

A portrait of a woman with dark, wavy hair and a serious expression, wearing a black, long-sleeved, low-cut top. The background is white with a red diagonal stripe in the top left corner.

Евгения Шацкая



 ШКОЛА  
**СТЕРВЫ**

---

стратегия успеха

---

в мире мужчин

---

ПОШАГОВАЯ ТЕХНОЛОГИЯ

УДК 159.9  
ББК 87.774  
Ш32

Серийное оформление ООО «Издательство "Книжкин дом"»  
Дизайн обложки — Юрий Калинин

Шацкая, Е.  
Ш32 Школа стервы. Стратегия успеха в мире мужчин:  
пошаговая технология / Евгения Шацкая. — М.: АСТ:  
Астрель, 2008. — 539, [5] с. — (Школа стервы).

ISBN 978-5-17-034687-5 (ООО «Издательство АСТ»)

ISBN 978-5-271-13168-4 (ООО «Издательство Астрель»)

У вас в руках книга, которую нельзя показывать мужчинам ни в коем случае. Быть современной женщиной — значит быть Стервой, но мужчинам об этом знать не обязательно. Им не обязательно знать, как и какой ценой Стерва успевает и умеет все. Ее называют женщиной-вамп, роковой красоткой, сильной личностью, женщиной без возраста и предрассудков. Превратиться в Стерву по силам любой женщине. Для этого нужно только захотеть быть успешной, богатой и, конечно, любимой. А как стать Стервой и какими знаниями для этого нужно обладать, тебе расскажет эта книга.

УДК 159.9  
ББК 87.774

Общероссийский классификатор продукции  
ОК-005-93, том 2; 953000 - книги, брошюры  
Санитарно-эпидемиологическое заключение  
№ 77.99.60.953.Д.007027.06.07 от 20.06.2007 г.

Подписано в печать с готовых диапозитивов заказчика 02.06.2008 г.  
Формат 84X108(1/32). Бумага газетная. Печать высокая с ФПФ.  
Усл. печ. л. 23,8. Доп. тираж 10000 экз. Заказ 2169.

ISBN 978-5-17-034687-5  
(ООО «Издательство АСТ»)  
ISBN 978-5-271-13168-4  
(ООО «Издательство Астрель»)  
ISBN 978-985-16-1188-7  
(ООО «Харвест»)

© Шацкая Е., текст, 2004  
© ООО «Издательство Астрель», 2005

## Введение

*Не люби никого, и ты будешь нравиться всем.  
Посылай к черту весь мир, и тобой будут восхищаться.*

**Барбара Стрейзанд**

С детства мне твердили о том, что нужно быть хорошей девочкой. Я верила взрослым и была послушной. Но хорошим девочкам не везет. Ты не замечала, что к отличницам мальчишки пристают исключительно с просьбами списать контрольную? В одиннадцатом классе мне наконец «повезло» — первая любовь и... Любимый переметнулся к однокласснице. Первый раз возникла мысль: «Со мной что-то не так». Погоревала и решила — нечего распускать слюни; так ему и надо и неизвестно, кому повезло больше. Все мужчины — сволочи. Отольются кошке мышкены слезки. Не понял, не оценил своего счастья. Дальше — больше. Университет: сокурсницы-эгоистки, берущие от жизни все (и даже больше, чем все!) купались в мужском внимании и любви. А я, как дура (сейчас, правда, думаю: «А почему КАК?!»), тянула лямку старосты группы и получала свои пятерки. Третий курс. В вузах всегда бурно отмечают «экватор» — половину срока обучения. Мой мужчина (нет, тогда — еще мальчик), которому в тот день я решила подарить свою невинность, целует в коридоре... одnogруппницу. И тут я не выдержала. Стервы, гулящие девки — чем же они так притягательны для мужчин? Почему они, вместе с нашими мужчинами, смеются над нами? Почему им везет, а мне нет? Поче-

му они устраиваются на хорошую работу и сами выбирают мужчин? Мне это было непонятно. Мне, как и многим, хотелось всего и сразу, как в женских романах и сериалах: умных и богатых кавалеров, головокружительной карьеры, восхищенных взглядов и красивых ухаживаний, путешествий и дорогих подарков. Ты думаешь, хоть что-то получилось? Черта с два! Не получилось, пока я не осознала, что все это имеют только стервы (просто «гуляющие» довольно быстро «выходят в тираж»). Пока я прилежно учила историю и литературу, мои сверстницы-стервы изучали совсем другую науку: как использовать слабости других людей на пользу себе любимой. Они учились обольщать и флиртовать, наносить макияж, пить в конце концов. Они учились быть интересными, а я оставалась такой же скучной и предсказуемой. В тот вечер, брошенная любимым человеком, я плакала от обиды и несправедливости. Растрепанная, с растекшейся тушью, я подошла к окну и завывала: о потерянном зря времени и маме, которая не научила быть стервой; я плакала по хорошей девочке, которая, как змеиная кожа, покидала меня в эту ночь вместе с болью и воспоминаниями. Я решила стать стервой. С тех пор моя жизнь изменилась. Я изменила ее сама, не надеясь на удачное замужество, богатых любовников или наследство. В тот момент я поняла, что моя жизнь, мое счастье находятся только в моих руках. И никому, по большому счету, до меня нет дела.

Иногда, в одиночестве, за чашкой кофе или бокалом вина, я вспоминаю добрую наивную девочку, которой была раньше. Порой мне становится жаль, что ее нельзя вернуть. Что нельзя влюбиться до умопомрачения и не думать о том, что будет после. Что не надо заботиться о деньгах, потому что есть кто-то, кто об этом уже позаботился. Что... Я хотела быть примерной женой, матерью, разводить комнатные цветы и вязать вечерами свитера для домочадцев, время от времени отгоняя кота от клубка. А стала стервой. Да, так меня называют. Сначала это вызывало удивление, потом — гордость. Я привыкла, хотя иногда и размышляю, что вкладывает в это слово какой-то «он» или «она». Стер-

ва — удивительное слово. Некоторые произносят его с восхищением и завистью, другие — с презрением. Я знаю многих стерв — они разные, и даже не все себя считают таковыми. Ты наверняка встречала их. Женщины с «харизмой», с внутренней силой, которые управляют обстоятельствами, потому что смогли перебороть себя.

Для начала открою небольшой секрет. Нет, не тот «что страшнее стервы — зверя нет» (услышала как-то от одного подвыпившего ухажера). А тот — почему мужчины так любят и ненавидят стерв? Почему вспоминают их всю жизнь, но боятся с ними соприкоснуться? Потому что стервы раскусили мужчин. Они стали похоже мыслить, но все равно остались женщинами. И мужчину страшно заводит игра на равных с этакой «суперженщиной». Кто кого перехитрит? Кто кого завоюет? Хватит ли у него силенок тягаться с женщиной, которая мыслит, как и он, но владеет еще и «женским оружием»?

Ты можешь со мной поспорить, но изучая историю, я поняла, что все великие женщины были стервами. Сколько безымянных «клушек» ушло в небытие, будучи просто «инкубатором» для здорового потомства... Женщина-мать или женщина-самка? Полноценный гражданин или «утроба» для вынашивания нового члена общества? Кому что нравится. Кому-то кухня, дети, домашние хлопоты. Но почему с такой тоской и завистью мои подруги-домохозяйки смотрят на меня и приводят в пример своим дочерям? Почему не расслабятся и не получают удовольствия от кулинарии и сериалов? У меня есть на это ответ: стерва «сидит» в каждой женщине, но не у каждой есть смелость в этом признаться и прислушаться к себе. Традиции, условности, советы старших. Нас учат жить так, как жили женщины тысячу лет назад. Но разве это правильно: слушать тех, кто уже никогда не станет богат, известен или просто счастлив, кто вырастил тебя, но не дал знаний и советов для выживания?

Я не люблю слова «эмансипация» или «феминизм». Так и видятся грубые, разочарованные в мужчинах, страшно закомплексованные женщины. Разве это не

крайность? Они говорят о мужской власти, но не знают, как к мужчине подступиться, как его понять и, наконец, как им управлять. Если бы все женщины были стервами, эмансипация не была бы нужна. Глупая борьба за глупые свободы. Чего мы добились? Пашем наравне с мужчинами, делаем всю домашнюю работу, воспитываем детей, терпим их измены и читаем статьи в женских журналах, как сохранить любовь навсегда. Не очень-то похоже на мечту о свободе и независимости. Шаг вправо, шаг влево — а его уже и след простыл.

Но самое интересное — это то, что изобретать-то ничего и не нужно. На полюсах: «домохозяйка» и «феминистка». А посередине, догадайся кто? Конечно же, она — королева. Гуляет по экватору, не склоняясь к крайностям. Она — женщина-загадка. Подозревают, что она тоже иногда плачет, может любить, испытывать жалость, ходить по дому растрепанной и пить самогон с подругой-соседкой. Она может все. Но никто за такими занятиями ее не заставлял. Это странно, и вызывает еще большее любопытство. И у мужчин, и у женщин. Непонятное всегда притягивает. За многотысячную историю человеческого рода не придумано название женщины, которая приносит удовольствие. Удовольствие — смотреть, прикасаться, любить, жить. Удовольствие — брать пример и восхищаться. И, наконец, учиться. Выхватывают из калейдоскопа стервозных настроений и ролей отдельные клочки: женщина-вамп, разлучница, роковая женщина, любовница, светская львица, хищница, бестия. А когда не могут доходчиво охарактеризовать — «стерва». В последнее время это слово перестало быть ругательством. Если тебя называли стервой, значит ты в чем-то кого-то переплюнула. Поздравляю. Это только начало, которое подхлестнет твое женское честолюбие и сделает тебя настоящей стервой, рано или поздно. А моя задача, как у учительницы в школе, доказать необходимость стервозной науки и дать в твои хрупкие женские руки настоящее оружие. Немного информации, «кусочек» желания, «капелька» честолюбия, «щепотка» упорства и **ЛЮБОВЬ (!!!)** к мужчинам. А главное — убежденность, что назад пути нет.



**Если женщина не стерва,  
то она не удалась**

*... люди в белых халатах уже подсчитали, что, через несколько тысяч лет такой жизни, «мужчина обыкновенный» исчезнет с поверхности земли. И останемся только мы — со своей нерасшифрованной загадочностью и феноменальной волей к жизни ... Это не феминизм. Это эволюция...*

**Этери Чаландзия**

В природе существуют неразделимые понятия, которые при исключении одного составляющего теряют смысл или перестают существовать вовсе. Например, врачи неотделимы от больных, а косметика — от женщин. Игрушки от детей (если они не из секс-шопа), а повар — от еды. Стервы неотделимы от мужчин. Пусть сильная половина человечества проклинает коварных стерв и ломает голову в надежде разгадать лабиринты стервозной сущности. В глубине души все мужчины знают: стерва — результат долгой генной мутации, направленный на завоевание любого мужчины в любых условиях. Стерва — это киборг или универсальный солдат (призовем на помощь фантастику), в которого заложен весь опыт, накопленный женщинами за всю историю человечества, опыт обращения с мужчинами.

Мужчины. Они есть всегда. Рядом или очень далеко. Они есть, когда так больно, обидно и я в очередной раз даю себе обещание не связываться с очередным мерзавцем. И когда очень хорошо, хочется петь,

летать и нежиться в объятиях любимого вечно. Даже в такие мгновения внутри все-таки шевелится мысль, что и этот долгожданный тоже не последний, и будет еще, и, наверное, не один. Дело здесь не в том, что, как говорят мужчины, все мы... Мы-то знаем, что это не так, кто бы там о чем ни говорил.

Эта книга написана как руководство для тех, кто ищет избранника или выбирает его среди имеющихся, кто хочет заворовать и влюбить. А с какой целью — это уже неважно. Потом уже хоть замуж выходи, хоть пользуйся благами жизни, которые складывает к твоим ногам вконец одуревший мужчина. Весь секрет в том, что настоящая стерва настолько знает мужчин, настолько чувствует их удивительным, почти звериным чутьем, что мужчина, попавший в ее цепкие пальчики, даже при всем желании своего здравого рассудка «бежать подальше от этой бестии», при первой возможности мчится, чтобы прыгнуть в ее постель. Многие пытаются отыскать секреты покорения вершин мужской сущности в женских журналах и телесериалах. Я против того и другого. Советы журнальных статей надуманы и не имеют никакого практического применения. В лучшем случае нам рассказывают о чьей-то удачной (или не слишком) жизни и... делайте выводы сами. По мне это напоминает пересуды на лавочках и подглядывание в окна соседям. И то и другое — занятие не для стервы. У нее всегда дела поважнее найдутся. Да хоть на маникюр сходить.

И не нужно путать стерву с переходящим красным знаменем, которое кочует от одного кошелька и чина к другому. Мужчин у стерв не так много, как у их подруг и коллег, но зато что это за мужчины! Пальчики оближешь!

Давно в одной компании между мужчинами зашел разговор о том, кто больше гуляет — красавицы или дурнушки. Да ты и сама часто слышала, как кто-нибудь восхищенно цокает языком в твою (или не твою) сторону, а потом говорит, что он бы на такой никогда не женился. (И не женится!) А мне кажется, некраси-

вые, а вернее «положившие» на себя женщины, начисто лишенные женственности и погрязшие в хозяйстве, гуляют гораздо больше. Сама много раз была свидетельницей того, как такие непривыкшие к мужскому вниманию особи женского пола (иначе не назову) буквально кидались под мужниных друзей, и это в то время, когда сам он, выпивши, спал в соседней комнате или выходил прогулять собаку. Да и скучные вымученные служебные романы, которые завязываются потому что притерпелись друг к другу и ходить далеко не надо, — тоже не для стервы. Для нас мужчина — это игра, флирт до последней минуты отношений. Да, многие мужчины не выдерживают такого темпа и сходят с дистанции, но так ли они нам нужны — такие?

Красивая, ухоженная женщина привыкла к мужскому вниманию. Она не разменивается на улюлюканье из проезжающих автомобилей и поползновения подвыпивших коллег. Она выше. Она загадочней. Много лет назад я сделала ошибку. Жалею до сих пор, но урок получила хороший. Я решила поступить, как все. На стажировке в одной фирме к нашей девичьей компании подтянулась мужская и предложила отдохнуть. Женский коллектив в составе двух человек был не против. Для комплекта была нужна я. Среди молодых мужчин под типаж, который нравится мне, подходил самый высокий и темноволосый. Цель поездки и то, чем она завершится, были ясны изначально, и я решила, что раз так делают все, значит, так и правильно. Ужас наступил, когда я оказалась на заднем сидении машины в компании того же молодого человека. Разговаривать нам было особенно не о чем, да и общение от меня требовалось совершенно другого рода. И хотя я знала, куда еду и чем все закончится, оказалась совершенно не готова. В результате осталось ощущение чего-то гадкого, чужого и пустого, а утром я дала себе обещание никогда не спать с мужчинами, которых не хочу, тем более с теми, кто считает, что накормленная женщина должна рассчитаться за обед собой. Плевать на тех, кто укладывается в постель с каждым

встречным, думая что «не сотрется». Сотрется, только глубоко внутри. Самоуважение называется.

Написать пособие для таких — было бы слишком просто. Любая женщина с любой внешностью, характером и в любом возрасте может себе найти мужчину на ночь, а при желании и на каждую ночь разных. Только ценятся такие женщины недорого, а то, что денег не берут, — так пусть это для них утешением будет. Брать деньги или не брать и кем себя после этого считать — это личное дело каждой. Науку, описанную в этой книге, сама для себя я назвала «мужчиноведение». С пятнадцати лет вела наблюдение за этим странным, вымирающим, но необходимым для любой женщины видом, записывала наблюдения в блокнотик и никому не показывала. Советую и тебе такой завести. Подход к проблеме более личный и прочувствованный будет.

Стерва, которая хочет влюбить мужчину надолго и всерьез должна выучить десять правил:

1. Не размениваться на мужчин, которые ее недостойны. Если поставила планку — держи ее до конца.
2. Не позволять влюбляться самой больше, чем влюблен мужчина.
3. Постоянно меняться, чтобы быть всегда интересной.
4. Не опускаться до простой бабьей ревности.
5. Научиться «растворяться» в мужчине.
6. В сексе и любви больше отдавать, чем просить. Намного больше, не задумываясь.
7. Не быть навязчивой.
8. Уметь любыми способами отвлечь мужчину от его проблем.
9. Стать музой (даже если избранник не имеет к искусству никакого отношения).
10. Взять все, что в тебе есть от торговки на рынке и избавиться от этого навсегда.

## **Знаменитые стервы**

*... Почему я должна стыдиться, что получаю за концерт больше, чем президент Эйзенхауэр за целый месяц? Ради бога — пускай поет!*

Мария **Каллас**

В любой науке, в том числе и в истории, есть свои закономерности. И одна из них гласит: «Добрая, скромная и порядочная женщина никогда не оставит своего следа в Истории». Правда, любое правило подтверждается своими исключениями. В качестве примера можно привести Мать Терезу. Одна такая женщина имеет право на существование в истории. А будь их несколько — мир станет чересчур правилен и скучен. Стерв же — хоть пруд пруди, и все они разные, интересные. И у каждой свои хитрости, свои стервозные технологии. Говорят, для того чтобы стать известным, надо либо заниматься чем-то выдающимся, либо писать о тех, кто этим занимается. О второй категории будет уместнее написать в пособии по филологии, а первая — самая любопытная и достойная нашего пристального внимания. На чужих ошибках, как общеизвестно, никто не учится. Поэтому попробуем поучиться на чужих победах.

***Победа красотой — это только начало.***

Многие женщины были красивы и сумели сохранить свою красоту на долгие годы. С тех времен, соб-

ственно, ничего не изменилось. Софи Лорен сказала как-то, что «красота — это то, за что стоит бороться». А ей стоит верить. Красота обезоруживает мужчину, заставляет его идти на уступки и принуждает прощать. Ведь страсть к обладанию прекрасной вещью — это очень мощный стимул. Вспомни прекрасную Елену из древнегреческих мифов. Кроме того, что она прекрасная, о других ее качествах (кроме смены мужа) ничего толком и не известно. Или Нефертити (ее имя в переводе с древнегреческого буквально означает «красавица грядет»). У любой из нас имя этой египетской царицы ассоциируется с понятием «прекрасная» или «божественно красивая». «Красота спасет мир», — писал Достоевский. И порой убеждаешься в его правоте, когда видишь, как добрееет мужчина, смотря на красивую женщину. Красоту во все времена пытались сохранить в картинах и статуях, передавали из поколения в поколение чудодейственные секреты сохранения молодости, а значит, свежести и красоты. Но красота великих женщин имеет одно характерное отличие. Она — очень мощное оружие, но — что самое главное! — не единственное. Нефертити была очень красива, а сколько красивых египтянок было вообще? До нас дошли имена только двух известных египтянок — ее и Клеопатры. Нефертити была царицей. Звучит заманчиво и красиво. Но кто из наших современниц захотел бы оказаться среди других многочисленных жен и наложниц фараона в гареме? Цель все та же — главная, стервовная — выделиться, стать лучшей. И она была достигнута. Фараон возвысил Нефертити из наложниц до ранга жены, несмотря на то, что, в соответствии с вековыми традициями, жен выбирали из ближайших родственниц (к которым она никак не относилась). И с этого момента гарем был забыт, а Нефертити стала не только любящей женой, но и единомышленницей фараона Эхнатона в его борьбе против жрецов. Опять же вопреки традициям, она стала посещать дипломатические приемы, давать мужу советы по управлению страной. Народ полюбил красивую царицу, ее статуи по-

явились почти во всех городах. Юная царица была не по годам умна и никогда не пользовалась своим влиянием на фараона. Но у цариц тоже бывают соперницы, и Нефертити, уже через несколько лет после замужества, мучилась от того, что фараон обратил свой взор на красивую наложницу Киа. Терпение Нефертити и взбалмошный характер новой наложницы сделали свое дело — фараон быстро разобрался в своих предпочтениях. Женская гордость не позволила Нефертити простить мужа. Но она согласилась на его брак со своей дочерью (в Древнем Египте близкородственные браки были в порядке вещей) и даже сама обучила восьмилетнюю (!!!) девочку искусству ласк. Похоронена царица была вместе с фараоном. Остается только гадать, простила ли вдова мужа.

*Мужчин привлекают женщины, живущие яркой жизнью.*

Хороший этому пример — Клеопатра. Не слишком красива, но все считают ее красавицей. Молодая неопытная правительница через несколько лет становится самой образованной женщиной своего времени. Великая любовница, великая актриса и авантюристка. «Каждый день, как последний» — вот девиз Клеопатры. О ней Плутарх написал: «Красота этой женщины была не тою, что зовется несравненною и поражает с первого взгляда, зато обращение ее отличалось неотразимой прелестью... Самые звуки ее голоса ласкали и радовали слух». Не будучи канонической красавицей (из-за крупного носа с большой горбинкой), Клеопатра имела редкий талант — умение очаровывать мужчин. Остается только гадать — по зову своего сердца или ради власти и интересов государства? Клеопатра умела подстроиться под мужчину: могла быть интеллектуалкой или куртизанкой, угадывала, что именно от нее хотят. Она всегда помнила о том, что привлекает мужчин, но и не забывала, что она — царица и прежде всего должна думать о своем народе. Чем не пример для современных женщин по удачному совмещению работы с домашними хлопотами?

*Неприступность, упорство и гордость — не недостатки, если использовать их с умом.*

Пример тому — судьба русской княгини Ольги, самой известной царицы-стервы. Предание гласит, что запомнилась девица Ольга князю Игорю умелым отказом от предложения в плотских утехах, который не обидел князя, а подтолкнул его к мысли взять строптивницу в жены. Заслуживает большого внимания то, что Ольга умело управляла государством и при жизни мужа, и после его смерти, что для женщины того времени — выдающаяся заслуга. Но, как это часто бывает у «работающих» женщин, сын Ольги — Святослав вырос своенравным и не разделял стремления матери к православию. Зато внук Владимир, которого воспитывала Ольга, с молодых ногтей проникся идеей крестить Русь и закончил дело Ольги. Умение добиваться своего, ждать и предвидеть — я могу только позавидовать княгине Ольге и стараюсь вспоминать о ней в сложных ситуациях.

*Традиции существуют для того, чтобы их нарушать.*

Под этим девизом живут все стервы, не боясь показаться безнравственными или, по крайней мере, странными. Законы и мораль придумали скучные посредственности. Но нарушать условности нужно умело, так чтобы неправильным казался сам закон, а не его нарушитель. Примеров этому — масса. В двенадцатом веке (ты ведь знаешь о том, что эмансипация появилась немного позже) Элеонора Аквитанская успешно управляла Аквитанией, сопровождала первого мужа, короля Франции Людовика VII в Крестовом походе, а когда муж перестал уделять ей достаточно внимания, подала на развод и получила его. Это в двенадцатом веке! Уже через два года Элеонора вышла замуж за Генриха Плантагенета и стала королевой Англии. Но прошли годы, и молодой муж завел любовницу. Элеонора не простила измены. Она настроила сыновей против отца! Они заключили против Генриха союз с королем Франции — бывшим мужем Элеоноры. За измену

Генрих заплатил дорогую цену. Остаток жизни он провел в борьбе с собственными сыновьями. Элеоноре удалось возвести на английский трон (после смерти мужа и старшего сына) любимого сына Ричарда, который получил в народе прозвище Левиное Сердце. Великая королева дожила до восьмидесяти двух лет (и это в те времена, когда тридцать пять считались глубокой старостью), до последнего момента занимаясь государственными делами и вопросами европейской политики. Выражаясь сегодняшним языком, Элеонора могла бы стать «Мисс Вселенная» двенадцатого века. Ей посвящали песни и рыцарские турниры. Элеонора всегда приветчала при дворе людей искусства и стремилась возродить забытые рыцарские традиции. Красавица, не побоявшаяся потерять трон Франции, чтобы стать королевой Англии. Женщина, которая доказала, что рождена для государственных дел. Была ли она счастлива? Остается только гадать. Стервы не любят рассуждать о таких вещах.

*У женщин прекрасно получается все, что требует не революционного прорыва, а тщательной работы день за днем, направленной на достижение одной цели.*

Наверное, без женщин все страны давно пребывали бы в разрухе из-за бесконечных разборок по любому поводу. Женщина и стабильность — это синонимы. Взять, к примеру, царицу Тамару. Сколько лет прошло, а помнят ее как основательницу сильного государства Грузии. Для грузинского народа царица Тамара значит больше, чем для русских — Екатерина Великая. Хотя их имена связаны не только с великими политическими победами и просветительской деятельностью, но и с пороком. Царица Тамара взошла на престол, когда ей еще не было и двадцати лет. Представь себя в окружении не слишком дружелюбных джигитов, каждый из которых мечтает занять твое место. Но Тамару даже если это и смутило, то ненадолго. С первого же дня она начинает планомерную работу по созданию сильного государства. Нет лишней жестокости, но нет и слабости, нет радикальных пере-

мен, но происходят кадровые перестановки. Правление Тамары — это река без водопадов, которая течет по заранее проложенному руслу (не об этом ли мечтают многие бизнес-вумен?). Но, как это часто бывает, умные и успешные женщины не всегда счастливы в любви. Мужчины на их фоне теряются и, не в силах выдержать конкуренции, проявляют себя в пороках или стремлении унижить своих выдающихся жен. Первый супруг Тамары — русский опальный князь Юрий был ею изгнан из Грузии за пьянство, разгул и содомию. Тамара тогда сказала: «Я не должна отдыхать под тенью оскверненного дерева». Глупый муж канул в лету после нескольких безуспешных попыток наказать непокорную царицу, оставшись в истории только благодаря браку с выдающейся женщиной. А Тамара, отбросив условности, вышла замуж за Давида, с которым воспитывалась с детства. Этот брак объединил двух единомышленников. Сильная армия, которую создали Тамара и Давид, разбила персидское войско, и Грузия получила в распоряжение огромную дань. Тамара мудро распорядилась тратить ее на строительство оборонительных сооружений, дорог, мостов и храмов. Что бы ни говорили мужчины, но дальновидность и хозяйственность — типично женские черты характера. Царица Тамара, подобно Клеопатре, была образованной женщиной и понимала: для страны огромное значение имеет не только строительство школ, но и создание национальной культуры. Во время ее царствования были созданы шедевры грузинской поэзии. Шота Руставели был влюблен в царицу и предпочел принять монашество, не надеясь на взаимность. Остались легенды об умерщвленных джигитах, которые унесли в могилу тайну любви царицы. Судить о том, было ли это на самом деле, или завистливые сплетники опорочили великую правительницу, сегодня практически невозможно. Я склонна считать, что слишком праведный облик Тамары требовал какой-то тайны, пикантной роковой подробности. Может быть, она сама пустила слух о жестокости и страсти, чтобы

создать ореол таинственности, интриги. Так сегодня политики и звезды эстрады раздувают скандалы вокруг своих не слишком значительных персон, чтобы привлечь внимание. Разница в том, что после Тамары осталась великая Грузия, мосты и дороги, стихи и храмы. Что останется от наших современников? Время покажет... В истории есть поразительный персонаж — «крестная мать» мафии. Мария Личарди возглавила семейный клан — «каморру». Без зазрения совести, как обычный менеджер компании, она взялась за торговлю наркотиками, словно речь шла о производстве пиццы. Женская мафия не устраивала громких разборок и стрельбы. Она делала бизнес.

*Доверяй своей интуиции, не бойся и верь в свои силы.*

Жанна д'Арк — лучшее тому доказательство. По легенде, ей было видение, что именно она спасет Францию от оккупантов. Подробно рассказывать историю не буду, на эту тему снят прекрасный фильм с Милой Йогович в главной роли. Удивительная, хрупкая и женственная, девушка заражает отвагой и убежденностью в победе и короля, и закаленных в боях полководцев. Она скачет впереди войска с флагом, придумывает военные операции, не зная военной науки. Еще один пример — королева Испании Изабелла поверила Колумбу и дала ему деньги на организацию экспедиции. Как повернулась бы история, если бы она этого не сделала? Вера творит чудеса. У каждого она своя. Вера в себя неотделима от воплощения любой, даже самой нереальной мечты.

*Окружай себя теми, кто лучше, если хочешь стать такой, как они, и женщинами не красивей себя, если не хочешь показаться дурнушкой.*

В том, что касается управления и мудрых советов, женщины всегда интуитивно полагались на мужчин, создавая себе прекрасные «команды», привлекая людей образованных и творческих. За примерами далеко ходить не надо: Екатерина Великая стала Великой именно из-за правильной «ставки» на людей умных и преданных. Королева Виктория славилась умением выбирать верных людей, чьи советы сделали ее незауряд-

ной личностью в истории. А в том, что касается женских штучек, преуспела известная английская королева Елизавета Тюдор, которая ненавидела красивых женщин и допускала к своему двору только дурнушек. Ходили слухи, что ненависть королевы к красавице Марии Стюарт объясняется не государственными или религиозными интересами, а обычной женской завистью.

*Если Бог не дал выдающихся талантов, можно стать знаменитой, общаясь со знаменитостями и заслуживая их уважение.*

В истории есть масса примеров того, как женщины заурядные, но умеющие слушать и внимать гениям, становились знамениты уже только этим. Дамы, принимающие у себя в салонах известных писателей и поэтов, удостаивались лучших строк и признаний в любви. Любовницы становились более знамениты, чем жены. Яркий пример того, как попала в историю женщина, абсолютно ничего выдающегося не сделавшая (и даже не пытавшаяся этого сделать!), это — Мадам Рекамье. Она организовала на деньги мужа салон и принимала в нем знаменитостей своего времени. Любовница прусского принца Августа и поэта Шатобриана, она стала знаменита благодаря редкому дару привлекать к себе людей незаурядных. Не написав ни единой строчки, не изменив историю, она осталась в ней навсегда, как урок для не слишком выдающихся, но честолюбивых стерв. Для успеха не обязателен талант.

*У стерв тоже бывают соперницы и даже соперницы-стервы. Побеждает самая терпеливая, умная и... красивая.*

Пример: история борьбы двух стерв — Дианы де Пуатье, фаворитки Генриха Орлеанского, короля Франции, и его жены Екатерины Медичи. Двадцать лет Диана удерживала пальму первенства не только в том, что касалось личных отношений с королем, но и в политических делах. А ведь она была на двадцать лет старше короля! Роман, который начался, когда королю еще не было и двадцати, длился до самой его смерти. Шестидесятилетняя Диана каким-то образом умудря-

лась быть лучше молоденьких фавориток, которые то и дело появлялись на горизонте. И вот король умирает. Екатерина Медичи, стерва и хоролева, берет власть в свои руки. Неудовлетворенность и озлобленность, накопившиеся за эти двадцать лет, находят выход в жестокости и грязных придворных интригах: Варфоломеевская ночь, убийство собственных сыновей и бесславные похороны в общей могиле. Обе остались в истории, но Диана — как символ женственности, мудрости и неувядающей красоты, а Екатерина Медичи — как символ жестокости и коварства.

*Уметь сносить обиды и терпеть до тех пор, пока не придет звездный час.*

В христианстве есть понятие гордости, а есть — гордыни. Нас часто «ставят» на место. Но порой мы этого заслуживаем, потому что недостает опыта и знаний, а амбиции прут через край. Екатерина II, по прибытии в Петербург, была скромна и покладиста, приняла христианство, прилежно учила русский язык и культуру страны, в которую ее забросила судьба. Она терпеливо сносила обиды и унижения от «недалекого» супруга и его капризной, неуравновешенной матери. После смерти Елизаветы и Петра, эти знания пригодились молодой царице. Свое царствование и любовь русского народа она заслужила и выстрадала.

*Если следовать моде не слепо, а со вкусом носить то, что идет, можно не только прослыть модной и элегантной, но и стать примером для других.*

Одна история о французской балерине Тальони, ставшей законодательницей мод в Париже, служит подтверждением этой истины. Однажды ее служанка отогнула поля шляпки, чтобы она не помялась, а легкомысленная балерина, не придав этому значения, так ее и одела. Уже на следующий день модницы Парижа щеголяли в шляпках с отогнутыми полями. Если делаешь что-то экстравагантное, делай это легко и не стесняясь. Айседора Дункан стала известна благодаря новому стилю танца. Она стала модной потому, что нашла в себе смелость нарушить правила. Любое модное веяние строится на противоречии со стереотипами.

Коко Шанель создала неповторимый стиль, который совершил переворот в моде двадцатого века. Для того чтобы стать Коко, кому угодно было достаточно осознать перемены в мироощущении женщины нового века и почувствовать новый ритм жизни, который уже не позволял переодеваться по пять раз на день и уделять слишком много внимания отдельным частям женского гардероба. Но почувствовать и сделать это смогла только она.

*Там, где у женщины не хватает способностей изменить обстоятельства, она устраивает шоу или скандал, привлекая к себе внимание.*

Карьера Сары Бернар — сплошное представление, привлечение к себе внимания и умение создавать скандал на пустом месте. Но и более «древние» знаменитости знали о том, как удивить народ, чтобы прославиться в веках. Знаменитая Леди Годива знаменита только тем, что проехала по улицам города обнаженной в знак солидарности с гражданами, возмущенными введением нового налогового законодательства, которое, кстати, ввел ее муж.

*Если ничего из себя особенного не представляешь — побольше молчи и напусти таинственности.*

В истории есть несколько загадочных женских персонажей, ничего особенного не сделавших ни для своей страны, ни даже для себя. К примеру, княжна Тараканова. Достоверно известно лишь то, что Таракановой она точно не была, а просто любила деньги и развлечения (что не слишком оригинально, не так ли?). Противоречия в ее словах и поступках (я склонна полагать, что за этим стояла непроходимая глупость или даже невменяемость) ничуть не смущали ее сторонников, и на Российский престол пыталась претендовать самозванка, не являвшаяся дочерью Елизаветы. «Княжна» сумела оказаться в нужное время в нужном месте (или в ненужное — учитывая ее печальный конец). Легенды, которые Тараканова придумывала о себе, нашли продолжение в народной молве, после того как она умерла в тюремной камере от чахотки. До сих пор обыватели жалеют несчастную княжну Таракане-

ву, считая ее жертвой абсолютной власти Екатерины, не потерпевшей претензий претендентки на престол. Глупая птичка, подлетевшая слишком близко к солнцу, стала символом несчастной женской любви и жертвой мужского предательства. Нет, Тараканова — не стерва. Она всего лишь нашла в себе силы сделать первый стервозный шаг и думала, что этого достаточно, за что и поплатилась. Но даже этот шаг сделал такую заурядную личность известной. Страшно даже представить, что случилось бы, окажись на ее месте женщина поумней...

Конечно же, можно возразить — большинство этих женщин были рождены для того, чтобы стать королевами. С детства они воспитывались при дворе и не могли не проникнуться чувством ответственности за вверенное государство. Но сколько королев так и остались в истории бледной копией своих знаменитых мужей? И сколько абсолютно неродовитых особ стали известны благодаря своей незаурядности, стервозности, в конце концов. Не каждая из нас смогла бы взять на себя ответственность, смелость принять то или иное решение. Через сколько слез, сомнений и бессонных ночей пришлось пройти знаменитым стервам, чтобы остаться в истории навсегда? Об этом не пишут в учебниках. Мы привыкли считать выдающихся людей особенными — суперчеловеками от рождения. И порой забываем о том, что они также любили и страдали, но ломали существующие правила и, в первую очередь, себя. От обычных женщин их отличала неумная энергия и желание добиться успеха. Мы завидуем силе и целеустремленности Екатерины Великой, образованности Екатерины Дашковой, жертвенности жен декабристов, успеху балерин, за которым стоят годы тренировок у станка. Ты все еще считаешь, что это везение? Я предпочитаю не завидовать знаменитостям и не списывать на удачу то, что на самом деле — тяжелый труд и работа над собой.

Говорят, что наше время стремительно: бешеный ритм жизни неуклонно ведет к ежедневной суете,

спешке и депрессиям. Позволь с этим не согласиться. Сегодня ритм жизни и карьера строятся с расчетом на то, что человек проживет лет семьдесят, а то и больше. Нашим предкам была недоступна такая роскошь. Мы откладываем принятие важных решений, опасаясь, что нет достаточного опыта и материальной базы. А наши предки жили несколько иначе: они старались успеть как можно больше в молодости, пока есть силы и здоровье. Трудно себе представить, как повернулась бы история, отложи Наполеон на более зрелые годы свои завоевания. Плохая медицина, неблагоприятные условия жизни и болезни подталкивали людей не откладывать все в долгий ящик, жить полной жизнью и успевать как можно больше. Сегодня человек, достигший успеха в сорок лет, считается успешным молодым коммерсантом. В те годы к нему относились бы, как к глубокому старику. Балерины, спортсменки и актрисы должны стать знаменитыми до тридцати лет. Многочисленные исследователи успеха женщин пришли к выводу, что реальный возраст побед — от шестнадцати до тридцати пяти лет, и не только в спорте и модельной карьере. В девятнадцать Франсуаза Саган написала свой первый роман. Эсти Лаудер в двадцать пять создала компанию, выпускающую косметические крема, которая стала первым шагом к созданию современной косметической империи. Александра Маринина первый детектив написала в тридцать четыре года. Стелла Маккартни (дочь Пола Маккартни) в двадцать шесть показала свою первую коллекцию одежды и сразу стала известна как один из ведущих модельеров. Маргарет Тэтчер к тридцати трем годам сделала карьеру адвоката и была выбрана в парламент. Линда Вачнер — самая преуспевающая деловая женщина Америки, зарабатывающая три миллиона долларов в год — в двадцать девять лет стала вице-президентом крупной компании. Ирина Хакамада в тридцать четыре занялась предпринимательской деятельностью и стала руководителем кооператива. Тридцатилетняя Светлана Сорокина решила изменить жизнь и пришла на теле-

видение. По первому образованию она — ландшафтный дизайнер. В тридцать один год Ольга Дергунова возглавила представительство Microsoft в России. О многочисленных моделях, певицах, актрисах можно вообще не писать — ты и сама ежедневно видишь их молодые лица с экрана и обложек глянцевого журналов. Я стараюсь брать пример с великих и жить как можно стремительней, насыщая каждый день новыми людьми и событиями. Часто слышу от знакомых — не успели оглянуться, как год прошел. Мне такие мысли никогда в голову не приходят. Когда наступает Новый Год, то кажется, что прошло три, а не один. Столько всего произошло, что кому-то может хватить на целую жизнь. А главное — хоть и устаешь, и стоишь по утрам от «недосыпа», но жить по-другому уже не можешь.

Я не доверяю чужим мнениям о разнице полов и традиционно-подчиненном положении женщины. История говорит о том, что женщины не настолько сильно отличаются от мужчин, как им бы этого ни хотелось. Много зависит от культуры и религии народа. Так, например, в Исландии женщины уже в одиннадцатом веке имели право подавать на развод, а изнасилование каралось смертной казнью. Лютеранская церковь разрешает женщинам становиться пасторами. В странах с самым высоким уровнем жизни женщины занимают половину мест в парламенте. Маргарет Тэтчер, Голда Мэйер, Вигдис Финнбогадоттир (первая женщина, избранная главой государства всеобщим голосованием) — разве мало примеров тому, что женщина создана не только для обслуживания мужчины и воспитания детей? Мифы о мужском превосходстве культивируются на востоке и в странах с низким уровнем культуры. К сожалению, Россию сегодня относят именно к таким странам.

На моей книжной полке есть несколько изданий о великих женщинах. Когда опускаются руки и ничего не хочется делать, когда я сомневаюсь — любит ли? Когда думаю в сотый раз: «И зачем мне все это нужно?»,

я беру с полки книгу, забираюсь в теплую ванну и перечитываю про чужие страдания, мужество и веру в то, что все получится. А на следующий день — встаю рано утром с уверенностью в том, что я ничем не хуже тех, о ком читала, и вчерашний пессимизм — это хандра уставшей женщины, которой в какой-то момент захотелось спокойно плыть по течению, как и всем. Еще в школе я стала собирать высказывания великих женщин. Они помогли мне стать уверенной в себе, терпимой и мудрой. Всегда приятно осознавать, что ты не одинока в своих проблемах. Какая-нибудь родовитая особа из далеких королевств также кусала себе локти, когда ее любимый король разменивался на очередную фаворитку, как и простая русская баба, застукавшая мужика на сеновале с соседкой. Меняются времена и нравы, мода и взгляды на жизнь. Но женские проблемы неизменны: выбор между карьерой и личной жизнью, проблемы воспитания детей и мужчин. Как обольстить и привязать к себе мужчину на долгие годы? Как открыть тайну «вечной молодости»? Я многому научилась у великих и поделюсь с тобой накопленными знаниями.

Записки из моего стервозного дневничка — за каждой фразой — отдельная женская судьба. Судьба яркая, амбициозная, построенная своими руками. Прислушайся к женщинам успеха.

*«Простите меня, мсье, я не нарочно».*

Это были последние слова Марии-Антуанетты — королевы Франции, которая перед казнью случайно наступила на ногу палачу. Что стоит за этими словами — глупость или воспитанность, которая неосознанно выплеснулась даже на эшафоте?

*«А слабые все погибли. Выжили только крепкие».*

Так Ахматова ответила на вопрос, куда же делись все нежные женщины, привлекающие своей беспомощностью и скромностью. Может быть, она имела ввиду именно стерв — самый биологически совершенный вид слабого пола?

*«Я хотела бы полюбить мужчину, и чтобы он любил меня больше всех других женщин. Я хочу выйти замуж, помогать мужу, растить здоровых детей. Но беда в том, что я не могу любить достаточно сильно».*

Маргарет Митчел написала эти слова в ранней юности. Став домохозяйкой, она всегда оставалась в душе честолюбивой стервочкой, которая все-таки «вылезла наружу», когда Маргарет написала роман «Унесенные ветром».

*«Женщина должна одеваться так, чтобы ее хотелось раздеть».*

Коко Шанель знала о чем говорит. Глядя на ее фотографии, понимаешь подлинный смысл этого высказывания. Соблазнительная элегантность, особый шарм... Когда я смотрю на красивых женщин, восхищение борется с завистью и подстегивает желание быть на должном уровне. Каждая фраза Коко бьет точно в цель:

*«Забываясь о красоте, надо начинать с сердца и души, иначе никакая косметика не поможет».*

*«Роскошь становится потребностью, когда другие потребности уже удовлетворены».*

*«Принято считать, что роскошь — противоположность нищеты. Нет, роскошь — противоположность вульгарности».*

*«Мода становится модой только когда выходит на улицу».*

*«Кокетство — это чувства, укрощенные разумом».*

*«Красота остается, а хорошенькая внешность исчезает. Но женщины почему-то не стремятся быть красивыми, они хотят оставаться хорошенкими».*

*«Возраст для женщины — не самое важное. Можно быть восхитительной в двадцать, очаровательной в сорок и оставаться неотразимой до конца своих дней».*

*«Безвкусица имеет пределы, только хороший вкус бесконечен».*

*«О, мадам, вы смущаете меня. Да, да, вы, с этим маленьким биноклем. Полсалуйста, не смотрите в него. Не лишайтесь ваших иллюзий».*

С такими словами Жозефин Бейкер, знаменитая негритянская танцовщица, обратилась к зрительнице в зале во время танца. Ей было семьдесят лет. А она танцевала и заботилась о том, какое производит впечатление.

*«К сорока годам женщина получает лицо, которое заслужила».*

И снова браво, Коко! Необыкновенная проницательность и наблюдательность. Заслужила — как много в одном этом слове: и то, как женщина за своим лицом ухаживала и то, какие эмоции проложили морщинки на нем...

Я часто вспоминаю и цитирую ее слова. Иногда кажется, что это придумала я сама, ведь лучше и не скажешь:

*«Все в наших руках, поэтому их нельзя опускать», «Чтобы быть для мужчины незаменимой, нужно постоянно меняться».*

И о себе:

*«Влюбляясь, я всегда отдавалась своему чувству. Но когда мне приходилось выбирать между мужчиной и моими платьями, я выбирала платья. Я всегда была сильнее своих страстей; работа была для меня своеобразным наркотиком. Но я сомневаюсь, что стала бы Шанель без помощи, мужчин».*

*«Мои ноги не так уж красивы, просто я таю, что с ними делать».*

Марлен Дитрих знала, что делать не только с ногами. Пусть ее слова станут твоим девизом. Никто не идеален. Но некоторые свою неидеальность умеют преподнести как шедевр.

*«Нет тямселее работы, чем выглядеть красивой с восьми утра до полуночи».*

Это слова Бриджит Бардо. Не нужно считать, что красоткам просто рассуждать о сохранении красоты. За красотой стоит титанический труд. Заучи эту фразу, как аксиому, и вспоминай каждый раз, когда одолевает лень.

На вопрос — почему она ведет себя, как стерва — актриса Лара Флин Бойл, не стесняясь, ответила:

*«Потому, что я и есть стерва. Я решила, что лучше не притворяться ангелочком. Раньше я изображала невинную овечку, и меня тошнило от самой себя. А сейчас я поняла, что нужно просто быть собой. Возможно, кому-то это и не понравится, зато я буду спокойно спать по ночам».*

Она не стесняется признаться в своей природной стервозности. Мне не хватает мужества признаться, что стервой быть не только полезно, но и очень, очень приятно. Так зачем это скрывать?

## Мужское мнение о стервах

*Женщина должна: раз — лежать; два — тихо!*

Михаил Жванецкий

*Женщина умнее мужчины, но свой ум она расходует  
прежде всего на то, чтобы мужчина этого не заметил.*

Мэри Маккарти, американская писательница

Собравшись за круглым «мужицким» столом, сильные мира сего (то есть мужчины) любят посудачить и перемыть косточки женам, любовницам и всему женскому полу в целом. Мужчины придумали «женскую логику» — то есть то, что для мужского понимания просто недоступно, и женское коварство, которое, якобы, намного коварнее мужского желания «сходить налево». Над женской интуицией они открыто смеются, вспоминая последние подвиги, о которых никто не догадался. Они превратили тещу в монстра и издеваются над нашей слабостью ходить по магазинам. Но если разговор зайдет о настоящих стервах, в мнениях мужчин нет такого единодушия. Стерву редко обсуждают в мужских компаниях. «Слов нет, одни эмоции» — это про нас. Обиженный или оскорбленный в своих лучших чувствах мужчина не станет на каждом углу рассказывать о том, что прошляпил воплотившуюся мечту. И хвастаться удачей тоже не станет, чтобы не спугнуть райскую птицу, случайно залетевшую в окно. Мужчины любят хвастаться или жало-

ваться на превратности судьбы, но на стерву жаловаться бесполезно, ведь каждому понятно, что обладание бриллиантом сопряжено с некоторыми трудностями и неудобствами. Да и хвастаться чем-то нематериальным мужчины просто не могут. Под это дело природа не создала в мужской голове никаких необходимых возможностей. Поэтому словарный запас для выражения восхищения и удовольствия у большинства мужчин остался на пещерном уровне: «Ух-ты!», «Ну надо же!» или «Это было что-то!». В фильме «Бриллиантовая рука» есть момент, когда Никулин на вопрос «Какая она была?» отвечает: «О!», — и показывает нечто неопределенное. Но смешно даже не это, а то, что его собеседник-мужчина моментально понимает, о чем идет речь и говорит: «Будем искать!». Неспособность выражения собственных эмоций удерживает мужчин от общения на эту тему даже друг с другом. Существует подозрение, что универсальное слово «стерва» придумали именно мужчины, чтобы именно так называть женщин, которые описанию не поддаются. Стерва — это тайный мужской шифр, который может означать все, что угодно:

- Нельзя быть красивой такой...
- Я на тебе, как на войне...
- Я душу дьяволу отдам за ночь с тобой...
- Я тебя никогда не забуду...
- Странная женщина, странная...
- Я помню чудное мгновенье...
- Я люблю и ненавижу тебя...
- Ах, какая женщина, мне б такую...

На мой взгляд, все эти слова адресованы женщинам-стервам. Если рассуждать более глобально, то получится, что значительная часть произведений литературы и искусства посвящена стервам. Женщина-мать, женщина-повариха, женщина-уборщица. Ты в музеях когда-нибудь, встречала статуи, посвященные многодетным матерям? Несмотря на многовековую пропаганду женской чистоты, преклонение перед девой Марией с младенцем, христианские постулаты и зывание служителей церкви, если не к совести, то

хоть к страху попасть в ад, мужчины с завидным упорством посвящали женщинам-стервам стихи, бросали ради них жен и детей, лепили с них статуи, сорили деньгами, шли на преступления и военные подвиги, с удовольствием рисовали соблазнительные женские тела в обнаженном виде. Есть у меня даже маленькое подозрение, что художники не просто так профессию выбирают, а из желания совместить приятное с полезным.

Самое сложное для женского понимания, в мужской оценке стервы — их любовь и ненависть к этой странной и притягательной особе. «Я так люблю и ненавижу тебя», — как поет группа «Ария». Если задать любому мужчине вопрос о том, кто такая стерва, то можно не сомневаться, тут уж он ответит свою мужскую душеньку, расскажет всю правду-матку про наши проделки, выматерится крепким мужским словом и пойдет... Правильно, искать очередную стерву. Странно и непонятно? А вот и нет. Мужчин ничуть не смущает разница в оценке на словах и «по жизни». Они покупают книжки по ремонту-строительству и инструменты не для того, чтобы мастерить, и женятся совсем не на тех, кому посвящают стихи, спят с «аморальными» особами и рассуждают о Достоевском, тайком почитывая Донцову, вытащенную у жены из-под подушки. Противоречия никакого нет. Как только мужчина влюбляется, ему уже не кажется смешным и нелепым ритуал дарения цветов и глупо-счастливое выражение собственного лица. Стерва в повседневно-прикладном понимании мужчины — это что-то очень опасное, но дико сексуальное. Она модельной походкой выпархивает из «Мерседеса», оставляя тем, кто наблюдает это зрелище, незабываемые эротические фантазии (мужчинам) или жгучую ревность (женщинам). Роковая женщина, женщина-вамп, фатальная красотка... Для мужчин — это «гремучая смесь» из дорогой проститутки, киноактрисы и русской разведчицы, манящая улыбкой Джоконды. Она сексуально раскована (но привередлива и требовательна к мужчинам),

безнравственна и хитра. Стерва думает только о том, как удовлетворить свои (и низменные, и возвышенные) потребности за счет других. Страшно мужчине, но хочется. Мужская мечта — трахнуть стерву и сбежать, пока его не использовали. Мечта остается мечтой, ведь стерва и дура — это не синонимы. Поэтому все мужчины делятся на тех, кто со стервой спит и позволяет ей крутить собой (многие даже получают от этого своеобразное извращенное удовольствие) и тех, кто очень хочет с ней спать, но у них ничего не получается, потому что стерва халявщиков чует за версту. Ключевое слово, применительно к стерве — эгоистка, женщина, которая живет ради себя и на пути к своему счастью, благосостоянию и удовольствиям разбивает мужские сердца. Она играет с мужчиной, используя свой эгоизм. Сможешь ли ты, дорогой, стать лучше меня, чтобы я любила тебя больше, чем себя? Мужчина принимает условия игры и стремится из последних сил соответствовать, привязать, влюбить. Он ставит на кон все, что у него есть: карьеру, деньги, семью, свой эгоизм, в конце концов. А стерва этого не ценит, она бесит мужчину своей независимостью и презрением к тому, что он считал самым дорогим подарком. Она никому не дает почувствовать себя хозяином положения, а это бьет по мужскому самолюбию сильнее всего. Роскошная хищница иногда снисходит, в качестве исключения из правила, до простых смертных (ведь может она себе позволить маленькую слабость?). Об этом потом слагаются легенды и снимаются порнофильмы (естественно, стервы в них ненастоящие). Мужчины знают, что стерва — если не красавица, то, по крайней мере, и не дурнушка. Это женщина с изюминкой, нескучная в своей «некрасивости». Она может себе позволить некрасивую сексуальность и смелые туалеты. Она может выглядеть естественно в одежде, которую мужчина назвал бы безвкусной. Мужчина очень четко чувствует грань, за которой начинается стерва, и в его саркастически-возмущенных комментариях всегда присутствует доля восхищения:

«Ай да стерва, ай да сукина дочь!». От нее ждут измен и корысти, нелюбви, капризов и истерик. Мужчина даже считает, что стерве позволительны слабости, за которые обычную женщину следовало бы пристрелить. Она может себе позволить не любить и не скрывать этого. Но больше всего мужчину бесит то, что стерва умна и, опять же, не скрывает этого, открыто пренебрегая распространенным мнением о том, что мужчины не любят умных. Ей это почему-то совсем не мешает складывать штабелями мужчин, как трофеи от любовных побед. Набор вышеперечисленных характеристик так раздражает мужчину, что он на протяжении всей истории человечества пытается разгадать стерву, справиться с ней посредством изобретения тайного мужского оружия, но из-за этого нелепого копошения все глубже вязнет в ее сетях. Бисмарк сказал, что народ имеет правительство, которое он заслуживает. Если следовать его логике, то мужчины заслужили стерв и еще хлебнут от них сполна, это мы обещаем — скучно им уж точно не будет!

Так почему именно стервы так привлекательны для мужчин, особенно — мужчин талантливых и незаурядных? Ответ прост: потому что с ними интересно, потому что эти женщины похожи на мужчин по складу ума, но очень сильно отличаются и от мужчин, и от обычных женщин. Потому что это — женщины-загадки. И хотя мужчина и боится стервы, тем охотнее он бросается в ее сети, чтобы испытать новое и неизведанное, которое не забудется никогда. Стерва — это женщина-наркотик. А если она еще и красива... Мужчине ничего не остается, как взяться за перо или кисть, сделать что-то значительное, чтобы выделиться, привлечь ее внимание. Стерва — двигатель человечества. Ради нее совершаются открытия и завоевываются целые страны. Она — муза и разрушительница. Знаешь, почему мужчины боятся стерв? На самом деле, они боятся не стерв, а собственной несостоятельности. Если бросает стерва — это значит, что не хватило сил, таланта, упорства соответствовать ей. Такой рывок под силу далеко не каждому, потому так и мучаются мужчи-

ны, сочиняют стихи и пламенные признания, пытаются завоевать коварную красотку, осыпают деньгами, считая её красивой вещью, которую можно купить. Стерва доставляет много страданий, но одна ночь с ней, да что там ночь, один благосклонный взгляд стоит этого. Она умеет разбудить в мужчине все самое лучшее. Спустя много лет он вспомнит не стерву, а себя, каким хотел он стать, чтобы добиться ее любви. Стерва — как огонь, вода и медные трубы, через которые нельзя пройти и остаться прежним. Мужчины боятся не стерв, а испытаний, которых могут и не выдержать. Думаю, ты слышала об обряде посвящения в мужчины у древних племен — инициации. В какой-то степени, в условиях нарушения естественного отбора и отмирания старых традиций, функцию «главного проверяющего на мужественность» взяла на себя стерва. Мужчины в это верить не хотят. Они думают, что создали патриархальный мир и не видят, что он трещит по всем швам. Женщины оказались более выживаемы и успешны. Они лучше переносят стрессы, реже болеют, дольше живут, они успевают работать и воспитывать детей. А мужчины продолжают удивляться нашим достижениям или пытаются вогнать женщин в удобные для себя рамки. Они избегают умных и презирают более успешных и талантливых, нежели они сами. Они нарушают естественный отбор, связывая жизнь с послушными. Но природа берет свое, и мужчина тем стремительней скатывается к ногам порочной стервы, чем рьяней он распинается о женских добродетелях. Они хотят нас «приуметь» словами: «Одного вам не понять: почему одних мы любим, а на других женимся» (фраза главного героя из фильма «Мужики»). Но мы-то знаем, что штамп в паспорте ничего не значит. Можно им ответить зло: «Другого вам не понять: почему одних мы любим, с другими живем, а от третьих детей рожаем», — или пошутить, что стерва любого под венец приведет, если захочет (это, кстати, даже не шутка). Но разве дело в этом? Нет, главное в том, что они о нас думают. Постоянно думают и мечтают, вспоминают и сравнивают. Доказательством этому служат многочисленные высказывания великих (и не очень) мужчин о женщинах, которые их поразили. Не так уж важ-

но чем — красотой, умом, работоспособностью или вообще непонятно чем. Может быть, в этом и кроется секрет? Стерва — это женщина, которая поражает...

*«Неужели императрица в самом деле так много занимается, как говорят? Мне рассказывает, что она работает больше меня» (Фридрих II о Екатерине II).*

Это ж надо! Какое искреннее удивление тем, что женщина более усердна и трудолюбива. Послушать вас, мужчин, так только вы и трудитесь, не покладая рук, а мы работаем из баловства и от скуки.

*«Когда женщина одарена столькими талантами и красотой, как наша героиня, то ей редко удастся добиться чего-нибудь путного» (И. И. Семашко об Анжелике Кауфман из книги «100 великих женщин»).*

Конечно, где уж нам, красавицам, дальше модных побрякушек и постельных хитростей что-то попытаться углядеть! Это дурнушки пусть голову ломают, чего бы такого изобрести, чтобы мужики, как мухи липли. А у нас и так все неплохо — мужиков хоть отбавляй. Вот и поставили вы себя, господин Семашко, перед тяжким выбором — либо умная, но страшная, либо красивая, но из которой ничего путного все равно не выйдет. Впрочем, и в мужском лагере та же проблема, по слухам, замешанная еще и на сексуальной неудовлетворенности и маленьком росте.

*«Это выдающаяся женщина, она совершила в умственной области больше, чем все остальные женщины, взятые вместе; ей бы родиться мужчиной» (Байрон о Мадам де Сталь).*

И где справедливость? Стоит только нашей, замученной домашними хлопотами, части человечества разродиться чем-то незаурядным, как мужчины объявляют этот факт чуть ли не ошибкой природы! Дескать, накладочка вышла. Должен был быть мальчик.

*«Несется на темную сиену; оживляет своим появлением целую толпу людей, ходит, двигается, зажигает всех и все, к чему она прикасается» (Ростан о Саре Бернар).*

Вот это энергетика! Ай да Сара! Вот это стерва — всем начинающим стервочкам пример. Соблазнила, по слухам, всех глав европейских государств, включая Па-

пу римского. Скандалистка, которая сделала себя богиней. Перед ней, прямо на сцене, становился на колени Виктор Гюго. Она принимала журналиста, лежа в гробу. Самая знаменитая актриса девятнадцатого века научила всех знаменитостей двадцатого делать себе имя на скандале. Bravo!

*«В небесной мастерской своей Госпадь Бог как будто удостоил ее «ручной выделки», выпуская огромное большинство других людей пачками и сериями, без особых индивидуальных отличий» (Один из поглонников о Зинаиде Гиппиус).*

Могу поручиться, что означенная особа, очень образованная и женственная, была стервой. Ведь не зря ее называли «сатанессой» и «ведьмой». Как порой хочется слышать такие комплименты в свой адрес! Ведь могут же мужчины, мерзавцы, когда захотят!

*«Никогда не делай уступок зрителю! Великий секрет заключается в том, чтобы оставаться самим собой. Всегда будь сама собой» (Луи Лепле — Эдит. Пиаф).*

Что ж, мужчины тоже могут чему-то научить. Стерва-актриса, актриса-стерва. Быть собой...

*«Счастье мужчины — я хочу. Счастье женщины — он хочет» (Кьертегор).*

Не слишком ли категорично мужчины нам отказывают в желании что-то сделать для себя? Служить мужчине, отдаваться, жить для любимого — ведь это не исключает «я хочу» и для женщин. Большинству мужчин вполне достаточно стандартного набора из хорошего секса, еды и не слишком надоедливой супруги. А где же честолюбие и желание сделать в жизни что-то значительное? И что делать женщине, если его, идеального, пока нет на горизонте? Нет, с этим утверждением я решительно не согласна. Стервозное счастье уж точно не в этом.

*«Она любила и хотела, чтобы ее любили. В сущности, она не выносила состояния «нелюбимости». Но она никогда не становилась рабой или жертвой в своих связях. А если страсть вступала в конфликт с работой, она жертвовала страстью» (Пьер Талант о Коко Шанель).*

Немного грустно за простое женское счастье. Возможно, принеся в жертву свою страсть, она потом не раз об этом пожалела. Уже будучи в преклонном возрасте, Шанель сказала: «Даже не знаю, была ли я счастлива». Но не будь этой жертвы, не было бы самой Шанель, и мы не носили бы брюки, маленькие черные платья, бижутерию и многое другое. Я — всеми руками и ногами — за жертвы, если они не напрасны.

## Классификация стерв, или Стервочки бывают разные

*...очередность ... не всегда соблюдается с надлежащей строгостью, а «рокировка» трех- Королев просто означает, что все три попадают во дворец...*

Льюис Кэрролл «Алиса в Зазеркалье»

Эта глава была написана потому, что обязательно нужно развенчать некоторые из мифов о стервах (кое-какие положительные и, тем более, те, что вообще ни в какие ворота не лезут). У многих представителей как мужского, так и женского пола стерва зачастую ассоциируется или с главной героиней фильма «Основной инстинкт» (неумелые искусительницы, желая ей подражать, пытаются «сексуально» закидывать ногу на ногу чуть ли не падая со стула) или абстрактной красавицей с порочным ртом, осиной талией, безупречным макияжем и в маленьком черном платье. В «совковом» же понимании, стерва — это роковая, не дружащая с законом соблазнительница из «Бриллиантовой руки», которую сыграла Светлана Светличная. Но все «знатоки» и «ценители» стерв даже не подозревают о том, что настоящих стерв больше, гораздо больше, чем женщин вамп и показушно-напомаженных моделей (которые кстати, далеко не стервы). Стервы составляют тонкую прослойку индивидуалисток, которые с легкостью вычисляют себе подобных. Настоящие стервы могут обитать где угодно и выглядеть как угодно. В фильмах как правило, стервы выделяются не столько внешнее-

тью, сколько способностью мыслить с точностью компьютера, принимать ответственные решения и выходить из сложных ситуаций. Классический пример — фильм «Траффик», в котором Кэтрин Зета-Джонс сыграла жену арестованного наркоторговца. Будучи беременной и оставшись абсолютно без денег, героиня просчитывает все ходы и варианты для того, чтобы вытащить своего мужа из тюрьмы. В этот момент из незнавшей забот и материальных проблем домохозяйки она превращается в стерву. Остается только удивляться, где в ней раньше скрывались все эти возможности? Сюжет фильма подтверждает непреложный стервозный закон: «от хорошей жизни стервами не становятся».

Кого считаю стервами я? Женщин, которые управляют банками и играют на бирже, любят салоны красоты и светские тусовки. Они там, где есть что брать — хороших мужчин, деньги, знания, славу. Для начинающей стервочки проще всего (для начала) подстроиться под чей-то стервозный имидж, брать пример с похожей и сформировавшейся стервы. Кроме того, каждый тип имеет свою небольшую историю, ведь стервами не рождаются.

Если в классификации стерв отталкиваться от сравнения с киноактрисами и их ролями, почему бы не пойти дальше и не сравнить стерву с разведчиком-шпионом, ведь деятельность стервы тоже как будто всегда на виду, но об ее истинных целях не знает никто. Стерва похожа на шпиона тщательным просчетом операций, знанием методов вербовки (об этом мы поговорим чуть позже), продуманным до мелочей внешним видом и умением разбираться в людях. Если построить классификацию на основе воинских чинов (которые есть и в разведке), то стервы выстроятся ровной шеренгой от лейтенанта до генерала. Конечно, «подполковник Бонд, Джеймс Бонд» звучит немного странно, но ведь наше деление тоже несколько условно и в природе чистые типы практически не встречаются. Рядовых мы в расчет не берем. Это обычные женщины, к стервам имеющие отношение только по половой принадлежности.

*Стерва-«лейтенант»* — это самый низший класс стерв (если по Дарвину) — начинающая стервочка отличается, от настоящей стервы, как обезьяна от человека). Начинающая стерва очень похожа на карикатурного шпиона. Она переняла из фильмов и журнальных статей несколько приемчиков женщины-стервы и стремится соответствовать имиджу: диеты под маленькое черное платье, притворное жеманство, наигранная загадочность, щепетильность в выборе кавалера (как правило, подразумевается смесь банкомата с фаллоимитатором). Мужчины потешаются над такими особами, но часто подыгрывают им, чтобы уложить в постель. Плохой шпион всегда замечен в толпе по темным очкам, плащу, надвинутой на глаза шляпе (причем все это летом!), вороватому взгляду и привычке оглядываться — нет ли за ним хвоста. Это стереотип, известный всем по фильмам. Со стервой точно так же. Стерва-«лейтенант» старательно пытается скопировать манеры и ужимки киношных стерв. Она одевает широкополые шляпы, шпильки, облегающие платья, шубы из ценных пород животных и накладные ресницы, не расставаясь с «непременными» атрибутами стервозного имиджа даже на нудистском пляже. Она принимает соблазнительные позы и томно закатывает глаза — смешной и нелепый в условиях российской действительности и при поездках в автобусе образ женщины-вамп. Но и этот тип женщин занял свою «экологическую нишу», привлекая определенный вид самцов тем, что начинающая стервочка, несмотря на искусственность созданного образа, следит за собой и гораздо женственнее многих особ, пренебрегающих утренним макияжем и маникюром.

Второй уровень «остервенения» — *стерва-«капитан»*. Ее ты легко узнаешь и встретишь в любой фирме на месте секретаря или в дорогом бутике, где она работает продавцом. Эта женщина пошла немного дальше первого типажа и... немного в другую сторону. Капитан — это маленький, но командир, поэтому этот вид стерв позволяет себе гораздо больше вольностей, чем первый, безобидный и заикленный на шмотках и мужчинах. Ее стервозность проявляется в подчеркнуто-надменном виде и не слишком вежливом общении с людьми «низше-

го» порядка, а также с теми, кто не связан с получением ею материальной выгоды. Она хамит по телефону, любит посплетничать и устроить мини-скандалчик в своей фирмочке. Уверенность в себе стерва-«капитан» зачастую черпает в интимных отношениях с руководящим составом фирмы, что ставит ее на ступеньку выше остальных коллег, но ограничивает получение знаний о мужчинах и людях вообще — рамками круга общения на работе. Стерва-«капитан» изначально неверно трактует образ стервы, исходя из стереотипных взглядов и оценок мужчин, не встречавших настоящих стерв: она капризна, истерична, эгоистична и зла на весь мир. Следуя выбранному имиджу и желанию выделиться на фоне «сереньких» клушек, стерва-«капитан» именно такой и становится, занимая в фирме, где работает, нишу «поселковой королевы». У нее есть шанс подняться выше, только разорвав порочный круг, иначе стерва-«капитан», не получив новых звезд на погоны, превратится в старую деву или мать-одиночку с вечно недовольным выражением лица, «химией» на подстриженной голове и злобой на весь мужской, а заодно — и женский род.

Третий уровень — *стерва-«майор»*. Чем выше продвигаешься по иерархической лестнице, тем интереснее наблюдать. Этот вид стервы уже не так заметен, как первые два, и менее привязан к устоявшимся клише как внешности, так и поведения. Стерва-«майор» уверена и в себе, и в том, что большинство проблем решается, если принять верное решение. Она может не работать, а быть домохозяйкой с ангельской внешностью, которая крутит мужем, как ей заблагорассудится, и охраняет свое положение от посягательств соперниц. Стервы-«майоры» — как правило, занимают должности директоров магазинов, руководителей подразделений в фирмах, преподают в престижных вузах, работают журналистками, то есть — это женщины, вкусившие толику власти, признания и материального достатка, и не желающие скатываться назад. Чтобы сохранить и приумножить приобретенное, им приходится вынужденно стервенеть, дабы не лишиться заслуженного чина. Стерва-«майор», в большинстве случаев, еще не до конца осознает свои возможности, она использует только часть технологий, в за-

висимости от надобности, от сферы применения: карьера, завоевание мужчины, слава, деньги. Она пока не умеет мыслить масштабно, поэтому стерва-«майор» живет скачками. Она может на какое-то время стать трудолюбивой, потом влюбиться до чертиков и бросить ради любви работу, она никак не может определиться — выходить замуж или делать карьеру, боится, что муж уйдет к другой, не успевает следить за собой, воспитывать детей и страдает от появившихся седых волосков и морщинок. Таких женщин очень много. Они стали «майорами», потому что смогли перебороть свою лень, но не могут подняться выше, взглянуть на свою жизнь со стороны и избавиться от страхов и комплексов.

*Стерва-«полковник»* умна и независима. Она уже не так молода и знает себе цену. Она — прекрасная актриса, поэтому стервой ее никто не считает. Иногда только кошачья грация (а ее природа дарит не всем), вне зависимости от комплекции, выдает внутреннюю стервозную сущность. Она любит все дорогое и качественное, но умеет выглядеть и в простом платье королевой. У стерв этого ранга есть опыт и харизма — нечто неуловимое, позволяющее управлять людьми. Внешне она спокойна и умудряется успевать все.

Она четко расставляет приоритеты, умеет правильно просчитать тактику и стратегию, не боится быть брошенной мужчиной. Стерва-«полковник» всегда отличается внешним лоском. Она никогда не позволит себе рядиться в «бабские» балахоны, ходить в спортивном костюме по городу, носить безвкусную бижутерию. Она самодостаточна, но не настолько, чтобы позволить себе пренебрегать мужчинами. Она любит зарабатывать деньги, но не настолько, чтобы жить без удовольствий. Стерва-«полковник» знает себе цену и умеет внушить мужчине: такие как она — на вес золота.

*Стерва-«генерал»* — вершина стервозного «пилотажа». Мадонна, Алла Борисовна Пугачева, Фаина Раневская — мы преклоняемся перед этими женщинами, хотя и не всегда их любим. Мадонна умудрилась пройти путь от разбитной девчонки в тельняшке до секс-символа, которому не помеха рождение детей и возраст. Стерва-

«генерал» лишний раз доказывает себе и окружающим, что для настоящей красоты нет возраста. Пугачева, перед которой я искренне преклоняюсь, стала стервой-«генералом» благодаря собственному таланту, трудолюбию и умению правильно делать правильные вещи (есть такое высказывание, которое я часто повторяю себе и другим). Всегда найдутся любители подвергнуть критике генеральские методы, но стерву это ничуть не смущает. У нее есть цель, яркая жизнь, поклонники и деньги. Она — хищница, которая охотится на все самое интересное, она независима (до колик в мужских печенках), любит привлекать к себе внимание и дает понять мужчине, что он является только достойной оправой для бриллианта (ведь о мужчине судят по тому, какая женщина находится рядом с ним). «Рядовым» стервам не понять ее стиля жизни на широкую ногу, необычных выходов, секрета вечной молодости. Ну и что; фильмы про Джеймса Бонда тоже не всем нравятся, но это не мешает их производителям регулярно зарабатывать на очередной истории про супер-шпиона.

Стерв можно поделить не только по званиям, но и по разведкам:

*Главное Разведывательное Управление Советской Армии* выпустило бы из своих рядов стерв с ярко выраженной самодисциплиной, предпочитающих деловой стиль и снисходительно-саркастический тон в общении с мужчиной. Эта стерва — «*универсальный солдат*», которая знает, что назад дороги нет. Ее главное оружие — холодность, которую мужчины тщетно пытаются растопить, понимание неотразимой силы красивых женских ног и владение приемами управления людьми. Попадешься такой в руки — перемелет, не задумываясь.

*Шпионка из ЦРУ* владеет всеми хитростями многих поколений американских шпионов. Секс — ее главное оружие, ради которого мужчины готовы изменить Родине. Ей проще всего «косить» под глупышку-совратительницу и выведывать секреты в постели. Остается только грамотно поставить перед мужчиной задачу, чтобы он тут же побежал ее исполнять. Она — *секс-бомба* и гордится этим.

*Агентша из английской разведки Ми-6* похожа на Джеймса Бонда. Она — *авантюристка* и сумасбродка, поэтому мужчина в первую очередь «западает» на ее непредсказуемый график жизни, а уже во вторую — на нее саму. Ее оружие — загадочность. Английская шпионка знает анекдоты про холодность соотечественниц и с удовольствием их рассказывает, демонстрируя явный контраст с собой. В постели она так же сумасбродна и любит извращения, она эстетка и поклонница изысканного секса в необычных местах. Она непременно найдет какое-нибудь необычное увлечение — от коллекционирования сушеных пауков до черной магии. Увлечение наполняет взгляд стервы загадочным блеском, который гипнотизирует мужчин, бегущих в ее объятья с криком: «Ведьма!».

*Шпионка из Моссада* — самая *хитрая стерва*, она шифруется под «тетю Соню» или девочку из приличной еврейской семьи. Шпионке из разведки Израиля простят недостатки во внешности, корысть и наплеватьское отношение ко всему, кроме себя. Ее главное оружие — своеобразное чувство юмора, граничащее с сарказмом. Со сладенькой улыбочкой и глазами, за которые мужчины зовут нас «чертовками», стерва из Моссада говорит мужчинам гадости и совсем не скрывает своей стервозности. Но говорит она это так смешно, что все воспринимают сказанное, как шутку. Смех усыпляет бдительность, и вот уже мужчина ловится на ее удочку, удивляясь, как скучно он жил раньше. И на деловых переговорах та же картина: «тетя Соня» прямо в глаза говорит: «Дорогой, как бы мне вас обдурить?». А партнер смеется удачной шутке, пока не начинает понимать, что это была не шутка.

Список стервозных типажей можно было бы продолжать бесконечно, ведь их так же много, как и самих стerv. У каждой свои ходы и приемчики, своя индивидуальность. Ты можешь найти свое место в мире стервозного разнообразия, если сотворишь себя, слепишь, как скульптуру, создашь из себя женщину успеха и мужской мечты.

## Глава о том, чего ты можешь достичь

*Быть не такой, как все, поражать и шокировать — только так можно добиться успеха.*

**Барбра Стрейзанд**

Первый класс обучения подошел к концу, и наступил момент, когда можно определиться, читать ли книгу дальше или же подарить ее лучшей подруге с ироничной надписью. Впрочем, я уверена, что ты уже заглядывала на другие странички, просматривала предметы из других классов, примеряла образ стервы на себя, как новое платье. Чтобы окончательно убедиться в том, что ты сделала правильный выбор, в качестве завершения курса «Стервоведение», предлагаю еще раз подумать о том, что тебе даст овладение приемами, описанными в книге, и чего ты можешь лишиться, может быть, навсегда.

Итак, начинаем:

*Твоя жизнь однозначно станет благополучнее и сытнее.* Но, с другой стороны, чем больше ты будешь становиться стервой, тем больше у тебя будет появляться завистников и недоброжелателей. Тебя назовут «женщиной без сердца, принципов и души», осудят за достижения. Готова ли ты вырваться из привычного круга и даже потерять его?

*Ты научишься понимать мужчин и выбирать из них самых достойных.* С одной стороны, это приятно:

знать, что ты не — товар, который выбирают. Ты научишься хитростям и приемам, которые любого мужчину заставят «положить на тебя глаз», остаться рядом до тех пор, пока он тебе не надоест. Предмет «Мужчиноведение» специально разработан для этого. Кому-то оценки мужчин, данные стервой, могут показаться чересчур резкими и даже пошлыми, но наблюдать и оценивать людей, тебе уж точно скучно не будет — обещаю.

*Ты сможешь вести себя так, как не ведут другие женщины.* Стерве позволительны капризы, некая эпатажность, нестандартная одежда, смелые высказывания. Но недобрые взгляды, которыми будут «награждать» тебя обычные женщины, и шушуканье за твоей спиной станут твоими обычными спутниками. Со временем, как настоящая стерва, ты научишься не обращать внимание на такие мелочи.

*Ты сможешь манипулировать людьми и влиять на их решения.* Это умение пригодится тебе и дома с мужем, и на работе с начальством или клиентами. Манипуляция хороша тем, что ограждает от траты времени и сил на такие неэффективные приемы, как истерики, ссоры, многочасовые разговоры «за жисть». А главное, что качественную манипуляцию никто не замечает, искренне полагая, что идея родилась сама собой, а значит, и люди не будут себя ощущать использованными.

*Ты научишься считать себя центром вселенной и сумеешь убедить в этом всех.* Я еще не встречала ни одной законченной системы, которая помогла бы настолько быстро и эффективно избавиться от комплексов, страхов и неуверенности в себе. Закомплексованная стерва — это нонсенс. Советы, приведенные в этой, книге, помогут тебе обрести индивидуальность, веру в свои силы. А самое главное, это произойдет естествен-

но, так, что ты и сама не заметишь. *Ты станешь прекрасной любовницами и «богинями секса» не рождаются.* Это суровая реальность, над которой придется поработать. Мужчины — сластолюбцы, и с этим ничего не поделаешь. А для себя, любимой, стоит постараться, потешить

свое грешное тело с чувством, толком и расстановкой. Это игра как раз для стервы. И пусть потом мужчины, брошенные нами, рассказывают, как они нас: «и так и этак», что стервозность — это «высшая и последняя стадия бядовитости» (по Венедикту Ерофееву). Мы-то знаем, что за этими рассказами стоит мечта о женствен-стерве, даже если рядом похрапывает уютная женушка-толстушка.

*Ты станешь роскошной женщиной.* Именно роскошной, не смазливенькой или хорошенькой, а роскошной — ухоженной, желанной, дорогой. Причем, твое сегодняшнее материальное положение в расчет не берем. Все зависит от твоего внутреннего настроя и желания.

*У тебя станет больше новых знакомых.* Причем, по большей части, мужчин, что само по себе приятно. Стерву легко узнать по тому, что мужчин в ее окружении больше, чем женщин, а немногочисленные подружки либо такие же стервы, либо служат тягловой силой в походах по магазинам и источником восторженных комплиментов в адрес стервы.

*Ты станешь кошкой, которая гуляет сама по себе.* Основные черты характера стервы — это независимость и чувство собственного достоинства, которые приписывают кошкам. Решать, кем ты хочешь стать: светской львицей, хищной пантерой или домашней кошечкой.

*Ты можешь почувствовать себя одинокой.* Так уж повелось, что необычный, одаренный, умный человек, оказывается, обречен на моральное одиночество. Даже если рядом с тобой постоянно находятся люди, ты все равно одна. Мужчины, испугавшись, могут выбрать женщин попроще, подружки позавидуют тебе и сбегут в свои теплые семейные норки. Тебя не страшит одиночество? Готова ли ты, что это произойдет именно с тобой? Ведь назад пути уже не будет.

*Тебя будут любить.* Любить так, как ты читала в романах — жертвенно и всей душой. Мужчины будут страдать и бороться за тебя. Ты можешь их пожалеть, ведь нельзя же осчастливить всех, расклонировав себя, ты ведь — стерва, а не овечка Долли.

*Ты сможешь удачно выйти замуж.* По расчету или по любви — решать тебе. Мужчина, который решится взять тебя в жены, не пожалеет об этом никогда и будет любить всю жизнь. Он даже не станет называть тебя стервой, ведь у тебя хватит ума быть для него белой и пушистой?

*Ты научишься зарабатывать деньги и сможешь сделать карьеру.* Поверь, это не сложно, если иметь голову на плечах, не лениться и применять технологии, которым я тебя научу. Экономический закон, который я придумала сама, гласит: «Любое поднятие задницы с дивана чревато получением денег». Извини за прямоту, но так оно и есть.

*Ты поумнееешь и станешь мудрее.* Это не будет ментальным волшебным превращением, все закономерно получится, благодаря твоему качественному росту: у тебя появляются новые знакомые, ты с ними общаешься и, соответственно, приобретаешь новые знания, а значит, умнееешь. Это дает тебе возможность общаться с новыми людьми, у которых ты тоже учишься. Вот такой «круговорот мозгов в природе» получается.

Перечислять можно дальше и много, только что от этого изменится в жизни стервы? — Ровным счетом ничего, ведь она и так знает, что может ВСЕ. Реши для себя, чего ты хочешь достичь, и делай каждый день маленький шагок в эту сторону. Но не распыляйся! Стерва, конечно, может погнаться за двумя зайцами и даже поймать обоих, на то она и стерва. Только разумное планирование еще никому не вредило и даже наоборот. Трезво оцени свои возможности и то, насколько твои желания на самом деле для тебя важны. Глупо было бы потратить годы жизни на то, что не приносит морального удовлетворения. Естественно, как по мановению волшебной палочки, твоя жизнь не изменится. Достижение любой большой цели желательно разбить на небольшие и вполне осуществимые этапы, а затем воплощать их в жизнь планомерно.

А теперь, если ты окончательно решила стать стервой, пора приступать к изучению психологии, ко-

торая для нас — оружие номер один (сразу уточню, что этот курс сильно отличается от стандартной вузовской программы). Как говорится, «врага надо знать в лицо», да и не только врага, но и любого, с кем имеешь дело. А психология поможет тебе научиться разбираться в людях и в самой себе.

Поздравляю с окончанием первого класса!



## **Особенности стервозного перевоплощения**

*... Самое главное — сильных женщин придумали мужчины. Саму формулировку.*

*Таких женщин не бывает в породе и не должно быть. Есть женщины, которые вынуждены прятаться маской «силы», потому что их к этому подталкивают жизненные обстоятельства...*

**Лолита Милявская**

В один прекрасный день (вернее — ночь, потому что обещание я себе дала на сон грядущий) я решила стать стервой. Что это такое и с чего нужно начинать, я тогда не знала, но твердо решила, что так жить больше нельзя. Решение пришлось на выходной (когда не нужно рано вставать и бежать на другой конец города в университет), поэтому Новая Жизнь началась, но ничего существенного не происходило. Те же звонки заботливых родителей и приятелей с предложениями провести вечер в гостях, гора из вещей, притаившаяся в кресле, звуки скандала за стеной, груды нестираного белья и посуды от вчерашнего застолья. Надо было начинать наводить порядок, заниматься квартирой, но мне было плохо от предательства любимого, навалилась депрессия. Для кого мне быть самой желанной и красивой? Для кого красить лицо и мучить ноги каблуками? Я страдала и вся отдавалась своему страда-

нию. Все как положено: не нужно мне ничего — ни высшего образования, ни денег, ни семьи с сопливыми детьми. Все это люди придумали для того, чтобы в жизни был хоть какой-то смысл. Шаркая тапочками, я подошла к зеркалу и посмотрела на свою заспанную физиономию. Рубцы от складок на подушке чередовались с припухлостями от выпитого накануне. Всплыла в голове фраза «женский алкоголизм неизлечим». На трюмо лежит губная помада. Сразу понимаю, что не моя — она слишком новая и яркая. Повинуясь какому-то непонятному инстинкту, я открыла тюбик и намазала губы чужим мне цветом «бордо». Физиономия преобразилась, и настроение немного поднялось. Жвачку в рот от перегара. Ведь стерва может себе позволить хоть раз не почистить зубы? Это маленькое отступление от правил почему-то приятно порадовало. Я взялась за трубку телефона и неожиданно для самой себя записалась к парикмахеру. Мысль: «А на фиг мне это надо?», — пришла уже позже. Пересчитав наличность, я поняла, что если потрачу деньги на салон красоты, то всю неделю придется жевать макароны. И тут в голове созрел гениальный коммерческий план. Быстро раскидав «склад одежды» на кресле, выпотрошив с остервенением платяной шкаф, я свалила в кучу вещи, которые мне надоели и те, что всегда не слишком нравились, потом добавила к ним те, что никак не вязались с будущим имиджем стервы, подарки родителей и знакомых, валяющиеся по полочкам. Несколько звонков подругам с предложением поучаствовать в распродаже моего гардероба, я уже с реактивной скоростью прибираюсь в квартире, второпях добавляя в кучку «на продажу» бижутерию и флакончики с дешевой туалетной водой, косметический набор с «кислотными» цветами, кожаную куртку, которая мне никогда не нравилась, ботинки, купленные впопыхах на распродаже, и еще какую-то мелочь. Накрашенные на скорую руку и непричесанные подруги примчались через час. Вся кучка разошлась в считанные минуты, за треть от магазинной стоимости. Подруги, довольные собой, разбежа-

лись примерять «обновки», а я осталась в полной растерянности от собственной смелости и с деньгами в руках. Жребий брошен, рубикон перейден. Я стерва. А теперь бегом в парикмахерскую, а то не успею. В салон я, конечно же, опоздала, но пока мастер был занят, села сделать маникюр, потом забежала к косметичке, записалась на следующий день на массаж. Удивительное чувство того, что мир крутится вокруг тебя. Вот оно! Основа стервозного подхода к жизни выкристаллизовалась и приняла форму психологической установки. Но психология — странная наука. Все умные методики, придуманные дядечками разных стран, сводятся к двум вещам: для собственного психологического комфорта нужно поменять либо себя, либо свое отношение к тому, что тебя окружает. Все очень просто, и когда это понимаешь, становится смешно от мысли, что за это люди платят деньги психологам с психоаналитиками. Я стану стервой всем на зависть, поменяю себя и научусь менять действительность под себя. Когда я это осознала, мне стало легко и свободно, стало понятно как жить дальше. Из зеркала на меня смотрела молодая хорошенькая женщина с пышными волосами (и что они умудряются с ними делать в этих салонах?). Настроение попыталось скатиться «в минор» при виде пустых вешалок в шкафу, но я вовремя напомнила себе об установке: «считать проданное ненужным хламом, которому нет места в моей будущей стервозной жизни». Из всего бывшего богатства у меня остались одни фирменные джинсы, один свитерок и пара блузок, вечернее черное платье с открытой спиной, деловой костюм, в котором я ходила исключительно на экзамен, и шубка из сурка. Что и говорить — негусто. Как говорила Скарлетт О'Хара из «Унесенных ветром»: «Я не буду думать об этом сегодня, я подумаю об этом завтра». Воспользовавшись чужим советом, я, все еще удивленная начавшимся превращением, завалилась в ароматическую ванну с интересной книжкой и чашечкой кофе (здесь произошла заминка — пришлось выбросить пару чашек с отбитыми ручками и трещинками — такая по-

суда не для стервы). Что и говорить, выходной удался. Даю себе слово, теперь каждый день будет ничуть не хуже этого. Прощайте, хандра и слезы о себе, несчастной и никому не нужной. Ведь существует так много вещей, которыми можно себя побаловать, даже если денег не так уж много, а рядом нет мужчины, который сделает тебе подарок. Если уж женщина так создана, что получает удовольствие от покупок и подарков, почему бы себя не побаловать баночкой крема от морщин, новым кофейным сервизом или часиком-другим в кабинете массажиста? Почему бы не порадоваться хорошей погоде, музыке и вкусной еде? Зачем откладывать жизнь на то время, когда будет много денег или подрастут дети? «Каждый день — как последний». Где-то прочитала: на работе и дома стоит приниматься только за те дела, которыми бы ты занялась, если бы завтра уезжала в кругосветное путешествие. Вот это по-стервозному!

Главная метаморфоза происходит с женщиной, когда она устает быть серой и никому не нужной, озлобляется от мужской нелюбви и предательства, от подлости коллег. Внешний лоск и манеры женщины-кошки, роскошная шубка и одежда, сидящая как вторая кожа, появятся намного позже. Появятся и знакомые *хорошие* портнихи, и умение ориентироваться в океане женских соблазнов, чувствовать мужчин и вертеть ими, как тебе заблагорассудится. Но без внутренней установки на стервозность, без сумасшедшей веры в себя и ежедневной работы по оттачиванию нового образа жизни, все пойдет коту под хвост, превратится в дешевое жеманство, будет выглядеть неестественно и смешно. Стерва — это новая кожа, новая философия и стиль жизни. Готова ли ты к тому, что обратной дороги уже не будет? Готова ли ты решиться раз и навсегда? Если — «да», я обещаю тебе успех у мужчин и возможность сделать карьеру, обещаю, что право выбора всегда будет за тобой. Но я не обещаю, что тебя будут любить, а ты будешь счастлива. Особенности трансформации в стерву загоняют тебя в рамки постоянно-

го соответствия и самосовершенствования. Ты — лучшая. Пройдет месяц или год, и ты уже не сможешь спокойно сидеть перед телевизором, потому что переживания очередной Изауры покажутся тебе глупыми и надуманными. Тебе станут неинтересны подруги с их бабскими проблемами и мужчины, на которых прежде ты бросала восхищенный взгляд. Стерва во многом перфекционистка — она стремится окружить себя самым лучшим, чтобы уллучшиться самой. Готова ли ты к таким переменам? К зависти и пересудам со стороны вчерашних друзей и их попыткам вернуть тебя к тому, как было раньше? Серые люди, на фоне которых ты заходишься ярким бриллиантом, захотят втоптать Тебя в грязь, заставить стать одной из многих, высмеять. К этому тоже нужно быть готовой. Ты должна стать очень сильной, и я тебе в этом помогу. Я передам тебе весь мой опыт, всю себя, со своим стервозным перевоплощением. Поверь, я прекрасно понимаю и чувствую твои сомнения и даже ощущаю твой сарказм относительно меня. Я дам тебе в руки оружие — новую философию жизни, я научу тебя им пользоваться, а применять его в жизни или нет — решай сама.

## **«Я люблю себя давно...»**

*В жизни полно удовольствий, просто надо уметь расслабляться.*

Мина Суари

Нет, в этой главе речь пойдет не о самоудовлетворении при отсутствии мужской ласки. Полюбить себя — ключевое понятие всей психологии: избавиться от комплексов и чувства вины, неуверенности в себе и беспочвенных переживаний. Очень часто любовь к себе путают с эгоизмом, дескать, пока я был закомплексован, все использовали меня, но теперь, когда я уверен в себе и ничего не боюсь... Помня о правиле «золотой середины» (а мы уже разобрались, что стерва стоит как раз между домохозяйкой и эмансипэ), стерва не впадает в крайности. Она — не эгоистка, но и не альтруистка. На Западе «полюбить себя» означает отчуждение от проблем других людей, осознание себя и своих потребностей, как самой главной ценности в жизни. Для русского человека такое положение вещей неприемлемо, потому что мы — люди более общественные, любим ходить в гости и даже помогать другу другу, мы добрее. Западная цивилизация построена на том, что люди друг другу — чужие, поэтому *там* панибратство вообще не принято, гораздо реже люди дружат на работе, почти не ходят друг к другу в гости (за исключением больших праздников). Человек превращается в винтик, заводную машинку, которая утром встает на работу, высиживает свой рабочий день перед компьютером и спешит домой, чтобы, развляясь перед телевизором с бутылочкой пива, посмотреть очередной бейсбольный матч. Продолжит вечер скучный секс и сон без цветных сновидений. Это ли любовь к себе? Сытая «хомячковая» жизнь, когда тебя никто не

использует, потому что ты и на фиг никому не нужен. Похожие люди есть в любой стране мира. Они жить не могут без телевизора, любят часами поговорить о вчерашнем недомогании или чудодейственных свойствах нового сорта чая. Они, не задумываясь, покупают разрекламированные товары, любят поспать, покушать и выпить. Когда я смотрю на таких людей, вспоминается фильм «Матрица», и мне становится немного не по себе. Человек, у которого нет комплексов только потому, что слишком мало мозгов, — это страшно. Полюбить себя, такую редкую и необычную, на фоне подобных серостей несложно. Уж слишком большая разница не в их пользу. Но стоит только сравнить себя с другими стервами, и уверенность сразу пропадает, ты кажешься себе неуклюжей дурнушкой, с которой мужчины спят из жалости. Измена и расставание с любимым больно бьют по самолюбию, вгоняя в хандру и депрессию. Получается балансирование между сумасшедшим самодовольством и чувством собственной ничтожности. Отсюда берут свое начало истерики и приступы самоуничтожения, взгляды свысока и стремление унижить тех, кто успешней и красивей. Сказать «с сегодняшнего дня я буду себя любить» очень просто, но сделать это под силу не каждой. Все мы страдаем от комплекса неполноценности. Корреспондент одного из журналов опросил самых известных актрис и моделей и выяснил, что они тоже не довольны своей внешностью. Одной кажется, что она полновата, другая страдает от врожденной плоскогрудости. Если уж они так комплексуют, то нам, казалось бы, надо сразу пойти и повеситься. Стерва должна научиться любить не только себя, но и других стерв, потому что они дают возможность научиться, отточить стервозную технику до совершенства. За что их не любить? Здоровая конкуренция и естественный отбор — двигатели прогресса. Я об этом потому говорю, что любовь к себе не построишь на зависти и ненависти к чужим успехам. Белой зависти не бывает, а черная уродует человека и снаружи, и изнутри. Запомни, стерва никогда никому не завидует. Она делает и поступает так, что достигает предмета зависти или понимает, что достигнутое пришло к человеку не от большого ума, а от нечестных ма-

хинаций, на которые она никогда не пойдет. Разве не разумное объяснение нерациональной природы зависти? Ведь зависть разрушает, ничего не принося взамен.

Почему важно научиться любить себя? Потому что без этого дорогая косметика и стильные вещи, светские манеры и все секреты соблазна мужчин будут бесполезны. Потому что нельзя управлять нелюбимым телом с такими ненавистными складками. И накладывать макияж на недовольную рожицу тоже нельзя. Сядь и задумайся: что во внешности тебя раздражает? Большой нос? У Клеопатры был такой же! Кривые ноги? Посмотри на Катрин Денев. Негустые волосы? Критика Орбакайте с тобой в одной упряжке. Мы живем в очень удачное время, когда нет эталонов красоты. Это в Средние Века были популярны тшедушные блондинки с залысинами на лбу, Возрождение воспевало рыжеволосых толстушек, а в Китае девочкам бинтовали ступни, чтобы они оставались маленькими. Сегодня можно быть красавицей с любым типом внешности, можно одеваться как угодно, чтобы нужное подчеркнуть, а ненужное скрыть. Это ли не повод для радости и любви к себе? Задумайся (только не отрываясь от реальности), что во внешности можно поменять, чтобы ты чувствовала себя увереннее? Может быть, сбросить пяток килограмм или сходить в солярий, чтобы кожа не отливала синевой? Посмотри внутренним взглядом на все свои недостатки, произведи реальную оценку и... смирись с тем, чего никогда не поправишь. Если ты такой родилась, зачем по этому поводу переживать? Зачем мучить себя словами «я некрасивая, меня никто не любит»? Полубят, мужчины очень хорошо чувствуют уверенность в себе и летят на нее как мухи. Любовь к себе снимет зажатость, придаст движениям легкость. *Любовь к себе начинается с ежедневного самолюбования* (в хорошем смысле этого слова) и заботы о каждой клеточке своего тела. Ведь тело чувствует твоё к нему отношение: если ты его любишь, оно расцветает, меньше болеет и даже худеет, чтобы еще больше тебе понравиться. Оно любит подарки и когда ты «холишь-лелеешь» каждый свой пальчик и изгибчик, любит вкусную еду (в разумных количествах). Ерунда, что нельзя есть вредные продукты.

Если в них себе отказывать и переживать по этому поводу, то получится гораздо вреднее. Хочется съесть — съешь, но знай меру. Повесь на зеркало, к которому ты подходишь утром, фотографию. Выбери ту, где ты себе нравишься больше всего. Любуйся, бери пример не с абстрактных журнальных красоток, а с себя самой. Как только почувствуешь, что накатывается тоска по прежней жизни без любви к себе (так ведь проще — жалость к себе наполняет жизнь смыслом и уводит на второй план другие проблемы), гони ее к чертовой матери, сходи за покупками для себя, любимой, устрой вечеринку с танцами и пением под караоке, выкинь из дома хлам, который напоминает о прошлой жизни, фотографии с «бывшими», которые не торопятся исчезнуть из воспоминаний. *Любовь к себе начинается с мелочей.* Не растворимая бурда, а ароматная жидкость в кофейной чашке, букет цветов на столе, вовремя сделанный маникюр, деликатес на ужин, отпадные трусики, масло для ванны, ароматическая лампа. Перечислять можно очень долго, ведь если задуматься, вся наша жизнь состоит из мелочей. Научись радоваться банальным удобствам и привычным вещам, которые замечаешь только когда их лишаешься. Теплая ванна, поцелуй любимого, мягкий свет от торшера, интересная книга и тепло свернувшейся на коленях кошки — вещи привычные и приятные. Но не перестала ли ты их замечать?

*Любовь к себе неотделима от уверенности.* Сколько бы ты не твердила сама себе, что ты самая умная, пока этому нет подтверждения (и материального и морально-го) со стороны твоих коллег и начальника, никогда не сможешь убедить себя до конца. Точно так же и с красотой. Можешь повторить хоть тысячу раз, что ты Елена Прекрасная, но пока тебе этих слов не скажет мужчина, сама ты в них никогда не поверишь. Уверенность в себе — это самореализация; Ничто настолько не придает уверенности, как удачная карьера. Стерва работает всегда. Этим-то она и отличается от домохозяйки в замусоленном халате. Работа дисциплинирует, не позволяет выйти утром из дома без макияжа, непричесанной и с облезшими ногтями. Работа дает деньги, которые ты потратишь на себя без ощущения, что кому-то что-то

должна. Работа дает шанс познакомиться с нужными и интересными людьми, даже со своим мужчиной (по статистике сорок процентов супружеских пар познакомились на работе, а сколько там же познакомились, но не поженились?). Поэтому работай всегда, даже когда тошно и противно. Чем больше времени ты потратишь на работу, тем меньше грустных мыслей о собственной ненужности возникнет в твоей голове. Так уж она устроена — или ты загружаешь ее реальными проблемами, или они возникают из ничего, посредством сложных умозаключений ничем не занятых мозгов.

Последнее правило любви к себе — постоянство. Мужчины приходят и уходят, одних ты любишь, других — терпишь, но ты у себя есть всегда. Сегодня, завтра или через год ты должна сохранять все то же нежное и трепетное отношение к своей персоне, даже если дети подросли, на лице появились морщинки, а в волосах — седина. Не успокаивайся от того, что тебя любят или ты стала чьей-то женой. Домашние хлопоты не имеют никакого отношения к твоей любви. Не изводи себя переживаниями, они портят настроение и цвет лица. Мне в этом отношении очень помогает восточная поговорка: «Переживать о том, что было вчера — не стоит, потому что это уже случилось, о том, что будет завтра — тоже, потому что этого может и не случиться. А то, что есть сегодня, так быстро переходит во вчера, что и об этом переживает только глупец». Может быть, я немного переврала слова, но смысл понятен: не стоит переживать от ожидания неприятностей и поступков людей. Ведь душевный дискомфорт чаще всего связан не с тем, что человек поступил плохо, а с тем, что он сделал что-то, но не так, как мы это себе представляли и планировали. Стоит ли беспокоить себя, любимую, такими мелочами? Мир не идеален и не стремится к совершенству, как стерва. Не лучше ли побаловать себя очередной приятной мелочью, сделать что-нибудь для души, ведь если думать только о том, что нужно и полезно, то жить не хочется. В детстве я слышала в компании взрослых такую фразу; «Я люблю себя давно, остальные все... тоже хорошие люди». Чем не девиз для стервы?

## **О пользе самореализации и уверенности в себе**

*...человек, борющийся за свое существование, способен  
на блестящие поступки.*

Михаил Булгаков

Женщины очень любят помечтать. Говорят, что это не вредно, но я думаю иначе. Мечты таят в себе опасность, особенно для стервы. Они уводят от реальных проблем, обнадеживают и поддерживают в трудную минуту — это с одной стороны, а с другой, мечты и нереальные планы мешают самореализации. Знаешь, как выглядят женские мечты, которые вредны для образа стервы?

- Очень скоро я познакомлюсь с богатым и красивым мужчиной и заживу как принцесса.
- Через некоторое время я организую свой бизнес и навсегда забуду о тяжелой работе.
- Когда дети подрастут, я смогу вздохнуть спокойно.
- Когда-нибудь я выиграю миллион в лотерею.
- Поживу еще годик-другой здесь, а потом познакомлюсь по Интернету с иностранцем и уеду в сказочную страну.

Мечтательница не задумывается над тем, что каждый из этих пунктов требует большой подготовительной работы для того, чтобы мечта стала реальностью. Согласись, что шанс познакомиться с внуком Рокфеллера существенно повышается, если ты работаешь в крупной фирме на солидной должности. Достойный кандидат может подвернуться на деловой встрече

и корпоративной вечеринке, он может оказаться приятелем твоего босса или клиентом. Но от валяний на диване мужчины не появятся. Они просто не подозревают о существовании такой прекрасной женщины. Давай попробуем дать им шанс и начнем устраиваться на работу прямо с завтрашнего дня.

Пункт второй тоже не выдерживает никакой критики. Бизнес-леди работают вдвое больше, чем обычные сотрудники. Для того, чтобы начать свое дело, нужен не только предпринимательский талант, но и «сумасшедший» опыт и связи, которые можно приобрести, работая на хозяина. Не иметь опыта работы в своем сегменте бизнеса нельзя, иначе разоришься от воровства и недобросовестности подчиненных.

Пункт третий психологи называют «отложенным сценарием». Человек не торопится жить, ему кажется, что все самое лучшее — впереди. Женщины часто откладывают настоящую жизнь до замужества, потом до взросления детей, внуков, приобретения новой квартиры. Они обещают сами себе и другим пойти на работу, но подсознательно потакают своей лени, оправдывая бездеятельность хлопотами по дому, недомоганием или заботой о близких. Нужно ли уточнять, что такая жизненная стратегия не для стервы?

Мечты о неожиданной удаче приходят в голову даже умным и трудолюбивым женщинам. Казалось бы, почему мне не может повезти? Ведь сколько людей (судя по телетрансляциям розыгрышей) выигрывают машины и квартиры! Неужели я такая невезучая, что должна зарабатывать все это, а кому-то то же самое достается нахаляву? Дорогая моя стервочка, успокойся. Тебе обязательно повезет, если ты приложишь к этому мозги, руки и душу. Деньги появятся сами собой, непонятно откуда, если ты самореализуешься в любимом деле. А заполнять тысячный билетик спортлото — это занятие для идиотов. Мне часто завидуют и говорят, что я везучая. Да, я очень везучая, потому что ездила в лучшую школу на другой конец города, вставая для этого в шесть утра. В университете, пока мои подруги бегали по танцулькам, я сдавала сессии досрочно и на пятерки, я работала на промоушен-акциях, секретарем, и на социо-

логических опросах, а еще и учительницей в школе. Мне очень «повезло» с работой, на которой я получала жалкий минимум, пока не стала профессионалом. Огромная «удача» свалилась на меня, когда уволился мой начальник, и меня назначили на его место. С тех пор мне «везло» постоянно — каждый день с девяти утра до десяти вечера, именно так был построен мой рабочий день. Три года я не была в отпуске, вместо детективов читала умные журналы и книжки по специальности. Ты все еще завидуешь моей «удаче»? Нет, я не жалею, потому что сейчас у меня своя фирма и любимый муж, с которым я познакомилась благодаря работе. Я очень довольна тем, что не обязана своими доходами богатому любовнику или родителям. Я люблю работать и в свободное время пишу книги. Я бы не смогла этого сделать, если бы не такая вот странная «удачливость» в жизни. Скажу больше: моя стервозная «везучесть» построена на умении изменять себя, заставлять себя улучшаться, на сумасшедшей амбициозности и вере в то, что все получится, поэтому я — везучая и горжусь этим.

Самореализация — это не абстрактное слово из журнальной статьи об успешных женщинах, а возможность приобрести независимость, которую так ценят мужчины, и самоуважение, без которого весь имидж стервы трещит по швам. Ждать подачек от мужчин или родителей? Надеяться на чудо? Нет, нужно самореализовываться. Я не говорю о достижении невиданных высот. У каждой из нас есть не только свои таланты, но и свой потолок возможностей. Но человек отличается от животного тем, что испытывает необходимость выделиться среди себе подобных, совершить что-то значительное, выполнить свою жизненную Миссию, наконец. Самореализация может не иметь никакого отношения к карьере. Может быть, у тебя есть талант притягивать интересных людей или устраивать замечательные вечеринки, помогать любимому мужчине в его бизнесе или готовить кулинарные шедевры, разводить собак редкой породы или воспитывать детей? Какую бы сферу самореализации не выбрала стерва, есть только одно правило, которому она неукоснительно следует: быть в этом лучшей.

Самореализация важна не только для того, чтобы ловить на себе восхищенные взгляды. Она развивает в женщине чувство самодостаточности, которое присуще людям умным и зрелым. Подростки любят собираться в компании, потому что неоформившейся личности требуется чужое мнение и жизненные установки. Стерва не испытывает потребности в чужих советах, разве что иногда, когда собеседник намного умнее и опытнее. Ей никогда не скучно одной, она *са-мо-дос-та-точ-на*. Это не замкнутость в себе и не желание отгородиться от враждебного мира, а способность не распыляться на чужие, по большей части неверные, суждения о жизни. «Стервозная» самодостаточность строится на общении с интересными людьми. Стерва никогда не пойдет на «тусовку» просто чтобы не быть одинокой. Внимание людей для стервы привычно, поэтому она сама выбирает круг общения. В принципе, самодостаточность можно оценивать как определенную степень взросления, знание себя и умение разбираться в людях. Стерве не нужны «пустые» комплименты и подчеркнуто-подобострастное преклонение перед ее исключительностью. За ними, чаще всего, стоит стремление получить какую-либо выгоду. Самореализация наделяет человека мудростью и уверенностью в себе, и это притягивает людей как магнит, независимо от материального достатка и социального положения стервы. Неправда, что мужчины не любят умных женщин. Они не любят тех, кто умничает по поводу и без, ведь настоящий женский ум и мудрость состоят не в умении расставить в словах ударение или блеснуть энциклопедическими знаниями. Стерва об этом знает, поэтому мужчины так опасаются и не любят стерв. В них есть некий стержень, который мужчина сначала не замечает, а потом не может жить с женщиной без него... Именно этот стержень дает самореализация. Это, пожалуй, самое сложное в имидже стервы. Остальные приемчики и хитрости только нанизываются на веревочку, состоящую из твердых убеждений и четких установок. Стерва целостна, гармонична и естественна даже в своих безумствах, и поэтому так притягательна для мужчин.

## **Как относиться к своему возрасту?**

*Проходит конкурс на самую короткую автобиографию. Победила француженка, которая написала:  
— В молодости у меня было гладкое лицо и мятая юбка. Теперь — наоборот...*

«Как-то раз, мы с оркестром...» А вернее, не с оркестром, а с одним музыкантом, с которым я встречалась в далекой молодости, собрались на пикник. Но в субботу мой любимый заявил, что пойти никак не может, потому что родители накопили денег (детинушке на новые одежки) и хотят вытащить его на рынок. Аргумент показался мне достаточным для того, чтобы со спокойной совестью поехать с друзьями одной. Целый день провалявшись на травке и наевшись до отвала шашлыка, по дороге домой я (в нелучшем виде, сама понимаешь, какой он был после пикника) вижу следующую картину: мой молодой человек идет под руку с какой-то рыжей девкой, выряженной в топик, мини-юбку, шпильки и солнцезащитные очки. Причем, казалось, что самым большим предметом ее туалета были очки, а все остальное шили из кусочков, оставшихся после пошива нового «платьюшка» для куклы. «Рыжая» держала моего возлюбленного под руку и залиристо хохотала. Подходить к этой «интересной» парочке я не стала — уж слишком серьезен был удар и непрезентабелен мой вид. Я застыла на месте, а потом

в слезах поплелась домой. Всю ночь сменялись в моей голове планы отмщения, один коварнее другого. Холодная презрительность? Истерика? Роман с его другом? В конце концов (уже утром) я решила спокойно сказать «пока» и пойти поплакаться к подруге. Вечером музыкант пришел встречать меня из университета. Обычный веселый вид, букетик цветочков. Подлец, хоть бы взгляд потупил для приличия. Естественно, в соответствии с планом, я выложила ему версию про «теперь мне все ясно». Я была спокойна и полна достоинства, правда, сильно дрожали руки. Я ожидала потока извинений, покаяния на коленях, выступлений на тему «это был не я», а услышала... смех. Это ж надо, какая сволочь! Еще и издевается! Я развернулась, чтобы уйти, и тогда мой любимый сквозь смех произнес: «Это моя мама». Нет, дорогой, ты можешь рассказывать кому угодно, но не мне, что у мамы могут быть такие ноги, фигура и одежда! Меня не проведешь! «Она тебя в одиннадцать лет родила?» — съехидничала я. — «Нет, в двадцать пять», — он был абсолютно серьезен. Получалось, что «мамашке» уже под полтинник. Я не верила ему до тех пор, пока не познакомилась с его мамой, с «женщиной без возраста». При внимательном рассмотрении она тянула на тридцать семь (мужчина бы сказал на тридцать три), но женский глаз не обманешь (посмотрим на шею, кожу рук, морщинки под глазами). Мы весь вечер сидели, пили чай и разговаривали о том, что возраст — понятие относительное. Эльвира Владимировна оказалась женщиной не только интересной внешне, но и умной. Она работает адвокатом, но иногда любит «тряхнуть стариной», если поблизости нет коллег. Тогда она с помощью сына затевает игру в зрелую любовницу молодого мальчика. Спектакли разыгрываются на рынках, в магазинах, да и просто на улице. А чтобы в таком странном виде не попасться на глаза коллегам (а если и попасться, то остаться неузнанной), Эльвира Владимировна надевает огромные солнцезащитные очки. «Мамочка» признавалась в этой своей слабости, немного стесняясь и слег-

ка кокетничая. А потом рассказала о том, как она умудряется выглядеть на десять лет моложе и что думает о возрасте. От нее я в первый раз услышала удивительно верную фразу: «Некоторые люди взрослеют, а другие просто становятся старше». По её «теории возраста» выходило, что женщина, которая взрослеет, всегда выглядит моложе, а для этого нужно каждый день ходить на работу (это дисциплинирует), иметь хороший секс (это приносит радость и молодит), ухаживать за собой (набор дорогих импортных кремов, стоящий в холодильнике «мамочки», меня очаровал), делать каждое утро получасовую гимнастику (результат сразу бросался в глаза) и правильно питаться (основная еда — овсянка и овощи-фрукты, вкусоности без подсчета калорий ТОЛЬКО по праздникам, минимум мяса и никакой жареной картошки). В голове мелькнула мысль: я состарюсь очень скоро. Люблю мясо, никакой гимнастики (разве что — бег по пересеченной местности от магазина к магазину). Правда, по части ухода за собой и секса все в порядке, но это мало утешало. Признаюсь честно, с того рокового дня я вместе со своей собакой стала есть овсянку. Давнее подозрение, что чем продукт полезнее, тем он противнее на вкус, превратилось в убеждение. Это сейчас я так привыкла к овсянке, что не могу себе представить утро без тарелочки каши с ягодами или фруктами. А поначалу... К гадостям, если есть их каждый день, привыкаешь, и они уже таковыми не кажутся. Только потом я поняла, что решение ввести в рацион «молодильную кашку» было на самом деле решением не стареть.

Признаки «*первой старости*» начинают подкрадываться около двадцати пяти. Тебе начинают казаться идиотками восемнадцатилетние «писюхи», их манера одеваться и наносить макияж. Еще одно проявление старости заключается в том, что ты начинаешь равнодушно проходить мимо вешалок с излишне откровенными и яркими вещичками, которые (как ты теперь считаешь) носят только на дискотеку или девушки легкого поведения. В двадцать пять (как-то утром, после бур-

ной вечеринки) ты замечаешь первые морщинки и бежишь за самым лучшим и дорогим кремом от морщин. Загнав морщинки поглубже, ты начинаешь размышлять о том, что половина жизни ушла неизвестно на что, а ты все еще не замужем. Следующие три-пять лет проходят в борьбе честолюбия с материнским инстинктом, в результате которой ты либо окончательно оседаешь дома в компании орущих малышей и кастрюлек, либо разрываешься между теми же кастрюльками и работой. И тут к тебе подкрадывается...

«*Вторая старость*» — тридцатилетняя. Эта старость еще коварнее. Она подкинет пару-трешку седых волосков в голову. Заведется «бес в ребре», который начнет нашептывать: а не пора ли завести любовника, ведь красота и молодость так недолговечны.

«*Третья старость*» начинается ближе к сорока. Устами подружки она тебе скажет: «Так это ж для молодых!» или «Куда нам в такие фасончики рядиться!» Для многих женщин эта старость становится последней и окончательной — они толстеют, делают стрижку и «химию», покупают одежду неопределенных фасонов («цвет хороший, болотный, вся Москва носит»). Эти женщины наивно полагают, что вступили в интересный бальзаковский возраст, а на самом деле просто сдались на милость победительницы — старости.

«*Четвертая старость*» — пройдет пять-семь лет с того знаменательного события, как «баба ягодка опять»; дети выросли, и тыловишь себя на мысли, что хочется внуков (или они уже есть?). А теперь вспомни о том, когда ты в последний раз красила волосы или была в парикмахерской? И когда в последний раз соблазняла собственного мужа (а может, и чужого?) Может быть, ты и косметикой пользуешься только по большим праздникам? Мне тебя искренне жаль... Так и вертится на языке: «Ты жива еще, моя старушка?».

Дальнейшие стадии рассматривать не будем, это ведь не книжка ужасов, чтобы со вкусом описывать стадии дряхления. И на какой из вышеописанных отметок стоишь ты, размышляя, об ушедшей молодости?

Может быть, пытаешься не думать о том, сколько стукнуло? По-прежнему рядишься в молодежные фасончики. Знала я одну такую дамочку: все с дочкой по дискотекам бегала, пока муж не бросил. Выглядеть молодо и молодиться — вещи разные. Молодиться взрослой женщине «не с руки», это отдает дешевкой и пошлятиной, особенно если женщина так и не научилась следить за собой и наносить макияж. С возрастом уже нельзя позволить себе то, что выглядело милым на юной особе: небрежность макияжа, складочку на чулке, недочищенные сапожки, отсутствие маникюра. Стерва «за тридцать» такой роскоши себе позволить не может. Но она старается не думать о возрасте, ведь такие мысли старят. Стерва не плачет на своих днях рождения в ответ на вопрос: «А все-таки, сколько тебе стукнуло?» Запомни: женщины злы, поэтому чем лучше ты будешь выглядеть, тем чаще тебе будут напоминать о том, что ты уже далеко не первой свежести (и даже не второй). Приступы возрастного самобичевания возникают от лицезрения юных и свеженьких девчушек, на фоне которых чувствуешь себя ровесницей мумий. А мужчины — это вообще одно сплошное расстройство! По-прежнему взгляд выхватывает из толпы молодых красавцев, упорно не считаясь с тем, что избранник годится в сыновья. Как тут не вспомнить о возрасте? И пусть сколько угодно говорят, что женщине столько лет, на сколько она выглядит, грусть по молодости не проходит...

Я тебя прекрасно понимаю, поэтому хочу рассказать, как справляюсь с приступами «возрастной депрессии» сама.

*Первое*, что надо запомнить, — это жить как можно более насыщенной жизнью, чтобы грусть по прошедшим годам не усугублялась воспоминаниями о бездарно потраченном времени.

*Второе* — никогда не позволяй себе фраз: «годы-то уже не те...», «когда мне было...», «помню, году этак в...», «уступите мне место!». Это не по-стервозному. Женские чары не имеют возраста. Это я поняла, когда была во

Франции. Маленькие уютные кафе забиты старушками. Они милы и ухожены, сияют нарумяненными щеками, свежей краской для волос. Они беседуют друг с другом и с важными дедушками (уж не знаю, кем они доводятся «молодым» старушкам), которые выглядят лет на двадцать старше них. Как они не похожи на наших, отечественных, злобных фурий в платочках!

*Третье* правило программы борьбы с возрастом — нужно постоянно следить за собой и выглядеть молодо. Не позволяй себе долгих рассуждений «про болячки». Старость мигом затянет тебя в свои сети, как только ты опустишь руки. Она, коварная, ставит свечи на именинные пироги, подкрадывается в виде складок на талии, синих жилок на ногах и морщин на лице. Плюнь на возраст, не обращай на него внимания. Стоит ли переживать из-за того, что так или иначе наступит? Ведь только от тебя зависит, когда пускать старость в свою жизнь! А для поднятия тонуса стерва всегда придумает какое-нибудь не имеющее отношение к возрасту сумасбродство. Например, заведет молодого любовника или поедет в отпуск в санаторий с обширной программой косметических процедур, чтобы вернуться помолодевшей лет на десять. Всем назло!

## **Из куколки — в бабочку, или О вреде быстрого перевоплощения**

— ...я сама ничего не понимаю. Столько превращений в один день, хоть кого собьет с толку.

— Не собьет, - сказала Гусеница.

— Вы с этим, верно, еще не сталкивались, — пояснила Алиса. — Но когда вам придется превращаться в куколку, а потом в бабочку, вам это тоже покажется странным.

Льюис Кэрролл «Алиса в Стране чудес»

Когда я училась в университете, со мной в группе обучались несколько девочек из провинции. Отличницы из поселковых школ, они старательно исполняли наказания родителей по избежанию соблазнов большого города ровно до первой сессии. Как только экзамены и зачеты остались позади, девчонки пустились во все тяжкие, наверстывая упущенное за учебной время. За месяц-другой они превратились черт знает во что. Крашенные в непонятный цвет волосы, «городская» одежда с китайского рынка, каблуки такой высоты, что подгибались ноги, такой слой косметики, что создавалось впечатление, будто тональный крем наложили поверх маски из глины, забыв ее перед этим смыть. В сочетании с гардеробом, привезенным с родины, зрелище получилось настолько нелепое и ужасное, что от нового вида студенток вздрогнул весь курс. Вздрогнул, но да-

же пальцем не пошевелил, не указал девочкам на их ошибки. Прислушались бы они к советам или нет, это другой вопрос, ведь изменения «под-городских» доставляли им наслаждение (это можно было увидеть даже под слоем косметики).

Почему я об этом вспомнила? Чтобы показать, как нелепо и смешно выглядит человек, когда пытается всю свою жизнь изменить сразу, одним махом. Стерва — образ очень привлекательный, но почему-то многими женщинами понимается как прямое указание надевать вечерние платья на работу. «Остервенеть» за один день нельзя. И за месяц тоже. Просто представь, как на тебя посмотрят коллеги и знакомые, когда ты (вместо всем привычных джинсов) заявишься на работу в костюме и широкополой шляпе, да еще и будешь вести себя так, словно вчера подцепила Рокфеллера, и эта работа теперь тебе «и в пыль не тарахтит». Думаю, что начальство таким изменением будет не слишком радо.

Я — приверженка «бархатных революций» и во внешности, и в характере, потому что чем радикальнее изменения, тем больше они требуют усилий и средств. Взвалив на себя все сразу, недолго и сломаться. А также большинство из нас не имеют достаточно средств, чтобы сразу составить «стервозный» гардероб и косметичку, не говоря уже о квартире, интерьер которой тоже придется изменить в соответствии с новым имиджем.

«Стервозные» превращения сравнимы с получением высшего образования. Можно спать на лекциях, а перед сессией прочитывать «галопом по Европам» все учебники, хватать из них знания «на тройку» и благополучно забывать выученное после экзамена. А можно и по-другому: подходить к образованию систематизирование, работать над собой пошагово, постепенно трансформировать знания в опыт и применять их на практике.

Медленная трансформация предпочтительнее еще и потому, что сегодня у тебя нет не только средств, но и опыта, который понадобится и для карьерного роста,

и для общения с мужчинами. Конечно, прохаживаясь на двенадцатисантиметровой «шпильке» по офису маленькой фирмы, которая торгует бюстгалтерами, ты выделишься из женской массы, но именно из-за этого, скорее всего, потеряешь подруг и поклонников. Для них ты станешь женщиной другого порядка, но, так как круг общения не поменяешь за один день, ты рискуешь оказаться «ни здесь, ни там». Мужчины достойные, умные и состоятельные в твою сторону пока не смотрят, потому что, как говорил Остап Бендер: «Класс игры невысок», а прежние поклонники, испугавшись нового имиджа, почувствуют — у тебя что-то не так, и сбегут к более предсказуемым особам.

