

Марио

ИСКУССТВО  
ОБОЛЬЩЕНИЯ

*Путь к*  
ЗАМУЖЕСТВУ



**Марио**

# **Искусство обольщения.**

**Путь к  
замужеству**

Москва  
2010

## **Марио**

Искусство обольщения. Книга 3. Путь к замужеству. — Москва. 2010. — 88 с.

Эта книга является учебником Школы Марио. Она будет полезна и всем женщинам, которые активны и хотят своими руками успешно устроить личную жизнь.

Эта книга про искусство знакомств с мужчинами. Чтобы стать успешной женщиной, вам **нужны навыки, а не знания!** В этой книге мы поговорим о базовых навыках, которые необходимы для того, чтобы успешно пройти путь от первого взгляда до ЗАГСа.

## Введение

*Женщина беспокоится о будущем,  
пока не выйдет замуж.  
Мужчина не беспокоится о будущем,  
пока не женится.*  
Коко Шанель.

Чтобы стать успешной женщиной и устроить свою жизнь так, как хочешь ТЫ сама, нужны навыки, важно развивать свои способности, а не накапливать некий набор знаний.

### **Тебе нужны навыки, а не знания!**

Что счастливо устроить свою личную жизнь важно знать основные законы психологии мужчины и алгоритмы их применения, т.е. изучить своеобразные *Правила дорожного движения* и освоить базовые навыки управления автомобилем марки "мужчина". Причем эти *Правила дорожного движения* важно не просто прочитать или вы зубрить, потому что это ничего не даст. Твоя цель - разобраться в основных законах и научиться их применять к твоим ситуациям, которые уникальны и которых нет в экзаменационных билетах. То же самое касается и практических навыков управления автомобилем. И только тогда можно выезжать на реальную улицу!!! Не раньше!

Вспомни как ты училась водить машину. Вспомнила? Когда я задаю этот простой вопрос, то

девушка обычно мне рассказывает о том, как она сдавала экзамен по вождению. Ты тоже вспомнила экзамен? Тогда обрати внимание, что я спрашивал **НЕ** про то, как ты получила права и **как** сдавала экзамены! Этот твой ответ показателен – задумайся, пока у тебя все нацелено на сдачу экзаменов (зачетов). Каждый этап отношений для тебя – это курс, по которому жизнь принимает у тебя экзамен. А если очередной экзамен ты жизни не сдала, то у тебя депрессия и отчаяние. Что делать? Надо менять подход!!! Пойми, что жизнь – это не череда сессий и экзаменов! Воспринимай все происходящее как обратную связь, как материал, благодаря которому ты можешь учиться и развиваться!

Развиваться - это значит взять на себя ответственность за свою жизнь, рассчитывать только на себя. (Ф. Перлз)

Конечно, есть люди, которые купили права и никогда не учились ездить с инструктором, они решили учиться ездить сами – в сущности, нет ничего невозможного и, на первый взгляд, научиться водить машину может каждый. Да, действительно, рано или поздно каждый может научиться водить машину. Вопрос лишь в том, какова будет цена такой учебы? Сколько машин ты угробишь при этом? И, кроме того, сколько времени на это у тебя уйдет. Если ты едешь только с работы до дома и специально не тренируешься, то на овладение искусством вождения потребуется много лет, обычно это лет 10. Скажи мне, сколько лет тебе потребовалось, чтобы научиться нормально водить машину? Или ты до сих пор еще неуверена за рулем???

Кроме того учтите, что любой автосервис легко починит вмятины на кузове автомобиля, заменит пришедшие в негодность детали. А что делать с вмятинами в душе, ударами по психике? К сожалению, пока не существует такого аналога автосервиса, где легко и без последствий исправляли бы психику человека ((( Никакой психолог этого сделать не сможет... Поэтому важно беречь свою психику от ненужных ударов. А для этого нужно учиться!

В первой части этой книги мы поговорим о базовых навыках, которые необходимы для завязывания знакомства: как привлекать к себе внимание заинтересовавших тебя мужчин, провоцировать знакомство и правильно проводить первое свидание! Это часть практики о том, КАК грамотно проявлять женскую инициативу.

Вторая часть посвящена практике того, КАК довести отношения до свадьбы.

**Важное замечание!** *В Школе Марио практика знакомства не является обязательной!*

Опыт большинства моих учениц говорит, что знакомства с первыми тремя мужчинами заканчиваются ничем (потому что девушки делают фатальные ошибки на разных стадиях отношений). И достаточный для построения хороших отношений опыт **обычно** накапливается как минимум после знакомства с тремя кавалерами (конечно, бывают исключения. И даже можно надеяться именно на исключение, но постарайся готовиться к тому, что будет работать правило!). Причем

это будут знакомства, которые, *скорее всего*, закончатся разлукой... Поэтому тебе придется выбирать самой с кем будут эти знакомства, что именно ты сможешь легче перенести. И не важно, будут ли это кавалеры, которые тебе очень нравятся и могли бы стать твоими женихами (но будет неизбежное разочарование и удар по твоей психике и самолюбию), *или* такие мужчины, к которым у тебя нет никаких чувств (но это потребует определенных изначальных усилий от тебя). Важно, что ты сама для себя реши какие именно это будут мужчины - *либо* те, которые тебе очень нравятся *либо* наоборот такие, которые тебе НЕ нравятся. Итак, повторюсь, тебе предстоит **решать самой** на ком именно отрабатывать эти навыки. Либо знакомиться и развивать отношения с мужчинами, которые потенциально могли бы стать тебе мужьями, и на них оттачивать свои навыки. Либо знакомиться с поклонниками, с которыми ты точно знаешь, что ничего не будет. Или знакомиться как с первыми, так и со вторыми.

Если у тебя есть четкая цель познакомиться с каким-то определенным героем твоего романа и обольстить именно его, тогда для тебя эта практика обязательна, т.к. тебе нужны навыки на уровне рефлексов, чтобы с этим конкретным женихом все прошло гладко с первого же раза (потому что у тебя не будет второй попытки). Поэтому постарайся провести как минимум три знакомства с разными поклонниками желаемого тебе уровня (выбирать мужчину приблизительно такого же по всем принципиальным для тебя условиям) и довести их до логического завершения, когда ты уже четко

будешь знать, что дальше тебе предложат выйти замуж. Хотя можно быть честными с этими мужчинами-тренажерами. Можно сразу же напрямую сказать, что ты хочешь попрактиковаться в этом искусстве (т.е. у вас будут взаимовыгодное сотрудничество и вы будете помогать друг другу в освоении искусства обольщения противоположного пола либо, если мужчина достаточно опытный, то можно напроситься к нему в ученицы) и многие мужчины это примут! Подумай и реши сама как тебе будет легче и проще.

Повторим еще раз основные принципы.

В Школе Марио **практика знакомства** не является обязательной.

*Во-первых, вы сами решаете* будете ли вы набирать желаемые навыки до автоматизма, до уровня привычки **либо** просто внимательно прочтаете этот раздел перед тем как идти на свидание **либо** это будут какие-то промежуточные варианты (что-то вы захотите отработать до совершенства, а что-то просто прочтаете перед встречей и будете держать это в голове во время свидания).

*Во-вторых, вы сами решаете* на ком будете упражняться.



## Глава 1. Первое впечатление

Психологи установили, что подавляющее большинство людей (более 90%!) составляют свое мнение о другом человеке всего за первые полторы минуты знакомства и далее редко его меняют.

В этот портрет о другом человеке входит в основном невербальная (т.е. без слов) информация, прежде всего это визуальная (до 60%), в частности, одежда ("встречают по одежде"), взгляды, походка, мимика и жесты, а также (до 20%) запахи и выразительность голоса. Само же содержание беседы играет наименее значимую роль (всего 20%. Да и о чем можно успеть пообщаться за минуту?) в составлении общего первого впечатления о другом человеке, однако каждое слово само по себе чрезвычайно важно! От того, насколько искренними, откровенными и честными вы будете в эти первые минуты, будет зависеть степень доверия к вам мужчины, настолько в дальнейшем он будет с вами также честен и откровенен. Поэтому в первые минуты знакомства так важно быть уверенной в себе, спокойной, несуетливой и собранной.

Чтобы этого добиться, нужны навыки! Развитие этих навыков *привлечения внимания на себя и первая минута знакомства*, т.е. искусство производить на избранника желаемое тебе **первое впечатление**, является обязательной практикой в нашей школе. В этой главе мы повторим то, что уже вы знаете, и остановимся на том, для чего это все нужно. Как гласит латинская

пословица, *Repetitio est mater studiorum* (словами А.В.Суворова: *Повторенье - мать ученья*).

## 1. Навыки

Почему это должны быть именно навыки? Дело в том, что когда кавалер особенно нравится, то в голову девушке ударяет избыток гормонов и в результате ее охватывает волнение, ее мыслительная деятельность часто парализуется, она зажимается и, если нет навыков, то всё, что она хотела сказать, вылетает из головы. И в результате она стоит неподвижно и молча как статуя... К чему это приводит нетрудно догадаться. Впрочем, каждая из вас наверняка это знает по себе, на своем опыте. Дело в том, что, как вы знаете, первое впечатление о человеке создается очень быстро. Понятно, что за это время говорить в основном будет твое тело, а на словах в лучшем случае за это время ты успеешь поздороваться. А именно первое впечатление во многом определяет будут отношения или нет. Поэтому принципиально важно научиться производить желаемое первое впечатление. А это можно сделать только благодаря **навыкам**, которые работают всегда, в любой ситуации, на уровне рефлексов. Вне зависимости от волнения, настроения или усталости.

Итак, важны **НАВЫКИ**, которые создадут желаемое первое впечатление, выведут в самый ответственный момент из оцепенения и придадут уверенности в себе! В такой ситуации, если у тебя будут выработаны навыки, то ты будешь делать все на

автопилоте, автоматически, не осознавая что и как ты делаешь, т.е. за тебя будут работать твои **рефлексы**. Будешь автоматически здороваться, улыбаться, кокетничать, по привычке отвечать на его вопросы и задавать сама и т.д. А за это время ты справишься с волнением и обретишь полный контроль над собой. И все это поможет тебе создать желаемое первое впечатление о себе и дальше направлять отношения туда, куда хочешь ты.

Как выработать эти навыки? Только практикой! *Повторенье - мать ученья!* Наука говорит: чтобы выработать любой мышечный рефлекс надо повторить движение по меньшей мере 10 тысяч раз! **Десять тысяч раз!** При ежедневной (полчаса-час) практике это как раз и займет 2-3 месяца. Главные навыки, которые определяют создание благоприятного первого впечатления, это всего-навсего улыбка (поэтому так важно упражнение "улыбка") и радушное приветствие (т.е. постарайся здороваться со всеми мужчинами, с кем только можно, чтобы это стало привычкой).

Навыки будут работать **ВСЕГДА**, в любой ситуации, на автопилоте, будут работать тогда, когда нужно тебе. Причем вне зависимости от твоего состояния и настроения! Это **КЛЮЧ** к успеху!!! Именно это **ГЛАВНОЕ!!!**

## **2. На ком практиковаться**

Теперь встает вопрос: на ком практиковаться? В этом вопросе придерживайся двух принципов.

**Первый принцип: практиковаться надо на ВСЕХ мужчинах!**

Эти задания **НУЖНО** обязательно отрабатывать **НА ВСЕХ** мужчинах, которые встречаются тебе на пути!!! Ключевое слово: **НА ВСЕХ!** На **ВСЕХ** мужчинах (*коллеги, соседи, родственники и знакомые, просто прохожие и те, кто случайно оказался рядом*), которые встречаются на твоём пути, особенно на тех, с кем это безопасно делать, т.е. те, кто находится при исполнении своих служебных обязанностей (милиционер, охранник, продавец, парикмахер, бармен, официант, дворник...). **Это принципиально!** Отбор проводить **только** по половому признаку, вне зависимости от возраста и внешних данных, не важно нравятся тебе они или нет и т.д. Исключением может быть незнакомый парень с девушкой либо какие-то другие редкие ситуации, когда твои действия будут точно восприняты негативно (например, в храме или каком-то другом месте, где не знакомятся).

Самое важное - это каждодневная тренировка этих навыков, чтобы они ушли в область подсознания. Только тогда они станут действительно полезными и нужными для тебя, станут гарантом твоей неотразимости. Рассматривай мужчин лишь как тренажеры :-)

Часть навыков ты сможешь отработать с коллегами по службе, с друзьями, с родственниками и т.д. В общем у каждой будет возможность отработать все необходимые навыки вне зависимости от того одна ты или замужем. Навыки только тогда становятся

навыками, когда они работают автоматически, на автопилоте, вне зависимости от того нравится тебе мужчина или нет, высокий он или низкорослый, худой или полный, молодой или старый, красивый или страшный, принц на белом коне или бомж... В данном случае навыки только тогда станут навыками, когда они станут работать только по половому признаку, т.е. только если перед тобой особь мужского пола. И только!

Если в течение своего обычного дня ты мало сталкиваешься с мужчинами (женский коллектив на работе, от дома до работы едешь на машине, походами по магазинам занимаются родители и т.д.), то для тренировок и выполнения ДЗ обязательно специально выкраивай время, чтобы бывать там, где есть мужчины!!! **ОБЯЗАТЕЛЬНО!** Это может быть катание в общественном транспорте :-), поход по мужским магазинам (товары для мужчин, техника, электроника, автомобили и т.д.), тренажерный зал или фитнес-центр, кафе в дневное время (но НЕ вечером, когда в таких местах принято знакомиться), прогулка в местах народных гуляний (по центральным улицам) и т.д. и т.п. Выбери где тебе самой будет наиболее комфортно.

Отнеситесь ко всем упражнениям как к игре!!! И играйте, с удовольствием :-). Важно, чтобы это выработалось до автоматизма, чтобы выработалась **правильная** привычка, **правильный** рефлекс. Многие вещи кажутся недостойными, чтобы тратить на них время, потому что вы и так это знаете. Но знать и уметь - это разные вещи. И тем более это отличается от того,

что вошло в привычку, что вы делаете на автопилоте! Словами А.С.Пушкина: "Привычка свыше нам дана"...

