

ЛЕЙЛ ЛАУНДЕС

ПРОДОЛЖЕНИЕ  
легендарного супербестселлера  
«КАК ВЛЮБИТЬ В СЕБЯ ЛЮБОГО»

КАК

КАК ЗАВОЕВАТЬ СЕРДЦЕ  
МУЖЧИНЫ ИЛИ ЖЕНЩИНЫ,  
КОТОРЫЕ ПРЕЖДЕ КАЗАЛИСЬ ВАМ  
СОВЕРШЕННО НЕДОСТУПНЫМИ

ВЛЮБИТЬ

В СЕБЯ

ЛЮБ  ГО



тактика специальных операций  
на любовном фронте

ДОБРАЯ



КНИГА

Лейл Лаундес

**Как влюбить в себя любого  
– 2. Как завоевать сердце  
мужчины или женщины,  
которые прежде казались вам  
совершенно недоступными**

«Добрая книга»

2004

## **Лаундес Л.**

Как влюбить в себя любого – 2. Как завоевать сердце мужчины или женщины, которые прежде казались вам совершенно недоступными  
/ Л. Лаундес — «Добрая книга», 2004

Когда появилась книга «Как влюбить в себя любого», многие из нас находились «в поиске», постоянно экспериментируя и «перепрыгивая» от одного партнера к другому. Но теперь для многих из нас наступил новый этап жизни: теперь нам нужен не «любой», а один-единственный, особенный человек, неординарный мужчина или прекрасная женщина, вместе с которыми мы сможем прожить жизнь и бесконечно долго творить прекрасную музыку. Поиск такого партнера потребует усилий, но вас ждет поистине бесценная награда: жизнь с человеком, о котором раньше вы могли только мечтать. Вы узнаете: • Как разработать специальную тактику для успешной «охоты»: как приманивать представителей каждого вида породистой Добычи, и какие особые ловушки и приемы следует использовать; • Как охотиться на элиту в ее природной среде обитания: как использовать особенности социального поведения элиты и повадки отдельных ее представителей для своей пользы; • Что лучше — хорошие мозги или красивое тело: какие особенные качества необходимо продемонстрировать, чтобы привлечь внимание мужчины или женщины вашей мечты.

## Содержание

|   |    |
|---|----|
| Введение  | 6  |
| Пришло время перемен  | 7  |
| Кто они – мой Принц или Принцесса?                          | 8  |
| Несколько слов о терминологии                               | 9  |
| 1. Что мне мешает?  | 10 |
| Даже звери и насекомые, выбирая себе пару, ведут себя умнее | 11 |
| Психологический барьер № 1                                  | 12 |
| Психологический барьер № 2                                  | 13 |
| Психологический барьер № 3                                  | 14 |
| Психологический барьер № 4                                  | 15 |
| А если некоторые “лягушки” мне по-прежнему нравятся?        | 16 |
| Время остаться на любимой волне                             | 18 |
| Никакой пустой болтовни – только проверенные факты          | 19 |
| Загадочный язык научных исследований                        | 20 |
| Так в чем же секрет?  | 22 |
| Любовь и законы рыночной экономики                          | 23 |
| Конец ознакомительного фрагмента.                           | 24 |

**Лейл Лаундес**  
**Как влюбить в себя любого – 2. Как**  
**завоевать сердце мужчины или**  
**женщины, которые прежде казались**  
**вам совершенно недоступными**

© Leil Lowndes, 2004.

© ООО “Издательство “Добрая книга”, 2004, – перевод и оформление.

*Все права защищены. Никакая часть электронной версии этой книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами, включая размещение в сети Интернет и в корпоративных сетях, для частного и публичного использования без письменного разрешения владельца авторских прав.*

## Введение

Сколько раз, сидя в кафе или ресторане, вы смотрели на своего бой-френда или подругу и думали: “Ну, почему, почему я сижу рядом с этой... “лягушкой”?” Возможно, вы оправдывали себя: “В этом городе не осталось интересных мужчин”, или “До сих пор я так и не встретил ту великолепную женщину, о которой мечтал”, или “Всех приличных женихов уже разобрали”.

Или, может быть, вы с явным мазохизмом приписывали свои неудачи вашим мнимым недостаткам. Джентльмены, сколько раз, обедая в ресторане с очередной подружкой, вы косили глаза в сторону, тайком наблюдая за красавицей за соседним столиком, кокетничающей со своим кавалером, и тихо злились на себя: “Да, такая шикарная красotka никогда не стала бы встречаться со мной”?

Женщины, сколько раз на автозаправке, сидя в старом полуразвалившемся автомобиле и ожидая своего парня, закачивающего солярку в этот четырехколесный раритет, вы жадно смотрели на изысканного джентльмена, заправляющего высокооктановым бензином свой “Ягуар”, и спрашивали себя: “Почему я не могу получить *такого* мужчину?”

В глубине души вы знаете, что заслуживаете большего. “Если бы он лучше узнал меня, он увидел бы все мои замечательные качества и непременно влюбился в меня”.

А пока вы продолжаете встречаться с теми, кого в глубине души считаете неподходящими для себя партнерами. Почему? Зачем? Причины этого лежат гораздо глубже, чем вам кажется!