Та же ситуация и с карьерой. Предположим, ты — секретарь в той же бюстгалтерной фирме. Соответственно, даже если ты стала за один день стервой, тебя сразу же никто не назначит руководителем подразделения. Это невозможно, как невозможно получить за один день высшее образование или поменять за один день профессию. Что в этом случае делать стерве? Она работает над собой не покладая рук, перечитывает главы из этой книги, учит иностранный язык и посещает компьютерные курсы. И уже через месяц-другой начинает рассылать свое резюме на объявленные вакансии в других фирмах. Если не после первого, так после второго-пятого собеседования, приобретя опыт прохождения подобных мероприятий, стервочка, оставаясь тем же секретарем, переходит на работу в фирму, которая торгует уже не бюстгалтерами, а компьютерами. И вместо мелкооптовых покупателей к тебе в офис начинают важно заходить директора фирм и руководители различных подразделений. В принципе, все происходит очень плавно, но в то же время — это качественное изменение круга общения и интересов. Теперь ты понимаешь, почему я предпочитаю плавное превращение?

Превращение в стерву похоже на игру в шахматы. Ты — пешка, фигура незаметная, одна из многих. Ты

стоишь в первом ряду, и поэтому из тебя хотят сделать пушечное мясо (например, твои же коллеги по работе). Твоя задача — пройти весь путь до последней линии и стать «королевой», пройти по всем клеточкам не спеша, создавая себе сложную защиту из более значительных фигур. Чем дальше ты будешь продвигаться, тем больше вероятность того, что противник пожертвует конем или даже своим ферзем, лишь бы не дать тебе прорваться к последней клеточке. У «ключевых фигур» свои, более жестокие законы. Продвигаясь по клеточкам, ты узнаешь правила игры, научишься просчитывать другие-фигуры сначала на несколько ходов, а потом, как гроссмейстеры, всю партию от начала до конца. Вполне может быть, что в одной партии тебе не повезет, а значит, придется начинать все с самого начала, и даже не один раз. Но победа стоит этого — ты станешь «королевой»!

Все эти примеры: про платье, макияж, интерьер квартиры, про оценки мужчин и женщин, — приведены не для того, чтобы их копировать. Так думаю и рассуждаю я. Ты можешь все делать иначе, ведь стерва — индивидуалистка. Весь стервозный антураж — это не цель, а средство, позволяющее перевоплотиться в *нот* вый образ более плавно. Он подготавливает тебя к трансформации, создает ощущение целостной стервозной оболочки, продуманной до мелочей. Главное — это то, что у тебя внутри, твои стервозные мозги, манеры, чутье. В отличие от нового платья или делового костюма, стервозную сущность не приобретешь за один день. А без нее все остальное теряет смысл и выглядит как «тулупчик с барского плеча». Для формирования стервы, в принципе, равнозначно, на чем ты сделаешь акцент — на карьере или внимании мужчин. Но не распыляйся, начни с чего-то одного и добивайся этого день за днем. Если тебе это интересно и важно — вперед! Нас ждут великие дела и... стервозные покупки.



## Технология правильных покупок

*Универмаг - это места, где расстаются с деньгами,  
а встречаются у входа.*

Несколько лет назад я познакомилась с одним интересным человеком. Интеллигентный мужчина, который зашел ко мне в кабинет, при ближайшем знакомстве оказался автором книг о преступном мире и блатном жаргоне. Филолог и журналист Александр Сидоров известен многим, как Фима Жиганец — «переводчик» стихов классиков на блатной язык. Внешность и манера поведения посетителя абсолютно не совпадали с образом автора, который сложился у меня. Мне казалось, что такие произведения могли бы выйти из-под пера уголовного авторитета или же многократно «сидевшего». Познакомившись поближе, я узнала много интересного о преступниках (как современных, так и старой «школы»). Эти знания в моем переложении для обычной жизни трансформировались в несколько законов и технологий управления людьми, которые помогли мне сделать карьеру. Об этом я расскажу немного позже. Первое, что привлекло меня в этом человеке — это житейская мудрость и расчет. Как бы между прочим, Фима Жиганец успевал покупать кухонную мебель за треть ее стоимости, делать ремонт в квартире, писать книги и статьи, и при этом его жена ничуть не чувствовала себя обделенной вниманием. На мой за-

данный в шутку вопрос о секрете семейного счастья, Фима ответил, что на самом деле все гениальное — просто и секрета в этом никакого нет. Как только в семье начинают возникать непреодолимые противоречия, нужно дать жене некую сумму денег, не слишком большую, но и не слишком маленькую (примерно от двадцати до ста долларов). Причем, эта сумма не должна быть связана с расходами на домашнее хозяйство, вещи, косметику — это статьи отдельные. Полученные деньги жена тратит как ей угодно, заранее зная, что за покупку какой-нибудь ерунды ее никто не будет критиковать. Выданная сумма предназначена не для приобретений в дом, а для поднятия женского настроения. Зная, что муж не станет контролировать, на что были потрачены деньги, жена выходит из дома с утра пораньше и проводит день в свое удовольствие, прогуливаясь по магазинам и рынкам, тратя деньги на всякую ерунду, распивая кофе (и не только) в кафе с подругами. Вот как верно подмечена женская слабость — покупать всякую фигню и получать от этого удовольствие! Главное, что никто не потребует отчета и не станет обсуждать и высмеивать купленное — никому не нужные мелочи, которые копятся на полочках в шифоньерах и кладовках.

На первый взгляд кажется, что «технология покупок» — наука надуманная. Казалось бы, чем больше денег, тем меньше необходимость думать и планировать, что и в какой очередности покупать, да и проблема выбора отпадает сама собой — покупай в фирменных магазинах или за границей во время турпоездки. Но это не так. Быть богатой и выглядеть дорого — это разные вещи. Достатку довольно часто сопутствует безвкусица, потому что богатый человек не задумывается, пойдет ли ему та или иная вещь или прическа. В результате получается нелепая ситуация — шкафы забиты одеждой, а одеть-то собственно и нечего. :

Второй подводный камень — покупка ненужных вещей из-за чудовищного потока рекламной информации, который обрушивается на наши бедные головы.

Ты замечала, что большая часть рекламы рассчитана именно на нас, женщин? Кто-то гениальный очень давно подметил женскую податливость на рекламные трюки и сделал ставку именно на слабый (во всяком случае в том, что касается рекламы) пол. В силу особенностей женской психики, мы не задумываемся над рекламой, а наивно верим в то, что морщинки разгладятся именно на указанный в рекламном ролике процент, а зубы побелеют, как у красоток с керамическими коронками, рекламирующих очередную жевательную резинку. Рекламщики заметили все наши слабые места и воздействуют на нас всеми возможными инструментами, от которых есть толк:

— **ЖАДНОСТЬ** — в рекламе рассказывают о том, как выгодно купить новую упаковку чего-нибудь, в которой столько-то процентов щедрые производители специально для тебя насыпали бесплатно.

- **ЗАВИСТЬ И ЖЕЛАНИЕ ВЫДЕЛИТЬСЯ** - тебе продемонстрируют превосходство «умной» покупательницы перед той, что проигнорировала совет по приобретению очередного чудодейственного средства.

- **СТРЕМЛЕНИЕ ПОНРАВИТЬСЯ МУЖЧИНАМ** - реклама демонстрирует красавцев, которые сразу укладываются штабелями к твоим ногам после того, как куплено и применено то, что рекламируется.

- **ЗАБОТА О ПОТОМСТВЕ** - тебе покажут очаровательных младенцев с сухими попками, по сравнению с которыми твой малыш выглядит недокормленным заморышем, обделенным материнской лаской,

— **ЛЕНЬ** — вот уж где простор для рекламы! Похудения без спорта, пельмени из пакетиков, стирка без хозяйки, райская жизнь, не вставая с дивана. Все сделано для нас и за нас, остается только купить и наслаждаться жизнью. «Индустрия лени» огромна. Это сетевой маркетинг и суперсистемы для омоложения, памперсы и чудо-моющие средства, растворимый кофе и соевые сосиски, избавляющие от хлопот у плиты.

- **ЛЮБОВЬ К КРАСИВЫМ ШТУЧКАМ** - давным-давно с юмором подмечено, что предки женщин

произошли не столько от обезьян, сколько от сорок, которых также привлекает все блестящее и непонятное. Кремы с непонятными ингредиентами, упакованные в красивые коробочки, исчезают с прилавков. Ты никогда не задумывалась, сколько твоих денег ушло на оплату упаковки, а не товара? Ведь затраты на изготовление флакончика и коробочки автоматически добавляются к стоимости содержимого.

— **ВЕРА В АВТОРИТЕТ** — женщины безоговорочно верят известным артистам, стоматологам, гинекологам, специалистам институтов красоты и гримерам голливудских див. Им и в голову не приходит, что всем этим людям заплатили за обман. Моя подруга искренне удивилась, когда увидела стоматолога из рекламы в эпизодах любимого сериала. Причем, первая мысль, которая у нее возникла: стоматолог поменял профессию.

- **УВАЖЕНИЕ К УМНЫМ СЛОВАМ** - когда в очередном ролике используются слова: «протеины», «бифидобактерии», «кариес», «каротины», «триклозан», «хлорсодержащие» и т. д., отношение к рекламе меняется даже у очень умных женщин. Создается ложное впечатление, что это уже не навязывание товара, а грамотная научная консультация, объясняющая принцип действия того или иного средства. Ты ошибаешься, это все та же реклама, несмотря на обилие умных слов и серьезность лиц тех, кто их произносит.

- **ЭКОНОМИЧЕСКАЯ НЕГРАМОТНОСТЬ** - для мужчины очевидно, что стоимость рекламных роликов и объявлений огромна. Производитель вынужден чем-то перекрывать свои расходы. Он либо включает цену рекламы в себестоимость продукции, либо экономит на качественном сырье, заменяя дорогостоящие компоненты более дешевыми. Отсюда вывод: товары, которые активно рекламируются, проигрывают аналогам либо по качеству, либо по цене. Именно реклама, навязывая тот или иной товар, часто ведет к покупке потребителем далеко не самой качественной продукции. Большинству женщин подобные выкладки в голову, к сожалению, не приходят...

- ЛЮБОПЫТСТВО И СКЛОННОСТЬ К ЭКСПЕРИМЕНТАМ — мы, женщины, от природы любопытны. В сочетании с доверчивостью любопытство заставляет купить очередной флакончик и намазать его содержимое на себя. А вдруг в этот раз получится? В прошлый не получилось, но в этот-то должно? Кто-то придумал, что если долго мучиться — что-нибудь получится. Женщины подхватили эту неосторожно брошенную фразу, превратив ее в гимн, под который совершаются все покупки. Неудачи прошлых экспериментов никого не смущают. А напрасно, любопытство за деньги — слишком большая роскошь.

- ЛЮБОВЬ К ЖИВОТНЫМ - милые кошечки и ухоженные собачки на экране усиленно поглощают непонятное содержимое баночек и пакетиков, и жалостливое женское сердце ноет: мой любимец тоже достоин деликатеса из рекламного ролика. В качестве примера можно привести рекламный ролик очень известной марки питания для кошек: большое количество разных кошек так и льнет к своим хозяевам, чтобы те покормили их этим «супер-пупер» кормом. А теперь задумайся над тем, что кошки, которых ты видишь на экране, специально подобраны так, чтобы быть похожими на наших Васек и Мурок — это первое, а второе — (открою секрет!) рекламщики перед съемками ролика животных не кормят, зачастую по нескольку дней. Поэтому после съемок многочисленных дублей, на экране ты видишь кошечку или собачку, радостно пожирающих содержимое пакетиков, и бежишь в магазин за такой же упаковкой. Выводы очевидны... Для более сильного влияния на нас рекламщики применяют так называемый «визуальный ряд», с помощью которого рекламная информация максимально воздействует на слабую женскую психику. Пример этому — использование очаровательного морщинистого щенка шарпея в рекламе крема от морщин или белоснежной ангорской кошки с котенком, лежащих на стиральной машине. Кошка с котенком ассоциируются с домашним уютом и тишиной, поэтому рычаги воздействия, заложенные

рекламщиками, таковы: белая кошка и белая стиральная машина — символ чистоты; кошка и котенок — символ тишины и спокойствия. Про шарпея и так все понятно. Выводы очевидны...

- **ЖЕЛАНИЕ СООТВЕТСТВОВАТЬ** - с экрана телевизора нам усиленно навязывают образы рекламных красоток, их секреты успеха у мужчин, стиль жизни. Под этим соусом нам «втюхивают»: кремы и лосьоны, бритвы и средства для эпиляции, тушь, лак для волос, дезодоранты и прокладки. И мы, как дуры, ведемся на эту провокацию, чтобы хоть отчасти стать похожими на тех, кто в телевизоре, не задумываясь о том, что все мы разные, не похожие друг на друга, и что хорошо для одной, абсолютно не подходит другой. Рекламщики используют наши слабости в девизе: «вы этого достойны». Выводы делай сама...

— **МЕЧТАТЕЛЬНОСТЬ** — рекламщики успешно используют и такую нашу женскую черту характера, как мечтательность. Кому из нас не хотелось выиграть путевку на двоих в романтическое путешествие на какой-нибудь теплый остров. Хотелось?! А теперь вспомни, сколько ты видела рекламных акций, в которых главным призом было романтическое путешествие? Вспомнила? Молодец. А теперь, сколько ты знаешь человек, которые хоть что-то выиграли?! Выводы делай сама...

Рекламщики поставили нас на одну ступень умственного развития с детьми и подростками, чья несформировавшаяся психика наиболее подвержена влиянию рекламы. Порой становится обидно, что по отношению к женщинам используются те же приемы, что и для детей: красивые картиночки и обещания сказочных превращений. Я уделила описанию рекламных ухищрений такое большое внимание не потому, что реклама лезет в нашу жизнь отовсюду, а из-за ее воздействия на наши желания что-то купить. Сама «теория рациональных покупок» родилась и сформировалась у меня для того чтобы противостоять засилию рекламных внушений. Я подскажу тебе несколько своих правил:

1. Постарайся относиться критически к тому, что ты видишь, смотришь и читаешь. Задумайся над тем, кому и насколько выгодно, чтобы ты поверила в очередную рекламную сказку.

2. В рекламе работают очень умные люди, как правило, они имеют высшее психологическое образование, поэтому они просчитывают реакции поведения потенциальных покупателей на два хода вперед и создают соответствующую рекламу. Как гласит древняя китайская поговорка: «Капля долбит камень не своей силой, а постоянным падением». Реклама постоянно исподволь воздействует на нас, поэтому сегодня ты смеешься над дурацким роликом, а завтра, сама того не замечая, положишь рекламируемый товар в корзинку с покупками. Вывод: старайся не только критически относиться к рекламе, но и контролировать себя во время посещений супермаркетов и рынков.

3. Реклама, помимо всего прочего, воздействует на тебя исподволь — через твоих знакомых и детей (в рекламных кругах это называется «позвонковая реклама»). Ты можешь не поддаться на действие прямой рекламы, но пойдешь на поводу у своих подруг, упоительно рассказывающих о новом «чудо-порошке», или у ребенка, назойливо выпрашивающего новый «супербатончик». Вывод: купи самую маленькую упаковку «чудо-порошка» и попробуй ее в деле. Так ты сама сможешь оценить, насколько он хорош. «Супербатончик» (купи два: один — себе, другой — своему ребенку) съешьте вместе. В процессе поедания вырази недоумение по поводу вкусовых, а уж тем более, энергетических, свойств купленной сладости. Какая «крутизна» может быть в поедании батончиков? Ведь даже ребенку должно быть понятно, что какой-то дядя крутит во время показа мультиков ролики про батончики, чтобы мама выложила деньги на покупку шоколадной ерунды. А когда «супербатончик» будет съеден, купи ребенку **ХОРОШУЮ (!)** российскую шоколадку, ведь не зря говорят, что все познается в сравнении.

Предположим, что тебе удалось избежать рекламного наваждения. Самое время задуматься о том, что на

самом деле необходимо купить, а за что постоянно «глаз цепляется», потому что оно модное или «красивенькое». Я знала женщин, которые имели по десять пар джинсов и ходили осенью в тоненьких пиджачках только потому, что не нашлось средств на покупку куртки. Они совершенно искренне были уверены в собственной бедности (а не глупости или недалекости), я же абсолютно напрасно пыталась им доказать, что вместо ненужных шести-семи пар джинсов вполне можно было бы приобрести пуховичок для слякотной погоды.

Состоятельная стерва может позволить себе слабости в покупках: поддаваться сиюминутному желанию экспериментировать, следовать модным тенденциям, иметь несколько вечерних *туалетов*, *обувь экзотических* расцветок, посещать фирменные магазины не только в дни распродаж. Для стервы с умеренным достатком — это, увы, недоступная роскошь, иначе она рискует превратиться в рабу покупок и своих неумных желаний, влезть в долги. Если хочешь стать королевой бутиков — стремись к успеху. Возможность удовлетворить самое сумасбродное желание — это мечта, но все мы знаем, что когда мечты сбываются, становится грустно и одиноко, пока не придумаешь новую цель. Для успеха — и в работе, и у мужчин — вполне достаточно соблюдения нескольких не слишком сложных правил. А остальные желания — всего лишь женские капризы, заблуждения о том, что стоит только что-то купить, и мир преобразится, а мужчины сразу обернутся в твою сторону, широко открыв рот. Этого не произойдет, поэтому не стоит откладывать счастливые моменты на времена безумного расточительства (ведь они могут и вовсе не наступить). Чтобы освоить «технология рациональных покупок», необходимо для начала рассмотреть характерные ошибки покупательниц и постараться их избежать.

Общеизвестно, что чаще всего женщины покупают:

- продукты питания;
- косметику;
- нижнее белье;
- обувь;

- одежду;
- вещи для квартиры (как полезные в хозяйстве, так и для создания уюта и красоты);
- вещи для работы (инструменты и оборудование, к примеру — компьютер, и для создания интерьера — цветы, календари, необычные подставки для разной канцелярии);
- крупные приобретения (от автомобиля до дачи на Канарах).

Желание у каждой из нас, независимо от достатка и места проживания, одно: сделать свою жизнь с помощью купленных вещей красивой, удобной и привлекательной для мужчин. Даже в природе, у птиц и животных, самка чаще всего прихорашивается, вьет гнездо и ждет, когда самец залетит на огонек. Но на практике все оказывается не так-то просто. Словно злые демоны, выются над нашими головами желания что-то купить. А потом, придя домой, остается только удивляться — где же были мои глаза? О чем я думала? Чтобы не рвать на себе волосы после «шоппинга», мною была разработана «теория рациональных покупок», которая состоит из «что мешает» и «что способствует». Для начала, остановимся на том, что мешает:

*Неумение копить:* женщины славятся своей подверженностью соблазнам. Каждая из нас не раз давала себе зарок: накопить на квартиру или машину, а по дороге к этой заветной цели приобрести шубку, новые сапожки и кожаный плащ. И где все это? Почему каждый год (перед холодами) мы с глубокими вздохами достаем из шкафа «ископаемую» дубленку и «прошлогодние» ботиночки, купленные мамой из жалости к замерзающей дочке? Потому что «растрывали» все заработанное, на «гульки» и мелкие побрякушки, о которых уже не вспомнишь. «Закон денежных потерь» гласит: сколько бы ты не потратила, в кошельке все равно останется денег меньше, чем должно было бы остаться, если из общей суммы вычесть сумму, на которую были сделаны покупки. Уже который год я с ослиным упорством пытаюсь записывать траты и каждый раз убеждаюсь, что

денег в кошельке все равно не хватает. Хоть червонца, да не хватает. Записи, правда, научили меня копить и находить деньги на крупные покупки. Поделюсь своим опытом: если решила купить что-то грандиозное, сразу после получения денег (аванс, зарплата или отдали долг) иди и покупай, иначе деньги улетучатся неизвестно куда. Если же полученная сумма мала, раздели ее на две части. Первая — это НЗ (неприкосновенный запас) на желанную покупку, а вторая — деньги на проживание. НЗ лучше всего убрать подальше от себя, иначе может возникнуть соблазн потратить его на что-то другое. Для «убирания» можно использовать накопительный счет в банке (деньги нельзя снять раньше срока окончания договора), родителей или друзей, которым НЗ дается в долг (естественно, люди должны быть порядочные и надежные). Еще один способ совершить крупную покупку — занять на нее деньги. Долг — прекрасное средство для борьбы с «растрывиванием», он дисциплинирует и подталкивает на поиски заработков. У меня есть один приятель, который все покупает в долг (с четко оговоренным сроком отдачи), а потом пашет с утра до вечера, чтобы отработать купленное. На мой вопрос — не проще ли сначала заработать, а потом купить — он ответил, что долг — это стимул. Нет долга — нет стимула. Существуют люди, которым проще каждый день высыпать в свинью-копилку мелочь из кошелька, чем складывать в стопочку бумажки. Если ты из таких — беги за глиняной «хранительницей» в магазин. Главный закон покупок: большие деньги должны тратиться на большие вещи (конечно, в том случае, если они не вкладываются в дело, которое принесет еще больший доход). А определиться с приоритетами в покупках тебе поможет четкое планирование. Прямо сейчас сядь и составь список необходимых тебе покупок на год, затем раздели их по сезонам и месяцам, ну и, естественно, сопоставь с уровнем своих доходов.

*Жадность:* всем известный мультяшный домовенок Кузя говорил: «Я не жадный, я домовитый». Точ-

но так же многие женщины пытаются оправдать хозяйственностью и дальновидностью абсолютно ненужные покупки. Не пытайся обманывать себя — это жадность. Банальная женская слабость — загрести побольше и подешевле — порой оборачивается совершенно другой стороной, потому что, поддавшись благому порыву рациональной экономии, женщина зачастую забывает подумать о реальной необходимости покупаемого ею товара и его качестве. Эти три составляющие: необходимость, цена, качество — не дружат почему-то между собой в женской голове. Первобытные инстинкты гонят нас на распродажи, чтобы «задешево» купить очередную шмотку, которая будет валяться на полке. Дешевизна сбивает с толку. Срабатывает рефлекс: дешево — значит, надо брать. А нужно ли? Ведь известно, «что скупой платит дважды», и «мы не так богаты, чтобы покупать дешевые вещи». Но китайские рынки по-прежнему популярны из-за уровня цен, хотя трусики, купленные с запыленного прилавка, разлезаются после второй стирки, а от модной кофточке по всему телу вскакивают прыщики — это реакция организма на редкий вид синтетики, произведенной в подвальном кооперативе какого-нибудь дядюшки Ли. Неистребимое женское стремление сделать «запасики» из купленного подешевке баракла достойна жалости. При отсутствии дефицита и перспективе товарного перепроизводства, которая грозит человечеству, стремление набить шкафчики и кладовки, по меньшей мере, смешно. Покупки на перспективу похудения могут так и не пригодиться. А сбыть с рук эти залежи практически невозможно — «секонд-хенд» любого качества сегодня стоит копейки. Бизнесмен Роберт Ли о покупках дорогостоящих вещей впрок сказал очень ценные слова: «Покупать стоит только то, что в случае кризиса можно продать в течение недели за половину стоимости».

*Стремление быть модной и соответствовать окружению: мода — это дорого.* Иногда мне кажется, что кутюрье — участники всемирного заговора против женщин. Они специально меняют модные тенденции из се-

зона в сезон, удлиняют или обрезают юбки, заостряют носки на туфлях, прописывают шляпы или береты, открыто издеваются над женщинами, подвергая опасности их здоровье: тонкие колготки с короткой юбкой в мороз, шпильки в гололед, начесы, от которых лысеют. Список можно продолжать до бесконечности. Тысячи людей день за днем работают, не покладая рук, для того чтобы в один прекрасный день зайти в магазин и застыть перед одной из вешалок, прижав к груди самое дорогое и желанное, расстегивая кошельки и меняя разноцветные бумажки на «чудо». Индустрия обмана, живущая за счет женской доверчивости и желания быть модной, наступает со всех сторон. Показы мод и глянцевого журналы с модными красотками преследуют только одну цель — раскрутить тебя, а через тебя и твоего мужчину, на деньги. Но если посмотреть на моду с другой стороны, окажется, что ее вовсе и нет! Есть стили и имена известных кутюрье, но такой диктатуры шаблонной внешности, какая была в 60-70-е годы, давно уже нет. Если глянуть на странички старых журналов мод, сразу становится ясно, что именно модно: коротенькая юбка, квадратные каблуки, «бабетта» и «стрелки» на глазах. Сегодня многое изменилось: мода стала более демократичной. Чтобы в этом убедиться, стоит посмотреть не показ коллекции известного кутюрье, а церемонию вручения премий киноактерам. Все женщины в зале одеты по-разному, порой даже очень странно и совсем не «по-модному», но схожи в одном: они стильные, уверенные в собственной неотразимости и индивидуальности. Высокая мода — это бизнес и, одновременно, увлечение для тех, у кого много денег и мало фантазии на что их потратить. Нужно ли говорить, что слепое следование высокой моде — это не для стервы, если, конечно, она сама не кутюрье.

*Привычка делать покупки впопыхах и в последний момент:* стоило бы развесить во всех магазинах плакаты: «Стой, не спеши, подумай еще раз!». Но такие плакаты не выгодны для тех, кто продает товар. Все продавцы прекрасно понимают, что большинство покупок

мы совершаем повинуюсь импульсу, сиюминутному желанию иметь «это». Чем больше относительно свободных денег в кармане, тем сильнее импульс. Специально обученные продавцы так красиво разложат товар, что слюнки потекут. И когда рука уже тянется к кошельку, а пальцы дрогнут от предвкушения покупки, попробуй остановиться и подумать. Многих женщин в этот момент может заставить задуматься только электрошокер, заблаговременно положенный в кошелек. Если речь идет о еде, то представь количество калорий, ее вредность и забитые полки домашнего холодильника. Никогда не ходи по продуктовым магазинам и рынкам голодной, иначе точно купишь всякой ерунды. С покупками вещей сложнее, но справиться с собой тоже можно. Соблюдай правило трех вздохов. Вздох первый — действительно ли трата денег на «это» — лучшее вложение заработанного; вздох второй — сидит ли на мне вещь, как влитая, подходит ли идеально размер и фасон; вздох третий — есть ли возможность купить нечто подобное, но дешевле? Самые нелепые и затратные покупки — это те, что совершаются впопыхах. Вечером тебя пригласила на день рождения подруга, а тебе «нечего надеть». В обеденный перерыв ты пытаешься obeжать все окрестные магазины и купить что-то новое и умопомрачительное, стараясь не смотреть лишний раз на ценник и качество покупаемого товара. Новые штанишки или платице кажутся тебе отпадными, только потому что они — новые. Висели бы они в твоём шкафу, ты бы на них даже не взглянула.

Стерва никогда не торопится купить обновку. Каждая вещь в ее гардеробе продумана до мелочей (к ней подобраны украшения и косметика, шейный платочек, туфельки и даже зонтик). Не каждая вещь достойна стервы, поэтому оценивать все, что так и просится уйти из магазина вместе с тобой, нужно не спеша, смакуя себя в обновке, поворачиваясь каждым бочком к большому, хорошо освещенному зеркалу, чтобы не пропустить неудачную складочку, неровный шовчик. Процесс покупки можно и нужно наслаждаться. Так приятно

на суэта продавцов, и маленький маскарад в примерочной! В начале главы, если помнишь, я писала о женской слабости характера тратить небольшие суммы на всякую фигню просто так, чтобы поднять настроение. Не думай, что мне самой чужда эта слабость, поэтому, чтобы не тратить деньги попусту, я придумала маленькую хитрость: как только возникает назойливое желание набить пакеты неизвестно чем, а карман тяготит N-ная сумма денег, я отправляюсь покупать подарки. В любое время года уместно приобрести подарки и сувениры для близких на Новый Год, 8 Марта, 23 Февраля, для дней рождения друзей и родственников. На них ведь все равно придется тратиться, поэтому купленное заранее — это не пустая трата денег, а разумная предусмотрительность. Нужно ли напоминать, что перед праздниками цены в магазинах становятся выше, а прилавки заполняются лежалым товаром, который только так и можно «втюхать» покупателю? Двух зайцев в этом случае убить очень просто: ты сэкономишь на покупках и покупаешь вещи на самом деле качественные и нужные, потому что есть время и возможность выбрать. А перед праздником высвобождается куча времени на то, чтобы обзвонить с поздравлениями знакомых, накрыть стол к торжеству и придумать какой-нибудь приятный сюрприз своему мужчине.

*Навязчивые и слишком вежливые продавцы:* много раз наблюдала в магазине картину — растерявшаяся покупательница, натянувшая на себя очередной «шедевр» от ведущих производителей, окружена продавцами, которые расхваливают ее вкус и фигуру, рассказывают, как все чудесно сидит и облегает (или наоборот, скрадывает пикантными складочками). И Женщина сдается, доверяя советам со стороны. Многие женщины охотнее верят чужим, не всегда искренним словам, чем самим себе. Остается только догадываться, почему мы так подвержены чужим мнениям и советам. Многочисленные рекламы, в которых подружки рассказывают друг другу о нехитрых женских секретах — наглядный тому пример. Чтобы не попасться на удочку «заботли-

вого» продавца, всегда держи в голове мысль, что это — его работа. Ты ему безразлична, а вот твои денежки — нет. Большинство продавцов имеют стабильную зарплату, плюс процент от проданного товара. Для того, чтобы разгадать истинные намерения продавца, не нужно быть Шерлоком Холмсом и упражняться в дедукции. Тебе хотят: как минимум — что-то продать, как максимум — продать самое дорогое из всего имеющегося ассортимента. Воспринимай внимание продавцов как нечто должное и доверяй тому, что видишь сама. В крайнем случае, возьми с собой знакомую, которая не заинтересована в том, чтобы ты выглядела ужасно, и обладала хорошим вкусом, но будь осторожна. Извечная женская зависть может привести к совершенно противоположному результату: ты пригласила знакомую для того, чтобы совместными усилиями выбрать самое красивое и то, что на самом деле идет, а она, обливаясь желчью, насоветовала купить всякую ерунду, потому что завидует твоему счастью в личной жизни, доходу или стройной подтянутой фигурке. Мама, как советчик, тоже не годится. В ее времена мода была несколько другой, поэтому неосознанно она может подтолкнуть тебя к покупке качественных и носких вещей слишком консервативного фасона.

*Нетерпеливость:* возможно, тебе знакома ситуация — наконец-то ты выбралась пройтись по магазинам или на рынок, а желанной вещи так и не нашла. Но возвращаться без покупки как-то неприятно, да и жалко тратить на шоппинг еще один выходной. Поэтому в последний момент ты машешь рукой — «была не была», — и покупаешь хоть что-нибудь. Поверь, совершенно напрасно. Купленная таким образом вещь никогда не станет любимой, не окутает как вторая кожа. Она ляжет мертвым грузом в кучу таких же приобретений и деньги будут потрачены зря. Если уж такое приключилось, что ты не нашла ничего для себя, утешься мыслью, что стерва — женщина редкая, поэтому на этот раз не нашла ничего достойного в груде ширпотреба.

*Дурной вкус:* иметь дурной вкус очень затратно. Большая часть того, что будет куплено, никак не подойдет к тому, что уже есть. Экстравагантные туфельки потребуют экстравагантной кофточки, а сахарница с золочеными ангелочками испугает забежавшего на огонек мужчину сильнее, чем пластмассовая кашка из магазина приколов. Смотри журналы и показы мод, бери пример со стильных подруг, покупай вещи простых фасонов и спокойных цветов. Если не умеешь совмещать «верх» с «низом», отдай предпочтение платьям или костюмам. На каждый день выручат джинсы — они всегда в моде.

*Разностилевость* в одежде: эта женская слабость встречается очень часто и обходится неимоверно дорого. Ковбойские сапожки + пиджак классического покроя + джинсовая юбка + жилетка из велюра + блузка из набивного бархата + спортивная ветровка = нечего одеть. За те же деньги можно было бы составить гардероб в классическом, романтическом или спортивном стиле. Появились свободные деньги? И какую очередную ультрамодную обновку ты собралась покупать?

*Стремление быть модной:* сводит на нет все попытки скопить денег на крупную покупку, притупляет инстинкт самосохранения (только мода заставляет нас носить тоненькие пиджачки в лютый холод, вставать на неустойчивую платформу и задыхаться в корсетах). Мода застит нам глаза новыми фасончиками, по сравнению с которыми, все, что ты носишь, выглядит непроданным товаром из секонд-хенда. Это не так. Есть высокая мода, а есть повседневная. Ты же не на подиум выходишь по утрам, а идешь на работу. А модель, в своей умопомрачительной шмотке, в твоём неотопляемом кабинете и пятнадцати минут не продержится.

Будем считать, что основные знания по теории рациональных покупок ты усвоила. В следующих главах мы остановимся поподробнее на конкретных приобретениях, на которых может и должен задерживаться стержневой взгляд независимо от возраста и достатка.

## Шоппинг от А до Я

*...Чтобы ты не делала, нужно просто просчитать Коэффициент Полезного Действия за день. Процесс не в счет. Как показал опыт, больше всего изматывает необходимость совершать кучу бесполезных поступков, связанных с перемещением в пространстве. Shopping, например.*

Ольга Зарецкая

Закон покупки колготок гласит: «Как только в сумке заводится запасная пара, та, что надета на тебе, сразу же рвется». Закон подлости никто не отменял, поэтому заколки и резинки для волос постоянно теряются, продукты заканчиваются в самый неподходящий момент, а забытые при сборах в командировку вещи приходится покупать в другом городе, дублируя то, что уже есть. Самая страшная статья расходов — это мелочи. «Страшные маленькие прожорлики» незаметно «съедают» большую часть бюджета. Но противно даже не это, а то, что не видно, куда потрачены деньги.

Искусство покупки мелочей основано на смелости взять и навести порядок в доме, оценить «мелочный» потенциал, и раз в квартал написать список недостающего — от ниток до баночек для круп. Второй шаг — выбрать «день для покупки мелочей», пройтись со списком по магазинам и забыть о лотках с мелочевкой на три чудесных месяца. Такая бытовая политика избавит

тебя от желания купить десятую заколку или тринадцатое серебряное колечко. Покупать вещи не по необходимости, а повинуюсь сиюминутному капризу, глупо и расточительно. На Западе много пишут о том, что неумное желание купить все подряд — это попытка заменить недостающие сексуальные эмоции. Английский психолог Патрик Мак-Ги пишет: «Сам процесс покупки весьма эротичен. В модных магазинах свет обычно слегка приглушен, стены окрашены в пастельные тона. Люди чаще всего ходят по магазинам и занимаются сексом по выходным, и эти два занятия подсознательно связываются. В прошлом социальный статус женщины во многом определялся ее «сексуальной репутацией». Если она вступала в связь до замужества, то автоматически причислялась к отбросам — и одевалась соответственно. Теперь этот факт имеет мало значения, но социальный статус человека все также можно определить по тому, во что он одет». Причем тут секс? При том, что и покупки, и секс связаны с мужчиной и ожиданиями. Секс и обновки — это реальные приятные события на пути к Великой Мечте. Можно пойти дальше и прийти к выводу, что сексуально удовлетворенные и счастливые женщины меньше страдают от «покупкомании», а обделенные в сексе и любви готовы терпеть, ради получения денег на походы по магазинам, своих не слишком молодых, и не слишком симпатичных любовников. Получается, что секс и покупки взаимозаменяемы? То же возбуждение и сладостная дрожь во всем теле, расслабленное состояние после свершения акта обладания. Неужели женщина способна влюбляться в бездушные тряпки? Нет, но есть кое-что общее, что роднит секс, заботу о потомстве и желание накопить всякой ерунды. Все это — древние инстинкты, которые не атрофировались в женщине, несмотря на наступление века индустриализации и информационных технологий. Женщина-собирательница и сегодня тащит в дом «жучков» и «съедобные корешки». Неудивительно, что накопление средств на крупные покупки — не в ее характере. Тушу убитого животного и его шкуру в пещеру всегда прита-

скивал мужик. Женщина привыкла относиться к покупкам эмоционально и вкладывать в процесс всю душу, поэтому мужчинам, забежавшим в магазин и покупающим все *строго (!) по списку*, нас никогда не понять.

Лучший способ избежать соблазнов — не ходить в магазины — «посмотреть», а мужественно подняв голову, проходить мимо зазывных витрин. Когда я решила сделать в квартире ремонт, то поступила именно так: на полгода отменила походы по всем магазинам, кроме тех, в которых продаются стройматериалы. Знаешь, что самое удивительное? За «время лишений» я ничего себе не покупала, но мне с лихвой хватило всего того, что было куплено раньше: косметики и вещей, обуви и милых мелочей. Когда ремонт подошел к концу, и стала ясна астрономическая сумма, в которую он мне обошелся, я с удивлением для самой себя поняла, что такие «деньжищи» легко отыскиались в моем бюджете только потому, что я не «растрывкивала» деньги, а вкладывала их во что-то одно. С тех пор борьба с «женщиной-сорокой» вышла на новый качественный виток. Я сразу предупреждаю своего мужчину во время походов по магазинам, что мне может понравиться какая-нибудь ерунда, прошу вовремя остановить, отговорить от покупки. Стоит только задуматься о смысле того, что хочется купить, как желание сразу кажется глупостью.

Но с инстинктами спорить сложно, поэтому мною были придуманы несколько недорогих способов их удовлетворения. Например, устроить себе поход в «секонд-хенд». Вот уж где простор для фантазии и возможность закупить всякого барахла за смешные деньги! Я знаю нескольких стильных и богатых бизнес-леди, которые покупают в «секонд-хенде» фирменные новые вещи с этикетками ведущих фирм. В мешки с поношенным барахлом часто попадают абсолютно новые вещи нестандартных размеров или из старых коллекций, не оцененные «буржуинками» по достоинству.

Еще один способ дешевого самоудовлетворения (имею в виду исключительно покупки) — научиться торговаться и получать от этого удовольствие. Выторго-

вать у египтянина, половину запрашиваемой суммы (приобрела данный опыт во время поездки в Египет) гораздо легче, чем рубль за килограмм картошки у деревенской бабушки, но торговаться можно везде и всегда. Не дожидаясь распродаж, моя подруга Ирина за бесценок умудряется покупать фирменные шмотки в дорогих бутиках. Она критикует фасон и материал, который уже начал покрываться катышками, вслух и громко сомневается в том, что вещь действительно фирменная, замечает микроскопические затяжки от чужих ногтей и следы помады, оставшиеся после примерки. Когда же вконец замученные и убежденные в собственной ничтожности продавцы начинают плакать крокодильими слезами, осознавая, что продают такую фигню, Ирина барским жестом осчастлиливает их желанием приобрести «это» за половину стоимости. Пользуясь ее приемами, я купила с сорокапроцентной скидкой ванну только потому, что на ней была микроскопическая трещинка (видно только под лупой). Набравшись мужества, я рассказала продавцам, что ванна бракованная, а трещинка — это начало глобальной коррозии, которая скоро покроет паутиной всю эмалированную поверхность. Я разыграла спектакль с братом, который мне объяснял и уговаривал, что ничего страшного в этом браке нет. Я порывалась уйти, но в конце концов дала себя «уговорить». Естественно, моему счастью и самодовольству не было предела, и из магазина я выбежала с криком: «Ура!». Торговаться всегда и везде. Для меня это закон. Я не настолько богата, чтобы переплачивать и не настолько стеснительна, чтобы позволить на своей стеснительности кому-то наживаться. Есть категория продавцов, которая на неторгующихся покупателей смотрит презрительно и нарочно обвешивает или подсовывает им некачественный товар. Дескать, если ты дуручка, так уж будь ею во всем. Цены на рынках всегда заранее называют чуть выше, чтобы можно было выторговать процентов десять-пятнадцать, а то и больше. Конечно, есть недорогие палатки и фирменные магазины, в которых никогда не

получишь скидку, как ни торгуйся. Такие места нужно чувствовать и заранее быть готовой к тому, что здесь поразвлекаться не удастся. Хотя даже в бутике можно за бутылку коньяка договориться с девочкой-продавщицей отложить приглянувшуюся вещь под прилавок до наступления сезона распродаж. Месяц-два ты без нее вполне проживешь, зато купишь вдвое дешевле. Чтобы торговаться с умом, нужно хорошо знать уровень цен на разные товары. Если изучением рынка заниматься особенно некогда — смело называй цену, процентов на двадцать (а то и пятьдесят) ниже и смотри на реакцию. Игнорируй такие аргументы, как: «я — только реализатор», «это же фирма, а не то, что продается за углом», «я их уже двадцать штук продала». Ты — хозяйка денег, а значит, и положения. Договорившись о цене, сделай вид, что все еще сомневаешься, попытайся уйти, «передумав». Именно в этот момент тебе могут крикнуть вслед: «Да черт с ним, бери за...». И все довольны.

Если мысль о мелочной экономии тебе претит, а совладать с собой в магазине ты по-прежнему не в силах, есть несколько секретов для отсева неудачных покупок. Ирина на мой вопрос о том, как ей удастся так подбирать вещи, что нет ничего лишнего, все вещи качественные и словно на нее сшиты, ответила: «Я хожу по магазинам без денег, что понравилось — откладываю, а утром возвращаюсь только за теми вещами, которые не расхотелось купить». Блеск! Почему эта мысль родилась не в моей голове? Ведь сколько раз, купив очередную блузку, я кусала себе локти, увидев в магазине напротив фасон, о котором давно мечтала. Или, уже потратив все деньги, попадала на распродажу, где такие же блузки стоили вдвое дешевле. Второй секрет — при покупке попросить продавца не выбивать чек до обеда следующего дня. Скажи, что хочешь примерить дома, не спеша, в комплекте с тем, что есть в гардеробе. Конечно, купальник, носки и нижнее белье никто тебе так не продаст, но платье (особенно дорогое и вечернее) — с удовольствием. Девушки-студентки практикуют даже такой трюк: берут в бутике платье, вечером надевают

его на торжество, а утром возвращают, со словами «не подошло». Если видимых разрушений и пятен от кофе и не только от кофе на платье нет, продавцы обязаны его принять по закону о защите прав потребителей. Кстати, знать законы — очень выгодно. Если уж не удержалась, накупила всего без разбору на распродаже за компанию с подругой, знай, что любой товар в течение двух недель с момента покупки подлежит возврату и обмену, если, конечно, товарный вид и целостность этикеток не нарушена. Куплена вещь за полную стоимость или со скидкой — разницы никакой нет. Главное — не потерять товарный чек. Это правило не распространяется на средства гигиены, лекарства, медицинское оборудование, косметику, парфюмерию, средства по уходу за детьми. Если купленный свитер уже после первой стирки сел на два размера, полинял или разошелся по шву, его тоже можно вернуть или обменять на более качественный (опять же, если есть чек, а вещь куплена не на рынке). Претензии по купленной вещи можно предъявить в течение нескольких месяцев, а то и лет. На всякий случай, купи издание «Закона о защите прав потребителей» и бери его с собой, собравшись сделать в магазине возврат. Продавцы и владельцы магазинов очень не любят грамотных покупателей и, чтобы не связываться с ними, идут на уступки. Но если тебе грубо отказали в форме «надо было посмотреть, что покупала» или «за такую цену и не могло быть ничего другого», смело соглашайся на товарную экспертизу, которая проводится за счет магазина. В любом случае ты ничего не теряешь, а результаты, скорее всего, будут в твою пользу, можешь не сомневаться.

Если речь идет о крупных покупках, без консультанта не обойтись. Чтобы не ругать себя на чем свет стоит за стиральную машину, которая работает как посудомоечный агрегат, изучи все модели и фирмы. Самая дорогая — не значит самая лучшая. Скорее всего тебе придется доплатить не за качество, а за престижную марку. Все крупные покупки должны экономить время, деньги или уж очень радовать глаз.

Приведу пример:

*Стиральная машинка.* Денег не экономит (расход порошка тот же), зато освобождает часа четыре в неделю (может, и больше — в зависимости от количества членов семьи), которые можно использовать в свое удовольствие. Получается двести восемь часов (!) свободного времени в год. За это стоит заплатить.

*Пылесос.* Экономит деньги на покупку щеток, швабр, тряпок и веников и новый маникюр в салоне красоты. Освобождает 3-4 часа в неделю, то есть те же двести с лишком часов в год.

*Посудомоечная машина.* Жрет много электричества и средства для мытья посуды, поэтому об экономии денег речь не идет. Зато у тебя появится еще пять-шесть часов в неделю на то, чтобы заняться собой, то есть двести шестьдесят часов в год.

*Квартира близко к центру города.* Стоит дорого, но оправдывает себя в пересчете на деньги (ежедневный проезд) и время (два часа в день на дорогу «туда и обратно» — это месяц дневного времени в год, которое ты тратишь впустую). Расчет очень простой: два часа в день — это шестьдесят часов в месяц, соответственно, это семьсот двадцать часов в год, это тридцать дней. Учти, что это — дневное время, которое ты могла бы потратить на кучу полезных дел.

*Подведем итог за год:* стиральная машина (208 часов) + пылесос (208 часов) + посудомоечная машина (260 часов) + квартира (720 часов) = 1396 часов (!) = 58 дней (!!!) в год. А теперь вообще фантастика: умножь эту цифру на два, ведь ты трудишься не круглые сутки!!! *И ты все еще никак не поймешь, почему ничего не успеаешь?!*

По похожей схеме можно разложить использование автомобиля и кухонного комбайна, морозильную камеры, которая сокращает вдвое количество походов за продуктами, и многое другое.

Расчет — великая вещь даже в том, что касается обстановки и мебели. О том, впишется ли дорогостоящий диванчик в привычный интерьер, стоит задуматься до его покупки. Чаще всего обладатель обновки дает себе

зарок переклеить обои, а со следующей зарплаты купить новый столик в пару к приобретенному дивану, но «мечты, мечты — где ваша сладость?». И диванчик экстравагантной расцветки прописывается на фоне старых замызганных обоев, при взгляде на которые язык не поворачивается произнести слово «интерьер». В пересчете на годовой бюджет, крупными покупками являются: картошка и сахар, макароны и мясо, подсолнечное масло и кофе, чай и сигареты, спиртное и конфеты — кто что больше любит и ест. Продукты, которые не требуют специальных условий для хранения, лучше всего покупать на рынках и оптовых базах сразу в больших количествах. Это не только экономно (учитывая, что «накрутка» продуктового магазина или супермаркета, который находится у тебя под боком, составляет от двадцати до сорока процентов), но и удобно. Не нужно бежать за сахаром под дождем в соседний ларек или просить соль у соседки. Речь идет не о запасах на случай ядерной войны, а о элементарных подсчетах и дальновидности. Как стерва, добавлю, что ходить на рынки не люблю из-за тяжелых сумок, которые приходится тащить после «шоппинга» по-русски, поэтому во время «экономных походов» я позволяю себе небольшую роскошь: нанимаю такси или прошу знакомого (или любимого) мужчину помочь мне с покупками. За дополнительную плату (которая все равно не идет в сравнение с сэкономленной суммой) таксист поработает грузчиком.

Не покупай вещи, которые можно получить нахаляву. В видеопрокате ты можешь взять кассету за треть ее стоимости на лотке, причем это будет не пиратская копия ужасного качества. Так зачем тратить деньги если планируешь всего один просмотр? Хорошая традиция обмена кассетами и книгами экономит много денег обоим участникам обмена. Обмениваться! южно не только вещами, но и полезными знакомствами. Ты советуешь подруге сантехника, который «творит чудеса» за бутылку, а она рекомендует тебе покрасить волосы в салоне, где работает подруга, берущая деньги только за краску. Советский закон «Я от Тамары» никто не отменял.

## Теория денег в переложении для стервы

*„Ты точно сосчитала, сколько было, сколько потрачено, а значит, знаешь, сколько осталось. Во всяком случае, на сигареты должно хватить. Не хватает! Причина этого явления природы в том, что при акте покупки возникает, так называемая, виртуальная разница. Вероятно, в этот момент открываются какие-то Люки Времени, куда деньги и проваливаются-*

Евгений Арсюхин

Мною давно было замечено, что психологи часто страдают от депрессий и истерик, а работники салонов красоты выглядят ужасно из-за постоянных экспериментов над собственной внешностью. Экономисты и бухгалтеры зачастую бывают непрактичны в житейских вопросах. Почему же знания не прибавляют людям житейской мудрости? Почему врачи ведут нездоровый образ жизни, а супергонщики попадают в аварии на обычных дорогах? В вопросах, касающихся денег, вообще разобраться очень сложно. Непонятно, почему они у одних есть, а у других — нет; воруют ли те, у кого они есть; зависит ли отношение к деньгам и способность зарабатывать от возраста, умственных способностей и пола, и многое другое? Когда я попыталась разбраться с вопросом о деньгах, натолкнулась на несколько заблуждений, которые «бытуют в народе» и с которыми очень трудно справиться, чтобы добраться до истины:

- деньги — это нечто пошлое и грязное, но очень необходимое;
- большие деньги не зарабатываются честным путем;
- деньги существуют для того, чтобы их копить;
- чем больше денег, тем счастливей человек (это заблуждение, каким-то образом, очень логично уживается с поговоркой «Не в деньгах счастье»);
- с деньгами может крупно повезти: богатый муж, выигрыш в лотерею или наследство — это денежная удача, в ожидании которой живет большая половина человечества;
- деньги не связаны с образованием и умом.

Продолжать, в принципе, можно еще долго. Один мой коллега даже придумал целую теорию, связывающую во-едино женщин, деньги и преступность. Суть ее такова: женщина от природы — существо жадное и алчное, она подталкивает мужчину к тому, чтобы он приносил в дом все больше и больше денег. Но мужчина реально понимает, что большие деньги не даются честным путем, поэтому вынужден вступать в преступные группировки и идти на преступления, чтобы удовлетворить запросы супруги (или просто любимой). Ради женщин совершаются подлоги и ограбления, это женщины виноваты в том, что мужчины (существа по природе мирные и нежадные) вынуждены становиться преступниками. Глупая теория, которая позволяет тому, кто ее придумал, не сильно напрягаться в зарабатывании денег, ведь большие доходы — это преступление. А он на преступление не пойдет.

Стервозный подход к деньгам несколько отличается от традиционного и строится не на заблуждениях, а на неписаных законах. В том, что они действуют, ты убедишься с первого дня их применения. Почему, я, честно говоря, сама не знаю. Это примерно так же, как с законом о том, что чем сильнее женщина хочет замуж, тем больше ее избегают мужчины. Почему? Какая разница, избегают и все тут. Так и с деньгами.

*Закон первый: чем меньше ты думаешь о самих деньгах, тем больше их будет.* Расшифровка: думать стоит не о деньгах, а о любимом деле. Люди алчные и жадные никог-

да не наживают больших богатств, а увлеченные работой или даже хобби, зарабатывают неожиданно и много. Думай о том, как сделать работу качественней, лучше всех, а не о зарплате, тогда мысль о подъеме оклада сама собой придет в голову начальнику.

*Закон второй: если грустно и плохо, не хандри, а работай.* Расшифровка: чем больше ты потекаешь своим недомоганиям и депрессиям, тем больше тебя затягивает в омут самосожаления или самобичевания. Работа — прекрасный способ отвлечься от грустных мыслей. Если настроение «на нуле» — работай за двоих, ведь когда появится желанный и любимый мужчина, времени на работу не останется совсем. Депрессия пройдет, а работа, сделанная в не лучший из периодов жизни, принесет деньги, которые ты сможешь с удовольствием потратить уже с хорошим настроением.

*Закон третий: денег всегда мало, поэтому учись выделять приоритетные направления,* на которые их стоит тратить. Расшифровка: если ты живешь в съемной квартире, купленный диван, конечно, приятно порадует глаз, но доставит массу хлопот и затрат при переезде. В деревне такие покупки называют «купить подойник поперед коровы».

*Закон четвертый: если работа не приносит ни морального, ни материального удовлетворения, ее нужно поменять.* Расшифровка: многие люди работают по привычке, не решаясь сделать скачок, попробовать открыть свое дело. Если в один прекрасный день ты решила, что достойна большего, но не знаешь, чем заняться, представь, что ты выиграла миллион в лотерею. Чем бы ты занялась, не испытывая материальных сложностей? Может быть, это как раз то, что называют призванием?

*Закон пятый: белой зависти не существует, поэтому скрывай уровень доходов и поменьше хвастайся.* Расшифровка: люди завистливы, поэтому твои успехи могут просто «сглазить». Я в такие вещи верю, потому что много раз сама с восторгом рассказывала знакомым о своих достижениях, а потом сделки срывались, или я

сама выбывала из строя на пару недель, валяясь в кровати с гнойной ангиной. Стоит поучиться у евреев умению вечно плакаться и прибедняться. Хвастовство победить в себе сложно, но стоит только- попробовать пару раз на вопрос «как дела?» ответить не «отлично», а «спасибо, потихоньку», как к тебе сразу изменится отношение. Не станут просить в долг и обижаться на отказ, не осудят за не слишком дорогой подарок.

*Закон шестой: деньги идут к деньгам.* Расшифровка: имеется ввиду умение не столько заработать деньги, сколько их вложить так, чтобы они работали. Грубая схема выглядит так: некая сумма тратится на покупку магазина, магазин приносит прибыль, которая тратится на увеличение количества товара и покупку более дорогого товара, расширение торговых площадей, что, в свою очередь, приводит к получению новых денег.

*Закон седьмой: держи яйца в разных корзинах.* Расшифровка: многие ошибочно полагают, что речь идет о больших деньгах и их владельцах, которые боятся с жиру и не знают, куда «приткнуть» богатства. Но закон этот касается не только денег, но и знаний в какой-либо области. Уверена ли ты, что завтра не будешь уволена и как быстро в этом случае ты найдешь работу? Есть ли небольшой запас на случай болезни или смены вида деятельности?

*Закон восьмой: женщины зарабатывают на технологиях.* Расшифровка: история показывает, что революционные открытия — это прерогатива мужчин, а женщина зарабатывает себе на жизнь с помощью доведенной до совершенства технологии. Все способы заработать лежат на поверхности, но человек с предпринимательскими способностями тем и отличается от слепого исполнителя, что он придумывает технологию. Начни с малого — придумай, как сделать свою работу более эффективной, что изменить, а от чего вообще отказаться. Через какое-то время ты поймешь, что выбралась из ежедневной рутины и сможешь посмотреть на свою работу с точки зрения роста качества. Ведь карьера — это всего лишь качественные скачки на пути освоения новых технологий.

*Закон девятый: старайся общаться и работать с богатыми людьми, наблюдать за ними.* Расшифровка: в продолжение предыдущего закона, открою тебе небольшой секрет. Наблюдение за состоятельными людьми поможет тебе перестроить мозги на успешность и зарабатывание денег. Взяв с них пример, ты поймешь, что они совсем обычные люди, такие же, как мы с тобой, но более трудолюбивые и фанатично верящие в успех. Ты сможешь со стороны понаблюдать процесс рождения и воплощения тех самых технологий, о которых уже говорилось. В реальной экономике не действуют законы из учебников. Если трем разным людям дать по «КАМАЗу» с товаром, то один с этого получит прибыль, другой сработает по «нулям», а третий еще и должен останется. Живя и работая рядом с теми, кто умеет любой товар продать максимально эффективно, ты получаешь блестящую возможность «ненабивания» собственных шишек, хотя, конечно же, без этого не обойдется. Каждый богач, которого ты видишь, не раз падал мордой в грязь и каждый раз находил в себе силы начать бизнес с нуля. Этому тоже нужно учиться, так же, как и вере, что рано или поздно все получится, если не сидеть на месте и постоянно экспериментировать.

*Закон десятый: не экономить, а больше зарабатывать.* Расшифровка: мелочная экономия мало того что отнимает много времени, еще и крайне пагубна для зарабатывания денег. Научись считать свое время и действия, которые реально приносят доход. Приведу пример: на то, чтобы связать себе свитер, у тебя уйдет часов двадцать, а то и больше (причем еще неизвестно, что получится). Шерсть, которую ты купила, стоит десять-пятнадцать долларов. Такой же свитер в магазине стоит тридцать долларов. Получается, что за двадцать часов работы ты зарабатываешь пятнадцать долларов. Задай себе вопрос, если бы ты это время потратила на работу, задержавшись в офисе, на сколько выросла бы твоя зарплата? Те же двадцать часов можно было бы потратить на поиски нового клиента или на улучшение работы со старыми (смотря, конечно, чем ты занимаешься). Второй вариант пустой и мелочной экономии — поиски самого выгодного варианта. Когда моя мама пол-

дня обзванивает химчистки, интересуясь их расценками, она не учитывает того, что максимальная разница составит двадцать-тридцать процентов (то есть доллар-два), а ехать в самую дешевую химчистку на другой конец города ей придется на двух видах транспорта. Разве это экономия? Сколько времени потрачено впустую! Нет, я не призываю тебя отказываться от своих хобби и приятного времяпрепровождения в кругу друзей и превратиться в затурканного трудоголика. Но зачем тратить время впустую, не получая от сделанного ни морального, ни материального удовлетворения?

Конечно, я не сама придумала все эти законы, некоторые вычитала, другие — подсмотрела, «подрихтовала» под себя. Но постепенно они начали «работать», и мое отношение к деньгам изменилось. Я стала воспринимать их, как нечто живое, похожее на домашнего любимца. Деньги никогда не пойдут в руки к человеку, который относится к ним пренебрежительно. Но и к тому, кто только о них и думает, они тоже не пойдут. Деньги — как индикатор нашего общества. «Если ты такой умный, почему ты такой бедный» — и этим все сказано. Деньги — это мерило таланта и способности управлять людьми, оценка твоих жизненных позиций и показатель того, что как человек ты состоялась. Деньги — это тяжкий труд с утра до вечера и невозможность насладиться заработанным из-за вечной текучки, которую некому поручить. Счастье и богатство — вещи разные, поэтому, если ты хочешь больших денег (то есть добиться успеха), ты их обязательно заработаешь, а счастье — можно быть счастливой и без денег. А пока ты не разбогатела, стоит ли расстраиваться из-за пустого кошелька? Нет, такие горести не для стервы. В крайнем случае, всегда есть мужчины, готовые оказать материальную помощь любимой. Быть женщиной замечательно! У евреев-мужчин есть одна занятная молитва, каждое утро они произносят: «Спасибо тебе, Боже, что ты не дал мне родиться женщиной». Когда я первый раз это услышала, то рассмеялась. Это ж надо было такое придумать! Чего бы никогда не захотела, это поменяться местами с каким-нибудь мужчиной. Женщиной рождаются, а женщиной-стервой становятся. И деньги в этом круговороте играют не последнюю роль...



## Мое лицо — мое богатство

*— От уксуса — куксятся... от горчицы — огорчаются,  
от лука — лукавят, от вина — винаются, а от сдобы —  
добрют. Как жалко, что никто об этом не знает.»*

Льюис Кэрролл «Алиса в Стране чудес»

Тебе нравится, как ты получаешься на фотографиях? Нет, не на тех, что сделаны в студии, с позировками и улыбочками «на заказ», я говорю о фотографиях в компании друзей, на работе. Сколько раз ты видела на них свою физиономию, которая как будто и не твоя вовсе? Часто снимок кажется безнадежно испорченным, если где-то в уголке притаилась твоя злая или обиженная физиономия, когда ты думала, что в кадр не попадешь. Если в твоём альбоме есть такие снимки, то ничем утешить, извини, не смогу. Неудачное выражение лица, которое ты считаешь случайным, — это твоя обычная мимика, а показушная улыбка — всего лишь маска, которую ты не можешь носить долго.

В первый раз я задумалась над тем, как выгляжу со стороны, если не слежу за своим лицом, когда один знакомый рассказал о том, что встретил меня на улице, но я его не заметила. На мой вопрос, почему он сам не подошел, парень замялся и ответил, что ему показалось неловким беспокоить меня, когда я расстроена или зла. Сопоставив все события того дня, я пришла к выводу, что никаких расстройств у меня не было и быть не могло, на-

оборот, я возвращалась с долгожданной покупкой под мышкой из магазина. Значит, получается, что черты лица у меня сами собой складываются в угрюмо-недовольную маску? И тут я стала приглядываться к коллегам. Странная вещь открылась мне: как только женщине казалось, что за ней никто не наблюдает, ее лицо начинало принимать совсем другое выражение. То ли в этот момент она начинала думать о своей тяжелой женской доле, то ли завидовать кому-то, а может, злилась на начальство, но милое личико мгновенно превращалось в грустную маску из театра «кабуки», появлялись морщинки, складочки, глаза тускнели, а тело непроизвольно обмякало в кресле. Второй вывод, который я сделала из своих наблюдений: почти каждая женщина, подходя к зеркалу, скидывает маску обиженности и недовольства и смотрит в него с полуулыбкой, в крайнем случае со строгим кокетством, поправляет волосы и макияж, разворачивается и... снова превращается в злобную мымру. Это что ж получается? Для себя, любимой, и улыбка, и кокетство, а для других — угрюмая морда злой на весь мир «грымзы», которую бросили все мужчины сразу? Та же картина и перед витринами магазинов (это глупые мужчины думают, что мы, наверно, на шмотки пялимся). Расскажу тебе также небольшую, но поучительную историю о том, как один мой очень хороший знакомый издевался над женщинами. Однажды, случайно заметив, что женщина не может спокойно (без гримас и ужимок) сидеть напротив большого зеркала, он их именно так и стал усаживать, естественно, специально, а потом, с «внутренним хохотом» (как он сам признавался) наблюдал, как некая особа женского пола начинает играть: примерять на себя различные образы, оценивать, как поизящней взять бокал вина, как прикурить поэлегантней сигарету. Говорит, зрелище уморительное до умопомрачения. Итак, о чем это свидетельствует? Женщина в этот момент следит за своим лицом и думает о том впечатлении, которое производит на окружающих. Все воспоминания и наблюдения в какой-то момент сложились у меня в голове в цельную, законченную картинку и возникло решение; все, хватит ходить

с таким лицом, будто все вокруг мне должны много денег, хватит портить саму себя и пугать мужчин, хватит обижаться на несправедливость всего мира ко мне. В конце концов, я же уже решила, что я — самая лучшая, красивая и умная, я же стерва, в конце концов!

С этого дня я стала следить за своим лицом. Оно коварно не подчинялось, само собой складываясь в обиженную мину или злую маску, но я не сдавалась. Чтобы хоть как-то дисциплинировать мимику, пришлось пойти на ухищрения — радовать себя покупками, думать о приятном, напевать веселые песенки, держать рот в полуулыбке (которая, честно признаюсь, первое время выглядела, как судорога). Через три дня таких тренировок коллеги стали подозревать, что у меня сумасшедший роман, который я держу в секрете. Я не стала никого переубеждать, но сделала вывод: люди почему-то думают, что довольное выражение лица непременно связано с тем, что человек влюблен и имеет успех у противоположного пола. Следовательно, можно предположить, что есть и другая зависимость, при которой, глядя на твое довольное выражение лица, мужчины начинают проявлять к тебе повышенный интерес. Так в моей голове оформилось объяснение причины, почему следует «носить лицо», ведь без этого бесполезна косметика и любые наряды. А маска довольства к тридцати пяти годам закрепляется морщинами, на избавление от которых тоже придется потратить силы и деньги (кремы от морщин стоят недешево). Не лучше ли заняться контролем за лицом прямо сейчас, чтобы стать настоящей стервой во всем?

Для начала мышцы лица надо полностью расслабить: брови не должны сходиться на переносице, губы поджиматься, глаза шуриться (если проблемы со зрением — сходи в оптику, о выборе очков мы поговорим в отдельной главе). А теперь слегка улыбнись, приподними внешние уголки бровей так, чтобы кожа над глазами немного натянулась.

Поупражняйся со взглядом, гордо подними голову, и — вперед, навстречу новым свершениям. По дороге на работу подумай о чем-нибудь приятном, например о том, что оденешь на Новый Год (День рождения, 8 Марта) и

какой это произведет эффект, вспомни объятья любимого (даже если он сам давно испарился — не беда, появится новый). Поиграй, в конце концов, в соблазнительницу, ведь единственный и желанный может быть любым из встреченных тобой. Зайдя в магазин, пошути с продавцом-женщиной. Вот увидишь, она сразу снимет свою «маску», отгадает и выберет для тебя самое лучшее. Носить лицо — это искусство, ему не научишься за один день, но если не напоминать себе об этом постоянно, то угрюмо-обиженная гримаса вернется снова. Так уж мы устроены: не замечаем хороших вещей, переживаем обо всем подряд. А ведь довольное выражение лица имеет и обратный эффект: от него улучшается настроение. Американцы со своей дурацкой улыбкой кое в чем, все-таки правы: если все время улыбаться и говорить, что у тебя все «о'кей», в это скоро сам начинаешь верить, и улучшается не только настроение, но и дела начинают идти лучше.

Напоследок раскрою тебе еще один секрет довольного лица, если все предыдущие не помогли. Я применила его на себе, он единственный, который мне помог. Сколько я ни старалась, как только ни пыталась контролировать мимику, все равно мымра, сидящая внутри, вылезала наружу из-за ссор с любимым и проблем на работе. В такие моменты думаешь: «А на фиг мне это надо, если все вокруг специально портят жизнь?» И тогда я решила, что у каждого человека в жизни должно быть что-то однозначно-положительное. Это может быть все что угодно: хобби, собака, любовь к покупкам или обустройству жилища, прогулки на природе или еще что-нибудь (ты сама ведь лучше знаешь, что именно тебя радует?). И тут я, задумавшись, решила для себя, что обязательно куплю собаку, и не абы какую, а собаку моей мечты. С тех пор при одном воспоминании о моей собаке, у меня на лице появляется улыбка. И не только у меня...

Я очень люблю свою собаку. Для владельцев этих удивительных существ в моем признании не будет ничего нового. Своих собак любят все. Дело просто в том, что моя собака имеет одну особенность — она поднимает у людей настроение. Английский бульдог — порода сама по себе смешная от складки на носу до поросячьего хвостика.

ка. Но моя белая каракатица (я иногда так ее называю из-за неуклюжей походки и белого окраса), а о ней я мечтала с детства и купила, не сумев накопить всей суммы, в кредит, отличается (ко всем «забавностям» внешнего вида) еще и неумной энергией, помноженной на холерический характер, что при весе почти в тридцать килограммов выглядит просто уморительно. Идешь с Машкой (это так ее зовут) по улице, а навстречу — угрюмая женщина, смотрит на неуклюжего щенка и начинает улыбаться. В магазине незнакомый парень бросает случайный взгляд на сидящую «враслопырку» собаку, отворачивается, потом смотрит еще раз, прыскает со смеху и подмигивает... собаке! У людей спадает маска озабоченности и усталости, ведь глядя на эту милую ожившую игрушку (как говорит мой муж: «Живого *Покемона* видели? Сейчас увидите!»), просто невозможно сдержать улыбку. У меня волшебная собака, которая имеет удивительную способность: за несколько мгновений поднимать настроение всем, и в первую очередь она совершила волшебство со мной, с моим лицом. Благодаря ей, я не переставала улыбаться, даже когда мне было плохо, тоскливо и хотелось выпить сам-на-сам. Кстати, со своим мужем я познакомилась благодаря Машке и не жалею о нашей встрече.

От всей души желаю тебе найти свой секрет «ношения лица». Но запомни: носить — это одно, а когда хорошее настроение само так и светится в каждой черточке — это другое. Видела кошачью мордочку, когда кошка чувствует запах какого-нибудь лакомства? А теперь встань перед зеркалом и изобрази. Запомнила? Женщины произошли не от обезьян. Дарвин в своей теории имел ввиду мужчин, а женщины — они из породы кошачьих, с раскосыми глазами, грацией и странным сочетанием независимости и желания приласкаться. Стерва — это, во первых, воплощение дикой кошки в человеческом обличий, в которой каждый жест говорит о независимости, внутренней силе, красоте и предвкушении скорой добычи, а, во-вторых, это нежная пушистая кошечка, которая будет мурлыкать, свернувшись на коленях, и покажет коготки только в самом крайнем случае.

## **Косметический кабинет на дому**

*Какай сегодня день странный! А вчера все шло, как обычно! Может, это я изменилась за ночь? Дайте-ка вспомнить: сегодня утром, когда я встала, Я это была или не Я? Кажется, уже совсем не я!*

Льюис Кэрролл «Алиса в Стране чудес»

Стерва — женщина занятая, поэтому она не тратит время на салон красоты, когда этого можно не делать. Некоторые процедуры с равным успехом можно проводить, сидя перед телевизором или лежа в ванной. Хочу сразу предупредить, что мужчинам вход в домашний косметический кабинет должен быть строго запрещен? Зачем ему видеть твою неизвестно чем намазанную физиономию? Порядок в квартире и женская красота должны быть сами по себе. Но есть вещи, абсолютно несовместимые с представлениями о стерве: стерва на четвереньках с половой тряпкой в руках или с физиономией, обложенной-огурцами. Так давай же не будем развенчивать мифы о нас собственным нестервовым видом, ведь стерва — это еще и волшебница. Пусть он думает, что где-то припрятана волшебная палочка, по взмаху которой ты становишься моложе и красивей.

В любом салоне красоты тебе предложат сделать «чудодейственную» *чистку лица*. Чистка сглаживает или полностью устраняет дефекты, стягивает поры и делает лицо более молодым, особенно рекомендуется чистка

обладательницам жирной кожи. На самом деле ничего сложного в этой процедуре нет, и ее вполне можно делать дома самостоятельно. Делается она так: на чистую кожу наносится смесь из меда, яичного желтка и оливкового масла (в равных пропорциях), а сверху накладывается влажная и горячая (обязательно!) льняная или Хлопчатобумажная салфетка. Маску нужно подержать минут двадцать, сменяя салфетки, чтобы они постоянно оставались горячими. Затем умыться горячей водой. Мы распарили кожу, а теперь приступаем к самой чистке: крем для бритья взбиваешь так, чтобы получился стакан пены, добавляешь чайную ложку соды и наносишь на лицо. Далее, обмакивая пальцы в мелкую соль, массируешь все лицо минут десять, избегая участков вокруг глаз. Кожа лица должна немного покраснеть. После чистки умойся теплой водой и нанеси питательный крем, которым обычно пользуешься. Если чистку делать вечером, утром сама себя не узнаешь. Кожа будет нежная, ровненькая, без чешуек и расширенных пор. По эффективности чистка кожи сравнима только с таким известным изобретением как...

*Массаж* — одна из самых приятных процедур, которую, без сомнения, любят „все женщины. Комплект для полноценного массажа тела включает в себя: мужчину, книжку с картинками по технике массажа, массажное масло или лосьон. Сложнее с массажем лица, правильно его сделать, чтобы эффект был положительным, не так просто, ведь из-за неправильных движений могут появиться новые морщинки. Ценность массажа в том, что он «разгоняет» кровь, поэтому к клеткам лица поставляется питательных веществ больше. А если подпитать кожу и снаружи, например масками, то лицо сразу помолодеет и посвежеет. Но нельзя перебарщивать: моя соседка как-то сделала себе массаж, да перестаралась: из-за слишком сильных надавливаний и щипков кожа покрылась синяками. Потом неделю она сидела дома на больничном, чтобы сослуживцы не подумали, что ее бьет муж. Если делаешь массаж, сначала очисти лицо, нанеси крем или масло, потом хорошо разотри ладони и легкими по-

стукивающими движениями, подушечками пальцев пройдись по всему лицу, чтобы кожа разогрелась, и только потом приступай к массажу. Запомни: круговые движения производятся так, чтобы кожа не сдвигалась (движения пальцев примерно такие, какими втирают крем), иначе морщин только прибавится. Направление движения: от носа и центра подбородка — к ушам, от губ — снизу вверх по носогубным складкам, от центра лба — к его краям, от центра шеи — в стороны. Очень осторожно промассируй кожу под глазами по направлению к вискам, а верхнее веко — от внешнего края — к носу. Массаж — чудодейственное средство, сравниться с которым может только...

*Баня:* у нас с подругами есть традиция — пару раз в месяц ходить в баню. После бани во всем теле появляется такая легкость, как будто ты похудела на несколько килограммов, а кожа становится гладкой, свежей и упругой. Женский поход в баню или сауну кардинально отличается от мужского. Цель мужской бани — не столько попариться, сколько потрещать «за жисть», совершить ритуальные возлияния или пригласить туда же "девушек-массажисток". Когда же в сауну идут женщины, они совершают сеанс красоты и делятся опытом по этой части. Сеанс оздоровления с традиционным чаепитием длится, как правило, часа два-три. С собой мы берем мед, чтобы намазаться им в парной, масло, для того чтобы капать его на раскаленные камни, березовые или ивовые веники. Как выяснилось, традиция женских банных дней придумана не нами. В Японии гейши выделяли целый день, чтобы попариться на славу. Узнав о том, как они парились, я обзавидовалась черной завистью. Представь себе баню в три этапа — купание с массажем и растиранием жесткой рукавицей, потом отдых на кушетке и ароматическая баня. Японка залезла в бочку с кедровыми опилками и смесью из трав (их могло быть до 60 видов). Бочку постепенно нагревали, травы и опилки источали аромат, пропитывая им тело японки. Вот, и секрет красоты без суперлосьонов и кремов. В современной сауне осуществить подобную процедуру сложно, поэтому мы придумали делать веники из

трав и подстилать их под себя на полки в парилке. Рассказывать об эффекте не буду, но когда мы выходим всей компанией (учти, без косметики!), то работники оздоровительного центра начинают шутить, уж не ведьмы ли мы, совершающие в парилке ритуалы по омоложению? Смешно? Мне тоже, ведь все гениальное, во-первых, просто, а, во-вторых, уже давно изобретено. А баня — это не только секрет молодости и красоты, но и здоровья. Организм очищается от шлаков, стимулируется и нормализуется обмен веществ, снимается усталость и даже лечится депрессия. Сколько времени в неделю ты тратишь на посиделки с подружками? А если перенести их в сауну? Те же сплетни и «бабские» радости, только с пользой для здоровья. Опять же — обрати внимание — стервозный подход: стараться успеть все, не забывая о себе, любимой. Отправляясь в баню, возьми с собой большое махровое полотенце и шапочку (или маленькое полотенце, чтобы повязать им голову), потому что высокая температура плохо влияет на...

*Волосы* — гордость любой стервы. Ты, наверное, ожидаешь, что я буду тебя учить: мыть и расчесывать, раскладывать разномастные пряди на жирные, ломкие, сухие, редкие и густые? Не буду, потому что прочитать об этом ты можешь в любом женском журнале. Производителям шампуня выгодно, когда его используют часто, да еще и бальзам покупают. Я покупаю только профессиональную косметику для волос, которую продают в фирмах, специализирующихся на парикмахерских, потому что обычные шампуни по качеству сильно уступают «салонным». Мужчинам нравятся пышные роскошные волосы, летящие пряди, не слипшиеся от лака, да им, в конце концов, нравятся просто чистые волосы и отсутствие перхоти. Средств по уходу — море. А что в результате? Переухоженные пряди, жирные у основания и ломкие на концах. Волосы не любят частого мытья, они от этого теряют влагу и естественную жировую смазку. Ты наверное возразишь: на всех пузырьках написано, что шампунь подходит для частого применения. Естественно, а что бы написала ты, если бы сама выпускала шампунь?

Старайся мыть голову не чаще двух раз в неделю, постепенно приучи волосы к такому графику. У меня длинные волосы, поэтому мой фирменный секрет — маска из масла. Любое растительное масло без запаха (лучше оливковое) слегка подогреваешь, наливаешь половину пластикового стаканчика (подбери его по размеру так, чтобы поместилась вся коса) и опускаешь в него волосы: Стаканчик закрепляешь на затылке с помощью полиэтиленового пакета и заколки, и ходишь, чем дольше тем лучше. Если нет времени,крепи стакан на полчаса пока будешь принимать ванну. Когда снимешь стаканчик, уверяю, что масла в нем ты не найдешь: «голодные» волосы «проглотили» его залпом. После масляной маски моешь голову, как обычно, но волосы становятся более тяжелыми и блестящими, меньше секутся на концах. Кстати, что ты думаешь о бигуди? Надеюсь, догадываешься, что стерва при мужчине никогда не достанет их из тумбочки? Ведь бигуди — это радость домохозяек, они даже «в бигудях, а поверх — косыночка» ходят в магазин. Бигуди — это похороны стервы. Если уж совсем не можешь обходиться без них, купи термобигуди — они быстрее завивают волосы. Роскошные локоны получаются, если накрутить волосы по методу наших бабушек, на папильотки: на шнурок длиной 20-25 см накручиваешь полоску бумаги шириной 5-7 см до той толщины, которой ты хочешь получить локон, накручиваешь прядь (но не до самых корней, чтобы можно было собрать накрученные папильотки резинкой и обвязать поверх платком. Получится похоже на волосы, собранные в «сеточку», и никто и не догадается, что ты накручена). Когда локон накручен, завязываешь концы веревочек для фиксации. Получается стильная прическа, в которой можно даже спать, ведь папильотки — мягкие, от них не болит ни голова, ни...

*Шея*, которая, как известно, выдает возраст. Эту «страшную» женскую тайну я, еще в далеком отрочестве, прочитала в какой-то книжке. И действительно, глядя на певиц и актрис, понимаешь — выдает. Что делать? Если морщинки есть с детства, то строение шеи, увы, не исправишь, спать без подушки — тоже не вари-

ант. Просто, не надо забывать о ней, а заботиться о ней нужно, также как и о лице. Маску — на лицо и на шею. Контрастный компресс, крем, тоник — во вред не будет ничего. Для шеи салоны красоты тебе ничего нового не предложат. А еще они не предложат тебе принять...

*Ванну*, которую стерва, следуя примеру Клеопатры, уважает. Ванна с ароматическим маслом, пеной, чаем, молоком, солью, травяным отваром, маслом, медом. Чего только не придумает стерва! А если взять с собой в ванну любимую книжку или бокал вина? Нанеси маску для лица, понежись в теплой водичке в свое удовольствие, и пусть вместе с водой уйдет усталость и проблемы. Царица Клеопатра принимала ванны из теплого ослиного молока. Для современной женщины это, мягко говоря, несколько дороговато. Поэтому предлагаю два простых и недорогих рецепта. Рецепт №1: чтобы искупаться в «молочных реках», завяжи два стакана сухого молока в мешочек из нескольких слоев марли и повесь на кран, так чтобы струя протекала через него. Когда ванна наберется, то мешочек станет почти пустым, и сухое молоко растворится в воде, а не будет плавать комками по поверхности, если бы ты его высыпала прямо в ванну. Чтобы получилась молочная пена, добавь в сухое молоко немного пены для ванны. Рецепт №2: возьми по полстакана сухого молока, картофельного крахмала и муки грубого помола или отрубей, перемешай, заверни в несколько слоев марли, завяжи покрепче и используй мешочек, который получился, вместо мочалки. Дополнительно использовать гель для душа не нужно, но, если кожа сухая, капни на мешочек несколько капель оливкового масла. Такая мочалка заменяет скраб, маску, стягивающую поры, и отбеливающий крем. Кожа становится гладкой, нежной, шелковистой на ощупь. После ванной очень полезно попить чай, по старой народной традиции, чтобы восстановить потерянную влагу. Перед тем, как выйти из ванны юной и нежной, как Афродита, постой пару минут под прохладным душем, чтобы поры закрылись, а кожа стала более упругой, ведь давно доказано, что для многих женщин одно из средств для сохранения молодости — это...

*Холод*, который может быть и другом, и врагом одновременно. Диана де Пуатье принимала ледяные ванны и до глубокой старости выглядела гораздо моложе своих лет. Правда, есть один нюанс: холод — друг только тому, у кого не чересчур сухая, тонкая и нежная кожа. Но даже неженкам контрастный душ полезен. Тем же, кто хорошо переносит воздействие холода (это видно даже по состоянию кожи на морозе), показаны к применению: кубики льда для растирания кожи по утрам, умывание свежевывавшим снегом (думаю, очевидно, что снег должен быть не городским). Итак, кто сказал, что красоту нельзя заморозить? От холода в кожу дополнительно поступает кровь, поэтому после процедуры рекомендую нанести крем или...

*Маску* для лица и шеи, можно изготовить из чего угодно, стоит только захотеть. У тебя дома есть бесценная фабрика красоты под названием — холодильник. Готовишь обед? Достань что-нибудь (сметану, мед или еще что-то — на твое усмотрение) и нанеси на лицо на 5-10 минут. Никакие «фирменные» рецепты не сравнятся с твоим собственным опытом. Прямо сегодня, *сейчас*, повесь на холодильнике записку «Сделать маску!». Через месяц ты ее, спокойно и не напрягаясь, снимешь. Эффект от простых домашних процедур и сила привычки (которая разовьется в тебе) сделают свое дело, а если не все морщинки разгладятся, то тебе поможет...

*Зарядка для лица* была придумана известным французским косметологом Эвелин Гантер-Печот, которая поняла, что лицо, как и тело, нужно тренировать. С возрастом мышцы атрофируются, «сползают» вниз, поэтому им нужна зарядка, но не обычная, а специальная, с использованием пальцев. Почему пальцев? Потому что, даже если ты будешь кривляться и рисовать буквы карандашом, зажатым в зубах, как советуют в некоторых книжках, это все равно не даст такого эффекта, как использование пальцев. При разговоре, при обычной мимике лица, задействуется только небольшая часть мышц, да и те используются не в полную силу. Пальцы создают сопротивление, которое мышцам приходится преодолевать. Сейчас в продаже есть масса книг с данной и подобными гимнастическими упражнениями, но предупреждаю сра-

зу: это не для ленивых. А тем, кто не привык тратить больше 10 минут в день на свою красоту, рекомендую жевать жевательную резинку (она укрепляет мышцы челюстей, щек и подбородка), но только так, чтобы никто не видел, как ты жуешь, или попробовать...

*Аутотренинг* — последнее по счету, но не по значению средство, которое имеет самое прямое отношение к салону красоты. Приходишь ты в салон, а мастер тебе и говорит: «Голубушка, да вы чудо как похорошели», — и ты расцветашь, потому что от мужа только и слышишь: «Чай, не девочка уже»; на работе: «Марья Сергеевна, в вашем-то возрасте...» и так далее. Такое впечатление, что все сговорились поставить тебе памятник при жизни с огромной надписью «ЗРЕЛОСТЬ» или «СТАРОСТЬ». И только с подругами ты можешь немного расслабиться, скинуть тяжесть прожитых лет и забот, потому что, по старой памяти, вы зовете друг друга «девочками» или в салоне парикмахер и косметолог, чтобы улучшить настроение клиенток, расточают комплименты, уговаривая на очередной эксперимент. Отсюда вывод: в нашей жизни так мало хороших слов, что мы готовы за них платить и творить невообразимые вещи со своей внешностью. Аутотренинг — это самоуговаривание, самоубеждение в том, что ты — самая красивая. Ложишься вечером спать — вспомни самое лучшее, произошедшее за день, похвали себя, расслабь мышцы лица, а то так и заснешь со сдвинутыми бровями и сжатыми губами, тут-то морщины и нагрянут. Не позволяй закрасться мысли, что ты — старая и некрасивая. Это аутотренинг наоборот, который тебя угнетает, а о какой красоте может идти речь при постоянном напряжении? Вечером, лежа в кровати, постарайся максимально расслабиться, подумай о том хорошем, что сегодня произошло с тобой. Если это был лишь комплимент от незнакомого мужчины в автобусе по дороге на работу, вернись к тому моменту, когда ты вдруг почувствовала себя желанной, даже если потом весь день пошел наперекосяк. Как бы сильно ты ни захотела, а неприятности никуда не денутся, но стоит ли позволять им портить нам цвет лица и прибавлять морщин?

## Суперкожа для стервы

*На сеете мало недостижимых вещей; будь у нас больше настойчивости, мы могли бы отыскать путь почти к любой цели.*

Ф. Ларошфуко

У меня есть один знакомый, который мечтает о том моменте, когда изобретет суперкожу. Как человечество обретет это чудо, пока неизвестно, то ли таблетки какие появятся, то ли притирки, но это и не так важно. Главное, что суперкожа будет противостоять любым катаклизмам, она не стареет, приспосабливается к условиям погоды, режиму питания, сна и бодрствования. На суперкожу тем более не будут действовать такие мелочи, как табак и алкоголь, на ней не будут вскакивать прыщи, оставаться синяки, даже волосы будут расти только там, где нужно. Разве это не мечта миллионов женщин? Никаких тебе пластических операций, нудного замешивания масок, денег на кремы и лосьоны. К сожалению, изобретение пока находится в стадии разработки, поэтому стремиться к обладанию суперкожей приходится с помощью подручных средств и ассортимента косметических магазинов.

Честно признаюсь, я люблю салоны красоты. Из салона всегда выходишь посвежевшей, похорошевшей и счастливой от того, что сделала себе, любимой, маленький подарок. На какие только ухищрения не идут работ-

ники разнообразных салонов красоты, чтобы, за наши же деньги, сделать нас красивее! Тут и чистки, и маски, и оборачивания живительными составами, в общем, всего и не перечесать. Это не реклама, а суровая реальность, на которую у большинства из нас нет ни времени, ни денег. Знаешь, чем отличается «стервозный» подход к своей коже от обычного? Стремлением достичь максимального эффекта при минимальных затратах средств и времени. И, исходя из этого, я подвергаю оценке все секреты «красивости» и вечной молодости, которыми пестрят журналы и книги для женщин. Ведь стерве нужно успеть все: и на работе, и дома, и по хозяйству, да и в магазин успеть забежать. Она — человек занятой, занятой настолько, что планирует все (и посещения салона красоты тоже) заранее. Она не может позволить себе, поддавшись какому-то порыву, схватить с прилавка раз в месяц банку с кремом и намазать ее себе на физиономию, ожидая сразу чудодейственного избавления от всего, начиная от прыщей и заканчивая морщинами. Стерва отличается от обычной женщины тем, что она постоянно *думает*, а значит, оценивает, примеряет на себя, смеется над обманом доверчивой женской души.

По моим наблюдениям, никакие, даже самые дорогие средства, не дают гарантированных результатов. Наглядный тому пример — звезды эстрады и кино, которые рано или поздно все равно попадают на хирургический стол в клинике пластической хирургии. Большую роль во внешности женщины играет наследственность. Взгляни на свою маму или бабушку, много ли у них морщин? Кто-то умывается хозяйственным мылом и выглядит как огурчик, а кто-то, несмотря на все ухищрения и потраченные деньги, каждый день находит на лице новые морщинки. Образования морщин, как ни крути, не избежать, они коварно вылезают на самых видных местах, подчеркивая твой возраст. Морщинки портят твой, нанесенный с такой тщательностью, макияж, собирают в себя тональный крем. Но существует несколько универсальных секретов нанесения макияжа, которые помогут выглядеть моложе:

- лучше использовать помаду бежевых, а не розовых оттенков;
- уделяй пристальное внимание нанесению тонального крема, его слой должен быть идеально ровным;
- румяна удачно отвлекают внимание от морщинок на лбу и около носа, акцентируют внимание на скулах и освежают лицо;
- темная помада немного старит, но и чересчур светлая не подойдет — подбери что-то среднее;
- если около рта много морщинок, не пользуйся контурным карандашом для губ и яркой помадой, особенно жирной, она растекается по морщинам вокруг рта;
- под глаза накладывай пудру и тональный крем чуть меньшим слоем, чем на другие участки кожи, так как пудра и тональный крем подчеркивают мелкие морщины на тонкой и нежной коже;
- на неглубокие складки, мимические морщинки и под глаза, если есть темные круги, до нанесения основного тона накладывается более светлый тон;
- в течение дня обязательно следи, чтобы тени не скапливались в складках век;
- после нанесения теней, припудри верхнее веко: слой теней продержится дольше;
- если лопнул капилляр, нанеси немного зеленоватого тона, а поверх — обычный. Ничего не будет видно.

Итак, война морщинам объявлена. Наше главное оружие — это наши бесценные руки и бесконечная уверенность в собственной неотразимости. Дополнительным оружием можно считать различные способы воздействия на кожу лица, Из которых самыми действенными я считаю похлопывание, паровые ванночки и отшелушивание.

*Похлопывание* — это профилактически-укрепляющее средство, которое не поздно освоить в любом возрасте. Каждое утро, перед тем как нанести макияж, нанеси крем на лицо и шею, правой ладонью похлопай по ле-

вой стороне лица и шеи, а левой ладонью — по правой. Чем нежнее кожа, тем мягче должны быть похлопывания, и наоборот. Например, для кожи на лбу требуются более сильные похлопывания, а похлопывания под глазами производятся очень нежно, подушечками пальцев. Подбородок похлопывают тыльной стороной правой ладони. Если кожа покраснеет, не пугайся. Уже через 2-3 минуты цвет придет в норму и будет более ровным и намного «живее», чем до процедуры. Если приучишь себя производить такую процедуру каждое утро, то старше своего возраста ты не будешь выглядеть никогда. В дополнение делай массаж ушей: он «открывает» глаза, бодрит и улучшает цвет лица. Почему так происходит, скажу честно, — не знаю. Делается он просто — помассируй уши изнутри и снаружи минут пять, чтобы покраснели.

*Паровые ванночки* — второе призовое место от стервы. Делай ванночки раз или два в неделю, и я тебе обещаю, что подружки обзавидуются состоянию твоей кожи. Процедура простая, но эффект... И нужна-то только емкость с кипятком; а в нее бросить травок, какие есть (например, липовый цвет, ромашка или даже сбор от простуды), капнуть парочку капель ароматического масла — ванночка готова. Очисти лицо от косметики. Накрой голову полотенцем и наклонись над емкостью, но так, чтобы не было чересчур горячо (для кожи важен пар, а не тепло от воды). Посиди минут пять-десять. Если нет времени готовить травяную смесь, используй только что сваренный компот или кастрюльку с вареной картошкой — эффект от этого не уменьшится. Если же время позволяет, совмести паровую ванночку с чисткой лица. Аккуратно пройди по распаренной коже скрабом, протри прыщики (если они есть) каким-либо дезинфицирующим средством и умойся. Умываться после ванночки лучше всего холодной минеральной водой — это закроет расширившиеся поры, после чего нанеси питательный крем или маску. Маска и крем после ванночки действуют намного эффективнее, и кожа становится, словно у младенца: гладкая и нежная, поры затягиваются, а морщинки разглаживаются.

*Отшелушивание* — секрет бархатной кожи из арсенала звезд экрана. После тридцати пяти лет его нужно делать ежемесячно. Особо рекомендуется женщинам с проблемной кожей и с расширенными порами. Очищенную кожу отшелушивают в косметических салонах, используя специальные препараты. Это оптимальный вариант, если есть время и позволяют средства. Отшелушивание зачастую совмещают с сеансами электростимуляции и компрессами. Макияж после этой процедуры не наносят. Отшелушивать дома верхний слой кожи лучше всего после паровой ванночки. Большинство скрабов, которые продаются в магазине, слишком нежные для такой процедуры и не дают максимального эффекта. Скраб для сильного отшелушивания можно изготовить самой, если мелко (очень мелко!) истолочь в ступке и смешать с жирным кремом ракушки (подойдут обычные черноморские — рапаны) или смешать с жирным кремом каменную соль (должна присутствовать кремовая основа и какой-то наполнитель, производящий отшелушивание). Когда смесь будет готова, нанеси ее на лицо толстым слоем и приступай к процедуре отшелушивания. Круговыми движениями пальцев, сильными, но не сдвигающими кожу (иначе возможно появление новых морщин) массирующими движениями начни продвигаться от носа к скулам, от рта — к ушам. Чувствительная кожа под глазами и на грани лица и шеи требует более осторожного обращения. Определить, правильно ли ты сделала процедуру, просто: кожа после процедуры сильно краснеет, на следующий день начинает шелушиться, но через 3-4 дня чешуйки отпадают, и кожа становится идеально гладкой и нежной. Эти три-четыре дня желательно спланировать так, чтобы в это время не оказалось важных мероприятий и торжеств. Я думаю, ты со мной согласишься, что процесс «превращения» гусеницы в бабочку не стоит того, чтобы демонстрировать его окружающим.

Изобретать новые средства по уходу за лицом и телом зачастую не нужно, ведь до сих пор успешно применяются старинные рецепты. Секреты женщин, которые, также как и мы, хотели выглядеть молодо и соблазнять мужчин «бархатом» своей кожи. К примеру, в Древнем Египте основными средствами по уходу за кожей были масла, их наносили на тело после омовения. Реклама од-

ного известного масла для детей и женщин не врет, оно и в самом деле прекрасно увлажняет кожу, делает ее бархатной на ощупь. Но мало кто знает, что такой же эффект дает любое масло, даже обычное подсолнечное. Чтобы приготовить *масло по рецепту египетских жриц*, тебе понадобится бутылка оливкового масла и ароматические масла. Добавляешь несколько капель концентрированного ароматического масла (какого именно — выбирай сама в зависимости от вкуса и настроения) в оливковое, и косметическое средство готово. Вот тебе и польза для кожи, и ароматерапия — все «в одном флаконе», а что самое главное — никакой химии. Женщинам с жирной и проблемной кожей нужно наносить масло после ванны или душа на влажную кожу, а потом хорошенько вытираться полотенцем. Таким образом, кожа, которая после ванны распаривается (а ее поры раскрываются), с одной стороны, насыщается необходимым для поддержания красоты маслом, а с другой — поры не засоряются его излишками. Обладательницы сухой кожи, могут наносить масло хоть по три раза на день, но обязательно на чистую кожу. Ощущение сухости и стянутости сразу пропадет. Кстати, мужчины перемены во внешности в положительную сторону замечают моментально. Спрашивается, зачем тебе все эти, широко разрекламированные продукты химической промышленности, упакованные в красивые флакончики на погибель бюджету, если есть *натуральные* (!) средства для ухода за кожей? '

Еще один пример из опыта предыдущих поколений — секрет Катрин Денев. В одном из интервью она призналась, что никогда не загорала. По ее словам, лучше обманывать зрителя, накладывая темный тональный крем и румяна, чем портить кожу и приобретать морщины, жарясь на солнце. К этому совету стоит прислушаться, если не хочешь к сорока годам стать похожей на обезьянку. *Солнце* в большей степени вредит тем, у кого светлая, тонкая и сухая кожа. Я очень люблю, когда мое тело покрыто ровным загаром, поэтому приходится постоянно следить за тем, чтобы загорало тело, а не лицо. Естественно, я использую средства защиты кожи лица: крем на каждый день с защитой от ультрафиолета и специальный солнцезащитный для пляжа.

С солнцем вроде «разобрались», но и другие *погодные явления* словно объявили войну женской красоте. Вспомни о ветре и морозах, от которых шелушится кожа и синеют носы. И женщина снова и снова вынуждена придумывать, как же защитить свою кожу, такую нежную и ранимую.

Одна из вечных женских проблем: с одной стороны, нужно почаще бывать на воздухе, а с другой, — для кожи это вредно, особенно если «свежий» воздух — это городской чад и смог. Давно уже не актуальны: умывание дождевой водой и обтирание снегом, ведь неизвестно над каким комбинатом, выпускающим черт-те какую дрянь, пролетало облачко, да и вода из крана доверия не внушает. Для умывания современная женщина (читай как «стерва») использует минеральную воду. Ее очень удобно перелить из бутылки во флакончик с пульверизатором и опрыскивать лицо утром и вечером. Мама с детства нам рассказывали о пользе гуляний под дождем и о том, что от пудры портится кожа. Сегодня же все наоборот: от дождей стоит спрятаться под зонтиком, а тональный крем защищает кожу от городского смога. Положительный эффект, который дает дождь — это увлажнение кожи. Влага впитывается кожей из влажного воздуха, поэтому специально мокнуть под дождем не нужно. Если уж такая беда приключилась, и ты попала под дождь, придя домой, обязательно смой дождевую воду вместе с макияжем, вытри лицо насухо и нанеси питательный крем, потому что дождевая вода в городе содержит различные вредные соединения, которые кожа впитывает вместе с влагой.

Но опасности подстерегают бедную стервочку не только на улице. *Сухой воздух* в помещении также вреден для кожи, особенно зимой, когда топят на полную мощность батареи или кондиционер работает «на обогрев». Даже если регулярно проветривать помещение (об этом, я думаю, ты уже позаботилась), проблемы это все равно не решает. Самый простой способ поддержания нормального уровня влажности — аквариум и комнатные цветы на подоконниках. Второй вариант — поддоны с водой под батареями или под теми же комнатными цветами. У одной стервочки дома я позаимствовала отличную идею совмещения дизайна с пользой. Обычные горшки она постави-

ла в большие поддоны с насыпанными на дно ракушками и камушками и наполнила их водой. Красиво и для кожи полезно. Также увлажняет воздух сушка белья в комнате (не люблю за неэстетичность), еженедельное выпаривание нескольких литров воды на плите (потом в квартире, как в сауне, и могут отклеиться обои), но, по-моему, гораздо проще и эффективнее ежедневно обрызгивать из пульверизатора комнатные цветы и шторы.

К своей коже надо прислушиваться, надо стараться понять, что ей нужно, а не пичкать без разбора кремами и лосьонами. Кожа сама подает тебе сигналы, просит помочь ей. А что это будет за помощь, то ли маска из яиц с лимонным соком, то ли сладкая водичка для умывания (по слухам, так снимала макияж Мадам де Помпадур), тебе великолепно известно самой. Состояние практически любой кожи улучшается после масок на глиняной основе (может, поэтому гейши отбеливали лицо глиной?), а вот маски-пленки подходят далеко не всем. Овсяные хлопья — давнее проверенное и отлично себя зарекомендовавшее средство. Маска из запаренных хлопьев превратит даже самое изнуренное после тяжелого рабочего дня лицо в «персикоподобное» чудо. Тратить деньги на рекламируемые средства, которые якобы разглаживают морщины на 46%, а увлажняют и улучшают цвет на 32% (все удивляюсь, как это они так посчитали?), по-моему, глупо. У меня есть знакомые, которые мажутся дорогущими кремами, есть и подружки, которые пользуются отечественной косметикой, добавляя в нее обычные масляные витамины из аптеки, и выглядят они отлично — на 100%! Может, это как раз тот случай, когда на себе, любимой, стоит сэкономить? Купить один супердорогущий (но, естественно, действующий) крем от морщин, а остальные средства использовать из холодильника и аптеки. Времени много занимать не будет — даю слово стервы. Готовишь отбивные на ужин любимому? Приложи их (сырыми!) на минут пять к щекам (естественно, без макияжа), а потом отправляй на сковородку, где им и положено быть. Об этом старинном народном рецепте сохранения красоты мне рассказывала моя бабушка. Второй рецепт «от бабушки»: отвари в молоке белую редьку или белую свеклу, быстро порежь «кружочками» и наложи на лицо

и шею (корнеплоды должны быть умеренно горячими) и приляг минут на пятнадцать-двадцать, помечтай или почитай книжку. А теперь посмотри на себя — красавицу. Ну как?! Не даром ведь кожа — женского рода, а женщины так любят, когда их балуют... Тебе ли этого не знать?

Женщину до процедур, о которых рассказано в этой главе, и после них, можно сравнить с картиной, поврежденной временем и неблагоприятными условиями хранения и «возвращенной к жизни» заботливой рукой реставратора. Секрет суперкожи в твоих руках, поэтому, как сказала Коко Шанель, «их нельзя опускать». Начни заботиться о ней сейчас, не откладывай «на потом», и завтра она в полной мере отблагодарит тебя его восхищенным взглядом и нежными поглаживаниями его рук.

Несколько «стервозных» советов напоследок:

- жесткая, хорошо намыленная мочалка или «рукавичка» великолепно заменяет крем-пилинг для тела (особенно если попросишь *его* потерять тебя посильней);
- умывайся водой с лимонным соком. Витамин С, содержащийся в нем, великолепно тонизирует кожу;
- регулярно умывайся настоями трав;
- утром, собираясь на работу, покривляйся перед зеркалом. Не бойся, морщин у тебя не прибавится, а лицо будет более подтянутым и живым после такой «зарядки»;
- брось курить, а если не можешь, кури максимум 10 сигарет в день и пей побольше молока;
- никогда не оставляй «ночной» крем на лице на ночь. Он называется «ночным» по времени его нанесения — перед ночью. Накладывается он толстым слоем на 10-15 минут, затем остатки удаляются салфеткой, иначе забитые кремом поры не будут дышать;
- спи не менее восьми часов в день. Сон — лучшее косметическое средство;
- старайся проводить больше времени на свежем воздухе (в парке и на даче) и почаще улыбайся, тогда на твои морщинки никто не обратит внимания.

## Косметика для стервы

*Ты сегодня французской помадой,  
Напомадила губы свои,  
А мне кажется, будто измазан,  
Весь твой рот в моей алой крови*

Группа «Ленинград»

Для современной женщины косметика уже давно стала не столько средством «наведения красоты», сколько набором гримировальных принадлежностей для создания определенного типажа, обладающего своим характером, жизненными принципами и мнением о мужчинах. «Боевую раскраску» некоторых представительниц слабого пола иначе объяснить просто невозможно. Порой остается только гадать — что хотела выразить тем или иным своим макияжем какая-либо «соблазнительница», преследовала ли она цель заманить мужчину в роковые сети или, наоборот, пыталась отпугнуть назойливых ухажеров? Часто ли мы задумываемся о том, что нам на самом деле подходит? Как часто экспериментируем с новым цветом (теней, помады и т.д.) и продукцией косметических фирм? Как показывает практика, большинство женщин старше двадцати пяти лет красятся автоматически, абсолютно не задумываясь о том, как отнесутся к нанесенному макияжу мужчины. Косметические «штрихи» наносятся по привычке, сформировавшейся и закрепившейся в период освоения различных косметических средств. Меняется мода

и стиль, да и возраст неуклонно растет, но это никем не учитывается. Поэтому днем на улице очень часто можно встретить девушку с вечерним макияжем или тетеньку «под полтинник», покрашенную, как девочка-подросток, собравшаяся на дискотеку. Приходится признать одну грустную истину: косметика, используемая женщинами как средство для привлечения мужчин, зачастую их отпугивает, потому что большинство женщин не знают как, когда и какой макияж правильно наносить, как мужчины относятся к косметике вообще.

Курс освоения «косметического пространства» следовало бы начать с лозунга:

*«Ты должна быть покрашена всегда».*

Женщина без косметики обречена быть бледным подобием умело покрашенных соперниц. Не нужно потакать собственной лени, приводя в качестве аргументов:

- что часто краситься вредно;
- что кожа должна дышать;
- что мужчины любят отсутствие косметики.

Данные аргументы абсолютно не имеют под собой никакого основания. Начнем их разбирать «с конца»:

- мужчины, которые не любят косметику, на самом деле, имеют в виду ее переизбыток и совсем не будут против соблазнительно покрашенных губ и длинных ресниц;
- современные косметические средства прекрасно подходят для ежедневного использования и защищают кожу от воздействия неблагоприятных погодных условий;
- цели, ради которых используется современный макияж: как минимум — не отпугнуть мужчину, а как максимум — «утопить» его в омуте твоих глаз (нарисованных), заставить изнемогать от желания прикоснуться в поцелуе к твоим соблазнительным губам (покрашенным) и бархатым щечкам (напудренным).

У большинства из нас нет идеальной кожи, длинных ресниц, ярких губ с четким контуром, но мужчинам знать об этом совсем не обязательно, и поэтому на помощь женщинам приходит косметика. Стерва ориентиру-

ется в разнообразии к  
в воде. Она знает, как выбрать качественную косметику

и как содержать в порядке «косметичку», чтобы она не была складом замусоленных тюбиков и грязных ватных тампончиков. «Косметичка» у стервы выглядит так, что ее не стыдно достать и раскрыть на людях. В то же время, если от коробочки отлетела крышка, компактная пудра разбилась на тысячу осколков, а любимая помада стерлась до основания — это еще не значит, что их нужно выбрасывать. Косметика с дефектами прекрасно подойдет для... домашнего использования. Пудру можно истолочь и использовать как рассыпчатую, а помаду наносить кисточкой (естественно тоже дома). В памяти сохранилось одно воспоминание из далекого детства о старшей сестре моей одноклассницы. Вечером на лавочке в беседке собиралась молодежь со всего квартала, а рядом вертелась, подслушивая «взрослые» разговоры, «малышня» — младшие братья и сестры, которых родители отправили погулять со старшими «в нагрузку». В разгар посиделок во двор вышла местная красавица, по которой сохла и страдала большая часть мужского населения района — та самая старшая сестра. Ее губы искрились от умопомрачительной модной перламутровой помады, которую привез из загранкомандировки отец. Девчонки с завистью смотрели на обладательницу соблазнительных губок, подавляя вздохи от невозможности приобрести подобное чудо. Прошел час или два, и «чудо-помада» исчезла под воздействием шелухи от семечек. И тогда героиня моего рассказа достала из кармана тюбик с помадой и зеркальце и стала выковыривать из тюбика «лучезарную эссенцию»... спичкой. И той же спичкой мазать ее себе на губы. После *этого* «телодвижения» весь ореол стильности и дороговизны сразу куда-то исчез. А «роскошная красавица» с перламутровыми губами сразу, как в сказке про Золушку, превратилась в «поселковую» девчонку с неаккуратно покрашенным ртом. Схожее чувство возникло у меня почти через двадцать лет, когда я увидела косметичку одной стервы: стильный ридикюль и дорогая косметика, подобранная даже по цвету футляричков. Их было немного, но как это смотрелось! Я сразу же вспомнила о том «ужасе», который надежно спрятан в моей сумке, который я старалась открывать под столом или в гордом одиночестве, чтобы никто не заметил рассыпавшихся по всей косметичке теней и ка-

рандашных стружек, облезших упаковок и растаявших помад. Тогда я дала себе одно обещание, которое выполняю по сей день: косметичка — это мое второе лицо.

Имидж стервы складывается из мелочей. А косметичка — это огромная «мелочь», на которую обязательно обратят внимание и мужчины, и женщины. Как бы идеально не был нанесен мой макияж, если я достану помаду из маленькой помойки, то все мои усилия по созданию имиджа дорогой и стильной женщины пойдут, по меньшей мере, коту под хвост. Лучше всего иметь две косметички: одну (не выносятся за пределы квартиры) — со средствами для нанесения основного макияжа, а вторую — с минимумом, необходимым для корректировки макияжа, она всегда находится в сумочке.

#### *Содержимое первой косметички:*

— тональный крем (в идеале их должно быть два: один более темный и густой, второй светлый и более легкий по консистенции);

- корректирующий карандаш;
- рассыпчатая пудра;
- румяна;
- тени (блестящие и матовые, нескольких оттенков от самых темных до белых);
- губная помада (двух-трех тюбиков вполне достаточно, чтобы успеть их использовать до тех пор, пока не появился неприятный запах старого жира). Если привыкла наносить помаду кисточкой — добавь в косметичку и ее;
- карандаш для губ (подбирается на тон темнее помады, но того же цвета. Если помады две, и они сильно отличаются по цвету, карандаша тоже должно быть два);
- тушь (водостойкая и обычная). Стерва никогда не будет покупать синюю или зеленую тушь — это дешево и пошло. Днем она красит ресницы темно-коричневой или темно-серой тушью, а на вечер припасена черная, создающая эффект «бархатных» ресниц);
- подводка или карандаш для глаз и бровей. Стерва знает, что во все времена самой сексу-

альной формой глаз считалась миндалевидная. «Кошачьи» глаза можно нарисовать карандашом или подводкой, следя за тем, чтобы линии были идеально ровными, а нанесенные тени и карандаш не растекались в течение дня. Сексуальные глазки рисуют, заполняя темными тенями или карандашом верхний внешний угол глаза.

*Содержимое второй косметички:*

- Губная помада;
- Блеск для губ;
- Тушь;
- Небольшая упаковка теней;
- Компактная пудра;
- Карандаш для губ;
- Карандаш для глаз или подводка;
- Маленький тюбик тонального крема (а вдруг ты сегодня не попадешь домой?).

А теперь несколько слов о том, как стервы наполняют косметичку содержимым и как они его используют. Первенство по популярности в косметическом ассортименте по праву следует отдать губной помаде.

***Помада:***

Большинство женщин именно с нее начинают косметические эксперименты в отрочестве, а став бабушками, не выходят из дома, не «мазнув» губки. Женщины подсознательно чувствуют, что во время визуального контакта и разговора собеседник огромное внимание уделяет именно губам. Губы и брови придают выражение всему лицу. Поэтому мы так (вполне заслуженно) любим помаду. Стерва НИКОГДА не покупает помаду с лотка на рынке. Хорошо лежит на губах (и смотрится в косметичке) только дорогая помада. Дорогая — это значит не дешевле трех-четырех долларов (вполне приемлемые по качеству помады от фирм, распространяющих свою продукцию с помощью сетевого маркетинга). На ХОРОШЕЙ помаде не нужно экономить! За свою жизнь мы «съедаем» более пяти килограммов этого «продукта», поэтому речь, в данном случае, идет не только о красоте, но и о здоровье. Кто даст гарантию, что в китайских вазелиновых помадках не содержится какая-нибудь запрещенная

к поеданию в больших количествах гадость? А ведь мы еще и мужчин немного «травим» — они помаду тоже едят, когда нас целуют. Но даже если не смотреть так далеко, есть еще один очень веский аргумент в пользу дорогих помад. Они ровно ложатся на губы, да и пахнут вкусно! Дорогой ненавязчивый запах (не сладко-конфетно-карамельный, как у «дешевков») чувствуется, когда стерва говорит или просто проходит мимо. Этот легкий аромат (вместе с запахом духов) очаровывает мужчину и подталкивает его к мыслям о поцелуе. Качественная помада не нуждается в дополнительной рекламе стойкости, цвета, увлажняющих свойств, супер-блеска. Фирма-изготовитель и цена — это гарантия того, что все лучшие качества присутствуют сами собой. И последний «штрих»: по моим наблюдениям, дорогая помада (от пятнадцати долларов и выше) служит в два раза дольше, потому что наносится на губы ровным тонким слоем и почти не стирается, не размазывается. Она не плавится в жару и не собирается катышками на губах в мороз.

*Как подобрать цвет?* — Нет ничего проще. Для дневного использования, особенно в сочетании с одеждой пастельных тонов, подойдут неяркие и матовые оттенки, а на вечер — коричнево-бордовые и красно-бордовые. Красный цвет помады — самый капризный. Он хорошо сочетается с одеждой черного, белого, темно-синего цвета, а к красным нарядам надо подбирать помаду строго того же тона, как и одежда. Если ты обращала внимание на фотографии в женских журналах, то наверняка заметила, что яркий цвет губ у моделей не пользуется популярностью, вне зависимости от оттенка волос и одежды. Чересчур ярко покрашенные губы старят, придают сходство с вампиром, притягивают к себе внимание окружающих. Яркую помаду лучше оставить для вечернего макияжа. Помады коричневых оттенков подходят практически всем, а розовых — голубоглазым и блондинкам. Каштановые волосы и карие глаза не сочетаются с помадой лиловых, фиолетовых и розовых оттенков. Если ты не уверена в том, что оттенок подобран правильно, то лучше нанести помаду очень тонким слоем, чтобы цвет не так бросался в глаза или кисточкой смешать с помадой другого оттенка. Еще один способ — сначала обведи губы контур-

ным карандашом, а после нанесения помады, тщательно растушуй кисточкой линию контура.

*Чтобы помада дольше держалась и не растекалась, губы лучше красить так:*

— Обвести контурным карандашом губы. Обводка может сделать их больше (губы обводят, слегка «залезая» на кожу) или меньше (губы «прорисовывают» внутри контура рта). Обязательно доводи линию до уголка рта, иначе губы будут выглядеть недокрашенными. Нарисованный контур должен быть идеально ровным. Если линия пошла «не туда», поправлять ее бесполезно — все равно губы будут выглядеть слегка перекошенными и неаккуратными. Лучше сотри все и начни с начала. Карандаш нужно хорошо подточить, а потом аккуратно острым лезвием срезать самый кончик, чтобы он не был чересчур острым. Для первых тренировок — коричнево-пастельные оттенки, затем можно переходить к более ярким цветам.

— Слегка припудрить губы.

— Накрасить губы помадой (используя кисточку или без нее).

— Аккуратно промокнуть губы листком бумаги (это похоже на легкий поцелуй в щечку).

— Вставить листок бумаги между губ и сжать их (излишки помады останутся на бумаге и не будут пачкать зубы). Зубы в помаде — поистине отвратительное зрелище, которого стерва не может позволить себе никогда!

— Улыбнуться!

Помада имеет одну неприятную особенность: в течение дня неравномерно «съедаться» и растекаться по морщинкам вокруг губ, поэтому за состоянием губ нужно тщательно следить. Если очаровательный «нарисованный» ротик стал походить на бесформенное пятно, то бесполезно подтирать его платочком и пытаться рисовать помадой поверх старых художеств. Лучше все стереть и накрашивать заново. И не забыть промокнуть!

*Совет:* чтобы обычная помада держалась не хуже «суперстойкой», после нанесения первого слоя помады аккуратно промокни губы и припудри их еще раз, затем нанеси второй слой и снова промокни бумагой.

Средства для удаления помады, как таковые, тебе понадобятся только для стойких помад или карандашей. Обычные легко стираются ватным тампоном или платочком.

Последним штрихом в макияже губ является блеск. Именно он акцентирует внимание на губах и прибавляет им соблазнительности. Нельзя наносить блеск на обветренные губы, потому что он подчеркивает и усиливает все дефекты, даже мельчайшие! Чтобы помада лежала идеально ровно, губы, так же как и кожу лица, нужно чистить скрабом и смазывать питательным кремом.

**Совет:** как правильно наносить блеск, чтобы избежать эффекта «лаковых» губ и помада не растекалась? «Захвати» кисточкой немного блеска и поставь им три точки на нижней губе, и две на верхней — на одинаковом расстоянии между собой и от уголков рта. Подушечкой пальца легонько размажь блеск по губам, стараясь не надавливать, чтобы не нарушить слой помады.

*... У тебя глаза ТАКИЕ!*

*Обсуженные глаза,*

*Подыхаю от любви я,*

*Отказали тормоза!*

*Группа "Ленинград"*

**Тушь:**

На втором месте в рейтинге средств «убойного» воздействия на мужчин находятся глаза. Настоящая стерва никогда не накрасит веки розовыми тенями, никогда не подведет глаза снизу жирной черной чертой. Стерва всегда следит за тем, чтобы уголки глаз были чистыми, а ресницы не слипались от избытка туши. С изобретением водостойкой косметики, произошедший революционный переворот позволил женщинам не выглядывать в бассейнах и на пляже, как «бледнолицые скво». Но, по-моему, *главное* достоинство водостойкой туши заключается в том, что она не расплывается безобразными черными потеками от мужских поцелуев.

**Совет:** если новая тушь слишком жидкая и склеивает ресницы «иголочками», оставь ее приоткрытой на сутки-двое. Лишняя влага испарится, тушь загустеет и приобретет нужную консистенцию.

На хорошую тушь, так же как и помаду, не стоит жалеть денег, потому что качественная тушь почти не пахнет, ложится на ресницы равномерно и без комочков, не осыпается черным порошком под глаза. С ней можно забыть о «хитроумных» трюках: расчесывании ресниц и разделении их иголкой.

*Совет:* но и недорогой тушью можно покрасить глаза ничуть ни хуже, чем у рекламных красоток. Нанеси тушь тонким слоем, затем слегка припудри ресницы и снова нанеси тушь. Так в молодости красили глаза наши мамы, когда тушь выпускалась в коробочках, в которые перед нанесением макияжа требовалось поплевать.

При нанесении макияжа нужно учитывать мужские пожелания и вкусы, ведь мы стараемся именно для них. Правда, представители сильного пола зачастую с трудом могут сформулировать свое мнение — что им не нравится в макияже. Дело в том, что, когда женщина накрашена со вкусом и в меру, мужчины ее макияж не замечают вовсе!

*Итак, как правило, мужчинам не нравится:*

- толстый слой тонального крема и/или цвет лица отличающийся от цвета шеи, из-за неправильного подбора тона пудры и тонального крема;
- сильно напудренное лицо, особенно с дефектами кожи;
- блестящий от пота нос;
- румяна, нанесенные «а-ля матрешка»;
- облупившийся лак на ногтях (особенно яркий) или плохо накрашенные ногти;
- излишки помады, которые скапливаются в уголках рта;
- избыток туши на ресницах;
- запах и вкус старой и дешевой помады;
- брови-«ниточки», нарисованные до ушей;
- тональный крем в корнях волос и бровях;
- обилие лака для волос, когда прическа «стоит».

*«Стервозные» советы:*

— Если новая помада сломалась у основания, не огорчайся, выковырни остатки из тюбика, положи их, вместе с отломавшимся куском, в симпатичную баночку

(металлическую или стеклянную) и поставь на «водяную баню». Помада расплавится, превратившись в однородную массу, и ее можно будет наносить на губы кисточкой.

- Стерва НИКОГДА не накрасит губы прозрачной перламутровой помадой, предварительно обведя их темным или ярким карандашом. Это пошло и отдает дешевкой.

- Главный закон нанесения теней: их надо хорошо растушевывать, чтобы не было резких переходов, и накладывать самый темный оттенок — близко к ресницам, а самый светлый — к бровям.

- Косметические наборы со множеством отделений неудобны и непрактичны, потому что, в лучшем случае, используется только половина ячеек с любимыми оттенками. А неиспользованный до конца набор выбросить жалко, и поэтому встает дилемма — либо все-таки выбросить, либо краситься тем, что тебе не подходит по цвету. Не проще ли вообще не покупать?

- Если, удалось недорого купить сразу два тюбика любимой помады, положи один из них в холодильник, на полочку дверцы. Так помада долго не состарится и сохранит приятный запах.

- Почему не стоит использовать жидкие тени и помаду? Они быстро растекаются и требуют пристального внимания. Тени собираются в складочках век, а помада так и норовит «уползти» за пределы карандашной обводки. Сплошная нервотрепка!

- Темную пудру или тональный крем можно использовать вместо румян.

*Немного о тональном креме и пудре:*

- Для вечернего макияжа тональный крем можно наносить обильно. Для дневного — надо более умеренно.

- Если тональный крем ложится неравномерно или чересчур толстым слоем, добавь в него капельку дневного крема или молочка для снятия макияжа и разотри — консистенция станет жиже.

- При температуре воздуха выше 25 градусов, на ярком солнце и если лицо обильно потеет, тональный крем не наносится.

— На лицо, с ярко выраженными дефектами (прыщи, раздражение, шелушение, шрамы), тональный крем наносится только после интенсивной очистки скрабом.

— Цвет лица после нанесения тонального крема должен совпадать с цветом шеи.

— Для вечернего макияжа тональный крем и пудра наносятся не только на лицо, но и тонким слоем на шею, плечи и руки.

— Пудра будет почти не видна, если наносить ее более обильно на щеки, вокруг рта и на лоб, и тонким, незаметным слоем на нос, вокруг бровей, под глаза, по контуру волос и на подбородок. Именно в этих местах «напудренность» видна в первую очередь.

— Если твоя кожа далека от идеала, на работе поставь стол так, чтобы сидеть спиной или, хотя бы, боком к окну.

— В кафе или ресторане, от жары или танцев, макияж может «поплыть». Конечно, гораздо лучше сходиться в «дамскую комнату» и его подправить, но, если это почему-то невозможно, заранее займи место так, чтобы источник света находился за спиной.

— Небольшой источник света на столе в кафе или ресторане (например, свеча) придаст твоим глазам блеск и подчеркнет изгиб ресниц.

— Лак для ногтей не засохнет до последней капли если, перед тем как закрутить крышечку, выдохнуть в пузырек воздух и сразу же его закрутить.

