

*Привет, тигр!*

На связи Линда, и ты читаешь инструкцию к голове женщины.

Ты ждал ее с нетерпением, а я ее строчила, не покладая рук. Уверена, нам с тобой понравится.

Перед прочтением предупреждаю: НЕ всё, что здесь написано, идеально подходит ко всему. Ты же знаешь, мир разный, и то что хорошо одному, другому может навредить.

Я постаралась сконцентрировать весь свой опыт, в том числе бисексуальный и рабоче-психологический, и дать тебе основу. Когда ты ее соединишь со своим опытом и харизмой, получится та самая, уникальная и горячая смесь, которая не оставит равнодушной ни одну сладкоголосую сирену.

Ну что, вперед, охотник!

(Ты ведь понимаешь, сладкий, что мы не в игры играем? Бери блокнот и делай пометки, выполняй мои рекомендации).

### **Разберись в себе**

Путь к телу и сердцу женщины лежит через голову. Через твою голову, мой упругий кентавр.

Если в ней каша – везде каша. А когда ты чётко знаешь кто ты, чего ты хочешь, что умеешь, чего достоин, кого хочешь видеть рядом – всё случается само собой. Внутренняя работа энергозатратна, зато выводит тебя на новый уровень.

Мы пойдем по принципу продажи товара. Продукт, упаковка, маркетинг. Так понятнее, и это работает. Конечно, никто не отменяет того, что ты встретишь свою любовь уже в следующие 10 минут в супермаркете, но, согласись, тебе нужно быть морально готовым ко встрече.

Итак, ты – это ты. Но если не рассказать о своих сильных сторонах, не преподнести себя как классного самца, то женщину можно искать до глубокой старости.

1. Вспомни, в чем ты хорош, а в чём не очень. Если есть время и желание – поработай над своими слабыми сторонами. Висит живот и тебя это парит? Перейди на полезное питание и начни больше ходить. Не умеешь хорошо разговаривать – начни тренировать речь (напиши мне в личку, я дам контакт специалиста). Плохо делаешь комплименты - начни их делать каждый день, по комплименту трём разным девушкам. Ты буквально почувствуешь себя увереннее и лучше, когда будешь расти над своими страхами и выравнивать минусы.

Кстати, неважные минусы можешь пока проигнорировать, мой черничный пирожочек. Поработай над теми, что тебя действительно волнуют.

2. Выцепи из списка того, в чем ты хорош, 2-3 фишки, которые тебя выделяют из толпы. Например, после работы ты идёшь в студию и тренируешься играть на барабанах. Или ходишь в горы. Или ты космически умный (ум – это

очень сексуально, если без занудства!). В общем, нужна фишка. Потому что, знаешь ли, когда твоя девушка будет рассказывать о тебе подружкам, она скажет: «Мы гуляли с Ромой. Он безумно умный, а еще любит танцевать и собирается в круиз через весь земной шар, как только откроют границы!». Согласись, это звучит лучше чем: «Это тот Рома, менеджер, у которого кошка есть». Нужна цепляющая информация.

3. Вспомни, что тебе нравится делать. Что греет душу, дает энергию, заводит. Это тебе пригодится не только в общении, но и для анкеты в Тиндере (об этом чуть позже).

4. Посмотри на свои фотографии. Нет, не те что еще на фотоплёнку делались, а на свежие. Желательно где ты в полный рост. Как тебе этот мужчина? Если бы ты был женщиной, хотел бы ты с ним встречаться? Заниматься сексом? Это важно потому, что если ты сам себя не хочешь – кисуля тоже не захочет. Я не говорю о том, что тебе нужно заниматься самолюбованием, нет. Женщины чувствуют, нравится ли самец сам себе, или нет. Если да – идет цепная реакция. Если нет - следующий.

5. Найми стилиста. Женщинам очень важно, как выглядит мужчина, с которым она выходит в люди!

Итак, услуги, которые тебе точно нужны: разбор гардероба (приходит женщина, перетряхивает твой шкаф, часть вещей вы оставляете, часть отдаете нуждающимся), шопинг-сопровождение (вы идёте по магазинам и покупаете ту одежду, которой не хватает) и цветотипирование (чтобы знать на сто процентов, какой цвет рубашки и верхней одежды точно не делает из тебя сморщенный башмак). Если ограничен в бюджете – возьми хотя бы первую услугу. Важно, чтобы твой гардероб перетряхнул не ты сам, не мама, сестра или подруга, а профессионал. Кстати, стилист также может проконсультировать тебя по поводу причёски, которая тебе пойдет.

Если денег вообще нет, то тебе придется справляться самостоятельно. Выгрузи все вещи из шкафа и сожги. Ха-ха, ладно, тигр, сожги только всё, что с дырками, вытянутое, с катышками, пятнами. Всё старое, то что не надевал больше года. Всю стоптанную обувь, барсетки, рубашки, которые на тебе трещат и футболки, которые подчеркивают складки на твоём животе. Бери и выбрасывай, не жалея. После этого открывай интернет и смотри, как выглядят в реальной жизни актеры, политики, бизнесмены. Делай выводы, добывай деньги и иди в магазин.

Итак, что мы имеем в итоге, мой хороший. Ты вспомнил свои сильные стороны, выделил цепляющие фишки, стал подтягивать слабые стороны (и получать заряд энергии от этого), приделался и поправил причёску. Красавчик! Прodelано очень много работы, я тобой горжусь.

## Целевая аудитория

Невозможно продать товар (тебя), если не знать, чьи потребности он закрывает. Не продашь памперсы человеку без детей, понимаешь? Так и в отношениях.

Если ты не знаешь, какую женщину хочешь видеть рядом, то и не поймешь где ее искать, как зацепить и как за ней ухаживать.

Представь ее. Какой рост? Фигура? Чем она занимается? Кем работает? А в свободное время? Читает ли книги? Что любит есть? Выпивает ли? Путешествует? Есть ли таланты? Любит ли животных? Какая она в сексе? О чем мечтает?

Это я к чему. К тому, что если женщина, которую ты ищешь, любит американо по утрам, сочный стейк на ужин, читает газеты и спасает планету от экологической катастрофы, то встретить ее сможешь, догадайся где?

В кофейне утром, у киоска с прессой, в книжном магазине, на акции по раздельному сбору отходов, в месте где готовят лучшее мясо в городе. А завести разговор будет еще легче. В книжном можешь попросить ее посоветовать, какую книгу автора купить. На акции – обсудить острова из мусора в океане, рассказать забавную историю о том, как ты отговорил друга купить молоко в пластике, а в кафе угостить ее напитком.

Более подробно мы остановимся ниже, а сейчас я проверю, как ты усвоил материал, мой умный охотник.

Где ты будешь искать женщину, если тебе нравятся подтянутые девушки, которые без ума от плавания, любят собак, путешествует и сексуально просвещается? И как заинтересовывать? Что обсуждать?

Давай, думай-думай, это же тебе нужно, а не мне. А пока пойдем простой дорогой.

Универсальный способ знакомства – интернет.

Востребованные площадки: сайты знакомств и Инстаграм.

Мой любимый сервис знакомств – Тиндер. Зараза, он всё еще мне не оплачивает за рекламу))

Итак, мы с моими близкими подругами, равно как и мои клиентки, больше всего уважаем **Тиндер** по нескольким причинам.

