Картинка

7 простых способов гарантированно заполучить мужчину за 8 минут

|  |
| --- |
| **Светлана Самэр****7 простых способов гарантированно заполучить мужчину за 8 минут** |
| **(Руководство к действию)** |

<http://svetlanasummer.ru>

Оглавление

[О ЧЁМ ЭТА КНИГА? 3](#_Toc377297428)

[ТРИ ПРОСТЫЕ ИСТИНЫ О ТОМ, КАК ЗАИНТЕРЕСОВАТЬ МУЖЧИНУ И РАЗБУДИТЬ В НЁМ ЖЕЛАНИЕ ВСЁ ЗАВОЕВАТЬ 3](#_Toc377297429)

[КАК ОБРАТИТЬ НА СЕБЯ ВНИМАНИЕ МУЖЧИНЫ? 3](#_Toc377297430)

[ПРАКТИЧЕСКИЕ СПОСОБЫ ПРИВЛЕЧЕНИЯ ВНИМАНИЯ МУЖЧИНЫ 3](#_Toc377297431)

[МАЛЕНЬКИЕ ХИТРОСТИ В БОЛЬШОМ ДЕЛЕ ЗАПОЛУЧЕНИЯ МУЖЧИНЫ 3](#_Toc377297432)

[ЧЕГО БОЯТСЯ МУЖЧИНЫ? 3](#_Toc377297433)

[КАК СТАТЬ ЛЮБИМОЙ ЖЕНЩИНОЙ ПРИ НАСТОЯЩЕМ МУЖЧИНЕ? 3](#_Toc377297434)

[ОБ АВТОРЕ 3](#_Toc377297435)

# О ЧЁМ ЭТА КНИГА?

В этой книжке (КНИГЕ) я хочу рассказать о том, как привлечь мужчину, как ему понравиться. Как сделать так, чтобы он обратил на вас внимание в считанные минуты. То есть мы будем говорить о ситуации, когда вам мужчина понравился, но вы не знаете, как обратить его внимание на себя.

В принципе, для привлечения к себе внимания нужно совсем немного времени. Нужно просто знать маленькие женские хитрости. Хитрости, которые подтверждаются психологической практикой, исследованиями, новыми знаниями.

То, что вы узнаете их из этой небольшой книжки, поможет вам правильно действовать в ситуации, когда вы встретили мужчину, он вам понравился, и вы хотите, чтобы он обратил на вас внимание.

Здесь не будет глубоких философских размышлений, не будет серьёзных научных выкладок. Не будет даже очень умных слов и терминов.

А что же будет?

Будут простые техники и фишки, которые помогут вам знакомиться с мужчинами. Техники, которые я собирала несколько лет. Техники, которыми сегодня пользуются многие тренеры, проводя платные тренинги для обучения женщин способам знакомства с мужчинами.

Я вам всё это дам в этой книжке.

Причём сразу хочу оговориться, что женщине для того, чтобы привлечь к себе внимание мужчины, вовсе не нужно демонстрировать очень глубокое декольте, не нужно одеваться провокативно и вульгарно, чему иногда обучают тренеры-мужчины. Хотя сексуальную составляющую флирта и внимания я не отрицаю ни в коем случае.

Я не буду здесь рассказывать, каких мужчин нужно привлекать, как разобраться в мужчине. Почему мужчины любят одних или других женщин. Для всего этого у меня есть тренинги и семинары.

В этой книжке я постаралась собрать именно практический материал, который поможет вам сразу начать знакомиться с мужчинами. Именно для этого я её и написала. Итак, переходим к основной части.

# ТРИ ПРОСТЫЕ ИСТИНЫ О ТОМ, КАК ЗАИНТЕРЕСОВАТЬ МУЖЧИНУ И РАЗБУДИТЬ В НЁМ ЖЕЛАНИЕ ВСЁ ЗАВОЕВАТЬ

**Истина № 1. Мужчины по природе своей достаточнО просты**

Именно так, просты - да, но совсем не глупы. Но проблема в том, что женщины часто приписывают мужчинам свои мысли и фантазии и, уже исходя именно из этого, общаются с мужчинами на совершенно непонятном им языке. То есть женщины сами додумывают за мужчин и разговаривают с ними через свои фантазии.

