.
- c. Warna paling mutakhir.

16. Anda berpakaian untuk menghadiri Oscar. Anda boleh memakai anting-anting yang Anda inginkan. Anda akan memilih :

- a. Bermata berlian atau mutiara.
- b. Anting ukuran sedang dengan bebatuan yang indah.
- c. Anting berantai dengan banyak berlian.

17. Bagaimana seorang pria menggambarkan mata Anda ?

- a. Besar/seperti mata anak kecil.
- b. Berbentuk buah badam.
- c. Kecil/sipit.

18. Pandanglah hidung Anda di kaca. Bagaimana seorang kartunis akan menggambar hidung Anda ?

- a. Agak besar.
- b. Kecil, seperti kancing.
- c. Rata-rata.

19. Rambutku :

- a. Panjang.
- b. Sedang.
- c. Pendek.

20. Bagaimana Anda menggambarkan penampilan Anda ?

- a. Kasual.
- b. Seksi.
- c. Anggun.

Nilai Anda

Pertanyaan 1	Pertanyaan 2	Pertanyaan 3
A = 5	A = 5	A = 5
B = 7	B = 3	B = 3
C = 3	C = 7	C = 1
Pertanyaan 4	Pertanyaan 5	Pertanyaan 6
A = 1	A = 5	A = 1
B = 5	B = 9	B = 3
C = 3	C = 7	C = 5
Pertanyaan 7	Pertanyaan 8	Pertanyaan 9
A = 3	A = 5	A = 1
B = 5	B = 3	B = 5
C = 7	C = 1	C = 3
Pertanyaan 10	Pertanyaan 11	Pertanyaan 12
A = 3	A = 5	A = 3
B = 5	B = 7	B = 5
C = 1	C = 3	C = 1
Pertanyaan 13	Pertanyaan 14	Pertanyaan 15
A = 5	A = 7	A = 3
B = 3	B = 9	B = 5
C = 1	C = 5	C = 1
Pertanyaan 16	Pertanyaan 17	Pertanyaan 18
A = 1	A = 9	A = 5

B = 3	B = 7	B = 9
C = 5	C = 5	C = 7

Pertanyaan 19 Pertanyaan 20

A = 5	A = 1
B = 3	B = 5
C = 1	C = 3

Sekarang jumlahkan nilai Anda dan mari kita lihat bagaimana nilai seksualitas Anda.

Nilai 100 atau lebih

Perempuan Penggoda

Pada saat pria melihat Anda, mereka akan terpesona, benar-benar terpesona. Para pekerja bangunan akan berhenti bekerja dan bersiul pada Anda. Anda benar-benar tahu bagaimana berjalan dengan sensual dan tidak akan kekurangan pasangan. Pria suka memandang Anda dan akan mendekati Anda. Anda tahu bagaimana menjual nilai Anda dan menggunakan bahasa tubuh Anda untuk mengendalikan pria. Bab berikutnya akan menunjukkan kepada Anda mengapa apa yang Anda kerjakan memberi hasil dan akan memberitahu Anda cara untuk meningkatkan nilai Anda. Beri hormat pada seksualitas.

Nilai 66 sampai 99

Nona Anggun

Kebanyakan perempuan masuk dalam kategori ini. Hal ini berarti Anda mempunyai kesempatan yang cukup besar untuk membuat pria jatuh cinta pada pandangan pertama. Para pekerja bangunan akan melihat Anda pada saat mereka beristirahat makan siang. Jika

nilai Anda antara 78 dan 99, Anda hanya perlu memperbaiki beberapa bagian agar berhasil membawa pria menuju pelaminan. Jika nilai Anda antara 66 dan 78, Anda tahu bahwa Anda harus bekerja lebih keras memperbaiki penampilan fisik Anda, Anda akan mendapat hasil yang lebih dramatis. Bab berikutnya akan menunjukkan pada Anda apa yang harus dikerjakan untuk meyakinkan bahwa pria tertarik pada Anda pada pandangan pertama.

Nilai Sampai dengan 65

Anda Termasuk Kelompok Pria

Para pekerja bangunan akan menceritakan lelucon jorok kepada Anda. Anda mungkin percaya bahwa kepribadian lebih penting daripada penampilan dan Anda benar sampai pada batas tertentu. Tetapi masalahnya adalah: bagaimana Anda menarik perhatian pria yang tepat agar dia terpana pada kemampuan dan pesona Anda ? Anda dapat memperbaiki cara Anda menampilkan diri sendiri tanpa perlu mengkompromi apa yang Anda percaya. Ikut senam untuk memperbaiki bentuk tubuh, misalnya, akan meningkatkan kemampuan Anda untuk menarik perhatian pria, tetapi juga akan membuat Anda merasa lebih sehat dan memberi Anda semangat hidup yang lebih besar. Faktor pria dalam diri Anda bisa juga merupakan nilai lebih! Anda bisa menutupi kekurangan fisik Anda dengan pakaian untuk menambah nilai lebih yang sudah Anda punyai. Anda mungkin berkata Anda tidak tertarik pada pria yang begitu dangkal sehingga terpesona oleh penampilan fisik saja. Tetapi masalahnya adalah bahkan pria yang paling intelek, paling sensitif pun berada di bawah kekuasaan biologis mereka, minimal pada saat-saat pertama. Pria tidak bisa menahan diri untuk tidak tertarik pada tanda-tanda feminin yang terlihat dengan jelas. Mengapa tidak berusaha - betapapun

Anda mungkin tidak menyukainya - untuk memperbaiki penampilan Anda, dan akhirnya ada lebih banyak ragam pria yang bisa dipilih? Bab berikutnya akan menunjukkan kepada Anda bagaimana cara memperbaiki daya tarik Anda dan menjelaskan mengapa begitu banyak pria yang tertarik pada perempuan dengan IQ yang lebih rendah daripada ukuran sepatu mereka dan tidak memandang Anda sama sekali.

Apa yang Membuat Mata Roger Rabbit Melotot

Kehebatan Daya Tarik Seksual Perempuan



"Aku tidak buruk ... Aku memang digambar seperti ini ..." Jessica Rabbit

Studi Kasus: Cerita Kim dan Daniel

Kim dan Daniel sudah berkencan selama setahun dan memutuskan untuk menikah. Mereka berdua menyukai hubungan mereka dan merasa masing-masing pihak adalah pasangan yang sempurna. Daniel menyukai cara Kim yang selalu tampak rapi pada saat mereka sedang bersama-sama dan penampilan Kim selalu mengingatkannya bahwa dia mengambil keputusan yang benar. Kim mengatakan kepada Daniel bahwa dia suka berdandan untuknya dan menyukai cara Daniel memandangnya dengan kagum pada saat dia memasuki ruangan. Setelah empat tahun menikah, Kim berubah. Dia tidak lagi peduli bagaimana penampilannya di rumah atau bila mereka sedang keluar bersama teman. Kim merasa dia sekarang adalah seorang perempuan yang sudah menikah dan tidak perlu lagi memesonai siapa pun dan berpikir bahwa berdandan membuang-buang waktu, uang, dan tenaga.

Di rumah sepulang dari bekerja Kim biasanya memakai baju rumah berwarna merah muda dan sandal, tidak berdandan dan rambutnya jarang disisir. Daniel berpikir mungkin dia hanya mengalami masa-masa sulit di tempat kerja dan segera akan berusaha tampil lebih baik. Daniel mulai merasa jengkel karena Kim berusaha tampil menarik di tempat kerja, tetapi di rumah dia benar-benar tampak berantakan. Tetapi tidak berapa lama kemudian Kim mulai berpenampilan tidak rapi juga saat pergi keluar bersama teman mereka. Dia berhenti berdandan, tidak pernah lagi mencukur bulu kakinya dan memakai pakaian yang menurut Daniel membuatnya

tampak seperti ibunya. Daniel mulai merasa marah. Kelakuan seperti ini mencerminkan bahwa dia dan teman-temannya tidak cukup penting bagi Kim untuk berusaha berpenampilan menarik.

Pria adalah makhluk visual, penampilan Kim menjadi hal yang mematikan minat Daniel dan dia mulai menghindari mendekati Kim untuk bercinta. Untuk pertama kalinya dalam perkawinan mereka, keretakan mulai tampak dan Daniel mulai memperhatikan perempuan lain. Di kantor Daniel, banyak perempuan yang memakai pakaian buatan penjahit dan kebanyakan berpakaian sempurna dan berdandan. Mereka menggodanya, meningkatkan rasa percaya dirinya, dan dia juga mulai melihat perbedaan mereka dengan penampilan Kim bila dia berada di rumah.

Daniel memutuskan untuk melakukan pendekatan langsung dan mengatakan langsung kepada Kim apa yang dia rasakan. Pada awalnya, Kim merasa marah dan tidak bisa mengerti mengapa Daniel tidak bisa mencintainya apa adanya. Kim berpikir, jelas tampak bahwa Daniel jauh lebih dangkal daripada yang dia kenal. Daniel tidak bisa mengatakan mengapa dia merasa begini dan merasa bersalah karena mengutarakan hal ini.

Enam bulan kemudian, Daniel meninggalkan Kim dan sekarang hidup bersama Jade, teman sekantornya. Kim berkumpul dengan kelompok sosial yang baru yaitu perempuan yang berpendapat bahwa pria adalah bajingan.

Suka atau tidak, penampilan fisik kita berpengaruh pada kemampuan kita untuk menarik perhatian dan mempertahankan pasangan kita. Orang-orang yang kita temui membentuk 90% pendapat mereka mengenai diri kita dalam 4 menit pertama, dan menarik tidaknya penampilan fisik kita dinilai dalam waktu kurang dari 10 detik. Dalam bab ini, kita akan mempelajari bahan yang menyebabkan pria dan

perempuan tampak menarik dan tertarik satu sama lain. Hal ini tidak berarti bahwa karena Anda tidak tampak seperti Cameron Diaz atau Brad Pitt, maka Anda tidak akan berhasil menarik perhatian lawan jenis. Tetapi dengan mengerti bagaimana proses menarik perhatian, dan kemudian menjalankan beberapa strategi sederhana yang bisa Anda gunakan untuk kepentingan Anda, Anda akan dengan mudah menjadi lebih memesona. Tanda biologis kuno tersebut yang akan kita jelaskan sekarang, bekerja pada tingkat bawah sadar, dan kita tidak bisa tidak bereaksi terhadapnya. Ini adalah rangkaian utama psikologi evolusi, yang mengatakan bahwa, dalam otak kita, ada sisa pola tingkah laku dan reaksi yang dibentuk oleh tekanan yang terjadi dalam kehidupan para leluhur kita. Perkembangan biologis menggunakan pendekatan langsung, yang kadang-kadang cukup tidak menarik, untuk menarik perhatian secara seksual.

Jadi, yang mana yang mempunyai kekuatan yang lebih besar - kecantikan dan daya tarik fisik, atau kepribadian dan intelektualitas? Dalam bab ini kita akan mempelajari keduanya. Untuk melakukan ini dengan efektif, kita singkirkan dulu teori mengenai cinta yang romantis, kebenaran politis dan keindahan kepribadian agar kita bisa menjadi seobjektif mungkin.

Teori Kecantikan

Ada alasan mengapa bunga itu cantik. Bunga itu berwarna-warni agar bisa menarik di antara lautan hijau hutan. Bunga mengomunikasikan keberadaan mereka kepada binatang dan serangga, mengatakan kepada mereka di mana sumber makanan dan bagaimana keadaan sumber makanan tersebut.

Manusia juga menganggap bunga indah. Reaksi ini berkembang untuk memungkinkan kita mengevaluasi informasi penting mengenai

tanaman dan bunga bagi kelangsungan hidup kita. Kita perlu tahu apakah buah itu hijau, matang, asam, beracun atau berbahaya. Dan proses yang persis sama terjadi pada kecantikan manusia.

Setiap orang memancarkan tanda tertentu, baik yang jelas maupun yang samar-samar, yang bisa membuat mereka menarik bagi pasangannya. Ada pesan-pesan yang dikirimkan dan kemudian diterima kembali, yang mengatakan kepada orang lain bahwa mereka mungkin cocok bagi kita. Bagi seorang pria, daya tarik terjadi pada tingkat biologis, yaitu bila seorang perempuan memamerkan atribut yang menunjukkan bahwa dia mampu membantu pria tersebut bisa meneruskan gennya ke generasi berikutnya. Bagi seorang perempuan, seorang pria yang menarik adalah pria yang, pada tingkat biologis, bisa menyediakan makanan dan keamanan baginya selama proses membesarkan anak, yang menjelaskan mengapa perempuan biasanya tertarik pada pria yang lebih tua.

*Perempuan menyukai pria yang lebih tua
karena mereka mempunyai lebih banyak pengalaman
dan akses yang lebih banyak pada sumber daya.*

Bagi pria maupun perempuan, reaksi terhadap tanda-tanda ketertarikan yang primitif ini sudah tertanam dalam otak. Kecantikan dan daya tarik seksual pada dasarnya adalah hal yang sama, kata 'cantik (beautiful)' sebenarnya mempunyai arti 'merangsang secara seks'. Evolusi manusia membentuk otak kita sehingga menganggap penampilan yang baik adalah tanda sehat dan berarti bebas penyakit, dan tujuan biologis dari cantik adalah untuk menarik agar bisa berkembang biak.

Mengatakan kepada seseorang bahwa dia cantik atau menarik adalah berarti mengatakan, dalam bahasa dasar biologis, bahwa Anda mau bercinta dengannya.

Apa yang Diperlihatkan oleh Ilmu Pengetahuan

Riset (Eagly, Ashmore, Makhij dan Longo) menunjukkan bagaimana kita secara otomatis menghubungkan kelakuan positif seperti kejujuran, kepandaian, kebaikan dan bakat dengan orang-orang yang berpenampilan bagus dan kita tanpa sadar membuat penilaian ini. Universitas Toronto menganalisis hasil dari pemilihan umum federal di Kanada tahun 1976 dan menemukan bahwa calon yang berpenampilan menarik mendapat suara dua setengah kali lebih banyak daripada calon yang tidak menarik (Efran dan Patterson). Riset lebih lanjut menunjukkan bahwa 73% pemilik suara secara keras membantah bahwa penampilan seorang calon bisa memengaruhi pilihan mereka dan hanya satu di antara delapan pemilih yang mau mempertimbangkan bahwa penampilan seorang calon dapat memengaruhi hasil pemilihan mereka. Hal ini menunjukkan bahwa mereka tanpa sadar telah membuat pilihan mereka dengan menggunakan penilaian bawah sadar mereka.

*Orang yang menarik mendapat pekerjaan yang lebih baik,
gaji lebih tinggi, dan lebih dipercaya
dan diperbolehkan melanggar peraturan lebih sering
dibanding mereka yang kurang menarik.
Bill Clinton telah membuktikannya.*

Mungkin dapat dibenarkan bila kita menyangkal adanya pengaruh dari penampilan menarik seseorang terhadap keputusan yang kita buat, tetapi apakah kita suka atau tidak, bukti menunjukkan

bahwa hal ini benar, dan bahwa otak kita terbentuk untuk bereaksi terhadap penampilan menarik orang lain. Berita baiknya adalah, Anda mempunyai kontrol terhadap banyak faktor yang berhubungan dengan penampilan Anda dan Anda dapat mengubah hal-hal tersebut bila Anda mau. Anda bisa memilih untuk membuat diri Anda tampak menarik.

Tubuh Perempuan - Apa yang Paling Merangsang Pria

'Penampilan' yang disukai pada abad ke-19 bagi perempuan di Barat adalah wajah dengan bintik-bintik pucat, sedikit merah di pipi dan secara umum menampilkan kelembutan dan kerapuhan perempuan. 'Penampilan' pada saat ini lebih menekankan pada kemudahan dan kesehatan, dan kontes kecantikan diadakan secara murni untuk menonjolkan citra disukai yang mencerminkan kesehatan seorang perempuan

*Periset otak di Massachusetts General Hospital
menunjukkan foto perempuan 'cantik' kepada pria heteroseksual
dan menemukan bahwa gambar-gambar ini
merangsang bagian otak yang sama
dengan bagian otak yang dirangsang
oleh kokain dan uang.*

Dalam dua bab berikutnya Anda akan belajar mengenai hasil 23 studi utama dan percobaan yang menunjukkan bagian tubuh mana yang dianggap menarik oleh pria dan perempuan. Berdasarkan hasil studi ini, kita telah memberi nilai tingkat daya tarik pada setiap bagian tubuh dan akan menjelaskan mengapa bagian tubuh tersebut menimbulkan pengaruh seperti itu.

Hampir setiap studi terhadap daya tarik dalam 60 tahun terakhir memberikan kesimpulan yang sama seperti yang ditemukan oleh para pelukis, penyair dan penulis selama 6.000 tahun yang lalu - penampilan dan tubuh seorang perempuan dan apa yang bisa dia lakukan dengannya lebih menarik bagi pria daripada kepandaian atau modalnya, bahkan dalam abad kedua puluh satu ini. Pria abad kedua puluh satu menginginkan hal yang sama persis dengan yang diinginkan oleh kakek buyutnya dari seorang perempuan, tetapi seperti Anda bisa lihat, seorang pria menggunakan kriteria yang berbeda untuk pasangan hidup jangka panjangnya.

*Yang dicari dari seorang istri
adalah kualitas yang baik,
dari seorang selir adalah kecantikan.
PERIBAHASA CINA.*

Tetapi, apa yang membuat seorang pria menarik bagi seorang perempuan, adalah sama sekali berbeda dan kita akan membahas hal ini nanti. Penting untuk dimengerti bahwa tubuh seorang perempuan berkembang sebagai suatu sistem portabel yang secara permanen memberi sinyal seksual, yang dibentuk terutama untuk menarik perhatian pria.

*Pria lebih suka penampilan daripada otak
karena kebanyakan pria mempunyai kemampuan melihat
yang lebih baik daripada kemampuannya untuk berpikir.
GERMAINE GREER*

Ingatlah, kita pertama-tama akan menganalisis karakter fisik dan geografis dari tubuh seakan kita sedang menilai seorang pasangan berpotensi dalam foto. Hal-hal inilah yang membuat Anda tertarik

kepada seseorang sebelum Anda mendengarnya berbicara atau mengenal siapa mereka, dan pada akhir dari bab ini kita akan membicarakan faktor nonfisik yang berhubungan dengan bagaimana kita memilih pasangan kita. Pertama, kita akan menganalisis bahasa tubuh dari bawah leher dan kemudian kita akan mengelompokkan semua tanda yang ada di wajah pada akhir bab ini. Pria tertarik pada nomor dua, tujuh, delapan dan sembilan yang akan dibicarakan pada saat itu.

Urutan Hal yang Menarik Perhatian Pria :

1. Bentuk tubuh yang atletis
2. Mulut sensual
3. Dada penuh
4. Kaki panjang
5. Pinggul bundar/pinggang kecil
6. Pantat bundar
7. Mata yang menarik
8. Rambut panjang
9. Hidung kecil
10. Perut yang rata
11. Punggung yang melengkung
12. Vulva yang melengkung
13. Leher panjang

Nomor 1: Bentuk Tubuh yang Atletis

Tempat teratas dalam daftar hal yang menarik bagi pria adalah seorang perempuan dengan tubuh yang tampak atletis. Tubuh yang kuat dan sehat adalah tanda kesehatan dan tanda kemampuan seorang perempuan untuk bisa berhasil mengandung anak, mampu



melarikan diri dari bahaya dan melindungi anak-anaknya bila perlu. Kebanyakan pria lebih menyukai perempuan yang besar daripada yang langsing karena tambahan lemak bisa untuk membantu dalam menyusui anak. Sedikit perempuan yang mengetahui bahwa seorang simbol seks terbesar sepanjang masa, Marilyn Monroe, berukuran 16 dan mempunyai kaki yang sangat gemuk. Sejauh pertimbangan pria, tidak ada yatim piatu kurang gizi yang akan menjadi simbol seks yang sejati.

Nomor 3: Dada Penuh

Dada perempuan pada saat puncak seksual dan masa reproduksinya - sekitar akhir masa remaja dan awal usia dua puluhan - adalah yang paling disukai oleh pria. Dada seperti inilah yang paling banyak tampil dalam majalah pria dan dalam iklan yang menjual daya tarik seks.

Gumpalan dada adalah lapisan lemak yang membuatnya tampak bundar dan tidak berhubungan dengan produksi susu. Perempuan tanpa anak mempunyai puting yang merah muda, para ibu mempunyai puting yang lebih gelap kecokelatan dan monyet betina tidak mempunyai buah dada sama sekali. Dada primata timbul dan hilang secara dramatis berdasarkan kehamilan tetapi buah dada manusia cenderung secara permanen membesar dan hanya berubah sedikit selama masa kehamilan. Kebanyakan buah dada ini berfungsi untuk satu tujuan saja - memberi sinyal seks. Pada saat manusia masih berjalan menggunakan empat kaki, yang terutama menarik perhatian pria adalah pantat yang bundar dan berdaging, pria akan menunggangi pasangannya dari belakang. Tetapi, sejak manusia mulai berjalan tegak menggunakan dua kaki, dada yang membesar lah yang menarik pria, yang mendekati perempuan dari depan.

Baju yang berpotongan rendah dan bra yang mendorong dada ke atas memperjelas sinyal ini dengan menciptakan lekukan, yang mirip dengan bagian belakang pantat perempuan. Beberapa perempuan terkejut ketika mereka pertama kali mendengar tentang persamaan ini, sementara beberapa perempuan yang lain memanfaatkan hal ini secara optimal.

Lakukan Tes Dada

Hanya beberapa pria yang bisa membedakan antara lekukan dada dan pantat dari dua foto *close up*.

Ahli zoologi Desmond Morris menemukan bahwa satu dari dua ratus perempuan mempunyai lebih dari dua buah dada, ini adalah sisa dari hari-hari di mana manusia, seperti kebanyakan primata yang lain, mempunyai lebih banyak anak dan memerlukan fasilitas

memberi makan yang lebih besar. Buah dada ketiga juga bisa dilihat pada patung Venus de Milo, di atas dada kanannya dekat ketiak.

Mengapa pria kesulitan melakukan kontak mata?

Karena dada tidak mempunyai mata.

Puting dikelilingi daerah berwarna merah muda atau cokelat yang disebut areola dan berisi kelenjar kecil yang mengeluarkan bau selama aktivitas seksual terjadi. Bau inilah yang memengaruhi otak pria. Hal ini bisa menjelaskan mengapa pria suka menghabiskan waktu membenamkan kepalanya di dada perempuan.

Semua riset menunjukkan bahwa pria menyukai dada dengan segala bentuk dan ukuran. Tidak peduli apakah ukurannya sekecil buah lemon atau tampak seperti semangka - semua pria sangat tertarik pada dada dan menyukai lekukan dada.

Nomor 4: Kaki Panjang

Penampilan seorang perempuan yang mempunyai kaki yang panjang selalu menimbulkan kesan yang mendalam bagi pria. Prinsip yang terdapat di belakang kaki perempuan sebagai suatu tanda seksual sederhana. Makin banyak bagian dari kaki yang bisa dilihat seorang pria, dan makin panjang kaki, maka makin seksilah perempuan tersebut tampak di mata pria karena hal ini membuat perhatian tertarik ke daerah di antara kedua kakinya bertemu. Sebaliknya, jika organ seks perempuan terletak di bawah ketiak, maka kakinya tidak akan menarik perhatian. Sebaliknya pria akan melihat betapa cantiknya bisep dan trisep yang dimilikinya! Hal inilah mengapa Anda tidak pernah mendengar seorang pria mengatakan kepada seorang perempuan bahwa dia mempunyai lengan panjang yang indah. Bayi dilahirkan dengan kaki yang secara relatif lebih pendek

daripada ukuran tubuhnya dan rasio panjang kaki/tubuh dibanding lengan tidak banyak berubah pada anak kecil. Tetapi, ketika seorang gadis mencapai usia puber, kakinya tumbuh lebih panjang dengan cepat pada saat hormon mengalir dalam tubuhnya dan mengubahnya menjadi seorang perempuan. Kakinya yang lebih panjang menjadi tanda nonverbal yang kuat untuk mengatakan kepada seorang pria bahwa dia sudah matang secara seksual dan bahwa sekarang sudah mampu mengandung anak. Inilah sebabnya mengapa kaki panjang selalu dihubungkan dengan seksualitas yang potensial.

*Bagi seorang perempuan,
adalah tangga dalam kaus kakinya.
Bagi seorang pria,
adalah tangga menuju ke surga.*

Para finalis Miss World dan Miss Universe mempunyai kaki yang lebih panjang dibanding rata-rata perempuan, boneka barbie mempunyai kaki yang dibuat lebih panjang, dan pabrik kaus kaki bisa meningkatkan penjualan mereka dengan memamerkan kaus kaki tersebut dalam foto atau pada manekin perempuan yang mempunyai kaki yang lebih panjang daripada ukuran kaki alami. Para ibu yang mempunyai remaja putri sering mengeluh anak perempuan mereka mengenakan rok yang terlalu pendek, tetapi ini adalah kesan yang ditimbulkan karena kaki remaja putri tumbuh lebih panjang secara tidak proporsional. Pada saat mencapai usia 20, pertumbuhan tubuhnya sudah menyeluruh, dan ini membuat kakinya tampak 10% lebih pendek daripada saat mereka berada dalam masa puber.

Kebanyakan perempuan secara tidak sadar mengetahui dinamika di belakang kaki super panjang dan sebagai remaja dengan cepat

mengerti bagaimana dinamika ini bekerja, maka remaja putri sering mengenakan sepatu tumit tinggi untuk membuat kaki mereka tampak lebih panjang dan rok yang pendek, bahkan dalam udara dingin sekalipun. Mereka mengabaikan rasa tidak enak karena tumit tinggi sepatunya, yang dalam jangka waktu panjang, bisa menyebabkan kerusakan tulang punggung, atau risiko kena pneumonia, hanya agar mereka bisa menarik perhatian pria. Pria menyukai perempuan yang memakai sepatu tumit tinggi karena ini mengembalikan bentuk remaja perempuan, kaki yang melambangkan kesuburan. Sepatu tumit tinggi menonjolkan bentuk seksual perempuan dengan memperpanjang kaki, melengkungkan punggung, memaksa pantat untuk menonjol ke belakang, membuat kaki mereka tampak lebih kecil dan menonjolkan pinggul ke depan. Inilah sebabnya mengapa sepatu dengan tumit yang sangat tinggi dan sepatu bertumit stiletto dengan tali adalah alat bantu seks yang paling efisien di pasaran.

Kebanyakan pria lebih suka perempuan dengan kaki bundar dan tebal dibanding kaki yang kurus, berotot, karena kelebihan lemak menonjolkan perbedaan seks antara kaki pria dan perempuan dan merupakan petunjuk kemampuan menyusui yang lebih baik. Pria menyukai kaki perempuan yang tampak atletis tetapi tidak suka bila kaki perempuan tampak seakan-akan dia bisa bermain sepakbola mewakili Inggris dalam Piala Dunia.

Riset menunjukkan bahwa pendeknya rok perempuan dan tingginya tumit sepatunya berbeda-beda tergantung pada siklus haidnya. Perempuan akan secara tidak sadar memilih baju yang lebih terbuka dan sepatu dengan tumit lebih tinggi pada saat dia sedang dalam masa subur. Mungkin ini bisa menjadi pelajaran bagi para orangtua: kunci anak perempuan Anda di kamar di antara hari ke empat belas sampai hari ke delapan belas setelah menstruasinya!

Nomor 5: Pinggul Bundar/Pinggang Kecil

Selama berabad-abad, perempuan harus memakai korset dan segala alat untuk mengecilkan pinggang untuk menghasilkan bentuk gelas waktu yang sempurna. Ada saat di mana mereka sampai menderita kelainan tulang rusuk, tidak bisa bernapas, organ tubuh terjepit, keguguran dan melakukan operasi untuk membuang tulang rusuk dalam usaha mereka untuk mencari keperempuanan yang menarik. Dalam abad kesembilan belas, seorang perempuan akan mengenakan kerangka rok bawah untuk menonjolkan ukuran pinggul mereka dan pantat sebagai tanda bahwa dia cukup mampu untuk melahirkan



Bersiap-siap untuk pergi keluar bersama sesama gadis tahun 1890.

anak. Korset bisa lebih menonjolkan pinggulnya dan mengurangi serta meratakan perut mereka untuk menunjukkan bahwa dia tidak sedang hamil, sehingga berarti bahwa dia bisa didekati. Dalam abad kesembilan belas, ukuran pinggang yang ideal bagi seorang gadis adalah bila ukurannya - dalam inci - sama dengan umurnya.

*Aku memutuskan untuk membentuk tubuhku.
Bentuk yang kuinginkan adalah bundar Roseanne*

Seorang perempuan dengan kesehatan yang prima dan yang mempunyai kemampuan untuk berhasil mengandung anak adalah mereka yang mempunyai perbandingan pinggul - pinggang sebesar 70%, yaitu, pinggangnya 70% dari ukuran pinggulnya. Sejarah mencatat bahwa rasio inilah yang terbukti sebagai paling banyak menarik perhatian pria. Pria mulai kehilangan minat bila rasionya melebihi 80% dan bagi sebagian besar pria, makin besar rasionya - entah naik atau turun - makin tidak menarik baginya. Perempuan yang rasionya melebihi 100% sangat tidak menarik karena rasio ini menunjukkan adanya lemak di sekitar kandung telur dan merupakan indikator yang menunjukkan rendahnya tingkat kesuburan. Ibu Alam mengumpulkan kelebihan lemak di tempat yang jauh dari organ penting dan inilah sebabnya mengapa tidak ada lemak di sekitar jantung, otak atau testikel. Perempuan yang menjalankan operasi pengangkatan rahim sering mengalami penumpukan lemak di sekitar perut seperti pria karena mereka tidak lagi mempunyai organ reproduksi.

Prof. Devendra Singh, seorang psikolog evolusioner di Universitas Texas, mempelajari daya tarik fisik para kontestan Miss America dan model yang tampil di halaman tengah majalah Playboy selama 50 tahun. Dia menemukan bahwa berat tubuh seorang simbol seks telah turun sebanyak 13 pon dalam kurun waktu 50 tahun tetapi rasio pinggul -



pinggang 70% tidak berubah. Dia menemukan bahwa rasio yang merupakan daya tarik seks yang paling besar bagi pria adalah antara 67% dan 80%.



