

Диана
Балыко

*Коварные
женские
штучки*



Диана Балыко

Коварные женские штучки

Текст предоставлен издательством

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=32547881

Коварные женские штучки. Все, что должен знать мужчина о женщине, если не хочет остаться в дураках:

Аннотация

Диана Балыко – писатель с сердцем психолога, автор сотен статей, десятка авторских тренингов и бестселлеров по практической психологии и НЛП. Историк, педагог и драматург по образованию, тренер НЛП, журналист и сценарист по профессии, поэтесса, фотохудожник и психолог по призванию. Она родилась на берегу Баренцева моря, живет и работает в России, Беларуси и Америке, путешествует по всему миру, одинаково успешно творит в различных областях и делится с читателями секретами счастья и успешности. Эта книга – не просто руководство по оболещению, соблазнению, управлению и использованию дам. Эта книга – путь к совместной гармонии, попытка понять, прочувствовать и изучить НАШИХ женщин. Уникальность данной книги в том, что хитроумные штучки русских женщин вам раскроет русская женщина, а не какой-то зарубежный психолог-мужчина. В этой книге вы найдете все, что должен знать о женщинах настоящий мужчина, если не хочет остаться... в дураках! Классификация женских особей, тесты

на совместимость, веселые истории и анекдоты, искрометные афоризмы и волшебные правила завоевателя XXI века... Эта книга научит вас: * соблазнять и очаровывать * любить и быть любимым * искушать, побеждать и создавать чудеса собственными руками * становится в жизни женщины не первым и не последним, а ЛУЧШИМ * быть счастливым здесь и сейчас * получать удовольствие ежеминутно Это книга для тех, кто хочет больше, чем имеет! Диана Балыко

Содержание

Вместо предисловия	5
Мужчина гоняется за женщиной, пока она сама его не поймает...	7
Аксиомы женского поведения	10
Безумству храбрых...	12
Женщина-психолог – не вполне психолог, мужчина-психолог – не вполне мужчина	13
Nota bene!	16
Глава 1. Такие разные, но все-таки вместе!	17
В каждом мачо есть маленький мальчик	18
О любви немало песен сложено	22
Где найти силы быть собой?	29
Мужчины всегда помогали мне сделать главные открытия в моей жизни	31
Некролог	33
Разница	34
1. Она чувствительнее	34
Конец ознакомительного фрагмента.	36

Диана Балыко

Коварные женские штучки.

Все, что должен знать

мужчина о женщине, если

не хочет остаться в дураках

Вместо предисловия

*«В индустрии развлечений самой удачной идеей
было разделение людей на два пола».*

Янина Ипехорская

Всякому приличному мужчине, к сожалению ли, к счастью ли, время от времени следует думать о женщинах и общаться с ними. Иначе он (мужчина) покроется прыщами, намозолит руки, и у него от напряжения лопнут глаза. Такой мужчина довольно скоро станет дребезжащей брюзгой, вечно жалующимся на несправедливость устройства мира, и со временем умрет, оставив в наследство соседям и службе социальной защиты пачку недоеденных витаминов, несколько пар дырявых носков и пластмассовую расческу.

Лекарство от такой неприглядной картины одно – женщина. Именно это сложное, необъяснимое, загадочное существо способно превратить юношу в мачо, brutального парня в нежного папочку и любящего мужа, троечника в миллиардера, книжного червя в страстного любовника... Но при этом не стоит забывать, что женщина, как пуля со смещенным центром тяжести, попадает в сердце, бьет по карману и выходит боком. Как ее понять, принять, завоевать и приручить расскажет эта книга.

Мужчина гоняется за женщиной, пока она сама его не поймает...

Женщина – мать, бабушка, подруга, возлюбленная, любовница, жена, дочь, начальница, коллега по работе, соседка, богиня... Сколько еще различных ипостасей хранит в себе это незамысловатое слово «женщина»?

