

## Введение

Говорят, что делать выбор — это тяжелое и ответственное занятие. Я не согласна. По-моему, выбирать легко и приятно. Особенно, когда есть из чего... Ну, или из кого...

И то, что в двадцать первом веке у женщин появилось так много альтернатив, по-моему, просто прекрасно. Мы можем выбрать между мини и макси, короткой стрижкой или длинными локонами, стремительной карьерой и участью домохозяйки, но главное, и это особенно приятно, не мужчины выбирают нас, а мы их!

Прошли времена, когда девушки скромненько сидели в сторонке, потупив взгляд, покорно ожидая, когда молодой человек подойдет и заговорит с ними. Сегодня женская инициатива во все не кажется чем-то криминальным, из ряда вон выходящим, неженственным. Напротив, девушка, не боящаяся проявить инициативу и сделать первый шаг, считается очень сексуальной и раскованной. А следовательно, дело за малым: как этот самый первый шаг сделать?



● Где и как познакомиться с мужчиной вашей мечты?

Народная мудрость гласит: у тебя никогда не будет второго шанса произвести первое впечатление. Может, именно поэтому многие девушки так робеют? Боятся сказать или сделать что-то не то. Боятся показаться навязчивыми или неженственными. Боятся, что молодые люди их отвергнут или высмеют.

Уж кто-кто, а я все это знаю не понаслышке. Ведь я сама очень долгое время была именно такой девушкой. Я могла часами стрелять глазками и беспомощно улыбаться понравившемуся парню, но первого шага никогда не делала. Может быть, поэтому все мои истории заканчивались одинаково. В ночных клубах и на тусовках, где я искала потенциального бойфренда, те, кто сильно нравился мне, не обращали на меня ни малейшего внимания. А все мои сексуальные взгляды и многообещающие улыбки почему-то замечали абсолютно не привлекавшие меня мужчины. Я комплексовала и думала, что все дело во мне. Может, я недостаточно эффектна? Может, у меня слишком завышенные требования, и я засматриваюсь лишь на недоступных красавчиков? А может, я просто неудачница?

К счастью, в один прекрасный вечер мое мировоззрение в корне перевернулось. В ночном клубе я заметила фантастически привлекательного молодого человека. И это свершилось! Мое желание быть с ним впервые оказалось сильнее



страха быть отвергнутой. Я решилась! Просто подошла и, обмирая от страха, сказала: «Привет, как поживаешь?» И что бы вы думали, он ответил?! «Теперь, когда ко мне подошла такая красивая девушка, — намного лучше», — сказал он и многообещающе улыбнулся. Моя маленькая храбрость вылилась в шесть месяцев пылкой страсти. И мне ни разу не пришлось пожалеть о том, что я подошла первой.

С тех пор все мои страхи исчезли без следа. Я знакомилась, и знакомилась, и знакомилась. И НИ РАЗУ НИКТО мне не отказал! Конечно, пару раз я нарывалась на женатых или просто несвободных мужчин, но и они не посылали меня подальше. Даже наоборот! С ними и их женами я дружу и общаюсь по сей день.

Так что если ты готова перестать бояться проявлять инициативу, то добро пожаловать в мир, где женщины сами выбирают себе бойфрендов!

Эти простые сорок девять правил помогут тебе понять, как подойти, что сказать и что ответить понравившемуся парню, чтобы ваше знакомство, во-первых, состоялось, а во-вторых, вылилось в весьма перспективное общение.

# Глава 1

## Нас выбирают

Кто из нас, девушек, не мечтает о знакомстве с прекрасным принцем! Чтобы с улыбкой Тома Круза, интеллектом Шопенгауэра и кошельком Абрамовича. Вот только в жизни почему-то получается несколько иначе. Если кто-нибудь из молодых людей и подходит познакомиться, то обязательно некто с внешностью Франкенштейна и манерами свинопаса. Откуда такая жизненная несправедливость? Почему с нами вечно знакомятся «не те мужчины»? И как приманить правильных женихов? Эти правила для девушек, стесняющихся делать первый шаг. Самый полный список советов о том, как легко и непринужденно спровоцировать на знакомство понравившегося мужчину.

