



# ОГЛАВЛЕНИЕ

Предисловие .....	7
<b>Глава 1. Зачем вообще все это нужно? .....</b>	<b>13</b>
Три главных навыка настоящего мужика .....	14
Что потребуется от тебя? .....	21
О тренингах .....	24
К чему нужно стремиться .....	25
<b>Глава 2. Немного нудной, но полезной теории .....</b>	<b>27</b>
Современное сексуальное поведение мужчин и женщин в России .....	28
Нормы, навязанные обществом .....	29
Пикап, культура и эволюция .....	35
Теория «слоеного пирога» .....	40
Особенности пикапа в России .....	47
Структура соблазнения .....	51
Любовник или мудака .....	53
Для чего нужен S-тест .....	58
От знакомства до секса за шесть шагов .....	69
<b>Глава 3. О внешнем виде .....</b>	<b>77</b>
Быть стильным .....	80
Об одежде .....	82
Ухоженность и опрятность .....	85

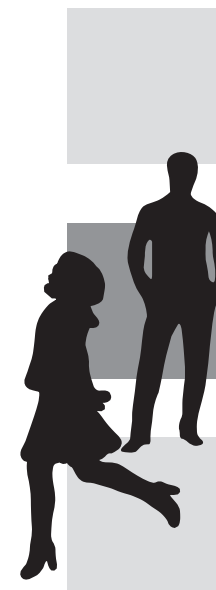


Индивидуальный подбор цветов.....	86
Начнем практику .....	87
<b>Глава 4. Девушка, можно с вами познакомиться?</b> .....	91
Подготовка к знакомству.....	93
Структура знакомства .....	96
Как избавиться от страха подхода?.....	98
Природа страха и его последствия ...	100
Классический сценарий игры «НАСА» .....	108
Невербалика подхода .....	115
Правила подхода.....	123
Первая фраза при знакомстве .....	127
Конструирование первой фразы: готовые шаблоны и импровизация.....	128
Конструирование первой фразы: легенда .....	133
Конструирование первой фразы: «директ» .....	136
Общение во время знакомства.....	141
Как рассказывать истории .....	141
Переход от легенды к истории или от одной истории к другой .....	154



Завершение знакомства .....	156
Женские проверки (возражения) во время знакомства.....	159
Знакомство: подведем итоги.....	165
<b>Глава 5. Свидания.</b> .....	169
Подготовка к первому свиданию .....	170
Приглашение на первое свидание .....	177
Этикет на свидании: правила для пикаперов .....	182
Первое свидание.....	185
Твои действия между свиданиями.....	194
Второе и последующие свидания .....	199
Эскалация кинестетики при соблазнении .....	200
О чем при этом говорить? .....	202
Выбор места для второго и последующих свиданий.....	203
<b>Глава 6. Соблазнение</b> .....	207
Как поймать момент.....	209
Предварительная подготовка.....	210
Приглашение .....	211
На пути к дому.....	213
У тебя дома .....	217

Золотые правила твоей квартиры . . . .	220
Соппротивление последнего момента .	223
Что делать, если она девственница . . . . .	226
Необходимые приспособления для дефлорации . . . . .	235
Что надо знать о дефлорации . . . . .	235
Твое дальнейшее поведение . . . . .	237
Техника безопасности . . . . .	238
<b>Заключение . . . . .</b>	<b>243</b>
<b>О нас: «Пикап.Ру» — проект-легенда . . . . .</b>	<b>247</b>
<b>Как закончить читать и начать жить . . . . .</b>	<b>250</b>



## ПРЕДИСЛОВИЕ



### Уважаемые дамы!

Не трогайте, пожалуйста, эту книгу. Честное слово, ничего интересного вы тут не найдете. Мы обязательно напишем хорошую книгу и для вас, но чуть позже. А эта предназначена для мужчин. Не надо читать ее в надежде раскрыть секретные мужские приемы, фишки и техники. Потом сами же будете расстраиваться, когда обнаружите, что хороший мужчина использует их, общаясь с вами. И зря. Он делает это не потому, что хитрый пикапер, а потому, что вы ему сильно понравились, он очень волнуется и не хочет облажаться. Поверьте, порой мы действительно очень сильно волнуемся, и все оттого, что очень-очень хотим вам понравиться.

Хотя... если у вас есть брат, друг, сын, племянник (которому уже исполнилось 18 лет) — эта книга может стать отличным подарком. Только не забудьте сопроводить этот подарок правильными словами, которые не обидят, а заинтересуют. Ведь многие мужчины (да, и классные тоже!) не позволяют себе признаться, что женщин они толком не понимают.

### Дорогой читатель!

Есть очень простой способ понять, надо тебе читать эту книгу или лучше поставить ее обратно на полку. Мы всегда применяем данный тест, когда нас спрашивают: «А нужны ли мне ваши услуги?» Прямо сейчас достань свой мобильный телефон и загляни в раздел «Контакты». Имена скольких девушек ты там найдешь? Сколько из них с радостью захотят встретиться с тобой сегодня? А к скольким ты с удовольствием пойдешь на встречу? Сможешь



ли ты показать кого-нибудь из них друзьям, с гордостью сказав: «Это моя подружка»? Есть ли среди них именно та девушка, ради которой стоит быть настоящим мужчиной?

И самый главный вопрос: сколько из них звонят тебе сами?

Если тебе не понравились ответы на эти вопросы — ты держишь в руках правильную книгу. Мы — эксперты тренингового центра «Пикап.Ру» — более десяти лет набирали практический опыт в знакомствах, соблазнении и, главное, в обучении соблазнению. Причем обучали мы не только мужчин, но и девушек и прекрасно понимаем, что творится в головах и у нас, и у них. Весь бесценный опыт, накопленный за эти годы, собран в данной книге. И учти: это не художественная литература, а учебник.

Что ты в нем найдешь? Прежде всего, мы собрали здесь необходимую теоретическую информацию, которая поможет лучше понимать женщин. Ведь не просто так появилось на свет выражение «женская логика»! Часть этой теории можно осмыслить головой, но некоторые моменты удастся освоить только на собственном опыте.

Мы не призываем тебя *верить* нам на слово — мы хотим, чтобы ты лично *проверил* то, о чем говорится в книге. Поэтому в ней приводятся практические упражнения. Выполнив их, ты на своей шкуре ощутишь, что все написанное здесь — суровая, но прекрасная реальность.

К практическим упражнениям по пикапу у многих выработалось предубеждение: эти упражнения,



мол, какие-то асоциальные. Мы не одну сотню раз «благодарили» коллег по цеху и журналистов, которые сформировали такое мнение. Вообще-то, книга рассчитана на в меру серьезных людей, которые, с одной стороны, хотят украсить свой круг общения прекрасным полом, а с другой — достаточно адекватны, чтобы понять: чтение матерных стишков в общественном месте или игра в волейбол надутым презервативом на центральной площади города слабо развивают навык успешного соблазнителя. Это не помогает — и мы такого не делаем. Все упражнения, которые предлагаются в учебнике, выполнялись и нами, и нашими клиентами. А среди них есть как студенты, так и очень солидные люди: владельцы банков, топ-менеджеры, политики.

Окружающие нормально воспримут абсолютно все упражнения, приведенные здесь. Другое дело, что выполнять их порой бывает страшно. В рамках книги мы способны помочь тебе только советом и моральной поддержкой. Следовательно, наша задача — максимально доступно объяснить, что и как нужно сделать. А уж выполнишь ты задание или нет — останется на твоей совести. И еще. Иногда страх маскируется под другие чувства и мысли. Ты можешь прочитать описание упражнения и сказать себе: «Ой, да это легко! Каждый дурак справится. Можно не делать». Поверь, это страх. Ты можешь подумать: «Мне сегодня лень, сделаю завтра». Или: «Зачем выполнять это десять раз? Сделаю один, и хватит». Это тоже страх. Помни: любая мысль-возражение, которая мешает выполнить упражнение, — страх, даже если таковым не кажется! Нужно бороться со страхом



и побеждать его, иначе он одержит над тобой победу и ты навсегда останешься на обочине жизни.

Помимо теории и упражнений, в книгу включены реальные истории и ответы на часто задаваемые вопросы. На нашем форуме (<http://forum.pickup.ru/>) пользователи оставили около двух миллионов сообщений, так что мы знаем все основные вопросы, которые у тебя могут возникнуть. Если же твой вопрос уникален — форум в помощь. А истории... истории как ничто другое способны передать мысль, которую так трудно объяснить.

Наша предыдущая книга скромно называлась «Жизнь Полная Женщин — руководство под ключ». В ней говорилось о том, какую философию должен исповедовать мужчина, чтобы нравиться женщинам. Та книга очень хорошо подошла для опытных пикаперов, но оказалось, что новичкам довольно тяжело ее воспринимать. Это стало понятно из отзывов, которые приходили по электронной почте, из вопросов, которые задавали читатели. В результате мы решили выпустить книгу-учебник, которая принесет пользу как новичкам, которые делают первые шаги в пикапе, так и опытным соблазнителям. А «ЖПЖ» станет удачным продолжением этой книги. Рекомендуем.

И последнее: у данной книги два автора. Мы — основатели компании «Пикап. Ру», мы занимаемся темой соблазнения и построения взаимоотношений более десяти лет и сейчас решили изложить наш теоретический и практический опыт в книге. Но с этого момента мы будем писать о себе преимущественно в единственном числе. Надеюсь, никто не против.

## ГЛАВА 1



ЗАЧЕМ ВООБЩЕ ВСЕ  
ЭТО НУЖНО?



Когда я оканчивал университет, мама очень расстроилась, что я не женился: «Где ты теперь найдешь хорошую девушку? На работе будут одни тетки, а со своими однокашниками связь ты потеряешь очень быстро». Маме даже в голову не приходило, что с девушкой можно запросто познакомиться на улице.

За последние двадцать лет наша страна немножко изменилась. Уже нет КПСС, которая пресекала публичные разговоры о сексе и всеми силами старалась загнать людей в семьи. Долгие десятилетия, на протяжении которых государство пыталось регулировать наше сексуальное поведение и одновременно не обсуждать его, принесли очень печальные результаты. До сих пор никто (ну, почти никто) не учит мальчиков и девочек, как правильно общаться друг с другом.

Что происходит в итоге? Мы наблюдаем массу геймеров, которые сублимируют свою сексуальную энергию дома за компьютерами и порнофильмами, и офисный планктон, который живет в режиме «дом — работа — дом — каждую пятницу я в говно». Более 60 % браков заканчиваются разводами.

## Три главных навыка настоящего мужика

Мужчина по своей природе стремится быть лидером, особенно в отношениях. К хорошему мужику женщины тянутся сами: ищут с ним встречи, ухаживают за ним, ждут, когда же он пригласит на



свидание. Чтобы стать таким, нужно обладать определенными качествами и навыками: отличаться уверенностью в себе, быть хорошим собеседником, иметь увлечения, часто общаться с женщинами. Перечислять можно довольно долго, но сейчас не это главное. Важно другое: есть несколько базовых навыков, с которых все начинается.

**Первый навык** — умение знакомиться. Допустим, ты идешь по делам и вдруг видишь привлекательную девушку. Тут на твоём жизненном пути появляется развилка. Вариант первый: ты подходишь к девушке, начинаешь с ней общаться и благодаря этому понимаешь, по пути вам или нет. Вариант второй: ты проходишь мимо и стараешься как можно быстрее забыть эту неудобную ситуацию.

Наш мозг — колоссальная нейронная сеть. А нейронная сеть учится всю свою жизнь. Что это значит? Вспомни, как ты в школе зубрил таблицу умножения. Приходилось много-много раз повторять: «Семь восемь — пятьдесят шесть, пятью девять — сорок пять». Вначале были ошибки, но, чем больше раз ты повторял правильный ответ, тем легче удавалось вспомнить его впоследствии. Мозг раз за разом закрепляет правильный результат, фиксируя его намертво. Спортсмены по этому поводу говорят: если сразу научили неправильной технике, переучиваться потом гораздо сложнее.

Таким образом, проходя мимо девушки, которая тебе понравилась, ты раз за разом закрепляешь в мозгу стратегию «увидел симпатичную девушку — беги отсюда». После этого ты, конечно, можешь массу



оправданий придумать: она слишком крутая, она на улице не знакомится, у нее есть парень (муж) и т. д.

Естественно, ты себя оправдаешь. Однако потом возникнет вопрос: почему ты спокойно общаешься с друзьями и коллегами, но, как только рядом появляется более или менее симпатичная девушка, твое поведение резко меняется? Да потому, что ты годами день за днем воспитывал в себе боязнь перед женщинами, особенно привлекательными.

С такими страхами нормальному мужику жить очень сложно. А значит, навык знакомства является базовым.

**Второй навык** — умение проводить свидание. Ах, как же я люблю наблюдать за парочками в кафе! За тем, как парни пытаются понравиться. За тем, как они стараются выглядеть крутыми. За тем, как подыскивают темы для разговора. Когда я смотрю на них, сразу вспоминаю тех, кто говорит: «У меня с девушками все нормально, мне ваши тренинги не нужны», — и смеюсь про себя.

Одни мужчины почему-то забывают, что перед ними находятся не сиськи с влагалищем, а девушка, для которой ты пока еще совсем чужой человек. Помни: пока ты будешь интересоваться только ее грудью, стараясь тщательно скрыть это (даже от самого себя), — ничего хорошего из свидания не получится. Уж лучше один разок мысленно изнасилуй ее во всех позах, после чего обязательно начни нормально с ней общаться.

Другие убеждены, что познакомилась с чистым и бестелесным созданием в облике девушки, а не



с вполне реальным человеком, у которого есть свои мысли, чувства, желания и заморочки. Если относиться к девушке как к астральной проекции, то ничего, кроме иллюзии общения, отношений и секса, у вас не будет (а иллюзия секса немного отличается от самого секса, правда?). Такие мужчины клянутся друзьям: «Через полгода она станет моей», — а потом внезапно узнают, что все то время, пока он на нее молился, она спала с его лучшим другом.

Третьи считают, что девушка должна все сделать сама, а от мужчины требуется только всегда быть рядом с ней, ждать и надеяться на ее благосклонность. Так можно прождать всю жизнь и дожждаться лишь того, что она выйдет замуж за человека, которого знала всего пару месяцев. Неудивительно, что в глазах таких мужчин все женщины становятся шлюхами, а алкоголь — лучшим другом.

Из-за того что навык знакомства развит не очень сильно, мужчины фиксируются на одной девушке и тратят на нее все эмоции, время и фантазию. О какой жизни, полной женщин, о каком разнообразии в этой сфере можно говорить, если все силы уходят на одну? И даже если вблизи оказывается другая — лучше, чем первая, — перспектива провести годы жизни, вкладываясь одновременно в двух на полную катушку, ужасает. Кстати, у меня есть к тебе пара вопросов: как часто ты ходишь на свидания с новыми девушками? А как думаешь, часто ли это делает среднестатистический мужчина? Если ответ на первый вопрос ты знаешь сам, то на второй тебе отвечу я: обычно раз в несколько лет.





Вот и возникают у мужчин мысли: «А куда мне ее повести? А нужно ли за ней заехать? А стоит ли подарить ей цветы? А кто будет платить?» Все оттого, что это первая возможность за долгое время и очень боязно ее потерять. И мужчины из кожи лезут, чтобы понравиться девушке и, самое главное, ни в коем случае не обидеть ее! В итоге свидание становится первым и последним. Еще хуже, когда девушка после него предлагает остаться друзьями.

Все дело в том, что упомянутый мужчина последний раз ходил на свидание, скажем, год назад и у него в голове сидит четкая и вполне себе осязаемая мысль: следующий шанс выпадет в лучшем случае через год. Поэтому надо изо всех сил сделать свидание идеальным, чтобы за пару часов обеспечить себе год общения и секса с этой девушкой. Конечно, это неосознанная мысль, она незаметно давит изнутри — но мужчина себя накручивает и волнуется. В результате, вместо того чтобы расслабиться и получать удовольствие от происходящего, наш герой слишком сильно напрягается и, наоборот, все только портит.

**Третий навык** — умение соблазнять. Есть чудесная поговорка на эту тему: «Если у тебя нет девушки, значит, у кого-то их две». Поверь: если тебе больше 18 лет и у тебя сейчас нет девушки — это ненормально. Не в статистическом плане — тут как раз все в порядке: у очень большого процента мужчин сейчас нет девушки.

Однако лично мне абсолютно все равно, как там обстоят дела у большинства. Это моя жизнь, и только



моя. Например, мне совершенно не хочется иметь доход ниже среднего, хотя по крайней мере у половины населения нашей страны он именно такой. Надеюсь, у тебя тоже есть здоровые амбиции как в финансовой сфере, так и в области отношений.

Женщины всегда интуитивно чувствуют, насколько ты успешен у противоположного пола. И почему-то они предпочитают общаться не с одинокими мужчинами (которым этого очень хочется!), а с теми, у кого с женщинами все хорошо и кому, в общем-то, все равно, удастся им соблазнить «именно эту» или нет.

Складывается забавная ситуация. Возьмем мужчин в возрасте 18–20 лет: у всех есть хоть какой-то навык общения с девушками. А потом те ребята, у которых данный навык выше определенного уровня, начинают общаться с девушками все больше, постепенно совершенствуются и к 25 годам выбиваются в явные лидеры. Остальные же — те, у кого навык изначально не развит, — общаются с девушками все меньше, из-за чего становятся еще более замкнутыми. Как результат, когда в компании появляются девушки, такие парни окончательно тушуются. Образуется порочный круг, разорвать который можно только действительно резким рывком.

Итак, три навыка — знакомства, проведения свиданий и соблазнения — являются базой, таким фундаментом твоего успеха у девушек. Без них не получится стать мужчиной, по-настоящему привлекательным для женщин. Без них не удастся сделать лидером в отношениях: девушка почувствует твою



слабость и потихоньку начнет на ней играть. Итог: больше 3/4 семейных мужчин в нашей стране смело можно называть подкаблучниками. Недаром кто-то когда-то сказал: «Кто лидер в семье? Конечно, женщина. А самая мудрая женщина сделает так, чтобы мужчина считал лидером себя!» Тебе нравится такой подход? Лично мне — нет.

В свое время каждый из авторов этой книги пережил разрыв отношений: нас бросили девушки. Но, в отличие от большинства, это заставило нас задуматься и заняться изучением практической психологии межполового общения. И каждый из нас сказал: «Я хочу сам выбирать женщин, с которыми мне по пути. Я хочу быть лидером в отношениях с ними. И если меня когда-нибудь бросят, то лишь потому, что я сам того захотел».

Надеюсь, я достаточно хорошо объяснил, зачем стоит изучать технику знакомства и соблазнения?

**Подведем итог.** Тебе нужно развивать навыки знакомства и соблазнения, если:

1. ты уже полгода (год, два, десять, пятьдесят лет) старательно ухаживаешь за девушкой, но видимого прогресса до сих пор нет. Секса тоже нет и не предвидится в обозримом будущем;
2. девушки чаще, чем тебе хотелось бы, предлагают остаться друзьями;
3. последнее свидание с новой девушкой, которое окончилось сексом, было больше полугода назад;
4. ты состоишь в отношениях или в браке, но тебя раздражает нелогичное поведение твоей поло-



вины, с которым ты не можешь справиться; она часто обижается на тебя по непонятной причине, и ты вынужден переступить через свою гордость, чтобы мириться с ней.

## Что потребуется от тебя?

Эту книгу можно читать двумя способами.

**Первый способ.** Ты можешь отнестись к ней как к обычному развивающему пособию. Читаешь — думаешь — что-то принимаешь к сведению — кладешь книгу на полку. Периодически открываешь ее и перечитываешь отдельные главы. В таком случае тебе понадобится несколько часов или дней на чтение и какое-то время на переваривание мыслей, изложенных здесь.

**Второй способ.** Знания — это, конечно, хорошо. Но сами собой они не превратятся в девушек. Можно замечательно разбираться в том, почему тебе не дают, только радости в жизни от этого не добавится. Поэтому я рекомендовал бы тебе решиться и выделить время на выполнение всех практических упражнений, которые тут собраны. Тогда ты получишь не только знания о девушках, но и самих девушек. Что от тебя потребуется?

- *Свободное время.* Удели чтению и выполнению домашних и полевых упражнений порядка 5–10 часов в неделю. Если тебе кажется, что это очень много, вспомни, сколько времени ты учился читать и писать, как



долго получал высшее образование и стажировался на работе. На то, чтобы достичь успеха у женщин, тоже придется потратить время. Желательно не меньше, чем на изучение математики в школе.

- *Дисциплина.* Раз решил меняться — доведи дело до конца. Во время тренингов я стараюсь контролировать работу студентов несколько раз в неделю (а иногда — вообще каждый день). Однако тебе предстоит самому отвечать за собственную дисциплину. Можешь прямо сейчас завести дневник, где станешь ежедневно фиксировать свои успехи и неудачи. Если в какой-нибудь день ты ничего не сделал — так и напиши: «Ничего не сделал». И останется в дневнике пустая страница с одним этим предложением. Это очень сильно мотивирует. Неприятно сознаваться себе в том, что ты лентяй.
- *Деньги.* Если хочешь окружить себя женщинами, придется тратить деньги. На что? На свидания, возможно, на новую одежду, на транспорт, на посещение заведений (например, ночных клубов), где можно встретить интересных кандидаток. Так что без денег не обойтись. У тебя проблемы с финансами? Иди работать. Или забудь про женщин. Кто-то другой с удовольствием обзаведется еще одной подружкой.
- *Желание.* Это самое главное. Пока ты сам чего-то не захочешь, никакие советы, кни-



ги, тренинги не помогут. Подумай внимательно: надо ли тебе это? На женщин нужно тратить время, силы, деньги, эмоции. Придется постоянно держать себя в форме, следить за одеждой и фигурой, вести активный образ жизни. Рано или поздно ты обязательно столкнешься с неудачей и будешь переживать по этому поводу. Еще раз подумай: оно тебе надо?

- *Место для секса.* Проводя тренинги, я заметил интересную закономерность. Некоторые люди заранее заботились о том, чтобы им было куда привести девушку, если все сложится удачно. И они всегда показывали лучшие результаты, чем те, кто об этом не подумал. Следовательно, подготовить место для секса — очень важно. Желательно, чтобы это была твоя квартира. Отдельная. Впрочем, подойдет и квартира друга, комната в квартире твоих родителей, в крайнем случае — машина. Так или иначе, хочешь заниматься сексом — у тебя должно быть место.
- *Друг-напарник.* Рекомендую приступать к занятиям одновременно с товарищем. Друг поможет советом, если ты допустишь ошибку, пинком — если тебе будет лень что-либо делать, поддержкой — если что-то пойдет не так, уважением — когда у тебя все начнет получаться. Да и вообще, вдвоем веселее!

Решил, каким способом будешь читать книжку? Тогда идем дальше.



## О тренингах

Я стараюсь как можно меньше упоминать в книге о своих тренингах. Но полностью воздержаться от этого не получится. Все-таки большая часть материала основана на опыте, почерпнутом в процессе их проведения. Когда зародилась мысль написать книгу, у меня даже возникали сомнения: останется ли смысл в тренингах, после того как она выйдет в свет? Ведь вряд ли люди согласятся платить деньги за чтение вслух.

Поразмыслив, я решил, что не стоит скрывать теоретическую информацию. Когда я учился в университете, нам выдавали учебники, в которых можно было найти необходимую информацию по всем дисциплинам. Но без объяснений преподавателя, без выполнения практических упражнений, без общения в академической среде, наконец, эти учебники были всего лишь книгами. Правда, очень нужными книгами!

И я подумал: буду писать книгу, ничего не утаивая, в том числе включая самый передовой материал, связанный с искусством соблазнения. Кому надо — воспользуется учебником. Если человеку достаточно книги, чтобы совершить качественный скачок в личной жизни, зачем тратить время на тренинг? Но к самообразованию склонны далеко не все. Многим необходимы контакт с преподавателем, постоянная помощь и внешняя оценка результатов. Такие люди в конце концов осознают, что тренинг для них — оптимальный вариант.



## К чему нужно стремиться

Только-только начав учить молодых людей тому, как знакомиться с девушками и соблазнять их, я даже не подозревал, во что ввязался. Я был молод, придерживался позиции: «Всех женщин не перетрахать, но к этому нужно стремиться», — и навязывал ее всем и всюду. Я работал над эффективностью всего: подходов, вызвонов, свиданий, увозов.

Однако со временем я осознал, что преподаю не совсем науку соблазнения. Да, конечно, уже через месяц мои ученики начинали на порядок лучше разбираться в вопросах знакомства, проведения свиданий и т. п. Но куда больше мне понравилось, что они стали задаваться совсем другими вопросами. На смену жалобам типа «У меня нет интересных тем, на которые можно поговорить с девушкой» пришли иные проблемы: «Женщины... среди них же очень-очень мало действительно стоящих. Со многими не о чем поговорить: они ничем не интересуются, никуда не выходят... что с этим делать?».

Хочу порекомендовать: читая эту книгу, прислушайтесь к себе и честно относитесь к своим желаниям.

Приведу пример. Приходит как-то раз молодой человек и просит:

— Пикаперы, научите соблазнять девушек. Я хочу, чтобы у меня каждый день была новая девушка.

— Хорошо, — говорю я ему. — Допустим, я тебя научил и в первую неделю ты провел семь свиданий и соблазнил семь девушек. Устраивает?



— Да, — отвечает молодой человек.

— А теперь пошла следующая неделя, про семерых старых забываем?

— Ну, не про всех, — задумался он. — С некоторыми я бы еще раз встретился.

— То есть в некоторые дни у тебя будет как минимум две девушки, — говорю я (тут молодой человек понял, как дальше будет развиваться мысль). — Подумай только: всего одна женщина в неделю — это 52 женщины в год. И многие из них будут требовать от тебя внимания, времени, эмоций. С ними нужно встречаться, расставаться, знакомиться, соблазнять. Если ты зацikliшь только на этом, то очень скоро станешь одержимым фанатиком. Поверь, это не самая лучшая участь.

В книге «ЖПЖ» рассказывалось о жизненной философии, которая помогает притягивать к себе женщин. Здесь же содержится инструкция о том, как их не упустить. Помни: дело не в количестве. И даже не в качестве. А в том, чтобы быть по-настоящему удовлетворенным женщинами, которые тебя окружают.

## ГЛАВА 2



## НЕМНОГО НУДНОЙ, НО ПОЛЕЗНОЙ ТЕОРИИ



## Современное сексуальное поведение мужчин и женщин в России

На самом деле соблазнение — всего лишь игра. А у любой игры есть правила, которые нужно узнать, понять и принять. Это не тот вопрос, в котором имеет смысл плыть против течения.

Проблема этих правил в том, что мужчине с привычным для него способом мышления осознание этих правил дается с большим трудом. В вопросах сексуального поведения чаще действуют обратные, а не прямые законы. Лучше всего их суть отражает старый анекдот: «"Как узнать, любит ли тебя девушка?" — "Да очень легко! Раз глотает, значит любит!"» То есть мы не пытаемся угадать мысли и чувства девушки, а просто смотрим, какие результаты приносят (если приносят) наши действия.

Сейчас я подробнее расскажу об этих правилах, для чего придется обратиться к жизненному опыту, логике и некоторым исследовательским работам. При подготовке этой главы я использовал работы Дэвида Басса (David M. Buss) по эволюционной психологии (*The Handbook of Evolutionary Psychology, Evolution of Desire*) и Игоря Кона («Сексуальная культура в России»).

Для начала давай поговорим об общественных нормах сексуального поведения, то есть о том, чему



нас в детстве учили взрослые. Далее разберемся, к чему приводит такое поведение. После обсудим, как в нашем мире люди образуют пары, по каким критериям выбирают друг друга. Затронем краткосрочные и долгосрочные сексуальные стратегии мужчин и женщин. И наконец, рассмотрим признаки мужской и женской сексуальности.

Это достаточно серьезная глава, и в ней будет мало практических рецептов из серии «Что делать, чтобы соблазнить девушку». Но она позволит вам понять причины желаний и поведения мужчин и женщин. А это, в свою очередь, облегчит дальнейшее обучение.

### Нормы, навязанные обществом

В каждой стране есть свои законы, свой язык и своя культура. Она формировалась веками и серьезно влияет на нашу с вами жизнь. И эта культура достаточно уникальна: представления о том, что такое хорошо и что такое плохо, в разных странах могут быть диаметрально противоположными. К примеру, в России к проституткам относятся очень плохо (что не мешает огромному количеству мужчин пользоваться их услугами). Если в семье узнают, что дочь стала шлюхой, то, скорее всего, ее выгонят из дома. В Таиланде же, напротив, женщину спокойно отпускают на несколько месяцев в туристические центры «поморковить». Конечно, можно сказать, что Таиланд — бедная страна и у ее жителей нет дру-





гого выхода. Но я говорю о другом. В Таиланде люди *не воспринимают проституцию как нечто плохое*. Можно привести много подобных примеров, касающихся отношения к краже, к убийствам, к деньгам, к главенству или равенству мужчин и женщин. Я хочу, чтобы ты сделал следующий вывод: понятия «хорошо», «плохо», «можно», «нельзя» и т. д. — всего лишь культурные особенности нашего общества.

Поговорим о нормах поведения мужчин и женщин. Стандарты общества говорят нам, что мужчина должен ухаживать за женщиной, а женщина должна принимать ухаживания мужчины. Начиная с детских сказок, женщина преподносится как капризная полубогиня, которой нужно приносить жертвы (дарить подарки) и молиться (рассказывать о своих чувствах, петь серенады), ради которой следует совершать особые обряды (развлекать, посвящать стихи и т. д.) в надежде на то, что она обратит на тебя внимание.

Женщине предписывается быть скромной, не отвечать сразу на ухаживания мужчины, а ждать принца на белом коне, который рано или поздно приедет и заберет ее в свой замок. Мужчина (если, конечно, он не прекрасный принц, который, как известно, один на все королевство) изначально находится в проигрышной ситуации: он заинтересованная сторона, ему больше надо. Женщину нужно удивить, впечатлить, завоевать — тогда, может быть, она согласится снизойти до тебя.



Поверьте, я не против ухаживаний. Я всегда пропускаю даму вперед (если, конечно, это не лифт или темный подъезд — тут правила этикета другие), помогаю ей раздеться в кафе или ресторане, не жмотничаю, когда хочется угостить ее кофе или чаем. Но когда девушка всем своим поведением говорит: ты поухаживай за мной месяца три, а лучше шесть, потом я тебе, может быть, дам — это, на мой взгляд, просто нечестно. Мужчина должен из кожи вон лезть, а она будет выбирать, нравится ей его поведение или нет. Хотя она такой же человек, который в вопросах карьеры, например, будет яростно отстаивать равные с мужчиной права.

Поделись историей на эту тему. За одной моей хорошей знакомой ухаживал парень. Ухаживал красиво: с цветами, подарками, походами в дорожные рестораны. В конце концов девушка убедила его снять для нее квартиру — двухкомнатную, очень хорошую, расположенную на Кутузовском проспекте и стоившую пару тысяч долларов в месяц. Также мальчик содержал мою знакомую и давал тысяч пять долларов в месяц на карманные расходы. Что самое интересное, она вела абсолютно отвязный образ жизни. Например, спокойно отклоняла его приглашение поужинать в ресторане в пятницу, ссылаясь на то, что идет потусить с подружками: давно, мол, не общалась с ними. К тому же она не давала этому мужчине вообще никакой возможности посещать квартиру, которую он для нее снимал. У него даже ключей не было.

Спустя некоторое время парень поставил вопрос ребром, сказав: «Все, переезжай ко мне». Но девушка всячески откладывала процесс переезда. Вначале она болела, потом придумывала какие-то идиотские причины. Наконец она заявила, что ее раздражает



цвет обоев в его квартире. Парень буквально за неделю сделал ремонт — и обои стали другими.

Когда же перспектива переезда стала неотвратимой (она маячила буквально на следующей неделе), девушка совсем было расстроилась, но тут случилось чудо. Буквально за неделю до переезда она познакомилась с другим мужиком, который соблазнил ее на первом же свидании, и переехала жить к нему, причем практически сразу. Так вот, внимание, вопрос: как вы думаете, был секс у этой девочки с мальчиком, который два года снимал для нее квартиру? Правильный ответ: не было!

Кстати, мужчине запрещается ухаживать одновременно за несколькими девушками. Уж выбрал себе даму сердца — добивайся ее. На других даже не смотри. Иначе на тебя повесят клеймо «бабник». А бабник, как известно, — это плохо. Вопрос только, для кого именно плохо. Для самого бабника? Для мужчины, которого любят женщины и с которым они хотят быть? Для женщины, за которого женщины конкурируют?

Позволю себе еще одно отступление — поговорим о разумном эгоизме. Уже очень долгое время каждого из нас призывают посвятить жизнь чему угодно, кроме себя. Светлому будущему, благу Родины, любимым женщинам. Парни! Я настоятельно призываю вас иногда думать о себе и не стесняться своих желаний. Заодно ответьте на вопрос: кем быть лучше — чудесным альтруистом, но без женщин, или немножко эгоистом, но с женщинами?



Здесь мне кажется уместным привести еще один пример из моей практики. К нам регулярно обращаются богатые клиенты с запросом на индивидуальную консультацию. Обычно таким мужчинам 35–40 лет, они достаточно успешны в карьере или бизнесе, но не совсем понимают женщин и хотят разобраться в этом вопросе.

Один из таких моих клиентов, Леонид, никак не мог понять, почему женщины постоянно садятся ему на шею, как сделать так, чтобы женщины ухаживали за ним, боролись за его внимание, добивались его расположения.

Начали работать. Выяснилось, что последние 15 лет Леонид жил только словом «надо». Он хотел быть актером, но надо было получать высшее образование и он пошел получать высшее образование. Надо было жениться и родить детей — надо, значит, надо. Потом надо было делать карьеру, ехать за границу, зарабатывать деньги, работать по 14 часов в сутки...

Что в итоге? В итоге у него есть деньги, сейчас он может позволить себе работать совсем чуть-чуть, регулярно путешествовать, посещать любые заведения и покупать себе любые вещи... Опять же надо соответствовать своему социальному положению!

И ему стоило огромных трудов ответить себе на вопрос: «А чего же я хочу?» Но как только он начал отвечать себе на этот вопрос и стал делать что хочет, в его жизни стали появляться женщины, которые начали бороться за его внимание. Например, однажды он сказал: «Я хочу провести выходные на пляже. Я точно поеду на пляж. Напишу-ка я своим знакомым женщинам об этом!» И парочка из его знакомых захотели составить ему компанию на пляже. Он выбрал одну из них, и они поехали вместе. Потом, естественно, было и продолжение.

Заметь, что мой клиент не уговаривал девушку, он просто сообщил о своих желаниях и планах и предложил присоединиться. И даже если бы ему отказали, он все равно не остался бы в накладе, поскольку знал, чего хотел!





Мужчина изначально ставится в проигрышную позицию: будет слишком активен и приставуч в отношениях с одной конкретной дамой — озабоченный извращенец; обратит внимание на других — бабник. Не лучший расклад. Но и это еще не все.

В обществе почему-то считается, что секс больше нужен мужчинам, а не женщинам. Что это мы — козлы, которым «только одного и надо». Чем же это нам грозит? В переговорах, как известно, проигрывает более заинтересованная сторона. А раз так, получается, что женщины могут использовать мужиков, как захотят. Неудивительно, что парни из кожи вон лезут, чтобы понравиться девушке. Хотя поступать надо совсем иначе.

Представь на секунду, что женщина хочет тебя больше, чем ты ее. И вы оба об этом знаете. Какой интересной сразу же становится ситуация, да? Ты мог бы ее дразнить, заявляя: «Нет, только не сегодня, у меня болит голова», «Вам, женщинам, только одного этого и надо». И всем этим ты лишь сильнее раззадоришь ее... но об этом после. О таких вещах мы предметно поговорим (а не помечтаем) ближе к концу книги.

Пока же мужчины постоянно что-то должны. Должны платить, пропускать вперед, помогать, дарить, ухаживать, добиваться. А что остается женщинам? По мнению общества, женщина должна скромно смотреть и выбирать.

Это порождает забавный парадокс современности. С одной стороны, женщины хотят иметь равные



права с мужчинами в вопросах политики, карьеры, гражданского положения. А с другой — они как представительницы слабого пола постоянно манипулируют мужчинами, играя на чувстве долга, пытаясь внушить жалость или ревность. Ну и с помощью секса, естественно.

К счастью, перечисленные требования — всего лишь продукт общественного сознания, и работают они только до тех пор, пока ты в них веришь. Но одно дело — просто сказать себе: «Все, теперь не я должен бегать за женщинами, а они должны добиваться меня». И совсем другое — достичь того, чтобы так и было в действительности. К счастью, это возможно.

## Пикап, культура и эволюция

Теперь поговорим о сексуальных целях и стратегиях мужчин и женщин. Не хочу быть голословным, поэтому мои размышления будут основываться на серьезном кросс-культурном исследовании, которое в конце XX века проводил американский социолог Дэвид Басс.

Из этого раздела ты узнаешь о механизмах человеческого поведения, которые сформировались давным-давно, когда вид *Homo sapiens* только начал свое существование. Ты можешь спросить: «А почему это так важно? Разве это поможет мне достичь цели — научиться знакомиться с женщинами и соблазнять их?» Еще как! Дело в том, что наше *сексуальное поведение управляется инстинктами, а не*



логикой. И эти инстинкты зародились в нас сотни тысяч лет назад. Для сравнения: первые цивилизации возникли в долине Нила (современный Египет) и Междуречье (современный Ирак) около 6000 лет назад; презерватив изобретен около 400 лет назад, а активно применяться начал буквально в последние полвека.

В вопросах сексуального поведения мы скорее животные, чем разумные люди. Мы не можем толком объяснить, почему вдруг влюбились в того или иного человека. Влюбляясь, мы зачастую не отдаем себе отчета в собственных поступках и действиях, а если нам понравилась девушка, то мы начинаем ее бояться. Почему же так случается?

В ходе исследования Дэвид Басс изучал поведение мужчин и женщин, живущих в крупных европейских, американских, азиатских городах и деревнях, а также относящихся к первобытным племенам. И он обнаружил, что везде у мужчин и женщин существует определенная цель, цель индивидуума.

И для мужчин, и для женщин эта цель формулируется одинаково: «Обеспечить взросление максимального количества своих потомков». Разница лишь в акцентах. Для мужчин ключевое слово в данной фразе — «своих». Для женщин — «обеспечить взросление». И это первый постулат, на основании которого я буду делать выводы.

Чтобы понять второй постулат, нам с тобой придется отправиться в далекое прошлое и посмотреть, как же вели себя древние люди. Наши предки



жили группами, численность которых достигала 150–200 человек.

