

18+

Яна Крайс

ЗАМУЖ ЗАРУБЕЖ

ИЛИ

МИЛЛИОН

шагов на
каблуках



Исповедь блондинки, которая смогла

Яна Крайс
**Замуж зарубеж, или Миллион
шагов на каблуках. Исповедь
блондинки, которая смогла**

*http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=66553948
ISBN 9785005543981*

Аннотация

«Kiss & Fly...» – сказал ОН... С нежной и будоражащей улыбкой на лице подарил последний прощальный поцелуй... вынес мой оббитый, выдавший пол-Европы чемодан, крепко обнял, окутав таким уже родным туманным запахом кожаной куртки-парфюма-кофе и сигарет... небрежно взмахнул блестящими густыми каштановыми волосами и захлопнул багажник своего чёрного «Мерседеса», ещё раз бросил свой томный взгляд и умчался вдаль... навсегда... уступив место и дав шанс началу других историй...

Содержание

Глава 1	5
Глава 2	6
Глава 3	11
Глава 4	21
Глава 5	32
Глава 6	38
Глава 7	42
Глава 8	48
Глава 9	65
Конец ознакомительного фрагмента.	70

**Замуж зарубеж,
или Миллион
шагов на каблуках
Исповедь блондинки,
которая смогла**

Яна Крайс

Корректор Светлана Харитонова

Дизайн обложки Ольга Третьякова

© Яна Крайс, 2021

ISBN 978-5-0055-4398-1

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Глава 1

Предисловие

Привет, дорогая Читательница!

Если ты сейчас читаешь эту книгу, значит, мне есть чем с тобой поделиться, что тебе рассказать, а может, вместе погрустить, попить чаю на кухне, поплакать, завернувшись в плед, или принять ванну с бокалом шампанского в руках, зажечь свечи... выйти на балкон, взглянув на звезды, вдохнув свежего прохладного ночного неба, помечтать и задуматься... посмеяться или поделиться с подругами... это только наше с тобой пространство «здесь и сейчас», и ты увидишь, как это пространство изменится, трансформируется в захватывающий мир идей, желаний, грёз и возможностей! Я приглашаю тебя в свой богатый внутренний мир, я открою тебе свои тайны и секреты, научу, помогу, открою завесу, заинтригую, увлеку в мир приключений, я передам тебе самое бесценное, что у меня есть – СВОЙ ОПЫТ, а самое главное – научу, КАК ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗАРУБЕЖ или точнее, за иностранца! Ну что, уже интересно? Тогда за мной, дорогая подруга!

Глава 2

Немного обо мне

Давай познакомимся!

Я – Яна Харланенкова, теперь Яна Крайс, русская, 30.07.1983 года рождения, 38 лет, родом из города на Волге. Ульяновск, старинный русский град Симбирск. Родина Владимира Ленина. За плечами четыре года в браке, ещё четыре года в гражданском браке и семь лет в поисках настоящего счастья и заграничного Принца! Теперь я знаю шесть языков, посетила 13 стран и 70 городов, путешествовала, изучала культуры и, конечно, везде искала ЕГО! Дизайнер-график и специалист по рекламе по образованию, проработав три дня по специальности в рекламном агентстве, решила больше никогда к этому не возвращаться! Сортировала газеты в издательстве с 16 лет, продавала CD-диски в 17, открыла художественную школу для малышей в 19 лет, как только родила ребёнка. В 20 лет пришла во флористику и сказала – это моё!!! Научите меня! В 22 года открыла свой бутик стоковой одежды из Европы, а потом детский секонд-хенд, в 24 купила первую фотокамеру и стала свадебным фотографом, была свадебным и интерьерным декоратором, свадебным флористом. Потом стала дизайнером на мебельной фабрике, а затем дизайнером-консультантом в кухонной сту-

дии, доросла до коммерческого директора в студии дизайна интерьера и работала с международными поставщиками. Параллельно выстраивала личную жизнь, мечтала и строила планы на прекрасное будущее, хотелось расширить границы и выйти за рамки обыденности. Теперь я – блогер, писатель, женский коуч и тренер, матчмэйкер, я знаю мужчин как свои пять пальцев. За спиной развод, и есть сын 18 лет от первого брака, много счастливого и разного прошлого, весёлого и грустного, теперь снова замужем, любима и счастлива! Однажды, после очередного расставания, мой шеф сказал мне (он всегда особо чутко интересовался моей личной жизнью и был мне как второй отец): «Наверное, не стоит больше тебе менять шило на мыло... наверное, стоит что-то изменить и взглянуть на жизнь под другим углом...» И я решила, да, хватит Паша-Саша – всё одно... нужны качественные, эффективные, глобальные перемены, нужно выйти за рамки, расширить горизонты, нужно расправить крылья, нужно сделать смелый шаг навстречу стихии лёгкой, воздушной, напористой, я – огонь! Я – огонь, который светит, открывает глаза и всё освещает, бьёт ключом, действуй активней, роскошная энергия во мне... я – Лев, я – Солнце, я – Свет в тёмном царстве. Я – лидер, я должна получить от жизни всё! «Всяк человек своего счастья кузнец!» – медаль со школьного выпускного каждый раз убеждает меня в правдивости этих слов. В себя надо вкладывать, в себя нужно верить, себя нужно презентовать! И вот все эти сове-

ты, предсказания, натальная карта, матрица жизни, советы, гороскопы, Таро, Руны, гадалки, соседки, подружки, знаки, сны... и вся прочая эзотерика вдруг сложилась в одну красивую и манящую до боли картинку... вкусно, сочно, ярко, возбуждающе, я увидела свою жизнь другой, абсолютно. С противоположного полюса, меридиана, угла, взгляда, градиента, в других красках и запахах... я кинестетик-визуал по природе и для меня очень важен образ, картинка очень многое для меня значит, вдохновляет... а секрет успеха – это мощный заряд, вдохновение, это как твоё внутреннее ядро, плавающая магма внутри, дающая силы и энергию, томящаяся, бурлящая внутри тебя и в один прекрасный день накаляется, закипает и вырывается наружу, источая горящую лаву, сжигая все мосты, всё прошлое, рутину, страхи, унося, погребая за собой прошлую серую жизнь вместе с её ошибками... и на окаменелой, застывшей безжизненной лаве вырастают снова яркие цветы... иногда, чтобы снова вдохнуть, нужно избавиться от всего старого и ненужного... без уничтожения старого никогда не придёт новое, оставляя себе запасныеходы-выходы, так не работает, не получится... только риск, только вперёд, смелость, рвение, желание – вот твои козыри, азарт в игре с жизнью, да, жизнь – это игра, такая себе «Монополия». И я, сидя в офисе и проводя очередные планёрки, анализы, расчёты, коммерческие предложения, рекламные кампании, вдруг поймала себя на мысли и задумалась... я – отличный менеджер... коммерческий директор, делаю

многих людей счастливыми, выстраивая для них хорошие, удачные цепочки поставщик-клиент-покупатель... цена-качество-гарантия-обслуживание... и клиент получает отличный сбалансированный результат: то, что ему нужно! Почему же мне не стать вдруг менеджером своей собственной жизни и не создать выгодное коммерческое предложение для себя самой лично? Почему бы не инвестировать, выгодно вложить свои плюсы в свою будущую новую счастливую, абсолютно другую жизнь? Какие страхи, какие риски, какие сомнения? Игра стоит свеч! Ставим всё ради большого куша! И запасёмся терпением! Так родилась идея: вижу конечную цель – действия-шаги, ступеньки-преграды – результат. Вижу лет на пять наперёд... да, большие цели требуют больше времени для их достижения, а за Саню, за Ваню... можно хоть через месяц замуж... это легко, это слишком простая цель... хочу большего, лучшего, мой каждый следующий мужчина будет лучше предыдущего – это моё правило. Я должна расти, развиваться вместе со своим мужчиной, тянуться за ним. Мой мужчина должен быть намного умнее и статуснее меня, чтобы мне было к чему стремиться, чтобы я уважала и ценила его, чтобы мне с ним было интересно! И вот все эти маркетинговые понятия: акции, бонус-мерчендайзинг-маркетинг-цена, стоимость, издержки, инвестиции – закружились в моей голове с самоцелью стать самодостаточным, валидным, главным Призом в игре за Мужчину мечты. Демпинг, ну куда же без него, когда конкурен-

ция растёт и на пятки наступают юные и красивые, сбивают цену! Цена падает, количество предложений превышает спрос, углубляемся в экономику... демпинг – это как акция, распродажа, красивые, их много, дёшево, еще дешевле, почти бесплатно, могу всё, согласна на всё, только достанься мне! Стоп, мы ищем другое. Нам нужен эксклюзив. Как сказала моя хорошая знакомая, клиентка моего клуба знакомств: «Хочется зайти в маленький эксклюзивный бутик и выбрать уникальную, дорогую, роскошную, ценную, редкую вещь, в единственном экземпляре, а не слоняться бесконечно по огромному торговому центру масс-маркета и дешёвых копий, пародий, клонов...» Нам нужен Принц, потому что ты – Королева, ты – Приз. Читаем умные книжки, когда сдаёмся... мотивируемся, внушаем себе веру, заряжаем свою женскую силу на женских форумах, вебинарах, марафонах, как стать успешной и как стать женщиной-брендом. И вот я тоже в потоке, в этой же теме, и пишу для тебя эту же ерунду, пересказываю всё снова и снова по кругу, только своими словами :))

Глава 3

Кто ты? Твоё предназначение. В чём твоя уникальность?

Кто ты? Задай себе этот вопрос, прежде чем выстраивать в голове планы. Прежде всего, ты должна понять себя, принять, простить, полюбить, осознать. Для этого ответь на следующие вопросы:

Я люблю себя?

Я принимаю все свои недостатки?

Самое лучшее во мне – это...

Больше всего в себе я люблю...

Я не люблю в себе...

Я хочу избавиться от...

Я принимаю...

Я прощаю...

В чём моё предназначение?

В чём я лучше других?

В чём моя уникальность?

Пропиши на бумаге все свои лучшие, уникальные качества и наслаждайся своим списком!

Пропиши свои цели, что ты хочешь нести людям, нести в мир.

Для чего ты рождена?

Посмотри в зеркало, прими и полюби себя, такой, какая ты есть: «Моё тело полностью устраивает меня, я горжусь своим телом, я готова показывать его окружающим, я с гордостью могу раздеться в бассейне или на пляже. Я люблю любоваться собой в зеркале. Я люблю делать селфи и фотосессии, потому что я красива! Я уникальна! Всё моё даровано мне жизнью, матерью, родом, и я принимаю себя с гордостью и любовью!»

Мне нравится моя улыбка, я могу добиться многого с помощью своей лучезарной, открытой и естественной улыбки.

Мне нравится моё лицо, кожа, губы. Мои глаза созерцают и излучают неповторимый внутренний свет, выражение моего лица несёт умиротворение и счастье.