**Например.** Моя клиентка Ольга, 35 лет, пытается строить отношения с мужчиной, который ей очень нравится. Он - брат её подруги. Несколько раз провожал её с различных вечеринок по просьбе его сестры. Однажды подарил ей смешного медвежонка. После поездок за границу привозил ей магнитики и брелки из разных стран.

Ольга решила, что Миша в неё влюблен, но не признаётся потому, что стесняется. И с тех пор она делает всё, чтобы выйти за него замуж. Она достает билеты на интересные мероприятия, дарит ему дорогие подарки, постоянно звонит ему и даже планирует уже, где будет их свадьба, и куда они поедут в свадебное путешествие.

Я настояла на том, чтобы Ольга серьёзно поговорила с Мишей и выяснила его планы. И оказалось, что все её претензии ему вообще не понятны. У него есть девушка, а жениться он вообще пока не собирается.

И ещё он сказал, что если бы хотел связать с Олей свою жизнь, он бы ей СКАЗАЛ об этом САМ. Всё остальное - её фантазии. Конечно, Ольга пережила шок и очень обиделась на Мишу, который её ОБМАНУЛ.

Как вы сами понимаете, обмана никакого не было. Была простая подмена понятий. Ольга выдавала желаемое за действительное. На самом же деле, повторю ещё раз, мужчины достаточно просты. Именно поэтому, понимая это, помните главное:

**Если вам мужчина нравится, покажите ему свой интерес, а дальше позвольте ему действовать самостоятельно.**

Не приписывайте ему свои мысли и надежды. Не планируйте за него, не придумывайте себе то, чего на самом деле нет. И не огорчайтесь, если ваши придуманные планы не состоятся.

**Истина № 2. Мужчины любят особенных женщин**

Женщин, которых что-то выделяет из толпы. Как на физическом, так и на духовном уровне. Века цивилизации ничего не изменили в психологии мужчин. Они всегда обращают внимание на внешность женщины. Но вкусы и предпочтения у мужчин, так же как и у женщин, разные.

Именно поэтому следите за собой, любите себя, вкладывайте в себя. В своё физическое и духовное развитие. Присматривайтесь к мужчинам, научитесь понимать, что нравится тем мужчинам, которые нравятся вам.

**Ещё один пример**. У меня есть соседка Яфа, ей очень нравился молодой человек, с которым она работала. Они были хорошими друзьями, часто общались. У них было много общих интересов, они часто и много разговаривали. Но на свидания он Яфу никогда не звал.

Мы с ней обсудили эту проблему. И я ей посоветовала присмотреться, каких девушек он приглашает на свидания. Через неделю Яфа сообщила, что все эти девушки темноволосые, как и она сама, и одеты примерно одинаково.

И даже так, как ей самой это нравится. Но она не решалась так одеваться, боясь, что он посчитает её легкомысленной. В первый же день, как только Яфа вылезла из своей строгой одежды, и оделась так, как ей нравилось, молодой человек пригласил её на свидание.

И уже там выяснилось, что она ему давно нравится, но она всегда выглядела такой серьёзной и строгой, что он не решался пригласить её на свидание. Теперь они встречаются. И, я надеюсь, это выльется в серьёзные отношения.

**Истина № 3. Мужчина отдаст всЁ, что сможет, только за то, чтобы быть с женщиной, которая позволит ему быть настоящим мужчиной**

Ох, как же трудно убедить женщин перестать переделывать мужчин. Некоторые этого никогда и не поймут. Эта истина - для них тайна, которая никогда не будет понята. Желание женщин всё улучшать, в том числе и мужчин, часто мешает им быть просто счастливыми.

Дальше в этой книжке я постараюсь вас убедить в действенности политики принимать мужчин такими, какие они есть. Подстроиться под их желания. И получить то, что хочется. Но только в том случае, если вам такие изменения в себе не мешают оставаться самой собой.

Притворяться не стоит.

Мужчина рано или поздно это поймёт. Или вам надоест притворяться, и вы самого же мужчину и обвините в своих страданиях. Ну как же: «Я ради него вон, что с собой проделала, даже футбол ненавистный посещаю, а он не ценит, не делает то, что я от него хочу». Как тут не озвереть.

