

АЛЕКСАНДР ХАРТМАН

Инструкция.
«Как вернуть любимую девушку»

SOS
ОНА УШЛА

ВТОРОЕ ИЗДАНИЕ

Александр Хартман

Инструкция. Как вернуть девушку. Второе издание

<https://litres.ru/73558463>

SelfPub; 2026

Аннотация

Перед вами не компиляция общих советов, призывающая пассивно отпустить во втором издании. Это структурированная методика, прошедшая глубокую шлифовку. Мы уходим от поверхностных рекомендаций к детальному анализу женской психологии и механизмов принятия решений.

Вы не просто узнаете, почему рушатся союзы, вы поймете их архитектуру. Перестаньте быть наблюдателем боли и займите позицию автора судьбы, научившись экологично влиять на динамику взаимоотношений.

Книга стала объемнее. Добавлены новые кейсы, расширен разбор ошибок. Это карта для тех, кто в лабиринте потери, но не смиряется с тупиком. Яркий фонарь в темном тоннеле душевных страданий.

Тысячи пар расстаются ежедневно. Статистика не приговор. Разница между разрывом и воссоединением в компетенциях и действиях. Здесь сконцентрирован опыт успешных стратегий.

Отбросьте иллюзии и обиды. Хватит ждать чуда. Создайте его сами.

С профессиональным уважением,

Александр Хартман

Содержание

Техника женского мышления.	10
Женское «Хочу»	12
Вернуть утраченное	15
Откажись от эмоций	18
Ревность твой враг!	19
Избавь себя от ревности	24
Ловушки, которые мы расставляем.	29
Конец ознакомительного фрагмента.	31

Александр Хартман
Инструкция. Как вернуть
девушку. Второе издание

АЛЕКС

И

«Как вернуть

Введение

Каждый день сотни сердец разбиваются о холодные камни непонимания. Люди рушат отношения, которые казались нерушимыми, а вслед за этим теряют интерес к жизни – пусть временно, но этот период кажется вечностью. Разрыв – это не просто смена статуса в социальных сетях или переезд вещей из одной квартиры в другую. Это крах привычного уклада, потеря части собственной идентичности и болезненный удар по мужскому самолюбию. В такие моменты мир сужается до одной точки – до нее. И кажется, что без этой точки существование невозможно.

Данная книга не ориентирована на то, чтобы научить вас просто пережить трудные дни разрыва, смиренно ждать светлого будущего или заниматься самобичеванием. Большинство пособий учат принятию и отпусканию. Это книга другого рода. Она направлена на то, чтобы научить вас влиять на происходящие события, менять динамику взаимодействия и управлять выбором девушки в своих интересах. Мы не будем пассивно наблюдать за угасанием чувств; мы будем их возрождать.

Этот труд собрал в себе выжимки из статей профессиональных психологов, касающихся механизмов привязанности и женского восприятия, а также опыт сотен парней и мужчин, прошедших через терновый куст отверженной любви. Здесь нет сухой теории, оторванной от реальности. В ре-

зультате получилась не обычная книга из серии популярной психологии женского поведения, а пошаговая инструкция по возврату любимой. Это инструмент, который работает, если им правильно пользоваться. Настоятельно рекомендую сначала прочитать все разделы, чтобы иметь представление о целостной картине, понять, для чего нужен тот или иной шаг, и лишь после этого начинать следовать инструкции. Попытки выхватывать фрагменты и действовать выборочно часто приводят к ошибкам, которые невозможно исправить.

Мой читатель, вероятнее всего, сейчас вы не можете найти себе места. Вами движет тревога, отчаяние и стремление поскорее исправить ситуацию, вернуть отношения любой ценой. Я понимаю это состояние, но должен предупредить: с таким настроем ничего путного не выйдет. Действия, продиктованные паникой и болью, лишь отталкивают женщину дальше. Они демонстрируют слабость и зависимость, что убивает влечение. Поэтому, несмотря на ваше нетерпение, я посоветую начать чтение с раздела «Избавление от душевной боли». Это фундамент. Нельзя строить новый дом на шатком основании. Прежде чем возвращать ее, вы должны вернуть себе себя.

