

# АРИСТАРХ БАРВИХИН

Где найти  
и как привлечь  
**мужчину**  
своей мечты



*for you*

18+

# **Аристарх Барвихин**

## **Где найти и как привлечь мужчину своей мечты**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=64255761](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=64255761)*

*SelfPub; 2021*

### **Аннотация**

Эта книга для представительниц лучшей половины человечества, которые хотят обрести свое персональное женское счастье. Как и где найти мужчину своей мечты, как завязать первое знакомство, как с максимальной пользой провести первую встречу и первое серьезное свидание – как раз и рассказывается в этой книге.

# Содержание

|                                                                                                                                |    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Вступление                                                                                                                     | 4  |
| Глава 1. Долой балласт!                                                                                                        | 13 |
| Глава №2. Ставим перед собой правильные цели<br>и определяемся с желаниями                                                     | 29 |
| Глава 3. Какими должны быть вы и что от вас<br>потребуется, чтобы встреча с мужчиной вашей<br>мечты имела все шансы стать явью | 49 |
| Конец ознакомительного фрагмента.                                                                                              | 64 |

# **Аристарх Барвихин**

## **Где найти и как привлечь мужчину своей мечты**

### **Вступление**

Эта книга для тех, кто хочет обрести свое персональное личное счастье. Ну а поскольку адресована она женщинам, то и говорить здесь будет именно о женском счастье. А женское счастье как поется в известной песне Татьяны Овсиенко: «Женское счастье – был бы милый рядом, ну, а больше ничего не надо». И действительно, наверное, не найдется на всем белом свете барышни или дамы, которая не мечтала бы встретить и влюбить в себя мужчину своей мечты с внешностью Тома Круза, улыбкой Бреда Пита, торсом Арнольда Шварценеггера и кошельком Романа Абрамовича. Вот только в жизни почему-то получается несколько иначе. Если кто-нибудь из молодых людей и подходит познакомиться, то обязательно некто с внешностью гориллы и без гроша в кармане, а еще вдобавок с манерами свинопаса. Откуда такая жизненная несправедливость? Где найти и как привлечь внимание к себе правильных женихов? Это те вопросы, которые зада-

ют себе прекрасные половины человечества. Вот ведь они и умны, и не дурны собой, и зарабатывают неплохо. Да и нос у них не длиннее, чем у Джулии Робертс. Казалось бы, есть все возможности для того, чтобы встретить мужчину своей мечты на белом коне... или на худой конец на белом Мерседесе ... они ведь не капризны, правда? Но что-то никак не удается это сделать. И возникает естественный вопрос: почему мужчина мечты опять проходит мимо.

Мужчина мечты... Ну кто из юных барышень и взрослых женщин не грезит о нём, представляя своего избранника то как прекрасного принца, то как мужественного рыцаря, то как красивого молодого олигарха! Они мучаются, мечутся и изводят себя вопросом: «Как найти мужчину своей мечты и влюбить его в себя навечно?». Ищут, ищут, но никак не находят, находясь в плену стереотипов, навязанных своим окружением, глянцевыми журналами, телевиденьем и Интернетом. И совершенно забывая о том, что каждая из них абсолютно индивидуальна, следовательно, и мужчина мечты у каждой должен быть свой. Так как же определить, каким он должен быть в действительности, и при этом жестоко не обмануться? И где его искать, этого мужчину, рядом с которым будет радостно и комфортно жить? Давайте попробуем в этом разобраться.

А для начала честно ответим вот на какой вопрос: знакомство с любимым человеком это закономерность или случайность? На первый взгляд кажется – случайность. Как случи-

лось с одним моим знакомым: ехал он в трамвае, увидел, как к приятной девушке пристаёт хам, заступился за нее, отшил хама так, что тот просто выскочил на следующей остановке, он и девушка познакомились, вышли на нужной ей остановке, стали встречаться, поженились, а теперь у них уже двое детей и по-настоящему счастливая семья. Или всем известный сюжет из кино: пошел человек с друзьями в баню, выпил, уснул, попал в другой город, проснулся в чужой квартире, увидел хозяйку, познакомились, полюбили друг друга. Цепь случайностей... А впрочем, случайностей ли? Не есть ли это что-то такое, что было заложено у людей внутри, что было своего рода готовностью к такой встрече. Ведь возможности есть у тех, кто готов. Ведь не даром же существует латинское изречение «Praemonitus, praemunitus», что означает «Предупрежден – значит вооружен». Так что же, знакомство с тем, кто тебе нужен и привлечение его к себе – это наука? Да, скажу я вам, это действительно наука! А перед вами своего рода пособие в том, как стать мастерицами в этом деле. Ведь если вы читаете то, что здесь написано, значит, вы уже готовы встретить того, кто вам нужен. Более того, вы его заслуживаете! Причем уже сейчас, а не через долгие годы изнурительной работы над собой. И я надеюсь, что эта книга поможет вам приблизить этот радостный момент.

Впрочем, замечу сразу: результат будет зависеть исключительно от каждой из вас. Вы и только вы – являетесь единственной созидательницей своего романа, который эта кни-

га поможет вам начать. А вот как продолжать его и как его закончить – тут уж будете решать лично вы сами.

Итак, всё зависит от вас! Возможно, сначала вы не поверите в это. Особенно если ваши прошлые романы были не особенно удачными. И вполне может быть, что такое предположение вас даже возмутит. Что же, получается, я сама виновата в том, что мой мужчина мне изменял (как вариант – бил, грубил, был невнимателен, бросил меня и т.п.)? Что же, это я сама навлекла на себя все эти любовные неудачи?! Увы, да. Однако это ни в коем случае не ваша вина! Это всего лишь ваша беда. Ведь вы просто не знали, кого искать в качестве суженного, ошибались со стратегией и тактикой этого выбора в самом начале своего пути. Исправить это положение, помочь определиться с целями и уберечь от начальных ошибок как раз и есть задача этой книги.

Что же потребуется от вас, милые мои читательницы? Ничего особенного: прочитать эту книгу до конца, вооружиться новыми знаниями и попытаться кардинально изменить свою жизнь к лучшему. Не верите, что всё так просто? Ну и отлично! И не надо! И не верьте! Лучше проверьте! Практика показывает, что наибольших результатов добиваются именно те, кто не верит на слово, но все проверяет на собственном опыте. Но только не нужно суетиться и спешить. Ведь когда дело касается личной жизни, мы обычно хотим получить все как можно быстрее, мы хотим встретить любимого прямо сейчас. Но в реальности так не бывает. Мы ведь жи-

вам не в сказочном мире, Впрочем, многие из вас, наверное, уже убедились в этом на своем горьком опыте.

Помните, что вам очень повезло родиться именно в наше время, когда у женщин появилось так много альтернатив в поиске своего мужчины. К счастью у вас, современные представительницы прекрасного пола, в нынешнее время есть возможность выбора не только между мини и макси, длинными волосами или короткой стрижкой, карьерным ростом или ролью домохозяйки, но главное, и это особенно приятно, не только мужчины имеют возможность выбирать вас, но и вы – их!

Прошли те времена, когда девушки скромненько сидели в сторонке, потупив взгляд, покорно ожидая, когда молодой человек подойдет и заговорит с ними. Сегодня женская инициатива вовсе не кажется чем-то из ряда вон выходящим и порицаемым. Напротив, милая дама, не боящаяся проявить инициативу и сделать первый шаг, считается вполне достойной уважения и интереса со стороны кавалеров. А, следовательно, дело за малым: узнать, как этот самый первый шаг сделать и в какую именно сторону?

Итак, дорогие мои читательницы, для вас есть хорошие новости! Счастливая личная жизнь доступна нынче абсолютно всем! Ведь на этой планете живет более семи миллиардов человек, половина из них мужчины – это очень большой океан, в котором чертовски много рыбы. И глупо думать, что есть всего лишь один рыб из всего этого огромного

числа, который единственно способен сделать вас счастливыми. Перестаньте считать, что найти нужного вам человека для обустройства личной жизни — это все равно, что отыскать иголку в стоге сена.

Но, заранее предупреждаю вас: выбирайте не только сердцем, но и умом. Потому что сердце любит слепо, а разум помогает правильно оценить ситуацию. Помните, что с этим мужчиной предстоит пройти по жизни рука об руку, преодолевать трудности, делить радости, воспитывать детей...

И тут, разумеется, возникает вопрос: как именно и где найти своего мужчину. Для решения этого крайне важного вопроса многие из вас переворошили множество пособий типа «25 простых шагов в поиске настоящего мужчины», «10 простых шагов...», а то и вовсе «4 простых шага...». И все никак не получается применить указанные там советы в жизнь, отчего возникает недоверие к подобного рода литературе. Наверняка такое недоверие есть у многих и к моей книге. И меня это не удивляет, потому что ничего простого в таком наисложнейшем деле нет, да и быть не может. Поэтому настройтесь серьезно и критически ко всему, что здесь будет сказано.

Скажу честно: эта книга не гарантирует, что вы удержите своего мужчину рядом навсегда, этого никто не может гарантировать, как никто не может гарантировать, что он обязательно потеряет из-за вас голову и будет всю жизнь носить на руках, катать на красном Феррари, подарит бриллиант раз-

мером в 100 карат или трехпалубную яхту. Но такой шанс есть! И он увеличится после того, как вы прочтете эту книгу, которая поможет вам встретить своего Мужчину с большой буквы «М». А дальше... как говорил герой Анатолия Папанова Лёлик из фильма «Бриллиантовая рука»: «Дальше – уже дело техники». То есть продолжение банкета – это уже ваша часть труда и умения (об этом я тоже расскажу, но уже в другой книге), а вот ГДЕ такого Мужчину найти и КАК его привлечь к своей особе – об этом как раз и будет рассказано именно здесь. Разумеется, от вас потребуются некоторые усилия, но поверьте: они не столь велики, как кажутся на первый взгляд.