# КАК ОБРАТИТЬ НА СЕБЯ ВНИМАНИЕ МУЖЧИНЫ?

**Способ № 1. Выделяйтесь из толпы внешностью**

Я сейчас не о красоте. Понятие о красоте для всех разное. Кто-то любит блондинок, а кто-то брюнеток. Но, чтобы вас заметили, вы должны чем-то отличаться.

Красное платье, изящная шляпка, пластика движений в танце, чувственный голос в караоке, да мало ли какими талантами вы обладаете, используйте всё.

Подчеркивайте свою уникальность, старайтесь хоть ненадолго отделиться от толпы. Будьте другой, уникальной. Для мужчины обладание чем-то уникальным - самый сильный побудительный мотив.

**Способ № 2. Собираясь выйти с подругами в клуб или туда, где есть перспектива познакомиться, постарайтесь, чтобы вас было не больше трёх**

Но и не меньше. В этом есть большой смысл. Если вы познакомитесь с мужчиной и захотите с ним уйти, вы должны быть уверены, что ваши подруги не останутся в гордом и неприятном одиночестве. При этом вы не будете вынуждены оставаться в компании подруги, чтобы не бросить её одну.

Но ещё более важно то, что в большой компании вас могут и не заметить. И ещё, исследования подтвердили, что робких мужчин пугают большие компании женщин. Неробкие чувствуют себя комфортнее, зная, что не разрушили планы подружки, которая вынуждена будет уйти, оставшись в одиночестве. А значит, и понравившаяся девушка сможет покинуть подруг.

**Способ № 3. Будьте уверены в себе, уверены в том, что вы неотразимы и прекрасны**

Как показывают те же исследования, мужчины, прежде всего, обращают внимание на волосы, губы и кожу. Мне было 16 лет, когда я это поняла впервые. У меня тогда были длинные каштановые волосы.

И я их каждый вечер расчёсывала перед сном. И однажды я заметила, что под моим окном каждый вечер появляется компания парней, они просто сидят на лавочке и смотрят, как я расчёсываю волосы.

Через неделю я стала задергивать шторы, так вот один из них, подошёл ко мне на улице, извинился и попросил не задергивать шторы. Сказал, что у меня очень красивые волосы и им приятно наблюдать, как я их расчёсываю.

Я потом с этим парнем дружила ещё несколько лет.

Хотя ничего серьёзного между нами не было. Он был много старше меня, а я ещё и не мечтала о свиданиях. Женился он позже и на женщине с очень красивыми волосами, которая была старше его на 5 лет. Так что разница в возрасте - вовсе не помеха.

Только помните, что много косметики - это совсем не то, что нравится мужчинам. Наоборот, несколько слоёв тонального крема, яркая косметика пугают мужчин. Потому что они не понимают, что там под маской.

Одежда типа «унисекс» также не стимулирует мужчину к сближению. Растянутая футболка, джинсы, безразмерные и бесформенные вещи, которые демонстрируют женское стремление к независимости, совершенно не стимулируют мужчин к сближению, ухаживанию и тем более к романтике.

# ПРАКТИЧЕСКИЕ СПОСОБЫ ПРИВЛЕЧЕНИЯ ВНИМАНИЯ МУЖЧИНЫ

**Способ № 4. Установите с мужчиной зрительный контакт.**

Взгляд - это оружие настоящей женщины.

Бросьте на мужчину быстрый взгляд, слегка опустив подбородок. Взгляд сверху вниз заставляет мужчину чувствовать, что он доминирует. Такой взгляд делает женские глаза больше и выразительнее.

Ещё один женский взгляд: смущённо опуская глаза вниз в ответ на мужское внимание.

Самый интересный взгляд: три секунды неотрывно смотреть в глаза мужчине, при этом таинственно улыбаясь. Такой взгляд является для мужчины совершенно очевидным проявлением женского внимания.

Если смотреть прямо в глаза мужчине трудно, сосредоточьте взгляд на точке между бровями, мужчина этого не заметит.

Только помните, что этот приём срабатывает только на 60 % мужчин.

Ученые даже подсчитали, что 10 % мужчин нужно поймать на себе до 21 такого призывного взгляда, чтобы понять, что женщина в нём заинтересована. ***(Я НЕ поняла содержание предложения)***

И ещё один интересный вывод, сделанный учеными. Если женщина 35 раз в течение одного часа применит этот призывный взгляд ко всем мужчинам в помещении, где она находится, то как минимум четверо из них подойдут к ней с целью познакомиться.