В процессе чтения вы пройдете путь трансформации. Вы научитесь понимать скрытые мотивы поступков, видеть за эмоциями логику и перестанете быть жертвой обстоятельств. В конце книги мы станем друзьями, и у вас появит-

ся возможность связаться со мной напрямую для дружеского разговора и поддержки. Но пока вы держите эту книгу в руках, знайте: вы уже сделали первый шаг. Вы не сдались. Вы ищете решение. А значит, у вас есть шанс все изменить.

«Нет ничего ужаснее, когда действия одного человека должны подчиняться воле другого.»

Иммануил Кант

Техника женского мышления.

Вопрос о том, чего на самом деле хочет женщина, относится к списку вечных загадок человечества, наряду с вопросами о смысле жизни и границах вселенной. Однако, исходя из моей практики и общения с сотнями женщин ежегодно – как в профессиональной среде, так и в личном контексте – становится очевидным: поток желаний у женщин столь же стандартен, как и у любого другого человека. Удивителен тот факт, что одна из моих близких подруг в приватной беседе призналась: она сама порой не может понять, чего хочет.

Многие склонны называть это женским кокетством или капризом, но за этим скрывается нечто большее. Любая женщина знает, чего хочет, трудность заключается в формулировке и постоянстве этого желания. Здесь часто возникают противоречия. Важно осознавать: за простыми словами и поверхностными требованиями скрывается сложная мотивационная схема. Редкая девушка отдает себе полный отчет в этом факте, и еще реже скажет об этом прямо. Я не советую давать оценочное суждение поведению в данной ситуации, так как людям свойственно обсуждать других и искать изъяны в их мировоззрении. Так женщины обсуждают мужчин, так мужчины обсуждают женщин. И обобщения вроде «все бабы дуры» столь же пусты и бесполезны, как и «все мужики сволочи».

Прочитав эту книгу полностью, ты узнаешь больше о женщинах. Я понимаю, что данный труд увидит и женский глаз, что, вероятно, вызовет бурю негодования и высказываний о том, что все написанное – бред. Но эта книга для мужчин! Тем не менее, я уверен: среди прекрасных читательниц найдутся и те, кто сможет взглянуть на нижеизложенное с открытым разумом и здоровой критикой. Книга построена так, чтобы к моменту активных действий для возврата своей любимой бессмысленные стереотипы в твоём сознании отошли на задний план, уступив место пониманию.

Женское «Хочу»

Постараемся представить весь спектр желаний женщины в их идеальном выражении. Мужчина должен быть сильным, с красивым телом, богатым, умным, внимательным, верным, успешным. Он должен постоянно быть рядом, днем и ночью обхаживать свою единственную. Нетрудно понять, что «дядька» с таким набором качеств физически не может существовать в реальности. Все это требует колоссальных ресурсов: времени, умственных вложений, денежных затрат и физических сил. А времени, остающегося на возлюбленную у такого сверхчеловека, было бы всего три-четыре часа вечером, может быть, один выходной.

Стоит отметить, что мужской склад требований не сильно отличается по своей противоречивости. Каждая женщина и каждый мужчина ищут себе идеал, соответствующий запросам, которые с возрастом меняются и значительно сокращаются. Найдя свою возлюбленную, мужчины часто начинают ломать себя, чтобы попасть под стандарты ее запросов, или же пытаются сломать женщину под себя. Но так или иначе, лодка отношений начинает раскачиваться, и долгих отношений с этим мужчиной не будет.

Сама по себе женщина не всегда в состоянии оценить степень противоречивости ее желаний. Ведь если желать суперлюбовника, стоит понимать, что виртуоз любовного искус-

ства не усидит в одной кровати – ему нужны новые победы. А «пляжный красавчик» будет увлечен своей внешностью в разы больше, чем девушкой. И в этой ситуации женщина использует защитные уловки: говорит, что мужчина недостаточно ее любит, что она тратит свое драгоценное время впустую. Она транслирует мысль, что избранник мог бы измениться и изменить свое отношение к ней. А в случаях, когда мужчина сдается и прогибается под натиском женского «Хочу», он в одночасье становится неинтересным. Покоренная вершина уже не манит ни одну «скалолазку». Так отношения, казавшиеся подарком судьбы, в один день рвутся в клочья.

