

*Секреты*  
**ДРЕССИРОВКИ  
МУЖЧИН**



**Л. Г. Макарова**

**Д. В. Гришина**

# **Секреты дрессировки мужчин**

*Издательский текст*

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=170503](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=170503)*

*Секреты дрессировки мужчин: Эксмо; М.; 2006*

*ISBN 5-699-19329-4*

## **Аннотация**

Вы никогда не замечали, что мужчины и наши домашние питомцы имеют много общего? Они требуют своевременной кормежки, обильно мусорят, неуклюже роняют вещи, просят погулять, регулярно занимают наш любимый диван, частенько забывают о хороших манерах, а также постоянно нуждаются в нашем внимании и заботе. Поэтому для комфортной жизни с мужчиной зачастую требуется знание и эффективное применение приемов дрессировки. Тестирование кандидатов и отбор, приучение к порядку, роль питания и специальных тренировок, воспитание охранников и охотников, коррекция страха и агрессивности – в этой книге вы найдете множество полезных советов и практических рекомендаций для правильного обращения с противоположным полом. Милые дамы, эффективная дрессировка может многое!

# Содержание

Введение	4
Глава 1. Введение в психологию	6
Что поможет в дрессировке	6
Как ведет себя мужчина	14
Значение запахов	25
Тестирование кандидатов	34
Конец ознакомительного фрагмента.	41

**Д. В. Гришина,  
Л. Г. Макарова**

# **Секреты дрессировки мужчин**

## **Введение**

Мужчины настолько отличаются от женщин, что создается впечатление, будто это – совершенно другой вид. Они иначе мыслят, часто не обращают внимания на очень важные мелочи, зато могут подолгу размышлять над какой-то совершенно бесполезной проблемой. Они любят нас, ухаживают за нами, привязываются, но почему-то всячески сопротивляются тому, чтобы остаться жить с нами рядом. Противоречивые существа, не правда ли? Однако есть отличный способ справиться с этой проблемой. И этот способ – дрессировка!

Звучит страшно? Но понаблюдайте за мужчинами, и вы наверняка найдете в их поведении что-то общее с тем, как ведут себя собаки. Кто не может самостоятельно пригото-

вить еду и способен несколько часов оставаться голодным и ждать, пока женщина придет и накормит? Кто способен часами занимать диван, игнорируя любые ваши попытки прилечь рядом? Кто тщательно охраняет свои любимые игрушки, кто никогда не убирает за собой вещи, кто страшно мусорит во время еды? Можете ли вы понять, о ком я спрашиваю? Почувствовали сходство? Тогда продолжайте чтение, и вы узнаете, как воспитать домашнего любимца – мужчину.



# Глава 1. Введение в психологию

## Что поможет в дрессировке

При дрессировке мужчины очень важен индивидуальный подход. Чтобы правильно анализировать поведение вашего избранника, необходимо учитывать состояние его здоровья, возраст, его прошлое (если избранник молод – его воспитание), преобладающую реакцию поведения, особенности типа нервной системы, двигательную активность, естественные повадки, привычки и в соответствии с этим определять методику дрессировки.

Дрессировке мужчины поддаются в молодом возрасте (до 30 лет). Они весьма чувствительны к раздражителям, особенно эмоциональным. Дрессировать их следует постепенно, строго соблюдая тактику, хорошо в этих целях использовать подражательный метод (т. е. наглядные примеры). У мужчин более позднего возраста (за 30 лет) новые навыки вырабатываются труднее. У них уже сложились нежелательные манеры (повадки), вредные привычки, мешающие дрессировке. К тому же в случае неправильного воспитания у таких представителей сильного пола отрицательные черты в поведении, которые в этом возрасте исправить сложнее, могут только укорениться.

Облегчает дрессировку правильный учет преобладающей реакции поведения.

Если «путь к сердцу мужчины лежит через желудок», это означает, что преобладает пищевая реакция, и при выработке желательных для вас навыков следует применять в основном вкусовые раздражители.

При наличии у вашего «питомца» пассивно-оборонительной реакции необходимо осторожно и умелыми приемами развивать у него смелость, подбирать спокойную или отвлекающую обстановку для решения этой задачи (выезды на природу, дачу, курорт). При дрессировке возбудимого типа нервной системы (холерика) нужно осторожно и постепенно вырабатывать тормозные навыки (выдержку, умение дифференцировать понятия), так как перенапряжение может привести к неврозу. При наработке положительных рефлексов такие мужчины проявляют большие способности (т. е. они пластилин-чаты). Самцы подвижного типа (сангвиники) легко дрессируются обычными методами. У мужчин инертного типа (флегматиков) новые привычки, т. е. изменения натуры, вырабатываются медленно.

Людей малоподвижных (в силу обстоятельств) дрессировать нецелесообразно. Партнера со слабым типом нервной системы следует приручать осторожно и не давать ему большой нервной нагрузки. Человек с резким проявлением слабости нервных процессов не пригоден к дрессировке.

Поэтому о состоянии здоровья нервной системы у вашего

ПОДОПЕЧНОГО ЗНАТЬ НЕОБХОДИМО.