Маленькое лирическое отступление. Наш мозг устроен так, что если численность группы составляет около 150 человек или менее, то каждый из нас будет хорошо знаком со всеми ее членами. Если же численность группы превысит это количество, то в ней обязательно окажутся «чужие» люди. В книге Малкольма Гладвелла (Malcolm Gladwell) «Переломный момент» приводится ряд забавных примеров, иллюстрирующих этот факт. Так, в уставе одной американской компании оговаривалось, что, если численность работников любого завода превышает 150 человек, компания строит новый завод и разделяет старый коллектив на две части.

Люди добывали пропитание собирательством и мелкой охотой, почти всегда делая это в одиночку. Очень редко они организовывали группы и охотились на крупного зверя.

Такой способ добычи пищи нивелировал разницу в силе и ловкости между мужчиной и женщиной. С задачей сорвать плод, выкопать корешок, поймать мелкого зверька или птицу взрослая женщина могла бы справиться и самостоятельно, если бы не одно «но»: большую часть жизни она либо ждала ребенка, либо выхаживала его, либо делала и то и другое одновременно. *В таком состоянии женщина не могла самостоятельно прокормить себя и ребенка.* И это второй постулат.

Третий постулат, на который я буду опираться, совсем прост: *для выживания вида женщина более*



*ценна, чем мужчина.* Посуди сам: если мы поселим на необитаемый остров десять женщин и одного мужчину, то через девять месяцев у нас будет десять детей и очень счастливый мужчина. А если мы поселим туда же десять мужчин и одну женщину, то, как бы мужики ни старались, через девять месяцев появится лишь один ребенок.

Пора делать выводы. Итак, людям нужно обеспечить взросление наибольшего числа своих потомков; женщина, будучи беременной или выхаживая ребенка, не может кормиться самостоятельно; наконец, женщина — более ценный экземпляр с точки зрения выживаемости вида. Что отсюда следует?

**Вывод 1.** Для выживания вида женщина должна регулярно и стабильно получать ресурсы (еду) от мужчины, так как самостоятельно она их добывать не может. Поэтому природа наградила ее богатым арсеналом приемов манипулирования мужчинами.

**Вывод 2.** Природа взяла на себя контроль за поведением женщины, поэтому та чаще руководствуется инстинктами и чувствами, нежели логикой.

**Вывод 3.** В вопросах сексуального поведения и у мужчин, и у женщин есть краткосрочные и долгосрочные стратегии. И вот это очень важно понимать.

*Долгосрочная стратегия:* мужчина и женщина создают устойчивую пару, как бы договариваясь, что отныне мужчина будет носить еду только этой женщине, а она будет рожать детей только от него. Конечно, формально такой договор никто не подписывает, но всякие попытки его нарушить жестко



караются ревностью, угрызениями совести, чувством вины, общественным осуждением.

*Краткосрочные стратегии* выглядят чуть иначе. Чтобы обеспечить взросление наибольшего числа своих потомков, мужчины не против «присунуть», если выдается такая возможность. Чем больше секса с разными женщинами, тем больше вероятность появления потомков. А с их взрослением женщины как-нибудь разберутся.

Женщины готовы отдаться прямо здесь и сейчас, если им вдруг предоставят доступ к большому количеству ресурсов прямо здесь и сейчас. Да, женщины действительно ведутся на бабло — с этим мы ничего сделать не можем. К счастью, не так уж часто девушки реагируют на деньги напрямую (обычно они ориентируются на косвенные признаки), но их наличие — очень существенный фактор.

*Женщины готовы быстро отдаться, если у тебя хорошие гены: ты уверенный в себе красавчик с отличным чувством юмора. Если ты производишь впечатление действительно успешного самца. Больше здесь добавить нечего.*

Однако каждый раз женщина будет надеяться на долгосрочные отношения, даже если она станет отрицать это вслух. Для древней части женского мозга любой половой акт — потенциальная беременность. Поэтому даже при наличии презервативов они так старательно оберегают свое «сокровище»:



нужно его удержать, чтобы он помогал кормить ребенка, которого только что «сделал».

Итак, что нам дает эта выжимка из серьезного исследования? Соблазняя девушку, мы должны: 1) проявлять себя самцами с клевыми генами; 2) показывать, что мы потенциально можем обеспечить доступ к большому количеству ресурсов; 3) ни в коем случае не разрушать надежду на потенциальные долгосрочные отношения. Значит, любые наши действия должны быть направлены на то, чтобы выразить все перечисленные моменты в своем поведении и таким образом продемонстрировать девушке (на инстинктивном уровне), что мы подходим ей лучше всего. О том, как это сделать, я расскажу в следующих главах.

## Теория «слоеного пирога»

С точки зрения сексуальной привлекательности люди неравны, причем как мужчины, так и женщины. Есть знаменитые актрисы, супермодели, светские тусовщицы, которые не сходят с первых страниц глянцевого журнала. Есть просто симпатичные и общительные девчонки. А есть откровенно некрасивые и зажатые женщины. Точно так же есть спортсмены, политики, бизнесмены, актеры, рок-звезды, есть обычные парни, а есть... ну, ты понял.



Если под таким углом посмотреть на мир, то он окажется похож на слоеный пирог. Люди распределяются по слоям в зависимости от качеств, которые делают человека более или менее привлекательным для противоположного пола. Чем в более высоком слое «пирога» ты находишься, тем более привлекателен ты для противоположного пола.

Критерии сексуальной привлекательности мужчин и женщин различаются. И если у женщин все достаточно просто: основные критерии — молодость и физическая красота, то с мужчинами дела обстоят несколько сложнее.

Оценивая мужскую привлекательность, женщины ориентируются на потенциальное качество будущего потомства и способность мужчины позаботиться об этом потомстве. Поэтому мужчина изначально тем привлекательнее, чем больше у него денег, чем выше он в социальной пирамиде, чем лучше его физические характеристики: сила, красота, ухоженность. Важны такие характеристики, как амбициозность (это знак того, что мужчина в будущем может чего-то достичь) и уверенность в себе (мужчина способен двигаться по социальной лестнице и подчинять себе других). На сексуальную привлекательность влияют и такие интересные критерии, как любовь и верность, то есть насколько легко мужчина может влюбиться в женщину и хранить ей потом верность. Эти факторы дают понять, готов ли он тратить собственные ресурсы на то, чтобы поддерживать ее и ее детей.



Собственно, хорошая новость для мужчин заключается в том, что с возрастом они перемещаются вверх по этой лестнице. Плохая новость для женщин: с годами они двигаются вниз. Другими словами, чем старше мужчина, тем большего он достиг и тем более привлекательным становится для женщины. Точнее, должен становиться, если он следит за собой, развивается, осваивает новые навыки, делает карьеру, зарабатывает деньги, учится общаться с людьми вообще и с женщинами в частности.

Женщина же с годами опускается все ниже и ниже. Если совсем грубо, то она портится. Немного грустно, правда? Хотя и у женщин есть способы компенсировать потерю двух своих основных качеств другими, но только отчасти. Как известно, потерянную молодость не вернуть уже никогда.

Немного погрустили — и хватит. Итак, люди расположены в «пироге» неравномерно. В верхних слоях тусуются совсем крутые товарищи: олигархи, политики, молодые супермодели. Таких немного. Нижние слои принадлежат бомжам. Мы, получается, где-то посередине. И середина, в общем-то, самая густонаселенная.

*Обычно люди ищут сексуального партнера и спутника жизни на том же уровне, где находятся сами.*

Естественно, нельзя математически точно указать, девушка какого возраста и внешности соответс-



твует тому или иному уровню достатка и положению на социальной лестнице. Но любому человеку достаточно очевидно, какие женщина и мужчина подходят друг другу. И в подавляющем большинстве случаев сложившиеся пары никакого удивления не вызывают. Бывают, разумеется, странные сочетания, но исключения редки и только подтверждают правило.

Естественно, люди, которые находятся ниже нас, очень хотят заполучить нас в партнеры или спутники жизни, потому что мы для них — достижение. Если ты предложишь руку и сердце какой-нибудь бомжихе Маше с Курского вокзала, то она с превеликой радостью согласится. Если, конечно, поверит в искренность твоих намерений. А вот если ты сделаешь такое же предложение супермодели или знаменитой актрисе, то готовься отправиться в пешее эротическое путешествие. Это в случае, если тебя вообще удостоят ответом.

Люди, которые находятся на более высоком уровне, не особо горят желанием с нами общаться. И для того, чтобы их заполучить, приходится двигаться вверх: начинать больше зарабатывать, становиться более влиятельным, качаться (то есть совершенствоваться физически), учить стихи, чтобы выглядеть образованным человеком. Это обычный, стандартный, нормальный способ. Единственный его недостаток заключается в том, что на достижение цели нужно тратить годы.

Хочу обратить твое внимание: я не отвергаю этот способ, а, наоборот, всячески поощряю. Если муж-





чина развивается, зарабатывает больше денег, становится физически привлекательнее, лучше одевается, начинает читать книжки и узнает новые интересные вещи — это в итоге повышает его привлекательность у женщин. Но как же долго надо ждать! Хочется быстрее, правда?

К счастью для нас, существует еще один способ. Он возможен благодаря способности женщин давать, как бы лучше выразиться, авансом. Например, некоторые пары создаются в институте. Есть мальчик-студент — далеко не бог социальной пирамиды, но с ним знакомятся хорошие девочки из того же института (и не только), которые хотят с ним общаться и, что называется, «мутить». Почему так происходит? Потому, что девочки видят в мальчике некий потенциал. Женщина действительно может предоставить мужчине всю свою жизнь авансом (еще раз вспоминаем, что для женщины до сих пор факт секса подсознательно равносителен беременности) в надежде на то, что он реализует этот потенциал ради нее. Как известно, хочешь стать генеральшей — выходи замуж за лейтенанта.

При таком раскладе мальчику совсем не обязательно демонстрировать наличие денег, влияние, достигнутые результаты. Здесь на первый план выходят его амбиции, целеустремленность, уверенность в себе, желание получить данную конкретную девочку и готовность что-то сделать для этого. И, конечно же, не обойтись без понимания того, что именно нужно делать. Тут-то и поможет пикап.



Методы, которые я называю пикаперскими, позволяют взломать «слоеный пирог», и в результате с тобой пожелают тусоваться девушки, расположенные выше твоего текущего уровня. Ведя себя определенным образом, ты переключишь «рычажки» в голове девушки так, что она тебя захочет. Одному для этого нужно притвориться человеком более высокого уровня, другому необходимо заставить девушку испытывать рядом с собой сильные эмоции.

Надо сказать, что, хотя деньги, влияние, социальный статус и внешняя красота служат важными критериями мужской сексуальной привлекательности, не они являются факторами, определяющими успех в общении с конкретной женщиной. Я уже говорил, что в нашем обществе принято соблазнять женщину путем ухаживания: делать комплименты, дарить подарки, оказывать услуги. Сейчас настала пора рассказать историю, которая наглядно продемонстрирует, что одними деньгами женщину не получить.

Некий израильский миллиардер долгое время окучивал одну девицу. Однако он всю жизнь только тем и занимался, что зарабатывать деньги. Что же касается отношений с женщинами, то для него это был темный лес. Впрочем, он примерно знал (опять же из культурного наследия), что за девушкой нужно ухаживать: достаточно показать ей, что ты крутой мужик, — и все будет хорошо. Чтобы это сделать, он водил ее по ресторанам и театрам, всячески развлекал. И, конечно же, не приставал к ней, «не торопил события». Вроде бы все шло хорошо: и общение есть, и встречаться она не против... но до секса было как до Пекина пешком.



Он решил действовать серьезнее. Сначала подарил ей машину. Не дала. То есть опять-таки: он особо и не приставал, а просто ждал. Естественно, она сказала: «Клевая машина. Спасибо. Ты очень клевый». Но не дала.

Какой урок извлек наш герой? Он решил: машины мало. После чего подарил ей яхту. Результат оказался прежним: не дала. Черт. Что же делать?

Коронным ходом стал дом на берегу моря. Не дала. После этого он решил — и вот это потрясающе! — что он ее не потянет. Она слишком крута для него. И отступился. Ну после дома-то что ему делать? Пол-Израиля дарить? У него на тот момент такой возможности не было.

Итак, он сделал вывод, что она слишком хороша для него. Это и есть самый изумительный момент во всей истории. Он даже ни разу не приставал к ней — просто ждал, что она сама все сделает. А она не сделала. Конечно, данный пример — крайний случай, но весьма показательный.

Чтобы успешно соблазнять женщин, воспользуйся методами, которые описаны в этой книге. А если ты постараться, то сможешь заполучить куда более привлекательных женщин, чем сейчас. Если же у тебя вообще нет женщин, то они появятся.

Однако следует помнить: *нельзя фиксироваться только на этом способе, на взломе системы.* Точно так же, как нельзя говорить, что деньги в общении с женщинами решают всё. Это очень важный момент, распространенная ошибка. Если ты зациклишься на покорении вершин пикапа в ущерб развитию в других направлениях, то в итоге превратишься в эдакого фанатика, весь смысл жизни



которого заключается в соблазнении. Да, женщины у тебя будут, но оставаться с тобой они не пожелают. Ты хочешь до конца своих дней прожить в тайном одиночестве? Если нет, я рекомендую тебе не только совершенствовать пикаперские навыки, но и развиваться самому. Лучше всего, если ты начнешь подниматься в верхние слои не с помощью маскировки, выдавая себя за более крутого мужчину, а действительно став им.

## Особенности пикапа в России

Пикап пришел к нам из США. В свое время отечественные первопроходцы изучали в Интернете зарубежные методики и пытались применить их у нас (замечу, что западные коллеги очень много внимания уделяли знакомству в клубах). Никаких других материалов по этому загадочному пикапу все равно не было — приходилось верить буржуям.

Вот только никто не учитывал разницу в начале общения «там» и в России. У нас основную сложность представляет именно подход. Очень часто девушка изначально отказывается общаться. Если же удастся быстро вызвать у нее интерес и не «слиться» в процессе, то свидание уже почти у тебя в кармане. Не нужно извращаться и пробивать всяческие защиты. Надо понравиться, после чего преодолеть возражения — и все (я еще напишу об этом подробнее). На Западе дело обстоит по-другому.



Эту историю рассказал мне один знакомый. Как-то раз он ужинал со своим приятелем в немецком баре. Бар пользовался популярностью, и в тот вечер свободных столиков не было.

Через некоторое время к моим знакомым подошли две симпатичные женщины и попросили разрешения подсесть к ним. Мужчины были вне себя от радости: в чужой стране две привлекательные девушки предлагают им скоротать вечер вместе. Конечно же, парни согласились и пригласили дам за свой столик.

Однако реакция дам на попытку завести разговор оказалась весьма жесткой: «Ребята, мы пришли сюда пообщаться друг с другом. То, что мы к вам подсели, — ничего не значит. Вы что, не местные?»

В Европе и США очень легко завязать светскую, ни к чему не обязывающую беседу — девушка охотно идет на контакт, общается на разные темы, но *для нее это ничего не значит*. Если попросить телефон, она сильно удивится. Чтобы подход оказался успешным, нужно «разорвать шаблон», «пробить защиту суки», «сделать негхит». Надо выбить девушку из режима «просто поболтать», чтобы удалось переключиться на более личное общение. Вот и пришлось нашим американским и европейским коллегам придумывать различные «шаблоны» и «рутины», дабы разорвать порочный круг. Стоит отметить, что часть этих инструментов после соответствующей адаптации годится и для России. Но тупое применение подобных техник обычно ведет к комичным результатам.

Что тебе нужно понимать?

- В России незнакомым людям сложнее идти на контакт друг с другом.



- Если ты преодолеваешь первый барьер, то общение становится намного теплее — практически таким же, как у старых знакомых.
- Если девушка не начнет сама тебя обижать, твое дружелюбие даст только положительный эффект.

Если ты все же решишь изучить опыт западных коллег, отнесись к нему осторожно. Обращай внимание не на убеждающие высказывания авторов, а на то, каких практических результатов можно достичь, применяя конкретные методы.

Что касается России, то здесь есть нюанс, из-за которого многие не продвигаются дальше первого этапа. В самом начале ты, естественно, не умеешь правильно знакомиться. Нет человека, который сразу же стал бы профессионалом в любом деле. Собственно, в пикапе, в искусстве знакомства и соблазнения, работает тот же принцип.

Так или иначе, первые подходы производят столь сильное впечатление, что, несмотря на плохую технику, эмоциональный подъем позволяет добиться некоторых успехов. Потом эмоции несколько бледнеют и на первый план выходит техника. А ее, как и в спорте, нужно ставить с помощью регулярных тренировок, большого числа повторений и подробного разбора ошибок. Рано или поздно неизбежно наступает день, когда подряд идет 5–10 отказов, причем девушки кривят совершенно презрительную физиономию. Естественно, после такого тебе будет очень нелегко встать себе на горло, взять себя за





яйца и потащиться на очередную тренировку. Это реально сложно.

В этот момент ты и узнаешь, чего стоишь. Сможешь ли ты взять себя в руки и сказать: «Раз начал дело, то доведу его до конца»? Или же удовлетворишься временными успехами, которые вскоре сойдут на нет?

Регулярная практика — единственный путь, который позволит тебе по-настоящему добиться успеха у женщин. Если ты считаешь, что в конце концов разработаешь собственный уникальный подход, набор фраз и заготовок, сценарий свидания или знакомства, которые будут действовать безотказно, и что после этого у тебя пропадет страх, то напрасно. Страх останется. Он будет всегда. И отказывать тебе будут всегда. И неизбежны черные дни, черные полосы. Даже у меня они есть. Но без них ты никогда не узнаешь, насколько классными бывают белые полосы. И чем больше провальных подходов, свиданий, увозов ты проведешь, тем чаще в твоей жизни станут появляться достойные женщины.

Дело в том, что процесс соблазнения похож на воронку. Подошел ты за неделю, скажем, к 70 девушкам. Из них 20 оставили тебе телефон. Из них 15 согласились прийти на свидание. Из них 10 пришли. Из них 5 пришли на второе свидание. Из них с одной в итоге случился секс. Примерно таким окажется соотношение (может быть лучше, может быть хуже) на первых порах. Ты понял? **Семьдесят подходов на один секс!** Потом твои результаты существенно улучшатся. Но халявы не будет!

Это достаточно сложное и временами неблагоприятное занятие. Но кое-что действительно может



помочь: найди себе единомышленника. Дай ему почитать эту книгу, убедил его пройти весь путь вместе с тобой. Договоритесь с ним, чтобы он пинал тебя, а ты — его. Пусть, например, он звонит, когда ты сладко дрыхнешь в постельке субботним днем, и вытаскивает тебя в центр города, туда, где есть женщины, с которыми можно пообщаться.

Пойми: если ты все время проводишь на работе и дома, то, не изменив свой образ жизни и свои привычки, ты не соблазнишь столько женщин, сколько тебе хотелось бы. Ты должен, ты обязан посещать места, где бывают женщины, которые тебе нравятся. Иначе у тебя не появится шанса с ними познакомиться. Ну что, в путь? В путь!

## Структура соблазнения

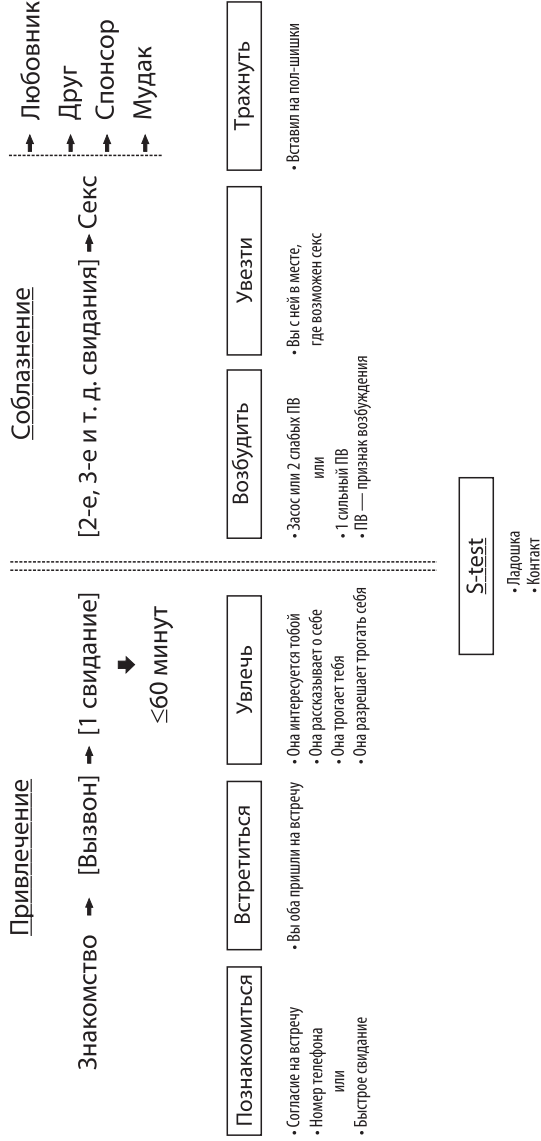
Уж если мы, мужчины, хотим в чем-то разобраться, то нам подавай логичную систему. Так что наслаждайся: сейчас я расскажу, какой путь тебе придется пройти для того, чтобы добраться до сокровенного, до соблазнения женщины, до занятия с ней сексом.

Путь этот не самый простой. Но с помощью схемы, которую я дам, ты в любой момент времени будешь понимать, на каком этапе соблазнения находишься, что делать дальше и светит ли тебе вообще что-нибудь с этой конкретной барышней.

Итак, весь процесс танцев с бубном, который заканчивается укладыванием девушки в постель, можно условно разделить на два больших этапа. Первый из них — **привлечение**, второй — **соблазнение**.



## АШ - модель



## Любовник или мудак

На первом этапе ты, по сути, с девушкой знакомишься, превращаясь из чужого парня с улицы в человека, которого она более или менее знает. Если все сделаешь хорошо, то станешь кандидатом в любовники. Или претендентом на другую роль — а на какую, станет ясно в ходе соблазнения.

**Важно!** После того как этап привлечения остался позади и вы с девушкой немного узнали друг друга, пути назад нет. В самое ближайшее время девушка определит тебя в одну из четырех категорий. Если будешь вести себя так, как я рекомендую, — сможешь повлиять на ее выбор. Если нет — от тебя мало что будет зависеть.

Первая категория — **любовник**. Это человек, с которым девушка спит, с которым у нее есть секс. Она потенциально может строить с ним отношения. Ну или просто периодически трахаться. Наша модель соблазнения настроена на попадание именно в данную категорию. Желательно кратчайшим путем и за минимальное время. И ни в коем случае не надо стесняться этого желания — стать любовником. Даже если ты изначально нацелен на серьезные отношения, даже если ты думаешь, что не стоит торопиться и следует лучше узнать друг друга, — все равно ты должен сперва стать для нее любовником, а уж потом узнавать ее поближе.

Вторая категория — **друг**. Наверное, каждый мужчина хотя бы раз в жизни слышал волшебную фразу: «Да-



вай останемся друзьями». Или другую волшебную фразу: «Не надо торопиться, ты все испортишь». Соглашаясь с такими словами, ты попадаешь в разряд друзей. Друг — это человек, с которым нет секса, вот что главное. С другом девушка может много общаться, даже на очень интимные темы, но секса у нее с ним нет. И не будет. Проблема заключается в том, что мужчина до последнего (даже после того, как ему скажут в лоб: «Мы просто друзья») надеется на этот самый секс. Но в 99 % случаев не получает его.

Эта надежда порождает у нашего друга проблемы. Самый распространенный пример: он готов выслушивать вечное нытье девушки по поводу ее проблем с парнями, мол, все они с ней плохо поступают и куда же подевались настоящие мужчины. Тем временем наш друг думает про себя: «Как они могут так с ней поступать? Она достойна большего, вот я бы...» В конце концов он решается и на ее очередные молитвы о настоящем мужчине говорит: «Вот он я. Я все время был рядом — обрати на меня внимание. Я все сделаю ради тебя». Эх, если бы у нас был милофон и мы смогли прочесть ее мысли, уверен, было бы что-то вроде: «Опа... что это за мужлан и куда делась моя любимая подружка? Мы же с ним договаривались, и он согласился быть моей подружкой! Он тоже, получается, меня обманул? Все мужики козлы, им всем надо только одного!»

*Дорогой читатель, чтобы не попадать в подобные ситуации, заруби себе на носу: дружить можно только с женщинами, с которыми — и ты в этом на 100 % уверен — ты никогда не захочешь заняться сексом.*



Третья категория — спонсор. Это мужчина, от которого девушка получает либо деньги, либо какие-то услуги. Деньги, понятно, могут быть в виде подарков, походов в рестораны и всего прочего, что можно купить. У молодых девушек обычно денег нет, и они вынуждены в этом плане полагаться на мужчин. Поэтому, если ты готов предоставить ей деньги и надеяться на что-то взамен (*только надеяться*), то она с легкостью воспользуется подвернувшейся возможностью. Другими словами, она будет получать от тебя ресурсы и давать тебе взамен некоторую надежду. Однако надежда вряд ли воплотится во что-то более радужное. Хотя такой шанс и существует. Но, к сожалению, ситуацию контролирует исключительно девушка, а тебе остается только терпеливо ожидать ее благосклонности.

Профессиональные занятия пикапом выработали во мне здоровую долю цинизма. Из-за этого мои советы и рассуждения порой очень сильно обижают людей: неприятно слышать жестокую правду. Так вот, если ты считаешь, что не все женщины такие, что есть некая мадемуазель, которая выше всего этого, и если предложить ей деньги (по-дружески, разумеется, она же не шлюха какая-нибудь!), то она откажется — вынужден тебя разочаровать. Мой опыт показывает, что если не предлагать деньги напрямую, а дарить достаточно ценные вещи, то девушки, конечно, смущаются, говорят: «Ты с ума сошел», но подарки принимают. Еще нужно понимать, что спонсорство может выражаться не



только в деньгах, но и в услугах: подвезти с работы, встретить в аэропорту, починить компьютер (классический студенческий вариант). Ты должен куда-то съездить, что-то сделать, напрячься ради нее. Ты напрягаешься — она расслабляется, ты ценишь ее больше — она тебя меньше.

Какая проблема возникает, когда мужчина попадает в категорию спонсора? Та же надежда. Мужчина рассчитывает, что девушка оценит, какой он клевый (в данном случае — богатый или заботливый), и за это ему даст. (Вспоминаем историю про израильского миллиардера.) А это, в свою очередь, возвращает женщин. Нет, с их точки зрения, все нормально, так и должно быть. И я не имею ничего против того, чтобы у каждой моей девушки были пажи и оруженосцы, которые будут исполнять все ее желания. Лучше они, чем я. Но по отношению к мужчинам, которые эти позиции занимают, ситуация выглядит не очень справедливой.

Чтобы стало понятно, как действует механизм возвращения, приведу простой пример. Вначале девушка принимает предложение мужчины, который сам навязывается и говорит: «Давай я тебя встречу из аэропорта. Нет-нет, мне совсем не сложно, мне будет приятно. Нет-нет, меня это совсем не напряжет, я с удовольствием!» Ей, может быть, даже неудобно соглашаться, но потом она отвечает: «Да, давай, почему бы и нет?» Затем она просит уже другого мужчину: «Слушай, не встретишь ли ты меня в аэропорту?», потому что у нее возникли реальные сложности с такси. А он с радостью соглашается, да еще и встречает ее



с букетом цветов. Через какое-то время она начинает наглеть: «Я прилетаю в час ночи, встреть меня. Тебе неудобно? Тебе вообще, что ли, все равно, как я в два часа ночи домой добираться буду?»

Реальная девушка, реальные слова. Ты сам или кто-нибудь из твоих друзей не раз слышал их в разных вариациях. Тут дело не только в поведении мужчин — эта барышня имела большую склонность ими пользоваться. В ее записной книжке парни значились как «Вася — такси Домодедово», «Коля — Большой театр». Как ты думаешь, у Васи, Коли и остальных был с ней секс? А была ли надежда? То-то же! В следующий раз, когда захочется поиграть в спонсора, вспомни эту историю.

Замечу: спонсорство вовсе не исключает секс. У одного моего знакомого процесс соблазнения строится по следующей схеме. Он приглашает девушку выпить кофе в торговом центре; если она ему понравилась, то дает ей кредитную карту, охранника и говорит: «Мне сейчас нужно по делам отъехать. Ты пойдешь купи себе что-нибудь. Вечером встретимся». Чистая модель спонсора, получающего в итоге секс. Он еще кое-что делает, о чем я напишу ниже. Кстати, он олигарх, так что девичий шопинг не сильно бьет по его карману.

Есть и четвертая категория — **мудак**. Это условное название я взял из известного фильма «О чем говорят мужчины». Мудак — такой человек, в ходе общения с которым девушка принимает решение больше с ним не встречаться. Никогда. Чтобы попасть в эту категорию, нужно сильно постараться



и вести себя неадекватно. Но, как известно, люди порой и не на такое способны.

## Для чего нужен S-тест

Пройдя этап привлечения, считай, что ты подал заявку на роль любовника. Но результаты ее рассмотрения зависят от твоего дальнейшего поведения. Как только девушка узнала тебя чуть ближе — все: пошел обратный отсчет. И если ты в это время отдашь инициативу девушке, она сама занесет тебя в одну из категорий — на окончательное решение ты повлиять уже не сможешь. А будет ли это категория, в которой ты стремишься оказаться? Сколько раз в жизни тебя относили к желаемой категории? Я имею в виду категорию любовников; в друзья или спонсоры попасть — особого ума не надо.

Чтобы все-таки стать любовником, а не кем-нибудь другим, тебе предстоит приложить усилия на этапе соблазнения. Едва закончится этап привлечения, ты должен взять инициативу в свои руки и начать девушку соблазнять. Если ты этого не сделаешь, то совершенно неизвестно, к какой категории тебя отнесут. Если же ты воспользуешься моей рекомендацией, то попадешь либо в категорию «любовник» (с большей степенью вероятности), либо в категорию «мудак» (с меньшей степенью вероятности). Всегда есть риск того, что после приставаний девушка не захочет с тобой больше общаться. Но по крайней мере такой риск оправдан: следуя данной модели соблазнения, ты будешь выбирать женщин, а не они тебя.



Как-то на тренинг пришел молодой человек, которого звали, скажем, Переяслав. А что, очень распространенное в свое время древнерусское имя. Собственно, то, как родители назвали сына, может довольно многое сказать об их методах воспитания. В общем, до тренинга парень сделал больше тысячи подходов к девушкам. Да, он их считал и назвал точное число. Ни разу у него не было свидания. Ни разу ему не дали телефон. Естественно, он был девственником. В процессе обучения он все-таки добился кое-каких результатов, и ему даже удалось заманить девушку к себе домой на чай. Она при этом никакого подвоха не ожидала: раньше он к ней не приставал.

Так вот, сидят они в его комнате, чай пьют, разговаривают. И тут наш герой решает, что пора переходить к решительным действиям. Посреди разговора он встает, раскладывает диван и начинает его застилать. Девушка с чашкой в руке смотрит на это круглыми глазами. Он заканчивает процесс, показывает на застеленный диван и говорит: «Ну?» Девушка: «Э-э-э... что?» Он: «Сейчас у нас должен быть секс». Она: «Э-э-э... что?» Опустим завесу жалости над этой печальной сценой.

Кстати, Переяслав сделал выводы из своего поведения и следующее свидание завершилось для него успешно. Так что посмеялись над ним — и хватит: он стал молодцом.

*Как определить, что стадия привлечения закончилась и пора бы уже начать соблазнять девушку? Ведь на каждом из этапов используются свои инструменты и достигаются свои цели. Если на этапе привлечения ты попытаешься засунуть руку девушке между ног, она тебя не поймет. А если на этапе соблазнения ты будешь разговаривать с девушкой о погоде или начнешь травить анекдоты, тебя запишут в друзья — и все, приплыли.*





Существует надежное средство, позволяющее понять, что настало время перейти к этапу соблазнения. Это S-тест. Название можно расшифровывать как «соблазнение-тест» (Seduction Test). Различают два вида S-теста: «ладошка» и «контакт».

- *Вариант «ладошка»* проводится следующим образом. Во время разговора возьми девушку за руку. Если она не отнимет ладонь, а, наоборот, оставит ее в твоих руках в течение 20–30 секунд — считай, что S-тест ты прошел. Важно помнить, что девушка должна оставить ладонь добровольно. Не нужно удерживать руку силой и мысленно считать заветные секунды. Добровольность служит неотъемлемым условием прохождения S-теста.
- *Вариант «контакт»* предполагает, что в течение минуты ты сидишь (стоишь, лежишь) рядом с девушкой и вы соприкасаетесь телами. Самый простой пример этой разновидности теста — объятия.

Для чего нужен S-тест? Для того, чтобы ты понимал, как далеко продвинулся по пути соблазнения и что должен делать дальше. Напомню: на этапе привлечения применяются одни техники, на этапе соблазнения — другие. Многие парни затягивают процесс ухаживания. Например, идут с девушкой в кафе, долго сидят, о чем-то мило болтают, он ее провожает, на станции метро возникает неловкая пауза, перед тем как они разъедутся по разным кон-



цам города, потом она говорит: «Ну, пока», разворачивается и уходит. Затем они отправляются на выставку, опять мило общаются и заканчивают тем же самым. Устав от этих свиданий, парень в конечном счете не выдерживает и предлагает девушке начать встречаться. Обычно на такое она отвечает: «Я подумаю...»

Очередная поучительная история. Жила-была девушка — симпатичная, да к тому же хорошо понимавшая, чего хочет (в отличие от многих других женщин), и старавшаяся осуществлять свои желания. На работе ей понравился некий мужчина, и она стала намекать, что, в общем-то, не прочь.

Шло время, она его всячески обхаживала. Наконец мужчина догадался и пригласил ее кофе попить. После свидания девушка заманила его домой, чтобы показать какие-то фотографии. Она реально его хотела. Она четко отдавала себе отчет в том, что именно ей нужно. Ей было кристально ясно, что она хочет с ним секса.

Приходят они в квартиру, усаживаются на диванчик и принимают рассматривать фотографии. Вот сидят они рядышком, она поворачивается к нему, кладет обе руки на его бедро, пристально смотрит ему в глаза и загадочно улыбается — изо всех сил подает знаки, чтобы он уже набросился на нее. А он внимательно на нее смотрит и говорит: «Наташа, давай мы с тобой... будем встречаться».

Она была в шоке, а потому ответила: «Я подумаю...» И думает до сих пор.

Оглянись вокруг! Я довольно часто вижу в кафе и ресторанах забавные парочки, где со стороны совершенно очевидно, что девушка готова сексом



заняться прямо здесь и сейчас: на стуле ерзает, буквально вся уже извелась — бери не хочу. А рядом с ней парень, который строит из себя интеллигента, пыжится, демонстрирует себя. Она его и так тронет, и этак на него посмотрит, разве что прямо не скажет: «Я хочу тебя!» Но не может дойти до таких крайностей: она же не шлюха. Она не может напрыгнуть на него и изнасиловать. Остается довольствоваться намеками.

А намеки не помогают. Он тупо сидит и думает: «Интересно, нравлюсь я ей или нет? Как бы это тактично узнать?» Проще говоря, он как раз ждет, когда же она сама на него напрыгнет.

На самом же деле нужно просто взять и проверить, нравишься ли ты ей. А для этого достаточно S-теста. И долго выжидать не стоит. Его надо провести в первые 60 минут общения с девушкой.

Итак, отныне каждая твоя первая встреча с девушкой должна выглядеть следующим образом: началось свидание, вы с ней мило беседуете (как именно, узнаешь позже), и в течение 60 минут ты обязан сделать S-тест. Ты можешь получить как положительный результат, так и отрицательный. Но даже плохой результат лучше, чем отсутствие теста! Если его вовремя не провести, ты рискуешь погрязнуть в бессмысленном и беспощадном болоте дружбы или спонсорства раньше, чем заметишь это.

*Всегда проводи S-тест на первом свидании. У тебя есть на это 60 минут.*



Ладно, я знаю, когда-нибудь ты все равно забудешь об S-тесте или побоишься его провести. Ничего, на этом жизнь не кончается. Прошло 60 минут — прощайся, иди домой и думай, что же нужно было предпринять, чтобы так выполнить этот тест. Нет S-теста — считай, что первое свидание у вас не состоялось. Звони девушке приблизительно через неделю и начинай все сначала. Так же, кстати, надо поступать, если все S-тесты показывают отрицательный результат. Если провалился в очередной раз, пообщайся с девушкой еще минут пять в позитивном ключе — и домой. Вспоминать, анализировать, исправлять ошибки.

Если же результат положительный — прекрасно! Как минимум ты девушке понравился. Она привлечена, и ты кандидат в любовники. Теперь ты просто обязан взяться за ее соблазнение, чтобы тебя не определили на другую роль.

Если ты понимаешь, что этим вечером твои шансы на успех минимальны — к примеру, у тебя нет места, где можно было бы заняться сексом, или ты договорился встретиться с другой девушкой и буквально через 40 минут тебе пора бежать, — то свидание надо сворачивать.

Одна из типичных мужских ошибок заключается в неумении вовремя заканчивать свидание. Допустим, ты видишь, что все идет хорошо, и поэтому пытаешься продлить встречу. Но люди устроены так, что не способны постоянно поддерживать высокое эмоциональное состояние. Чем дольше ты



испытываешь яркие эмоции, тем сильнее психика будет стремиться к возврату в нейтральное положение. В какой-то момент ты заметишь, что ваше чудесное общение становится все более скучным и в итоге сводится к обмену пустыми репликами или затухает совсем, а ты не можешь выдать из себя ни завалющейся шутки, ни простейшей истории. Хотя еще полчаса назад был само обаяние и остроумие. К сожалению, лучше всего девушке запомнится именно этот эпизод, завершивший свидание.

Чтобы решить проблему, стоит заканчивать свидание на пике эмоций, когда и ты полон впечатлений, и девушке все нравится. Не надо ждать того часа, когда подъем схлынет и вам обоим станет скучно. Но как вычислить правильный момент?

*Заканчивай свидание, пока еще хорошо, а не когда уже плохо.*

Это простое правило требует от тебя определенной осознанности. Тебе придется следить за своим состоянием, даже если потрясающие эмоции от общения с чудесной барышней полностью тебя поглотят. Часть твоего разума должна наблюдать и принимать решения. Если у тебя все готово для соблазнения (есть место для секса), ты должен добиться цели сегодня же. Но если по какой-то причине ты не сможешь заняться сексом (негде; ты не делаешь это на первом свидании; у тебя критические дни), следует прервать свидание, пока у вас все хорошо. Скажи: «Ладно, мне было очень приятно провести с тобой время. С удовольствием увижусь с тобой еще, но сейчас мне пора бежать. Пока, уви-



димся!» И уходи. Перед этой фразой, естественно, нужно расплатиться, если вы в кафешке или ресторане, и вообще подготовиться к тому, чтоб уйти.