Стараться разобраться, что происходит в женском сознании, используя только логику, так же тщетно, как подметать песок в пустыне. Сколько бы доводов мужчина ни привел, в ответ все равно прилетит реакция, не содержащая информации, а несущая лишь эмоции. Это не значит, что женщина нелогична. Это значит, что в моменте ее чувства говорят громче разума.

Существует старая шутка: *«Если мужчина побеждает в споре с женщиной – он хам, если проигрывает, то дурак».*

Смысл ее глубже, чем кажется. В любом спорном вопросе ты рискуешь остаться виноватым. Вот только, побеждая силой аргументов, ты оставляешь за собой след агрессора и хама. Проигрывая же и соглашаясь во всем, ты теряешь шансы на право быть альфа-самцом в ее глазах. Именно про таких

«проигравших» девушки и говорят в третьем лице: ему постоянно не везет, он упрямый как баран и постоянно ошибается, неудачник, не имеет своего мнения.

Запомни: женщина уважает силу, но силу мудрую. Силу в тебе, а не против нее, которая не нуждается в том, чтобы доказывать свою правоту криком, но и не позволяет вытирать об себя ноги. Понимание этой тонкой грани – ключ к тому, чтобы не просто вернуть отношения, но и сделать их крепче, чем они были прежде.

Вернуть утраченное

Дорогой читатель, с этой страницы мы перейдем на «ты». Это необходимо для того, чтобы наш разговор стал открытым, без лишней формальности и дистанции.

Давай сразу договоримся о главном: твое мнение, твои убеждения и твое громкое «Я считаю!» – безусловно важны, но не сейчас.

Сейчас они тебя подвели. От тебя ушла девушка. И если ты держишь в руках эту книгу, значит, вероятнее всего, ты уже совершил целый ряд ошибок, продиктованных паникой и болью. Ты уже пытался действовать по наитию, и результат оказался плачевным.

Вспомни, что ты уже сделал? Возможно, ты заваливал ее цветами – лично или через курьера, хотя оба прекрасно понимали, от кого этот «подарок». Ты отправил чертову сотню сообщений: от смиренных пожеланий удачи и признаний в бессмертной любви до адских проклятий и язвительных укулов. Ты обещал остаться вечным другом независимо от обстоятельств, тем самым собственноручно поставив на себе крест как на потенциальном партнере. А может, в порыве отчаяния, помимо огромного букета, ты приполз на коленях с кольцом в зубах. И тебе, естественно, отказали.

Если же ты позиционировал себя как «брутала», возможно, ты угрожал набить морду ее новому или вымышленному

избраннику, а то и вовсе воплотил угрозу в жизнь.

Увы, мой друг, будь честен перед собой: ты поступил неразумно. И ответственность за случившееся лежит на тебе, независимо от того, какой событийный ряд предшествовал закату твоих отношений. Кто бы ни начал ссору, твоя реакция на разрыв зафиксировала его окончательность.

Читая дальнейшую инструкцию, я буду рассматривать частные случаи и определенные сценарии, но суть поведения не меняется ни при каких обстоятельствах. От тебя требуется одно: доверие. Полное и безоговорочное. Даже если мои указания будут претить твоему внутреннему чутью, твоему субъективному «знанию» того, какая она. Многое покажется нелогичным, неочевидным или, наоборот, очевидным бредом. Ты естественно считаешь, что твоя девушка – особенная. Что с ней нельзя действовать «вот так и вот этак». Что она не простит измены или грубости, что на нее нельзя давить, что она уникальна в своем неприятии правил.

Все это – иллюзия.

Чушь, в которую ты веришь, чтобы оправдать свою беспомощность. Она настолько же индивидуальна, как песчинка в пустыне. Да, конечно, ее набор ДНК уникален, как и у любого человека на планете. Но ее психология, ее инстинкты, ее реакция на силу и слабость – такие же, как у миллиарда других женщин. Точных копий твоей «неповторимой».

