

Студия благополучия и успеха Наталии Правдиной

 **НАТАЛИЯ  
ПРАВДИНА**  
**УЧИМСЯ  
СОБЛАЗНЯТЬ**



Вы способны  
достичь  
всего, чего  
только  
пожелаете!

Мужчина выбирает  
женщину, которая  
его уже выбрала!

Секс — это  
чудесный дар  
Творца!

Чтобы преуспеть  
в любви —  
стоит выучить  
язык любви!

# Наталия Борисовна Правдина

## Учимся соблазнять

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=612365](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=612365)*

*Учимся соблазнять: АСТ; Москва; 2007*

*ISBN 978-5-271-15994-7, 978-5-91207-041-9*

### Аннотация

«Студия благополучия и успеха Наталии Правдиной» – новая серия книг, издающихся специально по просьбам многочисленной армии последователей и почитателей таланта Наталии Правдиной – создательницы уникальной системы позитивной трансформации сознания, самого известного в России специалиста древнекитайского учения фэн-шуй, автора бестселлеров, вышедших миллионными тиражами. Каждая книга нашей новой серии поможет вам освоить уникальный метод обретения успеха, благополучия и счастья – несомненно, главнейших жизненных целей всех людей. Книга «Учимся соблазнять» раскроет вам секреты повышения сексуальности, научит быть более соблазнительными и раскованными и расскажет, как сделать так, чтобы ваша сексуальная жизнь была насыщенной и разнообразной независимо от возраста. Также в книге вы найдете информацию о современной Тантре.

# Содержание

Введение	4
Глава 1	7
Сексуальность есть в каждой женщине	7
Учитесь думать сексуально	12
Мягка, податлива, нежна – как восхитительна она!	16
Божественный запах женщины	16
Как одеться, чтобы раздеться	18
Конец ознакомительного фрагмента.	22

# Наталия Правдина

## Учимся соблазнять

### Введение

Здравствуйтесь, дорогие мои читатели!

Все мы стремимся к тому, чтобы обрести счастье в любви. Любовь – это то чувство, которое сопровождает нас всю жизнь. Любовь к женщине, любовь к мужчине, любовь к детям, любовь к родителям, любовь к этому миру, любовь к себе...

А задумывались ли вы, что именно любовь к себе позволяет создать прочные отношения, основанные на взаимной любви, уважении и верности?

В новой серии книг «Студия благополучия и успеха Наталии Правдиной», посвященной разным аспектам любви, вы узнаете:

- как добиться того, чтобы вас любили и уважали;
- как стать привлекательной и очаровательной;
- как улучшить и разнообразить свою сексуальную жизнь независимо от возраста;
- как привлечь к себе достойного партнера.



В книге «Учимся соблазнять» мы поговорим о способах раскрытия и повышения сексуальности. Ведь каждая женщина может стать богиней секса, а каждый мужчина может вести насыщенную и разнообразную сексуальную жизнь независимо от возраста.

Как же умело использовать потенциал, который заложен в нас? Ищите ответы на эти вопросы на страницах книги.

Желаю вам приятного чтения и удачи в любви!

*Ваша Наталия Правдина*

# **Глава 1**

## **Сексуальная женщина – всегда желанна**

### **Сексуальность есть в каждой женщине**

В этой книге мы будем говорить о способах раскрытия и повышения сексуальности. Я думаю, что сейчас самое подходящее время для такого разговора.

Хочу вам сразу сказать, что в каждой женщине заложен огромный потенциал, который при умелом использовании способен превратить любую из нас в богиню секса. И для этого вовсе не обязательно применять какие-то дополнительные приспособления или надевать на себя чужую маску.

Сексуальность начинает проявляться в нас очень и очень рано. Скажите мне, положив руку на сердце, в каком возрасте вам стали сниться эротические сны? Намного раньше пятнадцати лет, не правда ли? Если женщина здорова, полна сил, она обязательно будет сексуальной. Потому что желание наслаждаться жизнью с мужчиной – естественно, оно говорит о том, что с вами все в порядке. Если для вас характерен

«обычный вид покоя и здоровья», то для мужчины это означает, что ваш гормональный фон находится в норме, а психика – в равновесии. Вы излучаете доброжелательность и мягкость, и поэтому так привлекательны для мужчин.

