

Кара Кинг

НОВАЯ СИЛА КИСКИ

ОТ РАЗБИТОГО СЕРДЦА
К ОТНОШЕНИЯМ МЕЧТЫ

Girl Power. Книги для дерзких девушек

Кара Кинг

**Новая сила киски. От разбитого
сердца к отношениям мечты**

«ЭКСМО»

2013

УДК 159.922.1
ББК 88.53

Кинг К.

Новая сила киски. От разбитого сердца к отношениям мечты /
К. Кинг — «Эксмо», 2013 — (Girl Power. Книги для дерзких
девушек)

ISBN 978-5-04-097387-3

В своей первой провокационной книге «Сила киски» эксперт по отношениям Кара Кинг рассказала, как, используя 12 женских сил, найти мужчину своей мечты и счастливо выйти замуж. «Новую силу киски» Кара посвятила женщинам, у которых «все сложно»: Живешь от встречи к встрече с женатым? Боишься, что муж уйдет к другой? Мучаешься в попытках простить измену? Понимаешь, что брак не спасти, но не можешь решиться на развод из-за общих детей? Не знаешь, как найти достойного мужчину, который будет носить тебя на руках? Чтобы справиться с любой сердечной проблемой и стать счастливой в любви, нужно научиться управлять силами, которые у тебя уже есть, и не поддаваться на мужские манипуляции. С помощью новой книги Кары Кинг ты избежишь драм, измен и разбитого сердца, с легкостью бросишь недостойного парня и настроишь свой радар только на хороших мужчин. С «Новой силой киски» ты больше никогда не будешь реветь из-за него в подушку!

УДК 159.922.1
ББК 88.53

ISBN 978-5-04-097387-3

© Кинг К., 2013

© Эксмо, 2013

Содержание

КНИГИ ДЛЯ ДЕРЗКИХ ДЕВУШЕК	7
Введение	9
Часть первая	12
Глава 1	13
Личностные качества, которые обожают мужчины	14
Как естественно привлекать мужчин	15
Трюк с улыбкой	16
Ты слишком сексуальна	18
Темная и светлая стороны общительности	18
Места, где знакомятся с мужчинами	20
Глава 2	22
Возможность познать себя	23
Мой личный катализатор самоисследования	24
Взгляни на это с противоположной точки зрения	25
Наслаждение свободой	26
Преодоление страха	27
Время побаловать себя	28
Обязательства – это твой выбор	29
Глава 3	31
Обесценивание силы киски	32
Карма – сука	33
Товарищество между женщинами	34
Почему?	34
Кайф для эго	35
«Но я же люблю его»	36
Испытание	37
Не учись на собственном горьком опыте	38
Открытое письмо любовницам от вашей сестры-женщины	38
Принципиальный мужчина	39
Глава 4	41
Придира	43
Слабачка	44
Конец ознакомительного фрагмента.	46

Кара Кинг
Новая сила киски
От разбитого сердца к отношениям мечты

Kara King
THE POWER OF THE PUSSY PART TWO:
Dating, Marriage, and Divorce Advice for Women

© Kara King, 2013
All Rights reserved



Серия «Girl Power. Книги для дерзких девушек»

© Мельник Э., перевод на русский язык, 2019
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2019

* * *

КНИГИ ДЛЯ ДЕРЗКИХ ДЕВУШЕК



Сила киски. Как получать от мужчин все, что пожелаешь

В своей дерзкой и провокационной книге об отношениях между мужчиной и женщиной Кара Кинг рассказывает о 12 могущественных силах, которые есть абсолютно у каждой женщины. Чтобы получить в отношениях все, что захочешь, надо просто научиться управлять силами, которые у тебя уже есть. Больше никаких разбитых сердец и вечеров в обнимку с бумажными полотенцами и мороженым – благодаря «Силе киски» правила теперь устанавливаешь ты!

Разгреби свой срач. Как перестать ненавидеть уборку и полюбить свой дом

Забудьте картинки идеальных скандинавских интерьеров. Они слишком далеки от реальности, полной грязных тарелок и нестираной одежды. В своей книге Хоффман Рэйчел предлагает систему уборки «Разгреби свой срач» – для всех, кто слишком занят или ленив, но мечтает о чистой квартире.

Такая дерзкая. Как быстро и метко отвечать на обидные замечания

Сколько раз нас выбивали из колеи чьи-то язвительные замечания! Казалось бы, чего проще – поставить обидчика на место парой метких фраз? Но, увы, хороший ответ приходит в голову слишком поздно. Николь Штаудингер предлагает набор проверенных техник, которые в сложной ситуации помогут не лезть за словом в карман. Пользуясь приведенными шаблонами метких ответов, вы без труда почувствуете себя настоящей королевой остроумия.

Простите, если назову вас м*даком. Как научиться играть по мужским правилам и побеждать в любви

Правда, правда и ничего кроме правды. С шокирующей откровенностью Мирко Спелта рассказывает, что мужчины на самом деле думают о пластической хирургии, целлюлите и балетках. А еще вы узнаете, как социальные сети повлияли на понятие любви, как перевести женские намеки на язык мужской логики и почему не стоит обращаться за советами к подругам.

Введение



Я написала книгу «Сила киски. Как получать от мужчин все, что пожелаешь» с единственной целью – дать понять женщинам, что мы обладаем силой, и поэтому нам нет нужды терпеть гадости от мужчин – по какой бы то ни было причине. Честное слово, у меня не было никаких иных планов, кроме как поддержать женщин. Я и не догадывалась, что каждой своей страницей вызову целую полемику. Кое-кого я действительно сильно разозлила! Это было очень забавно.

С тех пор меня называют феминисткой. Обзывают женоненавистницей. А бывает, что и мужененавистницей из преисподней. Зато меня ни разу не назвали половой тряпкой, дурой или слабачкой. Говорите что хотите, но силы, о которых я рассказала в первой книге, творят настоящее волшебство. Я получила тысячи писем от женщин, в которых они утверждают, что эти силы изменили их жизнь к лучшему.

С тех пор как эти силы были интегрированы в мою жизнь, я ни разу не осталась с разбитым сердцем, мне ни разу не изменяли, не бросали и не делали из меня дуру. Я уже двенадцать лет счастлива в браке с восхитительным джентльменом, который обращается со мной как с королевой. Так что – да, называйте меня как хотите, но я знаю, какие фокусы с мужчинами проходят, а какие – нет. И не собираюсь хранить эту информацию в тайне. Я собираюсь делиться ею с женщинами, где бы они ни жили. Простите, мальчики, но шила в мешке не утаишь...

Моя первая книга поддержала женщин, изменив их представления о мужчинах и процессе ухаживания. А в этой книге я поделюсь советами, приемами и рекомендациями, которые расширяют материал первой книги. Так что, если ты ее еще не читала, настоятельно рекомендую прочесть.

Эта книга-продолжение более подробная и затрагивает широкий спектр ситуаций. В их числе развод, брак, жизнь одиночки, драма в отношениях с папой вашего малыша, неверность и ряд иных распространенных ситуаций. Я надеюсь, что обе эти книги будут использоваться как руководства, помогающие женщинам ориентироваться в сложностях отношений с мужчинами. Моя главная цель – чтобы обе книги служили источником мотивации и поддержки в испытаниях и невзгодах, с которыми все мы можем столкнуться в какой-то момент своей жизни.

Эта книга немного отличается от первой, поскольку разбита на два больших раздела. Первый раздел в основном посвящен тем силам, которыми мы обладаем как женщины. Если у тебя сохранился дневник или выполненные задания из первой книги – держи их под рукой. На страницах этой книги ты найдешь вопросы, которые подтолкнут к размышлениям о твоей уникальной ситуации.

Во втором разделе речь пойдет о силах, которые дают мужчинам власть над нами. Осознание этой власти само по себе придает сил. Это потому, что их силы могут отвлечь нас от применения наших собственных. Они обладают способностью делать нас беззащитными – следовательно, нам необходимо осознавать эти магические силы пениса.

И, разумеется, так же как в первой книге, я должна предупредить вас, что не собираюсь выбирать выражения. Не хочу тратить ничье время, ходя вокруг да около! Предостережение для тех, кому в новинку мой литературный стиль: учтите, я не стесняюсь в выражениях и веду разговор на противоречивые темы, которые можно счесть «неполиткорректными».

Сегодня как никогда женщинам нужна поддержка, потому что многие из нас были слишком милы, слишком наивны или слишком безынициативны, и это втянуло нас в неприятности. Нет ничего плохого в том, чтобы быть милой, но некоторые мужчины привыкли принимать мягкость за слабость. Увы, это приводит к тому, что некоторые из нас сталкиваются с душевными травмами, ложью, играми и изменами.

Пора положить конец этому бреду. Пора дать плохим парням ощутить вкус их собственной пилюли. Пора повернуть эту игру против них, а нам самим принять решение дарить свою любовь только лучшим мужчинам этого мира.

Называйте меня как хотите, но я знаю, какие фокусы с мужчинами проходят, а какие – нет. И не собираюсь хранить эту информацию в тайне.

Проблема всех женщин заключается в том, что, когда мы пытаемся немного повеселиться или поступаем так же, как обычно поступают мужчины, нас стыдят и позорят, заставляя чувствовать себя неправыми. Им же тем временем позволено творить что в голову взбредет, и никто даже глазом не моргнет. Это не случайность. Общество психологически заставляет нас соответствовать своду правил, который выгоден самцам, просто потому, что миром правят мужчины.

Дамы, они обводят нас вокруг пальца! Обманом заставляют нас думать, что торопливо прыгать с ними в койку – это нормально, а потом отворачиваются и позорят нас за то, что мы это делаем. Но самое отвратительное – они обманом вынуждают нас довольствоваться меньшим, чем мы заслуживаем.

Так вот – игры кончились, мальчики! Пора нам стать счастливыми, избавиться от чувства вины и беспокойства. Пришла наша очередь немного повеселиться.

Забавно, но на свете есть мужчины, которые прямо с ума сходят из-за подобных книг, называя их «сексистскими». Но когда спрашиваешь тех же самых мужчин: «Вы хотели бы, чтобы ваши дочери или сестры знали эту информацию?», все они отвечают утвердительно. В общем, когда дело касается женщин, с которыми эти мужчины встречаются, или женщин вообще, эти советы плохие! Но когда речь заходит о женщинах, которых они любят, эти советы вдруг оказываются как нельзя более нужными.

Уже одно это многое говорит о содержании таких книг. Дело в том, что сила киски – бесценное качество, которое есть у всех женщин, но мужчины хотят, чтобы об этом знали только их любимые женщины. Им не нужно, чтобы об этой силе знали все женщины, потому что, если использовать ее подобающим образом, она дает женщинам возможность автоматически ловить мужчину на горячем, когда он ведет свою игру.

Воспитывая и используя эту силу в своей повседневной жизни, ты станешь неуправляемой. Ты сможешь справляться с любыми ситуациями с жесткой женской мудростью. Ты сможешь настоять на своем в любой ситуации, какой бы она ни была: пойти и завоевать мир, где правят мужчины, заставить своего мужа ощутить те же чувства, какими он горел 20 лет назад, или просто накрепко привязать к себе внимание мужчины.

Этой силой обладает каждая женщина. Вот что самое крутое. Не важно, кто ты и какой путь у тебя за плечами. Не имеет значения ни твой возраст, ни твоя внешность, ни твои размеры. Кто предупрежден – тот вооружен. Но это лишь полдела. Нужно еще натренироваться владеть этим оружием и применять его в своей повседневной жизни. Когда ты это сделаешь,

женская сила дарует тебе самостоятельность и готовность справиться со всеми препятствиями, которые будет ставить на твоём пути мужчина!