Korset ketat dan menonjol pinggul masih dipakai perempuan dalam beberapa negara tetapi cukup dengan berdiri pada posisi menonjolkan pinggul lebih dari cukup untuk menonjolkan rasio pinggul - pinggang 70% dan menarik perhatian pria.

Seorang perempuan cantik didorong ke dalam ruang anestesi dalam sebuah rumah sakit sebelum dia menjalani operasi. Ketika perawat meninggalkannya, dia

berbaring menunggu di bawah selimut yang tidak bisa menutupi lekukan tubuhnya. Seorang pria muda berpakaian putih mendekati perempuan tersebut, membuka selimutnya dan mulai memeriksa tubuhnya yang sempurna. Dia kemudian mengajak pria lain yang juga berpakaian putih. Pria itu mendekat, menyingkirkan selimutnya dan melihat dari dekat tubuh telanjang perempuan itu. Ketika pria ketiga mulai melakukan yang sama juga, perempuan itu menggeram dengan tidak sabar. "Aku senang bahwa Anda mencoba mencari pendapat kedua dan ketiga untuk meyakinkan," katanya, "tetapi

kapan aku akan menjalani operasiku?" Pria yang pertama menggelengkan kepala. "Tidak tahu," katanya, "Tetapi kami akan dengan cepat menyelesaikan pengecatan ruangan ini."

Prof. Singh melakukan sebuah tes menggunakan gambar seorang perempuan yang terlalu kurus, terlalu gemuk dan yang mempunyai berat tubuh normal dan menunjukkan gambar-gambar ini kepada sekelompok pria yang diminta untuk memberi nilai untuk daya tarik dari gambar-gambar tersebut. Perempuan yang memiliki berat tubuh normal dengan rasio sekitar 70% adalah yang dianggap paling menarik. Dari kelompok perempuan yang terlalu kurus dan terlalu gemuk, perempuan dengan pinggang yang paling kecil yang mendapat nilai paling tinggi. Penemuan yang mengagumkan dari hasil tes ini adalah bahwa pria memberi nilai tertinggi bagi rasio pinggul - pinggang 70% bahkan bagi perempuan dengan berat tubuh lebih. Ini menjelaskan bahwa tubuh berbentuk gelas waktu adalah yang paling disukai, dan juga merupakan sebab mengapa Coca-cola membentuk botolnya seperti bentuk tubuh ini untuk menarik perhatian para serdadu dalam masa perang. Pelukis abad kesembilan belas Auguste Renoir terkenal karena melukis perempuan gemuk yang kelihatan seperti kandidat Weight Watcher, tetapi bila diihat lebih teliti sebagian besar dari mereka mempunyai rasio pinggul - pinggang yang ideal.

Nomor 6: Pantat Bundar

Pria menganggap pantat yang bulat, berbentuk buah persik adalah yang paling menarik. Pantat perempuan menyimpan banyak lemak untuk digunakan pada masa menyusui dan sebagai tempat penyimpanan makanan darurat pada saat-saat sulit, sama seperti punuk unta. Pahatan dan lukisan dari zaman batu banyak dipenuhi

dengan gambar perempuan dengan bagian belakang yang sangat menonjol, suatu keadaan yang dikenal dengan nama steatopygia, yang masih bisa dilihat pada beberapa suku di selatan Afrika. Bagian belakang yang menonjol pada zaman dahulu dianggap sebagai tanda seksualitas perempuan, hal ini begitu dihormati sehingga pada zaman Yunani sebuah kuil dibangun untuk Aphrodite Kallipygos, 'dewi dengan pantat yang cantik'.

Abad kesembilan belas adalah masa di mana perempuan diharap menutup seluruh bagian tubuhnya di depan umum. Perempuan muda yang ingin menarik perhatian pria dapat menciptakan tampilan pantat yang besar dengan memakai kerangka kawat pada roknya. Pada saat kelebihan lemak tidak lagi merupakan mode di akhir abad kedua puluh, karena hubungannya dengan kehidupan yang terlalu berlebihan dan kesehatan yang tidak baik, perempuan muda mulai melakukan operasi penyedotan lemak untuk mengecilkan pantat. Mengenakan jeans rancangan designer juga menjadi populer karena pakaian ini menonjolkan pantat dan membuat pantat jadi berbentuk ketat dan bundar. Sepatu tumit tinggi membuat sang pemakai melengkungkan punggungnya dan mendorong pantatnya dan membuatnya melenggang pada saat dia berjalan, yang pasti akan menarik perhatian pria. Marilyn Monroe diketahui memotong 2 centimeter tumit sepatu kirinya agar bisa membuatnya lebih melenggang.

Pada abad kesembilan belas, perempuan memakai kerangka kawat di roknya dan seorang perempuan cantik Afrika dengan pantat asli. Perempuan modern sulit untuk percaya bahwa pantat yang menonjol dan besar selalu merupakan atribut yang menarik - dan masih menarik di beberapa negara di Afrika



Nomor 10: Perut yang Rata

Perempuan mempunyai perut yang lebih bulat dibanding pria, dan perut yang rata, halus mengirimkan nada yang jelas bahwa dia tidak hamil, maka dia siap bagi pria yang ingin menjejernya. Inilah sebabnya mengapa tempat senam dan kelas yoga di mana-mana penuh dengan perempuan yang melakukan latihan perut, mencoba untuk mendapatkan perut yang rata seperti papan setrika.

Akhir-akhir ini tari perut kembali populer sebagai bentuk dari suatu olahraga, meskipun hanya sedikit perempuan yang tahu dari mana asalnya. Tari perut dulunya dilakukan oleh gadis-gadis harem bagi tuan mereka dan digunakan oleh para penari untuk membawa tuannya pada orgasme dengan duduk di pangkuan tuannya dan melakukan gerakan berputar dan mendorong. Penari pinggul Hawaii clan Tahiti mempunyai prinsip dasar yang sama dan penari-penari ini masih bertahan sampai saat ini di bawah topeng 'tarian rakyat Iraclesional' yang sopan.

Nomor 11 & 12: Punggung dan Vulva yang Melengkung

Kurva dan lengkungan menunjukkan kefemininan dan kesuburan, sementara bentuk geometris dan kaku menunjukkan kemaskulinan. Maka pria di seluruh dunia menyukai perempuan yang berbentuk kurva. Bagian atas punggung seorang perempuan lebih sempit daripada seorang pria, bagian bawah punggungnya lebih lebar dan tulang punggung bagian bawah lebih melengkung daripada pria. Bagian belakang yang lebih melengkung menyebabkan pantat menonjol dan mendorong dada ke depan. Tanyakan pada semua perempuan untuk menunjukkan posisi berdiri yang seksi maka posisi pertama yang akan ditunjukkan biasanya adalah lebih melengkungkan punggung dan menonjolkan pinggul dengan satu atau kedua lengan diletakkan di panggul untuk mengambil lebih banyak tempat sehingga lebih menarik perhatian. Jika Anda merasa skeptis mengenai hal ini, minta seorang perempuan untuk berdiri dan melakukan yang terbaik agar tampak seksi. Cobalah sekarang juga.

Nomor 13: Leher Panjang

Leher pria berkembang menjadi bentuk yang lebih pendek, lebih tebal dan kuat dibanding leher perempuan untuk melindunginya agar tidak mudah patah pada saat berburu atau berperang. Hal ini menyebabkan leher perempuan yang lebih panjang, lebih kurus dan lebih runcing sebagai perbedaan jenis kelamin yang jelas, yang biasa diciumi pria dan suka diberi permata dan yang oleh para kartunis ditonjolkan untuk menunjukkan kefemininan. Juga merupakan bagian tubuh di mana terjadi 'necking' di antara pasangan kekasih.

Pada beberapa suku di Afrika Selatan dan Timur, seperti suku Ndebele, Zulu, Xhosa dan Masai, perempuan muda memakai cincin perak di lehernya, menambah dan menyesuaikan cincin tersebut

selama gadis itu menjelma menjadi perempuan. Cincin-cincin tersebut memanjangkan leher, yang dalam kebudayaan mereka dianggap sebagai kecantikan. Cincin leher tersebut akan membebani kepala dan mengubah bentuk tulang selangka sehingga leher berubah menjadi miring 45 derajat. Jika cincin tersebut dilepas, leher yang menjadi panjang tersebut tidak akan bisa menyangga kepala maka leher akan patah.



Baik Nefertiti maupun Olive Oyl clikagumi karena leher yang jenjang, bahkan pada saat ini, para peragawati mempunyai leher yang lebih panjang dibanding rata-rata perempuan pada umumnya.



Kebahagiaan, bagi perempuan dari suku Karen di Birma ini, adalah mengetahui bahwa dia tampil sebagai yang terbaik.

Bagaimana Wajah Bisa Menarik Perhatian

Ketertarikan kita terhadap wajah manusia tampaknya terbentuk dalam jiwa kita dan tidak tergantung pada asal kebudayaan kita. Bentuk yang lebih disukai dari perempuan adalah wajah yang kecil dengan dagu pendek, rahang yang halus, tulang pipi tinggi, bibir penuh dan mata yang besar dalam proporsinya pada panjang wajah. Secara keseluruhan, kita menyukai senyum yang lebar dan kesan yang lemah. Secara umum, seluruh suku bangsa di dunia ini lebih menyukai wajah yang menunjukkan kemampuan untuk bereproduksi. Dan bagi wajah seorang perempuan untuk disebut sebagai 'cantik' rumusnya sudah jelas, hams berwajah seperti anak kecil.

Perempuan yang paling menarik adalah yang berwajah seperti bay's.

Tandai-tanda ini sangat memicu sifat kebapakan pada otak pria dan memberi dorongan yang kuat untuk menyentuh, memeluk dan melindunginya. Dalam diri perempuan reaksi keibuanlah yang membuat mereka secara naluriah membeli mainan empuk berbentuk binatang sebagai pelepas naluri keibuannya.



Wajah seorang bayi mempunyai tanda yang sama yang digunakan untuk menjual boneka binatang dengan harga yang tinggi pada pelanggan, terutama perempuan.

Riset menunjukkan bahwa wajah yang paling menarik bagi pria adalah wajah dari gadis berusia 12 sampai 14 tahun, karena ini menggabungkan kenifan masa muda dengan penampilan puber kematangan seksual. Bagi perempuan, hal ini bisa menimbulkan kekhawatiran yang besar mengenai menjadi tua. Bayangkan berapa banyak perempuan sekarang yang menggunakan operasi kosmetik untuk mempertahankan wajah muda mereka dan kemudian mendapatkan, penampilan mereka yang muda. Dokter operasi plastik bahkan kadang-kadang menggunakan pola bentuk wajah bayi dalam pekerjaan mereka terhadap pasien perempuan.

Nomor 2: Mulut Sensual

Manusia adalah satu-satunya primata yang mempunyai bibir yang terletak di luar wajah, bukan di dalam mulut. Para ahli zoologi percaya bahwa bibir perempuan berkembang sebagai cermin alat kelaminnya karena bibir berukuran sama dan ketebalannya juga sama dengan alat kelamin dan pada saat terjadi rangsangan seksual juga mengembang dan penuh dengan darah. Ini dikenal sebagai 'gema genital', suatu reaksi yang menebarkan tanda yang jelas bagi pria yang mengamatinya, hal ini mulai berkembang ketika manusia mulai berjalan tegak. Lipstik pertama kali diciptakan di salon kecantikan, pada 6.000 tahun yang lalu, dipakai oleh orang Mesir dan sebagai



tampilan permanen dari gema genital. Dan hanya dalam satu warna - merah. Inilah sebabnya mengapa pria suka perempuan memakai lipstick dan *make up* mata, karena keduanya tersebut secara artifisial memberikan tanda bahwa, perempuan tersebut tertarik kepadanya dan terangsang olehnya. Memakai lipstick merah mernyala adalah suatu tanda yang paling seksual yang bisa digunakan oleh seorang perempuan, dan selalu merupakan warna yang dipilih setiap perempuan yang berpose sebagai simbol seks.

*Wajah seorang perempuan
merupakan kanvas lukis di mana, setiap hari,
dia melukiskan bentuk dirinya sendiri.
PICASSO*

Sebuah rangsangan atau suatu pernyataan mengenai seksualitas seorang perempuan bisa menyebabkan pembuluh darah kapiler mereka teraliri darah, yang dikenal dalam bentuk wajah yang memerah dan pemerah pipi secara efektif menciptakan efek ini. Bedak wajah memberi penampilan kulit yang lebih halus, tidak bercacat, yang meniru wajah orang muda, kesehatan yang baik dan gen yang baik.

Selama beribu-ribu tahun, panjang telinga perempuan selalu dianggap sebagai petunjuk sensualitas, suatu hal yang masih terjadi di beberapa daerah di Afrika dan Borneo, yaitu suku Kelabit dan Kenyah. Perempuan modern menciptakan pengaruh yang sama dengan memakai anting-anting panjang yang berjuntai. Percobaan dengan gambar komputer kami menunjukkan bahwa semakin panjang anting seorang perempuan berjuntai, semakin tinggi nilai pria terhadap sensualitasnya.



Perempuan Kelabit dari Borneo mempunyai daun telinga yang dipanjangkan dan dianggap sangat menarik. Tetapi perempuan lain mencapai tujuan yang sama dengan anting-anting panjang.



Para feminis bisa saja mengatakan bahwa ini semua adalah alasan yang tepat sekali untuk tidak memakai kosmetik atau perhiasan, tetapi penting bagi seorang perempuan, yang sedang menjalin hubungan dengan pria, untuk mengerti apa akibat dari tanda-tanda ini bagi pria dan bagaimana memanfaatkannya untuk suatu pertemuan yang romantis. Dengan pertimbangan yang sama, seorang perempuan yang ingin diperlakukan dengan serius dalam bisnis seharusnya memakai lebih sedikit *make up* mata dan warna lipstick yang tidak mencolok. Terlalu banyak *make-up* mata dan warna lipstick yang terlalu mencolok akan menarik perhatian pria pada arah yang salah dan menimbulkan rasa persaingan bagi klien perempuan.



Nomor 7: Mata yang Menarik

Dalam hampir semua negara, mata yang besar dianggap sebagai menarik. *Make up* menghasilkan efek membesarkan mata dan menciptakan tampang yang kekanakan. Jika mata yang tampak relatif lebih besar daripada bagian bawah wajah, maka akan menimbulkan perasaan ingin melindungi dari para pria. Ketika seorang perempuan merasa seorang pria menarik, pupil matanya akan membesar, dan maskara, *eye shadow* dan *eyeliner* secara artifisial menciptakan keadaan tertarik ini secara permanen. Lensa kontak memberi ilusi bahwa mata perempuan berkilau dan membesarkan pupil mata yang menjelaskan mengapa, seperti kita ceritakan pada '*Body Language*' (Harper Collins), sebuah eksperimen fotografi menunjukkan seorang pria merasa seorang perempuan 'secara aneh menarik' ketika dia mengenakan lensa kontak. Secara keseluruhan, pria menunjukkan sedikit lebih suka pada perempuan dengan warna mata muda, dan bagi pria Kaukasia, mata yang kekanakan terletak pada urutan teratas.

Perempuan modern, mulai mengenakan kosmetik pada tahun 1920-an ketika mereka mulai memasuki dunia perempuan bekerja secara besar-besaran. Sejak saat itu, kosmetik perempuan dan industri alat kecantikan menjadi bernilai, secara global, lebih dari 50 triliun USD setahun - dan semua itu bertujuan menciptakan ilusi sebuah tanda seksual di wajah. Selebritis perempuan yang difoto tanpa *make up* secara rutin ditampilkan pada cover majalah perempuan untuk membuat perempuan lain merasa lebih baik mengenai diri mereka sendiri. Tetapi yang menyedihkan, kita menjadi begitu tidak terbiasa melihat wajah asli tanpa *make up* sehingga beberapa perempuan merasa jelek bila mereka tidak memakai *make up* dan menggunakan *make up* sebagai topeng untuk bersembunyi di belakangnya, bukannya menjadikannya sebagai bantuan untuk

membuat wajah mereka menjadi lebih menarik dan misterius. Pria lebih tertarik pada perempuan yang mengenakan *make up* alami daripada mereka yang memakai *make up* tebal seakan-akan memakai topeng

Nomor 9: Hidung Kecil

Hidung yang kecil juga hal yang mengingatkan pada masa kanak-kanak dan menimbulkan keinginan untuk melindungi, perasaan ke-bapakan dari pria. Kartunis mengeksploitasi hal ini dengan menciptakan kartun yang mempunyai mata besar dan hidung kancing yang kecil untuk menarik hati para pembaca.



*Bambi, Barbie, dan Minnie Mouse
semua memiliki hidung yang kecil.*

Anda tidak akan pernah menemukan seorang model perempuan dengan hidung besar. Para dokter operasi plastik biasanya mengubah hidung untuk membentuk sudut 35 - 40 derajat terhadap wajah, memberinya tampilan kekanakan. Aktor pria sekarang juga menaruh perhatian pada operasi mengecilkan hidung, sesuai citra kejantanan baru dari pria abad kedua puluh satu.

Nomor 8: Rambut Panjang

Jika rambut seorang manusia tidak dipotong, dia akan tumbuh sampai 110 centimeter. Masa hidup sehelai rambut adalah enam

tahun, kita kehilangan 80 - 100 rambut sehari dan tidak seperti binatang lainnya, kita tidak berganti kulit. Orang-orang yang pirang memiliki 140.000 helai rambut, orang berambut cokelat memiliki 110.000 helai rambut dan orang berambut merah memiliki 90.000 helai rambut. Perempuan berambut pirang mempunyai kelebihan lain juga. Perempuan berambut pirang mempunyai kadar estrogen yang lebih tinggi dibanding orang berambut cokelat, estrogen adalah hormon yang dengan mudah bisa dikenali pria. Pria menjabarkan hal ini sebagai lebih subur, yang secara langsung akan menarik perhatian mereka - alasan *sebenarnya* mengapa orang berambut pirang mendapat lebih banyak kebahagiaan? Orang berambut pirang juga memberikan tanda yang jelas mengenai kemudahan seorang perempuan karena rambut pirang akan menjadi lebih gelap setelah melahirkan, dan perempuan berambut pirang asli juga mempunyai bulu kelamin yang pirang juga.

*Orang berambut pirang asli
adalah seperti kemeja yang baik -
warna kerah selalu sesuai dengan warna manset.*

Selama ribuan tahun, rambut panjang merupakan simbol keperempuanan. Sementara tidak ada perbedaan secara anatomis yang bisa dikenali antara rambut pria dan perempuan, kita telah mendandani secara berbeda, sejak Santo Paulus menjelaskan dalam pidato kepada umat di Korintus bahwa pria harus memotong rambutnya sebagai pujian kepada Tuhan sementara perempuan harus memelihara rambut panjangnya sebagai pujian kepada pria. Saat ini, 2.000 tahun kemudian dan dalam era yang ditandai oleh persamaan kedua jenis kelamin, kebiasaan ini masih secara umum dilakukan di mana-mana. Mode mungkin datang dan pergi, tetapi

secara umum, pria masih memotong rambutnya pendek-pendek; sementara perempuan membiarkan rambutnya menjadi panjang.

Kami melakukan pemungutan suara terhadap 5.214 pria Inggris, menanyakan apakah perempuan dengan rambut panjang atau pendek yang lebih menarik secara seksual. Jawabannya bisa diramalkan: 75% menganggap perempuan dengan rambut panjang lebih menarik secara seksual; 12% lebih memilih perempuan dengan rambut pendek; sisanya tidak memilih salah satu. Pada zaman kuno, rambut panjang dan berkilat menggambarkan tubuh yang sehat, bergizi, dan menandakan sejarah kesehatan dari pemiliknya dan kemampuannya untuk melahirkan anak. Rambut panjang dilihat sebagai memberi seorang perempuan daya pikat sementara rambut pendek dianggap memberinya kesan lebih serius dalam menghadapi hidup ini. Pelajaran yang bisa dipetik dari hal ini sudah jelas - perempuan harus mempunyai rambut panjang bila dia ingin menarik perhatian pria dan memotong pendek rambutnya atau menaikkannya pada saat mengadakan rapat bisnis. Dalam bisnis yang serius, tampilan sensual dapat merupakan suatu kekurangan bagi seorang perempuan dalam posisi kekuasaan atau dalam industri yang didominasi pria. Misalnya Pamela Anderson dan Anna Kournikova, yang merupakan dua orang perempuan yang paling populer di planet ini, tidak akan pernah bisa menjadi presiden!

Hubungan antara Daya Tarik dan Pornografi

Pornografi adalah kegiatan yang hampir secara menyeluruh merupakan kegiatan pria, dengan 99% website pornografi di internet ditujukan untuk pria dan kebanyakan gambar pria telanjang adalah untuk konsumsi pria homoseks. Perempuan perlu mengerti bahwa pria mencari di internet bentuk dan lekukan yang menarik bagi otak

pria. Bila seorang pria melihat gambar pornografi dari seorang perempuan dia tidak pernah berpikir apakah perempuan ini bisa memasak, main piano atau berjuang bagi kedamaian dunia. Dia hanya tertarik pada lekukan dan imajinasi kemungkinan bahwa perempuan ini bisa meneruskan gen-nya. Tidak pernah terlintas dalam pikiran pria untuk memikirkan apakah dia mempunyai kepribadian yang menarik.

Pria generasi yang lalu juga suka memanjakan mata mereka dengan gambar erotik perempuan, pada saat itu melalui lukisan. Para seniman yang memahat, menggambar atau melukis gambar telanjang perempuan hampir semuanya adalah pria.

*Pria menyukai kesenian zaman Renaissance -
dan hal ini tidak ada hubungannya
dengan patung-patung perempuan telanjang. Jujur.*

Banyak perempuan bersikeras bahwa pria modern yang memuji-muji nilai artistik lukisan para pelukis terkenal tentang perempuan telanjang, sebenarnya hanyalah menekankan nilai pornonya. Ingat, Jessica Rabbit hanya digambar dengan pensil - garis-garis di atas kertas - tetapi efek dari bentuknya menyebabkan jutaan pria pandai menitikkan air liur. Bagi pria, segalanya adalah mengenai bentuk.

Kartun Hentai

Banyak uang dihasilkan karena menggunakan semua informasi di atas mengenai tanda daya tarik perempuan, untuk menciptakan apa yang disebut sebagai kartun Hentai, yang berasal dari Jepang. Ini gambar pornografi yang ditampilkan dalam karton strip atau komik dan semua berisi tanda bahasa tubuh perempuan seperti yang telah kita bahas. Mata perempuan digambarkan selalu terbuka lebar dan

dua atau tiga kali ukuran mulut, hidung kecil, bagian bawah wajah kecil dan rambut panjang, biasanya diikat ekor kuda dengan pita.



Tipikal kartun Hentai dikemas dengan semua tanda yang menarik bagi otak pria, termasuk bentuk wajah kekanakan, leher panjang, 70% rasio pinggul - pinggang, dada yang baru tumbuh dan perut yang rata. Dalam kartun ini, kaki dibuat lebih panjang sampai 63% seluruh tinggi tubuh.

Kartun-kartun ini menggambarkan tubuh perempuan yang telah dewasa dengan wajah gadis berusia 10 sampai 12 tahun, dan mempunyai pembaca lebih dari 30 juta pria.

Bagaimana Pengaruh Pakaian Perempuan terhadap Pria

Dalam membicarakan pengaruh penampilan perempuan, pentinglah untuk mengetahui sejarah di belakang pakaian. Selama berabad-abad, tujuan perempuan berpakaian adalah untuk menarik perhatian pria dengan menonjolkan atribut keperempuanannya.

Sebelum Gerakan Perempuan dimulai pada tahun 1960-an, perempuan berpakaian dengan tujuan yang selama ini berlaku: untuk menarik perhatian pria dan untuk mengalahkan perempuan lain. Gerakan emansipasi perempuan mengatakan kepada para perempuan bahwa berpakaian untuk menarik perhatian pria sudah tidak lagi penting - kecantikan kepribadian lebih berarti daripada penampilan, sebuah ide yang menarik bagi jutaan perempuan di mana-mana. Mereka percaya bahwa mereka sekarang bisa bebas dari keharusan untuk selalu tampak cantik bagi pria.

Model seperti punk dan acak-acakan tampil sebagai tantangan terhadap bentuk baju yang menarik perhatian pria dan untuk menunjukkan kepada dunia bahwa pria dan perempuan sekarang bisa sama dalam hal penampilan. Cara berpakaian anti-daya tarik ini berkembang sampai pada titik di mana pada tahun 1990-an, peragawati mulai menampilkan ketidakfemininan, bentuk tubuh yang kurus, memakai lipstik hitam dan bahkan menggambarkan lingkaran gelap di bawah mata seakan-akan mereka kecanduan narkoba. Bentuk seperti ini akan sangat tidak menarik bagi pria. Pria heteroseksual jarang menonton peragaan busana, tetapi bila ada kontes Miss Universe, lebih dari 70% penonton adalah pria yang ingin melihat perempuan mempertontonkan tanda yang menstimulasi reaksi kuno dalam otak.

*Peragaan busana yang banyak dinikmati pria
adalah peragaan pakaian renang*

Perempuan modern mempunyai dua bentuk cara berpakaian; pakaian untuk bisnis dan pakaian nonbisnis. Pakaian untuk bisnis dapat memberinya persamaan hak untuk bersaing dengan pria dan perempuan lain dalam bisnis taruhan 'perburuan', dan kedua,

memungkinkan baginya untuk mengalahkan perempuan lain dengan memamerkan keberhasilan, kekuasaan, pengaruh dan sifat yang menyebabkan pemakainya disukai.

Kunci untuk sukses dalam pakaian bisnis adalah sederhana. Bagaimana orang yang ingin Anda pengaruhi mengharapkan Anda untuk tampil? Bagaimana bentuk, dalam pendapat mereka, kosmetik, perhiasan, potongan rambut dan pakaian Anda, agar Anda akan dianggap sebagai mempunyai kredibilitas, bisa dipercaya dan bisa diandalkan dalam bisnis? Jika Anda berada dalam industri di mana Anda perlu menjual! kemampuan teknis atau manajemen Anda kepada pria, semua tanda untuk menarik perhatian yang telah kita bicarakan tadi, tidak berguna. Tetapi jika Anda berada dalam bisnis yang menjual citra keperempuanan, misalnya salon rambut, kosmetik atau baju, banyak dari tanda-tanda yang telah kita bicarakan tadi akan memberikan efek yang besar.

Operasi Plastik

Jumlah orang yang memilih perbaikan (perbaikan terdengar lebih baik daripada operasi) kosmetik untuk membuat penampilan mereka menjadi lebih baik saat ini terus bertambah. Di Amerika saja, lebih dari satu juta orang memilih untuk dioperasi tiap tahun. Alasan utama orang memilih untuk menjalani prosedur ini adalah untuk meningkatkan rasa percaya diri mereka dan penampilan diri mereka dengan memperbaiki cara mereka bisa memancarkan tanda-tanda yang kita bicarakan di sini. Para selebritis adalah pasien yang paling L?nyak.

Michael Douglas mengencangkan matanya, Pamela Anderson membesarkan dadanya. Michael Jackson dan Cher melakukannya terhadap seluruh bagian tubuhnya - dan mereka berdua, sebagai

konsekuensinya, harus memastikan bahwa mereka tidak kena sinar matahari dan harus jauh-jauh dari radiator panas! Mungkin perempuan paling seksi di dunia sedang bersembunyi di dalam burka di suatu tempat di Afganistan, tetapi kita tidak akan pernah tahu, karena menurut apa yang kita lihat atau dengar, menjadi seksi berarti berkaitan dengan pakaian rancangan desainer, para ahli gizi, para ahli kecantikan, para ahli pembentukan tubuh, koreografer, juru kamera yang pandai dan operasi plastik.



Michael Jackson masih mengatakan bahwa dia tidak mengubah penampilannya.

Perbaikan kosmetik sekarang sudah bukan hal yang baru. Berabad-abad yang lalu sebelum adanya operasi untuk mengurangi lemak dan operasi membesarkan dada, sudah ada stocking tebal bagi pria yang kakinya terlalu kurus, korset besi selebar 16 inci bagi perempuan yang tidak cukup langsing, dan kerangka rok bawah yang bisa memberi perempuan pinggul dan pantat yang lebih lebar. Bahkan Raja Henry VIII memakai *codpiece* - yang secara harfiah berarti 'tas skrotum' - untuk memperbaiki kejantanannya yang kecil dan terjangkit siphilis. Dia memakainya untuk bersaing dengan para bangsawan Perancis yang memakai *codpiece*, tetapi miliknya berhiaskan permata dan lencana.

Seperti Henry VIII, Don Carlos dari Spanyol memakai *codpiece* yang begitu besar sehingga *codpiece* tersebut mendahuluinya memasuki ruangan.



Dalam suatu minggu, rata-rata tiap orang disodori lebih dari 500 gambar manusia 'sempurna' dari majalah, koran, billboard atau televisi. Kebanyakan dari gambar ini adalah hasil permainan teknologi, seperti *airbrush*, *make up* yang berlebihan, karya seni komputer dan efek pencahayaan khusus, dan jarang sekali mereka menampilkan orang yang sebenarnya.

Jika Anda mempunyai bekas luka karena jerawat, tanda lahir atau sesuatu yang benar-benar tidak Anda sukai, Anda mungkin bisa mempertimbangkan untuk membetulkannya secara kosmetis dan kebanyakan orang yang menjalankan operasi semacam ini mengatakan bahwa mereka senang dengan hasilnya.

Jangan membaca majalah perempuan, majalah tersebut hanya akan membuat Anda merasa jelek.

Operasi plastik yang paling umum di Jepang adalah membesarkan mata agar mata mereka tampak seperti mata orang Kaukasian. Orang Jepang membuat lipatan mata mereka menjadi tiga lapis, sementara orang Kaukasian hanya dua, dan operasi plastik membuang lipatan yang ketiga dan membuka mata.

