

**Филипп Олегович Богачев**

**Пикап. Самоучитель по соблазнению**

## Предисловие

### Об авторе

Филипп Богачев занимается изучением принципов соблазнения с 1996 года. В 1998 году он создал первый в СНГ сайт [www.lover.ru](http://www.lover.ru), целиком посвященный вопросам соблазнения женщин.

В 2002 году основал проект «Русская Модель Эффективного Соблазнения», который сейчас является крупнейшим в мире среди всех компаний, обучающих соблазнению. У проекта РМЭС работают представительства более чем в 80 городах, 15 стран мира, а так же прошло обучение более 50.000 человек.

В 2004 году вышла первая книга – «Русская модель эффективного соблазнения», и до этого момента Филипп написал шесть книг, в основном посвященных общению с девушками, соблазнению и личностному росту. Суммарный тираж его книг составил больше, чем 300.000 экземпляров.

Тренер, автор уникальных, запатентованных тренинговых методик. Тренер высшей категории, сертифицирован как тренер в нескольких международных центрах.

Лично подготовил более тридцати практикующих тренеров. С 2003 года директор международного Центра Психологии и Развития.

Одним предложением: самый компетентный в России специалист в вопросах соблазнения и отношений между полами.

## Предисловие автора

Первая книга «Русская Модель Эффективного Соблазнения» была закончена в 2003 году. Как сейчас помню, что рукопись я отдал в издательство в ноябре 2003 года, и впервые держал в руках свою первую изданную книгу в марте 2004 года в Киеве, на ее презентации. С этого момента книжка вышла десятками тиражей, вышла в двух издательствах, был сделан подарочный вариант и так далее. Всего было выпущено больше ста тысяч экземпляров книги, что лично мне как автору приятно и дает еще один повод для гордости.

И с момента выхода книги прошло уже больше шести лет. За это время сам проект РМЭС сделал несколько рывков, накоплено уже множество новых знаний, мы подготовили десятки тысяч успешных студентов по совершенно новым моделям работы и общения. Настало время издать книгу, которая отражает все новое, что появилось в нашем проекте. Просто потому, что в 2003 году над проектом РМЭС и его развитием я работал один, а сейчас в нашей команде — десятки людей, которые работают над улучшением эффективности техник и моделей, а так же постоянно обмениваются опытом, что позволяет нам накапливать опыт уже невероятными темпами.

На данный момент я могу сказать, что в вопросах соблазнения мы уже знаем практически всё. Под термином «всё» я имею в виду те знания и опыт, которые описывают поведение мужчин и женщин, описывают построение отношений, соблазнение, методики развития общения и так далее и тому подобное. Мы уже являемся крупнейшим в мире проектом, который занимается вопросами соблазнения. И у нас есть крупнейшая в мире совокупность опыта десятков тысяч человек, самые ценные моменты которого и положены в основу этой книги. Давай теперь поговорим о главном различии этих книг. В первой книге основным мотивом было описание последовательных действий, которые вели к успеху у женщин. Да. Это так. И большинство материала работает в настоящем времени так же хорошо, как и в начале двухтысячных годов. С другой стороны, в этой книге моим главным мотивом стало не только описание что делать, но и почему стоит делать именно так.

Приведу простой пример. Например, если ты знаешь сто шестьдесят способов того, как завязать шнурки на ботинках в разной ситуации, то это будет ценным и полезным опытом. С другой стороны, гораздо важнее сделать так, чтобы они не развязывались. Точно так же в общении с женщинами, можно знать несколько ответов на вопрос «сколько ты зарабатываешь», а можно понимать, почему женщины этот вопрос задают. И понимать, что это ценная обратная связь, которая говорит тебе, что ты ведешь себя не так, как выглядишь. Другими словами, эта книга стала чуть большим, чем книгой по соблазнению. В ней рассматриваются вопросы социологии, социальной психологии, глубоко анализируются причины и следствия поведения. Моей целью стало изложить — что и почему происходит, дать тебе понимание процессов мышления и культурных законов, научить тебя, их использовать и через это знание получить опыт, который сделает тебя успешным у женщин.

Теперь про формат издания. Объем новых материалов не позволяет мне все поместить в один том. Вернее так — поместить в одну книгу это, разумеется, можно. Если бы не одно «но» - банальное любопытство читателя не позволит ему остановиться на одном этапе общения, и захочется использовать все и сразу — чтобы получить уж точно гарантированный результат. Это не хорошо и не плохо, но это мешает усвоению навыков и интеграции знаний. Поэтому новая версия книги состоит из двух частей — Базовый курс, и Мастерский. В первой части рассматривается простая, работающая как автомат Калашникова, модель соблазнения, которая работает абсолютно всегда и является проверенной годами тренерской практики последовательностью эффективных действий. Для большинства мужчин этого достаточно — считай, что это учебник по соблазнению. Во второй части книги даются мастерские техники — быстрое соблазнение, построение отношений с девушками выше тебя статусом, умение строить свои модели поведения и другие техники, которые интересны для узкого круга людей. Они хороши и тоже работают, но при этом они практически бесполезны без навыков, которые изучаются в первой части. Я даже эти книги буду дописывать с разницей в годик — чтобы вы успели все усвоить и

порадоваться своим новым умениям и навыкам. В любом случае, эта книга — плод работы меня как тренера и преподавателя на протяжении десяти лет. Надеюсь, что могу быть тебе полезен своим опытом, и ты получишь в этой работе много новых знаний, которые с помощью простых упражнений станут уже твоим личным опытом. опытом успешного, состоявшегося человека, который радуется жизни и умеет получать радость от своих женщин.

Успехов!

### Цель книги

У этой книги, как и любой книги в принципе, есть цель. Она состоит в том, чтобы дать тебе полный, исчерпывающий, работающий набор техник и методик. Которые позволят тебе соблазнить и создать отношения с девушкой твоей мечты. Эта книга является выжимкой из опыта крупнейшей тренинговой компании. Всё, что тут дается, проверено нашими учениками в деле. У нас есть множество отзывов о методиках (легко можешь прочитать их на форуме — они в открытом доступе), у нас есть результаты, которые добиваются наши студенты благодаря нашим методикам. И я тебе даю возможность к этим методикам прикоснуться, получить от них пользу для себя. Мне приятно, когда парни начинают управлять своей жизнью. Мне приятно, когда люди становятся более успешными — это все вместе ведет нашу страну вперед, к успеху. Ну и кроме этого, чем больше ты будешь использовать навыков и методик из этой книги, тем меньше у тебя будет разочарований с девушками. Я думаю, оно стоит того.

### История этой книги

Для меня лично история этой книги неотделима от моей жизни и моей работы. Так что проще начать сначала. Например, с того, что если женщина мне говорит «Фил, ты красивый!» - я тут же начинаю напрягаться. Знаешь, почему? Потому что это явное вранье. Девушки никогда не интересовались мной, потому что я красавчик или там смазливый — подумав, я таких эпизодов не припоминаю. До семнадцати лет я дико завидовал симпатичным ребятам, которые пользовались

вниманием женщин. Начал активно развивать в себе навыки общения с барышнями, безумно влюбился, меня обломали... Наверное, пару месяцев я страдал и переживал. Но вместо того, чтобы спиваться, я начал думать над вопросами — что я не так делал. Начал искать источники информации, литературу, знания. И всего этого — не обнаружил. Слабые отблески пользы, которые я собирал по крупицам в психологической литературе, дали мне очень мало. В итоге я нашел единомышленников — группу ребят, которые называли себя «пикаперами». В то время это были люди, которые по своей крутости могли поспорить с богами, носители тайных знаний, вершители судеб и короли женских сердец. В эту группу я вошел в 1996 году — буквально через год, как это движение появилось в России. Активных участников было около двадцати человек, еще пара сотен интересовалась темой. Спустя пару лет у подавляющего большинства народа интерес стал пропадать, и в итоге движение перешло на мой сайт о пикапе, первый в нашей стране, который я запустил в 1998 году. Шли года, я изучал тему, получал разное образование, и сделал главное. Я понял, что может быть полезным мне для соблазнения женщин. Что делает меня привлекательным. Что помогает, что мешает, что хорошо и что такое плохо. И с этого момента у меня появилась еще одна цель в жизни — делать так, чтобы другие парни не получали психологических травм, когда делают неправильные действия в отношениях с женщинами. Мне для проработки той ситуации потребовалось достаточно много времени. Сейчас я понимаю, что если бы я подошел к той барышне, тогда пятнадцать лет назад, с тем багажом знания, что у меня сейчас есть — все было бы иначе. А с другой стороны, тогда у меня бы не было мотивации изучать эту область психологии.

И в итоге те миллионы посетителей моих проектов в интернете, которые были за все годы работы, могли бы лишиться поводов писать мне письма с искренней благодарностью. Ровно как и десятки тысяч моих студентов, которые проходили у меня тренинги.

Так что эта книга — ещё один мой вклад в восполнение той информации, которой мне сильно не хватало. И самое полезное во всем

этом — я научился соблазнению сам. Научил многие тысячи успешных студентов. Научу и тебя тоже. У этой книги есть главное, на мой взгляд, достоинство. Она является результатом и обобщением реального опыта реальных мужчин, которые живут в стране под названием Россия. И это годы практики, тысячи коммуникации с женщинами, множество историй успеха. И этот успех так же может стать твоим — надо просто читать книгу, сделать упражнения, немного думать, и работать над своим развитием. И тогда твои друзья уже будут завидовать тебе и твоим девушкам, и втайне спрашивать тебя «Друг, а как ты подцепил эту красотку? Я бы так не смог». И только тебе решать, что отвечать — загадочно улыбнуться, или посоветовать прочитать эту книгу.

#### Как читать книгу

Лично я за свою жизнь прочел много книг, и многому из них научился. Поэтому я тебе рекомендую с этой книгой поступать как с твоим лучшим учебным материалом — используй ее. Сделай так, чтобы она была твоей и личной. Рекомендую тебе делать пометки на полях (уже заметил, что поля здесь шире обычных?), писать результаты выполненных упражнений, пометать наиболее понравившиеся тебе моменты. Можно ставить знаки вопроса там, где пока есть непонятные моменты (их специально несколько штук в книге есть — привыкай думать и сопоставлять факты), ставь восклицательные знаки над теми упражнениями, которые закончены. В общей, используй книгу на все сто. И самое интересное — попробуй прочитать книгу, отложить ее, и перечитать, скажем, через полгода или год. Возможно, книга по другому соприкоснется с твоим опытом, и добавит тебе еще немного знаний и пользы, которые ты мог упустить в первый раз.

#### Благодарности

Эта книга появилась на свет не только благодаря мне. К ее созданию приложили руку много людей, которых я хочу упомянуть и отметить их вклад в общее дело. В первую очередь хочу выразить уважение **Денису Шальному** — он долгое время был моим заместителем, и, в конце концов, взял на себя подавляющую часть работы в нашем

проекте. Твои советы, трезвый взгляд на мир, подход к обучающему процессу — весомый вклад.

**Пётр Кузнецов** — спасибо тебе за твою рассудительность и умение находить неожиданные аспекты в решении задач.

**Шаман** — спасибо тебе за всё. В первую очередь за то, что, благодаря тебе, я остался жив 18 февраля 2006 года. Это многое для меня значит, бро.

**Саша 4you4ever** — твои замечания и добавления в тему кинестетики просто великолепны.

**Кот** — твои кейсы пригодились.

**Ивану Савельеву** и его литературному агентству в полном составе — за помощь в издании этой книги.

Также хочу сказать спасибо всем тренерам проекта, текущим, будущим, потенциальным и стажерам: «Ребята, вы — лучшие!». Но это не значит, что прекращу из вас вытрясать душу на курсах повышения квалификации. Благодарю всех моих студентов и студентов проекта РМЭС. Я горд за ваши достижения, и хочу вам выразить признательность за то, что вы прошли мои тренинги — я знаю, как нелегко меняться, и за это вам респект.

**И отдельная, самая большая благодарность — тебе, мой читатель. Твоя обратная связь — самое ценное для меня, твои замечания важны, твои мысли интересны, твое развитие — бесценно.**

## Дисклеймер, или отказ от ответственности

Мнения, суждения, наблюдения, советы и прочие слова, написанные автором в этой книге, не претендуют на истину в последней инстанции. Также они не претендуют на гениальность, серьезность, авторитетность, ваши мозги и другие части тела. Они вообще ни на что не претендуют. В этой книге описаны наблюдения и выводы, которые произошли в реальности автора во время текущей жизни. В вашей реальности эти наблюдения могут не работать, правила не соблюдаться, и вообще — кто знает, с какой вы планеты? Автор знает, что такое серьезный текст и научная работа. Так же он достаточно уважает своего читателя, чтобы писать подобную псевдонаучную хрень. Автор считает, что книги должны читаться легко, интересно, с эмоциями и залпом. А не использоваться как снотворное или подставка под кружку с кофе. Многие лингвистические парадоксы, используемые в тексте, используются как примеры мышления автора, и ничего более. Автору чужда расовая, сексуальная, интеллектуальная, и прочая дискриминация — он одинаково ненавидит вас всех. В предыдущем абзаце автор пошутил. В текущем абзаце автор совершенно серьезно считает, что женщина — это содержимое презерватива при полной инверсии пространства. Точно так же автор считает нужным добавить замечание о том, что юмор - это не всегда наличие смайлика в конце предложения. Автор уважает ваше мнение, и рекомендует для сохранения вашего душевного равновесия оставить его при себе. Все торговые марки и зарегистрированные товарные знаки принадлежат соответствующим владельцам. «Пикап», «Русская Модель Эффективного Соблазнения» - товарные знаки, принадлежащие Международному Центру Психологии и Развития. Запрещается использование этих товарных знаков без письменного разрешения руководства Центра.

## Пикап и жизнь: вступление ко всей книге

Я очень надеюсь, что ты открыл это электронное издание книги совершенно не просто так — я думаю, что ты уже несколько лет в теме. И, по крайней мере, у тебя есть в активе ровно, как и необходимые, по жизни в пути развития обломы, так и успехи, которыми ты можешь

гордиться. И это все совершенно хорошо. Давай посмотрим на жизненный путь пикапера немного более широко, чем на навыки. Какие тут бывают этапы? Нулевой этап простой — всё не фонтан. По разным причинам, но в целом я могу сказать, что в пикап от хорошей жизни не ходят. Если у молодого человека все хорошо, то и хорошо — чего напрягаться, тренироваться, что-то там изучать и так далее? Всё же хорошо. Обычно в наше движение как раз приходят тогда, когда призрак песка уже махнул своим волшебным хвостом перед твоим носом. И потом начинается этап тренировок, новые обломы, неудачи и новые сложности. Некоторые молодые студенты на этом этапе сливаются из движения, махают рукой и говорят «ну его на фиг». И они имеют на это право. Те, кто продолжают, рано или поздно достигают нужного уровня мастерства, и начинают «добивать» всё, что не добыто раньше. То есть промискуитет, или постоянные новые девушки становятся на некоторое время главным смыслом жизни. Это не хорошо и не плохо, это нормально, тут главное — на этом этапе не залипать на всю жизнь. Рано или поздно начинается переход количества в качество — те самые MLTR, несколько девушек в «гареме», с которыми постоянно общаешься и относишься. И это тоже хорошо, честно это говорю. И совсем рано или поздно происходит остановка — ты выбираешь себе лучшую, достойную тебя женщину, и начинаешь жить с ней. Устраивая отношения и создавая семью. И это тоже хорошо, и это логично — взрослеть и успокаиваться. Моя позиция в этом вопросе очень простая — есть время бросать палки, есть время собирать результаты своих действий. Я знаю одно — когда у тебя становится все хорошо с женщинами, появляется время, силы, уверенность в себе, желание развиваться — тылы прикрыты, все хорошо. Я просто хочу сказать тебе, боец, что пикап — это маленькая часть нашей жизни. Важная, но не только женщинами ограничивается наш мир. Полноценный мужчина это не только тот, которому дают, это мужчина, который постоянно двигается вперед, развивается, делает свою жизнь и жизнь других людей лучше и приятнее. И я еще раз хочу тебе дать заглянуть за горизонт и подумать — что будет дальше? Ну научись ты соблазнять девушек, адски фастить. А что дальше? Куда

расти? Думай про это, когда будешь вставать утром с постели и смотреть на девушку, которая сочла тебя самым лучшим — может быть именно она станет твоей спутницей жизни, и ты можешь уже дальше и дальше работать над тем, чтобы быть лучшим в бизнесе, развитии, быть примером уже для следующего поколения пикаперов. Относись к молодежи как твоим младшим братьям — давай им советы, помогай им, и они помогут следующим. Мы все вместе можем изменить наши социальные законы, одного меня уже мало, но вместе — мы сила, братство пикаперов, развивающие нашу страну и наш мир.

И это — самое лучшее, что может быть на свете, женщины нам в этом всегда помогают, но делать из соблазна цель жизни — так себе идея.

Успехов, боец!

Часть 1: Базовые теоретические знания

Без боли нет обучения,

*Френк Фарелли, великий психотерапевт.*

Люди чаще сдаются, чем терпят поражение,

*Генри Форд.*

В этой части книги мы будем говорить строго о теории, которая определяет нашу модель соблазнения. Чем эта теория полезна? Как минимум, она объясняет мотивацию женщин в процессе соблазнения, определяет понятия эффективности и дает тебе новые правила для будущего успеха у прекрасного пола.

Я очень сильно настаиваю, чтобы ты эту теорию прочитал до других разделов. Она полезна не только потому, что в будущих главах я иногда ссылаюсь на главы из этого раздела. Кроме этого, я считаю, что эффективность берёт начало в мышлении, а не в техниках. Сложно быть хорошим соблазнителем, если ты считаешь, например, что надо делать всё что тебе скажет женщина — это тупиковый путь. Тут всего четыре главы. Это не значит, что теории у нас мало — если надо больше знаний, читай список литературы в конце книги. Четыре главы, описывающие несколько фундаментальных правил — правила успеха, общения и построения отношений. Столько глав написано потому, что это самое необходимое и самое важное, остальное я раскрываю по мере надобности прямо в тексте. Так что читай, и самое главное, думай над тем что находится в этом разделе.

Глава 1: Правила успеха эффективного соблазнителя.

Умение обращаться с людьми - это товар, который можно купить точно также, как мы покупаем сахар или кофе. И я заплачу за такое умение больше, чем за что-либо другое на свете,

*Джон Рокфеллер.*

В этой главе я опишу несколько правил, использование которых в жизни и общении с девушками, обеспечивает значительную часть успеха. Они не являются придуманными, они не взяты с потолка — это обобщение опыта нашей команды на протяжении более чем десяти лет. Они доказали свою полезность десяткам тысяч наших студентов, так что

могу смело рекомендовать тебе присоединиться к числу успешных мужчин.

Немного о воспитании мужчины

— Тебе нужно устраивать жизнь. Нужен мужик, хоть на 10 минут.

— *Судя по моему опыту, средняя мужская особь не бывает мужчиной даже 10 минут за всю жизнь,*

*«Догма».*

Давай вместе подумаем над нашей историей. Не историей страны, родного города или края, а истории обычного такого парня лет двадцати с копейками. Его личной историей. Для начала человек рождается. И если говорить о возрасте слегка за двадцать, то это происходило ещё в Советском Союзе. Лет несколько парень был ребенком, рос, развивался. Что происходит, когда ребенок растет? Он постоянно обучается, задает вопросы, развивается, моделирует поведение взрослых, делает как они и перенимает опыт. Тут и кроется первый подводный камень. Кто воспитывает детей? Воспитательницы в детском саду, учительницы в школе. Я использую существительные женского рода намеренно — подавляющее большинство воспитателей и учителей — женщины. Мало того, что делают родители ребенка, когда у них много важных дел? Правильно, отдают ребенка бабушке. Даже в институте мужчины по половому признаку встречаются, но мужчины эти — так себе, в смысле образца для подражания. Редко когда бывает, что ребенка записали в спорт, и тренер там — не спившийся полупрофи, а реальный боец или мужчина с большой буквы. Таких тоже мало. Теперь парень вырос. Чему он научился за это время? Кто учил его быть мужчиной? Кто учил его быть бойцом, достигать целей, бить морду, отжиматься по утрам и вообще делать зарядку? Что делает мужчину мужчиной? Образ мышления в первую очередь, и главная характеристика называется «внутренний стержень». Самое похожее после такого воспитания — это образ педераста из глянцевого журнала, но он женщинами уже не интересуется. Самое смешное начинается чуть позже. Не в период воспитания, а уже на этапе общения с девушками. Молодые, взрослые и просто созревшие девушки любят не мальчиков, а мужчин. Генетически

они запрограммированы на то, чтобы рожать потомство от полноценных, сильных и лучших особей — это требуется для выживания вида. Интересно, а парни, устраивающие истерики или просаживающие жизнь в онлайн-игры, каким боком попадают под термины «лучшие особи»? Разве что с конца.

И из всего этого моего размышления получается одно следствие: либо ты начинаешь учиться быть мужчиной, либо твой путь лежит на порно-сайты. Вопрос в итоге один: за что ты себя будешь больше уважать? За то, что стал уважаемым членом общества, достиг успеха у женщин, стал человеком, достигающим своих целей? Или за то, что тебя по имени знают все проститутки района? Тебе решать. Но в этой книге я пишу о том, что работает у меня и моих студентов — это навыки достижения целей, умения развиваться, решать поставленные задачи. В общем, быть лучшими, Мужчинами. Я предлагаю тебе боекомплект правил, по которым живут успешные соблазнитель, и я в том числе. Ты можешь эти правила принимать, ты можешь на них плевать с высокой колокольни, ты можешь их распечатать и применять вместо туалетной бумаги — выбирать тебе. Я могу только сказать тебе: принимая эти правила, ты делаешь свое общение с женщиной более комфортным, соблазнение — более эффективным результаты — более сногшибательными.

И как обычно, только твоя ответственность перед собой — позволить тебе что-то менять в своей жизни. С этими правилами или без. Давай начнем наш список важных правил с краеугольного камня успешности мужчины по жизни. Этот камень называется «ответственность за свой жизненный путь». В чем тут дело? Это очень простое правило, которое может многое перевернуть в твоей жизни, и сделать твою жизнь поводом для подражания и синонимом успеха. А может и не сделать.

Гоняем лосей

Мы надеемся приблизительно, зато боимся точно,

*Поль Валери.*

Кто уклоняется от игры, тот всегда ее проигрывает.

*Кардинал Ришелье.*

Лось — очень хитрый зверь. Он живет в лесу, на асфальтовые полигоны не выходит, питается тем что найдет. Но нас звери не интересуют. Нас интересуют «лоси» в речи. Это те самые слова, которые оканчиваются на «лось»: так получилось, не срослось, не удалось, сорвалось, так стряслось, не обломилось и далее по тексту, даже глупо звучащее «я пыталось». Глобально эти слова обозначают только одно — человек, таким образом, снимает с себя ответственность за совершение действия. Для меня это звучит точно так же, как «я ее соблазнял, но потом прилетели инопланетяне с Беты Гаммы Вулкан под предводительством Экзара Куна и вставили мне анальный зонд имени Картмана и именно поэтому я пошел домой». Кроме явных лосей, есть неявные — слова которые звучат другим образом, но сохраняют тот же смысл. Например, такие: я пытался, старался, я делал, я работал, и думал что.... Обычно после этого очень хочется сказать: «...но пришел злобный вирус и все пожрал».

Так что давай формулировать первое правило: только ты сам несешь ответственность за свою жизнь. Во всех случаях удобно, конечно, переложить обстоятельства на события непреодолимой силы. Но в жизни тебе придется думать другим образом: что ты сделал, чтобы изменить ситуацию? Что тебе мешало? И почему, черт побери, это все ещё тебе продолжает мешать?

*Мышление бойца*

Боль — это ваш друг, она даст вам знать, если вы серьезно ранены, она не даст вам покоя, раздражая вас, это напомнит вам о том, что нужно закончить дело и убраться домой. Но знаете, что главное? Боль означает, что вы еще живы!

*Солдат Джейн.*

В свое время я слышал давнюю шутку, которая звучала так: «если к человеку, который не умеет подтягиваться, приставить сержанта с ломом, он подтянется не менее двадцати раз». Она периодически мной рассказывалась, до тех пор, пока один мой ученик не поверг меня своим

опытом в шок. Это простой парень из Перми — один из лучших моих студентов, чемпион мира по боям без правил, начинал свою карьеру с заместителя командира взвода в спортроте в армии. Он мне сказал:

— Фил, это не шутка. Я сам лично так делал. Мы били тюфяков до тех пор, пока они не сдавали нормативы. Бывало, что прямо на турнике он обсирался раз или два, буквально от страха, но норматив сдавал.

Потом я узнал про практику «Мостов» и про относительно простое испытание у Кочергина. Старик Кочергин делает простое упражнение: он дает своим ученикам задание отжиматься до упора. И если кто упал раньше, чем мог физически — его били ногами все старшие студенты до отключки. Как узнать, что он больше не мог? При падении разбивается лицо. Если лицо не разбилось, значит, он смягчил падение руками и мог сделать ещё одно отжимание. В продолжение истории вспоминается старая сказка про двух лягушек, которые попали в молоко, и одна сдалась (утонула), а вторая — взбила масло. Мы получаем второе правило: у нас нет слова «я не могу». Есть слово «я больше не могу». В любом случае, бойцы идут до конца, и даже дальше. Чтобы узнать границы своих возможностей, сначала надо за эти границы выйти. Сидя дома, и думая, как это сложно, мало чего получишь в итоге. Это были два самых главных правила. Остальные опишу не так подробно. Но это не значит, что их надо игнорировать.

Женщин много, я один

— Никому ты не нравишься. Все тебя ненавидят. Ты обречён на поражение. Улыбнись, ублюдок!

*«Последний бойскаут».*

Начну издалека. Представь себе ситуацию: достаточно поздний вечер, центр города, и ты ловишь машину до своего дома приблизительно в шести километрах от него. Ты точно знаешь расценки местных таксистов, и точно знаешь сумму, которую готов заплатить. И ты абсолютно уверен, что за эти деньги уедешь. Ну если не на первой машине, так на третьей. И тут останавливается сгнившая «копейка» тысяча девятьсот семьдесят занюханного года. Ты открываешь дверцу и называешь адрес. И непонятный хрен с горы называет тебе цену

приблизительно раз в 30 выше той, что ты готов отдать. Что ты делаешь? Наверное, говоришь про себя «псих!» и захлопываешь дверь, отправляя сего странника дальше бороздить просторы Большого театра. Я с трудом представляю себе картину упрашивания его на коленях согласиться отвезти тебя за твою сумму, беганья за ним кругами в течение 3 часов, битьем головой о капот машины, оставляя новые вмятины, и соблазняя этого водителя танцами на задних лапах имени Лезгинки. Правда, смешно? Мне тоже. Нормальные люди поймут вторую машину. И вполне возможно, что это будет «Волга» или даже «Mercedes». И ты спокойно доедешь до своего дома, и вы расстанетесь довольные друг другой, пожелав в конце пути своему попутчику всего хорошего. Но если мы перенесем эти отношения в контекст отношений «Мужчина и женщина», то бредовая реальность с «копейкой» становится скорее нормой, чем поводом для длительной иронии. Почему ты, зная, чего достоин, выбираешь первую попавшуюся девочку, далеко не самую красивую, самую обычную в постели, с хреновым характером? А не нормальную, хорошую, вкусную девочку через неделю?

Такая ситуация характерна в самом начале пути соблазнителя. По одной банальной причине — у тебя дефицит женского общения, и именно поэтому ценность каждой отдельной девушки для тебя очень высока. А если ты общаешься с женщинами по пять раз на дню, то ты не будешь бросаться волком на первую попавшуюся. Надеюсь, ты будешь тщательно выбирать и придирчиво тестировать. Ведь ты нужен женщинам больше, чем они тебе. А будешь ты им нужен по одной простой причине — хорошие парни в диком дефиците, и эта книга учит тому, как стать таким.

Женщинам нравится, когда им оказываются знаки внимания

— Мужчина 80-х не должен быть крутым, он должен быть чувствительным. Например, я вчера плакал в постели.

— Ты был с женщиной?

— Я был один. Почему, ты думаешь, я плакал?

*«Смертельное оружие».*

Наверное, почти каждый мужчина в начале своей половой жизни думал приблизительно следующее: «А что она подумает, когда я с ней буду знакомиться? Не посчитает ли она меня наглым приставалой и не даст ли мне по лицу?». О да! И чаще всего знакомство с женщиной останавливалось на этой простой и очень вредной мысли. А теперь подумай:

Для кого женщина наносит макияж, подбирает шмотки, ходит во всякие фитнес-центры, использует тонны косметики, постоянно дает иметь свой хлеб с маслом визажистам, стилистам, парикмахерам, модельерам и прочим мужчинам неопределенной сексуальной ориентации? Для себя? Да ладно тебе. Для себя у нее есть мохеровый халат, бигуди и теплые домашние тапочки в виде собачек. Все эти регулярные акты мазохизма женщина делает для того, чтобы на нее обращали внимания. Им нравится, когда на них смотрят мужики, раздевая в автобусах в своих мыслях. Им нравятся, когда про них думают очень пошлые, но очень мужские фразы. Им нравятся, когда им оказывают знаки внимания просто потому, что это им поднимает уверенность в себе. Как я уже давно для себя уяснил — самый страшный кошмар женщины состоит в том, что она вдруг прекратит привлекать внимание мужчины, и мужчины перестанут оборачиваться на улице, глядя ей вслед.

Гибкость определяет успешность

—Я предпочитаю привлекательных, атлетически сложенных мужчин...

—Ну, может, я успею накачаться до нашей следующей встречи...

*«Проклятие нефритового скорпиона».*

Однажды у Эйнштейна спросили, чем его мышление, мышление гения, отличается от мышления обычного человека. Он ответил следующее:

— Обычный человек, если потеряет иголку в стоге сена, поищет ее некоторое время, найдет и успокоится. Я же продолжаю поиски до тех пор, пока не найду вторую иголку, третью, четвертую, и, если повезет, то даже пятую и шестую. Наш мозг, наше мышление и поведение можно

представить как черный ящик дай на входе одно и то же, и на выходе будешь получать одно и то же. И если мы будем одинаково общаться с женщинами, то мы будем получать одинаковый результат. Ты уже взрослый человек, ты скорее всего, понимаешь, с каким знаком для тебя будет этот результат.

Но если ты начинаешь экспериментировать, менять свое поведение, то на выходе этого ящика ты будешь получать совсем другие, новые результаты. И только тебе решать, что менять в своем поведении, что именно для тебя подходит больше всего: старые результаты, или новые. Что для тебя более эффективно, от какого варианта ты получаешь большее удовольствие.

И самый лучший вариант действия состоит в нахождении нового варианта поведения, который делает твои результаты еще лучше. После каждого общения с девушкой спрашивай себя: «Что я могу в следующий раз сделать лучше?», применяй на практике новые идеи и развивай свою модель поведения. Особо замечательные идеи можешь подарить мне, я скажу «спасибо».

Вызов доставляет удовольствие

- Помни, что этот пистолет направлен прямо тебе в сердце,
- Это мое наименее уязвимое место!

*«Касабланка».*

Да, именно так. Любое препятствие или преграду в своей жизни можно расценивать как разрушение мира. А можно расценивать, как повод научиться делать что-то другим образом, применить на практике новые знания или отработать старые. В нашей команде часто встречаются стихийные мозговые штурмы, когда мы все вместе коллективным разумом решаем поставленную задачу. Это помогает нам найти решение и использовать его в будущем, отработав и получив новые пункты бесценного опыта. И что с того, что прямо сейчас одна девочка очень так весело обломала меня, любимого? Давайте обсудим стратегию дальнейших действий в подобных ситуациях и применим ее на практике. Расценивай любой вызов как кайф, упражнение для мозга, повод учиться и задавать вопросы более опытным товарищам. Если

товарищей рядом нет, есть форум проекта [www.lover.ru](http://www.lover.ru). Еще раз повторю — переживание неудачи (или то, что ты расцениваешь как неудачу) никоим образом тебя не развивает. Обучение в любых ситуациях развивает тебя как эффективного соблазнителя. Как говорил один очень хороший психотерапевт после выслушивания трехчасовых жалоб пациента: «А действительно серьезные проблемы у вас есть?».

Когда я получаю удовольствие от общения с женщиной, я все делаю правильно

Душевные удовольствия удлинняют жизнь настолько же, насколько наслаждения чувственные ее укорачивают.

*Пьер Буаст.*

Это правило помогает тебе проверять общий эмоциональный фон в общении с девушкой. Обычно, если тебе хорошо, то и ей хорошо (подробнее смотри понятие раппорта). В других случаях надо что-то менять, дабы сделать девочке приятно. То есть, если тебе хорошо — ты все делаешь правильно, верно и в нужном направлении. Ты общаешься и получаешь удовольствие, и именно так надо общаться с женщинами — только получая удовольствие. Разумеется, можно иначе — грузить себя проблемами, грузить своими проблемами девочку, грузить вашими общими проблемами всех окружающих и даже повеситься в один день и на одной веревке. Только я задам тебе еще один вопрос: «А оно тебе надо?» Я думаю, что нет. И пока ты идешь на пути развития своих навыков как соблазнителя, я дам тебе еще один совет. Этот совет состоит в том, чтобы ты учился получать кайф от каждой минуты времени, которое ты проводишь с девочкой. Каждое твое действие, каждый поступок нужно делать себе в кайф, получая от этого процесса максимально возможное удовольствие.

Это возможно

Мужество состоит не в том, чтобы смело преодолеть опасность, но в том, чтобы встречать ее с открытыми глазами,

*Пауль Рихтер.*

Я очень часто встречаю людей, которые говорят про мои тренинги что-то следующее: «Это невозможно. Это невозможно, потому что это не

получается у меня». Вторую часть фразы они, может быть, вслух и не произносят, но смысл такой. Можно считать себя самым лучшим человеком на земле, который является экспертом и эталоном во всех мыслимых и немыслимых областях жизни. А можно спокойно знать, что есть человек, который что-то делает лучше, чем ты. И он делает что-то, что ты не делаешь. И как ты узнаешь, что это невозможно, пока сам не попробуешь это сделать? Невозможно соблазнить женщину без слов? Возможно. Невозможно заниматься сексом с женщиной через пять минут после того, как ты ее увидел впервые в жизни? Возможно.

Может быть, тебе для этого потребуется развить некоторые навыки, описанные в этой книге описанными тут способами. **НО ЭТО ВОЗМОЖНО.**

Давай простой пример приведу. Однажды, много тысяч лет назад, я вел базовый блок в Питере. Тогда еще в гостинице «Русь». И кто-то из участников задал в принципе простой и логичный вопрос о рекордах проекта. Я не стал говорить про разные там приколы и прочее, я начал сначала. Я сказал, что Шаман на самом простом нашем тренинге (сейчас он называется «РМЭС — Знакомства») за час времени собрал 122 номера телефонов женщин.

Сто Двадцать Два. Чуть больше, чем по два в минуту. Ради справедливости скажу, что месяц назад мы с Шаманом обсуждали этот случай, и он сказал, что цифры завышены. Он помнит про девяносто. Все равно, очень много.

Знаете, что я услышал в ответ? «А! — сказал парень. — Это легко!». Гм, сказал я про себя. Вслух же произнес:

— Ты знаешь, я сегодня щедрый. Я дам тебе ТРИ часа времени. За это время ты либо соберешь столько же номеров телефонов, либо нет. Если соберешь, ты можешь на основании своего опыта говорить, легко это или сложно. А если не соберешь, я тебе на бейджике напишу «трепло» и он будет с тобой до конца тренинга. Если потеряешь, выдам тебе еще один, у нас обычно большой запас.

Как там говорил Геббельс? Критик должен быть готов и способен в любой момент и по первому требованию занять место критикуемого им и

выполнять его дело продуктивно и компетентно; в противном случае критика превращается в наглую, самодовлеющую силу и становится тормозом на пути культурного прогресса.

Угадайте, что сделал наш участник? Он даже не вышел из зала. Что было дальше, я умолчу, вопрос не в этом. Вопрос в извечном желании поднять себе самооценку, занижая достижения других людей, оценивая их поступки с понижающим коэффициентом.

Например:

- 200 килограммов в становой - мало.
- 10 тысяч баксов в месяц - мало.
- 100 соблазненных женщин за жизнь - мало.
- прочитать книжку в неделю - мало.

и так далее...

Обычно оценитель таким образом губит прогресс нормального, в общем человека, в чем бы он не измерялся. И такими словами отвлекает его от развития, сам при этом ничего полезного не делая. Таких людей я называю паразитами и тормозами общества.

И еще немного о последствиях

Как ни безупречно произведение, от него не останется камня на камне, если автор, прислушиваясь к критике, поверит всем своим судьям, ибо каждый из них потребует исключить именно то место, которое меньше всего ему понравилось,

*Жан Лабруйер.*

Прежде чем ты начнешь меняться в лучшую сторону, усвой для себя одну неприятную истину, закон нашего общества. Этот закон состоит в том, что люди НЕ любят перемен, и НЕ любят наблюдать за переменами в других людях. Народ в своей массе ленив, и поэтому твое окружение будет сопротивляться любому твоему развитию.

Тебя могут называть эгоистом, хамом и мерзавцем, выдумать девяносто девять других слов для обозначения твоего развития. И все это только потому, что они уже определили для себя твои рамки, рамки привычного, и любой твой выход за эти рамки будет вызывать естественное сопротивление. Поделаться с этим ничего нельзя. Можно

только развиваться дальше. Еще дальше. В конце концов, выйдя за рамки общества, и действуя так, как хочешь только ты.

Глава 2: Структура коммуникации.

Не могу жить ни с тобой, ни без тебя.

*Марциал.*

Коммуникация — это процесс общения между людьми. Какая тут может быть структура, ведь каждый раз общение, по сути, совершенно разное? Ответ достаточно простой. При всей уникальности каждой отдельно взятой темы для разговора, любое общение, например, начинается и заканчивается. И это — часть структуры.

Для чего мы рассматриваем все это? Ответ простой. Эта книга — об эффективности общения, и раз я этому учу, то надо эту эффективность как-то измерять. Основная формула звучит так «Эффективность — это достижение цели с минимальными затратами ресурсов».

Всех видов ресурсов. Ресурсы — это деньги, время, эмоциональные усилия, например. То есть, можно девочку соблазнить, потратив ноль рублей, ноль копеек, но при этом на достижение цели может уйти несколько месяцев. Какая тут эффективность? Тут плакать хочется. Так что давай смотреть и думать, возможно, ты уже прямо сейчас, начнешь получать ответы на вопросы о соблазнении женщин.

Пять этапов коммуникации

— Ты только сказал «Привет» и я уже твоя,

*Джерри Макгуайер.*

Любой случай общения мы можем разделить на пять этапов. Они достаточно простые.

1. Контакт.
2. Знакомство.
3. Общение.
4. Расставание.
5. Послевкусие.

Что с ними делать? Давай по шагам кратко посмотрим на примере уличного знакомства, то есть когда ты впервые в жизни увидел девочку,

пообщался с ней, взял телефон и ушёл дальше по своим делам. Как это обычно бывает? Ты гуляешь по городу, твой взгляд скользит по лицам, и тут — оно! По каким-то причинам ты выделяешь девочку среди других людей, и у тебя срабатывает «наводка на цель» — ты идешь к девочке, смотря на нее. Так ты устанавливаешь с ней контакт. Когда девочка посмотрит в ответ на тебя (а когда ты к ней пойдешь, она посмотрит) — у вас происходит обоюдный контакт взглядов. И мы можем назвать это знакомством. Заметь, знакомством именно в случае структуры общения, а не в классическом понимании.

Дальше у вас происходит общение. Сколько времени вы общаетесь, сейчас не важно. Поговорили и ладушки. Но этап общения надо рано или поздно заканчивать, и у вас включается следующий пункт — расставание.

И, напоследок, идя каждый по своим делам, вы переживаете, вспоминаете ваше общение. Это и называется послевкусием.

Пока я описал шаги, что с ними делать — чуть позже. А пока я хочу тебе донести следующую мысль — эта структура работает не только на улице на взятии телефона. Она описывает вообще любое общение. Надо просто найти сходство и начать применять дальнейшие способы сделать это общение эффективным.

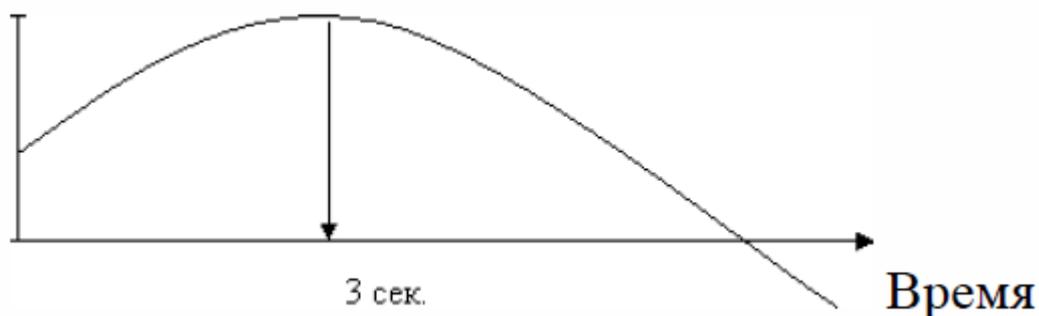
Давай сейчас рассмотрим несколько простых правил, которые могут нам очень сильно облегчить жизнь.

Правило трех секунд

Привычки быстро переходят в обычаи.

*Генрих Манн.*

Ты обращал внимание, что когда в твоей жизни появляется новый человек, ты начинаешь непроизвольно испытывать к нему интерес? И что потом, если человек ничего не делает, этот интерес очень быстро уходит в никуда? Мы можем этим наблюдением пренебречь, а можем понять одну простую вещь. Если в течение некоторого времени после начала визуального контакта мы начинаем разговор с девушкой, у нас есть бонус интереса с ее стороны.



*Рис. 1. Интерес в зависимости от времени.*

В среднем у людей пик интереса наступает на третью секунду. И потом он идет на спад. Это не значит, что тебе дарована универсальная отмазка «Я не успел за три секунды. Потом, в следующий раз». Это значит, что используя это правило, ты получаешь больший уровень интереса со стороны девушки.

Правило пятнадцати секунд

Мир открывает двери перед тем, кто знает, куда идет.

*Ральф Эмерсон.*

Есть еще одно наблюдение. Тоже связанное со временем и тоже с малым его количеством. Это правило звучит так начинать разговор надо не позднее чем через пятнадцать секунд после того, как ты посмотрел на девушку.

То есть, получается приблизительно так первые три секунды — ты увидел девушку и начал к ней идти, в остальные двенадцать секунд надо успеть дойти, открыть рот и начать разговор. График точно такой же, как и в прошлом правиле.

Уходя — уходи

Говори кратко, проси мало, уходи борзо!

*Приписывают Петру I.*

Многие пренебрегают умением прощаться. Что это значит? Это значит, что уходить надо быстро. Почему? Потому что общение запоминается по эмоциям, который человек испытывает на момент окончания этого самого общения. И если ты будешь два часа изъяслять заверения в вечной дружбе, то запомнят тебя как редкостного зануду.

Даже если ты до этого два часа выжигал напалмовыми ударами площади и скверы всей Москвы, фонтанируя своим чувством юмора. Все равно — зануда.

Внесение ресурса вечным быть не может

В войне полов не может быть победителя, потому что противники слишком склонны к братанию,

*Генри Киссенджер.*

У тебя было так, что ты общался с человеком, и начинал замечать — уровень комфорта в вашем общении падает, общение уже не то? Что ты тогда делал? Часто люди начинают вкладывать в это самое общение свои ресурсы, силы, энергию.

И рано или поздно, когда ресурсы заканчиваются, вы все равно расстаетесь, просто ты — еще при этом дико устал. С чем это связано?

Человеческие эмоции представляют собой последовательность, похожую на приливы и отливы волн. Вслед за хорошим настроением следует усталость, за спокойствием — веселье. И когда вы начинаете общение, интерес к тебе возрастает. Рано или поздно он пойдет на спад — и ты должен либо уйти на пике эмоций, либо начать вкладывать свои ресурсы, чтобы общение продолжалось.

И чем дольше идет общение, тем больше от тебя требуется ресурсов, чтобы оно осталось на том же уровне комфортности.

Ну то есть ни разу это не выгодное занятие.

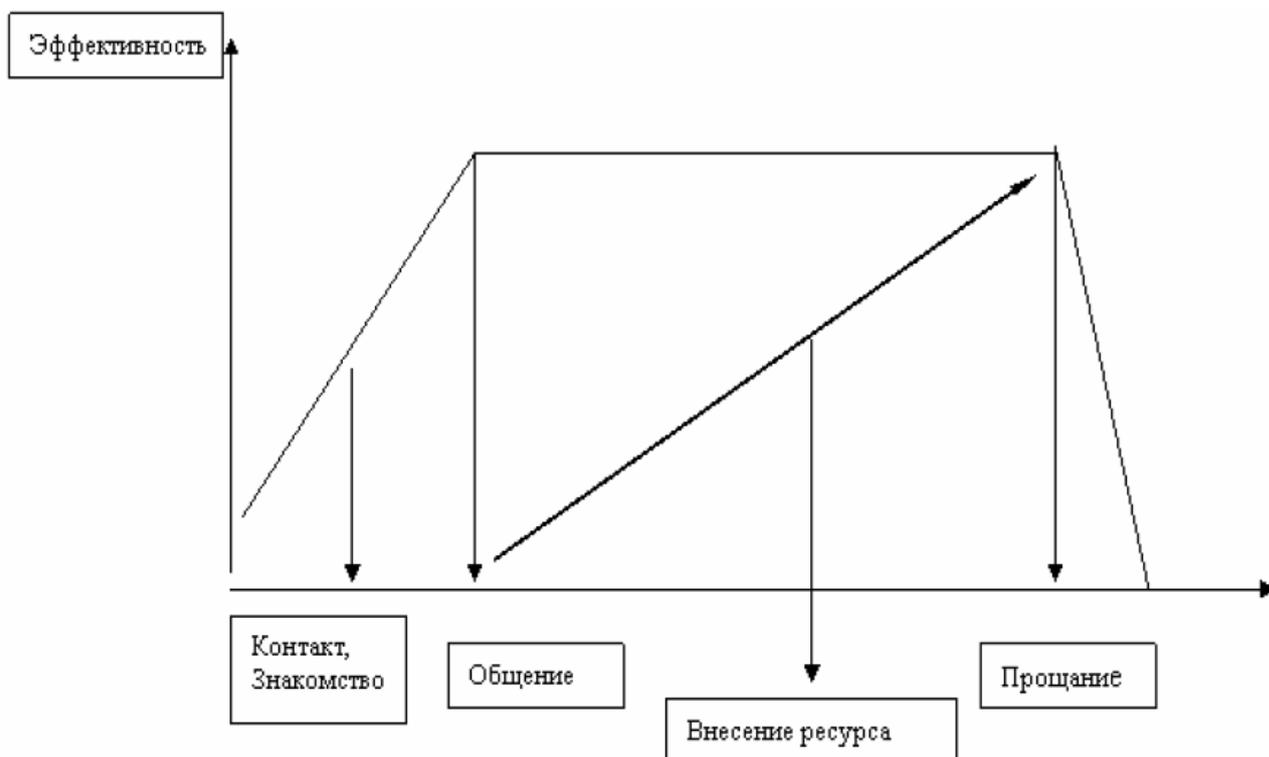


Рис. 2. Схема идеальной структуры коммуникации в вакууме.

Для поддержания эффективности на стадии общения происходит постоянное внесение ресурса в ситуацию, чтобы поддерживать максимально ресурсную коммуникацию для обоих участников.

#### Выводы

Почти все уверены, что будут счастливы в будущем, и уверены, что были счастливы в прошлом.

*Пьер Бауст.*

Пора заканчивать. В этой книге будут еще большие главы, задача этой главы — донести до тебя простые правила эффективности. Давай еще раз их озвучим:

- Увидев девушку, сразу начинай к ней двигаться — получаешь много интереса к себе. Ты выгодно отличаешься от обычных уличных тормозов

- Ты смел и успешен.

- С позиции эффективности прощание по времени должно совпадать со стадией знакомства, и оптимальный срок — десять-пятнадцать секунд на поцелуй в щечку и взятие номера телефона.

Разумеется, если ты не взял номер телефона раньше. Такое прощание запускает гораздо более активный процесс послевкусия, чем простое "Пока... пока.....Пока... мяу... пока....".

— Расставаться надо на пике эмоций. Если ты видишь, что ваше общение пошло на спад, пора резко вносить ресурс с помощью, например, шуток — и уходить, создав пик эмоций.

— Само общение занимает почти все время коммуникации, но это не делает его главным по значимости пунктом.

Глава 3: Различия в мужском и женском построении отношений.

Путешествия во времени — слишком опасное занятие.

Лучше посвящу себя изучению другой загадке Вселенной — женщинам!

*Доктор Эмет Браун. «Назад в будущее-2».*

Скажи, задумывался ли ты о том, в чем разница между мужчинами и женщинами? Думаю, что да. Что же мы можем тут найти? Отличия между полами есть не только на уровне внешних половых признаков или там размера тушки, но еще и на уровне мышления. И что самое интересное, уровень мышления определяет отношение к противоположному полу.

Мужчины мыслят более логично, это так, и строят отношения по простой пошаговой структуре — сначала одно, потом другое, и либо получается, либо работаем заново. Женщинам обычно свойственно более эмоциональное мышление, поэтому построение отношений у женщин пляшет от уровня получаемого удовольствия.

Моя задача не в том, чтобы сделать из женщин мужчин по мышлению, а в том, чтобы дать описание разницы в построении отношений у мужчин и женщин. Одна из распространенных ошибок, которая рождает непонимание у мужчин и женщин состоит в том, что мужчина думает, что женщины так же подходят к отношениям, как и парни. Это немного не так, и цель этой главы — дать тебе понимание этих различий. Я не могу претендовать на истину в последней инстанции в этом вопросе, но к построению этих моделей я подошел в свое время очень тщательно. Я опросил лично сотни женщин и тысячи мужчин, и

получил достаточно общий результат. Если хочешь понять, в чем состояла моя работа, можешь взять любую женщину, и попросить описать мужчину своей мечты. Тщательно записать ответы, а потом спросить, с каким мужчиной она спит, и постараться найти хотя бы пару похожих пунктов.

Эта глава является результатом исследования обычных людей, которые живут в нашей стране, говорят на русском языке, воспитывались по большому счету в Советском Союзе, и имеют очень похожее воспитание на уровне общества и похожие культурные ценности. Возможно, что в будущем что-то изменится, но пока эта последовательность в выборе партнеров для отношений практически всегда работает, и представляет собой определенный интерес, что и может тебя побудить тщательно все прочитать, и использовать в своей дальнейшей жизни.

Пункт первый: мужской взгляд на отношения

— Мне бы хотелось с вами не согласиться, полковник,

— Ты не в том положении, чтоб не соглашаться.

У меня заряженное оружие 45-го калибра, а у тебя прыщи,

*«Запах Женщины».*

Как эта система работает у парней? Достаточно просто, линейно и последовательно проходит несколько тестов. Он и идут один за другим, и провал одного чаще всего означает отказ от дальнейшего общения в большинстве случаев. Давай рассмотрим эту модель построения отношений подробнее. С чего у парня (мужчины, молодого человека, подростка) начинается поиск девушки? Что является отправной точкой и мотивацией для дальнейших действий? Ответ очень простой и лежит на поверхности. Он заключается в простом факте: парню не с кем спать или у него нет текущих отношений. Я имею в виду активные действия. Например, если симпатичная девушка возьмет парня за хобот и скажет на томном выдохе «возьми меня, я вся горю!», то мало какой мужчина сможет отказать, особенно если этот процесс произойдет далеко от его стандартного круга общения и про этот случай никто никогда не узнает.

Точно так же, если парень полностью удовлетворен текущей интенсивностью отношений, если у него все хорошо, у него есть отличный секс, замечательное общение, накал страстей и комфорт с любой стороны, вряд ли он пойдет на свободный поиск новой женщины. Ровно как не пойдет бастовать на баррикады и заниматься прочей политикой.

А вот если текущей женщины на горизонте нет, старые контакты в телефонной книге высказывают свое желание видеть его только на похоронах или других официальных мероприятиях, посвященных уходу в другой мир, то рано или поздно неведомая сила потянет его либо в Интернет, на поиски свежих документальных фильмов про любовь, либо на улицу знакомиться и общаться. Впрочем, есть и третий путь — сначала просмотр фильмов, а когда надоест — на охоту.

Одной фразой скажу: заставляет искать женщину отсутствие женщины.

Что происходит дальше? Парень перебирает десятки, а возможно, и сотни вариантов. Оценивает по большому набору критериев, которые можно свести в один — нравится ли ему барышня по набору внешних параметров, или нет. Иногда бывает, так, что он задает себе вопрос: устраивает ли барышня его по минимальному набору внешних характеристик, или нет.

Эти требования у парней могут различаться, и даже почти всегда различаются. И если парень видит самку слонопотама весом в триста килограммов ростом сто шестьдесят сантиметров в холке, грациозно крутящую своим жвалом и шевелящую ложноножками в поисках безумца, готового с ней спариваться, то резко отводит взгляд и проходит мимо, ускоряя шаг.

Ну а если барышня проходит внутренний тест на внешнюю привлекательность, то начинает ритуал общения. Одной фразой:

*«Первый тест у мужчин — это оценка привлекательности женщины».*

Следующий тест тоже очень простой, и тоже индивидуален для каждого конкретного мужчины — это общение с девушкой. Общение на

разные темы, оценка чувства юмора, внутреннего мира и так далее и тому подобное. И если барышня, например, совсем не умеет поддерживать разговор (являет собой совершенный интеллектуальный и духовный экстремум минимализма), то в подавляющем большинстве случаев общение прекращается.

Ну сам посуди — кому охота постоянно играть в одни ворота, не получая ничего взамен? Да, возможно, что можно совершить героический подвиг — облагородить свое чувство кармического благодетеля, и дать ей радость секса, но это бывает редко и чаще всего для процесса под кодовым названием «слив баллонов».

Одной фразой:

*«Второй тест у мужчины — это оценка умение общаться».*

Вернее даже не умение, а оценка своего комфорта во время разговора.

Что дальше? С точки зрения соблазнения относительно просто — рано или поздно после всех разговоров пора ехать домой кормить рыбок. И когда вы вдвоем покрошите хлеба в банку со шпротами, пора заниматься постельным двоеборьем. И после всех ритуальных плясок по квартире и выслушивания обязательных фраз типа «я не готова», «может попозже» и так далее, происходит процесс, связанный с трением скольжения, качения, и реакцией точки опоры на нагрузку.

Что же тут интересного? Секс он и есть секс, за исключением одного большого и жирного «но». Бывает так, что партнеры в постели совершенно несовместимы. Я до сих пор помню один из самых шокирующих случаев, который хоть и произошел много-много лет назад, до сих пор вызывает у меня много вопросов. Опустив подробности ухаживания и так далее, я скажу, что в постели услышал фразу: «Если ты меня действительно хочешь, то надевай презерватив, я полежу и подожду, пока ты кончишь». Да, я мужчина, я смог, но так сказать, для проверки. Отношения, как это легко понять, не сложились ну совершенно.

И если парень понимает, что секс с этой девушкой можно описать фразой «подрочил женщиной», то вряд ли он будет хотеть снова и снова

встречаться с этой барышней. Мало того, почти всегда после такого разочарования желания общаться больше не возникнет, в лучшем случае они будут дружить как парень с девушкой — ну то есть общаться, ходить в кино и так далее. Если с ней комфортно говорить и проводить время, то почему бы и нет?

С другой стороны, если эта ночь будет продолжаться триста часов, и фраза «ну кисонька, ну еще капельку» тоже будет звучать, и все фантазии резко станут реальностью бурлящего оргазма, то желание общаться будет только расти и крепнуть. Особенно по утрам.

Одной фразой:

*«Третий тест у мужчины называется удовольствие от секса.»*

Что же дальше? Все просто. Желание встречаться есть, заниматься сексом — в избытке, общение супер, и вроде бы все о'кей. За исключением еще одного теста (и не последнего). Он простой и жизненный.

Вот представь себе ситуацию: лежишь ты в обнимку с женщиной после лучшего секса в этом году, да и похоже, всей предыдущей жизни, и слышишь следующий набор просьб...

А) Надо отвезти бабушке комод на дачу.

Б) Её маму в аэропорт через два часа.

В) Оплатить ремонт ее квартиры.

Г) Разрулить проблему с ее правами после проезда через двойную сплошную на красный.

Д) кастрировать ее кота, потому что она боится вида крови.

И это пункт номер «раз» на сегодня. В обед получим вторую часть списка добрых дел.

И если такой набор «пожеланий» и может быть выполнен, то может быть увеличен и так далее и до бесконечности. И тут все плюсы от секса резко получают компенсацию в виде кучи нервоотрепок и геморроя, ежедневно, с истериками, требованиями, звонками в три утра и прочая, и так далее. Железных людей в этой реальности мало, и при таком развитии событий легко прогнозировать простой вариант развития

событий: у парня резко появляется много важных дел и барышня уходит на очень далекий запасной аэродром с билетом в одну сторону.

Но это бывает редко и хорошо характеризует адекватность барышни. Обычно такой путь называется «фига себе» и мало что из такого получается, разве что ей удастся найти стильного мазохиста из нижней касты, который за секс готов прислуживать вечно. С обычными парнями прокатывает совсем другой вариант.

Он тоже простой — это отношение уважающих друг друга людей, которые наслаждаются обществом друг друга и взаимным сексом, и вообще все хорошо — мальчик делает хорошо девочке, она тоже готова для него делать много чего хорошего.

Одной фразой:

*«Четвертый тест в том, насколько женщина напрягает мужчину после секса.»*

Вот вроде бы и все. Краткое резюме:

Если пройден первый тест, начинается общение. Пройден второй тест — будет секс. Устраивает секс — смотрим, что дальше. И если общение отличное, мы это называем «отношения».

Пятый тест у мужчин очень простой, и называется:

*«Готов ли я видеть эту женщину матерью моих детей?».*



*Рис. 3. Схема мужской модели построения отношений.*

Понимание этой социальной структуры сразу снимает кучу вопросов к соблазнителям по поводу того, что они только соблазняют и бросают, чтобы завтра снова повторить. На это я говорю уже многие годы: если девочка устраивает мальчика в общении, сексе, и ему с ней комфортно и хорошо, никого он бросать не будет. Бросают тех, кто много требует и мало дает взамен, не понимая, что крепкие отношения строятся на взаимном уважении мужчины и женщины и желании сделать жизнь друг друга лучше и комфортнее.

Пункт второй: женский взгляд на отношения

— Со сколькими мужчинами вы спали?

— С пятью. Ну, может быть, с шестью,

— В наше-то время?

— Ну и что, неделя была спокойная.

*«Заряженное оружие».*

А как же этот процесс построения отношений происходит с женской стороны? Мне лично всегда нравилось опрашивать парней на тему того, как женщины строят отношения. Во-первых, это всегда очень забавно, во-вторых - сильно оторвано от реальности.

Обычно, конечно. Я не буду долго выдавать предпосылки и навязанные обществом правила того, как должно все быть, чтобы со стороны все выглядело прилично. Я начну писать как есть, без прикрас и морализаторства.

С чего начинается у женщины процесс поиска нового парня? Очень хочется сказать, что так же как и у парней, основная мотивация — нет парня. С этого момента я сразу говорю «Чушь!». Просто потому, что у женщины всегда кто-то есть. Этот «кто-то» либо с ней спит, либо гуляет под луной, либо считает себя ее парнем, либо как-то еще. У практически любой симпатичной барышни всегда есть парень, есть десятки номеров телефонов запасного состава, и несколько парней на разогреве. Это не значит, что надо поднять лапки кверху и ждать того микроскопического

промежутка времени, когда она резко рассталась с одним парнем и не нашла другого — ты можешь в эту неделю просто не успеть.

Так что надо это принять как данность — это просто есть, и мы можем стать тем парнем, из-за которого произойдет смена основного состава. Так обычно и происходит, честно говоря. Девушка находит нового парня, который красивее, богаче, умнее, лучше занимается сексом, спокойнее и имеет более высокий социальный статус. И не говоря ему о том, что у нее есть кто-то еще. Делает все так, чтобы никто ничего не понял. Она просто завела себе нового парня, вот и всё.

Что же нам надо понимать — мотивацию отправной точки к поиску. Она простая, и описывается одним словом. Это слово — «скучно». Любой поиск приключений и дополнений к своей жизни происходит тогда, когда девушку затягивает омут счастья, болото рутины и плесень тихой и спокойной семейной жизни.

Резюмирую: мотивация к поиску нового парня у девушки происходит от скуки. Не факт, что она найдет нового парня, но как минимум получит множество подтверждений своей привлекательности, поднимет свою самооценку и как минимум развеется.

Что же дальше? Вот наша девушка тщательно раздевается, чтобы выглядеть при этом одетой, наносит боевую раскраску и выходит в ночной клуб, предположим, послушать музыку. И начинается ловля на живца. Кстати, если тебя смущает ночной клуб, возьми улицу пешеходную в летний выходной день. Или все, что может быть еще. Место тут роли вообще не играет — приключений на свою упругую ягодичную мышцу можно найти где угодно.

Как же девушка оценивает парней, который подходят к ней, чтобы завести разговор на разные отвлеченные темы? Сразу тебя скажу, что совпадение с мужской стратегией тут минимальное. Если бы для женщины была важна внешняя красота мужчины, я бы до сих пор был девственником. Это не значит, что на внешний вид надо положить ослиный болт с отвесом, тут всегда важна умеренность и разумный набор внешних факторов — чистота, опрятность, запах свежего тела,

ухоженность и так далее. И если этот минимальный уровень есть в наличии, то красота не играет никакой роли.

Ну ладно, скажешь ты мне мысленно, это я понял. А что играет роль? Что должно быть? Отвечу очень просто — девушке должен понравиться сам процесс знакомства. Она оценивает то, насколько это было радостно, эмоционально, будет ли что вспомнить, и в итоге — какой эмоциональный след ваше знакомство у нее оставит. И всё.

Если след был так себе — то она просто найдет кучу поводов при телефонном разговоре не приходить на следующие встречи, а если сам процесс знакомства был так себе — то и даже контактами вы не обменяетесь, а то и вовсе она найдет благовидный предлог оставить твое общество.

Одним предложением:

*«Для женщины важны хорошие впечатления от вашего знакомства.»*

Дальше все просто — тут пункты совпадают с мужской стратегией. Вы общаетесь, и начинается процесс ухаживания, тот самый вредный для зубов и беспощадный для флоры цветочно-конфетный период. В этот момент женщина смотрит на то, как ей с тобой комфортно и приятно. Ценишь ли ты ее богатый внутренний мир, понимаешь ли ты ее тонкую душевную организацию и так далее и тому подобное.

Одним предложением:

*«Насколько комфортно и приятно ей с тобой общаться.»*

Если общение так себе — ты будешь крайне тактично послан в запас и переведен в разряд друзей или провайдеров, про это позже.

Третий этап тоже похож на мужскую стратегию — впечатление от секса. Сразу замечу, что в женской стратегии пункт «готова ли я его видеть отцом моих детей» вообще не встречается. Просто потому, что женщина подсознательно готова рожать детей от мужчины, с которым у нее секс.

Точно так же не важно количество половых актов, их продолжительность, частота колебаний, размер члена и прочее — важно то, как она себя чувствует в постели с этим мужчиной. Для женщины

оргазм получается не от процесса трения, а от процесса возбуждения мозга от секса с лучшим мужчиной в ее жизни.

Да, удовольствие от секса важно, разумеется. И это и есть третий пункт женской стратегии построения отношений, но он не так важен как четвертый и пятый пункты. Вернее, он является промежуточным этапом, так что мы его кратко отметим и перейдем дальше.

Третий этап:

*«Удовольствие от секса.»*

Всё, что было до этого, по большому счету не имеет особенного значения. Да, это может звучать кощунственно, потому что беспорядочные сексуальные связи не получают одобрения церкви нарушают закон божий, и мне это приносит очень сильные моральные страдания. Вернее, приносили бы, если бы я верил в бога, так что проехали. Реальность же такова, что до поиска единственного парня в своей жизни женщины часто перекапывают кучи пустой породы в поисках упругого алмаза.

Это делается для одного четвертого пункта. Он настолько непонятен обычному смертному мужского пола, что я просто скажу — он есть. И он называется «сравнение». То есть девушка сравнивает по куче параметров своего постоянного партнера и вновь обретенного. Куча этих параметров описана в разделе «Модель ста баллов», и за подробностями я отсылаю к внимательному изучению этого раздела.

Я просто могу сказать, что мудрая женщина сделает так, что этот этап пройдет незамеченным для всех сторон любовного треугольника, в котором один угол обязательно окажется тупым. И если новый парень окажется лучше предыдущего, то происходит финальный, пятый тест. А если вдруг нет — то выясняется куча причин, по которым они, к сожалению, больше не смогут быть вместе.

Четвертый этап:

*«Сравнение мужчин. Нового, вновь приобретенного, и основного состава.»*

О да, начинается пятый этап построения отношений. Он прост до ужаса и с женской точки зрения вполне логичен, с точки зрения

двоичной мужской логики абсурден. Совершенно нелогичен и непонятен, и именно этим и хороши наши дамы.

Чтобы этот этап был понятен, начну издаleка — с первых дней сексуального обладания друг другом и начала построения счастья. Что же происходит у парня? Первое время парень готов на подвиги, и стирает член в кровь каждую ночь до наступления полного физического истощения. Заметь, я говорю первое время — этот этап продолжается пару недель. Потом эмоциональный и гормональный всплеск проходят, и начинается ежедневное общение.

А большинство парней в обычном ежедневной общении вовсе даже не фонтан — их простые радости повседневного бытия редко выходят за грани обычного. То есть феерия первых дней общения уходит, и, спустя несколько недель, сначала уходит от принца белый конь, потом все его рыцарство, потом галантность и остаются от дохлого осла уши.

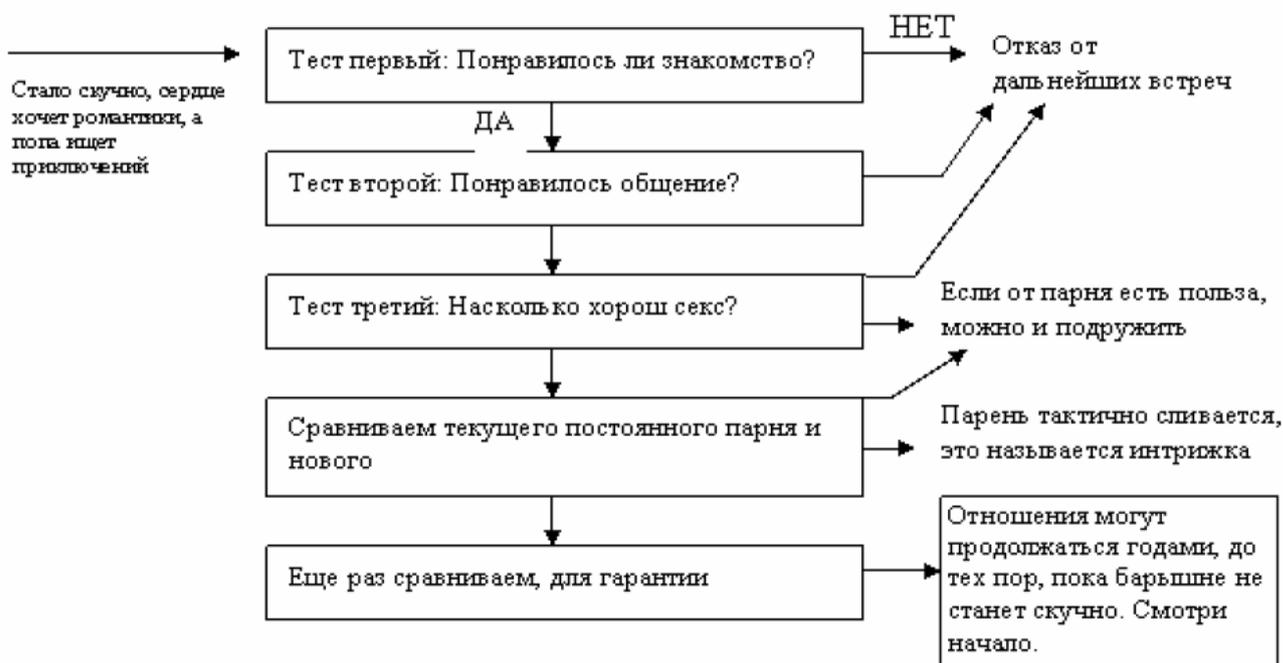


Рис. 4. Женская модель построения отношений.

И вот тут, спустя три месяца, а может быть и даже шесть, происходит второй этап сравнения, главный. Еще раз сравнивается старый парень и новый. И чаще всего оказывается, что они не так уж и различаются, и остается понимание того, что старый дрессированный

парень гораздо больше удобен в быту, чем новый. Все шестеренки притерлись, все понятно, ожидаемо и предсказуемо. И если тут есть провал в сравнении все дело оказывается просто влюбленностью и интрижкой, любовником на пару недель, ничего больше.

Ну, а если все-таки сравнение будет в пользу нового парня — так происходит замена основного состава, и парня допускают в святая святых — на семейные ужины и знакомство с родителями. И мы возвращаемся в начало процесса — если в отношениях снова становится скучно, мы переходим на шаг номер раз. Это правило хорошо иллюстрирует старый анекдот:

Идет Вовочка зимой со своей мамой мимо пруда, и видит, как на льду трахаются собачки. У нижней разъезжаются лапы, сверху происходит активный мыслительный процесс. И Вовочка спрашивает у мамы:

— Мам. а что там собачки на льду делают?

— Ну как тебе сказать... Нижняя собачка расслабляется, верхняя напрягается... Понял?

— И что же?

— Не расслабляйся, а то тебя поимеют.

Выводы

— Почему бы тебе не завести себе хорошую девушку? — Мама, я каждый вечер завожу себе хорошую девушку,

*«Славные парни»*

Надеюсь, что ты понял главную разницу в подходе мужчины и женщины к сложному процессу отношений. Мужчины имеют простую последовательную пошаговую структуру, которая выглядит просто: нравится — идем дальше, не нравится — ищем новую женщину.

Наши женщины предпочитают постоянно сравнивать свое окружение, выбирая лучшее из того, до чего они могут дотянуться. И если парни просто намерены найти женщину, то женщины стремятся постоянно улучшать качество своего мужчины, просто потому что генетическая программа требует давать шанс на размножение только самым лучшим.

И еще раз замечаю, что этому не учат в школе, и эта модель является чем-то вроде второго плана на уровне «так заведено». Не стоит пытаться это поменять, не стоит даже пытаться идти против течения. Это есть, это данность нашей реальности, и понимание этих законов делает нас более успешными в соблазнении. Непонимание говорит окружающим тебя женщинам, что ты либо не прошел интеллектуальный ценз, либо тебя можно использовать для воспитания детей от другого мужчины. Всегда должен быть тот, кто ее содержит, и всегда есть тот, от кого хочется рожать.

Я хочу еще раз заметить, что это стратегии построения отношений, то есть поиска партнера по жизни на длительное время. В других ситуациях возможны полные игнорирования этих правил и стратегий. В каких? Ну, например, если у девушки банальный сексуальный голод, то ей пофигу на разговоры и так далее, и у нее включается программа поиска самца для спаривания — это другой случай, с другими законами секса на одну ночь. Это тема других статей и глав, это тема мастерского курса — как сделать так, чтобы вам было хорошо, и вы больше, возможно, никогда не встретились.

Возможны так же и другие варианты в критических состояниях сознания, и прочее и подобное. Я описал в этой главе среднюю стратегию, которая работает для подавляющего большинства людей в обычных условиях. Это не значит что я прав абсолютно и везде, это просто обобщение наблюдения сотен людей, вот и все.

Глава 4: Построение отношений.

— Я всегда думал, что отношения, завязанные в экстремальных ситуациях непродолжительны.

— Придется завязать их на сексе.

— Как скажете, мэм,

«Скорость» (фильм).

Что же дальше? Дальше мы всё совместим, чтобы получить окончательное понимание, как у женщины реализуется модель соблазнения с точки зрения мужчины. В этой главе я укажу на несколько типичных этапов и самых распространенных ошибках в соблазнении, и

моей задачей будет окончательная «сборка» всего того, что я уже писал о моделях соблазнения.

На этом мы, по большому счету, закончим со стратегиями и моделями, и дальше будем применять уже конкретные методики развития навыков, то есть перейдем от теории к практике. Что мы будем делать? Мы будем рассматривать женскую реальность, и ее круги общения. Еще раз говорю — мы сейчас будем смотреть на женский мир с точки зрения женщины. Последовательно рассматривая все этапы ваших отношений, начиная с того, что вы даже не знаете о существовании друг друга, заканчивая фазой действующих любовников. Это когда вы спите вместе, если простым языком. Я тут даже набросал рисунок:

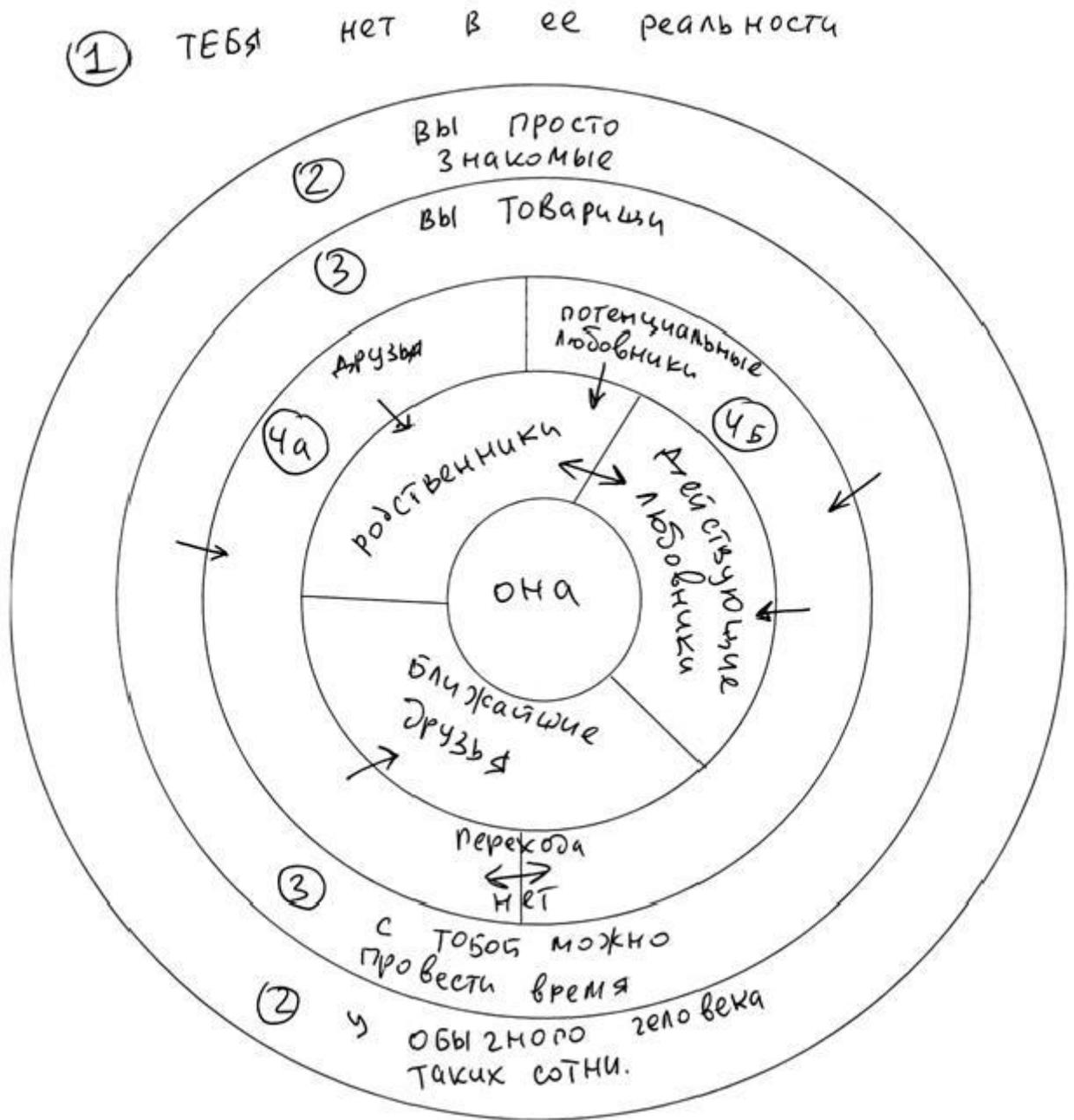


Рис. 5. Стадии построения отношений.

### 1 контур

Так с чего же все начинается? По большому счету с кота Шредингера. И точно так же, как в эксперименте известного физика не понятно, жив кот или нет. Точно так же на первом этапе совершенно не понятно, существуешь ты или нет. Девушка может догадываться, что где-то там, за таинственным лесом и далеко сквозь пространственные

переходы могут существовать некие мужчины, но вас пока никак не свели нос к носу. Тебя нет, понимаешь?

## **2 контур**

Но потом происходит этап первого знакомства. Как понять, что он успешен? План-минимум состоит в том, чтобы тебя узнали на улице и кивнули головой. План максимум — тебя записали в записную книжку в телефоне не как «Дебил, не поднимать!!!», а по имени. То есть тебя помнят и знают. Или хотя бы узнают.

**Плюсы** — ты есть в ее реальности.

**Минусы:** по большому счету ты даже не в отборочном туре. У обычной барышни десятки, если не сотни знакомых парней. Если будешь сидеть, не бликуя на границе ее восприятия, то тебя очень быстро забудут. Считай, что «время жизни» вашего знакомства — ну от силы месяц.

## **3 контур**

Настало время прорываться с боями сквозь плотные линии обороны на следующий круг доступа к телу — давай его условно назовем «товарищи». Что это такое? Тебя уже не только помнят в лицо, с тобой могут провести время.

Какая разница между вторым и третьим уровнем доступа? Простая. Знакомым кивают головой, с товарищами начинают говорить за жизнь. С тобой могут встретиться, провести время, поговорить за жизнь, если все друзья заняты. Или если ты позвонишь, поднять трубку и в случае свободного времени согласиться провести его с тобой.

**Плюсы** — с тобой общаются.

**Минусы:** ты на вторых ролях. Вечно быть «на подхвате» так себе идея. Звать в гости тебя будут для компании и массовки, а не как любимого человека.

## **4 контур**

- *4а контур.*

А вот тут внимание! Очень важная вещь! На четвертом круге доступа уживаются два разных типа людей. Первый — это друзья. Что такое друзья? Это парень, с которым говорят, но не спят. Вернее даже

так — женщина с тобой может даже спать в одной постели, но строго без секса. А вместо секса тебе будут говорить про своих парней, рассказывать, где чего и как. И так далее и тому подобное. И целовать только в щечку.

В принципе, нет ничего плохого в том, чтобы дружить с девушками — они тебе скажут много, и многим могут быть полезны. С ними можно ходить по магазинам и клубам, советоваться в случае каких-то непонятных ситуациях с твоими женщинами.

Единственный минус — из друзей в любовники путь только один. Он заключается в том, чтобы пропасть на полгода или больше, и вернуться новым человеком. Самый лучший способ — записаться и пройти службу в Иностранном Легионе, который во Франции. В любом случае, снова вернувшись, будешь начинать все заново.

Причем попасть в друзья очень просто — нужно просто забыть ей показать, что ты ее хочешь, и слишком большое время уделить процессу ухаживания. Как только барышня поймет, что пока ты ей предложишь переспать — она заработает карьеру, ты тут же станешь другом.

**Плюсы** — дружить с женщиной это хорошо и приятно. Может знакомить с подругами и консультировать, пить с тобой кофе и появляться в свете.

**Минусы:** к сексу это не ведет.

- *4б контур.*

Второй вариант — это потенциальные любовники. Парни, которые показали, что будут добиваться доступа к телу. Это те ребята, которые на одной из встреч начали позиционировать себя как будущего сексуального партнера, и дали ясно понять, что хождением за ручку не ограничатся.

Они как минимум уже подержались за грудь и поиграли в штурм (пока) неприступной крепости. Это тот самый случай, когда следующая встреча закончится сексом.

**Плюсы** - всё может быть. Может быть даже завтра.

**Минусы:** Если тупо сидеть в позе лотоса и ждать, про тебя быстро забудут. Тем более, что вылететь из потенциальных любовников в друзья как раз можно, в отличие от предыдущего варианта.

### **5 контур**

В этой зоне доступа существует уже не два типа людей, а три. Это самый-самый близкий круг общения у любого человека. Кто тут находится?

Ближайшие друзья. Это продолжение развития отношений от варианта «4а». Люди, поверенные во все тайны, опора по жизни и так далее и тому подобное. Обычно таких друзей — 3-5 человек. Сексом тут если и пахнет, то в следующем варианте.

Это тот вариант, который называется «Родственники». В принципе с мужем хотя бы раз-другой переспать придется, хотя бы для того, чтобы оправдать беременность. А может быть и не раз, и не два. Но жениться ради секса — это то же самое, что покупать корову ради литра молока. Так что такой вариант развития событий мы не рассматриваем, как бесперспективный.

Ну и третий вариант — это действующие любовники. Как бы тебя не шокировало следующее утверждение, но я все равно его скажу. У одной барышни может быть таких кадров столько же, сколько и близких друзей. А может и не быть — все зависит от уровня эмоций, которые часто называют «любовь» или «влюбленность».

Причем слово «действующий» в данном случае обозначает только одно — тот с кем она находится в постели прямо сейчас. Как только ты выползешь из теплоты уютной норки, ты автоматически станешь потенциальным любовником. То есть перескочишь в вариант 4б.

**Плюсы** — это может быть вечно.

**Минусы:** а может и не быть. Если не вовремя будешь смазывать клацающее забрало — может найтись более шустрый рыцарь с более длинным копьём.

Структура соблазнения

Каждый, кто был соблазнен, хочет соблазнять сам.

*Марлен Дитрих.*

Давай подведем краткий итог структур, контуров, психологии и прочего. Для мужчины структура соблазнения, с учетом всего, что сказано выше, будет состоять из следующих пунктов:

1. Найти девушку
2. Познакомиться
3. Привлечь
4. Сблизиться
5. Секс
6. Отношения

Модель соблазнения за три свидания («трехсвиданка»)

Трудно сказать, в какой именно момент рождается дружба. Когда по капле наливаешь воду в сосуд, бывает какая-то одна, последняя капля, от которой он вдруг переполняется, и влага переливается через край, так и здесь в ряде добрых поступков какой-то один вдруг переполняет сердце.

*Рей Бредбери. «451 градус по Фаренгейту».*

Разрешите представить твоему вниманию лучшее, что есть в соблазнении — модель трех свиданий. Эта модель настолько хороша, что работает всегда и везде. Слишком хорошо звучит, скажешь ты? Я соглашусь. Звучит слишком хорошо, чтобы полностью отражать реальность.

Главная особенность модели трех свиданий состоит в том, что эта модель полностью социально адекватная. Таким способом соблазняются миллионы женщин по всему миру, и никто никогда не упрекнет тебя в том, что ты действуешь «слишком странно» или «ты похож на «пикапера». Я даже так тебе скажу — это стандартная в нашей культуре последовательность действий. Ничего другого от мужчины по большому счету не ждут.

Теперь перейдем к описанию того, что тебе требуется понять для успешного использования модели трех свиданий. Начнем с трех очень и очень важных определений.

1. **Первое:** свидание это не встреча, это процесс. Каждое свидание — это определенный этап в отношениях, и неважно, сколько тебе нужно

раз встретиться с девушкой, для того, чтобы перейти на следующий этап. Поясняю: одно свидание (первое) может продолжаться, скажем, несколько ваших фактических встреч.

2. **Второе:** за одну встречу может пройти сколько угодно свиданий. То есть ты можешь познакомиться с девушкой днем и вечером иметь с ней бесподобный секс, но все равно вы пройдете через несколько этапов в ваших отношениях, которые и называются «свидания».

3. **Третье:** девушка сама решает, достоин ли ты дальнейшей встречи (или свидания). Ты просто делаешь то, что делаешь, и если ты понравился девушке — она сама придет на следующую встречу с тобой, (или останется подольше на текущей, сообщив всем заинтересованным лицам, что осталась ночевать у подруги). Обижаться на решения девушки нет никакого смысла, это все равно, что обижаться на погоду. Ты можешь просто проанализировать свое поведение, и понять, где можно сделать свое поведение значительно лучше. Для этого и существует модель обратной связи, про которую тоже говорится в этой книге.

Теперь приступим к описанию самой модели соблазнения. Эта модель является частным вариантом общей структуры соблазнения, и является более подробным и расширенным описанием этой структуры. Этапы соблазнения те же самые:

Найти — Познакомиться — Привлечь — Сблизиться — Секс.

Просто они разбиты на четыре этапа (три свидания и подготовительный, или нулевой), и я настоятельно рекомендую пользоваться именно этой последовательностью действий. Это оптимальная модель с точки зрения потраченных усилий и полученных результатов.

Все-таки давай начнем.

Этап нулевой (подготовительный) — Найти и познакомиться.

На этом этапе твоя задача простая. Вернее, даже очень простая — найти девушку, которая тебе нравится, познакомиться с ней, взять у нее номер телефона или другие координаты для связи. Все действия,

которые проводятся до первой фактической встречи с девушкой, будут считаться нулевым (подготовительным) этапом.

Что делать: найти девушку (на улице, в клубе, в метро, в самолете, где угодно, где Макар телят не гонял), познакомиться с ней (как угодно), обменяться координатами (телефон, ICQ, e-мейл, адрес на деревне у дедушки) и договориться о следующей встрече (например, сходить в кино или попить кофе).

**Цель подготовительного этапа:** сделать все, чтобы девушка появилась на свидании.

**Инструменты:** умение начинать общение, умение быстро заинтересовать.

**Время:** не более пятнадцати минут.

Первое свидание: Привлечь.

**Твоя задача:** максимально заинтересовать девушку (своей личностью в первую очередь) и продемонстрировать свою непохожесть на всех ее знакомых разом. После этого вторым планом идет задача показать свою адекватность и способность трезво и «правильно» (правильно для девушки. Вот такая вот несправедливая жизнь) рассуждать и мыслить. Ну и разумеется, помни про модель ста баллов — она тут нужна, как нигде.

Самый базовый сценарий первого свидания — так это посиделки в приятном месте и простой разговор за жизнь. В кафе встретиться. Или там в чайной. Не стоит относиться к первому свиданию слишком серьезно — расценивай его как своеобразные «смотрины». Девушка смотрит на тебя, ты смотришь на девушку, и вы оба решаете — нужно ли оно вам. Все это в контексте «потрепаться за жизнь». У первого свидания есть пара очень важных моментов.

Первый: не стоит его слишком затягивать. По опыту, часа времени более чем достаточно, чтобы вы оба решили, хотите ли вы встретиться еще раз с собеседником.

Второй: заканчивать свидание надо сразу, как только ты добился вторичной цели — то есть, как только ты понял, что больше

заинтересовать девушку ты сегодня не можешь. Еще раз повторяю, что заинтересовывать девушку можно и нужно по модели ста баллов.

Третий момент не настолько важен, как первые два. но я хочу его тоже осветить. Момент очень простой — не стоит выкладывать все свои козыри на первом свидании, оставь большую часть интересных вещей и фактов своей биографии на начало второго свидания. И пойми еще одну вещь: ты можешь не понравиться девушке. Девушка может не понравится тебе. Это совершенно нормально — ты не сто баксов, чтобы всем нравиться. Не жди от первого свидания ничего, кроме разговора за кофе.

**Цель первого свидания:** сделать так, чтобы девушка пришла на второе свидание.

**Лимиты времени:** от 40 до 60 минут. По прошествии часа легко скатиться в вечного собеседника, то есть дружеские отношения.

Второе свидание: Сблизиться, или заявить о себе как потенциальном любовнике.

До того, как я начну писать про второе свидание, я хочу, чтобы ты понял очень важную вещь. Тебе уже ничего не нужно доказывать ни себе, ни девушке. Ты ее уже заинтересовал. Она уже пришла на второе свидание. Осталось все сделать правильно и красиво. Твои действия на втором свидании будут состоять из повторения пройденного материала и преподавании нового. Первые пятнадцать — тридцать минут тебе нужно просто трепаться за жизнь, а все остальное время — очень плотно помогать до женщины. Руками, пальцами и языком. Не останавливая поток сознания. Иными словами большой ошибкой будет, если ты вдруг перестанешь говорить и начнешь ее активно трогать. Трогать нужно начинать, не переставая разговор.

Ты должен показать женщине одну важную вещь о которой она могла догадываться, но могла и не заметить. Ты должен показать ей, что ты мужчина. И что ты общаешься с ней как с женщиной. Ты хочешь ее. Секса с ней. Сегодня. Сейчас.

Условием для прекращения второго свидания будет явный отказ женщины от секса. И тут есть важный момент: либо это действительно ее

нежелание сделать это сейчас и здесь, либо это часть игры в настойчивого мужчины и сопротивляющуюся женщину. Очень важно не перепутать.

**Цель второго свидания простая:** Ты делаешь так, чтобы она пришла на третье свидание (или второе свидание плавно перешло в третье).

**Лимиты времени:** не более четырех часов. Если за это время не было секса, это значит, что лучше в следующий раз.

Третье свидание: Секс.

Твоя задача на третьем свидании проще некуда. Ты должен быстро провести девочку через первую и вторую стадию отношений, а потом отвезти ее в одно очень интересное место, где тебе часто нравится бывать.

Резонный вопрос, который я часто слышу: «А почему я уверен, что будет секс именно на третьем свидании?» Отвечаю. Как ты думаешь, если барышня долго и упорно отклоняла твои домогательства на предыдущей встрече, то чего она ждет на следующей? Разговора о пестиках и тычинках? Разумеется, нет. Она полностью готова к финальному завершению брачных игр, а так же к началу ваших отношений. Она это показала одним действием. Она пришла на третье свидание.

Я понимаю, ты понимаешь, и многие мужчины понимают, что если женщина пришла на третье свидание после второго, она уже тебе готова отдаться во всех мыслимых и немыслимых позах. Есть только одно «но» - требуется продемонстрировать видимость внезапно вспыхнувшей страсти и сделать все, чтобы она ушла утром на подкашивающихся ногах.

То есть, совсем не стоит бросаться на нее с воплем «Ага! Живая баба!», а стоит просто полчаса подождать. Это время хорошо подойдет для легкой трепологии за жизнь (пятнадцать минут) и для возбуждения в ней инстинкта размножения (еще пятнадцать минут). Ну а дальше — твоим учебником станет не «Русская Модель Эффективного Соблазнения», а что-то более практичное. Пусть даже и «Камасутра».

**Цель третьего свидания:** множество бурлящих оргазмов.

**Лимиты времени:** сколько захочешь.

Выводы

Мысль у женщины нище, чем у мужчин: она их чаще меняет.

*Оливер Херфорд.*

Самый простой способ соблазнить женщину — сделать это за три свидания. В первый раз взять телефон, потом попить кофе, потом устроить романтический ужин при свечах, плавно переходящий в завтрак в постели. Трехсвиданка — идеальный инструмент для создания длительных и красивых отношений. Надеюсь, ты помнишь, что отношения начинаются с секса, а не наоборот?

И еще один момент. После сбора большого количества статистических данных, вывелась закономерность 10-80-10. То есть десять процентов женщин готовы к сексу на первом свидании, восемьдесят процентов на втором, и десять на третьем. При одном условии: ты все делаешь правильно. В других случаях возможна другая статистика, особенно поначалу.

В начале твоих тренировок будь готов к очень большому отсеву девушек, вплоть до 1:3 на каждом этапе. Например, из трех взятых телефонов на встречу придет одна, из трех первых свиданий получится одно второе. Это нормально поначалу, ровно, как и закономерность 5-5-90. После тренировок и опыта общения с барышнями статистика будет хорошо меняться в твою пользу. Главное, пойми одну вещь: из мальчика мужчину делает опыт. В том числе большой опыт общения с женщинами. Сейчас быть девственником совершенно не модно, уверяю тебя.

Часть 2: Нулевой этап соблазнения

Везение — результат тщательной подготовки,

*Роберт Хайнлайн*

Если вы обречены на успех, смиритесь с этим.

*Борис Трушкин*

Что же такое «нулевой этап» в процессе соблазнения и построения отношений с девушкой? Ответ прост. Нулевым этапом я называю этап

подготовки, то есть первое знакомство с девушкой, умение ее заинтересовать, обменяться контактами и договор о дальнейшем проведении времени.

Сразу обращаю твое внимание, что на этом этапе обмен контактами ещё ничего не значит. То есть если девушка оставила тебе номер своего телефона и согласилась с тобой сходить попить чаю, это совсем не значит, что она от тебя готова рожать детей. Возможно, что она хочет просто провести время с интересным человеком.