Часть первая

Больше силы!



Первая часть книги – это семь глав. Каждая глава познакомит тебя с новой силой. Одни силы больше свойственны женщинам-одиночкам, другие – женщинам, состоящим в серьезных отношениях. Однако каждая из этих глав затронет вопросы и темы, с которыми, возможно, в какой-то момент нашей жизни придется (или уже пришлось) иметь дело нам всем.

Глава 1

Сила личности



- *Как без усилий привлекать мужчин*
- *Трюк с улыбкой*
- *Ты слишком сексуальна*
- *Где познакомиться с мужчиной*

Забудь о милом личике и красивом теле. Спроси любого мужчину – и он скажет тебе, что без цельной и сильной личности вся эта шелуха не имеет значения. Как я коротко упоминала в первой книге, великолепная внешность заставит мужчину желать тебя, но не встать на одно колено с предложением прожить всю жизнь вместе. Вот почему так важно ценить силу личности.

Сила личности – причина, по которой ты видишь мужчин, по уши влюбленных в женщин со средненькой внешностью. По той же самой причине мы беззаветно готовы повиснуть на шее у парня с такой же средненькой внешностью. Личность важна по очевидным причинам. Никому не хочется быть вместе со скучным, грубым, самодовольным или эгоцентричным человеком. Но и этим дело не заканчивается.

Сила твоей уникальной личности – вот что будет помогать тебе пройти через разные фазы твоей любовной жизни. Именно она поможет тебе знакомиться с мужчинами, когда ты одиночка. Она будет заинтриговывать их в период ухаживания. И именно она заставит того самого особенного мужчину влюбиться в тебя, продолжать любить с каждым годом все больше и посвятить тебе свою жизнь.

Это глава не о том, как тебе поменять себя и изменять себе ради мужчины. Не об уничтожении каких-то составляющих твоей личности. Это лишь набор небольших советов, которыми ты сможешь приправить и украсить свою личность, а также выманить наружу свою внутреннюю стервочку. На протяжении этой главы я буду давать советы женщинам: например, где искать лучшие места для знакомств с мужчинами, как знакомиться с мужчинами в интернете и какие тактики помогут привлекать их без усилий. Итак, в этой главе мы поговорим о многом.

И все это так или иначе связано с одной-единственной и особенной составляющей женщины – ее личностью.

Личностные качества, которые обожают мужчины



Мне нужно было отыскать черты личности, которые сильнее всего заводят мужчин, поэтому я перечитала уйму литературы. Вдобавок к этому опросила холостых мужчин, предложив им перечислить пять личностных качеств, которые они выше всего ценят в женщине. После того как двое из десяти ответили мне описанием груди, пришлось напомнить им, что грудь – не личностное качество. После этого опрошенные выдали общим счетом пятьдесят ответов. Пять приведенных ниже качеств чаще всего фигурировали и в ответах, которые дали опрошенные мужчины, и в изученной мной литературе.

Велика вероятность, что ты обладаешь некоторыми из этих качеств. Знай, что каждое из тех, которые у тебя есть, высоко ценится мужчинами. Так и мы, встречая мужчину с характером, с выдающимися личными качествами, возбуждаемся и впечатляемся. Оказывается, мужчины тоже любят и ценят эти вещи.

Не все определяется задницами и сиськами. Тысячи красивых девушек с идеальными телами могут появиться и уйти, но именно личность женщины заставит мужчину влюбиться. Характер – нефизическая черта, которая не менее (если не более!) сексуальна, чем внешность. Женщины с ярким характером производят на мужчин неизгладимое впечатление. Вот «горячая пятерка» личностных качеств из тех пятидесяти мужских ответов.

- **Ум.** Многие мужчины ценят умных женщин. Ум возбуждает мужчин, стимулирует их интерес. Но речь не о том, чтобы непременно окончить Гарвард или прочитать 1000 книг. Не обязательно быть гением, чтобы тебя сочли умной. На свете существует не один-единственный способ быть умницей. Ум может выражаться креативностью, амбициями, образованностью, предприимчивостью, решительностью, достижениями или талантами (но не ограничивается ими). Даже просто иметь цели и активно трудиться ради их достижения – это уже сексуально. Не стыдись своей «ботанской» стороны, уникальных талантов или интересов. Гордись своими мозгами и никогда не умаляй ту ценность, которую они прибавляют твоей уникальной личности.

- **Чувство юмора.** Дамы, наверняка вы любите и цените мужчин, способных вас расшевелить? Оказывается, мужчины любят это качество в нас ничуть не меньше. В свою очередь, мужчинам также нравится, когда женщина ценит их уникальное чувство юмора. Они наслаждаются, когда женщина умеет сострить в ответ, наслаждаться жизнью, не боится быть собой и позволяет своему остроумию раскрыться. Если ты всю шутишь с подругами, но рядом с мужчинами чувствуешь себя неуютно, тебе стоит поработать над своей уверенностью.

Расслабься и раскрепостись. Будь самой собой – дурашливой, веселой или эпатажной. Не беспокойся о том, что подумает мужчина. Он либо «догонит» тебя, либо нет. Если твое уникальное чувство юмора окажется ему не по зубам, в любом случае нечего зря тратить на него свое время, поскольку, вероятнее всего, он тебе наскучит. Если же он тебя «догонит», то

будет восхищаться твоим чувством юмора, оно будет его возбуждать. Посмеяться любят все, если ты способна рассмешить мужчину, это многое говорит о твоей уникальной личности.

- **Доброта.** Согласно, мужчины любят стерв. Но грубых стерв не любит никто. В сегодняшнем эгоцентричном мире мужчины постепенно научились ценить женщину, которая отличается очень простыми, старомодными качествами: вежливостью, внимательностью, воспитанностью, добротой к другим. Люди в наши дни настолько грубые, что знакомство с человеком добрым стало драгоценной редкостью. Никогда не прячь свою вежливость, ни в коем случае не маскируй ее грубостью. Если ты милая девушка, не скрывай этого. Но не позволяй мужчинам принимать твою доброту за слабость.

- **Честность и верность.** Мужчины, безусловно, ценят честность и верность так же, как и мы. Если ты честная и верная женщина, просто знай, что эти личные качества очень ценятся мужчинами. Если же обнаружишь, что мужчины беззастенчиво пользуются этими твоими качествами, значит, тебе нужно быть осмотрительнее в вопросе о том, кому быть верной. Ищи мужчин честных, таких, которые ценят эти твои качества, а не тех, которые их эксплуатируют. Подробнее об этой черте личности читай в разделе «Верность» главы «Сила еды, секса и верности».

- **Благодарность.** Об умении быть благодарной я писала в первой книге, но то, что опрошенные мной мужчины в своих ответах упоминали ее снова и снова, лишь подтверждает его важность. Мужчинам НЕОБХОДИМО чувствовать, что их ценят, особенно когда это хорошие мужчины, совершающие правильные поступки.

Как нам необходимо слышать, что мы красивы, как у нас есть потребность в том, чтобы нами дорожил мужчина, которого мы любим, так и у мужчин есть потребность ощущать, что их ценят. Смысл благодарности – поддержать уверенность другого человека. Любому приятно, когда его это улаживают. Это нравится нам – и это нравится им. Знаешь, если тебе достался хороший мужчина, то нет ничего плохого в том, чтобы поддержать его уверенность!

Цени серьезные поступки, но и будь благодарна за приятные мелочи. Ценить следует даже то, на что ты твердо рассчитываешь. Это не значит, что нужно бегать за мужиком хвостом и твердить «спасибо» за каждую ерунду. Благодарность – это признание заслуг мужчины, когда он совершает правильный поступок. Так ты даешь ему знать, что тебе в нем нравится. Если его старания признают, он будет желать повторять этот поступок снова и снова.

Как естественно привлекать мужчин



Многие женщины стремятся знакомиться с мужчинами лицом к лицу, предпочитая избегать онлайн-знакомств. В этом нет ничего плохого. Чтобы успешно знакомиться с мужчинами на публике, ты должна транслировать невербальное сообщение о том, что готова к общению, сигнал, который говорит: «Ко мне можно обратиться. Я свободна. Не бойся подойти и заговорить со мной». Я расскажу, как излучать эту невербальную вибрацию, и научу тебя естественно привлекать мужчин.

Но вначале о главном: если будешь рассекать с хмурой физиономией, то со знакомством с мужчинами в людных местах могут возникнуть сложности. Некоторые из нас кажутся стервозными или злобными, даже когда это на самом деле не так. У меня, к примеру, есть проблема – курносый нос: люди автоматически делают вывод, что я сноб или стерва, когда на самом деле я ни то и ни другое. Если тебе когда-нибудь прежде говорили, что ты кажешься злойкой, стервой и т. д., ты должна приложить немного дополнительных усилий. Тебе придется нарочно выглядеть доступной (в хорошем смысле), иначе твой вид будет казаться слишком грозным, чтобы у большинства мужчин хватило духу подойти и заговорить с тобой.

Пусть на твоих губах всегда будет легкая улыбка. Нет необходимости разгуливать с безумной ухмылкой от уха до уха, как у шута горохового. Просто намек на небольшую, еле заметную улыбку. Рассмотрю себя в зеркале. Обрати внимание на свое обычное выражение лица. Потом присмотришься к тому, как выглядишь с улыбкой на лице. Сможешь сделать так, чтобы твое лицо казалось дружелюбнее, с помощью легкой улыбки, не выглядя при этом абсурдно?

Трюк с улыбкой



Когда находишься в публичном месте, не утыкайся взглядом себе под ноги. Двигайся, высоко подняв голову. Это демонстрирует уверенность и контактность – но, самое главное, позволяет тебе проделать маленький трюк с улыбкой.

Трюк с улыбкой пригодится, когда ты находишься в общественном месте и замечаешь симпатичного парня или ловишь на себе его взгляд. Если он тебе нравится, не бойся дать ему понять, что ты тоже на него поглядываешь. Позволь ему обратить на тебя внимание, самой обращая внимание на него. Когда он снова посмотрит на тебя, подари ему легкую игривую улыбку.

Твоя улыбка даст ему разрешение подойти к тебе, если он заинтересован. Она также придаст ему уверенности, чтобы завязать разговор. Если он не подойдет – так тому и быть. Значит, он либо смотрел просто так, либо не свободен, либо слишком робок.

Один из самых важных моментов, которые нужно учесть, когда знакомишься с мужчинами в людных местах, – некоторые мужчины боятся к нам подойти. Возможно, ты уже не раз терялась в догадках, почему мужчины к тебе не подходят. Ты считаешь себя красивой женщиной. Так в чем же дело?

Честно говоря, некоторые из них попросту боятся. Особенно хорошие. И порой это означает, что ТЕБЕ придется быть более общительной. Если мужчина смотрит тебе в глаза или просто поглядывает на тебя, не отворачивайся. Мило улыбайся. Помни: флиртовать – нормально, главное – не быть навязчивой.

В первой книге я говорила о флирте без навязчивости. Когда речь идет о знакомствах с мужчинами в публичных местах, от этого правила можно немножко отклониться. Ты можешь первой завязать разговор, первой улыбнуться, первой начать флиртовать. Тебе сойдет с рук некоторая настойчивость, потому что существует огромная разница между флиртом со знако-

мыми мужчинами и флиртом со случайным мужчиной в публичном месте. Позволь мне объяснить...

Мужчины, с которыми ты знакомишься в общественных местах, куда сильнее напуганы, потому что у них не было времени набраться храбрости, чтобы подкатить к тебе. У них не было времени выяснить, свободна ли ты и заинтересована ли вообще. Получать отказы неприятно. К несчастью для мужчин, они выступают в роли охотников, и это означает, что им придется преодолеть страх отказа и просто сделать шаг. Чтобы найти в себе достаточно мужества для охоты, требуется нехилая такая доза аутотренинга. Необходимость подкатить к женщине в присутствии других людей лишает их времени, которое нужно, чтобы собрать это самое мужество.