..... **Правило № 1**  
**ОПЯТЬ НЕ ТОТ!**

**Каждый раз, когда на улице или в общественном транспорте с тобой пытается**



**познакомиться некто, очень похожий на главного героя фильма «Годзилла», ты наверняка кривишь губы, холодно отшиваешь незадачливого кавалера, а про себя думаешь: «Нет в этом городе/стране/мире нормальных мужиков!»**

А приходило ли тебе когда-нибудь в голову, что чем больше ты так думаешь, тем меньше у тебя шансов встретить мужчину своей мечты? Наша мысль имеет огромную силу. Если ты ежедневно программируешь себя на одиночество, незавидных ухажеров и прочий негатив, то твое тело поневоле вынуждено выполнять команду мозга.

Проанализируй свои мысли и убеждения и посмотри, нет ли среди них следующих опасных предрассудков:

— Нормальные мужики все заняты, остались одни уроды и неудачники.

— Все мужики козлы, сволочи, придурки.

— Да кому охота знакомиться с такой, как я, когда кругом столько молодых, симпатичных девиц?!

— Это женский город! Мужиков на всех не хватит, а нормальных и подавно.

Итак, если в вышеперечисленных высказываниях ты узнала свои мысли, можешь себя по-



● Где и как познакомиться с мужчиной вашей мечты?

здравить. Ты сделала первый и очень важный шаг к самопознанию. Скорее всего, именно в этих негативных установках и заключается основная причина твоих неудач в общении с сильным полом. Ты сама мысленно сформировала свой мир со своими законами. И если в твоём мире все мужчины «уроды и придурки», которых к тому же на всех не хватает, то ничего удивительного, что личная жизнь не клеится.

Конечно, такие установки не берутся из воздуха. Наверняка ты пришла к таким печальным выводам в результате каких-то событий. Например, твой собственный опыт знакомств был довольно печальным или твоим подругам попадались одни дураки. А все мужчины, которые тебе казались привлекательными, оказывались женатыми или влюбленными в других девушек. В результате образовался замкнутый круг из негативных переживаний.

Чтобы разорвать его, необходимо изменить свои убеждения. Для этого выпиши на бумажку все свойственные тебе отрицательные установки, а затем замени их противоположными. Например, вместо фразы «Все мужики идиоты и уроды» напиши: «Меня окружают красивые, интересные, добрые и порядочные мужчины». Установку «Вечно я привлекаю только каких-то придурков» замени установкой «Я притягиваю





● Где и как познакомиться с мужчиной вашей мечты?

то подойдет знакомиться, какой бы красавицей она ни была. Никто просто не рискнет! Ведь «закрытая поза» означает нежелание идти на контакт. А вот девушки, кокетливо трогающие свои волосы или ненавязчиво прихорашивающиеся, наоборот, притягивают мужчин как магнитом.

Языком жестов несложно овладеть. Чтобы существенно облегчить свою жизнь и общение с молодыми людьми, достаточно помнить лишь самые основные принципы.

1. Знакомство начинается со взглядов. Конечно, хлопать ресницами и томно закатывать глаза, как в позапрошлом веке, не стоит. А вот многообещающе и заинтересованно посмотреть на понравившегося тебе мужчину очень даже можно. Главное — встретиться с ним глазами. Старайся не сверлить его взглядом, просто ненадолго задержи взор, а потом скромно отведи глаза. Такая игра в гляделки бывает очень эффективна. В конце концов молодой человек не выдержит и сам к тебе подойдет.

2. Улыбка — лучшее приглашение к знакомству. Улыбка невероятно располагает к общению. Ты, наверное, и сама замечала, насколько приятнее водить компанию с веселыми и жизнерадостными людьми. Улыбнуться приглянувшемуся мужчине — это все равно что сказать: «Ты мне нравишься, я не против познакомиться». Но улыбка должна быть добрая и искренняя. Избе-





гай насмешливости и натянутости. Такое выражение лица тебя явно не украсит.

3. Если ты хочешь дать понять человеку, что он тебе приятен, поверни корпус к нему. Носки твоих туфелек должны быть направлены на него.

4. Если хочешь завоевать расположение мужчины еще до того, как вы начали разговаривать, попробуй «отзеркалить» его позу: встань или сядь так же, как он, скопируй наклон его головы и корпуса. Высший пилотаж: попробовать уловить ритм его дыхания и подстроиться, дыша синхронно. Такой прием является идеальным средством аттракции (то есть притяжения).