1. Интуитивно понятный интерфейс и простота. Можно кнопки потыкать и разобраться. Не нужно заполнять тысячу граф в анкете: «Школа», «Любимые книги», «Любимый вкус борща», «Кличка кота». Есть фотки, графа «Обо мне» (до 500 символов), город, место работы, ориентация, настройки. В настройках можно указать возраст женщины, расстояние, установить город. Если ты живешь в небольшом городе, то можешь обойтись обычной версией Тиндера, но жителей городов-миллионников я призываю купить золотую версию Тиндер, поскольку это очень удобно. Ты видишь, какие девочки тебя свайпнули, свайпаешь (или нет) их

в ответ. Меняешь локацию по миру. Можешь поискать женщину из Сыктывкара и Парижа, сравнить (и немного поплакать на груди Линды, так уж и быть).

Кстати, я люблю так искать партнеров и партнерш. Девочки такие разные везде. Делаю так перед командировкой или путешествием, и тебе это советую, кентавр. За день-два выставил локацию в другом городе, собирал лайки, выбрал – красавец.

Но все это будет ни к чему, если ты у тебя скучный профиль.

Итак, сейчас Линда научит тебя, дорогой самец, **оформлять профиль** так, чтобы девочки сами писали. Ну или хотя бы эта мысль их навязчиво преследовала.

1. Фото. 3-4, больше не нужно, тигр. Главное фото – обязательно с твоим лицом, портрет (это когда в кадре голова, шея, плечи и часть груди). В идеале чтобы ты улыбался, но если не умеешь – не страшно.

Одно фото – в полный рост. Одно фото – отражающее твоё увлечение (с гитарой, например. или на вейкборде). Одно фото по усмотрению (подсказываю, мужчина который готовит пищу – сексуален вдвойне).

**Антисекс** и сразу свайп влево, если у тебя:

- фотографии в солнцезащитных очках (особенно на аватаре)
- фото с обручальным кольцом (если ты уже не в браке)
- фотографии с другими людьми (или обрезанную фотку с чужой рукой на твоём плече, особенно женской).
- мемчики (если ты не хочешь найти инфантильную барышню; исключение – мемчики узкой направленности, если ты хочешь найти девушку в теме)
- фотографии с детьми (особенно чужими; у неё есть секунда на принятие решения и она не будет разбираться, твой ребенок или не твой)
- фотки с оружием, однотипные – всё идет в топку, дорогой мой.
- слишком классные фотографии тоже не стоит размещать. Успешный успех, ты – модель, бабки, Гуччи, букеты роз. Во-первых, девочек отталкивают мужчины с фотографиями лучше, чем у них. А фото с цветами – не намёк о том, что ты их будешь ей дарить, а отсылка к бывшей, тоже отталкивает. Бабки, Гуччи – ок, но если ты ищешь девочку, для которой будешь спонсором.

Повторюсь – фотки должны быть умеренного качества, разноплановые и относительно свежие. Светлые. Твоя будущая особа должна увидеть тебя визуально и за 3 секунды понять, хочется ли ей дальше читать твою анкету.

Если не можешь использовать свои фотографии в связи с работой, предупреди об этом сразу. Желательно в описании.

Итак, если ты послушал Линду и постарался, **девушка спускается ниже**... медленно проводит пальцами по твоей анкете и, судорожно сдерживая дыхание, видит... классно заполненную графу «о себе». А вот если бы ты ничего не написал, она бы разочаровалась. Потому что, когда мы пишем инфу о себе, мы

даем возможность зацепиться. И еще на начальном этапе даем понять, сойдемся ли мы целями, или лучше не тратить время.

**Я** - Описываешь свои качества. «Я люблю включить Френка Синатру и готовить ужин, спонтанные поездки и разгадывать твои загадки».

**Что нравится / не нравится** - Пишешь свои вкусы: «Нравятся автомобили, сырная пицца, отдых на природе» и т.п. «Не нравятся курящие люди, неоправданные ожидания, заливная рыба»

**Что нравится в девушках** - Напиши свои предпочтения: «В девушках нравится искренность, забота, умение готовить, преданность своему мужчине» и т.п.

**Призыв к действию** - Здесь нужно заставить кисулю выполнить действие, которое тебе нужно. «Если сейчас смотришь мой профиль, улыбнись и свайпни вправо, вдруг мы созданы друг для друга».

Старайся написать так вкусно, чтобы у нее потекла **не только** слюнка. Но немного, трех-четырех предложений будет достаточно.

И вообще, помни что первое знакомство с анкетой – это **фильтр**.

Если тебе что-то нравится в девушках, и это принципиально важно – напиши об этом. Так, никто не будет тратить время на знакомство, потому что оно в принципе не состоится (Так я, например, однажды свайпнула анкету, где было указано что мужчина с женщиной будут в паре ходить в церковь во воскресеньям. Влево или вправо свайпнула – это уже сам додумывай)).

Так вот, дорогой, если ты пишешь требования – пиши и о себе конкретнее. Баланс важен, тигр. 50% о себе, 50% о ней.

И да, юмор тоже прекрасный фильтр. Если девочка не понимает твоих шуток, о чем с ней проводить время вообще?..

Дорогой мой, я тебя очень прошу, **избегай** всяких избитых фраз, если это не фразы из обожаемых песен.

Моя ассистентка, которая помогает искать девочкам партнеров и партнерш, уже закатывает глаза всякий раз, когда видит такое:

«Мой рост 188. Видимо это важно» (да, блин, это важно!).

«В тиндере редко, мой инстаграм @qwerty23» (ты заинтересован инстаграм прокачать, или женщину найти?).

«Сначала с тобой пообщаемся, а потом как пойдет» (да ладно, серьезно? А ничего, что все отношения так начинаются?).

«Ищу только серьезные отношения» (очень категорично. И девочкам самим неловко становится, когда их сразу рассматривают не как личность, а как будущую жену, мать, бабулю, прости господи).

Если ты пишешь, кого ты НЕ ищешь – это **негатив**. Не надо так, мой романтик. Ну сам посуди:

ЗОЖницы, ППшницы – мимо.

Не страшную, не тупую, не толстую.

Или

Ищу девушку, которая любит вкусно поесть.

Ищу милovidную девушку с подтянутой фигурой, которая может поддержать разговор.

Чувствуешь разницу?

Тигр, я надеюсь, тебе не нужно объяснять, что анкета — это твое лицо. Что не нужно называть девушек «бабами», негодовать капсом, что всем нужны деньги. Не стоит навешивать на девушку обязательства еще до того, как она тебя выбрала. «Женщина должна» оставь для более плотного знакомства. Сейчас твоя цель — чтобы как можно больше самочек тебя свайпнули, чтобы отыскать ту, что соответствует твоим целям.

По профилю должно быть понятно, что ты адекватный человек и с тобой можно встретиться в реальной жизни.

Помни, анкета должна быть легкой. Ты — в меру позитивным. Создавай такое впечатление, что ты наслаждаешься жизнью и лишь один процент времени уделяешь Тиндеру. Из этого следует такой совет: **не реагируй мгновенно** на создание пары. Не пиши в ту же секунду. Создай интригу, потяни время, хотя бы час. Используй его для того, чтобы изучить ее анкету и придумать что написать помимо «Привет!». Потому что парень, который атакует и постоянно на связи, вызывает подозрения. Это ощущается так, словно у него нет насыщенной жизни, и всё что есть — сайт знакомств. Не надо так.

Итак, пара создана!

Определись с целью, тигр.

Если хочешь самочку на один раз – будь интересным, в меру настойчивым, в меру холодным. Не показывай свой яркий интерес, она должна ощущать, что таких, как она, у тебя десятки.

И, вместе с тем, важный факт. Девочки любят чувствовать себя особенными. Они должны ощущать, что ты интересуешься ей не как куском мяса, а, прежде всего, как человеком.