И наоборот, когда ты уже знакома с мужчиной благодаря работе или учебе, у него есть время, чтобы разобраться, что к чему. Вот почему в такой ситуации проявлять настойчивость не нужно. Понятно, что у мужчин, с которыми ты знакомишься в людных местах, нет этой привилегии и многих из них это устрасает, пугает и приводит в замешательство. Особенно если ты действительно красивая женщина. Вот почему нам приходится подбадривать мужчин, знакомясь с ними на публике. Улыбка, доброжелательность и общительность помогут им решиться подойти к тебе.

Заметка на полях для мужчин, которые читают эту книгу, подслушивая наши девчачьи разговоры: хорошие парни этого мира должны прекратить быть такими стеснительными и бояться нас. Мы хотим, чтобы вы к нам подкатывали. Подкатывать – это мужская работа. Если хотите знакомиться с женщинами, нужно стать смелее и энергичнее.

Если вы неженатый высококачественный мужчина... пожалуйста, подходите к нам. Флиртуйте с нами. Нам нужны хорошие парни. Но, увы, многие мужчины, у которых хватает храбрости к нам подкатывать, – это те самые нечистые на руку игроки. Мы не способны сразу определить это, потому приходится плыть по течению и работать с тем, что идет в руки. Хорошие мужчины, это вредит вашим возможностям отношений с женщинами, а нас лишает возможности познакомиться с вами.

К несчастью для женщин и славных парней, обычно именно у нечестных игроков и засранцев хватает смелости подкатить к случайной женщине и завязать разговор. Причем только потому, что они очень уверенно и комфортно чувствуют себя в разговоре с женщиной. Они преодолели страх перед отказом. Вот почему «козел всегда получает девушку». Козел не боится сделать свою мужскую работу!

Помни: флиртовать – нормально, главное – не быть навязчивой.

Именно потому, что они всегда готовы сделать шаг, мистер Стеснительный Славный Парень всегда в полете. Вот почему я считаю важным для тебя сверкнуть улыбкой. Пусть мистер Стеснительный Славный Парень знает, что ты заинтересована и не неприступна. Избавь мужчину от возможного страха получить отказ с помощью своей привлекательности и дружелюбия. Кроме того, нет такой женщины, которую не украсила бы улыбка.

Ты слишком сексуальна



Важно выглядеть контактной, когда пытаешься знакомиться с мужчинами на публике. Однако порой наше собственное определение «контактности» может подорвать наши старания. Это случается, когда мы одеваемся излишне сексуально. Слишком сексуальный вид в неподходящих местах, таких, например, как продуктовый магазин или спортзал, транслирует сразу два неудачных сообщения. Одни парни могут осудить тебя, сделав вывод, что ты просто отчаялась и слишком жаждешь заполучить мужчину, а другие испугаются заговорить с тобой.

Разумеется, если ты одиночка, то должна выглядеть хорошо, выходя на люди. Я не имею в виду, что надо быть неряхой! Но не случилось ли тебе заметить, что именно тогда, когда ты одета в спортивный костюм, без макияжа и с пучком на голове, — именно в такие моменты мужчины готовы с тобой заговорить? Это потому, что тогда им не так страшно.

Начинай обращать внимание на то, как ты выглядишь, когда мужчины чаще всего к тебе подходят. Обычно это происходит, когда ты «симпатичная, но не чрезмерно сексуальная». Вот ведь ирония какая! Когда же нам наряжаться и выглядеть сексуально, как не тогда, когда мы одиноки и свободны? Эй, мужики! Мы тут себя рекламируем! Эх, тупицы...

Еще пара причин, по которым важно не перебарщивать с сексуальностью, куда бы ты ни собралась пойти: тебе нужно нравиться мужчине такой как есть, потому что ты — это ты; а еще тебе нужно не упустить возможность дать ему что-то такое, чего он будет с нетерпением дожидаться и предвкушать. Если ты будешь при полном параде уже во время первого знакомства, то потеряешь свой шанс восхитить его на первом свидании. Ему нечего будет ждать. Ты уже применила свои лучшие трюки, знакомясь с ним.

Темная и светлая стороны общительности



Чтобы знакомиться с мужчинами на публике и уметь естественно привлекать их, требуется определенная степень общительности. Поэтому для стеснительных девушек знакомства в людных местах становятся непростой задачей. Но если ты относишься к более общительному типу, у тебя может не быть никаких проблем с новыми знакомствами. Для тебя это отличная новость, поскольку у многих женщин возникают в подобных ситуациях затруднения. Общительность — отличное качество, когда ты одиночка.

НО! У всего на свете есть как светлая, так и темная сторона. Будь осторожна, чтобы не показаться слишком игривой, иначе будешь транслировать не то сообщение, которое нужно. У некоторых мужчин есть собственное непогрешимое мнение по любому вопросу, и они автоматически делают вывод: если ты флиртуешь с ними, значит... непременно хочешь к нему в койку! Эм-м-м... А вот и нет, засранец! Это просто игривое настроение! А есть еще и другая крайность: мужчины, которые совершенно теряются и не понимают, как им вести себя с флиртующей девушкой.

Мужчин на свете пруд пруди. Если один парень не среагировал, не переживай – за ним в очереди стоит еще тысяча.

Ищи правильный баланс между дружелюбием и игривостью. Если ты стеснительна, постарайся быть чуть-чуть общительнее. А если от природы общительна, просто будь не слишком игривой, когда впервые встречаешься с мужчиной на публике. Более настойчивый флирт можно приберечь для второй и третьей встречи, если они, конечно, состоятся. Будь контактной и позволяй всем граням своей личности сиять. Просто осознавай себя и пригаси игривость, если тебе кажется, что твое «дружелюбие» отпугивает мужчин или создает у них ложное впечатление.

Пусть эта глава не пугает тебя. **Помни, мы – хозяйки положения.** Мужчины питают слабость к женским прелестям. И ничего не могут с этим поделать. Нам приходится дозировать для них киску по чуть-чуть, иначе они становятся слишком нахальными от чувства вседозволенности. Или с точностью до наоборот: пугаются и теряются. Игнорируй их тестостероновую дурь и просто получай удовольствие.

Смешай силу личности с уверенностью в себе и накрой силой киски – множество мужчин станут волшебным пластилином в твоих руках. Не воспринимай знакомства в общественных местах слишком серьезно. Всегда помни о следующих четырех вещах, когда будешь применять на практике рекомендации из этой главы:

1) Мужчин на свете пруд пруди. Если один парень не среагировал, не переживай – за ним в очереди стоит еще тысяча.

2) Будь уверенной. Силу уверенности ни в коем случае не следует недооценивать. Она очень, очень важна.

3) Во всем нужна сноровка, закалка, тренировка. Чем чаще ты станешь применять изложенные выше советы, тем комфортнее будешь чувствовать себя при знакомстве с мужчинами. Разумеется, если такой подход тебе в новинку или ты стеснительна, поначалу все это вызовет у тебя странные ощущения. Однако со временем и при постоянной практике любая женщина может стать мастером в искусстве привлечения мужчин.

4) Самое главное – получай удовольствие! Когда ты одиночка, мир – твоя кондитерская, а мужчины – твои сладости. Все это для ТЕБЯ, а не для НИХ. Так что не бросай себя этим волкам, точно кусок мяса. Просто хорошо проводи время, наслаждайся восторгом охоты. Метни в мужчину взгляд, сверкни милой улыбкой и используй силу киски. Флиртуй. Ты – на водительском сиденье. Ты – соблазнительница. Не бойся выходить в свет и применять всю силу своего обольщения.

Наслаждайся своим положением одиночки; ты вольна делать все, что захочешь, знакомиться, с кем захочешь, и быть той, кем хочешь быть. Прими это время своей жизни всей душой, получая от него все возможное удовольствие. Знакомства, ухаживания и положение одиночки не должны вызывать у тебя стресс. **Если стресс становится слишком сильным, значит, ты воспринимаешь все слишком серьезно. Расслабься и наслаждайся.**

Места, где знакомятся с мужчинами



Если хочешь мужского внимания, нужно бывать там, где любят тусоваться мужчины. Ниже приведен список мест, где можно знакомиться с мужчинами, и пара полезных советов.

- Спортзал
 - Продуктовый магазин
 - Курсы и учебные заведения (университет, курсы сомелье, иностранного языка, SMM и прочее)
 - Кофейня
 - Зал ожидания аэропорта (если ты много путешествуешь)
 - пляж
 - Автозаправочная станция (Эй, у меня же сработало!)
 - Церковь
 - Вечера экспресс-знакомств
 - Местный бар или ресторан недалеко от спортивного сооружения после большой игры или концерта
 - Спортбары во время матчей
 - Бары неподалеку от бизнес-центров, клиник, биржевых фирм, банков и юридических компаний
 - Площадка для выгула собак
 - Музыкальный магазин (например, торгующий гитарами)
 - Магазины электроники
 - Магазин спортивных товаров
- (последние три варианта особенно хороши, поскольку можно завязать разговор, задав вопрос)

Куда отправиться, зависит от того, какого рода мужчину ты ищешь. Например, если любишь спортивных болельщиков, иди в местный паб в день решающего матча. Если вздыхаешь по музыкантам, тебе прямая дорога на живые концерты местных групп или в музыкальные магазины.

Есть один проверенный прием (возможно, он покажется тебе чистым бредом): красиво одевшись, приехать на заправку, чтобы подкачать шины или проверить масло. Растерянно оглядываясь по сторонам. Я заметила, что мужчинам легче подойти к женщине, когда они видят «деву в беде». Кроме того, здесь ты находишься в мужской стихии, поэтому мужчина чувствует, что имеет право предложить тебе совет и помощь. Таким образом, ты стимулируешь его уверенность.

Знакомства с мужчинами – это лотерея. Чем с большим числом мужчин взаимодействуешь и общаешься, тем выше шансы, что найдешь того самого. Однако если будешь сидеть «за боковой линией» в молчаливом ожидании и надежде, что мужчины сами подойдут и загово-

рят с тобой, то умрешь одинокой старой девой. Вот почему я рекомендую онлайн-знакомства. Они придают каждому участнику уверенность, необходимую для свободного взаимодействия. Однако умение естественно привлечь мужчину – это личная способность, которую каждой женщине-одиночке следовало бы развивать и применять на деле.

Глава 2

Сила одиночки



- *Познай себя*
- *Наслаждение свободой*
- *Время побаловать себя*
- *Обязательства – это твой выбор*

«Когда-то быть одной означало, что ты никому не нужна. Теперь это значит, что ты сексуальна, умна и не торопясь решаешь, какой хочешь видеть свою жизнь и с кем хочешь ее провести».

Быть одиночкой по собственному желанию – решение сильное. Я уже кратко говорила об этом в первой книге, но теперь хочу копнуть глубже и подробно рассказать, почему статус одиночки придает женщинам сил. Этот совет особенно полезен молодым женщинам, которым следует наслаждаться молодостью, а не стремиться связать себя обязательствами с первым встречным. Однако каждой женщине, вне зависимости от возраста, следует оставаться одиночкой только до тех пор, пока она не встретит мужчину настолько восхитительного, что было бы безумием упустить его. Наслаждайся свободой, пока не встретишь мужчину своей мечты.

