

Мила Левчук

# Как познакомиться с достойным мужчиной

И ВСЁ НЕ ИСПОРТИТЬ



HOUSE OF ILLION



**Мила Левчук**  
**Как познакомиться с**  
**достойным мужчиной**  
**и все не испортить**

*Текст предоставлен правообладателем*

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=51999879](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=51999879)*

*Как познакомиться с достойным мужчиной и всё не испортить:*

*Иллион; СПб; 2018*

*ISBN 978-5-6041060-9-9*

### **Аннотация**

Мила Левчук – самый популярный автор статей об отношениях, на неё подписано 2 млн человек! А ещё она учитель психологии отношений, автор уникальной методики преподавания и создатель Университета женского достоинства...

В новой книге из серии «Женское достоинство» вас ждут рекомендации по созданию потока приглашений на свидания от мужчин. Вам останется только выбрать лучшего. Ни капли воды, ни грамма пессимизма!

Смотрите не ошибитесь в выборе, ведь Мила подробно расписала не только все нюансы начала отношений, но и виды мужчин, а также фантастических тварей, с которыми лучше не связываться.

Освободите себе вечерок для чтения – и ближайшие месяцы для свиданий! И да пребудет с вами сила женского достоинства!

# Содержание

Нескучное начало	8
Краткое содержание предыдущей серии	12
Три умонастроения	16
Умонастроение невежества	16
Умонастроение страсти	18
А вот и умонастроение благодати	20
Женщина-лошадь, она же девушка-минус	22
Женщина-жертва, она же девушка-ноль	24
Девушка-плюс – та, кто умеет себя правильно поставить!	26
Как читать мою книгу?	29
Как заставить лучших мужчин преследовать вас	30
Почему вам не грозит одиночество?	31
Правило 20 секунд	37
Ну где же тот самый, чёрт побери?	44
Каких мужчин вы притягиваете?	49
Кто ваша целевая аудитория?	54
Конец ознакомительного фрагмента.	56

**Мила Левчук**  
**Как познакомиться с**  
**достойным мужчиной**  
**и всё не испортить**

© Л.Н. Левчук, текст, 2018

© ООО «ИЛЛИОН», 2018

\* \* \*

# ПОЧЕМУ ЭТА КНИГА ДЕЙСТВИТЕЛЬНО КЛАСНАЯ:



## ТОЛЬКО ПРОВЕРЕННЫЕ НА ПРАКТИКЕ ЗНАНИЯ

Мила была «настоящей (!) неудачницей» в отношениях. Дело даже дошло до развода. Но она не сдалась и взялась разбираться, почему всё не получается так, как хочется. Она спасла свою семью от краха и теперь написала настоящую дипломную работу о том, что поняла на пути выстраивания отношений.



## УНИКАЛЬНЫЙ СТИЛЬ

Книга написана особым языком: с юмором, просто, как будто в разговоре с подругами, Мила рассказывает поучительные истории, описывает техники и инструкции по их применению, даёт домашние задания.



## УНИКАЛЬНЫЙ КОНТЕНТ

В этой книге собрано и структурировано множество статей из блога Милы в Instagram, также в неё добавлены главы, которые ранее не публиковались, а ещё имеется практика, которой нет даже в её онлайн-курсе.



## ГАРАНТИЯ ПОЛЬЗЫ

Прочтите – и убедитесь! Никакой воды, только факты и пошаговые техники. Не сработает только у тех, кто не читал или прочитал, но так ничего и не сделал.



## ЛЕГКО УЧИТЬСЯ

Чаще всего Миле говорят, что она как никто умеет разложить всё по полочкам и «включить свет в тёмной комнате». У неё несомненный педагогический талант объяснять сложные вещи простым языком.



## ЖИВЫЕ ОТЗЫВЫ

Вы сможете увидеть скриншоты из социальных сетей, где пользователи оставляли свои отзывы о том, как сработала та или иная техника в их ситуации. Это вдохновляет и вселяет веру в то, что и у вас всё получится!

---

# ПОЧЕМУ ЭТА КНИГА ТАКАЯ УДОБНАЯ



Практические задания – домашняя работа, которая поможет вам достичь реального результата.



# Нескучное начало

Привет! С вами снова Мила Левчук и моё нескучное приветствие. Прочитайте – не пожалеете! А если и пожалеете, я всё равно об этом не узнаю, так что в любом случае вам решать.

Перед вами моя вторая книга из серии «Женское достоинство». Я очень горжусь новым изданием, как, впрочем, и предыдущим. Первая книга была о восприятии себя и готовности к отношениям, которые не развалятся от дурацкого «не сошлись характерами» или «видно, не судьба, видно, нет любви». В основном я объясняла, почему «хорошим девочкам» не везёт с мужчинами. Внимание на кавычки, подруги мои! Мелькнуло в пушистой головушке: «Ещё одна учит быть стервой?» Ничего подобного! Просто то, что многие называют «хорошей девочкой», на самом деле «девочка удобная». А удобных девочек не любят – ими пользуются, на них ездят. Поэтому в первой книге я объяснила важнейшие принципы закладки фундамента гармоничности вашей личности и основ женского достоинства, без которых счастье в любви невозможно и немислимо.

В новой книге вы приступите непосредственно к поиску кавалера. Мы обсудим начало отношений с мужчиной вашей мечты.

Я стараюсь писать книги, соблюдая важные для меня пра-

вила:

**1. Текст легко и весело читать.** Я уверена, что, если бы большинство школьных и университетских пособий писали люди с чувством юмора, все бы уже давно были бы академиками! Представляете? Открываешь так учебник по политэкономии и... тебя за уши оттаскивают родные в 4 утра, требуя немедленно идти спать. Наука отношений сама по себе клёвая, всегда интересно погрузиться в мир любви и романтики, но даже такую тему некоторые умудряются занудить. Поэтому второй пункт:

**2. В каждой книге сразу 10 книг!** Многое из того, что вы должны были бы прочитать из психологии отношений, я прочитала за вас! Все сведения я тщательно промыла и высушила от противоречивых религиозных, моральных и нравственных отклонений. Я не буду учить вас молиться, не стану призывать угождать всем мужским прихотям, не научу гипнозу и методам ловли миллионера на «бабца» и не попытаюсь разрушить представления о традиционных, всех, в общем-то, устраивающих семейных ценностях. Я против экстремизма в том, что касается личной жизни. Против тотального смирения и служения, против разнузданной свободной любви без обязательств и против того, чтобы из вас делали успешное, но вечно напряжённое существо, которое не знает: то ли рыскать в поисках пресловутого миллионера, то ли

строить собственную карьеру, чтобы выкусили все, кому вы не достались.

