

КАРА КИНГ

Силата на
ПАЛАВОТО КОТЕ

Превод от английски
Ангелина Александрова

AMG
PUBLISHING

София • 2015

Увод

Тази книга ще промени коренно живота ви, защото ще ви покаже как да си върнете силата в любовния си живот и отношенията си с мъжете, като използвате вродените си женски дарби. След като промените възприятията си и овладеете 12-те сили, вие ще се чувствате различно, все едно сте напълно нова жена. Без усилия ще прекъснете порочния цикъл от лоши връзки. Ще откриете мъжа на мечтите си, той ще се влюби във вас и да ви даде всичко, което винаги сте искали.

Всяка жена носи в себе си потенциал да постигне това щастие. Няма значение дали е пълна, ниска, слаба или стеснителна. Може да сте на 18 и да сте неомъжена, или да сте на 45 и да сте се разведжали три пъти.

Каквато и да сте и през каквото и да преминавате, вие може да промените отношенията си с мъжете. Убедена съм, защото съм виждала множество жени, които са постигнали на пръв поглед невъзможното. Вие също сте ги виждали.

Сигурно сте се чудили какво прави една нищо и никаква жена с красив, представителен мъж. Или

имате позната, за която знаете, че е абсолютна „кучка“, но мъжът ѝ ѝ е опора за всичко в живота. Има много жени, чиито мъже им купуват подаръци и се отнасят с тях като с принцеси.

Чудите се как го правят ли? Мога да ви кажа, че тези дами не случайно се радват на такова щастие. Те умишлено манипулират мъжкото мислене чрез прости техники, които всички жени може да приложат, ако искат. Наричам тези техники „сили“, защото ни позволяват да придобием голяма власт над мъжете.

Всичко, което трябва да знаем, е какви са тези сили и как да ги използваме. Точно на това ще ви научи моята книга. За съжаление, много жени изживяват дните си, без да достигнат до правилната информация. Вместо това те се носят по течението и накрая все някой ги наранява.

Някои от нас си пагат толкова много по един човек, че му позволяват постоянно да ги наранява. Други уж си вземат поука, но само за да преминат към следващия мъж, който пак ще ги нарани – по различен начин. Това се повтаря отново и отново, докато накрая не ни писне и не решим, че всички мъже са гадняри, използвачи, лъжци и неверници.

Не всички мъже са гадини, повярвайте ми. Честно, има прекрасни мъже и колкото и невероятно да ви се струва, не е трудно да ги откриете. Старата поговорка „Трудно е да намериш свестен мъж“ е вярна, но не съвсем. Защото свестните мъже не се намират, а се създават.

Предизвикателството не е да *намериш* свестен мъж. Най-голямата сила е да се превърнете в жената, заради която той ще *поиска* да бъде свестен мъж. Щом веднъж предизвикате това желание у него, се сдобивате с уникалната възможност да го моделирате, обучавате и формирате. Да накарате един мъж да *иска* да бъде отгаден, верен и грижовен, изисква сръчност и силите ще ви помогнат в това начинание.

Знам, че най-вероятно си мислите: „Лесно е да се каже, но е трудно да се направи“. Ще ви изненадам, но е много по-лесно, отколкото изглежда! Вие притежавате сила, която е способна да накара един мъж да се влюби до уши, да се ожени за вас, да се грижи за вас и да ви бъде верен цял живот! Тази книга ще ви покаже как – стъпка по стъпка.

Може да постигнете всичко, което искате в любовния си живот. Знанието е сила. Играта ще се промени. Вие ще карате мъжете да се влюбват във вас, а не обратното. Ще бъде забавно. Когато овладеете изкуството, ще бъдете силна и щастлива жена.

Тази книга се състои от 12 глави. Всяка една от тях обяснява спецификите на една отделна сила. Подробно ще разгледам всяка сила и начина, по който да я приложите в реалния живот. Има и задачи, които да изпълните, преди да преминете към следващата глава. Може да ги изпълнявате в дневник, но за ваше улеснение съм ги описала и в края на книгата.

Искам да ви предупредя, че ще бъда госта откровена, цинична и дори брутална на места. Нищо не подслаждам. Ще ругая и ще има сексуални вметки. Това е моят личен стил на писане и моят начин да ви изложя идеите си.

Не съм тук, за да го усуквам и да се гържа прилично. Дошла съм, за да ви дам сила. По тази причина ви се извинявам предварително, ако в някакъв момент се почувствате обидени, докато четете книгата. Надявам се, че ще оцените моята прямота в този „разговор по женски“.