Настоящие мужчины любят опасности и приключения. Самое опасное приключение для них – это женщина во всех своих масках и обличьях. В наше время, чтобы быть современной, женщина должна выглядеть как девушка, одеваться как мальчик, думать как мужчина, а работать, как ломовая лошадь. Теперь вы можете начинать со мной спорить и высказывать свое мнение по поводу. Но поверьте, что о женщине лучше самой женщины вам никто не расскажет. Я знаю о женщинах правду, и я не стану скрывать ее от вас, потому что... Я – не феминистка, стоящая с вами, мужчинами, по разные стороны баррикад, желающая доказать превосходство женского начала во всем. Я – не домохозяйка, стремящаяся затащить мужчину в ЗАГС, нарожать ему детей, привязать мужа к ножке кухонного стола и до конца дней своих счастливо варить куриные бульоны. Я – не боевая подруга и не любовница, которая всегда «поймет», «успокоит», выслушает жалобы на жену и подстроит пару козней. Я – женщина, ищущая гармонии в первую очередь с собой и, конеч-

но, с мужчинами – основной составляющей моего брэнного земного существования. Если бы я могла, я бы не стала писать эту книгу (как и многие другие впрочем тоже). Если бы я могла, я бы не писала. Но инстинкт творчества не менее сильный чем инстинкт материнства. А жизнь моя – песня о мужчине, для мужчины, положенная к ногам мужчины. Песня, которая делает меня богаче, полнее (полноценнее), женственнее. Надеюсь, что и моих мужчин она тоже делает мужественнее, ярче, счастливее. И имя этой песни любовь!

Песня моя – это не просто мои книги. Это вся моя жизнь. Безусловно, я могла бы подарить эту песню одному мужчине на свете в обмен на его песню. И жили бы мы долго и счастливо, пока не отравили бы друг друга в один день. Но нет же, ни к этому стремится моя ищущая душа. Я не хочу любить в ответ, только потому что меня любят. От этого ничего не измениться в мире (а я все еще верю, что могу что-то поменять!). И посему я хочу поделиться с вами секретами взаимоотношений с противоположным полом, вы примените эти советы на практике, и все мы на маленькой планете Земля станем чуть-чуть счастливее. Я в это верю. Вот представьте только (мне близка простая арифметика), что вы сделаете что-то очень важное для троих человек, поможете им так, как они сами себе помочь не в состоянии, а в благодарность за ваши усилия они сделают добро трем другим людям (не вам!), а те в свою очередь – трем другим... Понимаете о чем я говорю?

Я научу вас охотиться за женщинами, покорять их, завоевывать, красиво, эффектно, гордясь собой, вызывая зависть у окружающих и доставляя женщинам неопишуемую радость. Вы будете охотиться за женщинами, пока они сами вас не поймут... Ведь слабый пол сильнее сильного в силу слабости сильного пола к слабому. Такой вот каламбур!

Аксиомы женского поведения

Чем мужчина отличается от женщины? Тем, что у мужчины на шее – галстук, а у женщины на шее – бусы, дети и мужчина в галстуке! Шучу.

И все-таки, что бы там ни говорили, и мужчины, и женщины ошибаются относительно друг друга. Мужчины, когда думают, что все женщины разные, а женщины – что все мужчины одинаковые. Все мы разные. Но у каждого пола есть некие общие для всех особей законы поведения. И если вы действительно хотите покорять женщин, быть для них лучшим и незабываемым, и при этом не остаться в дураках, внимательно вчитайтесь в девять аксиом женского поведения:

1. Женщине нужна постоянная праздничность чуда, пусть маленького, но совершаемого непременно ради нее.
2. Для женщины обычное стремление к порядку в повседневной жизни граничит с мелочностью.
3. Женщина всегда знает, чего она хочет, но никогда не знает, чего ей хочется.
4. Если женщина что-то просит, то надо ей дать, иначе – она возьмет сама.
5. Женщины полны предрассудков. Мужчины впрочем тоже...
6. Уста женщины всегда лгут, но ее поступки всегда правдивы.

7. При общении с женщиной в речах надо быть осторожным, а в поступках смелым.

8. Когда женщина под властью мужчины – она борется за свою свободу, но когда она господствует – ей хочется подчиняться.

9. Покорная улыбка женщины раскалывает гранит.

Вот оно раздираемое сомнениями и противоречиями, восторженное и трогательное существо по имени Женщина. Существо, с которого начинается жизнь, рядом с которым заканчивается покой и ради которого затевалась вся эта книга.

Чего хочет женщина от мужчины? Чтобы был послушным и самостоятельным одновременно, чтобы занимался делом и сидел рядом одновременно, чтобы нес полную ответственность и при этом никогда не возражал жене, чтобы был сексуальным гигантом и ни на кого больше не смотрел, чтобы не стыдно было людям показать, но чтоб никто на него засматривался. Чего хочет мужчина от женщины? Чтобы все было «под рукой», но чтоб «не путалась под ногами». На самом деле мы хотим друг от друга одних и тех же вещей, просто мужчины конкретнее выражаются, а женщины ярче формулируют.