### **Как начать разговор с девочкой в Тиндере?**

Во-первых, надо понимать, что цели там у всех разные. Далеко не каждая ждёт, что ты напишешь: «Вот бы я тебя отпердолил!». Никому это не понравится)

1. Изучи её страницу: что пишет о себе, как позиционирует себя на фото. Предположи какой стиль общения подойдет под КОНКРЕТНУЮ девочку.

2. Ладно, ладно, тебе ведь нужны универсальные решения. ЧТО ПИСАТЬ. Всё, кроме обычного.

«Привет, как дела?» – в переводе значит «Я неинтересный валенок».

Лучше напиши ей, что она похожа на какую-то актрису, начни с комплимента её особенностям или хотя бы внешности.

Напиши: «Сегодня в США начались новые беспорядки, потому что они узнали, что самая классная девочка из Тиндера живет в России».

«Сегодня звонили из рая (Газпромбанка), сказали, что от них сбежал ангел (заёмщик). Я им тебя не выдал».

Помни о том, что девочкам пишут десятки ребят в день, и из пятидесяти «Привет. Как дела?» твое яркое сообщение вызовет улыбку и желание ответить.

### **Как понять, что ты ей уже нравишься?**

Во-первых, если она отвечает. Во-вторых, если поддерживает разговор, задает вопросы. Если чувствуешь искру – бери номер телефона или соц.сети для связи. Скажи, что любишь общаться голосовыми, или хочешь ей отправить фотографию (пообещай, что это не дикпик). Подробнее об этом чуть ниже.

Некоторые девушки дают номер сразу, кто-то позже, кто-то совсем нет, заставлять не нужно. Просто прими как данность.

### **Как поддерживать пульс диалога?**

Очень просто. В твоём ответе всегда должен быть вопрос. Немного, один-два, иначе она запутается, на какой из них отвечать.

Только смотри, чтобы соблюдался баланс. Если ты – инициатор общения, а она только принимает и амёбно себя ведет – это не твоя крошка. Не трать время, лучше найди ту, которую ты заинтересуешь.

Но не спеши удалять пару! Диалог может потом возобновиться.

Кстати, большая ошибка (читай – скука смертная) – задавать аналогичный вопрос. Она спрашивает о твоём любимом фильме? Ответь, и не пиши в ответ: «А твой?». Ответь, например, про Титаник испроси, нравится ли ей игра Лео ди Каприо. Или какой её любимый момент. Или о том, что бы она сделала сейчас, если бы знала, что завтра последний день её жизни. Слегка хардкорно, зато запоминается)

Если тебе девушка уж ооочень понравилась, и нужно собрать о ней больше информации, а также в случае если ты переживаешь что она фейк – сделай скрины её фотографий и прогони через «Яндекс.Картинки», например. В 90% случаях выйдет какой-нибудь её профиль в соцсетях, где будет информация. Тебе пригодится любая.

Кстати, часто девушки даже просто в описании подсказывают сами, включи голову!

- «Люблю прогулки, закаты, природу» - предложи погулять, сразу.
- «Обожаю читать и кокосовый латте» - поговори о книгах, спроси что прочитала. Зови в кафе. Иногда до банального просто.

Анализируй подписки, подписи к фото, отметки её друзьями, музыку. Но не выдавай в лоб накопленную информацию. Например, инфой о её любимой музыке можно будет воспользоваться, когда вы поедете кататься. Она будет удивляться тому, насколько ваши плейлисты схожи, тигр, но ты-то знаешь правду.

Рано или поздно, у любой добычи, которая на тебя клюнула, возникнет вопрос: «Почему он не взял мой номер телефона?».

Запомни, охотник, номер – это лишь инструмент, который поможет разогреть её для первой встречи.

Не спеши, но и не затягивай. К логичному финалу первого диалога уже можно. Но не в первом сообщении!

Ты должен ей понравиться. Заинтересуй, создай интригу и запроси номер и жди.

### **Правила цифрового этикета:**

1. Не пиши голосовые, если вы не договаривались о том, что для вас это нормально.
2. Не пиши ночью.
3. Спрашивай перед тем, как позвонить. Особенно по видеосвязи.
4. Пиши по делу, выводди вопросами на продолжение диалога.
5. Отвечай только на вопрос. Если девочка тебя ни о чем не спрашивает – значит ты её не заинтересовал собой. Смирись и тренируйся на других.



Если девочка молчит долго – можно отнестись к ней бережно и сказать, что ты считаешь честным завершить диалог, поскольку вы не сошлись.

6. Пиши грамотно! Для проверки слов есть гугл, мой хороший. Или сервисы для проверки текстов. Иногда лучше перестраховаться, чем упасть в грязь лицом.

7. Будь искренним. Знаю, как иногда лень писать одно и то же о себе разным девушкам. Можешь создать пару текстов о себе в заметках, Линда разрешает. Но перед тем, как отправить текст девушке, доработай его.

8. Обращайся к девушке по имени. Хотя бы раз в день. Во-первых, это чисто психологически ставит якорь и располагает девушку к тебе, во-вторых ты сам его запомнишь быстрее. А лучше начать, со временем, использовать более ласковую или забавную (если киса с юмором) вариацию ее имени.

### **Знакомства вживую**

Они лучше интернет-знакомств тем, что живьем меньше сюрпризов. Ты сразу видишь, как девочка выглядит, ходит, смеется, разговаривает. Она видит тебя. Есть пространство для игры гормонов.

Но они сложнее знакомств в сети потому, что на процесс уходит достаточно много энергии.

Волнение перед тем, как подойти, логично – она может как отреагировать позитивно на твое предложение познакомиться, так и отказать.

Но всё же, мой альфа-самец, волнение проходит только с опытом!

Так что наберись смелости и вперед! Кстати, успокоиться поможет вот что: представь, что девушка тебе отказала. Что прям высмеяла тебя на глазах у всех. Выдохни. Переживи это чувство. Теперь ты меньше волнуешься, ведь правда?

Перед тем, как подойти к волнующей тебя красотке, удели пару секунд себе и просканируй свой образ. Не прилип ли кусок еды к твоей футболке, не пахнет ли изо рта, нет ли остатка сна в глазу, не пахнет ли от тебя потом (резко) или того хуже, как в парфюмерной лавке. Ширинку тоже проверь. Я не шучу.

### **Как и с чем подойти, что сказать**

Проще всего поиграть в героя и помочь, конечно. Если она запуталась в ветках метро, если у нее тяжелая сумка, некому подержать дверь.

Если она гуляет одна и ей к лицу пейзаж, предложи ее сфотографировать.

Если вы встретились в магазине, спроси у нее совет.

Анализируй ситуацию, посмотри, как можешь помочь.

Что еще ценят девушки? Compliments. Едва заметный флирт.

Игру взглядов.

Смотри на симпатяжку и улыбайся, никогда (совсем никогда) не отводи взгляд первым. Если вы встретились глазами - она должна отвести взгляд первой. Когда она посмотрит на тебя снова - делай вывод: ты ей интересен.

Если красотка смотрит на тебя три раза подряд в течение минуты... То нужно подключать артиллерию, мой генерал!

Если она в компании – попробуй ее выцепить. В начале диалога вы должны быть максимально в контакте вдвоем.

Первый разговор с девушкой в 98% определяет вообще весь ваш дальнейший путь - в кровать, отношения или в разные стороны.

### **Что говорить?**

Представляйся уверенно, говори четко и смотри в глаза.