Кстати, пока мы не тронулись в путь: знаете, признаюсь честно, я не очень верю в книги тех барышень и дам, которые уверяют, что могут помочь всем и каждой повторить их головокружительный успех в поиске мужчины своей мечты. И знаете почему? Потому что где гарантия того, что кто-нибудь из тех, кого они якобы научат всем этим премудростям, не вырвет их королей из их объятий, оставив их самих у разбитого, что называется, корыта. Спрашивается, зачем им плодить себе конкуренток, а? Вот такие размышления. Так что слушайте лучше мужчин, которые вам на этом поле не конкуренты и которые, возможно, как раз и есть те, о которых девушки, женщины и дамы втайне мечтают.

Итак, вперед на поиски того, кто грезится в несбыточных снах. Хотя почему несбыточных? Кто это сказал? Ваши по-

други-неудачницы? Конечно, если сидеть круглые сутки напролет взаперти дома и предаваться мечтам вместо того, чтобы предпринимать некоторые совсем не титанические усилия и действовать в правильном направлении, то ничего и не получишь. Так потрудитесь самую малость, и тогда у вас будет отличный шанс получить то, что вы хотите и заслуживаете.

Хочу сказать своим уважаемым читательницам следующее: «Милые дамы! Если вы желаете успешно совместить «современность» и «правильность», если вы хотите найти и привлечь к себе мужчину своей мечты, то вам следует совершенно серьезно отнестись к следующему утверждению: «Современное успешное любовное знакомство – это целая наука и даже искусство». А чтобы такое знакомство было успешным – следует узнать целый ряд правил, законов закономерностей. Так что если у вас хватит терпения дочитать эту книгу до конца – то уверяю вас, вы почувствуете себя значительно более подготовленными к тому волнующему моменту, когда рядом с вами окажется некий приятный мужчина Я вам это гарантирую!

Однако сразу хочу вас предупредить: не стоит настраивать себя на то, что в любви и любовных знакомствах «всегда и всё будет по-моему!», не стоит отмахиваться от возможности завязать новое знакомство просто потому, что к вам подошли познакомиться в автобусе, на улице, в холле бизнес-центра, в офисе или на выставке (и т.д. и т.п.) и вам

вдруг показалось, что «это не совсем прилично» или «вы достойны более романтической сцены знакомства»!

Не следует бояться непредсказуемости или, напротив, кажущейся «банальности» осуществления любовных знакомств! Я думаю, что знакомство с привлекательным для вас мужчиной – куда интереснее и гораздо лучше, чем сидеть дома и остро завидовать своим более успешным подругам.

Итак, в путь, дорогие мои читательницы, давайте отправимся туда, где обитают те, с кем вы хотели бы встретиться. Для чего? Для мимолетного романа или долгих отношений? Это уже не мое дело, не престало мне задавать вам такие вопросы и лезть в вашу личную жизнь, мое дело – показать вам места, где можно встретить достойных кавалеров, и подсказать, как с ними познакомиться и чем их привлечь.

Очень надеюсь, после такой встречи у многих из вас сложится достойная личная жизнь, где будет место и сияющим от счастья глазам, и любви, и... в общем, всему тому, чего хочет каждая женщина. Ведь как говорит телереклама: «Вы этого достойны». И тут она точно говорит правду.

# Глава 1. Долой балласт!

Итак, вы пытаетесь встретить подходящего кавалера, пытаетесь наладить личную жизнь, а у вас ничего не получается. Почему? Ответы на этот вопрос я и постараюсь дать в этой главе.

Самое главное, что вам предстоит понять, чтобы сдвинуться с мертвой точки и отправится в завораживающее приключение — отказаться от прежних установок, мешающих вам двигаться по этому пути. Да, когда-то они, возможно, и выполняли какую-то полезную функцию, помогали принимать правильные решения, но сейчас не работают, весят как гири на ногах и не дают двигаться в правильном направлении. Да и как двигаться вперед, когда за спиной тяжкий груз обид, страданий, неразрешенных конфликтов и неправильных представлений о мире. А потому для того, чтобы легко шагнуть в новую жизнь, полную счастья и любви, нужно освободить место в своем сердце и разуме.

Так что долой балласт, не дающий взлететь в небо веселому разноцветному воздушному шару на радость вам самим и всему миру. Тут выход один: выкинуть балласт за борт, долой его, пусть остается там, на брэнной земле!

От какого же балласта вы должны избавиться, чтобы отправиться на поиски своего Мужчины? Будем называть ме-

шающие вам вещи по порядку. Вот некоторые помехи, которые вам здорово могут мешать на пути к встрече со своим мужчиной:

Помеха №1. Стеснительность, робость, застенчивость и неуверенность в себе. Увы, это одни из самых мешающих факторов на пути к вашей цели.

Есть девушки и женщины, которым знакомства и вообще мужское внимание совсем не в радость: речь идет о хронических скромницах. Если вы страдаете от подобной проблемы, мучаетесь от чрезмерной скромности, то это еще совсем не повод опускать руки. Напротив, это повод поработать над собой.

Если до сих пор знакомства казались вам страшным стрессом и слишком сильным интеллектуальным, сексуальным и ментальным напряжением, то попробуйте изменить свою позицию и воспринять знакомство с мужчиной как просто новое развлечение или удовольствие: ведь, если разобраться, это и впрямь очень приятно. Это явный комплимент вашей внешней и внутренней привлекательности. Так пусть этот факт добавляет вам уверенности в себе, а не наоборот. Ведь если с вами хотят познакомиться – значит, вы интересны, вы нравитесь мужчинам, вы уже зацепили их! Теперь главное – не испортить всё своими пустыми тревогами.

И кстати: на самом деле скромные девушки невольно по-

буждают мужчину быть более смелым и решительным. Так что постарайтесь свой мнимый недостаток обратить себе на пользу, и у вас всё получится! Уверяю вас в этом как мужчина.

Помеха №2. Страх показаться навязчивыми и как следствие – отсутствие женской инициативы.

К сожалению, в нашем обществе всё еще довольно много устаревших предрассудков относительно девушек и дам, проявляющих инициативу в знакомстве. Самое время распрощаться с ними, а также развенчать самые популярные мифы о знакомствах, в которых инициатива проистекала со стороны представительницы прекрасной половины человечества.

Итак, миф №1. Если девушка или женщина первая решила познакомиться с мужчиной, он не будет ощущать себя охотником, а следовательно, не почувствует никакого интереса к столь доступной особе. Как мужчина скажу одно: чушь несусветная! Интересно, и откуда берутся такие бредовые воззрения? Ведь если рассудить здраво, то мужчина, которого заинтересовала представительница противоположного пола, не так уж плох и ему есть чем гордиться, он таким образом начинает чувствовать себя избранным из множества себе подобных вокруг. А кому это может быть неприятно?

Далее миф №2. Прекрасная дама, которая первой знако-

мится с женщиной, ведет себя неприлично и распушенно. Ее обязательно сочтут легкомысленной и доступной. Возможно, что мужчина и будет прав, если к нему обратиться с какой-нибудь фразой подобной этой: «Эй, красавчик, что делаешь сегодня ночью?». Тогда, конечно, вы зарекомендуете себя как особа легкого поведения. Ну а если вы выберете нейтральную фразу, то никому и в голову не придет считать вас распутной. Вы что же, живете в 18 или 19 веке? По-моему, сейчас уже давно наступил 21 век, в котором такие мысли мало кому из современных мужчин могут прийти. А если и придут – то пусть себе и остается в гордом одиночестве, туда ему и дорога!

И напоследок миф №3. К мужчине первыми подходят знакомиться только жалкие неудачницы и уродки, которых никто не видит в упор. А, по-моему, сейчас настало время инициативных и уверенных в себе дам, которым не пристало сидеть и ждать у моря погоды.

Поэтому будьте инициативны! Смелее вперед! Хватит робеть и стесняться. Скажите сами себе: вижу цель, не вижу преград, иду на цель. Так что помните: женская инициатива уже давно не наказуема и является совершеннейшей нормой.

Помеха №3. Комплексы и заниженная самооценка.

Скажите спасибо за это своему окружению да гламурным СМИ, навязывающим всем некие стандарты красоты. Да по-

шли они все куда подальше! Чем вы хуже других?! Да ничем! У Барбары Стрейзанд и Джулии Робертс внешность ох как далека от совершенства, ну так и что? Их знает каждая собака, вокруг них издавна вились и вьются красавцы-мужчины, они богаты и живут себе в радость. Почему бы и вам не прекратить психовать по поводу того, почему у меня там так мало, а тут так много. Никто не знает – почему один человек цепляет другого. Тайна сия велика есть. И вам ее никто не откроет, потому что никто ее не знает.

Мне вспоминается одна моя знакомая, от первого взгляда на внешность которой у многих мужчин появлялось желание отвернуться и немедленно смотреть на все, что угодно, но только не на нее. Но стоило этой моей знакомой открыть рот, как все без исключения мужчины резво поворачивали свои взоры обратно к ней и от удивления открывали рты: мало кому удавалось повидать в жизни человека более интересно-го. Через минуту все забывали про ее внешность и желали только одного: как можно дольше с ней общаться.

Вывод: нет понятий об идеальной красоте. Одним мужчинам нравятся худущие барышни, другим пышки, одним длинноногие, другим приземистые, одним брюнетки, другим блондинки. Так что не сравнивайте себя ни с кем. Помните: не бывает людей, которые бы всем казались некрасивыми. Ведь если в основе образа нашего любимого лежит образ реального человека, то это значит, что любой человек кому-нибудь да нравится. Например, для ребенка его мама

самая красивая, самая умная и вообще самая лучшая. Так и со взрослыми мужчинами. Так что типов внешности, которые бы не нравились никому, попросту не существует.

