

Д Э В И Д Д Е Й Д А

ПУТЬ



НАСТОЯЩЕГО  
МУЖЧИНЫ

КАК ЗАВОЕВАТЬ МИР И СЕРДЦЕ ЛЮБИМОЙ ЖЕНЩИНЫ,  
ОСТАВАЯСЬ ВЕРНЫМ САМОМУ СЕБЕ

Миссия выполнима. Сильные книги для сильных духом

Дэвид Дейда

**Путь настоящего мужчины.  
Как завоевать мир и  
сердце любимой женщины,  
оставаясь верным самому себе**

«ЭКСМО»

УДК 159.922.1

ББК 88.53

## Дейда Д.

Путь настоящего мужчины. Как завоевать мир и сердце любимой женщины, оставаясь верным самому себе / Д. Дейда — «Эксмо», — (Миссия выполнима. Сильные книги для сильных духом)

ISBN 978-5-04-098262-2

Книга Дэвида Дейды, всемирно известного гуру в области развития личности и одухотворенной сексуальности, — глубокое, вдумчивое и вместе с тем весьма увлекательное практическое руководство для мужчин, которые хотят максимально реализовать себя во всех областях жизни — карьере, хобби, дружбе, любви, сексе. «Путь настоящего мужчины» — это путь человека, который уверен в себе, готов самосовершенствоваться, не пасует перед препятствиями, постоянно ставит перед собой новые цели, живя в согласии с собой и окружающим миром. Неотъемлемой частью Пути автор считает счастливые и гармоничные отношения с любимой женщиной. Эффективные, нестандартные, во многом революционные советы Дейды касаются всех сторон совместной жизни: от решения повседневных вопросов до умения дарить и получать высшее наслаждение в сексе.

УДК 159.922.1

ББК 88.53

ISBN 978-5-04-098262-2

© Дейда Д.

© Эксмо

## Содержание

Внимательно прочтите следующие строки	5
Введение	6
Часть первая	11
1. Не надейтесь, что это когда-нибудь кончится	11
Конец ознакомительного фрагмента.	13

**Дэвид Дейда**  
**Путь настоящего мужчины. Как**  
**завоевать мир и сердце любимой**  
**женщины, оставаясь верным самому себе**

**Внимательно прочтите следующие строки**

*С глубочайшей благодарностью спутникам жизни и учителям,  
одарившим меня своей любовью и мудростью*

*Да послужит эта книга освобождению вашего духа*

Хотя практики и советы нашей книги могут оказать поистине неоценимую помощь, следует иметь в виду, что ни автор, ни издатель не намеревались давать профессиональные рекомендации в области медицины, психологии, эмоционального, сексуального и духовного здоровья читателя (что правомочно делать лишь дипломированные врачи и психотерапевты). Кроме того, если вы страдаете венерическими заболеваниями или другими расстройствами сексуальных функций – обязательно проконсультируйтесь с врачом или же инструктором тантрической йоги, прежде чем приступать к практикам этой книги.

## Введение

Эта книга – своеобразное руководство для современного мужчины. Ему, как и в былые времена, присущи исконные черты представителя сильного пола: целеустремленность, твердость, уверенность в себе, способность добиваться поставленных целей. Вместе с тем под влиянием нового времени он стал более чуток, спонтанен, идет по жизни с открытым сердцем, стремится и, как правило, приходит к пониманию глубинной сути своего существа.

Этот мужчина не мыслит себя без женщины. Ему нравится очаровывать, покорять ее, но не так грубо, как это делали *мачо* старых времен. Он покоряет прежде всего вспыхнувшей в сердце любовью, которой ей – им обоим – так не доставало до этой встречи. И делает это как свободный человек, не связанный узами внешних условностей и внутренних сомнений. Словно его миссия на этой земле – не дать иссушиться самому любовному источнику, чьи потоки пронизывают его чувства, мысли, жизнь.