Один мой клиент как-то раз соблазнял девушку. Она работала дизайнером, хорошо одевалась, следила за собой и, очевидно, пользовалась повышенным вниманием мужчин. Он был тоже далеко не дурак: вместе с партнерами занимался бизнесом в области транспорта и логистики. Для простоты назовем героев Сашей и Машей.

Саша рассказывал, что они каждый раз замечательно проводили время вместе. Обычно он испытывал робость в присутствии женщин и не знал, о чем с ними говорить, но с Машей страх пропадал и болтали они часами напролет. Правда, хорошо, что встречались они редко — не чаще раза в месяц. Вот Саша и не успевал накрутить себя и влюбиться в Машу.

Однако после очередной такой встречи Саша вдруг решил, что надо бы что-то еще сделать: осталась некая недосказанность, пустота. И вместо того, чтобы просто взять Машу за руку во время следующей прогулки, он задумал устроить сюрприз — встретить девушку после работы с огромным букетом цветов. Думаю, продолжать не стоит.

Из этой истории мы с тобой сделаем вывод: не надо ничего усложнять. Будь перед собой честен: раз тебе девушка нравится, признайся в этом самому себе. После чего наберись смелости, пригласи девушку на свидание и сделай S-тест. А затем приступи к соблазнению.

Я понимаю: подарить букет цветов в разы проще и не так страшно, как взять девушку за руку. Реакция на подаренный букет вполне прогнозируема,





а вот как девушка отреагирует, если ты на языке тела прямо скажешь: «Маша, ты мне нравишься, будь моей»? Однако именно в этом заключается различие между поведением настоящего мужчины и действиями друга, спонсора... ну, ты понял.

Для начала, пока у тебя еще мало опыта, делай вот что. После удачного S-теста пообщайся еще некоторое время — минут пятнадцать. А затем попрощайся до следующего раза. Вот тогда-то все будет намного интереснее. Ну или попробуй соблазнить ее в этот же вечер.

*Что конкретно происходит на этапе соблазнения?* Итак, мужчина подает заявку: хочу стать любовником. Что дальше? Если ты провел S-тест и он оказался положительным, сделай следующий шаг — начни приставать к девушке, возбуждать ее.

Раз уж ты захотел стать любовником, помни: с ним женщины обычно спят. С удовольствием причем. В отличие от «не любовника». Женщина устроена таким образом, что, перед тем как заняться сексом, ей нужно возбудиться. У женского возбуждения несколько другой механизм, чем у мужского. Благодаря ему в какой-то момент женщина, скажем так, теряет голову. Совсем перестает думать логически, а полагается на инстинкты.

Если мужик, по большому счету, всегда готов, возбуждение может наступить за несколько секунд, то женщине на это нужно много времени. С другой стороны, быстро возбуждись, мужик способен так же быстро и остыть. А женщина напоминает



снежную лавину: чем больше она возбуждается, тем сильнее, по сути, сама себя накручивает. Если же она возбудилась рядом с тобой, от твоих прикосновений, то автоматически хочет именно тебя. И ничего с этим сделать уже не в состоянии.

Это один из рычажков, которые я упоминал ранее. На определенной стадии возбуждения женщина теряет контроль над собой и готова отдаться тебе практически сразу. Тебе же останется лишь отвести ее в такое место, где это может произойти, чтобы ничего не отвлекало ее от мыслей о тебе, о сексе и о сексе с тобой.

Чтобы возбудить барышню, к ней нужно приставать. А это значит, что ее надо трогать. Интимность прикосновений нарастает постепенно — и в какой-то момент оказывается, что вы с девушкой уже целуетесь всасос. А еще через минуту ты лезешь к ней в трусы.

Учти, когда ты активно трогаешь девушку, с ней необходимо не менее активно общаться. Не стоит говорить о ее работе или об учебе, а также об интересах. И не стоит молча сидеть напротив нее, преданно глядя в глаза и при этом пытаясь поладать за сиськи. Нужно выбирать личные, очень эмоциональные темы. Нужно сидеть рядом, обнимать и целовать девушку, трогать за интимные места.

Во время тренинга я предлагаю такое задание: ребята в присутствии тренера должны возбудить девушку. Некоторые парни, проведя S-тест, быстро переходят к этапу соблазнения, после чего все сразу



становится ясно. Девочка или поддается и начинает возбуждаться, или стремительно «отмораживается». Ее реакция зависит от того, как парень повел себя и что делал раньше. В любом случае она мгновенно записывает его либо в категорию «любовники», либо в категорию «мудаки». А есть ребята, которые после S-теста продолжают болтать, обнимают спинку дивана вместо девушки, проводят S-тест еще раз... и теряют время, так и не поняв, выйдет у них что-то с девушкой или нет. Задание очень хорошее. Оно учит в нужный момент идти на риск — без этого в соблазнении никуда.

После того как ты возбудил девушку, у тебя с ней должен случиться секс. Обрати внимание: на схеме АШ-модели<sup>1</sup> этап привлечения включает в себя только первое свидание, а этап соблазнения — все остальные, сколько бы их ни было. На практике процесс соблазнения может целиком уложиться в одну встречу. Однако для удобства этап, продолжающийся с начала вашего общения до успешного S-теста, я буду называть первым свиданием. Если на первом свидании ты не сделал S-тест или его результат получился отрицательным, но девушка пришла на следующую встречу, то твое поведение и используемые техники должны соответствовать первому свиданию.

На этапе соблазнения ты можешь встречаться с девушкой много раз (кстати, опять же для удобства все свидания лучше разделить на первые и вторые: первые — этап привлечения, вторые — этап соб-

<sup>1</sup> Модель Абуда — Ширина.



лазнения). Один, пять, двадцать пять — это зависит от твоего упорства. Я, конечно, рекомендую все делать в течение одного свидания и постараюсь научить тебя, как этого добиться. *Нормальный результат — соблазнение за 2–5 свиданий.* Не нужно ставить чересчур жесткие рамки по количеству свиданий, но и тратить слишком много времени и усилий на одну и ту же девушку неразумно.

## От знакомства до секса за шесть шагов

Этапы привлечения и соблазнения — два основных блока. Во время каждого из них ты должен вести себя определенным образом. Настала пора подробно поговорить о том, из чего состоят блоки и какие действия надо проделать, чтобы уложить девушку к себе в постель.

Итак, весь путь от знакомства до секса включает шесть последовательных шагов, которые нельзя менять местами. Нельзя переходить к следующему этапу, не завершив предыдущий полностью.

*Ни в коем случае не пропускай шаги и не пытайся поменять их местами! Приступай к следующему этапу, только полностью завершив предыдущий.*

Вернись на несколько страниц назад и еще раз изучи схему — на сей раз ее нижнюю часть. Там обозначены шесть этапов успешного соблазнения, и сейчас я их прокомментирую.



Для начала с девушкой нужно познакомиться. Не думай, что достаточно узнать ее имя, номер телефона, ID «ВКонтакте», домашний адрес. Так считают многие мужчины, но они ошибаются. Почему? Давай разберем эту ошибку на самом распространенном заблуждении: познакомился, если взял номер телефона.

Смотри, номер телефона — всего-навсего одиннадцать цифр, которые позволяют нам сделать попытку поговорить с человеком. Но будут с нами разговаривать, если мы наберем эти одиннадцать цифр, или не будут? Ответ на данный вопрос зависит от того, знакомы ли мы с человеком или нет. Ситуация с девушкой еще интереснее: ты же собрался не разговаривать с ней, а соблазнять ее. Соблазнять по телефону, конечно, тоже можно, но это нелегко и тебе пока рано. Поэтому при знакомстве с девушкой определяющую роль играет ее готовность с тобой встретиться и пообщаться еще раз. Я (и мои ученики) много раз сталкивался с тем, что девушка оставляет номер телефона просто для того, чтобы от нее отстали. А это совсем не входит в наши планы. Запомни: *познакомился — значит получил согласие на встречу*. И в этом случае номер телефона — лишь инструмент, предназначенный для того, чтобы свидание состоялось, чтобы вы могли найти друг друга в огромном городе. Более того, иногда брать телефон даже вредно. Например, если свидание началось сразу же после знакомства. Ты предложил вот прямо сейчас попить кофе, а она согласилась (так называемое быстрое свидание). В такой ситуации номер телефона будешь просить, когда свидание подойдет к концу.



Когда я только учился соблазнению, не было ни книг, ни тренингов. Приходилось постигать эту науку самому и на собственном опыте разбираться, как все работает. Одно время считалось, что нужно сначала получить телефон, а дальше девушка никуда не денется. Их брали обманом, кланчили, давили. И у меня был период, когда номера женских телефонов буквально вываливались из карманов (тогда еще не наступила эра сотовых телефонов и номера записывали в бумажных блокнотах). Но назначить свидание — как это было тяжело! В конце концов я начал бояться звонить девушкам, с которыми знакомился. И так продолжалось до тех пор, пока я не понял, что нужно понравиться при знакомстве — и никаких проблем со свиданиями не будет. Сейчас это кажется очевидным, но тогда я был потрясен открытием.

Итак, вы с девушкой познакомились, у тебя есть ее контактный номер и она согласна с тобой встретиться. Ну и чтобы перейти на следующий этап, необходимо действительно **встретиться с ней**. Ведь, если ты с ней не встретишься, соблазнить ее не получится. Перед встречей девушке нужно будет позвонить и пригласить на свидание. Впрочем, вызвон — это незначительный и простой этап, я расскажу о нем в следующей главе.

После того как вы встретились, у вас, по сути, началось первое свидание. Те самые волшебные 60 минут, о которых я уже говорил. Так вот, твоя задача на первом свидании — **увлечь девушку** и дойти до S-теста. Как понять, что ты ее увлек и можно проводить S-тест? Увлечь — значит общаться с ней таким образом, чтобы она делала следующее.

- Во-первых, девушка должна тобой заинтересоваться. Не твоими анкетными данными:



где живешь, где работаешь, сколько зарабатываешь, где учился — это все ерунда. Нужно, чтобы она начала интересоваться тобой как личностью. Необходимо, чтобы она задавала вопросы о твоих увлечениях, друзьях, любимом времяпрепровождении и т. д.

- Во-вторых, девушка должна рассказывать о себе. Опять же что-то интересное. Другими словами, она должна начать перед тобой открываться. Очень заметно, когда это происходит. Сразу поймешь.
- В-третьих — и это самое главное — девушка должна позволить тебе себя трогать. Начни с малозаметных коротких прикосновений и закончи S-тестом. Ты трогаешь ее еще не как любовник, но и не как обычный друг. Не забудь, что в процессе соблазнения ты и говоришь с девушкой, и трогаешь ее.

*Чтобы соблазнить девушку, с ней нужно говорить и ее нужно трогать. При этом интимность твоих прикосновений должна соответствовать доверительности вашего общения.*

- В-четвертых, девушка должна сама трогать тебя в ходе беседы. Вспомни фильм «Правила съема. Метод Хитча»: «Дружеское похлопывание по плечу — это уже очень неплохо». Именно такого рода прикосновения я имею в виду. Она может трогать



тебя, акцентируя какие-то моменты в своих рассказах, или игриво отпихивать тебя, или сказать на какую-нибудь твою пошлую шутку: «Дурак!» — и слегка тебя стукнуть. Все это даст тебе понять, что ты на правильном пути.

На этом этап увлечения (и привлечения) заканчивается. Какие инструменты тебе пригодятся, узнаешь позже. Пока просто запомни, что увлекать девочку желательно побыстрее: 60 минут — максимум.

Тем временем — ура! — мы сделали все правильно и перешли от привлечения к соблазнению. И тут начинается этап **возбуждения**. Возбуждать нужно постепенно. Если ты две минуты подержал девушку за руку, то хватать ее за грудь еще рано. Но в любом случае тянуть с данным этапом нельзя.

Ваше общение с нейтральных тем должно переходить на сугубо личные вещи: детство, мечты, сильные эмоциональные переживания (так называемые разговоры о глубоком). Параллельно нужно усиливать и кинестетику (прикосновения) — трогать ее все активнее и активнее. И желательно делать все это не в обычной кафешке, а в специально приспособленной для таких целей: с диванчиками и приглушенным светом, с правильной музыкой и понижающим персоналом.

Конечная цель данного этапа — физически возбудить девушку. Нужно, чтобы она, как говорится, потекла. И самый легкий способ проверить, возбудилась она или нет, — залезть ей в трусы и поласкать



«там». Да, именно засунуть ей во влагалище свои два пальца. Только в этом случае ты можешь быть уверен на 100 %.

Забегая вперед, скажу, что сделать это в общественном месте не всегда возможно. Поэтому я в свое время придумал следующее правило: ты понимаешь, что *девушка возбуждена, если она позволила поцеловать себя в засос да к тому же наблюдается два слабых или один сильный признак возбуждения*. Подробнее об этом рассказывается в главе, посвященной свиданиям. А сейчас просто запомни: с какого-то момента ты обязан к девушке приставать. Иначе рискуешь закончить как герои предыдущих историй.

Добавлю еще вот что. Если у тебя нет возможности прямо сегодня заняться с девушкой сексом, не возбуждай ее слишком сильно. Страстных поцелуев будет более чем достаточно. Припомни, как ты себя чувствовал после долгой борьбы с какой-нибудь особой, когда у тебя полночи стояло колом, но в итоге ничего не случилось? Если поступить так с девушкой, у нее тоже останется неприятный осадок и вспоминать она тебя будет не самыми добрыми словами. Кроме того, есть еще один «косяк», который может получиться из-за того, что ты ее возбуждал, но не соблазнил. Но об этом позднее.

Возбудил девушку? Молодец! Уже можно заняться сексом, только осталась одна проблема: обычно в том месте, где ты ее возбуждаешь, это сделать по техническим причинам довольно сложно. А если вы попытаетесь, вероятно, вас больше в тот ресто-



ран не пустят. Поэтому вам обоим следует попасть в более приспособленное для секса место. Нужно ее туда **увезти**.

Меня часто спрашивают: почему надо возбуждать девушку где-нибудь в кафешке, а не у себя дома? Причина проста: если девушка не возбуждена, то вряд ли поедет к тебе. Зачем, с какой целью ей это делать? Там ты еще приставать к ней начнешь. А она пока к этому не готова. Конечно, можно обманом заманить ее к себе домой, но тогда ты потратишь в разы больше сил и времени, чтобы развести ее на секс: сопротивляться она будет весьма старательно. Так что на начальных стадиях обучения я рекомендую сперва возбуждать, а потом уже увозить.

Увозить девушку нужно в такое место, где, как ты считаешь, у вас возможен секс. Это может быть твоя квартира, квартира друга, твоя комната, туалет заведения, где вы сейчас находитесь, колесо обозрения, гостиница. Все ограничивается лишь твоей фантазией и требованиями к комфорту и гигиене.

После того как вы с девушкой оказались в месте, где возможен секс, ее нужно **трахнуть**. Физически заняться с ней сексом. Ты должен взять инициативу в свои руки, раздеть девушку, раздеться самому, надеть на член презерватив и трахнуть ее этим самым членом.

Вот теперь наконец можно выдохнуть и расслабиться. Отныне она считает тебя своим парнем, и, если ты этого хочешь, можешь начать строить с ней отношения. (О том, как правильно строить отношения, я обязательно напишу, но в следующей книге.)



Чтобы подвести черту, еще раз кратко пройдемся по структуре соблазнения. Советую снова заглянуть в приведенную выше схему, чтобы представлять все наглядно.

1. Существует два больших этапа — привлечение и соблазнение. Мы понимаем, что этап привлечения завершился и началось соблазнение, после удачного S-теста.
2. На этапе привлечения мы должны с девушкой познакомиться, встретиться и увлечь ее. На это у нас есть 60 минут, не более.
3. Потом мы переходим к возбуждению, увозу и собственно сексу. Соблазняя девушку, мы постепенно увеличиваем уровень интимности разговора (от рабочих тем переходим к эмоциональным и даже сексуальным) и прикосновений (от социально допустимых прикосновений доходим до жесткого петтинга). У каждого этапа соблазнения есть свои критерии завершения.

Выглядит достаточно просто. Тебе все понятно?

На тренинге ученики обычно говорят: «Да, понятно». Я переспрашиваю: «То есть вам понятно, как соблазнять девушек?» — «Да-а-а!» — «Тогда всем спасибо, наше обучение подошло к концу, напишите, пожалуйста, отзывы у нас на форуме...» После чего все смеются, поскольку идет только первый день тренинга.

## ГЛАВА 3



## О ВНЕШНЕМ ВИДЕ





Давай поговорим о тебе. В свое время я много занимался продажами и заметил забавный факт: хороший специалист может продать практически любой товар. Но также я усвоил, что хороший товар продать гораздо легче. Он сам себя продает. Кроме того, на популярность товара влияет не только его качество, но и упаковка.

Продажи и соблазнение очень похожи по сути. Посмотри на женщин, которые тебе нравятся. Наверняка ты предпочитаешь стильных, красивых, ухоженных девушек, которые умеют одеваться, хорошо выглядеть, правильно вести себя в обществе и с которыми приятно куда-нибудь сходить. И если быть честными, то мы, мужчины, сначала обращаем внимание на задницу женщины (ну или ноги, или грудь, или еще что), а только потом — на богатый внутренний мир. Конечно, во время общения женщина может разочаровать мужчину. Но если с внешностью у нее беда, то никакого общения в принципе не получится.

При общении с женщинами надо помнить, что самый лучший товар может не пользоваться спросом лишь потому, что у него отвратная упаковка. И куда сложнее убедить потребителя купить такой товар, чем положить его наконец в нормальную коробочку.

Я уже говорил, что женщин привлекают богатые, красивые, здоровые, физически сильные, амбициозные (дальше можешь продолжить сам) мужчины. И на начальном этапе знакомства ты можешь либо создать хорошее впечатление о себе, либо совершенно испортить его.



*Твоя упаковка — это твой внешний вид, это люди, которые тебя окружают, это места, в которых ты бываешь. Это внешние атрибуты твоей жизни.*

Большая часть правильных атрибутов постепенно сформируется сама собой. Идя по пути соблазнителя, ты станешь притягивать интересных людей и попадать в интересные места. Но начать нужно с того, что видит каждая девушка, бросив на тебя первый взгляд, — с твоей внешности.

В этой главе мы побеседуем о твоём внешнем виде, о том, как стиль может мешать или помогать тебе получать от женщин то, чего ты хочешь.

Для начала я представлю тебе человека, без чьей помощи мы, наверное, шею бы свернули в поисках классной одежды. Дело в том, что в большом городе время стоит денег. Не каждый может себе позволить тратить много времени на шопинг. И часто вещи, купленные в спешке, потом пылятся в шкафу: носить их неохота, но и выкинуть жалко. Поэтому я уже давно пользуюсь услугами профессионалов, а они за считанные часы подбирают одежду, которая идет именно мне. В результате даже самые красивые девушки восхищаются моим стилем и зачастую обсуждают между собой мой гардероб, мой внешний вид, мой стиль.

Знакомься, Александр Белов — профессиональный стилист-шопер. Мы с ним дружим много лет, и за это время он помог найти собственный стиль не одной сотне участников тренинга: программистов, бизнесменов, офисных работников, политиков и дру-



гих хороших людей. Рекомендую воспользоваться всеми его советами. Не сомневайся: эффект тебя поразит! Можешь, кстати, зайти на сайт и посмотреть, как Александр преображает людей: <http://www.pickup.ru/gallery/album/16>.

Ну а пока я передаю слово Александру и он расскажет тебе как...

## Быть стильным

Меня зовут Александр Белов, я стилист-имиджмейкер. Ниже я расскажу тебе, как классно выглядеть и производить потрясающее впечатление на девушек. Сначала поговорим о том, почему внешний вид так важен в соблазнении.

- Ты наверняка слышал поговорку «Встречают по одежке...». Представь ситуацию. Тыходишь к девушке, говоришь: «Привет!» — а она даже отвечать не хочет. И все из-за того, что ты неопрятно одет. Ей банально будет стыдно пойти с тобой в кафе. В этот момент ты непременно пожалеешь, что оказался не готов к встрече.
- В стильной и качественной одежде ты будешь здорово себя чувствовать. Прежде всего стиль нужен тебе самому. Вспомни, что ты чувствовал, после того как купил новые джинсы или футболку, надел их и вышел на улицу. Наверняка твое внутреннее состо-



яние было просто превосходным: ты ощущал, что все вокруг смотрят на тебя и что ты им нравишься. Это очень помогает и формирует уверенность в себе.

- Ну и само собой, ты должен продемонстрировать свой социальный статус. Тут все просто. Хочешь, чтобы тебя воспринимали как бизнесмена, — надень костюм. Стремись создать имидж клубного тусовщика — выбери красивую рубашку, джинсы и много аксессуаров. Если твоя задача — изобразить эльфа 80-го уровня, тебе в помощь футболка до коленей, громадные протертые штаны и тонкий ремень, перехватывающий талию в три оборота. Одежда отражает и интересы, и настроение, и отношение к себе. Если ты хорошо одеваешься, окружающие подсознательно считают тебя успешным, состоятельным человеком. Если же складывается впечатление, будто ты донашиваешь чужие вещи, любая девушка подумает, что у тебя, наверное, есть какие-то проблемы.

Женщинам нравятся мужчины, которые уважают себя и умеют правильно себя подать. Твой внешний вид — показатель того, насколько высоко ты себя ценишь. Проводились специальные исследования, в ходе которых выяснилось: чем лучше парень выглядит, тем девушке сложнее ему отказать.

Итак, я научу тебя хорошо выглядеть. Если ты будешь тщательно следовать инструкции, то к оценке своей внешности можешь смело добавить 3–4 балла (по 10-балльной шкале).





## Об одежде

Во время одного из опросов девушки должны были ответить, мужчины в какой одежде кажутся им наиболее привлекательными: в деловом костюме, в рубашке и джинсах, в спортивной форме, в профессиональной униформе? Выяснилось, что большинству девушек нравятся парни, одетые в повседневном стиле (casual), то есть в рубашку и джинсы. О молодом человеке в деловом костюме сказали, что он выглядит очень строго и скованно, а парень в спортивном костюме и вовсе не похож на успешного мужчину. Поэтому я подробно останавлиюсь именно на повседневном стиле.

То, как выглядит **обувь**, многое о тебе говорит. В идеале на нее надо потратить около 40% бюджета, отведенного на покупки. Не следует приобретать громоздкие ботинки. Также не годится обувь с квадратным или острым мысом либо с выпирающей подошвой (кантиком). Подойдут lifestyle-кроссовки, кеды и неклассические туфли. Они должны быть аккуратными, с полукруглым мысом, примерно повторяющим форму ноги. Летом актуальны мокасины, которые, кстати, носят без носка.

Ни в коем случае не носи **джинсы** с высокой посадкой: выбирай модели со средней или заниженной талией. Джинсы должны облегать бедра. При этом штанина должна быть одинаковой ширины по всей длине либо чуть зауженной внизу.

Девушкам нравится мужская попа, и они обращают на нее внимание, именно поэтому она должна быть

обтянута. При покупке брюки должны еле застегиваться — в процессе носки они в любом случае растянутся.

Чтобы понять, правильно ли ты подобрал длину джинсов, стань на пол босиком — сзади их нижний край должен еле касаться пола. Если брюки оказались длиннее, обратись в ателье, где их укоротят, оставив «родной шов». Так и скажи портному волшебную фразу: «Подшейте, пожалуйста, с родным швом».

Правильно выбери **рубашку**. Лучше, если она приталенная: тогда не будет создаваться ощущения, что у тебя сзади парашют. Впрочем, любую рубашку можно превратить в приталенную — достаточно отнести ее в ателье, где сделают пару выточек, и она сядет точно по фигуре.

Я часто наблюдаю, что парни носят рубашки с карманом на груди — такие модели покупать не надо. Если у рубашки длинный рукав и тебе летом жарко, можешь закатать его до локтя (на три манжета). При этом важно, чтобы запястья не были голыми — надень аксессуар: часы или браслет. И еще одно: никогда не носи майку под рубашку, это смотрится просто отвратительно и асексуально.

Твои **футболки** должны хорошо сидеть. Я очень часто вижу на мужчинах футболки огромного размера. Это смотрится ужасно. Плечевые швы должны располагаться точно на месте соединения руки с плечом. Футболка должна обтягивать тело, а снизу — прикрывать ремень; большая длина тебе не требуется. И ни при каких условиях не заправай футболку в джинсы.



На футболке может быть принт (картинка). Эта картинка может быть отражением твоего лайфстайла (например, футболки с тематикой горных лыж, серфинга) или просто выделять тебя из толпы. Поэтому, никогда не носи майки, выигранные по акции наподобие «Собери 10 крышечек от пива и получи футболку с логотипом нашей фирмы». Надевая такую майку, ты буквально заявляешь: «Дорогая, кина не будет, у меня нет денег даже на футболку».

Позаботься об **аксессуарах**: они создают законченный образ, а это действительно важно. К аксессуарам относятся часы, браслеты, ремни, сумки, кольца, запонки и прочая бижутерия. В идеале на тебе должно быть три аксессуара. Если хочешь выглядеть солидно, ограничься часами, ремнем и сумкой. Все аксессуары должны сочетаться между собой (а также с одеждой) по цвету. Например, недопустимо одновременно надевать коричневый ремень и черную обувь. Не надо также покупать все аксессуары одного яркого цвета. Это будет смотреться безвкусно и вульгарно.

- *Ремень* следует носить всегда. Впрочем, он нужен не для того, чтобы поддерживать брюки. Это аксессуар. Существует два вида ремней: джинсовые (ширина 4 см, пряжка среднего размера) и брючные (ширина 2–3 см, небольшая классическая пряжка). Кстати, у ремней есть размер: они должны застегиваться на третье отверстие из пяти (то есть среднее). Второе и четвертое тоже допустимы. Если ремень оказался длинным, не надо проделывать новые отверстия — луч-



ше укоротить кожу у пряжки. И, конечно, не носи тряпочные ремни: у нормального мужчины ремень должен быть кожаный.

- Очень рекомендую носить *сумку*. Она нужна для того, чтобы карманы оставались пустыми. Когда в них лежат телефон, ключи, брелок, кошелек, линзы, платок, завтрак, невозможно выглядеть стильно. Максимум, что может быть в карманах джинсов, — тонкий телефон или зажим для денег.
- Как подобрать *часы*? Никогда не покупай громадные агрегаты со встроенными компасом, GPS-навигацией и ЭВМ! Это пережиток электронной революции, не имеющий к стилю никакого отношения. Часы бывают двух видов: классические и дизайнерские. Классические часы подойдут к костюму, они позволят создать более строгий и интеллигентный образ. А вот с модными джинсами и футболками подобный аксессуар будет смотреться плохо. С дизайнерскими часами ситуация обратная. Если они тебе более по вкусу, рекомендую обратить внимание на фирмы Fossil, Diesel, СК.

## Ухоженность и опрятность

Важно помнить, что красивый мужчина — это ухоженный мужчина. Займись спортом: девушкам нравятся подтянутые парни. Возможно, я скажу баналь-



ные вещи, но не забывай чистить зубы, стричь ногти и ежедневно принимать душ. Брить волосы под мышками и даже делать интимную стрижку — нужно.

Если у тебя очень бледная кожа, советую загореть. Съезди к морю или купи абонемент в солярий. Человек со здоровым цветом лица выглядит отдохнувшим и притягивает взгляды. Перед походом в солярий обязательно проконсультируйся с врачом. И каждый раз перед сеансом пользуйся специальным кремом: он защищает от вредных лучей, увлажняет кожу и ускоряет образование загара. Если у тебя есть прыщи, то после солярия их станет меньше. Но вообще, тебе необходимо посетить косметолога-дерматолога.

Девушки всегда смотрят на обувь — она должна быть неизменно чистой, так что купи специальные средства по уходу за ней.

Одежда не должна быть мятой и грязной. Стирай футболки ежедневно, джинсы — раз в неделю. Кстати, последние надо стирать вывернутыми наизнанку.

## Индивидуальный подбор цветов

Думаю, ты видел такую картину: идут два парня, практически одинаково одетых. Но у одного из них глаза кажутся ярче, а кожа — красивее; он как бы светится изнутри. У другого сильно выделяются неровности кожи, а вид унылый. Оказывается,



дело в цветах! Одни из них тебе идут, другие — нет, а третьи (слишком яркие) и вовсе перетягивают на себя внимание. Так не должно быть. Во всем важна гармония.

Тона одежды должны сочетаться с цветами, которые заложены в тебе природой, то есть с оттенками кожи, волос и глаз. Только тогда твой образ будет гармоничным и благородным. Чтобы структурировать знания о цветах в одежде, была создана теория цветотипов. Согласно ей люди в зависимости от цвета глаз, волос и кожи делятся на четыре базовых типа: зимний, весенний, летний и осенний. Чтобы понять, к какому цветотипу ты относишься и какие цвета тебе подойдут, загляни в мою статью, размещенную в разделе «Стиль» на форуме сайта «Пикап.Ру» (<http://forum.pickup.ru/index.php?showtopic=115336>), — там все подробно описано. Кстати, полученной информацией можешь поделиться с девушками, они очень ценят, когда парни разбираются в стиле.

## Начнем практику

А теперь сделай упражнение. Заполни таблицу, приведенную ниже, — так ты поймешь, насколько хорошо выглядишь. Оценивай каждый параметр по следующей шкале: от 1 балла (очень плохо) до 5 баллов (отлично). После этого попроси друга оценить тебя, чтобы узнать чужое мнение о своем внешнем виде.



Параметр	Оценка, 1–5 баллов
Прическа	
Кожа (ухоженность, цвет)	
Ногти	
Телосложение, фигура	
Верх (рубашка/футболка/свитер)	
Штаны (джинсы/брюки/шорты)	
Обувь	
Ремень (если нет: 1 балл)	
Часы, другие аксессуары (если нет: 1 балл)	
Цвета (подходят ли)	
Сочетание предметов одежды между собой	
Размеры одежды	
Чистота обуви и одежды	
Общее впечатление	
Сумма баллов	_____ из 70

Посмотри, где у тебя меньше всего баллов, и в течение недели устрани недостатки.

\* \* \*

Чтобы классно выглядеть, вовсе не обязательно тратить много денег. Но ведь можно спустить кучу денег и выглядеть отвратительно. Все дело в умении правильно подбирать одежду, которая подойдет именно тебе. Этому я и учу.

Если у тебя остались вопросы, можешь задать их мне на форуме сайта «Пикап.Ру» (ник — Belov), по электронной почте: [belov\\_alex@mail.ru](mailto:belov_alex@mail.ru) — или через «ВКонтакте»: [vk.com/below](https://vk.com/below).

Измени свой внешний вид, и ты не успеешь оглянуться, как это принесет дивиденды!

## ГЛАВА 4



ДЕВУШКА,  
МОЖНО С ВАМИ  
ПОЗНАКОМИТЬСЯ?



До этого момента я говорил, **чего** ты должен добиться, но совсем не упоминал о том, **как** это сделать. Перед тем как я расскажу об инструментах соблазнения, запомни простую истину.

*В соблазнении женщин нет алгоритма.*

Нельзя заранее придумать четкую последовательность шагов, которая гарантированно принесет результат. Но! Ко многим ситуациям, с которыми ты столкнешься, можно подготовиться. Для этого заранее запасись домашними заготовками. Выучи их, отрепетируй, натренируйся и используй в нужные моменты. Тогда вначале соблазнение каждый раз будет проходить по следующей схеме: «Сейчас такой-то этап — можно применять такие-то фишки. У меня есть заготовки, попробую-ка эту. Ага, она среагировала... Интересно, а что будет, если я сделаю вот так?» Например, сидишь ты с девушкой в кафе на первом свидании (этап привлечения, шаг увлечения). Значит, нужно говорить о себе и о ней, а также прибегать к социально допустимым прикосновениям. Если в разговоре образовалась пауза — надо заполнить ее чем-нибудь интересным. Поскольку сымпровизировать у тебя пока не получится (не хватает опыта), ты должен использовать ЕВХ («если все хреново» — это заранее подготовленные истории, которые правильно тебя характеризуют и которые ты умеешь хорошо рассказывать). Перебери в уме заготовки, найди наиболее подходящую — и вперед. По такому же принципу должен строиться любой момент общения с девушкой: ты знаешь, на каком этапе процесса находишься и что



в это время следует делать. Ну и делаешь, естественно.

Еще раз: нельзя сидеть и гадать, нравишься ты ей или нет. Пригласи на свидание, пообщайся, проведи S-тест — и получишь ответ на свой вопрос. Если он окажется положительным, не жди сигналов с ее стороны — начинай приставать, целовать, возбуждать и потом увози ее к себе домой.

## Подготовка к знакомству

Первый этап АШ-модели — знакомство: ты должен сделать так, чтобы девушка согласилась прийти на следующую встречу. Но прежде, чем отправиться на улицу, тебе следует максимально повысить свои шансы на успех. Для этого требуется предварительная подготовка.

Проверь следующее.

1. Подготовил ли ты свою квартиру к тому, что сегодня вечером к тебе в гости придет симпатичная девушка? Есть ли другое место, куда сегодня вечером ты сможешь привести девушку?
2. Прямо сейчас есть ли у тебя с собой презервативы с неистекшим сроком годности?
3. Чистая ли и опрятная на тебе одежда? Целые ли (то есть без дырок) носки на ногах?
4. Почистил ли ты перед выходом обувь?
5. Нормальная ли у тебя прическа, чистые ли волосы?





## 6. Хорошо ли от тебя пахнет?

Если хотя бы на один из вопросов ты ответил «нет», то знай: вероятность секса сегодня вечером у тебя небольшая. Соблазнение состоит из кучи мелочей, каждая из которых способна перечеркнуть все твои предыдущие успехи (и твой богатый внутренний мир, если он есть). Возбудишь ты девушку, к примеру, приведешь ее к себе домой... а презерватива с собой нет. Или подойдешь ты к девушке знакомиться, все сделаешь правильно, а она тебя пошлет. И причина окажется в грязных ботинках.

К нам на тренинг однажды пожаловал один товарищ, звали его, скажем, Владимир. Владимира я впервые увидел уже на третьем уикенде тренинга (к этому моменту ребята уже умеют знакомиться, проводить первые и вторые свидания, целуются с девушками и многие даже соблазняют по нашей технологии), то есть он был уже практически выпускником.

Владимир делился с одной нашей сотрудницей своими успехами (точнее, отсутствием оных) и жаловался на жизнь. Я подошел, осмотрел его и ужаснулся: на нем были ужасные, вытянутые на коленях джинсы, затертый до дыр (да, именно до дыр) свитер, но очень приличная обувь фирмы Baldinini (тысяч 10–15 точно стоила). То есть вопрос денег тут не стоял, ему, видимо, просто было лень следить за собой. Но и это еще не все: от него еще и разлило потом так, что его соседи во время тренинга отсаживались подальше.

Когда я сделал Владимиру замечание, он просто обиделся. Сказал, что одежду купит чуть позже, когда поедет со своим стилистом в Милан, про запах что-то промямлил. В общем, ничего делать не стал, а просто сидел и дулся. Как ты можешь догадаться, в тот вечер на свидание к нему не пришел никто.



Кстати, можешь понаблюдать за парнями, которые долго находятся в отношениях. Они перестают за собой следить, одеваются невзрачно. Результат, скажу тебе, неутешительный. Иногда такие ребята обращаются с вопросом: «Что случилось? Раньше от девчонок отбоя не было, а теперь вот развелся (или просто расстался с девушкой), думал, только свистну — и набегут. А они все куда-то делись».

Я буду еще неоднократно говорить о подготовке к соблазнению, о домашней работе. Вот тебе первая задача: *сделай так, чтобы на все перечисленные выше вопросы ты мог уверенно ответить «да».*

*Каждый раз перед выходом из дома останавливайся перед зеркалом и в течение двух минут проверяй, все ли в порядке. Обращай внимание на одежду, прическу, обувь. Все ли ты взял с собой, ничего ли не забыл? Не оттопыриваются ли карманы, ни висят ли нитки, не мятая ли рубашка? (Если не уверен в том, что выглядишь хорошо, перечитай еще раз главу о стиле.) Посмотрел. Все хорошо? Тогда вперед — приключения ждут тебя!*

Когда начнешь осваивать умение знакомиться, разделяй тренировку и реальную жизнь. Если я дам тебе задание подойти сегодня к десяти девушкам и отработать на них некую технику либо порекомендовать выполнять определенное упражнение три раза в день на протяжении двух недель подряд, то вовсе не обязательно выбирать исключительно девушек



своей мечты или мисс мира. Таких крайне мало, а упражнение требует многократных повторов. Поэтому в режиме тренировки выбирай девушек по критерию «достаточно симпатичная». Нормальная, не страшная, тебе с ней не противно общаться, да и разок «присунуть» такой не стремно было бы. Если никто не узнает. Это касается режима тренировки.

А вот в реальной жизни делай что хочешь. Нравятся тебе только рыженькие и только ростом 167,5 см — ищи такую. Но не забывай: если ты взрослый мужчина, а секс у тебя нерегулярный, это может плохо отразиться на здоровье.

## Структура знакомства

Все начинается с того, что ты **решаешь познакомиться с девушкой**. Или не знакомиться с ней. И это происходит в два шага.

1. Ты видишь девушку и спрашиваешь себя: «Нравится она мне или не нравится?» Вспомни, что тренировка и реальная жизнь — разные вещи.
  - ♦ В режиме тренировки тебе важно сделать определенное число повторений, чтобы закрепить технику. Поэтому задавай себе не вопрос «нравится — не нравится», а «Готов ли я сейчас с ней пообщаться?». И еще: «Готов ли я переспать с десятью такими, чтобы получить девушку своей мечты?» Жениться на ней тебя никто не заставляет.



- ♦ В реальной жизни обращай внимание именно на то, насколько тебе хочется с барышней познакомиться.
2. Если ты решил, что для общения девушка так или иначе годится, переходишь ко второму шагу и задаешь себе следующий вопрос: «Буду я к ней подходить или не буду?» Если ответ утвердительный, то подходишь, соблюдая правила знакомства и правила подхода.

После того как ты подошел к девушке, начинается следующая стадия знакомства — **общение**. Ее продолжительность обычно не превышает 5–7 минут. За это время ты должен заинтересовать девушку настолько, чтобы она согласилась повстречаться с тобой еще раз.

Это достаточно непростая задача: даже если девушка решила уделить тебе несколько минут, непонятно, что делать и о чем говорить, чтобы ее заинтересовать. Забегая вперед, скажу, что на этой стадии ты должен рассказывать разные истории о себе, которые правильно характеризуют тебя в глазах девушки, и задавать ей открытые вопросы, чтобы разговорить ее и чтобы у вас завязался диалог.

Когда ты чувствуешь, что понравился девушке и все идет хорошо, нужно заканчивать этап знакомства **предложением встретиться и пообщаться**. Можно продолжить общение сразу — такой вариант завершения знакомства я называю быстрым свиданием. Можно обменяться контактами, чтобы созвониться и встретиться в другой день или другое время, — в таком случае я буду говорить, что ты взял у девушки телефон.