Еще раз замечу, что до того, как начать выполнять упражнения и отрабатывать навыки, ведущие тебя к вершинам мастерства, требуется понимание стратегии построения отношений и стратегии соблазнения, которые были описаны в первой части книги. В этой части дается методика, которая закрепляет навыки общения на улице, клубах, кафе и других местах, но все эти навыки будут не очень полезны тебе без глубокого понимания того, что и после чего следует делать, чтобы стать успешным у женщин.

Обращаю внимание, что на первых порах обучения и практики возможны посредственные результаты, возможны разочарования и даже многочисленные отказы. И чтобы ты понимал, что такое процесс обучения, я обращаю твое внимание на сам процесс обучения. В чем же он состоит?

Начну издали. В моем фитнес-клубе каждую весну, в апреле-мае, происходит адский наплыв желающих быстро сбросить двадцать килограмм пельменей с пивом, набранных за зиму, и найти у себя слабое подобие фигуры. В начале июня эта масса людей так же быстро пропадает, как раньше набегала. В чем же дело? Наверное, в том, что они не видят моментальных и быстрых результатов — как же так, они уже два раза подняли штангу, а бицепс не растет, и живот не уходит? Спроси у любого тренера, сколько времени нужно заниматься в зале, чтобы сбросить лишние килограммы? Скорее всего, все ответы сведутся к одному — до тех пор, пока не сбросишь.

Мы в процессе обучения навыкам тренируемся до тех пор, пока не будет получаться все на автомате. Когда я первый раз в своей жизни

стоял на сноуборде на Чимбулаке и смотрел с высоты трех километров вниз на склон, мое очко готово было перекусить лом. К моменту первого спуска я был мокрый как мышь, от меня не пахло ландышами, задница была цвета спелой сливы и настроение — не фонтан. Но на следующий день я продолжил, и тренировался до тех пор, пока не стал ездить на доске, не думая о том, как правильно закладывать поворот, а наслаждаясь свежим воздухом и красотой природы.

Сколько раз я слышал, что типа: "Зачем ты себя гробишь? Сиди дома, отдыхай". Я смеюсь про себя всегда на такие слова. Гробят себя те, кто живет как растение в сидячем положении кресло-машина-офис, стоят в пробках и лишают свое тело нагрузок, которые сделают мышцы подтянутыми, лицо здоровым и блеск в глазах без алкоголя.

Да, когда я учусь, я падаю. Но чем больше я учусь, тем меньше ошибаюсь. Если мой первый спуск был на заднице от и до, то на следующий день я упал три раза за 6 часов. Все три — по причине льда и гравия на маленькой скорости. Хотя ездить стал быстрее, и развороты стремительней.

Но вы не учитываете одно — свежайший воздух на высоте три километра, яркое солнце, загар, снег. Вы не учитываете безумную красоту гор. Ты не знаешь, что это — стоять вверху и смотреть вниз. Перед тобой пять километров трассы. Ты и трасса, один на один. Можно проползти ее тихо, можно проехать ее быстро. Никто не заставляет, никто не командует — ты сам.

И слова «Соберись. Тряпка!» становятся для тебя единственным стимулом. Та самая техника «СТ». Никто кроме тебя самого не может ни отмазываться, ни делать. Ты сам едешь, ты сам учишься, ты сам пробуешь на вкус новые возможности для себя.

Вступление

Заездный час каждого мужчины наступает после достижения им заветной цели. Когда он, сделавший ради этого все, лежит на поле сражения без сил, но как победитель.

*Вине Ломбарди*

Если успеха достичь трудно, нужно приложить больше усилий.

*Пьер Бомарше.*

Еще раз кратко расскажу, что такое нулевой этап соблазнения. Нулевой он в первую очередь потому, что является подготовительным ко всем будущим этапам соблазнения. У нулевого этапа очень простые цели и задачи:

1. Найти девушку.
2. Завязать разговор.
3. Заинтересовать ее.
4. Договориться о будущей встрече.
5. Попрощаться.

В чем важность этого этапа? В первую очередь хочу заметить, что он задает весь будущий фон для общения, и тебя, скорее всего, будут воспринимать через призму впечатления, которое ты произведешь на этапе первого знакомства. И для того, чтобы это впечатление было хорошим, потребуется приложить некоторое количество усилий.

Вторым по очереди, но не по значимости, идет количество навыков, которые требуются для того, чтобы этот этап прошел успешно. Мало того, этих навыков достаточно много, и отработка их до достаточного уровня может занять у тебя больше всего времени. Это не значит, что дальше будет сложнее — наоборот, проще. Для проведения хороших свиданий требуется гораздо меньше ресурсов, чем на хорошее знакомство на улице.

Кроме того, хочу заметить, что на этом этапе задействуется больше всего техник и навыков. И моя задача — дать тебе максимально подробное, пошаговое руководство для изучения этих навыков, показать тебе секреты успеха и указать на те действия, которые не очень хорошо могут восприниматься девушками.

То есть, на отработку хороших навыков ведения десятиминутной коммуникации у тебя могут уйти дни, а то и недели. И я сразу честно тебе про этого говорю, вместо того чтобы обещать дать тебе «волшебную таблетку», которая с первого раза делает тебя самым успешным мужчиной на свете.

Это невозможно по нескольким причинам. Для начала, тираж этой книги больше одного экземпляра, так что самых лучших будет больше одного — что будет противоречием. Ты либо самый лучший, либо просто успешный и привлекательный — этому я как раз смогу научить. Во-вторых, чудес не бывает, учиться придется. Этих причин хватит.

Я тебе могу обещать одно — выполнив все упражнения и следуя рекомендациям, ты будешь соблазнять девушек. Успешно. Тебе будут завидовать твои друзья, у тебя будет много женского внимания, у тебя будет полноценная сексуальная жизнь, ты сможешь развиваться.

Успехов!

Глава 5: Необходимый минимум для разговоров на улице.

— Эй, да ты покрасила волосы!

— Да, ты ведь говорил, что у блондинок чаще бывает рак кожи,

— Ай да умница!

— Я решила, что лучше перестраховаться.

*Чак Поланик. «Удушье».*

Есть одна тема, которую я поднимаю на своих тренингах уже очень много лет. И поднимаю не потому, что мне нечего сказать, а потому что на эти простые и очевидные вещи часто не обращают должного и заслуженного внимания.

Понимание того, что тут дальше написано, просто необходимо для успешного общения с девушками, и для того, чтобы на тебя с самого начала разговора обращали столько внимания, сколько ты на самом деле заслуживаешь.

Начнем издалека. Скажи, тебе нравятся ухоженные, красивые, опрятные, девушки? Ответ очевиден, но все же. Думаю, что да. С другой стороны, у тебя наверняка был хотя бы один опыт общения с бездомными, которые часто называются бомжи. Скажи, у тебя было желание зацепиться языками с ними, поговорить про их нелегкую жизнь, поддержать, обменяться планами на жизнь, встретиться еще раз?

Так вот, к чему я веду. Красивые, опрятные, ухоженные девочки являются такими не потому, что каждое утро заходят в протонный нанопреобразователь, который делает идеальную красоту после одного

нажатия кнопки. Они такие потому, что ухаживают за собой каждый день. Для них это образ жизни, и они много времени проводят для того, чтобы быть красивыми. Для нас, парней. И они, как это ни странно, хотят, чтобы с ними общались тоже опрятные и ухоженные парни.

Главная моя задача сейчас — это донести до тебя, что никакие психотехнологии не помогут тебе соблазнить девушку, если из твоего рта пахнет свежим дерьмом. У тебя не будет времени все это использовать, потому что от тебя сбегут в ужасе после первого унюханного слова, и им будет пофигу на все богатство твоего внутреннего мира.

Сейчас я буду говорить о том, без чего не стоит начинать общение на улицах. Это простые правила по уходу за собой, которые являются необходимым минимумом. Максимум написан в разделе «модель 100 баллов», он находится в конце книги. Сейчас — то, без чего нельзя обойтись.

Даже если ты уверен в себе на сто процентов, все равно посмотри, все ли ты выполняешь — просто чтобы быть еще раз уверенным, что все о'кей. Остальным рекомендую без каких-либо исключений сделать следующие рекомендации основой своего ежедневного внешнего вида. Просто чтобы уважать себя и нравиться девушкам.

Общая чистота тела

Чистота дороже богатства.

*Уйгурская пословица*

Мне неловко начинать с этого, но все же. Душ надо принимать каждое утро перед выходом из дома. Умывать лицо два раза в день, утром и вечером. Мыть волосы шампунем, если нужно — пользоваться кондиционером. Использовать дезодоранты и антиперспиранты. Брить подмышки, чтобы не давать повода возникать запахам.

Если ты выходишь специально на свидание или в ночной клуб, еще раз прими душ, умой лицо и почисти зубы. Хуже точно не будет, будет только лучше.

Общая чистота одежды

Умереть в чистоте лучше, чем жить в грязи.

*Вьетнамская пословица.*

Возьми за правило надевать майки и футболки один раз. Как только пришел домой — кидай их в стирку. Если они не пахнут сейчас, и выглядят свежими, это не значит, что они останутся такими же к концу второго дня. Одежда имеет обыкновения впитывать запахи — и это обычно запахи твоего пота, сигарет в барах, даже если ты не куришь, на одежде оседает пыль с улиц и так далее.

Точно так же меняем каждое утро после душа нижнее белье и носки.

Если комплектов одежды мало — купи еще, чтобы каждое утро быть в порядке.

Из этого правила одно исключение — ты одеваешься утром в квартире девушки, и едешь по своим делам. Других — нет. Разве может какая-то потная футболка помешать тебе быть успешным? Может.

Пойми, тебе придется раздеваться вместе с девушкой. И обычно это не тогда, когда планируешь ты, а когда захочет девушка. Так что быть готовым нужно всегда. То есть каждый день.

*Опрятность*

После косметики одежда делает человека.

*Энди Уорхолл.*

Заметь, я сейчас не говорю про марки одежды или там тенденции в моде. Я буду говорить о том, что ты должен быть опрятным. Опрятным можно быть в одежде любого дизайнера и коллекции любого года. Из чего это складывается?

Для начала, одежда всегда чистая. Это правило без исключений. Рубашки, футболки носятся один день, после чего стираются. Джинсы можно носить два-три дня, после чего они тоже стираются.

Прими за правило — не носить дырявой, растянутой, заношенной одежды, если это не элемент стиля, и ты ее такой уже не покупал. Дырявые трусы и носки не штопаются, а выкидываются и покупаются новые комплекты. Растянутые футболки идут по тому же адресу, какими бы они любимыми не были. Разве что можешь носить их дома, когда никто не видит. Или там огород вскапывать. Потертые в паху джинсы

меняются на новые. Хронические пузыри на коленях тоже сигнал к тому, чтобы купить новую пару штанов.

Одежда носится по размеру. У рубашек это вычисляется просто — воротник застегивается так, чтобы прошел ровно один палец, или два тонких. Кроме этого, шов на рукаве проходит по линии плеча, а не болтается в районе локтей. То же относится к свитерам и отчасти футболкам — они могут быть слегка (слегка!!!) больше, чем ты. Джинсы сидят плотно, а не болтаются пузырем. Длина штанов — до начала каблука.

Реклама

Реклама — это громыхание палкой внутри помойного ведра.

*Джордж Оруэлл.*

Возьми за правило не носить одежду с рекламой, даже если ты эту футболку честно выиграл во время пивных баталий и на ней — логотип твоей любимой марки рыболовных снастей.

Сюда же я отношу подделки под известные марки одежды — они не делают тебя круче, они просто дают знать, что ты пытаешься казаться круче, чем ты есть. Нет денег на дорогую дизайнерскую одежду — покупай молодежную, но по размеру и то, что тебе идет. И главное — чем меньше видно логотипов и названий торговых марок, тем в целом лучше. Крайностей не надо — спарывать лейблы с рубашек нет смысла, но вот с рукавов пиджака или пальто — необходимо. Точно так же, как ремень надевается поверх лейбла на джинсах, а не пропускается под ним.

Привлекать внимание должен ты, а не то, что у тебя написано на пузе, понимаешь?

Обувь

Единственное, что важно для меня — чтоб сияли мои ботинки,

*Элвис Пресли.*

Возьми себе за правило вызывать у окружающих революционную пролетарскую ненависть блеском своих ботинок. Хорошо начищенные ботинки — основа уважения к себе, и это всегда радует глаз. Что бы ни

происходило на улице, обувь должна быть идеально чистой, производя впечатление, что ты ходишь не по земле, а летишь по воздуху.

Сразу скажу, что хорошо начищенные ботинки с хорошим кремом остаются чистыми пару— тройку дней, достаточно только щеткой перед выходом смахивать пыль. Точно так же пыль за день легко удаляется обычно бумажной салфеткой. Губки для блеска забудь как страшный сон — это убийцы обуви.

Если сложно научиться чистить обувь — отдавай чистить все свои ботинки в специализированные сервисы. Или попроси их научить тебя ухаживать за обувью — случаев отказа на моей памяти не было. Кроссовки и прочая обувь относится к тем же правилам, только вместо чистки кремом они чистятся пенкой для обуви, до тех пор, пока не будут выглядеть так же, как на полке магазина в день покупки.

Рот

Быть хорошим — это так изнашивает человека!

*Марк Твен.*

Ну как же я могу чистить себе зубки, когда у меня такие коротенькие лапки?

*Крокодил из мультфильма «Про птичку Тари».*

Запах из твоего рта — очень важен. Начни со стоматолога, чтобы он залечил все дырки, если они есть. Чистим зубы и язык два раза в день, утром и вечером.

Строго исключаем потребление пива, от него адский выхлоп. Так же — чеснок, лук, острые пахучие специи и так далее. Привыкай после еды жевать жевательную резинку, а перед общением с девушками есть освежающие конфеты или пастилки. Цена вопроса — копейки, а результат — на миллионы.

Исключения из правил

Живи как, можешь, раз нельзя как хочется.

*Публий Папиний Стаций.*

В любых правилах есть исключения. Требовать от тебя такого же ухода за собой в недельном пешеходном походе, как и дома — довольно сомнительное удовольствие. Не люблю требовать то, что невыполнимо. В

принципе, после катания на лыжах от тебя может пахнуть потом, а после катания по лесу на мотоцикле ты можешь быть не идеально чистым. Или если ты разложился во время катания на роликах, у тебя может быть порвана футболка. Иными словами, если так получилось, и ты ничего не можешь в моменте поменять — общайся так. Если ты мог поменять что-то и не сделал — ну, блин, сам себе баклан.

### Выводы

Уход за собой — это ежедневная простая и выполнимая работа, которую просто необходимо делать, чтобы быть парнем, с которым приятно разговаривать. Соблюдение этих простых правил является минимально необходимым набором действий, без которых говорить про эффективные знакомства будет довольно сомнительным занятием. И если барышни вдруг не хотят с тобой говорить — пробепись глазами по списку, возможно дело в том, что описано в этой главе. Если ты уверен в себе на сто процентов, то читаем дальше. Нет — начинай прямо сегодня. Сейчас.

Глава 6: где знакомиться с девушками.

—Дживс, похоже, ты очаровываешь всех женщин в этой стране.

—Да. Это проблема, сэр,

— Ты не можешь как-нибудь выключить это свое обаяние?

— Сожалею, но нет. Придется научиться с этим жить,

«Дживс и Вустер».

Начнем с начала. Начало любого процесса знакомства состоит в выборе правильного места. Что я имею в виду под правильным местом? С одной стороны, нам важно, чтобы было достаточное количество одиноких (в смысле без парней) девушек, с другой стороны — важно, чтобы они были готовы некоторое время с нами общаться.

С одной стороны, под это определение подходят практически все места без исключения, с другой стороны — есть места больше подходящие для знакомства с девушками, а есть те, которые лучше отложить на потом. Я дам краткое описание тех или иных мест, подходящих для нулевого этапа построения отношений, и дальше мы перейдем непосредственно к тому, что и как делать.

Небольшое отступление. Дальше в этом разделе книги я буду употреблять термин «тренировка». Под тренировкой я подразумеваю развитие коммуникативных навыков, которые ведут к появлению заинтересованности в твоей личности со стороны девушек. Уметь общаться — это навык, который мы развиваем, когда общаемся с девушками. Ничего больше. Моя позиция простая — если у вас сложатся отношения, то это отлично, а если нет — давай думать, что надо улучшить.

Интернет

— Пока не воспользовался интернетом, не знал, что на свете есть столько идиотов.

*Приписывается разным именитым писателям.*

— Насколько я знаю, интернет всего лишь еще один способ быть отвергнутым женщиной,

*«Вам письмо» (фильм)*

Интернет — с одной стороны зло, с другой — великое благо. Интернет позволяет нам общаться с десятками людей одновременно, строить разные модели поведения, экспериментировать с разными факторами, вызывающими к тебе интерес, и так далее, и тому подобное.

Сейчас в сети есть множество специализированных сайтов знакомств, на которых размещены сотни тысяч анкет девушек, с сортировкой по городам, вкусам, возможностью поиска по весу, росту, возрасту и так далее. Мало того, это обычно живые женщины, которые могут быть переведены из виртуального мира в реальный. Сейчас наиболее крупные сайты знакомств — [mamba.ru](http://mamba.ru), [loveplanet.ru](http://loveplanet.ru), [damochka.ru](http://damochka.ru).

Кроме того, есть разные социальные сети, в которых общаются десятки миллионов пользователей. Тоже живые люди, тоже с возможностью общения, встречи и так далее. Самые большие русские сети — [vkontakte.ru](http://vkontakte.ru), [odnoklassniki.ru](http://odnoklassniki.ru), [moikrug.ru](http://moikrug.ru) и несколько других.

Ну и, разумеется, есть еще форумы, клубы по интересам. ICQ, чаты, [livejournal](http://livejournal.com), и так далее, и тому подобное.

Так, спросишь ты меня, а в чем же подвох? Пока никакого подвоха нет — есть сотни тысяч открытых к общению женщин, множество вариантов, десятки описанных на нашем сайте стратегий, которые работают и приносят тебе как минимум номера телефонов.

С этой точки зрения все хорошо. Теперь давай подумаем о другом. В России сеть изначально была мужским способом общения, да и сейчас женщин в сети меньше, чем парней. Такое положение дел сразу привлекает к барышням большое внимание.

Ну а если девушка симпатичная, или в ее анкете есть фотографии с голой попой, то количество поклонников моментально зашкаливает за все разумные пределы. А наша задача — привлечь к себе внимание, что на фоне сотен других парней достаточно сложно сделать.

Ну и главный минус я напишу в одной фразе:

*Интернет не учит тебя общаться с женщинами, в сети ты учишься с ними переписываться.*

В итоге сеть отлично подходит нам как инструмент для назначения первой встречи, но при этом тебе приходится на первой встрече приложить очень много усилий, чтобы выделиться на фоне всех сотен ее потенциальных поклонников. При этом я замечу, что одна девушка может опубликовать свою анкету на сайте знакомств, и при этом в обычной жизни гулять в парках. Во втором случае ты имеешь гораздо больше шансов на успех, потому что для подавляющего большинства барышень сеть — это некое невинное баловство, а не инструмент для поиска мужчины своей мечты.

Резюмирую: сеть — это инструмент, который помогает нам получить несколько контактов. При этом мы оказываемся в длинном списке кандидатов, и должны выйти в финал ценой больших усилий. В итоге это того не стоит, хотя иногда и позволяет скоротать время на работе.

Вернее, позволяет днем поддерживать контакт и общаться с девушками.

То есть, интернет как основное средство общения, уходит на второй план по эффективности, и становится одним из основных способов общения после знакомства.

Ночные клубы

— Ты была в Soho Rooms?

— Это не моя ценовая категория.

*Из разговоров с девушками.*

За что я люблю клубы? За атмосферу. За музыку, за одежду женщин, за непринужденность и веселье. Когда я пил, я любил в клубах накатить и не любил утреннее похмелье. В итоге клубы — это одно из лучших мест для знакомства с женщинами. В чем плюс? Ночной клуб — это место, в котором принято и разрешено законами общества заводить новые знакомства с лицами другого пола. По большому счету, в клубах больше нечего делать. Ну, разве что еще музыку послушать и с друзьями потусить.

Клубы — это не так просто. В клубах достаточно высокая конкуренция. И выигрывают две вещи. Первая — это социальный статус, то есть количество твоих денег и положение в обществе. Вторая — это твой внешний вид и умение подать себя.

Барышни, по большому счету, когда идут в клуб, готовы к тому, чтобы с ними общались, их соблазняли, и это хорошо. В клубе все располагает к тому, чтобы вам было хорошо и интересно. Кроме этого, в клубах есть свой кодекс поведения, работают несколько другие модели поведения и используются свои, заточенные под клубы, модели соблазнения.

Клуб — это несколько сложнее, чем описываемая в этой книге модель соблазнения, поэтому все особенности клубных отношений и быстрого соблазнения я оставил для второй, мастерской части книги.

Но не стоит предаваться пораженческим настроениям, просто потому что клубы тоже бывают разные. Есть клубы для аллигаторов и примкнувших к ним дорогих девочек, а есть гораздо более простые студенческие клубы, где фейс-контроль гораздо проще и бюджет на посещения не начинается с тысячи долларов.

Что в итоге? Клубы — не самое простое место, чтобы начать свой путь соблазнителя, но отлично подходит после отработки базовых навыков, когда ты уже понимаешь, что и как делать с женщинами. Клубы позволяют сильно экономить время и представляют идеальную атмосферу для знакомства и соблазнения.

Кафе, бары и рестораны

—А коктейли взбивает ваша жена?

— Нет, мой камердинер,

—А сигнал на яхте подаёт ваша жена?

— Нет, дворецкий, я не женат, если вас это интересует,

*«В джазе только девушки».*

Это одно из самых прекрасных мест для заведения новых знакомств. Тут как с клубами — есть своеобразный отсев народа по уровню места.

Понятно, что в пивной ты найдешь одних... эээ... девушек, а в дизайнерском кафе — других.

В кафе обычно сидят и общаются, никуда не спешат, и всегда можно просто присоединиться к компании девушек и поговорить о жизни. Точно так же кафе бывают круглосуточными, и в них часто собирается народ перед походом в клубы или завтракает после них. Можно поработать интерцепторами — перехватить девушек до клуба, и предложить свои варианты проведения вечера или ночи.

В барах та же ситуация — обычно барышни сидят вдвоем, и не против хорошей компании. И ситуация упрощается тем, что всегда можно вместе выпить по коктейлю, и позажиматься потом на диванчиках. В пору своей активной пикаперской молодости лично я познакомился с гораздо большим количеством девушек в барах, чем в клубах. Так что списывать этот вариант со счетов я бы категорически не рекомендовал.

**Плюсы:** всегда есть с кем поговорить, особенно в пятницу вечером.

**Минусы:** ты должен быть своим в этом месте, но это очень легко исправляется несколькими визитами и хорошими чаевыми персоналу.

Музеи, выставки, шоу

— С тех пор как завелись у нас знатоки искусства, само искусство пошло к черту.

*Рихард Вагнер.*

Всякие музеи и выставки — это просто невероятные по своей энергетике места для общения с девушками. Времени у них обычно тонны, и в пятом зале Третьяковки уже достаточно скучновато, хоть экспонаты и интересные. Тут их можно брать теплыми и подготовленными к общению.

К тому же эти места отлично подходят в плане ваших общих интересов — вряд ли барышня из глухой деревни с уровнем развития доярки готова часами говорить о творчестве кавалера ордена Почетного легиона Генриха Семирадского. Так что если тебе сложно найти девушку с твоим уровнем интеллектуального развития — тебе сюда.

Особенно рекомендую разные разовые акции, типа выставок художников или фотографов, особенно с эротической направленностью. И тема разговора сразу интересная, и атмосфера хорошая, и вообще. Единственное, от чего тебя хочу предостеречь — так это от попыток общения с промо. То есть с девушками, которые раздетыми работают на презентациях машин или предлагают купить пять крышек от унитаза, заполнить анкету и получить приз. Они на работе, и внимания мужчин к ним чрезмерное — нужно быть хорошо раскачанным по коммуникативным навыкам, чтобы с ними получилось продолжение знакомства.

В остальном — это хорошее место, чтобы поймать домашнюю девочку, которая не ходит по клубам и учится на филфаке, например.

Улицы и другие общественные места

— Надеюсь, мы увидим динозавров в парке динозавров?

*«Парк юрского периода».*

Что тут нас ожидает? С одной стороны, в любом крупном городе есть свой Арбат — улица, где народ гуляет и ничего толком не делает. Так же есть разные набережные, скверы, парки и другие места, где люди ходят на других посмотреть и себя показать.

Такие места являются одним из самых популярных мест для знакомства и общения, если бы не одно «но». Например, в Москве, есть одно интересное наблюдение. Если ты будешь общаться с барышнями на улице, то есть очень большой шанс разговаривать с «нулевым уровнем». Что это такое? Это девушки, у которых нет круга интересов, кроме пива и пьянок, целей в жизни и желаний. И говорить с ними часто не о чем. И не стоит, наверное.

С другой стороны, на улицах так же гуляют и интересные нам барышни, открытые для общения и новых впечатлений. Правда, чем выше уровень и социальный статус девушки, тем меньше вероятность встретить ее сидящей на лавочке с банкой слабоалкогольного коктейля. И это хорошо.

Таким образом, улицы становятся «полигоном» для отработки базовых навыков — умению подходить, начинать разговор, вести треп ни о чем, и так далее. Возможно, что на улице ты сможешь найти и достойную тебя девушку. Возможно, нет. Все бывает.

Что в итоге? Улицы и парки — отличное место прогулок для студентов всех двух возможных полов, и бюджетного общения. Рано или поздно можно понять, что улица — это запасной вариант, и сменить улицы на клубы, например.

Торговые центры и магазины

Общение с карликами деформирует спинной хребет.

*Станислав Ежи Лец.*

Вот тут все гораздо веселее, чем на улице. Начнем с того, что все без исключения девушки ходят по магазинам. И это значит, что у них в этот момент масса свободного времени. И можно всегда поговорить о товарах, услугах, где, чего и как, обсудить тенденции, моду, и прочее, и так далее. То есть, всегда есть время и тема для разговоров. Отличные плюсы. И это еще не все.

Второй гигантский плюс — разные барышни ходят по магазинам разного уровня, и в отличие от клубов вход в магазины свободный. То есть, можно легко познакомиться с девушкой, которая будет сама мисс неприступность в клубе.

Третий плюс — часто в магазинах работают весьма симпатичные консультанты, которым бывает тоже скучно. Единственное, что стоит понимать — тебе стоит научиться различать заинтересованность в тебе как в мужчине и в тебе как покупателе. То есть различать личный и профессиональный интересы.

Ну и четвертый — обычно в торговых центрах полно кафе, и можно легко переместиться из магазина в сторону разговора за чашкой чая. То есть совместить за одну встречу нулевой и первый этап процесса соблазнения.

В общем, одни плюсы. Минусов нет.

Разное другое

Удовольствие, которое способен доставить хороший собеседник, никоим образом не зависит от его знаний и добродетелей.

*Самуэль Джонсон.*

Давай кратко поговорим еще о нескольких популярных местах для общения с барышнями. Кратко — это не значит, что их стоит игнорировать, скорее просто, чтобы книга не стала описанием мест, где я был и чему научился.

Начнем с курортов. Например, в Украине летом барышень — тонны. Глаза расползаются, и много одиноких девушек, которые любят общество парней. Курортные романы часто бывают основой длительных и красивых историй успешных отношений. А бывают и воспоминанием о легкой интрижке.

Есть места, больше подходящие для целей этой книги — юг России, Украины. Есть те, куда барышни без самоваров почти не ездят — это Вьетнам, например. В общем, если есть время, деньги и желание совместить приятное с полезным — это самое то. С другой стороны, я бы рассчитывал, что на курортах главное — отдых, второе — женщины. А не наоборот. Иначе можно приехать в Египет в отель для пенсионеров и слегка разочароваться.

Второе дополнительное место — это транспорт. Поезда или самолеты — отличное место для общения с приятным молодым человеком — ехать далеко, скучно, почему бы и не поговорить? А если

вы понравились друг другу, почему бы потом не попить кофе? А вот место — уже совсем не то. Хотя маршрутные такси или там электрички по выходным — тоже подойдут. Краткое резюме: специально лететь в Красноярск смысла нету. Но если получилось — так и замечательно.

Дополнительно отмечу разные тусовки по интересам, концерты и шоу. Очень хорошее место в смысле того, что вам часто вместе очень комфортно, приятно, и можно поговорить и даже потом продолжить отношения. Хотя бывают специфические места, где с барышнями напряги — это любые мероприятия металлистов и байкеров. Смотри конец предыдущего абзаца.

Выводы

Ищи принцессу на балу, а не в болоте.

*Шаман (который тренер РМЭС)*

Я думаю, что после прочтения этой главы книги вопрос в том, где знакомиться с девушками, для тебя полностью раскрыт. Моя позиция — везде можно и нужно знакомиться. Девушка твоей мечты может встретиться тебе совершенно неожиданно, и готовым быть стоит всегда.

Просто в одних местах тебе будет проще, в других потребуется практика.

Глава 7: Открытие коммуникации.

Никто не становится другом женщины, если может быть ее любовником,

*Оноре Де Бальзак.*

Хорошо, с подготовкой мы разобрались. Теперь самая страшная тайна: знакомство на улице с девушками полностью проходит по нашим законам коммуникации. То есть ее надо начать, продолжить и закрыть. В нашем случае, эти три этапа будут немного другими — открыть общение, заинтересовать девушку своей персоной, закончить.

Эта глава полностью посвящена способам открытия девушек, тонкостям начала разговора и так далее. Важно понимать, что то, что мы тут изучаем, является навыком, который стоит тренировать. Поэтому каждый способ открытия барышни дополняется упражнениями, делать которые не только можно, но даже очень нужно.

Если у тебя вопросов с уличными знакомствами нет, у тебя все хорошо — можешь смело переходить к следующей части книги. Если пока есть, куда расти — внимательно читай и выполняй упражнения.

Немного про сам факт подхода

Высшая доблесть состоит в том, чтобы совершать в одиночестве то, на что люди отваживаются лишь в присутствии многих свидетелей.

*Франсуа Ларошфуко.*

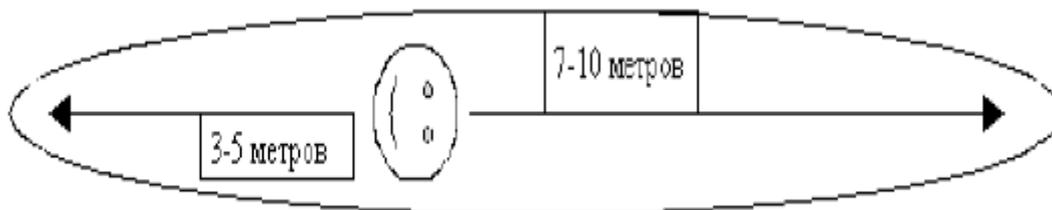
Как умный и развивающийся человек, ты, наверное, уже встречался с понятием «личное пространство» и что оно вообще существует. Если нет — сейчас расскажу, если да — напомним.

У каждого человека существует свое пространство, которое он считает «своим». Веришь ты в это или нет, но люди всё равно оборачиваются на темной улице, когда к ним подходят сзади. То есть чувствуют. Наверное, ты тоже не очень уютно чувствуешь себя в общественном транспорте, когда тебя окружают милые приятные люди, медленно сжимая кольцо.

Наша задача — учитывать этот момент, и делать все правильно. Правильно в данном случае — это доставлять как можно меньше неудобства девушке, и делать все наиболее комфортным и естественным образом.

Для начала давай с тобой рассмотрим такое понятие, как «зоны доступа». Они есть у любого человека, и мы их унаследовали еще от тех предков, которые даже не ходили, а плавали. Кстати, за исследование такого поведения у рыб Конрад Лоренц получил много наград и признания (если ты вдруг захочешь узнать про это понятие побольше).

Первая зона доступа — «социальная», в ней можно находиться всем. Она распространяется вперед приблизительно на два роста человека, назад на пять — семь длин роста, вбок — на длину вытянутой руки. Она не значит для нас ничего, привожу для справки.



*Рис. 6. Социальная зона человека.*

Вторая зона доступа — «дружеская», в нее допускаются близкие люди. Она распространяется вперед на длину локтя, назад и вбок на ладонь. Если ты без согласия девушки зайдешь в эту зону, в лучшем случае девушка от тебя отойдет на полшага. В худшем — ты получишь много криков и мата. Оно тебе надо?

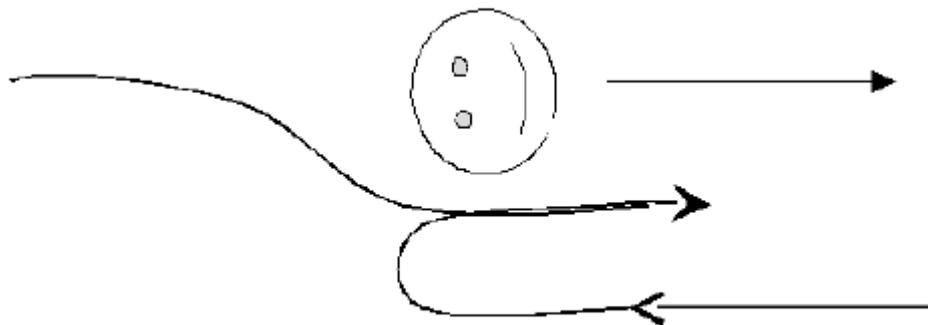
В этом случае есть много тонкостей — ведь, подходя к девушке знакомиться, мы так или иначе попадаем в ее социальную зону, и нам надо встать на границе дружеской. То есть, как минимум, ее не испугать, как максимум — сделать начало знакомства запоминающимся и легким. Как это сделать?

Для начала запомни, как делать не надо:

- Подходить «лоб в лоб» — это зачастую вызывает недовольство.
- Подходить сзади вплотную — это обычно пугает. Особенно ночью на безлюдной улице.

Остается простой вариант — под углом. Просто, безопасно и удобно. Подходя к стоящей девушке под углом, ты даешь ей шанс тебя рассмотреть, при этом не вторгаясь никуда, и начинаешь при этом ваше знакомство с самого близкого и при этом комфортного расстояния.

Кстати, далеко не всегда девушки стоят и ждут мужчину своей мечты, скучая на досуге и думая о смысле жизни. Зачастую бывает так, что девушка куда-то идет по своим делам, и что нам остается делать? Спокойно, есть работающая стратегия. Смотри на рисунок:



*Рис. 7. Как подойти к идущей девушке.*

Как ты видишь на рисунке, у тебя есть два варианта движения.

Первый: Если ты движешься навстречу девушке, то твоя задача пройти совсем чуть-чуть за нее, развернуться, и начать идти рядом с ней, одновременно начиная разговор. Мы это называем «боевой разворот».

Второй: Если ты идешь сзади нее, то совершай «обгон сбоку», и дальше все как в прошлом варианте.

Маленькая хитрость: когда ты уже начнешь говорить с девушкой, ты можешь начать постепенно замедлять свой шаг, продолжая говорить. Тогда вы рано или поздно остановитесь, а стоя говорить куда как удобнее, чем на ходу.

Вторая хитрость: Если ты видишь, что девушка тебе всеми силами улыбается и постоянно на тебя смотрит, не отводя взгляд, на выполнение этого правила можешь забыть. И правильно сделаешь. И сразу перейти к дальнейшим темам — самим фразам для начала общения.

Понятие «открывашки»

Женщина знает смысл любви, а мужчина ее цену,

*Ларни Мартти.*

Открывашка — это полезный в хозяйстве инструмент, которым открывают бутылки. В нашем случае — это фраза, которая открывает общение, запускает сам процесс. Какие есть тонкости в этом вопросе? Вроде бы все понятно — знай, подходи, начинай разговор, что такого?

Традиционный и самый часто встречающийся вопрос по знакомствам прост и банален. Вернее, даже не вопрос, а стратегия мышления обычного и серого человека. Мышление на уровне «Дайте мне волшебную фразу знакомства, которая сразу уложит девушку в мою постель раз и навсегда, остальное я сделаю сам». Надеюсь, что ты — не серый и обычный человек, и именно поэтому умеешь думать хотя бы в минимальных объемах, которые тебе будут необходимы в дальнейшем.

К чему я веду? Все просто. Я веду к понятию «Цель и средства». Какая у тебя ЦЕЛЬ для начала коммуникации, и какие средства ты используешь для достижения своей цели. Если у тебя для общения с девушкой нет цели, то для достижения состояние «ничего» у тебя есть «никакие» инструменты. Если же у тебя есть цель быстро завязать приятное и комфортное общение и выделиться среди десятков «обычных парней», то для этого есть наши средства. Средства открывать коммуникацию.

Я предполагаю одну и единственную вещь, которую положил в основу этой структуры. Я считаю, что ты хочешь знакомиться с девушкой так, чтобы это было оригинально, чтобы девушка это помнила очень долго. Я очень надеюсь, что ты имеешь желание привлечь девушку уже на этой стадии знакомства.

Именно поэтому тебе крайне не рекомендую использовать даже самые банальные фразы для знакомства или даже самые «проверенные временем» и «крайне надежные» способы. Ты просто подумай, сколько раз за свою жизнь девушка слышит «хорошую фразу для знакомства» типа «Девушка, можно с вами познакомиться?» или «гениальную фразу»: «Девушка, а вы не подскажете, который час?». Мне кажется, что счет идет на сотни, если не тысячи раз. И где тут оригинальность, простите?

Так что давай откажемся от навязших на зубах стереотипов, и научимся быть оригинальными с самого первого момента — с первой фразы для общения. Какие у нас есть варианты?

Контекстуальный способ открытия коммуникации

Откровенность состоит не в том, чтобы говорить все, что думаешь, а в том, чтобы говорить лишь то, что думаешь,

*Пьер Буаст.*

Начинать знакомство с женщиной следует совершенно с любой фразы. И большинство мужчин эту фразу знают — она ужасна в своей простоте, она звучит как «девушка, можно с вами познакомиться?». В случае именно с этой, легендарной в своей повторяемости фразе, простота — куда как хуже воровства. Эта фраза простая, легкая, и всегда наготове. И всегда есть женщина, для которой эта фраза — спусковой крючок ее самых смелых способов поставить мужчину во главе колонны посланных на хрен.

Так что давай использовать оригинальные фразы для знакомства. Это варианты, которые ты прямо сейчас научишься придумывать. Придумывать и говорить ровно те слова, ровно как нужно, и ровно для этой женщины. Это кажется ужасным, но можешь поверить моему опыту— далеко не все «домашние заготовки» далеко не любой женщиной нормально воспринимаются. Фразы для открытия коммуникации следует придумывать целенаправленно. Это сложно и просто одновременно, этому я тебя научу ровно за несколько глав этого раздела.

И мы начнем с самого простого варианта открытия коммуникации — это контекстуальные фразы знакомства. Контекст — это то, что нас окружает, и то, что отвечает на вопросы «Где. Когда. С кем?». То есть, самый простой, и самый легкий способ открыть общение с девушкой это задать ей вопрос о ее (вашем) окружении. Скорее всего, это будут даже не вопросы, а комментарии к происходящему, Хотя, тебе не все равно, как это называется, лишь бы это работало, так?

Итак. Наша задача — задавать вопросы о том, что нас окружает (где), о времени (когда), о людях вокруг нас (с кем), Примеры:

- Какое небо голубое...
- Глянь, гвозди! (показываешь пальцем на гвозди)
- Слушай, а почему тут сегодня так мало людей?
- О, ты тоже здесь гуляешь!

- Приятная сегодня погода.
- Приятный ветерок дует.
- А на вас фонтан не брызгает?
- Небо сегодня ясное — приятно глянуть.
- Ты тоже едешь на этом эскалаторе!
- Вон та девушка на тебя очень заинтересовано посмотрела.
- Вокруг столько людей, а мы с тобой одни...
- Видишь того мужика? Он следит за нами. Пошли быстрее.
- Привет, а где здесь продают мороженое кубиками?
- Привет, а где здесь подают хороший кофе?
- Привет, у тебя есть шоколадка? Я голоден.

**Упражнение на закрепление:** найти девушку и открыть ее любым контекстуальным способом. Заметить ее реакцию, заметить эффективность этого способа. Повторить не менее двадцати раз.

**Критерий выполнения:** минимум двадцать успешных открытий коммуникаций этим способом.

**Оценка времени:** около двух часов чистого времени.

**Дополнение:** заметь, как тебе нравится открывать коммуникацию контекстуальными фразами. Насколько легко тебе это удастся? Насколько легко открывается девушка? Какова ее обычная реакция? Чем отличается этот вариант открытия коммуникации от других? Что тебе больше нравится, что меньше? Какой вариант открытия коммуникации для тебя более естественен?

Поведенческий способ открытия коммуникации

Женщины превозносят мужскую скромность, но не любят скромных мужчин,

*Томас Фуллер.*

Следующий шаг развития нашего опыта начинать разговор — это фразы поведенческие. По сути своей, они очень сильно похожи на контекстуальные. Отличия минимальные, и разделил я их на два вида только для того, чтобы показать, какой я умный и талантливый. С другой стороны, тренируются летать на малых скоростях, зачастую на земле.

А если серьезно, то я просто хочу, чтобы ты потратил действительно много времени на тренировку всех без исключения видов и вариантов открытия коммуникации. Только тогда у тебя выработается много своего личного опыта, и ты узнаешь большое количество незаметных вещей, которые нельзя передать словами. Их можно прожить только через свой личный внутренний опыт.

Ближе к телу. Поведенческие фразы — это фразы, которые напрямую относятся к поведению тебя, твоих друзей, окружающих людей и вообще всего, чего угодно. Поведенческие фразы прямо или косвенно отвечают на вопрос «Что делает? Что делают?», и в этом его безразмерная прелесть. Примеры:

- Что делает такая девушка в таком месте?
- Ты так красиво тут гуляешь, что я решил облегчить твои страдания. (Какие?) Поиска принца. Давай, знакомься.
- Привет. Ты хорошо поешь(танцуешь)?
- Стой — красный свет.
- Гляди, мы смотрим в одну сторону.
- Уверен, мы с вами сейчас думаем отнюдь не о смерти (с улыбкой)
- Красиво ты мороженое ешь.
- Ты когда поправляешь волосы, у тебя глаза прикрываются.
- У нас много общего: например, вот этот воздух
- А ты часто улыбаешься сама себе?
- А как тебе удается так мило идти по этой улице?
- Ты заметила, что, когда я к тебе подошел, у тебя участилось дыхание?
- Любишь голубей кормить?

**Упражнение на закрепление:** точно так же, как в предыдущем способе, сделать двадцать результативных подходов.

Соболезнования (Сожаления)

Знаешь, что меня подбадривает? Издевательство над чужими неудачами,

*Бендер.*

Как мы помним еще с детства — у девочек глаза на мокром месте, чуть что — сразу в сопли. Если девочка выросла лет на десять, это совершенно не означает, что она изменилась. Это снаружи девочка — крутая такая и просто неприступная, как Вупи Гольдберг в лучшие годы. А внутри они все белые, пушистые, и иногда пишут стихи про любовь.

Спокойно, старик, спокойно, это была вводная часть. Просто я веду к тому, что зачастую женщины бывают вполне даже эмоциональными созданиями. Вернее, почти всегда. И если ты с ней сможешь разделить любую эмоцию — уже будет хорошо. Даже само слово «Со-чувствие» подразумевает по своей лингвистической основе «присоединение к чувствам, разделение чувств с другим человеком». Единственное, что требуется от нас — это понимание того, когда именно требуется сочувствовать. Сочувствие «не в кассу» очень просто превращается для самой девушки в тонкую издевку, а иногда и в наезд. Наезды — вещь тоже полезная и эффективная, но далеко не всегда им есть время и место. Ровно, как и соболезнования не всегда помогают открыть коммуникацию.

Первый тест на уместность соболезнования — это понимание того, чему именно ты хочешь соболезновать. Соболезнования в стиле «Как тебе, наверное, тяжело с сиськами четвертого размера, все время вперед перевешивают» — это не соболезнование, это поведение в модели Баттхеда. Я не буду говорить, что это поведение и такой язык достоин только человека с интеллектом на уровне табуретки — это и так понятно. Работать такой язык может, но в таком мизерном количестве случаев, что даже упоминать его не имеет смысла.

Поэтому соболезновать нужно точно в цель. Идеальный вариант — девочки, идущие с работы или просто девушки, находящиеся на стадии «еще не загнанная лошадь, пристреливать пока не за что». Иными словами, идеальный вариант для соболезнования — состояние у девушки легкой усталости.

Сама по себе структура соболезнования очень простая — надо пожалеть за что-то. И всё? Всё. Но ты даже не представляешь, как легко девушки открываются после этих слов, и как легко и «на равных» они с

тобой общаются. И лучше всего так открываются — кто бы ты думал? — промо-девички. То есть девочки, которые работают на выставках, раздают листовки и вообще всем своим видом привлекают клиентов. Пора к примерам.

— Наверное, тяжело так целый день стоять на стенде. Мужики всякие клеятся, задрали уже, да?

— Тяжело, наверное, целый день на таких длинных шпильках ходить. Ноги устают, наверное.

— Устала, наверное, давай вечером пивка выпьем?

— Промокла, наверное, под дождём? Давай, прячься под зонтик.

— Устала, наверное, такая толпа вокруг, посидеть негде, пошли на лавочку.

— Устала, наверное, столько в очереди стоять?

— Устала, наверное, на лекциях сидеть, пошли в парк?

— Устало выглядишь, наверное, трудный был день.

— В этих джинсах жарко, наверное.

— Устала уже ходить в этой узкой юбке?

— У тебя такое тонкое платье, наверное, ты замерзла.

— У тебя такой усталый вид, давай присядем, отдохнем.

— Бедная, как тебя достали со всеми этими комплиментами и ухаживаниями...

**Упражнение на закрепление:** ну ты понял.

Комплименты

Похвала имела бы огромную цену, если бы она могла давать нам те совершенства, за которые нас хвалят.

*Генрих IV*

Очень давно было замечено, что женщина любит ушами, а мужчина глазами. Если бы это было действительно так, то верх сексуальности состоял бы в том, чтобы мужчина смотрел женщине в ухо. С другой стороны, девушкам действительно нравится, когда им говорят комплименты. Я тебе даже больше скажу: в девяти из десяти знакомств комплимента в качестве способа открыть коммуникацию бывает более чем достаточно.

Теперь давай определяться с терминологией. Что такое же этот самый пресловутый комплимент? Есть много определений этому слову, в том числе и «традиционные поклон артиста после продолжительных оваций». Так что давай вводить новое определение, понятное нам с тобой, и которым мы и дальше будем пользоваться. Подумав в свое время, я решил, что комплимент — это мое одобрение или похвала того, что мне в девушке нравится. Просто и со вкусом.

Как действует комплимент? Крайне просто — он вызывает положительную реакцию и приятные эмоции. Обычно комплимента всегда достаточно для начала разговора с девушкой. Ведь девушкам очень нравится, когда их хвалят. Так что же можно хвалить и что, собственно, можно одобрять? Да всё, что угодно. Например, комплимент может быть высказан по поводу:

- Фигуры
- Лица
- Волос
- Прически
- Походки
- Жестов
- Голоса
- Слов
- Груды
- Ног
- Действий
- Темы в разговоре

Как ты понимаешь, список далеко не полный. Сам дополнишь, в процессе, так сказать. А пока тебе немножко примеров:

- Удивительные глаза.
- Эта блузка тебе очень идет, сразу видно, у тебя хороший вкус.
- Ты хорошо танцуешь.
- Какая у тебя гладкая кожа.
- У тебя приятная улыбка.
- Очень опрятно выглядишь.

- Красивые зубки.
- Приятный взгляд.
- У тебя очень интересные глаза.
- Красивый макияж. Очень хорошо тебя подчеркивает.
- У тебя прекрасный равномерный загар. По крайней мере там, где я вижу.
- У тебя настоящая итальянская улыбка — такая же коварная.
- Девушка, вы прекрасны на 85% (47%, 90% — в зависимости от количества одежды), остальное я пока не видел.

Говорить комплименты — это половина дела, еще нужно эти комплименты говорить правильно. Какие же тут правила? Есть некоторое количество.

Главное, важное и самое необходимое правило: комплимент должен быть искренним! Неискренний комплимент автоматически превращается в наезд, а реакция на наезд и реакция на комплимент — сильно отличаются друг от друга. Скажу проще: если ты совершь, очень велика вероятность того, что ты будешь получать негативную реакцию в самом начале общения. Надо оно тебе?

Второе: не стоит делать комплимент именно вещам. Почему? Потому что ты делаешь комплимент не девушке, а дизайнеру, который все это придумал. Но комплимент ее чувству стиля, умению подобрать вещи, созданию имиджа — делать абсолютно точно стоит.

Третье и последнее правило: делать комплимент ее стилю и одежде стоит тогда, когда ты более стильно и хорошо одеваешься, чем девушка.

Иначе это снова станет наездом или провокацией. Что в любом случае не самая лучшая вещь.

**Упражнение на закрепление:** ты будешь смеяться...

Курс молодого бойца

Если вдруг, когда-нибудь, ярким солнечным днем, под огромным, звездным небом, ты увидишь человека, с кипарисовой тростью, в розовых очках, в черном пальто, со львом-поводырем... Помоги ему. Просто помоги ему,

### *Лунофобия. «Черное Солнце»*

Прежде, чем ты начнешь тренироваться в знакомстве с самыми лучшими девушками в твоей жизни, разреши обрадовать тебя набором базовых разминочных упражнений. Эти упражнения короткие и простые, но они делают очень важные вещи и обучают тебя таким интересным вещам, как: по выполнении упражнений у тебя будет очень большой опыт открытия коммуникаций.

По окончании ты научишься говорить любую ерунду так, чтобы тебя внимательно слушали. Ты познакомишься с сотнями девушек. Ты научишься неявно привлекать к себе внимание.

Ты просто научишься общаться с разными женщинами с одинаковым результатом. Ты разработаешь свой собственный стиль подхода к женщине. Ты снимаешь страхи начала коммуникации.

Ты научишься говорить в своей, персональной и результативной модели поведения. Ты просто получишь массу позитива от процесса.

Я понимаю, что ты уже просто готов рвать пятки по направлению к любимому и такому уютному дивану, но все эти упражнения делаются на улице. И только там. Да, и не надейся справиться за полчаса легкого дефиле с бутылкой пива. Во-первых, времени нужно будет куда как больше, во-вторых, пить во время упражнений нельзя.

Упражнения делаются по очереди, и выполнение следующего надо начинать после окончания предыдущего. Для всех упражнений тебе потребуется общая тетрадь и ручка. Остальное — на твое усмотрение.

#### Упражнение «Мальчик с приветом»

В свое время мы долго шутили, что это упражнение является прорывом в соблазнении. Почему? Да просто потому, что оно научает тебя единственному универсальному слову, с которого можно начинать общение с девушками, без каких-либо исключений. Кроме того, оно вырабатывает базовые навыки быстрого подхода, то есть делает тебя бойцом, который подходит к барышням, вместо того, чтобы иметь себя в мозг.

В общем, упражнение очень простое. Тебе нужно найти женщину, сказать ей волшебное слово «ПРИВЕТ!», дождаться ее любого ответа и попросить ее расписаться в твоей тетрадке о факте получения приветов.

**Критерий выполнения:** пятьдесят подписей с приветами в твоей тетрадке.

Упражнение «Я знаю правду про Элвиса»

Ну а это упражнение проходит под лозунгом «Замучаем весь мир Элвисами!». Когда-то давно, один умный человек придумал эту фразу, как универсальную фразу для знакомства с женщинами. Он был американец, и не знал, что таких фраз не существует. Ну, а мы с тобой используем эти магические слова для наработки большого количества опыта.

**Выполнение упражнения:** подойти к незнакомой девушке и сказать ей «Привет!»\* (я же сказал, без выполнения предыдущего, следующее не делать. Будет сложно). Дождаться ответа, и продолжить: «А ты знаешь, что Элвис Пресли был блондином, но красил волосы в черный цвет, потому что косил под Роя Орбисона и хотел казаться пафосным мальчиком?». Когда женщина это дослушает, она должна поставить свою подпись в подтверждение того, что теперь знает правду про Элвиса.

**Критерий выполнения:** пятьдесят подписей.

**Дополнение:** если девушка тебе скажет, что знает этот факт, можно дополнить его «Да, и он занимался сексом на первом свидании. Пойдем». Кстати, эта фраза про Элвиса — абсолютная истина. Он действительно красился.

Упражнение «Страшные тайны»

Упражнение гораздо сложнее Элвисов, и этому есть свое обоснование. В этом упражнении ты научишься говорить так, чтобы женщины тебя слушали, независимо от того, что ты им хочешь сказать.

**Выполнение:** Подойти к незнакомой женщине, сказать «Привет!» и продолжить: «А ты знаешь, что электрический чайник изобрел француз Пазиль в 1492 году, и только по странному недоразумению он оказался в нашем времени?». После этого взять подпись.

Если про Пазиля идея тебя не вдохновляет, есть очень похожее предложение. Оно звучит так «А ты знаешь, что метко брошенный дятел пролетает не менее восемнадцати метров, втыкается под углом сорок пять градусов и висит не менее получаса?».

**Критерий выполнения:** пятьдесят подписей.

Выводы

Мудрец — этот тот, кто сегодня делает то, что глупцы будут делать три дня спустя,

*Абдаллах ибн Мубарак*

Ну что же, мы с тобой рассмотрели проверенные временем, работающие техники открытия общения с девушкой. Самые достойные из вас, мои читатели, даже сделали упражнения, за что вам мой личный респект. Тем, кто упражнения не сделал, лучше таки их сделать, какими бы они не казались простыми — оцените простоту после выполнения.

Теперь у тебя есть набор работающих способов, выработан навык подходить и начинать разговор. Осталось сделать так, чтобы девушкам было интересно с тобой говорить и общаться. Про это в следующей главе.

Глава 8: Вызов интереса при знакомстве.

Неужели он каким—то образом нашел тот самый коридор мироздания, который тысячелетиями искали мужчины — коридор, позволяющий в обход всех разговоров, обещаний и увещеваний перейти прямо к делу?

*Большие неприятности.*

Что же такое этот самый интерес? Ответ очень простой — ты подходишь на позитиве, интересно и необычно говоришь, поддерживаешь беседу и вообще выгодно выделяешься из всего окружения девушки блеском величия своей обуви.

И как только девушка осознает всю тяжесть подошедшего к ней с боевым разворотом счастья, ее можно оставлять думать о ваших следующих свиданиях, занося ее номер телефона к себе в записную книжку.

Картина благая, это точно. Да и навык полезный. Так что давай учиться это делать. Обращаю твоё внимание: на нулевом, подготовительном этапе мы будем много пользоваться готовыми кейсами — то есть работающими примерами из жизни. На свиданиях кейсов уже нет, просто потому что они идут сильно дольше по времени, и требуется точное следование мыслям и состояниям девочки. Впрочем, про это в следующем разделе.

А пока еще раз: вызов интереса у девушек мы будем делать на основе кейсов. Их у нас много в качестве примеров, потом, когда будет все хорошо получаться, на основании этих кейсов можешь начинать экспериментировать, создавая свою уникальную модель поведения. Упражнения для создания своих кейсов я тоже написал.

Давай начинать.

Первый способ заинтересовать девушку: Провокации

Народ всей страны и народы всего мира, сплотившись воедино и проведя полную подготовку, разгромят любые провокации американского империализма,

*Мао.*

Сама идея провокации родилась несколько лет назад за обычным, казалось бы, трепом. Группа из команды проекта [www.lover.ru](http://www.lover.ru) и примкнувшая к ним Людмила Корнетова (ныне преуспевающая журналистка и великолепный человек), думали над способом вовлечь девушку в «случайный» разговор меду двумя парнями. Родилась идея начать активно спорить по поводу «услышанной в средствах массовой информации» байке и последовательно вовлечь в разговор девушку как эксперта со стороны. Идея была признана хорошей, и были сгенерированы несколько классических провокаций. Вот они:

- Говорят, что девушка, которая не царапается и не кусается в постели, шлюха.
- Пишут, что по походке можно определить, девственница девушка или нет.
- Если между зубов девушки можно просунуть бумажку, она легко возбуждается.

- Если мужчина пьет много пива, у него растет живот. Если девушка пьет много пива, у нее растет грудь.

- По тому, как близко к ладони девушка держит сигарету, можно определить, насколько она горяча в постели.

- Если девушка грубо разговаривает с мужчиной, она проститутка.

Что бы тебе ни говорили про фишку с пивом — она стала «научно подтвержденным фактом» и про это даже писали в серьезных изданиях. Смех, да и только.

Такой вариант провокации был первым, отправным моментом в развитии идеи. С другой стороны, всегда полезно иметь в запасе провокационную тему для вызова девушки на откровенный разговор. Мы сели и подумали. И решили использовать традиционную провокативную терапию. Основная идея провокации состоит в переносе разговора в сексуальный контекст, то есть поговорить с девочкой о сексе. Для чего это нужно? Посуди сам: если ты с девочкой говоришь о сексе, то о чем думает девочка в этот момент? А если она говорит о сексе с тобой, то с кем она в ближайшее время может им заняться? Иными словами, если хочешь от девочки секса — говори с ней про секс. Для этого и придуманы провокации, а так же «веселые истории», о которых написано немного дальше.

Структура создания продвинутой провокации очень простая и делается в несколько шагов:

Берем «авторитетный для женщин источник информации» — журнал «Cosmopolitan», «Marie Claire», журнал «Крестьянка» или даже внутреннюю информацию агентства ОБС (Одна Бабка Сказала). Кстати, эти «источники информации» про свои публикации могут совершенно даже не подозревать. Тем лучше. Берем любой вариант одежды, внешнего вида, роста, цвета девушки, которые у нее явно присутствуют. Очень важно давать не оценочную информацию, а явную. Или не стоит навязывать свое восприятие действительности девушки. Пример оценочного восприятия — фразы типа красивые волосы (с чем сама девушка может быть и категорически не согласна, то есть она может

считать свои волосы далекими от совершенства). Пример явного описания — черные волосы (попробуй с этим не согласиться).

Связываем одно с другим и переводим все к сексу.

Примеры:

— Я читал в журнале «Космополитен», что девушки, которые носят нижнее белье красного цвета, очень активны в постели.

— Я слышал по радио, что девушки, которые коротко стригутся, хотя бы раз в жизни имели лесбийский опыт.

— Я читал в газете «новости Трисичухи», что девушки зеленого цвета прилетели с планеты Железяка.

Надеюсь, что ты понимаешь простую и веселую вещь: реальной эта информация быть не может. Даже совсем не обязательно она должна ей быть. Кстати, с этим связан один забавный случай. Однажды, когда вел очередную ступень тренинга «Русская Модель Эффективного Соблазнения», к нам в гости зашла знакомая журналистка Ольга Сергиенко (Журнал «Большой Город», «Космополитен»). По странному стечению обстоятельств, именно в этот день участники тренинга сдали домашнее задание на тему «сексуальные провокации».

Я взял листки с текстом, и начал спрашивать у Ольги, правда ли что в журнале «Космополитен» писали ... (зачитано около 40 провокаций). Ольга сказала, что очень даже может быть, чем доставила много удовольствия слушателям. Я думаю, что ты понял — если даже журналист, работающий в этом журнале, не может отличить придуманные провокации от реальных материалов, то как это может сделать обычная девушка? А вот, кстати, и те самые, «проверенные» провокации:

- Кстати, правда, что блондинки хорошо целуются? Я про это по радио слышал.

- Ты знаешь, а в журнале А пишут, что женщины с большой грудью любят жесткий секс.

- Ты знаешь, а в журнале N пишут, что женщины с красноречивым взглядом отдаются на первом свидании.

- Ты знаешь, а в журнале У пишут, что женщины в обтягивающих брюках во время оргазма кричат больше всех.

- Ты знаешь, а в журнале М пишут, что брюнетки любят секс на стиральной машинке.

- Ты знаешь, а в журнале Ъ пишут, что женщины невысокого роста любят жёсткое садо-мазо.

- Я слышал что девушки, у которых звонкий смех почему—то очень любят оральный секс.

- В журнале В писали, что женщины с короткой причёской предпочитают заниматься жестким агрессивным сексом.

- В журнале Б, что близкие подруги тайно мечтают увидеть друг друга, занимающихся сексом.

- В журнале «Космополитен» писали, что 60% давних и очень близких подруг имели совместный сексуальный опыт.

- В журнале «Космополитен» писали, что девушки, которые очень сексуально одеваются, чувствуют себя неудовлетворенными в личной жизни.

- В журнале «Космополитен» писали, что большинство женщин, которые общаются со своим партнером больше года, чувствуют себя неудовлетворенными в личной жизни.

- В журнале «Космополитен» писали, что брюнетки более сексуально активны, чем блондинки.

- В журнале «Космополитен» писали, что девушки с большой грудью предпочитают заниматься сексом лежа.

Провокации хороши практически в любой момент знакомства, их даже можно комбинировать с открывашками. Пример: «Привет, сегодня отличная погода. Кстати, я читал в одном журнале, что...»

Второй способ: Рутины

Если требуется большое искусство, чтобы вовремя высказаться, то немалое искусство состоит и в том, чтобы вовремя промолчать.

*Франсуа Ларошфуко.*

В этой части главы речь пойдет про понятие «рутина». Что это такое? Рутинa — это «домашняя заготовка» на тему «о чем говорить с

женщиной». Подавляющее большинство рутин нацелены на создание создания атмосферы флирта, игры и сексуального фона в разговоре. Чем еще хороши рутины? Тем, что они тебя выделяют из большого количества других парней, создавая у девушки массу положительных эмоций, связанных с тобой.

Как рутины используют? Как обычно, в любое удобное для использования время. Я с рутины могут даже начинать общение, так что они являются еще и отличным средством открывания коммуникации. С другой стороны — рутины «заточены» именно для создания у девушки заинтересованности тобой в разговоре. Чем и рекомендую тщательно заниматься.

В этой главе я собрал несколько действительно интересных рутин, так сказать, хит-парад моей коллекции. Использовать их можно в любой последовательности. Самое важное для рутины — это «ключевые слова», то есть темы в разговоре, из которых эта рутина отлично вытекает, что создает связанный и осмысленный разговор.

Рутинa «О чем с тобой говорить»

Эту рутину лучше всего использовать, когда не совсем ясно, о чем с девушкой говорить, или она сама начинает тебя спрашивать, какие темы в разговоре тебе интересны.

Ты: Давай проведем краткий тест. Он очень простой, всего пять вопросов. Когда текст закончится, ты узнаешь про себя много нового. Готова? Сейчас я буду задавать тебе вопросы. Твоя задача — быстро и правдиво на них отвечать. Вопросы простые, из разных областей знаний.

— Скажи, пожалуйста, какое влияние оказал Моне на раннее творчество Рене Магритта? (эээ....)

— Ладно, можешь не отвечать.

— Назови, пожалуйста, основной закон теплообмена в воздушных средах? (эээ.....)

— Ладно, можешь не отвечать.

— О'кей. Какое у тебя самое любимое блюдо? (например, овсянка)

— Отлично!

—А какая у тебя самая любимая сексуальная поза? (например, мужчина сзади)

— Очень хорошо!

— А теперь назови десять самых полноводных рек мира? (ээээ....)

— Ладно, я все понял.

Итак, результаты теста: с тобой можно говорить только о том, как пожрать и потрахать.

Первые два вопроса, и последний вопрос по списку могут быть абсолютно любые. Например, мало кто знает, что короля Георга VI звали Альберт, а столетняя война длилась 116 лет. Самое важное в этих вопросах — чтобы девушка на них не ответила. На третий и четвертый вопросы ответы вытаскивать надо. Понятно почему?

Рутинa «Ногти»

Эту рутину можно использовать, когда ты берешь девушку за руку, например, во время рукопожатия.

— У тебя отличный маникюр. Кстати, ты знаешь, откуда пошел обычай красить ногти? -Нет...

— В древнем Шумере (можно вставить любое другое древнее государство), существовал один очень интересный обычай. Молодые девушки, у которых проходила первая менструация, красили свои ногти менструальной кровью, и садились у входа в свой дом, показывая, таким образом, всем жителям своего поселения, что они уже вошли в брачный возраст и готовы к браку.

— Как мило...

— Да. Я это прочитал в энциклопедии секса. Кстати, а как давно ты начала красить ногти?

Крайне рекомендуется, даже настоятельно необходимо во время рассказывания этой рутины поглаживать руку девушки. Как ты думаешь, почему?

Рутинa «Презерватив»

Одна из моих любимейших «коротких» рутин, которые вызывают состояние смеха с переходом разговора в сексуальное русло.

— Кстати, а ты знаешь, что на презервативах, около самого кольца, всегда есть срок годности?

— Нет...

— Значит, ты их никогда до самого конца не разматывала. Не везет тебе с мужиками.

Рутина «Хорошо, что мы люди»

Рутина, очень похожая на предыдущую, но не такая прямая. Что никоим образом нее делает ее менее интересной.

— Ты знаешь, что бегемоту (гиппопотаму) для того, чтобы заняться сексом, надо три часа сидеть голой задницей в холодной воде? Бегемоты таким образом охлаждают яички, чтобы сперматозоиды стали жизнеспособны.

— Нет. (Тут надо обязательно добиться от неё, что бегемотов жалко)

— Как хорошо, что мы с тобой люди, и нам не нужны сейчас водоемы с холодной водой. (Желательно получить хоть и шутовское, но согласие).

Рутина «Игры за очки»

Представляю твоему вниманию замечательную рутину, которая мало того, что создает легкое и игровое состояние во время общения, но еще и учит тебя делать и говорить то, что нравится девушкам. Они сами тебе все скажут, но не после вопроса «а что мне надо делать, чтобы тебе было хорошо?», а во время игры, в которой такие правила. Правда, здорово? Единственное, что требуется — состояние доверия к тебе (для его создания я использую любой хороший тест, например, «четыре вопроса»).

Введение:

Давай мы сейчас с тобой поиграем в одну интересную игру. Она нам поможет узнать, насколько мы хорошо умеем общаться с противоположным полом. Оценивать меня будешь ты оценивать тебя буду я. В этой игре очень простые правила.

— Каждый из нас может говорить и делать всё, что считает нужным.

— Второй человек оценивает его поступки и слова по десятибалльной системе (наибольшая оценка — десять очков)

— Меняемся ролями

Рутина «Угадывание чисел»

Игровая рутина для создания игрового состояния и дальнейшего развития коммуникации.

**Ты:** Загадай число от 1 до 4. Только не говори мне его. Загадала?

**Девушка:** Да...

**Ты:** Теперь в своем воображении нарисуй его на черной доске белым мелом... Нарисовала?

**Девушка:** Да.

**Ты:** Теперь дай мне свою руку.

**Девушка:** (дает руку)

**Ты:** Ты загадала 3...

**Девушка:** Да!!!

**Ты:** Теперь загадай число от 1 до 10 и также нарисуй его в своем воображении...

**Девушка:** Загадала...

**Ты:** Ты загадала 7...

**Девушка:** Как ты угадал?

**Ты:** Ты знаешь, когда люди похожи на каком—то эмоциональном уровне, они могут чувствовать друг друга, понимать друг друга лучше и полнее (можно продолжить разговор на ту же тему или перейти к игре «четыре вопроса» или рутине «игра в ложь»).

Если она загадала другое число:

**Девушка:** Нет. я загадала не 3(7)

**Ты:** Ты проиграла!!!

**Девушка:** Почему?

**Ты:** Хорошо. Поощрительный приз... (целуем в щечку, губки)

Рутина «Игра в ложь»

Эта рутина — «проходная», то есть может использоваться когда и где угодно, совершенно между делом. Тем она и ценна, прибереги ее на

крайний случай. Эта рутина игровая, похожа на игру. Простую игру, вот правила:

1. Ты задаешь девушке пять вопросов.
2. Она отвечает на них, причём, на один вопрос она должна ответить неверно (соврать).
3. Ты угадываешь, на какой именно.
4. Потом вы меняетесь ролями.

Очень хороший способ узнать о девушке много интересного и нового. Кроме того, эта рутина — очень хороший способ научиться замечать, когда девушки врут. Но не с первого раза, это будет слишком круто. Ты научишься замечать ложь у девушек раза с шестого-седьмого. Кстати, это будет отличным началом этой самой рутины: когда девушка тебе соврет по мелочи, ты ей скажешь про ее ложь. Она спросит — как ты это понял? Ты в ответ предложишь поиграть в эту игру.

#### Рутинa «Вопросы»

Это игровая рутина, которая легко создает необычное состояние «легкости» внутри общения. С другой стороны — можно так же загадывать желания, которые будут исполняться, а что за желания будут, несложно догадаться.

Вступление: Сейчас мы поиграем в интересную игру «Вопросы». Правила такие:

1. Каждый по очереди задает друг другу вопросы, вопросы повторять нельзя.
2. Отвечать можно только правду.
3. Если не хочешь отвечать — выполняешь желание.
4. Первый вопрос задаю я! Можно начинать.

#### Рутинa «Игра в секреты»

У этой рутины стоит глобальная и сложная задача — помочь вам сблизиться. Пока ещё не до шести микрон, но уже достаточно сильно. Подумай сам, что сближает больше всего? Общая работа? Общая тусовка? Или общие секреты? Мое предположение — остановиться на секретах. Ведь женщины так любят тайны\* (даже если эта тайна —

какого цвета любимый надувной утенок, которого ты запускаешь поплавать в ванной комнате)

Итак, что мы делаем? Для начала вводная часть: «Ты знаешь, в каждом человеке сокрыто множество секретов и тайн. Некоторые очень интересны и их можно даже рассказать, другие настолько страшные, что скрываются глубоко в нашей голове, и мы не можем про них говорить даже близким друзьям». Теперь тебе нужно получить согласие, обсудить это предположение. В общем, зацепиться за эту фразу должна девочка.

Ну, а дальше предложи ей поиграть в одну интересную игру — каждый из вас по очереди называет один маленький секрет, небольшой тайну, которую нельзя узнать (угадать) по внешнему виду или поведению. Например, твои маленькие тайны могут быть:

— Я иногда позволяю себе плакать при просмотре действительно сильных сцен в мелодрамах.

— Иногда я хочу бросить все и уехать куда-нибудь.

— Я пишу стихи, которые тот же уничтожаю.

— Я мечтаю про... (вставить по вкусу).

Рутинка "Что значит кольцо на пальце"

Эта рутинка очень хорошо подходит для тех странных штук, которые мы называем «внушения». С помощью этой рутинки можно внушить девушке то, что нам было бы интересно в ней прямо сейчас видеть, наблюдать и использовать. Ну и кроме всего прочего, эта рутинка — очередная игра на женском любопытстве, которая в очередной раз поможет нам получить хорошие результаты в общении с минимальными затратами энергии. Для начала рутинки нужно, чтобы девушка вам немного доверяла, то есть, уже не боялась тебя. Кстати, к этой рутинке очень хорошо переходить после четвертого списка в этой главе — «Ногти».

**Ты:** Дай руку. Ты знаешь, что по тому, на каком пальце девушка носит кольцо, можно определить некоторые черты ее характера.

**Девушка:** И что ты можешь сказать обо мне?

**Ты:** То, что у тебя кольцо на (большом пальце, указательном пальце, среднем пальце, безымянном пальце, мизинце, любом другом

пальце) говорит о том, что у тебя [вставляем любое качество из приведенного ниже списка]

Качества:

А. В тебе есть такая часть, которую ты никому не показываешь...

Б. Ты любишь приключения

В. Ты любишь делать неожиданные поступки для себя

Г. Ты открыта для новых знакомств

Д. Ты ждешь настоящую любовь и так далее, и другая лапша на уши.

Также можно вместо кольца говорить о прическе, об одежде и чем угодно и внушать то, что нам нужно. Как ты уже, наверное, заметил, это игровой вариант использования провокаций — более мягкий, чем обычные провокации.

Выводы о рутинках

Я очень и очень сильно надеюсь, что этого боекомплекта рутин тебе хватит даже для самого длительного разговора с девушкой. Единственное, что тебе нужно помнить, так это то, что рутина — это инструмент, а не цель в общении. Я очень хочу, чтобы ты понял одну вещь — рутина помогает создать впечатление о тебе, но не надо начинать общение с девушкой только для того, чтобы выпалить ей все рутинки по очереди, и ждать, что она бросится на тебя, раздвинув ноги. В таком случае она бросится тебе на шею — ведь ты идеальный парень, который развлекает ее совершенно за просто так.

Что тогда с рутинками делать? Их можно и нужно использовать, когда:

- Необходимо срочно заполнить паузу в разговоре
- В голову ничего такого умного не лезет
- Желательно улучшить настроение и у тебя, и у девушки
- Нужно занять те пару минут, чтобы девушка привыкла к тебе в начале разговора

- Для перехода от фазы знакомства к «веселым историям»
- Для перехода от фазы знакомства к играм

- Для перехода от фазы знакомства к взятию номера телефона (последующего назначения свидания)

Ну а всё остальное — повод для твоих личных экспериментов. Надеюсь, что ты найдешь много для себя хорошего и правильного. Теперь давай перейдем к следующим способам вызвать интерес к себе у девушки.

Третий способ: Игры.

— Сегодня на нашем тренинге у нас отличная игра,

— А как она называется?

— «Приказано выжить».

*Из разговоров на моих тренингах.*

Игра. Это слово может обозначать всё, что угодно — начиная от снежков, и заканчивая третьей мировой войной. Но есть игры, в которые человечество играет еще больше времени, чем войны, и имя этим играм — брачные. Брачные игры земных обитателей знают много разновидностей, классов и родов. В этих играх может не быть правил, а может и не быть проигравших. И что может быть интереснее, чем извечная игра в соблазнение? В этой главе мы поговорим про игры, которые открывают путь к прямому контакту) при минимальном расстоянии. Хотя, это тоже игра, которая называется «постельное двоеборье». Иными словами, мы сейчас начнем изучать игры и тесты, которые помогают нам очень и очень сильно заинтересовать девушку и сблизиться с ней до расстояния в шесть микрон (средняя толщина стенок латексного презерватива).

Чем так хороши игры в нашем случае? Тем, что они очень хорошо работают над многими целями, которые, в другом случае, достигаются путем многочисленных разговоров и романтических выгуливаний. А когда времени нет, я люблю играть с девочками в игры, которые указывают им самим на их собственную сексуальность. А потом хитро смотреть на нее и говорить «ну вот — я так и знал! Ты хочешь меня соблазнить! Как тебе не стыдно!».

Так что же делать со всеми играми тебе? Использовать, разумеется. Использовать с удовольствием и отличными результатами. В этой главе я

сделал многое для того, чтобы тебе осталось только немного потренироваться «на кошках» и получить ожидаемый результат. Тут собраны игры — много игр. Есть совсем короткие, есть длинные и сложные — тебе решать, что у тебя будет работать лучше всего. У этих игр есть одно общее свойство — они тебя выделяют из большого количества других людей. Эти игры дают тебе неосязаемую и тайную власть над женскими душами.

Игры даются по порядку для удобства, последовательность и количество использованных игр в разговоре не важна. Важно только то, насколько хорошо ты используешь результаты этих игр.

Тест «Можешь ли ты быть моей девушкой?»

Эта игра может использоваться в любой удобный момент разговора по единственному ключевому слову. Девушка должна тебя спросить: «А у тебя есть девушка?» — и тут все начинается. Что мы делаем:

Тебе требуется абсолютно естественно и конгруэнтно сказать следующее: "Быть моей девушкой очень престижно. Чтобы ей стать, сначала нужно пройти тест". Любопытство возьмет верх, и она захочет узнать, что же это за тест.

Суть теста: существует три вопроса. Ты берешь девушку за руку и пишешь у нее на ладони правильные ответы. Потом закрываешь ее руку своей (разумеется, что за руку надо держать постоянно), и задаешь наши вопросы вслух. Девушка должна тебе отвечать на них по очереди. Вопросов всего три, и задавать их нужно по очереди. Вот они:

1. Что ты предпочитаешь? Душ или горячую ванну?
2. Какая самая сексуальная еда? Сливки, шоколадный сироп или клубника?
3. Что тебе больше нравится? Поцелуи в шею или прикосновения к ушку?

Правильные ответы — ванна, клубника и поцелуи в шею.

Чаще всего первые на первые два вопроса она ответит правильно. На последний вопрос девушки отвечают правильно приблизительно в половине случаев, то есть пятьдесят на пятьдесят.

Что мы делаем дальше? После теста очень легко, комфортно и необходимо переходить к прикосновениям. Вот ключевые моменты:

Если она ошибается в последнем вопросе — шепчем на ухо: "Я не могу быть с тобой, если ты действительно думаешь, что это (прикасаемся к уху) лучше, чем это (целуем в шею)". Если отгадывает: "Я рад, что тебе нравится это (целуем в шею). Это намного лучше, чем это (касаемся уха)". Крайне желательно, даже необходимо поцеловать и прикоснуться до того, как отпустишь ее руку в вольный полет.

Если она ошибается, отвечая на все три вопроса, можно спокойно начать над ней прикалываться по этому поводу. Я обычно начинаю стеб на тему «ты девственница? У тебя мужчины были? Ты вообще живой член в руках держала?». Вызываем у нее румянец и спокойно можем переходить к рутине «О чем с тобой говорить».

Этот тест лучше использовать тогда, когда уже есть какая-то связь, то есть, установлен достаточный уровень комфорта в разговоре. Если девушка задает вопрос про твою девушку, значит она уже заинтересована в большинстве случаев. Фишка: можно написать и что-нибудь остроумное или веселое на ее ладони вместо ответов. Например, «бизе», «гамбургер» и «почесать задницу с утра пораньше» и сказать, что это твои ответы.

#### Тест «Земляничная поляна»

Показания к применению этого теста: в разговоре образуются паузы, или ты понимаешь, что разговор уже пора переводить в сексуальное русло. Никаких других ограничений нет. И применять эту замечательную игру ты можешь в любой момент общения, даже в первые минуты после знакомства. По окончании тестов может быть много споров и несогласий с интерпретацией, что даст тебе много поводов для разговора и проверки результатов этого теста другими.

Вводная часть: "Сейчас я опишу тебе ситуацию, и задам несколько вопросов. Представь себе, своим внутренним взором, что ты гуляешь по сельской местности и вдруг натыкаешься на полянку, где растет соблазнительная на вид спелая клубника. Ты как раз проголодалась, а

поблизости от этого места совершенно никого нет. От бесплатного угощения тебя отделяет только изгородь».

Вопросы, на которые нужно получить ответы:

1. Насколько, кстати, высок этот забор. Евгения (имя девушки)?
2. Наконец ты оказываешься на этой поляне и начинаешь лакомиться крупными ягодами. Сколько ягод (штук) ты съешь. Евгения?
3. Неожиданно появляется фермер (лесник хозяин), чьи ягоды ты ешь, и начинает ругаться. Разумеется, что он слегка огорчен твоим появлением, и его можно понять — он долго выращивал те ягоды, которые ты съела. Что ты говоришь в ответ, извиняешься ли? Как ведешь себя?
4. Сразу после того, как всё было сказано и сделано, какими тебе показались эти ягоды на вкус? И оглядываясь на прошлое, как ты себя ощущаешь после того, как это небольшое приключение закончилось? Как ты поведешь себя в следующий раз?

Интерпретация:

Клубника — соблазнительно сочная и сладкая, естественно, общеизвестный символ сексуального влечения и желания. То, как ты представила себе этот сценарий, описывает твоё отношение к любовным приключениям и сексу.

1. Высота забора, который ты представила, определяет твой собственный уровень самоконтроля и сопротивляемости сексуальному искушению. Чем выше тебе показался забор, тем больше контроль. Тот, кто сказал, что там только проволока на уровне ног, готов легко поддаться соблазну.

2. Количество съеденных ягод — это количество мужчин, которыми ты можешь (или хотела бы) увлечься одновременно. Если ты съела одну или ни одной ягоды, то возможно, что и в жизни ты склонна к верности или моногамии. Двузначные числа намекают на ненасытность и потенциальную нимфоманию.

3. Оправдания перед хозяином отражают твою рационализацию, то есть объяснение — перед окружающими или самооправдание — твоей ненасытности. «Извини, я больше не буду», или «Я просто не могла с

собой справиться, они выглядели такими сочными», или «А что такое? Захотела и съела, мое дело!», или «Очень вкусные были ягоды. А можно, я съем еще парочку?» — дают тебе ответ на эти вопросы.

4. Твое описание вкуса ягод указывает на твои чувства и воспоминания после любовного приключения. «На самом деле они были не такие уж и вкусные. Не стоило усилий». «Ничего особенного, но хоть какое-то развлечение». «Они были такие сладкие и сочные, особенно восхитительные своей запретной остью». Особенно это интересно объяснять после интерпретации третьего пункта.

#### Тест «Американские горки»

Эта игра входит в мой «горячий арсенал» игр и позволяет буквально творить чудеса. Показание к применению — любой разговор о детстве, играх, парках культуры и отдыха и так далее, и тому подобное. Можно начать с закрепленных в детстве представлений об отдыхе, который проявляется потом во всех других гранях жизни. В общем, большой простор для творчества. Эту игру можно начинать буквально в любой момент общения, никаких дополнительных показаний к применению нет.

#### Вопросы:

— Тыходишь в парк развлечений и идешь к американским горкам. Какие американские горки тебе больше нравятся — крутые и быстрые, или большие и плавные?

— Вагончики задерживаются на посадку. Сколько ты будешь ждать вагончика, прежде чем начнешь волноваться?

— Итак, ты едешь, по всем изгибам, взлетам и падениям, что ты при этом чувствуешь?

— В конце вагончик влетает в пруд с водой, что ты при этом кричишь? Может быть, ты не кричишь, но что тогда ты делаешь?

— Теперь опиши свою идеальную поездку на американских горках, сам трек, ощущения...

#### Интерпретация:

Первый вопрос говорит нам о предпочтительном виде занятия сексом — она любит быстрый и бурный секс, или продолжительные и плавные занятия любовью.

Второй вопрос указывает нам на длительность предварительных ласк, которые для нее являются предпочтительными. Ответ на третий вопрос на самом деле описывает ее ощущения во время секса. Четвертый вопрос описывает ее поведение и реакцию на оргазм.

Пятый вопрос описывает ее идеальный секс. Сам понимаешь, что потом делать со всей этой фантазией.

Бонус: можно дополнить тест последним вопросом: «Теперь ты идешь на карусель, но лошадки сломаны, каковы твои ощущения?». Интерпретация ответа — ключ к ее поведению во время проблем у парня в постели. Отвечать ей про это не надо, это информация может быть полезна тебе лично. А то вдруг ты на этой неделе слишком устал после всех этих игр.

Игра «Четыре вопроса»

Игра «Четыре вопроса» очень эффективна, так как, при должном и правильном исполнении позволяет установить очень хороший уровень доверия к тебе и сильно завлечь девочку в наши ловушки. Ты ведь помнишь, что сгубило кошку? Кстати, это хороший повод заставить девушку встретиться после разговора по телефону. «Меня тут научили интересной игре «Четыре вопроса». Если ты хочешь, я тебя научу, но только не по телефону... Просто поразительно... Эти вопросы расскажут тебе очень много о себе, может даже вещи, о которых ты и не догадывалась... Но ты ТОЧНО ХОЧЕШЬ УЗНАТЬ О СЕБЕ ЧТО-ТО ИНТЕРЕСНОЕ?» Она начнет просить научить ее сразу, но ей придется потерпеть до вашей встречи... При встрече, заставляем просить снова «Ты точно уверена, что хочешь, чтобы я узнал все твои тайны?»

Итак, вот четыре вопроса, задавать их следует именно в этом порядке. Важная фишка: в этом тесте интерпретация каждого ответа дается сразу же после него, а не в конце всего теста. Это очень хорошо устанавливает высокий уровень доверия и заинтересованности дальнейшим прохождением теста.

1. Ты идешь по дороге, и вдруг стена преграждает твой путь. Опиши эту стену и свои действия.

2. Твой любимый цвет, опиши его и свои ощущения от него.

3. Твое любимое животное, почему? Опиши его.

4. Представь, что ты оказалась возле воды, большой объем воды... Опиши ее. Что это? Свои ощущения и что ты будешь делать...

Интерпретация:

Реакция на проблемы, препятствия на жизненном пути, как она их преодолевает.

Такой ты видишь себя, свои качества.

(это всегда вызывает смущение) А вот так тебя воспринимают окружающие. Отношение к сексу.

Задавая вопросы, старайся копать как можно глубже, подталкивая ее к двусмысленным деталям, побольше оценочных эпитетов, экстравагантных подробностей, будет потом, чем ее смутить.

Заметь, что первые три вопроса вполне невинные, на них при всем желании нельзя навесить сексуальный подтекст, как в тестах типа «первый прыжок». Так что, подойдя к четвертому вопросу, у вас уже будет установлен достаточно хороший уровень доверия, она будет вполне хорошо к тебе относиться. Может быть, посчитает даже тебя психологом\*, (сноска: у меня есть один дежурный предлог, чтобы пригласить девушку домой: «Пойдем. Я тебе покажу кандидатскую диссертацию»)

Так что, тут ей можно говорить что угодно, в крайнем случае (несогласие с интерпретацией) можно всегда прибегнуть к жестокому приему типа «я же предупреждал, что я тебе скажу вещи, о которых ты и сама не знала... Во всяком случае, мне говорит об этом твое подсознание, а ты как хочешь...». Так что смелее импровизируй на тему ее сексуальных пристрастий, фантазий и внушай всё, что угодно...

Игра «Свободный полет»

Очередная наша игра из длительного списка в несколько наименований снова позволит нам поиграть с женщинами в то, что называется «ее бессознательное\*» (сноска: давай притворимся, что оно

есть, хотя точных доказательств существования разума у женщин еще не доказано наукой). В этой игре мы будем фантазировать на тему парашютов, и через несложные махинации получать доступ к тайным знаниям. Всё как всегда, короче. Этот тест местами немного похож на «земляничную поляну» и «американские горки». Кроме этого, он имеет несколько отличий — в частности, не так ясно заметны ассоциативные связи. Второе ключевое отличие — этот тест придумал я лично, и ручаюсь за его работу. Третье отличие — этот тест, наверное, самый полный из тех, что тут представлены и охватывает все стадии сексуальных отношений. Играть в эту игру можно в любой произвольный момент времени, особых ключевых точек для начала игры не требуется.

Начало теста:

Ты знаешь, я недавно в очередной раз прыгал с парашютом. Незабываемые ощущения свободного полета. Ты уже прыгала вниз, с высоты в восемьсот метров? Нет? Хочешь, мы узнаем, как тебе лучше всего начинать свою парашютную карьеру? Есть один простой тест, который нам многое скажет про тебя. Честно ответь на несколько простых вопросов, и позволь себе дать полную свободу твоим пускай даже самым смелым фантазиям. Не спеши с ответами. У нас есть все необходимое время.

Вопросы:

— Свой первый прыжок ты будешь делать сама, после подготовки, или же предпочтешь сделать это в первый раз с опытным инструктором, а только потом начнешь прыгать сама?

— Ты на летном поле, ждешь своей очереди для полета и первого прыжка, смотришь, как другие свободно летят к земле, что ты чувствуешь? О чем ты думаешь?

— Насколько быстро ты хотела бы подниматься до момента прыжка? Быстро на самолете, или медленно на вертолете?

— В кабине всего два человека — ты и еще один новичок. Кто прыгнет первым? Уступишь ли ты очередь?

— И вот наступил момент прыжка. Американцы часто кричать в этот момент «Герóнимо!», русские активно и громко матерятся. Что бы крикнула ты?

— И вот ты уже на земле, стоишь снова на твердой основе. К тебе подходит инструктор и говорит слова одобрения. Какие это будут слова? А если ты все сделала очень хорошо? А если случайно неправильно сделала необходимые действия, и тебе пришлось спускаться на запасном парашюте?

— Сколько раз в день ты захотела бы прыгнуть? Профессионалы занимаются этим целый день, и успевают сделать до десяти прыжков.

— Сразу после прыжка можно поехать домой, а можно остаться ночевать в гостинице при аэродроме. Что бы ты выбрала?

— Когда в конце к тебе подходят и спрашивают, сколько раз в неделю ты бы захотела приезжать прыгать, что бы ты ответила? Обычно можно прыгать два-три раза в неделю, остальное зависит от погоды.

Интерпретация:

На самом деле я тебя гнусно обманул. Этот тест рассказывает не про твои мысли о парашютной карьере, он рассказывает мне про твои тайные сексуальные желания. Что я про тебя узнал на самом деле (ответы на вопросы приводятся в порядке задавания вопросов):

— Насколько легко девушка соглашается на сексуальные авантюры с новыми любовниками.

— Насколько пассивна девушка в момент начала сексуальных ласк.

— Девушка описывает свое сексуальное желание. Бонус: если эти слова включить в метафору на сексуальное возбуждение, она гарантированно сработает.

— Девушка расскажет нам, насколько «быстрый» секс она любит и насколько быстро у нее наступает оргазм.

— Кто из двух партнеров должен первым испытывать оргазм в сексе. Показательный момент: если девушка не прыгает сама, и ее вытолкнет инструктор. Подумай, что это обозначает.

— Какое звуковое сопровождение будет у нее во время оргазма.

— Что она желает услышать от партнера после секса, хорошего секса, отвратительного секса (все это с ее стороны).

— Сколько секса в день ей необходимо?

— Сам догадайся.

— Сколько раз в неделю или месяц она сможет с тобой встречаться.

Давай завязывать с играми. Я их ещё очень и очень много знаю, и в принципе книга не про игры — а про соблазнение. То, что я тут написал — это примеры, отправная точка.

Четвертый способ: веселые истории

— У тебя всё в порядке?

— Да.

— У меня тоже все было в порядке один раз.

Узнав, что моя жена мне изменяет,

я избил виновника до полусмерти, переспал с пятью женщинами за три дня,

и выехал на встречную полосу на шоссе. Но у меня всё было в порядке.

*«Афера Томаса Крауна».*

Прежде, чем мы начнем, я хочу спросить у тебя напомнить тебе одну мысль, которая когда-то давно пришла в мою грешную голову. Эта мысль сродни вечной аксиоме движения к цели и звучит так: «Если хочешь покататься с девушкой на машине — говори с ней о путешествиях, хочешь пообедать в ресторане — говори про еду, а если хочешь заняться с ней сексом — говори про секс».

Ты можешь посчитать такие заявления спорными, и имеешь полное на это право. Я со своей стороны могу заявить одно — истории про секс рано или поздно вызывают у девушек мысли про эти самые телодвижение. Как бы их там про себя женщина не называла, даже пошлым и раздирающим слух словосочетанием «заниматься любовью».

Ну и кроме всего прочего, веселые истории могут делать следующее:

- Заполнять паузы в разговоре.

- Служить отличным поводом для перехода к рутинам.
- Служить отличным поводом для начала игр и тестов.
- Быть рассказом о замечательном случае из жизни.
- И делать что— то еще.

Подводя итог вступлению, я еще раз скажу тебе, что веселые истории рассказывать надо, их много, они разные, и подобраны со вкусом. В первой части даются те истории, которые давно на слуху и служат уже, скорее, анекдотом, чем байкой из жизни. Во второй части я изучу тебя делать действительно магические истории, творящие с женщинами чудеса.

Итак, твоему вниманию представляются простые истории «про это»:

#### История «Ставка»

Маленькая старая женщина заходит в Банк Канады, неся с собой большую сумку денег. Она настаивает, что должна переговорить с Президентом Банка для открытия сберегательного счета, потому что у нее очень много денег. Наконец, сотрудники ведут ее в офис президента, и он спрашивает ее, сколько денег она хотела бы положить на счет. Она отвечает, что у нее есть 165000 долларов и вываливает их из сумки на стол. Президент банка удивлен, и он спрашивает ее, как у нее оказалось СТОЛЬКО денег. Старая женщина отвечает: «Я делаю ставки». Президент интересуется: «Ставки? Какого рода ставки?», а она отвечает: «Например, я готова сделать ставку в 25000 долларов на то, что ваши яйца квадратные».

«Ха!» восклицает президент: «Это глупая ставка, вы никогда не сможете выиграть деньги таким способом». Старая женщина говорит: «Значит, вы согласны принять мои условия?» «Конечно!», отвечает президент: «Я готов поставить 25000 долларов на то, что мои яйца не квадратные!». Маленькая старая женщина говорит: «Хорошо, но поскольку деньги довольно приличные, я думаю, вы не будете возражать, если завтра со мной в 10 часов утра придет адвокат в качестве свидетеля?». «Конечно», отвечает президент.

Той ночью президент банка очень волновался и провел много времени перед зеркалом, рассматривая свои яйца, поворачивая их то в

одну, то в другую сторону, внимательно выверяя каждый кусочек кожицы, пока, наконец, не убедился, что они не квадратные и что он обязательно выиграет ставку. На следующий день, ровно в 10 часов утра, маленькая старая женщина вместе со своим адвокатом заходит в офис президента. Она представляет адвоката президенту и повторяет условия ставки. Президент снова соглашается с условиями, и старая женщина просит его снять штаны для того, чтобы они могли узнать правду. Президент снимает штаны. Маленькая старая женщина подходит ближе, внимательно рассматривает яйца президента, а затем спрашивает, может ли она их потрогать. «Что ж, хорошо» — соглашается президент. «25000 долларов — это большие деньги, поэтому, я думаю, вы должны быть абсолютно уверены».

