

Алексей Ясногородский

Женщина на Вес золота глазами мужчины



Алексей Ясногородский

**Женщина на вес золота
глазами мужчины**

ИГ "Весь"

2016

Ясногородский А.

Женщина на вес золота глазами мужчины /
А. Ясногородский — ИГ "Весь", 2016

ISBN 978-5-9573-3128-5

Книга Алексея Ясногородского – семейного психолога – адресована женщинам, которые мечтают построить с мужчиной счастливые, гармоничные отношения, наполненные любовью и доверием. Автор имеет многолетнюю психологическую практику. Это позволило ему, опираясь на свой богатый практический опыт, выделить четыре компонента, лежащие в основе прочного любовного союза:

- принятие – способность любить человека таким, какой он есть;
- уважение – искреннее признание достоинств, важности человека как личности, его прав, статуса и уникальных особенностей;
- доверие – это открытые взаимоотношения, построенные на уверенности в порядочности и доброжелательности партнера;
- благодарность – одна из самых позитивных и приятных эмоций, важна для построения теплых и радостных отношений.

Если женщина будет знать, как правильно вести себя в этих областях, она непременно станет самой желанной, единственной для мужчины – женщиной на вес золота. В конце каждой главы вы найдете практические задания и техники, которые помогут структурированно и грамотно освоить материал и применить новые знания в жизни естественно и гармонично. Для широкого круга читателей.

ISBN 978-5-9573-3128-5

© Ясногородский А., 2016

© ИГ "Весь", 2016

Содержание

О книге	7
Здравствуй, дорогая моя читательница!	8
Главная женская карьера – это семья, дети, отношения	14
Счастье в отношениях. Коды доступа	33
Конец ознакомительного фрагмента.	35

Алексей Ясногородский

Женщина на вес золота

глазами мужчины

Тематика: Психология / Психология семьи и брака. Семейные отношения

© Центр семейной психологии Алексея Ясногородского

© ИГ «Весь», 2016

* * *

О книге



Книга Алексея Ясногородского – это лучшие психологические рецепты эффективного поведения в отношениях, пошаговая технология, гарантированно меняющая жизнь любой уважающей себя женщины к лучшему.

Книга будет полезна незамужним женщинам и поможет:

- стать счастливой и женственной, познакомиться с интересным мужчиной и полюбить себя;
- узнать, как найти и привлечь надежного мужчину, а также как сохранить его любовь;
- более осознанно выбирать партнера, лучше понимая себя;
- перестать наконец справляться со всем самой и ощутить заботу, поддержку и защиту любимого мужчины;
- понять, о каких подводных камнях нужно знать заранее, чтобы их обойти;
- сделать так, чтобы после свадьбы ваша сказка только началась;
- оставаться «свободной», будучи замужем.

Книга будет полезна замужним женщинам и поможет:

- жить с любимым мужчиной счастливо;
- избежать измен и предательства;
- подтолкнуть мужчину взять на себя ответственность за семью и детей;
- встать на путь разума, избавиться от негативных психологических программ;
- узнать о главных ошибках, разрушающих отношения в семье, и о способах их избежать;
- вдохнуть в свой брак новую жизнь.

Влюбить в себя мужчину и жить с мужчиной – две большие разницы!

Буду рад прочитать отзыв, вопрос или историю о применении советов из книги. Адрес электронной почты: a-yasno@mail.ru

Здравствуй, дорогая моя читательница!

Обращаюсь в женском роде, так как прекрасно отдаю себе отчет в том, что мужчины эту книгу читать, конечно же, не будут. Написана она не для них. А вместо чтения популярной психологической литературы мужчины в лучшем случае будут работать, обеспечивать свою семью и любимую женщину, заниматься спортом или играть с детьми. В худшем случае – тягу к чтению победят телевизор, рыбалка, пиво или компьютер...

И знаешь что? Будет это первый «набор» или второй – во многом зависит от женщины. Почему? **Да ровно потому, что женщина для мужчины и является тем смыслом, стимулом и мотивом**, ради которого он работает, зарабатывает деньги, делает карьеру и играет (с детьми, разумеется, а не в компьютер). Либо, при отсутствии такового мотива, рисуется в баре перед друзьями, ходит на бессмысленную малооплачиваемую работу, а то и вообще проводит время в местах не столь отдаленных.

Пришел я к этому простому выводу довольно давно. В далекие 90-е, будучи еще начинающим психологом, я задумался над явно бросающейся в глаза неравнозначностью в распределении «спроса и предложения» на «рынке отношений». Мужчина психологически зависим от секса, буквально маниакален в своем стремлении получать сексуальное удовольствие, считает его чем-то неадекватно глобальным и сверхважным. Для женщин же секс (как мне казалось тогда) являет собой средство воздействия и управления, распоряжаться которым она способна с абсолютно холодной головой, без малейшей потери самоконтроля. И даже когда женщине необходимо эту самую потерю самоконтроля изобразить, мы всегда знаем, что рассудка она не теряет. Потом, с течением времени, я более подробно разобрался в этих психологических и физиологических закономерностях, увидел истинную природу притяжения и конфликтности в отношениях мужчины и женщины, точки схождения и столкновения наших интересов.

Однако ответы породили новые вопросы. А какие еще средства влияния друг на друга у нас есть? Зачем мы друг другу? Какова глубинная природа любви? Возможно ли вообще ужиться и мирно сосуществовать двум абсолютно разным с психологической и биологической точки зрения существам?

Озадачившись этими вопросами, я провел небольшое психологическое исследование. Заключалось оно в том, что каждому, встречающемуся на моем жизненном пути мужчине, другу или клиенту, я стал задавать очень простой, но повергающий многих в тяжкие раздумья, вопрос: **«Что для тебя есть самое прекрасное явление во вселенной?»** Подумав, мужчина, если он не имел, как это принято говорить в современной сексологии, «особенностей», чаще всего отвечал что-то в духе: «Ну-у, это, типа... Женщина». Так заявляли абсолютное большинство мужчин. Небольшую конкуренцию женщине в моем опросе составили любимая работа (дело), значительно реже – дети. Именно тогда я убедился в статистической достоверности слов Аристотеля Онассиса: «Если бы не было женщин, все деньги мира ничего бы не значили».

Что интересно: даже «психотравмированные» болезненными отношениями, разводом и потерей значительных средств в результате отношений с женщинами мужчины в большинстве своем признавали эту пусть для них и неприятную, но не проходящую тягу...

Опросив таким образом большое количество мужчин, я постепенно стал осознавать ту неимоверную **власть**, которую имеет женщина над типичным представителем сильного пола. И вплоть до настоящего времени масштабы этой власти не перестают меня удивлять. В двух словах: она огромна!

Удивительно еще и то, что сами женщины не всегда до конца осознают возможности своего влияния на «сильную» половину человечества. Проявляется эта странная неуверен-

ность в зачастую бессмысленных попытках контроля и борьбе за власть над мужчиной. Причем с использованием его же методов: агрессии и конкурентной борьбы. А зачем вообще бороться за то, чего и так в избытке? Это напоминает ситуацию с умирающим с голода человеком, стоящим на горе продуктов. Все, что нужно сделать, – сменить угол зрения! Надеюсь, эта и дальнейшие мои метафоры будут тебе понятны...

Я утверждаю: женщины обладают огромной энергетикой, но не всегда знают, как ее применять!

Держат в руках источник атомной энергии, которой можно питать города, а можно – превратить в бомбу, несущую смерть и разрушения. Направив энергию в нужное русло, правильно ею распорядившись, можно добиться от жизни вообще и от мужчины, как частного представителя этой самой жизни, – очень и очень многого!

ВНИМАНИЕ! В первых строках этой книги я должен сделать важную оговорку. Являясь мужчиной и испытывая в некотором роде мужскую солидарность, я ни в коем случае не призываю женщин пользоваться своей властью для манипуляции, обмана, собственного обогащения и т. д. Такое поведение в стратегическом плане приносит разрушения не только мужчинам, но и «заигравшимся» женщинам. А их, к сожалению, в современном мире немало. Я считаю, что именно такими «играми» и объясняется кризис института семьи, общая неудовлетворенность отношениями и тотальное одиночество в этом, как ни странно, перенаселенном мире...

Помнишь вопрос из анекдота: **может ли женщина сделать из мужчины миллионера?** Да, если он раньше был миллиардером! Это шутка про, так сказать, «женщину-минус». А вот «женщина-плюс» способна сделать из мужчины миллионера, даже если до встречи с ней он огромными капиталами не обладал. Как? Об этом моя книга...

Заявляю абсолютно категорично: **женщина может все!** На примерах из своей психологической практики я покажу тебе, на какие **чудеса** способна твоя женская сила, откуда ее, эту силу, взять и куда грамотно употребить. Как быть всегда довольной жизнью и пребывать в состоянии, образно выражаясь, «пятипроцентного оргазма». Быть в состоянии радости, безмятежности, спокойствия и абсолютной гармонии – с собой и с миром.

Цель этой книги – показать тебе, дорогая моя читательница, твою же силу. А точнее – твои возможности. Потенциал! В дальнейшем изложении я, как мужчина по гендеру и психолог по профессии, помогу тебе увидеть себя со стороны, а заодно и передам массу полезных и простых техник, как стать для мужчины (конкретного или «перспективного») единственной и самой желанной. Той, которую он будет выбирать каждый день! Месяц от месяца, год от года. Все, что тебе нужно для этого, просто ненадолго довериться информации, представленной в книге, и попробовать применить ее на практике. Обещаю – сработает!

