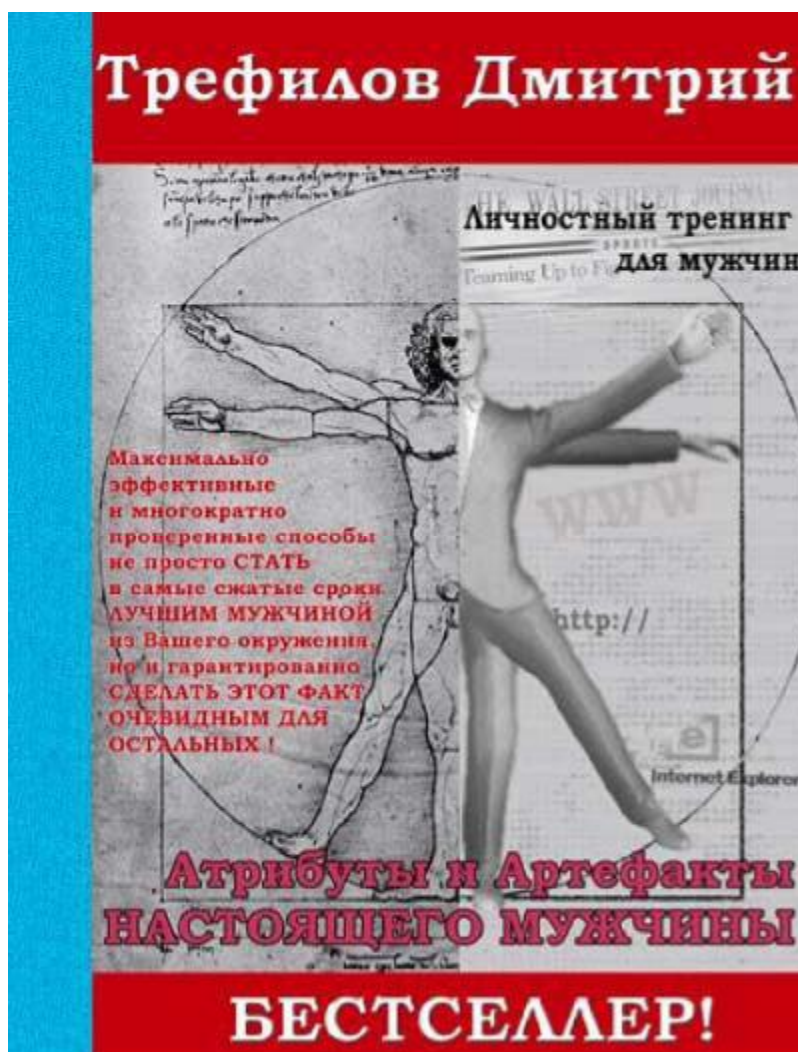


*Внешнее подобно внутреннему, малое подобно большому.  
Гермес Трисмегист*



\* Атрибут - неотъемлемое, существенное свойство объекта

\*\* Артефакт (arte - искусственно, factus - сделанный) - искусственно созданные предметы или признаки, относящиеся к объекту

# ВНИМАНИЕ!!!

**Это - не бесплатная электронная книга!**

**Вы не имеете прав, чтобы раздавать ее бесплатно!**

**Вы не имеете прав перепродажи на нее!**

Данная копия предназначена только для личного ознакомления одного человека. Для удобства изучения материала предусмотрена возможность распечатки на принтере. Распространение материалов как всего настоящего документа, так и какой-либо его части в какой бы то ни было форме категорически запрещается!

# Содержание

## **Кому адресована эта книга**

### **Глава 1. Зачем становится Настоящим мужчиной**

А нужно ли? Информация к размышлению

Вступление

Кто такой Настоящий мужчина

Почему хорошо быть Настоящим мужчиной

Почему плохо быть Настоящим мужчиной

Почему плохо быть мужчиной обыкновенным

Почему хорошо быть мужчиной обыкновенным

Вытекающий из сказанного вопрос: «Кем быть»?

Кто должен оценивать, какой вы мужчина

Тест для разминки «Кто ты?»

### **Глава 2. Отличительные черты Настоящего**

#### **мужчины**

За что нас любят женщины и уважают мужчины

Внутренние качества мужчины - его Атрибуты. Сексуальность

Мужественность

Сила воли

Эффективность

Надежность

Заботливость

Обаяние

Мудрость

Неповторимость

Обобщаем полученные знания

Тест для настройки «Твои Атрибуты»

Как мы узнаем о внутренних качествах мужчины

Внешние проявления внутренних качеств - их Артефакты

Артефакты Внешние

Артефакты Неявные, Абстрактные

Артефакты Поведенческие

Кирпичики твоей судьбы

Тест для работы «Мнение со стороны»

### **Глава 3. Как стать Настоящим мужчиной**

Создание собственного образа через Артефакты

Устранение противоречий

Путь от иллюзии к реальности

Как стать и выглядеть сексуальней

Как стать и выглядеть мужественней

Как стать и выглядеть более волевым

Как стать и выглядеть эффективней

Как стать и выглядеть надежней

Как стать и выглядеть заботливей

Как стать и выглядеть обаятельней

Как стать и выглядеть мудрее

Как стать и выглядеть неповторимее

Алгоритм приобретения Артефактов

### **Глава 4. Ответы на наиболее часто встречающиеся возражения**

Несколько слов о разных вкусах.

Искренность высоких чувств

Любовь к женщине, как Атрибут

**Глава 5. Важное приложение**

Женские фантазии на заданную тему.

Мужчины о мужчинах

От первого лица. Настоящие мужчины о себе

**Послесловие**

# Кому адресована эта книга

Выношу на ваш суд, господа, мое скромное исследование. Исследование, призванное выяснить: кто такой «Настоящий мужчина», как выделить его среди сотен подобных и как, при желании, стать на него похожим. Надеюсь, этот труд будет полезен как тем, кто считает себя мужчинами Настоящими,

- Поможет убрать лишнее и добавить недостающее.

так и тем, кто вынужден под давлением фактов, женских откровений или внутреннего самоощущения признать обратное.

- Если у Вас чего-то нет, но очень хочется, это надо приобрести.

С чистым сердцем рекомендую ознакомиться с этой книгой всем мужчинам, юношам и мальчикам, которые еще не ответили себе на вопрос о том, каким должен быть Настоящий мужчина. Тем, кто не до конца осознает, как правильно себя вести, как выглядеть и что нужно иметь. Тем, кто еще только начал превращаться из юноши в зрелого мужчину и пока не до конца представляет, в каком направлении двигаться. А также тем, кто уже давно миновал возраст становления, но все еще не уверен, что выбранное когда-то направление личностного роста оказалось верным.

Если вам повезло и у вас подрастает замечательный мальчишка, эта книга поможет вам воспитать из него сильного, уверенного в себе человека, который наверняка сможет стать опорой, как вам, так и своей будущей семье. Снять все его сомнения, тревоги и метания в выборе жизненного пути. А также помочь не упустить время, столь важное для всей его дальнейшей жизни - время, когда формируются жизненные цели.

Теория, которую я представил в книге, разумеется, не бесспорна.

- Как и любая другая теория.

Но все же я могу с уверенностью сказать - даже если вы уже давно решили, каким человеком вам быть, что иметь и к чему стремиться, эта книга все равно будет вам полезна. По крайней мере, она поможет вам разложить все знания по полочкам, структурировать информацию о себе и с легкостью дать объяснения своим поступкам.

Кроме того, уверен, что данное творение в состоянии принести пользу также и женщинам, ищущим свой идеал без особого представления о том, каким он должен быть. На страницах этой книги я с легкостью оправдаю многие подсознательные стремления прекрасной половины человечества и их предпочтения в выборе партнеров, в течение веков безуспешно осуждаемые общественным мнением. Очищу от шелухи домыслов и идеализированных представлений критерии подбора спутника жизни. И выведу формулу, по которой легко будет вычислить Настоящего мужчину из сотен других, окружающих нас по жизни.

И все же эта книга написана не для женщин. Прошу это учесть. Эта книга о мужчинах и для мужчин. А потому, если вы встретите в тексте слова «люди», «человек» и тому подобное, обозначать они будут именно представителей сильной половины человечества. И мужской шовинизм здесь не причем. Это сделано исключительно для облегчения стиля книги.

**Это книга о мужчинах и для мужчин**

В общем, эту книгу будет полезно прочитать всем. Всем, кто готов услышать правду.

С искренним уважением и верой в Ваш успех,

Трефилов Дмитрий



# Глава 1. Зачем становиться Настоящим мужчиной?

## А нужно ли? Информация к размышлению

Вопрос, который я вынес в название этой главы, многим может показаться излишним. Ведь, в самом деле, книги пишутся не для того, чтобы отговорить нас кем-то становиться. На их страницах авторы либо бесстрастно излагают информацию по предмету, либо пылко убеждают нас идти по их собственным следам в своем жизненном пути. Крайне редко кто-либо отступает от данного правила. И мне лично понятно почему. Просто с умилением представляю учебник по бухучету, в котором автор интересуется у читателя: «А вы точно хотите изучить бухгалтерию? Хорошо подумали? Все взвесили?» и честно предупреждает о том, как трудно и скучно бывает жить среднестатистическому бухгалтеру. Или со смесью злорадства и восторга рисую в своем воображении руководство по созданию собственного бизнеса, в котором автор искренне убеждает читателя, что именно ему лучше не строить воздушные замки, а продолжать работать наемным рабочим. Уверен, что если такие книги когда-то кому-то несмотря ни на что и удастся издать, то покупать их и читать люди будут исключительно, как шедевры идиотизма.

Писателем, который пишет книгу, предполагается, что читатель уже давно решил, кем ему становиться, все обдумал и теперь ему нужна лишь информация, каким образом это решение можно воплотить в жизнь. Автору только остается эту информацию ему дать. Человек, который покупает книги по бухучету, предположительно знает, зачем ему нужен бухучет. Человек, который выбирает руководство по созданию собственного бизнеса тоже, видимо, делает это не случайно. Но с этой книгой дело обстоит несколько иначе. И ниже я поясню почему.

Конечно, вы приобрели эту книгу не для того, чтобы выяснить, нужно ли вам становиться Настоящим мужчиной, скорее всего решение уже принято. И, видимо, давно. Но все-таки осмелюсь потратить ваше и свое драгоценное время на то, чтобы еще раз прояснить, а правильное ли, осознанное ли это решение. Поверьте, это далеко не праздное любопытство и отнюдь не словоблудие. Все дело в том, что Настоящими мужчинами люди зачастую хотят стать совсем не потому, что это нужно именно им. А потому что это престижно. Потому что культура, общественное мнение и среднестатистическое воспитание приучили нас думать, что любой мужчина просто обязан быть Настоящим. Потому что быть обыкновенным почему-то считается зазорным. Потому что сбитые столку подобными стереотипами женщины, часто отдают предпочтение не тем мужчинам, которые объективно могут сделать их счастливыми, а тем, которые соответствуют формочке, навязанной общественным мнением.

- Еще бы, просто сравните две фразы: «Мой любовник - обыкновенный мужчина» и «Мой любовник - Настоящий мужчина».

С самого детства родители из самых благих побуждений пытаются настроить нас на этот путь. «Настоящие мужчины не плачут» - торжественно заявляют они, всем своим видом давая понять, что маленький ребенок, только что до крови расцарапавший коленку, уже является Настоящим мужчиной и должен гордо носить это звание, это ведь такая честь! «Ты же мужчина, значит должен уметь сам о себе позаботиться» - отмахиваются они от его просьб чуть позже, теперь уже не сопровождая утверждение торжественной интонацией.

Звание «Настоящий мужчина» из События превращается в обыденность, в то, что само собой разумеется. «Ой, расплакался! Ты что у меня плакса? Девочка?» - весело журят они его в другой раз. И звание «Настоящий мужчина» вдруг превращается из неотъемлемого атрибута в то, чего можно легко лишиться из-за неправильного поведения. При этом ребенку дают понять, что лишаться его все же не стоит.

И вот постепенно родителями, друзьями, школьными учителями и спортивными тренерами, с помощью умных книг и увлекательных фильмов образ «Настоящего мужчины» выкристаллизовывается в мощнейший инструмент манипуляций. Человек уже не задумывается, а нужно ли ему становиться таким. Хочет ли он этого? Он «знает», что нужно и «знает», что хочет. Хоть и не всегда может. И если на его несчастье он таким стать не может - это серьезная проблема, причина для депрессий, неуверенности, нелюбви к себе и неудовлетворенности жизнью.

Нет-нет, я ни в коем случае не отговариваю вас становиться Настоящим мужчиной. Это было бы действительно глупо. Если вы решили им стать, я помогу вам. Тем более что это довольно легко. Просто хотелось бы, чтобы вы отдавали себе отчет, что это не единственный путь. Многие весьма значимые люди в истории отнюдь не были в привычном представлении Настоящими мужчинами. Однако это не помешало им сыграть свою роль. Будда, Христос, Магомет, Достоевский, Чайковский, Эйнштейн, Циолковский - список таких людей можно продолжать на много-много страниц. При этом, разумеется, список Настоящих мужчин, сыгравших свою роль в истории получится несколько не меньше. Какой путь выбрать, решайте сами. Но пусть это будет самый приятный и самый увлекательный для вас путь.

### **Быть Настоящим мужчиной - это не единственный путь.**

Мы, мужчины, необдуманно следуя стереотипам, зачастую превращаем свою жизнь в бесконечный подвиг, каждый день стараясь стать тем, кем нам быть совсем не хочется. Упрямо лишая себя радости быть самим собой. Постоянно сравнивая себя с героями Бреда Пита, Клинта Иствуда, Ван Дамма и Стивена Сигала, мы живем в состоянии хронической неудовлетворенностью собой. А многие женщины по той же причине слепо проходят мимо своего счастья и идут дальше в безнадежных поисках совершенства. Не отбросив навязанные кем-то и когда-то идеалы, такие женщины, увы, не смогут стать счастливыми. Стоит им встретить в своей жизни Настоящего мужчину, как они тут же в нем разочаровываются. То ли внимания он ей уделяет мало, то ли ценит недостаточно, то ли рядом с ним она сильно устает - никогда нельзя расслабиться, соперницы то и дело посягают на ее место - почему-то всегда ей что-то не так. Кажется странным, что при этом такие женщины редко отдают себе отчет в том, что то, что сейчас ей так не нравится и есть отличительные признаки Настоящего мужчины. Независимость, иммунитет к манипуляциям, популярность и некий ореол таинственности.

Напрашивается вопрос - может быть, таким женщинам просто надо поискать другие критерии выбора? Или, хорошо поразмыслив, принять недостатки своего мужчины, как неизбежное зло, как вполне разумную плату за счастье быть рядом? Видимо да. Или то или другое. Но замечу - правильного решения не принять без тщательного и всестороннего изучения проблемы. Без взвешивания на весах анализа всех плюсов и минусов жизни с Настоящим мужчиной. Но тех, кто решил, что теперь мы будем заниматься этим взвешиванием, спешу огорчить - не будем. Ответ на вопрос «Жить или не жить с Настоящим мужчиной» не для этой книги. Потому что повторюсь: это книга о мужчинах и для мужчин. Проблемы женщин рассматриваются и решаются в соответствующих изданиях. Для нас гораздо более значимым является вопрос: «Быть или не быть Настоящим мужчиной?». И чтобы ответить на него нам тоже надо отказаться от стереотипов.

Решение в каждом конкретном случае должно быть индивидуальным и самостоятельным.



«Быть или не быть настоящим мужчиной?», «Насколько в данный момент ты соответствуешь и хочешь ли вообще соответствовать этому образу?», «Какие качества в себе можно развить без опасности вызвать внутренний дискомфорт, а от каких надо побыстрее избавиться?» - вопросов много и ответить на них вместо вас я не могу. • И это хорошо, поверьте мне.

Но правильно и вовремя задав их, а также, показав, чем отличаются жизненные пути Настоящего мужчины и мужчины обыкновенного, я могу помочь вам ответить на них правильно и после этого никогда не сожалеть о принятом решении. Вопросы задаю я, решение принимаете вы.

Еще раз повторюсь - общее для всех случаев правило вывести невозможно. Решение должно быть максимально индивидуальным и принятым самостоятельно. Однако необходимо заметить, что во всех случаях знание и четкое понимание того, как именно выглядит Настоящий мужчина и чем он отличается от остальных, поможет вам принять его правильно. Согласитесь, нет смысла стремиться к этому образу или избегать его, если вы не имеете четкого представления о том, какой он и чем характеризуется. Даже самые умные люди единодушны в том, что правильно принять решение можно лишь, обладая всей информацией о рассматриваемом вопросе. Иначе принятие решения больше напоминает игру в рулетку: угадал - не угадал. А потому, даже если вы, поддавшись на мою провокацию, уже решили, что быть Настоящим мужчиной - это занятие не для вас, не спешите ставить книгу на полку, дочитайте до конца. Я обещаю вам много интересного и полезного материала. Кроме того, согласитесь, если у вас есть возможность немного приблизиться к образу Настоящего мужчины без повышения внутреннего дискомфорта, глупо этого не сделать. Дополнительные плюсы никогда не бывают лишними.

**Приятного вам и полезного чтения!**

# Вступление

Следует признать, что вокруг любви, сексуальной привлекательности и проблем во взаимоотношениях полов в последние годы поднято столько шумихи, что даже самые уверенные в себе и самые определившиеся в жизни люди начинают сомневаться и приходить в легкое замешательство.

- А все ли у меня в порядке?

Не говоря уже о тех, кто и до того был не очень стабилен в самооценке - этим приходится особенно тяжело. Хорош ли ты? Насколько? Чего достоин в жизни и на кого имеет смысл равняться? Какие качества в себе необходимо развивать, а от каких лучше как можно быстрее избавиться? Вопросов масса. Но, увы, ответы не так однозначны, как хотелось бы. Многообразие существующих точек зрения сбивает с толку и наводит на мысль, что объективной правды в природе не существует - у каждого истина своя.

Так, в частности, представление о том, каким должен быть Настоящий мужчина за минувшие десятилетия пересматривалось столько раз, что вряд ли кого из представителей мужского пола можно было отнести к Настоящим непрерывно в течение всего этого времени. Когда-то, например, ореолом мужественности окружали полярных исследователей, геологов, различного рода путешественников и вообще отчаянных парней.

- Поднимателей целины и строителей БАМа.

Сейчас же далеко не каждая женщина признает тот факт, что человек, на много месяцев оставляющий ее дома одну

- Или с детьми.

ради романтики, тратящий львиную долю семейного бюджета на снаряжение и тушенку, является идеальным представителем мужской половины. Зато мошенники, спекулянты и разного рода казнокрады напротив резко прибавили в стоимости на брачном рынке. Причем, прибавили значительно. Или еще пример - вид военного мундира в последние годы, увы, далеко не каждую из женщин приводит в восторг и благоговейный трепет. А ведь еще совсем недавно слова «офицер» и «настоящий мужчина» были едва ли не синонимами. Интересно, почему? Почему и под воздействием каких обстоятельств столь кардинально поменялись представления об Идеальном мужчине? Что явилось причиной столь резкой перемены взглядов?

А вот и нет. Смею утверждать - взгляды не поменялись. Они остались теми же. Просто полярники, путешественники и романтики в том виде, в котором они существовали в прежние годы, перестали им соответствовать. А многие другие профессии как раз наоборот, соответствовать стали.

Возьмем хотя бы тех же самых военных. Совсем недавно, во времена строительства социализма, их путь был хоть и труден, хоть и опасен, но все же предсказуем. Тяготы и лишения армейской жизни, как правило, вознаграждались хорошей зарплатой, бесплатным проживанием в офицерских городках, дополнительным довольствием и относительно высокой досрочной пенсией. Переезды из города в город пусть и приносили с собой неудобства, но вместе с ними несли и радостные эмоции - означали новые знакомства, новые места и вызваны были зачастую карьерным ростом. Сами военные чувствовали себя спокойно, уверенно и ходили с гордо поднятой головой.

Но вот настали новые времена - свалившееся на головы засыпающим от определенности людям чудо демократии все развернуло с ног на голову. Многомесячные невыплаты и без того низкой зарплатой, скудное довольствие, постоянные сокращения, проблемы с жильем. С полдюжины горячих точек, внезапно вспыхнувших на карте страны. Как следствие - неуверенность в завтрашнем дне, озлобленность и дискомфорт в душах самих военных. И вот как по команде армию начинают покидать самые предприимчивые,

самые настроенные на успех люди. Уходя во вневедомственную охрану или в бандиты, в телохранители или в киллеры. Патриоты и прирожденные военные к нашему счастью остаются служить Родине.

- Слава им за это!

Но их не так много в процентном соотношении. Куда больше тех, кто просто испугался перемен. Или прячется в армии от необходимости самому принимать решения. В результате этого имидж и престиж военного сильно страдает. Чувствуя перемену в отношениях к ним со стороны взрослых, дети все реже мечтают стать офицерами, когда вырастут. Теперь у них другие мечты. Они мечтают стать братками, бизнесменами и работниками шоу-бизнеса.

Короче, Настоящих мужчин среди военных еще достаточно. Но это скорее вопреки, чем благодаря тому, что они служат в Вооруженных силах. Служение в армии уже не воспринимается обществом, как естественный и едва ли не единственный выбор Настоящего мужчины. И дело тут не в том, что им стало жить труднее. Дело в том, что Настоящие мужчины в подавляющем большинстве либо из армии ушли, либо сломались. Появились более привлекательные выборы для них - создание собственного бизнеса, карьера в престижной фирме и политика.

Подобное развитие ситуации можно проследить и во многих других профессиях и сферах жизни. Нет смысла повторяться. Цель данной книги состоит не в том, чтобы выяснить в какой профессии больше Настоящих мужчин, а в какой меньше. И почему так получилось. Нет смысла к этому привязываться. Ситуация может поменяться так же быстро, и в прямо противоположную сторону. На страницах этой книги я хочу дать вам критерии, которые можно будет применить даже в случаях, когда вы с человеком абсолютно не знакомы. Когда видите его в первый раз. Чтобы выяснить, насколько «Настоящий» мужчина перед вами, знать его профессию вовсе не обязательно. А зачастую даже вредно - стереотипы всегда уводят нас в сторону от истины. Очень часто прикрываться престижной должностью или профессией любят ничтожества. И, наоборот, в самой, казалось бы, неподходящей для Настоящего мужчины профессии можно встретить ярчайшие примеры таких людей.

- Среди ботаников, школьных учителей и секретарей-референтов.

Критерии, по которым можно определить Настоящего мужчину помогут вам сделать правильный выбор в жизни - найти стоящих друзей, надежных партнеров, перспективных работников и оптимальных спутников жизни.

# Кто такой Настоящий мужчина

Однако прежде чем двигаться дальше, давайте с вами договоримся о терминах. Чтобы не было недопонимания. Одно и то же мы имеем в виду, когда произносим словосочетание «Настоящий мужчина» или же вкладываем в него разные смыслы? Не случится ли так, что мы, беседуя, соглашаясь, споря друг с другом, будем подразумевать совершенно разные вещи?

- Как в разговоре двух умалишенных - каждый говорит о своем.

Ведь, как недавно мне заявила одна моя знакомая: «Да все вы мужики настоящие! Не настоящие только манекены». У разных людей разные ассоциации со словом «настоящий».

- Хорошо хоть под мужчиной мы подразумеваем одно и то же.

«Настоящий мужчина» - это устойчивый оборот речи.

- Как оказалось, не настолько устойчивый, чтобы заносить его в соответствующие словари, но все же.

Что мы подразумеваем, когда произносим эти слова? Кого представляем перед собой? О чем думаем? Всегда ли наши ассоциации схожи между собой или у каждого свое представление о том, кого считать Настоящим? Увы, ответить точно и однозначно на эти вопросы я затрудняюсь. С одной стороны, сколько людей, столько и мнений. С другой стороны, если бы точек соприкосновения не было, мы вряд ли были бы в состоянии общаться друг с другом.

Точки соприкосновения есть. Но как их определить? Как понять, что общего в наших образах?

Одно из решений данной проблемы - провести массовый опрос, как среди женщин, так и среди мужчин. Выделить пересекающиеся мнения и взять их за основу в дальнейшем исследовании.

Именно так я и поступил. Для того чтобы найти точки соприкосновения, я опросил несколько сотен людей. Как мужчин, так и женщин. В Интернет-опросах и при личной беседе, с помощью переписки и телефонных звонков.

- Мнения некоторых из них вы сможете прочитать в главе 5.

И на основании их ответов сделал следующие выводы:

Настоящий мужчина внушает спокойствие уже только тем, что находится рядом. Он привлекателен, умен, сообразителен. Умеет брать ответственность на себя. Способен принимать правильные решения. Всегда знает, что надо делать и делает это. Никогда не жалуется. За него никогда не бывает стыдно, даже если он что-то сделал не так. Он уверен в себе. Умеет быть заботливым, нежным, добрым. Самостоятелен. Всегда подтянут и хорошо одет. Опасности его не пугают, он идет им на встречу и преодолевает любые преграды. Обладает почти всеми человеческими добродетелями, но при этом живой.

Как видите - ничего нового. Если подвести итог всему, что я перечислил, то Настоящий мужчина - это самый лучший, самый достойный мужчина из всех, кого мы знаем. Причем, лучший не только на наш взгляд,

- Вкусы бывают разные.

но и на взгляд большинства людей, нас окружающих.

**Настоящий мужчина - это самый лучший, самый достойный мужчина из всех, кого мы знаем.**

Вот на этот вывод мы и будем опираться в своих дальнейших рассуждениях.

# Почему хорошо быть Настоящим мужчиной

Задумывал я данную книгу с целью помочь мужчинам и тем, кто ими только собирается стать разобраться в своей природе, в своем предназначении и в том, что ожидают от них окружающие. Дать понимание того, как при желании Настоящим мужчиной стать. Показать ориентиры и способы достижения этой цели. Но, увы, всего этого не сделать, предварительно не ответив на один, казалось бы, незамысловатый вопрос -Зачем? Зачем становиться Настоящим мужчиной. Как я уже писал, это не такой простой вопрос, как кажется. Объясните мне, почему есть люди, которые хотят стать Настоящими мужчинами и становятся ими, а есть те, которые этого не хотят или те, кто ничего для этого не делает? Ведь по умолчанию принято считать, что быть самым лучшим из всех не просто выгодно, не просто удобно, но и чертовски приятно. Ты постоянно купаешься во всеобщем внимании, обожании, любви. Кажется, у самого лучшего мужчины столько преимуществ, что, любой здравомыслящий человек просто обязан приложить все усилия, чтобы добиться этого почетного звания.

Однако в реальности дело обстоит несколько иначе. Далеко не все мужчины пытаются стать самыми лучшими. И это довольно известная истина. Кто-то не находит в себе силы для необходимых поступков, кто-то не верит в саму возможность достижения данной цели, а кому-то ее даже и не хочется. Лишь единицы находят в себе решимость ступить на этот путь. Причем и среди этих единиц большинство делают это не сознательно, не потому что захотели или приняли решение жить жизнью Настоящего мужчины, а потому что просто не видят иного пути. Это впечатано в их генах. Иначе они не могут. Уровень тестостерона в крови вынуждает их вести подобный образ жизни. Тех же, кто сознательно переплавил себя из обыкновенного мужчину в мужчину Настоящего так мало, что их можно заносить в Красную книгу, как редкие, вымирающие виды животных.

Порой кажется, что быть Настоящим мужчиной дано не каждому. Не все могут найти в себе достаточно сил, знаний и веры для этого. Считается, что это как жребий судьбы, если тебе повезло, и ты при рождении получил необходимый пакет генов, ты становишься им автоматически. Если же нет - не стоит и пытаться.

Несмотря на то, что в данном утверждении есть доля истины, на сто процентов я с ним не согласен. Дело тут обстоит, как в профессиональном спорте. В нем тоже есть генетические везунчики. От рождения они имеют более крепкие кости, более эластичные связки, более сильные мышцы. Ими легче переносятся нагрузки, а период восстановления у них занимает гораздо меньше времени, чем у остальных. Но чемпионами не всегда становятся именно они. Чемпионами становятся те, кто делает все, чтобы чемпионом стать. И иногда это бывшие аутсайдеры, неудачники, твердо решившие добиться своей цели. Иногда это люди с изначально довольно посредственными способностями. А иногда, только иногда, это везунчики.

То же самое и с Настоящими мужчинами. Везунчикам, исходя из начальных позиций, стать ими гораздо легче. С этим невозможно не согласиться. Но именно по этой причине они не всегда ими становятся. Того, что у них есть по праву рождения, многим достаточно. А самые, казалось бы, неподходящие для этого люди вдруг начинают работать над собой и неожиданным образом выбиваются в лидеры.

Быть Настоящим мужчиной - это работа. Поначалу довольно сложная работа, согласен. Однако и ходить на двух конечностях нам когда-то было сложно. Сложно, страшно и опасно. Но ведь мы с этим справились! И как! Сейчас мы не только ходим, но и бегаем, прыгаем, танцуем довольно сложные танцы, катаемся на лыжах и коньках, занимаемся единоборствами и играем в футбол. В этом случае все точно так же - если вы поймете принципы поведения самых лучших мужчин, если вы начнете постепенно привносить эти принципы в свою жизнь, очень скоро для вас они станут нормой. Поверьте мне, это просто.

И если все представители сильной половины человечества до сих пор еще не являются такими, то вовсе не потому, что они этого не могут, а потому что либо не хотят, либо не знают как, либо не пробовали. И, видимо, на то есть веские причины.

**Если все представители сильной половины человечества до сих пор еще не являются Настоящими мужчинами, то вовсе не потому, что этого не могут, а потому что или не хотят, или не знают как, или не пробовали.**

## Почему плохо быть Настоящим мужчиной

Однако одними преимуществами дело не заканчивается. Увы, у медали две стороны. И как это ни странно, при рассмотрении с другой точки зрения любой плюс может предстать перед нами как минус. А любой минус вполне может оказаться плюсом. Так, если ваш темперамент и взгляды на жизнь располагают вас к общительности, то большое количество новых знакомств не может не обрадовать вас. Вы получаете то, что хотите. Если же предпочитаете уединение, новые знакомства, скорее, будут являться причиной множества головных болей и стрессов. Если любите занимать лидерские позиции, умение подчинять людей своей воле - ваш безусловный плюс. Если же предпочитаете работать в команде наравне с остальными - бесполезный, а часто и вредный балласт -нагружает вас ненужными обязанностями.

То, что хорошо для одних, несчастье для других. То, что везение для первых, кошмар для вторых. Но речь здесь даже не об этом. Речь о том, что любое явление может быть как плюсом, так и минусом для одного и того же человека в одно и то же время. Так, большое количество новых знакомств наполняет вашу жизнь общением, но при этом лишает ее свободного времени. Карьерный рост делает вашу жизнь комфортней, но приводит к появлению злопыхателей, завистников и тайных врагов. Власть помогает контролировать ситуацию и направлять ее по выгодному для вас пути развития, но тут же нагружает вас бременем ответственности - при неудаче вся вина ложится на вас.

Если копнуть глубже, то ситуация предстанет перед нами совсем запутанной - то, что мной только что было названо недостатком, многими может восприниматься, как явное преимущество. И, наоборот - от якобы преимуществ некоторые люди приходят в неопишуемый ужас. Например, человеку, который не любит оставаться один, отсутствие свободного времени будет только на руку. Тому, кто любит преодолевать преграды, сражаться и добиваться цели вопреки всему, большое количество врагов не принесет абсолютно никаких неудобств,

- «Пусть сильнее грянет буря, только в буре есть покой!»

а власть некоторыми и вовсе воспринимается как дар сатаны и потому отвергается.

Это касается всего. Любых качеств, явлений, достижений. Вопрос лишь в том, что на данный момент для вас более значимо - плюсы или минусы. Что хочется больше - приобрести выгоды от плюсов или избежать проблем связанных с минусами.

- К относительности восприятия достоинств и недостатков мы еще вернемся, когда будем решать, какой из стилей жизни нам выбрать.

У возможности быть Настоящим мужчиной тоже есть не только преимущества, но и недостатки. И, думаю, имеет смысл их подробно рассмотреть.

- Однако помните те уточнения, которые я дал чуть выше - вы сами решаете, как воспринимать данный факт, как плюс или как минус.

После этого решите для себя, что для вас приятнее, иметь плюсы Настоящего мужчины или не иметь минусов.

**Окружающие не привыкли что-то решать, не посоветовавшись с ними. На подобные отвлечения уходит куча времени.**

**Бремя принятия решения и ответственность за него на них**

**Часто люди привыкают жить за счет Настоящих мужчин. Последние находят решения, организывают их исполнение, следят за результатами, а первые только пользуются плодами**

**Люди слишком уважают их время, а потому просто поболтать сами не подходят. А иногда так хочется.**

**Окружающие часто будто парализованы - ничего не делают, ждут, когда за дело возьмется Настоящий мужчина.**

**Им порой приходится командовать даже близкими людьми**

**Приходится все делать самому. Или, по крайней мере, самое главное.**

**Они сами себе не позволяют быть слабыми. Имидж обязывает.**

**Люди ожидают от них совершенства в поступках. Слабости Настоящих мужчин их шокируют. Это воспринимается, как предательство идеалам.**

**Если они совершают неблаговидный поступок, люди теряют веру в совершенство. И их разочарования на совести Настоящего мужчины**

**Много врагов, часто весьма могущественных. Много**

**завистников. За успехи приходится платить.**

**Трудно встретить достойную партнершу.**

**^^ \_ Мало кто из девушек считает себя достойной Настоящего мужчины. Даже если последние считают иначе.**

**Многие весьма эффективные приемы достижения целей, такие как подлость, ^^ \_ клевета, предательство, выпрашивание, воровство и т.п. не могут быть использованы Настоящим мужчиной, как недостойные и несоответствующие этому званию действия.**



Добавьте пункты, которые, по вашему мнению, я напрасно здесь не указал  
{используйте рабочую тетрадь):

# Почему плохо быть мужчиной обыкновенным

**И**так, мы с вами рассмотрели примерный •  
Далеко не полный

список достоинств и недостатков возможности быть Настоящим мужчиной. И, кажется, вам можно было бы прямо сейчас садиться в медитацию и делать свой выбор. Но подождите, не торопитесь. Прежде, чем принять окончательное решение вы должны увидеть альтернативу, не так ли? Какая участь вас ждет, откажись вы от идеи стать Настоящим мужчиной?

Быть не самым лучшим - это значит быть приблизительно как все. Как большинство. Ничем особым не выделяясь из толпы. А если и выделяясь, то только в пределах допустимой погрешности, не больше.

- Ты такой же, как все, но носишь яркие кроссовки.

То есть, являться типичным представителем рода человеческого. Это не так плохо, как может показаться поначалу, поверьте мне. У жизни Обыкновенным мужчиной, как и у жизни мужчиной Настоящим есть свои плюсы и минусы. В этой и следующей главах мы их подробно рассмотрим. И преимуществ и недостатков у жизни Обыкновенного мужчины тоже достаточно. Нисколько не меньше, чем у Настоящего. Однако если вам вдруг покажется, что все же минусов в такой жизни гораздо больше, а плюсы, если и есть, то весьма спорны, то это лишь потому, что вы лично тяготеете к другому образу жизни. Вы более амбициозны, по хорошему агрессивны и предпочитаете экспансию вовне маленькому личному счастью. То есть, если вас еще не считают Настоящим мужчиной, то скоро это точно переменится - вы имеете все необходимые предпосылки для этого.

- Данная книга для вас.

Если же наоборот, прочитав о преимуществах возможности быть Обыкновенным мужчиной, вы с облегчением вздохнете, а тело ваше расслабится, если, прочитав о минусах такой жизни, вы лишь недоуменно пожмете плечами,

- Ну и что?

значит, вам не имеет смысла принимать содержимое данной книги слишком близко к сердцу. Во всяком случае, на данном жизненном этапе. Прочитайте ее, пройдите предложенные тесты, запомните полученные результаты и отложите книгу в сторону. Вернетесь к ней чуть позже, когда идеи, изложенные в книге, усвоятся вашим подсознанием. Возможно, тогда ваше мировосприятие изменится, и вы будете готовы к практическому осмыслению содержания книги. А может быть, и нет. Не знаю.

Но давайте вернемся к плюсам и минусам жизни Обыкновенного мужчины. Только рассмотрев и их, мы сможем сделать выбор осознанный и правильный. Начнем с недостатков. Вот они:

**Их уважают только мужчины того же уровня и ниже. Вышестоящие относятся к ним в лучшем случае снисходительно**

**Влюбляются в них, как правило, женщины только того же уровня и ниже. Самые красивые, умные и привлекательные женщины не для них. Они ищут свой идеал, к которому те не относятся**

^^  
\_  
^^тм

**Их мнение обычно учитывается, лишь тогда, когда они настаивают на нем и проталкивают его**

**Их советы редко кому важны**

**Всегда есть опасность ввязаться в конфликт, из которого без потерь не выйти**

**Их время часто воруют люди ничего для них не значащие.**

**Им не позволяют браться за решение серьезных проблем. Лишь пустяки**

**Они не на что не влияют, но если что, шкуру спустят**

Добавьте пункты, которые, по вашему мнению, я напрасно здесь не указал  
{используйте рабочую тетрадь):

## Почему хорошо быть мужчиной обыкновенным

**П**рекрасно. Минусы мы рассмотрели. Теперь о плюсах. Они тоже есть. Мужчина не такое глупое и ленивое существо, как кажется некоторым женщинам. Он ничего не делает себе во вред. Во всяком случае, специально. Если бы у бытия Обыкновенным мужчиной не было никаких преимуществ, мы все уже давно бы переплавились в тех, кого женщины с придыханием и дрожью в голосе величают мужчинами Настоящими. Но пока этого не произошло. И это не случайно.

Плюсы есть и ниже я приведу те из них, которые счел самыми явными.



**Можно расслабиться и плыть по течению**

**Можно совершать любые поступки, в том числе и неблагоприятные**



**Можно всегда оправдать свои лень и страх низкими способностями, слабой генетикой, трудным финансовым положением, неудачным местом рождения, небогатыми родителями, плохим воспитанием**



**Меньше врагов, а если и есть, то враги слабые.**

**Если им кто-то и завидует, то люди действительно маленьких возможностей. Их месть неприятна, но не столь ужасна**



**Не нужно держать себя в форме**

**Они никому ничего не должны**



Добавьте пункты, которые, по вашему мнению, я напрасно здесь не указал {используйте рабочую тетрадь}:

## Вытекающий из сказанного вопрос: «Кем быть?»

**И** вот теперь, только теперь, когда вы рассмотрели плюсы и минусы обоих стилей жизни, когда отследили те чувства, которые они вызывают в вашей душе, действительно пришло время медитировать на тему: «Кем быть?».

Сами по себе знания еще никогда никого не сделали лучше. Это факт и мне кажется оспаривать его, по меньшей мере, бессмысленно. Информация не меняет людей, как бы не расстраивались по этому поводу энциклопедисты и так называемые «ходячие библиотеки». Ведь согласитесь, один лишь факт, что вы прочитали дюжину книг по созданию и ведению собственного бизнеса еще не делает вас бизнесменом. Десяток прослушанных лекций о пользе раздельного питания не делает вас автоматически здоровым человеком. А честно полученное высшее образование не превращает вас в настоящего интеллигента. Сколько бы умных книжек в последнее время вы не прочитали, сколько бы необычных сведений не хранилось в вашей голове, вы остаетесь тем человеком, которым были, до тех пор, пока не примете решение измениться и не начнете вести себя иначе, чем вели себя до этого.

А вот принятие подобного решения и вообще, появление такого вопроса, как: «Может быть мне измениться?» обычно является следствием полученной информации.

### **Знания могут побудить вас к действию. Но меняют вас действия.**

Полученные знания помогают зародиться в вашей душе новым желаниям, новым страстям, целям и мечтам. Желания, страсти, цели и мечты, в свою очередь, подстегивают вас к принятию решения: «Пора что-то в жизни менять» и следом за этим побуждают к самым действиям. То есть, к изменениям. И только определенные действия, действия и ни что иное в состоянии изменить вас.

- Впрочем, о действиях мы еще поговорим чуть позже.

То есть прочитанные книги по ведению собственного бизнеса могут зародить в душе человека стремление к новой, более самостоятельной жизни или бросить зерна неудовлетворенности текущим положением вещей.

- Низкой зарплатой, деспотичным начальником, неудобным графиком работы.

Стремления и неудовлетворенности, накапливаясь в душе, через некоторое время приводят к принятию решения: «Все, хочу работать сам на себя». И дальше действия: получение недостающих знаний, регистрация предприятия, подбор персонала, налаживание контактов с клиентами и подрядчиками.

- Мальчик стал мужчиной!

Лекции о необходимости раздельного питания заставляют нас задуматься о собственном здоровье. О том, как хорошо всегда быть энергичным, подтянутым, бодрым и как плохо болеть. Желание здоровья и нежелание болезней побуждают нас принять решение следовать диете и привнести в свою жизнь физические и аэробные нагрузки. А следом - ежедневное воплощение задуманного.

Все это, конечно, верно лишь в идеале. Ведь знания могут по разным причинам не привести к зарождению желаний. То ли потому, что изложены они были недостаточно убедительно, то ли потому, что желаниям противостоят еще большие нежелания,

- Страхи.

то ли потому, что, не успев набраться силы, новые мечты уступают место еще более новым. Но речь сейчас не об этом. Речь о том, что нужно делать с полученными знаниями. И как добиться того, чтобы полезная информация не выродилась в бессмысленные фрагменты нашей памяти. Речь о том, как заставить новые знания работать.

То есть, теперь, когда вы поучили представления о преимуществах и недостатках обоих стилей жизни,

- Стиля жизни Настоящего и обыкновенного мужчины

вы, возможно, чувствуете в своей душе появление новых желаний. Например, что-то, перечисленное мною или вами в списках плюсов и минусов получило отклик в вашей душе. Что-то вам захотелось привнести в свою жизнь. Или, наоборот, от чего-то захотелось избавиться. Это и есть новые желания, это и есть предвестники перемен. Постарайтесь не заглушить их, позвольте им окрепнуть, сформироваться. И потом они сформируют вас самого.

Но для этого их сначала необходимо заметить.

Перечитайте еще раз списки преимуществ и недостатков обоих стилей жизни. Каждый раз, когда какой-либо пункт получил в вашем сердце отклик, не важно положительный или отрицательный, занесите его в таблицу. Рядом отметьте, хотели ли бы вы, чтобы он присутствовал в вашей жизни или нет. И к какому именно стилю он принадлежит.

Я специально не стал включать в данную таблицу графу: «Достоинства/недостатки». Таким образом, мне кажется, можно будет исключить из нее погрешность относительности восприятия. Плюс для вас или минус каждый конкретный пункт решаете только вы. В зависимости от того, хотите ли вы, чтобы данное явление появилось в вашей жизни или нет, каждый конкретный пункт будет соответственно плюсом или минусом.

Таблица 1 (исп. рабочую тетрадь)

Новые желания \ опасения	Хочу \ не хочу	Стиль жизни (Настоящий мужчина \ Обыкновенный мужчина)

После того, как таблица 1 будет заполнена, проведите анализ. Сколько признаков каждого стиля жизни вызвало у вас положительный отклик, а сколько отрицательный? Что захотелось приобрести как можно скорее, а чего избежать? Что настойчиво манит к себе, а что пугает или отталкивает? Итоги этого разбора отобразите в таблице 2. Для чего просуммируйте количество признаков жизни Настоящего мужчины, которые вам захотелось привнести в свою жизнь.

- Это то, что оценивается вами, как преимущества.

Занесите сумму в соответствующую ячейку. После чего посчитайте количество признаков стиля жизни Настоящего мужчины, которые вам хотелось бы избежать.

- Это то, что воспринимается вами, как недостатки.

Занесите и их в таблицу. То же самое сделайте с признаками стиля жизни Обыкновенного мужчины.

Стиль жизни	Отклик	
	Хочу	Не хочу
Настоящий мужчина		
Обыкновенный мужчина		

Теперь сделать выбор «кем быть?» вам станет намного легче, не так ли? Хотя стоит отметить, что элементарное сравнение арифметических сумм «хочу» и «не хочу» еще не отображает всей картины. «Хочу» и «не хочу» бывает разными. Так плюс может значить для вас невероятно много,

- Любят женщины, причем, даже самые красивые и эффектные.

а минус лишь слегка задевать.

- Окружающие не привыкли что-то решать, не посоветовавшись с ними. На подобные отвлечения уходит куча времени.

И все-таки, если количественное соотношение явно свидетельствует в пользу одного из выборов, игнорировать это не стоит.

«За все в жизни нужно платить» - эта уже порядком затасканная фраза мало у кого вызывает сомнения. *Это закон жизни - платить нужно за все. Вопрос лишь в цене и типе валюты.* И, несмотря на то, что платить порою ой как не хочется, мы все равно ВСЕГДА платим. Деньгами ли, физическими действиями, психическими силами, временем или социальным статусом, но платим всегда.

Если, цена нашей мечты оказывается слишком большой для нас, мы предпочитаем отказаться от ее достижения. И это тоже плата, но плата за выбор: «Не стремиться к своей мечте». В этом случае цена выбора оказывается уже более приемлемой для нас. Если же «Не иметь что-либо» для нас слишком дорого, мы вынуждены приложить все силы, для достижения желаемого. Невзирая на трудности, опасности и страхи. Мы просто не можем себе позволить не иметь этого. В этом случае «Не иметь» слишком высокая цена за право ничего не делать.

Цена - это вопрос ваших приоритетов. Еще раз взгляните на то, что вы занесли в таблицы 1 и 2. И хорошенько подумайте, что для вас важнее: иметь преимущества или не иметь недостатков? Ведь это правда - мы не можем получить их по отдельности. Соглашаясь на плюсы, мы принимаем и минусы. Отказываясь от минусов, мы исключаем и плюсы из своей жизни.

### **За преимущества мы расплачиваемся недостатками.**

Обдумайте все это. И не волнуйтесь, не спешите и не относитесь к этому излишне серьезно. Какое бы решение вы не приняли, у вас еще будет время его переосмыслить. Ответив на вопрос «Кем быть?» вы не заканчиваете чтение этой книги, вы не прекращаете свой личностный рост, вы только их начинаете. Впереди у вас еще много открытий, масса озарений и необычных ракурсов. И у вас еще десятки раз будет и повод, и возможность, как подкрепить свое решение, так и изменить его.

Но хватит подготовки. Я думаю, вы все уже хорошо взвесили. Пришло время отвечать на поставленный вопрос. И последующую информацию из книги получать уже в свете принятого решения. Итак, кем быть? Настоящим мужчиной или мужчиной Обыкновенным? Стремиться ли стать самым лучшим или спокойно жить, никого не трогая, и, никому не переходя дорогу? Какое решение вы приняли?

Для того чтобы закрепить это решение, в следующей строчке напишите стиль жизни, который вы сочли приемлемым и желанным для себя. Поставьте дату и распишитесь. Это

ваш маленький обет, обещание, выбор, за который вам придется платить. Платить уже сегодня, завтра и даже послезавтра. До тех пор, пока вы не примите другое решение.

Итак, берите в руки карандаш и пишите в рабочей тетради:

**Мой выбор - быть \_\_\_\_\_ мужчиной!**

Дата \_\_\_\_\_ Подпись \_\_\_\_\_

Поздравляю вас! От знаний вы перешли к делу.