**3. Мои книги всегда предельно понятны.** Поскольку я по образованию педагог, а не психолог, мой принцип работы с информацией таков: изучить свой предмет в работах авторитетных людей и любых других источниках и разработать систему подачи знаний, причём такую, чтобы поняло даже дерево. Нет! Я не назвала вас деревом. Но поверьте: если я задамсь целью и начну читать лекции берёзе, она обязательно станет счастливой в любви... если активно возьмётся за дело. А если не возьмётся, то будет знать всё о вопросе. Собственно, чем вы хуже берёзы?

**4. Ни капли воды!** Так уж я сложена и собрана, что мне стыдно тратить ваше время на мысль, размазанную на 80 страниц. Мне некогда убеждать вас, как важно, например, избегать деструктивных мужчин. Я лучше расскажу, кто они такие и что вас с ними ожидает, а вы уж сами как-нибудь примените, если вам будет нужно. Вместо пространных примеров, в которых неизвестные вам люди справились со своими жизненными ситуациями благодаря моим советам, я приложила скриншоты отзывов моих читательниц из Instagram. Ну и формат блога в Instagram (на основе которого и пишутся мои книги) подразумевает всего 2200 знаков на тему. А это половина страницы в Word. Особо-то не растечёшься

мыслью по древу. Поэтому вы получили концентрат, самый сок всех прочитанных мною источников. И вместо невообразимого булыжника в 800 страниц у вас лёгкая, компактная книга с прикольными иллюстрациями, где все слова строго по делу.

**5. Они отвечают на ваши вопросы.** Мой блог [@milalevchuk](https://www.instagram.com/milalevchuk) на момент подготовки к печати читают 1 миллион 700 тысяч человек, и всё, что хотели бы вы спросить по этой теме, они, скорее всего, уже спросили. И я написала по этому поводу новую статью, которая с большой долей вероятности вошла в эту книгу. Если же вы прочитали и любимый вопрос моих девчат «А что, если...» всё же вертится в вашей голове, задайте его в комментариях и, вполне возможно, получите ответ!

## Краткое содержание предыдущей серии

Если вы читали мою первую книгу «Женское достоинство – сила притяжения мужчин», вы большая молодчина, целую вас! Есть на полке пирожок? Возьмите его! Если же сей монументальный труд с классными иллюстрациями прошёл мимо вас, расскажу о главных понятиях, которые я упоминаю в новой книге. Но намекаю, что пересказ совершенно точно не заменит прочтения предыдущего труда. Так что от души желаю вам поставить к себе на полку добросовестно прочитанный и заполненный томик с цифрой 1 на корешке. Попробую вдохновить вас примером моих читательниц.



**natalyaananyeva** Мила, брат подарил мне книгу на прошлый НГ. Честно сказать не прочитала, а проглотила в один миг! Как же по идиотски с мужиками я себя вела «докниги». ой бяда! И какая я теперь девочка плюс)) спасибо Вам! Ну и конечно в мой гардероб вошли платья!

**krisbolglva** Мила, Ваша книга просто бомба. Я очень давно искала что-то подобное, чтоб просто, понятно,

вдохновляюще и очень конкретно были объединены лучшие советы разных курсов и авторов. Нашла в Вашем издании ответы на все свои вопросы и сомнения. Довольна на 100 % Вы просто сделали мое лето и, надеюсь, всю дальнейшую жизнь! Дневник уже поступил в продажу? Очень хочу его

**yourlala** прочитала эту книгу «от корки до корки», потрясающая, вдохновилась. Очень пригодится эта книга как и совершеннолетним девушкам, так и подросткам, которые начинают пробовать встречаться, достойно себя вести. Чтобы не натворить глупостей, советую прочитать!

**dilyara\_gallyamova** Мощнейший переворот в сознании и мышлении! Это должно преподаваться всем нам в садике! Огромное спасибо автору @milalevchuk за огромный труд. Сегодня на одну счастливую девушку стало больше. Это должно прививаться каждой девочке с молоком матери, что КАЖДАЯ девочка, девушка, женщина уже родилась сама по себе совершенством!

**jd\_balakireva** Хочу выразить огромную благодарность @milalevchuk и моей подруге Асенке, которая подарила мне эту замечательную книгу! Придумывая отзыв, я поняла, что пытаюсь пересказать её содержание. Но лучше прочитайте её сами, от корки до корки! Рекомендую всем всем девушкам и женщинам, так как это настоящее руководство по обретению счастья. Эта книга расставляет все кусочки паззла в голове по своим местам, и в запутанных и замученных мыслях вдруг возникает порядок, чистота

и свобода. Это то, о чем мы все думали, но не могли сказать словами!

**ann\_bryksina** Перед вами книга, которую я держу, затаив дыхание. Книга, которую я передам своей дочери, как самую важную в ее жизни. Книга о женском достоинстве и о том, как быть счастливой. Я уверена, что каждая (ну или почти каждая) девушка, открыв ее, найдёт кучу ошибок, которые совершает изо дня в день, которые мешают жить так, как мечтаешь. Как вдохновляться и вдохновлять, как перестать пахать, а быть той самой принцессой, которой в детстве так хотелось стать (и которую хотят видеть рядом с собой самые достойные рацари). Книга, которую надо дарить при рождении каждой девочке – на счастливое будущее.

**in\_my\_home\_library** Если бы меня спросили о том, какая вещь должна быть у каждой девушки, я бы не раздумывая ответила: #книгамильлевчук "Женское достоинство – сила притяжения мужчин". Хотя это чудесное пособие было куплено мной в подарок любимой подруге, я не смогла отказать себе в удовольствии прочесть 237 страниц, состоящих из ценных советов, уроков, замечаний, напутствий и поддержки.

**wheneverthingsok** Мила я Вам так благодарна, благодаря Вам я узнала чему меня не научили в моей семье выстраивать границы и знать что чувство собственного достоинства это самое главное для женщины, спасибо Вам)

**sattarova\_alsu** Учение – свет! Книга помогла мне

многое разложить по полочкам и во многом понять себя и свои желания:) #книгамилылевчук

Это то, что помогает находить силы идти вперед. Это то, что нужно преподавать девочкам в школе. Это то, что делает мир лучше и добрее. Спасибо, Мила! Пишите ещё!

# Три умонастроения

Вы знали? Некоторых девушек раздражает слово «благость», они тратят свою душевную энергию, чтобы пережить немного негатива на эту тему и написать мне. Вот это не оно, не умонастроение благости, а вовсе даже наоборот.