Какое выражение лица моё? Какие эмоции чаще всегда со мной: грусть, обида, недовольство, депрессия, безмятежность, без эмоций, умиротворение, боль или... моё лицо светится, моё лицо лучезарное, моё лицо отражает абсолютное счастье... или лицо воодушевленного, наполненного, горящего человека, заражённого идеей, заряженного позитивом? Моё лицо выражает посыл, и если внутри тебе грустно и одиноко, и нет сил, веры, надежды, и изнутри тебя сжирают страхи, то ни за какой наигранной улыбкой ты не спрячешь уныние, тоску или разочарование. Счастье и лёгкость должны идти изнутри. Для этого нужно освободить своё внутреннее состояние, очистить энергию и подсознание, убрать все

блоки, стереть негатив. Простить, отпустить прошлое, принять настоящее и поверить в будущее! Только тогда можно идти дальше. Да, это правда, с грузом прошлого не получится идти дальше. Подготовительный этап даёт большие результаты. Это как взращивать семя. Очистить, промыть, подготовить, вскопать, взрыхлить и только потом посадить, а потом ещё полить, оросить, удобрить и только потом что-то взойдёт, прорастёт новой жизнью, только потом даст ростки, зацветёт, вызреет и принесёт долгожданные плоды! Когда мы вычешем всю твою душу вдоль и поперёк, разберём по осколкам и соберём заново по кирпичикам, проведём генеральную уборку в залежах твоей души, вычистим всю грязь, когда обнаружишь скрытые застои, блоки, проблемы, недовольства, боль... когда пропишешь все волнующие проблемы на листке бумаги, а потом сожжёшь его, избавляясь и очищаясь... так ты глубже поймёшь себя, что мешает тебе, что тормозит или останавливает тебя, так, обнаружив несколько маленьких проблем, покопавшись в глубине своего подсознания, только так ты увидишь маленькие пунктики, из которых складываются целые параграфы, над которыми стоит работать, проработать их и освободиться.

Тогда ты почувствуешь, что проблема не такая уж и большая, и все эти маленькие минусы ничто по сравнению с огромным плюсом, который ты есть. Выпиши свои позитивные и негативные стороны. Чего больше? Ну конечно, я не сомневалась в тебе, и помни: никогда не стоит выклады-

вать мужчине всю правду, приукрашивай реальность, ложь во благо любви. Никогда не говори с мужчиной о проблемах, не жалуйся и не ной. Ты самодостаточна, ты любишь себя, и он это почувствует, уверенную женщину видно издалека, и пока мы не полюбим себя, никто нас не полюбит. А когда ты полюбишь весь мир, мир откликнется тебе любовью и взаимностью! Это работает. Скажи с утра каждому встречному, начни утро с мантры: «Я люблю себя! Я прекрасна, молода, здорова и красива! Я успешна! Моя удача всегда со мной! Я привлекаю только позитивных, полезных, нужных людей! Со мной всегда счастье и любовь! Я люблю весь мир! Я благодарю Вселенную и весь мир за всё, что было, есть и будет! Я принимаю с радостью и благодарностью Блага и Подарки Вселенной в свою жизнь! Я готова к переменам и позитивным изменениям в моей жизни! Я принимаю с благодарностью моё прошлое, настоящее и будущее! Я благодарна тому, что имею сейчас в своей жизни, и я открыта для ещё большего и лучшего!»

И говори каждому встречному про себя: «Я люблю тебя, ты прекрасен, у тебя красивое поло, а у тебя классные кроссы, мне нравится твоя родинка, а у тебя крутые очки!» И ты увидишь, как начнут происходить чудеса, настоящее волшебство, Вселенная откликнется тебе! Тебе случайно уступят место в переполненном автобусе, для тебя всегда горит зелёный свет или в очереди кто-то пропустит, даст купон на скидку, или вдруг ты что-то найдёшь или услышишь знак,

увидишь подсказку или к тебе придёт идея... люди будут к тебе добры, и все двери будут для тебя открыты... Что-то хорошее обязательно будет происходить. Почему? Потому что ты открылась, створки ракушки приоткрылись, ты впустила поток свежей энергии, происходит энергообмен. А почему ничего не происходит? Потому что нет энергообмена, ты закрыта. Ты в танке, в коконе, в бункере... спрятана ото всех и вся, от судьбы, от себя, ты не уверена. Почему не работает? Знаешь о капле дёгтя в бочке меда? Так вот, это наше подсознание, на глубинной подкорке, где-то очень внутри, есть капля недоверия, сомнения, которая портит абсолютно всё! Эта маленькая червоточина, которая грызёт, маленький Пессимизм... Когда ты читаешь аффирмации, медитируешь, визуализируешь, пишешь дневник, и вроде всё проработала, и начиталась умных книг, и насмотрелась вебинаров, семинаров, блогов... всё делаешь правильно, может, даже молишься, и постишься, и ходишь в церковь, иставишь свечи, но... почему-то не работает??? Я знаю почему: ты не веришь в итог, внутри есть маленькое сомнение, закралось, и теплится, и не даёт покоя, и не отпускает, и тревожит, это всё виновата какая-то ерунда, эта глупость, всё равно не получится, и только когда ты полностью избавишь себя от сомнений и полностью поверишь в себя и свои силы, только тогда придёт результат! Всего 1% сомнения на 99% веры всё портит. Я долго избавлялась от подсознательно-го страха неудачи, провала, недоверия... Может быть, год-

два-три... но когда я приняла решение исключить из своей жизни все раздражающие факторы, очистить пространство от раздражающих вещей, которые не дарят мне позитив, избавиться от надоевшей работы, от ненужного мужчины, который просто сожитель и не приносит мне радость, энергию, а лишь забирает её, тяготеющие отношения, быт и скука, тянущие вниз, назад, как болото, в нём тепло и уютно. Избавься от всего, что отягощает, от завистливых «якобы» друзей, которые не приносят тебе поддержки и не питают положительной энергией. Вся наша жизнь – это энергия, и всегда на этом месте должен быть плюс. Избавься от всего со знаком минус. Простить и отпустить всех плохих людей, попросить у них прощения, поставить свечку за их здоровье. Сделать всё, чтобы простить и принять, очистить сознание навсегда.

Сбрось балласты. Оглядишься вокруг, что ещё ты забыла? Меняй окружение и меняйся сама, ты увидишь, как вся застоявшаяся энергия начнёт двигаться, как тронется лёд, ты должна действовать, приводить механизм трансформации в движение каждый «ждень»... Ой, это опечатка, но в ней так много смысла! Каждый день – «ждень» – день, когда ты чего-то очень сильно ждёшь! Каждый день запускай механизм, раскручивай и ни в коем случае не останавливайся! Смажь свои заржавевшие шестерёнки надеждой, буксуй, тормози, но со скрежетом и скрипом иди вперёд! Перемены любят движение! Проведя такую чистку, я общалась с одной девушкой онлайн, мы были заочно знакомы, сначала бы-

ло интересно, мы обсуждали общую тему про иностранные знакомства и обсуждали мужчин, тогда ещё итальянцев. Но: она постоянно была недовольна своей жизнью, обстоятельствами, мужчины были недостаточно красивы, богаты, умны или ещё что-то там, на работе всё плохо, родители и подруги не понимают, все вокруг твердят, тебе сорок, ты старая дева, ни мужа, ни детей... а сама она считала, что толстая, старая, ничего не получается, всё плохо, полная неудачница, конечно, она не говорила открыто, но всё это читалось между строк, через улыбку на фото, в глазах грусть, на лице разочарование, абсолютная печаль и одиночество. Наше общение с ней складывалось в основном по сценарию: она жаловалась на очередного недоухажёра, что всё не так, а я пыталась её успокоить, мотивировать, вернуть к жизни, открыть второе дыхание, занималась психологией, в итоге, ей становилось легко и хорошо, а мне плохо... моя энергия не восполнялась... в итоге её пессимизм и негатив пересилили её, сломали... и когда она в очередной раз написала, что она вся в болезнях, уволилась с работы, не разговаривает с родителями, закрылась от назойливых подруг... и нужно делать операции... я сказала, а у меня всё хорошо, я проработала все свои негативы и минусы, я очистилась физически и ментально, сбросила все эти балласты... и теперь я абсолютно счастлива здесь и сейчас, мне абсолютно хорошо и прекрасно, всё вокруг меня мне приятно и комфортно, я получаю наслаждение от всего меня окружающего, я чувствую себя

стопроцентно наполненной и порхающей. Мне всё замечательно! И я говорила ей об этом, что это работает, что нужно и ей этим заняться, на это ушёл примерно год и есть результат. Она усугубила всё до самого страшного и ужасного. Все внутренние проблемы просто сожрали её, а я выпорхнула, сбросила оковы, вылетела из кокона. Это реальный пример. Она просто сказала мне в ответ: «Человек не может быть абсолютно счастлив, если ты абсолютно счастлива, значит, ты – Будда!» Да, именно, я чувствовала себя именно так. На высоте, в полёте, в отчуждении от земных проблем, в лёгкости, свежести и возвышенности. Я ощущала полную свободу и счастье. Это факт. На что я ей ответила: «Просто, изменив своё сознание, я повернула реку вспять, а ты плыла по течению и тонешь в собственном неверии и в своём негативе, не хочешь слышать советы, не принимаешь, не веришь. Прости, нам с тобой дальше не по пути. Я думаю, стоит прекратить наше общение. Больше не имеет смысла, она очень разозлилась и начала писать гадости... в итоге она так и не поняла сути, смысла, совета... протянутой руки помощи, мы разные... пришлось её просто заблокировать, навсегда. Но она зашла под другим ником и снова начала писать гадости... человек неблагодарный, просит о помощи, но не может благодарить и принимать советы... а может просто злиться и завидовать, что у кого-то получилось справиться с собой. Я проделала огромную работу, она же не делала ничего, только ныла и жаловалась... в этом вся разница...

один год: два противоположных результата. Она сказала, тебе просто во всём везёт, а я считаю, что везение приходит к тому, кто этого заслуживает. И сейчас я не говорю тебе, что это легко, это очень тяжело, сложно и даже трудно – это работа, ежедневный труд. Мало просто прочитать книги... нужно использовать на практике свои познания ежедневно. Нужно работать над собой. Просто лежать в кровати и читать книги – не поможет, просто мечтать и составлять карты желаний – не поможет, запомни, только действия, ежедневный алгоритм, спонтанность, задор, экстрим, неожиданность, искра, всплеск, эмоции, будь яркой, верь! Скажи себе: я творец своей жизни, и я сотворю себе новую жизнь, такую, какую хочу Я! Я прекрасна! Я люблю себя новую! И я заслуживаю лучшего! Вставай с постели, беги в спортзал, напиши себе по каждому пунктику недовольства собой, как каждый минус превратить в плюс.

Что я должна конкретно сделать, чтобы... Похудеть? Окей: сбалансируй питание, распиши меню на неделю. Покупай продукты согласно меню! Выбрось из дома всю вредную еду, соль и сахар! Заполни холодильник свежими овощами и фруктами, кисломолочными продуктами, яйцами, грибами, куриной грудкой, рыбой. Орехи, серые и коричневые крупы. Отруби и семена льна. Цикорий вместо кофе, зелёный чай с лимоном, имбирём, немного мёда, финики, инжир. Оливковое, льняное, рыжиковое или горчичное масла. И готовь только из этого набора продуктов, ешь каж-

дые два часа, дробно, что-то одно. Ешь наполовину меньше. Прежде чем положить ЭТО в рот, задай себе вопрос: «Это для стройности и красоты?» Не ограничивай себя ради Бога в любимых продуктах, всё можно, если осторожно, лучшая диета в мире – есть всё, что хочешь, но наполовину меньше. И трать больше калорий, чем потребляешь. Ведь правило жиросжигания: всем известный дефицит калорий. Вот и всё! Движение, воздух, вода, полноценный сон – это жизнь. Это не диета, это лишь здоровое питание. Это нельзя терпеть, это не нужно выдерживать, это должно стать твоим образом жизни, твоей привычкой правильно питаться навсегда.