Главная ошибка начинающих в том, что для **практики** они ждут (или ищут) своего принца! Говоря языком аналогий, они хотят научиться играть на скрипке, но учиться хотят не на обычном инструменте, а исключительно на скрипке Страдивари. Даже если и такая скрипка окажется у них в руках, то понятно, что ее звуки вызовут лишь раздражение и рвотные позывы... Или другая аналогия, когда девушка не хочет учиться вождению на Жигулях, она ждет когда у нее будет автомобиль ее мечты и тогда, как она считает, она сядет за руль и сразу все будет волшебным... Даже если и у нее будет такой автомобиль, то без навыков она уже через пять минут врежется в ближайший столб... Точно то же самое будет и в отношениях с мужчинами. Поймите, что в реальной жизни все будет точно также! Если вы не имея никаких навыков начнете тренироваться с принцем (или с кавалером, который вам безумно нравится), то все закончится полным крахом!

А как же любовь? Любовь - это автомобиль, созданный твоими руками (о любви мы поговорим в отдельной части нашего курса). Сейчас ты будешь учиться искусству вождения автомобиля, чтобы когда ты его обретешь, ты смогла сохранить и наслаждаться им всю жизнь!

Еще одна глобальная ошибка девушек, когда они тренируются только на определенных поклонниках, которые им очень нравятся. Они объясняют это тем, что

другие им не нужны. Да, другие тебе не нужны для брака. **НО** у тебя сейчас **другая цель!!!** Твоя цель - выработать привычки, которые работают **всегда**, не задумываясь, автоматически, на автопилоте. Твои привычки, твои рефлексy не разбираются каков перед тобой человек, нравится он тебе или нет, главный секрет привычек в том, что они работают **ВСЕГДА!!!** При любых условиях, на любых мужчинах.

Конечно, я понимаю девушек, которые говорят "А зачем мне **ВСЕ** мужчины, особенно те, которые мне не нравятся, если мне нужен тот единственный и любимый?" Довод железный. Вопрос лишь в том, **КАК** именно ты узнаешь, что это **ОН**? Для этого надо как минимум познакомиться и пообщаться достаточное время, чтобы человек раскрылся и ты смогла бы увидеть его с разных сторон. К тому же и **ОН** сам тоже должен разглядеть твои неповторимые душевные качества. А как он это сделает? Вряд ли он обладает телепатическими способностями... Ты уже взрослый человек и понимаешь, что решение продолжать ли отношения или нет человек принимает достаточно быстро, буквально в первые минуты знакомства. А теперь представь, что перед тобой вдруг появился **ОН**, а тебя охватило волнение и страх парализовал тебя. И вот ты такая вся красивая и душевная стоишь перед ним как статуя не шелохнувшись и просто ничего не можешь сделать, потому что у тебя нет навыка на уровне рефлексов! И как ему бедному понять, что ты и есть та единственная? Что будет? Да ничего! Вообще ничего. Потому что ты не смогла привлечь его внимание, заинтересовать собой

и произвести желаемое первое впечатление. Твой принц, которого ты ждала всю жизнь, просто уйдет в другое королевство искать других принцесс...

Поэтому для успеха тебе нужны навыки, которые будут работать ВСЕГДА, в любой, самой неожиданной ситуации, вне зависимости от количества адреналина в твоей крови, они будут работать автоматически, на автопилоте! И **главный секрет** того, что я вам предлагаю, это именно выработать желаемые **привычки**, которые будут помогать вам в любой ситуации. Подчеркиваю: именно **ЭТО** и есть **главный секрет**! А такие навыки можно наработать только практикой на **ВСЕХ** мужчинах без исключений! Самое важное - это каждодневная тренировка этих навыков, чтобы они вошли в привычку. *Тяжело в учении, легко в бою.* Легкой жизни я вам не обещал!

Кроме того, подобные вопросы и сомнения на самом деле это еще один из способов психологической защиты. Когда у человека что-то получается, то это ему доставляет удовольствие и он не спрашивает зачем это надо, ему это и так понятно. А когда что-то не получается или получается совсем не так, как хотелось бы, то человек испытывает дискомфорт. И чтобы избежать этого нежелательного состояния, человек придумывает кучу "*причин*", отговорок, чтобы это не делать. Поэтому постарайся понять и постоянно помнить, что это - ловушка подсознания, что это способ психологической защиты. И чтобы обучение было успешным поставь себе четкую цель, для чего тебе



вырабатывать эти навыки, и просто делай. Если ты будешь все четко и прилежно делать, то у тебя обязательно все получится! Возможно, не сразу, но получится обязательно. И все это начнет приносить тебе удовольствие. И тогда у тебя все отговорки улетучатся сами собой... Потому что подобные отговорки на самом деле это самообман. Твоя задача научиться правильно строить отношения с мужчинами и, как следствие, получать от этого удовольствие. И к тому же у тебя появится выбор, ты сама будешь выбирать с кем общаться, а с кем - нет. Ты сможешь выбирать наилучших. Чем больше выбор, тем больше шансы найти наиболее достойного!

**Второй принцип:** надо идти от простого к сложному.

Еще одна серьезная ошибка начинающих в том, что они сразу же пытаются осваивать какие-то сложные навыки. Это точно то же самое, если сразу же пытаться разучивать двойное сальто назад... Единственное, что будет - это шишки, которые вы набьете в результате таких занятий... Надо идти от простого к сложному, как учил К.Маркс. Сначала отрабатывать простые навыки и только затем переходить к более сложным. Наверное, многие из вас умеют водить машину. Когда вы учились, вспомните с чего вы начинали, сначала вы долго отрабатывали как трогаться с места, как разгонять и переключать передачи, потом тренировались на площадке, отрабатывали простые навыки как развернуться и запарковаться и только потом вы выехали

в город, сначала в безлюдное место... В искусстве обольщения все устроено точно также. Вы практически ВСЁ знаете. Осталось лишь совсем немного, осталось закрепить это знание в навыках!

Итак, начинай с простых упражнений, с того, что тебе сейчас по силам. И правильно выбирай объект для своих тренировок. Если какой-то навык тебе сложно отрабатывать сразу на мужчинах, которые тебе нравятся, то для начала отрабатывай его ТОЛЬКО на тех ухажерах, которые для тебя ничего не значат. И только затем, когда ты немного освоишь этот навык, можно переходить к избранникам, общение с которыми приводит тебя в трепет и ступор.

Итак, первый секрет - навыки надо вырабатывать на том, что есть в наличии, на том, что всегда под рукой! Особенно, тренируйтесь на тех кавалерах, которые вам НЕ нравятся!!! Подчеркиваю, НЕ нравятся! На ВСЕХ мужчинах, которые встречаются вам по пути, ВЕЗДЕ, в лифте и подъезде, в магазине и автосервисе, на улице и в общественном транспорте, в общении с гаишниками и вахтерами, на работе и на отдыхе.... Воспринимайте это как свою учебу и ничего более! При этом принципиально важно, чтобы вы практиковались на ВСЕХ мужчинах, вне зависимости от их возраста (молодые или старики), внешних данных, социального статуса (дворник или президент банка) и т.д. Это важно!!! С ними вы чувствуете себя уверенно и раскрепощенно и поэтому у вас все прекрасно получается, важно лишь закрепить это в навыках, довести до автоматизма, чтобы это работало

всегда без участия вашей головы. Самое главное, научиться отключать голову от процесса обольщения!!! Чтобы эти навыки ушли в область бессознательного и стали работать на вас автоматически, без участия сознания. Чтобы вы лишь могли включить или выключить их когда вам надо, когда вы сами того хотите. Вы же сами прекрасно видите, понимаете и чувствуете, что ухажеры, которые вам не нравятся и с которыми вы уверены в себе, обращают внимание на вас, что вы их притягиваете. Значит именно с ними полезно развивать свои навыки и закреплять их на уровне рефлексов!!! Понимаете, на уровне рефлексов! Это ключевой секрет!

Второй секрет - это надо начинать с самых простых вещей, которые вы знаете и которые у вас и так прекрасно получаются. Самое главное – эти упражнения делать. Самой, с подружками, с телевизором и котом – не важно. Важно развивать себя. Важно довести их до автоматизма, чтобы это стало привычкой и работало всегда! Как вы знаете, чтобы выработать любой мышечный рефлекс надо сделать упражнение по меньшей 10 тысяч раз и тогда он станет работать автоматически, станет для вас мощным оружием покорения мужских сердец. Это самое главное!!! Например, вы прекрасно знаете, что привлекает улыбка. Возьмите за правило прямо с этого момента улыбаться (правильно улыбаться) ВСЕМ без исключения мужчинам: увидели, что вам навстречу идет представитель сильного пола, посмотрели ему прямо в глаза, загадочно улыбнулись и пошли дальше. И так

каждый день и каждый час, везде, где бы вы ни были!!! Через 2-3 месяца каждодневной тренировки у вас выработается этот важный навык, именно **НАВЫК**!!! И вы уже будете делать это автоматически, не задумываясь, это войдет в привычку. Еще одна трудность, которая возникает в начале знакомства, это страх заговорить первой. Прекрасно! Выработываем навык говорить первой. Прямо с этого момента начинайте здороваться со всеми мало-мальски знакомыми мужчинами, с теми, с кем встречаетесь не первый раз: с соседями по дому, коллегами по работе (из других отделов) или учебе (из других групп), с вахтерами или продавцами, а также поздоровайтесь с каждым представителем сильного пола когда попадаете в незнакомый коллектив (в парикмахерскую или поликлинику, в магазин или мастерскую). Каждая из вас знает что делать, как познакомиться и т.д. Остается лишь выработать **навыки** каждого слагаемого этого знакомства.

Напомню (см. название этой Главы), что речь идет лишь **о навыках привлечения внимания и создания желаемого первого впечатления!**

Таким образом у вас в руках есть ключ к решению ваших проблем! Вы знаете свои главные ошибки и знаете как их преодолеть. И теперь сможете уверенно продвигаться к своей сокровенной цели - стать желаннейшей из женщин. Сейчас у вас в руках есть *путь развития* и вы сможете совершить прорыв в отношениях с противоположным полом. Важно начать просто изучать этот предмет так, как я предлагаю это сделать

вам. Не важно, будет ли это самостоятельно или нет. Важно, чтобы вы это делали. Практикуйтесь. Сначала вам придется включать голову, постоянно думать о том ЧТО и КАК вы делаете, а когда это начнет получаться автоматически можете себе сказать "Молодец" и идти дальше зная, что этот навык уже есть. Самое важное отработать все приемы, чтобы они ушли на уровень подсознания. Только тогда они действительно дадут вам исключительную силу, перед которой не устоит ни один мужчина. Тогда из вас получится хорошая обольстительница.

И последнее. Чтобы чему-то БЫСТРО научиться (музыке, технике, вождению авто, вязанию, обольщению и т.д.) нужно в процессе обучения знать: правильно ли вы делаете, знать свои ошибки, т.е. обязательно иметь обратную связь. Это ключевой момент успешного обучения по любому предмету! В области отношений, искусства обольщения эту обратную связь вам дает учитель. Понятно, что ошибки лучше всего видны со стороны. Учитель сразу же исправляет ваши ошибки. А именно наши ошибки - самое главное, что тормозит нас в продвижении к желанной цели! Именно из-за ошибок мы сбиваемся с правильного пути и потом долго ищем желанный путь. Порой совершенно незначительная казалась бы ошибка может затормозить ваше продвижение на много лет! Вдумайтесь: на много ЛЕТ!!! Усвоили? В общем, длина вашего пути будет целиком определяться вашими ошибками, точнее, насколько быстро вы сможете их распознать и исправить. Именно поэтому, как установили психологи, в любом деле очное

обучение всегда быстрее и эффективнее самообучения в 10-15 раз! А в области отношений эффективнее вообще в 20 раз!!! Вдумайтесь: в 20 РАЗ!!! Именно поэтому так важно делать как можно подробнее все Домашние задания, чтобы мы вместе сразу же находили ваши наиболее значимые ошибки, которые у каждой уникальны! Иначе свои ошибки вам придется находить на своем печальном опыте...

## Глава 2. Практика знакомств

Напомню, что с этого момента все упражнения и задания в этой книге носят **рекомендательный** характер. Еще отмечу, что нас интересуют только *серьезные отношения!*

Сейчас вам предстоит научиться знакомиться. Не важно, одна ты сейчас или у тебя кто-то есть. Важно, что это пригодится каждой!

Если у вас уже кто-то есть (или вы хотите кого-то вернуть), то эти навыки помогут поправить пошатнувшиеся отношения, позволят начать **с ним** новый роман, с чистого листа с учетом своих прежних ошибок, сделать новую точку отсчета ваших отношений, перевести их на новый уровень (тренируйся на своем любимом). Если ты одна, то сможешь существенно расширить круг своих знакомств и выбрать наиболее достойного (у тебя будет из кого выбирать!) Так можно перевести дружеские отношения в романтические. Внести искру в угасающие отношения. Вернуть любимого (кстати, правильно ли поставлена цель "Вернуть любимого". И как можно правильно ее сформулировать?)

**Важное замечание:** Существует множество разных способов знакомства и путей построения отношений до ЗАГСa. Разные издания порой дают совершенно противоположные рекомендации. Что делать? Искать свой путь! Все, что вы узнаете из этой книги, не является

истиной в последней инстанции. Это лишь один из большого числа **возможных** путей к успеху у мужчин. Ищите свой путь. Вбирайте отсюда только то, что созвучно вашему внутреннему "Я", что гармонично вписывается в ваши представления и взгляды на отношения. Учитывайте особенности как вашего избранника, так и вашего знакомства.