Так почему же у некоторых развиваются комплексы из-за их внешности, которая им кажется недостойной чужого внимания? Ответ: по причине так называемой дисморфофобии, особенно характерной для подростков. Подростки очень болезненно переносят свои физические недостатки, вернее, то, что они сами считают недостатками. Девушки страдают от того, что у них нет тонкой талии или длинных ног, от того, что они слишком высокие или же слишком маленькие, что у них неширокие бедра или небольшая грудь.

Есть такая притча. Друзья одного человека спросили у него по поводу его избранницы, в которую тот был влюблен: «Что ты в ней нашел? Красивая она? Нет! Умная? Нет! Хоть богатая? И опять нет! Зачем тогда она тебе?» «А вы возьмите мои глаза и увидите», – ответил человек. Люди не понимают выбора другого человека, потому что их модели другие. «Красота в глазах того, кто смотрит с любовью» – гласит поговорка. Вот и ответ на извечный вопрос – что же такое красота. В конечном счете, женщина выглядит так, как ее оценивают окружающие, и в первую очередь – любящие мужчины. Как говорит русская пословица: «На каждый горшок найдется своя крышечка». Порой даже самые внешне красивые женщины на деле глубоко несчастны, поэтому не сравнивайте себя с вашими подругами, сестрами и более удачливыми

или неудачливыми коллегами по работе. У каждого человека своя уникальная судьба. Будьте ЛИЧНОСТЯМИ, и тогда вы увидите – КАК изменится к вам отношение мужской половины человечества. Конечно, первые мгновения мужчины обращают внимание на внешние данные, но живут-то они с их носительницами, и порой с совсем не теми, кого другие считают красавицами. Помните это всегда!

Помеха №4. Страх быть отвергнутыми.

Тут уже совсем всё просто. Вас отвергли? Ну и что? Что такого случилось непоправимого и ужасного? Если с вами откажутся знакомиться, то это будет лишь 1 минута легкого и быстро забываемого неудобства, а дальше ваша жизнь пойдет прежним руслом, как она и шла до этого. Подумаешь, он не хочет знакомиться, ну и пусть тогда потеряет возможность встретить такое сокровище как вы! Ему же и хуже! Вот ведь дуралей!

Помеха №5. Убежденность в том, что все мужики козлы и моральные уроды.

«Нет в этом городе (стране, мире) нормальных мужиков!». Знакомая фраза, правда? А приходило ли вам когда-нибудь в голову, что чем больше вы так думаете, тем меньше у вас шансов встретить мужчину своей мечты? Ведь

не секрет, что наша мысль имеет огромную силу. Если вы ежедневно программируете себя на незавидных ухажеров, то ваше тело поневоле вынуждено выполнять команду вашего мозга.

Проанализируйте свои мысли и убеждения и посмотрите, нет ли среди них следующих опасных предрассудков:

- нормальные мужики все давным-давно заняты, остались одни уроды и неудачники;
- все мужики козлы, сволочи, придурки;
- в нашем городе мужиков на всех не хватит, а нормальных и подавно.

Итак, если в вышеперечисленных высказываниях вы узнали свои мысли, можете себя поздравить: вы сами мысленно сформировали свой мир со своими законами. И если в вашем мире по вашему же мнению все мужчины «уроды и придурки», которых к тому же на всех не хватает, то ничего удивительного, что ваша личная жизнь не клеится.

И еще: чтобы разорвать негативный круг таких убеждений, иногда действительно основанный на том, что вокруг вас мало достойных мужчин, возможно следует что называется «отойти от помойки подальше и податься в свободный от навозных мух лес?». Я так всегда говорил своему сыну, который жаловался на то, что не может найти хороших ребят, с которыми можно было бы дружить. В результате смены обстановки сменилось и его окружение, в котором хороших друзей оказалось вполне достаточное количество. Так

что если вы общаетесь в среде забулдыг и наркоманов, то принца на белом коне там вы точно не найдете.

Смените круг общения, смените установки на окружающий мир – тогда и ваша жизнь наверняка изменится к лучшему.

Помеха №6. Груз обид и воспоминаний о прошлых неудачах.

Как это не удивительно, но многие люди с удовольствием хранят обиды. Увы, это не только бесполезный, но даже вредный груз. Ведь человеку, которого вы не простили, от этого ни жарко, ни холодно. А вот вам тяжело. А раз так, то для кого и зачем вы храните обиды? Имейте в виду, что обида пожирает энергию. Да, да, на поддержание состояния обиды расходуется очень много сил и эмоций. Эти силы могли бы пойти на что-то более приятное, например, на обретение новых отношений. Так что бы вы предпочли? Как, на что и на кого вы собираетесь расходовать свои внутренние ресурсы? Будете тратить их на то, чтобы не давать зажить старым болячкам? Или сознательно переключите свое внимание на то, что вам хочется получить от жизни? Я предлагаю второе! И если вы готовы расчистить в сердце место для любви и прочих радостей, давайте прямо сейчас отпустим прошлое.

Так что разберитесь с прошлым и выкиньте его, как выплевывают безвкусную и надоевшую жвачку. Иначе это про-

шлое будет висеть гирями на ваших ногах, с которыми вы от нынешней ситуации не уйдете. По крайней мере, далеко. Так что уберите все свои воспоминания о негативном опыте. Забудьте всё, что у вас было. Постарайтесь простить все обиды на бывших мужчин. Это очень сильно влияет на ваши взаимоотношения с нынешними мужчинами. Каждые новые отношения – это совершенно другой мир и не стоит думать, что все отношения одинаковы.

Если ваши прошлые отношения закончились по инициативе вашего партнера, а вы его очень сильно любили, то вполне возможно, что вы до сих пор продолжаете еще где-то глубоко в душе надеяться, что он все же одумается и вернется к вам. Поэтому вы и саботируете и подсознательно тормозите все ваши потенциально возможные отношения. Но поймите, что назад дороги нет. Да и зачем вам возвращение того, кто уже когда-то вас бросил? Лучше мысленно поблагодарите его за всё то хорошее, что у вас когда-то было, и отпустите, а сами двигайтесь навстречу чему-то новому и прекрасному.

Помните: если у вас есть обида на прошлое, то, соответственно, и на всех мужчин тоже. Ведь вы переносите эту обиду и на тех, кто не имеет к этому вашему прошлому никакого отношения и может у них и в помине нет никакого желания сделать вам что-то плохое.

Если вы узнали в этом себя, то вам нужно немедленно избавиться от этой саморазрушительной установки, потому

что так вы точно счастливыми не станете. Помните, что мы притягиваем то, о чем больше всего думаем. Тогда думайте о том, что вас окружают действительно хорошие и достойные мужчины, которые так же, как и вы ищут серьезных отношений и стремятся найти свою любовь. А об обидах забудьте раз и навсегда.

Не мешайте времени делать свою работу. Не разбавляйте краски настоящего серой ностальгией по прошлому: не идеализируйте распавшийся союз. Да, возможно, что бывший действительно был не так уж плох: кофе в постель приносил и розы охапками дарил на восьмое марта. В любом случае его больше нет в вашей жизни. И возможно, что есть даже лучше: ведь возможно, что именно в этот самый момент где-то вас ищет самый красивый, преданный и добрый мужчина вашей мечты. Но он никогда не постучит в ваш дом, пока там гостит назойливая тень бывшего.

Поставьте, наконец, точку в этом вашем романе без продолжения. Конечно, порой очень трудно отпустить партнёра, который «ушёл, но обещал вернуться» или «подумать». Трудно, но необходимо.

И еще: не заикливайтесь на типаже своих бывших. Ищите другой типаж, который возможно рассмотрит вашу тонко чувствующую натуру. И не бойтесь потерять тех, кто не боялся потерять вас.

Помеха №7. Страсть к пустым мечтам.

Обычно настоящее счастье и удовлетворение человек испытывает, когда живет настоящим моментом. Увы, слишком часто те из вас, которые грезят о встрече с женщиной своей мечты внутри этих грез и остаются. А жизнь проходит, а с ней уходит и отмеренное нам с вами не такое уж и длинное время. Не тратьте его на романтические мечтания о несбыточном. Нет, это, конечно же, не значит, что у вас не может быть планов на будущее. Напротив! Они обязательно должны быть. Но и должны быть попытки это будущее претворить в жизнь, а иначе она пройдет зря. Да, конечно, большие цели – это прекрасно. Но тут речь идет о другом. О том, что каждый миг уникален и неповторим. А потому живите в нем. Осознавайте себя и получайте удовольствие от того, что происходит сейчас.

Допустим, сейчас вы одиноки и пока только ищете свою любовь. Так насладись этим чувством! Ведь так приятно быть в поиске любви: прихорашиваться, наряжаться, придушивать, куда бы пойти, обсуждать процесс знакомств и первых свиданий с подругами и т. д. Получайте удовольствие от текущего момента!

Получая удовольствие от сегодняшнего дня, вы начинаете жить более ярко, насыщенно и интенсивно. Попробуйте! И вы увидите, сколько удовольствий скрывает в себе каждый прожитый миг!

## Помеха №8. Вредные стереотипы.

В каком же топком болоте стереотипов мы все с вами подчас живем, и как же оно засасывает нас! Например:

Мама спит и видит меня замужем и говорит: «Выходи хоть за кого, а то засидишься «в девках» и тогда тебя вообще никто замуж не возьмет».

Все подружки замужем, а я все еще нет.

Я не могу себя считать полноценной пока не выйду замуж.

И еще, и еще, и еще...

Взять, к примеру. так называемый «венец безбрачия». Успокойтесь, барышни, его в природе не существует вовсе. Кто тот судья, вынесший вам такой мифический приговор? Бабка-гадалка или новомодная колдунья, что берет за сеанс оболванивания 10 000 рублей, да норовит вам еще и талисман заговоренный продать по такой же цене: мол, у вас «венец безбрачия» и вы без меня и моего талисмана вовек останетесь одна. Да бросьте вы, милые вы мои! Это все чистой воды выманивание денег из тех, кто верит в эту муру. Как писал великий Александр Сергеевич Пушкин: «Ах, обмануть меня не трудно! Я сам обманываться рад!»