Вот такая сила взгляда.

**Способ № 5. Не сидите и не ждите. Пройдите мимо мужчины, а ещё лучше остановитесь недалеко и примите позу с неромантичным названием «лордозис млекопитающих»**

Проходя мимо, вы добиваетесь двух целей: первое - мужчина вас заметит. Чего вы и добиваетесь. В то же время он сможет оценить вашу походку, пластику, аромат, волосы и многие другие привлекательные черты, которые вы хотите продемонстрировать.

Проходя мимо мужчины, стоит также принять **призывную позу.** Ноги прямые, спина чуть прогнута в пояснице, взгляд игривый из-за плеча. Женщина как бы говорит: «Поймай меня, если сможешь». Тем самым давая понять мужчине, что она в нём заинтересована.

**Есть и ещё одна подсказка.** Смотрите на мужчину, чуть склонив голову на бок. Поправьте волосы у шеи. Это движение сексуально само по себе, но, кроме того, подсознательно оно сигнализирует мужчине, что вы ему доверяете.

**Способ № 6. Покажите, что вы заинтересованы в общении, создайте при этом ощущение радости и удовольствия**

Вы уже привлекли внимание мужчины к себе. Теперь вам необходимо правильно ответить на его попытку пообщаться. До сих пор вы были прекрасной незнакомкой, в момент знакомства вам нужно перейти в категорию ещё более прекрасной знакомой.

Покажите мужчине, что его попытки познакомиться вам нравятся, что вы заинтересованы в более близком знакомстве. Но не перегибайте. Не бросайтесь на шею с радостными криками и даже не рассказывайте ему, что весь вечер только и мечтали о нём.

Такой энтузиазм может только оттолкнуть мужчину. Мужчина должен думать, что это он вас соблазняет, а не наоборот.

При этом постарайтесь создать ощущение радости и удовольствия от общения, и даже счастья.

Внимательно слушайте мужчину, одобрительно улыбайтесь, смейтесь его шуткам, даже если не очень смешно. Он ведь старается произвести впечатление.

Говорите на простые темы, старайтесь поддержать темы, начатые мужчиной. Не старайтесь сразу всё о мужчине разузнать. Это может только вызвать в нём опасения и напряжение.

**Способ № 7. Позвольте мужчине думать, что вы - особенная. И также покажите ему, что он - особенный**

Чтобы показать мужчине, что он - особенный, можно говорить комплименты. Это всем нравится. Но есть и более изощрённый способ показать восхищение. Используйте фразы: "Ух ты", "И как тебе это удалось", "Удивительно просто", "Здорово" и подобные им. Не стесняйтесь, хвалите его. Тем самым вы поощрите его быть более активным.

У мужчин есть природная склонность соревноваться, побеждать и хвалиться победами. Они даже больше, что он особенный, чем женщины, хотят иметь всё особенное, самое лучшее. Им важно считать свою женщину особенной. Причем им достаточно просто верить в особенность и неповторимость своей женщины.

Ваше дело убедить мужчину в своей необыкновенности и поддерживать в нём это убеждение. Это не так уж сложно. С удовольствием принимайте комплименты, никогда не отказывайтесь от сюрпризов и подарков. Тем более не отказывайтесь от предложения помочь.

Верьте в себя и любите себя. Позволяйте собой восхищаться. Подчеркивайте свои преимущества.

Чтобы стало понятнее, я вам приведу **один простой пример**. Недавно я была у подруги на дне рождения. Я сидела рядом с мужем именинницы, и в какой-то момент она подошла ко мне и стала что-то рассказывать.

Её муж поднялся и предложил ей сесть, она вместо того, чтобы поблагодарить его и порадоваться, сказала: "Да нет, не нужно, я сама принесу стул" и приволокла этот стул через всю комнату. Муж остался в растерянности стоять и наблюдать.

Когда я обратила её внимание на эту ситуацию, она удивилась, ведь она хотела как лучше. Она хотела, чтобы всем было удобно и комфортно. А желание мужа быть мужчиной, помогать, ублажать и получать благодарность и похвалу она вообще не учитывала.