Давай прямо сейчас ты признаешься сам себе в том, что пока ничего не понимаешь в отношениях. Что твои преды-

душие стратегии не сработали. И здесь, в этой приватной беседе со мной, ты согласишься стать учеником, чтобы исправить ситуацию в свою пользу. Ведь теперь терять нечего. Она уже ушла. Ты сделал все возможное, чтобы вернуть ее старыми методами. Ах, да! Она не вернулась... Потому что все, что было сделано ранее, лишь помогло ей уверенно уйти и закрыть за тобой дверь.

Нам необходимо определить, что ищет женщина в мужчине на глубинном уровне. Ей нужна уверенность. Сила – но не в примитивном понимании. Твоя большая или маленькая «бицуха», накачанные мышцы сами по себе никому не нужны. Ей нужна сила духа, сила решения, сила вожака. Другими словами, женщина ищет в мужчине – Мужчину. Банально, но, увы, не всегда находит. Вот и в тебе, в твоём нынешнем состоянии, она этого не нашла.

Так что первым делом мы обсудим твои эмоции. Именно они заставили тебя вести себя как испуганный мальчишка, а не как взрослый мужчина. Именно они стали причиной твоих ошибок. И именно с ними нам предстоит работать, чтобы ты смог вернуть не просто девушку, а свое достоинство и контроль над собственной жизнью.

Откажись от эмоций

*“Поверьте мне: любовь уходит
Путем, которым входит ревность.”
Лопе де Вега*

Ревность твой враг!

Ревность – это самое разрушительное чувство из всех, что известны человеческой природе. Это уродливое пламя, способное превратить разумного человека в безумца, заставить совершать поступки, которые никогда не родились бы в здоровой голове. Как я уже упоминал ранее, многих мужчин страшит не сам факт разрыва, а перспектива развития жизни бывшей девушки без него. Вероятность того, что она окажется с другим или уже находится в чьих-то объятиях, становится навязчивой идеей. Но давай посмотрим на это трезво.

Первобытное, звериное чувство. Оно базируется на глубоких комплексах, страхах и тотальной неуверенности человека, который ему подвластен. Если ты ревнуешь, значит, ты боишься потерять. А закон вселенной суров: если ты чего-то панически боишься, ты неизбежно притягиваешь именно этот сценарий в свою жизнь. Ты своими руками подталкиваешь судьбу преподать тебе урок в той области, где ты слабее всего.

Ревность произрастает из неуверенности в себе и в прочности своей позиции рядом с партнером. Это сомнение в том, что тебя любят достаточно сильно, чтобы не предпочесть другого. Этот эмоциональный провал является прямым следствием собственнического отношения к женщине.

Это желание установить монополию на ее личную жизнь, вмешиваться в каждый ее шаг, контролировать каждый взгляд. Корень ревности – это не забота, а большое честолюбие и эгоизм.

Запомни раз и навсегда: НИКОГДА причиной ревности не является Любовь. Как бы благородно это ни звучало в оправдание собственных истерик, ревность не проистекает из любви. Ее фундамент – страх и слабость. Любовь дает крылья, ревность же строит клетку.

Давай смоделируем ситуацию, чтобы ты почувствовал разницу на уровне инстинктов. Представь: ты сидишь в кафе со своей девушкой. Вечер, приятная атмосфера. Вдруг у нее звонит телефон. Ты видишь на экране имя парня. Твои действия?

Первый вариант – путь саморазрушения. Ты начинаешь скандал. Выясняешь, кто это, портишь вечер, обижаешься, требуешь объяснений. Если ты выбираешь этот путь, ты подтверждаешь свой статус «бедолаги», которого постоянно бросают. У тебя реальные проблемы с самооценкой, которые мы сейчас будем исправлять.

Второй вариант – путь силы. Ты игнорируешь эту ситуацию. Ты продолжаешь прекрасно проводить время, рассказываешь интересные истории, искренне интересуешься ею. Звонок для тебя не существует.