..... **Правило № 3**

**ОСЕЧКА!**

**Случался ли с тобой такой курьез? Ты наряжаешься, производишь красоту, весь вечер пытаешься очаровать понравившегося парня, а в итоге на крючок твоей неотразимости попадает совсем другой человек.**

Лично со мной такое случалось даже слишком часто. Создавалось такое впечатление, что Купидон, то ли сдуру, то ли спьяну, промазывал мимо тех мужчин, которых я так стремилась



● Где и как познакомиться с мужчиной вашей мечты?

очаровать, и ранил тех, кто мне даром не был нужен.

Долгое время я ломала голову над этой странной загадкой природы. Почему мы так легко покоряем тех, к кому равнодушны, и так сложно тех, кто нам по-настоящему нравится. Наверное, все дело в чувствах.

Когда влюбленность бурлит в крови, ты чувствуешь себя уязвимой. Ты всего боишься. А вдруг он меня не заметит? А вдруг он сочтет меня вульгарной и доступной? А вдруг я не в его вкусе? Тебя одолевают тысячи сомнений. В итоге пропадает легкость и игривость.

Мало кто понимает, но отношения мужчины и женщины — это игра. Если ты ощущаешь себя азартным игроком, решившим сразить противника во что бы то ни стало (хитростью, сексапильностью или даже слабостью), то все, что ты делаешь, становится легким, непринужденным и изящным. Ты интуитивно чувствуешь, что надо сказать, когда рассмеяться, как посмотреть на него, чтобы он не смог устоять против твоих чар. Стоит же тебе перестать воспринимать флирт как игру и начать думать, будто это вопрос жизни и смерти, как все идет под откос!

Как-то раз я пыталась очаровать невероятно красивого и успешного молодого человека. Мы почти не знали друг друга, но он нравился мне безмерно, и каждый раз, когда кто-то произносил его имя, меня бросало в жар. И вот в решаю-



щий вечер я собиралась и приводила себя в боевую готовность.

Надо было видеть это шоу! К вечеринке, на которой мне предстояло встретиться с мужчиной моей мечты, я готовилась почти месяц, тщательно продумывая свой наряд и эффектное появление. В результате долгих раздумий я приготовила атласное мини-платье, цвета шампанского, обтягивающее меня как вторая кожа, высокие сапожки и белоснежную шубу. Мой внешний вид должен был сразить его в первую же секунду.

Стоило мне одеться, как меня одолели сомнения. А что, если он сочтет, что я выгляжу вызывающе? Еще подумает, что я какая-то расфуфыренная краля. В результате продолжительных душевных терзаний я переоделась. В серенький свитерок и джинсы. Надеялась сразить его своей «природной красотой».

В итоге на вечеринке я выглядела как серая мышь и чувствовала себя соответственно. Шутки и остроты не шли у меня с языка. Запинаясь и краснея, я несла полную ахинею и много смеялась невпопад. Надо ли объяснять, что более близкое знакомство с мужчиной моих грез так и не состоялось.

Осечка вышла! Чтобы не оказаться в таком плачевном положении, учти мой опыт: не стесняйся блистать. Представь себе, что это не судьбоносная встреча всей твоей жизни, а просто игра. Игроки срывают куш значительно чаще.



- Где и как познакомиться с мужчиной вашей мечты?

..... **Правило № 4**

**ОПРЕДЕЛЯЕМСЯ С ЖЕЛАНИЯМИ**

**Порой девушка, страстно желающая познакомиться с мужчиной, легко получает желаемое. С ней постоянно знакомятся. Но все время не те мужчины! Такое, как правило, происходит с теми женщинами, которые сами не знают, с каким мужчиной хотят познакомиться...**

Конечно, капризность не самое лучшее женское качество, но чтобы найти подходящего тебе мужчину как можно проще и непринужденнее, некоторая разборчивость просто необходима.

У меня была подруга Ира. Красивая и одинокая девушка. Выглядела она всегда на миллион. Казалось, что даже в булочную она ходит на шпильках и с уложенными волосами. «Никогда не знаешь, где встретишь свою судьбу», — любила повторять Ира, загадочно улыбаясь, и была по-своему права. С ней действительно часто знакомились мужчины: в супермаркете, в пробке, на работе, в ночных клубах, даже просто на улице. Она умела привлекать к себе внимание. Проблема была в том, что все эти знакомства так ничем и не заканчивались.