*Ошибки при дрессировке приводят к тому, что хорошие привычки развиваются слабо, зато плохие — прогрессируют. Чаще всего ошибки допускаются, потому что дрессировщица недостаточно обращает внимания на поведение мужчины, склонна к обобщениям, плохо разбирается в мужской психологии.*



Ошибки общего характера обычно приводят к возникновению сразу нескольких нежелательных рефлексов. Например, чрезмерное «натягивание поводка» может привести к рефлексу боязни дрессировщика... Рефлекс этот – изменение направления движения независимо от направления по следу. Иными словами, мужчина станет врать, изворачиваться, заматывать следы. Еще одна распространенная ошибка – неправильное толкование мотивации поступков мужчины. Многие женщины пытаются анализировать поведение своих любимцев с собственной точки зрения, на самом же деле психология мужчин совершенно иная.

Успеха в дрессировке мужчины можно добиться при усло-

вии систематической, настойчивой, заранее спланированной и творческой работы.

В процессе общей дрессировки отрабатываются приемы, подчиняющие вам мужчину.

Выработка навыков, входящих в общую дрессировку, основана как на процессах возбуждения нервной системы, так и на процессах торможения. Комплекс всех приемов общей дрессировки устанавливает в нервной системе «питомца» необходимое соотношение между процессами возбуждения и торможения, что обеспечивает безотказность и четкость его поведения по отношению к вам.

Приемы общей и специальной дрессировки мужчин должны отрабатываться в такой последовательности, которая наилучшим образом обеспечивает эффективность в достижении конечной цели.

**Методика дрессировки мужчин основывается на ряде принципов:**

1) первые занятия следует проводить так, чтобы добиться быстрого установления правильных взаимоотношений дрессировщика с «питомцем»;

2) отработка приемов и упражнений должна проводиться от простого к сложному, от легкого – к трудному;

3) соблюдение строгой последовательности в выработке желаемого, т. е. появления начальных навыков как основы для выработки последующих;

4) отработку нового приема следует проводить в начале

вашего общения, пока мужчина достаточно послушен, или в первой половине дня, когда он еще не утомлен;

5) продолжительность дрессировки следует увеличивать постепенно;

6) дрессировщик должен постоянно учитывать как внешние условия (местность, национальность, погоду), так и внутренние (голод, сытость, настроение, здоровье);

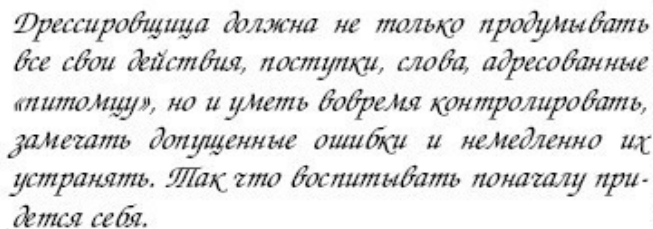
7) прежде чем приступить к дрессировке, вы должны твердо решить, чего хотите достичь и какими путями будете добиваться поставленных задач. Перед началом работы над каким-либо навыком необходимо четко представить себе все элементы и стадии его развития в соответствии со схемой:

- назначение навыка;
- условные и безусловные раздражители, применяемые при его выработке;
- методика и техника выработки навыка по стадиям;
- норматив выработанного навыка (что должен выполнять ваш спутник);
- возможные ошибки в процессе «создания» навыка.

Конечно, вы можете сказать, что вам не хватит скрупулезности и выдержки. Что ж, решать вам. Но прежде необходимо все взвесить.

Если вы счастливый обладатель таких качеств, как настойчивость и целеустремленность, и при условии вашей любви к супругу можно рассчитывать на успех. Но, дрессируя мужчину, женщина должна одновременно работать и над собой,

т. е. быть спокойной и уравновешенной. Терпение и наблюдательность позволят вам проницательно изучить свою половинку. И только тогда, когда будут поняты все особенности его психологии, вы сможете подобрать индивидуальные методы воздействия.



*Дрессировщица должна не только продумывать все свои действия, поступки, слова, адресованные «питомцу», но и уметь вовремя контролировать, замечать допущенные ошибки и немедленно их устранять. Так это воспитывать понагалу придется себя.*



Достижение положительных результатов зависит не только от вас, но и от дрессируемого субъекта, типа его поведения и от определенных врожденных и приобретенных личностных наклонностей.

На первых порах следует запомнить, что к дрессировке мужчины приступать можно только в том случае, если он к вам уже приучен (может, еще не привык, но уже свой). На начальной стадии взаимоотношений надо придерживаться следующего принципа: в правильное время, в правильном месте, с правильным человеком... Правильные дрессировщица

и ее подопечный вырабатывают друг к другу доверчивое отношение и взаимную привязанность. Без прочного контакта обеих сторон успешная дрессировка невозможна. В молодом возрасте все эти мероприятия осуществляются намного проще. Когда же вы беретесь за дрессировку малознакомого мужчины зрелого возраста, то установление правильного контакта между вами во многом зависит от первой встречи. Поэтому постарайтесь предварительно собрать как можно более полные сведения об этом мужчине.

При первом подходе к нему нужно проявить решительность, спокойно реагировать на любые поступки кавалера, не вести себя экстраординарно: слишком строго или, наоборот, ласково. Лучше, если первая встреча происходит тогда, когда мужчина одинок, т. е. у него нет никого «на привязи». В начале знакомства партнер особенно внимателен ко всем поступкам дрессировщицы, поэтому в этот период всесторонне просчитывайте все свои действия. К тому же необходимо как можно больше времени быть вместе с объектом. Если подход к нему оказался правильным, то со временем между вами возникнут доверчивость и привязанность.