“В чем же дело?” – спросите вы. Например, вы можете просто бояться вступать в отношения с более успешным и привлекательным человеком, потому что не хотите идти на риск нанести удар по собственному самолюбию и подорвать самооценку в случае неудачи. Во-вторых, прежде вы, возможно, пережили болезненный разрыв с человеком, которому были “не пара”, и теперь боитесь отношений с яркими и неординарными людьми. Или, может быть, вам кажется, что у вас нет денег, приличного образования или привлекательной внешности, чтобы водить дружбу с “достойными” людьми, хотя вы понимаете, что “слишком хороши” для того общества, в котором сейчас вращаетесь.

Почему это происходит? Дело в том, что вы, вероятно, стали разборчивы не так давно. Словно человек, который стремительно потерял вес и еще не привык к своему новому облику, по-прежнему “по инерции” страдает от низкой самооценки, вы страдаете от “инерции” в собственных представлениях о “достойном” партнере. Вы продолжаете встречаться с людьми, которые полностью устраивали вас несколько лет назад, хотя теперь оцениваете их совершенно иначе.

А может быть, вы пробовали, но так и не освоили тех приемов и навыков, которые помогают завоевать расположение людей, действительно достойных вас. Вы не приложили никаких усилий для того, чтобы сознательно выработать в себе те качества, которые позволили бы вам сражать всех наповал. Вы легко можете подманить дворовую кошку к дверям своего дома блюдечком молока, но породистая особь даже не посмотрит в вашу сторону. Точно так же отличаются от большинства яркие и неординарные люди, которых принято относить к сливкам общества: чтобы соблазнить их, нужна совсем другая приманка.

## Пришло время перемен

Пришло время повысить собственную самооценку и радикально усовершенствовать свои навыки, чтобы привлечь партнера или партнершу, о которых раньше вы могли только мечтать. Как только вы станете более разборчивы, вы обнаружите, что принадлежность к элите определяется не количеством, а качеством. Успешные люди вовсе не стремятся иметь горы одежды, вагоны мебели и множество контактов и мимолетных связей. Все, что им нужно – несколько элегантных костюмов в гардеробе, изысканный дом, обставленный лучшей мебелью, и жизнь, наполненная значимыми отношениями с небольшим кругом интересных им людей.

Так и в любви, в самых важных для нас отношениях, мы хотим иметь лишь одного партнера, неординарного мужчину или прекрасную женщину, с которым мы могли бы вместе прожить жизнь. Мы привыкли называть человека, который намного лучше нас и, как правило, остается для нас несбыточной мечтой или недостижимым идеалом, “Принцем” или “Принцессой”.

Практически каждая маленькая девочка, ложась в постель и закутываясь в одеяло, мечтает о прекрасном Принце, который однажды проедет мимо на белом коне, влюбится в нее и увезет в свой сказочный мир, где они вместе будут жить долго и счастливо. Практически каждый мальчик, только начавший бриться, глядя на себя в зеркало, мечтает о прекрасной Принцессе, которая будет от него без ума и упадет в его объятия со вздохом: “Возьми меня, я – твоя”.

С поры нашего детства эти мечты нисколько не изменились. Но наши представления о Принцах или Принцессах росли вместе с нами, и у каждого из нас есть свои представления о признаках и атрибутах “королевской крови”. Возможно, вы не будете против, если родословная вашего Принца или Принцессы будет небогатой, но вы ожидаете, что он или она будут бесконечно добрыми, чувственными или умными людьми. А может быть, вы страстно желаете иметь честного и искреннего друга-возлюбленного или хорошо образованную подругу. Может быть, вы мечтаете о мужчине или женщине, которые были бы мудрыми, верными, высокодуховными или обладали бы некими уникальными навыками, будучи мастерами своего дела. Или, может быть, вы хотите, чтобы их окружал ореол славы. И, конечно, для многих из нас не последнее место в списке требований к партнеру или партнерше занимает жизненный успех.

Список можно продолжать, и для каждого из нас он будет особенным. Единственной общей чертой окажется готовность начать поиск нового спутника или спутницы – человека, который будет много лучше тех “лягушек”, с которыми вы еще недавно вместе “квакали”, сидя в одном пруду.

### Решение № 1

#### Начну искать достойного человека

Вы приняли решение. Как паук должен сплести паутину, чтобы поймать муху, так и вам придется сплести сеть навыков, психологических установок и привычек, чтобы поймать вашу Добычу – превосходного партнера или партнершу. Все это начинается с глубокого убеждения – сознательного и подсознательного, – что вы заслуживаете лучшего.

## **Кто они – мой Принц или Принцесса?**

Уже более десяти лет я веду семинары по искусству общения и межличностным отношениям. Каждый раз, когда участники очередного семинара начинают жаловаться, что не могут найти для свиданий никого “лучше”, я спрашиваю их, что значит для них это “лучшее”. Подавляющее большинство из них сообщают, что хотят найти человека “умнее”, “красивее”, “интереснее”, “с более высоким положением в обществе”, “состоятельнее” или “честнее”. Охотники и Охотницы, охотясь на бабочку и на медведя, вы должны пользоваться разными снастями. Так и в любви: преследуя женщину или мужчину своей мечты, вы должны обладать совершенно разными навыками и качествами, чтобы поймать в свои сети благородного Принца, прекрасную Принцессу, богатого или знатного Принца или творческую Принцессу. Чтобы поразить сердце каждого из них, требуется особенный набор навыков и специфических качеств. Я собираюсь дать вам и то, и другое.