Так что старайтесь поддерживать у мужчины это желание быть сильным, быть защитником на бытовом уровне, и тогда вы обязательно будете счастливы. И своему мужчине также подарите счастье.

**Вот такие простые 7 способов привлечь к себе внимание мужчины и познакомиться.** Причём сделать это можно даже меньше чем за 8 минут. Используйте полученные знания, и у вас всё обязательно получится.

# МАЛЕНЬКИЕ ХИТРОСТИ В БОЛЬШОМ ДЕЛЕ ЗАПОЛУЧЕНИЯ МУЖЧИНЫ

Хочу открыть вам ещё несколько секретов, которые помогут вам, милые дамы, понять, почему после стольких стараний и усилий вы все ещё одиноки. Что вы делали не так или не совсем так.

Я знаю многих женщин, которые ходят на тренинги, читают умные книги, выполняют полученные рекомендации, но всё ещё остаются одинокими. Их словно не замечают мужчины.

Они - невидимки.

Обо всех нюансах этой темы я буду рассказывать на ближайшем тренинге. А сегодня хочу вас посвятить в один маленький секрет. Знание этого секрета поможет вам, как привлечь мужчину, так и общаться с ним в дальнейшем.

**Секрет прост: Мужчины не понимают намёков**

Есть, конечно, уникумы, но их так мало, что делать на них ставку совершенно бесперспективно. Поэтому стоит принять как данность это утверждение. Оно многократно проверено, в том числе и мной. Принять и использовать.

Итак, приняли: мужчины не понимают намёков. То есть, если вы намекаете своему мужчине, что на улице зима и холодно, что вы мерзнете, что вы даже заболели, то совсем не факт, что на день рождения в апреле вы получите шубу. И даже если ваш день рождения в феврале, шуба тоже не факт.

Если вы рассказываете своему мужчине, что ваш сосед Вася купил своей жене на годовщину свадьбы шубу, то вы сами можете её никогда не получить, потому что ваша годовщина свадьбы в августе, и ваш мужчина не обязательно о ней помнит. И уж никак шубу к ней не привязывает.

Поэтому, если вы хотите получить именно шубу, потому что вам холодно, а не обогреватель с переключателем скоростей, так и говорите. Не заставляйте мужчину гадать, о чём вы пытаетесь ему намекнуть, и тем более не обижайтесь на то, что он ваших намёков не понимает.

Причём примените этот совет на все сферы вашей жизни. Примите как факт, что развитая фантазия у мужчин бывает только в женских романах. Именно потому, что они написаны женщинами и для женщин.

Поэтому просто научитесь просить то, что вам хочется получить. Причём просить не один раз. Но все эти советы хороши тогда, когда мужчина уже есть в наличии, есть, у кого попросить и кому голову поморочить.

 А как применить эту информацию в деле заполучения мужчины?

Недавно я нашла интересную информацию в Иллинойском университете в США. Провели любопытный эксперимент. В нём участвовали 280 студентов. Как мужчины, так и женщины. Им предложили посмотреть женские фотографии, которые выражали 4 эмоции: дружеское расположение, сексуальный интерес, грусть, антипатию.

Практически все женщины достаточно точно определили эмоцию, которую видели на фотографии. Тогда как мужчины вообще не справились с этим простым заданием. Они так и не смогли отличить флирт от простого дружеского расположения.

Наоборот, именно дружбу они принимали за сексуальный интерес. А флирт - за обычное дружеское расположение. И это в большинстве случаев. Хотя очень небольшое число мужчин всё же сумели безошибочно определить изображаемую эмоцию. Но их так мало, что не стоит делать на них ставку.

Итак, чтобы мужчина понял, что он вас заинтересовал, лёгкий флирт или лёгкий намёк вам точно не помогут. Он их просто не поймёт. А так как мужчины не меньше, чем женщины, боятся отказов, то вы можете просто потерять время в тщетных попытках и намёках.

И что же делать?

Не вешаться же ему на шею и тащить силком в загс. Нет, конечно. Просто используйте те намёки, которые мужчинам понятны на подсознательном уровне.

Например, как только заметите на себе взгляд заинтересовавшего вас мужчины, сделайте незаметный жест, который подчеркнёт какую-то сексуальную деталь в вашем образе. Ну, например, положите ногу на ногу, а ладонь на бедро.