За написание книги я взялся после того, как просьбы от посетительниц моих тренингов по различным темам психологии стали экстремально настойчивыми. Люди просили структурированно и четко оформить материал, который мы проходили в семинарском режиме, чтобы он всегда был доступен. Сейчас (наконец-то!) он у тебя в руках – бери, пользуйся, получай удовольствие! Читай медленно, обязательно подчеркивай карандашом важные для тебя мысли, спорь со мной в своем внутреннем монологе и выполняй все практические зада-



ния. Уверен, тебе это понравится.

Твои благодарности, пожелания и вопросы я буду рад получить по адресу электронной почты: a-yasno@mail.ru Обязательно отвечу!

Дорогая читательница! Даже если в данный момент времени ты не состоишь в официальных или неофициальных отношениях с мужчиной, я очень советую заняться изучением техник, представленных в моей книге. Сделай это заранее, до того как состоится долгожданная встреча. У тебя будет время на осознание, усвоение и отработку ценнейших психологических приемов, которыми владеют совсем немногие. Я ни капли не сомневаюсь, что люди умеют общаться телепатически и считывать невербальную информацию, поэтому самым главным эффектом от усвоения материала будет статус «элитной женщины», безошибочно считываемый всеми достойными мужчинами, каждый из которых (в зависимости от твоего желания, конечно) будет становиться твоим верным поклонником. Мы, мужчины, несмотря на некоторую, как считают женщины, «недоразвитость» чувственной сферы, способны безошибочно определять этот «запах» – прекрасный аромат совершенного сознания!

Противопоказания

Для того чтобы решиться на любые изменения в жизни (которые, как известно, для организма представляют бессознательную опасность), человеку нужны очень серьезные основания. Например, тяжелый кризис. Мы, люди, – биологические существа, которым очень трудно менять свои привычки. В этой природной закономерности заложен важный самоохранный смысл, но она же способна нашу жизнь и сильно испортить. Когда для счастливой и эффективной жизни требуется новая привычка взамен старой, сильный человек эту привычку начинает вырабатывать усилием воли, слабый же, скорее всего, ничего подобного делать не станет. Вместо работы над собой он предпочтет обесценить требуемое качество, подведя под свою лень серьезное научное психологическое обоснование, а заодно и обдаст холодным презрением тех, кто ему на это укажет.

Кому эта книга полезной не будет? Не станут ее читать в первую очередь женщины гордые, ленивые и жадные. А следовательно, несчастные. Обычно им неприятна мысль: прежде чем что-то взять, нужно сначала что-то отдать. Это свойство характера, элемент жизненного сценария, родительские программы и общее отношение к жизни. Идеология «халявы», засевшая в самых глубинных структурах личности. Привычки, ведущие в никуда. В своей жизни я ни разу не встречал людей, у которых высокомерие уживалось бы с радостью и безмятежностью, поэтому оставим попытки их «осчастливливать» другим специалистам.

К моему личному сожалению, сейчас вообще развелось много тренингов для женщин, обучающих вероломному манипулированию мужчиной с целью получения от него различных материальных благ и услуг. Книжные полки завалены литературой в духе «как окрутить олигарха» и тому подобной «стервологией». Думаю, что если бы женщины, гордо называющие себя стервами, посмотрели значение этого слова в Толковом словаре, у них бы навсегда пропало желание ассоциироваться с таким эпитетом. Однако сейчас идеология потребления ресурсов мужчины является основным лейтмотивом популярных женских тренингов и хорошо продается. Например, в рекламе одного такого семинара я видел подробное описание процесса похода в автосалон за новым автомобилем как гарантированного результата после прохождения этого самого тренинга. Такие маркетинговые приемы, апеллирующие к низменным инстинктам и жадности, к сожалению, чрезвычайно эффективны. «Я научу вас, как паразитировать на мужчине всю жизнь!» («С тебя 15 тысяч».)

Эти тенденции есть не что иное, как маркеры деградации общества. Моя позиция по данному вопросу кардинально иная. Я считаю, что миссия женщины в отношениях с муж-

чиной – это, выражаясь метафорически, построение совместного бизнеса под названием «семья», где каждый из акционеров вкладывается в проект по полной, без «халявы». Только в таком случае он будет жизнеспособен на долгие годы. Женщины в своих же интересах как можно скорее должны осознать, что без сильных, искренне почитаемых ими мужчин общество здоровым стать не сможет.

Мысль о том, что женщина заинтересована в сильном мужчине, кажется банальной. Если мы подойдем на улице к сотне-другой женщин и спросим их, какого мужчину они бы выбрали себе в спутники жизни, сильного или слабого, думаю, что все как одна ответят: «Конечно сильного!» (не забыв, разумеется, предварительно покрутить пальцем у виска). И чем яснее мы осознаем, что женщина заинтересована именно в сильном мужчине, тем более непонятным представляется следующий парадокс: своими же руками женщина своего мужчину ослабляет! В книге мы подробно обсудим, как она это делает, какие мотивы стоят за подобным абсурдным поведением (банальный страх и бессознательная агрессия к мужчинам, какие же еще) и что со всем этим делать.

Пожалуйста, читательница, пойми: есть только два пути движения мужчины в твоём энергетическом поле: вверх или вниз. Не то что отношения и люди, вся вселенная находится в постоянном движении. Поэтому нуля не существует! Отношения всегда развиваются в плюс или в минус. Находящийся рядом с тобой мужчина, при твоём непосредственном участии, будет или расти, или деградировать. Как это повлияет на вашу семью, сказать трудно, важно понимать, что и в том и в другом случае вероятность разрыва будет сохраняться, как и вероятность любого непредвиденного события в мире вообще. В случае своего роста мужчина может уйти от тебя по причине того, что ты не успеваешь за ним. В случае деградации – он уйти от тебя уже практически не сможет, банально не хватит сил. Однако в этой ситуации уйдешь уже ты. Или, как вариант, у тебя под рукой всегда будет козел отпущения, на которого можно будет свалить вину за все свои неудачи. Хорошо иметь под боком того, кого можно пнуть в моменты особого разочарования от жизни, да?

Когда я анонсировал эту книгу некоторым участницам своих психологических тренингов, то среди прочих отзывов услышал и такой: «Ни в коем случае нельзя, чтобы эта книга попала в руки моей подруги!» Нельзя сказать, что я был удивлен. О том, что женская конкуренция существует, я «догадывался» и раньше, однако мне стали интересны конкретные причины опасений. Их было названо немало, но одну мне хотелось бы процитировать: «Меня устраивает, что я знаю больше нее».

***Хотеть знать больше – это честлюбивая и благородная цель
любого достойного человека!***

Богатые учатся всю жизнь, бедные считают, что они и так знают достаточно...

**Главная женская
карьера — это семья,
дети, отношения**



Главная женская карьера – это семья, дети, отношения



Что такое качество в отношениях

Как сделать отношения по-настоящему счастливыми и радостными в долгосрочной перспективе, а не сиюминутно? В этой книге я не стану тебе рассказывать, как мужчину «завлечь» или «влюбить». Демонстрировать запястье, грациозно закидывать ногу на ногу, бросать томные взгляды. Все эти техники – для малообразованных школьников, и все они не помогут, если ты не умеешь главного. Того, что действительно нужно, чтобы не только «зацепить», но и научиться с мужчиной уживаться. А если это самое главное ты знаешь, то проблемы у тебя будут не с тем, где мужчину взять, а с тем, как быть с очередью желающих. Согласись, в жизни лучше иметь проблему выбора, чем проблему отсутствия выбора...

Дилемма «мужчина – ребенок»

Интересно то, что мое психологическое исследование, описанное вначале, имело дальнейшее продолжение. Этот же вопрос («Что для тебя есть самое прекрасное явление во Вселенной?») я задавал и женщинам. Отгадай, какими были большинство их ответов? Да что там большинство! Все женщины не задумываясь отвечали, что самое прекрасное явление во Вселенной это далеко не мужчина, а их... ребенок!

Таким образом, выходит, что мужчина для женщины – это средство для получения (и желательно последующего жизнеобеспечения) самого для нее прекрасного явления во Вселенной. Расходный, так сказать, материал. Каким бы негативным ни было звучание этой фразы, нет никакого смысла спорить с биологической и эволюционной данностью. Женщина самой природой (которая, как известно, проявляется в нас через инстинкты) «запрограммирована» родить от самого сильного и успешного мужчины, доступного лично ей, и обеспечить выживание своего потомства.

Здесь есть одна существенная трудность для женщины, с которой не все справляются и которая может разрушить любые, даже самые перспективные, отношения. Заключается она в том, что, несмотря на такую данность (а в чем-то и вопреки ей), женщине необходимо строить отношения с мужчиной так, чтобы он этой своей «неважности» и «второстепенности» не ощущал. Для мужчин это действительно болезненное место, недаром пик разводов приходится на время, когда в семье рождается ребенок и женщина смещает на него фокус своего внимания (которое, как известно, не резиновое), неизбежно лишая мужчину важных для него проявлений любви. Кто-то с этим справляется, кто-то, к сожалению, нет. Слышу, как ты говоришь, что необходима обоюдная работа, и мужчина тоже должен стараться. Он, конечно, постарается, если ему это будет по-настоящему нужно, однако наша книга для женщин и только для женщин, поэтому все дальнейшие рецепты решения дилеммы «мужчина – ребенок»

нок» будут приведены именно как алгоритмы эффективного женского поведения. Они работают и проверены на многих участницах моих семинаров, поэтому просто возьми и сделай! Гарантирую, результат тебя удивит более чем приятно.