Я далек от желания убедить всех мужчин стать мужчинами Настоящими. Эта идея не просто невыполнима, она утопична по своей сути. Ведь если все мужчины станут Настоящими, Настоящим мужчиной не будет никто. Потому что вспоминаем: Настоящий мужчина - это самый лучший, самый достойный из всех, кого мы знаем. А если все самые лучшие, то получается, что самых лучших нет, все равны.

- По этой же причине я не стараюсь перевербовывать всех своих знакомых в свою веру. Во-первых, стиль жизни Настоящего мужчины может быть для них слишком тяжел, слишком неуютен. А во-вторых, должен же я от кого-то отличаться!

А потому я не буду и вас переубеждать или уговаривать изменить решение, если вдруг в процессе медитации вы решили, что скромное существование Обыкновенного мужчины для вас намного привлекательнее искрометности и триумфа жизни мужчины Настоящего. Это ваш выбор. Скажу лишь, что тех, кто выберет иной путь, будет предостаточно. Уж слишком много выгод сулит он. Слишком заманчивы перспективы и слишком радужные надежды вырисовываются перед любым, ступившим на него, чтобы просто так отказываться от них. Единственно лишь посоветую, в любом случае не бросайте чтение этой книги. Дочитайте ее до конца и еще раз подумайте. Возможно, ваше решение изменится.

Однако уверен, что людей, которые выбрали жизнь Обыкновенного мужчины, будет очень немного. Во-первых, потому что такие люди не покупают и не читают подобных книг. А во-вторых, прочитав оставшуюся часть книги, даже самые неуверенные и склонные избегать трудностей люди поймут, стать Настоящим мужчиной легко и интересно.

Лично для меня выбор всегда был очевиден. Пробовать, добиваться, действовать, отличаться, преодолевать, увлекать, вызывать и поражать - это не просто глаголы, отражающие стиль жизни Настоящего мужчины. Это магниты, которые тянут к себе, зовут, наполняют сердце радостью и возбуждением, восторгом и азартом. Жизнь Настоящего мужчины - это мой выбор! А что выбираешь ты?

## Кто должен оценивать, какой вы мужчина

**П**режде чем начинать движение к цели, давайте с вами решим, как вы поймете, что уже достигли ее? Что может послужить сигналом, признаком того, что финишная черта уже пересечена? Поверьте, это не праздный вопрос. Не важно, какой стиль жизни вы выбрали, если не определить, когда можно считать цель достигнутой, стремиться к ней можно бесконечно и безуспешно.



Или даже нет, о том, как выглядит, как ведет себя и чем отличается от остальных Настоящий мужчина, мы поговорим с вами в следующей главе.

- Как выглядит мужчина обыкновенный вы определите и без меня.

По прочтении ее вы и решите, как должны выглядеть при достижении поставленной цели. Здесь меня интересует другой, не менее сложный вопрос: «Кто должен оценивать успешность вашей работы?». «Кто должен определять, какой вы мужчина?». Уже Настоящий, достойный любви, уважения и восхищения или еще просто имеющий право на любовь, уважение и восхищение? Чье мнение, словно свисток арбитра будет свидетельством того, что вы достигли желаемого?

Существует несколько точек зрения по этому поводу и все они заслуживают внимания. Итак, кто должен оценивать, какой вы мужчина?

## Женщины

Адепты этой теории не без оснований утверждают, что все, что бы мужчина ни делал, он делает для того, чтобы понравится женщине. Сражается, достигает поставленных целей, развивается - практически все, что он делает, за исключением может быть элементарных действий по собственному выживанию, он делает для женщины.

- Иногда определенной, иногда нет.

Следовательно, вывод о том, удалось ли мужчине выделиться и стать самым лучшим из всех должна делать и делает именно женщина.

## Мужчины

Сторонники этой теории резонно возражают, что женщины далеко не всегда единодушны в оценке того, кто из мужчин самый лучший. Кто-то выделит одного мужчину, кто-то другого. Одним нравятся сильные, другим умные. Гораздо более единодушным является мнение мужчин. Мнение, основанное на результатах иерархических войн. Тот, кто оказался в данной борьбе сильнее, умнее и хитрее остальных, кто сумел правдами и неправдами подчинить остальных своей воле, тот и считается мужчинами лидером. Самым лучшим из всех. А вот дамские угодники здесь как раз не в чести.

В отличие от женщин, расхождения во взглядах по данному вопросу

- Кто круче?

в среде мужчин решается быстро и жестко. Путем прямого физического вмешательства.

## Вы сами

Третья теория основывается на недоказуемом, но довольно убедительном утверждении, что мы сами творим Вселенную вокруг нас. Мол, если человек сам себя считает Настоящим мужчиной, если он убежден в этом и переубедить его невозможно, мнение окружающих людей рано или поздно склонится к тому же. А если он так не считает, если внутренняя неуверенность и комплексы неполноценности тяжелым балластом тянут его самомнение на дно, не важно, что думают по данному поводу другие. Он либо не сумеет воспользоваться собственной популярностью, либо со временем разочарует своих поклонников.

Все три теории довольно правдоподобны и имеют право на существование. У каждой из них есть свои сильные и свои слабые стороны. Веские аргументы и спорные истины. Каждая теория верна и неверна одновременно. Но к счастью нам не нужно будет выбирать между ними. Нам не нужно будет решать, какой теорией пользоваться, а какие пометить, как ложные. Потому что все три теории верны одновременно. Парадокс? Отнюдь.

Те исследования, которые я провел перед написанием этой книги, дают мне право утверждать, что сколько бы то ни было серьезных расхождений в определении того, кого из мужчин считать Настоящим, не существует. Уж если ты действительно Настоящий мужчина, то это признается всеми. Если ты действительно Настоящий мужчина - это знают и признают все - и ты сам, и женщины, окружающие тебя, и мужчины. А если кто-то так не считает, то и остальные либо искренни не на все 100%, либо рано или поздно поменяют свое мнение о тебе.

Это довольно легко объясняется. Человек, который твердо стоит на собственных ногах, имеет устоявшуюся систему ценностей и целенаправленно идет по жизни заслуживает уважение мужчин и любовь женщин. Особое внимание прекрасной половины человечества к вам повышает ваш статус и среди мужчин, они начинают присматриваться к вам.

- Что в нем такого?

И, если вы не теряете все очки в чем-то другом, начинают уважать. Что, в свою очередь, не может не сказаться благоприятно на вашем самомнении - вы все больше и больше верите в себя, видя эти свидетельства уважения и отличия. Почтение в среде мужчин делает вас заметной фигурой. Женщины по своей сути не могут обойти вниманием лидеров.

- Мы поговорим еще об этом.

Они начинают заигрывать с вами. И их поведение помогает вам самому расслабиться и бить своим обаянием уже наверняка.

Первое порождает второе, второе порождает третье, а третье подкрепляет первое и второе. И не важно, что здесь первично. Самомнение ли порождает популярность или отношение людей формирует самооценку. Они взаимосвязаны и это главное. Путей много и повторяю, что за чем следует и что в чем черпает силу не важно. Это есть и это необходимо запомнить - если вы действительно Настоящий мужчина, это знают все - и вы сами и мужчины и женщины вас окружающие.

Бывают ли исключения из этого правила? Возможно. Но я бы не хотел, чтобы вы рассматривали данную возможность всерьез. Тот факт, что некоторые дамские угодники вызывают в среде мужчин не уважение, а презрение, еще не означает, что я неправ. Женщина не всегда отдает предпочтение Настоящему мужчине перед остальными. Мы с вами это уже упоминали в списке недостатков стиля жизни Настоящего мужчины. Почему так происходит, в силу ли комплексов неполноценности женщины, из-за боязни не удержать мужчину или на основании предыдущего негативного опыта не имеет значения. Если мужчина пользуется популярностью среди женщин, это еще не значит, что они считают его Настоящим мужчиной.

- Они могут считать его душкой, лапочкой, безобидным симпотяшкой, удобным партером, хорошим другом и просто последней надеждой.

Точно так же излишне раздутое напоказ самомнение часто является лишь следствием глубоко укоренившегося комплекса неполноценности. Отчаянной попыткой скрыть собственные недостатки. Когда измученный неуверенностью человек пытается пустить пыль в глаза окружающим, скрыть за бравадой страх и слабость. Впрочем, таким образом можно скрывать свои недостатки от себя, но не от окружающих.

Высокий статус в обществе мужчин тоже не всегда является следствием признания обладателя сего статуса Настоящим мужчиной. Высокий статус, как уже упоминалось, чаще основан на результатах прошедших иерархических сражений. Мужчины имеют тенденцию подчиняться грубой физической силе. Очень часто они признают своим лидером самого сильного, самого агрессивного человека. Но это до поры, до времени. Подобное признание имеет в своем фундаменте не уважение, а страх. Как только появляется возможность, диктатор низвергается. А вот Настоящему мужчине люди подчиняются не по необходимости, не руководствуясь желанием выжить, а сознательно и часто с удовольствием.

Так что давайте с вами повторим:

**Если ты действительно Настоящий мужчина, это знают все - и ты сам, и женщины, и мужчины.**

## Тест для разминки: «Кто ты»?

Еще один непростой вопрос, на который имеет смысл ответить, прежде чем двигаться дальше: «Где вы находитесь сейчас, в этот момент?». Согласитесь, ответ на этот вопрос поможет вам настроиться на предстоящую работу, выбрать направление движения и рассчитать силы. Без знания текущего местоположения планировать маршрут невозможно.

Кто ты сейчас? Настоящий мужчина или мужчина Обыкновенный? И в какой степени? Ведь абсолютно, всегда и везде держать марку не может никто. Да это и незачем. Как правило, мужчины не делятся строго на 2 категории, • Эти Настоящие, а эти Обыкновенные.

они являют некое сочетание отличительных черт того и другого. В разных пропорциях. Иногда мужчины ведут себя так, иногда иначе. Порой ими можно лишь восхищаться, а порой их даже не заметишь. Важно не абсолютное значение, не постоянный ярлык, а, скорее, соотношение.

Для того чтобы ответ на этот вопрос был максимально приближен к объективности, давайте на него ответим трижды. Первый раз ответ будете давать вы сами.

На шкале, представленной ниже укажите свое местоположение в данный момент. Какое место между званиями Настоящий мужчина и мужчина Обыкновенный вы занимаете? Отвечайте, не долго думая. Не уверен, что первый ответ, который приходит в голову является самым верным, но нас интересует именно он, поскольку именно он показывает ваше отношение к себе. Это не ответ на вопрос, Настоящий ли вы мужчина. Это ответ на вопрос, что вы по этому поводу думаете. На предыдущий вопрос мы ответим чуть позже.

Итак, берите карандаш, рисуйте жирную точку на шкале (используйте рабочую тетрадь) и подписывайте ее «Я».

## Ваше представление о себе

Обыкновенный  
мужчина

Настоящий  
мужчина

О

ЮС

После того, как вы отметите свое местоположение на предыдущей шкале, попросите 5-6 знакомых женщин или девушек сделать то же самое. Какое место, по их мнению, вы заслуживаете на данной шкале? Объясните им, что это нужно вам для саморазвития, пусть не жалеют вас, а отвечают честно. Из полученных значений вычислите среднее арифметическое. И результат отобразите на следующей шкале (используйте рабочую тетрадь):

## Мнение женщин о вас

Обыкновенный  
мужчина

Настоящий  
мужчина

100

Точно так же опросите мужчин, с которыми вы общаетесь. Вычислите среднее арифметическое и занесите результат в расположенную ниже шкалу. Это мнение мужчин о вас (используйте рабочую тетрадь).

## Мнение мужчин о вас

Обыкновенный  
мужчина

Настоящий  
мужчина

О

ЮО

Таким образом, мы получили более-менее объективную картину. У нас есть ваши собственные представления о себе, мнение женщин, вас окружающих и мнение мужчин, с которыми вы общаетесь. А значит, мы можем ответить на вопрос, вынесенный в название главы «Кто ты?».

Так же, как вы вычисляли среднее арифметическое при расчете вашего месторасположения на шкале при опросах мужчин и женщин, найдите общее среднее арифметическое. Для этого сложите все три полученные значения и сумму разделите на 3. Результат занесите на соответствующую шкалу (используйте рабочую тетрадь).

## Кто ты?

Обыкновенный  
муж мне

Настоящий  
мужчина

О

100

Теперь у вас есть ответ. Вы знаете, где находитесь в текущий момент. Пришло время рассказать вам, куда надо двигаться.

## Глава 2. Отличительные черты Настоящего мужчины

### За что нас любят женщины и уважают мужчины

**А** теперь объясните мне, чем Настоящий мужчина отличается от обыкновенного? Что выделяет его из толпы подобных, но не настоящих? В чем сила его привлекательности? И что заставляет окружающих так безусловно его уважать и восхищаться им? Его внутренние качества? Согласен. С некоторой оговоркой, но согласен. Именно внутренние качества мужчины делают его интересным, достойным и привлекательным для окружающих.

**Именно внутренние качества мужчины делают его интересным, достойным и привлекательным для окружающих.**

В этой статье я назвал их Атрибутами.

*Атрибут - это неотъемлемое, существенное свойство объекта. То, что является частью его самого и то, что у него невозможно отнять, украсть, выменять или купить. То, что является отличительным признаком объекта. В нашем случае это то, что отличает одного мужчину от другого.*

В течение тысячелетий, начиная с первобытнообщинного строя

- А то и раньше - с момента, когда один из наших далеких предков обрел пол.

и заканчивая нашими днями, образ самого лучшего мужчины закреплялся в подсознании женщины неким архетипом. Набором качеств лучшего самца-мужа-отца. Безусловно, в подсознании мужчин этот образ закреплялся несколько иначе. В нем он выглядел, как синтез вождя-друга-наставника. Но отличия между двумя этими видениями носили, скорее, формальный характер. Фактически они оба указывали на один и тот же тип мужчин.

Атрибутов, то есть внутренних качеств, у человека может быть много. Трусость или отвага, целеустремленность или безвольность, общительность или угрюмость. Только перечисление их может занять целую страницу. Некоторые из них помогают, некоторые мешают. Что-то вызывает в человеке симпатию, а что-то отталкивает от него. Что-то уместно, а что-то кажется анахронизмом. Одни из них были важны в один период времени, другие - в другой. И все же, смею утверждать, что некоторые из этих качеств требовались

- Или, по крайней мере, приветствовались.

всегда. Всегда, в любые времена обладание некоторыми внутренними качествами помогало человеку лично и тем, кто его окружал, выживать. И выживать неплохо. Именно эти качества за тысячелетия и закрепились в подсознании женщины, как Атрибуты Настоящего мужчины. Вылились в некий архетип, в образ, к которому она стремится на уровне запахов, вздохов и полутеней.

В следующей главе мы с вами подробно рассмотрим эти Атрибуты. Проследив эволюцию, мы выделим на каждом ее этапе категорию мужчин, наиболее перспективную и наиболее привлекательную, как для женщин, так и для мужчин. Объясним причины и механизмы закрепления отличительных черт этой категории в архетип и выясним, как они проявляются в настоящем. Чтобы не путаться, я условно разбил Атрибуты Настоящего мужчины на 9 групп. Вот они:

## Внутренние качества мужчины - его АТРИБУТЫ

### Сексуальность

II иологическое предназначение мужчины - создавать потомство.

- То есть основная роль в этом процессе отведена, конечно, женщине, но и мужчина участвует в нем отнюдь не как наблюдатель.

И большинство представителей мужской половины человечества вполне могут с ним справиться. То есть теоретически они способны свой род продлить. Однако практически это удается далеко не каждому. И в этом есть особый замысел природы. Дело в том, что в подсознание женщины заложено правило отбора самцов по принципу перспективности.

Согласитесь, от самого живучего самца будет самое живучее потомство. А от самого слабого и беспомощного - слабое и беспомощное. Так какой тогда смысл зачинать от хилого самца, вынашивать плод в течение девяти месяцев, кормить и лелеять появившееся потомство в течение нескольких лет, если ребенок почти наверняка не доживет до зрелости? Станет жертвой либо хищников, либо болезней. Никакого.

Следовательно, продолжить свой род имеют право лишь наиболее перспективные с точки зрения выживания самцы. И только они, согласно закону эволюции, считаются по-настоящему сексуальными. А женщины,

- В большинстве случаев.

подсознательно улавливая рациональные команды матушки природы, предпочитают не сильно задумываться над их сутью. Они либо хотят мужчину, либо нет. И эту генетическую программу называют сексуальным влечением.

Роль мужчин в этом замысле природы несколько иная. И это не удивительно. Мужчина есть мужчина, а женщина есть женщина. Однако задача при этом перед ними ставится одна и та же - как можно надежнее оградить эволюцию от сбоев и ошибок.

Как мы с вами уже рассмотрели, женщина для этого испытывает влечение лишь к перспективным с точки зрения выживания самцам, исключая генетический код остальных из программы размножения. Мужчины же действуют с другого направления. Они не поощряют счастливых обладателей этого Атрибута, а мешают жить тем, кто им не владеет. Применяя для этого свое главное оружие - физическую силу. К хилым и болезненным особям среднестатистический самец испытывает презрение с некоей примесью раздражения. Слабаки, ущербные и инвалиды порождают в нем агрессию. В любом стандартном обществе такие люди оттесняются мужчинами от женщин, их воля подавляется, а любые попытки изменения данного порядка высмеиваются и пресекаются.

Разумеется, каждый нормальный мужчина хочет быть сексуальным. Инстинкт продолжения рода - это одна из главных движущих сил рода человеческого.

- Впрочем, не только его, любой формы жизни на Земле.

И когда отсутствие этого Атрибута не позволяет человеку реализовать свою основную потребность, это всегда трагедия. Трагедия не только для мужчины, поскольку отсутствие вокруг женщины сексуальных мужчин не позволяет и ей реализовать эту свою потребность. Трагедия для любого. А потому, я думаю, тот факт, что сексуальность стала настолько желанным качеством, став неперенным Атрибутом Настоящего мужчины, ни у кого не вызовет удивления.

Следует признать, что в настоящее время эти правила отбора действуют уже не так жестко и не так бескомпромиссно, как на заре человечества. Законы большинства государств, основываясь на гуманистических принципах, выставляют подавление слабых и больных людей делом противозаконным и аморальным. Женщины в свою очередь тоже не всегда игнорируют таких мужчин, поскольку сексуальность - это далеко не единственный Атрибут привлекательности. По всем остальным качествам недостаточно здоровые мужчины могут быть на голову выше окружающих.

- Другие качества мы рассмотрим ниже.

К тому же, сама женщина тоже не всегда является достойным объектом внимания перспективного самца. Но все же я хочу, чтобы вы запомнили и запомнили надолго: сексуальность - это базовый Атрибут Настоящего мужчины. Преодоление его негативного влияния потребует от вас гораздо больших усилий, чем ее развитие.

### **Биологическое предназначение мужчины - создавать жизнеспособное потомство.**

**К этой группе Атрибутов относятся:** *физическое здоровье* (сопротивляемость болезням), *физическая форма* (фигура) и *жизненная энергия* (напористость, энергичность, активность и жизнерадостность). *Готовность к сексу.*

## **Мужественность**

**К** этой группе я отнес комплекс черт, присущих первобытному воину. Почему эти качества важны для любого мужчины, думаю, понятно каждому. Уж если самец способен не только посеять семена будущего поколения, но и в состоянии защитить его от опасности после появления на свет,



- Пока это поколение не встанет на ноги

такому самцу почет и уважение. Его генный код распространять выгоднее и перспективнее.

Даже сейчас, когда мы живем в эпоху развитой государственности, когда нашу жизнь и спокойствие охраняют десятки силовых структур, когда нарушителей чужих прав и свобод изолируют от общества за тюремные ограды, необходимость быть хорошим воином для мужчины не уменьшилась ни на йоту. Сила, уверенность и смелость, свойственные первобытным бойцам, точно так же важны в настоящее время, как и в далеком прошлом. При спорах с соседями, при встречах с хулиганами, при принятии судьбоносных решений и отстаивании собственных прав и свобод без мужественности не обойтись. Чего уж говорить про времена, когда архетипы только начинали формироваться, когда человечество лишь встало на свой путь развития и когда самый, казалось бы, пустячный спор мог привести к смертоубийству. Немудрено, что мужественность стала определяющим качеством мужчины.

В последнее время это часто забывается, но женщина по своей природе существо слабое и незащищенное. Ее предназначение создавать потомство, и заботиться о нем. Защита не в ее компетенции. Будучи сама довольно уязвимой, она не способна обеспечить безопасность и своих детей. А потому единственный для них выход - это найти защиту вовне. Это как раз задача самца, как существа более физически сильного, обеспечивать их защиту.

Женщина инстинктивно тянется к сильному партнеру, поскольку миллионы лет эволюции научили ее понимать, самой ей не справиться. Рядом должен быть кто-то, кто сможет вступить за нее в случае опасности, сможет принять мгновенные решения, когда ситуация этого потребует и взять на себя самое сложное, самое страшное и самое неприятное. А слабый и нерешительный партнер с этим, увы, не справится. В награду за защиту женщина дарит мужчине свое исключительное внимание, преданность, восхищение и секс. При всех других равных женщина выберет того самца, который покажется ей более сильным и смелым.

Сами мужчины тоже высоко ценят и уважают любого, кто обладает этим Атрибутом. Чем человек мужественней, чем сильнее и решительнее он, тем больше уважение к нему и выше его социальный статус. Чем слабее, неувереннее и трусливее, тем меньше желания с ним общаться и тем сильнее желание пустить ему кровь. И это можно понять. В сражениях с врагами, коими испокон веков под завязку была наполнена жизнь человека, положиться на слабака и труса, значит подставить под удар собственную спину. Бессмысленно рискнуть своей жизнью. Присутствие же в строю сильного и отважного соратника - это всегда безусловный плюс. Плюс, который способен решить в положительную сторону исход любой битвы.

Понаблюдайте за собой - стоит рядом с вами появиться человеку сильному, смелому и дружелюбно к вам настроенному, как ваша душа наполняется спокойствием, радостью и уютом. В то время как трусливый и слабенький мужчина рядом порождает лишь тревогу и неуверенность. А потому, думаю, понятно, почему к сильным люди тянутся, а слабых избегают.

Сам обладатель этого Атрибута тоже не может не почувствовать всей выгоды, которую тот ему приносит. Это и уступки со стороны соперников, и внезапно одержанные победы, и полученные трофеи. Быть мужественным выгодно, хоть и опасно.

- Кто не рискует, тот не пьет шампанского!

В настоящее время столкновения и сражения, увы, не стали реже. Они лишь стали менее явными. Теперь это не уже схватка на поле боя,

- Хотя и войн в наше время более чем достаточно.

это словесные баталии, драки, противостояния характеров и преодоления жизненных невзгод. А посему мужественность и в наше время не стала менее востребована, чем в первобытные времена.

**Мужчина должен быть способен защитить себя, свою женщину и свое потомство.**

**К этой группе Атрибутов относятся:** *физическая сила и контролируемая агрессивность. Властность, смелость, отвага и решительность. Способность принимать решения*

## Сила воли

Этот набор характеристик можно приписать первобытному охотнику. Добытчику и кормильцу.

Защита - это хорошо. Но, сами понимаете, если убереженные вами от опасности женщина и дети погибнут от голода или холода, конечный результат ваших трудов будет равен нулю. Пока женщина кормит младенца или ухаживает за кровом, ее Настоящий мужчина должен суметь добыть пропитание. Без этого никуда.

Вы знаете, есть на Земле места, в которых фруктовые деревья плодоносят круглый год. Там степи и луга перенаселены стадами обкормленных животных. А пищу можно найти повсюду, она буквально валяется под ногами. Зимой и летом на улицах комнатная температура, а дожди идут лишь для того, чтобы прибить пыль к земле. Что и говорить, там рай, а не жизнь. Но я таких мест, к сожалению, не видел. Да и вряд ли их найдется много на белом свете, на всех желающих точно не хватит. Гораздо чаще добыча пропитания является тяжелым, кропотливым трудом, освоить который может далеко не каждый. Чтобы собрать урожай, например, первобытному земледельцу приходилось целый год возделывать поля. Чтобы испробовать на ужин жареного мяса, охотнику необходимо было сутками выслеживать дичь, залегая на много часов в засады. Охота и земледелие, собирательство и животноводство были профессиями, которые осваивали очень немногие. Гибель урожая, внезапное падение поголовья скота и неудачная охота подобно судебское оценке разом определяли, кто жизни достоин, а кому суждено самому стать кормом для животных и растений.

Добыть пищу - это умение, которое ценилось во все века. Всегда добыча пропитания была приоритетной задачей для человека. По одной простой причине - без пищи он долго не живет. И тут, как только численность людей возросла до размеров, когда простым собирательством оно уже не смогло обеспечить свое выживание, выяснилось, что сексуальности и мужественности для этого явно недостаточно. Гораздо более полезными качествами оказались сила воли, терпеливость и умение достаточно долго ждать подходящего момента. Именно они, а не здоровье и не физическая сила, помогали обладателю не бросить на полпути начатое. Именно они не позволяли сорваться, испортить многодневную, многомесячную, а то и многолетнюю работу всего племени. Дождаться

сбора урожая и при этом найти в себе силы не броситься в чревоугодие, а разумно распределить зерно на всю зиму, часть оставив на весенний посев.

Те люди, которые негодуяще упрекают женщин за их склонность к меркантильности, корысти и поиску выгоды, забывают о том, сколь необходима ей бывает, в силу ее биологического предназначения, посторонняя поддержка. В периоды поздней беременности и раннего кормления грудью она оказывается просто физически неспособной на долгий поиск пищи. Ей не только надо питаться самой, но и кормить того, кто сам себе пищу найти не сможет - свое потомство. А потому, если она хочет пережить этот период, если хочет, чтобы ее потомство тоже выжило и окрепло, ей необходимо заблаговременно заручиться поддержкой того, кто ей поможет это сделать.

Если мужчина еле сводит концы с концами, если добытого им едва хватает на прокорм самому, скорее всего, он ни с женщиной, ни даже со своим потомством делиться не будет. Инстинкт продолжения рода это очень сильный инстинкт. Но гораздо сильнее его оказывается инстинкт самосохранения. И он не позволит тому сохранить кого-то другого в ущерб себе.

- Отдельные случаи альтруизма мы рассматривать не будем.

А потому, чтобы выжить, женщине необходимо было найти мужчину, который без труда смог бы прокормить не только себя, но и других. Который, насытившись сам, не складывал бы руки в самодовольстве, а шел, продолжал работу. Человека, обладающего силой воли и терпеливостью.

Впрочем, компания такого человека была выгодна не только женщинам, но и мужчинам. Это сейчас, с появлением такого замечательного изобретения, как холодильник люди научились запасаться продуктами на много недель вперед. В эпоху первобытнообщинного строя мясо так долго не хранилось. Все, что было необходимо, мужчина-добытчик съедал сам, часть отдавал своей семье, а остальное

- Дабы не испортилось

отдавал соплеменникам. Я уже молчу о коллективной охоте и земледелии, когда добытое несколькими людьми делилось на все племя. В общем, усердный, волевой человек во все времена пользовался почетом и уважением. Потому что он не только обеспечивал себя сам, но и помогал прокормиться многим другим людям.

Человеческая цивилизация развивалась. И, слава Богу! А вместе с ней развивались и сами люди. Проникновение культуры и науки во все области жизни привело к появлению новых, ранее не существовавших потребностей: потребности принадлежности и одобрения, потребности признания и самоуважения, потребности самоутверждения и саморазвития. Людям стало недостаточно просто выживать. Им захотелось выживать хорошо. Комфортно и гарантированно.

Племена превратились в народы, кочевые поселения стали селами и деревнями, а территория, принадлежащая племенам, из охотничьих угодий преобразовалась в государства. Численность населения стала расти. Появилась необходимость в более совершенных орудиях труда и в более надежных орудиях убийства. Просто взять подходящую палку и обжечь ее на костре уже стало явно недостаточно. Чтобы повысить эффективность работы или войны требовались более совершенные орудия. То есть назрела

необходимость появления группы людей, чьей основной задачей было изготовление и совершенствование таких орудий - ремесленников.

Созданный ими товар,

- Копье или лопату, бусы или телегу.

ремесленники могли выменять на ногу оленя или мешок крупы, шкуру бизона или корзину винограда. Таким образом, в связи с развитием института натурального обмена, а следом и с появлением денег добыча пропитания перестала быть столь непосредственной. Большую часть времени человек мог заниматься совсем другим делом. И лишь периодически, время от времени обменивать созданное на еду. Но от этого ее важность нисколько не пострадала. К охоте и животноводству, собирательству и земледелию добавились тысячи других профессий. Большинство из них уже не относилось напрямую к поиску пищи, скорее, это была добыча денег. Но суть их осталась та же - с помощью своей деятельности мужчина должен был быть способен накормить себя и свою семью. И Атрибуты, помогающие добиться этой цели, тоже остались теми же.

**Настоящий мужчина должен уметь накормить себя и свою семью.**

**К этой группе Атрибутов относятся:** *упорство и терпеливость, умение достаточно долго ждать подходящего момента. Способность следовать выбранному пути, невзирая на временное отсутствие результатов и усердность. И сюда же можно отнести организованность, тщательность и аккуратность.*

## Эффективность

Да, я согласен, и воины, и охотники просто обязаны быть результативными. Иначе, какой в них смысл? Так воин должен быть способен либо захватить чужой участок земли, либо отстоять свой в случае нападения враждующего племени.

- А часто и то и другое одновременно.

А охотник однозначно обязан вернуться домой с добычей. Однако «эффективность» я выделил в отдельную группу в связи с появлением в среде мужчин новой перспективной прослойки - собственников.

Правители и шаманы, торговцы и советники могли не быть агрессивными или волевыми людьми. А результат их труда далеко не всегда был настолько очевиден, чтобы его можно было легко обменять на еду. Но это не обозначает, что их деятельность не завязывалась на результативности. Что бы это ни было: поставка партии первоклассных топоров, заключение мира с соседним племенем или издание необходимого закона - их деятельность обязательно должна была привести к результату. Причем результату, полезному не только самому исполнителю. Давайте рассмотрим подробнее несколько примеров такой деятельности.

Думаю, ни у кого не вызовет возражения заявление о том, что даже натуральный обмен не мог не подтолкнуть самых догадливых людей к попыткам осуществить его с выгодой для себя. А уж появление и повсеместное распространение такой сложной для

первобытного обывателя абстракции, как деньги и вовсе привело к четкому расслоению людей на тех, кто получал в связи с обменом недостающее и тех, кто получал недостающее и еще немного сверху. Появившаяся каста - торговцы, основным занятием считала поиск и получение выгоды, избытка.

Несмотря на тот негатив, который рождает в сердцах людей, воспитанных на принципах справедливости, существование этой прослойки, нельзя не признать тот факт, что торговцы осуществляют важную, социально значимую функцию. Выгода не рождается на пустом месте. Она появляется там, где существует разность потенциалов - недостаток одного и переизбыток другого. Опытный торговец не ведет торговлю где попало и чем попало. Он ищет эту разность и, найдя, поставяет недостающий товар в обмен на тот, которого слишком много.

- Естественно, с выгодой для себя.

После чего снова ищет разность потенциалов. Только таким, таким и никаким другим путем он получает непрерывное увеличение собственного состояния.

Еще пример. Считается, что человек - общественное животное. И полагаю, что считается не без оснований. Но если это и так, если он животное общественное, то уж больно беспокойное. Наряду с безусловным желанием объединяться в группы в человеке присутствует и другое, не менее сильное желание - из группы уйти. Стать личностью автономной и независимой. Создать собственное, ни для кого инородного не доступное пространство.

Нельзя предугадать, как скажется на самом мужчине победа этих его сепаратистских настроений, но на коллективе это обычно сказывается плохо. Когда люди из группы начинают уходить, ее существование ставится под угрозу. Правда заключается в том, что объединение очень выгодно слабым людям и в гораздо меньшей степени оно приносит пользу тем, кто в состоянии позаботиться о себе сам.

- Но им выгодно тоже.

И если уж из группы люди начинают бежать, то это, как правило, самые лучшие представители коллектива. Они не так зависимы от остальных. Они могут приспособиться и в случае необходимости влиться в любой другой коллектив, им везде будут рады. Сами понимаете, какой урон наносится этим обществу, их потерявшему - оно перестает быть сплоченным, эффективным, в его рядах падает моральный дух, боеспособность и результативность коллективного труда. Как следствие - группа распадается или погибает.

- Распадается и погибает.

Впрочем, это сейчас, когда технологии доведены до совершенства, а врагов у человека, кроме его же соплеменников почти не осталось, он кое-как может существовать и вне общества. Хотя и это сомнительно. А в древности подобный поступок напоминал, скорее, самоубийство, выходку умалишенного. И до него, как правило, дело не доходило. Но в данном случае вредны были не только поступки, вредны были сами мысли о них. Ибо они разлагающе действовали на умы людей. Снижали их работоспособность и готовность идти на жертвы ради собственного племени.

Не менее, а скорее даже более смертоносным для сообщества фактом было бегство его членов на сторону враждующей группировки. Оно не только снижало боеготовность данного племени, но и укрепляла соперников.

Вот именно для того чтобы гарантированно оградить общество в целом и каждого конкретного человека в частности от подобного суицида, чтобы не позволить даже зародиться в головах его членов экстремистским мыслям об отделении и перебежках на сторону врага, общество и выделило из своей среды новую прослойку - *политиков*. Людей, в чью задачу входило предотвращение распада и превращение разрозненной толпы в единый, крепко сплоченный организм. Эффективно отражающий внешние угрозы и грамотно преодолевающий внутренние проблемы. *Жрецов, советников, шаманов и старейшин*. Было ли это решение принято сознательно, на общих собраниях племен или процесс появления политиков занял не одно тысячелетие, не суть важно. Это было неизбежно. Политики руководили племенем, координировали все сферы его жизни, а племя в награду за это обеспечивало их пропитание и безопасность.

Но, как я уже упоминал выше, определить ценность подобной деятельности было довольно сложно. Это про топор можно сказать: «Мне очень нужно два топора, в обмен даю одну козу». А как определить, сколько тебе нужно моральной поддержки, эмоциональной накачки или грамотного руководства и сплоченности с другими представителями твоего племени? И уж тем более, сколько ты готов за это заплатить? А потому, а еще и потому, что в силу выполняемых функций политикам были предоставлены исключительные права, обмен начал осуществляться с явной выгодой для последних.

Когда мужчина в состоянии обеспечить свою семью, это хорошо. Но, согласитесь, год на год не приходится. И день на день не приходится тоже. Непогода и засуха, мор и война могут сделать невозможным повторение успеха этого года в году следующем. Не говоря уже про такое форс-мажорное обстоятельство, как твоя смерть. А потому не удивительно, что женщина тяготеет к мужчине наиболее эффективному.

Эффективность - это не просто получение результата. Это получение результата с некоторым излишком. Излишек дает гарантии на будущее обладателю. А гарантии - это безопасность. Ведь если у тебя сегодня есть намного больше, чем тебе нужно, завтра ты можешь чувствовать себя спокойнее, не пропадешь. А вместе с тобой себя чувствует безопаснее и твоя женщина. Тот, кто умеет добыть больше, чем необходимо для того, чтобы выжить сегодня, создает гарантии на завтрашний день. Создает безопасность, комфорт и дополнительные возможности для всей своей семьи. Ведь если такая же удача повторится и завтра, излишек можно будет обменять на то, что только душе угодно - на защиту, красоту, удобство или наслаждения. А если не повторится, завтра у тебя будет гарантированный запас времени для того, чтобы что-то предпринять по этому поводу.

Мужчина, способный получить полезный излишек вызывает уважение и в среде мужчин по той же самой причине, что и человек, просто умеющий себя прокормить. В этом смысле *эффективность можно рассматривать, как дальнейшее развитие силы воли*.

В древние времена избыток могли создать далеко не все. Правители и купцы, жрецы и сборщики налогов, известные мастеровые и удачливые фермеры, командующие армий и неуловимые разбойники - количество собственников было гораздо меньше, чем число обычных смертных, живущих одним днем. Так на одного человека, имеющего избыток, приходились десятки, а то и сотни однодневков.

В настоящее время значение эффективности не просто не стало меньше, оно выросло тысячекратно, превратившись в нечто наподобие новой религии. «Суперуспешный человек» - это икона, идол, образ, на который хочет походить почти любой мужчина. Рыба, которую желает поймать в свои сети почти любая женщина.

- Во всяком случае, вряд ли кто будет возражать против этого Атрибута.

И, так же, как и в древние времена, это удастся совсем немногим. Для того чтобы стать собственником мужчине мало простого желания выжить. Живучесть - это, как говорят математики, необходимый, но не достаточный признак успешного человека. В нем должно быть стремление к расширению, к захвату, к экспансии. Готовность «наложить лапу» на все, что находится поблизости.

- Включая самых красивых женщин и надежных друзей.

Быть способным всего лишь обеспечить пропитание себе и своей семье уже не считается чем-то престижным или даже достаточным. Комфорт и удовольствия, новые возможности и неизведанные горизонты - вот чего хочется людям. Вот к чему сознательно или роботизировано стремится подавляющая часть человечества. И потому неудивительно, что этот Атрибут в наше время стал так невероятно популярен.

### **Мужчина должен уметь создать избыток.**

**Кроме эффективности в эту группу можно отнести:** *результативность и умение добиваться целей, самостоятельность и самодостаточность, целеустремленность и расчетливость. Хозяйственность и деловитость. Экспансия* (захватнический дух, стремление к расширению).

## **Надежность**

**Н**есомненным правом любого человека и его самым большим достоянием можно признать личную свободу. Право выбора. Согласитесь, каждый из нас в потенциале обладает свободой выбрать свой собственный путь в жизни. Даже в мелочах. Куда пойти сегодня и идти ли, что делать и делать ли вообще что-либо, кому верить и к чему стремиться. Пусть выбор невелик,

- Обстоятельства накладывают свои ограничения

но то, что он есть уже здорово.

Мужчина, обладающий набором Атрибутов, о которых я писал в предыдущих пунктах, имеет более чем достаточно для того, чтобы привлечь к себе внимание представительниц прекрасного пола. Заинтересовать их, покорить, влюбить в себя. И это понятно - он сексуально привлекателен, силен, напорист и эффективен. Но скажите мне, много ли проку будет от этого женщине, если завтра-послезавтра ее мужчина от скуки, при первой легкой размолвке или из-за долгое время таившейся злобы вдруг возьмет, да и переметнется

- Вместе со всеми своими достоинствами.

на сторону, к другой подруге - моложе и красивее, чем она? Бросив ее одну или

- Что хуже.

с детьми? И сделает это, к тому же, в самый неподходящий для нее момент. Проку немного. А потому женщин нельзя винить в том, что кроме всего прочего они ищут в мужчине определенность. Надежность. Верность. Спешу напомнить, женщина от природы уязвимей, чем мужчина. Намного уязвимей. И уж тем более эта уязвимость растет в периоды беременности, во время ухода за младенцем и в первые годы воспитания детей. Поэтому, думаю, каждый согласится со мной - если на лице мужчины написано, что он способен ее бросить в такие моменты, ей лучше изначально с ним не связываться.

У мужчины, безусловно, есть право выбора. Никто с этим не спорит. Он имеет право строить свою жизнь так, как ему кажется правильным. Но если, имея это право, он все-таки выбирает быть верным и преданным одной девушке,

- Своей.

его привлекательность для нее растет тысячекратно.

- Если, конечно до этого он не был абсолютным нулем. На что бы ноль не умножили, он остается нулем.

Разумеется верность и преданность, надежность и определенность - это качества, ценимые не только женщинами. И, так или иначе, мы с вами уже говорили об этом. Надежный и преданный друг - это как лотерейный билет к выживанию. Карт-бланш. Он может бескорыстно прикрыть твою спину, гарантированно выручить из беды, поддержать в моменты трудности и встать на твою сторону во время конфликтов. А потому надежность - это качество, которое надо искать в людях. А, найдя, ценить, сохранять, поддерживать и поощрять.

В то время как человек ненадежный - это всегда необоснованный риск. Так же как и для женщин, для мужчин важно знать, что человек, даже самый достойный человек, не перевернется на сторону врага вместе со всеми своими достоинствами. Ведь в этом случае все его положительные Атрибуты начинают играть против его бывших друзей. А потому сильный, волевой и эффективный человек становится даже опасней для окружающих, если он неверен, чем тот, кто не обладает всеми перечисленными Атрибутами. Все его плюсы перечеркиваются всего одним минусом.

Неудивительно, что даже в настоящее время ненадежных людей все сторонятся. Им не позволяют занимать ответственные посты и получать конфиденциальные знания. Их не приглашают на работу в престижные компании и не зовут участвовать в общественных мероприятиях. Им не поручают ответственных дел и не дают особые полномочия. Ненадежных людей стараются держать подальше от себя и как можно реже общаться с ними. Тогда как преданные люди до сих пор ценятся на вес золота.

**Если, имея право выбора, мужчина делает выбор быть верным, его привлекательность растет тысячекратно.**

**Кроме надежности в эту группу Атрибутов можно отнести:** *верность и преданность, честь и чувство долга. Умение показать женщине, что никто кроме нее для него не имеет значения. Готовность прийти на выручку и безотказность.*



## Заботливость

Заботливость - это еще один Атрибут, с помощью которого мужчина удовлетворяет не только физиологические потребности окружающих. Но и

- Наряду с эффективностью и надежностью.

другие, более высокие или цивилизованные их потребности: потребности надежности, безопасности и стабильности, потребности принадлежности и одобрения, потребности признания и самоуважения, потребности самоутверждения и саморазвития. (См. рис. 1)

ПОТРЕБНОСТЬ В СШОРЕАЛИЗАЦИИ

ШГШГОСТЬВ ПРНШНШИШАЖЕНИИ

ШЛЖНОС ТЬ В ЛЮ ЕЕИ И ДРИБЕ

ПОТРЕБНОСТЬ В БЕЗОПАСНОСТИ

ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ПОГРЕБНОСТИ

**Рис. 1 Пирамида потребностей по А. Маслоу**

Думаю, вы уже и без специального резюме сумели определить одну из базовых мыслей, представленных в этой книге: чтобы привлечь к себе внимание, чтобы заслужить уважение и любовь, получить одобрение и признание, мы, прежде всего, должны сами дарить их людям. Только удовлетворяя эти потребности в других, мы вправе надеяться на то, что в благодарность за это они удовлетворят наши. Часто с лихвою. Это вполне объяснимо и имеет массу подтверждений в жизни - больше всего окружающие любят тех, кто сам не стесняется выразить собственную любовь. Больше всего друзей имеет тот, кто сам в любой момент готов прийти на помощь. А неприятности на каждом углу подстерегают тех, кто никогда не упустит возможность сделать другому гадость. Мир отвечает тебе той же монетой, что платишь ты.

Мы уже много раз говорили с вами о том, что мужчина должен уметь обеспечить пропитание себе и близким. Отмечали, что если он делает это грамотно, с умом и старательно, у него неизбежно возникает излишек, который можно будет пустить на обеспечение комфорта. Но вот сделает он это или нет

- Раздаст излишек окружающим или заморозит его на черный день.

зависит от того, насколько он умеет заботиться об окружающих.

В обществе существуют правила, следовать которым рекомендуется всем его членам. Часть из этих правил давно превратилась в общечеловеческую мораль,

- Не убий, не укради.

а часть является всего лишь модным в последнее время поведением. И если принципы общечеловеческой морали еще как-то можно перечислить, их пропагандируют

все, кому не лень, то перечислить бытующие в обществе мнения уже гораздо сложнее. Попробую для примера привести те из них, которые первыми пришли на ум: «Родители должны вырастить сына и дать ему образование», «Мужчина должен платить за женщину в ресторане, если уж он ее туда пригласил», «Даму пропускают вперед» и «Старшим необходимо уступать место». Правила морали долговечны, они появились столетия назад и с тех пор почти не пересматривались. А рекомендуемые нормы поведения могут просуществовать от силы десятилетие, после чего их сменяют на другие. Но есть у всех этих правил одно общее свойство - если человек их соблюдает, общество его одобряет. Если нет, осуждает.

Все мы хотим и любим жить.

- Если, конечно с рассудком у нас все в порядке.

И от окружающих: друзей, родителей, супругов - мы требуем, как минимум, чтобы они не мешали нам это делать. Как максимум, мы желаем, чтобы они нам выжить помогли. Но жизнь и выживание - это не одно и то же. И если помощь в выживании мы от своих близких

- Руководствуясь теми же самыми общественными правилами.

требовать вправе, то остальное нам предоставлять, увы, никто не обязан.

- Хотя находятся и те, кто считает иначе.

Выбирая из всех имеющихся кандидатов самого сексуального, самого мужественного, волевого, эффективного и надежного мужчину, женщина рассчитывает, как минимум, на то, что он сумеет обеспечить ее выживание. Ее и их общего потомства. Защитит от врагов, обеспечит кров, снабдит едой и одеждой на случай холодов. Казалось бы, что еще надо? Для удовлетворения ее физиологических потребностей и потребностей в безопасности - ничего. Но есть у женщин

- Да и у мужчин тоже.

потребности и кроме тех, что я упомянул. Именно удовлетворение этих ее потребностей превращает в ее глазах перспективного самца в мужчину. Мужчину цивилизованного. Настоящего. Заботливость - это первый Атрибут в списке внутренних качеств, с помощью которых мужчина удовлетворяет высшие потребности женщины.

*Заботливость - это умение сделать больше, чем от тебя ожидают окружающие.* Больше, чем то, на что они вправе рассчитывать по праву своего положения, по праву своего отношения к вам.

- Друг вправе рассчитывать на одно, супруга на другое, а родственники на третье.

Когда ты не выполняешь даже стандартных их ожиданий, люди предпочитают избегать тебя. За тобой надолго закрепляется слава эгоиста, что равнозначно ярлыку: «Бесполезный». Наверное, это еще один вывод закоренелого циника, но он основан на многолетних исследованиях и перепроверках: если люди не могут от тебя ничего получить, они перестают с тобой общаться. А какой смысл в таком времяпрепровождении? Исключение может иметь место лишь в случаях, когда сами люди, общающиеся с вами,

будут являть собой образец бескорыстия и самоотдачи. Но, уверяю вас, даже бескорыстия есть предел.

Когда вы отказываетесь выполнять общественные нормы поведения, люди начинают считать вас бесчувственным, невнимательным и черствым человеком. Это приводит к тому, что они перестают вас уважать и начинают сторониться. Согласитесь, не важно, насколько развиты ваши Атрибуты, если вы не собираетесь оправдывать ожидания окружающих. Что им толку от вашей силы, если вы даже не подумаете встать на их защиту в моменты опасности? Или какой прок им от вашего умения добыть пропитание, если вы сами съедаете его тайком, укрывшись где-то от посторонних глаз? Ваше богатство тоже не порадует никого из ваших знакомых, если вы словно кощей чахнете над золотом и ни при каких обстоятельствах не собираетесь им ни с кем делиться.

Люди ожидают от вас поддержки. И это нормально. Разумеется, не в ущерб себе. Никто не ждет от вас ярко выраженных актов самопожертвования и не уговаривает отдать последнее. Но если вы, имея возможность помочь близким, повторяю, близким людям, не делаете этого, ваша ценность для них будет равна нулю.

- Хотя и не абсолютному нулю, как в случае с человеком, у которого этих Атрибутов нет и в помине.

Другим полюсом этого явления можно считать щедрость. Готовность не просто выполнить свои обязательства, но и прибавить к этому еще немного, еще чуть-чуть. Сделать что-то, чего от вас никто не вправе требовать.

Не просто обеспечить пропитание своей женщины в периоды частичной недееспособности, а накрыть стол в рядовой, будничной день вкуснейшими, но при этом низкокалорийными блюдами.