### **1. Где знакомиться**

Здесь мы не будем подробно изучать какие-то конкретные способы знакомств. Их вы сможете узнать из огромного количества книг, которыми завалены полки книжных магазинов, или из различных тренингов знакомств, которые составляют подавляющее большинство подобных занятий для женщин, а также сможете найти в океане интернета. Все это не важно. Важно то, что каждой из вас для достижения своих желанных целей предстоит найти или придумать свои собственные способы, которые будут наиболее эффективны именно для вас. Достаточно найти и отработать один-единственный способ, который ближе всего именно вам и который лучше всего у вас получается, и успех вам обеспечен. К тому же, у большинства наших учениц собственно знакомство не вызывает затруднений.

Здесь же мы поговорим об основных принципах и законах, которыми полезно руководствоваться при отработке знакомств.



Главный принцип успешного знакомства: используй **ВСЕ** (ключевое слово - **ВСЕ**), абсолютно **ВСЕ** без исключений возможные и невозможные методы знакомства!!!

В этом деле **все** средства хороши! Нельзя исключать никаких способов!

Знакомиться можно где угодно. Ходи туда, куда любят ходить мужчины, например, в тренажерный зал или магазин электроники. Постарайся расширять свой круг общения. И знакомься! Разные издания советуют совершенно разные, порой противоположные способы знакомства. Причем каждый утверждает, что именно его способ самый лучший. Что же делать? Как сориентироваться? Какой способ выбрать?

Пробуй самые разные способы знакомства! Придумай свой собственный способ и обязательно напиши мне о нем. Но при этом оцени для себя их **эффективность**, т.е. сколько времени и сил ты тратишь на каждый способ знакомства. Например, если ты идешь в магазин какой-нибудь техники специально с целью завязать знакомство и у тебя это получается за пару часов, а на такое же знакомство через интернет у тебя уходит месяц, то понятно, что лично для тебя знакомство через интернет - слишком неоправданная трата драгоценного времени.

Очень важно найти свои собственные, коронные способы знакомства, которые лично тебе лучше всего удаются, и сосредоточиться в первую очередь именно на них, оттачивать их до совершенства!!! В этом деле

принципиально важно ориентироваться ТОЛЬКО на себя!

Обрати внимание, что нельзя исключать никаких способов! **Повторю**: в этом деле **все** средства хороши, т.е. хороши любые методы, которые позволят тебе приблизиться к желанной цели!

**Знакомиться можно где угодно и как угодно.** Даже в тех местах, где не принято знакомиться! Не секрет, что почти треть молодоженов познакомились именно в случайной обстановке, т.е. фактически на улице.

К сожалению, в строгом соответствии с законом В.Парето (вспомни Книгу 1) для каждой из вас эффективны всего лишь 20% способов знакомства, а остальные 80% - лишь пустая трата времени. Причем эти наиболее эффективные 20% **у каждой свои собственные, уникальные** и что хорошо для одной, то может быть полным провалом для другой. Поэтому очень важно найти свои собственные коронные способы знакомства, которые лично тебе лучше всего удаются, и сосредоточиться в первую очередь именно на них, оттачивать их до совершенства!!! В этом деле принципиально важно ориентироваться ТОЛЬКО на себя!

Итак, знакомиться можно где угодно. Но начни с тех мест, куда любят ходить мужчины. **Проводи достаточно времени в местах скопления мужчин.** Причем делай это каждый вечер пока ты одна.

Постарайся активно расширять свой круг общения. Если ты ходишь на курсы кройки и шитья, то там ты вряд ли сможешь встретить героя твоего романа... Вокруг полно мест, где много кавалеров. Запишись на курсы вождения или компьютерные курсы, в фитнес-центр или тренажерный зал и т.д. Есть куча мест, куда ходят мужчины (стадионы и Дворцы спорта, магазины автомобилей и электроники; магазины и клубы для охотников и рыболовов, клубы собаководов и любителей других домашних животных, другие места общения людей по интересам...). Причем в такие места идут люди увлеченные и хорошо разбирающиеся в предмете, поэтому достаточно попросить совет и завяжется знакомство. Кроме того, существуют куча мест, где вообще принято знакомиться: танцевальные залы, дискотеки, клубы, тусовки, встречи выпускников, вечеринки, рестораны, бары и другие места досуга, где созданы оптимальные условия для знакомств.

В строгом соответствии с законом Парето 80% браков заключается между людьми, которые живут территориально близко друг от друга (путь к которым занимает не более 15-30 минут) или вместе работают (учатся). Таким людям проще поближе узнать друг друга, к тому же их уже связывают что-то общее. Поэтому первым делом обратите свой взор к своим неженатым сослуживцам или парням из твоего вуза, а также тех, кто живет поблизости, сидят в ближайшем парке, выгуливают собак, ходят в кафе рядом с вашим домом, ждут автобус на вашей остановке, паркуются в одном дворе, заправляются на ближайшей к вам заправке и т.д.

Подумай, возможно, тебе пришло время поменять работу или даже профессию, сменить свой чисто женский коллектив на мужской, сменить круг общения. Если ты бухгалтер, то можно идти в банк или автосалон, если продавец, то можно идти в магазин для охотников или рыболовов, если библиотекарь, то в научную библиотеку... Подумай и ты сможешь легко найти работу по своей профессии в местах, где много представителей сильного пола.

Кроме самостоятельных поисков воспользуйся услугами посредников. Это могут быть не только свахи и различные брачные агентства, но также твои родственники (а также коллеги по работе и просто знакомые тебе люди).

Попроси **каждого** из ВСЕХ своих родственников и просто знакомых (причем любого пола) познакомить тебя со свободными мужчинами, потенциальными женихами. Все твоё окружение должно точно знать, что ты ищешь мужа, причем постарайся кратко, но точно описать какого именно жениха ты ищешь, ЧТО именно в потенциальном избраннике для тебя главное, какими необходимыми, обязательными качествами он должен обладать. Эту просьбу через некоторое время полезно повторять (не менее трех раз в год). А все, что тебе будут говорить по поводу твоих поисков, воспринимай как комплимент. И будь последовательна и настойчива! При этом не важно, что большинство из них просто проигнорируют твою просьбу. Важно, что наверняка найдутся такие, кто всерьез отнесется к твоим словам и

устроит тебе встречу с кем-то из потенциальных женихов! Свахи и брачные агентства также могут помочь тебе расширить круг потенциальных избранников. Но помни, что все они могут дать лишь шанс, могут дать определенного мужчину, но не отношения! Важно достойно использовать этот шанс. Потрать время, чтобы хорошо узнать мужчину, с которым тебя познакомили, сделай все, чтобы он раскрылся. Воспринимай это как тренировку и просто наслаждайся общением с ним.

**Знакомиться можно где угодно и как угодно.**

Повторю: в этом деле абсолютно **все** средства хороши, т.е. хороши любые методы, которые позволяют тебе приблизиться к желанной цели!

## ***2. Как знакомиться. Стадии знакомства***

Теперь ты окружена мужчинами... И в один прекрасный день ты увидела ЕГО. Что делать? КАК познакомиться?

Для начала он должен обратить на тебя внимание. Как это сделать? Чтобы он тебя заметил, можно просто оказаться в его поле зрения. Если ты в транспорте и далеко от него, то медленно и спокойно окажись рядом с ним, почти спереди (но не прямо перед его лицом, потому что это воспринимается как агрессия) или на некотором расстоянии у его левого бока (все, что находится слева от человека, воспринимается, как нечто из прошлого, т.е. уже знакомое!!!). Но не сзади его. Если

ты у него за спиной, то под любым предлогом перейди в удобное место. Он должен тебя видеть не поворачивая головы. Повернись к нему или по крайней мере встань так, чтобы он тебя хорошо мог видеть. В общем, дай ему возможность тебя рассмотреть, увидеть твои сигналы.

При знакомстве на улице, в общественном транспорте, магазине и других местах, где знакомиться не принято, можно создать условия, когда прохожие будут считать, что вы давно знакомы. Например, немного отстать, чтобы те, кто видел, что вы порознь, ушли вперед. Если вы в транспорте и собрались выходить, можно заранее пройти к выходу, чтобы он понял, что это его последний шанс. Мужчины боятся того, что подумают прохожие... Гораздо легче знакомиться в кафе, барах, ресторанах и т. д., где люди отдыхают и вся обстановка и атмосфера просто располагает к новым знакомствам.

Для привлечения внимания и для завязывания разговора всегда имей при себе что-нибудь необычное и интересное для привлечения внимания, что даст незнакомцу прекрасный повод для знакомства, а тебе придаст уверенность в себе. Этой зацепкой может быть все что угодно, что может привлечь внимание ухажера и послужить началом знакомства. Например, книга с интригующим названием, журнал с привлекательной обложкой, какой-то предмет или значок, показывающий **твое** увлечение. Это должно быть именно **ТВОЕ** увлечение (т.е. если ты не перебариваешь футбол, то НЕ

следует носить футбольную символику), причем лучше если это увлечение будет близко мужчинам (автомобили, техника, спорт, компьютеры и т.п.). Найди какое-нибудь оригинальное украшение. Подбери что-то, какой-то необычный предмет и держи его при себе на виду, чтобы взгляд кавалера зацепился за этот предмет и мог бы послужить поводом для знакомства. Все это поможет завязать разговор и сделать беседу обыденной, отвлечет внимание от твоей истинной цели - начать знакомство. В общем, это может быть все что угодно, насколько хватит твоей фантазии, хорошего вкуса и крупицы здравого смысла. Главное, чтобы этот предмет возбуждал интерес и издали привлекал взгляды. И, конечно, этот предмет держи на виду, а не в своей сумочке... Наконец, внимательно посмотри на него. Возможно у него тоже есть что-то для привлечения твоего внимания. Но помни, что эти вещицы **ТОЛЬКО** повод для знакомства! Сразу же переводи разговор на другие темы, которые ближе твоему собеседнику.

Попробуй несколько **РАЗНЫХ** способов знакомства. Придумай свой собственный способ.

Завязывая знакомство, постарайся показать, что ты, **во-первых, свободная** девушка и, **во-вторых, готова к знакомству** прямо здесь и сейчас.

Как показать, что ты **свободная** девушка? Ты должна быть одна! Постарайся сидеть (или стоять) одна. Если ты проводишь время в какой-то компании (на вечеринке, банкете и т.д.), то существенную часть времени проводи одна, время от времени можно с кем-

нибудь общаться, но много времени проводи одна. И если ты уже выбрала себе наиболее достойного кавалера, с которым ты хотела бы сейчас познакомиться, то смотри когда он тоже оказывается один (или по крайней мере свободен от других гостей), подходи к нему поближе, в нескольких шагах от него, причем одна, а не в сопровождении подруг или других мужчин. Если поблизости тебя оказались какие-то представители сильного пола, которых можно принять за твоих кавалеров, или девушки, которых можно принять за подруг, то просто отойди от них в сторону. Твой потенциальный новый знакомый должен быть абсолютно **уверен** в том, что ты одна!

Как показать свою **готовность к знакомству?** *Во-первых*, сидеть или стоять на месте (не перемещаться!). Он должен точно знать, что если он захочет познакомиться, то ему не придется бегать за тобой. И, *во-вторых*, создай у него уверенность, что ты ничем не занята - просто спрячь плеер, карманный компьютер и мобильник, отложи чтение увлекательной книги, газеты или модного журнала, изучение конспекта или учебника (можно оставить их в руке, чтобы он видел что именно ты изучала и мог начать разговор на тему того, что у тебя в руке)... Даже если ты что-то читаешь (делаешь вид, что увлеченно слушаешь плеер, играешь в телефон и т.д.), то он должен точно видеть, что ты постоянно отвлекаешься от чтения, **смотришь** на него и **улыбаешься**, потом снова делаешь вид, что читаешь, т.е. **книга у тебя для привлечения его внимания!!!** Т.е. в данный момент ты *ни кем и ни чем* не занята.



Если на какой-то вечеринке ты будешь постоянно двигаться от одного стола к другому, то мужчины заметят, что ты **свободная** девушка, но **не** готова к знакомству (хотя на самом деле ты пришла сюда именно с целью завести знакомство). Поэтому остановись (или сядь) поблизости с приглянувшимся тебе кандидатом, невербально (т.е. без слов - своими жестами, взглядами, улыбкой и т.п.) дай ему понять, что ты готова к знакомству с ним, чтобы он смог подойти к тебе и начать непринужденную беседу, которая может затем перерасти в нечто большее.

Многие девушки испытывают трудности с началом романтического знакомства. Чаще внутри какого-то коллектива (в вузе, на работе, на отдыхе и т.д.), а также с переводом чисто дружеских отношений в любовное русло. Еще сложнее, когда приходится знакомиться в случайной обстановке, хотя такие знакомства ничуть не хуже других, потому что никто не мешает сначала хорошенько узнать человека прежде чем идти с ним в ЗАГС. Не секрет, что почти треть молодоженов познакомились именно в случайной обстановке, т.е. фактически на улице. Так что никогда не говори: "я на улице не знакомлюсь".

Конечно, идеально если бы кавалер сам подошел к тебе и начал знакомство. Но как быть, если он почему-то этого не делает? Можно ему помочь и спровоцировать его на знакомство.

Самое главное - это то, что мужчина по крайней мере чисто внешне должен играть традиционную

мужскую роль! Именно он должен приглашать на свидание, назначать время и место встречи, именно он должен брать номер телефона, первым звонить... Он должен ощущать себя мужчиной, иначе ваш роман закончится, не успев начаться.

Чтобы самой выбирать наиболее достойных и развивать отношения как ты этого хочешь, полезно самой проявлять инициативу! Женская инициатива - это провоцирование мужчин на знакомство. Важно, чтобы у твоего ухажера было полное ощущение, что это ОН сам все делает, формально инициатива должна исходить от него. Понятно, что чем больше у тебя будет выбор, тем больше шансы найти того самого, достойного во всех отношениях. Главное - правильно проявлять свою инициативу и полностью контролировать весь процесс от первого взгляда до марша Мендельсона и далее всю жизнь.