То, что сработает на 9/10 девушек - формула Линды (сохрани себе в избранное как шпаргалку, охотник):

**Главное** правило: «Всё кроме обычного».

**Второе** правило: «Встроенный комплимент ей».

**Третье** правило: «Обозначение выгоды»

**Четвертое** правило: «Отсутствие варианта ответа «нет»

Если ты силён смастерить четырехэтажную конструкцию из этих ингредиентов, то ее симпатия будет набухать с каждой секундой и тебя ждет продолжение.

«Привет, я Пётр. Я подумал, что было бы отлично встретить тебя в Эрмитаже: вокруг сотни шедевров, кто-то пытается украсть Да Винчи, но никого это не волнует, потому что все взгляды прикованы к тебе... А мы встретились здесь, и получили шанс отлично провести время и познакомиться. Тебя угостить чем-то покрепче или мороженкой?..» - девочки не дадут соврать: это крышеснос.

Конечно это можно сочинить и попроще, если ищешь легких путей.

Репетируй, чтобы твоя импровизация была подготовленной, мой безнадежный романтик.

Она почти наверняка каждый день свой номер раздает, так что у тебя будет больше шансов запомниться, если подкат будет эффектным.

### **Обещала рассказать про телефончики**

Самый простой способ узнать номер телефона – спросить. Да, так можно.

Этот процесс состоит из двух основ: решительность и первая фраза. Все остальное - обычный разговор. Главное - действовать.

Подойди к красотке и спроси: «Который час?».

Затем сообщи: «Спасибо. Вы знаете, время, которое вы мне назвали - очень важное время для меня. Я мог запомнить его как минуту, в которую я не решился к вам подойти, или - в которую я подошёл к вам, чтобы познакомиться. Я выбрал второе».

Затем проси телефончик и разрешение написать ей. Самое страшное - позади)

Еще вариант: «Девушка, что мне делать если вы мне понравились?».

«Вы такая харизматичная. Я бы позвал вас выпить кофе, но очевидно, что вы спешите. Оставьте номер? Встретимся в более подходящее время».

«Милая незнакомка, я не могу понять где мой смартфон. Можете меня спасти, и позвонить на него?».

Номер в кармане.

Вот только помни, мой брутал, что телефон практически ничего не значит. Красивые девушки вообще часто раздают свои номера направо и налево, просто чтобы парень, не вовремя подбежавший на улице уже отстал и не чувствовал себя униженным.

В больших городах ритм жизни совершенно дикий, она может забыть тебя буквально через десять минут, так что ценность впопыхах взятого номера, совсем скоро равняется нулю. К тому же времена, когда мужчина, уверенно знакомящийся на улице, казался 8 чудом света давно прошли. Сейчас каждый второй может подойти к девушке и сказать что-нибудь вроде "Привет ты мне понравилась, давай телефон".

Спрашивать у девушки номер нужно в том случае, когда ты сильно торопишься, опаздываешь по своим делам или по каким-то причинам не можешь продолжить общение с девушкой здесь и сейчас. Чем больше времени ты проведешь с ней, чем больше ценности ты сможешь показать за короткий промежуток времени вашего общения - тем лучше.

Тем сильнее ей захочется поднять трубку, когда ты наконец позвонишь. Поэтому если ты взял телефонный номер - не тяни, мой тигровый леденец. Вызывай ее как можно раньше, вытягивай на встречу.

## **Комплименты**

А давай я тебя научу делать комплименты? Дорога под венец (или под одеяло) начинается именно с них.

Фокус состоит из двух частей:

1. Делать комплимент нужно уверенно. И ты и она должны быть уверены, что ты говоришь правду и делаешь это искренне. Нельзя мямлить, разглядывая брусчатку. Смотри в глаза, улыбайся, сообщай.
2. Девочки устали от дежурных характеристик их «красоты и милоты». Комплимент должен обращаться к личности, тогда сработает психология:  
«С тобой приятно разговаривать, у тебя интересная точка зрения».  
«Ты собираешь на себе все внимание, удивительная позитивная энергетика».

«Не встречал ещё девушек, которые так себя преподносят, это восторг». Не забывай, что комплимент должен звучать объемно и торжественно.

### **Заметки на полях (в качестве примера)**

*Для переписки в Тиндере/Инста/Вк:*

«Интернет стоило придумать хотя бы для того, чтобы я смог тебе написать».

«Если в моем списке контактов будет твой номер, я смогу продать телефон с аукциона за миллион долларов. Делать я этого конечно не буду».

«Если такая девушка до сих пор одинока, то эту планету можно взрывать, всем спасибо».

*Лично:*

«Надо купить тебе плащ, чтобы спрятать всю эту красоту: сейчас же мужики сбегутся»

«Я с тобой говорю и просто не чувствую земного притяжения»

«Сегодня праздник или ты всегда так элегантно одеваешься?»

«Ты диктор, радио-телеведущая, певица, или как вообще? Почему такой голос, просто сказочный голос?..»

«От тебя одни неприятности! Меня сейчас ненавидят все мужчины в радиусе километра, за то, что ты говоришь со мной, а не с ними»

«Тебе не надо тащить с собой в клуб неказистую подружку, ты на фоне любой будешь королевой»

Итак, **впереди первая прогулка**. Знаешь, я не люблю громкое слово «свидание», особенно когда человека почти не знаешь. Открыто обсудите, что первой у вас будет, к примеру, прогулка, на протяжении которой вы поймете, хотите ли повышать градус.

На прогулке интенсивно вкладываться финансово не обязательно, тигр. Угости кофе, мороженым или сладкой ватой, приложи свою карточку в метро, когда будешь провожать, это всё.

**Запомни:** тебе важно не показать, что у тебя есть деньги, а презентовать себя, намекнуть что дальше будет только лучше, и позвать на нормальное свидание.

Итак, в конце прогулки ты назначил дату следующей встречи.

Обязательно напиши ей еще раз день в день, напомни о времени и месте. У нас, девочек, иногда все буквально вылетает из головы.

### **Держи мой личный ТОП-5 причин,**

которые помогут тебе к чёртовой бабушке **испортить свидание** и обрекут на домашний самосекс после отказа избранницы:

1. Запах изо рта (у тебя же собственный нос в сантиметре, как не заметил?)
2. Волосы из этого носа и ушей (а тут используй глаза, пинцет, триммер, ножницы)

3. Запах пота (подмышки - наголо, нанести дезодорант, будь добр, красавчик)

4. Грязная обувь (да, девочки обращают внимание на ботинки!)

5. Нестриженные и грязные ногти (тут без комментариев).

## **Какой парень всегда будет смотреться круче остальных?**

1. Уверенный в себе, степенный, статный, неторопливый. Не дрыгающийся и не пританцовывающий с ноги на ногу.
2. Говорящий чётко, членораздельно, интересно и уверенно, не матерящийся, владеющий грамотной речью. С чувством юмора (лучше шутить как Ургант, а не как Петросян).
3. Заботливый. Принимающий умеренное участие в комфорте окружающих: кому холодно, кому подлить вина, кому подать салатик, кому сделать интимный массаж (шучу).