Не бойся сообщать людям, что ты одинока. Здесь нечего стыдиться. Говори об этом с гордостью. Дай им понять, что это личное решение, **сознательный выбор**, который ты сделала, потому что желаешь наслаждаться своей свободой и не готова довольствоваться ничем, кроме самого лучшего. Тебе могут доставлять наслаждение кратковременные связи и одноразовый секс, но не соглашайся на долгосрочные обязательства до тех пор, пока не проживешь несколько лет сама по себе.

Существует несколько причин, по которым это очень важно, и я потом скажу пару слов о каждой из них:

- возможность познать себя;
- наслаждение свободой;
- преодоление страха;
- время побаловать себя;

- обязательства – это твой выбор.

Возможность познать себя



Сила одиночки дает тебе возможность по-настоящему принять себя как личность. Это путь самопознания, который каждой женщине необходимо пройти в молодости, однако даже если она уже миновала и ты упустила эту возможность вместе с ней, совершить это путешествие все равно не поздно. Познать саму себя важно, потому что это дает возможность научиться радоваться себе и наслаждаться собственным обществом. Я здесь говорю не о мастурбации, а о том, что тебе надо разобраться, кто ты есть, наедине с собой, без влияния кого бы то ни было.

Тебе следует потратить это время жизни на то, чтобы выяснить, кто ты есть, кем хочешь быть, чего хочешь добиться в жизни и с людьми какого типа хочешь быть рядом. Выясняй, что тебе нравится и не нравится, независимо от мнения других. В действительности это фундамент уверенности или «мостик» к ней. Только тогда, когда ты научишься любить все, что открыла в себе, несмотря на то что могут подумать другие люди, сила уверенности сможет прийти в твою жизнь и придать тебе еще больше сил.

Можно любить себя и при этом не ощущать уверенности. Любовь к себе и уверенность в себе – это два разных качества. Только тогда, когда они объединяются, возникает невероятная женщина. Женщина, с которой нельзя играть. Женщина, которую нельзя сломить. Женщина, которая не станет меняться только ради того, чтобы угодить мужчине. Женщина, которая не станет довольствоваться ничем, кроме самого лучшего.

Познать себя, а потом влюбиться во все, что ты обнаружила, очень важно. Это так потому, что тебе необходимо в полной мере представлять, кто ты есть, прежде чем вступать в отношения. Используй это время, чтобы строить отношения с самой собой. Выясни, кто ты есть, а потом... **влюбись в того человека, которым являешься.**

Сделав это, ты уже не станешь меняться в угоду мужчине. Ты не станешь прикидываться тем, кем не являешься, чтобы добиться любви и внимания парня. Не будешь легко поддаваться влиянию мужчин. Ты будешь твердо стоять на своих ногах и не позволишь мужчинам (и вообще кому бы то ни было) использовать себя.

Все мы слышали выражение: «Ты должна полюбить себя, прежде чем тебя полюбят другие». Но что оно в действительности означает? Почему мы должны вначале полюбить себя? Кто-то определенно способен любить тебя, даже если ты себя не любишь. Однако для того, чтобы иметь здоровую любовь, истинную любовь, страстную любовь и долговечную любовь, необходимо для начала научиться любить себя.

Причина, по которой любовь к себе важна для отношений, заключается в том, что ты должна иметь собственное мнение, иначе рискуешь позволить людям плохо обращаться с тобой. Хуже того, ты можешь этого даже не сознавать. Когда не любишь себя, готова довольствоваться очень и очень малым. Достаточно наличия рядом хоть какого-то парня, чтобы почувствовать удовлетворение. Потому что ты не ценишь себя.

К сожалению, именно это в итоге случается со многими женщинами, и именно по этой причине они терпят изменников, эксплуататоров, неудачников и всяких засранцев. Они просто не научились любить себя. Женщина, которая не пожалела времени, чтобы полюбить себя, не станет мириться с неуважением.

Мой личный катализатор самоисследования



Когда мне было девятнадцать лет, я на собственном опыте узнала, почему так важно познать себя. У меня были первые серьезные отношения с моей первой школьной любовью. Мы были вместе больше четырех лет, и вот однажды до меня дошло, что он не знает, кто я на самом деле. Я прятала от него, как и от всех окружающих, некоторые черты своей личности. Стыдилась одной простой, но очень важной части себя: я обожала рок-музыку.

Я скрывала свою страсть к рок-музыке, потому что училась в школе бедного района, где рок-музыка считалась не просто «не крутой», но даже неприемлемой. Но повинны в таком моем поведении были мои собственные комплексы, а никак не окружающая среда. Я держала эту часть себя под замком – вплоть до того дня, когда бойфренд вошел в дом и застукал меня танцующей под The Doors. Он выключил музыку и бросил мне: «Это еще что за дерьмо такое?» А потом поставил какой-то рэп-альбом.

Я взбесилась, но эта ярость не имела никакого отношения ни к моему бойфренду, ни к моим сверстникам в школе, ни к самой музыке. Я была в ярости на саму себя. Этот уникальный момент оказал на меня гигантское воздействие, поскольку в тот миг я осознала, что сама создала себе проблему – побоялась быть собой.

Моя ярость была вызвана исключительно тем фактом, что я подавляла собственную индивидуальность. У меня не хватало мужества открыто любить то, что я любила. Понимаешь ли, я была в то время так юна, что у меня просто не было времени выяснить, кто я есть на самом деле. А самое главное, не дала себе времени и возможности **гордиться** тем, кто я есть.

В конце концов я пришла к осознанию, что мне нужно побыть наедине с собой, пожить свободной. Как я уже упоминала в первой книге, именно после расставания с первым бойфрендом я ступила на путь самопознания. Сказала себе, что буду одиночкой и стану наслаждаться этим. Собиралась во что бы то ни стало полюбить себя.

И вот тогда-то я почувствовала, что по-настоящему расцвела. Я выяснила, кто она такая, эта Кара. Я стала собой – личностью, отдельной от мужчины, отдельной от своих родителей, отдельной от любых посторонних. Это оказало на меня громадное воздействие. Моя жизнь изменилась к лучшему. Вот почему я так настаиваю, что каждой женщине необходимо найти возможность отправиться в это путешествие (если она до сих пор этого не сделала).

Жизненно необходимо, чтобы все мы разобрались, что мы собой представляем, а затем преисполнились уверенности и гордости за ту личность, которую в себе откроем. Когда у нас будет это самопринятие, мы не позволим другим людям (особенно мужчинам) влиять на нас. Мы получим удовольствие и привилегию комфортно чувствовать себя и в собственной шкуре, и в отношениях, и с другими людьми. Мы не будем приносить жертвы ради других или

мириться со скверным обращением. Этот личный путь самоисследования – путь, который в какой-то момент жизни следует пройти каждой женщине. Особенно когда она молода – или даже потом, позднее, если у нее не было возможности сделать это в юности.

Думаю, каждый человек в какой-то мере проходит через этот процесс, становясь старше. К сожалению, некоторые из нас делают это намного позднее, чем следовало бы, или вообще не получают возможности проделать весь путь целиком, потому что вступают в серьезные отношения в юном возрасте. И, конечно же, становясь старше, мы обязательно меняемся.

Это одна из причин, по которым супругам, вступающим в брак в юности, редко удается сохранить его. Знаешь ли ты, что уровень разводов среди тех, кто вступил в брак со своей школьной любовью, составляет более 60 % в течение первых 15 лет совместной жизни? Одна из главных причин – то, что ни один из партнеров не успел разобраться в себе. Что еще важнее, они не дали себе времени полюбить себя такими, какие они есть. Так что познать себя, открыть в себе неизведанное, а потом полюбить очень важно не только для тебя, но и для любых твоих будущих отношений.

Взгляни на это с противоположной точки зрения



Если бы ты встретила мужчину, не уверенного в себе или очевидно питающего к себе неприязнь, смогла бы полюбить его? Возможно, и смогла бы, но давай говорить честно: разве чужие комплексы не отталкивают тебя? Разве эти комплексы стали бы причиной его ревности? Кто захочет быть рядом с таким человеком?

Вот что происходит с теми, кто не дает себе времени насладиться свободой и полюбить себя. Мы можем стать закомплексованными, неуверенными, ревнивыми, властными, эмоционально зависимыми и/или слишком назойливыми. Но когда мы не пожалели времени на познание себя и приобрели уверенность, мы перестаем ощущать угрозы со стороны других женщин. Мы знаем, что мы прекрасны, так что нет никакой необходимости ревновать или комплексовать.

Мы также не станем мириться с неуважением и не позволим себе вовлекаться в отношения с мужчинами, которые изменяют партнерше или заглядываются на других женщин. Мы просто не станем этого терпеть. Когда мужчина знает, что ты не потерпишь от него дерьма, то не станет подсовывать его тебе под нос. Он будет питать к тебе уважение просто потому, что ты любишь и уважаешь себя.

Тебе когда-нибудь по-настоящему нравился мужчина, который был засранцем? Или, может быть, ты любила полного придурка? Да, он был подлецом, но, черт, как же он тебя заводил! Это потому, что их главной чертой является самолюбие. Им плевать, что о них думают. Они – своекорыстные, самовлюбленные и уверенные в себе. Это очень сексуальная черта. Ты можешь развить такую же черту в себе (не будучи при этом засранкой), просто люби себя.

Когда мужчина знает, что ты не потерпишь от него дерьма, то не станет подсовывать его тебе под нос.

Полюбив себя, ты со временем обрешь мантру «мне насрать, что там кто обо мне думает». Возможно даже, что ты одна из тех счастливиц, которые с таким подходом рождаются. Если так, будь благодарна: не каждому дано быть естественно самолюбивой и уверенной. Некоторым женщинам приходится воспитывать в себе это отношение.

Некоторые женщины приходят к этой мантре, потратив годы на неудачные отношения. Наконец они говорят: «Все, с меня хватит!» – и начинают жить для себя. Но разве не круто усвоить этот подход в более молодом возрасте?

Побудь некоторое время одиночкой – свободной, заботящейся только о собственных интересах, любящей себя женщиной. Пару лет встречайся только сама с собой. Будь сама себе бойфрендом. Люби себя и каждую частицу своей уникальной личности – и делай это бескомпромиссно. Тогда ты разовьешь ту самую сексуальную ауру, перед которой не может устоять ни один человек. Возможность познать саму себя – лишь один из многих важных аспектов силы одиночки по собственному желанию.

Наслаждение свободой



Еще одна причина, по которой быть одиночкой так важно, – в жизни нам обязательно нужно время нагуляться. Тогда не возникнет потребности в этом позднее, когда будем состоять в отношениях с обязательствами. Или, того хуже, уже в браке.

Очень часто люди уходят из отношений, делящихся с самой юности, потому что никогда не чувствовали, что у них есть свобода. Приходя к этому осознанию, они наносят жестокий удар своим партнерам – к несчастью для них, потрясенных и обманутых, вложивших годы или даже десятилетия в свою «половинку» только для того, чтобы эта «половинка» однажды очнулась и возжелала свободы и независимости.

Лично мне повезло, и я благодарна судьбе за это: я ушла в свободное плавание, когда была очень молода. Получила возможность наслаждаться жизнью одиночки, встречалась с мужчинами разных типов и выясняла, какие качества в мужчине мне нравятся, а какие нет. К тому времени как я решила, что хочу постоянно жить с мужчиной, за которого вышла замуж и с которым родила детей, я знала, что он – именно тот, кто мне нужен. Я была готова полностью взять на себя обязательства на всю жизнь. У меня не было никаких неудовлетворенных «хотелок». И полагаю, мой муж, слава богу, знает, что его жена не проснется в один прекрасный день и не решит, что хочет свободы, – поскольку уже прошла по этой дорожке.