Лишний вес? Начни прямо сегодня! Не с понедельника и не с поста... Надо жить сейчас и изменить себя сейчас. Запиши дату, вес, обхват груди, талии, бёдер и посмотри на результаты через пару месяцев, полгода, год. Самые сложные первые три дня, потом легче, желудок уменьшается, ты привыкаешь, привыкание полное наступит через 21 день. Держись! Думай о Принце! Всё ради него!

Глава 4

Проблема-боль-ошибка

Комплексы. Страхи. Неуверенность.

И посыпался неугомонным дождём в голове шквал вопросов, водопад, лавина, тонешь в своих мыслях, затуманилось сознание... страшно... грустно... одиноко и как-то совсем беспомощно... Не получится... не смогу... никому не поправлюсь... или мне никто не подойдёт... я веган... со мной сложно... у меня большие запросы... у меня есть дети... я толстая... всем нужны только модели... я не красавица... а может, я вообще страшная? И никому до сих пор не нужна, да и возраст уже за тридцать... сорок... пятьдесят... всё, я старая... и морщины, и нос кривоват, и всё как-то уже не то, и обвисло, и грудь маленькая... и попы нет... и ноги кривые... и улыбка не голливудская, и английский с переводчиком... ну всё, вообще шансов нет... да и не доверяю я мужчинам, этим похотливым животным, им всем только одно нужно... я никому не верю... а есть ли вообще любовь? Я не хочу больше никого любить...

Пойду лучше выкурю сигарету, или выпью бокал вина... или съем шоколадку, или всё и сразу... и пошлю весь этот грешный, материальный мир далеко и подальше, надолго... мужики-козлы, всё плохо, ничего не получится... слишком

сложно, нужно что-то делать, нужно действовать, а у меня нет ни сил, ни желания, ни времени... надо работать, чтобы выживать... тут не до саморазвития и не до личной жизни... нет друзей... серые будни и ничем не примечательные выходные... нет цели, нет интереса... надо БЫ, да «бы» мешает... встать и пойти действовать, покорять этот мир! И играть по своим правилам!

Расскажи мне, почему ты одинока? Ты чувствуешь себя одинокой? Ты можешь быть дома одна, но не одинока. Одиночество внутри тебя, в твоей душе, ты можешь быть в компании друзей, но чувствовать это одиночество. Ты можешь кружиться в танце среди толпы, но быть одинокой. Ты можешь иметь десятки друзей, но внутри пусто и тоскливо, внутри нет огня. Если тебе знакомо это чувство, но ты не знаешь, как это исправить и с чего начать? Ты не знаешь, как и где искать это лекарство, заполняющее душу и пронзающее сердце стрелой Амура? Ты хочешь любви, но не знаешь, где её искать? Боишься встречи в реальности или даже звонка, боишься выйти в скайп? Боишься языкового барьера? Боишься разницы культур? Боишься, что он будет чужой и непонятный? Боишься вообще что-то делать и перемен в целом? Боишься всего и вся? Боишься выйти за рамки комфорта? Не представляешь, как это вообще всё работает, как это может всё произойти, а вдруг быстро, а вдруг ты ещё не готова? А вдруг получится и вот надо уже переезжать, собирать вещи в свою новую жизнь, где новые друзья,

окружение, работа, люди, новая жизнь и всё другое... даже природа... Столько мыслей, страхов, комплексов... Но давай по порядку, по пунктикам, для того я здесь с тобой, я твой учитель и наставник сейчас. Мужчины исчезают, перестают звонить, писать, исчезают по-английски... навсегда... а вроде и повода не было... теряют интерес... знакомо... сливаются... и долго тянут резину, а потом вдруг они не готовы... или ещё хуже: вдруг узнаёшь, что он женат... Знакомо? Знаю, до боли знакомо, в жизни каждой девушки проигрывается и повторяется один и тот же сценарий... банально... мужчина исчезает, почувствовав, что ты на него запала... раньше, чем он. Прочитай про стадии влюблённости мужчины, и я скажу тебе, что пока мужчина доберётся до этой самой высшей стадии любви, ты уже сто раз переговоришь, изведёшь себя миллионами мыслей: что, зачем, почему, как, из-за чего... сто раз спланируешь вашу совместную жизнь на 20 лет вперёд: как будут звать ваших детей, куда поедете на годовщину свадьбы, как пройдёт эта самая свадьба, как произойдёт признание в любви, а потом предложение... таковы мы, женщины, увы, летим вперёд, не замечая момента... уносимся в наших мыслях в воздушные ванильные грёзы, а мужчина, он просто наслаждается моментом, здесь и сейчас, он не думает наперёд и уж тем более не фантазирует в розовых красках... мужчина – реалист, он берёт сегодня то, что дают, а если дадут и завтра, хорошо. А если не дадут, то не очень-то и хотелось. Если что-то пошло

не так, появились какие-то капризы, претензии, ожидания, неоправданные твои надежды, он всё это прочувствует, что ты уже примерила роль жены и матери детей, примерила свадебное платье и ждёшь от него каких-то больших действий... или доводишь его глупыми расспросами: где был, почему не позвонил, что делал, с какими друзьями, почему без меня – тут затрагиваются его границы: контролируешь, прилипаешь, залипла, все твои интересы день и ночь – ОН. Потому что нет собственных интересов, своих дел и увлечений. Зациклилась... пора спасать... и так по кругу... неправильно строишь, одинаковая схема, нет работы над ошибками, все романы одинаковы и заканчиваются одинаково, надо проработать... или другая проблема: тебе никто не нравится... Психотипы... Одиночка по жизни... Училка, заучка... гордая Принцесса на горошине... Стерва, сама используешь мужчин, не уважаешь... романтическая плаксивая Рёва, сидя в постели, ждёшь любви... или просто Незнайка – кто ты??? Незнайка вообще ничего не знает: чего хочет, кого хочет, зачем ей мужчина и что с ним делать. Проанализируй себя: кто ты и в чём твоя проблема, почему до этого момента не сработало, почему ты сейчас читаешь эту книгу? Почему в твои (...) лет ты так и не встретила своего Принца? Или твой уровень настолько высок, что ты уже не можешь воспринимать мужчин серьёзно, что они могут дать тебе что-то большее, чем ты сама, что они не могут тебя любить больше, чем ты сама, что они не могут купить тебе лучше, чем ты

сама, не вознесут на руках до небес, потому что ты сама уже себя вознесла до небес... Или ты мужененавистница: все эти грязные носки и пивные животы, газеты и футбол, мат, апатии на диване и я устал, есть чё пожрать? Знаешь, человеку, 100% наполненному никогда не бывает одиноко, он наполнен, в этом сила, ему всегда есть чем заняться, в нём столько интересов, ему никогда не бывает скучно наедине с собой. У него много идей, планов, целей, ему есть что обсудить с самим собой. И его лучший друг, помощник, советчик по жизни – он сам, или это по-другому его внутренний голос, интуиция, внутреннее Я, Эго, его эхо... Я задаю себе вопрос, и у меня есть на него много ответов. Ответ с той точки зрения: «А чего я жду, что я хочу услышать?» или с точки зрения реализма, рационализма... это говорят две половины: эмоциональная – сердце, мозг – рациональная... взвесив все стороны, ты способен самостоятельно принять решение. Если нет, всегда на любой вопрос пиши себе в две колонки все плюсы и минусы, что будет, если так и если эдак... Сравни результат. Перед тем как что-то совершить, задай себе три вопроса:

1. Это к лучшему?
2. Для чего мне это?
3. Что будет после того, как я это сделаю?

В чём польза и что плохого мне это принесёт? Сделает ли этот выбор мою жизнь лучше? Изменит ли это решение

качество моей жизни? Всё должно приносить благо, только в плюс, всё должно продвигать тебя на ступень выше, на шаг вперёд. А сделает ли меня эта затяжка сейчас краше? А продвинет ли меня этот бокал вина на шаг вперёд? Поможет ли мне расставание с ущербным мужчиной, тянущим меня вниз, продвинуться и улучшить качество жизни? Если я выйду на две остановки раньше и пройду пешком, принесёт ли мне это пользу? Если я пропущу ужин, стану ли я здоровее? Привыкни анализировать свои поступки, вырабатывай хорошие привычки. Улыбка молодит, создаёт позитивный настрой. Вера даёт заряд, позитивное мышление. Ты – аккумулятор, батарейка. Тебе нужен постоянный заряд. Не на 20% тянуть эту жизнь на грани издыхания... волоча ноги, опустив голову... минимум 80%! Да! Как поддержать свой заряд всегда на 80%, наполняться на 100%, разряжаться до 80% и снова наполняться! Опасно полностью терять заряд, это приведёт к болезням, изнеможению, перегрузу, истощению... нервы, стрессы, диеты, упрёки, негативные мысли, советы, сплетни, обсуждения других людей, самокопания, самоедство и самотерзания – это всё разряд, это потеря, пустая трата энергии. Огради себя, огороди себя от негатива. Просто закрой книгу там, где плохо, пропусти сюжет в фильме, где нехорошо, выключи депрессивную музыку, надень наушники, если кричат соседи... огороди себя, это ненужная ущербная для тебя информация! Береги свой разум, сохрани свою голову, душу и сердце всегда чистыми и свободными.

ми от негатива. Воспринимай негатив как чёрное поражающее облако со знаком минус и представляй, как оно всепроникает и всепоглощает, приятно ли тебе, что в твоём розово-ванильно-цветочно-воздушном поле появляется это чёрное пятно и накрывает зловещей тенью твоё существо?

Кто-то называет это промыванием мозгов, кто-то очищением сознания, всё основано на очищении от негатива. Освобождение и обновление души.

Только на чистое и свободное от предрассудков сознание можно загадывать желания и строить образы, прорисовывать цель.