## **Как работать над уверенностью в себе?**

1. Съезжай от родителей, дорогой, и учись жить самостоятельно. Очень важный шаг. И нет никого сексуальней мужчины, который сам зарабатывает на жизнь, жарит яичницу, поддерживает порядок в пещере. И нет асексуальнее самца, который в 40 лет живет с мамой и водит девушек на съемную квартиру, ошибаясь подъездами.
2. Записывай себя на видео. Так ты увидишь мимику, услышишь голос. Но не спеши себя приравнять к сорокалетнему девственнику-Буратино, тигр. Даже самую плохую речь можно подтянуть. Начни читать и запоминать стихи (Кстати, это может пригодиться. Девочки до сих пор падки на романтику). Работай над дикцией.
3. Выходи в видеочаты. Собери всю волю и иди в Чат Рулетку, или аналогичные мобильные приложения не с целью поработать кулаком под завесу дня, а потренироваться. Поставь телефон напротив себя, или чуть выше (не ниже, умоляю, там все подбородки видны, даже те, которых нет). Листай, очаровывай, общайся. «Приветкакдела» говорить тебе запрещаю, милый. Пускай это будет нашим с тобой стоп словом. Если общение не пойдет дальше, или ты ляпнешь чушь – просто смахни чат и давай по новой, с другой девушкой. Кстати, чаще всего там нет эталонно красивых девушек, есть обычные. И это круто тренирует восприятие – ты научишься находить что-то красивое в ней и делать комплимент.
4. Не стоит недооценивать бабушкин метод – тренировки перед зеркалом до сих пор отлично помогают. Вот только я тебе рекомендую таким образом тренировать взгляд удава. Чем дольше ты сможешь смотреть себе в глаза, тем сильнее в дальнейшем будет эффект.
5. Бери подругу, пускай она тебя учит ухаживать за девушками. Признайся ей честно, что тебе нужна ее помощь. Пообещай ей за это какой-нибудь заманчивый приз или подарок, и в бой. Тренируйся подходить, говорить, ухаживать за столом, подавать руку, закрывать (и открывать, мой ленивец, ага) дверь машины. Представь, что ты герой в кино, которому нужно сейчас, на этом

этапе, набраться опыта, и все зрители за него переживают. Кстати, этот процесс может сильно сблизить вас с подругой. Но прошу, не переводи всё в секс, он может многое разрушить между вами. Будь стойким, боец.

6. Делай то, чего никогда не делал — это важно. Чем больше впечатлений получишь сам, тем больше сможешь подарить своей красоте.

7. Измени во внешности то, что тебя парит и прими то, что нельзя изменить, как данность.

8. Обогасти свой сексуальный опыт, самец. То, что прощается 20-летнему парню, не прощается мужчине за 35. Тигрица должна быть удовлетворена, а твои действия — уверенными. Читай мою методичку «Инструкция к женщине: секс»

9. Будь уверен в том, что делаешь. Осознай примерные последствия поступков и будь готов нести ответственность за них. Держи слово, верни долги и не обещай больше того, чего не сможешь сделать. Это существенно поднимает уверенность в себе, тигр.

10. Красота для мужчины не играет серьезной роли, поэтому свое лицо надо просто принять, ну и иногда пользоваться увлажняющим кремом (да-да). Женщин не интересуют красавчики с пустой головой и дурацкими шутками, которые сидят на шее у родителей.

11. Перестань зависеть от чужого мнения, ведь оно не определяет тебя, как человека. Ты должен уметь смотреть на себя объективно, знать слабые и сильные места. Слабые развивать стараться, сильные тоже не бросать, в этом твоё преимущество. Да и вообще поменьше думать о чужом мнении - это самое главное, как по мне. Эти люди тебя не кормят и вообще никак не влияют на твою жизнь.

### **Подготовка ко встрече**

Не только внешний вид важен, но и твоя внутренняя готовность. Договорись с собой, что ты не будешь прыгать выше головы и делать из себя кого-то другого. Будь самим собой, только чуть более галантным, чтобы сразу дать ей понять, с кем она имеет дело) Любишь шутить — шути (только не над ней), не сдерживайся. Чем больше ты ей покажешь себя естественного, тем выше шанс совпадений.

Плотное общение в переписке перед свиданием лучше не начинать — иначе вы можете всё обсудить, а на встрече будете молчать или говорить о погоде.

Закинь несколько вопросов, на ее отвечай частично, скажи, что обязательно это обсудите, когда будете рядом).

Можете, кстати, созвониться по видеосвязи – так первичный «лёд» тронется, и когда вы будете идти на встречу, уже будете знать, как выглядит ваша кошечка, и какие у нее мимика, голос.

### **Как позвать особу на свидание?**

1. Заинтересуй! Пригласи в кино на фильм, который она ждет, на концерт, в кафе с ее любимой кухней, на каток, если она любит такой вид развлечений.

2. Необходимо четко обозначить время и место. «Может, сходим как-нибудь куда-нибудь, погуляем?», — достойно такого же ответа, как и озвученное предложение. Как-нибудь сходим, погуляем, ага.

3. Подготовь альтернативу. Если девушка говорит, что у нее планы - сразу же определи другую дату встречи. «Ну ладно, потом созвонимся/потом договоримся/потом как-нибудь», — это вопрос, отложенный до никогда. Нужно конкретно определиться, в какой день девушка сможет выделить время для встречи. Предварительно ей еще напони о данном обещании, охотник.

4. Убедись, что она знает, как добраться до места встречи и какой будет формат. Если вы будете гулять, а она на шпильках – приготовься нести ее на руках, даже если твоя добыча крупновата. Ну или будет неловко, если ты поведешь ее в ресторан, а она в кроссах. В общем, я в тебя верю.

### **Куда позвать на свидание именно ее?**

Если она прошла твой отбор, то отталкивайся от ее интересов.

Если она недавно в городе — устрой экскурсию, добудь необычные факты об архитектуре и достопримечательностях.

Если творческая — сходите на тусовку. Мастер-класс по живописи (предупреди что рисуешь как пудель, это будет забавно, и она оценит - что ты стремишься к новому и не боишься выглядеть слегка несерьезно). Сходите на «джем» — когда музыканты собираются вместе и играют. Насладитесь закатом и уличной живописью.

На самом деле, в больших городах много движа — гугл тебе в помощь, тигр.

А если ты живешь в небольшом городе, где творчества или пространства для масштаба ноль, создай его сам)

Выезжайте в пригород, открывайте новые места. Пригласи ее в то место, с кем ты ещё никогда не был (или сделай вид, что это то место), скажи, что это твоё место силы. Это романтично, черт возьми)

Подключай фантазию и поисковик в интернете.

И все же, помни что у вас должно быть достаточно времени и возможности на разговоры.



## Немного про покатушки

Пригласи её в уютный салон своего автолюбия.

Поезжайте в автокафе, где ты закажешь её любимый напиток (ты ведь уже выяснил, что она любит? Алло, разведка, иди шерстить инстач).

А на протяжении всего вечера у вас в машине будет играть музыка, которую ты взял из её плейлиста в соцсетях (на 80% ее плейлист, 20% - твои треки).

Она окажется в подсознательном комфорте со знакомой музыкой, понимаешь?

А дальше появится повод обсудить как много общего, оказывается, у вас.

## Внезапная близость

Когда она сядет с тобой рядом на пассажирское сидение, неожиданно наклонись к ней, как будто собрался приобнять/поцеловать и ... Возьмись за её ремень безопасности, пристегни его.

А она что подумала? Ты лишь тянулся за ремнем: «Просто хочу сохранить такое сокровище в целости» - заявишь ты ей.

Однако, этой секунды тебе должно хватить, чтобы заметить её реакцию... Может она уже готова была к поцелую?

Или наоборот отстранилась? Без паники, просто ещё рановато.

## Итак, о чем говорить?

Линда позаботилась об этом, мой хороший. Лови 36 вопросов, который придумал один психолог. Он провёл эксперимент - посадил напротив друг друга мужчину и женщину и попросил их честно ответить на вопросы, после чего 4 минуты они просто молча смотрели друг другу в глаза. Через полгода поженились :)

*Вне зависимости от твоих целей, сохраняй себе вопросыки, на всякий:*

1. Если бы можно было пригласить абсолютно любого человека, кого бы вы позвали на ужин?