Tetapi penting bagi setiap orang untuk mengerti bahwa operasi plastik tidak akan membuat Anda menjadi orang yang lebih baik, membuat Anda lebih dicintai atau membuang masalah dalam hidup Anda. Dengan pertimbangan yang sama, setiap orang yang menilai Anda dari penampilan Anda mempunyai masalah rendah diri juga, dan bukanlah jenis orang yang akan Anda sukai untuk berhubungan.

Sisi Lain Daya Tarik

Mengapa Pria Tidak Mendengarkan dan Perempuan Tidak Bisa Baca Peta mencatat jawaban dari 15.000 pria dan perempuan yang ditanyai apa yang mereka cari dari pasangan mereka.

Di bawah adalah daftar jawabannya :

Apa yang Dicari Pria

- | | |
|----------------------------|----------------------------------|
| A. Pada pandangan pertama | B. Untuk pasangan jangka panjang |
| 1. Penampilan yang menarik | 1. Kepribadian |
| 2. Bentuk tubuh yang bagus | 2. Penampilan yang menarik |
| 3. Dada | 3. Otak |
| 4. Lekukan | 4. Humor |

Daftar A menunjukkan apa yang sudah kita mengerti - pria adalah makhluk visual dan suka memandang perempuan yang menarik. Kebanyakan perempuan mengerti akan hal ini dan riset ilmiah

berkali-kali membuktikan hal ini, meskipun mungkin tidak bijak untuk mengakuinya. Kebanyakan kaum feminis membenci pikiran bahwa seorang perempuan dinilai dari penampilan fisik mereka dan menggambarkan pria sebagai hanya kulitnya saja dan dangkal. Tetapi hal ini tidak mengubah kenyataan bahwa pria memberi reaksi yang besar pada penampilan visual perempuan pada awal pendekatan mereka. Hal-hal dalam daftar A jelas adalah penampilan visual dan jika Anda hanya ingin berhubungan secara singkat, hal ini sudah cukup untuknya. Tetapi tidak dalam daftar B, di mana 'penampilan yang menarik' adalah satu-satunya penampilan visual yang dicari pria untuk pasangan jangka panjang.

Daya tarik seksual adalah 50% dari apa yang sudah Anda dapatkan dan 50% dari apa yang orang lain kira sudah Anda dapatkan.

ZSA ZSA GABOR

Riset ini mengungkapkan dua hal. Pertama, pria memusatkan pada tampilan visual pada pertemuan pertama mereka dengan seorang perempuan, dan keseluruhan penampilannya lebih penting daripada apakah dia mempunyai tubuh yang indah. Hal ini berarti bahwa cara perempuan berpakaian, dandanannya, penampilannya dan potongannya memberinya lebih banyak nilai daripada apakah dia mempunyai berat badan lebih dan mempunyai beberapa jerawat atau berdada kecil. Yang kedua, dalam hal pasangan jangka panjang, seorang pria lebih tertarik pada keseluruhan kepribadian perempuan, kepandaian dan rasa humor dibanding tubuhnya, tetapi 'penampilan menarik' masih menempati posisi atas dari daftar pria. Berita baiknya adalah Anda memegang kendali pada sebagian besar penampilan Anda dan Anda bisa mengubahnya sesuai keinginan Anda.

*Sebagai seorang perempuan,
mempunyai selera humor tidak berarti
Anda harus menceritakan lelucon.
Tetapi berarti Anda bisa menertawakan lelucon
yang diceritakan pria.*

Karena tanda-tanda visual begitu penting bagi seorang pria, dia secara tidak sadar menggunakan apa yang seorang perempuan lakukan atau tidak lakukan terhadap penampilannya sebagai ukuran untuk rasa hormat dan perasaan perempuan tersebut terhadapnya. Pria berpikir bila perempuan menghabiskan waktu untuk memperbaiki penampilannya, berarti perempuan ini ingin agar dia tertarik padanya. Salah satu keluhan yang paling besar dari para pria dalam menjelang perceraian adalah bahwa setelah mereka menikah, istri mereka sama sekali tidak lagi memperhatikan penampilan mereka. Pria-pria ini merasa bahwa perempuan tersebut menggunakan penampilan mereka untuk menarik perhatian pria dan kemudian merasa tidak lagi perlu untuk melakukannya setelah menikah. Kebanyakan pria merasa kecewa karena seorang perempuan hanya berpakaian rapi bagi rekan kerjanya. Tetapi seorang perempuan merasa sulit untuk mengerti bagaimana seorang pria bisa berpikir seperti ini karena dia tetap akan mencintainya tidak peduli bagaimanapun penampilan pria tersebut.

Solusi

Penampilan Anda memengaruhi cara orang lain bereaksi terhadap Anda dan memperlakukan Anda. Juga memengaruhi penampilan diri sendiri dan tingkah laku Anda. Nenek Anda mungkin mengatakannya, "Orang tidak bisa menilai seseorang hanya dari penampilan luarnya saja." Tetapi kenyataannya adalah orang memang menilai orang dari

penampilan luar. Sebagian besar elemen penampilan Anda, apakah menjadi lebih baik atau lebih buruk, berada dalam kendali Anda. Kebanyakan perguruan tinggi mengadakan kelas mengenai cara berpakaian dan berperilaku, yang mengajarkan cara berjalan, duduk, berbicara, berpakaian, memakai *make up*, dan sebagainya. Toko buku penuh dengan terbitan mengenai hal yang sama. Toserba besar juga sering menawarkan jasa *make up* gratis untuk mengajari pelanggan bagaimana memilih dan memakai kosmetik dan toko pakaian akan dengan gembira menunjukkan kepada Anda bagaimana memilih dan memakai pakaian. Salon penata rambut yang baik bisa diminta untuk merekomendasikan bagaimana Anda harus menata rambut Anda, dokter gigi Anda bisa membetulkan gigi Anda dan toko pakaian dalam akan menunjukkan kepada Anda bagaimana menonjolkan modal fisik Anda.

Berat badan Anda sepenuhnya di bawah kendali Anda juga, maka temuilah seorang ahli gizi untuk mengajarkan kepada Anda kebiasaan makan yang sehat dan mengikuti klub kesehatan untuk membentuk tubuh Anda seperti yang Anda inginkan. Jika Anda pikir bahwa hal ini benar-benar perlu, Anda bisa membetulkan bentuk hidung Anda atau membesarkan dada Anda pada ulang tahun Anda. Dalam abad kedua puluh satu tidak ada lagi alasan yang layak untuk tidak tampil seperti yang Anda inginkan.

*"Apakah kau akan tetap mencintaiku ketika aku menjadi tua
dan berambut putih?" tanya sang perempuan.*

"Tidak hanya akan mencintaimu," jawab sang pria,

"Aku juga akan menulis surat untukmu."

Kita tidak menyarankan bahwa seorang perempuan harus terobsesi dengan penampilannya, seperti yang kebanyakan perempuan lain

lakukan, tetapi penting untuk berusaha tampil sebaik mungkin. Seperti yang dikatakan Helena Rubinstein, tidak ada perempuan yang buruk rupa, yang ada hanya perempuan yang malas.

*Tidak ada perempuan yang buruk rupa,
yang ada hanya perempuan yang malas.*
HELENA RUBINSTEIN

Yang paling penting, Anda bisa membuat diri Anda tampil lebih menarik dengan mempelajari beberapa keterampilan dan lebih mengenal kehidupan ini. Setiap orang tertarik kepada orang yang mampu membicarakan berbagai topik yang menarik.

Bila Anda melihat pada daftar Top 40 lagu pop di mana pun di dunia ini, Anda akan menemukan bahwa lagu yang paling populer dan paling laku biasanya bukanlah lagu yang ditulis atau dinyanyikan musisi terbaik dunia. Lagu paling populer dan paling laku adalah lagu yang dihasilkan oleh orang yang menciptakan apa yang diinginkan pelanggan, menulis lirik dan musik dengan suatu formula yang sudah pasti laku dan kemudian keluar menjualnya secara besar-besaran. Musisi terbaik dunia tidak akan duduk di rumah menunggu untuk ditemukan. Menjadi terkenal dan menarik juga persis seperti itu.

Pria mungkin tergila-gila pada dada yang indah dan perempuan tergila-gila pada biceps yang keras tetapi riset menunjukkan bahwa, pada akhirnya, dalam hubungan jangka panjang, otak adalah yang lebih penting. Unsur utamanya adalah pancaran kepribadian yang berasal dari rasa percaya diri - seksual, emosi dan profesionalisme. Dengan kata lain, jadilah orang yang menarik dan orang tidak akan melihat kekurangan fisik Anda.

Kesimpulan

Adalah suatu kenyataan bahwa penampilan seorang perempuan dapat menarik perhatian atau membuat pria menjauh setiap saat selama mereka berhubungan. Banyak perempuan yang marah mengenai hal ini. Mereka percaya bahwa hal ini tidak adil, bahwa jika seorang pria mempunyai rambut kelabu dan kerutan di wajahnya dia akan dipandang sebagai orang yang terpandang dan bijaksana, sementara pada seorang perempuan, hal ini akan dipandang sebagai tua. Tetapi inilah kenyataan dalam hidup. Juga adalah suatu kenyataan bahwa kadang-kadang terjadi cuaca buruk dengan guntur dan hujan, tetapi sama sekali tidak ada gunanya marah mengenainya, menyebutnya tidak adil, mengatakan bahwa hal ini tidak adil atau berdemo karena hal ini. Cuaca adalah cuaca - tidak peduli apa pun yang Anda pikirkan mengenainya. Bila Anda bisa menerimanya, Anda akan menyiapkan payung, mantel, topi, sarung tangan atau memakai *sun lotion*. Dengan cara ini, Anda bisa keluar rumah dalam cuaca yang bagaimanapun, dan menikmatinya. Tidak ada gunanya tinggal di rumah dan menggerutu mengenai sesuatu yang tidak bisa Anda ubah. Demikian juga dengan cara berpikir pria. Jangan melawan mereka, aturlah mereka.

Jika Anda tidak bahagia dengan sisi apa pun dari penampilan Anda, ubahlah.

Tes Selera Seks Pria

Apakah perempuan melihat diri Anda sebagai seekor kuda jantan atau seekor keong?



Apa yang terjadi pada pria yang tidak minum bir tapi minum susu.

Bagaimana nilai Anda yang menarik perhatian perempuan? Apakah perempuan menilai Anda sebagai menarik - atau tidak menarik? Tidak bisa dihindari atau harus dihindari? Lakukan tes di bawah ini untuk mengetahui bagaimana sebenarnya nilai Anda di mata perempuan. Dalam bab berikut ini Anda akan menemukan rahasia mengenai apa yang sebenarnya dicari perempuan dalam seorang pria. Tes ini didasarkan pada hal fisik dan nonfisik yaitu nilai yang Anda dapatkan setiap kali seorang perempuan bertemu Anda dan akan mengatakan kepada Anda sebaik apa nilai Anda. Sekali Anda melakukan tes ini, mintalah beberapa teman perempuan Anda untuk memberi Anda nilai mengenai pertanyaan-pertanyaan ini dan ketahuilah bagaimana hasil penilaian diri Anda.

Lakukan Tes

1. Anda tampil dalam acara TV berjudul *Blind Date* dan seorang kontestan perempuan meminta Anda untuk menggambarkan jenis tubuh Anda. Bagaimana Anda akan menjawab?

- a. BentukV
- b. Bentuk kotak
- c. Bulat

2. Menurutku seorang pria seharusnya :

- a. 100% monogami
- b. Berkomitmen, tetapi kadang-kadang bermain-main dapat meningkatkan hubungan yang permanen

- c. Bebas dari komitmen - berhubungan bebas adalah apa yang akan terjadi di masa depan
3. **Jika Anda bertanya kepada seorang perempuan untuk menggambarkan lekukan Anda, mereka akan mengatakan :**
- a. Lebar besar
 - b. Kecil dan ketat
 - c. Kurus atau datar
4. **Berapa banyak rambut yang Anda miliki?**
- a. Kira-kira setengah (misalnya garis rambut yang tinggi)
 - b. Banyak
 - c. Botak atau **gundul**
5. **Anda bertanya kepada beberapa perempuan untuk menggambarkan mulut Anda. Apa jawaban mereka?**
- a. Bahagia
 - b. Netral atau turun
 - c. Ramah/lembut
6. **Jenis selera humor yang bagaimana yang Anda miliki?**
- a. Aku tidak punya selera humor
 - b. Aku bisa menjadi sumber kegembiraan dalam suatu pesta
 - c. Aku bisa mengusahakannya
7. **Bagaimana seorang perempuan akan menggambarkan mata Anda?**
- a. Jauh/dingin
 - b. Menarik/nakal
 - c. Ramah/lembut

8. **Lihatlah dalam cermin. Gambarkan dagu dan hidung Anda :**
- a. Rata-rata, ukurannya pas di wajahku
 - b. Hidung yang kuat, dagu yang menonjol
 - c. Hidung dan dagu yang kecil
9. **Paha Anda :**
- a. Berotot/kaku
 - b. Panjang/langsing
 - c. Bulat
10. **Pendapatan Anda :**
- a. Di bawah rata-rata, tetapi aku lebih suka bekerja paruh waktu
 - b. Rata-rata untuk usia dan pengalamanku
 - c. Jauh di atas rata-rata
11. **Ukur lingkaran pinggang Anda dan bagilah dengan ukuran pinggul kemudian kalikan dengan 100. Misalnya, jika ukuran pinggang Anda 36 inci dan ukuran pinggul Anda 42 inci maka rasio Anda adalah 85,7%. Nilai Anda :**
- a. 100% atau lebih
 - b. 85 - 95%
 - c. Kurang dari 95%
12. **Jika seorang perempuan mengelus perut Anda, apa yang akan dia rasakan?**
- a. Sebuah gentong atau Michelin Man
 - b. Enam tas
 - c. Permukaan yang datar

13. Apakah ukuran mengambil peranan? Aku percaya seorang perempuan menganggap ukuran penis adalah
- Tidak penting
 - Relevan
 - Sangat penting
14. Anda diundang ke sebuah pesta dan Anda dengar akan ada banyak perempuan dan Anda ingin menarik perhatian mereka. Bagaimana Anda akan berpakaian?
- Celana dan kemeja buatan penjahit, sepatu yang disemir
 - Pakaian olahraga dan sepatu lari
 - Jean dan kemeja dengan sepatu kasual
15. Jika seorang perempuan merasa marah, sedih atau gelisah :
- Rasanya aku tidak akan menyadarinya
 - Aku akan segera tahu
 - Jika aku berbicara dengannya sebentar, aku mungkin akan menyadarinya
16. Dalam acara sosial aku biasanya akan :
- Berjenggot
 - Wajah yang tercukur bersih
 - Jenggot berusia 3 had
17. Berapa luas wawasan Anda ?
- Aku tahu banyak mengenai orang-orang, tempat dan hal-hal
 - Aku mempunyai topik pembicaraan yang cukup banyak
 - Aku hanya ahli dalam bidangku

Nilai Anda :

Pertanyaan 1	Pertanyaan 2	Pertanyaan 3
A = 7 poin	A = 9	A = 3
B = 5 poin	B = 1	B = 7
C = 3 poin	C = 0	C = 5
Pertanyaan 4	Pertanyaan 5	Pertanyaan 6
A = 3	A = 3	A = 1
B = 5	B = 1	B = 9
C = 4	C = 5	C = 4
Pertanyaan 7	Pertanyaan 8	Pertanyaan 9
A = 1	A = 3	A = 5
B = 4	B = 5	B = 3
C = 5	C = 1	C = 1
Pertanyaan 10	Pertanyaan 11	Pertanyaan 12
A = 3	A = 3	A = 1
B = 5	B = 7	B = 5
C = 9	C = 5	C = 4
Pertanyaan 13	Pertanyaan 14	Pertanyaan 15
A = 5	A = 5	A = 1
B = 3	B = 1	B = 9
C = 1	C = 3	C = 7

Pertanyaan 16

A=3

B = 4

C = 5

Pertanyaan 17

A=9

B = 7

C = 3

Sekarang jumlahkan nilai Anda dan lihatlah di mana kedudukan Anda dalam hal seksualitas.

Nilai 90 atau **lebih**

Orang yang **Mengagutnkan**

Wow! Anda bisa menganggap diri Anda sebagai magnet bagi perempuan. Anda mengirimkan sinyal yang tepat kepada para perempuan dan Anda tahu bagaimana menampilkan nilai lebih dari modal Anda untuk menarik perhatian para perempuan. Tetapi hati-hati jangan membuat penampilan Anda terlalu sempurna, karena perempuan bisa beranggapan hal tersebut dibuat-buat atau bahwa Anda terobsesi pada diri sendiri, hal yang paling ditakuti perempuan. Perempuan tidak mau pria yang terlalu egosentris. Tidak ada perempuan yang mau bersaing dengan cermin dari pasangannya.

Nilai 47 sampai 69

Orang yang Biasa

Kebanyakan pria akan berada dalam nilai ini. Anda berpenampilan rata-rata dalam menggunakan apa yang Anda miliki untuk menarik perhatian perempuan. Jika Anda mendekati nilai 89 Anda tidak perlu banyak memperbaiki diri. Lihatlah pada pertanyaan di mana Anda mendapat nilai tidak terlalu tinggi, dan baca bab berikutnya untuk melihat bagaimana cara memperbaikinya. Jika Anda mendekati nilai 47, Anda mempunyai dasar bahwa Anda perlu bekerja keras untuk

memperbaikinya. Bab berikutnya akan menunjukkan kepada Anda bagaimana caranya.

Nilai sampai dengan 46

Kucing Kampung

Anda bahagia menjelajahi jalan belakang, dan lebih suka berpikir bahwa pria yang lebih suka perempuan daripada bir adalah gay. Teman Anda lebih penting bagi Anda daripada perempuan. Tetapi jika Anda ingin menarik bagi perempuan, Anda memerlukan bantuan! Perempuan menyukai pria yang mempunyai kepribadian yang hebat, yang bisa membuat mereka tertawa, yang mengerti kebutuhan mereka, dan yang mempunyai ambisi dan otak untuk menjadi yang lebih baik dalam hidup ini. Untungnya, Anda bisa mempelajari kebanyakan dari hal-hal ini. Cukup pikirkanlah semua hal menarik yang bisa Anda dapatkan ketika semua perempuan dalam hidup Anda mulai memandang Anda dengan cara yang berbeda!

Daya Tarik Seks Pria

Apa yang membuat perempuan tertarik





Hal pertama yang akan Anda lihat dalam bab mengenai bagaimana menarik perhatian perempuan secara seksual adalah, bab ini hanya setengah dari bab mengenai apa yang menarik dari seorang perempuan bagi seorang pria. Hal ini disebabkan, seperti yang kita katakan sebelumnya, tubuh seorang perempuan telah berevolusi hampir merupakan alat untuk memberikan sinyal seksual untuk memancarkan pesan kepada pria mengenai kemampuannya sebagai penerus yang sehat bagi gen pria. Daya tarik seks seorang perempuan adalah proses yang canggih dan rumit sedangkan daya tarik seks pria lebih mendasar dan langsung.

Sejak awal mula, perempuan telah secara mendasar tertarik pada pria yang sehat dan kuat yang bisa memperoleh makanan dan melindunginya dan anak-anaknya. Hal ini belum banyak berubah. Tetapi perempuan abad kedua puluh satu menginginkan sesuatu yang lebih daripada leluhur mereka: dia ingin seorang pria yang juga bisa memenuhi kebutuhan emosionalnya. Maka otak perempuan berkembang untuk mencari dua kebutuhan yang bertolak belakang - kekerasan dan kelembutan.

Kekerasan, berarti pasangan yang dia pilih harus bisa menunjukkan sifat yang bisa menurunkan bibit unggul bagi keturunan mereka dan memberi keturunan mereka kesempatan untuk bertahan hidup yang lebih besar. Untuk ini dia akan mencari John Wayne, Russel Crowe, atau Bruce Willis, jenis pria yang kuat. Agar bisa mengenali hal ini adalah dengan



kesimetrisan tubuh pria; yaitu bagian kiri tubuhnya merupakan cermin dari bagian kanannya dengan panjang kaki yang sama. Hal ini cukup berbeda dengan cara pria memandang perempuan. Mereka lebih mencari wajah yang simetris daripada tubuh yang simetris. Tetapi baik pria maupun perempuan sama-sama melihat simetris sebagai tanda kemudaan dan kesehatan, cara yang sama persis seperti bunga yang simetris lebih menarik bagi kumbang karena mempunyai sari bunga yang lebih banyak dan binatang yang simetris cenderung bertahan hidup lebih lama dibanding yang tidak simetris.

Tubuh simetris seorang pria lebih penting bagi seorang perempuan dibanding wajah yang simetris - inilah sebabnya mengapa juara tinju yang babak belur masih bisa menarik bagi perempuan cantik.

Banyak binatang dan serangga juga sama. Pada lalat kalajengking, betina hanya mau berpasangan dengan jantan yang mempunyai sayap simetris, karena jantan yang begini mempunyai ketahanan yang lebih besar dalam menghadapi persoalan hidup dan cobaan hidup. Ketahanan ini ada dalam gen mereka dan bisa, sebagian, diteruskan kepada anak-anaknya. Sebagai akibatnya, bagi lalat kalajengking, simetris dianggap sebagai sertifikat kesehatan, maka merupakan sebuah alasan yang logis bagi betina untuk memilih jantan yang begini sebagai pasangannya. Tetapi pada manusia, daya tarik perempuan terhadap simetris, atau kegagahan pria tergantung pada siklus menstruasi perempuan.

Sebuah studi di Skotlandia menemukan bahwa jenis wajah pria yang dianggap menarik oleh perempuan dapat berubah tergantung pada siklus haidnya. Jika perempuan sedang dalam masa subur, dia akan tertarik pada pria dengan bentuk yang kasar dan maskulin. Jika dia sedang haid, dia akan lebih tertarik pada pria yang berpenampilan rapi.

Ketika kemungkinan untuk pembuahan sedang berada pada titik puncaknya (sekitar tengah siklus haid perempuan) seorang perempuan akan lebih suka memilih kekerasan dari pria yang lebih simetris untuk sebuah hubungan jangka pendek. Dengan kata lain, dia bisa merupakan kandidat dari kencan semalam dengan Russel Crowe sekali dalam sebulan.

Tetapi untuk pasangan jangka panjang, perempuan cenderung untuk memilih pria yang bisa berinvestasi dalam hubungan dan membesarkan anak-anak, entah pria tersebut simetris atau tidak. Tetapi dalam menilai ketertarikan dari penampilan saja (yang sedang kita kerjakan sekarang) simetris memainkan peranan yang cukup besar dalam pilihan para perempuan. Di Inggris, bukti DNA menunjukkan bahwa 10% dari anak-anak yang lahir dalam perkawinan bukanlah anak dari suami. Tampaknya sang istri memilih suaminya untuk kemampuan memberi makan, tetapi mencari gen yang baik di tempat lain.

Apa yang Ditunjukkan oleh Ilmu Pengetahuan

Riset di Amerika menemukan bahwa pria yang menarik dibayar 12 - 14% lebih tinggi daripada rekan-rekan mereka yang kurang menarik (Hammermesh dan Biddle). Bagian yang meresahkan dalam hal ini adalah bahwa individu yang menarik menerima perlakuan yang lebih

baik dalam pengadilan, mendapat hukuman yang lebih pendek dan denda yang lebih rendah (Castelloe, Wuensch dan Moore, 1991 dan Downs dan Lyons, 1990). Di Pennsylvania, sebuah studi dilakukan terhadap daya tarik 74 pria tertuduh sebelum pengadilan kriminal mereka dimulai dan menunjukkan bahwa para tertuduh yang menarik tidak hanya menerima hukuman yang lebih ringan, mereka juga mempunyai kemungkinan dua kali lebih banyak untuk menghindari hukuman penjara dibanding pria yang tidak menarik. Hal ini menjelaskan mengapa penjahat pria hampir selalu merupakan orang yang menarik.

Sebuah studi mengenai denda yang dikenakan dalam pengadilan mengenai kelalaian, ditemukan bahwa bila sang tertuduh lebih menarik daripada sang korban, para korban menerima rata-rata kompensasi sebesar 5.623 USD, tetapi jika sang korban lebih menarik, dia akan menerima rata-rata kompensasi sebesar 10.051 USD (Kulka dan Kessler, 1978). Jika setiap orang di ruang pengadilan ditutup matanya dan tidak bisa melihat sang tertuduh, bukti menunjukkan hasil yang sangat berbeda.

Hal ini mungkin kedengarannya mengecewakan, pada sisi baiknya, paling tidak setiap orang mempunyai kesempatan untuk memperbaiki penampilannya, dan bisa membuat keputusan yang jelas untuk meningkatkan daya tarik mereka terhadap orang lain. Bagi pria, respon seksual perempuan ditimbulkan oleh aspek tertentu dari tubuh pria secara visual. Di bawah adalah urutan prioritasnya.

Hal yang Menarik bagi Perempuan :

1. Bentuk tubuh yang atletis
2. Bahu dan dada yang lebar, lengan yang berotot
3. Pantat yang kecil dan ketat

4. Rambut yang lebat
5. Mulut sensual
6. Mata yang ramah
7. Hidung dan dagu yang kuat
8. Pinggul yang sempit dan kaki yang berotot
9. Perut yang rata
10. Penis yang besar
11. Jenggot berusia 3 hari

Nomor 1: Bentuk Tubuh yang Atletis

Berada pada urutan teratas dari daftar ketertarikan perempuan pada pria adalah penampilan yang atletis, tubuh berbentuk V. Tubuh yang kuat dan atletis adalah tanda kesehatan yang baik dan tanda kemampuan seorang pria untuk bisa berhasil menangkap makanan dan memukul mundur musuh. Bahkan pada zaman kita, zaman persamaan dari pria dan perempuan, di mana bisek yang menonjol dan dada yang lebar hampir tidak berguna, tanda-tanda ini masih juga menarik otak perempuan ketika dia sedang mencari pasangan yang cocok. Bentuk V juga menarik bagi seorang perempuan karena ini berlawanan dengan bentuk tubuhnya, perempuan memiliki bentuk tubuh V terbalik. Pada bagian tubuh perempuan yang membentuk lekukan dan kelembutan, pada bagian tubuh yang sama pada pria biasanya membentuk sudut dan keras, dan perbedaan inilah terbukti menjadikannya begitu menarik.

Nomor 2: Bahu dan Dada yang Lebar, Lengan yang Berotot

Bagian atas tubuh pemburu pria lebar dan meruncing ke arah pinggul, sementara tubuh perempuan lebih sempit di bahu dan

melebardi pinggul. Pria berkembang menjadi bentuk ini agar mereka bisa membawa persenjataan yang berat dalam perjalanan panjang dan membawa pulang hasil buruan mereka.

Bahu yang lebar adalah bentuk maskulin, yang banyak ditiru perempuan yang ingin lebih menegaskan jati diri mereka sendiri. Untuk melakukan hal ini, mereka meletakkan tangan mereka di pinggul agar tampak lebih lebar di bahu dan memakan tempat yang lebih luas. Perempuan yang memakai bantalan bahu pada saat berbisnis akan tampak lebih meyakinkan - sama seperti tanda pangkat pada pakaian pria. Dada pria berkembang untuk memberi tempat bagi paru-paru yang besar agar bisa mendistribusikan oksigen secara lebih efektif dan agar dia bisa bernapas lebih efisien pada saat sedang berlari dan mengejar. Makin besar dadanya, makin banyak rasa hormat dan kekuasaan yang bisa dia dapatkan. Pada saat pria modern berhasil mencapai sesuatu, dada mereka masih 'mengembang dengan bangga' dan remaja pria masih menyamakan torso atas yang tumbuh baik dengan kejantanan.

Pria mempunyai lengan atas yang lebih panjang daripada perempuan yang memungkinkan mereka bisa menjadi membidik dan melempar yang lebih baik, sehingga menjadikan mereka penyedia makanan yang lebih baik. Ketiak pria yang berambut selalu merupakan karakteristik kejantanan yang kuat. Rambut ketiak adalah untuk menangkap bau dari kelenjar keringat yang membawa bau pheromone kepada otak perempuan untuk merangsang seksualitasnya. Hal yang sama juga terjadi pada rambut dada dan rambut kelamin.

Perempuan memang tertarik pada bagian atas tubuh pria yang terbentuk dengan baik tetapi paling tidak suka tampilan bentuk tubuh berotot dari pria binaragawan karena mereka merasa pria

seperti ini kelihatannya lebih tertarik pada kecantikan tubuh mereka sendiri daripada kepada perempuan. Sebaliknya, penampilan yang sehat bisa lebih merangsang perempuan; jenis Arnold Schwarzenegger lebih menarik bagi perempuan.

Dada pria juga mempunyai peralatan memberi makan seperti perempuan - yaitu puting susu dan kelenjar buah dada. Hal ini karena pola dasar tubuh manusia adalah struktur perempuan dan puting susu dan kelenjar buah dada tetap ada bahkan bila bayi itu adalah bayi laki-laki. Puting susu pria dinilai berada pada posisi di bawah dalam hal bagian tubuh yang menarik bagi perempuan, tetapi mempunyai peran juga dalam permainan seks. Ada beribu-ribu peristiwa yang tercatat mengenai kelainan pria yang bisa menghasilkan air susu untuk memberi makan bayi dalam keadaan yang sangat terdesak, seperti kelaparan yang terjadi di kamp konsentrasi dalam perang Dunia II. Karena pria masih membawa peralatan perempuan ini, satu di antara 50 orang didiagnose kena kanker buah dada, dan mereka mati jauh lebih cepat dibanding perempuan. Anda jarang mendengar mengenai hal ini karena pria yang didiagnose menderita kanker buah dada cenderung merasa malu karena menderita penyakit yang secara tradisional merupakan penyakit perempuan dan menolak untuk membicarakannya.

Nomor 3: Pantat yang Kecil dan Ketat

Kera jantan tidak mempunyai pantat yang menonjol, berbentuk setengah bola - hanya manusia yang mempunyainya. Ketika kita belajar berjalan dengan dua kaki, otot yang berlebih di kaki membesar dengan dramatis agar kita bisa berdiri tegak. Pantat selalu merupakan bahan dari banyak lelucon dan adalah bagian tubuh yang dipandang baik sebagai yang menyenangkan dan juga sebagai yang

tidak disukai. 23% dari semua kerusakan mesin fotocopy di dunia ini disebabkan karena orang duduk di atasnya untuk memfotokopi pantat mereka. Maka mengapa begitu banyak perempuan tertarik pada pantat pria, sangat tergoda untuk menepuknya pada saat pemiliknya berjalan melewatinya dan suka mengagumi gambar pria dengan punggung yang rapi? Pantat yang kecil dan padat adalah favorit perempuan di mana-mana tetapi hanya beberapa yang mengerti daya tariknya.