Современный мужчина не подобие Кинг-Конга, сеющего на своем пути разрушение и хаос. Но он и не бесхребетный, сверх меры улыбочивый мямля. Мужчина нашего времени ищет слияния мужского и женского полюсов своей души, не делая ставку лишь на один из них. Он не испытывает потребности быть неоспоримо правым в любой ситуации и становится душой всякой мужской компании, стремясь к репутации «славного парня». Он просто пытается жить в гармонии с самим собой, щедро делясь дарами своего сердца, ощущая каждый миг бытия, всецело отдаваясь воспеванию любви.

Чтобы полнее раскрыть перед вами цель этой книги, опишу вкратце несколько основных принципов духовного роста, которые, на мой взгляд, неразрывно связаны с глубинной сексуальностью человека. До недавнего времени социальные роли мужчины и женщины были жестко разграничены и не подвергались ни малейшему сомнению. Мужчина должен был рыскать по свету в поисках заработка. Женщина – коротать дни у домашнего очага в заботах о потомстве. Он подавляет ее физической силой и экономической зависимостью. Она в ответ манипулирует им посредством чувств и секса. Утрированной иллюстрацией вышеописанной ситуации может служить хрестоматийная парочка: грубый *верзила-мачо* и внешне покорная его воле супруга. Если у вас в руках оказалась эта книга – данную стадию вы, скорее всего, уже миновали. Или, по крайней мере, относитесь к ней с должной иронией.

Сегодняшний мир вошел в следующую стадию, характеризующуюся попыткой представителей обоих полов обрести гармоничное равновесие мужской и женской составляющей своей души, все больше уподобляясь друг другу. К примеру, многие мужчины Америки 60-х годов намеренно подчеркивали свою «женственность». Отрастили длинные волосы, стали носить яркую, экстравагантную одежду, вышли за пределы негибкой и прямолинейной мужской логики и вообще придерживались беззаботного и наполненного эмоциями образа жизни (или, как говорилось тогда, «отдались потоку»). Это был настоящий триумф женского отношения к миру.

А женщины двигались в прямо противоположном направлении. Целеустремленные, деловые, непреклонные в достижении поставленных целей, они обрели материальную независимость и политический вес, достигли высот карьеры и известности, заставили прислушаться к своим требованиям и, главное, научились сами же их удовлетворять.

Вы более гармоничны, чем ваши родители. Иначе не открыли бы эту книгу. Если вы – женщина, вы, вероятно, более независимы и уверены в своих силах, чем была ваша мать. Если мужчина – более эмоционально открыты, чем отец. По крайней мере, эти качества приемлемы для вас, хотя, возможно, все еще не вполне достижимы. Не стоит забывать, что не так уж давно любой длинноволосый мужчина или одетая в деловой костюм женщина не вызывали к себе иных чувств, кроме подозрительности.

Итак, человек достиг внутренней целостности. Мужчина, скажем, стал способен без посторонней помощи выбрать занавески и скатерть для дома, а женщина – положить сыр в мышеловку, не прищемив при этом пальцы. Иными словами, мы стали менее зависимы друг от друга, социальные роли сблизились, что, несомненно, всем пошло на пользу.

Но поживать на лаврах рано. Ибо у этой стадии есть один досадный побочный эффект: всевозрастающая неудовлетворенность в интимных отношениях. Половые различия исчезли в экономической и социальной сферах – но, увы, и в сексе тоже. Сравнялись доходы – угасла чувственность. Мужчин уже не привлекает типаж похотливого громила – и все же с «голубого экрана» не сходят сцены сексуального насилия. Женщины не жалуются на дискриминацию в оплате – и тратят заработанные деньги на докторов и психотерапевтов, которые лечат их от стрессов и нервных расстройств.

По долгу своей работы я слышу немало нареканий новоявленных бизнес-леди на то, что мужчины нынче «просто тряпки», что они беспомощны, ненадежны, слабы. А мужчины, эмоционально чуткие, как никогда ранее в истории человечества, жалуются мне, что в жестких, непрошибаемых представительницах так называемого слабого пола не осталось ничего женственного. Неужели это и есть та последняя стадия, какой может достичь эволюция человечества? Или есть следующая ступень?