2. Вы бы хотели стать знаменитым? В какой сфере?

3. Прежде чем позвонить, вы продумываете, что будете говорить? Почему?

4. Что для вас значит «идеальный день»?

5. Когда вы последний раз пели для себя? А для кого-то ещё?

6. Если бы вы могли дожить до 90 лет и последние 60 лет сохранять либо ум, либо тело 30-летнего, что бы вы выбрали?

7. У вас есть предположение или предчувствие насчёт того, как вы умрёте?
8. Назовите три вещи, в которых, как вам кажется, вы с партнёром похожи.
9. За что вы больше всего благодарны в жизни?
10. Если бы вы могли изменить что-то в том, как вас воспитали, что бы вы изменили?
11. За четыре минуты расскажите партнёру историю своей жизни настолько подробно, насколько получится.
12. Если бы вы могли проснуться завтра утром и получить любое качество или способность, что бы это было?
13. Если бы кристальный шар мог рассказать правду о вас, вашей жизни, будущем или о чём-то ещё, что бы вы спросили?
14. Есть ли что-то, чем вы давно мечтаете заняться? Почему до сих пор не занимаетесь?
15. Назовите самое большое достижение в вашей жизни.
16. Что вы больше всего цените в дружбе?
17. Назовите ваше самое дорогое воспоминание.
18. Назовите самое ужасное воспоминание.
19. Если бы вы знали, что скоро умрёте, что бы вы изменили в своей жизни? Почему?
20. Что для вас значит дружба?
21. Какую роль в вашей жизни играет любовь и привязанность?
22. Назовите пять положительных качеств своего партнёра.
23. Насколько тёплая и дружная ваша семья? Вы чувствуете, что ваше детство было счастливее, чем у других людей?
24. Какие у вас отношения со своей матерью?
25. Придумайте по три правдивых утверждения, которые начинаются на «мы». Например: «Мы оба в этой комнате чувствуем себя...»

26. Закончите предложение: «Я хочу, чтобы у меня был кто-то, с кем можно разделить...»

27. Поделитесь чем-то, что, по вашему мнению, должен знать о вас партнёр.

28. Расскажите, что вам нравится в партнёре. Будьте честны, это должно быть что-то такое, что вы бы не сказали малознакомому человеку.

29. Поделитесь смущающей историей из своей жизни.

30. Когда вы в последний раз плакали перед другим человеком? А в одиночестве?

31. Скажите партнёру, что вам уже в нём нравится.

32. Есть ли что-то слишком серьёзное, чтобы над этим шутить? Если есть, то что это?

33. Представьте, что вы умираете и ни с кем не можете поговорить. О каких несказанных словах вы бы больше всего жалели? Почему вы до сих пор не сказали их?

34. Ваш дом загорелся, и после того, как вы спасли всех членов семьи и домашних животных, у вас есть возможность спасти что-то из вещей, но только одно. Что это будет? Почему?

35. Смерть кого из членов вашей семьи вас больше всего расстроит? Почему?

36. Расскажите о своей проблеме и спросите партнёра, как бы он решил её. Пусть он аналогичным образом поделится своей проблемой и выслушает ваш способ её решения.

Да, тебе тоже нужно на них отвечать, мой кентавр! А зачем я тебе их ещё даю?) Подготовься) Ещё они классно выручают на случай неловкой паузы.

### **Кстати о паузах.**

Не бойся их. Лучше хорошо помолчать и придумать вопрос или тему для разговора, чем пытаться забить тишину весельем и выглядеть шутком.

Это не сексуально, тигр.

### **Как одеться?**

Соответствующе месту и действию, которое грядёт.

На прогулку - удобную обувь и одежду, которую можно не только носить, но и снять (Если будет ей холодно, накинь куртку. Заранее проверь как куртка пахнет. Если потом — не стоит).

В бар/кафе — тоже соответствующе. Брюки (джинсы), свежую рубашку. Часы, ботинки (чистые!). Улыбку — обязательно)

Кстати, образы тоже можно погуглить. Не переборщи с вещами, кстати. Как и с парфюмерией.

## **Что рассказывать о себе?**

Прежде всего, отвечай на ее вопросы. Не говори ничего, что можно использовать против тебя. Сначала влюби ее в себя, самец, потом потихоньку показывай свои минусы, когда плюсов будет достаточно.

Говори о том, какие проекты уже были, что в планах, о чем мечтал в детстве, что тебя вдохновляет.

Меньше разговоров о работе, больше — о себе как о человеке. Но лучше, конечно, больше слушать о ней. Задавай уточняющие вопросы, искренне интересуйся. Мотай на ус все, особенно если она говорит: «Я всегда хотела, но никогда не пробовала!» — в дальнейшей перспективе это желание можно исполнить и прослыть её личным волшебником.

## **Первое свидание:**

Садиться рядом или напротив? Куда смотреть? Как шутить?

Спокойнее, мой черничный пирожочек.

Ты ведь помнишь, что главное – естественность? Расслабь пуговку на рубашке, и садись где угодно. Если девушка спокойно впускает в свое личное пространство – например, когда вы здороваетесь, дает себя приобнять – садитесь рядом.

Чем быстрее вы наладите телесный контакт, тем лучше вам будет рядом.

Но не спешి ее лапать! Девушки (особенно постарше, как ни странно) этого пугаются.

Слегка прикоснись локтем, разверни колени в ее сторону, не зажимайся и не закрывайся. Помни, что язык тела говорит даже больше чем твой ловкий язык.

Если девушка с радостью садится так близко, словно пытается бедром нащупать твои ключи от машины и паспорт с московской пропиской, и тебе это некомфортно – отстраняйся под каким-нибудь предлогом. Например, встань и иди в уборную, или на бар, чтобы якобы что-то сказать официанту.

В случае, если тебе ее смелость только на руку, не бойся уже мягко, но настойчиво брать ее за все приличные части тела (по очереди, тигр).

Смотри в глаза, но помни что ты не удав. Дыши. Расспрашивай о ней.

## **Что касается шуток - это оооочень тонко!**

Шути как Ургант, а не как Петросян. Если у тебя любовь к черному юмору – предупреди об этом. Возможно, она будет в восторге.

Нельзя шутить над ней, даже если она сама это делает. Здесь легко перешагнуть грань стёба и унижения, тебе это не нужно. Даже если девочка не соответствует твоим ожиданиям.

Нельзя шутить об инвалидах, смерти, религии, политике, извращениях. Побереги эти штучки на свидание десятое – тридцатое))

### **О чем лучше общаться на первом свидании, чтобы это не было похоже на собеседование?**

Тем для бесед множество, главное, не только говорить, но и слушать. Если только задавать вопросы, но не рассказывать о себе, девушка может подумать, что тебе есть, что скрывать, поэтому нужно рассказать какие-то моменты про себя: учишься или работаешь, чем увлекаешься, как проводишь выходные, какие-то главные принципы своей жизни.

Поговорите о кино, книгах, театре, музыке -это разнообразные темы, которые никогда не иссякнут, а на тему детства, школы и университета можно будет пошутить и посмеяться, это сближает.

Опасными темами будут расспросы о прошлой личной жизни девушки, точно также не нужно говорить и о своих бывших, если девушка вас об этом не спросила. Не нужно обсуждать своих знакомых, есть шанс, что они окажутся общими, создастся неловкая ситуация.

### **Дорогой, я вообще хочу коснуться темы границ.**

Мир не стоит на месте, и если тебя привлекают уважающие себя девушки (уверена, это так), то спрашивай разрешения.