Rahasiannya adalah bagian belakang yang ketat dan berotot, penting untuk membuat gerakan mendorong ke depan pada saat bercinta. Seorang pria dengan bagian belakang yang gemuk atau kendur akan kesulitan dengan gerakan mendorong ke depan dan mempunyai kecenderungan untuk melemparkan seluruh berat badan dalam dorongannya. Bagi perempuan, ini tidak ideal, karena berat badan pria akan membuatnya merasa tidak nyaman dan membuatnya sulit untuk bernapas. Sebaliknya, pria dengan pantat yang kecil menjanjikan kesempatan yang jauh lebih besar dalam melakukannya dengan lebih efektif.

*Pantat yang kecil
menjanjikan kesempatan yang lebih besar
dalam pembuahan.*

Memukul pantat yang telanjang sudah lama menjadi kesukaan para sadistik dan masokis dan banyak pria dan perempuan merasa hal ini merangsang. Pantat yang memerah tampak seperti keadaan perempuan yang terangsang dan meningkatnya rangsangan pada banyak urat syaraf di pantat yang diteruskan kepada rangsangan pada alat kelamin. Dengan kata lain, ketika seorang perempuan menepuk pantat pria, dia sebenarnya merangsangnya untuk berereksi.

Npmor 4: Rambut yang Lebat

Dalam sejarah, rambut di kepala dianggap lambang kekuasaan pria yang paling dasar. Pada abad pertengahan rambut dianggap mempunyai kekuatan magis dan sejumlah rambut dipotong dan disimpan di liontin kekasih atau digunakan dalam upacara keagamaan. Dalam hal para biarawan, membuang rambut dengan mencukur kepala dianggap sebagai tanda kesederhanaan di hadapan Tuhan. Ketika Samson terpotong rambutnya dia kehilangan seluruh kekuatannya. Sebuah kepala yang penuh rambut selalu dianggap merepresentasikan kekuatan pria dan kekuasaan dan di sinilah letak daya tariknya.



Sekitar 50% perempuan menempatkan prioritas tertinggi untuk rambut lebat pria. Pada 50% yang lain prioritasnya lebih rendah, dalam kelompok ini banyak yang menganggap botak dan kepala yang dicukur dianggap sangat menarik.

Kebotakan pada pria adalah faktor turunan dan disebabkan oleh kelebihan produksi hormon pria. Hormon ini mengalir dalam sistem dan mematikan papilae rambut tertentu, biasanya di puncak kepala. Karena tingkat hormon yang tinggi, pria botak biasanya lebih agresif dan lebih mudah terangsang daripada saudara mereka yang berambut, maka kebotakan menjadi tanda pria super. Tanda kejantanan yang dipancarkan ini meningkatkan perbedaan jenis kelamin antara pria dan perempuan dan merangsang banyak perempuan.

Bag/ seseorang, merupakan kepala yang botak.
Bagi yang lain adalah panel sumber energi
bagi sebuah mesin seks.

Kami melakukan suatu percobaan menggunakan gambar kepala pria yang sudah diubah dengan komputer untuk menampilkan berbagai tingkat kebotakan. Kami menunjukkan gambar ini kepada para responden yang diminta untuk memberikan kesan pertama mereka pada masing-masing gambar, dalam lingkup bisnis. Kami menemukan bahwa makin botak seorang pria, makin banyak kekuasaan dan keberhasilan yang dianggap dimiliki oleh mereka, dan lebih sedikit perlawanan yang akan dilakukan orang pada saat dia melaksanakan kekuasaannya. Pada sisi yang lain, pria berambut, dianggap kurang berkuasa dan mendapat gaji lebih sedikit. Maka kepala botak adalah lambang kekuasaan dari testosteron. Banyak pria yang antusias mengenai benar-benar, atau hampir, botak dan merasa frustrasi bahwa hanya sedikit yang bisa mereka lakukan mengenai hal ini - Satu-satunya cara untuk menghindari kebotakan adalah dengan melakukan kebiri sebelum masa puber, dan tidak kita rekomendasikan. Tetapi pria harus menyadari bahwa harga yang harus dibayar untuk kebotakan adalah aura yang lebih besar untuk kekuasaan dan seksual.

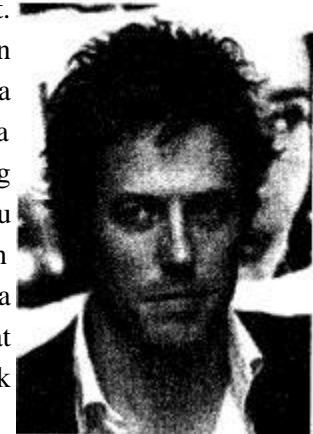
Dalam riset pada buku *best seller* kami *Rude and Politically Incorrect Jokes* (Harper Collins), kami menemukan bahwa hanya pria yang menceritakan lelucon mengenai kebotakan; Anda jarang mendengar perempuan menceritakan hal ini. Hal ini sebagian disebabkan karena perempuan mungkin merasa simpati pada ketidaknyamanan pria mengenai kebotakan mereka, hal ini juga dikarenakan kepala botak adalah lambang kemaskulinan. Maka banyak perempuan tidak benar-benar melihat kebotakan sebagai suatu kelemahan

untuk ditertawakan, kebalikan dari sudut pandang pria. Perempuan akan terangsang oleh kebotakan dan sering mencium atau mengelus kekuasaan pria tak berambut ini.

Nomor 5 dan 6: Mulut Sensual dan Mata yang Ramah

Bila seorang pria menggambarkan bibir atau mata perempuan, mereka biasanya menggunakan kata-kata seperti lembab, seksi, enak, mengundang, lezat dan erotis. Tetapi, bila seorang perempuan menggambarkan seorang pria mempunyai mulut yang sensual atau mata yang ramah, mereka menggunakan kata-kata seperti perhatian, sensitif, responsif, melindungi dan mencintai. Kata-kata ini tidak digunakan secara harfiah untuk menggambarkan keadaan fisik. Kata-kata ini untuk melukiskan bagaimana perasaan mereka mengenai kelakuan seorang pria. Ini merupakan bukti lebih lanjut mengenai perbedaan antara kedua jenis kelamin: pria melihat kenyataan fitur itu sendiri, sementara perempuan melihat lebih dalam untuk mencari emosi.

Sedangkan untuk mata, seorang perempuan menampilkan lebih banyak bagian putih dibanding pria karena otak perempuan dibentuk sebagai alat komunikasi jarak dekat. Bagian putih dari mata adalah bantuan untuk komunikasi tatap muka karena bagian ini membuat seseorang bisa melihat arah pandang orang lain, yang memberi tanda mengenai tingkah laku mereka. Kebanyakan binatang lain menunjukkan sedikit atau tidak ada bagian putih, karena mereka melihat tanda tubuh binatang lain pada jarak jauh. Juga seorang perempuan akan



menunjukkan mereka lebih suka pria dengan mata yang gelap karena mata berwarna terang tampak lebih tidak dewasa.

Nomor 7: Hidung dan Dagang yang Kuat

Hidung pria yang kuat, dagu dan alis berkembang untuk memberi pria perlindungan dari pukulan pada wajah dalam suatu pertarungan atau perburuan dan tetap menjadi lambang kemaskulinan pria. Pria dengan tingkat testosteron tinggi mempunyai dagu yang lebih kuat lebih menonjol dibanding pria dengan tingkat testosteron lebih rendah, dan sikap memajukan dagu dianggap sebagai menantang. Jenggot bentuk kambing memperbesar ukuran dagu sehingga seorang pria tampak 'tabah'. Sayangnya jenggot kambing dapat juga dipandang sebagai berasal dari setan, yang bisa membuat seorang pria sulit untuk dapat diterima dan dipercaya dalam bisnis. Menarik mundur dagu dikaitkan dengan ketakutan dan suatu kelakuan yang digunakan oleh pengecut maka tidak begitu populer dengan perempuan.

Sejak zaman Romawi, ukuran hidung pria juga disamakan dengan ukuran penisnya tetapi sungguh mengecewakan bagi Pinokio, tidak ada risetyang bisa membuktikan hal ini. Satu-satunya hal yang sama antara hidung dan penis adalah bahwa kedua benda tersebut menonjol dari tubuh bagian depan. Tetapi yang berhasil ditemukan adalah bahwa hidung pria membesar karena aliran darah pada saat terangsang secara seksual dan meningkatnya suhu sampai 6 derajat, persis seperti penis.

Nomor 8: Pinggul yang Sempit dan Kaki yang Berotot

Kaki pria yang kuat, bersiku adalah kaki yang paling panjang dari semua jenis primata dan pinggul yang sempit membuat pria bisa

berlari dengan cepat dalam jarak yang jauh untuk mengejar dan berburu. Pinggul perempuan yang lebar membuat perempuan sulit



berlari karena kaki bagian bawah dan telapak kakinya sering menyabet ke sisi luar untuk menyeimbangkan berat badan. Neuropsikolog terkenal di Amerika, Prof. Dr. Devendra Singh menemukan bahwa perempuan menilai pinggul pria dengan rasio 90% adalah yang paling menarik - rasio yang sama yang diinginkan lesbian 'perempuan' dari lesbian 'pria'. Tetapi, kaki pria hanya menarik bagi perempuan, karena merupakan simbol kekuatan maskulin dan ketahanan.

Monor 9: Perut yang Rata

Dalam zaman kuno ketika makanan masih sangat sedikit, perut besar adalah tanda status yang tinggi karena menunjukkan bahwa pemiliknya mempunyai sumber daya sehingga mampu makan sebanyak yang dia inginkan. Dalam kehidupan sosial modern di mana makanan ada dalam jumlah banyak, perut besar dianggap sebagai berlebihan dan rendahnya kesehatan. Otot perut yang bagus tidak pernah merupakan fitur yang penting dalam anatomi pria. Tampilan seperti ini adalah hasil kreasi dari klub kesehatan dan pembuat peralatan olahraga yang berusaha keras untuk meyakinkan kita bahwa kita tidak bisa hidup tanpa bentuk tubuh yang terbentuk dengan bagus. Hercules and He-Man adalah satu-satunya pahlawan yang mempunyai perut yang terbentuk bagus - Superman dan Batman tidak. Mereka memiliki perut yang rata tetapi tidak pernah menampilkan perut yang rata seperti papan cuci. Sebetulnya banyak pahlawan masa lalu yang tampak seperti cocok untuk iklan Dunkin' Donuts.

Nomor 10: Penis yang Besar

Manusia mempunyai penis paling besar di antara semua primata. Selama ribuan tahun panjangnya penis pria selalu dihubungkan dengan kekuasaan yang dimilikinya dan kemampuannya sebagai seorang kekasih, tetapi kekuasaan tersebut lebih banyak ada dalam pikiran daripada dalam organ tubuh. Tidak peduli apa yang tersedia untuk Anda lihat di internet, penis paling panjang yang tercatat secara resmi adalah 14 inci, dan tidak ada hubungan antara ukuran tubuh, ukuran hidung, ukuran sepatu dan ukuran penis. Rata-rata ereksi pria adalah 5,5 inci dan ukuran rata-rata panjang vagina perempuan adalah 3,5 inci, dengan daerah paling sensitif ada pada

2 inci yang pertama, yang berakhir di sekitar G-spot. Kenyataannya adalah seorang pria dengan ereksi 3 inci bisa memberikan servis yang lebih akurat dibanding pria yang berereksi 7 inci, karena makin pendek berarti seseorang lebih bisa menyentuh daerah yang tepat. Perempuan yang tampak antusias mengenai penis panjang lebih bereaksi pada kekuasaan maskulin yang diperoleh daripada panjang fisik yang bisa dicapai. Perempuan yang mempunyai hubungan yang bahagia jarang pernah berpikir mengenai ukuran penis tetapi, dalam perpisahan yang menyedihkan, mungkin akan membicarakan bahwa mantan pasangannya mempunyai penis yang kecil sebagai balas dendam.

Pria muda itu ketakutan mengenai pertama kali dia bercinta dengan teman perempuannya karena dia yakin penisnya terlalu kecil.

Akhirnya dia menyadari dia tidak bisa menundanya untuk selamanya, dan dengan gugup mengajak teman perempuannya ke kamar belakang rumahnya.

Dengan ragu-ragu dia mulai membuka bajunya, kemudian meredupkan lampu.

Dengan hati-hati dia mulai membuka pakaian teman perempuannya dan mengelusnya.

Dengan gugup akhirnya dia meletakkan ereksinya di tangan teman perempuannya dengan harapan dia mungkin tidak akan menyadari ukurannya.

"Tidak terimakasih," kata teman perempuannya, "Aku tidak merokok."

Evolusi tidak memprogram perempuan untuk secara seksual terangsang oleh alat kelamin pria, hal yang berlawanan dengan pria. Majalah porno pria menunjukkan perempuan dengan kaki yang terbuka lebar entah berdiri atau berbaring, dengan sudut pandang dari depan dan belakang, sementara semua usaha untuk memasarkan

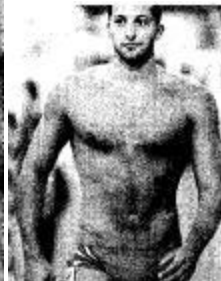
gambar porno pria kepacla perempuan gagal total. Keberhasilannya hanya dalam menarik pembaca pria homoseksual.

*Ketika seorang pria melihat seorang perempuan telanjang,
dia menjadi ternganga.
Ketika seorang perempuan melihat gambar pria telanjang
dia biasanya tertawa.*

Kelihatannya ukuran penis pria terletak pada nomor 10 pada daftar daya tarik terhadap perempuan, ha! ini karena sejarah hubungannya dengan kekuasaan pria - makin besar organ tubuh ini, makin besar rasa hormat yang akan dia dapatkan dari sesama pria. Di Guinea Baru, pria memamerkan penis mereka di depan umum dengan menutupinya dengan penutup sepanjang 1 meter, yang mereka ikat di leher mereka untuk penyangganya clan memamerkannya di depan umum. Bentuk pernyataan paling dekat dengan hal ini yang ditampilkan oleh pria Barat adalah dengan celana renang Speedo.



Penduduk asli Guinea Baru memakai penutup penis untuk upacara dan, gambar bawah, perenang Speedo. Pendekatan yang berbeda, pesan yang sama.



*Tidak ada mode bagi seorang perempuan
yang bisa mengalahkan Speedo pria*

Nomor 11: Jenggot Berusia 3 Hari

Pria adalah satu-satunya primata yang bisa menumbuhkan rambut yang lebih panjang di wajah dibandingkan di bagian tubuh yang lain. Monyet dan simpanse mempunyai panjang bulu yang sama di seluruh tubuh mereka. Anda tidak akan pernah menemukan seekor kera dengan jenggot dan Cheetah sang simpanse tidak akan pernah mempunyai kumis. Hormon pria menyebabkan rambut panjang di wajah bisa tumbuh. Dalam satu hari, makin tinggi kadar testosteron yang dihasilkan, makin cepat rambut di wajah akan tumbuh. Sebagai konsekuensinya jenggot berusia tiga hari berfungsi menampilkan lambang visual yang kuat dari kejantanan, dipakai terutama oleh pria yang mungkin dilihat para perempuan sebagai kelihatan terlalu kekanakan. Misalnya, kebanyakan perempuan setuju bahwa Tom Cruise tampak lebih seksi dengan jenggot di dagu daripada pada saat dia bercukur bersih. Stres dan sakit mengurangi produksi testosteron, inilah sebabnya mengapa pria yang sakit atau stres tidak perlu sering bercukur. Tetapi pria yang menampakkan bayangan pukul 5 pada tengah hari memberi kesan dia jarang bisa berhasil.



Apa yang salah dengan gambar di atas?

Tom Cruise menampilkan jenggot 3
harinya yang macho.



Apa yang Diinginkan Perempuan untuk Jangka Waktu Panjang

Di bawah adalah hasil dari
pengamatan yang menunjukkan apa yang
dicari perempuan dalam diri pria.

Apa yang Dicari Perempuan dalam Diri Pria

1. Kepribadian
2. Humor
3. Kepekaan
4. Otak
5. Tubuh yang bagus

Pria mempunyai dua daftar: daftar kesan pertama mereka, dan apa yang mereka cari dalam diri pasangan jangka panjang, tetapi perempuan hanya mempunyai satu daftar. Perempuan ingin pria yang bisa menyayangi, pandai, penuh rasa humor, setia dan penuh pengertian, berlawanan dengan tampilan visual yang dicari pria. Jika seorang pria mempunyai tubuh yang bagus, perempuan melihat hal ini sebagai nilai tambahan tetapi - kecuali selama satu atau dua hari dalam satu bulan ketika Russel Crowe berada dalam urutan pertama - biasanya berada pada urutan paling bawah dalam daftar

prioritas perempuan. Tidak seperti pria, perempuan tidak menggunakan penampilan dan potongan pria untuk mengukur bagaimana perasaannya terhadapnya. Jika seorang pria mempunyai selera pakaian yang buruk atau mulai mempunyai perut yang besar, beberapa perempuan mungkin tidak akan suka, tetapi hal ini tidak akan jadi masalah utama. Perbedaan mendasar antara pria dan perempuan inilah yang menyebabkan banyak kefrustrasian dan kesalahpahaman di antara kedua belah pihak. Perempuan perlu mengerti bahwa penampilan mereka penting bagi seorang pria dan bahwa hal tersebut bisa memengaruhi hubungan mereka. Pria perlu belajar bahwa seorang perempuan mengukur dalamnya hubungan mereka dengan bagaimana pria bersikap kepadanya.

*Seorang perempuan ingin seorang pria yang lembut, penyayang,
penuh pengertian dan bisa berkomunikasi,
tetapi juga kuat, kasar, dan jantan.
Tetapi perempuan tidak bisa mendapatkan pria tersebut.
Pria itu sudah mempunyai teman pria.*

Penyelidikan pendapat umum dan penelitian secara konsisten menunjukkan betapa pentingnya daya tarik fisik seorang perempuan bagi pria, terutama pada saat mereka pertama bertemu di mana dia menilai daya tarik perempuan dalam waktu kurang dari 10 detik. Tetapi, dalam menentukan pilihan pasangan untuk jangka panjang dan tetap, pria menggunakan penilaian yang berbeda. Perempuan ingin pria mereka lebih menarik, tetapi bentuk fisik pria dan penampilannya tidak terlalu penting dibanding pekerjaan atau posisi sosialnya, penampilan hanyalah nilai tambah. Bagaimana lagi menjelaskan kesuksesan Gerard Depardieu? Perempuan mulai dan berakhir dengan daftar nilai yang sama dalam memilih pasangan. Jika seorang pria bisa membuat seorang perempuan tertawa, peka

terhadap kebutuhannya, dapat membicarakan beragam topik, mempunyai tujuan untuk secara terus-menerus memperbaiki nilai hidup dan benar-benar heteroseksual, maka pria ini tidak akan pernah kehabisan teman kencan.

Solusi

Untuk menjadi pria yang lebih menarik, Anda bisa memulai dengan memperbaiki kemampuan berkomunikasi dan berhubungan. Tempat kursus dan tempat belajar bisnis di mana-mana bisa mengajarkan kepada Anda bagaimana menjadi seorang pembicara yang bagus, bagaimana berteman dan memengaruhi orang dan bagaimana mengembangkan selera humor Anda. Seperti yang bisa Anda lihat dari daftar di atas perempuan menyukai pria yang bisa membuat mereka tertawa. Belilah buku yang bisa menunjukkan kepada Anda bagaimana perempuan berpikir dan berperasaan. Kami merekomendasikan buku kami *Why Men Don't Listen and Women Can't Read Maps* (Orion) dan *What Women Want Men to Know* oleh Barbara De Angelis (Thorsens) sebagai sumber yang bagus. Kemudian keluarlah dari kubu Anda dan carilah pekerjaan yang lebih baik. Perempuan tertarik pada pria yang menunjukkan bahwa mereka bergerak maju dan sangat ingin memperbaiki posisi mereka dalam hidup. Bahkan perempuan yang bisa mencukupi kebutuhan hidupnya sendiri dan secara finansial berdikari bisa tertarik pada pria yang dinilai mampu sebagai seorang pelindung yang baik dan bisa menjadi pemberi nafkah. Bahkan meskipun perempuan tersebut mungkin tidak terlalu tertarik pada sumber dayanya, otaknya masih terbentuk untuk menjadi terkesan pada pria yang mampu. Dia tidak perlu merupakan seorang Donald Trump, dia hanya perlu mempunyai rencana dan tujuan dan bisa dilihat sedang mengusahakannya. Ambillah kursus

untuk memperluas pengetahuan Anda. Hal ini bisa membantu Anda berkomunikasi dengan perempuan dalam beragam topik yang luas. Pria sudah menyediakan makanan bagi perempuan selama ribuan tahun, maka belajarliah memasak - hal ini akan merangsang bagian utama dari otak perempuan. Menari selalu merupakan bentuk pendekatan awal bagi perempuan, maka belajarliah sesegera mungkin. Seorang pria yang bisa memasak dan menari (tidak harus pada waktu yang bersamaan) merupakan salah satu pria yang paling populer.

Anda akan selalu bisa tahu tahun yang paling berhasil bagi pria - potongan rambutnya masih ada.

Akhirnya, bergabunglah dengan klub kesehatan dan bentuklah tubuh Anda. Ubah potongan rambut Anda paling tidak dalam 3 tahun. Potongan rambut seorang pria, kumis atau jenggot sering menunjukkan bahwa tahun tersebut adalah tahun yang paling berhasil bagi mereka, biasanya ketika ia berusia sekitar 20 tahun.

Tidak ada lagi alasan bagi seorang pria untuk tidak mendapatkan atau melakukan apa yang dia inginkan dalam hidupnya - hanya alasan. Jangan mengeluh - pokoknya lakukanlah!

"Apakah Pakaian Ini
Membuatku Tampak
Besar?"

Mengapa pria berbohong



Seorang pria sedang menjalani tes kebohongan.

ria barn dalam hidupmu bersumpah dia sudah benar-benar putus dengan pacar iamanya, tetapi Anda tahu dia menyimpan fotonya dalam laci di meja kantornya. Naluri

keperempuananmu mengatakan ada sesuatu yang tidak benar, tetapi Anda tidak bisa membuktikannya.

Teman perempuanmu tidak menemuimu kemarin malam seperti yang dijanjikan karena dia bilang dia atau anjingnya atau ibunya tidak enak badan. Tetapi Anda tahu dia tidak pernah sakit, ibunya sudah meninggal, dan dia tidak punya anjing. Anda curiga, Apakah Anda sedang dibohongi?

Lie (*bohong*): kata benda, suatu kegiatan di mana seseorang dengan sengaja mengatakan sesuatu untuk menyesatkan orang lain.

Siapa yang Berbohong?

Setiap orang berbohong. Sebagian besar kebohongan terjadi pada pertemuan pertama di mana setiap orang ingin menampilkan diri mereka sebaik mungkin. Sebagian besar kebohongan yang kita katakan adalah bohong dengan maksud baik. Kebohongan-kebohongan ini biasanya dilakukan sebagai cara bagi kita untuk hidup bersama-sama tanpa kekerasan dan agresi karena sering kita Lebih suka mendengar kebenaran yang telah dipoles daripada kenyataan yang keras dan dingin. Jika Anda mempunyai hidung yang sangat besar, Anda tidak ingin mendengar kenyataan mengenai hal ini - Anda lebih suka mendengar bahwa hidung Anda tampak bagus, bahwa tidak ada orang yang melihatnya tahu bahwa ukurannya cocok bagi wajah Anda.

Selalu katakan kebenaran - kemudian larilah.
PERIBAHASA

Jika Anda mengatakan kebenaran kepada semua orang yang berhubungan dengan Anda selama akhir pekan, di mana Anda akan berada saat ini? Di rumah sakit? Mungkin di penjara. Jika Anda mengucapkan kata-kata persis seperti yang ada dalam pikiran Anda, bagaimana orang-orang akan bereaksi? Satu hal yang pasti: Anda tidak akan punya teman dan Anda mungkin akan berakhir dengan kehilangan pekerjaan. Bayangkan pembicaraan di bawah ini :

"Hai, Maria. Kau kelihatan payah. Mengapa kau tidak memakai bra untuk menyangga buah dadamu yang melorot?"

"Hai, Adam. Mengapa kau tidak menemui seorang ahli penyakit kulit untuk menyembuhkan jerawat di wajahmu? Kau berpakaian buruk sekali. Dan mengapa tidak kau potong bulu hidungmu?"

"Bagus sekali mobil baru yang baru kau beli, Michelle. Kedua anakmu yang hiperaktif pasti akan segera merusakkannya. Sebagai orangtua, kau betul-betul payah."

Contoh-contoh di atas adalah kenyataan. Suatu kebohongan akan berbunyi begini, "Hai, Maria, Anda tampak cantik." "Hai, Adam, tampan sekali kau." "Kau adalah ibu yang baik, Michelle."

Kapan Anda terakhir kali berbohong? Mungkin Anda tidak benar-benar berbohong, tetapi hanya membuat seseorang mempunyai anggapan yang salah berdasarkan apa yang Anda katakan atau tidak katakan kepada mereka, atau hanya sekadar berbohong sedikit agar tidak melukai perasaan orang lain. Mungkin hanya sebuah kebohongan kecil yang baik - Anda mengatakan Anda menyukai potongan rambutnya, bentuk hiasan atau pasangan barunya, padahal

sebetulnya tidak- atau Anda tidak mau mereka mendengar berita buruk dari Anda. Mungkin Anda membesarkan beberapa hal kecil untuk mendapatkan suatu pinjaman atau lamaran pekerjaan untuk membuat diri Anda tampil lebih baik.

Ketika Anda menjual mobil Anda, mungkin Anda lupa untuk menyebutkan bawah oli secara terus-menerus bocor di motornya, ketika Anda mengatakan betapa hebatnya mobil tersebut. Ketika Anda mengiklankan rumah untuk dijual, Anda menghilangkan kenyataan bahwa rumah tersebut berada langsung di bawah jalur penerbangan. Mungkin Anda mengecat rambut Anda untuk membuat Anda tampak 7 tahun lebih muda atau menyisir beberapa helai rambut yang tersisa untuk menutupi botak Anda, berpikir Anda bisa membohongi orang lain sehingga mereka pikir Anda masih mempunyai rambut yang lebat. Pernahkah Anda memakai sepatu hak tinggi untuk berpura-pura bahwa kaki Anda lebih panjang daripada yang sesungguhnya, pada bahu untuk menimbulkan kesan kekuasaan, kuku palsu atau pakai *make up* atau mungkin berbohong langsung mengenai berat badan Anda atau usia Anda ? Kita semua secara terus-menerus berbohong satu sama lain. Orang tua berbohong kepada anak-anak mereka mengenai seks dan remaja berbohong kepada orangtua mereka mengenai hubungan seks mereka. Sebutlah dengan nama apa saja - hal-hal tersebut tetap adalah kebohongan.

*Hanya musuh yang mengatakan hal yang sebenarnya.
Teman dan kekasih berbohong tidak ada habisnya,
terjerat dalam jaring-jaring kewajiban.*

STEPHEN KING

Kita berbohong dengan dua alasan - untuk mendapatkan sesuatu atau menghindari rasa sakit. Untungnya, kebanyakan orang merasa bersalah, sangat menyesal atau tidak enak pada saat mereka berbohong, dan kebanyakan tidak bisa menyembunyikannya. Hal tersebut kemudian membuat orang lain bisa mengetahui apakah mereka diberi tahu kebenaran - atau dibohongi. Dengan sedikit latihan, mudah untuk mengenal tanda-tanda dalam kelakuannya, dan belajar bagaimana menguraikan tanda-tanda tersebut.

Studi Kasus: Cerita Sheelagh dan Dennis

Sheelag diundang Dennis untuk makan malam di rumah Dennis maka Sheelag berpakaian agar Dennis terkesan. Pada hari itu, dia pergi ke salon untuk menata rambutnya dan memberi warna pirang pada beberapa helai rambutnya, dia merias wajahnya dengan hati-hati, memakai baju yang seksi yang cukup menantang, memakai sepatu hak tinggi, memasang sepasang anting dan memakai beberapa tetes parfum Perancis yang mahal di belakang telinganya. Ketika dia tiba, dia terkesan dengan cara Dennis menata ruangan sore hari itu. Dennis meredupkan lampu dan musik lembut mengalun dan perapian menyala. Pada saat Sheelag memasuki ruang makan, Dennis memberinya sebuah rangkaian bunga yang cantik dan membimbingnya dengan lembut ke meja yang diterangi nyala lilin, Dennis dengan perlahan menuangkan segelas sampanye untuk Sheelag. Pada saat Sheelagh duduk di dalam segala kemegahan ini, dia memperhatikan bahwa Dennis memakai *aftershave*, Sheelag pernah mengatakan bahwa dia menyukai *aftershave* ini - Opium. Semua pancaindera Sheelag - mata, suara, penciuman dan perasa - tergetar dan terangsang. Mereka berbincang-bincang sebentar mengenai pekerjaan Sheelagh dan kejadian pada hari itu. Dennis

dengan penuh perhatian mendengarkan, tersenyum dan melihat ke dalam matanya dan mendorongnya untuk terus berbicara. Sheelagh sepenuhnya terpesona oleh betapa penyayang dan sensitifnya pria ini - begitu berbeda dengan pria lain yang pernah berkenan dengannya. Dan Sheelagh berasumsi Dennis juga merasakan hal yang sama dengannya.