## Умонастроение невежества

Это такое внутреннее настроение, которое сопротивляется всему: любым переменам, идеям, развитию. Когда девушка в невежестве, она открывает книгу с мыслью: «Это что ещё за шлак? Неужели найдутся такие, кто это читает?» Упс, если это вы, мне очень интересно, что вы сейчас ощутили, потому что все остальные в данный момент улыбаются, я уверена.

Человек в невежестве не хочет ничего делать, он уверен в своей правоте и безупречности, а может быть, в жестокости мира, глупости окружающих (меня в том числе) и безысходности в глобальном смысле, а поэтому сопротивляется всему, что пытается сдвинуть его с этого надгробия. Поэтому он критикует, высмеивает, переворачивает с ног на уши, доводит до абсурда и предсказывает казни египетские, если все эту секунду внезапно станут девушками-плюс. В этом случае, по их мнению, настанет апокалипсис, а в этом прини-

мать участие они отказываются. Как отказываются и что-то делать со своей жизнью, агрессивно реагируя на все попытки окружающих указать им выход из подвала.

Я так уверенно говорю про подвал потому, что в умонастроении невежества в другое место не попадают. Это одновременно и причина, и следствие всех неудач. Я не доверяю миру, ничего не хочу знать, учиться и развиваться, поэтому жизнь моя – череда ударов и проблем, поэтому я уверена, что мир – жестокое неприятное место, и поэтому я не доверяю ему, ничего не хочу знать... ну вы поняли. Такие обвиняют людей, что искренне пытаются помочь в желании вытянуть деньги. А тех, кто их слушает, – глупцами, которые не умеют думать своей головой. Как будто в эту голову какие-то знания приходят свыше, минуя учителей.

Наш диалог выглядел бы примерно так:

*– Поищите работу, которая будет нравиться.*

*– Работы нет! Никакой! Тем более любимой. Я не проверяла, но уверена.*

*– Вы заслуживаете достойного спутника жизни.*

*– Ха! Где вы видели достойных? В фантастической литературе?*

*– Вы можете быть счастливой, полюбите себя.*

*– Ага, счастливой! В вашей секте? Ищите дурочек! Я не из самовлюблённых куриц с утиным клювом на лице.*

И так далее, и тому подобное. Увы, договориться невозможно.

## Умонастроение страсти

Это перегиб в другую сторону. Если в невежестве человек не делает ничего и защищается от информации, то в умонастроении страсти он хватается всё подряд. Любая информация не подвергается внутренней фильтрации. К делу не подключается здравый смысл, и всё естественным образом скатывается до чрезвычайного положения.

Прочтёт такая девушка самоучитель по стервологии – и начнёт налево и направо делать кавалерам «козу», динамить, раскручивать на деньги и ждать при этом, что вот-вот ощутит счастье и внутреннюю гармонию. В умонастроении страсти девушка, приобщившаяся к ведическим знаниям, примется всерьёз рассуждать о пользе мытья пола раствором коровьего навоза. И озаботится источником добычи сырья в условиях московской квартиры. Я серьёзно! Встречала такой диалог на одном из форумов. Вот что значит за формой потерять суть!

В страсти люди кидаются во что-то новое и перспективное, отвергая тормоза и здравый рассудок как лишние помехи на пути к счастью. В частности, у моих читательниц это выглядит как затыкание любых проблем в отношениях техникой «Масленица», попытки вытребовать и выкричать у мужа уважение и денежное содержание, установка «новых правил общения» с понедельника и прочие «пшёл вон», если

не соответствуешь идеалу.

Много моих страстных читательниц действуют так от любви, безоговорочного доверия ко мне и от патриотизма в отношении моей концепции. Их так пронимает идея женского достоинства, что девушки разворачивают знамёна и идут в бой за права униженных и угнетённых женщин. В борьбе за их самооценку и достоинство они начинают тыкать подруг носом в их проблемы и пинками гнать ко мне в блог и на курс, нарываясь на агрессию и отторжение со стороны жертв благодеяния.

Знали бы вы, сколько шишек на меня сыплется от раздражённых подруг моих учениц, которых откровенно достали этими плюсами, минусами и прочими нулями! От имени Левчук у многих начинается нервная почесуха, а руки тянутся к ружью. А ведь они даже не читали!

То же самое происходит и с приверженцами умонастроения страсти: они получают обратный эффект. Мужчины шарахаются, счастья нет, семьи рушатся, а все кругом совещаются, не пора ли вызвать санитаров, а то девочка-то наша то ли в секту попала, то ли буйнопомешанная. Портятся отношения, жизнь становится труднее. А вывод какой? Я всё делала, как Мила сказала, а у меня вона что! И поди докажи, что я сказала вовсе не это. А тут, глядя на такую дискотеку, подтягиваются девчонки из команды невежества и начинают каркать и нагнетать негатив: вон чего Левчук делает! Семьи разрушает, людей с ума сводит! Не к добр-р-ру! Грядёт ко-

нец света, сжечь ведьму!

Эх, пожаловалась – отлегло. В общем, к любому делу нужно всегда подключать собственную голову и чувство меры, чтобы не скатиться в бездумное исполнение и «все побежали – и я побежал».

## **А вот и умонастроение благости**

По умолчанию мне приятно считать, что все, кто меня читает, в нём и находятся.

Это значит, что читатель:

1. Доброжелателен и в сказанном ищет зерно смысла, а не пытается подловить на косяках и поспорить.

2. Настроен учиться, развиваться и на любую задачу ищет решения, а не проблемы.

3. Он адекватен и видит, где применять технику, а где «по опыту к моему мужу нужен иной подход».

4. Прислушивается к голосу сердца и разума, а не принимает на веру любое слово.

5. Объективен и не верит или, наоборот, не отрицает информацию только потому, что это сказала я. Иными словами, умеет отделить информацию от личности автора и извлечь максимальную пользу для себя.

6. Читает то, что написано в строках, а не между ними, не додумывает, не переворачивает и не ищет поводов для обиды.

7. Полезное берёт, ненужное оставляет, не пускаясь в пространные рассуждения о бесполезности какой-то части информации, критику или разочарование в авторе, если вдруг мнения не сошлись. Такое бывает, и это не делает кого-то из нас двоих плохим – мы все вправе с чем-то не согласиться.

8. Допускает иные варианты, кроме «мой и неправильный».

В общем, я могу ещё долго и с удовольствием описывать эту со всех сторон приятную личность, но если вы в умонастроении благодати, то общий вектор уже уловили, себя узнали и похвалили за адекватную позицию. Как не похвалили?! Сделайте это немедленно!

И наконец, что за девушка-плюс? Без знания терминологии мы с вами рискуем не понять друг друга, так что давайте быстренько пробежимся по глоссарию.