Никто не вступает в брак, собираясь разводиться, однако мы не умеем предсказывать будущее, а люди иногда меняются. Старайся избежать этой проблемы со своей стороны в отношениях, дав себе в этой жизни время на то, чтобы побыть свободной и независимой. А потом, когда будешь готова перейти к серьезным отношениям с обязательствами, ищи мужчин, которые сделали то же самое для себя.

Мужчины намного лучше, чем мы, используют силу одиночек по собственному желанию. Они отлично умеют принимать одинокую жизнь и радоваться ей, не жалеют времени на себя и наслаждаются своей свободой, пока она есть. Мы можем многому научиться у них. Когда и

мужчины, и женщины не будут жалеть времени, наслаждаясь положением одиночек и познавая самих себя независимо от других людей, тогда в мире начнут складываться более здоровые отношения и снизится процент разводов.

Никто не вступает в брак, собираясь разводиться, однако мы не умеем предсказывать будущее, а люди иногда меняются.

Проблема в том, что для нас естественно жаждать отношений, особенно когда мы молоды. Мы видим, как все остальные девчонки заводят бойфрендов и выходят замуж за свою давнюю любовь.

Мы не хотим остаться совершенно одни – когда не с кем обниматься, когда некому любить нас безусловной любовью. Поэтому мы стремимся к отношениям с обязательствами в слишком юном возрасте, до того, как станем достаточно зрелыми в эмоциональном плане, чтобы справиться с ними. Есть одна огромная причина, по которой мы это делаем, – страх.

Преодоление страха



В жизни одиночки по собственному желанию одна из самых больших трудностей – преодоление страха. Страх – сильная эмоция, и он появляется во многих формах, отвлекая наше внимание и уничтожая нас на жизненном пути. Страх обожает смущать тебя и обманом вынуждать к компромиссам.

Это классическая боязнь быть одной. Страх быть единственной девушкой без бойфренда. Тот самый ужас тихого одиночества. Опасение, что что-то с тобой не так, потому что у тебя нет бойфренда. Пугающая перспектива выходить на люди без спутника.

Список страхов, которые толкают нас в прочные отношения в юном возрасте, можно продолжать долго, и у каждого человека они разные. Нам нужно уметь распознавать эти страхи. А самое главное, нам необходимо спрашивать себя, не страх ли толкает нас дать обязательства неподходящему человеку в неподходящее время нашей жизни.

Я благодарна за то, что однажды очнулась и поняла, что делаю. Поняла, что боюсь и что страх не дает мне быть собой. Я боялась и многих других вещей. Боялась оказаться единственной девушкой без бойфренда и потому в очень юном возрасте – в пятнадцать лет – вступила в серьезные отношения. Потом, позднее, боялась, что, если мы с моим бойфрендом расстанемся, я больше никогда не найду парня, с которым у меня все срастется. Однако мне пришлось избавиться от этого страха. Мне пришлось повзрослеть и стать женщиной – независимой женщиной.

За годы одинокой жизни я преодолела все свои страхи. Постепенно поняла, что они абсурдны и не имеют никаких полезных свойств. У каждого страха обнаруживалась обратная сторона, поддерживающая и ободряющая. Да, я единственная женщина без бойфренда, и что с того? Я единственная женщина, которая свободна! А страх никогда не обрести такого же контакта с другим парнем? Ну, так я нашла гораздо более глубокий контакт с мужчиной, который обращался со мной вдесятеро лучше и превозносил меня до небес.

А теперь пора задать себе очень серьезные вопросы. Страх не дает тебе принимать важные жизненные решения? Страх не дает тебе по-настоящему быть собой? Страх быть одной саботирует твоё самопознание? Не пожалей времени, чтобы проанализировать, какую роль страхи играют в твоей жизни, а потом присмотришься к обратной стороне этих страхов. Если отставить страхи в сторону и принять то, чего ты боишься, как на самом деле это может принести позитивность, радость и самостоятельность в твою жизнь?

Время побаловать себя



Каждой женщине следует выделять в своей жизни время, когда она будет делать для себя что-то особенное, будь это одно большое «баловство» вроде отпуска или несколько удовольствий поменьше, например педикюр и покупка новой одежды. Возможно, у некоторых из нас нет этой проблемы и эти женщины считают, что и так балуют себя более чем достаточно. Однако многие из нас (включая меня) игнорируют собственные желания и потребности. Мы, так сказать, ставим себя на заднюю конфорку, и для нас потребности других людей важнее наших.

Если ты свободна и у тебя нет детей, баловать себя гораздо проще, так что следует заняться этим прямо сейчас, пока есть возможность. Ты же не хочешь оглядываться назад и корить себя за собственную глупость, потому что не ставила свои потребности во главу угла, когда могла это делать. Если тебе кажется, что это никак невозможно сейчас, то попробуй-ка делать это, имея на руках семью и стопку ежемесячных счетов. Вот тогда это действительно трудно!

Если ты похожа на меня и у тебя есть наготове сотня разных причин не ставить себя на первое место, попытайся найти способ делать это хотя бы изредка. Организуй это сама. Сделай все необходимое, чтобы побаловать себя. Каждый человек должен предпринимать необходимые шаги для этого. Все мы время от времени заслуживаем передышки, лакомства или помощи извне.

Если ты не будешь время от времени брать паузу, чтобы чуточку побыть эгоисткой, то потом станешь оглядываться на свою жизнь и жалеть об этом. В пример приведу саму себя. Не знаю, по какой причине, но родители в свое время так и не поставили мне брекетy. Повзрослев, я не раз думала о том, что хорошо бы это сделать, но всегда считала, что не могу себе этого позволить. Так вот, я ошибалась. В возрасте 27 лет я выяснила, что могла это сделать в любой момент. К тому времени как мне исполнилось 29, я выплатила весь кредит за брекетy – и получила новую красивую улыбку.

Я до сих пор недоумеваю, почему мне потребовалось столько времени, чтобы поставить себе эти клятые брекетy. Неужели я настолько обесценивала свою внешность? Или недостаточно любила себя, чтобы принести эту маленькую финансовую жертву? Жаль, что мне не хватало эгоизма, чтобы позаботиться о себе, когда я была моложе. Если ты похожа на меня и (по какой бы то ни было причине) задвигаешь себя на задний план, мой тебе совет: потрать немного времени и денег, чтобы сделать для себя что-то важное.

Все мы время от времени заслуживаем передышки, лакомства или помощи извне.

Может быть, это будут брекеты. Может быть, ты хотела бы время от времени нанимать горничную. Может быть, мечтала позволить себе коротенький микро-отпуск с лучшей подружкой. Это может быть даже такая простая вещь, как новая косметика, одежда или сумочка. А возможно, и нечто более значимое, например продолжение учебы, смена карьеры или возвращение себе хорошей физической формы. Определи, чего тебе хочется, и сделай это для себя.

Ты того стоишь!

Никто не позаботится о тебе, кроме тебя самой. Никто не будет требовать, чтобы ты баловала себя. Ты должна потребовать это у себя сама. И проще всего сделать это, пока ты одиночка. Так что хорошенько воспользуйся этим временем своей жизни и применяй силу одиночки по собственному желанию как предлог, чтобы баловать себя.

Обязательства – это твой выбор



Один из самых воодушевляющих аспектов силы одиночки по собственному желанию – тот факт, что серьезные отношения становятся твоим выбором. Они перестают зависеть от решения мужчины. Теперь уже не он определяет, когда тебе связывать себя обязательствами. Решение за тобой. И твоя самостоятельность в этом вопросе обладает такой силой, что буквально переламинает ход игры, когда речь идет об ухаживании.

Кто выбирает – тот и выпрашивает. Теперь уже не ты стремишься к отношениям и обязательствам. Сила одиночки по собственному желанию идет рука об руку с силой быть объектом охоты, потому что теперь мужчины гонятся за тобой. Это они просят тебя проводить с ними время и умоляют вступить в серьезные и эксклюзивные отношения, а не наоборот.

Это особенно важно для женщин, которые мечтают о классической любовной истории: мужчина сначала ищет вашего внимания, затем влюбляется и становится на одно колено, чтобы сделать предложение. Именно те женщины, которые заставляют мужчин гоняться за ними ради серьезных отношений, и получают мужчин, умоляющих их о браке.

Люди желают того, чего не могут получить; особенно этим славятся мужчины. Если ты не отдаешь свое сердце с легкостью, оно становится товаром повышенного спроса, очень ценным товаром.

Если ты не отдаешь свое сердце с легкостью, оно становится товаром повышенного спроса, очень ценным товаром.

С другой стороны, когда ты слишком явно стремишься к прочным отношениям, это может выглядеть как отчаяние. А кто захочет покупать вещи у отчаявшихся людей? Никто. Это автоматически отталкивающий фактор.

Так что затаись, оставайся одиночкой, учись любить себя, балуй себя и не слишком легко соглашайся на компромиссы. Применяя силу одиночки по собственному желанию, ты сможешь

использовать несколько других женских сил, которые уже обсуждались в обеих книгах. Это очень важная составляющая бытия молодой женщины в сегодняшнем мире.

Если ты одиночка, тебе следует поставить цель не менять этот статус в течение пары лет. В этом случае, когда ты встретишь мужчину, который станет твоим будущим мужем, и он сделает тебе предложение, он будет чувствовать себя особенным. Он будет гордиться осознанием того, что уговорить тебя на прочные отношения было подвигом, который сумел совершить только он.

Это должно быть важнейшей частью динамики периода ухаживания. Удел мужчин – добиваться от нас согласия, но мы как-то ухитрились позабыть о правильном порядке ухаживания. В наши дни женщины сами гонятся за мужчинами и умоляют их перейти к серьезным отношениям. Это не является нормальным порядком вещей, когда речь идет об отношениях. Сила одиночки по собственному желанию радикально изменит ситуацию и снова вернет власть в твои руки.

Глава 3

Сила принципиальной женщины



- *Обесценивание силы киски*
- *Карма – стерва*
- *Кайф для эго*
- *Открытое письмо любовникам*
- *Принципиальный мужчина*

Какой бы ни была причина: любовь, секс или просто игривая похоть, – быть сожительницей или любовницей мужчины, который женат или состоит в постоянных отношениях с другой женщиной, значит не уважать себя. По-другому и не скажешь, и нет отговорки, способной оправдать подобное поведение. Да, я знаю, бывают случаи, когда мужчины лгут нам о жене и детях, обманом вовлекают нас в отношения. Однако целью этой главы является обращение непосредственно к женщинам, которые намеренно вступают в отношения с женатыми или «занятыми» мужчинами.

Если ты оказалась в такой ситуации в настоящий момент или часто сталкиваешься с этой проблемой, то эта глава – для тебя. Я собираюсь поговорить о том, почему совершенно необходимо быть принципиальной женщиной. Попробую объяснить, почему это сильный ход для тебя и для всех остальных женщин, где бы они ни жили.

Быть «другой женщиной» в жизни мужчины – это явное неуважение к жене, подруге и/или детям, интересы которых затрагивает эта ситуация; но главное, что это неуважение к **САМОЙ СЕБЕ**. Ты продаешь себя задешево, а ни одна женщина никогда не должна так делать. Каждая из нас должна вести себя как женщина высоких моральных правил и стандартов. Не будь для мужчины «дыркой» на стороне. Не поступай так с собой. Это самое унижающее и бессильное положение, в каком только можно оказаться.

Мы не властны над тем, что делают мужчины, зато властны над тем, что делаем сами.

Разумеется, мужчины точно так же (если не больше) ответственны за свои поступки, но это не извиняет женщину, принимающую в них участие. Помни: мы не властны над тем, что делают мужчины, зато властны над тем, что делаем сами. Если бы женщины не были готовы стать соучастницами, то вина за все отрицательные поступки пала бы на головы мужчин.