Женщина на вес золота – достойная цель

В названии этой книги используется метафора, связанная с драгоценным металлом, не с целью привлечения твоего внимания и даже не как проявление цинизма, а лишь потому, что брачный рынок – такая же торговая площадка, как, например, ювелирный магазин. Нравится тебе это или нет, но там, на прилавках, освещенные ярким светом галогеновых ламп, лежат украшения из золота и бриллиантов. Они могут быть дорогими или очень дорогими. Или даже очень-очень-очень дорогими, о приобретении которых обычный человек даже и мечтать не может. А могут быть и дешевыми – поддельными, ненастоящими и некрасивыми. Но у нас, людей, в отличие от хоть и красивых, но бездушных предметов, есть уникальная способность – повышать свою стоимость. Усилим мысли и воли. Именно этим, как ты, наверное, уже догадалась, мы сейчас и займемся.

Женская конкуренция в нашей стране – не миф, а суровая реальность. Кто побеждает в этой борьбе? Кто становится той женщиной, за которую готовы сражаться самые лучшие мужчины?

Для ответа на эти вопросы давай вспомним, что в любой науке существует эталон. Есть физические эталоны, хранящиеся в Международном бюро мер и весов, а есть эталоны психологические. Это такие поведение и состояние, к которым нужно стремиться каждому здравомыслящему человеку, если он хочет жить не только эффективно, но еще и счастливо. Попробую обрисовать перспективу – дать психологический портрет эталонной женщины. Элитной женщины. Элитной, конечно же, не в том смысле, что она светская львица, умеющая тонко интриговать и скандалить, а в психологическом и духовном плане. Синонимы: идеальная женщина, женщина-королева, женщина с большой буквы, женщина на вес золота, женщина-воплощение мечты, женщина-ангел, женщина, о которой мечтают лучшие муж-

чины и так далее. В дальнейшем повествовании буду применять их все.



Психологическая особенность таких женщин – это, как ни странно, в первую очередь установка не на внешнюю красоту, а на ум. Они по-настоящему образованны, эрудированны, и главное – всегда в развитии! Их не проведешь советом: «будь немного дурочкой». Они понимают, что призывы женских тренингов: «разреши себе быть женщиной», – дешевая манипуляция.

Это правда, мужчины любят дурочек, но слово «любят» в данном случае нужно брать в кавычки, так как занимаются они этим недолго (примерно один-два раза), а вот чтобы уважать их – никогда. Умная женщина для своего мужчины может изобразить дурочку, когда это будет уместно и весело, но основной стиль ее поведения – статусность и самоуважение. Не прислушиваясь к лозунгам, призывающим «отключать голову», она в любой ситуации ведет себя «с головой», она разумна, она прекрасно знает свои цели, и у нее развит самоконтроль.

Умная женщина всегда знает свои потребности, и при этом она тонко чувствует нужды других людей, умеет на все смотреть отстраненно и видеть далекие перспективы. Она умеет бескорыстно обо всех заботиться. Она уверена в себе, у нее есть смелость ценить себя и заявлять о своих желаниях, она смеет быть требовательной, умея отстаивать свои законные интересы из списка того, чего добиться

реально. Она прекрасно знает, что такое правила, договоренности и формат в отношениях, и никогда не допустит неуважения к себе.

Конечно же, элитная женщина – лидер, но она демонстрирует это тактично и неявно, используя в том числе и позитивные манипуляции – так, что мужчина рядом с ней всегда будет чувствовать себя уважаемым и значимым. Она умеет поднимать самооценку близких, поддерживать их лучшие стремления, делать из них людей больших и сильных.

На эту тему есть один «бородатый» анекдот. Подъезжает президент США с женой к заправке. А там заправщиком работает первая любовь жены президента. И президент говорит: «Если бы ты вышла замуж за него, то сейчас была бы женой заправщика». На что она ему отвечает: «Ты ошибаешься, дорогой. Если бы я вышла замуж за него, то сейчас он был бы президентом США».

За каждым большим человеком стоит она – женщина на вес золота!

Эталонную женщину отличают культура, воспитанность и хорошие манеры. У нее мягкий голос, правильное произношение, плавность в движениях и красивые мягкие жесты. Королева – это вкус и стиль, что не мешает сексуальности, а только подчеркивает ее и создает правильный фон для применения женского военного арсенала. Королева умеет завоевывать мужчин – лучших мужчин!

Такие простые вещи, как честность и настрой на семью, – прекрасные украшения элитной женщины. Для своего мужчины она – муза и соратник. Среди порядочных людей такая женщина выбирает мужчину и умом, и сердцем, умеет любить преданно и мудро, выстраивая отношения так, что в них нет места для ревности и больных привязанностей. Она умеет любить и выбирает только тех, кого ей любить определенно стоит.

Да, она любящая и заботливая, но ее любовь мудра и разборчива. В своей любви она не прилипчива, такая женщина умеет быть рядом с мужчиной тогда, когда ему это нужно, но не заботится о нем с утра до вечера, не зная в своей жизни больше ничего. Любовь и забота – не все содержание ее жизни. Идеальная женщина – личность, она, помимо заботы о мужчине, имеет собственные интересы и свою большую жизнь, по крайней мере может иметь. Она не будет влюбляться в неизвестно кого, а выберет заботиться только о настоящем мужчине. Кстати, только такую любовь мужчины по-настоящему ценят: если женщина в своей жизни не имеет ничего, кроме мужчины, если без него ей все равно делать больше нечего, цена ее заботы невелика.

И, конечно же, женщина, обладающая психологическими качествами эталона, не может быть некрасивой. Ведь внешняя красота – это проявление красоты внутренней. Гармония, безмятежность и радость будут ее привычными состояниями. Поэтому такая женщина обязательно будет красива внешне! Она будет ухаживать, следить за собой и находиться в хорошей физической форме [2].

Умная женщина не станет применять дешевые, да даже и изысканные, манипулятивные приемы. Она понимает, что проявлять уважение к мужчине даже больше в ее интересах, чем в его. Она очень хорошо осознает, что поработанный и лишенный инициативы мужчина неэффективен в социуме и в семье, несчастлив, а следовательно, для нее неприемлем. Слабые мужчины, которыми можно управлять и понукать, ей не интересны. Такая женщина весь свой талант направит на то, чтобы не задавить мужчину, а вдохновить его, вырастить у него крылья, чтобы он смог подняться как можно выше. Так выгоднее обоим. Она не боится, что после этого мужчина ее оставит, подобное попросту невозможно. Ведь она поднимается

вместе с ним. Она любит, уважает и принимает своего мужчину таким, какой он есть, не желает его дрессировать и всегда готова быть ему союзником.

Лучшие в мире женщины обычно не сидят дома как за каменной стеной, то есть не паразитируют внаглую на мужчинах. Но и не лезут в мужскую внешнюю сферу компетенции.

Они активны, но в своей области. Контролируют тыловую часть жизни семьи. Образование детей и внуков. Домашнее хозяйство. Коммуникации. Быт. Следят за закупками и различными видами работ (ремонт, приобретение мебели, дизайн дома). На них – организация отдыха, досуга. И тому подобное. Это и есть их общественная и культурно-просветительная тыловая деятельность. Поначалу, пока детей нет или мало, женщины обычно участвуют в бизнесе мужа или продолжают ходить на свою работу. Но как только семья разрастается, они берут на себя весь тыл, освобождая мужчину для выполнения внешних функций. Это самый эффективный тип семьи в современном мире. Полупартнерская – полутрадиционная. Принцип предельно прост: чем больше активности на благо семьи, тем она крепче и благополучнее. Соответственно, чем больше сил и времени расходуется вне семьи и на собственные эгоистичные развлечения, тем семья слабее. Если час времени потрачен женщиной на праздное шатание по магазинам, просмотр «мыльной оперы» или на бессмысленную для бюджета семьи малооплачиваемую работу, которая только забирает энергию у женщины, не принося ей морального удовлетворения, значит, этот самый час не использован на благо семьи и детей, украден у них. Поэтому я убежден, что работой, общественной деятельностью, бизнесом настоящих женщин является семья [1].

Надеюсь, у меня получилось нарисовать достаточно детализированный портрет эталона. Женщины на вес золота. Если ты не ощущаешь себя таковой (пока не ощущаешь), это не повод рвать на себе волосы или впадать в депрессию. Не позволяй своей заниженной самооценке убедить тебя в том, что ничего не получится. Долгий путь начинается с первого шага, и ты его уже сделала, открыв эту книгу. Такой, как раньше, ты уже не будешь никогда! Англичане хорошо говорят: «Keep going!» Не останавливайся, продолжай движение!

Как стать королевой. Главный секрет

Прежде чем мы приступим к детальному разбору техник, представленных в этой книге, позволь озвучить тебе одну очень важную идею. Поняв, осознав и внедрив ее в каждодневную практику жизни, ты действительно сможешь получить очень и очень многое.

Эта идея на миллион долларов звучит так: **задача идеальной женщины – быть всегда довольной!**

Не рассчитывая на полное и безоговорочное понимание этой бесценной идеи и будучи готовым даже к агрессивному неприятию («Я что, олигофренша, быть всегда довольной?»), раскрою ее подробнее. Дело в том, что такая задача стоит не только перед женщиной, и касается она не одной лишь темы отношений. Это цель любого человека и цель жизни вообще.

Что происходит, когда человек доволен? Он бодр, полон сил, оптимистичен, радостен, психологически здоров, то есть счастлив. А не счастье ли в итоге является нашей жизненной целью?! Думаю, не найдется ни одного человека, кто отказался бы от этой волшебной энергии. Будучи счастливыми, мы ежесекундно выражаем свою благодарность Создателю за подаренную нам жизнь, и Он отвечает нам тем же.