Dalam istilah yang sopan, skenario ini disebut makan malam romantis di bawah sinar lilin. Tetapi kenyataannya adalah, hal tersebut sepenuhnya berdasarkan kebohongan yang dilakukan kedua belah pihak untuk mendapatkan keuntungan bagi masing-masing pihak. Penampilan Dennis sepenuhnya adalah untuk kepentingan Sheelagh. Sampanye, lampu redup dan musik lembut bukanlah bagian hidup yang normal bagi Dennis dan topik pembicarannya sehari-hari adalah olahraga. Seluruh penampilannya adalah tipu muslihat. Dennis ingin seks. Seks yang liar dan bebas. Dia cukup berpengalaman untuk mengetahui jika dia menata tampilan seperti yang dia lakukan, maka akan ada lebih banyak kemungkinan Sheelagh akan memberi Dennis apa yang dia inginkan.

Sebaliknya, Sheelagh, juga sama bohongnya dengan Dennis. Dia telah menghias dirinya semata-mata untuk merangsang bagian otak seks Dennis, sehingga meningkatkan kadar testosteron Dennis. Dia secara sengaja menampilkan sebagian besar tanda seksual yang kita bicarakan di bab 9 sehingga Dennis akan banyak memberinya perhatian. Semua yang mereka lakukan dan katakan pada sore hari itu hanyalah untuk mendapatkan keuntungan pribadi. Tetapi bila dihadapkan pada kebenaran dari kenyataan ini, kedua belah pihak akan secara alami menyangkalnya dengan keras.

Jenis Kebohongan

Ada empat jenis kebohongan - Bohong dengan maksud baik (*White Lie*), Bohong yang memberi manfaat (*Beneficial Lie*), Bohong yang Jahat (*Malicious Lie*) dan Bohong yang bersifat menipu (*Deceptive Lie*). Seperti yang telah kita bicarakan, bohong dengan maksud baik (*White Lie*) adalah bagian dari struktur kehidupan sosial kita, yang menghentikan kita agar tidak saling melukai secara emosional atau saling menghina menggunakan kenyataan yang dingin, keras dan menyakitkan. Bohong yang memberi manfaat (*Beneficial Lie*) biasanya digunakan oleh orang yang ingin saling membantu. Misalnya, seorang petani yang menyembunyikan orang Yahudi dari kejaran Nazi, yang ditanya apakah dia menyembunyikan orang Yahudi dalam rumahnya, akan dilihat sebagai kelakuan yang heroik pada saat petani tersebut berbohong. Pekerja penolong yang menarik seorang anak kecil dari sisa-sisa mobil yang terbakar akan berbohong mengatakan bahwa ibu dan ayahnya baik-baik saja, berarti menyelamatkan anak tersebut, untuk sementara waktu, dari trauma yang lebih parah. Dokter yang berbohong kepada pasiennya yang hampir meninggal untuk menaikkan semangat hidupnya atau memberi resep bohong, *placebos* untuk pasien juga secara teknis berarti berbohong.

Riset menunjukkan 30-50% pasien merasa lebih enak setelah makan placebos.

Bohong yang bersifat menipu (*Deceptive Lie*) adalah bohong yang berbahaya karena penipu berniat untuk melukai atau merugikan sang korban demi keuntungan diri mereka sendiri. Misalnya, seorang teman kami, Gerri, pernah diperingatkan oleh satu di antara teman-teman perempuannya mengenai seorang pria yang memberi

perhatian yang besar kepada Gerri. Gerri adalah orangtua tunggal yang tidak banyak bergaul, maka ketika, di tempat sekoiah anak laki-lakinya, Gerri bertemu dengan seorang ayah, yang juga merupakan orangtua tunggal, yang tampak manis, peka, pandai, lucu dan yang paling penting, tampak tertarik padanya, dia sangat senang. Tetapi Margie, dengan cepat menemukan cara untuk menghentikan percintaan yang sedang berkembang ini. Margie mengatakan pada Gerri bahwa pria tersebut terkenal suka mempermainkan perempuan, terutama sangat ahli dalam mematahkan hati perempuan. Gerri, yang selalu berhati-hati berada di sekitar pria karena dia takut anaknya akan secara emosional terikat pada teman pria Gerri, sejak saat itu, segera menghindari pria tersebut. Sebulan kemudian, dia kebetulan bertemu dengan pria itu di tempat belanja - dengan Margie menggandeng tangannya.

Ada dua cara utama untuk melakukan penipuan - menutup-nutupi dan pemalsuan. Dalam hal menutup-nutupi, pembohong biasanya tidak benar-benar mengatakan suatu kebohongan, mereka hanya menyimpan informasi. Katakanlah, misalnya, Gerri kemudian tidak sengaja mengetahui dari teman lainnya bahwa pria ini dulu pernah membohongi teman perempuannya untuk menandatangani surat yang menyerahkan seluruh uang perempuan tersebut kepadanya, dan kemudian pria ini melarikan seluruh uang tersebut membiarkan perempuan itu menjadi bangkrut. Anda tidak benar-benar bisa menyalahkan Gerri karena tidak mengatakannya kepada Margie. Toh, Margie mungkin tidak akan mempercayainya. Tetapi jika Gerri memutuskan untuk tidak mengatakannya pada Margie, maka dia juga bersalah karena berbohong, kali ini dengan cara menutupi.

Dalam hal memalsukan, informasi palsu diberikan seakan-akan informasi ini benar. Margie sudah memberi Gerri informasi palsu

mengenai seorang pria yang sebenarnya baik agar dia bisa merebut pria tersebut dari tangan saingannya. Bohong jenis ini adalah suatu kesengajaan, bukan kecelakaan. Bohong yang jahat (*Malicious Lie*) dibuat untuk balas dendam atau untuk keuntungan pribadi. Orang kelas atas seperti aktor, orang kaya dan para politisi adalah target yang gampang untuk bohong yang jahat ini untuk memenangkan sesuatu. Para wartawan, yang kemudian menceritakan cerita ini pada tabloid murahan dan majalah, yang tahu dengan jelas cerita tersebut tidak benar, akan mendapat keuntungan, demikian juga halnya dengan saingannya dalam bisnis politik dan pertunjukan.

Bohong yang jahat (*Malicious lie*) atau pengumpulan rumor sering dipakai sebagai senjata dalam situasi kompetitif. Bohong yang jahat dibuat untuk menghancurkan karakter dan reputasi sang korban, biasanya dengan akibat yang sangat parah dan lama.

Misalnya sebuah perusahaan mungkin menyebarkan berita palsu bahwa saingan utama mereka sedang dalam kesulitan keuangan. Hal yang sama juga sudah biasa dalam partai politik untuk memulai rumor mengenai kegiatan seksual yang menyimpang dari seorang oposisi.

Bayangkan akibatnya jika dua orang pria bersaing untuk mendapatkan perhatian seorang perempuan kemudian menyebarkan berita bohong bahwa pria tersebut mengidap penyakit kelamin atau adalah seorang *pedofil*. Bohong yang jahat bekerja dengan dasar bahwa tidak peduli betapa heboh atau pun tidak pantas suatu kebohongan, jika Anda melempar lumpur, pasti Anda akan kena lumpurnya.

Jenis-jenis Pembohong

Seorang 'pembohong alami' adalah seseorang yang mampu

membedakan mana yang benar dan mana yang salah, tetapi yakin akan kemampuannya untuk menipu dan telah melakukannya sejak dari kecil. Sering kali mereka belajar untuk berbohong kepada orangtua mereka agar bisa menghindari dari hukuman berat yang akan mereka terima jika mereka menceritakan apa yang sebenarnya terjadi. Banyak dari 'pembohong alami' yang memanfaatkan kemampuan ini pada saat mereka dewasa dengan menjadi pengacara, sales, negosiator, aktor, politisi dan mata-mata.

Seorang 'pembohong tidak alami' adalah seseorang yang, pada saat masih kecil, diyakinkan oleh orangtua mereka bahwa tidak mungkin baginya untuk berbohong dan orangtua dan orang-orang lain pasti bisa mengetahuinya. Orang-orang bodoh ini menjalani hidup mereka dengan mengatakan kebenaran kepada semua orang, dengan yakin mengatakan 'Aku tidak akan pernah bisa mengatakan suatu kebohongan' dan menyebabkan kemarahan dan masalah di antara semua orang yang mereka temui.

Satu dari jenis pembohong yang paling berbahaya yang bisa ditemui para perempuan adalah Pembohong Romantis. Bila seorang pembohong romantis beraksi, kebanyakan perempuan tidak tahu apa yang sedang terjadi. Beberapa pembohong romantis mengkhuskan diri dalam menutupi kenyataan bahwa mereka sudah menikah sementara yang lain ahli dalam berperan sebagai pengacara, dokter dan orang sukses dalam bisnis agar bisa mendapatkan respek dan daya tarik seks. Kemampuan pembohong ini sangat besar, hanya dibatasi oleh imajinasi mereka. Sebagai akibatnya, mereka bisa menyebabkan kerugian yang parah bagi perempuan, secara emosional, psikologis dan sering kali juga finansial. Tujuan yang biasa mereka incar adalah mendapatkan uang, akomodasi, seks dan keuntungan lain dari seorang perempuan yang

tidak curiga sama sekali. Sebagai balasan, dia pura-pura menawarkan kebahagiaan dan cinta.

Ruang para terapis dipenuhi oleh perempuan-perempuan yang pandai, penuh sumber daya yang menjadi korban para Pembohong Romantis, sementara beberapa perempuan yang cukup pandai, ternyata terus-menerus menjadi korban, mereka biasanya menarik perhatian jenis pria yang sama. Kerusakan emosional dan kekurangan rasa percaya diri yang disebabkan oleh hal ini biasanya lebih parah daripada kerusakan karena kehilangan barang milik mereka dan bisa meninggalkan bekas luka emosi pada perempuan, dan mereka tidak akan percaya pada pria lagi.

*Para Pembohong Romantis
secara diam-diam menganggap diri mereka
adalah James Bond*

Pembohong Romantis bisa muncul dari mana saja dan jumlah mereka berkembang dengan pesat di *chat room* internet di mana kebanyakan orang berbohong dan segala sesuatu dihalalkan. Banyak orang percaya bahwa perempuan yang tertarik oleh seorang Pembohong Romantis mestinya seseorang yang mudah ditipu atau bahkan bodoh, tetapi sebenarnya tidak. Kemampuan utama para Pembohong Romantis adalah kemampuan mereka untuk memainkan peran dalam sebuah kebohongan yang sempurna dalam waktu cukup lama sehingga sang korban tergila-gila padanya. Perempuan tersebut dibutakan oleh kebohongan itu atau menolak untuk menerima bahwa hal tersebut adalah suatu kebohongan, bahkan ketika hal tersebut sudah terlihat jelas oleh teman-teman dan keluarganya

Akan sangat membantu bagi seorang perempuan untuk membuat perjanjian dengan seorang teman dekat bahwa, bila dia

jatuh cinta tergila-gila dengan seorang Pembohong Romantis, maka temannya tersebut diberi hak untuk secara rahasia melakukan pemeriksaan kepolisian dan pemeriksaan kebangkrutan terhadap pria tersebut. Ton jika pria tersebut melamar suatu pekerjaan di mana pun juga di dunia ini, hal ini juga akan dilakukan, jadi mengapa tidak bisa dilakukan pada saat keuangan dan emosi Anda sedang dipertaruhkan? Perempuan yang menolak ide ini dengan kalimat "Cinta akan mengalahkan segalanya" biasanya adalah mereka yang secara berulang-ulang ditaklukkan oleh para Pembohong Romantis.

*Orang berkata mereka mencintai kebenaran
tetapi pada kenyataannya mereka ingin percaya bahwa
apa yang mereka cintailah yang benar.
ROBERT RINGER*

Jika seseorang menurunkan berat badan, menjadi sadar, berhenti menggunakan obat-obatan atau mendapat pekerjaan agar mereka nienjadi lebih menarik, Anda mungkin akan mempertanyakan motif mereka. Jika Anda membuat suatu janji dengan mereka, akankah mereka tetap bertahan kurus, berprestasi, sadar dan bebas dari obat-obatan? Macam tutul tidak akan berubah bintiknya. Hubungan yang didasarkan pada kejujuran adalah satu-satunya yang bisa bertahan dalam jangka waktu lama.

*Perubahan permanen yang kita buat untuk diri kita sendiri
adalah satu-satunya yang permanen.*

Jika Anda adalah seorang manager personalia pada suatu perusahaan dan seseorang melamar untuk menempati posisi yang berhubungan dengan kepercayaan, Anda akan berusaha untuk tahu sebanyak mungkin mengenai mereka dan masa lalu mereka, bukan? Pada saat

mempertimbangkan seorang pasangan jangka panjang, hal yang sama harus juga diterapkan. Sumber informasi yang terbaik adalah mantan pasangan orang tersebut. Jika Anda atau seorang teman secara 'tidak sengaja' bertemu dengan mereka, mereka biasanya lebih berterus terang memberikan informasi yang berhubungan. Mungkin hal ini tampak seperti memata-matai seseorang, tetapi ini adalah hal yang biasa dilakukan di Jepang. Sebuah keluarga akan menyerahkan daftar riwayat hidup anak laki-laki atau perempuan mereka kepada keluarga dari menantu yang diharapkan, dan sebuah wawancara dan negosiasi akan dilakukan, bahkan sebelum kencan pertama diatur. Hal ini menghindari adanya rahasia yang tidak diketahui muncul dalam kehidupan pasangan tersebut. Jawabannya di sini adalah selalu memeriksa catatan dari segala hal yang ingin Anda simpan untuk jangka waktu lama. Jangan menjadi korban dari klise romantis atau hormon yang menggelegak.

Siapa yang **Paling Banyak Berbohong**?

Kebanyakan perempuan akan dengan antusias, tanpa ragu-ragu, mengatakan bahwa pria lebih banyak berbohong dibanding perempuan. Tetapi, studi ilmiah dan percobaan menunjukkan bahwa pria dan perempuan mengatakan kebohongan dalam jumlah yang sama. Isi dari kebohonganlah yang berbeda. Perempuan cenderung untuk berbohong agar pihak lain merasa lebih baik dan pria berbohong untuk membuat diri mereka sendiri tampak lebih baik. Perempuan berbohong agar hubungan mereka aman. Perempuan merasa paling sulit berbohong mengenai perasaan mereka. Pria berbohong untuk menghindari pertengkaran dan suka berbohong mengenai betapa liarnya mereka pada waktu mereka masih muda.

*Seorang perempuan akan berbohong agar Anda merasa nyaman.
Seorang pria akan berbohong agar dirinya tampak bagus.*

Inilah perbedaan utama antara bohong pria dan perempuan. Seorang perempuan akan berbohong bahwa seseorang tampak sangat menarik dalam pakaian barunya, walaupun dia merasa orang tersebut tampak seperti sekarung kentang. Dalam keadaan yang sama, seorang pria akan menghindari orang tersebut agar tidak perlu berbohong dan hanya akan berbohong pada saat dia terpaksa harus memberikan pendapatnya. Dia akan mengatakan pakaiannya tampak "menarik" atau "cantik" dia akan mengatakan bohong tidak langsung seperti "Apa yang bisa kukatakan?" atau "Aku kehilangan kata-kata" atau ia sekadar berbohong mengatakan bahwa dia menyukainya. Dan bila seorang pria benar-benar berbohong, kebanyakan perempuan akan dengan mudah mengetahuinya. Seorang pria akan mengatakan kepada Anda dia adalah orang kedua dalam distribusi makanan di sebuah perusahaan internasional padahal dia sebenarnya adalah orang pengantar pizza di Pizza Hut.

*Pertanyaan pertama pria
yang membuat seorang perempuan berbohong
adalah "Bagaimana aku?"*

Dalam tahun 2002, Robert Feldman dari Universitas Massachusetts di Amherst mempelajari 121 pasangan pada saat mereka berbicara dengan orang ketiga. Sepertiga dari para partisipan diminta untuk tampil menyenangkan sementara sepertiga yang lain diminta untuk tampil cakap, dan sisanya diminta untuk menjadi diri mereka sendiri. Semua partisipan kemudian diminta untuk menonton video mereka sendiri dan mengenali kebohongan-kebohongan yang mereka

katakan selama percakapan tersebut, tidak peduli betapa besar atau kecilnya kebohongan tersebut. Beberapa kebohongan adalah kebohongan dengan maksud baik (*white lies*), seperti mengatakan bahwa mereka menyukai seseorang padahal tidak. Kebohongan lainnya lebih ekstrem, seperti misalnya mengatakan bahwa mereka adalah bekas anggota *rock band*.

Secara keseluruhan, 62% para partisipan mengatakan rata-rata dua atau tiga kebohongan tiap 10 menit.

*Kebenaran akan membebaskan Anda,
tetapi awalnya akan menjengkelkan Anda.
MAL PANCOAST*

Bentuk kebohongan yang paling umum adalah membohongi diri sendiri, yang membuat orang merokok dua bungkus rokok setiap hari tetapi mengatakan bahwa dia tidak kecanduan rokok, atau meyakinkan diri sendiri bahwa makanan pencuci mulut yang penuh kalori tidak akan memengaruhi diet mereka.

Bul<tinya jelas - perempuan berbohong sama banyaknya dengan pria, mereka hanya berbohong dengan cara yang berbeda. Karena perempuan sangat peka pada bahasa tubuh dan tanda-tanda suara, pria lebih sering tertangkap basah, inilah yang membuat pria kelihatannya lebih banyak berbohong. Mereka tidak berbohong lebih sering daripada perempuan, mereka hanya terus-menerus ketahuan.

Kebohongan yang Umum Dikatakan Pria kepada Perempuan

"Aku tidak mabuk." Ini adalah kebohongan yang mudah sekali ketahuan, terutama karena biasanya berbunyi seperti ini, "Akuu thidak mmmabuk." Tidak ada alasan bagi seseorang untuk mengatakan bahwa mereka tidak mabuk, kecuali mereka memang mabuk.

"Aku jelas tidak bercinta dengan perempuan itu." Seorang pria yang menyeleweng akan berbohong mengenai hal tersebut betapa pun tidak masuk akalny bohongnya, dalam pikirannya, dia tidak akan mendapat keuntungan apa-apa dengan berkata jujur. "Bercinta dengan mantanku payah." Bercinta bagi pria adalah sesuatu yang tetap dalam hidup ini - selalu baik, tidak peduli di mana atau kapan. Jika seseorang mengatakan bahwa bercinta dengan mantannya payah, dia jelas berbohong. Ketika dia mengatakan kepada Anda bercinta dengan mantannya lebih baik daripada dengan Anda, dia berbohong lagi, mungkin untuk membuat Anda marah. Bercinta selalu sama baginya, selalu baik. "Kita hanya teman." Dia mengatakan bahwa mereka hanyalah sahabat baik dan dia sama sekali tidak tertarik kepadanya. Tetapi dia menjauhkan perempuan itu dari Anda dan tidak membiarkan Anda bertemu dengannya. Variasi dari hal ini adalah: dia seorang lesbian; dia hanya memerlukan teman; dia hanya memerlukan seseorang untuk diajak berbicara; dia sedang melewati masa yang sulit dan aku hanya ingin membantunya; dia sakit dan ingin aku pergi dan mengunjunginya; dia tidak punya perasaan terhadapku - ia hanya malu. Inilah sebabnya dia tidak mau kau berada di sini pada saat dia berada di sini.

Mengapa Bohong Bisa Gagal

Kebanyakan kebohongan bisa diketahui karena biasanya kebohongan melibatkan emosi yang bocor keluar, tampak seperti lampu merah secara visual maupun verbal. Makin besar bohongnya makin banyak emosi yang terlibat, makin banyak bukti yang dibocorkan oleh sang pembohong. Mencoba untuk menutupi kebocoran ini malah akan menciptakan pergumulan emosi bagi kebanyakan dari kita. Makin dekat Anda dengan seseorang, makin sulit untuk berbohong kepada mereka karena emosi yang terlibat. Misalnya, seorang suami akan kesulitan berbohong kepada istrinya jika dia benar-benar mencintainya tetapi tidak akan sulit berbohong kepada musuhnya jika dia tertangkap pada saat perang. Di sinilah letak kunci dari penyakit

pembohong - mereka tidak mempunyai hubungan emosi dengan siapa pun, maka berbohong adalah mudah.

Apakah Anda melihat tanda kebohongan ini atau tidak adalah hal yang sama sekali berbeda.

Mengapa Perempuan Begitu Pandai Menemukan Kebolongan

Kebanyakan pria tahu betapa sulitnya mengatakan suatu kebohongan kepada seorang perempuan tanpa ketahuan, bahkan yang paling kecil sekalipun, bila berhadapan langsung dengannya. Jika seorang pria harus berbohong kepada seorang perempuan, dia lebih baik melakukannya lewat telepon. Kebanyakan perempuan tidak sulit berbohong langsung kepada pria dan mereka biasanya tidak ketahuan.

Hasil *scan* otak MR1 mengungkapkan rata-rata perempuan mempunyai 14-16 posisi kunci pada kedua belah otaknya pada saat dia berkomunikasi berhadapan-hadapan. Tempat-tempat ini digunakan untuk menguraikan kode kata-kata, perubahan nada suara dan tanda bahasa tubuh dan secara luas berhubungan dengan apa yang disebut 'intuisi perempuan'. Seorang pria biasanya hanya mempunyai 4-7 tempat karena otak pria berkembang dari tugas spasial daripada komunikasi.

Kesadaran super dari kaum perempuan ini ada gunanya - untuk mempertahankan tempatnya dari para orang asing dan untuk berkomunikasi dengan anak-anaknya. Seorang perempuan perlu kemampuan untuk memperhatikan anak-anaknya dan dengan cepat membaca perbedaan antara sakit, takut, kelaparan, terluka, sedih dan bahagia. Dia perlu bisa dengan cepat menilai tingkah laku orang yang mendekati sarangnya - apakah mereka bersahabat atau bermusuhan? Bila mereka tidak mempunyai kemampuan ini, maka mereka akan berada dalam keadaan bahaya. Seorang perempuan

bahkan bisa membaca emosi binatang, juga untuk alasan yang sama. Dia bisa mengatakan pada Anda apakah seekor anjing sedang berbahagia, sedih, marah, atau malu. Kebanyakan pria tidak bisa, bahkan hanya membayangkan, bagaimana bentuk anjing yang sedang malu. Tujuan dari pria yang berburu adalah selalu dengan akurat membidik sasarannya, bukan berbicara dengan sasarannya, berunding atau mencoba untuk mengerti sasarannya.

*Seorang pria perlu dengan tepat menembak sasarannya,
bukan mengadakan pembicaraan yang mendalam dengannya.*

Seperti yang kita bicarakan dalam bab yang lalu, otak perempuan terorganisir sebagai 'jalur majemuk' (*multi-tracking*), membuat mereka bisa menangani beberapa buah informasi sekaligus. Hal ini memberi perempuan kelebihan untuk mampu membaca tanda-tanda tubuh dan mendengarkan apa yang dikatakan sementara pada saat yang sama, berbicara. Pria, dengan otak 'jalur tunggal' (*mono-tracking*) mereka, hanya bisa memfokuskan perhatian pada satu buah informasi pada suatu saat dan sebagai akibatnya kehilangan banyak tanda-tanda bahasa tubuh.

Agen FBI diajari bagaimana menganalisis 'ekspresi mikro' - ekspresi yang kecil, berlangsung cepat, hanya sebentar dari pembohong pada saat mereka berbohong. Ini dilakukan dengan menggunakan kamera *slow motion*. Misalnya, Bill Clinton ditampakkan mengerutkan kening hanya sepersekian detik, sesaat sebelum dia menjawab pertanyaan mengenai Monica Lewinsky. Otak perempuan terorganisir untuk melihat tanda ini pada saat tanda ini terjadi dan ini menjelaskan tidak hanya mengapa perempuan lebih sulit untuk dibohongi tetapi juga membuat mereka menjadi negosiator yang lebih baik daripada pria.

Mengapa **Perempuan** Selalu Ingat

Erik Everhart, asisten profesor psikologi di East Carolina University, dan teman sejawatnya di State University of New York di Buffalo menemukan bahwa anak laki-laki dan perempuan, berusia antara 8 sampai 11 tahun, menggunakan bagian otak yang berbeda untuk mengenali wajah dan ekspresi. Anak laki-laki lebih banyak menggunakan otak kanan sementara anak perempuan lebih banyak menggunakan otak kiri. Mereka menemukan bahwa perbedaan ini membantu anak perempuan untuk bisa mengenali perubahan ekspresi pada wajah, membuat mereka lebih bisa merasakan perubahan suasana hati orang lain. Membaca mulut atau mata seseorang membutuhkan penilaian yang lebih baik daripada menilai emosi pada seluruh wajah.

Perempuan sangat baik dalam mengingat kebohongan apa yang diceritakan kepada mereka sementara pria biasanya dengan mudah melupakan kebohongan yang pernah dia buat. Hippocampus - bagian otak yang digunakan untuk menyimpan ingatan, mengambil ingatan, bahasa - dipenuhi dengan reseptor estrogen dan tumbuh lebih cepat pada anak perempuan daripada pada anak laki-laki, memberi perempuan kemampuan ingatan yang lebih baik pada hal yang berhubungan dengan emosi.

Nasihat untuk Pria

Jangan buang-buang waktu mengatakan kebohongan kepada seorang perempuan sambil bertatap muka. Akan jauh lebih sulit. Telepon dia atau kirim e-mail. Perempuan tidak hanya mempunyai kemampuan lebih dalam mengungkapkan kebohongan, mereka juga mempunyai kemampuan lebih untuk mengingat kebohongan tersebut dan menggunakannya sebagai amunisi untuk pertengkaran yang akan datang.

Orang Muda Lebih Cenderung untuk Berbohong, Berbuat Curang, dan Mencuri

Makin muda seseorang, makin besar kemungkinannya untuk menipu. Di Amerika, sebuah survei di tahun 2002 yang melibatkan hampir 9.000 remaja dan orang dewasa di seluruh negara menunjukkan jumlah yang cukup besar dari orang-orang berusia 15-30 yang mau berbohong, berbuat curang dan mencuri.

Survei ini meliputi 3.243 murid SMU, 3.630 mahasiswa dan 2.092 orang dewasa.

Dalam survei ini, 33% murid SMU dan 16% mahasiswa mengakui mereka pernah mencuri barang dari suatu toko dalam tahun lalu.

Sekitar sepertiga dari para murid dalam tiap grup mengatakan mereka bersedia untuk berbohong dalam membuat daftar riwayat hidup, lamaran pekerjaan atau dalam wawancara pekerjaan untuk mendapatkan suatu pekerjaan yang mereka inginkan, dan 16% dari murid SMU mengatakan mereka sudah pernah melakukannya paling tidak satu kali.

61% dari murid SMU dan 32% dari mahasiswa mengakui pernah berbuat curang dalam ujian sekali dalam tahun lalu.

"Apakah saya akan mendapat kesulitan untuk sesuatu yang belum dikerjakan?" tanya murid.

"Tidak," jawab kepala sekolah.

"Bagus - aku belum buat PR."

Survei menunjukkan bahwa 83% dari murid SMU dan 61% dari mahasiswa mengatakan mereka pernah berbohong kepada orangtua mereka dalam tahun lalu.

Para periset menemukan bahwa ketidakjujuran dan kelakuan tidak etis lain lebih terkendali pada orang-orang berusia di atas 30 tahun bahwa baik pria maupun perempuan berbohong dalam jumlah yang sama.

Kenyataan yang cukup mengganggu adalah 73% dari orang berusia 15-30 tahun mengatakan bahwa mereka percaya "kebanyakan orang akan berbuat curang atau berbohong untuk mendapatkan apa yang mereka inginkan."

Dari studi ini cukup mudah mengatakan bahwa orang Amerika adalah sekelompok pembohong dan penipu tetapi studi yang sama di seluruh dunia Barat menunjukkan kecenderungan yang sama - dan ini adalah negara-negara yang secara terus-menerus mendapatkan nilai yang lebih tinggi dalam tes kebohongan di banding negara lain.

Sayangnya, semua ini adalah tanda dari krisis moral yang lebih besaryang menyerang masyarakat di mana-mana dan mencerminkan perubahan yang nyata dalam nilai-nilai sosial. Orangtua mengajarkan kepada anak-anak mereka bahwa kejujuran adalah cara yang terbaik, tetapi juga mengatakan kepada mereka bahwa berpura-pura menyukai hadiah ulang tahun mereka adalah hal yang sopan. Orangtua juga mengajarkan kepada anak-anak untuk berbohong dengan kalimat seperti, "Jangan memandangu seperti itu!", "Berusahalah tampak bahagia pada saat nenek menciummu", "Jangan kelihatan begitu menyedihkan. Tampilkan wajah gembira."

Anak-anak mendapat pesan yang membingungkan mengenai berbohong, dan ini sangat memengaruhi bagaimana mereka bersikap pada saat dewasa. Kebanyakan kebenaran dikatakan anak-anak yang, biasanya dihukum karena mengatakannya. Misalnya, ketika seseorang yang gemuk berjalan melewati seorang anak di jalan, anak tersebut

mungkin dengan jelas akan bertanya kepada ibunya, "Mengapa orang itu begitu gemuk?"

Kebanyakan orangtua tidak menyadari bahwa beratnya hukuman yang mereka berikan kepada anak-anak mereka adalah salah satu alasan utama banyak anak tumbuh dewasa menjadi pembohong yang hebat. Sebagian besar kelakuan bohong dari orangtua terbentuk pada saat Anda masih muda dan kemudian dihidupkan lagi dalam dunia dewasa oleh orang yang berkuasa.

Ketika Semua Orang yang Anda Kenal Berbohong kepada Anda

Ada sebagian orang yang percaya bahwa tidak ada seorang pun yang bisa dipercaya dan bahwa dunia ini dipenuhi oleh pembohong. Mereka biasanya berpikiran demikian karena satu dari dua hal berikut: pertama, mereka sendiri adalah orang yang biasa berbohong, dan mereka beranggapan bahwa setiap orang lain juga sama seperti mereka. Kedua, dan yang lebih banyak terjadi, sebabnya adalah karena tingkah laku mereka menyebabkan orang lain untuk berbohong kepada mereka. Dengan kata lain, mereka membuat orang lain sulit menceritakan kebenaran karena orang lain bisa melihat betapa agresif dan emosionalnya reaksi mereka terhadap kenyataan. Jika orang lain melihat betapa Anda marah, terluka atau penuh rasa dendam ketika mereka menceritakan kebenaran, mereka akan menghindari untuk mengatakannya kepada Anda, apa pun akibatnya. Jika Anda dikenal sebagai orang yang mudah tersinggung, Anda tidak akan tahu apa yang orang lain pikirkan atau rasakan karena orang lain akan mengubah kebenaran agar dapat mengimbangi reaksi negatif Anda. Jika Anda menuntut anak-anak untuk mengatakan kebenaran dan kemudian menghukum mereka karena kebenaran tersebut tidak enak, maka berarti Anda mengajari mereka untuk berbohong kepada Anda untuk melindungi diri mereka sendiri.