Секс – это свобода, творчество, радость, которые необходимы всем. В сексе женщина может получить гораздо больше удовольствия, чем мужчина, потому что способность испытывать многократное наслаждение заложена в нас природой. Считается, что только мужчины постоянно думают о сексе, но это далеко не так! Мы все любим наслаждаться! Вы ведь согласны со мной? Я вижу, что да!

Мужчины обожают женщин, открытых радостям жизни, и называют их сексуальными, хотя внешне такие женщины ничем особенным могут и не отличаться. Признаки сексуальности – не кожаный корсет, ошейник с шипами и умение стонать так, как героиня эротического фильма. По-настоящему сексуальная женщина все в своей жизни делает эротично, например, смеется так, что у мужчин мурашки по коже бегут. Она говорит мягким, обволакивающим голосом, и при этом вовсе не нужно добиваться эффекта прокуренного, низкого голоса женщины-вамп. Ее движения плавные и грациозные. Она спит, соблазнительно приоткрыв ротик, она просыпается утром, сладко потягиваясь, так, что лежащий рядом мужчина может полюбоваться всеми изгибами ее тела.

Кстати, далеко не все мужчины восхищаются пресловутой стройностью манекенщиц, чьи торчащие ключицы и выпира-

ющие ребра отбивают всякое желание прикоснуться к ним. Сейчас я вам открою секрет, который известен самым притягательным для мужчин, а потому сексуальным дамам. Настоящая женщина должна состоять не из прямых линий, а из изгибов. И ко всему прочему уметь их продемонстрировать.

*Разговаривают два англичанина:*

*– Роберт, что ты прежде всего замечаешь в женщине?*

*– Это зависит от того, в какую сторону она идет.*

Вы обращали когда-нибудь внимание на то, что ваш любимый предпочитает видеть вас в облегающей одежде, которая подчеркивает фигуру? И пусть вы уверены, что так становятся заметными лишние килограммы, мужчина на самом деле знает, что вы прекрасны, и хочет любоваться самым совершенным творением природы – женским телом. Я как-то (это было уже много лет назад) ехала в автобусе и над дверью увидела нечто вроде импровизированного плаката с вырезанными из редкого тогда журнала *Burda* фотографиями красоток. Так вот, под плакатом от руки был написан крик мужской души: «Девчонки! Не прячьте свои хорошенькие ножки под брюки и длинные юбки! Носите мини!».



Так что, дорогие мои, не прячьте свою красоту и знайте – если женщина хочет нравиться, она будет нравиться. А если вы под свободной одеждой надеетесь скрыть несколько лишних килограммов, вы будете выглядеть именно на столько же килограммов полнее. Да и не в стройности дело, а в умении дать мужчине то, что не смогла дать ему никакая другая женщина.

*Есть у меня знакомая, чей возраст позволяет ей быть уже бабушкой, а фигура, как вы сами понимаете, далека от совершенства. Однако ей под силу кружить голову мужчинам вдвое моложе себя! Потому что она сексуальна от носков туфель до корней волос. И мужчины при виде ее восклицают: «Какая женщина!».*

Давайте же научимся быть такими, чтобы мужчина, увидев нас, сказал ту же самую фразу.

# Учитесь думать сексуально

С чего начать? Как ни странно, с головы. Потому что то, как вы воспринимаете свою женскую природу и свою сексуальность, зависит от вашего отношения к себе в целом. Я часто повторяю: любите себя! Любите свое тело, свои мысли, свою душу и ее стремления! Любовь к себе позволит вам стать желанной и счастливой, потому что энергию вашей любви обязательно почувствует мужчина, который вам небезразличен.