Но в процессе установления правильных взаимоотношений между вами и мужчиной возможны следующие основные ошибки в дрессировке:

- 1) ошибки при знакомстве, связанные с недостатком данных о мужчине и особенностях его образа жизни;
- 2) резкость, раздражительность, наигранная решитель-

ность, маскировка страха в процессе дрессуры;

3) нерешительное, боязливое, робкое обращение с подопытным;

4) излишняя мягкость, ласковость и нетребовательность к мужчине.

*Не имея представления о психологии мужчины, не стоит даже начинать его дрессировку. Не плохо бы знать больше о мужской половине человечества вообще.*



# Как ведет себя мужчина

Прежде чем предаться мечтам о том, чтобы ваш мужчина стал, как цепной пес, выполняющий ваши команды, хорошо бы узнать, что говорят представители противоположного пола о женщинах: «прелесть какие глупенькие», «круглые дуры».

Что ж, в самом ли деле мужчины умнее женщин? Изучающие мозг ученые полагают, что процесс мышления мужчин основан на логике и холодном взвешивании фактов. К примеру, если они смотрят сериалы, то тут же замечают нестыковки сюжета и смеются, тогда как женщина обливается слезами. Это означает, что в биохимии мозга мужчины и женщины имеются различия. В Институте проблем экологии и эволюции доктор биологических наук В. А. Геодакян вывел целую теорию эволюции пола. Основной пол – это женщины, экспериментальный – мужчины. Природа отвела мужскому полу роль находчивого и сообразительного разведчика, а женщинам – конструирование придуманного мужчиными до прочности. Итак, он и она – не соперники в поединке, а дополнение друг к другу.

Каждый мужчина по-своему воспринимает мир. Представление о том, что такое хорошо и плохо, у всех уникально. Но каналы восприятия у людей делятся на три группы. Одни живут тем, что видят (визуалы), другие – тем, что слышат (аудиалы), остальные – ведомые на запах и на ощупь (кине-

стетики).

Скорректировать собственное поведение вы можете, поняв, к какой группе принадлежит ваш спутник. Ваша яркая внешняя привлекательность устроит **визуала**. Модные стрижки, красивое белье, изящная обстановка, порядок в доме – вот что «любит глазами» визуал. Бигуди на голове, неряшливость и пыль он вам не простит. **Аудиал** получает удовольствие от сладких речей, музыки, шелеста вашей одежды. Беспорядок он не заметит, но от резких бурных разговоров уклонится и может пропасть где-то надолго, возвращаясь домой как можно реже.

Пышные женственные формы, нежная кожа, ухоженные волосы предпочитают мужчины-кинестетики. Они любят приятные запахи, кремы для тела, ваши хорошие духи, вкусную еду.

Скажем сразу, тяжело поддаются дрессировке мужчины-зануды. С ними приходится уживаться.

Распознать палитру типов зануд, чтобы не «биться головой о стену», можно. Разводиться с занудой не спешите, подход к нему найти легко. Например, ригидно-агрессивный зануда упрям, эксцентричен, агрессивен, но зато быстро растет по служебной лестнице и прямолинеен. Чтобы облегчить свою участь, следует переводить внимание на него самого: «Вот тебе бы сделать то-то...», «Давай я тебе это, а ты мне то-то». Зануда уступит вам в любом вопросе, лишь бы не мыть гору тарелок.

В постоянной тревоге пребывает зануда-меланхолик. Он жаждет постоянного внимания к себе, возбуждение его не находит выхода. Например, он страшится опоздать на поезд, когда до отправления еще часа три, а вы спокойно пьете чай и болтаете с подругой по телефону. Зато этот человек вас не подведет, интрижки на стороне – это не в его стиле, он слишком занят тревогой и заботой о вас. Житье с ним облегчит юмор: посмейтесь над его страхами, но только не над ним – он очень ранимый.

Человек, внутренне недовольный собой и всем на свете, – скрытый зануда. Постоянно он ищет объект, который можно сделать «козлом отпущения» своих негативных эмоций. Зато он внимателен к мелочам: ваши недостатки, предпочтения и желания заметит тоже. Он обязательно подарит вам ромашки, о которых вы случайно при нем кому-то сказали. Жить с занудой легко, если вместе с ним поругать погоду и правительство, поняв, чем же на самом деле они его возмутили и «доконали».

Другой тип мужчин, **скряга** – один из худших вариантов. Он требует от вас отчета за каждый потраченный рубль. При этом себя считает не жадным, а бережливым. Зато в хаосе мира он наводит порядок хотя бы в деньгах, следит за четким распределением доходов и расходов. Он планирует покупки, вовремя оплачивает счета и кредиты. Вам хотелось бы взломать эту жесткую схему, в которой, как вам кажется, нет места босоножкам, купленным зимой. Но проходит вре-

мя, и скряга преподносит вам в подарок именно то, о чем вы так отчаянно мечтали вслух.

Да, да, оказывается, он тоже поддается дрессировке. Заранее подсовывайте ему список приглянувшихся вам вещей, и пусть он будет схематичным, словно интегральное уравнение, тогда шансы на исполнение ваших желаний есть. Скрыга вовсе не жаден, он просто любит хранить чеки-квитанции, вести дневник доходов и расходов. Зарабатывая сами, личные деньги не тратьте без его одобрения, этим вы вызовете в его душе слезы умиления в свой адрес.

Другая причина такого его поведения – чувство, что деньги обеспечивают защищенность от всех проблем. Даже если у скрыга очень много денег, он не перестает скупиться в мелочах, ворчать из-за ненужных, по его мнению, расходов, дарить только необходимые в хозяйстве подарки. Тогда заведите свою копилку и не расстраивайте его своей расточительностью. О новых покупках для себя говорите ему, что их подарила мама или подруга.