Jika Anda merasa setiap orang di sekeliling Anda berbohong kepada Anda, pertama-tama Anda perlu memeriksa tingkah laku Anda dan sikap Anda sendiri - orang lain hanyalah bagian dari persamaan matematika ini.

Mengapa Kebohongan Teman dan Keluarga Paling Menyakitkan

Makin akrab suatu hubungan, makin menyakitkan kecurangan yang dilakukannya karena Anda tidak akan ingin membuang orang tersebut dari hidup Anda. Misalnya, kebohongan bersifat menipu yang dikatakan oleh orangtua atau saudara kandung akan melukai Anda dengan dalam karena makin dekat orang tersebut, makin kita percaya kepada mereka dan membuka diri kita terhadap mereka. Suatu kebohongan yang dikatakan oleh saudara atau anak akan lebih menyakitkan daripada bila dikatakan oleh seorang kenalan, tetapi lebih bisa dimaafkan karena orang tersebut akan selalu merupakan saudara atau anak kita. Suatu kebohongan yang dikatakan teman dekat juga akan menyakitkan tetapi kita bisa menyingkirkan orang tersebut dari hidup kita, paling tidak untuk sementara waktu, dengan tidak menghubungi mereka. Pada akhir, kita mengharapkan seorang *salesman* mobil bekas untuk berbohong, dan kita tidak akan heran jika dia betul-betul berbohong dan kita bisa memilih untuk tidak lagi menemuinya.

Bukti untuk Membongkar Kedok Seorang Pembohong

Karena kebanyakan orang merasa tidak enak ketika mereka berbohong, mereka secara instingtif mencoba untuk menjauh dari kebohongan mereka. Di Amerika Serikat, FBI menemukan bukti yang sangat berharga ini pada saat menganalisis kata-kata seseorang yang dicurigai memberikan alibi palsu. Pembohong akan meninggalkan

referensi yang berhubungan dengan diri mereka sendiri dan menghindari menggunakan kata aku. Ambil kasus seseorang yang mengatur untuk bertemu dengan Anda tetapi tidak muncul. Jika mereka kemudian menelepon Anda dan mengatakan, "Mobil mogok dan *handphone* kehabisan baterai," Anda akan secara instingtif lebih curiga dibanding jika mereka mengatakan, "Mobilku mogok dan aku tidak bisa meneleponmu karena baterai *handphoneku* habis." Pembohong juga akan berusaha menghindari menggunakan nama orang yang menjadi topik kebohongan mereka. Mereka lebih suka mengatakan, "Aku tidak mempunyai hubungan seksual dengan perempuan itu," bukannya mengatakan, "Aku tidak mempunyai hubungan seksual dengan Monica."

Pembohong dan Gajah

Seperti gajah, seseorang yang biasa berbohong tidak pernah lupa. Dia sudah mempraktikkan kebohongannya di kepalanya berkali-kali dan biasanya bisa memberikan penampilan yang tidak bercacat. Mintalah seseorang untuk menceritakan pada Anda apa yang dia lakukan akhir minggu lalu dan mereka mungkin akan mengatakan sesuatu seperti, "Ah ... aku pergi ke rumah saudara laki-lakiku setelah makan pagi dan kemudian ... ah tidak, aku bertemu dengannya setelah makan siang karena aku harus membawa mobilku ke bengkel dulu...."

Berhati-hatilah terhadap penampilan yang sempurna.
PERIBAHASA CINA

Bila seseorang mencoba mengingat kejadian dalam suatu hari, mereka biasanya memotong cerita dan mengubah arah untuk mendapatkan urutan kejadian yang benar. Tidak demikian dengan

seorang pembohong. Dia telah menghafal skenarionya dengan sempurna dan biasanya jarang salah.

Sekali Dua Kali

Jika Anda percaya seseorang sedang membohongi Anda, berlakulah seakan-akan Anda mempercayai setiap kata yang dia ucapkan dan akhirnya dia akan mengkhianati diri sendiri karena menjadi terlalu percaya diri dalam penampilannya. Kemudian bertanyalah kepada pembohong itu untuk mengulang kebohongannya untuk kedua kalinya. Pembohong yang baik sudah menghafalkan jawaban mereka dan bisa memberi Anda jawaban yang sama persis. Kemudian, diamkanlah sesaat agar si pembohong berpikir bahwa dia sudah lolos, kemudian bertanyalah untuk ketiga kalinya. Karena mereka tidak mengharapkan harus mengulang sampai tiga kali dan mereka juga sedang berada dalam keadaan yang rileks, mereka biasanya tidak akan memberikan jawaban yang sama untuk ketiga kalinya dan cerita mereka akan terdengar agak berbeda.

Disebabkan karena tekanan sehubungan dengan suatu kebohongan, suara seorang pembohong biasanya lebih tinggi. Jika dia mendapat SMS dari Charlotte, dan dia sedang menjelaskan bahwa itu adalah salah sambung atau dia tidak pernah mendengar nama tersebut, dan dia terdengar berkicau seperti burung kenari, Anda bisa menambahkannya ke dalam daftar kecurigaan Anda.

Bagaitnana Membaca Apa yang Tersembunyi di Balik Apa yang Diucapkan

Pernahkan Anda berbicara dengan seseorang dan orang tersebut terdengar sangat meyakinkan tetapi makin banyak yang dia katakan, dia menjadi makin tidak meyakinkan?

Mari kita periksa kata-kata dan kalimat-kalimat yang paling sering digunakan yang menunjukkan seseorang mungkin sedang mencoba menutupi suatu kebenaran atau mencoba meyakinkan Anda mengenai suatu perasaan yang tidak benar-benar dia rasakan. Kata 'sejujurnya', 'setulus hati' dan 'secara terbuka' menunjukkan bahwa si pembicara hampir menjadi kurang terbuka, kurang jujur atau kurang tulus daripada yang dia akui. Orang-orang cerdas secara tidak sadar menguraikan kata-kata tersebut dan mempunyai perasaan bahwa si pembicara sedang mencoba untuk membohongi mereka. Misalnya, "Sebenarnya, ini adalah tawaran terbaik yang bisa aku berikan," terjemahkan menjadi, "Ini bukan tawaran yang terbaik tetapi mungkin Anda akan percaya". 'Aku mencintaimu' lebih bisa dipercaya daripada 'sejujurnya aku mencintaimu'. 'Pasti' memberikan alasan untuk menyangsikan dan 'tanpa keraguan' benar-benar merupakan tanda bahaya.

'Percayalah apa yang aku katakan.' Biasanya berarti: 'jika aku bisa membuatmu mempercayai, kau akan melakukan apa yang aku mau.' Tingkat di mana seseorang mengatakan 'percayalah kepadaku' dalam mencoba untuk meyakinkan orang lain adalah sebanding dengan tingkat kebohongan. Pembicara merasa bahwa Anda tidak akan mempercayainya atau bahwa apa yang dia katakan terdengar tidak bisa dipercaya, maka ia memulai kata-katanya dengan, 'percayalah kepadaku'. 'Aku tidak bergurau' dan 'Masa aku berbohong kepadamu?' adalah bentuk yang lain.

Jika Anda akan jujur, terbuka, bisa dipercaya atau setulus hati, Anda tidak perlu merasa perlu meyakinkan seseorang akan apa yang sedang Anda lakukan.

*Apa bedanya berbohong kepada petugas pajak
dan kepada istri Anda ?
Jika Anda tertangkap basah,
petugas pajak masih mau membohongi Anda.*

Beberapa orang hanya mengembangkan kebiasaan menggunakan jenis kata-kata tersebut. Mereka secara tidak sadar menggunakannya untuk mengawali kalimat yang jujur, membuatnya terdengar tidak tulus. Bertanyalah kepada teman, relasi dan rekan kerja jika apakah mereka mendapati kata-kata tersebut dalam percakapan Anda, dan jika mereka mendengarnya (yang pasti akan mereka dengar), Anda akan mulai mengerti mengapa beberapa orang tampaknya tidak pernah bisa mempercayai Anda.

Ungkapan, "OK" dan "Benar!" memaksa pendengar untuk setuju dengan pandangan sang pembicara. 'Anda setuju dengan hal ini, kan?' Sang pendengar dipaksa untuk menjawab dengan 'ya' bahkan meskipun mereka mungkin tidak setuju dengan pandangan sang pembicara. 'Kan' juga menunjukkan keraguan mengenai kemampuan pendengar untuk menerima dan mengerti apa yang sedang dibicarakan.

'Hanya' dan 'Cuma'

Kata 'cuma' dan 'hanya' biasanya digunakan untuk mengurangi pentingnya kata-kata yang mengikutinya, untuk meringankan rasa bersalah seseorang atau untuk memindahkan kesalahan akan suatu hal yang tidak menyenangkan. "Aku hanya membutuhkan 5 menit waktu Anda" dipakai oleh pembuang waktu dan orang-orang lain yang akan menghabiskan waktu Anda satu jam, sementara, 'aku akan mengambil lima menit waktu Anda' lebih spesifik dan lebih bisa dipercaya. Kalimat 'sepuluh menit' biasanya berarti jumlah waktu

tidak tertentu di antara dua puluh sampai enam puluh menit. 'Hanya 9.95£' dan 'Cuma 40£ uang tanggunaiV biasanya digunakan untuk meyakinkan bahwa harga yang dibebankan tidak besar. 'Aku hanya seorang manusia' adalah kalimat seseorang yang tidak mau menerima tanggung jawab dari kesalahan yang dia perbuat; 'Aku cuma mau mengatakan kepadamu aku mencintaimu' menutupi keinginan si pembicara untuk mengatakan, 'aku cinta padamu' dan tidak ada seorang perempuan pun yang akan percaya kepada seorang pria yang mengatakan, 'dia hanya teman.'

Bila Anda mendengar seseorang menggunakan kata 'hanya' atau 'cuma', Anda perlu mempertimbangkan mengapa orang tersebut berusaha untuk mengecilkan pentingnya apa yang dia katakan. Apakah karena mereka tidak percaya diri akan apa yang akan mereka katakan atau mereka rasakan sesungguhnya? Apakah mereka dengan sengaja mencoba untuk berbohong? Apakah mereka mencoba untuk menghindari tanggung jawab mereka? Dengan memperhatikan secara lebih teliti kata 'hanya' dan 'cuma', sehubungan dengan konteks di mana kata-kata tersebut muncul, kita bisa mendapatkan jawabannya.

Ketika Mereka Mengatakan, 'Akan Kucoba'

'Mencoba' adalah kata yang paling sering digunakan orang yang biasanya tidak berhasil dan sering gagal untuk mengatakan terlebih dahulu bahwa mereka mungkin tidak akan berhasil melakukan tugas atau bahwa mereka rasa mereka bisa gagal. Ketika seseorang diminta untuk setia dalam suatu hubungan, mereka mungkin mengatakan, 'akan kucoba' atau kata-kata yang mempunyai arti yang sama. 'Aku akan melakukan yang terbaik', keduanya menandakan akan adanya kegagalan. Terjemahkart, kata-kata tersebut berarti, 'aku meragukan kemampuanku untuk melakukannya.'

Pada saat orang tersebut benar-benar gagal dia mengatakan, 'Yah, aku sudah mencoba,' memastikan bahwa dia hanya mempunyai sedikit keinginan atau kepercayaan terhadap kemampuannya untuk jujur. Bila Anda mendengar kata-kata tersebut, mintalah orang tersebut untuk membuat diri mereka bersikap 'akan' atau 'tidak akan'. Lebih baik orang tersebut tidak melakukan apa yang Anda inginkan daripada 'mencoba' dan gagal. 'Mencoba' sama meyakinkannya dengan 'kemungkinan yang pasti'.

'Dengan hormat', dan 'Dengan penuh rasa hormat' berarti pembicara mempunyai sedikit atau tidak ada rasa hormat terhadap sang pendengar dan bahkan tidak menghormatinya. 'Aku menghargai komentar Anda, tetapi kalau aku boleh mengatakan, dengan penuh rasa hormat, aku tidak setuju.' Ini adalah cara berputar untuk mengatakan, 'semuanya bohong' dan dipakai untuk menjatuhkan sang pendengar, sambil membuatnya jatuh tidak terlalu keras.

Di bawah adalah daftar ungkapan yang biasa digunakan untuk meyakinkan Anda bahwa sang pembicara sedang mengatakan kebenaran padahal sebenarnya mereka sedang memaksa Anda untuk percaya apa yang mereka katakan. Tetapi, ingatlah, bawah tiap kalimat tidak menjamin adanya ketidakjujuran dan harus dibaca berdasarkan konteksnya.

'Percayalah padaku'

'Aku tidak punya alasan untuk berbohong'

'Berbicara sejujurnya'

'Aku mengatakan sesuatu yang benar'

'Mengapa aku harus berbohong?'

'Sepenuhnya terang-terangan/jujur/setulus hati denganmu'

'Akankah aku harus melakukan sesuatu seperti itu?'

Cara lain yang biasanya digunakan untuk menghindari tertangkap basah adalah penggunaan kata-kata yang meletakkan sang pembohong dalam kelompok orang yang tidak bisa dicela karena mereka bertanggung jawab. kepada kelompok yang lebih tinggi. Di bawah adalah beberapa contoh :

jujur kepada Tuhan'

'Aku bersumpah pada kuburan ibuku'

'Dengan Tuhan sebagai saksi'

'Aku bersumpah demi Tuhan'

'Biar Tuhan menghukum mati aku'

Di sini, kita tidak membicarakan orang-orang yang mempunyai kepercayaan yang benar atau religius. Orang-orang tersebut tidak merasa perlu menggunakan kepercayaan mereka untuk meyakinkan Anda mereka jujur karena mereka hidup dalam kepercayaan mereka. Anda tidak akan pernah mendengar Paus berkata, 'Aku bersumpah pada kubur ayahku dan semoga Tuhan menghukum mati aku bila aku berbohong.'

Hal yang sama, orang bisa juga menggunakan suatu organisasi tempat mereka menjadi anggota, suatu penghargaan yang pernah mereka terima, atau keluarga mereka, untuk menyakinkan Anda akan kejujuran mereka. Di bawah adalah beberapa kalimat yang mungkin Anda kenal:

'Orangtuaku mengajari aku lebih baik daripada ini'

'Aku seorang pegawai yang setia'

Aku anggota dari (grup/klub)'

Aku bukan jenis orang seperti itu'

Aku tidak akan tunduk pada hal seperti itu'

'Aku pernah menerima penghargaan ini'

Intinya di sini adalah orang yang bermoral tidak perlu secara terus-menerus mencoba untuk membuktikan diri kepada Anda, mereka hidup dengan nilai mereka dan Anda bisa melihatnya. Kalimat di atas digunakan untuk menghindari menjawab pertanyaan secara langsung.

Menangkap Pembohong dengan Komputer

Kemajuan teknologi komputer telah menghasilkan tiga cara yang menarik untuk mendeteksi pembohong. Poligraf adalah alat yang paling terkenal sebagai detektor pembohong dengan mengukur pernapasan, volume darah, dan detak jantung. Kebohongan ditemukan dengan perubahan fisiologi yang terjadi ketika seseorang sedang berbohong. Hal ini meliputi kenaikan atau penurunan detak jantung dan volume darah, perubahan dalam napas dan pernapasan. Jika seseorang jujur, tidak akan ada perubahan dalam beberapa hal di atas. Seberapa akurat sebuah poligraf masih merupakan pertanyaan yang secara hangat masih diperdebatkan. Menurut Asosiasi Poligraf Amerika, lebih dari 250 studi, yang telah dijalankan mengenai keakuratan poligraf dalam 25 tahun terakhir, telah membuktikan keakuratannya. Riset akhir-akhir ini menunjukkan bahwa keakuratan komputer poligraf mendekati 100%. Mesin-mesin ini sekarang bahkan tampak pada acara *talk show* di TV Amerika di mana tamu mencoba untuk membuktikan kesalahan, tidak bersalah atau kesetiaan pada pasangan mereka.

Tetapi Poligraf masih tidak diterima sebagai bukti dalam pengadilan, kecuali diperintah oleh hakim. Pembohong yang mahir menunjukkan lebih sedikit kegelisahan dibanding pembohong yang tidak berpengalaman dan kadang-kadang bisa lulus tes poligraf, sementara orang jujur bisa diintimidasi sehingga menunjukkan

kegelisahan dan dicap sebagai pembohong. Juga ada perbedaan fisiologi pada orang-orang yang bisa menyebabkan poligraf tidak bisa dipercaya.

Apa yang Ditunjukkan oleh Pita Suara

Analisis Tekanan Suara digunakan untuk menentukan kejujuran dan indikasi tingkat tekanan yang disebabkan ketidakjujuran dengan menggunakan alat elektronik. Alat ukur ini menerima tanda fisiologi, seperti reaksi otomatis 'lawan atau lari', Teknologi ini dinilai efektif untuk pembicaraan telepon atau rekaman pembicaraan dan pembuat alat ini menyatakan bahwa alat ini bisa menemukan 8 dari 10 pembohong. Harganya sekitar 50USD untuk sebuah alat *portable*, teknologinya adalah dengan menghitung secara matematis tingkat tekanan dalam suara manusia yang berubah sehubungan dengan menurunnya aliran darah ke pita suara ketika seseorang sedang berbohong. Dalam debat kepresidenan, satu dari alat yang digunakan wartawan majalah *Time* untuk menganalisis debat antara Al Gore dan George W. Bush. Alat ini mencatat 57 kebohongan dilakukan oleh Bush dan 23 kebohongan oleh Gore dalam tiga kali debat mereka.

Memfoto Otak yang Berbohong

Profesor Psikiatri Ruben Gur dan Daniel Langleben dari University of Pennsylvania School of Medicine, melakukan studi menggunakan MRI (*Magnetic Resonance Imaging*) dan menemukan bahwa otak beroperasi secara berbeda dalam kasus kebohongan dan kejujuran. Mereka memberikan sebuah kartu - misalnya As Hati - dan 20\$ kepada 18 orang sukarelawan. Tiap orang dibaringkan di bawah Mesin MRI untuk mengukur aktivitas otak mereka. Pada saat *scan*

dilakukan, sebuah komputer menunjukkan kartu yang berbeda kepada para sukarelawan. Ketika komputer menunjukkan kartu yang benar - dalam hal ini As Hati - sukarelawan diminta untuk berbohong dengan mengatakan kartu itu salah.

Para sukarelawan diberitahu bahwa mereka akan dibayar lebih jika mereka bisa membohongi komputer sampai komputer bisa percaya. Tetapi komputer, tentu saja, sudah tahu sebelumnya kartu yang mana yang dimiliki para sukarelawan dan kapan mereka berbohong.

Hasil *scan* otak para sukarelawan ketika mereka berbohong menunjukkan meningkatnya aktivitas pada *anterior cingulate cortex* yang terletak kira-kira tiga inci di belakang bagian tengah dahi dan di sebelah kiri *pre motor cortex*, yang terletak beberapa inci di dalam tengkorak dekat telinga kiri.

Gur dan Langleben percaya bahwa penemuan ini menunjukkan akhir dari masa menggunakan tes poligraf karena MRI bisa membedakan antara jenis-jenis pikiran. Misalnya, tanda yang diberikan otak mungkin menunjukkan hal yang sama pada poligraf saat seseorang berbohong dan ketika mereka memikirkan kegembiraan liburan yang akan datang, padahal kedua pikiran tersebut secara dramatis sangat berbeda. MRI *scan* hanya memberikan jawaban spasial maka masalah ini bisa di atasi.

Dr. Jia-Hong Gao, seorang profesor luar biasa di Research Imaging Center di San Antonio, menjalankan percobaan serupa dan hasilnya menunjukkan otak belahan kiri dan kanan terhubung ketika seseorang pura-pura kehilangan ingatan. Data bergambar menunjukkan empat daerah utama otak yang diaktifkan - yaitu dalam prefrontal dan frontal, parietal, temporal dan daerah sub-cortical. Daerah parietal adalah pusat tempat otak berhitung.

Mendengarkan Bukti dari Suara

Ada tiga elemen dari suara yang bisa membocorkan keberadaan seorang pembohong - suara tinggi, kecepatan dan kerasnya suara. "Ketika seseorang sedang mengalami tekanan, tekanan tersebut menyebabkan eratnya pita suara yang menimbulkan suara mencicit, dan mungkin meningkatkan kecepatan dan kerasnya suara. Studi menunjukkan sekitar 70% orang meninggikan suara pada saat sedang berbohong. Sebaliknya, jika si pembohong dengan hati-hati berpikir selama berbohong untuk meyakinkan bahwa mereka menceritakan kebohongan tersebut dengan efektif, mereka mungkin berbicara dengan lebih lambat, menurunkan suara dan menurunkan kecepatan. Ketika seseorang tertangkap basah sedang berbohong, pembicaraan mereka akan dibumbui dengan urn, ah, er, gagap dan terhenti karena mereka tidak punya cukup waktu untuk menghafalkan kebohongan mereka. Hal ini tampak lebih jelas pada pria dibanding pada perempuan karena pria mempunyai fasilitas yang lebih sedikit untuk pengendali bahasa pada otak. Seorang pria mengucapkan kata-kata dengan tidak jelas, mungkin berbohong karena hal ini menunjukkan bahwa orang tersebut mengalami beberapa hal yang terjadi pada saat yang bersamaan, dan otaknya sedang mencoba untuk menangani hal-hal tersebut pada saat yang bersamaan.

*Ketika seseorang
mengucapkan jawabannya dengan tidak jelas,
terhadap pertanyaan langsung Anda,
berhati-hatilah.*

Ingatlah bahwa tanda-tanda yang kita bicarakan di sini menunjukkan seseorang sedang mengalami suatu jenis tekanan dan tidak dijamin

bahwa mereka pasti sedang berbohong. Ada sebagian kecil orang yang tidak keberatan untuk berbohong dan tidak menunjukkan banyak tanda tertekan dan ada orang-orang, misalnya fanatik politik dan fanatik agama, biasanya benar-benar mempercayai kebohongan mereka dan sebagai akibatnya tidak menunjukkan tanda-tanda kebohongan. Tetapi kebanyakan pembohong selalu menunjukkan banyak tanda.

Membaca Bahasa Tubuh

Dalam buku kami *Body Language*, kami menjeiaskan bagaimana bahasa tubuh menempati lebih dari 60% pesan yang dikirim di antara orang-orang dan kami merekomendasikan agar Anda membaca buku ini, karena kita tidak akan membahas hal ini secara terinci di sini. Tetapi kita akan membicarakan beberapa tanda yang bisa Anda lihat pada saat seseorang sedang berbohong. Kami sudah mempelajari dan mencatat bahwa baik pria maupun perempuan secara jelas meningkatkan gerakan tangan ke wajah ketika mereka sedang ragu-ragu, tidak pasti, membesarkan-besarkan ataii berbohong. Kelakuan pria lebih mudah dilihat karena mereka lebih besar daripada perempuan dan pria menggunakan lebih banyak gerakan. Hal ini meliputi menggosok mata dan hitung, menarik telinga dan menarik krah baju. Misalnya, Bill Clinton tercatat menyentuh hidung dan wajahnya sebanyak 26 kali di hadapan para juri ketika menjawab pertanyaan mengenai Monika Lewinsky.

Selalu Baca Rangkaian Gerakan

Jangan pernah menerjemahkan suatu gerakan secara terpisah dari gerakan yang lain atau dari suatu keadaan. Jika seseorang menggosok matanya, mungkin matanya benar-benar gatal, pedas

atau lelah. Kami menemukan bahwa kebohongan muncul dalam kelompok yang kita sebut sebagai rangkaian dan Anda perlu melihat paling sedikit tiga tanda sebelum Anda bisa mengasumsikan bahwa sebuah kebohongan sedang dilakukan. Jika seseorang menyentuh mulut atau hidungnya, menggosok mata, menarik telinga, menggaruk leher, meletakkan jari di mulut atau menggosok hidung tidak ada jaminan bahwa mereka sedang berbohong, tetapi Anda harus tahu bahwa ada sesuatu yang terjadi di otak mereka yang tidak mereka ceritakan pada Anda. Mereka mungkin tidak sedang berbohong tetapi mereka mungkin menyembunyikan sesuatu. Jika seseorang terus-menerus menyentuhnya sambil berkata, 'percayalah kepadaku, dengan sejujurnya dan dengan segala rasa hormat,' Anda mempunyai alasan untuk percaya bahwa Anda baru saja dibohongi.

Tersenyum

Pria dan perempuan tersenyum dengan jumlah yang sama baik pada saat berbohong maupun menceritakan kebenaran. Tetapi senyum yang sebenarnya datangnya cepat dan simetri - dalam arti sisi kiri wajah sama dengan sisi kanan wajah. Senyum yang palsu datangnya pelan dan tidak simetris. Ketika seseorang mencoba untuk menunjukkan emosi yang tidak mereka rasakan, ekspresi wajah mereka tidak simetris. Dengan kata lain mereka menunjukkan senyum yang tidak menyenangkan.

Ada dalam Mata

Secara tradisional, Anda diajari bahwa seseorang yang berbohong tidak pernah memandang mata Anda. Hal ini benar bagi anak-anak yang dibesarkan di dunia Barat dan kebudayaan Eropa di mana ibu-ibu mereka mengatakan, 'Aku tahu kau berbohong karena kau tidak

mau memandang mataku." Tetapi di banyak negara di Asia, Jepang dan Amerika Selatan, kita dianggap tidak sopan atau agresif bila melakukan kontak mata yang panjang, maka peraturan tersebut tidak bisa dipakai. Selain itu, pembohong yang sudah terlatih cukup kompeten dalam melakukan kontak mata ketika berbohong, maka mengurangi kontak mata hanya merupakan faktor pembantu, bukan penentu dalam membongkar suatu kebohongan. Meningkatnya kedipan mata adalah tanda yang penting untuk dicatat, karena hal ini menunjukkan meningkatnya tekanan dan mata si pembohong menjadi kering karena dipaksa untuk melakukan kontak mata. Aran pandangan mata seseorang bergerak ketika Anda menanyai mereka bisa membantu Anda menandai seorang pembohong juga, karena ini menunjukkan bagian mana dari otak yang mereka gunakan dan merupakan tanda yang hampir tidak mungkin dipalsukan. Bagi kebanyakan orang bertangan kanan, pada saat mengingat bahwa suatu kejadian benar terjadi, mereka menggunakan otak kiri dan memandang ke kanan. Ketika mereka mengarang suatu cerita mereka menggunakan otak kanan mereka dan memandang ke kiri. Menggunakan istilah yang sederhana, seorang pembohong bertangan kanan melihat ke kiri, seorang pembohong yang bertangan kidal melihat ke kanan. Observasi ini tidak sempurna tetapi merupakan tanda yang kuat mengenai suatu kebohongan.

Efek Pinokio

Suatu kamera khusus yang dapat menampilkan aliran darah dalam tubuh, menunjukkan bahwa pada saat seseorang sedang berbohong, hidungnya membesar. Meningkatnya tekanan darah membuat hidung membesar dan menyebabkan ujung saraf di hidung tergelik, akibatnya adalah timbulnya gerakan menggosok hidung dengan

tangan karena hidung menjadi 'gatal'. Kejadian yang sama terjadi pada saat seseorang sedang marah. Para ilmuwan di Yayasan Perawatan dan Riset Bau dan Rasa (*Smell and Taste Treatment and Research Foundation*)>di Chicago menemukan bahwa pada saat Anda . berbohong, suatu zat kimia bernama catecholamines dilepaskan, menyebabkan lapisan dalam hidung membengkak. Anda tidak bisa melihat pembengkakan ini dengan mata telanjang tetapi cukup menarik untuk dicatat bahwa penis seorang pria juga membengkak pada saat berbohong. Maka jika Anda tidak yakin apakah seorang pria sedang berbohong atau tidak, turunkan celananya.

Di bawah adalah daftar dari hal-hal yang dapat menunjukkan bahwa seorang pria mungkin sedang berbohong:

1. Otot wajah berkedut. Otak mencoba mencegah wajah agar tidak menunjukkan apa-apa.
2. Tidak ada kontak mata. Matanya akan memandang tempat lain. Jika ruangan tersebut mempunyai pintu, ke sanalah dia akan memandang.
3. Melipat tangan dan/atau menyilangkan kaki. Ini adalah insting defensif.
4. Senyum dengan bibir merapat. Ini adalah senyum terpaksa yang digunakan baik oleh pria maupun perempuan untuk berpura-pura tulus.
5. Pupil mata menyempit.
6. Berbicara dengan cepat. Seorang pembohong akan ingin dengan segera mengakhiri pembicaraan.
7. Kepala akan menggeleng 'tidak' pada saat memberikan jawaban 'ya' atau sebaliknya.
8. Menyembunyikan tangan. Pria merasa lebih mudah memasukkan tangan ke dalam saku pada saat berbohong.

9. Kata yang diucapkan dengan salah atau menggumam. Seorang pembohong berpikir bahwa dia tidak berbohong pada saat dia melakukan hal tersebut.
10. Secara berlebihan menunjukkan persahabatan/tertawa. Dia ingin Anda menyukainya agar Anda mau mempercayainya.