Секс – это область циркулирования тонкой и мощной энергии, которая обладает огромным воздействием на любого из нас. Классик выразил эту истину такими словами: «Любви все возрасты покорны». Я добавляю: «Любви покорны все и вся».

Знаете, мои дорогие, а ведь секс не ограничивается только тем, что происходит между мужчиной и женщиной в постели! Секс – это и ваша смелая мысль о любимом мужчине, которая часто становится материальной, и ваша улыбка коллеге, и ваша просьба помочь поднести тяжелый чемодан, адресованная незнакомцу. Помните об этом постоянно!

**НАУЧИТЕСЬ ПРЕБЫВАТЬ В ПОСТОЯННОМ СЕКСУ-**

# АЛЬНОМ ВЗАИМОДЕЙСТВИИ С МИРОМ, В КОТОРОМ ЖИВЕТЕ!

Это вполне нормально! И тогда ваша сексуальность будет пронизывать все, что вы делаете, и все, о чем вы думаете. И непременно отразится на внешнем облике. А мужчины любят глазами.

Как выглядит сексуальная женщина? Сексуальная женщина вызывает у мужчины непреодолимое желание прикоснуться к ней, подойти поближе, вдохнуть аромат ее духов, послушать звук ее голоса. Я часто замечаю, что в присутствии сексуально привлекательной женщины мужчины впадают в состояние приятного легкого гипноза. Можно сказать, что они впадают в медитацию. Они медитируют на силу женщины, на ее красоту, на ее зовущее биополе. В итоге всем становится приятно.



Только ли красота привлекает мужчин? Я бы сказала, что здесь важен цельный образ, включающий огромную внутреннюю силу и обаяние прекрасной личности. А красота, как известно, не ограничивается длинными ногами и бездонными глазами. Вспомните великую соблазнительницу Клеопатру – ведь она была невзрачной, с большим носом и маленькими, близко посаженными глазками. Что же заставляло мужчин покоряться ей и лететь на ее огонь, словно мотыльки?

*– В чем разница между женщиной и такси?*

*– Женщина с огоньком никогда не бывает свободной.*

Более того, находились люди, готовые отдать жизнь за одну ночь с ней. Секрет притягательности Клеопатры заключался в том, что она умела заставить любого мужчину почувствовать свою значимость. Ей были подвластны и полководцы, и мудрецы, и молодые горячие воины, и убеленные сединами рассудительные старцы. Но это умение тонкое и сложное.

Продолжим разговор о том, какие черты в облике женщины говорят о том, что она притягательна для мужчин.

## **Мягка, податлива, нежна – как восхитительна она!**

Прежде всего, это мягкость. И гладкость. Мягкой и гладкой должна быть ваша кожа, а для этого нужно постоянно заботиться о себе, холить свою кожу кремами и лосьонами. Волосы должны струиться как шелк и быть живыми и блестящими. И неважно, модна ли ваша стрижка, – если вы не переусердствовали с красками для волос или химической завивкой и к вашим волосам хочется прикоснуться, вы будете привлекательны в глазах мужчины.

И еще одно – не бойтесь менять что-либо в своей внешности! Напротив, смело пробуйте, творите, дерзайте! Ведь все эксперименты с внешним видом могут стать причиной изменения вашего поведения. Они помогут вам стать более раскованной, эмоциональной, позволят смелее пойти навстречу мужскому желанию – а это одна из основных характеристик сексуальной женщины. Я имею в виду готовность самой проявить заинтересованность в общении с мужчиной.

## **Божественный запах женщины**

Не забывайте о том, какое воздействие на мужчину оказывают запахи! Несмотря на то, что в современном мире необходимость выслеживать добычу по запаху отпала, мужчина,

как самый настоящий охотник, оказывается способен вычислить желанную женщину по пьянящему аромату, который от нее исходит.