Вдруг он замечает, что адвокат тихо стучит головой об стенку, и спрашивает: «Что случилось с адвокатом?». А она отвечает: «Ничего, за исключением того, что я поспорила с ним на 100000 долларов о том, что сегодня в 10 часов утра я буду держать в руках яйца Президента Банка Канады!».

#### История «Мистер Горский»

Во время первого полета американцев на Луну, Армстронг, выходя из ракеты, произнес историческую фразу:

— Маленький шаг для человека, огромный прыжок для человечества. И добавил вполголоса:

— Удачи, мистер Горский.

По возвращении на Землю, в течение 10 лет настырные журналисты пытались добиться от Армстронга объяснения этой фразы, но на все вопросы тот отвечал, что ничего сказать не может. Вопрос стал традиционным, как и ответ. Внезапно, через 10 лет после полета, получил на пресс-конференции стандартный вопрос:

— А кто же все-таки такой мистер Горский?

Армстронг неожиданно ответил, что, поскольку Горский умер, он чувствует себя вправе объясниться:

— Когда мне было семь лет, мы с братом играли в бейсбол во дворе. Брат слишком сильно ударил по мячу, и он упал под окнами

спальни наших соседей Горских. Я побежал поднимать мяч и услышал, как госпожа Горская говорит мужу:

— Оральный секс?! Ты хочешь орального секса? Ты его получишь, когда соседский мальчишка прогуляется по Луне!

История «Домофон»

Америка. Парень провожает девушку после свидания домой, доходят до крыльца ее дома и парень, опершись одной рукой о косяк двери, вдруг говорит:

— Мэри, сделай мне минет, пожалуйста...

— Ты что, сдурел, на пороге дома? А вдруг соседи увидят!

— Черт с ними, соседями, один минетик, Мэри.

— Нет, не сейчас, лучше завтра.

— Мэри, один легкий отсос, я же знаю — тебе это нравится...

— Нет. Нет и Нет. Сейчас не буду...

— Пожалуйста, Мэри, пососи немного, ты же столько раз это делала для меня и моих товарищей...

— Отстань от меня.... И так далее...

В этот момент открывается дверь и на пороге дома появляется заспанная всклокоченная младшая сестра девушки и говорит:

— Добрый вечер. Папа сказал, чтобы я вам отсосала, или чтобы мы с сестрой вам отсосали, или чтоб вы у себя отсосали, или папа спустится, и вы отсосете у него. **НО РАДИ БОГА, УБЕРИТЕ РУКУ С ДОМОФОНА!**

Конструирование веселых историй

Как родилась идея веселых историй? Как обычно, экспромтом. Уже очень давно, практически на заре существования самого движения соблазнения на нашей родине, я начал использовать терапевтические метафоры для вызова у женщины состояния возбуждения. Эти метафоры и сейчас являются отличным, работающим инструментом. Но ему нельзя научить просто так, в двух словах. То есть получается как всегда — отлично работает, но для неподготовленного человека эта отвертка будет просто неподъемна.

Спустя некоторое время, во время бурных дебатов по поводу сексуальности и историй, которые происходили среди меня и моих учеников (ныне тренеров проекта РМЭС, или просто разных, но веселых людей), родилась идея создания общей структуры веселых историй. По этой структуре истории конструируются легко, и после небольшой практики, на лету. У нас даже есть универсальная заготовка:

Мой друг (товарищ по нарам, по подъезду, по партии, собутыльник)

Был в Москве (Сухозадрочинске, Командировке, просто очнулся непонятно где)

Ехал на машине (шел пешком, приставал к прохожим, получал звездюлей, пил водку)

И тут он заметил прекрасную девочку (грязную бомжиху, Братьев Кличко, Элвиса Пресли, переувеличенного блондином Манкубуса)

И он случайно (намеренно в состоянии аффекта в алкогольном опьянении)

Сбивает ее (его, их)

Выйдя из машины(троллейбуса, катафалка, из себя)

Он сажает ее и едет в больницу (ЗАГС, крематорий, к крыше, к братве, к Путину, на хрен)

И тут он чувствует, что ОНА начинает гладить его \_\_\_\_\_

И ТУТ ВОПРОС: А ЧТО БЫ ТЫ СДЕЛАЛА НА МЕСТЕ МОЕГО ДРУГА???

Стебно? Да. Весело? В таком варианте — несомненно. Теперь давай немного серьезнее\* (сноска: Стоп. Пауза. Три «Ха— ха») и я расскажу тебе базовую структуру веселой истории:

1. История рассказывается от третьего лица.
2. Периодически рассказчик «случайно» начинает говорить от первого лица.
3. История происходит в социальном контексте, когда секс «противопоказан».
4. В истории обычно происходит сексуальное домогательство со стороны женщины.

## 5. Девушку ставят на место парня.

В качестве примера по этой структуре рассмотрим одну, ставшую уже классикой, веселую историю про поездку в Крым. Итак, начали [комментарии будут даваться в таких скобках].

Эта история произошла с одним моим близким другом, почти родственником [стандартное вступление с намеком на то, что это был ты сам]. Однажды он вместе со своей девушкой и двумя друзьями поехали купаться на машине [создание места действия и ключевых персонажей]. Ехать нужно было весьма продолжительное время, может быть, даже несколько часов [создания состояния «скучно» у девушки]. И тут мой друг почувствовал, что его девушка начинает к нему немножко, исподтишка, но помогать. Я пытался отбиваться [«соскок» на рассказ от первого лица], но девушка была действительно классной и умелой любовницей. Она расстегнула моему другу штаны и начала делать минет. Друг увидел, что его друзья все прекрасно видят в зеркало дальнего вида [Вывод рассказа на публичное, то есть «запретное» русло]. Он мог бы остановить девушку, но она была действительно хороша в этом виде секса. А друзья все наблюдали... Что бы ты сделала на месте этого парня? [перевод рассказа на смену ролей]

Попробуй представить, что будет происходить с девушкой, когда она услышит такую историю в твоём исполнении. Сложно? Да ладно тебе. Представь себя на месте парня и добавь межполовую экзотику.

### Веселая история №1

Однажды мой приятель, почти родственник, ехал домой из дальней поездки на поезде. В купе были только он и молодая симпатичная женщина. Они почти не разговаривали, ограничиваясь лишь дежурными фразами. Наступила ночь, и оба легли спать каждый на свою полку. Посреди ночи мой приятель неожиданно проснулся и услышал тяжелое ритмичное дыхание и постанывания. Так как в купе, кроме него, была только попутчица, он посмотрел на нее. Она лежала на спине с закрытыми глазами, и по движению ее руки под простыней мой приятель понял, что она мастурбирует. Приятель приподнялся на локте, его полка скрипнула, и женщина заметала, что за ней наблюдают. Но она была так

возбуждена, что не могла остановиться. Возбуждение заглушало для нее всё. Она только улыбнулась и продолжала. Мой приятель почувствовал, как учащается его дыхание, как его кровь пульсирует и устремляется к низу живота, и как он возбуждается...

Что бы ты сделала на месте парня?

Веселая история №2

Однажды мой старый и близкий друг, почти родственник, должен был попасть на большой слет (или конгресс, я уже не помню) своих коллег, врачей. Слет этот проходил в дальнем Подмосковье, и попасть на него можно было поздно вечером только на машине. Мой друг ехал достаточно быстро, потому что слегка опаздывал к началу неофициальной части, где и происходят самые важные знакомства на таких мероприятиях. В один момент времени, когда он въехал в низину, где стоял достаточно густой туман, он услышал удар по корпусу своей машины. Я остановился, сдал немного назад и вышел посмотреть, в чем дело. На обочине я обнаружил лежащую неподвижно девушку. Мой друг подошел к ней и проверил, жива ли она. Девушка была жива, у нее даже не было переломов. Так как мой друг врач, он понял, что девушка просто находится в состоянии шока, потому что ее просто задело зеркалом проезжающей машины и она без сознания. Мой друг положил девушку на заднее сидение машины, и очень быстро поехал в сторону дежурной больницы. Была уже очень ранняя ночь, ехал он по неосвещенной дороге, но мой друг все равно разогнался до ста восьмидесяти в час и ехал так уже минут пять. В один момент времени он почувствовал, что женщина на заднем сиденье перегнулась вперед и начала поглаживать его по ноге, постепенно поднимаясь все выше...

Что бы ты сделала на месте парня?

Веселая история №3

Эта история случилась достаточно давно, почти год назад, с одним моим другом, почти родственником. Дело было на большом квартирном сабантуне, по поводу большого праздника у хорошего знакомого. Квартира была большая, сталинская такая, комнат на пять. В общем двадцать человек там могли потеряться в пределах одного коридора. Как

обычно, началось все чинно и благородно, а близко к концу все превратилось в обычную попойку с элементами бытовой пьянки. В один момент времени я понял, что на сегодня выпил достаточно, и мой друг пошел в одну дальнюю комнату, где, как он знал, можно было спокойно оставить на отдых свое брэнное тело аж до самого утра. Войдя в комнату, он закрыл дверь, разделся и лег в кровать. Через некоторое время он почувствовал, что к нему прижалось обнаженное женское тело, и начали вполне характерные ласки и движения. Мой друг замер, он не знал, что делать, ведь девушка была в компании одна — жена хозяина квартиры. И тут раздался стук в дверь...

Что бы ты сделала на месте парня?

Выводы

— Увижу ли я тебя вечером?

— Не люблю строить планы на столь отдаленное будущее.

*Касабланка.*

У меня родилось интересное ощущение, когда я заканчивал эту главу. Оно состоит в том, что если отработать всё, что тут написано, по одному разу на девушках, то просто по статистике у тебя будет достаточно секса на следующий год. Просто потому, что ты сделаешь два десятка подходов к девочкам. Сделаешь два десятка отличных коммуникаций, из которых ну просто по любым исходам будет несколько случаев успешного соблазнения.

Единственное, что можно добавить к этим способам вызывать интерес — это умение быстро уходить, в правильное время и правильным образом. И ты будешь смеяться, но про это следующая глава книги.

Глава 9: Закрытие коммуникации.

Древние греки недаром говорили, что последний и высший дар богов человеку — чувство меры,

*Тургенев.*

Кроме того, что нам надо научиться правильно начинать разговор с барышнями, не меньшее значение имеет умение правильно и грамотно уходить.

Что это такое? Это всё еще следование «структуре коммуникации», которую я описал в первой части книги. То есть, когда мы должны уходить от девочки?

1. На пике эмоций.
2. По достижении цели общения.
3. По истечении времени, отведенного на общение.

Давай разберем это по пунктам.

Почему важно уходить на пике эмоций? Как минимум, потому, что ваше общение девочка будет вспоминать по его эмоциональному следу, то есть, в основном, по тем эмоциям, которые остались в конце. В качестве примера старое правило политических технологов: «Если вы построили сто мостов, и один раз отсосали член, то вас будут помнить не как великого строителя мостов, а как членососа».

Почему важно уходить по достижению целей? Смотри сюда. Ты пообщался с девочкой, обменялся контактами, договорился о следующей встрече. И что? Если ты останешься еще на полчаса и будешь за ней ходить хвостом, то, как минимум, она может и передумать с тобой встречаться. Как максимум — ты ее успеешь качественно задрочить и никакой следующей встречи не будет.

Есть еще один принцип, принцип вложения ресурсов. Разумеется, мы с тобой понимаем, что даже после трех часов общения номер телефона у барышни взять можно. И сразу возникает вопрос — если для такого простого действия требуется столько времени, то сколько веков ты будешь ее выгуливать? Оптимальное время для нулевого этапа — не более пятнадцати минут. Дальнейшее продолжение общения будет из тебя высасывать ресурсы больше, чем это тебе необходимо.

Есть еще один вариант, уже относящийся к области непредсказуемого. Давай возьмём с тобой как вселенскую данность следующее правило: люди могут не хотеть с тобой общаться. Причина этого желания может быть совершенно любая, и никакие психотехники этот факт из структуры реальности исключить пока не могут. И девочка может с тобой не хотеть говорить, она может совершенно без причин выдать тебе негатива полную ложку и так далее. Это мы называем

«выход по негативу» — и тут надо сделать одну важную вещь. В любом случае ты должен и обязан расставаться с людьми на хорошей ноте, и даже в случае, когда девочка будет на тебя рычать, твои действия просты. Ты говоришь: «Ладно, хорошего дня. Пока!», даже если и желаешь в глубине души, что бы ее матушка покусала ее в подворотне около дома.

Теперь давай остановимся на целях и задачах.

Снова буду говорить о мышлении бойца. Так вот, возьми себе за правило одну стратегию поведения: ввязавшись в бой, иди до конца. Что я имею в виду? Всегда, когда берешь у девушки телефон, всегда и без каких— либо исключений зови ее на свидание. Если ты не хочешь видеть ее на свидании, по разным причинам, то не бери телефон. Не стоит разочаровывать девушек тем, что ты про нее забудешь.

Это кармически неверное действие — в итоге девочка начинает много думать о своей самооценке, может начать не любить парней, запишет себя в стервы и так далее. А мне надоело девочкам цитировать словарь Даля, и объяснять, что «орел-стервятник» это «орел-падальщик». Так что, когда обмениваешься контактами, проводи свидание. Нужно быть хозяином своего слова, в общении с женщинами — особенно. Полезный в целом по жизни навык.

Что дальше? Закрытие коммуникации мы можем рассматривать в простой двоичной системе — цель достигнута, или нет. В случае, когда цель ушла от тебя, покачивая попкой, нам надо вспомнить статистику. О чем я? Если твоя результативность на этапе уличных знакомств имеет соотношение один к трем и выше, то все идет нормально. Другими словами, когда из трех коммуникаций ты один раз договариваешься о встрече — все идет по плану.

И делать выводы о статистике нужно, когда статистика собрана. В целом имеет смысл смотреть на цифры, когда количество подходов и случаев общения ушло за двадцать — тогда цифры выравниваются. Бывает так, что первые пять— семь раз ты учишься, и только потом происходит прорыв. Не стоит начинать искать причины своего

несовершенства, когда у тебя один подход и один отказ. Это неразумно, как минимум.

Когда цель достигнута, то мы что делаем? Теперь наша очередь уходить, когда нам смотрят вслед. Попкой покачивать не обязательно.

Хорошо. Теперь о целях. Наша цель всегда и без исключений одна — появление девушки на первом свидании. Точка. Для этого есть куча инструментов, описанных в этой части книги. И Они работают. Осталось только научиться правильно и грамотно ставить точку, делая этап «закрытия».

Тут есть два варианта действий.

Первый: ты видишь, что у девочки начинает при взгляде на тебя капать слюна, разъедая пол и другие явные и однозначные признаки интереса к твоей персоне. Причем не как к будущему корму, который она притащит в гнездо, а как к потенциальному сексуальному партнеру. Тут можно просто сказать «Рад с тобой поговорить, ты классная, мне пора, куча важных дел. Давай обменяемся контактами и созвонимся на неделе».

Второй: девушка с тобой говорит, и ты пока не видишь у нее признаков интереса. Как мы поступаем? Добавляем причину встречи, которая ей однозначная интересна, и под этим соусом обмениваемся телефонами. Например, это можно сделать так:

— Слушай, а ты в курсе, что на этой неделе в прокат выходит новый блокбастер режиссера Уве Бола?

— Нет...

— Да ты что! Это же шедевр интеллектуального оргазма, взрыв мозга, услада глаз и наслаждение интеллектуалов!

— О, как... Наверное, классно будет.

— Давай вместе сходим, в четверг ты как?

— Нормально.

— Давай тогда обменяемся телефонами, чтобы созвониться ближе к делу и решить, что и как.

Смотри сюда. У тебя есть согласие на совместное проведение времени, и обмен контактами будет просто логическим и понятным

действием. Надеюсь, тебе понятно, что в кино можно не ходить? Перед кино можно провести свидание, а потом тактично уйти.

Если ты будешь просить контакты в лоб, пока девушка сама для себя не решила, нужен ты ей или нет, она будет разными способами выяснять, что ты от нее хочешь. Типичный пример:

— Оставь телефон?

— Зачем?

— Ээээ...

И тут к тебе начинает приходить в гости маленький пушной зверек по имени писец. Как только девушка увидит, что ты плаваешь в ваших целях — она может подумать, что ты вместо вкусного секса будешь ее выгуливать месяцами — можно карьеру заработать на конфетах за это время.

Если что, у тебя всегда должно быть понимание, что и как ты будешь делать, и ты просто обязан эту мысль до девушки донести простым и понятным языком.

Быстрое взятие телефона (закрытие коммуникации до ее открытия)

Все без исключения женщины думают, что обладают чувством юмора, потому что любят похихикать над подружкой, но только у одной из тысячи хватает ума посмеяться над собой.

*Бернард Шоу.*

Есть еще один интересный вид закрытия коммуникации. Эти способы уместно применять тогда, когда ты действительно спешишь, и у тебя действительно нет времени. Не стоит говорить, что ты спешишь, а потом три часа нарезать круги в ее поле зрения, собирая телефоны у других девочек.

Если ты реально спешишь, ты сможешь сделать все эти кейсы эффективными с помощью главного оружия — искренности. Если не спешишь, это будет выглядеть как повторенная, заученная, и с трудом вспоминаемая фраза из книги, которую ты произносишь непонятно для чего. Оно тебе надо?

Способ первый: «Мой друг не местный»

Тебе потребуется друг, с которым у тебя будет предварительная договоренность о проведении этой акции. Мы в свое время так по сорок—пятьдесят телефонов вдвоем за вечер собирали. Мелочь, а приятно. Главное — все эти телефоны вовремя записывать и звонить по ним. Хотя, можно начинать сразу по телефону общаться и вытаскивать на свидание. В общем, вот этот способ:

— Привет! Знаешь, сегодня замечательный день. У моего друга день рождения, он приехал из Америки и тут его никто не знает, и почти никто не звонит. И у него сегодня из-за этого плохое настроение. Но он классный, весёлый, клёвый парень! И я хотел попросить тебя помочь мне поднять ему настроение. Тебе нужно всего лишь позвонить ему на мобильный телефон, и поздравить его. Сказать ему пару тёплых слов. Это займёт пару минут, а у классного парня поднимется настроение. Этого парня зовут Дима (любое другое имя). Держи его телефон — (номер телефона). Можешь говорить с ним на русском.

Если девушка просит твой телефон, говори, что ты хотел сделать ему сюрприз, а твой номер он знает. В общем, проявляй гибкость.

Способ второй: «Жалостливый»

Простой способ, который отлично работает с крутыми и «пафосными» девушками. По окончании они понимают, что их поимели в мозг, но не понимают, как и почему. А вот так:

— Привет! Ты можешь мне помочь? (мне нужна твоя помощь)

— (Девушка) Ээээ... Что нужно?

— Я жду свою девушку, но у меня внезапно села батарейка на мобильном. А её всё нет и нет. Она так спешила, я начал волноваться. Можешь дать мне телефон, или позвонить ей сама и спросить всё ли с ней в порядке? Скажи, что я её жду. Волнуюсь!

— (Она звонит на твой номер мобильного телефона)

— (Поднимаешь трубку) Наконец— то я тебя дождался! Ты мне нравишься, я тебе позвоню! Сматываемся.

Способ третий: «Естественный»

И нет ничего более естественного, чем естественные способы завязывания коммуникации:

— Привет. У тебя такой глубокий взгляд, романтическая улыбка и игривое выражение лица. Мне бы хотелось подольше с тобой пообщаться, но я спешу, у меня нет времени!

Давай свяжемся с тобой по телефону.

Протягиваешь телефон, в это время говоришь:

— Меня зовут Саша (или другое имя)

Замечание: чем быстрее ты берешь номер телефона, тем больше вероятность того, что барышня на встречу не придет. Или тебе придется много и долго ее приглашать на встречу. Или долго разматывать свое величие на первом свидании. То есть, чем меньше ты ресурсов тратишь на нулевой этап, тем больше придется вкладывать ресурсов на других этапах соблазнения.

Несколько общих кейсов

Если ты дочитал до этого места, презерватив можем взять из дерева. Что я имею в виду? Для тебя, внимательный читатель, сейчас будут три самых интересных кейса из нашей практики, которые полностью описывают всю структуру этой части книги, кратко иллюстрируя все приемы. Давай посмотрим, что еще у меня для тебя есть в копилочке знаний:

Кейс первый

Типичный кейс уличных знакомств. Абсолютно рабочий, позволяет брать номер телефона, имеет хорошую эффективность.

**Мальчик:** Привет.

**Девочка:** Здравается.

**М:** Я шел по делам, увидел Тебя. Ты очень симпатичная и Ты мне понравилась, вот решил подойти и сказать Тебе об этом.

**Д:** Благодарит за комплимент. Второй вариант: Молчит или молчит и улыбается.

**М:** (в обоих случаях): Ты знаешь, я очень часто бываю в людных местах — торговых центрах, центральных улицах и так далее. Смотрю на людей, но по—настоящему симпатичных людей не так много, да, бывают красивые, и даже очень красивые, но у них часто какие-то злые лица. А у тебя такое искреннее лицо.

Далее можно сделать небольшую паузу и, улыбаясь, смотреть на девочку, дать ей время поблагодарить тебя или что—то сказать.

**Д:** Благодарит еще раз. Говорит все что угодно, главное на позитиве.

**М:** (в обоих случаях): Да, я вообще-то шел совсем в другую сторону, но с удовольствием задержался, чтобы поговорить с таким приятным и симпатичным человеком, как Ты. Просто сказать Тебе об этом, поднять настроение. Вот видишь. Ты улыбаешься и это хорошо!

**Д:** все равно, что говорит.

**М:** Мне, правда, уже пора идти по делам. Давай встретимся на неделе, поболтаем обо всем, чаю попьем вкусного. Будет интересно!  
(Закрывает коммуникацию)

Кейс второй. Универсальный разговорник.

Это с одной стороны шутка, с другой — некий примитивный промышленный предок волшебной таблетки. Позволяет начать разговор с любой девушкой, если внезапно забыл все темы из главы про открытие коммуникации, или начать разговор с девушкой во время обучения по этой же главе.

**Ты:** Привет! А что здесь происходит?

**Девушка:** (совершенно все равно, что говорит).

**Ты:** И часто здесь так?

**Девушка:** (совершенно все равно, что говорит).

**Ты:** А какое ты к этому имеешь отношение?

Фразы могут быть ну совершенно любыми. Даже самые абсурдные, все равно работает:

— А что здесь происходит?

— Да ничего.

— И часто здесь так?

Или может быть такой диалог:

— А что здесь происходит?

— Я занята.

— И часто здесь так?

После того, как разговор начат, переходи к главе о вызове интереса у девушек.

Кейс третий. Девушка с плеером.

**Ты:** Показываешь, чтобы вытаскила уши.

**Девушка:** вытаскивает.

**Ты:** Что играет? Какая музыка? Что слушаешь?

**Девушка:**

1. Отвечает.

2. Не отвечает.

**Ты:** 1. Если знаешь группу, то можно обсудить. Если нет, то: «Наверное, хорошая группа, раз ты слушаешь».

2. Тоже бывает. Скажи, а как ты относишься к классике... Я имею ввиду музыку.

**Девушка:** отвечает.

**Ты:** Ты знаешь, недавно в интернете видел ролик, так вот там симфонический оркестр исполнял песню Nirvana. Это было волшебно, зал аплодировал стоя, представляешь?

**Девочка:** Девочка вешает.

**Ты:** закрываешь коммуникацию.

Кейс четвертый. Контекстуальный.

**Ты:** Привет.

**Девушка:** Привет.

**Ты:** Ты часто бываешь в подобных местах?

**Девушка:** Да Нет

**Ты:** Я тоже (говорим, как и девушка — да или нет). Но знаешь, раз уж так получилось, что в этот хороший день, два хороших человека встретились в таком месте, то надо бы узнать как кого зовут.

**Я:** Имя

**Девушка:** Имя.

**Ты:** Хорошо. Имя, я заметил, что ты любишь улыбаться, это очень приятно. Ведь, по статистике, люди, которые часто улыбаются, получают от жизни больше удовольствия, чем все остальные. Ты любишь хорошо проводить своё время, да?

**Девушка:** Да.

**Ты:** Отлично, тогда я предлагаю встретиться вместе на следующей неделе и отлично провести время. Скажем во вторник? (закрываешь коммуникацию)

Выводы

Взятие телефона, или обмен контактами — логическое завершение нулевого этапа соблазнения. И дальше, спустя пару дней, пора открывать главу «Телефонные войны», и назначать свидание. Возможно, что до этого момента тебе стоит внимательно все же прочитать завершение этой части книги. То место, где говорится о ключевых точках. Но это так, подсказка о полезном.

Глава 10: Страхи.

Сделай первый шаг, и ты поймешь, что не все так страшно.

*Сенека.*

Насколько человек побеждает страх, настолько он человек,

*Томас Карлайл.*

Давай подумаем вместе над простым вопросом — над тем, кем были наши очень далекие предки. В те времена, когда мамонты были еще не легендами, а пещеры являлись вполне себе жильем премиум— класса. Люди жили, охотились, встречались с разными там тиграми и даже сусликами. И фиг бы с этим сусликом, но тигра такая зверюга, что и сожрать может.

И если кто увидев тигру, начинал с воплями дергать его за хвост, то одним храбрым, но глупым человеком на свете становилось меньше. С другой стороны, если тот же человек при виде тигра начинал, как это на современном языке – фрустрировать, и забивался в дальний угол своей пещеры, общаясь только с тенями предков, то он тоже очень быстро покидал эту реальность, в первую очередь от голода.

Этот эволюционный путь повторялся не одно поколение, он работал много тысячелетий подряд, позволяя выживать самым умным и рассудительным. Так что все мы с вами потомки разумных трусов. Которые достаточно разумны, чтобы не бодаться с мамонтами, и достаточно смелы, чтобы выходить на охоту.

## Общая теория страхов

Тварь я дрожащая или право имеющий?

*«Преступление и наказание».*

Начнем с начала. Страхи — это великолепное, лучшее изобретение человеческого мозга, вершина эволюции психологии и наш лучший друг. Почему я так говорю? Да просто потому, что базовая функция этого эмоционального состояния — сохранения нашей тушки живым, одним куском. И на многие десятилетия вперед. То есть страх — это защитная функция организма, которая включается, когда надо быть осторожным и нам грозит опасность.

Человек, у которого нет никаких страхов, заслуживает внимательного изучения в отдельных учреждениях. Страх вообще — очень интересная тема для исследования, которая может открыть нам многие занимательные вещи. Для начала расскажу, откуда в нас чаще всего берутся страхи. Наши страхи зарождаются в нас в самом раннем детстве, когда мы впервые выходим на улицу самостоятельно. Наши родители говорят нам «Будь осторожен!» — и это хорошая, полезная фраза. Только она говорит ребенку, что за стенами квартиры находится враждебный мир. И это правило говорится ему на протяжении ЛЕТ. Разумеется, что страхи враждебного мира начинают жить в нас очень глубоко и уверенно. Не обязательно, что у каждого из нас рождается подобная картина мира — там плохо, тут хорошо. Такая картина, скорее, характерна для больших мегаполисов. В других местах другие страхи, но которые, при этом, все равно у нас есть. Чем больше город, тем сложнее в нем жить. Но эта тема отдельных книг и проблема житья в городах не имеет к этой книге никакого отношения. Имеет отношения страх.

## Виды страхов

Страх возникает вследствие бессилия духа,

*Бенедикт Спиноза.*

Страхов вообще бывает множество и все их разновидности и варианты описывать достаточно скучно. Конечно, что в умных заведениях долго учат отличать симптомы Фалакрофобии от Синистрофобии (первое — боязнь стать лысым, второе — боязнь левшей

(или наоборот)). Можно только сказать, что во всех страхах есть нечто общее — это то, что страхи нужны тебе, как основное проявление мотива сохранения себя.

Стоит понять, что страхи в той или иной степени есть у любого человека. Одно дело, что страхи бывают нужные, которые берегут нашу нежную задницу в рамках инстинкта самосохранения, а есть другие страхи, который нам мешают. Страхи, которые можно назвать «мешающими» — это страхи левшей, открытого и закрытого пространства, знакомства с девушками и страхи неудачи. Сам факт переживания подобных страхов очень сильно вредит твоим нервам. Оно тебе надо?

Страхи условно можно разделить на три уровня, по нарастанию интенсивности.

1. Страх событий и страх действий.
2. Страх собственных состояний.
3. Боязнь того, что ты не справишься с внутренними состояниями.

В первом случае водятся простые страхи — страхи природных явлений, таких как землетрясение, конец света, избрание патриарха московского и всея Руси Алексия Второго на пост президента РФ, наводнение и прочие случаи случайного характера. Это простой страх того, что это может произойти. В эту же группу по интенсивности относятся страхи что-то сделать — страхи подойти к девушке, поговорить с ней, взять ее рукой за попку, заняться с ней сексом. Это нормально.

Второй уровень страхов более глубинный, если так можно сказать. Это страхи и боязнь тех эмоций, который могут быть для тебя дискомфортны, и поэтому ты ничего не делаешь. Тут типичные страхи — страх тех эмоций, которые ты испытываешь, когда тебя пошлют в пешее эротическое путешествие, страх своего разочарования.

Третий уровень — самый ядреный. Это уровень, когда получаются самые сильные эмоциональные состояния, и, чтобы избежать состояний типа депрессии, мы готовы вообще ничего не делать. Тут задействованы самые сильные предохранители нашего подсознания.

Кстати, в случае соблазнения женщин, или знакомства, или общения, часто замешаны одновременно все три вида страхов. Я не делаю этого, потому что боюсь подходить к ней. Так как опасаюсь, что меня пошлют, я буду себя глупо чувствовать, и не смогу с этим справиться. Я очень много раз слышал подобные конструкции, и могу сказать одно — ЧУШЬ! Ты можешь сделать с собой всё, что хочешь. Всегда можно улучшить самого себя. Любому человеку есть куда развиваться. Оставь другим занижение планки и соблазнения откровенно уродливых девок — потому что они боятся отказа от красивых девушек, и общаются с теми, кто им гарантированно даст. Они боятся себя. А мы с тобой сейчас узнаем, что делать со страхами. Читай внимательно пять правил страхов. Это простые правила, которые тебе помогут с этими страхами работать.

1. Страх есть всегда, когда ты развиваешься. Мы боимся неизвестного, того, что ещё не делали. Это нормально. И знай, что сам по себе страх не проходит. Я видел много маленьких детей, у которых была дикая истерия перед уколами в медицинском кабинете. Они вырывались, орали, били изо всех своих сил родителей и умоляли, чтобы их отпустили. Но родители их вели в кабинет и насильно клали на кушетку перед доброй тетенькой в белом халате. А на второй раз дети спокойно шли в кабинет. Почему? Для того, чтобы страх прошел, есть следующий пункт.

2. Единственный способ избавиться от страха — сделать то, чего боишься. Боишься знакомиться с девочкой супермоделью — сделай это. На дрожащих ногах, стиснув зубы, через себя. И начни разговор с того, что ты расскажешь этой девочке, насколько тебе страшно. Тут, кстати, есть одна отговорка типичного неудачника — я сделаю это тогда, когда буду себя лучше чувствовать. Фигня, читай дальше.

3. Единственный способ почувствовать себя лучше — сделать то, что ты боишься. Только тогда у тебя возникнет выброс ресурсов, которые раньше блокировал твой собственный страх. Только после этого тебя будет втыкать, только после того, как ты подойдешь к супермодели, ты почувствуешь себя на крыльях. Только после того, как ты сделал это.

Ты почувствуешь то самое облегчение — да, меня отпустило, мне стало лучше. И этот механизм работает всегда — как оказалось, то, что мы себе представляли, гораздо страшнее того, что происходит на самом деле.

4. Каждый человек испытывает страх в незнакомой ситуации, не только ты. Будь просто любопытным, позволь себе скорее исследовать новое, чем бояться того, что ещё не произошло.

5. Справиться со страхом — менее страшно, чем ощущать его каждый день на протяжении многих лет и быть полностью беспомощным перед ним. Позволь себе выделить один день на проработку своего страха, и ты поймешь, что такое экономия своих нервов.

И вот она — идеальная стратегия работы со страхами. Если описать эту стратегию простыми словами, то получается такая последовательность действий: надо определить, что есть что-то, что тебя останавливает. Позволить себе быть благодарным к самому себе за это наблюдение. Дальше немного анализа этого состояния — определи, какой это страх, например. Просто будь честен с собой и ты это поймешь. А потом реши, где и в каких ситуациях ты будешь этот страх исследовать — и вперед.

Простая поэтапная стратегия работы с состояниями страха

Кто в страхе живет, тот и гибнет от страха.

*Леонардо да Винчи.*

Я точно знаю, что иногда люди что-то не делают просто потому, что не знают, как сделать все и сразу, и притом хорошо. Для примера возьмем простейший вариант, который можно назвать «страх подхода к девушке».

Можно сказать, что это не страх общения с людьми (ну, ты же по работе, например, с людьми общаешься?) а скорее, отсутствие понимания алгоритма действия.

Так что мы делаем? Разбиваем задачу на множество мелких, простых, и последовательных действий. И потом отработываем эти действия сначала до автоматизма, потом начинаем их соединять в

последовательность, а потом тренируемся делать все и сразу. В нашем, случае, например, так:

### **1. Отрабатываем навык «вижу — действую».**

Это относится к правилу трех секунд, о котором раньше я уже писал. Твоя задача — отработать автоматический навык что-то делать при виде девушки, вместо навыка «думаем, как это сделать правильно». То есть, при виде девушки совершаем любое простое и адекватное действие. Например, хлопаем в ладоши. Или щелкаем пальцами. И так — раз пятьдесят-шестьдесят. Можно до ста.

Критерий того, что навык отработан: ты замечаешь, что сначала хлопаешь, а потом думаешь, что это пора сделать. То есть у тебя действие идет до размышления.

### **2. Отрабатываем навык начала разговора.**

Следующий этап: учимся подходить к людям и начинать коммуникацию. Для тренировки подходит любой социально-адекватный вопрос. Например, такой: «Сколько времени?». «Как пройти в Кремль?», «Где тут ближайшее кафе?», и так далее, и прочая. Разумеется, после ответа благодарим человека и идем дальше.

**Критерий выполнения упражнения:** тебе легко и комфортно задавать людям вопросы, ты делаешь это непринужденно и расслабленно. Может потребоваться от пятидесяти повторов.

### **3. Отрабатываем коммуникационные связки.**

Делаем то же самое, что в предыдущем пункте, но после ответа говорим комплимент. Комплимент может быть совершенно любым, твоя задача — научиться быстро начать разговор и продолжить общение. Как ты понимаешь, начать разговор мы научились на предыдущем упражнении, сейчас тренируемся в связке «начало-разговор».

Пример:

— Добрый день. Скажите, где тут находится Старо колпачный переулок?

— Там-то и там-то.

— Спасибо. Приятно видеть, что в этом городе ещё остались открытые люди, которые всегда готовы прийти на помощь незнакомому человеку. Кстати, у вас приятная улыбка. Доброго дня.

**Критерий успешного выполнения:** такой же, как в прошлом упражнении. Можно добавить дополнительный: у тебя положительная реакция на твои комплименты в восьми и более случаях из десяти подходов. Что такое положительная реакция, смотрим в «признаках заинтересованности девушки».

#### **4. Продвинутые коммуникационные связки.**

Продолжаем тренироваться. Упражнение полностью похоже на предыдущее, но задача слегка усложняется. Тебе нужно задать два-три вопроса, и после каждого ответа говорить комплимент за то, что с тобой разговаривают.

Пример:

— Здравствуйте. Подскажите, где тут остановка 666 автобуса по маршруту в ад?

— Вот тут, рядом.

— Спасибо, вы мне очень помогли. Мне приятно общаться с таким отзывчивым человеком как вы, это настоящая редкость. Кстати, а сколько сейчас времени?

— Без пятнадцати одиннадцать.

— О, разве? В любом случае, уже время пить чай. Кстати, у вас потрясающая улыбка и чувство стиля. Эти крылья отлично гармонируют с цветом вашего хвоста. Может быть, вы подскажите, где в это время можно выпить теплой серной кислоты?

— Тут, рядом, за углом.

— Всего хорошего, рад был общаться!

#### **5. Тренируемся везде!**

Возьми себе за правило тренировать навык «цепляться языками» совершенно везде, каждый день и каждый час. Учись говорить ни о чем, болтать о пустяках, рассказывать байки и шутить совершенно везде. Пойми, у тебя каждый день бывают возможности общаться с людьми: в

общественном транспорте, у парикмахера, у мастера маникюра, с официантами в кафе, с продавцами в магазинах, и так далее.

Можно игнорировать этих людей, равнодушно скользя поверх их голов холодным взглядом задроченного городского жителя, а можно подарить им запоминающиеся моменты общения с отличным человеком. Тебе решать, в каком случае твои навыки отрабатываются до автоматизма, только тебе.

**Критерий выполнения упражнения:** тренируешься каждый день минимум по одной коммуникации «ни о чем» на протяжении всей жизни. Да— да, никто не говорил, что будет легко.

### **6. Начинаем общаться.**

Для перехода на этот этап требуется уже сделанные упражнения из пунктов 1—5, так что вместо спешки и набивки шишек, отработай упражнения, если ты их ещё не сделал.

Твоя задача:

Начать разговор, сказать несколько комплиментов, рассказать одну рутину, отработать один кейс на начало общения. Все примеры есть в главах этой же книги.

Заметь, у тебя нет задачи брать телефон или рожать с девушкой детей. Твоя задача, то есть критерий правильного выполнения, простая и ясная: сделать так, чтобы при разговоре с тобой у девушек появлялись признаки заинтересованности, и они поддерживали с тобой беседу.

Ладно, разрешаю брать номера телефонов, когда девушка будет сильно настаивать. Но не стоит ускоряться, пока ты не отработаешь этот навык до автоматизма тоже.

### **7. Сам нулевой этап знакомства.**

Ну, а теперь все вместе! Работаем по простым шагам, каждый из которых у тебя должен быть отработан до автоматизма;

А) Подходим.

Б) Начинаем разговор.

В) Говорим за жизнь.

Г) Видим признаки заинтересованности.

Д) Договариваемся о дальнейшей встрече.

Е) Обмениваемся номерами телефонов.

Ж) Уходим.

Возможно, что ты заметил, что тут последовательность не такая, как писалось выше. Это совершенно закономерно, потому что раньше я писал про пошаговую стратегию проработки страха подхода, а в качестве интеграции — классический нулевой этап соблазнения, который описан в этой книге. Он состоит точно из тех же навыков, которые мы уже отработали, так что все будет достаточно просто.

В заключение этой части главы скажу, что точно так же можно проработать любые другие страхи — разбей задачу до молекул, отработай каждый шаг. Убедись, что все по отдельности безопасно, и сделай все вместе. Все очень просто, действительно просто и действительно работает.

Квадратное дыхание

Любовь плохо уживается со страхом,

*Николо Макиавелли.*

Сейчас я расскажу тебе о простой, и при этом крайне эффективной технике изменения своего эмоционального состояния. Что я имею в виду под словом «простая»? В первую очередь, эта техника делается за сравнительно короткое время — достаточно пяти, иногда семи минут для того, чтобы изменить свое состояние. Во вторую очередь, эта техника может применяться совершенно в любых местах и в любое время, просто потому, что не требует особенных телодвижений или бормотания священных мантр триста двадцать тысяч раз в определенном порядке. Эта техника использует то, что везде и всегда рядом с нами и никуда не может деться по определению — я имею в виду дыхание. Может быть, ты уже обращал внимание на то, что в разных эмоциональных состояниях мы дышим разным образом? Например, когда человек спит, у него один рисунок дыхания, когда волнуется — другой, когда спокоен — совершенно третий, и так далее. Наше дыхание всегда с нами. И есть еще одно интересное наблюдение — меняя свое дыхание, ты меняешь свое состояние. Это действительно так, и я предлагаю тебе научиться это делать.

Так как же делать эту технику? Достаточно просто. Смотри, обычно наше дыхание состоит из двух тактов — вдоха и выдоха. Мы же добавляем еще два такта между ними, которые называются и являются паузами. То есть, дышать в этой технике следует так:

Вдох—Пауза—Выдох—Пауза

Главный секрет состоит в том, что дышать надо «квадратом», или на четыре такта. Иными словами, продолжительность каждого этапа — одинаковая. Например, три секунды идет вдох, потом три секунды — пауза (задерживаем дыхание), потом снова три секунды выдох и еще три секунды пауза.

Главное, от чего я хочу тебя предостеречь — не жадничай. В смысле, не надо сразу брать большое время на каждый цикл. Если вдыхать или выдыхать пять секунд достаточно легко, то держать паузу дыхания поначалу столько же времени бывает непривычно, может заболеть голова или. что чаще бывает, происходит срыв к обычному, привычному для тебя рисунку дыхания.



*Рис. 8. Схема техники «Квадратное дыхание».*

То есть, до выполнения цели техники мы ее заканчиваем.

Рекомендую научиться делать это упражнение сначала дома, чтобы привыкнуть к такому рисунку дыхания, и только потом начать применять его в реальных условиях. Чтобы было проще, можешь считать про себя «раз—два—три» на каждом этапе, постепенно увеличивая время на каждый такт до тех пор, пока упражнение не будет связано с очень длительными временами циклов — может быть, по пять—шесть секунд.

Что же ты получаешь по результату упражнения? Я тебя разочарую: чудес не будет. Небеса не будут разверзаться, на тебя не будет падать столп благодатного огня, и руки бога под пение ангелов не будут даровать тебе всемогущества, (это возможно разве что под воздействием диэтиламида б-лизергиновой кислоты, но это слегка незаконно). Вместо этого ты научишься входить в состояние абсолютно нейтральной эмоции — то есть спокойствия.

У состояния спокойствия есть несколько громадных плюсов, на которые я хочу обратить твое внимание. Первое:

Состояние спокойствия во время общения производит на твоего собеседника куда лучшее воздействие, чем любой, даже самый незаметный и слабый негативный эмоциональный след.

То есть быть даже «слегка» спокойным гораздо полезнее, чем «немного» нервничать. Значения в кавычках я дал просто потому, что личное восприятие каждого человека разных эмоциональных состояний может меняться. И если тебе может показаться, что твое состояние можно описать словами «немного напряжен, но прорвемся», то для девушки, с которой ты общаешься, может сложиться совершенно другое восприятие, и именно поэтому в вашем общении может ничего не получиться.

Второе: состояние совершенного спокойствия со стороны практически всегда путают с эмоциональным состоянием полной уверенности в себе.

Для пример возьми, например, обычного ученика автошколы, который впервые выехал на автомобиле с инструктором на дорогу. Что там происходит? Крутом враги, слишком много всего вокруг, что и как делать сразу непонятно, количество информации зашкаливает, и происходят неизбежные косяки при обучении. И теперь сравни это состояние с водителем, который за рулем лет пятнадцать. Что у него на лице написано? Будут проблемы — решим, и общее состояние — спокойное и расслабленное.

Так что эмоциональное состояние «дохлого удава» очень и очень полезно для предотвращения негативных накруток. Как это обычно

бывает? Один раз поговорил с девушкой, и она, например, не очень была расположена. Да, мы с тобой понимаем, что всякое бывает, и ты продолжаешь общаться, и тут второй раз подряд. Потом третий и четвертый. Обычно в этот момент начинают закрадываться сомнения — все ли ты делаешь правильно, все ли хорошо? Если продолжать общение, то с тобой не захотят разговаривать уже потому, что ты что-то делаешь не так, а скорее всего потому, что будешь похож на человека, который тащит на себе кармический груз последних девяноста перерождений.

Так что совет простой: если вдруг начинает накапливаться негатив, не надо насиловать себя — возьми чашку эспрессо в ближайшем кафе, посиди, расслабься, подыши квадратом, и с новыми силами, и другим состоянием продолжай общение, даруя людям радость и вызывая хорошие эмоции и яркие воспоминания о тебе, как отличном собеседнике и позитивном человеке.

Продвинутые технологии работы со страхами

У вас в голове пятьсот маркетологов срали десять лет,  
а Вы хотите, чтобы я там убрал за пять минут...

*Виктор Пелевин. «Empire V»*

Кроме того, что я уже описал, существуют и другие способы проработать эмоциональные ограничивающие состояния. В основном это техники и способы из различных школ и направлений психологии, гипноза, психотерапии и так далее. В большинстве своем они требуют для выполнения наличия ведущего (терапевта, оператора, или другим образом названного человека), или достаточно серьезной психологической или практической базы.

Так что давай чуть более серьезно отнесемся к проблеме работы со страхами. Кстати, в чем тут проблема? Проблема в том, что для проработки эмоциональных состояний, которые были нам привиты в детстве, требуются недели, а то и месяцы терпения и постоянной практики. И весь мой тренерский опыт подсказывает мне, что кому это действительно нужно — готов этим заниматься самостоятельно и по указанию в виде «где найти технику и как копать», всем прочим

недостаточно будет даже контроля специально обученных людей, прошедших долгую практику в местах типа Аушвиц—Бикернау.

В этой книге я просто укажу возможные варианты проработки страхов с помощью тех методик, за качество работы которых я готов ручаться, и расскажу, где и как с ними можно ознакомиться. И те мои читатели, которые обладают сильной волей и стремлением к работе над собой, с легкостью смогут это сделать. Ну а простые любопытствующие просто перейдут на следующую главу и будут совершенно правы. В принципе, есть третий вариант, в котором есть и возможность объяснить, и ответить на вопросы, и попрактиковаться в использовании этих техник (и некоторых других), но он доступен только самым целеустремленным. Я имею в виду тренинги.

Ладно, давай перейдем к делу.

#### 1. Бинауральная музыка.

Что это такое? Если очень коротко, то наш мозг может находиться в разных состояниях (не эмоциональных, а разных состояниях активности). Так же наш мозг в разных состояниях излучает мозговые волны, которые хоть и имеют очень малую мощность, но имеют постоянную частоту.

Например, в состоянии активного творчества, мозг работает на частотах 13—40 герц, а в состоянии глубокого сна от 4 до 7 герц. Более точная частота соответствует более точным эмоциональным состояниям. Обычная аппаратура не может воспроизводить такие частоты, поэтому используется способ записи, при котором эти волны получаются прямо внутри головы. Мозг в течение некоторого времени настраивается на эти волны, и постепенно входит в резонанс с волной, таким образом, меняя эмоциональное состояние слушающего, (более подробное описание легко находится в интернете, я не хочу использовать кучу малопонятных терминов).

Сразу скажу, что пока бинауральной программы «избавление от страхов» я не встречал. Да и полезность бинауральных программ, которые действуют в среднем 30—40 минут, для быстрого снятия страхов весьма сомнительна. Но для снятия стрессов, эмоциональных

напряжений, улучшения общего самочувствия — более чем подходят. Мало того, эти программы можно слушать во сне, что делает их вполне достойными внимания.

Более подробное описание и список аудио программ есть на сайте [www.T100B.ru](http://www.T100B.ru)

## 2. BSFF

Следующее в нашем списке — уникальная методика, которая работает просто самым чудесным образом. Она работает как инструкция на самогипноз и подключает к работе напрямую бессознательные ресурсы мозга, которые могут и работают.

В чем же плюс этой методики? Она может и прорабатывает любые дискомфортные эмоциональные состояния у людей, причем самостоятельно. Для этого достаточно просто следовать подробнейшей инструкции на русском языке, которая вполне доступно рассказывает механизм действия этой техники и объясняет, как и что делать.

Техника подходит для того, чтобы убрать страхи, раздражительность, агрессию, напряжения и так далее и тому подобное.

Единственное, что надо понимать — этот путь придется либо пройти до конца, либо не начинать. В смысле, проработка состояний очень похожа на процесс похудения — надо неукоснительно соблюдать диету и не ждать чудес через полчаса. Может потребоваться до месяца работы, чтобы заметить первые результаты.

Техника и инструкции — на сайте [http: www.T100B.ru](http://www.T100B.ru)

## 3. Позитивный образ мышления.

Это не техника, а совокупность простых техник и работающих методик, за которые я совершенно точно и гарантированно могу ручаться. Хотя бы потому, что автор — я. И мало того, для проработки техник не нужен даже интернет, достаточно открыть книгу почти в самом конце, и найти приложение, которое так и называется. Я решил, что в книге оно будет тебе полезно, хотя разрабатывалось и не для темы соблазнения.

Позитивный образ мышления дает много бонусов — делает жизнь ярче и насыщеннее, люди хотят с тобой разговаривать, причем сами,

тебя начинает меньше напрягать окружающая действительность, и так далее, и тому подобное. И все это без чтения мантр и при соблюдении простых пошаговых и понятно для чего сделанных советов. В общем, читай. Глава находится в крайнем разделе книги, найти тебе поможет оглавление.

Выводы

Кто напуган — наполовину побит,  
Александр Васильевич Суворов.

Что я могу сказать в заключение этой темы? Главная мысль, которую я хотел до тебя донести, заключается в том, что страхи — это нормально. Если ты чего-то боишься и опасаясь в своей жизни, то это признак нормального человека. Точно так же, как страхи защищают нас от совершения поступков, которые могут нам навредить, так же нам мешает незнание. То есть, не стоит путать страх как эмоциональное состояние, с «не-деланием» потому что не знаешь, что и как делать. Не-делание (или недеяние) с одной стороны, признак величайшего духовного просветления, конечно. У тех людей, кто уже достиг всего и может себе это состояние позволить. С другой стороны, это отказ от действия просто потому, что можно что-то сделать не так.

Ошибки и неудачи — главный спутник обучения, и именно набитые шишки на пути развития делают нас успешными людьми, постепенно скапливаясь в гигантский пласт опыта. Этим они и полезны. Не делая ничего, ты не получаешь ничего, и главное — не получаешь успеха по жизни.

Глава 11: Точки обратной связи.

Противник, ищущий ваши ошибки, полезнее, чем друг, желающий их скрыть,

*Леонардо да Винчи*

В завершении этого очень большого и комплексного раздела книги, хочу до тебя донести несколько мыслей.

Первая мысль: хорошее знакомство — это фундамент отношений. Самим фактом знакомства ты можешь облегчить ваше общение, соблазнение, отношения и дальнейшую счастливую семейную жизнь до

очень простого и понятного процесса. А можешь наломать телегу дров, которые будешь радостно разгружать неделю, чтобы понять только одно. Да в телеге — лошадь! Или внезапно обнаружить крокодила в ванной.

И сейчас я не подвожу итоги, а делаю завершающую главу как модель обратной связи, то есть простой поэтапный руководитель по косякам, которые можно сделать во время знакомства, и указанием, где водятся их корни, где сарай с инвентарем и откуда начинать прополку.

Еще раз замечу, что если у тебя все хорошо получается, и все о'кей — переходи к следующей части книги, в которой говорится про выборы твоих внуков на пост президента Галактической Федерации (или, может быть, немного раньше — про первое свидание), а если пока всё не очень хорошо, то именно для этого и создана эта глава — чтобы ты мог улучшить свои результаты. Ладно, хватит слов, переходим к делу.

Точка первая: цель

Недостаточно только желать, надо делать.

*Гёте.*

В начале каждой коммуникации стоит цель. Если цели нет, то общение, как бы ни сложно тебе было это понять, бесцельно. Главное, что нужно понимать — какую цель ты ставишь себе от нулевого этапа общения. И если цель отличается от «найти, пообщаться, заинтересовать, договориться о встрече и обменяться контактами», то ты, возможно, тоже достигнешь успеха. Просто не такого. Некоторые люди считают, например, что с утра проснуться в сухой постели — это большой успех. Лично для меня это сомнительное достижение.

Так вот, что необходимо понимать — когда, в какой момент, ты прекращаешь общение. Помним главу про структуру коммуникации? Общение прекращается по достижению цели, на пике эмоций. Если цель достигнута, не надо полчаса распушивать хвост, радуясь собственному величию — возможно, что этот хвост только что мутировал в ржавые гвозди, вбитые в крышку гроба ваших отношений.

Как же понять, что ты все сделал правильно? У тебя в голове есть четкое понимание того, что каждый твой подход к девушке должен заканчиваться либо договоренностью о следующей встрече, либо

анализом того, почему этого не произошло и как сделать лучше в следующий раз. Точка.

Точка вторая: контроль внешнего вида

Новорожденные везде плачут одинаково.

Когда же они вырастают, у них оказываются неодинаковые привычки.

Это — результат воспитания.

*Сунь— Цзы.*

Эта проверка происходит еще до момента непосредственно разговора, но уже в момент, когда ты пошел на боевой заход. Как этот момент отловить? Девочка кидает на тебя быстрый взгляд, потом взгляд идет от твоего лица вниз к обуви, потом обратно к лицу.

Вот тут тонкий момент: я хочу, чтобы ты не нашел для себя в дальнейшем тексте отмазку от будущих успешных взаимодействий с женщинами. Бывает, что женщина (именно эта конкретная, причем здесь и сейчас) не расположена к общению с другими парнями по разным причинам. По внешним признакам это похоже на завал проверки по внешнему виду.

Так что давай договоримся — если следующие пункты выполнены, то с внешним видом все о'кей, и значит, не срслось. Ну а если по списку не все в порядке — стоит именно вопросам внешнего вида уделить внимание и попробовать еще раз.

Есть минимально необходимые условия, по которым мы судим, что с внешностью у молодого человека все нормально. «Мы» — это тренеры проекта «Русская Модель Эффективного Соблазнения». И парней мы видели десятки тысяч, так что смотри сюда.

1. Принимать душ минимум раз в день. Обязательно после каждой тренировки. Крайне желательно перед свиданием. Мыть голову и чистить зубы минимум раз в день (зубы — два).

2. Волосы в порядке, причесаны. Подстрижены.

3. Одежда свежая, сегодняшнего дня. Запомни — любая майка или футболка одевается один раз. Потом стирается. Рубашки тоже. Трусы и носки тоже. То есть вся одежда, которую ты надел сегодня — чистая,

глаженная, свежая и без пятен и запахов. Исключение — джинсы, их можно носить два-три дня подряд.

4. Блеск твоих ботинок вызывает революционную пролетарскую ненависть у окружающих. Любая другая обувь должна быть чистой тоже.

5. Вся одежда по размеру — ничего не болтается мешком, всё по твоей фигуре.

6. Одежда без рекламы и видимых лейблов марок.

Так вот, если эти условия стали для тебя просто ежедневной нормой поведения, то общаться с тобой будут точно.

Точка третья: контроль твоих внутренних состояний

Притворство пытается исправить природные недостатки.

Цель его — нравиться, но оно никогда ее не достигает.

*Джон Локк.*

После первого шага девочка смотрит на твое лицо, и потом дает свою обратную связь. Твое внутреннее состояние ей может или понравиться, или нет. В положительном случае она либо улыбается тебе, либо задерживает взгляд на тебе, либо высказывает другие невербальные признаки внимания. Отрицательные случаи нас волнуют совсем не так, как положительные.

Пункт промежуточный: объединяет в себе сразу 1 и 2. Он очень простой: отвечает ли тебе девочка на первую фразу при знакомстве. По большому счету, фраза для девочки не важна, важно чтобы ты ей понравился. В случае ответа все хорошо, это значит, что первые два пункта нормально работают. Если девочка даже не отвечает, то возможны либо дикие завалы по внешнему виду и состояниям у тебя, либо она реально спешит и устала. В таком случае помни, что не стоит останавливать летящий паровоз.

Пункт 3: как ты говоришь. Когда ты начинаешь говорить с девочкой, она сначала слышит твой голос, то есть то, как ты говоришь. По большому счету, тут сильно запортировать ничего нельзя, голос он и есть голос. Но если у тебя с невербальной составляющей голоса (речью) достаточно плохая ситуация — ты можешь сильно завалить общение. Это

проверяется по негативной реакции на твою речь (до окончания первой фразы в коммуникации).

Пункт 4: что ты говоришь. Тут имеет значение и первая фраза в знакомстве (надеюсь, банальностей не будет?), и дальнейшее продолжение коммуникации. В основном оценивается твое умение говорить, связно складывать слова, твой словарный запас и вообще умение разговаривать. В случае негативной реакции через минуту после начала общения начинается шаблон ухода — девочка все больше от тебя отворачивается и ищет повод уйти.

Точка четвертая: Заинтересованность

Чтобы завоевать расположение женщины, требуется одна и та же лесть,

чтобы понравиться мужчине — всякий раз разная.

*Филипп Честерфилд.*

На свете есть самолеты-невидимки, но их все равно отслеживают. Знаешь, как? Самолет может быть невидим, но его инерционный след в небе — виден спокойно. Точно так же, если есть признаки заинтересованности девушки в тебе — значит, она тобой заинтересована. Наша задача состоит в том, чтобы ты научился различать гарантированные признаки интереса, и не путать их со всякой ерундой типа подкручивания волос.

Я ничего против этого не имею, просто «игра с волосами» далеко не всегда является признаком заинтересованности — это можно перепутать с привычным поведением. Наша задача увидеть то, что гарантированно тебе скажет, что девушка созрела. Какие же это признаки?

1. Сокращение дистанции. Заметь расстояние, которое было между вами в начале общения и сейчас. Если девушка сама (сама!!!) его уменьшила, то есть оно стало меньше или там короче — это оно.

2. Взгляд. Если подавляющее время во время общения она смотрит тебе в глаза — это хорошо. Если ты говоришь ей в ухо или затылок — это не то.

3. Она говорит тебе комплименты.

4. Она сама тебя трогает (подробнее про это — в главе про кинестетику).

5. Она задает тебе вопросы лично про тебя и твою жизнь.

6. Она смеется над твоими шутками.

Если в разговоре есть три или больше признака интереса — значит, интерес есть. Тут мы работаем по правилу утки: если это выглядит как утка, плавает как утка, и крикает как утка — то это утка.

Точка пятая: время

Берегите время – это ткань, из которой сделана жизнь,

*Самуэль Ричардсон.*

На весь процесс, который тут описывается, уходит от одной до пятнадцати минут. Если ты не смог девочку за пятнадцать минут заинтересовать собой, у тебя наступает то, что называется Timeout Exit — выход по окончании времени. То есть за пятнадцать минут ты должен либо взять у нее телефон и убежать дальше, либо перейти к следующей стадии, то есть первому свиданию за чашкой кофе. Не стоит тратить свое время просто так, впустую. Чем больше ты с ней общаешься, тем меньше шансов на секс. Я имею в виду первую встречу.

Резюме: цель нулевой фазы состоит в том, чтобы взять у девочки координаты для дальнейшей связи, а в случае хорошего исполнения — даже заранее договориться о встрече.

Выводы всей главы и всей части книги

Мужчины, которые не прощают женщинам их маленьких недостатков,

никогда не наслаждаются их великими достоинствами.

*Халиль Джебран.*

Как же понять, что всё отлично, и ты можешь себе сказать, что ты молодец? Немного изменив ключевые точки, и чуть-чуть сместив акценты, получаем последовательность шагов, выполняя каждый из которых, ты получаешь гарантированный результат. Давай пройдемся по ним, чтобы ты был уверен в том, что все делаешь правильно.

1. Время от момента, как ты увидел девушку, до начала разговора.

Если оно больше пятнадцати секунд, читаем главу «Структура коммуникации». Если меньше, то есть соблюдается правило 3-15 секунд, молодец, идём дальше.

## 2. Открытие коммуникации.

Начало разговора — легко и естественно, слова сами рождаются в голове, и ты не замечаешь этого. Если так — тебе на пункт три, если не так — читаем главы про первые фразы знакомства и способы разговорить девушку.

## 3. Признаки интереса.

В течение пяти минут разговора должны быть заметны первые признаки интереса со стороны девушки. Если признаков больше трех — говорим себе, что заинтересованность есть и идем на шаг номер четыре. Если признаков заинтересованности нет — внимательно читаем главы о разговоре с девушками.

## 4. Договор о дальнейшей встрече.

Предлагаем девушке встретиться позже, на неделе, и провести время под благовидным предлогом. Соглашается — дальше, нет — смотрим те же главы, что и в пункте три.

## 5. Меняемся контактами.

Ещё раз напоминаю, что если вы договорились сходить в кино в среду, то обмен номерами телефонов — простая формальность. Что тут писать?

## 6. Уходим.

Важный пункт. Цель достигнута — пора заканчивать. Множество парней на этом срезались. Подробнее — в «Структуре коммуникации».

Ну что, если у тебя стоит шесть галочек подряд, то ты определенно молодец, и пора начинать делать романтические свидания или ещё что-нибудь интересное. Про всё это — в следующих разделах книги.

Успехов!

Часть 3: Первый этап соблазнения.

Вот жизнь человека: в двадцать лет - павлин,

в тридцать - лев, в сорок - верблюд, в пятьдесят - змея,

в шестьдесят - собака, в семьдесят - обезьяна,  
в восемьдесят - ничто,  
*Балызар Грасиан.*

Вступление, или о подготовке к первому этапу отношений  
Всё можно познать, только не самого себя.  
*Стендаль.*

Ну что же, друг мой, самую затратную часть работы мы уже проделали. Мы уже умеем подходить к девочкам на улице, умеем начинать разговор, назначать встречу в будущем и обмениваться контактами для продолжения общения. Теперь мы плавно переходим к тому, чтобы начинать первый круг смотрин. Да, слово «смотрины» в полной мере описывают то что происходит на первом свидании — ты смотришь на девочку, она на тебя, вы просто общаетесь и так далее.

Самое главное: цели и задачи первого свидания

Человек, решивший растратить хотя бы один час своего времени, еще не дорос до того,  
чтобы понимать всю ценность жизни,  
*Чарльз Дарвин.*

Напоминаю тебе структуру соблазнения — а именно стратегию построения отношений. Когда вы общались на улице, ты внезапно появился в реальности девушки и стал для нее просто знакомым. На первом свидании твоя задача — стать товарищем, то есть компанейским парнем, с которым весело, хорошо и интересно проводить время.

Заметь, я не пишу про «подружиться», показать «богатство своего внутреннего мира» и прочие непонятные слова. Я пишу простое определение — ты должен создать на первом свидании такую атмосферу, чтобы девушка захотела прийти ещё раз. То есть цель первого свидания — появление девушки на втором свидании, и никак не иначе. Всё остальное к соблазнению не ведет.

Для достижения этой цели мы будем пользоваться инструментами, которые описаны в этой части книги — мы будем с девушкой говорить, делать ее состояние комфортным и эмоционально стабильным, мы будем шутить и радоваться, и так далее. То есть, основные наши инструменты

— это навыки установления раппорта и навыки ведения беседы. Обоим этим навыкам посвящены значительные части книги.

О выборе места для свидания

Имей мужество пользоваться собственным умом.

*Иммануил Кант.*

Первое свидание для того и первое, чтобы можно было его проводить совершенно где угодно. Очень часто я вижу такой ход мыслей: «На девочку надо произвести впечатление, поэтому я ее приглашу в самое крутое кафе города».

Друг мой, открывай первую часть книги, главу про стратегии соблазнения. Вы сейчас на каком уровне отношений находитесь? Вы шапочные знакомые, по большому счету. Если ты на первой встрече «размотаешь», то на второй встрече от тебя попросят произвести еще большее впечатление. Если ты выложишь все карты на стол, на второй встрече ты будешь бледно смотреться в сравнении с самим же собой.

Одна из основных задач первого свидания — заинтересовать девушку так, чтобы она пришла на следующую встречу, понимаешь?

Поэтому я тебе рекомендую помнить о цели этого этапа в соблазнении, и вопросам подбора места уделить, конечно, внимание, но в разумных пределах. Что же будет этими пределами?

1. Выбирай место, которое тебе по бюджету. Это важно. В нашей стране в принципе принято платить за девочку, поэтому выбирай место, которое ты, если что, вполне потянешь. Рассчитывай на чайник-другой чая и пару пирожных. Редко где этот бюджет выходит за пределы пятисот рублей, хотя встречаются и дикие цены в комплекте с диким пафосом. Это не для первого свидания, честное слово.

2. Выбирай место, которое тебе нравится и комфортно. Очень важно, чтобы девочка, глядя на тебя, видела уверенного в себе парня, которому хорошо и у которого в жизни все замечательно. А если ты находишься в каком-то месте в первый раз, то легкое волнение все равно фоном будет. Так что лучше всего выбирать место, где ты уже не впервые.

3. Выбирай место, до которого всем удобно добираться. Вроде бы очевидно, что если вы с девочкой живете в Туле, то место не должно быть в Сургуте, так? В Москве, например, разумным будет встречаться в центре города.

Под эти условия подходят вообще практически все кофейни. Дальше дело вкусов — например, я не люблю бывать в местах, где курят сигареты. И качество кофе для меня тоже важно. До сих пор вспоминаю самую первую кофейню Coffee Bean на Кузнецком мосту, в подворотне, на пять столиков, которая закрылась ещё в 90-х годах... Мда, отвлекся... Дополнительные бонусы в кафе ты получишь, если займешься верной «прикормкой» обслуживающего персонала — оставляя чаевые, создавая хорошие отношения. И тогда будет замечательная картина, прямо как в кафе, где часто бываю — когда ты приходишь с девушкой, тебе несут меню, говорят «Филипп Олегович, рады вас снова видеть, давно вас не было, как ваши дела?» и так далее. А когда один — подходят без меню и говорят «Филипп, что будешь заказывать?».

Так что рассматривай хорошие чаевые как инвестиции в хорошее отношение к тебе, и, таким образом, в косвенное улучшение твоего социального статуса.

О «динамо» и «динамщицах»

Если вы получили хорошее воспитание, не братайтесь с дурно воспитанными людьми:

неотёсанные поверхности царапают глянец,

*Пьер Буаст.*

В первой версии книги я целую главу посвятил понятию «динамо» - это когда барышня раскручивает тебя на ресурсы и деньги, давая взамен обещания быстрого и великого счастья, осталось только немного подождать. Я писал о методиках противодействия, причинах возникновения, и так далее и тому подобное.

В этой версии книги про динамо будет следующий абзац, и всё.

Я считаю ситуацию, когда тебя динамят, отличной, даже великолепной обратной связью для тебя. Если девушка тебя начинает «разводить» на ресурсы, это очень прямо и недвусмысленно показывает,

что мы провалили свое позиционирование как будущего сексуального партнера. То есть, как самца тебя уже не рассматривают, ты перешел в очень так себе категорию дойных мальчиков.

Парня, на которого у девушки встает язык, грудь, автоматически выделяется слюна и начинают раздвигаться ноги — не динамят. Вот и всё.

О правильности слежения за временем

Даже если вы очень талантливы и прилагаете большие усилия,  
для некоторых результатов просто требуется время:

вы не получите ребенка через месяц,

даже если заставите забеременеть девять женщин,

*Уоррен Баффет.*

Напоминаю структуру коммуникации — расставаться надо на пике эмоций. Так же напоминаю цели первого свидания — провести смотрины. Сложив оба этих параметра, мы получаем следующее: оптимальное время, которое уходит на первое свидание, располагается между получасом и часом. За это время вы уже можете многое обсудить, но еще не успеете надоест друг другу. После чего ты говоришь «Извини, дорогая, дела!» и уходишь на пике эмоций. Что чувствует девушка? То, что ей не хватило общения с тобой, что требуется ответить на еще пару вопросов, столько всего нерассказанного и не все еще обсудили...

С этими мыслями она как раз очень хорошо денька за два созреет ко второму этапу ваших отношений, что будет очень даже тебе на руку.

Глава 12: Телефонные войны.

- Привет! Ты меня узнала?

- Да.

- Отлично, давай проверим, и кто я?

- ээээ...

*Из телефонных разговоров.*

Для начала скажу тебе, что никто ни с кем воевать не собирается, и такое название главы просто дань старой и давней традиции. Так

почему же телефонные войны? Просто иногда бывают такие ситуации в жизни, когда тебе придется говорить с девушкой по телефону. Просто потому, что её не будет рядом и тебе может потребоваться ее вызвонить и пригласить на свидание. И не все девушки всегда и с радостью согласны на все твои предложения. Считаю, что это как «Искусство войны» великого Сунь Цзы — последовательность приемов, которые помогают тебе достигать целей.

Давай сразу с тобой определимся, для чего нужны телефонные разговоры, или, другими словами, какая цель может быть у телефонного общения. Цель может и должна быть только одна: твоя цель состоит в том, чтобы девушка пришла на назначенную тобой встречу. Цели типа «просто поболтать» или «услышать твой замечательный голос» великолепно достигаются на свидании.

Другими словами, ниже идет стратегия переговоров, которая позволит тебе встретиться с девушкой лично и вживую, чтобы плодотворно продолжить с ней общение. Эта стратегия идёт по усредненному варианту, то есть в ней намеренно даются самые простые и наиболее работающие слова и фразы. Если вдруг ты сам используешь методики, которые дают гораздо большую результативность, чем мои, используй их – я только «за». А пока будем по шагам изучать модель телефонных войн.

Шаг первый — идентификация.

А я действительно похож на галлюцинацию.

Обратите внимание на мой профиль в лунном свете.

*Кот Бегемот.*

Я думаю, тебе понятно, что сначала надо взять телефон и набрать её номер. И редкие случаи того, что ты ошибся или получил неверный телефонный номер от барышни в процессе знакомства, сейчас рассматривать не будем.

Считаю, что номер верный, она доступна к связи, и ты услышал стандартное «алло» в своем телефоне. Твой первый шаг — сделать так чтобы тебя могли однозначно узнать и ни с кем не перепутать. Как это сделать? Просто. Например, сказать:

- Привет, это Филипп. Мы с тобой общались позавчера вечером в кабачке «У Манкубыча». То есть назвать свое имя, день и место знакомства.

Важно! Не говори «мы с тобой познакомились», говори «мы с тобой общались». Само по себе такое построение фразы уже указывает девушке на то, что вы вроде как старые знакомые, а не только что познакомились.

Когда ты услышишь в ответ: «А, да, привет!», шаг полностью выполнен. Если пока ещё не узнали — напомним, о чем вы говорили или опиши себя. Ещё раз: тебя должны вспомнить и узнать. Потом переходим к шагу номер два.

Шаг второй — дело настроения.

Дружба между мужчиной и женщиной очень слабеет при наступлении ночи,

*Отто фон Бисмарк*

Дальнейшее развитие событий крайне простое — узнай как у неё дела. Вроде как мы не на свидание её зовем, а искреннее интересуемся тем, что у неё происходит. В форме простого вопроса. Например, так:

- Как настроение?

И внимательно слушаем ответ. Все ответы сводятся по большому счету к трем вариантам: у нее хорошее настроение, плохое или просто нормальное. Слушать ее ответ нужно внимательно, улавливая интонацию и смысл сказанного — это нам пригодится. Прямо сразу. После того, как мы услышали её ответ, мы должны показать, что тоже ценим и уважаем её чувства, эмоции и настроение. Ну. то есть поддержать разговор. Правильно поддержать. Например, так:

- *Как настроение?*

- *Отличное!*

- *У меня тоже все отлично! Кстати, у меня есть отличная идея.*

Или так:

- *Как настроение?*

- *Ну, так себе...*

*- Бывает, бывает, что всё просто нормально. И именно поэтому у меня есть отличная идея!*

Или даже так:

*- Как настроение?*

*- Хреново.*

*- Да, бывают такие моменты, когда все хреново, но у меня есть отличная идея!*

Желательно после её ответа начать говорить с похожей скоростью и интонацией, это позволяет наладить большее взаимопонимание в разговоре и позволит сделать твои слова более значимыми. И быстро это использовать, перейдя к третьему шагу.

Шаг третий — делаем предложение, от которого не могут отказаться

— У меня есть мысль, и я её думаю...

*38 попугаев.*

Как ты уже, наверное, заметил, все примеры в предыдущей части заканчиваются словами «отличная идея». Да, идея встречи с тобой — просто отличная, даю подсказку. Она блистательна, фееричная и гениальна заодно. Одно уточнение — ещё до звонка ты должен знать — куда и во сколько ты хочешь ее пригласить.

Таким образом, все блистательные идеи заканчиваются в виде «давай встретимся там-то во столько-то в такой-то день недели». Например: «Давай с тобой выпьем кофе в среду в кофейне ХХХ часиков в девять».

После того, как ты произнес эту фразу, осталось сделать самое главное — заткнуться и начать слушать. Нас интересует реакция женщины на твои слова. Бывает реакция, которая очень и очень хорошая для нас, и она звучит так: «Да, конечно, буду, отлично, что ты позвонил!». Бывает реакция «Нет, я занята и не звони мне больше». Бывает реакция «Ну, я не знаю...».

Иными словами, опять позитив, негатив и нейтральная. Всё повторяется, не кажется? Но выходы тут немного иные. Первый выход, в случае позитива звучит так: «Ок, тогда до встречи!». Выход в случае

такого негатива звучит как «Пока» и стираем номер телефона. Ну, а если барышня пока не определилась со своим отношением к тебе (кстати, это наиболее часто встречающийся вид поведения), то тут уже надо проявлять невероятные навыки гибкости.

Вариант первый: она точно не знает, надо перезвонить попозже. Действие: «Хорошо, я перезвоню тебе попозже, когда у меня будет свободное время».

Вариант второй: она занята именно в этот день, но ты слышишь, что общение в целом на позитиве. Делаем альтернативное предложение на встречу в другой день, другом месте и другое время. То есть если вы встречались в среду в девять в месте ХХХ, то теперь это пятница в семь и место ХХХ. Тут варианты — да или нет. Да — это да, но в случае «не могу», произносим волшебную фразу «Хорошо, тогда слушаю твои предложения».

То есть мы, таким образом, смотрим на отношение девушки к варианту вашей встречи. Если она занятой человек (а такое бывает), но она готова с нами попить кофе, то назначить время и место она сможет. Если человек реально загружен — можно перезвонить через пару дней.

Примечание: учти, что нормальные социально активные люди планируют свои будни за день, а выходные дня за три. То есть звонить днём в субботу и куда-то приглашать на вечер — это практически гарантированный отказ. В среду планировать четверг — нормально.

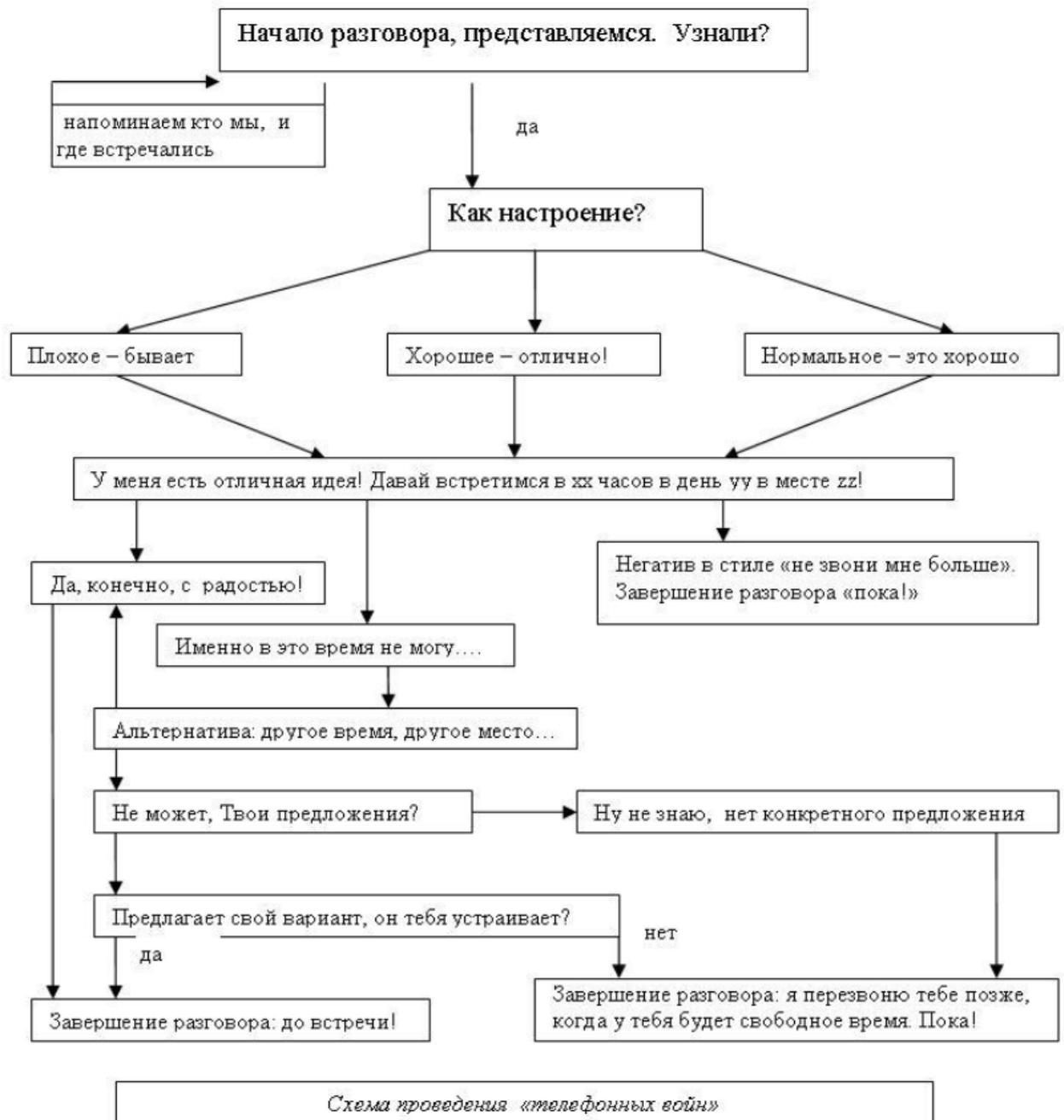


Рис. 9. Схема проведения телефонных войн.

Одна маленькая фишка. Она, конечно, работает везде и всегда, но иногда выползает именно во время телефонных разговоров. Это обычно связано с тем, что барышня «остывает» после вашего предыдущего общения, и хочет дать вашему общению обратный ход. Я сейчас дам тебе простой совет, как этого избежать. Вот примерный диалог:

— Я, пожалуй, не буду с тобой встречаться. У меня есть парень (муж, любовник).

— Слушай, ну ты даёшь. Я зову тебя пить кофе, а не заниматься сексом. У меня и в мыслях ничего такого не было.

Резервы

— Ладно, план "Б": давай уьём друг друга.

*«Без лица» (фильм).*

Чтобы мы с тобой одинаково понимали, о чём идет речь, давай еще раз поговорим про «отношения». Главное, что следует понять на этапе первого свидания — что пока никто никому ещё ничего не должен. То есть факт согласия девушки прийти попить кофе — это только факт согласия попить кофе. Это не значит, что на уже мысленно готова рожать от тебя детей. И от тебя не ждет другого отношения. То есть претензии и выяснения отношений — это признак неадекватного поведения.

Поэтому относись к первому свиданию как к первому свиданию. Ничего такого в том, что ты встретился с десятком девушек, прежде чем тебе понравилась одна из них, нет.

Девушки тоже часто пьют кофе просто так, и это заканчивается одной встречей. Мы ищем, мы находим, но в процессе поиска мы никому ничего не должны.

А то, что ты предусмотрительно назначил две встречи в этот вечер — значит только то, что ты ценишь своё время, и если вдруг у девушки, которая сегодня должна была с тобой встретиться, произошел какой-то форс-мажор, это совершенно не означает, что у тебя должен пропадать такой чудесный вечер. Ну не смогла, бывает. Сможет другая. Это нормально, понимаешь?

Я сейчас таким незамысловатым образом хочу дать тебе понять, что самое ценное у тебя — твоё время. И не надо его просто так терять. Поэтому будь готов иметь «резервные варианты» на вечер. Как это делается? Просто. Смотрим стратегию проведения телефонных переговоров, и делаем парочку дополнительных звонков. Только вместо предложения конкретного времени и места, ведем разговор в стиле таком:

— Давай с тобой вечерком кофе попьем.

— Да, отличная идея!

— Слушай, я тут на работе пока занят, я не знаю точно, в какое время я освобожусь. Давай предварительный звонок часов на семь, хорошо?

— Договорились.

Время этого звонка, по странному стечению обстоятельств, может совпадать со временем проведения свидания с первой девушкой. И если она не придёт — ты честно звонишь второй девушке и приглашаешь её попить кофе. Все довольны — ты занял вечер, хорошо провел время, первая девушка пропустила шанс с тобой сегодня общаться, вторая — получила компанию отличного парня.

А если все пошло хорошо и девушка пришла, то можно позвонить чуть попозже, и сказать следующее:

— Слушай, тут сегодня не получается, занят сильно. Давай завтра точно во столько-то там-то, обязательно. Договорились? Ну, или провести два первых свидания в один день с паузой в полчаса.

Еще раз: то, что вы встретились, попили кофе и пообщались, не делает вас обязанными друг другу и не подписывает брачный контракт. Вы пока только знакомые. А ты можешь с несколькими знакомыми за вечер встретиться, так? Ну и все хорошо тогда.

Единственное, что стоит помнить: если девушку так «подвешивать» на вечер больше двух раз подряд, то она может уже никогда с тобой не захотеть общаться. Понимаешь?

И еще немного о телефонных переговорах

За связь без брака!

Девиз связистов.

Время — очень интересная штука. В рамках большого города опоздание минут на десять не является поводом для оскорбления или драки. Бывает — пробки, метро, движение и так далее. Нам стоит понимать, что вся цель телефонных переговоров — это увидеться с девушкой, а не заставить ее еще раз убедиться в мысли, что все мужики козлы, которым от нее нужно только одного. Много и оптом.

Так что давай хитрить. Например, минут через семь или даже восемь после начала встречи, если ты девушки рядом не видишь, снова набираем ее номер. Диалог бывает простым:

— *Привет, ну ты где?*

— *Тут, стою, жду.*

— *Что-то я тебя не вижу. Ну-ка, попрыгай! Ага, вижу, иду!*

Это когда все хорошо. Бывает и такой вариант:

— *Привет, ну ты где?*

— *Да тут, как раз хотела тебе позвонить, сказать, что ничего не получается!*

— *Слушай, как все хорошо срослось! Я как раз тебе набирал сказать, что меня задержали по работе, срочные дела, просто завал какой-то. Давай тогда на завтра встречу перенесём (или на часик — другой в тот же день).*

Тут мы берем на себя ответственность за отмену встречи, и получаем шанс увидеть девушку ещё раз. Если бы мы начали говорить, что так нельзя и так непорядочно — думаешь, она сильно захочет с тобой продолжить общение? Очень большой и полезный навык по жизни называется так — позволь другому человеку сохранить свое лицо, он будет тебе за это признателен. Даже если другим человеком будет девушка.

После второго варианта разговора мы переходим на запасной вариант, и отлично проводим время.

Теперь о вкусном бонусе. Иногда можно выяснить, придёт или нет девушка на встречу еще часа за два или даже три до ее начала. Как раз хватит времени, если что, позвонить на запасной аэродром и заказать взлетную полосу. Интересно? Да, мне было в свое время тоже. Так вот, суть простая — звони за пару часов и переноси время встречи на 15 минут, или место встречи на триста метров. Как ты понимаешь, тут нам не важно время или место — тут нам важна реакция девушки. Вот такой может быть диалог:

— Привет, это Филипп. Слушай, у меня туг небольшая запарка. Могу не успеть, давай встречу перенесем минут на пятнадцать попозже? О'кей?

— Да, без проблем.

— Ну, пока, целую.

Тут всё идеально — проверка пройдена, девушка настроена на встречу позитивно, всё будет хорошо. В другом варианте будет реакция в стиле «слушай, я не знаю, у меня тут со временем не очень...» Понимаешь, что тут делать? Да, снова брать вину на себя и говорить что-то в стиле «Слушай, если не получается, давай сегодня не будем, как раз не буду напрягаться, уходя с работы».

Выводы

— Слушайте, леди, я всегда готов поболтать, но, может, вы ЗАТКНЁТЕСЬ на минуту?!

*Пятый элемент.*

Эта глава заточена именно на то, чтобы говорить с женщинами по телефону мало времени, а в реальности — много. Вообще, привыкай к тому, чтобы доносить до девушек следующую мысль: если она хочет с тобой поговорить, то это делать придется только и всегда при личной встрече, которую ты готов назначить по телефону.

И очень тебя прошу, кроме самой структуры назначения встречи, во всех остальных случаях придумай именно свои, работающие слова и предложения, не стоит все дословно копировать из книги. Это, во-первых, сделает тебя уникальным, а во-вторых, если одной красивой девочке десять парней будут звонить с одинаковыми до запятых предложениями, что она подумает? Она подумает, что надо встретиться с тем, кто отличается от остальных своим креативом и мыслями. Ну, то есть с тобой.

Глава 13: Раппорт.

Радуйся жизни, наслаждайся каждой минутой ее — ведь удовольствия кончаются раньше, чем жизнь,  
*Филипп Честерфильд.*

В этой главе мы поговорим с тобой о самых настоящих масонских техниках.\* (Сноска: Я не шучу. Термин «раппорт» был введен в обиход Антоном Месмером, основателем школы гипноза «природного магнетизма», масоном и учителем Франклина). Хотя это понятие известно достаточно давно, особенное внимание ему мало кто уделяет. Почему так?

Мне кажется, что ответ лежит на поверхности. Заслужить доверие человека — это слишком просто, никакой магии, волшебных таблеток, открытых биоэнергетических каналов, оттопыренных чакр, бряцанья кармой и так далее и тому подобное. Вообще ничего «такого». Может быть, поэтому доверию внутри общения не уделяется достаточного внимания? Все возможно.

Определение:

**Раппорт — это процесс создания и поддержания комфортного состояния для собеседников.**

Раппорт — это естественный процесс, возникающий сам собой как проявление доверия к собеседнику и выражение согласия с ним. Как пример, возьми общение со своим лучшим другом — вы, скорее всего, неосознанно, постоянно находитесь в раппорте. И так бывает постоянно — если тебе комфортно с человеком, то вы в раппорте, если вы в раппорте, то вам комфортно. Это очень хорошо работающая двусторонняя связь.

На моих тренингах все разборы полетов я практически всегда начинаю с фразы «А как ты устанавливал раппорт?». Иногда продолжаю другой «Что сказало тебе, что этого уровня раппорта будет достаточно?». Доверие другого человека к тебе является главным условием для соблазнения. Мало того, раппорт — это эмоциональное состояние, а не логическое понятие, и как любая эмоция, раппорт бывает разной степени интенсивности.

Давай подумаем вместе: есть уровень доверия к незнакомому человеку, чтобы ответить на его вопрос на улице. Какой он? Практически никакой. Порвать раппорт может только слишком неадекватное поведение, или там блестящие глаза со зрачками в точку.

А есть уровень раппорта, чтобы позвать человека к себе в гости. А у женщины есть уровень раппорта, чтобы согласиться рожать от мужчины детей. Надеюсь, ты понимаешь, что это не одно и то же, а просто разные уровни доверия между людьми. А состояние — одно и то же.

Когда нам хорошо с человеком, когда нам комфортно, наши тела очень похожи по многим параметрам. Когда мы делаем тела похожими, подобными, нам становится с этим человеком комфортно общаться. Для чего это нужно? Ну, как тебе сказать. Приятно, когда девушка тебе говорит «Мы с тобой общаемся всего пять минут, а у меня впечатление, что я тебя знаю всю жизнь». Ты хочешь, чтобы при общении с тобой девушки чувствовали себя таким же образом? Внимательно читай эту главу.

Сама по себе подстройка разделяется на невербальную (без участия голоса) и вербальную. К невербальным видам подстройки относятся подстройка под дыхание, позу, жесты и мимику. Вербально раппорт устанавливается словами.

Установление раппорта состоит из трех частей — невербальной и вербальной. Где третья? Это о том, как раппорт не порвать, то есть сохранить. Давай по шагам это и пройдем. Пункт первый.

Невербальные методики установления раппорта

Как бы хорошо ты ни говорил,

если ты говоришь слишком много,

то в конце концов станешь говорить глупости.

*Александр Дюма — отец.*

Для отработки навыков невербального установления раппорта придется тренироваться. Лучше всего это делать втроем, и роли распределять так: ведущий, ведомый и наблюдающий.

Задача ведущего участника упражнения — естественно себя вести, показывая своё поведение и демонстрируя разные аспекты своего невербального поведения.

Задача ведомого — подстраиваться под это поведение по тем шагам, которые рассмотрены ниже.

Задача наблюдающего — смотреть на двух участников упражнения и давать обратную связь на тему того, как ведомому можно лучше сделать упражнения. То есть давать советы, глядя на ситуацию со стороны. Минимум, который стоит рассматривать для обучения — это полчаса на каждое упражнение. Потом можно добавить ещё время. Напоминаю, ты тренируешь навык, а навыки тренировать можно вечность. Или хотя бы неделю.

Методика номер один — подстройка под позу  
«Она — зеркало, — тихо сказал мне Джуффин,  
— Как и все дети Лойсо Пондохвы,  
леди Теххи быстро становится отражением своего собеседника,  
А уж их знаменитый папочка был наилучшим из зеркал.  
Самая сокрушительная разновидность обаяния...»

*Макс Фрай, «Темная Сторона».*

Собственно говоря, а для чего нужна эта методика? Подстройка даёт тебе представление о том, что происходит у человека внутри, о его настроении и общей эмоциональном фоне. Абсурд? Ни в коем разе. Все очень просто, и основано на — «Сознание и тело — одна система». Если ты мне не веришь — проведи два опыта. Сядь на стул, согни тело к бедрам, охвати свои бедра руками и посмотри в пол. А теперь подумай о чем-то радостном и веселом. А теперь встань, потянись вверх, подними руки, улыбнись, посмотри вверх, встань на носки — и подумай о чем-то печальном. У меня есть подозрение, что такие мысли в такой позе в голову не идут. Идут совершенно другие, и это не важно, какие именно. Для общего телоположения человека характерен вполне конкретный эмоциональный фон, что мы и узнаем, заняв, по возможности, похожую позу.

Сложно? Ничуть. Подстройка под позу — самая легкая в освоении и простая разновидность подстройки. Подстройка под позу может быть как прямая (правая часть тела — к правой части тела), так и зеркальная (правая часть — левая часть). Суть подстройки состоит в том, что ты принимаешь положение тела (позы) наиболее близкое к положению тела другого человека. Чем более точно ты это сделаешь, тем более явная

будет подстройка. Самое интересное в этом виде подстройки — это то, что подстраиваться можно с малого, то есть, например, принять такой же наклон корпуса и наклон (поворот) головы, и постепенно приводить вашу подстройку под идеал.

**Упражнение, которое поможет развить этот вид подстройки:**

Ведущий выбирает из своего опыта любое состояние, и, не называя его вслух, начинает создавать «скульптуру». Ведомый позволяет делать с собой все, что возможно (в разумных пределах), а ведущий предает его телу ровно ту позу, которая соответствует его представлению о состоянии. Когда ведущий решает, что поза создана полностью, ведомый прислушивается к ощущениям в теле и называет то состояние, которое рождается внутри него. Если состояние названо верно — меняетесь ролями. Если нет — ведущий доделывает «скульптуру». Повторить минимум по пять раз на человека.

Методика два — подстройка под жесты

Хотите быстро освоить язык жестов — сходите к стоматологу,

*Яна Джангирова.*

Этот вид подстройки более тонкий, сам по себе применяется довольно редко. Суть его состоит в том, чтобы присоединиться (еще один термин, обозначающий подстройку) к жестам другого человека, повторяя их. Не надо акцентироваться на точном копировании, достаточно общего направления жестов. Наиболее грамотным будет применять эту методику в сочетании с подстройкой под позу и дыхание. Причем, не обязательно подстраиваться под жесты человека, делая их одновременно с ним — это часто воспринимается негативно. Достаточно будет повторить его жесты, когда будет твоя очередь говорить.

**Выполнение упражнения:** ведущий рассказывает любую историю из своей жизни, ведомый продолжает разговор, используя максимально похожие жесты ведущего.

Методика три — подстройка под мимику

«Когда она говорила с Агатой, черты лица удлинялись,

становились тоньше, поворачивалась к Тимоти —

и я уже видел профиль флорентийского ворона с изящно изогнутым клювом,

а обращаюсь ко мне — и в моем воображении вставал образ, кого бы, вы думали?

Самой Екатерины Великой»,

*Рэй Дуглас Бредбери. «Электрическое тело пою».*

Мимика — это очень сложно. Достаточно сказать, что на лице человека более 100 мышц, каждая из которых может включаться в любой момент, создавая самые причудливые выражения лица. Подстраиваясь под мимику, вы получаете наиболее полное представление об эмоциях, переживаемых сейчас человеком. Подстройка под мимику — самая, на мой взгляд, сложная методика подстройки. Достаточно представить себе, каково подстроиться, например, под Джима Кэрри.

Для развития этого навыка домашних условий может быть мало, и лучше всего для начала развить пластичность лица. А это хорошо делается, например, в школах актерского мастерства.

Упражнение делается так же, как и в случае с жестами.

Методика номер четыре — подстройка под дыхание

- Что, не дышишь? А как дышал, как дышал!

*Из анекдота.*

Эта методика — переходная между невербальной и вербальной способами подстройки. С одной стороны, можно дышать и не говорить, с другой стороны — попробуй говорить и не дышать. Подстройка под дыхание включает в себя подстройку под частоту дыхания, глубину дыхания и интенсивность. Для подстройки достаточно дышать похоже на дыхание другого человека, постепенно калибруя подстройку и улучшая качество присоединения.