- Помня о том, как она следит за фигурой.

Не просто отбить охоту у недоброжелателей ее обижать, но и сводить после этого в ресторан, развлекательный центр или кинотеатр, чтобы она забыла о том ужасе, который испытала. Не просто обеспечить взросление детей, но и ежедневно играть, учить уроки вместе с ними. Стелить постель и целовать на ночь. Не просто быть верным своей женщине всю жизнь, но даже не допускать появления сомнений в своей преданности. Каждый божий день давая понять ей,

- И не только словами

что никто иной, кроме нее для него никогда не существовал и появиться не может. Не просто быть готовым участвовать в драке на вашей стороне, но и быть готовым сделать это всегда, в любое время дня и ночи, несмотря ни на какие обстоятельства. Ставя под угрозу собственную карьеру и взаимоотношения с другими людьми. Вот что такое забота.

И тогда, если люди сочтут вас заботливым, вы мне поверьте, ваша ценность для них увеличится тысячекратно.

- Но напоминаю еще раз - такое будет иметь место, только если вам есть, что им предложить. На что бы ноль не умножили, он остается нулем.

Женщины буквально млеют от заботливых мужчин. Случаи общения с ними так восхищают и так поражают их, что они, раз повстречавшись с таким мужчиной, всю свою жизнь будут искать в людях именно такое к себе отношения. А мужчины после контакта с заботливым человеком расслабляются, успокаиваются и на долгое время мысленно записывают его в свои верные друзья.

У заботливости есть только один недостаток - люди со временем привыкают ко всему. В том числе и к заботе. Для того чтобы и дальше поддерживать у этих людей славу заботливого человека, вам нужно будет делать для них все больше.

- Или просто что-то другое.

**Мужчина должен хотя бы иногда делать больше, чем от него ожидают.**

**Кроме заботливости в эту группу Атрибутов можно отнести:** *участливость, умение сочувствовать, сопереживать. Щедрость, бескорыстие. Внимательность и доброе сердце.*

## Обаяние

Ознакомившись с трудами ученых антропологов и этологов, я пришел к выводу, что с точки зрения первобытнообщинного строя идеальный мужчина должен был быть способен выполнить всего 3 функции: создать потомство, защитить его и обеспечить взросление. То есть 3 его основные предназначения: создание, защита и поддержание. Однако, хорошо это или плохо, но с развитием цивилизации даже эти 3 понятия усложнились до неузнаваемости. И если с созданием потомства все осталось так же просто - будь здоровым и всегда готовым, то с защитой и комфортом стало несколько сложнее. Опасности из разряда явных

- Хищники и воины из соседнего племени.

перешли в скрытые.

- Сплетники и злые языки, недруги и завистники.

И чтобы избежать подобных нападений возникла необходимость в еще одном качестве - умении располагать к себе. В способности максимально снизить количество таких врагов. Или

- Что надежнее.

в умении приобрести надежную защиту и поддержку против них со стороны кого-то еще.

С помощью Атрибутов, о которых шла речь раньше можно вызвать расположение довольно ограниченного числа людей. Ведь, согласитесь, подобные методы слишком затратны. Это когда ваше племя составляет от силы 30 человек с ними можно уладить отношения с помощью взяток, дружеского участия или насилия. А когда не то, что в твоём народе, на твоей улице людей в десятки, сотни, а то и тысячи раз больше? Подкупить или

отлупить каждого уже не хватит ни средств, ни здоровья. Тут нужен был какой-то другой инструмент. И к чести человечества следует заметить, оно такой инструмент отыскало.

Как я уже неоднократно заявлял, чтобы вызвать симпатию в людях, необходимо своими действиями удовлетворить какую-либо их потребность. До сих пор речь шла о физиологических потребностях, потребности в безопасности и потребности в любви и дружбе. Физиологические потребности всех желающих вы удовлетворить, увы, не сможете. К тому же далеко не каждого можно этим умиловить. Это утопия. Защитить каждого встречного от его проблем вы тоже вряд ли сумеете. А вот потребность в любви и дружбе и потребность в признании и уважении вы сможете удовлетворить гораздо проще. На это вам понадобится намного меньше ресурсов.

«Один в поле не воин» - эта известная пословица понятна в наше время даже малышам. И это неслучайно. С доисторических времен люди объединялись в племена и народы совсем не потому, что поодиночке им было скучно. Нет. Иначе выжить было просто невозможно. Объединение в группы - это вынужденная мера. Вместе и защищаться, и добывать пищу, и воспитывать потомство было не просто легче, а единственно возможно. Те, кто считал иначе, довольно быстро исключали свой генный код из цепочки эволюции.

- Их либо съедали, либо они умирали с голода.

А те, кто выживали, передавали по наследству, словно команду, резюме своего личного опыта - «Держитесь вместе!».

Объединение в племена было очень удачной идеей для человечества. Миллионы лет развития подтвердили это. И вот чтобы закрепить такое поведение, чтобы не дать крамольным мыслям побудить его представителей разбредиться поодиночке по планете, тем самым обрекая себя на вымирание, природа и снабдила человека потребностью в любви и дружбе, признании и уважении. Даже у самых независимых людей теперь время от времени возникает желание пообщаться с родственной душой, посоветоваться на счет собственных планов, рассказать о своей жизни или просто побыть в обществе себе подобных.

Но в дополнение к такому, безусловно, полезному мотиву, природа подарила ему еще и массу головной боли. Как найти эту любовь, как обеспечить дружбу, как заслужить уважение и получить признание?

На эти вопросы мы уже ответили, раскрывая предыдущие Атрибуты, и еще достаточно много поговорим об этом при рассмотрении следующих. Здесь нас интересует не столько то, как заслужить любовь, дружбу, уважение и признание, сколько то, как нам понять, что мы их уже заслужили.

Не только у человека, но и животных существует некая система оповещения окружающих об отношении к ним. С помощью поз, мимики и жестов представители животного мира информируют друг друга о своем расположении или неприятии, о своих претензиях на лидерство или готовности подчиниться, о недоверии и о возможных последствиях дальнейшего сближения. У человека тоже есть такая система оповещения. С одним лишь дополнением - он развил ее и расширил с помощью своего уникального оружия - языка. С помощью слов.

Благодаря элементарным действиям и фразам вы при желании можете продемонстрировать свои симпатии, свое дружеское расположение, уважение и признательность человеку. Вот далеко не полный список этих поступков:

- Улыбка
- Внимательное слушание
- Поверхностное участие: слова приветствия
  - «Привет!», «Здравствуйте», «Добрый день, Семен Семенович»
- вопросы, демонстрирующие ваш интерес к человеку,
  - «Как дела?», «Как самочувствие?», «Ну и как прошло совещание»
- Узнавание во взгляде
- Compliments
- Беседа о том, что для человека важно
- И так далее.

Потребности в любви и дружбе, уважении и признании необходимо удовлетворять. И с этим ничего не поделаешь. А потому точно так же, как это происходит при удовлетворении физиологических потребностей,

- Таких, как получение пищи.

человек редко забывает, где находится его кормушка. То есть, если благодаря встречам с вами он будет получать знаки внимания, любви, дружбы, уважения и признания его достоинств, он всегда будет интуитивно испытывать к вам симпатию, уважение и благодарность. А общение с вами ценить, как драгоценность. Чем более весомы будут знаки, получаемые им, тем больше он будет ценить вас. Это может дойти даже до того, что человек начнет оберегать вас, как собственный ресурс к выживанию и в случае опасности встать на вашу защиту.

Несомненным преимуществом этого Атрибута перед остальными является возможность с его помощью выставить необходимую вам психологическую дистанцию между собой и человеком. Если вам достаточно, чтобы человек всего лишь не стал вашим врагом, можно обойтись шаблонными: «Как дела?», «Как здоровье?», улыбками, похлопываниями по плечу и анекдотами, рассказанными по пути. Если же вы хотите, чтобы человек сам превратился в ваш ресурс, можно добавить душевные беседы, разговоры на интересующие его темы, участие в его жизни, комплименты и слова благодарности.

Следует заметить, что обаятельный человек - это не только тот, кто удовлетворяет ваши потребности в любви и дружбе, уважении и признании. Но и тот, кто умеет создать среду, атмосферу, в которой обмен такими знаками внимания становится проще и свободнее. Самый обаятельный человек - это душа компании.

Говорят, что женщина любит ушами. Утверждение спорное, но все же считать его абсолютно неверным нельзя. Смею утверждать, что для женщины важны не сами слова,

- Иначе влюбить ее в себя можно было бы, просто читая ей утренние газеты.

для нее важны те знаки внимания, которые мы оказываем с помощью них. Я могу объяснить этот феномен только одним - для представительниц прекрасного пола значимость любви и дружбы гораздо выше, чем для мужчины. Причина этому все та же - ее зависимость от внешней поддержки.

Механизм закрепления этой потребности можно изучить, наблюдая за тем, как у людей образуются пары. Первый шаг в этом процессе обычно принадлежит женщине.

- Хотя могут быть и варианты - когда мужчина «зажигает» холодную женщину.

С помощью соответствующего поведения и внешнего вида она дает понять окружающим, что физически и психически уже готова к взаимоотношениям с противоположным полом. После чего мужчины, уловившие эти сигналы, и положительно отреагировавшие на них, начинают оказывать ей знаки внимания.

- Это и есть период комплиментов, обольщения и обещаний, который послужил причиной появления вышеприведенного афоризма.

Получив все знаки внимания, женщина анализирует их, а также внимательно рассматривает всех тех, кто эти знаки оказывал,

- Оценивает их Атрибуты.

и делает окончательный выбор. Все, пара сформировалась. Если же знаков внимания нет или оказывают их исключительно недостойные мужчины, то и выбирать не из чего.

Здесь важно отметить, что стандартно женщина заявляет о готовности сформировать пару всему миру. А мужчина дает понять об этом только той женщине, которая его заинтересовала. И хоть окончательное решение о создании пары принадлежит ей, кандидатуры на занятие вакантной должности выставляют все-таки мужчины.

Именно потому знаки внимания, любви, уважения и признания для женщины так важны. Они говорят ей о том, что она желанна. О том, что у нее есть выбор. А когда выбор есть, шансов на выживание гораздо больше.

Для окружающих мужчин подобные знаки внимания тоже невероятно важны, но касаются они не столько межполовых взаимоотношений, сколько вообще взаимоотношений с людьми. Они дают им ощущение того, что у них есть «своя стая». А значит поддержка и защита.

В настоящее время у людей могут быть весьма различные взгляды на то, кого считать обаятельным. Кому-то больше нравятся остроумные люди, кто-то предпочитает добродушных молчунов, кто-то обожает сладкоречивых комплиментчиков, а кто-то любит внимательных слушателей. Здесь нужно руководствоваться не общими правилами, а искать собственный стиль. Но есть нечто общее, что роднит всех обаятельных людей между собой:

они искренни, умеют оказывать знаки внимания и способны создать среду, в которой другим людям оказывать знаки внимания друг другу легко и приятно.

### Мужчина должен быть щедр на знаки внимания

**Кроме обаяния в этот комплекс черт входят:** *внимательность, общительность, умение располагать к себе. Умение слушать. Остроумие, расположенность к беседе, красноречие. Умение создать контакт с собеседником. Шарм. Подчеркнуто уважительное отношение к женщине.*

## Мудрость

Еще одной группой Атрибутов является мудрость. Мудрый мужчина, как никто другой способен разобраться в ситуации, оценить обстановку, выявить скрытых врагов и нейтрализовать их. Добиться в жизни успеха и передать свои знания потомству. А потому такой мужчина достоин особого

- Пристального.

внимания.

Думаю, никто не станет спорить со мной, что человек далеко не самое сильное и не самое опасное существо на Земле. Это очевидно. Львы, тигры, пантеры и волки традиционно считали его предметом своего рациона. Если бы выживанию способствовала лишь сила, человечеству не удалось бы протянуть и столетие. Мы исчезли бы так быстро, что хищники не успели бы даже привыкнуть ко вкусу нашего мяса. Но, к счастью, сила - это не все. Смекалка, хитрость, сообразительность были не менее полезны в этом деле, и именно они помогли человеку закрепиться на планете, изучить повадки своих врагов и найти алгоритмы противостояния им.

Со временем самые успешные и универсальные принципы поведения

- Такие, как объединение в стаи, о чем мы упоминали выше.

закрепились в инстинкты. Подобные алгоритмы поведения уже не надо было находить или изучать заново, они перенимались человеком по праву рождения. Однако большинство стратегий выживания, каждому новому поколению все же приходилось изучать заново.

Охотиться, отличать съедобное от ядовитого, находить дорогу домой и прятаться от хищников учат своих детенышей практически все животные. Но именно человеком передача знаний была поставлена на широкую ногу. Сначала этому способствовало появление речи, затем письменности, теперь Интернет-технологии делают обмен информацией делом простым и отлаженным до совершенства. И хищники, и их жертвы постоянно приспособляются к новым условиям, к новым обстоятельствам жизни, тем самым увеличивая свои шансы на выживание. Но человек, обладая благодаря речи и письменности большим опытом предыдущих поколений, стал это делать быстрее других. Чем заслужил преимущество в эволюционной гонке. Результат нам с вами виден.



И все же столь явное для нас сейчас преимущество в те далекие времена было очевидно не каждому. Как выразился поэт: «Лицом к лицу лица не увидать. Большое видится на расстоянии». Большинство людей предпочитало не сильно грузить свой мозг опытом предшествовавших поколений. Они ежедневно выполняли ряд хорошо изученных действий и свято верили в то, что ничего в жизни не меняется. Тот же, кто думал иначе, становился хранителем знаний. Человеком, чья задача была накапливать, хранить и передавать дальше опыт поколений. Жрецы, шаманы, священники и старейшины. Их мудрость была тем продуктом, который они обменивали на пищу и защиту.

Сталкиваясь с чем-то непонятным для него, обыватель шел за советом к мудрейшему. Что делать, где искать поддержку, как выйти из того положения, в которое попал? В то время обстоятельства не менялись излишне быстро. А потому в объеме знаний, который хранил мудрейший, чаще всего существовал ответ на любой вопрос. А если его и не было, обладая таким ворохом сведений и развитым умом, он мог легко синтезировать новый. В награду за решение непонятной, а потому и страшной проблемы, вопрошающий обеспечивал спасителя всем необходимым для существования. Так появилась и закрепилась каста мудрецов.

Утверждая, что для жизни им нужен умный мужчина, женщина редко имеет ввиду, что ей нужен мужчина образованный. Как таковое образование в этом смысле не значит ничего. Ей нужен мужчина мудрый. То есть, мужчина, умеющий найти ответ на любой возникший вопрос и решение любой возникшей проблемы. И, надо заметить, это только перед учеными возникают проблемы обсчета веса ядра белого карлика, перед женщиной, как и в былые времена, возникают все те же простые вопросы: как выжить, где взять пищу, как грамотнее воспитать детей, во что одеться и что дальше делать?

- Это, конечно, грубое приближение, но смысл тот.

Согласитесь со мной, существуют люди крайне необразованные, но при этом довольно успешные в реальной жизни. У них всегда есть что поесть, всегда есть, где жить, они умеют противостоять превратностям судьбы и имеют много замечательных и преданных друзей. Про таких говорят, он обладает житейской мудростью. И в этом смысле мудрость - это степень развитости остальных Атрибутов.

По моему глубокому убеждению, женщина подсознательно ищет именно такого мужчину. Сексуальный, мужественный, волевой, эффективный, надежный, заботливый и обаятельный мужчина автоматически воспринимается ею, как мужчина мудрый. Человек же, обладающий десятком ученых степеней, но при этом не способный купить не то, что ей - себе новые брюки хотя бы раз в год, рядовой женщиной умным считаться не будет. Скорее так: «умненький». И только, если мужчина обладает житейской мудростью, его образованность для нее начнет представлять какую-то ценность.

Впрочем, ценность ваша образованность для нее может представлять и без остальных Атрибутов. Но в этом случае вы будете ценны для нее, как интересный собеседник, как источник нужной информации, как человек, с которым можно с пользой для себя убить время, но не как мужчина ее мечты. Не как мужчина, с которым она захочет связать свою жизнь.

Мужчины воспринимают мудрость несколько иначе. И это объясняется отличием их жизненной позиции. Они более активны, чем женщины. И потому не ищут человека,

способного справиться с любой возникшей проблемой. Для них достаточно найти того, кто обладает информацией по ее преодолению. А справятся они уже как-нибудь сами. Следовательно, просто образованный человек вполне может восприниматься ими, как мудрый. Наличие каких-либо других Атрибутов вовсе не обязательно. Но есть одно условие: его знания должны быть не просто собранием бесполезных сведений, они должны помогать выживать. И выживать успешно.

- Как видите, сходство с позицией женщин налицо.

Время, в которое мы с вами живем, по праву называется информационной эпохой. Поток информации, обрушивающейся на головы многострадальным обывателям настолько велик, что превосходит буквально в сотни тысяч раз тот объем, который приходился на их долю каких-то сто-сто пятьдесят лет тому назад и в миллионы - тот, что доставался ему на заре цивилизации. Из всего, что человеку сообщают радио, газеты, телевидение, соседи, сослуживцы, попутчики в трамваях и метро и Интернет-сайты, выудить необходимое бывает настолько непросто, что мозг зачастую отключается, не выдерживает напряжения. При всех комплиментах человеческому мозгу, которые мы слышим от маститых ученых, его возможностей бывает явно недостаточно, чтобы грамотно обработать все то, что человек получает ежедневно. Сведений-то, много, но как из них выбрать самые важные и самые необходимые для выживания?

Именно по этой причине, роль мудрых людей в нашей жизни стала настолько значимой. Мудрый человек - это тот, кто сумел в беспорядочном ворохе сведений отыскать главное и теперь может передать полученные выводы остальным. Знакомство с такими людьми, словно подарок судьбы, выигрышный лотерейный билет в игре под названием жизнь.

Чем больше среди ваших знакомых мудрых людей, людей, которые могут или просто знают, как выживать в этом мире, тем больше шансов у вас самого. И простите мне, скромному писателю, предположение: думаю, общее образование должно базироваться именно на этом принципе - образование должно помогать человеку выжить и выжить успешно.

**Мужчина должен уметь думать и знать, как можно успешно выжить в этом мире.**

*Атрибутам этой группы, кроме мудрости относятся также: пытливый ум, интеллектуальная развитость и образованность. Собственный взгляд на вещи и события. Предвидение. Умение принимать грамотные и своевременные решения.*

## Неповторимость

**Б**ыть таким как все - это свойство представителей серой массы. Они, как правило, не имеют ни сил, ни смелости, ни возможности быть иными. Что ж тут поделаешь? И только Личность осмеливается из толпы выделиться.

- Выделяться надо, безусловно, в хорошую сторону.

Отсюда простая логика - если мужчина выделяется из окружения, то, скорее всего, он имеет для этого основания. В потенциале он достоин этого. Быть уникальным - это всегда вызов. А вызовы делают если не сильные люди, то, по крайней мере, смелые.

Почему люди хотят отличаться? Вопрос немаловажный, но ответ на него, к счастью, совсем не сложный - чтобы их замечали. Это раньше, когда людей было гораздо меньше, для того, чтобы стать заметным, достаточно было просто иметь Атрибуты, о которых я вам рассказывал раньше. Сейчас же, когда население одного среднего по размерам города превосходит численность всего населения планеты в отдаленном прошлом, сделать это гораздо сложнее. Одних перечисленных Атрибутов для этого уже не всегда достаточно.

Перед глазами женщины, например, в течение дня проходит несколько десятков мужчин, вполне подходящих ей в спутники жизни. На следующий день их проходит не меньше. Еще через день столько же. А если просуммировать всех за неделю, за месяц, за год? Признайте, при таких цифрах сделать свой выбор бывает ох как непросто. Разумеется, не все мужчины реагируют на нее. У многих из них уже могут быть подруги, для некоторых, женщина может быть недостаточно привлекательна. Но тех, кто, так или иначе, на нее отреагирует, по-моему, все же достаточно. И если среди них попадается Настоящий мужчина - бинго! - ей повезло. А если нет...

Что-то должно привлечь ее в мужчине прежде, чем она начнет знакомство с ним. Прежде, чем наличие в нем Атрибутов Настоящего мужчины станет ей очевидным. Что-то, что выделит его из толпы. Об этом мы еще неоднократно поговорим на страницах данной книги. Сейчас же я хочу отметить одну немаловажную особенность человеческого восприятия. На однородно окрашенной стене глаз первым делом выделяет чернильное пятно. На поле, равно засеянном пшеницей - одинокое дерево. А в море - корабль. Глазом улавливаются именно отличия. И это очень важно.

Если вы мужчина Настоящий, ваши знакомые и близкие не могут об этом не знать. Они имеют больше, чем достаточно доказательств этому. За те долгие годы, что они с вами знакомы, изучить вас можно было неоднократно. А вот посторонним и малознакомым людям данный факт не столь очевиден. Им нужно время или хотя бы что-то, что побудит их вас изучить, присмотреться к вам повнимательнее.

Как бы не пытались некоторые мужчины убедить себя и окружающих в том, что их незаслуженно обходят вниманием, смею утверждать: *обходить вниманием люди могут только то, что сливается с фоном.* А самый лучший, самый достойный из всех и при этом такой же, как все - это нонсенс. Во всяком случае, для восприятия все выглядит именно так. Самый лучший однозначно должен быть другим, не таким, как все. Иначе, это противоречит самому определению превосходства.

Если в том месте, где вы живете, кроме вас нет ни одного толкового мужчины, вам повезло. У вас уже есть все, чтобы выделиться. А если вы не один, необходимо еще что-то. Необходимо быть индивидуальностью. Кем-то, не похожим на остальных. И если это так и вы ни на кого не похожи, то это либо очень плохо,

- Когда вы - ничтожество. Заметное, но все же ничтожество.

либо очень хорошо. Окружающие не могут не заметить вас. А, заметив, не изучить. Не понять, насколько вы мудрый, обаятельный, заботливый, надежный, эффективный, волевой, мужественный и сексуальный мужчина.

Вывод один - отличайтесь!

**Мужчина должен отличаться от других. Иначе, если он такой же, как все, какой смысл его выделять?**

**Атрибутам этой группы, кроме неповторимости относятся также: оригинальность, особенность, уникальность, харизматичность.**

## Обобщаем полученные знания

**И**так, мы с вами рассмотрели важнейшие внутренние качества Настоящего мужчины, дали объяснение тому, почему они закрепились в Атрибуты и теперь можем двигаться дальше.



**Рис. 2 Атрибуты Настоящего мужчины**

Но для того, чтобы лучше усвоить полученную информацию, давайте перед этим посмотрим на рисунок 2.

На этом рисунке мы с вами можем увидеть, так называемую, пирамиду Атрибутов. Все Атрибуты Настоящего мужчины я здесь условно разбил на 5 категорий или уровней. Сделано это весьма условно, но, несмотря на условность такого разделения, польза его очевидна. Разбиение на группы поможет вам их лучше запомнить и глубже разобраться в предназначении каждого. Итак,

## Базовый уровень

К первой категории относится базовый, основной признак человека - его сексуальность. Почему я назвал этот признак базовым? Все дело в том, что сексуальность - это то качество, которое крайне необходимо не только мужчинам, но и женщинам. Любому человеку. В основе самого существования жизни на Земле, лежит инстинкт размножения. Или даже не инстинкт, а само размножение. «Не что не вечно под луной» - так выразился поэт и эта фраза лишний раз заставляет нас вспомнить о том, что если вид не размножается, если он не выживает в своем потомстве, он исчезает. Размножение - это тот повод, по которому природа разделила человечество на мужчин и женщин. Это сама причина существования полов. Вспоминаем: «Биологическое предназначение мужчины - создавать

жизнеспособное потомство». А эту функцию природа вам не позволит выполнить, если вы не обладаете сексуальностью.

- Почему, мы с вами уже разбирали.

Ну, или, по крайней мере, она максимально затруднит вам в этом случае ее выполнение.

## Полоопределяющий уровень

Во вторую категорию я включил мужественность и силу воли. Эти качества можно назвать полообразующими или полоопределяющими. И хотя ими

- Как, впрочем, и всеми остальными качествами.

может обладать как мужчина, так и женщина, требуют их только от мужчины. Немужественный мужчина - это как нежирный жир, какое-то издевательство над здравым смыслом.

Мужчине, его избраннице и его потомству эти Атрибуты помогают выжить. И если первая группа отвечала за размножение, то от этой зависит появление пары. То есть, даже если инстинкт размножения и может подтолкнуть женщину к половому акту с сексуальным, но беспомощным мужчиной, то вряд ли он заставит ее стать его любовницей надолго.

## Усиливающий уровень

Третья категория способна усилить или дискредитировать остальные Атрибуты. Внутренние качества, которые в нее входят: эффективность, надежность и заботливость - являются своеобразными множителями, повышающими привлекательность мужчины. Они либо закрепляют желание женщины образовывать с мужчиной пару

- Теперь уже даже семью.

либо со временем отменяют. Вынуждая ее искать что-то более близкое сердцу.

## Цивилизованный уровень

Четвертая категория Атрибутов, в которую входят обаяние и мудрость, помогает человеку сплачивать вокруг себя группы. Делать из окружающих хороших знакомых или надежных друзей. Усиливать желание малознакомых людей общаться с ним.

Цивилизованной я ее назвал в связи с относительно поздним появлением этих качеств у человека.

## Личностный уровень

В самой вершине пирамиды Атрибутов находится пятая категория. В нее входит всего одно качество человека - его неповторимость. Именно оно помогает окончательно

закрепить преимущество Настоящего мужчины над остальными. Именно оно не позволяет ему остаться незамеченным. И именно оно делает его Личностью.

Но при этом хочу заметить, что неповторимость - это всего лишь вершина пирамиды. Без надежного, хорошо укрепленного основания это качество сделает вас не самым привлекательным мужчиной, а, скорее, наоборот - изгоем.

Впрочем, это замечание касается всех внутренних качеств: *каждый следующий уровень Атрибутов основывается на предыдущих*. Не развив должным образом предыдущий Атрибут, мы не вправе рассчитывать на серьезные успехи и в развитии следующего. Мужественность и сила воли во многом зависят от уровня энергетики и здоровья. Эффективность - от упорства и решительности. Трусливый и безвольный человек вряд ли сможет себе позволить роскошь быть надежным. Заботливыми люди могут быть лишь в том случае, если это им по карману. Мудрость, в отличие от цинизма, - это опыт УСПЕШНЫХ достижений и знание об эффективных стратегиях жизни. А обаяние - это всего лишь поверхностная, более широковещательная забота, когда человек заботится обо всех, с кем общается, но лишь самую малость.

А посему и акцент в развитии этих качеств нужно расставлять именно таким образом - сначала укрепляем здоровье, затем мужественность, силу воли и так далее - до неповторимости.

Безусловно, силу воли человек может иметь и, не имея здоровья. Тому подтверждение - сотни случаев волевого излечения от смертельных недугов. Но на это я могу возразить только одним - если человек, даже страдая от смертельного недуга, способен собрать волю в кулак и совершить подвиг, то, будучи здоровым, он способен сделать в десятки раз больше.

## ТЕСТ для настройки: «Самооценка»

**З**адание: Оцените самостоятельно свои Атрибуты по 100-балльной шкале и запишите значения в таблицу 3.

Для прохождения данного теста вам нужно всего лишь вспомнить все то, что вы читали о каждой группе Атрибутов и прислушаться к собственному сердцу. Что оно вам ответит? Какую оценку поставит? Какие баллы? Записывайте их в соответствующую ячейку и не тревожьтесь. Ошибок быть не может.

- Если, конечно, вы, придя в ужас от полученного результата, не накинете себе пару десятков.

Представленный здесь тест, свидетельствует не о том, кем вас считают окружающие и не об объективном положении вещей, а о том, как вы воспринимаете себя сами. И если полученные в нем результаты высоки, спешу поздравить вас - с самооценкой у вас все в порядке.

- Но это только треть работы. Теперь пришла пора заставить окружающих мужчин и женщин прийти к такому же выводу.

А если нет, если итог чрезвычайно низок, вам просто надо будет сделать немного больше. И то, только в том случае, если такого же низкого мнения о вас будут и окружающие. Но ведь бывает и иначе.

Разумеется, если вы достаточно тщательно исследуете свою жизнь, если внимательно рассмотрите себя на предмет соответствия каждому из Атрибутов и честно поставите полученную оценку, вам может показаться, что именно этот ответ и отражает истинное положение вещей. Это действительно может быть и так. Но вовсе не обязательно. Окружающие люди могут быть совсем иного мнения. И хотя их точка зрения на ваш взгляд может показаться ошибочной, предвзятой и необъективной, я склонен считать иначе. Как уже упоминалось в главе «Кто должен оценивать, какой вы мужчина», необходимо учитывать все точки зрения по этому вопросу. И вашу лично, и мужчин, и женщин вас окружающих.

По сравнению с разминочным тестом, этот тест гораздо глубже погружается в проблему. В отличие от первого, он помогает не просто выяснить ваше мнение по поводу того, Настоящий вы мужчина или нет, но и заставляет вас задуматься, почему именно. А потому его результат можно считать более близким к истине.

Итак, приступайте.

Таблица 3. Самооценка (используйте рабочую тетрадь)

АТРИБУТ	БАЛЛОВ (от 1 до 100)
<b>1. СЕКСУАЛЬНОСТЬ</b> Физическое здоровье (сопротивляемость болезням), физическая форма (фигура) и жизненная энергия (напористость, активность, жизнерадостность).	
<b>2. МУЖЕСТВЕННОСТЬ</b> Физическая сила и контролируемая агрессивность. Властность, смелость, отвага и решительность.	
<b>3. СИЛА ВОЛИ</b> Упорство, терпеливость, умение достаточно долго ждать подходящего момента. Способность следовать выбранному пути, невзирая на временное отсутствие результатов. Организованность и аккуратность.	
<b>4. ЭФФЕКТИВНОСТЬ</b> Результативность, умение добиваться целей, самостоятельность, самодостаточность, целеустремленность. Захватнический дух (экспансия)	
<b>5. НАДЕЖНОСТЬ</b> Верность, преданность, умение показать женщине, что никто кроме нее для тебя не имеет значения.	
<b>6. ЗАБОТЛИВОСТЬ</b> Участливость, умение сочувствовать, сопереживать. Щедрость, бескорыстие. Внимательность и доброе сердце.	
<b>7. ОБАЯНИЕ</b> Внимательность, общительность, умение располагать к себе. Умение слушать. Остроумие, расположенность к беседе, красноречие. Умение создать контакт с собеседником. Шарм.	
<b>8. МУДРОСТЬ</b>	

Пытливый ум, интеллектуальная развитость и образованность. Собственный взгляд на вещи и события. Предвидение.	
<b>9. НЕПОВТОРИМОСТЬ</b> Оригинальность, особенность, уникальность, харизматичность.	
<b>ОБЩИЙ БАЛЛ</b> , сумма	

Теперь оцените результаты прохождения теста

### **0 - 200 баллов**

Эй, господин! Вы еще живы? Как такое вообще может быть? Если брать во внимание вашу самооценку, можно подумать, что вы живете исключительно за счет благотворительности и только благодаря капельницам. Ни о какой объективности тут речи быть просто не может. У вас крайне заниженная самооценка.

Мой вам дружеский совет: срочно отложите в сторону эту книгу и найдите хорошего психолога, который поможет вам вернуть веру в себя. И только потом приступайте к чтению. В противном случае книга вряд ли принесет вам хоть какую-то пользу.

### **200-500 баллов**

Самооценка у вас довольно низкая.

Не знаю, насколько вы были объективны и отражают ли ваши ответы истинное положение вещей, но с твердой убежденностью могу заявить: жить с таким мнением о себе не просто скучно, но и трудно. Подобная самооценка крадет у вас радость побед и достижений,

- Мне в жизни встречались люди, создающие из ничего целые фабрики, владеющие крупнейшими предприятиями в городе, и при этом страдающие от ощущения собственной беспомощности.

лишает жизнь красок и делает почти невозможным стремительный личностный рост. Даже если окружающие и восхищаются вами, как ярким представителем Настоящих мужчин, даже если они ставят вас в пример своим мужьям и знакомым, вам при такой самооценке это вряд ли принесет хоть сколько-нибудь ощутимую пользу.

Срочно поработайте над самооценкой. И будет намного эффективнее, если вы прибегнете к помощи грамотного психолога. Пройдете соответствующие тренинги или посетите индивидуальные консультации. Уверяю вас, после этого ваша жизнь станет намного радостней и эффективнее.

### **500-800 баллов**

С самооценкой у вас все в порядке.

И если баллы вами не завышены, могу ответственно заявить - внутри вас есть стержень, который поможет преодолеть любые жизненные невзгоды. Фундамент, на котором вы легко и надолго постройте собственную судьбу. Вы - Настоящий мужчина. И даже если окружающие в настоящее время считают иначе, у вас есть все необходимое, чтобы их мнение изменить.

Читайте дальше и вы найдете способ это сделать. Книга в состоянии принести вам максимальную пользу.



## 800-900 баллов

Батенька, вы точно правильно поняли условие прохождения теста? Не то, чтобы таких людей в природе не существует. Но я серьезно сомневаюсь в том, что они будут читать эту книгу.

И если вы все же отвечали на вопросы максимально искренне, я вам советую

- Так, на всякий случай.

пообщаться с психологом. Вдруг он поможет вам спуститься на землю из облаков и начать более реально оценивать собственные силы. Это полезно.

Впрочем, может быть и так. Может быть, вы действительно так хороши. В таком случае я вас поздравляю. Эта книга вам ни к чему. Разве что для приятного времяпрепровождения.

# Как мы узнаем о внутренних качествах мужчины

Все вроде бы понятно - сексуальный и смелый, волевой и надежный, заботливый и умный, обаятельный и умеющий добиваться своего мужчина и будет мужчиной Настоящим. На первый взгляд никаких сложностей. Но сложности возникают. И возникают они именно тогда, когда мы вдруг хотим понять, а что это значит? Что значит быть смелым, волевым и умным мужчиной? Что значит быть эффективным, заботливым и надежным? Что значит быть сексуальным, обаятельным и неповторимым? Нет, я не спрашиваю вас об определениях этих слов, для этого достаточно лишь заглянуть словарь. Я спрашиваю вас, как вы определяете, какие у человека внутренние качества? Как делаете вывод о том, что человек, например, умный или волевой?

Правильно - по его поступкам.

- Самый распространенный ответ на вопрос: «Как вы понимаете, что человек мужественный?» - «Он ведет себя мужественно». Немного отдает детским садом, но неверным такой ответ точно не назовешь.

Именно поведение человека отражает его внутренние качества. Мужественный человек ведет себя мужественно, эффективный - эффективно, заботливый - заботливо, а надежный - надежно. Но всегда ли это работает? И сколько нужно знать человека, чтобы подсмотреть все поступки, которые характеризуют его, как Настоящего мужчину? Или, хотя бы просто, как надежного. Месяцы? Годы? Десятилетия? Но ведь женщины, порой, делают подобные выводы за считанные секунды. Как им это удастся?

Да очень просто! Они делают это на основании анализа внешних проявлений Атрибутов - их Артефактов. И поведение является всего лишь частью подобных проявлений. Важной частью, но порой лишь в отдаленной перспективе.

*Артефактами я называю все, что создано человеком или приобретено им в процессе жизнедеятельности. Все, что им куплено, обменяно, выпрошено, отобрано, украдено. Все, что он сделал сам, включая его действия и серии поступков.*

- Привычки.

В следующих главах мы подробнее рассмотрим с вами, какие Артефакты бывают. Чем они характеризуются и о каких Атрибутах свидетельствуют. Сейчас же я хотел бы, чтобы вы поняли суть - *все, что вас окружает, является внешними проявлениями каких-то ваших внутренних качеств. Артефактами ваших Атрибутов.* И именно оценивая их, окружающие делают выводы о вас.

## Внешние проявления внутренних качеств - их АРТЕФАКТЫ

Скажите мне, может ли человек мудрый совершить глупый поступок? Случается ли в жизни так, что эффективный во всех отношениях мужчина выглядит на первый взгляд неудачником? А уникальная и неповторимая Личность долгие годы ничем не выделяется из толпы? Случается. И отнюдь не редко.

Причин этому может быть масса - усталость, занятость, болезнь, временные трудности или враждебное окружение. Но смысл один - эти внутренние качества человека

- Атрибуты Настоящего мужчины.

никак не проявляют себя в реальности. То есть, эффективный человек ни чем не доказывает свою эффективность. Мужественный человек никак не проявляет свою мужественность. А сексуальный выглядит, мягко скажем, немного несексуально. Бывает ситуация еще плачевнее - когда эффективный мужчина не просто не доказывает свою эффективность, но и проявляет себя напротив беспомощным и неспособным ни на что серьезное человеком. Или другой случай - парень, обычно обладающий невероятным упорством, умеющий подчинить себя своей воле, несмотря ни на какие искушения, и готовый ждать результата столько сколько нужно, внезапно подчиняется неблагоприятным обстоятельствам, бросает начатое и долго не может себя заставить приступить к чему-то еще. В этих случаях мы сталкиваемся не просто с тем, что Атрибуты Настоящего мужчины никак не проявляют себя в реальности. Тут уже проявляют себя совсем другие Атрибуты: заурядность, низкая эффективность и глупость. Мы же, те, кто в этот момент окружает таких людей, не можем сделать вывод о существовании каких бы то ни было качеств внутри человека иначе, кроме как по их внешним проявлениям.

- Что делать, в душу заглядывать умеют исключительно медиумы.

**Мы не можем сделать вывод о существовании внутренних качеств человека иначе, кроме как по их внешним проявлениям.**

Если такое случилось однажды, если человек продемонстрировал слабую волю или выставил себя ненадежным партнером всего лишь раз, большой беды не будет. С любым

может произойти нечто подобное. И встретившись с ним снова, отметив изменения, которые в нем произошли со времени первой встречи.

- Заметив у него Артефакты Настоящего мужчины.

мы мнение меняем. Пусть и не сразу. Но если в каждую новую встречу, он неизменно будет демонстрировать нам полное отсутствие соответствующих Артефактов, наличие Атрибутов Настоящего мужчины у данного человека будет поставлено нами под сомнение. Как говорили во времена строительства коммунизма: «Какая польза рядовому советскому гражданину от того, что в этом человеке есть, например, мужественность, если он ее никак не проявляет?». Никакой. А потому для удобства будем считать, что раз он ее долгое время не проявляет, значит, ее у него попросту нет. А если он вдруг проявит, то значит, она появилась. Только и всего.

- Собственно говоря, именно так и работает человеческое восприятие.

Отсюда вывод - если хотите, чтобы окружающие воспринимали вас, как Настоящего мужчину, транслируйте вовне Атрибуты Настоящего мужчины. Только и всего. Или, говоря языком этой книги, создавайте вокруг себя соответствующие Артефакты.

В следующей главе мы подробнее поговорим об Артефактах. Будут перечислены самые важные из них. Дано объяснение каждому и отмечено, о каких Атрибутах они свидетельствуют. Здесь же мы подробнее рассмотрим сами принципы. Теорию.

### Мужчина

- Любой мужчина.

обладает набором Артефактов, которые как-то характеризуют его. Каждая вещь, каждая привычка и каждый поступок - это Артефакт, который характеризует его. Проявление в реальности, вовне его внутренних качеств. Артефакты бывают:

### *Внешними*

Вещи, которые окружают вас и принадлежат вам, а также их признаки.

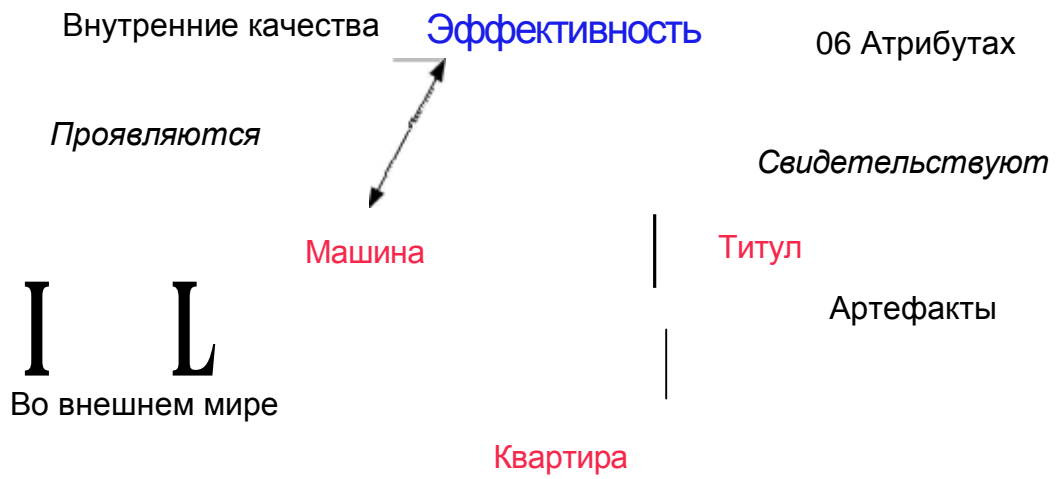
### *Абстрактными*

Потенциальные возможности мужчины. О наличии данных артефактов мы скорее догадываемся, чем знаем. Догадываемся по косвенным признакам.

### *Поведенческими*

Ваши привычки, поступки и действия.

Каждую группу Артефактов мы рассмотрим отдельно. Но сначала давайте внимательно посмотрим на рисунок 3. На нем наглядно проиллюстрировано все то, о чем я только что вам говорил.



### Рис. 3 Проявление Атрибутов во внешнем мире.

Если нет никаких преград тому в самом человеке, его внутренние качества неизменно проявляются во внешнем мире соответствующими предметами, поступками или привычками. Это закон, а не аксиома. И при желании его можно проверить. На рисунке показано, как эффективность проявляется в том, что у человека появляется машина, квартира и титул.

- Никаких сносшибательных откровений, как видите. Простые наблюдения.

А потому, используя этот закон в обратном направлении, мы можем по вещам, которые ему принадлежат, по поступкам, которые он совершает или привычкам, к которым тяготеет, определить, что он за человек. То есть, если мы видим у человека проявления внутренних качеств, мы можем сделать вывод о том, что они в нем есть. В данном примере наличие у человека машины, квартиры и титула говорит о том, что он эффективен.

Исключения в этом правиле есть, не скрою. Не даром я упомянул, что Атрибуты проявляются, только если в самом человеке нет никаких преград тому. В природе встречаются случаи, когда человек, владеющий огромным предприятием, ходит на работу в старом, поношенном костюме, ездит на обшарпанной машине и покупает продукты в самых дешевых магазинах. Естественно, говорить при этом, что его эффективность проявилась во внешнем мире, было бы не совсем верно. Хотя и утверждать иное невозможно.

- Она проявилась в том, что он владеет предприятием, но костюм, машина и привычка ходить по дешевым магазинам свидетельствует об обратном.

Известны случаи, когда мужчина, обладающий феноменальной физической силой и получивший самые темные в своем виде спорта пояса, робко уступает в конфликте чахлому наглецу. Что-то заставляет его при этом молча сносить оскорбления и безответно получать оплеухи. А некто, имеющий уникальную силу воли, использует ее лишь для того, чтобы воспротивиться любым попыткам жены или родителей заставить его хоть что-то сделать по дому. Но эти случаи нами в расчет могут не браться. Поскольку свидетельствует о чрезвычайно низкой самооценке обладателя Атрибутов. А как мы с вами уже договорились, если ты действительно Настоящий мужчина, это знают все - и ты сам, и женщины, и мужчины. Если же хоть одно слагаемое исключить, уравнение не сойдется.

Человек, который не чувствует себя эффективным, несмотря на то, что ему удалось создать огромное предприятие, не может считаться эффективным. Мужчина, которого парализуют наглые выходки хулигана, несмотря на собственную мощь, не может считаться мужественным. А паразит, достигший совершенства в ничегонеделании и сопротивлении любым попыткам подтолкнуть себя к действиям не может считаться волевым. Что бы по этому поводу не думали окружающие. Такие мужчины не верят в себя, а, следовательно, на этом этапе и нам нет смысла верить в них.

А теперь давайте подробнее рассмотрим каждую категорию Артефактов.

## Артефакты Внешние

**Н**ачнем именно с них, поскольку, во-первых: приобрести внешние Артефакты порой гораздо легче, чем поведенческие, а во-вторых: они намного заметнее и яснее для окружающих.

Возможно, у данной точки зрения будет много противников, но я считаю, что все предметы, которые нас окружают

- И уж тем более, которые нам принадлежат.

оказываются рядом не случайно. Мы сами выбираем их. И не важно, когда этот выбор состоялся, в детстве ли, в молодые годы или только сегодня утром, пока мы бродили по рынку, сделан он нами и ответственность за него лежит на нас.

И не нужно мне рассказывать о том, что некоторые вещи вы вовсе не выбирали, что их купила вам мама или подарили друзья. Что большинство из окружающих предметов рядом с вами оказались ненадолго, лишь до тех пор пока вы не найдете чего-нибудь приличнее. Что будь возможность, вы, безусловно, приобрели бы что-нибудь более стоящее, но что поделать, ничего другого в вашем городе не продается. Уверяю вас - выбор есть всегда. Покупать или не покупать. Этот предмет или нет. И вообще, хотеть или не хотеть приобрести его. Выбор есть. А вот то, почему мы сделали именно такой выбор, как раз и говорит о том, кто мы такие.

Если мы выбираем вещи дорогие и качественные - это одно, если дешевые и практичные - это другое. Бесполезные и второсортные - это третье. Наши предпочтения при выборе вещей позволяют окружающим понять, что мы за люди, точно так же, как предпочтения в пище помогают им вычислить, кто из присутствующих за обеденным столом вегетарианец.

Здесь все имеет значение. Отдаем ли мы предпочтение предметам роскоши или покупаем лишь то, что будет полезно в хозяйстве. Вкладываем ли деньги в дом или пускаем их на ветер. Заботимся исключительно о внешнем виде или предпочитаем пищу духовную. Короче, еще раз вспоминаем: все предметы, которые нас окружают - это проявление наших внутренних качеств. Артефакты наших Атрибутов.

### **Все предметы, которые нас окружают - это проявление наших внутренних качеств. Артефакты наших Атрибутов.**

Ниже я перечислю несколько самых важных и самых заметных Артефактов Настоящего мужчины. И опишу те причины, по которым они стали проекциями в реальном

мире его Атрибутов. Но, безусловно, их гораздо больше, чем привел я. И нее просто на 5 -10 наименований. Их больше на тысячи. Чтобы описать все Артефакты, я должен упомянуть все, что есть на Земле. Сами понимаете, в этом нет смысла.

- Да и возможности.

Поняв суть данной теории, вы без труда найдете остальные. Более близкие вам. Тем более что Артефакты, считающиеся проявлениями Атрибутов Настоящего мужчины в одном городе или периоде времени, могут вполне не являться такими в другом.

- Признаком мужества в некоторых племенах американских индейцев является красочная татуировка на лице. В моем городе это будет скорее признаком вялотекущей шизофрении.

Поймите суть этой теории и тогда сами всегда сможете выявить детали.

Под каждым Артефактом, положительно характеризующим ваши Атрибуты,

- Положительным Артефактом.

я указал те, которые говорят, скорее, об обратном. Чтобы вы могли обратить на них внимание и из своей жизни по возможности исключить.