### **Решение № 2**

#### **Буду использовать разную тактику для разных партнеров**

В паучьи сети, сплетенные для мух, не поймать медведя; муха всегда проскочит между створками капкана. Вы должны использовать особые ловушки и специальную приманку для успешной охоты на представителей каждого вида породистой Добычи. Одни люди невероятно красивы, другие – богаты, третьи – благородны, четвертые – талантливы, и каждого из них нужно приманивать с помощью различных приемов.

## **Несколько слов о терминологии**

Прежде чем мы продолжим, скажу несколько слов о терминологии. Дамы, пожалуйста, не впадайте с истерику от того, что я использую слово “лягушка”. Точно так же, как раньше мы политкорректно понимали под словом “партнер” и мужчин, и женщин, теперь словом “лягушка” мы называем тех, кого вы считаете неподходящими для вас партнерами, отношениями с которыми недовольны, но с которыми, тем не менее, продолжаете встречаться и поддерживать близкие отношения. “Лягушки” – это мужчины и женщины класса “земноводных”, с которыми вы просто обязаны расстаться. “Лягушка” – это мужчина или женщина, к которым вы привязались или кого “привыкли” любить, но с которыми (и теперь вы это знаете) необходимо расстаться, чтобы построить отношения с более желанным или подходящим человеком.

Точно так же, в широком смысле, я буду использовать слова “Принц” и “Принцесса”. Каждое из них, за исключением случаев, когда это отмечается особо, вполне очевидно подразумевает представителей обоих полов. Каждый раз, когда я говорю “Принц(есса)” или “породистая Добыча”, вопросы определения пола я оставляю вам.

Определения “элита” или “элитарный” тоже относятся к Принцам или Принцессам, сердца которых вы хотите покорить. Повторяю: речь идет о мужчинах или женщинах вашей мечты, отношения с которыми вы хотите выстроить по новым стандартам.

На этом урок грамматики окончен.

## 1. Что мне мешает?

### *Почему мне всегда попадают “лягушки”?*

Пристегните ремни. Некоторые читатели с большим трудом вынесут предстоящий заезд. Вы можете и не осознавать этого, но причина, по которой вы все еще продолжаете встречаться с “лягушками”, лежит в вашей низкой самооценке. Вам может казаться, что как раз с этим-то у вас нет никаких проблем. Но если вы по-прежнему продолжаете встречаться с людьми, которые по всем статьям недостойны вас, проблема заключается именно в этом. Серьезная проблема. Почему, спрашиваете вы?

Потому что вы не стремитесь к тем, кого хотели бы видеть своими друзьями и возлюбленными. Вы водитесь лишь с теми людьми, чьего общества, по вашему мнению, заслуживаете!

“Только не я, – могут возразить некоторые из вас. – Я всегда стремлюсь к тому, чего хочу”. Вполне вероятно. Но, возможно, вы не знаете следующего: не обладая непреклонной верой в себя, вы непременно подрываете самооценку и уверенность в своих силах.

Дамы, вы можете метить в подруги или мечтать стать невестой самого красивого и изысканного мужчины в вашем квартале, поселке или компании. Вы можете даже флиртовать и заигрывать с ним. Но, к несчастью, пока вы до глубины души не убеждены в том, что заслуживаете иметь такого шикарного мужчину, вы будете терпеть неудачу раз за разом. Проходя мимо него, вы станете стараться выглядеть свободной и соблазнительно покачивать бедрами, но из-за внутреннего напряжения будете выглядеть как механическая кукла, которой требуется немедленная смазка и техническое обслуживание. Вы можете соблазнительно “строить глазки”, но из-за вашей нервозности это, скорее, будет напоминать косоглазие. Без должной уверенности в себе вы не сможете импровизировать и никогда не выработаете успешного стиля в общении с противоположным полом.

Джентльмены, вы можете пригласить шикарную женщину, работающую в одной фирме с вами, пообедать в самом дорогом ресторане города. Но если вы не уверены в том, что ей очень повезло с вами, эта неуверенность будет бросаться в глаза, словно грязный воротничок рубашки, и дама непременно вам откажет. В конце концов, если вы сами не находите себя потрясающим мужчиной, дама этого тоже не сделает.

## **Даже звери и насекомые, выбирая себе пару, ведут себя умнее**

Выбирая своего “единственного”, самка пингвина ни за что не обратит внимания на первого попавшегося на ее пути зануду, который ходит вокруг нее вразвалку и истошно вопит. Она, насколько возможно, будет ждать самого подходящего и наиболее приспособленного к жизни поклонника, что в условиях Антарктики означает быть достаточно упитанным, чтобы неделями высиживать снесенные самкой яйца и не умереть при этом голодной смертью. Самки скорпионы тоже очень разборчивы в выборе партнера. Они с презрением отвергают самцов с несимметрично расположенными крыльями и флиртуют только с теми, у кого они поставлены правильно. Самки насекомых предпочитают тех самцов, которые умело охотятся и всегда возвращаются домой с добычей.

Итак, если даже пингвины и скорпионы не довольствуются посредственными партнерами, почему это должно устраивать вас? Причин много, и некоторые из них могут показаться весьма странными. Нередко мы опускаем руки и продолжаем жить в болоте потому, что боимся одиночества или нуждаемся в поддержке. Возможно, это тянется потому, что вам нравится “легкий” секс. Или, например, вам просто нужен раб, который, несмотря на то, что не соответствует вашим стандартам, сделает для вас все, что вы захотите.