**Первый секрет** успешного начала знакомства в умении обратить на себя его внимание и произвести желаемое первое впечатление, чтобы он захотел познакомиться поближе.

**Второй секрет** в правильно проведенном первом свидании, чтобы заинтересовать его и направить развитие отношений так, как хочешь ты сама.

Как вы уже знаете, первое впечатление создается моментально, но имеет исключительную силу для развития знакомства. И у тебя никогда не будет второго шанса, чтобы произвести первое впечатление. А твой муж всегда будет помнить тебя такой, как в день

знакомства! Возможно, эти впечатления будут не самыми сильными, но самыми запоминающимися. Это главное!!! Поэтому тебе предстоит научиться производить потрясающее первое впечатление на любого понравившегося тебе избранника. Именно это определяет, состоится ли знакомство и захочет ли он назначить тебе первое свидание.

Развитие отношений в желаемом тебе русле целиком зависит от первого свидания, после которого твой избранник решает, какие именно отношения с тобой он хотел бы развивать и будут ли они вообще. Поэтому тебе предстоит научиться правильно проводить первое свидание. Тебе предстоит кропотливая работа, в награду за которую ты получишь лучшего из представителей мужского пола.

Мы разобьем условно знакомство и первое свидание на три шага.

- Первый шаг - это правильно подать сигнал понравившемуся тебе мужчине. Обратит на себя его внимание (чтобы он заметил тебя), заинтересовать его и показать, что ты готова к знакомству.
- Второй шаг - знакомство и как назначить первое романтическое свидание (или первое свидание на новом уровне).
- Третий шаг - первое свидание

Теперь подробнее.

### **3. Шаг первый. Сигнал мужчине**

Начнем с того как знакомиться. Кто должен ПЕРВЫМ проявить инициативу? Кто вообще в живой природе первыми подают сигналы? Знаете? Может быть вы удивитесь тому, что я скажу. В живой природе первыми подают сигналы особи **женского** пола!

Самочка смотрит, оценивает, выбирает понравившегося ей самца и подает ему сигнал, т.е. ПЕРВОЙ делает выбор, первый шаг делает именно она!

Второй шаг она оставляет самцу, чтобы убедиться в серьезности его намерений. Заметив ее сигнал, самец приближается к ней и начинает ухаживания.

А окончательный выбор всегда остается за самкой, третий шаг и он же последний всегда делает она.

Возможно ты удивишься тому, что у людей эффективное знакомство происходит точно по такой же схеме, в три шага!

Первый сигнал подают женщины (при этом эти сигналы могут быть как инстинктивными, безадресными, направленными в массы, так и адресными, направленными определенному мужчине).

На него откликаются те ухажеры, которые готовы к знакомству (или только тот, которого ты выбрала и которому посылала свои сигналы) и второй сигнал подают эти мужчины, сигнализируют, что готовы начать знакомство.

Третий сигнал в ответ на второй снова подают женщины, причем теперь это уже обязательно адресный сигнал, направленный определенному кавалеру и говорящий, что его ухаживания будут приняты. И только с этого момента может начаться уже вербальное знакомство, мужчина подойдет и сделает попытку знакомства.

Итак, если ты хочешь сама выбирать понравившихся тебе, наиболее достойных мужчин, то тебе следует первой подавать ему СИГНАЛ!!! То есть твоя задача - САМОЙ проявлять инициативу, причем правильно проявлять эту инициативу. Конечно, это следует делать невербально (т.е. без слов), своим взглядом, жестами и т.д. В общем, кокетничай! Понаблюдай за успешными женщинами и ты заметишь, поймешь и прочувствуешь, что это именно так! Они **сами** выбирают кавалеров и провоцируют их на знакомство.

Если ты не подаешь целенаправленно (адресно какому-то определенному мужчине) сигнал, то на тебя клюют **либо** неудачники, алкоголики или те, кому все равно, **либо** бабники, которые просто по привычке пристают ко всем подряд в надежде на какой-нибудь улов (и ведь клюют, хорошо клюют...).

Если тебе не везет и тебе попадают только бабники и мерзавцы, то теперь ты знаешь причину почему это происходит! И понимаешь как исправить ситуацию.

Если ты хочешь сама выбирать, причем из наиболее достойных, то тебе надо научиться ПРАВИЛЬНО самой проявлять инициативу.

Важно самой проявлять **ИНИЦИАТИВУ!!!** Но женская инициатива не должна отбивать желание у мужчины что-то делать самому и, главное, не должна задевать его смертельно болезненное мужское самолюбие. Напротив, задача женщины - воодушевлять ухажера на подвиги! И инициатива успешной женщины заключается в том, чтобы создать у кавалера ощущение полной уверенности в успехе!!!

Вы уверены, что при знакомстве первый шаг традиционно должен делать мужчина?

Действительно, это так. Но этот "первый шаг" - это лишь заключительная часть, апофеоз знакомства, это видимый формальный шаг, когда мужчина подошел к тебе, обратился и начал разговор, который по всем формальным признакам является знакомством. А до этого идет невидимый постороннему взору невербальный диалог в виде тех самых трех сигналов, на языке тела и жестов!!! Без него ничего не будет! Если ваше тело молчит, вы не подаете никаких сигналов и просто ждете от кавалера активности, то значит вы все понимаете слишком буквально. Именно поэтому когда женщина уверена в своей внешности, а знакомство не состоялось, то она расстраивается и начинает искать изъяны в собственной внешности. Хотя ее внешность тут совершенно не при чем! Если у нее на лбу написано "**не подходи - убьет!**" (об этом говорят ее жесты и поведение), то знакомство не состоится!

Если вы настроены на длительные отношения, то формально именно мужчина должен выступать инициатором знакомства. Но лишь формально, т.е. именно он должен начать разговор. Твоя задача в том, чтобы показать свою готовность к знакомству именно с этим представителем сильного пола. Дело в том, что у мужчин смертельно большое самолюбие. И ухажер больше всего боится отказа, что его ухаживания будут отвергнуты (а не отказа в сексе!). Поэтому задача женщины показать, что она примет его ухаживания. И сделать это можно как раз с помощью невербальных сигналов, т.е. без слов, на языке тела и жестов. Твоя задача - научиться искусству кокетства!

Если на вид женщина неподвижна и холодна, как статуя, то даже самый искушенный ловелас предпочтет лишь любоваться ею как статуей в музее, несмотря на ее сногшибательную внешность и самый роскошный наряд. Мужчина всегда выбирает для знакомства в первую очередь жизнерадостную и кокетливую женщину, которая посылает ему невербальные сигналы с приглашением к знакомству. Как известно, "кавалер выбирает ту даму, которая секундой раньше выбрала его". Поэтому включи свою сексапильность (т.е. привлекательность) на полную катушку.

Итак, ты выбрала мужчину, с которым бы хотела познакомиться. Теперь постарайся привлечь его внимание. Что на практике можно делать женщине, чтобы обратить на себя внимание понравившегося ей господина?

Конечно, самое простое - это искусственно создать ситуацию, когда избранник вынужден обратить на тебя внимание и заговорить, например, если девушка что-нибудь роняет, рассыпает, а кавалер вызывается ей помочь. Этот старый как мир прием по-прежнему стоит на вооружении каждой обольстительницы. Есть много других аналогичных приемов искусственного проявления своей беспомощности и слабости. Например, проходя мимо него можно якобы нечаянно подвернуть ножку, споткнуться или поскользнуться, чтобы он смог поддержать тебя. Либо можно якобы нечаянно легонько столкнуться с ним, делая вид, что не заметила его. При этом можно что-нибудь держать в руках и уронить, что можно было бы поднять. В магазине можно обратиться с просьбой помочь тебе выбрать покупку или разобраться с инструкцией к какому-нибудь электробытовому прибору, например, к чайнику или утюгу. На улице можно спросить подробно дорогу куда-то (при этом ты должна хорошо знать куда именно), ссылаясь на свой топографический идиотизм. Возможно, что он даже проводит тебя до этого места. Все эти на вид нехитрые приемы на самом деле сложны, если тебя интересуют серьезные отношения. Потому что при этом важно уметь создать желаемое первое впечатление, **моментально** уметь расположить мужчину к себе. А все это для опытных обольстительниц...

Твоя главная задача сейчас - это научиться обращать на себя внимание показывая свою сексапильность. Но не сексуальность! Главная проблема в том, что женщины часто смешивают эти два понятия.



И как результат получают отношение к себе совсем не то, что хотели бы! К счастью я уверен, что вы уже научились четко различать что такое *сексуальность* и *сексапильность* и вы знаете, что слагаемые сексапильности - уши, бедра и руки, а сексуальности - волосы, грудь и ноги. Напомню, что сексуальность - это приглашение в постель, а сексапильность - в ЗАГС. Поэтому решите что вы хотите. Что для вас ГЛАВНОЕ. И помните, что во многих случаях проявления сексуальности и сексапильности противоположны, взаимоисключающи!

Если ты хочешь подчеркнуть свою *сексапильность*, то минимум сексуальных сигналов. Твоя задача сделать прическу зализанной, а уши открытыми! Если у тебя волосы распущенные, то прическу придется менять. Понятно, что при этом твоя новая прическа тебе поначалу не понравится, но теперь ты знаешь, что это твое подсознание активно сопротивляется твоему изменению в правильном направлении. Серьги акцентируют внимание на уши, поэтому желательно носить серьги (можно большие). Распущенные волосы (кстати, вспомни, что означает и откуда произошло понятие "распущенная женщина") хороши только дома, наедине с ним, когда ты хочешь соблазнить своего мужчину. Далее, подчеркиваем талию (даже если ее нет, увеличиваем контраст между талией и бедрами). Юбка акцентирует внимание на бедра. Поэтому она желательна. То, что надето у тебя на ногах, акцентирует внимание на них! Колготы выбирай без узоров, телесного (или черного) цвета. Сексуальны цветные

колготы (например, красного цвета) или с каким-то узором, а также чулки (так что видно, что это именно чулки), тату и т.д. И, последнее, позаботиться, чтобы маникюр был неяркий, мягких естественных тонов (никаких черных, синих и других эпатирующих цветов). Маникюр - самый простой и эффективный способ выглядеть опрятно и обратить внимание на свои руки.

Наиболее частая ошибка женщин в том, что они подают именно сексуальные сигналы (особенно после прочтения книги Л.Лаундес "**С.С.С. Скрытые сексуальные сигналы**").

Сейчас сексуальность в моде. Со страниц глянцевого журнала и с экранов телевизора на нас глядят очаровательные красотки с распущенными волосами, с декольтированной или просто подчеркнутой грудью и ажурными колготами, которые излучают просто море сексуальности. Правда если посмотреть, то среди них вряд ли найдете таких, кто счастлив в семейной жизни. Вы знаете таких? Я - нет... Помните: мода - враг сексапильности! Никаких сексуальных сигналов! Они хороши только когда вы дома наедине с любимым и ты хочешь его соблазнить. Когда отношения уже построены, тогда уже можно обращать на себя внимание как к любовнице. Чтобы привлечь внимание мужчины к себе как к потенциальной жене важна сексапильность!

Из чего складывается сексапильность? Что главное? Понятно, что не красота...

В соответствии с законом Парето первые 20%, которые дают целых 80% результата, составляют всего лишь лучезарный внешний вид, который говорит о благополучии, беспроблемности, **позитивном отношении к жизни**, что ее обладательнице **жизнь** приносит наслаждение. В общем, такая женщина любит жизнь и любит мужчин!

Как вы уже знаете, главным внешним слагаемым сексапильности является всего-навсего улыбка! Именно поэтому ей отведено особое место в ДЗ. Улыбка - ключевая часть сексапильности!

Уверен, что ваше лицо постоянно украшает очаровательная улыбка, направленная на каждого встречающегося на вашем пути мужчину.

Второе по значению - это взгляд. Учись смотреть ему в глаза и строить глазки. Для начала можно бросать на него быстрый, точный взгляд. Взгляд должен быть живым: на него, в сторону и снова на него. Затем взгляд может стать более пристальным и сопровождаться одновременно легким кивком головы.

Третье - это **любые** движения, от явных до практически незаметных, едва уловимых. Это классическое искусство кокетства! Самое явное - это "случайно" уронить какой-нибудь предмет (сумочку, помаду, косметичку и т.д.). Чтобы привлечь его внимание это могут быть вообще какие угодно движения – хоть рыться в своей сумке, рассматривать сапожки, поворачивая ногу... Как движение в рекламе это

привлекает внимание. А когда он посмотрел, можно уже кокетничать взглядом. И всё это так невзначай выходит... Если вы что-то делаете как будто бы для себя, а на самом деле специально чтобы он обратил на вас внимание, то помните, что привлекают кошачьи движения, т.е. очень плавные. Из более тонких движений - это любые жесты прихорашивания. Это могут быть поправление прически и деталей своей одежды, привлечение внимания к своим украшениям (игра с ними) и т.д.

Этими сигналами ты ему даешь понять, что он тебе нравится. При этом важно думать о чем-то позитивном, приятном. Если женщины его интересуют, то он сам должен подойти и начать разговор. Инициатива формально должна исходить от него (напомню, что ВСЕ в этом курсе относится ТОЛЬКО к построению серьезных отношений!). Если твои сигналы остались без ответа, он никак не реагирует, то значит он сейчас не готов к знакомству (женат, влюблен в другую и т.д.) и оставь его в покое.

Пробуй, ошибайся и учись, найди для себя наиболее действенные методы и приемы флирта. Постарайся, чтобы он заметил твои завлекающие жесты, твой настрой на знакомство. Это не так просто как кажется... Если он не замечает, то сначала прояви больше движений, сами движения сделай более энергичными и заметными... И как только его отсутствующий взгляд пойдет к тебе, просто с легкой улыбкой на лице кокетливо поправь прическу в сочетании с любыми другими жестами обольщения. Но

постарайся, чтобы движения были внешне обыденными. Как ты знаешь, с одной стороны, мужчины достаточно слепы и часто просто не замечают твоих призывов, твоих завлекающих жестов и, с другой стороны, сомневаются, что твое кокетство обращено именно на него, они не уверены, что ты к нему равнодушна. Поэтому он также должен понять, что у тебя сейчас не просто игривое настроение, а ты равнодушна именно к нему и хочешь познакомиться с ним. Итак, первое - это обязательно привлечь его внимание и заинтересовать. Если этого не удастся сделать, то знакомство не состоится... Возможно в этом случае, он просто не хочет знакомиться и тогда остается про него забыть.