Итак, внешние Артефакты Настоящего мужчины:

## 1. Собственное жилье

Это очень печально, но в наше время наличие собственного жилья - это роскошь, доступная далеко не каждому. Цены на недвижимость растут непрерывно - от месяца к месяцу, из года в год, а вот потребность в ней, увы, не падает. Анекдоты про тещ и свекровей, как бы смешны на первый взгляд не были, лишний раз напоминают нам о том, что создавать новую семью внутри старой бывает практически невозможно. А потому, если мужчина чего-то стоит, если он хочет создать хорошую и крепкую семью,

- А как же иначе?

он, скорее всего, поставит достижение этого Артефакта в приоритетные задачи. И то, справится он с ней или нет, будет являться свидетельством его состоятельности.

Не только среди рода человеческого, но и среди животных самец без собственной территории никогда не будет восприниматься самкой всерьез.

- Очень важный и очень нужный Артефакт.

**Говорит о наличии следующих Атрибутов у мужчины:** *эффективность и мудрость*. Иногда, если жилье приобретено после нескольких лет откладывания денег, свидетельствует о *силе воли*.

**К положительным Артефактам можно также отнести:** *аренду отдельного жилья*.

**К отрицательным Артефактам:** *отсутствие места жительства, проживание с родителями в тесной комнатухе, общежитие с кем-то еще.*

## 2. Роскошный автомобиль

Многие из нас легко вспомнят известный афоризм из книги Ильфа и Петрова «Золотой теленок»: «Автомобиль это не роскошь, а средство передвижения». Вспомнят и улыбнутся. Улыбнусь и я, поскольку в реальности автомобиль это не только средство передвижения, но и, безусловно, роскошь. Роскошь, доступная не каждому. А уж тем более автомобиль дорогой, импортный.

Он дает свободу. Свободу передвижения, свободу выбора, свободу маневров. И, в конце концов, комфорт. Комфорт, который оценит любая женщина.

Уж если у мужчины есть свобода, то он мужчина Настоящий. И, кстати, если он нашел в себе силы и средства для того, чтобы приобрести такую дорогущую и, честно говоря, не столь важную вещь, как автомобиль, то уж пропитание, учебу детей и безделушки для своей женщины он

- Предположительно.

обеспечить сможет тем более. А если нет, то зачем он такой нужен?

**Говорит о наличии следующих Атрибутов у мужчины:** *эффективность и мудрость.*

**К положительным Артефактам можно отнести:** автомобиль российского производства.

- Желательно «на ходу».

**К отрицательным Артефактам:** привычку ездить на трамвае и троллейбусе.

## 3. Атлетическое тело

Возможно, представителям атеистического мировоззрения будет непонятно, почему тело

- Какое бы оно ни было.

я отнес к внешним Артефактам. Казалось бы, куда логичнее его вообще отнести не к Артефактам, а к Атрибутам, как неотъемлемому свойству человека. Но большинство людей, я уверен, меня все же поймут. Как любят повторять буддисты и разного рода мистики: «Тело - это не я. Тело - это лишь внешнее проявление меня в этом мире».

А вот то, как выглядит это проявление, как раз и говорит о том, какой я. То есть, опять же, тело - это Артефакт, говорящий о наличии или отсутствии Атрибутов в мужчине.

Собственно говоря, о взаимосвязи между характером человека и его физической формой люди догадывались и раньше. В эпоху рыцарства, древних империй и даже во



времена первобытнообщинного строя наличие развитой мускулатуры указывало на то, что мужчина имеет твердый характер, силу воли и отменное здоровье. А уж после появления в недавнем времени такого замечательного вида спорта, как бодибилдинг догадки и вовсе превратились в твердое знание. Красивое мускулистое тело говорит

- Обычно говорит.

о твердом характере человека, его великолепной физической форме и подготовке. Мужчина же с дряблыми мышцами

- Не говоря уже об явно излишнем весе.

больше похож на полуфабрикат - едой уже называется, а есть еще нельзя.

**Говорит о наличии следующих Атрибутов у мужчины:** *сексуальность, мужественность и сила воли.*

**К положительным Артефактам можно отнести:** *стройное тело.*

**К отрицательным Артефактам:** *пивной животик, рыхлое тельце, болезненную худобу.*

#### 4. Эффектный внешний вид

Внешний вид мужчины

- Да и не только мужчины.

состоит из многих составляющих. Таких, как его одежда и обувь, прическа и часы. Состояние ногтей, кожи и зубов. Из того, как он держит осанку, двигается и как улыбается. Короче, из многого. И каждый из этих признаков или предметов уже сам по себе является Артефактом. Эффектный же внешний вид - это, скорее, Набор положительных Артефактов, действующих в комплексе. Набор Артефактов, создающий цельный законченный образ мужчины.

Для примера я приведу лишь несколько популярных образов.

- Аристократ

Элегантный, «дорогой» мужчина. На работе предпочитает носить строгие костюмы и галстуки. Вне ее - модные свитера и джинсы. Всегда собран и обходителен. В его гардеробе нет дешевых вещей. Всем своим видом излучает успешность, мудрость и обаяние. Туфли начищены до блеска, стрелки на брюках отутюжены, словно лезвия бритвы. А от него самого благоухает дорогим парфюмом.

- Рубаха-парень.

Одет хоть и просто, но аккуратно. Вещи надежные и не броские. Скорее дешевые, чем дорогие. Носит вещи небрежно, но не неряшливо. Кажется в доску своим. Имидж

пробивного парня, способного на многое. Пышет здоровьем. Излучает энергию и работоспособность.

- Браток.

На первый взгляд небрежный подбор одежды - спортивные костюмы и кожанки, кроссовки и тертые джинсы. Однако брезгает дешевыми вещами. Старается вложиться в свой имидж: дорогущая обувь, спортивные костюмы, тяжеленные золотые цепи и перстни.

Демонстрирует окружающим свою опасность. Собран, энергичен, но не суетлив. Словно бомба замедленного действия: пока ничего не происходит, но может взорваться в любую секунду.

- Есть еще много других образов: тусовочный тип, работяга, интеллигент, фраер и много других. Но все их я описывать не буду. Если себя вы в вышеприведенном списке не нашли, попробуйте сами определить, к какому типу вы относитесь и чем этот образ характеризуется.

Отнеситесь к своему внешнему виду предельно внимательно - он может, как подчеркнуть любой ваш Атрибут, как создать его из ничего, так и дискредитировать в глазах окружающих.

**Говорит о наличии следующих Атрибутов у мужчины:** *сексуальность, мужественность, сила воли, эффективность, надежность, заботливость, обаяние, мудрость, оригинальность.*

**К положительным Артефактам можно отнести:** *вариантов много, но главное, чтобы был вкус во всем этом.*

**К отрицательным Артефактам:** *неряшливая одежда, дешевые, безвкусные вещи, слишком «кричащий», вызывающий стиль одежды.*

## 5. Роскошная спутница

Любимый афоризм тех, кто обращает особое внимание на этот Артефакт: «Чтобы удостовериться в том, что гриб ядовитый, совсем не обязательно его есть». То есть, следуя этой простой логике, если за вами постоянно бегают женщины, если кому-то вы нравитесь, то значит, вы этого достойны. Значит, эти дамочки уже изучили вас и сделали вывод,

- После долгих и мучительных размышлений, конечно.

что вы мужчина настоящий. А раз уж кто-то такой вывод сделал,

- И уж тем более, если таких людей найдется несколько.

то зачем снова тратить время на расследование? К чему изобретать велосипед?

Именно по этой причине популярные мужчины часто остаются популярными, даже если абсолютно этого не достойны - помогает статистика и упорное нежелание многих женщин напрягать мозги.

Чем красивей, значимей и эффектней женщина, которая делает выбор в вашу пользу

- При ее-то альтернативах!

тем больше очков зачисляется вам.

**Говорит о наличии следующих Атрибутов у мужчины:** *сексуальность, мужественность, сила воли, эффективность, надежность, заботливость, обаяние, мудрость, оригинальность.*

**К положительным Артефактам можно отнести:** *хоть какая-то девушка рядом с вами.*

К отрицательным Артефактам: *долгое философско-поэтическое одиночество, голодные взгляды на проходящих мимо девушек и подборка порно-кассет, выставленная напоказ.*

## 6. Продуманный интерьер жилья

Так же, как и с внешним видом, интерьер вашей квартиры состоит из множества мелочей, которые сами по себе уже являются Артефактами. Это стиль и качество мебели, стоимость ремонта, вид постельного белья. Всякие сувенирчики, кубки и грамоты, развешенные на стенах. Фотографии, подтверждающие ваши связи с сильными мира сего или удостоверяющие частое посещение заграницы и т.д. И так же, как и с внешним видом, Артефактом становится лишь правильно сбалансированный, законченный образ жилья. Только продуманный и доведенный до совершенства дизайн интерьера может охарактеризовать вас с положительной стороны. Иначе, в лучшем случае он останется незамеченным.

Интерьер может весьма по-разному охарактеризовать вас: книги на полках скажут о вашей мудрости и образованности, шелковое постельное белье, дорожный светильник и приятные благовония, распространяющие запахи по всей квартире - о сексуальности. Гиря в углу - о мужественности. Диплом «Лучшему продавцу ларька №13» - об эффективности.

- Максималистам лишний раз напомню о сбалансированности - если захотите разом продемонстрировать все Атрибуты, это у вас вряд ли получится. Скорее наведет ваших гостей на мысль о том, что вы еще не определились в жизни - находитесь в постоянном поиске.

**Говорит о наличии следующих Атрибутов у мужчины:** *сексуальность, мужественность, сила воли, надежность, заботливость, эффективность, обаяние, оригинальность.*

**К положительным Артефактам можно отнести:** *порядок дома.*

К отрицательным Артефактам: *разбросанные носки, пыль, толщиной в палец, не закрывающиеся двери, устойчивый запах из мусорного ведра.*

## 7. Качественная и ухоженная обувь

Не знаю, кто первым заявил, что для того, чтобы узнать о мужчине все, достаточно посмотреть на его обувь, но это был очень умный человек. И хотя у меня возникают серьезные сомнения по поводу достаточности такого анализа, с тем, что обувь очень и очень многое говорит о своем хозяине, я соглашусь на сто процентов.

Ведь посудите сами: с тех пор, как этот афоризм появился и стал набирать популярность прошло, как минимум, несколько десятилетий. Его взяли на вооружение женщины, торговцы и специалисты по подбору персонала. А это все равно не может убедить некоторых мужчин купить себе хотя бы одну пару дорогой обуви. Или привести в порядок ту, что есть.

Обувь лишь кажется малозначимой деталью туалета. Она способна выдать все ваши тайны. И потому, умные люди на нее обращают особое внимание. Дорогая и ухоженная обувь говорит человеку, исследующему вас о вашей эффективности и аккуратности

- Силе воли.

дешевая и не начищенная свидетельствует в обратную сторону. Кроме того, некоторые модели обуви могут охарактеризовать вас, как весьма оригинального человека.

**Говорит о наличии следующих Атрибутов у мужчины:** *сила воли, эффективность, обаяние, неповторимость.*

**К положительным Артефактам можно отнести:** *просто ухоженная обувь.*

**К отрицательным Артефактам:** *не начищенные туфли, сбитые каблуки, лопнувшую подошву.*

## 8. Изысканные наручные часы

Человек так устроен, что его почти невозможно заставить тратить деньги на те вещи, без которых он, как ему кажется, может обойтись. Большинство из нас могут легко потратить ползарплаты на пиво, ночные клубы и электронные казино, но даже самые продвинутые люди впадают в глубокую задумчивость перед тем, как купить предмет, который кажется ему не очень важным. Тут мы словно по команде становимся разумными и экономными.

Именно по этой причине популярность и распространенность наручных часов в последнее время так резко пошла на убыль. У них появился мощнейший конкурент -сотовый телефон. Это не шутка. Сотовые телефоны сейчас есть буквально у каждого. Не только подавляющее большинство работоспособного населения повсюду носит с собой мобильники, они есть и у детей, и даже у очень пожилых людей. Представить жизнь без сотового телефона в наше время почти невозможно. Он помогает быть в курсе событий, держать связь с близкими людьми и выходить из трудных положений. Сказать нечего, нужная штука. А если учесть, что ни на одной, известной мне модели сотового телефона производители не забыли разместить такую простую функцию, как часы, этот товар самым неожиданным образом стал конкурентом часам традиционным, повсеместно вытесняя их из обихода. Действительно, зачем покупать наручные часы, если всегда можно достать сотовый телефон и посмотреть время?

- При этом лишний раз продемонстрировав окружающим модель своего мобильного.

Удобство же наручных часов по сравнению с сотовыми телефонами уже не воспринимается, как убедительный довод в пользу первых.

- «Да ну и что? Посмотреть на сотовый тоже не сложно!»

Именно поэтому наручные часы, особенно часы известных и уважаемых фирм, снова стали

- Как и в первые десятилетия своего появления.

предметом роскоши. Ведь роскошь - это не что иное, как довольно дорогая и не очень нужная в повседневной жизни вещь. Наряду с шикарной обувью и ювелирными изделиями они помогают нам выделить из толпы человека эффективного.

- Ну, или, по крайней мере, претендующего на это звание.

**Говорит о наличии следующих Атрибутов у мужчины:** *эффективность, неповторимость.*

**К положительным Артефактам можно отнести:** *качественные подделки.*

**К отрицательным Артефактам:** *полное отсутствие понятия, сколько сейчас времени.*

## 9. Ювелирные украшения (золотой перстень, цепочка)

Еще одним признаком, помогающим без труда выявить эффективного человека среди остальных, являются ювелирные изделия.

В отличие от женщин, мужчины не считают предметы из золота неременной составляющей своего туалета. Более того, многие из них с явным предубеждением относятся ко всему блестящему и безумно красивому. Причину этого понять довольно легко - у человека, как представителя животного мира, украшать себя положено самке, а не самцу. И потому список изделий из золота, которые мужчина еще может себе позволить надеть

- Не приобрести, а именно надеть.

гораздо короче, чем у женщин. Никаких бус, сережек

- Если только вы не хотите подчеркнуть собственную индивидуальность. Используется очень осторожно и продуманно, подобные украшения способны навсегда уничтожить ваш авторитет.

браслетов, брошек, колечек и заколок для волос. Исключительно золотые часы, цепи, кресты, перстни и иногда запонки. Пожалуй, все.

В отличие от женщин, мужчины используют золото не для украшений. Как я уже упоминал, украшать себя должна женщина. Для мужчин золото - всегда способ подчеркнуть свой ранг, повысить социальный статус и выразить претензии на лидерство. Чем толще цепь,

чем тяжелее распятие, чем дороже часы, тем выше в социальной иерархии находится мужчина.

Подобные иерархические отличия чаще приняты в коллективах и обществах с сильной конкуренцией и постоянной борьбой за выживание.

- Банды и прочие криминальные структуры, неблагополучные районы. Компании «реальных» парней

В более спокойных местах золото не выполняет такой функции.

**Говорит о наличии следующих Атрибутов у мужчины:** *эффективность, мужественность, неповторимость.*

**К положительным Артефактам можно отнести:** *сравнительно дешевые золотые изделия: тоненькие цепочки, перстни из золота низкой пробы и пр.*

**К отрицательным Артефактам:** *если вокруг все мужчины, кроме вас увешаны золотом.*

## 10. Пластиковые карты

Долгие годы люди в нашей стране получали представление о пластиковых картах лишь по зарубежным фильмам. В тот момент, когда герой фильма доставал из портмоне и передавал официанту или продавцу в магазине вместо наличных денег кусочек прямоугольного пластика, мы с удивлением приоткрывали рты и, толком ничего не понимая, делали однозначный вывод - это круто.

С годами сведения о пластиковых картах просочились и в нашу жизнь. А в последние годы многие предприятия начали даже выдавать с их помощью зарплату своим работникам. Но их крутость от этого до сих пор не снизилась. Даже те, кто получает зарплату таким образом, используют карту лишь для того, чтобы снять наличность из банкоматов. Тех, кто расплачивается ею в магазинах и ресторанах, несмотря на предоставляемые таким людям во многих местах скидки, все еще считанные единицы.

Пластиковая карта в действии - это свидетельство того, что ее обладатель человек продвинутый - раз. Тот факт, что он не обналичивает все деньги говорит о том, что он покупает все необходимое не только на базарах - два. И деньги у него однозначно есть - это три.

Особым уважением пользуется у окружающих человек, у которого не одна, а несколько пластиковых карт. Это однозначно свидетельствует о том, что пластиковую карту ему не выдали на работе.

**Говорит о наличии следующих Атрибутов у мужчины:** *эффективность, мудрость.*

**К положительным Артефактам можно отнести:** *пластиковая карта, с помощью которой всегда можно снять деньги из банкомата.*

**К отрицательным Артефактам:** *противоположных по действию Артефактов мной не найдено.*

## 11. Сотовый телефон последней модели

Рассказывая о наручных часах, я уже касался темы сотовых телефонов. Причин их чрезвычайной популярности и распространенности среди населения. Думаю, не ошибусь, если скажу, что мобильные телефоны есть более чем у половины людей в нашей стране. Разговоры по телефону многим из них заменили реальные встречи, упростили обмен новостями и сделали возможным поддержание постоянного контакта с близкими. И это хорошо.

Но благодаря своей повсеместной распространенности сотовый телефон приобрел и еще одну важную функцию - функцию индикатора социального статуса человека.

Вы никогда не задумывались над причинами столь быстрого морального устаревания моделей телефонов? Не успели производители снабдить их цветным дисплеем и полифонией, как тут же появились новые навороты: WAP, инфракрасный порт, GPRS, MMS, Bluetooth. Телефоны стали легче, тоньше и изящнее. В них встроили цифровую камеру. Разрешение экрана и фотоаппарата стало выше, количество цветов больше. А в последнее время телефоны и вовсе превратились в карманные компьютеры. И это при том, что большинство людей до сих пор пользуются всего лишь одной - двумя их возможностями

- Непосредственно мобильной связью и передачей смс-сообщений.

Вы не задумывались почему? Почему люди не довольствуются своими старыми аппаратами, а каждый раз стремятся сменить их на более новую модель? С кучей ненужных именно им функций.

Да потому что телефон, повторяю, приобрел

- Не без помощи рекламы, конечно.

еще одну важную функцию - функцию индикатора социального статуса человека. Ходить в наше время с черно-белой моделью телефона, едва помещающейся в кармане брюк, без встроенной кириллицы, фотоаппарата и полифонии, значит расписаться в собственной неэффективности, излишней консервативности и безамбициозности. А это для мужчины просто неприемлемо.

Чем круче телефон, чем красивее музыка, льющаяся из динамиков и больше дополнительных функций, тем более эффективным воспринимается окружающими его обладатель.

**Говорит о наличии следующих Атрибутов у мужчины:** *эффективность, неповторимость.*

**К положительным Артефактам можно отнести:** *не самый новый и не самый дорогой, но красивый внешне телефон.*



**К отрицательным Артефактам:** *Телефон с черно-белым экраном, едва помещающийся в кармане брюк, без встроенной кириллицы и полифонии. Лучше не показывайте его никому*

## 12. Элитные вина и коньяки

Одним из самых волнительных моментов во взаимоотношениях между мужчиной и женщиной является момент, когда она впервые приходит к вам в гости. Я знаю, с каким нетерпением и волнением мужчина ждет его. Но уверяю вас, девушка волнуется не меньше. От этого вечера зависит так много в их дальнейших взаимоотношениях, что по значимости он уступает лишь первому впечатлению. А потому, если вы человек умный, вы сделаете все, чтобы этот вечер запомнился ей только с хорошей стороны и показался самым прекрасным и самым необычным вечером в ее жизни. Наведете порядок дома, приготовите вкусный ужин, зажжете свечи и поставите на стол самое лучшее вино.

Кстати о винах. Вы уже знаете, что предпочитает ваша дама? Сухое, полусладкое, десертное? Красное, белое? А может быть ей больше по вкусу коньяк? Джин-тоник? Шампанское? Мартини? Это немаловажная деталь. Вы сами как себя будете чувствовать, если вас начнут поить тем, что вы не любите?

Если вам давно известны ее предпочтения, прекрасно. Можно взять котомку и сбегать в ближайший супермаркет непосредственно перед ее приходом. А если нет? Звонить и интересоваться? Наверное, можно. Но не слишком солидно. Мужчина, который не может принять самостоятельно решение уже в первые дни знакомства, не наберет очки. Так же, как тот, кто примет его неверно. Но есть лучший выход.

- Гораздо эффективнее предварительно, за много дней до этого

Поэтапно, чтобы не было слишком накладно.

заполнить свой бар лучшими, самыми элитными сортами алкоголя. Предусмотрев любой вариант. А когда придет момент, распахнуть его дверцы перед своей женщиной и будничным тоном поинтересоваться: «Что будешь пить? Мартини, шоколадный ликер, бардо урожая 1861 года?». Уверяю вас, полученный эффект превзойдет все ваши ожидания и разом оправдает усилия и средства, потраченные на поиск, подбор и покупку алкоголя.

- Если женщина не сможет определиться в выборе спиртного сама, она всегда может сказать: «На твой вкус». Но даже в этом случае в ее памяти останется факт: выбор у нее был.

Женщина сможет выбрать именно то, что любит. Причем, лучшее из этого. А тот факт, что вы сумели ей угодить, не утомляя перед этим расспросами, добавит вам очков. И если вы не испортите это впечатление какими-нибудь явно радикальными действиями, она расслабится, и в этот вечер будет чувствовать себя спокойно и уютно рядом с вами. А такое не забывается. И такими заботливыми, необычными мужчинами не разбрасываются.

**Говорит о наличии следующих Атрибутов у мужчины:** *эффективность, заботливость, неповторимость.*

**К положительным Артефактам можно отнести:** *бутылка любого хорошего вина.*



**К отрицательным Артефактам:** *готовность сбежать в ларек, купить бутылку, пока девушка ждет дома. Настойчивые попытки напоить даму алкоголем, который она не принимает. Неприкрытое желание скорее перейти на более крепкие напитки.*

### 13. Фотография любимой девушки на рабочем столе

Не секрет, что многие женатые мужчины предпочитают не носить обручальные кольца. Чем они это объясняют, не важно: боязнью потерять его, особенностями работы

- Когда кольцо можно ненароком поцарапать или зацепить им что-нибудь.

или жарой - это однозначно делает его более доступным для женских интриг. Поскольку вместе с кольцом снимает с него и метку: «Я занят». А женщины, не обнаружив его на мужчине, воспринимают такой знак, как разрешение пустить в ход собственные чары.

- Что многим мужчинам и надо.

При этом парня, который еще не вступил в законный брак, посторонним вычислить среди одиноких бывает и вовсе невозможно. До подобной маркировки женщины еще не додумались.

В такой ситуации действия мужчины по исключению себя из брачных игр воспринимаются его девушкой тем более положительно. Как явное свидетельство его надежности и верности.

Одним из таких действий можно считать размещение мужчиной на рабочем столе в офисе фотографии любимой девушки. Конечно, этот предмет не сравнится с обручальным кольцом. Но девушкам, которые находятся рядом,

- Работают вместе или заходят по работе к этому мужчине.

так же однозначно, как и кольцо сообщает: «Мужчина занят. И, похоже, ему это нравится».

Зайдя к нему в офис, и, случайно обнаружив такое непосредственное свидетельство любви и надежности, его девушка будет приятно поражена. Но это не главное, главное, что она начнет ему больше доверять и меньше ревновать к коллегам по работе. Ведь если человек сам не хочет, чтобы его соблазнили, кому это удастся?

**Говорит о наличии следующих Атрибутов у мужчины:** *надежность.*

**К положительным Артефактам можно отнести:** *фотографию любимой девушки, вывешенную дома.*

**К отрицательным Артефактам:** *просьбы не заходить на работу, назначение встреч исключительно подальше от места работы и дома. Постоянные не ответы на телефонные звонки*

### 14. Гостевой зонт

Если человек вызывает у окружающих только приятные эмоции, если общаться с ним одно сплошное удовольствие,

- А вы ведь такой?

они непременно будут стремиться делать это как можно чаще. Звать его на встречи, приглашать в гости и в гости к нему ходить. И в этом случае

- Хотя и не обязательно только в этом.

обстоятельства рано или поздно непременно создадут условия, при которых они смогут узнать его намного лучше и совсем с другой стороны, чем при общении обычном.

Одной из таких возможных ситуаций является внезапный дождь, заставший ваших гостей врасплох. Если он только слегка побрызгал и прошел еще до того, как ваши друзья засобирались домой, беды никакой нет. Никто и не заметит. А если дождик не дождик вовсе, а какой-то тропический муссон, надолго обложивший все небо? А ваши знакомые, словно назло, забыли зонт? Дела немного хуже.

Если в этот момент вы успокоите гостей сообщением, что у вас специально на этот случай припасен гостевой зонт, который они могут взять, за вами надолго закрепится слава заботливого и предусмотрительного человека.

**Говорит о наличии следующих Атрибутов у мужчины:** *заботливость.*

**К положительным Артефактам можно отнести:** *свой собственный зонт. Его тоже можно отдать гостям, но при этом нелишне позаботиться о том, чтобы они его вернули как можно скорее*

**К отрицательным Артефактам:** *попытки выгнать гостей без зонта под дождь, объясняя свои действия усталостью и желанием быстрее лечь спать. В сухую постель.*

## 15. Специально купленная для нее зубная щетка

Думаю, вы в курсе, зубная щетка - это предмет личной гигиены. Никто, даже самые небрежливые люди, без особой необходимости чужой зубной щеткой пользоваться не будет. Это не только неприятно, но и, пожалуй, вредно для здоровья, поскольку способствует переносу болезнетворных бактерий от одного пользователя другому.

- Причем, неизвестно от какого какому.

И потому люди, которые по разным причинам ночуют не дома, стараются либо специально приносить свою зубную щетку в гости, либо в эту ночь зубы не чистят.

Не будем выяснять по каким таким «разным» причинам в вашем доме на ночь может остаться симпатичная девушка, но тот факт, что она в этот вечер не станет чистить зубы, думаю, никому из вас радости не принесет. Прежде, чем гасить свет и, затаив дыхание забираться под мягкое одеяло, подойдите к ней, покажите совершенно новую зубную щетку. И, достав ее из упаковки, голосом искусителя вкрадчиво произнесите: «Теперь это твоя зубная щетка. Она будет тебя всегда ждать в этой ванной».

Роскошная улыбка и свежие поцелуи, уверен, будут вам заслуженной наградой за столь заботливый поступок.

**Говорит о наличии следующих Атрибутов у мужчины:** *заботливость.*

**К положительным Артефактам можно отнести:** *дежурная упаковка жевательных резинок.*

**К отрицательным Артефактам:** *уговоры воспользоваться вашей зубной щеткой.*

## 16. Элитная мужская парфюмерия

Значение запахов в жизни людей переоценить довольно сложно. Современный человек с помощью них получает информацию о пригодности пищи и чистоте воздуха. Но изначально функций у обоняния было гораздо больше. Запахами наши предки метили собственную территорию, ориентируясь на них, могли обнаружить границы чужих владений. Ими же заявляли о готовности вступить в половую связь. И вообще всячески подключали ароматы к своему общению: выражали собственное отношение к окружающим, заявляли о претензиях на лидерство, отпугивали агрессоров и привлекали партнеров.

- Привычка принюхиваться к чужому телу досталась нам именно от предков.

Не буду сильно углубляться в особенности биохимии, скажу лишь, что наше тело, не переставая, выдает в атмосферу целый букет сведений о нас. О нас и о тех процессах, что внутри нас происходят. Каждое наше состояние сопровождается своими, присущими только ему запахами.

Страх, возбуждение, похоть, презрение и ненависть - уверен, сознательно вы будете не в состоянии идентифицировать их ароматы. Я тоже. Но это еще не значит, что мы на них не реагируем. Большинство подобных реакций проходит без нашего участия. Запахи исследуются подсознанием. А те выводы, что подсознание нам предоставляет, накладываются на остальные сведения о человеке. И часто необъяснимым образом корректируют наше к нему отношение.

Так иногда мы опасаемся человека, несмотря на то, что он ничего особенного не делает и внешне ведет себя довольно миролюбиво. А иногда нас жутко тянет к женщине, которая буквально по всем параметрам нам не подходит. Это как раз и есть признак того, что в наши сознательные выводы подсознание добавило собственные. Сообщило, что мужчина слишком агрессивен, а женщина сексуально возбуждена. Не стану утверждать, что делаются подобные выводы исключительно на основании анализа запахов. Но то, что и их тоже подсознание исследует, я уверен.

Но кроме ароматов эмоций, тело сообщает нам и о своем здоровье. И эти запахи мы с вами при желании определить сможем гораздо проще. Возможно, не все знают, как пахнет здоровое, полное сил тело человека. Но как пахнет больное, знает подавляющее большинство людей. Запах болезни - дурной. Нас от него воротит. Откуда бы он ни шел: от ног, изо рта или из подмышек - он явно свидетельствует о нездоровье. А нездоровый человек быть сексуальным, как мы помним, не может.

Другая сторона этой медали - тот от кого пахнет хорошо, тот, чьи ароматы хочется вдыхать еще и еще, скорее всего, здоров и сексуален. И именно в этом практическая польза парфюмерии - создание сексуальной привлекательности.

Как заявил мне недавно один знакомый доктор: «Нет в наше время людей здоровых, есть люди необследованные». Не думаю, что дело обстоит так плохо. Но зерно истины в этом афоризме, скорее всего, присутствует. Но если и правда абсолютно здоровых людей нет, это ведь еще не значит, что человечество, как вид должно с планеты исчезнуть? Конечно, нет. Есть способы преодолеть негативное влияние запахов.

Кроме сознательного блокирования подсознательных выводов,

- Когда мы по разным причинам специально не обращаем внимания на некоторые признаки асексуальности партнера.

природу можно еще и обмануть.

- Если, конечно, еще не все запущено.

И парфюмеры всего мира нам в этом помогают. Одеколоны, лосьоны после бритья, шампуни, туалетная вода и дезодоранты не просто помогают избавиться тело от вони, но и наделяют его любым ароматом по нашему выбору. Есть парфюмерия с резковатыми запахами, для непритязательных мужчин. Есть с тонкими, изысканными ароматами для утонченных джентльменов. Есть сладковатые, фруктовые, аппетитные, свежие, дурманящие - выбирай то, что тебе по душе.

Таким образом, если вы пользуетесь не второсортными дешевыми подделками, у вас есть шанс не только блокировать с помощью парфюмерии нехорошие запахи

- Которые, даже если это всего лишь запах немытого тела, подсознательно воспринимаются окружающими, как признаки болезней.

но и подчеркнуть кроме сексуальности и некоторые другие из ваших Атрибутов.

Согласитесь, даже, если вы не больны, добавить в ваш природный запах приятных ароматов, тем самым подстегнув свою сексуальность, никогда не будет лишне.

**Говорит о наличии следующих Атрибутов у мужчины:** *сексуальность, мужественность, эффективность, неповторимость.*

**К положительным Артефактам можно отнести:** *запах чистого тела, свежее дыхание.*

**К отрицательным Артефактам:** *грязные носки, трусы, потная майка и немытое тело. Несвежее дыхание. Запах застарелого пота.*

## 17. Портмоне из натуральной кожи

Уважение к деньгам - это привычка, свойственная лишь тем, кто осознал их истинную ценность. Тем, кто научился ценить каждый полученный ими рубль. И тем, кто знает, как с этим рублем обращаться. Смею утверждать, бедные и крайне нуждающиеся

люди в это число не входят. Разве может уважать пищу тот, кто невероятно голоден? Тот, кто не ел уже без малого неделю? Способен ли он оценить искусство кулинара, насладиться оттенками и сочетаниями продуктов? Думаю, нет. Подобные смакования могут позволить себе лишь посетители дорогих кафе и ресторанов. В столовой и бистро пищу не смакуют - едят. Так же и с деньгами. Тот, у кого деньги в карманах нечастые гости, не будет особенно задумываться над тем, где их хранить.

- Разве карманов для этого недостаточно?

И лишь человек, у которого денег много, столкнется с проблемой их упорядочивания. Такому человеку понадобится портмоне. И если денег действительно много, портмоне будет непременно не из дешевых.

**Говорит о наличии следующих Атрибутов у мужчины: *эффективность*.**

**К положительным Артефактам можно отнести: *недорогое портмоне, аккуратно сложенную пачку денег*.**

**К отрицательным Артефактам: *смятые купюры, вытащенные из карманов брюк*.**

## Артефакты неявные, абстрактные

**В**иртуальные Артефакты - это понятие трудноуловимое и немного философское, но, слава Богу, не сложное.

Согласитесь, иметь все и к тому же сразу не может никто. Квартира, машина, разные побрякушки и модные шмотки - каждый из Артефактов требует отдельных усилий и времени для достижения. Даже если Вы заказываете их оптом по каталогу «Артефакты Настоящего мужчины», это все равно отнимает время, силы и средства. Причем, тем больше отнимает, чем значительнее цель. А то, что время и силы - это, к сожалению, ресурсы не безразмерные, вы знаете и без меня. Любой человек, пытающийся наполнить свою жизнь Артефактами, столкнется с необходимостью расстановки приоритетов.

- Что-то нужно взять именно сегодня, а что-то подождет и до завтра - есть вещи поважнее.

Кроме того, некоторые товары человек может не приобретать принципиально, а не потому, что не может. Просто, по его мнению, в этом пока нет необходимости.

- Если на метро он добирается на работу в 4 раза быстрее, чем на машине, то покупка автомобиля - идея не такая уж и замечательная.

То есть, отсутствие внешних Артефактов - это не всегда свидетельство отсутствия соответствующих Атрибутов.

**Совсем не одно и то же - не иметь Артефакт и не иметь возможности его приобрести.**

Абстрактные Артефакты как раз и показывают нам, каков потенциал мужчины по приобретению Артефактов внешних.

Потенциал - это не Артефакт как таковой. И он не говорит о наличии, каких бы то ни было Атрибутов. Но при этом сигнализирует о том, что подобные Атрибуты вполне могут проявиться. Либо в недалеком, либо в несколько отдаленном будущем.

- Если на то будет воля мужчины.

## 1. Приличная сумма денег

Сама по себе приличная сумма денег еще не является для окружающих Артефактом, поскольку эти самые окружающие

- Кроме личного бухгалтера, конечно.

не могут сделать выводы о доходах человека иначе, кроме как по его внешнему виду, по его покупкам и растратам.

- Прямая демонстрация внушительной стопки долларов может исправить положение лишь на некоторое время.

Другого способа нет. Только если человек покупает дорогие вещи, тратит много, а одевается исключительно хорошо, мы начинаем воспринимать его, как человека богатого. Если же он этого не делает, то мы скорее признаем его придурковатым, чем богатым. Жадным, трусливым, закомплексованным. В общем, деньги не могут быть Артефактом. Однако я не смог обойти эту тему в связи с ее исключительной популярностью среди людей.

Считается, что мужчина должен зарабатывать много. И это правильно. Если он мужчина Настоящий, он должен и зарабатывать по-настоящему. Но влияет ли величина его заработка на отношение к нему женщин? Да? В таком случае, если ваш доход велик, оденьтесь в поношенный ширпотреб, пару недель не мойтесь и не брейтесь, а после этого подойдите к симпатичной девушке и расскажите ей о величине своих заработков. Точно так же, если вы Богом обиженный бюджетник, попросите на день у знакомого миллионера Роллс-ройс или возьмите его напрокат на пару недель, оденьтесь во все импортное, красивое и дорогое и пригласите девушку на Канары.

- Водить не обязательно, просто пригласите.

Увидите, как изменится к Вам отношение. И это правда жизни.

Суть денег в том, что они дарят нам возможности. Возможности реализовывать любые свои планы, желания, фантазии. Деньги дают шансы приобрести большинство из известных Внешних Артефактов,

- Не все, конечно, но много.

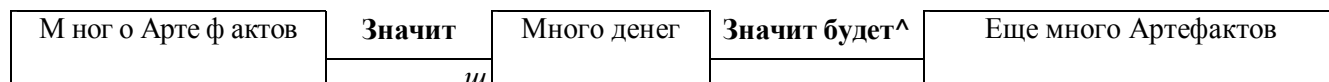
будь то собственный дом, автомобиль, дорогие часы или костюм от Versace. Кроме того, с помощью денег вы всегда сможете нанять помощника в деле приобретения и наработки поведенческих Артефактов - имиджмейкеров, практических психологов и спортивных тренеров.

Не говоря уже о том, что постоянно находящаяся в кармане плотненькая пачка баксов способна кардинальным образом изменить ваше самоощущение и без всяких помощников.

Без денег же приобретение Внешних, а часто и Поведенческих Артефактов практически невозможно.

Именно количество и частота демонстрации различного рода Артефактов приводит окружающих к мысли, что у вас денег много. А раз их много, значит приобрести остальные Артефакты вы тоже сможете. Со временем.

И вот тогда деньги уже сами по себе становятся Артефактом.



**Рис. 4 Работа Абстрактных Артефактов**

Сами деньги свидетельствуют лишь о вашей эффективности. И только. Но их наличие делает возможным развитие любого другого Атрибута. В то же время отсутствие наличности ограничивает вашу маневренность, как ни что иное.

**Говорит о наличии следующих Атрибутов у мужчины:** *сексуальность, мужественность, сила воли, эффективность, обаяние, неповторимость, заботливость, оригинальность.*

**К положительным Артефактам можно отнести:** *демонстрация того, что вы знаете себе цену и за гроши работать не собираетесь.*

**К отрицательным Артефактам:** *привычка жить в долг, жаловаться на низкие зарплаты, на отсутствие возможностей и перспектив.*

## 2. Хорошие связи

Как я уже писал, время - ресурс ограниченный. Разбазаривать его без пользы могут лишь люди безответственные и бестолковые. Те же, кто стремится в жизни сделать что-то стоящее,

- И делает.

относятся к нему с бережливостью смертельно больного.

- Каждая секунда, словно последняя.

Они занимаются только важными делами, ходят только на интересные мероприятия и общаются только с нужными людьми. И никак иначе. Чем значимей и успешней человек, тем реже он отступает от этого правила. А потому знакомства таких людей за редким исключением ограничиваются кругом их интересов.

У певцов, композиторов и музыкальных продюсеров это деятели шоу-бизнеса. У бизнесменов - поставщики, клиенты, чиновники и руководящие работники их бизнеса. У участковых - малолетние преступники.

А потому тем более значимо, если в круг их общения случайно или не очень попадаете и вы.

«Один в поле не воин», гласит народная мудрость и с этим трудно не согласиться. Знать всех людей, уметь делать все, обладать всеми возможностями не может никто. Даже сильные мира сего - олигархи и президенты опираются в своих действиях на команду. Потому что возможности одного, каким бы сильным и важным он ни был, довольно ограничены. Возможности же хорошо сплоченной и организованной команды ничем не лимитированы.

Кто-то может одно, но не в состоянии справиться с другим - зато его знакомый напротив, хорошо справляется именно с этим. Кто-то знает одних людей, другой имеет выходы на других, третий - на третьих. Два человека могут вдове больше, чем один, а трое - в десять. И в этом смысл и предназначение любой группы поддержки. Если у мужчины есть хорошие знакомые, значит, скорее всего, у него есть хорошие возможности. А о возможностях мы уже говорили, когда рассматривали деньги.

Помните, еще одна народная мудрость: «Скажи мне кто твой друг, и я скажу кто ты»? Оценивая ваших друзей, товарищей и просто знакомых, их внешние и поведенческие Артефакты люди делают вывод в том числе и о вас. Чего вы стоите, если тратите время на общение с такими людьми, а эти люди, в свою очередь, тратят время на общение с вами.

- Если ваше окружение - сплошь раскоченные братки, вы тоже будете восприниматься не как слизняк. Если бизнесмены на Мерседесах и БМВ - скорее всего вы тоже человек достаточно эффективный.

Окружающие делают вывод о наличии у вас хороших связей: непосредственно наблюдая за вашим общением, видя фотографии, развешанные на стенах и, получая информацию из ваших слов.

- «Встречался я вчера с губернатором. Ну, выпили, поговорили о бабах...»

**Говорит о наличии следующих Атрибутов у мужчины:** *мужественность, сила воли, эффективность, надежность, обаяние, оригинальность.*

**К положительным Артефактам можно отнести:** *просто широкий круг знакомств.*

**К отрицательным Артефактам:** *мрачность, нелюдимость, надпись: «Сашка - козел, лох и сволочь» возле вашей двери.*

### 3. Высокий социальный статус

Высокий социальный статус или, говоря иначе, ваш ранг говорит о многом. О том, насколько вы уверены в себе, о том, насколько деятельны, агрессивны, устойчивы в конфликте и как успешны. Каков ваш потенциал и насколько радужны перспективы.

Он может отмечаться разными способами - должностью,

- Генеральный директор

профессией,

- Прокурор



принадлежностью к классу.

- Бизнесмен

Причем ваш статус тем выше, чем выше вы по социальной лестнице.

- Главнее должность, значимей профессия, успешней бизнес.

Почему так, думаю понятно каждому. Статус дает деньги, льготы, связи и возможности. А потому, чем теплей местечко, тем больше желающих его занять. И тем ожесточеннее борьба за него. В ход идут любые средства: и клевета, и ложь, и намеки, и предательства, и прямые вызовы - все что угодно, лишь бы убрать с дороги конкурента. И если конкурентам это не удастся, если мужчина оказывается сильнее, умнее и хитрее остальных, это уже само по себе говорит о его внутренних качествах. О его Атрибутах.

**Говорит о наличии следующих Атрибутов у мужчины:** *мужественность, сила воли, эффективность, обаяние.*

**К положительным Артефактам можно отнести:** *популярную профессию.*

**К отрицательным Артефактам:** *отсутствие специальности, отсутствие призвания, отсутствие интересов и целей.*

## Поведенческие Артефакты

**К**огда в главе о Внешних Артефактах я писал о том, что они являются и более ясными для окружающих и более достижимыми по сравнению с Поведенческими, я не имел ввиду, что они их важнее. Скорее, даже наоборот. И намного.

Все мы с вами отлично понимаем, что приобрести Внешние Артефакты можно различными путями: получить в наследство, выиграть в лотерею, украсть, отобрать, выпросить и даже взять напрокат у собственной жены. А вот наличие или отсутствие Поведенческих Артефактов - это всегда заслуга или вина самого человека. Он либо сумел развить в себе необходимые качества, либо не сумел.

- Не захотел.

И если девушка думать умеет и любит, она в первую очередь оценит в мужчине именно эти Артефакты.

**Наличие или отсутствие Поведенческих Артефактов - это всегда заслуга или вина самого человека.**

Хотя все же замечу - если мужчина в действительности обладает Атрибутами Настоящего мужчины, а не просто умело притворяется, они его непременно приведут к приобретению Артефактов и Внешних.

- Если только мы имеем дело не со святым, не с аскетом и не добровольным нищим. Но это уже другая тема.

К Поведенческим Артефактам относятся ваши поступки, серии поступков и привычки. Вот некоторые из них:

## 1. Принятие своевременного и мудрого решения

При подготовке данной статьи я уделил некоторое время опросу женщин и девушек на тему: «Какое качество наиболее сильно отличает Настоящего мужчину от остальных?». И знаете, какие результаты мной были получены? Большинство девушек поставили на первое место такое важное качество мужчины, как «Умение принимать решения».

Не знаю почему это так. То ли за тысячелетия патриархата женщины разучились эти самые решения принимать самостоятельно и теперь упорно ждут пока мужчины привычно возьмут ответственность на себя, то ли просто это уловка такая,

- Если все получится, будет хорошо обоим, если нет - виноват будет исключительно он.

но это факт. Право и обязанность принимать решения в особо сложных ситуациях оставлено за мужчиной. Думаю, это хорошо, как для мужчины, так и для женщины. Причем, если он с этой обязанностью справляется успешно - он мужчина Настоящий. А если нет... ну, может быть когда-нибудь.

Вычислить наличие этих Артефактов у мужчины совсем несложно - наблюдайте за его поступками. Принимает ли он решения или оставляет это право за женщиной и другими мужчинами? Сам справляется со сложной ситуацией или ждет помощи неизвестно откуда? Участвует в разрешении проблемы или сидит, сложа руки?

- Мол, а чего ты от меня хочешь, чтобы я сам вкручивал лампочку?

Наличие данного Артефакта довольно сложно имитировать. Но еще сложнее скрыть его отсутствие. Вы либо умеете принимать решения и принимаете их, либо нет и нет.

**Говорит о наличии следующих Атрибутов у мужчины:** *мужественность, сила воли, эффективность.*

**К положительным Артефактам можно отнести:** *принятие решений, пусть и не всегда мудрых.*

**К отрицательным Артефактам:** *безволие, безынициативность, постоянные вопросы: «Что будем делать?».*

## 2. Уверенная походка

Осмысленная речь или способность рассуждать абстрактно - это одно из главных отличий человека разумного от остальных животных. Речь - это то, что делает нас исключительными. С помощью нее мы передаем друг другу информацию,

- О себе, о людях, об окружающем мире.

озвучиваем мысли, делимся планами, высказываем предположения. Однако хорошо это или плохо, но одними только словами способы передачи информации не

ограничиваются. Наряду с вербальным, существует и невербальный\* язык. Его история намного дольше, чем история развития речи.

- Ведь разговаривать человечество научилось не раньше, чем 50 тыс. лет назад. А понимать друг друга наши предки начали еще на уровне одноклеточных. Без этого существование жизни на Земле было бы просто невозможно.

Он основательней впитался в наши гены, он усвоился на уровне инстинктов. И пусть не все мы умеем грамотно распознавать его сигналы, значение невербального языка нельзя недооценивать.

Именно поэтому совершенно естественно и обосновано несколько наиболее важных Поведенческих Артефактов берут свое начало именно в невербалике.

Прямохождение - это еще один уникальный отличительный признак человека.

- Мало кто из животных может повторить подобное и уж совсем никто не делает это постоянно.

Однако согласитесь, ходить прямо можно очень по-разному: можно размашисто мерить шагами территорию, можно уныло шаркать туфлями по полу, можно воровато перебегать с места на место. И каждый из этих способов хождения несет окружающим свою, особенную информацию. Первый, например, говорит о том, что человек уверенно чувствует себя на своей территории. Второй - свидетельствует о его подавленности и апатии. Третий - о том, что претензии у человека есть, но он сам не сильно верит в их обоснованность.

А теперь давайте разберемся, почему это так важно, как именно человек ходит.

Иерархия в животном стаде или первобытном племени строится по следующим принципам: наверху пирамиды власти находятся самые сильные и агрессивные самцы, чуть ниже - менее сильные, еще ниже - еще более слабые и почти неагрессивные (см. рис. 5). И так далее, пока, наконец, у самого основания пирамиду не завершат самые немощные и подавленные представители стада (племени). У каждого уровня власти свои права, свои полномочия и признаки. Те, кто находится на верхнем уровне,

- Альфа-самцы

занимают больше места, двигаются уверенней и с легкостью вторгаются в чужое личное пространство. Те, кто занимает уровень пониже

- Бета-, гамма-самцы и так далее.

занимают и места меньше, двигаются проще, а чужое личное пространство обычно уважают. Самые низшие самцы

- Омegi.

даже при хождении стараются занимать минимум пространства. Сутулятся, вытягивают голову в плечи и прижимают руки к туловищу. Покушения на свое личное пространство они сносят безропотно, лишь еще больше сникают и уменьшаются в размерах.

### Рис. 5. Иерархия самцов

Именно этот принцип распознавания иерархических признаков самцов на протяжении сотен тысяч лет закреплялся в подсознании, как мужчин, так и женщин. И именно по этому признаку можно безошибочно выделить из толпы альфа-самца.

- Настоящего - самого лучшего мужчину.