Присмотритесь, что находится в основе причин поведения, делающих вашего партнера скрыгой. Может быть, у него комплекс Наполеона, и он относится к тому типу скрыг, которые считают, что за деньги можно купить власть над людьми, уважение, признание.

Если он говорит, что скоро подарит вам бриллианты и свозит на Мальдивы, а на самом деле дарит недорогие безделушки и экономит на всем, в том числе на ваших новых

колготках, заденьте его самолюбие, акцентируя внимание на том, что вам не помешало бы стать ухоженной и хорошо одетой. Такие жены сегодня престижны. Вам нужен абонемент в фитнес-клуб, все заботятся о здоровье и поэтому отдыхают на прекрасных курортах.

Жизнь со скрягой имеет свои плюсы: вы никогда не останетесь без денег. Черный день вам не грозит.

Противоположность скряге – **транжира** – проблемный муж. Он человек жизнерадостный, легок в общении и ко всему в жизни, в том числе и к деньгам. Добивался он вас огромными букетами цветов, дорогими украшениями, походами в рестораны. Вы клюнули на эту удочку, но теперь обеспокоены, что завтра вас одолеют материальные затруднения. Вы ломаете голову, как с транжирой жить? Скорее, он обвинит вас, что вы не хотите жить красиво. Постарайтесь выяснить, что побуждает его к мотовству? Может, он рос в бедной семье и мечтал о роскоши. Сегодня он с маниакальной одержимостью тратит собственные деньги. Это уже зависимость, схожая с алкогольной, – тяга к запретному плоду.

Высчитайте часть зарплаты, которая приходится на один день, и предложите сократить ежедневную сумму трат. Экономия на бессмысленных пунктах позволит ему приобрести полезную вещь, чему он окажется очень рад.

А если мужчина-транжира избалован с детства, у него вошло в привычку бездумно тратить деньги направо-налево. Он зависим от получаемого при этом удовольствия. Скорее,

он инфантилен. Используйте его щедрость во благо, на практические цели.

Недоверчивый транжира – это уже другой тип. Наверняка он пострадал в финансовом кризисе и теперь вкладывает деньги в надежные вещи. Чувствуя, что у него надежный тыл, он успокаивается. Убедите его, что решение тратить деньги вы должны с равной ответственностью принимать вдвоем. Страх финансовой непредсказуемости, приводящей к материальному краху, оставит вашего избранника. Таким образом вы выдрессируете в нем уверенность в завтрашнем дне, и он избавит себя и вас от излишних затрат.

Зануды, скряги – это еще не так страшно, они безобидны по сравнению с виртуалами. **Виртуалы** – особый тип мужчин, не имеющих никакого отношения к компьютерным технологиям, а создающих свой параллельный мир для видимости успеха. Они убедительно говорят о своем выдуманном призрачном мире до мельчайших подробностей. Это корыстные обманщики, интриганы и клеветники. Они отлично чувствуют волну нужного человека, которого хотят использовать. Если вы уличили его во лжи, он покается и поплачет, вызовет у вас жалость и сочувствие.

Никакой дрессировкой вы его не исправите. Перепроверьте информацию о нем, вызывающую подозрение: блефует ли он, выдавая себя за кого-то? Постарайтесь избавиться от его присутствия тихонечко и без скандала, потому что шумное выяснение отношений – это стихия виртуалов. Будьте осто-

рожны, этот человек способен испортить вам жизнь.

Но все это еще ничто по сравнению с **бабниками**, ловеласами. Такие донжуаны делятся на четыре категории:

1. Донжуан-романтик влюблен не в вас, а в свой роман с вами. Он вовлечен в процесс покорения вас. Он красиво выражает вслух свои чувства, экспрессивен, уверен в себе. Женщинам он легко разбивает сердца. Он быстро сгорает в ярком пламени страсти и превращается в остывший уголек, как только овладеет своей «дичью», ибо он охотник. Дальше ему неинтересно. Вы можете дрессировать романтика, сохраняя дистанцию, таким образом вы удержите его. Он добивается независимой, недоступной женщины и женится на ней. Пока в вас есть тайна, он не уйдет.

2. Самоутверждающийся донжуан переживает комплекс неуверенности в себе из-за постигнувшего его в прошлом неудачного любовного приключения. Когда-то его унизила женщина либо бросила в детстве мать. Ныне же он развивает науку оболъщения женщин. Позади их множество, самых красивых, сексуальных и умных. Он убегает от сильных чувств, т. е. панически боится их. Но если вы окажетесь терпеливой и заключите с ним негласный договор об одном браке, то он останется с вами.

3. Сексуальный донжуан от природы наделен бурлящими гормонами. Они диктуют ему такой стиль поведения, при котором всех женщин, встречающихся ему на пути, он без лишних слов пытается уложить в постель. Он прекрасно чув-

ствуует таких, которые и сами рады отдаться без притязаний. Такой мужчина суперсексуален. Он женится на самой терпеливой и всепрощающей, по природе подобной ему. Если судьба вручила вам такого избранника, придется научиться переживать частые измены, при том, что там, на стороне, никаким романом не и пахнет.

Он связал себя с вами узами брака потому, что именно с вами подружился и оценил ваше уважение и доверие. Не дергайте его за поводок, пусть в своих похождениях он будет свободен.