«Не понимаю, что происходит, — жаловалась Ира, — со мной знакомятся совсем не те мужчины, которых я хочу!»

— А каких ты хочешь? — любопытно спросила я.

Ира призадумалась: «А я и не знаю», — был ее ответ. Вероятно, в этом и крылась проблема. Загадать: я хочу, чтобы со мной познакомились мужчины — еще не достаточно. Необходимо как можно точнее определиться, какой мужчина тебе нужен? И зачем? Солидный и положительный банкир для брака или знойный, отвязный мачо для пары нескучных ночей? Сформулируй, наконец, какого человека ты ищешь.

Не стоит быть слишком придирчивой. У меня были подруги, которые искали настолько определенных молодых людей, что их жизнь превращалась в нескончаемый строгий кастинг претендентов. Помни, что на поиски мужчины с определенным оттенком глаз, определенным авто и доходом могут уйти годы. Так, например, моя знакомая Лида мечтала встретить мускулистого блондина в черном «BMWx5». И она его встретила спустя два года мечтаний, а еще через год они поженились. Жаль только, что шикарная иномарка ему не принадлежит. Просто Лидин избранник работает личным шофером. Ну да не важно! Если ты определилась в выборе, попро-



● Где и как познакомиться с мужчиной вашей мечты?

буй уложить свои требования в три обязательных и еще три желательных пункта.

Например, напиши: «Мой избранник будет: 1. Умным. 2. Веселым. 3. Симпатичным, желательно, чтобы при этом он был еще и заботливым, успешным, щедрым». Такого человека судьба может послать тебе довольно быстро.

И еще один важный момент! Не суди о мужчинах слишком поспешно. Первое впечатление часто бывает обманчивым.

..... ● **Правило № 5**

**ОХОТНИЧЬИ УГОДЬЯ**

**Итак, ты наконец осознала, какого мужчину и для каких целей ищешь. Поздравляю! Теперь самое главное — понять, где такие мужчины водятся, и проникнуть в сферу их обитания!**

У меня есть друг. Отличный парень. Очень успешный и очень одинокий. Про таких, как он, принято говорить: завидный жених. Много лет этот самый завидный жених Евгений пребывает в депрессии. Причина проста и понятна: отсутствие любимой девушки или той, которую он, хотя бы ошибочно, считал бы любимой девушкой.

— Ужасно, — жаловался мне Евгений, — де-



вушки превратились в алчных пустышек. С ними невозможно разговаривать ни о чем, кроме тусовок, дизайнерских шмоток и прочих глупостей. Им, кроме шопинга, ничего не интересно! Да они, кроме глянцевого журналов, ничего не читают! Как с такими общаться?! Куда катится этот мир?!

Я сочувственно поддакивала, но в глубине души мне было смешно. Конечно, если ты состоятельный и состоявшийся мужчина и вращаешься в определенных кругах, ты будешь постоянно нарываться на определенный тип девушек.

Если ты познакомишься с девушкой в элитном ночном клубе, то шанс нарваться на любительницу классической музыки и Достоевского, прямо скажем, невелик. Такой простой выход, как познакомиться с обычной студенткой, забежавшей перекусить в «Макдоналдс», Евгению и в голову не приходил. Ведь ему хотелось, чтобы девушка была одного с ним круга.

Мораль истории проста: хочешь поймать рыбу, иди на речку. Рыба не водится в горах или в лесу, как ты ни пытайся, ее там не поймашь. Точно так же и мужчины. Сложно встретить знойного и сексуального прожигателя жизни в Ленинской библиотеке, еще сложнее встретить олигарха в дешевой закуской. Следовательно, как только ты определилась, с каким мужчиной







встречаюсь с мужчиной своей мечты, а иногда даже надеваю кольцо на безымянный палец, чтобы отпугивать слишком уж настойчивых поклонников. Обычно с замужними или влюбленными по уши девушками знакомятся нечасто. У них на лбу написано: я занята и счастлива.

Впрочем, если уж вспоминать, ко мне не так часто подходили парни даже тогда, когда я была свободной девушкой. В чем же дело? Может, я недостаточно привлекательна?