Если Вы ходите уверенно, спокойно и неторопливо, расправив плечи, будто делая обход собственной территории, вы будете восприниматься, как сильный, властный и достойный уважения мужчина. Если же в ваших движениях прослеживается тревожность,

- Эта территория принадлежит не вам, все вокруг враждебно, вы здесь непрошенный гость.

будто вам неуютно и беспокойно, хочется спрятаться или убраться подальше, мой вам совет - прячьтесь или убирайтесь подальше. Это самое большее, что от вас будут ожидать. Вы для окружающих ноль без палочки.

**Говорит о наличии следующих Атрибутов у мужчины:** *сексуальность, мужественность, сила воли, эффективность.*

**К положительным Артефактам можно отнести:** *легкую, беззаботную походку.*

**К отрицательным Артефактам:** *шарканье ногами, сутулость, маленькие робкие шажочки, стремление уйти с траектории движения других мужчин.*

### 3. Сильный прямой взгляд

Походка - это очень важный, но далеко не единственный иерархический признак мужчины. Взгляд относится к той же самой категории.

- Кто здесь главный?

В животном мире прямой взгляд это всегда вызов. С помощью него самцы либо выясняют отношения между собой, либо проявляют интерес к самке. Либо вызывают на бой того, кто кажется им заслуживающим унижения и поражения. А потому ни одно животное без особой цели не станет задерживать прямой взгляд на другом долго. Это опасно и нерационально.

Когда самец, заслуженно находящийся выше по иерархической лестнице смотрит в глаза тому, кто находится ниже, последний покорно глаза опускает - это свидетельство признания за первым социального статуса и главенства над собой.

- Если это происходит часто и со многими, такой самец глаза опускать привыкает, его взгляд становится испуганным, робким и подвижным.

Если же нет, если он глаза не убирает,

- Или еще круче - сам первый бросил прямой взгляд.

значит, он принимает вызов -

- Бросает его.

и тогда начинается бой. Иногда бой заканчивается победой, иногда поражением, но всегда свидетельствует о смелости и амбициях находящегося ниже на социальной лестнице. Это в любом случае не забитая, подавленная особь, а тот, кто претендует на роль вожака.

Подобное поведение, пусть и с некоторым налетом цивилизованности мы унаследовали у животных вместе с инстинктами. Как и животные с помощью взгляда мы проявляем интерес или вызываем на поединок,

- Чаще всего словесный, но не всегда.

уступаем лидерство или заявляем о своих правах. И так же, как и животные мы делаем вывод о социальном ранге человека по тому, как он смотрит.

Сильный прямой взгляд - это свидетельство смелости, силы, претензии на лидерство.

- Однако с ним лучше не переборщить. Вас должны уважать, а не бояться.

Слабый, суетливый, подавленный взгляд - свидетельство низкого ранга.

**Говорит о наличии следующих Атрибутов у мужчины:** *мужественность.*

**К положительным Артефактам можно отнести:** *добродушный, дружеский взгляд.*

**К отрицательным Артефактам:** *погруженность в себя, привычку смотреть не на собеседника, а слегка в сторону, бегающие глазки.*

#### 4. Четкий ясный ГОЛОС

Значение голоса в иерархических

- Да и не только.

поединках трудно переоценить. Рев, рык, боевой клич и вой может очень и очень многое: сплотить племя, вызвать выброс адреналина в друзьях, приступ паники и отчаянья во врагах. Он может призвать к действию, привести в оцепенение. Внушить страх и уважение. А потому не стоит обходить его вниманием.

В природе чаще всего создание, имеющее большие размеры, мощь и силу будет обладать и более сильным, громким голосом.

- Так трубный рев слона громче, чем вой домашнего кота, а лай собаки гораздо тише, чем рык тигра.

И именно поэтому многие животные спасаются бегством, слышав чей-то рев, еще до того, как увидят его обладателя.

- К чему зря рисковать?

То есть правило работает в обратную сторону - тот, у кого голос громче, предположительно сильнее и больше в размерах. Разумеется, это не всегда так, но воспринимается это часто именно таким образом.

Если же несоответствие оказывается особенно заметным,

- Громкий голос маленького щуплого создания.

это серьезный повод навести порядок - заставить существо шуметь меньше. А потому особи, не имеющие за собой реальных рычагов власти,

- Силы, скорости, вооружения.

стараятся вести себя тише, даже если имеют реальные резервы к усилению децибелов. В человеческом племени говорить громко имел право лишь альфа-самец, вожак. Остальные делали и делают это до сих пор на тон ниже. А то и просто невнятно мямлят себе под нос.

- Однако, снова предупреждаю - слишком громкий голос пугает, а не вызывает уважение.

**Говорит о наличии следующих Атрибутов у мужчины:** *мужественность.*

**К положительным Артефактам можно отнести:** *ровный мелодичный голос.*

**К отрицательным Артефактам:** *невнятная речь, тихий голос, заикание, разговор, как бы в сторону.*

## 5. Грамотная речь

Однако кроме такой первобытной характеристики речи, как голос

- Его сила и тембр.

существует и более поздний признак, появившийся с развитием цивилизации - ее стилистика.

Такова правда жизни - наше окружение в большей или меньшей степени формирует нас.

- Наши привычки, нашу речь и наши взгляды на жизнь.

То, какие слова мы подбираем для общения, то, как их произносим и каким образом выстраиваем в предложения, внимательному слушателю обязательно скажет о нашем уровне образования, о нашем образе жизни, о нашем окружении и о наших внутренних качествах.

Так грубый, неприхотливый, склонный к насилию человек и говорит соответственно - слова подбирает вульгарные, часто коверкает их до неузнаваемости, предложения строит просто, без изысков, а окончания слов проглатывает. Образованный же, обаятельный человек такого себе никогда не позволит. Он строит предложения грамотно, слова подбирает мелодичные, а произносит их просто идеально.

Таким образом, повторяю: на основании анализа вашей речи грамотный слушатель всегда может сделать вывод о ваших внутренних качествах. То есть, стилистика вашей речи - это Артефакт, свидетельствующий о каких-либо Атрибутах.

- Мужественность, мудрость, обаяние, оригинальность

Но это не все. Есть еще кое-что, касающееся речи.

Мы с вами уже вспоминали афоризм, давно ставший расхожим мнением, о том, что мужчина любит глазами, а женщина - ушами. Согласитесь, это не совсем так. Иначе любое ничтожество могло бы влюбить в себя первую красавицу, лишь расточая ей комплименты. И все же совсем не согласиться с этой фразой тоже нельзя. Поскольку слова - мощнейшее оружие в умелых руках. С помощью слов можно продемонстрировать абсолютно любой Атрибут. Как свойственный человеку, так и совсем ему не свойственный.

Так, например, несколько фраз, сказанных с сожалением, могут продемонстрировать вашу успешность, даже если все остальное свидетельствует абсолютно не в вашу пользу.

- «Я бы так хотел сейчас свозить тебя на Сицилию, полюбоваться на то, как садится солнце в голубые воды Средиземного моря. Но, к сожалению, неделю назад я вложил все средства в покупку нефтяной скважины. Поэтому в ближайшие месяц-полтора у меня не будет ни времени, ни средств на такую поездку»

Один телефонный звонок способен надолго закрепить за вами славу мужественного человека.

- «Поздравь меня, милая, я стал абсолютным чемпионом города Урюпинска по ашихаракатэ!».

А мимоходом брошенное замечание разрекламирует вашу сексуальность гораздо лучше, чем дюжина каких-нибудь других Артефактов.

- «Представьте, Сашка мне признался, что чаще четырех раз в сутки сексом заниматься не в силах. И откуда берутся такие слабаки?»

С помощью слов можно продемонстрировать любой Атрибут. И хоть создание собственного имиджа исключительно с помощью подобной саморекламы недолговечно, сама эта возможность уже демонстрирует нам ее эффективность. А уж если ваши слова подкрепляется еще и другими Внешними и Поведенческими Артефактами, то их эффект увеличивается стократно.

**Говорит о наличии следующих Атрибутов у мужчины:** *сексуальность, мужественность, силу воли. Эффективность, надежность, заботливость. Обаяние, мудрость, неповторимость.*

**К положительным Артефактам можно отнести:** *простой, понятный всем язык.*

**К отрицательным Артефактам:** *невнятная сбивчивая речь, неумелое вранье.*

## 6. Комфортное поведение в конфликте

Конфликт - это своеобразная проверка подлинности демонстрируемых мужчиной Артефактов.

Не важно, как смело и красиво вы ходите в обыкновенной жизни, как громко говорите и сколь много у вас спортивных медалей висит на стене. Если при всем при этом вы на самый простой наезд не можете ответить достойно

- **Теряетесь, уменьшаетесь в размерах и уступаете нападающему**

все ваши Артефакты могут охарактеризовать вас, в лучшем случае, как хорошего актера. Не больше. На конфликт надо уметь ответить достойно.

Это, однако, не говорит о том, что на каждый наезд надо реагировать кулаками.

- Так никакого здоровья не хватит.

Скорее даже наоборот. Предпочтительнее конфликт нейтрализовать. Шуткой, смешком, словами укора или просто хмурым взглядом. Агрессора нужно нейтрализовать, а вот каким способом - это уже зависит от вас. Впрочем, как говорил Аль Капоне: «Доброе слово и пистолет сделают гораздо больше, чем просто доброе слово» - иногда надо уметь и двинуть в челюсть.

**Говорит о наличии следующих Атрибутов у мужчины:** *мужественность, обаяние, мудрость.*

**К положительным Артефактам можно отнести:** *постоянная готовность ввязаться в драку за честь прекрасной дамы, умение объяснить свое пассивное поведение в конфликте благородными намерениями, умение выставить конфликтного человека дураком без применения физической силы, одними словами.*

**К отрицательным Артефактам:** *пугливость, уступчивость, любые формы бегства от конфликта.*

## 7. Разумная организация времени

Москва не сразу строилась. И точно так же не все Артефакты можно добыть в одночасье, стоит мужчине принять соответствующее решение. Чтобы приобрести некоторые из них, необходимы дни, недели, месяцы и даже годы кропотливой и напряженной работы.



- Красивое и мускулистое тело, например.

И это не всегда плохо. Это даже имеет свои преимущества - *чем больше усилий необходимо приложить для приобретения Артефакта, тем выше его значимость в глазах окружающих.*

То есть, опять же, если у вас Артефакта нет, то это не значит, что у вас его никогда и не будет. Его просто нет ПОКА. Ставить крест на вас, как на бесперспективном человеке из-за этого и неразумно, и нерационально. И женщины и мужчины если не осознают это, то уж точно догадываются. Другое дело, что Артефакт у вас не появится из воздуха, для этого необходимо прилагать какие-то усилия.

- Ходить в спортзал, например.

А если вы этого не делаете и делать не собираетесь, помочь вам может только чудо.

То есть регулярно повторяющиеся действия по приобретению Артефакта уже сами собой являются Артефактом.

- До некоторых пор, конечно.

И вообще, некоторые ваши привычки могут охарактеризовать вас не хуже, а иногда и намного лучше любого другого Артефакта.

- Привычка 3 раза в неделю ходить на боулинг кроме всего прочего свидетельствует о вашем достатке и обеспеченности - хобби не из дешевых. Увлечение боксом и карате - о мужественности и силе воли. Вязание крючком - оригинальности.

Кроме того, у ваших привычек, как и любого другого Артефакта, есть свои признаки, которые тоже несут в себе информацию. Например, регулярность, с которой вы ей следуете, может свидетельствовать о силе воле и целеустремленности.

Как люди узнают о наших привычках? Очень просто. Во-первых, из наших слов. Во-вторых, наблюдая за нами. В-третьих, отслеживая изменения, происходящие в нас.

- Резко увеличивающиеся в объеме мышцы.

**Говорит о наличии следующих Атрибутов у мужчины:** *сексуальность, мужественность, сила воли. Эффективность, надежность, заботливость. Обаяние, мудрость, неповторимость.*

**К положительным Артефактам можно отнести:** *регулярные попытки изменить жизнь, заняться здоровьем, улучшить свое финансовое положение.*

**К отрицательным Артефактам:** *Исключительно разговоры о том, что нужно изменить жизнь, пролеживание дней напролет на диване. Опоздания*

## 8. Верность своему слову

«Мужчина сказал - мужчина сделал» - эта точная и лаконичная фраза дает нам полное представление о том, чего от Настоящего мужчины ожидают окружающие.

Исключения из этого правила нет. Или почти нет. Почему? Да потому, что невыполнение этого пункта может произойти всего лишь по нескольким причинам.

#### **Причина первая - не успел.**

Что значит «не успел»? Это значит, что какие-то другие события заняли гораздо больше времени, чем мужчина сам хотел на них потратить. Отсюда вывод - он не в состоянии контролировать события, они контролируют его и его жизнь.

#### **Причина вторая - не смог**

**В** этом случае комментарии вообще излишни. Не смог, потому что не хватило сил, терпения, мужественности, ума, обаяния. А значит, этих Атрибутов в мужчине нет. Или они очень слабо развиты.

#### **Причина третья - не захотел**

Или, говоря иначе, передумал. Типа, появились другие планы. Скорее всего, мужчина меняет планы семь раз на дню. Быть может это и свидетельствует о гибкости его ума и приспособленности к обстоятельствам, но о целеустремленности, силе воли, надежности и результативности это не говорит точно.

К тому же очень часто люди меняют свои цели потому, что столкнулись с серьезными препятствиями на пути их достижения.

- См. предыдущий пункт.

#### **Причина четвертая - забыл**

Ага! Просто так о своих обещаниях люди не забывают. Видимо, как и в случае с «не успел» в жизни мужчины происходят события, которые он контролировать не может. Которые волокут его по жизни против его воли. Забирают все его внимание и силы.

- Коих, по всей видимости, не так уж и много.

Как видите, если мужчина не выполняет своих обещаний, это всегда, повторяю - ВСЕГДА характеризует его с плохой стороны. Уж лучше эти обещания не давать.

**Говорит о наличии следующих Атрибутов у мужчины:** *мужественность, сила воли, эффективность, надежность.*

**К положительным Артефактам можно отнести:** *«если я не уверен, что сделаю, я не обещаю».*

**К отрицательным Артефактам:** *привычку опаздывать, невыполнение взятых обязательств, панический страх что-нибудь пообещать.*

### **9. Умение сказать «Нет»**

Обостренное нежелание обидеть окружающих людей - это почти всегда признак низкорангового, слабого мужчины.

- Омеги.

Угодить всем невозможно. И Настоящий мужчина это прекрасно знает. Кто-то ждет от тебя одних поступков, кто-то других, третий вообще желает, чтобы ты убрался прочь как можно скорее. Всем угодить нельзя. Многие женщины, подловив вас на желании не обидеть их, от раза к разу будут все ужесточать свои претензии до тех пор, пока окончательно не сведут вас с ума. Причем сделают они это не по злобе душевной, а просто так, из любопытства.

- До каких пор он сможет опуститься?

Я не говорю о том, что делать приятное людям и заботиться о них нельзя. Что нужно грубить, хамить, чихать на чужие интересы. Нет. Но если вы, точно зная, как поступить нужно, ведете себя в угоду другим иначе - вы слабак, приспособленец и мужчина ненастоящий.

Таким образом, мужчина, который обычно предпочитает

- В разумных пределах.

свои интересы интересам чужим, будет восприниматься окружающими, как сильная, уверенная в себе личность.

- Ему нет необходимости заботиться о вашем расположении, он сможет прожить и так. Предположительно это потому, что он крут.

Если к тому же он отказывает не грубо, деликатно, с легким сожалением в голосе, это кроме всего прочего не оставляет чувства обиды в сердцах. Только уважение.

**Говорит о наличии следующих Атрибутов у мужчины:** *мужественность, сила воли, эффективность.*

**К положительным Артефактам можно отнести:** *умение показать другим, что их просьбы не в ваших интересах, но ради дружбы вы готовы пойти на жертвы, с них причитается. 10 секунд на размышления перед тем, как сказать «да».*

**К отрицательным Артефактам:** *«Как скажешь, дорогая». Ведомость, покорность.*

## 10. Красивый танец

Не могу с определенностью сказать вам, почему для женщин так важно знать, насколько хорошо мужчина танцует.

- И танцует ли вообще.

Но факт остается фактом - для них это важно. Думаю, корни интереса к этому виду искусства кроются в далекой древности, когда сама возможность образования пары самец-самка напрямую зависела от того, насколько точно и насколько изящно один из них исполнит ритуал брачного танца.

- Стоило самцу или самке хоть как-то дискредитировать себя в момент исполнения брачного танца и интерес к нему охладевал почти мгновенно.

Насколько это рационально, не нам судить, но, по всей видимости, эту программу отбора лучшего партнера

- Точно так же, как и многие другие.

человечество не выбросило за ненадобностью под давлением эволюции, а оставило про запас. Как одну из возможных, проверенных тысячелетней историей стратегий.

Мы с вами уже говорили о том, насколько важен невербальный язык, который люди транслируют вовне. Анализируя его, мы получаем более 80% информации о человеке. А танец можно рассматривать, как концентрированный выброс подобной информации. С помощью танца мужчина может показать, как хорошо он владеет собственным телом и насколько высока его энергетика.

- Сексуальность.

Проявить свой темперамент и уровень агрессии. Продемонстрировать уверенность в себе и навыки владения пространством.

- Мужественность.

Обозначить особый интерес к женщине и готовность к сексуальному контакту. Засвидетельствовать заботу о партнерше, внимательность к ней и отметить согласованность их темпоритмов.

- Обаяние, заботливость и сексуальность.

Кроме того, с помощью танца можно показать собственную оригинальность и разностороннюю развитость.

- Мудрость и неповторимость.

**Говорит о наличии следующих Атрибутов у мужчины:** *сексуальность, мужественность, сила воли, эффективность, заботливость, обаяние, мудрость и неповторимость.*

**К положительным Артефактам можно отнести:** *Любовь к танцам.*

**К отрицательным Артефактам:** *«Я не танцую, нет-нет». Зажатость, неуверенные, несогласованные движения, плохой танец, неразвитая пластика, испуганные глазки в момент танца.*

## 12. Изысканный подарок

Значение подарков во взаимоотношениях полов трудно переоценить. Как один из наиболее значимых языков любви подарки дают понять партнерше, что она вам как минимум интересна,

- Вы проявляете к ней сексуальный интерес.

вам для нее ничего не жалко,

- Вы щедры

ее нужды, заботы и желания вам безразличны.

- Внимательны.

То есть, даря подарки, вы подтверждаете свою сексуальность, обаяние, заботливость, эффективность и

- В зависимости от подарка

неповторимость. А если вы дарите подарок с намеком на долгие отношения

- Стиральную машину.

то и надежность.

Надо отметить, что чем дороже, продуманней и оригинальней подарок, тем лучше он свидетельствует в вашу пользу.

**Говорит о наличии следующих Атрибутов у мужчины:** сексуальность, эффективность, обаяние, заботливость, надежность, мудрость и неповторимость.

**К положительным Артефактам можно отнести:** какую-нибудь безделушку на праздник. Все же внимание.

**К отрицательным Артефактам:** Жадность, избирательная забывчивость на праздники. «Пока не заслужила»

### 13. Признания в любви

Согласитесь, самый волнительный, самый запоминающийся и радостный момент взаимоотношений между двумя любящими друг друга людьми - это признание в любви. Оно словно волшебное заклинание в мгновение ока переводит отношения на новый уровень. Делает их более радостными, близкими и доверительными. Признание в любви - это бальзам для души, благая весть, которая надолго прогоняет тоску, страх и одиночество из сердца. Мне жаль тех людей, которые лишают себя такого счастья - иметь возможность хоть раз в жизни его произнести.

- Некоторые мужчины умудряются сделать предложение девушке, так и не сказав ей о любви.

Не буду утомлять вас долгими, подробными объяснениями того, почему современному мужчине бывает так неловко, так сложно вымолвить это простое словосочетание.

- О своих сложностях вы знаете и без меня.

скажу лишь, что редко кто из людей их говорит без особой, тщательной подготовки и хладнокровного обдумывания. Для людей первое признание в любви - это всегда таинство.

Но если первое признание большинство мужчин все же говорит своим избранницам, то с будничными, ежедневными словами любви дело обстоит еще хуже. Редко кто делает их своей обычной практикой. А зря.

Признания в любви не просто делают приятно вашей любимой. Они скрепляют брак, делают отношения теплей, свидетельствуют о вашей верности и очень-очень часто вызывают в ответ признательность и нежность.

Советую вам делать их как можно чаще. А чтобы они не превратились в банальность, добавьте немного фантазии и оригинальности. Делайте их по-разному.

**Говорит о наличии следующих Атрибутов у мужчины:** *сексуальность, обаяние, заботливость, надежность и неповторимость.*

**К положительным Артефактам можно отнести:** *взгляды, полные любви. Стандартное, но вечное: «Я тебя люблю».*

**К отрицательным Артефактам:** *«Если бы не любил, меня рядом бы не было», «Ой, да что ты начинаешь опять!» и «Ты же знаешь, я не люблю говорить на эту тему» - в ответ на ее попытки выдавить из вас признание. Оскорбления, унижения, демонстрация пренебрежения своей девушке.*

## 14. Комплименты

«Давайте говорить друг другу комплименты. Ведь это все любви прекрасные моменты» - помните эти слова из песни Булата Окуджавы? В самом деле, что такое комплименты, как не частички любви? Частички уважения, дружбы и благорасположения к человеку.

Комплименты - это самые непосредственные свидетельства симпатии, уважения, любви, признания и дружбы. А мы с вами помним, насколько нам всем необходимо время от времени удовлетворять свои потребности в них. И как мы высоко ценим тех, кто нам в этом помогает.

Комплимент, это не только похвала, не только поощрение и словесное признание успеха другого. Комплимент - это сильнейшее средство. Им вы можете помочь человеку, поддержать его в трудную минуту, усилить его переживания в минуты триумфа и надолго закрепить в нем чувство уверенности в собственных силах.

Если комплименты искренние, их не может быть много. Человек, который всегда с радостью их произносит, похож на садовника, который поливает цветы. От его слов душа расцветает, а лица окружающих начинают светиться от радости.

Давайте говорить друг другу комплименты. Ведь это все любви прекрасные моменты.

**Говорит о наличии следующих Атрибутов у мужчины:** *обаяние, заботливость, мудрость.*

**К положительным Артефактам можно отнести:** *принцип - никогда не критиковать людей.*

**К отрицательным Артефактам:** *Склонность, постоянная неудовлетворенность действиями окружающих, нездоровое стремление постоянно критиковать других.*

## Кирпичики вашей судьбы

**В**от я и описал самые значимые, на мой взгляд, Артефакты Настоящего мужчины. Но это еще не все. Есть еще кое-что, что я хочу вам рассказать в частности о Поведенческих Артефактах. Помните Афоризм: «Посеешь поступок - пожнешь привычку. Посеешь привычку - пожнешь характер. Посеешь характер - пожнешь судьбу»? Уверен, помните. Так вот, поступки и привычки - это ваши Артефакты. А характер - это ваш Атрибут. Или, вернее, набор Атрибутов.



**Рис.6. От Поведенческого Артефакта к Атрибутам**

Этот афоризм очень наглядно демонстрирует нам, как у нас появляются и закрепляются в течение жизни Атрибуты. Безусловно, мы кое-что получаем от рождения, как стартовый капитал.

- Наши гены или опыт прошлых реинкарнаций - кому как хочется.

Но это не так много, как кажется на первый взгляд, уверяю вас. Все остальное - это лишь следствие нашего поведения. Поведения, которое формирует буквально все: наше окружение, обстоятельства и нас самих. Сторонникам теории неизменности человека спешу напомнить, что в младенчестве мы были капризны и своенравны. В детстве мечтательны и беззаботны. А в юности непримиримы и принципиальны. В разные периоды жизни наш характер абсолютно разный. И это неспроста. Что делать, сама жизнь требует его изменения. Перед человеком она вдруг ставит уже совсем другие цели, чем всего несколько лет до этого. И чтобы их решить, ему надо тоже изменяться.

Точно так же, как и характер привычки не рождаются вместе с нами. Они появляются и исчезают в течение жизни. Поступки - вот те кирпичики, из которых строится судьба. И я прошу вас, не относитесь к ним легкомысленно или поверхностно. Как не относится к ним легкомысленно канатоходец в момент исполнения трюка. Ведь так же, как и у него, каждый ваш следующий поступок вполне может быть причиной, как грандиозного успеха, так невероятного провала. И если в случае ошибки циркача наверняка спасет страховка, вам может так не повести. У вас всего одна попытка для выступления в аттракционе под названием «жизнь». Научитесь следить и оценивать каждое свое действие. И только тогда

трюк будет вами выполнен безукоризненно. Но об этом, мы поговорим позже, после того, как вы пройдете еще один тест.

## Тест для работы «Мнение со стороны»

В предыдущем тесте вы получили представление о собственной самооценке. Надеюсь, полученное вами значение вас удовлетворило. Теперь пришла пора выяснить, а что же думают о вашей персоне окружающие. И на этот раз мы им задавать вопросы, как в первом тесте не будем. Согласитесь, соцопрос это не самый точный метод познания. Есть много других способов докопаться до истины. Если бы их не было, боюсь, ученые до сих пор считали бы Землю плоской, а небо твердым.

Теперь у нас есть способ измерить характер с помощью формул.

Оцените свои Атрибуты по их внешним проявлениям в Вашей жизни - по вашим Артефактам. Для этого в таблице 5 запишите все свои положительные Артефакты - предметы, окружающие вас, ваши привычки, поступки за последние дни, абстракции. В третьей графе укажите признаки этих Артефактов. В четвертой отметьте все Атрибуты, о которых данные Артефакты свидетельствуют. И если признак Артефакта является крайне умеренным свидетельством наличия Атрибута, поставьте +1, если ярко выраженным - +3.

- Надеюсь, вам не трудно будет оценить свои Артефакты по трехбалльной системе?

Приблизительно так:

Таблица 4(используйте рабочую тетрадь)

№	АРТЕФАКТ	ПРИЗНАК АРТЕФАКТА	АТРИБУТ, о котором свидетельствует	КОЛ-ВО ОЧКОВ
1	2	3	4	5
1	Машина	Импортная, роскошная	Эффективность	+3
			Мудрость	+3
2	Тело	Стройное	Сексуальность	+2
			Сила воли	+1
			Мужественность	+1

Старайтесь не упустить ни одной важной детали. Исследуйте буквально каждый уголок своего дома. Проведите перед зеркалом не меньше часа. И в долгих, глубоких медитациях восстановите события прошедшей недели. Пусть список будет длинным и детальным. Чем больше пунктов, тем точнее вывод. И если таблицы, размещенной в книге, не хватит, продолжите ее на отдельном листе бумаги.

Таблица 5 (используйте рабочую тетрадь)

№	АРТЕФАКТ	ПРИЗНАК АРТЕФАКТА	АТРИБУТ, о котором свидетельствует	КОЛ-ВО ОЧКОВ
1	2	3	4	5



А после того, как вся работа будет закончена, подсчитайте количество баллов по каждому Атрибуту. И запишите эти значения в таблицу 6.

**Таблица 6 (используйте рабочую тетрадь)**

№	Атрибут	Набранная сумма
1	Сексуальность	
2	Мужественность	
3	Сила воли	
4	Эффективность	
5	Надежность	
6	Заботливость	
7	Мудрость	
8	Обаяние	
9	Неповторимость	

Теперь у вас есть информация о том, как вас воспринимают окружающие.

Для того чтобы получить полную картину о себе, давайте отобразим результаты всех трех тестов на одном графике (используйте рабочую тетрадь). На нем одна ось координат прокалибрована от 1 до 100 - это полученные баллы.

- Если полученные в третьем тесте значения не попадут в этот диапазон, уменьшите их все пропорционально, чтобы они попали в этот диапазон. Например, разделив на 3.

А на другой оси отображены все ваши Атрибуты. Разными цветами отобразите на графике три линии: одну - прямую (первый тест) и две ломаных (второй и третий). Теперь вы видите наглядно, что в настоящий момент из себя представляете.

Насколько ваши графики близки к потолку?

К полученным результатам не стоит относиться слишком серьезно. Они лишь указывают, на каком уровне вы находитесь сейчас и что нужно в себе развить. Кроме того, по данной схеме легко отследить прогресс.

	<input type="checkbox"/> Тест 1 "Кто ты?"
	<input checked="" type="checkbox"/> Тест 2 "Самооценка"
	<input type="checkbox"/> Тест 3 "Мнение окружающих"

## Глава 3. Как стать Настоящим мужчиной

### Создание собственного образа через Артефакты

Уважаемый читатель, если вы внимательно прочитали все то, что я написал до этого места, если честно выполнили задания по всем трем тестам и если вы относитесь к представителям мужской половины человечества, я думаю, вы уже и без меня поняли, что вам необходимо делать - пора окружать себя Артефактами Настоящего мужчины.

Оглянитесь вокруг. Что Вас окружает? Какие Артефакты? И о каких Атрибутах они свидетельствуют? Все ли так хорошо, как хочется или же нет? Как относятся к вам женщины? А каково отношение мужчин? Впрочем, согласитесь, как бы хорошо ваши дела не шли, никогда не помешает, если они станут идти еще лучше. Займитесь созданием собственного имиджа.

**Как бы хорошо ваши дела ни шли, никогда не помешает, если они станут идти еще лучше.**

Вряд ли все ваши Атрибуты развиты в равной степени. Как и у любого другого. Одни качества более заметны, другие меньше. Одни отлично наработаны за многие годы, а другие находятся еще в самом зачаточном состоянии. Вопрос лишь в том, какие. Какие внутренние качества Настоящего мужчины вы сумели воспитать в себе, а о каких еще даже не задумывались? Какие Атрибуты вам привычны, а какие вызывают внутренний дискомфорт? Какие хочется применять и применять как можно чаще, а от каких в душе рождается яростный протест?

Это забавно, но некоторые люди считают, что именно в этом положении вещей и заключена их индивидуальность. В неизменности мозаики, в балансе внутренних качеств. Многие просто уверены, что потеряют себя, поменяй они хоть что-то в имеющейся картине плюсов и минусов. Мол, да, я слабый, безвольный человек. Но что поделать, я - это я. Таким меня создал Господь. Бессмысленно спорить с судьбой.

Бред! Полный бред. Тогда, если следовать этой логике, получается, что Господь нас создал беспомощными, не умеющими передвигаться иначе, чем ползком, питающимися исключительно грудным молоком и понятия не имеющими об осмысленной речи? Неверующими, неспособными на добрые дела и акты самопожертвования? Давайте тогда перестанем расти, учиться, совершенствоваться, если это так.

Внутренние качества - это всего лишь предрасположенность к некоторым стратегиям поведения. Только и всего.

Мы с вами уже говорили о том, что причиной, вызывающей появление Атрибутов являются поступки. Так вот, от раза к разу повторяющиеся действия приводят к появлению привычек. А ряд схожих привычек закрепляются в образ жизни и приводят к появлению предрасположенности к определенному стилю поведения.

Так, например, мужчина вместо того, чтобы как обычно пойти с друзьями в пивную, вдруг отправляется на курсы, подготавливающие будущих предпринимателей. С этого дня он каждый вечер проводит за компьютером, ища в Интернете информацию, составляя бизнес-план, прорабатывая детали функционирования своей будущей фирмы, и, зарабатывая полезный опыт.

- Он эффективен? Нет, пока что нет. Всего лишь очень волевой человек.

Через некоторое время парень регистрирует предприятие, набирает персонал и начинает кипучую деятельность. Каждодневную деятельность по захвату рынка.

- Ну а сейчас он эффективен? Нет, тоже нет. Пока что только смел.

Еще через некоторое время фирма выходит на самоокупаемость, а после и вовсе становится прибыльной.

- А вот теперь он эффективен.

И с этого момента все его действия, приведшие к успеху, воспринимаются уже несколько иначе. Как те самые кирпичики судьбы. Составляющие Атрибута Настоящего мужчины. Отныне, если жизнь не сломает его, если он сам не изменит своему стилю жизни, он эффективен. Это в его характере. Тысячи поступков, сначала отдельных, после - привычных стали, наконец, для него самыми комфортными. Он эффективен, потому что действовать эффективно: искать выгоду, развивать экспансию, стремиться к самому лучшему - для него стало настолько привычно и комфортно, что стало его сутью.

Точно так же неловкий юноша, устав от бесконечных побоев и унижений, идет заниматься в секцию восточных единоборств. Чтобы выдерживать тяжелые нагрузки на занятиях, он начинает дополнительно заниматься дома. И через некоторое время втягивается в тренировки.

Через год с небольшим учитель выставляет его на соревнования. Это ответственный момент в жизни героя, но он терпит поражение. Поражение в поединке, а не в жизни. Не отчаявшись, парень увеличивает нагрузки, берет индивидуальные занятия и вскоре, в очередных спаррингах одерживает блестящую победу. А еще через несколько лет становится чемпионом мира по карате.

Титул чемпиона - это Внешний Артефакт, который свидетельствует о его мужественности. Но, заметьте, так же, как и любой другой Внешний Артефакт, он стал следствием серии действий по его получению - Артефактов Поведенческих.

И это очень важно осознать. Как я уже писал, если мужчина в действительности обладает Атрибутами Настоящего мужчины, а не просто умело притворяется, они его непременно приведут к приобретению Артефактов и Поведенческих, и Внешних. Делая

акцент на одной из категорий, мы всегда вынуждены подключать другую. Так, например, если нам важен и нужен Артефакт Внешний

- Автомобиль

мы будем вынуждены что-то делать для его получения.

- Найти более высокооплачиваемую работу, регулярно откладывать деньги на покупку и отыскать самых дешевых поставщиков интересующей модели.

Если же нам нравится сам процесс,

- Вы любите заботиться о своей девушке

через некоторое время следование ему приведет вас к получению Внешних Артефактов.

- К покупке замечательного подарка.

Поэтому не так важно, с каких именно Артефактов вы начнете развитие недостающих вам Атрибутов Настоящего мужчины с Внешних или Поведенческих. Начните с тех, которые представляются вам легче достижимыми и более привычными. Важна не последовательность, а многосторонность. Важно лишь, чтобы рано или поздно у вас были и те и другие.

*> Для начала советую вам приобрести те Артефакты, которые вам будет приобрести легко.*

То есть, если вы достаточно богаты, сделайте акцент на Артефактах Внешних. Купите дом, машину, дорогую итальянскую мебель. Установите фонтан во дворе или джакузи на лоджии. Сделайте изысканный подарок любимой женщине. Поддержите финансово своего лучшего друга.

Если же нет, если денег у вас пока не так много, как хотелось бы, поработайте над Артефактами Поведенческими. Это гораздо дешевле. Пойдите в спортзал, на тренинг умений. Поработайте над своей походкой. Позанимайтесь с преподавателем танцев. Выработайте привычку бегать по утрам и обливаться холодной водой. Перейдите на здоровое питание.

*> После того, как первые результаты будут получены, а первые цели в приобретении Артефактов достигнуты, перенесите акцент на то, что ранее казалось вам слишком сложным.*

То есть, если Внешних Артефактов у вас предостаточно, поработайте над собой. Выработайте новую привычку, пообщайтесь с психологом, пройдите тренинг или сделайте что-нибудь выдающееся.

А если же вы все это уже и так проделали не раз, если вы человек, постоянно работающий над собой, поставьте цели материальные. Купите машину, постройте дом, езжайте за границу.

Мелочей в этом деле не бывает. Даже самый незначительный и казалось бы совсем не обязательный на первый взгляд Артефакт

- Такой, как, например, мужественная улыбка или умение метать ножи.

может улучшить к вам отношение окружающих, и, как следствие, изменить всю вашу судьбу.

Помните, перекося в любую из сторон

- Только Поведенческие Артефакты или только Внешние.

это крайность, которую нужно избегать. Отсутствие Артефактов любого вида - это свидетельство вашей недоработки, недостаточно убедительной проявленности Атрибутов.

**Отсутствие Артефактов любого вида - это свидетельство вашей недоработки, недостаточно убедительной проявленности Атрибутов.**

Я в своей жизни встречал достаточно много развитых, уверенных в себе парней, которые предпочитали работать за низкую зарплату, выполнять неинтересную им работу, но зная, что ничего в их жизни не изменится внезапно. Эта работа дает им стабильность, хотя и практически лишает возможности приобрести что-то материальное.

Точно так же мне известны мужчины, которые сумели добиться успеха в карьерном росте, обеспечить себя материально на годы вперед, но при этом не имеют ни сил, ни решимости просто подойти к понравившейся девушке и познакомиться.

Смелость проявляется разными путями. И только если она проявляется и во Внешних Артефактах и в Поведенческих,

- Причем во многих.

можно говорить с уверенностью - вы человек смелый.

## Устранение противоречий

Но как мы с вами уже выяснили, Артефакты могут не только положительно свидетельствовать о ваших внутренних качествах, но и напрямую вас дискредитировать. Или, говоря иначе, на свете существуют Артефакты, свидетельствующие об Атрибутах, противоположных Атрибутам Настоящего мужчины.

Так ваше паническое бегство с поля боя - это Поведенческий Артефакт трусости. Истопанные туфли - свидетельство бедности. А плохо спрятанные фотографии ваших любовниц - доказательство ненадежности. У каждого Атрибута есть свой антипод - качество прямо ему противоположное.

Конечно, я согласен, человек может быть одновременно и смелым, и трусливым. И волевым и нетерпеливым. И образованным и глупым. И черствым, и заботливым. В зависимости от самочувствия и обстоятельств он может проявлять то одно, то абсолютно

другое свойство характера. Но восприниматься окружающими и тем и другим одновременно он не может. Если человек совершает время от времени то мужественный поступок, то явно трусливый, он, скорее всего, не будет считаться ни тем, ни другим. Ни смелым, ни трусливым. Так, как придется. Если мужчина периодически то, распахнув душу, тратит деньги и на друзей, и на малознакомых людей, то занимает на хлеб, он вряд ли будет считаться богатым или нуждающимся. Тут тоже непонятно. Когда мужчина ведет себя непоследовательно, он не позволяет в сознании окружающих закрепиться хоть сколько-нибудь стабильному образу.

Один минус один дает нам в сумме ноль. Сто минус сто, увы, дает не больше. И это лишний раз напоминает нам о том, что если мы хотим, чтобы за нами закрепились слава Настоящего Мужчины, важно не только увеличивать количество положительных Артефактов в своей жизни, но и исключать из нее отрицательные.

$$100-100=0$$

Причем, недостатки видны обычно гораздо лучше, чем достоинства. Последние порой воспринимаются, как нечто само собой разумеющееся и потому не замечаются.

- Так мало кто из людей в списке своих достоинств указывает чистую и гладкую кожу лица. При этом прыщи в списке недостатков отметит каждый.

А потому один отрицательный Артефакт способен свести на нет эффект нескольких положительных.

Это легко проиллюстрировать.

Если вы позиционируете себя, как сверхуспешного молодого человека, то такая, казалось бы, безобидная привычка, как привычка ездить на троллейбусах, может аннулировать в глазах окружающих золотые запонки

- Бижутерия.

костюм от Пьера Кардена,

- Китай.

и швейцарские часы.

- Дешевая подделка.

Если хотите казаться волевым и дисциплинированным человеком, то гора грязной посуды в раковине нивелирует эффект ежедневных утренних пробежек и обливаний холодной водой.

- А кто их видит вообще, эти пробежки и обливания? Только со слов парня о них нам и известно.

А потому мой вам совет - замените все свои отрицательные Артефакты на положительные.

- Привычку не мыть за собой посуду на привычку ее мыть, например. Грязь и пыль в комнате, на идеальную чистоту. А поношенный ширпотреб на стильную, дорогую одежду.

Не оставляйте ничего, что может хоть немного дискредитировать ваши Атрибуты в глазах окружающих. И изо дня в день последовательно являйте миру Артефакты положительные.

## Путь от иллюзии к реальности

ТТля тех из вас, кто с презрением относится к любой форме лжи

- Надеюсь, это касается всех.

и кто предпочитает пусть горькую, но все же правду иллюзиям и вранью, я сообщаю, что создание собственного имиджа ничего общего с ними не имеет.

Любое обучение строится из нескольких этапов. Если утрировать, то выглядит это примерно так: сначала мы осознаем, что чего-то в жизни не умеем, но уметь хотим. После этого ищем того, кто делает это легко и для кого такое поведение привычно. Следующим этапом начинаем подражать мастеру. И в какой-то момент, после того, как у нас начинает получаться, наше поведение перестает быть подражанием и становится умением.

Если мы чего-то не имеем, но иметь хотим, сначала мы это осознаем. Потом ищем пути для приобретения желаемого. А следующим этапом выполняем необходимые для этого действия.

Внешние Артефакты тоже не приобретаются просто так. Для того чтобы они в вашей жизни появились необходимо приложить усилия. И немалые. Нужно проявить волю, мужественность, целеустремленность. Использовать собственное обаяние, подключить трудолюбие и ум. То есть, необходимо задействовать свои Атрибуты.

*И это очень важно. Так же, как мышцы тренируются, укрепляются и становятся больше благодаря регулярной физической работе, так и Атрибуты становятся тем сильнее, и тем значимей, чем чаще вы их задействуете.*

Человек, совершивший всего один смелый поступок, может быть просто глупым. Его действиями мог руководить не характер, а отсутствие сведений об опасности или внезапный выброс адреналина. Тот, кто всего за месяц сделал таких поступков дюжину, скорее всего, смел. Тот, кто их сделал сотню, смел однозначно.

Мужчина, носящий на руке швейцарские часы, может быть небогатым, неэффективным и даже очень бедным. Если он носит на руках часы, это еще не значит, что он их купил. Они легко могли быть им получены по наследству, в подарок от друзей или найдены на пляже. Швейцарские часы и костюм от Кардена уже, скорей всего случайностью не будут. А дом, машина, дача возле Сочи и ноутбук, лежащий на сиденье, будут свидетельствовать о его эффективности стопроцентно.

А потому каждый раз, когда вы приобретаете или совершаете какой-нибудь Артефакт Настоящего мужчины, будьте уверены, один или несколько соответствующих Атрибутов стали заметней. Они получили развитие. Тренировку.

Работа над созданием собственного имиджа и устранением противоречий не может не сделать из вас Настоящего Мужчину. Уж вы мне поверьте.

**Работа над созданием собственного имиджа не может не сделать из вас  
Настоящего мужчину.**

Тест 3 показал вам те внутренние качества Настоящего мужчины, которые у вас развиты явно недостаточно. Если вы, конечно, заполняли таблицу подробно и старательно. А зная свои слабые стороны, вы можете их усилить.

Впрочем, это не всегда бывает так. Порою люди, даже поняв суть, смысл представленной в книге теории, входят в какой-то ступор, стоит им приблизиться к практике. Мол, оно понятно, что автомобиль, квартира и швейцарские часы - это Артефакты эффективности, но что мне делать, чтобы выглядеть более эффективно?

Чтобы помочь вам перейти к практике, я написал несколько глав. На каждый Атрибут по главе. В них я передал свой собственный опыт и свои идеи по укреплению внутренних качеств Настоящего мужчины. А также включил в них некоторое число полезных афоризмов. Надеюсь, это облегчит вам дальнейшую работу. Берите и пользуйтесь. И помните, что любой предмет, поступок или привычка когда-то были иллюзией в чьей-то голове. Идеей. Но они прошли путь от иллюзии к реальности с помощью чьего-то намерения, воли и решимости. А если кто-то это сделать смог, вы сможете тоже.

## Как стать и выглядеть сексуальнее

1) Что бы вы в жизни ни делали, какие бы проблемы и обстоятельства не встречались вам на пути, помните: здоровье - самое важное.

2) Сексуальность без здоровья возможна, но маловероятна.

3) Признак здоровья - это отсутствие видимых и ощущаемых на вашем теле признаков болезни.

4) Исследуйте себя на наличие болезненных проявлений: бледности кожи, хрупкости волос, пятен, прыщей, лишнего веса или худобы, неприятного запаха и склонности к ларингиту. И составьте план по их устранению.

- Не сокрытию, а именно устранению.

5) Еще один признак здоровья - ваша энергетика. С сегодняшнего дня все, что бы вы не делали, старайтесь делать немного быстрее.

- Но суета при этом тоже недопустима.



6) Никогда не упускайте возможность лишний раз насладиться жизнью. Жизнерадостность свидетельствует о вашем здоровье, позитивной настроенности и внутренней гармонии.

7) Учитесь смотреть прямо. Прямой и уверенный взгляд - это способ показать девушке свою сексуальную заинтересованность. Способ выделить ее из толпы. И способ выделиться самому.

8) Флиртуйте чаще. Это не только делает вас в глазах женщин более сексуальным, но и доставляет им огромное удовольствие.

9) При покупке лошадей им смотрят в зубы. Конечно, вы не лошадь. Но если хотите, чтобы за вами закрепилась слава резвого жеребца, хотя бы раз в году посещайте стоматолога.

10) Перестаньте есть то, что придется. Перейдите на правильное питание. Назначение пищи - давать нам энергию, а не забирать ее. Если вы большую часть дня не чувствуете бодрости и свежести, пересмотрите рацион.

11) Пейте натуральные соки.

12) Выведите прыщи.

13) Утро начинайте с гимнастики. Времени это занимает от силы минут пятнадцать, а энергии дает на целый день.

14) Держите осанку. Человек, который сутулится, выглядит

- А часто и является.

измученным неприятностями. Нет ничего сексуального в парне, которому так сложно нести груз собственных проблем, что он согнулся под их тяжестью.

16) Чистите зубы два раза в день.

17) Научитесь ходить свободно и беззаботно. Легкая походка бывает только у здоровых людей.

18) Запишитесь в секцию танцев. Мужчина, который не умеет танцевать смотрится жалко. Тогда как мастерское владение собственным телом, хорошо развитое чувство ритма, умение вести партнершу и способность выразить чувства в движении заведет почти любую женщину.

- Танго, пасадобль, сальса, брейк, эстрадные танцы - выбирайте по душе.

19) Смотря лирические фильмы, обязательно учите у героев искусству обольщения: слова, интонация, взгляд.

20) Если вы еще не умеете как бы случайно показывать взглядом восторг, научитесь. И время от времени показывайте.

21) Возьмите в привычку раз в году доверять свое тело профессиональным врачам: езжайте в санаторий, пройдите курс массажа, посетите мануального терапевта. Сходите в водолечебницу.

22) Не лечите болезни - будьте здоровы.

23) Красивые волосы - это чертовски сексуально. Если хотите, чтобы ваши волосы выглядели красиво, мой вам совет - пользуйтесь средствами ухода за ними. Корпорации тратят миллионы долларов на то, чтобы придумать способ сделать вашу прическу пышной, а волосам придать здоровый блеск. Так будьте признательны им за это, воспользуйтесь их результатами.

24) И найдите хорошего парикмахера.

25) Не жалеите денег на парфюмерию. Приятный аромат - это то, что заставит женщин держаться рядом с вами.

26) Стригите ногти. И на ногах тоже.

27) Используйте свой гардероб, чтобы подчеркнуть сексуальность: расстегивайте верхние пуговички, обнажайте мускулатуру, оттеняйте одеждой цвет глаз. Учитесь этому искусству у женщин. Но помните - вы мужчина.

28) Приучите себя обливаться холодной водой.

29) И вообще чаще мойтесь.

30) Купите шелковое постельное белье. Но никогда не спите на нем в одиночку.

31) Ваша гостиная - это то место, где вы принимаете своих гостей. Но спальня - это алтарь, в который допускают исключительно любимых женщин. Оформите ее соответственно. Сделайте тусклое освещение. На пол постелите пышный и мягкий ковер. Уберите все лишнее. На туалетный столик поставьте ее фотографию.