Безумству храбрых...

Шерше ля фам! «Ищите женщину!» – говорят французы. И они правы. Каждый мужчина точно знает, что на свете есть лишь одна женщина, предназначенная ему судьбой. И, если мужчина ее не встретит, он спасен. Опыт подсказывает мне, что самая лучшая сказка – несостоявшаяся. Кажется, Сократ однажды сказал: «Я никогда не смогу забыть женщину, с которой у меня ничего не было». А мы все продолжаем искать, потому что жизнь – вечный поиск. И нам, как ни парадоксально, достаточно одной минуты, чтобы найти особенного человека, часа, чтобы его оценить, дня, чтоб полюбить и всей жизни мало для того, чтобы забыть его. Вот оно – коварное счастье поиска.

Женщина-психолог – не вполне психолог, мужчина- психолог – не вполне мужчина

Есть такое мнение. И оно не лишено рационального зерна. И все-таки о женщине лучше расскажет женщина-психолог, которая не совсем психолог, чем мужчина-психолог, который не совсем мужчина... Так что как женщина, психолог и писатель беру на себя эту смелость поговорить о хитросплетениях женской логике, уловках, капканах и ловушках слабого пола. Но секреты мужчинам я раскрываю совсем не для того, чтобы женщины оказались перед сильным полом беззащитны и безоружны, а лишь для того, чтобы мы все друг друга стали лучше понимать и быстрее пришли, как говорил Горбачев, к консенсусу...

* * *

Мне кажется, что писатель – это боль. Боль всех. Даже если все в этом совершенно не нуждаются... Я пишу веселые учебники по практической психологии, занимательные книги о sexe (взаимоотношениях полов), комедийные пьесы, фарсы, юмористические стихи, и при этом я собираю истории боли. Просто мне кажется, что о трагическом надо го-

ворить, смеясь, а о смешном – трагично. И это не то чтобы утяжеляет смысл, но придает ему объем, потому что в жизни не всегда по очереди идут то белая, то черная полоса, а скорее во времена самых тяжелых разочарований случаются самые яркие встречи, а во время самых красивых влюбленностей происходят самые большие предательства. Жизнь – коктейль из плохо совместимых ингредиентов.

* * *

Со временем я поняла, что книги и люди живы как их восприятием, так и встречаемым противодействием, как любовью, так и ненавистью. И я не жду, что каждый мой читатель воспримет сие произведение как Библию, идеальное руководство для общения с противоположным полом, я жду возражений, споров, потому что мужчины – ужасные спорщики, и в каждом из вас живет маленький мальчишка-забияка, который не хочет признавать чужой опыт, а спешит набивать свои собственные шишки. Даже если ряд моих читателей решит действовать «от противного», я буду рада тому, что вы получите свой собственный (пусть даже отрицательный) опыт, ценнее которого нет ничего на земле.

А еще я знаю, что эту книгу для мужчин прочтут и женщины – мои любимые и преданные читательницы. И я очень надеюсь, что они не забросают меня камнями за то, что я открою мужчинам полсотни женских штучек. Ведь у насто-

ящей женщины их как минимум полмиллиона!

* * *

И еще одна ремарка. Когда я проводила тренинги, семинары, писала статьи и книги я поняла, что какую бы полезную, ценную и интересную информацию я ни давала своим слушателям и читателям, без притч, анекдотов, афоризмов, забавных случаев из жизни и ярких метафор она усваивается с большим трудом. Я сама много училась, продолжаю обучаться и сейчас, и очень хорошо знаю, как много на свете заумных и скучных учебников с правильными советами, написанными на сложнейшем языке специфических терминов. «А мы пойдем другим путем,» – сказала я себе, решив писать. Я точно знала, что мои книги будут веселыми, безо всяких лишних заумностей, потому что хорошему тексту, как и хорошему блюду, необходимы приправы, соусы, специи. Без «соли» даже самые полезные сведения не «съедаются».

Все мои книги можно использовать как релаксирующее средство. С ними можно приятно скоротать вечерок дома или в дороге, расслабиться, посмеяться, погрузиться и просто побыть самим собой – живым, простым, родным и таким хорошим... Мы ведь такие, не правда ли?

Nota bene!