— Прыщи — проблема не только подростков. Сколько раз красная точка на лбу или щеке портила тебе настроение на весь день? Есть небольшой секрет, как справиться с этой проблемой. Нанеси светло-зеленым карандашом или тенями небольшое количество красителя прямо на прыщик. По закону цвета, при наложении зеленого на красный (цвет прыщика) получается бежевый цвет, похожий на оттенок кожи. Поверх корректирующего карандаша наносится тон и пудра.

— Пикантные родинки на лице подчеркивают, уже после нанесения пудры, коричневым карандашом.

— Брови — одни из важнейших деталей. Если ты используешь пинцет, делай это каждый день, не пропуская и бесцветных волосков.

— Макияж наносится ТОЛЬКО (!) при дневном свете.

— Вечернее платье не будет смотреться без яркого (так называемого «вечернего») макияжа.

— Найди в журнале или посмотри по телевизору, какие из известных актрис, моделей похожи на тебя. Попробуй сделать макияж, как у нее.

— Макияж выглядит более естественно, если руками слегка подкрасить мочки ушей, пройти по контуру лба у волос, подбородку, кончику носа и зоне «второго подбородка» (даже если его нет).

— Под брови и во внутренние уголки глаз (на верхнее веко) наносят белые или очень светлые тени (можно и перламутровые). Это зрительно выделяет глаза, молодит и придает макияжу более свежий вид. Так красились женщины еще в Древнем Египте — темный внешний верхний угол и подсвеченный внутренний. Одно предупреждение: брови должны быть выщипаны и ухожены.

## Экспресс-курс стервозного макияжа

— Дорогой, представляешь, я похудела на пять кило!

— А ты попробуй встать на весы после того, как сделаешь макияж...

Как и многое другое, макияж стервы отличается от традиционного описываемого в женских журналах. Он может быть нанесен совсем не по правилам и не самой дорогой косметикой, но все равно смотреться «на все сто». Большинство мужчин в косметике ничего не понимают (конечно, если мужчина не визажист), поэтому, в отличие от женщин, нет-нет, да и подсовывающих тебе тюбик с «термоядерной» расцветкой, мужчины стараются косметику не дарить. Но рядом с любым мужчиной обязательно окажется особа женского пола (мама, сестра, бывшая возлюбленная), которая с превеликим удовольствием пройдетя: по твоей манере красить глаза, по твоему вставному (слева сверху) зубу, расскажет о дешевизне твоей помады и ее противном запахе. Раньше я, ловя на себе пристальные женские взгляды, частенько начинала смущаться, думая, что сделала что-то не так, искала на себе размазавшуюся тушь или «поползшие» колготки, а потом поняла, что меня рассматривают именно потому, что у меня — *учатся, подсматривают*, как одеться и накраситься лучше всего. С тех пор я не «комплекую», а иногда да-

же настораживаюсь, не заметив на себе оценивающих, завистливых или восхищенных взглядов. У меня сразу возникают мысли: «Неужели сегодня я выгляжу не так хорошо, как всегда?»

«Стервозный» макияж *всегда* (!) должен быть наложен так, чтобы даже женщина не смогла подкопаться. А добиться этого можно только в том случае, если превратить макияж из ежедневной повинности и ритуальной индейской раскраски в занимательное хобби и эксперименты над своей внешностью. Это значит, что с сегодняшнего дня макияж «становится на службу» новому имиджу. Ни одного лишнего движения — лучше просидеть весь вечер перед зеркалом, примеряясь, как и что нарисовать, чем утром, дрожащей рукой на память со сна физиономию, наносить привычный макияж. Запомни, как и на одежду, на макияж моды нет. Крась лицо чем угодно и как угодно, лишь бы было красиво.

Вторая крайность — это избыток косметических средств в пересчете на квадратный сантиметр кожи одной женской физиономии. Не «пролетай» эту фразу на крейсерской скорости. Запомни ее! По моим наблюдениям, половина женщин отпугивает мужчин своей бледно-зеленой ненакрашенной физиономией, а вторая — индейским раскрасом. Середины практически не бывает. Сторонники «боевого раскраса» не расстаются с косметичкой даже в сауне и на природе, постоянно, как придирчивые художники, добавляя к «бесценному шедевр» все новые и новые штрихи. Они настолько не привыкли видеть себя без макияжа, что утром, глядя на себя в зеркало, невольно пугаются и стараются нарисовать лицо, пока никто их не увидел. То же самое происходит и вечером: умывшись, женщина поскорее бежит в спальню, в которой заранее выключен свет, чтобы откровенно «ужаса» не увидел даже муж. Они становятся рабынями косметического разнообразия, и уже не задумываются о том, что имидж и возраст изменился. Как правило, они красятся ради самого процесса, а не ради привлекательности, не забывая положить макияж, даже собираясь в фитнес-клуб. Через час интенсивных занятий роскошный макияж превращается в однообразно-

серую массу, покрывается капельками пота, стекает на спортивный костюм жирными каплями. Вот уж когда становится действительно понятно, насколько стойка наша косметика, так это при стирке. Но довольно о грустном, не пора ли порвать порочный круг и поэкспериментировать с макияжем, ведь любая теория беспомощна и бесполезна без практики.

Я предлагаю тебе остановиться на одном из перечисленных вариантов стервозного макияжа, а точнее, на той концепции, которая совпадает с твоим образом жизни, вкусом, ситуацией и индивидуальными особенностями.

*Натюрель* — про такой макияж говорят, «краситься нужно так, чтобы макияж был незаметен». Как правило, сторонницы этого подхода не комплексуют по поводу своей бесцветной мордашки или наоборот, обладают прекрасными темными ресницами, хорошей кожей и яркими губками, не нуждающимися в корректировке формы. Если бы у меня было все перечисленное, я бы тоже стала поклонницей этого стиля. С другой стороны, порой окинув взглядом женщин в транспорте или присмотревшись к знакомым, невольно начинаешь думать, а почему бы им не перейти на «натюрель»? Хуже уж точно не было бы. Натуральный стиль — это не только макияж. Это стиль одежды и жизни: здоровая еда, удобное и светлое жилище с обилием натуральных материалов, комнатных цветов. К естественному макияжу *подходит*: одежда из льна и хлопка, джинсы, кожаные сандалии, умеренное мелирование. *Не подходит*: лак для волос, маленькое черное платье, «стрельба» глазами, волосы яркого цвета, крупные и яркие украшения. Стиль «био» — это модно, хотя подчеркнуто-правильный образ жизни всегда отпугивал мужчин. Есть вариант использования стиля только со спортивной одеждой (к которой макияж и украшения вообще не рекомендуются).

Примеры: фильм «Особь» — особь в исполнении Наташи Хенстридж, фильм «Русалочка» — сама Русалочка.

*Вамп-макияж*. Такой стиль не обязывает иметь алые губы, как у вампира и закрывающиеся от веса нанесенной туши глаза — это чрезвычайно распространенное заблуждение. Женщина-вамп — это женщина-соблаз-

нительница. Именно этот вариант макияжа, одежды и манеры себя держать стал ассоциироваться с женщиной-стервой, так же, как длинный плащ, шляпа и очки — со шпионом. Именно он чаще всего описывается в книгах и встречается в кино, карикатурно перенимается женщинами любого возраста. Макияж женщины-вамп выдержан в классических тонах. Губы яркие, но в меру. Женщина-вамп никогда не купит помаду розового, фиолетового или морковного цвета, не накрасит губы бесцветным перламутром (даже на курорте). Для макияжа глаз она использует все оттенки коричневого (как правило, очень любит золотисто-охристые тона) или серого. Тушь для ресниц — предпочтительнее черная, удлиняющая и объемная. Брови-ниточки, умело подкрашенные карандашом. Обязательны румяна в тон к помаде. Без них не «заиграют» глаза и губы, лицо будет выглядеть бесформенным. Женщине-вамп *подходит*: шубка из дорогой зверушки, маленькое черное платье и одежда темных оттенков, худоба, однотонный цвет волос (без мелирования и тонирования), черные колготки, туфли-шпильки, кожаная одежда, томные взгляды. *Не подходит*: «баран» на голове, крашенная «блондинистость», спортивная одежда, бижутерия из поделочных материалов, суетность и запах духов, дешевле 50 долларов за пузырек. Дом женщины-вамп выдержан в классическом стиле или слегка «косит» под старину: трюмо на гнутых ножках, роскошная кровать в стиле Людовика XVI, мягкий ворсистый ковролин, полумрак и запах ее духов.

Пример: Ума Турман в фильме «Криминальное чтиво», Марлен Дитрих.

*Классическая блондинка* — популярный образ, к которому равнодушен любой мужчина, всю эксплуатируется стервами. Стервам очень удобно играть на имидже недалекости и податливости, ведь именно с этими чертами характера у мужчин подсознательно ассоциируются блондинки. Мужчины за «блондинистость» готовы простить многое: наигранное кокетство, легкомыслие, корысть и женские капризы. Стервы этим пользуются, прикрывая свою сущность золотистыми кудряшками и изводя килограммами краску для

волос. У натуральных блондинок далеко не всегда хватает ума понять, каким сокровищем они владеют, поэтому инициатива переходит к крашеным шатенкам и брюнеткам. Они мужественно закрашивают отросшие корни, чтобы соответствовать мужскому идеалу. В классической блондинке, даже супер-сексуальной, всегда есть что-то трогательно-детское. Это утрированный образ, но этим он и привлекателен для мужчин. Эту «фишку» в свое время очень точно «просекла» Мэрилин Монро — символ всех блондинок и полуночная мечта солдат, отбывающих срочную службу. Посмотри на героинь, сыгранных ею в кинофильмах, они слабые, незащищенные, трогательные, иногда подвержены соблазнам, иногда не очень честные и *всегда (!)* не слишком умные. Они блондинки — и этим все сказано. Макияж для блондинки — подойдет любой, но не слишком вульгарный (хотя ей простят даже такой). Классической блондинке *подходят*: платья откровенных фасонов, высокий каблук, яркие (но не вычурные) украшения, голубые и песочные тени для глаз, кудряшки, кокетство. *Не подходит*: пережженные и сухие кончики волос, отросшие корни, имидж базарной торговки или буфетчицы. Дом блондинки тоже может быть каким угодно — мужчина ей простит и это. Забавные безделушки, нерациональные предметы интерьера, плюшевые мишки и шкафчик, уставленный дамскими штучками. Нет, на самом деле, она не так глупа, чтобы относиться к этому серьезно, но знает, что все мужчины — большие дети и их часто тянет к женщинам, больше напоминающим подруг детства, чем мамочек.

Пример: Мэрилин Монро, Мадонна, Памела Андерсон.

*Восточная красавица* (она же Шахерезада Степановна) — эта стерва словно соткана из сказок «Тысячи и одной ночи». Она похожа на колдунью и неземную «пери» («красавица» по-восточному). К этому имиджу подойдут: длинные распущенные волосы, одежда с восточными мотивами и обувь с заостренными носами. Но так же естественно она смотрится и в одежде «на каждый день», а еще лучше — без нее. «Шахерезада

Степановна» окутывает мужчину томным голосом, неженской мудростью и изысканным сексом. Ей не обязательно быть восточное женщиной по происхождению, ведь «восточная красавица» — это удобная оболочка, позволяющая наложить несколько лишних граммов косметики, так чтобы они не казались лишними, носить длинную одежду (не у всех ведь ноги идеальны), выставляя напоказ плечи и грудь. Восточные красавицы могли себе позволить несколько лишних килограммов веса и вовсе не чувствовали себя из-за этого менее желанными. Для «Шахерезады Степановны» *подходит*: все восточное (но, без чрезмерного увлечения национальными мотивами), «стрелки» на глазах, обилие украшений, браслеты на руках и ногах, яркий лак для ногтей и макияж глаз. Не подходят: свитерок с китайского рынка с блестками, спортивная одежда и одежда в армейском стиле, выжженные перекистью волосы. Дом «восточной красавицы» говорит сам за себя — кровать с палантином, мягкая шкура на полу, свечи и благовония на столике.

Пример: Азиза, Джина Лолобриджида.

Стервы бывают очень разными, но каждая к своему лицу и косметике относится крайне трепетно. Если заведутся деньги, перед праздником обязательно сходи к визажисту, только учти, что он накрасит тебя со вкусом, так, как тебе подходит, но — несколько ярче, чем ты привыкла. Кстати, на промо-акции часто приглашают визажиста, который наносит макияж бесплатно. Смотри внимательно, что и как он делает, за каждым движением и оттенком цвета. Даже если тебе не понравится результат, взгляд со стороны в любом случае важен, потому что мы по привычке красимся «на каждый день» одинаково, л это привнесет какую-то новизну в твой облик.

В макияже много тонкостей и мелочей, в которых ты со временем разберешься. И использовать для этого мужчин необходимо. Ты можешь прямо спросить у мужчины его мнение о какой-либо знакомой и, услышав ответ, начать его анализировать, ведь это как раз тот случай, когда надо учиться на ошибках других.

## Очки или линзы?

— Как ты можешь драться, если носишь очки?

— А я сначала внимательно смотрю на противника, а потом дерусь по памяти.

Скажу честно, поначалу эту главу я вообще не собиралась писать. Глаза не болели и до последнего времени я благополучно считала, что все с ними нормально, пока окулист не вынес приговор: минус два с половиной. Не ахти, какая близорукость, но проблема возникла, хотя бы потому, что я совершенно не знала, как отнесутся к моему новому образу близкие и знакомые. Одни сразу заявили, что я стала похожа на училку, другие сочувственно завздохали — дескать, прощай красота, третьи начали неуклюже льстить, утверждая, что очки придают мне дополнительный шарм. Чтобы составить собственное мнение, я занялась изучением рынка оправочно-линзовой продукции и вот что из этого получилось.

Очки можно подобрать под любой стиль одежды и лицо. Распространенное заблуждение о том, что некоторым очки идут, а другим — нет, действовало только в далекие советские времена, когда выбор оправ ограничивался двумя полочками с ужасными пластиковыми изделиями. В нас «сидит» с детства стереотип об «очкариках», как о людях слабых, незащищенных и в чем-то ущербных. В транспорте я частенько замечала, что мужчины в очках в первую очередь обращают внимание на женщин-очкариков, как на сотоварищей по

несчастьем. Но по несчастью ли? Давай подумаем об очках не как о вынужденной необходимости, а как об интересном аксессуаре, который дополнит твой имидж.

Очки с небольшими диоптриями никак не изменят форму и размер твоих глаз. Несколько дополнительных штрихов к привычному макияжу, и ты уже совсем другая. Для работы очки даже полезны, в них ты выглядишь более серьезной и деловой. Я знаю одного менеджера, который, не имея дефектов зрения, специально заказал очки в тонкой золоченой оправе, чтобы производить благоприятное впечатление на клиентов.

Когда ты оденешь очки или линзы, тебе сразу начнет казаться, что люди стали некрасивыми, с резкими чертами лица. У тебя может даже упасть самооценка из-за того, что раньше ты не замечала все морщинки и прыщики на своем лице, а тут они вдруг все сразу выскочили на физиономию, да и макияж почему-то окажется не слишком аккуратным, а глаза накрашенными по-разному. Это далеко не повод для беспокойства, а наоборот — возможность посмотреть на себя «зрячими» глазами.

*Макияж "под очки"* имеет несколько особенностей, о которых должна обязательно знать стерва. Ресницы можно красить погуще, а вот со «стрелками» и «подводкой» будь аккуратна. Под стеклами, любая оплошность будет заметна вдвойне. Слишком темная подводка зрительно уменьшает глаза, а в очках это сразу заметно. Если раньше пользовалась черной подводкой — замени ее на серую или коричневую, тени накладывай от ресниц до бровей, чем выше — тем светлее, тщательно растушевывая. При любой форме оправы, не должно быть резких переходов из одного цвета к другому. Если оправа у тебя зеленая, то не стоит красить веки тенями голубого цвета, а если коричневая, то тени лучше подобрать в этой же гамме. Помада под очки нужна обязательно, хорошо подойдет яркая или любая, подчеркивающая форму губ, иначе ты будешь выглядеть тем самым бледным очкариком, каких полно в любой библиотеке. Очки — такая же часть тебя, как волосы, губы, одежда, украшения, и не считаться с ней нельзя. Если

ты привыкла к яркому макияжу, то оправка под него выбирается максимально незаметной — два стеклышка на тонких металлических проволочках, как пенсне.

Дам тебе *несколько советов по подбору оправы*. Хороший магазин — это обязательное условие. На рынках хорошие очки не продают! Кроме большого выбора стекол и оправ, специалисты-оптики предлагают дополнительные услуги: диагностику зрения и гарантию, которую на рынке ты не получишь. Качественные оправы представлены известными странами-производителями — Италией, Францией и Германией. В фирменном магазине ты можешь расслабиться и не присматриваться к качеству очков и четкости надписи на дужке. О качестве также многое скажет и цена. Подделку в фирменных магазинах почти не встретишь, потому что они, как правило, стараются «держат марку». Да и есть возможность примерить все что угодно — от «деловых» моделей до самых «навороченных». Если приобретаешь только одни очки, выбери что-то универсальное, на все случаи жизни. У тебя темные волосы? Значит, оправу нужно выбрать цвета «под бронзу» или темно-коричневую. Универсальный вариант, который идет всем (остается только подобрать форму), — небольшие очки в металлической оправе. Кстати, для работы лучше всего подходят модели, которые идеально сидят на лице за счет того, что их дужки раздвигаются в стороны больше, чем на 90 градусов и даже могут слегка менять длину при помощи специального пружинного механизма. Это очень удобно. Если ты часто носишь золото — бери оправу из желтого металла, если серебро — из белого. Если взгляд упал на оправу красно-розового оттенка, учти, что под нее придется приобрести помаду того же тона. Роговая оправка идет не всем и подходит не под всякую одежду, но если будешь выбирать вторую пару — купи именно ее. Она сочетается с деловыми костюмами и стильно смотрится с одеждой в стиле «ретро». Третья пара — парадно-выходная. Если есть деньги, не покуспись и приобрети изящную металлическую оправу (есть модели, сделанные и из драгметаллов). Выбирая

оправу, задумайся о том впечатлении, которое хочешь произвести: казаться деловой женщиной или же «своей девчонкой», изысканно-роскошной или молодой вертихвосткой. Мысленно, не снимая очки, представь, как с ними будет смотреться не только то, что одето на тебе сейчас, но и другие предметы гардероба, чтобы не получилось так, что под оправу придется прикупить три мешка новой одежды.

Линзы для очков бывают стеклянными и пластиковыми. Стеклянные меньше царапаются, но более хрупкие, а пластиковые легче и практичнее. Стекла бывают с антибликовым эффектом и с титановым напылением, которое предохраняет от царапин. Пластик, по желанию, красят в различные цвета, благодаря которым очки с диоптриями выглядят как солнцезащитные.

Какие очки никогда не оденет стерва? — «А-ля Черепаша Тортилла», с массивными украшениями, дешевые пластиковые и со слишком яркими оправками. Стерва никогда не положит очки на стол стеклами вниз, а в сумочку — без футляра. Кстати, футляр (его иногда неправильно называют «очешником») — это немаловажный аксессуар, который, в идеале, должен подходить и к косметичке, и к кошельку, и к сумочке. К фирменным очкам, как правило, футляр прилагается (еще один повод посетить фирменный магазин). Но если решила прикупить футлярчик отдельно, не смотри на недорогие коробочки с названиями известных фирм — это подделки. Ходить с таким футляром не солидно, особенно стерве. Останови выбор на неброском футляре нейтрального цвета.

Если все, описанное выше, тебя не убедило в том, что очки — это признак стиля, то скажу пару слов о *контактных линзах*. Они снимают все проблемы со зрением и придают грациозность и уверенность в себе, тем более, если ты воспринимаешь очки не иначе как досадную необходимость. Линзы идеальны под вечернее платье и для романтического вечера с любимым. С ними, в отличие от очков, вероятность того, что в танце они слетят, а в постели партнер уколется о дужку, исключает-

ется полностью. Тебе, кстати, придется позаботиться и о макияже — чересчур жирная косметика (тон для лица, жидкие тени) могут испачкать линзы. Рассыпчатую пудру советую нанести до того, как одеваешь линзы, ведь если хоть крупинка ее попадет в глаза, когда линзы уже одеты, придется их снимать и промывать. По-моему, лучше слегка подкорректировать макияж уже после того, как оденешь линзы. Та же история и с подводкой — одно неловкое движение, и линза смещается в сторону, пачкается. Тушь лучше всего использовать гипоаллергенную и водостойкую, чтобы осыпавшиеся в течение дня частички не попадали в глаза. А если глаза начнут слезиться, водостойкая тушь даст гарантию, что потеки не будут того же цвета, что слезы у Пьеро. В твоей сумочке всегда должны быть: флакончик капель для глаз, футляр для линз, чистая салфетка и раствор для линз. Очки и линзы можно чередовать, как одежду и макияж. На работу — очки, для похода на природу — линзы. Описывать подробно все нюансы выбора линз не буду, все зависит от количества денег, которое ты готова потратить. Опытный консультант в любой оптике расскажет тебе все о продукции, которая есть в продаже. Думаю, о том что есть цветные линзы, ты слышала. Носить их или нет? — Я бы не советовала, отдаст дешевкой, особенно, если тебе уже не 19-20 лет. Но, если очень хочется, хотя бы не бери слишком яркие (они выглядят неестественно). Под серые глаза подойдут голубые линзы, а под карие — зеленые. Лучше слегка усилить естественный цвет, чем менять его полностью.

*Солнцезащитные очки* должны быть в сумочке стервы обязательно, а не только если собираешься на пляж. Одна моя подруга научилась ходить прямо и красиво исключительно благодаря им. Идя с высоко поднятой головой, она постоянно натывалась на взгляды идущих навстречу, смущалась и снова стеснительно опускала глазки. Очки создают иллюзию защищенности, преграды, от которой отскакивают не только солнечные лучи, но и пристальные взгляды. Но не думай, что твой взгляд в очках не виден. Есть категория,

как мужчин, так и женщин, которые, прикрывшись темными стеклами, прячутся на противоположный пол, думая, что этого никто не замечает. Ты не такая? — Поздравляю! Тогда запомни несколько правил по правильному ношению солнцезащитных очков.

Их название говорит само за себя. Солнцезащитные — значит от солнца, а не для прикрытия ненакрашенных глаз. Это значит, что в помещении их обязательно снимают, а вечером, когда солнца нет, и не надевают вовсе. Если ты думаешь, что солнцезащитные очки только для лета, хочу тебя разочаровать, носить их можно в любое время года. Солнцезащитные очки удачно сочетаются с деловыми костюмами и одеждой из кожи. Если вдруг захочешь выглядеть как французская красотка, повяжи косынку, но не под подбородком, как бабушки (концы платка оборачиваются вокруг шеи и узел завязывают сзади), накрась поярче губы и одень очки. Получится, поверь, очень стильно. Очки можно не снимать, а поднять на голову: выглядит красиво, и прекрасно заменяет «ободок» для волос, который стерва никогда не носит.

Ну и наконец, последний штрих, о котором ты уже, вероятно, догадалась сама. Очки — вещь очень хрупкая, поэтому будь готова к тому, что пока ты к ним привыкнешь, придется выбросить парочку, на которые ты случайно села или легла. Мои первые очки с пластиковыми линзами съела собака (без всякого вреда для своего здоровья). Запомни раз и навсегда: за какую бы сумму ни была куплена оправа, если она треснула или погнулась и не подлежит ремонту в мастерской — выбрось ее и не жалей. Она не годится даже для домашнего использования. Это как пить чай из треснувшей чашки или держать в дальнем углу шкафа узелок с порванными колготками, «под штаны». Стерве такое *противопоказано!* Это даже не экономия и не бережливость, а крохоборство граничащее со «жлобством». Ни секунды не сомневаясь, выбрасывай, иначе будешь похожа на бабушку в оправе, перемотанной скотчем, или с веревочкой за ухом. А это абсолютно не по-стервозному.

## **И модельной походочкой...**

*Ой, туфельки, ой, эти туфельки,  
Туфельки ее на шпильке,  
Мужики все в ряд лежат,  
Как в консервах — кильки»*

Группа «Ленинград»

Признаюсь честно, я не знала, что большинство женщин (и я сама) ходят неправильно, пока не пошла на курсы моделей. Уже на следующий день мне стало казаться, что улицы заполонили загадочные зверушки «неуклюжи» в человеческом обличье, про которых пел крокодил Гена (именно так я в детстве понимала значение слов: «Пусть бегут неуклюже пешеходы по лужам»). И тут до меня дошло, что «неуклюжей» гораздо больше, чем «уклюжей», потому что ко вторым, можно отнести только моделей, танцовщиц, гимнасток и некоторых счастливиц, которым красивая походка была дарована при рождении. Большинство женщин, как это ни грустно, ходить не умеют. Естественно, как ты уже догадываешься, стервы не перемещаются скачками, как кенгуру, они не ползают, как змеи, не топают, как бегемотики. Что там пелось о летящей походке? Это тоже не для стервы, она скорее подойдет студентке, получившей пятерку на экзамене. И что останется стерве? Модельное «дефиле», адаптированное под суровый ландшафт городского тротуара? — Почему бы

и нет, если ты собираешься... да какая разница куда, все равно пригодится.

Модельная походка — это не «поповилияние» и не красиво заплетающиеся длинные ноги. Красивая походка тем и хороша, что освоить ее можно с любым типом фигуры и комплекцией. Где-то читала заметки (не поручусь, насколько путевые) о путешественнике, добравшемся до африканских деревень, в которых туземки носят на голове грузы до пятидесяти килограммов! Естественно, такая тяжесть в любой момент может переломить позвоночник, если движения не будут плавными, поэтому у местных жительниц автоматически вырабатывается идеальная походка. Считай, что первый секрет красивой походки ты уже начала постигать. Книжку на голову — и вперед по квартире гулять, но так, чтобы она не упала (у меня как-то раз она свалилась в кастрюльку с тестом, обидно было до ужаса). Но вернемся к нашим грациозным туземкам. Привыкший к походке среднестатистических женщин, наш путешественник влюбился во всех туземок сразу только за их умение двигаться, доведенное до совершенства. Схожие восторги у мужчин вызывают женщины Востока, носящие на голове кувшины с водой и еще много всякой всячины (отличное, кстати, средство для профилактики сколиоза). Вот что только ОДНА (!) красивая походка делает с мужчинами!

Можно считать, что проблему и необходимость ее подробного освещения, как в научной работе, мы обосновали, поэтому переходим непосредственно к тренировкам.

Итак, для начала, рассмотрим распространенные ошибки:

*Сутулость* — делится на два вида. Первый — это опущенные, сложенные «книжечкой» плечи, второй — опущенная голова, из-за чего женщина ходит, как гусыня.

*Косолапость* — бывает, что стопа выворачивается, сама собой наружу или вовнутрь. Исправить походку «косолапого мишки» за один день не удастся. Возможно, придется даже обратиться к специалисту-ортопеду.

Проверить, косолапишь ли ты, очень просто — посмотри на подошву обуви: стирается ли она равномерно или только изнутри? А может быть — снаружи?

*Подпрыгивающая походка.* Классический пример — Джулия Роберте, которая даже на шпильках умудряется ходить так, словно невидимый тренер ей диктует «пяточка, носочек, раз, два, три». Видела, как ходят жирафы? У них голова все время находится в «плавающем» состоянии — вверх-вниз. Для жирафа это красиво, для женщины — нет. Под спортивный костюм еще хоть как-то сойдет, но не будешь же в нем ходить все время?

*Широкий шаг* — исправить этот недостаток очень просто: походи в туфлях на очень высоких каблуках. Нормальным считается шаг (а Он считается: от носка одной ноги до пятки другой), не превышающий длины твоей ступни, помноженной на 1,5. Проще всего сделать замер на песке или снегу.

*Шаркающая походка* — если на твоей обуви все время летят набойки (стираясь по заднему краю), значит ты ходишь, едва волоча ноги. И на какое мужское внимание, в таком случае, ты рассчитываешь? Для тебя есть только одно правило: нога должна отрываться от земли полностью, а звуком твоей походки должен быть стук каблукчиков, а не шарканье метлы дворника.

*Семенящие шажки* — красиво смотрятся только в том случае, если твой имидж напоминает Мэрилин Монро в фильме «В джазе только девушки» (деловым женщинам и поклонницам спортивного стиля такая походка не подходит). Чтобы избавиться от семенящей походки, шаги должны быть плавными и неторопливыми, походка должна «идти от бедра», тогда при любой высоте каблука получится шаг нормальной длины.

*Сильные взмахи руками* — упражнения по военной подготовке для многих не прошли даром, закрепившись в повседневной походке. Чтобы отучиться от этой привычки, положи одну руку на сумочку, вторая дисциплинируется сама собой.

*Подгибающиеся ноги* — результат ношения каблук. В сочетании с оттопыренной попкой и «завален-

ным» вперед корпусом, они (ноги) производят отрицательный эффект (не привлекают мужчин, а отпугивают). По-моему, лучше ходить в обуви на низкой подошве, чем ковылять, как старая кляча. Данная «дефектная» походка получается, потому что у тебя, скорее всего, слабые мышцы и связки ног. Начни их тренировать и постепенно переходи от устойчивых, невысоких каблучков на шпильку, но не забывай постоянно контролировать походку.

*Выпаченный живот* — а ты не беременна? Тогда зачем заставлять окружающих гадать, не в интересном ли ты положении? Набери воздух в грудь, подтяни животик, но так, чтобы не оттопыривалась попка. Запомнила? Так ты должна ходить всегда! Это тяжело только в первую неделю, потом тело привыкнет к новой постановке корпуса.

*Тяжелая походка* — сколько раз ты слышала, сидя в кабинете, как по коридору идет Нечто, по звуку шагов похожее на кадры из фильма «Годзилла возвращается»? А в двери появлялось «воздушное создание», которое производило эти страшные звуки? Женщина, топаящая как слон, не слишком романтична, не правда ли? Свое тело нужно нести, а не «обрушивать» на каждом шаге, рискуя провалиться этажом ниже. Упражнения, приведенные в этой главе, помогут тебе сделать походку легкой и приятной, не только для глаз, но и на слух. Хотя и бытует мнение, что мужчины любят глазами, это еще не значит, что у них нет ушей.

Итак, начинаем тренировать походку. Тебе понадобится большое зеркало, «простор для маневра» и несколько пар обуви с каблуками разной высоты. Для начала встань напротив зеркала и пойди ему на встречу. Не старайся пародировать подиумных див, иди так, как ты это делаешь обычно. Как у тебя становятся ноги? В идеале, корпус должен слегка отклоняться назад, бедра и живот, опять же слегка, выставлены вперед (кстати, это еще и очень сексуально), а ступни ног располагаться на одной линии, так, чтобы носки были слегка повернуты наружу. Вернись в исходное положение и

пройдишь еще раз. Если возникло ощущение неудобства и скованности — это нормально. Твои мышцы привыкли «носить» тело определенным образом, поэтому новое положение вызывает дискомфорт. Манекенщиц учат ходить, слегка покачивая бедрами. Это делается не столько из-за красоты, сколько из удобства. Походка от бедра — это удобно, она позволяет на высоком каблуке делать широкие шаги. Для того, чтобы научиться грациозно двигать бедрами, нужно прочувствовать свое тело от груди до колен и заставить его пластично «переливаться» во время каждого шага. В этом тебе поможет одно упражнение. Нарисуй на листе бумаги знак бесконечности (это восьмерка, только не обычная, а повернутая на 90 градусов). Точно такое же движение должны выполнять твои бедра, и чем больше будет амплитуда, тем лучше. Тренироваться лучше всего перед зеркалом. Встань прямо, поставив ноги на ширину плеч, разведи руки в стороны (или упри в талию) и начинай выполнять бедрами движение «бесконечности». Обязательное условие: твои плечи должны быть неподвижны, двигаются только бедра. Упражнение лучше выполнять под музыку. Когда станет понятно, что получается неплохо, пройдишь навстречу зеркалу, виляя бедрами не из стороны в сторону, а совершая все ту же восьмерку, только в шаге. Выставляя ногу вперед, выверни бедро слегка вперед и наружу, потом то же самое второй ногой. Плечи должны оставаться неподвижны! Теперь займемся руками, они должны двигаться в такт ногам. Лучше, если они будут «ходить» не параллельно туловищу, а слегка заходить вперед (это придает походке более деловой вид) или назад (подчеркнет форму груди и «выставит» ее вперед). Запомни раз и навсегда: стерва не держит руки в карманах — это признак дурного воспитания. Последний штрих к модельной походке — закрепление технических навыков своим сумасшедшим самомнением. Походка стервы говорит без слов: «Я — королева. Здесь есть кто-то еще? А я и не заметила...». Одень лучшее из своих платьев (именно платье!), в идеале оно должно быть облегающим. Порепе-

тируй варианты походки в зависимости от ситуации, представь, по очереди, что:

— *Ты спешишь на свидание к любимому*, который заметил тебя с противоположной стороны улицы. *Возможная ошибка*: не беги! Запомни раз и навсегда: женщины на каблуках не бегают. Попробуй улыбнуться и помахать ему в ответ. Насколько естественней это смотрится на ходу?

— *Ты приближаешься к дому*, зная заранее, что за тобой наблюдают из окна... родители твоего будущего мужа. *Возможные ошибки*: опущенная голова и взгляд, направленный под ноги. Знаешь ли ты, что идя по улице, опускать голову, чтобы рассмотреть неровности ландшафта, нельзя? Для того, чтобы увидеть все лужи и ямки, вполне достаточно «бросать» время от времени беглый взгляд на 2-3 метра вперед. Еще одна ошибка — чересчур «модельная» походка, с большой амплитудой движения бедер. Родителям будущего мужа такое «шоу» ни к чему.

— *Ты оборачиваешься на чей-то зов*. Корпус мягко поворачивается в сторону зовущего, плечо разворачивается одновременно с головой, одна нога (та, что ближе к тому, кто к тебе обращается) поворачивается носком в его сторону, грудь выпячивается, спина слегка прогибается. Если в руках того, кто тебя позвал, окажется фотоаппарат, снимок получится на славу.

— *Ты заходишь в кабинет*, когда началось совещание. *Возможные ошибки*: не виляй бедрами, шаг четкий, ровный, расстояние между шагами немного больше, чем обычно (это признак уверенности в себе). Не садись «нога на ногу», как Шерон Стоун в фильме «Основной инстинкт», это подтолкнет партнеров совсем не к рабочим мыслям.

— *Ты в ресторане*, идешь от столика к танцплощадке или... куда-то еще. Здесь можно показать себя во всей тсрасе, двигаясь, как пантера, медленно и чувственно. Если играет музыка, ты можешь пройтись ей в такт, поверь, зрители это оценят. *Возможные ошибки*: спешка и взгляд в пол.

— Ты выходишь из автомобиля. Немного отвлекись от походки и вспомни, как ты это, обычно, делаешь? Прими мои поздравления, если ты умеешь это делать правильно. А как выходят из машины большинство женщин? Как каракатицы, особенно если на шпильках и в узком платье. Чем ниже машина, тем сложнее выйти из нее красиво. Делаешь «раз» — тебе открыли дверцу, протягиваешь руку открывшему, для опоры. Делаешь «два» — подвигаешься на самый край сиденья. Делаешь «три» — обе ноги, одну за другой, выносишь из машины на асфальт и приставляешь рядом. Делаешь «четыре» — становишься на обе ноги (одним движением без ударов о машину) и идешь. Если выходишь из машины сама, читай с «два», все остальное — без изменений. Из машины ты должна выпорхнуть, быстрее или медленнее, но всегда грациозно. Садиться в авто тоже нужно уметь. Открой дверцу, сядь на сидение, и только потом переноси внутрь ноги, по очереди. Целая «наука», но как без нее обойтись? Именно на таких мелочах и проверяется уровень стервозной квалификации.

Условий, в которых красивая походка могла бы помешать, не бывает. В зависимости от ситуации, ты сама выбираешь вариант походки — от деловой до развязно-соблазнительной. Как продолжение походки — умение садиться и вставать, подавать руку для пожатия (правую) или поцелуя (левую). Знаешь ли ты, что женщина не тянется «за огоньком», если ей дает прикурить мужчина, что она не держит «колени врозь» когда сидит, даже если в брюках? Стервозная походка — это козырь, который не прячут в рукаве, а сразу выбрасывают на игровой стол, ведь в рукаве у стервы еще много козырей. С походки все начинается. Это — твоя визитная карточка. Она подаст окружающим сигнал о том, что ты уверена в себе, любима и успешна, или наоборот. Чем больше «скукоженности» в фигуре, чем ниже опущена голова, чем громче шаркают ноги, тем больше вероятность того, что тебя, разряженную по последней моде, надушенную дорогим парфюмом, с идеальным

макияжем, отнесут в разряд неудачниц, согнутых судьбой в три погибели.

Кто сказал, что тебе будет легко, а может, ты считаешь, что моделям и актрисам легко, или они задаром срываю аплодисменты? Ничуть, за каждой ролью или выходом на подиум стоят долгие часы тренировок, от которых опухают (в прямом смысле слова) ноги, болят мышцы и кружится голова от бесконечных «форточек» и позировок. Поверь, это адский труд — играть своим телом и лицом. Поэтому, многие «звезды» внутренне похожи на мужчин, они жесткие, волевые и целеустремленные, но вынуждены скрывать это, чтобы не отпугнуть мужчин (даже тех, которые не для души, а для работы). Не думай, что только ты одна не умеешь вообще ничего, не обучена искусству держать себя в руках и носить костюм. Во ВГИКе, например, существует специальный курс для того, чтобы актеры освоили эту премудрость. Отнесись к походке, как к науке, ничуть не менее сложной, чем те, что ты проходила в школе. Просто забыли ее включить в школьную программу, математику и никому не нужные логарифмы не забыли, а вот умение ходить и «носить» себя — забыли. Может, поэтому школьные учительницы перетекуют «бесформенными амебами» с этажа на этаж или маршируют, как «оловянные солдатики»?

Как понять, что у тебя начало получаться? Очень просто, по восхищенным взглядам мужчин и злобным — женщин. Они сразу расскажут, что ходить так, как ходишь ты, виляя попой, это вульгарно. Что ты устраиваешь «променады» по коридорам, лишь бы не работать. Расслабься, они просто завидуют тому, что у тебя получается не просто передвигаться с места на место, а делать это красиво, с грацией, достоинством и любовью к каждой трещинке в линолиуме.

## Маникюрно-педикюрные секреты

*Моя жена — сумасшедшая. Окончательно я в этом убедился, когда увидел, как она бреет пятки.*

Я впервые задумалась об эффекте, который производят мои ногти, когда мне было лет восемнадцать. Конечно же, до этого я тоже что-то регулярно с ними делала, но как-то не задумывалась о том, какое магнетическое воздействие на мужчин производят женские руки. Дело было в кафе, куда меня пригласил один молодой человек. К нему в этот день приехал друг из другого города, и меня попросили взять с собой подругу. Естественно, моя стержневая сущность мне подсказала, что подруга имеет право на существование, только если она будет хороша в меру, то есть — не красивей меня. Поэтому, после тщательного отбора, я остановила свой выбор на кандидатуре одной бывшей одноклассницы. Ольга — девушка высокая и симпатичная «на мордашку», но, по сравнению с моей худенькой фигуркой, несколько «квадратоватая». С грудью у нее тоже небольшая проблема, Ольга даже шутила: «А грудью я в папу». От конкуренции я подстраховалась. Вечер проходил по запланированному сценарию: мы танцевали, пили и даже пели под аккомпанемент местного оркестрика. Было весело, другу Ольга понравилась (он потом переехал в наш город и они долго встречались). А теперь, собственно, о том, какое отношение эта история

имеет к женским ручкам. Проводив Ольгу до дома (она жила недалеко от кафе), я оказалась в компании двух мужчин, которые обсуждали мою подружку. С одной стороны, ситуация неловкая, с другой — любопытно услышать мужское мнение о женщине и принять их замечания на вооружение. Естественно, любопытство победило порядочность, и я «раскрыла уши пошире». Мой кавалер начал беззлобно потешаться над другом, на тему: «И что ты в ней нашел?», — а тот вдруг «на полном серьезе» отвечает: «А ты видел ее пальчики?». И дальше, минут пятнадцать рассказывает о форме ее безупречно наманикюренных ногтей, о нежной коже рук, при одном взгляде на которые, так и хочется, чтобы они прошлись по груди и дальше вниз. Оказалось, что он весь вечер представлял (когда она, жестикулируя, рассказывала очередную историю), как ее руки лягут ему на спину, как они будут расстегивать рубашку и ширинку, как они будут ласкать его и гладить, пощипывать и царапать. Я украдкой взглянула на свои руки. Вроде все аккуратно, но, приглядевшись, заметила, что лак (очень светлый) слегка облупился. Признаюсь честно, на душе становится гаденько, когда комплименты делают не тебе. С этого дня я объявила войну неухоженным пальчикам. Впоследствии, мне много раз говорили о том, что у меня очень красивые руки, что таких ноготков нет ни у кого, что я «белоручка» (это от женщин) и могу одним движением руки, как царевна-лебедь, соблазнить (это от мужчин).

Частенько мужчины своими признаниями, сами того не подозревая, оказывают нам бесценную услугу. Остается одно — услышать. Один мой сослуживец развелся с женой. Сидим после работы в кафе, пьем кофе с коньяком (мне частенько доводится выступать в роли психотерапевта или священника, как на исповеди). Коллега рассказывает, что развелся с женой из-за... маникюра. Дело в том, что его супруга была просто помешана на красоте своих рук и ног. Каждый вечер, поставив на пол тазик, а на стол водрузив кучу мисочек и пузырьков, она садилась вместе с мужем перед теле-

визором. И начинала делать ванночки, строгать и пилить, подрезала, красила, покрывала ногти укрепляющими растворами и закрепителем (ты, наверняка, сама знаешь, как много сейчас в продаже есть средств по уходу за ногтями). А муж был вынужден пересказывать, скрипя зубами, фрагменты фильма, которые супруга пропустила, удаляя очередную заусеницу. Со временем жена стала уделять своим ручкам-ножкам чуть ли не все свободное время, на маникюрные пальчики «отказывались» стирать, они «требовали» все новых и новых лаков и укрепляющих средств. Нет, конечно, вид у ручек-ножек жены был и впрямь изумительный (я их сама видела), но отказывать мужчине заниматься с ним сексом только из-за того, что на ногти нанесен долгосохнувший дорогой лак, по-моему, крайне глупо. И, естественно, для него это стало последней каплей. Чем все закончилось, ты уже знаешь. Его новая спутница жизни к маникюру относилась крайне прохладно, у нее были аккуратно подстриженные короткие ногти, отчего ручки казались почти детскими. А сослуживец в этих ручках души не чаял и, частенько, сам делал домашнюю «женскую» работу. Из этих двух историй я сделала выводы: во-первых, мужчинам лучше всего показывать уже готовые ногтевые «шедевры» (ведь звук пилочки и запах жидкости для снятия лака приятен только самой женщине, которая предвкушает умопомрачительный результат), а во-вторых, чрезмерное увлечение собственной персоной может привести к тому, что вместо тебя предпочтут женщину, которая будет уделять внимание и заботу не только себе, но и своему мужчине.

Еще один вариант неудачного стремления сделать руки привлекательными — французский маникюр. Ты будешь смеяться, но я опросила полсотни мужчин, и среди них не нашлось ни одного поклонника этой разновидности ногтевого дизайна. Однажды, купив набор для французского маникюра, одна моя подруга со всех ног бежала домой, чтобы поскорей опробовать это чудо. Через час ногти сияли бело-розовым блеском и оце-

нить результат оставалось только ее жениху, который должен был появиться с минуты на минуту. Суженый-ряженный пришел, но никакого внимания на новый «наряд» для ногтей не обращал. Как она только ни крутилась, как только ни жестикулировала перед его носом. Наконец, как это часто делают женщины, она не выдержала и спросила: «Неужели ты ничего не замечаешь?». Естественно, он удивленно ответил, что нет. Тогда подруга с гордостью продемонстрировала ноготки — «Смотри!». И что ты думаешь, она услышала в ответ? — «Ой, да у тебя грибок на ногтях завелся!». История закончилась благополучно — они вместе долго смеялись над этой историей и рассказывали ее друзьям. А моя подруга с тех пор так и называет средства для французского маникюра «набором грибкового поражения». Я же сделала вывод, что в имидже женщины есть нюансы, от которых будет без ума один из сотни, а остальные презрительно фыркнут или высмеют, как дурной вкус. С маникюром то же самое. Обычные, аккуратные, красиво покрашенные лаком ногти любят все мужчины, а французский маникюр, эксклюзивный маникюр с росписью, стразами и вдетыми в ногти колечками — единицы. Естественные ногти нравятся всем (даже не слишком длинные), а накладные — это на любителя. Длинные ногти — это, с одной стороны, сексуально, а с другой — жутко неудобно и говорит о твоей «нехозяйственности» (с такими ногтями только сковородки чистить — говорят они).

В маникюре и педикюре секретов никаких нет. Основное правило: маникюр и педикюр **ДОЛЖЕН БЫТЬ!** Всегда и любой ценой. Маникюр — раз в неделю, педикюр — в две. Красивые руки и ноги — это не мелочь, поэтому вечером, даже если очень хочется спать, я стираю старый лак, смазываю руки кремом и ставлю будильник на 10 минут раньше, чтобы успеть накрасить ногти. За несколько лет экспериментов (весьма недешевых, хочу сказать) я выбрала из всех средств и советов те, что на самом деле действуют. Если хочешь, можешь проверять сама:

— ногти обязательно перекрашивают, если лак начал облупливаться, даже если совсем чуть-чуть, даже если почти незаметно. Не жалея старый, сотри и накрась заново;

— если перекрашиваешь ногти, обязательно сотри нижний слой, не замазывай «проплешинки», иначе получится уродство;

— чтобы лак дольше держался, его наносят на обезжиренные ногти. Не обязательно, как в салоне, смазывать ногти средством для снятия лака. Если ты красишь ногти после ванны или мытья посуды, эффект будет не хуже;

— если сломался один ноготь, обрежь и остальные;

— если ноготь только начал ломаться, а у тебя назначено свидание, забеги в салон, там его подклеят так, что будет, как новенький;

— покупай дорогой лак. Его хватит на полтора-два месяца, ведь дорогие лаки держатся дольше. Еще лучше — красить лак на основу и покрывать закрепляющим покрытием. Если не стирать и мыть посуду в перчатках, одного покрытия хватает на неделю;

— лак подбирается под цвет одежды и украшений (например, серебристый — под вечернее серебристое платье) или в тон к помаде. Чтобы добиться идеального совмещения цвета, покупай лак и помаду одной фирмы, с похожим дизайном упаковки (т.е. из одной серии), тогда и помада и лак будут одинаково яркими или одинаково перламутровыми;

— накладные ногти, если вовремя не сделана коррекция, выглядят отвратительно. Не доводи их до такого состояния;

— если ногти ломкие, а ты хочешь отпустить длинные, ежедневно смазывай их соком лимона, держи по 10-15 минут в солевой ванночке, а после нее вотри в каждый ноготок по капле масла для ногтей (продается в каждой аптеке) или любого ароматического, оливкового или касторового масла. Уверю тебя, такая тера-

пия лучше любых средств с протеинами, шелком и еще черт знает чем;

— для кожи рук вполне достаточно подпитать ее кремом пару раз в день и сделать легкий массаж. Держи тюбик с кремом на работе в ящике стола. Помыла руки — смазала, ощутила стянутость и сухость — снова достала тюбик;

— два лака разных цветов, ни в коем случае не красят один поверх другого, чтобы получился какой-то третий. Идеально ты все равно не наклеишь, где-то да выглянет кусочек нижнего слоя. Не проще ли купить тот цвет, который хочешь получить?

— ногти закрашивают полностью — от кутикулы до самого кончика, от одного уголочка до другого. Полоска лака, а по краям — оставленный белым ноготь, это столь же неправильно, как и недокрашенные помадой уголки губ;

— чтобы лак лучше держался, сначала нанеси его на краешек ногтя, а потом наноси его все дальше, пока не дойдешь до кутикулы, после чего несколькими мазками покрой весь ноготь;

— держи всегда под рукой пилочку, ножнички, жидкость для снятия лака и лак, ведь ногти так часто ломаются, а лак обдирается обо все подряд;

— кожу на ногтях можно и не обрезать (в большинстве западных салонов кутикулу не обрезают). Но для того, чтобы вокруг ногтей кожа не грубела, каждый вечер руки и ногти моют с щеточкой, потом смазывают кремом и маслом, а кожу осторожно отодвигают специальной лопаточкой, которая есть в любом маникюрном наборе;

— маникюр с обрезанием кутикул на Западе называют «русским», с таким маникюром ногти выглядят изящнее и длиннее. Но, делают его только после распаривания рук;

— для укрепления ногтей и предотвращения расслаивания рекомендую каждый вечер смазывать ногти гигиенической помадой. Она как будто полирует ноготочки. Эффект потрясающий;

— зимой, если руки обветриваются, их хорошо по вечерам побаловать масляной ванночкой (нужно слегка подогреть любое масло и подержать в нем руки, пока не остынет);

— второй вариант — намазать руки кремом или маслом и завернуть их в полотенце, намоченное в очень горячей воде;

— стержне не Очень идет квадратная форма ногтей «лопаточкой», слегка заостренная, классическая форма гораздо сексуальнее;

— купи хорошие ножнички (правда, стоят они недешево) в специальном магазине, где продают инструменты для салонов красоты, они послужат тебе не один год;

— знаешь, что такое «смерть» ножничек и щипчиков? Это когда мужчина нашел их на полочке и подстриг себе ногти на ногах. Спасение одно — прятать;

— наборы для маникюра, которые есть в продаже, скорее напоминают мини-пыточные инструменты. В салоне мастер использует только лопаточку (триммер), ножницы и щипчики, так зачем тратить на ненужные и непонятные приспособления?

— если времени на маникюр нет, хорошо помой руки горячей водой и потри кончики пальцев и ногти скрабом для лица. Вид у рук сразу станет аккуратнее;

— резиновые перчатки не слишком удобны для домашних дел, но к ним быстро привыкаешь. Экономия на лаке очевидна, да и прибавь время на то, чтобы каждый раз возвращать «труженицам» первозданный вид и еще раз задумайся, так ли неудобны перчатки?

— главное в уходе за ногтями — это привычка. Если месяц-другой позаставлять себя регулярно ухаживать за руками, потом они сами потянутся в косметичку за кремом, а вид облупившихся ногтей начнет раздражать, как заноза в пальце;

— с ногами все просто: если на подошве нет «натоптышей» и мозолей, а пятки не лопаются, то вполне достаточно будет скраба и крема для ног. Если проблемы есть, не скупись на профессиональный педикюр,

ведь здоровые ноги — это еще и хорошее самочувствие, красивая походка; ,

Зачем стерве руки? — Нет, не для того, чтобы накладными ногтями стучать по клавиатуре, не для ковыряния в зубах (для этого есть зубочистки), не для бесконечных «путешествий» по одежде, выдающих нервность и неуверенность в себе. Руки стервы — это инструмент для соблазнения, это показатель ее настойчивости в продвижении по стервозной лесенке. О каком успехе и карьере можно говорить, если ты поленилась вечером стереть старый лак? Уход за собой — это часть самодисциплины, которая пригодится во всем. Это еще и уважение к мужчине, который рядом, ведь не зря говорят, что о мужчине судят по его женщине. А что хорошего подумают о мужчине, дама которого показалась на людях с руками, как у колхозницы после уборки урожая? Красивые руки придают уверенность в себе. Разве с плохим маникюром ты сможешь сложить руки в замок, задумчиво подпереть ими голову, жестикулировать во время беседы или подписывать документы? Сможешь ли ты красиво курить с ободранными ногтями? А как ты будешь чувствовать себя в обувном магазине, забираясь в дальний угол, чтобы никто не увидел потрескавшиеся пятки и остатки лака месячной давности. О пляже, сауне и бассейне я вообще не говорю.

Твои руки и ноги — это показатель твоей успешности, твоей жизненной позиции. Если руки не в порядке, не спасут ни золотые кольца, ни наряды от лучших кутюрье. О визитной карточке стервы мы еще поговорим, а для начала подумай, какой рукой ты подашь ее, не станет ли рука твоей первой и главной визитной карточкой?



## Душистые радости

*«У женщины с плохими духами нет будущего»*

Поль Валери

Французы считают, что женщину делают запах, нижнее белье и обувь. Если с этими тремя пунктами все в порядке, женщина уверена в себе, а ее одежда и макияж уже не так важны. В этой главе мы поговорим о том, как пользоваться духами правильно, чтобы не обратить это оружие против себя. Аромат — это шлейф, который окутывает стерву. От выбора духов зависит твоё настроение и то, какой сигнал ты подаешь мужчине. Ученые даже утверждают, что несмотря на развитие цивилизации, партнеры до сих пор выбирают друг друга по запаху, как во времена первобытно-общинного строя. Оценивая новый аромат, задумайся — какие ассоциации он у тебя вызывает, что бы ты подумала о женщине, от которой пахнет именно так?

Отношения к запаху на Востоке и Западе всегда было различным. По восточной традиции, именно аромат «прокладывает мостик» к благополучным и насыщенным сексуальным отношениям. В средневековой Европе, в условиях тотальной антисанитарии, духи выполняли одну-единственную функцию: перебить запах немытого тела. Даже графини или баронессы мылись не чаще одного раза в месяц, а что уж говорить о женщинах из более бедных сословий? Представляешь, какой «аромат» стоял на балах и светских приемах? Поэтому в Европе изобрели духи — сильнопахнущие смеси ароматических масел и веществ (например, мускуса) на спиртовой основе. (Количество используемых ком-

понентов порой доходило до сотни.) На Востоке традиционно используются чистые запахи и смеси не более чем из 3-5 ароматических масел, а также большое внимание принято уделять запаху в помещении. Для того, чтобы создать определенную атмосферу, вызвать воспоминание о приятном событии, достаточно капнуть ароматическим маслом в аромолампу или зажечь палочку благовоний. Запах сразу напомнит о страстной ночи или первом поцелуе. Помнишь как «дамы сердца» кидали рыцарям надушенные платки? Романтический обычай? Нет, умелый трюк соблазнительницы, которая знает, что возлюбленный будет вдыхать ее аромат, с ума сходить, предвкушая час свиданья. Стерва берет на заметку опыт прапрабабушек. Она выбирает «аромат любви». Отношения разладились или просто стали прохладнее? Зажги палочку с заветным ароматом или нанеси капельку духов, как в самую страстную ночь любви. Запах вызовет воспоминания и создаст атмосферу того времени, запах перенесет вас обоих в ту самую ночь и все повторится вновь.

Сегодня всем известно, что влияние запахов на отношения людей огромно, а женщина — соблазнительница обязана благоухать. Подсознательное «принюхивание» является элементом любого знакомства. Тот особый аромат, который мужчина запомнит на всю жизнь, получится в результате смешения духов и твоего запаха. Найти этот свой, особенный аромат — главный рецепт «душистого» успеха. Даже флакон дорогих духов в красивой упаковке не решит всех проблем. Аромат той марки духов, которая понравится тебе, ему может быть неприятен, а запах, к которому ты настолько привыкла, что не чувствуешь, удушливой волной ударит кому-то в нос, например, в лифте. Самые жуткие запахи — результат «внебрачной связи» разных косметических средств, которыми в избытке мажет и поливает себя неумелая искуссительница. Гель для душа и мыло, лосьон после бритья и молочко для тела, даже дневной крем и пудра — ингредиенты для «коктейля», к которым кое-кто добавит дезодорант и завершающим аккордом — каплю духов (хорошо, если одну!). Каждое средство пахнет по-своему приятно, аромат да-

рит свежесть и даже может являться сильным афродизиак, но все вместе... Представляешь какая получается какофония запахов? Тут впору противогаз нацепить, а не ловить с дуновением ветерка едва неуловимый аромат. Вывод очевиден: все средства по уходу за телом, если ты пользуешься духами, стоит приобрести без запаха или хотя бы стараться не совмещать сразу несколько сеансов «ароматерапии». Продаются целые комплекты косметических средств одной фирмы, которые пахнут одинаково. Но если такие траты тебе не по карману, разорись на флакончик дорогих духов, а средства для ухода за телом подбирай так, чтобы подходили к основному запаху. Запах духов свежий и холодный? Тебе подойдет гель для душа с запахом цитрусовых. Духи источают сладко-карамельные флюиды? Купи молочко для тела с легким запахом кокоса.

Еще одна распространенная ошибка — неправильное использование ароматов: «вечерние», насыщенные и «тяжелые» не используют днем. Специально для дневного применения есть в продаже легкие варианты любимых ароматов, которые не станут «бить в нос» коллегам на работе — туалетная вода и туалетные духи.

*Покупая духи*, не скупись. Это не тот случай, когда стоит поддержать отечественную промышленность (не в обиду ей будет сказано). Отправляйся в хороший магазин и покупай только фирменные и дорогие духи. Других у стервы быть не может. Не разменивайся на «пробники», они почти всегда пахнут хуже духов из большой упаковки, поэтому если запах «пробника» тебе не понравился, это еще не значит, что на этой марке стоит поставить крест. Принюхайся к женщинам, которые вокруг тебя: на работе, в транспорте, в гостях. Принюхайся к стервам и поинтересуйся невзначай маркой их аромата. В магазине не спеши, но и не старайся за один раз перенюхать все полки. Особенность нашего обоняния в том, что после четвертого-шестого теста с капелькой духов (в зависимости от индивидуальных особенностей), ты перестаешь чувствовать сначала отдельные нотки аромата, а потом и восприятие всего запаха искажается. Не выбрала за 4-6 «понюшек», запомни те, что нюхать больше не стоит, и приходи часа че-

рез два или на следующий день. Дам хороший совет: чтобы от обилия запахов не искажалось обоняние, возьми с собой несколько зерен кофе и нюхай их перед тем, как поднести очередную полоску-тестер.

Настоящие «фирменные» духи, в отличие от подделок (чаще всего арабских и польских), всегда продают запакованными в целлофан. Не верь, если продавец утверждает, что распаковал товар по просьбе другой покупательницы. Обрати внимание на надпись на упаковке, подделка часто отличается надписью, сделанной немного другим шрифтом. Если надпись даже слегка смазана, нечетко пропечатана или содержит ошибки, перед тобой подделка. Любимый аромат явно не по карману? - По секрету сообщу, что каждая фирма выпускает так называемые тестеры — флаконы для опрыскивания полосок, которые нюхают покупатели. Тестеры предназначены для магазинов, но жадные продавцы и эти «бесплатные приложения» пускают в продажу. Вид коробочки такого флакончика неказист, но сам флакон фирменный и ничем не отличается от своего «коробочного» брата. Стоит тестер раза в два дешевле, а пахнет точно так же. Если увидишь — бери, не задумываясь.

Учти, что из флакончика без пульверизатора душиться слегка и в меру гораздо легче. Если взять самую малость на подушечку пальца и притронуться им к шее, запястьям, провести по волосам, одежде, даже самый стойкий и сильный аромат не будет навязчиво бить в нос всем подряд, зато приятно удивит коллегу, который наклонится к тебе подписать документы и любимого мужчину.

Наконец-то ты держишь в руках заветную коробочку, которая подарит чувство праздника тебе и твоему мужчине. Да, да, я не оговорила. Приятно, завораживающе, сказочно пахнущая женщина — это счастье для коллег и возлюбленного. И наоборот, женщина не с ароматом, а с «душком» — тоже счастье, только в кавычках. Запомни несколько правил душистой науки: никогда не используй разные духи, одевая вещь. Даже если один аромат был нанесен вчера, а второй — сегодня. Хорошие духи имеют свойство придавать ве-

ши неуловимый аромат и через месяц, и даже через год. Если женщина пользуется одной маркой духов, то даже после стирки вещей, особенно если они сделаны из шерсти, сохраняют легкий аромат. Запах хранит даже древесина шифоньера и вещи, которые висят рядом. Сама ты можешь этого не чувствовать, потому что со временем удачно подобранный аромат становится частью тебя самой, которую перестаешь замечать. Многие женщины душатся не в меру потому что на себе запах, если он нравится, практически не ощутим. Расскажу маленькую историю о том, чего уж точно не стоит делать с духами. Одноклассница пришла в школу очень грустной из-за взбучки, полученной от мамы. Девочка решила, что ее возраст как раз подходит для того, чтобы начать пользоваться французскими духами, а не дешевым дезодорантом, который родители регулярно дарили на каждый праздник, взяла без спроса и разбила флакон любимых маминых духов. Но на этом приключения бедняжки не закончились. Испугавшись содеянного, она вытерла пахучую лужицу любимой маминой мохеровой кофтой. Таким образом пришли в негодность сразу две вещи. Несмотря на чудодейственные свойства советских стиральных порошков, кофта пахла так, что ее можно было использовать только в качестве элитного освежителя для помещения с большой «квадратурой». Что в итоге и было сделано. Мама одноклассницы работала на почте, и отправители посылок имели удовольствие вдыхать сказочный аромат. Думаю, план по бандеролям эта почта перевыполнила.

Второе правило — никогда не использовать духи при температуре воздуха выше двадцати пяти градусов. От солнечных лучей в местах нанесения духов на коже могут появиться пятна, сам запах тоже меняется. Я придумала маленькую стервозную хитрость: когда жарко, ношу флакончик с собой на работу. В офисе установлены кондиционеры, поэтому причитающаяся мне и окружающим душистая капелька попадает в нужное место через 15-20 минут после начала рабочего дня.

Не стоит наносить духи за минуту перед выходом на улицу. Аромат проявляет себя постепенно. Первые

ноты — самые сильные и резкие, потом запах духов смешивается с запахом тела и аромат становится более теплым и приятным.

Угадать, какой запах предпочтительнее твой мужчина, трудно. Мужчинам и женщинам нравятся разные запахи. По моему опыту, спектр мужских предпочтений очень обширен: от сладковато-приторных цветочных ароматов до запаха ванили или апельсина. Если мужчина без ума от запаха твоего тела, он сам попросит, чтобы ты пользовалась духами только по особым случаям. Попроси флакончик в подарок на любой праздник. Аромат, который понравится любимому мужчине и, по его мнению, подойдет именно тебе. Мужчины любят намеки на подарок хотя бы потому, что он гарантированно понравится и времени на выбор уйдет не так много.

*Нанесение духов* — особое искусство. В старинных восточных сказаниях описываются сюжеты о моментальном соблазнении и о том, как красавица, используя только сочетание ароматов, заставляла нелюбимого отказаться от посягательств. Стерве нужен обратный результат. Для того, чтобы усилить запах духов, их наносят на участки кожи с наиболее сильным кровоснабжением: внутренняя поверхность запястья, сгиб локтя, на шею за мочками ушей. Перед страстной ночью нанеси духи под колени, в район пупка и лобок, только самую малость и после душа. Для того, чтобы шлейф аромата исходил «ниоткуда», но от тебя, присыпни духи из пульверизатора в воздух и сразу быстро окунись в душистое облако: микроскопические капельки равномерно лягут на кожу. Аромат твоих духов — лучший ароматизатор постельного белья. Перед сном хорошенько надушись и сразу ложись спать. Утром тебе будет благоухать, как райский сад, а духи распределяться равномерно, чего никогда не добьешься, капая из пузырька на наволочку.

Еще один соблазн для стервы — многочисленные ароматические палочки, саше, масла. Японские гейши использовали для ароматизации дома масла сандала, мускатного ореха, имбиря или пачули. Природные ароматизаторы помещения намного лучше тех, что стоят

на полках хозяйственных магазинов и по запаху больше напоминают освежители для туалета. Масла и благовония в палочках не надоедают, пахнут интересней и вкуснее и по цене вполне доступны. Главное — правильно выбрать сам аромат, чтобы он сочетался с запахом твоих духов и не отдавал дешевым мылом, не был слишком резким и, желательно, являлся афродизиак. Ароматические масла — прекрасный заменитель дорогих французских духов: хоть в молочко для тела капай, хоть в аромалампу; вечерняя ванна с маслами, капельку на расческу, пузырек с собой в сауну, в чай, на вентилятор, обогреватель и на лампочку люстры или бра (не горящую!). Придумай особый аромат, который у мужчины будет ассоциироваться только с тобой и романтикой ваших первых встреч. Не важно, будет ли это палочка с запахом сандала или дорогие французские духи, еще не известно, что сильнее подействует на его чувства. Возбуждающие ароматы из секс-шопов содержат феромоны — специальные возбуждающие гормоны, идентичные тем, что выделяет здоровый мужской и женский организм, только в большей концентрации. Даже если запах гормоносодержащего афродизиака не нравится, он все равно, воздействуя на подсознание, будет возбуждать, как возбуждает многих женщин запах мужского пота или спермы. Воздействие запахов на человека не изучено до конца. Почему многих возбуждает запах ванили и выпечки? Почему фруктовый аромат сподвигает мужчину к оральному сексу? Ароматерапевты собрали наблюдения поколений и успешно используют для лечения болезней души и тела, поднятия настроения и работоспособности, возбуждения и снятия усталости.

Ароматных «законов» не так уж много, для страстного партнера, который заводится с пол-оборота, используй цитрусовые, майоран и лаванду, для напряженного и уставшего после работы — пачули, иланг-иланг, базилик или герань, для любовника в возрасте подойдут базилик, вербена, розмарин или эвкалипт, а для расстроенного меланхолика — сандал, шалфей, иланг-иланг и грейпфрут. И не забывай о себе, любимой, ведь аромат должен нравиться обоим.

Аромат апельсина, лимона и грейпфрута делает ощущения партнеров более острыми, снимает усталость, накопленную за день, отвлекает от мыслей о работе. Если партнер очень чувствителен к запахам, выбери лимон. Он практически нейтрален, прекрасно освежает. Сандал нравится почти всем мужчинам и является мощным афродизиакom, который помогает раскрепоститься. Ни в коем случае не используй для ароматизации мяту — она хороша для ингаляций и ароматизации шифоньеров, а не для любовных игр. Нежный аромат жасмина помогает настроиться на любовную волну, но расслабляет, и поэтому не годится для секс-марафонов. Запах кедрового масла — мощный сексуальный стимулятор, особенно для тех, кто не любит сладких цветочных ароматов. Иланг-иланг — самый мощный из афродизиаков. Увеличивают мужскую силу: имбирь и мирра, мускатный орех, розмарин, пачули, лаванда и роза — королева альковных покоев — выбор так велик!

Последний штрих к портрету пахучей стервы — запах изо рта. Именно этот коварный враг сводит на нет любые духи и ароматизаторы. Запломбируй все дырки, на последние деньги поставь металлокерамические коронки (но не золотые и не металлические), если нет денег — займи, но вылечи зубы и впредь следи за их состоянием. Носи с собой «Тик-так» или освежитель для полости рта, а еще лучше — несколько кофейных зерен или палочек гвоздики — они устраняют неприятный запах и практически незаметны во рту (в отличие от жевательной резинки). Проблемы с желудком? Бегом к врачу! Ты должна благоухать в любое время дня и ночи. Не буду давать банальных советов по уходу за полостью рта, ты их знаешь не хуже меня. Помни только одно: твой аромат — это хорошее настроение для всех, кто достоин быть рядом с такой исключительной женщиной. Желаю успехов в освоении богатого рынка парфюмерно-косметических товаров!

## **Больше платьев хороших и разных**

*В одежде женщины в равной степени должны сочетаться кокетливость, сексуальность и ирония. Поскольку это самое мощное оружие, чтобы управлять мужчиной. И получать все, что ей захочется.*

**Вивьен Вествуд**

*Если вам приглянулось какое-то платье, в магазине не найдется размер, который вам нужен, если и размер есть, не отыщется расцветка, если и расцветка подойдет, то будьте уверены, на платье окажется какой-нибудь дефект или брак.*

Один из законов подлости

С точки зрения поддержания женского начала и пропаганды женственности платье — идеальная форма одежды для стервы. Мужчинам платья нравятся, они считают женщин в платьях сексуальными. И юбки им тоже нравятся, впрочем, им нравится любой женский «прикид», отличный от того, что носят мужчины. Хочешь быть настоящей стервой — носи платья: маленькие черные, длинные ниспадающие, сексуально оголяющие плечи и интригующе прикрывающие ноги. Платье идет любой женщине, если правильно подобрать фасон. Не обязательно затягивать себя в классическое платье-футляр для деловой леди, если тебе оно не идет. Но если посмотреть с другой стороны, платье — это не главное.

Вспомним, что платьем на Руси называли любую одежду, мужскую и женскую. Стерва не устанавливает для себя какие-то правила и рамки, она может одеться как угодно или не одеться вовсе, но выглядеть это будет естественно. Запомни, что бы на тебе не было одето, ты должна быть уверена, что ты — самая красивая, самая изящная, самая сексуальная и во всем самая-самая.

«Женщина должна быть одета так, чтобы ее хотелось раздеть» — слова Коко Шанель повторяю, как молитву. Сказать легко, а кого нравится раздевать мужчинам? Оденешься вызывающе, грудь чуть из лифа не вываливается — а на тебя ноль внимания, а в другой раз напялишь старые джинсы, и от кавалеров отбоя нет. Умом мужчину не понять... Его надо уметь почувствовать. Что же им нравится? На своем опыте выяснила однозначно удачные эксперименты с одеждой, от которых по крайней мере никто не будет плевать:

- маленькое черное платье на худых;
- деловой костюм, который некоторые мужчины почему-то считают сексуальным;
- его рубашка в качестве домашней одежды (и все!);
- приятные на ощупь ткани;
- теплые цвета в женской одежде;
- джинсы на красивой попке;
- разрезы на юбках;
- одежда по сезону.

Вывод следующий: одежда, чтобы она нравилась мужчине, должна быть удобной, чтобы ты в ней чувствовала себя свободно, не мерзла и не покрывалась испариной, движения не были стеснены, а ты не ощупывала каждые пять минут змейку, которая грозит разойтись. Мужчины подмечают любые мелочи: плохо почищенные туфли, стрелку, тщательно замазанную лаком, следы от дезодоранта. Приведу тебе один пример. Мама пришла на свидание с папой, что уж они там делали, я не знаю, по-моему этого даже они не помнят, зато папа запомнил примечательную деталь мамино гардероба. В этот день у нее порвались носочки, которые она собиралась надеть вечером пол брюки

на свидание, Магазины уже были закрыты, запасной пары не нашлось, Что делает изобретательная женщина? Берет лак для ногтей, одевает старые, порванные где-то сверху колготки, рисует вокруг ноги чуть выше щиколотки полоску лаком (чтобы стрелки дальше не пошли) и обрезает «носочки», одно неудобство — резинка на носочках нет, поэтому мама прикалывает чулочное изделие собственного изобретения булавками к штанам. Угадай — что запомнилось папе? Правильно, те самые носочки, которые уже много лет служат темой для насмешек, над мамой. Об этом эпизоде я вспоминала много раз, когда возникало желание где-то «незаметно» подколоть, наметать ниточкой, заклеить лаком. Нельзя, такие «мелочи» выдают нестерву, как мусор под ковриком — плохую хозяйку. Пусть вещей будет мало, но что это будут за вещи!

Чувство вкуса и стиля не приходит за один день, его, так же, как и все остальное, надо тренировать. Смотреть журналы, подмечать и воровать удачные идеи у других женщин. Мужская оценка важна, ни показательнее — женская. Чувствуешь на себе взгляд в транспорте, словно прожигающий насквозь, значит, принарядилась, как надо. Поставь себе галочку в графе «Молодец». Меня считают женщиной, которая одевается стильно, дорогой и холеной женщиной (хотя, признаюсь честно, не все вещи моего гардероба обошлись мне в копеечку). Примерила вещь в магазине — запомни, что понравилось, а что нет, посмотрела журнал — отметить самое удачное и мысленно примерь на себя.

В самом начале стервозного становления денег не было. Хотелось очень многого и сразу, хотелось перевоплотиться в загадочную женщину-вамп, купить умопомрачительные туалеты, выделяющие слюноотделение у подруг и коллег. Росла готовность ради женского тряпочного счастья лечь под какой-нибудь кошелек с ушками. Я сказала себе «стоп» и... отправилась в секонд-хенд. Перерыв кучу тряпья, взмокнув от напряжения и удушливого запаха старья, я откопала несколько чудных блузок, маек и широкие штаны в стиле Марлен Дитрих, Все почти новое и очень качественное, а главное —

за копейки. Вечером я стирала и подгоняла, примеряла все вместе и по отдельности, а на следующий день весь отдел меня расспрашивал — откуда свалилось такое богатство. Я загадочно улыбалась. Стерва не открывает своих секретов. Через месяц у меня были знакомые продавцы во всех хороших «секондах» города, которые за небольшие вознаграждения сообщали мне сроки поступления новых партий, откладывали вещи моего размера. Так сложился мой первый стервозный гардероб, тайну которого не знал никто. Сейчас я могу себе позволить походы по дорогим бутикам, в которых можно не приглядываться к качеству швов и биркам. Но в каком бы месте ты не совершала вещевой шопинг, правила все равно одни и те же. Женщина, которая им следует и уважает законы стиля, даже из секонд-хенда выйдет, как игрушка, а другая и в бутике купит самое безвкусное и аляповатое.

Если не знаешь, с чего начать, начни с простых фасонов и однотонных тканей. Под них и обувь легче подобрать, и украшения. Если собралась сшить что-то умопомрачительное, выбери лучшую в городе портниху. Начни с летних фасончиков, вечернего платья. Пиджаки, сшитые на заказ, часто получаются не совсем удачными. А теперь я расскажу тебе, как одевается стерва, а вернее, что она надевает.

Брюки: любой фасон, какой кому идет. Я ношу облегающие сверху и широкие снизу. Со шпилькой выглядит очень стильно. Если есть небольшой животик, купи брюки с высоким поясом или низким, но такого фасона, чтобы пояс не подчеркивал складочки, врезаюсь в тело. Стерва не носит брюки с блестками и аппликациями, бархатные брюки, вытертые на попе, не носит брюки яркой расцветки в сочетании с яркой блузкой или свитером. Чем «скучнее» брюки, тем «веселее» может быть верх. Запомни, яркой и притягивающей взгляд может быть только одна вещь, иначе ты будешь выглядеть одетой безвкусно. Под спортивные брюки не надевают туфли на каблучке, а бриджи идут далеко не всем, они зрительно делают ноги короче и полнее.

**Юбка:** будь аккуратна с короткими моделями. Они часто создают впечатление, что женщина молодится или выставляет на показ то, что на самом деле стоило бы спрятать. Носи под короткую юбку каблук. При любом росте и длине ног высокий каблук только улучшит форму ног и общее впечатление от фигуры. Юбка до середины колена требует почти идеальной формы ног. Может, лучше не экспериментировать? Правило то же, что и с брюками. Чем ярче юбка, чем больше на ней швов, деталей, пряжек, тем более лаконичным должен быть верх. Длинные юбки идут всем. Мужчины часто считают более сексуальным не то, что выставляется напоказ, а то, что спрятано. А если выбрать модель с разрезом, то и прятать не придется. Запомни еще одно правило. Под длинную юбку ты можешь надеть блузку с глубоким вырезом, но чем короче юбка, тем более закрытой должна быть блузка. Это — правило хорошего тона, которое к тому же соответствует нашей задаче: акцентировать внимание мужчины на чем-то одном, самом привлекательном.

**Блузка** (она же майка): вот где открывается необъятное поле для фантазии. Обязательно заведи темные юбку и брюки без всяких украшений. К ним подойдут любые блузки, даже в стиле цыганской красавицы и почти невидимые изделия из повороточек. Самое ужасное, что можно придумать с блузкой — одеть под нее неподходящий лифчик и постоянно заправлять сползающие бретельки. Это не для стервы, она лучше вообще обойдется без нижнего белья.

**Свитер:** никакого акрила, только шерсть. Мужчины считают мягкие кашемировые свитера сексуальными. Так и хочется мужским рукам прикоснуться к мягкому пушистому чуду, облегающему женские прелести.

**Пиджак:** одежда, словно специально придуманная для стервы. Любой длины и покроя, из качественного материала, пиджак обязан поселиться в твоём гардеробе. Пиджак носят с юбками, брюками и джинсами, одевают поверх маленького черного платья. Чем меньше твой рост, тем короче пиджак. С выбором пиджака

трудно промахнуться. Если размер подобран верно, это гарантия того, что вещь будет выглядеть стильно и прослужит не один сезон.

*Платье вечернее:* любимая, но «редконадеваемая» часть гардероба, висящая в дальнем углу шифоньера и греющая стервозную душу воспоминаниями о празднике и собственной обворожительности. Вечернее платье, как и юбку, можно подобрать для любой стервы. Невесты имеют разный рост и комплекцию, но для любой находится платье, в котором она выглядит красавицей. Так же и с вечерними платьями. Сериалы, которые ты в избытке найдешь в программе любого канала, пестрят вечерними туалетами для дам любого возраста и полнотной группы. Присмотрись, найди похожую на себя героиню и бегом к портнихе. К сожалению, в магазине трудно найти хорошее платье больше сорок восьмого размера, поэтому кое-кому придется приложить к формированию праздничного гардероба чуть больше усилий. Вечерние платья не смотрятся без яркой косметики, украшений, а также накидок (в идеале — меховых). Запомни раз и навсегда: в вечернем платье не ездят в общественном транспорте, не ходят на работу, даже если на вечер назначена служебная вечеринка, не ездят кушать шашлык в загородном кафе. Заменить вечернее платье может праздничный костюм или комбинезон. В любом случае в комплект войдут классические туфли или босоножки, лодочки или туфли-шпильки. Я готова петь платьям оду круглыми сутками. Именно платья сделали меня стервой, выделили среди других стервочек. А все началось с простенького трикотажного платья, которое мягко облегло мою фигуру, подчеркнув самое лучшее. Трикотажные вещи порой ужасно смотрятся на вешалках, но стоит только примерить...

Брать вещь или не брать? — вечный женский вопрос. Я решаю так: если свет клином на этой обновке сошелся, если чувствуешь, как каждый шовчик, каждая складочка льнет к твоему телу и кричит: «Купи, купи!!!», тогда на самом деле нужно брать. Пронесишь долго и без сожалений. Если хоть капелька сомнений

закралась в душу, не бери. Рассмотрю вещь внимательно: молния должна быть строго подобрана в тон, швы ровными и без разрывов нити и узелков, подкладка не выглядывает из рукавов и снизу сзади. Рассказывать о том, что такое фирменная вещь, я могу очень долго, но до сих пор иногда сама накалываюсь, покупая хорошие подделки под известные марки. Даже если тебе рассказывают о французском эксклюзиве, не верь, на подделку можно нарваться даже в магазине, а не только на рынке. Хорошая подделка все равно лучше плохой «фирмы», носи и не расстраивайся.

Если спросишь, стоит ли покупать шляпу, отвечу: не стоит. В условиях российской действительности этот элегантный предмет гардероба выглядит нелепо, особенно в общественном транспорте. Видела «красоток» в шляпах и вечерних платьях в театре? Ужас! Шляпа хороша для пляжа и отдыха на даче — купи и радуйся.

С вещами, для пошива которых использовался бархат или стрейч-шифон, гипюр и кружева, будь вдвойне аккуратна. Есть у них такая особенность — делать женщин вульгарными и дешевыми. Но попадись та же вещь тебе на глаза в фирменном магазине, глаз не отведешь. Мастерство хорошего дизайнера сразу убирает вульгарность и дешевость. Теперь перед тобой — настоящее произведение искусства. Долой бантики и рюши! Долой вещи с китайского рынка! Запомни: яркая и вызывающая модель из хорошего магазина выглядит, как кич, желание выделиться, аляповатая роскошь, но та же вещь с неровными стежками и затяжками навешивает на тебя ярлык «дешевка».

Два слова о цветах, которые предпочитает стерва, не тех, что в букетах, а тех, что на тебе. Стерва — особа смелая и непредсказуемая. Сегодня она одета во все белое, а завтра покупает ярко-алую блузку. Законов нет. Есть пожелания. Не используй более трех разных цветов в одном ансамбле, если комбинируешь однотонные вещи. Их оттенки — да, но другие цвета не стоит. Если одна вещь сама по себе яркая, другие должны ее

гармонично дополнять, но не отвлекать внимание от такого шедевра. Привожу пример — сапоги темно-коричневые, колготки «загар», юбка из «шотландки», шоколадная блузка или свитер, красный шарф, сумка коричневая. Перчатки, сумка, ремень и обувь (+ шапка и шарф, если на улице зима) должны быть одного стиля и цвета. Под лаковые сапоги не носят варежки, вернее носят, но не стервы, поэтому выбирают их мужчины в сандалиях и трикотажных застиранных шведках. Ты мечтаешь о таком? Нет? Тогда совершим небольшое путешествие в стервозные цвета одежды.

*Черный* — цвет элегантности, стройности и изысканности. Не забудь щеточку для одежды — приготовься, что к черному липнет все подряд. Черный идет всем, выбирая черные, вещи, ты не покажешься безвкусной. Он красив сам по себе и нуждается только в хороших украшениях и грамотном макияже. Сочетается со всеми цветами.

*Красный* — цвет страсти. Выбери свой красный — от почти бордового до алого. Помада строго того же цвета, туфли — черные или красные, под красное принято одевать золото или бижутерию под золото, но не серебро. Сочетается с черным, белым, желтым. Может, и еще с какими-нибудь, но я бы не экспериментировала.

*Серый и темно-синий* — цвета элегантности. Эти цвета играют не за счет смешения с другими, а благодаря интересной фактуре ткани и фасону. Сочетаются с белым, черным, красным.

*Розовый* — летний цвет для молодой стервочки. Блузка под джинсы, нестандартное вечернее платье. Лучше смотрится на блондинках, чем на брюнетках. Сочетается со светло-серым и голубым, белым.

*Голубой* — молодит, но несколько холоден для стервы, особенно если она брюнетка. Это цвет романтики, а не страсти. Сочетается с белым и розовым, серым, бежевым.

*Коричневый* — от шоколадного до светло-бежевого всегда приятен глазу. Моя подруга Вика выдержала весь гардероб в коричнево-бежевых тонах — от нижне-

го белья до шубы. Смотрится шикарно, но мне такое не под силу: обязательно сорвусь и прикуплю что-нибудь другого цвета. Сочетается с серым, черным, желтым и всеми оттенками себя самого.

*Бордо* — настоящий стервозный цвет. В меру сочный и привлекающий внимание, цвет зрелой страсти и женщины, которая знает себе цену. Сочетается с черным, темно-синим.

*Белый* — актуален и сексуален всегда. Цвет невинности и кокетства, цвет соблазнительной прозрачности. Особенно эффектно смотрится на загорелой коже. Признаюсь только тебе, я немного замарашка, а в белой одежде это становится видно сразу. Оптимальное решение было найдено — белый, с легким оттенком любого цвета. Мой любимый — цвет слоновой кости. Белый сочетается со всеми цветами.

*Зеленый* — признаюсь честно, не мой цвет. Но видела рыжеволосых стервочек, от которых в зеленом глаз не оторвать. Самое удачное сочетание — изумрудный с кремовым. Зеленый сочетается с черным и коричневым.

*Желтый* — я предпочитаю не цыплячие оттенки, а те, что ближе к охре. Элегантно и сексуально, как раз то, что нужно стерве. Сочетается с красным, черным, белым, коричневым.

Стерва не носит леопардовых расцветок и кофточек с рюшами и бантами, зато она может вырядиться в бабушкин корсет и выглядеть в нем на все сто. Она никогда не купит вещь, на которой большими буквами написана «фирма». Стервы не штопают колготки и лифчики, они не делают очень многого, к чему привыкли обычные женщины. Но кто сказал, что будет легко? Стерва подчеркнет грудь и линию бедер, потому что знает: это сексуально и нравится мужчинам. К синтетике стерва относится настороженно и покупает только самые качественные вещи. Синтетические материалы имеют один большой минус — тело в них не дышит, оно начинает потеть, а ткань впитывает пот и запах сигарет, начиная «благоухать» совсем не по-стервозному. Шелк, лен и хлопок носить намного приятнее, уверена, мужчины твой выбор тоже оценят.

Последний штрих к стервозному гардеробу — одежда для дома. Думаю, ты уже поняла, что полинялая чайка и застиранный халатик — не для стервы. Предлагаю три варианта из своего гардероба. Первый — трикотажный брючный костюм с запахивающимся верхом, похожий на одежду для занятий боевыми искусствами. Второй — красивый халат или кимоно в сочетании с домашними туфельками на каблукке. Третий — ковбойская рубашка и джинсы или шорты. Домашняя одежда практична и удобна. В ней валяешься в кровати и возишься на кухне, соблазняешь любимого мужчину и открываешь дверь соседке, не бросаясь к шифоньеру переодеться. Дома стерва остается сама собой даже с собой наедине. Ей не нужны зрители, она играет для себя.

Одежда — это уверенность в себе и твое лицо для тех, кто тебя еще не знает. Последний штрих — видела многих женщин, одетых со вкусом и соответственно обстановке, но их поведение портило все впечатление. Заискивающий взгляд, обращенный к окружающим: «Ну, как я вам?», «Все ли в порядке?», «Не коротковата ли юбка?». Другие особы, одетые более вульгарно и безвкусно, смотрелись естественней только потому, что не комплексовали и не искали одобрения окружающих. Одевшись утром на работу или вечером в театр, встань перед зеркалом и скажи сама себе: «Сегодня я такая, и, черт возьми, как же я сама себе нравлюсь! А кто считает иначе, завидует или просто дурак».

## Украшения для стервы

*Удрагоценностей свой язык: рубин — символ страсти и любви, бирюза — каприза. Если мужчина дарит аметист — он надеется на взаимность и называет тебя «дамой своего сердца». Агат дарят с пожеланием крепкого здоровья, а сердолик — к успеху в делах.*

Не перекись водорода красит женщину, а грамотно подобранные украшения. Кто не любит бриллианты? Кто не любит сапфиры и изумруды? Кто равнодушен к золоту и серебру? Казалось бы, при наличии финансовой самодостаточности (когда достаточно своих средств), главу об украшениях можно было бы пропустить, не читая. Но стоимость украшений — это еще не все. Не буду советовать, что купить, советую что не покупать и как носить купленное.

Не покупай: пластмассовые бусы (не важно, под какие драгоценные камни их стилизовала рука китайского ювелира) и любую бижутерию дешевле десяти долларов за комплект, «богатючие» броши с большими камнями, золотые цепи в палец толщиной и кольца, от тяжести которых опускаются руки. Диадемы из белых блестящих камушков хороши на невестах и Снегурочках, но не на стервах. Не смотри на массивные серьги с полудрагоценными камнями — они старят и заставляют усомниться во вкусе обладательницы. Драгоценности из скупки чаще всего отражают ассортимент со-

ветских ювелирных магазинов. Зачем носить то, что одето на безвкусно одетых тетках и выживших из ума бабушках? Если вещь антикварная, рассмотри ее внимательно, чтобы все «усики», которые держат камни, были на месте, металл не деформирован, а сами камни — одинаковыми не только по цвету и виду камня, но и по огранке, если они расположены группой или симметрично. Переделанную вещь выдают едва заметные трещинки вокруг камней, которые появляются после вмешательства даже очень умелого ювелира.

Стерва не носит украшений из дерева: простовато и подходит далеко не ко всякой одежде. Кольца в ушах подойдут исключительно под блузку или платье в цыганском стиле с глубоким декольте, но не под деловой костюм. Украшения подбирают по времени года. Для лета — янтарь, полудрагоценные камни, ленточка на шее с камеей, украшения из кожи или с изображением насекомых и животных. В сочетании с яркой, открытой летней одеждой, эти вещи будут смотреться естественно, но зимой, под наряд более зарытый и темный, подбирают более строгие украшения.

Стерва никогда не оденет:

- кольца перед уборкой в доме;
- серебро с золотом;
- цепочку поверх свитера;
- массивные украшения, если у нее хрупкая фигурка и невысокий рост;
- два кулона на одной цепочке;
- браслет и часы на одну руку;
- два браслета на одну руку (если это не комплект);
- кулон с барашком или козликом (не подумай, что я их не люблю, люблю, но не когда они висят на шее);
- кольца, цепочку и серьги, не подходящие друг к другу по стилю;
- украшения с разными камнями: на шее — бирюза, в ушах — бриллианты, а кольца с янтарем и жемчугом;
- кулон на браслет;

- больше двух колец на одну руку;
- кольцо на большой палец (даже если это очень модно);
- две (или больше) сережки в одно ухо;
- две цепочки на шею;
- броские украшения под яркую одежду. Запомни, чем проще твой наряд, тем более яркие украшения ты можешь себе позволить;
- вещи из золота разной пробы;
- украшения под спортивный костюм.

Стерва знает, что красные камни сочетаются с золотом и черными камнями, одевают их так же под красное или черное, но не зеленое или фиолетовое. Зеленые камни подходят не под зеленое (трудно угадать оттенок), а под коричневое, бежевое платье. Голубые камни не одевают под желтую, зеленую, красную или коричневую блузку. Розовый камень подойдет под голубой костюм, но для вечернего туалета выбирают камни яркие или блестящие. Янтарь не сочетается с синтетикой, а жемчуг — с многоцветными нарядами. По народным поверьям, янтарь ограждает от сглаза и увеличивает жизненную силу, а александрит, если драгоценность не в комплекте, делает обладательницу одинокой.

Стервам нравятся разные украшения, ведь многое зависит от гардероба и индивидуальных особенностей внешности. Та драгоценность, что на одной женщине выглядит естественно и радует глаз, вызовет гримасу отвращения у другой стервочки, когда ее взгляд натолкнется на что-то подобное на витрине ювелирного магазина. Деловая стерва следует принципу «разумного ювелирного минимализма»: небольшие сережки необычной формы или с драгоценным камнем (выбирать камень «на глаз», под цвет глаз, или в соответствии с советами астрологов — решать тебе). Сделай на заказ двух змеек в уши, треугольники или ромбы с маленькими бриллиантами в уголках. Такие серьги будут только у тебя. Небольшой перстенок на мизинец или кольцо в комплект с серьгами на безымянный, обручальное кольцо дополняют комплект. Цепочку с кулоном или без

не носят под деловой костюм. Для деловой стервы гораздо важнее марка часов, авторучки, автомобиля, в конце концов, чем золотые или серебряные побрякушки. Небольшая брошь на лацкан пиджака или одно кольцо (но какое!) — и все. Знаю, что в шкатулке осталось еще много заманчивых вещей, знаю, что хочется одеть их чуть ли не все и сразу, но нельзя.

Отправляясь на переговоры с зарубежными партнерами, одень самые скромные украшения, лучше, если это будет комплект стильной бижутерии. Драгоценности во многих странах носят только в театр или на прием, а днем появляться на улице или на работе в «золоте и бриллиантах» считается вульгарным и неприличным. Если стерва выбирает стиль «мисс естественность», ее камни — янтарь и жемчуг. Для роковой соблазнительницы подойдут любые изделия с драгоценными камнями, подобранные со вкусом, но ни в коем случае не с поделочными. Восточной красавице советую остановить выбор на массивных, но не аляповатых драгоценностях: крупные кулоны и серьги, даже цепочка на шиколотку, если позволяет форма ног и педикюр.

Я часто вспоминаю удивительную женщину с миндалевидными глазами и темными волосами, красиво уложенными на затылке. Каждая прядь в сложной прическе была обвита золотой цепочкой. Эту женщину я видела всего один раз, когда мне было лет двенадцать, на юбилее свадьбы, который мои родители праздновали в ресторане. Но воспоминание о черном платье до пола и удивительной прическе осталось навсегда. Больше никаких украшений на ней не было: черное платье, алые губы, черные глаза, смоляно-золотые волосы. Была ли она стервой? Этот вопрос я задаю себе до сих пор, и часто вспоминаю ее, когда рука тянется к шкатулке с драгоценностями или в карман за деньгами — купить пластмассовые клипсы на лотке. Так уж видно устроенная женщина, чтобы быть искушением для мужчин, и искушаться самой перед красивыми вещами. Правильно выбранная вещь делает женщину еще соблазнительней для мужчины. Круговорот соблазнов, без которого, наверное, было бы скучно жить.

## **Колготки и чулки — тайное становится явным**

*Лучше морщинка на лице, чем морщинка на чулке.*

Коко Шанель

Как ты уже, наверное, поняла, многие премудрости стервозного бытия я почерпнула из наблюдений за поведением женщин и реакцией мужчин на всякие женские штучки. Есть у меня история и «про колготки». На улице, стоя у прилавка с экзотическими морскими ракушками, которыми я решила украсить ванную комнату, наблюдаю следующую картину: по тротуару вышагивает модельной походкой девушка, одетая в розовые «дольчики» с перламутровым отливом. Миловидная барышня была в туфлях на шпильке. Несмотря на довольно яркий наряд (или благодаря ему?), многие мужчины оборачивались девушке вслед. Двое молодых людей, стоящих недалеко от меня, тоже оценивающе задержали взгляд на незнакомке. Я прислушалась: обычно после просмотра (женщины или фильма — не важно) начинается обсуждение. «Ух ты! Розовые...» — как бы про себя оценил наряд незнакомки один из парней. А теперь приготовься, знаешь, что выдал второй? — «Вот блин, я презервативы-то забыл купить!!!». Признаюсь честно, я была слегка ошарашена таким поворотом ассоциативного мышления: посмотрел на ноги женщины в розовых колготках и вспомнил о презервативах. Не хотелось бы мне вызывать у противоположного пола

похожие ассоциации. Вывод: стерва не носит розовые колготки. И не только розовые. Белые чулки дополняют образ очаровательной медсестры, которую ты можешь изобразить в постельном спектакле, но не подойдут на каждый день. Забудь о синих и зеленых колготках, даже если это твои любимые цвета с детства. Забудь о разноцветных, если тебе уже не пятнадцать лет. Подари «любимой» подруге колготки-сеточки, ты ведь не хочешь стать похожей на женщину определенной профессии? Если в шкафу завалялись блестящие, с перламутровым отливом, как у того же пресловутого средства предупреждения беременности, колготки, носи их под брюки, и новые такие впредь не покупай. Стервы носят ТОЛЬКО черные, телесные, темно-серые колготки или колготки цвета загара. Других нет, запомни раз и навсегда. И лотков на улице нет, только магазины, в которых не продаются китайские подделки. Дорогие колготки носятся дольше, на них не вытягиваются коленки, не собираются складочки. Не можешь себе позволить «фирму»? Носи брюки, но никогда не штопай колготки, не замазывай дырочки лаком. Одна моя подруга на вопрос о том, что такое богатство, ответила: «Это когда под штаны можно одевать целые колготки». Почувствуй себя миллионершей, которая широким жестом швыряет порванные колготки в мусорник. Поверь, мужчине абсолютно безразлично, с лайкрой твои колготки или с микрофиброй, главное, чтобы были целые.

По маркам и моделям колготок советов давать не буду. На вкус и цвет, как говорится... Я, например, люблю чулки. Покупаю сразу пять-семь одинаковых пар и ношу весной, летом и осенью, выкидывая порванный чулок и доставая целый из другой упаковки. Считала, покупать чулки получается экономнее, колготки-то целиком выкидываешь, а чулки — всего «половинку», да и мужчинам очень нравится! Кстати, чулки как нельзя лучше подходят для деловых встреч и торжественных мероприятий в жаркое время года. Появляться на них женщине с голыми ногами неприлично, а в чулках не жарко, удобно и... сексуально. Для лета выбери самые тоненькие, почти незаметные чулки или колготки телесного цвета. Даже

если небольшой кусочек ажурной резинки «выглянет» в разрезе юбки, когда ты садишься, — это будет выглядеть сексуально и вполне прилично, но носить чулки под мими я бы поостереглась.

Если денег на покупку чулочно-носочных изделий немного, купи колготки поплотнее (больше 20-30 ден). Ходить в почти незаметной паутинке — особый шик, но для этого и зарабатывать нужно немало. Лучше купить модель поплотнее, но дорогую и качественную, чем каждый день менять неноские и неэстетичные китайские «шедевры», продающиеся по десять штук в упаковке.

Не покупай слишком матовые колготки, особенно светлые и плотные. Они зрительно делают ногу толще и подчеркивают все недостатки. Захочешь сделать себе подарок — купи колготки с поддерживающим эффектом, которые препятствуют появлению отеков и снимают усталость. Чем больше в них будет микрофибры, тем мягче колготки окутают ножку. Лайкра утянет там, где нужно, но учти, что некоторые, даже дорогие Модели с большим содержанием лайкры блестят и не годятся для дневных туалетов. Колготки из капрона непрактичны и быстро «бегут» длинными стрелками.

О том, что темные, а особенно, черные колготки подчеркивают форму ног, делают их стройнее, ты, наверное, знаешь, поэтому не одевай черные колготки под модели юбок и обуви, в которых ноги... как бы так сказать, выглядят как средство передвижения, а не соблазнительным атрибутом женщины-вамп. Под простенький наряд одень коричневые, телесного цвета. Не одевай черные колготки под светлую обувь или если не уверена, что они подчеркнут достоинства твоих ног, а не их недостатки. Признак хорошего вкуса — подбор колготок в тон к остальной одежде. Если ты одела костюм песочного цвета, к нему подойдут коричневые колготки, но не серые, да и черные будут смотреться грубовато.

О том, что мужчин возбуждает вид женской ноги в «прозрачной одежде», женщины догадались давно. Чулок является фетишем для многих мужчин, так поче-

му бы стерве не воспользоваться этой слабостью? В Америке, в годы Второй мировой войны, был дефицит колготок, стоили они баснословно дорого. Американки, чтобы выглядеть соблазнительно и не нарушать правил приличия, красили ноги зелеными грецкими орехами и рисовали сзади шов. К счастью, сегодня прибегать к таким хитростям не нужно, выбор чулочно-носочных изделий достаточно велик. Попробуй подойти к выбору колготок не только с практической, но и с сексуально-эстетической точки зрения. Те же колготки со швом — носить или нет? Носить, если ноги не кривые, иначе, вместо комплимента, ты услышишь от мужчины: «Девушка, где вы купили такие тонкие и кривые колготки?». Шов зрительно удлиняет ноги, но одевать такие колготки стоит только под строгий и лаконичный наряд, например, маленькое черное платье или костюм с короткой юбкой и коротким пиджаком. В комплект обязательно входят туфли-лодочки.

В идеале цвет колготок должен совпадать с цветом обуви или быть светлее. Чтобы не прогадать с цветом, надень колготки на руку, натяни на тыльной стороне запястья и оцени получившийся оттенок. Колготки-сеточки я не ношу. Не потому, что не люблю, а потому что ни разу не видела, чтобы это смотрелось красиво, а не вульгарно. Если хочешь внести в чулочный гардероб разнообразие, купи для «выходов в свет» черные колготки с небольшим рисунком на внешней стороне щиколотки. В сочетании с туфлями на шпильке (но не мокасинами или кроссовками!) эта модель выглядит очень сексуально. Запомни, что к колготкам без рисунка подходит любой наряд, а к цветным или с орнаментом, украшениями или необычной фактурой — только простая одежда, которая не будет отвлекать внимание от «разряженных» ножек. Под босоножки с открытым носком колготки не носят, не носят гольфы под юбки, даже длинные. Стерва никогда не оденет «следки» под туфли, колготки с плотными «штанишками» до середины бедра под короткую юбку. Не одевают колготки под шлепанцы и сандалии, под кроссовки. Твой мужчина тоже

должен знать, что носки принято одевать только под закрытую обувь, а появляться на работе и в гостях прилично только в туфлях. Сандалии и «шлепки» — обувь для отдыха, походов на рынок и прогулок с собакой.

У некоторых женщин есть привычка покупать колготки на размер больше, чтобы дольше носились. У стервы такой привычки нет. Колготки большего размера никогда так не обтянут ножку, никогда не станут «второй кожей». Стерва не натягивает порванный на большом пальце ноги чулок и не заправляет его поглубже в туфлю. А вдруг придется разуться?

Надевать колготки нужно не спеша, начиная с носочка, равномерно натягивая на ногу, следя, чтобы колготки не перекрутились, особенно если они с рисунком или швом сзади. Одевать ли под колготки трусики? Решать тебе, современные модели дают возможность обойтись и без нижнего белья. Удобная хлопчатобумажная ластовица решает некоторые женские проблемы, а если платье облегающее, стоит ли добавлять к его фасону лишние «неровности»?

Последний совет — стирай колготки почаще и только руками, не суши на батарее. Самый простой способ быстро высушить колготки — завернуть комочек в полотенце, хорошо отжать, а потом повесить сушиться. Через пол-часа колготки будут сухими.

## Туфельки для Золушки

*Как только обувь становится, по ноге, она начинает  
отвратительно выглядеть.*

Народная мудрость

Опытные менеджеры по кадрам и психологи могут многое сказать о человеке по обуви, в которой он пришел. Зачастую мы не придаем значения тому, во что обуты и забываем пройтись щеткой по туфлям перед выходом. Уделяем большое внимание моде, а специалисты по обуви «вычисляют»: насколько человек материально обеспечен, любит ли он комфорт или для достижения цели готов терпеть неудобства. Обувь, а не одежда — показатель истинного достатка. В идеале, конечно, стерва должна взирать на всех с высоты двенадцатисантиметровой шпильки. Но часто бывает так, что работа связана с большой нагрузкой на ноги или от работы до дома путь неблизкий, или есть у стервы такая природная особенность — отекают ноги. Ходить на каблуках, сгибая от усталости ноги в коленях, и кривиться от боли в стопах — это не для стервы. Красота, конечно, сила страшная и жертв требует немалых, но не настолько же! Не нужно загонять себя в рамки, твердить, что без каблука ноги толще и короче, попа как у утки гузка, а вся красивая обувь — это модели с каблуками. Не мучай ноги комнатными тапочками на каблуках даже дома (нет, пусть они будут, но только для приема гостей и

мужчин). Я не спору, каблук — это красиво, это очень сексуально, каблук — это пьедестал для стервы. Я сказала тебе, как научиться правильно ходить на каблуках и без них, в главе «И модельной походочкой», но не воспринимай это как указание таскать неудобные туфли и в слякоть, и в жару, и в гололед. Мы уже говорили о том, что для стервы важнее всего естественность и хорошее настроение. Плохо себя чувствуешь в обуви на высоком каблуке — не носи вообще или привыкай к ней постепенно, покупая каждый сезон обувь с каблуками на полсантиметра больше. Одевай красивые туфли в офисе, а выходя на улицу, где злые «асфальтировщики» расставили для нас ловушки, переобуйся — во что-нибудь попрacticalнее. Чем чаще за день будет меняться форма колодки и высота каблука, тем лучше для ноги. Женщина, которая одевает туфли на высоком каблуке и не умеет на них ходить, выглядит как клоун на ходулях, она балансирует на краю малейшей неровности, коряво спускается по лестнице и норовит упасть в объятия первого встречного, выходя из маршрутки «враскорячку». Обратит ли мужчина внимание на женщину, видя все это? Нет, пожалеет бедняжку и пойдет своей дорогой.

Секрет хождения на каблуках заключается в том, чтобы забыть о них вовсе. Женщина выглядит естественно и соблазнительно, если ходит в туфлях на каблуках, как в комнатных тапочках, и не смотрит себе под ноги, при этом ее тело расслаблено, а шаг широкий и свободный. Врачи рекомендуют для ежедневного ношения каблуки не больше пяти сантиметров. Это связано с тем, что постоянное ношение высоких каблуков, создает дополнительную нагрузку на щиколотки, на свод стопы, мышцы голени, бедра, спины и особенно — на позвоночник. Свод стопы и «подушка» в стопе из плотной жировой ткани появились в процессе развития организма человека как компенсаторы удара, который неизбежно происходит при ходьбе. Хождение на каблуках не физиологично для человека, поэтому ноги постоянно норовят подвернуться, стопа не «гнется» в подъеме, а мышцы находятся в напряжении и болят. Поэтому, взвешив-

вай каждый свой шаг (в прямом и переносном смысле) и подумай о том, что может случиться с твоим здоровьем через пять-десять лет. Многие женщины ошибочно полагают, что толстые устойчивые каблуки здоровью не вредят. От толщины каблука зависит только устойчивость, но не нагрузка на мышцы и позвоночник. Наименьшее воздействие каблуки оказывают на женщин худеньких и «спортивных», их мышцы прекрасно справляются с нагрузками, даже если они снимают туфли только перед тем, как лечь в постель. Чтобы снизить нагрузку на позвоночник, туловище начинает заваливаться вперед или назад, а если мышцы поясницы и ног слабые, начинают подгибаться колени, женщина начинает семенить или шаркать ногами. Но хватит, довольно ужасов. Ходить на каблуках должна уметь любая женщина, даже если одевает их всего раз в год. Для тех, кто привык к кроссовкам, самый лучший вариант — устойчивый двух-трех сантиметровой каблук в сочетании с верхом, плотно облегающим ногу. Начинать носить каблуки проще с моделей, которые дополнительно фиксируют щиколотку и не дают ноге подвернуться. Лучше всего с этой функцией справляются сапоги, но не зимние, а демисезонные, плотно облегающие голень и стопу. К несчастью, путь к красивой осанке и походке обязательно лежит через спортзал. Тренировать нужно в первую очередь мышцы ног, брюшного пресса и спины, а руки и плечи можно оставить «на потом». Но бывают случаи, когда каблуки неуместны или вредны для здоровья. Не стоит одевать обувь на высоких каблуках если:

- ты собираешься на дискотеку или торжество, где будут быстрые танцы;
- в поход по магазинам;
- на вокзал и аэропорт, особенно если ты не планируешь воспользоваться услугами носильщика;
- на вечеринку, где планируются обильные возлияния: подвыпившая стерва без каблуков выглядит все-таки более эстетично;
- ты идешь с компанией на природу;
- по пляжу тоже не ходят на каблуках;

- у тебя появляются боли в пояснице от долгой носки каблучков;
- сильно отекают ноги;
- у тебя плоскостопие или после ношения обуви на каблуках начинает болеть передняя часть стопы;
- тебе поставили один из диагнозов: артрит, радикулит, тромбофлебит;
- если ты носишь штаны «спортивного» стиля.

Следующий совет прошу воспринимать как приказ: первые туфли, которые ты приобретешь под свой стервозный гардероб — это черные «лодочки» на комфортном-для тебя каблучке из натуральной кожи. Никаких «кожзамов», блесток, бантиков, открытых носков и пряжек: только качественная кожа — просто и со вкусом. Не покупай туфли на кожаной подошве, она непрактична и скользит. Обрати внимание на форму колодки и свои ощущения. Если колодка подходит, это чувствуется сразу, нога не сдавлена, но и не болтается, не «проваливается» вперед и не натирается. Не покупай туфли утром, иначе, примерив их вечером, ты можешь обнаружить, что они стали малы. Продавцы зачастую уверяют, что туфли из натуральной кожи разносятся и будут сидеть, как влитые. Да, разносятся, но как они при этом будут выглядеть?

Учти что, деловой имидж стервы не предполагает ношения босоножек. В крайнем случае, ты можешь себе позволить купить босоножки с закрытым носком или туфли с открытым.

В принципе, набор необходимой тебе обуви невелик, особенно если учесть, что кожаная обувь прослужит дольше, чем «дермотиновые» аналоги, которые, после месяца-другого носки, вытираются, трескаются и теряют форму. Стерва не покупает ничего лишнего, но всегда вовремя заменяет обувь, которая потеряла форму и быллой лоск. У нее всегда должны быть: тапочки для бассейна, комнатные тапочки, кроссовки, две пары босоножек и пара сандалий, две-четыре пары туфель, зимние сапоги, демисезонные сапоги или ботинки.

К черным туфлям обязательно купи черную сумочку «на каждый день», потому что сумка — это аксессуар, который бросается в глаза и должен обязательно сочетаться с обувью. Сумочка стервы должна быть из натуральной, тонкой и мягкой кожи. Выбери модель без бантиков, заклепок, с маленьким замочком цвета украшений из металла, которые ты носишь.

Раз уж мы заговорили о сумках, дам несколько советов: сумки делятся не только по стилю, форме и материалу, из которого изготовлены. Имеет значение твой возраст и время года. Зимой тряпичная сумка выглядит нелепо, а летом хорошо подходит к джинсам и босоножкам. Сумочки с блестками, небольшие сумочки, напоминающие косметички, уместны для похода в ресторан или театр, но не для ежедневного ношения. Повторяю еще раз: сначала покупается пара обуви, а потом под нее — сумочка. Сумка на каждый день должна быть достаточно вместительна. Стерве ходить с полиэтиленовым пакетом в руках как-то не к лицу. Вторая пара обуви и сумка — бежевые или коричневые. Под обувь и сумку покупается ремень для брюк, того же цвета и в том же стиле, и тоже кожаный. Следующие покупки — кошелек, футляр для очков, зонт, вместительная дорожная сумка. Женщина, гордо вышагивающая по залу международного аэропорта с китайской сумкой, называемой в народе «сидор — мечта оккупанта» — это не стерва. Мой знакомый художественный редактор как-то сказал, что если устраиваться на должность дизайнера приходит женщина, а ее сумка и туфли не подходят друг к другу, она не дизайнер уже потому, что не обладает элементарным вкусом. Почему я советую купить для начала качественный черный комплект? Потому что он универсален и подходит под любую одежду, выглядит всегда стильно и дорого, хотя и может молодым стервочкам показаться чересчур консервативным. Что ж, я не отговариваю, купи себе «дерматиную радость» и на ноги, и в руки и... вперед. А еще лучше — потасканные кроссовки из секонд-хенда и авоську. Да не забудь пропустить в этой книге классы, посвященные карьере и мужчинам, тебе, с таким «прикидом», они точно не грозят.

## **В гардеробе стервы мелочей не бывает**

*Чтобы одеться «к лицу», необходимо оценить значение каждой ленточки, шнурочка, пугови. Будь смелой и обольстительной, ангелом и демоном в одном лице. Словом, настоящей нимфой!*

Вивьен Вествуд

В этой главе мы подведем итог всему вышесказанному и добавим еще кое-что, то есть те самые мелочи, которые и делают женщину настоящей стервой.

Мелочи чаще всего хранятся в женской сумке, рядом с запасной прокладкой и тампончиком, килограммом картошки, папкой с работой на дом, банкой пива, пачкой печенья «для перекусов», запасными колготками, таблетками от головной боли, проездным билетом, упаковкой презервативов, кассетой с любимым фильмом, книжкой для чтения в дороге, шпильками и заколками, резиночками для волос, телефонами, записанными на салфетках, лаком для волос, фотографией любимой собачки или мужчины, перчатками и еще бог знает чем. Как только ты достаешь из сумочки какую-нибудь мелочь, она становится частью твоего имиджа. Женщина — существо предусмотрительное. Мужчина, собираясь выйти из дома, рассовывает по карманам необходимый набор мелочей, логично рассуждая, что остальное он купит, при необходимости, в любом ларьке. Ему чужда мотивация «а вдруг» — в этом мужчина от-

личается от женщины. Не понимая нашей природной склонности таскать с собой небольшую, но вместительную сумку, мужчины придумали загадку о том, чего нет в дамской сумочке. Ответ — порядка, Я много раз сталкивалась с тем, что мужчины не могут понять, как в стандартной дамской сумочке помещается такая уйма вещей. Может быть они завидуют нашей способности всегда иметь под рукой все необходимое? Женщина без сумки вызывает у мужчины подозрение и удивление, как если бы он увидел без сумки кенгуру.

Оставим обсуждение мужчин и их мнений о нас «на потом». Давай-ка, пока никто не видит, откроем свои сумки и оценим все, что в них лежит.

*Косметичка* — королева «сумочного набора». Без косметички пудра покроет ровным слоем не стервозное личико, а все вещи, лежащие в сумке. К ней присоединится губная помада. Сбросив колпачок, она «накрасит губки» расческе и записной книжке. Косметичка стерве необходима, но какая? Большие косметички — дорожные. Таскать их с собой, загромождая полсумки, неудобно. Дамская косметичка «на каждый день» — размером с ладошку, не больше. Если ты одета строго, не подойдет косметичка в цветочек или с блестками. Отвратительно выглядят «замусоленные» снаружи и изнутри светлые косметички. «Высшим пилотажем» является, подобрать косметичку так, чтобы своим дизайном и цветом она сочеталась с содержимым (помадой, пудрой и т.д.). Даже собираясь в дорогу, стерва никогда не оденет сумку-пояс (кошелек и косметичку в одном наборе). Для спортивного стиля подойдет небольшая сумка, которая одевается на руку, из материала под цвет одежды.

*Кошелек.* Чем чаще достаешь из сумки какую-нибудь мелочь, тем она важнее: кошелек «выскакивает» из сумки тысячу раз за день. Разве это не повод, чтобы позаботиться о его внешнем виде? Стерва не носит потертые кошельки, доставшиеся в наследство от мамы и бабушки. Это не тот случай, когда стоит отдать предпочтение антиквариату. Я давно поняла, что «мужские» портмоне великолепно сочетаются с моим

стилем и гораздо удобнее женских кошельков. Можешь последовать моему примеру и купить портмоне. Кошелек стервы по определению не может быть ярким, с блестками или аляповатыми пряжками, только кожаный, без крупных надписей. Кошелек выбирают под цвет сумочки, ремня и обуви, ремешка от часов, если ремешок кожаный. Ты, конечно, можешь пренебречь моими советами и хранить деньги в одном из отделений сумочки, воришкам это только на руку (в прямом смысле этого слова).

*Ключница* — вещь удобная и стильная, покупай только кожаную и того же цвета, как кошелек. Ключница не только сократит время на поиски ключей, но и убережет остальные вещи от царапин.

*Ручка* — неотъемлемый атрибут деловой женщины. В канцелярских магазинах тебе предложат массу моделей, были бы деньги. Один совет, выбирая цвет ручки, отдай предпочтение той, которая цветом металла сочетается с украшениями, которые ты носишь чаще всего.

*«Визитница»* — это коробочка для твоих визиток, а не кляссер для визиток коллег и друзей. Замечала, что в магазинах «визитницами» называют и то и другое, поэтому на всякий случай уточняю. Металлическая визитница подбирается из металла того же цвета, что и ручка. Если покупаешь зажим для денег и брелок, они тоже должны сочетаться с визитницей, ручкой и даже застежкой на кошелек.

*Щеточка для обуви* — поселяется в сумке ранней осенью и не покидает ее до поздней весны. Не разменивайся на недорогие китайские коробочки с губками, пропитанными (чаще всего) обычным глицерином. Обувь, обработанная таким средством, конечно, становится блестящей, но ненадолго. В помещении глицериновая смесь притягивает пыль. Советую раскошелиться на жидкий крем в тубике с губкой от хорошей фирмы. Места в сумочке он занимает не больше коробочки с губкой, которая приходит в негодность через пять-семь дней использования, а служит гораздо дольше.

*Щеточка для одежды* — поищи в продаже складную маленькую щеточку с велюровым покрытием, она прекрасно очищает одежду и занимает мало места

*Расческа* — куда же без нее? Самое неприятное впечатление производят расчески грязные и облепленные волосами. Стервы не пользуются щетками с отломанными ручками и поломанными зубцами, в форме ежиков и с сердечками. Деревянная расческа не подойдет под имидж женщины-вамп. Не разменивайся на дешевые китайские пластиковые расчески по червонцу за набор. Ты же стерва!

*Зеркальце* — уточняю, не зеркальце, идущее в комплекте с пудрой, а небольшое зеркало, приобретенное отдельно. Смотреться в него намного удобнее: не надо придерживать падающую подушечку и бояться уронить пудру. Зеркальце можно носить даже не в сумке, а в кармане и «подсматривать» за собой в транспорте и на улице. Вдруг в уголке глаза притаилась страшная «зюка», ресничка упала на щеку или помада отпечаталась на подбородке? Зеркальце должно помещаться в ладошке, быть легким, с симпатичной оправой, как ты сама догадалась, не с розовой и не в горошек.

*Носовой платок* выручит не раз. Признак вкуса и достатка — натуральная ткань. Запомни раз и навсегда: в платки не сморкаются. Максимум, что ты можешь себе позволить — это аккуратно «промакнуть» нос неуловимым движением, не разворачивая платок. Сморкаются не при людях и только в одноразовые салфетки для носа, которые есть в продаже. Наблюдала в транспорте картину: симпатичная девушка достает из кармана скомканный, непонятного цвета платок, громко сморкается, а потом еще и разворачивает, внимательно разглядывая полученный результат. Интересно, что она ожидала там увидеть? Стерва так никогда не сделает. Платок можно надушить любимыми духами. Не обязательно менять его каждый день, но как только аккуратно свернутый квадратик или треугольник превращается в скомканное «нечто», его сменяет другой.

*Сигареты и зажигалка* - неотъемлемые спутники многих женщин, несмотря на предупреждения Минздрава и дороговизну подобного увлечения. Не мне тебя учить, поэтому, определяясь с маркой сигарет, запомни — стерва не курит «дешевку», лучше ограничить количество выкуренных сигарет, чем красоваться с пачкой дешевого курева. Хочешь купить портсигар? — Выбери тот, что сочетается со всеми остальными аксессуарами: визитницей, кошельком, ключницей и т.д. Это же относится и к зажигалке. Стерва может курить, используя мундштук, но для того чтобы курение стало ритуалом, завораживающим мужчин, притягивающим, как магнит, их взгляды, потребуется тренировка. Отрепетируй процесс курения, желательно, перед зеркалом. Не спеши, держи сигарету между средним и указательным пальцем, не сгибая их. Не выдыхай дым в лицо собеседнику или себе в декольте.

*Сотовый телефон* — для женщины это не только удобное средство общения, но и стильный аксессуар, особенно если чехол подобран так же тщательно, как и модель трубки. Стервы не носят телефоны на шее и на поясе, даже в кармане, хотя от этого снижение потенции нам, как мужчинам, не грозит. Самый удобный вариант — отдельный карманчик в сумке, чтобы не вываливать все ее содержимое в поисках телефона, когда раздастся трель. Марка телефона — это показатель достатка. Даже номер имеет значение. Директор крупной фирмы с «кривым» федеральным номером и не запоминающейся комбинацией цифр, производит впечатление глупого и жадного человека, который привык экономить на мелочах. Телефон отключают в театрах и на концертах, на важных переговорах и совещаниях, в самолете, на лекциях, независимо от того, преподаватель ты или студент, во время свиданий с любимым.

*Обложка на документы* — еще одна «мелочь». Задумайся, кому и когда ты даешь документы? Где показываешь? Чаще всего чиновникам в разных учреждениях, в чьих руках находится власть выдать тебе визу или выписать нужную справку. Твои документы, как минимум, должны выглядеть так, чтобы их было приятно взять в руки, как максимум — чтобы хотелось

взять. Необходимая оболочка, предохраняющая документы от грязи и истирания, или стильный аксессуар? Выбор за тобой. Цвет обложек обязан сочетаться с цветом кошелька, футляра для очков и других аксессуаров. И снова отдай предпочтение натуральной коже, уверяю, не пожалеешь.

*Записная книжка* — вещь необходимая, но из-за частого трения о другие вещи, лежащие в сумочке, часто приобретает вид растрепанный и непрезентабельный. Выбирая записную книжку, отдай предпочтение той, у которой странички в корешке не склеены, а сшиты. Обложки, устойчивые к истиранию, изготавливают из кожи или «кожзама», из ткани со специальной пропиткой, но не из плотной бумаги, даже если она покрыта специальной пленкой. Хочешь произвести впечатление? Купи записную книжку с золотым обрезом, у меня уже давно такая.

*Маникюрные ножнички и пилочка* — вдруг ноготь сломается? Лак для ногтей тоже всегда должен быть под рукой, но где гарантия, что ты не забудешь плотно закупить флакончик? После того как разлившийся лак испортил мою любимую сумку, покупаю два пузырька одинакового лака и держу один дома, а второй — в ящике стола на работе, но в сумке не ношу.