Какие же запахи выбирает сексуальная женщина? Мягкие, но сильные. Она не гонится за новинками и не злоупотребляет духами в стиле «унисекс». Она подчеркивает свою женскую силу такими ароматами, от которых у мужчины кружится голова и возникает непреодолимое желание обладать ею. Французы назвали самым сексуальным и даже непристойным ароматом запах духов Amarige от Givenchy, который вряд ли тянет на звание новинки сезона. Не забуду и свои любимые духи Chanel Allure. Чувственные женщины всем резким бесполом запахам в угловатых флаконах предпочитают именно эти ароматы. Вы можете стать парфюмером и создать свой собственный запах, смешав несколько капель из разных флаконов.

Сандал, ваниль, мирра и корица – вот те основные ноты, которые способны разбудить желание в каждом мужчине. И не поддавайтесь уговорам женских журналов пользоваться днем одними духами, а вечером другими. Пусть днем от вас исходит едва уловимый аромат, а вечером он же окутает вас с головы до ног возбуждающим облаком. Если вы нашли свой запах, не стоит разбрасываться и сбивать мужчину с толку.

## Как одеться, чтобы раздеться

Настало время поговорить об одежде. Тема эта обширна, и чтобы обсудить все тонкости современной моды и особенности новинок сезона, потребовалось бы очень много времени. Однако сейчас для нас самым важным является вопрос, какая одежда делает женщин наиболее сексуальными. Здесь опять основные условия – мягкость и гладкость. Обратите внимание на бархат и атлас. Да-да, с XVI века они считаются самыми сексуальными тканями, и все поэты, писатели и художники воспевают их. Эмиль Золя, например, в романе «Дамское счастье» сравнивал эти ткани с женской кожей: кожу на груди – с атласом, а кожу на бедрах – с бархатом. Попробуйте прикоснуться к собственной коже в этих местах, и вы поймете, что великий француз знал толк в женщинах и в своих сравнениях был прав. Теперь вы не ошибетесь в выборе ткани для постельного белья, на котором должно состояться свидание с любимым.



Старайтесь выбирать одежду, которая не искажает пропорции тела. Если хотите произвести впечатление более стройной, не закутывайтесь в объемные вещи, а просто учитывайте особенности человеческого зрения. Наш глаз воспринимает вертикальные линии более длинными, чем горизонтальные, даже если они равны. Поэтому создайте больше вертикалей в одежде и при этом не забудьте подчеркнуть плавность перехода от талии к бедрам – самой соблазнительной для мужчины части женского тела.

Все, что царапает, производит ощущение жесткости и ненатуральности. Даже самое прекрасное кружево. Насколько приятнее на ощупь шелк, тонкий хлопок и микрофибра! И простой, без лишних жестких швов, фасон. Купив белье из этих материалов, вы не только сделаете себе приятное, но и с удивлением обнаружите, что ваш любимый с большим удовольствием ласкает вас, а другие мужчины почему-то обращают на вас более пристальное внимание.

*Разговор врача и пациентки в отделении травматологии:*

*– Мадам, о чем Вы думали, когда видели, что прямо на Вас едет машина? Ведь Вы же три раза перелетели через голову и чудом остались живы!*

*– Месье, я думала о том, что сегодня я надела красивое белье, и мне было не стыдно его продемонстрировать!*

Дорогие мои, ничто в мире не происходит просто так. И поэтому приятные ощущения от ношения мягкого белья передаются вашему взгляду, который становится более тягучим и обволакивающим. И вашей походке, которая делается упругой и вкрадчивой, «эластичной», как трикотаж на ваших бедрах. И вашему голосу, в котором появляются бархатистые, как поверхность микрофибры, нотки. Попробуйте убедиться в этом сами. Наденьте что-нибудь восхитительно нежное и отправляйтесь по делам. Вот увидите – мужчины начнут чувствовать, что вы излучаете сексуальность, и потянутся к вам сами, их даже не нужно будет заставлять обратить на себя внимание.

В этом и состоит высшее проявление женственности – не лезть напролом, не стараться завоевать мужчину, а именно уметь привлечь его своей мягкостью, гибкостью во всех смыслах, нежностью и податливостью. Не нужно пересиливать себя и свою женскую природу и пытаться спрятать свои, казалось бы, ненужные в наше время качества.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

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

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