Bagaimana Agar Tidak Diboongi

1. Duduk di kursi yang lebih tinggi. Ini adalah bentuk intimidasi ringan.
2. Jangan menyilangkan kaki, buka tangan Anda dan bersandarlah. Membuat Anda 'terbuka' untuk kebenaran.
3. Jangan pernah mengatakan kepada mereka apa yang Anda tahu - jangan menunjukkan bahwa Anda tahu apa yang mereka katakan adalah kebohongan.
4. Serang tempat pribadi mereka. Ketika Anda mendekat, mereka akan merasa tidak nyaman.
5. Tirulah postur tubuh dan gerakan tubuh mereka. Ini akan membentuk suatu hubungan dan mereka akan merasa lebih sulit untuk berbohong kepada Anda.
6. Dengan mendengarkan bagaimana mereka berpikir, berbicaralah menurut cara mereka berbicara. Jika orang tersebut mengatakan hal seperti 'AKU MENDENGARMU!' atau 'Hal itu KEDENGARANNYA bagus', Anda tahu dia berpikir secara auditorial atau dengan telinganya. Jika dia mengatakan, 'Aku seharusnya bisa MELIHAT hal tersebut' atau 'aku MELIHAT apa yang kau maksud', Anda tahu dia orang yang berorientasi pada visual. Jika dia mengatakan sesuatu seperti 'hal tersebut MENGHANTAMku seperti satu ton batu bata' atau 'aku MEMBEKU begitu saja' Anda

tahu dia berpikir dengan perasaan. Berbicaralah dengannya dengan cara yang sama. Tes yang baik adalah dengan meminta seseorang untuk membacakan abjad. Beberapa orang akan memandang seakan-akan mereka adalah anak-anak memandang abjad di papan tulis sekolah (visual), beberapa orang akan menyanyikan abjad tersebut (auditory) dan beberapa orang akan mengetuk sambil menyebutkan abjad (perasaan). Jika Anda mencocokkan diri dengan cara berpikir mereka, Anda akan dapat membentuk hubungan dengan segera.

7. Beri mereka 'jalan keluar'. Anda perlu membuatnya menjadi mudah bagi mereka untuk mengatakan kebenaran. Berpura-puralah seakan Anda tidak mendengar dengan jelas apa yang mereka katakan atau katakan Anda tidak mengerti apa yang mereka maksudkan. Selalu siapkan sebuah jalan keluar agar mereka bisa menarik kembali kata-kata mereka dan mengatakan kebenaran.
8. Bersikaplah tenang. Jangan pernah tampak terkejut atau *shock*. Perlakukan semua yang mereka katakan dengan tingkat penting yang sama. Begitu Anda bereaksi negatif, Anda akan kehilangan kesempatan untuk mendapatkan kebenaran.
9. Jangan menuduh. Pertanyaan agresif seperti, 'Mengapa kau tidak meneleponku?' atau 'Apakah kau bertemu seseorang?' dapat membuat seorang pembohong membentengi posisinya. Gunakan pertanyaan lembut seperti, 'Di mana katamu kau tadi berada?' dan 'Jam berapa kau bilang kau tiba di restoran?'
10. Beri mereka satu kesempatan terakhir. Abaikan kebohongan dan katakan, 'Apa yang bisa kita lakukan untuk menghindari agar hal ini tidak terjadi lagi?' Jika mereka berpikir kau akan melepaskan mereka, mereka akan lebih mungkin menjadi jujur dan paling

tidak, mereka akan menemukan jalan keluar mereka agar tidak perlu menggunakan kebohongan tersebut lagi.

Akhirnya kami meminta pembaca perempuan kami untuk mengirimkan kepada kami kalimat-kalimat yang mereka dengar dari pria untuk menutupi apa yang sebenarnya mereka maksudkan :

Sebuah Kamus untuk Pola Berbicara Pria

Apa yang dia katakan - suatu kebohongan	Apa yang dia maksud - kebenaran
1. "Aku tidak bisa menemukan nya."	<i>"Aku tidak bisa melihatnya, barang itu tidak jatuh ke dalam tanganku, berarti barang itu tidak ada."</i>
2. "Ini adalah hal yang berhubungan dengan pria."	<i>"Tidak ada pola pikiran rasional yang berhubungan dengannya. Hal ini juga menjelaskan kelakuanmu yang tidak bisa dibenarkan."</i>
3. "Bisa aku bantu menyiapkan makan malam?"	<i>"Kenapa makan malam belum siap di meja?"</i>
4. "Aku lebih giat berolahraga akhir-akhir ini."	<i>"Baterai di remote control habis"</i>
5. "Kita akan terlambat."	<i>"Aku punya alasan yang kuat untuk mengebut seperti seorang maniak"</i>
6. "Istirahatlah, sayang, kau bekerja terlalu keras."	<i>"Aku tidak bisa mendengarkan suara TV karena suara penghisap debu terlalu keras."</i>

7. "Ini sangat menarik, sayang."	<i>"Apakah kau masih sedang berbicara?"</i>
8. "Kita tidak memerlukan barang duniawi untuk membuktikan cinta kita."	<i>"Aku lupa lagi hari peringatan pernikahan kita."</i>
9. "Filmnya betul-betul bagus."	<i>"Ada pistol, pisau, mobil cepat, dan perempuan telanjang."</i>
10. "Kau tahu betapa buruknya daya ingatku."	<i>"Aku ingat lirik dalam lagu film Gilligan's Island, alamat rumah gadis yang pertama kali kucium, dan nomor plat dari setiap mobil yang pernah kumiliki, tetapi aku lupa hari ulang tahunmu."</i>
11. "Aku baru saja berpikir tentangmu dan membawakanmu bunga-bunga mawar ini."	<i>Gadis yang menjual bunga di sudut jalan itu benar-benar menarik dengan lekuk tubuh yang bagus; Aku mau melihatnya dari dekat."</i>
12. "Panggil ambulans! Aku rasa aku sekarat!"	<i>"Aku melukai jariku."</i>
13. "Aku mendengarmu."	<i>"Aku tidak mengerti sedikit pun apa yang kau katakan, tetapi kau bisa berhenti bicara sekarang."</i>
14. "Kau kelihatan benar-benar cantik dengan bajuitu."	<i>"Tolong jangan mencoba baju yang lain lagi. Aku kelaparan."</i>
15. "Aku merindukanmu."	<i>"Aku tidak bisa menemukan kaus kakiku, cinak-ancik kelaparan, dan kita kehabisan tisu toilet."</i>

- | | |
|--|--|
| 16. "Aku tidak tersesat, aku tahu pasti di mana kita berada." | <i>"Tidak akan ada orang yang akan melihat kita lagi dalam keadaan hidup."</i> |
| 17. "Baju yang bagus." | <i>"Dada yang bagus."</i> |
| 18. "Aku mencintaimu." | <i>"Ayo bercinta sekarang."</i> |
| 19. "Mari berdansa?/Boleh aku meneleponmu/ Maukah kaupergi ke bioskop/makan malam sekarang?" | <i>"Pada akhirnya aku mau bercinta denganmu."</i> |
| 20. "Maukah kau menikah denganku?" | <i>"Aku mau membuatmu melanggar hukum bila kau bercinta dengan pria lain dan aku butuh pengganti ibuku."</i> |
| 21. "Kau kelihatannya tegang, mari aku pijat." | <i>"Aku mau bercinta denganmu dalam 10 menit mendatang."</i> |
| 22. "Ayo kita bicara." | <i>"Aku sedang mencoba untuk memberikan terkesan dengan menunjukkan bahwa aku orang yang tidak dangkal, yang tulusjadi mungkin nantinya kau mau bercinta denganku. "</i> |
| 23. "Aku juga membantu di rumah." | <i>"Aku pernah sekali melempar handuk kotor ke dekat keranjang cucian."</i> |
| 24. "Ia adalah seorang perempuan militan, feminis lesbian." | <i>"Ia menolak bercinta denganku."</i> |

Pria tidak akan pernah mengerti perempuan dan perempuan tidak akan pernah mengerti pria. Dan hal tersebut adalah hal yang tidak pernah bisa dimengerti baik oleh pria maupun perempuan.

Pada Saat Seorang Pemburu Menggantungkan Busur Panahnya - Pensiun



i negara berkembang, jumlah orang dengan usia yang mendekati pensiun tumbuh dengan pesat. Karena kemajuan dalam ilmu kedokteran, tidak hanya sebagian besar orang sekarang hidup sampai pensiun tetapi mereka juga hidup lebih lama setelah pensiun. Jumlah mereka yang hidup minimal 10 tahun setelah pensiun melonjak dua kali lipat dalam 60 tahun terakhir.

Sebelum tahun 1940, hanya sebagian kecil dari jumlah penduduk yang hidup lebih dari 65 tahun. Mereka yang belum mencapai kemandirian keuangan entah hidup dalam kemiskinan, terus bekerja sampai mereka mati atau ditunjang oleh anak-anak mereka.

Dari 1940 sampai 2020, rata-rata hidup manusia di seluruh dunia meningkat lebih dari 50%, dari usia 46 sampai 72 tahun. Sebelum tahun 2020, lebih dari 1 miliar orang akan berusia lebih dari 60 tahun.

Masalah 'Baby Boomer'

Ketika Perang Dunia II berakhir di tahun 1945, tingkat kelahiran bayi meledak dengan sebuah generasi baru yang dikenal sebagai 'Baby Boomer'. Mereka adalah orang-orang yang dilahirkan antara 1946 dan 1964 dan ada 76 juta dari mereka yang sekarang sudah mulai pensiun.

*Di dalam setiap orangtua ada orang yang lebih muda —
yang terheran-heran akan apa yang sebenarnya terjadi*

Negara berkembang sekarang dipaksa untuk mengalokasikan sebagian besar anggaran mereka dan jumlahnya terus meningkat untuk membantu menunjang dan memelihara populasi orangtua. Di banyak negara, sumbangan wajib terhadap kebijaksanaan pensiun nasional telah diberlakukan, tetapi masalahnya adalah dalam jumlah orang yang bekerja yang memberi sumbangan dibanding jumlah orang yang pensiun. Di AS, misalnya, rasionya jatuh sejak tahun 1952 dari 9:1 menjadi 4:1. Sampai pada tahun 2010, Jepang akan mempunyai kurang dari dua orang yang bekerja dalam setiap orang pensiun dan ini digabung dengan kenyataan bahwa orang Jepang sekarang hidup lebih lama daripada semua orang lain. Perempuan Jepang dilahirkan di tahun 1993 diharapkan bisa hidup 82.51 tahun dan pria diharapkan bisa hidup 76.25 tahun.

Pemerintahan di mana pun juga sedang bekerja untuk mengatasi hal ini. Institusi keuangan bekerja keras memasarkan dana pensiun pribadi. Rak-rak di toko buku dipenuhi dengan buku mengenai kemandirian keuangan dan rencana pensiun. Konsultasi pensiun menjadi bisnis yang besar. Tetapi ada dua masalah besar yang timbul yang tidak mendapat perhatian yang cukup; pertama, efek psikologi dari pensiun terhadap pria dan kedua, bagaimana perempuan mengatasi pasangannya dan akibat pensiun ini terhadap hubungan mereka.

Cerita Graham

Graham berpikir untuk pensiun dan pindah ke pantai seperti menjalani liburan panjang. Dia akan menghabiskan waktunya dengan hal-hal sepele - berjemur, berenang, makan di luar, tidur larut dan relaks. Dan untuk beberapa bulan pertama, inilah yang dia kerjakan. Tetapi kemudian kesedihan pensiun muncul dengan penuh dendam.

Dia dan istrinya Ruth telah membeli sebuah rumah yang cantik dekat pantai dengan banyak tempat kosong, sebuah kebun dan kolam, dan pindah ke rumah ini dua minggu setelah dia menyelesaikan urusan dokumennya. Mereka berharap menjalankan kehidupan gembira-ria seperti yang mereka selalu suka pada saat mereka berlibur, tetapi Graham belum dengan jelas membuat perbedaan antara menikmati liburan sesaat yang diperoleh dalam minggu-minggu sibuk, dibanding liburan selamanya.

Seperti kebanyakan pria dalam usia pensiun, pekerjaan difokuskan pada kehidupan Graham. Selama lebih dari 40 tahun dia telah bangun setiap hari dengan jelas tahu apa yang harus dikerjakan. Sekarang, untuk pertama kalinya dalam hidupnya, dia tidak mempunyai pekerjaan untuk dilakukan. Dia mulai khawatir mengenai bagaimana ia akan mengisi waktu bebasnya. Dia terkenal dalam dunia bisnis dan sangat dihormati. Dia mempunyai posisi yang penting, menghadiri rapat, meiatih orang baru dan menyelesaikan masalah semua orang. Tetapi di pantai, tidak ada orang yang mengenalnya atau membutuhkan pendapatnya mengenai sesuatu. Statusnya hilang. Dia rindu keterlibatannya dengan orang-orang di tempat kerjanya dan rangsangan mental sehari-hari yang biasa dia dapatkan. Hari-hari menyelesaikan masalahnya sudah hilang.

Hal ini membuatnya sadar seperti dia melompat dari kereta cepat di tempat kerja dan berpindah ke kereta keledai di pantai. Bukannya mengerjakan dua atau tiga hal sekaligus untuk menghemat waktu, dia harus mencari-cari sesuatu yang bisa dia kerjakan untuk mengisi waktu. Telepon yang dia harapkan dari tempat bisnis untuk memintanya dengan cepat mengerjakan sesuatu tidak pernah terjadi. Untuk sementara dia tetap berhubungan dengan teman-teman dari

tempat kerjanya, tetapi telepon mereka menjadi makin jarang. Kemarin dia adalah orang penting - hari ini dia adalah orang yang tidak tampak.

Graham, yang sangat menderita karena tiba-tiba kehilangan identitasnya segera mencari perhatian yang lebih besar dari Ruth, menggangukannya dan mengurangi kebebasannya. Kalimat yang paling populer dan paling sering adalah, 'Apa makan siang?' Sebelum Graham pensiun Ruth bisa dengan bebas mengerjakan apa saja yang dia sukai. Sekarang dia harus mengikutsertakan Graham dalam setiap menit dari harinya. Hubungan mereka mulai memperlihatkan tekanan.

Setelah beberapa waktu, keadaan akhirnya mendingin, dan Graham dan Ruth sekarang menjadi teman baru. Sebenarnya, makan siang dan makan malam menjadi begitu sering sehingga Graham segera menjadi calon orang yang harus memperhatikan berat badannya. Dia menjadi bosan berjemur di bawah sinar matahari, hanya sedikit berenang dan jarang melakukan apa-apa di kebun. Menyedihkan, bahwa dia menjadi orang yang sebelumnya tidak pernah sempat dia alami dalam hidupnya ini. Dia mencurigai kesehatannya tidak baik tetapi tidak pernah mengatakannya kepada orang lain, juga tidak kepada dokternya.

Tiba-tiba, 18 bulan dalam masa impian pensiunnya, Graham menderita serangan jantung yang parah.

Seorang pebisnis terkenal sedang menghadiri pesta cocktail, hal pertama yang dia hadiri setelah dia pensiun.

Dia melihat ke sekeliling ruangan, melihat seorang perempuan yang sangat menarik dan berjalan ke arahnya.

"Halo," katanya, mengulurkan tangannya.

"Anda pasti tahu aku ini siapa."

Perempuan itu melihatnya dengan tatapan kosong.

"Tidak," jawab perempuan itu.

"Tetapi jika Anda pergi ke tuan rumah, dia akan mengingatkan Anda siapa Anda."

Seks dan Pensiun

Cara pria dan perempuan mengatasi usia tua dan pensiun menonjolkan perbedaan dalam organisasi otak.

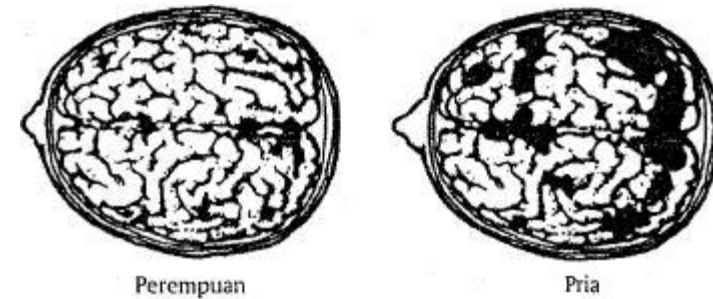
Sejak jumlah perempuan yang menjadi bagian dari orang bekerja adalah sebesar 40%-50%, Anda bisa mengharapkan akan timbulnya masalah psikologi sehubungan dengan pensiun sama bagi perempuan seperti masalah tersebut bagi pria. Tetapi karena perbedaan struktur otak dan perbedaan prioritas yang dimiliki pria dan perempuan, hal ini menjadi pengalaman yang sama sekali berbeda. Bagi banyak pria, pensiun adalah bencana yang tidak kecil dan bahkan menyebabkan kematian dini. Hal yang sama berlaku bagi pria yang mendapat lotere atau mewarisi sejumlah besar uang dan makin muda mereka mengalami hal-hal tersebut makin buruklah pengalamannya.

Kebanyakan pria yang mewarisi sejumlah besar uang atau memenangkan sejumlah besar uang menjadi bangkrut, menderita kesehatan yang buruk dan mati lebih cepat.

Ada banyak buku yang ditulis dan studi yang dilakukan terhadap masalah menghadapi pensiun, tetapi hanya sedikit riset yang dilakukan terhadap perempuan yang pensiun dan yang tidak bekerja dalam masa pensiun, karena masalah utama adalah berurusan dengan pria yang baru pensiun.

Ketika Seorang Pemburu Berhenti Berburu

Selama minimal seratus ribu tahun pria selalu bangun pagi dan pergi keluar mencari makanan untuk keluarganya. Sumbangan pria terhadap kelangsungan hidup manusia sangat jelas dan sederhana - temukan mangsa yang bisa dimakan dan tembaklah. Sebagai akibatnya otak pria berkembang pada daerah tertentu yang membuatnya berhasil mengerjakan hanya hal tersebut. Bagian ini disebut daerah visual-spasial. Digunakan untuk mengukur kecepatan, sudut, jarak dan koordinat spasial dan juga adalah daerah yang digunakan pria modern untuk pekerjaan seperti memparkir mobil mundur paralel, membaca peta, memasuki jalan raya, memprogram video, memainkan olahraga bola dan menembak mangsa yang bergerak. Dalam istilah yang sederhana, ini adalah bagian otak untuk berburu. Gambar di bawah diciptakan dari *scan* otak pada 50 pria dan 50 perempuan, menunjukkan (warna hitam) daerah spasial aktif dari otak.



Daerah otak yang digunakan untuk berburu - Institute of Psychiatry, London, 2000.

Selama puluhan ribu tahun, definisi pekerjaan pria adalah khusus untuk berburu, maka masuk akal jika otak pria modern terorganisir persis seperti yang tampak dalam gambar hasil *scan* di atas. Perempuan berkembang sebagai pelindung sarang - peran mereka adalah memastikan agar generasi berikutnya bisa bertahan hidup. Otak mereka berkembang pada daerah yang berbeda untuk menangani tugas tersebut - menembak mangsa yang bergerak pada jarak 30 meter tidak pernah menjadi tanggung jawab mereka. Ha! ini membantu menjelaskan mengapa otak perempuan menunjukkan aktivitas minim pada daerah spasial.

Bagaimana Pemburu Kuno Menjadi Punah

Pada akhir abad ke-18, teknologi pertanian modern berarti bahwa berburu makanan tidak lagi merupakan prioritas. Untuk menangani masalah yang frustrasi karena tidak lagi perlu mengejar dan menembak mangsa, pria menggunakan dua pengganti - bekerja dan olahraga. Keduanya melibatkan semua elemen berburu - mengikuti, mengejar, membidik dan menembak mangsa.

Sebagai akibatnya, 90% semua olahraga bola bermula antara tahun 1800 dan 1900 sebagai pengganti berburu. Sekali lagi, inilah sebabnya mengapa kebanyakan pria terobsesi oleh pekerjaannya dan olahraga, sementara perempuan tidak.

Olahraga modern adalah bentuk pengganti berburu.

Kemudian abad kedua puluh membawa pukulan yang lebih besar bagi pria: pensiun. Tidak hanya mereka tidak lagi diperlukan untuk menembak mangsa, mereka juga tidak lagi diinginkan dalam segala hal. Dan di sinilah letak masalah dari pria pensiun modern. Dia masih mempunyai otak yang terkonfigurasi untuk berburu yang secara harfiah menjadi tidak berguna. Dia berpakaian rapi tapi tidak ada tempat yang bisa dituju. Tidak hanya itu, dia duduk di pantai yang terpencil di mana tidak ada orang yang mengenalnya atau bahkan peduli akan dirinya.

Anda tahu Anda telah pensiun ketika Anda tahu semua jawaban tetapi tidak ada orang yang menanyakan pertanyaannya.

Bagaimana Perempuan Mengatasi Pensiun

Dibanding pria, kebanyakan perempuan cenderung untuk bergerak dengan lancar ke posisi pensiun tanpa masalah dan hanya 'meneruskan hidup'. Pria selalu mendefinisikan diri mereka berdasarkan pekerjaan mereka dan *pencapaian* mereka; perempuan biasanya menilai diri mereka sendiri dengan kualitas *hubungan* mereka. Studi pada pria dan perempuan selalu menunjukkan bahwa 70 - 80% pria di mana-mana mengatakan bahwa yang paling penting dalam hidup mereka adalah pekerjaan mereka dan 70 -80% perempuan

mengatakan yang paling penting adalah keluarga mereka. Sebagai akibatnya, perempuan yang pensiun tetap mempertahankan jaringan sosial yang telah mereka bangun atau dengan mudah memasuki jaringan yang baru. Mereka menghabiskan kelebihan waktu mereka dengan mengerjakan apa yang selalu mereka kerjakan atau menerima tantangan baru yang sebelumnya mereka tidak punya waktu untuk mengerjakannya.

*Pria menghargai apa yang mereka capai,
perempuan menghargai hubungan*

Pada saat pensiun, banyak perempuan bergabung dengan kelompok-kelompok untuk meningkatkan hobi atau kesukaan mereka. Mereka mungkin kembali ke sekolah, menghabiskan lebih banyak waktu untuk memelihara orang lain atau bergabung dengan klub olahraga. Pilihan kegiatan mereka hampir selalu melibatkan interaksi dengan orang lain. Identitas seorang perempuan terdiri dari banyak bidang. Dia bisa merupakan penafkah keluarga, pemelihara, ibu, nenek, ibu rumah tangga, orang sosial, teman, istri dan kekasih, kapan pun, dan sering kali semua peran tersebut sekaligus. Ketika kehidupan seorang perempuan sebagai penafkah berakhir, dia meneruskannya dengan peran yang lain. Dengan kata lain, seorang perempuan tetap mempertahankan identitasnya. Tidak ada drama. Dia hanya meneruskan hidup. Dia tidak pernah pensiun.

Cerita Peter dan Jennifer

Jennifer sudah sangat mengharapkan masa pensiun dengan Peter suaminya di sisinya. Ini bisa merupakan kesempatan bagi mereka untuk melakukan semua hal yang mereka mimpikan tetapi tidak pernah punya waktu untuk mewujudkan. Anak-anak mereka telah

dewasa dan menikah, maka Jennifer tidak perlu mengkhawatirkan mereka lagi. Kehidupan Jennifer dan Peter akhirnya menjadi milik mereka sendiri, meskipun mereka telah menikah selama 20 tahun, Jennifer sering merasa dia tidak begitu mengenal suaminya. Peter selalu bekerja dan sering menghabiskan sore hari dan akhir minggu dengan rapat atau jaringan sosialnya bersama para rekan bisnisnya. Jennifer kadang merasa Peter seperti seorang asing. Sekarang, dia merasa, mereka berdua punya waktu untuk lebih mengenal satu sama lain lagi. Hal ini akan seperti bulan madu kedua.

Jennifer menyambut pensiun dengan sangat senang. Dia bekerja sebagai perawat selama hampir seluruh hidupnya dan merasa bekerja penuh dengan tekanan dan dibayar gaji kecil, dengan kesempatan yang kecil untuk mendapatkan promosi. Lagipula, dia harus menggabungkan bekerja dengan membesarkan anak-anaknya dalam keluarga, sehingga dia hampir tidak punya waktu untuk dirinya sendiri. Akhirnya, dengan pensiun, dia merasa bebas

Tetapi, ketika Peter akhirnya pensiun, dia tampaknya selalu dalam keadaan suasana hati yang buruk, mulai dari bangun pagi sampai waktunya pergi tidur. Peter tidak pernah mau mengerjakan apa-apa, hanya duduk saja di sekitar rumah dan dengan muram mengatakan betapa lancarnya perusahaan berjalan terus tanpa dirinya, atau betapa jarangny rekan kerjanya meneleponnya untuk minta nasihat dan pengalamannya. Jennifer tahu bahwa Peter sedang depresi, tetapi dia tidak tahu bagaimana membujuknya untuk membicarakan mengenai perasaannya. Jennifer merasa Peter akhirnya menutup diri darinya sama sekali.

Awalnya, dia duduk di rumah bersama Peter, berharap pada suatu hari Peter akan meminta bantuan darinya. Tetapi setelah beberapa bulan, Jennifer mulai merasa tidak senang bahwa Peter membuat

masa pensiun Jennifer jadi menyedihkan seperti miliknya. Jennifer mulai lebih sering keluar bersama temannya. Dia pergi berenang dengan kelompoknya tiga kali seminggu, bermain tennis dua hari, dan mengambil kelas seni. Kemudian dia mulai belajar bahasa Itali di akademi setempat. Dia makin sedikit menghabiskan waktu di rumah.

"Kau tahu," kata Jennifer kepada sahabatnya, "Aku suka pensiun. Kebebasan ... aku mencintainya. Satu-satunya yang aku benci adalah pulang ke rumah pada akhir hari. Aku mulai merasa apa sih yang aku lihat dalam diri Peter. Menghabiskan waktu bersama-sama untuk pertama kalinya dalam hidup kami, aku menyadari kami tidak mempunyai persamaan, dan aku ragu apakah kita pernah mempunyai persamaan. Aku bahkan tidak tahu, hari-hari ini apakah aku masih mencintai Peter, atau bahkan apakah aku masih ingin bersamanya.

Menangani pria pensiun dalam hidup seorang perempuan sering kali merupakan masalah paling besar yang dihadapi seorang perempuan. Hal ini bisa menimbulkan pertengkaran, air mata dan bahkan perpisahan. Pria kelihatannya selalu 'mengganggu' dan mungkin bahkan mulai mengendalikan hidupnya, memperlakukan perempuan seperti dia memperlakukan pegawainya, menawarkan penyelesaian dan nasihat ketika dia tidak benar-benar membutuhkannya. Dan sering kali, pria menyalahkan perempuan atas kemalangannya sendiri.

Sepasang orang berusia 70 tahun dengan kesehatan yang bogus, karena sang perempuan memaksa untuk memakan makanan sehat dan berolahraga. Pada suatu hari, mereka berdua meninggal dalam kecelakaan mobil. Di pintu Surga, St. Petrus memperkenalkan mereka pada kehidupan baru di surga.

St. Petrus menunjukkan rumah yang sangat hebat. "Tetapi berapa biaya untuk semua ini?" Tanya sang pria. "Tidak ada biaya," jawab St. Petrus. "Ini gratis. Kan di sini adalah surga."

Kemudian St. Petrus kembali menunjukkan lapangan golf yang sangat bagus di belakang rumah tersebut. "Tetapi berapa biaya untuk bergabung dengan klub di sini?" tanya sang pria. "Tidak ada biaya," jawab St. Petrus. "Ini gratis. Kan di sini adalah surga."

Akhirnya St. Petrus membawa mereka ke restoran dan menunjukkan menu kepada mereka, penuh dengan masakan yang mahal dan paling lezat, semua dengan saus cream yang kental. "Tetapi kami hanya makan makanan berkadar lemak rendah, kadar garam rendah, kolestrerol rendah." Kata sang pria. "Jangan khawatir," jawab St. Petrus. "Di sini adalah surga. Tidak ada kalori di surga. Anda bisa makan sebanyak yang Anda suka dan tetap langsing dan sehat." Pada saat itu, pria tersebut berpaling dan berteriak kepada istrinya. "Kau betul-betul berengsek!" teriaknya. "Jika kau tidak bersikeras kita selalu makan makanan sehat dan berolahraga, kita bisa berada di sini sepuluh tahun lebih awal!"

Mengapa Pria Tidak Bisa Mengatasi Pensiun

Pensiun merupakan hal besar bagi mayoritas pria dan bisa menjadi masa yang paling menekan dalam hidup seorang pria. Bukan kehilangan pekerjaan yang membuatnya menjadi tertekan; tapi yang lebih parah adalah kehilangan identitas din.

Ketika mendekati masa pensiun, seorang pria bisa sering ingin memungkirkan bahwa kehidupan pekerjaannya hampir berakhir secara tiba-tiba. Dia merasa memiliki banyak pengetahuan dan pengalaman, yang diperolehnya selama hidupnya, bahwa majikan dan rekan kerjanya tidak akan bisa kehilangan dirinya dan meneruskan pekerjaan tanpa dirinya. Kenyataan bahwa mereka bisa, dan mungkin

akan meneruskan pekerjaan tanpa dirinya, membuat para pria ini seperti dihantam di perut.

Tidak mampu menghadapi hal ini, banyak pria meyakinkan diri mereka dengan percaya bahwa mereka bisa menjadi konsultan. Hal ini kelihatan seperti langkah yang bagus. Di sisi lain, juga tidak ada keharusan bekerja dalam waktu yang panjang. Pada sisi lain, mereka masih merupakan orang penting. Mereka bisa diminta untuk kembali bekerja untuk menyelesaikan masalah yang hanya mereka yang punya kemampuan dan pengalaman untuk memperbaikinya. Meskipun mereka tidak pernah benar-benar menyukai pekerjaan mereka, mereka ingin agar 'para anggota pemburu' masih memerlukan mereka untuk meneruskan perburuan.

*Seorang pria ingin berpikir bahwa para pemburu
masih membutuhkannya.*

Tetapi bagi kebanyakan pria, hal ini jarang benar-benar terjadi. Generasi yang lebih baru mempunyai ide dan solusi mereka sendiri dan sekarang merasa bebas untuk menerapkan ide-ide tersebut dan mencoba cara baru tanpa perlu bertanya dulu.

Pada hari terakhir bekerja, pria sering membuat lelucon mengenai bagaimana mereka berpikir bahwa segalanya sudah hampir berakhir, ketika mereka melihat bahwa para rekan kerja mereka sedang mengukur bekas kantor mereka, ketika komputer yang tua sudah diganti dengan yang paling baru dengan model tercanggih dan asisten mereka mulai menjawab perintah dengan "Ya, terserahlah". Tetapi mereka jarang menyadari hal ini, pada pesta perpisahan, "Selamat tinggal" biasanya tidak benar-benar berarti selamat tinggal.