*Освежитель дыхания* (жевательная резинка или мятные таблетки) пригодится тебе, если на деловом обеде коварный повар добавит чеснок в салат или если неожиданно после рюмочки коньяка, выпитой в кафе с подружкой, ты встретишь старого знакомого. Ситуации бывают разные, а стерва должна предусмотреть все.

*Зубочистка* — последняя маленькая «жительница» женской сумки. Сама, наверное, знаешь, как много неудобств доставляет кусочек, застрявший между зубов. «Ковыряние» в зубах портит маникюр и делает тебя похожей на библейского Самсона, с той лишь разницей, что пасть ты будешь разрывать сама себе. Бывают и непредвиденные ситуации: на столе в кафе не стоят зубочистки. Я как-то спросила у официантки, можно ли их принести? Она озадачилась и ответила, что спросит у старшей, потому что зубочистки у них... в сейфе. Смешно? Мне тоже. С тех пор я ношу в карманчике сумочки пару зубочисток — для себя и для него.

## Шубка для хищницы

*... Ты шубки беличьи носим,  
Кожи крокодила, все полковникам стелила,-  
Блатной фольклор, песня «Гоп-стоп»*

Заходя в меховые салоны, я часто вспоминаю свою первую шубу. Мне было четыре года, когда бабушка любимой внучке прикупила дефицитную и дорогую беличью шубку. В детском саду с утра меня обступили ребяташки (мальчики и девочки), шупали мягкую обновку, осматривали со всех сторон. Наверное, уже тогда я поняла власть красивых вещей над людьми, которая не приходит со взрослением и воспитанием. Она есть где-то внутри, если даже четырехлетний ребенок тянется к красивой вещи и мечтает, чтобы родители купили ему такую же. Неделью я, гордая и счастливая, ходила в новой шубке. Женихов у меня прибавилось, мальчики плакали, если я отказывалась от их угощений и подарков, сделанных своими руками. Шубка воздвигла меня на пьедестал детсадовской королевны. А потом случилось ужасное. Мама, забирая меня вечером из детского садика, открыла шкаф с верхней одеждой. Моя шубка, моя гордость и радость, была вся перемазана канцелярским клеем. Виновника (а скорее всего, виновницу) так и не нашли. Шубку спасли, правда, она стала не такой блестящей и пушистой, но носила я ее долго и с удовольствием, даже когда рукава стали коротковаты.

Сразу уточню, «гринписовцам» эту главу читать строго запрещается потому, что вся она — сплошная ода женской верхней одежде из натуральных материалов. Я люблю животных, но шубы я тоже люблю. И отказать от роскошной меховой красы я не в силах хотя бы потому, что, когда на улицы заснеженного города выходят стервы в шубках натурального меха... Нет, я не смогу сравниться с ними, даже если буду очень стараться выглядеть роскошно в своем «Чебурашке». Нет равноценных заменителей натуральному меху, только он умеет искриться, обволакивать легким облаком, заставляет блестеть женские глаза и притягивать взгляды мужчин.

Шуба — это вершина стервозного гардероба, она — воплощение всех его достоинств и недостатков. Поясню, что я имею ввиду.

*Достоинства:*

- теплая;
- красивая;
- соответствующая имиджу дорогой женщины.

*Недостатки:*

- быстро теряет роскошный вид;
- дорога;
- сложна в уходе;
- плохо совместима с другими средствами передвижения, кроме машины.

Невинно убиенные для пошива шубки зверушки продолжают «кусаться» ценами в магазине. Хорошая шуба, которую проносишь больше трех лет, стоит не меньше пятисот долларов. Кроликов, козочек, волков и енотовидных собак мы в расчет не берем. Если денег нет на хорошую шубу, купи хорошую дубленку, но не позорься в бесформенном творении дядюшки Ли с китайского рынка.

Подбирая шубку, советую полагаться не только на собственный вкус. Уж слишком это дорогая вещь, чтобы не задумываться о практичности. Шуба — это статус и образ жизни. В общественном транспорте нелепо выглядит шуба до пят из норки, песка или лисы. Шуба по-

кроя «свингер» не сочетается с брюками, разве что классическими узкими. Шуба не подходит под спортивную одежду. Даже от географии проживания зависит фасон и длина шубы. Наблюдала как-то раз в Ростове-на-Дону, который знаменит «слякотными» зимами и лютыми ветрами, дующими со всех четырех сторон, следующую картину: по улице шла женщина в роскошной песцовой шубе до пят. Рукава, воротник и полы украшали песцовые хвостики. Я не любительница подобных фасонов, но порой непрактичная и даже аляповатая роскошь по-своему красива и восхищает размахом. Только одно портило впечатление: так как улицы покрывала грязевая жижа, замешанная на мокром снеге, каждый шаг дамы превращал девственно-белого песка в «леопарда». Хвостики превратились в грязные кисточки и, словно мстя хозяйке, испачкали впитанной грязью сапоги. Роскошное белое чудо таяло на глазах.

Второе воспоминание — шуба однокурсницы, подаренная тетей, живущей во Владивостоке. Норковый полушубок был хорош, но стоптанные клеенчатые сапожки портили все впечатление. Я привела два примера того, как неудачный выбор и неумение носить вещь сводят на нет все достоинства «шубного прикида».

Очень долго я не могла себе позволить купить шубу, да и темп жизни был настолько напряженным, что в зимнем пальто, сшитом на заказ, я чувствовала себя более комфортно и удобно. Мечта о шубе не умерла, она на время уснула, уступив место карьерному честолюбию и желанию обзавестись собственным жильем. Потом была шуба, и не одна. Мои подруги тоже делали покупки и делились впечатлениями. Наверное, проще будет рассказать о разных «шубных зверушках», чтобы ты сделала вывод сама.

*Норка* — типично стервозная зверушка. Ее искристый мех как нельзя лучше подчеркнет и цвет волос, и блеск глаз, и соблазнительность губ. Какой выбрать цвет, советовать не буду, хотя сама предпочитаю шоколадные оттенки. В магазине взгляд обязательно остановится на шубе из белой или голубой норки, но предупреждаю сразу: через год-два светлый мех приобретает желтоватый оттенок и смотрится не так краен-

во. Шуба из норки прослужит пять-шесть лет и даже после этого ты сможешь дать в газету объявление о том, что продаешь ее за полстоимости, и желающие найдутся. Дождь и снег почти не вредят норке, если, конечно, не сушить шубу на батарее.

Самые дорогие шубы шьют из норковых спинок или из цельных шкурок. Почти невидимые швы и ровный мех, создают иллюзию, что вся шуба сшита из одной норки-гиганта. Мех спинок хорош сам по себе, поэтому обычно его не красят. Второй ценовой порог — шубы из меха с бочков и живота норки. Они менее ноские, но тоже очень красивы. Стоимость шубы из кусочков зависит от того, какого размера кусочки пошли на ее изготовление, и мастерства скорняка. Шуба «от мастера» с замысловатым сложным рисунком, пусть даже сшитая из одних хвостиков, будет стоить дороже, чем шуба из цельных шкурок. Что касается фасона, выбирай, чтобы сочетался с зимней одеждой или сразу добавь в бюджет покупку вещей «под шубу». Если предпочитаешь классику, подойдет прямой силуэт и длина до колен. Женственным и высоким стержкам, кокеткам и соблазнительницам советую остановить выбор на свингере, но учти, что без каблука свингер выглядит не так эффектно. Под полуспортивный стиль, и если сама водишь автомобиль, подойдет норковый полущубок с поясом — короткая шубка до середины бедра. Для красоты, но не для того, чтобы спрятаться от больших морозов, — модели длиной до пояса и норковые накидки. Покупать такие фасоны может себе позволить стерва, которая уже имеет пару-тройку более практичных шуб в гардеробе. В качестве первого мехового приобретения лучше остановиться на более универсальном варианте. Длинная норковая шубы гармонично впишется в гардероб материально обеспеченной стервы, которую возит на машине муж или шофер.

*Сурок* — дешевый заменитель норки, сравнимый по цене с нутрией. Ценность сурка в том, что не все знают о том, что есть такой «шубный» зверь, поэтому если ты не будешь сильно распространяться, из кого твоя шубка, все будут считать, что мех дорогой и престижный. Обычно сурка подкрашивают в черный цвет и он имеет свойство через два-три года проявлять свою истин-

ную окраску и рыжеть. Сурок достаточно носок и практичен. Советую выбирать длинную шубу или свингер.

*Чернобурка* — мой любимый зверь. Из всех «пушистых» вариантов он самый эффектный и ноский, не боится любой непогоды. Одно предупреждение: миниатюрным женщинам больше подходят шубы из недлинного и гладкого меха или комбинированные модели. Шуба должна подчеркивать достоинства, а не скрывать их вместе с обладательницей. Любой фасон шубы из чернобурки смотрится эффектно, кроме «подстреленной» короткой шубки до талии. Но, как и любой роскошный мех, чернобурка нелепо выглядит в автобусной толчее или в метро. Невольно возникает вопрос: «Если ты такая крутая, почему не на машине?»

*Нутрия* — мех ноский и практичный. Только от работы скорняка и качества шкурок зависит, подойдет ли он стерве. Чаще всего «шуба из нутрии» ассоциируется со скорняжным изделием непонятного цвета, ошетинившимся длинными иголками жесткого ворса. Модели, которые есть в продаже сейчас, с этой ассоциацией ничего общего не имеют. Импортные шубы из нутрии удивительно мягкие и приятные на ощупь, а длинный ворс аккуратно подстрижен так, что мех становится похож на норку или ондатру. Нутрия подходит женщинам, работа которых связана с постоянными разъездами. Это прекрасная альтернатива для тех, кому норка дороговата. В нутрии не стыдно и театр пойти и на рынок за продуктами. Этот мех неприхотлив и не требует особого ухода так же, как и зверек, который его нам «дарит».

*Нерпа* — хороша, если ты любишь шубы из короткого меха и модели с прямым силуэтом, похожие на пальто. Нерпа — это очень стильно и в меру строго, особенно эффектно серый мех оттеняет серые и голубые глаза. Эта шуба универсальна тем, что естественно выглядит и зимой, и поздней весной, если все еще холодно. «Пушистую» шубку, когда проклюнулись первые почки, уже не оденешь, а гладкую — легко! Мех нерпы практичный и очень ноский, поэтому его часто используют для отделки кожаных курток и пальто.

Моя соседка, купив мужу шапку из нерпы, шутила, что в ней, наверное, его и похоронит, потому что за несколько лет вид шапки ничуть не изменился.

*Ондатра* — небольшой крысообразный зверек, который любит воду, поэтому воды ондатра не боится. В шубе из этого меха можно гулять под дождем. Но, к сожалению, бедненьких ондатр в процессе эволюции мало гладили по шкурке, поэтому мех этих зверушек не приобрел устойчивости к истиранию. Многие любят ондатру за изумительный золотистый цвет и мягкость. Если и ты пала жертвой этого пушного искуителя, покупай, но отнеся два сезона, продай, не жалея, и купи новую. На третий-четвертый год даже самой аккуратной носки ондатра теряет все очарование, вытирается и вылезает серым подпушком.

*Рысь* — мех для настоящих хищниц. Когда-нибудь у меня обязательно будет шуба из рыси. По ощущениям, носить шкурку крысы (например, нутрии) или благородной кошки — это ведь две большие разницы? Рысь практична и подходит к любому стилю, кроме спортивно-молодежного. Пятнистая шубка — вещь для женщины-вамп, а не для простоватой девочки-подростка. Если решила заказать шубу из рыси у скорняка, купи шкурки сама, подобрав по интенсивности окраса и размеру пятен. Учти, что самые дорогие шкурки — большие, с четко выраженным рисунком. Найди лучшего скорняка в городе и подари себе, любимой, пятнистое чудо.

*Песец* — зверь коварный, состоящий в сговоре с продавцами меховых салонов. Роскошные белоснежные песцовые шубы до пят первыми бросаются в глаза. Стоп. Этот наряд очень коварен. Во-первых, задумайся, захочется ли тебе рядиться в белое три-четыре месяца в году в любую погоду. Во-вторых, если в твоём гардеробе много темных вещей (а в зимнем гардеробе их, как правило, больше, чем в летнем), половина белой шерсти с песцовой шубы миглом «перелезет» на них и ты будешь обречена все время чистить себя специальной щеткой. В-третьих, песец — мех не ноский, он не любит дождь и мокрый снег, со временем

скатывается в «сосульки» и сильно вытирается в местах застежек и на рукавах. Как и любой светлый мех, он со временем желтеет. Не отговорила? Тогда последний совет: постарайся найти шубу из песка, не выращенного в питомнике, а выросшего на воле, или купи шкурки у охотников, этот мех прослужит вдвое дольше. Не одевай песцовую шубу в непогоду, пусть в твоей сумочке всегда лежит маленький зонтик. И последней: гораздо меньше мороки с крашеным песцом.

*Лиса* — мех красивый, ноский, легкий и теплый, если, конечно, в момент отстрела Патрикеевна не решила сама сменить шубку. Как и все шубы из длинного меха, лиса идет стройным и высоким. Для полненьких и миниатюрных есть модели из стриженной лисы, с роскошными воротниками и манжетами. Лиса имеет свойство со временем выцветать, поэтому в магазине выбери самую яркую шубу, без серого оттенка.

*Каракуль* — это молодой барашек. Каракульча — барашек только что родившийся (он почти без «завитушек»). Почему в нашей стране каракуль относят к категории «старой бабушки привет»? Потому что привыкли к виду старушек в старых черных потертых шубках и каракулевым шапках-таблетках. Каракуль — мех для ленивых. Он не требует почти никакого ухода. А чтобы не уподобляться бабушкам, купи не черную шубу, а шоколадную или даже темно-зеленую. Видела такую в салоне — глаз не отвести! В каракулевой шубе важен фасон. Из черных шкурок эффектно смотрится приталенная длинная шуба, расклешенная книзу, похожая на пальто. Это стиль Настасьи Филипповны из «Идиота» и соблазнительных красоток из романов Акунина. И последний аргумент в пользу шубы из каракуля: этот мех недорог — покупай и носи на здоровье (ведь в теплой в шубке не простынешь!).

С меховой «живностью» мы покончили. Переходим к советам по приобретению и эксплуатации. Чтобы было проще, перескажу тебе беседу про шубы с моей «протее» — дочкой подруги, которую я обучаю премудростям стервозной науки.

— Что сделает стерва: отправится к скорняку или пойдет в магазин?

— Для начала, конечно, в магазин. Примерить на себя разные модели — это первый шаг. Надо же понять, что идет, а от чего лучше сразу отказаться. Второй шаг — расчет. Если шкурки уже есть, иди к скорняку, только самому лучшему, чью работу ты уже видела. Меха — не ткань, да и отходы дороговаты, чтобы кромсать и переделывать по десять раз. Выбирая фасон, учти, что чем меньше швов будет на готовом изделии, тем дольше шуба сохранит приличный вид. Идеальный вариант покупки шкурок — пойти в магазин или на рынок вместе со скорняком и сводить его в магазин, где висит шуба приглянувшегося фасона. Он-то разбирается и в качестве меха и в необходимом количестве шкурок. Если разница в стоимости готовой и сшитой шубы составляет тридцать-сорок процентов или больше, можно доверить пошив скорняку. Деньги немалые, ради них стоит помучиться. Если меньше — покупай в магазине. Преимущества готовой шубы очевидны: оценить и выбрать, подобрать длину и фасон (и даже надеть) можно сразу. Элементарный расчет (если выбор шуб в твоём городе маловат) подсказывает идею «шуб-тура» в столицу или за рубеж: купишь то, что нравится, и сэкономишь время на примерки и выбор материала. Пошив шубы — дело нервное, особенно если результат никак не приходит в согласие с ожиданиями. Ещё один совет — шить шубу лучше из крупных шкур, и совсем нежелательно — из кусочков и разных видов меха. Получится убожество, которое противно носить и жалко выбросить, как чемодан без ручки.

— Можно ли торговаться, покупая шубу?

— Конечно, причем не только на рынке, но и в любом магазине. Минимальная «шубная» накрутка — тридцать-сорок процентов, максимальная — двести-триста, ведь продавец вкладывает средства в дорогостоящий сезонный товар, который рискует не продать за осень-зиму. Мода меняется, состоятельных покупа-

телей не так много, ведь дорогие шубы относят к категории «товары-звезды» — предметам роскоши, а не первой необходимости.

— На чем можно сбить цену?

— В первую очередь на качестве меха. В идеале он должен быть ровным и блестящим, без проплешин и грубых швов. Не поленись, подууй на мех в разных местах. Если ворсинки через несколько секунд возвращаются на место, мех хороший и качественный. Подпушек должен быть густым, а длина основного ворса одинаковой на всей шубе. Проведи рукой по ворсу и против него, рассмотри внимательно швы. На качественной шубе мех не лезет, а кожа мягкая, но не тонкая. Часто на обратную сторону воротника и внутреннюю рукава ставят шкурки похуже: мех не такой густой и отличается по цвету. Это признак «второсортности» товара и недобросовестности производителя, который хочет обмануть покупателя.

— Сложно ли ухаживать за шубой?

— Смотря за какой. Чем длиннее мех, тем сложнее шуба в уходе. Моя подруга утверждает, что самое лучшее место для хранения шубы летом — морозильная камера: вывернуть мехом внутрь, в пакет, снова в пакет, крепко завязать и в отделение морозильной камеры, подальше от продуктов. Раз в месяц вынимай и проветривай, но не вывешивай на солнце, от этого мех выгорает.

— А если морозильная камера маловата?

— Тогда в шкафу, в полотняном (но не полиэтиленовом!) чехле, чтобы мех «дышал».

— Одевают ли шубу с туфлями?

— Да, но лучше, если это будет меховая накидка или короткая шуба, а ее обладательница приедет на машине, которая остановится прямо у входа в помещение. Если на улице снег и лютый мороз, лучше все-таки надеть сапоги или ботинки и переобуться в помещении.

— Как подбирают под шубу обувь?

— С этим все просто: коричневые сапоги не носят

с серым мехом, а черные — с любим. Сложнее с яркими расцветками. Они сочетаются только с крашеным мехом и экстравагантными фасонами шуб. Не уверена — не покупай. Обувь должна быть только кожаная и без украшений. Мех сам по себе является украшением, которое не нуждается в дополнениях, таких как вышивки и бантики на обуви. Совсем не подходят к шубе ботинки на массивной подошве, сапоги из овчины (зато они прекрасно подойдут под дубленку), а также обувь в армейском стиле.

— Что делать, если шуба после дождя или хранения стала плохо пахнуть?

— Хорошо проветри и сбрызни любимыми духами или отнеси в химчистку, чтобы почистить подкладку. Шуба ведь тоже впитывает запах пота, сигарет и помещений, куда ты в ней заходишь, как и твои волосы, жалко только, что мыть ее также часто нельзя. Зато после химчистки шубка «рождается» заново, как женщина после косметического салона. Мех чистый и пушистый, пахнет приятно и не скатывается в «сосульки».

— Чего не любит шубка?

— Рук в карманах, привычки теребить воротник, носить сумку на плече, толкучки в общественном транспорте и на рынке, жары.

— Когда пришло время подарить шубу престарелой родственнице? Можно ли реанимировать старую шубу, например перешить в полушубок?

— Когда шуба облысела или ее поела моль, сомнений быть не может: ее больше носить нельзя, а если можно, то не тебе. Если вытерты обшлага рукавов, карманов и места около застежки, опытный скорняк вырежет поврежденные места и шубка станет, как новая. Перешивать не стоит, все равно ерунда получится. Если проплешины появились на полах и спинке, сделать уже нечего нельзя, забудь и не жалей. Да и стоит ли стерве жалеть о вещи, которая играет уже не на ее имидж, а против него?

## **О совмещении красивого с практичным**

— Пришла на пляж... У меня сразу же облезла кожа! Не знаю, что теперь делать?

— Что делать? Хочешь — сумочку, хочешь — перчатки.

Не знаю, насколько была удачна моя первая покупка кожаной вещи, но как только я ее одела, на работе меня прозвали «Зена, королева воинов». До сих пор не могу понять, хорошо это было или плохо, Зена вроде бы персонаж не противный, странная смесь стервы и воинствующей домохозяйки. Схожесть с ней я приобрела благодаря длинному плащу с воротником и манжетами из чернобурки в сочетании с высоким ростом и стремительной походкой. Плащ жив до сих пор, но вид у него, конечно, уже не тот. Он дорог как память о начале кожаного сезона в моем гардеробе. Потом появился кожаный пиджак, брюки и юбка. Я не узнавала сама себя. Раньше кожа ассоциировалась с рокерами и потертыми турецкими куртками, теперь она стала частью меня. Кожаные брюки, если они не вытерлись и не пузырятся на коленях и попе — вещь универсальная, как нельзя лучше подходящая к русской зиме. С первым снегом все начинают гадать, как одеваться, покупают стеганые джинсы, теплые колготки «а-ля бабушкин привет», юбки до пят и пальто-пуховики, а я разглядываю прошлогодние кожаные штаны. Не поизносились ли? Может, краской

пройтись из баллончика или смазать вас, родных, маслом, кремом? Не люблю длинных рецептов возвращения былой яркости и привередливых в уходе вещей. Кожа не капризна. Еще учась в институте, я как-то смазала туфли и перчатки недорогим кремом для рук и с тех пор прекрасно повторяю удачный опыт. Покупаю тюбик отечественного крема и питаю им кожаные вещи. Похоже, им нравится. Другая проблема: тот, самый первый кожаный плащ имел неприятное свойство пачкаться внизу. Грязь въедалась так, что даже после тщательных протирок оставались серые разводы. Я купила черную краску для кожи, хорошенько покрасила весь плащ, а потом сверху нанесла водоотталкивающее средство. Красота: даже если ты попала под шквальный огонь грязи из-под колес проезжающего авто, одно легкое движение губки, и грязи — как не бывало. Относись с осторожностью к советам из книг по домоводству. Некоторые из них словно специально придуманы затем, чтобы на корню извести стервозный гардероб. Если пробуешь новое средство, нанеси капельку с изнанки, поддержи подольше, приглядись внимательно, оцени результат, и только тогда экспериментируй на больших и видных участках. Моей подруге в наследство от бабушки достались изумительные белые перчатки из тончайшей лайки. Одна беда — перчатки пожелтели от времени. Книга пришла на помощь, и подруга, одев перчатки, погрузила их в чашку с бензином. О ужас! Перчатки, как в фильме-ужастике, начали сжиматься прямо на руках, причиняя нестерпимую боль. Подруга еле успела их снять. Сейчас она показывает результат эксперимента знакомым в качестве иллюстрации того, что не нужно делать с кожаными вещами.

Какие кожаные вещи приживутся в стервозном гардеробе?

— *брюки* — не слишком узкие, иначе быстро потеряют товарный вид и растянутся. Лучше всего классически черные или «а-ля Марлен Дитрих» — широкие, из тончайшей светлой кожи;

— *юбка* — короткая или длинная, расклешенная, до пят, обязательно на подкладке, как и брюки;

— *корсет* подойдет к первому и второму, он может быть также замшевым, на шнуровке или змейке;

- *пиджак* - вещь более серьезная, выбирать ее придется тщательно, лучше всего в магазине, а не на рынке. К кожаному пиджаку не прикрепляют броши и медали за упорный труд. Черный пиджак — для деловой женщины, а короткий бежевый подойдет к стилю «натюрель», длинной юбке и джинсам. Вспомни «прикид» Стивена Сигала — джинсы и пиджак, смотрится стильно и очень удобно;

— *плащ* — это вещь для стервы, с воротником или без, он приятно окутает ноги, убережет от ветра и дождя. Заходя в помещение, расстегни плащ немного раньше, чем снимешь его, это красиво и стильно.

Не стоит покупать шорты и лифчики, куртки-косухи и любые вещи из кожзаменителя. Нарваться на подделку сейчас легко, производители «кожзамов» настолько усовершенствовали технологию производства обманной кожи, что даже искушенная стерва не в состоянии отличить подделку. Есть и промежуточный вариант — вещи из прессованной кожи, которые и выглядят не так красиво и в носке менее практичны, чем качественная натуральная кожа. Я не покупаю кожаные платья и сарафаны потому, что считаю не очень гигиеничным одевать кожаную вещь-на голое тело, не имея возможности постирать ее так же, как вещи из ткани. Я не ношу кожу летом по той же причине.

Кожаные вещи требуют аксессуаров и дополнений непременно того же цвета и стиля. Черная кожа «любит» небольшие и неброские украшения, не подойдут поделочные и полудрагоценные камни и жемчуг, вычурная бижутерия и броши. Кожаные плащи и куртки, если только они не выполнены в мексиканском стиле, требуют лаконичного наряда «под низ». В идеале это прямое однотонное трикотажное или шерстяное платье, брючный костюм или свитер и юбка (одна из вещей должна быть в тон к верхней одежде). Кожа плохо сочетается с легкими прозрачными тканями, если это не блузка под кожаную юбку или штаны.

При покупке обращай внимание на ровность швов и качество кожи. Плохо сшитая вещь в бутике — случайная гостья из Турции, Китая или Египта, хотя по большому счету, родина вещи совершенно не важна. Качественная кожа и хорошие портные есть в любой стране. Самая грубая кожа — свиная. Тонкая кожа, из которой шьют перчатки — «лайка» — изготавливается из шкурок молодых барашков или телят. Кстати, у членов Политбюро, перчатки, которые они охотно демонстрировали с крыши Мавзолея на парадах, были сшиты из крысиной кожи. Если хочешь, чтобы вещь держала форму, выбирай кожу потолще, для штанов, юбок и «летающих» фасонов — тонкую и мягкую. Мягкость кожи — верный показатель ее качества. В идеале вся вещь должна быть сшита из кожи, одинаковой по качеству, но производители часто «мухлюют», используя в менее видных местах так называемую «шагреновую» кожу, менее качественную, морщинистую и более тонкую. Шагреновую кожу чаще всего изготавливают из шкур худшего качества или из кожи животных с живота. Если хочешь носить вещь долго и не выглядеть дешево, не покупай модели из кусочков, ты ведь не студентка ПТУ. Рассматривая вещь, особое внимание удели молнии. Если вшивать новую молнию, вид у вещи будет уже не тот, потому что новый стежок никогда не попадет на старые дырочки в коже. Молния должна застегиваться, как по маслу, а зубчики быть идеально ровными. Если на куртке после зимнего хранения молния заедает, смажь ее, а заодно и всю куртку, любым жирным кремом.

Вторая большая страсть с детства, от которой отказаться не могу из-за удобства и множества соблазнительных фасонов — *джинсы*. Большинство женщин выглядят в джинсах не лучшим образом, а все потому, что не верно выбирают фасон. Джинсы-резинки не стоит носить тем, у кого объем бедер сильно превышает модельные параметры, а длина ног явно не дотягивает до тех же моделей. Женщинам «с животиком» не стоит покупать джинсы с поясом, сильно перетягивающим складочки, еще больше подчеркивая животик.

Черные джинсы стройнят, а светло-голубые с заниженной талией создают впечатление полноты. Одевая джинсы с низким поясом, позаботься о красивом белье, оно из таких фасончиков часто вылезает на общественное обозрение. Джинсы «клеш» в сочетании с каблуком зрительно удлиняют ноги, а «бананы» с кроссовками укорачивают. И, наконец, широкие джинсы идут всем, не увеличивая объемов даже самых полных.

Стерва не носит модели с вышивками и блестками, сильно потертые, даже если они в моде. Рваные джинсы — только для пляжа и походов на природу. Самый шик для лета — брючный костюм из тонкой джинсы. Зимой всегда выручат плотные темные джинсы. Где покупать? Лучше, конечно, в фирменном магазине. Денег маловато, тогда везде, лишь бы качество соответствовало цене. Бывает, что фирменные больше сезона не выдерживают, лопаюсь на коленях и попе, а производство китайской фабрики носится годами, вызывая зависть у подруг. Выбирая джинсы, смотри на ровность швов и правильно ли сделан крой. Часто на дешевых джинсах швы расположены не строго по бокам, а «переезжают» вперед или назад — это брак. Не верь, если тебя убеждают, что разносятся и все будет в порядке. В магазине и на рынке есть действительно фирменные джинсы, сшитые пусть в той же Турции, но по лицензии, выданной известной фирмой, а есть подделки. Обрати внимание на детали. Если даже все джинсы увешаны «лейблами» и этикетками, это еще не показатель, а вот развернутая этикетка, пришитая с внутренней стороны с подробными сведениями о фирме-производителе и самом изделии на разных языках, говорит как раз о «фирме». На фирменных джинсах не бывает «безымянных» заклепок и пуговиц. Естественно, надпись на заклепках не должна отличаться от той, что написана на этикетке и упаковке.

Не верь продавцу, что джинсы сядут или наоборот, растянутся. Да, чуть сядут, но как только натянешь на себя, снова станут, как новенькие. Бери только те, что сидят, как влитые, но не жмут, иначе рискуешь приобт

рести не удобную вещь на каждый день, а дополнительный стимул для похудения. Тесные джинсы одевают слегка влажными, от этого они растягиваются. Два слова о стирке: джинсы — непривередливый предмет гардероба. От трения щеткой с ними ничего не случится, если щетку не смачивать в отбеливателе, как это сделала моя знакомая. Теперь она ходит в сексуальных шортах, оставляющих открытой большую часть ягодиц. Стираешь так: замочи на час-два, потри особо загрязненные места намыленной хозяйственным мылом щеткой с жесткой свиной щетиной, если вывесишь, не выжимая, то можно будет не гладить. Современные стиральные машинки умеют стирать джинсы, один совет: застегни на все пуговицы или змейку и выверни наизнанку, чтобы не обтрепались нитки на швах.

Еще одно заблуждение, доставшееся нам в наследство от мам и бабушек о привередливости и сложности в уходе такого материала, как *замша*. Я тоже долго пугалась, роняя слюнки на пиджаки и куртки из тончайшей золотистой замши, пока не «встретила» такое чудо в универмаге, куда заглянула вместе с отцом, купить ему рубашку. Он-то и развенчал мои сомнения. Мы купили пиджак и в комплект к нему большую чертежную резинку, которой я до сих пор чищу засаленности и пятнышки на любимой вещи. Раз в год, правда, приходится сдавать ее в химчистку, такой уж удел у всей светлой верхней одежды. Предупреждаю: не скупись. Любое пятнышко, которое не берет ластик или самая мелкая шкурка исчезнет после химчистки, а от растворителя или пятновыводителя может остаться пятно, если растворитель прихватит вместе с пятном и часть красителя. Замшу, как и кожу, можно гладить слабо нагретым утюгом, а вот стирать не советую: вещь, особенно если она на подкладке, навсегда потеряет форму, а может быть даже и цвет. Свой золотистый пиджак, спустя два года, я перекрасила в темно-коричневый. Коллеги думали, что это обновка, а я никого не переубеждала. Чего бы я тебе не советовала делать, так это покупать светлые туфли или сапоги из

замши, все равно не уследишь и влезешь в грязь, замешанную на бензине проезжающих машин, какой-нибудь краске или смоле, любезно оставленной асфальтировщиками. После таких испытаний туфли сгодятся только для прогулок с собакой в темное время суток, как, впрочем, и замшевые брюки.

Последний штрих к практичному гардеробу — *дубленка*. Пусть будет вместо шубы или чтобы уберечь дорогущее пушистое чудо от самой сильной непогоды. Самая эффектная дубленка, которую я видела, была темно-персикового цвета, до пят, приталенная и без единого лишнего шва и украшения. Девушка, которая ее носила, была высока и красива, иначе дубленку я бы и не заметила вовсе. Покупая дубленку, учти, что к ней придется купить «дубленистые» сапожки и перчатки, подходящий головной убор. Самое ужасное, что видишь на каждом шагу в городе зимой — это женщины-медвежата. Лифчик с начесом, маечка, свитерочек, еще один, сверху теплая тужурка и поверх дубленка или пальто. Такой многослойный «пирожок» способен свести на нет любой фасон и все достоинства любой фигуры. Запомни раз и навсегда: под модельное пальто, дубленку, шубу не надевают толстые свитера тройной вязки, ворот не должен выглядывать наружу, а в зимней одежде ты не должна себя чувствовать скованно. Покупаешь пальто или дубленку — купи на размер, на два больше, не будешь ты казаться толстой и неуклюжей. Как раз наоборот, чем больше одежек нацепишь под тесную верхнюю одежду, тем больше станешь похожа на странного звереныша из рода «неуклюжей». Дубленка практична и удобна, но то, что я вижу каждый день в транспорте на женщинах способно возбудить только извращенца: непонятного цвета, все в пятнах, со свалывшемся мехом «нечто» одето на каждой второй. Не хочешь быть такой? Я тоже не хочу, поэтому отношусь к дубленке еще более трепетно, чем к шубе. Чем светлее и длиннее дубленка, тем больше с ней хлопот или походов в химчистку — на твой выбор. Какая уж тут практичность, спросишь ты, а я отвечу: ни-

какой, как и с любой верхней одеждой. Не делать ничего, значит быть такой как все: замусоленной и серой. Одень пуховик или курточку на «рыбьем меху» (нет, не на горнолыжный курорт, как это делают нормальные люди, а «на выход»), да потемнее, чтобы грязи не было видно. На свадьбе моей сестры к моему отцу подошел подвыпивший родственник со стороны жениха и сказал: «Усы сбрей». Естественно, мой отец поинтересовался: «Зачем?». Ответ, как приговор: «Выделяться не надо». И в самом деле, стоит ли выделяться? Стоит ли так мучить себя всеми женскими «заморочками»? Так и жизнь пройдет за маникюром и выведением пятен со всего подряд. Отвечу с уверенностью: стоит, чтобы иметь рядом достойного мужчину, чтобы чувствовать, что лучше и выше, чтобы быть актрисой цветного кино, которая сойдет с экрана к единственному, любимому и... настоящему.

Ты окончила еще один класс, прими мои поздравления. Ты стерва, но наполовину. Чего мы стоим без мужчин, чего стоят наши покупки и желание быть лучшей? Стерва и мужчина — вечная борьба и нерушимый симбиоз. Бриллианту нужна достойная оправка. Я помогу тебе ее выбрать. Переверни страничку...



**Здравствуйте, мои хорошие и разные, —  
классификация стервы**

*Говорят, мы Бяки-Буки,  
Как выносит нас земля?  
Дайте, что-ли, карты в руки,  
Погадать на короля!»*

Песенка из м/ф «Бременские музыканты»

Если бы мужчины были все одинаковые, женщины бы умерли от скуки. Поэтому большинство, представителей сильного пола разнообразят нам жизнь как могут. Лично мне проще делить мужиков не по деньгам, чинам или возрасту, а по внутреннему их мужескому ощущению. Как они сами говорят: мужик я или не мужик? И часто сами себе брешут. Но стерву с ее наметанным глазом не обманешь. Итак, как говорится, ближе к телу.

Первое, что мне пришло в голову, когда мужчины появились в моей жизни — поделить их на «моих» и «не моих». «Мои» — это родненькие, которых хочется и можно, даже когда болеешь и температура под 40 градусов, или же несешься к ним на другой конец города, когда на улице градусов столько же, только минус. От «не моих» пахнет иначе, мне не нравятся их жесты, смех, форма ушей или пальцев рук, хотя и среди них есть неплохие, но просто не мои. Ну, в общем, сразу понятно — не мое, и даже внизу живота, когда с таким танцуешь, ничего не зашевелится.

Второе деление получилось, когда опыта набралась, стало с чем сравнивать и на кого равняться. Деление это карточное. Как в игральных картах.

Про шестерок и всех остальных «безкартиночных» персонажей много писать не буду — не стоят они нашего внимания, на них спрос небольшой и цена грошовая. Таких «серостей» полно везде — они курят кучками на остановках и у подъездов, пристают на рынках, в транспорте и в дешевых кафе. Но -даже это — не главное. Такие мужчины — без стержня внутри. Они словно плывут по уже кем-то проложенной канавке, и тебя с собой потащить хотят в свою плоскую и скучную жизнь. Ухаживать красиво «некартинки» не умеют, их шутки пошлы, а смех грубый — громкий или противный. На женщин тратиться они не считают нужным и на глубокие чувства не способны. Самая большая трагедия — это когда «ты отказала мне два раза». Не нравится? И правильно. Никто другого не ожидал.

### *Валеты.*

При гадании валет выпадает к хлопотам, и в жизни тоже хлопот прибавляет. С первого взгляда валет вроде похож на принца. Он дарит букеты роз, читает стихи при луне. Говорит, слегка понижая голос: «Солнце, ты же женщина другого класса, что ты здесь делаешь?» — о твоём привычном окружении, намекая на то, что уж он-то достоин быть у твоих ног (это для начала). Валет-художник напишет твой портрет, а музыкант будет посвящать песни (по большей части написанные не им).

Валеты, как правило, молоды. Или на самом деле или хотя бы в душе. Они беспокойны и ищут себя во всем, часто меняя работу, увлечения и — увы — женщин. Новое занятие требует новой музыки, и наш валет снова поет песни и читает стихи, но уже не тебе. То есть валет — он, конечно, принц, но все же немного недоделанный — то червоточинка какая вылезет, то воспитание подкачает. Может анекдот невпопад рассказать. Или одеться ну очень классно, но слегка по цветам не угадать. Или белые носочки под костюм — тоже вроде ничего страшного, чистые. Но, как говорится, уровень не

тот, да и костюмчик немножко не так сидит. По-моему, так неплохой вариант, особенно когда королей с тузами на горизонте не намечается. С таким сказкой станет курортный роман — две недели сумасшествия, за которые валет проявит себя во всей красе, не успеет надоесть и будет носить буквально на руках. Только не жди ничего особенного. Как мороженое — вкусно, съела и забыла.

Можно, конечно, и надолго, если так уж запал, но тогда придется себя поломать немножко. Валеты не любят женщин «слишком умных» — тех, кто ударение в словах поправляет или блещет в компании. Как это — затмевает его, несравненного? Влюбить в себя валета — дело пустяковое, сложнее долго поддерживать этот запал, не надоесть. И в постели придется быть терпеливой. Среди валетов мало хороших любовников. Они слишком эгоисты, чтобы почувствовать женщину. Поэтому секс часто сводится к большому количеству сокоуплений в рекордно короткие сроки. Многим это нравится, если нет — можно попробовать откорректировать, только осторожно. Валеты самолюбивы и обидчивы. В общем — тебе решать. Во всяком случае, стервозным приемчикам лучше учиться на валетах. А то будешь долго короля цеплять, а потом облапошишься.

### *Короли.*

Следующие два вида можно смело занести в Красную книгу и тут же объявить на них охоту. Короли — личности колоритные, они могут выглядеть по-разному, одеваться как угодно и обитать в разных, часто неподобающих такой особе, местах. Но ведь он король, а значит — может все. Основная черта мужчины-короля — это интересная, насыщенная жизнь, которую король создает себе сам, притягивая интересных людей своей энергией. В результате, часто неожиданно для самого короля, у него появляются деньги, связи и масса знакомых везде. С королем легко и интересно в любом месте. У него можно многому «напитаться», а такой опыт стоит сотни прочитанных книг и разговоров с простыми смертными. Сама того не замечая, ты станешь смотреть на жизнь королевскими глазами. И дело здесь не в день-

гах. Короли смотрят на жизнь с точки зрения максимальной реализации себя во всем. Для тебя это может быть даже опасно — уже через пару недель близкого общения не потянет на посиделки к подруге с разговорами о последних фасончиках и амурных похождениях. С мужчиной-королем не соскучишься, главное — чтобы он не соскучился с тобой. Старайся как можешь — ведь королевское внимание нужно заслужить. Можешь для интереса почитать об известных фаворитках — тебе, как и им, придется нелегко — старые пассии в сочетании с новыми претендентками, плюс основное дело короля, которому он отдает все время. Но ведь оно того стоит! Так что рук не опускай — я в тебя верю.

*Тузы.*

Ну, это уже высший пилотаж, и, поверь, тебе придется изрядно над собой поработать, чтобы вызвать искру интереса в его глазах. А серьезный роман с тузом — это дело настолько редкое, просто фантастика. Можешь себе представить своего любимого киногероя этак слегка за 40 или 50, с деньгами и манерами, да еще влюбленно-го в тебя по уши. Скажешь — не может быть? А вот и нет. Именно так выглядит туз. Вот и смотри на что равняться, если силенок хватит. Туз — птица редкая. Он может быть политиком или бизнесменом, актером или бандитом, но кем бы он ни был, он везде лучший. Ему не нужно об этом говорить, критиковать соперников и рассказывать, к чему он упорно стремится и как это тяжело дается. Он первый, и это бесспорно. Чтобы соответствовать тузу, нужно всегда соответствовать ситуации и его окружению. Это кажется простым, но нет ничего сложнее. Рядом с супермужчиной должна быть суперженщина. Для того; чтобы стать такой, мало читать подобные книги, надо научиться чувствовать мужчину, растворяться в нем без остатка, становиться его вторым «я», его тенью, воздухом, жизнью. Назови как хочешь — смысл один. Научись быть незаменимой. В любви, работе, развлечениях, радости и горе. И не так уж важно — жена ты или нет. Практика показывает, что можно с легкостью перейти из одного состояния в другое, и наоборот.

## **Мужчина под собственным соусом, или Краткий экскурс в историю формирования вида**

*Мужчина пришел- к психотерапевту:*

*— Доктор, вы знаете, у меня есть все: прекрасная жена, чудесные дети, роскошная машина, дача, любовница, но есть один недостаток....*

*— Какой?*

*— Вру много...*

Только и слышу на каждом углу — перевелись настоящий мужики. Говорят об этом, как правило, не слишком опрятные, безвкусно одетые женщины, непричесанные, с неухоженными руками и стоптанными набойками на туфлях. Посмотришь на таких и задумаешься — будь я настоящим мужиком — тоже бы перевелась. Если сравнить среднестатистическую женщину с тем, что мужик обычно видит по телевизору, — то сразу становится понятно, почему он пьет или гуляет — сама встань на его место.

Иногда кажется, что отношения мужчины и женщины — это целый заговор многих поколений из комплексов, предрассудков, ложного опыта предков обоих полов, фильмов и книг, рассказов друзей и собственного, как правило, неудачного, опыта. Ну и как вам мужчина с таким «хвостом»? Мы, женщины, смотрим на них, ожидая рыцарского поклонения, романтических серенад под окнами, сказочной щедрости и страсти, которая сметает все на своем пути, а он в этот момент думает о том, чтобы побороть, или, наоборот, вызвать эрекцию, о прошлой пассивности, которая ушла к другому, о том, что счет за романтичес-

кий ужин грозитя съесть весь недельный бюджет, а на работе полетел компьютер со всеми документами за год.

Обижаться на мужиков бесполезно. Сколько ни крути, а и в прежние времена их интересовал очень ограниченный круг вещей: деньги, женщины, выпивка, азартные игры и войны. Прошли века, но ничего не изменилось. Так что, если твой выбор пал на военного, который берет взятки, пьет, спит со всеми женщинами гарнизона и играет в «очко», можешь смело считать себя женой феодала средней руки, проживающего в Европе лет этак семьсот назад.

Если твой избранник — бандит, который ходит в сауны с друзьями, любит свой «Мерседес», ствол и малиновый пиджак больше тебя, жить не может без разборок и распальцовок — перед нами типичный рыцарь. Тот самый, которого подлые книгописцы и киношники наделяют суперкачествами героя, любовника и друга. Возможно, из трехсот один такой и попадался. Но жил он, как правило, не долго, умирая от предательства друзей и возлюбленных, затяжных войн, эпидемий и междоусобных потасовок, так и не оставив потомства. Так что со временем такой вид практически выродился.

Нетрудно по аналогии представить средневекового философа или деятеля искусств (очень умный и талантливый, но пьет за твой счет) или итальянского банкира-ростовщика. Часто современные виды до смешного похожи на свои прототипы из истории, описанные классиками мировой и отечественной литературы.

Из всего вышесказанного делаем один вывод: искать принцев, рыцарей и другие исчезнувшие виды бесполезно. Даже те мужики, которые эту женскую слабость просекли очень быстро и пользуются этим, чтобы затащить нас в постель или вытянуть какое-то количество наших средств, связей и т. д. — на поверку оказываются жалкими подделками под недостижимый идеал. Так что мой совет — не ожидать от мужчин невозможного, а радоваться каждому проявлению благородного мужского поведения. Согласись, лучше приятно удивляться, чем каждый раз испытывать глубокое разочарование.

Да, современные мужчины стали менее мужественными, они не совершают подвигов ради прекрасных дам, не ухаживают за ними красиво и самозабвенно, как герои любовных романов и фильмов. Но с другой стороны — ведь и мы стали другими. Более сильными и раскованными (если не сказать хуже), самостоятельными, в том числе и финансово. Неудивительно, что и мужчина не видит в современной женщине того идеала, который представлялся ему с детства. Сегодня женщины очень далеки от образа Прекрасной Дамы, которому поклонялись мужчины всех времен. Вот и получается у мужика каша в голове по поводу женского пола — это и «героини» порнофильмов, и коллеги по работе, которые «гномят» его с утра до вечера, и подружки-собутыльницы, бывшие жены и любовницы, мама (может быть образом как положительным, так и отрицательным) и так далее до бесконечности. «А где же идеал?» — спросите вы. А идеал — глубоко внутри, та же Прекрасная Дамы, которая роняет надушенные платочки с балкона, томно вздыхает, а полюбив, отдается вся без остатка, как Марина Кортезу. Естественно, она красива, как богиня, мила и обходительна, образована (но в меру). То, что рядом с таким идеалом представляющий ее мужчина в прежние времена и рядом бы не валялся, мечтателя совершенно не волнует. Как, в принципе, и большинство женщин, грезящих о принце. Есть еще другой вариант — циничный подход к женщине, как существу заранее низшего сорта, чьи мысли и желания, независимо от оболочки, сводятся к деньгам, сексу и размножению. Но мы-то знаем, что циник — это уставший романтик. Давай не будем критиковать или жалеть таких мужчин, а просто докажем им обратное. Ударим по мужскому невежеству женственностью, жертвенностью по эгоизму, терпением по грубости, лестью по чванливости. Сделай из мужчины принца сама, ведь готового найти так сложно. Убеди в том, что он — самый лучший, стань его музой, воздухом, его жизнью. В наших руках бесценное оружие — мужские мнения и заблуждения по поводу нас, ненаглядных. Некоторые стоило бы развенчать, на другие ответим снисходительной улыбкой, третьи... Нет, об этом — попозже. На конкретных примерах, так сказать.

## Обманчивая одинаковость

*...«Интересно, какой из них — какой?» — подумала она и откусила немножко от того, который держала в правой руке. В ту же минуту она почувствовала сильный удар снизу в подбородок,*

**Льюис Кэрролл «Алиса в Стране чудес»**

Как известно, все мужчины — как маленькие дети. Они требуют ухода и ласки, часто балуются и капризничают, ломают игрушки (к которым относят и нас, женщин), любят вкусненькое. Но грести всех под одну гребенку — грубейшая ошибка. Постараемся ее избежать.

Лучший способ узнать мужчину — расспросить его о самом себе и правильно истолковать ответы. Именно правильно, а не так, как тебе самой хочется. Эта глава строится целиком на примерах фраз из первых выступлений «о себе» и вариантах их трактовки с точки зрения завоевания ума и сердца выбранного экземпляра.

«Я вырос без отца и рано почувствовал себя мужчиной». — Скорее всего перед нами — типичный представитель отряда «маменькиных сыночков». Узнай, с кем он живет, если с мамой — вариант безнадежный.

«Зарабатываю немного, но на жизнь хватает, не жалею» — Скорее всего — жадина. С таким не разгуляешься. Или человек, начисто лишенный честолюбия.

«Женщин у меня было много, а настоящей — ни одной. Не везло» - Может, сам не такой хороший? Или

пытается сыграть на твоих слабостях — дескать покажи — настоящая ли, а мы посмотрим?

«В голове столько планов — ничего не успеваю. И там я нужен, и здесь, связи, приемы, друзья без меня — никуда, постоянные командировки — ну ты сама должна понимать» — Либо просто бездельник, который хочет набить себе цену, либо мужик рассчитывает на то, что ты не будешь слишком назойлива, и удобно — когда нет дел — позвонил, когда есть — извини, дорогая...

«Сейчас у меня временные денежные затруднения (переоформление фирмы, долги, покупка недвижимости, развод, болезнь любимой собаки, депрессия)» — не ведись никогда. Тебя пытаются использовать на халяву, а может, и с выгодой для себя.

«В душе я романтик, не могу заставить себя думать о деньгах, это так пошло, приземленно» — см. выше.

«Мои отношения с женой зашли в тупик. Мы не спим вместе уже много лет (она больна, живу ради детей, она так меня любит — боюсь, что-то с собой сделает)» — читай как: «Мне нужна хорошая неназойливая женщина, удобная во всех отношениях и не претендующая на брак, да, позаботься о противозачаточных — ок?».

«Хорошо, если женщина самостоятельна, умеет работать и постоять за себя, а то эти домашние клушки...» — кавалер, конечно, оплатит счет в ресторане и подарит безделицу на праздник — но ты же женщина самостоятельная (и финансово тоже)? Впрочем, вариант не безнадежен.

«Боже мой! Я никогда не встречал такой красавицы! (умницы, любовницы, хозяйки, кулинарки, рукодельницы и т. д.)» — Грубая лесть, которая должна усыпить твою бдительность. Хочет или чего-то добиться, или что-то скрыть (отвлекает внимание).

«Люблю возиться по хозяйству, готовить, убирать и мыть посуду» — Ага, а в постели одевать кружевные розовые трусики и мурлыкать. Пой, ласточка, пой. Кто ж тебе поверит?

Думаю, дальше справишься сама. Снова повторяю, что все может быть не так плохо, но лучше держать гла-

за пошире сразу, чтобы потом не удивляться. Тем более, что на деле получается, что если мужик нравится, то что он говорит уже неважно. Знаю, сама такая. Но постарайся взять себя в руки — ты же стерва, а не сахарная барышня, тающая под томными взглядами. Чем трезвее на все посмотришь в начале, тем легче будет в конце.

Из своего опыта: мужчины по ходу общения со многими представительницами прекрасного пола вырабатывают определенную «стратегию покорения». Иногда мужчина сам этого не осознает, или наоборот, идет по старой проторенной дорожке, как вернее. Несколько примеров знакомства по «оригинальной» системе:

- Я сражен наповал вашей красотой;
- Пожалейте бедного брошенного всеми-женщинами импотента (алкоголика, бандита, бизнесмена и т. д.);
- Ничего серьезного — мы же взрослые люди, подарим друг другу радость;
- Сколько вы стоите?
- Девушка, вы меня хотите? — прямо в лоб;
- Проконсультируйте меня поподробнее пожалуйста по такому-то вопросу (покажите дорогу, посоветуйте книгу и т. д.);
- Девушка, купите апельсины (давай подвезу, провожу... И уложу).

Дальше можно не продолжать — сама знаешь. Удивительно другое — каждый из них настолько уверен, что он оригинален и умен, мастер обольщения, Казанова и Джеймс Бонд в одном флаконе, что просто смешно. В лучшем случае эти потуги напоминают выпрашивание мороженого у мамы и вызывают умиление. В худшем — страшно раздражают и оставляют неприятное ощущение чего-то липкого и грязного.

Вывод из всего, что сказано такой: когда мы хотим, чтобы мужчина был разный — мы выделяем его из общей массы сами, невзирая на манеры, внешний вид, то что он говорит и сколько стоит. Как в притче о том, что у мужчины три возраста — когда он думает, что все женщины разные, когда понимает, что всё одинаковые,

и когда осознает, что все одинаковые, но попадаютс я и разные. Так что пусть пыжатыся и хорохорятс я — выбирать-то все равно нам. Дело это тяжкое, но где-то и приятное.

Поэтому имеет ли смысл говорить о всех в общем, если в конечном счете появится один, которого и придется приручать, холить и лелеять, хранить от соперниц — ну и далее — по желанию. В этом-то и заключается наука мужчиноведения — от частного к общему. Чем больше ты будешь стараться познать своего мужчину, тем больше узнаешь их всех, какими бы разными (или одинаковыми) они не были. А это уже совсем другая сказка. Успехов в учебе!

## **Что они на самом деле думают о детях?**

*— Дорогая, скажи мне те знаменитые три слова, которые навеки связывают людей!*

*— Дорогой, я беременна.*

Это ты думаешь, что они думают о детях (извини за тавтологию). Черта с два они о детях думают. Сначала бояться, что какая-нибудь бойкая бабенка «пузом округтит», а потом не устают удивляться, как это так быстро из такого маленького уродца выросло вполне самостоятельное пятнадцатилетнее детище. Представление о детях у мужчин и женщин разнится очень сильно. Мужчины трахаются, надеясь на то, что беременностью это не закончится, а женщины втайне надеются когда-нибудь забеременеть и осчастливить этим избранника. Когда беременность-таки случается, оба думают об этом, но думают по-разному. Женщина рассуждает так:

- Я забеременела. Виноваты оба. И чего он так рассердился, когда я ему об этом сообщила? Ведь рано или поздно это должно было случиться. Встречаемся мы давно, я уже и так думала, что замуж предложит, а беременность просто ускорит дело. И что за нелепые предложения сделать аборт и рассказы про то, что еще не время. А когда же будет время? Неужели ему меня не жалко посылать на аборт, ведь знает же, как это вредно и опасно. У меня потом может вообще детей не быть, тогда-то он меня точно бросит. Да он про-

сто сволочь! Как потрахаться, так я самая лучшая, а как такое случилось, так мне на аборт идти? Он меня не любит! Зачем он мне такой нужен?

И так далее, наверное, сама знаешь, как это бывает. Мужские рассуждения таковы:

— Тут по работе неприятности, денег нет, и еще она забеременела. Господи, ну почему женщины беременеют так некстати! Да, мы давно знакомы, да, она мне нравится. Люблю? Не знаю... Может, и поженимся, хотя по правде, думать мне об этом рановато, но зачем так глупо меня к этому подталкивать? Может, она сделала это специально, чтобы выйти замуж? Идиота из меня? сделать хочет? А может это вообще не мой ребенок? По-моему, я всегда был аккуратен... Хочет мне пристроить чужого ребенка! Или мой? Тогда когда? Неужели когда день рождения праздновали? Плохо, — что всего не помню. Может, и забыл презерватив натянуть. А если так, что там хорошего может получиться? Дитя пьяного зачатия. Наверное, будет даун. Нет, к рождению ребенка надо подготовиться заранее. За полгода бросить пить и курить, выехать на природу, распланировать, чтобы получился мальчик. И вообще, я слишком молод, чтобы связывать себя младенцами. Родит и сядут на пару на мою бедную голову. А тут ни квартиры, ни работы стабильной, какое там детей заводить? А дети — это дорого. Нечего нищету плодить. Ничего хорошего не вырастет. Неужели она этого не понимает?

И так далее. Может быть, тоже слышала?

Почему мы так по-разному смотрим на такой, казалось бы, простой вопрос? А потому, что для женщины ребенок начинает жить с того момента, как тест высвечивает две полоски, а для мужчины факт отцовства доходит только через несколько лет после рождения, когда малыш из капризной зверушки превратится в существо мыслящее, станет похож на отца и человека вообще. Некоторые папаши, побивая все рекорды, вспоминают о детях только когда требуется вмешательство в процесс воспитания, во всем остальном полагаясь на жену.

Забеременевшая женщина сразу после проведения теста начинает ощущать себя по-другому, прислушиваться к тому, что происходит внутри, часто путая движения младенца с метеоризмом. Мужчина не понимает, что ребенок для нее уже есть, поэтому предлагает сделать аборт, считая это безболезненным и в общем-то безопасным делом, если его хоть раз в жизни делает каждая женщина. Он не боится остаться без детей, потому что процент бесплодных мужчин на порядок ниже, чем женщин, а врачи не говорят им таких страшных слов, как «старородящая» или «воспаление придатков». Отказ сделать аборт по вполне очевидным причинам — приводит мужчину к выводу, что на него хотят повлиять нечестным способом, а именно: пользуясь беременностью женить или повесить на шею содержание женщины с ребенком. Сама посудите, может ли мужчина сделать что-нибудь подобное, чтобы заставить тебя выйти замуж? Не может. А ты можешь. Да еще строишь из себя несчастную и обиженную. Дескать, ты ему чуть ли не одолжение делаешь, соглашаясь родить, другой бы счастлив был, а он не ценит и вообще тебя не любит. Ты не права. Ты не учиываешь, что больше всего ему претит то, что ты решила за него. Ты не спросила совета, а сделала по-своему. С его точки зрения это подло, ты использовала запрещенный прием. Беременность с отказом идти на аборт — это как удар ниже пояса, как первый шаг под каблук. Именно поэтому многие, в общем-то, неплохие, мужчины идут на подлость, бросая беременных подруг. Они боятся. Боятся, что стоит пойти на поводу и потом так придется делать постоянно, боятся ответственности за тебя и еще неродившегося ребенка, боятся не заработать денег на вас двоих, погубить свою карьеру и подставить свою шею под хомут семейной жизни. Удивительно, но «по залету» чаще всего женятся инфантильные и слабые мужчины, а не сильно любящие своих женщин и дорожащих ими. Такие рассуждают очень просто: «Все равно это когда-то случится. Денег нет — родители помогут. Баба вроде нормальная. Раньше сядешь — раньше выйдешь». Я таких

в свой актив не зачисляю, поэтому для мужчин достойных выбрала другую тактику:

- хорошо предохраняться самостоятельно, не надеясь на партнера;

- разговоры о детях вести абстрактно, не привязываясь к его кандидатуре;

- показать серьезность отношения к материнству и желание завести детей до такого-то возраста (пусть понимает так: если до этого времени он не созреет, то найдется Другой);

- если уж случился зачет, посидеть вместе, взвесить все «за» и «против» и наметить дальнейшую стратегию по этому вопросу;

- ни в коем случае не ставить ультиматумов, излагать свои пожелания по решению вопроса очень мягко, совещательно;

- не строить из себя потерпевшую и обиженную и не показывать, что ты делаешь одолжение;

- сделать аборт как можно раньше, желательно в хорошей клинике безоперационным способом (к сожалению, делают не везде) или мини. Запомни, на этом экономить нельзя. И объясни это ему.

И вот радостный миг. Вы решили завести ребенка. Ты гордо ходишь с выпяченным пузом и воротишь нос от жаренного или сладкого. Опять же, не переживай, если мужчина не проявляет должной заботы или ворчит, что ты не уделяешь ему внимания, поглупела от хронического токсикоза и опухла от сна и переедания. Ему тоже нелегко. Только по-другому. Во-первых, с сексом уже все не так в порядке, как раньше, и он даже начинает подзревать тебя во фригидности. Во-вторых, его голова забита тем, как заработать на врачей, роды, вещи и ваше питание. В-третьих, опять же, для него ребенка еще нет. То есть он знает, что где-то есть, но дальше твоего раздувшегося живота не видит. Он-то и после родов не сразу поверит, так что не форсируй события. Постарайся быть ласковей и внимательней, ведь отцовство — тяжелый удар по мужской психике. По моим наблюдениям, многие мужчины начинают гулять от жены на полную

катушку именно когда она беременна или ребенок только родился. Почему? Все очень просто. Даже если мужчина — не маменькин сыночек, он все равно остается большим ребенком. Все мужчины — эгоисты по натуре, и любят, чтобы все внимание доставалось только им, единственным. А тут еще непонятно что и непонятно где, и этому чему-то посвящается столько времени и внимания. Даже то, что это его ребенок, не убеждает мужчину в том, что про него не забыли, его любят так же или сильнее, только в его же ребенке. Женщина воспринимает ребенка, как часть своего мужчины, которую она трепетно вырашивает в себе, рождает, чтобы любимый был рад и горд своим потомством. Мужчина часто смотрит на ребенка, как на маленького деспотичного соперника, который отбирает любимую женщину, занимает все ее время, заставляет валиться от усталости и не думать о сексе. Ну как тут не загулять? Ведь у любовницы таких хлопот нет, она вся в любви и всегда готова. Так и бросают жен с маленьким ребенком ради каких-то финтифлюшек, которые поймали момент. Мораль сей басни такова: изменить их мнение о детях мы не можем, значит, надо его учесть и постараться к нему приспособиться. Женщина, не обременяющая мужчину незапланированными беременностями и нытьем о том, что пора жениться и заводить детей, быстрее выходит замуж, а пытающаяся «окрутить животно» остается матерью-одиночкой. Действительно, чрезвычайно подозрительно, с мужской точки зрения, если женщина ведет себя не как все. Наверное, есть какой-то подвох. Появляется азарт разгадать твою хитрую тактику и завоевать. И завоевывает. Тройным вниманием и настойчивостью, лаской и красивыми обещаниями. Согласись, это лучше, чем доказывать, как прекрасно быть отцом твоего ребенка. И более достойно стервы.

А когда решишь завести желанное потомство, не забудь, что рядом с тобой уже есть маленький ребенок. Пусть он намного старше неродившегося и хочет от тебя не молочную кашку, а отбивную и сеанс стриптиза на ночь, но смысл примерно тот же. Нельзя забывать о старшем ребенке, уделяя больше внимания младшему.

Теперь придется разрываться между старшеньким и младшеньким. И иногда жертвовать интересами ребенка, чтобы не потерять мужа. Нанять няню и устроить выход в театр или отвезти маленького кричащего «демона» маме и организовать ужин при свечах и секс до утра. И, ради Бога, — никаких халатов с поношенными тапочками! И — сядь на диету. Или ты думаешь, тот факт, что ты только что после родов, сделает более привлекательным твой отвисший животик и жирок на бедрах? Ничуть. И женщин, которые с удовольствием приберут твоего мужика к рукам, за последний год ничуть не уменьшилось. Так что руки в ноги и вперед. Запомни, ребенок никогда не удержит его от ухода к другой. Особенно когда он еще маленький, и больше похож на настырного тамагочи: кушать, спать, менять пеленки, гулять, купаться. И так до бесконечности. От такого кто угодно сбежит. И аргументы о ребенке-безотцовщине тут тебе не помогут. Я люблю манипуляции и охотно к ним прибегаю. Это оружие стервы. Но манипуляции с использованием ребенка — это нечестно и жестоко. Не прибегай к таким методам, даже если риск потерять мужчину очень велик. Возможно, он останется, но навсегда запомнит и никогда тебя не простит. И ты хочешь всю оставшуюся жизнь прожить вот так? Я не хочу. Потому что, когда у меня будут дети, я буду точно знать, что в случае развода они останутся со мной, я буду знать, что смогу их прокормить и воспитать даже без отца. А еще я знаю то, что это мои дети, и в этом наше, женское превосходство над мужчинами. Мы сами выбираем отцов для своих детей и уверены, что они наши (конечно, если в роддоме не подменили). И пусть мучаются мужчины, гадая, их ли это дети, пусть всматриваются — похож ли? — и копят деньги на генетическую экспертизу. Пожалуй, все. А напоследок запомни, что ребенок — это самый большой подарок, который ты можешь сделать мужчине, это честь, которой он удостоивается. Ребенок от красивой и умной женщины имеет все шансы стать таким же. А разве не о таких детях мечтают мужчины?

## **Очень умные мужчины — не надо бояться**

*На каждого мудреца находится дура,  
от которой он без ума.*

Б. Крутиер

Ошибка большинства женщин заключается в убеждении, что с умным мужчиной трудно найти общий язык, если ты не такая же умная. Примеры из жизни убеждают, что так оно и есть. Жена профессор, и муж профессор, например. Но если покопаться, оказывается, что познакомились будущие профессора в студенческой общаге, когда о профессорстве и речи быть не могло. Молодая помогала мужу сдавать экзамены, а он нянчил ребенка, когда жена писала диссертацию. Получается, что пример «союза умных» не совсем удачный. Потому что союз образовался раньше, чем его участники поумнели.

Поставь себя на место умного мужчины. Зачем ему такая же, как он сам? Кого тогда он будет учить и воспитывать? Перед кем казаться самым умным и великим? Если женщина такая же умная — это скучно. Не будет восхищенных глаз и раскрытого от удивления рта. А может, и сама учить начать, и на ошибки указывать. Любимой мужчина любит, чтобы его слушали и восхищались услышанным, причем независимо от интеллектуального развития рассказчика и содержательности беседы. Примушество выслушивания умного мужчины - возмож-

ность почерпнуть из бесед что-то полезное. Если большую часть не поймешь, это не страшно. Тебе с готовностью простят глупые вопросы. И ответят развернуто, с толком и расстановкой. Потому что умные мужчины любят учить, а значит, и тех, кто любит учиться.

Уже не страшно?

Тогда запомни правила обращения с «шибко умными»:

— не пытайся показать осведомленность в области, в которой он разбирается явно лучше, особенно если это что-то вроде ядерной физики или дискретной математики;

— умей развлечь и отвлечь. Желающих обсудить его рабочие вопросы и на производстве хватает. Может, он постоянно говорит о работе потому, что об остальном ему никто не напоминал? А мы напомним...

— привыкни и смирись с ролью ученицы. Причем во всем. Мужчина, привыкший, что его слушают и слушаются, будет рассказывать тебе о том, как правильно стирать или готовить, одеваться и вести себя;

— не связываться с «умными», но очень узкоспециализированными мужчинами. Во всех остальных вопросах они такие дуболомы, что просто становится страшно, как этот человек дожил до такого возраста;

— докажи, что ты тоже умная, но в чем-то другом. Тогда у тебя появится область, в которую никто лезть не будет. Например, домашнее хозяйство или твоя работа, которая не имеет ничего общего с его занятиями;

— не пытайся стать его консультантом и коллегой. Таких у него и на работе пруд пруди. Ты рискуешь стать одной из многих;

— забудь о дешевых женских трюках. С умным мужчиной они не пройдут. Игра должна быть тонкой и продуманной вдвойне.

Ну вот, пожалуй, и все. Самая короткая глава об умных мужчинах написана. Тебе уже повезло, если встретился такой. Чего уж тут размазывать, чему учить? Он и сам научит, если у тебя хватит мужества выслушать до конца.

## **Творческий подход к творческому мужчине**

*Актер Сидоров сыграл в первом акте пьесы хорошо.  
А потом напился и во втором акте восхитительно  
сыграл первый.*

Рисуют мой портрет. Это льстит. Портреты всегда льстят. Никаких тебе прыщиков, удачный ракурс, умный и соблазнительный взгляд. Упиваться собой некрасиво, но нет средства лучше, проснувшись утром, в плохом настроении, взглянуть на удачный портрет и стать такой же. Молодой, красивой и счастливой. Накрасить соблазнительно глаза, сделать взгляд блестящим, подмигнуть самой себе перед выходом, вскочить на каблучки и модельной походочкой... Сколько раз взгляд с портрета удерживал меня от стареньких джинсов, кроссовок, заспанных глазок и выражения лица «как я от вас от всех устала». Как день начнется, так он и закончится. Спасибо портрету и художнику.

Мне поют песню. Медленную, страшно льстивую, красивым, романтическим баритоном. Я сижу и таю, понимая, что влюбляюсь не в него, а в его голос и слова песни, которые объявляют меня самой желанной, для которой можно сделать все. Его глаза смотрят только на меня, и вот уже весь ресторан завидует, понимая, что эта песня не для них. В один из таких вечеров я поняла, что для создания хита достаточно подобрать приятную мелодию и написать слова, настолько же льстящие женскому самолюбию, как «Потому что нельзя быть на свете красивой такой» или «Я душу дьяволу отдам за ночь с тобой». Успех гарантирован. Песня за-

звучит из каждого ларька, а покупательницы встанут в очередь за серенадой прекрасного принца. Тем более, что стоит так недорого.

Мне никогда не писали стихов. Вернее, не писали «во время». Наверное, это особенность человеческой натуры — не писать стихи, когда хорошо. Зато после расставаний (если сбегала я, а не он) мужчины с удовольствием изображали меня в не слишком складных виршах. Точнее, даже не меня, а свои чувства к моей персоне. Для них было намного важнее изобразить то, что принято называть внутренним миром, но мало кому интересно. В этом заключается отличие великих поэтов от тех, кто писал стихи мне. Великие могли выразить свои чувства так, чтобы каждому человеку, который не умеет сочинять, казалось, что это написал он сам. Еще один секрет успеха и гениальности? Нет, всего лишь опыт общения с творческими натурами.

Что такое богема? Как бы тебе попроще объяснить?.. Если по Карлу Марксу, богема — это часть «надстройки» общества, в которую также гармонично вписываются работники любого умственного труда и служащие, то есть все, кроме пролетариата. Соответственно, какое общество, такая и надстройка. Московский музыкант сильно отличается от лабуха из провинциального городка, а лабух — от поселкового гармониста. Отличается уровнем доходов, профессионализмом и манерами, но не подходом к жизни.

В чем особенность миропонимания человека творческого? Прежде всего, в заикленное на своем таланте и всех факторах, которые могут его продвинуть или, наоборот, «похоронить навсегда». Попробуй с художником поговорить о **чем-то**, кроме его художеств, с музыкантом — не о музыке. Пройдет самое большее пятнадцать минут, и разговор скатится на обсуждение любимой темы. Естественно, от тебя потребуется **быть** самой яркой ценительницей его таланта; другого подхода — пренебрежения, критики или насмешек творческий мужчина не потерпит. Его творение, если это не банальное «зарабатывание» — самое дорогое детище, его сердце и душа, вывернутая наизнанку. Любая критика — как плевок с Эйфелевой башни.

Творческий человек постоянно **что-то** ищет и мучается. Нам ли не знать, что в таком состоянии мужчины час-

то начинают пить. Всегда поражалась этому интересному способу борьбы с окружающим миром и протесту творческой души. Излюбленное занятие советского творческого бомонда мирно перекочевало в российскую действительность. Как говорит одна моя знакомая: «Работать не пробовали?» Человек работающий устает, увлекается. Выпить-то ему не сильно и хочется, да и некогда по большому счету, дел невпроворот. Нekoгда не только пить, но и болеть, и даже спать. Вылетают из головы дурацкие депрессии. Работать не пробовали? Именно этого люди творческие и не **пробовали**. Или пробовали, но очень им это занятие не понравилось. Поэтому за маской поэтов и писателей, музыкантов, сценаристов и художников скрывается куча бездарных лентяев, которые прикрываются поисками себя и совершенствованием собственного таланта от осуждения за тунеядство. Они не поняты и не признаны, они очень любят вспоминать, что слава приходит после смерти и талант должен быть голодным. Творческий «интеллигент» зол на конкурентов и неблагодарную публику, на свою бездарность, о которой не говорится вслух, и твою бескорыстность и неталантливость. Парадокс миропонимания непризнанного гения в том, что он **презирает** всех, кто не блещет талантами, и ненавидит тех, кто талантливей или удачливей. Он презирает деньги, но мечтает о больших гонорах. Он ненавидит мысль, что неталантлив и никогда сам себе в этом не признается, чтобы реализоваться в чем-то другом. Или величие или полное прозябание. Середины для мужчины творческого нет, во всяком случае, так он думает. На самом деле, она есть. Рисовать «залепухи» на продажу в угоду дурновкусию масс и корпеть над великими, никем не оцененными шедеврами; сниматься в эпизодах и мечтать о роли Гамлета; лабать в ресторане с мыслью о Большой Сцене. Небольшой, но стабильный заработок и положение мальчика на побегушках. Как бы ни плакался ресторанный музыкант о своей тяжелой доле, поверь, он никогда не пойдет работать на полный рабочий день, никогда не станет предпринимателем, даже если у него два высших (совсем не музыкальных) образования. Свободный график **работы**, стабильный заработок и легкие, но такие редкие, большие деньги от состоятельных почитателей его таланта. Легкие

деньги портят. Тот, кто попробовал сладкий вкус халявы, никогда не станет зарабатывать тяжело, руками или головой. Он будет искать очередную халяву, даже если на это уйдет куча времени, за которое можно было бы неплохо заработать, занимаясь чем-то другим. Творческая личность ненавидит богатство, но вынуждена преклоняться перед его «носителями», потому что деньги — это признание. Если у человека талантливый (или считающего себя таковым) нет денег, значит все, кто их имеет, — невежественные толстосумы. Но несмотря на то, что талант по кем-то придуманным законам творит шедевры только голодным, денег творческим людям все равно очень хочется. Приходится для богатых петь песенки и рисовать портреты с их противными физиономиями. Сжимая от ненависти губы, талант идет на поклон к капиталу.

Связав судьбу с творческим мужчиной, ты рискуешь приобрести злого и совсем не гения. Врожденный материнский инстинкт толкает нас в объятья молодых и ищущих, которые кажется еще чуть-чуть и станут великими. Не проще ли завоевывать тех, кто уже стал знаменит? Бесконечная возня с молодыми (и не очень) талантами, их содержание и уход, бесконечные творческие кризисы и депрессии, пьянки и патлатые компании в квартире. Такого не потерпит даже муза. Да и согласись, одно дело — муза Сальвадора Дали, а другое — Васи Пупкина. Знаешь, в чем разница? В том, что муза Васи Пупкина работает за двоих, пока муж не станет знаменитым (шанс, что это случится, ничтожно мал), зарабатывая не только на еду, жилье и вещи, но и на холсты и краски, выставки и «выходы в свет», положительные рецензии. К тому же, творческие натуры так непостоянны, что в любой момент могут со спокойным и одухотворенным выражением лица сообщить о том, что нашлась другая муза.

Совет от стервы: смотри только на тех, чей талант оценила не только ты. Завоевывай гениев, а не их жалкие тени. Деньги — это оценка таланта. Время бедных «одаренностей» прошло. Кто-то может со мной поспорить, но я так для себя решила..

## **Мужчины и животные.**

### **Как угодить хозяину и питомцу**

*Чтобы узнать, кто в доме главный, заведите собаку. Она точно укажет вожака. Если ее ответ вас не устроит, заведите хомячка и организуйте, вместе с ним, независимую оппозицию. Если и хомяк вас не поддержит - заведите попугая. И пусть он, как символ свободы, летает по всему дому и гадит на все подряд вместе с этой деспотичной властью.*

Стерва выбирает животных, как одежду или мужчину. Ты можешь представить себе стерву с дворняжкой? Или стерву с хомячком? Это так банально, что настоящая стерва никогда себе этого не позволит. Ее питомцы такие же яркие индивидуальности, как она сама. Они должны быть стильными и желательно умными. Не так важны порода, длина шерсти и размер. Пусть это будет собака-альбинос, какаду или ручной уж, но это животное должно быть нестандартным, приковывать взгляд, дополнять твой образ. Выбор даже может быть не совсем обычен для женщины, например, паук-птицеед или скорпион, или вполне обычная на вид собачка или кошечка, которую ты научишь выполнять трюки и необычные команды. Выбирать в любом случае тебе. Только подумай хорошо о том, что тебе на самом деле нравится, потому что любить избранника — обязательное условие. И оцени реально, сколько времени ты можешь потратить на уход за живот-

ным. Загаженные питомцы и квартира производят очень неприятное впечатление.

А теперь обратимся к мужчинам и их питомцам. Вид и характер питомца может многое сказать о его хозяине, не говоря уже о том, что животные копируют черты характера и слабости хозяина. Утрировать **не** надо, если его пес написал тебе в туфли, это еще не значит, что его хозяин страдает энурезом. А вот о невоспитанности собаки, которая является следствием лени или слабоволия хозяина, это говорит. Человек поддался слабости и купил щенка, а потом не стал заниматься его воспитанием и дрессировкой сам, а на специалиста денег пожалел. Если собака не приучена к порядку, значит, **и** хозяин не ряха или пофигист. Сильно разбалованные собаки часто бывают у мужчин, которые не совсем повзрослели, а также у мужчин с **нарушенной** сексуальной ориентацией или женоподобных, слабовольных мужчин. Жестокость в обращении с животным свидетельствует о злобном и невыдержанном характере. Ведь бить беззащитного питомца подло вдвойне. Кроме того, такие люди трусливы и никогда не вступят в драку с сильным противником. А вот унизить и побить слабого, в том числе и женщину, — легко и без угрызений совести. Так что будь осторожна, завтра на месте собачки окажешься ты. Дорогая и ухоженная собака говорит о стабильном достатке и серьезности мужчины, а хорошая дрессировка — о том, что мужчина любит порядок и может управлять не только животными. Если хозяин в доме пес, а не хозяин, перед тобой потенциальный подкаблучник. Решение завести собаку, если мужчина живет один, говорит о том, что либо он с детства воспитывался с животными и не представляет, как можно жить без них; либо ему одиноко, **но нет** подходящей кандидатуры для совместного **проживания** из знакомых женщин; либо мужчина вполне нормален, давно мечтал о собаке, может брать на себя **ответственность** и выполнять обязательства, его решение завести собаку осознано и взвешено. Ведь как писал Экзюпери: «Мы в ответе за тех, кого приручили». **Для** меня самая негативная характеристика человека — это отказ

от заведенного животного или экономия на его кормлении и здоровье. Не рассчитал сил, сильно занят на работе, животное выросло глупым или злобным — причины могут быть разные, оправдать можно все что угодно, но, уж если решился завести питомца, ты за это животное в ответе. Любовь к животным — это тоже показатель того, насколько человек способен кого-то любить и заботиться о нем, насколько он добр, открыт, жалостлив.

**Животные** — это хобби, причем далеко не самое худшее, если ты тоже любишь животных. Кошек заводят мужчины ленивые или занятые на работе, ведь хлопот с ними меньше. Кроме того, кошек предпочитают мужчины апатичные, маменькины сыночки либо независимые, по характеру напоминающие самих кошачьих. Владельцы кошек не любят назойливости, ведь кошки не так приставучи и более ленивы. Небольшой аквариум с простыми неприхотливыми обитателями ты найдешь в квартире мужчины, который не любит напрягаться и выделяться из толпы. Красивый аквариум с экзотическими рыбами, тритонами или лягушками говорит о том, что перед тобой творческая натура, нестандартно мыслящая, но достаточно организованная и умеющая себя контролировать. Чем запущеннее аквариум и его обитатели, тем импульсивнее его хозяин. Это человек необязательный, часто меняющий увлечения и занятия. Хомячков, волнистых попугайчиков и морских свинок заводят не очень умные мужчины, ленивые, слабовольные и флегматичные, часто чувствительные и **мягкотелые**, а крыс — люди, которые не любят утруждать себя выполнением ежедневных обязанностей, часто веселые и бесшабашные. Красивые экзотические ящерицы и попугаи обитают в квартире мужчины — лидера по натуре, яркого и интересного, любящего похвастаться красивым животным, как **новым** костюмом или модной мебелью. Стильные животные встречаются и у пижонов. Обилие комнатных растений говорит о том, что мужчина не прагматик, любит спокойствие и размеренный образ жизни. Такие люди консервативны, часто по характеру похожи на женщин. Случаются из этого правила и исключения. Вспомни фильм Люка Бессона «Леон». У главного героя

был цветок, за которым он ухаживал, разговаривал с ним, как с человеком. Для Леона-киллера цветок стал Лучшим и единственным другом, который сам ничего не попросит и не будет шуметь, не выдаст своего хозяина. Это живое **существо** в доме, о котором можно заботиться, отдавать ему тепло, радоваться тому, что оно растет. Именно цветок и отношение к нему Леона раскрывает зрителю настоящий характер киллера, который без сожаления убивает людей, а всю заботу отдает растению, потому что не может из-за своей профессии идти на близкий контакт с людьми, заводить друзей и женщин. Может быть, и твой знакомый, который любовно выращивает кактус или фиалку, относится к растению, как к животному или человеку, заботится о нем, любит, но завести ту же собаку не может из-за того, что нет времени или условий? Кстати, среди кактусоводов и разводчиков экзотических растений встречаются очень интересные мужчины. Я уже не говорю о тех, кто занимается животными или растениями профессионально. Ну разве не интересно иметь в списке поклонников владельца крупнейшей коллекции орхидей?

А теперь о главном. Животные и растения могут нам, стервам, очень помочь в нашем **черном** деле со- вращения мужского пола. Так уж повелось, что в открытых приставаниях, **даже** очень оригинальных, общественная мораль нам, женщинам, отказывает. Вот и приходится дурить с вывихнутыми ногами, легкими ДТП или ронять косметички прямо перед носом единственного и желанного. Можно просидеть в кафе час, до слез строя глазки блондину за столиком напротив, — это вполне прилично и допустимо. А чуть шаг в сторону, и ты уже лицо определенной профессии, не очень почетной, несмотря на древность.

И снова о животных. Какой чудесный и безобидный способ познакомиться с избранником! Можно на улице, можно на выставке. Собачники всегда любят поболтать, тем более, что человек с питомцем на прогулке никуда не спешит. Он даст кучу советов, расскажет истории из детства своего любимца. Самое интересное, что даже не обязательно иметь свою собаку. Вполне достаточно выразить желание занять **именно** такую и узнать о ней побольше. А **там**, слово за слово, и до при-

глашения поужинать дело дойдет. Или можно вполне невинно взять телефончик, чтоб по вопросам собаководства позвонить, если что. А по телефону, если рядом не сидит жена, мужчины смелее. Особенно нерешительных пригласи вместе сходить посмотреть щенков. Нюансов объяснять не буду, потому что считаю Тебя уже стервой, а значит, женщиной умной.

**Общение** с мужчинами, а уж тем более с их питомцами, таит в себе массу **непридвиденных** ситуаций. Предположим, познакомилась ты с интересным и приличным мужиком, приходишь к нему домой, а там псина с тебя ростом, мерзкая и злобная (берем крайний вариант). Ты настроилась на романтический вечер с шампанским и свечами, а питомец вытирает слюни о твою юбку и жрет колготки, пытаясь одновременно слизать с тебя косметику (может, его специально на это **натренировали?**), стаскивает шоколадку со стола, опрокидывая твой бокал с шампанским, и дает тебе все четыре лапы сразу. На все твои возражения хозяин хохочет и отделяется словами: «Он у меня такой **шалун!**». Потом мужчина долго не **может понять**, почему ты была такой дерганной, так и не смогла расслабиться и получить удовольствие. К сожалению, такие случаи — не редкость. Моих подруг часто кусали и царапали домашние любимцы, потому что воспитанные собаки и кошки вообще встречаются редко, как, впрочем, и люди, а кошка или собака, привыкшие жить с хозяином вдвоем, начинает **ревновать**, ведь все внимание любимый хозяин уделяет пришедшей незнакомке. От такого у кого угодно крыша поедет. Как-то моей знакомой, когда она поражала своего мужчину сексуальной техникой в позе наездницы, прямо в ягодицы вцепился хозяйский кот всеми четырьмя лапами и зубами. Мужчина кота не заметил, а когда партнерша заверещала, как сирена, ляпнул что-то вроде: «Да, крошка, еще, **давай!**». Кота отодрали не сразу. А подруга потом несколько лет не надевала на пляж бикини и подробно объясняла каждому новому мужчине, что она не мазохистка. -

Исходя из вышесказанного, лучший способ избежать таких казусов — подружиться с неизбежным участником свиданий и расположить к себе питомца, а заодно и мужчину. Это поможет завоевать его доверие и уважение — ведь многие хозяева всерьез считают, что их

питомец не признает, людей плохих, и наоборот, ластится к добрым и хорошим представителям человечества.

Советы общения с незнакомыми животными, если ты не хочешь испортить отношений с его хозяином, таковы:

- прежде, чем приласкать животное, спроси, можно ли это делать;

- **не корми** без разрешения и чем попало. Многих нервирует привычка кормить животных со стола;

- **не бери на руки** маленькую собаку или кошку. Многие начинают кусаться и царапаться именно от этого;

- постарайся заранее **узнать об особенностях породы**, чтобы было чем блеснуть в разговоре;

- если собака или кошка умная, **похвали ее** способностями. Если глупая, скажи, какая она красивая и ласковая;

- **не бери животных на кровать**, если этого не делает хозяин;

- **не приказывай** собаке и не отменяй команд хозяина;

- **не держи** собаку, если ее зовет хозяин. Многие хозяева ревнуют, если собака слишком ластится к гостям;

- **не бойся** животных, даже если они большие и страшные. Они это хорошо чувствуют, и могут враждебно относиться к тебе только из-за того, что ты боишься;

- **не настаивай на признании с** первой встречи. Если животное не идет на контакт, не надо его догонять и тискать;

- **не стоит навязчиво раскрашивать о** том, нет ли у собаки глистов, лишаев или бешенства;

- на время занятий сексом попроси мужчину **удалить животное** в другую комнату. Дескать, был вот такой неприятный случай со знакомой;

- если этот довод не действует, скажи, что не можешь расслабиться потому, что **оно за вами наблюдает**, как человек;

- **не гладь собаку**, если она скалит зубы, либо подергивает верхней губой, прижимает уши и хвост, рычит или ест (нет, конечно, ты можешь попробовать, но я тебя предупредила);

- можно, заранее зная вкусы питомца, **купить ему игрушку** или что-нибудь вкусненькое из зоомагазина.

## **Шиза косит наши ряды — мужские хобби — разговор отдельный**

*Продаются рыболовные снасти и болотные сапоги.  
Недорого. Тел. 233-44-65. Если трубку поднимет  
мужчина, сказать, что ошиблись номером.*

Из газетного объявления

— Боже мой! Какой маразм пялиться на идиотов, бегающих за мячиком, или переться черт знает куда за двумядохлыми рыбешками! Вроде в остальном — нормальный мужик, а такой фигней страдает. — Так думаем мы.

— Ну и зачем эта дура с глупо-довольным выражением лица вяжет мне очередной свитер? Неужели она не видит, что получается уродство, которое я все равно не ношу? А эти ужасные горшки на подоконнике! Вчера весь день не мог понять, откуда воняет. Оказывается, это удобрение. Рубашки чистой нет, обед не приготовлен, а она зарылась, как шахтер, в своих горшках. И обижается, если слово скажешь про эти идиотские занятия. Она это «хобби» называет. По-моему, это я — хобби, а уродцы на окне и ниточки с клубочками — основное и самое важное занятие. — Так рассуждают они.

Что больше всего раздражает меня в мужских хобби? Их бестолковость. Охота и рыбалка занимает кучу времени, тратится уйма денег. А в итоге тебе приносят несчастного зайца, который выглядит так,

**словно** его пристрелили из гранатомета, **или** кучку рыбок, мельче чем **гупики** в аквариуме. То ли дело наши женские увлечения! Шитье и вязание — все на благо семьи. Красивые вещи, которые не купишь в магазине. Эксклюзив! А цветы — это же красиво. Фен-шуй опять же, экология жилища. А у них — это дурацкое **«болевание»**. Нет чтобы самому донести свою задницу до спортзала, он на диване с пивом развалится и кричит, как сумасшедший. Я первый раз услышала, думала, что убили кого-то. Нет, оказывается, Онопко дали какую-то карточку. Красненькую! И чего так кричать? Детский сад!

С исторической точки зрения объяснить специфику мужских и женских хобби просто. Они копируют **традиционные** занятия древних людей. С развитием индустрии необходимость в таких занятиях отпала, а рукоделия, охоты и рыбалки возродились в увлечениях «для души». Если же говорить о болельщиках, то корни этой слабости лежат в древних военных поединках «племя на племя» или «вожак на вожака». Отсюда же и деление на «своих» и «не своих», повышенная воинственность и частые потасовки на трибунах.

Есть еще одна особенность мужских увлечений: они тем сильнее, чем меньше человек реализуется на работе. При удачном стечении обстоятельств работа интересна, перспективна, занимает все мысли и много времени. На хобби не остается ни времени, ни желания, успеть бы с семьей пообщаться. Если увлечения и есть, то сегодня это «качалка», завтра бассейн или поход с женой по магазинам. Всего по чуть-чуть. Второй вариант — сидит себе неприметный мужичонка в своей конторе. Сидит на небольшой зарплате строго с девяти до шести. А после работы идет в парк, где собираются нумизматы. В их среде тот же мужичонка — главный знаток и консультант, владелец лучшей в городе коллекции. Вот и получается: на работе — сошка ничтожная, а в своей среде — **выдающийся** коллекционер. Я бы назвала такой сценарий альтернативной **самореализацией**.

А теперь отвлекусь от высоких материй. Отрицательно относиться к мужскому хобби мы не имеем права. Вернее, не имеет права так к нему относиться женщина умная, а я именно такой тебя и считаю. «Почему нельзя этого делать?» — спросишь ты. Все очень просто. Потому что это есть и будет независимо от твоего отношения. Я понимаю, что тебе обидно, когда такая уйма полезного времени тратится на **ерунду**, а не на дом или тебя. Но поверь мне, переживать по этому поводу не стоит, потому что все равно ничего не изменится. Все мужчины — большие дети, им **тоже** нужны какие-то игрушки. Как раз эту роль и выполняет хобби. Согласись, будет гораздо хуже, если он бросит строгать свою тысячную разделочную досточку и возьмется за бутылку. Или по бабам пойдет. Чем не новое хобби? Посмотри на увлечение с другой стороны. Оно отвлекает твоего мужчину от других неблагоприятных занятий, снимает раздражительность и может даже приносить какой-то доход в семью. Когда одна моя знакомая именно с такой точки зрения подошла к мании мужа тащить в дом всякое старье, она провела соответствующую воспитательную работу, и уже через год муж стал самым **известным** реставратором города. Сейчас он подумывает об открытии антикварного салона. Жена, проникшись увлечением мужа, начала собирать коллекцию русского фарфора. Интересно, что **будут** собирать их будущие **дети**?

Конечно, не все хобби настолько полезны. Зато они отнимают у мужчин массу времени, в которое мы можем быть предоставлены сами **себе**. Куда его потратить? На свое увлечение (интересно, походы по магазинам — это хобби?) или посещение салона красоты. И никто тебя пилить не будет, где **пропадала**, что делала.

Хобби — прекрасный способ знакомства. На выставках и в специализированных магазинах, на стадионах и в парках можно встретить свою судьбу. А для привлечения ее внимания нужно всего лишь обратиться за консультацией и прикинуться начинающей. По-

рой вполне достаточно не пилить мужчину по поводу страсти к какому-нибудь собирательству, чтобы он воспылал к тебе чувствами. Особенно если бывшая подруга не переносила этого увлечения на дух.

Есть еще один нюанс. Часто хобби выступает в роли индикатора семейной жизни. Сама посуди, не скажет же муж жене, тем более без особой причины: «Ты мне надоела, пойду я дня на три из дома, от тебя отдохну». Тут же начнется скандал, слезы **рекой**. Тогда хитрый мужчинка собирается на охоту или рыбалку. Хобби — это святое. А жена поворчит немножко, да успокоится. Понаблюдай за своим мужчиной, не стало ли бравирование увлечением просто легким способом отделаться от тебя на длительное время? Для проверочки попросись вместе с ним на стадион или на рыбалку, скажи, что прониклась его собирательством или жаждешь выпиливать лобзиком. Если ответ будет категоричным, то это уже признак того, что его увлечение — отдых от тебя. Это обидно. Я таких вещей не терплю.

Надеюсь, ты уже немножко остыла и не думаешь, что мужчина с увлечением — это твой тяжкий крест и трагедия семейной жизни? Если подумать хорошенько, женские увлечения тоже довольно дурацкие. Можешь себе представить стерву с пальцами? Некоторые рукоделия всегда вызывали во мне устойчивое отвращение. Уж лучше заниматься альпинизмом или гонять на мотоцикле, чем сидеть и плести бесконечные паутинки. Впрочем, как разновидность медитации...

Два совета напоследок:

— если не можешь терпеть мужское увлечение, поменяй его на другое методом «переключения»;

— если не терпишь мужских увлечений в принципе, заводи отношения с трудоголиком. По времени затраты те же, а денег — больше.

## **Мужская физиогномика — для самых проницательных**

*.. лица настолько же доступны чтению, насколько  
это присуще книгам, разница лишь в том, что они  
прочитываются в короткое время и меньше обманыва-  
ют нас.*

Иоганн Лафатер

Добро пожаловать в школу цыганской мудрости! Почему цыганской? Потому что серьезных трудов по языку мимики и жестов и хиромантии (слово-то какое придумали!) хватает. Овладеть методикой «раскусывания с первого взгляда» не так уж сложно. Тебе придется выучить наизусть кучу жестов и их трактовок, сопоставить их друг с другом и с морщинками на мужской левой пятке. Потом провести тест на лживость, сделать поправку на косоглазие и ушиб правого полушария в результате падения в детстве с горшка. И ты думаешь, пока ты этим занимаешься, он будет спокойненько стоять и ждать? Думаю, сбежит. Если не сразу, то после слов: «Твой холм Венеры говорит о чрезмерном влечении к чувственным удовольствиям, суицидальных наклонностях и наследственной шизофрении».

Мой метод намного проще. Поэтому и назван цыганским. Это моментальное сканирование с оценкой перспектив ваших отношений. Он — только рот откроет, чтобы произнести с претензией на оригинальность свое «давайте познакомимся», а ты уже приняла решение.

Принцип быстрой диагностики — отнести мужчину в соответствии с первым впечатлением к валетам, королям или тузам, или поставить на нем крест, как на шестерке. Первое впечатление — самое важное. Потом ты сама займешься аутотренингом и самоуговорами, что он — именно то, что **нужно**, тщательно зашпаклевывая недостатки внешности и характера, а он так же тщательно будет пытаться их скрыть, чтобы ты попала на крючок. Поэтому первый трезвый осмотр нужно провести особенно внимательно.

Он встал на свое место в классификации? Продолжим. Присмотрись к выражению лица и мимике. А теперь примерь на себя его маску. Маска — это то выражение лица, которое он носит. Ты сразу почувствуешь, как меняется настроение, вылезает через тебя его подлинная сущность: наигранная веселость, а за ней — неуверенность или чванливость, нервозность или усталость. Присмотрись к морщинкам и попробуй угадать, при каких эмоциях они появляются у одних людей на лбу, а у других на щеках и в уголках глаз? Морщины частого смеха или горьких дум, скорби и разочарования. Покривляйся перед зеркалом, посмотри, как меняется лицо, когда ты сердишься или удивляешься, что ты чувствуешь, когда морщишь лоб вдоль, а что — когда поперек? По внешности можно судить о здоровье и достатке. Даже многие психические нарушения видны с первого взгляда. Итак, начинаем.

По закону физиогномики, чем гармоничнее и **пропорциональнее** лицо человека и его отдельные черты, тем нормальнее человек, тем лучше и уравновешеннее характер. Любая выдающаяся черта (большой нос или оттопыренные уши, пухлые большие губы или глаза навывкате) говорят о каких-то гипертрофированных сторонах характера, как хороших, так и плохих. Симпатичные люди имеют больше шансов оказаться нормальными, чем страшненькие. Существует даже целая теория об определении преступных наклонностей по внешности. Упростить себе задачу можно сравнением мужчины со знакомыми тебе по фильмам типажам.

В каком амплуа желает выступить твой новый знакомый? Похож на убийцу-маньяка из последнего триллера? Да, повезло, ничего не скажешь. Никогда не задумывалась, почему люди часто **в** разговоре спрашивают, на **кого** похож? Чтобы лучше представить в красках и образах? Нет, чтобы наложить **клише**. Тихонов — клише благородства и умения владеть собой, Крамаров — глуповатой бесшабашности, Пьер Ришар — обаятельной скороморошности. И так до бесконечности. Новых знакомых ты невольно сравниваешь со старыми, будущего мужа — со своим папой. Все познается в сравнении. Кого напоминает твой новый знакомый? Внешнее сходство всегда отражает сходство внутреннее, ведь внешность — это не только черты лица, но и умение им владеть, чувства, которые, независимо от нашего желания, «вылезают», выдавая то, что **мы** считали надежно спрятанным.

Глаза — вовсе не зеркало души (опять заезженный стереотип). Их выражение скорее имеет большее отношение к мыслительным процессам, чем к эмоциям. Даже про собаку **говорят**, что у нее умные глаза. Что такое умные? Чистые и в меру открытые, выразительные и внимательные. Узкие глаза и привычка шуриться выдают злого и хитрого человека. А широко распахнутые, красивые, но пустые глаза никогда **не** встречаются у людей умных, зато часто являются признаком распушенности и избалованности. Признак умственной ненормальности, нервозности, закомплексованности — слишком блестящие и бегающие глаза, привычка отводить взгляд и часто моргать, слишком широко **открыть** глаза. Если глаза расположены один ниже другого — это признак дурного характера.

Есть еще один способ «раскусить» человека — по методу гейш определить, сходство с каким животным он имеет. В данном случае гейши брали за основу не только похожую внешность, но и манеру поведения, черты характера, которыми наделяют то или иное животное. Мне, например, облегчает диагностику **деление** людей на породистых, дворняжек и нечто среднее

между ними. Чтобы понять, что я имею ввиду, вспомни, каких актеров подбирают на роли дворян и особ королевской крови. Как ни странно, но породистые люди оказываются такими не только по внешним характеристикам, но и по внутренним. Им более свойственны возвышенные чувства и благородство, они реже предаются и не подвержены низменным страстям. Бесполезно искать принца в уродливой оболочке. Такие превращения бывают только в сказках. Вот как должен выглядеть мужчина породистый (в идеале, конечно):

- желателен высокий рост и прямая осанка;
- красивая походка и умение чувствовать свое тело;
- небольшие уши, равномерно развитые черты лица;
- небольшой, тонкий нос, прямой или с небольшой горбинкой;
- красивая форма кисти и стопы, небольшой размер рук и ног;
- высокий **подъем** ноги и тонкая щиколотка;
- густые волосы;
- узкая талия и бедра, широкие плечи;
- спокойное выражение лица, умение владеть собой;
- небольшие, здоровые зубы;
- равномерное, не гипертрофированное оволосение;
- широкий, **открытый** лоб;
- чистая кожа.

Думаю, ты поняла. Этаким сэром Ланселотом без доспехов. Я не идеализирую, такие тоже встречаются. И среди них попадаются мерзавцы. Но если природа вбила нам в голову такой идеал и такие параметры будущего отца наших детей, ведь что-то в этом есть?

А теперь об отклонениях от нормы. Признаками «плебейства», грубости **характера** и **склонности** к простым, чувственным удовольствиям являются:

- излишнее оволосение на всем теле, сросшиеся брови;
- глубокая ямка на подбородке;
- толстые, большие, оттопыренные уши;
- крупные, нечистые и нездоровые зубы;
- большие «разлапистые» руки и ноги;

- лопатообразная форма пальцев;
- толстый мясистый нос;
- пухлые, «негритянские» губы (особенно нижняя);
- невыразительные, маленькие, глубоко посаженные глаза;
- узкий лоб;
- развитые надбровные дуги;
- лопатообразный, тяжелый подбородок.

Людей романтических и творческих узнаем по следующим признакам:

- большие, но тонкие уши часто бывают у одаренных музыкантов;
- большие глаза с поволокой;
- нос с горбинкой;
- аккуратный подбородок, выдающийся вперед;
- заостренная форма пальцев, красивая форма кисти, пальцы удлиненные, ногти красивые, тоже удлиненной формы.

Признаки лживости и «скользкого» характера:

- дугообразные, высоко поднятые брови;
- бегающие глаза;
- привычка часто улыбаться без причины.

Даже цвет волос говорит очень о многом. Может, поэтому мы сознательно подбираем на свой вкус блондинов или brunetов?

*Брунеты* — натуры страстные, а порой и импульсивные. Они неистовы в любви, но так же непостоянны. Темноволосые склонны к риску и авантюрам, амбициозны, любят чувственные удовольствия, но алкоголиков среди них немного. Они могут постоять за семью, но не позволят тебе управлять собой. Темные глаза усугубляют характеристику, светлые — ослабляют.

*Блондины* добры и порядочны, но часто слабовольны. Как любовники, уступают brunetам, но легче идут под венец, не склонны к частым сменам места работы и места жительства. Чем светлее глаза, тем больше проявляются эти черты.

*Рыжие* часто бывают злы и завистливы. На Руси раньше говорили: «бойся рыжего и безбородого». Счи-

талось, что рыжий — обманщик и плут. С другой стороны, рыжие домовиты и готовы на все ради близких. Для них очень важен семейный уют и благополучие. Работа стоит на втором месте.

*Шатены* достаточно уравновешены, но часто поддаются своим слабостям. Из них получаются хорошие отцы и стабильные работники, но в кризисной ситуации все может измениться с точностью до наоборот.

Надеюсь, тебе было интересно? Добавь свои наблюдения, попрактикуйся. И не воспринимай все всерьез. Многое ведь зависит от воспитания, обаяния, умения сдерживать эмоции, образования и умения делать выводы из своих и чужих ошибок, превращать недостатки внешности в достоинства. Мужчины умеют это делать гораздо лучше нас. Никогда не поздно поучиться владению чужим оружием.

Кстати, вышеприведенная система вполне применима и к женщинам.

## **Примеры «немужского» поведения, или Нужны ли нам такие мужчины?**

*Бывает зверь свиреп, да и ему известна жалость,  
Нет жалости во мне, а, значит, я - не зверь!.*

**В. Шекспир «Ричард III»**

Интересно, что «немужское» поведение бывает, а о «неженском» я никогда не слышала. Почему? Женщинам прощают и позволяют многое. Можно плакать и устраивать истерики с битьем посуды, тратить деньги под ноль и устраивать козни соперницам. Хорошо быть женщиной! Что бы ты не сотворила, тебя пожалеют, может, тварью обзовут, морду набьют или бросят, но не будут презирать и называть «не женщиной». Как сказали бы японцы, нам сложнее потерять лицо. Если копнуть глубже, то окажется, что многим и терять-то нечего. Мозгов слишком мало, чтобы об этом задумываться. Единственный пример однозначной женской «потери лица» — пьяный женский дебош. Как в пословице про то, что может быть хуже пьяного мужчины. Пьяная женщина. Даже измены от нас ждут. Вспомни бесконечные анекдоты про то, как муж возвращается домой. Их гораздо больше, чем про вернувшуюся жену. Правда, в женском положении тоже не все гладко. Если гуляет мужчина — он молодец-самец, а те же действия с женской стороны трактуются совсем иначе. Почему-то никто не менял названия «женских» обязанностей по дому. И это при том, что совре-

менная женщина зарабатывает порой на порядок больше, чем ее мужчина. Но от стирки и готовки никто ее не освободит. Перечислять можно долго. Сторонники тотальной эмансипации пишат на эту тему толстые талмуды, но я о другом.

Мужчина, независимо от положения и ума, должен оставаться мужиком. Об этом ему твердят с детства. Не плакать, девочек не обижать, уметь за себя постоять, и так до бесконечности. Послушать нас, так мужчина должен быть ангелом, чтобы удовлетворить все наши пожелания. Или абсолютным дерьмом, чтобы мы с упоением могли лепить «из того, что было». «Я его слепила из того, что было, а потом так долго себе руки мыла». Давай попробуем не бравировать своим вольготным положением, не требовать невозможного, но и не терпеть то, что является не только «немужским» поведением, но и вообще не человеческим. Для людей, поступающих **так**, есть во всех мировых языках слово, которое можно перевести, как «гнилой». Это вроде бы не совсем подлый человек и не сильно жадный, но в то же время не тот, с кем ходят в разведку или делают бизнес. Гнилость из мужчины вылезает в кризисных ситуациях. Например, когда от него уходит женщина. И тогда можно понаблюдать такое... И удивляться, как же ты с таким чучелом столько прожила. Дело в том, что когда мужчина чувствует себя обиженным, он готов унижить и отнять самое дорогое, чтобы тебе тоже было плохо, отомстить, плюнуть в душу и перечеркнуть все хорошее, что было.

Жадность. Наиболее часто встречающееся немужское поведение. Желание забрать все,житое вместе, упреки за подарки. Я даже знаю **случай**, когда муж подруги вывез из квартиры все, чтобы не делиться с женой. Квартира была куплена им на себя еще до свадьбы, поэтому жена претендовать на нее не могла. Пока она была на работе, еще до официального процесса, все имущество муж погрузил в грузовую машину и увез в неизвестном направлении. Доказать в суде, что какое-то имущество было, не удалось. Женщина оказа-

лась на улице без средств и вещей, с маленьким ребенком, а его папа забрал даже коляску и стульчик для кормления. Таких вещей прощать нельзя.

Мелочное упоение своим горем, тем, что его бросили, ведет к такой же мелочной мести. Знакомая делилась, как в суде бывший муж с упоением рассказывал о том, как изменял с ее подругами, потому что она не хотела заниматься анальным сексом и раньше была лесбиянкой. Грязно и отвратительно. Но бывает месть и посерьезней: увольнение с работы и угрозы расправы (если любовник — твой начальник), месть бывшей жене и ее новому избраннику. В его понимании месть прольется, как целебный бальзам, залечит его душевные раны, снимет боль тем, что ей тоже стало плохо.

Один из моих «бывших» не мог успокоиться после разлуки год или два. Все это время он ходил по общим знакомым и рассказывал, как несчастен и какая я гадина. Постепенно история настолько вышла за пределы реальности, что мои друзья откровенно потешались от очередного визита несчастного покинутого.

Измену можно понять и даже простить, не говоря уже о бытовых спорах и размолвках. Подлость и предательство — никогда. И еще одного простить нельзя. Несдержанного слова, нарушенной клятвы. Не можешь выполнить обещанного, совладать с собой, не обещаешь, не клянешься в благородстве и честности до конца. Женщины могут вытерпеть многое, но когда-то наступает предел. Вы боитесь и не любите стерв? А мы вас презираем!



## Различия мужчин и женщин — мнимые и реальные

*Мужчина, которому предстоит сделать  
решительный шаг, думает: «Что я скажу?»,  
а женщина: «Как я оденусь'»*

Мадлен де Пюиэбе

*Каждая женщина в чем-то красавица,  
а каждый мужчина где-то чудовище.*

Аркадий Инин

Зачастую, читая статьи в журналах и книги по психологии, мне кажется, что мужчины и женщины — это две расы инопланетян, которые случайно встретились на Земле. У меня много друзей-мужчин (гораздо больше, чем женщин), поэтому я могу с уверенностью сказать, что некоторые женщины гораздо сильнее отличаются друг от друга, чем от мужчин. Есть мужчины по характеру похожие на женщин, но это никак не отражается на их сексуальной ориентации. Почему-то, когда авторы статей пишут о различиях полов, то берут некий усредненный вариант мужчины или женщины, чаще всего глуповатый и совершенно не задумывающийся о последствиях своих поступков. Психологи же постоянно обращаются к природной разнице полов, которая определяет не только функции женщины и мужчины, но и черты характера. Например, женщина на-

строена на продолжение рода и рождение детей, поэтому все ее помыслы направлены на поиски лучшего самца, обустройство жилища и воспитание потомства. Женщина — символ стабильности и постоянства. Мужчина же изначально стремится к контакту с максимально большим количеством самок, потому что в его природе заложено стремление дать жизнь как можно большему количеству потомков. Но, если посмотреть на ту же природу с другой стороны, мы увидим женщин, которые ведут себя как мужчины, меняя партнеров как перчатки и мужчин, заботливо строящих семейный очаг. Функции женщин и мужчин в современном мире перемешались, в голове у всех жуткая смесь из наказов родителей, прочитанного в книгах и журналах, примеров из жизни знакомых и собственного опыта. Поэтому два противоположных пола разделены, даже когда живут вместе как муж и жена. Много ли ты знаешь счастливых семейных пар? Я, по большей части, встречала совершенно чуждых друг другу людей, непонятно зачем проживающих на одной территории, которые в лучшем случае друг к другу нейтральны, в худшем — ненавидят друг друга и живут вместе ТОЛЬКО из-за детей. Эти люди приходят к тебе на свадьбу и говорят красивые тосты: «Чтоб вы жили, как мы с Любочкой живем уже пятнадцать лет, душа в душу». А я скрешиваю пальцы под столом и думаю: «За что они мне так меня не любят или искренне считают свой союз вполне нормальным?»

Я не хотела бы увидеть через десять-двадцать лет универсального человека будущего без половых различий, ведь это страшно! Но и смотреть на современного человека, как на обезьянку, которая «думает» своими половыми органами и инстинктами — это тоже глупо. Женщины делают многие вещи, которые непонятны мужчинам. Но, все ли они объясняются разницей полов или же женщинам так просто удобнее? Мужчины утверждают, что мы — истерички. Но, в таком случае, зачем они, каждый раз как только мы пускаем слезу, готовы выполнить любое желание, лишь бы люби-

мая не плакала? Что это — разница полов или манипуляция, к которой женщины прибегают с пещерных времен? Мужчины думают, что мы упрямы и никогда не признаем правоты. Они ЭТО замечают в нас, а сколько ты знаешь мужчин, готовых попросить прощения или признать свою неправоту? Они обвиняют нас в корысти, но с удовольствием покупают нашу любовь, называя самых ловких и корыстных — бесценными. Мужчины критикуют женскую загадочность и непредсказуемость, но тянутся именно к стервам, которых не могут просчитать. Не создается ли у тебя впечатление, что пропасть между полами создана искусственно, что это сетка, искусно сотканная из манипуляций друг другом, для того чтобы добиться в принципе одного и того же: любви, хорошего секса, достатка, карьеры? Получается, что цель у нас одна, но пути ее достижения и инструменты — разные. Эту путаницу в последнее время усугубляет то, что женщины берут на вооружение мужские приемы, а мужчины — женские. Если мужчина недостаточно мужественен, его функции в семье берет на себя жена. Дал мужик один раз слабину, а потом удивляется, почему вторая половина начала все больше и больше напоминать бензопилу, почему помыкает им, не признавая мужского авторитета?

Нам предстоит научиться разбираться и в мужчинах, и в женщинах, а проще всего это сделать, наблюдая их взаимоотношения друг с другом. При контакте с противоположным полом человек, с одной стороны, раскрывается, а с другой — пытается играть несвойственную ему роль, дабы казаться лучше. О чем он думает, искренен ли, когда позвонит в следующий раз, и позвонит ли, а может, он ищет женщину на одну ночь? — Все эти вопросы задает любая женщина, когда встречается с мужчиной. Понимание различий в психологии мужчин и женщин индивидуальны и, исходя из этого, слышишь в ответ: «Я же женщина!» или «Мужик я или не мужик?!». Уже в первую встречу можно определить, по тому, как себя мужчина ведет, что именно он закладывает в понятие — «из чего же, из че-

го же сделаны наши девчонки», какие женские слабости готов терпеть. После предварительного анализа человека строить свое поведение, чтобы добиться желаемого, гораздо легче: ведь проще решать задачу с одним неизвестным, чем с несколькими, или же вообще не зная ее условий. Отличие полов заложено природой, но кто сказал, что с природой нельзя поспорить? Ведь изменить поведение и накачать мускулы — это почти одно и то же.

Реальные отличия мужчины и женщины основаны на разнице в работе мозга. Женщина, как выяснили ученые, думает обоими полушариями мозга, а мужчина — одним левым, может, поэтому их в эту сторону так часто и тянет? (Шучу!). Но это не значит, что кто-то глупее. Женщины более мечтательны, более эмоциональны, доверяют интуиции, мужчины — логичны, серьезны и менее подвержены влиянию настроения. Приведу в качестве примера анекдот о том, как одно и то же событие оценивают мужчина и женщина.

*Рассказ женщины:* вчера вечером он пришел вроде как всегда, но я сразу **поняла**, что что-то не так. Я старалась развеселить его, рассказывала о том, как прошел день и как я **по** нему соскучилась, но все было напрасно. Тогда я предложила куда-нибудь поехать, поужинать. В машине он снова был задумчив, грустил о чем-то. В голову мне пришла мысль о том, что у него появилась другая. Наверное, он мучается и не знает, как сказать мне об этом. На душе стало тоскливо, ведь я люблю его. Мы приехали в ресторан, поужинали, все было очень вкусно, но он по-прежнему был молчалив и замкнут. Я пыталась расспросить его, что случилось, но он отмалчивался и пил рюмку за рюмкой. Домой мы ехали, почти не разговаривая. И тогда я решила бороться за свое счастье, я стала ласкать его, целовать. Мы приехали ко мне домой, и я постаралась сделать все, чтобы он забыл о другой, если она существует. Я вспомнила все, о чем читала в книгах, что ему нравится, я была нежной и страстной и стонала от восторга. И наконец, когда мы оба устали до изнеможения и ле-

жали рядом, в его глазах загорелись искорки, как всегда, когда он смотрит на меня. И я поняла, что он меня любит по-прежнему, что я смогла проломить стену отчужденности. Как же я была счастлива!

*Рассказ мужчины:* вчера на работе были неприятности, но вечером так классно потрахались! — Комментарии, я думаю, излишни.

Второй анекдот. У мужчины и женщины спросили: «Какова вероятность того, что, выйдя на улицу, вы встретите динозавра?». Мужчина прикинул и сказал, что шанс один из миллиона, а женщина ответила: пятьдесят на пятьдесят. Когда ее спросили, почему, она, не задумываясь, пояснила: «Либо встречу, либо нет».

Из-за различия в понимании событий и разнице в их оценке мужчинами и женщинами возникло много мифов о глупости блондинок, черствости мужчин, женской логике, в конце концов. Женщины, как известно, любят ушами. Это на самом деле так. Вспомни, как мужчины «прикалываются» над нашей способностью болтать часами по телефону и желанием постоянно слышать признания в любви и комплименты. Мы лучше слушаем и быстрее говорим, а мужчины зрительно оценивают ситуацию, они более наблюдательны и часто считают женщин «раззявами». В то же самое время, женщина акцентирует внимание на мелочах, но не может после происшедшего вспомнить важных событий. Например, после дня рождения друзей женщина помнит, кто во что был одет, но адрес, где проходило мероприятие, скорее всего, в ее голове не отложится. Мужчин зачастую раздражает, когда их просят принести зеленую сумочку из шкафа, а на самом деле у сумочки зеленая только застежка и стоит она на трюмо. Для женщины разницы никакой нет, а мужчина бесится от того, что задание было предельно неконкретным. Неудивительно, что армию придумали мужчины. Иногда кажется, что дай им возможность, они так и ходили бы строем на работу и в гости. А самое противное, что винить-то некого! Такие уж мы есть. Различия, заложенные природой и усугубленные воспитанием и сте-

реотипами, навязанными с детства, перебороть практически невозможно. Мужчины не любят вступать с женщинами в спор, потому что женщины давят не логикой и фактами, а абстрактными понятиями «шестого чувства», которое мужчине незнакомо в принципе. Поэтому возразить на женские «аргументы» мужчине нечего. Брошенная невзначай фраза, о которой женщина забывает через пять минут, для мужчины звучит как приговор. Попробуй сама отбиться от таких обвинений:

- Я видела, как она на тебя смотрела!
- Мне кажется, ты меня больше не любишь!
- Да ты меня ни в грошь ни ставишь!
- У меня болит голова, и это все из-за тебя!
- Да ты просто трус!
- Какой-то у тебя вид виноватый, наверное ты мне изменял!
- Не перебивай, могу я хоть раз в жизни сказать тебе всю правду!
- Ну и кто ты после этого? (После чего — непонятно!)

Попробуй дать хоть один вразумительный ответ на одну из вышеприведенных фраз. Выглядит не слишком убедительно, не правда ли? А теперь задумайся над следующим: ты уже приняла какое-то решение, сделала какие-то выводы и ответы мужчины тебя просто не интересуют. Или я не права?

Еще один камень преткновения — оценка окружающих. Женщина оценивает только тех мужчин, которые ей хоть в какой-то степени интересны. Об остальных она забывает, как будто их и не было вовсе. Но если кандидат приглянулся, она запомнит каждую мелочь, заметит пломбу в зубе, воспроизведет с точностью магнитофона все содержание беседы и его реакции. «А он мне...», «А я ему...», «А потом он на меня так посмотрел, за руку взял и говорит...», «И тут я поняла...». Не так ли обычно выглядит разговор двух людей? Мужчина запомнит женщин в какой-то компании хотя бы потому, что они — спутницы его друзей. Но если женщина в первую очередь обращает внимание на одежду, украшения, прическу, то мужчина

выхватывает образ в целом. Он скажет: «Это такая худенькая блондиночка?», — а она: «Это та белобрысая глиста в зеленом платье с пережженными волосами?». Женские оценки друг друга всегда злее, чем мужские. Даже женский комплимент звучит по-особому: «Такая милашка, но зачем она надела это ужасное фиолетовое платье?» Любая особа женского пола — потенциальная соперница, которую перед мужчиной нужно унижить и раскритиковать любой ценой. Но в то же время, мы любим и искренне жалеем дурнушек, которые нам конкуренции никогда не составят. Мужская дружба и солидарность с внешностью не связаны никак. Почему-то большинство мужчин вполне довольны своей комплекцией и чертами лица или просто не придают им значения (случаи нарциссизма в расчет мы не берем), женщины же вечно находятся в поисках секретов красоты, новых платьев и таблеток для похудения. Самобичевание — типично женская черта. К отличиям, заложенным природой, стоит отнести:

— Женская злопамятность гораздо сильнее мужской. Мы любим наступать на большую мозоль: «А помнишь, чем это закончилось в прошлый раз?» — Не правда ли, знакомая фразочка.

— Женщины, несмотря на мнение мужчин о том, что мы плохо водим машину, в три раза реже попадают в ДТП. И в тюрьмах женщин сидит раз в пять меньше. Осторожность, заложенная природой, или привычка подчиняться правилам и законам?

— Женщины любят все таинственное и непознанное: гадания, гороскопы, привороты, сказки про НЛО. Мужчины считают все это чушью и бабской блажью. Они более конкретны и привыкли рассчитывать только на себя, без оглядки на лунные циклы и казенный дом, выпавший в последнем раскладе.

— Женщины любят копить всякую дрянь и очень обижаются, когда мужчина тайком выбрасывает из гаража сундук с платьями и блузками, которые его благоверная надевала на свидания с ним лет пятнадцать назад. Так как мужчина более практичен в примене-

нии старых вещей, то он с превеликим удовольствием использовал бы эти платя на тряпки для мытья машины, но из-за непонятной для него аргументации типа: «Пусть полежат, когда-нибудь пригодятся», психует и выбрасывает весь сундук. В то же время у мужчин, в отличие от женщин, полностью отсутствует чувство «заношенности» вещей, и кожаную куртку, которая выглядит так, словно побывала в руках Ганнибала Лектора, он будет носить до тех пор, пока силком не заставишь ее снять.

— Женщины с самого начала развития отношений, пытаются придать им романтический характер, сподвигнуть кавалера на ухаживания, предпочитая не упоминать о сексе. Мужчинам это не нравится, им непонятно — зачем любовь-морковь, если нет постели? Зато, если мужчина влюбляется по-настоящему, то его любовь гораздо жертвенней и сильнее, а женщина быстрее и легче остывает и переключается на новый объект.

Можно было бы перечислить еще много всего, пытаясь разбираться в том, почему женщин считают «копущами» и менее пунктуальными, чем мужчин; почему женщины любят танцевать больше мужчин, но профессиональный танцор-мужчина всегда движется лучше; почему все открытия принадлежат мужчинам и значит ли это, что они умнее. Только стерве это ни к чему. Она знает, что именно мужчина вкладывает в свое понимание разницы полов. И знает, что истерика поставит точку на отношениях с одним, а с другим перерастет в бурный секс. Мужчина тем больше уверен в женской «отличности», чем он глупее. Ведь сказать «пойди, пойми этих женщин» гораздо приятнее для самого себя, чем признаться в том, что ты чего-то не знаешь. Чем умнее люди, тем лучше они чувствуют, где реальное отличие, а где — стереотип или манипуляция. Те же женские слезы, одновременно и стереотип (женщина может позволить пустить слезу), который стал удобной формой психологической разрядки, и манипуляция (попытка заставить мужчину сделать что-либо). В Южной Америке ученые обнаружили племена,

В которых на похоронах люди смеются. Они плачут только от боли, что вполне объяснимо физиологическими особенностями организма. И где же женская эмоциональность и истеричность? Или миф о женской хрупкости и слабости, который живет в веках? Медициной давно установлено, что женщины крепче, работоспособнее, лучше переносят болезни и приспосабливаются к любым условиям. «Берегите мужчин!» — не такой уж смешной лозунг. Женщинам удобно демонстрировать слабость и беззащитность, меньше работать, страдать мигренями и уставать от домашних дел. Что это: стереотип или манипуляция? Учись раскладывать по полочкам любую поведенческую реакцию человека, наблюдай за мужчиной и его оценками. Конечно, он тоже знает о том, что мы разные, но подсознательно хорошо чувствует, когда поступки и слова идут от души, а когда им пытаются манипулировать, используя половую принадлежность в качестве аргумента.