На свете много женщин, у которых этой проблемы нет. Они установили для себя границы и не станут путаться с мужчинами, состоящими в отношениях. Если ты – одна из них, честь тебе и хвала за то, что поступаешь правильно и являешься принципиальной женщиной. Всем нам следует блюсти высокие стандарты и дать друг другу обязательство, что не станем участвовать в таких бесчестных делах. Есть три важные причины, по которым каждой женщине следовало бы дать обязательство быть принципиальной:

- обесценивание силы киски;
- карма – сука;
- товарищество между женщинами.

Обесценивание силы киски



Когда на свете слишком много женщин, готовых спать с несвободными мужчинами... нет, лучше я это перефразирую и изложу жестче – если киски слишком часто отдают себя бесплатно, это обесценивает весь рынок. Сила киски теряет цену повсеместно. Она просто становится слишком доступной. Если бы каждая женщина дала личную клятву никогда не иметь неприемлемых отношений с женатыми или несвободными мужчинами, то большая часть этого неэтичного безобразия ушла бы в небытие.

Конечно, на свете есть шлюхи и стрип-клубы, и если мужчина собрался изменить, то он изменит; но, безусловно, такой договор безмерно затруднил бы ему задачу. Особенно если бы все женщины во всем мире отвергли эту концепцию. Если бы все мы подавали пример и давали понять своим дочерям, племянницам, сестрам и другим юным девушкам, которые на нас равняются, что мы не опустимся до такой низости ради мужчин, то со временем мы положили бы конец лжи и нечестным играм.

Они перестали бы существовать, потому что не осталось бы женщин, готовых в них участвовать. Даже если бы только те женщины, которые читают эту книгу, дали такое обещание, этого, возможно, хватило бы, чтобы увидеть существенное увеличение нашей, если можно так сказать, коллективной силы киски.

Итак, быть любовницей унижительно не только для тебя, это унижительно для нашей коллективной силы киски. Мы обесцениваем рынок кисок, когда спим с женатыми и несвободными мужчинами. Мы все должны поклясться прекратить так поступать друг с другом. Если ты женщина, читающая эту книгу, и еще ни разу не задумывалась над тем, чтобы никогда не оскорблять другую женщину подобным неуважением, то выбери этот момент, чтобы дать себе такое обязательство.

А если у тебя в настоящее время роман с женатиком и ты уже решила, что ненавидишь его жену или подругу, тогда тебе, наверное, наплевать. Тебе, вероятно, совершенно до фонаря

«эта сука» и уважать ее ты не собираешься. Если ты так настроена, то, возможно, совет не допускать обесценивания силы киски влетает тебе в одно ухо, а вылетает из другого. Ладно. Каждая женщина имеет право на свое мнение. Но прежде чем судить о сопернице сгоряча – представь следующее...

Ты наконец избавляешься от нее навсегда и заполучаешь этого мужчину целиком. Жизнь прекрасна для вас обоих – теперь, когда она в кои-то веки убралась из вашей жизни. Ты чувствуешь, что нашла свою родственную душу, и вы оба по уши влюблены друг в друга. Он делает тебе предложение. Вы играете свадьбу, точь-в-точь как ты мечтала, покупаете дом и, может быть, даже заводите деток. Год за годом вы создаете прекрасную семью.

Он любит тебя, дорожит тобой. Время идет, и вы вместе становитесь старше, одновременно наблюдая, как растут ваши дети. Вы прожили вместе 20 лет. А потом в один прекрасный день его поведение начинает меняться. Еще вчера он тебя любил, а сегодня просто ведет себя как-то не так.

А потом все встает с ног на голову: все, что ты создала со своим мужчиной, рушится, когда ты узнаешь, что твоя родственная душа, твой возлюбленный, твой муж и отец твоих детей завел интрижку за твоей спиной. Спустя несколько месяцев погранных обетов, лжи и театра он делает объявление. Он бросает тебя ради своей любовницы.

= Не позволяй сегодняшним ошибкам преследовать тебя на протяжении жизни.

И что бы ты в этот момент ощутила? Поставь себя на место жены. Постарайся это сделать буквально на пару секунд и ощути эмоции и опустошенность, которые это вызывает у женщины. Что чувствовала бы ты, отдававшая свою любовь и жизнь другому человеку, если бы однажды он изменил тебе или бросил ради другой женщины? Как может любая женщина поступить так с другой женщиной – и продолжать спокойно спать по ночам?

Карма – сука



Заниматься сексом с мужчиной другой женщины – это плохая карма. Карма – штука реальная. Все, что ты делаешь, как плохое, так и хорошее, вернется к тебе в десятикратном размере. Это может случиться не прямо сейчас. На самом деле это всегда случается, когда ты меньше всего этого ожидаешь. Можешь сколько угодно не верить в карму. Карма все равно верит в тебя. Она тебя настигнет, веришь ты в нее или нет.

Не стоит поступать так со своим будущим «я». Не позволяй сегодняшним ошибкам преследовать тебя на протяжении жизни. Ты сама не захочешь стать замужней женщиной с детьми, которая однажды просыпается и видит, что все это уничтожено неверностью.

Товарищество между женщинами



Дамы, где наше чувство товарищества? Почему мы так ненавидим друг друга? Мужчины держатся заодно. Почему мы не можем сделать то же самое? Мужчины одобительно подмигивают друг другу, трахая одну женщину. А потом идут пить пиво и смакуют подробности.

Мы же, напротив, доходим до крайностей – готовы «убить сучку» и «выцарапать ей глаза». Всё это – ради какого-то члена. Мы виним другую женщину, вместо того чтобы обвинять истинного злодея – мужчину-изменника. Почему мы не можем просто одобительно подмигнуть друг другу и жить дальше, как делают мужчины?

Между нами, женщинами, нужно больше товарищества. Если все мы сплотимся друг ради друга, наша жизнь станет гораздо лучше. Неверности позволено существовать только потому, что на свете есть женщины, готовые спать с женатыми мужчинами. Не будь такой женщиной.

Какая разница, насколько сильно ты любишь этого мужчину! Не имеет значения, как поет при виде его твое сердце. Не поступай так со своим товарищем-женщиной. На свете слишком много мужчин, чтобы делиться ими или драться из-за любого из них!

Почему?



Если у тебя в настоящее время тайный роман или ты раз за разом оказываешься в отношениях с несвободными мужчинами, тебе нужно взять паузу, чтобы разобраться в себе, понять, почему ты это делаешь. Ищи долго и упорно, пока не найдешь правдивый и искренний ответ. Есть причина, по которой ты это делаешь. Причина, выходящая за пределы примитивных и простых объяснений вроде «Я люблю его» или «Его жена – сука». Среди примеров более серьезных «почему» могут быть такие:

- гнев, ненависть или недоверие к другим женщинам;
- гнев, ненависть или недоверие к мужчинам;
- твоё воспитание, данное людьми или средой, которые учили тебя, что это нормально – спать с женатыми или несвободными мужчинами;
- низкая самооценка, ощущение, что ты не достойна собственного преданного мужчины;
- вера в миф о том, что все хорошие мужчины уже женаты или несвободны;

- финансовая выгода или защищенность;
- наслаждение эмоциональным подъемом или возбуждением, которые сопровождают охоту на мужчину другой женщины, секретность отношений;
- удовлетворение собственного эго.

Кайф для эго



С последними двумя причинами есть одна большая проблема, которую ни в коем случае не следует игнорировать. Одна из причин, по которым женщины оказываются в таких ситуациях, – это кайф для эго. Когда мужчина дает тебе понять, что ты лучше его жены или подруги, его слова рожают в тебе **чувство превосходства**. Это чувство превосходства дарит временный кайф. Оно подобно наркотику, действует как сильный возбудитель и может вызывать зависимость.

Мы предпочитаем игнорировать эту проблему или отрицать ее, чтобы продолжать веселые приключения, воруя мужчин у других женщин. Если мы признаемся самим себе, что делаем это только ради приятного осознания, что мы лучше других, то веселье закончится... а нам не хочется, чтобы веселье заканчивалось. Так же наркоманы и алкоголики не желают признавать, что у них есть проблема, потому что тогда им придется что-то с ней делать (например, бросить пить или употреблять наркотики). Упорствуя в отрицании, мы продолжаем кормить свое эго чувством превосходства, которое оно обожает, вместо того чтобы признать, что все это лишь волнующая игра для нас, в ходе которой мы веселимся за счет серьезного ущерба, наносимого другим.

Подкармливать эго упоительным чувством власти – все равно что давать наркоману крэк. Наркоману плевать, кому он навредит или какого рода гадкие вещи придется делать, чтобы добыть дозу. Пока он получает свою дурь и может дорваться до кайфа, он счастлив, и ему наплевать на чужие чувства.

Женщина, которая подсаживается на кайф быть любовницей, похожа на наркоманку. Она гонится за временной эйфорией и не беспокоится о тех, кому ее действия навредят в долгосрочной перспективе, даже когда это отрицательно воздействует на ее собственную самооценку и причиняет вред ее собственной жизни.

= Женщина, которая подсаживается на кайф быть любовницей, похожа на наркоманку. Она гонится за временной эйфорией.

Не подсаживайся на зависимость от эго-кайфа. Это может быть зависимость от конкретного мужчины, потому что он просто отлично умеет сделать так, чтобы ты чувствовала себя самой красивой и необыкновенной женщиной на свете. Это может быть зависимость от привычки красть мужчин, принадлежащих другим женщинам, потому что в результате ты чувствуешь себя единственной и неповторимой. У тебя будто есть суперсила, ведь ты способна заставить мужчину бросить жену или подругу! Ты можешь даже принадлежать к тому типу людей, который наслаждается охотой, потому что она бодрит и стимулирует. А потом, получив этого мужчину полностью в свое распоряжение или разрушив его отношения, ты быстро

теряешь интерес. Какой бы ни была ситуация в твоём варианте, если ты одна из этих женщин, остановись и спроси себя, не подкармливаешь ли ты таким поведением свою зависимость от эго-кайфа.

«Но я же люблю его»



Большинство женщин, крутящих интрижки с женатыми мужчинами, возразят на это классическим: «Но мы действительно любим друг друга. Вы просто не понимаете. У нас есть контакт. Мы родственные души. Его жена не понимает его так, как я. Он терпеть ее не может, и, кроме того, она не умеет удовлетворять его так, как умею я». Знакомо звучит? Это те самые слова, которыми ты защищаешь свой роман с женатиком? Ладно. Я тебе верю.

Однако если он действительно искренне любит тебя, имей достаточно уважения к нему и своей сестре-женщине, чтобы притормозить и позволить ему доказать свои чувства. Он может доказать их, разведясь с женой или навсегда расставшись с подругой. Ты можешь остаться принципиальной женщиной, отказавшись продолжать эти отношения до тех пор, пока его прежние отношения не будут официально завершены. Если твоя любовь действительно настоящая, ты с легкостью сумеешь заново разжечь романтический огонь, когда вы начнете все с чистого листа. Однако если это отношения, основанные только на сексе, лжи и эго-кайфе, тогда будь готова проиграть жене.

Кроме того, разве ты не стоишь того, чтобы он был целиком твоим? Если ты действительно так великолепна, как он говорит, то ты не того типа женщина, у которой нет иного выхода, кроме как делиться мужчиной с другой... верно? Если ты действительно так восхитительна, как он говорит, а его жена на самом деле такая плоха, скучна или стервозна, как он говорит, разве не следует ему навсегда расстаться с ней ради тебя? Неужели в таком случае трудно сделать выбор? Сам процесс может легким и не быть, но выбор должен быть легким.