Преди да пристъпим към съдържанието, трябва да ви помоля да вложите три неща: Смелост. Отдаденост. Готовност за промяна. Моля ви за вашата *отдаденост* да следвате целта и за *смелостта* ви да *видите как промените* ще ви осигурят успех в начинанието.

Старите подходи не работят, затова е време за промяна, ако искате да постигате различни резултати с мъжете. Може да прочетете тази книга сто пъти, но ако нямате куража и смелостта да извършите промените, които са необходими, за да приложите наученото на практика, времето и енергията ви ще бъдат пропилены напразно.

От време на време ще ви е госта странно, когато трябва да приложите някой съвет. Това усещане за неудобство е част от промяната. Приемете го и продължете напред. С течение на времето и с повече практика ще се почувствате по-уверена в себе си.

Това е все едно да се учите да карате колело. След няколко обиколки му хващате цаката и ви се струва доста по-лесно. Да се учите да общувате с мъжете по различен начин изисква малко време. Вие имате изграден модел на поведение, който ще бъде разрушен и заменен от друг. Ще ви бъде не-комфортно и трудно в началото, но ако искате да се промените, в крайна сметка ще успеете. Преди да сте го осъзнали, новият модел ще е станал ваша втора природа.

Щом веднъж успеете да се освободите от предишните погрешни възприятия за мъжете, ви очаква един нов свят. Пред вас ще има опаска от мъже, които търсят вашето внимание и искат да ви доставят удоволствие. Никога няма да страгате за мъж. Никога няма да ви мамят, да ви лъжат или изоставят. Ще откриете най-подходящия за вас мъж, ще го накарате да се влюби лудо във вас и да не иска никога да се разделяте. Но най-хубавото е, че ще забавлявате както никога досега!

Първа глава

*Силата да
овладяваш
емоциите си*

Посвещаваме още първата глава от книгата на тази сила, защото тя е най-трудна за усвояване, но същевременно е и най-важният урок. Да се научите да овладявате емоциите си може да бъде огромно предизвикателство за вас, защото по всяка вероятност ще ви принуди да вървите срещу привычното си поведение, тоест срещу изразяването на емоции.

По природа мъжете са сексуални същества, а жените – емоционални. Това е положението. Вашата националност, култура, възраст, произход и образование нямат значение. Никакво. Жената е жена. Всички сме различни, но функционираме по един и същ начин – като емоционални създания. Ние мислим със сърцата си и действаме, като се водим от емоцията. Тази склонност е естествена за женската същност и именно тя ни позволява да бъдем прекрасни майки и да се грижим за хората, които обичаме. Да подхранваме другите емоционално е наша природна дарба.

Ето защо е толкова трудно да превъзмогнем себе си. И все пак можем да се променяме. Ако иска-

те да победите мъжете в тяхната собствена игра, е важно да се развивате. *Трябва да се научите да овладявате емоциите си.*

Не казвам, че е лошо да си емоционален. Нормално е. Важно е обаче да знаем кога да се сдържаме и кога да изразяваме емоции. Не е необходимо да стигаме до крайности и да се превръщаме в кучки с каменни сърца, които не изпитват чувства. *И все пак е добре да се научите да осъзнавате емоциите си и тяхната способност да контролират действията ви. Веднага щом осмислите този факт, ще можете да контролирате действията си чрез овладяване на емоциите.*

Овладете ли това умение, мъжете няма да при тежават власт над вас. Въпреки че технически погледнато е „грешно“ да прикривате чувствата си заради собствените си егоистични потребности, това е необходимост, която е добре да приемете, ако искате да победите в играта. Смятам, че няма нищо лошо в това да овладяваш прекалената емоционалност, защото, ако се замислим, мъжете го правят през цялото време! Само че ние толкова сме свикнали с нахалните им лъжи и с манипулативното им поведение, че сме претръпнали. Да, смятаме, че не е „редно“ да си играят с нас, което обаче не пречи да падаме в капаните им отново и отново. Така че, независимо дали е правилно, или не, трябва да променим отношението си към мъжете. Ето една от причините да го направим:

Най-важното, което трябва да знаете за мъжете

Открай време съществува един определен тип мъже. Говоря за мъжете, за които жените са прозрачни. Те си играят с женския ум, знаят как да манипулират, лъжат, мамят, нараняват, използват и разбиват женски сърца без капка съжаление. А най-лошото при тях е способността им да гържат жените близо до себе си, дори след като са сторили всички тези ужасни неща. Как успяват да постигнат този майсторлък? Правят го, защото познават нашата слабост: емоциите...