Многие из нас настроены заводить длительные и серьезные отношения с человеком, который очень понравился нам или возбудил нас при первом знакомстве. Возможно, с вами это тоже случалось. Вы с кем-то знакомитесь. Он или она весьма равнодушны к вам, вы тоже возбуждены, вам хорошо вместе, поэтому вы начинаете подумывать о серьезных отношениях.

Затем, понемногу, вы начинаете открывать для себя не особенно заметные, но отвратительные привычки вашего партнера. Он или она лгут, обманывают вас или не умеют пользоваться ножом. Разочарования следуют одно за другим, и вы начинаете понимать, что общаетесь вовсе не с тем идеальным человеком, каким его или ее себе представляли. Возможно, вы продолжаете успокаивать себя, надеясь, что ваш партнер когда-нибудь изменится и станет, наконец, тем, о ком вы мечтаете. Но в глубине души вы знаете, что обманываете себя. Время уходит, и с этим ничего не поделаешь.

Иногда, когда вам особенно тяжело, вы говорите себе, что никогда не найдете никого лучше. Осознав же, наконец, что этот человек просто не соответствует вашим требованиям и “стандартам”, вы вините во всем себя, зная, что должны что-нибудь предпринять. Но не предпринимаете. Почему? Понимая, что заслуживаете лучших и более полноценных отношений с достойным человеком, на подсознательном уровне вы продолжаете убеждать себя в обратном.

Давайте посмотрим, не обнаружите ли вы в себе следующие психологические барьеры.

## **Психологический барьер № 1**

### **Страх неудачи**

Этот страх – основная психологическая проблема в любой области нашей жизни. Вместо того чтобы сосредоточиться на радости и счастье, которые ждут вас в новой жизни с мужчиной или женщиной вашей мечты, вы думаете о том, что потеряете, если потерпите неудачу. Предположим, вы подходите к такому человеку, чтобы познакомиться, или начинаете флиртовать с ним, а он или она игнорируют вас. О-о-о, это очень сильно ранит самолюбие. Единственный тип партнеров, с которыми, как вам кажется, вы можете гарантировать себе успех – это “лягушки”. И вы возвращаетесь к привычной жизни, вновь с головой окунаясь в лягушачье болото, чтобы снова найти себе там пару.

#### **Прием № 1**

#### **Откажитесь от “утешительных” связей для восстановления душевного равновесия**

Если благородный Принц не приглашает вас на свидание или отказывает прекрасная Принцесса, ни в коем случае не назначайте немедленного свидания с “лягушкой” только для того, чтобы подтвердить собственную привлекательность. Залечите свои душевные раны и найдите другого человека, достойного вашей любви.

## **Психологический барьер № 2**

### **Оставаясь в наезженной колее**

Возможно, вы настолько привыкли жить в болоте с “лягушками”, что вам тяжело выско-  
чить оттуда. Вы привыкли к их обществу. Они предсказуемы и хорошо вам знакомы. С ними  
удобно. “Лягушки” стали вашей привычкой – дурной привычкой.

Я знаю, тяжело преодолеть привычки, складывавшиеся годами, но единственный способ  
сделать это – решительно порвать с ними. Скажите твердое “Нет!” следующей же “лягушке”,  
которая пригласит вас на свидание.

#### **Прием № 2**

##### **Порвите с “лягушками” – раз и навсегда**

Постоянно крутить “шуры-муры” с людьми, недостойными вас, –  
вредная привычка, такая же, как курение, алкоголизм, обжорство или страсть  
к спонтанным покупкам до полного изнеможения. На первый взгляд, все они  
кажутся невинными развлечениями, но в долгосрочной перспективе наносят  
вам колоссальный вред. Еще одна сигарета, еще одна рюмка спиртного, еще  
одно шоколадное пирожное, еще один кутеж в походе за покупками – и вы  
пропали. Точно так же обстоит дело и здесь: еще одно свидание с “лягушкой”  
– и вы снова вернулись в свой старый пруд.

## **Психологический барьер № 3**

### **Эмоциональная зависимость, или привязанность**

Это значит, что вы стосковались по любви, а отношения с “лягушками” утоляют ваш ненасытный аппетит. Они обожают вас. А почему бы и нет? Им очень повезло: они заключают выгодную сделку, вступая в отношения с вами. Вы умнее, богаче, красивее, совершеннее и вообще гораздо “круче”, чем они. Надо быть сумасшедшим, чтобы отказаться встречаться с вами.

Освободитесь от багажа эмоциональной зависимости и от отчаянной потребности любить и быть любимым. Подкрепите свою уверенность в собственной ценности, вспомнив о своих достоинствах и личных “активах”, которые вы вкладываете в отношения. Замените нездоровую жажду любви некоторым количеством самолюбия.

#### **Прием № 3**

##### **Долой эмоциональную зависимость!**

Почувствовав приступ одиночества, острую жажду любви или интимной близости, подумайте о том, что вы, возможно, страдаете тяжелой формой эмоциональной зависимости. Самое время составить список собственных достоинств, положительных качеств и тех причин, которые сделают достойного мужчину или женщину, ставших вашими партнерами, счастливейшими из смертных. Так вы справитесь с острым желанием встретиться “еще один раз” с одним из ваших нынешних поклонников или поклонниц.