4. У платонического бабника вся жизнь – праздник. Его восхищают все женщины, и всем без разбора он дарит комплименты. Но на этом все и кончается. Его можно сравнить с человеком, который идет по улице и сюсюкает с бродячими котами и собаками, но ни одного из этих животных он не возьмет на руки, не пригреет у себя на груди, тем более – дома. Относитесь к его невинным шалостям в виде адресованных посторонним женщинам комплиментов легко и с юмором.

Многогранные аспекты поведения мужчин в семье можно рассматривать бесконечно. Остановимся еще на одном немаловажном. Рассматривали ли вы свои роли в семье в плане снабжения. Кто из вас в доме добытчик? Насколько часто ваш супруг «выходит на охоту» и обеспечивает семью? Или же на сцене вашей семьи домашний любимец вжился в роль вечного безработного, непризнанного гения, обаятель-

ного лентяя?

В смысле дрессировки здесь уместно договариваться, по каким правилам вы будете жить с мужем. От вас должна исходить инициатива. Вы – женщина, и будь вы уютная домохозяйка или бизнесвумен, вы запрограммированы на обеспечение выживания, вам и быть дипломатом, не ущемляющим мужского достоинства.

Так, если ваш супруг сидит дома, потому что не стоит, по его понятиям, работать на дядю, а вы вынуждены вкалывать на двух работах и на дядю и на тетю, физически и эмоционально выдохлись, то изменять установившиеся нормы в семье очень нужно. Хотя для кого-то, быть может, в этом есть своя положительная сторона: муж прекрасно справляется с домашним хозяйством, вы дома только отдыхаете.

Что же делает мужчину мужчиной? Биологи говорят: «Главный гормон – тестостерон». Он управляет интеллектом, энергией и стилем поведения мужчины. Это гормон успешности, мужчины с высоким уровнем тестостерона более удачливы.

*По исследованиям американских психологов, желание обрести известность звезды во что бы то ни стало присуще муржинам с высоким уровнем тестостерона, но низким уровнем образования. Уровень тестостерона у спортсменов, актеров, адвокатов выше, чем у священников.*



Кстати, вегетарианская диета не способствует выработке этого гормона. Подогревает кровь только мясо. Повезло в этом смысле и жителям юга, солнечные лучи позволяют обитателям жарких стран ощущать в себе сексуальные волны. Поэтому южных мужчин называют горячими.

Век активной жизни мужчин укорачивают безработица, финансовые потери, переменные проблемы и... тесное синтетическое белье. Истинные мачо ходят в «боксерах». Настоящие мачо терпеть не могут телевизионные сериалы в жанре мыльных опер. Уровень тестостерона у мужчин повышается во время просмотра боевиков и криминальных драм. Так что обращайтесь внимание на то, что ваш будущий любимец смотрит по телевизору.

Мужчина – существо циклическое. В разные годы своего возраста он меняется до неузнаваемости. В 14-16 лет вашего

парня переполняют чувства. К 25 годам мужчина взбирается на вершину сексуального пика. После 30 лет он становится более серьезным, спокойным, размеренным, остаются позади романтика и сексуальное сумасшествие. И все было бы хорошо, но кажущаяся близкой старость пугающе взвинчивает его душу. Не единственный случай, когда верный жене в течение 20 лет муж в 45-летнем возрасте уходит из семьи к молодой возлюбленной; сексологи считают, что это не сексуальное приключение, а бунт против серости в своей жизни, отчаянное стремление перехитрить судьбу.

Молодая дама понадобилась ему, чтобы мысленно сбросить добрый десяток лет. Желание вновь окунуться в романтические чувства можно осуществить только с молодой, романтически настроенной женщиной. Да и как личность немолодой мужчина представляет для девушки интерес. А если солидного возраста мужчина еще и достиг высокого материального уровня и положения в обществе, то современная мода диктует жаждущим уверенности в завтрашнем дне молодым особам охотиться за такой кандидатурой.

## Значение запахов

Встретив того, кто подходит на роль вашего домашнего любимца, и сблизившись с ним, сразу приступайте к его дрессировке. Спешите, пока он одурманен вашим запахом, который и является химической основой любви. Только в течение первых трех лет вашей совместной жизни вы можете безо всякой робости прививать ему необходимые навыки посредством дрессировки. Потом будет поздно.

*Наши тела окутаны индивидуальным запахом некоего летучего вещества, и, выбирая себе партнера по жизни, мы неосознанно ориентируемся по этим приятным для нас флюидам. Пока они действуют, вы смело можете рассчитывать на успех. Речь идет о феромонах — биологически активных веществах, выделяемых человеком, влияющих на поведение, физиологическое и эмоциональное состояние других особей. Мнения общепризнанных специалистов на этот счет противоположны, и у каждого полюса свои убедительные доводы.*



Большинство ученых придерживаются той точки зрения, что феромоны человека воспринимаются обонянием и оказывают существенное влияние на другого, однако это не всегда проявляется и наблюдается по-разному.

Вас увлечет невзрачный человек, чей запах вам окажется приятным. И наоборот, даже внешне привлекательный партнер может оттолкнуть вас от себя плохим запахом, не поможет и количество вылитой на него туалетной воды. Даже самый изысканный парфюм не забьет личный запах.

Неприятный вам запах сигнализирует о том, что геном потенциального партнера вам не подходит. Дисгармоничное генное сочетание рискованно, плохо скажется на партнерстве. Но, безусловно, влияние феромонов не абсолютно. Понравившийся по запаху человек вызывает у вас зарождение истинного чувства любви при условии совместимости темпераментов и других психологических факторов.