Таким образом, структура знакомства выглядит следующим образом:

1. принятие решения о подходе;
2. подход;
3. первая фраза;
4. общение;
5. завершение знакомства (или закрытие знакомства).

Напомню также, что до того, как ты вышел на охоту, есть контрольная стадия: ты проверяешь, хорошо ли выглядишь, все ли взял с собой, не взял ли чего лишнего и т. д.

Если ты все-таки решил, что не станешь подходить к девушке, то давай разберемся, с чем это может быть связано.

## Как избавиться от страха подхода?

Итак, вот девушка. Тебе она нравится, но ты почему-то решил, что не будешь к ней подходить. Хорошо, это твое дело и твой выбор. Однако если ты решил потренироваться в знакомствах или если ты находишься в активном поиске девушки (а если у тебя сейчас нет девушки, ты автоматически находишься в активном поиске), то у тебя может быть всего две реальные причины не подходить. Все остальное — твои страхи.



- Первая причина — она идет с парнем.
- Вторая — она идет с охраной.

В таком случае все нормально, ты можешь не подходить, ты имеешь объективную причину воздержаться. Впрочем, с опытом ты научишься подходить и в таких ситуациях (если захочешь, конечно). Вполне может быть, что это не ее парень, а брат или просто друг. А охрана может охранять не только ее одну, но и вас двоих.

Если же девушка одна, или с подружкой, или с мамой, а ты говоришь: «Я не буду подходить», то с вероятностью 99 % ты просто боишься. Поздравляю, у тебя страх подхода. Ничего, ты не один такой. Почти все мужчины в этом отношении похожи на тебя. Законченные трусы пытаются оправдать свой отказ бороться со страхом, называя пикаперов плохими словами и утверждая, что на улице ни с кем нормальным не познакомишься. Более смелые люди все-таки признаются в собственных слабостях и стараются их преодолеть. Хотя и тут возможны варианты.

Первый, я думаю, ты часто встречал. Так, многие начинают убеждать себя: «Да не такая она и красивая, ноги кривые, одета не очень, волосы не те. Вообще, она не в моем вкусе. И идет как-то не так». То есть обманывают себя. Принцип называется «зелен виноград». А можно просто отвернуться в другую сторону и внимательно разглядывать витрины. Или можно сказать себе: «У нее есть парень, муж. Она слишком крутая — такие не знакомятся, бла-бла-бла».



Человек, поскольку ему трудно признаться себе в страхе, начинает оправдывать себя, придумывая подобные вещи. Если ты хотя бы честно признаешься, что не подойдешь к ней, потому что боишься, — это уже большой шаг вперед. Это осознание проблемы. И в тот момент, когда ты скажешь: «Я действительно хочу познакомиться. Я хочу подойти к ней и пообщаться, но я ее боюсь», мы можем плавно перейти к теме страха подхода.

## Природа страха и его последствия

Страх подхода существует в подавляющем большинстве случаев, и это суровая реальность. Ничего здесь не сделаешь. И если ты слышал, что от страха подхода можно избавиться полностью, то, к сожалению, тебя пытались обмануть.

Тебя могут логически убедить, что страх подхода — фигня полная, ведь он ничего тебе не сделает; самое страшное, что может с тобой случиться, — она скажет: «Отвали», а это совсем не страшно. Или могут зачитать речь в стиле американских проповедников: «Поверь в себя — и страха подхода у тебя не останется!» Но потом ты выйдешь на улицу и забудешь все эти слова. Ты согласишься на знакомку и поймешь, что реально боишься, ощущаешь дискомфорт в теле, испытываешь отрицательные эмоции и ничего не в силах с этим сделать.

Так вот, страх (или как минимум дискомфорт) при подходе есть почти у всех. Однако существует способ, позволяющий существенно уменьшить этот страх, снизить его до контролируемого уровня.



Плохая новость: чтобы уменьшить страх подхода, вначале все-таки придется взять себя за яйца и преодолеть его самостоятельно. Испытать страх по полной программе, но, несмотря на это, подойти к девушке и поговорить с ней. Почувствовать в глотке огромный ком, когда ты не можешь толком ничего сказать, но обязательно выдавить хотя бы пару слов. Ощутить тяжесть в ногах, но заставить себя передвигать их. Надо себя преодолеть. Не знаю, как ты этого добьешься. В первые несколько раз сделай что угодно, но непременно подойди и попробуй хоть как-то завязать беседу. Иначе страх не побороть.

Когда участник моего тренинга говорит, что не может выполнить задание, я стараюсь выяснить причину. И в качестве оправдания часто доводится слышать фразы типа «Мне было страшно к ней подходить», «В последний момент меня как будто парализовало», «Мне стало неприятно от того, что окружающие могут обо мне подумать». Подобных отмазок существует множество. Их объединяет одно — страх. Он не позволяет двигаться дальше и решаться на поступки, которые человек прежде не совершал.

Страхи бывают объективные, полезные. Например, страх засунуть руку в кипящую воду, перебежать через МКАД, прогуляться ночью по самому опасному району города, жонглируя двумя айфонами. Хотя известны отдельные индивидуумы, которым даже такой страх неведом. Но естественный отбор избавляется от подобных уникалов достаточно быстро.



А бывают страхи субъективные — они подкреплены единичным опытом или вообще не имеют под собой основы. Например, страх подойти к девушке в метро. Давайте попробуем разобраться, на чем основан этот страх.

Предположим, на станции метро молодой человек подходит к девушке и говорит: «Привет! Меня зовут Вася, ты классная, давай вместе сделаем что-нибудь светлое и хорошее!» Что самое страшное может с ним случиться?

Есть, конечно, шанс, что девушка повернется к молодому человеку и молча ударит его ногой в пах, после чего схватит за шиворот и столкнет на пути перед движущимся поездом... Стоп! Как ты думаешь, какова вероятность того, что это произойдет? По утверждению британских ученых, шанс увидеть динозавра на улице составляет 50%: либо увидишь, либо нет. Но мы же не британские ученые и прекрасно понимаем, что вряд ли нам удастся сегодня встретить динозавра. И вряд ли девушка причинит тебе физический вред, если ты подойдешь к ней, чтобы познакомиться.

Ну хорошо, а что еще может случиться? Она позовет на помощь! Да, непременно позовет, если ты набросишься на нее с кулаками или будешь вести себя неадекватно. Но если ты ей просто не понравишься, сначала она попробует отойти и прекратить с тобой контакт. Вряд ли это грозит тебе какими-либо последствиями.

Хотя есть еще толпа! Она может обрушить на тебя свой праведный и благородный гнев! Да, это не шутки, а то ишь что удумал охальник: в общественных местах к приличным мадемуазелям приставать! Только вот практика показывает, что у нас в метро под немое осуждение всего вагона воры грабят спящих граждан. А на то, что ты начал с кем-то общаться, обычно никто не обращает внимания.

Так, что еще может быть плохого? Ах да, страх быть посланным на «йух»! Как можно об этом забыть? Итак, тыходишь к девушке, общаешься с ней, а она громогласно, во всеуслышание называет тебе координаты пункта назначения, куда и предлагает незамедли-



тельно проследовать належке. Реальная ситуация? Вполне. Однако после проведения эксперимента, нацеленного на то, чтобы «подойти к девушке и добиться от нее прямого посылы в известном направлении», мы были шокированы: никому из нас — тренеров проекта «Пикап.Ру» — выполнить задание не удалось. Не хотели девушки нас посылать, хоть об стенку бейся. Мы и приставали, и жестко приставали, и пытались предложить взятку — все без толку. Вежливо отказать в общении (ну, иногда грубо) — да, это они могут, а вот послать — почему-то нет.

Собственно, к чему я все это? А к тому, что перечисленные страхи, как правило, имеют под собой довольно зыбкую основу. На уровне логики они кажутся смешными и несуразными. Но большинства страхов иррациональны по своей природе, и убедить человека в том, что ему не должно быть страшно, никак нельзя.

Так что давай поговорим, как жить с этими страхами, а вернее, как их преодолевать, как работать с ними и добиваться желаемого результата — уменьшения страха до контролируемого уровня в тех ситуациях, где это необходимо. Предлагаю тебе ознакомиться с очень эффективной технологией борьбы со страхами, которую подарил новый код НЛП. Попробуем разобраться, что это за технология и как ее можно применить в жизни.

Вкратце поясню, что такое НЛП (нейролингвистическое программирование). Все началось со встречи двух великих американцев по фамилии Гриндер и Бендлер. Именно они сумели вычислить определенные закономерности работы человеческого



мозга, дополнив господствующий в психологии теоретический подход практикой. Так в психологии появилось направление под названием NLP. И все было бы хорошо, если бы однажды Гриндер и Бендлер не поссорились и не разошлись каждый в свою сторону. Но поскольку НЛП оказалось делом интересным и прибыльным, каждый основал свое направление или, лучше сказать, новую науку: DNE (Бендлер) и New Code NLP (Гриндер).

Разработками и того и другого заинтересовались представители НАСА: необходимо было, чтобы астронавт на орбите мог в сложной ситуации контролировать свои эмоции и вести себя максимально эффективно и правильно. В случае если что-то ломается и управление кораблем выходит из-под контроля, космонавту требуется побороть панику, мгновенно обработать огромное количество параметров и выдать единственно верное решение. Представители нового кода НЛП начали работать над этой задачей и провели множество экспериментов.

Один из таких экспериментов я опишу ниже. Испытуемым предлагали сыграть в карты, причем был запрограммирован следующий алгоритм: выбирая колоды № 3 и 4, человек чаще всего проигрывал большие суммы при незначительном количестве столь же внушительных выигрышей, а при выборе колод № 1 и 2 человек обычно оставался в маленьком выигрыше, в то время как проигрыши были очень редки и незначительны. На испытуемых нацепили различные датчики, контролировавшие пульс, работу головного мозга и пр. Приблизительно на 50–65-м ходе люди говорили, что догадываются об алгоритме игры, а на 90-м почти



все участники называли правильный алгоритм. Но только чуткие датчики энцефалографа показывали всплеск активности при выборе колод № 1 и 2 уже на седьмом ходе.

Исследовательский интерес вызвал тот факт, что только испытуемые, которых отвлекали разговорами, просьбами и другими мелкими задачками, играли очень успешно. Более того, они быстрее понимали суть игры по сравнению с другими участниками эксперимента.

Позднее стало ясно, каким образом надо отвлекать людей, чтобы они успешно решали поставленные перед ними задачи. Участникам нового эксперимента давали задание, постепенно увеличивая количество параметров, которые следовало обработать. Например, из списка надо было выбрать квартиру, которая удовлетворяла бы огромному числу требований (цена, площадь, качество ремонта, район расположения, доступность общественного транспорта, близость детсада, возможность селиться с домашними животными, наличие рядом парков и т. д.).

Первой группе выдали листы бумаги и ответили 15 минут на решение задачи. Представители второй группы должны были отвечать моментально. Членов третьей группы после постановки задачи отвлекали: предлагали посчитать что-нибудь или нарисовать в воздухе руками разные геометрические фигуры — а потом неожиданно просили ответить на вопрос.

С каждым новым шагом эксперимента количество параметров, требующих обработки, возрастало на один. Итоговые данные были сведены в таблицу: под результатом понимается процент людей в группе, которые давали правильные ответы.

Количество параметров	Результаты, %		
	1-я группа	2-я группа	3-я группа
4	99	95	94
10	85	70	80
...			
15	65	45	75





Каким-то образом испытуемые, которых отвлекали, стали правильнее отвечать, когда возросло количество факторов, влияющих на принятие решения. Они справлялись даже лучше тех, у кого имелось достаточно времени, чтобы подумать над задачей и применить логику.

Ученые принялись выяснять, почему так происходит, и обратили внимание, что только у представителей группы, которую отвлекали, во время решения задачи равномерно, с одинаковой интенсивностью, работали оба полушария головного мозга. Причем были задействованы все основные его центры. Такая мозговая деятельность получила название «высокопродуктивное состояние» (High Performance State — HPS).

HPS представляет собой вариант аптайм-транса и сопровождается усиленной мозговой активностью, высокой степенью концентрации внимания и широким восприятием. Человек в таком состоянии одновременно испытывает противоположные чувства. Например, он расслаблен, но при этом ощущает прилив энергии; он сконцентрирован на чем-то конкретном, но может свободно описать целостную картину.

В результате эксперимента ученым удалось добиться, чтобы в стрессовой ситуации космонавт действовал правильно. Кроме того, выяснилось, что в высокопродуктивном состоянии человек способен эффективно обрабатывать свои негативные эмоции и снижать их уровень до комфортного. При этом человек принимает верные решения, что, в свою очередь, ведет к более эффективным действиям.

Именно это и требуется, когда мы работаем со страхом подхода. В нашем случае страх влечет за собой такие негативные последствия, как зажатость, незнание, что сказать, подволакивание ног, избегание подхода. Как от всего этого избавиться? В первую



очередь надо испытать страх на собственной шкуре. Да-да — без этого не обойтись! Нужно пережить страх и запомнить, как он влияет на тебя.

Страх всегда появляется, когда человек совершает что-то новое, доселе неизведанное. Выглядит это примерно так: каждый человек имеет свою зону комфорта — состояние, в рамках которого он заранее знает, что произойдет при выполнении того или иного действия. Скажем, сейчас 18:00, я ухожу с работы и еду домой. Дома меня ждут тарелка пельменей, диван и компьютер. Я могу посмотреть киношку, могу посерфить в Интернете, могу лечь спать. Все предельно ясно и предсказуемо.

Страх возникает, когда ты открываешь для себя что-то новое. Например, молодому человеку предстоит пообщаться с незнакомкой. Он не знает, что из этого выйдет: пошлют его или же, наоборот, обрадуются ему, — и у него появляется неуверенность в будущем. Неизвестность пугает мозг, у которого нет плана действий на такой случай. И мозг отдает приказ телу: стой, вернись обратно. Тут-то и рисуются страшные картины ударов ногой в пах или резкого отказа. Более того, чтобы сработало наверняка, мозг посылает телу сигналы, проявляющиеся в виде дрожания коленей, комка в горле, потных ладоней, болей в животе, а то и истерик. Тело не хочет покидать зону комфорта, мозг с ним соглашается, все довольны, а ты навсегда упускаешь очередную красотку.

Однако мы уже выяснили, что телесные зажимы можно убрать с помощью HPS, постепенно расши-



ряя свою зону комфорта. Ты научишься подходить к девушкам и общаться с ними так, чтобы ощущение страха было минимальным, он стал подконтролен тебе, а твое эмоциональное состояние определялось скорее как позитивное или веселое.

Некоторые игровые техники нового кода НЛП помогают гарантированно достичь высокопродуктивного состояния. Есть групповые игры, для проведения которых требуется участие двух человек и более, например «НАСА», а есть индивидуальные, например «Алфавит».

## Классический сценарий игры «НАСА»

Для проведения игры необходимо два участника: игрок и ведущий. Игрок становится приблизительно в полутора метрах от стены, на уровне его глаз должна быть нарисована точка — ориентир. На расстоянии примерно метра от стены кладется лист бумаги (так называемый «якорь»), куда игрок будет «загружать» свои отрицательные эмоции для последующей проработки.

Для начала игрок должен «загрузить» (то есть вновь пережить) страх и достичь соответствующего физического состояния. Для этого он описывает ведущему реальную ситуацию и свои эмоции. «Загрузка» правильного состояния осуществляется по следующей схеме.

1. Вспомни, что ты видел в момент наступления страха: людей, обстановку, объект, детали. Зачем это



нужно? Дело в том, что у страха есть отправная точка — он возникает в конкретный момент. Все, что происходит дальше: дискомфорт, телесные зажимы и пр., — лишь следствия этого момента. Нас интересует именно миг зарождения страха.

2. Вспомни, что ты слышал. Очень важно не отмахиваться от звуков! Нужно припомнить все: от фонового шума, например, в кафе или метро до собственного голоса.
3. Вспомни мысли, которые пронеслись у тебя в голове: «Сейчас она меня пошлет», или «Ну вот, она кривит лицо», или «Блин, как мне страшно». Это чрезвычайно важно, так как мысли запускают механизм страха.
4. Самое главное — восстанови ощущения в теле. Каждый раз, попадая в стрессовые ситуации или испытывая дискомфорт, старайся запомнить телесные ощущения — это поможет эффективно обрабатывать их, прибегая к методике нового кода. Другими словами, нужно вспомнить, что произошло с твоим телом. Возможно, появились бабочки в животе, вспотели руки, прилила кровь к лицу или тебя парализовало до такой степени, что ты и шага не смог сделать.
5. Несколько раз пройди по пунктам 1–4, чтобы точно восстановить свои телесные ощущения и закрепить их на так называемом пространственном якорю. Затем «снимись с якоря» и «разбейся», то есть попрыгай, помашь руками, потанцуй, попей воды. После этого отойди от «якоря» приблизительно на полметра — и можно приступать к самой игре.



Надо понимать, что с помощью игры «НАСА» можно прорабатывать лишь ситуации, в которых ты преодолел страх. Иначе говоря, твой мозг и тело побывали в неизвестной ранее ситуации и убедились, что ничего плохого не произошло. Теперь, достигнув НПС, ты как бы объяснишь мозгу на его языке, что в следующий раз бояться нечего, страшного ничего нет. Если же ты испугался и не подошел к девушке, а потом отработал эту ситуацию, значит, ты сказал своему мозгу совсем другое: «Дружище, если тебе страшно и ты не подходишь, все о'кей». То есть ты объяснил ему, что подходить не нужно.

*С помощью техник нового кода можно прорабатывать только те ситуации, где ты преодолел страх, а не поддался ему.*

Давай перейдем непосредственно к игре, правила которой очень просты.

1. Игрок, пребывая в расслабленном состоянии и в то же время сохраняя внимательность, смотрит на точку, нарисованную на уровне его глаз.

- ♦ Затем он произносит слово «влево» и перемещает взгляд в точку, расположенную примерно на метр левее центрального ориентира, после чего возвращается к центральной точке.
- ♦ Потом игрок произносит слово «вправо» и перемещает взгляд в точку, расположенную приблизительно на метр правее центрального ориентира, после чего возвращается к нему.



- ♦ Потом он произносит слово «вверх» и перемещает взгляд в точку, расположенную приблизительно на метр выше центрального ориентира, после чего возвращается к нему.
- ♦ Наконец игрок произносит слово «вниз» и перемещает взгляд в точку, расположенную приблизительно на метр ниже центрального ориентира, после чего возвращается к нему.

2. Каждый цикл, включающий эти четыре слова, сопровождаемые соответствующими движениями глаз, называется раундом. Игрок выполняет указанные действия в течение 3–5 минут, в то время как ведущий следит, чтобы игрок оставался в расслабленном состоянии, но не утрачивал внимательности.

3. Игрок выполняет действия, описанные в п. 1, но теперь в начале каждого раунда ведущий дополнительно поручает игроку решить арифметическую задачу. В конце раунда игрок дает ответ. Ведущий говорит только «Правильно» (если ответ верный) или «Неправильно» (если ответ неверный). Затем игрок переходит к следующему раунду, а ведущий задает новую арифметическую задачу.

Ведущий должен начинать с простых заданий и постепенно их усложнять. Кроме того, ведущий контролирует физическое состояние игрока: если обнаруживается, что игрок напрягся, то ведущий прерывает процесс, а игрок стряхивает



напряжение и начинает новый раунд, в котором сложность задачи уменьшается. Эта фаза игры длится 3–5 минут — до тех пор, пока игрок не станет расслабленно и уверенно отвечать на вопросы ведущего, продолжая двигать глазами и произносить свое заклинание: «Влево, вправо, вверх, вниз. Влево, вправо, вверх, вниз...»

4. Ведущий начинает еще сильнее отвлекать игрока: быстрыми движениями в области его периферийного зрения, шумом (звуками и словами), легкими прикосновениями к спине и плечам. Цель этих действий — позволить игроку испытать свою способность сосредоточиваться на выполнении заданий (произнесение слов, перемещение взгляда и решение арифметических задач) и не терять концентрацию в условиях, когда его пытаются отвлечь. Эта фаза игры продолжается приблизительно 10 минут.

Еще раз напоминаю: ведущий отвечает за состояние игрока. Если оно ухудшается по какому-либо параметру, ведущий прерывает игру и настаивает на том, чтобы игрок избавился от излишнего напряжения, после чего оба начинают новый раунд.

5. Завершив предыдущий этап, игрок должен «разбить» состояние: попрыгать, попить воды, отдохнуть. Затем он опять становится на «якорь» (лист бумаги) и пытается заново погрузиться в состояние, которое реально испытывал во время прорабатываемой ситуации. При этом игрок действует по следующей схеме: «Что видел? Что



слышал? Что происходило в голове? Какие появились ощущения?». Хороший знак, если он начинает вспоминать больше деталей. Ведущий должен подстегивать память игрока, задавая наводящие вопросы.

6. Наконец игрок должен озвучить свое состояние после повторной «загрузки». Хорошим результатом будут ответы «Мне все равно» или «Мне весело», смех игрока.

«НАСА», наверное, лучшая из игр нового кода. Именно ее (в несколько более продвинутой версии) я использую на тренингах, работая со страхом подхода. Но у этой игры есть и недостатки: в ней обязательно должно участвовать минимум два человека и один ее сеанс занимает до получаса.

Если же напарника нет да и времени не так много, то похожий результат можно получить, играя на компьютере в «Алфавит». Эту полезную игру и инструкцию к ней ты найдешь по следующим ссылкам: <http://www.pickup.ru/alphabet>, <http://www.pickup.ru/blog/category/29/post/652>.

*Техники нового кода помогут тебе преодолеть:*

- 1) страх быть отвергнутым;
- 2) страх общественного мнения;
- 3) страх перед знакомством с красивыми девушками;
- 4) страх прикоснуться к девушке;
- 5) страх неизвестности;
- 6) страх произнести первую фразу.



Если ты все сделаешь правильно, то вскоре заметишь, что негативных ситуаций меньше не становится. Более того, в поисках причин дискомфорта ты можешь погрузиться в детские переживания или ситуации, связанные с этим периодом и вызванные отношениями с родителями, друзьями, одноклассниками. Это говорит о том, что ты на правильном пути. И тут ни в коем случае нельзя останавливаться! Если ты продолжишь тренировки, у тебя есть шанс прийти к самому началу пути и обработать первопричины страхов, которые сопровождали тебя всю жизнь. После этого тебя более или менее отпустит.

Проведу аналогию со спортсменами. Поначалу у них все идет хорошо: есть личные достижения, рекорды, а тренировки неизменно доставляют радость. Но вдруг почему-то все перестает получаться. В этот период многие бросают спорт, считая, что они достигли своего максимума и нет смысла насиловать себя дальше. На самом деле период остановки — неотъемлемая часть тренировок, которая означает, что навык окончательно формируется и закрепляется. Нужно просто преодолеть эту полосу.

Жизнь не течет гладко и только вверх по нарастающей — всегда есть колебания. Работая со страхами, ты начинаешь буквально «чистить голову», а это процесс нелегкий, ведь ты долго, день за днем, копил свой опыт и предрассудки. Но если уж ты решился, то при работе над собой **соблюдай ряд правил.**



1. Начал — иди до конца.
2. Оптимальная продолжительность курса ежедневных тренировок, позволяющая качественно проработать страх подхода, — 21 день.
3. Чтобы страх стал контролируемым, вначале нужно через него переступить и сознательно с ним справиться.
4. Во время работы со страхами нельзя делать перерыв даже на один день. Устроил перерыв, считай, начал все сначала.
5. Если вместо негатива у тебя вдруг начали появляться сильные позитивные эмоции, их тоже нужно проработать с помощью техник нового кода. Это также признак истерики, хотя и более приятный.

#### ЗАДАНИЕ

В течение 21 дня тебе нужно будет ежедневно делать по три полноценных подхода к девушкам, а вечером как минимум 20 минут прорабатывать страхи с помощью игры «Алфавит». Только прежде, чем приступить к своему трехнедельному марафону, обязательно дочитай до конца главу о знакомствах, изучи невербалику и правила подхода, выясни, что надо говорить при знакомстве. При выполнении этого задания советую пользоваться методом «Легенда + EBX», о котором я очень скоро расскажу.

## Невербалика подхода

Ты когда-нибудь наблюдал за тем, как девушки общаются между собой? Весьма забавное зрелище. Если послушать их и попробовать понять, о чем





они разговаривают, то окажется, что они обсуждают какую-нибудь ерунду. Но выглядит это весьма захватывающе и интересно. Дело в том, что люди (а девушки тоже люди) придают словам не очень много значения. Самое важное в общении — невербальная составляющая и эмоции.

Согласно исследованию Альберта Мехрабиана (Albert Mehrabian), проведенному в 1967 году, на то, понравится ли собеседнику или нет, больше всего влияет «язык тела» (55%), затем — тон голоса (38%) и в минимальной степени — сами слова (7%). Обращаю внимание: информацию передают именно слова, но максимальное впечатление на собеседника производит то, как мы эти слова произносим. Следовательно, если ты хочешь понравиться девушке, тебе нужно полагаться в первую очередь на общую невербалику, то есть на мимику, жесты и голос.

*Еще раз: важно не сколько то, что ты говоришь, сколько то, как ты говоришь.*

Давай теперь по пунктам разберем этот тезис. Итак, на что нужно обращать внимание, когдаходишь к девушке?

**Первое — взгляд.** Когдаходишь к девушке, смотри ей в глаза. Не в область декольте, не в пол и даже не в потолок, а в глаза. При первом контакте глаз важно не отвести их в сторону, а выдержать ее взгляд. Это существенный момент. Кто первым взгляд отвел — тот психологически слабее. Алюбая женщина ищет сильного мужчину.



Продолжая общаться с девушкой, ты должен преимущественно смотреть ей в глаза или на ее лицо. Периодически можешь отводить взгляд, чтобы вспомнить какую-то мысль, после чего вновь смотри на девушку. Не на ее сиськи или бедра, а именно на лицо или прямо в глаза. Но не впадай в другую крайность: не сверли девушку взглядом. Есть такая дурацкая привычка, когда люди смотрят в глаза очень долго и пристально. Это тоже негативно влияет на впечатление о собеседнике.

*Смотри в глаза, смотри на лицо девушки, но не сверли ее взглядом.*

**Второе — выражение лица, улыбка.** Когдаходишь к девушке, надо улыбаться. Не скалиться, не выдавливать улыбку, а искренне улыбаться.

Обязательно отработай улыбку дома перед зеркалом. Когда ты только начнешь тренироваться, улыбка тебе наверняка не понравится. Это нормально. Не сдавайся, продолжай работу. Постепенно ты отыщешь правильную улыбку — с ней и подходи. Не забывай улыбаться во время общения. Демонстрируй свое дружелюбие.

Надо сказать, что в России по улице принято ходить с угрюмыми гримасами. Это считается крутым. Чем более серьезное лицо ты состроишь, тем ты круче. Быть может, потому, что у крутого человека много забот и проблем, которые он постоянно должен решать?

Попробуй ходить по улице с улыбкой, и ты заметишь, насколько изменится отношение людей к тебе.



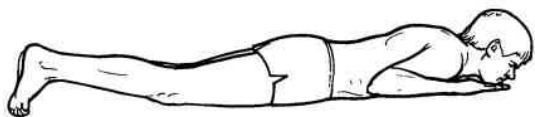


Особенно симпатичных девушек. Только улыбайся в меру, аккуратно, уголками губ. Просто показывай, что сегодня у тебя замечательное настроение.

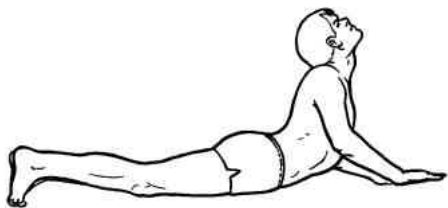
**Третье — осанка.** Вспоминаем, что женщины вообще-то дают лучшим мужчинам, от которых потенциально будет лучшее потомство и которые способны это самое потомство вырастить. Осанка — важный критерий здоровья. А кривая спина — плохой знак. Когдаходишь к девушке, держи позвоночник ровно. Если же ты сутулишься, если у тебя есть проблемы с осанкой, их надо срочно исправлять.

Как это сделать? Я познакомлю тебя с простым йоговским упражнением под названием «Поза змеи» (источник: <http://podduiev.narod.ru/asana/sarpa.html>).

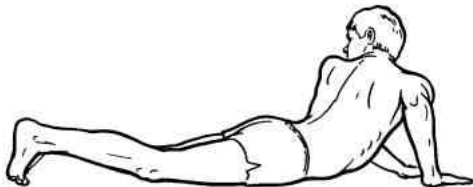
1)



2)



3)



*Исходное положение.* Ляг на живот. Ноги соедини вместе и носками упрись в пол, пятки не разводи. Руки согни в локтях, ладони положи на коврик на уровне плеч, пальцы соедини вместе. Подбородок упри в коврик (рис. 1).

*Техника выполнения.* Упражнение состоит из четырех шагов.

1. Медленно — позвонок за позвонком — отведи голову как можно дальше назад. Вслед за ней подними верхнюю часть туловища, прогибаясь назад. Нижнюю часть живота (область ниже пупка) от коврика не отрывай. Руки служат опорой, не следует выпрямлять их до конца. В основном движение происходит за счет напряжения мышц шеи, спины и рук. Расслабив мышцы лица и тела, не задействованные в упражнении, задержись в этом положении на 1 секунду (рис. 2).
2. Продолжая опираться на руки, медленно поверни голову, а за ней туловище влево и постарайся через левое плечо увидеть правую пятку. Левое бедро от пола не отрывай. Зафиксируй это положение на 1 секунду, стараясь оставаться максимально расслабленным (рис. 3).
3. Затем так же медленно поверни голову, а за ней туловище вправо и постарайся через правое плечо увидеть левую пятку. Правое бедро от пола не отрывай. Расслабься и сохраняй это положение в течение 1 секунды.
4. Медленно верни голову и туловище в положение, описанное в п. 1 (см. рис. 2): прогиб назад, нижняя часть живота лежит на коврике. Расслабься и удерживай позу в течение 1 секунды.



Далее медленно, позвонок за позвонком, опусти вниз сначала живот, потом грудную клетку, плечи и голову, пока не вернешься в исходное положение и не упрешься подбородком в коврик (см. рис. 1). Оставайся в этом положении в течение 1 секунды. Упражнение повтори.

На протяжении выполнения всего упражнения дыши произвольно, неглубоко, спокойно, через нос.

Помни, что эффект наступает и закрепляется только при регулярных тренировках. На позу змеи у тебя должно уходить *5–10 минут ежедневно*. Можно выполнять ее прямо перед сном, лежа в кровати.

**Четвертое — походка.** Когда подходишь к девушке, особенно если тебе страшно, ноги становятся ватными и очень часто появляется шарканье. Это грубейшая ошибка. Какие ассоциации вызывает у тебя выражение «шаркающая походка»? Пожилой человек. Старик. Бабушка. То есть не совсем здоровый человек, лучшие годы которого давно остались позади. Не надо шаркать — это негативно скажется на реакции девушки.

Обращаю внимание: при ходьбе не сгибай ноги слишком сильно — они должны оставаться прямыми. Можешь идти чуть более широким шагом, чем обычно, — это сделает походку более легкой, пружинистой.

**Пятое — жесты.** При общении жесты должны попадать в ритм речи. Но в первую очередь они должны быть. Посмотри, как беседуют женщины (да и мужчины, когда тема вызывает у них яркие эмоции).



Они активно жестикулируют. Дело в том, что жесты дополнительно насыщают разговор эмоциями.

Твои жесты должны быть по возможности плавными, открытыми и ограничиваться уровнем плеч сверху, пояса — снизу и разведенных локтей — по бокам. Руки могут свободно двигаться во многих направлениях. При этом должны работать одновременно как локтевые суставы, так и плечевые.

Если вдруг, подойдя к девушке, ты забыл о жестах, не надо резко начинать жестикулировать посреди разговора. Этим ты только испугаешь ее. Вводи жесты понемногу и, постепенно наращивая амплитуду движений, доведи жестикуляцию до нормы.

**Шестое — ноги.** После того как ты подойдешь к девушке, может возникнуть момент, когда вы с ней остановитесь, чтобы пообщаться. Не надо танцевать вокруг нее. Стань ровно, ноги поставь на ширине плеч, выпрямись и смотри ей в глаза. Найди устойчивое положение. Если тебе понадобится перенести вес на другую ногу, делай это плавно и не слишком часто.

Следи за тем, чтобы центр тяжести оставался между стоп: не заваливай таз. В процессе общения с девушками многие парни начинают представлять себя, видимо, фитнес-инструкторами и принимают за двигать тазом вперед, назад, влево, вправо. Выглядит отвратительно.

О языке тела я сказал все. Остался еще один нюанс.

**Седьмое — голос.** Когда ты подходишь к незнакомке и завязываешь с ней разговор, она должна тебя



услышать и понять. Для этого твоя речь должна быть четкой и разборчивой.

*Говори громче, чем обычно, особенно если вы находитесь в шумном месте. Но не кричи — просто говори максимально громко.*

#### ПОВЫШЕНИЕ ГРОМКСТИ ГОЛОСА

Чтобы выполнить данное упражнение, тебе понадобится диктофон (он есть практически в каждой модели мобильного телефона). Включи его, положи куда-нибудь, отойди на 3 метра и скажи: «Я могу говорить громко, четко — так, чтобы меня было слышно без крика». Прослушай запись. Добейся, чтобы произнесенные слова соответствовали правде. Потом сделай то же самое, отойдя на 4 метра, и т. д. Твоя цель — научиться говорить так, чтобы тебя было слышно за 10 метров.

*Говори медленнее, чем обычно.* Некоторые фразы, применяемые при знакомстве, длятся до 30–40 секунд: ты должен передать много информации, рассказать какую-то легенду о себе. Обычно студенты на первых порах начинают тараторить, чтобы впихнуть эту информацию в девушку. Наверное, им кажется, что так больше шансов быть дослушанным до конца: надо удерживать внимание собеседницы не 30–40 секунд, а 20–25. На самом же деле это приводит лишь к тому, что ребята говорят очень быстро, девушки их не понимают и знакомство не удается.

Поверь: если ты говоришь громко, четко, членораздельно и достаточно медленно, тебя слушают гораздо внимательнее. Девушка действительно прислушивается к тому, что ты ей говоришь. И она выслушает тебя до конца.



#### ЗАДАНИЕ

На бумаге все просто. А теперь вместе с приятелем (тем самым другом-напарником, о котором я писал ранее и который будет тебе помогать) разыграй подход с расстояния 7–8 метров. Один из вас подходит и говорит: «Привет, ты мне понравилась, меня зовут так-то». Второй наблюдает за невербаликой подхода и оценивает ее по семи рассмотренным выше критериям. Обычно лишь у одного человека из ста получается все сделать хорошо с первого раза. Но спустя час, если практиковаться непрерывно, разбирать ошибки и, разумеется, исправлять их, у 95 % парней невербалика значительно улучшается. Если же в течение двух-трех недель ежедневно тренироваться по 15 минут, все навыки не просто формируются, а надолго закрепляются.

Таким образом, когда будешь подходить к девушке или оценивать невербалику своего приятеля, в первую очередь обращай внимание на семь указанных признаков. Они очень сильно влияют на результат подхода.

## Правила подхода

Когда подходишь к девушке, очень важно, с одной стороны, не напугать ее, а с другой — сделать так, чтобы она тебя заметила и начала слушать.

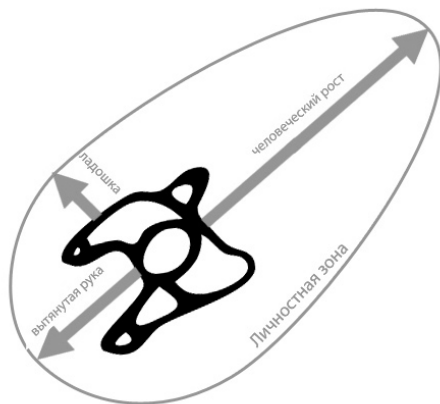
#### ЗАДАНИЕ

Давай проведем один эксперимент, для которого понадобится и твой приятель. Встань к напарнику лицом, и пусть он подходит к тебе все ближе и ближе. Твоя задача — определить, на каком расстоянии от другого человека ты начинаешь испытывать



дискомфорт, неприятные ощущения в теле. Скорее всего, это расстояние окажется равным вытянутой руке. Если повторить эксперимент с тем отличием, что приятель будет приближаться сзади, это расстояние увеличится до двух метров (оно примерно равняется твою росту). Если же он подойдет сбоку, указанное расстояние существенно сократится и станет равняться сантиметрам тридцати — длине твоей ладони.

Соответственно, вокруг тебя образуется **личностная зона**. Зона, куда ты предпочитаешь не допускать посторонних людей. Ее передняя граница проходит на расстоянии вытянутой руки, боковая отстоит от тебя на длину ладони, задняя отодвигается на пару метров. Если смотреть сверху, форма личностной зоны напоминает яйцо.



Теперь, зная эти зоны комфорта человека, мы можем сформулировать несколько правил подхода.

**Правило первое:** запрещается догонять девушку сзади и окликать ее раньше, чем ты с ней поравняешься. Попробуй испытать на себе, что она чувствует при таком подходе. Для этого попроси приятеля



незаметно приблизиться к тебе сзади и что-нибудь сказать. Например: «Привет». Если он сделает это в вечернее время на улице, гарантирую: твои ощущения будут супер.

**Правило второе:** если ты подходишь спереди, оставляйся и начинай знакомиться на границе личностной зоны девушки. Напомню: это расстояние вытянутой руки. Именно в этом случае она обратит на тебя внимание и в то же время не испугается.

Еще одна старая пикаперская штука: если ты подходишь спереди, а девушка не обращает на тебя внимания (смотрит мимо или что-то ищет в своем телефоне) — иди прямо на нее. Твоя задача — преградить ей путь. В такой ситуации девушка инстинктивно посмотрит на тебя и вы пересечетесь взглядами.

**Правило третье:** если ты догоняешь девушку сзади, подходить нужно сбоку. При этом расстояние между вами можно сократить до 20–25 см. Подходи с той стороны, где нет сумочки. Если девушек две и та, что тебе понравилась, несет сумочку «снаружи», — делать нечего: подходи со стороны сумочки. Говорить начинай в тот момент, когда обгонишь девушку буквально на полшага. Это позволит ей заметить тебя боковым зрением на границе своей личностной зоны и не испугаться, когда ты к ней обратишься.

**Правило четвертое:** контакт глаз перед знакомством — это очень хорошо. Поймав взгляд девушки, ни в коем случае не отводи свой, а, наоборот, улыбнись ей или, еще лучше, подмигни. Если в от-



вет она тоже улыбнется — подходи смело и немедленно! С любой фразой. Например: «Привет, ты замечательно улыбаешься!» Поверь, слова тут уже неважны.