Это как раз и включит фантазию мужчины. Он весь день будет вспоминать ваши ножки и фантазировать о том, что может быть там под юбкой. Он уж точно захочет ещё раз хотя бы увидеть вас.

И в конце я хочу дать вам одну маленькую и простую технику, которая поможет вам легко заполучить понравившегося мужчину. Техника называется «Магнетический взгляд».

Стоя напротив мужчины, посмотрите сначала через его плечо вдаль. Как можно дальше. Затем резко переведите взгляд на его глаза. От резкой фокусировки на очень близком предмете зрачки ваших глаз расширятся, и взгляд приобретёт тот самый магнетизм.

Будьте уверены, мужчина такой взгляд обязательно зацепит.

Таких маленьких уловок есть огромное множество, и я буду ими делиться с вами в своих семинарах и тренингах. Для того чтобы счастливых женщин и мужчин становилось всё больше.

# ЧЕГО БОЯТСЯ МУЖЧИНЫ?

Каждая женщина хочет быть любимой. Ведь смысл существования женщины - это семья. Карьера, любимое дело, учёба - всё это прекрасно и, конечно же, нужно современной женщине. Всё это делает жизнь наполненной и интересной.

Но смысл существования женщины - это именно семья. Женщина - дарительница жизни и её желание быть замужем - самое естественное и правильное. Ведь не ради карьеры жить. Хотя и карьера для женщины сегодня - дело нужное.

Именно для тех женщин, которые хотят замуж (что я приветствую всей душой), я хочу рассказать, чего же боятся мужчины. Именно для того, чтобы вы, милые дамы, избежали ненужных ошибок в важном деле: найти своего мужчину и выйти замуж.

Итак, чего же боятся мужчины?

Боятся, но никогда сами в этом не признаются. Поэтому это за них сделаю я.

**№ 1. СТРАХ Сделать первый шаг**

Иногда признания от мужчины можно ждать годами. И не потому, что он вас не любит или не заинтересован, а просто потому, что боится получить отказ. Да, именно так, мужчины боятся получать отказы не меньше, чем женщины. Особенно если такой опыт в их жизни уже есть.

Вы заметили его интерес к вам?

Он вам тоже нравится?

Ну, так помогите ему, только совсем немножко. Например, попросите о помощи, улыбнитесь. Сделайте так, чтобы он понял, что отказа не последует.

**№ 2. СТРАХ Оказаться несостоятельным**

Социальные установки утверждают, что именно мужчина - добытчик, женщина - хранительница очага. Именно поэтому мужчина опасается, что не сможет удовлетворить материальные потребности женщины.

Если его финансовое положение вас устраивает, если вы всем довольны, дайте ему понять это. Развейте его сомнения. Но осторожно и аккуратно.

Помните, что богатые мужчины ещё больше боятся меркантильных женщин. Те же, которые хвастаются своими финансовыми успехами, на самом деле - слабые и несостоятельные мужчины.

**№ 3. СТРАХ Выглядеть и быть смешным**

Мужчины боятся насмешек, даже лёгких и безобидных подтруниваний. Он хочет выглядеть сильным и уверенным. Поэтому не нужно упражняться в остроумии и показывать своё чувство юмора.

Поберегите его самолюбие, если он вам дорог. Зато можете немного поупражняться в остроумии по поводу других мужчин. Но не зло. Вашему другу это понравится.

**№ 4. СТРАХ Выглядеть глупее женщины**

Мужчины опасаются не умных женщин. Мужчины боятся женщин, которые постоянно демонстрируют своё превосходство, используя свои знания и ум. Он должен чувствовать себя умным. Его авторитет должен быть на высоте.

Так же, как женщина постоянно нуждается в комплиментах своей внешности, мужчина нуждается в постоянной подпитке собственной самооценки.

Именно поэтому совершенно не стоит вести с мужчиной беседы на темы, в которых он несилён и которые не входят в сферу его интересов. Заботьтесь о том, чтобы он чувствовал себя достойным. Если вы станете его хвалить без повода, он обязательно почувствует фальшь.