Чтобы ответить на этот вопрос, давайте попытаемся постичь природу сексуального влечения. Привлекательность противоположного пола основана на его... противоположности. Задумайтесь, все силы природы порождены взаимодействием полюсов: магнитные линии пролегают от Северного к Южному полюсу Земли, электрический ток течет от отрицательного к положительному полюсу батареи и т. д. Так и желание секса рождается мужским и женским полюсами человечества.

Современные отношения часто лишены динамизма и силы, возникающих при взаимодействии мужского и женского полюсов.

Ведь для того, чтобы вспыхнула настоящая страсть, нужен тот, кто покоряет, и тот, кого покоряют. В противном случае ваши любовные игры превратятся в заполнение времени, пока любимый сериал прерван рекламным роликом.

Конечно, в каждом из нас есть и мужское, и женское начало, *мужественная* и *женственная* сексуальная сущность. Мужчина может продуть в ухо серьгу, нежно обниматься при встрече с товарищем или умиленно пританцовывать на лесной полянке. А женщина – поменять масло в машине, быть важной политической персоной и боксировать на ринге. Мужчина способен нянчить детей, женщина – защищать отечество. Это известные факты. Каждый, в случае необходимости, способен на не характерные для своего пола поступки.

Но вот в чем недостаток последней стадии развития интимных отношений: если влюбленная пара пожелает и в постели быть на равных – все их страстное влечение друг к другу улетучится без следа. Я не хочу сказать, что вообще пропадет желание соития, но та энергия, которая питает и поддерживает их отношения, иссякнет. Любовь может остаться столь же сильной, дружба – столь же крепкой, но сексуальное влечение увянет. Ибо в момент интимной близости один из партнеров не стал *мужествен*, а другой *женствен*. Необходимо дать волю мужскому или женскому началу в вас, если хотите насладиться игрой страсти. Сила и слабость, верх и низ, власть и подчинение – назовите как хотите, но именно эта полярность является источником страсти.

Не важно, если партнеры – двое мужчин или двое женщин. Не имеет значения, кто покоряется, а кто – овладевает.

Мужчина и женщина могут меняться ролями хоть каждую ночь – для секса необходима полярность, притягательное различие мужского и женского. Для любви – нет, но для эротической страсти – да.

Для тех немногих, кого отличает то, что я называю более-менее *сбалансированной сексуальной сущностью*, полярность не особенно важна. В интимных отношениях они *действительно* не нуждаются в порывах чувственности. Мысль о полной огня любовной схватке оставляет их равнодушными. Они скорее предпочли бы спокойную, нежную дружбу, без пиков и глубин, на которые возносит и куда ниспровергает страсть. Наша книга не вызовет отклика в сердцах таких людей.

Она предназначена прежде всего для тех, чья сексуальная *сущность* в основном *мужественна*, и для их партнеров, у которых она *женственна* (а их партнеры таковы, поскольку притягиваются, как мы знаем, именно противоположности). Эти люди вступают в отношения только с теми партнерами, чья полярность ярко выражена, даже если такие отношения раз за разом заканчиваются плачевно.

Люди, обладающие *мужественной сексуальной сущностью*, могут, конечно, получать удовольствие от занятий домашними делами и воспитания детей, но куда большее удовлетворение они испытывают, если им придется выполнять ответственную миссию. До тех пор пока у них не появится цель и возможность направить все силы на ее достижение, жизнь будет казаться им лишеной смысла, несмотря на то что в семье и на работе будет полный порядок.

Люди с *женственной сущностью* могут достичь небывалых карьерных высот и оставаться при этом крайне разочарованными жизнью до тех пор, пока не обретут покой у семейного очага.