Если ты шел прямо на девушку, но в последний момент либо она не подняла глаза, либо случилось что-то другое и вы разминулись, сделай «боевой разворот»: пропустив ее вперед на 2–3 метра, догоняй и действуй в соответствии с третьим правилом.

**Правило пятое:** когда подходишь к двум подружкам или более, общайся со всеми на равных и только в самом конце бери телефон у той, которая понравилась. Почему? Допустим, ты решил познакомиться со страшной подружкой. Что подумает в подобной ситуации более красивая девушка? Обычно девять из десяти парней подходят именно к ней. Ее подружка расстраивается и регулярно жалуется по этому поводу: «Я такая несчастная, мужчины совсем на меня не обращают внимание». И тут молодой человек изъявляет желание с ней познакомиться. Более красивая девушка решает пристроить подружку и начинает всячески способствовать вашему счастью. Она все-все-все сделает, чтобы вы со страшненькой подружкой были счастливы.

Если же ты начнешь клеить симпатичную подружку, то будет еще веселее: та, что пострашнее, сразу примется вставлять палки в колеса. Пройдет совсем немного времени, она убедится, что в очередной раз судьба к ней немилостива, и начнется: «Нам пора», «Молодой человек, мы разговариваем, не мешайте нам».



*Общайся со всеми подружками на равных и только в самом конце раскрывай свой умысел.*

## Первая фраза при знакомстве

Ох, сколько же копий было сломано при обсуждении этой темы! Придумывались сотни шаблонов, которые должны были заставить девушку врасплох с первой секунды общения. Многие пикаперы хранили свои шаблоны в строгой тайне, считая их секретным оружием, с помощью которого парни сразу способны заполучить готовую на все девушку. На нашем форуме разгорались целые баталии, в ходе которых ребята с пеной у рта спорили об эффективности того или иного метода конструирования первой фразы.

Надеюсь, ты уже понял, что первая фраза не столь уж и важна. Гораздо важнее то, как ты ее произносишь. Впрочем, и от ее содержания кое-что зависит.

*На самом деле хорошая первая фраза нужна совсем не девушке — прежде всего она нужна тебе!*

Логичная (для тебя), красивая (для тебя), удачная (для тебя) первая фраза придаст уверенности в себе и позволит снизить психологический дискомфорт. В свою очередь, это положительно отразится на



твоей невербалике и сделает тебя более раскрепощенным.

Поэтому давай поступим следующим образом. Я расскажу тебе обо всех доступных способах конструирования первой фразы, а ты опробуешь их и выберешь тот, который сочтешь единственно верным, который понравится тебе больше всего и которым ты станешь постоянно пользоваться. Хотя будет еще лучше, если ты выберешь два способа. Или решишь чередовать все по очереди.

## Конструирование первой фразы: готовые шаблоны и импровизация

Что такое шаблон? Согласно словарю Ожегова, это «общеизвестный, избитый образец, трафарет». Шаблон всплывает в сознании, когда мы попадаем в ситуацию, нормы поведения в которой навязаны обществом. Здесь мы действуем не задумываясь, шаблонно.

Шаблонное мышление присуще каждому из нас. Не веришь? Вспомни, что ты отвечаешь, когда малознакомый человек спрашивает: «Как дела»? Наверняка ты на автомате говоришь: «Нормально». А если кто-то чихнет рядом, ты, не долго думая, скажешь: «Будь здоров». Это и есть шаблон — последовательность действий, которую ты выполняешь на бессознательном уровне.

Вот и у девушек на слова «Разрешите с вами познакомиться» уже выработался стандартный ответ: «Нет».



*Если ты хочешь привлечь девушку, то забудь следующие фразы.*

- «Девушка, разрешите с вами познакомиться».
- «Девушка, не подскажете, который час?»
- «Девушка, вы не знаете, как пройти в библиотеку?»
- «Девушка, вы случайно не супермодель?»
- «Девушка, мы с вами нигде не встречались?»
- «Девушка, вас случайно не Таней зовут?»

Девушки неоднократно слышали их от множества парней. Постарайся отличиться от неудачников, которые не смогли придумать хороший способ познакомиться. Научись выделяться. Не веди себя так, как принято у других. Создай собственные шаблоны для знакомства.

Можно, конечно, ограничиться обычным «Привет!». Но лучше немного поэкспериментировать, проявить свой талант и яркую индивидуальность.

Как бы смешно это ни звучало, при изготовлении шаблонов используются свои шаблоны. Вот несколько вариантов, применяемых при конструировании первой фразы.

1. **Место.** Ты говоришь фразу, которая напрямую относится к месту, где вы находитесь:

- ♦ «О, вы тоже едете этим автобусом?»





- ♦ «Девушка, вы можете проводить меня до дома, а то мне страшно идти одному?»
- ♦ «У вас очень театральная походка. Знаете почему? Потому что вы сейчас проходите около театра».

**2. Событие.** Ты комментируешь какое-либо событие, явление или предмет.

- ♦ «Вам не кажется, что художник замечательно передал цветом свои скрытые сексуальные фантазии?»
- ♦ «Какую книгу вы бы посоветовали почитать?»
- ♦ «Мне показалось или в четвертом такте барабанщик сделал неверный акцент?»

**3. Внешность.** Стоит сделать девушке комплимент, уделив внимание какой-нибудь детали одежды, походке, макияжу, чертам лица.

- ♦ «Вы так красиво улыбнулись, что я забыл, куда шел».
- ♦ «Я слышал, что помады различаются по номерам. Мне очень понравился цвет ваших губ. Какой у вас номер?»
- ♦ «Какая ты стройная. Наверное, не ешь ничего. Хочешь пиццу?»

**4. Наблюдение.** При подготовке шаблонов этого типа следует обратить внимание на внутренние качества девушки или на события, происходящие в ее жизни, попытавшись угадать их по внешним признакам.



- ♦ «Я вижу, у вас в руках красивый торт. Наверное, день рождения у кого-то из сотрудников?»
- ♦ «У меня сегодня очень хорошее настроение. От него просто спасения нет. Вы не поделитесь своей грустью?»
- ♦ «Судя по тому, как гордо вы разглядываете зачетку, вас можно поздравить с пятеркой. Что сдавали?»

**5. Жалость.** Ты произносишь фразу, выражающую сочувствие и понимание.

- ♦ «Наверное, тяжело целый день ходить на таких шпильках?»
- ♦ «Вам, наверное, уже все мужики надоели?»
- ♦ «У тебя, наверное, ноги устали?» — «Почему?» — «Потому что ты целый день не выходишь у меня из головы».

**6. Абстракция.** Такая фраза не связана ни с девушкой, ни с окружающей обстановкой, но остается актуальной в течение определенного промежутка времени.

- ♦ «Подскажите, американцы уже заняли Багдад?»
- ♦ «Подскажите, какого числа Олимпиада начнется?»
- ♦ «Я слышал, что сегодня обещали обильный звездопад. Вы будете смотреть?»



7. **Бред.** Это фраза, сгенерированная на основе реальных мыслей, которые лезут тебе в голову в данный момент.

- ♦ «Девушка, вы знаете, где можно купить дверные замки финского производства?»
- ♦ «Мне было бы очень приятно, если бы вы послушали эту песню. Я ее обожаю. Послушайте...»
- ♦ «Мой внутренний голос только что подсказал подойти к вам. Вот я и подошел. Вас как зовут?»

Ориентируясь на перечисленные шаблоны, ты можешь придумать собственные. Если тебе мало этих примеров, поищи на сайте <http://www.pickup.ru/blog/category/22/post/93>.

*Помни: шаблоны должны быть яркими и необычными, но в то же время простыми и понятными.*

В свое время некоторые из приведенных выше шаблонов, использованных в нужном контексте, оказались поистине гениальными. Это была импровизация высшего класса! Поэтому я и начал с данного способа. Если у тебя получается на лету придумывать шаблоны такого рода, смело пролистывай следующие страницы и переходи к разделу «Общение во время знакомства». Я не шучу. Ничего другого не пробуй и не меняй, а то выйдет только хуже!

*Лучший способ придумать первую фразу – импровизация.*



Плюсы этого метода очевидны. Минусы, кстати, тоже: импровизации очень сложно научиться. Я знаю лишь один путь — импровизировать как можно больше, чтобы это вошло в привычку. Если же тебе трудно импровизировать (это совершенно нормально; у меня, к примеру, периодически возникают сложности с импровизацией), обратись к другим методам построения первой фразы, более структурированным.

## Конструирование первой фразы: легенда

Если честно, это мой любимый способ. Благодаря ему вырабатывается своеобразное отношение к самой ситуации знакомства. Ведь тыходишь к девушке не чтобы познакомиться, а чтобы пообщаться. Я, например, говорю себе так: «О, симпатичная девушка. Интересно, общается она так же хорошо, как выглядит? Если да, то я бы не прочь...» И я подхожу к девушке, чтобы проверить свое предположение.

При таком раскладе девушка не может меня послать и мне не грозит провал. Если она начинает грубить, я делаю вывод, что девушка, пусть и красивая, вести себя совсем не умеет и продолжать знакомство с ней не стоит. Если же она мило поддерживает беседу, то после непродолжительного разговора я назначаю ей свидание.

Интересно? Давай объясню, как пользоваться легендой. В идеале, подходя к девушке, ты просто озвучиваешь свои мысли и рассказываешь ей в следующем порядке:



1. что ты здесь делаешь или как ты тут оказался;
2. почему ты подошел именно к ней;
3. чего ты от нее хочешь.

Смотри, что получается: «Привет, я стою тут, жду друзей, а они, как обычно, опаздывают. Мы решили пойти большой компанией на фильм — я всегда хожу в кино с кем-нибудь, так интереснее, — и договорились встретиться в полшестого вот на этом самом месте. И я, как пунктуальный человек, пришел вовремя, даже немного заранее, а они опаздывают, я так чувствую, минимум минут на десять. Я даже расстроился вначале. А потом увидел тебя и обрадовался. Знаешь, ты мне понравилась, и я подумал, что было бы здорово с тобой сейчас пообщаться, пока жду этих товарищей. Кстати, о нашей компании...»

Это хороший пример легенды. Говорить надо с выражением, не торопясь. И обязательно продолжить какой-нибудь историей, но об этом позже. Кстати, заметь: парень предлагает девушке пообщаться, а не познакомиться. Он даже не интересуется ее именем. Сейчас это совсем неважно. Если общение пойдет на лад, она сама спросит, как его зовут.

Если ты заметил, легенда, хоть и имеет жесткую структуру, позволяет достаточно свободно импровизировать. Это отличный инструмент. С одной стороны, ты каждый раз будешь знать, что сказать девушке. С другой — каждый твой подход окажется уникальным, тебе не понадобится пользоваться заезженными шаблонами. К тому же, напомню, ты



не предлагаешь вот так сразу знакомиться. Ты не банальный уличный приставала. Ты хороший парень, которому захотелось пообщаться. А чем закончится ваше общение — это отдельный разговор.

Давай еще раз пройдемся по структуре легенды, уже более детально, поскольку на первых порах нелегко формулировать мысли.

### 1. Что ты тут делаешь?

- А. Жду кого-то (далее 2А, 2В).
- Б. Ищу что-то (2А, 2Б).
- В. Гуляю (2А, 2В).
- Г. Иду куда-то (2А, 2Б).

### 2. Почему ты подошел именно к ней?

- А. Понравилась (3А).
- Б. Похожа на ту, которая способна помочь (3Б).
- В. От нечего делать (3В).

### 3. Чего ты от нее хочешь?

- А. Пообщаться.
- Б. Получить помощь или совет.
- В. Убить время.

Первую часть легенды надо выбирать, исходя из конкретной ситуации. Так, если ты идешь по улице, глупо говорить, что ты кого-то ждешь. А если ты стоишь возле кинотеатра, вряд ли ты тут гуляешь. Вторая часть легенды зависит от первой, третья — от второй. Чтобы тебе легче было ориентироваться, пользуйся приведенной схемой. После того как расскажешь легенду, переходи к общению.



Добавлю, что перед легендой можно задать вопрос на общую тему. Это поможет, если ты боишься просто так подходить, а спросить о чем-нибудь тебе легче. В нашем примере можно было поинтересоваться: «Привет, ты не знаешь, в этом кафе вкусный кофе? А то я тут стою, жду друзей...» Обычно мои ученики вначале предпочитают применять именно такую связку: сперва задают вопрос, а потом приступают к легенде. Но, освоив метод, они сразу начинают использовать легенду.

Еще одно замечание: легенда — «длинный» способ знакомства. Прежде чем к нему прибегнуть, убедись, что ты никуда не спешишь и можешь себе позволить поболтать с девушкой минут пять-десять. А что делать, если такой возможности нет? И на этот вопрос у меня есть ответ.

#### ЗАДАНИЕ

Перед тем как выходить на улицу, потренируйся. Упражнение выполняй в паре с приятелем: один из вас задает контекст (например: «Ты идешь по Тверской улице»), а второй рассказывает легенду («Привет, я сейчас иду на встречу...»). Совет: объясняя, что ты здесь делаешь и почему подошел, старайся использовать побольше деталей.

## Конструирование первой фразы: «директ»

Рано или поздно ты столкнешься со следующей ситуацией: ты куда-то спешишь, например на очень важную встречу, а по пути видишь такую девушку,



что... если бы не встреча, точно подошел бы — и плевать на все. А так ты торопишься, поэтому обидно, конечно, но пусть живет.

Знакомо? Сейчас я поделюсь с тобой способом знакомства, который нужно применять в подобных случаях. Сразу предупрежу о его преимуществах и недостатках.

Плюсы:

- чтобы завязать знакомство, тебе понадобится буквально полторы-две минуты;
- у тебя есть четкая пошаговая инструкция.

Минусы:

- этот способ знакомства не столь эффективен, как легенда или импровизация;
- успех сильно зависит от твоего внешнего вида и невербалики.

Каковы твои действия? Ты должен подойти к девушке и рассказать все ту же легенду — объяснить, что ты тут делаешь, почему подошел и чего хочешь. Только в этот раз надо говорить кратко (ты же торопишься) и предлагать пообщаться не прямо сейчас, а на днях, для чего требуется обменяться контактами.

На то, чтобы произнести: «Привет, я сейчас бегу, тороплюсь на встречу. Увидел тебя — ты мне очень понравилась. Я очень хочу с тобой пообщаться, но прямо сейчас, к сожалению, не могу. Давай обменяемся контактами, я тебе обязательно позвоню и приглашу на чашку вкусного какао. Тебя как, кста-



ти, зовут?» — уйдет 15–20 секунд. Потом немедленно проси номер телефона. И тут есть крайне важный нюанс. Если она дает телефон, записывай и беги на встречу. Если не дает, начинает отмазываться — не надо ее уговаривать. Твой лимит на подход — всего полторы-две минуты. Да — значит да, нет — значит нет. Ты попытался, ты сделал лучшее из того, что мог в сложившихся условиях.

Мы еще поговорим об обработке возражений, о женских проверках при знакомстве, а также о том, как эти проверки и возражения преодолевать. Однако в данной ситуации ты можешь лишь один раз максимально искренне сказать: «Я все понимаю, я тут нарисовался весь такой и сразу прошу твой телефон. Будь я на твоём месте, я бы уже давно себя послал. Но пойми, ты мне действительно понравилась, а сейчас я на самом деле спешу и у меня только одна возможность: договориться с тобой встретиться на днях. Давай все-таки обменяемся контактами». И все.

«Директ» хорошо работает, если ты правда спешить и тебе на самом деле понравилась девушка. Наверное, потому, что в таком случае ты предельно честно описываешь происходящее и ведешь себя естественно. И, поверь мне, уж лучше подойти к девушке и получить отказ, чем упустить ее и несколько дней сожалеть: «Ах, какая была девушка! И почему я к ней не подошел?»

Не применяй этот способ, если ты не торопишься и у тебя имеется возможность пообщаться с девушкой. Но если уж воспользовался им, то сразу уходи,



даже если времени хватает. Дело в том, что у «директа» есть еще одна особенность: по телефонам, которые ты получил таким методом, девушки вызваниваются хуже. Если же девушка заподозрит, что ты был с ней неискренен, то вероятность вызвонить ее станет минимальной.

Во время тренировок могут возникать смешные ситуации. Действительно, если ты пришел в торговый центр и поставил перед собой цель подойти к десяти девушкам, применив «директ», то будь уверен: какая-нибудь из них увидит, что ты знакомишься с другой девушкой через несколько минут после того, как сказал, что безумно спешить. Тут ничего не сделать — издержки учебного процесса.

Напоследок дам рекомендацию: по телефонам, собранным методом «директа», нужно звонить как можно быстрее. Если обычно ты ждешь два-три дня перед звонком, то в данном случае звонить надо или в тот же день, или максимум на следующий. Иначе девушка тебя элементарно забудет: вы слишком мало времени пообщались.

#### ЗАДАНИЕ

Придумай и отрепетируй фразу для «директа». Ты должен произносить ее четко, без запинки, с отличной невербаликой.

\* \* \*

Итак, мы с тобой разобрали три основных способа конструирования первой фразы. Это далеко не все: есть и такие варианты, как контекстуальное знакомство, знакомство с помощью комплиментов,



обвинений или легких наездов. Можно знакомиться вообще без первой фразы — с помощью мимики и жестов. Но тебе эта информация пока не нужна. Более того, она способна навредить.

Если же ты хорошо освоил предложенные в книге методы и тебе их мало — причем не потому, что указанные способы не действуют, а потому, что хочется разнообразить свой арсенал, — ты всегда можешь найти соответствующую информацию на нашем сайте ([www.pickup.ru](http://www.pickup.ru)) или форуме (<http://forum.pickup.ru/>). Также продвинутым способам знакомства можно научиться на пикап-тренинге, но не на базовом, а на мастерском. Впрочем, для начала тебе нужно отработать основные методы.

Повторюсь: не придавай первой фразе слишком большого значения, поскольку она нужна скорее тебе, а не девушке. Опыт показывает, что первая фраза может быть абсолютно любой.

Как-то раз при работе с индивидуальным клиентом тренер предложил ему подходить к девушкам с вот такой первой фразой: «Добрый день, меня зовут Таштынбех, я работаю тут недалеко на стройке. Меня отпустили всего на два часа, и мне очень хочется заняться с вами сексом». И представь себе, с ее помощью парень познакомился с очень хорошей девушкой. Тренер сам был, честно говоря, немного в шоке: уж очень ситуация выглядела неправдоподобной. Но ничего, девушке этот молодой человек понравился.

Главная задача первой фразы — ты должен знать, что будешь говорить, когда подойдешь к девушке. Не слушай, когда тебе советуют знакомиться без



подготовки, мол, скажешь что-нибудь, ориентируясь по обстоятельствам. Если ты не знаешь, что говорить, то дополнительной порции страхов и зажатости не избежать.

## Общение во время знакомства

Ты произнес первую фразу. Что дальше? Если ты использовал «директ» — то все ясно: надо брать телефон и валить. А если ты предложил пообщаться? Как и о чем следует разговаривать?

В первую очередь, нужно рассказывать истории. В идеале начни с истории, которая произошла с тобой совсем недавно. Например, сегодня ты что-то увидел и хочешь поделиться своим впечатлением. Короче, ты должен задать тон беседе. Ты же предложил пообщаться? Вот и общайся. Сама девушка вначале ничего рассказывать тебе не будет: вы еще недостаточно знакомы, ты пока для нее просто случайный прохожий.

### Как рассказывать истории

Не всякая история годится для того, чтобы рассказывать ее во время знакомства. Кроме того, любую историю можно рассказать так, что слушатели останутся от нее в восторге, а можно все испортить. Как известно, самый лучший анекдот легко испоганить, рассказав его не к месту или неудачно. Поэтому





сейчас мы, во-первых, поговорим о темах, на которые стоит общаться. Во-вторых, обсудим темы, которые ни в коем случае не следует затрагивать в общении с девушкой, и я объясню, почему этого нельзя делать. Также я покажу, как конструировать историю и удерживать интерес слушателей.

Итак, для знакомства подойдут истории на следующие темы.

**1. Истории о путешествиях.** Почему хорошо рассказывать о путешествиях? Помнишь, когда я писал о «слоеном пироге», мы говорили, что девушкам вообще интересны ребята, которые либо находятся на верхних уровнях социальной пирамиды, либо туда метят. Возможность путешествовать является косвенным подтверждением того, что:

- ♦ у тебя есть деньги на поездки;
- ♦ ты человек в целом интересный, целеустремленный и можешь попасть в более высокие слои «пирога»;
- ♦ у тебя богатый жизненный опыт, ведь ты побывал в разных странах и многое видел.

Такие люди автоматически становятся более интересными. Им гораздо проще общаться с представителями высшего социального уровня, поскольку те довольно охотно пускают путешественников в свой круг.

**2. Интересные происшествия,** в которых ты играешь роль либо главного героя, либо свидетеля.



Подобные истории говорят о том, что ты ведешь насыщенную жизнь, у тебя неординарные друзья или знакомые. И сам по себе ты очень интересный человек. Словом, твой образ жизни не назовешь заурядным. Ты вращаешься в различных кругах, подмечаешь, что происходит вокруг, а потом любишь делиться своими воспоминаниями. Тебе нравится жить, и ты получаешь от жизни удовольствие.

Почему важно рассказывать такие истории? Слушая их, девушка, которая рассматривает тебя как кандидата в любовники, подсознательно рассуждает: «А что произойдет, если я познакомлюсь с ним? Как изменится моя жизнь, когда я буду рядом с ним?» Если ты такой живчик и с тобой много чего интересного случается, ты потенциально можешь наполнить ее жизнь новыми красками и впечатлениями. Она этого захочет. Она согласится связать свою жизнь с тобой на какое-то время, пусть всего на одну ночь, пусть на месяц, если это будет лучшая ночь или месяц в ее жизни!

Особенно это актуально для девушек, у которых только-только закончились отношения. Любые отношения через определенный период времени скатываются в рутину: парень с девушкой живут вместе, сидят дома, редко куда-нибудь выходят, перестают за собой ухаживать. Рассказывая захватывающие истории, ты открываешь перед девушкой другую жизнь: веселую, активную, наполненную эмоциями и приключениями. После длительных отношений девушка захочет разно-



образить свое скучное и унылое времяпрепровождение.

3. **Истории, где ты демонстрируешь власть,** управляешь людьми, буквально спасаешь мир. Ты даешь девушке понять, что находишься далеко не в нижних слоях «пирога» и что с тобой нужно считаться.

Подобные истории нужно рассказывать аккуратно, чтобы не перегнуть палку: хвастунов, «понторезов» никто не любит. Так что хвастаться не стоит. Но продемонстрировать, что в случае чего ты способен встать и повести за собой других людей, — не помешает. Девушка на это правильно среагирует.

Здесь есть один важный момент — твоя невербалика. Если ты рассказываешь, как проявлял власть, управлял некоторым количеством человек, звал с собой на подвиг, и при этом выглядишь скованно, жестикулируешь несмело, тебе, скорее всего, не поверят. И результат окажется плачевным, ведь тебя примут именно за хвастуна.

Оценивая тебя, девушка будет ориентироваться на два критерия. Первый — как раз твои манеры. Ты должен вести себя раскованно, говорить спокойно и достаточно медленно, жестикулировать свободно. Второй — то, как на тебя реагируют люди. Если ты сидишь в кафе и рассказываешь историю, к вашему столику подходит официант со словами «Не нужно у нас так широко руками» и ты сразу же ему подчиняешься: «Да-да, конеч-



но», то все твои усилия идут насмарку. То есть и ты должен вести себя, и люди должны реагировать на тебя так, как преподносятся в истории.

4. **Рассказы о проявлении лидерских качеств.** Этот тип историй очень похож на предыдущий, но есть и отличия. Чтобы тебе стало понятно, в чем они заключаются, приведу конкретный пример.

«Сидели мы как-то раз на совете директоров и думали: что делать дальше, как развивать наш бизнес? Вроде все хорошо, и денег полно, и работают все. А подумать и посоветоваться надо. И тут я говорю: “Мужики, а пошли в баню! Засиделись мы как-то в этой переговорке, мысли в голову не идут, видите же. Пошли лучше в баню, помните же, по молодости лучшие мысли именно там приходили”. И мужики подумали, что да, действительно, что-то мы засиделись и новых мыслей что-то давненько в голову нам не приходило — надо бы что-то поменять. И вот мы все вместе взяли и пошли в Сандуны, причем не в номера, а в общие бани, ну, где “Иронию судьбы” снимали. И с тех пор каждый вечер четверга мы проводим в Сандунах, но идем туда обязательно из нашей переговорки с обязательным ритуалом, когда я вдруг говорю сокровенную фразу: “Что-то засиделись мы, пошли в баню», — и все отвечают мне хором: «Да, в баню, в баню”».

В таких историях ты не спасаешь мир. Ты подбиваешь народ на какие-то действия, и тебя слушаются. Действия могут быть любыми: пойти в поход, поехать всем вместе по Золотому кольцу



России, организовать свою футбольную команду и выиграть чемпионат округа.

**5. Истории о твоих успехах — запланированных и достигнутых.** Это мужское качество — умение ставить перед собой цели и потом их достигать — очень ценится женщинами. Почему? Потому что, напоминая, женщина рассматривает мужчину как потенциального отца своих детей. Человек, который способен ставить цели и достигать их, с большей вероятностью будет долго и стабильно приносить еду.

Поставил цель воспитать ребенка (конечно, не самостоятельно; обычно подобные цели ставятся с подачи женщин) — достиг ее. Как в известной рекламе: решил поехать к маме — взяли и поехали к маме. Теперь его ничто не остановит. Произошла кризисная ситуация — поставил цель преодолеть ее — уперся, но добился своего. С таким мужчиной можно не просто стабильно получать ресурсы, но и быть уверенной в завтрашнем дне. А это чрезвычайно важно для женщины.

**6. Рассказы о преодолении трудностей.** Эта тема немного перекликается с темой запланированных и достигнутых успехов. Известно, что в жизни человека есть белые полосы и черные полосы. Бывают моменты, когда возникают некоторые трудности. И то, как ты умеешь их преодолевать, многое говорит о том, какой из тебя мужик: сможешь ли ты выйти из кризиса или же расслабишься и поплывешь по течению.



Хочу предупредить: не надо рассказывать девушке исключительно о преодолении трудностей. Иначе сложится впечатление, что ты только и делаешь, что создаешь себе трудности, а потом с гордостью их преодолеваешь. Такой мужчина ей точно нафиг сдался.

Вот шесть основных тем, которые стоит затрагивать при общении с девушкой. В самом начале знакомства, сразу за легендой, лучше всего подойдут истории об интересных случаях из жизни, которые произошли с тобой совсем недавно. А рассказы о твоих успехах или, не дай бог, о преодолении трудностей на первых порах могут сыграть тебе в минус.

Лучше сделай так: вначале поделись впечатлением о недавнем случае из жизни, а успехи и преодоление трудностей оставь на потом. Это хорошие темы, но для того, чтобы девушка адекватно их восприняла, она должна больше тебе доверять. Вот когда она проникнется к тебе доверием, можешь рассказать ей о своих успехах или о действительно сложных ситуациях, которые ты преодолел. И тогда такие истории лишь усилят ее интерес к тебе.

Кроме хороших тем, на которые стоит общаться с девушкой во время знакомства или свидания, есть еще и плохие, запретные темы. Ведь, когда ты рассказываешь про себя истории, ты, по сути, делаешь самопрезентацию: рассказал о путешествиях — девушка отметила, что у тебя есть деньги и интересы, рассказал интересный случай из жизни — и девушка уже думает, что ей тоже было бы интересно приобщиться к такой жизни.



Если же ты затронешь, например, тему религии, то можешь наткнуться на жесткий конфликт. Ведь известно, что самые жаростные споры — это споры о религии. Логика понятна? Сейчас я дам тебе несколько советов, о чем не стоит говорить с девушкой на свидании.

- Не говори о своих личных (финансовых) проблемах.
- Не жалуйся на жизнь. Это у подростков куча проблем и непонимание с родителями. Ты — успешный мужчина, который наслаждается жизнью.
- Не говори ни о чем плохом. Во время знакомства ты должен излучать позитив.
- Не пытайся анализировать ее проблемы. Не обращай внимания на плохое настроение девушки: «А почему ты такая грустная?» Очков это тебе не прибавит, а настроение ей испортит еще больше.
- Если юмор — не твоя сильная сторона, лучше не шути.
- Не говори о религии, политике, компьютерных играх и своей любимой футбольной команде. Ты еще пообщаешься на эти темы потом, если захочешь строить с ней отношения.

Ты уже мог догадаться, что истории есть не что иное, как твоя самопрезентация. Благодаря им девушка поймет, что ты за человек. Если ты просто скажешь: «Дорогая, я регулярно путешествую по миру, управляю коллективом в 15 человек, езжу на новой иномарке и вожу знакомство с некоторыми актерами и политиками», тебя сочтут, мягко говоря, странным. Девушка точно решит, что ты хвастун. Если же она постепенно почерпнет все перечисленные сведения из твоих историй, то сделает совершенно другой вывод: какой интересный парень — можно с ним куда-нибудь сходить.



Даже самую интересную по содержанию историю можно рассказать так, что слушатель заснет. Чтобы этого не произошло, в первое время тебе придется подготавливать истории дома и проверять их на друзьях. Как подготовить историю? Все просто: давай вспомним школьные годы, а точнее, сочинения.

В каждом хорошем сочинении должна была быть **завязка**, где расставляются декорации и представляются действующие лица. В этой части ты рассказываешь, каким образом родилась история, откуда она взялась, кто есть кто и что, собственно, будет происходить.

После завязки идет **основная часть** (или нарастание напряжения) — история начинает разворачиваться. В этой части говорится о том, кто что сделал и какие важные события произошли. Очень важно, чтобы напряжение постоянно нарастало.

Пойми, ты не читаешь вслух приключенческий роман в трех томах, на который нужно потратить неделю. У тебя есть буквально 2–3 минуты на то, чтобы рассказать всю историю. Поэтому основная часть должна быть, с одной стороны, достаточно краткой, с другой — информативной и насыщенной. Если ты, записывая историю в тетрадь или набирая на компьютере, найдешь в основной части предложения, которые не ведут к нарастанию напряжения, а лишь затягивают повествование, смело удаляй их.

За основной частью следует **кульминация** — момент, когда напряжение достигает пика. Сейчас слушателей не интересует ничего, кроме ответа на вопрос: «И что дальше? Дальше-то что?» Нарастивать



напряжение больше не имеет смысла: и без того понятно, что вскоре произойдет нечто очень важное. Все ждут, чем же история закончится. Во время кульминации у слушателей должно захватывать дух, эмоции должны переполнять их.

Затем наступает финальный момент, или **развязка**, — история заканчивается. У слушателя, пережившего всплеск эмоций, начинается эмоциональный спад. Девушка может смеяться, удивляться, расстраиваться и даже плакать. Все зависит от того, какую историю ей рассказали. Цели ты достиг: поделился впечатлениями и добился определенной реакции.

Чтобы история вызвала нужные эмоции, ты должен еще раз пережить ее. Рассказывая, представляй, как все происходило, что ты видел, что слышал, что чувствовал. Рассказывай подробно, не бойся переборщить с деталями. Как кашу маслом не испортишь, так и истории очень сложно навредить дополнительными деталями.

Сочиняя завязку, расставляй декорации как опытный режиссер. Опиши место и время действия, отметь, какая погода стояла на улице, что за люди тебя окружали. Назови главных действующих лиц, расскажи о каждом из них что-нибудь интересное. Все эти подробности придадут истории яркие краски и делают ее правдоподобной.

После того как перейдешь к основной части, ты должен вести рассказ все более и более эмоционально, постепенно приближаясь к кульминации, где твои чувства буквально будут бить через край. Если ты



все сделаешь правильно, то сама собой появится жестикуляция. Если ее нет, что-то идет не так.

После развязки ты непроизвольно сделаешь глубокий выдох: вот, собственно, и все, что я хотел рассказать. И вы вместе с девушкой насладитесь послевкусием хорошей истории.

Как я уже говорил, пока ты новичок в пикапе, нужно все истории подготавливать заранее — записывать и сначала рассказывать друзьям. При реальном знакомстве у тебя будет совсем немного времени, ты окажешься в стрессовой ситуации, поэтому домашние заготовки придутся весьма кстати. На тренингах я называю такие заранее сочиненные истории аббревиатурой ЕВХ, которая расшифровывается как «если все хреново» (другими словами, если в голове исчезают все мысли и тебе вдруг нечего сказать). А на первых порах, поверь, хреново будет довольно часто.

Может показаться, что достаточно записать историю тезисно, а детали получится додумать уже на месте. И действительно, опытные ребята могут довольно хорошо сымпровизировать, особенно если история связана с недавним случаем из жизни. Ключевые слова в предыдущем предложении — «опытные ребята». Те, кто долго тренировался и уже научился рассказывать историю так, чтобы ее было интересно слушать. Исходя из своей тренерской практики, замечу, что парни, которые во время обучения относятся к составлению историй халтурно, рассказывают их плохо. Именно плохо, даже не средне. Поэтому отнесись к домашним заготовкам очень серьезно.





## Что ж, пора, наверное, привести пример.

Есть у меня в Питере приятель — Вадимыч. Знаем мы друг друга лет десять. Каждый раз, когда я туда приезжаю, мы обязательно встречаемся. Он в последнее время стал настоящим гидом по местам, где можно вкусно поесть. Ему можно позвонить в любое время и сказать: «Вадимыч, я в Купчино, где тут нормально поесть можно?» Он подумает полминуты и скажет, где. Вдобавок еще и посоветует, что выбрать в меню. Вадимыч сам тощий, лысый, с азиатским лицом — легко его представить в составе татаро-монгольского ига на мохнатой лошадке с луком. Однако является бизнесменом не из последних — сдает в аренду землю и ездит на BMW M5.

Человек он весьма интересный. Например, у него есть несколько особенностей. Во-первых, он хорошо разбирается в мировой экономике и очень любит теории финансовых заговоров. Во-вторых, очень любит женщин — много, разных и часто. В-третьих, он жадный и гордится этим.

Проявляются все эти качества обычно вместе, причем очень причудливым образом. С женщинами Вадимыч знакомится в Интернете, на первое свидание водит в кафе, а на второе — сразу домой. Встречает девушку у метро, сажает в машину и со словами «Поехали, пообедаем» везет к себе. Многие, конечно, не понимают такого подхода, сбегают, но ему все равно. Потому что через час у него уже назначена встреча со следующей. Он все время расстраивался, что, мол, все эти свидания, когда девушку чаем поишь, какие-то банальные, надо их как-то разнообразить. В результате сначала Вадимыч звал их на стакан морковного сока, молока, кефира, тана, кумыса (ну настоящий монгол!), а потом, не мудрствуя лукаво, начал говорить: «Приглашаю тебя в кафе на стакан холодной воды». Женщины думают, что это шутка. Куда там — он действительно поит их водой.

Но жадность Вадимыча в кругу наших общих знакомых стала просто легендарной. Например, когда я приехал к нему в гости лет пять

назад вместе со своим другом, он сказал нам: «Давайте, ребята, пообедаем! Но только в ресторан не пойдем — дорого нынче все. Пойдем лучше ко мне, я вас угощу». Конечно, пойдем, не вопрос! Пришли, поболтали, пообедали. Когда собрались уходить, он нам говорит: «Ребята, денег дайте за еду». «Что?!» — опешили мы. В этот момент еще было непонятно, что он имеет в виду. Вадимы уточнил: «Я же за готовку с вас не беру. Но продукты покупал, они денег стоят. Сто двадцать рублей давайте — и в расчете». Мы: «Вадимыч, ты в своем уме?» (вообще там другие слова были, но их в книгах обычно не печатают).

После этого случая мы еще долго его подкалывали, да и сейчас вспоминаем. Как к нему домой приходим, сразу спрашиваем: «Вадимыч, а у тебя сегодня хотя бы сахар бесплатно? А кипяточку в чайник можно будет долить?» Он морщится, конечно, но куда деваться — сам виноват.

Недавно мы с тем же другом снова были в Питере и опять встретились с Вадимычем. Позвал он нас в «Баклажан» — гинзовское заведение, с хорошей кухней и интересной публикой, не самое дешевое. Кушаем мы там от души, общаемся о всяком, конечно же. Посидели — пора дальше по делам. Просим счет, я начинаю считать, кто сколько должен, и тут Вадимыч берет его у меня и говорит: «Я оплачу». Я аж рот раскрыл. У меня уже шуточки были заготовлены, мол, не дешевле ли было у тебя поесть или не платят ли тебе хозяева заведения процент за заманенных москвичей, а тут такое случилось. Тут мой друг возвращается (он в туалет отходил) и за деньгами лезет. Я ему говорю: «Вадимыч платит». Он сначала даже не понял, переспросил. Когда сообразил, то дара речи на пару минут лишился.

За что нам такая милость свалилась, мы так и не поняли, но всю ту поездку ходили как короли — ведь если тебя Вадимыч обедом угостил, то это так же почетно, как если бы тебя президент лично медалью наградил.

Сам выдели в истории завязку, нарастание напряжения и т. д.





### ЗАДАНИЕ

Придумай и полностью запиши не менее пяти (а лучше десять) историй. Отрепетируй их и каждую расскажи как минимум двум знакомым. Предупреждаю: это одно из самых важных заданий. Если ты его не выполнишь (или выполнишь плохо), тебе будет очень трудно не только знакомиться, но и проводить свидания!

## Переход от легенды к истории или от одной истории к другой

Если ты ни с того ни с сего начнешь рассказывать историю, тебя не поймут. Сам посуди: ты тут такой нарисовался, сообщил, что идешь на встречу, что вам с девушкой вроде бы по пути и что вместе идти веселей, и вдруг начал рассказывать о том, как классно в солнечную погоду кататься на волнах где-нибудь на Бали. Ситуация выглядит абсурдно.

Ваш диалог с девушкой должен развиваться плавно. Каждая твоя история, каждая тема, которую ты затрагиваешь, должна органично вписываться в общий ход беседы. Не пугайся: сделать это намного проще, чем ты думаешь.

Первый способ совсем лобовой. Есть замечательное слово «кстати»: оно хорошо тем, что всегда уместно. Рассказал легенду, после чего спокойно говоришь: «Кстати, представляешь, буквально час назад, когда я сюда ехал, со мной произошел интересный случай...» — и приступаешь к истории. Или: «Кстати, интересный факт. Я тут недавно ходил на одни винные курсы, и мне там рассказали...»



Ты можешь использовать это слово и для того, чтобы сменить тему разговора. Хотя это и топорный метод, что называется, ломовой, но он работает. И работает, надо сказать, хорошо.

Если ты предпочитаешь более тонкие методы, попробуй переходить с темы на тему через объединители. Ими могут быть:

- эмоции;
- люди;
- место;
- действия.