## **Женщина-лошадь, она же девушка-минус**

**Девушка-минус** – это такая Дуся-агрегат. С первой минуты знакомства её цель – показать мужчине, что она САМО, вы всё правильно поняли, **СТОЯТЕЛЬНАЯ!** Она презирает всех этих фифочек, которые «Оай, я низнаю, оай, я ниумею, оай шожеделать?» По крайней мере, именно так она видит кисейных барышень, и они ей глубоко отвратительны. А это значит шо? Правильно! Что и мужчинам они отвратительны тоже! В этом она уверена. Поэтому с порога нужно заявить и объяснить, что она не какая-то там соержанка, иждивенка, голодранка. Дальше она начинает демонстрацию:

**Делай раз:** Я всего в жизни добиваюсь сама! Вот это у меня есть! Вот тут я отличилась и медалей у меня, как у служебной собаки!

Мужчина начинает чувствовать себя каким-то недотягивающим, и это сигнал для минуса, что всё по плану. Ща как оценит сокровище!

**Делай два:** Я не такая, как все, мне деньги не нужны, подарки – фу, цветы ненавижу, замуж – пережиток прошлого. И вообще мужчина **ДОЛЖЕН ХОТЕТЬ САМ** всё делать, не из-под палки! Со смыслом «сейчас он точно захотел!»

Мужчина такой: «Я хотел, конечно, но раз не надо, мне

нетрудно расслабиться, всё ради тебя.»

**Делай три:** Мне твоя помощь без надобности, ты сиди, восхищайся, как тебе повезло. Я сама заменю колёса, отремонтирую унитаз и затащу двуспальный диван на пятый этаж.

Мужчина такой: «О! Пора прилечь!» И оседает на диван как ил.

**Итог:** мужские качества этого гражданина были не нужны, он ими не пользовался – и они атрофировались. Он обрёл дзен, привык иметь то, на что не заработал, и получать всё без усилий. Стал ли он сильнее её любить от этого? Как блоха любит собаку, да. Если вы девушка-минус и «всёсама», то не удивляйтесь, когда обнаружите у себя на шее 90 кг ленивого счастья.

**katispiridonova** Я была минусом, была главной в своей семье, контролировала и всё решала за мужа, видела в нем одни недостатки, а достоинства воспринимала как норму, вечные скандалы по моей же инициативе, потому что никак не могла понять, как мужа «перевоспитать». А потом сестра скинула мне блог Милы, я прочла книгу, прошла две ступени и курса и о чудо! Я счастлива, мой муж счастлив! Потому что перевоспитать себя оказалось гораздо проще. Теперь он глава семьи, а я – украшение пары. Благодарю в который раз Милу и её команду! Я чувствую эту огромную разницу в отношениях к себе и мужу, это жизнь до и после Милы.

## **Женщина-жертва, она же девушка-ноль**

**Девушка-ноль** – это пустое место для мужчины. С самого первого свидания она одержима стремлением показать, какая она удобная, выгодная и низкокалорийная. Ей очень хочется, чтобы мужчина после долгих мытарств среди стерв и коз вдруг припал к её тёплой груди и ощутил вселенскую безмятежность: **НАКОНЕЦ-ТО НОРМАЛЬНАЯ!**

**Делай раз:** Ей до бледности страшно показаться меркантильной, и её присказка «нет-нет, тышто, не надо!» на любую демонстрацию щедрости и героизма – от подарков до попыток уступить место в транспорте – должны явно показать мухожору, как ему повезло с уникально бескорыстной Белоснежкой!

Мужчина, который недавно ещё (возможно) горел огнём «Я для тебя всё! И звезду с неба!» потух, увидев такую реакцию: «А-а-а, тебе не надо? Блин... ну ок».

**Делай два:** «Я всё для тебя сделаю сама, не отвлекайся, это массаж плечевой зоны!» Нолик начинает страстно заботиться о нём! От милых пирожков на работу до положения приходящей горничной в его доме с сексуальными бонусами. Она считает: он оценит и вскоре ответит мне тем же.

Мужчина думает: «Она так много для меня делает, а я даже не просил! Надо же! А я чертовски хорош, получается! Я

достоин настоящего поклонения! Эй, углы под столом промой как следует – в прошлый раз пыль осталась!»

**Делай три:** Она ведёт себя «мудро», ведь с детства ей твердили: молчи, терпи, а то бросит! Поэтому она сглатывает с первого свидания все его косяки: опоздал (ничего страшного); забыл про день рождения (бывает, любовь важнее); послал мою маму матом (надо постараться, чтобы они не встретились); дал мне в ухо (сама виновата – довела).

Мужчина сначала даже не подозревает, что он что-то делает не так, – ему же никто не сказал, что нельзя опаздывать, щупать за попу одноклассниц или называть свою девушку тупой овцой. А потом стало даже интересно: неужели можно вообще ВСЁ? И он проверяет, как далеко можно зайти, – и семейная жизнь уже больше похожа на пыточную.

Так очень хорошая девочка превращается в очень, **ОЧЕНЬ** несчастного человека, который верит в то, что вот-вот он заметит и оценит все её жертвы... Но нет!

**first\_fotostudio** Ой, Мила вообще перевернула мою жизнь. Теперь мне забавно наблюдать, как из моей дочки окружающие пытаются сделать минус и ноль, родственники говорят, что девочку надо муштровать, воспитывать, я им объясняю, что воспитываю сейчас в первую очередь себя, а из дочки хочу воспитать не ломовую лошадь, а настоящую женщину.

## **Девушка-плюс – та, кто умеет себя правильно поставить!**

Мне послышалось или вы спрашиваете, как же выбраться из ямы двух предыдущих статей? Девушки-минус и девушки-ноль, ведь намерения не совпадают с результатом. Даже если показалось, я всё равно отвечаю.

Если упростить, то надо стать девушкой-плюс. Вернее, в момент выбора – выделяться или стелиться – выбрать третий вариант! Вариант женского достоинства.

**Девушка-плюс** разборчива, она не цепляется за мужчину и честна с ним, не изображая ни героиню, ни жертвенницу. Для неё важно нащупать с человеком связь, обоюдный интерес, а не навязать себя ему любой ценой с какими-то бонусами.

**Делай раз:** ничего напускного! Для неё важно, чтобы он чётко знал, что она за человек, что будет и чего не будет в их отношениях, чтобы он выбирал её с открытыми глазами: да, именно этого я хочу! Поэтому она не будет изображать трудоголичку, если ей больше нравятся творчество и путешествия, и не станет строить из себя гувернантку-3000, которая обслуживает партнёра до кровавых девочек в глазах, пока не упадёт. Она такая, какая есть.

Мужчина либо выбирает её, либо идёт восвояси и не трогает общее время.