Порекомендуйте эту книгу своим друзьям, коллегам по работе, соседу. Подарите ее своему приятелю, бывшему однокласснику, младшему брату, племяннику или шефу. Эта книга – не просто руководство по оболещению, соблазнению, управлению и использованию дам. Эта книга – путь к совместной гармонии, попытка понять, прочувствовать и изучить НАШИХ женщин. Наших – это важно. Вот почему зарубежные аналоги здесь не прокатят. Европейки, американки, австралийки, китайки – другие в своем менталитете, социо-культурной среде, воспитании, подходах к жизни. Их мировоззрение так же далеко от нашего, как наше от их. Поэтому уникальность моей книги в том, что хитроумные штучки русских женщин вам раскроет русская женщина, а не какой-то зарубежный психолог-мужчина.

В этой книге вы найдете все, что должен знать о женщинах настоящий мужчина, если не хочет остаться... в дураках! Классификация женских особей, тесты на совместимость, веселые истории и анекдоты, искрометные афоризмы и волшебные правила завоевателя XXI века...

Глава 1. Такие разные, но все-таки вместе!

«Вы созерцаете звезду по двум причинам: потому, что она сверкает, и потому, что она непостижима. Но рядом с вами – сияние более нежное и тайна более глубокая: женщины».

В. Гюго

Друзей у меня всегда было больше, чем подруг, приятелей – больше, чем приятельниц. И когда мне нужно принять какое-то решение, чаще всего я обращаюсь за советом к мужчинам. Я им доверяю. Мне с ними чертовски интересно. И самый большой комплимент, когда-либо сделанный мне, звучал так: «Уважаю! Ты – мужчина!» А самое дорогое признание в любви было несколько витиеватым: «Ты – женщина, я – мужчина: в нас так много общего»... Мы такие разные, но в нас так много общего... Именно поэтому нас необъяснимо влечет друг к другу и сопротивляться этому влечению бесполезно и глупо...

В каждом мачо есть маленький мальчик

О чем только я не говорю с мужчинами! О дефолте, работе, шашлыках, ипотечном кредитовании, паевых инвестиционных фондах, пиаре, маркетинге, брендинге, творожнике, сырнике, самореализации, экстремальном сексе и, конечно, о любви...

Мы признаемся в любви самыми неожиданными словами и способами. Однажды человек, живущий в довольно стесненных жилищных условиях, сказал мне: «Можешь пожить у меня, когда будешь в М., если вдруг что»... Но я знала, что на самом-то деле он хочет сказать: «Я люблю тебя», и я просто сжала его ладонь в темноте театрального зала.

Однажды подруга Лена – коуч, бизнес-тренер, потрясенная фильмом, выбежала из кинозала, я вышла вслед за ней, обняла и сказала:

– Пойдем пить кофе, а потом я отвезу тебя домой и сделаю массаж, я ведь телесно ориентированный терапевт.

И подруга знала, что я тем самым говорю ей: «Я люблю тебя». Но Ленка – крепкий орешек, она ответила:

– Ерунда, я – окей, это я могу отвезти тебя домой!

Она тем самым говорила: «В моей картине мира я – социальный мальчик, мужчина, надежный парень. Я не могу позволить себя хныкать и быть слабой. Я слишком люблю

тебя для этого»... Мы все-таки приехали к Ленке, и, сидя на кухне, я мягко спросила ее:

– Почему ты – психолог, не смогла просто по-человечески попросить меня быть рядом, поехать к тебе?

– Я давно решила, что должна быть сильной. Хотя знаю, что не должна. Я люблю как папочка, я обязываю себя заботиться... Но так нуждаюсь в заботе. Я живая и маленькая девочка внутри себя взрослой тетки...

И я знала это.

У меня есть знакомый вертолетчик Алексей, который девять лет назад предлагал мне руку и сердце. Он звонит мне по праздникам, но перед тем, как поздравить всегда спрашивает:

– Тебя никто не обижает? Я могу чем-нибудь помочь?

Именно этой фразой он всегда начинал со мной разговор ровно девять лет назад, когда любил... И я улыбаюсь, понимая, что таким образом он напоминает о том, что «никто не забыт, ничто не забыто»...