Умные самодостаточные мужчины также не особо жалуют глупых женщин и даже побаиваются по-своему. Глупая спутница – это вообще не повод для гордости. Поэтому постарайтесь придерживаться золотой середины.

**№ 5. СТРАХ Очень красивых и сексуальных женщин**

Именно поэтому такие женщины часто остаются одинокими, хотя и нравятся мужчинам. Они боятся того, что жизнь рядом с такой женщиной превратится в постоянную борьбу за неё.

Мужчине нравится, что мужчины обращают внимание на его женщину. Но ему ни за что не понравится её провокативный вид. Совсем уж не стоит провоцировать вожделение мужчины, если собираетесь замуж и есть достойный претендент.

**№ 6. СТРАХ Ответственности**

Мужчины вовсе не боятся потерять свободу, как мы часто думаем. Но они очень боятся вашей от них зависимости. Мужчину пугает мысль о том, что ваша жизнь и благополучие всецело зависят именно от него.

Не принуждайте его к немедленному принятию решений. Никогда не говорите, что вы без него не справитесь. Пусть всё идёт само собой. Тогда и решения будут приниматься сами собой.

**№ 7. СТРАХ Перейти к более интимным отношениям**

Мужчина далеко не всегда понимает, как вы отнесётесь к тому, что он станет более смелым и раскованным. То есть перейдёт к более близким ласкам. Он боится, что вы посчитаете его нахалом или вообще хамом. И откажете.

А как вы помните, мужчины боятся отказов. Как ему понять, когда вы будете готовы? Вы же сами это прекрасно понимаете. Вот вам и карты в руки. И нечего сидеть и терзаться вопросом, почему он такой несмелый.

Самый большой страх мужчины - оказаться несостоятельным любовником. Но об этом - в следующий раз. На сегодня этого достаточно. Думайте и решайте, как строить свои отношения. Ваше счастье зависит от вас!

# КАК СТАТЬ ЛЮБИМОЙ ЖЕНЩИНОЙ ПРИ НАСТОЯЩЕМ МУЖЧИНЕ?

Мужчин можно брать голыми руками, если у вас есть мозги, ну, и немного желания. Не верите? Я тоже не верю. Потому, что вокруг огромное количество прекрасных женщин, умных, красивых добрых и страшно одиноких.

Возникает законный вопрос: ПОЧЕМУ? И ещё один такой же законный, что делать умной, доброй, красивой одинокой женщине? Что делать, чтобы перестать быть такой страшно одинокой?

У меня есть ответ на этот вопрос. Причём очень простой. Можете верить или не верить. Но ответы, они всегда очень простые. Как и сама жизнь. Она только кажется сложной. Но её законы довольно просты.

Да, я знаю, что мужчин меньше, чем женщин. Я знаю, что далеко не все мужчины могут даже с большой натяжкой считаться настоящими. Я знаю, что далеко не все женщины выйдут замуж и будут замужем счастливы.

И вы это знаете. Всё так. Да только, если вы боитесь остаться в одиночестве, то обязательно останетесь. Или выскочите замуж за кого попало. Лишь бы не одной. А потом только начнутся страдания. Ведь замужем за кем попало нельзя быть счастливой.

Замуж девушки хотят именно для того, чтобы быть счастливыми, чтобы жизнь была радостной. И как с этими мечтами вяжется: замуж за кого-нибудь, лишь бы быть замужем? Если замуж идти от страха одиночества, то от одиночества избавиться не получится.

Вот и давайте подумаем, что делать в такой непростой демографической ситуации. Когда желающих выйти замуж гораздо больше тех, кто может исполнить это их желание, то есть жениться.

Мой главный совет - перестаньте бояться. Перестать бояться одиночества, перестать бояться не успеть. Перестать бояться не справиться со своей жизнью без мужчины. Престать бояться и всё.

Перестаньте думать, что настоящая жизнь наступит только тогда, когда ОН наконец-то появится. Когда на пальце заблестит колечко. А лучше два. Одно обручальное, другое венчальное. Вот тогда оно и наступит, счастье. А пока - это выживание, мучение и страдание.

Помните, что живёте вы именно сегодня, сейчас. Будущее пока ещё не наступило. И не стоит из-за непонятного пока ещё будущего портить себе жизнь сегодня. Можно же быть счастливой и наслаждаться жизнью, продолжая мечтать и ждать.