## **Психологический барьер № 4**

### **Слепая вера в судьбу и жизненную предопределенность**

Вы считаете, что ваша жизнь заранее предопределена и что однажды судьба сама сведет вас с Принцем или Принцессой? Поэтому просто сидите перед телевизором вместе со своим нынешним приятелем или подружкой и ждете?

На этот раз мы имеем дело с настоящей проблемой. Я не собираюсь обсуждать здесь ваши духовные принципы и религиозные убеждения. Я уважаю такие убеждения и сама придерживаюсь многих из них. Но здесь я хочу рассказать вам старую притчу, которую впервые услышала из уст замечательного психолога Дэвида Либермана и которая, уверена, поможет прояснить суть дела.<sup>1</sup>

#### **Прием № 4**

##### **Взять жизнь в свои руки**

Стоит ли что-нибудь комментировать? Даже если вы думаете, что судьба сама сведет вас с предназначенными именно вам Принцем или Принцессой, слезайте со своего насиженного места и отправляйтесь на поиски.

Страшный ураган пронесся над маленьким городом, полностью затопив его. Вода поднималась все выше и выше, и теперь над ее поверхностью оставались только верхушки деревьев и крыши домов. Казалось, будто целый океан, ревущий и бушующий, вылился на улицы города.

Мужчина, плывущий в лодке, заметил женщину, едва державшуюся на плаву. Она схватилась за крест на верхушке местной церкви, который, казалось, вот-вот скроется под водой. “Садитесь в лодку, мэм”, – предложил мужчина.

Но женщина отказалась. “О, нет, – сказала она, – Бог не даст мне умереть здесь”. И мужчина поплыл дальше, чтобы снять людей с крыш соседних домов.

Немного позже к женщине подошла вторая лодка, и люди в лодке вновь предложили ей свою помощь. “О, нет, – сказала она, еще крепче хватаясь за крест, – Бог не даст мне умереть здесь”. И эта лодка тоже ушла дальше, борясь с волнами, к другим, кто нуждался в помощи.

Шторм не стихал, и вода прибывала и прибывала. Теперь волны захлестывали женщину целиком, и она, захлебываясь, едва успевала переводить дыхание. Над женщиной завис вертолет, пилоты выбросили веревочную лестницу и замахали ей руками: поднимайся! “О, нет, – закричала она пилоту. – Бог не даст мне умереть здесь”. Вертолет улетел.

Вода поднималась выше, ветер крепчал, и, наконец, женщина утонула.

У ворот рая ее встретил Бог. “Почему Ты дал мне умереть? – завопила она, – я вверила Тебе мою жизнь, я собрала всю силу своей веры!”

“Я пытался спасти тебя, дитя мое, – ответил Бог, – Я послал к тебе на выручку две лодки и вертолет, но ты позволила себе умереть”.

## **А если некоторые “лягушки” мне по-прежнему нравятся?**

Вполне вероятно, что некоторые “лягушки”, с которыми вы встречались, вовсе не выглядят занудами или тупицами, но относятся к другим нежелательным видам “земноводных”. Некоторые из них сексуальны, очаровательны или загадочны. Иные даже богаты, красивы и умны. Но вы знаете, что многие из них вам не подходят, и эти отношения вовсе не то, что вам нужно.

Если же это ваш случай, не чувствуйте себя виноватым. Вы не одиноки. Специализированный американский журнал “Насилие и жертвы” (есть и такой!) опубликовал результаты исследования, в ходе которого ученые пытались выяснить, почему многих женщин так тянет к “плохим парням”.<sup>2</sup> Этот феномен встречается не только среди женщин: многие мужчины нередко тоже обнаруживают себя запутавшимися в ненормальных отношениях.

В чем же заключается притягательность мерзавцев и негодяек? Нередко всего лишь в том, что в обычной жизни нам не хватает драматизма. Мы помним восторг, и мучительную боль, и яркое удовольствие – чувства, сопровождавшие нас, когда мы ходили “по лезвию бритвы” рядом с человеком, которого впервые в жизни полюбили. Позднее вы стали относиться к этим переживаниям проще: “Ого-го, я раньше такое вытворял!” А еще позже вам уже нужно было получать все более и более высокую дозу адреналина, чтобы кровь снова заиграла в ваших жилах. Когда ваш партнер сбивает вас с толку или даже плохо с вами обращается, в вас просыпаются воспоминания о мелодраматических моментах вашей первой любви. Вы можете испытать “кайф” от этого давно забытого волнения и возбуждения и, если не проявите осторожность, стать “любовным наркоманом”, “подсев” на отношения с отъявленными негодяями.

Есть еще одна причина, почему эти мерзавцы (или мерзавки) кажутся нам столь сексуальными и сводят нас с ума. Большинство из них, при всей обманчивости их внешности, совершенно уверены в себе. Они выглядят уверенно и говорят как люди, точно знающие, чего хотят, и им удастся заставить окружающих в это поверить. В мире, где столько людей страдают от неуверенности в себе, их самоуверенность становится очень возбуждающей.

Взрослея, мы понимаем, что диета, основанная на употреблении печенья и мороженого, нам не подходит. Мы понимаем, что многие сексуально привлекательные люди на самом деле оказываются совершенными посредственностями, “лягушками” в лисьих шкурах. И тогда приходит время расстаться с ними.