Много от тези мъже дори не осъзнават какво точно вършат. Ние ги улесняваме! Други обаче го осъзнават. Те са най-лошият вид. Трябва да внимавате за тях. Тези мъже са като хищници, които преследват своята жертва. Става дума за всички онези играчи, измамници, използвачи, сводници, гадини и с една дума – задници.

Този тип мъже знаят как да използват женските емоции в името на собствения си интерес, какъвто и да е той. Може да е секс, пари, грехи или дори място за живеене. Никога не забравяйте, че съществуват мъже, които ще направят и кажат всичко само за да постигнат това, което искат. Веднага щом получат желаното, те продължават напред. Подобни

мъже знаят много добре, че ще ви наранят, но просто не им пука. Лесно ви напускат и ви оставят опустошени. Те са безсърдечни, жестоки и пресметливи.

Не казвам, че *всички* мъже са такива. Но трябва да знаете, че лошите момчета са много повече, отколкото си мислите, и са навсякъде. Те знаят как да използват емоциите на една жена срещу самата нея, като ѝ казват точно това, което тя иска да чуе, и дори успяват да звучат съвсем искрено.

Те ще продължат играта си, докато източат от вас всичко, което искат. След това ще си тръгнат или ще ви гържат на каишка толкова дълго, колкото вие им позволите. *Осмислете този факт.* Не позволявайте да ви вкарат в капана си. Вие тепърва ще се учите как да получите от мъжете това, което искате, а на тях знанието как да използват жените им е в кръвта.

Ние дори не осъзнаваме как нашите емоции често ни превръщат в лесни мишени и ни принуждават да вършим неща, които не са добри за нас. Случвало ли ви се е да си спомните за някоя предишна връзка и да се чудите: „Какво, по дяволите, съм мислила тогава?“. Разбира се, че да. Всички сме минали по този път. Само че истината е, че тогава въобще не сте мислили. Действали сте емоционално. Реагирали сте въз основа на емоциите си, а всъщност е било във ваша полза да ги владееете. Казано простичко, водили сте се от желанията си, вместо да слушате разума си. Звучи романтично и изглежда така, сякаш това е

любовта, но в действителност е най-лошото нещо, което може да си причините. Разбира се, освен ако не предпочитате да сте влюбена глупачка. Но ако искате да бъдете силна жена, която не страда в отношенията си с мъжете, подобно поведение е огромна грешка. По тази причина ви моля да забравите за романтиката. Тези дни отминаха (засега).

Единственият начин да вземете преднина в играта, е да владеете чувствата и реакциите си. Трябва да знаете кой командва – емоциите или разумът ви?

Ето един класически сценарий. Един мъж току-що е разбил сърцето ви, стъпнал го е и си е тръгнал, все едно нищо не е станало. Логичната реакция е да му покажете среден пръст и да продължите напред. Няма начин обаче! Ние сме емоционални създания и не правим така. Питаме се по сто пъти: „Защо той ми причини това?“. Извиняваме го с десетки различни оправдания, сякаш поведението му заслужава обяснение. След това си съставяме план от сто точки как да си го върнем. Правим го дори когато знаем, че той е кофти тип и трябва да го оставим да си върви по живо, по здраво.

Това е огромен проблем. *Създаваме си сами проблеми, защото позволяваме на емоциите да влияят на действията и решенията ни.* Подобно поведение не води доникъде. Може да ни донесе удовлетворение за кратко, но накрая ще изпитаме още по-голяма болка. Овладяването на желанията е най-важното нещо, което трябва да приложим по време и на гве-

те фази – и в *началото* на връзката, и в *края ѝ*. Нека да започна с най-трудната част: края на една връзка.

Как да контролирате желанията си в края на връзката

Мъжът до вас току-що ви е наранил за пореден път. Знаете, че нищо няма да се получи и просто трябва да се разделите с него и да продължите напред. Въпреки това не спирате да мислите за него. Скърбите, плачете, мислите, мислите, мислите и пак мислите. Може би дори му позволявате да ви моли за прошка или му давате възможност да ви спечели отново, след като много добре знаете, че не е подходящ за вас.

Много често ние постъпваме ирационално, за да може да се „почувстваме по-добре“. Предаваме се на емоциите си, за да изпитаме удоволствие за кратко, а после ни боли. Дори и най-силните жени са взимали глупави решения заради неспособността да контролират желанията си.