Ну а пока вы ждёте своего единственного, того, с которым пойдёте по жизни, проделайте упражнение, которое поможет вам освободиться от ментальных завалов, прошлых обид. Всего, что мешает наслаждаться жизнью сейчас, и создать своё счастливое будущее.

Итак, "Очищение территории любви".

Расслабьтесь, выровняйте дыхание. Подышите спокойно несколько минут и избавьтесь от всех мыслей. Представьте себя в чудесном месте. Где вам спокойно и комфортно. Где вы испытываете покой и счастье. Это может быть лесная поляна, цветущий луг, берег моря, горная вершина, дворец.

Это ВАШЕ место.

А теперь вспомните своих прошлых возлюбленных. Тех, кого вы любили. Тех, о ком мечтали. Тех, кто, может быть, вас обидел, кто причинил вам боль, может, даже и не намеренно. Или намеренно. Всех тех мужчин, которые были в вашей жизни.

Пусть они появляются по очереди. И каждого мужчину из вашего прошлого вы должны простить и отпустить. Для этого вы можете использовать формулу прощения. Например, такую:

**«Я прощаю тебя (имя), и отпускаю с любовью и благодарностью. Теперь ты свободен и я свободна».**

Мысленно улыбнитесь ему и помашите рукой, прощаясь. Важно, чтобы в ваших мыслях он также улыбнулся вам и помахал на прощанье рукой. Почувствуйте умиротворение и спокойную радость.

Это было в вашей жизни. Это только эпизод. Вы живёте, и вас ждут новые прекрасные встречи. Почувствуйте, что вы освободились от прошлого, от обид и вы готовы к новым встречам, к новой любви. И она обязательно придёт.

А я желаю вам любви и благополучия!

# ОБ АВТОРЕ

Здравствуйте!

Меня зовут Светлана Самэр.

Я - практикующий психолог, профессиональный коуч. Эксперт по устранению страхов, тревожных состояний и неуверенности в себе.

Автор проекта <http://svetlanasummer.ru>

Более 17 лет помогаю людям справляться с психологическими проблемами. С 2008 года работаю в качестве профессионального коуча. Одна из первых среди коучей начала комбинировать в работе с клиентами инструменты практической психологии и современные коучинговые системы.

За время работы в качестве коуча провела более 1 000 консультаций и лично помогла более чем 200 людям.

Моими клиентами являются в основном женщины из России и других стран СНГ, а также русскоговорящие женщины из Италии, Швеции, США, Китая и Норвегии.

Работая преимущественно с женщинами, имеющими свой бизнес, и жёнами состоятельных бизнесменов, я помогаю им решать следующие задачи:

* Найти подходящий бизнес и открыть его.
* Найти занятие, которое приносит удовольствие, и сделать его доходным.
* Стать достойной женщиной и получить достойного себя мужчину.
* Избавиться от проблем в семейной жизни.
* Наладить отношения с детьми.

Сегодня я помогла лично уже нескольким сотням женщин улучшить свои отношения с мужчинами.

Я очень долго наблюдаю за женщинами и мужчинами. Это моя профессия. Я вижу, сколько нелепых ошибок делают женщины. Не со зла, а от недопонимания. Просто потому, что они копируют своих родителей, мам, которые тоже не умели и не знали, как себя вести.

И мне очень обидно за прекрасных, добрых и милых женщин, которые могут родить чудесных детей и создать чудесные семьи, но которые остаются одинокими. Я вижу почему, знаю почему. И мне хочется всем помочь.

Моя цель – любая женщина, с которой я работаю, должна быть счастливой. Одним для этого нужно развестись, чтобы найти лучшего мужчину. Другим женщинам для этого нужно просто понять своего мужчину и сблизиться с ним.

Сегодня я помогаю женщинам стать счастливыми в условиях двойных общественных стандартов, когда про разведённых мужчин говорят, что они - "свободные", а про разведённых женщин, что они - "брошенки".

Я уверена, что мои методы могут помочь любой женщине, поскольку я сама сумела благодаря им избавиться от всех своих страхов и достичь успеха в жизни. Считаю, что для того, чтобы чего-то достичь, надо этого сильно захотеть и хоть что-нибудь сделать. Именно в таком порядке.