### **Прием № 5**

#### **Очистите свою жизнь от сексуально привлекательных неудачников**

Если вы продолжаете встречаться с тем, кто этого не стоит, немедленно избавьтесь от него. Минздрав предупреждает: продолжение отношений с “плохим парнем” или с “дрянной девчонкой” может нанести вред вашим моральным принципам, сделав вас непригодным для будущих отношений с мужчиной или женщиной вашей мечты. Даже если ваши партнеры-“лягушки” сексуальны, “круты” и возбуждают вас, как никто другой, выходите из отношений с ними, пока не поздно.

Не сожалейте о прошлом. Свидания с “лягушками” некоторое время могут казаться заманчивой затеей. Вы многому можете у них научиться. Но в обмен на это вы оказываете благотворительную помощь “лягушкам” всего мира, отдавая им свое время, деньги и сердечное тепло. Наконец, вы обретаете мудрость и понимаете, что они недостойны вас: тогда приходит время расставаться и идти дальше.

У каждого из нас есть свои причины продолжать жить среди “лягушек”. Но, сколько бы мы ни надеялись на то, что однажды, после очередного поцелуя, они превратятся в Принцев или Принцесс, этого почему-то никогда не происходит. Наши “лягушки” тянут нас вниз, и мы опускаемся все ниже, ниже и ниже, пока не утонем в их болоте.

## Время остаться на любимой волне

Мне нравится сравнивать поиск мужчины или женщины своей мечты с тем, как мы обычно слушаем магнитола в автомобиле. Когда мы были молоды, то радовались любой музыке. Мы мчались по трассе нашей жизни, включив музыку на полную громкость. Нам нравилось прыгать с волны на волну – слушать то рок, то рэп, то кантри, а в промежутках между всем этим – новости и прогноз погоды.

С возрастом наши привычки менялись. Мы убавили звук и нашли для своей жизни другой саунд-трек. Теперь наше радио было настроено на поиск любимой волны. Мы некоторое время сканировали радиоэфир, пока не находили радиостанцию, которая нам нравилась. Мы продолжали слушать ее, пока это не надоело, а затем искали другую.

И, наконец, окончательно повзрослев, большинство из нас решили слушать действительно хорошее, качественное радио, всегда оставаясь на любимой волне.

Так же и в любви. Многие из нас “прыгают” – от человека к человеку, от отношений к отношениям. Например, сначала мы встречаемся с теми, с кем нам просто весело. Устав от глупого смеха, мы пытаемся найти кого-то еще, может быть, более глубокого человека. Очень скоро нам надоело разговаривать о тайнах мироздания и созерцание собственных пупков. Тогда мы начинаем искать людей, которые заставят вселенную ходить для нас ходуном: тех, кто помогает нам открывать и исследовать нашу сексуальность. Но нас вновь ждет разочарование, когда оказывается не о чем поговорить “после этого”.

### Прием № 6

#### Навсегда остаться на любимой волне

Чтобы построить отношения с человеком, с которым вы хотели бы остаться навсегда, необходимо сначала найти его. Пообещайте себе, что изучите все 49 приемов, содержащиеся в этой книге, и опробуете их на практике. Это потребует некоторых усилий, но вас ждет поистине бесценная награда: жизнь с человеком, о котором раньше вы могли только мечтать.

Несколькими годами позже мы начинаем действительно *искать*. Мы ищем до тех пор, пока не найдем того, кто нам нравится. Мы поддерживаем с этим человеком серьезные отношения или даже живем с ним вместе. Но когда нас затопляет поток слов, которые изо дня в день транслирует на нас наш партнер или партнерша, мы жмем на кнопку и ищем новую волну.

Так и в любви, есть время “прыгать”, время искать – и, наконец, наступает время *навсегда остаться на любимой волне*. Если вы купили эту книгу, то, вероятно, находитесь именно на этом этапе жизни. Вы хотите построить свою жизнь с одним-единственным человеком, вместе с которым сможете бесконечно долго творить прекрасную музыку.

И я собираюсь помочь вам найти именно его.

## **Никакой пустой болтовни – только проверенные факты**

Каждый раз, заходя в книжный магазин или оказываясь возле стеллажа с журналами, я поражаюсь тому, сколько докторов наук, психологов, писателей и прочих “экспертов” пытаются писать и консультировать нас по проблемам любви и близких отношений. Большинство публикаций, которые мне пришлось видеть, основаны на взглядах авторов на любовь, что называется, “с высоты птичьего полета”. Есть, конечно, некоторые выдающиеся исключения, но даже они редко базируются на твердом фундаменте фактов и результатах строгих научных исследований.

В начале XXI века в нашем распоряжении находятся результаты сотен и сотен исследований, которые совершенно определенно показали, что работает и что не работает в делах сердечных. В моей первой книге, “Как влюбить в себя любого”, я дала ответы на самые животрепещущие вопросы о любви и межличностных отношениях, и ее можно порекомендовать каждому в качестве “введения в психологию любви” или “обязательной программы” перед изучением этой книги.