Женский феромон, притягивающий к себе мужчин, учеными не найден даже у животных.

Феромонные секс-духи не более чем обман. Если продавцы парфюма гарантируют, что противоположный пол будет сходить с ума, и это происходит, значит, срабатывает самовнушение. Ведь вы были уверены, что этот аромат обеспечит вам сексуальную привлекательность, вели себя соответствующим образом и действительно добились успеха.

Биологи мечтают установить химический состав человеческих феромонов и таким образом определить индивиду-

альный запах каждого человека. Детектор запахов обрадует криминалистов: преступников станут вычислять автоматически.

В парфюмерии для создания изысканных духов успешно пользуются веществами, являющимися половыми стимуляторами для животных, – касториумом, цибетином, мускусом и др. Но натуральные экстракты дороги, поэтому изобрели их синтетические заменители, а они конечно же не оказывают воздействия на человека, поскольку неточно повторяют структуру природных веществ.

*Потаенная химия, на которой строятся ваши самые сильные чувства, находится в глубоких и древних отделах мозга. Антрополог доктор Элен Фишер выяснила это опытным путем. Для этого в ее эксперименте несколько десятков страстно влюбленных добровольцев подвергались компьютерной томографии. Когда перед взором влюбленного появлялся портрет его партнера, некоторые отделы мозга «искрились». При использовании фотографий обычных знакомых активизация мозга не нагибалась.*



Не зря говорят, что пожар любви охватывает все тело.

Это мозг посылает сигналы по организму. В крови происходит чуть ли не кипение: повышается содержание гормона целеустремленности и концентрации – допамина, тогда как содержание серотонина (гормона удовольствия) снижается. И коварный искуситель – допамин – прочно «приклеивает» к предмету страсти.

Ученые утверждают, что любовь – это биохимическое состояние, длящееся не дольше 17 месяцев.

За это время можно выяснить, взаимно ли ваше чувство или ваш выбор – глухая стена. Огонь страсти не может пылать дольше, иначе счастливые влюбленные будут погибать от счастья, а отвергнутые – от горя.

Природа очень хитра. Когда она соединяет особей противоположного пола, то при оргазме организм выделяет вещества окситацин и вазопрессин – гормоны привязанности, благодаря которым партнер привыкает к вам. Вот почему так важно заниматься дрессировкой вашего мужчины на первой поре совместной жизни.

Четвертый год – самый печальный и критический для супружеских пар. Они находятся на пороге развода. Такие отношения между ними биохимически обоснованны, потому что по мере возрастания привязанности гормон влюбленности угасает.

Супруги, проживающие до серебряных, золотых и бриллиантовых свадеб, иногда демонстрируют сохранность чувств и отношений. Конечно, это плод психологического

труда: дрессировки одним из них другого.

Как бы там ни было, если естественный запах мужчины действует на вас успокоительно, то это ваш человек. Мужской пот через обоняние воздействует на нервную систему и расслабляет вас.

Наша чувствительность к запахам определяет наше настроение. Если наука взяла это свойство на вооружение, а стали использовать запахи (благовония), чтобы заманить к себе клиентов (в офисы, магазины, бутики), то почему бы и вам не последовать примеру аромаркетинга, чтобы привязать своего любимца к себе, занять в его жизни постоянное место и дрессировать потихонечку.

Выясните для себя, какой ваш запах влечет к вам вашего спутника жизни. Именно на фоне этого запаха он будет наиболее восприимчив к дрессировке. И, конечно, позаботьтесь о свежести дыхания. Неприятный утренний запах изо рта – результат сухости ротовой полости либо серьезного заболевания. Часто причины несвежего запаха медицинские, выявить и устранить их поможет визит к стоматологу.

Секреты свежего дыхания следующие: чистка зубов утром и вечером с применением зубной нити, полоскание рта зеленым чаем, отварами коры дуба, ромашки, корня аира, минеральной водой, медовым раствором. Если нет времени или обстоятельства не позволяют прополоскать рот, то можно освежить его мятосодержащими таблетками. Жевательными резинками не злоупотребляйте, они плохо воздействуют на

голодный желудок. Различные соки, лимонная корочка, листья петрушки хорошо освежают дыхание.

С приятным запахом изо рта вы будете эмоционально и психологически уверены в себе. И вам легче будет из своего партнера вить веревки, то есть дрессировать. Кроме того, своего подопечного прежде всего надо приучить к себе, чтобы он охотно выполнял ваши команды. Постоянные ваши запахи, любимые им, – одно из условий привязанности вашего партнера, а следовательно, послушания в процессе дрессировки.

Кстати, хороший живительный запах в доме стимулирует мозг. Добавьте несколько капель лимонного масла в тазик с водой, окуните в эту воду салфетки, полотенца, носовые платочки и прополощите. Останется лимонный аромат, приятный, стимулирующий деятельность мозга и благотворно действующий на глаза. Можно держать на столе блюдец с порезанными на дольки цитрусовыми. Все эти прекрасные ароматы буквально загипнотизируют вашего «питомца».

Ну а кратчайший путь к сердцу вашего избранника, как гласит народная мудрость, лежит через желудок. Современные сексологи согласны с древнегреческой богиней любви Афродитой, которая использовала в кулинарии обольщения натуральные продукты. «Любовные» продукты, во-первых, омолаживают организм благодаря содержанию витаминов А, В, Е, фосфора, цинка, алкалоидов. Обновление организма происходит за счет стимуляции выработки половых гор-

монов, нормализации работы нервной системы, улучшения кровообращения. К «любовным» продуктам причисляются фрукты: киви, папайя, финики, гранат, инжир, цитрусовые; овощи: чеснок, лук-порей, репа, помидоры; орехи: грецкие, арахис, фисташки.