- Но только если она частая гостья в вашей спальне. Иначе, если девушка пришла к вам в первый раз, вы ей покажетесь не просто сексуальным, а сексуальным маньяком.

32) Обязательный предмет вашей опочивальни - музыкальный центр. Даже если главная музыка находится в гостиной, приобретите что-нибудь и для нее. Недаром самые романтические моменты в фильмах о любви сопровождаются музыкой.

33) Постоянно носите с собой жевательные резинки.

34) И презервативы.

35) На многих женщин небольшая доза алкоголя действует возбуждающе. Держите на этот случай хорошее вино в своем баре. Но никогда не спаивайте женщину, чтобы переспать с ней - это унижительно. Если без спиртного она вас не хочет, просто найдите себе другую.

36) Как можно реже пользуйтесь лифтом.

37) Если время терпит, игнорируйте общественный транспорт. Несколько остановок можно пройти и пешком.

38) Раз-два в месяц выезжайте на природу. А лучше - выходите в поход.

39) Всем прочим видам отдыха предпочитайте активный - теннис, боулинг, бассейн, пробежки. Турпоходы, выезды на море, пикники. Виндсерфинг, подводное плавание, парашюты. Лыжи, сноуборд, коньки. Конные прогулки, сплавление на рафте, хождение под парусом. Скалолазание, пейнтбол, купание в родниках. Танцы, эстафеты, игры. Футбол, волейбол, баскетбол и много других интересных занятий намного полезнее и приятнее просмотра телевизора, лежания на диване и бесконечных разговоров по телефону.

40) Каждый день выделяйте хотя бы час для отдыха - когда вы делаете только то, что хотите, а не то, что должны. Каждую неделю выделяйте хотя бы один такой день. А раз в месяц отдыхайте два дня подряд.

Это тот минимум отдыха, без которого невозможна продуктивная работа. Тот минимум, без которого невозможно чувствовать себя бодрым, наполненным силой и энергией. Тот минимум, без которого очень сложно быть здоровым.

41) Час в день проводите на свежем воздухе.

- Открытая форточка или окно в машине не считаются.

42) Старайтесь чаще появляться в обществе в компании с красивой девушкой. Не важно, друг она вам, сослуживец или любовница, рядом с ней вы кажетесь намного сексуальней.

43) Почему-то считается, что женское нижнее белье создано для красоты, чтобы еще больше интриговать и возбуждать мужчин, а вот мужское выполняет совсем другую функцию - оно скрывает срам.

Не знаю, как вы лично относитесь к собственным гениталиям, но предлагаю вам не лишать своих женщин удовольствия - купите дорогое и качественное белье. И надевайте его хотя бы перед свиданиями.

44) Смотря на женщину, можете думать о чем угодно, хоть о проблемах синхронизации внешних генераторов, но при этом слегка улыбайтесь таинственной улыбкой. И она будет готова спорить с другими, хоть на деньги, что вы думаете в этот момент только о ней и о... впрочем, на ЭТУ тему она спорить ни с кем не будет.

- Если вы и вправду думаете о ней, тем более покажите это.

45) Любой здоровый мужчина хочет секса. Если в вашем случае это не так, то вы либо плохо питаетесь, либо сильно устаете, либо подавляете эти желания. Все перечисленные причины говорят о проблемах здоровья.

46) Пусть в вашей библиотеке будут на видном месте располагаться книги о сексе, Тантре, мужской энергии и гармоничных отношениях между мужчиной и женщиной.

47) Попросите надежного друга, чтобы он ненароком распустил слух о вашей необычайной популярности среди женщин.

48) Чаще знакомьтесь с девушками. Мимоходом заговаривайте с ними на улицах, в очередях и в общественном транспорте. Флиртуйте с ними, дружите, просто общайтесь. Во-первых, это укрепит вашу уверенность в себе. Во-вторых, поднимет ваш авторитет. А в-третьих, даст вам возможность выбора.

- Что автоматически в очередной раз укрепит вашу уверенность в себе и поднимет авторитет.

49) Демонстрируйте свое жгучее желание заняться сексом только той девушке, с которой вы действительно намерены им заняться. Желание секса «вообще» говорит лишь о вашей неудовлетворенности и не востребованности.

50) Соблазняйте женщин как бы незаметно. Почему «как бы»? Потому что, если вы и правда будете соблазнять незаметно, девушка это может и правда не заметить.

51) Научитесь играть на гитаре. Или на флейте. Или на рояле. Выучите что-нибудь лирическое и невероятно красивое. Сыграйте это произведение для своей любимой.

52) Выучите наизусть как минимум десять красивых стихов о любви. Повторяйте их до тех пор, пока не сможете читать выразительно, с чувством, самозабвенно.

В подходящий момент выразите с помощью них свои чувства. Но помните, выражать нужно свои чувства К НЕЙ, а не просто ваши волнения, страдания и сладостную боль. Неисправимых романтиков большинство женщин бракует. И правильно делают.

53) Поставьте голос у опытного преподавателя. Ровный мелодичный голос завораживает и расслабляет.

54) Возьмите уроки пения. Песня - это знамя любви.

55) Прочитайте книги о тантрическом сексе. Ознакомьтесь с техниками Кама-сутры. Пройдите тренинги по сексологии. Возможно ваше представление о сексе, исключительно как о половом акте будет несколько расширено. Уверяю вас, это добавит в вашу жизнь красок.

56) Но знания знаниями, а сексом лучше заниматься. Если период воздержания затянулся, подумайте над тем, а не слишком ли вы высоко подняли планку. Или, быть может, есть другие проблемы? Решите их.

57) Разговаривайте о сексе со своими партнершами. Делайте это свободно, не стеснясь. Вы не представляете, сколько порой можно узнать о девушке, ее предпочтениях, фантазиях и заветных желаниях, всего лишь спросив об этом.

58) Подражайте самым сексуальным мужчинам. Но делайте это не один к одному. Придумайте свои личные способы знакомства, ухаживания и соблазнения. В одежде выделяйте свои самые сексуальные места, а не те, которые обычно принято выделять. В отношениях поддерживайте тот уровень близости, который комфортен именно для вас и для человека, с которым общаетесь.

59) Лучшая реклама вашей сексуальности - качественный секс.

60) Никогда не говорите девушке о чем-либо, что вызывает брезгливость. В особенности, если это касается вас.

61) Хотя бы раз в году заходите в секс-шоп. Мало ли, может пригодится.

62) Не бросайтесь соблазнять девушку в первый же вечер. Позвольте ей созреть. Вам некуда торопиться, ведь вы же не умираете от сексуального голода? Секс с женщиной, которая уже возбуждена и хочет вас, в десять раз приятнее, чем тот, когда она просто не может вам отказать.

Но если она хочет вас уже в первый вечер к чему отсрочки?

63) Реальная готовность расстаться с девушкой часто самое лучшее лекарство от расставания. Мужчина, который легко может отвергнуть девушку - иногда самый притягательный вызов для нее. «Смогу его влюбить в себя или не смогу?». Пусть попытается.

64) Научитесь расставаться с девушками. Это научит вас встречаться с новыми.

65) Еще одной немаловажной составляющей вашего здоровья является здоровье психическое.

66) Психически здоровый человек - это тот, кто свободно и с удовольствием следует своим инстинктам. Инстинктам самосохранения, продолжения рода, стадному (социальному) инстинкту и инстинкту власти. То есть, здоровый мужчина обожает жить, интересуется сексом, любит общаться с людьми и стремится что-то в этой жизни значить.

67) Показателями психического нездоровья можно считать: вялость и апатию, замкнутость и неуверенность в себе.

**68) Любите жизнь во всех ее проявлениях.**

Добавьте Артефакты и афоризмы, которые, по вашему мнению, помогут вам стать и выглядеть сексуальнее, но которые я совершенно напрасно забыл указать (*используйте рабочую тетрадь*):

Прямо сейчас, не переходя к чтению следующей главы, запланируйте мероприятия по повышению вашей сексуальности в этом году. Напишите, что вы для этого будете делать. И когда придет срок, осуществите задуманное. Данную таблицу вы найдете в рабочей тетради, прилагающейся к данному курсу.

[illegible]

Подпись

# Как стать и выглядеть мужественней

69) «Что будут стоить тысячи слов, когда важна будет крепость руки?» - по-моему, замечательная строчка из репертуара группы «Кино».

Какой бы интересный и хороший человек вы бы ни были, когда-нибудь вы все равно столкнетесь с ситуацией, в которой самое важное будет грубая, примитивная физическая сила. Настоятельно рекомендую, чтобы такая сила в этот момент у вас была.

70) Постоянно развивайте и укрепляйте тело.

71) Тот, кто обладает размерами, большими, чем у противника, часто побеждает в поединке, даже не начав его. Качайте мускулы.

72) Читайте журналы и книги по развитию силы и мышечной массы. Тренироваться надо грамотно.

73) Если вы не можете набрать вес и объем, несмотря на то, что упорно и грамотно тренируетесь, дело в питании.

74) Для наращивания мышечной массы и увеличения силы пользуйтесь спортивным питанием. Игнорировать исследования, проведенные институтами питания и не брать на вооружение последние достижения в области биохимии, по меньшей мере, расточительно.

75) Никогда не развивайте этот Атрибут в ущерб предыдущему. Здоровье - слишком большая цена за мужественность. Не переплачивайте, пусть стероидами пользуются те, кто не способен ни на что больше.

76) Занимайтесь регулярно.

77) Не стоит концентрировать внимание исключительно на мышечных объемах. Нет ничего забавнее и смехотворнее, чем Геракл, качающий грудь штангой, весом в 50 кг.

78) Не стоит излишне понтоваться, но если есть возможность изящно продемонстрировать окружающим собственную силу, сделайте это. Поднимите пианино, передвиньте шкаф, откатите в сторону грузовик, мешающий проезду трамвая. Во время концерта, поднимите на плечах свою девушку. Переноса вещи, берите больше остальных.

79) Говоря о весах, которые вы поднимаете в спортзале, делайте это обыденно.

80) Развивайте свое тело гармонично. Сильными и красивыми у вас должны быть не только руки и не только грудь. Спросите у тренера, он перечислит вам все главные группы мышц. Кто знает, что из этого списка может понадобиться?

81) Если вам еще нет 25 лет, сделайте походы в бассейн своей еженедельной практикой. Ничто так не расширяет плечи, как плавание. А широкоплечий мужчина - это эталон красоты. Никакие объемы мышц вам не заменят хорошо развитого скелета.

Если вам 25 уже есть, широкие плечи с помощью еженедельного плавания вы вряд ли получите. Но бодрость, собранность, хороший тонус мышц, который вы сможете продемонстрировать окружающим после занятий в бассейне - это определенно Артефакты мужественности.

82) Запишитесь в секцию боевых единоборств. Карате, айкидо, кик-боксинг, тхэквондо, ушу, бокс, рукопашный бой или борьба. Вы должны уметь постоять за себя и защитить близких людей. Иногда для этого достаточно просто внушительно выглядеть. А иногда - нет.

83) Возможные противники должны знать о ваших занятиях единоборствами. В идеальном варианте - не от вас.

84) Старайтесь как можно реже ввязываться в драки, здоровье важнее. Но всегда будьте готовы это сделать.

85) Если вы стали свидетелем издевательств над незнакомым вам человеком, самый, казалось бы, разумный поступок - пройти мимо. Так будет безопаснее. Но мужественности в глазах окружающих

- И в своих собственных глазах.

это вам точно не добавит.

86) Никогда не бойтесь бросать вызов мужчинам, сильнее вас. Во-первых, даже проиграв, вы приобретаете славу смелого человека. Во-вторых, государство и общество старается наказывать тех, кто применяет свою физическую силу чересчур легко. Это ограничивает их, но не вас. В-третьих, есть много других способов одержать победу, кроме прямого физического столкновения.

87) Когда противник сильнее, сражайтесь с ним не с помощью силы.

88) Самые эффективные битвы идут на ментальном уровне. Порой еще до того, как кто-то из конфликтующих людей делает первое движение, исход конфликта предрешен.

Побеждайте своих противников именно так.

89) Во враждебном окружении занимайте как можно больше места: расставляйте широко ноги, упирайте руки в бока, но смотрите на своих противников спокойно и уверенно.

90) Незаметно, в форме шутки или дружеской издевки высказывайте сомнение в преимуществе соперника. Это снижает его авторитет и повышает ваш.

- «И что ты сделаешь, Ванюша, забрызгаешь меня насмерть своими слезами?»

91) Если в ответ на ваши уколы, противник начинает психовать и проявлять агрессию, добавьте дров в огонь: произнесите еще несколько острых шуток. И в момент, предшествующий физической атаке, сбейте его прицел невинным вопросом

- «Да ладно, Вань, ты что разнервничался так? Я же шучу».



и самым, что ни на есть заботливым советом уложите противника на лопатки:

- «Ты бы расслабился. А то глядишь и на людей бросаться начнешь»

Противник будет деморализован. Вы одержите победу.

- Но, следует заметить, в такой борьбе крайне важно момент, предшествующий атаке, не прозевать.

92) В отсутствие соперника, всегда можно довольно безопасно снизить в глазах окружающих его авторитет. Причем сделать это, не говоря ни слова лжи.

- «Что-то я не заметил, чтобы ваш хваленый Андрей бросился вчера бить морды омовцам».

93) Превращайте его преимущества в недостатки.

- «Смотрите, ребята, к нам идет мясной магазин!»

94) Если вы слабей противника, постарайтесь еще до столкновения, в разговорах и дискуссиях, так чтобы ваш будущий соперник это слышал, снизить престижность применения физической силы.

- «Я считаю, что в наше время дерутся только тупые мордовороты и психи. Цивилизованный и по-настоящему сильный человек всегда сможет выяснить отношения, не прибегая к дракам»

95) Если сильнее вы, никогда не давайте другим забить подобными глупостями вашу голову. Надо драться, так дерись!

96) Не позволяйте другим якобы дружескими приколами разрушить ваше спокойствие и уверенность. Но и агрессивно реагировать на шутки - это то же самое, что бросаться с кулаками на едущий самосвал - ну да, ударить вы его сможете, но станет ли вам от этого легче?

97) Если вы не можете перешутить своего товарища, просто проигнорируйте уколы. Пусть его выпад провалится в пустоту. Например, можно спустить его шутку в унитаз, вместо реакции на нее задав вопрос совсем по другой теме.

- «Ты лучше скажи, Колян, когда техосмотр пройдешь?»

98) Не позволяйте возможным соперникам набрать силу и авторитет. Но не разменивайтесь по мелочам - аутсайдеры не стоят вашего внимания.

99) Вступайте в дружеский союз с сильными мужчинами.

100) В любой группе мужчин всегда есть один лидер и много остальных. Вы будьте лидером.

101) Смелее принимайте решения. Что делать, куда идти и с кем общаться. Пока решения принимаете вы, вы в компании лидер.

102) Скрывайте от других тот факт, что вам хочется брать на себя ответственность. Пусть принятие решений будет казаться остальным бременем, тяжелой ношей, которую вы бы и рады отдать другому, да никто не хочет брать.

103) Но никогда не жалуйтесь на то, что все всегда приходится решать вам. Сносите «неприятности» молча. Иначе могут найтись желающие помочь.

104) Говорите четче и громче. Ваш голос должен звучать свободно. Но не переусердствуйте с громкостью. Излишние децибелы пугают или раздражают окружающих.

105) Меньше вопросительных предложений в речи и больше побудительных.

- «Вы не могли бы открыть дверь?» - не пойдет. Правильно: «Откройте, пожалуйста, дверь»

106) Когда ваши права нарушены, не молчите, найдите способ восстановить справедливость.

107) Если на вас смотрят прямо, спокойно и уверенно встречайте этот взгляд своим. Если у вас в данный момент нет интереса или силы бороться взглядами, отведите глаза с легкой усмешкой. Как будто вас забавляет эта детская игра в гляделки. Или, не торопясь, переведите взор на что-нибудь другое. Будто заинтересовавший вас предмет гораздо важнее, чем вызов, брошенный противником.

108) Старайтесь как можно реже уходить с траектории движения других мужчин. В условиях движения сквозь толпу смотрите сквозь человека и твердо идите прямо. В 80-ти процентах вам уступят дорогу. В 20-ти процентах в последний момент мягко уйдите от столкновения. Но все же не следует явно идти на таран, открыто бросая вызов, оставьте подобные подвиги летчикам-истребителям.

109) Короткая, «под братка» стрижка может слегка снизить вашу сексуальность или неповторимость, но в глазах окружающих добавит вам мужественности. Что поделать, стереотип.

110) Совершайте рискованные поступки. Кто не рискует, тот не пьет шампанского! Но лучше заранее предусмотрите возможные неприятности и способы выхода из них.

111) Смелым быть легче, если вы сильный. Сильным быть легче, если вы здоровый.

112) Уделяйте некоторое время экстремальным видам спорта: лыжам, горному велосипеду, сноуборду, парашюту, серфингу, рафтингу, дайвингу и прочим, не менее увлекательным хобби, от которых захватывает дух. Это закаляет вашу волю, делает неуязвимым для страха и помогает поднять авторитет.

113) Разместите некоторые экстремальные фотографии на стене у себя дома или в офисе, на письменном столе. Или лучше пустите слайдшоу фотографий ваших увлечений на рабочем компьютере вместо заставки - идеальный вариант, люди могут посмотреть их, когда вас нет рядом.

114) Многие агрессивные модели автомобилей благотворно влияют и на ваш имидж.

115) Не позволяйте окружающим портить ваши вещи. Если кто-то повредил вашу собственность, заставьте его восстановить ущерб или показательно накажите его. Уничтожение ваших вещей может быть скрытой борьбой против вас. Если допустите малое, ждите больших провокаций. Ревность к собственности - это признак альфа-самца.

116) Купите мотоцикл Харли Дэвидсон,

- Или подобный.

наденьте кожаную куртку в заклепках и езжайте покататься. Время от времени посещайте байк-шоу. Там вы встретите достаточно примеров для подражания.

- Если они вам нужны, конечно.

117) Сделайте татуировку. Желательно, чтобы это было что-то хищное - дракон, тигр, скорпион. Ну, или выглядело так.

118) Большая коллекция холодного оружия - замечательный Артефакт Настоящего мужчины.

119) Не позволяйте никому шантажировать вас. Если же кто-то на это решился, найдите способ уничтожить его. Или хотя бы выбросьте такого человека из своей жизни.

120) Кто бы и как бы не уговаривал вас сделать что бы то ни было, если не хотите этого делать, не делайте.

121) На свете существуют женщины, которые с неким обожанием относятся к людям слабым и забитым. Материнский инстинкт, пробуждающийся в таких женщинах от одного взгляда на эти беспомощные создания, вынуждает их проявлять заботу и нежность. Видимо, подсознательно они ассоциируют слабых людей с детьми. Но прошу вас, вы на такую провокацию не поддавайтесь. Будьте слабыми лишь перед ее очарованием и сексуальностью. И то не всегда, а обычно.

122) Передвигайтесь спокойно, уверенно. Держите осанку. Если наметили маршрут, идите к нему по прямой. Легко вторгайтесь в чужое личное пространство. Но делайте это ненадолго и так, чтобы никто не заметил, что вы делаете это специально. Иначе люди найдут способ научить вас ходить аккуратно.

123) Если ваши мышцы заслуживают этого, показывайте их. Оголяйте бицепсы и надевайте спортивные майки.

124) Ровный загар подчеркивает мускулатуру.

125) Говорите людям правду. Даже если это выставляет вас в не очень хорошем свете, говорите правду. Но помните о лжи во спасение - если истина способна нанести только вред другим людям, ее время еще не пришло.

126) Не бойтесь возразить авторитету. Они ошибаются не реже остальных.

127) В любом населенном пункте встречаются люди, которые решают свои проблемы за счет других. Которые нарушают все устоявшиеся общественные нормы и с помощью агрессивного поведения, угроз и применения физической силы добиваются своего.

128) Если в вашем присутствии происходит нечто подобное, вмешайтесь. Пресеките подобные выходки или накажите хулигана.

**129) Мужественные люди бывают разные. Кто-то силен и прямолинеен, кто-то принципиален и тверд, кто-то отчаян и бесстрашен. Вы выберите ту манеру поведения, которая кажется вам самой близкой для вас.**

Добавьте Артефакты и афоризмы, которые, по вашему мнению, помогут вам стать и выглядеть мужественнее, но которые я совершенно напрасно забыл указать (используйте рабочую тетрадь):

# ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ ПО ПОВЫШЕНИЮ МОЕЙ МУЖЕСТВЕННОСТИ НА \_\_\_\_\_ ГОД.

Для того чтобы сведения, которые были получены вами при чтении этой главы, не стали бесполезным, мертвым грузом вашей памяти, начните применять их в жизни.

Прямо сейчас, не переходя к чтению следующей главы, запланируйте мероприятия по повышению вашей мужественности в этом году. Напишите, что вы для этого будете делать. И когда придет срок, осуществите задуманное. Данную таблицу вы найдете в рабочей тетради, прилагающейся к данному курсу.

№	Мероприятие	Планируемый срок	Завершено

Дата \_\_\_\_\_ Подпись \_\_\_\_\_

## Как стать и выглядеть более ВОЛЕВЫМ

130) Никогда не сдавайтесь!

131) Если сил для дальнейшей борьбы уже не осталось и буквально все в этом мире указывает на то, что вы проиграли - никогда не сдавайтесь!

132) Даже самое горькое поражение может в итоге оказаться величайшим подарком в вашей жизни. Шансом достичь максимума.

133) Когда вас постигла неудача, улыбнитесь, досчитайте до двенадцати и продолжайте делать свое дело.

134) Сила воли заключается в неуклонном следовании своей цели.

135) Но помните о нездоровом азарте. Вопреки кажущемуся сходству, азартность человека далеко не всегда говорит о его воле. Если вы не можете не следовать за своей целью, если не можете затаиться и подождать благоприятного момента, вы - слабовольный человек.

136) Никогда нельзя сказать, есть ли у мужчины сила воли, если мы не видим его в действии. Воля - это динамическая характеристика. Словно кинетическая энергия, она появляется только в движении.

137) Если вы не знаете, куда хотите придти, вам все равно, в каком направлении двигаться. Найдите свою мечту.

138) Сила воли - это не озеро, лениво набегающее на берег волнами. Это водопад, бесконечно выдалбливающий углубление в граните.

139) Когда появляется цель, появляются и силы для ее достижения. Тело не консервирует энергию впрок. Ее в вас ровно столько, сколько необходимо для текущих дел. Не больше и не меньше.

140) А потому энергичные люди не могут быть ленивыми. Если только не трусили перед стартом.

141) Сила воли есть ни что иное, как твердая решимость выполнить задачу, которую вы себе поставили. Не имея цели, вы не имеете воли.

142) Чем больше задач вы перед собой поставите, тем больше сил духовных и физических получите. Но если желаний слишком много, они подавляют человека, поскольку отвлекают его своим разнообразием.

143) Постановка задач - это не только мысль о том, что было бы не плохо что-то сделать.

144) Проясните свои истинные ценности. Если вы тратите уйму времени на то, что вам в действительности не важно, вы обрекаете себя на неэффективность.

145) Не отказывайтесь от того, что, как вы чувствуете, является для вас правильным.

146) Определите цели в каждой жизненной сфере. Ясность - это необходимое условие качественной работы.

147) Сомнения - это пробоины в днище корабля вашей жизни. Добейтесь того, чтобы ваши убеждения были позитивными и помогали достижению целей.

148) Ставьте сроки, в которые цель должна быть достигнута.

149) Составьте поэтапный план достижения цели.

150) Выпишите свои цели и мечты на отдельный лист или в отдельный блокнот и время от времени перечитывайте их.

151) Периодически представляйте, что вы уже достигли цели. Это помогает не сбиться с пути и взглянуть на проблему с позиций того, кто ее уже решил.

152) Даже путь длиной в 1000 миль начинается с одного шага. Сделайте его.

153) Делайте что-нибудь для достижения цели каждый день. Фиксируйте сделанное в специальном дневнике.

154) Еще раз повторю: делайте что-нибудь для достижения цели **КАЖДЫЙ** день.

155) Если вы дали себе обещание каждое утро отжиматься от пола 30 раз - делайте это. Если через пару недель вы забыли утром отжаться, не говорите себе: «Завтра отожмусь 60 раз», отожмитесь в тот момент, когда вспомнили об упущении.

156) Работайте, пока не добьетесь успеха.

157) В планомерном достижении поставленных задач проявляется и тренируется воля.

158) Не ставьте себе слишком глобальные задачи, непременное следование им может надолго лишить вас покоя.

159) Дисциплина - это основа всех сколько-нибудь значимых достижений.

160) Привычка - это дитя дисциплины. Если вам удастся мотивировать себя на выполнение каких-либо действий в течение продолжительного срока,

- 3-6 недель

они становятся настолько привычными и настолько естественными, что для их совершения уже не требуются волевые усилия. Скорее наоборот, сила воли потребуется, если вы захотите эти действия не выполнять.

161) Так же, как приобретается, привычка и разрушается - благодаря повторяющимся действиям. Если вы ранее привыкли просыпаться с рассветом, 3-4 недели сознательной дремоты до обеда приучит вас не слышать будильника. Также если вы представить себе не можете утра без чашечки кофе, пожертвуйте 4-мя неделями энергичной работы, разрешите себе быть вялым и сонным и эта зависимость исчезнет.

162) Приобретайте только полезные привычки. Привычку продуктивно работать, планировать день и выполнять намеченное. Привычку обливаться по утрам холодной водой, делать пробежку и правильно питаться. Привычку заниматься спортом, укреплять тело и брать на себя ответственность за принятие решений.

163) Избавляйтесь от вредных.

164) Для укрепления воли выполняйте бессмысленные упражнения. Можно, например, наметить и ежедневно выполнять следующую задачу: взять спичечный коробок и медленно, по одной достать из него все спички и аккуратно разложить их в один ряд. Потом так же медленно и тщательно сложить их обратно.

165) Если же ваша жизнь и так полна бессмысленных упражнений, не тратьте время еще на одно.

166) Каждый вечер планируйте следующий день.

167) При невыполнении намеченного, непременно накажите себя. Сделайте что-то очень полезное, но неприятное.

- Пропылесосьте пол во всей квартире.

Или совершите благородный поступок.

- Отдайте 100 рублей нищему.

Наказание должно быть пропорционально невыполнению. То есть наказывайте себя за каждый пункт в отдельности. Вне зависимости от целесообразности этого.

- Если вы не выполнили 5 намеченных пунктов, пропылесосьте пол 5 раз. Или отдайте 500 рублей в качестве подаяния.

168) Воспринимайте неприятности, как препятствия в компьютерной игре - старайтесь избежать их, но помните, без них игра теряет смысл.

169) Терпение и труд все перетрут.

170) Капля по капле камень точит.

171) Иногда все, что нужно делать для достижения цели - это ждать. Умейте дожидаться подходящего момента. Всему свое время.

172) Но никогда не принимайте страх принять решение за умение дожидаться подходящего момента.



173) Если вы уже абсолютно точно знаете, что ничего в данной ситуации не поделаешь, обязательно сделайте еще что-нибудь.

174) Есть такая притча:

«Въезду в некоторую деревню препятствовал огромный валун. И так он неудобно располагался, что ни одна повозка не могла ни въехать, ни выехать из нее. И вот, чтобы решить эту проблему, убрать камень с дороги, жители наняли молотобойца.

Пришел молотобоец к камню и начал молотить по нему. 999 ударов нанес он по валуну, а тому хоть бы хны. Стоит, мешает. Отчаялся молотобоец, взял свой молот и ушел ни с чем. Наняли жители другого. Тот пришел и одним ударом разбил камень»

Выводы: ценность любых усилий равняется нулю, если вы бросаете работу на полдороги. Умейте нанести последний удар, иначе это сделают за вас.

175) Купите органайзер, записывайте в него все свои планы, цели и проекты. Письменное изложение помогает прояснить детали.

176) Пусть люди время от времени видят, как вы им пользуетесь.

177) Если вас приглашают на встречу, абсолютно будничным тоном скажите: «Подождите, я посмотрю, не запланировано ли у меня что-нибудь на это время». И только сверившись с ежедневником, давайте ответ.

178) Используйте программные средства для планирования встреч и событий, структурирования времени и отслеживания выполнения намеченных проектов. Это удобно.

179) Ведите список своих побед. Каждый раз, когда намеченный вами проект реализован, запишите это в отдельную тетрадь. Время от времени перечитывайте ее.

180) Изучите тайм-менеджмент. Используйте его методы в повседневной деятельности.

181) Наведите и поддерживайте постоянно идеальный порядок дома.

182) Тщательно ухаживайте за своей обувью.

183) Сила воли проявляется по-разному. Одни люди, сконцентрировавшись на цели, от раза к разу беспрерывно бьют в одну точку одними и теми же ударами. Другие используют разные способы достижения. Главное - результат, а то, каким путем он будет достигнут, не важно.

184) Рассказывайте своим знакомым о невероятных поступках, которые вы вопреки страху, привычкам и лени сумели совершить. Купание в прорубе, бег по утрам, отказ от курения, ежедневные занятия французским.

185) Отмечайте годовщины полезных привычек. Приглашайте на них своих друзей.

- Два года привычке обливания холодной водой - чем не праздник?

186) Иногда подразделения войск специального назначения тренируют так: высаживают их десантом где-нибудь в глуши и по приземлении говорят, что им нужно совершить марш-бросок на расстояние 30 километров. После того, как солдаты преодолеют эти 30 километров, командиры сообщают им, что задание изменилось и теперь надо пробежать еще 20 километров. Но стоит бойцам выполнить и это задание, как расстояние снова увеличивается, теперь уже на 10 км.

В жизни все точно так же. Тебе может показаться, что до цели осталось совсем немного. Еще день-два и мечта окажется реальностью. Но обстоятельства могут все изменить в последний момент. И тогда только от тебя и от твоей способности перегруппироваться будет зависеть, достигнешь ли ты желаемого.

**187) Последняя миля, она самая трудная, но именно после нее нас ждет победа.**

Добавьте Артефакты и афоризмы, которые, по вашему мнению, помогут вам стать и выглядеть более волевым, но которые я совершенно напрасно забыл указать (используйте рабочую тетрадь):

Прямо сейчас, не переходя к чтению следующей главы, запланируйте мероприятия по повышению вашей силы воли в этом году. Напишите, что вы для этого будете делать. И когда придет срок, осуществите задуманное. Данную таблицу вы найдете в рабочей тетради, прилагающейся к данному курсу.

[illegible]

Подпись

## Как стать и выглядеть эффективнее

188) Богатство рождается только энергией человека.

189) Стремитесь к большему!

190) Каждый раз сегодня старайтесь сделать и получить больше, чем вчера.

191) Никогда не жалуйтесь на низкую зарплату, не говорите другим о том, что вы в нужде и не утверждайте, что в нашей стране у человека нет шансов на богатую и счастливую жизнь. У кого-то может быть и нет, а у вас есть. Если вас что-то не устраивает, молча исправьте это.

192) Забудьте фразу: «Не могу себе позволить». Лучше спросите себя: «Как сделать так, чтобы я смог себе это позволить?». Ответьте и действуйте.

193) Благоприятные возможности открываются человеку, который настроен на изобилие.

194) Пусть вашим самым большим желанием будет желание наполнить свою жизнь достатком.

195) Но богатство измеряется не количеством монет в кошельке, а тем доходом, которые они приносят. Доходы должны расти вне зависимости от того, работаете вы или нет.

196) Деньги дают возможности. А возможности приносят деньги. Используйте одно, чтобы получить другое.

197) Делайте то, что любите и умеете. Только занимаясь интересным и любимым делом, вы сможете работать в полную силу.

198) Если выбора нет, полюбите то, что есть на данный момент.

199) Контролируйте свои расходы. А лучше сократите их.

200) Никогда не путайте желания с потребностями. Потребности имеет смысл удовлетворять всегда. Тогда, как желания - только после тщательного обдумывания.

201) Тратьте меньше, чем зарабатываете. И тогда вы постоянно будете становиться все богаче и богаче.

202) Составьте бюджет для удовлетворения своих насущных потребностей. Старайтесь неукоснительно следовать ему, не позволяя себе расходовать больше намеченного.

203) Помните, цель бюджета - наполнить ваш кошелек. Планируйте его так, чтобы денег хватало на необходимые нужды, удовольствия и желания, но при этом оставалось что отложить.

204) Не забывайте про инфляцию. Откладываете деньги в банк. Это не спасет их от этой беды, но уменьшит потери.

205) Зарабатывайте все больше и больше, работая все меньше и меньше. Мы работаем, чтобы жить, а не живем, чтобы работать. Найдите способ сделать вашу жизнь наполненной приятными событиями.

206) Имея низкую зарплату можно бесконечно долго мечтать о процветании. Постоянно ищите возможность получать или зарабатывать больше. А лучше станьте постоянным клиентом кадровых агентств.

207) Человек, который невероятно много работает, выглядит, а часто и является неэффективным человеком. Если вы не можете найти время на отдых, общение с семьей и друзьями, значит коэффициент полезности вашей деятельности весьма низок. Сколько бы вы ни зарабатывали.

208) Начните откладывать деньги прямо сейчас.

209) Уменьшив ежемесячные расходы на 10 процентов и, отложив сэкономленное, вы даже не заметите разницы. Как не замечаете ее, если вам вдруг увеличили оклад на те же 10 процентов.

210) Сначала откладывайте, а потом тратьте оставшееся, а не наоборот. Если вы решите откладывать то, что не потратили, боюсь, разбогатеете не скоро.

Если не верите, посмотрите на окружающих. Все люди зарабатывают очень по-разному. У них разные семьи, разные нужды. Но большинство из них объединяет одна общая черта - у них у всех одинаково пустые кошельки.

211) Никогда не тратьте накопленное ни на что иное, кроме проектов, которые обещают принести вам дополнительные деньги. Во всяком случае, до тех пор, пока вы не станете по-настоящему богаты.

212) Совершенствуйте свое умение зарабатывать. Читайте книги по инвестициям, бизнесу, торговле. Общайтесь с успешными людьми. Участвуйте в семинарах по зарабатыванию денег и проходите соответствующее обучение.

213) Спрашивайте советов по тому, как лучше распорядиться деньгами только у богатых людей. Если вы следуете советам нищих, банкротство вам обеспечено.

214) Вот три операции, которые вы должны научиться совершать с деньгами: накопление, сохранение и приумножение.

215) Озеро вашего благосостояния наполнится, только если финансовые потоки, наполняющие его, будут больше, чем финансовые течи, его осушающие.

216) К финансовым потокам можно отнести: зарплату, доходы от бизнеса, инвестиции, ренту за недвижимость. Роялти за пользование вашими программными продуктами, гонорары за книги. Проценты от ссуд и банковских вкладов, дивиденды от акций. Заработки в Интернете и доходы от сетевого маркетинга.

- 217) К финансовым течам относятся: налоги, расходы, проценты по кредитам.
- 218) Ищите дополнительные источники доходов. Перекрывайте финансовые течи.
- 219) Удача благоволит к людям дела.
- 220) Недаром говорят: лучшая работа - это высокооплачиваемое хобби. Сделайте из своего хобби дополнительный заработок.
- 221) Рассказывайте о своих успехах знакомым. Но не слишком прямо и не слишком часто, люди не любят хвастунов.
- 222) На работе всегда делайте больше, чем от вас требуют. В бизнесе - тем более.
- 223) Помните, стоит проявить немного больше интереса к тому делу, которым занимаетесь, как тут же вы начинаете делать и успевать больше.
- 224) Хотя бы раз в неделю задавайте себе вопрос, как сделать то, что я делаю быстрее и качественнее?
- 225) Не просите о повышении, добейтесь того, чтобы повышение вам предложили. Но если начальник попался недогадливый, помогите ему прийти к этой гениальной мысли парой намеков.
- 226) Ищите кумиров, тех людей, которые уже достигли того, о чем мечтаете вы. Изучите их биографию, прочитайте их книги, соберите их интервью, по возможности поговорите с ними. Учитесь у них, подражайте им, старайтесь достичь большего, чем они.
- 227) Привязанность к езде на троллейбусах и трамваях вряд ли поможет вам закрепить за собой славу эффективного человека. Если у вас нет возможности купить личное авто прямо сейчас, обязательно запланируйте его приобретение на ближайшее или несколько отдаленное будущее.
- В зависимости от величины ваших доходов.
- 228) Человек, живущий под крышей родительского дома - это мальчик, юноша, но не мужчина. У мужчины должна быть собственная территория.
- 229) Если не можете позволить себе покупку собственного жилья, снимите квартиру. Самостоятельность - базовый признак успешного человека.
- 230) Научите свои деньги зарабатывать деньги.
- 231) Просмотрам мыльных опер и развлекательных программ предпочитайте бизнес-канал.
- 232) Дайте понять своим знакомым, что вы ищете бизнес-проекты для инвестиций. Пусть вам предлагают их. Даже если у вас на этот момент соответствующих денег нет, это поможет вам получить невероятное количество бесплатной информации. А «нет» всегда можно оправдать объективными причинами.

- «Свободных денег сейчас нет, все в бизнесе». «Слишком большие риски». «Звучит как-то малоубедительно».

233) Вкладывайтесь в свой внешний вид: прическа, костюм, часы, туфли, галстук, сотовый телефон, сорочка - все должно соответствовать образу эффективного человека. Желательно, чтобы вещи были приобретены вами с заделом на будущие успехи. Вы должны выглядеть богаче, чем есть на данный момент.

234) Наполняйте свой дом дорогими вещами. Домашний кинотеатр, плазменный телевизор, кожаный диван. Пластиковые окна, двери из натурального дерева и роскошный ремонт. Шикарные люстры, картины на стенах и пушистые ковры на полу. Красивая и качественная мебель во всем доме. Живые цветы, декоративная посуда и необычные сувениры. Современная бытовая техника на кухне, в гостиной и ванне.

Разумеется, все вместе и сразу это покупать не нужно. Наполняйте свой дом Артефактами эффективного человека постепенно. Но постоянно.

235) Разговаривая с людьми, вслушивайтесь в их слова, ищите в них полезную информацию. Задавайте наводящие вопросы и направляйте разговор в соответствующее русло. Не позволяйте беседе надолго превращаться в болтовню.

236) Постоянно думайте над созданием прибыльных бизнесов.

237) Время от времени угощайте своих друзей. Подобные действия не только закрепляют за вами славу обеспеченного человека, но и укрепляют дружбу и признательность.

- Но никогда не настаивайте на том, чтобы расплачивались именно вы. Если людям неуютно от этого, будет неразумно их напрягать.

238) Если вы знакомы с сильными мира сего, повесьте в офисе фотографии, на которых вы вместе.

239) Визитница, до отказа набитая визитками - неперенный Артефакт любого бизнесмена или высокого начальника.

240) Если у вас нет до сих пор собственной визитки, это серьезное упущение. Исправьте его. Если вы не заводи визитку, потому что занимаемой вами должностью похвастаться нельзя, должность можно просто на ней не указывать.

241) Не стоит навешивать на себя золото, как гирлянды на новогоднюю елку. Но роскошный перстень и средних размеров золотая цепь смотрятся очень по-мужски. И при этом подчеркивают уровень ваших доходов.

242) В повседневной деятельности можете пользоваться хоть обгрызанными карандашами, но, встречаясь с деловыми людьми, демонстрируйте только дорогую шариковую ручку.

243) Если вы часто путешествуете, купите ноутбук. Даже на отдыхе, развалившись в шезлонге, можно будет достать свой компьютер и на глазах у изумленной публики начать работать над контрактами.

244) Сводите девушку в роскошный ресторан. Выберите необычное блюдо и хорошее вино. Закажите музыканту песню. Оставьте щедрый чаевые официанту.

245) Даря ей подарки, не мелочитесь.

246) Если при звонке на ваш рабочий номер люди попадают на вашу секретаршу,

- «Офис господина Селютина»

слава успешного человека вам обеспечена.

247) Давайте подаяния нищим. Отчисляйте деньги на благотворительность. И не сильно задумывайтесь над тем, куда и на что ваши деньги пойдут: на хлеб, на водку или на развлечения местной братве. Вам дать милостыню не менее важно, чем нищим ее получить. Это делает вас более благородным, более независимым от денег и, в конце концов, более успешным.

Воспринимайте подаяние, как членский взнос в партию счастливых и успешных людей.

Но если вас такой подход не устраивает, делайте адресную помощь. Давайте не деньги, а товары: хлеб, супы, одежду.

**248) Прежде всего, станьте богатым, а потом уже демонстрируйте свою успешность миру. Эффектность и эффективность - не одно и то же.**

Добавьте Артефакты и афоризмы, которые, по вашему мнению, помогут вам стать и выглядеть эффективнее, но которые я совершенно напрасно забыл указать (используйте рабочую тетрадь):



Прямо сейчас, не переходя к чтению следующей главы, запланируйте мероприятия по повышению вашей эффективности в этом году. Напишите, что вы для этого будете делать. И когда придет срок, осуществите задуманное. Данную таблицу вы найдете в рабочей тетради, прилагающейся к данному курсу.

[illegible]

128

## Как стать и выглядеть надежнее

249) С любимыми не расставайтесь!

250) Не все со мною согласятся, но я считаю, что цена есть всему: дружбе, любви, сотрудничеству. Все можно продать и купить. Либо за деньги, либо за льготы, либо за какие-то другие блага. Миллион долларов, миллиард, всемирная известность, безопасность, симпатия красивой девушки - всегда можно найти ту цену, которая перекроет собой другие ценности.

Но если вы способны продать свою преданность за мелочь, вы - дешевка.

**251) Сделайте цену вашей верности и чести нерентабельной для покупки.**

252) Деньги - это хорошо, эффективность - это здорово. Но пусть в вашей жизни обязательно будут люди, отношения с которыми выше любых денег. Зарабатывайте на другом.

253) Если друг или твоя девушка оказались в беде, брось все остальные дела, откажись от удовольствий и комфорта, выручи их.

254) Друг, это тот человек, которому можно позвонить в 3 часа ночи, сказать, чтобы он взял топор побольше и был минимум через 40 минут на выезде из города. После чего, не давая никаких объяснений повесить трубку. А через 40 минут он злой, сбитый с толку, не выспавшийся, с огромным топором в руке будет ждать вас в указанном месте.

- И не для того, чтобы отыграться

255) Когда вы идете по улице со своей девушкой, не коситесь на проходящих мимо красоток. Если вам просто невмоготу, как хочется поглазеть на сексуальных девиц, используйте для этого другое время.

256) Когда ваша девушка спрашивает, красивая ли у нее подруга, отвечайте, что симпатичная, но не в вашем вкусе. Даже если это совсем не так.

257) Поставьте или повесьте ваши совместные с любимой девушкой фотографии в офисе и дома. Если она увидит это, ей будет приятно. Да и вы удивитесь, насколько такая мелочь может улучшить ваши отношения и согреть чувства.

258) Не забывайте звонить своим друзьям. Раз в день общайтесь минимум с одним из них.

259) Но встречи все-таки лучше телефонных разговоров.

260) Звонок или смс с пожеланием доброго утра любимой сделает ей приятно и утвердит в мысли, что с расставанием вы не забываете о ней. Общайтесь хотя бы с помощью сотовой связи каждый день.

261) Тариф «Семейный» или услуга «Любимый номер», настроенная на ее телефон - это не просто удобно и экономно, но и помогает вашей женщине чувствовать себя избранной.

262) Преданный и навязчивый - это не синонимы. Умейте появляться, когда в вас нуждаются, но не слоняйтесь поблизости постоянно.

263) Не отказывайте, если ваши друзья о чем-то просят. Если помочь им в их нужде вы не в состоянии, постарайтесь хотя бы дать хороший совет.

264) Всегда выполняйте свои обещания. Нет ничего более губительного для имиджа надежности, чем невыполнение взятых на себя обязательств. Либо не обещайте, либо сразу признайтесь в том, что никаких гарантий нет. Не допускайте, чтобы люди, понадеявшись на вас, в последний момент оказывались перед неприятным фактом вашей неисполнительности.

265) Возвращайте долги точно и в срок. Не влезайте в них, если вам нечем будет отдавать.

266) Приходите на встречи вовремя. Никогда не опаздывайте.

267) Для того чтобы никогда не забывать о назначенных встречах, днях рождения, всяческих годовщинах и прочих важных событиях, используйте электронные органайзеры. Введите эти события в сотовый телефон, в наладонник или в компьютер, чтобы при приближении важной даты электронный будильник напомнил вам об этом.

268) Гибкость мышления - обязательная черта успешного человека. Но не меняйте свои убеждения слишком часто.

269) В мире есть много людей, которые, желая всегда оказываться правыми, меняют свои взгляды, в зависимости от ситуации. В спорах, дискуссиях, разговорах они сегодня говорят одно, завтра другое, послезавтра - третье. Не будьте в их числе. Уж если вы вынуждены изменить свое мнение, признайте, что вчера были неправы.

270) Если вас тянет к другим девушкам - это нормально. Это в природе мужчины. Но, осознавая свои желания, и, признавая их естественность, совсем не обязательно им следовать.

277) Никогда не изменяйте любимым. Уверю вас, это того не стоит.

278) Находясь на шумной вечеринке, можете отойти от своей девушки пообщаться с другими людьми. В конце концов, вы же не привязанный. Но время от времени бросайте на нее взгляд, так, чтобы она заметила. Это поможет ей почувствовать нерушимую связь между вами. А вам не пропустить тот момент, когда она останется одна и почувствует одиночество или начнет просто скучать.

279) Пусть даже весь мир отвернется от вашего друга, пусть дружба с ним будет грозить вам многими лишениями и неприятностями, будьте рядом. Не бросайте его. Поддерживайте его, помогайте ему и уважайте его. Даже если он сам, в порыве отчаяния или в желании уберечь вас от беды просит уйти, не уходите. У вас еще будет время побыть наедине с самим собой, когда гроза его минует.

280) Быть надежным другом - это большая ответственность. А потому тщательно выбирайте тех, кого так назовете и внимательно следите за тем, кто называет так вас.

281) Никогда не отыгрывайтесь за собственные промахи и неудачи на близких.

282) Предлагайте помощь раньше, чем вас об этом попросят.

283) Говорите о своей преданности людям, но словами не ограничивайтесь.

284) Верностью друзьям, родственникам и любимой девушке понятие надежности не ограничивается. Есть еще такие явления, как верность идее, преданность своему народу и государству,

- Патриотизм.

преданность своей фирме. Частным случаем надежности - верностью своей цели можно считать силу воли.

285) Платите налоги. Это не только поможет вам спать спокойно и не бояться визита налоговой, но и даст ощущение того, что вы вносите посильный вклад в жизнь страны.

286) Участвуйте в выборах. Возможно, это и кажется порой бессмысленным занятием. Но бессмысленными поначалу кажутся почти все великие свершения. Иначе бы они не были великими.

287) Отчисляйте деньги на благотворительность. Среди людей, которые вас окружают, найдется немало тех, кто по разным причинам не может обеспечить себя сам. Благотворительность - это занятие, достойное благородных людей. Эффективных и преданных сынов своей Родины.

288) Возьмите на себя ответственность за то, что происходит в стране. Вы часть этой страны. Очень важная ее часть. Вы - это и есть страна. Не скидывайте ответственность за происходящее в ней исключительно на правительство. Сделайте для ее процветания то, что можете сами.