Безупречное выполнение важной миссии, вечный поиск свободы – для *мужественных*. Эмоциональность и раскрепощение чувственности – для *женственных*. Вот почему первые часами готовы смотреть футбольный матч или бокс, но только не «мыльную оперу»: спорт пронизан стремлением к победе, преодолением препятствий. Выполнение миссии, борьба, в которой на карту поставлено все, и даже встреча лицом к лицу со смертью – вот от чего приходит в восторг мужественность.

Вышибающие слезу сериалы, сентиментальные романы, душевные беседы с друзьями – удел *женственных*. Они жаждут испытать любовное томление, а если оно все не приходит – утешают себя шоколадом, тортиком или просмотром мелодрамы. В это время обладатели *мужественной сущности*, которым не удается идти по жизни как по лезвию ножа, не отрываясь смотрят фильмы про копов или болеют за любимую спортивную команду.

И те и другие могут, конечно, получать одинаковое удовольствие и от шоколадки, и от спортивного матча. Я лишь пытаюсь проиллюстрировать один очевидный факт: несмотря на то что в современных мужчинах и женщинах представлены оба полюса сексуальности, сексуальная *сущность* большинства из них – типично *мужественная* или типично *женственная*, одно из двух. И это проявляется как в повседневных предпочтениях, так и в склонности к тому или иному поведению в постели.

Ответьте себе прямо: вам нравится, когда партнер проявляет физическую силу, или же вы предпочитаете, чтобы он демонстрировал податливость? Вас больше волнует, когда вы ощущаете его под или над собой (во всех смыслах этих слов)? Жаждете вы испытать на себе ошеломляющий шквал его чувств или же вы сами стремитесь сжать любимого человека в объятиях? Вам может, без сомнения, нравиться и то и другое, но что больше?

По моим наблюдениям, примерно 90 % человечества явно предпочитают что-то одно. Позволить партнеру разделаться с тараканом, бегущим по туалетному столику, или же справиться с этим самому (и даже с некоторым спортивным азартом); смотреть трансляцию поединка между двумя окровавленными боксерами, безжалостно дубасящими друг друга на ринге, или сопереживать героям нескончаемого любовного сериала. Бывает, что нравится и то и другое, но глубоко, до основания души трогает лишь что-то одно.

Итак, 90 % человечества страстно жаждут либо овладеть партнером, либо ему покориться. И примерно 10 % населения Земли отличаются *сбалансированной сексуальной сущ-*

*ностью*. Бокс и мелодрама одинаково их впечатляют (или не впечатляют). А вопрос, будет любовник сильнее или слабее в постели, оставляет их совершенно равнодушным. Словом, сексуальная полярность – тема для таких людей второстепенная.

Независимо от того, какого вы пола, если ваша цель – раскрепощение и духовное освобождение, определитесь со своей сексуальной сущностью: *женственная* она, *мужественная* или же *сбалансированная*. И начните действовать в соответствии с ней. Нельзя долгие годы прикрывать эту сущность маской и ожидать, что в один прекрасный день вы взлетите на пик любовного наслаждения.

Научиться жить в согласии с основой своего существа – вот чему может помочь эта книга.

Во имя равноправия женской и мужской половин человечества многие, сами того не ведая, подавили свою истинную сущность. В этом не было нужды – достижению социального равенства на самом деле такая жертва без надобности. Но так произошло. Большинство людей поступили именно таким образом. И теперь они страдают.

Забылось, что равенство в рабочем кабинете и в постели – не одно и то же (по крайней мере, для подавляющей части человечества, для тех, чья сексуальная сущность не сбалансирована). Страстность вызывается расхождением полюсов, а стало быть, в интимной жизни это различие следует не сглаживать, а, наоборот, акцентировать. Там, где преобладает «сглаживание», исчезает эротическая привлекательность, а вместе с ней – физическое здоровье и духовная открытость.