**Делай два:** она уважает себя и его, поэтому благодарна за его усилия, внимательна к его чувствам и старается создать условия, при которых максимально здорово достигать общих целей. Не лежать на диване, не сидеть на шее, а как взрослый ответственный мужчина реализовываться как специалист, муж и отец.

Мужчина думает: хотелось бы прилечь, конечно, и на шею хочется, но номер не пройдёт! Где сядешь, там и слезешь. Для неё нужно постараться. Значит, буду! Ух ты! Получается! Ух ты, как она рада! Да я сильнее, чем я думал, у меня вообще всё получится! Таким крутым я себя ещё никогда не чувствовал – будет чем похвастать на встрече выпускников!

**Делай три:** нет, с ней нельзя недостойно поступать. Даже на полшишечки. Она вдохновит, восхитится и поблагодарит, но если ей не нравится, она так и говорит. На шею нельзя, наглеть не получится.

Мужчина в какой-то момент понимает, что недостойное поведение невыгодно. Никто тебе за красивые глаза пакости не простит – потом надо поступками доказывать, что до тебя дошло. Вот границы, переступать их не стоит, ведь при соблюдении столько позитива и бонусов!

Хочу, чтобы вы правильно поняли. Девушка-плюс – это не личность и не звание, это выбор! В этой ситуации вы поступили как плюс, а в другой вас как минус бомбануло. У меня так бывает иногда. Потому что идеальных людей не делают, и нельзя про кого-то за ошибку сказать: всё, она не плюс,

верни медаль! Просто потому что она, скорее всего, в разных ситуациях то плюс, то минус, то ноль. И если бóльшая часть выборов тяготеет к плюсу, особенно в отношениях с женщиной, то вас можно только поздравить.

Понятно, что весь вопрос в том, КАК этого достичь? Коспорить нас учить не надо, сами справляемся. Для этого и существует мой блог, в нём, как пазл из тысячи кусочков, рассыпаны ответы на разные вопросы. Мой взгляд, а не догмы. Согласны – присоединяйтесь. Нет? У каждого свой путь. Ещё есть мой YouTube-канал – там и про минус, и про ноль рассказывается более подробно.

Ну и конечно, онлайн-курс. В нём всё с примерами, техниками, инструкциями и практикой. Всё для того, чтобы расправить спинку и с хорошим предчувствием идти вперёд, в новую плюсовую жизнь. Подробности на сайте [milalevchuk.ru](http://milalevchuk.ru).

Ну а пока у вас в руках книга, которая посвящена тому, как знакомится и ведёт себя на свиданиях девушка-плюс, чтобы выбрать достойного мужчину и построить с ним крепкие отношения.

# Как читать мою книгу?

Признаюсь честно: есть способ удобный и способ эффективный. Удобный – это сесть и прочитать книгу от корки до корки за пару вечеров. Вы всегда так делаете, интересно же! А эффективный – в момент обнаружения в книге практического задания и страниц для записей не пролистнуть к следующей главе, а взять ручку и выполнить упражнение. Прямо в книге.

Да, наверное, жалко писать на страничках – нас этому не учили, а в школе за «каляки-маляки» можно было схлопотать замечание в дневник. Отбросьте подобные стереотипы! Вам же эту книгу не в музей выставлять! Она ваша, что хотите с ней, то и делаете, можете пьяного зайца нарисовать на полях (я так и делаю), и ничего вам за это не будет. И да, после этого книгу подружке почитать лучше не давать. Но что вам важнее? Чтобы подружка почитала или чтобы у вас получилось встретить своего мужчину мечты? Вот и расставьте приоритеты! А подружке можно подарить ещё одну книгу на какой-нибудь праздник, чтобы она тоже получила волшебную возможность рисовать на полях пьяных зайцев.

Ну вот, через вступление вы прорвались. Давайте к делу!

# Как заставить лучших мужчин преследовать вас



# Почему вам не грозит одиночество?

В этом разделе я научу вас важнейшему из искусств: как создать вокруг себя дождь из мужиков, аллилуйя (на мелодию одноимённой песни). Чтобы вы имели выбор и избавились от комплексов не востребоваемости и страха одиночества. Откуда он берётся? Это происходит, когда мы в поисках любви рассчитываем на удачу. Этакая великая лотерея, которая называется: «Если судьба, то вы встретитесь». И каждый день каждая девушка, которая ещё не встретила того самого, просыпается и засыпает с одной мыслью: «А что, если не судьба? А что, если мы не встретимся?» Она живёт в режиме ожидания «А вдруг?».

- А вдруг он едет в этом автобусе?
- А вдруг я выйду в магазин и встречу его у кассы?
- А вдруг на вечеринке меня ждёт одинокий и симпатичный?
- А вдруг он заговорит со мной на улице?
- А вдруг в новом коллективе будет свободный красавчик?
- А вдруг я, как в тех историях про девушек, которых подружки затащили в клуб, встречу того единственного, кого друзья тоже затащили в клуб?
- А вдруг он в ресторане пришлёт десерт?
- А вдруг меня наконец-то заметит ОН?

## • А ВДРУГ НЕТ?

Если вы надумали жить в режиме «А вдруг?», для вас плохие новости: вы не перестанете бояться остаться в одиночестве и состариться в обществе кошек и вы не сможете расслабиться и выбирать себе достойного парня, отшивая недостойных, если есть это гнусное «А вдруг?»:

**А ВДРУГ ЭТО ЕДИНСТВЕННЫЙ, КОМУ  
Я ИНТЕРЕСНА, И Я БОЛЬШЕ НИКОГО НЕ  
НАЙДУ?**

И вы без малейших на то оснований начнёте цепляться за всякого проходимца, который много себе позволяет, чтобы просто не быть одной.

Я предлагаю вам выход. Вот он: хватит играть в лотерею! Мы с вами составим чёткий план, по которому вы сможете генерировать себе избыток ухажёров. И да, это не развлечение! Поиск своего любимого – это важнейшее дело в жизни девушки, потому что ни одна из нас не будет до конца, без лицемерия счастлива, если её никто не любит и она не любит никого.

Так вот, знакомства – это работа. Настраивайтесь на марафон, а не спринт, настраивайтесь на кропотливый отбор и внимательность, настраивайтесь на несколько свиданий в неделю! Будьте готовы, что у вас неделями может ничего не получаться и к вам на свидания будут приходить сплошные неудачники и придурки, а также парни не в вашем вкусе. Будьте готовы, что будут пытаться просочиться женатики,

что вам будут предлагать секс и пытаться с первого сообщения приехать или пригласить к себе. Если вы думаете, что свидание – это праздник, скоро это чувство пройдёт.