Важной особенностью этой методики является то, что возможно применять не только прямую подстройку под дыхание, но и перекрестную подстройку, то есть вдох-выдох человека отражать не своим дыханием, а движениями произвольных частей тела — например, покачиванием ладонью. Обычные сложности, которые возникают при

подстройке под дыхание — это невозможность понять, как именно дышит человек.

Так вот, дыхание человека можно услышать, можно увидеть зимой пар от дыхания, или летом — движения ноздрей. Можно увидеть, как двигается грудь у женщины или живот у мужчины. Можно приобнять или положить руку на плечо, и войти таким образом в ритм. Вторая проблема — это слишком частое или наоборот, слишком медленное дыхание человека, к которому требуется присоединиться. Это обходится дыханием через такт (он два вдоха-выдоха, вы — один, но в два раза глубже). Иногда имеет смысл подстраиваться под дыхание перекрестным методом — так называемое перекрестное присоединение к дыханию. Суть его в том, что в такт дыханию двигать любой другой частью тела — например, рукой. Это полезно тогда, когда дыхание другого человека физиологически для тебя неприемлемо (например, если твой оппонент — астматик).

#### **Упражнение:**

Условия выполнения упражнения: вы садитесь рядом друг с другом, смотрите строго перед собой. Определите, кто будет ведущим, кто — ведомым. Задача ведущего — вспомнить любое приятное состояние, в котором ему удобно быть. Задача ведомого — быть вместе с этим человеком. Упражнение выполняется с закрытыми глазами, и чтобы не слышать дыхание, лучше всего поставить достаточно громко медитативную музыку.

Наблюдающий может встать сзади ведущего и рукой показывать его дыхание — на вдохе рука поднимается, на выдохе опускается. Потом попробуйте без рук.

#### Методика номер пять — подстройка под речь

Это довольно просто, приблизительно после года практики на этой методике. Подстройка под речь включает подстройку под тембр голоса, скорость речи, глухоту и звонкость произношения отдельных звуков, и другие характерные особенности речи человека.

#### **Упражнение:**

Ведущий рассказывает историю, ведомый внимательно слушает и запоминает. Потом рассказывает свою историю, максимально похожей речью — то есть с той же скоростью, тембром, паузами и так далее. Ведомый все ещё даёт обратную связь.

Это упражнение можно делать самому — попробуй копировать речь актёров, записывая себя на диктофон, а потом сравнивая свою запись и речь актёра. Присоединение и ведение.

Все, что писано выше, служит одной цели — вы присоединяетесь к человеку. Присоединение — великая сила, но требует громадной практики в развитии этого опыта. Но ради чего ты все это будешь делать? Да, с одной стороны, ты добиваешься, таким образом, возрастания комфорта внутри вашей коммуникации. Но это ещё не всё.

Основа раппорта состоит в механизме, который называется «Присоединение и ведение». Присоединившись к человеку, создав достаточно сильный раппорт, ты можешь потом вести коммуникацию в нужном тебе направлении. Очень важно понимать, что в хорошем раппорте нет ведущего и ведомого, есть совместное действие.

Я понимаю, идея постоянно вести в коммуникации очень привлекательна, но именно внутри хорошего раппорта есть интересное перетекание состояний. С одной стороны, присоединение — вещь мутная. С другой стороны, это первая фаза ведения, точно так же, как и ведение является первой фазой присоединения.

Только в очень хорошем раппорте возникает специфическое ощущение гармонии, когда всё равно, кто ведёт, а кто следует. Вы просто вместе делаете одно дело.

### Проблемы

Основная проблема в тренировке качественного раппорта — твой собственный мозг. Почему? Всё просто. Прочитав эту статью, ты, скорее всего, захочешь сделать и устанавливать раппорт сразу по всем параметрам. Это нормальное желание, но ты перегрузишь свои мозги кучей ненужной в данный момент информации.

Вместо того, чтобы думать и разговаривать с человеком, ты будешь загружать мозг всякой ерундой типа телоположения или логического

уровня в разговоре. Да, я употребил слово «ерунда». Почему, если я долго писал про то, как это важно? Все очень просто. Когда ты начинаешь думать, какую подстройку сейчас использовать и куда ещё надо углублять раппорт — ты фокусируешься на своих мыслях. И раппорт немедленно теряется. В общении с девушкой весь фокус внимания должен быть исключительно на ней, а не на тебе — тогда будет и раппорт, и всё остальное. А чтобы не уходить внутрь своего мозга, ты должен и обязан отработать каждый навык до автоматизма.

Что же делать, если пока нет великолепного навыка? Все нормально, есть ещё отдельные и вполне себе работающие техники, которые создают тоже раппорт, и может быть даже сильнее, чем возможно при одной невербальной подстройке. Просто при использовании первой и второй части этой главы вместе — состояние раппорта будет поистине взрывающим голову.

Кстати, ты будешь смеяться, но при соблазнении необходимым является только один навык — доверие. Все остальные — вторичны. То есть, если тебе девушка не доверяет, секса не будет стопудово. А вот если ты говоришь не очень, но с тобой просто молчать и быть рядом — удовольствие запредельного уровня, то вполне даже может. Понимаешь разницу?

Желательно тренировать установку раппорта строго последовательно. И пока не довел до автоматизма один навык — не стоит браться за следующий инструмент. Да, это долгий путь, но именно он дает результат. Более быстрый путь называется «Тренинг».

Пункт второй. Вербальные методики установления раппорта — Почему Бог создал женщин такими красивыми и такими глупыми?

— Красивыми — чтобы их могли любить мужчины,  
а глупыми — чтобы они могли любить мужчин.

*Из разговоров с Фаиной Раневской*

Сейчас мы с тобой разберем несколько стратегий того, как сделать состояние раппорта более сильным во время общения, используя твое главное оружие — мозг. Ну и немного речь.

## Комплименты

Может быть, для тебя будет открытием, но комплимент можно использовать не только как фразу для начала общения с барышней. Комплимент уместен всегда и в любой момент общения. Просто потому, что всегда приятно, когда тебя хвалят.

Правила комплиментов, которые я описывал в этой книге ранее, так же продолжают работать. Нам все еще важно, чтобы комплимент был искренним, хвалил человека, и не был наездом.

В обычном разговоре можно продолжить эти правила — можно хвалить не только фигуру или там маникюр, но и достижения по жизни, особенности мышления, оригинальность, особенности характера, уникальность (ну, разумеется!), ум (не сомневайся, это всегда работает). А так же её круг общения, цели, выбор мест для отдыха, и прочее, прочее, прочее.

Напоминаю, что «Машу каслом не испортишь», то есть комплиментов в разговоре может быть больше одного. Даже больше одного в минуту. И больше одного — это не только два.

Для примера, несколько типичных диалогов:

*- Мы тут с ... были в месте ..., там так классно тусовались.....*

*- Я редко встречаю людей, которые могут просто так взять и позволить себе отдыхать и тусоваться. Это редкое качество, доступное немногим людям. Приятно замечать его у такого человека как ты, это только лучше подчеркивает другие твои достоинства.*

*- Я тут купила себе новое ...*

*- Да, отличное ... еще раз убеждает меня в твоём чувстве вкуса в выборе вещей — это редкий талант, и я рад, что он у тебя есть.*

*- Я вчера ходила в фитнес...*

*- Классно! Это редкость в современном мире фаст-фудов и сидячего образа жизни — ухаживать за собой. Только очень целеустремленные люди могут позволить себе такой труд, как ухаживать за собой — и это меня в тебе очень радует.*

Дальше со всеми остановками.

Краткое резюме: если есть шанс сказать комплимент — говори. Если женщина говорит о чем-то своем новом — говори комплимент. Если она говорит о своих эмоциях — говори комплимент. Короче — если она пока жива, её есть за что хвалить. Вот и займись делом.

Не допрос, а обмен информацией

Как бы плохо мужчина ни думал о женщинах, любая женщина думает о них еще хуже.

*Шамфор.*

Ты когда-нибудь видел фильмы о допросах шпионов и диверсантов? Яркий свет в глаза, неудобный стул, и жесткий властный голос из темноты задает вопросы, вопросы, вопросы...

У меня создается впечатление, что многие люди в детстве пересмотрели фильмов про разведчиков, и используют технику допроса совершенно не там, где нужно, даже не замечая этого. Как это обычно бывает? Есть стандартный набор вопросов, которые задают девушкам в начале общения прямо как будто по одному списку.

Так и видится сцена... Мальчик берет девочку за грудки, и, пристально смотря в глаза и со звериным рычанием на повышенных тонах вопрошает:

— *Как зовут?*

— *(имя)*

— *Сколько лет?*

— *(возраст)*

— *Где учишься работаешь?*

— *Что любишь?*

— *Чем увлекаешься?*

— *Как отдыхаешь?*

Со стороны это смотрится ужасно.

Короткий вопрос, односложный ответ — разговор не клеится, и всё. Рано или поздно все участники диалога уже поймут, что вечеринка уже стухла и разойдутся, давая друг другу эпитеты разной степени оскорбительности.

Самое веселое, что я в такой ситуации бываю чуть ли не каждую неделю — у меня разные журналисты регулярно берут интервью, точно так же задрочивая вопросами. И сам на себе я замечаю, как постепенно пропадает желание говорить и отвечать, так что вспоминается волшебная мантра «соберись, тряпка!» и интервью продолжается.

Но, друг мой, есть хороший способ, как сделать диалог — диалогом, а не допросом. Это простой и эффективный метод построения разговора опробован с неизменным успехом на десятках тысячах моих студентах. Так вот и он сам. Читай внимательно, что надо делать:

1. Задать вопрос.

2. ДО ответа девушки высказать свой комментарий по теме вопроса.

3. Внимательно слушать ответ, молча кивая.

4. Похвалить за ответ или сказать комплимент девушке.

5. Перейти к следующему вопросу.

Например, так:

— *Слушай, а ты фильм «Кровавая могила зловещих покемонов с Марса» смотрела? Мне друзья рассказывали, что там есть несколько отличных танцевальных номеров, а постановка боев просто отлично дополняет любовную линию, потрясающую глубиной проживаемых персонажами эмоций. Что скажешь?*

— *Да, классный фильм, мне понравился, потому или потому.*

Или так:

— *Фильм так себе, спала весь сеанс потому или потому.*

— *Я так рад встретить такого человека, который так тонко разбирается в синематографе! А что еще подобного плана посоветуешь посмотреть, как знаток?*

Или так:

— *А что тогда посоветуешь послушать, какие книги почитать, мне очень нравится твое чувство вкуса?*

Поговори так минут двадцать, и ты можешь начать замечать, что ты почти все время молчишь, а разговор ведёт девушка — уже на эмоциях,

рассказывая что-то о себе, сама ведя беседу. Тебе надо только молчать, кивать, улыбаться и продолжать регулярно хвалить.

Небольшое замечание. Иногда, на первых порах в общении, барышня может тебе отвечать односложно. Не стоит устраивать допрос второй степени, задавая вопрос «почему» или там «зачем». Это может достаточно глупо выглядеть, да и по большому счету почти всегда так и выглядит. Например, ты же не ведешь такой диалог:

— *Сколько тебе лет?*

— *Восемнадцать.*

— *А почему?*

Как бы это бредово не звучало, но про кино так спрашивают регулярно. Например, так

— *Ты смотрела кино «последняя девственница Рокко Сифреди»?*  
*Тебе понравилось?*

— *Нет.*

— *А почему?*

Что же делать? Задавать уточняющий вопрос о причинах. Как такие вопросы могут звучать? Например, так:

— *А что тебе в этом фильме понравилось и не понравилось больше всего?*

— *А как тебе игра актеров, что скажешь?*

— *А как ты оцениваешь сюжет в целом?*

— *Как тебе взаимоотношения персонажей?*

Даже если фильм не понравился, на такие вопросы гарантированно и развернуто ответят, вместо того чтобы вести диалог в стиле «Понравилось? — Нет — Почему? — Хрень». Ну а развернутый ответ — первый шаг к комфортной беседе, с которой начинается качественный раппорт.

Разговоры о приятных воспоминаниях

Слишком старательные поиски слов часто портят всю речь.

Лучшие слова — это те, которые являются сами собой,

они кажутся подсказанными самой правдой,

*Квинтиллиан.*

Давай представим, что ты начинаешь рассказывать о своем отпуске. С какими обычно эмоциями связан отпуск? С кучей хороших и позитивных. Крайне редко в отпуске люди напрягаются. И если дать человеку про отпуск говорить, то легко заметить во время рассказа, что человек меняет свое эмоциональное состояние — оно становится похожим на то, о котором он сейчас рассказывает.

И тут начинается самое лучшее — человек сам рассказывает про отпуск, сам себе вызывает комфортные состояния... И что самое важное — испытывая эти состояния в разговоре с тобой, он эти эмоции будет ассоциировать с тобой тоже.

Тут важно правильно вести беседу. Например, когда человек начал рассказ об отпуске, можно задавать два типа вопросов:

1. *А где тебя обманывали? Что сперли? Как ты отравился едой? Что больше всего не понравилось? Где было хуже всего?*

2. *Что было самым запоминающимся? Где тебе больше всего понравилось? Что больше всего поразило? Какие моменты отпуска были самым приятными?*

Легко понять, что первый тип вопросов будет вызывать негатив, который нам ну совершенно никак не нужен. Второй тип вопросов будет помогать нам вызывать комфортные эмоции.

Кстати, кроме отпуска бывают и другие приятные воспоминания. Например, отдых — в отпуск люди могут не ездить годами, а отдыхают регулярно.

Точно так же обычно с большим набором приятных воспоминаний связаны простые, казалось бы вопросы. В них заложен очень большой потенциал, и просто задав их можно получить совершенно потрясающие результаты.

Вот они:

— *Какой у тебя был самый важный день в твоей жизни?*

Этот вопрос связан обычно с достижениями целей и гордостью за себя.

— *Какой у тебя был самый счастливый день в твоей жизни?*

За этим вопросом обычно стоят разные радости, приятные моменты и просто хорошие эпизоды из жизни. И кроме этих вопросов есть ещё один интересный способ вызвать много радости простыми способами. Подумай, когда твоей жизни почти все было очень легко, хорошо, радостно и весело? Ответ простой — скорее всего, в детстве.

Используя стратегию обмена информацией, очень интересно поговорить о разных детских отжиггах — где и как валяли дурака, как радовались, во что играли. В голову сразу приходит большой набор мелких пакостей:

- Капитошки из презервативов, которые кидали по прохожим.
- Взрывпакеты, когда сначала точишь магний, а потом делаешь БУМ!
- Когда бегали по подъездам и звонили во все звонки подряд.
- Когда звонили по случайным телефонам и задавали дурацкие вопросы.
- и так далее, и тому подобное.

Как ты уже понимаешь, в жизни каждого человека было много хороших моментов. И он с радостью тебе о них расскажет, и будет с удовольствием вспоминать такую позитивную и эмоциональную встречу.

Заткнись и слушай

Молчание — великий друг, который никогда не изменит,

*Конфуций.*

В этом пункте спрятана просто вселенская мудрость, накопленная веками. Давай подумаем вместе — что приятнее, слушать разговоры другого человека, или говорить самому? Самому говорить гораздо приятнее, и найти свободные уши — большое и качественное достижение.

Стань этими ушами, и твои акции взлетят до небес на бирже сексуально привлекательных мужчин.

Сделать это очень просто — как только девушка открывает рот, ты ЗАТЫКАЕШЬСЯ И СЛУШАЕШЬ! Как бы тебе не хотелось ее перебить, высказаться самому, ты делаешь две вещи:

1. Играешь в китайского болванчика, то есть качаешь головой. Не знаю почему, но люди часто воспринимают кивки как согласие — настало время активно этим пользоваться.

2. Единственные слова, которые ты можешь говорить, будут «Ага, угу, ого, супер, отлично, молодец» и дальше в ассортименте.

Всем своим видом ты должен показывать, что сейчас разверзлись небеса, и в столпе огненного света с небес спустились руки и начали молотом и зубилом выбивать одиннадцатую заповедь. То есть вести себя так, как будто сейчас тебе сообщают самую важную информацию в твоей жизни.

Это всё. Пробуй.

Поговори о мечтах

Мечта могущественнее реальности,

И может ли быть иначе, если сама она высшая реальность?

Она душа сущего,

*Анатолий Франс.*

Этот способ похож на разговор о приятных воспоминаниях, за парой исключений. Во-первых, мечты есть совершенно у всех и каждого. Во-вторых, просто так о мечте говорить с кем попало не будут.

Иными словами, разговор о мечтах надо заводить уже при достаточно сильном раппорте, но именно мечты сделают его просто феноменально сильным. Но именно за мечтами стоят самые сильные эмоции, самые сокровенные желания и вообще набор всего самого вкусного.

И я тебе скажу верный знак — если девочка увлечённо и с жаром рассказывает о своих мечтах, она тебя запомнит очень надолго, и это признак очень хорошего свидания.

Одобрять нужное тебе поведение, хвали людей за движение в нужном тебе направлении

Мы любим иной раз даже такие похвалы, в искренность которых не верим.

*Люк Вовенарг.*

Скажи, ты общался с маленькими детьми? Наверняка в твоём опыте было такое общение. Ну, или ты сам, возможно, был ребёнком? (у меня есть предположение, что все мы были детьми. За исключением подкустового выползня, которые выползают из-под куста сразу взрослыми). Что происходит, если ребёнка похвалить за любое поведение или действие? Ответ очевиден — дети начинают делать то, за что их хвалят, гораздо с большими энтузиазмом и активнее.

Так вот, у взрослых наблюдается точно такой же механизм поведения. Тебе нужно только хвалить за то, что тебе полезно. Например, хвали наступление раппорта. Или хвали девушку за то, что она начинает проявлять к тебе признаки симпатии. Или одобряй признаки сексуального возбуждения.

Как это может выглядеть? Вот несколько простых примеров:

— *У тебя так мило покраснели щечки. Тебе это так идет!*

— *Мне так нравится, когда ты садишься ближе ко мне, от тебя сразу начинает так вкусно и соблазнительно пахнуть.*

— *Твои прикосновения мне так нравятся, это очень приятно.*

— *Ты так красиво рассказываешь о себе, мало встретишь людей, которые так откровенно могут о себе рассказывать.*

— *Сегодня ночью ты была великолепна, мне очень понравилось.*

Ещё раз: комплимент — это наше тайное сильнейшее оружие. Используй его, хвали за то, что тебе нравится, и это будут делать ещё и ещё. А нам ведь нравится, когда нас хвалят? Ради этого можно пойти на небольшие уступки, которые остаются для нас комфортным фоном в общении.

**Важное правило:** Дружище, я тебе скажу одно простое правило, которое может сильно повлиять на твоё общение с людьми по жизни. Оно звучит таким образом:

**С людьми можно общаться просто так, без повода.**

Я много раз встречал у своих студентов на ранних стадиях обучения простой вопрос: а о чём с людьми говорить? Какой мне надо придумать повод, чтобы завязать разговор?

Отвечаю. Представь, что ты встретился со своим другом детства, с которым не виделся лет пять. Или со своим одноклассником, с которым вы разбежались по разным тропинкам судьбы после школы, и случайно встретились здесь и сейчас. О чем вы будете говорить?

Наверное, о том, как дела, как оно, где чего и как, о работе и погоде, о смысле жизни и детях, семье и фильмах... Про всё, в общем. Простой треп за жизнь, о королях и о капусте. И мало того, если тебя вдруг спросят волшебный вопрос «А мы знакомы?» — у тебя всегда есть честный ответ.

Скажи:

— *Нет. Я просто хочу пообщаться с новым интересным человеком за жизнь.*

И продолжай.

Пункт третий. Важные правила

Кроме того, что мы уже рассмотрели, существуют очень важные правила для создания полноценного раппорта. Их понимание делает ваше общение просто волшебным, их игнорирование — делают твои усилия по предыдущему общению потраченным впустую временем. Так что читай.

Раппорт начинается с тебя.

Кукушка хвалит петуха за то, что любит он кукушку.

*Басни Крылова.*

Раппорт, как и любое состояние, просто должен с чего-то начинаться. С чего же? Начнем с простого вопроса. Например, ты знаешь, какой на свете самый сильный сексуальный возбудитель? Это не алкоголь, это не афродизиаки. Это не нижнее белье и даже не романтическая атмосфера. Сильнейшее возбуждающее действие на мужчину оказывает возбуждение женщины.

В установлении раппорта (и, как следствие, возбуждение женщины) действует тот же механизм, ровно по тем же правилам. Если ты покажешь женщине, что ты к ней хорошо относишься, что тебе с ней приятно и комфортно, то в ответ будешь получать ту же реакцию. Которую можно «поймать», усилить и отправить обратно. И так далее, и

так далее —запускается процесс усиления состояния, эта чудесная игра по накачке эмоциями вашего общения.

Да, хочется верить в то, что ты, весь такой офигительный, садишься рядом с девушкой, и от одного появления тебя в ее жизненном пространстве, она уже будет готова от тебя рожать детей. Прямо сейчас.

Но сказки кончились в детстве, начинается жизнь, и твоя задача — сделать первый шаг. Запустить процесс. Как? Понять, за что ты любишь человека, что в нем тебе нравится, усилить это состояние, показать и рассказать про него. И если ты скажешь про эту симпатию искренне и с эмоциями — да, это будет отличный комплимент. И начало хорошего раппорта.

Вот один очень простой, почти волшебный способ.

Скажи мне, кто управляет твоими эмоциональными состояниями? Ну, то есть твоими ощущениями, эмоциями, состояниями? Предлагаю на выбор три простых варианта ответа:

1. Зеленый марсианин, который сидит внутри твоей головы, дергает за ниточки и вызывает реакции в твоём теле.

2. Они возникают спонтанно, сами по себе, и от тебя совершенно не зависят.

3. За все свои состояния отвечаешь ты сам и твои эмоции контролируются силой твоей мысли, твоими желаниями.

Надеюсь, что ты выбрал третий вариант. Первые два работают только в местах с мягкими стенами и под присмотром врачей, вот такая вот ватрушка. Так вот, если в тебе есть понимание того, что ты управляешь своими состояниями, то ты можешь легко сделать простую последовательность шагов:

1. Найди то, что тебе нравится в собеседнике. Самое простое - фигура, походка, взгляд, полосы, улыбка или что-то ещё, совершенно не важно, что это конкретно будет.

2. Сконцентрируйся на этом эмоциональном фоне.

3. Начиная мысленно усиливать это состояние, словно бы раскручивая пружину эмоции по спирали — усиливай, усиливай,

усиливай это состояние до тех пор, пока оно не заполнит все твое тело полностью, и потом усиль его еще немного. И ещё чуть-чуть.

4. Наслаждайся результатами, удерживая в своем сознании на заднем плане, что ты любишь этого человека, он тебе нравится, он тебе чертовски симпатичен. Вот и все — сделай несколько раз и наслаждайся результатами.

Соппротивление — сигнал слабого раппорта

Главная сущность любви — доверие,

*Анна де Сталь.*

Это правило настолько важно, что игнорирование его делает тебя не соблазнителем, а идиотом, радостно пускающим слюни на сборах олигофренов. Так вот — если твоей идее, предложению, мысли сопротивляются — у тебя слабый раппорт. Когда уровень раппорта действительно сильный, барышня готова на всё, чтобы остаться с тобой ещё на некоторое время, пусть для этого надо поехать домой, пусть секс, но именно с тобой, таким любимым и родным, понимаешь?

Стратегия тут простая — если идут отказы на твои предложения, делай шаг назад в развитии отношений, и добавь огня. В смысле, поработай над установлением более сильного раппорта.

Установление раппорта при негативном эмоциональном фоне невозможно

Друга долго ищут, с трудом находят и трудно его сохранить.

*Публий.*

Есть такое интересное определение, которое я называю «Тёмная Сторона Силы». Оно просто является следствием достижения целей — например, что-то продать, или впарить, или втюхать или обмануть, или еще как использовать состояние раппорта в своих целях.

Основная движущая сила раппорта — передача эмоций между людьми. У тебя бывало так, что ты словно бы улавливаешь состояние своего близкого друга? И, хотя внешне все нормально, ты чем-то внутри себя понимаешь, что у твоего близкого человека что-то не так, и на душе словно бы кошки скребут отточенными когтями с алмазными насадками?

Самая основная, волнующая и волшебная штука внутри раппорта состоит в том, что состояние сильного раппорта позволяет вам словно бы передавать ощущения от себя другому человеку, и точно так же улавливать эмоциональные состояния собеседника. Верить ли ты в это или нет, но практика в моей реальности подсказывает, что это именно так.

Так вот, представь себе интересную ситуацию. Возможно, у кого-то появляется мысль сделать что-то в стиле «сейчас я вотрюсь в доверие к человеку, и использую его в своих целях». Давай условно назовем это состояние эмоцией «нагреть ближнего». Или там «нагреться на ближнем». Так вот, чтобы это прошло, требуется установить сильный уровень доверия человека к тебе любимому. А как только происходит установление такого раппорта, то у ближнего появляется интересное эмоциональное желание — нагреть тебя. А что ты хотел? Ты сам установил раппорт и передал это состояние, и человек из чувства глубокого уважения к тебе его почувствовал.

А как только почувствовал, то раппорт, скорее всего, если и не порвется, то сильно ослабнет, и тебе снова придется его усиливать. А потом передается эмоция, и он рвется... Вот такая вот петрушка со сливками получается — вроде и прикольно, а есть не хочется.

Резюмирую: если у тебя есть «Тёмная Сторона Силы» в своих целях, то раппорт в принципе практически не устанавливается. Вот такая вот встроенная экология человеческого общения.

Что же делать? Чувствовать то, что в обратную сторону будет играть на тебя тоже. Например, искренний интерес к собеседнику. Желание общаться. Сексуальное влечение. Уважение.

И тогда всё будет хорошо.

Раппорт — это процесс во времени, а не разовое достижение

Во Франции пять минут на десять минут короче, чем в Испании, но немного длиннее, чем в Англии, где пять минут обычно составляют десять минут,

*Беллами Гай.*

К сожалению, мы всего лишь люди, со всеми своими достоинствами и недостатками, особенностями и желаниями. Это не хорошо и не плохо, просто так получилось. Главная особенность раппорта, которая нам сейчас важна, состоит в том, что раппорт — это эмоциональное состояние.

Раппорт — это не сигнал в голове «да\нет», это эмоциональный фон доверия и комфорта. И как любая эмоция, состояние раппорта может в зависимости от твоих действий усиливаться или уменьшаться. Причем, просто потому, что этот жест девочке не нравился всю её жизнь, или при воспоминании об этом фильме её всю воротит. Так получилось, что ты навел её на эту тему — состояние раппорта ухудшилось, спрашивая «Что с тобой. Пупсик?» ты её только замкнешь в себе и еще больше порвешь раппорт.

Я это к чему веду — я замечаю иногда такую особенность мышления, которую можно описать: «Так ну всё, раппорт есть, теперь начали!». И следующие несколько действий рвут раппорт в клочья. Которые, весело кружась, улетают в вечное безмолвие, унося с собой твоё счастье вместе с желанием девочки с тобой продолжать общение.

Состояние раппорта во время общения стоит отслеживать краешком мозга на заднем плане процессов. И если ты заметил, что раппорт начал запрягать сани, чтобы отъехать — следует бросить все силы для того, чтобы он снова усилился. Например, следует:

- перевести тему,
- рассказать свежую хохму,
- или вообще пригласить девушку на внезапный танец. Пофигу, что в булочной.

Единственный вопрос, который у тебя сейчас может остаться — как же понять, что есть действительно хороший раппорт? Про это следующий пункт строчкой ниже.

Сигнал установленного раппорта — ты чувствуешь себя хорошо

К молодым людям нельзя относиться свысока.

Очень может быть, что, повзрослев, они станут выдающимися мужами.

Только тот, кто ничего не достиг, дожив до сорока или пятидесяти лет,  
не заслуживает уважения,  
*Конфуций.*

Очень важное наблюдение, которое мне стоило в своё время пары седых волос. Я долго ломал голову — как же понять, что раппорт таки уже всё, установлен на фундамент, зацементирован и пора строить отношения? Потом я просто сравнил свое состояние во время общения с близкими друзьями и подругами с общением с просто «шапочно знакомыми» людьми.

И знаешь, что я заметил? Мои ощущения различались. В первом случае я чувствовал себя совершенно расслабленно и спокойно, а во втором иногда проскакивали мелкие напряжения и это состояние я называл «чего-то тут не так». Не знаю, как ты, но я себе доверяю\* (Сноска: и люблю тоже. И это искреннее и взаимное чувство), и доверяю своим ощущениям. И я взял себе за правило — как только я начинаю чувствовать себя хорошо и расслабленно — значит всё хорошо. И, как ни странно, можно расслабляться дальше.

Ты все ещё помнишь о том, что на раппорте передаются твои эмоциональные состояния? Это как раз об этом. Для тебя сигналом того, что всё идет хорошо, будет спокойствие, расслабленность и атмосфера легкого флирта. Или тяжелой сексуальной энергии, бушующей между вами — совершенно не важно, как именно ты себя будешь хорошо чувствовать при общении с девушкой.

Пункт четвертый: Краткое руководство о том, как порвать раппорт. В ключья.

Безумства следует совершать осторожно.

*Анри де Монтерлан.*

Кроме того, что доверие девушки стоит получить, его главное не только сохранить, но и не допустить уменьшения уровня раппорта. И я точно знаю несколько моментов, которые могут порвать любую коммуникацию в ключья. У нас даже есть любимая игра среди тренеров — она называется «я порву коммуникацию за три слова». Но я сейчас не

про то, как развлекаются тренера проекта РМЭС в своем узком кругу. Моя задача — предупредить тебя о типовых ошибках в коммуникации с девушками (да и вообще в общении), которые часто встречаются. Эти ошибки и рекомендации к действию — не просто так взяты и придуманы, это результаты и обобщения многолетнего опыта наших студентов. Да и моего опыта тоже. Знал бы ты, сколько барышень я спугнул чрезмерной агрессивностью — много. Пока не научился играть по правилам, таких было несколько десятков. Так что, дружище, читай внимательно — тут очень много тонких советов, основанных на толстых разочарованиях прошлого.

Перебить человека

—Я экстренный выпуск новостей, прервавший ваше любимое шоу.

*Черный плащ.*

**Угроза разрыва раппорта:** средняя.

Способ первый — относительно простой и на грани. С одной стороны, в хорошей дискуссии перебивать человека и очень эмоционально говорить — это приятно и захватывающе. С другой — вряд ли среднее твое общение с девушкой похоже на спор господ Ландау и Лившица над третьим томом «Теории Поля».

Пойми простую вещь — когда женщина говорит, она сама себе делает свидание. Она говорит, ты слушаешь, свидание идёт. Отличная ситуация. Да, я ленивый человек и мне нравится молчать. Мы, как настоящие гусары, себя в сексе покажем. Давай человеку высказаться. От начала и до конца.

С одной стороны, тебя это уберёжет от выводов на середине фразы — она могла быть совершенно не о том, о чём ее начало, с другой — ты научишься тому, что напрягаться для соблазнения совершенно не надо.

Хотя в самом начале пути соблазнителя бывает очень сложно поймать момент, когда стоит заткнуться. Так вот, даю подсказку: как только твой собеседник (или собеседница) набирает в легкие воздуха и открывает рот — заткнуться надо было на три секунды раньше.

Маленькая подсказка: женщине нравится не мужчина, женщине нравятся свои эмоции с этим мужчиной. А какие эмоции могут быть,

когда не дают выговориться? Правильно — раздражение в лучшем случае.

Итак, еще раз. Женщина открывает рот, ты ЗАТЫКАЕШСЯ, и молчишь. Можно активно играть в китайского болванчика, кивая головой, и говорить слова типа «Оооо!». «Ууу!». «Вау!». «Ого!». «Супееер!».

Проведи эксперимент, заметь, как будет меняться состояние женщины в моменты, когда она сможет выговориться. Это реально интересно.

P.S. Ее рот заткнуть всегда можно потом. В постели.

Не согласиться

Каждому человеку свойственно ошибаться, но никому, кроме глупца, несвойственно упорствовать в ошибке,

*Аристотель.*

**Угроза разрыва раппорта:** средняя.

Представь себе ситуацию: ты придумал отличную идею. Вернее даже так великолепную. Идея совершенна, хороша во всех аспектах, она яркая, вкусная и вызывает теплое чувство комфорта и предвкушение значительного успеха. И вот эту идею ты презентуешь в течение получаса, в красках и эмоциях своему шефу.

И слышишь в ответ: «Нет!».

И через пять минут, когда хрустальные осколки разрушившейся мечты уже сметены в совок и вынесены на помойку техническим персоналом, ты слышишь продолжение: «Хотя да. Идея хорошая».

Мой вопрос: зачем сначала рвать раппорт с человеком, а потом снова, с усилиями его заново создавать? Слово «Нет» рвёт раппорт, как никакое другое. Тебе кажется, что это чушь? Да ладно тебе. Сколько раз в своей жизни ты произносил характерное: «Нет. Ну да, то есть», или еще более эпохальное: «Да нет»? Я не знаю почему, но в нашей стране это очень распространенный шаблон ведения речи. Сначала «Нет», и потом жарко согласиться.

Если хочешь реально избежать такого мелкого пакостного слова, используй конструкцию «Да, и». И просто заметь разницу в отношении к тебе собеседника. Хотя первое время будет трудно.

Спорить

В спорах, как на войне, слабая сторона разжигает костры и устраивает сильный шум, чтобы противник решил, будто она сильнее, чем есть на самом деле.

*Джонатан Свифт.*

**Угроза разрыва раппорта:** высокая.

Представь себе ситуацию, когда ты приходишь к человеку, который тебе важен и нужен. Мнение которого для тебя значимо. И между делом вы заводите разговоры за жизнь. И в течение получаса ты в подробностях узнаешь, что ты типичный представитель семейства «лох колючий», потому что:

— ты слушаешь рок вместо раннего концептуального фьюжена Майлза Девиса.

— вместо гениальной «Космической одиссеи 2001 года» Стенли Кубрика ты смотрел «Трансформеров».

— тебе уже 25. а своих миллионов нет.

— вместо Феррари водишь велосипед.

— да и шмотки так себе.

— и часы беспонтовые.

— и прочее.

Растекаясь лужей слизи по паркету, ты слышишь вдобавок «слушай, к завтрашнему дню сделай мне отчет на 496 страниц. Он очень важен для компании и меня лично». Заранее предсказываю: желание что-либо делать будет минимальным. Как и вообще увидеть этого человека снова. И говорить с ним на любые темы — потому что будешь кругом неправ по сравнению со сверканием нимба его божественного величия.

Таки вот: а в разговоре с барышнями что получается? У тебя и у неё есть свои вкусы. В музыке, политике, кино, еде, сексе и даже ковырянии зубочистками. И знаешь что интересное? Самое-самое? Ей на

твоей мнение глубоко пофигу. А самое важное: что высказывание твоего мнения к соблазнению ну никак не ведёт.

Помнишь предыдущий пункт? Мало того, что ты не соглашаешься с девочкой, так ты ещё и начинаешь оценивать её вкусы. То есть ты оцениваешь её. А кому хочется быть глупой, некомпетентной, и так далее и тому подобное? Мало кому. Работающая стратегия тут простая: вместо того, чтобы оценивать её вкусы, мы начинаем ими интересоваться. А там за разговором про твои интересы и не спросят.

И тут оп! Она про себя рассказала всё, а про тебя ничего почти не знает. Как раз есть отличный повод встретиться и есть тема для следующего разговора. Теперь примеры:

*(Девочка) — я тут послушала Кармину Бурану, так вот — Карл Орф просто гений...*

*(Ты) — ты что, с дуба рухнула? Классику слушают только ботаны! Крутая продвинутая молодежь тащится по чиста шансону!*

Второй пример:

*(Девочка) — на новом альбоме Билана он так отлично пел...* (пример только в качестве образовательного процесса. Мы с тобой знаем, что Билан — полное говно).

*(Ты) — Здорово! Приятно знать, что ты интересуешься новинками в сфере музыки. Я, кстати, новый альбом не слышал пока. Чем он хорош? Какие песни в нем цепляют больше всего? На какие другие группы он похож? Какие моменты в жизни у тебя связаны с этой музыкой? А почему? А какие эмоции рождаются в тебе, когда ты слушаешь диск? А какие диски вызывали у тебя наиболее сильные эмоции?*

И так далее... Разговора на час. При этом, заметь, разговор вывелся на то, что девочка сама у себя вызывает приятные эмоции, рассказывая о них. А ты — молчишь, слушаешь, киваешь. И напоследок простой анекдот и следствие. Анекдот такой:

*В уставе французской армии есть строчка: когда встречаются два офицера одного звания, первым честь отдаёт тот, кто умнее.*

В жизни так же: первым заканчивает спор тот, кто умнее. Недальновидный человек пытается оставить последнее слово за собой. За которым следует точка. В отношениях.

Уличить во лжи

Ничто не является более тягостным для мудрого человека и ничто не доставляет ему большего беспокойства, чем необходимость тратить на пустяки и бесполезные вещи больше времени, чем они того заслуживают.

*Платон.*

**Угроза разрыва раппорта: ОПАСНО.**

Тут получается интересная ситуация — иногда люди (и женщины) имеют обыкновение исказить информацию, преувеличивать факты, или вообще соврать не к месту. Что можно сделать в этой ситуации? Стандартное развитие событий такое (примерный диалог):

*— Я тут на днях имела потрясающую беседу с Аллой Борисовной касательно новых аспектов взаимодействия воды и масла в суспензиях...*

*— Да ладно тебе, хорош заливать! Ты что, ритуал вызова духов устроила?*

Знаешь, что произошло? Ты позволил человеку потерять свое собственное лицо — теперь ты знаешь, что твой собеседник — вун и лжец. Даже если это было сделано один раз, останется шлейф негативных эмоций, и подсознательно будет ожидание возможных усмешек на эту тему в дальнейших разговорах. То есть от тебя можно ждать бяк и пакостей.

И чем большая ложь будет раскрыта, тем больше негатива пойдет на тебя. И он будет возводиться в степень, которая зависит от количества находящихся рядом слушателей. Ты знаешь, что люди часто компенсируют неуверенность агрессией? Ну, так и не стоит это проверять.

И вот тут возникает вопрос: какая будет правильная стратегия реагирования в этой ситуации? Ответ простой — реагировать в разговорах с женщиной надо не на информационном, а на эмоциональном плане. То есть не сопоставлять факты, а дать в ответ

приятную эмоцию, что сделает тебя выдающимся собеседником. Говоря простым языком — похвалить и сделать комплимент.

Пример диалога:

- *Мы вчера с подружками тусили в компании Терри Мантьяно в клубе Fatous — там так клево было!*

**(неправильный ответ)** — *Чего-то я тебя там за нашим столиком не видел...*

**(правильный ответ)** — *Вау! Ты тоже его знаешь? Никогда не думал, что ты общаешься с такими известными и выдающимися личностями! И как он тебе? Что у старика нового?*

Да, я понимаю, хвалить, когда слышишь полную чушь — это мастерский навык в духовной практике смирения. Я, например, усвоил его только лет за пять ведения тренингов. Но ты пойми — твоя задача не в том, чтобы удовлетворить свое чувство превосходства за счет раздавленных и униженных людей, которые потеряли на публике свое собственное достоинство. Наша задача — сделать так, чтобы девочка рядом с нами чувствовала себя просто великолепно, комфортно и радостно.

Поэтому стисни зубы, заткнись и хвали.

Пережать в процессе соблазнения

Средний путь — самый безопасный,

*Овидий.*

### **Угроза разрыва раппорта: ЭКСТРЕМАЛЬНО**

Фундаментально в соблазнении существует ровно две ошибочные стратегии. Я их называю «недожал» и «пережал». Что это такое?

Недожал — это процесс активного смазывания ручного тормоза. Другими словами — мы тупим и не занимаемся с девушкой сексом, когда она уже готова. Правильная девочка даст тебе еще один шанс, умная — подскажет намеками, опытная — сама тебя трахнет. Так что если ты будешь ну очень сильно тупить, ну просто адски, то да, тебя переведут в разряд друзей. В принципе, не такой уж это трагичный этап отношений с девушкой — дружить тоже интересно.

А вот пережать — это, простите, хана. Что это такое? Это слишком быстрое развитие событий по нашей структуре соблазнения. То есть вы еще находитесь на первом этапе построения отношений, то есть присматриваетесь друг к другу.

Представь себе: вы пришли в кафе, сели, и ты начал лезть с поцелуями, не сделав заказ. А что? На первом свидании можно же целовать! Или, что еще хуже. Ты провел хорошее второе свидание: подержался за грудь, поговорил о звездах, намекнул, что секс — это нормально, и проверил пальцами отсутствие мин. Через пару дней барышня приходит на третье свидание, и ты сразу включаешь повышенную скорость: отводишь ее в кусты и засовываешь в руку девочке стоящий член.

Ну, или что еще хуже — начнешь сильно домогаться, на второй встрече, например, игнорируя все её сигналы «хватит», высказанные языком и телом. Рано или поздно девушка под любым предлогом уйдет, наобещав тебе всего, что только можно (лишь бы уйти побыстрее). Заодно придумает кучу благовидных предлогов, почему этого нельзя сделать сегодня...

Развитие событий одинаковое. Скорей всего тебя запишут в дятлы и больше никогда не поднимут трубку телефона при твоём звонке.

Почему? Ты играешь не по правилам. Да, на третьем свидании и ты, и она понимают, что секс будет. Но не стоит форсировать события. Этим ты показываешь, что вместо тебя думает твой член. А голодным, как ты помнишь, не дают. Во всех случаях тут очень хорошо действует только одна стратегия: лучше недожать, чем пережать. Или, говоря простым языком, если ты будешь соблазнять медленно, на еще одну встречу придут и ты ускоришься. А если пережмешь — то еще одной встречи не будет.

Резюме: пережать — это перепутать местами последовательность шагов в процессе соблазнения. И не сделав предыдущий, уйти на следующий. Тут важна именно наша старая добрая последовательность.

Проявить неадекватное поведение

Истинное достоинство подобно реке: чем она глубже, тем меньше издаёт шума,

*Мишель Монтень.*

Что такое адекватность вообще? Термин сложен и используется к месту и не к месту, и мы не будем уходить в дебри моделей личности. Нас интересует то, что адекватность бывает двух видов — социальная, и личностная.

Социальная адекватность — это поведение, которое нормально воспринимается обществом. То есть не бегаешь с членом наперевес за представителями власти, не отпиливаешь себе голову ножовкой по металлу и так далее. Это то, что называется воспитанием, и по идее эти правила класса «как правильно вести себя в обществе» нам известны со школы. Поэтому социальная адекватность тобой либо усвоена, либо будет достаточно быстро и доступно объяснена людьми в белых халатах или серых мундирах.

Кроме этого, есть еще личная адекватность. Как понять, адекватен человек или нет? Ну как минимум, есть первичные признаки неадекватного поведения — нервные тики, зрачки размером с булавочную головку, или там пена, хлопьями вылетающая изо рта при каждом слове. Это часто говорит твоему собеседнику (если он вообще станет с тобой говорить), что пора сваливать.

Второе, на что обращают внимание люди — на эмоциональность реакции. Сейчас поясню. Например, девушка задает тебе относительно простой и невинный вопрос:

*— А как ты относишься к гомосексуалистам?*

Вот варианты ответов:

*— Да этих пидаров гнойных мочить надо!*

*— Ой, педики, педики, я тащусь от педиков, познакомь с педиками!*

*Они самые лучшие на свете!*

*— Да никак не отношусь. Моя позиция простая — чем больше гомиков, тем больше женщин для нормальных парней.*

Возможно, ты сейчас понимаешь, что слишком сильная позитивная, так и слишком сильная негативная реакция на простой вопрос воспринимаются со стороны как неадекватное поведение.

Пункт пятый: заключительный

Достойный муж делает много, но не хвалится сделанным, совершает заслуги, но не признает их, потому что он не желает обнаружить свою мудрость,  
*Лао-Цзы.*

Наверное, я не открою для тебя очень большого секрета, если скажу, что для девушки секс с мужчиной — это высшее проявление доверия к нему. Случаи профессионалок мы, конечно, не рассматриваем.

Теперь начнем издалека. Сколько раз в твоей жизни было так, что ты говорил сам себе «с понедельника начинаю делать то-то»? Можешь не отвечать, и так знаю, что десятки раз. Второй вопрос: откуда женщина берет информацию о тебе? Ответ — от тебя самого, то есть для женщины источником информации будешь ты сам. И теперь контрольный вопрос: Как женщина может доверять человеку, который обманывает сам себя? Подумай над этим.

Так что для установления раппорта не надо рассказывать фантазии о своем величии, достаточно просто быть самим собой и пользоваться всеми техниками, которые изложены выше. Хорошо тренированный навык установления раппорта в соблазнении — главное. Именно поэтому я раппорту уделил столько внимания в своей книге, надеюсь, что столько же внимания будешь уделять и ты тоже.

Дополнительные техники, усиливающие раппорт, я изложил в разделе 6: «Позитивный образ мышления».

Глава 14: Мистер По-п-зделкин

Час разговора лучше пятидесяти писем,  
*Севинье.*

Само название главы предполагает, что в ней будут рассмотрены темы и техники, которые облегчают разговор с девушками. Так и есть, чего уж греха таить. В этой главе я собрал универсальный набор всего, что действительно облегчит тебе этап первого свидания.

Тут есть техники, готовые советы, примеры — все для того, чтобы час, который идет свидание, для девушки стал лучшим переживанием этого года. А возможно, и всей взрослой жизни. Эти техники не все простые, не все можно применять сразу и с листа, некоторые требуют тренировок и практики. Я думаю, ты готов на это, чтобы производить на девушку своей мечты хорошее впечатление, правда?

Универсальные темы для разговора

Поговорите с человеком о нём, и он будет слушать вас часами,  
*Бенджамин Дизраэли.*

Мы начнем с набора универсальных тем — пусть это будет для тебя первым шагом. Используй эти темы, если вдруг у тебя все вылетело из головы от красоты, которая сидит рядом с тобой. Или если вдруг ты пока только начинаешь тренироваться — тогда они станут для тебя шпаргалкой и палочкой — выручалочкой в одном лице.

- Друзья (твои и её).
- Взаимоотношения мальчиков и девочек.
- Деньги, финансы, заработки.
- Поговори о мечтах — о чем мечтаешь ты, спроси про её мечту.
- Отпуск и отдых — кто, где, с кем, и вообще как протрезвели.
- Тенденции моды и стиля.
- Новинки кинопроката и классика кинематографа.
- Музыка — течения, стили, жанры, новинки, концерты.
- Ближайшие события в твоём городе — от праздников, до выставок.
- Новости спорта (тема футбола — табу), кто чем занимается или занимался.
- Учёба и учебные студенческие байки.
- Еда и гастрономические пристрастия.
- Фотография, дизайн, архитектура и искусство.
- Машины, мотоциклы и так далее.
- Зимние виды отдыха.
- Работа, профессиональные планы.
- Можно рассказать пару смешных историй из своего детства.

А теперь, что делать нельзя:

— Нельзя устраивать девушкам допрос типа: «Где учишься, кем работаешь, сколько лет...». Причем всё равно, на первом или другом свидании.

— Не стоит затрагивать темы религии. Вдруг она мормон со стажем, и искренне ненавидит адвентистов седьмого дня, к которым принадлежишь ты?

— Темы морали тоже затрагивать не стоит. Что такое хорошо и что такое плохо полностью прекращается, когда вы раздеваетесь.

— Темы и вопросы про ее бывших парней. Причем всегда.

— Отношения с родителями лучше не выяснять — это не всегда бывает гладко.

— Про секс на первом свидании лучше не говорить. Совсем. Спросит — отвечай, но тему не заводи.

— Не стоит говорить слишком сальные шутки. Рано.

— Материться тоже пока не стоит.

— Если барышня о какой-то теме не хочет говорить, больше её не затрагивай.

— Темы расизма и национализма — отставить.

— Темы своих любимых футбольных, хоккейных и прочих команд - тоже. Исключение — девушка тоже увлекается этим видом спорта.

— Навязывание своих вкусов — оставь для подчиненных на работе.

— Не стоит быть занудой.

— И вообще, иметь девушкам мозг — признак того, что ты не поимеешь девушку.

Думаю, что для начала тебе хватит. И можно переходить к следующему пункту нашей программы.

Построение разговора и перевод темы

Первая беседа всегда только разведка.

Прежде чем пуститься в путь по дорогам нового для тебя ума, нужно ознакомиться с планом местности.

*Андре Моруа.*

В разговоре с девушками бывают такие моменты, когда мы можем замечать — наша тема им как-то не приходится по душе. Возможно, такое бывает, признаю. Точно так же бывает, когда девушка заводит тему, которая либо не нравится тебе, либо не ведет к усилению раппорта. Что же делать?

Самый плохой вариант — это сказать, что тема ботва и может ли она поддержать разговор на уровне, достойном твоего величия. Вариант чуть лучше, но тоже не фонтан — перебить человека, заткнув его поток сознания, и начать разговор о своем.

Что же делать, когда мы хотим, с одной стороны, оставить тот же уровень комфорта внутри нашего разговора, а тему перевести хочется? Есть одно волшебное слово, которое позволяет переводить разговор с одной темы на другую, так, что человек даже этого может и не замечать никогда.

Для начала пример диалога.

— Я тут поссорилась со своим бывшим, он так плохо со мной поступил...

— Кстати, а ты когда в кино была в последний раз?

— На прошлой неделе, ходила с подружкой...

Как ты думаешь, какое слово было решающим в этом диалоге? Я думаю, ответ очевиден, и на всякий контрольный случай я его еще раз напишу. Волшебное слово, которое позволяет переводить любые темы разговора называется **КСТАТИ**.

Его действие просто потрясающее, логически его понять невозможно, но оно работает. И еще лучше работает, если при начале своего вопроса ты сделаешь серьезное выражение лица, словно бы задаешь свой главный вопрос о жизни, вселенной и всем прочем.

И результат будет тебя радовать долгие годы.

Построение эмоционального разговора с твоей стороны

Смерть: Когда тебе надоест задавать вопросы?

Рыцарь: Никогда не надоест.

Смерть: Но ответа ты не получишь.

Рыцарь: Часто мне кажется, что задать вопрос даже важнее.

*Ингмар Бергман. «Седьмая печать».*

Я думаю, что ты за свою долгую и полноценную жизнь, уже имеешь самый важный опыт для социального человека. Другими словами, я надеюсь, что хотя бы иногда тебе удавалось поговорить с другими людьми. Шучу, понятное дело. Я говорю о том, что все мы имеем опыт общения, и каждый из нас имеет опыт разговоров с десятками людей.

Скажи, с кем тебе было интереснее всего общаться? У меня есть предположение, что одни из самых интересных людей — это люди, которые страстно увлечены своей любимой темой. Неважно, что это — работа, хобби, спорт или что-то ещё. Важно, что про действительно радующие нас вещи мы можем говорить с энтузиазмом, что сразу поднимает наши навыки общения на несколько баллов вверх.

Всегда интересно слушать человека, который страстно увлеченно рассказывает про то, что его действительно интересует. Точно так же как скучно слушать человека, который по капле выдавлиывает из себя на зачете знания по предмету, на который ему глубоко пофигу.

Понятно, что в разговоре с девушкой волнующая тебя тема может ей наскучить уже через десять минут, но нам больше и не надо. Нам нужны те несколько минут увлеченного восторга, а потом мы можем рассказывать о другом. Нас же может интересовать в жизни несколько вещей так?

Теперь давай подумаем, как это можно использовать. Возьми тетрадку и ручку, и напиши список тем, которые тебя интересуют — смысл этих интересов нам совершенно не важен, ну то есть абсолютно. Нам важно, чтобы тебя эта тема эмоционально задевала. И пусть таких тем будет, например, десяток или больше. Чтобы было понятно, могу привести пример из своей жизни. Что же меня эмоционально задевает?

- Личное развитие, то есть личностный рост.
- Ведение тренингов.
- Чтение хорошей литературы.
- Качественное кино.
- Езда на мотоцикле.
- Танцевать парные танцы.

- Кататься на сноуборде с высоких гор.
- Дикая природа.
- Путешествия по местам, где я ее не был.
- Занятия спортом.
- Написание книг.
- Развитие своих бизнесов.
- Общение с интересными людьми.
- Психология, этология, социология и прочие «...логии».
- Эриксоновский гипноз.
- Изучение тоталитарных сект.
- Хорошая кухня.

Мне кажется, что пора останавливаться, хотя я написал от силы треть.

Я думаю, что в твоей жизни тоже есть яркие моменты. Так что давай, пиши свой «список могущества».

Теперь осталось научиться твой список могущества использовать. Каким образом? Снова тренироваться, как же еще. Можно собрать несколько твоих друзей, и устроить некую тренировку по самопрезентации. В каком формате это можно делать?

Например, вас собралось пять-шесть человек. И ты начинаешь рассказывать о любой теме, которая тебе интересна, ровно так же, как любому другому человеку «не в теме». Задача твоих друзей — не оценивать точность изложения факта или правильное описание газораспределительных процессов в рядных двигателях, вовсе нет. Задача твоих друзей — слушать если им интересно, или сказать «мне скучно», если им действительно стало скучно.

И если поступил сигнал скуки, что ты делаешь? Меняешь тему и продолжаешь снова тренировки. Твоя задача — чтобы твои друзья увлеченно слушали о размножении ленточных червей, например, минут пять. Ключевое в предыдущем предложении что будет с точки зрения девочки? Не «ленточные черви», а «интересно».

Как только ты научишься говорить пять минут, делай следующую часть упражнения — говори подряд минут пятнадцать, но подряд о

нескольких темах, переводя разговор с одной на другую. Когда ты научишься говорить так, что пять твоих друзей будут тебя с интересом слушать двадцать минут, одна девочка будет слушать собеседника с такими навыками часами.

А нам не нужно часов — нам нужно одно идеальное первое свидание. А оно идет обычно меньше часа.

Что же делать до тех пор, пока навык не отработан до совершенства? Есть работающий вариант, всё нормально. Он состоит в том, что ты идешь в ближайший киоск по продаже прессы, и инвестируешь в свое развитие несколько сотен рублей, купив пачку мужских журналов в ассортименте. Чем характерны эти журналы? В них часто публикуют интересные и познавательные статьи «ни о чём». Так что ты их читаешь, и на первом свидании, для заполнения пауз, можно начинать рассказывать интересные истории и познавательные данные.

Точно так же, кстати, можно зайти на популярные интернет-сайты, например на тот же anekdot.ru, где публикуются истории из жизни. И прочитать там, например, рейтинг лучших историй за год — там попадаются весьма веселые истории, просто как в сказках. И их тоже можно рассказывать девушкам, начиная их с фразы «А ты слышала одну интересную историю о том как убили Кенни?».

Еще раз напоминаю, что женщинам пофигу на факты в разговоре. Им важно, чтобы разговор был интересным, а эта тема — путь к построению именно интересных разговоров.

Проход к эмоциям

Талантом собеседника отличается не тот,  
кто охотно говорит сам, а тот, с кем охотно говорят другие.

Если после беседы с вами человек доволен собой и своим остроумием,

значит он вполне доволен и вами,

*Жан Лабрюйер.*

Мы уже с вами много раз говорили, что для женщины в разговоре очень много значения имеют эмоции, то есть эмоциональный план

внутри разговора. С помощью этой техники мы можем научиться выходить на уровень эмоций, цепляясь за второстепенные данные.

Что это нам дает? Когда мы выходим на эмоции, у женщины появляется состояние «он меня понимает, как никто другой», и это сразу повышает уровень раппорта внутри нашего общения.

Эта техника требует некоторого умения, подготовки и тренировки, для того, чтобы получившиеся результаты тебя начали сильно радовать. Есть большой плюс — эту технику можно тренировать вообще везде, во время любого общения, совершенно с любым произвольным человеком на любую тему. Наша задача состоит в том чтобы слова по структуре этого упражнения сами слетали с нашего языка, вызывая произвольную ответную реакцию у наших милых дам. Сама по себе техника делается в три этапа.

Первый: мы слышим любую фразу, которая описывает, например, поведение человека. Типичный пример:

*— Я вчера ходила по магазинам.*

Легко понять, что это описание действия, то есть идет ответ на вопрос «что делала».

Второй: мы думаем, ради получения какого эмоционального состояния девочка может ходить по магазинам. Это предположение мы делаем, исходя из того, что барышни подавляющее большинство действий совершают не просто так, а чтобы получить доступ к эмоциям. Например, девушка ходит по магазинам, чтобы купить одежду и ощутить превосходство в своем стиле над другими женщинами.

И когда мы скажем, что понимаем, для чего это девочка делала, мы просто попадаем в самую сокровенную часть ее души — ей будет начинать казаться, что она нашла парня, который понимает тайные струны ее эмоционального внутреннего мира. А это очень хорошо для нас. Осталось сделать третий шаг. То есть третий шаг будет стоять в том, чтобы озвучить нашу мысль барышне. Например, так:

*— Я понимаю, ты ходишь по магазинам в поисках уникального и неповторимого собственного стиля, чтобы быть выше и лучше этой серой и скучной массы обычных людей.*

Когда ты попадаешь в ее истинные мотивы поведения, ты производишь просто взрыв на уровне повышения раппорта. А что делать, если твое предположение не выходит на ее мотивы? Тогда возможно, что получается некое чтение мыслей с принудительной доставкой в стиле «тебе не нужен наш пропуск». И при озвучивании неверной мысли (мы ведь исходим из нашей картины мира, так?) мы можем получить очень опасный в аспекте установления раппорта ответ. И этот ответ будет спором.

Как же делать так, чтобы даже твое предположение, даже если ты не угадаешь с эмоциональным планом, нормально воспринималось? Есть уникальные слова, которые позволяют сделать вместо чтения мысли предположение, я их называю «предохранители». Вот список действительно волшебных слов:

— *Возможно*

— *Может быть*

— *Наверное*

— *Скорее всего*

— *Вероятно*

Тебе осталось только поместить их в начале твоего ответа. И что будет, если ты не угадаешь? Предохранитель сгорает, беря на себя риск разрыва раппорта, и все получится хорошо.

Другими словами, ты сделаешь уточняющее предположение. Например, это может быть так:

— *Возможно, что ты ходишь по магазинам в поисках уникального и неповторимого собственного стиля, вероятно чтобы быть выше и лучше этой серой и скучной массы обычных людей.*

Ты даже не представляешь, на что способна эта техника в умелых руках, и просто предлагаю тебе насладиться ее термоядерными результатами.

Кстати, эту технику отлично можно использовать для того, чтобы на первом свидании просто начать разговор и сразу сделать его эмоционально насыщенным. Вот пример:

— *Привет.*

— Привет, ты сегодня потрясающе выглядишь, (комплименты всё еще нужны, помни про это)

— Чем сегодня занималась?

— Вот, помогала младшему брату решать задачи по термоядерному синтезу.

— Ух ты! Мне кажется, что делая такие поступки, ты можешь просто ощущать внутри себя гордость за то, что помогаешь своим ближним.

— Да, это так...

— А что еще ты делаешь, чтобы быть полезной своим близким? Что тебя ещё радует в семье?

И понеслось. У тебя уже идет полноценный разговор, и он начался с первой же минуты вашего общения. Отличная техника, правда?

Так что рекомендую тебе её тренировать каждый день, и это можно делать при разговорах на работе, в магазине, такси, автобусе, институте и так далее — то есть везде, где есть живые люди.

Как делать эмоциональный увлекательный рассказ

Самая большая роскошь на свете — это роскошь человеческого общения.

*Антуан де Сент-Экзюпери.*

Иногда ты будешь рассказывать девочке истории — в том числе и о своей жизни и достижениях. Это совершенно нормально, это основа любого полноценного диалога. Но мы можем сделать не только рассказ, мы можем создать во время нашего разговора отдельный увлекательный мир, который затянет девушку. Разговор, который будет эмоционально насыщенным и увлекательным одновременно, который заставит тебе сопереживать. Мы можем рассказывать истории, которые позволят девочке разделить наши эмоции.

Как же это делать? Это очень просто, нужно только практиковаться. Давай сейчас это и сделаем. На примере. Предположим, что обычный парень рассказывает о том, что он делал вчера.

— Вчера я ездил на Воробьевы горы, смотрел на восход солнца, пил кофе, думал о жизни.

Кроме того, что этот рассказ ровно на десять секунд времени, что можно легко заметить? Этот рассказ описывает действия человека, и ничего больше. Для мужчины это нормально — давать конкретный отчёт о своих действиях, проблема в том, что девочкам нужны эмоции, а не действия.

Как же эмоции вызывать? Есть простой совет — надо рассказывать о своих ощущениях, и на хорошем раппорте эти эмоции будут вызваны у девушки тоже. С чего же начать? Например, расскажи, что ты видел, когда все это происходило, то есть добавь в свой рассказ визуальную составляющую. Это может выглядеть так:

*— Вчера, когда в городе еще стояла ночь, я поехал в предрассветной утренней мгле на Воробьевы горы. В пять часов утра на смотровой площадке уже можно увидеть первые отблески утренней зари, которые освещают пустое пространство «балкона», и редкие одинокие люди слегка заметны темными силуэтами. Первые лучи утреннего солнца постепенно появляются в небе, и красный шар, медленно появляясь над горизонтом, раскрашивает небо яркими красками, и можно увидеть с одной стороны неба красную зарю, в то время как с другой стороны тучи еще скрыты в темноте ночи.*

Давай временно прервемся, и подумаем. Как ты оцениваешь два этих текста — какой из них вызывает больший отклик, более эмоциональный? Наверное, второй. Может быть, ты даже начинаешь мысленно строить у себя в голове картину того, как бы это могло выглядеть. Замечательно, цель достигнута, но это ещё не все.

Мы знаем, что у человека кроме зрения есть ещё и другие органы чувств. Например, слух. Что будет с нашим рассказом, когда мы кроме описания образов добавим описание звуков? Давай это проверим.

*— Первые лучи утреннего солнца постепенно появляются в небе, и замершая тишина города служит отличным фоном для этого тихого, вкрадчивого действия. Красный шар, медленно появляясь над горизонтом, раскрашивает небо яркими красками, и под легкий шум утреннего ветра, сопровождаемый шумом пробуждающегося города, можно увидеть с одной стороны неба красную зарю, в то время как с*

*другой стороны тучи еще скрыты в темноте ночи. Крики редких птиц служат восхитительным сопровождением тихому отдаленному гулу проезжающих вдалеке машин.*

Хорошо, правда? И для создания полной картины описываем то, что мы чувствуем, и получается вот так:

— Когда я сделал первый глоток теплого, ароматного кофе, который так хорошо согревает ранним прохладным утром, я увидел, как первые лучи утреннего солнца постепенно появляются в небе, и замершая тишина города служит отличным фоном для этого тихого, вкрадчивого действия. Я замер от восторга, меня всегда волнительно поражала величественная природа. Красный шар, медленно появляясь над горизонтом, раскрашивает небо яркими красками, и под легкий шум утреннего ветра, сопровождаемый шумом пробуждающегося города, можно увидеть с одной стороны неба красную зарю, в то время как с другой стороны тучи ещё скрыты в темноте ночи. Радость от наблюдения за этой картиной делает это утро каким-то особенно хорошим. Крики редких птиц служат восхитительным сопровождением тихому отдаленному гулу проезжающих вдалеке машин. И такая эмоциональная зарядка дает мне ощущение радости и покоя единения с природой, когда мы можем побыть наедине друг с другом — величественная природа, дарующая свое спокойствие, и я, радостно озаряемый лучами теплого солнца, в аккомпанементе прохладного ветерка ранним утром.

Какой фрагмент текста тебе больше зацепил? Самый первый, где описываются сухие действия, или последний, когда мы получаем доступ к полному опыту человека? Есть подозрения, что последний рассказ у девочки вызовет массу романтических переживаний, а нам это будет в дальнейшем очень полезно.

Осталось научиться говорить таким образом, но тут все просто — можно именно так, по шагам. Сначала учиться делать рассказ с описанием того, что видел, потом добавлять звуки и дополнять описанием своих ощущений.

Если тебе будет в первое время немного непривычно, есть простой способ, как сделать это немного проще для себя. Для начала тебе надо

хорошо вспомнить такую ситуацию, так, чтобы создалось ощущение, что ты снова это переживаешь, и, находясь в этих приятных воспоминаниях, можно начинать говорить. Это делается намного быстрее, чем ты прочитаешь этот абзац текста.

Немного о словарном запасе

Чтение делает человека знающим, беседа — находчивым,

а привычка записывать — точным,

*Френсис Бекон.*

Возможно, что в первое время для эмоциональных рассказов тебе будет не хватать словарного запаса. Это бывает, ничего страшного, есть работающее решение. Оно состоит в том, чтобы набрать словарного запаса в достойных для этой цели источниках. Что это может быть? Как ни странно, литература, то есть хорошие книги.

Чтобы хорошо и красиво говорить, нужно читать хорошо написанные, захватывающие книги. И таких реально много, нужно просто их читать, учась у авторов хорошему, правильному, эмоциональному языку. Давай рассмотрим лучшее из мировой литературы, чтобы иметь достойный пример для обучения.

Пушкин Александр Сергеевич писал очень и очень хорошие книги, на правильном русском языке. Кроме этого, он был известным ловеласом, так что у него мы будем учиться в первую очередь. В сознательном возрасте внимательно прочитай Евгения Онегина, и посмотри, как хорошо построено, например, «письмо Онегина к Татьяне». Вообще, периодически Пушкина перечитывать крайне полезно.

Джек Лондон. Серии его рассказов просто потрясающие — можно брать всё что угодно. Например, начинать с рассказов про Снова Беллью, очень хорош сборник «Сын Солнца», и так же отлично подходит в качестве примера «Любовь к жизни».

Говард Лавкрафт. Многие люди слышали имя «Ктулху», но очень мало кто читал автора. Чем хорош Лавкрафт? Он писал очень эмоционально насыщенные рассказы, именно по трем системам

восприятия, они захватывают, хотя немного и пугают. Можно заодно научиться, как с помощью простого текста щекотать нервы.

Дунаю, в качестве примера и на первое время тебе хватит, а дальше можно уже смотреть и читать то, что просто нравится. Эти книги прививают любовь к хорошей литературе, и это в принципе хорошо, в том числе и как тема будущих разговоров с девушкой.

Выводы

Не следует завладевать разговором как вотчиной,  
с которой имеешь право выжить другого,

*Цицерон.*

Я думаю, что практики по этим методикам тебе хватит очень и очень надолго. Я собрал лучшее из того, что умею, знаю и люблю, и уверен в качестве этих техник. То есть, свою часть задачи я выполнил. Твоя часть очень простая — научиться это делать так, словно бы ты родился с полным набором всего и сразу, словно бы ты эти техники учил, ещё будучи сперматозоидом на пути к яйцеклетке.

Да, для этого требуется время и практика — и у тебя будет несколько первых свиданий для практики, и время между ними. Если со свиданиями пока не очень — сделай шаг назад и сделай все упражнения из предыдущей части книги. Потом возвращайся.

А когда отработаешь все это, и заметишь резкое изменение внимания девушек к тебе, к тому, что ты говоришь — можешь мысленно сказать мне «спасибо». Мне этого вполне достаточно.

Глава 15: Бредогенератор

Жужжавчик с Ничевосиком Потюпали за хрюквой,

Ухтышка прыжковато Поклякал подглазнуть,

Глазнеючи курнулся, Бульнулся, кутыльнулся,

Кульнулся, боконулся. И штырликом зактыак,

*Илья Воробьев. «Невозможная песенка».*

Сам по себе бредогенератор является естественным человеческим устройством. Он представляет собой развитый механизм ассоциативных переходов по аналогиям, и более ничего. Именно поэтому этот механизм надо тренировать очень долго (по моим меркам) — не менее 3 месяцев.

Свой бредогенератор, например, я развивал несколько лет, пока не научился выделять самое главное и важное. И эти этапы развития сего замечательного прибора в виде упражнений идут ниже. Самое главное — эти упражнения делать.

Самому, с друзьями, с телевизором и котом — не важно. Важно развивать себя.

Что такое бредогенератор? Это набор упражнений, которые полезны для нашего мозга и соблазнения в частности. Полезны чем? Тем, что мы начинаем хорошо, качественно и красиво говорить с барышнями. В общении с девушками бредогенератор проявляет себя как асфальтоукладочный каток без тормозов, который едет вниз с горы Арарат. С помощью бредогенератора ты сможешь разговаривать с любой девушкой на любые темы, особенно не задумываясь о связности и последовательности текста.

И важно эти упражнения делать, а не только прочитав о них. Знания о бредогенераторе не ведут к соблазнению, использование — ведет.

#### Упражнение 1: Лингвистические пирамиды

Для начала, расскажу, что же такое это есть — «лингвистические пирамиды». Начнем с того, что оглянемся по сторонам. Первое, на что упал мой взгляд — кружка. Сама по себе кружка является просто кружкой, ничем больше. Однако, кружку можно определить в более высокий класс — посуда. Таким образом, мы перешли на 1 класс наверх (обобщили кружку до посуды). С другой стороны, кружка бывает для кофе, чая, полулитровая, алюминиевая, фарфоровая (Разобщили кружку на различные подвиды кружек).

Это базовая модель лингвистических пирамид — все есть подвидом чего-то и состоит из чего-то. Кроме этого, в пределах одного класса есть аналогичные предметы. То есть, если мы обобщили кружку до посуды, то аналогиями будут тарелки, миски, стаканы и множество других вещей.

Таким образом, можно тренировать навыки обобщения, разобщения и перехода по аналогиям.

Упражнение делается так: Нужно два человека (ты и твой друг). Один из вас —ведущий, другой — ведомый. Ведомый называет любой предмет, на который падает взгляд. Ведущий начинает показывать, что с этим предметом делать — найти ему аналогию, обобщить до более высокого уровня, или разобщить до более низкого.

Чтобы делать это молча, очень хорошо подходит такая система знаков: большой палец вверх — обобщение, вниз — разобщения, вбок — аналогия. Делать упражнение с одним предметом около пяти минут, стараясь переходить между классами очень быстро, а не путешествовать только вверх-вниз по посуде. Потом вы меняетесь ролями.

Это упражнение еще не развивает бредогенератор. Это упражнение учит ваш мозг быстро находить аналогии, что будет дальше развиваться следующими упражнениями.

Упражнение 2: Чем ворон похож на стол

Это упражнение ведет свое начало от знаменитой загадки Льюиса Кэрролла. Она звучит так «Чем ворон похож на стол?». Сам он ответа на загадку так и не дал. И фанаты этого замечательного человека до сих пор находят новые решения, создавая сайты в сети и ищут новые решения. Вот так вот и рождаются упражнения по развитию бредогенератора.

**Цель упражнения:** научиться созданию аналогий по разным классам.

Само упражнение делается просто, прямо как детская игра. Нужно три человека (или один человек и две кучки бумажек). Один человек называет живое создание (ворон), другой человек называет неживой предмет (стол). Третий рассказывает, чем одно похоже на другое. (Ворон похож на стол тем, что такой же черный, может складываться, как крылья и ящички). После того, как названо сходство, участники меняются ролями. Упражнение делается по 20-30 раз за один день.

Второй, более продвинутый вариант. Один участник называет эмоцию или состояние, другой человек называет первый попавшийся ему на глаза предмет, третий говорит, что у них общего.

После нескольких повторений этого упражнения ты сможешь легко говорить, что общего у души и танка. Это же элементарно: «Вертолеты — это души погибших танков!». Потом переходи к следующему упражнению.

### Упражнение 3: Продвинутое связывание

Само по себе это упражнение очень похоже на предыдущее. За одним исключением — если в прошлом упражнении ты выстраивал одну цепочку аналогий между двумя, на первый взгляд, никак не связанными вещами, то в этом упражнении ты научишься выстраивать множественные аналогии. В этом и состоит цель упражнения — умение создавать множественные связи между двумя предметами.

Как делается упражнение. Опять желательно три человека в числе участников. Один человек называет любой предмет, который приходит ему в голову, другой назовет любой предмет, на который падает его взгляд. Третий человек говорит, чем одно похоже на другое. Вроде бы все то же самое, что и в прошлый раз? Конечно же, нет. После того, как третий участник создал одну аналогию, остальные участники начинают спрашивать, чем часть предмета (или его функция) похожа на то, что есть в другом предмете и как это связано.

Пример:

- *Чем ноутбук похож на кресло?*
- *Оба позволяют удобно находиться в реальности, дополняя существование колен с разных точек зрения.*
- *Ага. А вот у ноутбука аккумулятор есть, а у кресла это что?*
- *А у кресла эта такая пружина внизу. Батарейка — источник энергии, а пружина в кресле позволяет качаться в нем. То есть дает выработку кинетической энергии.*

Это упражнение желательно делать раза 2-3 в неделю минут по 15-20. Пока ты легко не сможешь объяснить девушке, почему автобус и презерватив представляют собой две стороны одной вселенской медали.

Упражнение 4: О чём вижу, о том и пою

**Цель упражнения:** Развитие легкости и ассоциативности в речи.

Упражнение делается в парах. Один человек показывает на любой предмет, который находится в поле зрения. Задача второго — не менее 5 минут рассказывать про этот предмет, его историю, функции и причины его появления на свет. Так же можно затронуть вопрос его жизненной необходимости для сохранения мира во всем мире.

Критерием успешного овладения этим навыком будет получасовой рассказ о предметах в отдельно взятом ночном клубе, где ты оказался первый раз в жизни.

Упражнение 5: Поток сознания

**Цель упражнения:** умение начинать разговор с любого места на любую тему.

Как упражнение выполняется: нужен только ты и зеркало. Обоих ингредиентов ровно по 1 экземпляру. Потом ты помещаешь себя перед зеркалом и начинаешь думать. Спустя 3 секунды начинаешь озвучивать ВСЕ, что ты думаешь, то есть думать вслух. Спустя 10 минут подобного монолога просто замечай, как это легко и естественно получается.

Это упражнение стоит делать раза 2-3 в неделю минут по 10. Через пару месяцев твой ясный разум затопит берега любого девичьего сознания.

Упражнение 6: Продолжить тему

**Цель:** Развитие навыка общения на произвольную тему.

Выполнение (1 вариант): выбираются несколько человек, обычно шесть. Пять — участники и один ведущий. Первый участник начинает рассказ (монолог) на любую тему, по сигналу ведущего рассказ продолжает другой участник, которого выбрал ведущий. После пяти минут ведущим становится следующий член группы.

После хорошей отработки этого упражнения становится легко разговаривать и поддерживать беседу.

Выполнение (2 вариант): В отличие от предыдущего варианта, тут ты сможешь тренироваться один. Включи телевизор или радио, на любой канал или станцию. Пару минут послушай ведущего, потом выключай и продолжай рассказ, пока не выдохнешься. Потом снова включай и продолжай. Выполнять раз в день по 20 минут, на протяжении месяца.

## Упражнение 7: Оранжевое настроение

**Цель упражнения:** развитие «альтернативного» взгляда на вещи, умение обсуждать происходящее «под другим углом зрения». В принципе, эти навыки и определяют успешный бредогенератор — умение говорить о привычных вещах непривычным образом.

Выполнение упражнения: нужно два человека. Первый человек называет любое существительное, второй называет к этому существительному пять прилагательных, которые к нему могут подойти, но находятся на грани фола. Фактически, наделяет предмет новыми характеристиками.

Примеры:

- Оранжевое настроение.
- Веселое дерево.
- Мужественный кофе
- Печальная ручка.
- Авторитетный коврик.
- Громкая книга.
- Депрессивный принтер.

Выполнять по 20-30 раз в день на протяжении месяца.

## Упражнение 8: Решение проблемы

**Цель:** Развитие начального бредогенератора.

Выполнение: Лучше всего выполнять вдвоём. Ведущий рассказывает максимально подробно о какой-нибудь затруднительной ситуации в своей жизни, решить которую ему на данный момент сложно. Ведомый начинает подсказывать варианты развития событий и решения поставленной задачи. В это время ведомый молчит, это очень важно. Если бы это было всё, то было бы скучно. Так вот...

В первый раз для решения проблемы надо воспользоваться абсолютно нереальным предметом или созданием, желательно из другой галактики. Во второй раз, этот предмет должен помочь с помощью физически невыполнимых действий и неосуществимым способом.

В третий раз к первым двум случаям добавляются описание действий на несуществующем языке. Желательно, чтобы названия этих

действий имели вполне понятное звучание, но не имели смысла. Помните, как у Маршака: Варкалось, хливкие шорьки мырялись по наве.

Критерием развитого бредогенератора будет истеричный смех человека, который это слушает.

#### Упражнение 9: Альтернативные реальности (базовые)

И тут мы подходим к построению продвинутого бредогенератора, и уже в этом упражнении мы научимся генерировать настоящий бред эталонного качества. Чтобы это упражнение состоялось, потребуется допустить только одну мысль — мы сейчас находимся в альтернативной реальности, которая неуловимым образом похожа на нашу, за одним исключением. Эта реальность состоит не из атомов и молекул, а лампочек. Самых разнообразных лампочек. И всё, что мы видим, сделано из лампочек, продуктов их переработки, в специальных лампочкообрабатывающих мастерских и лампочкоперегонных заводах.

И сейчас наступает упражнение. Для этого тебе потребуется друг, к сожалению, они иногда нужны. Твой друг закрывает глаза, и ты начинаешь его водить по комнате, при этом, подводя его руку к любому предмету, и объясняешь, каким образом он состоит из лампочек. Потом дальше. И так — 10 минут. Потом вы меняетесь ролями. Результатом упражнения будет являться переход в альтернативную реальность. Разумеется, что кроме лампочек, это может быть абсолютно любая Альтернативная Реальность, состоящая из чего угодно. Хоть из телепузиков и мобильных плакатов.

Еще раз: твоя задача состоит в ясном и логическом связывании того, что человек ощущает, с тем, что ты придумал. Вроде бы всё просто, а вроде бы и нет. Пробуй. Я помню, когда я первый раз сам для себя делал это упражнение, я выбрал Реальность Пупырышков. И подвел человека к стене, и сказал «Это пупырышек. Просто он настолько большой, что радиус кривизны просто так не измерить». Тут такое началось, словами не передать. Продолжили мы минут только через 10 – и я думаю, что это упражнение доставит вам столько же радости, сколько мне в свое время. В общем, это упражнение нужно проделать раз 5-6 для закрепления навыка и переходить к следующему.

## Упражнение 10: Конструирование альтернативных реальностей

Это упражнение служит вторичным навыком, дополняющим основной бредогенератор. То есть это упражнение направлено, в первую очередь, на закрепление навыков, развитых многочасовыми потными тренировками (или секундным чтением этой главы по диагонали). Для этого упражнения тебе потребуется первоначальное состояние Альтернативной Реальности, как, например, после выполнения предыдущего упражнения. И больше ничего. То есть требуется, настоятельно требуется немного измененное состояние сознания.

Выполнение: тебе потребуется только твоя рука. Этой рукой надо касаться любого предмета, перенося его в свою реальность. То есть, если у тебя реальность лампочек, то после того, как ты прикоснешься к любому дереву в своем дворе, тебе нужно будет заметить, как все в этом дереве начинает состоять из лампочек — ветки, листья, кора, корни. После того, как процесс завершится, переходи к другому предмету. Это упражнение делается молча, в одиночестве и минут пятнадцать, не меньше. Двух-трех раз на выполнение будет вполне достаточно, и ты почти разовьешь в себе бредогенератор киловатта так на три с полтиной. Завершить этот процесс можно будет с помощью следующего упражнения.

## Упражнение 11: Альтернативные реальности (продвинутые)

После того, как ты научился в альтернативные реальности входить и их конструировать, для полного счастья тебе нужно только одно. Сделать так, чтобы в этой альтернативной реальности появилась хотя бы одна девушка. Вроде бы мелочь какая, мелюзга пузатая, а приятно. В конце концов, не мастурбировать же в этой реальности в гордом одиночестве?

**Цель упражнения:** создание кокона общения с девушкой, наведение разговорного транса, умение связно и конгруэнтно убеждать в своей точке зрения, свободно протраивать ассоциативные цепочки в разговоре.

Ужас какой. Это я про цели. Теперь про выполнение: твоя задача — опять войти в свою альтернативную реальность. После этого, ты

находишь на улице девушку и рассказываешь ей про свой мир, аргументировано описывая любой предмет как состоящий из левых поворотов. Критерием правильного выполнения и работающего бредогенератора будет активное участие девушки в описании мира, то есть она включится в эту игру — начнет спрашивать подробности, подсказывать ответы.

Меры предосторожности: Разумеется, что вот просто так с горящими глазами подбегать к девушке и впаривать ей вселенную телепузиков не стоит. Это я так, на всякий случай сказал. Имея в виду, что сначала стоит подойти и познакомиться. Если во время общения у тебя возникнут затруднения, можно потренироваться с тем же самым многострадальным другом. После этого — вперед, в пампасы, то есть за девушками. А потом — читать следующие разделы этой книги.

#### Упражнение 12: Конструирование хокку

И сейчас мы начнем сделаем завершающее упражнение. Что такое хокку? Это нерифмованные японские трехстишия. Они пишутся по простому закону: в первой строчке пять слогов (не слов), во второй — семь, потом снова пять. Причем первые две строчки описательные, третья является выводом.

И что? А то, что конструирование хокку просто разгоняет скорость работы мозга до нечеловеческих скоростей. Требуется постоянно искать синонимы, подбирать слова по смыслу, постоянно обращаться к памяти и работать со своим словарным запасом, вспоминая те слова, о которых даже забыл то, что ты о них забыл.

Вот пример простого хокку из классиков (автор — поэт Рекан)

Ветер приносит столько опавших листьев, что можно развести огонь

Минус в том, что сложно перевести хокку с японского, попадая в слога, поэтому сейчас за всех японцев придется отдуваться мне. Вот примеры хокку, которые построены по правилам:

Горы за окном солнца лучами залиты, хочу кататься.

Свечи погасли, девушка спит на спине, вечер закончен.

Твоя задача — написать минимум пятьдесят хокку на вольные темы. Для примера, хокку очень хороши пишутся на тему секса, женщин, друзей и тусовок. В принципе, иногда, для веселья, некоторые правила можно и не соблюдать. Чтобы получалось так:

Пьяная гейша, лежит возле статуи Будды. Монах проходил, не сдержался.

Упражнение: Альтернативное описание действительности

Давай с тобой займемся еще одним упражнением, главная цель которого — развитие ассоциативного мышления и речевых метафор. Другими словами, это базовые навыки того, как красиво и поэтически говорить.

Кроме этого, с помощью этого упражнения можно обновить и восстановить свой словарный запас, немного улучшить работу памяти и даже свое настроение. Выполнение:

1. Берем любой процесс, который может произойти с человеком.
2. Пишем к этому процессу синонимы — минимум пять штук.
3. Пишем к этому процессу иносказания (метафоры) — тоже не меньше пяти.

Пример:

А) Берем в качестве процесса «похороны», например. Тоже действие, если подумать.

Б) Давай подумаем, какие могут быть синонимы?

1. Погребение.
2. Ритуал отпевания.
3. Захоронение.
4. Кремация.
5. Сожжение.

В) Давай теперь посмотрим на иносказательные написания:

1. Заготовка консервов для судного дня.
2. Звукоизоляция на длительный срок.
3. Личный вклад в экологию.
4. Обеспечение временной занятости группы лиц.
5. Уехал на подземную дачу.

Теперь осталось сделать это упражнение не меньше тридцати-сорока раз, взяв в качестве основы простые повседневные действия. Такие, как, например: стирка, вынос мусора, стрижка овец, катание асфальта, туалетная задумчивость и так далее.

Упражнение: Другие варианты сокращений

Еще одно упражнение на развитие и окончательное закрепление навыка бредогенератора. Оно контрольное, и завершающее в нашем цикле упражнений, при этом его цель — ещё раз развить у тебя навыки ассоциативных связей, креативного мышления, и интегрировать все вместе и сразу.

Цель понятна, теперь о выполнении.

**Шаг первый:** берем любую аббревиатуру, которая может тебе быть известна.

**Шаг второй:** придумываем расшифровку этого сокращения, максимально непохожую по смыслу на оригинал.

Примеры:

БДСМ — База Данных Системной Модуляции.

ЛСД — Лица. Страдавшие депрессией.

ГИБДД — Государство и борцы дачного действия.

СПТ — Союз Правильных Товарищей.

ВМФ — Вечер Мокрых Фантазий.

Продолжай до наступления просветления. Обычно хватает для разгона работы можно на новый уровень приблизительно после двухсот или трехсот расшифровок. Оба написанных выше упражнения можно делать в формате интересной игры например, на вечеринке или тусовке товарищей. И таким образом сделать проведение вечера чуть более интересным, да и еще одна игра с девочками появляется в твоём арсенале, что тоже круто полезно.

Выводы

Умение пользоваться своим главным оружием в соблазнении, то есть мозгом, очень важно для нас. Эти техники тренируют мозг работать креативно, быстро, интересно и каждый день. Попутно мы учимся не только красиво, эмоционально и долго говорить, что полезно. Так же

после отработки упражнений обычно улучшается чувство юмора, и ты становишься человеком, который за словом в карман не лезет. Что в целом по жизни тоже полезно.

Так что от этих упражнений одна сплошная польза, вот.

Выводы части

— У меня сегодня свидание,

— С резиновой куклой?

— Нет, с настоящей девушкой,

—А... Ты поссорился с куклой?

*«Конец света» (фильм).*

Я думаю, что вопросы о первом свидании мы закрыли. Понятно где его проводить, понятно как, понятно, что говорить, понятно, когда уходить. Есть даже описанная стратегия телефонных переговоров.

Я просто дополню — главное, что надо делать и понимать на первом свидании, так это то, что девочку надо не спугнуть. Ты уже все сделал правильно, она уже пришла на свидание, она уже сейчас с тобой говорит. Не нужно слишком сильно форсировать события — иначе девушку ты больше не увидишь.

Считай, что лучшее описание первого свидания — это разговор на кухне за чашкой чая с лучшей подругой твоей мамы. Все просто, хорошо, чинно и благородно, но при этом ты можешь быть милым, веселым, хорошим собеседником, бряцать харизмой и вообще оставить о себе крайне приятное впечатление. И сделай это.

Глава 16: О подготовке второго свидания.

Готовясь к этапу второго свидания, снова напоминаю тебе структуру соблазнения.

Во-первых, стоит быть готовым к тому, что барышня на этап второго свидания не перейдет, и ты снова проведешь с ней первое свидание, хотя и вторую встречу. В чем разница? Разница в том, чем вы будете заниматься. На первом свидании мы устраиваем смотрины, то есть мы говорим и смотрим, второе свидание — гораздо более трогательное, то есть мы трогаем.

Другими словами, вспоминая нашу вступительную теорию и круги доступа к женщине, мы переходим на этап позиционирования себя как потенциального любовника, и с помощью решительного натиска и атак с флангов стараемся прорваться на этап действующего любовника. И когда это получается, мы сразу переходим на третий этап соблазнения, а иногда для этого потребуется еще одна встреча.

Теперь давай перейдем к конкретике.

Место

В отличие от первой встречи, на втором этапе следует уделить повышенное внимание месту встречи. Какие требования? Очень просто. Место должно быть тихим, со спокойной расслабляющей музыкой. Размер самого кафе роли не играет — хотя предпочтительнее небольшие, камерные заведения.

В этом месте должны быть понимающие официанты или официантки в теме, которые во время ваших поцелуев не будут бегать вокруг вас с воплями: «Что-то ещё будете заказывать?». С одной стороны, для этого есть места подороже, где обслуживающий персонал прошел специальную дрессуру, в местах более демократичных можно подружиться с официантом и сделать ему предложение, от которого он вряд ли откажется. Например, такое: «Дружище, я тут с барышней на свидании, ты там в стороне постой, чаевые будут в любом случае хорошие».

Крайне желательно, чтобы в этом месте было лежбище — то есть лежащие места. Они способствуют расслаблению общему, да и простор для рук лежащая поза оставляет большой. К тому же лежбища обычно бывают с подушками, что само по себе удобно.

Желательно, чтобы в этом месте была не совсем привычная для девушки атмосфера — например, проводились чайные церемонии или устраивали хоровые чтения в дальнем углу зала, спокойно декламируя Петрарку на языке оригинала.

Вопросы цены и удаленности от твоей квартиры я специально не затрагиваю, оставляя их на твое усмотрение.

Так что давай подведем итоги по критериям. Пивные вряд ли подходят, стадионы во время игр в регби тоже не очень, концерты металлистов идут в том же направлении. А вот, например, клубы чайной культуры или хорошие кальянные заточены под второй этап соблазнения очень хорошо.

В чем плюсы чайных клубов? Они предназначены для того, чтобы пить чай. Еду там обычно не подают, народ пьет чай, медитирует, предается откровениям и беседам. Дополнительный плюс — поход в чайный клуб обычно сопоставим по ценам с походом в обычное кафе.

В чем плюсы кальянных? Курение кальяна, особенно поначалу, вызывает множество эмоций, схожих с легким опьянением и эйфорией. Кальян в целом расслабляет, и сама атмосфера кальянных домов не предполагает движухи и танцев — народ лежит на подушках и предается утомительной неге расслабления. Плюс кальян курится по паре часов, что не предполагает суеты.

Кальянные и чайные дома есть в любом крупном городе, главное поискать. То, что мне вспоминается из моего опыта езды по городам и сразу приходит в голову Москва:

— Клуб «Кетамо» — не совсем чайная, не совсем кальянная. Но круглосуточное заведение с лежбищами и полумраком. Официанты ходят с фонариками, на массаж женской груди смотрят понимающе. Не самое дешевое место, сначала сходи на разведку.

— Сеть «Чайхона номер 1» — летом особенно хороши открытые веранды. Хороший кальян, мягкие места, <http://chaihona.com>

— Чайный дом «Железный феникс» на Лубянке — чайные церемонии по классике. Если хочешь провести время долго — заказывай церемонию под название Лу Юй. Это когда варят чай в твоём присутствии.

Питер:

— Чайный дом на Рубинштейна. Очень маленькое, но крайне уютное место. Столиков на восемь, кажется. Кальянщик Дима делает обалденные кальяны. Хороший выбор чая, в углу есть лежбище за

занавеской. Заказывай столик по телефону, место популярное, <http://chayniydom.ru>

Красноярск

— Шанти Бар, кальянная — чайная, на улице Диктатуры Пролетариата. Тихо, спокойно, вегетарианская кухня. На полках стоят книги для чтения разных духовных учителей, читать не надо. Есть подушки и отдельные залы.

И сразу прекращаю, чтобы это не стало справочником по местам моей боевой славы — с тренингами я объездил весь бывший СССР и немного больше. А то будут в итоге описания отличных кальянных и чайных мест на Нибелунгеналлее, дом 3, в славном городе Франкфурт-на-Майне (кстати, неплохое место с классическим турецким колоритом, кальяны в разумную цену, диванчики и все такое).

Запасные позиции

Главное, самое главное, главнее некуда на втором свидании — это быть готовым к тому, что девушка тебя «внезапно» захочет и будет иметь желание секса с тобой здесь и сейчас, или в другом месте на полчаса позже.

Что будет, если девушка захочет секса с тобой, а ты не сможешь пойти ей навстречу? Ну давай подумаем — а что бывает с парнями, которые возбуждены, и не получили своего? Вечерний звон баллонов, накачанных под давлением до боли, и все мысли уходят в то, что не так уж это и приятно... У девушек все то же самое — возбуждение без реализации приводит к дискомфортным состояниям.

Которые тоже, по странному стечению обстоятельств, будут связываться с тобой. И с очень большой степенью вероятности барышня уйдет в несознанку, то есть пропадет из твоей реальности. Знаешь почему? Потому что ты ее возбудил, а секс она в итоге будет иметь не с тобой. Помнишь о том, что барышни всегда имеют несколько контактов на всякий случай? Напротив твоего имени поставят «тормоз».

Что же делать? Всегда иметь подготовленное место, куда можно позвать девушку, чистое, ухоженное, свободное от посторонних людей, запахов, соседей, проверки паспорта и прочего геморроя при

посещении. Если что, маленькая тонкость: второй раз на секс девушка согласная при менее идеальных условиях, чем на первый, но в первый раз все должно быть идеально. Настолько, что даже ехать в это место лучше на такси, а не три часа ждать автобуса — за это время можно передумать не только в гости ехать, но и пересмотреть таблицу логарифмов и найти десяток ошибок.

#### Тактика проведения свидания

Как же нам свидание проводить, чтобы все было правильно? По большому счету, всё достаточно просто, давай рассмотрим относительные шаги по очереди. С краткими комментариями.

1. Нужно по телефону назначить встречу. Когда? Дня через два — три после первого свидания, а не через год и не через час. Оптимальное время между встречами — три-четыре дня, в зависимости от обстоятельств и заинтересованности девушек можно торговаться.

Например, если барышня сама тебе звонит через сутки и настаивает на встрече — можно и нужно соглашаться.

2. Начинаем встречу с повторения предыдущих тем. То есть с разговоров, комплиментов, снова устанавливаем раппорт, начинаем быть очень милыми и хорошими парнями. Это помогает девушкам вспомнить, что первый этап вы уже прошли. Единственное, что застревать на нем не стоит. Поэтому на разговоры отводим не больше получаса времени.