Оптимальная стратегия заключается в полном безразли-

чии к конкуренту. В этот момент ты – победитель. Ты здесь, ты рядом с ней, а кто там звонит – тебя не касается. Более того, очевидно, что звонящий может оказаться претендентом на твое место. И это лишь подчеркивает твою успешность сейчас. Если ты действительно достойный мужчина, рядом с тобой всегда будут желающие тебя заменить. Это закон рынка: на лучший товар всегда есть спрос. Девушек можно образно описать так: либо они «корявый сухарь» в одиночестве, либо «аппетитный торт» в приятной компании поклонников. Ревновать девушку за то, что ей оказывают внимание другие самцы, – глупо. Это подтверждение ее ценности, а значит, и твоего вкуса.

Ситуация меняется лишь незначительно, если она начинает откликаться на это внимание. Но даже здесь девушка по своей природе – эмоциональное существо. Она ждет от мужчины реакции, но не истерики, а силы. Поддаваясь на провокации ревности, ты добровольно затягиваешь петлю поводка на своей шее. Ты становишься управляемым. Поддавшись ревности, невозможно рационально вести себя в провокационной обстановке.

Ответь себе честно: что ты получишь, закатив скандал в этой ситуации? Ты найдешь какие-то аргументы, начнешь давить. Но я уверяю: ничего ты не получишь, кроме негатива и отчуждения. Девушка уйдет в подполье, станет скрытной. Ты начнешь ее контролировать, проверять телефоны, и

обязательно найдешь какую-нибудь сомнительную переписку, которую сам же и спровоцируешь своим недоверием. Так, скандал за скандалом, ты рушишь отношения, обвиняя девушку в неверности, которую сам же и выдумал. Ты утверждаешь, что во всем виновата она, рассказываешь всем друзьям, как ты ее любишь и как она не права. Ты начинаешь ныть и крутить сопли на кулак. И вот ты уже читаешь эту книгу, сидя в одиночестве.

А если ты уверен в себе и своих силах? Тогда кто бы ни писал твоей избраннице, кто бы ни оказывал ей знаки внимания на работе, реальный секс и глубокие отношения у нее будут с тобой. Почему? Потому что женщины выбирают тех, кто уверен в своем праве быть рядом. Остальные 10% – это ее возможность ошибиться, но этот процент настолько низок, когда рядом находится уверенный самец, что им можно пренебречь. Тем не менее, может случиться всякое, но тебя это не должно касаться! Тебе это кажется странным? Ты смеешься над моими словами и бьешь себя в грудь, утверждая, что с тобой такого не может случиться? Думаю, жизнь уже вносила свои коррективы, и ты знаешь, о чем я.

Не ввязываясь в ревнивую гонку, ты демонстрируешь высшую степень уверенности в себе. Тем самым ты подтверждаешь правильность выбора девушки: она выбрала подходящего самца. Ты транслируешь сообщение: «Я знаю себе цену, и я не боюсь конкуренции».

Если ты не закатываешь истерик, если ты рационален и холоден, тебе начинают доверять. Ты задаешь правила игры. Твоя избранница в такой ситуации может почувствовать себя нелепо. Вероятно, она сама попробует тебе объяснить, что это за звонок, оправдаться. Но тебе не должно быть интереса к этому. Твое молчаливое превосходство работает лучше тысячи слов.

В голове девушки сразу возникнет здоровая неуверенность: «Почему он не ревнует? Может, он не относится ко мне серьезно? Может, у него есть куча запасных вариантов?». И ей станет страшно потерять твое внимание. Вот где кроется ключ к управлению ситуацией. Страх потери должен возникнуть у нее, а не у тебя.

Поэтому сейчас мы забываем про ревность. Иначе ты не сможешь ее вернуть. В самый важный момент ты проколешься, сорвешься на эмоции, начнешь все сначала, и в конце концов потеряешь ее навсегда. Так что читай внимательно и забудь про свое «Я считаю!». Ты уже во всем просчитался, когда позволил страху управлять тобой. Читай с открытым разумом.