Лучше сразу избавьтесь от романтического тумана в голове. На первом этапе поиск любви – это работа на шахте, когда приходится переработать тонны пустой породы ради одного золотого слитка. Но эта находка того стоит!

Понимаю, многих это расстраивает. Дисней учит, что встреча с будущим мужем – это судьбоносная случайность, а столкнувшись с судьбой, вас уже ничто не разлучит. И многим девушкам нравится так думать, чтобы не нести ответственности за свою жизнь. Им кажется: «Не попадается никто, при чём тут я?» Очень даже при чём! Этой беспечностью вы обрекаете себя на жизнь в режиме «А вдруг?», на страхи, разочарования, годы одиночества и цепляние за того, кто «попался», чтобы потом спрашивать: «Ну а что, если вышла замуж за неудачника? Что делать-то?» Иные девочки пишут в моём блоге страшные признания: «Я живу с нытиком и неудачником 16 лет и понимаю, что вернуть бы то наше первое свидание – я бы не пришла!» Разве вы хотите понимать это через 16 лет?

Хватит жить фантазиями о принце, хватит мыслить категориями Диснея, берите жизнь в свои руки и начинайте создавать себе встречи – и вскоре вы почувствуете, как страх уходит и вам всё легче сказать: «Следующий». Главное – вовремя остановиться.



## **ПРАКТИКА**

*Перечислите все «А вдруг», которыми вы живёте сейчас.*

---

---

---

## Правило 20 секунд

Но почему же до этого ничего не получалось? Как не жить в страхе, спросите вы, если время идёт, а на меня женихи как-то с потолка не сыплются? Если бы был выбор – давно была бы замужем! А я скажу: расскажите-ка мне, голубушка, чем вы заняты? Прикинем: 7 часов на сон, час перед работой (или учёбой), 2 часа дорога туда и обратно, 9 часов рабочий день, в магазин зайти, ужин приготовить, прибраться, в Интернете посидеть, к маме съездить; раз в неделю хорошо, если какое-то мероприятие. Выходные у кого как. Но к чему это я? Сколько времени вы тратите на поиск своего суженого? Готова поспорить, что не наберётся и часа в день. Что уж говорить про несколько свиданий в неделю. Сразу закидаете меня вопросами: «Где же взять столько мужчин?» А я в ответ вас спрошу: «Что вы сделали для того, чтобы их взять?»

Ваша жизнь состоит из того, на что направлен фокус вашего внимания. Если вы сосредоточены на работе, учёбе, высиживании пустых надежд и жалости к себе, всё так и останется из года в год. Вы расставили свои приоритеты: заработок, страх, лень, безделье и быт для вас важнее любви, а отговорка «Судьба и за печкой найдёт» просто позволяет вам ничего не делать. Не существует такого волшебства, которое выдавало бы принца со склада за мысли, ожидание и пассивные страдания.





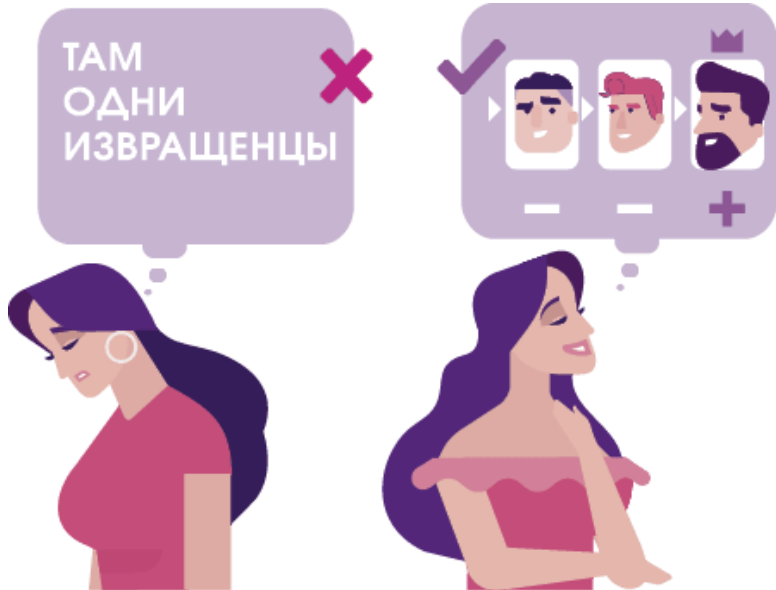
О'кей, даже если вам повезёт напороться на кандидата, будет ли он лучшим? Чисто статистически – нет. Не все мужчины, с кем возможны отношения, для них объективно подходят. Но вы будете измучены и напуганы, и встреча обрадует вас без малейшей на то причины.

Американские исследователи выяснили, что выбор чело-

века на 98 % зависит от существующих предложений и только на 2 % – от его желаний. А это значит, что вы попадёте в тот самый капкан: «Бери, что дают, и не выпендривайся».

Или вот причина. Со слов множества женщин, на сайтах знакомств сидят одни извращенцы, в телефонных приложениях – другие извращенцы, а на улице никто не подходит. Движетесь вы по одному и тому же маршруту из года в год от дома на работу (или учёбу) и обратно, там, где водятся мужчины, вам неинтересно, да вы и не знаете где, а у подруг все знакомые женаты. Вот и всё. Хватило 20 секунд, чтобы полностью описать сценарий, который лишает вас малейшего шанса встретить любовь.

Так правильно! Тут 20 секунд – и отстрелялась. А в противном случае это же заполняй анкету, фильтруй горы шлака, ходи на свидания, по большей части неудачные. Это садись, думай, где водятся мужчины, составляй календарь бизнес-форумов, IT-конференций и прочее, прочее. А потом – ужас! Идти же придётся! А я так после работы устаю! Или признаться подругам, что находитесь в поиске, чтобы, может, познакомили бы с каким холостым братом мужа? Нет такого, говорите? Вы уверены, что знаете весь мужской состав её друзей и родни?



Засмеют? Конечно, проще потратить 20 секунд, чтобы объяснить свои неудачи, и продолжать сидеть дома на-встречу судьбе.

Если вы хотите накачать попу, нельзя качать её три раза в месяц по полчаса. Это бесполезно! Особенно если остальное время вы проводите на сидячей работе, поедая булочки. Вот и здесь: пока вы занимаетесь карьерой и носитесь, усталая и злая, с работы домой и обратно, ваши шансы встретить любовь снижаются, потому что вы не занимаетесь собой, потому что вы не занимаетесь свиданиями.