3. А тут начинается самое важное — сводим разговоры к темам о сексе. Можно поговорить о самых волнительных переживаниях, рассказать пару сальных историй, и продолжать развивать тему, внимательно наблюдая реакцию девушки. Если мы видим, что тема принимается благосклонно — продолжаем и включаем руки, если реакция пока не очень — немного сбавим обороты и перейдем временно на шаг два.

4. Начинаем трогать девушку, внимательно следя не только за реакцией, но и за тем, чтобы продолжать говорить. Нет ничего хуже, чем парень, который заткнулся, и начал тянуть руки к барышне с идиотской улыбкой и капелькой слюны, стекающей из уголка рта, оттененной

спермотоксикозом в глазах. Разговаривать — это важно, особенно когда начинаешь трогать.

5. Постепенно беседа становится уже игрой в «прожималки» — мы ведем последовательный штурм крепости, взламывая фортификационные крючки на бюстгальтере и проводя исследования пещер и холмов, окружающих местность. Наша задача — постепенно перейти к поцелуям, потом к петтингу, потом к сексу.

6. Как понять, что пора останавливаться? В одной ранней версии книги я написал фразу «калибруя конгруэнтный отказ», потом повзрослел и рекомендую тебе следующий критерий остановки: девушка тебе сказала «нет» ровно три раза. Если отказов было два, можно продолжать, и третьего уже может и не быть, а если их было три — уже пора останавливаться. Для тех, кто внимательно прочитает дальнейшие главы, скажу, что три отказа может быть на каждом уровне кинестетики. То есть, два отказа на социальных прикосновениях, два на интимных, и все — ты в дамках, так и не услышав в третий раз: «Ну перестань, прошу тебя».

Таким образом, получается, что выходов из второго свидания два — либо ты молодец и переходишь на бонусный третий уровень, либо достойно завершаешь второй этап на заранее определенной ролями игры моменте. В худшем случае второго этапа соблазнения не будет, и ты проведешь ещё одно первое свидание, ну тут надо быть к этому готовым.

По времени рассчитывай, что второе свидание будет занимать у тебя от двух до пяти часов, зависит от множества факторов. Угадать тут нельзя, но вот приходить за полчаса до закрытия кафе с лежбищами уж точно не стоит.

#### Техники

Какие техники тут являются основными и главными? В первую очередь, конечно, раппорт — без него всё ещё никуда. Потом нам нужно продолжать с барышней говорить.

Потом начать трогать, и трогать правильно — про это уже идет глава в этой части книги.

Если вдруг второй этап затянулся, можно поиграть в «ближе-дальше», или устроить девушке крышеснос — все тоже в этом разделе. И совсем если не понимаешь, что делать, есть уникальная техника получения обратной связи, которая поможет тебе обратить внимание на кучу мелочей, причем с точки зрения девушки.

Ну и напоследок — совершенно чумовая техника кокона, которая ускоряет проведение соблазнения в несколько раз, заодно делая этот процесс просто совершенно потрясающим по эмоциональному накалу.

Ну что же, пора переходить к главам, правда?

Глава 17: Как важно и нужно трогать девушку.

Не бойтесь расставаний. Прощаться необходимо, чтобы можно было встретиться снова.

Пройдет время, и новая встреча состоится обязательно, если вы — друзья.

*Ричард Бах.*

Наша обыденная жизнь наполнена повседневными делами. Надоевший режим, стандартные занятия и позы, привычная обстановка, приевшееся окружение и роли в общении формируют восприятие мира, настраивая работу мозга на определённый (часто — не самый успешный) лад. Эффективность общения, возможность жить яркой и полноценной жизнью, решать самые сложные задачи, напрямую зависят от способности мозга задействовать свои резервы, функционируя в самых неожиданных режимах. Дополнительные ресурсы психики, гибкость и продуктивность работы мозга нужны в соблазнении, бизнесе, карьере и спорте. И эти ресурсы есть у каждого — но у многих они блокированы ленью, отсутствием практики, воспитанием и ограничивающими убеждениями, травмами и негативным опытом.

Возможности тела и души человека, который ежедневно воспринимает одно и то же, выполняя сходные, часто надоевшие действия по однообразным алгоритмам, невелики. Ведь привычный набор телодвижений, слов и мыслей-стереотипов ограничивает творческие возможности, формируя очень небольшое число «закостеневших» связей между нервными клетками мозга.

А ведь для успешного общения и соблазнения часто необходимо проявлять гибкость и неординарность во взаимодействии с партнёром — хотя бы для того, что бы обойти чужие стереотипы восприятия, почувствовать её истинное «Я», выделиться из толпы серой посредственности. Тут набором стандартных жестов и фраз не обойтись.

Для того, что бы «включить» скрытые резервы человеческой психики используются различные способы и приёмы — спорт и путешествия, психоделические средства и эзотерические практики, специальные приборы и необычная обстановка. Эти методы позволяют задействовать те мышцы и нервы, структуры мозга и уровни подсознания, которые в обычных условиях не используются, подавлены.

Одна из мощных техник влияния на человека — кинестетическое взаимодействие. Кинестетическое воздействие (воздействие непосредственным прикосновением к телу) самая древняя (но очень заторможенная у современного человека) форма общения. Телесные ощущения появляются уже у самых примитивных моллюсков и червей — в ходе эволюции они возникли гораздо раньше зрения и слуха. А значит, ощущения, которые испытывает тело, воспринимаются гораздо более древними — следовательно, гораздо более мощными уровнями психики.

Прикасаясь к телу партнёра, мы задействуем древнейшие, сформированные сотни миллионов лет назад инстинкты и программы соперничества и поддержки, страха и подчинения, доверия и взаимного притяжения. Телесные ощущения всегда тесно связаны с эмоциями и настроением человека, зрительные и слуховые сигналы хорошо контролируются сознанием, но тело не лжёт. Мы можем обманывать себя и партнёра красивыми и умными словами, сформировать привлекательную внешность и имидж, представить яркий зрительный образ, однако создать фальшивое ощущение очень сложно.

Точно так же сложно создать как сознательную, так и подсознательную защиту от эмоциональных последствий прикосновения. Можно засомневаться в правдивости слов и искренности голоса, сформировать мощный барьер от интеллектуальных манипуляций, но

чуткое, умелое прикосновение легко разрушает все осмысленные защиты, надуманные убеждения и социальные роли.

Городская цивилизация с её сидячим образом жизни и множеством социальных условностей тормозит двигательную активность. Официальные и неписанные нормы приличия ограничивают возможности телесного контакта с другим человеком. А это значит — практически любое нестандартное прикосновение для человека нашей культуры — это уже мощный разрыв привычного шаблона восприятия.

Таким образом, телесное воздействие на другого человека может запустить глубокие и очень древние механизмы взаимопонимания, сильно влияет на эмоции, позволяет «обойти» защиту подсознания даже самой вредной партнёрши, и, конечно же, — мощный и абсолютно бесплатный «крышеснос», дающий ключ к очень интересным и полезным состояниям. Только вот беда — мы живём в культуре, которая по многим историческим причинам нежелательно относится к большинству телесных контактов — особенно между мужчиной и женщиной. «Табу» и запреты на прикосновения лежат так глубоко в подсознании, что многие даже не задумываются об их существовании. Поэтому нежно почёсывать или грубо обнимать понравившуюся девушку или уставшего товарища нежелательно — могут очень неправильно понять. Однако есть несколько доступных, и даже официально поощряемых обществом видов телесного контакта, в том числе — между малознакомыми людьми.

Для женщины, как очень эмоционального по своей природе существа, прикосновения являются не только понятным, но и привычным образом общения с людьми. Понаблюдай за близкими подругами — они не только разговаривают друг с другом, но еще и постоянно трогают, прикасаются, обмениваются информацией в том числе и на кинестетическом уровне. Так что запомни как Библию, как Коран. Тору, и Бхагавад-Гиту в одном предложении:

**Для женщины прикосновение к ней является признаком повышенного расположения собеседника.** Верное так же обратное — женщина никогда не будет прикасаться к человеку, к которому не испытывает симпатии.

Таким образом, женщина с помощью прикосновений делает сам процесс общения более близким, интимным, располагающим и доверительным. И если мы хотим, чтобы наш разговор с девушкой был именно таким, трогать её не только надо, но и обязательно. Для начала, существует главное правило в области кинестетики, которое звучит просто и со вкусом:

**Чем раньше ты начнешь трогать девушку, тем лучше для соблазнения.**

В идеале, знакомство должно начинаться одновременно с прикосновением. Как? Просто. Воспользуйся одним культуральным шаблоном. Протяни ей руку, точно так же, как если бы ты знакомился с мужчиной, и назови свое имя. С очень большой вероятностью, ваше знакомство начнется с рукопожатия. По опыту, критичное время для начала прикосновений составляет пять минут, комфортный период составляет минуту.

За эту минуту своими прикосновениями ты сразу и определенно даешь понять бессознательному девушки, что она тебе нравится. И, наблюдая за её естественной телесной реакцией, сразу сможешь получить ответ, как она к тебе относится. Если после твоих прикосновений начнут появляться признаки симпатии — всё идет хорошо, а если после них она отпрыгивает на метр — пора начать думать, что пока ваше общение идет в формате достаточно напряженном.

И теперь пришло время рассказать тебе о последовательности прикосновений и «видах» этого интересного занятия. Это действительно просто, хотя описать прикосновения без картинок — это самое сложное, что мне приходилось когда-либо делать в моей жизни.

Зоны доступа к телу

Наступил новый медицинский кризис. Доктора сообщают, что у многих мужчин аллергическая реакция на латексные презервативы,

которые вызывают у них опухание пениса. Я не понял, в чём проблема?

*Дастин Хоффман.*

У обычного человека глубоко в подкорке мозга существует понятие зон доступа к телу. Например, к совершенно незнакомому человеку мы обниматься не лезем, сохраняя дистанцию общения, а со своей любимой девочкой спим, плотно обнявшись.

У девочек зоны доступа к телу условно можно разделить на несколько этапов, и во время соблазнения наша задача будет очень простая — постепенно проходить из одной зоны доступа к другой, пока, наконец, у нас не будут абсолютные права на прикосновения, секс и нам можно будет всё. Давай эти зоны доступа для начала рассмотрим:

1. **Социальная.** Зона доступа к телу, в которой доступ даётся всем, хоть иногда и скрепя зубами. Это ладони, руки, иногда плечи. Прикосновения допустимы для всех людей, например в общественном транспорте. Это не значит, что это можно делать, это значит, что это нормально переносят.

2. **Обычная.** Зона доступа для знакомых людей. Полностью руки, верхняя часть спины, колени. Например, по коленке можно похлопать, чтобы привлечь внимание в разговоре или по плечу в виде дружеского жеста.

3. **Дружеская.** Зона доступа для очень близких друзей или людей с претензиями на любовников. Промежуточная стадия от знакомства до секса. В эту зону входят вся спина, живот, лицо, внешняя сторона бедра, волосы. Можно смело переходить к поцелуям.

4. **Зона сексуальных игр.** Грудь, попа, внутренняя сторона бедер. Обычно вместе с поцелуями можно активно трогать девочку за попку, усиливая эффект от совместных действий.

5. **Верхний петтинг.** То есть, трогаем обнаженную грудь, водим пальцами по трусикам, целуемся, барышне позволяем тоже трогать нас в районе члена.

6. **Тест на мокрые пальцы** — непосредственный петтинг. Твои пальцы у нее во влагалище, делаем разные возбуждающие движения. По большому счету, это прямое согласие на секс со стороны девушки.

7. **Интимная.** Секс в разных видах и формах, ограничений, по большому счету, уже нет, разве что индивидуальные. То есть барышне что-то конкретно может не нравиться, и она тебе про это скажет. Обычно это не только тебе нельзя, это нельзя вообще. Типичный пример — анальный секс.

Так что второе свидание будет состоять именно в плавном переходе с уровня на уровень, словно бы поднимаясь по ступенькам лестницы в небо.

Теперь немного о фишках. Что делать, если ты немного ускорился, перейдя к прикосновениям до груди, например, и замечаешь легкое напряжение у девочки? Ответ очень простой — при начале сопротивления или негативной реакции, делай откат на предыдущий уровень и усиливай на нем воздействие, давая больше прикосновений и эмоций. Так же важно подумать над состоянием раппорта и посмотреть — не забыли ли ты, случаем, говорить комплименты, хвалить за ее поведение?

Еще одна интересная фишка заключается в «сохранении игры» - прямо как в компьютерных играх. Если у тебя уже был доступ на один из уровней, он сохраняется для тебя до следующего свидания, а то и на несколько. То есть если ты закончил второе свидание на поцелуях и петтинге, то в следующий раз ты очень быстро окажешься снова на этом уровне. Главное, помнить, что резкость тут не нужна — плавно напони девочки, что ты имеешь этот уровень доступа, то есть повтори пройденное, только гораздо быстрее — снова прикосновения социальные, дружеские и так далее.

О'кей, с уровнями доступа разобрались. У нас есть стратегия того, как делать прикосновения, как проводить второй этап соблазнения. Осталось перейти к тактике, то есть рассказать, как именно трогать, какие есть хитрые приемы, что ведет к успеху в процессе соблазнения. Про это немного ниже.

Тест на кинестетическом уровне, или К-Тест

Журналы для мужчин не дают много советов по части секса,

так как мужчины думают: "Я и так знаю, что делать. Просто дайте мне голую бабу!"

*Джерри Сайнфельд.*

Вот представь себе, что ты уехал далеко от своего дома, скажем, километров за двести. Достаточно жарко, и тут перед тобой отличный повод искупаться. Скажем, река. Ты как войдешь в воду? С разбегу, не зная вообще, что это за река, теплая ли вода? Или сначала просто потрогаешь воду, и если она теплая, побежишь купаться?

Для нас свойственно сначала попробовать, оценить, что и как, и только потом действовать. И я знаю много парней, которые начинают действовать в соблазнении, не проведя разведывательные действия.

Реакция на прикосновения у человека всегда идет на глубинном уровне, и обмануть в этом случае очень сложно. Девушки из вежливости могут с нами говорить, улыбаться, быть очень милыми, но из вежливости позволять себя трогать они не будут. Реакция тела всегда естественна, и подделать ее невозможно.

К-Тест всегда показывает отношение девушки к нам, но важный момент — это отношение в моменте. Простой пример: если ты поссорился со своей любимой девочкой, бывает, что на твои прикосновения реакция негативная. Даже если вы пару лет уже живете вместе. Это стоит учитывать, и понимать.

Как делать этот тест? Нужно на секунду-другую прикоснуться к девочке во время разговора. Важно! Прикасаться нужно в социально-допустимой зоне, в которой прикосновения частые и массовые в обычной жизни. Например, во время общения взять ее за плечо и показать что-то за горизонтом. Я думаю, не нужно пояснять, что прикосновение к груди через минуту после начала первого в вашей жизни разговора всегда будет вызывать негативную реакцию?

После прикосновения реакция может наступить в течение пары минут, это нормально. Телу надо дать прочувствовать момент, и это не значит, что мы будем все это время девушку держать и ждать реакции. После этого мы включаем главное оружие соблазнителя — мозг, и направляем его на оценку действий барышни.

На что смотреть? В части книги, которая посвящена подготовительному этапу соблазнения, я писал про признаки интереса у девушек. Так вот, если после прикосновения эти признаки интереса усилились, появились или их стало больше — ты все сделал правильно, общение с девочкой идет в нужном направлении, на глубоком уровне она показала тебе свою искреннюю симпатию.

Что делать, если ты признаков симпатии не заметил? Самый простой ответ — если ты не заметил появления признаков интереса, то, скорее всего, барышня занимает выжидательную позицию, стоит включить обаяние на сто пятьдесят процентов, и через несколько минут повторить тест.

Если реакция негативная, то есть признаки симпатии уменьшились, или стали обратными, у нас есть ещё один шанс. Другими словами, если барышня от нас отодвигается, увеличивает дистанцию, улыбка исчезает — надо срочно начинать её выводить на позитив. И повторить тест еще через несколько минут, чтобы убедиться в верности твоих действий.

И что у нас получается? К-Тест просто отлично подходит для ускорения времени на этапе взятия телефона. Каким образом? Все просто. Алгоритм выглядит таким образом:

1. Открываем разговор.
2. Общаемся несколько минут.
3. К-Тест.
4. Реакция положительная? Берем номер телефона и договариваемся о встрече в будущем.
5. Реакция негативная? Еще несколько минут вывода на позитив.
6. Снова К-Тест. Все хорошо? Смотри пункт 4.
7. Реакция негативная дважды? Уходим.

Почему уходим? Скорее всего, тебе реально ничего не светит, по куче разных причин. Где завалы могут быть — смотри в ключевых точках нулевого этапа, или в модели ста баллов, суть не в этом. Нас интересует то, что если ты продолжишь общение, ты всё равно девочку на свидании не увидишь, а своими действиями можешь её загнать в негатив — зануд мало кто любит.

А быстро закончив общение, ты сэкономишь много своих ресурсов для других знакомств, что всегда хорошо. Таким образом, повышается эффективность соблазнения.

Ты можешь сказать, и совершенно резонно, что К-Тесты подходят только для этапа знакомства. Доля истины в твоих словах есть, и я ещё замечу, что тестировать отношение девочки к тебе можно не только на этапе первого знакомства для экономии времени, но и при начале любой встречи — это тебе очень хорошая обратная связь. Например, возьми за правило при негативном К-Тесте бросать все силы на углубление раппорта — очень полезный навык по жизни.

Социально-Допустимые Прикосновения

Вы знакомы с тем взглядом, которые бросают женщины, когда они хотят секса? Я тоже нет,

*Стив Мартин.*

Представь себе такую ситуацию. Например, ты работаешь в компании, в которой один из пунктов корпоративного устава запрещает неформальные отношения между сотрудниками. И так совершенно случайно получилось, что применив техники из этой книги, ты получил на ночь первую красавицу компании, по совместительству секретаршу самого главного босса. Вы провели чудесную ночь, и днём, при всем честном народе, встретились, например, в кафе во время обеда. И договорились накануне снова повторить пройденный материал, для закрепления горизонтальных связей между сотрудниками холдинга.

Если ты будешь делать вид, что она никто и звать её никак — вполне возможно, что вечером ничего не будет, барышня совершенно справедливо обидится. А если ты начнешь её страстно целовать, обнимать и показывать всем, кто тут лучший соблазнитель — обидится её босс, и тогда хана совершенно полная. Обоим сторонам процесса начальники любят делать показательные порки.

Что остается делать? Есть простой выход, как показать барышне свою симпатию, сделав так, чтобы со стороны все выглядело прилично. Это и называется социальными прикосновениями. С одной стороны, ты

трогаешь девочку, что важно для девочки, с другой стороны, внешне всё выглядит относительно невинно, что важно для общества.

Как делаются эти прикосновения, в чем фишка? Можно честно сказать, что это прикосновения на социальном уровне, который в обществе принят и считается нормальным. Если бы не одно дополнение — этих прикосновений больше, чем обычно, и они идут практически постоянно. Эти прикосновения тоже запускают все механизмы, описанные выше, каким бы простым инструментом это не выглядело.

Какими бывают социальные прикосновения? Вот простой список

- Рукопожатие.
- Обнять за талию, чтобы помочь обойти препятствие (лужу, например).
- Подать руку при выходе из транспорта.
- Придержать барышню, когда ты открываешь дверь.
- Прогулка с держанием «под руку» - прямо как в старых фильмах.
- Помощь при надевании верхней одежды, или снятии её же.
- Привлечение внимания, похлопыванием по руке или плечу.
- Снять какую-нибудь пылинку с одежды, или волос, проведя рукой по телу.
- Придумай свой, уникальный прием.

Ещё раз — каждое прикосновение само по себе воспринимается в обществе нейтрально, просто их может быть много.

Социальные прикосновения отлично подходят для проведения первого свидания, на этапе подготовки к соблазнению, а так же чтобы не афишировать ваши отношения, такое тоже может быть.

*Паучья Тактика*

Бисексуальность немедленно удваивает ваши шансы на свидание в субботу вечером.

*Родни Дэнджерфилд.*

Сразу открою тебе странную тайну: нет точного количества прикосновений, после которого девушка запрыгивает на тебя и устраивает безумные оргии (про себя - а ЖАЛЬ...). Скорее, с помощью прикосновений можно медленно и верно повышать эмоциональный фон

общения, постепенно смещая общение на секс. И Паучья Тактика является лучшим вариантом постоянно находиться в тесном контакте с девушкой, при этом, оставаясь в социальных рамках (то есть, для общества ваше поведение будет в норме). Но у паучьей тактики есть одно важное дополнение — она позволяет делать накопительную кинестетику то есть с помощью множества мелких прикосновений наращивать общий градус сексуальности в коммуникации.

Суть тактики состоит в постоянных, мелких и многочисленных прикосновениях. Не тактика «Взять за руку и не отпускать, чтобы не случилось», а тактика «поправить локон, потрогать за руку, положить руку на плечо». Одно прикосновение по сути своей ничего не значит. Ну, когда обращаешься к девушке, прикоснулся к ее руке, ну, с кем не бывает? Нормально даже, если ты через секунду прикоснешься к её сережкам, внимательно их рассмотришь и спросишь о месте, где они продаются.

А если еще через пару секунд ты поглядишь её по волосам, то совершенно ничего такого это обозначать не будет. И когда, потрогав её за волосы, твоя рука пойдет вниз, и случайно прикоснется тыльной стороной руки к груди, пройдясь по соску, тоже. И вообще, на любые слова «прекрати меня трогать!» ты можешь с чистой совестью делать абсолютно невинные глаза и делать про себя выводы о том, что где-то ты прозевал установление раппорта.

Кроме прикосновений, следующая стадия паучьей тактики — поглаживания. Ты можешь положить руку девочке на спину и медленно вести вниз. Не доводя до попы, руку убрать. Повторить несколько раз с разной скоростью, а иногда просто положить руку между лопаток и пощекотать пальцами. Основная идея этого развития событий — дразнить и слегка возбуждать неопределенностью и непредсказуемостью твоих действий.

Кстати, дарю фишку. ГОРАЗДО лучше поглаживать девушку в такт ее дыханию. На вдохе ты её даже, можно сказать, не трогаешь. На выдохе сопровождаешь ее дыхание движением своей руки по ее спине. И так несколько раз. Я не знаю, насколько сильно ты удивишься, когда

поймешь, что даже такие простые вещи очень сильно могут завести девушку. И подумай, что будет, если ты с ней еще о сексе поговоришь? Или сделаешь то, что описано в следующем разделе?

И самое жесткое применение паутинки — это постепенный и плавный переход на более интимные зоны контакта. То есть, словно бы дразня, на мгновение прикоснуться к попке и потом снова взять за руку, лучезарно улыбаясь. На этом мы заканчиваем рассматривать базовые виды прикосновений, пора переходить к приемам, которые делают соблазнение восхитительной игрой с достойным призом. Поговорим о конкретных приемах, техниках и действиях, которые могут и должны возбуждать девушку. Сразу скажу, что эти вещи работают, и если есть вопросы типа «почему это не работает у меня», то внимательно читай главу про раппорт — раппорт является основой для того, чтобы трогать девушку, постепенно в прикосновениях продвигаясь все дальше. Или глубже.

Техники будут даны по мере возникновения в памяти, последовательность использования совершенно не важна, как и количество техник — смотри по обстоятельствам. Давай начнем.

#### Оценка твоих прикосновений

Предложи девушке поиграть в одну интересную игру — ты её будешь трогать, а она будет оценивать по десятибалльной шкале, насколько ей приятны твои прикосновения. И начинаем играть — трогать можно сначала в районе руки, потом шея, например, потом можно поцеловать в ушко, и постепенно продвигаться все дальше и любопытнее.

Для лучшего восприятия твоих действий предложи девушке закрыть глаза, это поможет ей сконцентрироваться на своих ощущениях, а тебе поможет сделать каждое следующее прикосновение более неожиданным. Кроме того, экспериментируй именно с видом прикосновений — это может быть покусывание (легкое!), пощипывание, поглаживание, просто прикосновение, твоё дыхание, или страстный поцелуй.

Плюс в том, что девушка даст тебе кучу обратной связи, а может даже и научить более интересным методикам прикосновений — девочки очень много про это знают, хоть и мало что говорят. Ну а если что-то вдруг случайно сделаешь не совсем идеально, у тебя всегда есть оправдание — это игра, я просто хотел сделать тебе приятное в меру своих возможностей.

Положи голову ей на колени

Если ты выбрал правильное место для проведения свидания, то обычно там много пространства, подушек и спокойствия. Выбери один из моментов, и просто положи свою голову на колени девушки. Что тут произойдет?

Практически все девушки на автомате начинают поглаживать тебя по волосам, то есть сами выступают инициатором прикосновений. Какие плюсы? Она тебя трогает, она к тебе привыкает, а ты балдеешь и мурлыкаешь при желании. К тому же обычно открываются отличный вид снизу вверх.

Единственный минус — это прием не на всё свидание, как бы этого не хотелось, а на минут, предположим, пятнадцать. Если передержать по времени, девочке это быстро надоест, да и ты можешь проспять свидание. В прямом смысле.

Массаж ямочек

Женщины говорят, что им легче раздеться перед мужчиной, чем перед другой женщиной. Это потому, что женщины очень критичны, а мужчины просто благодарны,

*Роберт Де Ниро,*

Сейчас я тебе открою один очень хитрый прием, который настолько прост, что многие даже не подозревают о его существовании. Он работает настолько хорошо, что возбуждение женщины может наступить буквально за десять минут, или даже раньше. Принцип действия основан на физиологии женщины, и мы этой физиологией будем пользоваться на все деньги.



*Рис. 10. Ямочки.*

Обрати внимание на фотографию — что ты видишь в кружке? Именно в кружке, который нарисован несколько выше замечательной попы, а именно в районе поясницы. В нем — находится ямочка, которая в количестве двух штук очень часто встречаются у девушек. Их легко заметить, особенно летом — девушки нынче раздеваются по погоде.

Чем же нас они привлекают, кроме того, что картинка красивой девушки интересна сама по себе? Дело всё в том, что в сочленении крестцового и поясничного отделов позвоночника, как раз можно нащупать (в прямом смысле слова) lumbalis 4, он же «срамной нерв».

Это все замечательно, конечно, а что с этим люмбалисом делать? Ответ прост — именно этот нерв напрямую уходит в женское влагалище, и стимулирование этого нерва приводит к возбуждению женщины.

Наш плюс в том, что эти ямочки находятся на дружеском уровне кинестетики, а задействуются именно процессы возбуждения. Иными словами, трогать в этом месте можно почти всем, а возбуждается девушка по настоящему. И чем больше она возбуждена, тем больше тебе позволит — она же не знает, что мягкие поглаживания этих самых ямочек приводят к таким результатам, она думает, что дело в тебе.

Окончательный рецепт в чем? Эти самые ямочки надо массировать пальцами, хватает десяти минут, чтобы у девушек наступило сексуальное возбуждение. Самый лучший эффект достигается, когда вы танцуете, например, или стоите обнявшись. Окончательно закрепляет эффект, когда ты после массажа ямочек медленно проведешь рукой по позвоночнику вверх, остановишься на шее, и плавно перейдешь к поцелуям.

Уши

Я ничего не знаю о сексе, потому что я всегда была замужем,

*Сара Габор.*

Может быть, ты уже слышал предположение, что женщины любят ушами. Отчасти это верно — в эти уши можно говорить, но это не самое главное. На втором свидании эти самые уши станут мощнейшим возбудителем эмоций. Заметь, я говорю не о том, чтобы их посолить и сосать с пивом — эмоции это тоже вызовет, однако у меня есть подозрение, что к сексу это не ведёт.

Что же нам с ушами делать? Можно, конечно поступить как настоящий универсальный солдат — отрезать уши и сделать из них симпатичное ожерелье, которое всему миру покажет твою брутальность и приведет тебя к высоким показателям популярности твоей персоны в ближайшем заведении с мягкими стенами и добрыми врачами. Тоже не вариант.

А можно использовать женские уши как невероятную по своим результатам эрогенную зону, вызывая у женщины желания, эмоции и

мысли о сексе с тобой. Прямо здесь и сейчас. Так, это уже ближе к теме нашей книги. Как же это сделать?

Начнём с того, что всегда можно понизить громкость разговора, что в итоге развернет уши в твою сторону. И приблизит к тебе. Потом осталось только начать говорить грудным голосом, постепенно сокращая дистанцию, пока женское ушко не окажется от нас на расстоянии просто идеальном для следующего действия, и тут нам открывается полный простор для творчества.

Ушки можно слегка покусывать, посасывать мочку уха, немного облизывать языком, согревать уши своим дыханием и продолжать, пока возбуждение будет нарастать с каждым твоим действием. Обычно все эти действия воспринимаются барышнями крайне благосклонно, за исключением одного — слюней. Вот это мало кто любит, так что постарайся не затопить её уши и сделай свои поцелуи на максимальном уровне комфорта для девушки.

И продолжай говорить, после каждого действия с её ушами, продолжай говорить комплименты. Сообщай ей, что она самая лучшая, что она тебя возбуждает, покажи ей, что ты потерял голову и включи романтику на максимум — результат себя долго ждать не заставит.

Оргазм на кончиках пальцев

Если бы мужнины знали, о чём думают женщины,  
они ухаживали бы в двадцать раз смелее.

*Альфонс Карр.*

Сейчас мы будем говорить о массаже в соблазнении. Я имею в виду не банальное «дорогая, ложись на кровать, сейчас я помну спинку, а чтобы нам было удобнее, сними топик», а именно массаж, который мы можем делать уже во время проведения второго этапа соблазнения, когда мы хотим девочку возбудить и порадовать нашим вниманием. Такой массаж можно делать на публике, и он требует минимальной подготовки, в отличие от массажа в медицинских и терапевтических целях.

Массажем можно назвать любые упорядоченные прикосновения к телу другого человека, которые делаются с определённой целью, и

структуру этого тела не разрушают.\* (сноска: если тело деформируется, это уже не массаж, а мануальная терапия или пытки). Массаж возник в незапамятные времена — первыми массажистами можно назвать уже трущихся друг об друга первобытных медуз. Прикосновения к определённым частям тела ещё со времён динозавров символизировали для животных угрозу, эротическое возбуждение, заинтересованность.

Многие приёмы, демонстрируемые массажистами, мы можем наблюдать уже в общении обезьян и грызунов, слонов и хищников. Животные «вытаптывают» и разминают лапами тела уставших или больных сородичей. В целом же у массажа множество плюсов.

Первое - обращение к очень древним механизмам психики и инстинктам другого человека, которые плохо поддаются контролю сознанием. Второе — возможность влиять на состояние тела, здоровье и эмоции партнёра. Одновременно мы производим как физическое, так и психическое воздействие. Третье — бесплатный, мощный и спонтанный транс, который приносит удовольствие партнёру и обычно не вызывает сопротивления. Четвёртое — достижение за считанные минуты такого контакта, взаимопонимания и раппорта, для которых без массажа потребовались бы часы, или даже дни и месяцы.

Ну и самое главное, что нас интересует, так это слова «массаж и соблазнение». Что тут можно заметить.

Массаж позволяет быстро и легко сблизиться с партнёршей, устроить мощный «крышеснос» и выгодно выделиться из толпы, преодолеть множество барьеров, возникающих при обычном общении, и, конечно же, понять, что по-настоящему чувствует и переживает другой человек. Многие из массажных движений сами по себе сексуальны. Острые эмоции, глубокий раппорт и новые ощущения – это всегда здорово. А предстать перед девушкой в роли посвященного в необычные (конечно же, древние и тайные... тсс!) техники — это же сверхспособности в чистом виде.

Однако не всегда, не всем и не везде ты сможешь размять плечико или расслабить мышцы бедра. Особенно бдительно берегут своё тело от прикосновений малознакомых людей многие симпатичные девушки. Но

есть такая часть человеческого тела, прикоснуться к которой в современном обществе нормально и даже хорошо. И эта замечательная часть тела — пожалуй, наиболее чутко воспринимает кинестетику, массаж и разнообразные скрытые сигналы.

Что же это за чудесное место?

Ладони и пальцы рук по праву называют «кусочком мозга, вынесенным наружу». Ладонь — одна из наиболее богатых нервными окончаниями частей тела. Участки коры полушарий, обрабатывающие информацию, идущую от пальцев и ладоней, активно взаимодействуют со структурами мозга, управляющими эмоциональными реакциями. А это значит — работая с ладошкой, ты обращаешься напрямую к мозгу, включая самые интимные и глубокие эмоции. Правда, здорово?

Много тысячелетий массаж и воздействие на ладонь широко используется в различных эзотерических традициях, системах психофизического оздоровления и духовных практиках. Воздействие на ладонь — важная часть различных систем оздоровительного, биоэнергетического, спортивно-восстановительного, тайского, эротического, даосского и других видов массажа, большинства направлений рефлексотерапии.

И, конечно, массаж ладони можно совмещать с красивым рассказом, использовать масла и ароматы, перья и лёд. Самые неожиданные подручные предметы и даже... впрочем, поле для творчества неограниченное.

Скомбинировав известные массажные приёмы, плюс немного фантазии и несколько недель тренировок, можно освоить набор простых, не требующих долго времени на изучение массажных приёмов, которые можно применять в самых разнообразных жизненных ситуациях. В обычной жизни человек использует лишь несколько привычных движений и положений руки, два-три стандартных рукопожатия и пару ласкательных движений. Однако рука человека может принимать тысячи положений и поз, взаимодействуя с ладонями и пальцами партнёра.

Перед тем, как приступать к массажу ладони, нужно «разогреть» собственные руки. Для этого около минуты растираем друг о друга свои

ладони. Сначала — резко и беспорядочно трем ладони, а затем умеренно быстро, но нежно растираем по часовой стрелке ладонь. Неплохо немного размять и свои пальцы. Можно сделать несколько глубоких вдохов, мысленно направив выдох в собственные руки. Готов?

Резкие и грубые прикосновения к руке воспринимаются подсознанием как агрессия. Поэтому вначале, конечно, нужно познакомиться. Осторожно подносим руку ладонью к ладони девушки. На расстоянии 2-3-х сантиметров от ее ладони замираем, и чувствуем ладонью её ладошку. Те, кто знаком с биоэнергетикой, могут представить потоки энергии между ладонями. После этого около минуты массируем лицевую и тыльную сторону ладони девочки теплом своих рук без прикосновений (кстати, мощный метод установления раппорта).

Теперь можно переходить к непосредственному контакту. Сначала — очень нежно, затем посильнее погладь руки партнёра, разомни пальцы. Далее можно использовать практически все известные техники массажа, которые применяются как в классических, так и в экзотических школах. Например, такие:

Ты хочешь успокоить девочку и отвлечь его внимание от негативных или сильных переживаний? Помогут очень лёгкие и очень быстрые прикосновения постукивания по ладони партнёра кончиками пальцев. Движения при этом делаются ПРОТИВ часовой стрелки. Такие же движения по ладони, но ПО часовой стрелке - наоборот, дают временный прилив сил. А когда нужно акцентировать внимание на своих словах, или просто взбодрить, делай легкие пощипывания кожи с разной, желательно меняющейся скоростью. Хороши так же мелкие, быстрые массажные движения по пальцам.

Интенсивное трение твоей ладони о ладонь девочки активизирует многие процессы в организме и психике. "Выдавливание" ладони (сильное нажатие на ладонь партнёра подушечками и суставами сложенных вместе собственных пальцев, или суставами своих рук) позволяет получить доступ к очень глубоким переживаниям.

Интересным движением являются "розочки" (кожа руки нежно «оттягивается» и скручивается в виде «цветочка»). Таким образом,

прорабатывается рука с внутренней и с внешней стороны. Это возбуждающая и слегка агрессивная техника.

Завершая сеанс, не следует резко прерывать контакт с рукой барышни. Постепенно замедляй движения, делай их более нежными и спокойными. В конце сеанса - несколько легких, быстрых прикосновений, можно так же помассировать на ладони крут ПРОТИВ часовой стрелки.

И, наконец, самое интересное - несколько простых движений, способствующих сексуальному возбуждению, и движений — подсознательных намёков на секс.

1. Нежные движения по типу "обласкиваний" руки представляют собой мягкие, то лёгкие, то довольно сильные ласкательные движения по ладони, тыльной стороне руки и пальцам партнёра обеими сторонами своей руки без разрыва контакта.

2. Подушечки кончиков пальцев у многих людей являются мощными эрогенными зонами. Обработай их разнообразными массажными движениями — от быстрых частых прикосновений до нежных пощипываний и медленных глубоких нажимов. Чередуя движения — возможен потрясающий эффект.

3. Нежно пощипывай и потирай чувствительные места между пальчиками. Даже слабые прикосновения к этим зонам могут сильно взволновать человека.

4. Осторожный массаж тыльной стороны ее ладони тыльной стороной своей руки так, чтобы нежные волоски тыльной стороны ладони лишь слегка касались кожи девочки. Во время этого движения очень повышается чувствительность ладоней.

5. Мягко и в то же время достаточно сильно введи свой указательный палец между пальчиками девушки. Начни массирующие движения указательным пальцем взад-вперед, в том ритме, в котором обычно ты занимаешься любовью. Не сомневайся, подсознание девушки уже получило недвусмысленный намёк. Усилит действие массажа ненавязчивый разговор на соответствующие темы.

6. Одной из биологически активных зон женской руки является холм Венеры (пухлый мышечный холмик у основания большого пальца). Мягкие сильные надавливания подушечками больших пальцев на точку, расположенную в условной середине холма Венеры, обостряют чувствительность девушки.

7. Ещё одним эротическим движением являются лёгкие нежные покручивания подушечек пальцев. Мягкое воздействие на подушечки пальцев девушки в некоторых восточных методиках может ассоциироваться с таким же ласками сосков и соответствующим эффектом. Вообще, для эротического массажа (в особенности - у девушек) лучше брать левую руку. У большинства людей именно левая рука связана с правым полушарием мозга, ответственным за эмоции.

Многие из массажных движений пришли к нам из глубокой древности — они использовались для воздействия друг на друга ещё дикими животными.

Возьми ладонь партнёра, и медленно, сильно, с глубоким надавливанием царапай её полусогнутыми растопыренными пальцами своей руки от центра ладони по направлению к пальцам (ногти для безопасности такого движения должны быть коротко острижены). Это очень древнее движение, вызывающее агрессию и возбуждение у многих животных. Ряд хищных зверей используют такие «процарапывания» в своих любовных играх.

«Процарапывание» нужно выполнять, когда с партнёршей уже достигнут определённый раппорт и общение уже переходит на сексуальные темы. Если сделать интенсивное «процарапывание» на этапе, когда доверие ещё не возникло, оно может вызвать непредсказуемую реакцию.

Ещё одно эффективное движение, пришедшее к нам от животных — «вытапывание». Положи руку девушки на стол ладонью вниз и мягко, но достаточно сильно «потопчитесь» по тыльной стороне ладони. Это движение успокоит девочку и мягко, ненавязчиво сообщит ей о твоём доминировании (здесь просыпаются очень древние инстинкты). Эффект можно усилить, если представлять мягкое тепло, идущее от своих рук и

«плавающее» руку девочки. Таким образом, вы вводите друг друга во взаимный транс, что сильно способствует сближению. Глубокий взаимный транс усиливается, если то же самое движение можно выполнить двумя своими ладонями, сложенными крест-накрест, одна на другой.

Если ты умеешь хотя бы немного гадать по руке, то легко найдёшь на ладони девушки Линию Сердца (она проходит по верхнему сгибу ладони у основания пальцев).

По длине, глубине и количеству черточек на Линии Сердца хироманты оценивают чувственность и личную жизнь человека. Но мало кто знает, что эта линия — одна из наиболее чувствительных эрогенных зон многих женских ладоней. Мягко, нежно и глубоко разминайте Линию Сердца девушки подушечками своих пальцев — эффект не заставит себя ждать.

Те, кто знаком с хиромантией, могут значительно усилить эффект соответствующим рассказом. Расскажите девушке, что само по себе нежное энергетическое воздействие на Линию Сердца уже открывает доступ к глубоким чувствам, открывает особое взаимопонимание, а может быть даже, и влияет на судьбу...\* (сноска: подробное изложение того, что можно сделать общение более насыщенным и романтическим, открыть огромный, полный сокровищ и загадок мир — мир на кончиках пальцев).

Думаю, что эти простые техники массажа сделают твою барышню более расположенной к твоим ласкам, а тебя — более довольным следующим утром.

О настойчивости

Секрет гения — это работа, настойчивость и здравый смысл,

*Томас Эдисон.*

Если женщина не сдаётся, она побеждает, если сдаётся — диктует условия победителю.

*Карел Чапек.*

Девушки очень любят настойчивых парней, и не очень любят трусишек. Как же они отличают бойцов от кроликов? Главный признак —

это настойчивость. То есть своеобразный тест на то, как далеко ты способен зайти, чтобы получить девушку своей мечты (а она себя именно такой и считает).

Периодически на твои действия будет следовать слегка негативная реакция, и обычно она дается в первую очередь, чтобы оценить твои действия. И если при первых признаках сопротивления начнешь играть в страуса на асфальте, твой приговор ясен и пересмотру не подлежит. С другой стороны, если ты выждешь пару минут, и снова будешь продолжать — все хорошо.

Главное, помнить нашу старую шутку:

- Чем посыл нахер отличается от проверки на настойчивость?
- Если тебя послали, и ты пошел, то это посыл. А если остался — это была проверка на настойчивость.

Причем девочки в эти игры играют просто потому, что так заведено. До сих пор помню один диалог с барышней через несколько недель после начала наших отношений:

- Когда ты решила, что у нас будет секс?
- Когда шла к тебе домой.
- А зачем тогда были все эти скачки по квартире?
- Ну, если бы я сразу согласилась, я не была бы женщиной....

Но тут тоже не стоит заходить в крайности, я уже писал про правило трех отказов, его соблюдение — это важно. С другой стороны, иногда барышни вместо проверок начинают играть в волшебную игру под названием «Ближе — Дальше». Что делать в этом случае и что это такое? Все нормально, я это описал в отдельной главе в этом же разделе.

Так что помни: настойчивость — это важно для нас. Уверенность в своих действиях еще важнее. Понимание простого факта, что секс с тобой хорош в первую очередь для девушки, свернет горы.

Кинестетика и соблазнение за три этапа

- Предлагаю похерить игру в поцелуи и пойти жрать.

*Лолита (которая из Набокова)*

Давай посмотрим с тобой на то, как можно применять навыки из этой главы на протяжении всей нашей модели соблазнения в три этапа.

Нулевой этап: отлично подходят К-Тесты.

Первое свидание — социальные прикосновения.

Второе свидание — паутинка, игры, разные приемы вроде массажа ямочек и покусывания уха. В общем, все остальное.

Третье свидание — массаж пупка изнутри.

В соблазнении очень важно уметь соблюдать последовательность именно в прикосновениях. Я уже писал в главе о раппорте, что такое «пережал», но на всякий случай повторю. Испугать девушку, перескочив несколько уровней доступа кинестетики, очень легко. Как бы тебе ни хотелось форсировать события, знак о том, что это можно делать, даёт девушка — и в первую очередь своей позитивной реакцией на твои действия, больше ничем.

Испугать девушку легко, а достойных барышень сейчас не так много, поэтому лучше немного придержать конец в руках, чем никогда больше барышню не встретить.

Выводы

В секунде оргазма сосредоточен весь мир.

*Генри Миллер.*

Я знаю один, гарантированный на сто тысяч миллионов процентов способ, как НЕ соблазнить женщину. Способ такой надежный, что ему можно поставить памятник, который переживет еще минимум три мировые войны.

Этот способ — девушку не трогать. Воздержавшись от прикосновений, ты застрянешь навечно на этапе друзей, что тоже приятно, но твою оценку себя как успешного мужчины вряд ли усилит. Именно кинестетика, правильная кинестетика, позволяет тебе позиционировать себя как будущего любовника, а потом сделает тебя реальным.

На этапе первого свидания важнейший навык — раппорт, на этапе второго свидания — прикосновения. Умение трогать девушку правильным образом сокращает твоё соблазнение в разы, делает его

эмоциональным, волнительным и запоминающимся. Игнорирование правильной кинестетики ведет только к запоминанию ещё нескольких порно сайтов.

Кстати, если хочешь потренировать в правильности прикосновений, можно это легко сделать именно со старыми подругами, или, например, сестрой. Главное помнить — подруг трогать можно абсолютно везде, на сестре отработываем социальные прикосновения и поглаживание в такт дыханию. И что важно — обязательно смотри на обратную связь, и учись на основании этих советов.

И кроме всего прочего, трогать женщин — очень приятно. И это поступок, достойный настоящего мужчины. Так что тренируйся в волшебной технике возбуждающих прикосновений, и да пребудет с тобой сила.

Глава 18: Снос Крыши и другие строительные работы.

— Стол накрыт на двоих?

— Да, я кое-кого жду.

— И давно Вы ждете?

— 11 лет. Здесь это называют безумием, но мне по душе слово «романтика».

*Планета Ка-Пекс.*

Что такое крышесносы, в чём их польза в соблазнении, почему вообще в этой книге есть глава о строительных работах? Крышеснос, в первую очередь, это простая методика вызова у девушки быстрого всплеска позитивных эмоций. За счет чего это работает? Если ты читал внимательно главу про страхи, то ты должен помнить, что когда мы прорабатываем некий страх, у нас сразу получается большой выброс ресурсов. Это один из вариантов того, как можно сделать качественный крышеснос — пощекотать нервы, например.

Второй вариант крышесносов действует немного на другом механизме, с немного другими исходными данными. Как мы уже знаем, люди часто живут и ведут себя, используя определенный набор шаблонов поведения, и когда они попадают в ситуации, где готовых шаблонов поведения нет, то они находятся в состоянии эмоциональной

нестабильности, некоей растерянности. И когда у человека нет своего набора вариантов поведения, он принимает те, которые есть у человека, которому он в этой ситуации доверяет.

Понятно, что пока не очень понятно, поэтому давай с тобой обсудим цели, ради которых можно все это действие затевать:

1) Крышеснос представляет собой идеальный инструмент для резкого форсирования затянувшегося второго свидания. То есть отлично подходит в том случае, если ты барышню пару раз трогал за грудь, целовал, все делал по науке, а домой к тебе она не поехала по разным причинам. С помощью качественного сноса крыши можно легко перейти на третий этап за один вечер.

2) Точно так же эта методика отлично подходит для встряски затянувшихся отношений, когда у вас немного остыли эмоции, и хочется немного добавить яркости. С одной стороны, конечно, это легко делается одной фразой: «Дорогая, у меня нашли хламидиоз. Сходи, проверься на всякий случай» - отношения это освежит, кто спорит. Но методика сноса крыши сделает такое без последствий для твоего здоровья.

3) Сама методика очень хорошо вписывается в классический «очень романтический» подход к процессу соблазнения. Это когда всё соблазнение, по большому счету, представляет собой крышесносы от первого знакомства до самого конца — даже расстаться с девочкой можно необычно.

Давай начнем с описание самой модели таких ситуаций, когда романтика щекочет нервы, заодно затрагивая четвертый люмбалис... (о люмбалисе было в главе про кинестетику. Наверное, плохо читал? Быстро перелистывай, прикосновения важнее строек!).

Общая стратегия проведения крышесносов

— Волнуетесь?

— Да.

— Первый раз?

— Нет, я волновался и раньше.

*Аэроплан (фильм)*

Методика сноса крыши направлена именно на то, чтобы привлечь необычностью происходящего и сблизиться с девушкой, причём в короткое время и сразу. Методика проста до безобразия — тебе нужно взять девушку в плотные объятия твоего обаяния, и привезти в интересное, максимально необычное для неё место, где ты уже был раньше, и наслаждаться ситуацией. Кажется, что просто? Пока рано, есть несколько условий качественного сноса крыши.

1. **Состояние доверия.** Чтобы крышеснос удался и был совершенно работающим, у девушки должно (должно!) быть чувство уверенности в тебе, она должна тебе доверять. Крышеснос с девушкой, которая упирается всеми четырьмя лапами на предложение поехать в одно интересное место, называется не крышесносом, а редким случаем насилия мозга. Ну и неадекватностью заодно. То есть раппорт всё ещё важен для нас.

2. **Полная неизвестность.** Которая, как обычно, пугает и дает повод вести разговоры в стиле «Ты боишься? Спокойно, я с тобой». Заодно дает повод потрепать девушке себе самой нервы, что создает отличный фон для последующего крышесноса. Скажем так, оптимально — легкая нервозность, но никак не истерика. Такое состояние легко достигается ожиданием в пару дней романтической поездки, или путешествием в час-полтора в полной тишине.

3. **Ты должен знать это место, если там присутствуют люди, они должны знать тебя.** Грубо говоря, ты приводишь девочку в место, где она чувствует себя странно, а ты чувствуешь себя уверенно. Либо ты делаешь то, что тебе привычно, а ей нет. Тут требуется строго знать, что именно это действие подходит для сноса крыши именно этой девочке, потому что прыгать с парашютом мастеру спорта по этому самому спорту уже далеко не впервые. И крышу снесет она тебе сверхмалыми высотами с принудительным раскрытием.

4. **Запускается механизм, похожий на стандартный импринтинг или облегченный «стокгольмский синдром»** - девочка испытывает дикий кайф и новые впечатления, и за неимением других знакомых людей, переносит эти ощущения на тебя и связывает их с

собой. Именно поэтому тут надо следить, чтобы девочку не подхватил другой мальчик, ибо нефиг. Шакалов нынче хватает, а в состоянии эмоциональной встряски вышибает практически любые комплексы, поэтому твоя задача будет очень важной — от девочки ни на шаг.

5. Всё, получено состояние «Слышишь, из Москвы раздался скрип? Это у Лехи уехала крыша». Тебе остается только быстро отвести девочку домой или продолжить крышесносы уже актом экстремального секса, например.

Сразу хочу предупредить о небольшом подводном камне. Если ты будешь увлекаться крышесносами, то есть риск посадить на них девочку, создать некоторую зависимость. В итоге ты либо вынужден будешь делать разные акции раз в три дня по расписанию, либо барышня свалит туда, где этих самых острых эмоций выше крыши.

Точно так же не стоит «повышать градус» постоянно от свидания к свиданию предлагая новые, экстремальные безумства. Что может быть? После соблазнения девочки ты вполне можешь расслабиться и успокоиться, а для девочки на фоне совершенно адских отжигов это будет казаться болотом гармонии и урнами счастья, где она будет рыться в отбросах радости и собирать улыбки.

Давай уже начнём говорить про конкретные виды крышесносов, пора переходить к конкретике.

Крышеснос поведением

— Что вы ему сделали?

— Я вышибла ему два зуба.

— Хотите ещё шампанского?

*Крепкий орешек - 2*

Поведение — это то, что ты делаешь. Снос крыши обеспечивается за счет совместного исполнения разных интересных действий, которые девочка до этого момента в жизни никогда не делала. Важное замечание: совместных! В первой версии книги я упоминал про интересный способ крышесносов — пойти в метро и начать собирать деньги на презервативы. Некоторые ребята это сделали, но барышня стояла в стороне, и начинала быстро думать про то, что парень страдает

альтернативной адекватностью. Так что делать надо что-то вместе, это важно.

Совместное поведение — самый экономически выгодный вариант наших строительных работ. Потому что обычно он бесплатный. Ну и веселый заодно, что тоже важно для нас. Какие примеры таких крышесносов можно придумать, и сделать? Много. Например, такие:

— Начать с барышней уроки танцев прямо на тротуаре, или площади. Или даже в метро. А что? Шаг у девочек с правой ноги, танец на четыре такта, основы ведения и так далее. Внимания к вашим персонам навалом, необычность точно запредельная. Опасность в том, что можно нарваться на балетную подготовку в А-Классе, тогда про танцы многое узнаешь уже ты. Также польза, впрочем.

— В марте отличная идея — поиграть в мартовских котов. Залезть на крышу дома и помяукать. Отдает детством, ну и пусть. Пусть завидуют те, кто ни разу этого не делал с девушкой.

— Акварельная битва. Найди квартиру, в которой идёт ремонт у друзей, например. Потом выдай барышне пистолет с акварельными красками и устройте войнушку! Потом, пока будут стираться вещи, можно многое успеть сделать.

— Мотоциклетные отжиги. Тут уже вопрос бюджетов стоит, и умения водить. При езде по городу слегка быстрее правил (например, при ограничении 80 ехать 110), в потоке машин и разные обгоны и торможения — адски работают. Эмоций выше крыши. Которая остается там, откуда ты стартовал с динамикой разгона три секунды до сотни. Внимание! Без подготовки на должном уровне это смертельно опасно!

Если хочешь понять — как такой вид крышесноса переживает девочка, можешь попробовать прокатиться в Москве на байк-такси. И попроси пилота немного добавить газу — тут ты и поймешь, что такое страх, адреналин и ужас. У меня есть хорошие знакомые. Могут покатать, <http://gorodbezprobok.ru>

— Экстремальный секс. Понятно, что для второго этапа отношений не очень подходит, но чтобы освежить отношения — вполне. Занятия сексом, попутно щекоча себе нервы — о, в этом много чего намешано!

Если ищешь места для экстремального секса — есть список на сайте <http://lover.ru>.

— Остальное придумай сам.

Крышеснос местом

— Луна сегодня особенно прекрасна,

*Алукард.*

Что это такое? Сама по себе ситуация очень простая — вывод девочки туда, где она никогда не была, и устроить просмотр чего-то красивого и (или) романтического. Самый характерный пример — пикник на природе, с наблюдением заката. Требуется подготовки, обычно так же средства передвижения, ну и некоторого количества денег. Давай рассмотрим несколько типичных вариантов:

— Просмотры закатов, рассветов в ассортименте. Думаю, что комментировать это не нужно. Что в Москве на Воробьевых горах, что во Владивостоке на улице Нейбута закаты одинаковые, надо подобрать оформление этого заката.

— Звездопад. Я совершенно серьезно. Есть прогнозы звездопадов, так что можно подгадать время, и вечером уехать смотреть на звезды и загадывать желания. Главная особенность — чем ближе смотришь на небо около больших городов, тем хуже видно звезды. Так что лучше уехать хотя бы километров за десять — двадцать.

При всей своей банальности, крышеснос местом можно комбинировать с предыдущим видом. Например, уехать смотреть закат, а потом, совершенно случайно, начать искать клад, и там найти под деревом корзину для пикника, с бутылкой вина и свечами...

Крышеснос на измененных состояниях сознания

— Я знала, что алкоголь может сократить

цветочно-конфетный период после знакомства.

Просто рассчитывала чуть побольше, чем на 40 минут...

*Цитата с нашего форума.*

Изменённые состояния сознания характеризуются понижением критичности оценки происходящих событий. То есть барышня гораздо легче согласится на твои идеи, чем в обычном виде. Учитывая, что этих

самых ИСС существует под два десятка, в реальности мы можем использовать либо состояние транса, либо алкогольного опьянения.

С состояниями транса мы будем общаться строго на тренингах — доступ к такой информации и таким навыкам должен осуществляться на этапе обучения под присмотром опытного тренера. Так что кому тема трансов действительно интересна — может потратить пару дней обучения на базовый тренинг по гипнозу. Тему трансов закрыли.

Остался алкоголь. Главная опасность — чтобы вместо «Русской Модели Эффективного Соблазнения» не получилась другая РМЭС — «Русская Модель Эффективного Спаивания». Поэтому я бы рекомендовал использовать все алкотехники именно как дополнительный механизм снятия зажимов, а не для того, чтобы спить девочку в мясо.

Что можно сделать с алкоголем? Много чего. Мой любимый вариант — отвести барышню в кафе «Последняя Капля» в Москве, где работают крайне адекватные и понимающие бармены, и сделать ей пару горящих коктейлей. Горящих — в прямом смысле слова. Девочки очень много эмоций испытывают, когда они лежат на спине, а им в открытый рот заливают горящую самбуку. Предупреждение! Сам этого не делай! Нужен опыт!

Что можно заказывать в «Капле» смело — так это Самбуку «Баскетбол», «четвертое июля», «восьмое июня», «глаз нациста» и «смерть». Прошу, больше двух коктейлей (любых) в одну женскую тушку за вечер не вливать. Да, это весело, прикольно, необычно, но призывую печень в «Последней капле» мне не выдают до сих пор, хотя я там пропил, наверное, две квартиры уже. (Это относится к тому периоду своей жизни, когда я алкоголь употреблял. Сейчас в «Капле» интересно ужинать часа в три ночи).

Аналогичных баров много, есть такие в каждом городе — главное, озаботиться разведкой и сбором оперативных данных.

Крышеснос мероприятием

— Что вы сделали с моей женой?

— Возьмите себя в руки. Она умерла.

- Куда вы её дели?!
- Она в морге.
- В морге?! Она будет в ярости!

*Смерть ей к лицу.*

А вот тут можно разгуляться просто до полного отвала головы. В чем ситуация? В каждом городе полно тусовок, которые мало кому известны, но которые, тем не менее, вполне качественные и веселые. Эти тусовки для своих, но попасть на них очень легко, если познакомиться с народом из компании. Знакомиться надо так же, как и всегда — разговаривая, устанавливая раппорт и так далее. А потом на правах своего человека можно вести на мероприятие девочку. Теперь давай посмотрим, что мы можем придумать такого, чем легко пользоваться:

— Например, каждый год в Москве, на хеллоуин проводится мероприятие «Edge of Night». Это готический фестиваль, подробностей навалом на [www.gothic.ru](http://www.gothic.ru). В чём приколы? Много народу в характерных нарядах, публика достаточно интеллигентная, музыка нормальная. И если на первый фестиваль вход был для своих и по спискам, то сейчас просто по билетам. Хотя да, сейчас в гробах на колесиках уже не катаются на этой тусовке, это было только на первом фестивале. С другой стороны, если барышня не знакома с готической субкультурой, это будет хорошим началом. Да и вообще, если вы оба не в теме — сходите, крышеснос может быть совместным.

— Устроить детский праздник с серьезными людьми. В смысле, заказать детскую вечеринку с полным набором конкурсов, мероприятий, аниматоров и так далее и прийти, скажем, компанией взрослых. В Макдональдсе, например, в детских комнатах праздники устраивают, случаи, когда делали для взрослых, были. Заодно крышеснос зацепил и организаторов действия.

— Кроме тусовки готов можно привести барышню на любую другую тусовку, и предложить поучаствовать в мероприятиях. Веселее всего проходят игры в... Гм... В настольные игры. Не всякие Warhammer,

Dungeon&Dragons, Batuetech и так далее — а те самые, которые на столе, с кубиками и несколькими игроками.

Ну и кроме всего прочего, есть разные тусовки толкиенистов, художников, поэтические чтения, квартирные концерты и так далее и тому подобное. Информации в интернете — просто тонны, было бы желание.

Готовые примеры того, что можно сделать

Со времен доисторического человека ни одна

битва еще никогда не проходила так, как была запланирована.

*Роберт Асприн.*

**Прыжки с парашютом.** Крышеснос класса «А» — сначала едете черт знает куда, потом девочка слушает первый инструктаж и у неё едет голова от новых знаний, потом хренотень с крыльями, потом высота восемьсот метров и несколько секунд свободного полета. Крыша остается при этом в самолете. Дальнейший опыт общения с девочкой лучше производить в ближайшей гостинице.

**Плюсы:** дешево, около 1000 рублей с дорогой, гарантированно работает в случае первого прыжка.

**Минусы:** Подмосковье далеко не европейский сервис.

**Прогулки на лошадях.** Единственное условие — надо искать абсолютно безбашенных инструкторов, которые пускают лошадей галопом на первой прогулке. Остальное точно так же, как в прошлом пункте. Самые отвязные инструктора в районе Москвы находятся в Конобеево.

**Плюсы:** близко к природе, можно сказать, что «едем кататься на лошадках».

**Минусы:** реальная угроза здоровью, если не удержится на лошади.

**Пещеры.** Берешь девочку, нагружаешь на нее рюкзак, и на неделю уматываете под землю в температуру плюс семь. После выхода крыша останется похоронена внизу, глубоко и надолго.

**Плюсы:** страшно. Реально страшно. Особенно без света.

**Минусы:** требуется очень хорошая подготовка, стая товарищей на подхвате, и очень много снаряжения. Заодно не каждую девочку можно уломать вот так вот уйти на день-два туда, где нет устойчивого приема мобильной связи.

**Альтернативная реальность.** Расскажи ей про другой мир? который находится одновременно с нашим одновременно здесь. Расскажи ей? что бы происходило, если бы наш мир состоял из телепузиков, каждый из которых состоит из трех левых поворотов, одного горшочка с медом и двух компакт-дисков. Хватит около 20 минут, чтобы крыша девушки осталась где-то дома.

**Плюсы:** никаких затрат, кроме времени.

**Минусы:** требуется хорошее владение языком («бредогенератор»), либо пройти тренинг РМЭС. Что, впрочем, одно и то же.

**Крыша дома ничего.** Пригласи ее на свидание, и заведи на стройку, где делается мнооооогоэтажка. И на лифте отвези её на 49 этаж, где стоит накрытый стол при свечах. Всё. Дело сделано.

**Плюсы:** очень романтично при всем при этом.

**Минусы:** очень большая подготовка требуется. Даже чрезмерная. В качестве альтернативы может быть использована крыша вообще любого дома. В качестве альтернативы стола — даже две бутылки пива. Так что полный спектр услуг, начиная с «почти бесплатно» до «очень дорого». С другой стороны, почти всегда на моей памяти народ адекватно реагировал на просьбу открыть вечером крышу, чтобы провести романтическое свидание с девушкой — надо только попросить.

**Автостоп.** Предложи ей поездку в Санкт-Петербург, и выходи на трассу ловить попутку. И так всю ночь. В качестве альтернативы можно поехать в Питер «на собаках», то есть электричках с четырьмя (пятью) пересадками и за четырнадцать часов. Сама по себе поездка таким способом способствует странному восприятию мира, а если по приезду ты ведешь её в хорошую гостиницу — дело сделано.

**Плюсы:** достаточно необычно.

**Минусы:** требует много времени. С другой стороны, поездка именно автостопом дает вам выход в совершенно другой мир, где всегда

можно отойти от суеты, и, лежа на спине, наблюдать проезжающие по трассе машины.

Поучительная история

И у людей не хватает воображения. Они только повторяют то, что им скажешь...

Дома у меня был щеток, моя краса и радость, и он всегда заговаривал первым.

*Маленький принц.*

Прежде, чем ты начнешь активно применять крышесносы направо и налево, я хочу рассказать одну поучительную историю про моего студента по имени, скажем, Евлампий (ну что делать, его настоящее имя слишком заметно на его работе). Наш Евлампий однажды познакомился с замечательной барышней, которая ему запала в душу. Первое свидание прошло удачно, а вот второе не заладилось, и этап второго свидания постоянно заканчивался прожималками, до самого соблазнения дело так и не дошло. И наш Евлампий решил провести крышеснос, дабы пообщаться с дамой в более удобной обстановке его спальни.

Для начала он решил отвезти ее покататься на картинге. Маленькие машинки такие, прикольно, почти безопасно, крышеснос хороший такой. Привез, показал где и как. Девушка очень обрадовалась. У нее младший брат — раллийный гонщик, гонять она любит. Ну и погоняла в свое удовольствие. Как легко понять, снос крыши отменился. Сложно снести крышу тем, что ты регулярное делаешь, помнишь, я про это в начале главы писал?

Евлампий долго думал, и придумал покатать даму на яхте. Закат, вода, парус, мужественное лицо настоящего мужчины — романтика полным ходом. Привез, подготовил, взошли на борт... Вы-таки будете смеяться, но у нее старший брат — яхтсмен. Результат понятен? Евлампью он тоже стал понятен почти сразу.

Третьим и решительным шагом должны были стать лошади. На которых надо кататься и развлекаться. В компании великолепного человека. Вы совсем будете смеяться, но дама занималась десять лет конным спортом. Так что теперь наш Евлампий немного недолюбливает

крышесносы, а я советую хотя бы немного знать, чем девушка увлекается. Кстати, для этого и существуют первые свидания.

Где брать идеи

Это будет славная охота, хотя для многих... она будет последней,  
*Маугли.*

Сам по себе крышеснос, будь он просто романтическим свиданием, или диким отжигом, который взрывает ад на тысячу маленьких медвежат, в любом случае требует подготовки.

Как минимум надо придумать, что сделать, а потом прикинуть — как. И для этого, в принципе, не помешают либо рассказы о том, что делали другие люди, либо сборники каких-нибудь достойных идей.

Сборники, которые нам подходят, существуют. Обычно они, правда, не совсем о крышесносах в контексте соблазнения, скорее про жизнь и идеи. В любом случае можно подсмотреть кое-что для себя. Из того, что в свое время мне попадалось на глаза, заслуживают внимания:

— «101 важное дело, которое стоит совершить в этой жизни». По большому счету набор идей, чем занять себя на досуге. В принципе, книга достойная и большинство из того, что там описано, сделать вполне можно. Есть вторая книга, с названием «101 важное дело, которое стоит совершить в этой жизни, прежде чем станешь старым занудой». По большому счету почти то же самое — сборник идей.

— Наш форум. Ты опять будешь смеяться, но тема крышесносов поднималась уже не один раз. Могу сказать, что со времен создания [riskipforum.ru](http://riskipforum.ru) еще в прошлом веке, эта тема обсуждается регулярно. И есть множество достойных к воплощению идей. Осталось набрать в поиске волшебное слово, и начать читать темы на форуме. Самое главное — есть обратная связь по тому, как это работает.

— Твой собственный опыт. Возьми тетрадку, и запиши минимум пятьдесят вещей, которые ты мог бы сделать, но никогда не сделал до этого момента — по совершенно разным причинам. Потом поставь оценку опасности каждому действию от нуля до десяти. И потом, начиная с пятерки, просто делай. То, что тебе понравится больше всего, потом можно сделать с девочкой.

## Выводы

Он не стал резать себе вены хлебным ножом или вешаться на собственных шнурках.

Нет, этот тип оделся в полную парадную форму, встал посреди гостиничного номера и аккуратно пустил себе пулю в рот.

*Пример крышесноса из фильма «Несколько хороших парней»*

То, что мы рассматривали в этой главе, я всё-таки рекомендую привыкать использовать как инструмент сделать девушке хорошо, приятно и красиво. Все наши строительные работы по сдвигу крыши на рельсах нижней челюсти нужны не для того, чтобы гордиться тем, как ты велик, а чтобы девушка вместе с тобой получила доступ к приятным переживаниям, хорошим эмоциям. Которые можно будет вспоминать и спустя несколько лет, рассказывая подругам о том, как вы познакомились — ведь это приятно, когда есть что рассказать.

А сделать хороший крышеснос ещё приятнее.

Глава 19: Ближе-Дальше.

Женщина — великая воспитательница мужчин,

*Анатоль Франс.*

Мы плавно переходим к одному из самых базовых и популярных законов — закону «Ближе — Дальше». Этот закон (или метод, идея — кому как больше нравится) пронизывает нашу жизнь просто насквозь, и встречается в той или иной мере во всех проявлениях нашей жизни. Даже, можно сказать, что эти идеи встречаются в нашей культуре, и культуре любого государства. Есть схожие понятия. Метод кнута и пряника, разделения и властвования. Инь и Янь. Ближе и дальше — суть проявления одного закона.

Идеи, высказанные в этой главе, были смоделированы мною ещё в далеком 1997 году, и, можно сказать, что это было первое мое серьезное наблюдение и обобщения законов нашего общества. Это не значит, что это самое старое исследование, вовсе нет. Это значит, что эти идеи обкатывались дольше всего и являются самой простой моделью для освоения людьми с нуля. Эта модель лежит на поверхности, и после этой главы, я надеюсь, что вопросы на эту тему исчезнут полностью.

Модель БД является излюбленной женской моделью, которой эти женщины пользуются практически каждый день. Многие мужчины, впрочем, тоже. Именно поэтому модель БД помогает сохранять баланс в отношениях и привлекать женщину к себе, повышая свою значимость и популярность. О'кей, надеюсь, что вступление закончено, и мы перейдем непосредственно к методикам и их применению.

Давай для начала определимся с терминами. **«Ближе»** можно назвать любые комфортные для партнера действия. Это можно называть усилением раппорта, можно называть проявлением больших, чем до этого, признаков симпатии, большим расположением и так далее и тому подобное. По большому счету, **«Ближе»** - это энергетика ваших отношений, которая приятна для вас. Она усиливает комфорт и доверие. Всё, что тебе приятно в действиях девочки — это действия на сближение. Даже подарки, организация особенных вечеров, помощь в достижении твоих целей и дальше со всеми остановками. Одним предложением — это действие на благо тебе и для улучшения твоего внутреннего состояния.

**«Дальше»** может принимать тоже совершенно разные формы. Это может выглядеть как уменьшение внимания, направленного на тебя. Точно так же это может быть игнорированием твоего существования в этой обитаемой реальности. Это может быть явная негативная реакция — провокация ссоры, обидные слова, разные наезды и так далее. Одним предложением — это действия, которые направлены на ухудшение комфорта в ваших отношениях и в твоём эмоциональном состоянии.

А «Ближе — дальше» представляет собой комбинацию этих действий разной степени интенсивности.

Методика номер раз: Ближе — Дальше

Что делать женщинам, если мужчины легкомысленнее их?

*Овидий.*

Излюбленная методика женского пола. Но это не значит, что у женского пола есть на эту методику иммунитет. Суть этой методики весьма проста: заинтересовав молодого человека, держать его при себе. Для каких целей парня при себе держат — сейчас не важно. Методика

используется следующим образом: сначала девочка делает этап **«Ближе»**. Это может быть как намеки на постель, так и флирт, не переходящий рамки приличия. Этим создается влечение мужчины к женщине, своеобразная привязка. Как только мужчина начинает думать, что он добился этой женщины, или у него появляются разные иллюзии на эту тему, следует **«Дальше»**.

Методика применения **«Дальше»** весьма различается, обычно это либо игра «Мне надо подумать», либо часть игры «Динамо». В последнем случае может разыгрываться возмущение, переходящее в «праведный гнев». Возможны другие варианты. Этими действиями мужчина отдаляется от женщины. Если женщина заинтересована в мужчине (а эти игры проводятся только с нужными людьми), то спустя некоторое время следует новый этап **«Ближе»**. Обычно на втором этапе **«Ближе»** от мужчины просят выполнить какую-либо незначительную или значительную услугу. Суть этой методики проста: держать около себя полезного ей человека, не давая ему ничего, кроме авансов и подталкивая его воображение к самообману.

Барышни часто обсуждают друг с другом, как можно играть в эту игру. Если тебя интересуют подробности — можешь пообщаться со своими подругами на эту тему, они тебе сами расскажут, как это обычно делается, и приведут сотни примеров.

Методика номер два: Маятник

Золото пробуют огнем, женщину — золотом, а мужчину — женщиной.

*Сенека.*

Методика основана на технике «Ближе — дальше», но основная цель — соблазнение женщин, используя их страсть к этой игре. Использование методики: сначала мужчина заинтересовывает женщину, или заставляет женщину думать, что она его заинтересовала. Суть не важна. Важно то, что сначала идет период **«Ближе»**. Скажем, одна неделя на первое время — этого вполне достаточно для понимания дальнейшей необходимости продолжения игры. Потом мужчина делает этап **«Дальше»**. Реализация может быть разной — от полного

пропадания на неделю из поля ее зрения, до видимого охлаждения к этой женщине на 50 градусов. В этот момент женщина будет пытаться сделать **«Ближе»** — ведь она тоже играет в эту игру, и по ее замыслу, время для **«Дальше»** не пришло.

В этой ситуации главное выдержать характер, и не пойти на её **«Ближе»**, играя в свое **«Дальше»**. Этап **«Дальше»** должен приблизительно совпадать по времени с этапом **«Ближе»**, например по неделе. Второе колебание маятника опять начинается с добавления комфорта, но этот этап продолжается, например, 5 дней, за ним следует пятидневный этап **«Дальше»**. Затем снова колебание с, например, трехдневными этапами. Потом однодневный. А потом игру можно прекращать.

На последнем (последних) колебаниях маятника женщина будет в полном диссонансе, потому что мужчина с одной стороны при ней, с другой — не играет в её игры. Она будет применять **«Ближе»** во время **«Дальше»** мужчины, причем, соблюдая известную закономерность — чем меньше реакция у мужчины на её **«Ближе»**, тем сильнее по интенсивности эмоций это **«Ближе»** будет. Так вот тот момент, для чего маятник и задействуется — нужно подловить максимальное «ближе» женщины и в этот момент перейти на новый этап отношений — вместо игр теперь будет секс.

Методика номер три: Игла

Мужчина, допускающий, чтобы им помыкала женщина,

— не мужчина и не женщина, а просто ничто,

*Наполеон Бонапарт.*

Методика является частным случаем «Ближе-дальше» в комбинации с резким изменением всех других вариантов поведения, никаких других соотношений пока не найдено. Методика применяется как средство встряхивания длительных отношений, которые становятся скучными.

Описание методики: у мужчины и женщины есть какие-то отношения, перешедшие за грань постельных. Для примера возьмем ситуацию, когда «иглу» применяет мужчина, чтобы встряхнуть

начинающую зазнаваться женщину. Но я уверен в том, что эта методика работает в обе стороны, поэтому никаких ограничений на использование я не нахожу. Кроме общей проверки на экологичность, конечно.

Так вот, некоторое время мужчина играет в продвинутое **«Ближе»** — его отношения с женщиной состоят только из положительных для неё моментов. Спустя, например, три месяца, когда отношения кажутся женщине установившимися и текущими в правильном для ее понимания русле, следует укол «иглой». Причем, укол должен быть абсолютно неожиданным — и чем он будет неожиданней, тем лучше проявляется действие этой техники.

Сама методика «иглы» состоит в том, чтобы сделать концентрированное «дальше», причём с наибольшей возможной для данной женщины интенсивностью. Для каждой женщины интенсивность подбирается индивидуально. Для одной женщины максимальной допустимой интенсивностью будет слова «сука подзаборная» в её адрес, а для другой пределом может оказаться пощечина и кажущийся разрыв отношений. Ещё раз повторяю — укол должен быть максимально выверен для каждой женщины, и не наносить непоправимого вреда ее психике. Укол должен быть на грани фола. Причем укол должен располагаться в минимально коротком промежутке времени — например, 2-3 часа. Важно понимать, что если интенсивность негативных эмоций превысит некий предел женщины. То это будет уже не игра, а психологическая травма.

Амплитуда укола должна нарастать из ничего до пика, потом так же резко спадать. Достаточным условием для уменьшения амплитуды укола в ноль является полная растерянность и дезориентация женщины. Сразу после укола «иглой», максимум — через 4-8 часов, вы должны перед женщиной извиниться за свои «неподобающие поступки» и «загладить вину» перед ней. Лучшим вариантом будет позвонить наутро после вечернего укола. Как я вижу воздействие иглоукалывания: женщина понимает, что она вас еще не узнала до конца. Она понимает, что вы можете ей преподнести ещё сюрпризов в будущем. Она

встряхивается и начинает думать над улучшением ваших отношений, или окончательно уходит, если укол был слишком сильный.

Амплитуда укола должна стремиться к минимуму при минимальном времени ваших отношений. Это связано с общей инертностью человеческой психики. Таким образом, чем больше время ты делал «ближе», тем сильнее может быть ваш укол «иглой». Суммарная результирующая линия ваших отношений вернется в положительное русло весьма быстро. Схематически этот процесс можно изобразить на графике эмоций так:

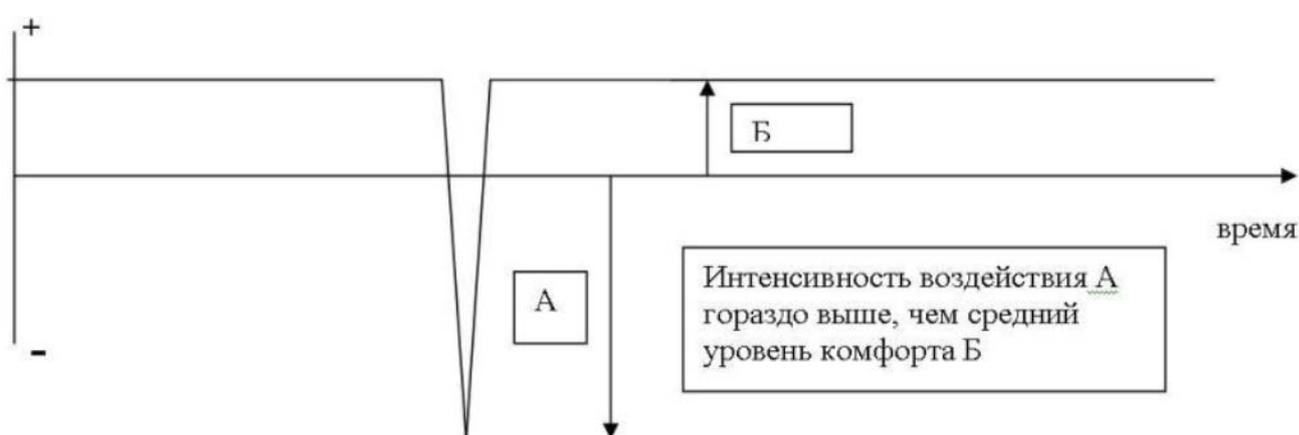


Рис. 11. Игла.

Почему это работает? Очень просто. Нам нужно, нам необходимо, чтобы в нашей жизни присутствовали как положительные, так и отрицательные моменты. Если всё слишком долго идёт хорошо, то это становится обычным. Если мы встряхнем отношения, показав, что такое «минус», то этот «плюс» будет казаться просто отличным. Месяца на два-три, пока не нужно будет снова точить иглу.

Испытания показали работоспособность методики во многих случаях, особенно хорошо действует для привязки женщины для длительных отношений. Рекомендуется использовать как последний шанс в самых критических случаях, ибо частое применение вырабатывает своеобразный иммунитет. Методика слишком термоядерная, чтобы травить ей тараканов.

Методика номер четыре: методика «плюс-минус»

— Ты мне руку сломала!

— В человеческом организме 215 костей. Это была только одна.

*Терминатор-2.*

Эта методика применяется в разговорах, как средство сделать хороший продвинутый комплимент. Главное в этой методике — контраст. Сначала говорится человеку минус, потом — плюс. Плюс по эмоциональному воздействию должен быть гораздо больше минуса. Как явная ошибка — конструирование фразы в стиле «Вот это классная задница у той девки! Но и твоя тоже ничего». Правильнее всего было бы делать комплимент в стиле арабских поэтов: «Она горбата и глуха но хозяйка этой верблюдицы сможет своей красотой покорить любого». Полный простор для творчества. Рекомендую прочитать что-нибудь из любовной лирики средневековья для понимания простоты этой идеи.

Этот вариант построения диалогов приносит раскачку эмоций с твоей стороны, но саму игру «ближе — дальше» не запускает. Фактически, ты просто играешь с уровнем комфорта в общении, причем игра идет по твоей инициативе и прекращается так же внезапно, как и начиналась. Злоупотреблять не стоит, иначе барышня посчитает такое общение особенностью твоей личности, и эта техника просто прекратит работать.

Методика номер пять: мнение в кубе

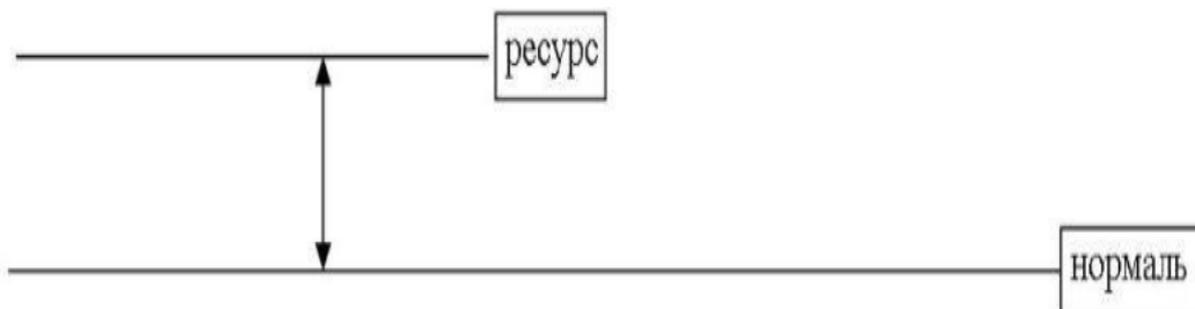
Господь любит нас всех, но ни от одного из нас не в восторге.

*Айзек Азимов.*

Можно сказать, что эта методика — частный случай иглоукалывания. Можно сказать, что это развитие методики контрастов, которая написана выше. Да какая разница, черт побери! Работает! И так, мы имеем девушку. На нее желательно произвести впечатление. Самый простой способ — это сказать ей комплимент. Можно ввести ее в ресурсное состояние, состояние веселости, эйфории, приподнятости. Для этих целей существует множество техник (Снос крыши, например).

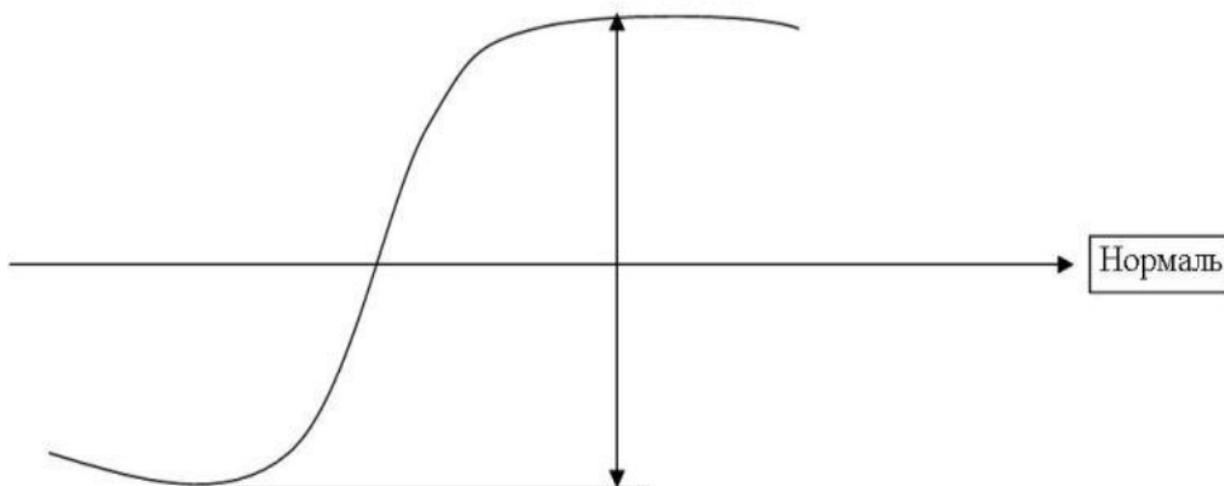
Главное в этой технике — сделать так, чтобы барышня осталась с вами в момент, пока вы её делаете. Если она уйдет на этапе накрутки негатива, то в итоге ты просто накачаешь девочку всякой ерундой плоть

до разрыва отношений с тобой. Тут главное, чтобы техника была сделана до конца. Смотри на график:



*Рис. 12. Мнение в кубе.*

Первое — это ресурсное состояние, которое ты ей даешь по сравнению с нормалью. Разница — есть, да. Возьмем её равной десяти условным единицам ресурсности. Теперь посмотри сюда:



*Рис. 13. Мнение в кубе.*

Сначала ты вводишь женщину в негативное состояние, например, тревогу, страх, неуверенность, ещё что-то. А только потом — бросаешь все силы на усиление раппорта и вывода девочки в позитив, никак не иначе. Что мы получаем? Чисто математическую разницу в 20 (а не 10) пунктов, взяв за основу те же исходные данные.

Если бы тут была чистая математика, то какого хрена мы бы тут столько копий ломали? Кроме того, что я уже описал, мы получаем резкий контраст между состояниями, который ценится намного выше, чем простое математическое ресурсное состояние модуля 20. Черт его знает, что в этот момент происходит с женщинами — мое мнение такого, что в точке выхода из не ресурсного состояния происходит деление на ноль, и замыкает в голове пару контактов, производя операцию не сложения, а умножения. Иными словами, если происходит контраст между не ресурсным и ресурсным состоянием, то сам по себе результат минимум удваивается, и получается уже не 20 единиц ресурса, а все 40.

Методика номер шесть: дрессировка

Моя жена как малое дитя. Я принимаю ванну, а она топит мои кораблики,

*Вуди Аллен.*

Да, именно так, ты всё прочитал верно. В этой главе я расскажу тебе ещё раз главный принцип дрессировки женщины. Основа этого принципа простая. Так вот, обычный человек делает то, за что его хвалят или то, от чего он получает удовольствие гораздо более охотно, чем то, за что его бьют ногами и сажают в тюрьму.

Что получается? Если перенести это принцип в жизнь, то, игнорируя «плохие» для тебя действия женщины и одобряя «хорошие» для тебя действия, ты очень скоро сделаешь так, что женщина будет делать в твоём присутствии для тебя только то, что есть «хорошее».

Простейший пример из разговора с девушкой:

— *Я не смогу встретиться с тобой в среду.*

— *(морда лопатой)*

— *Но я могу с тобой встретиться в четверг.*

— *(Улыбка, кивок).*

— *Хотя, позвони мне в среду, я тебе скажу точно.*

— *(морда лопатой).*

— *А, ладно, перенесу дела. Точно сможем.*

— *(Улыбка, кивок).*

Просто, но очень, очень действенно. Подробнее смотри описание этого принципа в книгах о дрессировке собак, прости за иронию. Но там этот метод расписан невероятно хорошо, достаточно заменить слово «щенок» на «женщина», и ты получаешь готовое руководство к действию. Ну, или в разделе «Позитивный образ мышления», часть про ратификацию и похвалу, суть не важно.

Теперь давай с тобой рассмотрим стратегии использования «ближе-дальше» в реальной жизни.

Пионерская стратегия

(герой Арнольда Шварценеггера) — Я вернусь! Ты же не знал, что я это скажу?

— Ты всегда это говоришь,  
*«Последний киногерой».*

Возьмем для примера сферического мальчика в вакууме и сферическую девочку в инертном газе. Допустим, что у мальчика опыт общения с барышнями пока не очень большой, просто по причине, например, молодости.

Мальчик знакомится с девочкой, общается, выгуливает барышню и вроде бы у них, по мнению мальчика, все хорошо. Дело движется к официальному объявлению отношений, то есть пахнет переходом от прогулок за ручку и робких поцелуев к этапу, когда начинаем отрабатывать базовые техники постельного двоеборья в вольной программе.

И тут внезапно, без видимых причин и объявления войны, барышня делает этап «Дальше» — ну, например, резко меняет интенсивность эмоционального плана. То есть, к примеру, начинает появляться на публике в обществе другого мальчика, или у неё внезапно объявляется много важных дел, поэтому времени на встречу не остается, хотя можно позвонить двадцатого февраля две тысячи сто пятнадцатого года, можно будет что-то придумать.

Что делает мальчик? В попытках сохранить комфортный для себя уровень отношений и, в основном, из опасений потерять барышню, он в ответ на **«Дальше»** девушки начинает добавлять в отношения эмоций

со своей стороны. Обычно это выражается в резком увеличении признаков внимания, заходом на романтику и так далее и тому подобное.

Что в этой ситуации происходит с точки зрения девочки? Она получает повышенное внимание, ещё больше эмоций, повышает свою самооценку, и, как следствие из всего этого, понижает сама для себя значимость этого мальчика. С точки зрения мальчика получается всё еще хуже — он старается, делает много чего хорошего, и в итоге ситуация еще больше ухудшается. Если мальчик вложит еще ресурсов, то в итоге вместо перехода отношений на новый уровень, из него станут вить веревки, и он перейдет из разряда потенциальных любовников в разряд действующих мальчиков по вызову, которые готовы сделать все возможное для получения ещё небольшого количества внимания и снисходительной улыбки ее величества.

Получается ситуация просто пантовая. Возможно, что отношения у них таки будут, но, к сожалению, природа устроена таким образом, что в одной паре «мальчик-девочка» яйца должны быть только у одного существа. И этими яйцами будет обладать девушка, что делает такое развитие событий просто насмешкой над природой.

Логично будет, что мы придем к следующему выводу — этой стратегией пользоваться нельзя! Ты повышаешь сам для себя значимость девушки, вкладывая в общение свои ресурсы, а ответных действий можно и не дожидаться.

Стратегия мужчины со стальными яйцами

—Вы - Норма Десмонд. Вы раньше снимались в нескольких фильмах.

Вы были такая великая...

— Я и есть великая, это картины стали мелкими,

*«Бульвар Сансет».*

Давай возьмем немного другую ситуацию, но с точно такими же исходными данными. Мальчик, девочка, отношения на любой произвольной стадии.

Девочки играют в «Ближе-дальше» не только для того, чтобы повысить свою значимость в глазах мальчика, но и для того, чтобы раскачать отношения по эмоциям. Считай что женщина — это подвид энергетического вампира, который должен постоянно получать эмоции, просто потому, что эти эмоции — смысл жизни, и никак не иначе.

И вот девочка начинает первые робкие попытки игры в эту замечательную игру. Разумеется, с этапа «Дальше». В ответ — нулевая реакция, то есть ровно ничего не происходит. Парень ведет себя ровно так же, как и раньше. Девочка пробует сделать «Ближе» в сильном варианте — реакция ровно та же самая. Ничего не происходит. Парень продолжает себя вести так, словно бы это не игра в отношения, а наблюдение за проплывающими облаками на фоне восходящего потока теплого воздуха. И снова виток «Ближе-дальше», и снова реакция нулевая. И так далее, и тому подобное.

В этой стратегии есть большие плюсы — барышня быстро отучается в эту игру играть. В первую очередь потому, что ожидаемых результатов эта игра не приносит. А зачем что-то делать, если результат, причем нулевой, известен заранее?

У этой стратегии есть один минус. В варианте длительных отношений, то есть когда мальчик и девочка составят устоявшуюся пару, барышне будет нужно получать эмоций все больше и больше, ей нужно будет, чтобы ее самооценку поддерживали на должном уровне. В итоге она будет вынуждена снова играть в «Дальше», но уже на другом уровне. Как это будет выглядеть? Она станет классической истеричкой, то есть будет устраивать скандалы на ровном месте, демонстрировать сильные эмоции и в итоге уйдет от адекватного поведения и восприятия реальности к тому, что принято на орбитах Плутона.

Избежать этого можно только адекватным пониманием реальности, то есть необходимости женщины в получении эмоций. И давать их ей. Как? Можно следующими по списку стратегиями, можно крышесносами, но в любом случае периодически устраивать встряски. Иначе тебе устроят встряску твоего мозга при помощи чугунной сковородки в момент очередного единения с космическим разумом.

Стратегия равного реагирования

—А ты кто?

— Я соблазнительница третьего класса.

*Альфавилль.*

Давай рассмотрим еще одну стратегию. Исходные данные те же самые, чего тут огород городить. То есть мальчик, девочка, и барышня делает первые шаги в направлении «Дальше».

В первую очередь девочка делает «Дальше» для того, чтобы ослабить свой комфорт, испытать легкий спад эмоциональной напряженности, можно сказать, чтобы остыть. И в этот момент, точно таким же образом, мальчик делает другие действия, но по сути дела то же самое «дальше». И уровень ослабления комфорта, на который рассчитывала девочка, внезапно стал гораздо больше, чем ей бы хотелось, и на самом деле было необходимо.

Что делает девочка? Для сохранения своего комфорта в отношениях, она делает «ближе», и в этот же самый момент времени мальчик делает такое же по силе воздействия «ближе», но может быть, немного другим образом. И так может быть несколько раз, и получается такая игра в своеобразную волну. И если это был второй этап отношений, то в один момент времени получается максимальное развитие идеи сближения — секс.

Какие у этой стратегии плюсы и минусы? Плюсы в том, что, в отличие от пионерской стратегии, этот вариант действий к сексу ведет. Минусы в том, что на этапе длительных отношений эта стратегия становится очень опасной, потому что предсказуема. И умная девочка может на этапе «дальше» сделать половину от того, что задумывала, потому что остальную половину все равно сделает парень.

Так что пользоваться именно этой стратегией очень разумно на этапе соблазнения, и упорядочивания отношений, но для сохранения отношений эта стратегия подходит несколько хуже, чем следующая. Я бы даже сказал, что для поддержания отношений эта стратегия практически совсем не подходит.

Стратегия разумного управления отношениями

Все женщины ведут в туманы,

*Марина Цветаева.*

Сейчас мы обсудим ещё одну стратегию, но уже без этих вводных данных. Мы их немного поменяем, в сторону развития и поддержания отношений. Да, эта тема больше к завершению третьего этапа подходит, но тут уж привыкай получать информацию немного раньше, чем она может понадобиться.

Мы сейчас поговорим о том, как с помощью техник «ближе-дальше» делать ваши отношения полноценными и интересными.

Начнем с простого. Надеюсь, ты понимаешь, что если долгое время все идет хорошо, то это хорошо внезапно становится новой точкой отсчета. Другими словами, для большинства мужчин хорошие отношения с девушкой становятся некоей данностью, реальностью и незыблемыми законами бытия. А для девушки это становится скучной бытовой рутинной, и снова напоминаю стратегию выбора парней девушками — для них рутина, она же скука, является первым мотивом к тому, чтобы найти на свою задницу приключений. И она найдет их где угодно, если любимый мужчина не обеспечивает их отношения необходимой в таких случаях встряской.