Всички ние сме се връщали при мъже, за които знаем, че не струват. Вярваме, че мъжът ще се промени и няма да ни наранява повече. И прибираме обратно нещастника. Това е проява на нашата емоционална, женска, обичлива страна. Когато тя доминира, вие

не разсъждавате правилно, не действате разумно и не напускате мъжа, въпреки че той не е подходящ за вас. Ето как да си набавите повече сила.

Лесната част

Осъзнавайте кога емоциите
управляват поведението ви

Това умение не е много трудно, защото дълбоко в сърцето си вие знаете, че взимате неправилно решение. Наясно сте, че понасяте прекалено много. Обикновено семейството и приятелите ви казват да го зарежете, но вие не слушате! Лесно е да *разбереш* кога те правят на глупак. Трудната част идва, когато го осъзнаеш и трябва да контролираш поведението си.

Трудната част

Контролирайте реакциите си

Тук се изисква работа. Въпреки че ние не избираме как да се чувстваме, *можем да избираме как да реагираме*. Кой управлява влака – вашите емоции или вие? Вие определяте посоката. Сърцето ви може да е разбито и наистина да искате да простите на този човек, но изходът от ситуацията зависи от вас.

Абсолютно необходимо е да се възпирате сама. Може да си казвате: „Знам, че в момента

съм много тъжна и искам да съм отново с него. Но осъзнавам, че в момента говорят моите емоции и желания, и решавам, че този път няма да правя това, което те искат.“

Най-трудната част

Чувствата все още съществуват
и наистина боли

Въпреки че сте направили избор, сърцето ви все пак е разбито. Болката е факт. Постоянно ви е мъчно. И все пак, ако успеете да се контролирате и не се върнете към въпросния мъж, болката в крайна сметка ще изчезне. Отнема известно време и докато се случи, е добре да ангажирате ума си с други неща.

Помощ за разбито сърце

Последната и най-важната стъпка в овладяването на емоциите е да се научите да лекувате разбитото си сърце и наранените си чувства *точно както се лекува рана*. Дайте им време да заздравеят. В началото боли, но с течение на времето става все по-леко. Нашият най-голям проблем е нетърпението. Не искаме да чакаме. Искаме сърцето ни да е цяло СЕГА!

Вместо да го оставим да заздравее, ние измисля-

ме какво ли не. Знам колко боли. Усещате постоянна болка в гърдите и стомаха. Зле ви е и не спирате да мислите за него. Боли ви дори физически. Повръща ви се. Не можете да ядете. Не можете да спите. Любовната мъка е способна да ви докара дори до дълбока депресия, а в най-лошия случай – и до самоубийство. Не е лесно да се справите с такава болка. Изглежда ви невъзможно, но не е така!

Длъжни сте да го направите – заради себе си. Ако се поддадете на емоциите и приемете мъжа обратно или го умолявате да се върне, за да ви олекне, болката няма ли пак да се появи? Няма ли този човек да направи същото отново? Няма ли цикълът да се повтори? Най-добре е да продължите напред и да преминете през процеса на изцеление, вместо да се пускате пак и пак по емоционалното влакче на ужасите.

Най-важната част

Разсейвайте се

И така, все още ви боли. Сега какво? Как да продължите? Намерете с какво да ангажирате ума си, докато сърцето ви се излекува. Това е най-добрата стратегия, която може да приложите. Излезте с приятели, вземете си куче, започнете нова работа. *Направете нещо, за да не мислите за мъжа.* Много жени тръгват на фитнес или си намират ново хоби. Така не само умът им е зает, но и правят нещо добро за себе си.

Ще мислите за него, докато сте с приятелите си. Ще мислите за него, докато сте на новата работа, във фитнеса и докато играете с кучето си. Това е нормално. Щом не вдигате телефона и не му се обаждате, значи всичко е наред. Щом не му позволявате да идва при вас и да „оправи нещата“, значи сте на прав път.

Ще продължавате да изпитвате болка и докато тя утихне, гледайте умът ви да е зает с нещо. Може да отнеме седмици или месеци, но с времето страданието ще отслабва. А после, обещавам ви, напълно ще изчезне.