«Но как же? А жить на что?» – понеслись возмущения с задних рядов. А я вам в ответ: «А что вы сделали, чтобы поменять работу на более щадящую по времени?» И снова правило 20 секунд: «Где ж её взять? Столько платить не будут, эта рядом с домом». А, подловила? Вот на это вы любовь и променяли.



## **ПРАКТИКА**

*Сколько времени в день вы тратите на поиск любви?*

*Распишите тайминг вашего типичного дня и выходного.*

---

---

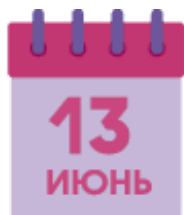
---

**Итого вы тратите на поиск любви:**

**в день \_\_\_\_\_ часов**

**в неделю \_\_\_\_\_ часов**

**в месяц \_\_\_\_\_ часов**



## Ну где же тот самый, чёрт побери?

Мы, девочки, так устроены, нам всё нужно сразу и желательно ещё вчера. Однажды в 13 лет я прочитала в газете «Мальчишки и девчонки» письмо девочки, которая просила совета. «Мне 15 лет, – писала она, – а у меня ДО СИХ ПОР нет парня!» Совершенно автоматически в моей тогдашней голове прозвучал ответ: «Ничоси! 15 лет – а парня нет! Жесть!» Ведь у меня впереди было ещё два года, чтобы его себе найти. Как вы думаете: как я себя чувствовала, когда мне стукнуло 15 и у меня, естественно, всё ещё никого не было? Ужас, стыд, я какая-то не такая, со мной тоже произошло ЭТО! Ведь из-за одного письма мне стало казаться, что у всех вокруг поголовно парни есть, а я одна лохушка.

Что и говорить? С тех пор все события в моей жизни происходили с опозданием. Внутри будто сжимается пружина: у меня слишком затянулось с первым поцелуем, с первым сексом, с замужеством, с рождением ребёнка! И это, похоже, норма...

Страх, что ничего не происходит «вот уже два месяца», толкает на глупости. Например, может заставить цепляться за так себе отношения, пытаясь дожать их до свадьбы и подобия счастья в 26 лет, потому что в голове красная лампочка: «Пора замуж! Если я с ним расстанусь – это же снова поски! Время – оно уходит!» Поверьте: в 33 вы будете хохо-

тать в голос над теми мыслями. Вам бы тот возраст сейчас – вы бы ух-х-х!

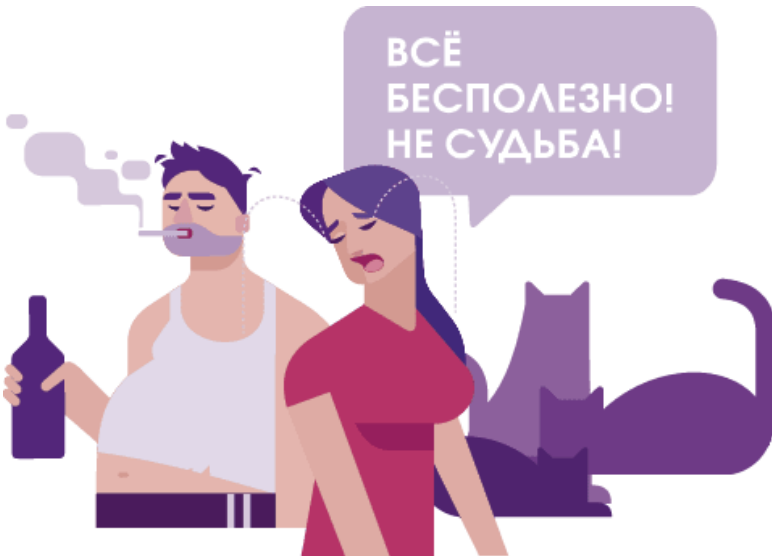
ПОЙМИТЕ ГЛАВНОЕ! ЕСЛИ ВЫ ЖДЁТЕ ПРИНЦА, А ОН ВСЁ НЕ ЕДЕТ, ПРИЗАДУМАЙТЕСЬ: А ЧТО ВЫ СДЕЛАЛИ, ЧТОБЫ ОН ВАС НАШЁЛ?

Если вы годами сидите дома навстречу судьбе, то ваш принц весьма озадачен: куда вы подевались? Если вы вздыхаете и убеждены в том, что ваш поезд ушёл, подумайте о том, что такой молодой, как сегодня, вы уже никогда не будете. НИКОГДА! И если не выйти из дома и не начать действовать уже сейчас, ничего и не случится. Вы сами обрекаете себя на выбор между кем попало и одиночеством.

Знаете, я заметила, что разные женщины грустят в ожидании по-разному. Одна радуется каждому моменту, старается жить полной жизнью, независимо от того, одна она или с кем-то. Её жизнь полна впечатлений и надежд, она в предвкушении встречи со своей судьбой, как ребёнок ждёт Новый год. Да, может, праздник и не скоро, но он точно наступит! И знаете, у таких девушек встреча с любимым неизбежно произойдёт! Другая же погрязла в жалости к себе, каждый день встаёт с постели и ходит так, словно притяжение земли стало в два раза сильнее. У неё нет энергии, чтобы справиться со своим дурным настроением, перестать ныть и жаловаться, взять себя в руки, не то что притянуть к себе мужчину!

А есть ещё те, кто, смирившись со своей долей, выматыва-

ет упрёками и недовольством всех вокруг. Несчастные, пытающиеся помочь советом или знакомством, слышат: «Пробовала! Всё бесполезно. Всё будет, как всегда. Чего я только не делала! Видно, не судьба». Сколько бы вы ни убеждали такую девушку в том, что она красива, молода, у неё всё впереди, в ответ будете слышать только поток аргументов, доказывающих: «Ничего не выйдет». Кто бы ни говорил с ней, сколь бы ни был упорен, он выдохнется раньше неё и отстанет. А сама героиня продолжит свою жизнь в жалобах и упрёках. Такие девушки отчаялись и сами защищают своё одиночество от посягательств. С ними просто неприятно общаться, потому что они не готовы слышать никаких слов поддержки, кроме жалости и поддакиваний, а попытки вселить надежду воспринимают как издёвку.



Но есть и такие, кто всерьёз разозлился. О, держитесь подалеже от этих женщин! Они будут убеждать вас, что все мужики козлы, все мужья изменяют. Они будут искать одинок и затравливать их до состояния истерики, рассказывая, как они сами делали всё, – и впустую, чтобы и эта пала духом, чтобы и у этой ничего не вышло. Главная их цель – доказать себе, что жизнь несправедлива. Несправедлива ко всем, а не только к ней. Обидно же! Не будьте такой гражданкой и не слушайте, что они хотят вам рассказать.