Весь этот раздел посвящен мужчинам. Попробуем вместе разобраться, в чем они на самом деле отличаются от нас, а где пытаются притвориться и сыграть с женщинами спектакль, чтобы завоевать наши сердца. Мы научимся понимать, что стоит за мужскими словами и ролями, которые они играют, научимся пользоваться их слабостями и заблуждениями. Даже более того — попробуем понять, чего они ждут от нас, что вкладывают в понятие «идеальная женщина». После первых же экспериментов по просчету мужской сущности ты поймешь, как это здорово, что мы разные и в то же время такие одинаковые. Итак, добро пожаловать в пятый, самый интересный класс, который открывает тебе глаза на удивительный мир мужчин, которые живут среди нас.

## Женатый мужчина

*Мужчину, собирающегося в четвертый раз жениться, никогда не возьмут в саперы.*

Можешь не смеяться над названием этой главы. Все нормальные мужчины почти всегда женаты, или, в крайнем случае, были женаты. Если ему за тридцать, а второй половины нет, что-то здесь не так. Наверняка бы нашлась охотница окрутить и под венец повести, если так хорош. А если не нашлась, есть в этом подвох какой-то. Конечно, уводить мужика из семьи — дело не стервозное, да и нервное. А уж о положении любовницы не мне тебе рассказывать. От тебя потребуется недюжинный шпионский талант, огромное терпение и склонность к жизни в одиночестве, за исключением коротких праздников, которые тебе с удовольствием устроят в удобное для него время. Советую в первые же месяцы решить, чего ты от женатого мужчины хочешь? Если денег и карьеры, это даже не нужно сильно скрывать. Любовницам позволено больше, чем потенциальным супругам, да и имидж у таких женщин следующий: не проститутка, но претензий на брак не имеет, а значит, должна брать от мужчины то, что можно. Ты решаешь его проблемы, он — твои. Если жадничает и хочет «по любви», постарайся провести воспитательную работу. Хорошо действуют аргументы:

— Разве позволительно, чтобы рядом с таким мужчиной была женщина в потрепанных туфельках или с дешевой сумкой?

— У тебя, ведь так портится настроение, когда ты видишь женщину именно в той кофточке, на которую тебе немножко не хватило, даже любовью заниматься не хочется.

Можно взять деньги в долг, купить на них нижнего белья или других шмоток, устроить показ, подчеркнув, что это все для него, любимого. Потом, конечно, деньги надо попытаться вернуть, но практика показывает, что, скорее всего, совесть не позволит мужчине взять их обратно. Еще проще, если мужчина прижимист, использовать его связи и влияние. Сама знаешь, сколько проблем возникает, если нужных связей нет. Это касается таких дел, как установка телефона, покупка недвижимости, прием на работу и т. д.

Отбивать или нет? Решай сама, но если уход из семьи для тебя в морально-этическом плане — проблема разрешимая, начни подготовку заранее. Постарайся создать максимально положительный контраст между собой и женой. Сделать это легко хотя бы потому, что ваши отношения не обременены бытовыми сценами и выяснениями отношений по поводу детей, графика работы и отдыха, заработанного и принесенного в семью. Естественно, что в таком сравнении ты выигрываешь уже только потому, что не дефилируешь перед ним в бигудях и старом халатике и не пилишь по поводу текущего на кухне крана (надеюсь, на это-то у тебя мозгов хватает?). Легче всего уводить из семьи мужчину, который внутренне готов к разрыву, но ему нужен толчок, чтобы решиться вернуться к холостяцкой **жизни**, ведь многие по привычке живут с женами только потому, что кто-то готовит и стирает, убирает и заботится, когда заболеешь. Более веская причина — дети и чувство ответственности за прирученную женщину, которая без него «пропадет». Этим часто пользуются многие жены, всячески подчеркивая свою беспомощность и то, что лучшие годы отданы мужу и его детям. Естественно, это не позволило ей получить необходимое образование или найти хорошую

работу. Мы-то понимаем, что было бы желание, и работа прекрасно совмещается с воспитательно-хозяйственными хлопотами. Но мужчины часто ведутся на подобные аргументы, жалеют и входят в положение. Многие жены, требуя внимания, даже симулируют недомогание. А наивный муж мчится в любое время дня и ночи в аптеку, возит супругу по врачам, (рассказывает любовнице, что не может бросить больную женщину. Любовница, при таком варианте отношений в его семье, должна при малейшей возможности показывать, что она самостоятельна, здорова, как кобыла, и может сама себя обеспечить, дома сидеть не собирается, и так далее в том же духе. Постарайся убедить его в том, что при разрыве с женой он не повесит себе на шею новое ярмо.

Женатые мужчины избалованы. Они потребуют от тебя то, что делала жена и то, чего она не делала, ведь к тебе-то требования выше. Придется терпеть чужих детей и их косые взгляды в твою сторону, а также алименты, причем не только официальные. Поэтому, на мой взгляд, женатого мужчину лучше иметь в любовниках и не привязывать к себе сильно. А то может получиться так, что тебе-то мужчинка уже не сильно нужен или надоел, а он уже подал на развод и на тебе жениться собрался. Вот счастье-то привалило! Такой сценарий развития отношений часто объясняется тем, что раньше любовницы у мужчины не было: примерный семьянин, любящий жену и детей. У таких бес в ребро стучит особенно сильно. Осторожнее с мужчинами с сорока до пятидести пяти. Так называемый кризис среднего возраста у мужчин проявляется довольно однообразно. Осознав однажды и неожиданно, что очень скоро он станет совсем стареньким, мужчинка, боясь многого в жизни не успеть, в первую очередь **начинает** трахать все, что движется, а если что не движется — двигает, а потом трахает, меняет старую жену на молодую и... собственно — все. Никаких качественных прорывов, накопления житейской и эзотерической мудрости, терпения и понимания глубинных смыслов жизни в мужском мозгу не прибавляется. Зато прибавляется

раздражительности (он ведь уже не мальчик!), эгоизма (я всю жизнь пахал, теперь вы меня уважьте), нетерпимости к чужому мнению (мы преподавали в тех университетах, куда вы собираетесь поступать), особенно женскому. Есть женщины, которых это не раздражает. Жить с немолодым, но умным и состоятельным мужчиной все-таки лучше, чем одной или с ровесником, у которого кроме смазливой мордахи, полной сексуальной готовности и двух пар штанов ничего нет. Да и где уверенность, что, воспитав из него нормального человека, ты не останешься на бобах, когда подвернется другая стервочка, может, не такая талантливая, но молодая? Это, как говорится, стратегия. А тактика вырабатывается в полевых условиях непосредственно во время военных действий в зависимости от сложившейся ситуации. Представь себя Джеймсом Бондом в юбке. С женами мужчинами иначе нельзя. Постоянный контроль ситуации, шифровки и явочные квартиры, умение ждать и терпеть. Ждать, когда тебе уделят часок или денек, ждать, разведется он или нет, ждать, когда он опаздывает, терпеть его рассказы о жене, детях и других женщинах. Любовниц любят сильнее, но меняют чаще, чем жен. И выбирают совсем по другим характеристикам, поэтому что не обольщайся. И ради бога, не рассказывай ему, как тебе плохо и одиноко, не проси, чтобы он на тебе женился. Запомни, тебе этого не нужно. Чем меньше ты об этом думаешь, тем больше вероятность того, что оставшиеся после первого брака части руки и сердца он предложит сам. Таков уж закон Пушкина наоборот: «Чем меньше мы мужчину любим» И не важно, женат он или нет, скольких детей отец, хочет он разводиться или безумно любит жену, решать все равно тебе. А когда решишь, что ТЕБЕ это нужно, действуй, день за днем, не забывая о поставленной цели ни на минуту. Увести можно любого мужчину из любой семьи. А если не получается, значит, не по своим зубкам ты орешек выбрала. Довольствуйся ролью любовницы или поищи вариант попроще.

## Богатый мужчина

*Каждая женщина - загадка. Никогда не угадаешь, во что она обойдется.*

Написала название, и сразу нахлынули воспоминания. Были богатые, даже очень. Сколько их было? Немного, потому что после первого же раза решила на большие деньги не смотреть. Во всяком случае, не только на деньги. Говорят, самое страшное, это не огонь и вода, а медные трубы. Именно через них не могут проскочить многие богатые мужчины. Моя бабушка после просмотра очередного сериала как-то сказала: «Ой, внучка, богатые — они не счастливые». Я маленькая была, посмеялась, а потом много раз вспоминала бабушкины слова. Мелькают эпизоды, как в кинохронике. Вот меня пригласили в роскошный ресторан, казино, где мою квартиру можно проиграть в один ход, а вот миллионер, одет, как сантехник, с недельной щетиной, но на «Мерседесе». Шикарные машины, экзотические страны, приемы, девушки и работа, работа, работа... С утра до позднего вечера, без сна и по двадцать часов в сутки.

Быть любовницей богатого мужчины — это счастливый лотерейный билет для стервы, которая сможет играть по его правилам. Выбрав в спутники богача, тебе всегда придется смириться со многим, и в первую очередь с тем, что ты НИКОГДА не будешь в его жизни на первом месте. Сначала — работа, потом — семья,

и только потом — ты. Такая система ценностей вполне объяснима. Сама посуди, если он перестанет работать, богатство тут же исчезнет, семья — это святое, если, конечно, это не тот же совместный бизнес с женой и нежелание делиться совместно нажитым.

Тараканов в голове у мужиков богатых хватает. Богачи часто думают, что женщины отвечают им взаимностью из расчета на материальное вознаграждение или связи. Проституция, только на более высоком уровне. Комплекс, глупость или печальный опыт, но от этого никуда не деться. Поэтому упаси тебя Бог сразу после знакомства заикаться о деньгах и жаловаться на свое плачевное финансовое положение. Поверь, ты такая не первая — и где все предыдущие страдалницы? Правильно, получили отставку. Это как раз тот случай, когда неплохо поучиться на чужих ошибках. Делиться деньгами всерьез богатые мужчины чаще всего начинают не сразу (какой прок тратиться на случайные связи?) Разве что пыль в глаза пустит, чтоб в постель уложить. Если хочешь денег (связей, карьеры) приготовься ждать и терпеть. Может, и не один год. И только когда он сам поймет, что без тебя никуда, подсядет на иглу, будет с тобой советоваться по делам житейским и новинкам гардероба, можно брать быка за рога, но очень аккуратно, чтобы не спугнуть козлика с серебряными копытцами.

Добавь к вышеописанному немного трудоголизма и спеси, пренебрежения мнением большинства, избалованности, ослиного упорства (которое из бизнеса перекочевывает и в личную жизнь), самоуверенности, желания поучить тебя жить, и блюдо под названием «богатый мужчина в собственном соку» — перед тобой. Твой экземпляр намного лучше — искренне завидую, значит, мне просто не везло.

Богатый мужчина — это мужчина вдвойне, со всеми достоинствами и недостатками. Если смиришься с тем, что он именно такой, недостатки превратятся в нейтральную данность, но пытаясь перевоспитать богатого мужчину учти, что сил и времени понадобится

вдвое, второе больше. Богатый мужчина уверен в своей правоте, ведь этому есть конкретное подтверждение — его деньги и положение. Единственный секрет взаимоотношений с богачом — смотреть на вещи его глазами. Если именно так перевернуть себе мозги не получается, если **ТЫ** изводишь его и себя истериками и не готова смириться с его недостатками, чтобы пользоваться неоспоримыми достоинствами, забудь и уходи. Стань сама состоятельной леди или выбери достойного солдата со всеми задатками генерала, с которым ты будешь «думать и богатеть» вместе.

*Для примера, оценим «за» и «против» романа с богачом:*

— плюс: богатый мужчина, как правило, умен и неординарно мыслит. Если он в настроении, с ним весело и можно многому поучиться;

— минус: обратная сторона — за тобой вряд ли будут долго и красиво ухаживать — мужчины с деньгами привыкли к легким победам и не любят тратить время и силы на ерунду. Если твой кандидат лишен этого недостатка, тем хуже: влюбишься, сама не заметишь как, а после расставания будет вдвойне тяжело и больно, ведь найти достойную замену нелегко. Многие богачи — трудоголики, они могут долго и интересно общаться только на производственные темы и с этой целью подбирают любовниц из подчиненных, чтобы было о чем поговорить;

— плюс: он горд и полон достоинства, настоящий светский лев и джентльмен;

— минус: в другой ситуации все меняется с точностью до наоборот — он становится спесив и напыщен. Привычка командовать подчиненными может обернуться тем, что богатый мужчина не потерпит никакой критики и инициативы с твоей стороны;

— плюс: у него много интересных и полезных связей, которыми можно пользоваться, пока ты с ним;

— минус: когда отношения прекратятся, ты почувствуешь себя беспомощной, как Золушка без наряда и кареты. К хорошему быстро привыкаешь, а связи заканчиваются вместе с окончанием отношений;

— плюс: богатый мужчина — человек занятой, сильно надоедать не будет;

— минус: одинокие вечера тебе обеспечены;

— плюс: твой статус повышается — еще бы, любовница такого Туза;

— минус: количество ухажеров резко **поубавится** — кто-то побоится его гнева, другой самокритично отстранится. Когда отношения прекратятся, произойдет самое страшное: ты лишишься **всего**. Связей, социального статуса, средств, круга общения, а возможно, даже жилплощади. Твоих друзей тоже не вернуть, ведь ты о них забыла, купаясь в роскоши и внимании более значимых особ. Чем **выше** забираешься, тем больше падать. И ты снова станешь никем. Можно, конечно, «задружить» с одним из его приятелей. Но это уже похоже на переходящее красное знамя;

— плюс: он прекрасный защитник — выручит из любой беды, волевой, сильный, словом, настоящий мужчина;

— минус: а теперь попробуй прекратить отношения, если он настаивает на их продолжении. Последствия могут быть очень плачевными. Начиная от телесных повреждений и заканчивая прямыми угрозами тебе и возможным кандидатам на его место. Если богатый и влиятельный мужчина влюблен, он не остановится ни перед чем, пытаясь сохранить отношения. Ведь он не привык к возражениям. Он столько добился, но не может владеть желанной женщиной? Так что подумай еще раз и постарайся не доводить его до крайностей. Решившись на разрыв, подготовь его заранее, так чтобы отношения сошли на нет сами собой. Вспомни фильм «Телохранитель», пожелала бы ты для себя такого приключения?

— плюс: гарантированное ежемесячное содержание или регулярные крупные суммы на шмотки и дорогие подарки — это всегда приятно;

— минус: став содержанкой, ты рискуешь расслабиться и разучиться зарабатывать самостоятельно. Задумайся о времени когда тебе стукнет 35-40. Будет ли

он так же щедр и все еще рядом? Легко ли найдется другой? С каждым годом конкуренция со стороны подрастающего поколения будет возрастать, а счет идти не в твою пользу. Да и подумай, что о тебе за глаза говорить станут? Карьера содержанки — не самая почетная, хотя многие женщины будут тебе завидовать. Как ты будешь жить и обеспечивать себя, если источник иссякнет?

— плюс: может крупно повезти, и он на тебе женится. Жена (или вдова) миллионера — это так заманчиво;

— минус: готова ли ты выдержать нападки его бывшей жены, детей и родственников? Ведь экс-супруга, боясь потерять суженого вместе с денежками, может начать донимать тебя угрозами расправы или молча наймет киллера. Красивый, но печальный конец для стервы;

Так что еще раз подумай — подходит ли тебе такая жизнь, именно жизнь, ведь короткий роман с богачом — дело нехитрое и неприбыльное. Стоит ли связывать себя из-за денег или карьеры? Для одних это естественно и престижно, для других — мучительно и грязно, особенно если любишь по-настоящему, а сделать ничего не можешь. Приготовься к постоянным сплетням и наличию массы претенденток на твое место. Ты как фаворитка при короле — есть королевство и король, куча дворцовых интриг, молодых кавалеров и... других фавориток. Готова ли ты бороться, терпеть и переживать все его прихоти, ломать себя и сдерживать эмоции, чтобы понравиться и угодить, улыбаться, когда тошно? Я для себя решение приняла. Ради мужчины — да, ради денег — никогда. Я — стерва, а не проститутка.

**Психи, алкоголики, наркоманы,  
преступники: краткий курс  
опознавания с первого взгляда**

*Я не люблю твоих печеных булок,  
Я алкоголик, еб..ный придурок...*

Группа «Ленинград»

Для того, чтобы строить долгие и продуктивные отношения с нормальными мужчинами, нужно научиться отсеивать ненормальных. В эту главу вынесены экзemplяры, для стервы однозначно неприемлемые. Нет, ты, конечно, можешь проверить сама. А может быть ты — любительница острых ощущений? Жизнь с психом или алкоголиком ничуть ни меньше будоражит нервы, чем прыжки с парашютом или спуск по горным рекам на байдарках. Постоянный приток адреналина гарантирую.

Верный признак какой-то ненормальности, скрытых пороков и комплексов — угрюмый нрав и скрытность. Мужчины «себе на уме» либо непомерно самолюбивы, либо страдают расстройствами психики. Маньяки не оборачиваются на улице при виде красивой женщины, не отпускают ей пошлых шуток и не просят телефончик. Они проходят мимо, окинув тебя злобным, презрительным взглядом, втянув голову в плечи и что-то бормоча под нос.

*Ненормальный* не считает себя таковым. Ему проще думать: что-то не так с другими. Самые опасные —

скрытые психи. Распознать нарушения можно, если сильно напоить мужчину, узнать все о его родственниках, ведь большинство психических заболеваний — наследственные. Нарушения могут проявляться только в экстремальных ситуациях или тщательно скрываться самим мужчиной, если он знает о том, что болен. Чем опаснее болезнь, тем тщательнее она маскируется. Именно на эту тему были сняты фильмы про маньяков, которые притворялись лучшими из парней и работали психиатрами. Если подозрения становятся серьезными, а человек тебе дорог, поговори со специалистом сначала сама, а при необходимости сходи с ним, почитай специальную литературу с описанием симптомов болезни. В случае, если диагноз будет поставлен, хорошо подумай, так ли этот мужчина тебе дорог. Не все шизики безопасны. Говорят, что у каждого в голове свои тараканы, но согласишься, когда его тараканов становится гораздо больше твоих, и они совсем другие, это уже настораживает. Признаки, по которым вычисляем психов:

- бегающие глаза;
- приступы раздражительности;
- чрезмерная религиозность;
- повышенное слюноотделение;
- беспокойные руки, которые постоянно что-то тербят;
- частые смены настроения;
- депрессии;
- мысли о суициде;
- склонность к одиночеству;
- нервный смех;
- обгрызенные ногти;
- забывчивость и путаница в датах и событиях;
- глаза навывкате, блестящие и широко открытые;
- неправильная, угловатая форма головы, сплюснутая или слишком вытянутая;
- написание писем в редакции газет и журналов;
- написание книг об инопланетянах, спасении человечества, новой религии или собственной автобиографии;

- пугливость;
- заикленность на чем-либо;
- мания величия;
- обращение к себе в третьем лице.

Один признак — еще не сигнал. Но если их несколько, насторожись, внимательно понаблюдай и... гони его к чертовой матери. Психиатры утверждают, что многие великие люди балансировали на грани безумия, поэтому шанс все-таки есть. Вот только историй про их счастливых спутниц жизни я что-то не припомню.

*Алкоголики* — контингент особый. Алкоголик может быть сантехником, бомжом, великим актером или художником, но страсть у него одна. И это — не ты. Меня, например, положение вещей, при котором женщину меняют на склянку с непонятной жидкостью, просто бесит. Раньше люди искусства любили таким образом противодействовать режиму, который не давал им продвинуть свои нестандартные таланты (не самый неприятный способ противодействия, согласись). Сегодня пьют от жестокости мира и непонимания, от плохой жены и отсутствия работы. Но пьют по-разному. Нормальный мужик пьет, когда ему сильно хорошо или сильно плохо, потом болеет по утрам, ходит с виноватым видом «за вчерашнее» и продолжает жить и работать, как ни в чем не бывало. Алкоголик пьет всегда. Он живет, только когда пьет. Могу выделить две категории. Первая — пьет постоянно, не стесняясь (пил, пью и буду пить), постепенно скатываясь к потере человеческого облика, отсутствию семьи, жилья и даже самого себя. Вторая категория под свое пьянство подводит глубокую идеологическую базу. «На этот мир трезвыми глазами смотреть нельзя». Или: «Мне нужно было родиться в другое время, здесь я чужой», «Я не могу найти себя», «Меня никто не ценит и не понимает», «Все помешаны на деньгах, я не такой, я не хочу играть в вещизм» и так далее. Слышала такие песни? И я слышала. За ними прячется лень, слабоволие, тунеядство, потакание своим слабостям и главной из них — алкоголю. Вторая категория верит, что бросит. Еще чуть-чуть и бросит. И на самом деле бросает. На месяц или полгода. Потом срывается, снова бросает, ле-

чит почки и печень, и снова пьет. А ты сидишь, как на вулкане. Может, на самом деле бросит? И не надейся, не лечится это, и даже стервами не борется, потому что алкоголизм — это не только физиология. Это психология запоя, решение всех проблем с помощью алкоголя, возможность почувствовать себя сильнее и увереннее, веселее и моложе. Пожалей и забудь. А если алкоголик шифруется, вычисляй негодя по следующим признакам:

- припухшие глаза и нос, круги под глазами;
- неожиданные пропадания на несколько дней без предупреждения;
- друзья, злоупотребляющие спиртным;
- частая смена работы;
- отобранные права;
- быстрое наступление опьянения после небольшой дозы спиртного;
- стремление не выпить, а напиться;
- утренняя трясучка до опохмелки;
- желание продолжить пьянку на несколько дней;
- пропажа из дома вещей (как из твоего, так и из его);
- хорошее, приподнятое настроение только после выпивки;
- ежедневное употребление спиртного в течение дня небольшими дозами;
- развод с женой по этой причине;
- рассказы о том, что пил, но бросил;
- употребление спиртного в больших количествах, если случаются ссоры или неприятности;
- трата последних денег «на бутылку».

Что может быть хуже мужчины-алкоголика? *Мужчина-наркоман.* Я имею ввиду не пробы из любопытства или баловство травкой. Есть вещи и посерьезнее. Наркоман для стервы неприемлем тем, что женщина для него — не источник вдохновений и наслаждений, не друг и не соратник. Она — либо источник доходов, либо партнер по добыванию и употреблению. Я ни тем, ни другим быть не желаю. И рассказов о том, как это прекрасно и удивительно, слушать не хочу. Стерва сама делает дей-

ствительность, а не создает ее искусственно. Вычисляем и отмечаем наркоманов по следующим признакам:

- частая смена настроений;
- беспричинная неожиданная потливость, жажда или голод;
- красные глаза;
- сильно **расширенные** или сильно суженные зрачки;
- беспричинное **веселье**;
- следы от уколов на любых частях тела (если диабетик — проверь);
- пьяный вид без перегара;
- предложение попробовать вдвоем;
- сильная худоба;
- одежда не по сезону;
- приступы агрессивности и раздражительности;
- чередование периодов сильной активности и полного упадка сил;
- снижение сексуального влечения;
- просьба больших сумм взаймы;
- воровство из твоей квартиры;
- тусовка в компании, в которой употребляют наркотики;
- наличие в его квартире кальянов, шприцов, непонятных веществ или таблеток, спрятанных в укромных местах;
- бедная обстановка квартиры со следами былой роскоши и **проданных** вещей (тумба от телевизора без телевизора, кассеты без магнитофона и т. д.);
- рассказы соседей.

И последняя категория: *бандиты*. Вариантов два: сидел или скорей всего **сядет**. Признаки отсидки:

- татуировки;
- блатной жаргон;
- привычка пить очень крепкий чай;
- непонятный род занятий;
- подозрительный круг знакомых или сокрытие друзей от тебя;

- необычные навыки (например, умение открывать замки подручными средствами);
- подозрительность и привычка оглядываться;
- враждебное отношение к органам правопорядка;
- любовь к блатным мотивам;
- провалы в биографии.

Вариант второй. Бандит без отсидки. Романтичным и условно-положительным этот образ выглядит только в кино. В кино все иначе, чем в жизни. Полицейские женятся на проститутках, а бандюки совершают подвиги и перевоспитываются, осознав губительность своих занятий. В жизни все сложнее. Максимум, что светит бандиту, это перевоспитаться в бизнесмена с криминальными замашками. Лицо с криминальными занятиями характеризуется следующими признаками:

- отношение к женщине, как к существу более глупому и слабому, чем мужчина;
- потребительское отношение к людям и миру в целом;
- привычка «легких» денег, заработанных кражей или насилием;
- неуважительное отношение к физическому и умственному труду (чем ниже положение в иерархической лестнице, тем оно больше);
- ненормированный график «работы»;
- скрытность и подозрительность;
- тщательно скрываемая трусливость;
- уважение к криминальным авторитетам;
- умение драться, которое может тренироваться в том числе и на тебе;
- расточительство (какой смысл копить, если завтра могут посадить?);
- жестокость по отношению к низшим по социальной лестнице, слабым и зависимым (Кто-то гномит его, а кого-то — он);
- Склонность к изменам и кутежам (положение обязывает).

Не буду вдаваться в подробности. Смысл всех описаний таков: хочешь жить, как на пороховой бочке,

выбирай из списка любого. Как только выберешь, стервой быть перестанешь. Стервы не живут в дурдоме, ЛТП или домашнем каземате. И не трясутся каждый день, какой же сюрприз отмочит благоверный? Идиотки для таких всегда найдутся: кому-то нравится перевоспитывать алкоголиков, другая потерпит бандита, лишь бы деньги давал. Женский идиотизм заключается в стремлении по-матерински пригреть какую-нибудь шваль, а потом плакать в подушку и уговаривать себя, что у других еще хуже. Как говорила моя знакомая, «какое это дерьмо я уже знаю, а какое новое попадется, еще неизвестно». Так и потакаем мы мужским порокам, пытаемся перевоспитать уродов и алкоголиков, прячем и лечим бандитов. Потому что боимся остаться одни. А ты не бойся. Чем меньше идиотов найдется, тем меньше таких мужиков разведется, и у детей нормальная наследственность будет. А чтобы не задумываться и не сомневаться, возьми за правило с такими не общаться. Прямо с завтрашнего дня и навсегда. У стервы должны быть правила, от которых она не отступает, даже когда тяжело и очень хочется. Потому что не томный голос делает женщину и не каблуки с ресницами. Женщину делает убеждение в том, что она сама себе хозяйка и строит жизнь своими руками. Стервой быть тяжело. Стерва одинока, даже когда рядом много мужчин или есть единственный. Стерва — это умение выживать, ломать себя, делать себе больно, чтобы добиться любви, счастья, карьеры, успеха. В ее жизни нет места людям неуспешным, серым, ничтожным, стремящимся подавить и затоптать, подмять под себя. Они сливаются в фон, который только ярче оттеняет каждую грань такого алмаза, как стерва. Будь выше. Будь к себе строже. Пусть они не знают цену твоего успеха, не видят твоих слез и бессонных ночей, твоих сомнений. О ком мы там говорили в начале? Уже забыла? И правильно. Можешь не вспоминать.

## Ревнивый мужчина

*Молилась ли ты на ночь, Дездемона?*

В. Шекспир «Отелло»

Моя бабушка говорила: «Ревнивый муж хуже пьяницы». А я удивлялась, почему так? Ведь если ревнует, значит — любит. Даже где-то льстит. Изменять я все равно не собираюсь, ну и пусть ревнует. На пустом месте особенно и не поревнуешь. Оказалось, что права была бабушка, а не я. Она знала, о чем говорила, потому что второй муж из ревности, кстати, тоже беспричинной, чуть не зарубил ее топором. Специально для этой главы взяла интервью у знакомого ревнивца. Читай и делай выбор сама.

— Скажите, когда это началось?

— Еще в школе или детском саду. Как только видел девочку, которая мне нравилась, ревновал ее ко всем. Не давал играть с другими детьми и садиться не со мной во время обеда. Никакие разговоры воспитательниц с родителями не помогали. Соперников бил нещадно.

— Разве вы не понимали, что ревновать глупо?

— Ну почему же глупо? Соперники отсеиваются, не выдержав конкуренции, женщина боится. Измены нет, а это самое главное.

— Как часто у вас случаются приступы ревности?

— Постоянно. Я все время держу это в голове, поэтому контролирую свою женщину, насколько возмож-

но. Она не всегда об этом знает, но я ей говорил, что буду проверять, куда и с кем она идет. Дома установлен микрофон в телефоне, я постоянно провожу с ней воспитательные беседы о том, чем она занималась, о ее подругах. Она знает, что если изменит мне, то рано или поздно я об этом узнаю, поэтому старается не доставлять хлопот ни себе, ни мне.

— Вы ревнуете всех своих женщин?

— Нет, только тех, к кому на самом деле неравнодушен. Не больно потерять подругу-однодневку. Настоящий бриллиант нуждается в достойной охране.

— Почему вы не доверяете охране собственной чести и достоинства самой женщине? Да и, в конце концов, может она сама сделать выбор?

— Женщины не всегда настолько умны, чтобы реально оценить ситуацию и понять, что им на самом деле нужно. К тому же, всегда найдется кто-то с кошельком или длинным языком, кто приболтает твою бабу не за деньги, так на интерес. А по поводу выбора — я не держу. Только после разрыва отношений со мной.

— Если факт измены подтвердится, какими будут **ваши** действия?

— Трудно предсказать. Пока что я молча или после громкой сцены выяснения отношений уходил. Если буду сильно любить, могу и убить, наверное.

— Можете ли вы простить измену?

— Никогда.

— Как вы думаете, ревность передается по наследству?

— Думаю да, как и темперамент, другие черты характера. Мой отец и дед тоже были ревнивы.

— Были ли случаи, когда вы били женщину?

— Пока нет, но очень хотелось.

— Какие признаки неверности вы считаете достаточными для возникновения подозрений?

— Любые. От разговора с подругой на пониженных тонах по телефону до слишком дружеского приветствия сослуживца. Иногда важнее не конкретное действие, а общая атмосфера. А ощущение, что вокруг женщины витает аура неверности, может появиться в любой момент.

— Сказывается ли ревность на сексе?

— Да, причем бывает, что от ревности и разговоров на эту тему не хочется совсем, и наоборот, от той же ревности хочется оттрахать женщину так, чтобы она на других даже не смотрела.

— Как вы думаете, что чувствуют женщины, если их необоснованно ревнуют, подозревают в неверности?

— Может быть, раздражение от моих разбирательств. Или страх, что я все равно узнаю. А иногда я даже видел радость в их глазах. Может быть подчиняться — в природе женщин, а ревность — доказательство, что ими дорожат?

— Какой должна быть женщина, чтобы вы ее не ревновали в принципе?

— Я ревную всех. Чем лучше, красивее и умнее женщина, чем дороже она для меня, тем больше ревную.

— Вы пробовали не ревновать?

— Меня устраивает такое положение вещей. Я не собираюсь его менять.

«Неревнивыцы» презирают тех, кто ревнует и считают, что этот недостаток — проявление комплексов и чувства собственной неполноценности. В качестве примера приведу слова одного знакомого мужчины:

— Думаю, что ревность — это проявление неуверенности в себе. Лично я победил ревность очень просто. В один день решил, что все, кто хуже меня, просто недостойны, чтобы к ним ревновать женщину. А женщина, которая ведется на таких, недостойна меня. Смысл ее ревновать? Пусть идет. Второй вариант — мужчина лучше меня, богаче, известнее и красивее. Я не ревную, я просто стараюсь стать таким, чтобы моя любимая женщина смотрела только на меня.

Моя подруга — ненавистница ревнивцев. Как назло, ей попадаются именно такие:

— Думаю, самое страшное — это беспричинная ревность. Мужчина, с которым мне пришлось расстаться, ревновал меня совершенно без повода, на пустом месте. Выспрашивал, куда иду и зачем, почему задержалась и одела новые трусики. Это был просто кошмар, и главное, тебя постоянно это держит в напряже-

нии, потому что ты не знаешь, когда начнется приступ и к чему он подкопается. В результате появляется желание изменить ему назло.

*Комментарии стервы:*

**Ревность**, если мы не говорим о ее патологических формах, которыми занимается уже не **психология**, а психиатрия, — это своеобразное проявление комплекса неполноценности и страхов, которые остались еще с детства. Ревность часто встречается у повзрослевших детей из семей, покинутых отцами, у сирот и мужчин, которым в начале отношений с противоположным полом часто изменяли. Главная канва ревности — боязнь потери. Это приводит к желанию устранить все возможные причины, по которым объект может уйти. Для женщины это прежде всего другой мужчина. Поэтому ревность чаще всего обращена против соперников. Но часто встречается и ревность к детям, родителям и собакам, работе и увлечениям. Побороть ревность практически нельзя: сложно преодолеть стереотипы **мышения**, заложенные с детства. Если ревность не переходит разумных границ, а изменять ты ему не собираешься, жить с ревнивцем можно, не опасаясь фатальных последствий. Не давай ему поводов для ревности, звони, если задерживаешься, не сторой глазки другим мужчинам, тем более не танцуй с ними медленные танцы. После нескольких лет безупречного поведения веры тебе будет больше, есть еще вариант прибавить килограмм этак двадцать, забыть о косметике и одеть на себя какой-нибудь ужас, тогда причина ревности поутихнет сама собой. Но это вариант не для стервы. Мужская ревность — не слишком приятная штука, но порой чужие жены ведут себя таким образом, что будь я на месте их мужчин, наверное, убила. И последний совет из личного опыта. Избегай буйных ревнивцев. Умный мужчина поревнует, перетрет информацию в себе, будет дуться и изводить себя, **потом** реально оценит ситуацию и успокоится. А буйный доставит тебе массу неприятностей, опозорит перед знакомыми, может избить или сделать **что-нибудь** с собой. И зачем тебе, спрашивается, такое счастье?

## **Мачо — что за фрукт и стоит ли его есть?**

*Пьяный мачо, нет, он не плачет,  
Потому что знает, так бывает...*

**Земфира**

Мачо — это мужик. Только не в нашем понимании, а в западном. А по-испански это слово так и переводится. В традиционно-историческом варианте мачо небрит и небрежно одет, от него разит выпивкой, сигаретами и потом. Желательно для полноты образа иметь какой — нибудь «Харлей Дэвидсон» между ног и подружку на ночь без особых претензий и запросов. Для мачо женщина не человек, а предмет, от которого можно получить удовольствие. Мачо обходится без красивых ухаживаний и долгих прелюдий в сексе. Он не опустится до того, чтобы поцеловать женщину ниже пояса или послушать то, что она говорит. Он ведь мужчина с большой буквы. Самец. Мачо — это очень удобно. Не надо часто мыться, следить за манерами и гардеробом, да и женщины всегда найдутся. Среди нас много желающих поперевоспитывать или ощутить объятия настоящего мужчины. То, что, устав от вечной вони, грубости и наплевательского отношения, женщины сбегают сами, мужчину — мачо совершенно не волнует. Он сам — мистер-вселенная, а одной звездочкой вокруг больше или меньше — какая мелочь. Надеюсь, крошка, ты счастлива, что я бросил на тебя свой настоящий муж-

ской взгляд и еще кое-что? Это крайний вариант, который в чистом виде встречается разве что на байкерских тусовках или в криминальных кругах. Современный цивилизованный мачо, мечта домохозяек, герой ночных эротических фантазий совсем другой. Вспомним Джеймса Бонда. Какой мужчина! Нет в нем ни капли женственности, слабоволия. Он независим, полностью контролирует ситуацию, равнодушен к женщинам, настоящий джентльмен. Но в то же время, подружки у нашего героя меняются, как перчатки, выпить не дурак, а дай ему в руки отвертку розетку починить, так он точно опозорится. Или Антонио Бандерас. Какой мужчина! Особенно в «Отчаянном». Он так мужественно терпит боль, так благороден и красив! А как на гитаре играл, как стрелял в плохих мачо! А теперь задумайся, если такой герой с тобой рядом каждый день, это хорошо или плохо? Такой ведь и поколотить может, и пошлет тебя подальше, не задумываясь. Откуда берутся мачо? Вина ли наша или беда, что они есть?

А они не берутся, они были всегда и есть сейчас. И не важно, одет мачо в дорогой костюм и ездит на «Мерседесе» или это рокер в коже на блестящем мотоцикле, или даже репер в штанах, спустившихся до колен, уголовник с фиксой или кто-нибудь еще. Главное не вид, а мировоззрение. А мировоззрение у мачо очень простое: быть настоящим мужиком на фоне сопляков, пк-жонов и маменькиных сыночков, которые позволяют женщинам сесть им на шею. Приходится, конечно, быть мужиком не только на словах. Учиться драться и доказывать свое мужество, разбираться в технике и оружии, качать мускулы, носить соответствующие мужественные прикиды, сорить деньгами и укладывать женщин в кровать штабелями. Мачо сидит в каждом мужчине. За рюмкой водки все они спрашивают или хотя бы спросят: «Мужик я или не мужик?» или «Ты меня уважаешь?». Мачо не спрашивает. Он мужик, и он себя уважает. И заставит всех себя уважать. Мачо действует в соответствии с принятым решением. Он — последний форпост на пути разложения мужского начала. Противоположный образ — очкарик-ботаник, тихий, скром-

ный и незаметный, или пассивный голубой. Вспомни мачо-гусаров и мачо-разбойников, мачо-уголовников и мачо-ментов. Это люди с мужественными хобби и профессиями, достойными настоящих мужчин. В своих не крайних, цивилизованных формах мачизм даже привлекателен. Военный или полицейский из фильма просто обязан быть настоящим мужчиной, примером, лицом нации. Если бы люди мужественных профессий попали в другие условия, получили другое образование, из них вполне могли бы получиться рокеры или бандиты, или просто бездельники со всем набором классического мачо. А так, мужчинка находит применение своему мужскому началу в охране порядка или войне.

Мачизм — это эмансипация наоборот. Женщины в последнее столетие настолько изменились, вытесняя мужчин отовсюду, что им, бедняжкам, приходится хоть как-то противодействовать этому. А так как фантазии на большее, чем одеть кожанку, сесть на мотоцикл или отрастить мужественную небритость у многих не хватает, мачо в реальном мире, а не на экране, смотрятся просто смешно. Есть одна закономерность: чем выше уровень развития общества, тем меньше в нем мачо. Состоявшийся и неплохо зарабатывающий мужчина не задумывается о роли женщин или тотальной потере мужественности. Женщинами он командует на работе, поэтому ущербным себя не чувствует, а мачизм воспринимает как проявление неряшливости и некультурности. И наоборот, в странах третьего мира мачизм процветает и махровеет в условиях антисанитарии, жестокой борьбы за небольшой и, как правило, незаконный заработок и положения женщин на уровне разнообразности выючного скота. Тут уж «настоящему мужчине» есть где развернуться. А когда от всех мужчин вокруг одинаково пахнет немытым телом, грязными ногами и прегаром, выбирать особенно не приходится.

На самом деле мачизм — это своеобразный комплекс, религия мужского шовинизма. Она потакает древним инстинктам, которые сидят в мужчине на уровне подсознания, но не могут выплеснуться в цивилизованном мире. Желание власти и лень, склонность к дурным

привычкам и насилию — все это прекрасно ложится в образ мачо. Не нравится мыться — пожалуйста, ведь от настоящего мужчины должно пахнуть потом. Не хочешь целовать женщину между ног — тоже оправдание. Какой же настоящий Мужчина будет такую гадость делать? А трахаться в презервативах, как целоваться в противогазе. «Настоящие мужчины» презервативов не признают, потому что им наплевать на тебя. Важен только он, его слабости и удовольствия. Зато очень приятно, что образ настоящего мужчины позволяет драться, пить и хамить. Замечала, как нравиться мужикам хвастаться, что он вчера отметелил пятерых (вранье) или может выпить с горла бутылку водки (к несчастью, это может оказаться правдой)? Мачо пользуются тем, что каждая женщина в той или иной степени тоже подсознательно тянется к сильному мужчине, который может ее **защитить** и примет решение за двоих. Многие женщины, **опять** же подсознательно, склонны к физическому и психологическому мазохизму. Именно такие живут с алкоголиками и терпят побои, им сняты сцены изнасилования и мускулистые мужские ягодицы. Женщинам свойственно быть ведомыми, а мужчины этим пользуются, выдавая за чисто мужские качества свои вредные привычки, неряшливость, грубое отношение к женщинам и комплексы.

Вывод очень простой: настоящего мужчину делает не антураж мачо, а то, что у него на самом деле внутри. Если мужчина по натуре гнилой, никакая косуха, выпитые литры водки и мускулы не сделают его **привлекательным** в глазах женщины, которая знает себе цену. Не скоро, мне нравятся некоторые проявления цивилизованного мачизма. Конечно, **хорошо**, если мужчина подтянут и следит за фигурой. Многим идет трехдневная щетина. Приятно, когда твой избранник умеет драться, разбирается в машинах и оружии. Я уже не говорю о самостоятельности и уверенности в себе, умении выпить много, не потеряв лицо. Но это не показуха, а стиль жизни. Научись отличать настоящее от наносного, тогда любой мужчина будет перед тобой как на ладони.

## Маменькин сыночек

*Как сын грустит о матери...*

Группа «Земляне»

Ах, эти милые очаровашки! Если в детстве у тебя было мало кукол, маменькин сыночек как раз то, что надо. Жертва развода родителей и поздних родов, с детства окруженная заботой вплоть до полной потери самостоятельности. Эта болезнь неизлечима. Ты можешь пилить суженого или увезти его от мамы подальше, но с «синдромом маменького сынка» не справишься никогда. Как проявляется синдром? Вот несколько признаков:

- мужчина не самостоятелен, постоянно просит материальной помощи и моральной поддержки у родителей;

- он уверен, что мама все делает лучше, чем любая из женщин. Спорить и доказывать обратное бесполезно;

- мама — самая красивая, поэтому тебя подбирают по образу и подобию;

- маменькин сыночек всегда прав. С детства он привык слышать слова о своей талантливости и исключительности. На всех, кто думает не так, он обижается и дуется, как ребенок, рассказывает об обиде маме, а та его, конечно, утешает;

- он любит себя, обращает внимание на здоровье и правильное питание, не выходит на работу с температурой и зимой без теплых рейтузиков, старается не делать того, что может расстроить маму;

— он перенимает мамины ценности и готовые суждения о том, что хорошо и плохо;

— он не отличается особенными талантами, потому что в детстве его берегли от изнурительных занятий спортом, музыкой и даже делали за него уроки, чтобы малыш не переутомлялся.

Думаю, в описанном портрете ты узнала кое-кого из своих знакомых. «Маменькин сынок» — такая же удобная оболочка, как десятки других. Он знает, что женщин с гипертрофированным материнским инстинктом на его век всегда хватит. Ласковый и внимательный, он свернется клубочком на твоей теплой груди, приготовит вкусный ужин, наберет ванну с пеной для любимой «мамочки». Что взамен? Быть похожей на его маму, любить и уважать ее, нянчить и утешать маменькиного сыночка. Стандартный набор из книги Спока «Ребенок и уход за ним».

Несправедливо было бы не сказать о положительных сторонах маменькиных сынков. Они ласковы и заботливы, редко «ходят налево», домовиты и легко берут на себя заботы по хозяйству. Из маменькиных сынков выходят отличные подкаблучники, поэтому, если давление со стороны мужчины для тебя неприемлемо в принципе, такой экземпляр — просто находка. Еще один положительный момент. Маменькин сынок, как все дети, капризен, но хочет быть послушным мальчиком. Поэтому при должном подходе и поощрении из него получается исполнительный и хозяйственный муж. Он будет ходить со списком продуктов по магазинам и стоять в очереди за билетами на премьеру, нянчить детей строго в соответствии с твоими указаниями и тем, что написано в специальных книжках. Таких мужчин почему-то любят тещи. Может, из-за ауры послушания и детской податливости?

Одна ложечка дегтя к портрету примерного мальчика. Маменькины сыночки ленивы и самолюбивы, поэтому навязывать и приказывать этому замечательному ребенку нельзя. Он превращается в тупого упрямого ослика, обижается и бежит жаловаться своей маме.

Мама, конечно, утешит, но по ходу утешения может рассказать про тебя кучу гадостей, особенно если она так и не смогла смириться с уходом сына из ее дома. Тебе это совсем не нужно. Поэтому, по совету Марии Медичи, научись держать главного врага при себе, стань ее копией и лучшей подругой. Переписывай рецепты самых вкусных мамочкиных лакомств, почаще ходите к ней в гости, придумайте ей какое-нибудь занятие (идеальный вариант — годовое кругосветное путешествие), а еще лучше — заведите детей. Тогда внимание уже не будет так приковано к повзрослевшему чаду, а переключится на его маленькие копии. Не кипятись, если контакт не ладится. Его все равно придется установить. Поставь себя на место одинокой женщины, у которой ты отняла самое дорогое. Она — не фурия, а просто мать, которая сделала в свое время ошибку в воспитании, но до сих пор не понимает, что это — ошибка.

Психология в моем понимании — это не совсем наука, а систематизированные наблюдения за большим количеством людей. Так вот, в результате этих наблюдений в интересующей нас области выяснилось, что успешные и сильные люди, лидеры и начальники, предприниматели и политики за редким исключением имели трудное и небогатое детство, с частыми переездами, жестко воспитывались родителями, а порой и приемными отцами, рано начинали работать и уходили из дома. Возможно, я огорчу тебя, но маменькин сыночек скорее всего не станет знаменит и богат. Только не вздумай об этом говорить возможной будущей свекрови. И еще раз подумай, готова ли ты нянчить целую семью?

## Правда о спортсменах и культуристах

*Если вы в своей квартире, лягте на пол:  
три-четыре,  
Выполняйте правильно движения.  
Прочь влияния извне, привыкайте к новизне,  
Вдох глубокий до... изнеможения.*

**В. С. Высоцкий**

Горько и обидно, товарищи, смотреть нам, стервам, на то, что творят некоторые, так сказать, мужчины. Пачками потребляют всякую гадость, чтобы росли бугры на теле, изводят себя тренировками, в шутку бьют друг другу морды, называя это спортом. И ради чего? Ради каких-то поясков и висюлек на шею. Глупо. Может, поэтому считается, что спортсмены и культуристы — мужчины не самые умные? Они думают, нам нужны их бицепсы и рекорды на стадионах? Или нам доставляют удовольствие прогулки с ухажером, у которого рожа набита? Это ты знаешь, что он — перспективный боксер в своем суперлегком весе, а все думают, что нажрался и подрался. Нет, всякие там бои — это еще не худшее увлечение. Может, хоть хулиганам надаст, если нападут. А настольный теннис — ну что это за спорт? С тем же успехом мы могли бы объявить спортом ходьбу на каблуках по пересеченной местности. Мои наблюдения таковы: если до двадцати пяти лет мужик не перестает баловаться всякими спортивными дуростями или не начинает на них зарабатывать деньги — это патология, игра

в детство. Конечно, многим спортсменам больше ничего не остается. Они же ничего не умеют! Поэтому постаревшие и скуксившиеся спортсмены идут в учителя физкультуры или бандиты. А еще они часто пьют, когда понимают, что спортивная карьера закончилась, а что делать дальше — непонятно. Легкость завоевания сердца спортсмена вполне окупается сложностью последующих отношений. Тебе грозят специальные спортивные диеты и затраты на форму, бесконечные стирки вымокшей на тренировке одежды и депрессии после проигрыша. Добавь сборы и тренировки, на которые надо ездить далеко. В качестве подарочка вместе с привезенным выпелом тебе может смело засветить поход к венерологу. Непрофессиональный спорт — это здоровье, хорошая форма и хобби. Я приветствую такие увлечения. Поклонники восточных единоборств могут удивить тебя познаниями в области культуры, традиций и религии стран Востока. Не жди, что в повседневной жизни твой избранник будет похож на Дольфа Лунгрена или Брюса Ли. У большинства борцов противники все-таки встречаются только на ринге. Но некоторые позитивные стороны в «каратистах» найти можно. Психология восточных боевых искусств требует не только умения выполнять какие-то заученные движения. Это целая наука, система ценностей. Может быть, тебе попадется настоящий самурай или джедай **нашего** времени? Спорт учит выносливости и умению бороться прежде всего с собой, терпеть физическую боль и боль поражений. Главное, чтобы эти качества нашли применение после завершения спортивной карьеры. Я не люблю спортсменов, но люблю спортивных мужчин (с точки зрения длительных отношений). А насчет покувыркаться в свое удовольствие с мускулистым телом, например, во время курортного романа, нужно будет подумать на досуге. Спортсмены и культуристы — это еще одна **несправедливость** нелегкой женской судьбы. Слишком часто за красивым фасадом прячутся недалекость и неуверенность в себе во всем, что не касается спортивных достижений. И поделаться с этим ничего нельзя, здесь даже стерва бессильна...

## Военные — самая серьезная глава

*Ах! Какой был мужчина — настоящий полковник!..*

А. Б. Пугачева

С детства меня окружали военные: мой папа — военный, его друзья — тоже военные, муж моей сестры — военный. Это просто наваждение какое-то. Когда уже в сознательном возрасте я узнала, что есть и нормальные мужчины, то была несказанно удивлена, и еще долго наделяла своих гражданских ухажеров качествами, которые присущи военным. Так кто же они такие? Давай попробуем окунуться в удивительный мир военных (сразу уточню, что к военным причисляю всех, кто носит форму и погоны).

Итак, редкая самка устоит перед настоящим военным. Он красив и подтянут, форма сидит как влитая, манера поведения и ухаживания не идут ни в какое сравнение с жалкими потугами штатского населения. Военные — редкий подвид рода членистоногих, который не утратил первобытного инстинкта охраны гнезда, самки и потомства. Они ведут красивые брачные игры, надевая парадное оперение и начищая перышки. Несмотря на то, что большинство военных по способу добывания пищи — падальщики, они тщательно скрывают это, предпочитая добывать пищу в одиночестве или проверенном коллективе «своих». Время суток роли не играет. Военные успешно отсыпаются в любое время, и также в любое, словно почуяв запах добычи, выходят на тропу только им известной войны. Военные

во многом остаются где-то в детстве. Они как будто не перестают играть в танчики и солдатики-самолетики. Только игрушки становятся больше по размеру.

Еще один неперенный атрибут военных — военная тайна. Тайна может касаться последней боеголовки, угодившей «не туда» или интимной связи с женой командира. Но в любом случае — это тайна, и владение ею накладывает неизгладимый отпечаток на лицо военного. Брови сдвигаются в угрозе воспротивиться всякому, посягнувшему на тайну. Складки у рта говорят о готовности если не в морду дать, то наказать на деньги жестоко. Вот такие они, военные.

У самцов-военных сильно развито чувство территории и соблюдения иерархии перед более крупными и старыми самцами. До сих пор не установлен точно орган (хотя подозрения на эту тему есть), которым военные чувствуют, что они залезли не в свои места добывания пищи. Ввиду относительной легкости и регулярности добычи пропитания, у военных остается много свободного времени, которое они, однако, вынуждены проводить на работе (рейды, дежурства и т.д.). Не от природной склонности и слабости, а от безделья, у военных формируется тяга к вредным привычкам, в основном пьянству и азартным играм. Но даже в безнадежно пьяном состоянии, военный перестанет пить, если закончится халявная выпивка, и даже не держась на ногах, он принесет в дом добычу. Удивительный мир военных не изучен до конца. Способность без зазрения совести брать все, что дают, склонность к халяве, чувство, что им все должны, а невоенные — все сволочи, прекрасно уживается с кодексом воинской чести, благородным выражением лица и убежденностью в том, что именно на них держится наша страна. Продолжить изучение увлекательного мира военных ты можешь сама, это все-таки менее опасно, чем бандитские заморочки. В глубине души все военные — существа не злобные, очень ласковые и ранимые. Но экологическая ниша, в которую их загнала природа, диктует свои жесткие условия. И снова, не отоспавшись с похмелья, твой любимый-военный будет подниматься, словно по тревоге, и идти в свой решительный бой в

мир наркоманов и воров, бизнесменов и неизвестно что лечащих врачей. Для военного **ЭТОТ** мир враждебен, потому что он не знает и не привык к другому способу зарабатывания денег, чем подачки от зависимых и жалкая зарплата с полным социальным пакетом. Так и живет военный: пробирается всю жизнь наверх, поближе к большой кормушке, подставляя спину и задницу. А кто не пробирается, довольствуется крохами с барского стола, мирно дожидаясь заслуженной пенсии, или бросает к черту это гиблое дело и начинает заниматься чем-то «нормальным»: на лоток идет торговать или вести секцию рукопашного боя. Надо бы в этом месте написать, как жить с военными и как их менять в лучшую сторону, но не буду я этого делать. Потому что, будь ты хоть десять раз стерва, не изменить тебе государственной системы подготовки военных и оплаты их труда. Тебе ведь может попасться и честный военный. А пока, сиди у телевизора и смотри сериал про ментов. Или, если уж так совсем припекло, бери своего милого за шкирку и тащи из органов (название-то какое придумали!) куда угодно. Только запомни: познавший единожды вкус халявы никогда его не забудет. Легкие способы зарабатывания денег, пусть и небольших, развращают человека. Зато из бывших, хорошо подготовленных военных, получаются удачливые бандиты (сильно отличаются от милиции только в кино), начальники службы безопасности, заведующие складами или хозяйственники. Склонность к порядку и дисциплине, вбитая в раннем возрасте, может **хорошо** помочь в карьере.

Не могу напоследок удержаться и не написать, что есть, черт возьми, что-то в этих военных. Так умело они иногда притворяются настоящими мужчинами, так правдоподобно. И форма как им идет! Картинка просто! Чем не вариант для роли любовника или героя курортного романа? Военные часто бывают хороши в постели, ведь честь отечества надо не посрамить во всем. Военные — это шаткий островок мужественности, который манит женщин, словно птичек. Ведь все мы мечтаем об опоре и защите, поэтому человека в форме **считаем** настоящим мужчиной. Есть среди военных и

такие. Но их так же мало, как исключений в русском языке, которые лишь подтверждают правило. Многие довольствуются малым, живя честно и на зарплату по идеологическим соображениям, либо беспросветно ленивы и не умеют делать ничего, кроме своей службы. Они постоянно жалуются на то, как плохо относится к ним государство, расхваливают себя и армию, пьют и... ничего не делают. А человек, который ничего не делает, который уверен, что свое маленькое, но стабильное жалование он получит всегда, перестает думать. Что может быть страшнее для мужчины, чем перестать думать? Недумаящий мужчина для стервы — морально мертв, даже если внешне он неуловимо напоминает Ален Делона, а в постели демонстрирует невиданные таланты. С таким можно побаловаться, глотнуть нашего простого женского счастья, но долго ли это продлится? Ведь **стерва** думает всегда, она просчитывает себя и других, она играет как кошка. Она хищница. И рядом с ней должен быть достойный мужчина, а не лентяй в форме, даже если он считает себя выше и достойнее всяких прохвостов, торгашей и коммерсантов. Ну а если не переубедила, если тянет тебя к людям этих загадочных профессий, то рецепт обращения с людьми в форме простой. Не показывай себя слишком умной, слушай с раскрытым ртом рассказы про нелегкую службу, к воинскому долгу относись трепетно, ни в коем случае не издевайся над тем, что служба на первый взгляд не видна, не упрекай в плохой зарплате и непонятном графике работы. Если они играют в офицеров, то почему бы тебе не поиграть в жену или девушку офицера? Для разнообразия даже интересно. В конце концов, военный — это не худший вариант семейного счастья для обычной женщины. Но разве ты считаешь себя обычной?

**Сладкие мальчики,  
женские любимчики, альфонсы,  
или Игра на чужом поле  
в одни ворота**

*Полюбила парня, да не угадала,  
Вовсе не такого я во сне видала...*

Алена Апина

Альфонс - это не профессия, а состояние души. Распознать альфонса не так просто, как кажется. Он выдает себя не сразу, а иногда таковым сам себя не считает, искренне веря в то, что его трудности закончатся, бредовые идеи воплотятся, а тебе на самом деле нравится тратить на него деньги. Чем неприятна эта категория мужчин, так это своим неумным желанием что-то поиметь за наш счет и нежеланием понять, что это неправильно и не по-мужски. А еще тем, что женские любимцы — мужчины презентабельные, часто очень интересные и умные. И ты, прожженная стерва, не успеешь оглянуться, как влюбишься и начнешь смотреть на него сквозь розовые очки, уже чуть ли не насильно всучивая деньги на ремонт машины, чтобы любимый не проводил под ней дни и ночи, а подарил их тебе или раскрутку нового бизнеса, который, несомненно, принесет прибыль вам обоим. Если уж связываться с альфонсом, так ненадолго. Получить удовольствие, ничем не платя, и отпустить. Не убиваться по этому поводу, а радоваться, что такое счастье достанется кому-то, а не тебе. Впрочем, если воз-

раст и внешность не позволяют ничего другого, а материальное положение позволяет очень много, почему бы и не завести себе домашнего любимца? Если не просит слишком много, а мужские обязанности выполняет на все сто, может, это оптимальный вариант? Хотя, неприятно осознавать, что с тобой это делают за деньги. Впрочем, не только за деньги. Ведь использовать можно твои связи и мозги, твою жилплощадь и опыт, который не купишь. Как определить, что тебя используют? Если речь идет о деньгах, то очень просто. Скажи, что их нет. Совсем. Даже на самое необходимое, продукты и шмотки. Резкий кризис, тебе понизили зарплату или она пошла на возмещение ужасных убытков из-за твоего прокола. Теперь придется жить скромно. Никаких выходов в свет, вещевых покупок. Даже в еде придется сесть на рисовую диету (самая дешевая). Заодно и фигурку подправишь. Если мужик не альфонс, то плюнет на свои перспективные, но совсем не денежные проекты, и пойдет добывать деньги. Альфонс же убедится, что взять больше нечего, и уйдет к другой. Предварительно, естественно, разыграв сцену «Я ухожу не от тебя, а от бренности этого мира». Чтобы ты не подумала, что он уходит из-за денег. Вдруг у тебя все выправится, тогда можно и вернуться. «Неденежного» альфонса распознать сложнее. Использование тебя может проявляться в просьбах устроить на работу или дать рекомендацию, гарантию на выдачу кредита или разменять его жилплощадь с небольшой доплатой, сделать ремонт в квартире и обставить ее (квартира — его, должна же ты внести свой вклад). После того, как желаемое достигнуто, мужчина-потребитель выставяет тебе невыполнимые условия совместного проживания (например, бросить работу или чтобы твой ребенок жил отдельно). Естественно, на такие условия ты не согласна. После череды внушений и громких ссор, ты уходишь. Он остается, не заикаясь о компенсации твоих затрат. Ведь он — пострадавшая сторона. Кто кого бросил? А ремонт, так, мелочи, будут деньги, он тебе обязательно вернет.

Когда-то давно, когда было очень больно и обидно, а я лежала в **больнице**, где время отмеряют процедурами, а не часами, написала и заучила несколько правил, которых придерживаюсь до сих пор. Они никогда меня не подводили. Тогда я не была стервой, опыта было мало, да и возраст совсем не тот. Вот те из них, что относятся к мужчинам, которые хотят тебя использовать:

- никогда нельзя любить мужчину больше, чем он любит тебя.
- никогда первая не признавайся в любви.
- не влюбляйся без памяти.
- не давай мужчине в долг.
- не плати за мужчину.
- не работай вместе с любимым мужчиной.
- расставайся с тем, кто не любит тебя.
- если чувствуешь, что конец романа близок, уходи первой.
- не уговаривай остаться, если он уходит.
- не трать на домашнее хозяйство денег больше, чем он.
- не содержи мужчину дольше трех месяцев подряд, если он здоров. За это время можно найти работу.

Еще одна характерная черта «альфонсизма» и повод сделать вывод, что мужчина никогда не станет для тебя финансовой опорой — его наплевательское отношение к деньгам. Кто-то сказал, что презрение к деньгам встречается нередко, особенно у тех, у кого их нет. Я согласна, что счастье, конечно, не в деньгах, но есть очевидные вещи. Ездить на хорошей машине приятнее, чем на **плохой**, а качественная **пища** полезней для здоровья. Другая сторона денежного презрения — это нежелание играть в «вещизм». Если деньги есть, их нужно тратить на удовольствия, а не копить на какие-то призрачные цели. Согласись, очень удобная позиция, чтобы ты не решила что-то там припрятать себе в чулок, чтобы выжать тебя без остатка, оставив взамен приятные воспоминания о сумасшедшем сексе и красавце, который протоптался грязными ботинками по твоим чувствам.

А в том, что протопчется, можешь даже не сомневаться. Перевоспитать сладкого мальчика невозможно. Он законченный эгоист. Перевоспитать можно только мужчину, который влюблен в тебя. Альфонса влюбить нельзя. Он с детства избалован женской лаской и заботой, он привык потреблять, а любовь — это жертва. На жертвы альфонс не способен. Конечно, чтобы угодить тебе, он будет притворяться, петь тебе серенады и укрывать ноги пледом в сырые осенние ночи. Женский любимец в мелочах изучил все наши женские слабости и стереотипы о том, каким должен быть мужчина. И он с готовностью играет свою роль, чтобы завоевать твоё доверие, любовь и все, что у тебя есть. Поэтому сладкие мальчики так опасны. Сложнее бороться не с ними, а с теми чувствами, что вызывают они в нас. После потери такого сокровища, идеального любовника, заботливого и такого обаятельного, мир кажется серым. Кажется, что упущено главное в жизни, и виновата в этом только ты. Нагрубила и пожадничала, а он хотел сделать, чтобы вам двоим было лучше, а из-за твоей меркантильности все закончилось так внезапно и глупо. Самоедство гложет, не дает заводить новые романы (ведь остальные мужчины так несовершенны) и работать (зачем мне эти деньги, если нет его). Стоп. Вернись к началу главы и перечитай все сначала. А теперь пообещай себе никогда не попадаться на эту удочку. Уж слишком больно срываться с крючка.

## **Иностранцы — терра инкогнита в кармане**

*Как упоительны в России вечера...*

Группа «Белый орел»

Вспоминаю сочинение про сравнение «Бесприданницы» с «Грозой». Творчество Островского не должно пройти даром, и я старательно сравниваю Катерину с Ларисой, осуждая последнюю, потерявшую честь и веру в большую любовь, особенно на фоне «луча света в темном царстве». Катерина — самоубийца, не нашедшая в себе силы жить в «темном царстве». Лариса борется до Последнего, жертвуя своей честью. Почему-то Ларису становится жалко. Я рву написанное и принимаюсь писать заново. Про то, что лучше бороться, чем топиться, про то, что иногда в выборе: честь или жизнь — приходится жертвовать честью. Первая жалкая попытка объяснить мой взгляд на женский выбор, первое откровение маленькой стервы. Оценку не помню, она была не так важна. Мои друзья и одноклассники по всему миру: Израиль, Германия, Америка, Голландия и даже Австралия. Почему все думают, что там лучше, уезжают, а потом не могут вернуться, признать, что были не правы? Они не счастливы. Или мне так кажется? Благополучные мужья, дети, говорящие по-русски с акцентом. Сытая, беспроблемная жизнь. Жизнь, как капитуляция.

Вру, есть примеры и другие. Большая и красивая любовь, бегство от прошлой беспутной жизни. Иногда выбора просто нет. Если любимый — иностранец, придется уезжать. Но уезжать к нему, а не от этой страны и русских мужчин. Это большая разница.

Мне жалко невест по Интернету. Это одинокие, отчаявшиеся женщины, которые решили себя напоследок продать подороже. Ты веришь в такую любовь? Я не верю. И никогда так знакомиться не буду. Возможно, выхода не будет, и придется уехать, жить там или на две страны сразу, но думать об этом не хочется. И никто меня не убедит, что иностранцы в чем-то лучше, умнее или воспитаннее. Жизнь у них сытнее и лучше, стабильнее, переживаний меньше. А помести такое тепличное растение в наши экстремальные условия, так у него, наверное, крыша поедет.

Вспомни фильм «Интердевочка» и определение умного слова «менталитет». Ты будешь жить не с мужчиной, а с его страной. Это другие традиции, законы и вообще все другое. Готова ли ты настолько поменяться? Родиться заново нерусской? Опыт показывает, что лучше всего приживаются за границей женщины глупые или уж слишком разочарованные. Приживаются те, кто решил порвать с прошлым и перестал быть русским. Они восторгаются чужими традициями и материальными благами, презирая неуехавших и жалея матушку-Россию издалека. Домохозяйкой просто быть в любой стране. Для воспитания детей, общения с такими же эмигрантками и посещения супермаркетов тебе даже не понадобится знание языка. А чтобы устроиться на работу и сделать карьеру за границей, сил потребуется втрое больше, чем в России. Если, конечно, тебя не устраивает в полной мере вариант проживания на пособие по безработице.

Наверное, я патриотка. А может быть, просто насмотрелась на неудачные примеры «уезжаний». Как знать, не оказалась бы ли и я там, не будь хорошей работы и мужского внимания. Оглянись вокруг, может

быть, все не так плохо, и стоит повернуть какой-то рычажок в себе, а не менять страну? Говорят, что там хорошо, где нас нет. Говорят, но сами ничего не делают, чтобы там, где они есть, стало хорошо. Ждать, когда повезет, играть в лотереи и ругать правительство, выходить замуж за иностранца или топиться от безысходности. Для меня это одно и то же. Потому что это бездействие, сдача в плен. Стерва не сдастся, она борется до последнего за свое счастье, которое не зависит от ее возраста, времени года или страны. В конце концов, кроме гражданства, у всех мужчин остальное все одинаковое. А по разным странам можно и в турпоездки покататься.

## Джентльмен — какой он?

*Джентльмен — это мужчина, который, наступив в темноте на кошку, воскликнет: «Кошка!»*

Народная английская мудрость

А теперь представь, что выдаст твой «джентльмен», если наступит на ту же кошку? Вспомнит всю ее гинекологию и особенности воспроизведения на свет подобных тварей. И тебе, наверняка, достанется.

Что такое джентльмен? Это то, чего нет. Поэтому можешь прочитать о вымершем, как динозавры, виде мужчин, тяжело вздохнуть и забыть о нем навсегда. Правда, иногда ходят слухи, что джентльмены ушли в дебри Шотландских нагорий и когда-нибудь выйдут обратно. А может быть их расклонируют так, чтобы хватило всем женщинам всех стран. Но это фантазии... Джентльменов нет. Это как приговор.

Настоящий джентльмен — это происхождение плюс образование, плюс воспитание. Есть поговорка, что для того, чтобы стать интеллигентным человеком, нужны три высших образования. У деда, отца и сына. Сын — уже интеллигент. Для нашей страны это правило не действует. Династии образованных бездарностей без налета интеллигентности процветают, а интеллигенты преподают «за идею» и нищенскую зарплату. Джентльменов нет. Они никому не нужны, нигде не востребованы. Те качества, которые приветствовались и превозно-

сились в старой Англии, совершенно не актуальны сегодня. Во всяком случае, в России. Сама посуди, разве джентльмен с его принципами чести, вежливостью и неспешностью сможет организовать свой бизнес или стать выдающимся политиком? Нет, не сможет. Потому что перегрызать глотки, подставлять и бороться «не по-джентльменски» не заложено в него генетически. И быть джентльменом только с тобой он тоже не сможет, потому что он — натура целостная. Приходит джентльмен в фирму и ведет себя по-джентльменски. А его подставляют коллеги, на него кляузничают начальнику, и в итоге — увольняют. Куда идти джентльмену? В институт преподавателем? И здесь то же самое. Мелочная борьба за часы и ставки, те же кляузы и подставы, только суммы на кону гораздо меньше, а от этого еще противней. Джентльменом быть легко, если капает стабильная рента или проценты с акций, есть небольшое поместье или работа в банке с безупречной репутацией, где регламентировано каждое действие. Легко быть джентльменом, если вокруг тебя тоже джентльмены. Целая страна, культура, слава о которой жива до сих пор потому, что нам очень хочется джентльменского обращения. Смотрела фильм «Кейт и Лео»? Понравился? Потому и понравился, что красавец-джентльмен кладет свою жизнь к ногам простой девушки, работающей на телевидении. Такой же, как ты или я. Очень интересно, что он не может понять, как можно рекламировать плохой маргарин. У джентльмена такое даже в голове поместиться не может. Один сбой, обман, разочарование, и джентльмена нет. Он очень цельный, слишком консервативный. Он не смог эволюционировать, отрастить хвост, чтобы скакать по деревьям, как это делают все. А потому вымер. Жалко... Но, с другой стороны, можно поискать далеких потомков и наследников «джентльменства», которые сохранили уважительное и трепетное отношение к женщине и своей репутации. Удачных тебе поисков!

## Принц — ты где?

*Чудеса иногда случаются, но над этим  
надо хорошо поработать*

Х. Вейцман

У каждого человека есть мечта. Даже у стервы. Вернее, не мечта, а образ того, кого хочется иметь всегда рядом.

Немолодая продавщица продуктового магазина, которая уже давно замужем и имеет троих детей от сантехника местного ЖКХ, прячет на груди под бюстгалтером пятого размера образ прекрасного принца. Девочка-студентка рыдает над судьбой несчастной наложницы, которую никак не спасет прекрасный и храбрый корсар. Старая дева с презрением смотрит на всех мужчин, а перед сном мастурбирует на фотографию Тихонова в роли Штирлица. Сказка про Золушку и Алые паруса никогда не потеряет актуальность, как никогда не переведутся поклонницы сопливых женских романов. Идея все та же. Моментальная трансформация из серой мыши в принцессу, и мужчина мечты — в бесплатное приложение. Чем прекрасный принц опасен? — Тем, что он мало похож на реального мужчину или на мужчин, которые обращают внимание конкретно на тебя. Он — идеал, а значит, терпит твои капризы и слабости. Внешность — не главное. Симпатичных мужиков полно. Главная опасность выдуманного принца в том.

что он принимает тебя такой, какая ты есть, со всеми внутренними и внешними недостатками. Он любит тебя безоглядно и безумно, прощает все и готов ради своей любви тоже на все. В жизни так не бывает. Тебя кромсают и **пределывают**, постоянно упрекают и заставляют худеть. Принцы так не поступают. Как именно, никто не знает, но явно не так. Те женщины, что вовремя понимают абсурдность поисков идеала, высказываются замуж, выбирая и подстраиваясь под то, что есть. Другие ждут принца, оставаясь в старых девах или меняя мужей, **как** перчатки. У мужчин тоже все непросто. **Есть** у каждого своя принцесса, только спрятана она еще глубже, и думает на эту тему мужчина гораздо реже. Мечтательность — женская черта. А мужик горестно вздохнет и пойдет искать свою «синицу в руке», хоть и на один вечер.

Встречаются двое. У нее свой принц в голове, а у него своя принцесса. Оба далеко не подарочки. Что дальше? Пути два: либо соответствовать идеалу супер-женщины и жить с достойным мужчиной, меняя себя и подстраиваясь, либо соглашаться на вариант с меньшими претензиями, но и менее напоминающий принца. Менять **себя**, а не других — самое сложное, поэтому большинство пар расходится. Неоправданные ожидания копятся, растет разочарование. Нет реальной оценки того, что лучше, может быть, и не найдешь. Коварный принц шепчет: «Подожди, брось его, и я прискачу к тебе на белом коне». Послушаться и бросить очень легко. А принца все нет. Хочется секса, тепла и ласки. Нужно выходить замуж. Появляется следующий. Может, ему повезет, и тебе надоест ждать чего-то особенного?

Не по-стервозному все это. А виноват все он, коварный принц. А ты не пробовала с ним побороться? Я пробовала. Для начала запомни: никому ты на фиг не нужна такая, как есть. А нужна воплощенная мечта о ЕГО женщине. Никто до безумия в тебя не влюбится, пока сама принцессой не станешь. И не переделаешь ты своего мужика в принца никогда. Настройся сразу:

он засранец, бабник, скупердяй и эгоист. Тебе попался не такой? Какая удача! Принц «наоборот» — гораздо лучше. Он позволяет в каждом мужчине найти **что-то** хорошее и не пилить его на каждом шагу. А становясь сама принцессой его грез, ты неумолимо толкаешь мужчину на путь самоисправления. Он изменит себя, чтобы произвести на тебя впечатление и завоевать. Женщинам, начисто лишенным эгоизма, достаются лучшие мужчины. Отдать всю себя без остатка, а потом забрать вместе с его душой. Игра в идеал сложна. Мужчина встречается и живет не с тобой. Ему наплевать на то, какая ты на самом деле. Он живет со своими представлениями о тебе. Если с самого знакомства, с первого взгляда доказать ему, что ты **им** полностью соответствуешь, потом можно показать и настоящее лицо. Так моя подруга убедила мужа в том, что она верна. Спустя несколько лет молодая жена ударилась во все тяжкие, заводя интрижки со всеми подряд. Но мужчина продолжал пребывать уверенности, что она ему верна. Поэтому слухи считал происками завистников и неудовлетворенных соперников. Самое интересное, что тебе не придется тратить время на переделку своего избранника. Он сделает это сам, **а** ты сэкономишь массу сил, станешь лучше сама и получишь мужчину, не сильно отличающегося от придуманного идеала. Главное, научиться отдавать себя всю, без оглядки и сомнений. А принц найдется. Они на самом деле есть, только очень сильно маскируются. Пусть это будет нашим секретом.

# VI класс

## Флирт и искусство соблазнения



### Введение в предмет

*„Напиши список качеств, которыми должен обладать твой избранник. Вычеркни все и оставь только два — больше у реальною человека все равно не наберется...*

Теперь, когда о мужчинах мы знаем все, или почти все, пришло время объявить «сезон охоты» на карточные картинки. Охота — дело не женское. Пить мы много не умеем, от сидения в кустах и застудиться недолго, а вид крови неумолимо напоминает о грядущих «веселых» днях. Куда более приятное дело — собирание грибов. Эта «тихая охота» посложнее настоящей, требует знания грибных мест и видов грибов, чтобы не пробралась в корзинку какая-нибудь поганка. А ведь грибник должен еще и об аммуниции позаботиться, и не попасться в лапы к медведю. Приготовление грибов — это любимое женское дело. Любим мы помариновать мужчину, а порой желаем, чтоб засох от страсти. Каждая стерва — маленькая колдунья, которая не прочь отправиться в лес за снадобьями и отварить их в своем большом ведьмином котле.

Трепещите, мужчины! Мы выходим на тропу флирта и соблазнения. Долой поганки и мухоморы! В корзиночке останется только один, но самый лучший, самый белый, не гнилой и не червивый гриб.

Для начала позаботимся о необходимом снаряжении. Кто знает, какой экземпляр попадется на нашем пути? Он-то еще не знает, что объявлена охота, прячется, поганец, в дебрях каменных джунглей и не ведет, какое счастье ему скоро привалит. Одеться на охоту — первое дело. По статистике, мужчины в первую очередь клюют на такие внешние сексуальные стимуляторы, как ноги и грудь. Короткая юбка в сочетании с красивыми ногами — вариант беспроигрышный. Я люблю забавляться, глядя, как мужчина скользящим взглядом оценивает меня. Идет навстречу, хмурый, опустив голову, останавливает взгляд на моих ногах, и сразу лицо добрее. Не успев насладиться видом ног, мужчина пугается и тут же переводит взгляд на мое лицо — а вдруг она страшная, как смерть? Убедившись, что с лицом тоже все в порядке, он расплывается в улыбке, выражение легкого испуга проходит, взгляд снова опускается, скользя по фигуре все к тем же ногам, которые мужчина при повторном просмотре оценивает уже не спеша и с явным удовольствием. Соблазнить незнакомцев на улице — дело нестервозное, полезное разве что для самоутверждения. Пусть идут своей дорогой, тем более, что «наши грибочки» чаще передвигаются на собственном авто.

Шутки-шутками, а соблазнение — это дело серьезное. Предлагаю для начала разобраться с терминологией: соблазнение, флирт, кокетство, соращение — что имеют в виду люди, когда употребляют эти слова? И зачем вообще все это нужно, если есть любовь с первого взгляда и давно произошла сексуальная революция?

Искусство флирта — это игра, без которой отношения между мужчиной и женщиной стали бы скучны. Иногда, наблюдая как завязываются отношения какой-нибудь парочки, я лишний раз убеждаюсь в том, что и он, и она заранее знают, что окажутся в постели, **ведь** в основе флирта лежит именно желание физического обладания. Соблазнение чем-то даже похоже на брачные игры животных. Казалось бы, чего тут мудрить? Зачем морочить друг другу голову, если все заранее известно? Но если посмотреть на **животных** и птиц, мы

увидим ту же картину: самец демонстрирует свое яркое оперение, ухаживает за самкой, а она какое-то время показывает свое безразличие и только потом сдается. Возможно, в основе сексуальной игры лежит желание заинтересовать еще больше, распалить, возбудить. Самка как бы говорит: «Я знаю, что тебе нужно, ты мне нравишься, но я не уверена, что так ты ведешь себя не со всеми, а только со мной». Флирт — как контрастный душ. Сегодня ты готова броситься в его объятия, а завтра холодна как лед или заигрываешь с его другом. Мальчики и девочки выросли, и выросли их игрушки. Теперь это люди, а не куклы. **Соблазнение** — не совсем точный термин. Соблазнять — значит демонстрировать свою сексуальную привлекательность. Соблазнительна грудь, если она выглядывает в разрезе расстегнутой кофточки, соблазнительны ноги на каблуках, соблазнительна попка, обтянутая джинсами. Но, это внешние «соблазнители», а флирт — это соблазнение словами, жестами и умом. Неслучайно, у мужчин, есть такое слово, как «приболтать». Это значит, уложить женщину в постель, даже, если изначально она смотрела на тебя, как на пустое место. Флирт — это соревнование в остроумии, умение сделать комплимент, вовремя улыбнуться, проявить галантность, пригласить на танец, показать себя нежным или мужественным. Флирт — это умение очаровывать и затягивать в сети, угадывая слабости соблазняемого и его ожидания.

Зачем это нужно стерве? Объясняю. Мы с тобой живем в XXI веке, когда принято все упрощать, когда женщины берут в руки инициативу и тащат мужчин к себе в постель, когда нормальным считается секс в первый вечер знакомства. Нет, я не ханжа (у тебя еще будет возможность в этом убедиться). Есть мужчины, с которыми флирт сводится к фразе: «Как ты смотришь на то, чтобы уйти подальше от этой скучной компании?» Но есть категория королей и тузов, которые до дрожи желают и ждут от тебя умелого и изощренного соращения. Они будут демонстрировать безразличие, чтобы разбудить твое любопытство, будут флиртовать с другими женщинами, чтобы вызвать ревность. Люби-

тель красивых соблазнений, пошлет тебе букет или споет серенаду под окнами. Если ты ответишь ему не на том же уровне, он убедится, что тратит время и деньги на скучную серость и переметнется к другой.

Бывает и по-другому. Ты, наконец, нашла мужчину своей мечты, вот только одна заминка — он об этом пока не знает. Ходит где-то рядом по давно проложенной дорожке, спит с кем-то по привычке или из физиологической необходимости. В этом случае и флирт другой, более скрытый, но с задействованием внешних раздражителей.

Рассмотрим оба варианта. В первом случае от тебя ждут достойного ответа на ухаживания, это значит, что всего должно быть в меру: сопротивления, лести, сарказма, притворной скромности и наглости.

*Он:* Мои ночи наполнены только вами.

*Обычная женщина:* Это как?

*Стерва:* Что ж, мне искренне жаль ваших женщин. (Могу подарить фото, чтобы наполнение было более полным), (Вы всегда так откровенны?).

*Он:* Я покорен вами с первого взгляда!

*Обычная женщина:* Вы все так говорите, а потом...

*Стерва:* Я польщена.

(Вы уверены, что второй взгляд вас не разочарует?), (Иногда мне кажется, что всех мужчин обучают в тайной школе говорить стандартные фразы, от которых женщина должна быть без ума).

*Он:* Вы удивительная и очень умная женщина.

*Обычная женщина:* Да, нет, что вы, я совсем не такая...

*Стерва:* В большой мудрости много печали...

(Вас так легко удивить?), (Это комплимент или грубая лесть?), (В начале знакомства женский ум считается достоинством, а потом тебе говорят: «Не умничай!»).

*Он:* Я схожу с ума от желания, я хочу вас прямо сейчас.

*Обычная женщина:* Ну что вы, мы так мало знаем друг друга, не так сразу, и вообще я не такая.

*Стерва:* Что быстро распаляется, то быстро остывает.

(Какой ответ вы ждете от меня?), (Вы всегда так прямолинейны или не любите долгих ухаживаний?).

*Он:* Как приятно, когда у женщины есть вкус.

*Обычная женщина:* Вам нравится мое платье?

*Стерва:* А также цвет и запах...

(И это говорит мужчина, одевший розовый галстук под зеленую рубашку?), (Я с вами совершенно согласна: именинница сегодня чудо, как хороша).

*Он:* Мадам, вы прекрасно танцуете!

*Обычная женщина:* Ой, что вы, я оттоптала вам все ноги!

*Стерва:* Мне всегда говорили, что многое зависит от партнера, но я даже не предполагала, насколько это верно.

(Говорят, что женщины, которые хорошо танцуют, хорошие любовницы — а вы тоже так считаете?), (Вы еще не слышали, как я пою!).

*Он:* Надо же, как много у нас общего, мы так похожи.

*Обычная женщина:* Я это тоже Заметила.

*Стерва:* Вы себе льстите.

(Будь вы негром, эта фраза была бы неуместна), (Не могу понять, это комплимент себе или мне?).

*Он:* Если вы не ответите мне взаимностью, я пере метнусь к блондинке, что сидит напротив.

*Обычная женщина:* К этой крашеной лахудре с кривыми ногами?

*Стерва:* Вам не кажется, что шантаж — не лучшее средство?

(Доступность женщины определяет мужчин, которые находятся рядом с ней), (Говорят, все познается в сравнении).

Любая из приведенных выше фраз должна говорить с улыбкой, глядя прямо в глаза. Мужчина, даже если ты говоришь гадость, должен быть уверен, что за ней не стоит желание унижить, не набить себе цену, а вызвать на поединок, заинтриговать и придать отношениям остроту. Смысл всего, что говорит он, сводится к желанию затащить тебя в постель, а ты играешь в «я сомневаюсь, достоин ли ты такой женщины, как я». Вероятность того, что отношения продолжатся после первой ночи, при удачном флирте приближаются к ста процентам. Разве

это не стимул научиться распалать мужчину, показать себя настоящей женщиной, чтобы он смог продемонстрировать все свои таланты?

Второй вариант — более сложный, ведь мужчина даже не подозревает о тайной поклоннице, которая от него без ума. Он ходит мимо тебя на работе или живет в соседней квартире, выгуливает собаку или посещает бассейн. В любом случае постарайся почаще попадаться ему на глаза. Можно даже привлечь к процессу «сводницу» или «сводника». Твоя подруга может поделиться с «жертвой» мыслями о том, как ты к нему равнодушна, или его друг обратит внимание на то, что ты «очень даже ничего». Для достижения поставленной цели, как известно, все средства хороши, а революция, даже сексуальная, не делается в белых перчатках. Женские приемы, отточенные веками, еще никто не отменял. Первый принцип совращения — не навреди. Это значит, что, в первую очередь, ты должна четко усвоить то, что приведет совсем к другому результату: вульгарность, пьяный вид, неряшливость, грубость, привычка высмеивать и унижать, красивая подруга рядом, замученный работой вид. Перетряси, для начала, свой гардероб и отбери вещи однозначно сексуальные: блузки, которые можно расстегнуть на одну лишнюю пуговичку или одеть без бюстгалтера, слегка просвечивающиеся вещи, юбки, в которых ноги кажутся стройнее и соблазнительнее. Ради такого дела стоит помучить ноги каблуками, сидеть и ходить, не сутулясь. Если размер груди не сравним с бюстом Памелы Андерсон, купи лифчик с поролоновыми вставками и такой формы, чтобы он «подтягивал» грудки к центру, как у дам в старинных корсетах. Грудь — это второй стимулятор для мужчины после стройных ножек, а если с первым пунктом вышла заминка, тогда он становится первым.

Визуальное стимулирование необходимо подкреплять общением и знаками внимания. Чаше улыбайся, попроси его об услуге, отблаговари бутылкой вина, которую он наверняка предложит распить вместе. Твое

поведение должно быть таким, чтобы его можно было расценить и как флирт, и как дружеское расположение, ведь если, несмотря на все попытки, ничего не получится, ты будешь ограждена от насмешек коллег. Старайся не слишком часто заходить к нему в отдел, особенно, если раньше ты этого не делала. Если пишешь ему письма по чату, убивай сообщения, когда выходишь из кабинета, не подгадывай время ухода с работы так, чтобы столкнуться с ним в лифте. Ты должна показать, что «не прочь», но не должна быть навязчивой, это отпугивает гораздо сильнее недоступности. Меняй тактику каждый день. Устрой день презрительного равнодушия, а на следующее утро будь мила и весела. А главное, будь уверена в себе, ты ведь стерва, которая может все. Старайся почаще шутить. Свежий анекдот — прекрасный повод остановиться поболтать в коридоре. Кури, если курит он, ведь для достижения цели все средства хороши.

Довершит дело твоя сексуальность, которая окутает его мягким шлейфом духов, разбудит фантазию легким прикосновением или дружеским поцелуем в щеку.

## **Десять «НЕ» для первого вечера, или Как не отпугнуть мужчину**

*..Но вот, что я вам сказку, Ваше Высочество:  
не пристало вам валяться тут на траве! Королевам  
должно вести себя с достоинством!.*

Льюис Керролл «Алиса в Зазеркалье»

- НЕ пить много;
- НЕ набивать себе цену;
- НЕ навязываться;
- НЕ откровенничать о себе;
- НЕ перебивать;
- НЕ смеяться над ним;
- НЕ показывать явной заинтересованности, не радоваться победе;
- НЕ отводить глаза;
- НЕ быть как все, не флиртовать со всеми;
- НЕ выглядеть женщиной на одну ночь.

У среднестатистической женщины в голове скопилась масса заблуждений по поводу того, что нравится мужчинам в ней и в женщинах вообще. Во многом предрассудки связаны с воспитанием и навязанным образом успешной и всеми желанной женщины, который мелькает в каждом фильме и рекламном ролике. Кожа идеальная, мужики вокруг вьются как мухи, одета с иголочки, успевает работать, супы для свекрови варить, памперсы менять и сексом заниматься.

Заметь, что с перепою у сказочной дивы круги под глазами не появляются, голова не болит, перхоть и молочница исчезают мгновенно, а зубы блестят так, что хочется повеситься сразу и навсегда. В результате — часть поклонниц голубого экрана страдает от перманентного комплекса неполноценности и с горящими глазами гребет все, что демонстрирует на себе и близких загадочная дива. Результат, как правило, от экспериментов прямо противоположен ожидаемому. Но женщины не унывают, продолжая ставить всевозможные эксперименты на своей внешности с невероятным упорством и неистребимой верой, что уж теперь-то должно получиться. В результате — пережатые волосы непонятного цвета, жирное лицо, намазанное рекламируемыми тональными и питательными кремами, сильный запах парфюмерии от лучших производителей, пирсинги и татуировки, накладные косички. Смотришь на такую и невольно жалеешь. Бедненькая, сколько натерпелась, а результат нулевой. Не идет мужик косяками, пугается. Вдруг ресницы отклеятся или ты своей рожицей намазанной об одежду тиранешься? Стирай потом... А то, что средства стойкие, каждый знает. Да и неизвестно еще, что там под слоями косметики и одежды. Любопытно, конечно, но опыт подсказывает, что не зря так нарядилась и намазалась. Значит, есть что скрывать. Может, поэтому нас так часто при знакомстве мужчины приглашают в сауну? Помыть-посмотреть?

Вторая категория женщин смотрит на киношный идеал критично, понимая его, недостижимость и абсурдность. Действительно, делать маникюры, прически, носить «шпильки» и тратить на дорогую косметику — это просто роскошь, которую занятая современная женщина позволить себе не может. Лучше очередной сериал, посмотреть или поваляться с любимым женским романом, роняя слезы над описанием эротических сцен. Как результат — абсолютный пофигизм, ожирение, вид неопрятный и запущенный, для мужчин сексуально непривлекательный.

Отсюда вывод: излишняя ухоженность мужиков отпугивает чуть ли не больше, чем неряшливость. Но настоящая стерва никогда не вдается в крайности. Она должна выглядеть *естественно*. Это значит — всегда аккуратно и соответственно месту. Никаких суперсложных причесок, слипшихся от лака волос, экстравагантных нарядов и обильных ювелирных украшений. Макияж лучше «недоложить», чем «переложить». Старайся не жеманничать и не строить из себя неведь что. Настоящая стерва с первого взгляда на стерву не похожа. Просто стильная «дорогая» женщина, независимо от возраста и места знакомства. Везде, где бы ты не находилась, обращай внимание на тех женщин, на которых обращают внимание мужчины, оценивай их и учись. В аэропорту и на вечеринках, на работе и в театре, пусть твое внимание не ослабевает ни на минуту. И не оправдывай сама себя: я не выпалась или с дороги, не успела или не смогла. Она же успела. И ты должна, потому что один раз махнув рукой на неухоженные руки или стоптанные набойки, привыкнешь и тогда снова станешь обычной уличной серостью. Поставь себя на место мужчины, разве у женщины его мечты может быть грязная обувь или перхоть — никогда!

## **Как отказать мужчине, не обидев его**

*...Я тебя честно предупреждаю, — закричала Королева и топнула ногой. — Либо мы лишимся твоего общества, либо ты лишишься хююы. Решай сейчас же — нет, в два раза быстрее!*

Льюис Керролл «Алиса в Стране чудес»

Чем больше мужчина болен на голову, тем сложнее ему отказать или закончить роман. Поговорим об отказах «с нуля». То есть, если между вами еще ничего не было, и тебе бы не хотелось, чтобы было. Не обидеть мужчину очень сложно. Мужская психология, сложившаяся веками, — это психология завоевателя. Женщина — это оценка, показатель его успешности, неотразимости, сексуальной привлекательности и всего остального. Отказ — это пощечина, удар по мужскому самолюбию. Ты не выбрала его, потому что он недостаточно красив, богат, сексуален или умен. Значит, где-то есть самец лучше, или баба просто идиотка, раз не оценила такое сокровище и ждет непонятно кого. Отсюда драки и унижение тебя разными нехорошими словами, подставы по работе и распускание слухов, надписи в подъездах и угрозы. Может сложиться ситуация, при которой ты уже будешь не важна, но сам принцип «завоевать и удержать любой ценой» — вот что главное. Это начинается с детства. Дружить с лучшей в классе, гу-

лять с самой красивой во дворе хотят все, но, не получив желаемого, соглашаются на соседку по парте или подружку красавицы и умницы. Или копят в себе комплексы, мастурбируя на журнальных красавиц.

Чтобы мужчину не обидел на твой отказ, тебе нужно его обмануть, чтобы он не почувствовал себя отвергнутым, или показать себя с такой стороны, чтобы он сам расхотел идти на контакт. Скажем прямо, часто мы сами даем повод для домогательств. Вызывающе танцуем, заливисто смеемся или строим глазки. Идем **ужинать**, **думая**, что кормят за разговоры и удовольствие на нас посмотреть, одеваем коротенькие юбки и **ходим**, вихляя бедрами. Мы **обещаем**, но не **даем**, подаем сигнал: «Я самка, я **хочу!**», а потом строим недотрог и играем в оскорбленную невинность. Так что лучший способ — не доводить до приставаний. А если довела...

Незнакомый мужчина на улице выдает оригинальный или не очень набор слов на тему: «**Давай-ка!**». Варианты ответов:

— Извините, я очень спешу. Но вы можете позвонить мне по этому телефону (дается липовый телефон);

— Вон в той машине (указывается на скопление автотранспорта) сидит мой муж и, думаю, он будет не в восторге от нашего знакомства;

— Извините, но я уже люблю одного мужчину. И больше смотреть ни на кого не могу. Вы очень симпатичный, правда, но поймите меня, пожалуйста, извините (сделать грустно-идиотское выражение лица).

— Молодой человек, у вас завышенная самооценка!

— Я не хочу. Просто не хочу. Почему — не скажу. Просто не хочу.

— Как это чудесно! Я как раз иду на собрание нашей религиозной общины. Вы присоединитесь ко мне?

— Давайте встретимся! А когда? Нет, я во вторник не могу, на аборт ложусь, в среду **отлежусь**, давайте в пятницу!

— Извините, но я не хочу знакомиться. Если вы будете настаивать, я позову милицию.

— Мне очень жаль, вы такой симпатичный, но мне нравятся только брюнеты (блондины, рыжие). Нет, пробовать не будем, извините, такая вот особенность. Хотите, будем дружить?

— А у вас есть машина? Нет? И вы знакомитесь с такой девушкой, если у вас нет машины? И почему **вы** без цветов? Как вы одеты? Вы **считаете**, что в таком виде у вас есть шансы?

— Извините, я не знакожусь с мужчинами на улице. Это правило.

Главное, отвечать вежливо, с улыбкой, но быть настойчивой и последовательной. Не говорить имени и телефона, или, наоборот, дать все координаты и **сказать**, что ты с мужем будешь очень рада видеть его в гостях. И даже подруга для него **есть** на примете. Обязательно познакомишь. Ты должна выглядеть либо неприступной крепостью, либо конченной идиоткой. Других вариантов нет.

Если это **знакомый**, сотрудник, друг приятеля, тактика должна быть похожей, но более тонкой.

*Способ первый:* расскажи, что ты роковая женщина и пообещала себе не заводить новых связей (кроме мужа или любовника, который уже есть). У тебя такой печальный опыт! Попытки самоубийства и сцены ревности, плачущие на твоей груди несчастные мужчины и брошенные жены с многочисленными детьми. Нет, ты не можешь больше разрушать! Пора поставить точку. И он не станет очередной жертвой. Их и так было достаточно (перечисляются вымышленные персонажи). Для тебя и для него будет лучше видаться реже и не поднимать больше эту тему.

*Способ второй:* если мужчины у тебя нет, и человек об этом знает, поиграй в депрессивно настроенную меланхоличную особу, поплачь, пожалей себя. Скажи, что не готова к новым отношениям, потому что мужчины — такие сволочи. Расскажи какую-нибудь ужасную историю мужского предательства. И попроси подождать. Сколько — ты не знаешь. Но в таком состоянии начинать новые отношения нельзя. Почаще по-

второй: «Ты же меня понимаешь». И виновато улыбайся. Мужчины ждать не умеют.

*Способ третий:* рассказать о том, какой у тебя чудесный мужчина рядом. Как он за тобой ухаживает, бережет, какой прекрасный любовник, муж, отец, кормилец, как ты боишься его потерять. Как же такому изменять? И не нужно это тебе. Ты так счастлива. И он найдет себе **женщину** достойную. Может помочь?

*Способ четвертый:* Ты занята. И влюблена. И тебя любят. А теперь пусть он представит, что кто-то соблазняет его любимую женщину. Разве ему было бы приятно?

*Способ пятый:* У тебя очень злой и ревнивый любовник. Второй дан по карате. Ты его боишься. Узнает — убьет обоих. Если не каратист, то бандит или бизнесмен. О нем никто не знает, потому что встречаетесь вы тайно. Он женат, но любит тебя безумно. Фильм «Телохранитель» смотрела?

Способов на самом деле гораздо больше. У тебя самой, наверное, их множество. Главное — сразу оценить, кто к тебе пристает, его слабые стороны. Это как деловые переговоры, на которых кому-то придется уступить. Ни в коем случае не хами и не держись надменно. Это мужчин бесит больше всего. Будь вежлива и рада. Ведь на самом деле **приятно**, когда тебя выбирают из толпы идущих навстречу девушкам, коллег или знакомых. Это льстит, это подтверждает, что ты делаешь успехи на стервозном пути. Так не будем издеваться над теми, кто остается позади, под нашими острыми каблучками. Жалко вас, конечно, горемычных... Но ведь невозможно осчастливить всех! Даже стерве.

## Кокетство и жеманство

*Скажите дураку, что он очень умен, а плуту, что он честнейший человек, и они заключат вас в объятия.*

**Генри Филдинг**

Чтобы сразу расставить все точки над «ё», уточню, что многие мужчины под «коккетством» понимают элементарную женскую дурость. Если женщина идет в ресторан с мужчиной, соглашается поехать к нему домой, а потом начинает жеманничать и строить из себя недотрогу — это дурость. Настоящее коккетство — это врожденная женская черта. Я видела трехлетних «коккеток», которые, строя глазки, выпрашивали что-либо у маминых ухажеров, я видела коккетливых старушек, которым коккетство, казалось бы, уже ни к чему. Настоящее коккетство естественно и притягательно для мужчин, а наигранное вызывает жалость и называется жеманством. Коккетство ассоциируется у мужчин с томным взглядом и скидыванием туфельки, с хитрой улыбкой и поворотом головы, как на постановочных фотографиях. Фотографы, ставя женщин в выигрышные позы, сознательно выбирают самые коккетливые, ловят соблазнительный взгляд, полуоткрытый ротик.

В основе коккетства — желание привлечь внимание мужчины. Это как раз тот случай, когда он сам обманываться рад, сознательно подыгрывая кокетке, расточая ей комплименты. Мужчина идет у нее на поводу, а все потому, что считает коккетку женственной, со-

блзнительной, только из-за того, что она отличается от него самого, не прячет женской слабости и даже корысти. Мэрилин Монро пела о том, что женщины любят бриллианты. Зачем скрывать страсть к красивым вещам, косметике, зачем притворяться, что твоя модель поведения похожа на мужскую? Кокетке это ни к чему, хотя бы потому, что кокетство построено на подчеркивании различий между женщиной и мужчиной. Мужчине нравится, когда на него смотрят восхищенными глазами, пытаются соблазнить, говорят о его мужественности, восхищаются подарками и красивыми жестами. Кокетство — это лесть, которую хочет слышать мужчина, даже если не уверен в том, что женщина думает о нем то, что произносит вслух.

Внешние проявления кокетства — это привычка красить губы в присутствии мужчины, сексуально перебирать предметы, привлекать внимание к ногам — скидывая туфлю, сидеть нога на ногу, проводить шариковой ручкой по губам, а при встрече долго смотреть ему прямо в глаза, выдерживая взгляд в упор. Кокетка приподнимет бровь, выражая удивление, она смотрит взглядом «с поволокой», полуприкрыв глаза. Она «стреляет» глазами, стремительно поднимая их на собеседника, окидывает его прощальным взглядом, брошенным невзначай из-за плеча. Кокетливым считается жест, которым женщина поправляет выбившуюся прядку или накручивает локон на палец. Кокетка дотронется до руки собеседника и прижмется к нему во время танца, она притворится, что дала волю чувствам, не сумев с ними совладать, а теперь стыдится своего слишком вольного поведения. Она скажет: «Я боюсь, что вы подумаете обо мне плохо, но мне это безразлично. Даже если это будет наша последняя ночь, я хочу, чтобы мы оба запомнили ее навсегда». Кокетка знает, что расположение мужчины завоевывается комплиментами и обещанием близости. Она отказывает на словах, но обещает движениями тела, взглядом, улыбкой. И мужчина включается в игру именно потому, что это игра и кокетка этого не скрывает. Это спектакль с несколько наигранным надуванием губок и притворной обидчивостью, но не фарс. Жить в

театре нельзя, поэтому кокетство в больших количествах тоже утомительно. Постарайся почувствовать грань, когда пора принять серьезное выражение лица.

Встает закономерный вопрос: а что же делает жеманница? То же самое, только пошло, наиграно, совсем неестественно и утрировано. Мужчины, недалекие и не слишком привередливые, терпят и таких, ведь настоящая стерва-кокетка не обратит на них никакого внимания, а жеманницы все-таки лучше феминисток. Именно такие мужчины, привыкли употреблять слово «кокетство», имея в виду женскую глупость, жадность и кривляние. Пусть остаются при своем мнении, ведь в их скучную жизнь мы вмешиваться не собираемся.

Даже умелая кокетка, от которой не отведет взгляд ни один мужчина за столиком ресторана или на торжестве, в другой обстановке будет выглядеть неестественно. Кокетство неуместно на работе, особенно, если, в ответ на выговор начальника, ты начинаешь подкатывать глазки и демонстрировать «женскую слабость». На работе нет мужчин и женщин, хотя сексуальность все-таки есть. Даже при устройстве на работу, не беря в расчет перспективу дальнейших сексуальных отношений, менеджер по кадрам — мужчина отдаст предпочтение симпатичной кандидатке, особенно той, что продемонстрировала ему на собеседовании знаки внимания. Просьба об **услуге**, обращенная к коллеге с улыбкой, легким прикосновением к плечу — гарантия того, что он ее выполнит. В большинстве случаев он знает, что вы никогда не окажетесь в одной постели, но для мужчины важно, что его оценили, выделили, ему показали, что он хорош. А то, что в основе этого «полусексуального» контакта лежит банальная корысть, придет ему в голову в последнюю очередь. Похожей тактики придерживаются и мужчины, расточая нам комплименты. А женщины верят им, не замечая истинной цели, которую преследует мужчина: та же корысть и желание переложить работу на чужие плечи, затащить в постель или отвлечь внимание. С **сексуальным** подтекстом тех или иных действий мы встречаемся каждый день и в разных местах. Банковский служащий, **предлагая** открыть счет, коснется твоей руки, про-

давец скажет, что завидует мужчине, у которого женщина с такой изумительной фигурой, начальник в качестве поощрения приобнимет за плечи. Даже продавец апельсинов расскажет об изумительном цвете твоих глаз, обвешивая тебя, пока ты стоишь, потупив взор. Есть профессии, которые напрямую связаны с подыгрыванием женскому кокетству и умением расточать комплименты. У какого гинеколога и зубного врача больше всего клиентов? Какому таксисту заплатят щедрее? Даже если женщина выражает возмущение, в глубине души приставания ей всегда приятны. Так не будем же отказываться от верного женского оружия — кокетства, которое с умом можно применять даже на работе. Прикосновение к мужчине способно творить чудеса. Психологи утверждают: дело заключается в том, что большинство из нас, в детстве, были лишены тесного контакта с матерью, прикосновения ее тела, объятий. Работая в школе, я замечала, как дети в младших классах «липнут» к молодым и любимым учительницам, обнимают, гладят по волосам. Дети вырастают, но желание прикосновений остается. Помню разговор с одним **«Казановой»**, который рассказывал о самом беспроегрышном способе соблазнения — массаже. Как и где массажировать — совершенно все равно. Женщина, ощутив прикосновение **рук**, уже готова и к остальному. На работе прикосновения не всегда уместны, зато всегда будет к месту похвала, независимо от того, отличился коллега или начальник хоть чем-то. Повод для комплимента — порядок на столе и новый запах одеколона, **костюм**, специально купленный для торжественной церемонии, или ноутбук последней марки. Еще не известно, какие слова затронут мужскую душу сильнее, ведь многие мужчины абсолютно наплеватьски относятся к своему внешнему виду, зато сходят с ума от автомобилей или коллекции марок. Естественно, не стоит прикасаться к чужим мужьям в присутствии их жен, тереться о полужнакомого мужчину грудью или прижиматься к нему в лифте ягодицами, если ты не уверена в том, что он для тебя однозначно интересен, как сексуальный партнер. Сексуальность и кокетство на работе — разговор особый. Глупо было бы не использовать жен-

**ские** чары, но делать это нужно очень осторожно, иначе, в ответ на удачно заключенную сделку, тебе предложат отметить подписание договора в интимной обстановке. Дружеское пожатие, комплимент, похлопывание по плечу или поцелуй в щеку — проявление расположения партнера или начальника, за которыми, чаще всего, не стоит сексуальный подтекст. Не стоит сразу занимать позицию «обороны чести и достоинства». Улыбнись, **покажи**, что тебе приятно внимание и признание заслуг, скажи теплые слова в ответ (с серьезным выражением лица, без намека на флирт). Привожу список возможных предметов гордости, по поводу которых всегда уместно сделать комплимент и любимому, и коллеге:

- *Автомобиль* — следи за его состоянием, замечай новые **«прибамбасы»** и игрушку на лобовом стекле, похвали запах в салоне, даже если пахнет твоими же **духами**, которыми ты полила в прошлый раз всю внутренность машины, чтобы убить вонь;

- *Спортивный, подтянутый вид* (даже если от **своих** ста двадцати килограммов он сбросил только пять);

- *Чувство юмора*, даже, если **он** вообще неспособен шутить;

- *Одежду*, если он — твой **коллега**, или ее отсутствие, если это твой сексуальный партнер. Любой мужчина будет рад услышать, что без одежды он гораздо привлекательней;

- *Канцелярские принадлежности* и любые вещи, которые мужчина покупает себе сам;

- *Ремонт в квартире и офисе*, ведь он наверняка лично согласовывал интерьер с дизайнером или строителями;

- *Отсутствие щетины*, если обычно он забывает побриться;

- *Вкус*, то есть умение выбрать «нечто». Не переборщи с похвалой: если мужчина притащил на празднование дня рождения дешевый портвейн, комплимент об умении выбирать коллекционные вина прозвучит как издевка;

- *Успехи в **работе***, подчеркивая, что такое мог придумать и воплотить только он, даже если на самом деле все сделала ты.

Стерве, особенно делающей карьеру, важно знать, как отнесется к кокетке иностранец:

**Англичанин** — этот строгий джентльмен, имеет привычку смотреть как будто сквозь тебя, пока не состоится официальное знакомство. И даже после этого взгляд англичанина не задерживается на собеседнике долго. Ведя деловые переговоры, англичане любят смотреть поочередно в глаза собеседнику (1-2 сек.), затем в разложенные на столе бумаги (2-3 сек.), снова на собеседника, на свои отполированные ногти или какую-нибудь канцелярскую принадлежность (чего он там не видел, спрашивается?). Англичанин всегда «держит дистанцию» и не терпит панибратства. Кокетку англичанин скорее воспримет, как женщину легкого поведения, поэтому старайся быть скромной, словом, настоящей леди. Доброжелательная улыбка для англичанина это предел кокетства. Бедняжки, как же их запугали чопорные не улыбочивые англичанки!

**Француз** — с детства мы знаем, что на территории Франции проживает якобы самая сексуальная нация. Французы даже на деловых переговорах обволакивают взглядом, глядя в упор долго и пристально. Французы любят нарушать личностную дистанцию, брать за руку и говорить очень смелые комплименты. При этом француз не имеет ввиду серьезных отношений, даже «затаскивая» тебя в постель, и если с твоей стороны последует отказ, он не будет огорчен и пойдет искать следующую жертву. Флиртуй с французами на здоровье, не опасаясь, что тебя сочтут вульгарной.

**Немец** — слишком груб для того, чтобы оценить твою тонкую игру. Представление немца о кокетстве чаще всего базируется на «старых добрых» немецких порнофильмах. На переговорах будь с ними строга и холодна: стоит ли тратить силы, если тебя все равно не оценят по заслугам? Не поддавайся на уговоры выпить по кружке пива. После спиртного большинство немцев превращаются в грубых свиноподобных животных, абсолютно не способных к мыслительным процессам.

**Американец** и романтика — вещи несовместимые. Если американцу придет в голову идея поприставать к

женщине, то есть к тебе, он подойдет и *прямо* (!) спросит: удовлетворена ли ты в плане **секса**, когда в последний раз имела сексуальный контакт и не хочешь **ли** позаниматься сексом с ним. Американцы не занимаются любовью, они «трахаются». На деловых переговорах американца флиртом легко ввести в состояние «умственного подвисания», как компьютер. Он может не понять или понять неправильно твои намерения и... переговоры сорвутся. Скучно... Какой уж тут флирт, когда, зачастую, складывается впечатление, что они от обилия жратвы и беспроblemной жизни чересчур обленились и отупели?

*Индусы и турки* в силу культурных традиций считают, что женщина должна быть скромна и, желательно, спрятана под паранджой. В следствие этого убеждения, они не воспринимают женщину как делового партнера, а флирт и кокетство расценивают как ярко выраженное приставание. Всех «белых» женщин, которые не оказались на панели в той же Турции, они считают потенциальными проститутками, которые в силу сложившихся обстоятельств пока не попали в бордель, но, скорее всего, скоро туда попадут.

*Испанцы, итальянцы и латиноамериканцы* — во всем напоминают наших «лиц кавказской национальности». Любая женщина с цветом волос светлее каштанового для них уже красавица. Приготовься к неиссякаемому потоку комплиментов, прикосновениям и поцелуям в обе щеки после успешно завершённых переговоров. Испанец «съест» тебя глазами, наобещает все чудеса и богатства мира, итальянец будет более галантен, но и более ревнив. «Латинос» привык играть роль мачо, поэтому заранее настройся быть скромной девочкой и не «стреляй глазами» по сторонам. Скромность — лучшее украшение женщины. Имея дело с «латиносом», тебе придется об этом вспомнить. На деловых переговорах, которые, скорее всего, будут проходить за обеденным столом с обильными возлияниями, твоё очарование может послужить дополнительным фактором для заключения выгодной сделки.

## **Сладкоголосая сирена — тренировка приятного тембра голоса**

*Джентельмен говорит даме, своей соседке:*

*— Мадам, я вчера слышал ваше пение.*

*Та, краснея:*

*— О, что вы! Я просто убивала время!*

*— Вы выбрали страшное оружие, мадам.*

В искусстве соблазнения важна любая мелочь. Мужчина «клюет» на вовремя и красиво закинутую ногу, красиво прикуренную сигарету, на шаткую от высоких каблуков походку, вовремя брошенный взгляд или к месту сказанное слово. Каким будет это слово, мы поговорим чуть позже, в разделе «о манипуляции мужчинами», а вот как его сказать... Неслучайно гейш учили не только искусному владению влагиалищными мышцами, но и владению голосом. Уже после овладения этими двумя умениями, шла остальная сексуальная наука, искусство чайной церемонии и икебаны. Голос оказывает на мужчину магнетическое воздействие. Легенда гласит, что до встречи с мужчиной Клеопатра разговаривала с ним из-за занавески, покоряя голосом. Живи она в наше время, процедура первичного обольщения была бы упрощена с помощью телефона. Вспомни известных певиц, покоряющих голосом мужские сердца, телеведущих и женщин, работающих на линиях «секс по телефону». Спрашивается, как эти фирмы еще не разорились, если мужчины любят глазами?

Чтобы говорить красиво и сексуально совсем не обязательно от природы иметь хороший голос или уметь петь. Постоянными тренировками сглаживаются «острые грани» голоса. Но, в отличие от вокала, для разговора не нужен слух и чувство ритма, поэтому наша задача упрощается.

Первое, что тебе предстоит, это оценить свой голос. Самый простой и объективный способ — записать себя на диктофон или магнитофон. Ученые считают, что голосом человек обязан своей матери, именно ее тембр, высоту и особенности речи пытается скопировать малыш. У мальчиков голос ломается в подростковом возрасте, приобретая новые оттенки, у девочек чаще всего остается без сильных изменений. Возможно, ты и сама наблюдала семейку из сублильной мамочки и дочки-баскетболистки, которая ростом пошла в папу, а разговаривает маминым писклявым голоском. Бывает и так: поднимает трубку мама, а кавалер дочки начинает ей назначать свидание, не замечая разницы. Мне от мамы достался высокий и пронзительный голос, который как «серпом по яйцам» (как говорит мой муж) резал слух знакомых и коллег (это я выяснила уже после того, как начала работать с голосом), особенно когда я переходила на повышенные тона или смеялась. Слушать, сделанную запись собственного голоса, было не слишком приятно. Казалось, что женщина, из магнитофона, истерична и не уверена в себе. Я делала ненужные паузы, интонационно речь была не плавной, а «рвалась», как будто говорил китаец. Как известно, китайцы понимают друг друга не столько по словам, сколько по тонам — умению выделить голосом слово, поставить ударение. Но общаться-то мне предстояло не с китайцами!

Голос — это часть имиджа. Он должен быть официальным ровно настолько, насколько это тебе нужно, он должен быть солидным или вкрадчивым, а может, даже слегка кокетливым, то есть он должен быть таким, как нужно тебе. Голос придется «научить» соблазнять и вести деловые переговоры. Мне предстояло научиться придавать голосу солидность, потому что **должность**

начальника отдела, которую я занимала, не соотносилась с моим видом и возрастом. Мне предстояло стать такой, чтобы меня воспринимали серьезно, и голос обязан был мне в этом помочь. Но еще одна сложность состояла в том, чтобы, тренируя голос для работы, не убить те интонации и обороты речи, которые помогали мне добиться мужского расположения, а усилить их.

*Итак, упражнение первое: «обезьянка».*

Голос деловой женщины, как правило, ассоциируется с голосом телеведущей: звучный, неторопливый, без дефектов речи. Упражнение для достижения такого эффекта очень простое: просмотри выпуск новостей с любимой телеведущей. Затем возьми в руки газету и прочитай с выражением перед зеркалом любую статью, стараясь, чтобы твой голос дикцией и интонациями был похож на голос диктора. Запиши на магнитофон и прослушай, отметь, что не нравится, снова прочитай и запиши. Главное — найти «свой голос», который гармонично впишется в твой имидж. Если нашла, представь ту же телеведущую на свидании с мужчиной, сделай голос мягче, немного вибрирующим, добивайся день за днем новых «бархатистых» ноток, которые станут чарующей музыкой для мужских ушей и всегда будут ассоциироваться только с тобой, возбуждать его, едва заслышит он в трубке твой голос.

*Упражнение второе: снимаем «зажатость».*

Если голос «зажат», его нужно «отпустить» — это термин преподавателей курсов актерского мастерства. Как это сделать? Покричать, например, так громко, как только можешь, слова или гласные звуки, попробовать спеть арию. Даже если получится фальшиво, нам ведь не на сцене выступать. «Зажатость» проходит после принятия небольшой дозы алкоголя или после массажа, когда мышцы тела расслаблены (с алкоголем будь осторожна, просто попробуй один раз и запомни результат). «Зажатый» голос — это следствие внутренних комплексов, неуверенности в себе. Вспомни рецепты Диогена: выйти на берег и разговаривать с волнами или прочитать лекцию статуе. На вопрос о том, зачем он разговаривает со стату-

ей, Диоген ответил, что так он приучает себя к равнодушию слушателей и отказам. В качестве заменителя статуи подойдет плакат с каким-нибудь актером или певцом. Попробуй провести с ним деловые переговоры, соблазнить. Отрепетируй переговорный процесс с родителями, подругой, любимым мужчиной, прежде чем переходить на общение с незнакомцами. Многим людям гораздо легче изъясняться, если речь сопровождается жестикуляцией (преподаватели, в институтах часто вертят в руках ручку, многие, разговаривая по телефону, рисуют квадратики или животных. Я, разговаривая по телефону, люблю рисовать лошадок). Жестикулируя, человек «раскрепощается». Не надо отказываться от привычки, которая помогает снять «зажатость», мыслить и говорить более четко и уверенно. Выступая с докладом, проводя деловые переговоры, будь уверена, в своих словах — это самый лучший тренинг голоса. Поверь сама (если ты продавец) в то, что твой товар — самый лучший. Даже если это разговор с мужчиной, а товар — это ты сама.

Упражнение третье: *постановка голоса*.

Ставить голос для пения или для разговора — это не одно и то же, но очень-очень похоже. Мужчин, по моему опыту, не нравятся писклявые и высокие пронзительные голоса. Голос женщины-искусительницы должен быть, как минимум, не противным, а — в идеале — литься, как сказка **Шахерезады**, быть как музыка, которой заслушается любой. Особое очарование имеют так называемые «грудные голоса». Они чаще встречаются у джазовых певиц и исполнительниц романсов. Такой голос может быть низким или высоким, но он сильный, как говорят певцы, «с мясом». Выработать такой голос несложно. Его отличительная черта, в том, что звук производится не только с помощью связок, а за счет правильного дыхания. Женщины дышат грудью, неглубоко и поверхностно, часто вдыхая воздух. Обладательницы же «грудного голоса» дышат животом. Упражнение очень простое. Называется «собачка». Положи руку на живот и подыши с высунутым языком так, чтобы воздух набирался не в грудь, а в живот. Запомни ощущение, которое появилось. А теперь, по-

глубже вдохнув, скажи что-нибудь. Пусть войдет в привычку перед тем, как что-то сказать, вдохнуть, почувствовать слегка напряженные голосовые связки, и только потом начать говорить. В книге это занимает много места, в жизни — доли секунды. Пой наедине с собой те же романсы, стараясь, чтобы голос был не писклявым, а низким и звучным. Открывай пошире рот и четко, чтобы не получалась каша, проговаривай слова. Многим грудной голос дается лучше на полуулыбке, когда небо приподнимается, создавая акустический усилитель голоса. Певцы называют такое положение неба «куполом». Потренироваться и почувствовать купол можно, открывая широко рот, или когда зеваешь.

Упражнение четвертое: *тренировка громкости.*

Если человек говорит чересчур громко, это раздражает, но такой же эффект производит и тихая невнятная речь. Особенность хорошо поставленного голоса — он хорошо слышен, даже, когда человек говорит шепотом. Попробуй развить голос на тихой речи и шепоте, произноси слова звучно, но негромко, создавая тот самый купол, о котором мы уже говорили.

Упражнение пятое: *избавляемся от акцента и «проглатывания» звуков.* Вспомни Ирину Муравьеву в фильме «Карнавальная ночь». Орешки в рот и — вперед по ее стопам. Орехи создают во рту препятствие, затрудняют речь, но тем легче она польется, когда их во рту уже не будет. С орехами во рту произноси речи перед выступлениями, декламируй стихи и повторяй скороговорки. Кроме тренировки голоса, такое упражнение **полезно** и как косметическая профилактика морщин, и как укрепление мышц лица, которое заменит сеанс косметического массажа.

Упражнение шестое: тренировка разных тембров и интонаций голоса. По методу Уолта Диснея попробуем привнести артистизм в жизнь. Великий аниматор, придумавший Микки Мауса, оценивал собственные проекты с трех точек зрения. Сначала он садился за стол и придумывал проект, потом он переходил в другую часть комнаты и излагал этот проект вымышленному критику. Затем, сев на место критика, Дисней критиковал проект

и либо отвергал его, либо передавал с поправками на рассмотрение третьему лицу, которым тоже был сам. Последний участник спектакля просчитывал стоимость проекта, споря с фантазером. Попробуй поиграть точно так же сама с собой. Разыграй выступление перед шефом, поиграй в коллег и друзей, скопируй их мимику и манеру разговора. Хорошая тренировка для голоса — рассказывание анекдотов. Тут тебе и ролевая игра, и умение правильно расставить паузы и акценты.