В формуле мы меняем привычными местами причину и следствие. «У меня все хорошо, и поэтому я довольна» – конструкция реактивная, ненадежная. Что-то сломалось, как это всегда бывает в жизни, и ты недовольна. А если ты недовольна (то есть несчастлива), то единственный путь, уготованный тебе судьбой, – дальнейшее несчастье. Ведь недоволь-

ство – это претензия к миру. Представь человека, который предъявляет тебе претензию, – захочется ли тебе с ним сотрудничать? Вряд ли. Состояние несчастья в данном случае работает как самореализующееся пророчество. Пессимистам всегда не везет...

Ты грустишь и позволяешь себе проявлять другие негативные эмоции (гнев, раздражение, злость), потому что не до конца понимаешь, насколько это для тебя опасно! Характер – набор привычек. Последствия привычки к негативу (а это именно привычка) могут быть фатальны. Игры в страдания и беспомощность, обвинения и оправдания смертельно опасны!

Поэтому крайне важно говорить про свою жизнь по-другому: «Что бы ни произошло – я всегда довольна!» Или так: «Я принимаю все, что со мной происходит». Только через эту установку может появиться позитивная энергия.

Как бы тебе ни хотелось, нельзя просто расслабиться и погрузиться в поток эмоций. Это путь слабых. Конечно, у тебя могут, и должны, быть глубокие чувства и яркие эмоции, но именно ты должна владеть своими эмоциями, а не они – тобой. Твой ум должен быть спокоен, но не выключаться никогда. Это условие счастья.

Вообще, тема оптимизма, принятия и благодарности к миру бесконечна. По этому поводу можно было бы написать еще не одну книгу, они и так, кстати говоря, уже существуют числом миллион. Ни одна брошюра на тему личностного роста, духовности и эзотерики не обходится без обсуждения этих вечных, глобальных и универсальных вопросов, что, конечно же, правильно. Поэтому, чтобы не повторяться, я ограничусь лишь коротким тезисом. Постарайся взять его на вооружение в том виде, в котором тебе будет комфортно его принять, и наблюдай за своей дальнейшей трансформацией.

Давай еще немного глубже погрузимся в тему удовольствия от жизни и счастья, чтобы тебе был понятен детальный механизм запуска и удержания данных состояний. Смотри: счастье – положительная эмоция. Она появляется у человека, когда он сделал что-то, что соответствует его природе. Природа эта заложена в нас в виде инстинктов, а они, в свою очередь, разговаривают с нами именно на языке эмоций и телесных ощущений. Пищевой инстинкт, например, запускает состояние голода, и для того, чтобы его удовлетворить, нам нужно поесть. Поели – радость. Чтобы удовлетворить половой инстинкт, нам нужно заняться сексом. Инстинкт продолжения рода – родить и воспитать ребенка. Ну и так далее. Так вот, если женщина пребывает в эмоциональном состоянии несчастья, перво-наперво нужно искать сбой в ее программе удовлетворения инстинкта. А теперь главное: в современном феминизированном мире самая первая причина несчастья женщины заключается в неудовлетворенном иерархическом инстинкте, который сыграл с ней злую шутку. Дело в том, что в каждой женщине сосуществуют (не скажу, что мирно) две психологические тенденции. С одной стороны, это желание занять главенствующее положение в социуме. Маркерная фраза-«убийца»: «я сама» (решаю, делаю, зарабатываю и тому подобное). С другой стороны, в каждой женщине с незапамятных времен живет инстинкт подчинения сильному и властному мужчине («зверю»). Сомневаешься? Тогда пройди простой тест: если бы нужно было выбирать из двух мужчин, кого бы ты предпочла в качестве сексуального партнера: здорового накаченного и грубоватого атлета или вялого мягкотелого скромного и бледного «бухгалтера»? Инстинкт... Поэтому фраза «мужики нынче не те пошли» как раз о второй ситуации. Доминирующие женщины, лишая мужчин возможности проявить силу, в глобальном смысле сами себе вырыли яму. А потом родили сыновей, воспитанных в духе матриархата, и заложили основу для страдания дальнейших поколений женщин...

Таким образом, мы видим, что один инстинкт (доминировать) побеждает второй (подчиняться), ослабляет мужчин и губит своих же хозяев (женщин). Надеюсь, этот механизм тебе понятен, потому что понимание – уже полдела. Как быть дальше? Бить тревогу и включать мозги! Распознавать вредоносные программы уничтожения мужчины собственными руками и делать все ровно наоборот! Подробная инструкция предложена в книге. А начнем

мы с того, что немного более подробно изучим объект твоего будущего (хотелось бы верить, что позитивного) влияния – мужчину.

Современный мужчина в представлении современной женщины

Мой личный и профессиональный опыт общения с женщинами показывает, что в мужчинах современные женщины разбираются примерно так же, как в автомобилях. Действительно, если механическое средство передвижения способно тебя доставить из пункта А в пункт Б, при условии, что в дырку, куда нужно заливать бензин, залит именно он, то зачем знать конструкцию двигателя внутреннего сгорания и уметь отличать генератор от радиатора? А если это средство ломается, у женщины есть для такого случая другое «средство» – автомеханик или муж. Все правильно и практично.

Осознать, что было бы неплохо получить узнать биологическое «средство», которое чинит механическое средство, женщину чаще всего заставляет тяжелый кризис. В виде ухода мужа из семьи, «неожиданной» и окончательной пропажи молодого человека после красивого и, казалось бы, такого перспективного романа или тотального и неизбежного понимания (обычно после 30), что личная жизнь не сложилась, принц на белом коне не приедет, а ребенка «для себя» рожать не хочется.

До этого момента женщины предпочитают находиться в блаженном неведении (а некоторые, наоборот, в индюшачьей уверенности) относительно прямого и непосредственного участника процесса под названием «личная жизнь» – мужчины. Их знания на данном этапе представляют собой смесь подростковых иллюзий, родительских заморочек и фрагментов истеричных кинопрограмм типа «Дом-2». Основа этого коктейля – позиция «мужчина должен», после чего идет огромный перечень его идеальных качеств и принципов эталонного поведения. Спросив такую женщину, а ради чего, собственно, он это все должен, за какие такие пряники, мы получим невразумительные ответы про секс и путь через желудок, или что-то типа: «ну-у, он же хочет быть со мной». Зачем хочет, почему хочет, как долго будет хотеть, и действительно ли хочет именно того, что ты думаешь, – эти вопросы ставят женщину в тупик.

Очень важно понимать, что женщина судит обо всех мужчинах исключительно по тем представителям сильного пола, с которыми она контактирует. А контактирует она преимущественно с теми, которые ее атакуют или которых атакует она. Таким образом, женщина судит обо всех мужчинах по узкой прослойке профессиональных ловеласов («пикаперов»), собирающих коллекцию сексуальных контактов с женщинами. И по буйным недоумкам, подлецам и негодяям, тем самым альфа-самцам – несостоявшимся вождям первобытных племен, к которым ее тянет инстинкт. То есть по тем, кому здравомыслящий мужчина руки не подаст. Нормальных же мужчин зачастую женщина либо почти не встречается, либо в упор не видит.

Иллюзии, питаемые женщиной относительно мужчин, поистине огромны, и чем их больше, тем тяжелее разочарование, когда они разрушаются.

«Все мужчины любят большую грудь». Мой комментарий: многим достойным мужчинам нравится именно небольшая грудь, а от силикона (и еще татуировок) их буквально тошнит.

«Мужчине от женщины нужен только секс». Многофункциональный манипулятивный женский прием, запускающий чувство вины. Чем больше женщина будет верить в этот тезис, тем больше пикаперов ее будут атаковать.

«Если он хочет быть со мной, он должен... (список)». Чем больше он должен, тем меньше он хочет быть с тобой. Исключение – слабые мужчины и мазохисты.

«Настоящий мужчина должен дарить подарки». Наиболее часто эксплуатируемый тезис на женских тренингах, вариант предыдущего. То, что ты от него это требуешь, говорит о том, что истинной любви к нему у тебя нет, а как только он начнет это делать, ты перестанешь его уважать.

«У меня есть красота, а значит, мне ничего не нужно делать, успешный муж мне обеспечен». Тысячи ослепительно красивых женщин несчастливы в личной жизни и одиноки.

«Мужчина не способен решать бытовые проблемы». Можешь озвучивать это мужу с целью повышения своей значимости в семье, но главное – смотри сама не поверь в эту ложь. Нажать пару кнопок на стиральной машинке гораздо проще, чем зарабатывать деньги на содержание семьи.

«Мужчинам нравится, когда ими понукают». Убеждение исходит из опыта общения с мужчинами в состоянии тестостеронового одурения во время влюбленности («спермотоксикоза»), когда он настолько идеализирует женщину, что не понимает – его унижают.

Ну и так далее...

Настоящий мужчина не пьет, не курит, не матерится и не существует

Как я уже сказал, иллюзии, в какой бы сфере жизни они не проявлялись, опасны. Они забирают эффективность и приносят боль. Это все равно что на большой скорости мчаться на автомобиле с запачканным лобовым стеклом и неработающими дворниками – рано или поздно разобьешься. Изучение психологии позволяет прояснить картину, добавить четкости и стать более успешной.

На своих тренингах я часто показываю ролик, в котором девушка сидит и рассуждает о мужчине, которого она хотела бы найти. У этой красавицы вместо лобового стекла вообще глухая «фанера». Вот что она говорит.

Я хочу мужчину, который был бы очень хорош собой... но который не осознавал бы этого совсем...

У него должно быть очень хорошее чувство юмора... но то, что я говорю, он должен воспринимать совершенно серьезно...

У него должна быть престижная работа... но деньги не должны быть для него главным, отнюдь...