А еще есть траур «черной вдовы». Ещё одна бабушкина сказка. Что бы ни случилось, жизнь продолжается. Прошлое прошло. Нет его! Вы ни в чём не виноваты и имеете право на счастье.

Или проецирование на себя чужой судьбы. Мол, у нас в

роду все женщины несчастны в любви. Не забивайте себе голову некорректными аналогиями. Во-первых, вы не всё знаете. Вполне вероятно, что ваши родственницы отклонили по несколько десятков предложений руки и сердца. Во-вторых, личные истории не пишутся под копирку. У каждой из вас свой путь к счастью. Не сбивайтесь с маршрута. Никому не дано знать заранее, как сложится судьба, и при каких обстоятельствах доведётся встретить своего мужчину.

Помеха №9. Сидение взаперти дома и отсутствие контактов с миром, узкий круг общения.

Если вы думаете, что ваш будущий партнер просто однажды упадет вам на голову, то вы ошибаетесь. Для того, чтобы его встретить, вам как минимум нужно чаще выбираться из дома. Вы можете отправиться куда-то с друзьями или даже одни. Главное: не нужно закрываться в четырех стенах и упиваться тем, что вы такие «одинокие и несчастные». Это не только не поможет, а скорее наоборот – еще больше ухудшит ваш и без того не слишком оптимистичный настрой.

Поэтому забудьте о своем унынии и отправляйтесь навстречу новым встречам и приключениям! Расширяйте свой круг общения! Общайтесь с новыми людьми, а там глядишь, и замаячит на горизонте ваш единственный и неповторимый. А если вы все время сидите дома, то он уж точно не появится.

Помеха №10. Нежелание или неумение учиться на своих ошибках.

Если вы заметили, что вы постоянно притягиваете не тех мужчин или ваши отношения всегда развиваются по одному и тому же негативному сценарию, то необходимо понять свою ошибку, а для этого следует смотреть не вовне, а внутрь себя. Я имею в виду, что вы можете продолжать выбирать себе в партнеры неподходящих мужчин, которые со временем снова сделают вам больно. Проще говоря, продолжить наступать на одни и те же грабли. А так дело не пойдет. Поэтому вам нужно четко определить для себя с каким мужчиной вы можете и хотите вступать в отношения, а с каким – категорически и ни при каких условиях нет. Это очень важный момент, ведь он поможет вам отсеять тех, кого вы принципе не будете рассматривать для серьезных отношений, например, бабников, маменькиных сынков или различных деспотов и тиранов. К тому же это существенно сэкономит вам время.

Так что если в прошлом у вас были неудачи в любви, не отчаивайтесь. Извлеките опыт, изучите свои ошибки и не повторяйте их.

Милые девушки и женщины, вам следует понять следующее: подавляющее большинство любовных знакомств всегда будет вызывать у вас чувство неловкости, они вечно проис-

ходят тогда, когда у вас не будет на это время, когда вы выглядите не совсем так, как вам бы этого хотелось, и обязательно на виду у тех людей, присутствие которых вас страшно раздражает и сковывает.

Согласны?! Думаю, согласны! А раз так – значит, нечего и теряться! Хватит оглядываться на понимающе улыбающихся прохожих и товарищей по учебе или работе! Хватит опускать глаза тогда, когда бешено бьется сердце и хочется первой заговорить с незнакомцем! Хватит ругать себя за проявленную робость, откровенную трусость и элементарную неспособность ответить вниманием на внимание!

Если вы считаете себя современной девушкой или женщиной, начинайте жить в ногу со временем! Преодолевайте веками воспитываемую в женщинах панику перед любым проявлением мужского внимания и используйте любую возможность для знакомства с тем, кто произвел на вас впечатление.

## **Глава №2. Ставим перед собой правильные цели и определяемся с желаниями**

Прежде чем отправиться на поиски своего мужчины Вам просто необходимо определиться – для чего он вам, собственно нужен. То есть сначала определиться с целью такого похода.

Это важнейший вопрос, ведь без ответа на него вы не получите то, что хотите. Спросите у себя честно: чего вы сами от встречи с настоящим мужчиной. Долгих отношений без брака или в браке? А может, ваши подруги говорят вам, что лучше довольствоваться сексом без обязательств. И вот вы подражаете их образу жизни, хотя сами, быть может, предпочли бы вместо толпы одноразовых любовников найти того самого, Единственного. Кроме того сексуальная революция многое изменила в нашей жизни. Теперь мужчины и женщины знакомятся не только для того, чтобы вместе читать стихи Блока или Фета, танцевать танго и жениться. Существуют и так называемые короткие и продуктивные знакомства. Или, проще говоря, съем на пару-тройку ночей, а то и вовсе на одну ночь. Так что из всего вышеперечисленного – ваше? Что вам ближе, ради чего вам эта встреча с мужчиной нужна?

Так что лучше уж сразу определитесь: какой вы представляете свою идеальную личную жизнь? Что говорит вам ваш внутренний голос? О чем просит душа? Каких отношений вы ищете? Какие эмоции вам нужны? Какие ощущения вы хотите получить? Это всё не праздные вопросы. От них зависит – кого, где и для чего вы будете искать. И какой будет результат этих поисков. Ведь не секрет, что часто милые дамы начинают строить отношения, слабо понимая, кто им нужен и для чего. Например, выходят замуж, только потому, что кто-то подвернулся, закрутился искрящийся сексом роман или потому что было одиноко. А потом пора романтических отношений, конфетно-цветочный период проходит и начинается семейная жизнь. И тут розовые очки сползают на лоб от изумления. С кем я живу? Кто это? Почему он такой? А он всегда был такой. Вас же не под наркозом в ЗАГС вели (хотя не секрет, что любовный наркоз иногда играет злую шутку). Просто вы не задумывались, а тот ли человек вам нужен. И оказывается он маменькиным сынком, альфонсом, алкоголиком, лентяем и т.д. Тут возникает естественный вопрос: а где же были ваши глазки и ваши мозги, родные мои? Когда вы мечтали о свадебном платье, белом лимузине и марше Мендельсона, о домашнем очаге и о том, чтобы пройти рука об руку по жизни в радости и счастье, думали ли вы о том, кто вам нужен, с кем можно выстроить такую жизнь-мечту? И тут выясняется, что женский пол хорошо представляет фасон своего свадебного платья, но мало

думает о том, кого хотел бы видеть рядом всю оставшуюся жизнь. И максимум что себе представляет, так это рост, цвет глаз и марку автомобиля, который у него должен быть, забывая, что свадебное платье одевают на 1 день, а неправильно подобранный супруг будет с вами рядом всю жизнь.

Так что не стоит со всем этим играть в русскую рулетку. Повезет – не повезет. Ведь на кону может быть ваша жизнь. Или, по крайней мере, ее существенная часть.

И еще. Прежде чем отправляться на поиски мужчины своей мечты, стоит понять один факт: идеальных мужчин не бывает. Если вы хотите настоящего альфа-самца, то должны понимать, что едва ли он будет нежным, кротким и ласковым. Ручных альфа-самцов в природе не бывает. Как не бывает богатых предпринимателей, которые будут вам слать 50 эсэмэсок в день со словами любви и одновременно будут готовы проводить рядом с вами 24 часа в день 365 дней в году. Такие люди очень заняты и времени на вас у них очень немного. Так что вам придется выбирать либо человека с успешным бизнесом, либо малосостоятельного человека для постоянного совместного времяпрепровождения. Как-то так. Так что спуститесь с небес на землю и реально посмотрите на вещи.

Так, пойдем дальше. Для того, чтобы как-то уменьшить влияние слепого случая на вашу судьбу, я предлагаю подойти к этому вопросу рационально, и выполнить простое упражнение.

Возьмите лист бумаги и ручку. Напишите сверху заголовок: «Зачем я хочу встретиться с мужчиной своей мечты». Ниже попробуйте спокойно и никуда не спеша написать – какая ваша основная цель этой встречи. А дальше:

- какими обязательными чертами характера и качествами должен обладать ваш избранник;

- какими желательными, но не обязательными чертами характера и качествами должен обладать ваш избранник;

- какие главные черты характера вашего избранника и его основные качества вы готовы вытерпеть и спокойно перенести (никто не идеален, поэтому отдельными недостатками очеловечивается любой положительный герой);

- какие черты характера вашего избранника и его качества вы ни при каких обстоятельствах терпеть и переносить не будете.

Что же касается роста, веса, цвета глаз и прочего анатомического строения, то я бы не стал в этом слишком усердствовать в смысле точной детализации – обычно таких людей слишком мало, и шансов их встретить совсем немного, либо при всех совпадениях такой человек будет вам совсем не по нутру. К тому же если же вы все-таки ищите точного двойника Бреда Пита или Джона Траволты, то вам надо будет попасть на конкурс их двойников, потому как сами эти персонажи заняты, но, увы, не вами. А если такого конкурса нет? Тогда что, помадой крест у себя на лбу поставить? Кстати, Чарли Чаплин на конкурсе двойников самого себя

занял всего лишь третье место. Такие дела.