Если он поймал твой взгляд, то должен увидеть перед собой позитивную, улыбающуюся девушку, излучающую энергию и готовую к знакомству. Он должен увидеть перед собой девушку, наслаждающуюся жизнью. Не секрет, что мужчин привлекают позитивные женщины, уверенные в себе. Когда он посмотрел на тебя и подал тебе ответный сигнал (улыбнулся, посмотрел на мгновение тебе в глаза), просто посмотри на него и улыбнись, задержи на нем взгляд чуть дольше, и легко, чуть заметно кивни головой. Если вы с ним часто встречаетесь взглядами, не стесняйся, а задержи взгляд *немножечко больше положенного*. Это вызовет либо у тебя, либо у него, смущение и вы улыбнетесь. Когда человек открыто улыбается другому, заговорить будет легче. Кстати, если он действительно часто на тебя смотрит, то значит ты его заинтересовала.

Ищи людей открытых для контакта (улыбка, открытый взгляд, поза открытости - не скрещены руки, он тоже начал прихорашиваться). Если он заметил и показывает, что открыт для знакомства, то можно продолжать дальше. Если нет, то оставь свои попытки и иди искать другого.

Итак, он готов. Теперь повторю: мужчина больше всего боится, что его ухаживания будут отвергнуты. Это будет сильный удар по его больному мужскому самолюбию. Твоя задача в том, чтобы своим видом показать ему, что ты готова принять его ухаживания. Это главное. И если ты сможешь его в этом убедить, то знакомство состоится.

Что для этого надо? Он должен быть уверен, что ты воспринимаешь его как близкого тебе человека. А для этого важно, чтобы он оказался рядом, заставь его каким-то способом подойти к себе или "случайно" окажись сама рядом с ним. Чем ближе к тебе расстояние, на котором стоит человек, тем более близким и дружелюбным он воспринимается на уровне подсознания. Значит можно приблизиться к нему так, чтобы он подсознательно воспринимал тебя как близкого человека, можно войти в его так называемую *личную зону*. Вспомни на каком расстоянии ты разговариваешь с близкими тебе людьми, в любом случае это расстояние чуть меньше вытянутой руки, порядка полуметра. Хорошо, если он сам подойдет к тебе. В противном случае тебе придется приближаться самой. Если ты сама как бы "случайно" подходишь к

нему (двигается не глядя на него, т.е. якобы не с целью знакомства), то важно следить за его реакцией.

Для мужчин первый шаг к знакомству - это всегда вербальный язык!!! Любые невербальные сигналы он НЕ воспринимает как попытку завязать знакомство! **Пользуйтесь этим!** Это очень мощное оружие в руках женщины!!! Может быть ты удивишься тому, что я скажу. Даже если ты улыбаешься, пристально посмотришь в его глаза и молча кивком пригласишь его сесть рядом с тобой на стул, то он сядет, заговорит с тобой и при этом будет в полной уверенности, что это ОН (а не ты!) предпринял первый шаг! Важно все сделать правильно, чтобы он был уверен, что это ОН знакомится. Чтобы потом, как пишут в разных книгах, он хвастался вашим детям, как мастерски он познакомился с мамой :-)

В принципе, этими приемами владеет каждая из вас. Другое дело, что в процессе воспитания и, особенно, взросления они ушли в глубины подсознания из-за ложной боязни показаться слишком доступной или распушенной. Это произошло из-за смешения понятий сексуальности и сексапильности - большинство девушек просто не различают их. И поэтому боятся произвести неправильное первое впечатление, которое отразится на дальнейших отношениях. Однако мужчины позитивно воспринимают сигналы сексапильности! Более того, уже через пару минут после знакомства ухажер вообще забудет о ваших провокативных действиях, и будет помнить только то, что это ОН сам подошел к вам

первым и познакомился, что это ОН - герой :-)  
Подыграйте ему в этом.

#### **4. Шаг второй. Знакомство**

Итак, свершилось: он сам подошел к тебе (встречай его дружелюбным видом) и что-то сказал тебе, первую фразу. Не важно что именно он сказал тебе. Это может быть все что угодно, как прямое "давай познакомимся", так и просто "привет", "как дела", либо простая невинная беседа на отвлеченные темы ("сколько времени")... Хотя может быть что-то о происходящем вокруг либо вопрос. Главное, что он начнет первым что-то говорить! Это и есть знакомство! Он сделал попытку познакомиться!!! Важно это сразу же распознать.

Если это было какое-то утверждение, то ответ на его первую фразу желательно построить из двух частей. Первая - это повторить то, что он сказал, обязательно **СОГЛАСИТЬСЯ** с ним, показывая, что вы настроены на одну волну (первое слово должно быть "ДА"!!! Фатальная ошибка многих девушек в том, что свой ответ на любой вопрос они часто начинают со слова "НЕТ", хотя в реальности следовало бы было сказать "ДА"). И вторая - внести **ПОЗИТИВ** в диалог, даже если его фраза была негативной.

- Какая замечательная сегодня погода

- **Да**, просто прекрасная. В такую погоду хочется где-нибудь посидеть в парке, насладиться солнышком.

или



- Как здесь скучно (это негатив)

- **Да**, организаторы праздника сегодня были не в лучшей форме, - согласились и смягчили. Затем предложили позитивный выход:

- В такую погоду хочется где-нибудь посидеть в парке, насладиться солнышком. - Или просто нашли в этом позитив:

- **Зато** здесь прекрасная обстановка для общения.

- **Зато** можно отсюда ускользнуть в парк и никто не заметит.

или

- Сегодня играют "Спартак" с "Динамо".

- **Да**, как вы думаете, кто **победит**.

(Ошибка: "Как вы думаете, кто **проиграет**?")

Далее можно начать общение.

Если же он своей первой фразой спросил что-то отвлеченное (например, который час или как пройти в библиотеку), то знайте, что это лишь предлог для знакомства и поэтому можно это использовать именно как предлог, чтобы начать разговор в желаемом тебе русле. Как учат в разных умных книжках, в таких случаях полезна фраза типа "Подождите минутку, сейчас я соображу!" Здесь очень важно говорить дружелюбным тоном как старому знакомому. После этого можно продолжить разговор, отталкиваясь от заданного вопроса.

Если это был вопрос о чем-то связанном с тобой (например, о вещице твоих руках), то следует дать развернутый ответ. И вообще на любой его вопрос (кроме личных) хорошо давать развернутый ответ!

Например, на вопрос про твою книгу (которая у тебя в руках для привлечения внимания) скажи не просто название и автора, а чем она интересна, спроси любит ли он такие книги. Если он начал читать твою книгу, можно спросить его интересуется ли он тоже этим. И дальше если удалось завязать разговор, то уже развивать невинную беседу.

Итак, вы начали разговор. Сейчас главное скрыть свою заинтересованность в знакомстве и держаться естественно. На его вопросы постарайся давать развернутые и детальные ответы, потому что односложные ответы означают полное отсутствие интереса к нему с твоей стороны и ваше знакомство попросту не состоится. Если он что-то похвалил, то кроме спасибо можно рассказать, откуда у тебя это появилось и почему ты это так любишь.

Точно также постарайся задавать вопросы, на которые нельзя было ответить односложно "да" или "нет", а которые требуют развернутого ответа. Мужчина понимает все буквально и если вопрос предполагает ответ да или нет, то ты именно его и получишь и беседа может оборваться на самом многообещающем месте... Твоя задача помочь кавалеру, подтолкнуть его в желаемом тебе направлении.

В общем продолжай беседовать и поддержи легкий, приятный, доброжелательный разговор, который внешне может быть совершенно обыденным. Темами для разговора могут быть ситуация и твой собеседник (здесь можно говорить очень подробно). **О себе** можно рассказывать только, если тебя попросят и постарайся быть предельно краткой. Кроме того, если он тебе понравился и ты хочешь дать понять ему свою симпатию и заинтересованность в продолжении знакомства, то полностью повернись к нему всем телом, а при общении обязательно улыбайся и смотри ему в глаза. Близкие люди общаются повернувшись полностью друг к другу всеми частями тела, от головы до кончиков пальцев ног.

Чрезвычайно мощным оружием являются прикосновения. Легкое, почти неощутимое касание его руки, когда он передает тебе соль, карандаш или другой предмет. Очень важно при этом быть расслабленной иначе это будет воспринято как отторжение его. Если вы обменялись прикосновениями, то для него это мощный стимул к продолжению знакомства. Но пока пользуйтесь этим только в крайних случаях, если незнакомец вас очень заинтересовал. Здесь очень тонкая грань, за которой он воспримет это как сексуальный вызов. Поэтому следует быть осторожной.

Наконец, последний прием, чтобы подсознательно дать понять незнакомцу вашу схожесть, это одновременные, синхронные действия и жесты. Когда люди влюблены друг в друга или очень близки, то они

начинают двигаться синхронно, двигаются шаг в шаг, одновременно смотрят друг на друга или на что-то другое, одновременно меняют позу или поворачивают головы, одновременно берут какие-то предметы (например, бокалы) и т.д. Поэтому следите за тем, что делает ваш собеседник и делайте точно также, подстраивайтесь к его позе, отзеркаливайте его движения. При этом важно, чтобы он не осознал ваши действия как копирование себя. Отражайте ТОЛЬКО его положительные или нейтральные качества, в общем, чтобы он увидел в зеркале только то, что хотел сам. Это создает ощущение взаимной привязанности, подсознательного доверия.

Сама беседа, т.е. собственно знакомство должно быть кратким (10-30 минут), чтобы вызвать интерес к тебе со стороны мужчины. И, главное, стимулировать или вынудить его к продолжению знакомства, т.е. чтобы он захотел с тобой провести первое романтическое свидание.

Как это сделать? Помните, что мужчины любят определенность.

Для начала скажи открытым текстом, что он тебе понравился, произвел приятное впечатление, что **он интересный собеседник**. Если он блеснул своим интеллектом, то обязательно похвали его ум. Если он что-то сделал физически (даже открыл бутылку с водой), то похвали его физическую силу (даже если он ей не обладает). И, последнее, похвали его игрушки (мобильник, часы, машину и т.д.). Причем хвалить

можно **только** за дело, за его поступки и именно в этой последовательности!

Либо если вы куда-то торопитесь и ты понимаешь, что ваша встреча будет лишь несколько минут, то начни разговор с какого-нибудь комплимента ему. Это сразу же вызовет расположение к вам. **Но ни слова о чувствах!**

Теперь осталось сказать ему, что, *во-первых*, тебе было приятно поболтать с ним, что ОН тебе интересен, что произвел приятное впечатление галантного кавалера и т.д. **Важно:** хвали те качества, которые ты хотела бы видеть в нем!

И, *во-вторых*, что ты с удовольствием проведешь с ним еще время, тебе будет интересно пообщаться с ним. Твоя задача дать ему зацепку, он должен знать, точно **знать** (а не догадываться), что ты его не пошлешь, если он вдруг позвонит! Что примешь его ухаживания. **Это ключевой момент!** Можно сказать, что тебе было бы приятно если **он** тебя куда-нибудь пригласит. Или тебе будет приятно снова его увидеть.

Как дать ему свой телефон? Для этих целей хорошо иметь личную (не рабочую!) визитную карточку. Если у тебя их нет, то закажи или сделай их сама.

Визитная карточка - это идеальный способ дать человеку шанс встретиться с тобой снова при мимолетном знакомстве. Даже если тебе не нужны визитки по работе (или у тебя "грозная" визитка с указанием высокой должности, отпугивающего места

работы и т.п.), сделай визитку с обозначением своих увлечений (но ни слова о работе). Напиши на своей визитке, что ты фанат фигурного катания (что у тебя первый разряд по вязанию крючком или ты мастер вкусного обеда, у тебя черный пояс по шахматам или ты мастер по шашням :-). И обязательно укажи номер своего телефона, а также адрес электронной почты (аськи, позывной в скайпе и т.д.).

Оставить визитку или продиктовать свой номер телефона – принципиально разные вещи. Диктуя свой номер телефона ты однозначно говоришь, что ищешь свидания. Оставляя свою визитку, ты идешь на меньший эмоциональный риск. Это просто удобный способ сказать: "Мне понравилось с вами общаться. Давайте поговорим еще". И ничего более. Но все равно, желательно давать такую визитку только в случаях, когда нет времени или возможности продиктовать свой телефон. Если же перед тобой робкий и стеснительный ухажер, то лучше ему продиктовать телефон (или позвонить на его мобильник), чтобы он был уверен, что ты пойдешь с ним на свидание.

Таким образом, постарайся придать мужчине уверенность в том, что ты принимаешь его ухаживания! Причем открытым текстом. Скажи, что тебе было приятно поболтать с ним или что тебе было интересно с ним и ты с удовольствием проведешь с ним еще время. Это главное! Поначалу ты может будешь смущаться, но потом удивишься своим результатам. Ты даешь ему зацепку пригласить тебя на свидание. Но в то же время

ты даешь понять, что ему придется тратить на тебя свои силы и время, чтобы тебя завоевать. Что он тебя заинтересовал, но еще не завоевал!

В общем твоя инициатива заключается в том, чтобы **максимально помочь мужчине играть его мужскую роль!** Он должен быть уверен, что эту роль он блестяще сыграет, что успех ему гарантирован. И ты суфлер и гарант этого успеха. И никакой навязчивости. Чисто внешне именно он должен быть во главе ваших отношений, он определяет быть или не быть им, именно он решает в какое русло их направить...