Знаете, говорить о любви совсем не обязательно тремя знаменитыми и простыми словами. Кстати, ими-то мужчины как раз и не злоупотребляют. Эти слова мужчины табуируют. Помните, в «Улиссе»: «Любовь – это слово, которое знают все»? Знают, но редко произносят, потому что боятся оказаться беззащитными, обнаженными, нуждающимися в этой самой любви... В моей книге «10 эффективных способов женской выживаемости в мире мужчин» есть глава «Все мы

родом из детства». Глава, посвященная шрамам воспитания, 12 страшным директивам, которыми когда-то травмировали всех нас родители. Я рекомендую прочесть ее не только женщинам, но и всем брутальным мачо, внутри которых прячется маленький обиженный мальчик, боящийся не получить одобрения мамы, но подвергнуться наказанию, всем, кого называют «тряпкой» или «маменькиным сынком», всем, кто еще не нашел женщину своей мечты, но имеет в своем активе уже не менее полсотни связей.

На одном из моих тренингов 35-летний Геннадий – разведенный мужчина – однажды сказал: «Перед тем, как сделать первую фрикцию я всегда предупреждаю девушку, что больше никогда не женюсь»... А когда мы с ним по-настоящему подружились (есть вещи, которые сближают гораздо больше чем секс, например, психоанализ), он признался: «Знаешь, это просто защитная реакция. Я, как каждый нормальный человек, очень хочу жениться! Я имею ввиду то, что мне, конечно, нужна стабильность в отношениях, нужен близкий человек рядом, его запах, шлепанье тапками, прикосновения, поцелуи по утрам, когда я ухожу на работу, пожелание „спокойной ночи“, доверие, горячий ужин... Я просто ищу свою женщину и никак не могу найти. Но я точно знаю, что через год, полтора я все-таки женюсь... Я очень на это надеюсь».

Понимаете? Сейчас вы один на один с этой книжкой, и вам можно быть, а не казаться. Быть собой – простым и без-

защитным мальчиком, который нуждается в любви и обязательно ее обретет. Быть собой, а не казаться сильным, всемогущим и вездесущим суперменом, ни от кого не зависящим циником, не верящим в любовь, brutальным мачо с грудой мускулов и одной извилиной в голове. О, да! Завтра вы можете спрятать эту книжку куда подальше, завтра вы можете посмеяться над тем, что здесь написала женщина, но есть сегодня. И сегодня мы с вами наедине. Это много стоит!

О любви немало песен сложено

Чтобы вы не говорили, но предмет любви интересует всех. Потому как даже такое простое физическое действие, как поцелуй без любви превращается всего лишь в обмен слюнями.

Недавно мой читатель 28-летний Сергей Синкевич прислал мне на сей счет свои мужские наблюдения: *«...Любовь – величайшая загадка всех времен и народов (покруче исчезнувшей Атлантиды). Она будоражит умы... Соперничать с ней может разве что тема „сисек“, которая по мнению большинства до сих пор не раскрыта...»*

Когда речь заходит о любви, лично у меня в памяти непременно всплывают строки: „... о любви немало песен сложено...“ „... Да, действительно, и песен сложено, и стихов написано, и книжечек всяких разных „вумных“ и трактатов, а ночей скока бессонных, слез скока... Эх... А тема по-прежнему не раскрыта... Но что я знаю о ней наверняка, так сказать, на 100 %? Ну, пожалуй то, что эта хрень неосвязаема, личный и визуальный контакты с ней не налажены и из попыток составить собирательный фоторобот ничего не выйдет – у каждого из нас будет свое мнение на счет первичных половых признаков, роста, веса и т. д.»

Мне кажется, единого определения, обозначающего любовь, нет.

Все народы во все времена даже само это слово избегали,

табуировали, заменяя его другими понятиями. «Это не любовь, это привязанность». Или: «Это не любовь, это половой инстинкт». «Это не любовь. В любви не должно быть ревности. Это просто чувство собственности». Человечество боится всего, что связано с теми бесчисленными, бесконечными аспектами, которые включает понятие «любовь».

У древних греков понятий любви было аж четыре: «сторге» – любовь с оттенком нежности, «филиа» – любовь с оттенком дружбы, «агапе» – любовь-жертвенность, «эрос» – любовь-страсть. Не известно, пытался ли древний грек классифицировать по этой схеме свои чувства к древней гречанке. Но то, что такая мода появилась и у последующих поколений, – это уж точно.

Однажды я попыталась зарифмовать свои представления о любви. Вот, что получилось:

* * *

Что такое любовь? Бабочки в животе?

Лист, сошедший с ума, ночью ставший цветком?

Что такое любовь? Солнце в талой воде?

Или, может, луна, раз-будившая дом?

Или жажда тепла и касания губ?

Что такое любовь? Может, запах волос?

Может, сердца канкан или горечь разлук?

Что такое любовь? Безответен вопрос...