Так что самое разумное – это не ожидать стопроцентного попадания в идеал и Мистера Совершенство. Если вы найдете его, отлично, но скорее всего – такого вам встретить не удастся. Но, признайтесь честно – вы ведь и сами не совершенны. Ах, я ошибся, и вы именно и есть Мисс Совершенство? Тогда почему вы не рядом с Мистером Совершенство на его пятипалубной яхте во время кругосветного путешествия, почему читаете эту книгу, которая Мисс Совершенство и даром не нужна? Увы, в том, что вы не идеал нет никакой беды. Я не совершенен, вы не совершенны, да и никто в мире не совершенен. У супермодели и очень красивой женщины Наоми Кэмпбелл и у той размер ноги 40,5, что маленькой для ее роста в 176 сантиметров никак не назовешь. А вот размер бюста у нее то ли 1, то ли 2 (в разных источниках поразному). И что? Она одна из самых грациозных и высокооплачиваемых моделей в мире. Вот и нам с вами надо быть поосторожнее с идеалами. Так что если вы ищете на 100% идеального мужчину, то всего вероятнее вы его никогда не найдете. И что же теперь, одной всю жизнь прожить? Так что быстро прощайте хорошим мужчинам маленькие ошибки и привычки, которые не имеют для близких с ним отношений никакого значения, и, надемся, он тоже будет упускать из виду ваши несовершенства. Если же вы, все-таки, ожидаете совершенства, то будете слишком придирчивы, чтобы увидеть, что мужчина перед вами как раз тот, кто подойдет вам,

в конце концов, больше всех остальных и сделает вас счастливыми. Ведь если вы отвергаете человека, который не соответствует всем 100 критериям в вашем списке «идеального мужчины», то вы можете упустить из виду некоторые совершенно замечательные качества, которые вы искали, но даже не понимали этого.

И еще вот о чем я бы хотел сказать. Те качества, которых вы категорически не хотите видеть в своем партнере, могут быть столь же важными, как и те, которые вам нужны. Если есть несколько камней преткновения, которые будут признаком того, что из отношений ничего не выйдет, как бы вы ни старались, то лучше сразу об этом знать. Эти качества зависят от ваших приоритетов и того, с чем вы не готовы мириться, как бы там ни было – нет ничего постыдного в признании этих качеств. Вот несколько из этих качеств, которые могут быть вашими камнями преткновения:

- если вам не хватает того физического чувства. Хотя вы можете убеждать себя, что физическое влечение растет со временем, этого может не произойти с вами. Если мужчина вашей мечты кажется совершенным, но вы не можете заставить себя хотеть его, то у вас с ним большие проблемы.

- разногласия по поводу того, что важно для вас. Если вы вегетарианка, а ваш мужчина любит ходить на охоту и есть сочный стейк из мяса, то вы можете либо не замечать этих предпочтений друг друга и получать удовольствие от всего остального совпадающего, либо если вас это друг в друге раз-

дражает, то эти разногласия по поводу основных пищевых предпочтений просто не дадут вам быть вместе.

– географическая несовместимость. Если вы из Екатеринбурга и вам нужно жить именно там, а он принял решение жить в Смоленске поближе к своим немолодым родителям, то у вас ничего не получится, если вы оба решительно отказываетесь идти на компромисс.

Но если компромисс возможен и уместен, то ищите и находите его. Важно уяснить, что идеальные принцы на белых конях существуют только в фильмах для детей, поэтому найти человека, который удовлетворил бы абсолютно все ваши запросы, будет очень сложно, если вообще возможно. Научитесь идти на компромисс и спокойно принимать тот факт, что вам придется в чем-то и уступать, ведь успешный бизнесмен вряд ли найдет время на ежедневное мытье посуды или уборку. И еще: не ждите от мужчины полного разделения ваших интересов. Не ставьте крест на человеке, чей единственный недостаток в том, что он не слушает вашу любимую певицу или не смотрит ваш любимый сериал.

Мой вам совет: не отвергайте мужчину только потому, что он соответствует только 8 из 10 главных критериев. Он может обладать другими качествами, в которых вы нуждались, но даже не знали об этом.

Однако если вы встречаетесь с человеком, но у вас есть принципиальное разногласие, к которому вы постоянно возвращаетесь, то вам, вероятно, лучше двигаться дальше, оста-

вив его. Нельзя закрывать глаза на некоторые очень важные вещи, например, на алкоголизм, наркоманию, игровую и интернет зависимость, тягу к тотализатору, рукоприкладству и тому подобное, надеясь, что в вашем обществе мужчина кардинально изменится в лучшую сторону. Уверяю вас – это точно не произойдет.

Итак, когда вы определитесь с тем, для чего вам ваш мужчина нужен и какие его качества вас полностью или частично устраивают, а какие нет, то вы поймете – в какую сторону вам направить свои поиски и где его искать. Например, если вы хотите лёгкий флирт и секс на одну ночь, то вам нужно отправиться, например, в ночной клуб. Если же вы хотите встретить обеспеченного мужчину, чтобы выйти за него замуж, тогда отправляйтесь на бизнес-конференции или саммиты. Так что как только вы начинаете чётко понимать, зачем вам нужен мужчина, вы начинаете понимать, где его искать и что нужно делать. О местах, где обитают нужные вам мужчины в зависимости от целей его встретить, я расскажу в главе №5 «Где найти мужчину своей мечты». А пока пойдем дальше.

Итак, повторю: пока вы сами не будете знать, ЧТО же именно вы хотите – искать мужчину своей мечты бесполезно. Поэтому надо это четко сформулировать, чтобы взять ответственность за свою жизнь на себя. Ведь то, что вас окружает – и есть то, чего вы заслужили. Горько, но зато чистая правда. А кто сказал, что правда – это мед и сахар?

В результате всех наших манипуляций должно получиться что-то вроде этого: «Я ищу мужчину 30–35 лет, высокого, кареглазого брюнета, спортивного телосложения, со спокойным уравновешенным характером, вежливого, некурящего, с автомобилем, желателен владелец собственного бизнеса». Это пример, на самом деле ваша запись может быть совершенно другой, но по сути она должна быть где-то в этих рамках. И прошу вас – без излишней детализации, потому как вам может не хватить и всей жизни и 1000 встреч, чтобы встретить такого человека, какого вы себе наметили.

Итак, вы ясно себе представили – чего вы хотите от вашего избранника и чего не хотите. Но кроме этого вы должны честно ответить на следующие вопросы:

1. Что вам даст близость с таким человеком? Ответьте на этот вопрос, и вы узнаете свою истинную мотивацию в поиске его!

2. В каких ситуациях достижение такого результата окажется неуместным или бесполезным? Можете ли вы представить себе обстоятельства, которые отобьют у вас желание обрести счастливую любовь (выйти замуж и т. д.)?

3. Что вы можете потерять, если достигнете цели? Чем вы рискуете?

4. Что у вас уже есть для достижения необходимого результата и что вам еще дополнительно требуется?

5. Получалось ли у вас добиться чего-то подобного раньше? Если вы хотя бы день были счастливы в любви, значит,

вы в принципе на это способны! Общеизвестный факт: если вы хотя бы раз что-то смогли, значит, однозначно вы сможете это повторить! А то и улучшить результат!

6. Знаешь ли вы кого-нибудь, кому удалось добиться такого результата, о котором вы мечтаете? Если вашим знакомым это удалось, то и вам это удастся!

Итак, теперь вы знаете, как правильно сформулировать цель. Как вы уже наверняка заметили: грамотная формулировка цели позволяет вам узнать очень многое о себе. Например, почему вы до сих пор не добились того, чего вы хотели. И какие препятствия вам нужно устранить на этом пути.

Одним из таких препятствий, на мой взгляд, является то, что многие женщины слишком недооценивают себя, слишком мало уделяют себе внимания. Я сейчас говорю не о внешности, а о вещах внутренних, вещах глубинных. Нет, внешность имеет, разумеется, значение, особенно при первом знакомстве, ею можно обратить на себя внимание, но вот построить на ее базе долговременные отношения (если таковые, конечно предполагаются) вряд ли возможно.

Итак: милые дамы, займитесь своей жизнью и повышением собственной ценности, полюбите себя по-настоящему. Ведь как сказал мудрый Эразм Роттердамский: «Может ли полюбить кого-либо тот, кто сам себя не любит?». Думаю, что нет. Ясно одно: если вы все еще читаете мою книгу, значит, вы еще не встретили того, ищите. Вопрос: что же вам

для этого нужно? А нужно одно – вы должны найти внутри себя преграду, которая мешает вам встретить мужчину своей мечты. А как показала жизнь: самая сильная преграда – это мысль. Мысль должна быть похожа на дорогу, по которой хочется идти к счастью, а не стеной, которая не пускает к этому же счастью. Вот в чем дело! Наполните свое мышление позитивными мыслями. Если раньше вы думали, что всех нормальных мужчин уже разобрали, начинайте думать, что вокруг вас только нормальные мужчины. Если вы раньше вы думали, что все будут счастливы, кроме вас, то сейчас думайте, что вы счастливы уже сегодня и в будущем сбудутся все ваши мечты.

Помните, что в начале пути необходимо утвердиться в собственной ценности. Вы значимы и ценны, и для подтверждения этого вам не нужен мужчина. То есть как это, спросят некоторые читательницы? Разве эта книга не о том, как найти мужчину своей мечты? О том, конечно же, о том, но здесь надо понять простую истину: покуда вы не будете самодостаточны и довольны собой без увязки с наличием или отсутствием рядом мужчины, он, этот самый мужчина, просто может не обратить на вас внимание, потому как ваша жажда встречи с ним, ваша потаенная неуверенность в себе и своей значимости просто его оттолкнет: мало кому хочется слушать жалобы, стенания и нытье. При этом если вы будете просто играть в самодостаточность и независимость, то это умными мужчинами тоже считается. Дураки, может, этой

фальши и не заметят, но разве вам нужны круглые дураки?

Любите себя. Это очень важный момент. Если вы хотите найти мужчину своей мечты, вы должны по-настоящему любить себя. Это не значит, что вы должны быть совершенно эгоисткой, но вы должны быть уверены в том, кем вы являетесь и довольны тем, что можете предложить. А заодно быть в курсе своих недостатков, это тоже часть любви к себе, потому что заставит над ними работать, а заодно сделает вас чуть более приземленным человеком в отношениях: восторженные наивные дурочки, витающие в облаках, сейчас мало кому нужны.