Бесцеремонное хватание за руку, обесценивающие шутки, расспросы о личной жизни и многое другое, может оттолкнуть ту, что знает себе цену.

Не переживай, используй каждую встречу с девушками как тренажер для тренировки своей уверенности и навыков обольщения.

Если она не хочет, чтобы ты ее трогал или поднимал неудобные темы – прислушайся к ее желанию. Нет – значит нет, и всё тут.

Кстати, первое свидание не должно длиться дольше трёх часов, дорогой.

Иначе перенасытитесь. Завершай свидание на яркой ноте, а не когда оно уже стухло и пахнет.

Вот вы смеётесь, а потом ты говоришь — давай я тебя провожу. Или сокрушаешься, что у тебя другая встреча. А можешь ещё в начале процесса сказать, что у вас есть всего несколько часов.

Она будет заинтересована и ждать следующую встречу.

Кстати, нам, девочкам, мозги промыли тем, что если мы нравимся парням, они назначают дату следующей встречи в конце этой.

То есть обозначай что ты бы не прочь ещё с ней сходить на свидание и спрашивай о планах.

## **Бывает такое, что ты попадаешь во френдзону.**

Неуловимо ощущаешь, что что-то здесь не так, она не смотрит на тебя как на альфу. Максимум как на собачку.

Не допускай этого, тигр.

Ты тут не в игрушки играешь.

Безусловно, одним из вариантов захода в качественные отношения является дружба – она прочный фундамент.

Но если это дружба с флиртом, сексом и искрой – отношения будут строиться куда круче.

Прими для себя решение, что для тебя больше **нет** френдзоны. Хватит, уже потратил годы жизни на это. Тебе ведь нужны качественные (или не очень, но все же) отношения.

Не унижайся перед женщиной, которая, почти со стопроцентной вероятностью, использует тебя как удобного прихвостня.

Обозначь ей, что ты не собираешься быть для нее «просто другом». Скажи: «Нет, я тебе не друг. Ты мне нравишься как женщина, и поэтому мы общаемся. А завтра мы идем на свидание, и только попробуй мне отказать.»

Если нет – заканчивай с ней разговор и общение в принципе. Я серьезно, полный игнор.

Потом посмотрим.

Будь настойчив и упрям в своей позиции, мой боевой романтик.

Линда благословляет))

## **Первый поцелуй должен быть ярким**

- Проверь, как пахнет у тебя изо рта

- Проверь, готова ли она психологически. Если да, то она расслабленная, улыбающаяся, теплая.

- Проверь прикосновением, готова ли она физически. Отдернула руку как ошпаренная — о поцелуях стоит временно забыть. Если же реакции не последовало вообще или кисть даже подалась навстречу, значит, она вполне готова к поцелуям.

- Проверка волосами. Таковую, казалось бы, не жизненно важную часть тела, как волосы, женщины позволяют трогать лишь после того, как проникнутся к человеку симпатией. Можно попытаться поправить упавшую ей на глаза прядь волос. Если особа дала дотронуться до волос, с вероятностью в 80% она готова к поцелую. Однако не путай этот приём с «отеческим» поглаживанием по макушке — касаться нужно передних прядей.

- Гипноз губ. Крышесносным эффектом обладают длительные взгляды на губы девушки. Тебе нужно просто безмолвно смотреть на них, а затем встречаться глазами со своей особой. Поскольку это последний этап перед самым поцелуем, здесь придётся раскрыть все карты и задать прямой вопрос: «Хочешь поцеловать меня?». Вся гамма ответов, кроме твёрдого и горячего «НЕТ!»,

означает «Да, но я стесняюсь». Конечно, этот вопрос — чистая формальность, получение согласия. Целовать девушку придётся тебе, мой упругий кентавр, а не наоборот.

- Если девочка любит романтические мелодрамы и комедии, получить поцелуй на первом свидании можно гораздо проще. Поймай ее взгляд и начни приближаться к ней. Девушки любят применять киноштакты в реальной жизни.

### **А нужен ли этот поцелуй вообще?**

Всё зависит от твоих намерений. Если это откровенный пикап с целью затянуть ее в свои сети на разок-два, да и она сама это прекрасно понимает, поцелуй в губы более чем уместен. Если же ты искренне влюблён в девушку и намерен строить с ней нормальные долговременные отношения, то до второго, а то и третьего свидания лучше обойтись поцелуем в щёку. Ничего катастрофического от столь небольшого ожидания не случится, зато ты дашь понять, что тебя в девушке интересует не только и не столько тело, сколько личность.

И да, ты ведь помнишь, что при первом поцелуе лучше не изображать из себя слюнявый пылесос? Держи себя в руках, тигр.

### **Как понять, ищет ли девушка приключений на одну ночь, или с ней можно строить отношения?**

Причин, по которым мы, девушки, не хотим вступать в отношения, масса. От неразделенной любви до неготовности. Иногда девочка хочет просто классного секса без обязательств, не более. Как это узнать?

Конечно же спросить – это лучше всего.

Но в том случае, если она сигнализирует тебе телом, глазами, губами, если сама заводит пикантные разговоры.

Если ничего не понятно – то попробуй в процессе общения задать разные вопросы. Расскажи историю о друге, который не прочь на одну ночь, и ты его, например, пытаешься понять. Она включится в разговор, и ты узнаешь ее позицию.

Кстати, и уж точно девушка, которая не хочет разовой связи, не пойдет к тебе домой после свидания «на какао».

И активно целоваться на заднем сидении машины тоже вряд ли будет.



## **О чем нельзя говорить на свидании? О бывших.**

Я серьезно, дорогой мой. Ни слова о бывших, это жутко неприятно. И прямым текстом говорит о том, что у тебя еще не отболело к предыдущей девочке.

Если о бывшем рассказывает она – охай и ахай, если ты хочешь с ней разовую связь, и уводи разговор на другие темы, если она тебе интересна в долгосрочной перспективе.

В конце концов, можешь прямо сказать, что ты считаешь лишним разговоры о прошлом, когда у вас, здесь и сейчас, есть настоящее.

Если она выпытывает о бывших у тебя – всеми силами увиливай с темы. В конце концов, ты не обязан поддерживать беседу именно об этом.

## **Говорить ли о сексе?**

Слушай, с одной стороны, все говорят. Аж тошно и предсказуемо.

С другой стороны, если твоя цель – скорее ее склонить к этому процессу и обозначить, для чего она тебе нужна – говори.

В остальных случаях, чем позже заговоришь о сексе, тем лучше.

Девочка влюбляется если чувствует, что нравится тебе как личность, помнишь?

Только я очень тебя прошу, тигр, не играйся с хорошими девочками только для секса.

Они начинают мужчин ненавидеть, если те долго их маринуют и пропадают после первой близости.

Ты же у меня умный мальчик, правда?

*Про знакомства и первые встречи поговорили.*

*Но вы же просили у меня немного информации и про уже имеющиеся отношения.*

*Дам несколько тем, которые беспокоят моих клиентов больше всего.*

## **Как разнообразить отношения?**

Держи пять способов привнести в них свежесть:

1. Начни уделять ей внимание. Да-да, как раньше, когда ты нёсся через весь город для того, чтобы передать ей микстуры и пакет лимонов, держал за руку, смотрел в глаза и то, как ее волосы блестят на солнце. Я знаю, как ко всему легко можно привыкнуть, мой безнадежный романтик. Почаще смотри не сквозь нее, обдумывая проблемы, а на нее, уделяя внимание моменту «здесь и сейчас». Ты ведь помнишь, что многое больше не повторится?..