Именно поэтому будет разумно понимать, что эта встряска отношений просто необходима для того, чтобы они продолжались и снова играли яркими красками.

И разумным будет выступать самому инициатором этих встрясок. Каким образом — решать тебе. Основной закон прост — если у вас долгое время все идет слишком хорошо, пора либо делать крышесносы, либо делать иглу. И инициатором таких действий должен выступать ты, и сам нести за них ответственность.

Пойми, это не блажь, не прикол и не совет старца с вершины дерева, на которое он, в очередной раз, скрипя костями, залез поучать народ. Это просто наблюдение, основанное на моем личном опыте. Считай иглоукалывание разновидностью акупунктуры, которая необходима, чтобы разогнать застоявшуюся кровь в напряженных мышцах.

Единственное, что нужно понимать кроме необходимости этих действий, так это то, что делать их часто не стоит. Сигналом к профилактической работе будет то, что уже слишком долгое время все идет хорошо. Например, иглой стоит встряхивать отношения раз в три — пять месяцев, иначе это станет вашим ежедневным развлечением увлеченных мазохистов.

#### Выводы

Сознательно или бессознательно женщины всегда пользуются чувством чести и верности данному слову, которое так сильно развито у мужчин.

*Альбер Камю.*

Умение играть в игры «ближе-дальше» является очень важным навыком для хорошего соблазнителя. Умение играть правильно, то есть, по выбранным для конкретного этапа отношений стратегиям, просто необходимо.

Если вместо понимания этих игр ты будешь просто плыть по течению, то рано или поздно у тебя появится свой персональный мужчина с яйцами.

Глава 20: О важности обратной связи.

Не существует такой проблемы, в которой не было бы бесценного дара для тебя.

Ты создаёшь себе проблемы, потому что эти дары тебе крайне необходимы.

*Ричард Бах.*

На пути тренировок и обучения существует такая вероятность, что не всегда всё будет идти по твоему плану и соответствовать твоим ожиданиям. И тут возможны несколько вариантов событий.

**Первый:** ты будешь игнорировать те моменты, которые у тебя вызывают временные затруднения и научишься с ними жить. Возможно, что это сработает, просто далеко не со всем можно жить спокойно. Например, если у тебя постоянно, всегда в один момент времени, когда до секса осталось совсем чуть, сбегает девочка, можно либо что-то менять в своем поведении, либо в итоге стать праворуким качком.

**Второй:** ты бросишь на преодоление этого затыка все свои ресурсы. Есть вероятность, что это сработает, и точно так же возможно, что с другой стороны тоже придет в ответ удар по голове. Предсказуемости нет.

**Третий вариант:** можно начать переживать по этому поводу, разным образом показывая себе и всему миру. Как тебя это печалит и как это все заставляет тебя страдать. Проблему это не решит, мужчиной тебя это не сделает, к перемене пола эта стратегия, впрочем, ведет. Или к смене ориентации.

**Четвертый:** ты учишься на основании обратной связи, получая из результатов бесценный опыт, который является основой мастерства. Вместо того чтобы страдать, ты спрашиваешь себя «Что в следующий раз я могу сделать лучше?». И делаешь, проверяя, как улучшаются твои навыки.

Вот мы и приходим к тому, что всё, что происходит — происходит к лучшему. Сразу скажу тебе, что одно из моих любимых афоризмов звучит так «опыт — это знание о том, как поступать в ситуациях, которые никогда больше не повторяются». То есть наша задача простая — на основании того, что уже произошло, сделать так, чтобы в будущей эти ситуации просто не возникали.

Как же это сделать? Для начала, хорошо бы понимать, что ты конкретно делаешь в каждый момент общения с девочками. Ещё лучше было бы понимать, как реагирует девочка на твои действия — что ей понравилось, что нет, и как вести себя так, чтобы всё было бы в шоколаде. Было бы просто замечательно, если бы у нас был микрофон.

Так как с микрофоном возникли некоторые темпоральные проблемы, остается использовать для решения поставленной задачи вторую по мощности действия технику — трехпозиционное описание. Что это, и для чего оно нужно?

Эта техника объединяет в себе методики глубинного анализа своих действий, и помогает сделать для самого себя кучу выводов о произошедшем событии, причем с разных точек зрения. Эта техника просто идеально подходит для разборов полетов, или для получения

обратной связи. То есть технику трехпозиционного описания мы когда используем? Когда совпадают несколько факторов:

**1.** Это было личное общение. То есть лицом к лицу — не по телефону, интернету, компьютеру и так далее. Вживую.

**2.** Это было именно общение, а не игра в гляделки.

**3.** Вас, то есть собеседников, было двое. Чем больше было людей, тем сложнее делать технику. Именно поэтому она идеально подходит для разбора второго свидания.

**4.** Эта ситуация общения тобой нормально переживается, то есть при воспоминании у тебя не начинается эпилептический припадок. Другими словами — интенсивность эмоций средняя или низкая.

**5.** И самое главное — во время этой ситуации общения ты не достиг своих поставленных целей. Если цели достигнуты — радуйся, если нет — получай обратную связь.

И всё — с каждым разом использования техники ты будешь замечать всё больший комфорт во время проведения свиданий и свою возрастающую уверенность в своих силах во время соблазнения. Я не говорю, что без этой техники у тебя ничего не получится, я просто утверждаю, что с ней все получится намного быстрее.

Чтобы техника работала, давай для начала рассмотрим немного теории, которая необходима для нормального результата, потом займёмся техникой вплотную.

Позиции восприятия

Зло — это всего лишь точка зрения,

*«Интервью с вампиром».*

Во время обычной коммуникации давай условно возьмем три точки наблюдения. Надеюсь, ты помнишь из института, что систему формирует наблюдатель? Логично было бы предположить, что точка зрения каждого собеседника несовершенна, но при этом содержит правильную для восприятия целой картины информацию. Наша задача - собрать все эти кусочки в единое целое, получив, таким образом, бесценный опыт.

Теперь давай рассмотрим эти точки зрения, или позиции восприятия.

Первая позиция восприятия

Если эгоистическое благополучие — единственная цель жизни,  
жизнь быстро становится бесцельной,

*Роллан Ромен.*

Самая интересная позиция. Наверное, потому, что каждый из нас в этой позиции восприятия живет подавляющее количество времени. Эта позиция — позиция тебя самого. Эта позиция восприятия характеризуется восприятием мира через свои ценности, через свои фильтры интересов, жить своей жизнью и вообще.

Вот всё бы хорошо, но есть понятие «застревания» в позиции восприятия. То есть человек, который живет только в первой позиции восприятия — это очень странный человек. Это человек, который живет только своими, и исключительно своими интересами, не обращая внимания на других людей. Этот человек игнорирует обратную связь от других людей, этот человек обращает внимания только на свои запросы. Надеюсь, что таких людей тебе в жизни не встречалось, потому что жизнь только в первой позиции восприятия — это патология. Обычно к первой позиции в каком-то балансе добавлено восприятие мира через вторую позицию.

Вторая позиция восприятия

Женщина, старающаяся походить на мужчину,  
так же уродлива, как женоподобный мужчина,

*Лев Толстой.*

Вторая позиция восприятия встречается в жизни немного реже, чем первая, но она тоже есть. Часто ли тебе доводилось слышать слова типа: «Ну, ты встань на моё место», «Я бы в этом случае сделал так» или «Если бы я был на твоем месте». Это все случаи работы во второй позиции, или общения «как если бы я был другим человеком». То есть, если первую позицию можно кратко описать «я — сам», то вторая позиция восприятия звучит как «я — другой».

Случаи застревания во второй позиции тоже бывают, и бывают часто. Типичный пример — человек, который думает постоянно, что о нем скажут окружающие, как они воспримут его действия и как

отреагируют на его слова. Или бабушка на лавочке, которая знает все про всех жильцов дома, и на себя у нее времени просто не остается. Человек, который живет только чужими интересами — это ненормально. Но в полной мере нормальность или ненормальность можно оценить из третьей позиции.

Третья позиция восприятия

Кто сторожит сторожей?

*Латинская пословица.*

Кто хранит хранителей?

*Фильм «Хранители».*

Эта позиция самая интересная. Не в смысле, что в ней находиться интереснее всего, а в смысле, что в этой позиции обычный человек находится достаточно редко. Особенность третьей позиции состоит в том, что это позиция стороннего наблюдателя в любой ситуации. Если в первой или второй позиции мы часто бываем захвачены внутренними процессами, то в третьей позиции восприятия мы имеем возможность оценить коммуникацию вообще.

Помнишь, как в школьном курсе физики — систему описать изнутри невозможно? Точно так же в общении. Из процесса общения заметить те вещи, которые стоит в коммуникации улучшить, невероятно сложно. Поглядев на общение своего друга с девушкой, ты можешь сразу выдать четкие и понятные советы. То есть, можно представить себе третью позицию восприятия, как общение в стиле приглашенного эксперта — мне все равно, что тут происходит, я даю советы.

Застрять в третьей позиции сложнее всего. Хотя, такие люди встречаются — они обычно сидят на отшибе во время самой суровой пьянки, и молча наблюдают за тем, что происходит. И теперь настало время обобщить то, что я тут написал про позиции восприятия в одной таблице:

Особенность	Первая позиция	Вторая позиция	Третья позиция
Интересы	Свои	Чужие	Их просто нет
Эмоции	Есть	Есть	Нет
Метафора	Эгоист	Бабушка на лавочке	Эксперт со стороны
Ассоциация	Есть	Есть	<u>Диссоциирован</u>
Название	Я – сам	Я - другой	Я – наблюдатель

*Таблица 1. Характеристики позиций восприятия.*

Теперь сама техника: **трехпозиционное описание.**

Разумеется, что ни одна позиция восприятия не полезна сама по себе. Полезно и жить своими интересами, и учитывать интересы другого человека во время общения с ним, и улучшать свои коммуникативные навыки для дальнейшего личностного роста. И в этом нам сильно поможет трехпозиционное описание, которое направлено на разрешение коммуникативных проблем, или улучшение наших навыков общения через глубокое встраивание позиций восприятия.

Напоминаю, что эта техника делается строго по условиям, которые написаны в начале главы!

И теперь, как эту технику делать самому с собой. Тебе потребуется много свободного места (например, пустая комната), и несколько листочков бумаги. После такой простой подготовки тебе необходимо строго соблюдать последовательность следующих шагов, и делать их один за другим, пропускать шаги или изменять технику строго не рекомендуется. Ну что же, начнем.

1. Определи для себя сам ситуацию, которую ты хотел бы изменить, улучшить или исследовать. Восстанови в памяти местоположения персонажей — тебя и твоего собеседника.

2. Положи на пол листок, на котором будешь стоять ты сам, как участник общения.

3. Встань на этот листок, и вспомни, как происходило общение. Что ты видел, что ты слышал, что ты чувствовал в своем теле? Чем более подробное описание будет, тем лучше. Определи, что большего всего

мешает тебе, что дискомфортно в коммуникации. Определи, как ты воспринимаешь собеседника в этом состоянии. (Это будет описание ситуации из первой позиции).

4. Встряхнись. Это поможет тебе выйти из неприятных ощущений. Именно встряхнись, можно попрыгать на одной ноге. Точно так же, как собака, выйдя из воды, отряхивается, сгоняя с себя капли воды, ты сгонишь с себя негативные эмоциональные переживания.

5. Положи на пол листок, на котором будет «стоять» твой собеседник. Понятно, что физически его в комнате нет, но представь, как если бы он был.

6. Встань на этот листок бумаги, и представь, как если бы ты сам разговаривал с собой, представь, как если бы ты был другим человеком. Что бы ты тогда видел? Чтобы ты тогда слышал? Как бы ты себя чувствовал? Насколько тебе комфортно? Что ты думаешь про собеседника? (Это будет описание ситуации из второй позиции).

7. Снова встряхнись. Определи место в комнате, откуда ты легко можешь наблюдать обоих участников общения, если бы ты их видел. Положи листочек на пол.

8. Войди в ситуацию наблюдателя. Представь, что ты наблюдаешь через одностороннее зеркало ситуацию общения. Определи, что происходит в ситуации, и помни, что у хорошего эксперта не бывает эмоций, у него бывают только оценки, как эксперта. Как эксперт, определи, что может пригодиться человеку в первой позиции, чтобы его коммуникация была для него удобной? Какое состояние будет ему более полезно, чем текущее? (Это будет описание ситуации из третьей позиции).

9. Положи на пол четвертый листочек, и назови его листком ресурсов. В этом месте тебе будет хорошо. Пожалуйста, вспомни в своей жизни ситуации, где ты проживал состояние, которое тебе было бы полезно. То есть, если из третьей позиции восприятия, ты определил, что тебе будет полезно больше уверенности, вспомни в своей жизни момент, когда ты был уверен. Вспомни, как ты видел мир, когда был уверен. Вспомни, как ты слышишь мир, когда уверен. Почувствуй, как

живет уверенность внутри тебя. И когда ты вспомнишь это состояние максимально полно, пройди в этом состоянии уверенности в первую позицию.

10. Восприми, как изменилась ситуация общения, когда ты стал себя чувствовать другим образом. Тут есть важный пункт если состояние осталось дискомфортным, сделай разбивку (встряхнись) и снова иди на шаг номер (8). Если состояние комфортно, продолжай.

11. Войди во вторую позицию, и восприми общение, и восприми, как и что изменилось. Если состояние комфортно, продолжай. Если нет — иди на шаг номер восемь. То есть, если что-то не так. продолжай улучшать коммуникацию, внося в нее новые состояния. Важно! Ресурсы стоит вносить только в первую позицию.

12. Выйди в позицию наблюдателя и посмотри, насколько комфортно это общение выглядит со стороны. Если все хорошо — продолжай. Если нет — восьмой шаг.

13. Теперь восприми это новое состояние общения. Чему ты научился за это упражнение? Что ты в себе открыл? Как можно теперь общаться с людьми? И просто подумай, что если вдруг в своей жизни возникнет похожая ситуация, то как ты будешь себя вести?

14. Это просто такой вот шаг, самый завершающий. Впусти в себя все образы, которые ты создал на бумажках. Собери бумажки, и снова стань сам собой, более другим, но таким же целостным. Представь, что ты вбираешь в себя все хорошее, что образовалось во время этой техники.

Вот такая простая техника. Маленькое предупреждение: сначала она может выполняться достаточно долгое время, около часа. Потом — значительно быстрее, до двадцати минут, после приблизительно десяти отработок время может сократиться до пяти минут. Признаком мастерского владения техникой будет то, что она проходит у тебя в голове просто в момент начала мыслей, что у тебя с девочкой прямо сейчас что-то идёт не так, как хотелось бы.

А так, сама по себе, это великолепная техника, которую стоит делать всегда для анализа того, почему и что было не так во время

общения с девушками. Из второй позиции про себя самого можно узнать много весьма любопытных вещей, по опыту говорю.

И как это использовать в жизни

Крайне рекомендую пользоваться этой техникой всякий раз, когда ты не понимаешь, что происходило у тебя с девушкой. Или когда внезапно она выдавала тебе совершенно не те реакции, на которые ты рассчитывал.

Эту технику можно делать в моменте тоже, прямо во время свидания. Например, ты всегда можешь извиниться и отойти в туалет, быстро прокрутив у себя в голове основы техники, и тут же изменить свое поведение по мере необходимости.

Напоминаю, что техника делается в нашей голове, и поэтому мы можем быть готовы к тому, что наш мозг интегрирует эту технику и будет использовать ее по максимуму, делая твою жизнь лучше, ошибок во время общения все меньше, а радости от соблазнения все больше и больше с каждым новым случаем.

Я думаю, это именно те жертвы, на которые мы готовы пойти.

Выводы части, подведение итогов.

- Вот и всё, что я могу рассказать о войне во Вьетнаме, Форрест Гамп.

*«Форрест Гамп».*

Мы с тобой рассмотрели и разобрали полный набор техник, которые реально приносят пользу во время проведения второго этапа соблазнения. Как же понять, что второй этап прошел действительно хорошо, ты все сделал правильно, и девочка появится на третьем этапе?

Как минимум, ты подержался за женскую грудь. Именно подержался, именно за женскую, и именно за голую, а не через одежду случайно дотронулся пальцем. Я серьезно, трогая девушку за грудь, ты очень четко показываешь свои намерения и будущее отношения к барышне. Друзья и товарищи за грудь не держатся, уверяю тебя.

Готов тебя разочаровать, но поцелуй для женщины мало что значат. В смысле, это приятно, конечно, но поцелуй — это не подписанный в присутствии двух свидетелей договор о согласии на секс.

Это так, поцелуй и всё. Вот ты будешь совсем не рад, но ещё больше скажу — бывают девушки, которые не целуются (тараканы у всех свои), а сексом занимаются. Так что не стоит на поцелуях особенно циклиться.

Что же мы в этой части книги рассмотрели? Мы поговорили о подготовке идеального места для проведения второго этапа соблазнения. Мы обсудили, как себя вести с девушкой, как её трогать, возбуждая, как играть с ней в игры «ближе-дальше», как сносить ей крышу и как учиться, чтобы все это происходило быстро и с комфортом.

И как быть готовым к тому, что девушка может тебя изнасиловать. Кстати, я подкину тебе совсем хитрую идею: если девушка идет к тебе домой, а у тебя дома внезапно оказался бардак и ужас, не удивляйся тому, что она может уйти под благовидным предлогом. Для хорошего соблазнения должен быть порядок не только в твоей одежде, но и в твоём теле, твоих мыслях и, конечно же, в твоём доме.

А все остальное, что можно и нужно делать с женщиной, я описал в следующей части книги.

Часть 5: Третье свидание.

Секс должен быть высшей ступенью общения, а не заменой общения,

*Мериан Уильямсон.*

Разница между порнографией и эротикой — в освещении,

*Глория Леонард.*

Вступление: цели и задачи.

Если достаточно аргументировать свои мысли,

они не могут быть неправильными,

*«Здесь курят».*

Хорошо, мы прошли этапы знакомства, привлечения, сближения, и настало то самое время — время, когда пора бы и заняться великим делом увеличения населения России, или хотя бы генеральной репетицией этого процесса.

Мы говорим о том, что секс — это естественно, хорошо, местами потно и очень приятно. И то, что мы делали до этого момента — идет к

сексу, и на сексе ничего не заканчивается, а только начинается. Начинаются отношения.

Напоминаю, что цель третьего свидания — секс. Именно секс, в классическом понимании. И девушка это понимает, когда приходит на третье свидание, и ты. Хоть обе стороны процесса это понимают, не стоит слишком сильно ускорять события (читаем про «пережал» в главе о раппорте), и бросаться на женщину с воплем «сиськи!».

Правила игры требуют, чтобы женщина выступала наивной жертвой обстоятельств, которая не смогла устоять перед твоим обаянием, а ты играл роль коварного соблазнителя. Как бы на самом деле это ни выглядело.

Давай начнем с места встречи. Тут все точно так же, как и в случае второго свидания — те же требования, и условия. Мягко, тепло, уютно, близко от дома.

Напоминаю, что мы проходим все предыдущие этапы общения, только ускоренными темпами. То есть нам надо сначала некоторое время поговорить за жизнь, сказать пару комплиментов, установить раппорт, включить кинестетику, и дальше перейти в дом. На этом этапе, кстати, бывает пара моментов. Давай их кратко рассмотрим. Начнем с четырех способов, как соединить в одних пространственно-временных координатах девушку, тебя и твою квартиру. То есть, как пригласить девушку к себе:

**1.** Девочка сильно возбуждена, явно говорит тебе, что хочет тебя. Прямо сейчас. Ну, тут ничего делать не надо — лови такси, поезжай домой, все понятно. Идеальный вариант, встречается редко.

**2.** Сохраняя правило продолжения коммуникации, меняем место. То есть, продолжаем с ней говорить, её трогать, смотреть в глаза — перемещаемся домой, незаметно (хотя да, пожалуй, заметно) и продолжаем всё, как намечено. Фактически, мы просто берем на себя инициативу и спокойно развиваем события. Тут опять же, требуется, чтобы девочка была достаточно сильно возбуждена. С другой стороны, есть опасность включения мозга и начала игры под названием «Последний Бастион».

**3.** Приглашаем девушку домой под благовидным предлогом. Например, посмотреть кино, покормить рыбок, почитать книжку или там устроить вечерние чтения литературы.

Предлог должен быть таким, чтобы девушка могла сама себя оправдать в будущем, и достаточно интересным, чтобы согласиться. Например, фраза «поехали считать тараканов!» - не интересная и не оправдывающая поведение. А что-то в стиле «Кстати, помнишь, я тебе обещал дать почитать посмотреть ОТЛИЧНОЕ ПРОИЗВЕДЕНИЕ, сейчас зайдем, выдам на руки» — отвечает обоим требованиям.

**4.** И четвертый вариант — слегка лукавим. Случайно проходя мимо квартиры, надо зайти внутрь выключить газ, закрыть воду или ты судорожно вспомнил, что твой кот уже заканчивает прокачивать персонажа на 80-м уровне и ему надо включить другую игру, чтобы бедное животное не заскучало. Фактически, ты выдаешь надуманный предлог, и приглашаешь девушку зайти за компанию, чтобы не стоять на улице.

Легко заметить, что эти способы по большому счету похожи, и отличаются только уровнем откровенности предложения. То есть чем выше раппорт, тем меньше надо придумывать повод — всем все понятно.

Что дальше? Девушка дома, ты тоже. Ошибкой было бы включить мысли типа «Ага, она дома, точно даст, понеслась!». Во-первых, девочка находится в новом помещении, и слегка напряжена. Во-вторых, она понимает, что тут будут её иметь, и слегка напряжена тоже. И тут ты, махая болтом, вылетаешь на неё из-за шкафа...

Получается в лучшем случае игра «Загоняй до смерти барышню», в худшем она сбежит. Я бы тебе рекомендовал для начала барышню расслабить — показать квартиру, дать посмотреть свою коллекцию плюшевых медвежат, сделать кофе или попить чаю. И постепенно и плавно начинать снова второе свидание, со вступлением, ораторией и гранд-финалом.

В итоге, задачи сводятся к следующим:

**1.** Освежить в памяти и пройти все предыдущие этапы — первое и второе свидание.

2. Сменить место и оказаться дома.
3. Расслабить барышню, усилить раппорт.
4. Снова начать «второе свидание» - включить кинестетику.
5. Секс.
6. Переходим на шаг 5.

Глава 21: Штурмуя последний бастион.

- Давай немного подождем?

- Чего подождем? Члену меня крепче уже не будет!

*Эдди Мерфи.*

Сейчас, в этой главе, мы будем с тобой обсуждать один интересный, скользкий и очень простой вопрос. Вопрос состоит в том, что делать, когда девочка в последний момент ушла в отказ?

Ну, к примеру, вы пришли домой, целуетесь, ты её раздел, романтика так и прёт, и тут она говорит «я так не могу, давай не сейчас». А может быть, барышня встанет перед квартирой и отказывается заходить. Или, к примеру «зайка, я не готова давай обождем», или так далее и тому подобное. А продолжая домогательства ты получаешь всё больше и больше негатива и в итоге девочка пропадает не только из квартиры, но ещё и из твоей жизни тоже. Это и называется, кстати, «пережал», в главе про раппорт.

В этой главе мы рассмотрим, почему возникают такие ситуации, что с ними делать в моменте, и как делать так, чтобы они не возникали никогда в принципе.

Причины последнего сопротивления

Женщины могут симулировать оргазм,

но мужчины могут симулировать даже взаимоотношения,

*Шерон Стоун.*

Вот смотри сюда. Наверное, ближе к концу книги, ты уже начинаешь не только знать, но еще и понимать и даже верить в то, что женщины — крайне эмоциональные создания, управляемые инстинктами и чувствами. О'кей. Договорились. Теперь давай кратко рассмотрим последствия одного отдельно взятого «быстрого чпока» для мальчика и девочки. Возможные последствия, но которые очень даже могут быть.

Последствия секса для девушки	Последствия секса для парня
<ul style="list-style-type: none"> <li>- возможная беременность</li> <li>- полтора года потери «товарного вида»</li> <li>- семь месяцев плохого самочувствия</li> <li>- возможные необратимые изменения в фигуре и социальном статусе.</li> <li>- Возможная потеря работы и квалификации.</li> <li>- Ребенок на следующие 20 лет, о котором надо заботиться.</li> </ul>	15 минут радости.

*Таблица 2. Возможные последствия секса для парня и для девушки.*

Я, конечно, не девочка, но тут прямо-таки бросается в глаза что обмен совершенно неравнозначный. Да, современная контрацепция творит чудеса, мы это знаем. Но генетическая память сотен поколений женщин помнит другое!

И именно поэтому в самый последний момент перед сексом девушка должны быть полностью и окончательно уверена в парне, с которым будет секс. Это её проверки на отношение к ней, на возможное будущее, на уверенность тебя в своих действиях и так далее. Впрочем, именно что и почему нам суть не так важно.

Важно — когда нам такое перед сексом говорит девочка то понимай, что это говорит не она это говорят с тобой ее страхи и опасения. Ты беседуешь с тараканами. Обижаться на девочку не стоит, и это совершенно глупо, стоит понимать — это есть. Это так. Если ты молодец, ты с этим справишься. А если ты не молодец, ты не достоин размножения. Так и будет.

Теперь давай перейдем к конкретным советам.

Главное — то, что происходит, это обратная связь тебе

Женщинам нужен повод для секса. Мужчинам же нужно только место

*Билли Кристал.*

Читай очень внимательно. Тут много важной информации.

Итак, первое. Чем выше для женщины значимость мужчины, тем меньше она будет сопротивляться сексу с ним. Условно говоря, чем больше ты для нее проходной вариант, тем больше нужно работать в последние моменты.

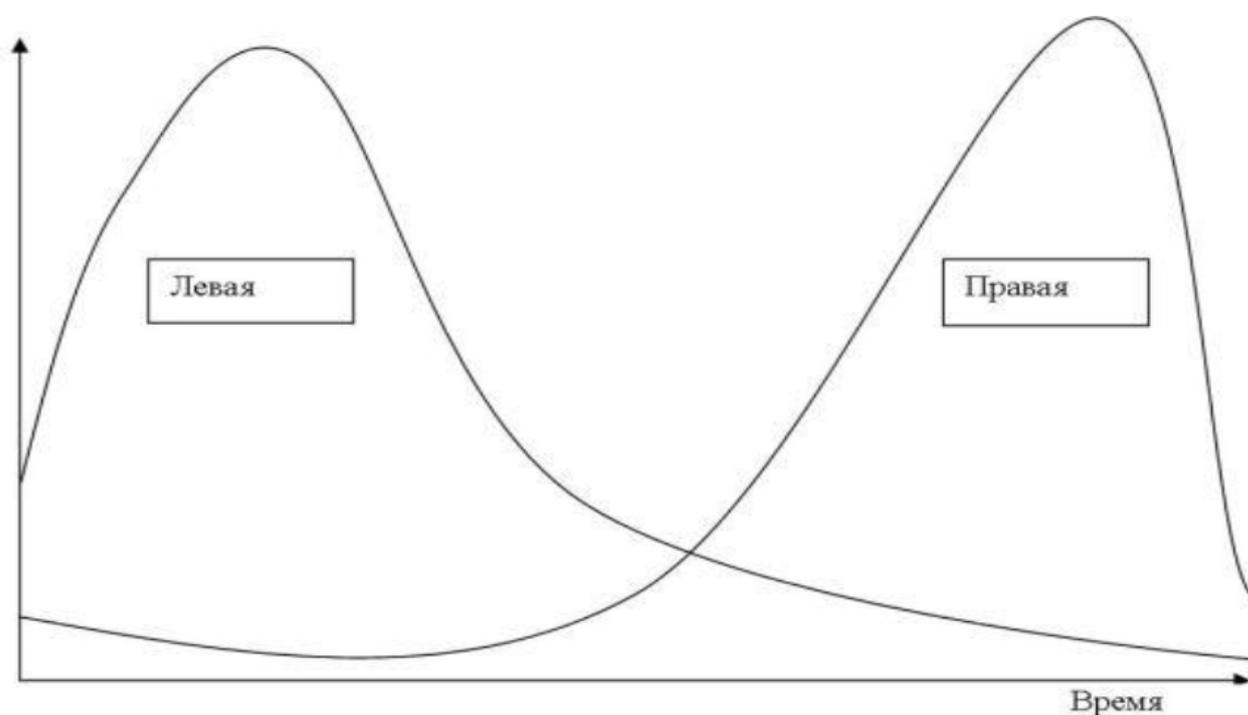


Рис. 14. Зависимость усилий для установления раппорта от времени.

Что это вообще такое? Это простые оси ординат. Внизу — время, вертикально — усилия, которые надо вложить тебе в установление раппорта. Рассматриваем с точки зрения всей линии общения — от знакомства до секса размер кривых крайне условен, и взят с потолка.

Очень условно говоря, мы разделяем в соблазнении две стратегии — сначала много усилий тратим на установление качественного, хорошего раппорта и дома всё идёт как по маслу — легко и комфортно. И вы получаете много радости, удовольствия, оргазмы, незабываемый секс, спите в обнимку, и дальше все шоколадно.

С другой стороны, на установление раппорта можно подзабыть — и привезти девочку домой. И тут начинаются гонки по квартире, пять часов прожиманий, психотехнологии, в итоге из восьми часов ночью спишь ты десять минут, и даже секса может и не быть. Утром идешь по

своим делам не выпавшийся, злой, с больными яичками, рычишь на людей и вообще — реальность не радует. Вот скажи, оно такое вот тебе надо?

Кстати, если переложить этот график на женщин, получается совсем интересно — сопротивляться в последнюю минуту она по большому счету, может в двух случаях:

А) Она сомневается в вас (слабый уровень раппорта).

Б) Она сомневается в качестве секса (слабое позиционирование на втором свидании).

Осталось ко всей этой теории добавить практических советов, и ты встретишь третье свидание во всеоружии.

**Резюме:** Если вдруг начались игры под названием «загони девочку в угол», тебе стоит очень и очень внимательно курить главу о раппорте, а не обижаться на девочку. Сваливать на барышень свои косяки — поступок очень далекий от мужественности. К тому же сразу возникает вопрос — а ты самую первую часть книги, где говорится о собственной ответственности, уже не помнишь или пролистал?

Что делать?

Секс является одной из девяти причин для реинкарнации.

Остальные восемь не важны,

*Джордж Берне.*

Давай рассмотрим работающие стратегии, которые могут нам помочь ускорить процесс привыкание мыслей девочки к тому, что вы уже спите вместе. Тут я рассмотрю простые, работающие стратегии, которые показали свою пользу много-много раз.

Маленькое отступление: если ты делал то, что описывается в книге, то есть последовательно устраивал с девушкой первое, второе свидание... На втором — прожимал, держался за грудь и говорил о звездах, а на третьей встрече она согласилась поехать к тебе — любые слова о том, что «она не хотела и вообще реально ехала смотреть рыбок» всерьез рассматривать не стоит. Барышни прекрасно знают, на что идут, уверяю тебя.

Так что давай переходить к стратегиям, уже пора.

## **1. Крышесносы.**

Напоминаю, что крышесносы помогают «пробить» мостик между вторым и третьим свиданием, как и в разделе книги про второе свидание. Какие варианты могут сработать дома? Например, можно вывести девушку на балкон, чтобы послушать город.

Очень хорошо работает (если ты употребляешь алкоголь) создание разного рода горячий и экстремальных коктейлей. Проще всего делается «самбука — баскетбол», объединяя в себе крышеснос новым поведением и алкоголем.

## **2. Смещаем фокус внимания.**

По большому счету, отвлекаем мысли девушки с обдумывания секса на обдумывание того, что и дальше будет у вас хорошего. Подробно и с примерами это будет темой мастерской книги, а пока укажу ключевые точки.

Для начала можно «включить романтику» - то есть поговорить с ней о том, как ты видишь ваши совместные отношения, прогулки, романтику, светлое будущее и так далее.

Можно так же рассказать, как ты любишь просыпаться вместе с девочкой под утро после ночи секса, обнимать ее, такую теплую, мягкую, любимую, как это хорошо и приятно спать вместе...

Можно поговорить о том, что самый лучший секс бывает именно во второй раз — когда вы уже можете чуть больше открываться друг другу, и пойти на большую эмоциональность, полностью показать всё, что для вас значит секс с любимым человеком, и так далее и тому подобное.

## **3. Раскачиваем по эмоциям.**

Наша задача — сделать так, чтобы девочку захлестнула волна эмоционального всплеска и вообще. С одной стороны, это тоже помогает усиливать раппорт, с другой стороны — чем сильнее эмоциональный фон, тем слабее логический. Впрочем, я сейчас не про работу полушарий, а про то, что надо делать.

Например, можно рассказать про свои мечты, или представить в то, что можно было бы, если бы вы вместе спали, видели один и тот же сон, или поиграть в рассказывание своих фантазий, или просто заняться

приятными вещами — например, обменяться списком желаний и наугад выбрать, кто кому какое желание исполнит.

Можно даже поиграть в фанты — смех смехом, а игра быстро становится очень сексуальной и двусмысленной. Вариантов — масса, наша цель — получение сильного эмоционального фона.

#### **4. Проявляй настойчивость.**

Тут вариант действий простой — снова продолжай. Но не тупо долбись к застёжке сзади на спине, а действуй по простой стратегии. Поговори — возбуди, если нет — углубляй раппорт и продолжай с начала.

То есть, получив отказ, поговори с девушкой некоторое время, слегка усиливай раппорт, и продолжай возбуждающие действия. Так, чтобы получилось как в старом анекдоте:

Подходит мужчина к шикарной даме в баре, и говорит «Пойдем трахаться!». Девушка бьет его по яйцам, по ребрам, выбивает пару зубов, течет кровь, полная катастрофа. Мужчина уползает в туалет, возвращается, пошатываясь, подходит снова и говорит «Я полагаю, о минете не может быть и речи?».

Другими словами, настойчивость это – способ освободить её от ответственности за происходящее. Типа «я сопротивлялась, но он настоял на своём». Разумеется, не стоит смешивать настойчивость с игрой в половые попрошаек, спорами, упертостью, выносом мозга нуждой или устрашением. Это всего лишь означает — не сдавайтесь слишком легко.

Женщины всегда проверяют вас, насколько легко вы сдаётесь — они хотят увидеть, насколько вы в себе уверены. Просто примите как должное, что она сопротивляется для виду, и продолжайте. Немного поиграть в порядочную барышню — это основа женской природы. Кстати, попробуй брать обратную связь с девушек, например о том, когда она решила что с вами будет заниматься сексом. Обычно это не у вас дома происходит, а гораздо раньше. Все остальное — уже элементы брачного ритуала и игры в то, что добыча полученная легко, не ценится и так далее.

Кстати, на настойчивость ещё регулярно проверяют. Это выражается в вопросах типа: «Ты уверен, что ты делаешь?» или «А ты точно этого хочешь?». Отвечать на вопросы, которые касаются уверенности тебя в твоих действиях, отвечать можно только одним образом и одним словом: «ДА». Ты уверен.

Проявление настойчивости может быть сложно: чрезмерно агрессивный мужчина может интерпретировать любое сопротивление как показное, и рано или поздно обнаружит, что ему предъявлено обвинение в изнасиловании. В то время как недостаточно настойчивый мужчина сдастся при любом её сопротивлении. В общей, умение калибровать реакции тут требуется просто как никогда.

Чуть больше конкретики

Моя девушка всегда смеется во время секса,  
в независимости от того, что она в это время читает.

*Стив Джобс.*

В этой части главы я дам тебе несколько реально работающих тактических и практических советов, которые помогут окончательному решению сексуального вопроса сегодня ночью. Методики именно по принципу «делай так, потом так».

### **1. Случайный потоп.**

Используем для того, чтобы барышня могла дольше времени оставаться у нас дома и ей было уже некуда спешить. То есть простая фишка если барышня вдруг пошла на попятную — ей срочно надо домой, много важных дел.

Наша задача — затянуть время, чтобы успели хотя бы потрогать. И мы делаем мы это относительно простым и бытовым способом — мочим. Случайно. Например, можно сделать так, что при включении воды в ванной, на девушку случайно польется не переключенный душ. Или можно опрокинуть чай. Или там виски.

В любом случае, надо закинуть вещи в машинку постираться, а потом повесить немного просохнуть. А куда она без них пойдет? Так что у тебя есть часа три, надеюсь, что ты будешь ставить самую качественную программу стирки (читай самую долгую).

Ну, а пока всё это дело с вещами будет происходить, вполне возможно, что дела сделаются, да и дома без нее проживут, всякое ведь бывает.

## **2. Отморозиться.**

Используем как вариант игры ближе-дальше, действует на всех этапах третьего свидания и любом уровне сопротивления.

Задача в очередной раз услышав варианты фразы «Ну, может не надо?..» прояви нечеловеческую гибкость: займись своими делами. Например, сходи на кухню сделать себе чаю, или там почту проверить в интернете зайди, или достань настольную игру и предложи сыграть барышне за компанию. При этом включи свет, задуй свечи и вместо романтической музыки включи то, что тебе реально нравится слушать.

Важно! Если покажешь, что ты дуешься, или разочарован, или там злишься — это не сработает как стратегия соблазнения вообще и в принципе. Твоя задача сделать так, чтобы ты выглядел как телевизор, у которого переключили канал. Чик, и всё совершенно другое — перешли с «культуры» на «2x2».

Давай предположим, что будет происходить в голове у девушки? Включатся мозги, и скорее всего она начнет понимать, что она тебя теряет. Не в смысле того, что у тебя начинается дыхание Чейна-Стокса и ангелы начинают взламывать печати, а в смысле, что вместо хорошей ночи может получиться плохая дорога домой.

Обычно в этот момент страх потерять тебя превышает желание поломаться еще немного. Ну, то есть представь, что девушка на глазах теряет всё — горящий взгляд парня, настойчивость и желание, атмосферу и хороший секс...

Отмораживание работает на сто десять процентов.

И вот тебе отличный пример из жизни. Один студент проекта предположим, что его звали Иван, приводит девушку домой, полностью раздевает, ласкает и слышит прямой отказ. Снова попробовал — снова отказ. И так пару раз.

Он пошел на кухню, выпил воды, посмотрел за звезды, прошло минут эдак пять-десять. Как ты думаешь, за десять минут девушка одеться успеет, если надо? Раз несколько точно. За пять тоже.

Возвращается — девушка лежит на кровати все еще раздетая. Более явного сигнала продолжать придумать сложно.

### **3. Переспать. В хорошем смысле слова.**

Очень хороший вариант действий, если вся предыдущая история ваших отношений была относительно романтическая, эмоциональная и комфортная. Как только ты попробуешь несколько раз получить вместе с девушкой вечернюю гимнастику, и тебе откажут, действуй следующим образом.

Говори: Хорошо, тогда давай спать, помогать не буду, уже поздно, твое мнение уважаю и так далее. И вы действительно ложитесь спать. И действительно без секса.

Просто за ночь совместного сна (в обнимку, но без прожималок еще раз — фиг заснете) у вас очень-очень сильно поднимается раппорт, и утром секс получается легко, и приятно.

Единственное — именно спать вдвоем, а не проснуться через час с криками «Ага, Фил сказал: раппорт усилится!» и получить повторение предыдущей серии.

### **4. Меняемся ролями.**

Начинаем потихонечку использовать вещи интереснее, чем вода или самбука. Давай подумаем — в принципе, сопротивляться перед сексом — это рядовое явление. А что будет, когда первым остановиться предложит парень? Тут же с радостью соглашаться? Скорее всего, такое поведение немного обезоруживает.

Важно замечание: предложить остановиться ты должен на словах, на деле работаем по стандартной схеме: возбуждаем. Если девушка не возбуждена, секса не будет. Так что по нарастающей ласкаем девушку, постепенно проходя все этапы:

- Поцелуи.
- Ласки груди.
- Снятие верха.

- Снятие лифчика.
- Снятие штанов.
- Снятие трусиков.
- Проникновение пальцем.
- Оральный секс (предоставление или получение).

И получается именно настоящая романтика: сексуальный самец, который понимает, что пора остановиться и не продолжать, хотя руки все помнят. И делают на автомате. Вот такая вот ситуация получается — одновременно общаемся с мозгом и телом. Рекомендую попробовать, очень интересные вещи получаются.

### **5. Самая волшебная и секретная техника.**

Эта техника используется именно тогда, когда девушка раздета чуть более, чем полностью, и вопрос стоит именно в переходе к сексу непосредственно сейчас.

Есть один реально интересный момент, от которого я много раз тащился в своей жизни. Этот момент схож с ситуацией, когда девочка готова ехать к тебе домой, но к себе домой в гости не приглашает, потому что вы слишком мало знакомы. Действительно, вдруг чего сопрешь?

Так вот, выше в этой главе я уже писал, что девушкам нужна уверенность в будущем, твоя настойчивость, эмоциональный подъем, накал страстей и желательно чуточку радости и щепотку счастья. И этот вариант полностью подходит для всего вышеперечисленного, и даже больше.

Он называется — дать девушке подержаться за член. Именно так, я серьезно. Главное условие — подержаться, то есть не прикоснуться пальцами, а ухватиться рукой, и именно за член. Не за писюн, пипиську, сморщенного жучка, дохлого удава, полшестого и так далее. Именно за ЧЛЕН В ПОЛНОЙ БОЕВОЙ ГОТОВНОСТИ.

Самое интересное, что в этот момент подавляющее большинство девушек говорят «Эхх!..» и переходят к минету. Почему это работает — нам уже не так важно.

Вывод главы

Свободная женщина та, которая считает нормальным секс до замужества,

и работу — после

*Глория Стейнем.*

Последнее сопротивление — это сигнал в первую очередь слабого раппорта. Так же это последние проверки тебя как мужчины на уверенность в своих действиях и трезвой оценке последствий. То, что описано в этой главе, помогает нам сделать женщину более радостной утром и более счастливой ночью, главное — настойчивость и тактичность.

Ну а если вдруг не помогло всё, что тут написано, запомни самую крайнюю, последнюю технику, которая проламывает самые неприступные стены и работает настолько хорошо, что использовать надо только тогда, когда попробовал всё вышеописанное. Готов?

Вот. Нужно просто сказать девочке: «Грех на мне».

Глава 22: Контрацепция.

- Фил, а зачем во время дальних поездок ты берешь с собой нож?

- Это как презерватив. Лучше, чтобы был, и не пригодился.

*Из разговоров.*

Я, конечно, понимаю, что вопрос поднимался миллионы раз, и все же для начала приведу тебе пример из реальной жизни. Из моей личной реальной жизни.

Году в 2004, когда я вел тренинг РМЭС в городе N, у меня было одно такое бурное свидание с девушкой. И когда наши темы для обсуждений разных вопросов были исчерпаны, я внезапно увидел порванный презерватив. С одной стороны бывает, с другой — понервничал порядочно денек-другой, но всё обошлось (благодаря тому, что написано в этой главе, а не Авосю, Небосю и Как-нибудь, трем великим русским святым).

И вот заключение тренинга, я на эмоциях, страстно рассказываю о важности предохранения, и беру со студентов страшную клятву «кончать

только в презерватив, вы меня поняли, да?». Ребятам эту мысль донес, пообещали. Уехал из славного города, забыли.

Спустя много-много месяцев раздается телефонный звонок. Как бы вам не хотелось это услышать, я тогда не узнал о родившемся наследнике империи, тема звонка была другая. Хотя и звонила девушка. Один из студентов той группы женился, с его женой я пару раз виделся, телефон мой секретом не является. Секретом для нее было причины поведения ее мужа. На все вопросы «почему» — он отвечал, что обещал Филу, то есть мне.

Вы спросите, что он делал? Они вроде как супруги, занимаются сексом, все нормально. Внезапно, ближе к оргазму муж вскакивал, надевал презерватив, вставлял и кончал. Обещал ведь, и с этой стороны он молодец.

Вам эту историю я описываю как указание того, что следование всем советам во всех ситуациях неразумно. Например, не стоит кончать в презерватив, если вы с девушкой реально решили завести ребенка, и это осознанное, взрослое и взвешенное решение. Двух человек. По предварительному сговору, а не «вот так вот получилось, женись, подлец!»

Главная, самая важная, и очень-очень серьезная информация  
- Знаешь, - говорит Марла, - презерватив –  
это хрустальный башмачок нашего поколения.

Надеваешь его при встрече с незнакомцем, танцуешь до утра,  
а затем выбрасываешь в мусор,

В смысле, презерватив, а не незнакомца.

*Бойцовский клуб.*

Хоть презерватив и не дает абсолютной гарантии, он остается средством предохранения номер раз. В смысле по удобству использования и цене. Использование презерватива — обязательно во время первого секса с девушкой. Второго, десятого и сотого — тоже.

Отказаться от презервативов вы можете, когда пройдете технический осмотр и увидите в листе анализов отсутствие счетов за

будущее лечение. В принципе, ТО проходить крайне желательно раз в полгода, и обязательно раз в год. Хотя мы не про это.

Я про то, что ты можешь быть уверенным в девочке на сто тысяч миллионов процентов, и лично ей доверять безгранично. К сожалению, ты не можешь ни знать ее предыдущего парня, ни доверять его половому здоровью. Ещё раз: секс без презерватива с партнершей, у которой никогда не было анализов — полная ересь. Проще сразу присунуть бомжихе.

Переходить на новый этап отношений, то есть на «таблетки» вы можете после сдачи анализов. В противном случае просто по статистике после полугода общения с барышнями, то есть десяти случаев секса, у тебя будет два залета и один трипак. Цифры могут отличаться, и твои друзья могут обладать другой статистикой, в среднем — так. Лечение всего этого стоит намного больше, чем презервативы, а уж нервов сохраняет — тонны.

В конце этой части: Если у тебя дома нет презервативов, а девушка готова — пусть поласкает тебя ротиком, а потом ты мухой в аптеку на такси и обратно. На два раза за ночь тебя хватит? Ну и ладушки, договорились.

Что делать, если...

Спать без презерватива можно только с девушкой, в которой ты абсолютно уверен.

То есть ты уверен, что она тебе будет изменять с презервативом.

*Одна моя знакомая.*

Как мы помним из одного бородатого анекдота, случаи бывают разные. Так вот, лучше знать, что делать, чем в панике зарабатывать себе седые волосы. То есть давай разберем несколько типичных случаев нервотрепок, связанных с сексом. Или последствиями секса.

1. Порвался презерватив, и ты не кончил.

Слово "нет" по-прежнему остается самым надежным противозачаточным средством.

*Жарко Петан*

У тебя возможный риск — намотать на конец болячку. В принципе риск в рамках статистики, но все равно стоит подумать о будущем. Для начала — бегом в аптеку, покупай хлоргексидин (точное название хлоргексидина биглюконат). Цена вопроса — 20 рублей за пузырек. И вообще, это средство на всякий пожарный лучше всегда иметь дома. Лишним — не будет.

Далее. Тщательно промываешь своего бойца хлоргексидином, впрыскиваешь в уретру тоже (это важно!). Два часа терпим и не писаем. Время, за которое следует делать дезинфекцию — часа полтора после контакта, максимум два.

В принципе это средство так же хорошо подходит для профилактики — например, при оральном сексе. Всякое бывает — ну захотела барышня подуть в твою кожаную флейту, так лучше промыть, чем подцепить герпес.

Кстати, хлоргексидин — самое дешевое средство, и не значит что самое плохое. Например, полный аналог — мирамистин. В чем разница? Отличается только тем, что мирамистин — это название, то есть торговая марка раствора. Состав — тот же хлоргексидин. И ещё цена — раз в 10 выше, то есть под 200 рублей. Так же можно найти, например, цитеал — то же самое, цена ещё выше.

**Резюме:** промываем антисептиком, тщательно промываем, быстро промываем.

2. Порвался презерватив в процессе, и ты не заметил.

Целомудрие — самое неестественное из всех сексуальных извращений,

*Хаксли Олдос.*

Ну, то есть кончил в девочку. Это ты, разумеется, молодец. Мужик и все такое. Дело в том, что не всегда с первого раза ты готов от этой женщины детей воспитывать, да и она тоже обычно не в восторге от этой идеи.

Можно, конечно, забыть и подождать. Вдруг пронесет? Гарантии того, что беременность будет — тоже не 100%. С другой стороны, если

твои сперматозоиды устроили своё пати, то в любом случае вероятность наступления беременности выше нуля.

Дальнейшие описываемые методы достаточно спорные, и есть как сторонники, так и противники. С одной стороны, это гормональный шторм, конечно, и наносит определенный вред здоровью. С другой стороны адский ад на утро нового года — тоже не радость. Так что вот так вот. Так что же делать? Экстренная контрацепция штука довольно скользкая, и всё же варианты тоже есть.

**А)** Постинор (или Эскапел) — принимать в течении максимум 72 часов после полового акта, то есть трех суток. Инструкция по применению прилагается к препарату. Принимать женщине, разумеется.

**Б)** Метод Юзпе (доктор такой был). Время действия — такое же, то есть максимум 72 часа чтобы шевелиться. Суть метода — в первый раз принимать 5 таблеток «Новинет» ИЛИ 4 таблетки «Регулон» ИЛИ 4 таблетки «Ригевидон» ИЛИ 4 таблетки «Марвелон» ИЛИ 2 таблетки «Овидон». То есть надо купить один из этих препаратов, которые являются сами по себе обычными контрацептивами.

Через 12 часов повторить приём выбранного препарата в той же дозе.

Метод имеет больше побочных эффектов, чем постинор, применять стоит, если постинора в продаже нет. Лучше всего ознакомиться с этим методом в интернете, чтобы понимать, на что идете.

**В)** Генепристон (Мефипрестон) — тоже таблетки для экстренной контрацепции. Меньше побочных эффектов, ниже цена чем у пункта «а». Принимать одну таблетку в течении все тех же 72 часов.

**Резюме:** Эти методики — не для постоянного использования, это что-то типа шанса последней надежды. Использовать регулярно вообще не вариант ни разу. Раз в полгода-год для нормальной взрослой девочки допустимо. Надеюсь, для тебя важно хорошее здоровье твоей девочки и половое в том числе.

### 3. Задержки.

Один из наиболее удивительных феноменов последнего десятилетия;

лучшее, с чем можно прийти на свидание, — не цветы, не коробка шоколадных конфет и не жемчужное ожерелье, а справка от врача.

*Линда Саншайн.*

К сожалению, бывает всякое. После секса (презерватив тоже не дает 100% гарантии) барышня может понять, что у нее сбился менструальный цикл (задержка месячных). **Главное:** поводов для паники НЕТ!

Задержки бывают по миллиону и ещё тысяче причин. Мало того, всякие там головокружения, тошнота и прочие «народные» признаки беременности наступают обычно на второй — третий месяц этой самой беременности, а не через полчаса. Вместо того, чтобы нервничать, покупай тест. Он так и называется, тест на беременность. Или для полной гарантии сдайте кровь барышни на анализ, (не всю, хватит одного шприца).

Сколько вот в моей жизни я не сталкивался со сбоями циклов — а это было десятки раз — ни разу этого не было по беременности. А вот с нервами, сменой климата, физическими нагрузками, походом в баньку попариться, болезнями и так далее — всегда.

**Резюме:** сначала сдавай анализы, потом напрягайся. Последовательность действий такая.

4. Есть что-то странное...

Лучше быть негром, чем геем.

Если ты родился негром, тебе хотя бы не нужно думать, как рассказать об этом матери.

*Пирс Чарльз.*

Например, как-то утром ты заметил, что твой член стал черным. Или потекло из него что-то зеленое, раздвигая путь щупальцами. Или выросли глаза. Или стало просто больно писать. Или запах сильный. Или выделения. Или всё что угодно, что отличается от нормы.

Знаешь, что надо делать? Не надо спрашивать на форумах, не надо искать признаки болезней, не стоит лечиться по советам из телефона —

для начала сдай анализы. И всё. Ещё раз. ВСЕГДА СДАВАЙ АНАЛИЗЫ - потом лечись.

Тонкостей немного, но они есть. Для начала, надо сдавать анализы там, где не занимаются лечением — они не заинтересованы в накрутке цен. Во-вторых, анализы сдаются сутки, и стоят разумных денег — и это надо делать регулярно, раз в полгода. В-третьих, половина жестких инфекций обнаруживается урологом во время первичного осмотра.

То есть ты же не будешь лечить больной зуб электродрелью перед зеркалом? Самолечение, особенно таких вещей — обычно так себе идея, фиговая.

**Резюме:** смотри резюме к пункту 3.

Частые вопросы о предохранении

Я уже залетела! Что ещё я могу натворить?

*Джуно (фильм).*

Дальше я в книгу вставил ответы на часто задаваемые вопросы с нашего форума, которые составил мой студент Satras. В принципе, это полезная и нужная информация — прочитай пригодится.

**А я слышал, что презерватив не предохраняет на 100% от ВИЧ и ЗППП.**

Да ты прав. Презерватив не дает 100% защиту от беременности, ВИЧ и ЗППП. Основные причины:

1. Неправильное использование презерватива.
2. Механические повреждения презерватива - разрыв и соскальзывание.
3. Нарушение проницаемости стенок (мембраны) презерватива для вирусов и бактерий.

Первый пункт – это, например, когда ты снимаешь резину и сразу трогаешь член. Или натягиваешь его не до конца члена. Второй пункт - случайность из разряда "не повезло". Подбирай презервативы грамотно. Третий пункт - выбирай качественные презервативы, у которых нормальный срок годности.

**Насколько лучше/безопаснее презервативы со спермицидной смазкой?**

Спермицидная смазка - это отличный маркетинговый ход производителей презервативов. Ну посуди сам, химические способы контрацепции (кремы, гели) дают только до 70% гарантии предохранения, при том, что количество их несоизмеримо больше, чем на презервативе. Проще говоря, это очередной самообман для неуверенных в себе. Кстати, на тубиках с этой самой смазкой написано, что она не является контрацептивом. Поэтому если презерватив порвался, то спермицидная смазка не поможет.

### **Какова вероятность залета от прерванного полового акта?**

Индекс Перля 2-14. Проще говоря, рано или поздно залетишь. Лучше использовать с постоянной партнершей, если ты допускаешь вероятность залета. ППА вреден для простаты, поэтому использовать его постоянно не рекомендуется. Как вариант - надевать презерватив перед тем, как кончить.

### **Мы занимались сексом. Какова вероятность забеременеть?**

50/50 - либо залетит, либо не залетит.

### **В какие дни цикла можно забеременеть?**

Забеременеть женщина человека может только в период овуляции, когда яйцеклетка выходит из яичника. В зависимости от цикла девушки - это 6-13 день после начала месячных. Сперматозоиды живут до 7 суток (3 суток в среднем), яйцеклетка - до 2 суток (12-24 часа в среднем). Овуляция может сдвигаться в зависимости от внешних факторов: нервы, переохлаждение перегрев, гормональные нарушения, болезни. У молодых девушек цикл может сильно колебаться, у некоторых девушек цикл вообще нестабилен. Чисто теоретически, сферическая женщина в вакууме с ушами, покрашенными в зеленый цвет, может залететь в любой день.

### **Как определить беременность?**

Беременность определяется по наличию ХГЧ (хорионического гонадотропина человека) в крови или моче. Тесты на беременность определяют его в моче. Если одна полоска - беременности нет, если две - то есть. В своей сути такой тест - это индикатор. У него есть какой-то свой порог чувствительности. Это значит, что он может показать одну

полоску, если гормона еще слишком мало. Но он не покажет две полоски, если беременности нет. Лучший способ - это сдача крови. В крови гормон определяется всегда. Кроме того, анализ показывает его количество, а значит и время беременности. Альтернативный вариант - это гинекологический осмотр и/или УЗИ. Беременность определяется по состоянию матки, шейки матки и эндометрия.

### **Мы с девушкой занимались сексом. Теперь у нее болит живот/нет ПМС/тошнота. Она беременна?**

Чисто субъективные признаки беременности, о которых всем известно из кино или от хороших друзей (которые всё знают) проявляются со второго-третьего месяца беременности. "Мамаши" узнают о своем зачете от гинеколога (после задержки в пару месяцев) или пройдя тест на беременность. Говорить о зачете можно только после нескольких дней задержки. Иногда таким образом хитрые девочки сажают на измену глупых мальчиков. Или девочки сами по себе очень мнительные.

### **У моей девушки задержка n-дней. Что делать?**

Бывает. Менструальный цикл иногда сбивается из-за внешних факторов. Например, смена климата, часовых поясов, стрессы, нервы, в бане если попариться хорошо. Короче говоря у девушки могут иногда случаться задержки и это нормально. Поэтому иногда стоит подождать несколько дней, а не скупать в аптеках все возможные тесты. Если время не помогло, то надо сделать тест. Если беременности нет, а месячные не начинаются, то я бы советовал сходить к гинекологу. Если беременность есть, то я вас поздравляю. Вы увеличиваете население нашей великой страны, это мужественный и достойный поступок.

### **Сколько нужно сперматозоидов для оплодотворения?**

В теории нужен всего один. На практике - как минимум два. Один растворяет оболочку яйцеклетки, другой оплодотворяет. В реальной жизни нужна где-то чайная ложка спермы: часть стечет по ногам, часть будет безжалостно смыта.

### **А правда, что во второй/третий/десятый раз вероятность залететь снижается?**

Чисто теоретически - да. Чисто практически — нет. Два сперматозоида будут в любой дозе спермы.

**Мы занимались сексом без презерватива, но я в нее не кончал. Она беременна?**

Во время секса выделяется некоторое количество сока простаты. Он нужен для смазывания уретрального канала перед эякуляцией. Так вот с ним выделяется некоторое количество живых сперматозоидов. В народе это называется ППА, он же прерванный половой акт. От него залетают.

**Можно ли залететь в месячные?**

В месячные нечего оплодотворять. Нет яйцеклетки и нет эндометрия.

**А мои знакомые залетели во время месячных!**

Возможно и такое. Если они занимались сексом на 4-6 день цикла и у девушки этот самый цикл достаточно короткий и у мужика живучие сперматозоиды, то это вероятно. Но на их месте я бы сделал тест на отцовство.

Был контакт члена с её наружными половыми органами. При этом я не кончал, но возбужден был сильно. Сейчас у неё задержка, и она сама считает, что могла залететь. Вопрос - насколько это возможно?

Залететь от контакта с клитором большими или малыми половыми губами нереально. При условии, что ты до этого не кончал. Если это второй половой акт, то до этого надо сходить в туалет и хорошо вымыть член и руки.

**Я кончил в презерватив, снял его, а потом трогал ее там пальцами.**

Если спермы на пальцах нет, то ничего страшного. Если заляпался, то сходи помой руки, с мылом. Или хотя бы вытри руки. Например, гигиенической салфеткой.

**Через 2 часа/сутки/неделю у нее набухла грудь/ее тошнит/у нее плохое настроение/ее тянет на соленое. Она беременна?**

Народные приметы определения беременности в организме женщины иногда дают сбои. Т.е. если ее тошнит, то возможно, что вечером она просто наелась плохих фруктов, а не что она на третьем дне беременности. Оплодотворение и имплантация яйцеклетки происходит в течение 72 часов. И это пока всего лишь несколько клеток. О каких-то субъективных симптомах можно говорить только после задержки как минимум в неделю.

### **Она говорит, что беременна. Она беременна?**

Не факт. Если у нее задержка веди ее на анализ крови. Только он даст точный результат. Если она говорит, что делала его, пусть покажет. Субъективные ощущения девушки идут лесом. Верь женщине только в крайнем случае, просто потому что есть разные варианты воспитания и образования, мало ли чего.

### **Можно ли забеременеть при анальном сексе?**

Можно, если сперма из анального отверстия вытечет во влагалище. Кроме того, заниматься анальным сексом без презерватива не рекомендуется из-за чужеродности флоры кишечника и мочеполовой системы. Мирамистин, конечно, наше всё, но не говори, что я не предупреждал.

### **Можно ли водить возбужденным членом по ее губам? Что будет, если потрогать возбужденный член, а потом наружные половые органы женщины?**

У некоторых при возбуждении выделяется много смазки, или сока простаты. Он содержит в некотором количестве живые сперматозоиды. Поэтому нежелателен контакт с влагалищем. По губам поводить можно, вставлять не рекомендуется, т.к. это будет по сути ППА. Пальцы, если они в соке простаты, во влагалище тоже лучше не вводить.

### **Возможна ли беременность, если у нее месячные?**

Это уже паранойя. Если начались месячные, то о беременности речи быть уже не может. Но если месячные носят скудный и нерегулярный характер, и было подозрение на залет, то, как бы это глупо не звучало, лучше провериться на беременность. У женщины может быть так называемое "омовение плода". Кровотечения возникают

из-за отслойки плодного яйца. В большинстве случаев это приводит к выкидышу. При своевременном обращении к врачу беременность возможно сохранить.

Выводы

Когда современные женщины открыли оргазм,  
это стало вторым, после контрацепции,  
смертельным ударом по мужской гегемонии,

*Эва Файджис.*

Здоровье — это очень важно для меня, и надеюсь, что ты думаешь так же. Занимаясь сексом с девушкой, ты берешь на себя ответственность не только за своё, но и за её здоровье тоже. И без гарантий (а гарантии дает ПЦР (Полимерно-Цепная Реакция, метод диагностики болезней в том числе), и то не всегда), рисковать не стоит.

Покажи девочки свою заботу и в этом случае, и всё будет хорошо. Ну а если вдруг чего как — тут написана последовательность действий.

Глава 23: Построение отношений, или что дальше?

Чуть ли не всё самое интересное в жизни совершается ниже пояса.

*Джон Мортимер.*

Вот и подходит к концу наша модель соблазнения, и я надеюсь, что изложенные раньше в этой книге советы, упражнения и методики были тебе полезны, чтобы соблазнить девушку твоей мечты.

Однако, после секса общение с девушкой не заканчивается, а по большому счету, только начинается. Я считаю, что секс — это начало отношений. Красивых, долгих, хороших или не очень — не так важно, просто отношений.

Так что же такого в отношениях? Ничего плохого. У тебя есть твоя девушка, у неё есть свой парень. И вроде бы всё хорошо. С другой стороны на этом этапе возникает несколько типичных ситуаций, из-за которых отношениям может настать конец, причем настолько полный и глубокий, что придется начинать все сначала и заново. И гораздо проще избежать ошибок и сделать все правильно, чем снова в поисках бриллианта перекапывать тонны пустой породы.

Эти типичные косяки мы и будем рассматривать, и будем смотреть — как сделать так, чтобы ваши отношения продолжались и продолжались. Просто потому, что хорошую девочку сложно получить, и гораздо проще потерять — усилий для последнего действия требуется в разы меньше.

Отношения — это больше чем секс

— Я женюсь!

— Нет, ты не женишься! Умалишенных не регистрируют!

*«Покровские ворота».*

Этот косяк я совершал сам несколько раз, и результаты всегда были практически одинаковыми, так что с него и начнем.

Как бывает обычно? Мальчик переспал с девочкой, расстались довольные друг другом, и что? У мальчика в голове ставится флажок «О'кей. Она — моя. Миссия выполнена». И худшее, что из этого следует — так это то, что следующей звонок о встрече раздается через неделю, в котором сразу следует предложение поехать домой. Спать. И всё такое в комплекте.

Девочка же эту неделю думала о том, что у неё все хорошо, у нее любовь всей жизни, она на эмоциях, ждет от тебя звонков с ласковыми словами, ещё романтики, еще признаков того, что секс был не зря. А звонков нет. И она начинает думать, думать и думать и в итоге додумывается до того, что с ней что-то было не так.

Или приходит к выводу, что она тебе нужна только для секса, то есть мы возвращаемся на этап сопротивлений «вдруг подумают, что я шлюха». Или её подруги дают ей много вредных советов, и накручивают ее эмоции против тебя — они же немного ревнуют.

И в итоге получается много негатива. Ты думаешь «блин, что за ерунда, вроде бы было все хорошо», а она думает то, что описано выше. В конце концов, это заканчивается выяснением отношений, ссорой и всё. Девочки у тебя нет.

Что же делать? В очередной раз напоминаю про эмоциональный склад мышления женщины. То есть, если девочка тебе понравилась, и ты хочешь с ней продолжать встречаться, план действий очень простой:

1. Позвони на следующий день, скажи - как тебе понравилось и как ты восхищён ей, и много комплиментов, и какая она лапочка и так далее.

2. Пригласи на романтический ужин. И пусть это будет романтический ужин!

3. За ужином говори, что она тебе нравится своим богатым внутренним миром, какая она вся замечательная.

4. Можно даже не ехать домой, а просто проводить её.

5. Через пару дней то же самое, завершаем сексом.

То есть стратегия простая: после секса продолжаем тоже с ней общаться, говорить, и давать прокачку по эмоциям.

Измены — это вопрос времени

— Не вздумайте меня провожать, а то подумают, что мы вместе!

— Я что, выгляжу, как член общества защиты обезьян?

— Нет, просто как член,

*«Проклятие нефритового скорпиона».*

Ты рогоносец, Бонасье, ты рогоносец.

*«Д'Артаньян и три мушкетера».*

(Автор надевает каску, костюм химической защиты, и встает в позу, позволяющую уворачиваться от летящих какашек).

Я понимаю, что всем хочется верить в вечность ваших отношений, которые стоят на гранитном основании расположения и подкрепляются уважением. И вечность вашего уважения друг к другу постоянна. Кто в это верит — чтобы ваша реальность осталась с вами, пропустите страницу, пожалуйста.

Реальность такова, что походы «налево» будут. И это данность, и это реальность. Читаем главу про построение отношений — там есть понятие сравнения двух мужчин в сексе. Да, это так. Вопрос не в том, будет тебе изменять женщина или нет, а вопрос в том, как она будет это делать.

Немного наблюдений. Барышня практически никогда не ходит налево первые полтора-два года после свадьбы, каждый ребенок

добавляет к супружеской верности ещё полтора года. Любовник или любовница в пяти или семилетнем браке реальность и данность.

Нам важно не факт измены, а то, факт того, будет ли барышня демонстративно палить свои леваки. И если ответ «да» - ходит на сторону и не стесняется, то для тебя это будет плохим знаком — она тебя совсем ни в грош не ставит, и таким образом явно намекает на окончание отношений.

С другой стороны, если изменяет и всячески скрывает это от тебя, то прояви житейскую мудрость и сделай вид, что ничего не заметил.

Причин измен всего две — барышне стало скучно, и она хочет получить подтверждение своей привлекательности. И если ты хочешь, чтобы измен не было, заканчивай с рутинной и трясиной бытовухи. И говори ей чаще, какая она хорошая.

Тихое семейное болото — первый признак смены основного состава  
У женщины бывает либо ни одного мужчины, либо много,  
*Бернард Шоу.*

Ещё раз прочитай главу про стратегии построения отношений, женскую часть. Еще раз возьми время и помедитируй над точкой входа для женщин, которое состоит из слова «скучно».

Все походы по ночным клубам и подсознательные поиски нового парня начинаются с трясины болота тихой семейной жизни. Жизни предсказуемой, скучной, по расписанию и у телевизора. С пивом и футболом. Если не веришь мне — устрой опрос знакомых барышень, что послужило для них причиной разрыва с парнем и поиск нового. В этой же главе поищи анекдот про «как только расслабишься, тебя поимеют».

Итак, что же делать? Понимать, что для тебя и для девушки отношения выглядят разным образом. Для тебя всё хорошо, когда все спокойно и не напряжно, для неё всё хорошо когда все эмоционально и волнительно. Парням свойственно напрягаться по причине, девушкам приходится напрягаться, когда нет подтверждения того, что все хорошо.

Что же делать? Как только замечаешь, что за последние три недели ваши встречи проходят по одному и тому же сценарию, пора делать

крышесносы и запускать романтику. Это даст снова эмоции и освежит отношения.

Замечу, что фраза «Дорогая, у меня нашли хламидиоз. Сходи заодно тоже провериться» отношения тоже освежают, но немного не так, как нам бы хотелось. Ещё раз. Пошла бытовуха — пошёл левак. Если с тобой интересно и волнительно, с тобой будут продолжать отношаться.

Вложение ресурсов

- Хорошо, что ты пришёл, что ты мне принёс?

- Ничего.

- Прекрасно! То же самое ты принёс и вчера!

«Альф».

Я задам тебе один простой вопрос: как ты думаешь, если у вас с девочкой начался этап отношений, то кто в эти отношения должен больше вкладывать своих ресурсов? Если будет вкладывать ресурсы только девочка, то это крайне редко встречающийся в реальности вариант.

Обычно ресурсы вкладывает мужчина. Он тратит свое время, деньги, эмоциональные усилия, мозги, наконец. И становится вместо равноправного участника системы «мальчик и девочка вместе» официальным спонсором хорошей жизни одного существа женского пола.

Самое веселое — когда в отношения вкладываешь ресурсы ты сам. В итоге отношения ценишь ты (разумеется, столько вложил!), а девочка отношения не ценит совершенно — они ей ничего не стоят, у нее все хорошо и бесплатно. Зачем отказываться? Незачем. Но именно тогда начинается рынок в чистом виде — кто предложит большие ресурсы, получает товар за пять минут.

И это блядство в чистом виде. Как бы это девушки не называли, они лица в данном вопросе заинтересованные. Я не могу оценивать отношения «он мне дает денег, дарит подарки. водит по магазинам, я с ним сплю» словами, отличными от проституции. Ты с ней тоже спишь, и удовольствие она тоже получает, если на то пошло.

И вот тут начинается главное. Если девочка тоже будет вкладывать свои ресурсы в ваши отношения, она тоже их будет ценить. Подумай над этим, прочитай несколько абзацев сверху, и подумай еще раз над этой простой житейской мудростью.

Форма вложения ресурсов тут совершенно не важна — я не предлагаю тебе скрупулезно высчитывать, кто кому и сколько должен, это как-то не в моих традициях. Но если девочка подготовит тебе сюрприз, организует романтический вечер по своему сценарию, предложит тебе свои варианты совместного получения удовольствия, то это только в плюс к ценности отношений.

Пренебрегая этим простым правилом, ты становишься спонсором. А отношения спонсор-девочка строятся по крайне простым правилам: спонсоров может быть много, и кто больше платит — тот и заказывает музыку.

Ревность — признак слабой уверенности в себе

Своих мужей ревнуют некрасивые женщины.

Красивым женщинам не до того - они заняты тем, что ревнуют чужих мужей,

*Оскар Уайльд*

Периодически я провожу мастер-классы для барышень — разных возрастов и социальных статусов. И чем моложе девочка тем чаще у нее озвучивается одна интересная, чисто женская мысль: Парень должен ухаживать от момента знакомства до секса месяц (два три, каждый день дарить цветы и так далее).

При этом эта же девочка хочет, чтобы ее будущий потенциальный мужчина быть уверенным в себе, с хорошим социальным статусом, и далее по модели ста баллов.

Я же в свою очередь постоянно доношу одно простое противоречие: пока у вас нет понятия «отношения», то есть не было секса и так далее, то у любого статусного мужчины просто нет времени в месяц на соблазнение. Он попробует раз, два ну три — и займется другими девушками. Просто потому, что пока у него обязательств нет, а ценность времени очень высокая.

В итоге неделями и месяцами ухаживать могут по большому счету только мальчики, которых можно отнести к виду «Ландыш серебристый» - у них много времени, других девочек на горизонте нет, и ухаживают они от безысходности — больше никого нет, а девушку хочется.

Есть альтернативный вариант — романтики, которым важен сам процесс. Или случаи, когда это делают «на посмотреть, что получится». Или еще какие другие редкие случаи, на которые рассчитывать нет смысла. Взрослые женщины это прекрасно понимают, и уже спокойно воспринимают секс если не в первый вечер, то на второй встрече — потом можно парня упустить.

А теперь к отношениям. Ревнуя девушку, ты сразу показываешь ей свою мужскую несостоятельность — ревнуют тогда, когда сомневаются в своих способностях «если что» быстро найти новую женщину. То есть ревность — показатель того, что ты так себе мужчинка.

Я не говорю, что надо смотреть на любое поведение сквозь пальцы — порядочек должен быть. Если девочка в твоём присутствии начнет показывать сильные признаки симпатии другому парню — это верный повод получить по ушам. Это нормально.

Ненормально закатывать скандалы по поводу любого обеда по работе и школьным другом. Устраивать допрос с требованием поминутных отчетов о действиях тоже не стоит. И на провокации типа «сегодня со мной знакомился хороший мальчик» реагировать надо просто: знакомился он, сегодня с ней спишь ты. Ты лучше, понимаешь?

Я тебя уверяю, что если женщина захочет переспать с другим мужчиной, ты никак не сможешь этому помешать. Ревнуя, ты просто сильно ускоришь этот процесс. Оно тебе надо?

Что еще делать не стоит

Женщина обладает удивительным чутьём: они готовы обнаружить всё,

что угодно, за исключением очевидного.

*Оскар Уайльд.*

Теперь давай кратко и тезисно пройдемся по другим способам создать вместо отношений войну на выживание. Я тут упомяну несколько

типичных ошибок, которые ведут к напряжению в отношениях и разрыву их же, с краткими комментариями. Если пункты перечислены кратко и без долгого объяснения, почему так делать нельзя, ими не стоит пренебрегать.

- Не стоит сравнивать барышню со своими бывшими девочками. Это рождает только одну мысль «ну и вали к своим бывшим!». Другие эмоции вызвать таким образом сложно.

- Интересуйся жизнью девочки. Так ты показываешь ей, что тебе интересна ее личность, а не только ее мохнатый сейф.

- Поддерживай девочку в её начинаниях и поисках, новых проектах и работе. Ей не нужна твоя критика, ей нужна твоя поддержка. Не знаю как тебе, а лично мне скучно с девушками, у которых нет целей в жизни интересно с теми, которые развиваются.

- Не стоит рассказывать друзьям и знакомым о разных косяках твоей девочки, особенно в компании. Она про это все равно узнает через третьи уши. И в сильно искаженном виде. И это ее обидит. Если тебя что не устраивает, говори это девушке, а не друзьям. Девушка это сможет исправить, друзья — нет.

- Если вы вышли в люди — вы пара. Вы вместе. Не надо ставить девочку в угол и активно тусить со своими знакомыми, и девочке приятно, когда ты всем показываешь, что она самая лучшая. Если ты стесняешься выводить свою девочку в люди — читай книгу заново. Точно так же не стоит выяснять отношения на людях, это рождает у девочек минимум ощущение неловкости. Все разборки — дома.

- Обработка драчовым напильником. Да у некоторых девушек есть недостатки, это делает человека уникальным. Требовать исправиться, воспитание и так далее — бывает. Но не в одну стороны — девочка должна видеть, что ты для нее тоже готов поменяться. Игра в одни ворота тут не катит.

- Секс должен быть регулярным и качественным. Минимум пару раз в неделю, досыта до оргазма и подкашивающихся ног. Если ей не будет хватать секса с тобой, она доберет его на стороне.

Ну и на всякий пожарный случай

Только мужчина, уважающий женщину, может расстаться с ней, не унижая её.

*Сомерсет Моэм.*

Возможно, что тебе или твоим друзьям в один момент жизни придет в голову понимание того, что отношения с какой-нибудь девочкой уже не только закончены, но уже отпеты, похоронены, прошли сорок дней, и тело успело разложиться. В смысле, пора заканчивать, а то получается как чемодан без ручек — тащить тяжело, а бросить жалко.

И тогда — что делать, чтобы расстаться максимально комфортно для обеих сторон процесса? Все просто, главное - когда примешь решение, начинать действовать. Дальше идет несколько простых проверенных стратегий, как сделать так, чтобы девушка смогла развиваться дальше в своем направлении, и вы могли быть друг другу больше ничем не обязаны.

**1.** Сделать трехсвиданку наоборот. Все как в этой книге, но сначала — третье, потом второе, потом первое свидание, и первых будет потом очень и очень много. Иными словами, встречаться с девушкой, общаться, но без секса. В течение месяца или значительно раньше, она вам сама скажет, что у вас всё кончено.

Эта стратегия действенна если ты хочешь продолжить общаться и дружить с девочкой, и готов засунуть свою ревность туда где не светит солнце. Работает в случае не очень серьезных отношений.

**2.** Ты будешь смеяться, но фраза «давай останемся друзьями» отлично действует на женщин. Все как обычно — «у нас не срослось, не мое, не знаю, нет истинного светлого чувства» и прочий мягкий прогон по эмоциям. Запомни, контрольный выстрел в голову звучит как «дело не в тебе, дело во мне». Может сработать, может, и нет. Даю как вариант действий, потому что по опыту доказала свою эффективность.

**3.** Заваливать свои сто баллов. Как это делается? Скажи, что тебя уволили с работы, денег нет, состояние твои и настроение хреновое, проблем навалом, немного подзапусти свой внешний вид. Разумеется, всё это делать надо не всегда по жизни, а только в её присутствии. При вопросе «как дела» - начать долго и нудно жаловаться на всё, что

только приходит в голову. Стрелять денег до получки и не отдавать, впрочем, не стоит.

**4.** Расскажи, что вернулась твоя старая и истинная любовь, к которой ты привязан душой, сердцем и клятвами на торе, скрепленные кровью. И ты не хочешь расставаться с текущей девочкой, потому что любишь её тоже, но встречался с ней, чтобы забыть её, а она к тебе вернулась и вот как-то так, санта-барбара.

Это называется «устроить серьезный разговор, дать причину и порвать отношения». Другие варианты темы для разговора:

- Внезапно осознал свою бисексуальность или гомосексуализм.
- Стал импотентом или прошел курс химиотерапии.
- Решил бросить все силы на новый проект и это твое осознанное решение.
- Вам надо отдохнуть друг от друга. Работает в случае серьезных отношений тоже.

**5.** Если у тебя получился секс на одну ночь, можешь просто пропасть и не звонить — мало ли что. Если отношения совсем простые и по методу «легкая интрижка» - можно барышню начать мягко сливать. На её звонки отвечаем в стиле «Привет, рад тебя слышать, очень хочу с тобой увидеться, но тут крайне занят на работе, звони, не пропадай, пока».

#### Выводы

Я думаю, что действительно пора закругляться. В этой главе я описал типичные шаблоны поведения, которые могут порвать отношения, и рассказал, как их избегать. Тебе осталось только это сделать, и получить всё, что ты хочешь от отношений. Решать тебе, радоваться тоже. Благодарности высылай на мой кармический счет.

Глава 24: О построении отношений для женщин – приручение пикапера.

Самая глупая женщина способна управляться с самым умным мужчиной,

но лишь самая умная — с дураком.

*Редьярд Киплинг.*

Эту главу в книгу написала Алиса Метелина, моя старая подруга и коллега — она ведет обучающие программы для женщин. Которые, как ни странно, посвящены теме соблазнения мужчин. И у меня есть подозрение, что мою книгу читают не только парни, но и девушки. А так как у нас сейчас идёт глава про отношения, я посчитал разумным включить рекомендации по построению отношений с пикаперами для женщин — это полезная, проверенная опытом информация от квалифицированного в этой теме человека.

Глава приводится в авторской редакции. Свой среди чужих, чужой среди своих.

Эта глава написана для смелых девушек, которые интересуются пикапом со своей точки зрения, и хотят поймать самых непредсказуемых, сексуальных, ярких и опасных мужчин нашего времени. Получить с ними волнительные, романтические, глубокие, продолжительные отношения.

Итак, мои хорошие, вы купили эту книжку, которая написана мужчиной для мужчин. Возможно, чтобы понять лучше тонкости мужской психологии, возможно, чтобы научиться соблазнять соблазнителей и чтобы увидеть, чем отличается пикапер, прошедший подготовку в РМЭС, от обычного представителя мужского пола.

Поскольку книга мужская, я буду «сурова и лаконична». И начнём мы с понимания того, кто же такой пикапер.

Пикапер – это новая порода мужчин, которым свойственно стремление быть лучшим во всех сферах жизни. Это мужчина понимающий всю ценность личностного роста и развития, потому что человек, который не растёт, не учится, не движется вперед - это зомби.

Он никогда не станет лучшим в своей области, потому что, чтобы чему-то научиться, необходимо понимать – я здесь не идеален, но я готов вкалывать, чтобы стать лидером.

И чтобы быть лучшим, нужно проявить себя в мире мужчин. Самый яркий и эффективный способ получить признание в мужском мире – это получить успех у женщин. А успеха у женщин можно добиться, если вы получили в наследство харизму Бреда Питта или Манкубуса и

физическую форму Джеймса Бонда или Тарзана. В любом другом случае будущий пикапер должен очень серьезно работать над собой. Он должен вкалывать. Поэтому пикаперы – это либо состоявшиеся лидеры, либо парни с богатым лидерским потенциалом.

Существует убеждение, что пикаперы – это сексуально озабоченные мальчишки, страдающие спермотоксикозом и бросающиеся на все что движется. Люди, которым количество секса заменяет качество. А «простые телодвижения» заменяют чувства и отношения.

Так вот - это Миф. Миф, который плодят неуверенные в себе, неухоженные девушки, либо дамы, которые с удовольствием ведутся на любого представителя мужского пола если у него крепкая попа ласковые руки и похотливый взгляд.

Суровая правда жизни заключается в том, что пикапер, добившийся успеха в соблазнении, будет стремиться достичь успеха в карьере, бизнесе, спорте и других сферах жизни. И это лично меня очень радует. Потому что свои отношения девушки хотят строить с лучшими из мужчин. Поэтому, несмотря на то, что пикаперы избалованы женским вниманием, они выходят за рамки обыденности, и способны, преодолевая преграды, достигать главной Цели. Любой Цели.

Я прекрасно знаю, что многие мне сейчас скажут, что девушке хочется отношений, а для пикапера важен секс, как таковой. Это верно. Но даже самого последнего Казанову среди пикаперов можно «соблазнить на отношения».

И для этого нужно знать «коды доступа» к сердцу мужчины. Выбор пикапера на роль главной героини его жизни, девушки его мечты, осуществляется путем естественного отбора противоестественного для большинства неухоженных и неуверенных в себе женщин. И это хорошо для женщин в том числе — это даёт им стимул развиваться, расти над собой и быть лучше и лучше с каждым месяцем конкуренции.

Можно сказать, что отбор проходит в четыре тура которые со спокойной уверенностью молодой львицы должна пройти претендентка на роль «любимой девушки пикапера». Итак, тур первый!

**1. Твоя сексуальность, ухоженность и... заинтересованность в мужчине** на этом этапе станут залогом того, что ты пройдёшь его с высоко поднятой головой и... баллами.

Ибо на этом этапе мужчину влечёт твоё тело... Глаза, ноги, грудь, бёдра – вот на что он смотрит оценивающим и заинтересованным взглядом довольного кота. И именно твоя физическая привлекательность является для него самой большой ценностью на начальном этапе отношений.

## **2. Эмоциональная вовлеченность.**

Если в первом туре мужчина видит, что девушка вызывает у него желание, то во втором - он чувствует к ней симпатию. Он... просто её чувствует... Оооо, это то, что мужчины так ценят в женской природе. Так как в силу особого устройства мозга им этого очень не хватает. У идеальных девушек два полушария мозга работают одновременно. И именно в силу этого достоинства вы, мои хорошие, претендентки, наделяете личностными качествами и называете забавными именами всякие неодушевлённые предметы, обсуждая безликий объект и приводя в качестве главного аргумента свою интуицию. Проявляя свою эмоциональность и тонкую чувственность в полной мере.

Эмоционально-вовлечённо высказываясь по любой теме, затронутой пикапером... Он "включается" и "подсаживается на эмоции", которые ты ему даришь, смакуя их как истинный гурман. Как бродячий кот, впервые попробовавший уют и тепло домашнего кресла.

## **3. Личная заинтересованность.**

Так. Ты умница, потому что как породистая кошка красиво прошла на высоких каблуках два сложных отборочных тура на роль "девушки его мечты". Теперь тебе предстоит проверка на интеллектуальные способности... Твоя задача – подкидывать новую для него информацию, хотя бы с периодичностью раз в неделю. Это может относиться к темам интересным для соблазнительей. Которые растут и стремятся получать как можно больше информации на такие интересующие их темы, как спорт, автомобили, карьера бизнес, психология, соблазнение, наконец...

И твоя задача - с восхищением (см. п.2) слушать его точку зрения и заинтересованно воспринимать его идеи и предложения.

Но помни! Среди действительно достойных представителей мужского пола не осталось идиотов, путающих невежество с наивностью...

**4. Тур четвёртый и заключительный. Чувство "наполненности".**  
Или та самая любовь, которая появляется, когда все предыдущие 3 этапа пройдены.

Да, ты ему нравишься. Как мужчину, ценящего женскую красоту, его будоражит твоя "обнажённая" сексуальность. Как личности, ему приятно и интересно общаться с тобой.

Твои яркие и нежные эмоции доставляют явное удовольствие даже самому закоренелому соблазнителю и заставляют мягко улыбаться, глядя на тебя ласковыми глазами и провожая взглядом...

И именно в этот момент ты можешь применить техники, позволяющие удерживать рядом с собой самого отъявленного пикапера, потому что если девушка красива сексуальна и является личностью, то ни один, находящийся в здравом уме мужчина не захочет отпустить такое счастье.

Мы уже определились, что пикапер – это по сути своей лидер. То есть мужчина берущий на себя ответственность и отвечающий за принятые решения. И если он выбрал именно тебя - значит ты лучшая... Ты помогаешь ему расти и сама при этом движешься вперёд.

Я знаю, что ты хочешь видеть рядом с собой лидера, вожака. Мужчину, берущего на себя ответственность и отвечающего за принятые решения... А это, хорошие мои, мужчина-охотник, хищник по своей природе. И в силу особенностей своей породы он никогда не превратится в добычу... Поэтому многие девушки делают ошибку, пытаясь дрессировать популярных, успешных соблазнителей, заканчивая таким образом так чудесно начинавшиеся отношения.

Потому что пикапер начинает защищаться и объявляет войну неудавшейся укротительнице. И ты, как личность, вполне возможно и

выживешь во время этой битвы. Если повезет, конечно. Но ваши отношения - точно нет.

Поэтому, если ты попробуешь его воспитывать бесконечными претензиями и придирками, выражая по каждому удобному поводу своё недовольство, он достаточно быстро найдёт другую. У мужчины-соблазнителя всегда есть выбор, я это уже говорила. И его персона действительно привлекает множество женщин, которые тоже любят лидеров.

Может быть, что он не будет искать других женщин, такое бывает. Тогда он начнёт защищаться, как это принято в мире мужчин... А это уже конец отношениям.

И здесь я как раз пишу эту главу для того, чтобы помочь тебе его приручить. И ответить на вопрос:

Как же сделать ручным нежным и верным свободолюбивого Казанову? Он приручается легко... Теплом и лаской ... И это то, что работает со всеми хищными и независимыми экземплярами мужского племени.

У мужчин существуют базовые эмоциональные потребности, без наполнения которыми он чувствует себя голодным, перебиваясь случайными отношениями и сексом, который не несёт ничего кроме получения секундного удовольствия.

И только удовлетворив эти потребности, многие соблазнители будут готовы открыться навстречу своей женщине.

Итак, базовые чувственные мужские потребности, которые необходимо удовлетворять, чтобы любимый и популярный мужчина захотел остаться с тобой:

- 1.Одобрение и доверие.
- 2.Полное принятие.
- 3.Восхищение и поощрение.

Когда ты наполнишь его этими чувствами, ты совершишь обыкновенное чудо. И увидишь, как мужчина, проповедовавший прелести свободной жизни превращается в мужчину, желающего быть с тобой, видеть тебя, слушать тебя и... любить тебя.

Когда ты принимаешь своего партнёра, будь то пикапер или простой смертный, не пытайся его переделать... Он открывается на встречу и проявляет готовность понимать тебя, слушать тебя, быть с тобой. Когда ты доверяешь ему, а не даёшь советы, ты возвращаешь в нём потребность заботиться о тебе.

Когда мужчина-лидер совершает ошибку, промах, забывает выполнить твою просьбу, он воспринимает это очень остро и болезненно... И именно тогда он больше всего нуждается в твоей любви и... доверии. Тактичность тут уместна, претензии ведут к ссорам.

А поскольку каждый сильный мужчина хочет сделать свою женщину Счастливой, твоё одобрительное поведение будет вдохновлять его на то, чтобы становиться ещё лучше, двигаться вперёд и достигать поставленных целей... А таких женщин не бросают.

Выводы всей части книги

Клинтон соврал. Мужчина может забыть, где он припарковал машину и даже где он живет, но он никогда не забудет минет, каким бы плохим он не был.

*Барбара Буш. бывшая первая леди США.*

У меня была мысль написать тут большую главу о сексе, например. Потом я подумал, и понял, что это не играет никакой роли — в сексе для женщины совершенно не важны ни размер шланга, ни длительность акта, ни количество актов, вообще физиологически мало чего важно.

Женщина испытывает оргазм не от трения, а от осознания того, какой мужчина ее имеет — это самое главное. Оргазм идёт от головы. Если у тебя завалы в технике секса (или тебе кажется, что эти завалы есть) — в любом книжном магазине пособий по сексу — ну просто полками стоят. А я не люблю писать книги ради объема, так что думаю, ты поймешь мою ПОЛИТИКУ.

В целом, третий этап отношений проблем не представляет — хорошо проведенные предыдущие свидания делают достаточный запас прочности, чтобы все было хорошо. Рабочие моменты тут описаны, про презервативы упомянул, про отношения рассказал. Так что осталось только одно — пожелать тебе успехов.

Успехов!

Часть 6: Модель мужской сексуальной привлекательности, или модель ста баллов

Жизнь – это то, что с нами происходит, пока, мы строим планы.

*Джон Леннон.*

Итак, мой уважаемый читатель, мы уже подошли к восприятию основы Русской Модели Эффективного Соблазнения — модели ста баллов. Чем эта модель хороша почему её изучению отводится столько внимания, она занимает значительную часть книги, а так же тщательно рассматривается на наших тренингах?

С одной стороны, эта модель может показаться тебе достаточно скучной и перегруженной теорией. С этим я согласен — некоторая доля академизма тут проскакивает. А с другой стороны эта модель объясняет, как и по каким критериям женщина выбирает себе мужчину. И какие критерии должны быть, а какие просто желательны с точки зрения женщины.

То есть, я раскрываю тебе, пожалуй, самую страшную тайну женского мозга — тайну выбора мужчины.

Эта модель (тогда я называл ее «теория ста баллов») была сформирована в начале 2002 года впервые опубликована в первой версии этой книги и окончательно сформировалась к концу первого десятилетия двадцать первого века.

Задача этой модели простая — дать тебе понять свои сильные и слабые стороны, показать тебе, где стоит приложить больше усилий, чтобы стать более успешным у женщин. Ты с полной уверенностью так же можешь считать, что эта модель так же носит название «модель личностного роста».

Глава 25: Немного социальных условностей.

Брак - это интересная форма поединка,  
по правилам которого ты должен спать с врагом.

*Ли Дениел.*

Начну я слегка издалека. Так вот, всем транспортным средствам на свете я предпочитаю мотоцикл. Он меня радует, и прочее, и так далее — мои мотивы выбора совершенно не важны. Что интересно — про этот самый мотоцикл со мной разговаривали сотни людей, и часто эти разговоры похожи на то, что описано в части про нулевое свидание — «Сколько жрет, сколько прет» и дальше со всеми остановками. Меня волнует даже не это, а та оценка которую дают моему мотоциклу совершенно незнакомые люди.

К примеру, ты знаешь, что обычно говорят о машине другого человека? Просто вспомни, какие слова первыми приходят в голову? Обычно это слово «крутая» и оценочное понятия, то есть «очень крутая», «не крутая» и так далее.

Про мотоцикл обычно говорят одно слово — «Красивый». И всё. То есть мы легко можем сказать, что мотоцикл оценивается лично, а машина — социально. То есть мотоцикл нравится (или не нравится) лично человеку, а машина показывает место человека в жизни.

Теперь давай это перенесем на общения мальчиков и девочек, или мужчин и женщин. Что про них говорят? Для того, чтобы это понять, достаточно открыть совершенно практически любое печатное издание, да пусть даже интернет.

Что обычно говорят про девочку? Красивая. И синонимы. Что говорят про мальчика? Оценивают его успешность по жизни.

Теперь, внимание. Мальчику важно, насколько красивая будет девочка, а девочке важно, что про ее мальчика скажут окружающие ее люди. Нравится это тебе или нет, но таков порядок вещей. То есть, мальчик презентует свою успешность, девочка презентует успешность своего мальчика. Парень разматывает свой болт, девочка разматывает чужой.

Это данность нашей реальности, как и то, что женщина всегда хочет иметь лучшего мужчину, до которого сможет дотянуться. И если в её жизни появляется парень, который красивее, богаче, умнее старого, да ещё и лучше в постели — незамедлительно происходит смена основного состава.

Заметь, тут прозвучало слово «лучший», то есть происходит сравнительная оценка. А если идёт оценка, то осталось понять, по каким параметрам эта оценка происходит. Моя задача была перевести эти параметры из эмоционального плана в план, который мы все можем легко измерить. То есть дать тебе ключевые точки, по которым ты можешь провести свою презентацию для женщины, и достичь успеха.