Прими ванну с маслами, ароматными травами, морской солью, зажги свечи, налей бокал вина, погрузись в пенную негу, закрой глаза, просто наслаждайся, твоя голова сейчас пуста и свободна... попробуй ощутить эту эмоциональную свободу... отпустить всё... смыть с себя всё накопившееся... полностью расслабься. Почувствуй в своём теле приятную лёгкость, просто кайфуй, чувствуй негу и эйфорию от любви к себе, и что весь этот мир ничего не значит, у тебя есть самая большая любовь – это любовь к себе! Ты заботишься о себе, как о самом любимом и дорогом тебе человеке, ты даришь себе всё самое лучшее. Ты питаешь своё тело только тем, что приносит пользу на 90% и немного для удовольствия на 10%. Прими себя здесь и сейчас, почувствуй, что ты прекрасна, и, выйдя из ванны, взгляни на мир новыми, сияющими глазами, отныне ты – Королева. Отныне ве-

ди себя как истинная женщина, истинная Королева. Ты благо нравна, ты деликатна, ты умна и красива, в тебе столько уникальных талантов, в тебе 100%-ный заряд, ты инвестируешь в развитие себя, ты вкладываешь в себя. Относись к себе отныне так, будто ты очень дорогое вложение и ты заслуживаешь к себе соответствующего отношения. Это не гордость, не высокомерие, это Эго, осознание собственной значимости, какая ты прекрасная хозяйка, какие у тебя ноги, как горят твои глаза, какой у тебя сегодня маникюр или причёска, просто выйди на улицу и пройдишь как королева, чувствуй, как за тобой тянется шлейф твоих духов, чувствуй весь процесс, как твои феромоны разливаются вокруг, вовлекай, вскружи, всколыхни всё вокруг, иди как по подиуму, обращай внимание на встречаемых мужчин, что ты чувствуешь, что чувствуют они, видишь ли ты изменения, стала ли ты увереннее, чувствуешь ли ты на себе взгляды? Это твоя энергия проснулась, твоя женская сила вошла во вкус. И это ещё не вся мощь. Раскрываться ты будешь постепенно. Подумай, на каком этапе, на каком пике ты готова раскрыться на все 100%, для какого мужчины, где, когда, в какой момент? Ну, теперь это будет уж точно не парень в баре в пятницу вечером. Ты станешь другой. И это примитивное сравнение лишь показывает тебе, доказывает тебе, как подросла твоя самооценка, твоя значимость. Если ты сделаешь всё точно, выполнишь все задания, ты придёшь к этому, может, не сразу, но придёшь к тому ощущению, что твой

мир не здесь, что ты выросла из этой жизни, из этого города, из этой мёртвой оболочки, тебе больше не доставляет удовольствия находиться в этой реальности, тебе кажется тесно и всё изжито, пережито, уже сто раз по кругу прожито, уже всё было, уже не интересно, уже выпито, выплакано, до боли прочувствовано... Всё. Не здесь. Не для этих мужчин. Вот на этом этапе ты готова к переменам, ты всей своей сущностью, кожей и телом на уровне гормонов должна прочувствовать всё происходящее внутри тебя. Что тебе стало по-настоящему здесь скучно и плохо. Ты вышла на новый уровень! Поздравляю! Ты на следующем этапе! Первый подготовительный уровень прошёл успешно! Тест по самооценке успешно сдан. Ну вот, ты – Королева, сбросила старую кожу и выползла покорять мир!

Как кобра, такая опасная, ядовитая, чарующая, завораживающая, охотница, играющая, привлекающая, будоражащая, способна как обнять, так и задушить в своих объятиях. Ну что, кого ты готова завлечь в свои сети? На кого будем охотиться? Моя любимая поговорка: «Ловись рыбка большая и маленькая...» А я подумаю, как разделаться с уловом, как применить, приготовить и с чем это есть, что из этого улова извлечь. Почему бы и не поиграть? Почему только мужчины способны причинять нам боль, играть, врать, использовать? Итак, здесь начинается соблазн: самое интересное! Разыгрывается аппетит! А теперь представь свою сцену, где ты блистаешь в самом лучшем платье и самых красивых туфлях,

с великолепным макияжем и самой прекрасной причёской, ведь ты королева, какую обстановку для встречи с мужчиной своей мечты ты представляешь? Уж точно не рыбалку и палатку у озера? Точно не в своём городе. Тогда выходи за грани сознания и мечтай о самом лучшем! Роскошная яхта, вы пьёте шампанское, покачиваясь на волнах в отблесках лунного света... мелкие капли дождя скатываются мурашками по коже, но предвкушение греет кровь, и эмоции от новой любви туманят сознание... платье становится полупрозрачным, его рубашка, расстёгнутые четыре пуговицы, прилипает к телу... он целует капли дождя на твоих нежных плечах, откидывает мокрые волосы назад и говорит: «Люблю, моя русская принцесса!», а ты говоришь: «Только Принцесса? Я Королева!!!!!» Увидишь, всё будет по-другому, иначе, не так, как было, на уровень выше. Ты презентуешь себя так, преподносишь себя так, ты достойна этого, ты это искала и это получила! И он вдруг привязывает своим галстуком твои руки к мачте, танцуешь на мокрой палубе, извиваясь вокруг мачты, как змея, над вами в ночном небе с соседнего лайнера мерцают фейерверки, это твоя сцена, твой спектакль, играй главную роль, получай наслаждение! Шепчешь люблю на ушко, нежно покусывая, а он кормит тебя с вилочки клубникой и креветками... и он входит в роль, изображая страстного пирата Карибского моря.... А утром сама управляешь яхтой... А он готовит для тебя кофе и омлет со шпинатом. А на обед попадаешь на фестиваль устриц... Роман-

тика!

Или, только представь себе: экзотическая арабская страна, где деньги, как нефть, текут по улицам, их видно везде, во всём. Куда ни глянь, всё стоит бешеных денег, хоть позолоченная урна, хоть люк на дороге... 67-й этаж небоскреба, ресторан с потолками пять метров и окна в пол, открывающие фантастический вид на бухту с припаркованными яхтами, бранч, твой первый в жизни, не сомневайся, возьми алкогольный пакет напитков, включающий десять коктейлей с повторами без ограничений ...умирать лучше с ним вместе после всего выпитого и съеденного, чтобы прочувствовать всю прелесть жизни, и будет, что вспомнить!.. Не надо быть хорошей девочкой, правильной... такое нельзя упустить: 23 умопомрачительных блюда сменяют друг друга... и каждый раз это полный восторг, кулинарный шедевр высокой кухни из редкостных ингредиентов. Презентация и подача похожи на шоу! Фотографировать нельзя, неприлично, да и непринято. Для Европы уже давно не роскошь. Зачем фотографировать еду, когда её нужно просто есть? Даже не думай доставать телефон в ресторане: это выдаст в тебе недалёкую провинциалку!

Мечтай, мечты сбываются!

В чём твоя уникальность?

Чего ты достойна?

Для чего ты рождена?

Глава 5

Мечты и желания

Какая твоя мечта?

Нужно полюбить Мужчину изначально как существо. Сказать себе, что все мужчины на свете прекрасны. Я люблю в мужчинах их силу, мужество, стойкость, упрямство, маленькие капризы, иногда слабость, всматривайся в каждого мужчину и говори про себя их маленькие плюсы: я люблю твои усы, я люблю твои ноги, я люблю твои руки, я люблю твои ямочки, у тебя красивая улыбка, мне нравятся твои мускулы, а у тебя стильная стрижка. Нужно обратить всё мужское существо в нашу сторону, нужно направить поток мужского внимания на себя. Я всегда мечтала о мужчине из вестерна, с детства, такого высокого, сильного, с ямочками на щеках, волевым подбородком и сильной челюстью, с лёгкой щетиной и обветренным загаром, морщинками, да-да-да, я мечтала не о гладком и идеальном, а таком волосатом и небрежном, пахнущим дикой волей, ветром, игривым и непредсказуемым, сильным и волевым, способным взять тебя в свои крепкие мужские руки, прижать и сказать просто: «Ты моя, и всё будет хорошо!» И ты сдашься, обмянешь и согласишься... такой дикий жеребец. Которого нельзя держать, нельзя приручить, оставить немного жизненного

пространства, свободы, немного на расстоянии. Но когда он с тобой, обласкан и любим, весь мир упадёт к твоим ногам. Он много не говорит, он делает, молча, читает по глазам. Понимает с полуслова. Способен на всё ради твоей улыбки, рассмешит, когда тебе грустно. Придумывает сюрпризы, как удивить свою загрустившую принцессу. И знает все твои особенности до, во время и после ПМС... Знает твою инструкцию по эксплуатации, способы, что и как применить. Знает все твои уловки и хитрости, знаком с твоими тактиками... играет по своим правилам... спонтанен... всегда оставляя свободу фантазии... Вы уважаете друг друга, поддержка и понимание – главное в отношениях.

О чём мечтаешь ты? Какая твоя мечта? Каким должен быть твой мужчина? Распиши себе в красную тетрадь (читай следующую главу), на задней странице: какой ОН, твой Мужчина мечты? Пиши намного подробнее. Рост, вес, волосы, глаза, кожа, национальность, особенности, как одет, машина, где живёт, чем занимается, чем увлекается, как проводит будни-выходные-отпуск, какая у него семья, с кем он живёт, какие у него привычки, есть ли у него недостатки? Пропиши его качества, какой ОН? Что он любит? Какая кухня ему нравится? Готовит ли он? Спорт? Ну как, тебе уже нравится? Уже готова влюбиться? Молодец, поздравляю, идеальный образ создан. Теперь ты знаешь, кого нужно искать, не соглашайся на малое, не сворачивай с пути за лёгкой добычей, иди к цели. Знай, что он существует где-то и он то-

же ищет тебя, свою принцессу, именно такую, какая ты есть, знай, вы созданы в этом мире друг для друга... Он уже существует для тебя. Просто ты ещё до этого его не представляла себе, ты ещё не знала, кого ты ищешь. Всё, что нужно сейчас сделать, это довериться судьбе и отпустить всё на волю Божию, на волю Вселенной. Попроси Вселенную поскорее послать твою судьбу.

Вселенная отвечает на конкретные вопросы и запросы. «Хочу встретить мужчину своей мечты». Ты его просто встретишь, но он пройдет мимо. «Хочу полюбить мужчину мечты» – полюбишь, только ты одна, неразделённо... или он будет женат... Правильная формулировка очень важна сейчас. «Мы любим друг друга взаимно, мы влюбляемся друг в друга с первого взгляда, при первой же встречи у нас завязывается роман на всю жизнь!» Обязательно пропиши ваши отношения, как вы любите друг друга, лучше не используй, отложи фразы типа: «Мы без ума друг от друга, мы сходим с ума друг от друга, мы до безумия влюблены...», потому что так и будет, в негативном формате, безУмная любовь, вы будете изводить друг друга. «Неземная» любовь тоже не подходит... будет некая онлайн-любовь, так и не трансформировавшаяся в реальность... пиши просто и без отрицаний! «Он смотрит на меня всегда с любовью. Он дарит мне цветы. Я получаю от своего мужчины всегда приятные комплименты, я становлюсь счастливее с каждым днём, мы взаимно счастливы в отношениях с моим любимым мужчиной». МЛМ –

аббревиатура для твоего дневника. Зови его так. Мой Любимый Мужчина. «Мы – самая красивая и счастливая пара, мы светимся от счастья, гуляя рука в руке, мы всегда обнимаемся и целуемся. Нам очень хорошо вместе». Не пиши: он делает то-сё... Пиши: «Мои счета всегда оплачиваются моим мужчиной. Я получаю помощь и подарки от моего мужчины. Все проблемы и вопросы всегда решаются с помощью моего мужчины. Я живу спокойно, я под защитой и в уверенности в своём мужчине». Нельзя писать его имя. Нельзя писать за него. Нельзя человека заставлять что-то делать. Нужно писать о тебе, о вас и об обстоятельствах. Вот как-то так. Позволь себе помечтать, представь себя, какая ты в той, следующей жизни, там, в той стране. Какая это страна? Чем ты там занимаешься, какую жизнь ведёшь? Какой твой образ жизни, какие привычки, как ты проводишь с ним свободное время? Как вы делите дела по хозяйству, кто чем занимается? Понимаешь, мужчину нужно видеть наперёд... не только в конфетно-букетный период... свидания, ухаживания, вся эта романтика закончится... твой идеальный мужчина должен иметь более детальную проработку, сколько он зарабатывает и как вы делите семейный бюджет, какие домашние животные или дети будут у вас, дом в деревне или квартира в городе? Он музыкант и всегда разъезжает по концертам? Он любит футбол и мужскую компанию? Учти все возможные факторы, готова ли ты к известности-популярности своего мужчины? Готова ли ты к толпам поклонниц? Он