И еще он должен быть непредсказуемым, когда речь идет о подарках... но пусть дарит только то, чего мне хочется...

Он должен быть резким... но в то же время очень нежным...

И еще он должен уметь летать.

Клубок противоречий, фантазии, не имеющие ничего общего с реальной жизнью. Еще одна потерянная для семьи женщина. Так хочется крикнуть этому далеко не вымышленному персонажу: «Ау! Проснись, милая!»

Почему мужчины не хотят жениться?

Относительно довольно часто задаваемого женщинами вопроса: «Почему мужчины не хотят жениться?», я даю им очень простую рекомендацию. Прямо сейчас подойди к зеркалу, представь себя мужчиной и увидь у себя на лбу огненно-красную надпись «ОПАС-

НОСТЬ!» Что хочется делать? Правильно – бежать! Ниже мы подробно поговорим о том, что даже одна мысль о доминировании лишает женщину привлекательности в глазах мужчины. Здесь же хочу сказать, что большинство мужчин не дураки, у них есть внутренняя мудрость, логика и способность к математическим расчетам. Они умеют почувствовать желание их использовать даже тогда, когда женщина сама себе в этом признаться не хочет. А также могут сопоставить все за и против: взвесить бонусы, которые они получают от более-менее стабильного секса и ужина, и минусы добровольного тюремного заключения под названием «брак», сопровождаемого ежедневным «пилением». Скорее всего, их вердикт будет таков: зачем связывать себя невыгодными обязательствами, если я все это могу продолжать получать и дальше от других «игроков» такого богатого брачного рынка с гораздо меньшими вложениями?

Совершенно по другому пути будет развиваться ход мужской мысли, если он встретит женщину на вес золота. Я не говорю, что его не будут посещать сомнения, любое изменение, даже к лучшему, для человека является стрессовым фактором. Однако сомнения эти будут совершенно другого рода. Главное, что он будет понимать (или даже, скорее, ощущать), что он приобретает в жизни нечто по-настоящему ценное, важное и дорогое. А то, чем он жертвует (например, «свободой»), это минимальная или даже ничтожная цена за великолепный «актив».

Основная сложность для женщины, которая решится работать над собой, чтобы стать бесценным активом, заключается в том, что нужно поменяться не поверхностно, а глубоко. В первые несколько недель знакомства в режиме «рекламной акции» сыграть можно кого угодно, но рано или поздно тебя раскусят. А вот овладеть хотя бы 50 % навыков, предложенных в этой книге **на уровне рефлекса**, – уже совсем другая картина...

Если для тебя на данный момент актуален вопрос создания семьи с достойным мужчиной, ты просто обязана научиться мыслить «категориями клиента», то есть по-мужски. Попробуй на минуту стать мужчиной, который анализирует ваше совместное будущее на предмет подводных камней. Увидь все страхи, сомнения, опасения и раздутые его воображением до пределов вселенной скрытые ловушки, поджидающие сразу после того, как будет съеден последний кусок свадебного торта. Увидь себя его глазами. Из каких элементов твоего поведения сложилась злополучная надпись «опасность»? Может быть, ты попросила его о чем-то, намекнув, что будешь в нем разочарована, если он этого не сделает (потенциальное чувство вины – опасность!)? Ты мало называешь его по имени? Ты надула губки (совсем на секунду), когда он куда-то уехал вечером? Причин может быть много. Подумай, такая «диссоциация» в любом случае будет полезной. А лучше запиши на отдельном листочке все плюсы, которые он приобретает, вступив в брак, а также минусы этого решения. Обрати внимание: не переоцениваешь ли ты себя в некоторых моментах?..

Если мужчина представляет для тебя сверхценность, ты для него будешь неинтересна

О вреде завышенной важности любого явления (в том числе любви и отношений) сказано уже немало, однако современные женщины со свойственным им упорством продолжают наступать на эти грабли. В теории эмоционального интеллекта есть такая закономерность: слишком сильные эмоции разрушают эффективность других психических процессов. Иными словами, получить то, что ты хочешь, можно, только находясь в спокойном, ровном состоянии. Не вялом, а именно спокойном.

Делая из темы отношений идею-фикс, ты создаешь вокруг себя поле, отпугивающее достойных мужчин. Почему? Потому что демонстрируешь свою слабость. Потому что, повторяю, несмотря на популярные на женских тренингах призывы стать слабой, мужчины

способны любить и уважать только сильных и самодостаточных женщин. Сильных духом, а не в искусстве манипулирования мужчиной, конечно же. Тех, у которых хватает веры и радости даже тогда, когда трудно. Например, в ситуации вынужденного одиночества, развода, конфликта и так далее. Женщина, способная сохранять оптимизм и в этом случае, непривлекательной быть просто не может.

Мужчины и пирамиды

Из профессионального любопытства я в свое время посетил немало тренингов для женщин и обратил внимание на популярность идеи иерархии мужчин в этих программах. Гуру рисует пирамиду, выделяет макушечку и вещает: «Здесь альфа-самцы! Их мало, они богаты и успешны, а все, кто внизу, – быдло или в лучшем случае менеджеры, которые вас недостойны!» Учитывая глобальную неуверенность женщин в себе – хороший ход для кратковременного повышения их самооценки. Однако бесполезная, а для кого-то даже вредная, информация в долгосрочной перспективе. Так, мне приходилось встречать женщин за 40 не самой приятной внешности, ждущих альфа-самцов. Картина сюрреалистическая.

Итак, где же правда? Для того чтобы объективно разобраться в этом вопросе, давай перенесемся на несколько сотен тысяч лет назад, когда человек как биологический вид только начинал свое шествие к статусу высшего существа. Тогда, в суровые времена нижнего палеолита, структура человеческого стада действительно представляла из себя четкую иерархию, на вершине которой находился вождь – самый агрессивный и физически сильный самец – «высокоранговый». Это терминология ученых этологов, которые изучают работу человеческих инстинктов, и раз уж она стала такой популярной, будем ее использовать и мы. За вождем шли самые сильные и агрессивные воины статусом ниже – среднеранговые гаммы, но они имели реальный шанс занять в случае чего место вождя. За ними – все остальные, низкоранговые омеги, которые о месте вождя и не мечтали, но стремились стать среднеранговыми. Вожаку доставались лучшие куски добычи и все женщины, которых он желал. Среднеранговые довольствовались кусками похуже, и выменивали секс у женщин, которые уже перестали интересоваться вожаком, на еду и заботу о потомстве (детей высокорангового). Низкоранговые шли на прокорм тиграм, еды им практически не доставалось, а о сексе они даже не мечтали. Женщины, естественно, любили самых высокоранговых самцов, которых они могли увлечь, и предпочитали иметь потомство именно от них.

В наше время, несмотря на изменения в условиях материального существования, животное (инстинктивное) стремление женщин к высокоранговым мужчинам никуда не делось, однако поменялись критерии оценки, и высокий материальный статус стали путать с высоким биологическим статусом. Все смешалось, и женские инстинктивные программы «сошли с ума». Богатый, добычливый мужчина в современном мире может совершенно не обладать параметрами альфа-самца, такими как агрессивность, напористость, конфликтостойчивость, и женщины будут любить только его деньги, но не его самого. А вот столь желанный альфа (в биологическом понимании этого термина) может работать простым таксистом и пользоваться огромной популярностью у слабого пола. Женщины будут чувствовать его доминантность буквально нутром, но уже ум женщины будет блокировать этот союз. Так, зажатые в тиски современной цивилизации, женщины оказываются не в состоянии сделать выбор, бракуют практически всех мужчин и остаются одни. Кстати, именно тоска по «звериной» силе заставляет наших соотечественниц совершать сексуальные туры в Турцию и Египет для поиска приключений с местным мужским населением.

Как ты понимаешь, потенциал мужчины – это не только деньги, которыми он обладает. Для более четкого понимания, что такое ранг в биологическом смысле, посмотри на харак-

теристика, приведенные в таблице, и в качестве практического задания отметить галочками качества, присущие твоему мужчине (или твоему бывшему мужчине).

Признаки высокого ранга	Признаки низкого ранга
- Высокая самооценка, склонность невысоко оценивать окружающих. - Вера в свою непогрешимость, отсутствие сомнений. - Решительная забота о своем комфорте, здоровье и безопасности. - Оптимизм, уверенность в завтрашнем дне. - Хвастливость, самодовольство. - Склонность принимать решения быстро, без долгого обдумывания. - Способность действовать, невзирая на мнения и проблемы окружающих, асоциальность. - Нерефлексивность. - Высокий порог осознания своей вины. - Болезненное восприятие критики, трудности с самокритикой. - Решительность, предприимчивость, инициативность, настойчивость. - Большие профессиональные, социальные и имущественные амбиции. - Организаторские способности. - Открытость, беззащитность, экстраверсия. - Упрямство, навязчивость, конфликтная инициативность, эгоизм. - Конфликтная устойчивость. - Сексуальная успешность.	- Низкая самооценка, склонность к формированию комплекса неполноценности. - Способность мириться с неудобствами, дискомфортом и небезопасными условиями жизни. - Склонность к пессимизму и депрессиям, неуверенность в завтрашнем дне. - Нерешительность, долгие раздумья перед принятием решений. - Зависимость от мнения окружающих, боязнь обидеть кого-либо, рефлексивность. - Низкий порог осознания своей вины, стыдливость (чувство виноватости возникает по малейшему поводу). - Готовность удовлетворяться существующим положением дел, конформизм. - Отсутствие больших карьерных и имущественных амбиций. - Низкие организаторские способности. - Альтруизм, жертвенность, самокритичность. - Склонность преклоняться перед авторитетами, верить им; религиозность. - Скрытность, интроверсия. - Застенчивость, уступчивость, скромность, робость, законопослушность. - Обидчивость и щепетильность. - Сексуальная неуспешность.