Как и кто должен назначить свидание? Именно мужчина ДОЛЖЕН приглашать женщину, а не наоборот. Формально последнее слово должно оставаться за ним. Ты лишь можешь назначить ему время звонка (например, мне удобнее звонить с 20 до 22), когда удобнее тебе звонить (якобы когда никто не будет мешать разговору), но не само свидание - это должен делать кавалер! Он записал твой номер. Теперь остается ждать.... Если он действительно хочет продолжения отношений, то обязательно позвонит тебе сам! Если звонка нет более недели, то значит не судьба и отправляйся искать другого, более достойного кандидата!

Когда он позвонит чтобы назначить встречу, всегда вноси полную точность и ясность. Итак, он предложил тебе место и время встречи. Если ты хочешь как-то скорректировать его предложение, если что-то тебя не устраивает, то следует обязательно прямолинейно давать

ему четкий и полный набор альтернативных вариантов того, что ты точно примешь вместо этого. Твоя задача дать ему точный рецепт **КАК** добиться успеха!

Например, если он тебе предлагает определенное время, в которое ты занята, важно не просто сказать, что ты не можешь, а обязательно сказать в какие дни и в какое время ты свободна! Если тебе не нравится какое-то место, куда он тебя пригласил, то дай ему на выбор **несколько** других мест, куда бы ты охотно пошла с ним. При этом свой отказ пойти в предложенное им место можно мотивировать **только** своими чувствами (например, ты там будешь чувствовать себя неудобно), но нельзя давать никаких логических объяснений.

Если мужчина тебя очень заинтересовал и ты хочешь побыстрее влюбить его в себя, то важную роль играет место для первого свидания. Дело в том, что сближение происходит гораздо быстрее, если вы вместе переживаете что-то эмоциональное, волнующее или даже опасное. Если ты знаешь, что он, например, любит фильмы ужасов, то хорошо вместе сначала посмотреть какой-нибудь подобный фильм, а затем уже где-нибудь обсудить его. Можно вместе покататься на чем-нибудь, сходить на аттракционы на американские горки, постоять на мосту и т.д. Важно, чтобы там были какие-то совместные переживания.

Кроме того, мужчин сближает совместная деятельность (а не общение). Спроси его, чем он сам любит заниматься в свободное время, и предложи сделать это вместе с тобой. Например, если он любит



смотреть футбол и если тебе это тоже интересно, то попроси его пригласить тебя на матч. Важно сделать это правильно, нельзя это говорить прямым текстом. Скажи, что ты давно мечтала посмотреть футбол на стадионе (правда пока никто не приглашал).

В общем во всем нужна определенность, он должен **ТОЧНО** знать как добиться успеха! Причем на всех этапах вашего знакомства. Это и есть женская инициатива, которую твой избранник с благодарностью примет. Например, ваше первое свидание подошло к концу. Если тебя интересует продолжение отношений, то обязательно скажи своему кавалеру об этом, прямо и четко! Еще раз повторюсь, мужчины не понимают **НИКАКИХ** намеков, так что намеки оставь для других женщин. Мужчине надо говорить прямолинейно как в армии. Скажи ему, что тебе понравилось общение с ним (еще раз подчеркиваю: ни слова о любовных чувствах!), тебе с ним интересно. Похвали его (что и в какой последовательности хвалить уже говорилось). И обязательно скажи, что тебе было очень приятно проводить время с ним *либо* тебе будет приятно, если **он пригласит** тебя еще куда-нибудь. Он должен **ТОЧНО** знать (а не догадываться), что ты хочешь продолжения отношений. Здесь принципиально важна **точность формулировки** - важно говорить о своих чувствах, а не о своих планах и мечтах! Если ты скажешь: "Меня **интересует** продолжение отношений", то это твои планы и давление на него, которое не переносят мужчины. В любом случае это фатальная ошибка...

Постарайся говорить о своих чувствах к нему (понятно, что это НЕ про любовь!): "Мне будет приятно провести с тобой еще время, сходить куда-нибудь", "Я буду рада, если ТЫ еще пригласишь меня куда-нибудь" и т.д.

И последнее. В начале знакомства телефон - это лишь способ назначить встречу. И не более того! Постарайся, чтобы разговор по телефону был предельно кратким. Если ты будешь долго откровенничать по телефону, то никаких отношений не будет, в лучшем случае он будет тебя рассматривать как друга или жилетку. Помни это!

### ***5. Шаг третий. Первое свидание***

Поговорим о том как провести первое свидание на высоте.

Готовясь к первому свиданию удели внимание своей внешности. Подбери такую одежду, чтобы ты чувствовала себя в ней абсолютно комфортно и расслабленно, чувствовала себя уверенной женщиной. Залог успеха - это гармония. Ничего вызывающего и яркого: ни макияжа, ни украшений (если ты их не носишь всегда). Из одежды надень то, что ты **уже** носила и это на твой взгляд тебе особенно идет. Никаких новых вещей!!! Потому что в новом платье, возможно, тебе будет неудобно, а новые туфли натрут ноги и в результате твои мысли будут далеко от знакомства. Поэтому выбирай только удобную и комфортную одежду, в которой ты будешь чувствовать себя уверенно.

Вспомни как ты выглядела, когда познакомилась с ним??? Ты понравилась ему именно такой (хотя ты сама предпочла бы забыть ту ужасную прическу или истертую юбку) и именно такую он запомнил. А первые впечатления всегда самые запоминающиеся!!! Помни это сама! Идя на свидание постарайся сохранить этот же образ, твой спутник должен легко узнать в тебе ту, которую он пригласил на свидание.. Так что никаких существенных изменений! Оставь прежний цвет волос, надень очки, а контактные линзы прибереги на другой раз, оставь эксперименты с косметикой для других встреч. В общем он тебя должен узнать в прежнем виде, хотя и тебе самой, возможно, многое из этого не нравится и ты горишь желанием изменить себя в лучшую сторону. Но сдержи эти желания, иначе он не узнает прежний образ и ты рискуешь потерять его, даже не узнав...

И последнее. Вовремя приходи на свидание. Опоздания и неопределенность заставляют кавалера волноваться, снижают его уверенность в себе. Потом, когда ваши отношения будут динамично развиваться и он будет влюблен, это время от времени можно практиковать. Но на первом свидании лучше обойтись без этого. Если ты опаздываешь, то обязательно позвони ему и предупреди о своем опоздании (скажи на сколько минут опаздываешь либо скажи где ты в данный момент находишься и предоставь ему самому подсчитать сколько времени еще ему придется тебя ждать).

Как себя вести на первом свидании? Тебе нужен мужчина если и не на всю жизнь, то по крайней мере на длительное время? Тогда начиная знакомство соблюдай эти заповеди.

Помни, что отношения, *во-первых*, хрупки как хрустальная ваза, и, *во-вторых*, в них ничего исправить нельзя! Поэтому постарайся быть бережной к любому избраннику, с которым ты начинаешь знакомство, и строить с самого начала только такие отношения, какие желательны именно тебе! Потому что потом ничего переделать не удастся!!! Забудь, как у тебя начиналось с прежними мужчинами, иначе все будет как в прошлый раз... Каждое новое знакомство **начинай по-новому**, находи какие-то удачные для тебя приемы, отработывай их! Прояви творчество и заранее сделай какие-то заготовки, запиши их на бумаге, выучи и следи за его реакцией. Это прекрасный способ развития изобретательности и творческого начала в отношениях. И с самого начала возьми на себя главную роль, чтобы строить такие отношения, какие хочешь ты сама, и влиять на их развитие, быть активным участником развития отношений, а не пассивным наблюдателем. У тебя есть четкая цель, ты знаешь что тебе нужно для ее осуществления. Поэтому действуй исходя из этой цели! Так что инициатива в развитии отношений принадлежит именно тебе!!! В любом случае, на каждом свидании постарайся развлечься и повеселиться, просто хорошо провести время в не зависимости от того, как будут развиваться отношения с новым знакомым и будут ли они вообще.

Главное и необходимое условие успешного свидания - позитив! **ПОЗИТИВ!!!** Позитивное отношение к жизни! Постарайся отвлечься от его внешних данных, его одежды и обуви, марки его часов и мобильного, его причёски, его машины и всего остального, что вас окружает. Т.е. если ты увидела грязь на его ботинках или столик в кафе оказался неудобным, то считай, что тебе это показалось!!! Ничто не должно выводить тебя из равновесия, из ресурсного состояния, т.е. ничто не должно влиять на твое настроение. Постарайся оценить ЕГО самого как личность, а не его ботинки (вспомни фильм "*Москва слезам не верит*") или автомобиль. Сосредоточься именно на этом. И, главное, на протяжении всего свидания следи за своим настроением! **Следи за своим настроением!!!** Постарайся быть в приподнятом настроении! Если ты настроена на продолжение отношений и он делает тебе какие-то предложения на следующие романтические свидания (любые предложения!!!), просто соглашайся! Скажи, что тебе будет приятно, если ОН тебя пригласит туда или что тебе будет приятно провести там свободное время. Если же его предложения **КАЖУТСЯ** неприятными и портят тебе настроение, то пока просто соглашайся, весело скажи ДА и что вы обязательно это подробнее обсудите (перед следующим свиданием). А уже потом, дома спокойно подумаешь над этим, возможно он имел в виду что-то совсем другое! Либо к следующему свиданию ты выберешь что-то другое. Сейчас для тебя главное - это сохранить бодрость духа, позитивное настроение и настроиться на его волну.

Пусть говорит в основном он! Помни, что *слово - серебро, молчание - золото*. Если дать мужчине возможность высказаться, он весьма скоро почувствует привязанность к тебе. Так что будь благодарным слушателем, **смотри ему прямо в глаза**, кивай головой в такт его дыханию и всем своим видом показывай заинтересованность в беседе, что тебе интересно то, о чем он говорит. Тем самым ты, *с одной стороны*, не вызовешь в нем раздражение от несмолкаемой женской болтовни, а, *с другой стороны*, дашь ему возможность проявить себя с лучшей стороны.

Постарайся максимально расспрашивать его о нем самом, любимом, каковы его **увлечения и круг общения, чем он живет**. Пусть говорит больше он, пусть он будет в центре внимания. Особенно поощрай его разговоры о своих **увлечениях** и о том, что он очень хорошо знает, о его работе, хобби, но не о личной жизни и тем более не о женщинах. Ни слова о его личной жизни! **ЗАПОМНИ: его личная жизнь - табу!!!** Пусть это будут совсем простые земные вещи, а не фантастические подвиги Геракла или вымышленные похождения Одиссея. Если ты предполагаешь, что он начинает фантазировать, смени тему, потому что в следующий раз он может забыть, запутаться и уже будет чувствовать себя неловко. И будь внимательной, заинтересованной и благодарной слушательницей. *Смотри ему прямо в глаза*.

Дай ему закончить мысль, не перебивай! Мужчина, в отличие от женщины, должен довести мысль до конца

иначе он ее потеряет и будет раздражен. Если возникла пауза, поинтересуйся что еще он любит, чем еще увлекается, что еще ему интересно. Поговори о путешествиях, может быть он где-то был или что-то хочет повидать. Но не задавай слишком много вопросов. Постарайся задавать такие вопросы, на которые он может дать развернутый ответ, в общем, сможет выговориться, а не просто ответить "да" или "нет". И помогай ему в этом. Он волнуется не меньше тебя, он совсем не уверен в себе и хочет произвести впечатление. Поэтому если ты хочешь продолжения отношений, то постарайся точно и ясно дать понять ему, что он произвел это самое впечатление! В процессе общения словами и всем своим видом показывай, что он тебе нравится!!! Постарайся научиться слушать и тогда ты узнаешь о нем все, что тебе надо и при желании сможешь влюбить его в себя. Вместе с тем слушай активно, вступай с ним в диалог. Интересуйся подробностями, уточняй детали его рассказа, в общем направляй разговор в желаемое тебе русло. Расспрашивай о его вкусах и взглядах на жизнь. Все, что он говорит о своих вкусах, о том, что ему нравится, воспринимай абсолютно серьезно и запоминай! И помни, что *о вкусах не спорят!* В процессе общения если ты научишься слушать, то узнаешь что его привлекает, а что отталкивает, что ему **важно** в жизни, какие **обязательные** требования он предъявляет к будущей жене (ты уже для себя разобралась какие качества **необходимы**, а какие **желательны** для твоего кандидата). И в соответствии с этим (если ты хочешь влюбить его) ты сможешь немного

изменить свое поведение, подстроиться под его идеалы, чтобы он увидел в тебе женщину своей мечты. А также в дальнейшем разговоре с ним можно самой подчеркнуть моменты, которые для него особенно важны, тем самым эта общность взглядов, жизненных ценностей и приоритетов сблизит вас. Вместе с тем избегай всего, что связано с его материальным достатком и финансами, его жилищными условиями, избегай подробностей его личной жизни (его личная жизнь должна стать табу). Прислушайся к его реакции на твои вопросы, насколько он открыто и легко начинает отвечать. Если он уклоняется, то меняй тему.

Во время встречи обязательно выясни у него насколько схожи ваши вкусы в выборе мест для свиданий и отдыха. У тебя есть какие-то свои любимые места проведения досуга, в том числе куда ты хотела бы сходить с ним. Но пока ни слова о них и своих вкусах! Сначала обязательно расспроси его, любит ли он такой отдых и такие места. Может быть он на дух не переваривает именно это твое любимое кафе, где ты проводишь время с подружками, или именно этот парк, где тебе назначали свидания прежние кавалеры. Если он говорит о том, куда он любит ходить и ты тоже в принципе туда хотела бы сходить, то сразу же подстройся и скажи слова одобрения про это место. Если тебе что-то категорически не нравится из его мест досуга, то надо тоже сразу же сказать об этом, но при этом говорить можно только про свои чувства или свой вкус (ты там чувствуешь себя неуютно, это не в твоём вкусе и т.д.). **Никаких** логических аргументов или



воспоминаний (что ты была там с другим кавалером, от которого у тебя остались плохие воспоминания), говорить можно только о своих собственных чувствах или вкусах, о которых не спорят и которые не нуждаются в объяснениях. Но при этом предложи ему на выбор **несколько** мест, куда бы ты с удовольствием пошла с ним. Он должен точно знать куда тебя можно пригласить и ты согласишься.