= Те приятные ощущения, когда он говорит, какая ты сексуальная или насколько ты лучше его жены, – это лишь подпитка для твоего эго.

Не попадайся в ловушку роли любовницы. Не проявляй неуважения к себе. Ты не заслуживаешь того, чтобы быть «дыркой» для мужчины, каким бы он ни был. Ты не заслуживаешь того, чтобы сидеть и дожидаться, пока он соизволит провести с тобой время, когда ему будет удобно. Ты восхитительная, прекрасная женщина и заслуживаешь звания подруги или жены. Ты заслуживаешь представления его родственникам на правах его женщины, а не косых взглядов с их стороны или умалчивания о тебе. Ты заслуживаешь нормальных отношений с мужчиной, который на сто процентов предан тебе.

Не путай кайф от того, что ты украла мужчину у другой женщины, с любовью. Те приятные ощущения, когда он говорит, какая ты сексуальная или насколько ты лучше его жены, – это лишь подпитка для твоего эго. Просто сладкие пустые слова, которые он нашептывает тебе на ухо. Они хороши лишь для стимуляции твоего эго и для того, чтобы он получил возможность залезть в твои трусики. Они делают тебя счастливой и поднимают настроение, но все

это ненадолго – как и в ситуации с любым кайфом, потом приходится спуститься на землю. В реальность, где после замечательного вечера с тобой он отправляется домой к жене – а ты спишь в полном одиночестве.

Если мужчина не готов начать все с чистого листа вместе с тобой, в этой реальности ты лишь побочное увлечение. Быстрый и легкий перепихон. Тебя используют. Ты даешь ему то, чего он хочет и когда он этого хочет. Единственное, что ему приходится делать, – это сладко говорить тебе всякие глупости. Да не ведись ты на эту чушь! Не будь такой женщиной.

Испытание



В глубине души ты знаешь, что это неправильно. Но если тебе так приспичило защищать свои поступки отговоркой «но это же настоящая любовь, и между нами есть контакт», тогда испытай мужчину. На мой взгляд, ни в каких испытаниях нет необходимости, поскольку то, что вы делаете, все равно неправильно. Но если ты продолжаешь упорствовать, вот тебе тест, который поможет принять решение. Когда в следующий раз вы с ним будете в интимной обстановке, не делай ничего сексуального. Скажи ему, что просто хочешь провести с ним время, уютно обнимаясь и разговаривая.

Потом повтори то же самое следующие три раза. И, разумеется, не говори ему, что испытываешь его. Это нарушило бы чистоту эксперимента. Если он действительно любит тебя такой, какая ты есть, то с радостью исполнит твоё желание. Он не разозлится, не проявит нетерпения и не пригрозит уйти. Испытай его, чтобы проверить, приходит ли он к тебе только ради секса. Пусть секс с тобой не будет легкодостижимым для него – и ты увидишь, насколько быстро его милые комплименты превратятся в недовольные жалобы.

Если мужчина по-настоящему любит тебя, то разведется с женой или разойдется с подругой, прежде чем создавать более тесную связь с тобой. Если ты выставишь это требование и он его исполнит, то ты поймешь: так тому и быть. Однако если он будет ходить вокруг да около и придумывать миллион и одну причину, почему не может оставить партнершу, ты поймешь, на чьей стороне его сердце. Не на твоей! На стороне его семьи. Возможно, он больше не любит ее, зато он любит мысль о сохранении своей семьи больше, чем тебя, иначе бы он ушел.

Ты не знаешь наверняка, правда ли то, что он тебе говорит. Он может каждый вечер твердить ей, как любит ее и дорожит ею – и в то же время говорить тебе, что терпеть не может ее жирную задницу. Он играет на вас обеих, как на скрипках. Он обманом заставляет каждую из вас поверить, что другая женщина – единственная дура в этом треугольнике.

Не давай себя обдурить. Ты стоишь большего, чем быть чьей-то игрушкой. Ты достойна отношений с тем мужчиной, который будет заботиться о тебе на 100 %, а не с тем, которому приходится делить свое время между разными женщинами. В этом просто нет смысла. Кроме того, в 95 % случаев проигравшей в итоге будет «дырка» на стороне.

Не учись на собственном горьком опыте



Мы слишком часто учимся путем проб и ошибок, узнавая на собственном горьком опыте, что такие поступки, как правило, ведут к душевным травмам, боли и зря потраченным на нарушенные обещания годам. Женщины постарше и поумнее советуют тебе остановиться, но ты игнорируешь их предостережения. Только когда пройдут годы, а он по-прежнему будет жить с женой и детьми или когда он в последний раз разобьет тебе сердце, ты наконец осознаешь, что все они были правы. Теперь уже ты становишься «женщиной постарше и поумнее», которая обращается к молодым и предупреждает их о тех же последствиях. Не стоит так жить и так учиться. Это порочный круг.

= Если мужчина сейчас не способен быть верным своей жене, то что заставляет тебя думать, будто он внезапно сможет это ради тебя?

Не учись на собственном горьком опыте. Будь умной. Рассуждай мудро. Если мужчина сейчас не способен быть верным своей жене, то что заставляет тебя думать, будто он внезапно сможет это ради тебя? Если он настолько слаб, что влегкую нарушает брачный обет, он никак не может быть хорошим, настоящим мужчиной – ни для своей жены, ни для подруги, ни, безусловно, для тебя.

У него нет принципов. У него нет самоконтроля. Ты действительно веришь, что такие глубоко укоренившиеся черты личности способны смениться противоположными? Если он поступил так однажды, вероятно, он поступит так снова.

Открытое письмо любовницам от вашей сестры-женщины



Это письмо обращено ко всем женщинам, которые не желают слушать таких советов, потому что их любимая фраза «Что хочу, то и делаю!». Оно обращено ко всем женщинам, которым плевать, что думаю я или кто угодно другой. К женщинам, для которых отношения – это конкуренция, которые думают: «Пусть победит сильнейшая». Позвольте напомнить, что ваше поведение влияет на весь женский род в целом. Унижая себя, вы унижаете меня. Вы унижаете своих матерей, своих подруг, своих дочерей.

Вы подаете дурной пример поведения женщины и еще худший пример того, чего она заслуживает. Все мы представляем друг друга, и нам нужно быть заодно. Мужчины всегда друг за друга горой. А мы разворачиваемся друг к другу спиной или бьем друг друга в эту самую спину ножом. Мы притворяемся, что дружим с другой женщиной, а потом трахаемся с ее мужчиной у нее за спиной. Конечно, и среди мужчин попадаются предатели, но мужчинам определенно удастся намного лучше справляться с этими ситуациями, чем нам.

= Лезть в драку из-за какого-то члена?! Неужели хоть одна из нас действительно настолько отчаялась?

Дамы, нам нужно добиваться этого вместе. Давайте перестанем ненавидеть друг друга. Давайте будем уважать друг друга. Когда мы придем к этому, у мужчин этого мира не останется иного выбора, кроме как уважать нас и хранить верность.

А вместо этого мы продолжаем заниматься глупостями – драться из-за мужчин, красть мужчин друг у друга, беременеть от женатых мужчин, ссориться с подругами и саботировать отношения из чистой прихоти. И в итоге выйдем отчаявшимися и жалкими. Лезть в драку из-за какого-то члена?! Неужели хоть одна из нас действительно настолько отчаялась? И разве лживая, неверная скотина этого стоит? Пфф!

Принципиальный мужчина



Если моральные качества и принципы мужчины настолько низки, что он обманывает свою жену или подругу, как думаешь, что он за человек? Достойный мужчина? Честный мужчина? Ты действительно думаешь, что ты, блин, настолько прекрасна и замечательна, что именно твое величие заставило этого мужчину изменить и стать испорченным? Я тебя умоляю! Если он сделал это с тобой, он сделает это и со следующей сексуальной цыпочкой, которая окажется настолько глупа, чтобы отступить от моральных принципов.

Если тебе повезет, он не бросит ради тебя свою женщину, а просто разобьет твое сердце и вернется домой. Если не повезет, то он бросит свою женщину ради тебя, и ты получишь его в свое полное распоряжение, а потом он с большой долей вероятности сделает то же самое снова. Люди низкой нравственности редко меняются в результате смены обстоятельств. Они таковы по своей сути. У них либо есть принципиальность в отношении этих вещей, либо ее нет. Неужели тебе не нужен принципиальный мужчина?

= Мужчина, который изменяет, – это мерзкий, распространяющий болезни, грязный извращенец. Слабак.

Жизненный факт: бывает, люди могут разлюбить, супруги иногда расстаются. Но честный мужчина завершит нынешние отношения, прежде чем вступать в следующие. Он будет достаточно уважать женщину, чтобы привести отношения с ней к завершению, прежде чем пускаться в новые приключения. И если он умный человек, то возьмет некоторую паузу между отношениями, чтобы обрести чувство завершенности и подумать о своем будущем. Он не станет прыгать от одной женщины к другой.

Это не только незрелый, но и мерзкий поступок. Кому нужен грязный потрепанный мужик, который мечется от женщины к женщине? Видишь ли, у нас с мужчинами разный менталитет в том, что касается измен. Мужчины будут поливать грязью женщину, которая спит не с одним мужчиной или изменяет своему партнеру. Они будут порочить ее, лепить на нее ярлык шлюхи, проститутки, грязной потаскухи и т. д. А какие названия есть у нас для мужчин, которые изменяют? Кобели? Свиньи?

Мужчины слишком легко отделиваются. Слова, которыми мы их якобы оскорбляем, для них как с гуся вода. Они недостаточно постыдны. Нам нужно увеличить давление. А что, если мы отныне и впредь будем относиться к мужчинам-изменникам так же, как мужчины относятся к женщинам-изменницам? Нам нужно начать обзывать их мерзкими и унижительными словами. Называть их просто кобелями и свиньями – недостаточно.

Как насчет «мерзкого мудака с грязным членом»? «Члена-паразита»? «Члена в коросте»? «Гнойного члена с герпесом»? «Бесполезного вялого члена»? «Полировщика сифилиса»? «Шлюхи мужского рода»? Подойдет любое наименование, подразумевающее тот же уровень позора, который терпим мы. Может быть, если станем усерднее порочить их скверные поступки, они начнут так же стыдиться их, как заставляют стыдиться нас.

Их жизнь была слишком легка. Давайте заставим их чувствовать себя грязными шлюхами – отныне и впредь. На наших лицах должна появляться гримаса отвращения, когда мы слышим, что они спят с кем попало. Мы должны неодобрительно качать головой. Нельзя обходиться простыми сравнениями с животными. Нет! Нужно, чтобы они ощущали стыд и отвращение. Мужчина, который изменяет, – это мерзкий, распространяющий болезни, грязный извращенец. Слабак. Человек безнравственный и беспринципный.

Никогда не опускайся до такого уровня. Будь женщиной принципиальной. Имей дело только с принципиальными мужчинами. Не участвуй в обесценивании женщин. Служи мудрой наставницей молодому поколению и демонстрируй девушкам, что значит быть сильной женщиной с четкими моральными ценностями. Создавай товарищеские отношения с такими же женщинами, как ты.

Ты уникальная, прекрасная женщина. Ценное сокровище для любого мужчины. Во всем мире не найдется подобной тебе. Так зачем довольствоваться меньшим? Ты заслуживаешь только лучшего! Никогда не продавай себя задешево, деля мужчину с другой женщиной. Не поддавайся на уловки. Не позволяй эго-кайфу отвлекать тебя от правильных поступков. Не попадайся в ловушку убеждения, что это нормально – быть просто любовницей. Эта позиция не только бессильна, она плохо отражается на тебе. И если ты все же предпочтешь игнорировать мой совет из этой главы, просто помни: карма – сука.