Разумеется, вы не должны хвастаться тем, какая вы замечательная личность. Просто вы должны знать в глубине души, что вы стоящий человек. Конечно же, вы будете любить себя еще больше, если найдете мужчину своей мечты. Но чтобы это случилось, вы должны начать с базовой любви к себе. А для этого научитесь не страдать от одиночества. Я понимаю, что это очень трудно, но это необходимо. Научитесь жить без мужчины. Вы ведь пока и так живете без него? Вам хорошо с собой, вам от самой себя комфортно? Если да, то это будет сигналом к тому, что вы в равновесии с собой и что ваш поиск достойного мужчины и увлечение им есть взаимодействие равных и одинаково значимых величин.

Итак, если вы хотите быть готовой найти мужчину своей мечты, то вы должны быть довольны своей собственной компанией, прежде чем начнете поиск. Забудьте о мифе, что

нужно найти человека, который будет дополнять вас, вы уже должны чувствовать себя полноценной, всесторонней женщиной, чья жизнь при наличии правильного мужчины просто УЛУЧШИТСЯ. Это как со словом «половинка». Вы не половинка, вы – самодостаточное и уважающее саму себя ЦЕЛОЕ. Не будете чувствовать себя такой, не будете себя за это уважать – никто не будет этого делать тоже, включая и того, кого вы ищите. Вы что же, хотите себя чувствовать ничтожеством в его глазах? Уверен, что нет. Как говорил мудрый Аристотель: «Есть только один способ избежать критики: ничего не делайте, ничего не говорите и будьте никем». Вам это надо?

Вам кажется, что у вас мало оснований для гордости собой и самоуважения. Чушь! Помните: в вашей жизни уже есть смысл – благодаря вашей работе, интересам, знаниям – и он сделал вас человеком, который счастлив сам с собой, но готов к серьезным отношениям. Это хорошо читается сильными и умными мужчинами. А именно такие мужчины, по моему, нужны каждой, кто находится в активном поиске своего избранника.

Так что для того, чтобы расти как личность, и быть готовой встретить настоящего мужчину, вы должны постоянно уделять какое-то время «только себе». Но не только макияжу и косметике вкупе с фитнесом, но и саморазвитию.

И еще одно наблюдение. Многие прекрасные представительницы рода человеческого не понимают, почему мирозда-

ние не дает им того, что они хотят. Так вот одна из причин – это как раз сильное желание. Чем больше мы чего-то хотим, тем меньше получаем... Самое первое, что нужно сделать – это попрощаться с высокой интенсивностью этого своего желанием. Милые мои, вот вам совет: не рассматривайте нового мужчину как того, которого вы всю жизнь искали. Не вкладывайте в мужчин поначалу всю свою энергию. Не собирайтесь на встречу слишком долго, думая, что вам одеть. Идите легко, как на дружескую встречу. Идите как будто вы собрались на прогулку. Умерьте свою вовлеченность и свое желание найти своего суженного непременно и прямо сейчас, на этой встрече. Это очень видно снаружи. И гробит всё.

Но это не значит, что вовсе нужно прекратить поиски. Этим вы как бы говорите мирозданию: «Я, конечно бы, хотела встретить настоящего мужчину, но я не спешу, не суечусь и не настаиваю». Так что давайте обойдемся без истерик. Но и не бросая своих попыток. Вот такой тонкий баланс. Но его нужно соблюдать, иначе страстное желание встретить своего суженного именно сегодня и порождает отодвигание этого важного момента на потом. И так раз за разом, день за днем. Увы, это факт.

Другой аспект этого же вопроса. Чтобы набраться опыта в этом непростом деле следует совершить некоторое количество ошибок. Тут ничего не поделаешь. Поэтому каждой из вас необходим тот или иной опыт в этом деле. Да, милые дамы, вам придется получить некоторый опыт и понять, че-

го же вы хотите, прежде чем вы найдете «того единственного». Так что вам придется встретить на своем пути несколько подделок, прежде чем вы найдете настоящий бриллиант. Только реальное знакомство с разными мужчинами поможет вам получить лучшее представление о подходящем вам типе отношений и ваших ожидания в них. Но только вам не стоит встречаться с кем попало только для того, чтобы получить некоторый опыт. Однако вам непременно стоит быть открытой и встречаться с разными людьми, даже если для этого необходимо немного выйти из своей зоны комфорта. Но только с такими, которые вам подходят. Как говорится: если ищешь умника среди дураков, то его там точно нет. К тому же получение некоторого опыта также поможет вам понять, что найти нужного вам мужчину не так уж просто. Но не отчаивайтесь: при некотором терпении и старании вы его обязательно встретите.

И вот еще что. Не пытайтесь быть той, кем вы не являетесь, иначе вы можете застрять в узкой роли, которая не будет включать все ваши черты. Если обычно вы одеваетесь просто, а когда отправляетесь на встречу с ним, то наряжаетесь как модель, он может сделать разумное предположение, что вы одеваетесь так всегда и разочароваться, когда вы станете парой. Если вы притворяетесь, что любите книги, и вступаете с ним в отношения, вы можете разочаровать его, что ни разу не прочитали ни одной страницы. Так что если вы пытаетесь быть кем-то другим только чтобы зацепить его,

в конечном счете, он узнает об этом и будет считать, что вы пытались обмануть его.

Так что будьте искренним и интересным человеком. Глубоким декольте можно обратить на себя внимание умного и достойного человека, но если кроме телесных форм у вас ничего нет, то эти отношения обречены на охлаждение и разрыв. Настоящие чувства это то, что притягивает людей друг к другу уже после того, как они оделись. Ведь любить женщину за внешность, то же самое, что конфету за обёртку. Отсутствие внутреннего содержания никаким телесным совершенством не заменишь – вот что вы должны помнить, если только не ищите мимолетных и ни к чему не обязывающих отношений. Так что мой вам совет: найдите хобби, в котором вы выделяетесь. Любите ли вы заниматься спортом, рисовать, играть на музыкальном инструменте, или еще что-то в этом роде, если вы окружите себя людьми с такими же интересами, то увеличите свои шансы встретить мужчину своей мечты, в то же время весело проводя время. Вам кажется, у вас нет хобби? Попробуйте что-то творческое, вы можете открыть в себе неожиданные таланты и обнаружить, что это весело. Чем больше у вас интересов, тем больше вероятность, что вы найдете общий язык с женщиной, с которой познакомитесь. Если у вас есть пять хобби, то у вас будет в пять раз больше шансов найти человека, который разделяет хотя бы одно из них.

И еще. Представьте, что вы промываете золото в золото-

носном слое. Рано или поздно вы обязательно найдете того, кто вам нужен, просто для этого потребуются время и терпение. А еще некоторый расчет и холодная голова. А как же любовь – спросят меня некоторые. Отвечу: нет ничего лучше и прочнее любви, построенной на реальном фундаменте.

Помните: когда вы выкинете всё лишнее из прежнего багажа и отправитесь на поиски с правильными целями и установками, то шансов найти нужного вам единственного мужчину, становится намного больше.

А теперь несколько слов о поиске богатого мужчины, то есть не содержательных, глубоких отношений, а содержания вас за его счет. Тут надо не забывать: если вы видите в мужчине только большой кошелек, который должен оплачивать ваши покупки, то рано или поздно он поменяет вас на женщину, которая ценит, любит и уважает его не только за деньги. Помните: расплодившиеся ныне пособия и тренинги создают в мозгу женщин не существующий образ богатенького папеньки. Однако их методами можно захомутать только богатенького сыночка. Но по факту – он нищий. Деньги у папы. Эти мажоры – никто и ничто. А папа... у папы с лично жизнью, как правило, все в порядке.

Если же мы с вами говорим об успешных мужчинах, которые добились успеха сами, то такие мужчины сами зарабатывали и уберегли себя от манипуляторов. Такой мужчина моментально поймет, что за женщина перед ним и что она хочет от него. Он через все это уже проходил и не раз. Да

мои слова жестоки. Но это правда.

Конечно же, всем вам хочется, чтобы избранник был ну, если не миллионером, так хотя бы обеспеченным человеком. В шалаше сейчас никто с милым не живет. Эти времена давно прошли. Да и копейки всю жизнь считать кому же хочется? Однако, к сожалению, по-настоящему обеспеченных людей не так уж много, а претенденток на место их пассий – невероятно много. К тому же, сердцу не прикажешь, и зачастую случается так, что симпатичный денежный человек совершенно вам не интересен. Разум твердит, что вот, мол, всё при нём. Но с красавцем почему-то скучно, тоскливо, и совсем не хочется, чтобы он всегда был рядом.

В чём же причина? Сложно ответить на этот вопрос. Ясно одно – далеко не всегда мы имеем чёткое представление о том, кто же нам в конечном итоге нужен. И вряд ли кто-то станет спорить, что выйти замуж за ненужного тебе человека означает обречь себя если не на муки, то на скверную жизнь без всякой радости уж точно. Вряд ли такой союз может быть счастливым.

Будьте разумны в выборе спутника жизни. Слишком завышенные требования к кандидату столь же не разумны, как и желание быть с любым.

Выбирая мужчину, ищите того, с кем у вас схожие ценности и жизненные цели. Если вы мечтаете о тихой жизни в деревне, а он фанат мегаполисов, то вам не по пути. Выберите мужчину со схожими интересами и жизненными ори-

ентами. Потому что проводить время вместе – это здорово. Общие увлечения сближают.

Помните: женщина не ищет мужчину, она встречает его, когда сама готова к этой встрече. Так что пока вы внутренне не готовы к отношениям или жутко боитесь их – их у вас не будет или все они будут мимо. То же самое будет наблюдаться, если вы ищете мужчину просто для того, чтобы закрыть дыру в своем одиночестве, это же относится к тому случаю, когда вы ищете мужчину, чтобы успокоить маму или пригасить невроз типа «мне уже так много лет, а вот мужа нет как нет».

Интересное наблюдение: вы можете быть абсолютно уверены в том, что ваша судьбоносная встреча с прекрасным принцем случится именно в тот момент, когда вы этого меньше всего ждёте. Поэтому быть постоянно в «боевой готовности» и «боевой раскраске» не только бесполезно, но и разрушительно для нервной системы. Зачем попусту терять свою жизненную энергию? Гораздо лучше направить её на что-нибудь более полезное – например, на саморазвитие и расширение кругозора. Но и не забывать время от времени вылезать «из норки».