Что ещё для нас важно? Как минимум то, что идёт оценка обществом тебя. Для девушки важен лучший парень, то есть тот, кто достиг большего, чем остальные мужские особи. Таким образом, мы постепенно переходим к понятию социальных пирамид.

Что такое пирамиды? Это фигура у которой основание больше вершины. В нашем обществе пирамидами пронизано совершенно всё. Возьми, для примера армию — в основании пирамиды сотни тысяч солдат, в середине командиры, ближе к вершине генералитет и верховный главнокомандующий. По такой же структуре построена любая корпорация, церковь, компания или объединение по интересам. То есть в любой пирамиде есть лидер (лидеры), и статисты. Угадай, кто сразу будет для девушки большой интерес представлять?

Самое интересное, что базовых пирамид в голове у девушки больше одной. Можешь называть их ключевыми параметрами, по которым оценивают парня. Для аналога возьми любую ролевою игру — сила, ловкость, очки, жизни и так далее. В нашей ролевой игре под названием «жизнь» эти параметры выглядят следующим образом:

1. **Внешний вид**
2. **Внутренние состояния**
3. **Социальный статус**
4. **Что ты говоришь (речь)**
5. **Как ты говоришь (голос)**

И для женщины важен максимальный набор очков по всем параметрам, причем сразу. Но, как мы помним, идеальный парень существует, и ищет идеальную девушку. Итак, параметры оценки есть, а каковы критерии и что с ними делать, и при чем тут сто баллов? Начнем с важных вопросов, и отвечу на все остальные по очереди. Но прежде,

чем мы начнем, сразу скажу, что цифры в этой модели являются некоей условностью, позже расскажу почему, а пока не уделяй им слишком много внимания.

Так вот, для соблазнения средней барышни тебе следует набрать в сумме по ее шкалам оценок сто баллов. Максимальный набор по одной шкале оценок — тридцать. Таким образом, сферический идеальный мужчина в вакууме может набрать недостижимые сто пятьдесят очков. Я сразу скажу, что мне в голову приходит только один человек, который может считаться «мужчиной на 150», но он мертв уже много десятков лет. Его звали Джон Фиджеральд Кеннеди. Давай посмотрим на его лист оценок внимательно.

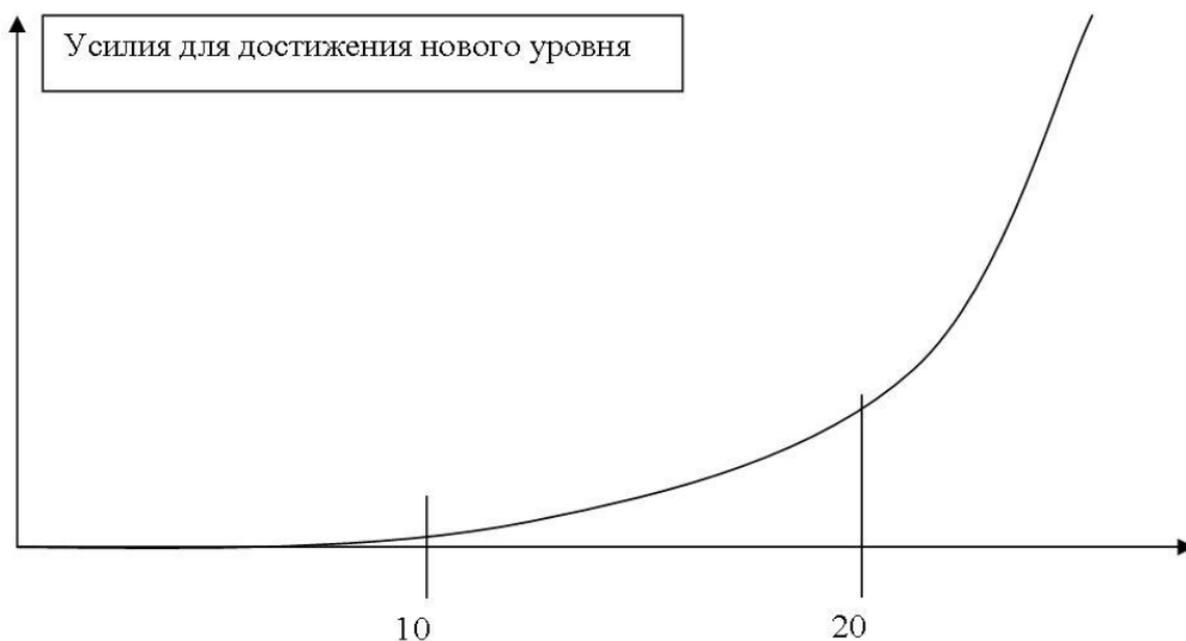
1. Социальный статус. Президент крупнейшей и очень богатой страны. 30.

2. Внешний вид. Вкус воспитывался с молодых лет, безупречен. Состояние тела — отличное. 30.

3. Внутреннее состояние. Посмотри его выступление — уверенность, обаяние, все отлично. 30.

4. Что и как говорил — тоже отлично. 30. И ещё 30.

Да по сравнению с этим человеком проигрывают почти все — но нам не нужно 150. Нам нужно 100, которые складываются по сумме баллов из всех критериев оценок. Но тут тоже не всё так просто. Давай рассмотрим на примере – примере социального статуса, то есть зарплата в Москве.



*Рис. 15. Усилия для достижения нового уровня.*

Смотри сам. В Москве зарплата начинается от пяти тысяч рублей в месяц, это минимальная норма установленная законом. Возьмем в пирамиде социального статуса эту цифру за единицу — ниже реально некуда. Для перехода на другие уровни по началу требуется минимум усилий, достаточно просто поменять работу, и можно зарабатывать и пятнадцать тысяч в месяц, и двадцать.

Но мы всё равно болтаемся в нижней трети, у социологов это даже не «средний класс». Очень условно говоря, средний класс начинается при зарплате в месяц в размере 50.000 рублей, то есть просто так эти деньги уже не получишь. И ты можешь заметить, что переход от 5.000 до 10.000 в месяц требует минимальных усилий, а вот войти в полтинник — уже требуется опыт, умение или образование. То есть, чтобы подняться в середину, требуется приложить усилия.

Верхняя граница среднего класса может располагаться, например, на доходе в 500.000 в месяц. А это уже не совсем легко, и может потребоваться для достижения этого дохода больше, чем один год.

А на вершине — миллионы и миллиарды. Долларов США. Таких людей уже узнают в лицо и на светских хрониках они занимают

почетные места. Их зовут аллигаторы, или олигархи. И легко понять, что чем выше ты поднимаешься, тем больше твоих усилий и ресурсов на это требуется.

Простой пример: в соседней Украине несколько лет назад тратились десятки миллионов долларов, задействовались сотни тысяч человек для того, чтобы два мужчины с пирамидой власти разобрались, у кого останется всё ещё 29 баллов в пирамиде власти, а у кого станет 30. Я про президентские выборы.

Что я этим графиком хочу донести? Имея ограниченное количество ресурсов, проще потратить их на то, чтобы прокачать «дешевые» пункты ста баллов, оптом и много, чем потратить для получения ещё одного пункта который один, сам по себе, особого влияния не оказывает. В принципе, всё как в компьютерных играх — есть очки опыта которые можно раскидать по разным навыкам. КРЭ в чистой реальности.

Теперь давай поговорим о конкретных бонусах. Относительно недавно я обнаружил, что у некоторых барышень существует «бонус удвоения», то есть она как бы автоматически удваивает твои достижения в том параметре, который ей очень важен. Например, барышня по жизни млеет от мужского голоса и если голос у тебя поставлен, добрать до её сотни будет гораздо проще.

Второй бонус заключается в ещё одном интересном параметре — он называется «самооценка», причем речь идет об оценке девушкой самой себя. И чем выше самооценка, тем выше должны быть твои баллы, и возможно, что ты пролетаешь.

В принципе, давай завязывать с теорией, давай смотреть, что и как можно у себя улучшать, чтобы привлекать внимание лучших девушек на планете. Кстати, есть маленький хинт — можно работать не только по ста баллам, есть ещё методики привлечения девушек выше тебя статусом, но их использование получается после того, как ты по ста баллам из себя выжал максимум. Поэтому про них — в мастерской книге, пока тренируйся по базе.

Глава 26: Внешний вид.

После двадцати лет жизни в браке я, кажется, начал понимать, чего хочет женщина. Ответ на этот вопрос лежит где-то между диалогом и шоколадом.

*Мэл Гибсон.*

Наша внешность играет для барышень достаточно важную роль. Важную, но не самую определяющую. Что я имею в виду? Внешность, определенно, важна для девушек. Но важна на двух уровнях — есть необходимый минимум, без которого они просто не будут с тобой общаться, и есть продвинутый, по которому ты можешь добрать по ста баллам недостающие очки.

В чем самый большой плюс внешности? Как минимум в том, что внешность меняется за самое маленькое время, по сравнению с другими частями модели ста баллов, то есть на изменение внешности требуется гораздо меньше времени, чем на проработку своих внутренних состояний или заработка первого миллиарда долларов.

Про необходимый минимум я уже писал раньше в книге, и за время прочтения тобой этой книги ничего не поменялось — минимальный уровень всё еще состоит из чистоты и опрятности. Дополнительные бонусы мы получаем, меняя свои физические данные и стиль. То есть, продолжаем работу над своей внешностью и одеждой с аксессуарами. Этим пунктам и посвящена эта часть книги — за счет чего в своей внешности мы можем производить лучшее впечатление на девушек.

Пункты перечислены не по значимости, трудозатратам или другим образом — они написаны так, как вспомнились. Возможно, что самое важное для тебя находится в начале списка. Или в середине. В любом случае, читай и главное, подумай — можешь ли ты это сделать прямо сегодня и сейчас. Или в рамках разумного времени, например, за неделю.

Иными словами, как работать над собой — напиши список того, что можешь сделать со своей внешностью «в моменте», и сделай это. Потом тщательно работай над всем остальным по списку.

Руки

Задайтесь целью ежедневно делать то, что не по душе.

Это золотое правило поможет вам выполнять свой долг без отвращения,

*Марк Твен.*

Ты будешь смеяться, но барышни очень не любят грязи под ногтями парней. Обкусанные руки с заусенцами тоже не в почете, особенно когда рвут колготки. Представь сам — эти колготки выбирались, покупались, держались для особого случая, и были порваны в первый же раз. Как оно? Да и вообще сухая потрескавшаяся кожа рук не всегда вызывает много хороших эмоций.

Что же делать? Для начала привыкай ходить на маникюр — не по праздникам, а регулярно, на обычный обрезной маникюр. Процедура занимает от получаса до часа делать можно как раз в две недели, так и раз в месяц (если будешь свои когти подпиливать сам). Цена вопроса — от 300 рублей до полутора тысяч, хорошего мастера подскажет любая знакомая девушка. В маникюре главное — регулярность, а не делание по необходимости. Впрочем, регулярность — это основа при уходе за собой в целом.

Кроме этого, в холодную погоду пользуйся кремом для рук — он смягчает кожу, делая твои прикосновения приятными и мягкими, а не гибридом тёрки и наждачной шкурки. Так же можно покрывать ногти лаком (Бесцветным! Мужским!), он защищает ногти и придает слегка заметный блеск, что тоже приятно.

То есть руки чистые, ухоженные, кожа в порядке. Почему это важно? Руки и лицо — почти всегда единственное, что видно без раздевания парня. Ещё волосы, разве что. Так что это — очень важно. Кстати, в командировки и дальние поездки можешь брать с собой специальный дорожный маникюрный набор — там обычно есть всё необходимое, чтобы поддерживать красоту рук в порядке.

Загар

Удивительно, какие страшные тётки выходят из салона красоты.

Я так думаю, что это доноры. Не могут же эти салоны красоты из ничего делать.

*Одна барышня.*

Загар полезен нам по двум причинам. Во-первых, загорелая кожа смягчает недостатки этой самой кожи, то есть всякие мелкие недостатки твоего лица будут сильно меньше заметны.

Все покраснения, прыщики, и так далее на белой коже заметны гораздо сильнее, чем на темной.

Во-вторых, общий загар — штука полезная с точки зрения привлечения внимания девушек. Загорелые парни очень выгодно выделяются зимой на фоне бледных офисных поганок. Кроме этого, загар часто ассоциируется с отпуском, здоровьем, ухоженностью и дальше со всеми остановками.

Надеюсь, с важностью загара мы решили, теперь осталось понять, как его получить.

Есть три способа к которым можно прибегнуть. Первый — это отпуск, и тут все ясно — мало пьем, много лежим на солнце, используем косметику, для того чтобы загорать, а не обгорать. Более-менее понятно, только достаточно затратно как по деньгам, так и по времени. Хотя очень приятно, и если есть возможность — разумеется, лучше всего быть загорелым естественным образом.

Второй вариант — солярий. Это хороший вариант, особенно зимой — цена вопроса достаточно низкая, времени занимает меньше десяти минут, результат проявляется на следующий день, держится две недели. Если не был в солярии, проконсультируйся по поводу времени сеанса и методики посещения с барышней на ресепшене, эта информация пригодится. И в целом: ты должен быть загорелым, а не прожаренным.

Третий вариант — автозагар, оставляем на крайний случай. Так же называется «бронзатор». Наносится обычно только на лицо и шею, действует за ночь, утром ты загоревший и довольный, через неделю снова бледный. Используем когда очень надо, времени на солярий нет, а зима делает поход на улицу адским адом.

Волосы

Я долго остаюсь под впечатлением, которое я произвел на женщину,

*Карл Краус.*

В этом пункте все совсем весело, радостно и заодно печально. Почему? Ответ лежит на поверхности. Если плохой мастер маникюра в худшем случае спилит тебе под ноль все ногти — это терпимо. А если плохой парикмахер испортит тебе прическу, то иногда выход только один — стрижка «под ноль». В принципе, тоже стиль, конечно.

Хорошо, теперь волосы. Хорошая стрижка — это половина дела. Нужен приличный мастер, которого опять-таки ищем по рекомендации друзей, подруг и знакомых в своем городе. Может быть, тебе повезет, и ты найдешь свободного мастера методом тыка с первого раза — такое тоже бывает, но лично в моей жизни не встречалось.

В чем задача мастера? В рамках предпочитаемого стиля одежды и внешности выдать максимум, на что способна твоя прическа. Прическа может вытянуть твое лицо, добавить серьезности, сделать более раздолбайским твой имидж и так далее и тому подобное. Тебе же надо озвучить все пожелания мастеру, и подождать когда он закончит. Если понравилось — продолжать ходить к нему дальше, не понравилось — искать нового.

А после того, как тебя подстригли, каждое утро мыть голову шампунем, если надо — добавлять кондиционер. Забудь как страшный сон про сказки типа «голову надо мыть раз в неделю хозяйственным мылом» - мы уже не в бараках живем и коммунизм давно как не построен. Можно спокойно сушить голову феном, при необходимости укладывать. И продолжать ходить на стрижку раз в три недели. Кстати, средства для ухода за волосами в принципе вообще роли не играют.

Чисто для справки: шампунь для волос и гель для душа вообще одно и то же, просто разлито по разным пузырькам. Почти все серьезные мужские косметические марки так и пишут — Shampoo & Shower gel прямо на упаковке. Экономит количество пузырьков заметно. Дешевые марки побуждают тебя покупать дважды совершенно одно и то же.

Лицо

Многие мужчины, влюбившись в ямочку на щеке, по ошибке женятся на всей девушке.

*Ставен Ликок.*

А вот тут смотри и слушай крайне внимательно. Надеюсь, что ты понимаешь важность внешнего вида твоей товарной витрины, то есть лица. Когда я работал в продажах, лично и на своем примере усвоил важность правильного первого впечатления, и важность красоты того, что человеку может попасться на глаза.

Твое лицо — это место, куда барышня смотрит подавляющее большинство времени. Поэтому она может пересчитать все оспины на твоём лице, дополнить всеми лопнувшими сосудами в глазах и умножить на прыщики. И оно точно так же может улучшить твоё восприятие, так и ухудшить. Что делаем?

Для начала, запоминаем: косметолог наш лучший друг, товарищ и сестра. Если ты ни разу в жизни не был у косметолога, пора идти прямо сейчас. Что ты получишь у этого специалиста? План минимум: чистка лица, анализ состояния кожи, рекомендации по выбору средств для ухода за лицом.

Возможно, что косметолога придется посетить несколько раз, сеансами, пока она не сделает из твоего лица картинку идеального мужчины — это вполне возможно. Хороший косметолог может стоить от 1500 до 3000 рублей за прием, плюс-минус отклонения в разных городах и странах. Для профилактики рекомендуется посещать раз в месяц-два. Летом чуть чаще.

Кроме косметолога, который делает свою часть работы, ты должен регулярно делать свою. То есть два раза в день умывать лицо, пользоваться тониками для сужения пор. Наносить крем для лица перед выходом на улицу.

Стоит это всё может как бешеных миллионов, так и вполне разумных денег, и все эти вещи тебе посоветует косметолог — разные марки косметики разным способом действуют на разные типы кожи.

Если у тебя есть «мешки» под глазами, закупай крем для кожи вокруг глаз — он помогает эффективно с мешками работать. Марки выбирай по карману и желанию, я лично принципиальной разницы не замечал.

Зимой в морозы пользуйся гигиенической помадой или бальзамом для губ — помогает предотвращать трещины и сухость губ, что весьма приятно.

В очередной раз предостерегаю тебя от постановок диагноза по чтению ауры на расстоянии — если у тебя с кожей лица, например, пока не все идеально, не стоит спрашивать «чем это лечится» на форумах или у друзей — они в этом вопросе могут быть не совершенны. А дерматолог (если запущено всё) и косметолог — профессионалы в этой области, которые занимаются проблемами кожи чуть ли не всю свою жизнь.

### Индекс массы тела

Парии, поймите, двадцать пять сантиметров — это не позор, с этим можно жить.

*Из моей речи про размер бицепса. Или члена, точно не помню.*

Много тысяч лет назад, когда люди питались корешками и жрать, по большому счету, было нечего и некого, дородность считалась признаком социального статуса. То есть, если у человека было пузо, это была важная персона которая могла позволить себе есть с избытком.

Сейчас, в эпоху фастфудов и высоких технологий по упаковке калорий, ситуация немного поменялась. Немного — это совсем. Сейчас признак того, что у человека много денег на еду уже не живот, а талия. Потому что питаться правильно по нынешним временам стоит очень дорого.

К сожалению, универсальных рецептов того, насколько мало жира и много мяса должно быть в твоём теле, сказать сложно. Можно разве что принять за один из методов измерения **Индекс Массы Тела**, который считается просто. Его название находится в подзаголовке.

$$\text{ИМТ} = \frac{\text{Вес}}{\text{Рост}^2}$$

то есть делим свой вес на рост в квадрате. Вес считаем в килограммах, рост в метрах. Подробные методики и точные калькуляторы есть в интернете.

ИМТ нужен по большому счету для одного — знать, что делать. Если ИМТ меньше 20 — пора качаться, больше 30 — сбрасывать жир. Хотя в классике ИМТ считается для людей, которые не занимаются серьезно спортом или физической нагрузкой регулярно, и тогда получается мужик кабанистого вида с ИМТ за 35, которому не глядя советуют худеть.

ИМТ советую брать за основу тогда когда ты не занимаешься серьезно спортом. Если серьезный спорт — меряй процент жира в организме, если его больше 15% - пора на сушку. В целом по больнице барышни предпочитают подкачанных стройных парней.

Люби свое тело, и оно ответит тебе взаимностью. И, заметь, в последней фразе не пропаганда онанизма как могут подумать самые ярые пошляки. Я имею в виду, что тело может быть наполнено концентрированной энергией, которая просто сама выходит наружу, а может быть наполнено рыхлой жировой субстанцией, которая занимает даже мозги.

Где-то так. Советы по тому, как сбросить вес, набрать массу, диетам и так далее — в разделе «спорт» на нашем пикапфоруме (сноска <http://pickpuforum.ru>)

Стоматология

Никто у меня не выдерживал больше двух пломб.

*Из мультика про капитана Пронина.*

Так, с чего начать? Например, с того, что гнилые зубы — не самое лучшее средство возбудить девушку и заслужить уважение в обществе. И вообще, в нашем обществе зубам уделяется действительно много внимания. И это внимание стоит того, чтобы за зубами присматривать.

Начнем с профилактики — раз в полгода к стоматологу. Он тебе сразу скажет, что за отчетный период поменялось в его ведомости, и мелкие дырки сможет залечить в моменте.

Заодно дать советы по тому, стоит ли твои зубы отбеливать, как поживают урановые пломбы, поставленные при советском союзе, сколько осталось вырвать зубов до стандарта панды (у них — 24 зуба), и прочее.

Да, стоматология нынче недешева, но это те жертвы, на которые надо идти. Я не говорю про «голливудскую улыбку», брекеты, виниры и прочее — это кому-то надо, а можно и обойтись. Я говорю про разумный минимум — чистые, целые, здоровые зубы.

Для поддержания порядка во рту пользуемся артефактом под названием «зубная щетка». которая в сочетании со средством «зубная паста» совместно творят чудеса увеличивая твою харизму минимум на +3. Использовать утром и вечером.

К тому же, каждое утро чисти язык специальной щеткой для языка — помогает устранять запах изо рта который идет не от зубов, а от налета на языке.

И еще остальное списком, кратко

— Прощай, тысяча долларов,

— Твои ботинки стоят тысячу долларов?

— Каждый,

*«Игра» (фильм)*

Сейчас — дополнительные вещи, которые ты можешь делать по обстоятельствам. А можешь не делать — решать тебе.

**Педикюр** — необходим летом, когда ты ходишь в сандалиях или шлепанцах. Делается там же, где и маникюр, только работают над твоими когтями на ногах и снимают огрубевшую кожу с пяток. Цена вопроса довольно разумная, делать в начале летнего сезона точно надо, дальше по обстановке.

**Глаза** — если у тебя была бурная ночь, то закапай в глаза например, визин. Убирает красноту.

**Брови** — не всегда но нужно делать коррекцию бровей. Это просто необходимо, когда брови растут хорошо, и «отростки» есть чуть ли не на половину лба. Коррекция — когда лишние волоски выдергивают. Таким образом приводят в порядок, что очень даже хорошо смотрится. Главное — не надо крайностей, типа брить брови и делать татуаж — не поймут.

**Растительность** — не на голове, а в носу и ушах. Её не должно быть заметно. Для этого ее надо выстригать или сбривать специальным устройством под названием «триммер». Можешь сам, можешь в салонах

красоты — там это тоже делают. Кстати, даю совет — подмышки тоже надо брить, лобок стричь, а яйца должны сверкать — в смысле быть бритыми. Это важно не только с точки зрения опрятности, но ещё и меньше будешь потеть и пахнуть.

**Запах** — кстати, о запахе. От тебя не должно пахнуть ландышами, но при этом не должно пахнуть конюшней. Минимум — запах чистого тела после душа, максимум — аромат хорошего парфюма. Если у тебя слишком много пота, то обязательно пользуйся анти-перспирантами, если средства позволяют — можно вколоть в подмышки ботокс, и на три-шесть месяцев они прекратят потеть. Услуга крайне недешевая, но при общении с людьми и активной работе может окупиться.

Промежуточный итог

— Я могу математически объяснить, почему ваш галстук некрасив, *«Игры разума»*.

Уход за собой нельзя бросать на полпути — моментально вернешься на исходные параметры. Минимум для уважающего себя мужчины — маникюр, хорошая причёска, общая ухоженность и чистота тела.

Я выступаю против крайностей — не стоит идти на коррекцию носа, увеличение члена, растяжку суставов, подтяжку лица миопластики и так далее — это удел мальчишек, а не мужчин. Я — за разумный подход к своей внешности. Люби свое тело, ухаживай за ним — таким образом ты показываешь девушке, что умеешь ухаживать в целом. И за ней тоже.

Кстати, даю хороший совет — у нас на форуме есть раздел под названием «Гид по стилю», где есть специальная ветка по разбору внешнего вида. Если у тебя есть желание получить обратную связь — можешь опубликовать свои фотографии и почитать мнение о своей персоне. Учитывая, что людей у нас на форуме десятки тысяч, в целом суммарное мнение будет достаточно объективное.

Теперь давай продолжать.

Позиционирование, или битва за сто баллов

Я люблю Микки-Мауса больше, чем всех женщин, которых знал,

*Уолт Дисней*

В этой части книги я буду говорить про естественность, но с точки зрения одежды. Я буду говорить, что правильно, что принято обществом, что вызывает сопротивление и отторжения. Может быть, ты даже поймешь для себя основные законы подбора стиля, которые я для себя определил уже давно и следую им.

Мне этот принцип помогает общаться с людьми и вызывать доверие. Чему он научит тебя — решать тебе и только тебе. Но давай договоримся, что решать будешь по окончанию всего текста, ок?

В рамках маркетинга есть такой термин — позиционирование. Он объединяет сразу несколько параметров: название марки, ее авторитетность и цена. Обычно главным в позиционировании является вопрос цены, за которым следует и качество, и материалы, и ручная (если нужно) работа, и так далее.

Давай разберем с тобой вопрос позиционирования на примере простого и ежедневного атрибута одежды — джинсов. Обычных джинсов. Я напишу стандартные определения позиционирования и дам комментарии в виде марок. Начнем?

#### Mass market

Это — самый-самый популярный сегмент. Одежда «чтобы было». Можно сказать, что это — самое дешевое, что может быть. В России этот сегмент пока еще плотно удерживают рынки и подделки, особенно в регионах. Цена джинсов — ну от 500 рублей. Качество — полгода носки, и выглядит оно ровно на свои деньги. Портков хватает на пять стирок.

Кроме рынков, есть куча марок, которые на этот сегмент нацелены. Но подавляющее большинство их находится на западе. Да, там есть портки по 10 евро, и не стыдно их носить на улице. Альтернативой у нас есть только развалы в Ашане, Рамсторе и Метро, где продается что-то похожее на джинсы неизвестных марок и ценой до 1000 рублей.

**Позиционирование:** дешевле некуда.

#### Upper mass market

Верхний массовый сегмент. Тут происходит разделение между рынками и магазинами. В верхнем дешевом сегменте у нас продаются хорошие подделки под именитые бренды и относительно дешевые (в

основном молодежные) марки. Самый яркий представитель — одежда марки ТВОЁ.

Кроме ТВОЁ, в этом сегменте туева хуча отечественных марок (кто, например, слышал про марку Muobuo?). А кроме наших марок — Castro, Zara, New-Yorker и так далее.

**Резюмирую:** бал в этом разделе правит Турция во всех вариантах. А так же Индонезия. Малазия и Китай с примкнувшей к ним Россией. То есть подразумевается, что этот сегмент — для людей с крайне ограниченным бюджетом. Это не значит, что тут нечего искать, найти можно. Стараться придется долго. Либо ждать распродаж со следующего сегмента.

**Позиционирование:** штаны для студентов, чтобы ходить на улице каждый день.

По цене - от 1000 до 2000 рублей (до \$70).

Medium

Эта категория — то, что могут позволить себе все «средние люди». Хотя, кто видел, этих средних людей? В этом ценовом сегменте присутствует как относительно дорогая молодежная одежда (для молодежной одежды), так и младшие линейки относительно хороших марок. То есть, если поискать, можно найти приличные Boss Hugo Boss тысячи за 4 рублей.

Штаны в этой категории уже достаточно качественные, уже нельзя сказать, что вы экономите — тут есть вполне разумный выбор и достаточно хорошее качество. Очень условно говоря, ценовой сегмент medium — это идеальное соотношение между ценой и качеством. Он подходит и для обеспеченных студентов, и для среднего класса и вообще просто подходит.

В случае с джинсами мы имеем дело с такими марками, как Westland, Motor, Collins, Energie, Tom Taylor, и так далее. По цене - от 2000 до 4000 рублей (до \$150).

**Позиционирование:** самые обычные штаны «для всех». Не хорошо и не плохо, золотая середина. Стыдиться уже нечего, статуса и дикого желания с тебя сорвать эти штаны пока не вызывают.

## Upper medium

В этом сегменте находится то, что является «чуть лучше, чем у всех». То есть одежда которая ещё пока не стоит заоблачных денег, но уже видно, за что платим. За марку, покрой, пошив и материалы, за эксклюзив и хорошие рекламные компании.

Эти марки одежды — для тех, кому уже скучно ходить в мексе, но ещё нет денег что-то реально крутое. Или для тех, кому важен разумный выбор между ценой и качеством. Рулят бал в этом сегменте Levis, Hugo boss, Lee, Calvin Klein. На распродажах тысяч за пять можно купить вполне неплохие образцы более высокого сегмента. Цена портков от 4000 до 8000 рублей (до \$300).

## Premium

Вот тут уже начинается самое вкусное. Именитые марки, дизайнерские вещи, можно найти реально интересное и уникальное предложение в виде шмоток кроя и ткани. Тут уже идут эксперименты, и даже именитые дизайнеры не гнушаются зверски издеваться над обычными рабочими штанами.

Эта одежда — для людей с претензиями. Это уже одежда для клубов, чтобы показать себя и заявить о своем весьма хорошем достатке. Это то, что можно даже выставить напоказ, словно бы говоря про себя «у меня уже всё хорошо». Тут уже не делают штанов, которые рвутся после первого дня носки — все дырки уже сделаны за тебя.

В этом сегменте рулят уже дизайнеры с именем, или вторые марки самых именитых дизайнеров. В случае джинсов — это Diesel, Iceberg, D&G, Dsquared, Class by Roberto Cavalli, Dirk Bikkembergs, и прочая, прочая, прочая.

Цены от 8000 до 15000 (до \$600).

## Luxury

В этом сегменте — всё. Растить некуда, круче нет ничего, и выше нас только звезды. Тут джинсы, которые шьются однорукими портными вручную строго в полнолуние из кожи крокодила, который был убит строго в прилив в возрасте 48 лет и трех недель головой на северо-запад, причем с соблюдением кошера. Все вещи шьются строго

ограниченными тиражами и с заклепками из белого золота. И продаются в бутиках, где даже охрана с маникюром.

Тут используются самые жесткие приколы, тут самые дорогие материалы, смешение несмешиваемого и так далее. Короче, если ты носишь эти джинсы — ты либо достиг всего, раз готов потратить на джинсы 25 тысяч рублей, либо стараешься таким быть. Одним словом (или больше) — человек поднялся и крут.

Марки джинсов (если мы все ещё о них): Dolce & Gabbana, Roberto Cavalli, и так далее. Если ты имеешь денег на покупку в этом сегменте — тебе в Третьяковский проезд. Там тебя ждут.

**Цены:** От 15 и старше.

**Позиционирование:** круче нас только звёзды. Я могу позволить себе самое-самое.

Простой пример позиционирования для разных предметов одежды:

	Обувь	Джинсы	Часы
Mass market	Гм. Рынок	Рынок	Montana и прочие командирские
Upper mass market	Ralfinger (ботинки) и все практически марки кроссовок.	TBOE, Castro, Zara	Seiko, Citizen, Casio, Swatch
Medium	Lloyd, Ecco, Geox, Дизайнерские модели Puma, разные Camelot и так далее.	Mexx, Benetton, Wrangler	Tissot, Certina, Apella
Upper medium	Paraboot, Kenzo	Calvin Klein, Hugo Boss, Armani	Omega, Tag Heuer, Rado, Breitling
Premium	Prada, D&G, Gucci	D&G, Dsquared, Diesel	Rolex, Audemars Piguet, IWC, Zenith
Luxury	Berluti, Crockett & Jones, Hermes и индивидуальный пошив на заказ.	Dolce & Gabbana, Roberto Cavalli, Prada, индивидуальный пошив у именитых дизайнеров.	Blancpain, Breguet, Patek Philippe, дорогие дизайнерские часы из драгоценных металлов и крайне сложные часовые механизмы.

Таблица 3. Соответствие торговых марок целям рынка.

Хочу сказать, что законы позиционирования верны не только для джинсов. Они вообще универсальны для бизнеса. Пример — машины. Mass market — классика, потом девятки и самые дешевые иномарки, medium — Ford Focus, upper medium — Mitsubishi, Charisma, premium — BMW пятой серии, ну а круче только Bentley. Я говорю про новые

машины. Варианты с вторичным рынком имеют аналог среди одежного — распродажи и стоки.

В разных видах товаров «стоимость вхождения» в сегмент стоит разных денег. И если шариковую ручку самого именитого бренда можно купить тысяч за 10 рублей, то дом вида luxury обойдется тебе миллионов в несколько. Долларов. Так что стоит понимать, что среди этого вида товаров — круто, а что нет.

Теперь попробуем взлететь...

Всё, что было раньше — вступление, которое необходимо для понимания этой части статьи. Мы уже знаем, что женщины оценивают мужчин не по отдельным предметам, а целиком, сразу и в комплексе. Тут и рождается правило «золотого сечения». Или, если тебе знаком этот термин, конгруэнтности.

Правило звучит так: одевайся одинаково, в одном ценовом сегменте. Приведу пример.

В одном из городов, где я проводил тренинг, у меня был ученик — умный, эрудированный и достаточно обеспеченный парень, с хорошей работой и из обеспеченной семьи. Просто мечта девушки. Один косяк — когда он знакомился с барышней на улице и предлагал их подвезти до дома они всегда странно быстро сматывались. Почему? Ответ прост. Он одевался на рынке (а зачем платить больше?), а ездил на последней модели Lexus. Его золотая Omega не была видна под изношенным и старым свитером.

Как ты думаешь, о чем думали девушки? Правильно, что он — наемный водитель на чужой машине. Когда мы его переодели в джинсы Iceberg, укомплектовали отличным свитером Ralph Lauren (и я научил слегка небрежно закатывать рукава чтобы были видны часы) и обули в Prada эти проблемы ушли сами собой.

Таким образом, рождается правило «золотого сечения», которое я для себя сформулировал так: всё, что ты покупаешь, должно принадлежать к одному классу позиционирования. Допускаю отклонение по одной вещи вверх и по одной вещи вниз. То есть, если ты одеваешься

с ног до головы в upper medium, то можно иметь мобильный телефон medium класса и ремень premium сегмента.

Почему не стоит сильно больше? Все просто. Приведу пример из чёткого medium сегмента. Представь себе парня, который одет в обувь Lloyd, джинсы Mexx, носит часы Tissot, рубашку Tom Taylor. И тут из под всего этого великолепия выдается очень яркий клубный ремень Dsquared. О чем ты подумаешь? Подделка. Даже если ремень настоящий, он никак по ценовой категории не соответствует остальной одежде и люди подсознательно примут именно это решение.

**Пример противоположный:** парень с ног до головы укомплектован в праду, дольчегабану и кавалли, и носит с ними ботинки Ralph Ringer. Как это было? Меня тянет кашлять...

**Резюмирую:** стоит подбирать все вещи из одежды в одном ценовом сегменте. То есть не покупать портки за 15 тысяч рублей и на остаток в пять сотен докупать всё остальное. Не поймут.

Ещё немного о соответствии

Или еще немного о маркетинге, естественности, и увязки всего вышеперечисленного к социальному статусу. Сейчас я нарисую график. Даже в цвете.

Лет / доход	до 20 лет	до 25 лет	до 30 лет	до 35 лет	до 40 лет	и старше
до 500 USD	Green	Light Green	Yellow	Red	Red	Red
до 800 USD	Light Green	Green	Light Green	Yellow	Red	Red
до 1 500 USD	Red	Light Green	Green	Light Green	Yellow	Red
до 3 000 USD	Red	Yellow	Light Green	Green	Light Green	Yellow
до 5 000 USD	Red	Yellow	Yellow	Light Green	Green	Light Green
до 10 000	Red	Red	Yellow	Yellow	Light Green	Green

Таблица 4. Зависимость доходов от возраста.

Теперь поясню. Тут даны определения с точки зрения общества усредненности и так далее. Разумеется, есть уникамы, которые выпадают из любых определений. Но я пишу в целом и вообще.

В целом, мужчина к 30 годам может зарабатывать и 10 тысяч в месяц, и меньше 500. 500 — если, например, учится в аспирантуре и подрабатывает написанием курсовых. Возвращает в себе гения

эрудиции, так сказать. Но если к 50 годам взрослый мужик зарабатывает меньше трех сотен в месяц, то что подумает о нем девушка? Наиболее мягкий эпитет — неумеха. Обычный — человек, который прожил жизнь зря.

То же самое касается возраста до 20 лет. Есть паренёк говорит, что поднимает червонец в этом юном возрасте, то это повод сильно и внимательно к нему присмотреться. Скорее всего, врёт. Ну, или он драгдилер с опытом работы лет так шесть. Или звезда поп-сцены. Да такие бывают, и даже ходят по улицам. Но не каждый день.

То есть, получается такая цветовая дифференциация штанов: красный — это напрягает, это повод для вопросов и проверок (да-да тех самых: сколько ты зарабатываешь?). Желтый — напрягает, но разрулить можно. Бледно-зеленый — да, бывает. Плюс-минус талант и лень. Зеленый — самое то, золотая середина.

И наконец, ко всему этому привязываем позиционирование. Четко шесть параметров возраста дохода и линеек позиционирования.

Я имею в виду, что совершенно нормально, естественно и адекватно, если мужик к 35 годам имеет около пятерки в месяц (зарплата менеджера хорошего уровня в Москве), ездит на иномарке бизнес — класса одевается в d&g, и имеет, например, Vertu.

Но если всё это у пацанчика 18 лет, то где-то лукавят. Скорее всего — мажор с богатыми предками, у которого за душой нет никакого жизненного опыта. Да такие тоже привлекают, но не меня. Я люблю людей, которые сделали себя сами.

#### Выводы

Моей целью при написании этого текста было подробно расписать, почему же иногда про человека говорят «понторез» или не говорят ничего, а принимают как данное. Используя простые рекомендации по позиционированию себя, ты можешь получить дополнительно несколько баллов по T100B и стать своим в доску парнем.

Пренебрегая этими правилами, ты будешь «белой вороной» или чудачком со стажем. Такое существование тоже имеет право на жизнь, но подумай: готов ли ты быть один против всех всю свою жизнь?

Даже неформалы — готы, когда устраиваются на нормальную работу и начинают получать приличные деньги, закидывают свои наряды на дальнюю полку. И ходят в костюмах. Просто в плеере играет любимая с детства Die Verbotten Kinder Evas, но кому какое дело, что слушает начальник отдела?

Правила стиля

В делах первостепенной важности самое главное - стиль, а не искренность.

*Оскар Уайльд*

После всего, что написано выше про внешний вид, мы не будем останавливаться — по большому счету, это только начало и вступление. Сейчас мы будем говорить про стиль твоих вещей, рассмотрим правила подбора аксессуаров, и даже поговорим про цвета. В конце главы будут даны конкретные рекомендации по составлению гардероба и ухода за вещами.

Ботинки

Мы едим для собственного удовольствия, одеваемся — для удовольствия других,

*Бенджамин Франклин.*

Ботинки — очень и очень многое могут сказать и говорят про своего владельца. Они говорят, насколько он богат или беден, насколько он умеет ухаживать за собой, сколько у него работы и даже сколько времени он проводит на ногах в день.

С одной стороны, конечно, вполне достаточно будет купить для лета кроссовки — это план минимум. Ничего удобнее кроссовок за свою жизнь я не носил, и вряд ли придется. С другой стороны, кроссовки и туфли производят совершенно разные впечатления на смотрящего. И ботинки — это одна из двух вещей в твоём гардеробе (кроме часов), которая напрямую информирует окружающих о твоём социальном статусе. И мы этим можем пользоваться, добрав себе несколько пунктов симпатии, или зарубить эту возможность, гуляя по вспаханным полям.

С чего стоит начать? С очень простого понимания того, что дорогая обувь выгоднее, чем дешёвая и средняя по цене. Именно за обувь можно

переплатить, и это в свою очередь окупиться сторицей. Почему? Потому что дешевые и средние по деньгам ботинки служат полтора-два года, когда меньше, когда больше. И стоят, скажем, сто пятьдесят долларов.

Ботинки за, например, пятьсот долларов, могут прожить у тебя десять лет — я не шучу. У качественной обуви можно поменять подошву, отдать ее на реставрацию, и самое главное в обуви, то есть кожа, будет выглядеть так же, как и в первый месяц после покупки. Естественный износ такой обуви только добавляет обаяния, потому что заломов на коже не будет, она вряд ли потрескается и разойдется по шву.

То есть за те же десять лет ты либо поменяешь минимум пять пар обуви, либо будешь носить одну достойную. По деньгам дорогая обувь сразу выигрывает с гигантским отрывом. Посчитаем? 5 пар \* 150 = 750. Против пяти сотен. Очевидно, похоже. Причем десятью годами срок жизни обуви не ограничивается — я знаю уважаемых людей из Европы, которые носят одну пару обуви лет по тридцать. Хотя на такой долгий срок планировать пока сложно, понимаю. Если тебя смущает актуальность модели твоих туфель, то скажу, что почти все классические фасоны были сделаны еще в 20-30х гг. прошлого века и с тех пор никак не менялись. Оксфорды, лоуферы, челси — всё как раньше.

Дальше. Минимум, который у тебя должен быть, это две пары обуви. Одну пару носим один день (в крайних случаях — два), потом выставляем на тот же срок сохнуть и проветриваться на специальных колодках. Игнорирование этого правила ведет к быстрому убийству обуви.

Никогда (слышишь? Никогда!) не смей портить обувь губками типа «моментальный блеск» - они на силиконовой основе, что не только сушит кожу, но и делает ботинки агрегатором пыли, которая на этот силикон липнет как мухи на навоз. Экономить на креме тоже не стоит — крем на основе воска не только заставляет обувь сверкать, но еще и продляет жизнь коже.

Крайне советую понимать, что обувь, в которой есть и шнурки, и молния — китайское фуфло, чтобы не говорили продавцы в магазине. Ровно так же, как и туфли на меху. Если лапы мерзнуть, можно ходить

не в туфлях, а специальных зимних ботинках. К черту стиль, тут выходит на первое место функциональность.

Что ещё? Ни при каких условиях, под страхом смертной казни и расчленения, не надевай вместе со своими сандалиями носки. Возьми за правило — если в обуви есть дырки (через которые можно смотреть), то носки с обувью уже не носят. Ровно как с мокасинами тоже — их носят на босу ногу. Если ноги будут потеть, их можно посыпать тальком.

И может быть ты уже в курсе, но на всякий случай повторяю — обувь бывает одного вида. Чистого. Другие виды недопустимы.

Часы

- Что у тебя за часы? Так, Бригхтлинг какой-то.

Если у тебя все хорошо, купи себе действительно дорогие часы — Тиесо, например.

*Фраза девушки, которая порвала мне мозг.*

Давай перейдем к следующему важному мужскому аксессуару — часам. Для меня часы по важности стоят на втором месте после обуви. Просто потому, что хорошие часы и хорошие ботинки вытянут на себе практически любой стиль в одежде. С другой стороны, что такое хорошие часы и как их правильно носить и подбирать?

Начнем с начала. Пункт первый: если у тебя мало денег и часы нужны только как инструмент для просмотра текущего времени, используй мобильный телефон. Это будет гораздо лучше с точки зрения стиля, чем дешевые часы или подделка.

Пункт второй гораздо проще. Он звучит так: часов, по идее, должно быть у тебя минимум двое. Одни — для спорта и активного отдыха вторые — представительские. В первом случае вполне можно носить японские кварцевые часы, или там еще что. Во втором случае за крайне редким исключением часы должны быть швейцарские. Почему так? Например, я не слышал о достойных часовых марках из Мексики или Австралии.

Теперь о механизме — совершенно не важно, будет это кварц или механика, на стоимости это редко отражается. Хотя именно в сегменте

самых дорогих часов обычно преобладает механика, а на каждый день подходит больше кварц — выше точность хода.

**Важное правило:** часы могут и должны стоить столько же, сколько ты зарабатываешь в среднем за месяц. Плюс-минус отклонения.

Совершенно не важно, какой марки будут часы — их десятки тысяч. В России некоторые марки узнаются больше, в остальном мире это не так важно.

Теперь о выборе. Выбирать есть из чего, главный вопрос — в ремешке. Если ты молод и ведешь активный образ жизни, больше подойдет металл. Если предпочитаешь носить костюмы — больше подойдет кожа. Экстремальные спортивные модели, типа как для водолазов, которые носят на каучуке, носить лучше на пляже.

Важный параметр — цвет циферблата. Белый — универсальный, подходит к любому случаю. Черный — обычно для спортивных моделей, его сложнее сочетать с остальной одеждой. Самая универсальная модель — строгая классика. Это белый круглый циферблат, черный кожаный ремешок, минимум функций. Просто и со вкусом. По этой же причине не стоит носить часы, которые слишком большие для твоего запястья.

Кстати, если ты стеснен в средствах, имеет смысл статусные часы покупать на вторичном рынке. Бывшие в употреблении часы теряют только в цене, а не в статусе. Точно так же можно покупать часы в интернет-магазинах, там обычно накрутка меньше.

И никогда ни при каких условиях, не смей носить подделку или «точную копию по технологии». Кто в часах разбирается, это сразу увидит. А кто не разбирается, на того впечатление не произведет.

Очки

Хороший стиль кроется в сердце.

*Денни Дидро.*

Очки бывают двух видов — солнцезащитные и необходимые. Первые нужны для того, чтобы в летний день не ослепнуть на солнце, вторые нужны для постоянного ношения в случае проблем со зрением. Очки, как и часы, предмет повышенного внимания. От того, какие очки ты можешь носить, зависит впечатление от твоего внешнего вида. Очки

могут как полностью испортить впечатления от тебя, так и подчеркнуть твою индивидуальность и добавить лишние баллы к внешнему виду и социальному статусу.

Разумеется, ни в коем случае не покупай подделки под марки и прочую белиберду в переходах метро и на рынках. Приличные солнцезащитные очки стоят от 50 долларов до бесконечности, обычные очки около 300 долларов. Это цена за очки класса «очень хорошо». Эти очки будут при должном уходе служить по паре-тройке лет.

Если тебе кажется, что очки сидят плохо или подобраны не на тебя — проконсультируйся в хороших салонах оптики. Людям там за это денег платят, за консультацию. И вообще, давать советы — их прямая работа. Разумеется, что покупать именно эту модель именно в этом салоне ты не обязан.

И, наконец, приколы. Наклейку со стекла снимаем, очки на голове как наушники не носим. Если очки не нужны — заведи в портфеле чехол или вешай на пуговицу рубашки.

Мобильный телефон

Мода изнашивает больше одежды, чем человек.

*Уильям Шекспир.*

Я искренне считаю, что мобильный телефон — это средство общения с внешним миром. Он должен звонить, вибрировать, принимать SMS и иметь аккумулятор, которого хватает на целый день интенсивных разговоров. Остальное — условности и накрутка в цене, которая переводит инструмент для общения в категорию статусных аксессуаров.

Точно могу сказать, что модель мобильного телефона на соблазнение оказывает минимальное влияние. Да, если у тебя дорогой премиум-телефон, это хорошо. В случае, если всё остальное — тоже премиум.

Так что покупай то, что тебя радует, следуя здравому смыслу. В связи с этим мне вспоминается одна моя знакомая барышня, у которой было два телефона с двумя разными операторами связи. Она таким образом сэкономила за звонках рублей двести в месяц, имея телефоны тысяч по восемь. Я резонно сказал, что на стоимость одного телефона

можно забить на экономию года на три. Надеюсь, что у тебя телефон один.

Хочу сказать, чтобы ты носил гарнитуры для разговоров тогда, когда это необходимо — за рулем, например. Или когда настолько холодно на улице, что пофигу на всё, лишь бы руки не замерзли. «Терминаторы», которые ходят с гарнитурами по улице, меня улыбают.

И во время разговоров, свиданий, посиделок в кафе, переводя телефон на режим «без звука» - ты все равно заметишь звонок, но при этом не будешь отвлекать окружающих.

Ремень и прочая кожа

Брюки важнее жены, потому что существует немало мест, куда можно пойти без жены.

*Оскар Уайльд.*

Теперь давай поговорим о ремнях. Главное: везде, где предусмотрены места для ремня, его надо носить. Джинсы без ремня свисают вниз, делая совершенно ненужные складки. Другие штаны тоже.

Ремень бывает двух видов — брючный и джинсовый. Различаются в первую очередь по ширине. Брючный ремень носится с брюками и слаксами, имеет ширину в два сантиметра с небольшим, с джинсами носить нельзя. Джинсовый ремень шире — до пяти сантиметров, в брюки тупо не влезает. Ещё один признак — в джинсовых ремнях указан джинсовый размер (например, 34 или 36). На брючных — длина в сантиметрах. Обычно, конечно, встречаются исключения.

Ремень подбираем по цвету к ботинкам, по длине он должен застегиваться приблизительно на среднюю дырочку, то есть обычно на третью из пяти. Если ремень больше, чем тебе нужно, не стоит делать в нём дырки — это ужасно. Отнеси ремень в кожгалантерею, там его укоротят до нужной длины за вменяемые деньги.

Будь готов к тому, что ремень под джинсы стоит столько же, сколько и джинсы.

Теперь о пряжках. Привыкай к умеренности — адского размера бляхи обычно признак так себе вкуса и уместны только в клубах или

очень ограниченном варианте стиля. В ремне главное — не размер бляхи, а качество кожи.

Избегай больших надписей на ремнях с названием фирмы — это не самое важное. С другой стороны, если тебе больше нечем выделяться, сойдет и это.

Вариант для разумно экономящих — покупайте ремни из брезента или нейлона. Они стоят совершенно других денег, чем кожа, а на общем фоне ремень не так важен.

Что еще у тебя может быть из кожи? Обычно это бумажник. Правила простые: бумажник не должен выглядеть, как ровесник Наполеона если он истрепался — меняй. Отвыкай носить в бумажнике все необходимое для жизни — толщина бумажника сейчас не главное. Носи то, без чего не можешь обойтись.

#### Украшения

Человек или сам должен быть произведением искусства,  
или быть одетым в произведение искусства,

*Оскар Уайльд.*

Давай перейдем ещё к одному интересному вопросу — вопросу украшений. Главное правило — давай девушке повод с тобой поговорить, носи что-то интересное и необычное. Цена вопроса может быть очень умеренной, а результат — потрясающий.

В обычной жизни хватает набора из браслета и кулона — они могут хорошо дополнить имидж и сделать твой стилистический образ законченным.

Марки, материал и стоимость украшений подбирай на свой вкус. Лично я предпочитаю украшения из серебра — просто потому, что мне нравится этот металл. Для повседневной носки вполне подойдет сталь, титан и кожа.

Цена комплекта может быть от тысячи рублей, и до бесконечности. Важные правила украшений БЫВАЕТ слишком много. Умеренность тут важна. С другой стороны, полно парней, который вообще никаких украшений не носят, и своими игрушками ты будешь выгодно

выделяться из толпы, давая барышне повод с тобой поговорить, потрогать кулончик, и вообще.

Украшения продаются в куче молодежных модных магазинов, лучше всего покупать их там же, где и свою остальную одежду.

Подбор цветов

Если женщины так тщательно наряжаются,  
то лишь потому, что глаз мужчины развит лучше, чем его ум

*Дорис Дей.*

Теперь давай затронем вопрос подбора цветов в твоём гардеробе. В чем может быть проблема? Как ни странно, проблемы бывают двух типов — слишком мало цветов, и слишком много цветов. Я сейчас не буду углубляться в вопросы цветотипов и прочих холодных тонов, вопрос сейчас не в этом. Вопрос в типичных ошибках среднего мужчины.

Главный косяк один на весь свет: некоторые продолжают верить в то, что «если не знаете что носить — носите черный цвет, он идет всем». Да что за ну нафиг! Понятно, что продавцам залежалого барахла эта стратегия только на руку, но быть похожим на чучело гота в базарный день — увольте. Черный цвет допустим только в крайне строгих официальных костюмах, и то с яркими рубашками и галстуками.

За ношение черного пальто или куртки человека надо бить ногами, я считаю. В первую очередь потому, что он не понимает главную функцию одежды — она должна выделять

тебя из толпы, подчеркивать твою уникальность и индивидуальность. Посмотри, например, зимой на улицу — подавляющее большинство людей ходит в черном или темном цвете верхней одежды. Что это значит? Верхняя одежда должна быть НЕ ЧЁРНАЯ.

Что тогда покупать? Ну как минимум горнолыжные куртки бывают совершенно любых цветов, и кроме того, в них можно комфортно зимой передвигаться. Обычные пуховики тоже бывают очень даже себе веселых расцветок.

В принципе вообще надевать черный верх можно в одном случае — когда это обусловлено необходимостью или униформой. Например, хотя я крайне эмоционально пишу про то, что темный верх это плохо, сам

лично катаюсь на мотоцикле в черной кожаной куртке. И черных кожаных штанах. Тут вообще — пофигу на стиль, главное — безопасность. А в этом случае кожа дает много очков вперед всем остальным нейлоновым, хотя и веселым материалам.

Теперь давай от верхней одежды перейдем к обычной. Что тут получается? Обувь обычно темная или темно-коричневая. Джинсы в подавляющем большинстве своем синие, разных оттенков. Дальше снова идет черный ремень, и остается верх — и возникает вопрос с цветом. Вот тут как раз все просто — от более темного к более светлому тону, чтобы в итоге акцент сделать на твоём лице таким вот нехитрым способом.

Что еще можно придумать с цветами? Как минимум то, что этих цветов будет слишком много — в моей практике были случаи, когда на одном человеке было надето шесть цветов, от чего в глазах рябило совершенно неразумным образом. Старайся, чтобы в твоей одежде было максимум три цвета кроме черного. Это как раз вариант разумной умеренности.

Вариант разумной неумеренности — когда вся одежда исключительно одного, любого цвета. С одной стороны, это снимает проблему подбора цветов, конечно. С другой стороны, такой человек выглядит на улице крайне странно.

**Итого, резюме:** цветов в одежде 2-3. Тёмный верх оставить для огорода.

Разные тонкости

Женщины, конечно, умнее. Вы когда-нибудь слышали о женщине, которая бы потеряла голову только от того, что у мужчины красивые ноги?

*Фаина Раневская.*

Сейчас мы с тобой поговорим о нескольких правилах стиля, исполняя которые, ты будешь выглядеть на все сто пятьдесят процентов. Разумеется, что эти тонкости надо соблюдать тогда когда выполняется все остальное, сами по себе эти советы мало что могут полезного дать. Даю кратко, тезисами, подробнее и развернутые советы можно получить у нас на форуме.

- **Длина брюк.** Когда ты надеваешь брюки без ботинок, длина штанин должна быть такой, чтобы еле-еле касаться пола. При ношении брюк с обувью это и будет длина «до начала каблука». Купить брюки длиннее, чем тебе нужно — можно, короче — ни в коем случае.

Просто потому, что портной за 100-200 рублей штаны подошьет, но не удлинит. Закатывать штанины, если их длина чрезмерна не стоит — подшей.

- **Носки.** В идеале, они должны быть того же цвета что и ботинки, то есть черные. Белые носки носим только со спортивной обувью. Если обувь не черного цвета разумно будет носить носки светлее, чем ботинки, и темнее, чем штаны.

- Кстати, о **спорте.** Запомни: спортивные костюмы уместны только в спортзале. Исключительно так. Футболки без рукавов уместны только с хватом бицепса больше пятидесяти сантиметров — таким людям никто не скажет, что это давно уже не актуально.

- **Кроссовки.** Смирись с мыслью, что это обувь на один сезон. Кроссовки покупаются в апреле, и с достоинством хоронятся в конце сентября — они рассчитаны на такую службу. Если для тебя дорого каждый год покупать новую пару кроссовок, купи приличные ботинки и привыкай за ними ухаживать.

- **Если у тебя нестандартная фигура, будь морально готов шить вещи на заказ.** Что бы ты не слышал о таких услугах, есть крайне умеренные цены. Например, рубашку на заказ можно пошить от трех тысяч рублей, что сопоставимо со стоимостью средней сорочки в магазине. Если брать московскую цену приличной рубашки, то получаем что (возьмем Van Laack (как пример):

Цена в Москве — около 10-12 тысяч рублей. Цена в Берлине — 110 евро в среднем. (5000 рублей). Цена на распродажах в Москве — 4-5 тысяч рублей. Цена на распродажах в Германии, или оутлетах - от 50 до 70 евро. На текущий момент в Москве можно сшить рубашку по своей фигуре за сумму, меньшую, чем 2000 рублей. И дороже, конечно. И сразу пропадает вопрос с размером, фасоном, тканью, цветом и так далее.

Так что тебе в поисковые системы — дальше сам.

- **Сандалии и джинсы несовместимы.** Либо тебе жарко, и ты в сандалиях, либо тебе прохладно и ты в джинсах. Сандалии совместимы с хлопковыми летними штанами, их называют «слаксы».

- **Любая вещь, у которой сбоку есть разрез, носится строго навыпуск.** Рубашка с разрезом, поло с разрезом — в трусы не заправляем. Кстати, как понять, совсем ли по размеру тебе футболка? В идеальном случае она должна доходить до середины ширинки на твоих штанах.

- **Никогда, никогда, ни при каких условиях не носим подделок.** Точно так же, как и рекламные материалы, точно так же как и «фирменные рабочие» футболки. Даже не буду комментировать.

- **Запахи и ароматы требуют крайней умеренности.** Подобрать хороший парфюм — половина дела, нужно понимать, что наносить его надо на четыре точки — на запястья, там где вены, и на шею так же около вен.

- **Отвыкай носить что-то в кармане штанов, брюк или джинсов.** Они от этого теряют форму, и достаточно быстро начинают ужасно выглядеть. Исключение — мобильный телефон в кармане для зажигалок (в джинсах). В остальных случаях вещи носи в сумке через плечо (за барсетку буду убивать).

- **Попробуй розовые цвета в рубашках или сорочках.** Очень интересно сочетается с джинсами и классическим внешним видом. Плюс в том, что мало кто из мужчин любит и умеет носить розовый цвет.

Примеры типовых гардеробов

Давай сейчас кратко остановимся на нескольких типовых вариантах того, как можно одеваться — это простые, каждодневные варианты одежды, которые достаточно универсальны. Дунаю, что ты разумный человек, и не будешь копировать ту педерастическую порнографию, которую публикуют в гляцевых журналах в разделе «стиль» - это у них своё, внутритусовочное. В обычной жизни люди одеваются обычно. Сейчас мы это и рассмотрим.

**Вариант первый: абсолютно универсальный.**

Легкие lifestyle кроссовки (puma, adidas, kenzo, Lloyd, и так далее)•

Джинсы с ремнём в тон кроссовок. Джинсы строгая классика — levis 501, например.•

Футболка — только не нижнее белье или майка а именно уличная футболка с принтом.•

В зависимости от марок и стиля каждой конкретной вещи, в таком наряде можно полоть картошку и ходить по самым престижным местам Москвы. Я, в свою очередь считаю, что белые кроссовки, синие джинсы и серая футболка — самый универсальный наряд для лета. Хотя есть люди, которые со мной не согласны в этом вопросе.

Минимальная стоимость такого набора вещей — от пяти тысяч рублей на распродажах.

### **Вариант второй: универсальный с претензией.**

Коричневые ботинки классического фасона.•

Джинсы классика с ремнём в тон.•

Классическая сорочка или поло летом. Сорочка заправляется, поло носится навыпуск.•

Тут все зависит от стоимости вещей. Хотя так уже одеваются сильно не все жители города. Самое главное тут — качество ремня и обуви. Такой наряд подходит уже и для ночных клубов, и свиданий, и просто прогулок по городу. Разумная стоимость такого набора вещей — от десяти-пятнадцати тысяч.

Это — тот самый план минимум, от которого стоит плясать. Остальное ты можешь найти, воспользовавшись источниками информации, которые я привел в конце главы.

Уход за вещами

- Чем лучше ты одет, тем легче тебе раздеть женщину,

*А. Давидович.*

Давай возьмем простой пример — снова джинсы. Джинсы носятся три дня максимум, потом мы их отправляем в стирку. У любой вещи есть свой запас жизни — обычно штаны выдерживают от пятидесяти, до ста

стирок. Если у тебя две пары штанов, то они у тебя «кончатся» относительно быстро — меньше, чем за год.

Если же ты имеешь в гардеробе десяток штанов, то каждую отдельную пару носишь раз в месяц, и, таким образом, каждая вещь по отдельности дольше живет. Я бы рекомендовал иметь у себя такое количество вещей, чтобы устраивать генеральную стирку раз в месяц, при этом каждый день ты мог ходить в новой чистой одежде.

Что получается?

Три-четыре пары джинсов.●

Пять-семь рубашек.●

Пять-семь футболок на лето.●

Десять комплектов нижнего белья (трусы, носки).●

Три ремня (после дня носки им так же надо давать отдыхать, как и обуви, иначе быстро деформируется кожа).●

Сразу после стирки, пока вещи ещё немного влажные, их надо погладить, и поместить в шкаф. Футболки и джинсы можно складывать, рубашки вешай на плечики. Таким образом, будешь спокойно одеваться каждое утро без спешки и цейтнотов.

Обувь чистить надо вечером, чтобы утром спокойно одевать. Обувь храним на колодках, можно в специальных мешках, которые защищают от пыли.

Верхнюю одежду отдавай в химчистку по мере загрязнения.

Где покупать вещи?

Женщины как-то сразу угадывают, с кем мы готовы им изменить.

Иногда даже до того, как это придет нам в голову,

*Бернард Шоу.*

С одной стороны, вопрос о покупке одежды стоит в нынешние времена куда как менее остро, чем пятнадцать лет назад. С другой стороны, не всегда и везде у нас вещи продаются за адекватную стоимость.

Если ты не ограничен в деньгах, то вопрос «где купить?» не стоит вообще. Правильный ответ — везде. С другой стороны, я — за разумную экономию. Например, знаешь ли ты, что в России джинсы Levi's стоят под

две сотни долларов, а на родине этих штанов, то есть в США. они продаются за 29.95? Разница весьма существенная.

Так что есть один простой способ купить хорошие вещи за адекватную цену — померять их в магазине у себя, и заказать доставку из США. Для этого требуется интернет, кредитная карта и знание того, что посылки с объявленной стоимостью до десяти тысяч рублей у нас на таможне налогами не облагаются. Многие продавцы спокойно делают доставку в любой регион России авиапочтой, особенно с e-bay.

Так же имеет смысл ждать распродаж. Они бывают всегда в июле-августе, и январе-феврале. Экономия может быть до половины стоимости или больше, а планировать свои покупки на сезон вперед — ничего сложного нет. Всегда можно прикинуть, что через пару месяцев у тебя умрет пара рубашек и потребуются ещё одни штаны. Ну, так и купи их заранее.

Вариант при наличии свободных средств: слетать на день, например, в Берлин. Билет может стоить сто евро из Москвы, цены там даже без распродаж сильно ниже, да еще и такс-фри при выезде выдают, то есть возвращают до 15% денег за покупки.

Если с деньгами совсем не очень, обрати свое внимание на секонд-хенды. Там продают вещи из Европы, которые носили некоторое время, а потом сдали на продажу. Реально приличную, эксклюзивную вещь можно купить за сущие копейки.

В любом случае эти способы сильно лучше, чем покупать китайские подделки под приличные марки на рынках.

Дополнительные источники информации

**«Джентльмен. Классическая мужская мода для мужчин»**, — шедевральная книга на русском языке, описывающая все тонкости гардероба.

**«Элегантный мужчина»** — книга хороша системой подбора цветов и вещей в гардеробе, сделано с помощью переворачивающихся различных частей страниц. Увлекательное занятие.

**<http://www.lover.ru>** — раздел «ты глазами женщины». Собраны десятки статей с тонкостями ухода за собой, стиля, и внешнего вида.

<http://www.pickupforum.ru>, раздел «Гид по стилю» - все о моде и уходе за собой.

<http://men.style.com> — очень хороший и наполненный сайт о стиле. Минус — на английском.

В принципе, со стилем мы закончили, с внешним видом тоже. Теперь пора двигаться дальше.

Глава 27: Внутренние состояния.

Абсолютная уверенность в своей правоте проистекает только от недостатка ума и недостатка синяков.

*Стас Янковский.*

Вы сами, как никто другой во всей вселенной, заслуживаете своей любви и преданности.

*Будда.*

Что такое это самое внутреннее состояние? Как минимум это уверенность в себе, мужественность, агрессивность, спокойствие и дальше со всеми остановками. То есть наши эмоции, чувства и есть те самые внутренние состояния. Важны они или нет? Я думаю, что важны — женщинам нравятся уверенные в себе мужчины, просто прими это как данность. Из чего складываются хорошие, правильные эмоциональные фоны? Ответ простой, но тебе может не понравиться.

Внутреннее состояние — это сумма всех побед и достижений мужчины за его жизнь. И если тебе за эту жизнь гордиться особенно нечем, пора срочно учиться ставить цели и их достигать. Про это в книге тоже написано.

Влияет ли твое эмоциональное состояние на отношение девушек к тебе? Это легко проверить. Например, есть предположение, что если тебе достаточно плохо, у тебя так себе настроение, депрессия и серость общая — барышни скорее всего будут избегать общения с тобой. А если настроение у тебя отличное, и всё хорошо, тебе радостно и улыбка на лице — то, как ни странно, общаться будут с энтузиазмом и радостью. То есть мы приходим к выводу, что внутренние состояния играют важную роль.

Так что же в итоге делать, где копать, как работать над собой? Проработка внутренних состояний состоит из нескольких простых и очевидных в принципе вещей. Человек, у которого все хорошо с эмоциональным планом, отвечает, по моему мнению, следующим признакам.

Признаки сбалансированного человека:

Вместо мышечных зажимов - пластика движений.●

Вместо согнутой спины - королевская осанка.●

Вместо напряжения - спокойствие и расслабленность.●

Вместо резких и дерганных движений - пластика и грация.●

Вместо страхов — состояние игры, удовольствия от общения.●

Вместо социальных и культурных барьеров «надо» - собственная мотивация «хочу».●

Вместо состояния потерянности в жизни - четкое и осознанное движение к своим целям.●

Вместо различий в правой и левой стороне тела — баланс и гармония правой и левой стороны.●

Вместо взгляда в пол и бегающих глаз — четкое и открытое выражения лица, взгляд в глаза.●

Вместо навязывания своего мнения — поиск компромиссов.●

Заметь, почти все эти признаки описаны через состояние физического тела. Да, оно сразу говорит нам, кто стоит перед нами — тварь дрожащая или право имеющий самец. Самец, который имеет право на секс с женщиной, потому что он уверен в себе. И женщина, когда чувствует обоснованную уверенность мужчины, почему-то тоже решает, что он имеет право на секс с ней. И тогда этот секс имеет место быть.

Поэтому очень и очень большое внимание надо уделять состоянию тела, и именно поэтому я рекомендую почитать следующую методичку по приведению себя в порядок.

Тушка или чучело?

Мужчина, обладающий большими достоинствами или умом, никогда не бывает безобразен.

*Жан Лабрюйер.*

Я уже писал о важности твоего внешнего вида в соблазнении девушек. Но кроме основополагающего правила внешнего вида (чист, опрятен, выглажен и без дырок), которое соблюдается элементарным наймом приходящей домохозяйки, есть еще одно промежуточное состояние, которое влияет сразу на два параметра и модели ста баллов.

Я говорю о состоянии твоего тела. Оно относится и как к внешнему виду — то есть, насколько ты ухожен, есть ли животик, есть ли мясо на кости и так далее, так и к состоянию твоей психики. Да, твое тело влияет на такой параметр, как Внутреннее Состояние. Почему? Есть два объяснения. Первое сложно и муторно, мало того — научно. Если хочешь — читаем Александра Лоуэна. Если не заснем, конечно — оно очень научно написано. Второе проще — наш мозг управляет нашими мышцами, используя систему обратной связи, то есть мозг может напрягать мышцы, но и напряжение в мышцах вызывает определенные напряжения в голове. На этом основана такая школа психологии, как Телесно-Ориентированная Терапия, где болезни головы лечатся с помощью снятия телесных зажимов.

Так вот — к чему я веду. Ухаживая за своим телом, ты, во-первых, получаешь хорошее самочувствие, пластику и осанку, во-вторых — получаешь большое количество бонусов. Например, если у тебя в теле мало зажимов, у тебя прорезается так называемый «природный» голос, который привлекает внимание сам по себе. Ну и улучшается впечатление о тебе и с тобой становится приятно общаться. Мелочь? Нет, ни разу.

Теперь перейдем к перечислению комплекса мер по развитию чучела в тушку. Я понимаю, что все твое внутреннее «я» говорит тебе, что ты совершенен, но у меня есть свои наблюдения над десятками тысяч студентов. Оно крайне простое: если ты не делаешь по утрам зарядку, не занимаешься два раза в неделю гимнастикой или танцами, не посещаешь массажиста раз в неделю... Готов поспорить, что график «кресло — машина — офисный стул — пиво в баре» не добавляет тебе осанки, мышцам пластики, а дыханию стабильности. А если ты еще

работаешь за компьютером по 8 часов в день — то это еще и сколиоз, и вечно ноющая поясница, и зрение, и так далее...

Сначала определение. Есть нагрузки, которые вызывают мышечные зажимы, есть нагрузки, которые развивают пластику. Нас интересует второе. Это не значит, что качалка, бокс или плавание являются плохими вещами — нет. Это значит, что они забивают мышцы молочной кислотой, и после них требуется усиленно расслабление твоего тела.

Ладно, со вступлением всё — давай поговорим о том, что может помочь твоему брэнному телу приобрести пластику движения и раскрепоститься. Вместе с твоим разумом.

Массаж

— Ты в порядке?

— Нет, мужик, я охренительно далёк от того, чтобы быть в порядке.

*«Криминальное чтиво».*

Сам по себе массаж — это простое разминание твоей мускулатуры в особо жесткой форме сторонним человеком. Массажы бывают разные — начиная от спортивного (который делается сразу после тренировки для вывода молочной кислоты из мяса), заканчивая лечебным. Видов — более двух десятков. С чего начинать? Не с массажного кресла однозначно.

Я бы рекомендовал начинать тебе (если до этого на массаже ты был года три назад, и то номинально) — с простого курса обычного общего массажа. Он проходит просто — тебя кладут спиной вверх, и мастер поочередно тебе разминает все мышцы, начиная от икроножных, заканчивая шей и головой. Сразу скажу — один сеанс массажа пользы не приносит. Два тоже. Начинать следует с десяти — пятнадцати сеансов для приведения тела в порядок, и продолжать общим сеансом раз в неделю для снятия накопившейся усталости.

В массаже самое главное, как ты понимаешь — мастер. Мужчина. С опытом работы не менее трех — пяти лет. Если только ты не найдешь именно Тайку в салоне, где делают именно тайский массаж в

извращенной форме — руками, ногами, локтями и так три часа пока сам не офигеешь. Только будь внимателен — чтобы не получилось, как у меня. Когда я в поисках массажа на выезде пришел в «массажный салон», в котором на выбор было пятнадцать девушек для сеансов, так сказать. И которые совершенно не понимали, когда я оплачивал час массажа — что я хочу час массажа, а не чего-то там ещё орально-генитального.

Не стоит вызывать мастера к себе домой — если только у тебя нет в прихожей полноценного массажного стола. В общем и целом моя стратегия простая — я на своей спине не экономлю. И вам не советую. Разница в цене в 200 рублей может аукнуться тебе как минимум впустую потраченным временем, как максимум — порванными мышцами (да такое бывает).

**Резюме:** массаж — это очень и очень хорошо. Самая «мягкая», и не требующая напряжения процедура которая от тебя не требует ничего, кроме денег и времени. Однозначно мой фаворит, если это тебя интересует.

Мануальная терапия

Первое качество солдата — в способности преодолевать усталость и лишения, доблесть только второе.

*Наполеон Бонапарт.*

В народе так же может встречаться словосочетание «костоправ». Вид телесной практики, который почему-то практически не практикуется на западе. Что же это такое? По идее, задача — максимум мануального терапевта состоит в том, чтобы собрать твои кости в то, как они должны быть, а не как есть. То есть убрать искривления, неправильную осанку, и сделать из тебя анатомическое пособие совершенного человека.

Мануальная терапия бывает «жесткая» и «мягкая» — она отличается по силе воздействия. В жесткой форме во время работы с тобой будут слышны хрусты, тебя будут вертеть и местами будет больно. Но она дает моментальный и быстрый эффект, в моменте. Мягкая форма — мягче, как ни странно. Для выпрямления твоих суставов используются не длинные рычаги и грубая сила, а точечное и длительное воздействие

на проблемные зоны. Соответственно мягкое воздействие идет дольше и вызывает более долгоиграющие изменения.

Как искать? Вот тут все сложно. Действительно хорошего мануальщика выбирать стоит еще тщательнее, чем стоматолога. Мануальный терапевт может тебя как вылечить, так и покалечить. Вообще, на мануальную терапию стоит идти тогда когда у тебя сильные и постоянные боли в спине и пояснице, в менее запущенных случаях хватает простой системы Фенделькрайза.

Итак, с чего начинать. Во-первых, мануальный терапевт — это либо врач, либо массажист с дополнительным образованием. Во-вторых, любая мануальная терапия начинается с получасового разогревающего сеанса массажа. Если тебе будут вставлять кости «на холодную» - это чревато травмами. Поверь мне, что защемление поясничного нерва — это последнее, что я бы тебе порекомендовал бы иметь. Потом, с тобой от начала и до конца должен работать один врач — без передачи тебя другим специалистам.

**Меры предосторожности:** после первых пары сеансов будь готов прийти домой и лечь на кровать. Просто потому что ходить будет тяжело — такой эффект после длительного застоя. Второе — не стоит ходить к врачам, которые не делают тебе первоначального осмотра (не важно, с рентгеном или плательным ощупыванием твоего позвоночника руками). Третье — не стоит экономить на спине. Я даже повторю — на спине экономить совершенно не стоит.

**Резюме:** мануальная терапия — это курс лечения, который восстанавливает естественное положение позвоночника и суставов. Занимает 10-15 сеансов по часу — полтора. По стоимости — около 1000 рублей за сеанс (в Москве). Крайне рекомендуется как начало ухода за собой после длительного периода сидячей или малоподвижной работы.

Танцы

Я не стараюсь танцевать лучше всех остальных,

Я стараюсь танцевать лучше себя самого,

*Михаил Барышников.*

Я помню, как разговаривал со своим отцом по телефону (он у меня в другой стране живет, там, где развитой капитализм). И на вопрос «какие новости?» я ответил, что хожу вот на танцы. «Зачем?» - спросил меня папа. Я ему ответил, что просто захотелось. Здоровый мужик, возраст под тридцать, а танцевать не умею. Стыдно даже. Но это так, вступление.

За что я люблю танцы? За кучу вещей. Для начала за то, что мало кто ими занимается. Да, настоящие пацаны постоят у стенки, а у меня перед глазами в свое время долго стояла великолепная сцена танго в «Запахе Женщины». И я хочу уметь танцевать — просто потому, что это надо уметь. Как есть набором из трех вилок и трех ножей — может пригодиться раз в полгода, но если облажался — это надолго. Потом я люблю танцы просто за то, что это красиво, что это интересно, что это и тренировка и удовольствие.

Там чем же хороши танцы? Давай сразу определимся, что я не имею в виду «пьяный медляк», или спортивный рок-н-ролл класса международных соревнований. Бальные танцы тоже не подходят — им учатся лет эдак по пять. Долго.

В сравнительно адекватное время (до полугода) можно обучиться одному виду латинской программы, например, сальсе. Можно обратить внимание на R'n'B, на сольные клубные танцы, на брейк, джаз, и так далее. Я предпочитаю парные — это учеба и игра. Парные, в смысле, с девушками. Лично занимаюсь хастлом.

Что обычно есть на танце? Для начала разминка. Если ты ходишь на танцы пару раз в неделю, пункт «гимнастика» из ежедневной программы можешь смело вычеркивать. Цель разминки — разогрев основных мышц, чтобы оно нормально дальше работало. А так как в танце задействуется почти всё, то и разминка довольно плотная, до получаса. Потом собственно сам танец. Ты не думай, что это так просто — поверти партнершей килограмм так в семьдесят, и ты меня поймешь. Танцы продолжаются до часа — двух, и это является отличной аэробной нагрузкой.

Кроме того, танцы развивают общую пластику, осанку, улучшают твое самочувствие и так далее. Цена вопроса — около двух-трех тысяч рублей в месяц, в зависимости от клуба и программы. Кроме того, обычно в каждом танцевальном направлении есть дискотеки (или другие тусовки), где представители разных клубов собираются потанцевать, да и просто пообщаться. Цена такого вопроса — входной билет за символическую плату и пара бутылок воды в баре. Если бросишь занятия в клубе, на дискотеки никто не будет запрещать ходить, сможешь легко поддерживать форму.

**Резюме:** занятия танцами вечером после работы — отличный способ поддержания себя в физической форме. За два дня в неделю, по два часа в занятие, за полгода — ты не только научишься танцевать, но и будешь чувствовать себя значительно лучше, чем при посещении пивных в таком же графике.

Гимнастика, Система Фельденкрайза (Лоуэна)

Гимнастика есть целительная часть медицины,

*Платон.*

Чем мне нравится гимнастика — так это практически полной безвредностью для человека любого возраста и совершенно всякого состояния. Гимнастикой может заниматься даже страдающий тяжким похмельем артритный дед ста сорока лет от роду. Я имею в виду, разумеется, оздоровительную и практическую направленность гимнастики, а не прыжки на батуте или через козла.

Видов именно лечебной гимнастики существует много, но популярнее всего именно «восточные» направления. Самый популярный и полезный вариант — это оздоровительные варианты йоги (хатха — йога). Основа йоги — медленные и плавные движения, с кратковременными статистическими нагрузками. Прямо так сразу, на первом занятии йогой, тебя никто не попросит стоять на голове, жонглируя ногами тринадцатью лотосами и напевая «О-мммм» на каждый седьмой выдох. Скорее всего, даже инструктора в той секции, где ты будешь заниматься, этого тоже не знают. Да и никто от тебя не

будет требовать фанатизма, разучивания на память всех асан и жонглировать виньясами.

Скорее всего ты найдешь обычный оздоровительный клуб в пешеходной доступности, с занятиями раза два в неделю и ценой в пределах двух тысяч рублей в месяц. В этом клубе скорее относятся к йоге как гимнастике и физической нагрузке, то есть без фанатизма.

Плюсы йоги в том, что, позанимавшись в клубе, ты сможешь легко продолжать работать над собой дома, тогда, когда захочешь и в комфортном темпе. Хотя в клубных занятиях есть свои плюсы — например, в дневных группах встретить мужчину (кроме инструктора) крайне сложно.

Единственное, на что стоит обратить внимание — так это на количество человек в группе. Если их больше двадцати — лучше поискать другой клуб. Инструктора на тебя не хватит.

Кроме йоги можно покопаться в тай-цзы цуань, которая является китайским вариантом оздоровительной гимнастики. Заниматься можно, что и делают по утрам несколько сотен миллионов китайцев.

В совсем запущенных случаях, если не хочешь обращаться к мануальному терапевту, обрати внимание на систему Фельденкрайза. Она была разработана в первую очередь для восстановления позвоночника и используется сейчас для улучшения послеоперационных стадий заболеваний опорной системы. То есть этим занимаются бабушки и дедушки, чтобы их не скручивало при ходьбе. Но это не значит, что гимнастика Фельденкрайза тебе не подойдет — хотя она и кажется простой, она приносит вполне ощутимые и правильные результаты.

Фактически это лучший вариант для ленивых — половину упражнений в этой системе делается мысленно. Можно заниматься дома, в свободное время, когда тебе удобно. Результат — профилактика заболеваний позвоночника, улучшение осанки, улучшение пластики тела.

**Резюме:** гимнастики во всех разновидностях являются отличным поддерживающим инструментом, которые позволяют тебе сохранять

бодрый и здоровый вид долгие годы. Заниматься рекомендуется два-три раза в неделю по часу.

#### Зарядка

Всё начинается с малого: сегодня ты не вышел на зарядку, завтра у тебя не подшит карман, а в субботу ты пойдешь в увольнение, напьёшься и убьёшь человека.

#### *Армейские пословицы.*

Ты таки будешь смеяться, но я очень люблю зарядку. И тебе советую ее полюбить — в любой форме. О пользе зарядки писали сотни людей и множество раз, но кто этой зарядкой занимается? Некогда.

Повторюсь: пятнадцать минут в день с утра по любой системе тебе сильно помогут в течение всего дня. И все равно, что ты будешь делать. Пусть даже «встаньте вместе, ноги шире...» (хотя этот комплекс тоже не дураки придумывали), асаны из серии «аштанга виньяса», или простые упражнения из цикла реабилитации сколиоза по системе Лоуэна.

Есть два пути поддержания тела в порядке — правильный (восточный) и неправильный (западный). Первый — это регулярные упражнения на предотвращение заболеваний и плохого самочувствия, простая профилактика. Второй — бежать к доктору только тогда когда у тебя из ушей течет гной, твоя спина рассыпается на куски, а в глазу торчит вилка.

Я считаю, что двадцать минут в день на себя — гораздо проще, чем тратить раз в пять лет полгода на залечивание скрытых и внезапно обнаруженных болячек. Кстати, на эти двадцать минут у тебя через три месяца сократится сон, так что ты ничего не теряешь (и даже на пару часов меньше можешь спать — проверено).

#### Выводы

Начинаем утреннюю зарядку для тех, кто нас смотрит вечером,  
*«Ну, погоди!»*

Я не заставляю тебя заниматься всем вышперечисленным. Я просто даю тебе очередной выбор — что делать и куда расти. Я могу сказать, что я хожу на массаж, занимаюсь танцами и делаю зарядку

(если честно — не каждый день). Пару раз в неделю я делаю пятнадцатиминутные занятия по растяжкам (нечто среднее между йогой и Фельденкрайзом). У меня на это времени хватает. Я на себя не жалею, я собой доволен.

Ну а что будешь делать ты — решать тебе. Твоя тушка, твоя ответственность. Я свой выбор сделал, результатами доволен.

Подробнее по теме:

**Александр Лоуэн.** «Биоэнергетические опыты».

**Мойша Фельденкрайз.** «Осознание через движение (уроки мастера)».

<http://www.hustledance.ru> — танцевальный клуб «Движение». Москва.

Продолжаем про внутренние состояния

Я вас заверяю, моя решимость как никогда сильна и велика!

*Дарт Сидиус.*

Считай, что седьмая часть книги, которая называется «Позитивный образ мышления» полностью прорабатывает необходимую для соблазнителя эмоциональную составляющую. Ровно как и то, что система BSFF помогает нам прорабатывать страхи и другие психологические болячки.

Кстати, есть один маленький бонус, техника, которая может прямо сейчас, в моменте улучшить твоё внутренне состояние. Я говорю не о квадратном дыхании, а своеобразной разминке, которая может тебе помочь быстро расслабиться, и получить заряд бодрости. Очень простая, хорошая, проверенная техника. Представляю твоему вниманию:

Походка D.O.R.E.

Для получения больших наслаждений необходимо себя ограничивать.

*Эпикур.*

Что это такое? Эта техника которая работает с моментальным видимым эффектом твоего тела то есть в моменте позволяет тебе раскрыться, получить заряд бодрости и энергии. В отличии от длительных техник изменения твоего состояния тела походка Доры

может дать тебе эффект сразу, в моменте, за несколько минут тренировок. В долгосрочной перспективе можно делать ее вместо утренней разминки перед зарядкой, что тоже является несомненной пользой.

Как выполняется техника? Для начала тебе потребуется 2-3 друга, которые будут наблюдать за тобой и всячески издеваться в исполнении этого упражнения. Исходная позиция состоит в том, что вы находите место длиной метров 10-15, по которому ты будешь ходить.

**1.** Ты несколько раз проходишь по этой «дороге славы» своей обычной походкой. Твои друзья внимательно наблюдают за тем, как ты ходишь. Особенно внимание стоит обратить на «зажатости» в теле, то есть неподвижные мышечные группы, а так же на дисбаланс частей тела (одно плечо выше, колени смотрят в разные стороны, и так далее).

**2.** Следующий шаг самый простой и повторяется чаще всего. Тебе указывают на твои зажатости, и ты начинаешь прорабатывать эту группу по принципу: максимум зажатости — максимум расслабления. Например, со стороны твоим наблюдателям кажется, что плечи смотрят вперед. Ты сводишь плечи максимально вперед, делаешь проход по дороге славы в обе стороны, потом плечи отводишь максимально назад и снова идешь туда-сюда.

**3.** Ты делаешь небольшую встряску и снова идешь по дорожке, позволяя своему телу выбрать то состояние, которое наиболее комфортно. Я не знаю, насколько сильно ты удивишься, когда поймешь, насколько улучшается твое состояние с каждым проходом.

**4.** Повторяешь шаги 2-3 до полной проработки тела.

Эту технику можно делать и самому, по полной схеме, то есть по проработке всех мышечных групп. Вот краткий список:

- **Плечи (вперед, вверх, назад, вниз)**
- **Шея (во все стороны)**
- **Подвижность рук (вперед, вбок)**
- **Корпус (повороты в стороны при шаге, наклоны)**
- **Тазобедренный сустав**
- **Бедра**

**- Колени**

**- Икры**

**- Стопы**

По моим наблюдениям, почти всегда у мужчин напряжены плечи, зажат поясничный отдел позвоночника, ну и сама по себе задница тоже обычно напряжена. С этих мест можно начать, если у тебя есть сомнения — то в первую очередь с них.

Эта техника очень хороша — она одновременно прорабатывает твоё состояние и то впечатление, которое ты производишь на окружающих. В книгах часто встречается название «Походка с грацией и силой», «Походка могущества». Эту технику я настоятельно рекомендую к применению всем людям, независимо от того, насколько ты считаешь себя хорошим. Просто потому, что даёт результаты независимо от твоего первоначального состояния.

Завершение главы

Терпит вред тот, кто упорствует в заблуждении и невежестве,

*Марк Аврелий.*

С одной стороны, наши эмоциональные состояния творят чудеса. С другой стороны, если ты не будешь уделять им должного внимания, чудеса будут происходить у моих студентов, а тебе придется стоять в стороне, глядя, как твоя девочка бросила тебя. Я тебя не пугаю, я просто сообщаю тебе: естественный отбор продолжает, барышни выбирают лучших, и если не будешь постоянно работать над собой, улучшая свои мысли, работая над телом, то очень скоро ты будешь просто слабым пятном в череде посредственных воспоминаний.

Глава 28: Социальный статус.

Миром правят молодые, когда состарятся.

*Джордж Бернард Шоу.*

Что такое социальный статус? Логика подсказывает, что это положение в обществе. А что такое положение в обществе, как его измерить, что является хорошим положением для соблазна, а что так себе?

Моя задача в этой главе дать тебе понимание механизмов выбора женщинами мужчин, основываясь на их положении в обществе. Женщинам важно, чтобы их мужчина из себя что-то представлял, просто потому, что тогда им будет что отвечать на вопрос: «А почему ты с ним общаешься?».

Чтобы ты понимал, что социальные пирамиды появились не вчера и даже не в этом веке, привожу тебе одну цитату:

*«Нигде, быть может, не было более неравномерного распределения капиталов, чем в Риме последних лет республики. Людей среднего состояния здесь совершенно не встречалось, были лишь миллионеры и нищие, и первых было не более 2000 семей. Богатый человек, проматывавший плоды труда своих рабов или отцовские капиталы, неизменно пользовался почётом, а человек, честно зарабатывавший себе пропитание трудом, находился в презрении. Как редкое исключение встречались люди богатые, жившие скромно и старавшиеся своими личными достоинствами заслуживать почтение... В огромном большинстве случаев богачи вели безумно роскошный образ жизни, расходуя только на это состояния поистине колоссальные».*

*Теодор Моммзен. «История Рима», книга пятая.*

Мы будем говорить о стадных инстинктах, уважении, смотреть, что и как, и даже думать, за счет чего получить больше привлекательности у женщин. Но в социальном статусе это хоть и важное, но не главное. Главное, что в социальном статусе напрямую работают наши всеми любимые пирамиды, то есть иерархические критерии выбора. Простым языком говоря, женщины любят лидеров, согласны спать с выдающимися парнями, и шарахаются от нулевого уровня.

Обобщив много информации, в итоге я остановился на нескольких пирамидах, которые играют решающую роль в пункте о социальном статусе. Вот они:

- **Финансовая пирамида**
- **Физическая сила**
- **Публичная власть**
- **Лидерские качества**

## **- Сверхвозможности**

## **- Известность**

Вывод тебя по любому из пунктов в вершину пирамиды автоматически дает тебе множество косвенных бонусов, и таким образом сильно повышает твою сексуальную привлекательность. Например, возьмем пирамиду сверхвозможностей. Кто там у нас в почете? Копперфильд, например. Он, кроме того, что умеет летать, богат, известен, стильно одевается и даже общается с красивыми девушками. Плюс много сразу.

Возьми, например, известного спортсмена или певца — они тоже получают денег за свою работу, и спокойно прокачивают себе всё, что можно за деньги купить. А внимания у них и так достаточно. Получается, что чем выше ты пробираешься по пирамиде социальных статусов, тем легче тебе получить средства на прокачку остальных пунктов, и это хорошо. С другой стороны, девушки часто обращают внимание не на всю картину в целом, а на её части. Сейчас мы поступим также, и тщательно посмотрим, что в тебе может являться волшебным огоньком, притягивающим девушек.

### Публичная власть

Власть - самое сильное возбуждающее средство,

*Генри Киссенджер.*

Слово «публичная» в этой пирамиде применяется очень даже осознанно. Женщин интересует мужчина, которым она будет хвастаться перед подругами. А какой смысл хвастаться третьим тайным советником второго министра, который всем говорит, что работает дворником в Кремле? Публичная власть представляет собой полный набор «игрушек» - охрана, номера с проездными документами, светомузыка на крыше машины, крутые машины и пьянки с гулянками, называемые партийными съездами. С такими людьми спят ради их связей. С такими людьми женщины общаются ради славы. Вернее, ради красного словца.

Таким образом, для получения всех этих игрушек и своего места в пирамиде, надо много пахать и делать нечеловеческие усилия. Если тебе 16 лет, то к 50 ты можешь стать уважаемым и солидным депутатом

Государственной Думы Российской Федерации, и тебе начнут давать. Только к тому возрасту тебе это будет уже не нужно.

Есть подозрение, что ты, читатель этой книги, честно оцениваешь свои возможности, и понимаешь своей головой — тратить пусть даже десять лет, чтобы пробиться в пирамиде власти пусть даже до среднего уровня — да ну его нафиг. Разве что это твоя работа, и этот путь ты уже выбрал сам — осталось только подождать — тогда да, уважаю. Идти «во власть» с нуля, чтобы тебе начали оказывать внимание женщины — так себе идея. Покупать «крутые номера» на машину — тоже, в принципе. Если есть на это денег, ты уже выигрываешь по пирамиде финансовой.

Финансовая пирамида

Дело не в том, что жить с деньгами очень уж хорошо,  
а в том, что жить без них очень уж плохо,

*Уинстон Черчилль, граф Мальборо*

Что такое деньги? Отличный инструмент для достижения целей, способ получения авторитета в обществе, уважения и внимания. С другой стороны, деньги не являются всем, что нужно, хотя для многих эта простая истина скрыта за желанием получить денег хотя бы на новую квартиру.

Давай посмотрим на деньги с точки зрения женщины. Что же это такое? Для барышень деньги — это надежность, и больше ничего такого. Обеспеченный мужчина обеспечит её, давая много ресурсов и не заставляя по шестнадцать часов в день, согнувшись, пропалывать рисовые поля. Ну или подметать полы на вокзалах.

Точно так же деньги дают женщине доступ к покупке новых игрушек, позволяют получить еще лучшую внешность (то есть поднимают ликвидность товара) и в конечном итоге продлить молодость - тоже одни большие плюсы.

Как же понять, на каком уровне финансовая пирамида меняет твое положение с банального «С трудом выживаю» на чуть более интересное для женщин «в офисе появляюсь раз в месяц»? Могу быть немного неправым в конкретных цифрах, но общая картина по моему мнению, такова: интересным для общения ты станешь при зарплате, например,

десятки в месяц, привлекательным — полтинник. (В принципе, десять тысяч в месяц уже все равно чего — евро или долларов, тут суть не так важна).

Иными словами, чем выше твой заработок, тем больше тебе открывается возможностей. Переломный момент, когда деньги начнут играть на тебя, наступит приблизительно в момент выхода твоих доходов на абстрактный «средний уровень среднего класса», который никто не видел, но о котором много говорят маркетологи.

Причем, сразу тебе скажу, что для соблазнения женщины тратить на неё все твои деньги не обязательно. Барышень уже редко удивляют обеспеченные, но экономные люди, а ещё больше они радуются, когда ты им сообщаяешь что «я коплю деньги для хорошего образования будущего наследника. В Оксфорде цены нынче кусаются», не забыв сообщить, что беременной жены у тебя пока нет, ты как раз рассматриваешь кандидатуру для первого генетического теста.

Каким образом можно показать барышне своё положение по финансовой пирамиде? Внимательно смотри часть модели ста баллов, которая касается позиционирования. Твое положение по заработкам определяется по стоимости твоих вещей, аксессуаров, игрушек и отчасти поведения. Причем именно всего в комплекте, я не могу сказать, что есть вещь, которая в одно лицо меняет твое восприятие. Хотя, вру, могу. Водитель и «роллс-ройс», угу.