Но, будучи практикующим психологом, глупо как-то сказать: «любовь – штука необъяснимая», и поставить на этом точку.

– Что же такое любовь? – так и вижу полные жажды познания глаза моих читателей.

Для мужчины – это готовность быть съеденным. Вспомните самку богомола, которая съедает самца при совокуплении, начиная с головы. Так незамысловато по законам природы можно потерять голову от любви в самом что ни на есть прямом смысле. Готовность отдавать себя без оглядки – вот что такое настоящая любовь для мужчины. Кому нужен Колобок, которого никто не съест? Он зачерствеет и испортится.

А для женщины любовь – это трагедия. Она тоже бы хотела отдавать, но должна есть, а не быть съеденной. Таковы законы природы. Ведь берет женщина и съедает мужчину не для себя, а для продолжения рода. Это инстинкты. Даже если род не продолжается, инстинкты работают. Когда женщина действительно влюбляется, это страшно. Она сама себе не принадлежит. Для мужчины любовь – это буря эмоций, радуга, радость, восторг, а для женщины – падение в пропасть.

У меня была пациентка, которая в сорок два года впервые влюбилась и сошла с ума. Раньше она просто не знала, что так бывает: жила, детей нарожала, воспитала, выучила. И вот... Любовь нечаянно нагрянет...

Павшие жертвой любви часто утверждают, что чувствуют себя так, словно их подхватил и несет могучий поток... Новейшие открытия подтвердили обоснованность сей поэтической метафоры: улыбка, взгляд, знакомый запах духов, прикосновение руки любимого существа провоцируют в человеческом организме подлинное наводнение химических веществ. Зародившись в мозгу, они стремительно распространяются по нервам и кровеносным сосудам, вызывая столь знакомые симптомы, как густой румянец, потные ладони и учащенное дыхание. Вы говорите, любовь подозрительно смахивает на стресс? Что ж, ничего удивительного – ведь их химические пути совершенно идентичны.

Влюбившись, человек впадает в эйфорию, что тоже неудивительно, ибо его мозг начинает вырабатывать сильнодействующие вещества, химически являющиеся ближайшими родственниками амфетаминов – допамин, норэпинефрин и фенилэтиламин (PEA). Именно PEA следует винить за глупую улыбку, которую мы вдруг посылаем совершенно незнакомому человеку.

Увы, но опьянение фенилэтиламином не вечно: человеческий организм постепенно к нему привыкает (как, впрочем, и ко всем амфетаминам). А значит для достижения нужного эффекта требуется все большая и большая доза, а производительность химической фабрики мозга отнюдь не безгранична, примерно через год наступает некое охлаждение – стабилизация чувства, а через три года приходит час, когда

порог чувствительности к наркотику переваливает все возможности – и тут наступает реальное отрезвление, кризис отношений... Жуй шоколад, не жуй, толку мало: в нем, конечно, много РЕА, но пополнить ресурсы организма подобным способом не удастся. Все как в моих стихах:

* * *

*Начертаем новый круг астральный.
Выдумаем новый млечный путь.
Кажется, что сказка так реальна...
...Вот еще бы сердце обмануть...*

Но обмануть сердце далеко не всегда получается. И четвертый год становится гордиевым узлом отношений, неким рубиконом, который далеко не все пары способны перейти вместе. Конец любви... конец и браку?

Четвертый год на самом деле – не конец любви как таковой. Он – конец влюбленности, романтической страстной любви. Многие пары действительно распадаются, но другие выходят на новый уровень взаимоотношений – интеллектуальный, эстетический, духовно-душевный... Страсти улеглись и возникает новый этап близости, основой которого, доминантой становятся привязанности и дружба.

Что помогает укрепить отношения во время взаимного

охлаждения? Совместный досуг, общие интересы, семейный бизнес, рождение и воспитание ребенка, недолгие разлуки. Командировки мужа или жены могут случаться несколько раз в год, но желательно, чтобы они были недолгими, не превышали 12 дней. Это критический срок, после которого вторая половина начинает заглядываться на представителей противоположного пола и думает, чем бы себя занять и потешить в отсутствие супруга.

Супружеские пары, стойко пережившие нелегкие времена и периоды взаимного охлаждения, природа в конце концов вознаграждает... эндорфинами. Это, само собой разумеется, тоже наркотики – но обладающие совсем иным спектром действия: работая подобно болеутоляющим средствам, они даруют любящим сердцам мир, покой и уверенность в своем союзе. Стимулирует их выработку на химической фабрике мозга постоянное общение с партнером по браку, в долгой разлуке производство эндорфинов резко сворачивается... Вот почему мы так страдаем, когда любимый человек умирает или уходит к другому партнеру. Суть в том, что мы просто лишаемся привычной дозы наркотика.