А теперь несколько слов о том, какой голос хочется слышать мужчинам. Сексуальной считается плавная, с небольшим придыханием, речь, в меру окрашенная эмоциями и с умеренной жестикуляцией. Многим мужчинам нравится легкая хрипотца, она ассоциируется у них с опыtnостью и искушенностью, иногда даже порочностью. Хрипящая как старый патефон молодая женщина произведет скорее впечатление простуженной или много курящей, нежели соблазнительной. Старайся в разговоре делать меньше ненужных пауз, они говорят о том, что человек медленно думает или хочет подать себя более серьезным и значительным, чем он есть. Избегай учительских интонаций, они — не для женщины-вампи. Глядя на собеседника, не отводи глаза, а если прямой взгляд выдержать трудно, смотри собеседнику в переносицу. И главное — почаще улыбайся. Улыбка придает голосу мягкость и неповторимое очарование. Представь, что твой голос окутывает мужчину, как теплый плед, согревает и проникает внутрь. Представь, что мужчина плывет на твоём голосе, как корабль по волнам. Не прекращай тренировки ни на день. Голос будет срывать на старый лад, от которого ты хочешь избавиться. Повторяй упражнения до тех пор, пока новый тембр не станет привычным и родным. А пока этого не произошло, считай себя красивой картинкой, актрисой немого кино, но не стервой. Пусть для тебя станет целью и стимулом высказывание, которое я однажды услышала от мужчины: «Глупые слова, сказанные красивым и нежным голосом, меня не оттолкнут от женщины, а правильные и умные, сказанные противным и несексуальным голосом, не окажут на меня никакого действия».



## Технологии успеха

*Главная стратегическая ошибка большинства женщин в том, что они проявляют такую энергию и такие чудеса изобретательности, пытаясь подцепить себе миллионера, что если бы, они все эти старания направили на свое дело, свою карьеру, этот миллионер был бы им уже ни к чему. По крайней мере, от его миллиона они бы уж точно не зависели.*

Лена Ленина

Мы часто ругаем фирмы, которые занимаются сетевым маркетингом и «дурят» честных людей, подбিরаясь к нам через родственников, коллег и знакомых. Но в каждой из нас сидит такой же «агент канадской оптовой компании», когда дело доходит до продажи... себя. Я не оговорила, мы продаем себя каждый день: когда хотим произвести впечатление на делового партнера, познакомиться с мужчиной, устроиться на новую работу. По сути, вступление в брак — это долгосрочный контракт по продаже себя, а зарплата на работе — компенсация за использование твоих профессиональных, а возможно, и внешних данных. Мы выбираем тех, кто готов платить за наши таланты, мы не гнушаемся рекламных трюков, за которые ругаем телевизионную рекламу. В конце концов, мы притворяемся, стремясь показаться лучше, чем есть на самом деле.

Продажа себя и результатов своего труда — вот основа, из которой, на мой взгляд, родились экономические отношения. Чем обезьяна отличается от человека? Если исходить из теории о самой древней профессии — человек с пещерных времен продает свою внешность, умения, знания. Обезьяны до такого не додумались до сих пор. В наш информационный век в «самопродаже» мало что изменилось. Если ты находишь мое сравнение слишком грубым, оглянись вокруг. Ты увидишь женщин, которые день за днем накладывают килограммы косметики, чтобы казаться красивее, чем есть на самом деле, и заполучить богатого и красивого мужика; коллег, которые друг перед другом набивают себе цену. Даже маленькие дети, посмотревшись на родителей, не стесняются хвастаться «А у меня папа...» или «Когда я **вырасту...**». Это ли не начало рекламной компании нового товара под звучным названием «я»?

Скажу больше, каждый с детства не только оценивает себя как товар, но и определяет свое место на полке в соответствии с ценой и назначением, и даже выбирает рынок, на котором он нужен и ценится дороже. Возьмем, к примеру, девушку-модель. На рынке новых русских — это предмет роскоши, такой же, как крутая тачка или часы. На шоу-рынке она — лицо косметической фирмы, на которое есть покупатели определенного круга. Но если эту же девушку-модель выложить на полочку рынка, где мужчины выбирают жен, а не любовниц, рейтинг и стоимость ее будет существенно ниже, чем в первых двух случаях — из-за соответствующей репутации девушек-моделей. Кому нужна длинноногая «спутница жизни» с сумасшедшим самомнением и полным отсутствием умений, необходимых в быту? Ту же картину мы увидим на любом рынке, где ценится не внешний вид, а «содержание» товара, его профессиональные навыки: максимум, на что та же модель может рассчитывать в крупной фирме — место секретаря с полномочиями говорить «директор занят». Ей доверят подавать кофе и секс-обслуживание того же директора и его компаньонов.

Вдумайся в содержание слова «самооценка» — оценка себя, которая складывается из оценки внешних данных, умений, черт характера, которые помогают налаживать контакты с людьми. Любую сферу деятельности человека можно истолковать с точки зрения экономических законов. Например, одним из показателей крепкой дружбы считается вполне корыстный довод, что друг не оставит в беде, поможет, в том числе и материально, или окажет услугу, за которую чужому человеку пришлось бы заплатить. Если ты все еще считаешь, что продажа себя — занятие для девушек легкого поведения, смело пропусти несколько страниц с описанием технологии успеха, которую давно используют не только стервы, но и «стервецы». Именно самых удачливых «торгащей» ты каждый день видишь на экране телевизора.

Как продать себя подороже? Как увеличить свою стоимость? Как найти покупателя? Применительно к карьере, ответы на эти вопросы даны в «азбуке» экономической грамоты — книге «Экономикс». Давай-ка попробуем переделать их на «человеческий» рынок и снабдить советами «от стервы»:

*1. На каждый товар найдется свой **покупатель**.*

Задача стервы состоит в том, чтобы продать себя по максимальной цене в самую лучшую фирму. Женщины реже меняют работу, чем мужчины, чаще «застревают» на одном месте и на одной должности. Про таких в день выхода на пенсию говорят: «Марья Петровна — старожил нашей фирмы, преданный сотрудник, проработавший тридцать лет в отделе снабжения». Тридцать лет в отделе снабжения — звучит как приговор. Сидеть и стариться в одном кабинете — это не карьера. Технология успеха, основанная на постоянном повышении собственной стоимости, **состоит** в том, чтобы постоянно устанавливать для себя планку требований, а добившись должности или большой зарплаты, не успокаиваться, а поднимать планку требований на новую высоту.

*2. **Спрос порождает предложение**.*

Купив газету с объявлениями о вакансиях, которые предлагают крупные фирмы и кадровые агентства, ты

увидишь, на какие специальности есть спрос. Даже если ты — специалист высокого класса, но предприятия, на которых твоя профессия была востребована, перестали существовать после Перестройки — грош тебе цена. Срочно беги **на** курсы переподготовки, осваивай любую профессию, к которой лежит душа, а для начала работы не требуется диплом престижного вуза и большой опыт работы. Строить карьеру «с нуля» можно начинать не только с престижным и дорогостоящим юридическим или экономическим образованием. По своему опыту знаю, что на должность менеджера берут людей, умеющих общаться по **телефону** и быстро учиться. Есть масса **вакансий**, где нужны крепкие нервы и настойчивость, а не диплом, например: менеджер по рекламе, помощник **руководителя**, продавец, завхоз. А с хорошим знанием русского и/или иностранного языка (которым большинство людей похвастаться не могут) дверь любой фирмы можно открывать чуть ли не ногой (шутка). Система образования в нашей стране отличается тем, что она не специализирована, как на Западе, где вузы выпускают специалистов под конкретные предприятия. Наш экономист, независимо от специализации, после получения диплома несколько лет набирается опыта и только после этого становится специалистом. Шанс, что тебя, без высшего образования, но с опытом работы, возьмут на должность, а вчерашнюю студентку, получившую красный диплом, отфутболят, очень велик. Запомни, что требования, указанные в объявлении, всегда завышены и не соответствуют тем должностным обязанностям, которые тебе в итоге предложат выполнять. Например, иностранный язык реально потребуется только для работы в фирмах, имеющих партнеров за рубежом. Учись подстраиваться под спрос даже в формулировках фраз резюме: представь перед **собеседованием**, каким директор фирмы или менеджер по кадрам представляет будущего работника? Оденься, как идеальный кандидат, води себя как **он**.

### 3. Реклама — **двигатель** торговли.

Реклама — это «неизлечимая болезнь» телеэфира и несомненное зло, если неконкурентоспособный товар с

ее помощью проникает в наши потребительские корзины. Но в том, что касается своей персоны, не стоит гнушаться и этим средством, тем более, что многие люди прибегают к саморекламе неосознанно, завышая таким образом свою реальную стоимость. Если долго рассказывать всем в фирме, что ты — человек честный и принципиальный, естественно, подкрепляя слова поступками, то скоро эту же оценку ты услышишь от коллег и руководства. Пример хорошей саморекламы: на собеседовании при приеме на работу — ответ на вопрос о достижениях, которыми ты можешь гордиться. Хороший ответ: «В результате моей деятельности оборот фирмы увеличился на десять процентов». Плохой ответ: «Я победила в конкурсе на лучшего менеджера» или «Я нашла пятнадцать новых клиентов». Чувствуешь разницу? В первом случае — это конкретный результат, во втором — обычное хвастовство. Рекомендательные письма — это тоже реклама, только от третьего лица, своеобразный бизнес-аналог рекламному слогану «рекомендации лучших собаководов». На людей производит впечатление упоминание тобой о посещении престижных мероприятий: «В прошлом году автосалон во Франкфурте был слабоват», или знакомств с известными людьми: «Александр? Кравцов? На прошлой неделе на банкете рядом сидели, такой интересный мужчина!» Тебе такие методы кажутся зазорными? Неужели ты сама к ним ни разу не прибегала, чтобы привлечь чье-то внимание, или, как говорят, «набить себе цену»?

#### *4. В условиях конкуренции выживает сильнейший.*

Не нужно бояться конкурентов. Уверенность в себе и знание законов конкурентной борьбы поможет тебе выжить и победить. Учиться у лучших, а не гордиться тем, что ты лучшая в деревне Гадюкино. Говорят, что если бомжа поселить на Уолл Стрит вместе с миллионерами, он тоже станет миллионером, потому что научится думать, как они. Конкуренты, особенно те, что думают: их звезда удачи неугасима — это большая удача. Карьера не делается в белых перчатках. Кому-то придется посторониться, чтобы пропустить

тебя вверх по служебной лестнице. Не стоит корить себя за то, что ты кого-то обошла. Ты стала начальником бывших коллег? Ты это заслужила, забудь об общении на равных, ты ведь не собираешься возвращаться назад в их теплое уютное болотце?

5. *Для выполнения любой задачи требуется **время**, люди и деньги.*

Мой любимый экономический закон, не раз проверенный на практике: чем меньше дается времени, тем больше требуется денег и людей, недостаток денег компенсируется людьми и временем, и так далее... Все фирмы отличаются друг от друга по определению приоритетов. В одной тебе расскажут о ненормированном рабочем дне и о том, что бизнес — это в первую очередь люди. В другой, не менее проникновенно будет преподнесена версия о том, что люди — всего лишь винтики, а главное — технологии, за которые на самом деле стоит платить. Серьезность фирмы и перспективы работы в ней легко определить по отношению руководства к времени, людям и деньгам. Вредны любые крайности. Десять человек на двадцать квадратных метров и отдельный кабинет размером как спортзал — это крайности. В первом случае директор привык экономить на людях (и на их зарплате), во втором — его цель не работа, а стремление произвести впечатление. И то и другое говорит о «недалекости» руководителя и его неумении мыслить стратегически.

6. *Хорошее качество упаковки повышает **стоимость** товара.*

Всем известно, что встречают по одежке. А если человек, с которым ты ведешь переговоры, не слишком умен, то и провожают по ней же. В современном толковании «одежка» — это не только ты, но и твой кабинет. Руководитель фирмы, которой я хотела заказать партию товара, сказал: «Мы сначала **приедем** посмотреть на ваш офис, серьезные ли вы люди». Такие заявления от серьезных людей не **услышишь**, я расценила слова руководителя как проявление самодурства, поэтому отказалась от заключения сделки. **Серьезный**

партнер судит не по тому, какова площадь и интерьер офиса, а если сомневается в платежеспособности, просит предоплату. В одежде все-таки лучше соблюдать условности. Много раз я наблюдала, как слишком свободный «прикид» (сандалии, слишком короткая юбка, растянутый свитер, прозрачная блузка, колготки плохого качества, не слишком чистая одежда) либо вызывает недоумение, либо раздражает собеседника. Многим кажется, что, одеваясь таким образом, ты хочешь сказать своим видом: «Мне на вас и ваше мнение наплевать, я могу себе позволить не соблюдать условностей, а вы стремитесь казаться умнее и солиднее в деловых костюмах». Одежда — это не только позиционирование себя, часть имиджа, но и проявление уважения к людям. Шокировать мужчину глубоким декольте — это часть игры в стерву-соблазнительницу. А теперь представь, к каким последствиям приведет такой трюк на банкете по случаю награждения вашей фирмы, к примеру, министром...

Перечислять экономические законы можно очень долго, но вряд ли это научит тебя продавать себя и покупать других. Кому-то «торгашеский» дар передан по наследству от родителей, а кто-то учится на своем, не всегда сладком, опыте. В любом случае, торговать по книгам не учатся, хотя изданий на эту тему — превеликое множество. Лучше сядь прямо сейчас, возьми ручку и лист бумаги, раздели его жирной чертой на три колонки. В первую напиши недостатки, в третью — достоинства. Перечитай то, что «написалось» в первой колонке, и забудь навсегда. О таком «покупателям» не рассказывают. Но от своей подлой натуры никуда не деться, поэтому во второй колонке напиши те же недостатки, только... смягчив формулировки. Вместо «упрямство» — «принципиальность», вместо «жадность» — «расчетливость». «Завистливость» заменим на «умение брать пример с успешных людей», а «склочность» на «непримиримость к промахам коллег». Когда я точно так же расписала свои недостатки, получилась чудесная характеристика, очень похожая на те, что находишь

перед выборами в почтовом ящике. Может, ты делишь свои черты характера на недостатки и достоинства не совсем верно? Возможно, именно твои недостатки помогут достичь успеха и сделать карьеру, а такие достоинства, как «веселость» или «добродота» — якоря, тянущие в серую обывательскую жизнь? Жизнь, а не мнение людей, расставляет все на свои места. О тебе не будут говорить хорошо, если ты добьешься успеха. Так стоит ли цепляться за выдуманные тобой самой добродетели, если они не пользуются спросом?

## **Рабочее место и визитка, или С чего все начинается**

*Падает самолет. Пилат попросил стюардессу, чтобы та предупредила пассажиров, чтобы они приготовились к аварийной посадке. Через несколько минут пилот спрашивает стюардессу, все ли заняли свои места и пристегнули ремни.*

*— Все, — ответила стюардесса, — кроме одного адвоката — он до сих пор раздает всем свои визитки.*

Праздник в нашем ауле! Наконец-то тебе повезло: новая работа, новые впечатления и люди, перспективы карьерного роста. Не спеши радоваться, новая работа — это еще и большая головная боль, новые проблемы, первые из которых — обустройство рабочего места и создание маленького шедевра с информацией о себе для новых партнеров.

История возникновения визитных карточек довольно скучна и местами интересна только благодаря некоторым «шибко грамотным» товарищам, которые умудрялись написать на крохотном листочке бумаги *такое...* Были даже «богатенькие Буратины», заказывающие визитные карточки на тончайших пластинах поделочного камня ювелиру, чтобы он сделал гравировку. В современном русском языке используется название «визитка» — разговорный вариант названия визитной карточки. Большинство людей заказывают себе именно визитки — простые картонные

прямоугольники с надписью, которая может быть нанесена даже на принтере. Но в моем классе есть **экземпляры**, которые «визитками» язык не поворачивается назвать, с таким вкусом они сделаны, продуманы до мелочей и исполнены на самом высоком уровне. Это визитные карточки настоящих Тузов. Уж я-то знаю, что чувствовала красавица, жившая лет сто назад, когда дворецкий передавал ей визитку графа N-кого, как щемило ее сердце при взгляде на одно только имя и титул. В те далекие времена визитные карточки были привилегией мужского пола; сегодня стерва, с полным правом женщины, покоряющей вершины бизнеса, заказывает визитные карточки. Как ты уже догадалась, делает она это **по-своему**: думая, оценивая и изучая правила «визиточного» этикета.

Мой первый опыт знакомства с визитной карточкой руководителя фирмы, в которую я пришла работать после окончания университета, с равным успехом можно **считать** как положительным, так и отрицательным. Отчество директора — Ефимович. В визитке красовалось: Ефифович. Естественно, я незамедлительно сообщила о закравшейся опечатке. Как известно, в плохом настроении женщины виноват не тот, кто кошелкой зацепил ее новые колготки, а тот, кто ей указал на «стрелку». В такой же ситуации оказалась и я. Учись на чужих ошибках и никогда не высмеивай, не критикуй чужие визитки, попавшие в руки. Как гласит народная мудрость — каждый человек — сам творец своего несчастья, а я бы добавила: и своей визитки. Дизайнерские способности Бог дал не всем, с другой стороны, это даже хорошо, иначе сколько людей с хорошим вкусом остались бы без работы!

Визитная карточка в идеале должна выполнять несколько функций:

- иметь стандартный размер, чтобы поместиться в любой классер;
- быть информативной;
- быть эстетичной;
- быть оригинальной.

Часто сталкивалась с вариантами визитных карточек, которые были содержательны, но не соответствова-

ли имиджу владельца, или выглядели слишком вычурно и аляповато. Самый распространенный вариант — скучно-информативный, выполненный без намека на творческую мысль. Вторая **крайность** — цветное «нечто» — часто попадает в мой кляссер после встреч с людьми творческими настолько, что за их фантазией, нашедшей отражение в оформлении визитной карточки, даже имя и фамилию трудно разобрать.

Визитная карточка стервы должна быть оригинальной, сразу бросаться в глаза и напоминать об этой незаурядной во всех отношениях женщине. Чтобы превратить обычный вариант «бизнес-карт» — визитки для партнеров по бизнесу, в украшение любого кляссера, используются «необычности», вот некоторые из них:

- визитка с дырочками (полиграфисты говорят — с вырубкой);
- визитка на прозрачной толстой пленке;
- визитка на пластике или коже;
- визитка, сложенная вдвое;
- визитка на цветной бумаге;
- **штрихкод** на визитке под именем и фамилией;
- фотография владельца визитки;
- **предмет**, ассоциирующийся с родом занятий владельца, изображенный на визитной карточке;
- визитка не человека, а фирмы, отдела;
- несколько визиток для разных случаев — от самых простых до высокохудожественных вариантов.

Содержание визитки:

### *1. Фамилия, имя и отчество.*

Как правило, ФИО располагают в центре визитки. Указывать только имя и фамилию, без отчества, допустимо только на визитных карточках, которые изготовлены для зарубежных партнеров. **Даже** если тебе импонирует обращение по имени, обязательно укажи **отчество**, а свое пожелание по поводу обращения выскажи на словах.

### *2. Название организации.*

Располагается всегда выше ФИО, напечатано более крупными буквами. Если у фирмы **есть** логотип, его

располагают в левом верхнем углу. Заказывая визитку, постарайся, если название фирмы длинное, сократить его максимум до трех слов. Иногда лучше, если руководство не возражает, не писать «торгово-промышленная коммерческая группа» или "научно-исследовательский центр высоких технологий", а указать только само название, например ООО «**Премьер**», или, в крайнем случае, поместить его аббревиатуру (если речь, например, идет о названии учебного заведения).

### 3. *Должность.*

Пишется под ФИО более мелкими буквами, состоит не более чем из трех слов. Если ты являешься десятым заместителем второго коммерческого директора по кадрам, напиши попроще: кадровая работа, или вообще не пиши должность, только кратко, чем занимаешься.

### 4. *Должностные обязанности.*

Возможно, ты и сама часто сталкивалась с проблемой: прошла выставка или презентация, твои карманы забиты визитками, голова кружится от частой смены лиц и обилия выгодных предложений. Когда ведешь переговоры, человек тебе знаком и почти дорог, но выставка заканчивается, и ты, разглядывая визитки, не можешь вспомнить не только лицо, но даже о чем ты с этим человеком договоришься. В результате, возникает неловкая ситуация: ты обещала позвонить, сделать просчет или выслать материалы, но куда и кому какие не помнишь. Название фирмы мало о чем говорит, имя и фамилия **тоже...** Чтобы с твоими визитками не произошла такая же история, укажи не только должность, но и в двух словах напиши, чем занимаешься. Например, если ты работаешь в издательстве редактором, укажи ниже должности: «покупка издательских проектов, работа с авторами»; если работаешь менеджером, укажи товарную группу, за которую отвечаешь именно ты, регион; артистам можно написать жанр, в котором они выступают. Главное назначение этой информации — сразу дать человеку представление о том, чем ты занимаешься. Твоя визитка должна задержаться в клясесере, а не отправиться в корзину, даже если на **сегодняш-**

ний момент в твоих услугах человек не испытывает необходимости. Визитную карточку можно даже превратить в мини-рекламу, указать список предоставляемых услуг, например, если ты адвокат или врач.

*5. Телефон, факс, адрес электронной почты, город.*

Все данные, по которым тебя можно найти, указываются в самом низу. Рекомендую для иностранных партнеров указать не только город, но и страну, а перед телефоном — номер международного кода. Для российских партнеров необходимо перед телефоном (в скобках) написать код города для междугородней связи. Если у тебя есть сотовый телефон и деньги на постоянное пополнение баланса, укажи на визитке и его. Информация о домашнем номере телефона — для близких людей и деловых партнеров, которым ты разрешаешь беспокоить себя по особо важным вопросам даже в свободное от работы время. На визитке домашний телефон не указывают (если, конечно, ты не вольный художник, который работает на дому), его номер ты можешь записать от руки на обратной стороне визитки.

Больше никакой информации на визитке быть не должно. Указание почетных званий и наград, монографий и имени начальника, заместителем которого ты являешься, больше похоже на хвастовство и не производит впечатления на людей, а вот информация о наличии ученой степени — обязательна. Если ты собираешься на международную ярмарку или постоянно контактируешь и с российскими, и с зарубежными **партнерами**, закажи двусторонние визитки с текстом на английском и русском языке. Учти, что давать визитку только на английском языке русскому человеку — неприлично. Изображения гербов, национальных флагов и государственной символики — личное дело каждого. На иностранцев иногда это производит впечатление.

Процедура вручения визиток — это целый ритуал, который сегодня не соблюдается не только в нашей стране, но и за рубежом. Представь, что тебе расскажет подруга, если ты ей пошлешь визитку в день

рождения или на Новый Год? В ответ она пошлет не свою визитку, а тебя... куда подальше. Если рассылать визитки по всем правилам этикета, с маниакальной точностью загибая уголки и подписывая непонятными французскими словами или аббревиатурами латинских букв, люди могут подумать, что у тебя прогрессирующая форма мании величия. Правила обмена визитными карточками, которые не стали преданьем старины глубокой, выучить несложно. Первым визитку всегда протягивает **тот**, кто приходит в офис или на стенд, если встреча назначена на выставке. Если человек вручает тебе визитную карточку, ты обязательно должна дать в ответ свою. В крайнем случае, если визитки закончились, пообещай прислать с письмом и дай все координаты. Если партнер — японец или китаец, запомни, что протягивать визитную карточку, подписанные договоры и любые предметы лучше **всего**, держа их обеими руками. Это — знак уважения, который партнеры обязательно оценят. Визитные карточки принято посылать с каталогами фирмы, деловыми письмами. Современная визитка — это информация о тебе, поданная в удобной компактной форме, набор сведений, которые ты хочешь заявить о себе, ничего лишнего. Получив визитку, человек уже не задаст некорректных вопросов, он сразу по должности определит твое положение в фирме, уровень переговоров, которые ты вправе вести без привлечения руководителя. Недаром говорят, что **визитная** карточка — это второе лицо человека; для женщины, которая постоянно заботится о своей внешности и имидже, это важно вдвойне.

Визитка стервы — это маленький шедевр, который хранится в специальной металлической или пластиковой коробочке или кожаном футляре для визиток. Продумай дизайн своей визитной карточки до мелочей, подбери шрифт, неброские украшения. Не полагайся только свой вкус, учти имидж фирмы, типовое оформление визиток в той области, в которой работаешь. Визитная карточка коммерческого директора банка и

организатора шоу-программ, естественно, отличаются друг от друга: первая — должна олицетворять солидность и надежность, вторая — творческий подход и нестандартность мышления. Не поскупись на услуги дизайнера. В конце концов, визитку ты делаешь надолго, а ее эскиз стоит не так уж дорого. Если не уверена в собственном вкусе, выбери вариант попроще, без блестящих букв, вензелей и собственного фото. Обязательно учти, что информация на визитке должна быть универсальной, ведь вручать ее ты будешь разным людям. Мои первые визитные карточки были отпечатаны на плотной бумаге на лазерном принтере за десять часов до командировки, в которую меня срочно отправило руководство. Если и ты попала в подобную ситуацию, дам один совет: разрезай визитки только острым канцелярским ножом по металлической линейке, как бы ровно ты не пыталась разрезать их ножницами, аккуратно все равно не получится, и вид будет уже не тот. Никогда не ври в названии должности, не указывай «липовых» фирм. Эта информация легко проверяется. При устройстве на работу могут помочь «лукавые» визитные карточки. Если постоянной работы у тебя нет, в визитке указывается тот вид деятельности, который служит для тебя источником дохода в данный момент (или теоретически может служить), например, «маркетинг рынка товаров народного потребления», «анализ финансово-хозяйственной деятельности предприятий», «юридические консультации по вопросам налогообложения». Есть ли у тебя заказы, работодатель не знает, у него складывается впечатление, что ты — специалист, который работает на себя, но ищет постоянное место работы с перспективой карьерного роста.

Пара слов о чужих визитках. Для их хранения идеально подойдут папки со специальными файлами, которые разделены на ячейки по размеру стандартной визитной карточки. Популярны и специальные «визитницы» (это новое слово придумано продавцами), которые по-русски (несмотря на французское происхождение слова) называются кляссерами. Кляссер — такой же

стильный аксессуар, как кошелек, футляр для очков. Он выбирается в одном стиле с канцелярскими принадлежностями, ежедневником или записной книжкой. На международной ярмарке я наблюдала, как сидящий возле стенда человек прикалывал визитку степлером к страничке ежедневника, а на ней подробно помечал, о чем мы договорились, каковы условия и сроки. Получался краткий конспект деловых переговоров, и сразу здесь же — координаты контактного лица. На мой взгляд, это очень удобно.

*Рабочее место стервы* — это отдельный разговор. В некоторых фирмах восхождение по крутой карьерной лестнице приходится начинать со стола в коридоре или набитого до предела кабинета, где и без тебя плюнуть некуда. Участь стажера незавидна, зато потом... Остановимся на варианте, при котором тебе хотя бы выделили стол. В американских фильмах часто показывают, как уходят с работы, сгребая в коробку фото любимого мужчины, содержимое ящиков и документы об увольнении с рекомендациями для устройства на новое место. Если бы русская женщина покидала офис в один день, ей бы понадобился маленький «самосвальчик». За годы работы в кабинете оседает куча дорогих сердцу и ненужных дома вещей. Шкафы и коридоры заставлены коробками от компьютерной **техники**, под столом громоздится груда обуви для любого **сезона**, ящики стола перегружены косметикой и милыми безделушками, подаренными коллегами. А на столе... Об этом лучше вообще не вспоминать. Как говорил мой бывший начальник: если женщина сложила вещи в кучки геометрической формы, она считает, что навела порядок. С начальниками не спорят, тем более стервы. Начнем с самого простого. Что прихватить с собой в первый день:

- кружку, пакетики с чаем или кофе, сахар — дай понять коллегам, что ты здесь надолго, даже если это не так;
- пакет печенья — «подмазаться» к сотрудникам тоже не помешает, к тому же, чашка чая — прекрасный повод выведать нужную информацию;

— пишущую ручку и ежедневник — бегать с утра по офису, «стреляя» канцелярские принадлежности — это не по-стервозному.

Обосновавшись на новом месте, стоит задуматься об его обустройстве. Все вещи на столе, не относящиеся напрямую к работе, должны хотя бы не мешать. Одна-две безделушки, любимый кактус или бонсаи на системном блоке компьютера, но не больше. Фото близкого человека на столе стервы появится в последнюю очередь и только в случае, если она уверена в том, что он — всерьез и надолго. Физиономия мужчины, улыбающегося всему отделу с твоего стола, заставит коллег мужского пола держаться подальше, как если бы ты была китайкой с подозрением на вирус атипичной пневмонии. Задумайся, нужно ли тебе это?

Если на столе стоит компьютер, отнесись к нему с любовью, протри пыль с клавиатуры, монитора, системного блока. Особо засаленные места протри тряпочкой, смоченной водкой. Не забудь предварительно выключить машину и не смачивай тряпку слишком сильно, иначе клавиатуру придется разбирать для просушки. Учти, что экран монитора протирают только слегка влажной мягкой тканью или специальными салфетками, которые продаются в магазинах оргтехники. Не слишком солидно, когда на рабочем столе разложены диски с музыкой и компьютерными играми. Слушать громкую музыку и играть в компьютерные игры, а также наносить утренний макияж и раскладывать косметику вперемешку с канцелярскими принадлежностями, вешать плакаты с любимыми актерами и собачками, пользоваться ковриком для мыши с изображением голы женщины, устраивать из офисного шкафа личную библиотеку, склад обуви под столом, можно только дома. Усаживать на системный блок плюшевого мишку, прятать в верхнем ящике стола грязную тарелку и недопитую бутылку коньяка, записывать телефоны на стенах, загромождать стол комнатными цветами, демонстрировать коллегам золотые зажимы для денег и пресс-папье из малахита на работе нельзя. Вы-

бирая вещь для офиса, думай не столько о собственном вкусе, сколько о впечатлении, которое она будет производить. Отдавай предпочтен вещам не самым дешевым, но и не роскошным, если ты не начальник, которому нужно держать марку во **всем**. Работая в коллективе, будь выше, но совсем чуть-чуть, чтобы не **раздражать** коллег. Стерву выделяют из серой массы не яркие и дорогие вещи, а внимание к деталям, умение приучить себя к порядку. Маленький букетик цветов на столе — для настроения, которое тебе **непременно** кто-то попытается испортить. Календарь? Купи универсальный, который понравится всем, например, с красивыми видами природы. Ежедневник? Пусть будет дорогим, но неброским. Тот, кто разбирается в качестве и стоимости вещей, оценит, а дилетант кожу от кленки никогда не отличит.

Что отличает рабочее место стервы:

— **какая-нибудь** необычная деталь: маленький аквариум в форме бокала с золотой рыбкой, экзотический цветок, небольшая статуэтка, вазочка;

— **порядок на столе**: уходя с работы, спрячь важные документы в стол, приберись, напиши список важных дел на завтра;

— **приятный запах**: спрячь в ящике стола ароматизатор с легким, ненавязчивым запахом. Это может быть даже небольшой кусочек шерстяной ткани, сбрызнутый твоими духами или ароматическим маслом;

— **несколько серьезных книг на полочке в шкафу**: они скажут любому: «Я не останавливаюсь на достигнутом и хочу узнать еще больше». Надеюсь, понятно, что книги нужно не только выставлять напоказ, но и читать, а время от времени покупать новые.

— **необходимые «мелочи»**: в самом дальнем ящике стола — крем для обуви, мыло, иголка с ниткой, крем для рук, свечка и спички. А в отдельном пакете в «потайном» ящике: запасные колготки и даже трусики, прокладка или тампон, пачка презервативов.

Теперь, когда рабочее место обустроено на зависть всем, пора приступать к работе, ведь куда привлека-

тельное большой стол в просторном кабинете, чем «почетное» место у двери в большом отделе, но для этого придется многое сделать. Снова тяжело вздыхаем и беремся за выполнение очередной задачи, которую кто-то другой назовет невыполнимой. Такая уж судьба у стервы — доказывать всем, что она может работать и зарабатывать, оставаясь женщиной. Пусть завидуют и строят козни, пусть распускают слухи. Добр и великодушен тот, кто силен, и только слабый барахтается в собственном бессилии, брызжа ядовитой слюной на того, кто смог подняться выше. Ты пришла на новую работу? Мысленно попрощайся с новыми сотрудниками, ведь ты не собираешься здесь задержаться долго? Возможно, через год-другой ты станешь их начальником, и те слабости, что не сможешь скрыть сегодня, тебе припомнят, постараются уколоть, обидеть и унижить. Помнить об этом каждую минуту, продумывать каждый шаг и разговор — это тоже работа, и ничуть ни меньшая, чем твои прямые служебные обязанности.

## **Коллеги и начальники, или Волчица в стаде баранов**

*Даю уроки подлости на книге Дейт Карнеги «Как  
предать друга, не обидев его».*

### **Объявление**

Коротко о наболевшем. Спят друг с другом все и везде: начальники — с секретаршами и со всеми подряд, секретарши — с начальниками и водителями, менеджеры — с клиентами, а грузчики — с девочками на складе. Так было всегда. К тебе пристают на работе не потому, что ты такая красивая или самая сексуальная. Пристают ко всем, по привычке. С древних времен повелась такая традиция: решать свои сексуальные проблемы на работе. Чем напряженнее работа, чем больше времени ей отдается, тем больше связей возникает на производстве. Служебный роман — это очень удобно и не занимает много времени. Сексуальную озабоченность подхлестывают скученность и недостаток места. Как ни странно, возраст роли не играет. К тебе может подкатиться и молодой директор, и совсем старенький. Причем, еще не известно, кто из них будет более настырным. Бороться с приставаниями сложно, а вот испортить отношения и вылететь с работы — легко. Мужчина, которому отказали, чувствует себя незаслуженно обиженным и ущемленным. А теперь подумай, как он к тебе будет относиться, ес-

ли ты у него в подчинении? Поэкспериментировать, конечно, можно, если много **вакансий** по твоей специальности. Может быть, тебя поймут и услышат, или скажут тебе об этом на словах. А потом подставят. В моей карьере нет других примеров. Поэтому мне не нравятся женщины-политики и актрисы, ведущие и модели, директора и владелицы фирм. Через сколько постелей им нужно было пройти, чтобы попасть на экраны наших телевизоров? Под скольких лечь головой и телом?

Поделюсь драгоценным опытом. Практика сексуальных домогательств такова:

**Вариант первый:** бесплатное секс-обслуживание начальника и твоих VIP-клиентов оговаривается сразу при приеме на работу. Такая схема практикуется в рекламных агентствах и шоу-бизнесе, в торговле и журналистике. Предложить неформальные отношения тебе могут уже в день собеседования в качестве проверки на желание найти хорошую работу. Дескать, желаешь, значит ляжешь. Я знаю массу примеров, когда начальники объявляли **набор** на вакансии не из-за производственной необходимости, а чтобы обработать очередную партию девочек, которые пришли работать секретарями или официантками. Профиль заведения и должность не важны, хотя тебе, конечно, объяснят, что в этой сфере иначе не бывает, и если ты хочешь сделать карьеру, то начинать нужно с самых низов (с минета, что ли?) Мой тебе совет, беги из таких фирм, взяв ноги в руки. Тебя используют как проститутку. Разве может быть перспективной и серьезной фирма, в которой клиентов (и слово-то какое подобрали!) нужно заинтересовывать собой, а не товаром, который ты предлагаешь? Получается, тебя вместо скидки приглашают работать? Вы у нас **рекламку**, а мы вам послушную девочку в качестве призового бонуса. Несерьезно. А если а работу несерьезно берут, то так же и выгоняют, без предупреждения и выходного пособия. Если фирма тебе все-таки интересна или **вакансий** по твоей специальности не так уж **много**, постарайся объяснить

директору, что ты профессионал, и в подобных вещах совсем не нуждаешься. Пусть даст испытательный срок, в конце концов. Может, если будешь хорошо работать, эта тема сама собой рассосется.

*Вариант второй:* Тебя взяли на работу. Работа хорошая, начальник умница, сотрудники — тоже ничего. А главное, интересно работать и платят хорошо. Ты проходишь стажировку, работаешь полгода или год, нарабатываешь клиентов, связи, заказываешь визитки и планируешь работу на год вперед. А в один из рабочих вечеров или на ярмарке в другом городе вызывает тебя **начальник** и говорит, давай-ка, дескать, за хорошую работу и чтобы продемонстрировать лояльное отношение к фирме и ко мне лично, вступи-ка ты со мной в интимную связь. И рассказывает, кто из сотрудников эту лояльность продемонстрировал активно, кто не очень, и как это повлияло на их карьеру. Ты, конечно, в шоке от такого. С одной стороны, и работу потерять не хочется (именно на это и рассчитывает начальник), и спать с ним тоже не хочется. Это получается секс в рабочем порядке? А начальник на это и рассчитывает. Сколько головных болей он с себя снимает только потому, что он начальник, а ты подчиненная! Не нужно уговаривать и ухаживать, дарить подарки и водить ужинать. С начальником не станут спорить, как с обычным любовником, и диктовать время и место встречи, к тому же, ты и так всегда под рукой, например, в обеденный перерыв. Очень удобно. Когда нужно, он начальник, когда нужно — любовник. Перетекание осуществляется плавно. Тебя трахают, закрыв кабинет на ключ, а в постели до полуночи **обсуждают** твой последний отчет. Если ты думаешь, что связь с директором поможет тебе сделать карьеру, ты не права. Пообщаться с умным человеком и его окружением — да, посмотреть, как живет и работает человек успеха со стороны — да, узнать тайны бизнеса и его личной жизни — да. Но не сделать карьеру, во всяком случае, в этой фирме. Служебный роман занимает много времени. К тому же, скрыть его практически невозможно.

У тебя портятся отношения с коллегами: с женщинами, которые спали с начальником до тебя или которыми пренебрегли, с мужчинами, которым ты в свое время отказала. Осознанно или нет, но тебе начинают мешать, сплетничать и относиться, как к боссовской подстилке. Конечно, директор может подкинуть тебе интересные проекты или клиентов. Но в итоге, стоят ли они твоих нервов?

Как же быть? Отказать или лечь в постель? Как себя после этого вести? Как много вопросов... Если хочешь моего совета — не спи. Но могут выгнать. Или спи, но ни на что особенное не **рассчитывай**. Есть еще промежуточный вариант. Переспать несколько раз (в соответствии с пожеланиями) и показать себя совершенно деревянной, фригидной и противной, чтобы ему в следующий раз не захотелось. Посмотри главу про женские типажи, которые отпугивают мужчин, забудь принять душ перед свиданием. Только не переигрывай. Это еще хуже, чем не «дать» совсем. Многое зависит от конкретного человека, кто-то за отказ кинет в тебя пепельницей, а кто-то лишь поведет плечами: не прошло, и не надо. Профессионалам и незаменимым работникам предложения переспать делают реже, чем секретарям и девочкам на побегушках. Постарайся показать себя в деле. А если есть муж или любовник, и ты замечаешь похотливые взгляды коллег, попроси его встретить тебя вечером, чтобы забрать с работы, или возить в офис по утрам. Подчеркивай свои чувства, делай это на виду. Может, пыл у сотрудников и начальника поугаснет?

Не буду подробно о коллегах. Они такие же мужчины. Постарайся не обидеть или «почему бы и нет?». На работе тоже можно найти свою судьбу. Только не выбирай из подчиненных. Конфликта не избежать, если смешивается работа и очень личное. Сама посуди, если он не выполнит твое распоряжение, ты начнешь уговаривать или ругать? Уговоры ставят конец на нормальной работе, а ругань — на личных отношениях. Не хочешь, чтобы к тебе приставали, не провоцируй кол-

лег. Одевайся скромнее, не задерживайся на производственных вечеринках — именно с них все часто и начинается. И главное — не позволяй фамильярностей, они опускают тебя на уровень всеобщей доступности. Лучше держаться с достоинством, но несколько на расстоянии. Показателем мужского панибратства могут стать предложения выпить после работы или уменьшительно-ласкательные прозвища. Я для себя решила давно: никто не будет называть меня, как соседку по парте в школе. «Светик» или «Котик», а тем более — «Светка», «Ленка», «Танька». Это девчонки из соседнего двора, которые учатся в ПТУ и рады осчастливить любого. Стерва же уважает себя и не позволяет такого обращения. Лишнего снобизма тоже не нужно. Обращение по имени-отчеству к молодой женщине напоминает школьных учительниц или синечулочных женщин в скучных кабинетах. Крайности вредны во всем. А ты на то и стерва, чтобы **лавировать**, избегать и рифов, и мелей. Удачного плавания!

## Как заставить себя уважать, не унижая, если подчиненный — мужчина

*Мужчина не ~~против~~, чтобы женщина безраздельно властвовала. На кухне. Или вершила судьбы. Его грязных рубашек.*

Елена Колядина

Начальник! Какое сладкое слово. Я начальник, я добила своего. Я самая умная, я могу приказывать и смотреть свысока, принимать решения и вершить судьбы. Я начальник.

А теперь — если посмотреть с другой стороны. На кой черт мне сдался этот «геморрой»? Каждый день выволочки от директора. Ладно, если бы сама была виновата, а все из-за подчиненных-уродов. Совсем работать не хотят. Приказы не выполняют. Нянчишься с **ними**, по ночам не спишь, думая, как сделать зарплату больше. А они, бездельники, как будто нарочно меня подставить хотят. Наверное, на мое место метят. Начальник — одна оболочка, сдувшаяся резиновая лодка в **бочке** с дерьмом.

Если ты уже начальник, это похвально. Поделюсь своим опытом, а ты прибавишь свой. Мужчина-подчиненный — это бедствие на бедную женскую голову. Приработаться к такому кадру, а особенно, если их несколько, непросто. Происходит это из-за разницы мужского и женского понимания жизни и менталитета. Ты,

например, думаешь, что заработала свое место умом и трудолюбием, а для мужчины, который боролся за это же место, но проиграл, удобнее думать, что ты его получила за постель и красивые глазки. Поверить в такое гораздо легче, чем в твой профессионализм и в то, что ты превосходишь его по многим показателям. Мысль о женском превосходстве для мужчины невыносима. Последний век матриархата закончился так давно, что в мужском подсознании и следа не оставил. Зато патриархат — идеология близкая и привычная, и она диктует, что женщина — существо более глупое, руководить не может в принципе. Ситуацию на работе мужчина воспринимает примерно так, как если бы в семье из него хотели сделать подкаблучника. Естественно, что он делает? Сопротивляется. Сопротивление не всегда бывает прямым, оно может проявляться в нежелании подчиняться, а также в таких вещах, как:

- невыполнение поручений (жесткий саботаж);
- излишняя самостоятельность;
- выполнение поручений позже, чем планировалось (мягкий саботаж);
- долгое обсуждение распоряжений и их «непонимание»;
- сплетни о тебе;
- «подставы» перед начальником и действия через твою голову;
- подчеркнуто-фамильярное отношение;
- попытка заигрываний;
- самовольное вмешательство в твои обязанности;
- подчеркнутое отношение, как к женщине, а не как к начальнику.

Может, ты уже узнала кого-то из своих? Не спеши с увольнением, кое-что сделать все-таки можно. Прежде всего, обрати внимание на то, понимает ли тебя мужчина. Мировосприятие у мужчин и женщин на самом деле во многом отличается, и чем ближе ты будешь по духу и умению мыслить к мужчине, который работает под твоим началом, тем легче он примет тебя за «свою». Может быть, ты слишком резка и разже-

вываешь указания, как для идиотов — по десять раз, или — наоборот, даешь неполные и отрывочные приказы, забывая о том, что интуиция у большинства мужчин атрофирована напрочь. Для начала устрани раздражающие факторы. Понаблюдай, после чего случаются приступы неподчинения? Может быть, мужчина имел на тебя виды, а после повышения боится, что его действия будут восприняты как попытка сделать карьеру и выбиться в любимчики? Или он старше, и раздражается при виде твоей короткой юбки и ярко-рыжих волос? Будь ты его дочкой, за один только вид устроил бы выволочку. А так — приходится смотреть на такое счастье и терпеть капризы какой-то девчонки.

Если раздражающие факторы устранены, приступай к самому главному — завоеванию авторитета. Тебе нужно стать «своим парнем». Прежде всего, уйми все женское: он — не мужчина, а ты — не женщина. Вы два бесполох существа, которые работают в одной команде. Никаких недомоганий по поводу месячных, частых бюллетеней и просмотров женских журналов на рабочем месте. Это недопустимо даже в женском коллективе, а в мужском — тем более. Командовать может только суперженщина, которая сильнее и умнее. И ты должна это доказать. Приходи на работу первой и уходи последней, делай больше всех и давай поручения, которые приносят реальный заработок. Лишняя копейка в кармане — веский аргумент, чтобы прислушаться к твоим словам, даже если они вылетают из прелестно накрашенного ротика. И никакого панибратства. Со служебных посиделок уходи первой, не приглашай к себе в гости и не делай из подчиненных друзей. Сами того не осознавая, они воспользуются твоей слабостью или информацией, которую ты выболтаешь «по дружбе». Друзей нельзя заставлять много работать, с ними нельзя быть жесткой. Появится обида. Чтобы этого не случилось, держи дистанцию. Никогда не проси у подчиненных в долг и не делись личными проблемами. Чем меньше будут знать о тебе, тем меньше будет у людей информации о твоих слабостях,

которые при случае можно использовать в своих целях: разжалобить или напомнить о промахе.

Самое важное условие успешного руководства мужчинами — держать их на равных и прислушиваться к их советам, но доказать, что твой профессиональный уровень выше. Это сложнее всего. Не допускать проколов, не унижать подчиненных и не кричать на них, не поддаваться слабостям, постоянно работать над собой, учиться и учиться. Поверь, результат стоит того. Высокая профессиональная оценка от мужчины, который работает «под тобой», если это не грубая лесть, — это показатель твоего профессионализма, гораздо больший, чем оценка начальника или крупного клиента. Добившись мужского уважения в коллективе, ты можешь переходить к прямой эксплуатации мужских талантов. Он тебе доверяет, он расслабился, а значит, воспримет твои убеждения в правильности сделать что-то, как возможность подзаработать или продвигаться по служебной лестнице. Пользуйся моментом, доверь мужчине творческую работу, новое направление, новых клиентов. Это как раз то, что им нравится. Ведь неслучайно все изобретатели — мужчины. А потом, когда он откопает золотые слитки, ты приберешь все это к рукам, рассортируешь... и покажешь начальнику. Все довольны. А ты хотела его уволить. Это было бы слишком просто, а стервы не ищут легких путей. Ведь каждая проблема имеет массу простых и, как правило, неверных решений. Неверные решения для начальника — слишком большая роскошь.

## **Стиль управления — выбирать тебе**

*...Сотрудники некоторых компаний хорошо работают не потому, что им за это хорошо платят. Боже важным стимулам для них является уважение и даже любовь к начальнику. Но чтобы люди работали за одну улыбку менеджера, в компании должна функционировать система харизматического управления,.. чем выше позиция руководителя, тем больше власти он должен отдавать.*

Антон Калабин,  
бизнес-тренер и глава компании «Камео»

Так уж получается, что мы общаемся с людьми, которые нам либо выгодны, либо интересны, а если два эти качества совмещаются, человек становится просто незаменим. К сожалению, чаще всего встречаешь людей, которые хотят воспользоваться твоими мозгами или деньгами, не отдав ничего взамен. Согласись, это обидно. А для начальника обидно вдвойне. Еще вчера ты была одной из них, жила в командировках в одном гостиничном номере, обсуждала произвол начальника. А теперь все изменилось. Ты — на вершине, тебе предстоит освоить сложную науку управления людьми, которой посвящены толстенные отечественные и зарубежные издания. Первое, что ты начинаешь делать — читать эти самые книги, выискивать с карандашом в руке управленческие секреты. Но на практике получается совсем другое: похвала расслабляет, материальное

стимулирование не искореняет лень, друзья пользуются твоим расположением, а подробный инструктаж воспринимается как глупое разжевывание всем понятных вещей. Женщина-начальник оказывается в более сложном положении. Ее не любят все подчиненные, независимо от возраста и пола, она вынуждена каждый день доказывать, что достойна занимать пост, нести ответственность, что она умнее, компетентнее многих. Похвалу от женщины-начальника никогда не оценят по достоинству, подозревая в ней какой-то подвох, ведь женщин считают более злопамятными и истеричными, пристрастными и неспособными к анализу и логическому мышлению. Причем, когда речь идет о женщине-начальнике, женщины-коллеги приходят к удивительному единодушию с мужчинами, с удовольствием бросая: «наша мымра», «эта крыса», а то и «ах, сука!». Если ты будешь доброй, подчиненные назовут тебя слабым лидером или просто душой, если же начнешь действовать по принципу «приказы не обсуждаются, а выполняются», они назовут тебя той, кем ты на самом деле и являешься — Стервой. На войне, как на войне.

В теории, стиль управления может быть демократическим или харизматическим. Чаще всего встречается нечто среднее. В бизнесе, как и в политике, нет чистой демократии и тоталитаризма, стиль управления меняется в зависимости от условий работы отдела или компании, специфики работы, возраста сотрудников. Закон истории гласит: когда государство находится в кризисе, наиболее эффективна тоталитарная власть, сконцентрированная в руках одного человека, но для развития и роста необходима демократия и свобода. Примеры из истории: Революция и Гражданская война — жесткая власть в руках большевиков, НЭП — почти анархия, но на самом деле — тщательно продуманная демократия большевиков. Смотрим дальше: сталинский тоталитаризм, а потом — хрущевская «оттепель». Брежневский «застой» (являлся ли он на самом деле таковым — большой вопрос), а потом — горбачевские реформы, Ельцин с реформами Гайдара и Путин, стремящийся

ся подчинить «распоясавшийся» капитал государству. В любой успешно действующей компании с историей, насчитывающей хотя бы года три, уже можно проследить такие же изменения в управлении. На одном диктате или только на попытке найти общий язык с работниками финансовые империи не строятся. Давай, для начала, немного разберемся с обоими стилями в чистом виде, а потом попробуем найти что-то свое.

Демократический стиль управления базируется, как и политическая демократия, на выборности и свободе слова. Предположим, тебя назначили, но, как демократический лидер, ты прислушиваешься к мнению коллег, поощряешь их финансово, постоянно доказываешь свою компетентность во всех вопросах, работаешь больше всех, выгораживаешь свою команду перед вышестоящим начальством. Такая система хорошо действует в творческих коллективах, где сотрудники не привыкли к жесткой схеме управления, работают не всегда «от звонка до звонка», а в соответствии с производственной необходимостью. Демократический стиль хорош в условиях конкуренции нескольких коллективов, когда соревнуются команды — генераторы проектов, и важно, кто и насколько быстро сможет воплотить идею в жизнь. В таком случае отдельный сотрудник воспринимает как врага конкурирующую группу, а не своего начальника. Начальник же, становится другом и соратником по добычанию пропитания и продвижению по служебной лестнице. Известный закон военных и политиков гласит: продвигаясь вверх, успешный карьерист тянет вместе с собой свою команду. Со своими, проверенными кадрами удобнее работать на любом уровне. Но демократия не так идеальна, как кажется на первый взгляд. Когда начальник «в доску свой», в коллективе неизбежно возникает полудружеская атмосфера, сотрудники начинают расслабляться. Если руководитель молод и неопытен, демократия превращается в анархию. О какой продуктивной работе в этом случае может идти речь? С выполнением указаний неизбежно возникнут проблемы. При демократии сотрудник, если приказ ему кажется не со-

всем корректным или не приносящим выгоды, может отложить его исполнение на время или даже изменить по своему усмотрению. Возникает путаница, кому и что выполнять, которая зачастую приводит к парадоксальной ситуации: в коллективе много генераторов идей, но некому их воплощать. Руководитель, видя назревающий кризис, пробует изменить стиль управления: дает подчиненным подробные распоряжения, следит за их выполнением. Но результатов этот шаг никаких не приносит, потому что сотрудники избалованы. «Закручивание гаек» вызывает только волну возмущения поведением начальника, которая еще больше отвлекает сотрудников от работы. «Непослушание» тем сильнее, чем выше квалификация подчиненного, чем больше он уверен в своей незаменимости. Порой, ситуацию может исправить только увольнение нескольких человек, понижение в должности других сотрудников и штрафы. Управление подчиненными при демократической системе — высший начальственный пилотаж, основанный на доскональном знании психологии подчиненных, просчете ситуации и действий сотрудников на несколько ходов вперед, умении играть на их слабостях и грамотно разрабатывать мотивации. Важно научиться не только управлять коллективом, но и уметь перенаправлять недовольство сотрудников друг на друга или на руководителей подразделений. Чем хуже сотрудники относятся друг к другу, тем ближе и родней становится начальник.

Отношения с персоналом при демократии тоже складываются непросто. С одной стороны, женщина-руководитель относится к подчиненным, как к своей второй (а порой и единственной) семье. Она более жалостлива, повинувшись «комплексу учительницы», склонна выделять из коллектива любимчиков. Предположим, к руководителю-мужчине обращается бухгалтер Марья Ивановна и просит освободить ее от работы в послеобеденное время на месяц-другой, потому что мать тяжело больна. Что он ответит? Скорее всего, объяснит Марье Ивановне, что на носу баланс, а ее зарплата на порядок выше, чем у остальных бухгалтеров в подобных фирмах

А также растолкует, что размер ее зарплаты позволяет нанять нянечку, которая справится с уходом за больной мамой гораздо лучше. В крайнем случае, босс предложит взять отпуск за свой счет или отгул, договорившись с коллегами, чтобы не произошел срыв работы. Как реагирует на просьбу женщина-начальник? Входит в положение, отпускает Марию Ивановну (она ведь женщина с нелегкой судьбой!) и сама по ночам делает баланс, обучаясь бухгалтерии по книжкам-самоучителям. Но жалостливость женщины имеет свои пределы. Приобретая опыт руководства, она становится более жесткой и «нечеловечной» или вылетает с руководящих постов. Демократичная начальница, столкнувшись с грубой лестью нерадивых работников, с ухаживаниями из денежно-карьерных соображений, в один прекрасный день (для подчиненных, как ты понимаешь, он совсем не прекрасный) решает установить тоталитарный режим и очистить ряды фирмы от неблагонадежных, бездарных и ленивых.

Руководители «с харизмой», которых называют: «диктатор», «сильная рука», «безусловный лидер» — это начальники, придерживающиеся харизматической модели управления. Она базируется не на материальном стимулировании, которое, кстати, далеко не всегда «работает» эффективно. Приведу пример: менеджер Татьяна отгружает в месяц товара на четыре миллиона рублей и зарабатывает тысячу долларов. Есть возможность увеличить количество отгружаемого товара, если работать больше, искать новых клиентов. Татьяна задается вопросом: готова ли она ради лишних пятисот долларов удлинять рабочий день на час-два, отказываться от обеденного перерыва и пяти чашек кофе с разговорами «за жисть», готова ли мучительно думать о том, как развить клиента, как построить систему скидок, как разведать клиентские базы предприятий со схожей продукцией и т. д. И чем больше накапливается этих «готова ли...», тем быстрее она сама себе отвечает — не готова. Тысячи долларов на все необходимые покупки хватает с лихвой, а если тратить сил и времени на работу больше, то радость жизни пропадет. Может быть, это как раз принцип разумной достаточное-

ти в действии? Что делать в такой ситуации руководителю? Мой опыт показывает, что харизматический руководитель находит самое простое и выгодное для фирмы решение. Он вызывает Татьяну «на ковер» и спокойно говорит: «Со следующего месяца ты должна сделать отгрузку шесть миллионов. Как это будет сделано, меня не интересует». Не сделала через месяц — карательные меры вплоть до увольнения или понижение заработной платы. Грамотный руководитель никогда никому не грозит, не стучит кулаками по столу, не брызжет слюной. У Сталина было правило: виновного — прости. Или убей (ты не Сталин, поэтому просто уволь). Угроза — проявление глупости, слабости и бессилия. Грозят обиженные. Очень правильные слова, сформулированный Виктором Суворовым, стоит запомнить любому начальнику. Лев великодушен, но за этим великодушием стоит готовность сожрать любого, кто разозлит царя зверей. Сильный лидер, сильная женщина у руля — это львица (но не гиена), которую не стоит злить. Она — «матушка» своим сотрудникам, но матушка суровая, по-крестьянски расчетливая. Она не любит лизоблюдов, но приветчает ко двору людей с собственным мнением, даже если оно отлично от ее собственного.

Харизматический руководитель не бредит ночами разработками мотиваций, не покупает кипы книг по технологиям менеджмента, он не стремится быть в курсе любой мелочи в фирме, не разжевывает указания. Он ставит задачу, если необходимо, проводит четкий инструктаж по технологии ее выполнения. Настоящая леди-босс не стремится все сделать сама, она управленец, человек, который сводит воедино настоящих профи и с их помощью создает продукт. Совершенно не важно, какой — книга, которую ты держишь в руках, или пальто после химчистки. Она занимается стратегией, поручая тактику профессионалам. В идеале, начальника должны слушаться и бояться только потому, что в его руках власть. Он решает, сколько сотрудник получит денег, будет ли повышен в должности или уволен, он умен и справедлив, как мудрый правитель. Где-то прочитала определение харизмы — это нечто **неуловимое**, что есть у

толстых лысых миллионеров. Смешно? А как стать харизматическим лидером, если всего-то роста — метр с кепкой и голос, как у десятилетней девчушки? Это уже не смешно. Женщине сложнее соответствовать образу харизматического лидера. Многие находят свой путь — становятся во всем похожими на мужчин. В первую очередь это проявляется в изменении внешнего вида и манеры поведения. Женщина-начальник становится более грубой, перестает пользоваться косметикой, носить каблуки, учится нецензурно выражаться и пить наравне с мужиками. Может быть, кому-то так легче вжиться в образ? Мне удавалось заслужить мужское уважение, не теряя женственности. Секрет «золотой середины» прост: не развивать в себе мужское начало и не слишком подчеркивать женское. Результат, которого добивается женщина-начальник — лучший показатель ее «мужественности». Лучше уж отказаться от глупых женских ужимок, чем превратиться мужеподобное существо непонятного пола и сексуальной ориентации.

Закон 20/80 гласит: в любом коллективе двадцать процентов сотрудников делает восемьдесят процентов работы, двадцать процентов получают восемьдесят процентов фонда зарплаты, восемьдесят процентов работников приносят двадцать процентов прибыли. Не знаю, почему так получается, но закон действует в любой фирме, состоящей больше чем из пяти сотрудников. Задача лидера — вычленив двадцать процентов наиболее эффективно работающих сотрудников и в первую очередь работать с ними, завоевать их уважение и добиться их беспрекословного подчинения. Остальной коллектив — это балласт фирмы, но и он необходим для обеспечения успешной работы лучших двадцати процентов. Если установить контакт с профессионалами, лучшими работниками, остальные примут их точку зрения. Мнение о начальнике передается от звена к звену, от тех, кто имеет непосредственный контакт с боссом — к низам. Солдат видит генерала только на параде, но уважает его гораздо больше, чем непосредственного командира. В пользу начальни-

ка говорят слухи о его победах и необычных качествах, почти невозможные достижения, знакомства с влиятельными людьми, престижное образование.

В фирме, которую организует и развивает женщина, люди не ходят по струнке, но и не мечутся, как пауки в банке, пожирая друг друга, чтобы отвоевать место под солнцем. В идеале — твердый оклад плюс процент с прибыли и жесткий план. Не выполнил — оформляй годовую подписку на газету с вакансиями о работе. Люди, как дети, гордятся значками, подаренными на Новый год лучшим сотрудникам, рейтингам и почетным грамотам. Советская система не во всем была дурной и никчемной. Деньги — хорошее поощрение, но не для всех. Ветерану производства будет приятна награда и твои объятия, молодому менеджеру — его физиономия на стенде почета. Уделяй особое внимание тому, что называется «корпоративной культурой» — праздники, подарки, совместные выезды на природу, но держись немного в стороне и выше остальных, ты ведь начальник. Побудь с часок-другой и оставь людей веселиться в свое удовольствие.

Работу начальника с коллективом я воспринимаю как военные действия на территории противника. Порой отличить друга от врага очень сложно. Все решают деньги, тебе льстят и делают комплименты, чтобы склонить к невыгодной сделке. Первая книга на столе любого начальника — «Искусство войны», которую написал еще до нашей эры китайский военачальник Сунь Цзы.

Чем дольше я руководила людьми, тем чаще в голове всплывали законы криминального мира, называемые «понятиями». Эти законы я долго старалась забыть, считая чем-то грязным и недостойным. Я выросла в «неблагополучном» районе города и всегда хотела отгородиться от криминала, но не всегда это получалось. Одноклассники, соседи, подруги... Став начальником, я была поражена, как со временем, сама того не замечая, я стала судить о людях и их поступках «по понятиям». Уточню, мой бизнес абсолютно честный и легальный, ни в каких махинациях я никогда не учас-

твовала. Приведу несколько **примеров** того, как законы криминального мира действуют в бизнесе:

*Не верь, не бойся, не проси* — главное правило мафиози — чем не девиз для мудрого руководителя?

*Вынул **нож*** — бей, *вынул пистолет* — стреляй — угрожает слабый, вспомни правило Сталина: никогда **никому** не грози. «Гнуть **понты**» — недостойная привычка для руководителя.

*Если чувствуешь правоту **«по»** понятиям*, *стой на своем до последнего* — как тебе такая проверочка? Договоренность, даже устную, надо соблюдать. Пообещала — сделай, уверена в том, что ты права — доказывай, даже если твое мнение расходится с мнением вышестоящего руководства. Твердость и уверенность в своем мнении, выполнение данных обещаний формирует авторитет руководителя, а не роскошный кабинет с дубовым столом.

*Не гнили* — сотрудники и конкуренты сразу чувствуют, с кем имеют дело. К «гнилости» относятся: обман и отказ в помощи, жадность и неисполнение обещанного. «Гнилой» человек не приобретет хорошую репутацию, а в бизнесе это важно. Конечно, ты можешь взять на вооружение слова старухи Шапокляк: «хорошими делами прославиться нельзя», но нужна ли тебе такая слава?

*Не обманывай, не воруй у своих* — на блатном жаргоне это называется «**крысятничество**». В бизнесе нужно уметь делиться заработанным с сотрудниками, иначе они просто разбегутся или сдадут тебя налоговой, бандитам или конкурентам. В бизнесе «не воровать у своих» означает умение делиться прибылью, распределять зарплату без оглядки на любимчиков.

*Хороший мент* — *мертвый мент* — бизнес-трактовка: хороший конкурент — мертвый конкурент.

*Пистолетом и языком можно добиться большего, чем просто языком* — твой пистолет — это информация о конкурентах, знание их слабых мест и психологии влияния. Одна фраза может решить результаты переговоров.

Независимо от стиля управления, который выберешь ты, запомни: ты — начальник, а значит, ты талантливее, умнее, работоспособнее любого подчиненного. Это не значит, что ты — царь и Бог. Унижать подчиненных — последнее дело. Запомни раз и навсегда: хвалить при всех, ругать — наедине. Они — винтики, которые не заработают без твердой руки грамотного мастера. Тебе не приходила в голову мысль, почему одни люди всю жизнь подчиняются, а другие сразу выбиваются, пусть и в небольшие, но начальники, создают свои фирмы. Разве они умнее? Ничуть. Главное отличие начальника — он знает *технологию*. Это знание имеет несколько ступеней — от технологии управления и просчета работы небольшого отдела до понимания механизма действия и секретов успеха любой структуры. Технология — это опыт плюс количество накопленного материала, которое перерастает в качество, плюс анализ и синтез, плюс знание людей, плюс талант и честолюбие. Технология «делает» начальника, умение придумать «нечто», без которого все подчиненные будут уволены. Чем отличается руководитель отдела от частного предпринимателя? Ничем — в случае прокола они оба окажутся на улице без гроша в кармане.

# VIII класс

Постельная наука



## Чего хотят мужчины и как им это дать

*«Я хочу чтобы во рту оставался...»*

Земфира

*«Ты хоть банан поешь при мне...»*

Народное творчество

Статьи о том, как нужно и не нужно заниматься сексом можно встретить в любом женском журнале. Опытные советчики общими фразами описывают те или иные любовные коллизии, первые контакты и разводы, патологии и нормы.

Но они забывают о том, что мы, женщины, ищем, заглядывая на эти странички. А ищем мы советов, описаний «ключиков и кнопочек», секретов, которые заставят мужчину навсегда быть у наших ног. И после каждого прочтения разочаровываемся — опять все то же перемывание косточек, слезливые истории или надоевшие истины: «Все, что нравится обоим в постели — не извращение, а норма», или лозунги: «Воплощайте в жизнь свои сексуальные фантазии!» и т. д. В лучшем случае, сюжеты статей вызывают ощущение подглядывания в замочную скважину или напоминают какие-то фрагменты собственной сексуальной жизни. Представь себе кулинарную книгу, в которой были бы только описания блюд или кухарок, которые их готовят. Ты купила бы такую книгу?

Первый урок сексуальной грамоты следует начать с орального секса — самого сложного технического приема. Удивляет полная неграмотность многих женщин, когда дело доходит до минета. Даже самые изощренные соблазнительницы, знающие наизусть все позы из «Камасутры», пасуют, когда дело доходит до оральных ласк. Многие мужчины жаловались мне на своих предыдущих партнеров:

- Она обращалась с ним так грубо!
- Она его кусает!
- Ей не нравится брать его в рот.
- Она не может взять его глубоко.
- Это гораздо хуже, чем просто трахаться!
- Столько уговариваешь, что пропадает все желание.

Итак, как говорил Остап Бендер, «ближе к телу». Или возьмем быка за...

Мужчины — существа во многом примитивные, во всяком случае о любви, браке, смысле отношений и перспективах их развития они задумываются гораздо меньше, чем мы, женщины, считая, что все это глупости. Как ты думаешь, откуда мужчина получает представление о том, как ему **должны** делать минет? Чаше всего информация черпается из трех источников:

- порнофильмы и порножурналы;
- рассказы друзей;
- собственный опыт (как правило, в корне не совпадает с двумя предыдущими **пунктами**).

Каждый мужчина немного, совсем чуть-чуть, вуайерист. Он готов потратить полдня на ожидание, когда соседка в окне напротив начнет раздеваться, а на курорте, борясь с эрекцией, рвется на нудистский пляж. Порнофильмы и порножурналы лишний раз подтверждают мнение о том, что мужчина любит не ушами. Этот источник информации привлекает мужчину возможностью своими глазами увидеть, «как должно быть». Да и чего греха таить, большинство из нас не так раскованы в постели и не всегда готовы выполнить любую мужскую прихоть. Источник второй — самый сомнительный, ведь

многие мужчины не просто преувеличивают свои сексуальные таланты, а придумывают истории от начала до конца. Чем ниже интеллект мужчины и сильнее **степень** опьянения, тем **меньше** он стесняется в выражениях, тем больше сочиняет, начиная сам верить в придуманное и искренне обижаясь на вопрос: «А не **врешь?**». Обычно, без подробностей, мужские оценки выглядят так: «Классная соска», «Я думал, она мне мозги высосет», «Засадил я ей по самые яйца». Варианты, конечно, могут быть и более мягкими, но смысл примерно тот же. Даже если тебе кажется, что твой мужчина не способен на подобные обсуждения, будь уверена, что похожие фразы не выходят у него из головы вместе с немым вопросом: «А я что, **хуже?**». А если опыт был удачным, воспоминания о сладких мгновениях останутся у милого навечно. Ваш первый совместный сексуальный опыт — это экзамен, после которого тебя будут сравнивать с предыдущим «выпуском» и проверять на знание программы, плюс практические занятия и полевые испытания.

К такому нужно подготовиться, ведь стерва готова всегда и ко всему. Для начала, купи несколько хороших порнофильмов, спроси у продавца, что берут чаще, а не те, где мальчики посимпатичнее. Оральному сексу уделено большое внимание в каждом фильме, независимо от сюжета (а точнее, его отсутствия) и страны-производителя. Постарайся абстрагироваться от происходящего на экране и внимательно **посмотреть** на то, что делают актрисы, и почему мужикам нравится смотреть порнофильмы.

1. Женщины в порнофильмах всегда легко идут на «контакт», а порой — даже сами без стеснения пристают к мужчинам. Мужчины, по утверждению сексологов, делятся на тех, кому нравится, когда их совращают, и тех, кто без ума от сцен изнасилования. Впрочем, некоторые экземпляры умудряются «тащиться» и от того, и от другого.

2. Минет на экране всегда протекает утрированно, женщина полна восторга и пытается заглотить член как можно глубже.

3. Актриса поспевает и там, и здесь, используя для ласк и губы, и руки, успевая доставить удовольствие даже себе. Естественно, от партнерши мужчина ждет чего-то похожего и страшно расстраивается, если жизнь сильно отличается от **«кина»**. Просто не везет ему, бедняжке.

4. Женщина «с экрана» готова к совокуплению в любое время дня и ночи, не стесняясь ни в общественном транспорте, ни в присутствии приятелей. Ты только присмотришься — у нее такое выражение лица, как будто сбылась мечта всей ее жизни.

5. Актрисы очень бережно и ласково обращаются с предметом мужской гордости, восхищаются и показывают всем своим видом, что и сами получают не меньшее удовольствие от процесса. Дурость, конечно, но мужикам нравится.

6. И, наконец, им совершенно незнакомо чувство безразличия. Если во время эякуляции актриса спешит отдернуть губки, этот момент придуман режиссером, чтобы немного повеселить зрителя. Скорее всего, ты увидишь такую картину: женщина «с удовольствием» высасывает все до последней капельки, растирает сперму по лицу и груди.

Насмотревшись на головокружительные сцены орального секса, мужчина с каждой новой партнершей предвкушает момент, когда она... Ждет и боится. А вдруг снова не повезет?

Правильно ли ты делаешь **фелляцию**? Не допускаешь ли ошибок, которые сразу расхолаживают мужчину? Забудь о стыде и ничего не бойся. Пусть он дрожит от возбуждения и страха перед твоими **острыми** зубками. Некоторые все еще считают, что стоять перед мужчиной на коленях — унижение, а по-моему — это просто удобно. Может быть, ты заставляешь себя долго упрашивать и не скрываешь того, что не в восторге от **происходящего**? Может быть, делаешь быстрые и грубые движения, чтобы **все** закончилось как можно быстрее? Или ты испытываешь устойчивое отвращение к вкусу, цвету и запаху спермы, **предупреждая**

партнера заранее, глядя ему в глаза строгим учительским взглядом: «Только в рот не кончай!», и брезгливо морщишь носик, стирая капельки с лица — фу, какая гадость! Возможен и такой сценарий оральных ласк, который заставит мужчину считать партнершу эгоисткой: оральный секс не для того, чтобы доставить удовольствие любимому, а только чтобы вызвать эрекцию. Дескать, я «поработала» на славу, теперь ты потрудишься, а я расслаблюсь и получу удовольствие.

Оральный секс — это мощнейшее оружие в битве с мужчинами и за них. Этот, по большому счету, несложный, прием удивительно действует на всех мужчин, независимо от возраста, образования, религиозной принадлежности и семейного положения. Минет превращает злых в добрых, жадных в щедрых, эгоистов в альтруистов, правда на дураков это волшебство почему-то не действует, сколько ни упражняйся с «волшебной палочкой». А если приурочить сеанс фелляции к «критическим дням» (только без выражения мученичества на лице), мужчина просто растает.

Еще одна ошибка — стратегия «ты — мне, я — тебе». Постель — это не то место, где стоит ставить ультиматумы. Дело даже не в том, что он против. Может, очень даже «за», но мысль о том, что ты делаешь минет только для того, чтобы получить порцию удовольствия для себя, может обидеть ранимую мужскую душу. Хотя все прекрасно понимают, что женский альтруизм — явление редкое. Советую никогда не просить компенсации за доставленное удовольствие, оставь выбор за ним. Уверяю, не пожалеешь.

Технику орального секса рекомендую изучать по порнофильмам. Внимательно посмотри, как и с какой скоростью движутся губы и руки (!) актрисы, какую позу она принимает, чтобы было удобно. Каждая актриса делает минет немного по-своему, стараясь угодить зрителю и партнеру, подстроиться под его индивидуальные особенности. Движения ее губ и языка то замедляются, то становятся быстрее. Заметь, наблюдая за реакциями партнера, женщина выглядит естественно, а ее

взгляд не становится похож на хитрый ленинский прищур и взгляд юного натуралиста. Полезно посмотреть, как она смотрит на мужчину «до», «во время» и «после того как», какие средства, кроме оральных ласк, она использует для дополнительного возбуждения партнера. Только не забывай, что на экране все немного преувеличено и часто рассчитано на вкус грубый и примитивный, поэтому не переусердствуй. Например, слишком быстрые и сильные движения губ и языка уже после выброса спермы — это спецэффект не слишком застенчивых порнографов, который у большинства мужчин не вызовет восторга, тогда как, мягкие поглаживания языком и очень медленные движения губ могут в итоге привести к повторной эрекции. Если действовать нежно и аккуратно, мужчина сам подскажет и покажет, как именно ему приятно. Забудь, что у тебя есть зубы, спрячь их поглубже, «оберни» губами, чтобы не поранить, и не причинить боль. От грубого обращения мужчина цепенеет, боясь даже шелохнуться, чтобы не стало еще хуже. После такого обращения, он тебя к своему «сокровищу» близко не подпустит, расскажет, что вообще-то не поклонник «этого», и станет вздрагивать, когда ты улыбаешься, вспоминая, как эти зубки чуть не лишили его главного мужского достоинства.

Предупреждаю сразу: многое из того, что ты прочтешь в этом разделе, может тебя удивить и даже возмутить. Как стерва, которая на голову выше всех мужчин и вертит ими, как хочет, опускается до таких гадостей?! Потому и вертит, что знает: отказывать мужчине нельзя. А настоящая стерва еще и удовольствие получает от того, что делает приятно любимому мужчине. Да, выполнение некоторых постельных приемов потребует актерских способностей, которые помогут тебе перевоплотиться в тот образ, который хочет видеть мужчина. Стерва никогда не перенимает манеру поведения похотливой самки. Секс для нее — это не физиологическая потребность, а сложная смесь из любви, интриги, романтики, желания. Отношение к оральному сексу не должно отличаться от отношения

к сексу вообще. Какая разница, куда целовать мужчину, если он — самый любимый и желанный? Ты думаешь иначе? Значит, ты не стерва. Ты можешь прислушаться к моим советам или вычленишь только то, что не расходится с твоим представлением о нормальной сексуальной жизни. Если считаешь ниже своего достоинства идти на поводу у похотливых мужиков — все равно прочитай — мнение ведь может и измениться. Главное, в чем можешь быть уверена — все приемы используются для достижения только одной цели: **приворожить** мужика. Я не шучу. Именно так будут думать те, кому твой мужчина откажет в ласке...

И что же во всем этом сложного — спросишь ты, ведь кажется, все так просто! И будешь не права, потому что есть вещи, которые ты не увидишь на экране и не сможешь почувствовать сама, потому что ты — не мужчина. Для того, чтобы лучше разобраться, как именно приятно мужчине, с какой силой давить губами и языком на член, придется провести несколько «следственных» экспериментов. Введи во влагалище пальчик или два. Пощупай все стенок — влажные, нежные, мягкие. Теперь понятно, почему все мужики туда рвутся? Попробуй, делая минет, сформировать из губ и языка подобие влагалища — чтоб зубки не торчали, не царапали, тесно было, но не жестко, и глубоко, как только можно. Все мужики на этом помешаны, чтоб «по самые яички».

Стоит ли красить губы? С одной стороны, женщина, «берущая в рот» алыми губками, выглядит сексуально, как модель из порножурнала. Не забывай, что губная помада и яркий лак для ногтей только подчеркивает образ соблазнительной самки, которая сходит с ума от желания. Скромницы ложатся в постель без косметики и с толстым слоем ночного крема на лице. Но с размазанной по лицу и рукам помадой ты станешь похожа на **Дракулиту-вампиренюшу**, мультяшный персонаж, который вряд ли можно назвать сексуальным. Сможешь ли ты сохранить аккуратный ротик «от начала до конца»? Аккуратно «съесть» губную помаду

легче всего, если втянуть губы вовнутрь, как бы обернув ими зубы, и ввести член в рот, плотно обхватив его губами. Забавно и сексуально смотрятся отпечатки губной помады в форме женских губ на члене, но если любовник женат, позаботься о том, чтобы помада не попала на его нижнее белье.

Можешь считать, что все, написанное до этого места, было длинным вступлением к основной «технической» части. По целям, задачам и результату оральные ласки условно можно разделить на те, что «до», «во время» и «после» (или в самом конце) сексуального контакта, но с равным **успехом** они могут быть и «вместо».

**Ласки** «до» должны настроить мужчину на классный секс, показать, что ты изнываешь от желания, вызвать эрекцию, отвлечь от грустных мыслей. Удовлетворенный мужчина, растаявший от твоих ласк, сразу становится альтруистом и идет на поводу у твоих фантазий **и** самых **сумасшедших** желаний.

Оральные ласки до совокупления не должны быть слишком интенсивными, иначе все закончится на стадии, которую ты считала начальной. Основное правило орального секса — начинать не с сильных лижущих или сосущих движений, а с легких, дразнящих, а затем ускорять темп, увеличивать силу давления губ и языка на член. Бурное начало допустимо лишь в том случае, если мужчина сильно возбужден и сам дает понять словами или движениями таза, что хочет глубже или сильнее.

Если у тебя нет большого «минетного» опыта, лучше отдать предпочтение лижущим движениям языка. **Наиболее** чувствительны: головка члена, его основание и мошонка, а также полоска кожи, идущая от уздечки к основанию члена, похожая на тонкий шовчик. Ни одно движение не дразнит сильнее, чем лижущие движения языка. Он изнывает от желания ввести член как можно глубже, а ты лишь слегка щекочешь, сводя мужчину с ума. На головке самые чувствительные места — это уздечка, кожа вокруг отверстия мочеиспускательного канала и ободок головки, который в спокойном состоянии скрыт под крайней плотью. Это как бы

нижняя часть шляпки гриба, если можно сравнить такое чудо творения с каким-нибудь сморчком. Надеюсь, мужики до этого места не дочитают. В конце концов, все для их же блага написано.

Предлагаю маленький сценарий большого орального удовольствия:

Кончиком языка пройдишь по головке. Чередуя легкие прикосновения (язык отрывистыми лижущими движениями «проходит» по всей поверхности головки) с медленными (касаясь головки всей поверхностью языка, как если бы лижешь мороженое). Уздечка очень «любит», когда язык ее как будто щекочет. Сделай несколько быстрых движений кончиком языка, затем нежно лизни и снова поиграй в «дразнилки». Этот прием сильно возбуждает мужчину, поэтому старайся (в прямом и переносном смысле) держать ситуацию под контролем. Остановись, прекрати ласкать головку, чтобы партнер немного успокоился, слегка подуй на член, как бы играя, **или** слегка помассируй у основания, поцелуй живот и бедра, мошонку. Можно несколько раз взять глубоко, а потом поцеловать мужчину в губы и признаться в том, что самой уже так хочется, что с ума сходишь, мечтая, когда он окажется внутри тебя. Глаза должны быть влажными, взгляд восторженным и немного глуповатым, как у религиозных фанатиков во время коллективного моления.

Иногда тяжелая **женская** доля настигает нас и в делах постельных, подкидывая проблему, которая на самом деле является мужской, но еще не известно, кого больше расстраивает. Абсолютных импотентов мало, но часто, как бы помягче сказать, нет полной эрекции, а мужчина не набрасывается на тебя, срывая одежду, а ковыляет в сторону любимого диванчика, предлагает поговорить, выпить, ссылагается на тяжелый рабочий день и т. д. Пугаться не надо — дело обычное. Может, он и в самом деле устал, или завел любовницу. По большому счету, разницы нет, потому что результат от перемены мест слагаемых, как известно, не меняется, а ссора по этому поводу приведет только к обрат-

ному эффекту. Советую не расспрашивать, а остановиться на версии, которая тебя больше устраивает. Другая бы плюнула, презрительно хмыкнула, да еще добавила «пару ласковых», а ты будь умней. Возьми дело в свои руки, ну, и не только в руки, конечно. Нежно поцелуй любимого, приласкайся, как кошечка, разотри его с ног до головы грудью. Расстегивая рубашку, медленно «стекай» вниз, нежно, словно играючи, целуя соски, шею, проведи кончиком языка по животу до волос на лобке. В интересном месте появилось шевеление? Отлично. Теперь главное — не сбить боевой настрой долгим копошением с ширинкой. Представь, как глупо выглядела бы порнозвезда, если бы, тужась и приговаривая: «Сейчас, сейчас, дорогой», — она долго возилась с ремнем, змейкой, пуговицами и трусами. Чтобы избежать казуса, если уж мужчина окончательно растаял и не желает идти на помощь, советую, **во-первых**, не спешить. Уже подбираясь к заветному месту, щекоча язычком вокруг пупка, посмотри, с какой системой придется иметь дело. Преврати медленное расстегивание в игру — дескать, тебе спешить некуда. Если вышла заминка, сделай вид, что так и задумано, потрись о член через брюки лицом, погладь руками. Или прижми губы к материи плотно-плотно и медленно выдохни горячим воздухом прямо туда. Бывает, что справиться с застежкой все-таки не удастся, тогда призываем на помощь мужчину. Но не в приказном порядке, а словами: «А где же главный герой представления?», или: «Он такой большой, что я сама не справлюсь». Звучит ужасно, но мужчине в такой момент будет не до лингвистических тонкостей, а смысл он поймет. И вот уже главное сокровище всех времен и народов нахально торчит у тебя перед носом, ожидая своей порции ласк.

Немного о позициях для орального секса. Самая распространенная и любимая мужчинами — «женщина, стоящая на коленях», на мой взгляд, не вполне удачна. Если стоять долго, начинают болеть колени, да и трудно «заглотить» глубоко, но для начала — сойдет. Мужчина в

восторге: все видно (конечно, если нет «зеркальной болезни»). Главное, чтобы ты не чувствовала себя униженной, стоя на коленях. Вот такой домашний порнофильм, и он в главной роли. Если самой сесть на стул или в кресло, гораздо удобнее: мужчина стоит, поэтому может регулировать ритм, как и в предыдущей позиции. Еще один вариант — когда мужчина сидит, а партнерша располагается перед ним на четвереньках. Так сказать, все «налицо»: и грудь видна, и попка, и сам процесс. Если сможешь совершать всем телом волнообразные движения в такт движению губ, выйдет просто потрясающе.

На мой взгляд, самый удобный вариант — уложить мужчину на спину и расположиться под углом, примерно, 45° к его торсу. Тогда можно глубоко заглотить, не рискуя подавиться (член мягко входит в горло, если суметь его расслабить — горло, а не член, — и советую предварительно плотно не наедаться). Ритм и глубину ты задаешь сама, дразнишь и балуешь партнера как заблагорассудится, то **приближая** его к вершине блаженства, то опуская на землю, чтобы слаще был следующий подъем. Если постараться, можно заглотить яички, но тут уж все зависит от размеров (его и твоих). Руки свободны, ими можно ласкать яички, соски, поглаживать живот и бедра. А так как ты соблазнительно повернута к мужчине «одним местом», вряд ли он устоит перед желанием поласкать тебе грудь или погладить между ножек, это тоже приятно. Легкое движение ног превращает эту позицию в известную и любимую многими 69, названную так за то, что, к обоюдному удовольствию, оральным сексом в этой позиции занимаются оба партнера.

Если повернуться наоборот, на 45° от его ног, можно попробовать воплотить в жизнь один интересный приемчик. Возьми член в рот поглубже, как только сможешь, а теперь высунь язык и полижи яички. В худшем случае на его лице появится выражение глубокого изумления (само по себе довольно забавно). В лучшем... Сама увидишь. Второй коронный маневр — вылизывание промежности. Целуя член, ты продвигаешь-

ся ниже и ниже, к яичкам и за них. Лаская член смоченной слюной рукой сильными ритмичными движениями, продвигаешься губами ниже, к отверстию заднего прохода и обратно, захватывая внутреннюю часть бедер. Поэкспериментируй, какие движения языка производят максимальный эффект — давящие и сильные, или легкие, дразнящие. Думаю, не надо напоминать, что перед подобными манипуляциями следует как следует помыть партнера (шутка).

Еще одна позиция, которая нравится больше мужчинам, чем женщинам: он сидит у тебя на груди, сжимая ее руками, вводит член в рот. Положение твое незавидно, потому что регулировать глубину проникновения ты можешь только показательным кашлем или волевым сжатием зубов. Особенно мужчина «балдеет» от лицемерия большой женской груди, по которой двигается его член, а головка то и дело скрывается у партнерши во рту. Вид при этом у женщины самый дуррацкий — напряженное лицо, появляются сразу три двойных подбородка, щеки краснеют от страха, что попадет не в рот, а в глаз. В общем ужас, но у мужчин своя эстетика этого вопроса. Спорить не будем.

И напоследок! Главный номер нашей программы! Женщина, глотающая не шпаги и горящие факелы, а 20 сантиметров (плюс-минус) трепещущей от восторга плоти. Чтобы устроить такое представление, нужно лечь на кровать и голову свесить с ее края. Мужчина становится напротив на колени и вводит член медленно партнерше в рот. Лучше, чтобы движения регулировала ты сама. Тяжело только первые несколько раз. Опять же, не **есть** и не пить «до», расслабить горло. А еще лучше заранее порепетировать с пальцами, чтобы не возник рвотный рефлекс, или чем-то похожим на член, но не слишком жестким (банан не подойдет). Член — он даже когда твердый, все равно мягкий, и если надо, гнется. Думаю ты поняла. Продолжение следует.

## **«Камасутра» для ленивых — учимся на порнофильмах**

*Скромная девушка приятной внешности, Стрелец, хочет познакомиться с симпатичным, добрым и ласковым молодым человеком от 18 до 22 лет для создания семьи.*

*Все остальное — при переписке.*

Пишите на E-mail: [intim\\_hard\\_sex\\_porno@mail.ru](mailto:intim_hard_sex_porno@mail.ru)

Продолжаем наше увлекательное путешествие в мир сладких мужских грез. Проще всего учиться сексуальной науке на порнофильмах. Действительно, зачем ломать себе голову и другие части тела, изучая что же нравится мужчинам в постели, если кто-то уже провел исследования за нас. В жестокой борьбе за покупателя-мужчину застенчивые и откровенные порнографы сняли сотни лент, тщательно отбирая и подбирая, выстав-ляя актеров и снимая их в нужных ракурсах. Сразу оговоримся, чему учиться на порнофильмах не нужно.

— *Отбрось все фильмы с мягкой эротикой* — это для женщин. Тебе ничего не даст просмотр сцен полу-часового целования груди. Не покупай кассеты с жест-ким порно. «Золотые дожди», втыкание иголок, гомо-сексуализм, сцены с животными и детьми — это все-таки на любителя. Немецкие, шведские и итальянские фильмы, как правило, более прямолинейны и откро-венны. Русские порнофильмы лучше вообще не смот-реть (техника вокзальных проституток нам ни к чему). Интересны фильмы с азиатами. В них есть чему по-учится даже любовнице высокого класса. Разнообрази-ем поз и техник актеры не блещут, но знают, как до-

ставить женщине удовольствие с помощью правильного подбора поз и разных возбуждающих приспособлений. Кто знает, может быть, тебе попадется альтруистичный мужчина, и его можно будет обучить всяким интересным штучкам? Очень неплохи по качеству американские фильмы, видимо, отбор актеров в США проходит в условиях более жесткой конкуренции.

— *Не обращай особого внимания на позы в порнофильмах.* Они подобраны так, чтобы был хорошо виден весь процесс с разных ракурсов. При этом мало кто обращает внимание на то, что актриса не может испытать оргазм. «Камасутра», конечно, очень хорошая книга, позволяющая разнообразить сексуальную жизнь, но даже в ней говорится о том, что все разнообразие поз представлено не для того, чтобы составлять расписание на месяц: «сегодня мы боком, а завтра я сверху». Описаны и нарисованы в книжках по сексу разные позы для того, чтобы конкретная пара со своими физиологическими особенностями подобрала под себя несколько удобных и устраивающих обоих поз. Кому-то нравится быстро, кому-то — медленно, у одних женщин вход во влагалище расположен близко к анальному отверстию, а у других — чуть ли не под пупком. Длина члена и возраст, место соития и настроение — все имеет значение, поэтому стерва должна изучить все позы, разложить их по полочкам и уметь максимально выигрышно подать себя в любой. Имеет значение глубина проникновения и то, какие чувствительные точки стимулируются при введении члена под тем или иным углом. Некоторые позы позволяют стимулировать головку члена шейкой матки, другие — сужают вход во влагалище, третьи, наоборот, расслабляют мышцы, позволяя продлить удовольствие. Ты можешь полностью контролировать темп движений или лежать, не в силах шевельнуться. Как ему нравится? Может быть, он лентяй, который предпочитает лежать на спине, чтобы ты «прыгала» сверху? Даже в этом случае есть масса вариантов, которые устроят вас обоих. Мужчинам нравится по-разному: одни предпочитают грубо и сзади, другие любят «во время» целовать и заглядывать в глаза. Постарайся его вкусы скорректиро-

вать под себя, чтобы были видны самые выигрышные участки твоего тела. Если не так упруги ягодицы, а ему нравится сзади, прогни сильно спину и ляг на кровать (или что там у тебя) грудью. Кривые ноги очень удачно обхватывают мужскую талию. Маленьким и легким подойдут почти акробатические позы, а большим и тучным женщинам — вальяжные королевские объятия. Ведущая себя, как шаловливая девчонка, полная женщина «за сорок» — это смешно. Но и неуклюжая нимфетка не лучше. Тебе ничего не нужно придумывать, надо только прислушаться к себе и понять, что от тебя хотят. Самые удачные позы, как правило, те, в которых достигается максимально тесный контакт лобка или живота партнера с твоим **клитором**, а их-то как раз в порнофильмах и не показывают, ведь тогда будет совсем не видно! О том, как обращаться с клитором, знают не все мужчины, многие вообще думают, что ты должна испытать оргазм только от того, что он сделал несколько **«туда-сюдашных»** движений. Я предлагаю не ставить крест на таких любовниках, тем более, если желание учиться присутствует, а уже после процесса «приручения» начать корректировать сексуальную жизнь. Только не читай **«специальную»** литературу на эту тему, которая советует сразу же без утайки рассказать мужчине, как в течение получаса тебе нужно ласкать клитор, чтобы ты испытала оргазм, или изложить свою сексуальную фантазию про групповуху с африканским племенем. На такое терпения ни у кого не хватит, поэтому не удивляйся отсутствию эрекции и обещанию забежать как-нибудь на недельке. Не забежит, потому что правильная сексуальная коррекция мужчины осуществляется громкими **вздохами** и ахами, восторженными глазами после того как тебе **НА САМОМ ДЕЛЕ !!!** понравилось, уговорами на «еще разик» и просьбами повторить «как вот тогда, мне так особенно нравится». Впрочем, мы отвлеклись.

— *Радикальное решение постельной экипировки* может привести к обратному эффекту. Далеко не всем мужчинам нравятся каблуки в постели, кожаные перчатки и ошейники, особенно если раньше ты щеголяла в затасканных хлопчатобумажных трусиках и его

фланелевой рубашке. Даже если такие штучки мужчины по душе, резкая смена имиджа может его испугать. Некоторые «прикиды» ассоциируются у мужчин с женщинами соответствующей профессии, кому-то садо-мазо атрибуты кажутся извращенческими придумками, а кто-то от них просто без ума. Советую начать с чулочков «на каждый день» и посмотреть, будет ли он их снимать, или затащит прямо с порога в постель. С хорошего, дорогого, но не вызывающего белья, с «забывания» одеть трусики или бюстгальтер. Узнать мужские предпочтения можно при совместном походе в **секс-шоп**. Польза двойная: во-первых, то, что мужчина выберет, уж точно ему понравится на тебе в постели, во-вторых, на подобных вещах (то есть на своем удовольствии) мужчины не экономят, хотя стоят подобные штучки недешево. В итоге, приобретение очередной интересной вещицы не ударит по твоему стервозному бюджету, и все останутся очень довольны.

— Не пример для подражания — *сцены группового секса*, даже если мужчина уже который месяц уговаривает тебя внести разнообразие в сексуальную жизнь и прельщает немислимыми удовольствиями от секса втроем (третьим может быть как мужчина, так и женщина). Групповой секс — вещь приятная и увлекательная, когда между партнерами нет никаких чувств и длительных отношений. В противном случае, появляется обида и ревность. Если мужчине нравится смотреть, как тебя кто-то «имеет» у него на глазах, он извращенец. Бросай такого, иначе из порочного круга не выберешься никогда. Другой вариант - обсмотревшись тех же порнофильмов, он станет тебя склонять к приглашению в ваш дружный постельный коллектив подруги. Дескать, все надо попробовать, неужели ты хочешь, чтобы я это делал на стороне? Делать такие вещи можно, только если уверена, что больше с «третьей лишней» ни ты, ни он не встретитесь никогда. Чужая женщина, которую можно использовать для того, чтобы доставить удовольствие вам обоим. Идеальный вариант — проститутка во время вашего путешествия в Таиланд. Баловать подобными штучками мужчину часто не стоит, чтобы он воспринимал этот вид секса

как награду, а не часть обыденной сексуальной жизни, чтобы не пристрастился к групповухам, и отношения с тобой не стали казаться скучными и пресными. Запомни, если мужчина постоянно требует каких-то изысков и извращений, значит, или у него с головой не все в порядке, или ты его, дорогая, не удовлетворяешь. Бывает и так: подходит у мужика дело к полтиннику, и понимает он, горемычный, что не было в его сексуальной жизни ничего примечательного: групповухи, секс с негритянками и азиатками, в экстремальных условиях и с лесбиянками — все это безвозвратно уходит и скоро может стать, просто невозможным уже по чисто физиологическим причинам. Посещают разные фантазии бедную мужскую голову, не дают спать по ночам. И тогда заводит он молодую и страстную любовницу, чтобы стала она его экскурсоводом в удивительный сексуальный мир. Нужен ли такой мужчина стерве? Уговоры на отношения, для меня неприемлемые, я ставлю в один ряд с насилием физическим. Не нужно идти навстречу моральному изнасилованию. Негатив, полученный за один такой раз, приведет рано или поздно к разрыву отношений. И не потому, что было неприятно, а потому, что трахнули тебя не куда положено, а в твои бедные мозги. Внушили, что это правильно и для тебя нужно, чтобы сохранить хорошие отношения и мужчину, которого ты любишь. Вывод, я думаю, очевиден.

— Если ты взяла в руки эту книжку, то скорее всего не принадлежишь к любительницам однополой любви. Надеюсь, что ты не станешь такой и после окончания прочтения. *Женская гомосексуальность* часто имеет психофизиологические корни и (при должном подходе с мужской стороны) довольно быстро переходит в гетеросексуальность. Лесбиянками становятся от ненависти к мужчинам. Изнасилование, беременность с неудачным абортom, измена и безответная любовь, сексуальная мужская неграмотность и грубость, а иногда и просто отсутствие внимания со стороны мужского пола — все это толкает женщин в объятия друг к другу. Мужчинам нравится смотреть на лесбийские сцены в порнофильмах. Многим нравится секс втроем, с двумя жен-

щинами. Но участвовать в подобных играх стерве я бы не советовала. Один мужчина станет ревновать тебя к твоей «подружке» (и правда, чего там у нее такое есть, чего-нет у меня?), а другой перестанет воспринимать тебя одну, без такого бесплатного (а иногда и платного) приложения. Оставь эти дешевые сцены на экране, не переноси их в свою постель. Ты королева, а двух королев быть не может.

— Не обращай внимания в порнофильмах на *сцены знакомства и «укладывания» в постель*. Сама посуди, разве из-за этого покупаются такие фильмы? Дешевое кокетство и готовность сразу на все, причем со всеми — это не для стервы. Стерва должна себя дарить, и не абы кому, а избранным. Она — сокровище, которое завоевано и выстрадано. Поэтому развитие событий «Здравствуй, Ганс, давай потрахемся» для стервы неприемлемо. Секс — это часть игры в стерву. Постарайся не выглядеть дешевкой.

— *Поцелуи и предварительные ласки* в порнофильмах тоже, в общем-то, далеки от того, что можно и нужно делать с любимым мужчиной. Поцелуи не на показ, сладкие и долгие, страстные и благодарные. Сколько их бывает? Я не считала. Они всегда разные, они имеют вкус утреннего кофе или коньяка, запах сигарет или его волос. Поцелуи — это отдельный мир, способ простить и попросить, возбудить или показать, как тебе хорошо. Секс с душой совсем не такой, как в порнофильмах. Это — когда ты чувствуешь мужчину, как себя, любишь каждую клеточку его тела. Поэтому целовать, трогать, ласкать и гладить, нежить в своих объятьях любимого мужчину можно бесконечно долго и по-разному: тереться волосами и грудью, извиваться и подолгу смотреть в глаза, не мигая. Если снимать про это фильм, то получится длинный сериал, потому что у всех по-разному, но по-своему сладко. Поэтому даже не смей учиться любви по порнофильмам. Ласкам не научишься по фильмам и книжкам, их нужно почувствовать, взять из мужчины, пропустить через себя и влить в него обратно. Не знаю, как это точнее объяснить. Может быть, это то, что называется тантрическим сексом?

А теперь остановимся на моментах, однозначно нужных и полезных для стервы, которые можно освоить на порнофильмах.

— *Фильмы бывают разными.* Бывает, просмотришь от начала до конца и ничего полезного для себя не найдешь, и наоборот. Актрисы страшненькие, мужички плюгавенькие, а такое творят, что хочется сразу — мужика под мышку и в постель. Говорят, что от работы мало кто получает удовольствие. Взять, например, проституток. Только мизерный процент их способен испытать оргазм с клиентом. Так и в порнофильмах. Редко встретишь актрису, которая снимается не только из-за денег, но и умеет кончать перед камерой, или хотя бы правдоподобно это изображать. Просмотрев несколько фильмов, ты научишься определять, где игра, а где на самом деле праздник сладострастного женского тела, когда наплевать, кто партнер и сколько людей вокруг. Именно на **таких** моментах заострай свое внимание, у таких женщин тебе предстоит научиться, чтобы стать постельных дел мастерицей.

— К сожалению, *ты не увидишь работу мышц влагалища* актрисы, впрочем, про их тренировку написано много, поэтому можешь почитать и потренироваться. Супер-мышцы тебе не нужны. Сильное сжатие члена может быть даже болезненным для мужчины, а вот легкие сжимания в момент «передышки» — как раз то, что надо. Для таких забав вполне достаточно периодически «качать» мышцы промежности, **как** ты это делаешь, когда хочется «по-маленькому», и стараться по сильнее сжать мышцы, когда член в тебе. Впрочем, если ты достаточно возбуждена, сокращение мышц будет происходить автоматически, так что специальная тренировка потребуется тем, кто не испытывает удовольствия в при совокуплении с мужчиной или хочет показать своему партнеру представление с сжиманием-разжиманием мышц влагалища, или удержанием в нем предметов. Будь осторожна с тренировками в общественных местах! Ритмичное сжатие повторяет движения влагалища при половом акте, поэтому можно испытать оргазм неожиданно для самой себя. Иногда

на тренировку мышц уходят годы, поэтому не расстраивайся, что результатов долго нет. Пробуй шарики и специальные приборы, огурцы и фаллоимитаторы. Хорошие мышцы — это хорошо, но такого же результата можно достичь скрещиванием или поднятием ног, а также хорошим подмахиванием. Проще всего во время полового акта изучить себя изнутри и представить, каково ему «там». Сделать это можно с помощью любого продолговатого предмета. Ляг на спину, введи предмет во влагалище, попробуй повертеться, вынь, введи под другим углом, подними ноги, перевернись на бок или животик. Тебе сразу станет понятно, почему в такой-то позе приятнее тебе, в другой — ему, а в третьей член постоянно выскакивает, и вообще ужасно неудобно. Обрати особое внимание на положения тела, при которых максимально стимулируется головка члена. Незначительный поворот корпуса, и мужчина уже на вершине блаженства. Ну разве не волшебство?

— *Минету по порнофильмам учиться можно и нужно.* Углубляться (извини за каламбурчик) не буду. Усвой один нюанс: кого-то сильное сжатие основания члена приводит в неописуемый восторг, а другой — сморщится от боли, а эрекция пропадет на несколько часов, поэтому не стоит, не имея собственной практики, перенимать у порноактрис приемы кусания и сжимания, сильного трения и массирования яичек. Начинай с малого. В этом отношении идеально подходит прием «колибри». Ты наверняка видела, как движутся крылья этой миниатюрной птички, так быстро, что взмахов совсем не видно. Твой кончик языка должен двигаться также. Или чуть-чуть медленнее, но так, чтобы мужчина этого не заметил. Конечно, сразу не получится. Потребуется тренировка, зато освоив прием «колибри» (осваивать можно и без партнера), будь уверена, равных тебе он не найдет. Пройдись трепещущим языком по головке, затем вниз, по яичкам и за ними (аккуратно, чтобы не было щекотно). И снова вернись к головке, задержишься на уздечке, и опять вниз.

Второй «минетный» прием основан на чередовании сильных и легких касаний языком. Проведи небольшой

тест: лизни тыльную сторону кисти, едва касаясь языком, потом напряги его, и снова лизни, слегка надавливая. Теперь то же самое — кончиком и всей поверхностью языка, как слизывают варенье. Пробуй еще: отрывисто и медленно, расслабив и снова напрягая язык. Приятно? А как приятнее? Не думай, что ощущения мужчины сильно отличаются от того, что чувствуешь ты, разве что они будут во много раз сильнее. Головка, ствол, основание члена и мошонка по-разному реагируют на прикосновение языка и требуют разного подхода. Головку можно лизать медленно, а затем очень быстро, и снова медленно, как при глубоком поцелуе, массируя напряженным языком места под ободочком, уздечку. Мужчинам очень нравится, если слегка сжать головку влажными, напряженными губами (не задевая зубами) и сделать несколько очень быстрых возвратно-поступательных движений (проще говоря, туда-сюда), затем сделать маленький перерыв секунд на пять и снова повторить. Можно вылизать член по всей длине, как дети облизывают эскимо, рукой одновременно слегка сожми и помни яички, только не перестарайся.

Со стволом члена можно сильно не церемонится, это наименее чувствительная зона. Если вбираешь в рот не только головку, губы сильно напряги, как бы массируя ими член. Эта зона прекрасно выдерживает стимуляцию рукой, сильное сжатие и быстрые, резкие движения. Ногти пригодятся для менее интимных зон. Царапать советую внутреннюю поверхность бедер и ягодицы (смотри не переусердствуй!). С укусами будь аккуратна. «Камасутра» учит: легкое покусывание основания члена превращает мужчину в тигра. Запомни, только легкое. Легкое, я сказала! Вот так. Умница.

Прием высшего пилотажа из арсенала лучших проституток — умение ласкать член партнера языком, даже когда он находится во рту. Научись шевелить языком, лизать член, когда вбираешь глубоко. Кстати, хорошая техника минета полезна вдвойне. Она заменяет гимнастику для лица, так что о втором подбородке и «морщинках грусти» можешь не переживать. Техники минета бесконечны. Можно сворачивать язык трубочкой или выставлять «барьерчиком» на пути вхо-

дящего члена, расслаблять или плотно сжимать губы, массировать яички подбородком, массажировать член рукой, обернутой волосами, или сделать фелляцию, набрав в рот шампанское.

Главные правила таковы:

- ! — не кусаться, прятать зубы;
- ! — переходить от нежных ласк к более энергичным;
- ! — все движения надо делать ритмично, постепенно ускоряя темп;
- ! — не заикливаться только на члене. У тебя есть масса возможностей одновременно ласкать все его тело;
- ! — делать это всегда по-разному, как будто каждый день с ним в постели другая женщина;
- ! — принимать сексапильную позу при минете;
- ! — освоить горловую технику, или хотя бы уметь ее имитировать (читай как: «бери поглубже»);
- ! — не кушать много перед фелляцией, да и сексом вообще;
- ! — не забывать использовать руки;
- ! — смачивать их слюной;
- ! — не кривиться;
- ! — не задышаться;
- ! — никогда не отказывать мужчине в оральных ласках.

**Научись по порнофильмам охать и стонать.** Мужчинам «крикуньи» нравятся гораздо больше, чем партнерши, молчащие, как партизанки на допросе. Многих это заводит, ведь не зря она кричит? А значит, это я такой молодец. Скажу больше, стоны и крик у тебя самой тоже вызовут приятные ощущения. Сексологи утверждают, что громкие гортанные звуки создают микровибрацию твоего тела, которая ускоряет возбуждение, позволяет отвлечься от всего, кроме секса, быстрее испытать оргазм. Слушая тебя со стороны, мужчина будет думать, что оказался в лучшем из порнофильмов, ведь ему попалась такая горячая штучка. Стонами ты как бы создаешь фон, который говорит: «Здесь мы занимаемся любовью». А что там до этого было или будет — плевать. Фон не для других, а для себя, ведь

чаще мешают не соседи, а неумение расслабиться и сбросить все, что накопилось. Привыкнув издавать звуки во время секса, ты уже не сможешь молчать. Поэтому, выбирая место для соития, хорошо подумай, не разовьется ли у кого-то рядом за стеной или в соседней палатке комплекс собственной неполноценности от громкости и продолжительности твоих криков. Пожалей несчастных, которые считают нормальной длительность полового акта в 2-3 минуты (я не шучу, так написано во многих книжках про секс). Ах, милые мужчины, если бы вы знали, что за 2-3 минуты мы и понять-то толком ничего не можем, не то что удовольствие испытать. Ну почему мужчины сами не обращают внимание на то, сколько и как мужик в порнухе трахает свою бабу, и не учатся этому? Вот это для меня — загадка...

— По порнофильмам следует научиться такой важнейшей вещи, как *имитация оргазма*. Можешь этого не делать. Можешь спорить со всем, что здесь написано, считать это грязным и недостойным, развратным и аморальным. Один нюанс. Здесь приведены способы и приемы, которые однозначно влияют на мужчину, приемы, которыми он завоевывается и остается рядом. Если необходимости в этом у тебя нет, ты, конечно, можешь рассказать мужчине о том, что кончаешь только при прыжке с парашюта или после часового сеанса орального секса. Может быть, пару раз он и пойдет тебе навстречу, а потом... найдет другую, которая кричит и извивается, ластится и рассказывает, сколько она раз успела, даже если он просто лежал на спине, подбадривая партнершу: «Давай, крошка, давай!». Перевоспитывать мужчин в сексуальном плане можно только если сами они, делая какие-то постельные экзерсисы, поднимаются на новые высоты удовольствия, или если по ходу овладения новыми навыками начинают замечать восхищенные взгляды старых и новых партнерш. Другого пути нет. Забудь аргументы: «Сделай мне это, ведь ты же меня любишь?». Мужчины — лентяи. Может быть, он сделает то, о чем ты просишь, но если появится возможность кого-то трах-

нуть без таких трудностей, он, не сомневаясь, ею воспользуется. И сравнение будет не в твою пользу. Почти половина всех женщин не испытывает оргазм в постели с мужчиной или испытывает очень редко. Не будем разбираться, виноваты мужчины или темперамент. Я склонна считать, что и то, и другое. Другой интересный факт: ловеласы со стажем утверждают, что **сотни** женщин, с которыми они спали, получали удовольствие. И регулярно испытывали оргазм. Ну, может быть, парочка фригидных и попалась... Это значит, что какая-то часть женщин притворялась? Да еще так умело, что и опытный любитель нашего пола не заметил? Интересно... Значит, мы, женщины, задумываясь или нет, играем в оргазм, чтобы польстить мужскому самолюбию и удержать мужчину рядом. Мой тебе совет, никогда не признавайся, что не можешь получить удовольствие. Вполне возможно, что чувственность и чувствительность повысится только через несколько лет после начала сексуальных отношений или после рождения ребенка. Кто-то кончает только от длительной стимуляции клитора, а другой нужно сильно сжать ноги. Имеет значение настроение и время суток, поза, размер и форма члена, и многое другое. Мужчинам об этом знать не нужно. Ты страстная, благополучная женщина, которая от него без ума. Кончаешь всегда, а если настроение особенное, то и по несколько раз. Притворяйся и не слушай рассказов про то, как другая с ним кончала чуть ли не от дуновения ветра. Чувственных женщин гораздо меньше, чем притворяющихся такими. Постарайся притворяться умело.

— Помнишь, как *в порнофильмах женщины с готовностью выполняют все мужские пожелания*? Ножку сюда? Пожалуйста! Желаете в попку? И это мы не против! В ротик кончить? Окажите честь! Легко и весело, без гримас недовольства и брезгливости. Ты должна этому научиться. Не будь эгоисткой. Сделай так, как он просит. И будь всегда готова к близости: нет головной боли и плохого настроения, нет неподходящих условий, желания поспать или критических дней. Если мужчина хочет, ты не можешь ему отказать. Желание

мужчины - закон. Не протестуй. Помни о цели, которую хочешь достичь, помни о том, как плохо быть одинокой и как горьки слезы женщины, которой изменили. Никаких одолжений и недовольных гримас. Не взирая ни на что, ты всегда хочешь, готова и рада. Правило без исключений.

— *Раскованность и веселость* порноактрис порой начинают раздражать. Озабоченные дуры. Нет у них полной ванны нестиранного белья и злобного начальника. Одна радость в жизни — потрахаться. Их бы на мое место, посмотрела бы я тогда, как после десяти часов работы, домашних дел и обильного ужина ее бы потянуло на сексуальные фантазии. Все, закончили. Самобичевание и саможаление — не для стервы. Хочешь быть суперженщиной? Значит, и после работы, и со сна, и после недосыпа ты будешь готова, раскованна и весела, потому что именно этого от тебя ждут. А оправданные ожидания затягивают мужчину в твои сети быстрее, чем твои вкусные обеды или признания в любви. Только очень прошу, не ложись в постель с таким выражением на лице, словно делаешь ему одолжение. Лучше изобрази приступ неизлечимой болезни или депрессии, если не можешь притворяться, что рада, когда тебя хотят.

— *Умение подать себя в постели* — мастерство, которому ты должна научиться. В порнофильмах снимаются женщины разные: худые и толстые, с плоскими попами и маленькой, почти детской грудкой, короткими ногами и целлюлитом. И всех их трахают перед камерой не потому, что не нашлось женщин получше, а чтобы мужчина-зритель чувствовал себя «в своей тарелке». «Вон та, с большими сиськами, на Светку похожа. И даже сосет так же». Подбирают актрис на любителей большой груди и широких бедер, блондинок и негритянок, маленьких азиаток и сухопарых дылд с километровыми ногами. И разве они стесняются себя? Нет. Стесняющаяся порноактриса — это просто нонсенс какой-то. Ну, а ты чего стесняешься? Техника на уровне — это уже полдела, чтобы мужчина не замечал твоего обвисшего животика или складочек на талии. Повернись

так, чтобы их не было заметно, прогнись, чтобы он не на складочки, а на то, что пониже смотрел. Удачно подобранное белье, полумрак. А когда мужчина возбужден, ему уже не до складочек. Он на совсем другие места смотрит, которые, кстати, тоже прятать не стоит. Посмотри на себя в зеркало внимательно. Большая попа — это же классно! Выстави ее, повертись. Животик появился? Научись танцу живота. Если ты — счастливая обладательница груди четвертого размера, то на все остальное уже и смотреть никто не будет. Чем хорош секс, так это умением превращать недостатки женской фигуры в достоинства. И пусть потом удивляются: чего же он в ней нашел? Мы-то знаем...

— *Ухоженность* — обязательное условие хорошего секса. Порнозвезда с ободранными ногтями, мозолями и сваливающимся париком способна возбудить разве что извращенца или бомжа, то есть категории мужчин, которые для нас интереса не представляют. Чистота — залог не только здоровья. А если мужчине ты нравишься немытой, как Жозефина — Наполеону, или растрепанной, то он сам тебе об этом скажет.

— Обрати особое внимание, *в каких местах совокупляются актеры* в порнофильмах. Машины и кабинки душа, широченные постели с «леопардовым» бельем и сеновалы — все это можно и нужно переносить в свой секс. Это внесет разнообразие в отношения и стимулирует выброс адреналина, если есть вероятность, что вас могут «застукать». Посмотри и запомни, в каких позах удобно совокупляться на природе, и как поднимать ножку, чтобы не угодить мужчине каблуком в глаз. Мелочи порой оказываются самыми важными. Банальный пример. Вы — в гостях, и уже здесь начинается игра, подготовка к тому, что будет дома, потом машина и лифт, и его ширинка уже готова разорваться. Гарантирую, что как только дрожащими руками будет открыта дверь, тебе можно будет просто расслабиться и получить удовольствие. А не будь этой игры, вы легли бы в постель, пожелав друг другу спокойной ночи или скучно потрахались на ночь, как это делают миллионы пар, чтобы выполнить супружеский долг и спокойно заснуть. Садись перед экраном, смотри и учись.

— Если ты уже дошла своими мозгами до того, что *некоторые места нужно брить*, прими мои поздравления. Это не «проститутские заморочки» и не желание показать на большом экране все подробности совокупления крупным планом. Женские половые органы без волос — это красиво, гигиенично и удобно. Многие женщины долго удивляются, отчего же мужчина не хочет заниматься оральным сексом? Удивляются до тех пор, пока не сбреют в первый раз растительность на лобке. А потом делают это постоянно, терпят раздражение и колючую щетинку, потому что оно того стоит. Попробуй сама. Я не знаю зрелища, для мужчины более эротичного, чем вид голый «киски». Можно развлекаться: выбривать на лобке корону или оставлять «чубчик», мазаться кремами-лубрикантами или клубничным джемом. Много чего можно делать, а главное, ему все это будет видно!

- С детских лет большинство из нас знают, *как доставить удовольствие себе, любимой*. Ты этого стесняешься? Совершенно напрасно. Большинство мужчин по натуре «подглядывальщики». Поэтому сеанс самовозбуждения можно превратить в увлекательную игру подражания мужчины. Этому тоже можно и нужно учиться на порнофильмах. Ляг, раздвинь ноги, а его усади напротив и запрети приближаться. Ласкай себя и стони, только не увлекайся, чтобы партнер не подумал, что тебе и без него очень даже чудесно. Может быть, и он начнет заниматься тем же. Вот и хорошо. **Кстати**, на это даже полезно посмотреть, чтобы понять, как ему приятнее всего. Повторяй во время фелляции движения его рук, только и всего.

— Говорят, *вкус, цвет и запах спермы любимого мужчины слаще меда и сахара*. Ее можно пить и обмазывать себя с головы до ног. Хорошо, если ты считаешь также. Многим мужчинам нравится кончать партнерше в рот и смотреть на капельки, которые стекают по твоему подбородку. Неудивительно, что и эта мужская слабость полностью удовлетворяется производителями порно. Повторяю, если мужчина чего-то хочет, ему нужно это дать, иначе найдется другая. Так вот, если он хочет именно этого, придется смириться. Вкус совсем уж не нравится? При семяиз-

вержении выдохни воздух и введи член поглубже, чтобы сперма попала сразу в горло, и тебе не пришлось ее глотать. Тогда останется только легкий привкус во рту, и все будут довольны. Некоторым мужчинам вполне хватает чувственного размазывания спермы по груди и животу. Что касается волшебных косметических свойств спермы, это заблуждение. Всего лишь белковая маска со стягивающим эффектом, яичный белок с лимонным соком намного эффективней.

Расскажу тебе одну поучительную историю. Две девушки на вечеринке познакомились с симпатичными ребятами, решили продолжить знакомство у них на даче, а там их поджидал сюрприз: еще десяток молодых, голодных до женских ласк. По закону подлости, мужики на даче отвисали третий день, поэтому изрядно соскучились по интиму, да и сил — хоть отбавляй. Девушки поняли, что попали, но деваться некуда. Пришлось обслужить всех по очереди, и не по одному разу. Второй подруге «повезло». Она надеялась, что критические дни отпугнут сластолюбцев. Но не тут-то было. Посоветовавшись, мужской коллектив решил, что рта вполне достаточно. Всю ночь бедная девушка, глотая сперму, завидовала подруге, которая стонала в соседней комнате. Но и на этом ее несчастья не закончились. Поутру бедняжку пришлось отвезти в больницу с острой болью в желудке. Врачи поставили диагноз: острое белковое отравление.

— Чем отличаются порноактрисы от обычных женщин? Гибкостью и податливостью. *Хорошая физическая подготовка* важна в любом возрасте и при любой комплекции. Выгнуться по форме тела мужчины или обхватить его талию ногами, не уставать в позе наездницы или поднять ноги на нужную высоту и расставить на нужную ширину — все это требует от женщины сильных мышц и гибких суставов. Специальные упражнения, растяжки, немного танцев. Многие мужчины уверены, что женщина, которая хорошо танцует, окажется хороша в постели. Возможно, это так и есть, ведь умение владеть телом проявляется во всем.

— И, наконец, последнее: *умение двигаться во время секса*, или, как говорят, подмахивать. Движениями

таза ты можешь регулировать глубину и направление движения члена. Первые попытки обычно даются тяжело, особенно если мужчина давит своим весом. Главная хитрость не просто «вихлять» попой, а насаживаться. Проще всего начать с движения, при котором таз резким движением подается вперед, (примерно такое движение Майкл Джексон делает, когда танцует), или подмахивать, когда ноги уперты в кровать. Нагрузка на мышцы спины будет меньше — она перераспределится на мышцы голени и бедер. Потренировавшись, ты научишься подбрасывать мужчину на себе так, что он будет вскрикивать, как при езде на американских горках. Комплекция роли не играет. Кстати, многие вещи, описанные в этой главе, не только приятны для мужчины и доставят удовольствие тебе, но и сэкономят массу времени на походы по фитнес-клубам. Ведь хороший секс — это зарядка и разрядка в одном флаконе. Старайся почаще занимать активные позиции и поднимай ножки повыше.

Ты снова и снова пересматриваешь купленные кассеты. Порой становится грустно и обидно. У тебя никогда не будет «так». А у него никогда не будет «такого». Как будто снова ускользает от нас наше главное женское счастье. Неужели есть у кого-то такие мужчины каждый вечер под боком? Мужчины, которые охотно занимаются оральным сексом и не забывают одеть презерватив, у которых всегда стоит до тех пор, пока ты не скажешь «хватит». Нет, таких мужчин нет. Все, что ты смотришь на экране — результат многодневных съемок, монтажей, специального освещения и поворота камеры в нужную сторону. Остается за кадром «нестояние» и конфузы с семяизвержением, введение рисового отвара в мочеиспускательный канал (создает видимость большого количества спермы), падения с кровати и гримасы боли на лице актрис. Это бизнес, сказка для взрослых, поэтому не расстраивайся, а постарайся получить все возможное от того, кто находится рядом с тобой.