Mengapa Begitu Banyak Pria Jatuh Begitu Cepat

Beberapa pria mendekati pensiun dengan tenang, berpikir ini adalah hal yang mudah. Mereka menerimanya dengan perlahan, melakukan apa yang mereka inginkan pada saat mereka ingin melakukannya. Tetapi kecuali mereka menyiapkannya dengan berhati-hati untuk pensiun, masa bulan madu tidak akan mereka dapatkan. Kehilangan teman dan rekan secara tiba-tiba, kehilangan status dan perasaan penting mereka, akan segera menjadi depresi

Identitas seorang pria yang hilang, dalam banyak hal, sama dengan kematian seseorang yang kita cintai. Mereka mulai dengan peningkaran, diikuti dengan *depresi*, *kemarahan* dan akhirnya, *penerimaan*.

Keadaan depresi bisa terjadi tanpa disadari. Pertama, pria yang pensiun akan menjadi kecewa dengan hidup barunya. Dia mungkin akan menarik diri, kehilangan vitalitas dan mulai menjadi tidak aktif. Dia mungkin akan merasa ditolak, tidak berharga dan kehilangan libidonya. Dia mungkin akan terlalu banyak makan, terlalu banyak minum alkohol atau obat-obatan. Dia secara terus-menerus menderita masuk angin, flu dan penyakit-penyakit ringan lainnya. Dia mungkin berbicara dengan kekecewaan, mengenai hal-hal yang tidak dia capai. Sangatlah penting kita bisa mengenali hal ini karena jika dia tidak mampu melewatinya, atau gagal dalam mencari bantuan profesional, depresi mungkin akan jadi permanen, mengakibatkan ketidakbahagiaan, apatis dan hidup yang lebih pendek.

Pria pensiun yang gagal dalam perencanaan akan selalu sakit.

Tanda-tanda kemarahan biasanya adalah indikasi pertama bahwa tahap depresi sedang berlaku. Orang lain akan disalahkan untuk

dilemanya; pasangannya atau keluarganya sering menjadi sasaran karena, "Mereka tidak mengerti bagaimana perasaanku." Mantan majikannya akan disalahkan karena tidak mempersiapkannya untuk pensiun. Dia tidak bisa mengerti mengapa majikannya menolaknya kembali bekerja paruh waktu atau sebagai seorang konsultan, dan dia merasa mereka menunjukkan ketidaksetiaan. Kemarahan ini sering disuarakan dalam bentuk keinginan untuk mengambil alih mengurus rumah, terutama keuangan dan jadwal kegiatan sosial dan kegiatan keluarga. Dia sekarang ingin menjadi CEO dalam keluarga.

Gangguan ini bisa menjadikan pasangannya sangat frustrasi dan pertengkaran bisa mulai secara terus-menerus.

Cerita Yvonne

Barry sudah menjadi seorang tukang ledeng pada usia 20 tahun dan sudah bekerja sendiri pada usia 25 tahun. Dia selalu menyukai riset; dia menyukai kenyataan dan angka-angka dan sangat berhasil dengan manajemen waktunya. Pada saat dia memutuskan untuk pensiun pada usia 50 tahun, dia telah berhasil membangun perusahaan ledeng yang sangat berhasil, dia adalah bos dan merasa dia adalah yang terbaik dalam bisnis ini.

Dia selalu dimotivasi oleh pemikiran bahwa pada saat dia pensiun dia dan Yvonne bisa menghabiskan seluruh waktu mereka bersama, bepergian dan menghabiskan waktu dengan anak-anak mereka dan cucu mereka. Pada suatu hari, tibalah hari pensiun dan dalam 4 minggu hal ini menjadi mimpi paling buruk bagi Yvonne.

Barry sekarang mencoba menjadi CEO dalam rumah tangga. Tidak hanya itu, dia ingin mengendalikan Yvonne dan segala yang dia kerjakan! Barry secara sukarela mengambil alih keuangan keluarga

dan memberi Yvonne anggaran belanja untuk makanan; dia mau tahu mengapa Yvonne menghabiskan begitu banyak uang pada barang yang dia anggap tidak perlu. Mereka tidak mempunyai masalah keuangan tetapi Barry ingin tahu ke mana setiap sen dari uang tersebut dibelanjakan dan mengapa. Hal ini membuat Yvonne menjadi gila.

Yvonne suka berbelanja, tetapi sekarang Barry memutuskan bahwa mereka akan melakukannya bersama-sama dan Barry kemudian membuatkan jadwal, menggambar peta ke mana mereka akan pergi dan apa yang akan mereka beli. Jika Yvonne pergi ke suatu toko yang tidak ada dalam jadwal, Barry akan mau tahu mengapa dia melakukannya - tidakkah Yvonne sudah mempunyai cukup baju dan sepatu? Pada suatu perjalanan, Yvonne memerlukan bra baru dan Barry duduk di luar ruang ganti di 'kursi-suami-yang-bosan'. Yvonne mencoba beberapa bra secepat mungkin - dia tidak ingin Barry menjadi jengkel karena terlalu lama.

Sementara itu, di luar ruang ganti, Barry sedang mengumpulkan data dari pegawai toko dan pembeli lain mengenai bra - berapa banyak yang mereka miliki, mengapa perempuan berpikir mereka memerlukan begitu banyak, mengapa bra begitu mahal, berapa lama usia sebuah bra dan sekumpulan pertanyaan statistik. Barry kemudian mengatakan kepada mereka apa yang dia pikirkan mengenai situasi tersebut. Melalui beberapa pertimbangan dan analisis, Barry menyimpulkan bahwa Yvonne hanya membutuhkan dua bra dan lebih dari itu berarti pemborosan uang. Bagi Yvonne, ini sudah keterlaluan. Dia tidak beli sebuah bra pun pada hari itu - dia memutuskan untuk kembali lagi pada hari lain - sendirian.

Barry merasa hari-hari Yvonne bisa lebih berhasil jika Yvonne mempraktikkan manajemen waktu yang efektif, maka dia meminta

Yvonne untuk membuat catatan harian setiap jam, mulai pukul 8 pagi. Yvonne merasa seperti dia adalah penghuni kamp konsentrasi.

"Apa yang akan kau lakukan besok?" tanya Barry kepada Yvonne. "Aku mau ke dokter," jawab Yvonne. "Dokter tidak akan memerlukan waktu seharian - jadi apa yang akan kau kerjakan di pagi hari?"

"Aku mungkin akan membersihkan rumah, mencuci baju dan segala hal lain yang perlu dikerjakan."

Bagi pikiran Barry yang biasa dengan disiplin dan terorganisir, hal ini sulit untuk dimengerti. Bagaimana dia bisa melakukan sesuatu tanpa rencana?

Pada suatu hari, untuk menggoda Barry, Yvonne berkata, "Aku akan membersihkan kamar mandi dulu."

Ketika hal itu belumjuga dilakukan pada pukul 10 pagi -Yvonne memutuskan bahwa mencuci baju lebih penting - Barry menjadi gelisah. Jika Yvonne tidak melakukan apa yang harusnya dilakukan sesuai dengan buku harian Barry, dia tidak akan bisa mengendalikannya. Hidup Barry selama ini adalah jadwal yang sudah ditentukan dari jam ke jam dan melakukan sesuatu terserah Yvonne tidak sesuai untuk Barry. Tetapi Barry juga melihat bahwa pada tiap akhir hari Yvonne menyelesaikan apa yang menjadi tugasnya dan malah lebih, tanpa perlu mengikuti jadwal dalam buku harian.

Yvonne mulai secara diam-diam keluar rumah untuk menjauh dari Barry dan sistem buku hariannya. "Ia perlu hidup!" Yvonne bercerita kepada teman-temannya, "dan aku mau hidupku kembali!"

Sepasang suami istri yang telah pensiun sedang duduk di meja makan dan sedang membicarakan mengenai usia tua. "Hal paling buruk," kata sang perempuan, "adalah kepikunan."

"Apa maksudmu?" tanya suaminya.

"Nah, aku selalu melupakan apa yang tengah kulakukan pada saat melakukan sesuatu," jawab istrinya. "Pada suatu hari minggu lalu, aku berdiri di atas tangga, sedang berpikir apakah aku baru tiba di puncak tangga, atau aku sebenarnya baru mau turun."

"Huh!" kata suaminya. "Aku tidak pernah mempunyai masalah seperti itu."

Istrinya tersenyum dengan sedih. "Kemudian kemarin aku sedang duduk di mobil berpikir apakah aku baru naik mobil akan pergi ke suatu tempat, atau baru saja pulang ke rumah dan baru mau keluar dari mobil."

Sang suami mendengus. "Tidak, aku tidak pernah menderita hal-hal seperti itu," diabsikeras. "Ingatanku masih sempurna, jabang bayi," Dia mengetuk meja dua kali, kemudian terlihat kaget. "Siapa Anda?" dia berteriak.

Sisi Buruk Pensiun

Ketika pertengkaran dimulai mengenai kemampuan yang berbeda dari suatu pasangan, dan mengenai peran yang berbeda yang mereka lakukan, hal ini bisa menjadi waktu yang berbahaya karena pasangan tersebut mulai merasa mereka tidak cocok. Pasangan perempuan akan membenci apa yang mereka anggap sebagai gangguan terhadap apa yang mereka pandang sebagai suatu hidup yang bahagia dan teratur. Mereka mungkin melihat suami mereka, untuk pertama kalinya dalam hidup mereka, pada saat makan pagi, makan siang, dan makan malam. Mereka bisa melihat bahwa suami tampak mempunyai begitu banyak waktu luang - tetapi suami tetap tidak pernah menawarkan untuk membantu dalam pekerjaan rumah tangga. Secara terus-menerus, kebencian dan marah akan tumbuh. Pada saat hal ini timbul ke permukaan, pria mulai merasa ditolak, salah paham dan tidak berguna. Ketika hal-hal tersebut menjadi

benar-benar buruk, perpisahan, perceraian dan bahkan bunuh diri mungkin terjadi.

Pria yang berhasil melewati tiga tahap pertama pensiun biasanya akan menerima tahapan hidup baru mereka dan menerima tantangan untuk merencanakan suatu kehidupan yang bahagia dan berguna.

Pengakuan terhadap tahap-tahap ini adalah sangat penting dan pria yang tidak dengan teliti merencanakan pensiun mereka, mungkin membutuhkan waktu bertahun-tahun untuk melewati tahap ini. Jika dia tidak melewatinya dengan cepat, konseling profesional harusnya dilakukan untuk menghindari kelakuan negatif menjadi permanen, yang berakhir dengan kesepian dan ketidakbahagiaan.

*Pria yang mempunyai pekerjaan
dengan tingkat tekanan yang tinggi,
kemudian pensiun dan tidak melakukan apa-apa,
lebih cepat mati.*

Dalam masyarakat Barat dan Eropa, harapan hidup pria pensiun dan tidak melakukan apa-apa adalah lima tahun. Untuk pekerjaan dengan tingkat tekanan yang tinggi misalnya eksekutif dan dokter, adalah selama dua tahun lima bulan. Pria-pria ini berpindah dari lingkungan dengan disiplin dan lingkungan terorganisir yang tinggi menjadi lingkungan yang tidak ada apa-apa.

Seorang pria menghabiskan 30 sampai 40 tahun masa bekerjanya dalam lingkungan yang terstruktur dengan ketat dan lingkungan yang berorientasi pada pencapaian tujuan, maka dalam masa pensiun mereka memerlukan hal yang sama. Dengan kecenderungan menuju masa pensiun yang lebih dini, masa hidup yang lebih panjang dan kesehatan yang lebih baik, periode pensiun

dapat menjadi lebih panjang juga, maka hams lebih berhati-hati. Perbedaan yang penting antara dua masa tersebut adalah sekarang dialah yang memegang kendali sepenuhnya. Dia bisa membuat semua keputusan yang akan memengaruhi sisa hidupnya.

Rencana Kegiatan

Waktu terbaik untuk mulai merencanakan adalah bertahun-tahun sebelum Anda pensiun. Hal ini tidak selalu bisa dilakukan karena awal-awalnya mungkin sia-sia. Anda mungkin sudah pensiun dan melewati tahap pasca-pensiun. Tetapi secara umum makin cepat Anda mulai merencanakan, akan makin baik.

*Riset menunjukkan,
makin awal Anda merencanakan mengenai pensiun,
makin baik kesehatan Anda
dan makin lama Anda akan hidup*

Anda perlu melakukan pendekatan terhadap masa pensiun seperti Anda melakukan pendekatan dalam proyek besar. Mulailah dengan menuliskan sebuah rencana bisnis, lebih baik dengan tulisan tangan. Mulailah dengan ikhtisar mengenai bagaimana Anda akan hidup dalam masa pensiun, kemudian ambil tiap item dan pecah-pecah dalam detail. Jelaskan rencana Anda kepada pasangan Anda, karena orang inilah yang paling mungkin untuk berbagi dengan Anda. Merencanakan lebih awal akan membantu Anda untuk siap menghadapi apa yang akan terjadi - dan hal-hal yang mungkin di luar rencana.

Seorang perempuan tua menolong seorang peri, sebagai balasannya peri ini memberi perempuan tersebut tiga permintaan yang akan dipenuhinya.

Untuk permintaan yang pertama, perempuan itu berkata dia ingin menjadi muda dan cantik - dan tiba-tiba terjadilah. Untuk permintaan yang kedua, dia mengatakan dia ingin menjadi kaya dan tiba-tiba terjadilah. Untuk permintaan yang ketiga, dia menunjuk pada kucing yang disayanginya dan bertanya bisakah dia mengubahnya menjadi pangeran tampan - dan tiba-tiba kucing berubah menjadi pangeran tampan.

Sang peri sudah menghilang, pangeran tampan berjalan ke arah perempuan itu dan tersenyum. "Sekarang" dia berkata, meletakkan tangan perempuan tersebut di tangannya, "tidak menyesal-kah kau dulu telah membuang kejantananku?"

Kegiatan Sosial

Ini harus meliputi kegiatan yang dikerjakan oleh sang pria dan sang perempuan sendiri-sendiri, kegiatan yang mereka lakukan bersama teman-teman mereka, dan kegiatan yang mereka lakukan bersama-sama. Misalnya, pria mungkin memilih untuk mendaftarkan diri pada kursus investasi di perguruan tinggi setempat, dan memutuskan untuk ikut serta dalam suatu klub golf dengan sebuah grup yang terdiri dari teman-teman prianya. Perempuan mungkin memilih untuk mengikuti kelas seni dan pergi menonton bioskop tiap minggu dengan beberapa teman perempuannya. Penting sekali bagi masing-masing pihak untuk mempunyai kegiatan dan teman masing-masing, seliingga pada saat mereka sedang bersama-sama, mereka mempunyai banyak hal yang bisa dibicarakan. Mereka juga kemudian bisa mempertahankan identitas mereka sendiri, daripada berakliir dengan tergabung menjadi satu.

Sebagai hadiah tambahan adalah bahwa mereka masing-masing akhirnya mempunyai teman-teman baik - yang kemudian bisa mengundang mereka untuk bertemu dengan pasangannya.

Sebagai suatu kegiatan bersama, sebuah pasangan mungkin bisa mendaftar pada kelas dansa bersama-sama atau bergabung dengan klub jalan sehat yang berjalan mengelilingi daerah terpencil selama beberapa pukul tiap akhir pekan.

Kesehatan

Mulailah dengan pemeriksaan kesehatan menyeluruh, dan kemudian tentukan diet yang baik dengan membaca buku mengenai kebiasaan makan yang sehat bagi orang pensiun. Jika Anda kelebihan berat badan, mintalah nasihat mengenai bagaimana mengurangnya. Saat ini, ada banyak sekali pilihan program latihan yang tersedia bagi semua orang. Berjalan sangatlah baik, tetapi Anda mungkin bisa mempertimbangkan untuk menari, berenang atau naik sepeda. Latihan memerlukan waktu, tetapi waktu adalah sesuatu yang sekarang banyak Anda miliki! Makin sering Anda berlatih, makin lama Anda bisa hidup dan makin baik kualitas hidup Anda.

Kegiatan Olahraga

Pensiun memberi banyak pria kesempatan untuk ikut serta dalam berburu, mengejar dan kegiatan spasial yang lain, yang sampai sekarang, mungkin tidak sempat mereka pelajari - seperti golf, memancing atau bermain kriket. Bagi yang kurang aktif, memanah, bowling atau menembak, dapat memberikan kesenangan yang bersifat spasial.

Mengapa mereka menyebutnya golf?

Karena semua kata yang terdiri dari empat huruf sudah terpakai.

Kemudian mereka mengejanya dari belakang

(flog = memukul dengan tongkat sebagai hukuman)

Komunitas atau Kegiatan Sosial

Bagi kebanyakan orang pensiun, kegiatan ini memberikan perasaan kepuasan dan kepercayaan diri yang besar. Ini adalah kunci untuk mempertahankan rasa percaya diri seseorang karena dorongan terbesar bagi pria adalah untuk merasa penting. Ketika seorang pria selesai masa kerjanya, sebagian dari identitas dan perannya dalam gambar yang besar diambil dan dia tidak lagi merasa penting. Penting sekali untuk segera mengembalikan identitasnya.

Apa pun karir seorang pria, pasti meliputi kemampuan yang orang lain mau menggunakan atau mempelajarinya. Hal ini bisa merupakan pengetahuan mengenai suatu cara berdagang, kemampuan komputer atau keahlian keuangan. Segala sesuatu mengenai apa yang dia ketahui atau pengalamannya - berkebun, memelihara rumah, mengecat, mengoleksi - bisa diteruskan kepada orang lain. Sebagai tambahan, ada banyak kegiatan sosial Gereja yang sangat membutuhkan bantuan, dan ada beribu-ribu organisasi sosial yang berdedikasi dalam mengumpulkan dana dan membantu mereka yang membutuhkan.

Spiritual

Kegiatan spiritual mungkin sudah meliputi sistem kepercayaan. Jika tidak, pelajaryliah sistem kepercayaan yang cocok dengan filosofi hidup Anda, atau pelajaryliah hobi seperti meditasi atau yoga.

Seks

Suatu hidup yang bahagia, sehat harus juga meliputi kehidupan seks yang sehat. Bagi pria dan perempuan yang berpasangan, harus dapat menyediakan waktu untuk seks, terutama bila ada keadaan khusus yang berarti perhatian lebih perlu untuk diberikan. Obat

seperti Viagra berarti masih banyak pria - dan perempuan - yang bisa menikmati seks pada usia lanjut mereka. Jika seorang pria atau perempuan sedang sendiri, maka makin besar alasan untuk mencari teman lawan jenis dan tidak menyingkir dari kemungkinan adanya kesempatan untuk suatu hubungan yang erat.

Suatu malam, Albert, 75 tahun, berdiri di ruang makan pasangan berusia lanjut dan melihat sekelilingnya ke arah para perempuan yang sedang makan malam. "Hai para perempuan!" teriaknya. "Siapa yang bisa menebak apa yang ada dalam genggamanku bisa tidur denganku malam ini!"

Mereka semua tertegun diam. Akhirnya, seorang perempuan tua menjawab, "Sebuah rumah!" Albert memandangnya. "Ya!" dia berteriak. "Cukup tepat!"

Perencanaan Keuangan

Ada dua pilihan di sini - menerima keterbatasan pendapatan pensiunan dan merencanakan dengan berhati-hati untuk hidup dengan pendapatan ini, atau untuk merencanakan untuk menghasilkan pendapatan tambahan. Banyak pria memulai bisnis yang berhasil setelah mereka pensiun, sementara yang lain mengambil pekerjaan ringan di mana pengetahuan, pengalaman atau keahlian mereka bisa digunakan.

Jadilah Terorganisir

Suatu masa pensiun yang terencana harus menjadi suatu kebiasaan yang terorganisir dengan tekun. Sebelum Anda pensiun, sekitar 90% dari hari Anda terdiri dari kegiatan yang berulang-ulang dan terorganisir. Ketika Anda bekerja, Anda tidak harus secara sadar memutuskan untuk bangun tidur pukul 6.30 pagi, mengendarai mobil ke tempat kerja dan mulai pada pukul 8 pagi; Anda biasa

mengerjakannya seperti ini setiap hari tanpa direncanakan. Pekerjaan Anda mungkin melibatkan permasalahan yang berbeda, tetapi sebagian besar waktu, pendekatan Anda terhadapnya akan selalu sama. Secara keseluruhan, hidup Anda adalah suatu rutinitas, dan Anda merasa yakin dan bisa mengontrolnya.

Dalam masa pensiun, kebiasaan lama tidak bisa lagi dilakukan. Kecuali bila Anda merencanakan sebaliknya, tiap pagi begitu Anda sadar dari tidur, Anda harus memutuskan apakah Anda akan bangun. Ketika Anda benar-benar bangun, Anda harus memutuskan apa yang akan dikerjakan berikutnya, bahkan untuk pekerjaan sederhana seperti memutuskan apakah Anda akan berjalan ke toko untuk membeli koran, pulang ke rumah, membuat kopi dan duduk membacanya. Kemudian, sebelum Anda menyadarinya, ternyata waktu makan siang telah tiba. Setelah makan siang, Anda mungkin harus memutuskan apakah akan membaca buku atau tidur siang, jika tidak ada hal lain yang lebih penting dalam agenda Anda.

Lakukanlah hal-hal ini dalam 30 hari pertama pensiun, maka hal-hal ini akan menjadi kebiasaan Anda yang baru, dan akan menjadi sangat sulit untuk mengubahnya. Di sinilah awal dari perasaan tidak berguna dimulai.

Tetapi, jika Anda merencanakan untuk bangun pada waktu tertentu, berjalan kaki selama 30 menit kemudian terlibat dalam kegiatan yang terorganisir setiap hari, sepanjang hari, dan Anda melakukan ini selama 30 hari, hal ini akan menjadi kebiasaan yang baru. Anda tidak akan perlu untuk selalu memutuskan apa yang akan dikerjakan berikutnya. Hidup Anda akan menjadi lebih terstruktur dan, jika kegiatan Anda dipilih dengan benar, Anda akan mendapatkan sebuah identitas baru dan mempunyai tujuan dan merasa hidup Anda berarti. Tidak pernah terlalu terlambat untuk

mulai mempelajari hal-hal baru. Anda mungkin akan menulis sebuah buku, menjadi seorang guru atau ikut serta dalam olahraga baru. Anda mungkin ingin menjadi pemimpin atau anggota dalam organisasi sosial favorit, atau memulai sebuah organisasi atau klub baru dan mendapatkan pengakuan sebagai pendirinya. Anda mungkin bahkan ingin menjadi model telanjang. Segalanya adalah mungkin bila direncanakan.

Rencana untuk duduk di bawah pohon kelapa tanpa mengerjakan apa-apa sepanjang sisa masa pensiun Anda hanyalah mitos yang dipromosikan oleh dana pensiun dan lotere. Hal ini hanya akan membuat Anda menjadi gemuk, menjemukan dan membosankan. Dan kulit menjadi terbakar matahari. Kebanyakan pria hanya bisa melakukan hal ini selama beberapa minggu sebelum mereka menjadi gila - atau istri mereka membunuhnya.

Cerita Paul dan Dana

Paul adalah seorang manajer akuntansi yang kehidupan kerjanya selalu dipenuhi tujuan, tenggat waktu dan sasaran. Dia pikir dia mungkin akan pensiun pada usia 65 tahun. Tetapi, ketika dia berusia 57, perusahaannya diambil alih oleh perusahaan saingannya dan setelah bertahuri-tahun mengabdikan dengan setia, dia tiba-tiba tidak lagi diperlukan. Ketika dia mendengar bahwa pemilik dari perusahaannya menggunakan jasa akuntan dari luar perusahaan dan mempunyai ide yang sangat berbeda dengan idenya, dia menyadari ini benar-benar adalah akhir dari masa kerjanya.

Pasangannya Dana, sudah pensiun tiga tahun lebih awal dan mengharap pensiun Paul. Dana sangat menikmati masa pensiunnya. Dia sekarang mempunyai waktu untuk mengerjakan begitu banyak hal yang selalu ingin dia kerjakan dan sangat ingin membagi kebahagiaannya dengan Paul.

Dana terkejut pada saat Paul menjadi murung karena tidak lagi diperlukan di perusahaannya. Dia jadi banyak minum dan menjadi depresi. Kebiasaan minum dan depresi ini berakibat pada mereka berdua dan Paul mengalami kemunduran yang pesat.

Dana memutuskan bahwa mereka memerlukan bantuan profesional. Dia meyakinkan Paul untuk menemui penasihat pensiun yang dia dengar mempunyai reputasi yang baik dalam menangani pria yang baru pensiun. Penasihat ini membantu Paul mengerti mengapa dia merasa seperti yang dia rasakan sekarang dan menunjukkan kepadanya bagaimana mengatasi tahap berikutnya dari hidupnya ini. Paul memutuskan untuk menerima tantangan yang diberikan penasihat ini.

Langkah pertamanya adalah menjalani tes kesehatan secara menyeluruh dan kemudian mengunjungi penasihat keuangan. Mereka kemudian akan belibur untuk relaks dan merencanakan sisa hidup mereka.

Tes kesehatan menunjukkan bahwa Paul baik-baik saja, kecuali bahwa dia kelebihan berat badan sebesar sembilan kilo dan tekanan darah dan kadar kolesterolnya agak tinggi. Paul mengunjungi ahli penyembuh alami yang menunjukkan kepadanya kebiasaan makan yang sehat dan memberinya program latihan.

*Anda tahu Anda menjadi tua pada saat punggung Anda
keluar rumah lebih sering daripada Anda
dan pada saat Anda membenamkan gigi Anda
di steak yang Anda makan,
gigi tersebut tetap terbenam di dalam steak.*

Penasihat keuangan mereka benar-benar menenangkan Paul. Pertama, dia membantu mereka membuat anggaran belanja yang terperinci.

Kemudian, dia menjelaskan bagaimana kelebihan gaji Paul, digabung dengan tabungan dan investasi dan dana pensiun Paul dan Dana cukup untuk memenuhi kebutuhan mereka. Dalam 10 sampai 15 tahun, dimulai dengan penjualan rumah mereka akan lebih dari cukup untuk membiayai kehidupan mereka di suatu desa pensiun yang telah mereka pilih.

Setelah semua nasihat ini, Paul merasa beban yang besar telah diangkat dari bahunya. Mereka .memulai liburan mereka dengan pikiran yang positif. Mereka memulai perjalanan mereka - yang membutuhkan waktu 25 tahun.

Tantangan berikutnya adalah tantangan besar, memutuskan apa yang akan mereka lakukan dalam sisa hidup mereka. Mereka memerlukan sebuah rencana yang mengikutsertakan tujuan mereka masing-masing juga tujuan mereka bersama.

Mereka memutuskan untuk mengubah kebiasaan makan mereka, membuang buku masak lama dan menggantinya dengan resep makanan sehat yang berpusat pada tuntutan diet mereka. Kemudian, mereka setuju bahwa mereka akan berjalan dengan giat setiap hari selama paling sedikit 45 menit dan bergabung dalam klub jalan sehat untuk tambahan jalan sehat beberapa kali dalam sebulan. Hal ini akan merupakan tambahan untuk memperkenalkan mereka dengan orang-orang baru. Mereka bergabung untuk belajar T'ai Chi, karena teman yang melakukan ini selalu tampak lebih relaks dan tenang, dan latihan ini akan bermanfaat. Dana selalu bermain tenis sekali seminggu dan merupakan anggota pengurus klub. Dia juga ikut serta dalam kelompok menjahit kain perca dan sedang belajar untuk menulis buku. Paul bermain golf beberapa kali tetapi, meskipun dia menikmatinya, dia tidak pernah mempunyai waktu untuk bermain secara teratur. Dia mempunyai satu set tongkat golf dan memutuskan untuk main golf.

Keuangan mereka memberi mereka kesempatan untuk hidup dengan baik tapi tidak untuk bermewah-mewah. Maka Paul memutuskan untuk melihat kemungkinan ikut kursus pembukuan lewat Pendidikan untuk Orang Dewasa, dan menetapkan pengeluaran bulanan mereka dengan ketat sesuai dengan kemampuan mereka.

Tinggal satu lagi yang harus direncanakan - komunitas atau kerja sosial. "Apa yang sudah kita kerjakan dalam hidup kita yang bisa kita bagikan kepada mereka yang tidak begitu beruntung?" tanya mereka pada diri sendiri. "Siapa yang paling kita pedulikan?"

Mereka memutuskan bahwa yang paling berhasil mereka lakukan adalah membesarkan empat orang anak yang bahagia dan berhasil. Paul selalu mengkhawatirkan kesejahteraan para remaja dan mereka mengerti masalah yang dihadapi para remaja yang tidak mendapat dukungan keluarga. Paul memutuskan untuk menanyakan kursus konseling dan menjadi konselor bagi para remaja.

Pasangan ini menjalankan rencana mereka untuk menulis dan memasukkannya ke dalam perencanaan waktu mereka. Ketika mereka duduk dan memandangnya, mereka merasa bersemangat, seakan-akan tidak bisa menunggu lebih lama lagi untuk segera memulainya.

Saat ini, Paul dan Dana adalah pasangan yang sehat dan berbahagia, menikmati hidup dan saling membantu. Mereka begitu sibuk sehingga mereka perlu mencatat agenda yang sangat terperinci. Pensiun terbukti merupakan waktu yang sangat menyenangkan dalam hidup mereka. Pada saat seorang pria dan seorang perempuan bertemu lebih sering daripada periode hidup mereka yang lain, penting bagi mereka untuk mempelajari pesan-p'esan dari *Mengapa Pria Berbohong dan Perempuan Menangis*. Karena hanya pada saat inilah mereka bisa hidup dengan bahagia, damai dan saling mencintai, saling mengerti kekuatan masing-masing - dan

kelemahan - dan bisa mendapatkan apa yang telah mereka sumbangkan dalam hubungan mereka.

Kami benar-benar percaya bahwa mengikuti pesan-pesan yang kami tawarkan dalam *Mengapa Pria Berbohong dan Perempuan Menangis* bisa membantu semua pria dan perempuan untuk mendapatkan hidup yang lebih mesra, saling melengkapi dan lebih bergairah. Manfaatkanlah pesan-pesan ini dengan bijak. Semoga