Есть ещё один интересный прием, он называется «пристроиться к пирамиде». Один мой хороший друг, к примеру, вскользь упоминает, что он сын банкира. Это и в самом деле так.

Только вот папа много денег не дает, мой друг сам зарабатывает. Но вот простой факт, сказанный к месту, способен многое добавить. Например, так «Ты кем работаешь? — Я сын банкира».

Сверхвозможности

Я благодарен за то, что у меня есть два средних пальца, хотя неплохо бы иметь еще пару.

*Мерэлин Мэнсон.*

Давай ещё раз поговорим про этологию. Женщины генетически выбирают для продолжения рода самых выдающихся мужчин. Выдающихся чем? Например, физическими данными, финансовой состоятельностью, властью, известностью или харизмой. Про всё это написано несколькими страницами ранее, это понятно.

В рамках времени почти все эти параметры требуют значительного времени для развития — стать сильным можно за пару лет тренировок, если ты не генетический монстр, денег зарабатывать надо годами, пробиться в иерархию власти тоже требуется время. По этим пунктам работать надо, это важно, просто пирамида сверхвозможностей даст тебе самые быстрые бонусы, с учетом потраченного времени на усвоение навыков. Прямо как работа над внешностью — можно сделать быстро, эффект заметен сразу, и потом можно подтягивать свои акции до следующих высот, уже основываясь на некотором базовом капитале.

Что же это такое, сверхвозможности? К этим параметрам можно относить все что угодно — чтение мыслей на расстоянии, умение летать силой мысли или угадывать имя следующего президента за неделю до выборов. А можно смотреть прагматично — я называю сверхвозможностями любые навыки, которыми не обладают 95% населения страны. То есть ты будешь входить в те самые пресловутые пять процентов людей, которые имеют доступ к тайным знаниям, и это хорошо.

Возьмем для примера любую дискотеку. Обычно мальчиков и девочек там приблизительно поровну, и рано или поздно начинают ставить медленные танцы. Ты видел, как танцуют средние парни? Они прижимаются к девушке, и с грацией пингвина переминаются с ноги на ногу, заодно вращаясь по часовой стрелке. А теперь представь, что на этой дискотеке появляется парень, который умеет танцевать на уровне начинающего по любой шкале в школе танцев — он как минимум умеет делать поддержки, меняет руки, ведет партнершу и даже знает минимум десяток переходов в танце. На этой дискотеке — он абсолютный король танца хотя у себя в секции будет на фоне многих танцоров смотреться очень даже средне.

На этой дискотеке внимания от женщин будет просто тонна — сам через это проходил, танцами занимался.

Точно так же внимание привлекает любой навык которым владеет очень маленькое, по меркам общего населения, количество людей. Возьми сообщество байкеров — их десятки тысяч, но население нашей страны сильно больше, чем сотня миллионов. Поэтому ты привлекаешь внимание просто потому, что едешь на мотоцикле — модель, марка стоимость и умение с коленкой проходить на треке повороты совершенно не важны, чтобы девочка испытала кучу эмоций от поездки. Для получения крышесноса хватает скорости в 60 километров в час.

**Важное замечание:** ты будешь считаться избранным до тех пор, пока девочка не сможет дотянуться в твою пирамиду. То есть, например, пока все байкеры в её тусовке — это ты. Для неё езда на мотоцикле будет уникальным фактором, который обеспечит тебе множество внимания. Если же ты её познакомишь с компанией, то она быстро узнает твое реальное положение в пирамиде, и сразу же переключит свое внимание на лидера группы. Возможно, конечно, не обязательно, что это произойдет. Но как минимум для нее теперь байкеры будут не ночными странниками, которые в поисках свободы несут в себе всё, о чем говорилось в кино, а простыми ребятами, которых она знает десятки.

И сверхвозможность тут же станет для неё обычным элементом повседневной жизни, что сразу сводит на нет все бонусы этой пирамиды.

Самое интересное в этом пункте состоит в том, что для овладения этими самыми возможностями не требуется обычно ни годов духовных практик, ни миллионов долларов, это обычно доступно в очень короткое время. Например, танцевать можно научиться на хорошем уровне буквально за пару месяцев и скромный бюджет, а чтобы хорошо гадать на картах ТАРО, нужно всего лишь колода за пятьсот рублей и пара часов тренировок.

Что самое важное в этой пирамиде? Главное — миф, то есть ореол тайны, прикосновение к загадке, ощущение того, что эта девочка прикоснулась к тому, до чего ее подруги не могут дотянуться. Про все

это я очень подробно писал в своей книге «Шаман в большом городе» - рекомендую ознакомиться, чтобы получить базовый работающий набор из хиромантии, астрологии и прочей магии, которую так любят современные барышни во время духовных поисков. И ты можешь проводить её к познанию себя и своей кровати, просто применив несколько простых техник.

Что ещё может быть полезно нам для того, чтобы показать свою исключительность? Набор громаден: фокусы, любая магия, регулярные занятия любыми духовными практиками. Информации — много, главное — не искать барышень внутри компании, где это практикуют — там значимость этой пирамиды так себе, эти знания нужно нести в народ, и тогда они тебе добавят очень много очков женской симпатии и внимания, а мы помним, что первое и второе место могут отличаться буквально на доли секунды. И сверхвозможности могут эти секунды сделать твоими.

Физическая сила

Я не всегда знаю, о чем говорю, но знаю, что прав.

*Мухаммед Али.*

С тех самых пор, когда от мужчины требовалось взять за хобот мамонта после охоты и притащить в пещеру, женщины ценят в мужчинах физическую силу. Предпосылок к этому много — начиная от того, что женщины крайне редко занимаются созданием кружков копья и бубна, заканчивая тем, что во время беременности женщина является крайне малоподвижным существом, и ей требуется защита на весь период вынашивания и кормления ребенка. Иначе ее скушают доброжелатели.

Всю историю существования рода человеческого были в почете богатыри, силачи и выдающиеся воины, и женщины с удовольствием занимались с ними программой генетического улучшения физических показателей. И в средние века, и сейчас существует если не культ, то уважение к физической силе мужчины. Это привлекает женщин.

Важно понимать, что физическая сила тут имеет не относительный, а абсолютный показатель. То есть мужчина должен быть не сильнее женщины (очень мало кто не пройдет такой тест с барышней весом в

пятьдесят килограммов), а силен сам по себе. Мужчина должен быть мужчиной — уметь дать по морде, поднять женщину одной рукой, дать ей ощущение защищенности и надежности. Поговори с женщинами — надежность в числе личных качеств мужчины будет обязательно упомянута.

Если ты выглядишь как сильный мужчина, на тебя будут обращать внимание женщины. Если ты будешь сильным мужчиной — этого внимания будет больше, чем нужно для соблазнения.

Как же понять, что ты сильный? Как минимум, есть несколько простых показателей.

Например, у тебя рост 190+ и вес близкий к ста килограммам, причем хват грудной клетки сильно больше, чем талии. То есть вес у тебя не от зеркальной болезни, а от наличия мяса в теле. Пусть даже и с небольшим количеством подкожного жира.

Второй показатель — это простые веса на твоей рабочей штанге. Например, если ты приседаешь (и потом встаешь — это важно!) с двумя своими весами, и так десять раз — ты как минимум сильно выше среднего показателя среди обычных мужчин. Может быть, в тусовке тяжелоатлетов это и не выдающиеся показатели, но как минимум у тебя крепкий мышечный каркас, сильные ноги и спина. А так как мало кто занимается только приседаниями, то и остальные мышечные группы тоже в форме. Даже при весе в восемьдесят килограмм это будет очень хорошо, посуди сам:

Присед: 160x10

Жим штанги лежа: 120x10

Становая тяга: 160x10

Уже будут серьезной заявкой на получение хорошего разряда по пауэрлифтингу, например КМС. При весе в 110 килограмм эти веса будут уже совершенно другими.

Что же делать? Ты будешь смеяться, такие результаты получаются за пару лет хороших регулярных занятий в тренажерном зале. Заодно вырабатывается целеустремленность, настойчивость, вырабатывается режим жизни и питания. Одна польза.

Кстати, сразу скажу, что такие веса являются хорошими, несмотря на допинг, или что еще там — мало кто даже на стероидах может выйти на такие показатели. Ведь кроме химии требуется еще и регулярное посещение зала на протяжении длительного времени.

И если у тебя с физической силой пока не очень, то прошу тебя, не надо имитировать этот показатель. Никакие безрукавки летом, или набитый за пару месяцев «адский бицепс» не может скрыть цыплячьих ножек и скорее вызывает смешки народа в теме, нежели уважение.

Да, я фанат физического развития, и это важно для меня. Надеюсь, что это рано или поздно будет понятным для тебя тоже — алкогольные дебоши проходят, физическая форма с тобой остается всегда.

Известность, или лидерские качества

Я не мог дождаться удачи и пустился в путь без нее.

*Джонатан Винтере.*

Барышни во многом являются невольными жертвами пропаганды и Средств Мозгового Истощения — каждый день, во множестве журналов, сайтов и блогов пишут про успех, славу, гламур и публикуют отчеты со светских мероприятий.

Этот мир манит, привлекает, в него очень хочется попасть и это очень и очень круто. За шанс попасть внутрь светской хроники девушки могут сделать очень многое, о чем никогда и никому могут не рассказывать. Простая иллюстрация этого механизма есть в шедевральном фильме «Стена» Алана Паркера. В любом случае, тут получается очень простой мотив — прикоснуться к небожителям, войти в очень узкий круг и так далее и тому подобное.

Формат этого вхождения может быть очень разным — в любом случае, чем больше у тебя известности, тем больше будет на свет будущей звезды слетаться мотыльки, бабочки и барышни. Для этого нужны сущие мелочи — либо богатые родители, либо нетрадиционная сексуальная ориентация и выбитые зубы. И у тебя будут сотни молоденьких девочек, которые будут с радостью участвовать в боях в грязи за право быть второй подающей презервативов во время смены резины на оргиях с твоим участием.

У каждой более-менее известной группы, даже в формате «город в 10 тысяч человек» есть несколько поклонниц. У групп известнее есть «групппиз» - девочки, которые составляют гарем группы. Как говорил гитарист KISS: «Если вы начали играть на гитаре не для того, чтобы укладывать девочек в постель, то вы наглый лжец».

К сожалению, путь к славе может закончиться, ещё не начавшись — конкуренции много, реалити-шоу ограничены по количеству участников, и без паровоза в виде продюсера прорваться бывает сложновато.

Это печально, но мой опыт говорит мне, что есть еще один вариант — он называется «создание своей пирамиды». Что получается? Девочки любят лидеров, и если не прорвутся в общепринятые пирамиды известности, они с удовольствием будут общаться с лидером любой другой социальной группы.

То есть тебе можно сделать любой проект со значительным количеством людей, пусть даже их будет человек двадцать для начала. И, в отличие от пирамиды сверхвозможностей, в эту группу барышню как раз звать надо, любыми способами. Она оценит, что ты главный над другими, и это уже будет очень сильно играть на тебя.

Есть еще одно наблюдение: чем больше эта пирамида, тем меньше ты можешь быть самым главным. Например, ты принадлежишь к вершине, принимающей решения, в группе людей из тысячи человек — ты привлекателен. Если ты играешь вторую скрипку в группе из пяти человек — твои шансы сорвать куш резко уменьшаются.

Формат этой пирамиды, то есть группы, вообще никакой роли не играет — пусть даже это будет клуб любителей обсуждать влияние числа «42» на мировую культуру — если эта группа уже достаточно многочисленна, то это не блажь, а интеллектуальное развлечение для узкого круга избранных лиц.

Я понимаю, что следующая информация звучит абсолютно бредово, читается с трудом и понимается сквозь скрежет зубовой, но... Женщины любят тех мужчин, у которых есть другие женщины. Они тебе никогда этого явно не скажут, ибо это секрет, который девушки познают сразу после первой менструации и помнят всю жизнь. Итак, чем больше

у мужчины женщин, чем большей популярностью он пользуется у женщин, тем больше он привлекателен как сексуальный партнер. Понять этого нельзя. Это можно только использовать.

Причем количество женщин нельзя симулировать — это понимается на глубинном бессознательном уровне. Женщины четко разделяют человека, который ведет себя как привлекательный мужчина, и который является привлекательным. Это идет изнутри — начиная от поведения, заканчивая отношением к женщинам в целом. Я могу долго писать про признаки, которые характерны для популярного мужчины, но этот соблазн я преодолел.

Как минимум потому, что я не исключаю некоторой доли читателей, которые решат, что-таки нашли волшебную таблетку, и все понятно. И будут казаться, а не быть — и это, в итоге, нанесет удар по моей репутации. Так что скажу проще — чем больше у тебя будет женского внимания, женщин, сексуальных партнерш, тем больше внимания тебе будут оказывать другие женщины. Это такой плюс пикапера хотя в самом начале пути соблазителя эти бонусы не так очевидны.

Что еще можно подключить к пунктам про лидерские качества? Это ровно то, что ты можешь в себе развивать с самого рождения до самой смерти. Обаяние, харизма умение разговаривать в аудитории и группе людей, привлекать внимание именно к себе, удерживать его и использовать в своих целях. Развитию этих навыков посвящено множество учебников и тренингов. Например, эта книга и мои тренинги.

Личные качества — это твоя эрудированность, это твоя способность к гибкому поведению, это твое чувство юмора и твоя реакция на события. Это именно то, что именно тебя значительно выделяет среди множества твоих сверстников или коллег. И самый важный фактор твоей личности — это твоя успешность у женщины.

Проверки

Есть только один путь к счастливому браку, коль скоро я отыщу его — женюсь снова.

*Клинт Иствуд.*

Сейчас мы с тобой поговорим про проверки. Что это такое? В первой версии книги я писал, что проверки - это вопросы, которые тебе задают женщины для уточнения твоего положения в обществе. И это до сих пор так. Можно отвечать на эти вопросы, а можно понимать, почему они тебе их задают.

Проверки — достаточно однотипные, в принципе построены по одному закону, и закон этот прост. Он гласит, что проверка — это запрос женщины на углубление раппорта. То есть когда тебе женщина задает любой «проверочный» вопрос, ты должен радоваться — она дает тебе шанс усилить раппорт и в итоге дает тебе ещё один шанс её соблазнить.

Проверки мы будем разбирать просто — типовой вопрос, пояснение, почему его задают, примеры реакции. Поехали.

#### **- С кем ты живешь? Где (в каком районе) ты живешь?**

Этот вопрос подразумевает собой прямую проверку на твой социальный статус. Чем престижнее район города, тем, разумеется, лучше. Разумеется, что состоятельный и состоявшийся мужчина в городе должен жить один и в своей квартире. Варианты ответов на первый вопрос — я живу один. Точка. Больше ничего не допускается. Даже если ты живешь с двенадцатью родственниками на пяти квадратных метрах, то для девушки ты живешь один. Ведь всегда есть квартиры на час или на компанию.

#### **- А если я опоздаю?**

Запомни — человек, занимающий высокое место в пирамиде, очень высоко ценит свое время, потому что этого времени просто нет. Так что на этот вопрос отвечать лучше всего в стиле: «Насколько опоздаешь? Пятнадцать минут? Давай перенесем встречу на пятнадцать минут позднее». Или, например, так «Слушай, если со временем напряги, давай на завтра. Сегодня тоже много важных дел».

#### **- Кем ты работаешь?**

Этим вопросом женщина хочет узнать не твою должность, а твой социальный статус, в том числе и на работе. Поэтому ответы с точным указанием твоей профессии ей нафиг не уперлись. Ей интересно, сколько человек у тебя в подчинении. Наилучший ответ на такой вопрос

— это указание очень расплывчатой, но очень насыщенной должности. Например, «Я работаю директором (начальником). В моей фирме 150 человек». Если подобный финт ушами тебе не позволяет сделать совесть, то на этот вопрос очень желательно ответить метафорически, и, при этом, заинтересовав женщину. Например, если ты работаешь программистом на Delphi и пишешь что-то там для чего-то там, то очень хороший ответ будет «Я делаю неживое живым». Или, если ты работаешь в IT, ответь, например «Я тот, в чьих руках управление миром. Сейчас миром правит информация».

#### **- Сколько ты получаешь?**

Запомни, что любой прямой и точный ответ на этот вопрос является грубой ошибкой. И все потому, что у этой девочки наверняка есть друг, который ей говорил, что он зарабатывает больше. Или она слышала, что зарабатывают больше. Или вообще, ей покажется мало. Твоя цель — сообщить ей, что деньги у тебя есть, но не сообщать, сколько. Кстати, по моим наблюдениям, такой вопрос в Москве задают либо когда ты совершенно нейтрально выглядишь, либо когда очень плохо, но ведешь себя совершенно не подобающим для твоего внешнего вида образом. Так вот, вариант ответа на такой вопрос: «Я зарабатываю достаточно, чтобы не думать о деньгах».

#### **- В какой фирме ты работаешь?**

Вопрос сам по себе встречается если не редко, то уж точно не в каждом разговоре. С другой стороны, он позволяет показать тебе один интересный вариант мышления. Так вот. Человек верит всю свою жизнь только одному — самому себе. Своим мыслям, выводам, убеждениям и так далее. В твои выводы он может не верить, и совершенно не обязан.

Так вот, если мы хотим, чтобы женщина пришла к выводу, который нам полезен, мы можем ей выдать данные, которые к этому выводу наверняка приведут. Давай на примере. Диалог номер раз: «Ты в какой фирме работаешь — в крупной — обоснуй». То есть моментально просят «ответить за базар». Второй вариант: «Ты в какой компании работаешь? — в проекте РМЭС. Мы работаем в 16 странах и у нас представительства

в 86 городах по всему миру». Барышня сама придет к выводу, что компания крупная, в диком авторитете и так далее.

### **- Сколько у тебя было женщин?**

Вопрос провокационный и простой одновременно. Провокация заключается в том, что точное число называть нельзя — ты покажешь женщине, что ты зависишь от количественных показателей. И к тому же покажешь, что на длительные отношения рассчитывать не стоит, если эта цифра больше десяти (да, я понимаю, что это средняя цифра, скажем, за полгода жизни нормального мужчины, но все же).

Так что единственный вариант действий — отвечать уклончиво. Например, «у меня было четыре сотрясения мозга и одна клиническая смерть, не помню». Можно вариант чуть проще: «Да, у меня были женщины в прошлом, но это не важно».

### **- У тебя есть девушка?**

Очень хитрый вопрос. С одной стороны, он проверяет твою востребованность как мужчины — у нормального парня просто обязана быть девушка, с другой стороны дает женщине повод и причину, чтобы держать тебя на коротком поводке. Тот самый классический вариант шантажа «Сначала ты бросишь ее, потом тебе дам я». Или еще много чего можно надумать, получив честный и правдивый ответ на вопрос. Так что твоя задача — перевести все в контекст соблазнения именно той девушки, которая тебе вопрос задает. Например, сказать «Да, и с ней я сейчас провожу время».

### **- Какая у тебя машина?**

Тоже очень явная проверка на социальный статус. Есть понятия «крутых» и «не крутых» машин. Первые — это хорошо, вторые — плохо. На вопросы, которые тебе задает девочка в плане машины, можно отвечать уклончиво, например «я езжу с водителем». Или «большая, но не джип», а на повторный вопрос смело называть свою любимую марку. Кстати, если этот вопрос задается, например, в метро и ты ответил, можно добавить, что днем по Москве это самый быстрый способ добраться из точки А в точку Б, а машину предпочитаешь в выходные дни.

## Выводы

Что если мир - иллюзия и ничего нет? Тогда я определенно переплатил за ковер,

*Вуди Аллен.*

Всё наше общество построено на пирамидах. Чем выше ты к вершине пирамиды, тем выше твой статус. Чем выше твой статус, тем больше ты интересен женщине. С другой стороны только и именно пирамиды и положение в пирамидах не является достаточным для соблазнения женщин. Это приятно, быть при делах, но мало, чтобы быть востребованным на рынке половых партнеров.

Мало того, в чистом виде пирамиды встречаются достаточно редко. Посуди сам — человек находится на вершине финансовых пирамид, поэтому он наверняка уверен в себе и может позволить себе индивидуальный пошив всего, в том числе машины и ботинок. А это рождает хорошие позиции сразу по трем пунктам нашей модели, что уже очень и очень хорошо. Угадаешь, какие именно позиции я упомянул в предыдущем предложении?

Глава 29: Что ты говоришь.

На небе только из разговоров, что о море... и о закате... Там говорят о том, как чертовски здорово наблюдать за огромным огненным шаром, как он тает в волнах...

И еле видимый свет, словно от свечи, горит где-то в глубине...

*«Достучаться до небес».*

Уметь говорить с женщинами — это навык, который может творить чудеса. Но, прежде чем начать говорить, требуется понимание того, для чего мы можем использовать речь в соблазнении.

Основная задача, которая стоит — это вызов раппорта, и вызов приятных эмоциональных состояний. Все остальное совершенно неважно — женщина принимает решение о том, что ты лучший, основываясь не на логике, а на эмоциях. Хотя, если бы логика стояла на первом месте, хватило бы пары математических формул, и ситуация с соблазнением была бы гораздо проще и прозрачнее.

Для того, чтобы вызывать необходимые эмоции у женщин, требуется очень серьезное и сосредоточенное вкуривание следующей фразы:

**Логической речью эмоции не вызываются, эмоции вызываются эмоциональной речью.**

Поэтому нужно тренироваться очень серьезно для того, чтобы с женщинами переключаться на эмоциональный язык. И для этого более чем достаточно информации в этой книге, а именно:

1. Глава о раппорте, то есть о вызове приятных эмоциональных состояний

2. Глава о правильном разговоре с женщинами, она же «бредогенератор».

Если я их вставляю в этот раздел, то это будет повтор информации, что не нужно для умного и понимающего читателя, а если эти главы убрать из соответствующих разделов, возможны существенные завалы в соблазнении на втором и первом этапе. Так что пусть эта глава будет самая короткая в описании модели. И она уже закончилась. Мне осталось только привести несколько примеров того, где есть хорошие образцы эмоциональной речи.

**1. Фильм «Достучаться до небес», хотя ты уже это мог понять из эпиграфа к книге.**

**2. Фильм «Форрест Гамп» - главный герой ведет отличное повествование.**

**3. Фильм «Вечное сияние чистого разума».**

**4. Фильм «Знакомьтесь. Джо Блэк».**

**5. «Унесенные ветром» — что фильм, что книга.**

**6. «Опасные связи» — книга, и ее экранизации. В первую очередь экранизация 88 года с Малковичем в главной роли, можно так же первую часть «Жестоких Игр».**

**7. Фильм «Вики-Кристина-Барселона».**

**8. Фильм «Дон Жуан де Марко».**

**9. Фильм «Девять с половиной недель».**

**10. Фильм «Объект страсти».**

Почему почти все — фильмы? Кроме речи, можно многое почерпнуть из великолепной игры актеров, что заодно даст тебе образец для моделирования поведения, хотя про это будет чуть позже.

Глава 30: Как ты говоришь.

На свете нет зрелища прекраснее, чем прекрасное лицо, и нет музыки слаще, чем звук любимого голоса.

*Жан де Лабрюйер*

Голос мужчины может быть совершенно разным. Уместен громкий рев, чтобы запутать врага, уместен громкий смех во время общения с друзьями, уместно молчание в разговоре с начальством. В разговоре с женщинами особенно уместен голос, который сами женщины называют сексуальным. Именно сексуальный голос даст тебе решающее преимущество во время романтических свиданий, именно он играет решающую роль при телефонных разговорах, именно сексуальный голос наиболее волнителен и рождает трепет в разных частях женской души, а затем и возбуждение в теле.

С другой стороны, визгливый, быстрый, режущий слух писк не вызывает сексуального желания. Да и уважения тоже особенно не добавляет среди мужчин, да и вообще по жизни так себе приобретение.

Как же понять, какой голос самый сексуальный, что взять за эталон? Я тебе подкину пример для внимательного изучения, голос, который будоражит миллионы женщин, да и мужчин вслушиваться заставляет тоже. Это певец, бард по имени Леонард Коэн, особенно альбом «The Future» - послушай, это отличный пример мужского голоса, каким он может быть. Особенно учитывая, что на момент записи альбома ему было по шестьдесят лет — пример просто потрясающий. Давай возьмем этот голос за эталон, и посмотрим, что же в нем хорошего?

Прослушав Коэна можно найти следующие признаки:

- **Голос низкий, из солнечного сплетения.**
- **Голос относительно тихий.**
- **Голос и речь очень ритмичная.**
- **Голос «с хрипотцой» - но это уже особенность строения голосовых связок, так что примем как данность.**

И вот перед нами понятие сексуального голоса становится набором параметров, которые мы можем развивать. И развивать их можно как вместе, так и по отдельности, чем мы и займемся прямо сейчас. Единственное, что я немного список дополнил еще парой параметров по своему усмотрению, и думаю, что эта информация для тебя будет полезной.

Говори медленно

Сдержанность и уместность в разговорах стоят больше красноречия,

*Френсис Бекон.*

Смотри сам: женщине нужен не поток информации, а эмоциональная речь, которую она может прочувствовать, пережить, позволить этой речи вызвать истому и негу. Чем быстрее будет твой голос, тем меньше остается времени на чувства, (для вызова эмоций требуется некоторое время, они не возникают за секунду. Обычно для вызова эмоций может требоваться до трех-пяти минут времени).

Наша задача, таким образом, состоит в снижении скорости речи до минимально разумного времени, чтобы голос был уже сексуальным, но еще не голосом мальчика, страдающего синдромом Дауна. Как понять, когда пора остановиться? Обращай внимание на реакцию девочки — если она вслушивается в твои слова ловя каждое слово — это оно. Если между твоими предложениями она успела покрасить губы, осмотреться по сторонам, попросила счет, вышла замуж и родила пять детей — пора ускоряться.

Если хочешь пример голоса от которого можно отталкиваться в плане скорости — обрати внимание на дону Карлеоне в исполнении Марлона Брандо из первой части «Крестного отца» - это как раз то, что нужно.

Говори мало

Пусть порицают тебя за молчание — не бранили бы только за говорливость.

*Уильям Шекспир.*

Где мало слов, там вес они имеют.

*Снова Уильям Шекспир.*

В разговорах с девушкой может наступить пара критических моментов, о которых я хочу тебе рассказать. Первый состоит в том, что некоторые молодые люди во время свидания говорят, говорят, говорят, думая, что это производит впечатление на девушку. Даже если это и производит впечатление, иногда парень увлекается настолько, что забывает от разговоров перейти к соблазнению. Кроме этого, он забывает, что разговор с девушкой — это вызов у нее доверия, симпатии и хороших эмоций.

А это сложно сделать, если девушка молчит. Так что привыкай говорить минимум той информации, которая нужна, и давай говорить женщине — это очень важно. Понятно, что её речь мало чему полезному может тебя научить, но ты и не в институте находишься, твоя задача — сделать так, чтобы девочка чувствовала себя хорошо с тобой.

Второй подводный камень еще хуже — бывали ребята, которые слишком сильно увлекались рассказыванием историй, анекдотов и баек, и становились не потенциальными любовниками, а реальными шутами, которых звали в компанию повеселить окружающих. К соблазнению это совсем не ведет, ну то есть ни капельки — когда над тобой смеются, серьезно тебя вряд ли будут воспринимать.

Что получается в итоге? Я не заставляю тебя молчать всё время, я просто еще раз напоминаю о волшебном правиле **«Заткнись и Слушай»**, которое в соблазнении очень и очень полезно. Кроме этого, рекомендую тебе говорить мало, а делать много — руками с женщиной можно сделать гораздо больше, чем голосом.

Говори тихо

Главное в ораторском искусстве — не дать приметить искусства.

*Квинтиллиан, автор «Наставлений оратору».*

В создании интимного сексуального свидания громкость речи играет большую роль. Подумай сам — если ты будешь говорить с громкостью взлетающего на форсаже истребителя, то девочка будет вынуждена для сохранения своего здоровья отойти на пару километров, это совершенно логично.

А что будет, если ты будешь говорить тихо, потом еще тише, и под конец почти шепотом? Чтобы тебя услышать, барышня будет к тебе наклоняться, потом приближаться, а потом подставлять свое ушко, чтобы ты мог говорить как можно интимнее. И мы помним, что уменьшение расстояния — это важный признак женской симпатии, и, уменьшая громкость голоса, ты таким простым образом включишь это действие.

В создании интимного сексуального свидания громкость речи играет большую роль. Подумай сам — если ты будешь говорить с громкостью взлетающего на форсаже истребителя, то девочка будет вынуждена для сохранения своего здоровья отойти на пару километров, это совершенно логично.

А что будет, если ты будешь говорить тихо, потом ещё тише, и под конец почти шепотом? Чтобы тебя услышать, барышня будет к тебе наклоняться, потом приближаться, а потом подставлять свое ушко, чтобы ты мог говорить как можно интимнее. И мы помним, что уменьшение расстояния — это важный признак женской симпатии, и, уменьшая громкость голоса, ты таким простым образом включишь это действие.

Единственное, что сразу хочу сказать — громкость голоса не должна быть везде одинаковой. Логично, что во время первого знакомства можно говорить громче, чем во время второго свидания, лежа на подушках и рассказывая о вашем совместном будущем.

Так что тихий, интимный голос уместен во время второго свидания.

Говори из солнечного сплетения

Раньше мужчины предлагали женщине поговорить,

хотя на самом деле им хотелось заняться сексом,

теперь они предлагают заняться сексом,

хотя на самом деле им хочется поговорить,

*Кетрин Уайтхорн.*

Низкий, грудной голос — сильнейшее оружие соблазнения. Ситуация становится понятна тогда, когда мы с тобой обсудим, откуда он берется.

Есть очень важное наблюдение — чем больше у человека зажимов в мышцах, тем выше и писклявей становится голос человека. По своей

природе голос изначально идет из солнечного сплетения, просто зачастую он зажимается диафрагмой, гортанью, шеей и так далее в ассортименте.

Грудной низкий голос является первым и главным признаком сбалансированного состояния тела, и имитировать такой голос невозможно. Грудной голос заставляет вибрировать все тело, распространяя вибрации на собеседника, и у женщины это является хорошим критерием адекватности и здоровья самца.

Что же делать? С одной стороны, можно забить на этот грудной голос, конечно, и лишиться процентов пяти, а то и десяти потенциала хорошего соблазнителя. А можно работать над собой, прорабатывая зажимы, и твой голос заиграет бесподобными красками.

Как же голос прорабатывать? Ну как минимум (минимум!) делая всё, что написано в главе про внутренние состояния — снятие зажимов, расслабление мышц рождает отличный природный грудной голос. Так же можно найти специальные методики постановки голоса, часто про это пишут в книгах по актерскому мастерству, например.

Или можно сходить на специальный тренинг, где тебе «поставят» голос за пару дней, и выдадут полную методику упражнений, которые будут с тобой на всю жизнь, делая тебя обладателем лучшего голоса из всех возможных. Из тренеров однозначно рекомендую Леру Кряневу, я сам у неё голосовой тренинг проходил, в её профессионализме убежден так же, как в своём. С 2003 года, когда я у неё прошел тренинг по её авторской методике, её техники работают каждый день, показав свою эффективность по времени.

И что самое хорошее — Лера теперь работает в нашей команде, так что её тренинги теперь проходят во всех городах, где работает наш проект. Так что это — лучший вариант по соотношению «время — результат» из тех, которые мне известны.

Говори ритмично

Поэтами рождаются, ораторами становятся.

*Цицерон.*

Человек — невероятно ритмичное животное. Вся наша жизнь состоит непосредственно из множества ритмов, которым мы следуем, зная или не зная это. Лунные циклы и менструации, смена дня и ночи, музыка и стихи, ходьба и бег, танцы и медитации — все эти действия мы делаем по ритмам. И очень редко я вижу (вернее, слышу), как люди ритмично говорят. Хотя именно ритмичная, плавная речь есть ключ к тому, что тебя будут внимательно слушать, когда ты будешь говорить. Ты этого хочешь? О'кей, начали...

Первый вариант построения ритмичной речи — создание собственного ритма. Для этого тебе на время надо стать простым репером. В смысле, научись говорить под музыку. Возьми любимую медленную и ритмичную мелодию и учись говорить так, чтобы на записи слушать голос, словно наложенный на музыку. Добейся эффекта студийной записи, а не «голос сам по себе, музыка фоном». Такая постановка голоса уже много значит. Но не всё.

Для того, чтобы привлечь внимание группы людей, и, тем более, отдельной девушки, можно играть громкостью в ритме. Этим приемом часто пользуются учительницы и хорошие ораторы, чтобы привлечь внимание шумной аудитории, создать внимательное и тихое слушание. А прием прост до безобразия. Представь себе некую волну — и говори так же, постепенно повышая и понижая громкость голоса. Причем повышать и понижать можно как по предложениям, так и по слогам. То есть один слог в слове тихо, второй громче. Или одно слово громче (тише) другого. При достаточно хорошей практике, этим приемом ты сможешь держать внимание на себе достаточно долгое время.

Следующий пункт программы — ритм в стиле «обратной лесенки», или рваный ритм текста. Суть состоит в том, что текст, который ты произносишь, режется на куски по 7, 5, 4, 3, 2, 1 слову и потом начинается снова. Под «режется» понимается пауза между отрывками. То есть ты произносишь первые 7 слов, делаешь паузу, 5 слов, пауза, и так далее. Такое построение речи, как ниже:

Первый отрывок около пяти или семи слов

Второй около четырех слов

Третий три слова

Второй два

Одно

И дальше всё начинается снова, по семь.

Привлекает к тебе большое внимание и способствует внимательному слушанию твоего голоса. Поначалу такой стиль речи сильно напрягает, тяжело считать слова и так далее — поэтому рекомендую практиковаться дома, загибая пальцы, пока ты не станешь законченным сказочником, талантам которого позавидует сам кот-Баюн. Тебе останется только в нужный момент включить «речь сказочника», и женщина вслед за твоими словами пойдет в долину грез и мечтаний, расположенную в середине нигде, чтобы предаться воспоминаниям о вашей будущей.

И, напоследок, дам еще более мерзкий прием — он называется речевая аритмичность, то есть отсутствие ритма. Тебе надо говорить фрагментами разной длины и вставлять в речь разной продолжительности паузы. (Вы помните, как говорил в своих выступлениях поздний Ельцин?) Все, человек тебя слушает, пытаюсь уловить ритм. Что нам и нужно.

Голос D.O.R.E.

— Как завязать разговор с девушкой своей мечты и не показаться полным идиотом?

— Ничего не говорите, пусть начнет она.

*«Трасса 60».*

А напоследок я дам тебе замечательный инструмент постановки голоса в домашних условиях. Как ты видишь, он называется «голос Доры». Дора вообще была веселой теткой — пела танцевала говорила и ходила так, что сих пор можно учиться. Суть этого метода состоит в раскачке твоего голоса и выбора тобой именно такого голоса который тебя устраивает больше всего. Часто мы говорим именно так и таким образом только потому, что не умеем говорить иначе. Эта простая техника тебя научит делать со своим голосом поистине волшебные вещи. Упражнение желательно делать с другом, на крайний случай с

магнитофоном. Это тебе нужно для обратной связи. По своему опыту могу сказать, что себя слушаешь совсем иначе, чем свой голос в записи. Итак, структура по пунктам.

**1.** Для начала тебе потребуется фраза для экспериментов, которую ты будешь произносить много раз подряд. Эта фраза должна быть не слишком короткой, но и не слишком длинной, около 4-6 слов будет в самый раз. Примеры из практики: «Поедем ко мне домой», «ты ночуешь у меня», «Все решим, грех на мне». Желательно определить, где и кому ты хочешь эту фразу говорить.

**2.** Несколько раз произнеси фразу так, как она есть, и пусть твой друг (магнитофон) запомнят произношение этой фразы. Именно то, как ты её говоришь.

**3.** Потом ты произносишь эту фразу максимально тихим (но не шепотом) и максимально громким (но не криком) голосом. После этого, начинается самое важное. Ты должен расслабиться и дать своему организму выбрать наиболее комфортный уровень громкости. И это еще не всё. Таким же образом, поиграй со следующими параметрами голоса:

- Скорость речи.
- Слитность и отдельность отдельных слов.
- Громкость. Самое интересное в том, что громкость может быть разной в разной части предложения. Попробуй начинать громко, а заканчивать достаточно тихо — получается интересный эффект интимности.

- Тембр голоса.
- Паузы между словами, разные по длине между разными словами.
- Четкость (внятное произношение каждого слова).
- Резонатор (грудной, горловой, другие).

**4.** Теперь твоя задача становится совсем простой — тебе надо объединить все эти параметры. Произнеси твою фразу, объединяя сразу все эти параметры, давая своему голосу свободно меняться. Если тебя не устраивает звучание, поиграй с теми параметрами, которые тебе кажутся недостаточно разработанными. Твоя задача в итоге состоит в том, чтобы

энергетика этого предложения сбивала с ног, подавляя волю и разум, при этом была для тебя максимально естественная в произношении.

Успехов!

Выводы

Чем внимательнее вы прислушиваетесь к внутреннему голосу, тем лучше начинаете слышать голоса внешнего мира.

*Дат Хаммердшельд.*

Наша речь может служить мощнейшим стимулом для вызова сексуальных эмоций, а может служить просто фоном, на который обращают внимания не больше, чем на писк комара. Работа над своим сексуальным голосом может занять некоторое время, может быть даже месяц или два, и при этом очень хорошо работает.

Давай подумаем вместе, что из модели в сто баллов работает за сколько времени? Например, стиль и внешний вид с помощью шопинга, консультантов по стилю и такой-то матери можно привести в порядок за средние деньги и два десятка дней. Развить в себе сверхвозможности можно за сопоставимое время, если пользоваться грамотными учебными пособиями.

И следующий по времени — голос, на тренировку которого требуется три десятка дней времени, то есть месяц, и регулярная зарядка по утрам для поддержания эффекта. Таким образом, у нас получается приблизительный план развития для среднего парня, у которого нуждаются в развитии все ключевые параметры модели ста баллов. Пусть голос и стоит третьим в очереди, но при этом в нашем обществе много парней, которые умеют одеваться, и гораздо меньше тех, которых хочется просто слушать, когда они рассказывают таблицу умножения.

Заключение модели ста баллов

Самое забавное, что каждый раз, как в их планету попадает астероид, они начинают развитие заново.

*Лило и Стич.*

Теперь можно сказать, что описание модели ста баллов я закончил. Что же тут мы могли понять? Как минимум то, что эта модель описывает сам процесс личностного роста, причем на длительное время — и да, нам всем есть куда расти. Даже я, автор этой модели, считаю, что некоторые пункты требуют серьезной проработки в моем случае, а некоторые нуждаются в улучшении, чем я и занимаюсь на досуге.

Что же делать с этой моделью тебе, читатель? Худшее ее использование — забыть и забить. Таким образом, ты, как минимум, плюнешь в лицо времени, которое на чтение этого раздела потратил. Всё, что тут написано, будет работать только в одном случае — в случае использования, отслеживания изменений, улучшения результатов, и продолжения развития, которое может продолжаться вечно, и даже еще спустя пару перерождений.

Очень сложно сказать, какой из описанных в модели параметров самый правильный, больше оказывает влияние на девушек, и вообще больше всего похож на волшебную таблетку. Поэтому ещё раз указываю, что развивать надо всё — просто потому, что ты не знаешь, какая девушка тебе попадется в будущем, и что для неё является самым главным — то ли твой стиль и ухоженность, то ли сказки на ночь, то ли умение свернуть в бараний рог лопату на огороде ее бабушки.

Но точно могу сказать одно интересное наблюдение. Если ты сильно прокачаешь свою финансовую состоятельность, то вокруг тебя будут толпами носиться девушки, которым от тебя нужны только деньги. А если тебе важно общаться с умными эрудированными барышнями, без сильного вложения своих усилий в пункты «как говоришь» и «что говоришь» практически невозможно выжить. Так что тут работает здравый смысл и принцип разностороннего развития.

В любом случае, побеждают самые настойчивые, в естественном отборе — самые развитые, в жизни секс получают те, кто развивается по жизни. Успехов, боец.

Часть 7: Позитивный образ мышления

Позитивный образ мышления

Веселись юноша, в юности своей.

*Экклезиаст.*

Что такое «позитивный образ мышления»? Ответ и простой, и сложный. С одной стороны, напрямую к соблазнению эта методика не ведет, с другой стороны люди обладают особенностью тянуться к более позитивным людям, чем они сами. То ли дело в физике, то ли психологии, то ли у меня такие наблюдения — не суть важно. Важно, что использование этих простых советов тебе дает.

Прежде, чем мы с тобой начнем обсуждать стратегию позитивного образа мышления, ответ сам для себя на несколько простых вопросов:

1. Ты хочешь, что люди к тебе тянулись просто потому, что ты есть?

2. Тебе было бы интересно жить более эмоционально, насыщенно и полно свою жизнь?

3. Ты хочешь меньше напрягаться, и больше радоваться тому, что с тобой происходит?

4. Хотелось бы тебе, чтобы люди сами хотели с тобой общаться, просто так, без повода?

5. Ты хотел бы стать душой любой компании?

6. Хочешь больше радоваться тому, как ты живешь и меньше обращать внимание на всякую ерунду, которая отвлекает тебя от твоих целей?

Я не буду говорить, что текущая глава в книге тебе сразу даст вечное счастье, прощение грехов и прочее и так далее. У меня книга не про это. Я просто пишу и аргументирую свою точку зрения по набору нескольких вопросов, которые в сумме дают что? То, что написано выше.

Ты знаешь, сложно объяснить, для чего я это пишу. Скорее всего, для тех, кто уже реализовал базовые свои потребности, и ему интересно — а как жить дальше, что делать, если есть что поесть? Есть что надеть, есть работа (или свое дело, свой бизнес) и любимая женщина? Как стать человеком, который самореализуется по жизни?

Это не ответы на эти вопросы, впрочем. Это то, что идет вторым планом в жизни людей, которые становятся лидерами общества и душами компании.

Это — истоки харизмы.

Вступление

Чтобы остаться молодым, следует непрестанно культивировать в себе способность отрезаться от старой фальши,

*Роберт Хайнлайн.*

Важное замечание: негатив и позитив в данном случае всего лишь слова, обозначающие множественные описания того, что хорошо и что плохо. Свои значения можешь подставить сам.

Очень условно и метафорически говоря, человек — это большое хранилище опыта и полученной информации. Что-то вроде большого резервуара эмоций. Если ты в детстве имел аквариум с рыбками, то наверняка знаешь важное правило — его необходимо регулярно чистить, иначе рыбки сдохнут.

У человека всё очень похоже — он накапливает в себе как позитив, так и негатив, который поступает из окружающей реальности. Да, если позитива поступает значительно больше, чем негатива — то общий «эмоциональный баланс» положительный. А если нет? Ты думал об этом?

Я в свое время начал копать в этом направлении. И нашел множество несвязанных фактов и исследований, начиная от простого «Наше мышление формирует нашу реальность», и заканчивая совсем простым «Люди, которые позитивно думают, живут в среднем на десять-двенадцать лет больше других».

Последнее меня зацепило больше всего, если честно. Я хочу жить дольше — это значит, что я успею больше сделать, больше посмотреть, поиграть в большее количество игр, получить от этой жизни больше эмоций. Для меня это мотивация.

Для меня не нашлось книги, в которой были бы ответы на все вопросы, которые у меня появились. Например, я слишком прагматичен, и люблю показывать разным богам дурацкие рожи с высунутым языком.

Так что я представляю тебе результат пары лет раздумий на эту тему. И еще нескольких лет практик.

Практик по методу «нравится, и я замечаю изменения — о'кей, какая-то ерунда — посмотрим позже. Если останется время». Самое интересное, что изменения в моем поведении замечают и множество других людей. Что конкретно это было — говорить не буду, почти все личное.

Но есть четкие отзывы сотен студентов с моих семинаров, которые явно говорили о том, что с ними происходят множество удивительных и хороших трансформаций. Больше всего это заметно у ребят, которые прошли семинар «Куннинлингвистика» - ты всегда с ними можешь поговорить на нашем форуме и обсудить результаты.

А прежде чем мы начнем работу, я просто хочу тебя просить об одной вещи — на пару месяцев давай с тобой притворимся, что это работает. На два месяца. 60 дней. Всего-то. Потом — на основании изменений в себе, ты примешь окончательное решение о том, насколько полезны мои советы. Договорились? Начинаем.

Раздел первый: информация из внешнего мира

-А если сообщить плохие новости по-хорошему...

Может, они не будут тогда такими плохими?

- Плохие новости по-хорошему... Это я могу,

*«Робин Гуд. Мужчины в трико» (фильм).*

В этой части я расскажу, как уменьшить поступление «негативных вещей» из окружающей реальности. В следующих частях — как «прочистить» голову от свалки негатива, и как научиться выдавать позитив другим людям. В чем-то эта тема перекликается с главой про страхи, в чем-то будет тебе полезна новыми фактами и аргументацией.

Телевидение

В Лос-Анджелесе мусор уже не выбрасывают.

Его перерабатывают в телевизионные шоу,

*Вуди Аллен.*

Телевидение - дешевое и вульгарное развлечение,

*Уинстон Черчилль.*

Что такое телевидение? Для чего оно создано? Если думаешь, что для того, чтобы тебя развлекать — то это вершина айсберга. Телевидение создано для того, чтобы продавать. Всё, что волнует работников ТВ, и то, о чем они говорят больше всего, называется Его Величество Рейтинг. Честное слово, я был на множестве передач и общался с огромным количеством сотрудников разных компаний. Слово «Рейтинг» в их речи встречается чаще всех остальных.

Это слово означает, что передачу смотрят определенное количество людей. То есть реклама будет стоить больше денег. То есть сотрудникам компании выплатят премии и бонусы, и обеспечат дальнейшей работой.

Борьба за рейтинг приводит к тому, что надо показывать «жареные», «провокационные», «эмоциональные» и прочие сюжеты с высокой эмоциональной окраской. Так получается, что вся эта окраска имеет в подавляющем большинстве своем негативную часть.

Честное слово, если будет канал, на котором не будет рекламы и новости будут начинаться со слов «Какое радостное событие!» и продолжаться «Человек сделал отличную работу, он достиг вершин мастерства», и не будет ничего кроме этого, я пойму, что что-то не так.

Так что делать? Выключить телевизор. Совсем. У меня дома антенный вход залеплен жевательной резинкой. Да, я смотрю кино на DVD. Какое хочу. Когда хочу. С паузами, когда мне угодно и не засоряя мозги ненужными слащавыми сюжетами о том, как очередная хрень может лучше сделать жизнь производителя этой хрени.

Мои наблюдения говорят, что отказ от просмотра ТВ приносит самый быстрый временнОй эффект — времени становится больше на два часа в день. На 15 часов в неделю. На две ночи полноценного сна. Мало цифр? О'кей. Простая математика говорит мне, что обычный человек сидит перед телевизором не меньше 112 части своего времени, то есть один месяц в год идет совершенно впустую, потребляя рекламу, пиво и орешки, наращивая пузо и получая негатив.

Сам по себе ящик в центре комнаты — отличное устройство для просмотра фильмов, не более того.

Радио

Сегодня я слышал по радио, что мороженое полезно для здоровья!  
*Пес-Призрак, путь самурая.*

В случае с радио всё намного интереснее. Во-первых, радио слушают в основном в машине. Во-вторых, когда рулят этой самой машиной. То есть водитель находится в состоянии естественного транса. Кто занимался гипнозом, прекрасно знает основу гипноза: отвлечь сознание, чтобы напрямую в бессознательное дать внушение и команду на выполнение. Как говорил мне много лет назад мой учитель: лучшее состояние для гипноза, когда тебе кажется, что тебя не слушают.

Теперь подумай, а как твоё бессознательное реагирует на все эти рекламные блоки, составленные по всем научным законам недирективного гипноза? Или ты думаешь, что в рекламе слово «внушение» является негласным запретом? Совсем нет, внушения используются чаще всего. Потому что они наиболее эффективны.

Ну и про новости... То же самое, что в случае с телевизором.

Какой вывод? Если хочешь слушать музыку в машине, купи магнитолау с MP3 и вози с собой десяток любимых дисков. А если ты еще поймешь, что твой самый ценный ресурс называется «время», то можно будет даже слушать во время стояния в пробках аудио-книги. Заодно узнаешь много нового.

Газеты и журналы

Все новости, за исключением цены на хлеб, бессмысленны и неуместны,

*Чарльз Лем.*

Возьми в ближайшем киоске два печатных издания. Одно — ежедневная газета, второе — глянцеваый журнал. И потом внимательно смотри на одно и другое. И найди хотя бы одно существенное различие.

Я тебе его скажу сразу. В глянцах встречается редкий для нашей страны общий позитивный настрой. Почему? Потому что этот журнал человек не должен выкинуть сразу после прочтения. Глянец должен лежать на книжной полке желательнао много лет — и радовать,

радовать... И ты знаешь, так и происходит. Глянцы могут лежать у людей годами. А вот газеты не лежат.

Так что осталось вспомнить профессора Преображенского:

-Если вы заботитесь о своем пищеварении, вот добрый совет - не говорите за обедом о большевизме и о медицине. И, боже вас сохрани, не читайте до обеда советских газет.

- Гм... Да ведь других нет?

- Вот никаких и не читайте. Вы знаете, я произвел тридцать наблюдений у себя в клинике. И что же вы думаете? Пациенты, не читающие газет, чувствовали себя превосходно. Те же, которых я специально заставлял читать «Правду», теряли в весе. Мало этого. Пониженные коленные рефлексы, скверный аппетит, угнетенное состояние духа.

Так что же в итоге? Ну, газетами хорошо костер разжигать. Или запихивать их в старые ботинки на зиму. Читать? Увольте.

Самое интересное, что количество позитива напрямую возрастает вместе с периодичностью выхода журнала. Простые наблюдения:

Ежедневное — Потребность в большом количестве новостей, обычно чернуха. Редкое исключение составляют специализированные бизнес-газеты (типа РБК — daily).

Еженедельное — Пишут только про новости глобального масштаба, выбирают самые значительные события. Оптимальный вариант для того, чтобы «быть в курсе» и при этом не быть погребенным валом мусора.

Ежемесячное - Обычно тематические и развлекательные журналы, пишут о новом за месяц в области. Например, журнал «Мото» - новое за месяц в мире мотоциклов, тесты и обзоры. Или журнал «Другой» (когда его издавали еще) — интересные репортажи, фотографии и картины, отчеты о путешествиях.

**Вывод:** газеты на растопку, еженедельные и ежемесячные журналы читать можно. Лучше ежемесячные.

Интернет

Развитие широкополосного интернета почти полностью погубило пикап-движение в России.

*Мое грустное наблюдение.*

Тут все совсем просто. Интернет — это великая свалка, где много всего и сразу. Для нормального серфинга хватает нормального файрвола который рубит рекламу. Да и в список запрещенных сайтов поставь все новостные, от и до. Ну и начни замечать, сколько времени в сутки ты уделяешь таймфагам, то есть пожирателям времени. При том, что тебе всегда есть куда это время потратить — на достижение целей, отдых, кино и прочие хорошие для себя вещи.

Я рекомендую заниматься всякими бессмысленными вещами в сети, к которым одинаково относятся как развлекательные сайты, так и социальные сети, ТОЛЬКО после того, как ты выполнишь все поставленные на сегодняшний день задачи. Тогда ты в полной мере имеешь право отдыхать, или заняться другими полезными делами. Я знаю одно правило — если люди работают каждый день, результаты потрясающие. Не веришь? Простой пример.

Я знаю лично несколько десятков людей, которые хотели написать книгу. Это благое дело, но почти всегда на книгу не хватает времени. Знаешь, сколько времени реально нужно на книжку? Два месяца. 60 дней, каждый день набивая по десять тысяч знаков, то есть работая по полтора-два часа в день — это время есть всегда и у любого, кто действительно хочет достигнуть цели.

Хотя вместо достижения целей можно качать правую руку.

Люди

Чувства всегда смешны, особенно тогда, когда они попадают в лапы посторонним,

*Эльфрида Елинек.*

А вот тут уже не все так просто. Да люди часто накапливают в себе негатив. Да иногда его становится выше крыши. И они начинают часто искать на кого бы его «слить». Что происходит? Ну как там было, в школе: из одного резервуара выливается, в другой вливается...

В общем, ему стало лучше, а тебе — нет. Потому что теперь все это чужое барахло висит у тебя на плечах. Честно скажи, оно тебе надо — быть подушкой для соплей или приемником чужого ментального хлама?

Мне вот это не улыбается. Я делаю исключения только для весьма ограниченного круга близких людей. Остальные обращаются не по адресу.

Теперь о работающих стратегиях.

**1. На работе.** Особенно если ты начальник, а к тебе приходит твой сотрудник. Обычно начинают жаловаться на жизнь. Фраза которая прекращает это движение раз и навсегда «Давай личные вопросы не будем обсуждать в рабочее время. Я готов тебе выделить полчаса после окончания работы. Подходи, пообщаемся». Ты думаешь, он будет тратить свое время? Нет, конечно. Рабочее — пожалуйста.

**2. В целом.** Когда к тебе приходят не с вопросом, а с потоком соплей, стоит понимать базовые механизмы мышления. Это не запрос о помощи или желание с тобой поделиться наболевшим, нет. Это включилась программа «слива». И если ты не подставишь свой мозг для слива негатива, то найдется другой. Кстати, отношение к тебе никоим образом не изменится. Проверено. Так что же делать? Переводить эмоциональный аспект в прагматический. Вопросами типа: «Чем могу помочь?» или «Что я могу для тебя сделать?». Как ни странно, помочь нечем. Тогда общение заканчиваем.

**3. Универсальная, и по жизни.** Когда к тебе приходят поплакаться на жизнь в виде «у меня все плохо..» в ответ можно и нужно говорить одну замечательную фразу. Она звучит так «Больно слышать». Причем её можно говорить совершенно всегда в таких случаях. С одной стороны, это выглядит как сочувствие, с другой — обучает человека не лить на тебя мусор — ответ предсказуем.

С людьми все совсем сложно. Например, если ты живешь в семье, где основа общения — негатив (выяснение отношений, разборки, матюки и прочая хрень) – то никакими стратегиями не поможешь. Придется для начала снять отдельную квартиру.

Ремарка:

Да, если какие-то телевизионные передачи или радио-эферы приносят тебе искреннее удовольствие, ровно как и музыка и газеты — я не возражаю, читай, слушай и смотри. Я, например, люблю слушать

музыку с весьма «добрыми» текстами, а фильмы о любви считаю бесполезной тратой времени. Но вот прослушивание такой музыки и просмотр таких фильмов вызывают у меня эстетическое удовольствие. То есть от жесткого hard-core металла я получаю позитив, как бы странно это не звучало.

Резюме и выводы

- Но все же, если бы вам пришлось выбирать добровольную смерть, в каком виде вы бы ее предпочли?

- Хотел бы быть погребенным под телами итальянских актрис.

*Интервью с Вуди Алленом*

Как и любая физиологическая зависимость, отказ от просмотра ТВ, радио и газет вызывает в первое время если не ломку, то желание оспорить мою точку зрения. Стандартные аргументы, которые я слышу чуть ли не после каждого рассказа о позитивном образе мышления, выглядят так: «А как же получать новости? Ведь надо знать, что в мире происходит!».

Отвечу. Легко, причем. Для начала, любой из пунктов, от которых я прошу отказаться, легко подкрепляется простым вопросом, вопросом о пользе. Какая для тебя, легко измеримая линейкой, польза от телевизора? У тебя растут доходы? Тебя чаще зовут в гости? У твоей девочки растет грудь? КАКАЯ ПОЛЬЗА?

А если пользы нет, то это занятие для меня выглядит так же, как выщипывание волос из носа — прикольно, интересно, и совершенно бесполезно. Пользы — не несет. Ну а то, что вы новости не знаете, сделает вас только еще более хорошим слушателем, которому интересна тема разговора.

Раздел второй: мыслительные процессы (чистим хвосты)

Всякая логически мыслящая единица может быть коварно обманута любой другой единицей, мышление которой находится хотя бы на том же уровне логичности,

*Дуглас Адамс. «В основном безвредна».*

В этой части мы учимся и тренируемся чистить остатки негативов в своей голове, прорабатывая разные ситуации из своего прошлого и тренируясь получать позитив в будущем.

Перестройка фильтров восприятия

Шлюхи выполняют те же функции, что и жрецы, только с большим эффектом.

*Роберт Хайнлайн.*

Может быть ты в курсе, а может быть, и нет: человек представляет собой совершенную мыслительную машину. Её можно запрограммировать на обучение и достижение целей, а можно — на бессмысленное существование с утра до ночи. В чем же разница? В том, что называется «фильтры восприятия», или, простыми словами, в простых механизмах обработки данных.

Я не буду долго и нудно, в стиле американских книг, уверять тебя в том, что тебе жизненно и крайне полезно следовать дальнейшим советам. Я просто скажу тебе, что это шаг к тому, что есть «простые радости жизни». Или к осознанию своих жизненных ценностей, если ты любишь определения экзистенциального порядка.

В любом случае, для смены своего восприятия реальности требуется время. И небольшая подготовка.

Подготовка

Мы все в сборе. Одни хотят правды. Другие – оказаться правыми.

А мы, дураки, между ними.

*«Обмани меня» (сериал).*

Для начала, тебе стоит найти время — минут пять утром и вечером, каждый день. Учитывая, что телевизор мы теперь не смотрим, времени должно стать сильно больше. Что с этим временем делать? Потребуется совершенно медитативная практика — практика ответов на вопросы. Вопросы, которые ты будешь ежедневно задавать себе. Для этого необходимо распечатать эти вопросы и повесить на видном месте — например, в ванной, чтобы отвечать, когда чистишь зубы (а если заламинировать, то — когда принимаешь душ).

Крайне желательно завести себе дневник, куда записывать текущие цели и текущие проблемы. Цели — чтобы достигать, проблемы — чтобы решать.

На этом подготовка заканчивается.

Вопросы

— «Никогда более!», - вскричал оратор,

— «Никогда более не проснемся мы поутру с мыслью: "Кто я такой? В чем смысл моего существования? Изменится ли что-нибудь в космическом масштабе,

если я не пойду на работу?". Сегодня мы, наконец, раз и навсегда узнаем простой

и ясный ответ на все эти маленькие, но не дающие покоя загадки Жизни, Вселенной и Всего Остального!».

*Дуглас Адамс. «Автостопом по галактике».*

Да эта простая техника называется «Вопросы». На вопросы нужно отвечать как получится, для самого себя и честно. В конце концов, мы же для себя всё это делаем... Вопросы делятся на три класса — утренние, вечерние и «проблемные». Вопросы утренние — для ответов утром, вечерние, как ни странно — вечером. Проблемные вопросы задаются по очереди для каждой проблемы из списка в твоём дневнике утром.

#### **Утренние вопросы:**

— Где я живу всегда свои ценности (какие ситуации)?

— Где, как я это чувствую?

— Что делает меня в моей жизни особенно счастливым (какие ситуации)?

— Где, как я это чувствую?

— Что более всего вдохновляет меня в моей жизни (какие ситуации)?

— Где, как я это чувствую?

— Чему я особенно благодарен (какие ситуации)?

— Где, как я это чувствую?

— Чему я сейчас радуюсь в моей жизни больше всего (какие ситуации)?

— Где, как я это чувствую?

— Каковы дела, к которым я причастен и которые решаю делать (какие ситуации)?

— Где, как я это чувствую?

— Кого я люблю? Кто любит меня? Что это, что я люблю в других людях?

— Где, как я это чувствую? Что другие любят во мне?

### **Проблемные вопросы для утра:**

— Что в моей проблеме великолепно?

— Что ещё не совсем отлично?

— Что я готов сделать, чтобы прожить день так, как я хочу (позволять себе проживать)?

— Что готов я сделать, чтобы прожить день так, чтобы мне было хорошо?

### **Вечерние вопросы:**

— Что я сегодня дал? Как одарил сегодня других? (Свои ценности)?

— Чему я сегодня научился? Какие подарки я сегодня получил?

— Как мне помог этот день, оживить мои ценности?

Повтори утренние вопросы!

BSFF

Психотерапия — наука, которая гласит, что пациент, вероятнее всего, выздоровеет, но навсегда останется круглым идиотом,

*Генри Менкен.*

Я знаю много разных психотехник. И то, и это, и сё, и другое. По результатам исследований наиболее полезное, простое и понятное для обычного человека и применимое в быту — BSFF. Это что-то типа «Эриксоновского гипноза для начинающих», сочетающее в себе сигналинг, внушение, и построение интерфейса работы с бессознательным.

Что это такое и куда его копать? Все просто — как только ты...

- Почувствуешь беспричинное раздражение
- Приступы гнева или ярости
- Резкую смену настроения
- Эмоциональную подавленность
- Растущее напряжение в голове и теле
- Стресс (если знаешь что это такое).

то у тебя будет самое время заняться этой техникой. Да, это похоже на волшебную таблетку. Почему? Потому что эта техника работает с бессознательным. Да, я верю в твое бессознательное и эту технику. Она реально работает. У меня тоже. Описание доступно на русском языке, оно простое и понятное. Берем на: <http://www.t100b.ru>

Раздел третий: информация от тебя

— Никогда не бывает слишком поздно для того, чтобы всё вернуть назад.

*«Красота по-американски».*

В этой части мы поговорим про информацию, которая исходит от тебя. Хотя тут много связано, конечно, но при всем этом — это полезные и ведущие к расслаблению и душевному равновесию советы и наблюдения.

Ложь

Знаешь, сэр Макс, самым большим сюрпризом для меня и моих ребят стал тот факт, что теперь все люди довольно часто говорят неправду. В наше время это было невозможно: слова обладали сокрушительной силой. Сказанная вслух ложь тут же пыталась обернуться правдой. Иногда это получалось, и такое событие считалось чудом. Но чаще солгавший просто умирал на месте, поскольку его силы не хватало на то, чтобы превратить лживое утверждение в истинное,

*Макс Фрай. «Власть несбывшегося».*

Да-да. Я всё ещё люблю Макса Фрая. Но дело не в моей любви к циклу про Эхо, а в наблюдении за своим самоуважением. Так вот, давай поговорим про ложь. Зачем обычно люди врут? Ну, для начала, для своей безопасности, для сохранения лица. Но в итоге, когда выплывет другая правда, люди теряют уважение...

Да, фундаментальный новый смысл борьбы – бобра с ослом. Мое наблюдение говорит — ложь тоже создает эмоциональное напряжение. Когда ты знаешь, что соврал, твое самочувствие ухудшается, и далее по нарастающей. Интереснейший результат и открытие вселенской важности заключается в том, что можно врать максимум один раз в день.

Мало того, я настаиваю на этой цифре. Она научит тебя очень тщательно подходить к произнесению слов. Например, если ты про что-то не хочешь говорить, ты это так и скажи «я не хочу про это говорить» - не соврал и стал честнее на слово.

Результатом этой сложнейшей духовной практики (а что, приврать мы все горазды), будет удивительное для тебя открытие: можно жить, говоря правду. Жить будет реально легче. И тебя будут уважать за честность.

Но крайне малое количество людей действительно начинает это делать — ведь проще скрыться в скорлупе безопасности лжи от внешнего мира, чем честно принимать себя таким, какой ты есть.

Ярлыки

Я не желаю навешивать на себя какой бы то ни было ярлык.

Не хочу втискивать свою жизнь в определенное слово,

*Чак Поланик, «Невидимки».*

Раз уж мы затронули тему водителей и машин. Давай продолжим в том же русле. Я часто езжу на машине в качестве пассажира, особенно часто – в аэропорты на такси. Раза два в неделю в среднем. Иногда (крайне редко) бывает так, что я не успеваю заказать такси заранее, и ловлю машину «от бордюра». И сразу замечаю разницу. Какую?

Во-первых, почти всегда меня везет гордый шахид. Который постоянно и всю дорогу делает — что? Матерится, ругается, эмоционально реагирует и так далее. И так далее. От этого фона спасает только музыка и наушники. Во-вторых, едем мы за то же время, но с большим количеством мотания по городу и так далее. Кроме этого, у нашего горца постоянно на дорогах враги, всего его подрезают и не дают спокойно жить.

Профи-водители едут другим образом — они едут молча. Самое интересное, что их почему-то не подрезают и не мешают ездить. Самое-самое интересное, что у них практически не бывает «непредвиденных» ситуация на дороге — всё известно заранее.

Вполне возможно, что это опыт. И умение просчитывать дорогу. А может быть, все дело в том, что профи принимает дорогу такой, какая она есть — там свои правила, вот и все. Он не воюет с дорогой, он живет на ней и в потоке.

С другой стороны, я пишу не учебник безопасного вождения, моя задача — дать тебе доступ к своим полноценным внутренним ресурсам. И тут возникает ещё одна интересная взаимосвязь, критерий излишнего эмоционального напряжения. Он простой и ясный.

Скажи мне, часто ли ты, идя по улице, глядя на совершенно незнакомого человека, думал (думала) про себя вещи типа «вот урод!», или «феноменальный дятел»? или вообще матом так думал, по революционно-пролетарски? Отлично. Мы нашли ключик, который называется «в нашем теле накоплено много негатива, и мы его постоянно вынуждены выливать на других людей». Самое веселое, что выливая его мысленно, мы выливаем его на себя же. Что думаем про других людей — напрямую характеризует тебя же самого. Теперь подумай, как и сколько раз за последнюю неделю и чем ты себя назвал? Насколько легче тебе стало от такого набора слов?

Чтобы было еще более понятно, скажу. У тебя нет никакого морального права вешать на других людей ярлыки. Вообще. Никакого. Ни на кого. Ты можешь описывать свое впечатление от общения, да. Но шлепать направо и налево ментальными фекалиями — увольте. Если хочешь о ком-то подумать, думай: «О, какой интересный человек. Чем он так меня привлек?». А если тебя подрезали на дороге — пропусти. Ему же надо, он спешит. Все равно увидите в следующей пробке.

Оценка других людей

Оценка нами кого-либо во многом зависит от того,  
как это лицо относится к нашим интересам и страстям,

*Томас Бабингтон Маколей*

Ты знаешь, я видел в своей жизни много приходящих работников по настройке или наладке чего-либо. Совершенно неважно, что это — компьютеры или водопровод, суть вопроса не в этом. Суть в том, что крайне часто первое, что делают эти люди — не начинают работать, а начинают долго и упорно ругать работу предшественника не понимая, что так они ругают всю свою профессию.

Причем, многим кажется, что так можно поднять себе цену — зря кажется, кстати. Я обычно спрашиваю: «А когда вы приступите к работе?».

Да и контрольный выстрел в голову: привыкай говорить нейтральные слова когда тебя спросят любого мнения или оценки на любую тему. Например, меня часто спрашивают мнение о разных тренерах в России. Знаешь, что я отвечаю? «Я у него не учился». И это совершенная правда — я у него не учился. Поэтому не могу про него давать свою оценку как про тренера. Не имею права понимаешь?

Как бы ты ни думал про другого человека скажи просто «это сложный и неоднозначный вопрос. Я считаю, что у него есть и сильные, и слабые стороны, поэтому я оставляю свое мнение при себе».

Духовная практика на смирение

ГОСПОДИ, ДАЙ МНЕ ДУШЕВНЫЙ ПОКОЙ, ЧТОБЫ ПРИНИМАТЬ ТО, ЧЕГО Я НЕ МОГУ ИЗМЕНИТЬ, МУЖЕСТВО - ИЗМЕНЯТЬ ТО, ЧТО МОГУ, И МУДРОСТЬ -

ВСЕГДА ОТЛИЧАТЬ ОДНО ОТ ДРУГОГО.

*Курт Воннегут. «Бойня 495».*

У меня в голове сформировалось еще одно важное правило, улучшающее жизнь человека. Прежде, чем мы начнем, задам тебе вопрос: «А как ты думаешь, всё ли, что тебя беспокоит, на самом деле этого достойно?».

Поясняю. Я знаю кучу людей, которых парит курс доллара, индекс РТС, ситуация в Малайзии (лемура лишают поста), соотношение никкея и доу джонса и прочее, прочее, прочее. Мне это напоминает переживание старых травматических ситуаций, которые произошли в далеком прошлом, но мы их переживаем каждый день, все больше отрываясь от

реальности, и зависая в прошлых косяках, делая их сильнее, тараканов жирнее, а радость от жизни меньше.

Закон простой: если ты не можешь изменить ситуацию — занимайся своими делами. Например, ты очень обеспокоен влияниями курса валют. Ну что же, продай накопленные 40000 баксов, и повлияй на курс. Теперь ты сделал все что мог, и от тебя больше вообще ничего в этом вопросе не зависит. Расслабляйся и получай удовольствие. В кино сходи, например. В кино цены в рублях.

То же касается любого случая в твоей жизни. Ты можешь что-то поменять в том, что случилось пять лет назад? Нет? Тогда подумай, чему это тебя научило и используй знания в будущем. По той же самой причине пора прекращать думать о своем росте, размере члена, размере обуви и прочих вещах, которые отличают от констант.

Еще раз: не можешь изменить ситуацию — расслабляйся и получай удовольствие.

Раздел четвертый: Разное дополнительное

Мужество — не в силе руки и не в искусстве владения мечом,  
мужество — в том, чтобы владеть собой и быть справедливым,  
*Саади.*

Эти советы и рекомендации напрямую к Позитивному Образу Мышления вроде бы не относятся. Но применение совместно вызывает интересный синергетический эффект, который дает совершенно фантастический результат. В общем, тебе решать — попробуй, и если понравится — используй. Только давай договоримся, что оценивать результаты ты будешь хотя бы после использования всех советов этой главы хотя бы в течение двух месяцев. Это тот срок, за который настают самые первые изменения — и тот срок, за который я ручаюсь. А то произойдет, как в качалке — за одну тренировку жир не ушел, бицепс не вырос — фигня эта ваша качалка, не стоит оно того...

Через два месяца регулярного использования можешь отказаться, или продолжить — решать тебе.

Зарядка

Бегать, скакать, кувыркаться каждый обязан уметь.

Нужно лишь только собраться и захотеть, и захотеть!

*Неизвестный автор.*

Ты будешь много и много смеяться, но я делаю каждое утро зарядку. Хотя, если говорить откровенно, то не каждое-каждое, а шесть дней в неделю из семи. Этот факт сам по себе не имеет вселенского значения, если бы не одно «но». Посмотри на среднего человека: утром он едет на работу. Сидя в машине или метро. Днем он сидит на работе. Вечером сидя едет домой и сидит перед телевизором или сидя читает газету.

Я почему-то уверен, что человек — существо прямоходящее. А не скрюченно-сидящее. Сидячий образ жизни провоцирует кучу интересных событий, и главное из них называется смерть от ожирения и неподвижности. Самое интересное, что малоподвижный образ жизни создает у человека мышечные зажимы, которые вызывают нервное постоянное напряжение, которое вызывает общее ухудшение самочувствия. Понятно, к чему я веду?

В общем, если ты каждое-каждое утро делаешь зарядку, занимаешься йогой, растяжками и так далее, переходи к следующему пункту.

Ну, а пока продолжим. Как я уже говорил в своих предыдущих статьях и книгах, твое тело — это ты сам. Отношение к нему — прямое отношение к себе. Любить себя стоит начинать именно с мелочей. А продолжать работой над собой в течение пяти-шести дней в неделю.

Я могу сказать, что разработал для себя свой собственный комплекс упражнений — он сочетает в себе суставную гимнастику, упражнения на позвоночник и растяжки. Занимаясь им каждое утро, ты как минимум энергичен целый день, как максимум — тебе для полного восстановления организма требуется на два часа меньше времени сна в сутки. То есть, например, вместо десяти часов — восемь. Подробности тут публиковать не буду, как-нибудь потом. Если тебя действительно интересует, чем заниматься — ты легко можешь найти в сети описание комплекса Мюллера или «Пять тибетских жемчужин». Работают одинаково хорошо, вместе — просто отлично.

Что же в итоге дает зарядка? Ну, как минимум, ты сначала просыпаешься, а потом приезжаешь на работу, а не как обычно — первые три часа на работе спишь, остальные четыре — уставший ждешь конца дня. Кроме того, зарядка (регулярная!) делает самое главное — постепенно, в течение пары месяцев, начнут проходить хронические зажимы в тушке, и появится самый интересный эффект. Ты знаешь, что мы спим для того, чтобы отдохнуть и восстановить мышцы. Так вот, чем меньше мышцы напряжены, тем меньше требуется времени для сна. По моим наблюдениям за сотнями моих студентов, регулярное выполнение зарядки сокращает время сна в сутки в среднем на два часа.

### Алкоголь

Из всех пороков пьянство более других несовместимо с велением духа.

*Вальтер Скотт.*

Умеренность — союзник природы и страж здоровья.

*Абуль - Фарадж.*

1. Алкоголь усиливает текущее состояние, снимая блоки. То есть, если тебе весело — станет веселее, если грустно — грустнее. То есть, когда тебе плохо, алкоголь не сделает тебя веселым.

2. Дозы более 100 грамм в водочном эквиваленте нарушают мыслительные процессы и ухудшают координацию движений на следующие двое суток.

3. Каждые 50 грамм алкоголя увеличивают твою потребность во сне в среднем на час времени.

4. Ну и главное наблюдение: пьют тогда, когда не знают, что делать. Когда чувствуют себя беспомощным. Чтобы уйти от реальности, вместо того чтобы решать проблемы и быть победителем.

Резюмирую: 50 грамм на человека в сутки — да, возможно, полезно. Или с утра чайная ложка раствора спиртового женьшеня. Хороший коньяк после ужина в разумных дозах только полезен.

Пол-литра вечером перед рабочим днем — нет. Да и вообще, по большому счету, пьянки редко когда оказываются полезными и продуктивными событиями в твоей жизни... Разве что помогают снять

несколько комплексов зажатым в себе людям, которые не знают других путей. То есть оно того на каждый день не стоит. Потусить и оторваться разок в пару месяцев — можно. Главное — не в кредит, в стиле «Сегодня я бухаю в счет 25 мая 2025 года».

Ну и самое-самое главное, состоит в том, что алкоголь угнетает выработку тестостерона. То есть, мускулы, потенция и доминирование (лидерство) заядлым алкоголикам не светит. Скажу в итоге за себя: после того, как в моем любимом баре наотрез отказались выдавать мне призовую печень, я решил завязать (это все было юмором. Завязал я потому, что не могу требовать от студентов того, чего не делаю сам. Так что, если требую воздерживаться от алкоголя — то на своем примере показываю, что это возможно).

По результатам: сократил расходы на кабаки в месяц очень сильно, эти деньги нашел куда деть. Жизнь приобрела много ярких дополнительных красок, навыки вождения мотоцикла возросли сильно, скорость реакции, креативные процессы, общее эмоциональное состояние — все в сильный плюс вышло.

Маленький совет на будущее: если будешь общаться с людьми в тусовках, то с минералкой в твоей руке могут возникнуть вопросы. А вот с колой-лайт в стакане «роке» вопросов не будет никогда. Может пригодится.

Одобрения, праздники и похвала себя

Умный человек счастлив, лишь когда удостаивается собственной похвалы,

дурак же довольствуется аплодисментами окружающих.

*Джозеф Аддисон.*

Есть много вещей, который являются банальными в разных областях знаний. Например, в педагогике принято хвалить детей за хорошее поведение, то же самое касается воспитания животных и даже в эриксоновском гипнозе используется понятие «ратификация». Что же в этих методах похожего? Да они совершенно одинаковы по своей сути. Задача состоит в том, чтобы хвалить за то, что сделано хорошо.

О'кей, в чём же подвох? В том, что обычный человек крайне мало себя хвалит за достижение своих целей. Посмотри, как дети во дворе играют в футбол, например. Что там? Если один игрок сделал что-то не так, его ругают или показывают недовольство, а когда идет удачная игра — это принимают как само собой разумеющееся.

В чем главный смысл похвалы? Она создает стимул и мотивацию ещё раз делать то, за что хвалят. Просто потому, что это приятно. Теперь давай попробуем хвалить самого себя за достижения целей или за большие проекты. Причем, чем больше проект — тем больше надо самого себя за него хвалить.

Как это можно делать? Сказать себе «молодец, отлично поработал», или устроить день отдыха с гастрономическими изысками, или сходить в кино, или купить себе подарок... Вариантов много, общее в них одно — хвали себя. Поощряй своего любимого человека в движении к целям.

Я делаю то же самое — да, я себя хвалю. С точки зрения стороннего человека это может выглядеть странно — я хлопаю себя по плечу, и, смотря на человека в зеркале, вслух говорю «молодец!» и улыбаюсь. Что же мне это дает? Например, в спортивном зале за две недели я поднял результат в приседаниях со штангой со ста семидесяти килограммов на десять повторов до двухсот на двенадцать. Причем, я не использовал дополнительно никаких химических препаратов и так далее — обычный протеин и витамины. И похвала после каждого повтора. Более чем на десять процентов за две недели. Думаешь, это очень легко? Попробуй сам так сделать.

Ритм Жизни

Совершенная скорость — это не тысяча миль в час,

И не миллион, и даже не скорость света.

Ибо любое число суть предел, а предел всегда ограничивает.

Совершенство же не может иметь пределов. Так что совершенная скорость —

это когда ты просто оказываешься там, куда собираешься направиться.

*Ричард Бах. «Чайка по имени Джонатан Ливингстон».*

По слухам и непроверенным данным, на этом свете существуют дизельные гусеничные бульдозеры. Типа ДТ-75. А так же раскочегаренные до пятисот лошадок мицубиши лансер эволюшн, которые снимаются с двух литров объема двигателя. В чем между ними разница? Лансеры надо полностью перебирать через десять тысяч километров пробега, а семидесятипяти-сильные дизельные трактора работают и пыхтят себе десятилетиями, о чем можно легко убедиться практически в каждом колхозе.

Самое интересное, что с людьми все похоже. Если постоянно с вытаращенными глазами бегать «на форсаже» по десяти местам в день, везде опаздывать, испытывать стресс и так далее — ну, блин, ты сокращаешь себе жизнь на пару лет минимум, успев на пять минут в неделю. Интереснее всего наблюдать людей, которые тебя адски обгоняют на тротуарах, а потом вместе с тобой ждут зеленого света на пешеходном переходе. Или кадры, которые жестко рвут со светофора на машине, и вместе с тобой в одном ряду снова ждут на следующем светофоре зеленый свет. Зачем все это было нужно, спрашивается?

Я для себя определил одну вещь: если я опаздываю, то это неправильно. Надо выходить на десять минут раньше, и всё. А иду и двигаюсь я в комфортном для себя темпе, получая удовольствие от каждого шага и движения. Как ни странно, это почти в полтора раза медленнее потока. Если ты был в отпуске, заметь, с какой скоростью ты начнешь ходить через неделю, когда спешить совершенно некуда — со скоростью «улитки» для обычного москвича. Черт побери, это приятно, это хорошо. ПРОСТО ходить. Что мешает тебе так же ходить в городах?

Для меня критерий сохранения своего ритма передвижения — очень хороший признак стрессоустойчивости человека. И того, что у него просто все хорошо.

**Резюмируя:** куда спешим? Все равно мы все умрем :)

Химичим вялым темпом

Истина принадлежит человеку, заблуждение - его эпохе,

*Гёте.*

Я заметил одну интересную вещь — она состоит в том, что люди по умолчанию считают себя здоровыми. И начинают принимать лекарства тогда, когда пора что-то ампутировать. В принципе, тебе это подтвердит любой доктор.

Пропустив большую и важную информацию, которая занимает десять страниц мелким шрифтом, перейду к сути.

**Первое:** надо принимать витамины. Круглый год. Вообще всегда. Главная фишка, которую стоит знать — чем выше у тебя психоэмоциональные и физические нагрузки, тем бОльшие дозы витаминов тебе нужны. Причем не то мелкорубленое дерьмо по бешеным ценам, которое продается в аптеках, а витамины для спортсменов. Как ни странно, там нормальные дозировки за более чем приемлемую цену. Продаются в магазинах для бодибилдеров и в интернете. Примеры того, что можно пить: TwuiLab One Day Capsules, Animal Pak, One Man Formula и так далее.

Возможные побочные эффекты называются словом «гипервитаминоз». Тогда просто уменьшаем рекомендованную дозу на треть. Например, в дозировке витаминов надо принимать три капсулы — начинаем пить две.

**Второе:** адаптогены. Это полезные натуральные травки, которые оптимизируют твою центральную нервную систему и помогают лучше переносить все тяготы бытия. Примеры: настойка женьшеня, эхинацеи, родиолы розовой, китайского лимонника, мелиссы лимонной и элеутерококка. Возможно, тебе могут привезти из Китая настойки на змеях, барбарисе и прочем — они при всей своей экзотичности вида выполняют те же функции.

Принимать по чайной ложке (одного вещества) в день с утра. Вызывает прилив бодрости и повышенное желание желаний. После месяца приема становишься просто бодрым козликком на целый день. Но адаптогены не заменяют собой зарядку и все остальное — они помогают и улучшают. Понимаешь?

Еще раз донесу мысль: витамины надо пить всегда. Из обычной еды суточную норму витаминов получить практически нереально.

Поэтому моя позиция простая: пить аптечные витамины гораздо лучше, чем не пить ничего, пить витамины для спортсменов лучше, чем аптечные.

И еще одно. Важное

Если секс — такое естественное занятие, откуда столько пособий по сексу?

*Бетти Мидлер.*

У меня есть еще одно наблюдение. Хорошее. Оно заключается в самом древнем способе лечения неврозов, которое известно человечеству.

Я имею в виду секс. Да, банальный секс. Регулярный, раз несколько в неделю. Что-то мне подсказывает, что сексуальная удовлетворенность в целом делает твою жизнь веселее и интереснее. На лице сама собой появляется улыбка выпрямляется осанка и вообще — больше ярких эмоций и веселых красок.

Гм. Ну что тут еще написать? Секс — это клево. Хотя вряд ли есть люди, которые считают по-другому... Аномалии не рассматриваем, как ты помнишь. ©

Для тех, кто продолжает

Класс! Это будущее! Мои родители, коллеги, моя девушка,

Я их больше никогда не увижу... Ура!

*Филипп Джей Фрай.*

Самое интересное, что может быть — так это то, что вы действительно начнете меняться. И тут вас может поджидать подводный камень, который называется общество. С одной стороны, поддержка хороша с другой — вам эту поддержку оказывать не будут — ваша скорость развития в разы превысит обычную житейскую мудрость, которую человек будет накапливать долгими тренировками печени.

Мало того, люди вокруг могут и будут препятствовать вашим изменениям, я просто наблюдал это сотни раз. Так что, возможно, лучше всего будет найти альтернативную тусовку, в которой тебя будут поддерживать в развитии, где есть ценности личностного роста где

людям нравится развиваться, улучшать себя и расти над собой с каждым новым днем.

Возможно, ты найдешь эту команду на нашем форуме, в разделе, посвященном твоему городу.

Дополнительные источники информации:

**Книги Луизы Хей.**

**Книги Гундль Кучера, (на русском языке не издавались, есть оригинал на немецком)**

**Книги Хосе Сильвы (Метод Сильвы в разных трактовках).**

**Пять тибетских жемчужин.**

**Техника BSFF.**

Послесловие

Смейся, и весь мир будет смеяться вместе с тобой.

Заплачь — и ты заплачешь в одиночестве.

*Олдбой.*

Да знаю, что я кругом не прав, ты все понимаешь лучше меня, более совершенен, умен, морально прекрасен, образован и у тебя длиннее. Вопрос простой: ты про всё, что тут написано, знаешь или делаешь? Ты практик или феноменальный теоретик? Я рекомендую сначала всё, что тут написано сделать, попробовать, возможно, не сразу, но — начать меняться.

Я не люблю людей, которые много говорят, я люблю людей, у которых видны результаты. В моей реальности позитивный образ мышления был полезен сотням моих студентов, я видел результаты, я мог их измерить. Лишний раз потратив силы на то, чтобы рассказать мне как я несовершенен, ты потратишь их впустую. То, что я несовершенен, я и так знаю, так что все эти килоджоули потратить на первую зарядку. И у тебя наступит первая измеримая польза.

Часть 8. Финальные слова.

Эта книга для меня была плодом работы на протяжении пяти лет. Для кого-то это большой срок, для других — мгновение. Но я не про время.

Я про то, что в этой книге я описал максимум из того, что возможно изложить на бумаге. Некоторые вещи можно показать только на видео, некоторые — только на личном примере.

Если эта книга оказалась тебе полезной, научила тебя новым и нужным навыкам, дала повод подумать, то у тебя может возникнуть желание сказать автору «спасибо». На это я отвечу старой историей. Когда Джеффри Зейг, который долгие годы учился у Милтона Эриксона гипнозу, и стал действительно хорошим специалистом, спросил, как может отблагодарить своего учителя, Эриксон сказал два слова:

*«Передай дальше».*

Для меня лучшей твоей благодарностью будет, если ты подаришь своим друзьям по экземпляру книги и посоветуешь ее внимательно прочитать. Мне будет приятно, что мужчин, которые умеют быть хорошими соблазнителями и эффективными людьми по жизни, станет больше на пару-тройку человек.

И еще один бонус, для тебя лично. В январе 2010 года откроется сайт <http://www.pickupteam.ru>, на котором я буду выкладывать специальные обучающие материалы для моих студентов. Совершенно бесплатно — просто, чтобы тебе было интересно развиваться вместе с нами.

Что еще? Пожалуй, всё. Эта книга закончена, осталось рассказать тебе, что будет в мастерском курсе. Я пишу сейчас книгу о мастерском соблазнении, то есть вторую часть (том?) этой книги. В ней затронуты такие темы:

- Быстрое соблазнение. Ты научишься соблазнять женщину за одно знакомство и за один час личного времени.
- Соблазнение девушек выше тебя по статусу.
- Групповой секс.
- Построение отношений с несколькими девушками одновременно.
- Мы будем работать над невербальной коммуникацией. В результате соблазнение без слов будет еще одной частью твоей реальности.

- Мы рассмотрим всё, что многие мужчины считают невозможным и нереальным — например, пять соблазнений в сутки с нуля или как соблазнить финалисток конкурсов красоты.

Для многих — это слова. Для моих студентов часть образа жизни. Так что следи за обновлениями.

Кроме этого, сейчас наша команда тренеров работает над изданием авторских книг на разные интересные темы — у нас в команде больше двадцати специалистов высочайшего класса, и каждая их книга будет отдельным сюрпризом для тебя.

**Координаты и связь с автором:**

**Сайт:** <http://bogachev.ru>

**Дневник:** <http://mankubus.livejournal.com>

**Контакт:** <http://vkontakte.ru/id2129085>

**Емейл:** [philippf@bogachev.ru](mailto:philippf@bogachev.ru)

Вся актуальная информация о свежих книгах есть на моем сайте, там же ты сможешь ознакомиться с анонсами шести моих предыдущих книг.

**Мои сайты о соблазнении:**

<http://www.lover.ru> — первый и крупнейший в России сайт о пикапе.

<http://www.pickupforum.ru> — крупнейший форум о пикапе. Больше 100.000 пользователей, разделы по всем крупнейшим городам, обсуждение любых по пикапу и сопутствующих.

<http://www.rmes.ru> — официальный сайт проекта «Русская Модель Эффективного Соблазнения».

**Координаты представителей проекта РМЭС:**

**Москва:** +7 495 509 4434, +7 495 514 7780, [msk@rmes.ru](mailto:msk@rmes.ru)

**Санкт-Петербург:** +7 812 998 9808, +7 812 973 6792, [pitergrmes.ru](http://pitergrmes.ru)

**Самара:** +7 846 990 7798, +7 846 22 54 789, [samaragrmes.ru](http://samaragrmes.ru)

**Уфа:** +7 919 14 82 666, ufa.rmes.ru

**Казань:** +7 937 288 8656, +7 937 288 86516 kazan@rmes.ru

**Киев:** +38 067 406 4615, kie.grmes.ru

**Минск:** +37 529 320 3060, minskgrmes.ru

**Алматы:** +7 707 101 1010, ahnatygrmes.ru

Кроме этих городов, наш проект имеет представительства в пятнадцати странах и более чем восьмидесяти городах. Вся свежая и актуальная информация о представителях в твоём городе есть в разделе «контакты» на сайте <http://www.rmes.ru>

Список используемой литературы:

1. А. А. Леонтьев. Основы психолингвистики. Смысл, 1997.
2. А. Плущер-Сарно. Большой словарь мата, том первый. Лексические и фразеологические значения слова "хуй". Лимбус-пресс, 2001.
3. А.В. Котляров. Другие наркотики, или Homo Addictus. Психотерапия, 2006.
4. Абрахам Маслоу. Мотивация и личность.
5. Александр и Лесли Лоуэн. Сборник биоэнергетических опытов. АСТ, 2003.
6. Андре Кукла. Ментальные ловушки. Альпина, 2007.
7. В.В. Козлов. Психотехнологии измененных состояний сознания. Институт психотерапии, 2005.
8. В.П. Серкин. Методы психосемантики. Аспект, 2004.
9. Г.Л. Лендрет. Игровая терапия: Искусство отношений. Международная педагогическая академия, 1994.
10. Говард Лавкрафт. Зов Ктулху. АСТ. 2007.
11. Грегори Бейтсон. Экология разума. Смысл. 2000.
12. Дж. Палмер. Секреты поведения Homo Sapiens. Прайм-еврознак. 2007.
13. Джеймс Борг. Сила убеждения. Претекст. 2006
14. Джеймс Ли Валентайн. Чистая сила. Попурри. 2005.

15. Его Божественная Милость А.Ч. Бхактиведанта Свами Прабхупаба. Тут может стоять любое название, если вы продрались через имя автора.

16. Ж. Мишле. Ведьма-Женщина. Республика. 1997.

17. К.С. Станиславский. Актерский тренинг. Работа актера над собой. Прайм-Еврознак. 2008.

18. Карл Прибрам. Языки мозга. Прогресс. 1975.

19. Керол Ойстер. Социальная психология групп.

20. Курт Бартол. Психология криминального мира.

21. Лейл Лаундес. Прощай, застенчивость! Хорошая книга 2005.

22. Леон Фестингер. Теория когнитивного диссонанса. Ювента 1999.

23. Леонард Берковиц. Агрессия. Прайм-Еврознак. 2007.

24. Лиз Бурбо. Пять травм, которые мешают быть самим собой. София. 2005.

25. Луиза Хей. Люби себя, исцели свою жизнь.

26. Милтон Эриксон. Мой голос останется с вами.

27. Мойше Фельденкрайз. Искусство движения. Уроки мастера. Эксмо. 2003.

28. Мойше Фельденкрайз. Сознание через движение. Институт общегуманитарных исследований. 2001.

29. Непп, Холл. Невербальное общение. Прайм-еврознак. 2004.

30. Николо Макиявелли. Государь (издавали все, какая разница кто)

31. Олег Матвечев. Уши машут ослом. Эксмо. 2008 год.

32. Питер Урс Бендер. Лидерство изнутри. Попурри. 2005.

33. РАМН. Мозг. Теоретические и клинические аспекты. Медицина. 2003.

34. Рассел Голдсмит. Вирусный Маркетинг. Баланс-Клуб. 2003.

35. Рейхард Шпренгер. Мифы мотивации. Духовное познание. 2004.

36. Ричард Кох. Законы силы. Попурри. 2003.

37. Ричард Хорн. 101 важное дело, которое стоит совершить в этой жизни. Добрая книга. 2006.
38. Роберт Уилсон. Моя жизнь после смерти. Экслибрис. 2002.
39. Роберт Уилсон. Новая инквизиция. Янус. 2001.
40. Роберт Уилсон. Психология эволюции. София. 2008.
41. Роберт Френкин. Мотивация поведения. 5 издание. Питер. 2003 год.
42. С.В. Гиппиус. Актерский тренинг. Гимнастика чувств. Прайм-Еврознак. 2006.
43. Сергей Кардаш. Измененные состояния сознания. Сталкер. 1998.
44. Стенли Бинт. Как забросить слона в небеса. Гелиос. 2003.
45. Т. Фолконар. Творческий интеллект и самоосвобождение. КСП+. 2003.
46. Т.В. Бендас. Социальная психология.
47. Тимоти Лири. Семь языков бога. Экслибрис. 2002.
48. Филип Баркер. Использование метафор в психотерапии. Воронеж. 1996.
49. Филипп Богачев. Как я ногу не указать все свои книги снова? Москва, разное.
50. Фриц Перлз. Это. голод и агрессия. Смысл. 2000.
51. Фриц Риман. Основные формы страха. Исследование в области глубинной психологии. Академия. 2005.
52. Холл. Боденхаймер. Победи свой страх. Астрель. 2004.
53. Хьюстон. Штребе – введение в социальную психологию. Юнити-Дана. 2004 год.
54. Чезаре Ломброзо. Гениальность и помешательство. Попурри. 1997.
55. Чезаре Ломброзо. Женщина - преступница и проститутка. Попурри. 1997.
56. Чезаре Ломброзо. Любовь у помешанных. Попурри. 1997.
57. Эллиот Аронсон. Законы поведения человека в социуме.
58. Эллиот Аронсон. Общественное животное.

59. Эллиот Аронсон. Эпоха пропаганды.