## Мужские откровения о делах постельных – глава, написанная мужчиной

*Совет мужчинам на одном женском сайте: когда делаете своей подруге кунилингус — не пытайтесь все время смотреть ей в глаза, потому что с ее стороны вы выглядите как фашист, выглядывающий из-за бруствера.*

Странно слышать выражение «мужские откровения», как-то не вяжется это с образом настоящего мужчины, но так как эта книга написана, как наставление для начинающих «стервочек», то придется откровенничать. Начнем с того, что дела постельные — чрезвычайно индивидуальная штука, и что хорошо и «вкусно» одному, другой просто не поймет. Непонятно, о чем это я? Объясняю... Во времена дремучей юности, трепясь со сверстниками о своих постельных подвигах, неоднократно слышал резко отрицательные мнения о куннилингусе: «Чтобы я делал это?! Да никогда!!!» Но попались хорошие «подруги», с которыми можно было пооткровенничать, поболтать на «такие» темы. В результате я понял, что женщинам это приятно, им это нравится. Так почему же им этого не дать? Вычитал где-то фразочку: «Чем выше уровень интеллекта у мужчины, тем ниже он целует». И стал практиковать, причем чем дальше, тем успешнее. Потребовалось совершенствование техники, но оно стоило того. Ощущать плоды сво-

их трудов (извини за каламбур!) стал довольно быстро, следующим шагом стало полное осознание еще одной фразы: «Настоящий любовник получает удовольствие от того, что он приносит удовольствие». Думаю, именно в этом и заключался секрет Казановы. Соблазнить женщину и удовлетворить ее с таким альтруизмом, чтобы все ее предыдущие мужчины казались бледными копиями или большими ошибками, которых лучше бы и не было вовсе. Стал я экспериментировать и «работать» не на себя, а на нее. Женщина чувствует это и сама старается для тебя изо всех сил, а это чертовски приятно! Вот и выбирай тут: с одной стороны, как-то «не по-мужицки» относиться к женщинам не потребительски, а возвышенно, а с другой, сам же со своим потребительством без вкусного останусь! С тех пор, как понял это, делю своих друзей на постельных альтруистов и эгоистов. Каждый сам выбирает свою «сексуальную ориентацию», в смысле на нее или на себя ориентироваться.

С индивидуальным подходом разобрались, кажется... Не знаю, можно ли как-то исправить мужской эгоизм. Есть совершенно непробиваемые экземпляры, но есть и такие, что со случайными партнершами сильно не выкладываются, а для близкой и любимой расстараются всюю. Попробуй доказать, что чем лучше тебе, тем ему же приятнее. Я ваших женских штучек не знаю, да и твоего мужика тоже, поэтому как объяснять — решай сама. А про всякие манипуляции с мужским полом в этой книжке и так, по-моему, слишком много написано.

Мужчинам нравится, когда их превозносят, в том числе и в постели, поэтому какая-нибудь фразочка вроде: «Мне ни с кем не было так хорошо, как с тобой!» или «Даже не понимаю, как у тебя так получается?», сказанная вроде бы вскользь «после того, как», когда вы лежите и отдыхаете, может побудить мужчину на еще один (и даже не один) «подвиг». А разве тебе этого не хочется?

Не злись и не обижайся на то, что твой мужчина вдруг взял и заснул, скотина! Просто очень тяжело после бурного акта лежать и разговаривать о чем-то, когда сил еле-еле хватает на то чтобы не забыть как себя

зовут, а уж более... Да и в сон тянет неудержимо, сам не замечаешь, как отключаешься. Где-то читал, что физиология у нас такая. Только не все об этом знают, а потому, сколько поначалу укоризненных взглядов и надутых губ пришлось вытерпеть! Это сейчас все стало просто: довести женщину до такого состояния, что ей самой не захочется даже разговаривать. Не подумайте, что хвастаюсь, просто я ленивый и мне так проще выйти из положения, чтобы заснуть с чистой совестью.

Так что мужская лень — это не так уж плохо, если к правильному месту приложить. Именно ленивые мужчины придумали все хозяйственные приспособления, которыми ты пользуешься. От всей души желаю тебе ленивого любовника, в моем понимании, конечно.

Ты, наверное, ожидала прочитать страшные истории о женском коварстве или жалобы на стерв, которые меня бросали. Извини, если разочаровал. Большинство своих партнерш просто не помню. Не только имя, а вообще никак. Всплывают отдельные воспоминания о гимнастке, которая могла изобразить любую позу из «Камасутры», скрипачке, после занятий сексом голой играющей на балконе на скрипке... Помню только женщин, с которыми жил, которых любил. Часть воспоминаний с удовольствием бы стер, но не получается.

Что еще? Не люблю худых женщин, помешанных на том, что они толстые. Набитый синяк на лобке — не лучшее воспоминание о партнерше. Если есть выбор, предпочитаю «не худышек». Может, в одежде «модели» выглядят и лучше, но в постели биться о кости мало кому приятно. Не люблю секс, как способ замять ссору или выпросить новые ботиночки. Не люблю самобичевания в постели и наигранной стеснительности. Спрашивается, если ты «не такая», чего было ко мне в койку лезть? Рассказывать партнеру в постели, что у тебя слишком толстая попа для коленно-локтевой позы — это глупо. Я на такие мелочи в постели внимания не обращаю. Больше смотришь на ее реакцию, лицо, ну, и «туда», конечно, или хочется закрыть глаза, чтобы не отвлекаться от приятных ощущений. Как-то задумал-

ся о том, что если бы вдруг по ходу занятий сексом открыл глаза и увидел не девушку, а какого-нибудь монстрика, как в фантастических фильмах иногда показывают превращения, наверное, пока не кончил, не испугался бы. Думаю, постель — это не то место, где стоит «держаться лицо» или задумываться, как выглядишь. Главное, чтобы всем приятно было.

Был со мной случай. Социологический опрос на улицах города. «Что такое идеальная проститутка?» Останавливают меня. «Идеальная проститутка? Это же просто! Моя жена!» Я улыбаюсь. Корреспондент растерян. Он не понял, пошутил я или на самом деле так думаю. Выражение удивления сменяется завистью. Неужели я первый, кто ответил так?

Хочется обязательно предупредить: не показывай эту книгу своим мужчинам, и уж тем более — не давай читать. Почему? Когда меня попросили написать эту главу, я выразил желание ознакомиться с содержанием, прочитал и чуть не задохнулся от «праведного» гнева! Как это так?!! Мною манипулировать?!! Да я вас, да я вам!! Да я...

Потом поостыл и понял, что в принципе ничего сверхъестественного в книге не написано, но уж больно неприятно для мужчины осознавать, что им манипулируют, а это произойдет, если он прочтает книжечку. И кто знает, не получится ли результат совсем противоположным от ожидаемого (книга покупалась как способ улучшения взаимоотношений, а привела к полному разрыву). Даже если разрыва не произойдет, ты рискуешь быть постоянной подозреваемой. Любые чистосердечные порывы, ласки будут подвергаться сомнению. Любое твоё действие будет казаться манипуляцией. Нет, я не советую прочитать книгу ночью под одеялом с фонариком, съесть или сжечь ее после прочтения. Просто позаботься, чтобы ее не нашел он. Желаю удачи в постельных делах!

## **Некоторые любят погорячее - КОГДА не надо ЭКОНОМИТЬ сил**

*Но вы ведь признались себе: хочу отдаться мужчине и телом и душой, быть просто женщиной. Просто счастливой. Хотя бы на время — сколько получится.*

Алиса Мачабели

Если ты думаешь, что осчастливила мужика уже тем, что легла с ним в постель, то ты глубоко ошибаешься. Даже если ты суперкрасавица, но лентяйка, тебе предпочтут милую умелую девочку **или** стервочку с острыми коготками и язычком, тренированными мышцами влагалища. По большому счету, мужчины — лентяи и хотят получать удовольствие, прикладывая минимум усилий. Даже если в первые встречи он накидывается на тебя как бешенный лев, трахает без перерыва часами и целует во все места, не обольщаясь, пройдет месяц или год, и он привыкнет к тебе. И вот тут-то тебе понадобится весь арсенал соблазнений, возбуждений и извращений, которые, собственно, и являются нашим основным оружием. Для стервы нет секса извращенного или нетрадиционного, нет предубеждений, брезгливости и предрассудков. Есть только желание мужчины и цель, которую ты перед собой ставишь. Есть масса книг, в которых ты прочтешь о том, как сделать приятно себе. Мы же говорим о том, что нравится мужчинам.

**Не упрощай секс.** Это отдельный мир со своими законами, театр, в котором ты **исполняешь** главную роль.

Каждый сеанс — это превращение. Ты играешь в нимфоманку или скромницу, проститутку или школьницу, стерву в черном белье или деревенскую простушку в «трусиках в горошек». Секс не начинается в постели. Он есть всегда. Когда ты варишь борщ в одной рубашке на голое тело, когда ты стираешь, соблазнительно выставив попку, наклонясь над машинкой, когда ты собираешься на работу, разгуливая по квартире в нижнем белье, когда ты потягиваешься со сна или сладко засыпаешь, запрокинув голову и приоткрыв ротик. Вокруг всегда должна быть аура желания. Сексуальная и сексапильная женщина остается такой во всем: она сексуально ходит, смеется и ест, смотрит и откидывает волосы, она сексуально спит и работает. Она так живет. Сексуальность — это шлейф, который окутывает женщину, это сгусток энергии, к которому ты даешь прикоснуться мужчинам. Сексуальность дружит с женственностью. Сексуальной может быть только ухоженная и здоровая женщина. Нет ничего приятнее для мужчины, чем запах здоровой возбужденной женщины. Нет ничего отвратительней запаха застарелого пота или гнилых зубов. В постели тебе придется открывать рот. Или ты собираешься сжимать зубы, как партизан на допросе и заниматься любовью в темноте? И не надейся. Если у тебя дырки в зубах, не сделан педикюр или плохо пахнет «оттуда», не рассчитывай заполучить кого-то достойного. Уж на что на самом деле не стоит жалеть денег, сил и времени, так это на здоровые зубы и женские органы, на ухоженные ручки-ножки, чистые волосы, выщипанные брови, чистую кожу, хорошее белье и обувь. Именно это — твое лицо, а не губная помада и «супертушь». Твои ресницы, удлиненные хоть в десять раз, никому не нужны, если на ногтях ободранный лак, а пятки потрескались и загубели. Твой целлюлит, о котором ты так переживаешь, заметят не в первую очередь, а небритые ноги — практически сразу, может быть, еще до близкого знакомства. Забудь о прокладках на каждый день. Если есть проблемы с обильными выделениями и неприятным запахом — сходи к гинекологу — пачка таблеток, и никакие прокладки

не понадобятся. Запах здорового женского тела притягивает мужчин сильнее дорогого парфюма. А о тех женщинах, кто пользуется такими прокладками, мужчины думают так: вариант первый — «девочка не совсем здорова, если что-то там из нее постоянно капает»; вариант второй — «может, она постоянно озабочена, если у нее по ногам все время течет?»; вариант третий — «да она просто неряха, и стирать трусы каждый день не хочет, только прокладки меняет». А теперь представь неожиданные страстные объятия в лифте по дороге домой. Рука мужчины скользит тебе под платье, под белье.. Ты-то хотела прокладку спокойно дома вытаскивать. У стервы таких ситуаций быть не должно. Она готова всегда, как солдат. Или даже суперсолдат. Потому что стерва — это суперженщина.

А теперь подумай и вспомни, что именно ты делаешь в постели? Можешь ли ты вспомнить, как это было вчера или неделю назад, чем отличалось от того, что ты делаешь сегодня? Не смейся, не все так просто. Если ты думаешь, что научившись технике орального секса и столам у порноактрис, ты уже стала постельной суперзвездой, не обольщайся. Таких умелиц полно. Есть еще много секретов, тонкостей и мелочей. Именно они сделают тебя единственной и неповторимой в его глазах.

Первая хитрость, которую ты должна освоить, — *казаться всегда разной*. Естественно, не нужно перекрашивать волосы в разный цвет или одевать то, что тебе совсем не идет. Разной нужно быть не снаружи, а изнутри. Прислушайся к себе, расслабься и придумай, какой ты будешь сегодня. Может быть, он узнает тебя, как веселую шаловливую девчонку, которая покатывается со смеху, рассказывает анекдоты, делая минет, корчит рожицы и дразнится. Если сложно войти в образ, заплети две косички или завяжи хвостики, легкомысленно оденься.

Или совсем по-другому: представь себя роковой женщиной, чувственной, гибкой как кошка, умелой до совершенства, балансирующей на всех гранях мужского удовольствия. Белье и макияж должны быть подобраны соответственно.

Можно поиграть в гейшу: надеть кимоно и приготовить что-то китайско-японское. Или вспомнить своих подруг (тех, кто пользуется явным успехом у мужчин) и поиграть в них. Уверена, тебе понравится... И ему тоже. Ты можешь представить, как это здорово, когда женщина вроде как одна, но кажется, что их несколько? Идешь к ней и не знаешь, на какую нападешь. Они по-разному смотрят и делают минет, они по-разному целуются и предпочитают разные позы. Некоторые бывают извращенками, другие — скромницы. Была даже одна ледышка, которую пришлось долго раскручивать, но потом такое началось! Конечно же, он знает, что ты играешь, конечно же, это не всерьез. И ты можешь утрированно заломить руки и обидеться на какую-нибудь ерунду, а потом простить и позволить овладеть собой. Или устроить сеанс показательного орального секса со словами: «Сейчас я покажу тебе порнуху», с наигранным закатыванием глазок и причмокиванием. Главное, чтобы не было скучно, а своей игрой ты создаешь у мужчины соответствующий настрой, отвлекаешь его от проблем на работе. Именно лишние мысли и неумение расслабиться мешают интиму. Нет плохого настроения и головных болей. Поверь, у мужчин достаточно своих проблем, чтобы думать еще и о твоих. Ты — женщина-удовольствие, женщина-праздник, а не женщина — головная боль.

Чем больше загружен работой мужчина, тем интереснее и разнообразнее ты должна быть, тем лучше ты должна готовиться к встрече, чтобы отвлечь его от проблем. Не обижайся, если он заехал на час. Это ведь лучше, чем если бы не заехал совсем. Устрой ему такой час, чтобы он уполз и не мог выкинуть твои штучки из головы еще полдня. Не теряй время на выяснение отношений и расспросы, ты ведь не бездельница, которая видит смысл жизни в его визитах. Если ему сильно понравится, я тебя уверяю, задержится дольше, чем сам предполагал. Начинай ласкаться прямо у двери, затащи его в постель и не давай роздыха, целуй и ласкай, гладь и пощипывай, извивайся как змея и стони от наслаждения. Дай немного отдохнуть после первого раза и начни приставать снова. Мужчинам очень льстит, ког-

да их хотят. Но не переборщи, не то у партнера возникнет мысль, что он не может тебя удовлетворить.

*Хорошая любовница должна владеть техникой эротического массажа.* Это пригодится и в том случае, если он устал, и для возбуждения. Массаж нравится мужчинам. А если он еще и эротический... Мужчина растечется под твоими руками сладким английским пудингом. Первое правило любого массажа: не массировать слишком сильно, если мышцы не разогреты. Да мышцы-то тебе меньше всего и нужны. Твоя задача — возбудить, завести мужчину. А значит, основное внимание нужно сконцентрировать на чувствительных участках кожи. Для этого применяют так называемый тайский массаж. Массаж производится всем телом: грудью, плечами, руками и кончиками пальцев, животом и лобком. Тайский массаж спины можно делать сидя, или когда мужчина лежит на животе. Одновременно можно пощекотать кожу спины языком, потереться головой или растереть спину длинными волосами. Грудью прижмись слегка, или, наоборот, сильно, массируя ему спину всем телом. Очень приятны легкие поцарапывания и вибрирующий массаж пальцами: пальцы обеих рук нужно плотно прижать к коже спины недалеко друг от друга, как бы захватывая определенную зону, а затем напрячь мышцы рук, с силой заставляя руки вибрировать. Пальцы не двигаются по коже, а быстро перемещаются из стороны в сторону по мышцам. Кожа сдвигается вместе с плотно прижатыми к ней подушечками. Такой массаж надо делать только с короткими ногтями, иначе можно поранить партнера или испортить маникюр. Тайский массаж делают как до, так и после полового акта. Во втором случае вероятность повторного совокупления приближается к ста процентам. Разнообразить сеансы массажа несложно: можно использовать масло, зажигать благовония, растирать партнера шелковым бельем, щекотать кисточками, ресницами и перьями, рисовать на спине картинки настоящими красками, использовать массажеры и вибраторы. Уверена, ты добавишь в этот список еще парочку приемников, которые известны только тебе.

Продолжаем затягивать мужчину в наши сексуальные сети. Делая массаж руками, сядь на его ягодицы и

потришь о них внутренней стороной бедер, промежностью. Выгибайся как змея, скользи вверх и вниз, кусайся и царапайся. Начиная с легких, порхающих движений рук, постепенно переходя к более сильным, «работай» всем телом, губами и руками. Построить сеанс массажа нужно таким образом, чтобы от головы и шеи продвигаться ниже и ниже, особое внимание уделяя не центру спины, а чувствительным участкам по бокам и на поясице. Ягодицы можно мять, царапать и кусать более сильно, чем спину. Нервных окончаний в них меньше и расположены они глубже. Чем сильнее возбужден мужчина, тем смелее ты можешь покусывать, сдавливать и царапать, постепенно пробираясь к самым потаенным местечкам. Анус можно ласкать пальцами, лизать и щекотать языком, но не всем мужчинам это нравится. Некоторые воспринимают такие игры, как свойственные только «голубым», другие страдают геморроем (это не обязательно должно быть видно). Настаивать не стоит. Но можно попробовать раздвинуть ноги партнера, не переворачивая его на спину, поцеловать яички и эрегированный член, который разворачивают таким образом, чтобы он находился строго между ногами, не сдвигаясь в сторону. В таком положении можно одновременно лизать головку и яички, проходиться языком по промежности; посасывать головку и одновременно двигать влажным подбородком по яичкам, развернувшись головой к его ногам. Если мужчина полностью расслабился и предоставил всего себя в твоё распоряжение, ты можешь удобно лечь животом ему на спину, лицом к его ногам. Руками мни ягодицы, царапай нижнюю часть спины и бедра. Если не будешь брезговать и комплексовать, легко сориентируешься на месте. Конечно, это не классический тайский массаж, настоящий описывать долго, да и рисунков много потребуется. Это отдельная книжка, и она уже есть. А еще лучше — найди и посмотри на компьютерных дисках или видеокассетах фильмы о тайском массаже и других интересных азиатских штучках. В конце концов, создай свою версию. Все равно мужчины об этом мало что знают, кроме того, что по нему со всех сторон вдоль и поперек должна елозить молодая красивая женщина, намазанная маслом.

*Интересная методика медленной мастурбации* была почерпнута мной из книги Алекса Комфорта «Радость секса». Немного фантазии и авторского подхода, и прием можно запускать в действие. Мужчинам он нравится очень.

Медленную мастурбацию следует проводить только со связанным мужчиной, иначе *такого* никто долго не выдержит, и ты рискуешь быть просто «оттраханной» чрезмерно возбужденным самцом с неимоверно эрегированным членом. Интересная игра превратится в обычный добротный трах. Но у стервы цель другая — не «опорожнить» мужчину, а доставить ему массу «приятностей», которые будут долго напоминать о ней, и только о ней. Не думаю, что ты встретишь сопротивление со стороны мужчины. Связывание нравится многим, особенно после просмотра «Основного инстинкта». Если такой кровати, как в фильме, у тебя нет, сделать приспособление для связывания очень просто: за диваном или кроватью, где не видно, прикручиваешь скобу или кольцо. Такие продаются в хозяйственных магазинах, маскируясь под держатели для полотенец. Прикрутить скобу нужно крепко, иначе весь сеанс будет испорчен, ведь сильно возбужденный мужчина силен не менее, а порой даже и более, чем взбешенный. Смысл игры именно в том, чтобы партнер был совершенно беспомощен и неподвижен. Тебе и самой понравится играть на партнере, как на инструменте, попеременно то возбуждая, то остужая его пыл, при этом партнер может лежать с открытыми глазами, а можно их завязать шелковым платком или каким-нибудь тонким шарфиком, ведь это обостряет остальные чувства. Можно совмещать мастурбацию со стриптизом и демонстрацией собственного сеанса мастурбации.

Итак... Обнаженный мужчина лежит на спине... Его руки и ноги привязаны таким образом, чтобы ноги были раздвинуты, а руки подняты. В идеале необходимо привязать мужчину к столбикам кровати или ноги просто связать вместе, а руки за — головой или спиной. Далее цитирую оригинал, потому что лучше написать вряд ли смогу, а свои комментарии и добавления буду давать в скобках. «Женщина встает перед мужчиной лицом к нему и

совершает медленный стриптиз до трусиков (звучит медленная музыка, горят свечи. Кстати, о пользе свечей: так как свет свечей более мягкий и не столь яркий, как дневной или электрический, то дефекты кожи и фигуры — если они есть — будут скрыты, а самые соблазнительные участки тела освещены именно так, как нужно — мягко и бархатно. Свечи заставляют глаза блестеть, создают атмосферу почти магического ритуала). Далее, приподняв за волосы его голову, трет его рот о свои подмышки и груди. Тем самым передает мужчине свой запах. Затем осторожно сжимает ногами его шею и прижимает ко рту мужчины свою прикрытую трусиками вульву. (Я бы немного помучила мужчину поглаживаниями, покусываниями, поцелуями сосков, живота и внутренней стороны бедер. Его очень заводит, когда неторопливо, чувственно обрабатываешь все вокруг, не касаясь возбужденного члена. Главное, аккуратно приступить к поцелуям самого члена, чтобы при первом же прикосновении мужчина не кончил тебе прямо в лицо. Сильно возбудив, передохни, пусть остынет, и начинай снова). Наконец она снимает и трусики и целует пенис (неторопливо, вначале слегка прикасаясь только языком). Если у него есть крайняя плоть, женщина оттягивает ее назад и несколько мгновений выжидает, чтобы он возбуждился. (Тем временем, она откидывается к его лицу, чтобы поцеловать, подразнить руками и грудью. Она страстно целует мужчину, затем прерывает поцелуй и слегка прикасается к его губам кончиками пальцев, второй рукой поглаживая член или вокруг него. Представь, что эта женщина — ты. Скорее всего, мужчина начнет посасывать или целовать твои пальцы. Не разрешай делать это долго. Наклонись к его лицу грудью и, едва коснувшись, сразу оторви и снова прикоснись, не давай поцеловать соски, похлопай его грудью по щекам, кстати, вопреки предубеждению, делать это можно с любым размером груди, двигаясь и извиваясь туловищем). Если женщина знает свое дело, партнер не сможет двинуться, в то же время поцелуи позволят ему не прерывать контакта. Вернувшись, женщина все повторяет; если необходимо, добивается эрекции с помощью рук или рта.

В центре внимания женщины два пункта: рот партнера и его пенис. (Я бы добавила еще несколько «пунк-

тов», ведь у тебя есть рот, две руки, грудь, лобок, и даже ножки, которыми тоже можно ласкать. К тому же, встречаются мужчины, у которых соски по чувствительности не сильно уступают нашему клитору, так почему бы не использовать эту «слабость» в сексуальных играх?) Искусство состоит в том, чтобы во время периода разогревания держать их занятыми непрерывно, без пауз, но при этом не доводить дело до семяизвержения. Возможности очевидны: одна рука у рта, другая — у пениса; или рука у рта, рот или вульва у пениса; все это чередуется с прикосновениями груди, подмышек или даже волос женщины. Помимо этих двух центральных пунктов, женщина работает и над другими чувствительными областями мужчины подушечками пальцев, языком и вульвой: в этом случае она одной рукой ласкает рот мужчины, другой — его член, не ослабляя ритма. Если его эрекция ослабевает, она останавливается, связывает мужчину прочнее, потом снова добивается у него эрекции. Только после этого она может начинать непосредственно медленную мастурбацию.

Это вероятно, самое ошеломляющее и мучительное сексуальное ощущение, на которое способен мужчина. (Если ты хочешь узнать, почему его проводят со связанным партнером, попробуй хотя бы в течение нескольких секунд сделать с несвязанным.) Садитесь удобнее на него, плотно прижимая ягодицы к его груди, и зацепите лодыжки за его колени. Держите его пенис у основания одной рукой, а большим и указательным пальцами другой как можно дальше оттяните кожу с головки назад. Затем начинайте быстро, резко, нервно поглаживать — но не очень часто, на каждое поглаживание одна секунда, не чаще. (Я бы посоветовала смазать руки и член маслом или слюной. Прикосновения сухими руками, особенно к головке, могут привести к обратному эффекту). После примерно двадцати таких поглаживаний сделайте десять быстрых. Потом возобновите медленный ритм. И так далее. Если по тому, как он бьется и вообще как ведет себя, вам покажется, что у него вот-вот произойдет семяизвержение, уменьшайте скорость (с практикой это легко почувствовать). Продолжайте так долго, как, по вашему мне-

нию, он сможет выдержать. Возбуждается мужчина, но это возбуждение не настолько одностороннее, как можно подумать; реакции мужчины достаточно, чтобы возбуждать большинство женщин, и вы можете сильно прижать открытую вульву к его грудной кости (и даже потереться об нее), но не позволяйте себе отвлекаться.

Десять минут — максимум, который способны выдержать большинство мужчин. Если член расслабляется, снова вызовите эрекцию и помогите партнеру кончить руками или ртом; либо повернитесь и сядьте на него, как наездник на лошадь. Когда он закончит, как можно быстрее развяжите его: если задержаться, то у него после оргазма тело будет болеть, как после напряженного футбольного матча.

И пусть он испытает ту же технику.

Такие техники, как медленная мастурбация или принятие ванны вдвоем не подходят, если мало времени. В обеденный перерыв или после утомительной работы такие сеансы раздражают, а вот во время секс-марафонов, после романтических вечеров в ресторане, на выходных и праздниках — как раз самое то. *Поговорим, собственно, о самих секс-марафонах.* Это как раз один из тех нюансов, которые возвышают мужчину в собственных глазах, дают ему возможность похвастаться перед друзьями и приумить других женщин. Секс-марафон — это своеобразное сумасшествие, праздник тела и души. Он может быть днем или ночью, или сутками наполет, Рекомендую заранее запастись контрацептивами, алкоголем и едой. Крайне нежелательно прерывать общение, чтобы сбежать на угол за минералкой. Аура будет, скорее всего, утеряна. От женщины в течение всего секс-марафона требуется: демонстрация неумного желания, разнообразие ласк, которыми она снова и снова приводит партнера в боевую готовность и почти материнская забота, когда мужчина будет лежать не в силах пошевелиться, усталый, но гордый и довольный. Именно во время секс-марафона *рекомендую приготовить ванну для любимого* при свечах или с лепестками роз, с маслом или пеной. На вкус и цвет, как говорится... Главное, не выпускать мужчину из ванной и не подпускать к себе, пока он не станет «совсем чистым». Для

этого, начиная с шеи и торса, массируешь и трешь его с гелем или мылом, делая это чувственно, медленно. Вымой ему голову, так же медленно, массируя кожу подушечками пальцев и коготками. В фильме «Красотка» есть момент, когда Джулия Роберте лежит в ванной с Ричардом Гиром, оплетая его ногами, поливая водичкой и непринужденно болтая. Хороший момент, да и фильм неплохой, если подойти к просмотру с умом. На мой взгляд, Вивьен, главная героиня — тоже наш человек — стерва. Только в начале фильма — дешевая, а в конце — настоящая леди-стерва. Потому и добила своего. Не думай, что это очередная байка про Золушку. Золушка — она своим горбом счастье заслужила, а стерва его добывает головой... и еще некоторыми местами. Продолжим о делах банных. Помыв мужчину до пояса, не спеши переходить к участкам ниже. Лучше помой и помассируй ноги. Многие считают мытье и массаж ног самой чувственной и запоминающейся лаской. Даже если он боится щекотки, намыль себе руки и грудь, сядь к нему лицом, положи его ногу себе на грудь и начни нежно массировать верх стопы. Здесь-то точно не щекотно. Старайся не задевать кожу на стопе коготками. Так щекотней всего. Массировать нужно подушечками пальцев, нежно надавливая, массируя не кожу, а мышцы и сухожилия под ними, двигаясь снизу вверх по голени и далее по бедру. Затем снова вернись к стопе. По его реакции тебе сразу станет понятно, где приятнее. Не забывай про пальчики, разомни каждый, как мастер педикюра в косметическом салоне это делает тебе. И не забывай, что его нога лежит у тебя на груди. Слегка выгнись, потришь об нее. Если уж совсем отличиться хочешь, поцелуй пальцы у него на ногах, нежно пососи их. Это уже «камасутровские» штучки с ласками ног. По слухам, древние индийцы большим пальцем ноги могли даже удовлетворить женщину, но что-то не сильно верится. А теперь — самое главное. Как мыть его «хозяйство»? Естественно, не хозяйственным мылом, а лучше вообще не мылом, чтобы, если оно попадет в мочеиспускательный канал, не щипало. Тест очень простой: хорошо намыль этим средством у себя между ног и минутку подожди. Если не зашиплет, значит подходит и для мужских до-

стоинств. Мыть начинаешь сначала вокруг. А чтобы не заставлять его вставать и не спускать воду из ванной, сядь лицом к мужчине, упираясь в дно ванны пальцами ног и коленями, приподними его таз и подсунь колени под его ягодицы. Чем глубже подсунешь под него ноги, тем больше мужской интимной плоти появится из воды. Таким образом можно регулировать положение мужчины в ванной, как тебе удобно. Опять же, начинаешь медленно, массируешь живот, бедра, яички, сам член. С гелем это делать очень удобно. А когда смоешь гель, можно продемонстрировать своеобразный вид дайвинга — минет под водой. Очень эффектное зрелище, особенно если по лицу не течет косметика. Не перестарайся, иначе вместо изысканного удовольствия, мужчина со вставшим членом придется шлепать тебя по спине и делать искусственное дыхание. Для такого минета нужно так отрегулировать уровень воды и положение партнера, чтобы над поверхностью находилась одна головка члена. Это даст тебе возможность не прекращать ласки, даже когда закончится воздух в легких. Техника произвольная. Можно побаловаться с выпусканьем воздуха и набиранием воды в рот. Ничего сложного нет. В ванной можно «поиграться» с бритвой или эпиляционным гелем. Намазать мужчину или себя, или сразу обоих. Можно у него на глазах направить себе между ног струю воды из душа. Кстати, если сделать это во время соития, оргазм наступит намного быстрее. Многие женщины только так и могут его достичь. Попроси его помыть тебя. Или поиграйте в дельфинчиков. (Это когда вы оба скользкие и намыленные страстно обнимаетесь, целуетесь, ну и так далее.) Только, ради бога, аккуратно! Ванна такая жесткая и скользкая. Можно столько синяков себе набить! А если долго заниматься любовью в воде, влагалищная смазка вымывается и есть большая вероятность того, что у вас обоих разотрется все до пузырей. С точки зрения техники безопасности и удобства, предпочтительней душевая кабинка. Не случайно ее так часто используют для эротических сцен в кино. Водичка сверху льется, есть на что опереться и больше места для маневра. Впрочем, ванну и душ можно с успехом чередовать.

Надеюсь, ты не ханжа и не слишком брезглива. Впрочем, если бы это было так, до этого места ты бы не дочитала. *А речь пойдет об анальном сексе.* Да, дорогая, если ты хочешь быть единственной и неповторимой, тебе придется повторять эти «гадости» за порноактрисами и даже получать от них удовольствие.

Поскольку этот вид секса не так физиологичен, как вагинальный, то потребуются некоторые приготовления. Например, крем (не косметический, а специальный) или масло для замены отсутствующей естественной смазки. Заниматься анальным сексом можно либо вместо вагинального, либо после него. Можно, конечно, и до, но тогда мужчине придется хорошенько помыть «инструмент» или сменить презерватив. Иначе можно занести во влагалище уйму патогенных бактерий. Для первого раза необходимо максимальное расслабление мышц ануса. Потом все пойдет как по маслу, но в первый раз мышцы непроизвольно сжимаются, и члену приходится преодолевать их сопротивление, именно поэтому ты чувствуешь боль. Не нужно бояться, что член слишком большой для ануса и, как в распространенной байке, у тебя там что-то порвется. Скорее всего, тебе и самой понравится; ведь нервных окончаний в прямой кишке ничуть не меньше, чем во влагалище, а стеночка между ними такая тоненькая, что все, что надо, массируется и через анальное отверстие. В конце концов, речь идет о том, что нравится мужчинам, а то, что им это нравится, во всяком случае большинству, сомнению не поддается. В порнофильмах такие штучки встречаются гораздо чаще, чем наручники, сцены изнасилования и другие извращения. Да и извращением анальный секс вообще-то не считается. Это кто-то «умный» придумал и разделил секс на традиционный и нетрадиционный, да еще и извращения выделил. А я думаю, без извращений скучно, конечно если все делается по доброй воле. Мужчины все немного извращенцы в традиционной трактовке бабешек на лавочке. Кому-то анальный секс нравится, другие любят подглядывать или в садо-мазо играть, совсем чуть-чуть, понарошку. **Стать** лучшей для мужчины-извращенца просто. Иди на поводу у его извращений. В разумных пре-

делах, естественно. Бойся тех, кто не оборачивается на улице в твою сторону, кривится от порнофильмов и порножурналов. Именно они наши, женские, главные враги — либо маньяки, либо импотенты. А одеть какое-нибудь бельишко нестандартное, поиграть в «хозяйку» или совращаемую — это ведь даже интересно. Да и у тебя, если покопаться, таких фантазий и мини-извращений хоть отбавляй. Многим женщинам нравится представлять, что их насилуют. Другие мечтают о групповухе, хотя в жизни не решатся на большее, чем секс с соседом Васей. Очень интересным может стать посещение секс-шопа. Вот тут-то ты удивисься пристрастиям своего мужчины. А может, и порадуешься... в итоге.

Гораздо хуже, если мужчина тебя хочет, но не может. Тайный страх, змий сомнения, который гложет всех мужчин, ночной кошмар и суровая реальность — это *если «не стоит»*. Или встает, а потом падает. Согласись, грустно. Особенно если сама распалилась и ждала, что вот-вот, а тут... Не кипятись. Если мужчина не сильно пьян и не хронический импотент, то еще не все потеряно. Но если бы он был хроническим импотентом, разве стал бы доводить до такого? К тебе приставать, в конце -концов. Не шел же он наобум: а вдруг, наконец, получится? Правильно, не стал бы, а значит, еще не все потеряно. Если мужчина пьян, то возможны два постельных осложнения: или не стоит, или он кончить не может. Лучший выход — подождать, проспаться и продолжить поутру на трезвую голову, конечно, если желание не улетучится вместе с алкоголем. Еще Аристофан говорил, что возлияние усиливает желание, но затрудняет исполнение. А русская народная пословица гласит: «что у трезвого на уме, то у пьяного... не получится». Справедливости ради стоит сказать, что на многих мужчин спиртное не действует никак или действует в положительную сторону. Они становятся активнее, а само соитие длиннее, что немаловажно, если обычно партнер после нескольких фрикций растягивается на тебе с блаженной улыбкой.

При хорошей технике и приятном внешнем виде тебе не нужно бояться «нестояния». А вот неприятный запах изо рта или подмышек, замусоленный бюстгалтер или твоя излишняя напористость сделают импо-

тентом даже ловеласа с солидным стажем. Поэтому первое, что ты должна запомнить — он ни в чем не виноват. Виновата ситуация или ты сама. Вывод прост. Измени ситуацию или поработай над собой. Меньше всего мужчинам нравится одна из нижеприведенных реакций на происходящее:

- презрительная ухмылка;
- насмехательство;
- сеанс утешения «все будет хорошо»;
- злоба;
- обида.

Сделай вид, что ты ничего не заметила. Если пили оба, притворись, что тоже пьяна и... просто засни. Запомни, что любую реакцию мужского организма, связанную с физиологией, победить легко. Сложнее с психологической импотенцией. Это, грубо говоря, когда мужчина все время думает: «У меня не встанет». И... о чудо! И в самом деле не встает, потому что такой настрой не прибавляет эрекции. А вот его-то как раз и формирует наша негативная реакция на временные сложности.

В завершение — одна байка.

После романтического ужина с возлияниями в ресторане, а затем в гостиничном номере, все шло к логическому завершению. Он, как всегда, пошел в атаку, она не оказала сопротивления. И тут — проблемка. Не стоит. А женщина ждет, стонет и ластится. Пути к отступлению нет. Что делать бедному мужчине? Он поворачивает женщину к себе задом, берет с тарелки огурец и начинает имитировать нормальное сношение. Женщина в восторге, она тоже слегка навеселе и не чувствует разницы. И вот, в разгар происходящего, она просит партнера выключить свет в ванной, который бьет ей в глаза. Мужчина, не задумываясь и не вынимая огурца, идет выключать свет. Только истощный крик партнерши наводит его на мысль, что что-то сделано не так. Что и говорить, порой мужской альтруизм нам, женщинам, понять сложно.

Женщины со времен Адама и Евы ломают голову, что нравится мужчинам, как одеться, похудеть или потолстеть. Об этом написаны сотни книг и журнальных статей, заработаны сумасшедшие деньги на прода-

же «похудательных» таблеток. Стерва не должна забивать себе голову такой чепухой. Все просто: мужчинам нравятся пышногрудые и крутобедрые, с тонкой талией и длинными ногами. Но на практике получается, что если такие где-то и есть, то на мужчину **они** никакого внимания не обращают (а может, их и нет вовсе?). А если он встречает женщину с тонкой талией и длинными ногами, модель, например, то грудь и бедра у нее отсутствуют в принципе, о ягодицы, которые соблазнительно выглядят только на подиуме, во время занятий сексом можно набить лобок. Взгляд в другую сторону тоже не радует. Пышногрудые красотки с пухленькими попками при раздевании оказываются **целлюлитными** особами с отвисшими сиськами. Вот и балансирует бедный мужчина в поисках идеала от одной крайности к другой. А потом покупает бутылку водки и долго разглядывает упаковку от презерватива, с которой **зазывающе** улыбается девушка с силиконовыми прелестями. И черт с ним, что силиконовые, думает мужчина и тяжело вздыхает. А потом идет к своей жене или подруге и... соглашается на то, что есть. Потому что если повернуть ее вот так или этак, когда не видно апельсиновой кожи и растяжек, то очень даже похоже получается на **презервативных** девушек. А если поставить в коленно-локтевую позу, так вообще Мэрилин Монро. Я это к чему говорю — даже если у тебя кривые ноги, большой нос, плоская попа и еще куча недостатков, о которых ты все время помнишь в постели, дома, на улице и стараешься скрыть (поверь мне, безуспешно), не комплексуй. Таких много. Мало красивых. Но красивые никому не нужны. Их боятся мужчины и не любят **женщины**. Быть обычной легко. Труднее себя, обычную, преподнести так, чтобы слюнки потекли. Повернуться бочком или встать на четвереньки, соорудить глазки или засмеяться так, как не умеет никто. И не думать о том, что у тебя не так, **тем** более в постели. Зациклившись на своих недостатках, ты не можешь расслабиться, получить удовольствие сама и доставить его партнеру. Расслабься, полюби себя и его, а потом... снова расслабься. Вот и все, чего хотят мужчины.

# IX класс

## Манипуляции с мужчинами



### О мужских заблуждениях и о том, как ими пользоваться

*Мужчины — ничтожные обманщики  
и ж заслуживают ничего, кроме потребительского  
отношения.*

Барбра Стрейзанд

*Заблуждение первое:* «Все бабы — сами знаете, кто». В той или иной степени это заблуждение присуще всем мужчинам. Бесплезно прикидываться: «я не такая, я жду трамвая» — не поверят. Такое мнение складывается из личного опыта: измена близкой и любимой навсегда травмирует хрупкие мужские души. У мужиков, считают они, все иначе: трахнул и забыл, а женщина — само воплощение коварства. «Спит с другим, значит, либо нимфоманка и все время у нее в одном месте чешется, либо любит его, а со мной еще по привычке или из жалости», — рассуждает мужчина. Гуляющие женщины никогда не пользовались хорошей славой, независимо от века, времени года, государства, положения и возраста обозначенных особ. Поэтому первое правило, которое ты должна зарубить себе на носу, — никогда не рассказывать о своих прошлых романах (не говоря уже о параллельных). Сделать это нужно вот почему. Мужчины так плохо относятся к женской измене и никогда ее не прощают (даже если делают вид), потому что всегда в голове у них шевелится мысль, что тот, другой, все-таки лучше был в постели. Может, даже член у него длиннее или толще, или стоит лучше. Это нам

смешно, а они на самом деле такой фигней себе голову забивают. Никто даже не подумает, что женщине одиноко стало или скучно, что ей мало внимания уделяли и цветов давно не дарили. Нет, ее трахали лучше, а значит, ущемлены чувства собственника и самца. По той же причине многие мужчины не любят детей от первого брака, которые служат постоянным напоминанием о том, что с его женщиной кто-то спал. В львином прайде новый самец убивает детенышей, рожденных от старого. Многие мужчины продвинулись по лестнице эволюции ненамного выше.

Теперь о том, как этим заблуждением пользоваться и обращать его в свою пользу. Во-первых, не стоит бороться — бесполезно. Даже если ты сможешь доказать, что это не так, просмотр очередного порнофильма или жалобный рассказ друга за бутылкой водки возвращает мужчину к прежнему мнению. Во-вторых, постарайся его убедить, что ты — женщина чувственная и любящая «это дело». Да, да: ты не ослышалась, именно так. Один нюанс: такая ты только с ним, он самый лучший и обожаемый. «Разве есть другие мужчины? Я их как-то не заметила. И разве можно смотреть на других после прошлой ночи, дорогой?» — и дальше в том же духе. Конечно, слова нужно подкреплять действиями, в том числе и в постели. Не стоит противоречить самой себе, вызывая танцуя с его коллегами или заигрывая с приятелями. А вот рассказать, выражая негодование, о назойливом незнакомце, который приставал с неприличными предложениями — самое оно. Или посоветоваться по поводу давнего безнадежно влюбленного ухажера, который грозит поконтчить с собой, если ты не... Убеди его в том, что женщина ты красивая и вызывающая интерес у всей сильной половины человечества, но к этому давно привыкла и не размениваешься на всякие глупости, тем более с риском его потерять (выражение ужаса на лице). Игра тонкая, но если мужчина на самом деле поверит, разубедить его сможет только, так сказать, личное присутствие. А если услышит где-нибудь слухи по поводу или без — так расскажи ему о толпах злых и неудовлетворенных, которым отказали, и реьнивых женщин, чьи мужья глаз

от тебя оторвать не в силах. Народная мудрость гласит: «Человек верит в то, во что сам хочет верить». Сделай так, чтоб тебе поверили.

*Заблуждение второе:* «Все бабы — дуры». Здесь все просто, как дважды два. Если мужик не понимает твоих намеков, слез, заламывания рук, тонкой игры мыслей, романтических грез и сексуальных фантазий, ему гораздо легче сказать, что ты дура, чем признать идиотом себя или попытаться вникнуть в то, чего ты хочешь. Справедливости ради стоит заметить, что и мы порой не добавляем мужчинам ясности, выкидывая разные фортели, закатывая скандалы, не объясняя ни повода, ни желаемого результата от устроенного представления. Надеемся, что они поймут. Не поймут. А чтобы поняли, надо четко объяснить без нытья и занудства и несколько раз повторить, как в армии. Скандалы — дело не стервозное. Разве что иногда, для поддержания тонуса, без некрасиво размазанной туши и выдирания волос. Я уже не говорю о драках. Любой конфликт старайся обернуть в шутку, хочется подраться — побей его подушкой, посмотришь, чем закончится.

*Заблуждение третье:* «Все женщины только и хотят, что выйти замуж». Тут мы, конечно, тоже хороши. Иногда просто удивительно, как многие женщины, по сути существа более независимые и **самодостаточные** (начиная от стирки и готовки и заканчивая воспитанием потомства), рвутся затащить мужика под венец. Не будем углубляться в дебри женской психологии, которая толкает нас выскочить замуж, обрасти детьми, собаками, домами и кастрюлями. Лучше используем в свою пользу страх мужчин перед женитьбой. Сразу позиционируем себя от «этих» — **кухарочек-домохозяечек**, которые рвутся замуж. Тебе это не нужно (во всяком случае, сейчас). Есть вещи и поважнее. Карьера, любимая работа, образование — да мало ли что, и кому какое дело? Сразу возникает интрига — а почему она не такая, как все? «Может, в ее **прошлых** отношениях скрыта тайна презрения к брачным узам, или я не такой, в качестве мужа не годюсь?» — мучается в догадках мужчина. Если он женат — твое презрение к браку ему только на руку: лишний раз разводом доставать не

будет. Если хлопец холостой — наизнанку вывернется, чтобы завоевать тебя и доказать, что достоин и в мужья и хоть куда, а там уж сама выбирай. Забудь навсегда фразу: «Дорогой, а ты на мне женишься?» Разговор о женитьбе должен в любом случае начать мужчина. Только в этом случае он чувствует себя хозяином положения, а не дворовым псом, которого ловит собачья «будка». Можем же мы, в конце концов, позволить мужчинам сделать первый шаг. Ну, хоть иногда.

*Заблуждение четвертое:* «После замужества бабы наглеют, толстеют, садятся на шею и ножки свешивают». Так происходит не со всеми, а со стервами не происходит вовсе. Потому что штамп в паспорте для нее не значит ровно ничего. Тот же безупречный маникюр, утренний макияж, никакого «пиления», насыщенная сексуальная жизнь. И даже «грязные работы по дому» стерва выполняет изящно, играючи. Лучше, когда мужа дома нет. Вовлекать мужчин в дела домашние можно и нужно, но так, чтобы не ущемлялось мужское самолюбие. Понаблюдай, что он с готовностью делает сам — кому-то нравится готовить, другие стирают часть своих вещей. Так не будем же лишать мужчин этих маленьких удовольствий! А толстеют женщины часто после родов, потому что нет силы воли и цели. Муж-то есть, и такую любить будет. А для стервы рождение детей переломным этапом в жизни не является. Карьера, мужчина(ы), увлечения, работа над собой, любимой: увлекательная жизнь не прекращается ни на минуту. А детей рожать лучше при определенном уровне достатка, чтобы не выматываться и не забывать о себе, а если нужно, нянечку нанять и своими делами заняться. А дела могут быть разные, например, организация ужина при свечах. А теперь прочти главу еще раз, выучи наизусть и попробуй мужчине доказать, что он не прав, желательно — на собственном примере. Потому что большинство женщин, на самом деле, после замужества глупеет, наглеет и перестает следить за собой.

*Заблуждение пятое:* «Красивые женщины чаще изменяют». Гуляют все. От недостатка внимания и неудовлетворенности, от бедности и любопытства, от слишком хороших и слишком плохих, с богатыми бизнесменами

и нищими студентами. В командировках и почти у мужа на глазах, пьяные и трезвые, молодые и старые. А теперь задумайся, какое отношение все вышеперечисленное имеет к внешности? Только одно: к красивым, эффектным и сексуальным женщинам пристают чаще. Отсюда вывод: значит, и отвечают взаимностью они многим. Среди десятка ухажеров всегда найдется паратройка таких, что приболтают или «купят» за подарки, а то и просто подгадают момент, когда ты пьяна или с милым поругалась. А теперь самое главное. Никакой, даже самый заваливающий мужик, никогда самому себе в жизни не признается, что у него женщина некрасивая. В крайнем случае — интересная или сексуальная, хорошенькая и вся такая аппетитненькая и т. д.

По своему опыту знаю, что если твой мужчина любит порассуждать о женской неверности и коварстве, убедить его в обратном сможет только твое примерное поведение на протяжении нескольких месяцев, а то и лет. Любой шаг не в ту сторону (то есть, налево), и ты снова под прицелом. Попробуй превратить ревность в увлекательную игру. Поревнуй «в ответ», задержишься несколько раз, только так, чтобы он точно мог проверить, где ты была. Говори как можно больше правды. Например, если обедала с другим мужчиной в ресторане — не отрицай, а как есть расскажи. Посетуй на скучность, но необходимость ужина (например, по работе) и сразу завали любимого в постель. Таким образом в закрепляется рефлекс, что общение с мужчинами никак не влияет на твое отношение к нему и даже наоборот. Постепенно приучай мужчину к тому, что у тебя много знакомых и коллег мужского пола, но для тебя это не важно. Ведь ты свой выбор сделала, удовлетворена полностью и во всех отношениях, ждешь не дождешься каждый раз только его, неповторимого и единственного. Никаких объяснений и сцен, заламывания рук из серии «Я была тебе верна», а тем более признаний в неверности. Молчи, как партизан на допросе (конечно, если застукали «с поличным» отрицать бессмысленно). И не вздумай угрожать, что сделаешь «это», если он не... Мужчине приятнее думать, что условия ставит он, ну и пусть думает У нас есть и более тонкие приемы

*Заблуждение шестое:* «Все женщины не умеют водить машину». Да, большинство не умеет, но хочется. Если так рассуждать, то можно сказать, что все мужчины — плохие любовники. Но ведь это не так! А не нравится — научи, покажи хотя бы своей женщине, как рулить, а от других «водительниц» держись подальше. А мы воспользуемся консультациями водителя-профессионала, прислушаемся к советам (по большей части полезным) и не будем спорить. С такой тактикой выиграешь по-любому. А в крайнем случае можно промурлыкать: «Дорогой, отвези домой, ты же знаешь, водитель из меня никудышный». Он почувствует свое превосходство и... ответит тебе куда пожелаешь. А спорить бесполезно. На мужчин даже не действует такой безотказный аргумент, как статистика, которая показывает, что женщины в 3-5 раз реже попадают в аварии. Может, водим машину мы и не очень «уклюже», но с чувством самосохранения у женщин дела обстоят лучше. То, что ты рулишь хорошо, все равно никто не признает, поэтому не спорь — нервы и деньги на такси сэкономишь однозначно.

*Заблуждение седьмое:* «Изменения во внешности женщины в лучшую сторону свидетельствуют о ее неверности». Скажем прямо: часто так оно и бывает. Для мужа или постоянного кавалера и так сойдет, а чтобы нового поразить наповал, белишко — новое, прическа по последней моде, ноги выбриты, а глазки сверкают, как брильянты в три карата. Чтоб не проколотся, да еще и расположить мужчину к себе, достаточно всего лишь показать, что это все — для него, любимого. Купила белье новое — продемонстрируй сразу, не надевая на работу или служебную вечеринку, спроси, нравится ли, скажи, что для него старалась. А потом смело носи. Он-то поймет, что не для гулянок куплено. Или прическа новая — сделай к событию какому-нибудь, чтоб подозрительно не было, и каждый раз подчеркивай, что следишь за собой и **хочешь** быть разной и непредсказуемой, чтоб ему же угодить, понравиться, чтоб он в сторону других вообще не смотрел. А чтобы разницы особой не было между тобой старой и обновленной, постарайся не запускать себя, даже мысли не давай закрасться, что для него и так сойдет: халатик старенький или

голова немытая. Не сойдет, а если мужчина будет видеть тебя, разряженной, как кукла, на работу или для похода к подруге, естественно задумается — для кого? Вывод очевиден. Поэтому посмотри на себя со стороны и задумайся — для кого стараешься? Хорошо бы так, чтобы для всех. Как в поговорке — и волкам и овцам угодить... и пастухам, и себе, любимой — святое дело.

*Заблуждение восьмое:* «Чем больше рот у женщины, тем лучше она делает минет». Подробно комментировать не буду: бред сивой кобылы. Если губки пухлые, не развенчивай удобного мифа — меньше конкуренток бедет. А если Бог не дал улыбки, как у Мэрилин Монро — не спорь, а покажи, на что способна. Подробнее — в главе про то, чего хотят мужчины.

*Заблуждение девятое:* «Мужчины — существа по природе полигамные, гуляют соответственно зову природы, а не со зла». Очень удобная позиция во всех отношениях. Дескать, гуляю не от обиды и неудовлетворенности, не потому, что не люблю. Природа такая, ничего не поделаешь. То, что у нас природа ничем не лучше, обсуждать не будем: переубедить в обратном, используя этот аргумент, практически невозможно. Единственное рациональное использование заблуждения — брать компенсацию за измены (деньгами или подарками, походами в театр или ресторан), если такого рядом терпеть сможешь. Перевоспитать сложно. Единственный способ — влюбить в себя и доказать, что нет никого лучше тебя. Не разубеждай, смотри на измены и соперниц свысока, с презрением. Хочешь попробовать — попробуй, только нет в этом ничего нового и интересного, развлечение для дураков и закомплексованных с детства несчастных мужчинок. А самоутверждение в жизни не количеством «дырок» достигается. Покажи ему, что не ревнуешь, а жалость испытываешь к таким вот представителям мужского пола. Противно. Да, не забудь попугать последней статистикой венерических заболеваний и беременностей, тоже боевой пыл сбивает.

*Заблуждение десятое:* «Следить за собой — дело женское, мужчина может и ногти вовремя не подстричь, и побриться через раз. А немытые уши — это вообще мелочи». Очередное оправдание. Мужчины их так любят

придумывать. Действительно, он же не баба, чтоб пред зеркалом по три часа вертеться? Эту мужскую слабость использовать в свою пользу очень просто. В ванную замани и помой. С чувством, толком и расстановкой. Или ушки почисти, ноготочки сама подпили, щеточкой пройдишь по штанишкам (особенно — в некоторых местах). Что получится? Одно из двух: или он привыкнет и сам начнет следить, чтобы выглядеть так, как тебе нравится, захочет угодить. А может, ему и самому чистым ходить станет приятнее, ведь к хорошему быстро привыкают. Вариант второй — станешь второй мамочкой. Без тебя — никуда. Кто ж ему еще не забудет лезвия для бритвы купить или напомнить, что пора пойти подстричься, скажет, что машина грязная или носки сменить пора. В любом случае лучше, чем с засранцем жить. А будешь ультиматумы выдвигать, поверь, исчезнет очень быстро. Охотницы, которым перхоть и щетина не мешают, всегда найдутся. А тебе нового искать придется. Да и кто сказал, что он будет лучше?

*Заблуждение одиннадцатое:* «Женщинам нравятся мужчины, как в кинофильмах. Надо быть на них похожим». Ради бога, дорогой. Какое счастье встретить такого лжекиношного героя! Пусть хоть рыцаря из себя корчит, хоть принца или крутого парня. Ты в любом случае выиграешь. Сильно плохих и «немужских» поступков такой мужик не допустит — он же в кадре. Даже наоборот, скопированное внешнее поведение, манера разговора, осанка, голос странным образом влияют на внутренний мир мужчины. Он становится благороднее и щедрее, смелее и романтичнее. Постарайся определить, какое амплуа он выбрал для себя и подстройся, стань партнершей по фильму. Уверена — не прогадаешь. Возможные отрицательные образы — философ-пофигист, смотрящий на все свысока, и крутой мачо, ни в грош тебя ни ставящий — пусть останутся за кадром.

*Заблуждение двенадцатое:* «Случайные связи не вредят настоящему чувству, если женщина о них не знает». Дай понять, что если даже не знаешь, то чувствуешь — у женщин ведь интуиция хорошо развита. И поддержи его в напряжении — взгрустни невзначай или заинтригуй так, чтоб о гуляках забыл. Пусть пога-

дает, что у тебя на уме. А вообще-то, не худшее заблуждение. Если уж гуляет, то лучше втихаря, чтоб хоть над тобой не смеялись. Перечитай по заблуждению девятое или пошли его на фиг.

*Заблуждение тринадцатое:* «Женщины любят деньги и подарки, но со мной эти штучки у них не пройдут». Конечно, не пройдут, дорогой, что за подозрения, разве можно подумать, что с тобой ради денег? Смешно просто. Не для того люди встречаются, чтоб поживиться за счет друг друга. Подарки и цветы — это ведь не цель, а знаки внимания. А стерва — женщина редкая и уникальная. Так неужели такой мужчина позволит, чтобы его женщина ходила в стоптанных шпильках или потертой шубке? Если женщину ценят, любят, холят и -лелеют, то и подарки дарят. И не считают. А кто привык покупать — так на это специально обученные женщины есть с почасовой оплатой. Ты с такими дело привык иметь?

*Заблуждение четырнадцатое:* «Признание в любви решает многие проблемы». Ты, наверное, слышала что-то подобное: «Я так тебя люблю, что ты не должна даже думать о других женщинах. Это несерьезно, ты ведь самая лучшая», «Я напился вчера и приставал к твоей подруге, но я же люблю тебя», «Дорогая, я задерживаюсь на работе, но ты же знаешь, как я тебя люблю». И так до бесконечности. А мы верим. Ведь и правда хочется верить, что любит. И прощаем все, даже не подозревая, что нами манипулируют. Когда-то раз, потом еще и еще раз мужчине ответили на слово «люблю» сияющими глазами или раздвинутыми ногами, и с тех пор он запомнил волшебную формулу, бросает ее направо и налево, замечая или не замечая, что начинает пользоваться зельем даже там, где это нечестно и совсем не по-мужски. Постарайся устоять. Покажи, что на тебя это не действует, что главное — не слова, а действия, поступки. Или поиграй с ним, как кошка с мышкой. «Солнышко, я посижу еще пару часиков с подругой, ты же знаешь, как я люблю тебя, мой сладкий, уже соскучилась». Пусть себя узнает. И запомни навсегда: настоящий мужчина говорит слово «люблю» редко. Или не говорит вовсе. Просто любит и живет для те-

бя, и говорить об этом нет никакой необходимости. Ты и так каждой клеточкой чувствуешь. Так что забудь, что женщины любят ушами. Мозгами они любят. И еще одним местом, совсем чуть-чуть.

*Заблуждение пятнадцатое:* «Женщин интересуют только тряпки, трепня с подружками и сериалы». Некоторых, конечно, интересуют. Но не стерь. Развенчать заблуждение просто: интересуйся всем, что любит он, чем он живет и дышит. Слушай и расспрашивай, имей свою жизнь. Домохозяйки скучны, кокетки надоедливы, модницы одержимы, болтушки назойливы. Будь выше их всех. Докажи, что ты — нечто, которое нельзя равнять под определения или стандарты. Этакая мисс Непредсказуемость. Только нос не задирай.

*Заблуждение шестнадцатое:* «Все бабы хотят детей». Удивительно, как у мужчины в голове уживаются абсолютно противоположные мнения о детях. С одной стороны, они панически боятся наших беременностей и «окручивания животом». С другой — как только ребенок появляется на свет, большинство мужиков радуется и гордится этим событием больше, чем новоявленная мамаша. Причина такого поведения в том, что мужчина расценивает сообщение о беременности как запрещенный прием затащить его под венец. Отсюда вывод — когда женщина хочет замуж или привязать мужчину на всю оставшуюся жизнь, она беременеет. Практическое применение заблуждения: взять денег или подарки за аборт, но аккуратно и с выражением вселенской грусти на лице, или сразу рассказать, что дети — вовсе не цветы жизни, а обуза, которая тебе совершенно ни к чему. Разве он не знает, что детей заводят в браке и по обоюдному согласию? Мужчины так верят в то, чему хотят верить, что просто жаль их, бедняжек. Самое интересное, что если потом залетишь, то поверит, что произошло это на самом деле случайно и тебе совершенно ни к чему. А там уже смотри по обстоятельствам.

*Заблуждение семнадцатое:* «Чем меньше женщину мы любим, тем легче нравимся мы ей». Да и ради Бога. Видели мы таких. Не навязывайся и держи дистанцию. По методу Воланда, лечим заболевание тем, чем оно вызвано. Это, кстати, относится ко всем мужским за-

блуждениям. Хочешь перевоспитать — поступай, как он с тобой. Если не дурак, очень быстро поймет что к чему или, по крайней мере, игра пойдет на равных. В конце концов, имеешь ты право на свои «шизики»? А если постараться их «сдружить» с мужскими слабостями, прихотями и заблуждениями, то, уж поверь, денежных и личных проблем в жизни станет гораздо меньше.

*Заблуждение восемнадцатое:* «Половой акт с презервативом то же, что поцелуй в противогазе». Данное заблуждение характерно для мужчин недалеких, невоспитанных и эгоистичных. Особенно если вопрос таким образом ставится в первую же встречу. Такие мужчины обычно еще и плохие любовники. Естественно, презервативы — вещь не самая удобная и женщинам тоже нравится далеко не всем. Но не повод же это настаивать на **небезопасном** во всех отношениях сексе? Ответ нужно дать жестко и категорично, без уговоров и сомнений. А при близких и долгих отношениях эту мужскую слабость можно использовать, взяв ответственность за предохранение на себя. Принимая противозачаточные таблетки, ты, во-первых, себе нервы бережешь, во-вторых, ему показываешь, что ты — **женщина** цивилизованная, детей не хочешь и сама об этом заботишься, а его проблемы — чтоб в остальном порядок был. Теперь подумай — пойдет ли мужик налево, чтоб с презервативом и малознакомой партнершей мучиться, когда тут рядом такое сокровище. Практика показывает, что навряд ли. Поленится или испугается чего-нибудь подхватить, тебя потерять. Результат достигнут. Учись любые мелочи оборачивать в свою пользу, даже те, которые тебе не нравятся. Или научись бороться с ними так, чтобы мужчина даже не заподозрил подвоха и насилия над его внутренним «я». При малейшем подозрении, что женщина использует или пытается переделать ЕГО, манипулирует, мужчина исчезает, как сон в летнюю ночь. Будем умнее и терпимее. В конце концов мы тоже далеко не ангелы.

## **Мужские комплексы: как с ними бороться**

*Хороший мужчина, как хороший костюм. Его надо кроить по себе.*

Народная мудрость

Не будем подробно останавливаться на освещении мужских комплексов. О них много написано в специальной литературе по психологии. Только, как говорится, «в большой мудрости — много печали». Советую увлекаться не теорией, а практикой. Сама подумай: если человек плохо выглядит или чувствует себя отвратно — какая тебе по большому счету разница, чем он болеет. Результат-то налицо.

Коротко о наболевшем. Мужские комплексы по большей части происходят от неправильной оценки себя и окружающих, неверной информации и мифологизации многих сторон взаимоотношений мужчин и женщин. Они тесно переплетены с заблуждениями, о которых писалось выше. Например, мнение, что женщины любят мужчин с большим членом, одновременно присуще как заблуждение многим мужчинам и является комплексом для тех, у кого размером не вышел. Избавить от такого комплекса-заблуждения мужчину очень просто. Покажи, что ты в восторге от сеансов близости, расскажи пару страшных историй про подруг с разорванными влагалищами. Обучи, как ручками тебя ласкать и куда целовать. Если такого заком-

плексованного мужчинку убедишь, что он — половой гигант, будет верен тебе как пес. И никогда не говори, что член у него маленький. Это не тот случай, когда нужна правда-матка. Переигрывать тоже не надо, ведь у него глаза тоже есть и в сауну с приятелями он наверняка ходил, а значит, имел возможность провести сравнительный анализ.

Или другой, так называемый *эдинов комплекс* — явление частое и неизлечимое. Нет, с ним совсем не нужно бороться тем, кому нравится играть в «сыночки-мамочки». Кратковременные улучшения могут наступить, если, например, приготовить любимое блюдо (или просто альтернативно-вкусное) лучше, чем мама, или во время очередных телефонных переговоров с ней сделать любимому показательный минет. Хороший вариант — уехать далеко и надолго от мамочки подальше. Но нянчиться все равно придется. Отвоевывая мужчину у мамы, ты будешь вынуждена встать на ее место: один идол сменяет другого.

*Комплекс неполноценности* присутствует в той или иной степени у всех мужчин: кто-то комплексует по поводу внешности, кто-то из-за неудач в бизнесе или личной жизни. Помогут только длительная психотерапия с твоей стороны и повышение социального статуса, которого должен добиться он сам. Твоя задача — убедить мужчину в том, что он самый лучший во всем. Уверенность в себе и твоя поддержка в трудную минуту не позволят ему раскиснуть и опустить руки. Докажи, что бы не случилось, ты будешь рядом, потому что **никакие** временные неурядицы не повлияют на твои чувства к нему. Забудь о скандалах по поводу отсутствия денег или внимания. Послушай про его проблемы, пожалей и... направь, куда тебе нужно. Будь умнее тех женщин, которые тупо и безрезультатно «пилят» свои половины, тем самым только усугубляя у мужчины чувство собственной неполноценности и никчемности. Пресекай все попытки «поплакаться» — не мужское это дело. Разве может быть рядом с неудачником такая женщина как ты? А если все еще рядом, значит — достоин. И точка.

*Комплекс несостоятельности* — случай более тяжелый, чем предыдущий, практически клинический. Попадешься в руки такому мужчине, а еще, не дай Бог, влюбишься — можешь смело ставить на себе крест как на стерве. Мужчины с этим комплексом — философы и искатели, баловни судьбы и альфонсы, люди искусства и неопределенной профессии. Лиц много — смысл один. Человек не может приложить себя к жизни, найти то, что ему на самом деле интересно, в чем может самореализоваться. Такой плывет по жизни, осуждая богатство и трудоголиков, политиков и примерных семьянинов, отвергая вечное и преходящее, но... не предлагая ничего взамен. Он умен и умеет красиво говорить, с ним всегда интересно и легко, он много читал и видел, прекрасный любовник. Он легко увлекается всем, но серьезно — ничем. Как правило, находится либо в вечном поиске, либо в таком же вечном «обломовском» безделье. Если дело не зашло слишком далеко, исправить ситуацию может только какое-то **сильное** жизненное потрясение — смерть родителей или других близких людей или угроза их потери, исчезновение источника доходов или появление уж очень заманчивого дела, которым можно заняться, не меняя образа жизни. Такие часто пьют, объясняя слабость тем, что трезвыми глазами смотреть на нашу жизнь нельзя. Попасть под влияние мужчины с этим комплексом легко. Мой совет — держись подальше. Сбережешь и нервы, и деньги. Представители вышеописанного типа, как правило, наплевательски относятся к деньгам, что не мешает им без зазрения совести пользоваться тем, что зарабатывали другие (женщины или мужчины — особой разницы нет). Отказать трудно, сама не заметишь, как «займешь» или «в дело вложишь». Повод найдется всегда. Такие мужчины — как наркотик, знаешь, что тупик, что плохо и в итоге — мучительно, но временами так сладко и просто, легко и свободно, что сил нет уйти. Только не стервозное это дело. Собери остатки силы воли и беги куда глаза глядят, в крайнем случае, посмотришь на все это со стороны и вернешься. Или не позволишь себе никогда повториться.

*Кризис среднего возраста.* Кратко расшифровывается как: «Надо срочно успеть сделать все то, что я не сделал до сих пор, а то потом может быть поздно». Как правило, фантазия редко идет дальше осуществления затаенных сексуальных фантазий, множества связей с молоденькими девушками или нового брака. Если ставишь себе цель подцепить мужичка возрастом около полтинника с положением и деньгами — стань для него «бесом в ребро», и все твои проблемы будут решены. Кризис этот проходит только естественным путем — его нужно переболеть. Как только мужчинка перебежится, будет снова, как шелковый. Поэтому с позиций жены разумно набраться терпения и подождать, а любовницы — взять инициативу в свои руки и определиться, чего хочешь и как использовать временное помутнение мужского рассудка.

*Комплекс перфекциониста* часто бывает у мужчин, по которым никак не скажешь, что жизнь их не удалась или не состоялась. И тем не менее они всегда недовольны. Им постоянно кажется, что можно было что-то сделать лучше, и денег бы это принесло больше. Стоит еще немного поднапрячься и поработать, и тут такое начнется! Самое интересное, что после запланированных напряжений наступают новые, потом проблемы и кризисы совсем не дают передохнуть. В результате — из нормального мужика получается неврастеник и трудоголик, думающий только о работе, вечно попрекающий тебя бездельем и отсутствием целеустремленности. Отдых рассматривается исключительно как тунеядство. Ведь за это время можно сделать так много! Ухудшается сон и сексуальная жизнь (Еще бы — так транжирить время!). В особо запущенных случаях состояние сопровождается недоверием к подчиненным (хотят обмануть и увильнуть от работы) и близким (тунеядцы, желающие поживиться за его счет). Если возьмешься за первоспитание такого — будь осторожна. Можешь сама в психушку попасть, не выдержав темпа его жизни и работы. Второй сценарий: ему понравится жизнь в удовольствие (для чего я, собственно, столько работал) настолько, что без тебя, как главного удовольствия своей жизни, мыслить се-

бя он не сможет. Тогда с тем же рвением он возьмется за твою жизнь и карьеру. Естественно, в тесной связке с его планами. И — прощай, стерва, — в лучшем смысле этого слова. Можешь попробовать **побороться**, хотя мне не удавалось. Получается, что живешь правильно, растешь и процветаешь, достигаешь новых высот, все завидуют, а радости в жизни никакой, разве что тайком выпуститься или детективчик почитать. А теперь посмотри на себя со стороны. Может, лучше как-нибудь самой, не в режиме загнанной лошади? Мое дело — предупредить.

*Комплекс донжуана.* Так и вижу твою саркастическую улыбку. Видали мы таких. Ни одной юбки не пропустит, раскаивается искренне, прощения просит и говорит, что нет лучше тебя на всем белом свете. Откуда ноги растут? Из детства-юности. Когда все гуляют и находят время, чтобы «перебеситься», он учился и работал, рано женился и был примерным семьянином или наоборот, приставал ко всем подряд и все подряд его посылали направо и налево. Приобретая жизненный опыт и положение, но, не избавившись от подростковой неуверенности в себе, затаив обиду на весь женский род (осознанно или нет), такой мужчина пускается во все тяжкие. Часто сам не понимая, зачем он это делает. Вроде, и удовольствия особого нет, рискует любимую потерять или семью. Времени, средств и сил так же «хобби» отнимает очень много. Это превращается в игру, в доказательство самому себе, что «я могу», что все женщины без ума, стоят в очередь и ждут, когда их осчастливят. Глупое доказательство. Но, если бы не было глупых женщин, ведущихся на дорогие машины, ужины и лживые слова, и бабников бы поуменьшилось. Именно бабников, мужчин, не думающих о партнерше, мужчин «на один раз», после которых остается только пустота и ощущение, что тебя использовали. Масляные глазки, недвусмысленные предложения «в лоб». Грустно и жалко их, горемычных.

Перевоспитывать бабников легко. Но долго. Иногда на это уходят годы. То, что тебе придется быть лучшей, даже не обсуждается. Как не подлежит сомнению и то, что это будет долго проверяться хорошо **извест-**

ным методом. Терпи, не устраивай сцен. Постепенно он перестанет вешаться на тех, кто явно по «экстерьеру» и интеллектуальному уровню ниже тебя, потом игра пойдет на равных. Но, согласишься, лучше бороться с достойными соперницами, чем с желанием близкого человека трахнуть всех подряд. Ревнуй, но в меру. Покажи, что ревность — это не нарушение прав собственности, а чувство брезгливости и обида, что время и внимание, которые должны быть твоими, отданы другой, менее достойной. Да, будут срывы. Желание унять обиду, снять стресс привычным способом просто так не проходит. Постарайся понять, что ищет мужчина в разных партнерах. Собери эти качества в себе, стань идеалом, но всегда переменчивым. Пусть в тебе он увидит их всех, но лучше, чище и... удобнее. Использование мужской лени — величайшее искусство стервы. Мужчины ленивы до безумия. И, если рядом будет женщина лучше, или даже не сильно хуже, чем **потенциальная** новая партнерша, черта с два он поднимет свою задницу с дивана на завоевание новых высот. Если твой мужчина — бабник, прочитай особенно внимательно главы, посвященные технике секса. И воплоти их в жизнь. Запомни, кратковременные связи никогда не приносят мужчине чувства глубокого удовлетворения и близости с женщиной, как, к сожалению, долгие отношения никогда не дадут мужчине ощущения борьбы и победы, такого желанного для многих. А теперь вспомни себя — ничего общего не находишь?

**Комплекс «засранца».** Это мой термин, просьба не придирайтесь. Встречи с парочкой таких хватило на всю жизнь. Это те, кто валяется на диване, когда жена ползает с тряпкой. Они считают занятие **домашними** делами и даже многие гигиенические процедуры занятием сугубо женским, мужчин недостойным. Причем, с уровнем доходов и собственной значимостью это никак не соотносится. Лежа на диване с газетой, он даже не вспомнит о том, что зарплата «женщины с тряпкой» была в прошлом месяце на порядок **выше**, чем у него самого. Не будем становиться на позицию крайнего эмансипе, никто из мужчин золушек делать не собирается. Но

справедливость должна быть восстановлена. Либо зарабатывай и требуй, либо орудия труда в руки — и вперед. В конце концов, нам, женщинам, по большому счету, все равно, кто починил сломанный кран — муж или приглашенный слесарь за деньги. Никто не заставляет мужчин брить волосы на ногах или лобке и ногти красить, но зверское **расцарапывание** твоего подбородка небритой физиономией (если тебе самой это не нравится) — это слишком. Или застарелый запах пота, распространяемый по квартире. Дело здесь не в ущемлении мужского самолюбия, а в эгоизме, самодурстве и плохом воспитании. Перевоспитанию не подлежит. Забудь и не жалея.

*Комплекс «собственника».* Не самый неприятный из возможных. Сама посуди, разве какую-нибудь неценную и ненужную вещь хочется иметь (в смысле быть ее собственником)? А ты — сокровище, сокровища всегда прятали и оберегали — ведь желающие всегда найдутся. С этой точки зрения положение «ты — моя» все же лучше, чем «иди гуляй, сам позову». Значит, дорожит и любит, потерять боится. Приятно, если без сцен ревности, нытья и тотального контроля.

Избавить от этой слабости мужчину может только уверенность в том, что ты ему верна, предана душой и телом, дышишь и живешь только им, ценишь его отношение к тебе и дорожишь им настолько, что даже мысли не допускаешь о других. Ведь комплекс собственника часто является продолжением комплекса неполноценности. Не смотри на него, как на чудовище, а постарайся понять и пожалеть. Вспомни себя, когда влюблена была, как ревновала и бесилась, как уговаривала заехать на минутку и остаться еще на часик. Только тебе легче — женщина, она и поплакать может, и попросить, а мужчина, как самурай, должен «сохранить лицо». Поэтому он считает, что лучше держаться поостроже, чтоб не разболталась, воли не давать, тогда и его авторитет возрастет. Оставь его в покое, пусть развлекается по-своему. Хочешь быть главным? Хозяином, собственником? Пожалуйста! Хоть повелителем Вселенной. Мы-то знаем, как обстоят дела на самом деле. А уступив в **мелочах**, можно выиграть в глобальных

вопросах. Поиграем в политику, и пусть Жириновский, глядя на нас, обольется крокодильими слезами.

Мужские комплексы сами по себе, по большей части, безвредны и легко переносимы женщинами мудрыми и терпеливыми. Гораздо сложнее бороться с проявлениями этих комплексов и **разными** временными «**шизиками**», которые могут появиться в голове у мужика и потом остаться там надолго или вылететь, как влетели — бесследно и навсегда. К таким проявлениям относятся депрессия и приступы пессимизма, хандры и жалости к себе, агрессивность и ревность, возникшие, казалось бы, на пустом месте. К особо мерзким я бы отнесла мозгоедство и желание поучить тебя жить. К особо действующим на нервы — воинствующее безделье и «опускание рук». Забавны приступы вранья и хвастовства, они стоят рядом с приступами «мартовского кота» и желания **выпендриться** любым способом. Самые сложные и «непобедимые» — вредные привычки, которые вылезают, как паразиты, во время очередного жизненного катаклизма в жизни мужчины. Как ни странно, часто комплексы проявляются в вещах позитивных и приносят их обладателю немалый доход и славу. Но они же порождают трудоголиков и фанатиков, сторонников сексуальных табу и сексуальных маньяков. Среди мужчин много гениев, но и умственно отсталых тоже много больше, чем среди женщин. Одна тоненькая черта отделяет две совершенно противоположные грани мужского характера. И только от нас порой зависит, кем станет **избранник**: Исторический факт: многие известные личности, к примеру, Наполеон или Гитлер, были мужчинами закомплексованными, имели проблемы с ростом и потенцией. И, тем не менее, именно эта ущербность привела их к идее реализоваться в другой области, хотя, согласись, проблемы в сексуальной жизни и идея мирового господства — вещи, трудно сопоставимые. С другой стороны, статистика показывает, что красавчики, половые гиганты и большие умницы редко добиваются успеха. Они избалованы, рядом всегда полно женщин, готовых на все. Бороться не за что. Посмотри вокруг: может быть, ком-

плексы — это еще не самое страшное, и десять раз подумай, бороться с ними или подружиться. Не забывай, что свято место пусто не бывает, и на место прежних развенчанных заблуждений придут новые. Не копаешься ли ты в своем мужчине от безделья? Вспоминаю одну знакомую, которая при долгих рассуждениях о том, как нужно вести себя с мужчинами, что делать со своей красотой и здоровьем, мировыми катаклизмами и соседями, говорила только одну фразу: «Работать не пробовали?» Она вполне логично полагала, что женщина, загруженная умственно и физически, не будет всякими глупостями заниматься или обращать внимание на легкие недомогания и недостатки, которые бывают у всех. Посмотри на себя и своего мужчину — не слишком ли копаешься в себе и в нем? Может, лучше делом заняться? А во время совместного общения не углубляться в психоанализ, а радоваться минутам, проведенным вместе, и стремиться доставить друг другу максимум удовольствия, независимо от того, чем решено заняться — сходить на природу или целый день проваляться в постели. Буду очень рада, если советы из этой главы помогут тебе разобраться в суженом, основаны они исключительно на личном опыте не одного поколения стерв и обычных женщин, проживших долгую и счастливую жизнь со своими мужчинами. Только не забывай, что мы с тобой — не профессиональные психологи, и если проблема на самом деле серьезная, не жди, что все образумится само собой, иди к специалисту и расскажи все как есть, не скрывая даже самых интимных подробностей.

## Как исправить бабника

- *Все мужчины - ужасные Дон-Жуаны!*
- *Все?*
- *Да. Разве остальных можно назвать мужчинами?*

Исправлять кого-либо — дело увлекательное, но нервное. Отношения с мужчинами я привыкла делить на два этапа — приручение и дрессировка. Бывают отличные экземпляры, в дрессировке не нуждающиеся, но такие попадаются редко. Ошибка большинства женщин — начинать дрессировку, когда мужик еще не приручен. Не спеши, а то сбежит. Наберись терпения и жди, когда заглотит твою наживку, попадетса на крючок. И даже теперь не спеши вытаскивать улов из воды. Ты же знаешь, что он попался, вот и води на удочке, куда тебе нужно. А он будет уверен, что плавает на свободе. Смысл, примерно, поняла? Приручение мужчины можно условно назвать твоей демо-версией (как в компьютерных игрушках, где в начале показывают, каких высот ты можешь достичь, если просидишь за монитором не одну ночь). У него, когда он с тобой знакомится, есть какое-то представление о том, какой ты могла бы быть сладкой девочкой. Чаше всего, конечно, оказывается все наоборот, но кому же хочется в самом начале думать о плохом? Искусство приручения состоит в том, чтобы показать себя максимально похожей на то, что мужчина ожидает увидеть. Потребуется почти звериное чутье и недюжинный актерский талант.

Но разве не стоит того взгляд мужчины, полный восхищения и удивления! Для меня нет ничего слаще и желаннее тех минут, когда на тебя смотрят, как на богиню. Это несравнимо даже с самыми страстными ночами и дорогими подарками. Это минуты наивысшей власти женщины, когда чувствуешь себя королевой или куртизанкой, соблазнительницей или дикой кошкой, у которой бьется в лапах только что пойманная дичь. Ассоциации разные — чувство одно: как будто стоит тебе только захотеть, и весь мир прогнется под тебя.

Приручение мужчины надо начинать еще до знакомства. Побудь у него на виду. Пофлиртуй, но как бы невзначай, по привычке, немного устало и свысока. И тут же отколи какой-нибудь неожиданный трюк. Спародируй кого-нибудь или сладко потянись, если ни на что фантазии больше не хватает. Главное, чтобы был контраст. Неприступная, но игривая, серьезная, но веселая, красивая, но умная. Мозги у мужчины начинают пухнуть от стремления понять, что же ты такое на самом деле, а это уже гарантия интересного знакомства.

Знакомиться с бабниками лучше всего по двум сценариям: «Да, я такая.» и «Я жду трамвая». Первый — простой и эффективный, если ты уверена в своей постельной квалификации. Второй — сложнее и тоньше. Оба преследуют одну цель — подцепить бабника надолго, подцепить и приручить. И чтоб больше не гулял (или хотя бы не видел в этом смысла жизни).

Сценарий «Да, я такая» — это игра на равных. Ты его прекрасно понимаешь, потому что сама такая. Перевелись мужики. Нет, ты не гуляешь направо и налево, смысл ведь не в этом. Любишь ты «это дело», но физиология — одно, а душа — совсем другое. Отдай ему свое тело, но не мысли (даже если и отдавать особенно нечего), создай интригу на пустом месте. В постели отдавайся как в последний раз, как лучшая из куртизанок, не стесняйся и соглашайся на любые извращения. Но за ее пределами води себя отстраненно, держи дистанцию, в душу не лезь, сама не звони, или возьми телефон и позвони... через месяц. Поменьше распространяйся о себе. Таким образом будет достигнут контраст между тобой и остальными. Обычный сценарий,

который не любят, но часто на него попадают бабники — трахнул один раз, а головной боли на несколько месяцев. Женщины, не зная гордости и стеснения, звонят по всем телефонам, радостно сообщая, что наконец-то они свободны и ждут не дождутся, когда же он снова... Представляешь, как ему это надоела? А ты будь умнее. Сделай вид, что не очень-то он тебя задел. Можно играть его же козырями — мы люди взрослые, **доставили** друг другу удовольствие и разбежались. Посмотришь на реакцию. Чаще всего задевает сильно. Внутренний голос мужика кричит: «Как это разбежались? Кто в конце концов в доме хозяин? Еще женщины тут условия не диктовали! Нет, дорогая, завтра пойдем **в** ресторан, а послезавтра я к тебе приеду, а там еще посмотрим, и смотреть буду я». Но, повторяю, номер идеально проходит, если первое **общее** и постельное впечатление было сильным и незабываемым. Мужчины не гонятся за серостями.

Второй сценарий «Я жду трамвая» строится на тотальной неприступности или игре в Ассоль (фанатичная вера в то, что рано или поздно появится принц). Главное условие — ты неприступна. Неприступна потому... да пусть сам думает, почему, голову ломает. Главное — **не** переиграть, чтобы **раньше** времени не смылся с горизонта. Это как игра в кошки-мышки. Ты должна показать, что тебе где-то глубоко внутри хочется. Хочется так, что трусики становятся мокрыми и голова кружится от возбуждения. Но ты сопротивляешься. Сопротивляешься даже не ему, а самой себе. И его задача — победить в тебе сомнения. Не объясняй причин. Говори любую чепуху. Пусть думает, что в твоём прошлом скрывается страшная тайна, которая мешает нормально с мужчинами общаться, или ты романтическая дурочка, **ожидающая** кого-то особенного. А может быть, перед ним **просто «синий чулок»**? Тогда попробовать свои силы и мужские чары вдвойне интересно. После долгого маринования, когда вконец отчаявшийся самец будет думать только о том, смыться ему подальше или изнасиловать тебя прямо сейчас, можно отдалиться. Отдаваться **нужно** красиво, романтично, без всяких садо-мазо, анальных совокуплений, но в то же время умело. Такие постель-

ные сцены обычно показывают в добрых американских фильмах, предназначенных для семейного просмотра. Говоря проще, постарайся, чтобы больше было похоже на то, что вы «занимаетесь любовью», а не «трахаетесь». После «всего» посмотри на него восхищенными глазами, как на бога, попроси прощения за то, что долго сомневалась и выпендривалась. Можно пожаловаться на голову, которая кружится, сказать парочку «Ух ты!» или «Ну ты даешь!», показать, что ты слегка не в себе, отойти еще не можешь от того, что было. Покаяние в ненужной жестокости и откровенная лесть его мужскому самолюбию заставит мужчину возвращаться к тебе вновь и вновь. Не стоит строить из себя недотрогу. Поиграй в «учителя-ученицу». Надо же, как были примитивны предыдущие мужчины (потупи глазки). Покажи, в каком ты сумасшедшем восторге от секса с ним. И не **требуй** ничего **вещественного**, опять же, скажи, что будешь рада его видеть, но не позволяй себе ждать его прихода часами, не навязывайся и не напоминай о предстоящей встрече. А если забудет или сильно опоздает — не бухти, а сделай в следующий раз так же, только с **искренним** выражением раскаяния на лице и серьезнейшей причиной неприхода или опоздания. И **покажи**, что ты расстроена гораздо сильнее, чем он. Старайся **договариваться** строго на время, не допуская «Постараюсь заскочить после обеда» или «Вечерком, наверное, пообедаем». Это означает только одно: просидишь полдня дома без толку, а потом он тебе позвонит и извинится. Или не позвонит. Потеряешь кучу полезного времени и нервов.

В общении с бабниками есть несколько нюансов, которые нужно учесть при построении долгих отношений и дрессировке. Бабники — **мужчины** внутренне закомплексованные и не уверенные в себе, но пытаются самим себе и окружающим продемонстрировать **свою** уверенность и состоятельность посредством заведения максимального количества сексуальных партнерш. Многие начальники рассматривают сексуальную связь с сотрудницами как подтверждение преданности делу и ему лично. Есть категория «изменщиков», которая относится к сексу, как к виду спорта (для поддержания формы) или как к развлечению. Фантазии на то, как се-

бя развлечь иным способом не хватает, а **тут**, как **говорится**, все под рукой. И дух захватывает от азарта, и времени много не занимает. Постарайся разобраться, почему гуляет твой экземпляр. Чего ему не хватает? И учти, что бабники мнят себя супер-мужчинами, страшно гордятся своими достижениями. Поэтому то, что не следует делать с обычным мужиком, с бабником не стоит делать вдвойне. Повторим пройденное:

- не говорить «Я тебя люблю» первой;
- не смеяться над проблемами с потенцией;
- не навязываться;
- не устанавливать табу в постели;
- не устраивать сцен ревности;
- не отвечать на измену изменой;
- льстить, когда он хочет слышать лесть;
- стать лучшей из любовниц;
- быть интересной собеседницей: «голый» секс сильно **проигрывает** сексу «с душой», после (**во** время или перед) которого можно поговорить.

Секрет лечения всех патологий у мужчин прост. Убеди милого в том, что он — самый лучший во всем. Пусть будет уверен в своих силах и не расходует их на ерунду. Ври, если нужно, притворяйся, когда он этого хочет, смейся, когда хочется плакать и поплачь, когда душа поет от счастья. Ты — настоящая, со всеми своими проблемами, болезнями и комплексами — никому не нужна. Поэтому соберись и забудь про то, что хочется, делая **то**, что нужно. И не нужно лишней эмансипированности, ревности и бабского гонора. Зачем тратить силы на вещи бесполезные? Наберись терпения. Помни о цели, которую преследуешь (деньги, дети, замужество, карьера, любовь) и претворяй ее в жизнь каждый день. Конечно, если он того стоит...

**Приемы «приручения»,  
или Школа Дурова в переложении для стервы  
(не путать с дрессировкой)**

*За время борьбы наши когти стали острыми,  
голос — уверенным, взгляд — твердым.*

**Алиса Мачабели**

«Валя Фомичева — женщина особая. На таких оборачиваются, таким вслед смотрят. Она небольшая совсем, стрижена как мальчишка. Глаза огромные, чарующие. Улыбка чуть капризная. В уголках рта что-то блудливое витает. Но это только если присмотреться внимательно. Что-то в ней дьявольское есть, несомненно. Но не скажешь это. Может быть вся красота ее дьявольская. Зачем ты, Володя, такую жену себе выбрал? Красивая женщина — чужая жена. Кто на нее [...] только не смотрит? Все смотрят. [...] Им эта стройная фигурка покоя не дает. [...]

Как Снежная Королева, будешь ломать наш покой своим холодным, надменным взглядом. Сколько власти в ее сжатых узких ладонях. Несомненно, она повелевает любым, кто встретится у нее на пути. Если сжать ее, раздавишь как хрустальную вазу. С такой женщиной можно провести только одну ночь, а после этого бросать и уходить, пусть будет огорчена. В противном случае — закабалит, подчинит, согнет, поставит на колени, я знаю таких, в моей жизни была точно такая же женщина. Тоже совсем маленькая и хрупкая. На нее тоже оборачивались. Я ушел от нее сам. Не

ждал, когда прогонит, когда обманет, когда поставит на колени». (Виктор Суворов, «Аквафум»).

Так пишут о стервах разведчики. На наше счастье, таких, как он, тех, кто находит силы уйти первым, немного. Наша задача схожа с военным заданием: найти и удержать. Рассуждать о том, как подойти к мужчине, как его обласкать и приручить стоит вести, если мужчина уже есть.

Первое правило вербовки — *найти объект*. Если его нет, то будь ты хоть трижды гейша с неимоверно накачанными мышцами влагалища, тебе это не пригодится. Поэтому запомни главное правило: ты должна быть красивой. Если не можешь быть красивой, будь обаятельной или хорошенькой. Если и это не дано, то мужчину можно взять только невероятной сексуальностью. Но ухоженной будь всегда. Чем старше женщина, тем ухоженнее она должна быть. Размазанная тушь может стать частью имиджа девочки-подростка, но будет неряшливо смотреться на лице сорокалетней. Особенно неприятно, когда помада растекается по морщинкам у губ.

Второе правило вербовки — *найти места*, где его можно подтолкнуть к знакомству. Мужчины ходят в спортзалы и в магазины, на выставки и в бары, у них есть хобби, командировки и машины. Думаю, ты поняла.

Третий закон вербовки в переложении для стервы гласит: *не нужно сразу **замахиваться** на тузов*. Потренируйся на валетах и королях. Они не так придиричивы и легче идут на контакт. Предположим, он попался на крючок. Как удержать и приручить? В первые встречи главное — заинтриговать и околдовать постелью. Мужчина идет на контакт, когда хочет тебя. Удовлетвори все его фантазии, восторгайся его возможностями, **СТОНИ** и плачь от восторга. Пусть он почувствует себя настоящим мужчиной.

Четвертое правило приручения тоже позаимствуем у разведчиков. ***Уметь слушать***, выражая глазами и мимикой понимание, слушать. Не перебивая, и поддакивать там, где нужно. Это сложно, сложнее, чем тебе кажется. Тот становится нашим лучшим другом, кто

слушает нас, не перебивая. Стань лучшим другом. Но не забывая про постель.

Пятое правило называется «Законом клубники». Я люблю клубнику. Я люблю ловить рыбу. Но если я буду ловить рыбу на клубнику, то не поймаю ни одной. Рыбу надо кормить тем, что она любит — червяками. Если ты хочешь завоевать не только мужское тело, но и его мозги, душу, не говори о клубнике, которую любишь ты. Говори о «червяках», которые любит он.

Шестое правило: *не спугни*. Никаких разговоров про брачные узы, звонков с назначением встреч и расказами о том, как ты соскучилась. Пусть не будет до конца уверен, что завоевал, пусть сам звонит, ломает голову о том, что у тебя на уме. Полная свобода действий. Без расспросов о бывших и соперницах, сцен ревности и недовольных мин.

Седьмое правило учит *ко всему относиться с юмором*. Человек, который смеется, открыт и безоружен. Если ты научишься смешить мужчину, отвлекать его от проблем, считай он твой.

Восьмое и самое сложное правило. *Стань его мечтой*. Когда мужчина идет на контакт, он представляет, какая ты, он предвкушает тебя, пробует издалека. Почувствуй, чего он хочет. Видеть тебя ласковой простушкой или роковой соблазнительницей, одетой в платье или в джинсы, веселой или романтической? Посмотри на себя его глазами и стань женщиной его мечты. Не бойся, когда мужчина будет приручен, ты сможешь расслабиться, показать шипы и заставить его делать то, что нужно тебе. Но вначале ты должна играть. Быть идеальной женщиной, чтобы приручить, околдовать. Главная ошибка начинающих стервочек — начинать дрессировку, когда мужчина еще не приручен. Он пугается напора и... сбегают. Потому что ты поспешила. Стоило подождать, и все, чего **ТЫ** добивалась истериками и слезами, само упало бы к твоим ногам.

Девятое правило: *умей ждать*.

Все. Приступай к практике.

## Мания величия и как с ней бороться

*Я не гостя, но я и не служанка. Нужен еще один звонок с надписью «Для королевы».*

Льюис Кэрролл «Алиса в Зазеркалье»

Чем тщеславие отличается от честолюбия? Где лежит грань между манией величия и чувством собственного достоинства? Что такое медные трубы и как заставить мужчину через них проскочить? Если уж мы собираемся замахиваться на тузов и королей, экскурс в манию величия не помешает. Впрочем, эта слабость посещает и более примитивные формы жизни. По моему опыту, если мужчина, ничего из себя не представляя, начинает набивать себе цену и воспитывать тебя. С первого же дня знакомства, не стоит обращать на него внимания в принципе. Пусть найдет себе ничтожество, которое согласится смотреть восхищенными глазами и потакать самовосхвалению или проститутку на один вечер, с которой можно не церемониться.

Мне четырнадцать лет. Я удивляюсь и не могу понять. Самый красивый мальчик школы, на которого заглядываются и пятиклашки, и учительницы, выбрал себе девочку, страшненькую и глупую, на которую не сморел никто. Жидкие волосы, нечистое лицо, кривенькие ножки. Они ходят вместе. Он — чуть впереди, она семенит следом, не сводя восхищенного взгляда со своего кумира, удостоившего ее вниманием. Он играет

с ней как кот с мышкой, бросает и снова снисходит, изменяет и унижает, **рассказывая** в компании, как неуклюже она целуется, **как** некрасива, когда раздевается. Я удивляюсь. Почему он выбрал такую? Почему она терпит такое? Почему не я или не Аленка из его класса — первая девушка на районе?

Сейчас уже не удивляюсь, потому что знаю и видела часто, как **выбирают** за почитание и восхищение, потакание **самолюбванию** и эгоизму, за готовность унизиться и прибежать по **первому** щелчку пальцев. Есть категория мужчин, которых можно завоевать только так: выстрадать и женить на себе. Он будет ненавидеть тебя и изменять, но всегда возвращаться, потому что **любая**, знающая себе цену женщина не позволит так с собой обращаться, не потерпит грубости, измен и пьянства. А такая и потерпит, и простит или научится не обращать внимания и очерствеет, только чтобы рядом был он. Ей завидуют. Еще бы, такая мартышка отхватила такого красавца! А ты представь себя на **ее** месте, попробуй вытерпеть все, что терпит она, **войди** в ее бессонные ночи, взгляни ее глазами на себя в зеркало. Страшно? И мне страшно. Пример потакания мужским комплексам и слабостям для стервы страшен. Мне повезло, я отнесена мужским мнением к красивым или интересным женщинам. Это дает уверенность. Утром, когда я просыпаюсь с плохим настроением и смотрю на себя в зеркало, вспоминаю страшеньких подруг, и настроение улучшается. Понимаю, что **упиваться** собой плохо, но настроение неумолимо улучшается от того, что я не такая, как они. Это не **мания величия**. Я вполне могла бы быть такой. **Растолстеть** и сделать стрижку, чтобы было удобно, не носить каблуки и ходить в джинсах. Но я стерва. Я сделала себя сама и не позволю, чтобы кто-то заставил меня восхищаться мужским самолюбованием и эгоизмом. А это значит, что нужно бороться. Снова бороться. Я тяжело вздыхаю, и начинаю действовать.

Анализируем объект. Если мания величия возникла неожиданно вследствие головокружительных успе-

хов, это может пройти, как только мужчина привыкнет к новому статусу, или остаться навсегда в ужасной утрированной форме «понтотломства» и «загибания пальцев». Как правило, крайние формы мании величия и «бронзовелости» наблюдаются у нуворишей и бандитов. Мужчина прожил большую часть жизни более чем скромно, унижался и лебезил перед начальством или авторитетами, но неожиданно карта ложится так, что он нападает на золотую жилу, богатеет и приобретает авторитет в считанные дни или месяцы. И здесь уже все наоборот. Никому больше он не позволит себя унижать. Он добился своего, а значит — все «по стойке смирно» и отдать честь. Из низов выходят самые жестокие уголовные авторитеты и самые беспринципные политики, самые хитрые бизнесмены и самые стервозные женщины, потому что они знают, что назад дороги нет. Скатиться вниз — значит потерять все. А это в их жизни уже было. Потеряв власть, ты становишься в ряд тех, кого унижают, кому приказывают и жестоко наказывают в случае неподчинения. Средины нет: ты или лидер или его игрушка. И свое лидерство нужно постоянно подтверждать, показывать, к какой прослойке ты относишься, что ты не такой, как все, или такой, каким был раньше. Смотрите, люди, почитайте и преклоняйтесь!

**Мужчина**, уверенный в себе и своем бизнесе, не будет демонстрировать свое превосходство. Оно и так понятно. Людей, которые лижут ему задницу без предварительного напоминания, более чем достаточно. И наоборот, чем более шаткое положение, чем больше неуверенности в том, что он останется на верхушке всегда, тем чаще проявляется мания величия. Таким образом, мужчина убеждает самого себя и остальных. «Я успешен!» — показывает он всем своим видом, — «Будьте со мной, любите и почитайте меня! Тогда я снизойду до вас и осчастливлю своим вниманием». Девушка «без комплексов» всегда более закомплексована, чем ее подруги, стесняющиеся своих недостатков или общественного осуждения. Так и за показушной манией ве-

личия скрываются бизнесмены, влезшие в долги, импотенты и подкаблучники, маменькины сынки и недоласканные дети. Мания величия — это такая же маска, как мачо или бабник, удобный образ, под которым можно спрятать страхи и комплексы. Или наоборот, развернуть их во всей красе, не стесняясь.

Как бороться? Первый способ из личного опыта — перевод мании величия в коллективную форму. Докажи, что ты достойна, что ты такая же, и, сам того не замечая, вместо «я» мужчина скажет «мы», перестанет требовать от тебя демонстрации почитания и послушания, не станет тебя унижать. Ты такая же, как он, ты часть его, а значит и относиться к тебе будут соответственно. Лучшие шмотки и украшения, ведь ты его лицо, а на этом не экономят. Достойное положение и защита от любых посягательств.

Как и любой мужской слабостью, манией величия можно пользоваться. Лесть — страшное оружие, а для эгоиста — это бальзам на душу. Путь к сердцу мужчины лежит не через желудок. Напрасно считают, что только женщины любят ушами. Ушами любят все. Даже если знают, что притворяешься и льстишь, все равно приятно. Не зря говорят, что льстить — значит говорить человеку то, что он сам о себе думает. Но лесть от стервы особенная, она не унижает льстящую. Вместо: «Ты лучший из мужчин» стерва скажет: «Ты самый лучший, ведь иначе рядом не было бы меня». Вместо: «Ты такой умный» стерва скажет: «Я не смогла бы полюбить другого». Вместо: «Дай денег на кофточку» стерва скажет: «Я не могу пойти с тобой, потому что моя одежда не соответствует твоему уровню». Лесть должна быть двойной: льстя ему, не забывай о себе. «Какие мы молодцы», «Как у нас все хорошо получается», «Такое мог сделать только ты, вдохновленный мной», «Как нам все завидуют!». Ты убиваешь двух зайцев. Придаешь мужчине уверенности в самом себе и в том, что в твоём лице он сделал правильный выбор. Как бриллиант с достойной оправой играет всеми гранями ярче, ты должна доказать мужчине, что только с

тобой его таланты раскроются в полную силу. Тогда ты станешь «своей». И даже если мания величия не исчезнет, она будет обращена не на тебя, а на других. А для тебя она станет не врагом, а хорошим другом, защитой и опорой. Итак, подружimsя?

А если нет, то как? Смириться или победить. Победить сложнее. Для этого нужно каждый день, слой за слоем «снимать» с мужчины комплексы и неуверенность, убеждать, что он лучший во всем, даже если на словах он утверждает, что так оно и есть. Главное — преодолеть неуверенность и страх, из-за которых появляется мания величия. У одних это страх потерять свой статус, у других — уход от семейных проблем или неуверенность в своих сексуальных талантах. Бороться с проявлениями мании величия бесполезно, как бесполезно принимать обезболивающее, если где-то болит. Нужно правильно поставить диагноз и лечить причину болезни. Очень мягко, ласково и с улыбкой, которая может растопить даже льды Антарктиды. Так лечатся любые комплексы и слабости. Хорошая женщина — лучший психотерапевт. Она может воздействовать на мужчину в самые уязвимые моменты. Когда он сыт и расслаблен (какая уж тут мания величия — просто лень), доволен собой после классного секса, или, наоборот, расстроен неприятностями на работе. В любой из этих моментов ты можешь лепить из мужчины то, что нужно тебе. И мания величия тебе не помеха, отдерни ее, как занавеску, и посмотри, что откроется. Ну а если уж и тут смотреть не на что, то мания величия ни при чем. Поищи другого кандидата.

## **Коррекция и настройка мужчины — правим то, что можно**

- *С чего начинать, Ваше Величество?* - спросил он,
- *Начни сначала, - важно ответил Король, - и продолжай, пока не дойдешь до конца. Как дойдешь — кончай!..*

Льюис Кэрролл «Алиса в Стране чудес»

Править можно все, поверь мне. Одно «но». Ты никогда не сделаешь злого добрым, подлого честным, трусливого храбрым — глобальной переделки не получится. Ты можешь добиться, чтобы мерзавец был таким для всех, кроме тебя, но как только отношения прервутся, ты сразу попадешь в другой лагерь, и тогда не жди благородства. Сразу вылезет жадность и мстительность, забывчивость на обещания и желание унижить. «Гнилость» мужчины всегда проявляется, когда он понимает, что потерял тебя навсегда. И тут уже все твои переделки пойдут коту под хвост. Потому что причин быть хорошим у него больше нет.

Суть любой переделки — борьба с мужским эгоизмом. Твоя победа в этой борьбе ознаменуется пониманием мужчиной тебя как части себя. Любовь — это эгоизм наоборот. Чем ближе ты становишься для мужчины, тем сильнее и значительней можно его править, и наоборот — в периоды ссор и скандалов лучше быть послушной и не качать права. Это основной закон пере-

делки. Чем сильнее мужчина будет бояться тебя потерять, если не сделает чего-то, тем больше у тебя возможностей изменить его в нужную сторону. Именно поэтому главные перемены с людьми происходят в семье. Жenu (или любимую женщину) просто так на фиг с ее капризами не пошлешь. Приходится подстраиваться и меняться.

Прежде, чем приступать к глобальным переделкам, задумайся: а так ли уж он плох, **чтобы** переделывать? Оценивать проще всего так:

- я хочу, чтобы мой мужчина зарабатывал больше;
- значит ему придется поменять работу или организовать свой бизнес;
- готова ли я к тому, чтобы обходиться без постоянного и стабильного заработка какое-то время?
- зарабатывая **больше**, он будет **уделять** мне меньше внимания;
- с одной стороны, у меня появится больше **свободного** времени;
- с другой, возможно, пострадает наша сексуальная жизнь;
- вполне вероятно, что как подруга или жена при новом уровне заработка я его не устрою;
- у него появится возможность выбирать из женщин другого уровня и возраста;
- он станет смотреть на меня свысока, навязывать свои решения;
- пожалуй, пусть все останется как есть.

**Я** не знаю твоего мужчину, поэтому не могу учесть всех нюансов. Главное в оценке необходимости переделки — реально учесть все плюсы и минусы, оценить себя и его, стараясь не идеализировать ситуацию.

Когда-то давно я придумала «Теорию взаимных покупок». Заключается она в том, что каждый человек осуществляет выбор партнера по принципу оценки себя и его по ключевым характеристикам.

- здоровье;
- внешние данные;
- материальное положение;
- возраст;
- уровень умственного развития.

Система, конечно, очень упрощенная. Она не учитывает выбора партнера по схожести на маму или из-за сумасшедшей сексуальной совместимости, или, например, запаха. Это уже нюансы. Ее универсальность состоит в оценке уже сложившихся пар. В соответствии с самооценкой человек подбирает себе партнера с характеристиками, которые для него являются наиболее важными. Это может быть пара студентов: молодых, красивых и здоровых, умных или не очень и с низким материальным достатком. Есть совмещение по общности характеристик. Второй вариант — молодая, красивая, здоровая, но материально нуждающаяся выбирает не очень молодого и здорового, совсем не красивого, но умного и богатого. Или даже неумного. Совмещение противоположных оценок по принципу «у меня есть то, чего нет у тебя».

А теперь сядь и прикинь, как вы по этой схеме сочетаетесь, в твою ли пользу сравнение суммы баллов? Не получится ли так, что ты, старая больная обезьяна, хочешь пределать своего, в общем-то и так неплохого мужчину в арабского шейха с манерами английского лорда? А став таким, не посмотрит ли он на тебя новыми глазами, не найдет ли более достойную и не такую надоедливую? Не зря же говорят, что первой жене мужчина, как правило, обязан своим положением, а вторая именно благодаря этому положению и приходит модельной походкой в его жизнь.

Если решение все-таки принято, приступаем к переделке. Заставить мужчину чего-то не делать или сделать что-то — это одно и то же. Не думай, что отучить от вредных привычек легче, чем привить новые положительные. К тому же, у каждого есть свой предел перемены, на который он способен, и перешагнуть эту черту нельзя. Действуй по принципу: два шага вперед и один назад. Самый удачный вариант — менять и его, и себя, то есть становиться лучше вдвоем. Желание мужчины меняться принимать в расчет не будем. Большинству из них очень даже нравится валяться на диване или пропадать сутками на работе, забывая о тебе.

Раскошеливаться и выполнять обязанности по дому тоже мало кто любит. Зато почти все не прочь гульнуть или завезаться на рыбалку, напиться с приятелями или ввязаться в драку. Итак, подлови момент, в который можно благотворно влиять на мужчину. Самое действенное влияние оказывается на мужскую психику, когда ему очень хорошо или очень плохо. В моменты, когда очень хорошо (после вкусного обеда или не менее вкусного секса) проводить следует разъяснительно-воспитательную работу на тему «Я так переживаю о том». Женские переживания могут касаться недостатка средств на покупку нового платья, (ведь тогда она не сможет пойти туда-то вместе с ним), его вечных пропаданий на работе, которые могут подорвать его же здоровье. Да мало ли еще чего! Главное — очень мягко дать понять, как он тебе дорог, как ты о нем печешься и расстраиваешься, если у него возникают неприятности. Ты так переживаешь по этому поводу. Например, выступления на тему соперниц или просто девушек на одну ночь должны строиться так: «Я вчера видела тебя в машине с... Не думай, что я ревную. Я знаю, что лучше ее. Но я очень огорчена, потому, что не понимаю, зачем ты это делаешь. Я так расстраиваюсь из-за этого, ничего не могу с собой поделать. Понимаю, что глупо, постарайся меня понять и прости, если подозрения напрасны. Я так люблю тебя. А когда мы занимаемся любовью, мне невыносима мысль о том, что ты делаешь это с другой, что мне достается меньше твоего внимания и ласк. И потом эти слухи... Так грязно и противно. Я чувствую почти брезгливость от мысли, что ты был с другой. Понимаешь, это как есть из одной тарелки одной ложкой с незнакомым человеком. Разве тебе было бы приятно, если бы я легла с тобой в постель после другого мужчины? Извини, меня это очень расстраивает. Наверное, тебе меня не хватает? Я больше никогда не буду говорить на эту тему. Но копить в себе — это еще хуже. Даже не знаю, что делать. Не могу справиться с собой. Главное даже не то, что ты спал с кем-то, мне болнее думать, что она

близка тебе духовно, что тебе с ней интереснее, чем со мной». Можно расплакаться, смотря как слезы действуют на твоего мужчину. После такого разговора он, может быть, и не перестанет гулять, но будет делать это реже и более скрытно, чтобы не расстраивать тебя.

Второй способ воспитания — демонстрация на собственном примере. Демонстрировать можно то, как нужно делать и какие это приносит результаты, либо показать абсурдность и глупость того, что он считает важным. Например, если он опаздывает на свидания, не нужно опаздывать самой. Установи, что ждешь пятнадцать минут, а потом уходи. Если он не может найти время на тренажерный зал и начал отращивать брюшко, займись спортом и покажи, как на тебя заглядываются мужчины. А если и он не займется собой, то может запросто тебя потерять. Если начал прикладываться к бутылке, не лезь в нее сама, а покажи, как и без этого бывает весело и хорошо. Он скупердй? Расстрать побольше денег, а потом устрой ему показ покупок, а за ним секс-марафон. Пусть закрепится рефлекс, как у собачки Павлова: когда у женщины хорошее настроение, он получает массу удовольствий. Для того, чтобы настроение стало хорошим, надо потратить деньги, но их жалеть не нужно, потому что, когда у женщины хорошее настроение, лучше становится ему же. В итоге мужчина не расстраивается по поводу твоих трат, а радуется, что рядом с ним не угрюмая мырма, а радостная и слегка озабоченная красавица. Да, не забудь сказать, что все, что ты накупила, куплено для того, чтобы еще больше понравиться ему. Еще один приемчик — демонстрация радости от того, что он считает глупым. Тогда мужчина призадумается: «А может быть, в этом на самом деле что-то есть?» Можно демонстрировать равнодушие к тому, по поводу чего он переживает. Покажи, как это глупо волноваться по поводу украденного «КамАЗа» с товаром, если можно направить силы на продуктивную работу, которая окупит все потери, или же совершенно напрасно расстраиваться из-за пропущенной игры его любимой

футбольной команды, когда, во-первых, вы прекрасно провели время в кругу друзей, а, во-вторых, матч покажут еще раз в записи.

Способ третий. Он болен или убит какой-то ужасной неприятностью. Разорился или потерял кого-то из близких. В его жизни наступила затяжная депрессия, не до секса и не до тебя вообще. Не нужно его жалеть. **Именно** в это время лучше всего воспитывать. Как в детстве мамы рассказывают хныкающим детям с разбитыми коленками о том, как хорошо быть послушным мальчиком, так и ты расскажи в **утешительной** форме, что когда он был здоров или когда его фирма не накрылась медным тазиком, он не понимал, как ему было хорошо. Поэтому придирался к тебе и был недоволен жизнью. А теперь вот так. Конечно, все изменится, но ведь тогда он не будет считать плохим то, что в сравнении оказывается хорошим. И не будет тебя расстраивать по пустякам. Ведь в сравнении с большими неприятностями, болезнью и настоящим горем бытовые разборки — просто мышьяная возня. Так давай не будем трепать друг другу нервы понапрасну.

**Четвертый** способ перевоспитания — **внушение** уверенности в себе. Многие мужские недостатки и вредные привычки идут именно от комплексов и неуверенности. **Большинство** из них были заложены с детства. Твоя задача — развенчать подсознательные установки, которые не дают мужчине реализовать себя в какой-то области. Можешь даже прикинуться большой поклонницей психологии и растолковать ему всю подноготную его стремления трахнуть **все**, что движется или надратся до пороссячьего визга, когда не клеятся дела. Для того, чтобы тебя слушали, нужно **зарекомендовать** себя как умного надежного советчика и соратника. Надежда Константиновна и Инесса Арманд в одном флаконе. Докажи, что его переживания — это всего лишь глупые детские страхи. Вести воспитательно-просветительские беседы нужно не назидательно, а легко, небольшими порциями, с иллюстрациями (**реальными** или вымышленными) из жизни знакомых. Подпитывай

его неуверенность лестью. Ты-то видишь, какой он на самом деле, какой могучий потециалище заложен в его тщедушном тельце! И, конечно, придется быть верной душой и телом. Измена — самый сильный пинок по мужскому самолюбию.

И последний способ — поставить мужчину в обстоятельства, в которых ему придется поменяться. Если в доме нечего есть, ему придется зарабатывать хотя бы на пропитание. Докажи, что неряшливая одежда делает его в глазах коллег смешным, особенно если речь идет о каком-то важном мероприятии. Подговори друзей и знакомых заострить внимание на тех привычках, которые ты хочешь поменить, высмеять их, например. Подколки и саркастический тон — лучший способ воспитания. «Конечно, дорогой, мне очень нравятся твои носки, которые украшают все углы нашей квартиры. А этот чудесный запах пота! Сэкономим на моющих средствах». Сними на камеру его ужасное поведение на чем-то дне рождения или свадьбе. Веский аргумент — пример, который он подает детям, порча имиджа и репутации.

Перевоспитание — дело трудное и хлопотное. Я много раз убеждалась, что гораздо легче к чему-то привыкнуть, чем положить полжизни на исправление. К тому же — не факт, что исправленный вариант понравится тебе больше, чем прежний. Ведь любят не «за что», а «вопреки».

## **Раскрутка мужчин — дипломатия для стервы**

- Что такое: 15 см в длину, 7 см в ширину — и очень нравится женщинам?*
- Стодолларовая банкнота.*

Я — не сторонница подобных методов, но с некоторыми по-другому просто нельзя. Непонимающие бараны, которые хотят проскочить нахалству, встречаются на пути каждой стервы. Дело даже не в желании пожить, а в отношении к тебе. Они удивляются, почему мы так любим цветы? Стоят дорого, вянут быстро. Вот она, женская непонятная логика, а может, ее и нет вообще? Есть. К тому же очень простая: для нас важны не сами цветы и подарки, а внимание. Приятно думать, как он выбирает букет или долго прикидывает, какой подарок купить. Он думает о тебе, а это — самое важное. Но есть мужчины, которые относятся к женщинам очень хорошо, но раскошеляться не хотят. И даже объясняют это нежеланием облегчать тебе жизнь и превращать в содержанку. Такие очень любят говорить про равноправие полов, женскую независимость и карьерный рост. Возможен и такой вариант: ты живешь с мужчиной не по любви. Завязались отношения, тебе интересно, ему удобно. Никаких перспектив. И ради чего ты должна отдавать себя? Где компенсация? Согласись, радость общения с тобой стоит больше, чем обед в ресторане. Ты ведь женщина дорогая?

Тянуть деньги из бедного — это низко и недостойно. Но также недостойно позволять любовнице перебиваться с хлеба на воду, если сам купаешься в роскоши. Решение этических проблем оставлю за тобой. Мое дело — дать инструмент в твои руки, а ты уже сама решаешь, чистить им картошку или дать кому-нибудь по голове.

Крутить на деньги можно влюбленных мужчин и тех, кто легко попадаетея «на слабо». Сюда же отнесем нелюбителей женских слез, и тех, кто привык, чтобы кланчили и выпрашивали.

1. Моя подруга Ира — мастер разводов. Она стерва. *Чтобы мужчина сдался на покупку новой кофточки, его нужно испугать.* Не удивляйся, это не детское «у-у-у» из-за угла. Пугать нужно с толком, притвориться, что что-то случилось, ты грустишь, у тебя депрессия, о причинах которой он даже не догадывается. Гулять не хочется, секса тоже. Он готов разорваться и достать луну с неба. Луна не нужна. Разве что кофточка... Твой взгляд задерживается на витрине. Хотя, нет, какой пустяк. Он настаивает. Наконец удалось хоть за что-то зацепиться, чтобы ты повеселела. Чуть ли не насильно он вручает тебе обновку. А ты слегка улябаешься, благодаришь и... оттаиваешь. Все довольны. У тебя есть желанная вещь, а он доволен, что так легко отделался.

2. *Если мужчина хочет, чтобы ты вела себя, как идиотка, пойди ему на встречу.* Капризно надуй губки и нагло попроси денег или похода по магазинам. У некоторых просто не хватит сил отказать. Единственное условие — отношения между вами должны быть достаточно длительными и прочными. Его логика должна быть такова: проще пойти на поводу у этой, чем тратить время и те же деньги на новую.

3. Способ «на слабо» тоже очень прост. Чем глупее и закомплексованнее мужчина, тем легче он ведется на такой трюк.

4. Он приходит, неся себя, как подарок. Радуйся, вот он я весь. А ты *обнаглей*. Сколько можно? Где цветы? Где шампанское? Ты, конечно, очень счастлива, просто безумно. А теперь бегом за цветами с шампанским и еще чем-нибудь на свое усмотрение. Предупреж-

даю, может и сбежать. От таких выходов и попрошайничества мужчины сбегают чаще всего. Боятся, что их, бедненьких, используют. И пусть сбегают. Это все равно лучше, чем серой мышей сидеть и ждать, пока он «осчастливит» тебя одной своей нехитрой штучкой.

5. «Дорогой, я не могу появляться с тобой на людях, у меня нет **соответствующей** одежды». «Я дорогая женщина, предупреждаю сразу. Ты готов платить за качество: временем и вниманием, деньгами, в конце концов? Если нет, давай **расстанемся** сразу». «Мне придется ехать на подработку в другой город или за границу по контракту, другого выхода нет». «Поиграем в проститутку с исполнением любых желаний? Деньги вперед!», «Я не знаю, какое белье тебе нравится, может, зайдем купим **вместе?**», «У меня финансовый кризис. Очень неудобно обращаться, но больше не к кому. Я так подумала: вместо подарка на день рождения, может, **я** могла бы сейчас взять деньги? Они мне нужнее». «Мне нужна определенная сумма каждый месяц. За это я готова не завязывать отношений с другими мужчинами, терпеть твои измены и капризы. Мне безразлично, что ты об этом думаешь. Мне нужны деньги».

Вариантов столько же, сколько и мужчин. Я предпочитаю самый длительный и сложный, но самый верный. Влюбить его в себя. Тогда жадность, как рукой снимает. Ты — его сокровище, а сокровищу нужна достойная оправа. К сожалению, этот вариант не пройдет, если у тебя не хватит терпения и желания в самом начале наплевать на себя и отдавать ему все время, внимание и ласку без особой взаимности и в объемах, установленных им самим. Это как. раз то, за что мужчины готовы платить. И даже уговоры не потребуются.

## **Бездельники и тунеядцы — можно ли с этим бороться?**

*Но Морж и плотник в эту ночь  
Пошли на бережок,  
И горько плакали они, взирая на песок:  
— Ах, если б кто-нибудь убрать  
Весь этот мусор мог!*  
Льюис Кэрролл «Алиса в Зазеркалье»

Скажу тебе честно, мой опыт борьбы с тунеядством не увенчался успехом. Опять же, все зависит от запущенности процесса. Есть бездельники, у которых безделье — жизненное кредо, тщательно подкрепленное идеологической базой о том, что есть вещи и поважнее, и их тоже надо успеть сделать за такую короткую жизнь. Этаким трудоголизм наоборот. А есть другая категория бездельников, страдающих от своей неуверенности и нерешительности что-то сделать, которых нужно только Подбодрить и подтолкнуть, внушить уверенность в себе. Это нам по плечу.

Как узнать тунеядца, который хочет сесть тебе на шею:

- он не работает или часто меняет места работы;
- постоянно чем-то увлечен, но ничем всерьез;
- его увлечения не приносят денег;
- он просит подождать, пока закончит какой-то грандиозный проект, который, несомненно, обеспечит вас обоих на всю жизнь;

- он перебирает места работы, постоянно оставаясь недовольным уровнем оплаты или должностными обязанностями;
- утверждает, что зарабатывать и пахать никогда не поздно, а в молодости надо нагуляться;
- пьет по праздникам и просто так;
- просит одолжить денег;
- неряшлив в одежде (лентяи, как правило, ленивы во всем);
- ищет легкие способы заработать;
- заиклен на чем-то нематериальном и презирает экономические, а не духовные выкладки;
- получает третье по счету образование, еще не зная, что будет делать дальше;
- считает, сколько заработала ты, и относится к этому с трепетом и переживанием, чтобы источник не иссяк;
- не имеет собственности, живет вместе с родителями или на квартире у друзей;
- клянчит деньги у родителей;
- имеет непонятные, возможно, незаконные источники доходов.

Такие варианты не перевоспитываются. Напиши это большими буквами и повесь на самом видном месте. Эти люди — ошибки воспитания, иждивенцы и тунеядцы. Это твой крест и мучение на всю оставшуюся жизнь. Можно поменять отдельные установки, но не мировоззрение в целом.