Многие в глубине своей души женственные люди жалуются на целый ряд заболеваний – их истинная энергия иссякает вследствие мужского подхода к жизни, которым они себя насилуют на протяжении многих лет. А мужественные в основе своей представители как сильной, так и слабой половины человечества безуспешно пытаются воспринимать мир «по-женски», теряя всякий смысл существования.

Вот откуда обилие такого рода жалоб, как «не на кого опереться в жизни» и «где найти того, кто бы выслушал и понял».

Отрицая свою сущность, вы отрицаете саму любовь. Ведь любовь – это открытость. Оторванный от истоков своего бытия человек не способен отдаться этой открытости. Его дух словно парализован. Не ощущая данную ему природой энергию и мощь, он всего боится и ни на что не решается. И этот страх – явный признак его неспособности дарить и принимать любовь. Душа такого человека в ловушке, а сердце – в заточении, хотя со стороны его взаимоотношения с партнером могут казаться прочными, а карьера – успешной.

Итак, правового и сексуального равноправия мы добились, а духовной свободы так и не достигли. Во имя социального равенства, безо всякого злого умысла, не задумываясь о последствиях, мы принялись сглаживать, не замечать, а порой и отрицать существование разницы между «мальчиками» и «девочками». В результате большинство людей сегодня причисляют себя к *сбалансированному типу*, изо всех сил стараясь приглушить голос своего естества.

Важно узнать настоящее положение дел, если вы твердо намерены жить своей жизнью, а не подражать чужой. На страницах этой книги будет приведен целый ряд ситуаций, на которые мы просто не обращаем внимания в повседневной жизни. Так, например, представитель *сбалансированного типа* остается абсолютно равнодушным к внешним сексуальным раздражителям, в то время как человек с ярко выраженной *мужественной сексуальной сущностью* автоматически, как флюгер на ветер, реагирует на представительниц противоположного пола, являющих собой воплощение женственности, будь то на работе или просто на улице. Для него не имеет значения, замужем эта женщина или нет, зрелая или совсем юная. Он видит предмет своего обожания в сиянии ее женственности и не в силах не плыть на этот маяк (перед которым

частенько, однако, поджидают опасные рифы). Возможно ли обратить подобную сексуальную озабоченность в духовное раскрепощение?

Если обладатели *мужественной сущности* будут предельно откровенны с собой, им придется признать, что сексуальные отношения играют в их жизни гораздо меньшую роль, чем выполнение миссии. И все же они желают этих отношений. Желают страстно, необузданно. Прежде чем попытаться решить эту дилемму, нужно признать ее существование.

Я взялся за эту книгу в надежде помочь прежде всего самым ярким носителям мужского «я» – *гетеросексуальным* мужчинам с *мужественной* сущностью. Но, как уже упоминалось, существует много различных классификаций по признакам пола, сексуальной сущности и ориентации. Поэтому, если вы, например, женщина гетеросексуальной ориентации с *мужественной сущностью*, чей партнер *женственен*, чтение данной книги также будет вам полезно. Вам понадобится лишь слегка сместить акценты в некоторых ее местах.

Следует сказать, что первоначальное название звучало так: «Как стать человеком с ярко выраженным мужским темпераментом». Но потом я решил, что будет слишком громоздким и сложным при описании гомо-, би- и гетеросексуальных отношений, не путаясь, правильно расставлять слова «он» и «она», не забывая учитывать при этом еще и три типа сексуальной сущности. И я избрал краткость, предоставив читателю самому по ходу чтения расставлять подходящие в его случае местоимения. Так что если вы – настоящий мужчина (вне зависимости от пола и предпочтений в сексе), книга поможет вам реализовать свою внутреннюю сущность – в семье и на службе, в духовной сфере и в интимных отношениях.

Хочу еще заметить, что книга рассчитана на аудиторию, для которой уважение к противоположному полу, а также к представителям другой сексуальной ориентации не является предметом дискуссий, как и социальное, экономическое и политическое равенство мужчины и женщины. Отсюда, с этой позиции взаимного уважения и паритета прав, мы и шагнем дальше – в раскрытие творческих сил, рожденных самой сутью сексуальной полярности.