красавчик, готова ли ты к конкуренции, битвам и сражениям за его верность? У него есть дети, которые уже живут с ним? Тебе хочется своего ребёнка? Он часто уезжает в командировки? Он военный, полицейский или на госслужбе? Все эти факторы помогут тебе выбирать и оценивать каждого претендента. Когда их будет много, первое, что я тебе советую: отключай сердце. Сердце всегда оффлайн. Запомни. Сначала смотри в свой список, читай пунктики. Сверяй. Прогнозируй, взвешивай, оценивай шансы. Будет ли вам по пути вместе. Соответствуешь ли ты его жизни, а он твоей? Готова ли ты принять его образ жизни? И я тебя умоляю, милая моя, хорошая, запомни: мужчина не меняется, а там, за границей, ты будешь подстраиваться, приспосабливаться, свой режим и образ жизни, свои привычки, устои, распорядки, свои желания к его возможностям и его образу жизни, своё Я к его Я. Свой режим сна и питания к его режиму. Если итальянцы не обедают, зато плотно ужинают, а французы пьют вино ежедневно на обед и ужин даже на работе, а испанцы начинают ужинать не раньше 21:00, а перед этим с 16:00 аперитивы и закат... А у немцев вместо ужина das Abendbrot, что означает вечерний хлеб или по-нашему просто бутерброд... Он не будет менять ничего. Ты гостя там. Тебе нужно будет приспособиться. Поэтому, чтобы избежать ненужных, лишних, некомфортных отношений, встреч, историй, не тратить силы и время на изначально параллельно других людей, хорошо подумай. Да, он может быть безум-

но красив и богат, но – оцени шансы, взвесь, посмотри все за и против, плюсы и минусы, что в итоге. Не сошлись характером? Здесь расчёт, детка, немного трезвости, немного чистого расчёта и много-много мудрости и ума. Сердце выключено. Запомни, ищешь разумом, только если всё совпадает, всё идёт хорошо, по плану, только тогда можно немножко дать волю чувствам, но помни, что первая встреча может всё изменить, поэтому лучше не влюбляться до первой встречи... Легко взлетать, больно падать. Пожалей себя, убереги от лишнего стресса. Защити своё сердечко и душу от лишних эмоций и переживаний. Особенно если ты очень впечатлительная и ранимая, легкомысленная мечтательница, тем более – сердце на замке!!!! Это правило номер один! Сердце на замке. Душа холодна. Пусть заслужит твою любовь. Нечего влюбляться в каждого второго. Представь, их будет двадцать одновременно, и все хороши, и все вроде бы на 60% пунктиков из твоего чек-листа соответствуют, и все заливают сладкие речи как соловьи, и все ждут в гости и жаждут встречи! И все говорят тебе как один: «Купи только билет, и всё для тебя: квартира моя, ужины и рестораны, подарки, шопинг, экскурсии – всё для тебя!» Какой хитрый! Ты так скажи в ответ: «Только прилетай лучше сам ко мне, я уж тебя накормлю, напою, спать уложу!» Что может быть легче? Птичка сама в гнездо прилетела, поклевала и улетела... на червячка, на огонёк! Нет, ни за что!!!

Глава 6

Красный дневник, или Книга благодарностей

Заведи себе дневник красного цвета и пусть эта красная тетрадь будет отныне твоим спутником по жизни, всегда с тобой, пусть станет твоей подругой, твоей настольной книгой, твоим внутренним и внешним, твоей душой. Записывай туда все изменения, которые будут происходить с тобой. Записывай всё происходящее, неожиданное, интересное, позитивное, приятное, хорошее, разное.

КРАСНЫЙ ДНЕВНИК, или Книга благодарностей. Для чего он нам? Что в нём полезного и как это работает? Ну во-о-о-от, опять эзотерика, скажешь ты.

Успехи, опыт, эмоции, переживания, страхи и сомнения... Это твой друг, помощник, жилетка и, конечно, настольная книга всего, всех изменений, что происходят с тобой. Всё съеденное, всё прочитанное, всё выпитое, всё вспомненное и забытое, залитое слезами или запитое алкоголем. Это всё твоё, с тобой навсегда, память, и боль, и радость, и смешное, и грустное, и чужое, и такое родное... может быть, ты напишешь потом свою историю, свою книгу, может быть, это откроет в тебе какие-то скрытые таланты, откроет тебе глаза на какие-то вещи... может быть, это из-

менит твою жизнь... Итак, нам нужна КРАСНАЯ большая тетрадь, блокнот или ежедневник, именно красный, побольше страниц, чтобы хватило его на год, и лучше с золочёными страницами, так престижнее, так приятнее начинать новую жизнь, вот так, с понедельника или с чистого листа. Пусть эта новая жизнь наступит сегодня... или с полнолуния... с новолуния... как тебе угодно, как хочешь этого ты, когда ты будешь готова. У каждой из нас свой расчёт, нумерология, счастливый день, каждый из нас верит во что-то своё, выбери подвластную тебе стихию, по знаку или асценденту, дождись благоприятного расклада, поверь в какое-то начало пути, услышь знак Вселенной, пора активировать и активизировать, пора начинать, пора действовать!!! Правила и стратегии, мышление, твоя собственная вера во что-то высшее, и вот ты наполненная, возбуждённая, зарядившаяся позитивом и верой в себя, ты готова открыться миру, выйти из тени, ты готова действовать. Энергия, эмоциональный заряд, ты готова начать трансформацию. Собери всю свою волю и все свои силы и выплесни их в формулировку желаний. Открываем наш Красный дневник на последних страницах и пишем: мои планы, цели и мечты на 20__ год и далее списком:

1. Я и моя семья здоровы.
2. Я успешна и удачлива в работе/бизнесе/карьере.
3. Я молода и красива.
4. Я получаю то, то, то.
5. У меня есть то, то, то.

6. Я нахожу моего Принца, и мы влюбляемся друг в друга взаимно.

7. В мою жизнь приходит настоящая любовь.

8. Я любима и люблю своего мужчину.

9. Мы встречаемся с МЛМ тогда-то, там-то и так-то.

10. Наши отношения такие-то.

Моё тело стройное и красивое. У меня красивая фигура. Я люблю своё тело. Я удачлива и успешна. Моя удача и успех всегда со мной. Я открыта миру, и я благодарна Вселенной за всё, что было, есть и будет. Я с радостью и благодарностью, с открытым сердцем и лёгкой душой принимаю все подарки судьбы в свою жизнь. Я благодарю Мир за всех людей, вошедших в мою жизнь, за то, что они принесли мне опыт, одни стали мне друзьями, другие научили. Я знакомлюсь в таком-то месяце такого года с таким-то мужчиной. Я лечу к моему мужчине тогда-то туда-то... таким-то рейсом. У меня есть билет к нему. Я получаю билет бесплатно, я получаю билет от МЛМ в подарок. Я с первого же взгляда очень нравлюсь ему, и мне нравится этот мужчина. Я покупаю квартиру. Я получаю машину. Я сдаю экзамен. Я получаю легко и быстро, без препятствий документы/визу и т. д. Я люблю себя. Я принимаю себя. Я люблю свою жизнь и весь мир. Я принимаю изобилие и достаток в свою жизнь. Я счастлива. Я благодарю. Спасибо за всё.

Пишем любые свои самые смелые желания в настоящем

времени, так, будто они уже сбылись. Пишем только про себя, нельзя загадывать, чтобы кто-то что-то сделал для вас. И конечно, каждый вечер завершаем с благодарностью, за всё вошедшее в новый день и всё произошедшее!

Глава 7

Идея, план, цель, стратегия

Мысли, мысли, мысли... Почему так многое зависит от них? Мысли – это наши посланники, запросы во Вселенную. Мы отправляем запрос и получаем результат, знак, ответ, совет, в нужное время и в нужном месте. Если мы ничего не отправляем – ничего не получаем. Под лежащий камень вода не течёт, нужно чётко знать, спланировать, расписать, каждая мечта становится целью, когда имеет конкретные сроки и конкретный результат. Что я хочу получить, когда я получаю?

Маркетинг или менеджмент применим к понятию брака, институту семьи? Расчёт или планирование? Я – менеджер собственной жизни. Я творец, и мой тайм-менеджмент – это планирование собственной жизни. Цели, задачи, планы, графики, воронки продаж, генерация лидов и таргетированная реклама, целевая аудитория: всё это применимо к стратегии поиска идеального партнёра. Вот ты нарядилась, надела новые шмотки, заказанные специально для этого вечера, и вышла на охоту. Как это называется? Ты пошла в клуб / ресторан/ на светское мероприятие, но ты уже знаешь заранее, чего тебе хочется, чего ты ждёшь от этого вечера и на что рассчитываешь... ты надеешься внутри, что именно сегодня ты

наконец встретишь ЕГО, вычислишь и поймаешь... и поэтому ты заранее всё продумала, заранее рассчитала, заранее подготовилась, приманку, наживку на его вкус, всё, как ему должно понравиться: тонкое кружево, чулки, каблуки, аромат, яркий цвет или привлекательный силуэт – лови на живца... Это расчёт? Это таргетинг? Да! Ты спланировала, какая целевая аудитория там окажется, какой у них вкус, чего они хотят, что им нужно, чего они жаждут... и подстроилась... нацелилась... по запросу, по наибольшей вовлечённости, по частоте запросов, по популярности... ты создаешь личный бренд, индивидуальность, ты не хочешь затеряться в толпе, ты хочешь сиять, выделяться, очаровывать и очаровываться... сегодня это твоя работа – быть на пике и покорять! Сгенерировать лиды, собрать всех в свою воронку продаж и на выходе пусть останется он один... а если не останется, значит, целевая аудитория была ошибочно выбрана, недоработала... недожала или пережала... испугала... это как золото дураков: ты ищешь, копаешь, просеиваешь, кажется, что блестит, но это не ОНО, это что-то близкое, но не настоящее... другое... не твоё... поиск мужа – тонкое дело золотоискателей, просеивать по песчинкам и искать своё золото, настоящее, ценное, такое тёплое и согревающее душу, маленький грамм на тонну серых холодных камней. Ты не найдёшь в природе слитка! Слитков не существует! Их создают искусственно, собирая по крупинкам и плавя на высоких температурах страсти, любви, поддержки...