2. Возьми байк, подругу и умчитесь в закат. Даже если это будет машина, а закат вам только снится, сменить обстановку (особенно если у вас уже есть дети) полезно. Организуй легкий перекус, культурную программу (иногда даже просто полежать на твоём плече в поле или на берегу реки – это романтично и кайфово), и выключенные телефоны. Я серьёзно, нет ничего хуже, когда мужчина залипает в телефоне, когда рядом его женщина. Она найдет того, кто будет ей уделять внимание, а ты даже не узнаешь об этом. Тебе это нужно?
3. Идите вместе на социальные танцы, бассейн или в спортзал. Если спорт – это не ваше, заведите совместное хобби. Ходите на мастер-классы по рисованию, например, или в клуб любителей стихов. Главное вдвоем.
4. Разнообразь секс. Но аккуратно, без новых выкидонов, потому что у нее возникнет много вопросов, связанных с тем, где ты этого опыта набрался, если не с ней.  
Попробуй оценить ваш секс и начни действовать слегка наоборот. Если ты ей почти не устраиваешь прелюдий – сделай ей часовые ласки перед тем, как в нее войдешь. Купи массажное масло, выруби свой чертов телефон (и ее), приглуши свет и трогай ее, как самое ценное, что у тебя есть. Ласкай ее, доводи до оргазмов и снова ласкай. Дай почувствовать себя желанной и единственной.  
Если же наоборот, мало времени отводишь тебе, попроси ее побольше тебя гладить и целовать.  
И да, поход в магазины с секс-игрушками тоже сильно сближают и освежают. Вы можете ничего не покупать, просто наслаждаться процессом. А там и до плётки с вибропульками недалеко.
5. Немного вредный и слегка кардинальный совет освежить отношения: переезжайте в другую квартиру или меняйте город. В процессе ваш союз может как укрепиться, так и распасться, но лучше пускай это произойдет раньше)) В момент переезда люди раскрываются с других сторон, теневых: способна ли твоя дама, как и ты, принимать решения? Действовать? Или только сидит сложа ручки и паразитирует на тебе? Смотри по ситуации, самец-молодец.

Кстати, далеко не для всех сложившаяся рутина – это плохо. Для твоей женщины, может быть, это – самое счастливое время. Перед тем, как что-то менять и вогнать всех в стресс, ненавязчиво уточни, не кажется ли ей, что вы – как те белки в колесе. Если кажется – юзай мои пункты и придумывай свои.

*Следующая тема, которая волнует многих*  
:

## Как перестать быть подкаблучником?

*(в случае, если ты там незаметно оказался)*

И вроде всё хорошо, но ты чувствуешь как каблук на тебя давит, решения принимаются больше не тобой, а ты используешься как банкомат. Твоя мужская самооценка становится всё ниже, живот растёт а член не стоИт, и старость уже близко.

Отставить панику, мой боец любовного фронта!

Очень часто, мы проваливаемся в созависимость, и забываем о себе.

Иди к психологу, или начни возвращать себе себя самостоятельно.

1. Вспоминай, кто ты, когда нет рядом ее? Что ты любишь делать? Что любишь есть, пить, смотреть, куда ходить?

Начинай это делать.

2. Отслеживай, в каких вопросах с твоим мнением перестают считаться.

Исправляй это. Высказывай мнение, совершай поступки, возвращай себе силу решать-делать-нести ответственность.

3. Если твоими финансовыми ресурсами привыкли закрывать все дыры и бреши (а у вас, например, не семья с детьми, и вообще вы только недавно встречаетесь) – начинай потихоньку отказывать. Никто тебя за это не уничтожит, а ты начнешь себя уважать. И, кстати, тебя тоже. Люди любят характер, а уж женщины – тем более.

4. Если раньше ты уезжал с друзьями на рыбалку/на охоту/в баню, но давно этого не делаешь, потому что «она переживает» или накапала тебе на мозг, что твои друзья плохо на тебя влияют – это повод задуматься. Как правило, если женщина контролирует твой отдых, то контролирует и работу, финансы, время посещения туалета и решает, что ты будешь есть на завтрак. Очнись, тигр, ты ручной котик что ли? Начинай возвращать себе право выбирать.

И да, кстати, с точки зрения энергии: когда мужчина находится долго с женщиной, он размягчается, и это нормально. Мужские встречи призваны для того, чтобы мужики обменивались своей энергией, скабрёзно шутили и себя иногда вели так дико, как невозможно вести со своей женщиной. В этом и суть встреч. В том, чтобы безопасно сливать напряжение и тревогу в своей, мужской компании.

И да, ради Линды, перестань отпрашиваться у своей женщины чтобы пойти куда-то. Ставь перед фактом, или согласовывай планы заранее.

Учти, я прошу согласовывать, а не упрашивать тебя отпустить.

Упрашивают мамочку в детстве. Понимаешь, о чем я? :-)

5. Проверь, нет ли у тебя рогов. Как правило, подкаблучники перестают возбуждать, потому что у них понижается уровень тестостерона. Да и вообще, как может возбуждать человек, которого ты не уважаешь? Если рога обнаружены – решай, что делать. Если рога не обнаружены – перепроверь. Ну мало ли что.

О да, и еще проверь, манипулирует ли твоя особа сексом. Это вообще тема для отдельной книги – про манипуляции (напиши мне, мой хороший, если нужно ее написать). Так вот, если тебя «лишают тела» за всё, что ты делаешь неправильно, это тревожный звонок. Нет, даже набат. Подумай хорошо, есть ли смысл в таких отношениях.

*Вот и подходит к концу моя «Инструкция к женщине: голова»*

Давай подведем итоги всего прочитанного выше.

- 1) Лёгкость, уверенность, внутренняя сила – это возбуждает голову и тело женщины. Ты можешь не знать точно, куда ее трогать, что говорить, но если будешь делать это уверенно - ей понравится.
- 2) Не знаешь, как разрядить обстановку? Шути. Даже если из тебя полезет Петросян, это будет лучше напряженного молчания.  
Не умеешь шутить? Говори о том, что чувствуешь, и предлагай найти из этого выход. «Слушай, я чувствую неловкость после того, как мы обсудили ..... Давай поговорим о чем-то менее напряженном, чтобы это сгладить?». Нет никого привлекательнее мужчины, который говорит о своих чувствах, дорогой. В наше время, насквозь фальшивое, это особенно ценно.
- 3) Ровно, как и честное обозначение девушке о том, чего ты хочешь от взаимодействия с ней. Секс онли, горячий роман, или детей и кур в вашем общем загородном доме с камином и банькой. Честность тоже ценна, потому что девушка решает, тратить ли ей время на контакт с тобой, «окупится» ли этот опыт по итогу, или нет.
- 4) Не позволяй себя прогибать. Немного компромиссов не помешает. И это нормально. Но когда жизнь – один большой проклятый компромисс, нужна ли она тебе?
- 5) Читай канал Линды, дорогой, и рекомендуй его друзьям. Я пишу для тебя каждый день, потому что мне важен твой рост. В конце концов, чем больше счастливых и уверенных мужчин на свете – тем больше удовлетворенных женщин. И тем больше добра на планете.

Помни, мой яхонтовый перчик, что чем больше ты уважаешь себя, свое время и силы, тем больше нравишься сладким кошечкам.

Вне зависимости от твоих целей.

Будь смелым, будь дерзким, уважай границы и бери свое, если хочешь.

Жизнь одна!

С любовью,

Линда.

*PS: Помнишь, что я приготовила для тебя инструкцию к женскому телу? Она пригодится, когда дело дойдет до секса. Просто напиши мне в Телеграме, и я отдам её и инструкцию для долгого секса (как долго не кончать) со скидкой.*