Ответ на этот волнующий вопрос я получила одним прекрасным летним вечером, когда мне предстояло провести торжественный концерт. День выдался сумасшедший: я изучала сценарий, забирала из проката вечернее платье, созванивалась с организаторами. В результате на внешний тюнинг времени почти не осталось. Быстренько накрутив волосы на бигуди, я выбежала из дома, решив, что накрасюсь на месте.

Стоило мне выйти на улицу, как прохожие во все глаза уставились на меня. Трудно было их винить: все-таки не каждый день встретишь безумную девушку в бигуди, преспокойно разгуливающую по Москве. В маршрутке все пассажиры пялились на меня не переставая. А мужчины улыбались. Сначала я смущалась, но потом стала замечать, что их улыбки отнюдь не насмешливые и обидные, скорее заинтересованные. Я стала улыбаться в ответ. Через несколько



● Где и как познакомиться с мужчиной вашей мечты?

остановок ко мне подсел симпатичный молодой человек:

— Девушка, можно с вами познакомиться?

От неожиданности я растерялась и промямлила, что замужем.

— Какая жалость, — вздохнул он.

Когда я прибыла на место, нездоровое мужское внимание к моей персоне только усилилось. Молодые люди в буквальном смысле слова сходили с ума и без устали осыпали меня комплиментами. Мне хотелось крикнуть: «Люди, вы что?!»

Сложно было понять, чем могли сразить мужчин волосы, накрученные на бигуди, и отсутствие косметики.

Ответ я получила лишь несколько лет спустя от одного своего друга.

— Познакомиться с красивой женщиной очень страшно, — признался он. — Чем девушка роскошнее и неприступнее, тем больше шансов, что она пошлет тебя подальше в самых негуманных выражениях. Когда привлекательная девушка предстает перед тобой уязвимой и чуть-чуть несовершенной, это как будто зеленый сигнал светофора. Неудивительно, что мы, мужики, понимаем — это наш шанс и тут же рвемся в бой.

Девушки, если вы красивы, но одиноки — задумайтесь. Красота высокомерна. Может, неприступность и ледяной взгляд отпугивают ваше счастье? Это ли не повод улыбаться чаще?



..... **Правило № 7**

**КТО ПОЧЕМ?**

**Когда мужчина подходит к тебе и произносит сакраментальную фразу: «Девушка, можно с вами познакомиться?» или что-то более оригинальное, за сотую долю секунды ты должна оценить потенциального кавалера и озвучить приговор: го-ден или свободен. Как принять верное ре-шение за столь короткий срок?**

Первая фраза очень важна! И вообще-то по-ведение мужчины может поведать о нем очень много, куда больше, чем его внешность! Ведь внешность обманчива. Шикарный костюм и авто вполне могут оказаться позаимствованными на-прокат, а скромненькая курточка может ока-заться временной дачной экипировкой.

Вспомните, как в фильме «Москва слезам не верит» героиня Алентовой встретила героя Ба-талова в электричке. У него были непрезента-бельные грязные ботинки, но он тут же смягчил первое негативное впечатление ироничной ост-ротой.

Так же и ты. Обязательно обрати внимание на то, с какой фразой молодой человек подошел



● Где и как познакомиться с мужчиной вашей мечты?

к тебе знакомиться. Существуют самые разные варианты:

«Девушка, можно с вами познакомиться?» Не оригинально, но зато вполне нейтрально. Если молодой человек кажется тебе симпатичным, а тон его голоса располагающим к общению, вполне можно простить банальность подхода и узнать его поближе.

«Ваша красота потрясла меня» или еще какой-нибудь пышный комплимент. Лестно. Но все же стоит проверить искренность молодого человека. Если он говорит это чересчур серьезно, вполне возможно, что он подхалим. Если констатирует как факт и при этом держится с видом заправского соблазнителя, значит, скорее всего, бабник, отрепетировавший этот прием на сто двадцать одной девушке. Если же в его тоне присутствуют шутливые нотки, скорее всего, отличный парень с хорошим чувством юмора.

Еще один проверенный и распространенный способ познакомиться с кем-то — это предложить свою помощь. Мужчины нередко так делают. Например, однажды, когда я тащила тяжеленную сумку, ко мне подошел парень и сказал: «Надеюсь, вы не примете меня за грабителя. Я просто хочу помочь вам донести тяжелую сумку». Предложения бывают разные. Если молодой человек предлагает что-то адекватное, например угостить коктейлем, вполне можно согласиться. Это вовсе





● Где и как познакомиться с мужчиной вашей мечты?