добавляя ещё и ещё уверенности, веры, силы, больше жара, больше вложений, эмоциональных затрат, больше времени, больше усилий, чтобы привести своего мужчину до высот и мотивировать на превращение в слиток. Мужчина – голова, а женщина шея, куда повернёт, туда он и посмотрит. Это совместная работа, вклад, усилия, время, труд, мужчина нуждается в поддержке, и можно создать из него слиток своими руками... терпение и труд всё перетрут... и в итоге своих усилий ты получишь из исходно добытого материала, может, не очень привлекательного и блестящего, потёртого и необработанного... не отмытого... ты всё сделаешь сама... и получишь в итоге свой Слиток! И он будет настоящий и только твой. А найти готовый слиток? Дорогие слитки не валяются на дороге. Слитки, побывавшие в чужих руках, будут холодными... Сила женщины велика! Сила и красота женщины неоценима, можно добиться всего с помощью своих женских чар! Когда мужчина влюблён, он как пластилин, гибок и податлив, и будет стараться для тебя! Ну и в чём же тут экономика, менеджмент, маркетинг? Во-первых, стратегия, стратегическое планирование. Где, когда и как, что делать и как действовать. Куда идти и где искать. Что я могу для этого предпринять? Какие пути и инструменты использовать? А как я могу ещё лучше? Во-вторых, инвестиции, в себя саму, инвестируя в себя, ты повышаешь собственный градус, крепость, стоимость. Как 12-летней выдержки «Виски» или как вино из погребов Шато могут позволить

себе только аристократы, а вино столовое доступно каждому... Понимаешь, БЫТЬ, а не казаться. Вся эта мишура, обёртка никому не нужны, вкусы мужчин вовлечённых наиболее деликатны. Мужчины опытные и серьёзные уже научены жизнью и не клюнут на дешёвую наживку. Вкусы дорогих мужчин утончённы, изысканны. Интеллигентный мужчина ищет себе достойную, времена Красоток и Золушек прошли. Прежде чем взлететь высоко, нужно хотя бы научиться летать. В наше время девушки всё больше развивают себя, вкладывают, инвестируют, конкуренция растёт. Социальные сети помогают следить за собой, предлагают тренинги и марафоны «Новая Я», учат ПП и ЗОЖ, интимной гимнастике, йоге и медитациям, как исполнять желания и как привлечь ЕГО. Женщины стали мудрее, опытнее, самодостаточнее. В третьих, антикризисный менеджмент, проработай свои страхи, проблемы и обиды, что тебя держит и не даёт тебе покоя, освободись от груза прошлого. Далее, управление, структурирование, делегирование поиска агентствам и матчмейкерам, коммерческое предложение – это твоя анкета и фото, техническое задание на поиск партнёра и его среды обитания, его целевой аудитории, дивиденды в виде комплиментов, лайков, подарков и цветов, комиссии агентствам и сайтам за услуги топового продвижения и демпинг от конкуренток. Это расчёт: не как выйти замуж за богатого, а как удачно инвестировать исходное и получить желаемое. Прежде чем что-то получить, нужно что-то вложить! Правильно вложен-

ные инвестиции приносят высокие дивиденды! А просто сидеть и ждать от мужчины полмира к ногам или этого самого мужчину мечты ни к чему не приведёт. Нужно заранее проанализировать ситуацию, оценить возможности и конкурентоспособность. Встать на место мужчин и оценить по шкале свои возможности. Планка – насколько она у вас высока? Мужчина с собственным бизнесом, красивый, высокий и спортивный – мечта всех женщин! О чём мечтает ОН? О красоте модельной внешности, молодой, без детей 100% ... а если ещё и поёт, и танцует, и спортсменка... а ещё лучше, чтобы уже знала языки и уже жила в Европе... Так говорят сами мужчины. Они не хотят проблем, не хотят париться... и чтобы виза была уже открыта, и без материальных проблем, и с лёгкостью передвижения. Чего же хотят девушки? Нужно понимать, если девушке 20, то мужчине примерно 20—40, если девушке 25, мужчине 23—45, девушке 30, мужчине от 35 и выше, а если с детьми, шансов в два раза меньше. Девушке 35—40, мужчине от 40 и выше, но реальнее уже от 50 и выше. Девушке 45 и выше, мужчине от 50+. Но европейские мужчины очень следят за собой, занимаются спортом и ведут активный образ жизни, другой менталитет, экология и питание, высокий уровень жизни и медицины отражаются и молодят их на 10 лет. В Италии-Испании, в клубе, скорее всего, встретишь 35—50-летнюю публику, а когда увидишь возле церкви толпу людей и все в чёрном... думаешь, похороны, а это свадьба таких 40-летних. В Ита-

лии официальный чёрный цвет носят гости на свадьбе, на все важные и светские мероприятия, на вечеринки или в клуб, в Новогоднюю ночь, элегантный, светский, праздничный – в каждой стране свои нюансы. Изучай, планируй, экспериментируй, ищи своё!

Глава 8

5 простых шагов в поисках любви

Это очень важно. Важно соблюсти последовательность и сделать всё строго по плану. Ну что, приступим? Итак, пять простых шагов в поисках счастья, зарубежного мужа, твоего заграничного принца, мужчины мечты!

Шаг №1. Сделай яркую фотосессию, желательно подобрать несколько образов. Немного романтичности, немного женственности и чувственности, немного откровения, немного страсти, немного харизмы и много-много уверенности, улыбок и красоты! Будь самой собой, улыбайся, дыши, живи, пусть через фото светится блеск твоих глаз, пусть раскрывается твоя душа, пусть играет, соблазняет, излучает твой энергетический посыл мужчине, пошли в объектив фотокамеры всю свою женскую силу и энергию, смотри на камеру так, будто смотришь на своего избранника, играй, соблазняй, флиртуй перед камерой! Не пошлость, а привлекательность, нам нужны красивые, эффектные снимки, подбери такие наряды, соответствующие стилю твоего будущего мужчины. Чтобы он сразу увидел в тебе свою половинку! Если тебе нужен рокер-байкер-ковбой... Ну ты поняла!!! Его глаз, сознание сразу должны выцепить тебя по фото из толпы

одинаковых сахарных кукол... Секси и чулки оставь на потом, ими могут быть все, это оружие тех, кому больше нечем брать, тем, кому нечем зацепить, кроме пошлой эротики. Мы ищем мужа, а не отношения на одну ночь. Королева не представляет себя в неглиже. Королева красива в своих королевских нарядах. Королева сдержанна, изящна, элегантна, у неё хороший вкус и любовь к хорошим вещам. Не стоит покупать а-ля бренды, чтобы стать ближе к его кругу, тебя вычислят, и будет не очень приятно. Подчеркни свой собственный вкус, мода проходит, а стиль остаётся. Нужно выглядеть дорого и элегантно, опрятно, престижно. Твой мужчина смотрит на твои фото и уже представляет, что ты достойна сесть с ним в «Ягуар» и промчаться по улицам Монте-Карло? Он оценивает по твоим фото, достойна ли ты посетить званый ужин и знакомство с родителями на вилле под Тосканой и испить вино из погребов самого Феррари? Достойна ли ты взойти на палубу его белоснежной яхты? Оцени свои фото. Представь себя Золушкой, некой провинциалкой, которая достойна расцвести и покорить сердце самого принца. Главное – поверить! Тебе понравится!

Итак, фото – это твоя упаковка, обложка, реклама, баннер, визитка, тебя выбирают по фото, будь яркой. Выделяющейся, запоминающейся, манящей! Только представь, сколько девушек стараются над своей внешностью, работают над своим образом, вкладываются в свой образ, готовы на всё, а ты просто надеешься на судьбоносную встречу

и не вкладываешь ничего, думаешь, пусть и так меня полюбит, какая я есть... НЕТ! Он просто тебя не заметит, пройдёт мимо, у тебя есть всего одна секунда, чтобы зацепить его внимание в сети. Выбери обязательно два-три портретных фото, с улыбкой и сияющими глазами, взгляд в камеру, будто ты смотришь на него и вовлекаешь в свои сети. Солнечные очки исключены, видно всё лицо, не прикрыто чёлкой на пол-лица и не спрятано в тени, под шляпой, или ещё хуже – прикрыто ладонью или цветком. Только честные открытые фото твоего ЛИЦА! Плюс три-пять фото в полный рост, эффектно показывающие твою фигуру и все твои прелести и достоинства. Фото в купальнике оставь себе. Или ему, на потом. Фото в джинсах, кроссовках, пуховиках и шапках? Нет! Платье и каблуки! Ты должна его очаровать, будто пришла на свидание с ним в своём самом лучшем образе! Мужчина заходит на сайт, чтобы влюбиться! Разве он влюбится в девушку в бесформенном свитере? Представь на минутку себя мужчиной, что он видит? Как он оценивает? Что он хочет увидеть, какую девушку он выберет?

Шаг №2. Регистрируемся на сайте. Сайтов много, много скаммеров и лгунов, женатых, сумасшедших, ненормальных. Хочешь попробовать? Вперёд. *KISS & FLY* я создала для таких девушек, какой я была сама... Мечтающих о любви и безгранично верящих в чудо. Я лично модерую каждую анкету и подбираю для своих участниц идеальные соответ-

ствия по интересам, параметрам. Только проверенные участники, настоящие люди, 100% желающие найти свою пару, готовые к браку и серьёзным отношениям. Мужчины платят большие деньги за то, чтобы как можно скорее найти свою настоящую любовь. Скажи, бесплатно разве не намного легче дурить всех подряд, играть с чувствами и представляться тем, кем ты не являешься? Бесплатно ты можешь быть кем угодно, ведь никто не узнает, никто не проверит, ничего за это не будет... Ха-ха-ха-ха... Поиграю я немножко, ты мышка, а я кошка... Конечно, ты можешь сама всё попробовать, пройти все пути... научиться на своих ошибках, но спроси себя честно, есть ли у тебя время, силы моральные и физические возможности, летать 5, 6, 8 раз в году, а может быть, каждый месяц? Насколько далеко от твоего города находится аэропорт? Насколько хорошо ты знаешь английский язык? Сколько языков ты знаешь или не знаешь вообще? Готова ли ты изучать другие иностранные языки? Какова у тебя способность к языкам, к адаптации к чужой культуре? Стрессоустойчивость? Сила намерения? Ориентация в сложных и нестандартных ситуациях? Если на все вопросы ответы не слишком отрицательные, у тебя есть шанс! Регистрируйся на разных сайтах, пробуй и изучай все возможности, заполняя анкету максимально подробно, опиши, какого мужчину ты ищешь. Если у тебя есть ребёнок, не стоит скрывать, что он есть и прятать скелетов в шкафу. ГОВОРИ ВСЕГДА ПРАВДУ! Если ты в разводе, пиши именно в раз-

воде, а не одинока. Мужчина должен знать о тебе всё и сразу, особенно такие моменты. Не стоит умалчивать и врать, потом могут возникнуть неприятные ситуации, недопонимание и недоверие. Скажи, малоприятно узнать, что твой принц не одинок, а имеет за плечами кучу скандальных разводов с судами и ребёнка, а ещё внебрачного ребёнка или что-то в этом духе... или бы ты уже знала, на что идёшь заранее, и была бы к этому готова и не обвиняла бы потом всех на свете, что зря потеряла время. Пойми, здесь ложь может обернуться потерей драгоценного времени... конечно, если ты не ищешь просто путешествий за чужой счёт, мир посмотреть, себя показать, поиграть... Итак, заполнили анкету, описали желаемого принца мечты, загрузили свои самые лучшие и свежие фотографии с последней фотосессии, и вперёд, отправляем на модерацию! Ждём... И вуаля! Ты в списке, процесс запущен! Теперь только позитивные мысли, позитивные аффирмации, привлекаем любовь, посылаем запрос Вселенной, посылаем позитивные эндорфины в Космос, просим послать тебе ЕГО с небес, верим, ждём и ДЕЙСТВУЕМ!!! Комментируем, ищем, лайкаем, проявляем симпатию подходящим именно тебе мужчинам! Не бойся проявлять инициативу. Ищи сама. Будь на виду, пойми, завтра ты уже не новая анкета и каждый день будешь уходить на задний план, заяви о себе, выйди из тени, мелькай и порхай как мотылёк перед глазами мужчин онлайн.