И напоследок главное, не бросайтесь в отношения с мужчиной, как в омут с головой. Начинайте их аккуратно и не торопясь. Сначала пусть будет между вами дружба, которая может перетечь во влюблённость. А там и до большого и светлого чувства недалеко. Кроме этого, неплохо было бы

оценить друг друга в бытовой обстановке. Главное, не торопитесь. Пусть ваши отношения раскрываются постепенно. В результате вы сможете понять, кого вы нашли, своего мужчину, мечту всей вашей жизни, или обычного человека.

## **Глава 3. Какими должны быть вы и что от вас потребуется, чтобы встреча с мужчиной вашей мечты имела все шансы стать явью**

Итак, цели и задачи определены, дорога поиска своего мужчины очищена от завалов и мусора. Что же делать дальше? Для начала следует поработать над приведением себя в «боевое» положение, то есть следует заняться собой, любимой. А для этого стоит произвести некоторые важные действия и самонастройки. Что-то об этом уже было вскользь сказано в предыдущей главе, а что-то будет сказано и здесь.

Итак, подумайте над тем, что вы можете сделать для себя, какие действия вам необходимо предпринять, чтобы удовлетворять собственные потребности самостоятельно.

Увы, я не могу решить это за вас. И не могу подсказать, что для персонально вас хорошо. Ведь каждый человек индивидуален, и то, что жизненно необходимо одному, имеет весьма маленькое значение для другого. Так что подумайте сами: что вы отныне будете делать, чтобы чувствовать себя превосходно независимо от наличия или отсутствия в вашей жизни мужчины.

Итак, правило успеха у мужчин №1. Будьте хорошо одеты, аккуратны и ухожены. Но не перебарщивайте с яркостью одежды и внешностью. Будьте всегда «в форме».

Даже если природа наградила вас внешностью супермодели и ваши пропорции близки к заветным для миллионов 90-60-90, вы не должны забывать о гигиене. Самая красивая в мире барышня никогда не привлечет внимание мужчины, если у нее дурно пахнет изо рта, грязная лямка ее бюстгалтера будет выглядывать из-под драной кофты, а запах пота перебивать самые модные и дорогие духи. Помните: мужчины любят опрятных женщин.

Казалось бы, все это настолько ясно, что не стоило даже упоминать об этом, однако отнюдь не все соискательницы внимания мужчин помнят об этом. А надо бы. Ведь быть самой собой вовсе не значит выглядеть как бомжиха. Не забывайте это.

Для начала я бы хотел вам подсказать с точки зрения мужчины – какие представительницы лучшей половины человечества нравятся нам, мужчинам.

Наверняка вы не раз задавались вопросом, почему одни барышни и дамы пользуются успехом у мужчин, а другие остаются одинокими. Кого ищут мужчины и почему бегают за одной и бегут от другой?

Чтобы понять это, надо вспомнить поговорку: «Мужчины

любят глазами». И в этом есть своя правда. Мы, мужчины действительно ищем привлекательную для себя женщину. При этом вкусы у нас разные. Одни любят блондинок, другие брюнеток, кто-то предпочитает миниатюрных женщин, а кому-то важно, чтоб девушка была высокой. Сейчас рекламируется, как эталон красоты, стройная женщина, без грамма лишнего жира. Но я не думаю, что вес так уж важен мужчинам. Мы, мужчины разные и вкусы у нас разные. Так что вес, рост, цвет волос – это дело вкуса отдельного мужчины. Но для любого мужчины важно, чтоб женщина была ухоженной и аккуратной.

Это правило должно неукоснительно выполняться даже в том случае, если вы «всего лишь на минутку» вышли в магазин за хлебом, побежали за братом или сестрой (сыном или дочерью) в детский сад (школу) или пошли выносить мусор. Помните: неожиданное, но приятное знакомство может поджидать буквально на каждом шагу! В любой ситуации женщина должна следить за собой. Разумеется, если вы случайно промокли под дождем и испачкались в грязи, то в этом нет ничего страшного; однако женщина использует первую же возможность вымыться и привести себя в порядок, потому что чистота для нее – естественное состояние. Равно как и опрятный вид.

Многие девушки и женщины, стремящиеся обратить на себя внимание и с кем-нибудь познакомиться, чересчур «перебарщивают» со своей внешностью. В итоге они превраща-

ются уже не просто в ярких и заметных, а в «сверхярких»! Они резко выделяются своим искусственным загаром посреди зимы, носят ультрамодную и неприлично дорогую одежду, привлекают к себе внимание эксклюзивными стрижками и цветом волос, демонстрируют свои татуировки и пирсинг, обилие драгоценностей и бижутерии...

В итоге они часто получают совсем не тот результат, о котором мечтали...

Теперь об этом подробнее.

Если девушки и женщины желают быстрого и успешного знакомства с теми мужчинами, которые готовы именно к серьезным отношениям, им необходимо хорошо представлять себе то, что мужчины думают по поводу женской яркости. А мужчины по этому поводу думают примерно следующее:

Четыре варианта мыслей мужчин при виде очень эффектной женщины

Вариант №1. «Где-то рядом ходит конкурент».

Мужчины свято уверены, что за каждой очень эффектно выглядящей дамой (особенно имеющей хорошую машину) обязательно стоит очень богатый мужчина: муж, любовник, в конце концов, просто отец. Соответственно, разглядывая подобную девушку или женщину, порядочные мужчины «средней руки» только «облизываются» и воздерживаются от каких-либо попыток познакомиться, справедливо опасаясь возможных конфликтов с тем, кто является реальным обладателем данной «суперкуклы». Поскольку мало ко-

му хочется «получить» бейсбольной битой по голове, а на сверхяркой девушке не написано, что она «свободна», многие «мужчины-середняки» таких красавиц попросту избегают, а потому с ними и не знакомятся...

Вариант №2. «Девушка из высшего общества».

Обыкновенные мужчины могут предполагать, что проходящая мимо них «суперкрасотка» либо работает в крупной олигархической структуре, банке или фирме (референтом, секретарем, организатором досуга богатых дядь и тетей), либо вообще не знает, что такое работа, и является тем самым ребенком из очень богатой семьи, который совершенно случайно вышел на улицу «поглазеть на народ». Естественно, всякое общение с представительницей «высшего круга» для простых смертных полностью заказано. Пытаться пробить эту стену горделивого высокомерия тех, «кому повезло в жизни», просто бессмысленно...

Вариант №3. «Девушка-содержанка».

Многие мужчины считают, что подавляющее большинство очень эффектных девушек и женщин являются профессиональными «содержанками» и живут только тем, что «разводят богатых мужчин на деньги, и всю свою жизнь кочуют от одного богатого Буратины к другому». Разумеется, данный взгляд вызывает только раздражение, озлобление, а иногда и некоторое презрение окружающих мужчин. Восхищаясь той, кто словно сошел с обложки глянцевого журнала, некоторые «мужчины попроще» – ее почти ненавидят...

Вариант №4. Девушка хочет познакомиться с «крутым».

Мужчины могут предполагать, что данная девушка или женщина живет в средней или даже бедной семье, однако не желает жить так, как живут ее родители. Поэтому она всеми силами стремится выделиться из толпы и привлечь к себе внимание тех обеспеченных мужчин, которые и помогут осуществиться ее самой заветной мечте: никогда больше не работать, а посвятить остатки своих дней исключительно уходу за собой и турне по различным дорогим бутикам и странам мира...

Все эти мужчины недалеко от истины. Действительно, среди девушек и женщин имеется особая прослойка тех, для кого сногшибательный внешний вид является либо совершенно естественным состоянием, либо способом «подманивания» к себе тех, кто привык только к такому внешнему виду девушек и женщин и способен все это великолепие «спонсировать» и финансировать.

Поэтому те вполне обычные девушки и женщины, которые стремясь скопировать внешность супермоделей, чересчур «перегибают палку», но при этом мечтают встретить на своем жизненном пути вполне обычного мужчину. Поэтому сверхяркие девушки должны знать:

– они в значительной степени являются «заложницами» сформировавшегося мужского мнения по этому вопросу и на них падает не совсем приличная «тень» тех дам, которых мужчины считают «содержанками»;

– если они желают познакомиться со средним мужчиной, это – почти нереально!

– сверхяркие девушки всегда будут привлекать к себе внимание не только действительно богатых мужчин (у каждого такого мужчины уже есть жена и любовницы!), но прежде всего всевозможных альфонсов, мошенников, «откровенных прожигателей жизни» и бандитов.

Такова печальная ситуация в этом вопросе.

Итоговый вывод: стремясь выглядеть «на все сто», чересчур эффектные девушки и женщины чаще всего обрекают себя вовсе не на повышенное мужское внимание и заслуженное общественное признание, а на еще большее одиночество и многообразие неприятных ситуаций, связанных с «липнувшими» к ним альфонсами, богатыми «женатиками», мошенниками и уголовниками.

Какой же отсюда выход? Он прост. Сверхярким девушкам следует знать: основная масса мужчин, глядя на эффектных дам горящими глазами, на самом деле их избегают и предпочитают обычных девушек и женщин. Быть может, это немного грустно, но дело обстоит именно так.

Я хочу помочь милым дамам найти свой выход из данной ситуации и поэтому дам практические рекомендации.

Рекомендация №1. Замените сверхяркость индивидуальностью!

Милые дамы! Рекомендую помнить: в дикой природе именно сверхяркий цвет является сигналом к опасности!