Но есть люди, которые подсели на РЕА и не хотят никаких эндорфинов. Сейчас я говорю о синдроме Дон-Жуана. Ряд человеческих особей, пьянея от амфетаминового коктейля в крови, становятся аутонаркоманами и продляют химическое счастье влюбленности, меняя партнера за партнером.

Окситоцин – еще одно биоактивное вещество, продуци-

руемое мозгом. Он обостряет чувствительность нервов, стимулирует сокращения мускулов, в частности, родовые схватки; участвует в производстве молока, потворствует материнской любви и ласкам, а также вызывает также эротические игры сексуальных партнеров и оргазм.

Вот она – химическая составляющая любви, но все-таки не любовь. А любовь – это неуловимая субстанция счастья, опыт боли и радости, практика открытия себя миру, а мира – себе. Главное – идите в мир с открытыми ладонями. Будьте собой и перестаньте быть слишком разумными. Кто вам сказал, что ваш разум разумен? Скорее всего, вы просто живете в ловушке навязанных с детства условных ценностей данной конкретной социо-нормативной культуры. Во, загнула! Ну, вы меня поняли? Короче, танцуйте так, как будто никто не смотрит, пойте так, как будто никто не слышит, любите так, как будто вам никто и никогда не делал больно!

Где найти силы быть собой?

Мы спешим общаться с людьми, чтобы убежать от себя – избавиться от одиночества. Но забываем, что одиночество – это состояние души. Это внутреннее чувство. Конечно, оно очень болезненно. Но гармонию нужно искать не в общении с другими людьми, не в жизни для кого-то, а в себе.

Однажды вечером Рабия – а она была знаменитым суфийским мистиком – что-то искала на улице у своей небольшой хижины. Садилось солнце. Собралась небольшая толпа. Люди спросили ее:

– Что ты делаешь? Что ты ищешь?

– Я потеряла иголку, – сказала она.

– Солнце уже садится, – сказали люди, и найти иголку будет трудно, но мы тебе поможем. Где именно она упала? Потому что дорога большая, а иголка такая маленькая. Если мы узнаем точное место, то найти ее будет легче.

– Лучше бы вам не задавать этого вопроса, – сказала Рабия, потому что, по сути дела, она упала не на дороге, она упала в доме.

Люди стали смеяться, они сказали:

– Мы всегда знали, что ты немного не в себе! Если иголка упала в доме, зачем же ты ищешь ее на дороге?

– По простой и логичной причине, – сказала Рабия. – Внутри дома темно, а снаружи есть еще немного света. Люди

засмеялись и стали расходиться. Рабия позвала их обратно и сказала:

– Слушайте! Именно это делаете вы; я только следую вашему примеру. Вы идете искать блаженство во внешний мир, не задавая первого и важнейшего вопроса: где вы его потеряли? И вот я вам говорю: вы потеряли его внутри. Вы ищете его снаружи по той простой причине, что ваши органы чувств обращены наружу – и там есть немного света. Ваши глаза смотрят вовне и ваши руки тянутся наружу – именно по этой причине вы ищете снаружи. А я вам скажу, что вы потеряли блаженство не там. Я сужу по собственному опыту. Я тоже искала снаружи, и однажды я посмотрела вовнутрь и была удивлена. Не было необходимости исследовать, оно всегда было внутри.

Прежде чем завоевывать женщину, строить ей ловушки и попадать в них самому, прежде чем играть в «кошки-мышки» с другим человеком, попробуйте разобраться в себе. Это самое увлекательное занятие из всех мне известных!

Мужчины всегда помогали мне сделать главные открытия в моей жизни

Однажды меня пригласил на обед незнакомый мужчина. Совершенно незнакомый. Просто позвонил на мобильный и спросил:

– Диана, где мы сегодня обедаем?

Это был голос уверенного в себе человека, самодостаточного и состоявшегося. И по этому голосу я поняла, что если сейчас вдруг положу трубку, то в его жизни и картине мира ничего не изменится, он преспокойно поедет дальше в кожаном салоне своего дорого автомобиля, по делам, на бизнес-ланч.