289) Есть масса великих идей, следование которым не очень выгодно с точки зрения рядового обывателя, но которые невероятно важны для человечества в целом. Искоренение нищеты на планете, спасение диких животных от вымирания, выступления против войн в других государствах. Борьба за нравственность, милосердная деятельность и искоренение болезней. Я не призываю вас заниматься всем этим, это должно идти от сердца. Но если вы посвятили себя одному из этих или подобному делу, будьте тверже. Бог вам в помощь.

290) Подсидеть, подставить своего начальника, ненароком подтолкнуть его в пропасть многими считается первоклассной операцией в карьерной борьбе. Возможно, это действительно удачно для того, кто совершил подобный поступок. Но если вы хотите быть и считаться Настоящим мужчиной, помните - низость не оправдывается никакими целями. Победителей тоже судят.

291) Четко, вовремя и с перевыполнением делайте все то, что вам поручил босс.

292) Ваша основная цель на работе - сделать так, чтобы фирма, на которой вы работаете, от вашей деятельности становилась богаче и эффективнее. Подходите к своим должностным обязанностям именно так. Если что-то на этой фирме вас не устраивает, не унижайтесь до саботажа, найдите себе другую.

293) Насобирайте информации за счет работодателя и уйти, открыв собственное дело, став конкурентом той фирме, на которой вы работали до этого - это для многих очень заманчивая идея. Вы же не идите таким путем. Если работать на кого-то для вас неприемлемо, создавайте дело разве что схожее с бизнесом прежнего работодателя. Но не точно такое же. Предательство порождает предательство.

294) Репутация не отстирывается.

295) Увольняясь, всегда передавайте дела тщательно и подробно. С какими бы чувствами вы это ни делали. И люди, которые придут вам на смену, и бывшее начальство всегда будут отзываться о вас только хорошо.

Добавьте Артефакты и афоризмы, которые, по вашему мнению, помогут вам стать и выглядеть надежнее, но которые я совершенно напрасно забыл указать (используйте рабочую тетрадь):

# ПЛАН МЕРОПРИЯТИИ ПО ПОВЫШЕНИЮ МОЕЙ НАДЕЖНОСТИ НА \_\_\_\_\_ ГОД.

ля того чтобы сведения, которые были получены вами при чтении этой главы, не стали бесполезным, мертвым грузом вашей памяти, начните применять их в

**Д**  
жизни.

Прямо сейчас, не переходя к чтению следующей главы, запланируйте мероприятия по повышению вашей надежности в этом году. Напишите, что вы для этого будете делать. И когда придет срок, осуществите задуманное. Данную таблицу вы найдете в рабочей тетради, прилагающейся к данному курсу.

№	Мероприятие	Планируемый срок	Завершено

Дата

Подпись



# Как стать и выглядеть заботливее

**296) Забота - это поступки, а не чувства и не слова о своей заботливости.**

297) Делайте для людей больше, чем они от вас ожидают. Но сначала поймите, чего они ждут и что считают нормальным поведением.

298) Умейте предвидеть потребности ваших друзей и близких, которые могут возникнуть в ближайшем будущем. Принимайте меры к их удовлетворению еще до того, как люди сами эти потребности осознают.

299) Чаще разговаривайте с людьми о них самих, только так вы узнаете об их нуждах.

300) Если люди интересуются вашими делами, как минимум, спросите их, как живут они. И вообще всегда спрашивайте у тех, с кем общаетесь, как их дела.

301) Предлагайте гостям тапочки.

302) Тем, кто пришел к вам в гости в первый раз, покажите, где ванная и туалет.

303) Не допускайте, чтобы они скучали. Пока вы готовите чай, дайте им полистать журналы, включите телевизор или музыкальный центр.

304) Имейте в запасе и чай, и кофе, и минеральную воду - у разных людей разные пристрастия.

305) Перед тем, как ваши гости выйдут на улицу, посмотрите в окно и если на небе тучи, поинтересуйтесь, есть ли у них зонт. Предложите свой, специально купленный для таких случаев.

306) Если ваша девушка остается иногда у вас на ночь, купите ей зубную щетку, молочко для снятия макияжа и ее любимый шампунь. Выделите специально для нее отдельное полотенце.

307) Если вашему близкому или просто знакомому плохо, придумайте и осуществите что-нибудь, что поможет ему. Если он болен - навестите его, купите фруктов и сладостей, принесите свежие журналы. Если удручен, расскажите что-нибудь веселое. Если раздавлен неприятностями - подбодрите его, вселите в его сердце надежду.

308) Регулярно навещайте родителей. Звоните им. Интересуйтесь их делами и здоровьем.

309) Хотя бы раз в год оплатите своим родителям путевку в санаторий. Пусть их здоровьем займутся профессионалы.

310) В свое время мама с папой потратили достаточно сил и средств, чтобы обеспечить ваше взросление. Пришло время вам начинать возвращать долги. В своем бюджете выделите отдельную статью для помощи им. Ежемесячно отсылайте или привозите некоторую сумму денег для своих родителей.



311) Время от времени привозите в подарок маме что-нибудь из бытовой техники, облегчающей ее труд.

312) Уступайте место в общественном транспорте пожилым людям.

313) Помогайте старикам заходить и выходить из трамвая, троллейбуса или автобуса.

- Если, конечно, они сами имеют какие-то сложности с этим.

314) Помогайте пожилым людям перейти улицу с оживленным движением транспорта. Вызывайтесь помогать им, независимо от того, попросили ли они вас об этом.

315) Если у вас есть время, помогите старушке донести тяжелые сумки домой. Для вас это может оказаться сущим пустяком, а пожилому человеку тащить тяжести бывает ох как не просто.

316) Не пренебрегайте беседой со стариками. Это доставляет им ни с чем не сравнимое удовольствие и помогает им не ощущать себя брошенными. А вам приносит полезную информацию. Опыт пожилых людей бывает бесценен.

317) Помните, дети воспринимают мир немного не так, как мы взрослые. Они слишком увлекаются, заигрываются и не замечают опасностей. Если рядом с вами находятся эти юные создания, всегда часть внимания направляйте на них. И при этом не важно, ваши ли это дети или дети ваших знакомых, которые находятся тут же.

Не опекайте их чересчур плотно, но будьте готовы в любой момент вмешаться и не дать малышам подвергнуть себя опасности.

318) Если вы идете в гости к друзьям, а у них есть дети, потратьте немного времени и денег, купите им подарки. И заявляйтесь в гости не с пустыми руками.

319) Как бы вы не были заняты, находите время для того, чтобы поиграть с детьми. Вашими детьми, племянниками, младшими братьями. Игры - это то, что помогает им развиваться, становиться умнее, сообразительнее, эффективнее. От вас это потребует не так уж много времени ежедневно, а пользу принесет на многие годы вперед.

320) Общайтесь с малышами. Беседуя с ними, рассказывая им о чем-то, расспрашивая их, вы занимаетесь не только их развитием, но и своим. Это потрясающе, сколько нового могут вам дать подобные беседы.

321) Если на работе у вас выдалась минута-другая свободного времени, а ваши коллеги не могут продохнуть от количества того, что необходимо сделать, предложите им свою помощь.

322) Делитесь знаниями и опытом с сослуживцами.

323) Если вашему напарнику необходимо отлучиться по очень важному делу, а работа этого не позволяет, подмените его. На некоторое время возьмите на себя выполнение его обязанностей.

324) Если от вашей работы зависит чья-то еще деятельность, старайтесь сделать ее как можно раньше и лучше. Позаботьтесь, а лучше проконтролируйте, чтобы результаты вашего труда дошли до него. И поинтересуйтесь, не возникает ли у него вопросов по этому поводу.

325) Сообщайте людям о том, что вы с удовольствием поможете им, если они вас попросят.

326) Дарите своей девушке именно те подарки, которые она хочет. А для этого внимательно слушайте, что она говорит, чем интересуется и о чем мечтает. В подобных разговорах она обязательно проговорится о том, что для нее было бы самым приятным подарком.

327) Если ваша компания попала в трудные условия,

- Природные, климатические, катастрофы и аварии.

первым делом заботьтесь о тех, кто слабее: детях, стариках и женщинах. И уже потом предпринимайте что-либо в отношении себя. Это не только закрепит за вами славу заботливого человека, но и станет свидетельством вашей мужественности и стойкости.

328) Самые комфортные условия уступайте женщинам и детям.

329) Выходя из транспорта, подавайте девушке руку.

330) Всегда берите у своей спутницы сумки, провожая ее. Это ее задача - выглядеть красивой и беззаботной. Ваша - сильным и заботливым.

331) Помогайте новичкам быстрее освоиться на новом месте, на новой работе, в новом окружении.

332) Вместо того чтобы просить любимую приготовить ужин время от времени готовьте сами. Или лучше отберите у нее кастрюли и пригласите отужинать в кафе.

333) Если ваша девушка чем-то не довольна, если что-либо или кто-либо мешает ей жить

- Соседи, коллеги по работе, неполадки с двигателем автомобиля.

Примите меры, устраните причины ее расстройств.

- Выясните отношения с соседями, убедительно попросите коллег не мешать ей работать, пригласите автослесаря.

334) Друг принес долг вовремя, как и договаривались, но вы по его глазам видите, как нелегко это ему дается. Если вы сами не находитесь в таком же положении, дайте ему отсрочку. Скажите, что он может отдать деньги чуть позже, когда дела его нормализуются.

335) Не старайтесь стать самым заботливым человеком на свете. Позволяйте другим отвечать на вашу заботливость той же монетой. Для многих людей возможность о ком-то позаботиться - это счастье. Так что не лишайте их этой радости.

336) Если вы будете делать все, что от вас ожидают люди, вы прослывете человеком слабохарактерным и угодливым. Так не годится. ДЕЛАЙТЕ БОЛЬШЕ.

Добавьте Артефакты и афоризмы, которые, по вашему мнению, помогут вам стать и выглядеть заботливее, но которые я совершенно напрасно забыл указать (используйте рабочую тетрадь):

Прямо сейчас, не переходя к чтению следующей главы, запланируйте мероприятия по повышению вашей заботливости в этом году. Напишите, что вы для этого будете делать. И когда придет срок, осуществите задуманное. Данную таблицу вы найдете в рабочей тетради, прилагающейся к данному курсу.

[illegible]

Подпись

## Как стать и выглядеть обаятельнее

**337) Обаяние - это умение доставить вербальным или невербальным общением удовольствие своему собеседнику.**

338) Положительные эмоции люди испытывают, когда мы либо удовлетворяем их потребности в любви и дружбе, признании и уважении, либо просто повышаем их настроение. Смешим их, говорим комплименты, выражаем признательность. Выказываем собственное уважение и восторг, искренне интересуемся собеседником, затрагиваем в разговоре важные для него темы.

339) Больше беседуйте с людьми о том, что интересует их, чем о том, что важно вам. Это даст вам массу новой информации и закрепит за вами славу внимательного слушателя.

340) Принципиальный спор - это орудие убийства. Убийства дружбы, хороших отношений, взаимопонимания. Если на кон не поставлена чья-то жизнь, ни за что не применяйте его. Дискуссии, обмен мнениями, высказывание собственной

- А отнюдь не объективной.

точки зрения намного безопасней и полезнее.

341) Никогда не перебивайте собеседника.

342) Давайте окружающим понять, что они вам нравятся. Взглядом, словами, улыбкой, дружелюбными жестами. Даже если это ПОКА не так.

343) Дайте понять человеку, с которым разговариваете, что вы его слушаете - кивните в знак согласия, повторите сказанное, слегка перефразировав,

- «То есть, ты считаешь, что мы все в большой опасности»?

улыбнитесь.

344) Общаясь с людьми, смотрите в их глаза. Но не непрерывно, а порциями, секунд по 10-15. Если собеседников несколько, периодически переводите взгляд с одного на другого.

345) Слушая человека, не смотрите по сторонам, собеседник перед вами. Время от времени встречайтесь с ним глазами. С помощью этого вы показываете ему свой интерес. Слушайте внимательно и старайтесь запомнить то, о чем он говорит. Это поможет поддержать беседу. Или начать ее в следующий раз.

346) Чтобы вас слушали, вы должны либо рассказывать об интересных, необычных событиях, либо передавать полезную информацию людям, либо произносить приятные для них слова.

347) Говорите комплименты близким и малознакомым людям. Сил и времени это требует немного, но результаты превосходят всякие ожидания.

348) Но не стоит льстить. Лесть - это похвала, сказанная неискренне, с целью получить от человека что-то взамен. Compliment - это правда, которая говорится просто так, потому что самому говорящему это приятно.

349) Отмечайте похвалами внешность человека, его поступки, достижения, удачные мысли, высказанные им.

350) Даже если вы в душе на 100 процентов уверены в собственном превосходстве, не смейте этого показывать. Пусть о вашем превосходстве говорят люди, а не вы. Вы можете лишь, смущаясь попытаться опровергнуть это.

351) Никогда не пренебрегайте интонацией. С помощью интонации можно придать словам другой смысл, заинтриговать людей, выделить основную мысль. Придать беседе любой нужный оттенок: таинственности, легкости, флирта, бесшабашного веселья, необычайной важности, обыденности.

352) Учитесь во время беседы переходить на шепот или повышать голос почти до крика. То есть говорить с разной громкостью.

353) Научитесь делать паузы, интригуя слушателей в самый кульминационный момент.

354) Пройдите курсы риторики. Нет в жизни области, в которой умение грамотно общаться было бы излишним.

355) Подключайте жестикуляцию. Используйте микродвижения кистей, пальцев рук, выразительные жесты и позы.

356) Запишитесь в студию актерского мастерства.

357) Есть десятки упражнений по выработке навыков эффективного общения. Купите соответствующую литературу и поработайте по ней.

358) Пригласите девушку на танец. Купите ей выпить. Подарите цветы.

359) Читайте больше анекдотов. Чувство юмора тоже можно развить.

360) Смотрите юмористические передачи и запоминайте самые смешные образы. Ищите самый близкий вам стиль юмора и перенимайте его.

361) Подшучивайте над ситуацией, над собой, но никогда не над другими людьми. Если только они не относятся к этому с легкостью. Но даже в этом случае, умейте почувствовать границу дозволенного юмора и никогда ее не переходите.

362) Выделите дома полку юмора, куда собирайте самые смешные вещи или предметы, вызывающие у вас улыбку. Полка юмора - это ваш ресурс хорошего настроения.

363) Создайте вокруг себя круг друзей. Делайте все, чтобы укрепить ваши отношения. Звоните друзьям, собирайте всех на вечеринки, отмечайте вместе праздники и организуйте выезды.

364) Придумывайте способы доставить вашим друзьям удовольствие.

365) В сознании людей четко закрепились некоторые образы обаятельных людей. Этаким джентльмен - костюм, галстук, идеальная прическа, начисто выбритое лицо, до блеска начищенные туфли, часы и носовой платок в переднем кармане.

- Бонд, Джеймс Бонд.

Или широко раскрытые глаза, душа нараспашку, жесты, полные радушия и щенячий восторг в голосе при вашем появлении.

Умейте воспользоваться этими архетипами. Нарбатывайте тот образ, который вам ближе.

366) Включите в свою библиотеку книги о личностном росте, умении общаться, книги по риторике, психологии и управлению.

367) Станьте интересным, необычным собеседником (смотри главу «Как стать и выглядеть неповторимей»).

368) Старайтесь избегать в разговорах с людьми тем, которые являются для них болезненными. Вполне объяснимое и в некоторых случаях довольно похвальное желание ткнуть собеседника лицом в причины подобных болезненных реакций, докопаться с ним до самой сути и исправить положение, скорее всего, не приведет ни к чему хорошему. Собеседник разнервничается, выйдет из себя, а свое раздражение объяснит себе не близостью запретных тем, а вашей нудностью или бестактностью.

Поверьте, если человек и вправду способен и хочет что-то в своей жизни изменить к лучшему: убрать комплексы, докопаться до причин своих неудач или выявить скрытые недостатки - он обратится к вам за помощью сам. Вот тогда и помогайте. Не раньше.

369) Никогда не пытайтесь исправить людей. Принимайте их такими, какие они есть. По моему убеждению, исправить людей невозможно, можно лишь помочь им исправиться самим. Но для этого нужно, чтобы они сами хотели этого и, кроме того, хотели, чтобы им кто-то помогал.

370) Если такие, какие есть, люди вас не устраивают, просто не общайтесь с ними. Найдите других друзей и товарищей.

371) Даже после сильной обиды старайтесь не рубить с плеча, не высказывать гневных обвинений, не грозить вечной ненавистью и не проклинать. Сказанное не воротишь. А вот ваш взгляд на события может измениться. Возможно, у вас появится новая информация, которая все выставит в другом свете. Возможно, после того, как вы успокоитесь, существующее положение вещей окажется даже выгодным для вас. А возможно со временем вы поймете, что дружба важнее мелких разногласий. В конце концов, вас могли и не хотеть обидеть.

Извиняться труднее, чем промолчать.

372) Никогда не забывайте и не ленитесь поздравлять своих знакомых с праздниками. В особенности, с их личными праздниками.

- День рождения, годовщина, поступление в институт, сдача экзамена, получение диплома.

Присоединяясь к их маленькому счастью, вы становитесь его частью.

373) Как можно чаще излагайте свои мысли письменно. Тот, кто хорошо пишет, рано или поздно начинает хорошо говорить.

374) Перед серьезным разговором запишите все, что хотите сообщить человеку. Это поможет вам ничего не забыть, яснее увидеть все недостатки и слабые места готовящейся речи и с помощью чтения поработать над интонацией.

375) Чаще читайте вслух. Это помогает выработать хорошую дикцию, выразительность и непрерывность речи.

376) Разговаривая, плавно меняйте громкость, частоту слов и интонацию. Это помогает держать слушателя в постоянном напряжении, в неослабевающем внимании.

377) Записывайте себя на диктофон и прослушивайте. Скорее всего, сначала вам будет не нравиться собственный голос. Это нормально. Добавьте в свой голос то, что, по вашему мнению, ему не хватает и уберите то, что мешает.

378) Время от времени пробуйте подражать голосам известных дикторов и ораторов. Копируйте манеру говорить у известных актеров.

Добавьте Артефакты и афоризмы, которые, по вашему мнению, помогут вам стать и выглядеть обаятельнее, но которые я совершенно напрасно забыл указать (используйте рабочую тетрадь):



# ПЛАН МЕРОПРИЯТИИ ПО ПОВЫШЕНИЮ МОЕГО ОБАЯНИЯ НА \_\_\_\_\_ ГОД.

**Д**ля того чтобы сведения, которые были получены вами при чтении этой главы, не стали бесполезным, мертвым грузом вашей памяти, начните применять их в жизни.

Прямо сейчас, не переходя к чтению следующей главы, запланируйте мероприятия по повышению вашего обаяния в этом году. Напишите, что вы для этого будете делать. И когда придет срок, осуществите задуманное. Данную таблицу вы найдете в рабочей тетради, прилагающейся к данному курсу.

№	Мероприятие	Планируемый срок	Завершено

Дата

Подпись

## Как стать и выглядеть мудрее

379) Как можно больше читайте умных книг: классики, профессиональной литературы, изданий по психологии и личностному росту.

380) Соберите дома библиотеку из таких книг. Многие люди оценивают уровень вашего интеллекта, исключительно с помощью анализа книг, выставленных напоказ у вас дома. Но помните: книги книгам рознь. Одно дело - полки, заставленные детективами от Дарьи Донцовой. Другое - томики Достоевского, Бунина, Толстого и Блока, склеившиеся обложками от долгого стояния на одном месте. Третье - литература по саморазвитию, повышению уровня интеллекта и укреплению памяти, разбросанная по всей комнате. И четвертое - книги по созданию собственного бизнеса, экономике, бухучету и планированию.

Пусть ваша личная библиотека характеризует вас, как практичного человека, который старается все знания применить на деле. Художественным произведениям предпочитайте руководства, справочники, исследования. Но предпочитать руководства - это не значит исключить чтение художественных книг. Однобокость вам тоже не к лицу.

381) Разговаривая с людьми, старайтесь больше слушать их. У человека, который молчит, больше шансов сойти за умного, чем у того, кто отчаянно пытается переспорить остальных.

382) Учитесь читать. Пройдите курсы скорочтения.

383) Постоянно осваивайте новые умения, навыки, профессии. Только так вы сможете оставаться умным, не заостенелым человеком.

384) Учитесь думать. Не удовлетворяйтесь ответами, которые получаете от других: из книг, журналов, от родителей, знакомых и учителей. Хотя бы в качестве разнообразия иногда ищите свои. Раз в месяц пытайтесь опровергнуть одно из расхожих мнений.

385) Расширяйте свои знания за счет изучения новых для вас предметов и дисциплин.

386) общайтесь с умными людьми.

387) Мудрость должна помогать вам и вашим знакомым выжить. Ее смысл в практичности. Стремитесь применять полученные знания на деле. Изучив новый предмет, письменно ответьте на вопрос: «Как я смогу использовать его на практике?».

388) Прежде, чем приступить к чему-то, всегда уделяйте время подготовке. Это убережет вас от досадных ошибок.

389) Никогда не отвечайте: «Не знаю». Говорите: «Мне надо подумать». Или: «У меня пока недостаточно сведений для объективного ответа. Ответчу вам позже».

390) Сомневайтесь во всем. Допускайте все. На самом деле это не противоречивые советы, это две разных фразы, говорящие об одном и том же.

391) Периодически повышайте свою квалификацию. Проходите курсы, участвуйте в семинарах, слушайте лекции. Это поможет вам не только постоянно быть в курсе последних достижений, но и всегда оставаться высококлассным специалистом в своей области.

392) Подавая заявление при приеме на новую работу, сопроводите стандартную анкету или резюме ксерокопиями дипломов, сертификатов, свидетельств о прохождении курсов.

393) Тренируйте память. Нет никакого смысла от знаний, если в нужный момент вы не в состоянии их извлечь.

394) Если у вас есть информация, которая поможет вашему знакомому реализовать свои планы, сообщите ему об этом. Как правило, люди с благодарностью принимают дельные советы

- Не что ему лучше сделать со своими планами и куда их засунуть вообще, а что конкретно осуществить, чтобы быстрее воплотить желаемое в действительность.

А если после того, как он ему последует, дела у него и вправду пойдут лучше, ваш авторитет в его глазах сильно вырастет. В следующий раз он придет за советом сам.

395) В конце дня письменно отвечайте на вопрос: «Чему я сегодня научился?». Помните, вы не только каждый день должны учиться чему-то новому, но и, научившись, отмечать это. Закрепляйте в себе ощущение непрерывного познания этого мира и вашего непрерывного личностного роста.

396) Наличие и, в особенности, избыток Артефактов любых других Атрибутов косвенно свидетельствует и о мудрости. Иногда это специфическая, узкоспециализированная мудрость, как например, в тех случаях, когда человек умеет только зарабатывать деньги или только соблазнять женщин, но в других вопросах явно проигрывает. А иногда общая - когда он сумел развить все Атрибуты.

397) Но главная отличительная черта мудрого человека - это все же не только умение чего-то добиваться в жизни, но и хорошо развитые навыки передачи собственного успешного опыта другим людям.

398) Учитесь осознавать и анализировать собственные успешные стратегии. Если у вас что-то получается хорошо, не бойтесь растерять это умение, подвергнув анализу. Анализ, действительно, способен уничтожить налет таинственности и неповторимости с ваших действий. Но при этом он дает нечто большее - возможность развить свое умение, добавить в него новые элементы и передать опыт поэтапно другим людям.

399) Раз в день подвергайте анализу одно из своих умений. Письменно отвечайте на вопросы типа: «Как я...?». «Как я учусь?», «Как я общаюсь с людьми?», «Как я нахожу решения?». Попробуйте не просто дать ответ на этот вопрос, но и найти некий алгоритм: что сначала, что потом, что делаете, если это не получается.

400) После того, как вы подвергли анализу собственные стратегии, подумайте над тем, как сделать их более эффективными. Найденные решения запишите тут же.

401) Если у вас есть маленький брат, сын или племянник,

- Сестра, дочь, племянница.

постарайтесь объяснить ему что-нибудь необъяснимое с вашей точки зрения. Например, почему небо голубое, вода мокрая, а папа пьяный. Подобные риторические упражнения помогут вам научиться грамотно, просто и понятно излагать свои мысли другим. Если вас понимают дети, значит, вы знаете, о чем говорите.

402) Все гениальное просто. Избегайте громоздких, научных объяснений, говорите ясно и доходчиво. Если вы не умеете общаться с людьми, у которых уровень IQ ниже 150, поработайте над собственным обаянием.

403) Никогда не путайте сложность идеи с ее важностью. А образованность с мудростью. Зачастую глупость мысли маскируется непонятностью. Не следуйте этой порочной практике. Говорите просто и ясно. Того же требуйте и от своих учителей.

404) Прежде, чем ответить на вопрос, делайте короткую паузу. В этот момент вы либо думайте, либо создавайте у людей ощущение, что думаете.

405) С годами способность воспринимать новое снижается. Внимание ослабевает, острота ума притупляется, а интерес к обучению потихоньку пропадает. Помните об этой опасности. Там где не хватает способностей к обучению, используйте волю и терпеливость. И никогда не позволяйте себе бросить учиться. Если вы это сделаете, если остановитесь в саморазвитии, начать заново будет очень трудно. Если вообще возможно.

406) Непрерывное обучение, как и любое другое регулярно повторяющееся действие, закрепляется в привычку. Приучите себя думать, приучите себя работать над собой, приучите себя стремиться стать все лучше и лучше.

Добавьте Артефакты и афоризмы, которые, по вашему мнению, помогут вам стать и выглядеть мудрее, но которые я совершенно напрасно забыл указать (используйте рабочую тетрадь):

# ПЛАН МЕРОПРИЯТИИ ПО ПОВЫШЕНИЮ МОЕЙ МУДРОСТИ НА \_\_\_\_\_ ГОД.

**Д**ля того чтобы сведения, которые были получены вами при чтении этой главы, не стали бесполезным, мертвым грузом вашей памяти, начните применять их в жизни.

Прямо сейчас, не переходя к чтению следующей главы, запланируйте мероприятия по повышению вашего обаяния в этом году. Напишите, что вы для этого будете делать. И когда придет срок, осуществите задуманное. Данную таблицу вы найдете в рабочей тетради, прилагающейся к данному курсу.

№	Мероприятие	Планируемый срок	Завершено

Дата

Подпись

## Как стать и выглядеть неповторимее

407) Быть таким, как все - это привилегия и отличительная черта представителей стада.

408) Но не быть таким, как все буквально во всем - это серьезная аномалия.

409) Перенимайте лучшее. Подражай самым успешным. Копируйте наиболее эффективные стратегии. Но даже в этом копировании проявляйте свою неповторимость и используйте творческий подход.

410) Никогда не следуйте шаблонам и стереотипному поведению. Только если шаблон - это не единственно возможный выход. Впрочем, мне о таких случаях не известно.

411) Чаще прислушивайтесь к своему сердцу. Никто, кроме вас самих не знает, кто вы такой. И никто, кроме вас самих не в состоянии выбрать за вас жизненную цель, манеру поведения и создать ваш характер.

412) Если хотите копировать кого-то, то пусть это будет человек не из вашего окружения. Как бы успешен ваш знакомый не был, клонировав его, вы не повторите его успеха. Во всяком случае, в вашей общей компании.

413) Посетите стилиста, пусть ваш имидж придумает для вас профессионал. Но не давайте ему абсолютной власти. Ходить с новым имиджем вам, а не ему.

414) Вещам с рынка предпочитайте индпошив и одежду из дорогих бутиков.

415) Приобретите в свою квартиру что-то необычное и красивое. Кусок коралла с Красного моря, шар с молниями, какой-нибудь механизм а-ля «Вечный двигатель».

416) Придумывайте собственные, необычные ритуалы, и время от времени следуйте им. Ритуал прощания с достигнутой мечтой, ритуал привлечения хорошего настроения, обряд фиксации внимания на новой жизненной цели.

417) Иногда мягко отказывайтесь следовать общей традиции. Просто потому, что не хочется.

- Или хочется чего-то другого.

418) Например, время от времени можно уходить домой в пятницу сразу после окончания рабочего дня, не оставаясь на еженедельную пьянку. Или вместо того, чтобы с усердием изображать необычайную занятость, как это делают все на вашей работе, можно действительно поработать, взяв на себя дополнительную нагрузку.

419) Отказаться выполнить распоряжение большого начальника - это значит бросить ему вызов. Очень смелый поступок. Без наличия путей к отступлению или страховочных вариантов

- Типа другой работы, на которую вас уже зовут.

дерзить начальнику не следует, вас попытаются сломать. Но кроме мужественности, такое поведение говорит еще и о вашей необычности. Обычно люди выполняют распоряжения начальства, не обсуждая их.

- Или осуждая потом.

420) Самый лучший - это всегда необычный, всегда немного неповторимый. Из сотни человек, сто не могут быть самыми лучшими. И пятьдесят тоже. И десять. Самым лучшим может быть только один.

421) Чем бы вы не занимались: работа, хобби, домашние обязанности - старайтесь делать это лучше всех остальных.

422) Самый плохой из всех - это тоже необычно. Но вы лучше не идите таким путем. При кажущейся простоте такой способ отличия ни к чему хорошему вас не приведет.

423) Никогда не боритесь с кем-то за роль в вашей группе, если только это не роль лидера. Если роль шута или недовольного критика, донжуана или громилы уже занята, не старайтесь отобрать ее.

- Перешутить шута или перекритиковать критика.

Найдите свой собственный образ.

424) Найдите себе необычное хобби. Собираание самых непризнанных книг, игра на ксилофоне, создание летописи родной деревни.

425) Разнообразьте свою речь. Для этого можно применить устаревшие слова и обращения,

- «Добрый человек, вы не выходите на следующей остановке?»

можно использовать свою, «фирменную» поговорку

- «Да чтоб мои дети никогда не видели папку трезвым, если я вру!»

или необычный для мест, в которых вы проживаете, акцент.

426) Задавайте моду, а не следуйте ей. Те люди, которые начинают носить модные вещи первыми, запоминаются. Тогда, как те, кто покупает их лишь после того, как то же самое сделало полгорода, наоборот, всего лишь сливается с толпой.

427) Думайте сами. Как сказал Бернард Шоу: «Я стал знаменит, потому что думал намного чаще, чем остальные - примерно один раз в месяц». Все советы по развитию сексуальности, мужественности, силы воли, надежности, заботливости, обаяния, мудрости и неповторимости, которые я дал в этой книге, призваны помочь вам разобраться в теме. Но ими далеко не исчерпываются Артефакты Настоящего мужчины. Их еще очень-очень много.

**Еще раз просмотрите все данные советы и ОБЯЗАТЕЛЬНО добавьте свои.**

Добавьте Артефакты и афоризмы, которые, по вашему мнению, помогут вам стать и выглядеть неповторимее, но которые я совершенно напрасно забыл указать (используйте рабочую тетрадь):



# ПЛАН МЕРОПРИЯТИИ ПО ПОВЫШЕНИЮ МОЕЙ МУДРОСТИ НА \_\_\_\_\_ ГОД.

**Д**ля того чтобы сведения, которые были получены вами при чтении этой главы, не стали бесполезным, мертвым грузом вашей памяти, начните применять их в жизни.

Прямо сейчас, не переходя к чтению следующей главы, запланируйте мероприятия по повышению вашего обаяния в этом году. Напишите, что вы для этого будете делать. И когда придет срок, осуществите задуманное. Данную таблицу вы найдете в рабочей тетради, прилагающейся к данному курсу.

№	Мероприятие	Планируемый срок	Завершено

Дата

Подпись

# Алгоритм приобретенияArteфактов

Итак, вы уже получили представление о теории Атрибутов и Arteфактов. Внимательно ознакомились со списком Атрибутов. Рассмотрели причины закрепления их в неотъемлемые качества Настоящего мужчины и изучили список афоризмов и советов по развитию каждого из них в отдельности. Теперь вам осталось совсем немного - всего лишь понять, как эти самые Arteфакты приобрести. Ведь совсем не одно и то же сказать: «Я хочу купить автомобиль BMW X5» и сделать это в реальности.

Ниже я изложу довольно простой, но, тем не менее, достаточно эффективный механизм достижения целей. Он состоит из нескольких этапов. И позволяет достичь практически любого реального Arteфакта. Если вы выработаете привычку каждую свою цель приобретать именно таким способом, то через некоторое время сможете достичь практически всего, что действительно достичь можно.

## > *Этап 1. Выбираем Атрибут*

Прежде всего, решите для себя, какой из Атрибутов вы хотите развить в первую очередь. Одновременно все девять вы улучшить не сможете, это факт. У вас вряд ли хватит на это сил и времени. Человек, который хочет добиться всего и сразу, обычно не получает ничего. Необходимо отложить на время некоторые из них и сосредоточиться на остальных. Тогда вы сможете добиться большего и в гораздо более сжатые сроки. А остальными Атрибутами можно будет заняться чуть позже.

Кроме случайного выбора есть еще два возможных варианта решить, с какого Атрибута начать саморазвитие. Первый - это развивать в первую очередь то, что у вас развито плохо или не развито совсем.

- Например, если вы слабовольный человек, то в этом случае первым делом беретесь укреплять силу воли.

Во втором варианте, наоборот, необходимо, прежде всего, укреплять свои сильные качества.

- То есть, если вы человек мужественный, то развиваете и показываете именно мужество, превращаясь в яркую, заметную любому окружающему Личность.

Оба варианта имеют свои плюсы и минусы. Первый не позволяет вам стать односторонним, негармоничным человеком, а вашим недостаткам вылиться в серьезную проблему. А второй - работает на вашу звездность. Даже самый гармонично развитый человек должен иметь яркие черты, иначе есть опасность, что он останется незамеченным. Согласитесь, когда глазу не на чем остановиться, он ни на чем и не останавливается.

У обоих вариантов развития есть свои преимущества и недостатки. Но я предлагаю вам не выбирать какой-то один из них. Используйте оба способа.

По результатам второго и третьего теста вы сможете выбрать самый развитый и самый запущенный у вас Атрибут.

- В идеале - это будет 2 качества, но может получиться и четыре. Тогда выберите любые два из них.

Именно над ними я и предлагаю вам поработать. Над самым развитым и самым запущенным Атрибутами. После того, как поставленные цели будут достигнуты, а соответствующие внутренние качества развиты и проявлены, сможете повторить эту процедуру, но с другими Атрибутами.

- Ваше звездное качество останется тем же, а вот место запущенного займет другое.

Запишите ниже внутренние качества, над которыми вы будете работать (используйте рабочую тетрадь).

**Атрибуты:** \_\_\_\_\_

> *Этап 2. Составляем список Артефактов*

Итак, Атрибуты, над которыми вы будете работать, определены. Теперь необходимо понять, что надо делать дальше.

Перечитайте еще раз те главы, в которых было дано описание рассматриваемого внутреннего качества и приведен список советов и афоризмов по его развитию. Выпишите на отдельной странице все Артефакты, которые показались вам заслуживающими внимания и добавьте свои. Для этого можете использовать список из таблиц, которые вы заполнили после прочтения советов и афоризмов для развития каждого из Атрибутов. Но можете добавить и новые. Не ленитесь, их должно быть как можно больше.

- Хотя бездумно переписывать все, что приведено в книге, тоже не стоит. Записывайте только те Артефакты, которые нашли отклик в вашем сердце.

При этом не стоит оценивать, насколько реально их достижение вами в реальной жизни. Об этом вы подумаете чуть позже. Сейчас дайте волю воображению. Записывайте все Артефакты, которые вызывают у вас восторг, желание обладать и уважение. Пусть они будут как можно более конкретными, детальными. Не просто автомобиль, а автомобиль такой-то марки, такой-то модели, такого-то года выпуска. Не просто смелый поступок, а прыжок с парашюта и т.д.

Не забывайте о том, что никаких сколько-нибудь значащих перекосов быть не должно - отмечайте и Внешние, и Поведенческие Артефакты. Только тогда можно будет говорить о гармоничной развитости Атрибута, когда он будет проявлен всеми типами Артефактов.

Запишите в таблицу, наподобие той, что приведена ниже, Артефакты, которые вы хотите приобрести (используйте рабочую тетрадь):

Атрибуты	Артефакты

### > Этап 3. Меняем мечты на цели

Следующим этапом отберите из полученного списка 2-3 наиболее значимых и привлекательных для вас Поведенческих и столько же Внешних Артефактов для каждого Атрибута. Именно их вы в ближайшее время из просто желаний превратите в цели, которые надо достигнуть. Для этого ответьте на следующие вопросы:

«*Что конкретно я хочу достигнуть?*». Достигнуть цели нам очень часто не позволяет слишком низкая детализация наших желаний. Как я уже писал, хотеть просто автомобиль недостаточно. Необходимо знать о своей мечте намного больше. Фирму-производителя, марку, цвет, год выпуска, цену, комплектацию и тому подобное. Если желание не жесткое, и вы допускаете другие варианты

- Другую фирму-производителя, марку, цвет, год выпуска, цену, комплектацию.

необходимо прояснить и отметить и их тоже.

Если хотите освоить боевое искусство, то должны знать: что это за вид спорта, какой уровень владения вас устроит, как часто хотите заниматься и где именно.

«*Как я узнаю, что цель уже достигнута?*». Если вы не знаете, как выглядит то место, которое вы ищете, вы можете его искать бесконечно. Решите для себя, как вы поймете, что цель достигнута?

В примере с автомобилем ответ кажется довольно простым - когда вы его приобретете, тогда и достигнете. Но и тут есть подводные камни. Ведь приобрести автомобиль можно по-разному: купить, получить в подарок, украсть, взять на время у друзей или в пользование на работе. Что значит приобрести? Как узнать, что вы уже его приобрели?

А с владением боевыми единоборствами дело обстоит еще сложнее. Как вы поймете, что изучили, например, карате? Когда сможете сдать экзамен на коричневый пояс? Победить на открытом чемпионате города? Побить всех прежних обидчиков? Заслужить похвалу тренера? Разбить кирпич ударом ребра ладони? Укажите основные признаки достижения поставленной цели. Если их несколько, укажите все.

«*Где, когда и с кем я хочу достичь этой цели?*». Когда человек чего-то не имеет, но очень хочет, ему кажется, что цель должна быть просто достигнута, без каких бы то ни было уточнений. Ему просто хочется ее получить и все. Если это касается Поведенческого Артефакта, то мужчине кажется, что его нужно применять всегда и везде. Всегда вести себя мужественно

- То есть, не переставая совершать смелые поступки. ИЛИ

сексуально.

- Соблазнять все вокруг, что движется.

А если Внешнего, то главное - это его приобрести. Однако когда мужчина вступает на путь достижения цели, перед ним появляются непредвиденные трудности и дилеммы. Чтобы купить автомобиль последней марки необходимо откладывать деньги, подрабатывать и ограничивать себя во всем. Это может привести к полному исчезновению свободного

времени и средств. Во многом придется себе отказывать: в любимых развлечениях, увлечениях, общении с друзьями и любимой женщиной. А это в свою очередь приведет к охлаждению отношений, потускнению красок жизни, скуке и неудовлетворенности. Если вы начнете заниматься боевым единоборством, придется следить за диетой, жертвовать частью сна на то, чтобы сделать утреннюю пробежку, отказываться от времени, которое можно было бы потратить на друзей, любимых и другие увлечения. И так далее.

Решите для себя, чем вы готовы пожертвовать для достижения цели, а чем не будете жертвовать никогда. И тогда, расставив приоритеты, вы сможете более реально оценить собственные силы.

Распишите таблицу, наподобие той, что приведена ниже, свои цели (используйте рабочую тетрадь):

Артефакт	Детали	Признаки достижения цели	Чем готов пожертвовать	Чем жертвовать не готов

#### > Этап 4. Экологическая проверка

Этот этап алгоритма достижения Артефактов призван уберечь вас от серьезных ошибок. Прислушайтесь к своей интуиции, действительно ли вам нужно достигать поставленной цели? Не вступает ли она в противоречие с вашими жизненными ценностями? Если противоречит, то, что можно добавить, изменить в ней для того, чтобы снять это противоречие?

Только после прохождения экологической проверки цель можно с полным правом считать вашей. Если проверка дала отрицательный ответ,

- Цель не соответствует вашим жизненным целям или полностью противоречит им.

и ничего, чтобы исправить положение, сделать нельзя, откажитесь от нее.

Укажите в таблице, наподобие той, что приведена ниже, результаты проверки на экологичность для каждого Артефакта (используйте рабочую тетрадь):

Артефакт	Экологичен (да\нет)

➤ *Этап 5. Делаем Артефакты желанными и неотразимыми*

Чтобы нам было легче достигать цели, чтобы внимание не соскальзывало с нее на более мелкие повседневные потребности, необходимо сделать цели неотразимыми.

Согласитесь, если гвоздь и так притягивается огромным магнитом к себе, подтолкнуть его к нему гораздо легче, достаточно малейшего усилия. Точно так же, когда какой-либо Артефакт чрезвычайно притягателен для нас, мы можем достигнуть его намного проще. Сама энергия цели помогает нам в этом. Нас всегда притягивает все привлекательное.

- Привлекает все притягательное.

Но чтобы сделать цель притягательной, необходимо выполнить ряд действий.

Вспомните, когда вам чего-то невыносимо хочется, вы постоянно думаете об этом, видите в своем воображении предмет вожделения в мельчайших деталях, слышите звуки, которые он издает, и даже ощущаете запахи, которые от него исходят. Так человек, который умирает от жажды, видит в своем воображении реки и водопады, слышит журчанье ручьев и ощущает на коже свежесть воды. А влюбленный в течение дня десятки раз созерцает перед собой образ любимой, слышит ее голос, смех, вспоминает прикосновения и ароматы ее тела.

Точно также этот механизм работает и в обратном направлении. Если мы постоянно рисуем в своем воображении образ Артефакта в мельчайших подробностях, мы обязательно начнем его желать. Нас непременно начнет тянуть к нему.

То есть, для того, чтобы сделать цель неотразимой, для начала необходимо создать ее картинку перед собой. Для этого можно воспользоваться фотографиями, вырезками из журнала, коллажами, лозунгами, слоганами и т.п. С Внешними Артефактами все просто - можно прийти в магазин и сфотографировать желаемый объект.

- А лучше сфотографироваться возле него.

Или вырезать его изображение из журнала. Или нарисовать. С Поведенческими Артефактами дело обстоит несколько сложнее, но принцип все тот же. Вы можете воспользоваться воображаемыми фото - представить, как будто кто-то сфотографировал вас в момент совершения вами желанного поступка. Можете использовать реальное фото - попросить кого-то, чтобы он запечатлел вас во время совершения определенного действия.

- Утренней пробежки.

А также вырезку из журнала, где изображено действие, которое вы собираетесь совершить, совершаемое кем-то другим. Можно и даже нужно использовать фотомонтаж для того, чтобы добавить в изображение себя.

Главное во всех этих случаях, чтобы изображение Артефакта привлекало вас, вызывало в вас желание обладать им, наполняло энергией. Для этого можно сопроводить картинку кроме всего прочего слоганом или любой другой подписью, усиливающей впечатление от изображения.

- «Управляй мечтой», «Никаких игр, только спорт», «Пришло время действий» и т.п.

Повесьте или поставьте фотографии там, где вы сможете их видеть довольно часто. На входной двери, на письменном столе, на дверце холодильника, возле кровати. И каждый раз, натываясь на них взглядом, потратьте немного времени на разжигание внутри себя страсти. Представьте, как здорово будет обладать этим Артефактом. Какие выгоды это принесет вам. Сколько удовольствия доставит. Мысленно добавьте к картинке объемные звуки, волнующую музыку. Так же мысленно увеличьте размеры изображения так, чтобы оно заполнило все пространство перед вами. Сделайте его ярче, красочнее, четче.

Обратите внимание на то, что цель с каждым разом все больше притягивает ваше внимание.

Выполняйте это упражнение ежедневно до тех пор, пока цель не будет достигнута.

#### *>• Этап 6. Устанавливаем временные рамки*

Откройте календарь и отметьте торжественную дату - когда именно каждый из выбранных Артефактов будет вами приобретен. Обозначьте день, когда вы сможете с полным на то правом сказать, что ваша цель уже достигнута: желаемая вещь куплена, поступок совершен, а привычка закреплена.

При выборе даты нужно руководствоваться простым принципом: срок, за который вы собираетесь приобрести Артефакт должен вызывать у вас стимул, но не напряжение. То есть, если вы назначите слишком отдаленную дату, скорее всего, вы расслабитесь и через некоторое время потеряете концентрацию на цели. А если слишком близкую, неверие в возможность достичь ее в такие сроки лишит вас сил и парализует волю. Достичь цели в определенные вами сроки должно быть трудно, но вполне возможно. Только тогда вы сможете двигаться в направлении реализации задуманного в постоянной боевой готовности. Получая от процесса и результата лишь удовольствие.

Укажите в таблице, наподобие той, что приведена ниже, сроки, в которые Артефакт должен быть вами получен (используйте рабочую тетрадь):

Артефакт	Дата/срок достижения

#### *> Этап 7. Ступенчатое планирование цели*

Ваше умение ставить цели и составлять план их достижения есть необходимая основа для успеха. Значение планирования трудно переоценить. Любая мало-мальски значимая цель на сегодняшний день является многоэтапной. Любая цель состоит из последовательности шагов, которые нужно пройти для получения конечного результата. И чем цель глобальней, чем она значимей, тем на большее количество шагов ее необходимо разбивать. Это поможет вам работать гораздо больше и эффективнее, чем, если бы вы воспринимали задачу неделимой.

Поставив себе сложную задачу,

- Типа приобретения автомобиля или покупки бриллиантового ожерелья для любимой.

вы можете ужаснуться от ее грандиозности и решить, что она недостижима. Но если вам хватит терпения разбить ее на множество мелких, но легко выполнимых задач,

- Откладывание ежемесячно 10% доходов в банк, нахождение более высокооплачиваемой работы, трудоустройство на дополнительную работу, отыскание дополнительных источников дохода, кооперация с другими людьми и т.д.

ваш священный ужас перед ней наверняка снизится, а сама задача покажется вполне достижимой.

Чтобы запланировать достижение цели, выполните ряд действий:

1. Составьте перечень всех действий, которые могут приблизить вас к цели. Постарайтесь ничего не упустить. Даже самая мелкая деталь может оказаться весьма значимой.
2. После этого распишите все эти пункты по приоритетам: от самого важного до наименее значимого. Какие из задач важнее других? Какое действие можно назвать ключевым для достижения цели, а каким можно при необходимости пожертвовать.
3. Организуйте список в логической временной последовательности. Что нужно сделать в первую очередь, что во вторую, что в третью и т.д.
4. Подсчитайте, сколько времени и денег вам потребуется, чтобы завершить задуманное. Есть ли у вас эти ресурсы? И если нет, где взять? Запишите пункты по поиску ресурсов в этот же план.
5. Если вам пришло в голову что-то новое, обязательно скорректируйте план.

Укажите в таблице, наподобие той, что приведена ниже, все шаги, которые необходимо сделать, чтобы достичь цели (используйте рабочую тетрадь):

№	Шаги	Приоритет	Дата начала	Дата завершения	Ресурсы	
					Время	Деньги

> *Этап 8. Поиск кумиров.*

Постоянно ищите людей, которые достигли в жизни лучших результатов, чем остальные. В особенности если это касается тех целей, к которым стремитесь вы. Если они вырвались в лидеры, то это наверняка не случайно. Они что-то сделали иначе, чем другие люди. А может быть, просто делали что-то иное.



Знакомьтесь с такими людьми, общайтесь с ними, учитесь у них. Это поможет вам избежать досадных ошибок, которые вы бы совершили, если бы положились исключительно на себя и свой опыт при планировании целей.