Рассказывая о себе, говори только о чем-то приятном, что у тебя было в жизни, но не связанное с твоими бывшими поклонниками. **ЗАПОМНИ:** *твоя прошлая личная жизнь - это тоже табу!!!* Твоя задача - выставить себя в наиболее выгодном свете. Рассказывай **ТОЛЬКО** хорошее о себе и своей жизни. Расскажи какие-нибудь забавные и смешные случаи, которые произошли с тобой (но в них не должно быть твоих бывших и твоих любовных походов). Поведай ему о своих увлечениях, хобби (машины, спорт, цветы, животные, коллекции, рукоделие и т.д.). Расскажи ему в веселой форме о своих способностях, успехах и достижениях, о положительных чертах своего характера. Возможно, вы найдете общие интересы... В общем главное, чтобы в твоём разговоре был только **позитив!** Никаких проблем. Избегай обсуждения любых **ПРОБЛЕМ**, причем как своих, так и других людей (родственников, коллег по работе, подчиненных). Ни слова о своих недостатках. В начале знакомства избегай откровенности, никаких разговоров о своих мечтах и надеждах, сколько детей ты бы хотела иметь. Это темы для обсуждения только с женихом. Сейчас это оттолкнет

его. Самое главное: в вашем разговоре должны быть **ТОЛЬКО** два действующих лица - **ты и он!** И никого другого! **ЗАПОМНИ ЭТО!** Если он что-то спрашивает о других мужчинах, то говорить о них важно только **позитив**. Даже если речь идет о твоём бывшем, к которому у тебя сплошные отрицательные эмоции. Отвечай кратко и меняй тему. Старайся, чтобы в вашем разговоре не было никаких рассказов о жизни других людей. Никаких подробностей из жизни друзей или родственников, с которыми он пока не знаком. Избегай также разговоров о том, что не является интересным и общим для вас обоих. Наконец, ни слова о своих чувствах и переживаниях! Для мужчин область чувств - это *terra incognita*, в этой области мужчины абсолютные профаны и он будет чувствовать себя полным идиотом. Но главное, это минимум информации о себе!!! Пусть говорит и откровенничает он.

Итак, главное на первом свидании - это минимум информации о себе!!! Пусть говорит и откровенничает он.

Первое свидание в идеале длится не долго, 2-3 часа и именно тебе важно закончить его, а не ему! Как это определить? Очень просто: ты должна чувствовать, что он остался еще голодным от общения с тобой, он хочет общаться еще... У него должна остаться заинтересованность в продолжении разговора, чтобы получше узнать тебя, он не насытился твоим обществом. Лучше всего прервать свидание на пике вашего сближения, когда ваше общение с самым разгаре и еще

столько хочется сказать друг другу. Прервав таким образом беседу у него останется потребность вновь встретиться с тобой, чтобы по крайней мере закончить разговор. И **главное**, к концу свидания он должен абсолютно точно знать желаешь ли ты продолжать отношения или нет. Не должно быть никакой недосказанности и обнадеживания. Если ты хочешь продолжить отношения, то сообщи ему об этом ПРЯМО, например, поблагодари за чудесный вечер, скажи, что тебе понравилось общаться с ним, что ты с удовольствием сходила бы с ним еще куда-нибудь. Если ты хочешь, чтобы эта встреча была последней, то скажи, что ты была рада познакомиться и попрощайся, пожелай ему всего доброго.

Во время свидания в своем рассказе о своих увлечениях и вкусах как бы невзначай скажи ему, куда бы ты хотела сходить, что ты вообще любишь посещать и где проводить время (ты уже выяснила его отношение к этим местам). Платить ДОЛЖЕН он! Обязательно. Но главный принцип: *От должен тебя завоевать, а не купить*. Поэтому в начале отношений внимательно следи, чтобы эти траты были разумны. Хорошо, если это будут места, которые не потребуют от него больших материальных затрат. Мужчина - охотник и если ты хочешь длительных отношений, то он должен тебя завоевать, а не купить! Вообще в начале отношений постарайся делать так, чтобы он тратил на тебя свое время, а не деньги.

Итак, свидание подошло к концу и теперь он ТОЧНО знает куда тебя можно смело пригласить в следующий раз. Скажи ему нежным и тихим голосом, что тебе понравилось общение с ним. А твое смущение и краска на лице покажут ему, что ты действительно хочешь с ним снова встретиться. Давая ему свой телефон, можно точно сказать, когда и в какое время лучше звонить когда тебе удобно, чтобы вашему общению никто не мешал. И если он тебе действительно понравился, то на прощание можно позволить ему чмокнуть себя в щечку. Но только в щечку! Мужчины хотят получить все и сразу. Поэтому с первого свидания он должен четко знать, кто определяет скорость сближения.

Свидание закончилось. Теперь самое время вспомнить все детали вашего разговора. Лучше это делать именно сразу же после свидания (пока еще память держит все мельчайшие подробности) когда ты вернулась домой, сесть за стол и изложить все (лучше на бумаге, но можно и на компьютере) и все это поможет быстрее найти свои ошибки и ты сможешь понять будет ли продолжение вашего романа. Дело в том, что именно наши ошибки тормозят продвижение к любой цели в любой области, от науки и искусства до отношений. И эти ошибки у каждого из нас свои собственные, они у каждого индивидуальны и уникальны!!! Поэтому невозможно создать книгу наших ошибок! Даже список наиболее распространенных и типичных ошибок первого свидания можно продолжать до бесконечности... Но у каждой есть свои собственные

ошибки, которые придется искать самой... И чем быстрее это будет сделано, тем быстрее ты сможешь научиться строить гармоничные отношения. Как бы то ни было, все мы учимся исключительно на своих собственных ошибках. Поэтому важно находить и вовремя исправлять их!

Итак, первое свидание позади, вы обменялись телефонами. Вроде бы все прошло замечательно, а он не звонит и ты вся в нетерпении когда же наконец раздастся долгожданный звонок... Каждые полчаса ты проверяешь работает ли телефон... В голове крутятся самые разные и неожиданные мысли о том, почему он не звонит. Не понравилась? Может, у него есть другая? Или он просто занят? Напряжение нарастает... И все же наберись терпения и подожди, пока он позвонит сам. И ты лично сможешь поговорить с ним. Будь уверена, что если он действительно заинтересован в тебе, то обязательно позвонит. Причем обрати внимание, что он позвонит, чтобы назначить встречу или чтобы предложить что-нибудь еще. Мужчина вряд ли позвонит, чтобы просто поболтать. Бесконечную женскую болтовню по телефону мужчины считают пустой тратой времени, поэтому если он занят и не может ничего предложить, то твой телефон будет молчать. Если все же он позвонил, чтобы просто поболтать, то постарайся разговор сделать кратким, минут 10-15 и за это время постарайся вынудить его назначить встречу, но делай это ненавязчиво. Милая беседа по телефону хороша лишь для людей, которые давно и хорошо знают друг друга. Телефон скрывает все, что происходит вокруг твоего

собеседника (может быть он в это время пьет пиво с друзьями и просто развлекается с тобой), телефон скрывает все, что написано на его лице и твоя женская интуиция будет бессильна. А именно они тебе сейчас нужны как никогда!!!

Наконец, что делать если он не звонит? Если ты позвонишь сама, то он будет думать, что уже покорил тебя и его интерес к тебе сразу же поугаснет... Что делать если он не звонит уже неделю? Скорее всего, это приговор :( Выбрось его телефон (если он у тебя есть), забудь про него и отправляйся на поиски других, более достойных рыцарей. Мужчины уходят по-английски, молча... Он считает, что оскорбит женщину, если позвонит и скажет ей о том, что она ему не понравилась. Конечно, могут быть и другие причины. Например, он был сильно занят и сейчас уже стесняется позвонить, потому что прошло слишком много времени. Поэтому если тебя очень гнетет неизвестность, то в наше время можно позвонить и самой, причем можно начать нейтральную беседу и по его тону ты сможешь понять есть ли продолжение ваших отношений.

Первое свидание - это КЛЮЧЕВОЙ момент в отношениях, т.к. именно после него мужчина будет решать судьбу ваших отношений. Как известно, первые впечатления самые запоминающиеся. Именно от начала ваших зарождающихся отношений во многом будет зависеть их судьба, какими они будут и будут ли вообще. Здесь вы узнали лишь базовые навыки, которые необходимы для успешного знакомства и проведения

первого свидания. Но именно они определяют фундамент прочных отношений. Именно эти навыки являются фундаментом, основой любых гармоничных отношений.

Наверняка большую часть того, что вы здесь сейчас узнали, вы знали давно. Другое дело, что ко многим из этих вещей вы относились с пренебрежением, как к чему-то второстепенному, малозначимому. Теперь осталось переосмыслить свои представления и понять, что именно это является главным, необходимым условием достижения своей цели.

### Глава 3. Путь в ЗАГС

Итак, ты познакомилась, он тебе понравился и ты произвела на него приятное впечатление. Как вести себя дальше, чтобы перевести отношения в серьезное русло и довести дело до свадьбы?

Помни, что он должен тебя завоевать, а не купить. До того момента, пока вы не решили вместе попытаться построить серьезные отношения (до момента когда ты скажешь монолог, о котором будет ниже), он должен тратить на тебя свои силы и время, но не деньги!!! Точнее постарайся, чтобы его траты денег быть умеренными относительно его уровня достатка. И платить должен только ОН (если он пригласил тебя на романтическое свидание)! Все это время он должен ухаживать (обязательно поощряй любые его ухаживания и знаки внимания!), а ты постепенно сдавать свои позиции. При этом он будет устраивать тебе проверки на доступность, но ты должна хорошо играть свою роль.

Ты - Женщина! У тебя есть интуиция, которой нет у мужчин. Поэтому ты быстро можешь решить для себя, что этот мужчина мог бы стать твоим избранником и с ним ты хотела бы попытаться (пока только попытаться!) построить серьезные отношения. Как только ты это для себя решила (это может произойти и на первом свидании), то постарайся переводить отношения в желаемое для тебя русло, где ты выступаешь в роли невесты, т.е. потенциальной жены. И если вы сможете вместе построить гармоничные отношения и полюбить друг друга, то пойти в ЗАГС и жить долго и счастливо :-)



Что нужно, чтобы мужчина сам позвал тебя замуж? Во-первых, он рассматривает ваши отношения как серьезные и, во-вторых, ты для него являешься идеальной женщиной.

Здесь мы рассмотрим **один** из способов как это сделать.

### **1. Первый шаг к ЗАГСу. Серьезные отношения**

Начнем с того как перевести ваши начавшиеся отношения в желаемое тебе русло, как сделать, чтобы он **гарантированно** рассматривал ваши отношения как серьезные. Подчеркиваю: гарантированно! Как вы знаете, для мужчин бывают только три типа отношений: **муж, любовник, друг!** Если ты для него любовница или друг, то вряд ли станешь его женой. Это роковая ошибка, за которую поплатилось очень много женщин...

Поэтому принципиально важно, чтобы он сразу же (как только ты решила попытаться построить с ним серьезные отношения) рассматривал ваши отношения как серьезные, что он для тебя потенциальный муж. И не важно, что из этого получится. Мужчине важна определенность во всем. **Это главное!**

Парень с момента первой встречи, *если ты его заинтересовала и заинтриговала*, строит на тебя какие-то планы. Если ты ничего **не говоришь**, что именно ты от него ждешь, каких отношений, то он сам пытается для себя решить это тип отношений.

Если говорить о серьезных отношениях, то на это у него уходит обычно 3 месяца и даже больше. А его выводы часто неутешительны для женщин. Один из способов четко определить ваши отношения - просто сказать ему! Когда и как это можно делать? Ты женщина и тебе уже после первого свидания ясно, что именно с ним ты хотела бы попытаться (только **попытаться**) построить серьезные отношения.

Поэтому как только ты, **с одной стороны**, для себя определила его как жениха (это уже может быть и на первом свидании!!!) и, **с другой стороны**, видишь, что он тобой заинтересован (а вот это уже точно не будет на первом свидании. Обычно мужчине для этого надо не меньше **трех** свиданий!), только после обязательного выполнения этих двух условий (**это принципиально важно!**) сразу же это можно сказать ему!

Для этого обязательно **выбери подходящий момент** (например, когда вы делитесь своим личным, мечтами) или лучше можно самой создать этот момент, спровоцировать его на разговор на эту тему. Как? Например, спросить про его **цели** в жизни! И очень внимательно слушать его, восхищаться его целеустремленностью, позитивно оценить его цели в жизни. После своего ответа он, наверняка, спросит про **твои** цели в жизни. И вот тогда можно смело говорить свой заготовленный монолог, из которого он должен узнать, что ты целеустремленная женщина, у которой есть четкие цели в жизни. Он должен точно понять эти твои цели.

Говорить важно деликатно, но прямолинейно! Он должен точно знать, подчеркиваю: **знать**, а не догадываться, **ЧТО** именно ты ждешь от него, в каком качестве ты хочешь его видеть в ваших начинающихся отношениях: друг, любовник или потенциальный муж. Т.е. если твоя глобальная цель - это замужество, то постарайся ее раскрыть сразу же после выполнения этих двух условий, как можно быстрее. Другие цели (любовник, друг) достигаются быстро и потом стабильно держатся, а замужество - предполагает развитие отношение. Если они останоятся, то вы расстаетесь. Итак, он должен **ТОЧНО**, четко и однозначно знать твою цель, а не догадываться. При этом, во-первых, ты ему интересна и, во-вторых, ваши отношения развиваются.