– В пять, «Копи Габана», – сказала я. – Я буду в черном кожаном плаще.

– Я вас узнаю, не сомневайтесь.

Я подходила к ресторану. Он шел ко мне навстречу походкой успешного человека.

– Ну, и как вы узнали мой номер?

– Вчера вы стояли на сцене театра Горького и проводили первоапрельский аукцион, который заменил второе действие спектакля. Последним лотом разыгрывалась машина. Вернее, поездка на ней домой.

– Ну?

– Так вот, когда вы по мобильному вызывали такси для победителя, вы по инерции, отвечая на вопрос оператора, назвали в радиомикрофон свой номер телефона. У меня хорошая память на числа.

Я улыбнулась. Все мне нравилось в этом человеке, особенно цельность. Конечно. Он не участвовал в этом смешном аукционе. Он просто пришел в театр, так же просто запомнил семь цифр телефонного номера. Он точно знал, чего хочет. Редкий случай. Это привлекает.

Через полтора часа поедания баранины под красное вино мы перешли на «ты»:

– И все-таки, зачем ты мне позвонил? – спросила я Сергея.

– Я понял, что общаясь с тобой я смогу лучше узнать себя. Мне интересно изучать себя через призму мировоззрения других людей. Я всегда ищу себя.

Я вспылила:

– А мне интересно, когда ищут меня...

Мне понадобилось полгода, чтобы понять, что главный наш поиск – это поиск себя, и чтобы мы ни делали – все ради этого поиска.

Некролог

Самое важное, что вы можете сделать для себя – разобраться, А ЧЕГО ЖЕ ХОТИТЕ ВЫ на самом деле. Не бойтесь быть собой и высказывать свои желания вслух, не бойтесь, что вас неправильно поймут или не ответят взаимностью. Это сложно, я знаю. Но кто сказал, что будет легко?

Знаете, я сейчас предложу вам один странный, но очень полезный психологический тест. Попробуйте написать свой собственный некролог от имени общества, себя и близких людей – мамы, любимой женщины, будущего (или настоящего) ребенка.

Шаблон такой. Он родился, прожил, достиг выдающихся успехов в чем, его любили кто и за, ценили кто и за, уважали кто и за, ненавидели за и кто, презирали кто и за, будут помнить кто и за... Жутковатый тестик? Но мозги вправляет как надо! Гештальт терапия. Гештальт – по-немецки – образ. Самый заверченный гештальт – некролог.

Когда вы напишите его (небольшой – одна, две страницы), вся шелуха липовых ценностей спадет, самоликвидируется, и останется только то, что вам действительно важно в этой жизни. Попробуйте!

Разница

Разобрались в себе? Теперь самое время вдохнуть запах женщины и понять, чем же она отличается от мужчины. В женщине тысяча и одна загадка, но несколько мы сейчас разгадаем.

1. Она чувствительнее

Женская кожа содержит в несколько раз больше нервных окончаний, чем мужская, – это биологически-достоверный факт. Лаская женщину, постарайтесь забыть о штампах вбитых в вашу голову друзьями и падонковскими сайтами, больше наблюдайте за реакцией вашей подруги, следуйте ее ненавязчивым указаниям. И помните, что каждая женщина – уникальный музыкальный инструмент, и прежде чем научиться виртуозно играть на ней придется изрядно порепетировать.

Когда женщине нравится то, что делает мужчина в постели, у нее грудь становится больше в объеме на 25%! Поэтому во время секса уделяйте внимания ее груди не только из-за своих сосательных рефлексов, запрограммированных материнским молоком и вашим курением, но и ради того, чтобы унести на облака вашу подругу. Чем больше вы найдете правильных приемов стимуляции женского бюста, тем боль-

ше он увеличится.

Женщины лучше разбираются в запахах. Так уж устроен женский нюхательный аппарат. По данным ученых Пенсильванского университета на отдельные запахи женский мозг реагирует в восемь раз сильнее, чем мужской. И, соответственно, лучше их запоминает и классифицирует. Поверьте, женщина не фантазирует, когда говорит, что от ваших носков тянет псиной, а от нижнего белья – духами секретарши из вашего офиса. Она знает! Так что не ленитесь менять носки и после секса ходить в душ.

Она быстрее напивается только потому, в женском теле больше жира, чем в мужском. А это вещество умеет не только приятно округлять различные части тела и заботиться о периодичности менструации, но и «складировать» алкоголь в своих клетках, препятствуя его выводу из организма и ускоряя опьянение.

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.