Запишите в таблицу, расположенную ниже имена людей, которые могут служить вам примером при достижении поставленных задач (используйте рабочую тетрадь):

№	Люди, на которых имеет смысл равняться

> *Этап 9. Игра в достижение.*

Следующее упражнение поможет вам избавиться от любых негативных чувств, которые могут быть вызваны вашими планами: от страха, злости, сомнений, неуверенности и неудовлетворенности собой.

Скажите, откуда появляются подобные чувства? Из нашего прошлого негативного опыта. Из опыта прошлых разочарований, катастроф, неудач и ошибок. А зачем они появляются? Чтобы оградить нас от этих неприятных событий в будущем. Подсознание использует эти чувства, чтобы помешать нам совершить неразумные действия. Но наше подсознание при всей его мощи имеет один серьезный недостаток - оно не отличает прошлого от настоящего. Для него однозначно - если какие-либо действия привели к боли и разочарованию в прошлом, то и в будущем они приведут к тому же результату. А это, согласитесь, довольно слабые логически рассуждения. Мы можем стать умнее, сильнее, красивее со времени прошлой неудачи. Люди, с которыми мы будем общаться могут быть совсем по другому к нам настроены, а обстоятельства складываться в нашу пользу. Но для подсознания все это не имеет значения. Для него, повторюсь, важно лишь одно - если какие-либо действия привели к боли и разочарованию в прошлом, то и в будущем они приведут к тому же результату.

Зато это не так для нас. *Прошлый опыт должен помогать нам избежать поражений, но не лишать нас побед.*

Одним из самых эффективных упражнений, помогающих достичь поставленных задач, является игра в достижение. Представьте себе, что вы уже достигли намеченного и сделали это некоторое время тому назад. Что изменилось в вашей жизни? Как вы себя чувствуете? Из чего теперь состоит ваш день? Попробуйте вжиться в этот новый образ, проникнуть внутрь человека, который уже достиг вашей мечты. Взгляните взором победителя на процесс ее достижения. Постарайтесь впитать в себя все ощущения.

Возможно первое время наряду с удовлетворением и гордостью за сделанное, вы будете испытывать и некоторое напряжение. Это не беда. Продолжайте выполнять упражнение как можно чаще и весь негатив из вашего сердца исчезнет. Вам просто надо

будет немного привыкнуть к успеху. Чем чаще вы будете делать это упражнение, тем легче вживетесь в образ победителя, и тем легче достигните поставленных задач.

> *Этап 10. Ежедневное воплощение.*

Атрибуты, которые вам необходимо развить определены, Артефакты, которые этому помогут, найдены. Мечты превращены в цели, а цели разложены на ряд промежуточных задач. Найдены примеры для подражания, а из сердца удалены последние страхи и сомнения. Пришла пора действовать. Без реальных действий все предыдущие шаги окажутся лишь мысленными упражнениями. Беспольными мудрствованиями.

Отныне каждый день планируйте и непременно осуществляйте как минимум одну задачу по достижению каждой из целей. Каждый день делайте хотя бы что-то, что приблизит вас к вашей мечте. Только так вы сможете достичь желаемого. Другого пути нет.

> *Этап 11. Получение результата*

Если вы прошли все этапы, приведенные в этой главе, если каждый день делали хоть самую малость для достижения своей мечты, вы непременно ее достигните. Иначе быть просто не может. Какая бы грандиозная на первый взгляд задача перед вами не стояла, достичь можно всего. Но далеко не все это осознают. И уж тем более не все этого достигают.

Если вы исключение, если вы нашли в себе силы пройти этот путь до конца, наградите себя за это. Разумеется, сама цель уже является подарком. Но речь не об этом. Подарите себе что-нибудь очень приятное для вас, но не очень важное и нужное. Например, билет на футбол, поход в пиццерию, вечер в роскошной сауне. Не скупитесь, вы это заслужили.

> *Этап 12. Выбор новой цели*

Никогда не останавливайтесь на достигнутом. В этом мире, в мире постоянного движения вперед, остановиться - это значит начать движение назад. Как только вы достигли одной цели, как только отблагодарили себя за это, сразу начинайте новое движение. В конце концов, что может быть увлекательнее, чем стремление к мечте?

## Глава 4.

### Ответы на наиболее часто встречающиеся возражения

#### Несколько слов о разных вкусах

Очень часто, задавая женщинам вопрос о том, кого они считают Настоящим мужчиной, я получал ответ, что каждый мужчина хорош по-своему. Что в одном хорошо одно, в другом - другое, в третьем - третье. Мол, идеала, то есть мужчины, который лучше других буквально во всем, на свете не бывает, это выдумка. И знаете, мне лично такой ответ очень нравится. Он вроде бы как уравнивает нас всех в правах, снимает противоречия, лишает причин для зависти и злобы. Растворяет внутренние конфликты и неудовлетворенности собой. Жалко только, что он очень далек от реальности.

Все хороши по-своему - это верно, но ведь кто-то лучше? И не просто лучше. Один лучше для одной, другого лучшим считают десяток женщин, а о третьем грезят тысячи, если не миллионы. Но почему? Если все одинаковы, то почему такая разница? Просто потому что женщин одного типа и предпочтений гораздо больше, чем другого? Может быть и так. Но что-то звучит неправдоподобно.

Несмотря на то, что все хороши по-своему, женщина все же выбирает кого-то одного.

- Ну, может, двух-трех от силы.

И чаще всего это далеко не самый заурядный человек из всех, кто есть в ее окружении.

Конечно, приоритеты у нее могут быть. И даже более того, они есть у каждой женщины. Кому-то из них, например, более симпатичны образованные «ботаники». Другие, напротив, млеют от мускулистых и волосатых спортсменов. Одни девушки обожают тех, кто способен их рассмешить. Другие считают, что мужчина не должен быть многословен. Кто-то убежден, что главное в человеке это его душа, а кто-то справедливо заметит, что душа человека, который ничего в жизни не добился, стоит немного. И я с этим не спорю. Разным женщинам действительно нравятся разные мужчины. Однако это никак не противоречит теории, изложенной в данной книге.

Возможно, девушке действительно более симпатичны образованные люди. Это понятно и мной лично одобряется. Но если кроме интеллекта у мужчины развито и тело? Если он, запатентовав несколько своих изобретений, на вырученные деньги уже отстроил дом с бассейном, а на проценты от банковского вклада содержит местную школу? Станет ли она относиться к нему хуже? Думаю вряд ли.

Или другой пример. Мужчина добился в жизни материального благополучия

- Дорогая машина, вила на Канарах, собственный самолет.

и именно этим привлек женщину. Она просто в восторге от его эффективности и силы воли. Но вот через несколько лет он решает, что пришла пора заняться своим здоровьем. Он идет в тренажерный зал, осваивает карате, йогу и тантру, поднимает уровень своей энергетики на небывалый уровень. Решает, что хватит ему гнаться за количеством увлечений и с этого момента решает быть ей верным и преданным. Начинает заботиться об их общих родственниках и друзьях. Помогать детям-сиротам и инвалидам. Охладеет ли после этого к нему его любимая? Тоже сомневаюсь.

Более того, я утверждаю: она не станет относиться к нему хуже, она станет относиться к нему лучше! И вот почему: у каждого мужчины есть своя цена в глазах женщины. Значение, по которому она проводит оценку - этот дешевка, этот для меня слишком дорог, а вот тот, тот в самый раз, ни за что не упущу. Величина этой стоимости напрямую зависит от того, какими Атрибутами мужчина обладает. Чем их больше,

- Я имею ввиду Атрибуты Настоящего мужчины.

чем они сильнее развиты, тем выше цена мужчины в глазах окружающих. Говоря о том, что у разных женщин разные вкусы, мы подразумеваем лишь то, что каждый Атрибут она ценит по-разному. Но ценит при этом их все.

**Говоря о том, что у разных женщин разные вкусы, мы подразумеваем лишь то, что каждый Атрибут она ценит по-разному. Но ценит при этом их все.**

Если утрировать, то выглядит это примерно так: мудрость для нее очень важна, поэтому каждый Артефакт молодого человека, свидетельствующий о мудрости, она в уме умножает на три. Артефакты мужества, сексуальности или обаяния девушка умножает на два, поскольку они для нее важны немного меньше, чем мудрость, но все же приветствуются. Артефакты неповторимости и заботливости для нее значат совсем мало, поэтому она их просто засчитывает, как есть, ни на что не умножая. Из этих Артефактов, в конце концов, и складывается цена мужчины. То есть, чем их больше, тем выше его стоимость.

Таким образом, если планка требовательности к мужчине у женщины поднята не очень высоко,

- Ее устраивают не очень дорогие мужчины.

он вполне может ее достичь, демонстрируя Артефакты только одного Атрибута.

- В особенности, если это приоритетный для нее Атрибут, Артефакты которого она умножала в уме на три.

То есть, ее может устроить, например, только умный мужчина. Ни мужественный, ни эффективный, ни сексуальный, а просто умный. Но если планка высока, сделать это без подключения Артефактов других Атрибутов будет намного сложнее.

И еще: если женщина влюбляется в мужчину, обладающего только одним Атрибутом,

- Например, умного или мужественного.

то это еще не значит, что она считает его мужчиной Настоящим. Возможно, он устраивает ее, как собеседник, как муж, как любовник или спутник жизни. Возможно, она сейчас грезит о нем, не спит ночами и мечтает лишь о том, чтобы он оказался рядом. Но даже в том случае, если она утверждает обратное, смею утверждать, Настоящим мужчиной она его считать не будет. Если немного подумает, она признается себе в этом сама. Увлечется кем-то - это одно, увлекаются разными людьми. Но назвать кого-то Настоящим мужчиной - это другое. Это уже не только чувства, это мысли, ощущения, выводы, жизненные ценности и генетическая память.

Отсюда вывод. Разным женщинам нравятся разные мужчины. Это нормально. И даже более того - это замечательно. Но если вы сумели развить ВСЕ Атрибуты Настоящего мужчины, если соответствующие им Артефакты наполняют вашу жизнь, уверяю вас, вы будете нравиться им всем.

- Даже тем, кто никогда не решится связать с вами свою жизнь из-за собственных страхов и комплексов неполноценности.

**Если вы сумели развить все Атрибуты Настоящего мужчины, вы будете нравиться всем женщинам.**

Поверьте мне, сколько бы поклонников у женщины не было, она почти всегда выберет себе в спутники жизни лучшего из них.

Допустим, она пришла на званый вечер. Предположим, ее окружают десятки кавалеров. Всем она нравится, все одинаково хотят добиться ее расположения. Но выглядят они все по-разному. Одни маленькие, толстенькие, лысые. Другие долговязые, мрачные и неподвижные. Кто-то одет прилично, кто-то неприлично раздет. У некоторых средний достаток, другие довольно богаты. Третьи, гордо подняв голову, твердят, что в наше время хорошо живут лишь подлецы. В общем, разные люди.

И вот в какой-то момент среди них появляется мужчина. Красивый. Видимо, с развитой мускулатурой. Одет дорого. На мизинце звенят ключи от Ferrari. А стрижка просто идеальна. Медленно, но уверенно он подходит к нашей героине.

- Остальные мужчины невольно уступают ему место.

Улыбается и красивым ясным голосом представляется: «Меня зовут Валентин, я генеральный директор официального представительства фирмы Кока-кола в России. Не смог пройти мимо такой небесно красивой девушки, как вы. Позвольте узнать ваше имя». И услышав ответ, с удовольствием повторяет его. Несколько удачных шуток, намеков на сегодняшний банкет с приглашенными знаменитостями и совместный танец. Презрение к конкурентам, разговор о поэзии Есенина, самое дорогое шампанское из тех, что здесь продаются.

Как вы думаете, с кем уедет наша красавица?

- Вот именно.

Конечно, если такого мужчины в окружении женщины нет, она не будет ждать его вечно.

- Инстинкт размножения не позволит.

Но выберет лучшего из существующих. Руководствуясь своими собственными приоритетами.

- Которые, к сожалению, не всегда совпадают с нашими.

Но если такой мужчина есть...

При этом замечу, иногда женщины не решаются принять ухаживания Настоящих мужчин только потому, что его цена становится слишком высокой. И они не уверены, что способны на долгое время их удержать. А расставаний такие женщины боятся гораздо больше, чем жизни с недостойными партнерами. Но это уже другая проблема. Тут здравый смысл бессилён. Впечатление на нее Настоящий мужчина произвел. А вот то, что она не решается поверить в собственное счастье, говорит лишь о том, что это она не достойная его пара.

- Впрочем, если Настоящий мужчина все же проявит настойчивость и обаяние, от его душевной теплоты, уверен, растает любой ледник.

## Искренность высоких чувств

Вот вроде бы и все, что касается Атрибутов и Артефактов. Осталось сказать о самом наболевшем.

Многие мужчины

- И некоторые женщины.

которые знакомились с материалами данной книги в процессе ее создания, упрекали меня за урбанистический, чисто меркантильный подход к отношениям мужчины-женщины.

«А как же высокие чувства?» - восклицали они. «Как же они? Ты сводишь все к грубому расчету. Будто кроме него ничего в человеческих взаимоотношениях и нет. Словно хирург-мясник ты препарировешь то, что можно воспринимать лишь целостно! А Любовь? Хочу, чтобы меня любили за то, какой я есть, а не пытались от меня что-то поиметь».

Оставлю в покое протесты женщин. Может быть, они в этой книге действительно выглядят не очень бескорыстно. Но мужчинам скажу:

А разве вы ведете себя иначе? Разве вы не ориентируетесь в своем выборе на Атрибуты и Артефакты женщины: на ее внешность, жизнерадостность, покладистость, готовность к сексу с вами? Разве вы любите бескорыстно? Думаю, нет. Любят всегда за что-то, иначе смысла в любви нет никакого. Ведь по какой-то причине я выбираю одного человека, и не выбираю других. А значит, чем-то он выделяется. Вот именно за это качество

- Эти качества.

я его и люблю. Помните об этом.

## Любят всегда за что-то, иначе смысла в любви нет никакого.

Если вы хотите, чтобы вас любили, например, за ваш острый язык и удручены тем, что ваша дама предпочитает мужественность и сексуальность, мой вам совет - перестаньте ныть. И либо займитесь развитием соответствующих качеств, либо выберите себе другую женщину. Если гордитесь собственным интеллектом, но дома завешиваете тряпками зеркала, чтобы лишний раз не смотреть на свое дряблое тело, не оправдывайте себя убежденностью, что женщины глупы и расчетливы. Даже если это так, то это вам никак не поможет. Либо займитесь спортом, либо снизьте уровень своих притязаний.

Девушка, которая внешне сама из себя не весть что представляет, вряд ли будет рассчитывать на внимание принца. Вы для нее лучший вариант.

И точно также, если вас расстраивает тот факт, что женщины воспринимают вас исключительно, как секс-машину, со снисхождением относясь к вашим интеллектуальным способностям или умению достигать целей, не стоит беситься и доказывать обратное. Вы либо и правда не сильно умны и эффективны, либо

- Что вероятнее.

не очень хорошо проявляете в реальности эти свои Атрибуты. Просто проявите их.

## Любовь к женщине, как Атрибут

Т Ж напоследок еще одна интересная тема.

Все тот же опрос на тему, как выглядит и чем отличается от остальных Настоящий мужчина, выявил категорию женщин, считающих Настоящими только тех мужчин, которые их любят. «Все остальное», - говорят они, - «вторично. Главное, чтобы он любил меня!». То есть, по их мнению, любовь мужчины к женщине является его главным Атрибутом.

Звучит довольно красиво и достаточно правдоподобно. *Любовь к женщине, причем, «Любовь» с большой буквы, как неотъемлемый признак Настоящего мужчины.* Определение столь емкое, что к нему, казалось бы, можно свести все содержимое этой книги. Свести к одной фразе и расслабиться. Но я не хотел бы, чтобы вы это делали. И вообще, я не хотел бы, чтобы вы мыслили в таких категориях, как «Любовь». Ведь что такое любовь? Чувство. А может ли женщина видеть наши чувства? Нет, нет и нет. Она может видеть лишь их проявления. Артефакты. А какие Артефакты у любви? Сексуальный интерес, способность ради женщины идти на риск, готовность долго добиваться ее расположения и добившись, ценить, как самое дорогое сокровище. Забота о ее комфорте, хорошем настроении и самочувствии. Верность, жертвенность

- В разумных пределах.

и надежность. То есть, все то, о чем мы с вами говорили в этой книге. Сексуальность, мужественность, сила воли, эффективность. Надежность, заботливость, обаяние и даже неповторимость. Но все это уже не просто, как отличительные качества Настоящего мужчины, а применительно к ней. То есть, не просто сексуальность, а сексуальный интерес

только К НЕЙ. Не просто мужественность, а готовность идти на риск РАДИ НЕЕ. И так далее.

Конечно, между Любовью и Атрибутами Настоящего мужчины нельзя ставить знак равенства. Настоящий мужчина остается для женщины Настоящим, даже в том случае, если ее не любит. Даже если все его Атрибуты проявляются Артефактами в отношении ее соперницы.

- Что часто и бывает.

Но просто любовь, любовь человека, не обладающего ими, сто процентов не сделает из него Настоящего мужчину. Как бы вы меня ни убеждали в обратном.

А потому оставьте на время любовь в покое. Ваша любовь будет для женщины что-то значить только в том случае, если что-то для нее значить будете вы.

**Ваша любовь будет для женщины что-то значить только в том случае, если что-то для нее значить будете вы.**



## Глава 5.

### Очень важное приложение

#### Женские фантазии на заданную тему

**В** этой главе я разместил мнения некоторых из опрошенных мною женщин. Ознакомьтесь с ними. Возможно, в этих коротких и не очень коротких письмах вы увидите намного больше, чем сумел увидеть я. В таком случае буду вам благодарен, если вы сообщите мне об этом по электронной почте. Мой адрес: [mail\(a>for-real-man.info](mailto:mail(a>for-real-man.info)

В любом случае, думаю, узнать о том, что думают о Настоящих мужчинах женщины, никому из нас не помешает.

##### **Елена, возраст и род занятий не указан**

"Начнем с того, что идеала не бывает.

Главное в мужчине для меня - надежность. Чтоб за ним как за каменной стеной. А для этого у него должен быть ум. И уж точно букой он быть не должен, хотя «рубаху-парня» мы тоже проходили. Нравится до определенного предела.

Заботливость и понимание - кто этого не хочет? И, конечно, чтоб не лодырь.

Рассмотрим материальную сторону вопроса. Если это молодой парень, и у него нет квартиры, машины, короче того, что входит в принятый нынче «джентльменский набор принца на белом коне», ну и что? Если есть ум и стремление, то это будет. А вот если мужчине за 30, а живет в общежитии, то это заставляет о многом задуматься.

Про чистоплотность и умение следить за собой говорить излишне. Кому нравится неряха? Хотя, может и есть любители (вспоминая Наполеона), но я говорю за себя.

А привычки... Ох... Не люблю медлительность и долгую раскачку перед делом. Может потому, что сама предпочитаю делать все быстро? И не в силу темперамента, а потому, что не люблю, чтоб на мне висели какие-то не сделанные дела".

##### **Инна, 24 года, специалист по маркетингу**

"Идеальный мужчина - брюнет с карими глазами невысокого роста и плотного телосложения. Обладает отменным чувством юмора. Сильный, волевой, самостоятельный. Интеллектуал, любит читать, хорошо разбирается в компьютерах. Очень общительный, умеет со всеми поддерживать благоприятные взаимоотношения. Не зануда. Любит путешествовать. Легкий на подъем. Хороший друг - всегда в трудную минуту придет на помощь. Пользуется уважением окружающих его людей. Открытый и коммуникабельный. Походка бодрая. Речь уверенная без дефектов.

Идеальный мужчина - хороший специалист с высшим образованием. Работает в области информационных технологий. Постоянно совершенствует свои знания в профессиональной области.

Имеет отдельную квартиру в доме бизнес-класса и автомобиль представительского класса. В квартире стильный дизайн в стиле хай-тек - ничего лишнего, но, несмотря на это, очень уютно. Самостоятельно ведет хозяйство, любит готовить, в свободное время играет в бильярд и шахматы".

### **Наташа, 26 лет Сфера IT**

"Ну, пожалуй, начнем с внешности. Приведу пример из известных людей - Джордж Клуни и Александр Балув. Такой тип мужчин мне очень нравится. Крепкий, сбитый, среднего роста (около 180 см). Темноволосый, цвет глаз любой, легкая небритость. Худосочных не очень люблю, ибо костями колются. Голос глубокий, скорей баритон. Двигается уверенно, спокойно, без суеты.

Бесспорно хотелось бы, чтобы мой идеальный мужчина был успешным человеком, чтобы у него было желание достичь материальных благ, каких-то социальных высот в обществе. Я могу встретить его в то время, когда в его кошельке сто рублей, но я должна почувствовать в нем силу, уверенность, поверить в него. Мой идеальный мужчина должен тянуться к знаниям в разных областях, где-то больше, где-то меньше, но заикленности на чем-то одном мне не нужно.

По душе мне больше практичные люди, но без доли романтики никак... Только без фанатизма! Розы и «кофе в постель» каждый день очень быстро станут поперек горла. Редкие, но очень приятные и романтические сюрпризы - это что-то!

Я не хочу видеть моего идеального мужчину на моей кухне. Пусть лучше он не умеет готовить. И вообще не будет знать, с какой стороны подойти к плите. Пусть он не опускает крышку унитаза, раскидывает носки по квартире, не любит моего кота и мои походы по магазинам, бурчит, когда я долго треплюсь с подружками по телефону. Но пусть он будет в состоянии прибить полочку, которую я попрошу или покрасить окно, вынести мусор по собственному желанию и вымыть обувь.

Я хочу, чтобы он был внимателен к моему настроению и состоянию, уважал моих родителей, сдружился с моим братом.

Я хочу чувствовать уверенность в нем. Чтобы я твердо могла сказать «Нет, мой мужчина мне не изменит, он не предает меня, он меня любит». Я хочу, чтобы в какой-то момент он мог нашуметь на меня, морально пнуть, указать мне на мои ошибки, и чтобы не воспринимал в штыки такое же поведение с моей стороны. Я хочу, чтобы мы помогали друг другу, спрашивали друг у друга советов, искали общие решения. Конечно, он будет внимательным, любящим, но строгим отцом для наших детей.

Я хочу, чтобы у него был ограниченный круг настоящих друзей, с которыми он мог бы ездить на охоту или рыбалку, пропустить порой кружечку-две пива, поиграть в бильярд, боулинг, преферанс.

Я много чего хочу, но боюсь, чудес не бывает".

### **Оксана, 39 лет, менеджер по развитию бизнеса**

Идеал мужчины. Казалось бы, нет ничего проще - написать о том, чего нет. А вот взялась за перо - и ступор...

Много прошло времени, прежде чем я смогла сформулировать, что же такое для меня идеальный мужчина. Оказалось, все просто.

Для меня это человек, о котором можно сказать «человек чести», которого я уважаю.

За которого мне не бывает стыдно в любой ситуации. Независимо от того, правильные решения он принимает или ошибается; смотрится ли он со стороны умным или глупым, смешным или серьезным, занудным или вечно веселым....

Вот что такое идеальный мужчина для меня".

### **Оксана 24 года, офис менеджер**

"Если хаотично, то лично моё мнение таково: мужчина должен быть самодостаточен, уверен в себе, обеспечен, неженат. Возраст 30-37 лет. Чувство юмора обязательно. В меру циничен. Умеет уважать и ценить женщин и т.д. т.п.

Плюс он должен быть по всем параметрам сильнее меня (как по характеру, так и по лидерским качествам). Обладать харизмой. В общем, мужчина, до которого надо расти".

### **Танита 29 лет, брокер**

"Настоящий мужчина - волевой подбородок, широкие плечи, уверенная поступь. С ним женщина чувствует себя Женщиной, и именно ей! Он отвечает за свои слова. Как сказал, так и сделает. В постели неотразим. Ну и так далее и тому подобное. Как пишут в любовных романах.

Но мне нужно просто увидеть и почувствовать. У меня все на уровне чувств. Я просто вижу и чувствую - это мое. Иногда даже не могу описать словами. Просто знаю и все. А мужчины - они, как и женщины - разные. И все мы настоящие".

### **Ирина, 30 лет, начальник финансового отдела**

"Значит, мужчина моей мечты... Сложно описать, какой он.

Во-первых, своих мужчин я чувствую сразу. Это необъяснимо, как какая-то неведомая глазу сила влечет тебя к нему и его к тебе. Возникает целый поток энергий, соединяющий друг с другом. Поднимаешь глаза, смотришь в его глаза и понимаешь - он. Даже такое ощущение, что время немного замедлило свой ход или даже остановилось на мгновение. Говорить не надо ничего, слова здесь не нужны. Его взгляд уверенный, смотрит неотрывно только на меня. Не стесняясь, независимо от того, сколько людей в комнате или где-то еще. При этом в них затаилась невидимая другим нежность, предназначенная мне. И немного лукавый.

Этот человек энергичный, решительный, быстрый в движениях. Наверно, раньше он занимался плаванием, или просто хорошо плавает, в связи с чем широкие плечи, мышцы на руках. Особенно хорошо они смотрятся, когда он лежит, подняв руки за голову.

Смуглая или загоревшая гладкая кожа. Немного волосатая грудь. Крепкие ноги, с накаченными мышцами, особенно приятно ощущать вес тела на себе, лежа в кровати. Чувственный. Больше всего нравится, когда сильный уверенный в себе мужчина не считает проявление нежности слабостью... м-м-м, от этого сочетания я просто кайфую. Этот человек знает, чего он хочет и получает. Мой мужчина успешен в социуме, в бизнесе. Может это квалифицированный юрист, может просто директор или какой-нибудь зам. То есть человек, который может управлять и управляет другими. Не боится ответственности, не перекладывает ее на других.

Одет в хорошую качественную одежду. Опрятен. По будням - отличный костюм, рубашка, галстук. По выходным - джинсы, свитер, или просто брюки свободного покроя, украшений почти нет. Цепочка только на шее. Дорогие часы.

Не курит. Обаятельная улыбка. Умный, эрудированный, за словом в карман не лезет. Умеет отлично водить машину, кайфует от скоростной езды, при этом к машине, иномарке, относится как к комфортному средству передвижения, меняет раз за пару лет. Занимается спортом, любит путешествовать. Не ночует на работе, у него хорошо организован процесс. Любит меня баловать - ходим за покупками продуктов вместе. Советует, что мне надеть. Интересуется моими делами. Спрашивает моего совета по поводу своих дел. Учитывает мое настроение. Считает, что мы едим, чтобы жить, а не живем, чтобы есть. В соответствии с чем не любит, когда я трачу свое время на кухне, вместо того, чтобы быть с ним в постели.

Свободное время любит проводить со мной, независимо от того, идем ли мы к друзьям или просто лежим на ковре, и, попивая вино, смотрим интересную комедию.

Любит ходить в кино вместе со мной, умеет играть в бильярд. Стремиться узнавать новое в мире, при этом довольно традиционен в отношениях. Ему нравится просыпаться вместе со мной и нежиться в постельке. И не только нежиться.

Уважает мое мнение, мои желания. Вредничает, когда болеет, и ухаживает, когда болею я. Иногда приносит завтрак в постель".

### **Татьяна, возраст не указан, менеджер по продажам**

"Уверенный в себе, но не хам. Четко понимающий чего он от этой жизни хочет. Видящий цель и верящий в себя. Вот это, кстати, не только в бизнесе должно быть. Обладающий чувством юмора. Человек умеющий брать на себя ответственность за тех, кто рядом (работает или живет).

В отношениях со слабым полом... Хм..., вот тут я надолго задумалась. Знаете, оказывается, мне нравятся отчасти не предсказуемые мужчины. Видимо люблю ребусы. Но при этом нежные, ласковые, сексуальные и внимательные (Вообще-то очень банально, но актуально всегда).

Главное чтобы он не был очередной подушкой на диване или компьютерной тумбой.

И пусть он не знает, как забивать гвозди, чинить краны, клеить обои, но всегда четко знает, как на это заработать деньги.

Как он должен выглядеть... Ну, я рисую этот образ так: гладко выбрит, хороший парфюм, обязательно чистые, стриженные волосы, ногти в порядке. Одежда чистая, выглаженная, стильная. Вкус в подборе частей одежды обязателен. Обувь чистая и начищенная (кстати многие женщины смотрят на нее в первую очередь). Аксессуары минимальны. Терпеть не могу типов с гимнастами на шее.

Коммуникабельный, обладающий неординарным мышлением и юмором, короче говоря обаятельный малый. Так чтобы с ним было не скучно и на вечеринке, и на приеме, и в походе".

### **Вит, 23 года, фотограф**

"Образ идеального мужчины, Настоящего мужчины... Кстати, сама не знаю, каким же он должен быть. Ну, читала в книгах, видела в фильмах всяких разных суперкрасавцев, героев, мачо - тех, кого априори многие дамы считают (называют) Настоящими мужчинами, но не скажу, что кто-нибудь из них мне был бы интересен, существуй такой в реальности. Мне кажется, с идеальным мужчиной было бы очень скучно и плохо. Могу только сказать, что мне нравится в мужчинах, на что я откликаюсь безоговорочно, что сразу привлекает к себе внимание и т.д.

Нравится доброта. Когда мужчина относится к людям очень заботливо, внимательно, не обделяя вниманием не только своих любимых и близких, но и, например, старушек в транспорте (уступая им место), всяких разных личностей, нуждающихся в помощи (в меру своих способностей и сил помогая им). Очень трогает, очень располагает, когда человек относится очень терпимо к людям, готов что-то делать для них, нести в мир теплоту, добрые дела, заботу. Хорошо, когда эта доброта проявляется в отношении ко всему: к животным, к вещам, к природе. Это и умение прощать (как хорошо, когда мужчина понимает, что лучше тысячу раз ошибиться в человеке, чем относиться ко всем с подозрением), и умение подобрать нужные слова, нужные поступки к обстоятельствам (не всегда умильно-трогательные и нежные).

Нравится честность. Вернее искренность. Умение сказать правду в глаза (но не в унизительно-оскорбительной манере, как это присуще многим людям, а просто честно). Ложь - ее можно понять. Кто в своей жизни всегда говорит только правду? Думаю, что никто. А вот фальшь, двуличность, корыстолюбие, «заглазничество» - бр-р-р-р, какая гадость!!!

Нравится радостное отношение к жизни. Умение смотреть на мир незамутненным, радостным взглядом, радоваться ему. Очень важно (для меня), когда мужчина осознает, что скептицизм и цинизм в жизни стоят дешево, потому что это гораздо легче и скучнее, чем удивляться и радоваться, что это своеобразная разновидность трусости, слабости, душевной лени.

Важны мудрость, ум, эрудиция, интеллигентность. Своя точка зрения, не почерпнутая у какого-нибудь авторитетного товарища, а проверенная жизнью, добротой, любовью. Нравится, когда мужчина (вообще человек) не доверяет безоговорочно авторитетам, а ищет ответы на вопросы, новые способы, свой путь, понимает и ощущает эту непрестанно

изменяющуюся жизнь и открывает всё новое и новое, изменяется сам, изменяет мир и радуется этим переменам.

Нравится трудолюбие. Органически не принимаю завуалированного безделья, что-то вроде: нет музыки, работа лишь бы отработать, отмотать время, день за днем, лишь бы прожить. Так приятно, когда человек по жизни трудится, и этот труд доставляет ему радость. Хорошо, когда мужчина умеет гармонично сочетать труд с отдыхом и наслаждаться ими в равной степени.

Нравится, когда мужчина умеет испытывать сильные чувства и эмоции и умеет выражать их, но по-своему, по-мужски (всё-таки сентиментальность, слезы и трогательное волнение - удел женщин, мужчина привлекает степенный и спокойный, уверенный в себе, умеющий связно выражать свои мысли). Такой мужчина сразу становится на порядок интереснее, ярче. Негативное впечатление производит, когда мужчина держится в эдаких «латах» бытующего образа идеального мужчины - холодного, циничного, сильного (напоказ) хозяина жизни. Это отталкивает. Настоящие сила, мужественность, ум и владение ситуацией, как и одухотворенность, доброта, одаренность не нуждаются в публичной демонстрации, выпячивании, они сами по себе просто излучаются из мужчины. Вообще, привлекает скромность, но не болезненная или напускная. Просто не нравится, когда человек «якает»: «я такой умный! талантливый! симпатичный!». Напротив, совершенство и красота рождают в человеке неизбежную и естественную скромность.

Нравится, как бы это сказать, природность что ли. Ну, когда мужчина не затюканный и дохлый городской житель, бледнеющий и увядающий от любого намека на отсутствие гигиеничных городских удобств. А такой, чтобы, сняв элегантный смокинг и положив на полку кейс, спокойно взвалил на плечи 50 кг и потащил их в горы вместе со своей женщиной. Чтобы дров нарубил, чтобы правил лодкой, вел машину и самолет с одинаковой уверенностью, чтобы сочетал мужскую уверенность с природностью, чтобы в нем было много ветра, волн, свободы, лесной загадки, солнца, дней, ночей. Чтобы был цельным, самобытным, разносторонним. Нравится храбрость, отвага. Мужская сила. Именно ощущение чисто физической мужской силы, но контролируемой, вызывает просто восторженный трепет.

Так грустно встречать особей мужского полу, которые складываются только из пивного живота, телевизора, брюзжания по поводу глупости и стервозности женщин. Грустно от таких испитых, мятых и слабых.

Зато как хорошо, когда мужчина любит женщин. Пытается понять их хоть чуть-чуть. Оберегает их. Не позволяет им становится вызывающе сильными. Когда понимает, что мужчина и женщина неотделимы друг от друга, не должны существовать порознь.

Супер, просто слов нет, когда мужчина сам увивается за женщинами, когда он завоевывает их, носит их на руках с блеском в глазах.

А еще очень важна, как бы это хищно и собственнически не звучало, верность. Ну, пусть не до гробовой доски, не доведенная до абсурда, а такая, что если уж ты с одной женщиной и испытываешь к ней некие чувства, то будь с ней и только с ней, хотя бы, пока эти чувства не исчерпаются. Это гадко и гнусно, когда за спиной у одной женщины заводят роман с другой. Лучше оставь ту, чувства к которой угасли, совсем, уйди от нее, но только не обманывай (я говорю не о случайностях, превратностях, ошибках и прочем). Это,

наверно, в природе любой женщины. Нет, не чувство собственности, а просто идущее от природы подсознательное стремление доверять всю свою душу, все свои тайны, свою жизнь одному мужчине - защитнику, хранителю, господину. Женщина очень уязвима именно в этом. Она становится сильнее и увереннее, когда может принадлежать кому-то в своей любви, в своей ранимости, когда может доверить своему мужчине всю себя. В этом доверии, в этой хрупкости и уязвимости, если они защищены любовью ее мужчины, содержится ее тайная сила, ее движущая, развивающая сила (во всяком случае, мне так кажется, вернее, это так у меня и, если я не ошибаюсь, еще у многих женщин, с которыми я знакома). И когда вдруг это доверие предают, это ужасно. Правда. Это смерть, только очень долгая и мучительная. В любви, просто в близких отношениях нельзя никогда опускаться до обмана, до предательства, до хитрого кокетства, до лицемерия и корысти во имя получение некоей выгоды. Но это уже совсем другая тема, очень трепетная для меня, тема общечеловеческих любви, дружбы, искренности, тема смысла жизни.

Насчет важности мужской внешности для женщин ничего особого сказать не могу. Конечно, в мечтах нам является высокий и плечистый принц с буйными кудрями и лучающимися глазами... Но это просто так. От избыточной романтичности, прочитанных в детстве сказок и прочего. В жизни такие принцы, как правило, просто помешаны на своей персоне. Более того, откровенно смазливый мужчина почему-то отталкивает (муня). Про себя могу сказать, что самые привлекательные мужчины в моей жизни были далеко, далеко не красавцами. Цепляет внешность нестандартная, мужественная, скорее обаяние, чем красота, угловатость, а не классические черты. Ну, есть какие-то общие предпочтения: крепкое телосложение, более-менее высокий рост, чистая кожа, гибкость, волосы чистые, густые, блестящие - лучше всего каштановые с рыжиной, но можно и белые, и черные; ясные глазки - лучше всего светлые, но можно и темные (но это, кстати, скорее показатели общего здоровья организма, воспринимающиеся чисто на подсознательном уровне). Хотя... случалось мне увлекаться и низенькими, хрупкими, тощенькими, лысоватыми и прыщавенькими представителями сильной половины человечества... Бывает, встречаешь ну просто восхитительного мужчину, да вот только не тянет к нему, не проскальзывает меж вами некая искра. Чем это объяснить - не знаю. Кроме всяких положительных черт в мужчине, чтоб он мне понравился, еще важен некий «удар грома».

И вообще, мужчина просто должен быть родственной душой, между мной и ним должна быть некая связующая ниточка, что-то божественное. Могу добавить, что действительно очень важна чистоплотность и самобытность, наличие хоть мало-мальски собственного стиля, воспитание и хорошие манеры. Так что внешность - это дело десятое.

Кстати, особо трогает мужская немногословность. По-моему, миф, что женщина любит ушами. Не слова, а действия!!! Конечно, тупо молчащий субъект - это мрак. Умный, тонкий собеседник с мягким чувством юмора, спорщик, но не шовинист. Да и никакого высокомерия. Здорово, когда мужчина относится к женщинам непредвзято, уважая их ум, способности, силу и мудрость. Кстати, для этого нужно быть просто мудрым и сильным мужчиной.

Скажу сразу, что при этом у мужчины должны быть недостатки!!! Мы любим за недостатки, именно они делают достоинства такими индивидуальными, такими особенными, такими яркими. Нет совершенству!!! Только столкновение с недостатками, только шероховатости натуры при столкновении вызывают настоящую страсть, как магниты - и притяжение и отталкивание, как тучи - соприкосновение и гром!!! Конечно, обязательно

любая женщина будет ныть, «ах какой ты упрямый, плохой, не такой и т.п.», но это просто так (надо же иногда и поныть?!). Если бы в людях не было недостатков, мы бы их никогда не полюбили. Да, могли бы с ними кое-как общаться, жить бок о бок, но никогда бы они не вызвали в нас сильных и теплых, глубоких настоящих чувств, они были бы нам просто неинтересны.

Мужчина должен быть господином, королем, властителем. Он должен быть очень сильным, очень уверенным, таким, чтобы ему можно было покориться с радостью, таким, чтобы хотелось быть его королевой. А для этого еще надо, чтобы его душа была прекрасной. Притягивают к себе мужчины темпераментные, но сдержанные, естественные, с ярким характером. Сексуальные - как в поведении, так и на деле.

И еще. Мужчина должен нуждаться в женщине. Мы всегда больше всего любим тех, кому мы нужны.

Вот примерно так. Слишком много получилось всего. Читаю - как-то неправдоподобно выглядит. Но, на самом деле, я встречала таких мужчин и немало. Просто вот в таком подробном разборе теряется целостность и ощущение естественности, а в жизни все эти черты постигаешь постепенно, видишь их в совокупности, к тому же, они проявляются не каждую секунду, а время от времени. Зачастую мужчина носит маску, придерживается некоего образа, поэтому о многих его сильных и красивых сторонах можешь лишь догадываться, присматриваясь к его поступкам, к его образу жизни. Идеал мужчины - совсем неидеальный мужчина, которому просто присущи некоторые важные черты личности. Важные зачастую в общечеловеческом масштабе, но есть и важные черты специфически мужские.

В общем, не знаю, насколько ясно у меня получилось выразить свои мысли. Помоему, как всегда сумбурно. Но, во всяком случае, честно. Уточняю: говорила (то бишь писала) только за себя, как это всё думают другие женщины, не знаю. В этой рукописи нет ничего обобщенного, только мое, только про себя (а то мало ли чего, знаем мы вас)!!!"

## Мужчины о мужчинах

**К**ак мы с вами уже решили, при выяснении того, кто же должен оценивать, кого из мужчин считать мужчинами Настоящими, важно учитывать не только мнение прекрасной половины человечества, но и тех, кто волею судьбы вынужден бороться за это почетное звание - самих мужчин.

Ознакомьтесь с тем, как представляют Настоящего мужчину сами мужчины.

**Александр, 24 года, предприниматель**

Настоящий мужчина - каков он?

Сперва хотелось бы определиться с пониманием термина «настоящий». Настоящий - действительно такой, какой должен быть, представляющий собой лучший образец, идеал чего-нибудь. (Словарь С.И.Ожегова).



Для того чтобы БЫТЬ Настоящим мужчиной нужно как минимум ОЩУЩАТЬ себя им, и, как максимум, создавать у других такое ощущение. Но одно без другого бывает редко, т.к. довольно сложно чувствовать себя кем-то, если никто вокруг тебя таковым не считает и наоборот. И если самого себя убедить, что ты являешься самым, что ни на есть Настоящим мужчиной, можно с помощью даже простого самовнушения, то быть таковым для других несколько сложнее. Я вижу Настоящего мужчину, как человека выполняющего сложившуюся социальную роль для своей семьи и для всего остального общества. Он выполняет традиционно возлагаемые на него роли и ожидания и ведет себя, как требуют того сложившиеся традиции. В данное время в данной стране настоящим принято считать мужчину, занимающего более сильную и ответственную позицию, по сравнению с женщиной и являющегося для нее гарантом безопасности и возможности дать потомству хорошие социальные перспективы.

Современное общество позволяет женщине самореализоваться, но обычно настоящая женщина склонна занимать более слабую позицию по сравнению с мужчиной. Даже если она зарабатывает больше и занимает более высокий социальный статус. Не важно кто ты есть, будь ты хоть дворником, но если ты можешь позаботиться о своей женщине и близких, удовлетворяешь их потребности в опоре и уверенности в будущем, можешь взять на себя груз ответственности в трудную минуту, сохранять хладнокровие, когда вокруг паника, я назову тебя Настоящим мужчиной.

#### **Андрей, 24 года, физик-ядерщик**

На эту тему можно много философствовать, но чтобы быть короче, могу сказать, что все мы Настоящие, главное суметь разглядеть в нас это... Вот и вся моя философия.

#### **Александр, 28 лет, программист**

Таких в природе не существует....

#### **Игорь, 26, программист**

Чтобы им была довольна любимая женщина.

#### **Сергей, 42 год, коммерческий директор**

Настоящее в мужчинах ищут женщины. Но если меня спросить, то это тот, с кем бы я пошел в разведку. Настоящие мужики без соплей и понтов.

#### **Роман, 25 лет, заместитель директора**

Он не похож на других. Он и не стремится быть похожим. Жёсткость, характер, сила духа - этого ему не занимать у других, он привык. Его жизнь - это дорога. Тайга, горы, пустыня, океан, неважно. Его смысл - это движение вперед. Он пройдет первым, остальные лишь пойдут за ним. Он не любит жаловаться и не любит, когда ему жалуются, потому что он мужчина. До мозга костей. Сила тела и характера пронизывает каждое его движение. Лицо загорелое и обветренное от долгого пребывания на чистом воздухе. На лице щетина, которая идёт ему настолько, что без нее Его невозможно представить. Его рукопожатие тяжело как каток. Он носит обувь на толстой подошве (я намеренно не называю марку, хотя она и известна), но он ценит в одежде удобство, а не брэнд. Тонкий букет табака, хорошо

выделанной кожи, мускуса и доброго крепкого алкоголя смешивается с ароматом чего-то неуловимо знакомого. Когда смотришь на него - понимаешь, что от этого человека зависит то, будешь ли ты там, куда задумал попасть или нет. От него зависит всё. От него зависят все. Он делает дорогу проходимой.

P.S. Написано не мной. Автор этих строк мне неизвестен. Но я полностью с ним согласен.

Дмитрий, 24 года, специалист IT

Настоящий мужчина это, прежде всего, сильный, причем сильный не столько физически, сколько духовно, человек. Он стойко переносит трудности, как физические, так и психологические. Он способен нести бремя ответственности за других людей, охранять и заботиться о них. Принимать трудные решения, и после принятия претворять их в жизнь.

Мужчинами не рождаются, ими становятся. Обычно после перенесенных трудностей и лишений, которые вырабатывают волю и закаляют характер. Это не значит, что настоящий мужчина ничего не чувствует, что он бездушный и вместо сердца у него камень. Вовсе нет, просто, когда появляется проблема, он первым делом занимается ее решением, а не переживанием.

А все остальные признаки никаким образом мужчину не определяют. Человек может быть обычно сильным физически, решительным, умным, образованным, бесстрашным, красивым, ухоженным, да каким угодно, но как только его хорошенько прижмет, превратиться в тряпку, и стать ни на что не годным.

Виталий, 31 год, специалист IT

Для меня образ настоящего мужчины, то есть набор характеристик, по которым можно сказать так о мужчине, достаточно размыт. Точнее, он зависит от того, о каком конкретно социальном типе мужчины идет речь.

«Воин» - мужественность, сила, воля идти до конца, умение свои цели и желания подчинить конечной цели. «Мудрец» - ум, аналитические способности, педагогический навык (ГУРУ). «Вождь» - харизма, воля и умение навязать ее остальным, стратегическое видение путей достижения конечных целей, ум. «Семьянин» - владение ремесленными навыками, готовность поставить благо семьи выше своего (точнее это и есть основное благо), сексуальное мастерство, педагогические навыки. «Любовник» - сексуальное мастерство, психологические способности как практика, внешний вид.

**Сергей, 45 лет, начальник управления IT**

Вот качества, которые, по моему мнению совместимы со званием «Настоящий мужчина»: свобода выбора, наличие «человеческих качеств». Высокий интеллект и образованность, организаторские способности. Рациональное мышление. Независимость в действиях и материальная независимость. Целеустремленность: способность достигать цели, претворять в жизнь задуманное. Способности к быстрому овладению различными навыками. Физическое и психическое здоровье. Непритязательность.

А вот качества, которые с ним несовместимы: любая форма зависимости. Ненормативная бесконтрольная лексика. Чрезмерное употребление алкоголя и табакокурения. Наркотики. Татуировки и пирсинг. Хитрость и алчность. Повышенная агрессивность и эмоциональность. Ложь. Отсутствие «человеческих качеств». Лень, тщеславие, хвастовство, эгоизм.

## От первого лица. Настоящие мужчины о себе

Это пространство для вашего собственного сочинения. Расскажите историю о себе, о том, как вы работали над собой и каких результатов достигли. Пришлите этот рассказ мне на электронную почту

## Послесловие

**З**акончить эту книгу я хочу словами своей девушки: «Настоящий мужчина для меня, это человек действия. Человек, который не говорит о том, что он хочет сделать, а делает это. Не размышляет о том, что надо что-то изменить, а меняет. Не мечтает что-либо купить, а приобретает. Ну, или, по крайней мере, не мечтает».

Теперь вы знаете все Атрибуты Настоящего мужчины. Понимаете, как они становятся заметными окружающим людям. И знаете, что конкретно делать. Поэтому, говорю вам без долгих вступлений и размусоливаний: хватит читать - действуйте!

**Будьте сексуальными! Проявляйте сексуальность!**

**Будьте мужественными! Проявляйте мужественность!**

**Будьте волевыми! Проявляйте силу воли!**

**Будьте эффективными! Проявляйте эффективность!**

**Будьте надежными! Проявляйте надежность!**

**Будьте заботливыми! Проявляйте заботливость!**

**Будьте обаятельными! Проявляйте обаяние!**

**Будьте мудрыми! Проявляйте мудрость!**

**Будьте неповторимыми! Проявляйте неповторимость!**

**Вы и есть Настоящий мужчина!**