Шаг №3.

Действуем в сетях.

Итак, вот они – мужчины. Перед тобой стоит выбор. Этот красив и мускулист, этот умён, а этот богат. Все хороши. Изучи внимательно все интересующие анкеты, сопоставь со своим чек-листом, соотнеси все факторы, достоинства и недостатки. Где больше плюсов-совпадений? Примерь всех мужчин на себя. Соответствуют ли они твоим ожиданиям? Попробуешь? Рискнёшь? Заведи отрывной блокнот для удобства, записывай, делай пометки, ставь баллы... на каждого претендента отдельную страницу: не подошёл – вырывать страницу... Сначала в твоём блокноте, возможно, будет двадцать, тридцать имён, а в конце останется одно... оно уже будет не просто в твоём блокноте, оно уже будет жить в твоём сердце. Выбирай понравившихся и начинай флирт. Можно для начала просто помахать, отправить смайлик и посмотреть, подождать, заинтересуется ли он. Если ответа не поступит, но тебе очень хочется начать знакомство, напиши волшебную фразу: «Привет!» Кто знает, вдруг простое приветствие сможет изменить всю твою жизнь? Почему эта фраза волшебная? Потому что она необычная, поверь, она работает, это точно! Это интереснее, чем писать: «Привет! Я Маша, хочу с тобой познакомиться». Так будут писать все. А ты – уникальна, придумай что-то своё, особенное, удивляй. Чаруй, вызывай эмоции в его мыслях, взбодри его как свежий глоток ледяного мохито, заинтригуй! Покажи, что ты не такая, как все, ты лучше, умнее, хитрее, ты – профи! Следую-

ший шаг – это выбор. Выбор сделан, сердечки и смайлики отправлены, наши первые знаки внимания, первые птички полетели, посмотрим, что они нам принесут. Ждём, верим и надеемся! Сердце бьётся, и уже не спится, трепет разливается по всему телу, сердце горит огнём... а в голове стучит не умолкая: хоть бы он, хоть бы он... хоть бы он ответил... И как тут работать, а если ещё и весна за окном? Мысли переполняют голову, сознание взрывается, ожидание тяжело... подожди, ответит, обязательно, ведь это твоя судьба, она тебя найдёт.

Шаг №4.

Выбор.

И вот наконец! Дождалась! Тук-тук... Посыпались первые сообщения, первые ответы... всё так идеально, нежно, красиво, всё так безоблачно, как первый снег, как весенние лучики солнца, как бальзам, как мёд, как воск свечи, плависься, таешь... расцветаешь от красивых слов и сладких надежд... все пишут идеально, писатели наши, все такие романтики... красиво... завораживающе, про идеальную жизнь и идеальную безоблачную любовь навеки... про то, что хотят детей и мечтают о семье... хотят именно русскую, потому что и в горящую избу войдёт, и коня на скаку остановит... и баню истопит, и печку затопит, и семерых накормит, по лавкам уложит... и швец, и жнец, и на дуде игрец ...что там ещё приходит на ум... ах да, комсомолка,

спортсменка и просто красавица! Ну, ты поняла, почему европейским мужчинам нравятся русские женщины! Попробуй, спроси их почему, поделись со мной своими ответами в комментариях – мне интересно! То, что ты не собираешься вовсе стоять у плиты днями и убирать дом, потерпи, скажешь потом, когда замуж выйдешь, если он, конечно, прямо тебе не скажет, что ищет домработницу. Оставь все свои мысли по поводу хозяйства при себе, до лучших времен. Когда влюбится и женится, никуда не денется! Папа работает, а мама – красивая. Сначала нужно мужчину зацепить, влюбить, а уж потом права качать. Когда мужчина влюблён, сам всё сделает для тебя: и посуду помое, и мусор уберёт. Тем более, в Европе всё делается вместе: оба работают, оба деньги зарабатывают, оба хозяйство ведут, оба платят по счетам, оба водят машину, оба готовят, убирают, стирают. Всё вместе, всё сообща – равноправие. Здесь нет такого: ты женщина и ты должна. Спасибо феминисткам. Хозяйничать в Европе особенно приятно: техника здесь идёт на шаг впереди. Столько всяких приспособлений и высоких новых технологий, искусственного интеллекта. Машины делают всё за человека, тебе только на кнопки нажимать... Рубашки постирают и погладят в прачечной, для всего есть свои сервисы. Общайся... скажи сразу мужчине, о чём ты думаешь, расскажи ему, чего бы тебе хотелось.

– У меня есть дочка и нам нужен отличный папа.

– Нам с дочкой... нам итак хорошо, нам нужен хороший

хозяин в нашу семью.

Запомни, общайся в такой теме: я умница, вся из себя супер-пупер, я имею всё, что мне нужно, у меня есть всё для жизни, у меня прекрасная семья, прекрасная работа, прекрасные друзья... не хватает только любимого мужчины. У меня есть всё. Я счастлива. Мне нужен только любимый мужчина! Да, я хочу переехать туда, где живёт мой любимый мужчина. Читай главу «Осознанность». Это твой осознанный выбор. Да, я готова, да, я представляю себе, что меня ждёт там, да я смогу интегрироваться, освоиться, я смогу принять перемены, и я к ним готова. Я абсолютно чётко себе всё представляю, и я готова всё бросить ради любви, поэтому я здесь. Мужчины не любят незнаек, сомневающих, неуверенных, мужчины боятся потом брать все проблемы на себя, все твои страдания и слёзы вдалеке от Родины, что ты себе этого не представляла, мужчина хочет быть уверен в твоём самостоятельно принятом решении. Что не он тебя уговорил, вывез, увёз, вырвал из семьи, что ты сама была к этому готова и что у тебя есть план, как всё будет. Мужчины любят готовые чёткие планы. Мужчины готовы их реализовывать. Никогда не говори не знаю, посмотри, ты уже всё знаешь. Ты умная, целеустремлённая, ты твёрдо знаешь, чего хочешь и зачем тебе это надо. Но будь готова, мужчина обязательно тебе задаст провокационные вопросы: зачем тебе в Европу, почему ты хочешь в Европу? Почему ищешь иностранца? Почему тебе русские надоели? Ты хочешь замуж за ино-

странца? Или просто за рубеж? Или просто замуж? Подготовь ответы заранее. Ты ищешь любовь настоящую, потому что европейские мужчины ценят женщину, в ней женщину, романтическую и чувствительную, настоящую женщину, которая может быть нежной и любящей, и заботливой одновременно, которая ещё не потеряла свою сущность, душу и сердце, не растратила любовь и не утратила свою красоту. Мужчины любят в женщине женщину! Что стало редкостью для европейцев. Русские девушки стараются быть красивыми для своих мужчин, а европейки для себя, но так как для себя им не так уж и надо, то красивыми они бывают крайне редко. Будь красивой для своего мужчины, всегда и везде, пусть любит тебя и будет горд, что с ним рядом такая девушка, как ты. Красота у тебя изнутри, ты прекрасна! Я не о пресловутых 90/60/90, красота духовная, внутренняя, твоя наполненность... Читай про твои плюсы, в чём твоя сила, таланты. Как раскрыть в себе сто талантов, даже если их на самом деле нет? В этом твоя сила и твоя красота, наполненность. Когда ты наполнена, тебе есть, что отдавать, а когда ты отдаёшь, ты получаешь ещё больше взамен. Если человек пустой внутри, что ему отдавать, в чём его энергия, в чём его красота? Это пустышки, красивое тело и обёртки-наряды, кроме тела, больше дать нечего. Поговорить не о чем. Таких мужчины раскусывают очень быстро и бросают. Используют, но уже в других целях. Здесь не о любви и не о замужестве речь. Нам нужны глубокие мысли, глубокие искренние чув-

ства и серьёзные отношения. Задавай мужчине прямые и короткие вопросы: почему ты хочешь семью? Как ты представляешь свою семью? Отпуск? Выходные? Пройдись по всему чек-листу, но не переусердствуй. Пусть его вопросы чередуются с твоими. Он тоже должен задавать вопросы, это показывает его вовлечённость, его интерес, ему интересно, он влип, запал, проявляет интерес и упаси Бог, если его интерес с первых же дней проявляется в другой сфере, покажи то, покажи сё, конечно, фото в купальнике на пляже допускается, но не больше. Скажи, оставим сладкое на десерт, предпочту при личной встрече. Разожги в мужчине огонь. Обычно, достаточно трёх-семи дней, в зависимости от интенсивности переписки, чтобы перейти к шагу №5. Нужно, твоя задача, чтобы мужчина позвонил в первый же день, максимум на третий день он должен попросить твоего разрешения позвонить или ещё лучше – увидеть тебя по видеосвязи. Максимум пять дней. Если нет, сама прояви инициативу и попроси мужчину о видео в выходные или вечером, например, напиши: хочу услышать твой голос, увидеть твою улыбку, эмоции. Не бойся, переходи к действиям. Очень важно вытащить мужчину на более тесный прямой контакт, а то он так и будет сидеть и переписываться, оставаясь в укрытии, а может, и не с тобой одной. Конечно, вы должны общаться каждый день, желать доброго утра и спокойной ночи, рассказывать, как прошёл день, и интересоваться, как друг у друга дела, какая погода, и делиться, делиться информацией, эмоци-

ями. Мужчина фотографирует для тебя цветы на поляне, бабочку или кота, ловит закаты или хвалится собственноручно приготовленной пастой? Это показывает интерес, что человек думает, думал всю ночь и даже на утро помнит о тебе. Это очень важно – регулярность общения. Иногда ты можешь писать первой, чтобы показать свой интерес. Но 70% пусть пишет он. Если целый день не писал, можно сказать, я ждала вечера, когда ты мне снова напишешь. Мне приятно общаться с тобой. Пусть мужчина чувствует себя нужным. Пусть думает о тебе 24 часа в сутки, 24/7, ты для него – цель, и он должен выудить тебя одну, золотую рыбку из всего прекрасного озера разных рыб или русалок. Ты одна и неповторимая, единственная. Он должен возжелать тебя так, что на седьмой день вашего активного знакомства не одна-две фразы в день, а ты прочно сидишь у него в голове и в душе, активное знакомство перерастает в шаг №5. Одна-две фразы в день, тянуть резину, тянуть кота за хвост? Куй железо, пока горячо, а должно стать так неумоготу горячо!!! Ты же не хочешь нудно и долго переписываться о любимых фильмах, музыке, увлечениях, о моде, о погоде, о любимых блюдах и цветах месяцами? У тебя нет времени. Запомни. Время – золото, это твоя молодость, это твоя мудрость. Помни.

Шаг №5.

Встреча.

Ну вот и последний шаг к встрече с принцем своей меч-

ты. Надоевшее и ненужное общение рассеялось, развеялось, время расставило всё по местам. Неправильные, скучные кандидаты исчезли, остался один. Вы оба страстно мечтаете увидеться, и тут переходи к действиям. Важный выжидательный момент. Соблазняй, играй, больше чувств, хотела бы сделать тебе массаж... Хотела бы угостить тебя моим свежеспечённым пирогом... Хотела бы с тобой сейчас посмотреть вместе фильм в обнимку на диване... интригуй, возбуждай его сознание, подталкивай его к действиям. Или дождись, когда он сам скажет: «Хочу тебя увидеть. Хочу встретиться с тобой вживую, хочу почувствовать твой запах, обнять тебя...» Подсекай момент, это значимый этап. Важно сейчас правильно выбрать нужный момент. Решающий момент, ты такая кошка, ластишься, и настанет момент истины. Вот он произнёс: хочу тебя увидеть.