Два слова по поводу отдельных установок. Поддается корректировке бытовое тунеядство, но опять же, все зависит от степени запущенности. Как-то, после прочтения в журнале «Космополитен» статьи о борьбе с мужским «засранством» и устав от бесконечных напоминаний о том, что чистить его ботинки — не моя обязанность, я по совету бывалых привела в порядок один ботинок. Результат меня порадовал. Рядом с заляпаным, неопределенного цвета «братцем» красовался результат моих трудов. Идеально вымытый, вычищенный и даже надушенный дезодорантом изнутри. По прогнозам автора статьи, после нескольких таких процедур, мужчина

должен научиться чистить всю пару. Затаив дыхание, я наблюдала, как он собирается на работу. Первый удар настиг, когда, не замечая разницы, он одел ботинки, и, не сказав ни слова, выплюнулся за дверь. Может, не заметил? Но они же совсем разные! Так же по улице идти стыдно! Ничего, заметит и вернется. Я прильнула к окну. И что ты думаешь, я увидела? Своего милого, который стоит в луже и старательно пачкает начищенный мной ботинок, чтобы было одинаково. В первый раз я поняла, что значит выражение «опустились руки». Нужно ли говорить, что с воспитательной работой данного индивида, а потом и с ним самим было **покончено**? Если твой вариант не настолько безнадежен, можешь попробовать приучить к порядку и чистоплотности. В конце концов, подойди к вопросу, как к дрессировке, ведь домашние животные тоже не всегда хотят соблюдать чистоту, но в конце концов понимают, что иначе их не будут кормить, а могут и **вообще** на улицу отправить. Специально по этому вопросу мною были опрошены знакомые, которые столкнулись с этой проблемой и смогли хоть как-то ее решить. Был задан вопрос, что может **сподвигнуть** мужчину на выполнение обязанностей по дому и как воспитать в **нем** чистоплотность?

— Мой перестал разбрасывать носки по дому после того, как несколько **раз** я ему засунула грязную **пару** в карман, а он при начальнике вытащил «подарочек», вместо носового платка.

— Я сама перестала делать всю работу по дому. Горы грязной посуды, пыль и куча стирки. Когда начали разбираться, почему я так себя веду, так и объяснила, что от его неряшливости и наплевательского отношения к порядку в доме. Полностью не перевоспитался, но подвижки **есть**. Бойтся, что опять забастовку устрою.

— Мы разругались по поводу, что нам друг в друге не нравится. А потом сели и «поменялись». Например, я не засиживаюсь допоздна у соседки, а он выносит мусор. Я «пылесосу» квартиру два раза в неделю, а он курит только на балконе. Главное — не продешевить, а то потом захочется обратно поменяться.

— С моим бороться можно только одним способом. Говорить ему об этом каждый день спокойным голосом в течение месяца. Домашний гипноз получается. Главное — не сорваться на истерику. Тогда точно **сделает** назло.

— Муж не переносит, когда я расстраиваюсь. А меня расстраивает то, что он не помогает по дому! Прихожу после работы, уставшая, а тут еще бардак полный и жрать не приготовлено. Как не расстроиться? Тут и не до секса... Почему бы не помочь **любимой** женошке, если она так страдает? Приходится задницу с дивана поднимать. Любит, наверное.

— По-моему, вся хитрость заключается в том, чтобы понять, к чему мужик питает устойчивое отвращение, а что делать может, но с неохотой. Например, не нужно заставлять его мыть посуду. Женское дело, все-таки. А вот с собакой погулять — милое дело. Или **по** дороге с работы зайти в магазин.

— Хорошее средство — эксплуатация «во искупление грехов». Напился вчера и буянил? — будь добр, убрать всю квартиру и приготовить обед. Иначе не прощу. И мне хорошо — зла не коплю, и в квартире чисто. Вроде раздачи индульгенций получается.

Говорят, что любят не «за что», а **«вопреки»**. Интересно, к бездельникам и лентяям это относится? Мне больше нравятся варианты: «Я люблю его вопреки его большим деньгам» или «Я люблю его вопреки тому, что он слишком хороший». Еще неплохо звучит: «Люблю, вопреки его любви ко мне». А «Люблю вопреки запаху пота» как-то грустно звучит. Мол, **воняет** что-то рядом, зато мое. Недостойная позиция, товарищ стерва. Гони его к чертовой матери или воспитывай за свой счет до конца жизни. И брось читать эту дурацкую книжку. Ты, похоже, свою судьбу уже выбрала.



## **Сияющая вершина — идеальная женщина в мужском представлении**

*Жизнь ставит тебя в определенные рамки. Ты или ломаешься, или нет. В этом и есть сила. И еще, мне кажется, сила заключается в том, чтобы эту самую силу скрыть. Выглядеть ласковой, нежной, беззаботной, зажигающей, не способной принимать решения, зависимой от мужчины. По-моему в этом и есть самая большая сила. Остальное — слабость.*

Лолита Милявская

О женском идеале написано очень много. Как ни странно, он мало изменился за несколько веков. Основные параметры идеала:

- красива или хотя бы обаятельна-привлекательна;
- воспитана и приятна в общении (заметь — не умна!);
- хорошая хозяйка, вкусно готовит;
- умеет одеваться со вкусом и соответственно случаю;
- раскована в постели и хранит верность избраннику;
- послушна и признает мужской авторитет;
- имеет какую-то особенность или талант, которыми можно похвастаться перед друзьями (начиная от умения играть в преферанс и заканчивая грудью шестого размера);

- любит детей и имеет представление об их воспитании, заводит потомство только с согласия мужчины;
- ласковая и добрая;
- терпимая к недостаткам и прощающая;
- женственная.

И так до бесконечности... «Идентификация не произведена» — приговор из шпионского фильма. Ты не такая. А теперь возьми лист бумаги и ручку и напиши все про идеального мужчину. Написала? А такие есть? Ты не встречала. Понятно... Не постесняюсь спросить, ты все еще девственница? Нет? Так и с кем же, если принцев нет? Так он же совсем не такой! Даже совсем наоборот. Ага, поняла? Вот и у мужиков примерно так же. Они реально оценивают знакомых женщин. И каждый подбирает набор вышеперечисленных качеств под себя. Кто-то любит стерв, а кто-то — домохозяек. Обжора простит все за вкусный обед, а сластолюбец — за классный минет, кто-то за большой бюст будет терпеть бардак в квартире, а другой спросит, девственница ли ты. Как и у нас, у мужиков полно «щизиков», с которыми они, не стесняясь, идут по жизни. Ищут жен по образу и подобию пионервожатой, которая соблазнила в первый раз, или мам, делят нас на тех, с кем спать и на ком жениться, стремятся подавить, научить, привить тот необходимый набор, который сложился с детства, как идеал женщины. Отсюда и семейные скандалы. Она сравнивает свой идеал принца с тем, кто находится рядом и закатывает истерику по пунктам несоответствия, он ее — со своим идеалом, который тоже не ходит по утрам лохматый и злой, не пилит и не строит глазки приятелям. В результате, как правило, люди расходятся, встречают новых принцев-принцесс и снова расходятся или приходят к выводу, что лучше, наверное, уже не будет.

Можешь забыть о своем комплексе неполноценности. Тебя будут любить, если подберется мужчина, которому твой набор подходит идеально, или если ты сама подстроишься под то, чего от тебя захотят. Это как

раз те уступки, про которые много пишут психологи в книжках по семейному консультированию. Здесь перед женщиной-стервой разворачивается поле для маневра. Манипуляции — это наш метод. В данном случае манипуляция — это умение понять и воплотить в жизнь представление конкретного мужчины об идеальной женщине, вычленив тот набор, который он хотел бы видеть в своей избраннице. И... стать такой, то есть его идеальной женщиной. Делать это нужно тонко, направляя игру пикантными сценами ревности, дамскими капризами и приступами беспричинной грусти. Все эти «придури», так или иначе, тоже ассоциируются у мужчин с нами, а вечно сладенькая девочка надоедает хуже жены, которая пилит день за днем. Для женщины, которая «соответствует», мужчина пойдет на все. Он будет умолять ее остаться и угрожать расправой в случае измены, выбиваться из последних сил на работе, зарабатывая на новые туфельки, и не изменять. Потому что это его женщина: самая лучшая, которой нужно дорожить, потому что такой больше не найдешь. Согласись, это стоит того, чтобы пойти на уступки. Лишний раз встать пораньше и приготовить кофе в постель. Или научиться классно трахаться, сдерживать себя, когда обидно, и не устраивать сцен, когда больно. Вот что такое идеальная женщина. Это чувствующая и жертвующая собой, любящая, и не надоедающая. Женщина, которая живет по закону «больше отдавать, чем брать».

Никогда идеальной и единственной не станет корыстная, эгоистичная, уверенная в своей неотразимости. Чтобы стать идеальной женщиной, нужно уметь лепить себя, как из пластилина, под каждого из мужчин. Впрочем, есть вещи, которые нравятся всем однозначно. Их неплохо бы освоить без привязки к конкретному мужскому идеалу. Секс, умение готовить и подавать, умение развлекать и отвлекать, следить за собой и быть привлекательной — это нравится всем. Ничего нового — перед тобой стандартный курс обучения гейш и египетских жриц, гетер и придворных дам.

Имея желание, освоить его несложно. И многим мужчинам этого вполне хватает. Но для того, чтобы завоевывать настоящие вершины, тебе придется бороться с собой и уметь растворяться, научиться любить и отдавать, не получая ничего взамен, плакать по ночам, а утром вставать и жить дальше. Научиться окутывать его собой так, чтобы не ощущал уз, околдовать так, чтобы не почувствовал **чар**, свести все хорошее, что у него есть в жизни, на себя, чтобы не было без тебя ни хорошего настроения, ни удовольствия. Но будь аккуратна, применив эту технику, ты становишься главным объектом в жизни мужчины. Он не отпустит тебя или жестоко отомстит за то, что ему показали идеальную женщину и отняли ее. Как ребенок всегда будет помнить об отобранной и поломанной лучшей игрушке, так и мужчина навсегда запомнит женщину, разбившую ему сердце. Не будь жестока и не становись идеальной, пока не будешь уверена в том, что это надолго или навсегда. И перечитай список достоинств в начале главы. Слабо соответствовать по полной программе? Прямо с завтрашнего дня?

## Техника «растворения» — как влюбиться в ТОГО, КТО нужен

*Играть — это так просто, что учиться этому  
даже стыдно,*

Барбра Стрейзанд

Влюбляться нужно. Влюбленная женщина преобразается: у нее **ярко** светятся глаза, меняется походка и голос, она словно светится изнутри. Ты **никогда** не сможешь правдоподобно сыграть в любовь, **где-то** сфальшивишь, а он это заметит. Без любви нельзя отдаваться и «растворяться» в мужчине, погружать его в себя, сливаться с ним в постели и в жизни. **Стерва** должна уметь любить того, кто нужен. Это манипуляция над собой, но она очень пригодится, если ты хочешь добиться успеха.

Итак, мужчина тебе нужен. Не важно, из-за карьеры или денег, красоты или ума. Ты так **решила**, а значит, надо его удерживать надолго, до тех пор, пока тебе самой это нужно. Для начала научись не обращать внимания на его недостатки. Пусть ноги короткие или плечики узенькие. **Зато** машина у него какая! Или животик выпирает? Ничего, зато он директор крупной фирмы. Уши нечищенные? Почистим! **Запах** изо рта? А мы ему жвачку! В **конце** концов, за что-то же ты его выбрала? Зачем-то он тебе нужен? Значит, придется в такого влюбляться. Принцы-красавцы встречаются только в сказках и американских фильмах. В жизни, как правило, все наоборот. "Богатые не молоды и не красивы, а красавцы ходят с пустыми карманами и не

прочь пообедать за твой счет. Умные бедны, а сильные и мускулистые глупы до безобразия. Как же нам женщинам быть? Еще раз повторяю: не ждать принца, а влюбляться. Как? Научу.

Прежде всего, посмотри, как все женщины, сами этого не понимая, занимаются «влюблением». Они ходят к подругам и рассказывают, о первом знакомстве, о том, как он посмотрел, какой он хороший (умный, добрый, богатый), какая у него улыбка (машина, квартира, мускулистые ягодицы), как он водит машину (трахается, спит, работает). Вариантов — масса. Недостатков нет. У каждого мужчины хватит достоинств не на одну большую любовь. Тебе придется стать оптимисткой. Тупой военный или «качок» может стать хорошим начальником службы безопасности в твоей фирме, а плюгавенький кривоногий торгош с юга продаст давно залежавшийся товар. Применение можно найти любым способностям, поэтому смотри на перспективу. От любого мужчины умная женщина нахватается, как обезьянка, повадок и ужимок, вытянет все лучшее, что в нем есть. И уйдет, если она, конечно, стерва, оставив высосанного, жалкого и непонимающего мужчину размышлять о том, что же ей было нужно. «Клушки» так делать не умеют, они покрываются ровным слоем плесени под стегаными домашними халатами и целлюлитом, а стерва возьмет все лучшее и бросит, не жалея. И тот останется с ней рядом, у кого хватит ума сделать так, чтобы тянуть можно было бесконечно, чтобы всегда было интересно, как в первый раз.

Любого плюгавенького мужчичку можно представить так, что Ален Делон скорчится и заплачет от собственной ничтожности и комплекса неполноценности. А теперь только представь, какой твой избранник хороший. Как тебе повезло! Расскажи об этом самой себе, а если нужно, то и другим. О его недостатках не думай. Если не получается, пожалей его, горемычного: не повезло ему, ты вовремя не попала, вот и накопились комплексы и дурные привычки. А то, что внешние данные мужчины должны быть чуть лучше, чем у обезьяны, думаю, тебе известно. Повторяй каждый день слова о его «хорошести» и не допускай сомнений,

Вспоминай самое лучшее и «прокручивай» в памяти

перед сном. Полюби его тело, его запах. Без этого не получится хорошего секса. Убеждай сама себя, не заглядываясь на других мужчин. Плюй на измены и грубость, пьянство и ревность. С этим мы будем бороться позже. Лучше подумай, что он такое может, чем ты могла бы гордиться или хвастаться. Даже умение пить в больших дозах или забивать лампочкой гвозди вполне подойдет. Главное — знать, что он у тебя особенный. Никто так не умеет. Только он.

Предположим, первый этап «влюбления» мы прошли. Стало не так противно, и даже интересно. Уже хорошо. Теперь главное — не сорваться. Уточню: например, приходишь ты в компанию сверстников, пьешь, гуляешь и танцуешь, мужиков «на переспать» — хоть пруд пруди, и все у твоих ног. А через час тебя под домом ждет этакий «кошелек с ушками» в шикарной тачке, не очень молодой и совсем не сексуальный. И как тут не заработать депрессию минимум на неделю?.. Даже и не думай. Все достижения «влюбления» пойдут псу под хвост. Единственный выбор — критически взглянуть на тех, кто рядом. При ближайшем рассмотрении выяснится, что они тебе совсем не пара, да и компания не совсем достойна стервы: глупые шутки, пьяные похотливые физиономии. К тому же, живут они как животные, спариваются и веселятся, как будто делать больше нечего. А ты — девушка серьезная, есть у тебя дела поважнее, чем танцульки с выпивульками. Человек в дорогой тачке — это твой шанс, который может больше и не появиться, если ты прямо сейчас не поднимешь свою задницу с колен очередного претендента на... нет, совсем не на руку и сердце. Не думай больше об этом, не жалей себя, пожалей их. Так и останутся здесь, бедненькие, а ты пойдешь навстречу своей судьбе и карьере.

Или другой вариант: твой бедный, но перспективный в каком-то отношении мужичка не приносит денег уже который месяц. А перед тобой, как в сказке, останавливается шикарная тачка, от владельца которой (который с равным успехом может быть и шофером владельца) следует предложение познакомиться и отметить знакомство. Не ведись. Твой лучше. А этот покормит, трахнет и забудет, и будешь ты себя чув-

СТВОВАТЬ вокзальной «соской», которая обслуживает за обед. И снова не жалея себя, как тебе в жизни не повезло с таким вот неидеальным мужчиной. Повезло, и этим все сказано. **А** чтобы не было соблазнов, представь, что ты на необитаемом острове. Вокруг **больше** нет мужчин — только твой один. Нет мужчин — нет выбора. Даже если очень хочется, все равно нельзя, измена перечеркнет все твои усилия по влюблению. Сравнить не нужно, потому что сравнение всегда будет не в пользу того, **с** кем **встречаешься** и живешь. Новый более внимателен и **хочет** произвести впечатление, выкладывается в постели и дарит цветы. Разве твой в самом начале не был таким? Нельзя сравнивать старого с молодым, толстого с худым, субтильного с мускулистым, блондина с брюнетом, и наоборот. Мы, женщины, удивительные существа. Всегда находим в любом уроде что-то хорошее. А так и в другого влюбиться недолго **и** забыть про нашу главную цель. Влюбиться в того, **КТО НУЖЕН**, отдать ему себя со всеми потрохами, завоевать и удержать. Разве можно отдаваться одинаково страстно и одному и другому? Разве можно одинаково смотреть в глаза и растворяться? Ты тратишь силы на два варианта, один из которых заведомо проигрышный. После страстной ночи с **молодым** мускулистым красавцем тебя не потянет в постель к престарелому богатому любовнику, даже если он в сто раз умнее и в **тысячу** богаче. Твое тело будет тянуть к раю в шалаше. Мозги призывают одуматься и говорят — тебе нужен второй, а когда ты станешь **богатой** и успешной, таких молодых мускулистых можно будет покупать пачками. Но с телом спорить тяжело, поэтому не искушай его, не подпускай искусителей, спи только со своим, тогда он покажется лучшим. Говорят, что все познается в сравнении. Это не правда. Сравнивать **можно** только мозгами, а не одним местом. Но если уж мозги с этим местом сговорились, то тут уж, как говорится, сердцу не прикажешь. Начинать влюбляться в следующего. А может, все само собой получится? Бывает же и такое, даже у стервы.

## **Пять вариантов вечера, который западет в душу навсегда**

*За время нашего брака он неоднократно думал об убийстве, но ни разу — о разводе.*

**Катерина фон Гечмен-Вальдек**

Стерва — как лезвие, которое разрезает мужскую жизнь, делит ее на «до» и «после» или кромсает на куски. Большинство женщин однообразны, передсказуемы и скучны. Они сменяют друг друга, не вызывая у мужчины сожаления, не оставляя воспоминаний. Только не стерва. Она прожигает его жизнь раскаленным прутком, входит в его тело и мозги. Как стать непохожей, как выделиться из толпы тоже неплохих, но таких серых? Устрой ему вечер, праздник с большой буквы. Пусть он запомнит навсегда «как хорошо бывает». Пусть думает о тебе каждую минуту. Даже если думает плохо, подозревает в неверности или негодует по поводу твоего поведения, пусть, главное, что думает. Его мозги заняты тобой, а не другой. Ты — центр вселенной.

*Вариант первый.* Мы идем из кино. Погода хорошая. Может зайдем чего-нибудь выпьем? Туфли жмут невыносимо. Я снимаю туфли. Теплый асфальт, мелкие камушки, которые щекочат подошву. Мы покупаем шампанское, пьем его «по-гусарски», без бокалов, и идем домой. Поздно, людей почти нет. Только поливальные машины. Я рассказываю, как хорошо идти босиком. Он тоже снимает ботинки и носки, подкатыва-

ет брюки. Мы бегаем по лужам, смеемся, разговариваем о вечном и целуемся. Ловить машину не хочется. Так хорошо брести по пустым улочкам с теплым асфальтом. Мы дошли домой уже полночь. Устали. Заниматься любовью не хотелось, потому что что-то самое важное и приятное в этот вечер произошло. И его не хочется портить. Теплый асфальт, шампанское и поцелуи. Два босых, счастливых пешехода и недоуменные взгляды идущих навстречу. Помни меня!

*Вариант второй.* Я решила выпендриться. Вкусный ужин при свечах? Банально. А если на крыше? Я делаю копию от ключей чердачной двери, расстилаю одеяло, а поверх — скатерть. Те же свечи и шампанское, но эффект совсем другой. Весь город перед нами. Наверно, в пентхаусах живут несостоявшиеся Наполеоны. Ветерок тушит свечи, приходится зажигать их снова. Еще одно одеяло? Займемся любовью? Мой стон летит над крышами домов. Я отдаюсь всем мужчинам за этими светящимися окнами. Помни меня!

*Вариант третий.* Чужой город, парк. Компания скучна, вечер близится к финалу. В таких компаниях быстро напиваешься. Я не хочу. Сажу на парашуте фонтана окунув руку в воду. Вода прохладная. И вдруг приходит сумасшедшая мысль. Я набираю воду в ладошку и кидаю ему в лицо. Удивился? Разозлился? А что ты мне сделаешь? Кинешь в фонтан? Ах, как страшно! И кидать не надо, я сама залезу. Вот так. Платье просвечивается, соски топорщатся от холода. Ни за что не выйду! А может, ты ко мне? Теперь мы мокнем вместе, дурачимся и бегаем наперегонки, брызгая на всех. На лицах читается удивление и зависть. Чужой непонятной радости всегда завидуют. Мокрую и счастливую, меня выносят на руках. Такси. Мокрая одежда. Праздник любви. Помни меня!

*Вариант четвертый.* Гулять — это весело. Если, конечно, знать как. Знакомы все продавцы из окрестных магазинов и соседи, которых прогуливают собаки. Мы выходим на площадь. Цветут розы. Посреди площади площадка с деревьями. Через нее идут пешеходные дорожки. Покурим под деревьями? А может быть зале-

зем на самый верх? У нас одна шоколадка на двоих. Мы сидим на самом верху и жуем шоколадку. Целоваться шоколадными губами приятно. Шальная мысль заняться любовью прямо на дереве. Вокруг машины и освещенные проспекты. Под нами пешеходы и цветущие розы. Голова кружится от возбуждения и высоты. Нельзя кричать, нельзя трясти дерево и падать. А вокруг столько людей, которые не знают, как можно заниматься любовью на деревьях. Помни меня!

**Вариант пятый.** Интересно, что в ограде стадиона рядом с домом есть дырка. А почему бы не... Поздно вечером вытаскиваю его «напогулять», обещаю нечто особенное, и завязываю ему глаза. Привожу с повязкой в центр стадиона и начинаю гнусно помогать. Он напряжен. Знает мои выходки, поэтому пытается одновременно сопротивляться и прислушаться — есть ли зрители такого безобразия. Но, как известно, верхи не могут, а низы очень даже не прочь, поэтому я заваливаю жертву на истоптанную футболистами траву и усаживаюсь сверху. Снимаю повязку. Невероятное удивление никак не сказывается на эрекции, и вскоре мы уже без стеснения кувыркаемся в разных позах перед пустынными трибунами. Уставшие и довольные, идем обратно. От большой тени трибуны отделяется маленькая, в фуражке. Милиция не спит. Она предсказывает. Отряд усиления за наш любовный сеанс выкурил все сигареты. Остановились, ожидая карательных мер. «Ну ты, братан, даешь! Мы за тебя впятером болели. Угости сигаретами». Сигарет не жалко. Нам и так хорошо. Мы смеемся. Помни меня!

## Придумывание сценариев — театр одной актрисы для одного зрителя

*Сегодня практически все настоящие мужчины эмигрировали в страну под названием «хорошее кино». Теперь **только** там влюбляются в странных и таинственных женщин, непонятных **авантюристок** и пленительных **итиенок**.*

Этери Чаландзия

Настоящая стерва — сценарист и актриса в одном лице. Актерское мастерство — отличный помощник в личных делах и на работе. Правдоподобно и вовремя изображенная искренность или удивление, радость или высокомерие помогает завоевать и удержать **мужчину**, подстроиться под его настроение, скрыть истинные чувства. А самое главное, мужчины **полигамны**, и хотят разных **женщин**. Ты можешь стать всеми этими женщинами с помощью актерского мастерства, одежды и макияжа.

«Жизнь — театр, а люди в нем актеры». Я бы добавила, что стервы в этом театре всегда на первых ролях. Для того, чтобы добиться успеха, тебе придется совмещать в себе все театральные профессии от гримера до собственного продюсера. Сценарий отношений с мужчиной придумаешь ты. И ты же воплощаешь его в жизнь. Какой сценарий тебе по душе? Трагедия или комедия? Решай сама, но старайся планировать, чем все закончится. Повороты сюжета и актеры, которых ты вво-

дишь в игру, должны подводить мужчину к главному. Ничего не делается просто так, ведь театральный закон «про ружье» гласит, что в последнем акте оно должно выстрелить. Сценарий, как план военных действий, делится на стержневую стратегию и тактику. Стратегия — это основные вехи на пути к главной цели. Например: я хочу за него замуж. Для этого мне нужно: **доказать**, что я самая лучшая, развести его с женой, подружиться с его детьми от первого брака, создать для него уютное гнездышко, познакомиться с его приятелями, понравится им, и так далее. Тактика — это действие в том же направлении, что и **стратегия**, но более детализированное, зависящее от конкретных условий и настроения, времени дня и количества денег. Тактический план постоянно пересматривается и корректируется. Стратегия меняется только в крайнем случае или вместе с мужчиной. Естественно, мужчина ничего **подозревать** о твоей игре и близко не должен. Ведь это он в главной роли и впереди всех на боевом коне. Пусть так **и** думает. Нам это только облегчает задачу.

Начинать придется, конечно, с зеркала. Самые сложные и нужные маски — приятная обаятельная улыбка, маска строгой интеллигентности (но так, **чтобы** не стать похожей на «училку»), маска понимания и маска восторженного удивления. Чередование всего лишь этих четырех масок приносит поразительные результаты. Во-первых, лицо оживает, с него сходит извечная усталая и недовольная гримаса, которую не закрасишь никакой косметикой. Вечный «smiling» тоже не подойдет, в нашей стране это не принято. Позже к первым четырем прибавятся маска кокетства и задумчивости, маска «себе на уме» и еще много других. Ты можешь придумать их сама или **скопировать** у других. Главное в мимике, чтобы лицо было живым, и словно светилось изнутри. Постоянно работая с лицом, можно показать себя красивей, чем ты есть на самом деле. Гимнастика для глаз, которую следует делать по утрам, сделает взгляд более ясным, блестящим. Не поворачивая головы, смотри так далеко, как только смо-

**жешь:** вправо-влево, вверх-вниз, широко пооткрывай глаза, подними несколько раз брови, построй глазки в зеркале себе, любимой. Глядишь, уже и проснулись, и настроение вроде ничего. Для того, чтобы играть с другими, нужно научиться делать это с собой. Итак, какую маску ты оденешь сегодня? Деловая леди или кокетливая девчонка, а может быть, Мисс естественность или таинственная недотрога? Или немножко хулиганка и скандалистка? Какое настроение придумаешь себе с утра, так день и проживешь. Для игривых образов подойдет спортивный стиль, обувь на низком каблуке или платформа. Строгая бизнес-леди — только костюм и шпилька. Быть одинаковой скучно. Кстати, игра в собственном театре полезна еще и с точки зрения подбора собственного имиджа. К какой из созданных тобой женщин пристают чаще? Кто пристаёт? Как в этот день ты накрасила глаза и улыбалась? Прими за правило по дороге на работу **смотреть**, как мужчины на тебя реагируют. Если никак, это очень плохо. Смени гардероб, причёску и выражение лица. Вспомни, какой ты была, когда последний раз пользовалась головокружительным успехом? Иной женщине, чтобы возбудить мужской интерес, достаточно перекраситься в блондинку, а другой потребуется полугодовой курс шейпинга и похудения. Это лентяйки придумали **фразу**: «Любите нас, какие мы есть». Толстыми и с небритыми подмышками, сальными волосами и отсутствием маникюра. Разве это индивидуальность? Нет, индивидуальность — она внутри. Но до нее по большому счету тоже никому дела нет. Поэтому начинаем играть в стервочек.

Начальный курс актерского мастерства лучше всего начать с подыгрывания мужчине. Как он ощущает себя? Может быть старается походить на кого-то из киноактеров? Или перенял чей-то образ и удачно натянул на себя? Тогда у тебя есть прекрасная возможность побыть и спутницей Джеймса Бонда, и бандитской кралей, и длинноногой девушкой из шикарной машины. Да мало ли еще кем! Главное — понять, чего от тебя ждут. Ты должна сочетаться с мужчиной, как

его вторая половинка, и в любой ситуации выглядеть естественно. Не показывать себя слишком умной или невоспитанной, слишком раскованной или вульгарной, но и не быть бледным бесплатным приложением. Мужчины меняются, сценарии переписываются. У кого-то возрастают запросы, другие понижают требования. Образы, которые ты одеваешь на себя, имеют свойство прилипать. Ты и не заметишь, как в сорок лет оденется на тебя самая легкомысленная коротенькая юбочка и задорно подрежется челка. И будешь ты похожа на дешевую старую проститутку или, в лучшем случае, на молодящуюся «ягодку». Образы, как одежду, пересматривают и выбрасывают. Какой-то поизносился и стал немодным, другой не привлекает, а отталкивает. Слышала такое мнение (кстати, от женщины), что у мужчины характер формируется до тридцати лет, а потом меняется очень незначительно. Женщина же меняется всегда. Она, как обезьянка, повторяет все за своим мужчиной. Поэтому рядом с умными мужчинами, умные женщины, а глупая жена — верный признак недалекости супруга.

Суть вышесказанного такова: подбери себе в соответствии с мужскими ожиданиями несколько наиболее удачных ролей. Три из них нам подсказывают сами мужчины: проститутка в постели, хозяйка на кухне и королева в гостях. Эксплуатируй отыгранные до совершенства образы. Меняй их, как перчатки, чтобы мужчине казалось, что перед ним все время другая женщина, чтобы трепетал в предвкушении следующей. Вживись в придуманные маски, иначе твоя жизнь станет похожа на бездарный бразильский сериал. А ведь мужчины их терпеть не могут!

## **Как не испортить все, когда любишь по-настоящему**

*Вечно все то же: один ждет другого, а его нет и нет.  
Всегда кто-то любит сильнее, чем любят ею. И наступает час, когда хочется уничтожить то, что ты любишь, чтобы оно тебя больше не мучило.*

Рей Брэдбери

Ты счастлива. Наконец в твою жизнь уверенной походкой вошел ОН. Ты так долго этого ждала, работала над собой, не покладая рук. И вот она, заслуженная награда. Мужчина твоей мечты. Ты думаешь только о нем, вздрагиваешь, когда звонит телефон, сидишь часами перед зеркалом, наводя марафет, и мечтаешь перед сном. Как он на тебя смотрит, его губы, его руки, слова, которые он говорит только тебе. Именно об этом ты читала в книгах. Вот оно, настоящее.

Стоп. Именно сейчас ты своими руками роешь могилу вашим отношениям. Влюбленная до безумия женщина расслабляется, теряет контроль над ситуацией, смотрит на все сквозь розовые очки. И что самое опасное, она глупеет. В любом союзе кто-то отдает, а кто-то потребляет. Это закон. Как только ты начинаешь любить больше, тебя используют. Нет, я не спорю, он очень хороший. Но подсознательно все равно будет тебя использовать: ты любишь сильнее, а значит, больше боишься потерять, больше готова простить.

Я имею право учить, потому что обжигалась много раз. Хотела осчастливить его собой, быть рядом каждую минуту, ревновала как сумасшедшая, уговаривала жениться на мне. А потом звонила и просила вернуться, плакала и снова звонила. Это больно. И не он оказался мерзавцем, а я стала похожа на глупую влюбленную козову. Наскучила ему. Потому что все счастливые и влюбленные похожи друг на друга. Думаешь мало их таких у него было? Сильная любовь надоедает, как старая одежда. Ты хочешь встречаться почаще, или даже жить вместе, а ему вполне хватает двух раз в неделю. Ты уговариваешь, навязываешь себя, это тоже надоедает. А теперь вспомни мужчин, которые были без ума от тебя. Ты **ведь** разлюбила их после того, как начинали надоедать и изводить сценами ревности? А теперь ты сама **повторяешь** их ошибки, только не замечаешь этого, потому что на тебе розовые очки, а в голове великая любовь, которая оправдывает любые безумства.

**Не** запускай болезнь. В омут головой — не удел стервы. Большая любовь разрушает тебя, расставание с любимым мужчиной ожесточает. Я не хочу, чтобы ты стала жестокой, не хочу сделать тебя циничной и, чертвой. Я хочу, чтобы ты реально оценивала ситуацию и не рушила свое же счастье своими руками.

Во-первых, выкинь из головы мысль об охоте на хорошего мужа. По закону подлости и каким-то психологическим раскладкам именно женщины, настроенные на целенаправленный поиск мужа, пользуются наименьшей популярностью у противоположного пола. Может, пугаются мужчины таких? Черт его знает... Просто усвой это, как правило. Если появляется что-то стоящее, не спеши влюбляться и представлять себя в фате у алтаря. Раскрой глаза пошире и постарайся приспустить розовые очки. Покопайся, поищи в нем недостатки, ведь и на солнце есть пятна. Идеализация — прямая дорожка к «любви до гроба». Если ты уже растрепала всем, какой он замечательный, мне тебя искренне жаль. Вместо сладких слюней на его груди, лучше лишний раз подчеркни свою недоступность и независимость. Я говорю не о физической недоступности, а о внутренней незави-

симости и твоей душе. Дай ему понять, что завоевание — не дело одного дня. Не совершай главной ошибки. Договорились о встрече, не звони с уточнениями и рассказами, как ты соскучилась. Пусть ждет и мучается. Большинство женщин после первой же проведенной ночи звонят с признаниями и предложениями встретиться снова на следующий день, покупают милые подарочки, приходят в гости на работу. То есть копают ямку своей зародившейся любви. Не звони первой. Не признавайся в любви первой. Покажи, как ты соскучилась на встрече, которую назначит он. Будь неистова в постели, не кори за невнимательность к себе и редкость встреч. Уверяю, как только он почувствует, что никто не напрягает, сам будет проситься к тебе на ежедневные свидания или предложит жить вместе.

Для того, чтобы влюбиться без памяти нужно сначала влюбить его еще сильнее. И даже в этом случае не забудь показать, что есть еще в тебе тайны и загадки, которые ему предстоит разгадать, есть непокоренные вершины внутри тебя, покорять которые намного интереснее, чем новых женщин. Мужчина по натуре завоеватель, поэтому завоеванная и стелющаяся перед ним женщина уже не вызывает интереса. Он отправляется на поиски новых жертв, даже если они хуже тебя в сто раз.

Еще одна ошибка всех влюбленных дурочек — собственнические настроения. Мужчина тебе дорог, ты хочешь, чтобы он был твоим весь с головы до кончиков ботинок. Все его мысли, время, деньги должно стать твоим. А как же иначе? Ведь именно так должен вести себя прекрасный принц: сложить всего себя и свои сокровища к твоим ножкам. И снова остановись. Он — не твоя собственность. Он ненавидит контроль, вмешательство в его дела, он сам распоряжается, как тратить свои деньги. А если ты еще и ревнуешь... Не надейся, что в первое время ты будешь единственной. У него наверняка есть старые подружки, которые не исчезнут в один прекрасный день, а к тебе он еще не настолько привязан, чтобы отказывать себе в удовольствии от новых случайных контактов. Мужскую верность нужно выстрадать и заслужить. А ты ревнуешь то, что тебе

еще не принадлежит. Разве не глупо? Смирись с неверностью, как с неизбежностью. Заранее вообрази, что он тебе изменяет. Это остудит воспаленный от любви мозг. Хочешь раскрою секрет, как избавиться «от любовных мук»? Лучшее средство не влюбиться до безумия — думать о мужчине плохо. Представь, какие тайные пороки у него могут быть, о которых ты пока не знаешь, как он храпит или пахнет, когда забывает помыться. Как напивается до пороссячего визга или лапает твоих подружек под столом. Только не дуйся на него сразу и не вздумай сразу сбежать от такого чудовища. Ты ведь придумала **его** сама, как бяку-закаляку кусучую. А он, наверное, совсем не такой, да еще старается понравиться тебе, а значит выглядеть еще лучше. При таком подходе тебе будет гораздо легче пережить измену и предательство, необязательность и опоздания на встречи. Пришел вовремя? Сам позвонил? Какой приятный сюрприз! А не позвонил, так оно и должно было быть. Приятное удивление лучше жестокого разочарования. Быть одновременно оптимисткой и пессимисткой очень сложно. Первое время тебя будет мучить беспричинная подозрительность или желание поверить, что «он не такой, как все». Зато потом гораздо легче анализировать причины его поступков и делать выводы. Значит, в следующий раз ты будешь еще более интересной, соблазнительной и нежной. Здоровый внутренний критик (не путать с параноиком) подскажет тебе проколы, которые ты допустила, не позволить представить, что рядом тот самый, долгожданный. А вдруг не он? Что-то все слишком гладко и хорошо. Не расслабляться! Помнишь, как сладко было с другими? А как потом было больно? Всегда срабатывает принцип «черной-белой полосы» или по-другому — маятника. В твоих силах остановить **его** на середине. Ты не птица Феникс, а стерва. От постоянных возрождений устаешь, а твоя **возрожденная** копия все равно запомнит причиненную боль и будет мстить: каждый последующий хлебнет вдвойне. Чтобы этого не случилось, не бросайся в омут головой. Пусть страдают они, а мы позаботимся, чтобы повод для этого нашелся.

## **Несколько женских типажей, которые отпугивают мужчин**

*Самый страшный хищник на земле — это пьяная обиженная блондинка с помадой, в одной руке и телефоном в другой, которой на все наплевать. Далее на то, что она сидит за рулем.*

### ***Базарная торговка.***

Женщины этого типа не обязательно торгуют на рынке. Они вообще могут не торговать, но «хабальскую» натуру все равно никуда не спрячешь, не скроешь под слоем дорогой косметики и за тонируемыми стеклами дорогого автомобиля. Это не проявление невоспитанности, а скорее отсутствие интеллигентности. Как-то была свидетельницей ситуации на дороге, когда женщина с бриллиантами в ушах, на шикарной иномарке, опустив окно, на всю улицу кричала мужичонке на «шестерке»: «Б...дь, куда прешь, козел, совсем зенки повылазили?». И вся тщательно выхоленная аура преуспевающей красавицы сразу куда-то делась, осталась только злая немолодая тетка с замашками торговки селедкой, не умеющая владеть своими эмоциями. С «базарностью» можно бороться. Она вылезает в экстремальных ситуациях, особенно при конфликтах с мужчинами. Сама, наверное, можешь вспомнить, как противно вела себя во время ссоры — кричала, как ненормальная, или посуду била? А может, матом ругалась?

Это все базарная натура из тебя лезет. Сядь и **поста-**райся проанализировать, что в тебе похоже на эту особу — может, слишком громкий смех или привычка делать ехидные замечания по поводу и без, сцепляться с пассажирами общественного транспорта или **истерич-**но требовать денег на новые сапожки? А может, ты куришь на улице или вытираешь руки о **штаны**? Или выходишь из дома в заляпанных вчерашней грязью ботинках? Про таких говорят: «Ничего, что пятки **«порепан-**ные», зато губы **накрашенные**» Советую всерьез подумать об искоренении «хабальства» и «дешевости» хотя бы потому, **что** стерва не может быть таковой по определению,

### **Бизнес-вумен.**

Этакий синий чулок, волосы в пучок, костюмчик, мужиков за людей не считает, потому что пробилась сама, все у нее получается гораздо **лучше**, чем у представителей сильного пола. **Любого** за пояс заткнет и в **бизнесе**, и на вечеринке. Только мужчин рядом мало почему-то. Может оттого, что не нравится мужчинам, когда их «макают», а преуспевающая женщина — это прямой укор их самолюбию. Или не интересно с ней, ведь в бизнесе пол не имеет значения, вот **и** перенимает женщина качества, которые никогда не были свойственны женской натуре — напор и стремление к достижению цели, умение управлять и принимать решения самостоятельно. А мужчины ищут **в** партнерше свою противоположность — существо нежное, любящее и... покорное. О какой покорности может идти речь, если женщина-монстр подминает на работе не то что отдельных мужиков, но **и** целые фирмы. Страшно с такой дело иметь. Да и **комплекс** неполноценности может развиваться — это ж если рядом с такой быть, то надо всегда соответствовать, **а** это очень непросто. И остается «железная леди» одинокой и несчастной. А стоило только расслабиться и не говорить о работе, пожалиться на несчастную жизнь, в которой работа — это одно, а **ранимая** женская душа — совсем другое, не командовать в постели и завести хобби, сходить в салон

и «выблестить» себя с головы до ног. И не заикаться на работе. А еще, как говорил Остап Бендер, «будь проще, и люди к тебе потянутся». Сделай личико попроще, не думай о работе, умерь гонор, улыбнись. Ну вот, смотри, тот очаровательный брюнет уже не отводит от тебя глаз. Хорошее начало...

*Эмансипированная мужененавистница.*

Древняя пословица гласит: Сила женщины в ее слабости. И действительно, стоит только начать потакать мужским капризам, сделать вид, что со всем согласна и поражаешься его мудрости и дальновидности, как мужчина все готов сложить к твоим ногам. Эмансипированные особы вызывают у представителей сильного пола недоумение или откровенный страх. Крутить мужиком нужно незаметно, так чтобы он сам думал, что он — хозяин и повелитель. Лучший способ сподвигнуть мужчину сделать то, что тебе нужно — заставить его поверить, что идея принадлежит именно ему. К сожалению, эмансипация и вся борьба женщин за свои права не дала им самим ровно ничего. К исторически-традиционным обязанностям по воспитанию потомства и делам по дому добавилась проблема зарабатывания денег, женщина из последних сил тянет на себе семью и мужа-придурка. «Я и лошадь, я и бык, я и баба и мужик». Разве об этом мечтали первые борцы за права женщин? Еще одна сторона эмансипации — оужествление представительниц прекрасного пола. Это проявляется во всем — те же вредные привычки, одежда унисекс, манера себя держать на работе и с мужчиной. Разве такие женщины вдохновляли поэтов и рыцарей на написание шедевров и совершение подвигов? Вспомни образчики из классической литературы. Разве эти женщины были так глупы? Нет, они просто знали, где стоит показывать себя, а где лучше промолчать и понапрасну не тратить нервы и время на доказательство прописных истин. Так давай же не будем распинаться о том, как притесняют и унижают нас это грязные животные, о том, что им только одного от нас и надо, о том, что им везде дорога, а нас считают глупыми гусынями. Как правило, такие разговоры ведут жен-

щины, которые не блещут ни красотой, ни умом. Так зачем нам равняться на не лучшие образчики? Если уж объявлять войну, сделаем это тайно, обезоружим мужчину нежностью и послушанием, покорим страстью и кулинарными шедеврами, сразим наповал шармом и женственностью. Ну и на кой черт нам эта эмансипация?

### ***Халевщица-лентяйка.***

Категория женщин, стремящихся в жизни все устроить за счет других. Конечно, не самый страшный вариант, тем более, что большинство мужчин уверены в том, что все женщины такие. Это лентяйки и просто «пофигистки», которые не хотят ничего делать. Этот вариант можно назвать «жизнь нахаляву». Мужчины часто встречают таких женщин: они ленивы во всем, они не могут отдавать, потому что привыкли везде и все хапать. Никогда не позволяй себе быть похожей на них. Иначе сразу станешь, как все. Стерва никогда не опустится до уровня «хабалки», а если уж поставит перед собой цель получить выгоду, то закрутит игру так тонко, что в итоге мужчина остается уверен — ему сделали одолжение. Грубое желание поживиться и привычка клянчить всегда приводят к одному финалу: как только мужику надоест то, что ты садишься ему на шею и пытаешься ножки свесить, испарится вмиГ. Поэтому будь добра поднять свою задницу с теплого удобного дивана и заняться делом. Первое время тяжело будет — потом втянешься. Если депрессия нагринула, или очередная любовная коллизия подстерегла, тем более нечего валяться и хандрить. Руки в ноги и работать. И от проблем отвлечешься, и денег заработаешь. Депрессия закончится, а деньги останутся, и ты с чувством и хорошим настроением сможешь их потратить в свое удовольствие и над собой же посмеяться.

### ***Гулящая девушка.***

Можно и хуже сказать, конечно. Особа неприятная, и малопредсказуемая. По мнению мужского пола, гуляет по дурости, от бешенства матки или потому, что ее не удовлетворяют так, как нужно. Мужчины считают, что измена может быть оправдана наличием у партне-

ра физиологического недостатка (например, маленького члена) или его возрастом. В этом случае любой из них готов поучаствовать в «наставлении рогов» и позлорадствовать над соперником. Но гулящую партнершу не потерпит ни один мужчина, даже если он психологический мазохист или просто «пофигист». И не потому, что ему противно после другого или во время, проведенное с любовником, ты могла бы доставить ему массу «приятностей». Своим гулящим поведением ты ущемляешь его мужское самолюбие. Последовательность рассуждений примерно такова:

- раз она меня выбрала, значит я лучший;
- если она спит с другим, значит я не лучший, или по крайней мере, лучший **не** во всем;
- почему она со мной, если я не лучший?
- наверное, из-за денег или положения или из жалости;
- такие отношения надо прекратить, ведь на свете много прекрасных женщин, которые смогут оценить меня по достоинству.

Пообщавшись с несколькими представительницами этой категории, мужчина начинает подозревать, что все бабы... и относится к каждой последующей партнерше, как к представительнице определенной профессии. Естественно, нормальную женщину это обижает, и она уходит. Других такое поведение «достает» настолько, что они, часто сами того не желая, начинают оправдывать ожидания и гулять направо и налево (по принципу уж лучше грешной быть, чем грешной слыть). Их поведение только подтверждает теорию об изменщиках. Получается своеобразный замкнутый круг, в котором виноваты кто? Правильно, гулящие представительницы слабого пола, автоматически портящие репутацию всем женщинам.

#### *Истеричка.*

Нет, это не диагноз, а один из удобных способов поведения, который выбирают многие женщины. Громкий, визжащий голос, слезы и угрозы повеситься, если он не..., заламывание рук и выбрасывание его лю-

бимых вещей с балкона. Никого не узнаешь? Как стратегия, истеричность не подходит в принципе. Тем более, что женщины, привыкшие себя искусственно накручивать в итоге часто на самом деле становятся неуравновешенными и плаксивыми, у них часто случаются депрессии, требуется помощь психоаналитика. Один из вариантов тихого истеричного поведения — вечная страдалница-плакса. Она в депрессии или больна, вечно загружена проблемами или просто хандрит. Повод для плохого настроения и слез найти можно всегда, так же, как и для хорошего. Но, вызвав своим **напускным** страданием сочувствие и внимание со стороны окружающих несколько раз, такие люди начинают постоянно себя «накручивать», приобретая привычку постоянно жаловаться на все подряд. Иногда доходит до абсурда — мужчине жалуются на него же самого. Не люблю истеричек и страдалиц, их просто жалко. А разве можно жить с человеком из жалости?

#### *Прилипала и болтушка.*

Смысл жизни прилипалы — быть всегда в центре внимания, постоянно общаться и приносить радость людям уже одним своим присутствием. Часто встречаю таких мельтешащих птичек — они похожи на синичек или воробушков — скачут с ветки на ветку, **щебечут**, перелетают с одного места на другое и... так утомляют. От такой сразу хочется сбежать на край света. Она и про подруг тебе **выложит**, и расскажет, что на завтрак съела, просветит о новинках моды и средств интимной гигиены. Через пятнадцать минут ты себя чувствуешь полнейшей идиоткой, но закончить разговор не можешь потому, что ты — человек вежливый, а прилипале чувство такта не свойственно в принципе. Она абсолютно уверена в том, что общение с ней приносит радость всем и каждому. Знакомый рассказывал, что однажды, попав на такую особу, он попытался прекратить поток излияний, вступив в интимный контакт. Ты думаешь, ему это удалось? Мужик чуть импотентом не стал. Из всех типажей этот — самый неприятный и назойливый. Он, как сейчас говорят, «напрягает». Та-

кая женщина — словно резинка, которая давит; как туфли, которые жмут. Познакомившись с такой, мужик дает себе слово никогда ей больше не звонить и вздыхает свободно. Не тут то было. Прилипала находит его по случайно оброненной фразе о месте работы, звонит снова и снова, вызывая панический ужас и указания секретарю не пускать на порог и **отвечать**, что начальника нет на месте. Для настоящей стервы комментарии излишни.

# XI класс

Стервозные хитрости и секреты



## Сама себе дизайнер

*Мы живем в стране столь бедной проявлениями идеального, что если мы не окружим себя в домашней жизни некоторой долей поэзии и хорошего вкуса, то легко можем утратить всякую утонченность чувства, всякое понятие об изящном.*

П. Чаадаев

Француженки говорят: «Что одето на тебе, увидит каждый, а содержание желудка известно только тебе». Исходя из этого, можно сделать вывод, что на еде допустимо экономить, а на одежде - ни в коем случае. Я не совсем согласна с этим утверждением. Еда и одежда — это одно и то же: источник радости и хорошего настроения. Логичней было бы представить довольную вкусными и красивыми покупками стерву в интерьере: вот она крутится перед огромным зеркалом, потом модельной походкой движется на кухню, выкладывает деликатесы на тарелку из роскошного сервиза. Последний штрих — большая ванна из итальянского мрамора, наполненная душистой пеной, в которой нежится стервочка. Для того, чтобы заманить мужчину, такой стервочке даже не потребуются особых усилий. Он сам, как кенгуру, запрыгнет в уютное гнездышко, едва заметив кусочек «этого рая» уже с порога. И твои чары тут будут совершенно ни при чем, мужчина покорится не обещаниям безумной ночи, а тому, что здесь ему не всунут в руки отвертку для починки розеток и не поставят у раковины с горой посуды.

Выражение «мой дом — моя крепость», придумали мужчины. Для стервы дом — это не крепость, а дополнительный стимул добиться в жизни многого. Как выглядит простая среднестатистическая квартира? Уродливо. Я всегда поражалась стремлению людей сэкономить на ремонте в ущерб своим эстетическим чувствам: криво наклеенные обои, плитка, положенная старательными руками «зигзагообразными волнами», криво прибитые шкафчики и искрящаяся проводка. Эkleктика (смешение разных стилей), которая не приснится дизайнеру в самом страшном сне, мирно соседствует в наших квартирах с «цыганским» барокко (лепнина, роспись на потолке, ковер на стенке). Всегда удивлялась, почему люди, живущие в своем «сером» жилище с неработающими кранами, отвалившейся плиткой и замусоленными обоями, приходят в восторг и завидуют моим дизайнерским способностям и мужеству отложить деньги на ремонт, но ничего не пытаются менять в своей жизни. Если они восхищены, то получается, что какое-то чувство вкуса у них все-таки есть? Так в чем же дело? Почему годами женщины и мужчины живут, как в общегитии, неужели им не противно каждый день приходиться и видеть безрадостный и скучный интерьер? Озадачившись этой проблемой, я осторожно расспросила знакомых и выяснила, что им тоже не нравится такой «квартирный пейзаж», но менять они его не собираются, потому что:

### *Лень.*

Эта красавица, как известно, родилась раньше нас и всех нас еще переживет. Ремонт и в самом деле — затея хлопотная, интересная и быстрая, только в передаче «Квартирный вопрос». Искать рабочих, закупать материалы, выносить строительный мусор... Одна мысль о грядущих проблемах и хлопотах, заставляет по-другому взглянуть на обшарпанные стены: «А ведь обои-то, всего лет семь назад меняли, новенькие еще практически. Вон, Сидоровы вообще в свинарнике живут, по сравнению с ними у нас — евроремонт». Да и пятна на потолке, при наличии фантазии, можно воспринимать, как роспись неизвестного художника.

*Жалко выбросить старые вещи.*

Чудное сочетание бабушкиного сундучка, родительского комода, теткиной хельги, подаренной на новоселье и купленной на собственные сбережения табуретки в китайском стиле ущемляет день за днем чувство гармонии и вкуса, но натывается на элементарную жадность. Выбросить ненужную и некрасивую вещь — это мужество, на которое способен далеко не каждый. Конечно, если, в один прекрасный день, в дверь кто-то постучится и предложит хорошие деньги за «КамАЗ» старья, мы расстанемся с ним без сожалений, с гордостью за совершенную выгодную сделку. Но этого не случится, потому что барахла, купленного наспех или во времена тотального дефицита, подаренного друзьями и родителями, полно у всех и в каждом доме. Выбросить жалко... А любоваться на него каждый день — себя не жалко? Так и «любujemyся» всю жизнь на мебельных «уродцев», потертые ковры и захламленные балконы, лелеем себя надеждой, что однажды решимся выбросить все и сразу, или таинственный незнакомец с «КамАЗом» в один прекрасный день все-таки постучится в дверь.

*Привычка сильнее стремления к преобразованиям.*

Вторая натура, как известно, барышня капризная. Чудный диванчик, на котором перед телевизором «толчется» несколько поколений хозяев вместе с питомцами, выглядит ужасно, но этого никто не замечает, ведь диванчик стал почти что семейной реликвией. Привычный ковер на стене, поеденный молью, привычные занавески с разводами непонятного происхождения, вышитые еще бабушкой, привычные чашки с отбитыми ручками. Со временем, человек, живущий в убожестве, перестает замечать его, потому что это становится привычно! Но, привычка может сослужить и хорошую службу: к хорошему привыкаешь еще быстрее, стоит только перебороть себя и сделать красивым и удобным хоть маленький уголок квартиры, как привычка к хорошему капризно потребует переклеить обои и выбросить половину мебели, поставить итальянский смеситель и починить, наконец, розетки.

*У человека не хватает фантазии, чтобы представить что можно сделать что-то необычное со стандартной квартирой.*

День за днем, из года в год мы живем, как роботы, курсируем на работу и домой по одному и тому же маршруту, ходим в одни и те же магазины, едим однообразную еду, поэтому со временем фантазия атрофируется за ненужностью. А напрасно, ведь любую квартиру, только запусти в нее, как кошку на новоселье, фантазию, легко превратить в «игрушку». Я не призываю рушить стены, от этого и дом завалиться может, но перенести вход, прорубить окошко или сделать арку (в не несущих стенах!) можно в любой квартире и без всяких разрешений. С помощью цвета обоев, их текстуры, правильно расставленной мебели квартира становится больше, светлее, уютнее. Но этого не почувствуешь, пока не начнешь что-либо делать.

*Бытует заблуждение, что на изменение интерьера понадобится много денег.*

Как правило, рассуждают так: чтобы в квартире стало лучше и красивей, нужно переклеить обои, но перед этим хорошо бы побелить потолок, а потолок неровный, поэтому хорошо было бы предварительно его оштукатурить. В процессе ремонта потолка придет в негодность пол и его придется менять (хотя и так давно пора). Элементарный подсчет, говорит о нерезальности затрат на материалы и услуги рабочих, поэтому все остается на своих местах. А если начать с чего-то одного и недорогого, то ремонт может затянуться на долгие годы. В вечном ремонте жить не нравится никому. Как решить эту проблему стерве и сколько потратить на ремонт, я расскажу чуть позже.

*У людей есть привычка откладывать «на потом» перемены в жизни.*

«Еще немножко и я обязательно выиграю в «Лотто-миллион» и сделаю евроремонт — все обзавидуются», «Дети подрастут, тогда и заживем», «Вот купим квартиру попросторнее, тогда и марафет наведем» — ты, я думаю, и сама часто слышала подобное оправдание лени и бездействия. Психологи утверждают, что

многие люди не умеют радоваться жизни, потому что живут по «отложенному» сценарию. Сначала — как только выйду замуж, потом — как только накопятся деньги, как дети подрастут, как внуки помогут — и так всю жизнь. А когда же жить, собственно? Нет, это не для стервы. Ее лозунг — каждый день, как последний!

*Нам некогда.*

«Серьезное» оправдание для тех, кто не умеет жить рационально, кто работает, но не зарабатывает. Успеть можно все! Если график работы не позволяет заняться ремонтом самостоятельно, всегда найдутся «добрые» прорабы или родственники-бездельники, готовые за небольшую плату присмотреть за ремонтными работами. По моему опыту, сетуют на занятость и усталость, далеко не те, кто реально занят и устает. У меня есть аргумент для самой себя: «А на кой черт я работаю, если не могу себе позволить подарков и нового платья, отпуска и красивого жилья, ванны с душистой пеной, бокала хорошего вина и безумной ночи с любимым? Так ли уж мы заняты или тратим время на фигню?»... И второй аргумент: «Сколько времени у меня уйдет на ремонт газовой колонки, старых труб и кранов — не лучше ли их заменить?». Современный ремонт — это не только красота, но и функциональность.

*Может получиться еще хуже.*

Что верно, то верно. Видела я такие квартирнки. Титанический труд, колоссальные затраты, а результат — «минус ноль». В такой квартире неприятно находиться, в ней чувствуешь себя неуютно, не можешь расслабиться. У моей мамы, как-то при просмотре одного такого жилища на вопрос хозяев: «Как вам наша отремонтированная квартирнка?» — вырвалось: «Чистенько...» Откровенно врать ей не хотелось, но и говорить хозяевам, что время и деньги потрачены впустую, обижать людей — тоже. С тех пор, попадая в такое жилище, мы переглядываемся и говорим слово «чистенько», как пароль, подразумевая; что не дал хозяевам Бог чувства вкуса, а на дизайнера денег пожалели, да еще и часть работ решили сами сделать, чтобы дешевле вышло. Зачем экспериментировать, полагаясь на свой вкус и «очумелые руч-

ки», растущие не оттуда? Купи журнал с примерами оформления интерьера, выбери то, что нравится, и сделай так же. Что может быть проще?

*В таких квартирах живут почти все.*

Люди-обезьяны — это не герои фантастических боевиков, а наши соседи, коллеги и родственники. Нет ничего проще, чем собственным примером (когда тебе завидуют «по черному» и одновременно восхищаются результатом) заставить лентяев и жертв «дурновкусия» изменить свою квартиру! Когда я делала последний ремонт, все (!) приходившие ко мне посмотреть, что получается, потом рассказывали, что положили на кухне плитку, сделали подвесной потолок или «постелили» на пол ламинат. То есть, «собезьянничали», глядя на мою квартиру. До сих пор не пойму: то ли чьи-то удачные решения задевают людей за живое, то ли они начинают понимать, что и сами могут сделать так же, как другой человек, ничем от них не отличающийся.

Причины наплевательского отношения к месту, где ты живешь и нежелания улучшить интерьер приведены для того, чтобы ты смогла проанализировать, «пропустить через себя» мнения большинства и избавиться от них навсегда. Дом, который строишь ты — он особенный. Это не уютное гнездышко домохозяйки, не эргономично-скучное обиталище бизнес-леди. Жилище стервы это:

- ее лицо;
- место отдыха и предмет гордости;
- место для приема мужчины.

Исходя из этих трех условий, мы и рассмотрим, варианты стервозного интерьера. Сразу уточню: я прекрасно понимаю, что ты не начнешь завтра же переклеивать обои, рушить стены и менять систему отопления. Богатой стерве советы не нужны, ведь она может себе позволить пригласить дизайнера, нанять бригаду строителей и сделать капитальный ремонт, закупить мебель сразу на всю квартиру (хотя, это не дает гарантии, что результат будет удачным). Большинству из нас такие глобальные изменения не по карману, поэтому давай прикинем, что можно сделать прямо сей-

час, ведь изменение себя изнутри и обустройство жилища по-новому должны проходить параллельно, дополняя друг друга.

Если квартира однокомнатная, и живешь ты тоже одна, считай, что тебе повезло. Это идеальный вариант для «игры в дизайнера». Знаешь с чего начала я? Подарила подруге свою «стенку» — симпатичную и удобную, но какуюто... нестервозную. Не знаю, откуда взялась решительность избавиться от этого гробоподобного памятника местной мебельной фабрики, ничего другого у меня не было, но о сделанном я еще ни разу не пожалела. Места сразу стало больше, комната стала широкой, светлой и уютной. Для одной моей подруги камнем преткновения стал торшер. Дело в том, что он был антикварный и очень ценный, но стоял не на своем месте и совсем не сочетался с ярко-синим диваном. Но стоило переставить его к письменному столу и поменять цвет абажура, как в комнате появился стильный уголок, с которого начались изменения интерьера. Возможно, и в твоём доме есть «нечто», которое стоит только сдвинуть с места или выбросить, как сразу станет лучше. Я придумала, как не жалеть о выброшенных вещах (если их не выкидывать, а из «жалости» складировать в квартире — это не выход). То, что мне становится не нужным или перестает нравиться, я отвожу к родителям или бабушке — пусть шкафчик постоит в кладовке, а старые вещи полежат в мамином шифоньере. Может, когда и пригодится, может даже не мне... В квартире пусто — красота! Лучше «принимать» мужчину на «восточной кровати» (сделанной из брошенного на пол матраса), чем на скрипучей тахте, на которой меня когда-то и зачали. Итак, правило первое:

*Избавься от всего лишнего.*

Как определить, лишняя ли вещь?

- Она тебе не нравится — это уже повод.
- Она вызывает неприятные воспоминания о ком-то из знакомых — с глаз долой.
- Она покрыта слоем пыли и паутиной — зачем тебе лишний пылесборник?

- Их целых две или ты давно ей не пользуешься.
- Если на вопрос, зачем тебе ЭТО, ты начинаешь отвечать словами: «Может быть, когда-нибудь», — выбрасывай.
- Если это одежда, которую ты не одевала год-другой.
- Засохший цветок на окне — прочь свидетеля забывчивости и безалаберности.

Продолжи список сама. Например, освободи полки от хлама, тогда парочка самых «страшненьких» шкафчиков может со спокойной совестью отправиться на помойку — к их обычной некрасивости добавится еще и нефункциональность: складывать-то уже нечего.

*Революционный план* — выбросить или продать все и какое-то время перебиться вообще без мебели. Однажды утром, проходя мимо мусорника, я увидела, что он забит разным домашним барахлом. Вокруг копались бомжи, а бывшая хозяйка внушительной кучи тащила старое кресло. Мне стало любопытно (эту женщину я парураз встречала, прогуливаясь с собакой), поэтому, я решила поздороваться и заодно расспросить, как же она решилась поменять всю мебель сразу. На что она мне ответила, «что не меняет, а выбрасывает, а замены выброшенному нет и даже в ближайшее время не предвидится. «Но, если я не выброшу это сейчас, я не выброшу никогда». По словам соседки, идея изменить интерьер и поменять мебель возникла у нее давно, но если от старой мебели и вещей не избавиться, то новые не появятся никогда. Если есть старый диванчик, то деньги можешь потратить на отпуск, еду или новое пальто. А если его нет, то хочешь — не хочешь, а придется отправиться после получки в мебельный магазин. Есть и другая опасность. В комнате стоит старый шкаф. Тебе позарез нужен стол, поэтому ты покупаешь стол не тот, что тебе на самом деле нравится, а подходящий под шкаф, который тебе не нравится. Получается, что шкаф диктует тебе «условия», он не позволяет наклеить слишком яркие обои, купить экстравагантную люстру, о которой ты давно мечтала. Шкаф — это тормоз, который ты должна выбросить или отдать род-

ственникам, на хранение.

*Твой дом — это твое лицо.* Любой, кто придет к тебе в гости (а мужчины — так особенно) попробует по интерьеру квартиры предположить, кто ты и как живешь. Не по одежде, а по квартире человек судит о хозяевах, если его пригласили в гости.

*В квартире должно **быть** чисто, но не стерильно.* Ты ведь живешь не в лазарете, а ежедневный ритуал мытья полов — не лучшее хобби для стервы. Обилие мягких игрушек, сувениров и баночек с косметикой выдает натуру романтическую, **впечатлительную** и... одинокую. Такие барышни любят «сопливые» женские романы и отпугивают мужчин. Отремонтированная квартира не должна превращаться в культ. Гости **чувствуют** себя неуютно, если хозяйка трясется над новым ковром или сервизом. Дом — это место, в котором можно расслабиться, покурить, даже капнуть вареньем на пол. Рабыня денег, вложенных в **ремонт**, отпугивает больше, чем неряшливая хозяйка, которой наплевать на место, где она **живет**. Определить, уютно ли у тебя, просто, если понаблюдать за гостями. Они расслабились, «растеклись» по креслам с бокалами в руках — значит все в порядке. Уют — это нечто неуловимое, но очень приятное. Любая мелочь может создать и разрушить атмосферу: яркий или приглушенный **свет**, холодный пол, неудобный стул, цвет стен и мебели.

*К тебе в дом пришел мужчина.* Что хочет он увидеть? Как отнесется к месту, в котором ты живешь, к тому, что тебе нравится? Итак: мужчинам не нравятся «дополнения к интерьеру», которые я сама частенько наблюдала в квартирах подруг:

- столики, заваленные баночками и пузырьками с **косметикой**;
- разбросанная одежда;
- беспорядок в шкафу;
- немытая посуда;
- холодильник с запахом;
- грязный унитаз;
- отсутствие чистого полотенца в ванной;
- яркий свет, который бьет в глаза;

- скрипучая и незастеленная кровать;
- фотографии других мужчин на столе;
- поломанный кран и сливной бачок;
- грязная обувь при входе;
- заляпанный жиром кафель на кухне и закопченный потолок;
- грязная плита с обитой эмалью;
- грязные носки и трусики под диваном;
- кровать с балдахином, покрытым слоем пыли.

Мужчинам нравится, когда у женщины есть вкус. Это значит, что квартира выдержана в **одном** стиле и в одной цветовой гамме. Много раз видела добротный ремонт, который не смотрелся из-за пестроты интерьера. Например, ванна выложена зеленым или **розовым** кафелем, в коридоре наклеены фиолетовые **обои**, а комната выдержана в сине-желтых цветах. Стоит только открыть дверь в другую комнату, как чувство гармонии исчезает, потому что сами по себе комнаты выглядят неплохо, а между собой совершенно не сочетаются. Стерва должна подходить к выбору интерьера с умом. Ее квартира должна быть выдержана в одном стиле, мебель и отделка выбирается максимум трех цветов, которые сочетаются друг с другом. Все отделочные материалы покупаются только этих цветов, но разных оттенков. Приведу тебе несколько примеров:

*Квартира в Пастельных тонах* (светло-бежевый, светло-персиковый, цвет лосося, розовый и др.) подойдет **стерве** любого возраста с любым характером. На гладких стенах, оклеенных светлыми обоями без рисунка, прекрасно смотрятся любые картины и безделушки. Ванная комната с бежевым или светло-коричневым кафелем, кухня с использованием дерева в отделке, нижняя подсветка в спальне, свет от которой «струится» из-под дивана. Когдаходишь в такую **квартиру**, сразу становится понятно, что ее хозяйка — женщина утонченная, обеспеченная и умеет не только работать, но и жить красиво и со вкусом. Стены чисто белого цвета скучны (особенно если в квартире высокие потолки), но если покрасить потолок в какой-нибудь неяркий цвет (например, светло-бежевый или

цвета лосося), общее впечатление сразу улучшится, квартира станет более уютной, а за счет белых стен покажется просторной. Стерва знает, как, потратив минимум денег, произвести максимальный эффект. Небольшой коврик посреди комнаты с почти незаметным рисунком, китайский веер на стене, аквариум с экзотическими рыбками, несколько горшков с комнатными цветами. Просто? Нет, ведь вокруг столько безвкусных соблазнов, не поддаться которым ой, как трудно!

*Квартира гейши* в ее современном исполнении тоже немногочетна. Гейша любит минимализм во всем. По законам фен-шуй, воздух в жилище должен двигаться свободно, не натываясь на острые углы. Мебель для такой квартирki покупается простая и светлая или превращается в таковую с помощью шкурки, краски и лака. Если уж решила что-то перекрасить, обязательно хорошо пройдиcь по старой мебели шкуркой, и только потом нанеси слой краски или лака. Старый, но прочный диван дешевле перетянуть тканью, чем покупать новый. Интерьер в восточном стиле подразумевает наличие парочки напольных ваз, ширмы, расписанной в китайском стиле, цветастого покрывала и гладких стен, оклеенных обоями без рисунка. Для спальни яркое и теплое сочетание цветов — красный, оранжевый, желтый. Запомни: пестрые обои — однотонная мебель, гладкие стены без рисунка — мебель любая. Вышший дизайнерский пилотаж — умение подобрать не только цвет, но и текстуру материалов, угадать, будут ли сочетаться рисунок. Если не уверена в своих силах — покупай все однотонное, оставив в квартире одно-два ярких пятна (например, ковер или портьеры и покрывало). Идеальный вариант для стильной квартирki — сшить портьеры и покрывало из одной ткани. Традиционное сочетание цветов для восточной квартирki — черный, белый, красный, бежевый, розовый и светло-зеленый. Кстати, по исследованиям ученых, эти цвета многие мужчины находят Самыми сексуальными. Продолжим декор в стиле «чайного домика». Циновка на пол, красивый чайник, светильник из рисовой бумаги, фигурки божков на столике и кимоно для хозяйки.

Квартирка хищницы — настоящий стервозный приют. Основные материалы, которые сочетаются всегда и везде: дерево, натуральный камень, кованые изделия, натуральный мех, оружие на стенах. Чтобы легче было **представить** интерьер жилища хищницы, представь домик в лесу, в котором сумасшедший сделал евроремонт. Широкая тахта, застеленная мягким мехом, шкура на полу, неоштукатуренная кирпичная стена, пол из грубых досок (самое простое, если он уже есть, удалить краску и покрыть доски лаком). Для такой квартиры подходят: олени рога вместо вешалки, деревянная или глиняная «простая» посуда, массивная, грубоватая мебель из натурального дерева.

*Экстравагантный вариант* — подходит для молодой стервочки. Учти, что «королю» или «тузу» в таком интерьере будет не по себе, а «валет» почувствует себя как раз «в своей тарелке». В последнее время почему-то очень часто наблюдаю сине-желтый **вариант**: синий диван — желтые подушки, синий пол — желтые стены, желтая ванна — синий кафель. Красиво, но стандартно и избито. **Прогрессивный** вариант квартиры подразумевает наличие бара или даже барной стойки (делается очень просто, если разломать некапитальную стенку с кухней до уровня пояса). Цвета — насыщенные и яркие, но не больше двух контрастных плюс один нейтральный цвет (**черный** или белый). Фурнитура и украшения — блестящие, хромированные. **Никакого** натурального дерева, только пластик. Освещение — любое, но если хочешь произвести большее впечатление, установи светильники с цветным освещением или наклеи **обои**, которые светятся в темноте. Очень романтично нежиться в объятиях любимого на фоне мерцающего звездного неба. Чем хорош этот вариант — полет фантазии практически неограничен. Рабочее место можно стилизовать хоть под кабину космического корабля. Легкий налет «шизоидности», который лежит на этом варианте оформления квартиры, позволяет установить отдельные элементы необычно и даже слегка неаппетитно, это ведь квартира молодой женщины, которой ин-

интересно попробовать все. Ну не получилось что-то в этот раз — все равно симпатично! Экстравагантный вариант дизайна квартиры, пожалуй, наиболее затратный, потому что в него уж точно не впишутся старые вещи. Обрати особое внимание на «мелочи» — посуду, свою одежду, даже выбор домашнего животного.

*Изысканный интерьер* — мечта стервы за..., хотя, какая разница, сколько ей, ведь она уже настоящая стерва и знает, что нравится настоящим мужчинам, знает, как подать себя в наиболее выгодном свете. Квартира или дом стервы-искусительницы — это «классика». Мебель может быть антикварной, выдержанной в стиле одного из Людовиков, или современной. Но, в любом случае, это что-то на гнутых ножках, из натурального дерева, качественное, изысканное. Путешествие по мебельным магазинам, тщательный выбор трюмо и комода, шикарной огромной кровати (можно даже с балдахином) — вот что тебе предстоит. Изысканный интерьер — это утонченность во всем. Он прекрасно подойдет к твоей новой норковой шубке, маленькому черному платью, мужчине в деловом костюме и машине, которая ждет вас обоих внизу. Цвета — рдовый, шоколадный, черный, охристый (для шатенок и брюнеток) и все оттенки бежевого (для блондинок). При оформлении спальни избегай голубого цвета — он сделает место страсти «приютом снежной королевы». Зеленый — простоват, он больше подходит для кабинета (в сочетании с коричневым — классический вариант). Изысканный интерьер подразумевает: толстый ковер на полу, в котором утопают ноги; натуральную ткань **порт**ьер и покрывал, приятную на ощупь. Не советую выбирать этот вариант, если площадь квартиры маловата и нет отдельной спальни. Когда ты начнешь раскладывать диван или прятаться для переодевания в ванной, все ощущение утонченности и изысканности исчезнет. Совсем другое дело — романтический перенос тебя, на руках, в будуар-спальню с огромным «сексодромом».

Кстати, о спальне. Еще раз повторюсь, но скажу, что в спальне лишних вещей и мебели не должно быть вообще. Дурацкая привычка почему-то заставляет людей ста-

вить в спальне шифоньеры. Не знаю, имеет ли эта деталь интерьера эстетическое значение (во время секса разглядывать фигурную резьбу на дверце) или практическое (прятать любовника и даже не одного), но если есть возможность, удали шкаф из спальни, комната сразу станет другой. Набор для спальни — кровать, столик-трюмо с зеркалом и симпатичным пуфиком, возможно, ширма. Все. Никаких полочек, книжных шкафов, стульев, столов и клеточек для любимого хомячка. Зачем тебе спальня? Чтобы спать и заниматься любовью. Лучше купи симпатичный поднос для «кофе в постель» или сервировочный столик на колесиках. На пол уложи ковролин с длинным ворсом: увидишь, как комната сразу станет «теплее» и уютнее. Тот же эффект дает освещение, но не верхнее, которое только подчеркивает недостатки женской фигуры, а нижнее, то есть светильники, расположенные в самом низу, около пола. Единственное неудобство — проложить провода для таких светильников можно только во время капитального ремонта, под штукатуркой, или с помощью удлинителя, заложенного под плинтус. С точки зрения фэн-шуй зеркало в спальне нежелательно. Якобы, сон ухудшает и энергию вытягивает. Но женское любопытство и фантазия творят чудеса — одна моя приятельница заказала зеркало (и повесила его напротив кровати) в необычной рамке: она состояла из двух частей и раздвигалась в стороны. Если створки не раздвинуты — это картина (подруга выбрала для спальни такой вариант: с одной стороны — стилизованное звездное небо и луна, а с другой — солнце), а раздвинешь — пожалуйста, зеркало, смотришь, как только пожелаешь. Для спальни подойдут: свечи и подсвечники, ваза для цветов с живым букетом, флакон духов на туалетном столике, благовония и ароматическая лампа, ваза с орешками и цукатами, красивая и небольшая статуэтка. Все, ничего лишнего, как и в косметике, в одежде, в работе и в любви. Стерва — это золотая середина, которую давно ищут многие мужчины, если ты еще об этом не забыла.

Повторим с самого начала законы стервозного дизайнера и вкуса, «разложим по полочкам составляющие любого интерьера»:

— Ручки дверей, карнизы, фурнитура мебели, приспособления в ванной (для полотенца и туалетной бумаги) должны быть одинаковыми, например: все серебряные, все золотые или пластиковые одного цвета.

— Для стен идеально подходит рогожка. Ее можно до 20 (!) раз перекрашивать в тот или иной цвет. Обои не будут выглядеть замызганными, а на то, чтобы освежить квартиру уйдет всего один день.

— Ковролин на полу смотрится прекрасно и создает атмосферу уюта, а станет ли он пылесборником, зависит только от тебя.

— Если в доме есть антикварная мебель, или ты решила приобрести именно такую, не пожалей денег на хорошего реставратора и выбери все в одном стиле, иначе квартира будет напоминать склад-сарай старой рухляди. Я, например, предпочитаю ампир — выглядит изысканно и очень по-стервозному.

— Удели внимание «наполнению» интерьера: стерва не любит искусственные цветы, она тщательно подбирает шкатулки, вазочки и даже бутылки для домашнего бара.

— Светлые стены зрительно увеличивают, а темные — уменьшают комнату, крупный рисунок на обоях делает комнату меньше, а широкий и темный «кант» перехода обоев в потолок зрительно опускает потолок и «давит».

— Чтобы квартира не выглядела произведением неизвестного архитектора в стиле «цыганское барокко», избегай лепных украшений, золотой фурнитуры и пестроты.

— Комнатные цветы — это часть интерьера, но только если посажены в красивые и сочетающиеся друг с другом, и интерьером в целом, горшки. Пластиковые «бадьи» с фикусами и баночки из-под сметаны вряд ли станут украшением твоей квартиры.

— Большие зеркала помогут «раздвинуть стены» и создать ощущение дополнительно объема квартиры, только не переборщи: зеркальный потолок и стены сделает квартиру неуютной, больше похожей на танцевальный зал.

— Ковер на стене — не для стервы, зато красивый гобелен — как раз то, что надо.

— Дерево и пластик почти не сочетаются, отдай предпочтение чему-то одному.

— Хохлома и народные мотивы будут гармонично смотреться только в доме с консервативной обстановкой, кстати, расписные плошечки нравятся далеко не всем мужчинам.

— Если решила устроить в доме бар, позаботься о том, чтобы внутри была подсветка — это удобно и красиво.

— Окошко, прорубленное в стене между кухней и гостиной, решает кучу проблем с переноской предметов сервировки и готовых блюд.

— Портьеры — не обязательная часть интерьера, можно вполне обойтись шторами, если позволяет состояние подоконника и батарей.

— Недоделки ремонта сводят на нет весь дизайнерский замысел. Найди в себе силы довести все до ума.

— Красота всегда ходит рядом с удобством. Откажись от покупки красивых, но нефункциональных предметов интерьера, уверяю, в следующем магазине тебе попадется вещь и красивая, и функциональная.

— Плитка на полу кухни и коридора — последний писк моды и очень удобное решение с точки зрения уборки.

— Стерва не любит пластиковых полочек в ванной: они быстро становятся неэстетичными.

Интерьер — вещь хлопотная и дорогостоящая, поэтому спешки не любит. Начни ходить по мебельным магазинам, даже если нет денег, подмечай интересные решения в квартирах знакомых, узнавай цены на материалы и стоимость работ. Многие кажется очень сложным, пока не придет в голову простая и рациональная идея, или друзья не подскажут, простой и дешевый способ. Приведу один пример: моя знакомая долго копила деньги на квартиру и, наконец, купила каморку на окраине. Денег на ремонт не было, квартира напоминала ночлежку для бомжей: неровные стены, отсутствие кафеля и мебели. Знаешь, что она сделала? Купила два мешка немецкой шпаклевки (гипс и алебастр **не** подошли — быстро застывали), разводила ее порциями до густоты сметаны и рукой в перчатке кру-

говыми движениями наносила на стены от потолка до пола. Нижний ряд чуть заходил на верхний. На каждый круг, чтобы украсить стены, она приложила к жидкой шпаклевке веточку папоротника, а когда все высохло, веточки подкрасила золотой краской из баллончика. То же самое было сделано в ванной и на кухне, только шпаклевку пришлось подкрасить. Деревянный пол, покрытый не одним десятком слоев краски, был обработан паяльной лампой, чтобы слезла краска, и тщательно натерт мастикой — красиво и натурально, даже щели стали выглядеть очень естественно. На середину комнаты — пестрый коврик из лоскутков старой одежды. Проблема мебели тоже решилась дешево и сердито: толстый мебельный поролон вместо кровати, ящики из-под фруктов, аккуратно оклеенные ярко-желтой однотонной клеенкой. Ты не представляешь, как удивились все, когда пришли на новоселье. Мы-то ожидали увидеть полный разгром, а попали в сказочное и необычное место.

Если ты дочитала главу до этого места и еще ничего не сделала со своим жилищем, то я сдаюсь. Убедить тебя в том, что стервозный интерьер — это нужно, важно и приятно, не сможет никто. Есть женщины, которым безразлично, как они живут, было бы удобно и чисто, а на красоту — наплевать. Но это не стервы, поэтому и мужчины с ними рядом такие же равнодушные к красоте и морально «импотентные». Ты решила стать стервой? Будь добра, поднять «одно место» с дивана и заняться своей квартирой. Единственное, в чем я уверена, что в каждой женщине живет дизайнер-строитель, и стоит только поменять какую-нибудь мелочь, как он просыпается, разворачивается вовсю, и остается только одна проблема — как удержать неумемную фантазию и не залезть в сумасшедшие долги. К хорошему быстро привыкаешь, так позволь же себе такую роскошь.

## **Белоснежка и семь ГНОМОВ, или Как быть, если их несколько**

*Ах, обмануть меня не трудно - я сам обманываться рад...*

А. С. Пушкин

Любишь читать шпионские романы? Если нет, теперь придется. Любовная конспирация практически ничем не отличается от профессиональной. Ты можешь спокойно вести разговор с любовником, будучи уверена, что твой мужчина пошел на работу, а он в это время стоит с подслушивающим устройством под окнами. Я уже не говорю о «случайных» встречах на улице и в кафе, проваленных «явках» и бесконечных сценах ревности. Я не сторонница шпионских страстей и жизни в постоянном напряжении, но иногда обстоятельства складываются так, что знание особенностей конспирации становится очень полезным. Мне знакомы стервы, которые годами скрывали свои отношения, причем так, что ни один из участников любовного многогранника не подозревал о существовании других.

Измена и жизнь «на два фронта» имеет свои плюсы и минусы. К плюсам отнесем:

- возможность выбора при непосредственном сравнении;
- моральное удовлетворение от собственной неотразимости и хитрости;
- материальная помощь и связи сразу нескольких мужчин;

- сексуальная удовлетворенность;
- возможность продолжать привычную жизнь после разрыва с одним из участников процесса, не бросаясь на поиски нового мужчины;
- терпимость к чужим изменам и к отдельным мужским недостаткам (ты ведь и сама не без греха?);
- возможность сделать более быструю карьеру.

Минусов гораздо больше:

- ежедневное напряжение, перерастающее в неврастению;
- двойной риск забеременеть или подхватить какую-нибудь венерическую гадость;
- невозможность равноценно физически и морально удовлетворить обоих;
- сравнение всегда не в пользу бывшего или того, с кем живешь;
- трата большого количества времени;
- слава о твоём низком моральном облике;
- слухи и сплетни;
- удвоенное количество соперниц;
- большая вероятность расстаться с обоими сразу, как только все откроется.

Проще говоря, формула многогранной любви такова: все проблемы с одним мужчиной умножаются на количество мужчин, плюс проблемы, связанные с конспирацией.

Перед тем как принять решение (заметь, **не** пойти на поводу у своих чувств, а хорошенько подумать), взвесь все за и против. Насколько тебе дорог твой мужчина и нравится второй? Насколько ты готова к разрыву, если все раскроется? Есть хорошая поговорка: если бы грабители банков думали не о том, как они будут тратить награбленное, а о долгих годах тюремного заключения, грабежей стало бы раз в десять меньше. Так и мы, женщины, думаем о минутном удовольствии, не представляя порой, к каким последствиям это может привести. Я не отговариваю и не поучаю, как преподаватель по ОБЖ, а предупреждаю, но ты — уже взрос-

лая, поэтому решение примешь сама. Могу поделиться опытом конспиративной работы.

Соккрытие любовников — дело тонкое. Порой удивляюсь, как безграмотно это делают многие женщины. Как будто специально хотят выставить свои «достижения» напоказ. А потом удивляются и плачут в подушку. Как же он узнал? Кто ему сказал? Какая же я была дура! Что-бы так не убиваться, запомни несколько правил:

1. *Не выбирать любовников из общих знакомых*, особенно если они — друзья твоего мужчины. Во-первых, это подло и некрасиво. Во-вторых, облегчает наблюдение за вами обоими, ведь в народе говорят: не гуляй там, где живешь, не живи там, где гуляешь. И, в-**третьих**, как бы не старалась ты скрыть свои чувства, по незначительным изменениям мимики, взглядам и движениям, узнать любовников просто. Не думай, что никто не заметит перемен.

2. *Недопустимо резко менять имидж*, пополнять гардероб, покупать новое нижнее белье и «марафетиться» при выходе из дома. Ничто не должно нарушать привычный уклад. Когда женщина решает изменить имидж, купить новые шмотки или найти новую работу, мужчина нервничает, чувствуя, что в волну перемен может попасть и он сам. В такие периоды его внимание особенно обострено. Покупая новые вещи, советуйся с ним, первый показ новых трусиков — тоже только дома. Потом их можно без опасений одевать «на выход».

3. *Попадают на мелочах*. Ты можешь сколько угодно конспирироваться, но если после прихода домой, побежишь в ванну (чего раньше никогда не делала) или начнешь часами болтать с подругами, неожиданно замолкая, когда входит муж, обо всем остальном можешь забыть. Ты уже попалась.

4. *Почитай специальные издания* о том, как ведут себя люди, которые врут. Научись врать убедительно. Если одна из сторон устроит допрос, тебе это пригодится. Никакой нервозности, ты — абсолютно спокойна и уверена в себе. Если шалят нервишки, пей валерьянку.

5. *Никому не рассказывай о своем счастье.* Подруги завистливы, к тому же, могут иметь виды на твоего мужчину. Поверь, имидж гулящей женщины не настолько почетен, чтобы кричать об измене на каждом углу. Понимаю, что радостно и хочется обсудить последнее свидание, посоветоваться, снова пережить волнительные минуты, пересказывая их подруге, похвастаться своими конспиративными талантами; или просто сбегать позвонить ему от соседки. Сядь и успокойся, остынь, обдумай все сама и помечтай, но никому не рассказывай.

6. *Не забывай про достижения науки и техники.* Историю звонков на сотовый и домашний телефон можно легко проследить, нажав несколько кнопочек. Стертая «история звонков» тоже вызовет подозрения.

7. *Бойся «добрых» соседей,* заботящихся о твоей нравственности. «Всеслышащие ушки» и «всевидящие глазки» подстерегают из окон соседских квартир, из дверных глазков, видят сквозь бетонные стены и слышат, отсеивая музыкальный фон. Именно бабушки «с лавочки» в детективах выдают следователю всю подноготную любого жильца.

8. *Лучший способ что-то скрыть* — не придумать историю от начала до конца, а рассказать ее **часть**. Например, как к тебе пристает некий сослуживец или начальник, надоедая звонками даже дома. Можно придумать заказчика или несуществующего клиента. Естественно, это должен быть человек, которого нельзя «послать» просто так. Чем меньше придумываешь, тем меньше запутываешься в показаниях. Все вранье запомнить невозможно, поэтому рано или поздно все изменщицы попадают на деталях, которые сами же придумали, но не смогли запомнить.

9. *Старайся держать любовника на расстоянии* и не рассказывать о муже небылиц. Знаю много случаев, когда влюбленный до безумия, любовник сам шел выяснять отношения с мужем и Договариваться о «передаче в новые руки». А может быть, ты этого совсем не хотела? Сама виновата, кто жаловался, как тяжело тебе живется с «этим деспотом»?

10. *Только ты думаешь, что никто не слышит твои разговоры по телефону* шепотом ночью из ванной.

11. *И еще раз о мелочах.* Если говоришь, что ехала на автобусе, а сзади на ноге красуется грязная горизонтальная полоса, которая часто остается, когда выходишь из машины — это прокол. Если заподозрили во вранье, признайся, что провинилась, например, шлялась полдня по магазинам, растратила деньги, а обновки оставила у подруги. Виновата... Многие мужчины чувствуют запах секса и чужой спермы. Подожди, чтобы после свидания прошел хотя бы час, возьми с собой дезодорант, сменные трусики (снятые выложить из сумки на дно корзины сразу после прихода домой). Внимательно следи за пятнами на одежде, размазанной косметикой, опухшими от поцелуев губами и раздражением на щеках от его щетины.

Следить за всем и всегда, не расслабляться ни на минуту, и в то же время быть спокойной и расслабленной, как обычно. Думать его мозгами, анализировать свои и чужие проколы — это единственный способ жить с несколькими мужчинами одновременно. Не скрывать невозможно. Какой бы хорошей ты не была, он не простит измену, или сделает вид, что ничего не случилось, но от этого будет только хуже. С гулящей женщиной не церемонятся, ее не боготворят. В конце концов, ты сама не выдержишь такого отношения. Задумайся еще раз, готова ли ты потерять свою «синицу в руке»? Стерва может найти мужчину, который будет стоять двух или трех. На мужчин не действует закон диалектики и их количество не перерастает в качество. К сожалению...

## Пять вариантов красивого завершения романа

*Я знаю, как это бывает, когда кто-то уезжает.  
Неделя адских мучений, потом еще неделя переживаний,  
а потом начинаешь забывать, и в конце концов тебе  
'начинает казаться, что ничего и не было или было, но  
с кем-то другим...*

**Дж. Фаулз «Волхв»**

Расставания всегда некрасивы, потому что кто-то из двоих не хочет уходить, цепляется из последних сил, а потом изливает всю горечь и обиду, все плохое, забывая о хорошем. Это особенность человеческой психики: чтобы отторгнуть, надо разлюбить. Чтобы разлюбить, нужно сделать плохим. Чтобы сделать плохим, нужно убедить и уговорить себя в этом, проплакать, повторять рассказ о коварном возлюбленном всем подряд и каждый день. Поэтому брошенные мужчины ищут моральную поддержку у друзей, за бутылкой изливая душу, а женщины бегут пожаловаться к подругам, придумывая на ходу новые подробности своего несчастья. На Западе почти у каждого есть психотерапевты. У нас они тоже есть, но считается, что это для психов. Лучше пойти к другу или подруге, напиться и рассказать все интимные подробности о себе и о нем. Может, посоветуют чего? Люди не любят ответственности, поэтому все время спрашивают совета. «А что сделала бы ты?

А ты как думаешь?» — А она не думает. Ей твои проблемы до одного места. Это ты в них живешь, ими дышишь. А она считает тебя дурой, злорадствует или прикидывает, как твоего мужика к рукам прибрать, или в лучшем случае предвкушает, что завтра расскажет о тебе кучу интересных подробностей вашим общим знакомым. По секрету, конечно же.

Забудь о подругах, их нет. Есть приятельницы, которые поговорят с тобой о моде или общих знакомых, есть коллеги, есть родственницы, но друг нет. Не отдавай свои косточки на перемывание злым языкам. Слухи на пустом месте лучше информации из первых уст. Ты жалуешься, значит ты слаба. Если ты слаба, значит ты не стерва. Друг нет. Есть знакомые, приятельницы, которые бросят тебя, когда будет трудно и обольют грязью, как только поднимешься выше их. Есть приятельницы, которые будут совращать твоих мужиков и сплетничать за твоей спиной. Друг нет. Есть **ты** одна. Наедине со своим горем и радостью. Еврей скрывает радость, чтобы никто не завидовал. Стерва скрывает все. Никто не увидит слез и размазанной косметики. Не будет психотерапевтов. Устроим похороны любви.

Мне тяжело. Кажется, я умираю. Он ушел. **Может быть**, вернется? Было хорошо, теперь так уже не будет. Я позволила себе полюбить, стать тряпкой, подстилкой. Я расслабилась. Знала, что нельзя, но как сладко было. Было... Надо заканчивать. Как хочется позвонить и сказать «вернись». Позвонила. Сказал, что не вернется, просил больше не звонить. Знаю, что вернется. Всегда возвращаются. Только не будет уже так, как раньше. А если не так, то зачем? Пора хоронить.

У меня есть маленькое кладбище людей, которые были мне дороги. Они умерли «понарошку», но для меня — навсегда. На нем похоронена школьная подруга, предавшая меня; и моя первая любовь. Иногда я хожу по аллеям, останавливаюсь около могил, кладу цветы или просто прохожу мимо. Кладбище внутри меня. О нем никто не знает. На нем не растут сорняки и

не гадят бомжи, здесь всегда чисто и красиво. Здесь лежат люди, которые были мне дороги. Иногда я встречаю их на улице, разговариваю и иду дальше. Мне **не** больно. Они мертвые. Они об этом не знают, но я-то знаю. Я похоронила их, чтобы не было больно и обидно, чтобы не отворачиваться на улице и не говорить гадостей. О мертвых плохо не говорят. Чем ближе человек, тем тяжелее хоронить. Он не хочет ложиться в могилу, выходить из моей головы и тела, он цепляется за жизнь, поэтому приходится каждый день укладывать его в гроб заново. Я любила тебя. У тебя будут самые лучшие цветы и красивый гроб, но тебе все равно придется в него лечь, извини. Так мне будет спокойно, так не будет больно. Я поплачу, я приду на могилку, я никогда тебя не забуду, но, извини, ты умер. Я продолжаю жить.

Настало время красивых расставаний. Я равнодушна, я не расплачусь и не закачу истерику. Ведь я знаю, что он умер, а он — нет. Может, он жалеет меня или хочет начать все сначала. Мне все равно. Я устраиваю последний выпускной бал. Да, дорогой, я тебя выпускаю. Ты мой лучший ученик, но тебе пора. Так устроим же праздник!

*Вариант первый. Романтический.*

Классика. Накрытый стол, свечи, изысканное белье и ты — женщина-загадка. Он не знает, что думать, он пришел выяснять отношения, ругаться, забирать вещи или уговаривать, чтобы оставила. Ты прощаешься. Так, согласно легенде, прощалась царица Тамара перед тем, как убить. Так прощалась Клеопатра, отправляя Цезаря в Рим. Так прощаются королевы. Никаких дрызг. Разговоры ни о чем, многозначительные паузы и... секс. Много секса. До утра, если выдержит. А утром разбуди одной фразой: «Больше не приходи». Это больно, но красиво.

*Вариант второй. Экзотический.*

Вы — в ссоре, вполне возможно, что помиритесь. Он рассчитывает, что ты приползешь на коленях с мольбой о возвращении и выдерживает паузу? Ты не

будешь ждать. Посмотри в календарь. Какой ближайший праздник? Отлично, будет тебе подарочек. Идешь в зоомагазин. Покупаешь змею, паука или еще кого-нибудь экзотически-мерзкого. Если по гороскопу он скорпион, купи скорпиона. Пошли с посыльным. Приложи записку с описанием особенностей содержания и прощальным письмом: «Желаю счастья, надеюсь она заменит меня. Спасибо за все, что было. Р. 8. Возможно, у вас" скоро будет потомство. Прощай.»

*Вариант третий. Простой.*

К моменту выяснения **отношений** подготовься заранее. Попроси друга на дорогой машине подождать тебя около дома «бывшего». Во время разговора об окончании романа будь спокойна и доброжелательна. Немного грусти в глазах, по бокалу шампанского «за все хорошее, что между нами было». Мы ведь останемся друзьями? После сцены расставания, попроси тебя **проводить**, а если машина стоит под окнами, то даже этого не нужно. Первое, что покинутый мужчина сделает, выпроводив тебя за дверь — прильнет к окну. Сядь в машину друга, помаши «пока-пока» и уезжай, чтобы не слышать скрежета зубов бывшего возлюбленного.

*Вариант четвертый. Хулиганский.*

Собрать все, что связано с ним и выбросить из окна ему на голову.

*Вариант пятый. Авторский.*

Придумай сама, наконец, хоть что-нибудь!

## **Двадцать самых обидных фраз для мужчины**

*На больничной койке лежит вся перебинтованная женщина и диктует медсестре письмо: «Уважаемый автор книги «Как сказать мужчине все, что о нем думаешь и не стать инвалидом»! Сообщаю вам, что на пятой странице этой книги допущена опечатка...*

### ***Пройдемся по мужской нечистоплотности:***

1. У нас кто-то сдох или ты снял носки?
2. Я, конечно, понимаю: часто моется тот, кому лень чесаться.
3. После тебя полдня в туалет без противогازа войти невозможно!
4. Давай займемся любовью, только сначала почисти зубы.

### ***По самому дорогому, как на большую мозоль:***

5. Какой у тебя маленький! Но форма прекрасная!
6. Не расстраивайся. Операция по удлинению члена стоит не так уж дорого.
7. Дорогой, если бы ты был часиками, они бы все время стояли на пол-шестого.
8. Ну как, дорогой, сегодня опять не стоит?

### ***Разовьем комплексы:***

9. Поцелуй меня... Ой, что-то затошнило...
10. Толик — лучший из всех мужчин, что у меня были. Но ты тоже ничего.

11. У тебя уже задница по форме дивана!
12. От пирога твоей мамы даже крысы на помойке сдохли.

**Увлечения — слабое место:**

13. Рыбалка — хобби для дебилов.
14. Да у тебя все мозги ушли в гантели!
15. Не понимаю, как кучка идиотов гоняется за мячиком, но еще больше — тех идиотов, кто на это смотрит.
16. Видела я дерьмо, но в первый раз вижу, чтобы оно ездило (про его автомобиль).

**Физические недостатки:**

17. Если наша дочь будет похожа на тебя, мы разоримся на средствах для эпиляции.
18. У твоей мамы, кроме тебя, аборт не было?
19. Ты на себя в зеркало смотрел? К тебе же обезьяны целоваться лезут!
20. Давай накопим денег тебе на пластическую операцию, а то надоело каждое утро пугаться.

Прочитала? А теперь забудь. Воспроизведение этих и аналогичных высказываний может привести к необратимым последствиям (от посещения челюстно-лицевого отделения травматологии до летального исхода). А, может, он просто уйдет?

## Как жестоко отомстить мужчине

*Мужчины прекрасно знают, чего от них ждут женщины, и что ждет их, если они этих надежд не оправдают.*

Евгения Краевская

Я не большая сторонница мести. По-моему, самая большая месть — это мое равнодушие и то, что мужчина не сможет больше общаться со мной, такой прекрасной, умной и красивой. Гораздо действенней любовных выходок «напоследок» — маска презрения или равнодушия. От большой любви не осталось ничего. Он с сегодняшнего дня тебе до лампочки. Никаких дружеских отношений с бывшими: их больше нет. Но бывает и по-другому — измена и мужская подлость унижает и больно ранит. Ты не понимаешь, как могла иметь с таким человеком какие-то отношения. Унять боль может только месть, а женская месть — штука особая. Мы не можем набить морду или изнасиловать, поэтому мстим более изобретательно. Женская месть бьет не по лицу, не причиняет физическую боль, она ранит душу, бесит и выводит из себя. Только будь аккуратна. Мужчина может ответить ударом на удар, а сил у него больше.

*Невинные» шалости:*

— Пока он спит, а ты со слезами собираешь вещи: намажь ему брови эпиляционным кремом, выстриги «проплешинку» или напиши страшное слово «бабник»

зеленкой на лбу. Кстати, словно специально для нас, ее стали продавать в упаковке в форме фломастера.

— Прорежем фигурные дырочки в его любимой куртке или срежем и унесем с собой все пуговицы с рубашек и пиджаков.

— Подложим трусики в кармашек, если женат. Губная помада на воротнике и запах твоих духов **тоже** не помешают.

— Звонок жене с рассказом о том, какой он замечательный?

— Покрасим баллончиком его машину в новый цвет. Вместе со стеклами. Или нарисуем рожицы, **можно** написать прощальное немногословное послание.

— Килограммчик сахарку в бензобак или картошка в выхлопную трубу — тоже вариант. Предупреждение: инжекторный двигатель после сахара ремонту не подлежит.

— Пошлем прощальное письмо с описанием всех интимных подробностей вашего романа ему на работу. По всем электронным адресам и во все отделы.

— Невинное электронное письмецо можно и вирусом заразить.

— Слегка «подрихтуем» системный блок молоточком.

— Перед уходом не забудем порезать секатором его пластиковые карточки.

— Пока его нет дома, сменим замок и уйдем **с** высоко поднятой головой.

— Сотрем все номера из записной книжки сотового телефона.

— Поломаем все его удочки, вырежем «сердечками» болотные сапоги.

— Согнем дуло его любимого ружья и повесим на стену с запиской «Прощай, оружие».

— Кошачьи какашки, подложенные в ботинки, **надолго** отобьют желание одеть любимые туфли.

— А как ему понравится свалка из всех продуктов, найденных в холодильнике, тщательно перемешанных в тазике с запиской «Обед на неделю»?

— Выброс вещей с балкона — вещь старая, но эффективная.

— Запустим в квартиру паучков и тараканчиков (продаются в зоомагазинах).

— Оставим саркастические записки в разных неожиданных местах. Так, чтобы сразу не нашел, а находил постепенно, бесился и искал — где же остальные?

— Прощальная песня по радио, посвященная его другу.

— Горсть крошек, брошенная на крышу его машины привлечет птичек. А птички где кушают, там и какают и царапают клювами краску.

Можешь считать все вышеприведенные описания «мстей» одной большой шуткой. Я такими вещами никогда не занималась, и тебе не советую. Серьезная месть — дело длительное, хлопотное, и не всем оно под силу. Разорить его фирму, выйти замуж за лучшего друга, развести с женой и детьми. Да мало ли еще чего может придумать обиженная стерва!

Автор книги не несет ответственности за тот моральный и материальный ущерб, который может быть причинен в результате прочтения этой главы, как мужчинам, так и самим мстительницам. Все приведенные примеры женской мести не имеют отношения к реальным событиям. Любое совпадение является случайным.

*Минздрав предупреждает:  
месть вредна для здоровья!*

Мои дорогие читательницы!

Я прекрасно понимаю, что уместить в одной книге ВСЕ — просто невозможно. Вполне вероятно, у Вас возникли вопросы и пожелания, как улучшить и дополнить новое издание.

*Пишите мне по адресу: E-Shatskaya@yandex.ru  
С любовью, Евгения Шацкая.*

## Краткое содержание книги ДЛЯ мужчин

*Главный парадокс успеха: поднявшись так высоко, на кого же смотреть снизу влюбленными глазами?*

Лена Ленина

Ну и зачем, спрашивается, ты взял в руки эту книжку? Ведь наверняка знал, что ничего хорошего про тебя в ней не написано. Любопытно стало? И ты из любопытства, постепенно «наливаясь» гневом, прочитал все. И наверное, теперь ты меня, мягко говоря, очень не любишь: «Злая, сексуально озабоченная тетка, помешанная на тряпках эмансипированная дура. Кто она такая, чтобы такое про меня писать?» — думаешь ты. А вот тут, дружок, постой, не торопись делать выводы о стервах. Если ты взялся почитать о том, почему мы становимся такими и что мы думаем про мужчин, значит эта книжка не про тебя, или, во всяком случае не совсем про тебя. Если обратил внимание, она в большей части про плохих мужчин и про то, как завоевать и удержать хороших, про то, как добиться финансовой независимости и стать совсем другим человеком. Тебе не нравятся методы, которыми это делается? Думаешь, мне нравятся? Или от хорошей жизни приходится идти к сердцу мужчины такими окольными путями? Поверь, через желудок было бы гораздо проще, вот только с развитием пищевой промышленности и ресторанной индустрии этот способ давно потерял актуальность.

Почему появилась эта книга? Потому, что она — не первая. В других я пыталась научить женщин быть женщинами, быть личностями, уметь найти подход к мужчинам. Но получилось совсем наоборот, «нахватавшись вершков», мои читательницы побежали покупать туфли на каблуке и маленькие черные платья, они приобрели повадки женщин легкого поведения, не понимая, что стерву делают не шмотки и красиво **накрашенные** глаза, не наплевательское отношение ко всем, кроме своей драгоценной персоны. Стерва — это нечто большее, это женщина со «стержнем» внутри, которую не **сгибают неудачи**, которая стремится к поставленной цели не смотря ни на что. Стерва — это религия, защитная оболочка, которая, как броня, не дает вам, мужчинам, сделать нам больно.

Не думай, что стерва счастлива. Нет, она одинока. Потому что нельзя жить на лезвии бритвы. Через **него** можно пройти, и не раз, но жить на нем нельзя. И нам, женщинам стервозным, нечестным путем приходится **пробираться** к своему очень известному и нестервозному женскому счастью. Разве вы не **знаете**, чего мы хотим? Будь моя воля, я везде повесила плакаты: «Мужчины, не делайте из нас стерв!»

Ты так и не понял, кто такая стерва? Это **женщина, которая научилась** решать любые проблемы. На работе «**рассюсюкивать**» с подчиненными стерва не будет, потому что, пожалев других, она сама останется без работы. Жизнь заставляет нас быть жесткими, думать и принимать решения. Стерва? Нет, просто умная и опытная женщина, которая презирает глупых клушек, бравирующих своей принадлежностью к слабому полу. **Между** мужчинами и женщинами лежит пропасть. Я назвала это заговором полов. Думаю, заговор появился не потому, что мы **настолько** разные, как пишут в женских журналах. Журналисты и телевидение сделали из мужчин и женщин две расы гуманоидов, но забыли рассказать, как налаживать дружественные отношения. Пропасть между **полами** создана искусственно. Это пропасть заблуждений, стереотипов, неудачного опыта твоих родителей, бабушек и дедушек. Ты ко-

гда-нибудь слышал от старших советчиков слова: «Я совершил много ошибок, поэтому расскажу тебе, как их избежать»? — Я воспитывалась на примере: «Делай как мы». По-моему, так воспитывают большинство из нас. Что мы имеем в итоге? Растерянного и ничего не понимающего человечка, которому хочется наладить личную жизнь, но он ужасно боится. Причем боится всего: от измены до венерических заболеваний. Он слышал много рассказов о том, как это бывает. Страшно, но хочется. Отношения с противоположным полом — это еще и показатель успешности, внешнего благополучия. Так и общаются мужчина и женщина, ежесекундно ожидая подвоха, напряженно, словно два врага, которые разговаривают на разных языках. Говорят, заранее думая, что их не поймут, делают что-то назло, пытаются изменить партнера, думая, что это легче, чем изменить себя. Идут на жертвы и уступки, потому что влюбляются от усталости думать плохо обо всех. Заговор мужчин и женщин. Две параллельные, никогда не пересекающиеся прямые. Кто такая стерва? Песчинка, которая ложится поперек. Она — не женщина и не мужчина. И в то же время — суперженщина и сильнее многих мужчин. Ее боятся и те, и другие. Ее не любят, но вспоминают всю жизнь, потому что она рушит стереотипы, вырывает людей из их серой жизни. Она знает язык мужчин и презирует женщин, которые не хотят его учить. Ты все еще на меня сердишься за то, что так прошла огненным мечом по вашему мужскому племени? К чему эта глупая солидарность и деление по половому признаку? Разве, если не получится быть вместе, стерве будет не так же больно, как тебе?

Не бойся, все получится. Потому, что стерва, не упустит своего счастья. А когда ты ее узнаешь и научишься понимать, маски будут уже не нужны. Стерва — это оболочка. Женщине в ней удобно, потому что она не знает, как выжить иначе. Может быть, ты ей покажешь? — Чтобы одной стервой стало меньше, или твоя стервочка стала «ручной»?

## СОДЕРЖАНИЕ

Введение . . . . .	3
--------------------	---

## 1 класс

*Стервовведение*

§1. Если женщина не стерва, то она не удалась . . . . .	7
§2. Знаменитые стервы . . . . .	11
§3. Мужское мнение о стервах . . . . .	27
§4. Классификация стерв, или Стервочки бывают разные. . . . .	36
§5. Глава о том, чего ты можешь достичь . . . . .	43

## 2 класс

*Стервозная психология*

§1. Особенности стервозного перевоплощения . . . . .	48
§2. «Я люблю себя давно...». . . . .	53
§3. О пользе самореализации и уверенности в себе. . . . .	58
§4. Как относиться к своему возрасту? . . . . .	62
§5. Из куколки — в бабочку, или О вреде быстрого перевоплощения. . . . .	68

*Экономика для стервы*

§1. Технология правильных покупок . . . . .	72
§2. Шоппинг от А до Я . . . . .	88
§3. Теория денег в переложении для стервы . . . . .	96

## 3 класс

*Внешность и стиль*

§1. Мое лицо — мое богатство. . . . .	102
§2. Косметический кабинет на дому. . . . .	107
§3. Суперкожа для стервы. . . . .	115
§4. Косметика для стервы. . . . .	124
§5. Экспресс-курс стервозного макияжа . . . . .	136
§6. Очки или линзы? . . . . .	142
§7. И модельной походочкой. . . . .	148
§8. Маннкюрно-педнкюрные секреты . . . . .	156

*Оружие для стервы*

§1. Душистые радости. . . . .	164
§2. Больше платьев хороших и разных . . . . .	172
§3. Украшения для стервы. . . . .	182
§4. Колготки и чулки — тайное становится явным . . . . .	186
§5. Туфельки для Золушки. . . . .	191
§6. В гардеробе стервы мелочен не бывает. . . . .	196
§7. Шубка для хищницы. . . . .	202
§8. О совмещении красивого с практичным. . . . .	212

## 4 класс

*Введение в мужчиноведение*

§1. Здравствуй, мои хорошие и разные, — классификация стервы. . . . .	220
§2. Мужчина под собственным соусом, или Краткий экскурс в историю формирования вида . . . .	224

§3. Обманчивая одинаковость	227
§4. Что они на самом деле думают о детях?	231
§5. Очень умные мужчины - не надо бояться	237
§6. Творческий подход к творческому мужчине	239
§7 Мужчины и животные. Как угодить хозяину и питомцу	243
§8. Шиза косит наши ряды - мужские хобби - разговор отдельный	249
§9. Мужская физиогномика — для самых проницательных	253
§10. Примеры «немужского» поведения, или Нужны ли нам такие мужчины?	259

## 5 класс

*Мужчиноведение*

§1. Различия мужчин и женщин — мнимые и реальные	262
§2. Женатый мужчина	271
§3. Богатый мужчина	275
§4. Психи, алкоголики, наркоманы, преступники: краткий курс опознавания с первого взгляда	280
§5. Ревнивый мужчина	287
§6. Мачо — что за фрукт и стоит ли его есть?	291
§7. Маменькин сыночек	295
§8. Правда о спортсменах и культуристах	298
§9. Военные - самая серьезная глава	300
§10. Сладкие мальчики, женские любимчики, альфонсы, или Игра на чужом поле в одни ворота	304
§11. Иностранцы — терра инкогнита в кармане	308
§12. Джентльмен - какой он?	311
§13. Принц - ты где?	313

## 6 класс

*Флирт и искусство соблазнения*

Введение в предмет	316
§1. Десять «НЕ» для первого вечера, или Как не отпугнуть мужчину	323
§2. Как отказать мужчине, не обидев его	326
§3. Кокетство и жеманство	330
§4. Сладкоголосая сирена - тренировка приятного тембра голоса	337

## 7 класс

*Стервозная карьера*

§1. Технологии успеха	343
§2. Рабочее место и визитка, или С чего все начинается	351
§3. Коллеги и начальники, или Волчица в стаде баранов	362
§4. Как заставить себя уважать, не унижая, если подчиненный — мужчина	367
§5. Стиль управления — выбрать тебе	371

## 8 класс

*Постельная наука*

- §1. Чего хотят мужчины и как им это дать. . . . . 381
- §2. «Камасутра» для ленивых -  
учимся на порнофильмах . . . . . 393
- §3. Мужские откровения о делах постельных —  
глава, написанная мужчиной. . . . . 410
- §4. Некоторые любят погорячее —  
когда не надо экономить сил. . . . . 414

## 9 класс

*Манипуляции с мужчинами*

- §1. О мужских заблуждениях  
и о том, как ими пользоваться. . . . . 430
- §2. Мужские комплексы: как с ними бороться. . . . . 441
- §3. Как исправить бабника . . . . . 450
- §4. Приемы «приручения», или Школа Дурова  
в переложении для стервы (не путать с дрессировкой) .... 455
- §5. Мания величия и как с ней бороться. . . . . 458
- §6. Коррекция и настройка мужчины —  
правим то, что можно. . . . . 463
- §7. Раскрутка мужчин — дипломатия для стервы. . . . . 470
- §8. Бездельники и тунеядцы — можно ли с этим бороться?.. 473

## 10 класс

*Управление любовью*

- §1. Сияющая вершина —  
идеальная женщина в мужском представлении. . . . . 477
- §2. Техника «растворения» —  
как влюбиться в того, кто нужен. . . . . 481
- §3. Пять вариантов вечера,  
который западет в душу навсегда. . . . . 485
- §4. Придумывание сценариев —  
театр одной актрисы для одного зрителя. . . . . 488
- §5. Как не испортить все,  
когда любишь по-настоящему. . . . . 492
- §6. Несколько женских типажей,  
которые отпугивают мужчин. . . . . 496

## 11 класс

*Стервозные хитрости и секреты*

- §1. Сама себе дизайнер. . . . . 503
- §2. Белоснежка и семь гномов,  
или Как быть, если их несколько. . . . . 520
- §3. Пять вариантов красивого завершения романа . . . . . 525
- §4. Двадцать самых обидных фраз для мужчины. . . . . 529
- §5. Как жестоко отомстить мужчине. . . . . 531

Краткое содержание книги для мужчин. . . . . 534

Евгения Шацкая

## Школа стервы

Стратегия успеха в мире мужчин

Пошаговая технология

Зав. редакцией Т. Минеджян

Технический редактор Т. Тимошина

Корректор И. Мокина

Младший редактор А. Погосян

ООО «Издательство Астрель»

129085, г. Москва, пр-д Ольминского, д. 3а

ООО «Издательство АСТ»

141100, РФ, Московская обл., г. Щелково, ул. Заречная, д. 96

Наш электронный адрес: [www.ast.ru](http://www.ast.ru)

E-mail: [astpub@aha.ru](mailto:astpub@aha.ru)

Издано при участии ООО «Харвест».

ЛИ № 02330/0150205 от 30.04.2004.

Республика Беларусь, 220013, Минск, ул. Кульман,  
д. 1, корп. 3, эт. 4, к. 42.

E-mail редакции: [harvest@anitex.by](mailto:harvest@anitex.by)

ОАО «Полиграфкомбинат им. Я. Коласа».

ЛП № 02330/0056617 от 27.03.2004.

Республика Беларусь, 220600, Минск, ул. Красная, 23.

## НАШИ КНИГИ ВЫ МОЖЕТЕ ПРИОБРЕСТИ В СЕТИ КНИЖНЫХ МАГАЗИНОВ

**буква**

### в Москве:

- м. Бауманская, ул. Спортивная, 16, стр. 1
- м. Бибирево, ул. Пришвина, 22, ТЦ «Александр Ленд», этаж 0
- м. Варшавская, Чонгарский б-р, 18а, т. 110-89-55
- м. Домодедовская, ТК «Твой Дом», 23 км МКАД, т. 727-16-15
- м. Крылатское, Осенний б-р., 18, корп. 1, т. 413-24-34 доб. 31
- м. Кузьминки, Волгоградский пр., 132, т. 172-18-97
- м. Павелецкая, ул. Татарская, 14, т. 959-20-95
- м. Парк Культуры, Зубовский б-р, 17, стр. 1, т. 246-99-76
- м. Перово, ул. 2-я Владимирская, 52/2, т. 306-18-91
- м. Петровско-Разумовская, ТК «ХЛ», Дмитровское ш., 89, т. 783-97-08
- м. Преображенская площадь, ул. Большая Черкизовская, 2, к. 1, т. 161-43-11
- м. Сокол, ТК «Метромаркет», Ленинградский пр-т, 76, к. 1, эт. 3, т. 781-40-76
- м. Сокольники, ул. Стромынка, 14/1, т. 268-14-55
- м. Таганская, Б. Факельный пер., 3, стр. 2, т. 911-21-07
- м. Тимирязевская, Дмитровское ш., 15, корп. 1, т. 977-74-44
- м. Царицыно, ул. Луганская, 7, корп. 1, т. 322-28-22

### в регионах:

- Архангельск, 103 квартал, Садовая ул., 18, т. (8182) 65-44-26
- Белгород, Хмельницкого пр., 132а, т. (0722) 31-48-39
- Владимир, ул. Дворянская, 10, т. (0922) 42-06-59
- Волгоград, Мира ул., 11, т. (8442) 33-13-19
- Екатеринбург, Малышева ул., 42, т. (3433) 76-68-39
- Киев, Льва Толстого ул., 11, т. (8-10-38-044) 230-25-74
- Краснодар, ул. Красная, 29, т. (8612) 62-75-38
- Красноярск, «ТК», Телевизорная ул., 1, стр. 4, т. (3912) 45-87-22
- Липецк, Первомайская ул., 57, т. (0742) 22-27-16
- Н. Новгород, ТК «Шоколад», Белинского ул., 124, т. (8312) 78-77-93
- Ростов-на-Дону, Космонавтов пр., 15, т. (8632) 35-95-99
- Самара, Ленина пр., 2, т. (8462) 37-06-79
- Санкт-Петербург, Невский пр., 140, т. (812) 277-29-50
- Санкт-Петербург, Савушкина ул., 141, ТЦ «Меркурий», т. (812) 333-32-64
- Тверь, Советская ул., 7, т. (0822) 34-53-11
- Челябинск, Ленина ул., 52, т. (3512) 63-46-43
- Ярославль, ул. Свободы, 12, т. (0862) 72-86-61

Книги издательской группы АСТ Вы можете также заказать и получить по почте  
в любом уголке России.

Пишите: 107140, Москва, а/я 140. Звоните: (495) 744-29-17  
ВЫСЫЛАЕТСЯ БЕСПЛАТНЫЙ КАТАЛОГ

Издательская группа АСТ

129085, Москва, Звездный бульвар, д. 21, 7-й этаж  
Справки по телефону: (495) 615-01-01, факс 615-51-10  
E-mail: [astrab@aha.ru](mailto:astrab@aha.ru) <http://www.ast.ru>

МЫ ИЗДАЕМ **наст** ОЯЩИЕ КНИГИ

**В издательстве АСТ также вышли  
и другие книги Е. Шацкой:**

Начальная школа стервы

•

Средняя ШКОЛА стервы

•

Высшая школа стервы

•

Стерва покоряет большой город

•

Стерва - хозяйка большого города

Большая книга стервы

•

Курс подчинения своей воле

•

Стерва в постели и не только

•

Книга стервозной мудрости

•

Магия для стервы

•

Стерва в большом городе

•

Школа гейши

**В издательстве АСТ вышли книги**

**Эль Тат:**

**Карма женщины**

**Карма мужчины**

*Практическое руководство по  
общению с близкими людьми*

Эта книга не только научит вас работать над собой, но и реально поможет круто изменить вашу жизнь и жизнь ваших близких!

Уникальная система самопознания, созданная известным петербургским психологом, работающим под псевдонимом Эль Тат, помогла уже очень многим разобраться в самих себе и наладить отношения с окружающими людьми.

В этой книге автор рассказывает о девяти архетипах (т.е. человеческих первообразах), четырех женских и пяти мужских, которые включают все многообразие человеческих характеров..

Прочитав эту книгу вы без труда сможете идентифицировать себя и любого из своих близких с одним из предложенных архетипов.

Определив, к какому типу относитесь вы сами, вы сможете разобраться в себе самом, развить лучшие черты своего характера и избавиться от многих недостатков. А определение архетипов окружающих вас людей (родителей, детей, мужа, коллег по работе) позволит по-новому взглянуть на их характеры, объяснить их поступки, раньше казавшиеся необъяснимыми, и т.п. и в конечном счете решить многие проблемы в общении с ними.

---

...Стерва — это новая кожа, новая философия и стиль жизни. Готова ли ты к тому, что обратной дороги уже не будет? Готова ли ты решиться раз и навсегда? Если «ДА», то я обещаю тебе успех у мужчин и возможность сделать карьеру, обещаю, что право выбора всегда будет за тобой...

---



---

...Превращение в стерву похоже на игру в шахматы. Ты — пешка, фигура незаметная, одна из многих. Ты стоишь в первом ряду, и поэтому из тебя хотят сделать пушечное мясо (например, твои коллеги по работе). Твоя задача — пройти весь путь до последней линии и стать «королевой», пройти по всем клеточкам не спеша, создавая себе сложную защиту из более значительных фигур. Чем дальше ты будешь продвигаться, тем больше вероятность того, что противник пожертвует конем или даже своим ферзем, лишь бы не дать тебе прорваться к последней клеточке. У «ключевых фигур» свои, более жестокие законы. С продвижением по клеточкам ты узнаешь правила игры, научишься просчитывать другие фигуры сначала на несколько ходов, а потом, как гроссмейстеры, всю партию от начала до конца. Вполне может быть, что в одной партии тебе не повезет, значит, придется начинать все с самого начала, и даже не один раз. Но победа стоит того — ты станешь «королевой»!..

---