Избавь себя от ревности



Во время приступов ревности многие мужчины превращаются в детективов-любителей. Начинаются шпионские игры: постоянная проверка исходящих и входящих звонков в телефоне, контрольные вызовы каждый час, чтобы удостовериться, что она действительно встретилась с подругами, а не с кем-то другим. Иногда дело доходит до абсурда, когда ты просишь передать трубку одной из ее знакомых для про-

верки алиби. В общем, ты пытаешься держать ее на коротком поводке. При этом ты даже не предполагаешь, что ошейник этого поводка на самом деле закреплен на твоей собственной шее.

Подсознательно тебе может казаться, что ты решаешь некую проблему, что такой контроль служит интересам здоровых взаимоотношений. Ведь пара должна быть увлечена лишь друг другом? Теоретически – да. Но на практике паранойя, которая появляется на почве ревности, совсем не служит целям любви и гармоничной совместной жизни. Она лишь отравляет чувства. Ревность, а также действия, вызванные ею, не решают проблем, а создают новые, зачастую неразрешимые.

О том, чего ты боишься, естественно, не хочется признаваться даже самому себе. Страхи имеют власть над нами именно потому, что мы избегаем думать о том, что произойдет, когда они осуществляются. Особенно если речь идет об интимной зоне. В голове роятся мысли: «А вдруг тебя сравнят с другим?», «А вдруг у него что-то лучше?», «А вдруг он умеет пользоваться этим лучше?». Эти вопросы разрушают тебя изнутри.

Смею заверить: на свете есть как минимум несколько миллиардов мужчин, которые лучше тебя в каком-то отношении, столько же, которые хуже, и столько же, которые точно такие же, как ты. И это здорово, потому что у нее ровно такая же ситуация. Ты не уникален в своем несовершенстве, и она

тоже. Первым делом отпавь страх потери куда-то далеко и надолго. Представь банальную ситуацию: это не твои первые отношения. Возможно, впервые ты испытываешь такие сильные чувства к такой красотке, но это все ерунда. Все последующие отношения будут только лучше, поэтому оставь этот страх здесь, в этом срезе времени.

Теперь вспомни свои прошлые отношения. Ведь была та самая, которая сейчас неизвестно где и неизвестно с кем. Тебя это беспокоит?! Нет. Потому что ты переключил свое внимание на другую. Так открою тебе тайну, мой друг: нынешняя пассия ровно такая же, как были предыдущие, и наполовину хуже тех, что еще будут, если ты решишь не возвращать ее и двинешься дальше. Поэтому отпусти свой страх потерять эту женщину! Это не страшно! Не думай и не переживай о том, что она сейчас может быть с другим. Это ничтожная мелочь в масштабах твоей жизни. Замолчи и поверь мне! Убеди себя, что страха вообще нет. Страх не существует!

Прекрати сравнивать себя и ее с кем-то. Вопрос наличия кого-то лучшего или худшего мы уже закрыли. Твоя ценность не зависит от наличия конкурентов.

Выключи свою фантазию. Не надо придумывать и додумывать сценарии того, что могло быть, что происходит сейчас. Твои фантазии лишают тебя возможности трезвой оценки ситуации. Поэтому, если ты замечал за собой приступы ревности, посмотри честно: сколько раз твои домыслы соответствовали истине? И не надо врать, ты свечку не держал.

Где-то там могло быть все что угодно, но чаще всего реальность куда прозаичнее твоих кошмаров. Фантазировать и рисовать в голове новые сцены измены – бессмысленное саморазрушение.

В моменты приступов ревности, на первых порах борьбы с ней, можно прибегнуть к одному эффективному правилу. Делай противоположное тому, чего тебе хочется в этот момент. Хочешь позвонить ей и выяснить отношения? Не звони. Хочешь спросить, кто звонил? Не спрашивай. Хочешь психануть и демонстративно уйти из кафе? Закажи все меню два раза и сиди там, наслаждаясь ужином! Твоя задача – сломать автоматическую реакцию жертвы.