Само собой разумеется, что никому из женщин не нравятся слабые мужчины. В этом есть глубокий биологический смысл. Потомство должно быть жизнеспособным, поэтому отцом должен быть сильный, крепкий мужчина. Слабый же и нежизнеспособный размножаться не должен, даже несмотря на избыток женщин. Поэтому во многих, в том числе и некоторых современных, культурах практикуется многоженство. Жизнеспособный (и поэтому – богатый) мужчина имеет много женщин и детей от них. Подобным образом организованы также сообщества некоторых животных. Сильные самцы имеют «гаремы», а у слабых нет никаких шансов спариться с самкой. Все логично и рационально с биологической точки зрения [1].

В контексте всего вышесказанного можно определить основную задачу современной женщины как примирение своей биологической (инстинкт) и рациональной (ум) частей психики, избавление от глубокого внутриличностного конфликта. Та самая гармония души и тела. Книга, которую ты сейчас читаешь, будет тебе в этом хорошим подспорьем. Понимание – это уже очень и очень многое...

Настоящий полковник. Кто он?

Хочу привести важнейшую психологическую формулу идеального, с точки зрения нормальной (не «феминизированной») женщины, мужчины. Вот она: **«мой ласковый и нежный зверь»**. В этой формуле три переменных:

- 1) мой (значит, не изменяет);
- 2) ласковый и нежный (любит и заботится);
- 3) зверь (способен защитить).

Каждый элемент жизненно необходим. Полная или даже частичная потеря хотя бы одного из трех компонентов формулы приводит к неудовлетворенности мужчиной и расстройству отношений. Забегая вперед, скажу, что мужчин, полностью ей соответствующих, в природе не существует, поскольку эта формула, как и любое другое математическое постро-

ение, – конструкция идеальная. А идеальным, как известно, бывает только мертвое. Именно поэтому большинство отношений в современном мире дышат на ладан...

Как ты думаешь, какой компонент формулы чаще всего выпадает у современных мужчин? Как ни странно, именно третий! И если в современной России мужчины просто боятся проявлять свое природное «нутро», то на Западе ситуация вообще плачевная. Там можно получить тюремный срок просто за попытку познакомиться с девушкой на дискотеке! Инстинкт самосохранения берет верх над половым инстинктом, и мужчина превращается в тряпку, вяло ожидая, когда инициативу проявит женщина. Матриархат, однако...

Что же в этой нелепой ситуации вынуждена делать женщина, чтобы почувствовать себя именно той, какой и задумала ее мать-природа? Естественно, мужчину своего она начинает провоцировать! Упреками, манипуляциями, «пилением», придирками, угрозами, ревностью и еще сотней-другой приемов, уверен, ты все это умеешь. В таком поведении, скрытая глубоко в бессознательном, лежит истинная причина большинства семейных конфликтов. Женщине жизненно необходимо чувствовать способность мужчины ее защитить, и хотя бы таким, разрушающим отношения, способом она пытается реанимировать умирающего зверя. А когда этот несчастный начинает подавать признаки жизни, женщина пугается еще больше, и... конфликт приобретает новое качество.

Естественно, провокационному поведению женщины обучились не сегодня, ведь еще в давние времена на Руси считалось, что битие укрепляет семью. Как я уже сказал, инстинкт самки постоянно заставляет женщину проверять мужчину на его, так сказать, психологическую устойчивость – провоцировать. Если он сдает позиции, то, опять же инстинктивно, женщина идентифицирует мужчину как слабого и нежизнеспособного. Если же мужчина сопротивляется, применяя в ответ на психологическую провокацию физическое воздействие, то инстинкт женщины распознает его как сильного и перспективного самца, способного защитить ее и потомство. Так объясняется очень распространенная в супружеских парах «парадоксальная» ситуация, когда муж бьет жену, а она его любит. Лично я ни в коем случае не одобряю таких отношений и считаю, что умная женщина способна найти более экологичные способы убедиться в силе своего мужчины. Однако, пока это только теория...

Чем больше твой, тем меньше зверь

Как я уже сказал выше, формула «мой ласковый и нежный зверь» хоть и властвует над умами женщин, питая их грезы о «настоящем полковнике», сама по себе содержит значительные противоречия, осознание которых важно нам для понимания сути отношений вообще. Несостыковка эта кроется во взаимоисключающих качествах, каждое из которых, будучи проявлено, снижает силу другого. Возьмем, к примеру, того самого зверя. Настоящий, дикий зверь не может иметь хозяина вообще (зоопарк, как ты сама понимаешь, не в счет), а уж тем более хозяйку! Соответственно, параметр «мой» при проявлении истинной альфа-самцовости у нас уже страдает. **Если твой, то уже точно не зверь!** Также зверь исключает романтизм и розовые сопли «ласкового и нежного»... Что же делать? Для начала определись, что тебе в мужчине важнее, и прими это с радостью. Извини, но совместить в одном флаконе жоака и подкаблучника на практике тебе вряд ли удастся...

Вклад мужчин в отношения

У многих читательниц может создаться впечатление, словно я считаю, что ответственность за удачный брак лежит исключительно на женщине. Будучи готовым к гневной реакции современной «феминизированной» женщины, я все-таки скажу: да, я действительно так считаю! Именно поэтому и пишу сейчас книгу о жизненно важных женских компетенциях.

Именно поэтому и говорю о тебе как о «руководителе отношений», как о главной помощнице своего мужчины на пути достижения им успеха в его мужской карьере. В его деле с большой буквы. Не в роли хозяйки, а в роли директора!

В отношения мужчина приходит отдыхать, а не работать над ними. Не мужское это дело – работать над отношениями. Говорю без тени иронии. Ты же, как правильная женщина, читай книги, думай, как все улучшить, займись собой и не задавайся вопросом о том, что же должен делать мужчина в отношениях! Еще раз по буквам: **отдыхать!** Потому что если в отношениях мужчина будет работать, то «мамонта» он уже не добудет. У него просто не останется на это сил. **Неудачливые в социальном и материальном плане мужчины – это те, у кого война дома, а не на работе...**

Пожалуйста, прими как данность: очень многое, практически все – только в твоих руках!

И это хорошо, потому что ты можешь все сделать правильно. Если, конечно, захочешь. Прочитай книгу, выполни все приведенные здесь рекомендации и наслаждайся результатом!

Материал имеет значение

Вот вопросы, которые с высокой степенью вероятности родятся у тебя в голове, когда ты будешь читать эту книгу дальше: «Хорошо, я готова сделать все как здесь написано, но не уверена, что он изменится. Что делать?» Или так: «С какой стати я должна делать шаги ему навстречу, если он ради меня даже палец о палец не ударит?» Все, что нужно, чтобы ответить на них сейчас, это ненадолго повесить свою готовность довериться судьбе и принять идущую к тебе информацию. Тогда ты будешь способна сделать первый шаг, дать что-то авансом, а не проверять представленную здесь теорию на предмет скрытых изъянов, все глубже закапываясь в яму сомнения.

Если отвечать на эти вопросы объективно, нужно сказать, что да, действительно, в современном мире существуют мужчины, на которых неразумно делать ставку как на будущих прекрасных мужей. Отличить перспективного мужчину от бесперспективного – великая мудрость женщины, ее несомненный талант. Для этого требуются не только интуиция и жизненный опыт, но еще и современные методы психологического прогнозирования. Имеет значение совместимость в сексуальной, психологической, материальной, культурной и других сферах (для расчета этой совместимости существуют даже специальные психологические методики – «брачный клиринг»).

Принципы выбора спутника жизни должны быть основаны на согласии тела как основной «инстанции бессознательного», и **разума**, как силы, способной защитить человека от бездумного «примативизма» (следования инстинктам). Почему важно включать разум? Дело в том, что, когда выбираешь сердцем (маркер: «я люблю»), рассудок отключается, и девушка может подвести любое логическое обоснование под сделанный ею инстинктивно выбор: пьет – обязательно бросит; работы нет – творческий человек; ворует и буянит – крутой, защищает. Окружающие, у которых разум не отключился, – в шоке: «Проснись, он же полный придурок, тюрьма по нему плачет, останешься одна с ребенком на руках без средств к существованию». Наша героиня их, конечно же, не слышит или гневно спорит. Любовь... Она, как известно, может свернуть горы, но чаще всего почему-то получается – наломать дров...

Вообще, для достижения успеха в жизни и конкретно в отношениях женщине важно взять себе за правило **сторониться невеселых и невезучих людей**. Дело в том, что эмоциональные состояния так же заразны, как и болезни. Тебе может казаться, что ты «спасаешь» неудачливого мужчину, тогда как на самом деле только приближаешь свое несчастье. Несчастные всегда навлекают беды на себя, они навлекут их и на тебя. Вместо этого дер-

жись поближе к везучим и счастливым! Они с удовольствием возьмут тебя в свою компанию, если ты сама представляешь из себя бриллиант. Все способы оттачивания сверкающих граней твоего неповторимого характера представлены в этой книге. Развитие – главный путь к совершенству! Вперед!

Красота в глазах смотрящего

Скажи, а как ты вообще понимаешь фразу, вынесенную в заголовок? Поделюсь своей точкой зрения. Предположим, у тебя некрасивые ноги. Вернее, это ты считаешь, что они некрасивые. Например, «слишком толстые». А теперь представь себе всю массу существующих на свете миллиардов мужчин и скажи мне: ты действительно считаешь, что всем им нравятся только «худые» ноги?! Конечно же нет! Всем нравятся разные. Именно поэтому бессмысленно стремиться к худым ногам – те, кому они нравятся, в твоём списке поклонников появятся, а кому не нравятся – его покинут. В результате количество мужчин, которым ты нравишься, не изменится! А нервы ты себе испортишь. Красота – это в первую очередь поведение!