Яркие мухоморы, «божьи коровки» и многие другие своим цветом кричат окружающим: «Не трогайте меня! Я невкусный! Я опасный!». Те самые цветы, которые приманивают пчел, просто яркие, а не сверхяркие. В общем, стремясь быть яркой, вы должны быть «немного как все»! Одевая общепринятую для всех в данном сезоне «модную», но такую общую для всех униформу, лучше всего сконцентрируйтесь только на какой-то отдельной детали собственного «Я»: прическе, подводке глаз, необычной заклепке для волос, экстравагантной сумочке или оригинальной бижутерии, своеобразном чехле для мобильного телефона или вашей собственной «авторской» отделке самых обычных джинсов вышивкой или стразами. Вот тогда-то вы гарантированно привлечете чье-то внимание, и вас обязательно оценят! И при этом не будут бояться или презирать.

Мужчины редко говорят: «Девушка, вы просто чудо!». Они всегда обращают внимание на что-то одно и начинают с какого-то «целевого» комплимента: «Девушка, у вас такие интересные сапожки...», «Девушка, эти часики удивительно хорошо смотрятся на вашей изящной ручке», «Девушка, цвет ваших губ сведет с ума кого угодно...», «Девушка, как вы смогли в нашем захолустном городе отыскать такую необычную сумочку» и т.д. Таким образом, вместо кричащей роскоши и сверх яркости, советую просто дать мужчинам возможность уцепиться за ту особенность вашего облика, которая и даст им долгожданный для вас обоим повод

«приблизиться на расстояние комплимента». Имейте все это в виду!

Конечно, если вы рассчитываете улучшить свое социальное и имущественное положение именно за счет любовных отношений и брака, вы можете «вылезать из шкуры» и одеваться «не по средствам». Однако вы должны быть готовы к тому, что, кроме приличных парней, к вам активно начнут «клеиться» «модные тусовщики», ищущие себе любовниц богатые «женатики» и уголовники. Причем, последних будет значительно больше, чем первых...

Так что одиночество сверх ярких девушек – обычное и вполне закономерное явление. Мужчины – умнее мотыльков: они боятся лететь на огонь...

Рекомендация №2. Соответствуйте тому социальному окружению, на которое вы сориентированы

Милые дамы! Наиболее честные, «долгоиграющие» и перспективные любовные отношения всегда возникают между партнерами, относящимися к одной социальной, имущественной и культурной группе населения. Поэтому, прежде чем выходить в те общественные места, где высока вероятность вашего любовного знакомства, постарайтесь четко ответить себе на вопрос о том, из какого социального слоя должен происходить ваш будущий избранник.

Если вы желаете добиться успеха в жизни за счет своей образованности и деловых качеств, рассчитываете на любовные отношения и создание семьи с тем, кто близок к вам

«по всем социальным показателям» (это особенно касается представительниц так называемого «среднего класса»), советую не «надрываться» и не стараться казаться той, кем вы не являетесь. Поверьте: тот, кто вас оценит, оценит вас именно такой, какая вы есть на самом деле. Тот, кто смотрит на вас «снизу» или «сверху», из более низких или более высоких социальных слоев, оценит вас именно со своей точки зрения. И, скорее всего, их точка зрения не совпадет с вашей собственной самооценкой... Увы!

Рекомендация №3. Станьте яркими, только уже познакомившись

Если девушка настолько привыкла быть яркой, что совершенно не мыслит себя в более нейтральных тонах, рекомендую ей оставаться в несколько более сдержанной гамме одежды.

Помните: чтобы ежедневно быть в форме, не нужно иметь много денег! Для того чтобы хорошо выглядеть и уверенно себя чувствовать – не обязательно ходить в шейп-салоны, солярии и сауны! Достаточно и «дамского минимума»: со вкусом одеваться, чаще мыть волосы, делать всевозможные стрижки и завивки, не надевать (по возможности) колготки со «стрелками», не разделять свое нижнее белье на «так себе» и «на выход», не носить обувь на толстой сплошной подошве, избегать в одежде чрезмерной пестроты, иметь достойный, но не кричащий маникюр, правильно подбирать себе губную помаду и тени для век.

Дамам следует чуть раньше просыпаться и делать утренний макияж не торопясь. Стараться не забывать своих украшений и красивых часов. Вовремя лечить больные зубы (чтобы не стесняться своих улыбок). И еще не переедать лишнего, не есть на ночь и не становиться жертвой целлюлита. И тогда комплексов сразу станет меньше!

Да, внешность не играет главной роли в вопросах личного счастья. Однако не надо забывать пословицу «По одежке встречают, по уму провожают». Так что когда вы хотите найти мужчину своей мечты, вы должны понимать, что ваш внешний вид – это приманка для него. Вы должны быть красивы, легки и хорошо одеты. Если у вас круги под глазами, обкусанные неухоженные ногти, стрелки на колготках, естественно это будет заметно и вряд ли будет способствовать тому, что желанный мужчина клюнет на вас.

И тут я снова возвращаюсь к тому, что вы должны понимать, зачем вам мужчина. Если для секса на одну ночь – одевайте всё самое кричащее и сексуальное. А если для серьёзных отношений – одевайтесь в такую одежду, которая будет говорить, что вы ищите мужа, а не мужчину для развлечения. Ведь не даром же говорят: девушки, если вы хотите, чтобы вас любили всю жизнь, зачем вы одеваетесь так, чтобы вас хотели на одну ночь?

А теперь поговорим немного о косметике. Она может сделать женщин прекрасными, но при неумелом пользовании превратит в перекрашенное безвкусное пугало. Однако

помните: мужчины не придают косметике такого большого значения, как женщины. И все потому, что они по большей части не способны отличить умелый макияж от естественной красоты (что вам, конечно же, на руку!), и потому искренне заявляют женщинам, что они «хороши без всякой косметики!» Женщины кивают и соглашаются, но продолжают краситься (вот вам еще один довод в пользу того, чтобы краситься в одиночестве – пусть мужчина продолжает верить в естественное происхождение вашей привлекательности!). И все же мужчина относится к косметике, как к игрушке, без которой женщины не могут жить... все это, конечно, здорово, но не жизненно важно! И женщинам следовало бы помнить об этом.

Правило успеха у мужчин №2. Не важно, сколько Вы весите, если ваши килограммы смотрятся привлекательно.

Не секрет, что в разные времена идеальная женщина была разной: полной, худой, с шикарным третьим размером груди и напоминающая окружающим прямую доску. Но если вы не весите 60 кг – не отчаиваетесь. Может быть, со стороны вы смотрите не толстушкой, а статной женщиной, а такой тип очень любят многие мужчины. Главное полюбить себя такой, какая вы есть. Ведь на каждую женщину есть мужчина, которого привлекает именно ваш тип.

Если природа наградила вас широкой костью и крепки-

ми мышцами, то из вас все равно не получится тоненькой изящной тростинки, зато вы будете прекрасно смотреться, если натренируете свое тело на тренажерах и избавитесь от излишков жира на бедрах и животе. А может быть, вы являетесь обладательницей на редкость привлекательных округлых форм – зачем вам тогда терять все это, садясь на диету? Худеть нужно только тогда, когда жировые отложения «ломают» ваш силуэт или когда большой вес мешает вам двигаться и жить нормальной жизнью. Есть очень много женщин, для которых так называемые «лишние килограммы» не являются проблемой, так как распределяются равномерно по всему их телу и нигде не выпирают некрасивыми буграми, не висят складками. Это нормальная тенденция – с возрастом женщина поправляется, ее бедра становятся круглее и круче, и это никак не может считать женским недостатком. Напротив, мужчины очень любят широкие женские бедра! Многие, правда, хмыкают и заявляют, что предпочитают тоненьких манекенщиц, но вы не верьте этим лицемерам: все мужчины подсознательно воспринимают широкие бедра женщины со знаком плюс. Так распорядилась природа – ведь подспудно мужчина чувствует, что такая женщина будет хорошей матерью его будущему ребенку и не будет иметь проблем в родах. Это отголосок в нас, людях, животного мира, и с этим ничего не поделаешь. Так что если вы смотрите на себя в зеркало и видите округлое тело без всяких ненужных выступов и складок, то это значит, что у

вас все в порядке и худеть вам не надо. Я не говорю здесь, разумеется, о безобразно раздувшихся в разные стороны дамах в 200 килограмм, а то и больше весом. Тут уж до привлекательности как до Луны. Кстати, такое же отталкивающее впечатление на мужскую половину населения оказывают анорексички. Это другая крайность. Так что я искренне не советую вам в них впадать.

Правило успеха у мужчин №3. Язык тела не менее важен, чем внешность и ухоженность.

Для того, чтобы выразить свои чувства, совсем необязательно пользоваться речью. Ведь по жестам, мимике, позе можно легко определить какие-то мысли человека. Конечно, с помощью слов намного легче понять друг друга. Но, иногда, помогает лишь невербальное (несловесное) общение. Поэтому нужно следить за своими движениями и использовать их для создания благоприятного впечатления. Чтобы показать свой интерес, стоит во время разговора наклониться к мужчине. К тому же в такой позе выгодно выделяются грудь и шея. Также обратить внимание мужчины на себя помогает игра ногами. Главное, чтобы юбка не была слишком короткой. Ну и, конечно, выразительно выглядит игра с волосами. Но это должны быть медленные и спокойные прикосновения. Не нужно нервно теревать кончики или быстро накручивать локоны на палец. Поэтому многим женщинам

надо произвести некую работу над собой. От произвольных жестов обязательно нужно избавляться. Если вы сможете заменить ненужные жесты на более правильные, то результат будет поразительным. Не надо забывать о том, что все наши позы, жесты, движения имеют очень большое значение. По позам и жестам мы можем определить воспитание человека, а также степень уверенности. Например, человек, который ходит, высоко подняв голову, расправив плечи, выглядит уверенно и раскованно. Обратите внимание на то, что в момент, когда мужчина понимает, что женщина положительно настроена на общение с ним, то он сразу же становится в открытую позу. А вот если человек скрещивает руки на груди, сидит с перекрещенными и убранными под стул ногами, то он явно негативно настроен, и не хочет общаться далее.

# 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.