Смесь измельченных изюма, грецких орехов, кураги с медом традиционно употребляется кавказскими мужчинами.

Среди наставлений в «Камасутре» есть и такое: «Перед ночью любви съешь рис, отваренный в молоке, с луком, медом и воробьиными яйцами».

По легенде, Казанова за один присест съедал по 50 устриц. Оказывается, аминокислоты, повышающие уровень тестостерона в крови мужчин, в большом количестве содержатся в моллюсках.

Любвеобильные итальянцы обожают телятину, приправленную сельдереем, гвоздикой, петрушкой, лимонной корочкой и залитую белым вином.

Повышают мужскую потенцию специи: имбирь, кориандр, анис, тмин, базилик, сельдерей, хрен, мускат, укроп и кардамон. Все это, конечно, нужно использовать в небольших количествах как приправу для блюд.

Для романтического ужина пригодятся следующие рецепты.

### **Сельдерей с апельсинами**

Требуется: 1 апельсин, 1 корень сельдерея, 3 ст. л. сметаны, 1 ст. л. лимонного сока, сахар, соль. Приготовление.

Апельсин очистить и разделить на дольки, каждую разрезать пополам. Сельдерей натереть на крупной терке, сбрызнуть лимонным соком, добавить апельсин, заправить сметаной, добавить соль и сахар.

### **Мидии в белом вине**

Требуется: 1,5 кг мидий в панцире, 100 мл белого сухого вина, 0,5 стакана оливкового масла, 1 луковица, 2 зубчика чеснока, пучок петрушки, соль, перец.

Приготовление.

Чеснок, лук и петрушку измельчить. В большой кастрюле разогреть масло, обжарить лук и чеснок. Затем влить белое вино и довести до кипения. Всыпать мидии, приправы, специи, при необходимости долить воды. Варить на сильном огне под крышкой около 4 минут, периодически встряхивая кастрюлю, пока моллюски не раскроются. Раскрывшиеся раковины выложить на блюдо, подавать с тостами.

### **Коктейль «Беллини»**

Требуется: 0,1 л свежего персикового сока, 0,3 л сухого шампанского, кусочек персика для украшения. Приготовление.

Наполнить охлажденным соком на четверть узкий бокал для шампанского. Сверху налить шампанского, украсить кусочком персика и подавать.

Переполнять желудок «любовными» продуктами не стоит. Организму, может случиться, станет не до любовных утех. А после такого романтического ужина дрессировка

пойдет на ура, главное – уделять ей не слишком много времени. Поверьте, он выполнит все, что вы захотите. А обалденный ужин запомнит навсегда.

# Тестирование кандидатов

Одним из залогов успешности в дрессировке мужчины является определение темперамента вашего питомца. Гематологи и психологи советуют тестировать темперамент человека по группе крови. Соответственно энергичности вашего любимчика вы и должны выстраивать свою дрессировку.

## **Первая группа крови – завоеватель.**

Видимо, им удастся получить все и сразу, потому что от природы они – искушенные охотники. Они не отступают, пока не достигнут поставленной цели. О сексе думают постоянно, но работа для них превыше любовных приключений.

Не будьте с ним слишком доброй и мягкой. Он не оценит легкой победы, бурный роман и страстный секс вскоре надоедят ему. Только ваши инициатива и фантазии, как разнообразить вашу с ним сексуальную жизнь, отзовутся восхищением в его душе. На этом и будет основываться ваша дрессировка. Он станет выполнять любые ваши команды.

## **Вторая группа крови – чувственный романтик.**

Такой мужчина – спокойный, терпеливый, робкий, нерешительный, однолюб. Для девушек он скупен, для женщин постарше – любопытен. Его очень легко дрессировать, особенно это удастся опытной даме. Обычно мужчина со второй группой крови – натура творческая, одаренная.

Если вы будете действовать хитро, изобретательно, осто-

рожно, поступательно и очень деликатно, то у вас с ним дрессура пройдет на высшем уровне.

### **Третья группа крови – плейбой.**

Это самый ненадежный тип. Он легко переключается с одного время препровождения на другое, постоянно ищет смены окружения. Он не считает секс обязывающим к серьезным отношениям, но может поддаваться страстям, мучительным душевным разладам, терзаниям. Войти в доверие к нему очень сложно.

И все-таки его можно дрессировать, если он заинтересуется вами. Плейбой чутко реагируют, когда женщина проявляет мало внимания к ним.

### **Четвертая группа – творческий искатель.**

Это мужчина-непоседа с пробивными способностями, коммуникабельный, очень напористый. Чересчур соблазнительный и неутомимый в сексуальных фантазиях. Серьезно влюбившись, обретает душевный покой.

Сначала вам придется столкнуться с частой переменой его настроения. Будьте к этому готовы – и сможете создать ему «милую конуру», куда он будет стремиться.

Определить, что более всего свойственно вашему мужчине, можно с помощью даты дня его рождения. Чтобы узнать, в какой день недели он родился, воспользуйтесь таблицами.