Давай, не подведи. Пиши, я тоже очень... очень хочу почувствовать тебя, вдохнуть запах твоих волос, обнять твои крепкие плечи, прижаться к твоей груди... и просто слушать стук, биение твоего сердца... шорох листвы... шум дождя... тишину... давай, пробуди в нём желание, он готов на всё... он скажет: да, как и когда ты сможешь приехать ко мне? Я приглашаю тебя к себе в гости. Покупай билет. Всё остальное за мой счёт. Напиши: спасибо, я ценю, уважаю твоё приглашение. Мне очень приятно твоё приглашение. Ты очень мне интересен, и я правда очень хочу тебя увидеть, но... пауза... жди... он спросит: что же, что, скажи мне, что мешает тебе?

Конечно, загранпаспорт у тебя уже должен быть готов. С визой сложнее, так как ты пока не знала, в какую страну ты полетишь. ОК. Он спросит, ну что же? Ты скажи, мне неудобно об этом говорить. Я устала. Спокойной ночи. Он обязательно доведёт дело до конца, сегодня, сейчас, он не сможет ждать до утра. Помни, если у мужчины был плохой день, это понедельник или он не в настроении, он голоден или устал... или смотрит любимую передачу. Подбери нужный момент для решающего, определяющего шага. И вот вроде бы момент подобран, он спрашивает тебя ещё раз, что мешает тебе, в чём заключается проблема? Скажи ему, знаешь, моя зарплата в России не позволяет мне самой купить билет к тебе, визу я сделаю. Смог бы ты мне помочь, смог бы ты мне купить билет к тебе? Я не прошу деньги, мне нужен только билет к тебе. Смог бы ты его купить для меня? Он попросит разделить расходы пополам – не соглашайся. Он предложит тебе компенсировать затраты, когда ты прилетишь, – не верь. Скажи, что это гарантия, что он относится к тебе серьёзно и хочет серьёзных отношений. Мужчины боятся всех вопросов и намёков, связанных с деньгами, они считают, что как только заходит разговор о деньгах, здесь сразу же подвох. Постарайся обсудить этот вопрос по видео или по телефону. Будь максимально спокойна и постарайся внушить ему уверенность и доверие. Это твоя гарантия. Скажи, просто ради удовольствия, мужчина станет всем покупать билеты? Попроси выслать письмо-приглашение от него и копию паспор-

та для визы. Так ты узнаешь все его данные и где он живёт, тебе будет спокойнее. Ты так же вышлешь ему копию своего паспорта. Вы оба будете спокойны. Мужчина будет в тебе уверен. И ты в нём. Даже если у тебя уже есть шенген, попроси его данные, копию паспорта. И домашний адрес. Если совсем страшно, спроси меня как, я помогу вам организовать безопасное свидание или брачный тур на безопасной территории. Моя задача – создавать семьи, крепкие отношения. Конечно, мы подтолкнём мужчину к такому шагу, намекнём ему, когда подойдёт время встречи. Вы оба взрослые люди. Если ты купишь билет сама и сама всё организуешь, какую цену ты будешь иметь в глазах мужчины? Мужчины любят заботиться о слабых. Мужчины любят решать проблемы! Мужчины любят брать ответственность за тех, кто ему дорог и кого он любит и ценит! Чем больше мужчина вкладывает в женщину, чем ценнее и дороже она ему становится, так пусть же этот билет станет его первым вложением в ваши отношения! Просто пришли ему ссылку на билет и копию своего паспорта и скажи: я могу прилететь к тебе уже тогда-то... Всё, что нас разделяет сейчас... этот билет. Реакции может быть две: он начнёт гневно и яростно проявлять свои эмоции и недовольства, может быть, даже станет называть тебя аферисткой. Успокой его. Пусть его гнев утихнет. Позвони ему по видео, и ещё раз объясни, успокой его. Сработает. Обычно мужчина соглашается. Ни в коем случае не проси денег. Это конец, сразу, 100% гарантирую. Деньги = табу.

Прежде чем что-то получить, нужно что-то вложить. Вложи хотя бы в визу. Или билет до Москвы. Скажи, хорошо, на визу я найду деньги. Хорошо, я отпрошусь на работе, хорошо, я попробую взять пару дней за свой счёт на работе, т. к. сейчас не самое подходящее время, но я попробую... сделай вид, что ты стараешься... хорошо, я возьму кредит, займу деньги, чтобы положить на банковский счет, чтобы взять справку о состоянии счёта, для того, чтобы получить визу... пусть мужчина видит, что ты серьёзно относишься к процессу, что ты со своей стороны тоже вкладываешься и стараешься... Ты тоже работаешь над вашей встречей. Тебе тоже это важно и ты заинтересована. Жди билет. Всё получится. Жди максимум один день, пусть всё взвесит и обдумает. Плохой знак, если он молчит и пропал, если он не обсуждает и не предлагает другие решения. Напиши, я понимаю, тебе неприятно решать проблемы женщины, ты боишься брать на себя ответственность. Приезжай ко мне, просто прилетай ко мне. Я тебя жду. Можно ли поехать вместе в отпуск? Можно. Но на первое свидание лучше провести вместе два-три дня. А вдруг он тебе не понравится?

Итак, представим, что билет есть. Что дальше? Что взять в дорогу? Как произвести впечатление? Что подарить *made in Russia*? Секс в первый же день или в первый же час? Куча вопросов в твоей голове! Вы уже разогрелись фантазиями. Не воспрещается. На сколько дней лететь в первый раз? Выходные, идеально две ночи, *weekend*. В первые день-

ночь мужчина будет переживать, нервничать, всё может получиться не идеально, после первого контакта, он немного расслабится и будет стараться компенсировать огрехи. К тому же за один день невозможно прочувствовать человека. Езжай на три дня и две ночи. Это идеально для первого знакомства, к тому же ему понравится и покажется очень мало, он захочет как можно скорее продолжения.

Глава 9

Мужские архетипы

Рекомендую прочитать книгу «Как женщине понять мужчину, или мужественные всегда побеждают» (Фролов, Зинкевич-Евстигнеева).

Какие же типы мужчин могут попасться нам на пути?

Что значит, хочу честного и надёжного мужчину?

Насколько порядочны могут быть кандидаты?

Как отличить женатых, альфонсов и пикаперов?

Какие вопросы стоит задавать, чтобы узнать правду?

Как вызвать мужчину на увлекательный и открытый диалог?

Как построить доверительные отношения?

Можно ли этим мужчинам доверять?

В чём обман/подвох/провокация?

Что у мужчины в голове?

Как докопаться до истины?

Что значит проверенный и верифицированный профиль?

Почему работать с матчмейкером эффективнее, надёжнее и безопаснее?

Итак, в поиске своего счастья нужно быть готовым, что на пути могут повстречаться абсолютно разные, приятные

и неприятные, типажи. Нахальные и назойливые, ревнивые и обиженные судьбой, разведённые, озлобленные, страдающие, больные и брошенные, искусные и не очень, молчаливые и разговорчивые, активные и пассивные, атеисты и буддисты, женоненавистники и нарциссы, котики и тигры, волки и дикие псы, музыканты, поэты, стихоплёты, бандиты, аферисты, обманщики, ленивцы, психопаты и просто Боги... которые верят к тому же, что ни одна земная женщина не достойна его Величества Прекрасного!

Будь морально готова перебирать, сортировать, ориентироваться, разбираться, читать между строк. Отсеивать, проверять, дискутировать, играть, волновать и очаровывать. Ненужных баним, блокируем, удаляем, не тратим время. Помни, чтобы отмыть грамм золота, нужно промыть горы песка.

А чтобы тебе было проще разобраться, давай разберём мужчин «по косточкам». Существуют различные теории, больше всех по душе лично мне приходится классификация архетипов по Карлу Юнгу, где, не вникая в подробности, я сразу же вижу себя и моего мужа на матрице совместимости! Он – Король, учреждает, творит. Я – Королева, указывает, со-творит. Мы находимся в абсолютной гармонии, в нас нет слишком земного и слишком небесного, мы в самой середине матрицы! Изучив подробнее, я понимаю, что наша пара с начальной стадии отношений переросла, эволюционировала с более примитивного земного уровня Кормилец

+ Гейша. Здесь мужчина добывает, приносит, проявляет ответственность и заботу о своей женщине. Женщина-Гейша вдохновляет, приносит удовольствие, творчество и сексуальность в отношения. Изучите глубже, если интересно!

Итак, архетипы Мужчин по Юнгу:

Небесные:

1. Дух
2. Целитель
3. Король

Земные:

4. Генерал (муж)
5. Кормилец
6. Защитник
7. Разведчик

Архетипические пары:

Дух + Богиня

Целитель + Фея

Король + Королева

Генерал + Мать

Кормилец + Гейша

Защитник + Амазонка

Разведчик + Ведьма

Думаю, всё наглядно и понятно, не стоит на этом останав-

ливаться и пересказывать чужую теорию. Лучше прочитать оригинал. Конечно, существует гораздо много других архетипов и классификаций: Воин, Монарх, Купец, Крестьянин, Философ, Монах, Слуга, Торговец или Управленец, Творец или Первооткрыватель. Как сказала моя подруга, есть мужчины как выдержанный коньяк, а есть как разливное пиво...

А я расскажу о своих личных наблюдениях о мужчинах, поведении и их повадках.

Если мужчина ждёт, что ты заведёшь разговор первой? Пишет только базовые приветствия или ставит лайки? Значит, перед нами самовлюблённый, избалованный женским вниманием Принц, он кидает наживку всем подряд и ждёт, кто сегодня попадёт на крючок, ждёт, как стая голодных рыбок налетит на него, а он и не прикладывал усилий, ему нравится такая женская активность, он жаждет борьбы за него, а сам, восседая на троне, наблюдает свысока... Ждёт, кто пойдёт в атаку, ринется в бой и бросится сражаться, чтобы заслужить милость, аудиенцию и как наивысшую награду – войти в опочивальню. Такие мужчины хороши собой, они чувствуют повышенный спрос и собственную привлекательность. Они не привыкли что-то делать сами. Они не привыкли добиваться, у них нет дефицита. У них просто итак всё хорошо, и всё в превеликом множестве и в предостаточном количестве.

Как заманить такого, приворожить, привлечь внимание? Действовать его же методами, замани и выйди из игры, если

его глаза заблестят, он пойдёт за тобой, будет искать свою Золушку по оставленной туфельке!

Не шли фото и не пиши сама, пока очень не попросят. Правило: он – охотник, ты – заяц, а заяц никогда не бежит за охотником! Мужчина – охотник по природе, он любит добывать! Лёгкая добыча не интересна. Мужчине нравится игра, азарт. Отвечай ему не больше, чем написал он. Написал два слова, не надо писать в ответ двадцать. Количество фраз и его вопросов к тебе показывает уровень, степень его заинтересованности. Не отвечает по нескольку дней, значит, неинтересно, не надо писать: ты где, ты куда пропал. Не стоит стучаться в закрытые двери, а уж тем более ломиться туда и достучаться до сердца бесполезно, если оно не готово тебе открыться.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.