Теперь мы знаем, мифом или реальностью является так называемая “любовь с первого взгляда”. Мы знаем, почему нам нравится именно этот человек, а не другой, даже если этот “другой” красивее, умнее, богаче и вообще по всем статьям лучше первого. Мы точно знаем, какие шаги должен предпринять в процессе флирта каждый из нас, чтобы знакомство с заинтересовавшим нас человеком прошло успешно. Мы знаем, каким должно быть первое свидание, чтобы ваш партнер или партнерша ощутили себя по уши влюбленными в вас. Мы знаем, стоит ли выглядеть “недоступным” и может ли ваша нарочитая холодность подогреть интерес к вашей персоне. Мы даже знаем, нравится ли мужчинам, когда женщина пользуется губной помадой, и любят ли женщины “очкариков”. Все это, а также результаты многих других исследований природы романтической любви, вы найдете в книге “Как влюбить в себя любого”. Да, “любого”, обещала вам эта книга, и тому была своя причина. В то время многие из нас находились еще в процессе “поиска”, “перепрыгивая” от одного партнера к другому. Было очень забавно испытывать различные приемы из этой книги на самых разных людях и наблюдать, как *все* они сходят от нас с ума. Но теперь пришло время расширить кругозор, определиться с собственными предпочтениями, сузить выбор, повысить качество нашей сексуальной жизни и “навсегда остаться на любимой волне”.

## Загадочный язык научных исследований

Мне показался очень интересным тот факт, что большинство научных исследований, целью которых был загадочный прежде феномен по имени “любовь”, написаны таким языком, который кажется непосвященному иностранным. Например, когда ученые хотят рассказать, “как мужчина и женщина, живущие вместе, ладят друг с другом”, они называют это словами, которые могут привести в замешательство любого: на их языке это называется “функционирование диады гетеросексуальных сожителей”. Вместо того чтобы просто сказать, что люди хотят жить неподалеку друг от друга, ученые-социологи называют это “преднамеренным соседством”. Желая сказать, что люди “не сходятся во взглядах”, они используют словосочетание “когнитивный диссонанс”. Все эти слова могут произвести впечатление на редакторов социологических журналов, но любого нормального человека заставляют чесать затылок.

Таковыми же заумными словами ученые обычно называют свои исследования и научные труды. Заинтересовала бы вас книга с названием “Экологическая детерминированность различий в подходах к выбору социометрических параметров партнера”? Неудивительно, что большинство серьезных исследований, которые дали нам практические знания о природе любви, пылятся на полках научных библиотек и архивов.

Возможно, это покажется вам извращением, но, зная, какое “золото” сокрыто в этих научных фолиантах, я всерьез увлеклась их декодированием. Обложившись стопками медицинских и социологических словарей, я сдувала пыль с этих кладезей мудрости и продиралась сквозь туманные формулировки. Каждый раз, находя очередной самородок научной мысли, я пинцетом извлекала его, проверяла подлинную ценность и вплетала эту мудрость в очередной практический прием, который поможет вам добиться большего в любовных делах.

Вы увидите, что эта книга отличается от прочих не только тем, что переводит результаты передовых научных исследований в практическую плоскость. Книжные магазины забиты пособиями, обещающими помочь покорить сердца ваших поклонников, возлюбленных или супругов. Есть среди них и такие, которые специально посвящены технологиям приобретения богатого мужа или жены. Но до сих пор не вышло ни одной книги, которая была бы посвящена поиску высококачественного, подходящего именно вам партнера или спутника жизни. Большинство советов, которые вы найдете в других книгах по психологии любви, весьма общего характера и, по замыслу их авторов, должны работать в отношениях практически с каждым представителем противоположного пола. К несчастью, когда дело доходит до отношений с Принцем или Принцессой, большинство старых как мир любовных уловок и трюков перестают работать.

Дамы, представьте себе на мгновение, что ваш Принц представляется вам очень богатым и высокообразованным человеком. Что ж, тогда, если вы последуете распространенным советам о том, чтобы соблазнить его томными взглядами, сексуальной походкой и покачиваниями бедер, вы мгновенно разочаруете его. О, конечно, вы легко сможете оказаться в салоне его “Мерседеса” (скорее всего, на заднем сидении, когда его автомобиль остановится где-нибудь в кустах), но он никогда не наденет вам на палец обручальное кольцо.

Джентльмены, представьте себе, что вашим идеалом является женщина не только красивая, но и высокодуховная. Если вы начнете демонстрировать ей свой толстый бумажник и сорить деньгами, то, безусловно, привлечете к себе ее внимание, но никогда не сможете покорить ее сердце. Многие приемы, которые мы, как правило, используем, чтобы привлечь внимание и соблазнить большинство обычных мужчин и женщин, совершенно бесполезны, когда в роли вашей “жертвы” оказывается Принц или Принцесса.

### Прием № 7

#### Забудьте о дешевых уловках

Многие из тех приемов, которые вы использовали, чтобы соблазнить “чувака”, потягивающего пиво в баре, или “красотку”, чья юбка так же коротка, как и ум, не работают при встрече с породистой Добычей. Люди из элиты, разумеется, тоже любят секс, но флиртуют и соблазняют друг друга более утонченно. Я расскажу вам о некоторых из этих едва уловимых приманок. Не бойтесь использовать их – аристократы отлично умеют читать между строк.

## Так в чем же секрет?

Каков же таинственный рецепт приворотного зелья, которое заставит мужчину или женщину вашей мечты влюбиться в вас? Состав его весьма прост, и в то же время достаточно сложен.

1. Вы должны дать себе зарок и поклясться никогда больше не ходить на свидания с теми, кто недостоин вас. Никаких исключений!

2. Вы должны разобраться в себе и понять, какими должны быть ваш идеальный друг или подруга.

3. Следующая задача – узнать все об этом отдельном человеческом типе: вкусы, убеждения, ценности и жизненные цели людей, которые являются вашим идеалом; что мило их душе, что дорого их сердцу.