Переход с легенды или с одной темы на другую осуществляется в два этапа.

1. Сначала ты выделяешь объединитель из контекста и обращаешь на него внимание девушки.
2. Затем в качестве связки произносишь какую-нибудь из следующих фраз: «Совсем как...», «Прямо как...», «Это мне напомнило...», «В прошлый раз было так же...», «Как будто оказался...» и т. д.

Смотри, как это работает: «...и мне подумалось, что было бы здорово с тобой сейчас пообщаться. Знаешь, сегодня такая солнечная погода, солнце так и спит глаза, прямо как на море. Я помню, на море со мной произошел интересный случай...»

Переходя с темы на тему во время знакомства, ты можешь достаточно долго говорить в режиме монолога. Но не забывай время от времени передавать девушке



инициативу в разговоре, иначе ты попросту устанешь. К тому же люди обычно любят поговорить о себе. Всем приятно найти отзывчивого слушателя.

Итак, стратегия знакомства у тебя уже вырисовалась.

*Если времени совсем нет – применяешь «директ».*

*Если время есть – используешь легенду + ЕВХ.*

*Если получается импровизировать – импровизируй.*

После того как вы начали общаться, рассказывай истории и старайся разговорить девушку. Каким образом? Пока дам совсем простой совет: периодически задавай ей вопросы. Подробно о том, как разговорить девушку, ты узнаешь в главе, посвященной свиданиям.

## Завершение знакомства

Увы, все хорошее рано или поздно подходит к концу. Конечно, ваше общение только начинается. Однако первый его этап (собственно знакомство) завершается: вы с девушкой так классно беседуете, но пора расставаться. Надо бы — нет, даже обязательно надо! — на днях еще раз встретиться и продолжить разговор. Именно на такой ноте должно заканчиваться знакомство. Впрочем, ты уже знаешь об од-



ном исключении: это метод директивного знакомства, когда ты сразу предлагаешь девушке обменяться контактами и встретиться.

Напомню: цель этапа знакомства заключается в том, чтобы девушка согласилась с тобой встретиться еще раз. Дополнительно напомню, что твоя цель не коллекционирование телефонных номеров, а наличие женщин в твоей жизни. Поэтому предлагай обменяться телефонами и встретиться только в том случае, если ты действительно позвонишь девушке. Однако это касается реальной жизни.

В ходе тренировки ты будешь учиться именно брать номер телефона, и может так выйти, что у тебя физически не получится позвонить всем девушкам, которые дали свой номер. Да, все те же издержки тренировочного процесса. Тем не менее настоятельно рекомендую приглашать на свидания всех девушек, с которыми удалось познакомиться. Хотя бы для того, чтобы провести вместе полчаса и попить кофе. Умение проводить свидания тоже нужно тренировать. Плюс у тебя выработается правильная привычка: взял телефон — надо на днях по нему позвонить.

*Как взять номер телефона или перевести знакомство в быстрое свидание?* Первое, что необходимо сделать, — это отследить момент. Полноценный этап знакомства обычно длится от 5 до 15 минут. Вам нужно пообщаться, немного узнать друг друга, ты должен успеть заинтересовать девушку. Если же вы беседуете более четверти часа, это скорее напоминает свидание. Тут уже точно надо действовать как на первом свидании и проводить S-тест.



Так или иначе, в определенный момент ваше знакомство подойдет к логическому завершению. К примеру, вы идете по улице, вам какое-то время по пути, но вот дороги расходятся и надо что-то делать. Или ты ждал своих друзей, она — своих, все пришли и надо что-то делать. Или ты собрался уходить из клуба домой, вызвал такси, в ожидании его разговорился с девушкой, но машина приехала и надо что-то делать. Или вы просто познакомились в парке, оживленно болтаете уже десять минут, у тебя и у нее полно свободного времени и... надо что-то делать!

Именно ты должен проявить инициативу: «Катя, мы так здорово с тобой общаемся, но, похоже, мне уже пора. Давай еще раз встретимся с тобой как-нибудь на днях. Предлагаю обменяться контактами, я тебе обязательно позвоню и куда-нибудь приглашу. Скажи мне свой номер телефона».

Это пример завершающей фразы. Ты говоришь девушке, как тебе хорошо вместе с ней, и что-нибудь предлагаешь. У тебя есть три варианта.

- Предложи обменяться номерами телефонов, чтобы на днях встретиться.
- Предложи прямо сейчас пойти куда-нибудь (например, попить чай в соседнее кафе).
- Ничего не меняй. Познакомились вы в баре, танцуете-выпиваете, ты понимаешь, что это будет продолжаться еще как минимум полчаса — ничего не трогай. Пусть все идет как шло.



### ЗАДАНИЕ

Как ты уже заметил, я очень часто прошу тебя что-то заранее продумать и отрепетировать. Завершающая фраза не исключение. Запиши ее и не менее 50 раз произнеси перед зеркалом. А еще лучше — потренируйся с приятелем.

## Женские проверки (возражения) во время знакомства

Думаю, ты не раз сталкивался с фразой «Я не знакомлюсь на улице». И готов биться об заклад, тебе неоднократно отвечали что-то типа: «У меня есть парень», «Я замужем», «Давай лучше ты мне оставишь свой номер телефона». Такие действия со стороны девушек я называю проверками, или возражениями. Проверки возможны на любой стадии общения: во время знакомства, на свидании, при увозе, на этапе возбуждения, перед сексом. Сейчас разберемся с проверками при знакомстве.

Вспоминаем, что девушки любят уверенных парней, знающих себе цену и умеющих добиваться своих целей. Во время знакомства девушка инстинктивно отсеивает слабых духом. С другой стороны, она вполне может говорить правду: она действительно замужем, очень любит своего мужа и знакомство с мужчиной на сегодняшний день в ее планы не входит.



Как же отличить проверку от реальной причины? Да очень просто: если девушка объяснила, почему вам не надо знакомиться, и ты с ней согласился, это и была причина. Если же вы продолжили общаться — это была проверка.

Тебе не помешает знать, какие существуют проверки.

- **Проверка на настойчивость**, или «Я не такая, я на пять рублей дороже». Она может выражаться в фразах «У меня есть парень», «Я на улице не знакомлюсь» и т. п. Основное правило прохождения этой проверки — первые два «нет» со стороны девушки не считаются. Пытайся пройти проверку (конкретные способы я перечислю чуть ниже) до тех пор, пока девушка либо не согласится с тобой пообщаться, либо не скажет «нет» трижды. Назовем такой подход «правилом трех "нет"», запоем его и будем использовать.
- **Проверка на адекватность и естественность**. Тут самые распространенные вопросы со стороны девушки: «Сколько тебе лет?», «А ты вот так со всеми (часто) на улице знакомишься?», «А у тебя есть девушка?». Если ответ на первый вопрос очевиден — честно и прямо говоришь свой возраст, то на втором и третьем вопросах остановлюсь подробнее.

«Ты часто с девушками на улице знакомишься?» — этот вопрос ставит тебя в немного дурацкую позицию. Скажешь, что часто, — сочтут бабником,



ненадежным мужчиной, который так и норовит свалить налево. Скажешь, что редко, — набьешь девушке слишком высокую цену и общаться с ней станет очень сложно. Когда тебе задают подобные вопросы, ответ должен быть максимально расплывчатым, чтобы девушка сама додумала «правильный» для нее ответ.

Хочу сделать лирическое отступление и рассказать тебе об одном забавном женском свойстве: если девушка получает неопределенные сведения, то в зависимости от того, нравишься ты ей или нет, она додумывает недостающую информацию в твою или не в твою пользу. Например, если ее подружка Изольда увидела, как в 11 часов пятничного вечера ты и другая мадемуазель сидели на диванчике, курили кальян, пили вино и многозначительно смотрели друг на друга, это еще не катастрофа. Смело говори, что у вас была деловая встреча, что это нужно по работе, что у тебя наклеивается перспективный проект и ты все делаешь только ради вас. Твоя девушка всему поверит. А если через пару дней ты добавишь, что Изольда на тебя как-то странно смотрит, так и вообще обвинит Изольду, мол, вот сучка, хочет у меня мужика увести.

Теперь еще раз вернемся к вопросу: «А ты вот так со всеми девушками на улице знакомишься?» Уже догадался, какой ответ будет хорошим? Я предпочитаю такой вариант: «Да ты что! Только с теми, кто очень сильно понравится». Смотри, как все здорово складывается, сколько двусмысленностей! Ты не скрываешь, что она тебе понравилась и что ты действительно знакомишься на улице. Но кто знает, как часто ты это делаешь. Девушка может решить, например, что последний месяц



(год, век — как ей будет угодно) ты ни с кем не знакомился.

*Если ты девушке понравился — а ты приложишь к этому максимум усилий, — то она все додумает в твою пользу.*

- **Проверка на социальный статус.** Учти, что многие статусные девушки хотят видеть рядом с собой соответствующих парней. Они оценивают тебя и по твоей одежде, и по твоей машине, и по твоей манере общения. (В связи с этим считаю необходимым напомнить, что тебе стоило бы заняться своим внешним видом, если ты еще не озадачился этим вопросом.) Кроме того, могут возникать соответствующие вопросы: «Где ты работаешь?», «Где ты живешь?», «Какая у тебя машина?».

Как эффективно проходить проверку? Ты можешь воспользоваться любым из пяти основных способов.

1. **Игнорируй проверку.** Продолжай развивать мысль, которую высказал ранее. Представь, что девушка не задавала вопрос, а просто как-то иначе посмотрела на тебя. У женщин есть еще одно забавное свойство: они очень быстро забывают, о чем говорили буквально минуту назад. Пользуйся!
2. **Используй юмор.** Доведи проверку до абсурда: «У тебя было много девушек?» — «Да нет, ты что, я девственник!» (а сам в это время погладь



внутреннюю сторону ее бедра). Юмор — действительно сильная штука, но не каждый способен хорошо шутить. Если это твое сильное качество — применяй его. Если нет, не переживай: есть и другие варианты прохождения женских проверок.

3. **Говори искренне.** «И часто ты так с девушками знакомишься?» — «Да нет, что ты, только если девушка мне действительно понравится. Знаешь, когда я тебя увидел, у меня такое ощущение возникло, вот здесь, где-то в груди, что я понял: никогда себе не прощу, если не подойду и не пообщаюсь с тобой. Кстати, буквально недавно со мной случай произошел...» При этом ты говоришь ровно то, что думаешь на самом деле. Помни, что девушки очень чувствительны к эмоциям и любую фальшь различат за километр.
4. **Отвечай расплывчато.** Я уже приводил пример использования этого метода, когда разбирал вопрос: «А ты вот так со всеми девушками на улице знакомишься?» Это очень сильный прием, но его применение потребует от тебя опыта и умения импровизировать. Так что рекомендую записывать все удачные ответы, которые приходят тебе в голову. В будущем это поможет легче придумывать классные ответы. Вообще говоря, полезно записывать хорошие первые фразы, тексты СМС и т. п. За счет этого ты дополнительно задействуешь другие виды памяти и способы анализа информации и тем самым развиваешь в себе тот или иной навык.



5. **Используй невербалику.** Правильные жесты, осанка, мимика позволят избежать вопросов по поводу твоего социального статуса, адекватности и даже настойчивости. Дружелюбное выражение лица можно сменить разочарованным, когда девушка задаст каверзный вопрос. Можно в нужный момент на нее нехорошо посмотреть, замолчать, задуматься. Этот способ подключай самым последним: чтобы его эффективно применять, требуется еще больше опыта, чем при использовании расплывчатых ответов.

Следует понимать, что не существует волшебной техники, которая позволяла бы легко перейти от «Я замужем» к «Я тебя хочу». Но есть общая линия поведения, которая присуща уверенному в себе человеку, знающему, чего он хочет, и умеющему этого добиваться. Естественно, девушка может оказаться влюблена в другого парня (а как известно, на красивых девушек спрос выше и парней, которые за ними ухаживают, больше), но это, как говорится, ей предстоит еще доказать!

Наше законодательство исповедует принцип презумпции невиновности: пока не докажут, что ты виновен, с тобой ничего сделать не могут. Точно так же относись к девушке: пока не докажет, что у нее есть парень, что она действительно не знакомится на улице, что она не оставляет номер телефона, — не ведись на провокации. Ты должен быть точно уверен, что она говорит правду. Пользуйся инструментами, которые я тебе дал, проявляй гибкость и настойчивость!



## Знакомство: подведем итоги

Надеюсь, прочитав эту главу, ты воспользуешься ею правильно. То есть не просто подумаешь: «Круто, классные штуки, должны работать — надо будет запомнить» или «Да не, фигня это все. Вы, ребята, просто понтуетесь».

В идеале ты должен пересмотреть свою жизнь и понять, есть ли в ней сейчас пересечения с женщинами или нет. Затем, если ты еще не умеешь знакомиться, тебе нужно выделить время для регулярных полевых тренировок.

Это значит, что ты пойдешь и на собственном опыте проверишь все, что я тут написал. Оторвешь свою любимую попу от не менее любимого дивана, оденешься, помотришь на себя в зеркало, проверишь наличие... ну, в общем, основательно подготовишься — и отправишься знакомиться.

Завершая тему знакомства, я помогу тебе составить план тренировок.

1. Выделяй на тренировку не более полутора часов в день. С одной стороны, этого вполне достаточно, с другой — такое ограничение дисциплинирует и не дает расходовать время понапрасну. Прошло полтора часа — тренировка закончилась, подводи результаты. Если в графе «Подходы» стоит жирный ноль, это плохо. Делай выводы. Проси помощь друзей, мотивируй себя сам, но ежедневный план по подходам ты должен выполнять.





2. Тренировка начинается с разминки. Перед основной частью сделай пять подходов с вопросами на общие темы. Напомню, такие вопросы начинаются со слов «Как пройти...» или «Где найти...». Старайся тратить на разминку не более 15–20 минут.
3. Ежедневно ставь перед собой конкретную задачу: заранее определи, какой метод или элемент знакомства ты сегодня отработываешь. Если это сложный элемент, требующий долгого общения с девушкой, например переход с легенды на ЕВХ, то делай меньше подходов; если что-то попроще, к примеру «директ», то подходов должно быть больше. В любом случае перед тренировкой обязательно намечай план по подходам.
4. Тренировки окажутся эффективными, если:
  - ♦ ты будешь ежедневно тренироваться как минимум 21 день подряд;
  - ♦ после тренировки ты будешь прорабатывать полученный негатив и позитив с помощью техник нового кода;
  - ♦ ты будешь не только знакомиться, но и проводить свидания с девушками, с которыми обменялся контактами;
  - ♦ ты будешь стремиться выжать максимум из каждой коммуникации. Так, если вдруг во время тренировки у тебя наклеивается быстрое свидание — иди на свидание; если чувствуешь, что светит секс, — смело соблазняй. В таких случаях не надо ссылаться на то, что у тебя запланирова-



- но еще восемь подходов. Ты же не ради подходов, надеюсь, эту книжку купил?
5. Кроме проведения полевых упражнений, ты должен готовиться дома: записывать истории, сочинять и отработывать легенду, придумывать завершающие фразы и «директы».
  6. Твоя начальная цель — назначать и проводить одно-два первых свидания в неделю. А дальше думай сам, сколько для этого нужно телефонов, сколько подходов, сколько тренировочных часов.

## ГЛАВА 5



СВИДАНИЯ



## Подготовка к первому свиданию

Итак, вот оно — счастье! Ты познакомился со сногшибательной девушкой и теперь хочешь назначить ей свидание. Как будешь это делать? Можно, как обычно поступают парни, позвонить и сказать: «Давай куда-нибудь сходим». Она спросит: «А куда? У тебя есть какие-нибудь предложения?» Дальше уже становится противно. Он ответит: «Ну, я не знаю. Давай посидим где-нибудь в центре». — «А где?» — «Ну, давай где-нибудь в центре встретимся, а там решим!» Ужасно, правда? Девушкам такое тоже не очень нравится, на подобные «приглашения» они реагируют не очень охотно. Это неправильный подход.

*Чтобы все получилось хорошо, перед тем как назначать свидание, нужно провести подготовительную работу. И советую отнестись к ней серьезно.*

Первое, что тебе предстоит сделать, — определить, куда вы пойдете. Если ты начинающий пикапер и еще не нашел место, в которое можно пригласить девушку и быть на 100 % уверенным, что все пройдет классно, то нужно его обязательно отыскать. Походи по городу, присмотришься к различным заведениям, побывай в них.

Прежде всего на ум приходит **хорошее кафе**, где можно поговорить за чашкой чая или кофе; где не шумно,



не накурено, уютно; где чувствуешь себя практически как дома. Желательно также, чтобы оно располагалось не у черта на куличках, а в центре и туда было удобно добираться. Что делать на первом свидании в кафе? В кафе нужно общаться. Именно для этого и предназначено первое свидание.

Еще можно отправиться в **развлекательную часть торгового центра**, где расположены каток, боулинг, бильярд, игровые автоматы (особенно хорош в этом плане аэрохоккей). Данный вариант менее банален, поскольку обычно девушек на первое свидание тащат в кафе. А ты не такой — ты любишь действие, экшн. Кроме того, если у тебя, что называется, плохо подвешен язык, в развлекательном центре будет проще. Например, можно поиграть в боулинг и пообщаться на эту тему. Ты можешь радоваться страйкам, расстраиваться из-за неудачных бросков, объяснять девушке правила игры, рассказывать интересные истории, связанные с боулингом, если они у тебя, конечно, есть. Если нет — подготовь!

Кстати, в торговых центрах почти всегда есть **кино-театр**. Если свидание продвигается хорошо и результат S-теста положительный, можно пойти в кино, где окончательно закрепить успех и более активно пощупать девушку. *Только не веди ее сразу в кино на первом свидании — это ошибка.* Вначале нужно пообщаться и провести S-тест. Иначе тебе придется действительно смотреть фильм, а не забавляться с девушкой на местах для поцелуев.

Минус торговых центров по сравнению с кафе в том, что обычно такое свидание более затратно. Если на



кафе ты потратишь 500–600 рублей, то активные развлечения выйдут дороже: — 1500–2000 рублей в час. К тому же после игр вам захочется попить, перекусить, а это дополнительные расходы.

Если ты пригласишь девушку на **выставку**, то произведешь впечатление неординарного, образованного и культурного человека. А с таким стоит пообщаться. «Давай сходим в Пушкинский музей, там отличная выставка импрессионистов: привезли огромное собрание работ Клода Моне, включая экспонаты из частных коллекций. Эта экспозиция только что выставлялась в Милане, сейчас проходит в Москве, после чего — в Лондоне, и больше такого не будет никогда. Я точно иду, присоединяйся!»

Но! Здесь очень важна подготовка. Не поленись и хотя бы в «Википедии» почитай, кто такие эти импрессионисты и на Моне или Мане ты идешь. Напоминаю: на первом свидании ты должен максимум внимания уделить общению с девушкой. И на выставке у тебя будет отличный шанс стать для нее гидом — рассказывай ей о картинах и об интересных случаях из жизни художников. Только не переусердствуй и не будь занудой. Хорошая экскурсия — это как минимум плюс 50 очков к твоему интеллекту и еще плюс 50 к обаянию. Вероятность секса автоматом возрастает на 15 % — рекомендую!

Правильная девушка обязана интересоваться искусством. А при том раскладе, который я тебе предложил, именно ты задаешь тон общению. И свидание уже никак не превратится в банальное восхищение ее красотой и прочими достоинствами. Как раз на-



оборот. Допустим, ты сообщил какие-либо факты, связанные с биографией художника или картиной. Девушке некуда деваться — она будет стараться тебе соответствовать: «Да-да, я что-то об этом слышала». Причем абсолютно неважно, действительно ли такой факт имел место, или ты его придумал. Девушка все равно скажет: «Да, что-то припоминаю».

Есть шанс, конечно, нарваться на образованную девушку, но вероятность того, что она действительно разбирается в живописи и может сказать: «Молодой человек, вы, я вижу, “Википедии” начитались. Так вот, я там специально ошибку допустила, чтобы таких, как вы, вычислять и знать в лицо. Я модератор “Википедии”. Ха-ха-ха», — ничтожно мала. А жаль. Сейчас девушки в большинстве совсем глупы и необразованны. Так что, если познакомишься с такой, которая сама расскажет тебе о работах Клода Моне да еще потащит в соседний зал, где выставляются картины Сезанна, Дега и Ренуара, — просто наслаждайся происходящим.

Попробуй, кстати, сходить на выставку современного искусства, если оно тебе не противно (только хочу предупредить: периодически там можно нарваться на какой-нибудь ужас). Сделаю еще один реверанс в сторону «Квартета И» и фильма «О чем говорят мужчины». Герой читает в музее надпись «Туалет закрыт» и думает, то ли это экспонат такой — «Туалет закрыт», то ли действительно туалет закрыт. Но в любом случае воспользоваться туалетом нельзя, потому что во втором случае он просто не работает, а в первом ты возьмешь и на-



писаешь на произведение искусства, что тоже не очень хорошо.

Что еще делать на первом свидании? Можно пойти на препати перед клубом. Пятничный вечер, она собирается в клуб со своей компанией, ты — со своей. Вы встречаетесь в кафе, общаетесь, ведь перед клубом надо поймать настроение. Потом каждый из вас разбежится по своим компаниям. Неплохой вариант. Только не стоит отпускать девушку, с которой вы хорошо пообщались, к ее друзьям. Лучше идти в клуб вместе с ней. Вот отличный сценарий: посидели в кафе, выпили, пошли в клуб, потанцевали. Что под утро остается делать? Конечно же, ехать к тебе или к ней домой, ведь вы успели хорошо друг друга узнать. Можешь пригласить ее выпить чаю или поесть блинчиков на завтрак. Главное — не тормозить и брать инициативу в свои руки.

Надо понимать, что после завтрака девушка, скорее всего, сильно захочет спать, и, если кафе расположено далеко от твоего дома, вероятность того, что она поедет к тебе, значительно уменьшится. Угощать девушку завтраком лучше дома или в таком месте, от которого до твоей квартиры буквально два шага. И скажешь ей, что постелешь ей в другой комнате и не будешь приставать...

Вот тебе история с другой комнатой, которую рассказала мне одна знакомая. Как-то раз она поехала с парнем сначала на препати, а потом в клуб. Встречались они месяца три, но ничего еще не было. Пришли, значит, они в кафе, посидели, потом отправились



в клуб, натацевались, а затем он потащил ее куда-то завтракать. После завтрака ей так захотелось спать, что она была готова уснуть прямо в кафе. Он, естественно, предложил переночевать у него и, чтобы она не ломалась, сказал, что постелет ей в другой комнате, а сам будет спать на диване. Девушка подумала: ладно, черт с тобой, вроде уже достаточно давно знаем друг друга, поехали к тебе. Далее идет прямая речь: «И ты представляешь, этот дебил действительно пошел спать в другую комнату!»

Неплохой вариант для первого свидания — прогулка по городу. Особенно он актуален в теплое время года. Летом можно сходить в парк, съездить на берег водоема или просто купить кофе навынос и отправиться бродить по городу. Зимой, кстати, можно взять рюкзак с глинтвейном и бутербродами и тоже пойти в парк: кататься на коньках или на попе с горок, лепить снежную бабу, а потом вместе греться глинтвейном.

Как ты заметил, я поделился с тобой реальными заготовками для первых свиданий, которые проверены многолетней практикой. У опытного соблазнителя масса таких заготовок. В свое время я подарил участникам тренинга сценарий свидания в Москве, который был распечатан поминутно. Но, поскольку эта книжка предназначена не только москвичам, а на Болотном острове уже все снесли, приводить здесь тот сценарий не имеет смысла. Тебе придется самому поработать над сценарием. Но так ли уж это необходимо?

Чтобы свидания проходили удачно, ты должен хорошо знать кафе, в которое приглашаешь девушку:



какие места в нем считаются лучшими, а какие — худшими, будет ли свободный столик в нужное время или надо его бронировать и т. д. Ты должен разбираться в игровых автоматах: знать, какие из них прикольные, уметь выигрывать у девушки и проигрывать, чтобы ей было интересно и она испытала разные эмоции. К посещению выставки, как я уже упоминал, надо подготовиться. Чтобы прогулка по городу оказалась интересной, следует предварительно продумать маршрут.

Другими словами, тебе нужно заранее составить **сценарий свидания**. Не слишком детальный, конечно, но проработанный. Как минимум ты должен знать ответы на следующие вопросы.

1. Когда начнется свидание и когда закончится?
2. Куда отправимся?
3. Чем мы там займемся?
4. Что я буду делать, если все пойдет плохо?
5. Что я буду делать, если все пойдет хорошо? Есть ли у меня на сегодня варианты с продолжением?
6. Каков приблизительный бюджет свидания и сколько я возьму с собой денег?
7. Какую цель я ставлю перед собой на этом свидании?

Если на первые шесть вопросов ты должен ответить сам, то седьмой пункт уже интереснее: мне есть что сказать на эту тему. И совсем скоро я это сделаю. Но прежде всего давай поговорим, как приглашать девушку на свидание — разберем алгоритм телефонного звонка.



### ЗАДАНИЕ

Подготовь как минимум четыре места для проведения первых свиданий. Подготовить — значит найти заведение, посетить его, понять, чем оно интересно, оценить его ценовую категорию, выделить лучшие места, пообщаться с персоналом, понять, нужно ли бронировать столик, научиться объяснять, как проехать до этого заведения, записать его номер телефона. Если речь идет не о кафе или торговом центре, а о прогулочном маршруте, ты должен пройти его сам, оценить, насколько он длинный, нужно ли делать «привал» в кафе, где заканчивается маршрут и есть ли варианты продолжения свидания.

## Приглашение на первое свидание

Ты ответил на вопросы, которые я задал в конце предыдущего раздела? У тебя есть телефон девушки, с которой ты недавно познакомился и которую тебе не терпится пригласить на свидание? Тогда звони и приглашай!

Если ты, читая книгу, добросовестно выполняешь все задания, то у тебя сейчас должно быть как минимум два варианта проведения первого свидания. Осталось определить, в какое время ты хочешь пригласить девушку на свидание.

**Шаг первый.** Выбери два места, куда бы ты хотел сходить с девушкой, и два временных промежутка, на которые можно назначить свидание. Очевидно, что лучше назначать свидание на вечернее время и ближе к концу недели.





**Шаг второй.** Вспомни составленный сценарий свидания и подумай, как лучше «продать» вашу встречу. Можешь потренировать перед диктофоном слова, которые ты скажешь девушке по телефону. Но не переусердствуй: дословно отработанный вызов (телефонный звонок с целью пригласить девушку на свидание) может выйти боком, если вдруг что-то пойдет не так.

*Когда звонить девушке?* Раньше я говорил, что звонить нужно на третий день после вашего с ней знакомства. На самом деле не так уж это и важно. Впрочем, дам тебе несколько рекомендаций.

- Если взял телефон «директом», звони в этот же день или на следующий, пока тебя не забыли.
- Вообще не рекомендуется звонить в день знакомства или более чем через неделю после знакомства.
- Если во время знакомства ты договорился о конкретном дне свидания, это хорошо. Позвони накануне, буквально за день.
- Если ты хочешь назначить свидание на вечер пятницы или субботы, приглашать девушку следует заранее, хотя бы за пару дней.
- Не звони девушке в пятницу или субботу, особенно вечером. Если она ведет активный образ жизни, то стопроцентно имеет планы и на пятничный, и на субботний вечер. Более того, звонок в такое время сви-



детельствует о том, что тебе нечем заняться в уикенд, а это характеризует тебя не с лучшей стороны.

- Звони во второй половине дня.

Итак, ты набрал номер и после гудков в трубке прозвучало: «Алло?» Что делать дальше?

Сперва убедись, туда ли ты попал: «Алло? Это Оля?» — «Да».

Потом дай понять, кто, собственно, звонит: «Привет, Оля! Это Вася, мы с тобой на днях познакомились...» Подробно расскажи, где и как вы познакомились, начиная с общих моментов и заканчивая деталями: «...в Европейском. Мы с тобой еще долго болтали о том, что пора бы уже весне наступить». Ты должен добиться, чтобы она как можно быстрее тебя вспомнила: «А, Вася, привет! Как же, помню-помню».

После того как она тебя вспомнила, поболтай с ней немного, буквально минуту. Узнай, какое у нее настроение, можешь вкратце рассказать, что у тебя произошло.

Затем предложи первый вариант места и времени. Если ты заинтересовал ее при знакомстве, она согласится. Максимум, что она может сделать, — это перенести встречу на другое время.

Если она отказывается, начинает говорить: «Ну, я не знаю» или «Хорошо, только давай накануне созвонимся» — это плохой знак. Тебя воспринимают в роли запасного аэродрома, не более. Но отчаиваться рано. Пойми, ты пока для нее никто, она



еще не решила, готова ли тратить вечер на общение с тобой. Давай ее к этому немного подтолкнем.

Спроси, почему она не хочет встречаться: ей место не нравится или время не подходит? Или есть другая причина? В зависимости от ее ответа ты можешь поступить по-разному.

- Предложи другое место, или другое время, или другое место в другое время. Если причина в месте или во времени, девушка согласится на твоё предложение.
- Если причина надуманна, попробуй дать четкий алгоритм, позволяющий девушке и проблему решить, и с тобой встретиться: «Смотри, салон у тебя до скольких? До восьми. Где он находится? На “Октябрьской”. К восьми пятнадцати ты легко доедешь до “Третьяковской”. Давай даже, чтобы ты не торопилась, встретимся там в половину девятого». Иногда нам бывает лень куда-нибудь ехать, особенно если мы не понимаем ни как туда добираться, ни сколько времени это займет. Четкий план действий способен помочь, если проблема в элементарной лени.
- Если причина действительно уважительная (к примеру, девушка заболела или ей надо срочно улететь в командировку), договариваешься созвониться на днях и — это крайне важно — ни в коем случае не вешаешь трубку сразу. Поболтай еще минуты три-



четыре, заинтересуй девушку дополнительно. Потом, когда будешь снова приглашать ее на свидание, это сыграет тебе в плюс.

- Может случиться, что ты ее элементарно не заинтересовал во время знакомства. Что делать, бывает. Если это так, не клади трубку сразу, поболтай минуты три-четыре, как и в предыдущем пункте, а потом попробуй позвонить через неделю. Если и на этот раз реакция будет аналогичная — переходи к следующей девушке.

Если свидание назначено на завтра, то не имеет смысла подтверждать его. Просто приходи на встречу — она с большой вероятностью состоится. Если же вы договорились встретиться через два-три дня, то лучше в день свидания созвониться или списаться, пожелать хорошего дня и напомнить о встрече.

Все эти хитрости в основном предназначены для сложных случаев. Действительно, если ты правильно познакомился, понравился девушке и она не против сходиться с тобой на свидание, никаких «телефонных войн» не будет. Проблемы же возникают тогда, когда ты недоработал во время знакомства, когда ты «отжал» телефон, когда ты взял телефон обманом, короче, когда ты не заинтересовал девушку.

*Если у тебя возникли проблемы с вызвоном, обращай больше внимания не на то, как ты звонишь, а на то, что ты делаешь при знакомстве.*



## Этикет на свидании: правила для пикаперов

Эти правила предельно просты. Их логика такова: девушка тоже человек, у нее равные с тобой права... и обязанности. Но есть нюансы. Поэтому хочу познакомить тебя с пятью основными правилами этикета, которые следует соблюдать во время романтического свидания.

1. Как вести себя, если девушка опаздывает на свидание? Итак, представь ситуацию: ты пришел на место встречи вовремя, набрал ее номер и...
  - А. Она весело берет трубку и говорит, что бежит и будет минут через десять. Ничего страшного, бывает. Можешь как-нибудь в шутку ее наказать или сказать что-нибудь из серии: «Впредь буду знать, что ты девушка пунктуальная и на встречу к тебе нужно опаздывать ровно на десять минут». Но сильно внимание не заостряй — это мелочно.
  - Б. Она весело берет трубку и говорит, что едет и будет минут через двадцать. Это гораздо хуже. Во-первых, она или разгильдяйка, или не особо ценит тебя и твое время. Во-вторых, ехать она может не 20 минут, а все 30 или 40. И в-третьих, тебе сейчас надо принимать решение. Какое? Что бы ты сделал, если бы так поступил любой из твоих друзей? Наверное, не торчал бы на улице, как дурак, а либо отменил бы встречу, либо продолжил бы ждать там, где не очень

скучно. Точно так же веди себя в ситуации с девушкой. И уж точно надо будет высказать ей, что так делать нельзя.

- В. Абонент не снимает трубку. Тут все совсем просто: как в старину, ждешь 15 минут, потом уходишь. Опоздать на встречу, не предупредив, да еще и не отвечать на звонок — верх неуважения. Не надо с такой девушкой общаться.
2. Платить или не платить за девушку на свидании? По-хорошему, надо платить. Можешь, конечно, изобразить принципиального товарища, который считает, что каждый должен платить сам за себя... Но если ты так поступишь, то вероятность соблазнения снизится. Однако вопрос сложнее, чем кажется на первый взгляд: здесь есть свои тонкости.
    - А. Когда девушка заказывает напиток и десерт, парень не парится и платит. Если тебя из-за такой мелочи душил жаба — лучше не занимайся соблазнением<sup>1</sup>.
    - Б. Если девушка начинает заказывать много всего, спокойно выслушай ее, а затем сразу попроси официанта сделать отдельный счет. Если девушка станет возмущаться, рекомендую послать

<sup>1</sup> На наших тренингах для девушек многие участницы с отвращением отзываются о мужчинах, которые удавятся за копейку. Помни: если во время первых свиданий ты покажешь себя настоящим жмотом, то это может полностью перечеркнуть все твои предыдущие успехи. С другой стороны, не нужно разбрасываться деньгами направо и налево. Возможно, это и поможет (возможно!), но уж очень накладно выйдет.



- ее ко всем чертям: скорее всего, ты напоролся на динамищу.
- В. Если ты заказываешь себе салат, горячее и т. д., девушка имеет полное моральное право сделать аналогичный заказ. Ты за все платишь.
- Г. Если девушка хочет оплатить свою половину счета, лучше спокойно сказать: «Не парься», — и расплатиться самому. Если девушка продолжает настаивать — а что, пусть платит.
- Д. Можешь сам оплатить счет и попросить ее кинуть денег на чай.
3. Если ты сам опаздываешь на свидание, позвони девушке и подробно объясни, что ей делать, пока она тебя ждет. Пример: «Слушай, я тут застрял в пробке и опаздываю минут на двадцать. Смотри, там есть кафе, зайди в него, закажи себе торт и капучино, я скоро буду, хорошо? Только торт низкокалорийный!»
4. Она пришла на свидание и сразу заявила, что у нее есть всего полчаса. Это плохо: о таких вещах стоит предупреждать заранее. Как поступить? Спокойно общайся, не вкладывайся в нее сильно, но постарайся заинтересовать, а потом не звони минимум пару недель. Если хорошо заинтересовал — она проявится сама.
5. Она пришла не одна. Например, притащила с собой подружку. Это, конечно, совсем экзотический случай, к тому же обычно так ведут себя малолетки. Надо понимать, что соблазнение на сегодня закончилось — началось цирковое пред-



ставление. Так что развлекайся и делай что угодно. Хочешь — клей подружку, хочешь — проси, чтобы они тебя угощали и за тобой ухаживали. Появление на свидание вдвоем — поступок ребенка, а не взрослого человека. А с детьми очень прикольно играть.

## Первое свидание

Вспомни АШ-модель: после того как ты с девушкой познакомился и встретился, ее надо увлечь, и делать это следует именно на первом свидании.

Первое свидание — очень забавная штука. Что парни, что девушки относятся к нему с душевным трепетом, переживают о том, понравятся они или нет, страшно расстраиваются, если совершают ошибку и выглядят глупо. А все почему? Потому, что в жизни обычного человека первые свидания случаются редко и он абсолютно не представляет, что на них можно и нужно делать.

На этот вопрос и отвечает АШ-модель. Что нужно делать? Нужно девушку увлечь. Как понять, что увлек? Имеются конкретные признаки: рассказывает о себе, задает вопросы, трогает тебя, позволяет трогать себя. Как проверить, нормально увлек или еще нет? А на это есть S-тест.

Однако АШ-модель не отвечает на самый, пожалуй, главный вопрос: как увлечь? Какие существуют



инструменты для увлечения девушки? Настала пора побеседовать на эту тему.

Для начала давай договоримся: на первом свидании мы в первую очередь с девушкой общаемся. Относись к первому свиданию как к продвинутому варианту знакомства: и тебе, и ей нужно узнать, что за человек сидит напротив или идет рядом.

По мере общения с девушкой ты будешь постепенно менять темы разговора с поверхностных на более интимные и увеличивать интенсивность прикосновений. Если ты все сделаешь правильно, то уровень доверия между вами будет возрастать и девушка постепенно начнет возбуждаться.

Вот девушка пришла на свидание, ты ее видишь, приближаешься к ней и... исполняешь некий приветственный ритуал. К примеру, если вы встретились на улице, можно поцеловать ее в щечку, взять за руку и отвести в кафе. Или поздороваться, погладить по спине, взять под руку. Если же она пришла прямо в кафе, то надо встать, помочь ей раздеться, сесть. Поухаживать, короче. Мы же джентльмены.

Ритуал приветствия хорош тем, что уже на данном этапе ты можешь невербально сказать девушке: «Дорогая, ты мне понравилась, я имею на тебя планы». В ходе этого ритуала можно даже проверить, насколько ты ей понравился. Например, сразу попробуй поцеловать ее в губы. Если она не отвернула голову и подставила губы для поцелуя — это очень



хороший знак. А любой очень хороший знак дает плюс 30 % к вероятности секса.

Ты провел ритуал, вы сели, вам принесли заказанный кофе. Дальше начинается общение, которое должно быть интересным.

Бывает так, что ты только встретился с кем-то, буквально лишь поздоровался, а собеседник уже что-то рассказывает. Но такое, к сожалению, случается очень редко и в основном со старыми друзьями. Обычно первое свидание превращается для девушки в допрос с пристрастием: «А где ты работаешь?», «А где обычно отдыхаешь?», «А чем увлекаешься?». Такой вариант банален и скучен.

Чуть более продвинутые ребята могут предварительно подготовить для свидания свежую подборку анекдотов и историй из Интернета. Почему я называю таких ребят более продвинутыми? Да потому, что они понимают: мужчина должен проявлять инициативу, в том числе в разговоре. Именно мужчина обязан предложить тему для беседы на свидании. Анекдот способен выручить в ситуации, когда ты тупишь и тебе совсем нечего сказать.

К сожалению, толку от таких историй немного. Да, тебе удастся заполнить тишину осмысленными звуками. И, кроме того, ты повеселишь девушку. Но тебе-то хочется стать любовником, а не шутом! На свидании гораздо уместнее рассказать о том, что, с одной стороны, вызовет неподдельный интерес девушки, а с другой — выставит тебя в привлекательном свете.



