

СОДЕРЖАНИЕ

УРОК 1. Выбери свое будущее! Сбывается в жизни то, на чем сконцентрированы твои мысли и внимание	15
Люби мечты! Концентрируйся на целях!	15
Где живет Счастье?	17
Знай свою цель!	18
Как превратить МЕЧТУ в ЦЕЛЬ?	20
Портрет идеального партнера	20
УРОК 2. Играй по своим правилам! Управляй ситуацией, иначе ситуация начнет управлять тобой	30
Основы эффективного общения с мужчинами	30
Как не стать жертвой манипулятора-сказочника?	34
Живи по собственным правилам	42
Береги самоуважение и репутацию!	46
УРОК 3. Реши, кем хочешь стать. И будь ею!	50
Трезво оцени свою ресурсность	51
Определи персональную стратегию соблазнения	56
УРОК 4. Влюбись в себя! Относись к себе так, как бы хотела, чтобы любимый мужчина относился к тебе!	60
О любви к себе	60
Преврати одиночество в свободу и наслаждайся ею!	62
УРОК 5. Будь жизнерадостной! Из всех женщин мужчины выбирают самых жизнерадостных. Из жизнерадостных — самых красивых. Из красивых — самых мудрых	67
Перестань ждать Великой Любви — живи и наслаждайся жизнью. Не нужно ждать счастья — нужно его творить!	67
Женские чары, или Магия комплимента	67
Коллекция вдохновляющих фраз для мужчин	70
Всему свое время. Основные правила развития отношений	74
УРОК 6. Меняйся! Хочешь изменить ситуацию — измени свое поведение в ней. Хочешь изменить человека — изменись сама	85
Быть музой, или Главный секрет управления отношениями	86
Искусство женской интриги	90
Стань для мужчины подарком!	95
Поменяй привычный стиль мышления!	98

УРОК 7. Не родись красивой, а родись активной.	
Совершай действия!	101
Пикап по-женски	101
Создай личный бренд!	104
УРОК 8. Относись к неудачам легко! Извлекай из них опыт и просто иди дальше. Количество всегда переходит в качество	110
Исключительные мужчины, или «Прынцы», которых необходимо исключить из кандидатов в поклонники	110
Забудь о роли жертвы — и вперед, к прекрасному будущему	114
УРОК 9. Отношения — не самоцель, а процесс.	
Наслаждайся процессом!	119
Девять романтических правил для сказочного первого свидания	119
Как стать интересной собеседницей для мужчины	123
Будь эмоционально щедра. Приручай!	127
УРОК 10. Ты лучшая! А не одна из лучших.	
Помни об этом всегда	133
Все как у зверей, или Законы джунглей и любви	133
Как понять, влюблена ли ты?	138
УРОК 11. Влюбляйся с умом! Люби со всей дури!	141
Как отличить любовь от невроза?	141
О любви наСТОЯЩЕЙ	145
УРОК 12. Будь мудрее! Добивайся успеха с двумя самыми важными словами: Любовь и Доброта!	147
Мифы о женской слабости	148
Развивай в себе женственность, а не стервозность	153
Тест. Насколько ты женщина?	155
НАПУТСТВИЕ	162
Фильмы, которые стоит посмотреть	163
Музыка, которую следует послушать	171

УРОК 1

**ВЫБИРАЙ СВОЕ БУДУЩЕЕ!
СБЫВАЕТСЯ В ЖИЗНИ ТО, НА ЧЕМ
СКОНЦЕНТРИРОВАНЫ ТВОИ МЫСЛИ И ВНИМАНИЕ**



Люби мечты! Концентрируйся на целях!

Однажды я спросила своего друга из Швейцарии, очень успешного мужчину, завидного холостяка: «Какой главный совет ты мог бы дать девушкам, которые мечтают завоевать сердце такого мужчины, как ты?» Минуту он размышлял и ответил: «Не ставить мужчину в центр Вселенной!» Его совет подкрепил мое убеждение об основной ошибке «золотоискательниц» любви. Многие из них так стараются понравиться мужчине, что совершенно забывают о себе, о своих планах в жизни и направляют всю энергию на то, чтобы оказаться в нужном месте в нужное время и выглядеть сногшибательно. Это, конечно, правильный активный подход современной девушки. Я глубоко уверена, что в нашем мире выигрывают активные. Вот только *начинать свой путь к счастью в личной жизни нужно не с ориентации на местности, а с огромного желания понравиться самой себе*, зауважать себя и, как следствие, получить ту жизнь, которая сделает тебя счастливой, а не просто богатой и замужней. Заметь, я не сказала: «Той жизни, о которой ты мечтаешь». Мечты у каждой второй девушки идентичны и не особо оригинальны, и далеко не всегда их осуществление делает ее счастливой. Бывает, что деньги и муж появляются, а ощущения счастья нет. Потому что вполне возможно, что достигла она успеха общественного, но не своего личного, того, который мог сделать ее счастливой, если бы она вовремя разобралась в себе.

У мужчин, особенно успешных, много общего. Первое — они гедонисты. У многих из них есть увлечения (всяческие мужские игрушки). Рыбалки, яхты, шахматы или элементарное пиво с приятелями перетягивают львиную долю их внимания на себя. Второе — они не ставят отношения на первое место в своей жизни и поэтому свою энергию распределяют мудро. Не раздаривают они ее просто так и сразу. «Первым делом самолеты, ну а девушки...» А девушки — точно не First. Женщине еще нужно приложить усилия, чтобы перетянуть внимание на себя. А у женщин, которые находятся в романтическом творческом поиске, часто сам этот поиск и есть основным увлечением и самым важным в списке жизненных приоритетов. Не могу сказать, что это ошибка: бесспорно, для женщины сделать правильный выбор мужчины — это важно. Ведь для женщины ее мужчина — это ее судьба. Но нужно помнить, что *Путь к Мужчине своей мечты — это, прежде всего, путь к себе и своим Мечтам!*

Я сейчас не пытаюсь сбить планку твоих амбиций, а только призываю тебя поначалу разобраться в себе и своих желаниях, поставить перед собой Цели, направленные не на поиск «миллионера», который обязан осуществить твои мечты, а на поиск себя и собственного пути к счастью и гармонии. И я уверена: на этом пути ты обязательно встретишь своего Принца. В природе все гармонично, всего 50 на 50. И для каждой найдется ее половинка в этом мире. И если ты нравишься себе, то понравись и Ему, если ты будешь стараться ради себя, то и другие будут это делать, если ты научишься по-настоящему любить и уважать себя, то и мужчины будут влюбляться в тебя. Научись правильно расставлять приоритеты — мужчина никогда не должен быть суперцелью, центром Вселенной, иначе ты его быстро потеряешь. На первое место поставь себя и свои личные достижения и Мечты, стань счастливой вне зависимости от обстоятельств. К счастливым тянутся!