И никогда, слышишь?! Никогда не играй в шпионов. Не сиди у подъезда, не пытайся взломать ее соцсети, не создавай фейковые аккаунты для слежки. У тебя не должно быть времени на это! У тебя должны быть свои дела. Пусть это прохождение новой игры на приставке, спортзал, работа или хобби – это не суть. Важно, что у тебя есть своя жизнь, полная красок и занятий, куда она не имеет доступа без приглашения.

В конце концов, даже измена. Она ничего не меняет во вселенной. Измена не так страшна, как это рисует тебе твоя фантазия. Если ты не уверен на 100%, то вообще нет смысла это обмусоливать и разрушать себя догадками. Если же ты уверен и знаешь, что у твоей девушки был секс с другим, то самое страшное, чем это грозит тебе физически, – это ин-

фекции, передающиеся половым путем. Это вопрос гигиены и здоровья, который решается у врача.

Все остальное – твое достоинство, твоя честь – тут не страдает. Времена Онегина давно прошли, и дуэль устраивать на этой почве смысла нет. Это ею кто-то воспользовался, это у нее событие в жизни. Хорошее оно или плохое – судить не тебе. Вопрос прощения в этой ситуации – тема для отдельной книги. С высоты своих лет я заметил тенденцию к изменчивости оценки этих ситуаций. Наверное, до 25 лет это неприемлемо для большинства мужчин, воспринимается как личное оскорбление. Но потом отношение как к сексу, так и к женщине в целом меняется. Ты начинаешь понимать, что ты – это не то, что делает кто-то другой. Ты – это то, как ты реагируешь. Но как я уже сказал, это тема отдельной книги или статьи. Сейчас твоя задача – сохранить рассудок и не дать ревности уничтожить твои шансы на возврат.

Ловушки, которые мы расставляем.

Девушки по своей натуре существа удивительные и, на первый взгляд, неприхотливые. Они способны довольствоваться малым, если видят в этом смысл. Однако есть и другая грань женской природы – стремление к потреблению. Не стоит воспринимать это слово в негативном ключе. Женщина задумана природой так, что ее внутренний радар всегда настроен на поиск самого сильного самца. Цель этого поиска – потребление его силы, энергии и ресурсов. Это древний инстинкт выживания и обеспечения безопасности потомства.

Как уже было сказано, самый важный ресурс в современном мире – это деньги. Но увы, не каждый из нас миллионер. Однако абсолютно любой мужчина может заполучить модель с обложки, а уж вернуть свою девушку – тем более. Без обид, но факт остается фактом: дело не только в кошельке. Поэтому ты должен понимать, в чем заключается твоя основная сила. На втором месте после денег идет постель. Если ты отличный любовник, если между вами есть та самая «химия», это мощный козырь. Вот только сексуальная активность может не совпадать у партнеров по темпераменту, да и со временем она угасает. Поэтому этот пункт не стоит использовать как основной фундамент отношений.

Ты должен предоставить ресурс, который будет нескончаем именно в твоём случае. Постоянно вкладывать деньги не получится – ресурсы ограничены. Сексом тоже нереально заниматься двадцать четыре часа в сутки, семь дней в неделю. Что же остается? Говорить. Подари ей мечту, идею, в которую женщина сразу поверит. Есть поговорка, которая старше тебя на сотню лет: «Женщина любит ушами». Но смысл ее глубже, чем просто комплименты. Ей нужно слышать уверенность в завтрашнем дне, чувствовать силу твоего слова. Ты продаешь ей не просто слова, а ощущение безопасности и перспективу будущего.

Безусловно, ты должен развиваться, чтобы женщина видела реальные изменения. В противном случае самая красивая сказка превратится в анекдот, а ты – в сказочника-неудачника. Поэтому будь реалистом. Не рассказывай, что станешь миллионером через месяц, если планируешь долгоиграющие отношения. Не вешай, что вот-вот будет повышение на работе и огромные гонорары, если сейчас ты едва сводишь концы с концами. Не копай себе яму подобными обещаниями, так как тебя в ней похоронят без малейшего сострадания, как только правда всплывет наружу. Доверие, потерянное из-за лжи, восстановить практически невозможно.

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.