И еще один проверочный вопрос, правильный ответ на который вытекает из хорошего знания психологии. Скажи, пожалуйста, какая женщина интересует мужчину всерьез и

надолго: та, у которой красивые ноги, или та, которая искренне им интересуется?..



Запомни как мантру: красота – это поведение!

Потребность в доминировании убивает красоту

Хочешь, я сэкономлю еще некоторую часть твоего бюджета, выделяемого на косметику и процедуры с целью стать красивой? Речь не идет о том, чтобы совсем отказаться от ухода за телом и лицом, однако есть риск, что все, кто будет любоваться твоей красотой, это косметологи и массажисты. Еще раз вспомни вышеприведенную мантру, а заодно, действуя от противного, попробуй изобразить на лице маску целеустремленности и власти. Это будет именно то лицо, которое буквально на животном уровне нас от женщины отвращает. Мужчины бессознательно воспринимают любую потребность их подчинить как опасность. Именно поэтому, например, мужчин отпугивает женская инициатива при первом знакомстве (из охотника делают дичь). Кроме того, важно понимать, что потребность в доминировании повышается у людей с возрастом, поэтому такая женщина бессознательно будет восприниматься мужчиной не только как сексуально непривлекательная, но и старая, вышедшая из репродуктивного возраста, и неадекватная.

Если женщина некрасива, да еще и находится в режиме доминирования, то у нее практически нет шансов. Такой женщине ничего не остается, как стать лесбиянкой или озлобленной на мужчин феминисткой. Либо довольствоваться очень слабым мужчиной, у которого нет выбора.

В моей практике было немало случаев, когда именно пожилая мать, привыкшая главенствовать и зачастую уже благополучно спровадившая на тот свет своего супруга, всеми силами вкладывала в уши дочери идею доминирования над мужем («что ты его слушаешь?», «ты тоже имеешь право решать!»), целенаправленно разрушая и эту семью.

«Гармонично» дополняет «маску власти» только «печать скорби», о чем мы сейчас и поговорим.

Недовольная женщина – самая большая проблема мужчины

Почему опасно быть недовольной в жизни вообще и в отношениях в частности? Дело в том, что даже если причина твоего недовольства никоим образом не связана непосредственно с мужчиной, ему в любом случае будет неприятно. Рациональная часть мозга сможет ему логически объяснить, что он здесь ни при чем, однако человек – существо по большей части иррациональное. И в психике каждого встроен «предохранитель», защищающий нас от самообвинения. Кроме того, эмоции имеют свойство «заражать» окружающих. То есть никакие объяснения не помогают.

В ситуации, когда женщина выражает недовольство по любому, неважно какому (да хоть из-за погоды!), поводу, еще до того как сработает «предохранитель», мужчина припишет вину себе. Это настолько важно осознать, что сейчас я повторю еще раз: в ситуации, когда женщина выражает недовольство, мужчина припишет вину за ее недовольство себе. Это хорошо знают женщины, достигшие мастерства в бытовом «пилении» и усвоившие от неблагополучной в личной жизни мамы, что нет вещи более полезной в хозяйстве, чем виноватый муж...

Дальше еще интереснее. Знаешь, какая эмоция помогает защититься от чувства вины? В первую очередь – гнев! А вот гнев у мужчин редко бывает направлен на самого себя («предохранитель»). И даже в этом редком случае, ругая себя, отгадай, кому он автоматически будет возвращать нестерпимую боль? Правильно, тебе! В этом причина большинства семейных скандалов.

Одна из реалий современного мира заключается в том, что мужчина часто видит причину своих неудач в женщине. Бывает, что женщина действительно многое делает неправильно и превышает болевой порог мужчины в используемых ею манипуляциях. Тогда он уходит. Однако у мужчин тоже часто встречается так называемая выученная неспособность принимать на себя ответственность, инфантилизм. Эта черта личности берет свое начало в системе патриархального воспитания мальчиков, где мама доминировала над отцом, демонстрировала ему свое неуважение, «наоборотничество», угрожала, «пилила», в общем, вела себя как дура.

Как видишь, порочный круг замыкается, когда ты недовольна, а он агрессивен.

Мужчина злится, скандалит и оскорбляет тебя только по одной причине – по причине твоего недовольства!

Есть, конечно, и другие моменты, связанные с его личными нерешенными задачами, однако эта «фрустрация» зачастую меркнет по сравнению с всеразрушающей силой женской неудовлетворенности.

Справедливости ради надо сказать, что современные женщины очень хорошо научились использовать механизм создания комплекса вины у мужчины как эффективный манипулятивный прием, позволяющий получать материальные блага. Эту ситуацию как нельзя лучше иллюстрирует анекдот.

Девушка заходит в ювелирный и обалдевает от красивого кольца, но оно очень дорогое.

– Продавец, можно я внесу залог, и вы его придержите?

– Возьмете деньги у мужа?

– Почти. Подожду, пока муж не совершит что-то непростительное.

Несколько лет назад, поднимаясь на эскалаторе в метро, я увидел рекламу ювелирного магазина: «Любишь? Докажи!» Видимо, хозяйка магазина женщина. Или сильный мужчина,

понимающий природу слабых. До сих пор посещают неприятные чувства, когда вспоминаю этот баннер. И очень обидно за мужчин, которые на такое ведутся. «Доказывая» любовь, они, несмышлениши, своими же руками ее и убивают...

Если тебе плохо, сильный мужчина будет склонен ругать за это тебя, слабый – себя

Думаю, тезис, вынесенный в заголовок, поможет тебе осознать бесперспективность создания комплекса вины у мужчины как элемента управления. Ведь если перед тобой начнет оправдываться сильный, то ты перестанешь его уважать. И он превратится в слабого. Бонусом в данном случае, конечно, будет то, что, искупая вину и пытаясь уладить конфликт, он будет делать тебе подарки и оказывать услуги, все больше превращаясь для тебя... как бы это помягче сказать... в «друга»... Но этого ли ты добиваешься в конечном итоге? Надеюсь, что нет...

Верно и обратное: мужчина счастлив тогда, когда счастлива его женщина

Мы, мужчины, самонадеянно ставим себе в заслугу то, что тебе, женщине, хорошо, – это дает нам удовлетворенность. Поэтому если ты не умеешь (синоним – не привыкла) быть довольной и выражать благодарность, срочно учись! Ведь существует опасность, что в твою жизнь придет действительно достойный мужчина, а ты просто не будешь знать, как на это реагировать. Дальше будет все просто – он потеряет воодушевление что-то делать, станет все меньше и меньше заботиться о тебе и выражать свою любовь.

Как женщине стать причиной мужского успеха

Я думаю, что самым главным фактором успеха мужчины в материальном и социальном плане (бизнес, карьера) является такое психологическое явление, как энтузиазм. Разница в навыках, способностях и интеллекте двух людей, один из которых достиг всего, а другой оказался неудачником, обычно незначительна. Но тот из двух равных, кто обладает большим энтузиазмом, обнаружит, что чаша весов склоняется в его сторону. Человек средних способностей, но с огромным энтузиазмом чаще всего опередит первоклассного работника без энтузиазма.

Слово «энтузиазм» происходит из древнегреческого языка и буквально означает «вдохновленный богом». Энтузиазм – единственное качество, которое объединяет всех людей, добившихся успеха в карьере и в жизни!

Давай договоримся, что под словом «энтузиазм» мы будем понимать активное (деятельное) стремление к успеху в сочетании с неубывающим оптимизмом. Энтузиазм означает веру в свое дело и выполнение его с любовью, будь то управление компанией или рытье траншеи. Для энтузиаста его работа всегда частично игра, несмотря даже на то, что она тяжела или требует большой отдачи. Мыслящий подобным образом просто обречен на успех. Ничто великое никогда не было достигнуто без энтузиазма. Энтузиазм – это прямая дорога к успеху!

Жена одного из американских президентов, миссис Дуайт Эйзенхауэр, заметила как-то, что она считает первейшей обязанностью жены следить за тем, чтобы все вокруг были счастливы. Женщина, способная стать причиной успеха своего мужчины, – это именно та женщина, которая способна стать источником его энтузиазма. А для этого ей самой нужно

быть наполненной жизненной энергией радости и оптимизма, то есть быть всегда довольной!

Простой способ достичь состояния гармонии с миром

Скажу категорично: войти в благостное состояние гармонии с миром можно только усилием воли. Еще конкретней и по действию – навсегда запретить себе кислую мордочку! И когда ты сделаешь это по закону обратной связи, мир повернется к тебе своей светлой стороной и воплотит в жизнь твои самые смелые мечты, реализуя принцип самоисполняющегося пророчества.

Трудно оценить всю огромную выгоду от позитивных эмоций. Эталонное состояние – быть всегда в хорошем настроении, теплой и приветливой. Даже в трудных ситуациях лучше выразить сожаление вместо недовольства, и ни в коем случае не впадать в ужас, истерику, импульсивные реакции. Выдержка и терпимость, спокойствие и эффективность – вот твой единственно верный стиль. Для достижения успеха в любом деле от тебя должна исходить только энергия оптимизма!