Глава 4

Сила выбирать стратегию



- *Придира*
- *Тряпка*
- *Скандалистка*
- *Перфекционистка*
- *Когда ты не права – признай это*

За каждым великим мужчиной стоит еще более великая женщина... раздражающая его до смерти бесконечными придирками. Дамы, давайте поговорим начистоту. Мы любим жаловаться. Пусть даже не любим жаловаться, но нам приходится это делать. Жалобы – это необходимость, когда имеешь дело с мужчинами. Как иначе они вспомнят, что надо выбросить мусор? Как иначе они не забудут о том, что надо сложить одежду, сменить подгузник ребенку или проследить, чтобы дети приняли душ?

Если бы не придирки женщин, многие мужчины палец о палец бы не ударили. Коротко и ясно. Они сидели бы в трусах, чесали яйца и играли в компьютерные игры по тринадцать часов подряд. И мысль о такой жизни всегда нравится им – до тех пор, пока они не осознают, что одиноки, голодны, хотят трахаться и постепенно превращаются в бесполезных, ни к чему не стремящихся неудачников. Наши придирки нужны им, потому что им нужна наша поддержка. Женщины мотивируют мужчин.

И все снова возвращается к силе киски! Думаешь, мужики стали бы выслушивать хотя бы половину наших жалоб, если бы не потребность добраться до той самой киски? Да им было бы наплевать! Киска – их мотиватор, и, увы, к нему прилагаются некоторые требования и ожидания (или, по крайней мере, должны прилагаться). Такие, например, как не быть неудачником, быть тружеником, хранить верность и быть хорошим мужем.

Разумеется, есть на свете и самостоятельно мотивирующие себя мужчины, которые усердно трудятся вне зависимости от того, придирается к ним женщина или нет. Я же не говорю, что мотивация отсутствует у всех мужчин вообще. Но даже трудяги и самостоятельные джентльмены ощущают некий подсознательный стимул к упорному труду и владению всякими

приятными вещами, потому что глубоко в их душе живет стремление быть притягательными для женщин. Все это притяжение в действительности сводится к природному, Богом данному стремлению спариваться.

Киска заставляет мир вертеться. Мы очень важны для жизни человеческого рода, потому что мотивируем мужчин делать дела; но самое главное, мы нужны, чтобы восполнять население мира! Подумай об этом в следующий раз, когда будешь бранить себя. Ты – женщина, и к этой восхитительной привилегии прилагается очень важное предназначение.

= Наши придирки нужны им, потому что им нужна наша поддержка. Женщины мотивируют мужчин.

Итак, поскольку интимные части наших тел – такой серьезный мотиватор, на наши плечи автоматически ложится высшая ответственность быть контролерами. Так же как служащему нужна зарплата, и поэтому его мотивация связана с тем, что велит ему начальник, мужчине нужна его женщина, и при подходящих обстоятельствах он будет делать то, что она говорит. Придирчивость – естественная часть нашей заботливой природы, созданной, чтобы следить за тем, чтобы колеса жизни крутились в верном направлении. Это необходимость и составляющая нашего жизненного устройства, и потому-то мы и не можем не жаловаться. Простите, ребята, но такие уж мы есть.

Проблема, с которой мы сталкиваемся как женщины, заключается в том, что иногда эта придирчивость (или ее отсутствие) втягивает нас в неприятности. Наша проблема в связи с этим двояка. С одной стороны, некоторые из нас придираются, скандалят и/или жалуются слишком много, и это создает в нашей жизни массу необязательных конфликтов. Все эти ненужные конфликты могут привести к тому, что ты или непреднамеренно разрушишь свои отношения, или будешь состоять в нездоровых отношениях, или останешься жить в нежеланном для тебя одиночестве. С другой стороны, некоторые из нас жалуются недостаточно. Мы не ждем от мужчин многого и поэтому ведем их по пути наименьшего сопротивления, в то же время принося в жертву свои собственные потребности и желания.

Нужен баланс. Слишком много стервозности доведет до беды, но недостаточное ее количество превращает в слабачку. И тот и другой сценарий способен нанести серьезный ущерб женщине и привести к проблемам в ее отношениях. Не имеет значения, просто встречается она с мужчиной, состоит в стабильных отношениях или живет замужем двадцать лет, – женщина должна здраво судить и применять свои «мотивирующие силы».

Все мы должны учиться выбирать свою стратегию, свои сражения.

Не следует путать это с попытками умаслить мужчин. Выбирать свою стратегию мы должны ради себя. Это залог нашего счастья. Это принесет в твою жизнь позитивные перемены, особенно если ты оказалась в любом из следующих сценариев.

- Если тебя постоянно расстраивает и сердит все, что делает твой мужчина.
- Если ты хронически одинока из-за того, что у всех мужчин, с которыми встречалась, были те или иные проблемы, которые в итоге заставляли тебя дать им от ворот поворот.
- Если ты так часто ссоришься со своим мужчиной, что между вами разверзается пропасть.
- Если тебе когда-нибудь говорили, что ты слабачка или половая тряпка.
- Если твой мужчина когда-нибудь говорил, что тебя хлебом не корми – дай пожаловаться или что все, что он делает, для тебя недостаточно хорошо.
- Если ты решила, что твоя судьба – быть одиночкой, потому что 99,9 % мужчин, с которыми ты встречалась, раздражали тебя до безумия.
- Если твой мужчина грозился бросить тебя, потому что больше не в силах терпеть бесконечные ссоры и придирки.
- Если ты спускаешь своему мужчине с рук буквально что угодно.

- Если твой мужчина говорил тебе, что ты вечно раздуваешь из мухи слона и слишком всё преувеличиваешь.

- Если ты не можешь ничего подумать, сделать или решить сама, и это доводит твоего мужчину до иступления.

- Если ты до такой степени нетребовательна, что это делает несчастными тебя или твоего мужчину.

- Если ты говоришь себе, что лучше жить одиночкой, чем связать себя с женщиной, у которого есть недостатки.

- Если ты шарахаешься от мужчин.

- Если ты шарахаешься от самой себя.

Все перечисленные выше ситуации характерны для женщин, которые получают от этой главы больше всего пользы. Я собираюсь разбить ее на четыре раздела: придира, слабачка, скандалистка и перфекционистка. Возможно, читая эти разделы, ты найдешь такой, который идеально совпадает с твоей ситуацией, или увидишь свои отдельные черты в разных разделах.

Проверь, подпадаешь ли ты под любую из приведенных ниже классификаций. Если обнаружишь совпадение, честно признай его. Потом вооружись этим знанием о себе и используй его как возможность учиться и развиваться. Понимание, в какую категорию (или несколько категорий) ты вписываешься, поможет тебе применять силу выбирать свою стратегию. Умение применять эту силу с умом – вот что принесет баланс, счастье, спокойствие и стабильность в твои отношения и твою жизнь.

Придира



Я – придира. С готовностью это признаю. Большинство женщин в длительных отношениях или браке в конечном итоге становятся придирами. С этим ничего не поделаешь. Мы на самом деле не хотим быть придирами. Но это почти что служебный долг, если живешь с женщиной. Хочешь не хочешь, а приходится придираться. Однако различие между придирами, у которых есть долгие здоровые отношения, и придирами, которых бросают (или которые в конце концов сами бросают своего мужчину, потому что не получается придираться к нему достаточно, чтобы стимулировать перемены), – это умение выбирать стратегию.

Выбор стратегии не означает, что ты должна идти на компромиссы или покорно терпеть всякое дерьмо. Это значит, что просто нужно задаться вопросами: «А оно того стоит? Стоит ли то, из-за чего я злюсь, моей энергии, которую я трачу на придирки? Стоит ли оно того, чтобы я расстраивалась? Стоит ли оно скандала?» В пятидесяти процентах случаев это просто того не стоит.

Однако бывают такие дни, когда мы просто не можем не придираться. И все равно следует учиться контролировать побуждение придираться – ради нашего собственного блага. Видишь ли, сила выбирать свою стратегию нужна не мужчинам. Она нужна нам для нашего жизненного спокойствия и счастья.

Итак, речь не о том, чтобы вечно кланяться или трусить. Не о жертвовании нашей самоценностью и не о компромиссах с дерьмом. Излишние придирки могут оказаться пустой тратой времени и энергии. Знаешь почему? Потому что мужчины пропускают наши придирки мимо ушей. Тот звук, который вылетает из нашего рта, когда наш голос переключается с обычного тона на «придирочную» громкость, передается на другой частоте.

«Мужская частота» не воспринимает эти звуковые волны, тут же отключая нас. Лучший способ справиться с проблемой отключения – использовать это знание, чтобы получать желаемое без необходимости придирааться. То есть просто и прямо просить о том, что нам нужно или хочется, и просить об этом мило и вежливо.

Здесь мы возвращаемся к принципу «Так и скажи» из первой книги. Но учти, я говорю серьезно. Мужчины – очень прямолинейные люди с «одноколейным» мышлением. Если не владеешь безраздельно вниманием мужчины, когда просишь о чем-то, или придираешься из-за чего-то, велика вероятность, что он забудет. А еще велика вероятность, что ты будешь раздражаться и страдать от неуважения.

Это не значит, что он не любит или не уважает тебя в принципе. Или что он ленив и не желает ничего делать (ну, может быть, самую чуточку). Он, вероятнее всего, забыл или даже не воспринял твою просьбу в первый раз, потому что думал о чем-то другом. А еще, если эта просьба была выражена в негативной форме, он, вполне возможно, автоматически принял ее в штыки и теперь не хочет что-либо делать.

Когда в следующий раз почувствуешь, что тебя так и подмывает придраться, напomini себе, что нужно сдержать это побуждение и просто мило попросить. Проси с улыбкой на лице. Можешь также подойти к мужчине сзади, крепко обнять, поцеловать, а потом высказать то, что обычно является предметом твоих придинок, но сделать это максимально вежливо: «Милый, будь так добр, вынеси, пожалуйста, мусор. Я была бы тебе так благодарна!» Если (и когда) он это сделает, непременно поблагодари его. Если он не послушается сразу, вежливо напomini ему через час-другой.

Дай ему два шанса. Если после второго круга вежливых просьб он по-прежнему не уважил их, то дай себе разрешение придраться. Я не говорю, что придирааться не следует вообще никогда, потому что прекрасно знаю, что иногда без этого не обойтись. Однако давай себе возможность достигать большего и без усилий получать то, чего ты хочешь, напоминая об этом невозмутимо и спокойно. А уж потом, если не получается дожать его, добивай придирками.

Однако ты обнаружишь, что проще добиться сотрудничества от мужчины, побуждая его к этому вежливо и мило, вместо того чтобы сразу же прибегать к придиркам. Дополнительный бонус: ты снижаешь свой уровень стресса, сохраняя спокойствие в этой ситуации. И что еще лучше, если у тебя есть дети, ты своими поступками даешь им понять, что можно добиться в этой жизни большего, сохраняя спокойствие, хладнокровие, миролюбие и сдержанность.

Слабачка



Слабачка – это противоположный случай. Ей нужно учиться постоять за себя, делать выбор в пользу сражения, вместо того чтобы позволять мужчине вытирать о нее ноги и беззащитно пользоваться ее добротой. Ты поймешь, что ты слабачка, если раз за разом спускаешь своему мужчине с рук что угодно и неизменно прощаешь его. Если ты такая женщина, которая говорит «Конечно, малыш!», думая про себя «НЕТ, УБЛЮДОК!», то тебе необходимо использовать силу выбирать стратегию, чтобы постоять за себя. Применяй эту силу, чтобы начать высказывать свое мнение свободнее и чаще.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.