Как это сделать? Скажи ему об этом! **ПРЯМО!** Прямым текстом!!! Самое главное здесь - **форма**, в которой ты скажешь ему об этом. Мужчина понимает все буквально.

Подготовь дома заранее такой текст, т.е. свой **МОНОЛОГ**, который ты скажешь мужчине, которого ты рассматриваешь как потенциального мужа и с которым у тебя позитивно развиваются отношения (т.е. он активно ухаживает за тобой, тратит на тебя много своего времени и сил, но не денег!). Что важно сказать в своем монологе?

Итак, обязательно запиши на бумаге свой текст, потрать на свое сочинение неделю, а может даже и больше.

Отшлифуй в этом монологе каждое слово (принципиально важно, чтобы все слова были твои собственные, по форме и стилю были абсолютно такими же, как ты говоришь обычно сама) и выучи наизусть. Важно быть уверенной на 100%, что он правильно поймет, здесь исключительно важна точность формулировки. Запиши на диктофон и прослушай, доработай так, чтобы это выглядело полностью естественным, а не выглядело как нечто старательно зазубренное и прочитанное ему, но явно не твое. И когда ты будешь уверена, что достаточно заинтересовала его, выбери момент (или создай его) и скажи свой монолог. Важно, чтобы твой монолог гармонично вписывался в ваш разговор, чтобы он был к месту! Если вы говорили о погоде и ты вдруг начала говорить монолог, то со стороны это будет выглядеть дико и мужчина тебя не поймет. Придумай несколько ситуаций, когда твой монолог будет идеально вписываться в ваш разговор.

О чем должен быть этот МОНОЛОГ?

Смысл твоих слов очень прост. Ты девушка целеустремленная и четко знаешь, что хочешь достичь в жизни. Да, ты хочешь выйти замуж, это твоя **главная цель** в жизни. Но тебе нужен НЕ штамп в паспорте и не отец детей, для тебя **главное** - человек, с которым ты захочешь прожить всю жизнь. А для этого его надо сначала очень хорошо узнать, съезди с ним не один пуд соли, попытайся построить с ним прочные отношения, которые желательны обоим. И совсем не обязательно, что он станет мужем. То есть он должен знать, что

перспектива - это брак, что он жених, т.е. потенциальный муж и станет им при условии, что если вам удастся построить такие отношения, когда вы **вместе** захотите жить друг с другом. Т.е. все добровольно! И желание обоюдное! Никто ничего не навязывает. Ты не будешь бросаться ему на шею и тащить его в ЗАГС. И, наконец, можно задать сроки на эту попытку построить отношения (обычно полгода достаточно). Если за это время ничего не получится, то вы расстанетесь.

**Повторю два главных условия, когда можно и нужно говорить этот монолог:**

*Во-первых*, монолог можно говорить **ТОЛЬКО** тогда, когда ты **РЕШИЛА**, что готова с ним попытаться построить серьезные отношения!

*Во-вторых*, и это **главное**, ОН должен тобой быть сильно увлечен и заинтересован в развитии знакомства! Это **ГЛАВНОЕ!** Это ключевой момент! Если этого нет, то он тебя просто пошлет (Представь, что к тебе подошел незнакомый мужчина, который тебе совсем не нравится или даже противен, и предлагает выйти за него замуж. Что ты ему скажешь?).

Это обычно наступает не раньше, чем после третьего свидания!!! Если он заинтересован в развитии отношений, то понятно, что будет за тобой активно ухаживать и завоевывать твое расположение к нему. Когда ты это точно **ПОЙМЕШЬ**, только тогда (не раньше!!!) и можно сказать этот монолог. И понятно, что монолог можно говорить **ТОЛЬКО** наедине!

Наконец, если у вас есть интимные отношения, то будет фатальной ошибкой, если ты произнесешь этот монолог сразу после секса (или во время любовной игры). Определись кем ты хочешь быть для него - любовницей или женой! Если женой, то оставь выяснение долговременных отношений и свой монолог для спокойной, даже деловой обстановки, когда вы оба настроены серьезно.

Понятно, что этот монолог - это НЕ догма, а всего лишь **один из** возможных путей к цели!

Это один из множества способов как деликатно попытаться перевести отношения в серьезное русло. Возможна куча других способов! Важно не давить на него, не ставить никаких условий и ультиматумов, важно простимулировать его чтобы ОН сам принял решение.

В разных ситуациях кроме "монолога" возможны и другие действия, чтобы он стал воспринимать ваши отношения как серьезные. Например, когда люди знакомы давно, больше 3 месяцев, то мужчина часто уже принял для себя какое-то окончательное решение. Возможно, он уже морально готов на тебе жениться и ждет удобный момент для того, чтобы сказать тебе об этом. Причем ждать этого он может долго, очень долго. Важно ему помочь, создать ситуацию, когда он сам тебе скажет о своем решении (решил ли жениться или нет), не связывая его никакими обещаниями и обязательствами. Чтобы думал и решал ОН сам. Что он думает о ваших отношениях и что может тебе предложить, если что-то может.

Наконец, если ваши местные обычаи таковы, что секс до брака исключен, то этот монолог не нужен, поскольку в этом случае любые отношения (если они развиваются) мужчина рассматривает как серьезные.

## ***2. Как его влюбить и стать его идеалом***

Итак, ты сказала свой монолог и он принял твои условия (либо как-то по-другому вы определились с типом отношений). Поздравляю! С этого момента он жених, а ты невеста, т.е. потенциальная жена. Он в тебя влюблен и хочет попытаться построить с тобой отношения.

Усвой, что состояние влюбленности - временное и всегда заканчивается ((( У мужчин оно обычно длится 3-6 месяцев, поэтому это время постарайся использовать на полную катушку, чтобы успеть построить такие отношения, которые хочешь ты сама. Только в это время твой избранник сможет простить тебе множество ошибок, которые в другое время будут фатальными и приведут к разрыву отношений. Если ты упустишь это время, то отношения закончатся крахом ((( Помни это! Твоя задача, *во-первых*, укрепить чувства, свои и его. И, *во-вторых*, активно строить отношения такие, какие желаешь ты.

Начнем с того как укрепить чувства. Для этого важно знать закон и научиться его применять.

**Закон:** Мужчина влюбляется в женщину, которая разделяет его вкусы!

Это ключевой момент в начале отношений!

Поэтому узнай его вкусы! Если с чем-то ты не сможешь жить, не сможешь смириться, то надо сразу расстаться.

Помни: Вкусы не критикуют!!!! О вкусах не спорят! Это будет фатальная ошибка, которая неминуемо приведет к краху отношений. Например, он говорит, что любит футбол. А ты говоришь, что только идиотам нравится смотреть как 22 бугая полтора часа бегают за одним мячом. Все! Эта твоя фраза сразу ставит жирную точку на ваших отношениях!

Что делать со вкусами???

Закон прост: вкусы **либо** разделяют **либо** одобряют.

Как стать его идеалом? Просто!!! Подстроиться под его вкусы и ценности. **Либо** ты сама любишь (или любила) собирать марки (т.е. разделяешь его вкусы) **либо** ты восхищаешься людьми, которые собирают марки (пишут картины, играют на скрипке, танцуют аргентинское танго, прыгают с парашютом, катаются на горных лыжах, погружаются с аквалангом, играют в хоккей или футбол, ловят рыбу, ходят на охоту... в общем, одобряешь его вкусы). Любой человек чем-то увлекается либо увлекался в детстве. Идеальная женщина та, которая разделяет его ценности. Есть много общего (того, что вы любите) и то, что разное, то это взаимодополняющие части, не находятся в антагонизме.



Закон: Люби все то, что любит твой мужчина и ненавидь все, что он ненавидит. Ругай врагов его и привечай друзей. У тебя всегда будет возможность сделать из врагов друзей и наоборот.

Степень вашего сближения (с точки зрения мужчины) и определяется степенью того, насколько вы узнали вкусы друг друга и разделили их. Именно от этого зависит когда идти с ним в постель, чтобы секс ничего не разрушил, и когда он позовет замуж. Отношения выдержат испытания сексом если это общение составило 1 час чистого времени и он позовет замуж после 3 часов близкого общения. Понятно, что на свиданиях основная часть времени уходит на простое общение, досуг и развлечения, а на разговоры о действительно сокровенном, о вкусах обычно тратится не более пяти минут. Поэтому этот 1 час чистого времени растягивается на долго... В реальной жизни, среднестатистически, до секса надо провести 7 свиданий - это составит этот самый 1 час чистого времени. И в среднем 3 месяца до ЗАГСа. Понятно, что если свидания происходят редко, то путь до ЗАГСа может быть и 3 года. Конечно, если ты Великая обольстительница, то тогда как Клеопатра сможешь эти 3 часа чистого времени пройти с любым мужчиной за один вечер и тогда будет уместен и секс в первый же день знакомства, а ты станешь для него единственной и любимой навсегда. Но давайте будем реалистами: поскольку ваши навыки в этом деле в настоящее время пока еще далеки от совершенства, то придерживайтесь правила 7 свиданий до постели. И 3 месяца до ЗАГСа.

Кроме того, хвали его каждый день, но обязательно за дела, за его поступки. Хвали все то, что тебе хотелось бы в нем видеть! Хвали любые намерения в этом направлении! Так ты сможешь выработать у него желаемые ТЕБЕ привычки. Но помни, что изменить другого нельзя, измениться можешь только ТЫ сама! **Подчеркиваю: измениться можешь только ТЫ сама!** Другого человека не переделать! Если тебе что-то не нравится, то ты можешь изменить свое отношение и подстроиться. Твоя задача - не перевоспитывать мужчину, а использовать его сложившиеся взгляды и привычки себе во благо.

Когда мужчина в период влюбленности начинает меняться, приобретать какие-то привычки - новые для себя и крайне желательные для тебя, то тут женщины часто совершают фатальную ошибку. В девушках пробуждается педагогический талант и им кажется, что любого мужчину можно переменить целиком и полностью. Это он сейчас себя так ведет, а потом он будет совсем другим! Это фатальная ошибка, которая разрушила слишком многие союзы. Никого вы не переделаете. У человека хватит терпения максимум на 3 месяца побыть в какой-то роли, но потом все закончится вместе с отношениями. Пытаясь изменить человека, вы совершенно точно разрушите отношения! Помните это! Если в нем с самого начала отношений что-то тебя принципиально не устраивает и с чем ты никогда не сможешь смириться, то ничего не получится и надо сразу же рвать отношения (((

### **3. Путь в ЗАГС**

Теперь самое время получше узнать своего избранника и активно строить такие отношения, которые ты хотела.

Ты немножечко влюблена (или, может быть, даже без ума от него). Теперь самое время охладить свой разум, чтобы спокойно, холодно и трезво оценить своего избранника и все ваши отношения с первого взгляда. Кстати, важны именно самый первый взгляд и начало знакомства. Как это произошло?

Теперь подумай о чем он говорит больше всего, когда речь идет о тебе? О твоих физических данных или твоем уме? Остерегайся мужчин, которые все время говорят, как ты прекрасна, потому что им нужны вовсе не серьезные отношения.

Теперь прислушайся к своей интуиции. Если ты хоть на секунду почувствуешь, что он пытается завоевать сердце любой женщины, а не конкретно тебя, беги от него!

После 5-7 свиданий тебе предстоит принять окончательное решение - нужен тебе он или нет. Оцени насколько совпадают ваши вкусы, и то, в чем вы не совпадаете, не находится в противоречии друг с другом. Насколько он бережно относится к тебе все это время, чувствуется ли в нем ласка и любовь. Насколько он обязательный человек. Проявляет ли интерес к твоей жизни. Ты составляла список необходимых и желательных условий, предъявляемых к будущему мужу.

Теперь самое время взять свои записи и оценить его по всем пунктам.

Вы уже достаточно долго общаетесь и ты определилась, что он годится тебе в мужа.

Теперь важно обсудить с ним все, что касается совместной жизни и что имеет для тебя хоть какое-то значение! Подумай какая информация поможет тебе ответить на вопрос, смогла бы ты прожить с ним всю жизнь или нет. Лучше заранее выписать на листок все, что ты хочешь обсудить со своим потенциальным мужем до вступления в брак.

Прочность отношений определяет степень совместимости ваших взглядов по жизненно важным вопросам. Поэтому подробно запиши все вопросы по ведению хозяйства и финансов, проблемы воспитания детей. Самое время сейчас обсудить его отношение к семейной жизни, об обязанностях мужа и жены. Что в его понимании идеальная жена (кухарка, прачка и т.д.). В общем это как раз то время, когда можно и нужно строить планы на будущую совместную жизнь. И чем подробнее они будут обсуждаться, тем легче тебе будет в будущем и тем прочнее будут ваши отношения.

**Отныне и навсегда** исключительно важно, чтобы все ваши разговоры были направлены **только** на то, как **укреплять семью!!!** Можно обсуждать лишь планы совместной жизни, как вы будете вместе строить свое счастье и жить в гармонии, вместе решать любые трудности.

**Важное замечание:** Категорически **противопоказаны** любые разговоры о возможных, даже самых воображаемых ситуациях о распаде отношений, т.к. они и в самом деле приведут к краху отношений. Женщины совершают **фатальную** ошибку когда начинают обсуждать свой гипотетический развод, пытаются выяснять что и как будет делать их избранник в случае если ваш союз распадется. Это прямой путь к разводу ((( Запомните это!

Конечно, абсолютно все обсудить сразу невозможно. Жизнь постоянно преподносит нам что-то новое... Главное, чтобы он точно знал, что любые возникающие вопросы в процессе совместной жизни вы будете сразу же конструктивно обсуждать (без обид и эмоций) и находить взаимоприемлемое решение.

И тогда совет вам да любовь!

\* \* \*

Москва. 1997-2010

# Содержание

Введение .....	1
Глава 1. Первое впечатление .....	6
Глава 2. Практика знакомств .....	20
Глава 3. Путь в ЗАГС .....	69

**Марио**

**Искусство  
обольщения  
Путь к замужеству**