Настало время распрощаться с типажом мачо с выпяченной грудью, мощными кулачками и мозгом с грецкий орех, а также с эмоционально чутким, отзывчивым, но бесхребетным «симпатягой». В одном человеке должны сочетаться и сердце, и несгибаемый стержень – тогда, смело и открыто шагнув в Настоящее, он достигнет глубин любви и самосознания. Таков *Путь Истинного Мужчины*.

## Часть первая

### Мужчина

#### 1. Не надейтесь, что это когда-нибудь кончится

Мужчинам свойственно ошибочно полагать, что однажды все кардинально изменится: «Сколько лет пашу как вол – но ничего, придет день, и я наконец-то отдохну», «Однажды она все поймет, и ее бесконечные жалобы прекратятся», «Сейчас я вынужден поступать так, как того требуют обстоятельства, но когда-нибудь я смогу делать то, что хочу». Мужчина склонен думать, что серость повседневности в некий чудесный миг исчезнет – и тогда он расцветет, как раскрывшийся бутон, во всех своих дарованиях. Но реальность обманчива. На протяжении всей жизни непрерывно сопровождаемое текущими делами и неотложными заботами зовет и манит нас творчество – неистребимое, как само Настоящее.

Оставьте надежды на светлое будущее. Приступите наконец к наиболее важному в вашей жизни, отводите этому как минимум час в день. К тому, чем вы так хотели бы заняться, но все откладываете и откладываете до тех пор, пока не наладятся финансы, не подрастет сын, не выйдет замуж дочь... и так далее, и так далее, и так далее. Не будьте ярым почитателем широко распространенного и глубоко ошибочного мифа «не за горами тот день, когда все будет по-другому». Этот день не наступит. Сегодня приступайте к тому, что вам так нравится, чего вы так жаждете, для чего рождены.

Отведите на это хотя бы час в день, невзирая на всю загруженность текущими делами. Но будьте готовы к сюрпризам: может вдруг обнаружиться, что занятие, которое вы долгие годы считали любимым, оказалось вам не по душе или не по силам. Что ж, по крайней мере, станет ясно, что все фантазии о будущих свершениях были всего лишь фантазиями.

Постоянные отсрочки обычно служат прикрытием того простого факта, что вам недостает организованности, столь необходимой для реализации творческих способностей. Ограниченность финансов и семейные обстоятельства никогда не остановят мужчину, который решил осуществить задуманное. Ответьте себе прямо сейчас: действительно ли вы жаждете проявить свои дарования? Если да, то дайте им шанс. Сегодня. Так, чтобы, отправляясь спать, вы твердо знали, что не могли бы прожить этот день более плодотворно.

Кроме упомянутого мифа о чудесной перемене жизни к лучшему, существует не менее живучий и столь же ошибочный миф: «Придет день, и моя женщина станет совершенно иной».

Не станет. Лучше примите как аксиому, что такой, какая она сейчас, она останется навсегда. Вы слышите, навсегда. Если для вас абсолютно невыносимы характер и поведение вашей подруги – бегите от нее не оглядываясь (вы все равно не сможете изменить ее). Если вас раздражают только некоторые ее привычки, тоже не надейтесь, что она от них откажется: с точки зрения мужчины женщина всегда будет воплощением хаотичности и генератором надуманных проблем.

Каждый раз, когда вы поймаете себя на желании потребовать от своей спутницы, чтоб она никогда больше не \_\_\_\_\_, обнимите ее со всей нежностью, на какую только способны, и заверьте, что любите ее даже тогда, когда она \_\_\_\_\_. Можете затискать ее в объятиях, можете шутя «отшлепать», можете (вдруг поможет?) начать азартно бить посуду, сопровождая это действие дикими криками и горестными причитаниями, – но бросьте даже и

думать о том, что удастся отучить ее делать то, что вас так бесит. Лучше дайте волю любви, чем раздражению.

## **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.