Всему своё время, знайте и верьте: ваш принц уже в пути, и то, какой он вас найдёт, когда наступит этот час, зависит

только от вас. Любите себя и жизнь и не давайте чужим сценариям возможности «спрятать» вас от принца.

# Каких мужчин вы притягиваете?

А теперь давайте определимся. Даже если у вас давно никого нет и вы уже подумываете о снижении планки – передумайте. Немедленно! Искать мы будем только настоящего мужчину и ни на какого халявщика не согласимся!



Вы проверяли. Не работает? Ждать бесполезно, это правда. Но можно притягивать мужчину видом и поведением. Ка-

кого? Вам решать!

Чтобы встретить и заинтересовать настоящего мужчину, нужно всего лишь быть настоящей женщиной! А это значит – красивой, нежной, слабой, женственной и благодарной. Сильному мужчине не нужна сильная, самостоятельная женщина. Он хочет быть нужным, чувствовать себя героем, сильным, любимым, заботиться и проявлять свои мужские качества, а не наблюдать, как его любимая со всем справляется сама, пока он мотается за ней, как бесполезная ветошь. Настоящему мужчине не нужна помощница или служанка. Ему нужна та, для которой он захочет всё сделать сам! Двум правым половинкам не стать целым. Правой половине нужна левая!

Вы наверняка слышали о том, что разные девушки притягивают определённых мужчин и некоторым конкретно не везёт в этом вопросе. Например, к одним липнут альфонсы, на кого-то клюют женатики – только успевай отмахиваться веслом. А кому-то и вовсе в каждых отношениях приходится быть битой. А окружающие только и могут, что про «рожу» высказаться. Ну и посмотрите на тех красавиц! Что ни кавалер – то новый телефон либо машину в подарок и на руках на мальдивский пляж тащит. Вы уже догадываетесь, что «это жжж неспроста»?

Каждая из вас – это радиостанция, которая транслирует волны на определённой частоте. И эту волну ловят радиоприёмники, настроенные именно на эту частоту. Например,

есть парни, желающие секса. Знаете таких? Конечно, знаете. Стоит вам, к примеру, надеть юбку чуть ниже попы, как вы немедленно подадите сигнал на секс FM, и ребята, настроенные «пошалить», поднимают уши и принимаются делать предложения. И вы, святая наивность, уверяетесь: заработало! Вы имеете успех, секрет знакомств в короткой юбке – ведь мужчины шею сворачивают! А потом будете недоумевать: почему всем мужикам от вас «одно надо»? А как же любовь в конце-то концов? Короткая юбка и желание секса – где связь, правда ведь? Запросто можно сделать выводы обо всём мужском поголовье (что в корне неверно).

Вынуждена вас разочаровать. Искателей секса настолько много, что, посылая сообщение на их волне, вы пробуждаете множество «приёмников», которые тут же неверно толкуют ваш призыв как желание сплестись щупальцами в порыве вожделения. Вы хотели, чтобы в вас кто-то влюбился, а они будут лезть к вам, приглашать покататься и в гости, не интересуясь личностными качествами и душой. А приёмники, настроенные на серьёзные отношения, останутся глухи и пройдут мимо с мыслью: «Фрукт не для меня».

Подавать сигналы на сексуальной волне – самая распространённая ошибка девушек в поиске. Срывая лёгкие комплименты и окружая себя похотливым вниманием, они создают иллюзию популярности, ни на шаг не приближаясь к любви.

Кто-то, напротив, начинает испускать волны страха: бо-

юсь мужчин, я слабое, несчастное существо. И на запах жертвы, подняв острые уши, устремляются палачи и мучители. Кто-то звучит на волне «своего парня» и попадает во френдзону. А кто-то и вовсе вещает на частотах бесполого существа – серого, незаметного и разочарованного. Этот сигнал остаётся не принятым никем. Влезли в свитер, кеды и бесформенную куртку – притянется тот, кому хоть кого бы. Подошли знакомиться самостоятельно – велика вероятность стать запасным аэродромом для пассажира, которому лень приложить усилия ради вас, ведь отношения – ваша инициатива, он вообще к вам не напрашивался. Выпили и пляшете – найдёте такого же.

Стали принцессой и всегда выглядите наилучшим образом – получите рыцаря! Помните: настоящие мужчины ищут настоящую женщину – красивую, нежную и немножко беззащитную, но с перчинкой. Станьте ею – и всё изменится! Нужно настроиться на волну, которую слушают достойные парни, и «зазвучать».



## **ПРАКТИКА**

**Анализируем волну.**

**Откройте шкаф и проведите ревизию гардероба.  
Каких вещей у вас больше?**

**Сексуальные платья и юбки, шорты (сексуальная волна) \_\_\_\_\_**

**Элегантные, женственные платья и юбки  
(волна романтических, серьёзных отношений)  
\_\_\_\_\_**

**Джинсы, брюки (волна своего парня или серой  
мышь) \_\_\_\_\_**

**Свитера, володазки (волна своего парня или серой  
мышь) \_\_\_\_\_**

**Серые, блёклые вещи (волна серой мышь)  
\_\_\_\_\_**

**Спортивная одежда не для спорта (волна своего  
парня) \_\_\_\_\_**

**Вызывающая одежда в стиле какой-то  
субкультуры (волна не для отношений)  
\_\_\_\_\_**

**Деловая одежда (волна «на фиг надо», вдруг  
пошлёт) \_\_\_\_\_**

# Кто ваша целевая аудитория?

Принято считать, что мужчины – это некая однородная масса, из которой надо, как рыбку на крючке, выдернуть «своего». Ну или, как любят выражаться девчонки, которым не повезло в любви с хорошим парнем, чтоб «попался достойный». Это та самая лотерея, в которой им упорно не везёт. По их мнению, для того чтобы встреча произошла, нужно, чтобы, во-первых, повезло; во-вторых, чтобы вмешались какие-то судьбоносные силы и свели их вместе. А после, по легенде, любовь всё сделает сама.

Если вы – диснеевская принцесса, так и будет. Вам ничего не придётся делать. Можно засесть в башне без двери и лестницы, можно в замке с драконом окопаться, а можно и вовсе слоняться по лесу и петь кустам и рябинам – встреча с принцем гарантирована. И в теории каждый тип на улице и в транспорте – чей-то принц.



Реальность, мягко говоря, не такова. Забудем на минуту о Диснее (а если можете, забудьте насовсем) и адекватно посмотрим на жизнь. Тут же станет заметно, что кругом ни разу не принцы, и вот этого вот типа отмывай не отмывай, престестник всё равно не выйдет. И из тех, кто с виду вроде ничего, не каждый предназначен именно вам. Всё дело в том, что каждый настроен на отношения с определёнными целями.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

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

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