4. Теперь о самом трудном. Вы должны пристально посмотреть на свое отражение в зеркале, будто ни разу до этого себя не видели. Похожи ли вы на тот тип людей, о которых мечтаете? Будете ли вы органично смотреться в их изысканном обществе? Загляните глубоко в зеркало своей жизни, чтобы определить, есть ли у вас качества, которые сделают вас ценным партнером для идеального избранника или избранницы.

Есть два основных направления такого самопознания и трансформации – две основные группы качеств, которыми вы должны отличаться, чтобы покорить сердце мужчины или женщины вашей мечты. Это качества *внешние* и качества *внутренние*. Внешние (некоторые могут сказать “поверхностные”) заключаются в том, какую прическу вы носите, как одеваетесь, как общаетесь и какие слова используете в разговоре; в некоторых случаях – знание о том, что нельзя пить из чашки для ополаскивания пальцев, и умение правильно есть артишоки. Внутренние качества лежат глубже. Здесь мы имеем дело с такими качествами, как честность, самопознание, духовное развитие, уверенность в себе, интеллект и умение любить.

### Прием № 8

#### Устройте себе аттестацию

Читая эту книгу, проведите всестороннюю инвентаризацию вашей личности, составьте контрольный список и попытайтесь добиться позитивных изменений своих внешних или внутренних качеств. Я помогу вам пережить откровение о том, кто вы есть на самом деле, и, если это необходимо, пройти через процесс самообновления. Я научу вас имитировать и копировать “внешние” качества, характерные для мужчины или женщины вашей мечты, чтобы добиться его или ее внимания.

Затем мы поработаем над тем, чтобы вы стали похожи на объект своего почитания на более глубоком уровне. И когда вы тоже станете настоящим Принцем или Принцессой, в вашем распоряжении будет та “валюта”, на которую вы сможете приобрести любовь мужчины или женщины вашей мечты и навсегда сохранить его или ее уважение.

## Любовь и законы рыночной экономики

Почему я использовала такое грубое слово, как “валюта”? А все потому, что следующие несколько абзацев из моей книги “Как влюбить в себя любого”, где любовь приравнивалась к бартерным сделкам, вызвали бурный поток писем от моих читателей:

“Во время жаркого спора человек, которого я когда-то любила, огрызнулся на меня: “Каждый имеет свою рыночную стоимость”. Я ужаснулась. Как грубо! Как может он рассматривать людей как товар, особенно того, кого он, как говорит, любит? Какой отталкивающий взгляд на отношения!

Для меня любовь была прекрасной. Любовь была чистой. Она была источником самого глубокого удовольствия, известного человечеству, и не имела аналогов в человеческом опыте. Для меня любовь была сопереживанием, доверием, полной самоотдачей. Слова Роберта Бернса<sup>1</sup> отдавались в моем сердце с самого детства: “О, нежная любовь, отчасти ангел и наполовину птица / Спокойна. И все вокруг желанием томится...”. Слышать, как мой любовник уподобляет качества своей возлюбленной куриным окорочкам или соевым бобам на продуктовом рынке было выше моих сил. Я с возмущением вылетела из комнаты, а вскоре после этого и из наших отношений.

Теперь, спустя много лет, будучи старше и, мало кто станет спорить, мудрее, я начинаю сомневаться: “Не был ли он прав?” Не в манере поведения, конечно. Но по существу? Никто не удивится, если услышит: “В жизни каждый хочет совершить наилучшую сделку из всех возможных”. Никто не возмущается, когда узнает о законе спроса и предложения в экономике. Люди даже не вздрагивают, когда специалисты по искусству продаж поучают нас, что во всех человеческих взаимоотношениях главным вопросом остается ЧЗЕДМ – “Что Здесь Есть Для Меня?”

Почему же мы вздрагиваем, когда исследователи говорят нам, что те же законы природы применимы к любви?

Не так давно научное сообщество, не согласное с теориями любви, предложенными Зигмундом Фрейдом (сублимированная сексуальность) или Теодором Рейком (заполнение внутренней пустоты), вознамерилось, наконец, выяснить подлинную сущность любви. Проведя многочисленные исследования и лабораторные эксперименты, ученые добрались до глубочайших слоев человеческой души. Открыли ли они какие-нибудь уродливые явления? Столкнулись ли они лицом к лицу с чудовищем? Некоторые могут сказать: “Да”. Другие высмеют их и скажут: “Конечно, нет”.

Рассматриваете ли вы их находки как открытие ужасного снежного человека или как глас истины, но результат таков: исследования на самом деле подтвердили тезис, что все и каждый имеют поддающуюся количественному измерению стоимость на открытом рынке. Каждый хочет совершить наилучшую из возможных сделок в любви так же, как и в жизни. Исследователи назвали свое открытие “теорией справедливости” (или “теорией обмена”) любви. Это чем-то напоминает старый “принцип торговли лошадьми”.

“Теория обмена” в любви основывается на тех же общеизвестных деловых правилах товарообмена и рыночной стоимости. Все имеет ценность. Все имеет цену. Как и цена любого товара, цена человека может быть субъективной. Как правило, мир соглашается с тем, какая цена выгодная, а какая – нет.

---

<sup>1</sup> Автор ошибается, это стихи Роберта Браунинга (перевод Д. Гончаренко). – Прим. ред.

## **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.