А что же делать, можешь спросить ты, если на душе совсем не весело, и окружающих хочется просто поубивать? Отвечаю. Первое, что нужно сделать – применить технику «Тотального Да», приведенную в главе «Принятие» (можешь прямо сейчас найти ее по оглавлению). Это тебя успокоит и снимет напряжение. Второе немаловажное действие – сохранять минимальный контакт со своей внутренней частью психики, ответственной за оптимизм. Она сейчас не так сильна, как когда-то, но она есть! Жива и здорова, хотя и «приболела»... Просто помня о ней, ты дашь ей силу проявиться тогда, когда наступит нужный момент. Просто помни.

Самая простая и эффективная техника для решения задачи «быть всегда довольной» – каждые пятнадцать минут своей жизни говорить (вслух или про себя) простое русское слово: «Хорошо!» И при этом улыбаться!

Улыбка не только отражает приподнятое настроение, но и активно его создает. Попробуй натянуть улыбку, когда привычно хочется погрузиться или пожаловаться, и ты почувствуешь, как меняется внутреннее состояние. Если не получается – притворись! У англичан есть хорошая поговорка: «Fake it until you make it». Притворись, пока не станет получаться. Улыбнись! Сделай это прямо сейчас и никогда не отпускай улыбку со своего лица! Keep

smiling! 

Мужчины любят лишь тех женщин, которые улыбаются

Улыбка – не только одно из самых эффективных психотерапевтических средств, но и важнейшая часть арсенала женской эффективности. О красоте приподнятых уголков губ написано немало, однако я считаю важным еще раз обратить твоё внимание на это волшебное явление, ведь лицо с улыбкой, открытое, освещенное радостью, – это и есть женская красота в самой своей сути.

Улыбка – важнейший элемент позитивного отношения к жизни. Воспитание привычки улыбаться, точнее готовности к

доброжелательной улыбке, – полезнейшее приобретение для каждой любящей себя женщины.

Привычка улыбаться для женщины – качество врожденное, а не усвоенное. Она самой природой заложена в ее мозгу. Улыбка соответствует эволюционной роли женщины как заботливой и несущей мир. Это не означает, что женщина не может быть столь же авторитетной, как и мужчина. Но улыбчивость делает ее менее властной и мужеподобной.

Если женщина не верит в то, что самое большое счастье для мужчины, это сделать ее счастливой, она никогда не достигнет настоящих высот в женской карьере. Ведь данное убеждение будет работать как «самореализующееся пророчество», и ей всегда будут попадаться «не те» мужчины. Если же женщина поверит в свое смыслообразующее место в жизни мужчины, она будет с радостью и благодарностью принимать от него любовь и заботу, бесконечно улучшая и укрепляя отношения.

Как можно выразить радость и благодарность телом? Естественно, улыбнуться! Улыбаясь, ты излучаешь самую светлую энергию жизни, демонстрируешь миру, что ты довольна и счастлива, делая счастливыми всех вокруг – мужчин, детей и даже случайных прохожих.

Ученые провели несколько интересных экспериментов, чтобы выяснить, как улыбка влияет на людей.

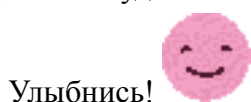
Влияние улыбки на знакомство. Помощница экспериментатора садилась за свободный столик в кафе и смотрела на одного из мужчин, при этом либо улыбалась, либо нет. При контрольном (проверочном) исследовании она не обращала внимания на мужчин и не улыбалась. В итоге, когда не было ни взгляда, ни улыбки, никто из мужчин не подошел познакомиться. Когда девушка посылала только взгляд, к ней подходили знакомиться в 20 % случаев, а если взгляд сопровождался улыбкой – в 60 %. Зная эту статистику, думаю, тебе больше не придет в голову вопрос: «Как познакомиться с женщиной?»

Влияние улыбки на размер чаевых. Девушка-официантка, подавая заказ клиентам (и женщинам, и мужчинам), улыбалась либо слегка (только уголками губ), либо широко (демонстрируя зубы). В результате выяснилось, что клиенты оставляют на чай больше, если видели широкую открытую улыбку. Разумеется, это правило распространяется и на все другие аспекты профессиональной и личной коммуникации.

Влияние улыбки в ситуации автостопа. Женщина голосовала на оживленной дороге. Иногда она улыбалась водителям (легко, чуть подняв уголки губ), а иногда нет. В процессе исследования остановилось 90 водителей. Улыбающейся женщине мужчины готовы были помочь в три раза чаще! Отличный повод вспомнить ситуацию, когда ты в последний раз делала какую-то мужскую работу. Готов поспорить, улыбки в этот момент на твоём лице не было!

Британские ученые пригласили для эксперимента большую группу мужчин-добровольцев и показали им фотографии женщин с макияжем, но без улыбки, а затем – этих же женщин без макияжа, но улыбающихся. Их попросили оценить, на какой из фотографий женщина кажется привлекательнее. Более 70 % представителей сильного пола сказали, что женщины без макияжа, но зато с улыбкой нравятся им гораздо больше. А около 60 % мужчин заявили, что не улыбающиеся женщины кажутся им неинтересными. Отличный способ сэкономить на косметике, не так ли?

Выводы из всего вышесказанного. Улыбка, как выражение доброжелательности и позитива, улучшает коммуникацию, повышает уверенность в себе, привлекает других позитивных людей. У тех, кто склонен к искренней светлой улыбке, обычно более радостное настроение и удачнее складывается жизнь.



Счастье в отношениях. Коды доступа



Счастье в отношениях. Коды доступа



Переходим к основной части книги. Имея многолетнюю психологическую практику, я не единожды убеждался, что есть главные, базовые навыки, которыми должна обладать умная женщина для достижения счастья в отношениях. Если твоя женская карьера тебе небезразлична, было бы очень желательно данными компетенциями овладеть. Именно для этого и именно об этом написана моя книга. По сути, речь идет о составных элементах таких глобальных и вечных категорий, как любовь и счастье, разобранных на компоненты поведения. Вот эти необходимые и достаточные компоненты счастливых отношений.

1. Принятие.
2. Уважение.
3. Доверие.
4. Благодарность.

«Это же элементарно!» – можешь воскликнуть ты, обманувшись обыденностью упомянутых понятий. На первый взгляд, эти навыки – действительно, не «бином Ньютона». Ну что трудного в том, чтобы поблагодарить мужчину за преподнесенный букет цветов или открытую дверь автомобиля? Или выразить ему доверие, не расспрашивая о подробностях и причинах задержки с работы на 20–30 минут... Однако эта простота – кажущаяся. В реальности 90 % женщин, даже очень «продвинутые», не умеют этого делать! Или не хотят? В этом мы обязательно разберемся.

Прямо сейчас внимательно посмотри на список, приведенный выше, и ответь себе на один вопрос: насколько хорошо ты умеешь проявлять эти чувства в отношениях? Насколько понятны и, что немаловажно, приятны тебе эти эмоции? Можешь даже честно оценить себя по шкале от 0 до 10 и поставить цифру напротив каждого слова. Не ленись, возьми карандаш и сделай прямо сейчас. Ноль означает: это вообще не про меня, 10 – мастерское владение навыком и его ежедневное применение, состояние души.

Предположу, что при известной доле самокритики цифры по некоторым, или даже по всем, пунктам у тебя получились невысокие. Скажи, а откуда эти навыки вообще могли появиться в твоей жизни? Думаю, что исключительно на примере жизни твоих родителей. А как они жили? Как разговаривали друг с другом? Как спорили, решали конфликты? Как мама относилась к папе? Что она о нем говорила – тебе, родственникам, подругам? Как говорила? Какие у нее при этом были глаза?

История жизни в родительской семье – и есть то, что ты усвоила в детстве. Если тебе повезло, и твои родители были волшебными, и когда ты думаешь об их отношениях, у тебя становится тепло на душе, то книга станет лишь закреплением твоей удачной программы. Если же мои вопросы вызвали неприятные ощущения, а поставленные себе самой оценки ниже семи баллов, тебе необходимо читать эту книгу с удвоенным вниманием, понимая, что ты в зоне риска.

Одна девушка рассказывала мне, что ее папа ушел из семьи, когда ей было три года. Когда отец пришел поздравить ее с днем рождения (ей исполнилось пять) и взял на руки, в комнате появилась мама и устроила громкий скандал. Ребенок испугался, и эта травма

навсегда осталась в структуре ее психики. Нужно понимать, что для девочки папа – это ее первый, самый главный мужчина, от взаимодействия с которым зависят все ее дальнейшие отношения с мужчинами. У этой теперь уже взрослой женщины они не сложились...

Хорошая новость заключается в том, что современными методами психотерапии личную историю человека можно переписать на более ресурсную, а психику – почти как компьютер – «перепрограммировать». Эмоциональные состояния принятия, благодарности, уважения и доверия к мужчине – это для нас с тобой сейчас очень серьезно. Это «программные коды», через которые ты можешь, не побоюсь сказать, на мужчину **влиять**. Влиять – не в смысле манипулировать и использовать, а подтверждать в его голове правильность когда-то давно (или совсем недавно, если вы только что познакомились) сделанного вывода: ты – его желанная и неповторимая женщина. И **заставлять** его делать этот выбор каждый день. День ото дня, год от года. Выбор – в твою пользу. Выбор, в котором он ни на секунду не усомнится и, что самое главное, будет всегда им доволен! Несмотря на то, что на него «вливают» и «заставляют»...

Если отношения не питать правильной энергией, они чахнут и болеют. И приносят участникам страдания в виде скандалов, измен и разочарований. Энергии принятия, благодарности, уважения и доверия, напротив, – это то, чем отношения дышат. Наполняются свежестью и силой. Компоненты любви. В буквальном смысле – воздух для любого нормального человека, самая главная энергия его жизни!

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.