И все же, как бы это ни претило чуткой женской натуре, отказывать в знакомстве надо. Зачем давать молодому человеку тщетную надежду, если заранее знаешь, что у вас ничего не выйдет? Разве тебе самой хотелось бы оказаться на месте человека, которому морочат голову? Скорее всего, нет. Так что, если мужчина тебе не понравился, прояви твердость. Откажи в знакомстве.

Важный вопрос: как это сделать? Конечно, лучше всего тактично и вежливо. Не стоит без надобности ранить чужое самолюбие. Вот несколько вежливых вариантов отказа, которые помогут тебе не обидеть молодого человека, но при этом не дать ему напрасную надежду. В ответ на предложение «Девушка, можно с вами познакомиться?» ты можешь сказать:

— Я бы с удовольствием, но мой муж/бойфренд вряд ли это одобрит.

— Спасибо, что обратили на меня внимание, но я не свободна.

— Нет, извините, я не знакомлюсь на улице/в клубе/на работе.

— Мне очень приятно ваше внимание, но я тороплюсь. Извините.

Бывает, что на этом мужчина не успокаивается, наивно полагая, что женское «нет» означает «может быть». «Может быть», в свою очередь, «да». Если поклонник становится навязчив и продолжает попытки познакомиться с тобой, нет никакого смысла препираться с ним, доказывая,



что это не женское кокетство и что ты действительно не желаешь знакомства.

Просто уходи. Конечно, если можешь. Если же вы находитесь в замкнутом пространстве и тебе отрезаны пути к отступлению, просто молчи или отделявайся односложными предложениями «да», «нет», «не знаю».

Хотя иногда велик соблазн послать наглого и хамоватого мужчину по адресу, указанному на каждом заборе, делать этого все же не стоит. Не по соображениям этики, а по соображениям личной безопасности. Мало ли у кого что на уме... Так что будь осторожна в знакомствах...

●●●●●●●●●●●●●●●● **Правило № 9**

**ПРАВИЛА СЪЕМА**

**Сексуальная революция многое изменила в нашей жизни. Теперь мужчины и женщины знакомятся не только для того, чтобы вместе читать стихи Байрона, танцевать вальс и жениться. Существуют и так называемые короткие и продуктивные знакомства. Или, проще говоря, съем...**

Одна из первостепенных задач для любой девушки понять, зачем молодой человек пытается с ней познакомиться: действительно ли он хочет



● Где и как познакомиться с мужчиной вашей мечты?

каких-то отношений или же банально снимает на одну ночь. В последнем случае, кстати говоря, тоже нет ничего плохого и предосудительного. В наш век многие девушки сами зачастую не прочь завести любовника на одну ночь.

Главное, чтобы интересы и цели знакомства у мужчины и женщины совпали. Вот тогда общение окажется взаимно приятным, независимо от того, продлится ли оно одну ночь или несколько лет. А значит, при знакомстве тебе очень важно правильно понять и прочувствовать, каковы намерения молодого человека в отношении тебя и совпадают ли они с твоими?

Итак, как же можно отличить «съемщика» от потенциального бойфренда?

Съемщики, как правило, ведут себя более раскованно. Их приемы, жесты, слова отрететированы уже десятки раз. А потому действуют они так, словно играют в хорошо поставленной пьесе. Конечно, среди обычных парней тоже встречаются раскованные ребята без комплексов. Но у съемщиков под маской обаяния проглядывают клыки. Они осторожны и хитры, как хищники на охоте.

Съемщики довольно часто знакомятся не в одиночку, а вместе с другом. Например, компания парней замечает компанию девушек и приглашает за свой столик. Наивно в этом случае





# Оглавление

Введение . . . . .	5
Глава 1. НАС ВЫБИРАЮТ . . . . .	8
Глава 2. МЫ ВЫБИРАЕМ... . . . .	40
Глава 3. SHIT-ПАРАД, ИЛИ САМЫЕ ГРАНДИОЗНЫЕ ЛЯПСУСЫ ПРИ ЗНАКОМСТВЕ . . . . .	102
Заключение . . . . .	124