Согласись, мир был бы куда проще, если бы диалог между мужчиной и женщиной можно было свести к некоему контракту.

Например, к такому:

— Смотри, я работаю начальником отдела в крупной конторе, у меня есть машина, живу я один, да и вообще я клевый. Давай так: я тебя сначала напою кофе и угощу тортиком (ужином сразу кормить не готов), потом приглашу в кино, где мы в первый раз поцелуемся, потом мы с тобой пойдем в кальянную, где покурим кальян и выпьем чаю, потом пойдем ко мне, где ты полчаса поломаешься, а потом у нас будет секс, — предлагает мужчина.

— Не вопрос, только давай кино заменим на театр, — отвечает ему женщина. — Я в кино каждую неделю с подружками хожу, а в театре полтора года не была. А ломаться перед сексом, кстати, я больше 15 минут не буду.

Все, договор согласован, заключен, стороны поняли свои права и обязанности и приступают к исполнению контракта.

Но мир-то другой! Кто знает, какую последовательность действий надо избрать, чтобы девушка пошла к тебе домой, да еще и занялась с тобой сексом?

Впрочем, это для тебя он другой. Пока. Чуть позже, если дочитаешь книжку до конца, если хватит сил выполнить все упражнения, если изучишь особенности взаимоотношений мужчины и женщины, мир станет для тебя именно таким, как я описал. Ты будешь видеть скрытый подтекст в словах и действиях женщин и сможешь интуитивно продумывать и воплощать в жизнь такие контракты.



Итак, что сказал наш воображаемый герой в самом начале своего предложения? Я клевый парень, должность у меня приличная: начальник, а не уборщик, уже заработал на машину и возможность жить отдельно. Это его характеристики, причем такие, которые достаточно интересны женщине. Давай еще раз вспомним теорию «слоеного пирога»: женщины предпочитают мужчин, занимающих более высокое положение в социуме. Если ты обладаешь хорошими характеристиками, то о них имеет смысл сообщить девушке. Но ни в коем случае не прямо. А косвенно, с помощью специальных историй, где ты играешь главную роль.

Если же ты пока не обладаешь указанными характеристиками, то истории также помогут произвести соответствующее впечатление на девушку. Замечу, что прием, который я опишу ниже, есть не что иное, как маскировка.

*Маскируясь под более успешного человека, ты производишь на девушку более выгодное впечатление.*

Тут все очевидно: любая девушка хотела бы, чтобы ее парень был молодым, сильным, богатым, здоровым и т. д. Если ты на самом деле такой, каким будешь описывать себя в историях, техника маскировки обеспечит тебе колоссальный бонус. Ты станешь не просто бриллиантом, а бриллиантом в идеальной оправе, на который правильно падает свет. Если ты не такой, то советую не слишком увлекаться этой





техникой, иначе доиграешься: девушка тебя раскусит и может сильно разочароваться.

У меня есть знакомые, для которых маскировка — буквально смысл жизни. К примеру, на своей страничке «ВКонтакте» они размещают специальную подборку фотографий: вот я где-то на юге сижу в ресторане, работаю за ноутбуком, на столе стоят два бокала, фруктовая тарелка и открытая бутылка Moët & Chandon (очень популярный сорт шампанского, розничная цена в России — около 3500 рублей за бутылку; девушки точно знают это название); вот я выхожу из лимузина, а швейцар заведения открывает дверь автомобиля и помогает мне выйти; вот я стою на Васильевском спуске, облокотившись на капот дорожной машины... И неважно, что бутылку мы с ребятами купили на четверых в дьюти-фри (там цена такого шампанского падает до 1000 рублей) и что ни лимузин, ни машина мне не принадлежат. Впечатление уже сложилось, девушка клюнула на наживку — осталось только подсесть.

Если ты хороший актер и тебе нравится играть на публику — вперед, я совсем не против. Тем более, как писал Пушкин: «Ах, обмануть меня не трудно!.. Я сам обманываться рад!» Иной раз девушка готова к подобному обману и, главное, рада ему.

Прежде всего на свидании ты работаешь над своим образом. Для этого ты должен заранее подготовить истории, которые повысят твой статус в глазах девушки. Эти истории очень похожи на те, что ты использовал при знакомстве: те же самые темы, тот же принцип конструирования (завязка — на-



растание напряжения — кульминация — развязка). Одна лишь разница: на свидании ты можешь рассказывать более длинные истории с более сложным сюжетом.

Рассказывая истории, следи за тем, какие из них девушка слушает с большим интересом, на какие темы поддерживает беседу. Не забывай задавать ей открытые вопросы, подразумевающие развернутый ответ, — так ты быстро превратишь свой монолог в диалог. Или даже в монолог девушки! И тут твоя задача — заткнуться, начать ее активно слушать и... трогать.

И у вас начинается разговор по принципу «о тебе — о ней». Вы не затрагиваете личных, интимных тем, а просто рассказываете друг другу о себе — продолжаете знакомиться, только уже на продвинутом уровне. Вспомни АШ-модель, рассмотренную выше: данный этап должен закончиться S-тестом, положительный результат которого будет означать, что ты девушке понравился.

Кстати, уровень прикосновений при такой беседе должен оставаться социально допустимым. Можешь трогать ее за локоть, кисти рук, талию. Ты делаешь это для того, чтобы придать словам особую эмоциональность, и прикосновения — лишь продолжение твоих жестов.

Пора бы нам поговорить о втором основном страхе мужчин — о боязни прикоснуться к девушке. Именно он превращает соблазнение в долгие ухаживания, которые могут тянуться месяцами и даже годами.



Именно из-за него тебе говорят: «Давай останемся друзьями».

Когда общаешься с девушкой, ее необходимо трогать, и чем раньше начнешь, тем лучше. Прикасайся к ней открытой стороной ладони или коленом, старайся добиться того, чтобы вы оказались прижаты друг к другу. Обнимай, причем ее, а не диван. Если ты боишься этого, если у тебя потеют или трясутся руки, то рецептом я уже поделился. Как было со страхом подхода, тебе предстоит вначале испытать негативные эмоции, а потом проработать их с помощью техник нового кода.

Еще один совет: пусть первые прикосновения будут естественным продолжением твоих жестов. Вначале дотрагивайся до девушки как бы нечаянно, вскользь. Но постепенно увеличивай длительность прикосновений — задерживай руки на ее теле на секунду-две. Ну а дальше действуй по нарастающей.

#### Подведу итог.

1. На свидании необходимо общаться.
2. Общаться надо, рассказывая истории о себе и задавая девушке открытые вопросы. Твоя задача — завязать диалог.
3. На первом свидании общение должно протекать по принципу «о тебе — о ней».
4. Девушку надо трогать. Однако на первом свидании прикосновения должны оставаться социально допустимыми.



5. Все заканчивается S-тестом как знаком того, что ты девушке понравился.

В конце данного раздела хочу заострить внимание на том, что под первым свиданием понимается не просто первая встреча с девушкой. Первое свидание — этап в общении, продолжающийся с момента знакомства до момента, когда девушка на тебя повелась, заинтересовалась тобой, то есть до успешного прохождения S-теста.

Я сознательно упрощаю для тебя картину мира. Освоив базовый уровень, ты поймешь, что S-тест не панацея. Главное — это твое ощущение, подсказывающее, нравишься ты девушке или нет. Но пока забудь об этом. Сейчас для тебя существует только S-тест. Мастерский тренинг — совсем другая история.

Кстати, об историях. Я неоднократно просил тебя заранее готовить и записывать их. Так и делай. Пока. Позже ты выяснишь, что гораздо интереснее иметь в своем распоряжении не просто набор историй, а список тем, в которых ты разбираешься и на которые можешь поговорить с девушкой: психология, культура, искусство, путешествия, дрессировка животных, модельный бизнес... ну и собственный активный образ жизни, конечно. Как только распорядок дня станет чуть разнообразнее, чем «дом — работа — дом», в твоём арсенале сразу же появятся истории. Причем не чужие, придуманные для маскировки, а твои. Рассказывая их, ты будешь говорить об истинном себе. А это, поверь мне, очень круто!



Еще раз оговорю временные рамки первого свидания: у тебя есть всего **60 минут** для того, чтобы провести S-тест. Точнее, три S-теста — вспомни проверку на настойчивость.

*Если результат S-теста положительный — пора переходить ко второму свиданию, если отрицательный — надо прощаться, разбежаться и приглашать девушку на второе первое свидание.*

И напоследок подскажу одну «фишку». Если 60 минут истекли, девушка все никак не увлечется, но у тебя остались время и желание все-таки соблазнить ее сегодня, попробуй сменить место. Пьете кофе в кафе? Приглашай в другое заведение на чай и кальян. На улице бери ее под руку, а лучше — за руку и в новом месте начинай второе первое свидание, только быстрее. Высока вероятность, что девушка станет тебе больше доверять и поведется.

## Твои действия между свиданиями

Не всех девушек получается соблазнить на первом свидании, особенно если ты только учишься с ними общаться. В таком случае этап соблазнения растягивается на некоторое время. Естественно, вы ходите на свидания (ты уже знаешь, что нужно делать).



А кроме того, вы общаетесь между свиданиями, чему тоже следует уделить должное внимание.

Итак, вы замечательно пообщались, явно друг другу понравились и тебе совсем не хотелось ее отпускать домой. Но ты внимательно читал эту книгу и запомнил, что больше полутора часов тратить на первое свидание не стоит — все равно без толку. Вы расстались, договорились встретиться на днях — про себя ты решил, что новое свидание состоится через три дня, — и ты остался наедине с собой.

Обычно в этот период мужчины начинают себя накручивать. Они снова и снова смакуют послевкусие прошедшего свидания, строят планы на будущее, уже решив: *это моя девушка*. Им хочется продолжить общение, сделать ей что-то приятное, удивить каким-нибудь сюрпризом. И начинается: обязательно нужно прислать ей на работу букет цветов, перебрасываться сотнями СМС до четырех утра, часами болтать по телефону со слюнями, соплями и признаниями в любви. И самое смешное, что мужчина искренне считает: чем больше он сейчас вложится, чем больше будет подарков, общения, внимания, тем скорее ему дадут и тем сильнее его станут любить.

Однако он забывает, что мы — люди — совсем не ценим вещи, которые легко достаются. Вспомни себя: наверняка ты был знаком с девушками, которые за тобой всячески бегали и исполняли любой твой каприз. Насколько они тебя интересовали? И наоборот: «Чем меньше женщину мы любим, тем легче нравимся мы ей». Готов поспорить: раз уж ты



взял в руки эту книгу и дочитал аж до этого места — была в твоей жизни и безответная любовь, когда ты готов был сделать для девушки все, да только ее это ничуть не волновало. Зато каждый ее отказ разжигал твое желание все больше и больше.

Мы ценим интригу, дорожим тем, что можем потерять. Когда девушка все время рядом, она постепенно надоедает, но стоит ей немного пофлиртовать с официантом — и твое отношение к ней резко меняется. Появляется ревность: это же мое, я же навсегда застолбил ее! А если она не отвечает на СМС в течение двух часов, ты начинаешь все чаще и чаще думать о ней: все ли в порядке, ничего ли не случилось, не поменялось ли ее отношение к тебе?

*Каждый раз, когда соблазняешь девушку, помни вот о чем. Общаться между свиданиями надо, иначе тебя просто забудут. Но ни в коем случае не перебарщивай.*

Мой опыт говорит, что хорошо бы напоминать о себе раз в два дня. Чаще — слишком назойливо, реже — тебя успеют забыть. Так, если на первом свидании вы договорились, что встретитесь послезавтра вечером, то имеет смысл перекинуться с девушкой парочкой СМС в день первой встречи (напиши, что с ней тебе было очень хорошо), после чего созвониться послезавтра днем.

Если ты понимаешь, что в следующий раз получится встретиться только через неделю, то пару раз нужно будет девушке позвонить, причем не просто спро-



сить, как у нее дела, а дополнительно заинтересовать ее. Расскажи об интересном случае, который с тобой произошел, заинтригуй девушку, внезапно пропади и так же неожиданно появишься.

Чтобы девушка больше о тебе думала, совсем не обязательно постоянно мелькать у нее перед глазами. Поясни эту мысль на простом жизненном примере.

Допустим, ты написал красивую СМС, в которой рассказал девушке, какая она хорошая, как бы ты хотел с ней встретиться, и предложил пересечься сегодня вечером. Отправил сообщение, а она не отвечает. Что с тобой начинает происходить?

Первые десять минут ты несколько раз смотришь на телефон просто так, например, чтобы узнать, сколько сейчас времени. Потом лезешь в папку «Отправленные» и проверяешь, той ли Маше ты отправил СМС. Потом еще раз перечитываешь текст, ведь в нем могла оказаться опечатка. Потом пытаешься заняться каким-нибудь делом, но все равно время от времени поглядываешь на телефон. Наконец ты решаешь, что совсем ей не понравился, что она вообще не для тебя, что не стоит о ней думать, а сегодня вечером вполне можно попить пива с друзьями, и уже даже начинаешь набирать телефон друга, как от нее приходит сообщение: «Привет, извини, была занята. Где ты хочешь встретиться?»

У тебя кардинально меняется настроение. Ты опять на коне, ты как можно быстрее набиваешь ответ: «Давай возле памятника Пушкину. Ты же знаешь, где это?». И опять ждешь ответа. И опять первые десять минут проверяешь время, стараешься отвлечься и т. д. А на дворе уже полшестого, и тебе надо решать: то ли ехать к памятнику, то ли домой. От пива с другом ты уже отказался, но можно попытаться экстренно все переиграть. В конце концов ты думаешь: «Да хрен с ней, с этой Машей!» — и звонишь другу. Тот над тобой усиленно стебется, но на встречу соглашается. И тут за пять минут до выхода ты получаешь сообщение: «Да, конечно, давай там через 40 минут!»



Всего две СМС от нее, а ты уже и эйфорию пережил, и крушение всех надежд, и выслушал едкие насмешки от друга, да еще прямо сейчас будешь звонить ему и отменять встречу.

К чему я все это рассказал? Возьми за правило не уделять слишком много внимания общению между свиданиями.

*Не отвечай на СМС раньше чем через полчаса. Не говори по телефону больше десяти минут.*

Потом ты будешь нарушать данное правило, но пока строго придержишься его. Общение между свиданиями не должно отнимать у тебя много времени и душевных сил. Чем больше эмоций ты будешь вкладывать в девушку на этом этапе, тем более ценной она для тебя станет, тем легче ей будет тобой манипулировать. И тем ниже вероятность удачного исхода, будь то исключительно секс или гармоничные отношения.

Дело в том, что, вкладывая излишние ресурсы в общение, ты нарушаешь баланс вашей с ней значимости: она становится для тебя важным человеком, а ты как был для нее простым знакомым, так и остаешься. Это вселяет в тебя дополнительные страхи, добавляет зажатости в общении с ней. О каком соблазнении тут можно вести речь?

**Давай делать выводы.**

1. В разделе рассматривалось общение между свиданиями именно на этапе соблазнения, то есть до



первого секса. Я не затрагивал вопросы общения в рамках построения отношений.

2. Если промежуток между свиданиями не очень большой (не превышает трех дней), то общение вполне можно ограничить одним звонком, во время которого ты назначишь новую встречу. Просто позвони, скажи, что соскучился, и пригласи.
3. Если промежуток между свиданиями большой, то лучше периодически общаться. Но постарайся сделать так, чтобы и она вкладывалась в общение. Как — думай сам. Пример, приведенный выше, послужит хорошей подсказкой. Перечитай его еще раз.

## Второе и последующие свидания

После того как ты прошел S-тест, девушку пора соблазнять. Я уже не раз говорил об этом. И упоминал, что надо девушку возбудить — сделать так, чтобы она физически захотела заняться с тобой сексом. Вот только совсем не объяснил, как этого добиться. Рано еще было, ведь речь шла о знакомстве, звонке, первом свидании. Но сейчас самое время разобраться с техникой возбуждения.

Ты уже наверняка твердо усвоил, что в ходе соблазнения нужно одновременно выполнять два действия: говорить с девушкой и трогать ее. И тебе предстоит пройти путь от разговоров про вас с ней



и социально допустимых прикосновений до бесед о сексе и хорошего петтинга. Двигаться по этому пути следует постепенно и не торопясь. Соблазнение не ловля блох — тут спешка вредна.

Наша с тобой задача — постоянное повышение эмоционального градуса в общении и эскалация кинестетики. Если перевести на русский, то ты должен непрерывно усиливать интимность бесед и прикосновений в процессе общения.

### **Эскалация кинестетики при соблазнении**

Итак, после S-теста ты можешь взять девушку за руку, которую она уже не отнимает. Пора двигаться дальше. Через какое-то время ты кладешь ее руку себе на колено и начинаешь трогать девушку за локоть, потом — за плечо, потом... так, стоп. Пока твои фантазии не разыгрались слишком сильно, назову три основных правила, которые следует при- менять, прикасаясь к девушке.

**Правило первое:** видишь ее заинтересованность — делай шаг вперед. Если ты замечаешь, что девушка заинтересовалась тобой — переходи к следующему уровню кинестетики (я перечислю их чуть ниже). Трогал за локоть — переключайся на плечо, трогал за плечо — на шею. Ты должен вести себя активно: сама с себя трусы она не снимет.

**Правило второе:** шаг вперед — два назад. Если при переходе на следующий уровень ты замечаешь, что девушка отстраняется от тебя, плохо реагирует —



не теряйся. Отойди на два уровня назад и продолжи с ней общаться, после чего заново двигайся вперед, соблюдая первое правило.

**Правило третье:** молчания быть не должно. Либо ты, либо она должны говорить. Молчание может наступать только в те периоды, когда вы целуетесь. Если вдруг в беседе возникает неловкая пауза — срочно избавляйся от нее. Или заваливай девушку комплиментами, или рассказывай душещипательную историю, или задавай вопросы. Последнее, кстати, не самый лучший вариант, но тупо сидеть и молчать — совсем эпический прокол с твоей стороны.

Эскалация кинестетики идет в следующем порядке: ладонь — локоть — плечо — шея — голова — поцелуй... Знаешь что, отправляйся-ка на сайт [www.pickup.ru](http://www.pickup.ru) — там ты обязательно найдешь видеоуроки, посвященные тому, как правильно трогать девушку. Ведь некоторые вещи лучше один раз увидеть.

Здесь же я сообщу тебе об одном нюансе, о котором стоит знать, когда штурмуешь бастионы на ее теле. Существуют некоторые... как бы их лучше назвать... несгораемые суммы. Сейчас объясню, что это значит. Если ты поцеловал девушку взапас и она ответила на поцелуй, то вы как будто договорились: целоваться можно. Теперь в любой момент, на любом последующем свидании ты можешь смело целовать ее в губы прямо с порога, то есть в первые секунды встречи.





Если в какой-то момент ты залез ей под кофточку и поласкал обнаженную грудь, это же действие ты можешь повторить минут через пятнадцать. Отныне грудь трогать можно. Таким образом, постепенно, шаг за шагом ты продвигаешься к заветной цели — к ее, как бы тут литературно выразиться, ну, ты понял. После того как ты хорошенько пошаришь у нее в трусах, ее возбуждение станет действительно сильным. Настолько, что она захочет заняться с тобой сексом.

### О чем при этом говорить?

Отличный вопрос. Ты уже научился рассказывать истории о себе и провоцировать собеседника на диалог. Тебе абсолютно ясно, о чем надо говорить во время знакомства или первого свидания. Нужно шутить, делиться прикольными случаями, задавать девушке вопросы, выслушивать ответы, комментировать. А вот о чем говорить, когда лезешь ей под кофточку? Не травить же анекдоты про поручика Ржевского!

После S-теста темы бесед постепенно должны меняться. Вместо захватывающих рассказов о том, какой ты клевый и перспективный, начни давить на эмоции. Все, S-тест пройден, она невербально подтвердила: «Да, я вижу, ты клевый, я не против познакомиться с тобой поближе».

На этой стадии общения удели больше внимание чувствам девушки. Она должна начать тебе доверять. Расскажи о своем детстве, мечтах, сильных эмоциональных переживаниях. После трогательной истории поинтересуйся, было ли с ней что-нибудь подобное. И не забывай о ее комфорте: говори,



что тебе с ней приятно, что у тебя складывается такое ощущение, будто вы знакомы всю жизнь.

На каком-то этапе общение с девушкой станет очень приятным и естественным. Вам будет хорошо вместе, вы практически перестанете замечать других людей и слышать окружающие звуки. Быть может, у вас даже получится читать мысли друг друга — в какой-то момент кто-нибудь из вас воскликнет: «Ничего себе, я как раз об этом и думал!» Поздравляю, вы достигли особого состояния, которое я называю состоянием кокона.

В этом состоянии время летит незаметно, темы для разговора никогда не иссякают и рождаются буквально сами собой, а беседу совсем не хочется прерывать. Я уверен, что ты не раз испытывал его, например, когда встречался с близким другом.

Так вот, состояние кокона, с одной стороны, отличная штука: благодаря ему соблазнить девушку значительно проще. С другой — это очень коварная вещь. Дело в том, что в таком состоянии хочется общаться и не хочется секса. Поэтому мой тебе совет: заметил, что вы с ней достигли состояния кокона, — срочно начинай возбуждаться. Представь ее в постели, подумай, как ты будешь заниматься с ней сексом, как в первый раз в нее войдешь. И разумеется, постоянно трогай и возбуждай ее.

### Выбор места для второго и последующих свиданий

Успех соблазнения зависит от множества мелочей, начиная от ее графика месячных и заканчивая на-



личием презервативов в самый нужный момент. Каждая такая мелочь может повысить вероятность общего успеха или свести на нет все твои предыдущие достижения.

Некоторые обстоятельства от тебя не зависят: если по пути на свидание она попала в ДТП и из-за этого не пришла — тут ты бессилён. У нее неожиданно могут начаться месячные или зазвонит телефон. Ей может внезапно встретиться старый знакомый. Но есть детали, которые ты можешь заранее учесть и продумать. И хороший соблазнитель о них ни за что не забудет.

Итак, на втором свидании необходимо возбуждать девушку и одновременно разговаривать с ней на эмоциональные темы. Где все это лучше проделать? Какой формат заведения положительно повлияет на ваше общение?

Все очень просто: тебе нужны уютная, уединенная атмосфера и возможность получить доступ к женскому телу. Поэтому для вторых свиданий идеальны **чайные, кальянные, восточные рестораны**, где вместо жестких стульев гостям предлагают мягкие диванчики. Найди пару таких заведений, подружись с персоналом, выбери наиболее удобный столик — словом, проведи полноценную подготовительную работу. Приходя сюда с девушкой, ты должен быть уверенным и спокойным, будто у себя дома.

Кроме того, девушку стоит сводить в кино. Только выбери не очень интересный фильм и такой кинотеатр, где подлокотник между сидениями можно



поднять и устроить мини-диванчик. Честно говоря, для твоих целей кинотеатр подходит ничуть не хуже чайных и кальянных: тут темно и совсем не слышно, чем вы с девушкой занимаетесь. Тебе не придется много говорить — за тебя это сделает фильм — достаточно шептать комплименты на ушко и распускать руки. У меня есть знакомый, который в кино регулярно доводит девушек до секса.

Что еще? Если у тебя есть **автомобиль**, то вы можете кататься по городу. Для подобного свидания подготовка еще важнее: нужно знать хорошие маршруты. В свое время я любил возить девушек в аэропорт Шереметьево, чтобы понаблюдать, как садятся самолеты. Когда над тобой с диким ревом пролетает Ил-86, ощущения незабываемые. Девушка быстро начинает прижиматься к тебе, а от объятий один шаг до поцелуев. Кстати, в автомобиле вполне можно дойти и до секса; в таком случае тем более проработай маршрут и найди в городе места, где вас точно не потревожат в самый неподходящий миг.

Быть может, ты придумаешь еще какие-нибудь варианты проведения второго свидания — это было бы замечательно. Всегда приятно иметь дело с человеком, который способен не только повторить инструкции, но и подарить миру что-то новое.

\* \* \*

Напоследок хочу сказать, что общение с девушкой должно всегда идти по нарастающей. С течением времени оно должно становиться все более и более интимным.



Во время свиданий нельзя повторяться. Если на первое свидание вы отправились в парк, на второе — тоже в парк и на третье ты приглашаешь девушку туда же, ей станет скучно еще при второй встрече.

Накануне каждого свидания ставь перед собой цель: пройти S-тест, или поцеловаться, или заняться сексом. Потом ты сможешь от нее отказаться и ходить на свидания просто для того, чтобы пообщаться. Но пока, на первых порах обучения, обязательно ставь ее! Желательно в письменном виде, чтобы после свидания ты смог оценить его, руководствуясь объективным критерием (то есть целью), и решить, было ли оно успешным, или ты облажался.

Какие возможны цели? Вспомни структуру соблазнения. Согласно ей твоя первая цель — пройти S-тест. Затем ты обязан приступить к соблазнению — начать девушку возбуждать. А это значит, что надо поцеловать ее в губы, а потом добраться до интимных мест. Заметь, все цели связаны с прикосновениями. Это неудивительно, поскольку мы говорим о соблазнении. Можно очень мило проболтать с девушкой шесть часов, после чего тебе покажется, что вы созданы друг для друга. Только к соблазнению подобное общение не имеет никакого отношения.

## ГЛАВА 6



## СОБЛАЗНЕНИЕ



«Научите меня знакомиться, мне нужно именно это. Дальше я уже знаю, что надо делать!» Я постоянно слышу такие фразы от ребят, которые приходят на тренинги. Хотя научиться знакомиться — реально очень просто, обычно на это уходит буквально неделя-две, если, конечно, студент не халявит.

Самый сложный элемент в соблазнении девушки — это следующий шаг. Знаешь, почему обычному мужчине кажется, что познакомиться сложнее всего? Потому, что он пока вообще ничего не умеет и думает, что стоит научиться делать первый шаг (в данном случае — знакомиться с девушкой) — и все остальное пойдет как по маслу. Куда там! Потом начнутся проблемы с вызвоном. Потом — с проведением первого свидания. И так далее. И всему этому придется учиться.

Сейчас мы с тобой подобрались к очень интересному моменту: ты возбудил девушку на свидании, ты чувствуешь, что она уже «течет» и совсем не против заняться с тобой сексом. Но как с ней об этом договориться? Что надо сказать, чтобы она пошла с тобой и сняла трусы? Не предлагать же ей: «Давай ты будешь моей девушкой!» — а то ведь решит, что ей надо подумать. А размышляют девушки над подобными вопросами, как мы знаем, целую вечность.

Однако ты уже тертый калач. Ты изучил АШ-модель и помнишь, что, возбудив девушку, должен увести ее в какое-нибудь место, где у вас все получится. Так и есть. Осталось выяснить, как это сделать и какие инструменты для увоза имеются в твоем распоряжении.



## Как поймать момент

Итак, перед тем, как девушку увозить, ее нужно возбудить. Тогда у нее будет меньше вопросов о том, куда и зачем вы едете. Поэтому на данном этапе придерживайся следующего правила.

*Прежде чем предлагать девушке уединиться, ты должен, во-первых, поцеловаться с ней засос, во-вторых, заметить один сильный или два слабых признака возбуждения.*

Существуют отдельные исключения, когда девушка принципиально не хочет целоваться, но совсем не против заняться с тобой сексом. Возможно даже, что она не будет целоваться с тобой и после секса. В подобных случаях, если замечаешь у нее сильный признак возбуждения, засосом можешь пренебречь. Но такое бывает крайне редко, поэтому лучше добиваться поцелуев.

**К сильным признакам возбуждения** относятся интимные ласки: твоя рука у нее в трусах или на ее трусах в соответствующем месте; ее рука в твоих трусах, ласкающая твой член. Вот, собственно, и все. Если уж совсем цинично, то вы с ней должны трахать друг дружку руками — тогда можно уверенно утверждать, что она возбуждена (или, говоря научным языком, что ты калибруешь у нее сильный признак возбуждения).

Кроме сильных, есть еще и **слабые признаки возбуждения**, не столь явные: закатывание глаз, глубокое



дыхание, постанывание, покраснение лица. Она также может крепко тебя обнимать или сжимать твои руки — особенно в моменты поцелуев.

Этап увоза — особый шаг в соблазнении. Тут важно не торопиться. Потящишь недостаточно возбужденную девушку домой — по пути у нее непременно включится мозг и она начнет задавать вопросы. И поверь мне: в этот момент любой твой ответ окажется неправильным.

Ничуть не лучше передержать возбужденную девушку на свидании. Дело в том, что она не может долго пребывать в состоянии сильного возбуждения — ей обязательно нужна сексуальная разрядка, иначе после встречи у девушки останется неприятный осадок (об этом я уже писал выше).

*Обычно, если ты начал с девушкой активно целоваться, обниматься и домогаться ее, то минут через 30–40 она возбуждётся как раз до нужного уровня.*

Именно в это время пора лезть к ней в трусы, после чего тащить в другое место. Вот он — тот самый момент. Она уже готова и еще не устала. Сейчас вы с ней поедете в одно интересное место, где ей очень понравится!

## Предварительная подготовка

Но погоди, пока не время для поцелуев, поскольку ты не возбужден, а она вообще занимается своими



делами. Сейчас тебе понадобится холодная голова, чтобы провести предварительный анализ места боевых действий и определить на ней стратегические высоты, овраги, реки и переправы.

Перед увозом требуется совсем небольшая, но очень важная подготовка. Помни, что уезжать с девушкой нужно либо на такси, либо на своем автомобиле. Забудь про общественный транспорт (в разделе «На пути к дому» я объясню почему). А раз так, ты должен хорошо знать дорогу к себе домой. Если ты водишь машину, с этим проблем, скорее всего, не будет. А вот в случае с такси ты должен уметь объяснить маршрут так, чтобы тебя поняли с первого раза (об этом речь также пойдет в разделе «На пути к дому»).

### ЗАДАНИЕ

Опиши маршрут от предполагаемого места свидания до своего дома так, как будешь объяснять его таксисту.

## Приглашение

Свидание идет полным ходом, вы давно уже целуетесь, и наконец ты понимаешь: дальше тянуть нельзя, надо что-то делать. Надо прямо сейчас сказать ей: «А поехали ко мне домой». Только вот как? У нас не американский фильм, где главный герой спрашивает у своей новоиспеченной подружки: «Ну что, к тебе или ко мне?» У нас реальная жизнь, а она немножко сложнее. Так что давай разбирать самые распространенные способы приглашения.



**Способ первый — «аттрактант».** У тебя дома должен быть какой-нибудь предмет, который заинтересовал бы нашу мадемуазель. Всем понятно, что это лишь предлог. Всем понятно, зачем вы туда едете и чем вы там будете заниматься. Но она же не такая! Она должна оправдать себя. Она должна быть искренне убеждена, что вы сейчас едете к тебе домой именно курить кальян, пить китайский чай, смотреть рыбок.

Один наш тренер заманивал к себе девушек под предлогом посмотреть, как его кот делает сальто назад. Когда они заходили в квартиру, кот, завидев новую гостью, быстро бежал и прятался под кроватью. И не случайно: тренер доставал кота, брал его за передние лапы, немного раскачивал, бросал — и кот делал сальто назад.

Лучше всего упомянуть «аттрактант» предварительно, чтобы в нужный момент не требовалось долго его описывать: «Помнишь, я тебе про кота рассказывал? Поехали, покажу. Тут недалеко». Опять же ты заранее сможешь определить, клюнула она на приманку или ей все равно. А то начнешь ее на кальян зазывать, а она отказывается, потому что ее от него вообще тошнит!

**Способ второй — прямое предложение: «Поехали отсюда».** Или еще короче: «Поехали!» Важно не говорить, куда вы направляетесь, а просто позвать с собой. Если девушка тебе доверяет, если она хорошо возбуждена, то поедет. Есть еще маленький чит-код: в ходе свидания смени пару мест — так де-



вушка приучится ездить с тобой и в нужный момент по инерции примет правильное для тебя решение.

Предупреждаю, что девушка может спросить прямо: «Мы едем к тебе?» В таком случае не следует врать, отвечай честно, мол, да, мы едем ко мне. Понятное дело, она может соскочить, сказать, что не поедет. Но тут уж извини: у нее включился мозг. И если ты совершишь, то в момент, когда вы приедете, провалишь проверку на адекватность. Чтобы минимизировать вероятность возникновения такой щекотливой ситуации, ты должен правильно вести себя во время поездки.

И еще: предлагая девушке поехать в другое место, ты должен быть абсолютно уверен в том, что она поедет. Твоя уверенность (или неуверенность) передается ей, и пресловутая вероятность качнется в нужную (или ненужную) сторону.

## На пути к дому

После того как девушка согласится отправиться к тебе домой, вы должны будете встать и уехать без лишних вопросов. Поэтому рассчитывайся в заведении до того, как начнешь активно приставать к девушке, чтобы в миг кульминации не надо было резко просить счет и потом ждать сдачу (ожидание сдачи — самое противное время, которое проводят в ресторане).





Итак, ты помог ей одеться, вы вышли из ресторана, настала пора ловить машину. Это следующий неловкий момент на твоём пути — ожидание на улице. Следовательно, старайся выбирать для свиданий такие места, где ты точно без проблем поймаешь такси. Уезжать тоже надо быстро: в твоём положении лучше переплатить 50 рублей, чем стоять вместе с девушкой на улице ещё пять минут. Ведь девушка чувствует себя неловко, зуб даю, ей кажется, будто на неё сейчас смотрит весь мир, да к тому же осуждает её за то, что она вот так легко согласилась поехать с тобой. Поэтому не позволяем ненужному диалогу развиваться в её голове и быстро пихаем её в такси.

Перед тем как сесть в машину, ты подробно объясняешь водителю маршрут и просишь его не отвлекать вас. Я в своё время делал так: «Если довезешь без единого вопроса, бонус — 50 рублей. Понятно, куда ехать, или есть ещё вопросы?» На заднем сиденье такси у вас с девушкой будет свой мир, свой кокон, и вмешательство водителя в эти моменты крайне вредно.

Кстати, ты садишься вместе с ней на заднее сиденье. Конечно, это и так очевидно, но на всякий случай напоминаю. За годы своей практики я встречал уникалов, которые, уезжая с возбуждённой девушкой, сажали её сзади, а сами плюхались рядом с водителем и начинали активно с ним болтать. Тебе данный вариант не годится. По пути домой перед тобой встанет серьёзная задача. Догадался какая?

Ты должен всячески отвлекать девушку от происходящего и поддерживать её возбуждение. Время



для неё должно лететь незаметно: вот вы вышли из ресторана, вот сели в такси — хлоп — вы уже приехали. Если она в дороге болтает — супер, слушай её активно, поддакивай и комментируй. Если она молчит — ты не должен затыкаться ни на секунду! Хотя нет, периодически замолкать все-таки стоит: поцелуи во время поездки будут совсем не лишними.

Желательно также попросить водителя, чтобы тот поставил нормальную музыку, а не радио «Шансон» или «Юмор FM», которые чаще всего можно услышать в такси. Попроси включить что-нибудь вроде «Релакс FM», чтобы в машине играла расслабляющая музыка. Советую запомнить частоту, на которой эта радиостанция вещает в твоём городе, — тогда получится дать водителю предельно четкие указания.

За 2–3 минуты до конца поездки начни командовать водителем: здесь на светофоре направо, тут прямо, здесь налево. Попроси остановить машину не прямо возле своего подъезда, а за 150–200 метров, чтобы вы дошли до него пешком. Есть мнение, что к подъезду на такси подвозят только проституток. Она же не такая! По пути загляните в продуктовый магазин, купите что-нибудь на завтрак и, допустим, сок. Затем, взявшись за руки, бодрым шагом идите к твоему подъезду. Перед самым подъездом она может начать немного сопротивляться и говорить какую-нибудь ерунду из серии: «Мы что, приехали к тебе? Я к тебе не пойду!» Тебе придется проявить гибкость, настойчивость и, возможно, даже приме-



нить физическую силу (только совсем чуть-чуть: у нас же учебник по соблазнению, а не по насилию), но в конце концов настоять на своем. Правила следующие: если девушка пугается, начинает вырываться, убегать от тебя или звать на помощь — ты делаешь совсем не то. Остановись сразу же. Если же сопротивление девушки легкое, символическое и при этом она продолжает улыбаться, смеется, сама трогает тебя, то все в порядке.

Еще один маленький совет: предварительно разменяй деньги для таксиста. Поверь, он быстро смекнет, что происходит у тебя с девушкой, и тогда ты точно не дождешься сдачи. Лучше заранее подумать о подобных ситуациях и сделать все, чтобы избежать их. Конфликты с таксистом или официантом не способствуют процессу соблазнения. Так что мелкие купюры спрячь в отдельный карман и не трогай ни в коем случае — они для таксиста.

На своей машине весь путь проделать гораздо проще: девушка с большей охотой сядет на переднее сиденье, ты заранее подберешь правильную музыку. Ты, и только ты будешь решать, куда, когда и с какой скоростью ехать, где останавливаться и в каком магазине заходить по дороге. Но не забывай трогать девушку, забалтывать и целовать во время остановок на светофорах.

- Знаешь, зачем придумали красный свет на светофорах?
- Зачем?



- Чтобы мы с тобой на них целовались. (Целуешь.)
- А знаешь, зачем зеленый?
- Неа.
- Чтобы другие не умерли от зависти! (Трогаешься.)

## У тебя дома

Тебя можно поздравить? Я слышал, к тебе в гости пришла одна симпатичная особа, на которую ты имеешь весьма многообещающие планы? Ты уже целовался с ней на свидании, уже исследовал интересные места ее тела. Ну что, дверь закрыта — пикап окончен? Ага, разбежался. Ты еще даже не на финишной прямой марафонского забега — ты только-только показался на стадионе. И облажаться успеешь не один раз.

Вы вошли в квартиру. Что дальше? Наброситься на нее, начать целовать и обнимать, затащить в спальню и там завалить? Кстати, вариант. Если девушка достаточно возбуждена, вполне вероятно, что такой заход приведет к успеху, то есть к сексу. Я бы даже советовал тебе пробовать этот способ всякий раз, как будешь приводить домой возбужденную девушку. Ты ведь ничего не теряешь: получится — дадут, не получится — пойдешь длинным путем.



- Что привезти тебе из странствий моих, доченька?
- Папенька, привезите мне чудище лесное для утех сексуальных!
- Дочь, как ты смеешь такое отцу говорить?!
- Ну ладно, пойдем длинным путем. Привезите мне цветочек аленький...

Итак, можно пойти **коротким путем** — сразу попробовать завалить девушку. Не выйдет — ничего не попишешь: халява не прошла, придется делать все по правилам. Сейчас я опишу длинный путь. Но сперва поделюсь с тобой еще одним правилом пикаперского этикета: будь честным. Это значит, что если ты пригласил девушку попить чаю, то по крайней мере поставь чайник; пригласил показать рыбок — покажи! Чтобы потом не говорили, что у нас, у мужиков, совсем нет совести и что нам только одного надо.