Таблица 1

		январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь
1953		4	0	0	3	5	1	3	6	2	4	0	2
1954		5	1	1	4	6	2	4	0	3	5	1	3
1955		6	2	2	5	0	3	5	1	4	6	2	4
1956		0	3	4	0	2	5	0	3	6	1	4	6
1957		2	5	5	1	3	6	1	4	0	2	5	0
1958		3	6	6	2	4	0	2	5	1	3	6	1
1959	1981	4	0	0	3	5	1	3	6	2	4	0	2
1960	1982	5	1	2	5	0	3	5	1	4	6	2	4
1961	1983	0	3	3	6	1	4	6	2	5	0	3	5

Продолжение табл. 1

		январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь
1962	1984	1	4	4	0	2	5	0	3	6	1	4	6
1963	1985	2	5	5	1	3	6	1	4	0	2	5	0
1964	1986	3	6	0	3	5	1	3	6	2	4	0	2
1965	1987	5	1	1	4	6	2	4	0	3	5	1	3
1966	1988	6	2	2	5	0	3	5	1	4	6	2	4
1967	1989	0	3	3	6	1	4	6	2	5	0	3	5
1968	1990	1	4	5	1	3	6	1	4	0	2	5	0
1969		3	6	6	2	4	0	2	5	1	3	6	1
1970		4	0	0	3	5	1	3	6	2	4	0	2

	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь
1971	5	1	1	4	6	2	4	0	3	1	1	3
1972	6	2	3	6	1	4	6	2	5	3	3	5
1973	1	4	4	0	2	5	0	3	6	4	4	6
1974	2	5	5	1	3	6	1	4	0	5	5	0
1975	3	6	6	2	4	0	2	5	1	6	6	1
1976	4	0	1	4	6	2	4	0	3	1	1	3
1977	6	2	2	5	0	3	5	1	4	2	2	4
1978	0	3	3	6	1	4	6	2	5	3	3	5
1979	1	4	4	0	2	5	0	3	6	4	4	6
1980	2	5	6	2	4	0	2	5	1	6	6	1

Таблица 2

2	9	16	23	30	37	Понедельник
3	10	17	24	31		Вторник
4	11	18	25	32		Среда
5	12	19	26	33		Четверг
6	13	20	27	34		Пятница
7	14	21	28	35		Суббота
1	8	15	22	29	36	Воскресенье

Найдите в первой таблице строку с годом его рождения. На пересечении этой строки и колонки с месяцем его рождения находится цифра. Запомните ее, условно назовем ее «А». Прибавьте к ней дату его рождения: «А» + дата рождения = цифра «В». По этой цифре «В» определите, в какой день недели он родился, воспользовавшись второй таблицей.

**Мужчина, родившийся в понедельник,** – очень чувствительный, мечтательный, видит мир во всем многообра-

зии, фантазер, не может жить без друзей, особенно без женщин, их нежности, сочувствия. Свою душевную тревогу он скрывает под маской внешнего спокойствия. Он переживает, что не найдется женщина, с которой можно прочувствовать то, на что он способен. Дрессировать его не очень легко, но необходимо. Будущее союза зависит только от вас. Можете попробовать.

**Мужчина, родившийся во вторник**, обладает даром красноречия, приспособленного к запросам общества, вкусам среды. Талантливый соблазнитель, пользующийся уникальными, только ему удающимися приемами. У него особая улыбка, чувство юмора, умение отводить от себя жизненные удары. Любит устраивать праздники. Задания, связанные с домашним уютом, не давайте.

**Мужчина, родившийся в среду**, честолюбив, совестлив, однолюб. О любви не умеет говорить, но очень внимательный. Страсти считает сомнительными явлениями. Для него надежнее и лучше спокойная уверенность. Приучите его к разнообразию в сексе. Такая дрессировка перевернет все его представления о вас.

**Мужчина, родившийся в четверг**, часто увлекается процессом соблазнения. Он тщеславен в любви, но боится потерять личную независимость. Боится серых семейных будней. В зависимости от настроения, если его «подогреть», может и взбунтоваться. Поведение его не лишено парадоксальности, экзальтированности. В данном случае его следует

держат на коротком поводке.

**Мужчина, родившийся в пятницу,** эмоционален, способен на перевоплощения, убедителен в признаниях в любви. Ищет душевного спокойствия. Ему важно быть любимым, уважаемым, опекаемым женщиной. Верный супруг. Его сразу следует приручить, привязать к себе. Дрессировать такого мужчину несложно.

**Мужчина, родившийся в субботу,** замкнутый человек. Одиночество – его кредо. Он не доверяет противоположному полу, чувствительный, но скрытный, т. е. внешне не проявляет своих эмоций. Чтобы дрессировать такого мужчину, нужно относиться к нему с пониманием, применять индивидуальный подход.

**Мужчина, родившийся в воскресенье,** амбициозен и самоуверен. Свою женщину не даст никому в обиду и для нее бросится на подвиги. За ним она будет, как за каменной стеной. Он производит впечатление властного человека. В компании слушает только себя. Дрессировка этого типа возможна, особенно успешной она будет в области воспитания совместных детей.

Люди, встречающиеся, общающиеся между собой, так или иначе влияют друг на друга. Особенно их меняет семейная жизнь. Шалопай и гуляка может остепениться, тихая скромная девушка – стать сильной, волевой хозяйкой.

Все же заранее спрогнозировать, во что обернется ваш союз с партнером, и как-то протестировать этого человека

можно, уверяют астрологи. Предсказания даются ориентировочно по количеству дней лунного месяца, выпавших на момент рождения кандидата (см. табл. 3).

# 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.