Что такое **длинный путь**? Считай, что дома тебе надо провести с девушкой еще одно свидание, сделать все красиво — точно так же возбудить ее, а потом заняться с ней сексом. Поехали. Что ты там говорил, у тебя дома такого особенного? Кальян? Тащи его сюда, сейчас курить будете! Еще тащи фрукты и вино — у вас же романтический вечер. Кстати, если кальян стопроцентно должен разжигать ты, то помыть фрукты можешь попросить и ее. Пусть почувствует себя здесь хозяйкой.



Нелишним будет устроить экскурсию по квартире: это спальня, это кухня, тут я ем, тут мы будем спать. Девушка должна освоиться в твоей квартире, расслабиться. Без этого ей будет сложнее возбудиться.

Ну что, приготовления закончены? Можно приступать? Начинай свидание. Делай все то же самое, что и в кафе или развлекательном центре. Постепенно, шаг за шагом, общайся с ней на глубокие эмоциональные темы, трогай, наращивая интимность прикосновений, целуй, возбуждай. Имей в виду, что ты у себя дома, где секс возможен, так что в какой-то момент нужно будет «подсекать».

Когда девушка возбудится, ее надо раздеть и завалить. Заранее подумай, где произойдет соитие, и тащи ее туда. В этом месте положи несколько презервативов, готовых к употреблению — распакованных, чтобы не тратить на войну с открыванием коробки лишнее время.

Когда начнешь раздевать девушку, раздевайся и сам — дай ей почувствовать тепло твоего тела. И еще: если у тебя появилась возможность стянуть с нее трусы — стягивай, не оставляй их на потом. В раздевании нет четкого порядка: сначала верх, затем подождать и наконец низ. Потом, пригласив ее во второй или третий раз, ты обязательно организуешь длинную прелюдию, а сейчас у нас соблазнение — на прелюдии просто нет времени. Так что смело срывай с девушки трусы вместе с джинсами или юбкой: чем быстрее она от них освободится, тем лучше.



Как только с нее слетели трусы, пора усилить ласки в районе влагалища, хорошенько потрудиться там пальцами, после чего надеть презерватив.

*Дружище, никогда, повторяю, никогда не занимайся сексом с малознакомой девушкой без презерватива. Потом, когда ты женишься или заведешь постоянные отношения, сможешь изменить этому принципу. Пока же здоровье дороже.*

Давай деликатно опустим ваши сексуальные утехи — у нас все-таки учебник, а не порнороман — и вернемся к полезным советам.

## Золотые правила твоей квартиры

Квартиру, куда ты приглашаешь девушку, следует подготовить к приему гостей. Прежде всего в ней должно быть **чисто и убрано**. Понятно, что в холостяцкой квартире вполне могут встретиться нестандартные элементы дизайна вроде равномерного слоя грязных носков, из которых с утра выбираются два относительно чистых и примерно одинаковых. Но такой декор нежелателен, если планируешь соблазнить женщину.

Нет, я не прошу тебя каждый день делать генеральную уборку, вполне достаточно и того, что вещи не разбросаны, а тапочки не прилипают к полу. Главное — чтобы в квартире можно было посидеть и пообщаться, чтобы в ней вам было приятно, а не противно. Общаться вы, скорее всего, будете на ди-



ване в гостиной или на кухне, так что делай выводы о приоритете в уборке.

Да, еще: девушка наверняка успеет оценить чистоту твоей сантехники, так что рекомендую обратить внимание и на нее. Испачканный унитаз точно не добавит тебе очков, а грязная ванная может породить в голове девушки ужасную мысль: «И в этом я буду мыться после секса?»

В твоём доме должно быть **уютно и комфортно**. Зайдя в квартиру, предложи девушке женские тапочки. Как пойдет умываться — выдай личное полотенце (отличный намек на то, что у тебя вполне можно остаться и до утра). Имей запас новых зубных щеток, которые в случае необходимости можно дать девушке. Кстати, на всякий случай, если вдруг у нее месячные или если ты нарвешься на девственницу, тебе пригодится полотенце красного цвета. Ну, чтобы последствия произошедшего не шокировали ни ее, ни тебя.

Советую организовать дома **бар**, то есть всегда иметь некоторый выбор алкогольных и безалкогольных напитков. Конечно, в баре должны присутствовать классические женские напитки. Купи шампанское, но не обычное «Советское», а за ту же цену, только с иностранными буквами на этикетке. Вкус девушка вряд ли отличит, а вот уровень напитка в ее глазах вырастет (как и уровень твоей крутости). Прибери красное и белое вино. Если не разбираешься в нем, покупай полусухое: чаще всего девушки любят именно такое. И не забывай о заграничных этикетках!



Если твой бюджет ограничен, то вполне достаточно будет такого набора: шампанское и вино. Если же финансы позволяют, то учти: девушки еще любят martini, коктейли на основе виски или рома (разбавленные колой), сливочные ликеры типа «Бейлиса». И не забудь о безалкогольных напитках: соках, газированной воде. Бар — отличный способ создания романтической обстановки: пара бокалов вина, свечи. К выпивке и свечам подойдут легкие закуски: фрукты, шоколад, орешки, сыр.

А еще **кальян!** Он хорош и как повод для непринужденной беседы, и как возможность оказаться рядом на диване, и как расслабляющее средство. Но с кальяном надо уметь обращаться — опять пресловутая подготовка. Так что прямо сейчас найди в Интернете соответствующие обучающие ролики, после чего пригласи на кальян друзей. Если они оценят — отлично, можешь звать подруг.

В твоей квартире должна играть правильная музыка: опять же что-то расслабляющее, ненавязчивое. Специальный плей-лист нужно составить заранее. Если ты хочешь показать девушке фотографии, то надо сделать соответствующую подборку.

Дома должна быть **аптечка**. Кроме презервативов, ее стоит укомплектовать мирамистином или другим антисептиком, активированным углем или другим адсорбентом, таблетками от головы и от живота, аспирином. Иногда бывает полезна виагра. Кстати, зачастую мои студенты пренебрегают этим средством и попадают в весьма неприятную ситуацию. Поэтому, если ты знаешь, что после долгих боев



с мадемуазель у тебя может упасть, запасись этим целебным веществом.

Напоследок хочу сказать: если вдруг вы с друзьями решите снять общую квартиру, чтобы водить туда девчонок, можешь написать на адрес [tellme@pickup.ru](mailto:tellme@pickup.ru) письмо с просьбой прислать советы по организации такой квартиры — с удовольствием отвечу.

А сейчас, пока готовишь квартиру к встрече с прекрасной леди, прокрути в голове сценарий поведения у тебя дома. Например:

- ты завел ее в квартиру, помог раздеться, отправил мыть руки, в это время проверил, на месте ли презервативы;
- потом сам занялся кальяном, а ее попросил помыть и порезать фрукты;
- потом вы садитесь на диван, пьете вино, курите кальян, ты начинаешь потихоньку приставать к ней;
- вот вы уже целуетесь — пора двигаться к кровати.

Отлично, то, что нужно. Теперь ты хорошо представляешь, что делать, когда в гости придет женщина.

## Сопротивление последнего момента

Соблазнение — интересная штука. Женщина, увлеченная тобой, будет постепенно подпускать тебя



к себе все ближе и ближе. Но в любой момент она способна встрепенуться и дать задний ход. Даже когда вы лежите в кровати в одних трусах, целуетесь и ласкаете друг дружку во всех местах, она может вдруг сказать: «Все, дальше нельзя. Давай не будем торопиться. Пожалуйста, не надо все портить!» Даже несмотря на то, что девушка тебя безумно хочет, она может начать тестировать тебя на прочность и попытаться соскочить: «Давай не сейчас, давай завтра!»

Вспомни, о чем мы с тобой говорили раньше: для девушки первый секс с новым мужчиной равносителен принятию решения завести от него ребенка. Для нее это действительно важный шаг, и она постоянно сомневается: а точно ли это тот самый мужик, с которым стоит? До той секунды, пока ты своим членом не нажмешь на особую кнопку, расположенную внутри ее влагалища на глубине около восьми сантиметров, девушка так и будет сомневаться.

Ее сомнения не должны тебя пугать. Все идет нормально, нужно лишь преодолеть сопротивление последнего момента, и я предлагаю тебе на выбор **четыре способа**.

- **Способ первый:** можно взять девушку силой. Нет, не насиловать ни в коем случае. Достаточно дать ей понять, что все нормально, что сейчас у нее будет классный секс с уверенным в себе мужчиной. Обычно реализация этого способа выливается в двухчасовой поединок по вольной борьбе, на протяжении которого она двадцать раз



говорит, что ей пора идти, а ты рассказываешь, какая она клевая, страстная и т. д. В финале всех ждет награда — секс.

- **Способ второй:** иногда лучше полчаса подождать, чем два часа уламывать. Повоевал с ней минут пятнадцать. Все еще не дает? Ну и отстань от нее, займись своими делами. Включи компьютер, начни переписываться с друзьями, музыку послушай. Подожди так минут пять-десять — скорее всего она сама к тебе придет. А после этого вали ее — сопротивления будет на порядок меньше. Все еще не приходит? Значит, не созрела. Обращать внимание на нее пока рано, но и гнать из дома тоже не следует. Подожди еще.
- **Третий способ:** попробуй сыграть на ее романтичности. Перескажи историю ваших отношений с самого начала до текущего момента, делая максимальный упор на положительные эмоции: «А ты помнишь, как мы познакомились? Как ты шла по улице, вся такая нарядная, как я к тебе подошел, а ты даже не посмотрела в мою сторону. Я тогда подумал: вот стерва — но продолжил рассказывать про тот смешной случай. А потом оказалось, что ты милая и ласковая девушка, и, когда мы сидели в ресторане, ты созналась, что не пошла кататься на колесе обозрения, потому что страшно боишься высоты...» Как закончишь монолог, как уви-





дишь, что она поплыла, — начинай целовать ее и доводи дело до секса.

- Четвертый способ: используй «прогруз» — монолог, опирающийся на жизненные ценности девушки, призывающий к выходу за рамки привычных мышления и поведения (как это делается, я подробно объясню в следующем разделе). Главная мысль, которую ты пытаешься донести до девушки с их помощью: секс у вас с ней будет, он окажется просто замечательным, но секс — это не главное, главное — твое с ней общение. Если с общением все хорошо, то секс не заставит себя ждать — он неизбежен.

## Что делать, если она девственница

О, это особый раздел. Но перед тем, как описывать способы соблазнения девственниц, я считаю предельно важным поговорить о них. Поговорить о миссии, которую ты берешь на себя, когда встречаешь девственницу.

Замечал ли ты, что некоторые девушки очень комплексуют в постели? Всячески избегают темы секса? Не умеют флиртовать или крайне агрессивны в общении с мужчинами? В свое время я провел небольшое исследование, и результаты меня пора-



зили: оказывается, первый секс сильно влияет на дальнейшее сексуальное поведение девушки!

Если ты встретил девственницу, перед тобой встанет чрезвычайно ответственная задача: проводить девушку во взрослую жизнь, дать ей ключевые установки для дальнейшего поведения с мужчинами, буквально инициировать ее. Звучит громко, но таков факт. Постарайся и сделаешь все хорошо — улучшишь свою карму, получишь виртуальные респекты от множества мужчин. Сделаешь плохо — придется девушку переучивать. А с этим справиться гораздо сложнее. И слова: «Что за уроды тебе раньше встречались?» — будут относиться именно к тебе. Да, я не просто так писал, что это особый раздел!

Для начала запомни несколько постулатов. Необходимо, чтобы ты их понимал и принимал. Ты должен четко осознавать, что именно произойдет и какие эмоции ты и она испытаете во время секса.

- Первый раз ни тебе, ни ей, скорее всего, не понравится. Моя ставка — 90%. Ей будет больно, ты с большой вероятностью даже не кончишь.
- С вероятностью 60% в первый год после лишения девственности она не испытает оргазма с мужчиной.
- С очень большой вероятностью она в тебя влюбится и станет за тобой бегать. Особенно если вначале внушишь ей надежду на долгосрочные отношения.



Оно тебе надо? Подумай хорошенько: именно на тебя придется главный удар ее тараканьего полка, именно тебя она будет винить в потере невинности, именно тебе будут предъявляться претензии.

*В силу перечисленных причин я категорически не рекомендую лишать девушек невинности «по пьяни».*

Многие девушки потом воспринимают такой акт как изнасилование, и у них развивается сильная психологическая травма. Я не говорю, что алкоголь при лишении девственности запрещен. Но не надо лишать девственности очень пьяную девушку. Потом, когда она протрезвеет, проблем не оберешься. И впоследствии парням будет не очень приятно иметь с ней дело. Количество тараканов в ее голове после подобной дефлорации только увеличится.

У Остапа Бендера, как известно, было в заглавнике четыреста сравнительно честных способов отъема денег у населения. Я же расскажу тебе о трех сравнительно нормальных методах лишения девушек невинности. Я рассмотрю их тонкости и области применения, укажу плюсы и минусы. Однако независимо от выбранного метода нельзя пренебрегать изложенной выше информацией. Относись к девственницам с должным почтением и одновременно с цинизмом. Люби их, но, если они плохо себя ведут, — спускай не давай!

Прежде чем применять какой-либо из способов, девственницу нужно идентифицировать. Она долж-



на поделиться с тобой своей проблемой (я сознательно называю девственность проблемой и тебе рекомендую поступать так же). В этот миг надо сосредоточиться и принять решение, хочешь ли ты ее дефлорировать. Если ответ утвердительный, можешь действовать.

**Идентификация девственницы** — это момент, когда она признается в своей невинности. Восприми это серьезно, не надо после слов девушки громко ржать, признаваться ей в любви, обещать золотые горы. Выслушав ее, обязательно похвали за смелость: «Какая ты молодец, что вовремя мне об этом сказала. Но почему ты не сделала этого раньше? А если бы ты напилась и у нас все случилось бы не на трезвую голову? Или если бы я тебя сильно возбудил и ты потеряла над собой контроль? Ты понимаешь, что от того, как и кто лишил девушку невинности, зависит в будущем ее отношение к мужчинам вообще и к сексу в частности? Ты же встречала симпатичных девушек, почему-то обиженных на весь мужской род? Таких, которые очень остро реагируют на разговоры о сексе, на сексуальные подколки? Представляешь, что бы случилось, если бы, не дай бог, ты надолго оказалась в их числе? Это же просто потерянные годы жизни, а она такая короткая!»

Данный монолог, кстати, пример хорошего «прогруза». Ты, с одной стороны, подстраиваешься к девушке, хвалишь ее, с другой — поселяешь в ее голове множество вопросов, ища ответы на которые она сильнее захочет оказаться с тобой в одной постели.



Итак, после идентификации переходи непосредственно к использованию «прогрузов» — методов, специально разработанных для убеждения наших невинных созданий.

*Обрати внимание: «прогрузки» выводят девственницу на логический уровень. Она в трезвом уме должна захотеть лишиться невинности именно с тобой без каких-либо дальнейших обязательств с твоей стороны.*

**Способ первый «Я тебя всему научу».** Его следует применять, если ты зарекомендовал себя отличным парнем и девушка тебе доверяет.

Метасообщение: «Ух ты, такая взрослая, а еще ничего не умеет. Ну ничего, я тебя всему научу».

Следует подробно рассказывать девушке и наглядно демонстрировать, как нужно доставлять мужчине удовольствие. Крайне важно объяснить, что одной красотой мужчина сыт не будет, что с годами тело девушки начнет портиться (это, между прочим, правда) и от конкуренции с более молодым подрастающим поколением спасет только растущая женская сексуальность. Но над ней надо работать. Необходимо научиться правильно трогать мужчину, правильно ласкать член, правильно делать минет (девственницы обычно легко на него соглашаются).

Скажи девушке буквально следующее: «Дорогая, мне приятно проводить с тобой время. Я очень уважительно отношусь к твоей девственности, но рано



или поздно ты ее лишишься. И очень важно, чтобы ты сделала это с опытным мужчиной. В принципе, я готов им стать, но ты должна осознанно попросить меня об этом — и я сделаю все в лучшем виде. Я очень рад, что ты вовремя сказала о своей проблеме. А то бы я тебя возбудил, не дай бог, напоил и лишил невинности в таком состоянии. Потом мне пришлось бы много чего исправлять, чтобы ты всему научилась и стала классной чикой».

После таких слов не стоит активно помогать ее, разве что чуть-чуть. Она должна попросить тебя сделать это. Если не попросит, ничего страшного. Поверь мне, это лучше, чем куча обвинений с ее стороны.

**Способ второй «У нас с тобой любовь, а трахать я буду других».** Метод основан на классической технике «ближе — дальше». Он хорошо работает, если девушка сильно дорожит своей невинностью и гордится ею, словно заявляя: «Все вы одинаковые! Докажи, что ты другой, и я буду твоей».

«Ближе — дальше» — это манипулятивная техника, основанная на контрасте эмоций. Она состоит из двух частей: «ближе» — когда ты проявляешь много внимания (больше, чем до этого, и больше, чем обычно), «дальше» — когда ты этого внимания лишаешь. Другой вариант: «ближе» — когда ты очень ласков, нежен и заботлив по отношению к девушке, «дальше» — когда ты холоден, отстранен, неотзывчив. Когда после «ближе» делается «дальше» (без видимых причин!), у девушки возникает ощущение, что ее лишили чего-то очень важного, и ей кажется, что причина в ней. Чтобы эту потерю вернуть, она начинает сама стараться тебе угодить, ей хочется



сделать тебе что-то приятное. В этот момент ты и говоришь ей, чего именно тебе нужно. Для успешного применения нужно помнить следующее:

- «ближе» и «дальше» примерно равны по длительности и интенсивности;
- «дальше» начинается без видимой причины, это не наказание;
- в ответ на «ближе» нужно делать «ближе», в ответ на «дальше» — «дальше»;
- СНАЧАЛА «ближе», ПОТОМ «дальше». Не наоборот!

*Метод не рекомендуется применять, если девушка для тебя в настоящий момент очень значима и ты не сможешь выдержать «дальше» с ее стороны.*

Метасообщение: «Ты мне нравишься, но, если у нас с тобой не будет секса, поверь, я не обломаюсь».

Основной тезис: «Дорогая, мне с тобой классно, я готов проводить с тобой время. Но ты тоже пойми: я молодой и здоровый мужчина, мне нужен секс, по крайней мере в медицинских целях. Так что, пока ты не готова, у нас с тобой будет любовь, а трахать я буду других». После такого «прогруза» она может выбрать один из нескольких вариантов действий.

- Она уходит и больше с тобой не общается. Да, такое вероятно: это рискованный метод. Но я считаю, что, если, выслушав тебя, она уйдет, это и к лучшему. Дефлорирова-



ние — сложная операция, и без должного отношения к ней пациентки могут возникнуть серьезные побочные эффекты.

- Она начинает тебе предъявлять неизвестно что. Если ты выбрал данный способ, знай: обратной дороги нет. Когда девушка начнет высказываться в том смысле, что «все мужики козлы», переверни ее доводы: «Ты эгоистка и думаешь только о себе. Ты хочешь, чтобы у меня начались проблемы со здоровьем?» Если с ее стороны возникает «дальше» в любой форме проявления — от «ушла и не звонит» до «соглашается на твоё предложение и не дает», — ОЧЕНЬ важно выдержать свою линию поведения до конца. Если ты на такое не способен, лучше откажись от данного метода.
- Она делает тебе «ближе», хочет продолжать с тобой общаться, но не дает. В таком случае ты с ней общаешься, но регулярно отказываешься от ее предложений встретиться: «Дела. Ну, ты сама понимаешь». Если она начинает тебе предъявлять, см. предыдущий пункт.
- Она созревает и соглашается. Тогда ее надо лишать девственности. Но сделать это добавит красиво.

**Способ третий «Девственность — это проблема, а не достоинство».** Прием хорошо работает, если



девушка красивая и ведет себя по принципу «жду принца на белом коне».

Метасообщение: «Ты что, дура, нашла чем гордиться».

Тезисно «прогруз» выглядит так: «У меня для тебя две новости: одна хорошая, одна плохая. Плохая: с 18 лет и до конца жизни твоя внешняя привлекательность будет уменьшаться. С годами сиськи более упругими не становятся, а если и вырастут, то будут обвисшими. Но мужчин привлекает не столько твое тело, сколько твоя женственность и сексуальность. Так вот она будет расти и пик женской сексуальности придется на 33–35 лет.

У мужчин все наоборот. Наши задницы — как хорошее вино — с годами только крепчают. А могли мы больше всего в 16 лет. Не зря на молоденьких мальчиков часто заглядываются взрослые дамы. Так вот, тебе сейчас сколько лет? Двадцать два? И ты еще девственница? Ну, поздравляю. Знаешь, что будет дальше? Дальше ты будешь внешне становиться хуже, сексуальность твоя расти не будет, зато число тараканов в голове увеличится. А нормальные мужчины не общаются с женщинами, у которых проблем больше, чем у них самих. Была у меня одна знакомая старая дева...»

После подобной речи переходи к первому методу: мол, будешь себя хорошо вести — могу всему научить. Здесь, как обычно, очень важно до конца выдерживать свою линию поведения, но периодически стоит всячески провоцировать девушку.



## Необходимые приспособления для дефлорации

- **Алкоголь:** бутылка вина, вермута, шампанского. Непосредственно перед дефлорацией дай девушке выпить чуть-чуть алкоголя, буквально полбокала. Это поможет ей расслабиться.
- **Душ после.** В медицинско-гигиенических целях не надо лишать девушек невинности на природе, в машине, в туалете клуба и т. д.
- **Красное полотенце.** В 95 % случаев у них реально течет кровь. Полотенце красного цвета позволит провести операцию без серьезных потерь в виде испачканной постели. К тому же потом это полотенце можно подарить девушке на память.
- **Хорошо стоящий член.** Ребят, я не шучу. Вы должны быть хорошо возбуждены, и стоять у вас должно колом. Девушка точно будет брыкаться, извиваться, ей будет больно, но операцию надо довести до логического конца.

## Что надо знать о дефлорации

- Лишать девственности нужно строго в презервативе. То, что девушка еще ни с кем



не спала, ничего не говорит о состоянии ее здоровья. А своим здоровьем мы дорожим!

- В процессе дефлорации надо научить девушку, как обращаться с мужчиной: как правильно его трогать, держать член, делать минет. Кстати, девственницы в первый раз делают его охотно, но очень бестолково. И если ты сразу не научишь девушку делать минет хорошо, часть мужского населения впоследствии будет страдать. Пожалуйста, отнесись к обучению девственниц серьезно! Обучать нужно до дефлорации — когда ты возбуждаешь девушку, а она расслабляется.
- Перед дефлорацией девушку надо сильно возбудить, поэтому прелюдия перед сексом должна продолжаться не менее 20–30 минут. Раздень ее догола и долго возбуждай.
- Если у нее небритый лобок, обязательно скажи, что его надо брить. И в следующий раз похвали за бритый лобок.
- Чтобы уменьшить ее страдания, в первый раз дождись, когда она сильно возбудится, и войди в нее уверенно, быстро и сразу до конца. Для этого рекомендуется миссионерская поза. Войдя, остановись, дай привыкнуть к новым ощущениям, после чего медленно начинай совершать фрикции.



Если девушке больно, то не обязательно в первый раз кончать в нее. В крайнем случае, попроси ее сделать это как-нибудь еще. *В первый раз ей может быть довольно-таки больно.* Поэтому рекомендуемая длительность первого полового акта — не более пяти минут. Если девушке не больно и вроде как начинает нравиться происходящее — супер! Тогда продолжительность акта не ограничена.

- Второй раз в этот день мы девственницу не трахаем. Пусть заживут повреждения.
- Будет хорошо, если после лишения невинности ты трахнешь девушку еще три-четыре раза в течение двух недель. В это время она как пластилин: ее можно многому научить.

В отдельных случаях, обычно связанных с религиозными убеждениями (особенно это характерно для жительниц Северного Кавказа), не стоит даже задумываться о соблазнении девственницы. Полученное «удовольствие» не отбивает вложенных усилий и возможных последующих проблем.

## Твое дальнейшее поведение

Девственницы очень любят влюбляться (классный каламбур) в своих спасителей. Читатель, я не просто так говорил, что не стоит обещать им золотые горы до первого секса. Но и бросать пациенток сразу после него нехорошо. Им необходим постоперационный курс реабилитации.





Постарайся повстречаться с девушкой после дефлорации. Но ваши разговоры должны сводиться преимущественно к сексу. Расскажи, как классно им заниматься, какие эмоции испытывают люди, какое это удовольствие. И позанимайся с ней сексом по крайней мере еще несколько раз. Но! Прямо заявляй о формате ваших с ней отношений. Если она начинает обижаться, истерить, что-то требовать — смело делай «дальше». Жениться на ней ты не обязан.

*И самое главное: после тебя девушка должна полюбить секс!*

## Техника безопасности

Хотя эта книга о соблазнении, а не о сексе, я обязан познакомить тебя с основами техники безопасности. Куда лучше узнать о них до возникновения возможных проблем, чем в процессе их решения. Уделишь чуть больше внимания самоконтролю — и тебе удастся избежать множества неприятностей. Поехали.

- Перво-наперво давай договоримся, что **сексом ты занимаешься только в презервативе**. Никаких свечей, мазей, гелей и прочей лабуды. Презерватив желательно покупать в приличной аптеке и солидной фирмы —



ничего экономить на своем здоровье. И следи за тем, чтобы у презерватива не истек срок годности. Хотя, я надеюсь, после прочтения книги ты не будешь сталкиваться с этой проблемой.

- Если ты вдруг засомневался в целостности резинового изделия во время полового акта, обязательно проверь. Нет ничего страшного в том, чтобы вынуть, проверить и, если все в порядке, продолжить. А если не в порядке — заменить и продолжить. Это вполне нормальная забота о твоём и её здоровье, никто не будет тебя ни в чем обвинять или подкалывать. А даже если и будет — здоровье превыше всего.
- После соития советую воспользоваться антисептиком, например мирамистином. Перед его употреблением ознакомься с инструкцией. Если под рукой антисептика нет, можно сходить в туалет по-маленькому, но лекарство, конечно, предпочтительнее. Если презерватив все-таки порвался, желательно сбегать в ближайшую аптеку и купить тот же мирамистин. Он эффективен в первые два часа после полового акта.
- Очень рекомендую тебе сходить в душ после секса и сводить туда же свою подружку. Так ты и гигиену соблюдёшь, и убережешься от историй в духе Билла Клинтона и Моника Левински (напомню: секретарь



президента США обвинила его в сексуальных домогательствах и в качестве доказательства предъявила свое платье со следами спермы). Береженого, как говорится, и бог бережет.

- Если тебе попалась особо страстная особа, которая любит кусаться, царапаться и пр., не позволяй ей это делать. Ссадины на теле ни красоты, ни здоровья не прибавят. А засосы на шее вызовут уйму вопросов у девушек, с которыми ты попробуешь познакомиться на следующий день.
- Не забывай дважды в год проверяться на предмет заболеваний, передающихся половым путем. Знай: чем раньше ты выявишь коварный недуг, тем быстрее и с меньшими последствиями ты от него избавишься.

Как видишь, правила совсем простые, от тебя требуются лишь внимательность и дисциплина. Единственное, о чем я не упомянул, — что делать, если девушка вдруг забеременела (а вероятность такого исхода есть всегда). Тут все решать придется тебе, и только тебе (надеюсь, что эти проблемы все-таки обойдут тебя стороной). Я лишь посоветую запомнить названия таких препаратов, как постинор и эскапел: они позволяют предотвратить возникновение беременности, если девушка примет их в первые день-два после секса. Что касается аборт, то здесь я не консультирую.



Главу надо заканчивать позитивно, поэтому скажу, что большинство моих друзей, которые дружили с головой и пользовались приведенными выше советами, избежали головных болей, связанных как с болезнями, так и с нежелательной беременностью. Да и ко мне пока никто не приходил со словами: «Знай, этот пятилетний ребенок — твой сын!»



ЗАКЛЮЧЕНИЕ



Что ж, подведем итоги. Итоги твоей и моей работы. Думаю, ты купил книгу не просто для того, чтобы почитать, а чтобы найти в ней ответы на свои вопросы. Это же учебник по соблазнению, где я постарался изложить весь процесс — от твоего выхода из дома и до возвращения с приятной барышней.

Учась в университете, я в конце каждого семестра сдавал зачеты или экзамены. И после сессии становилось ясно, в какой мере был усвоен тот или иной материал. Хочешь, сейчас устроим тебе экзамен? Нет, так не получится.

Соблазнение отличается от математики, литературы или истории тем, что полученные навыки ты будешь использовать и совершенствовать всю свою жизнь. Поэтому я не буду давать тебе особенное задание. Если хочешь, придумай его сам. Вместо этого я расскажу, как проверить, все ли у тебя в порядке с наукой соблазнения, или есть проблемы.

Ты должен честно ответить себе на ряд вопросов и тем самым выяснить, насколько ты удовлетворен своей личной жизнью. Отвечая, ни в коем случае не слушай ни друзей, ни своих женщин, ни даже тренеров по пикапу.

1. Есть ли у тебя сейчас девушка? Девушка, с которой ты строишь отношения, занимаешься сексом? Если есть, то устраивают ли тебя эта девушка и ваши отношения? Или что-то не так и ты просто плывешь по течению?
2. Когда у тебя последний раз был секс? Если больше чем две недели назад, это совсем ненормально



и никакой речи не может идти о том, что ты освоил базовый уровень соблазнения.

3. Сколько девушек на этой неделе готовы пойти с тобой на свидание? Кстати, если вдруг случилось такое, что у тебя давно не было секса, то намечены ли свидания на эту неделю? Этот вопрос касается количества девушек, с которыми ты познакомишься.

Три простых вопроса, три очень приятных (или неприятных) ответа. Главное — не обманывать себя и честно сказать: да, у меня проблемы и сейчас я займусь их решением. Давно не было секса? Прямо сейчас пролистаю телефонную книжку и назначу свидания. Некому звонить? А давно ли знакомился? Месяц назад? Пора в поля. Надо составить график тренировок и соблюдать режим.

Еще один маленький совет: даже если текущие отношения тебя устраивают, не пренебрегай общением с другими женщинами. Ты можешь не доводить дело до секса, но знакомиться, общаться и даже периодически ходить на свидания (ну или как еще можно назвать совместные обеды или ужины?) обязан. Если, конечно, ты хочешь сохранить гармонию своих отношений и не стать подкаблучником.

А что дальше? Что делать после того, как ты изучишь все описанные техники? Вроде и женщины появились, и знакомиться научился. Куда идти теперь?

Соблазнение — забавный навык. Им сложно овладеть, но очень легко потерять. Вспомни: чтобы освоить искусство соблазнения, пришлось часами



тренироваться, работать со своими страхами, ежедневно следить за собой, тратить на женщин время, деньги, силы, эмоции. А чтобы утратить этот навык, достаточно просто ничего не делать. А это, как известно, проще всего.

Наш мозг, как и мозг любого живого существа, запрограммирован на оптимизацию энергетических трат. Проще говоря, человеку очень приятно лежать дома на диване и ничего не делать — так расходуется минимум энергии. Но у нас есть важные отличия от животных. С одной стороны, мы способны заставить себя что-то делать. С другой — мы получаем огромное удовольствие от развития.

Чуешь, куда я клоню? Вспомни о «слоеном пироге». Если ты начнешь двигаться вверх по социальной лестнице, к тебе потянется больше женщин. Кроме того, ты можешь совершенствоваться непосредственно в пикапе, познавать женскую психологию, изучать все рычажки и кнопки, которые управляют женщинами.

Наконец, ты можешь объединить все полученные знания и создать собственную систему, которая поможет достичь вершины социальной пирамиды и знакомиться все с новыми и новыми женщинами. Именно это я и называю жизнью, полной женщин.

## О нас

### «Пикап.Ру» — проект-легенда



Компания «Пикап.Ру» была основана в октябре 2004 года. Мы — крупнейший тренинговый центр по пикапу в России и прочно держим лидерство в этой области по Москве и Санкт-Петербургу. И количество человек, которые изменили свою жизнь с нашей помощью, уже исчисляется тысячами!



Мы искренне хотим, чтобы каждый мужчина умел нормально общаться с девушками, начиная с момента знакомства. Чтобы он мог не только легко соблазнять, но и строить грамотные отношения с той девушкой, которая ему понравится. И при этом он бы сам развивался и самосовершенствовался.

Изначально пикап-тренинги были рассчитаны только на мужчин. Однако в 2007 году мы подумали, что это несправедливо: мы видели, что девчонки тоже хотели заниматься. И мы запустили женские тренинги, став первооткрывателями в сфере пикап-тренингов для девушек.

**Команда «Пикап.Ру»** — это настоящие профессионалы. Каждого члена нашего коллектива отличает перфекционизм — все хотят выполнять свою работу как можно лучше. В команде есть как мужчины, так и девушки. Кроме того, мы все постоянно обучаемся и не останавливаемся на достигнутом. Тренеры совершенствуются на различных тренингах, дорабатывают методики обучения, разрабатывают новые продукты. Мы просто не можем стоять на месте.

На сегодняшний день «Пикап.Ру» — это не только пикап-тренинги, но и огромная тусовка. На наш сайт ежедневно заходят 15 тысяч человек. А наш «Пикап.Форум» — кладезь информации не только для новичков в сфере пикапа, но и для всех тех, у кого есть какие-либо вопросы, связанные с гендерными отношениями.



Кроме того, если ты хочешь познакомиться с нами поближе, специально для тебя мы сделали новый проект — [edu.pickup.ru](http://edu.pickup.ru), где ты сможешь бесплатно получить кучу видеоуроков по пикапу, соблазнению, личностному росту. Если честно, то это самый легкий способ познакомиться с нами практически вживую. Ведь лучше один раз увидеть, чем сто раз услышать!





## Как закончить читать и начать жить

Многие слышали об этом, но не все решались...

**Изменить свою личную жизнь здесь и сейчас!**

Вместе с нашим тренингом — мощнейшей технологией по натуральному соблазнению.

Есть очень простой способ проверить, нужен ли тебе наш авторский материал или ты потратишь свое время зря... Представь, что сегодня вечером у тебя нет никаких планов. Представь, что сегодня пятница. А теперь загляни в контакты твоего мобильного телефона... **СКОЛЬКО** девушек ты там найдешь? **СКОЛЬКИХ** из них ты сможешь представить своим друзьям, с гордостью сказав: «Это моя подруга!»? А **СКОЛЬКО** из них — именно те девушки, ради которых стоит **БЫТЬ НАСТОЯЩИМ МУЖЧИНОЙ**? А **СКОЛЬКО** из них с радостью согласятся с тобой встретиться, скажут, что скучали, и игриво спросят, почему ты так долго не звонил?

И самый главный вопрос: **СКОЛЬКО** из них звонят тебе **САМИ**?

Если ты не знаешь ответа на них, ты попал в нужное место. Мы — профессиональное сообщество людей, которые посвятили ответам на эти вопросы всю свою жизнь. Проведи с нами всего один уик-



энд — и мы поделимся своим опытом и поможем тебе **НА ПРАКТИКЕ!**

Мы — мастера пикапа, сертифицированные эксперты «Пикап.ру»:

- обычно одеваемся (не обязательно тратить тысячи на шмотки);
- нормальный средний класс (мы не привыкли покупать расположение женщины деньгами — и отучим тебя от этой дурацкой привычки);
- дружелюбные в общении, без звездной болезни (чем больше понтов — тем меньше содержания);
- просто приятно выглядеть (у нас нет тел и лиц стриптизеров);
- но **САМОЕ ИНТЕРЕСНОЕ**: мы — каждый из нас! — запросто подойдем к самой красивой девушке и очень быстро очаруем ее. Причем со стороны не будет казаться, что мы делаем что-то сверхъестественное. Это будет очень просто.

Странно? Проще не поверить, потому что если ты решишь проверить, тебе придется отвечать на неудобный для себя вопрос: **ЧЕМ ТЫ ХУЖЕ?**

Ответ прост: ничем. Ты можешь быть привлекательным для женщин, не прилагая особых усилий. Для этого мы создали «Пикап.Базовый».



Вот что о нем и о нас пишут наши выпускники.

Прежде, когда я только пошел на тренинг, меня терзали смутные сомнения насчет результатов и перспектив. Теперь, спустя неделю после окончания коучинга, я чувствую, **что моя жизнь и мировоззрение изменились раз и навсегда. Схема реально работает, и я уже не могу жить по-другому.** Рамки моей реальности значительно раздвинулись. Качество жизни перешло на более высокий уровень. Многие заметили, что за время тренинга со мной произошли сильные изменения. Я и сам это заметил.

\* \* \*

Я после тренинга: **момент мастерства — полное спокойствие при подходе/соблазнении. Такое ощущение, что можешь очень многое.**

Просветление (как же все просто!), своя модель поведения плюс в арсенале фишки от других ребят и тренеров, одиночные подходы — подходы «с ансамблем», в клубах, ТЦ, на улицах, в магазинах, метро — короче, везде. Отключение ограничивающих фильтров, убеждений, знакомство с новыми людьми/тусовкой, сильнейшее расширение карты восприятия мира и главное — новые, красивые девочки.

\* \* \*

Итог тренинга: **я стал знакомиться, интересовывать и улаживать девушек. Теперь я чаще динамлю девочек, чем они меня.**

Девочки ведут себя со мной по-ангельски. Я научился быстрому соблазнению. Пообщался со многими умными людьми ;-). Сертифицировался по полной. Ну и куча положительных эффектов в нагрузку. Движение вперед ;-). Ведь мужчина, успешный с женщинами, успешен и в жизни! Потому что жизнью доволен!



\* \* \*

Я понял, что нужно всегда быть искренним и вести себя, как в обычной обстановке. **У КАЖДОГО есть своя фишка.**

Витя, например, классно дурачится и веселится, Серж — ты тоже здорово прикалываешься, по-доброму и свободно трогаешь девочек. Колян — чисто самец, берет мужской энергетикой, а Паша классно стебается с легкой издевкой. Из меня, например, хорошо получается простой застенчивый (но все-таки нашедший в себе смелость подойти) парень. Девушка чувствует искренность и дает номер телефона.

Эти парни точно так же читали сайт и думали, идти им или нет. Но для большинства из них жизнь разделилась на **ДО ТРЕНИНГА** и **ПОСЛЕ ТРЕНИНГА**, причем они никогда не променяют то, что произошло **ПОСЛЕ** тренинга. Единственное, о чем они жалеют, — почему они не сделали этого раньше.

Сделай свой выбор — и красивые девушки выберут именно **ТЕБЯ!**

Запишись на презентацию, где сможешь пообщаться с тренером, прямо сейчас: просто оставь заявку на сайте [www.pickup.ru](http://www.pickup.ru) или позвони по телефону +7 495 223-23-28.

Удачи!