Щом вече не ви боли, поздравете се! Това значи, че сте си върнали силата! Това означава още, че можете да си тръгнете от всеки мъж, ако той не се отнася с вас така, както заслужавате! Никой повече няма да има власт над вас и няма да използва собствените ви емоции, за да ви навреди

Да обобщим знанието за това как да овладяваме емоциите си

Осъзнайте, че тъй като сте жена, ви е по-лесно да реагирате емоционално (няма нищо лошо в това, просто приемете, че може да спечелите много, ако овладеете реакциите си).

Сега, когато сте наясно, в никакъв случай не взимайте решения, само и само да удовлетворите желанията си и да се почувствате добре за кратко.

Осъзнайте, че болката е все още във вас.

Този път няма да се предадете, защото контролът е във ваши ръце.

Дайте време на сърцето си да се излекува. Ако имате рана на коляното и искате да зарасне, чоплите ли я постоянно? Не. Превързвате я и чакате. При емоционалната болка не е по-различно.

Най-важното: заемете се с нещо, докато сърцето ви се излекува. Ще мислите за мъжа, но ще бъдете прекалено заета, за да го следите или да му се обаждате.

Никога

не се унижавайте пред мъж!

Ако той не се е отнасял с вас както заслужавате... да си върви. Не позволявайте на емоциите си да ви поставят в положение, в което се чувствате използвана и наранена. Знам какво е сърцето ви да изпитва болка и да ви диктува да му се обадите; да искате да хукнете след него или да видите дали колата му е паркирана пред дома му (всички сме го правили). Независимо от желанията си обаче, заради уважението и достойнството си, научете се да ги контролирате. **НЕ МУ СЕ ОБАЖДАЙТЕ, НЕ ТЪРСЕТЕ КОНТАКТ С**

НЕГО, ОСТАВЕТЕ ГО НАМИРА ЗАВИНАГИ! Той се е издънил и сега трябва да плати за последствията: като ви изгуби.

Много е трудно да се преодолее отхвърлянето или да се утешава разбитото сърце. Не очаквам да не ви боли. Болката ще бъде там. Сърцето ще ви боли генонощно. Но това е част от процеса! Ако продължите да поддържате тази отровна връзка, пак ще ви боли, и то много по-дълго! Защо тогава да не вършите нещо продуктивно, вместо да преследвате, настоявате, да се унижавате, чудите, притеснявате или да плачете за мъжа?

Разсейващи срещи

За да сте заета с нещо и за да се разсейвате от сърдечната болка, е добре да започнете да излизате с мъже отново. Направете го, дори сърцето ви да е толкова разбито, че изобщо да не ви се излиза. Не ходете на срещи заради самите срещи. Когато изпитвате любовна мъка, срещите са последното нещо, за което се сецате, защото скърбите. Но точно това е най-подходящият момент да го направите. Не се отказвайте от тях точно сега, когато наистина има нужда да се разсеете.

Напълно нормално е да мислите постоянно за бившия си приятел. Нормално е също да не изпитвате нищо към човека, с когото излизате. И все пак не позволявайте на всичко това да ви влияе. Да си жена значи да имаш право да ходиш на срещи, без непременно да искаш да имаш връзка с мъжа, с когото излизаш.

Идете на няколко разсейващи срещи. Наричам ги така, защото те ни помагат да пренасочим вниманието си и да запълним времето си. Може например да излезете с мъж, защото ви е скучно и си мечтаете за една хубава вечеря. Дори да сте тъжна по време на цялата среща, пак има полза, защото през тези четири часа не сте се обаждали нито веднъж на бившия си!

Няма нищо лошо в разсейващите срещи, защото мъжът ви извежда с намерението да ви убеди да „пробвате“ с него. Той все едно хвали стоката си, но вие не сте длъжна да купувате нищо. Там сте, за да видите дали ще ви е интересно. Едва ли ще успее да ви привлече или заинтригува, но все пак му давате шанс. Понякога мъжете са доволни просто да получат една нова възможност.

Мъжете не са толкова сложни като нас. Те ви искат, защото имате вагина. Няма нищо против да похарчат пари за вечеря или кино само за да проверят дали имат шанс. Е, може би все пак имат против, когато след края на срещата не получават НИЩО, но, майната му, вие не сте им длъжна по никакъв начин. Вашето присъствие е достатъчно.

Повтарям, не се чувствайте неудобно от това. Мъжете го правят непрекъснато. Вие използвате разсейващите срещи за собствена полза така, както един мъж би използвал без притеснения жената за секс. Не изпитвайте чувство на вина. Владейте емоциите си и продължете напред.

Разсейващите срещи имат за цел да ангажират вниманието ви, да ви накарат да се почувствате по-добре и просто да ви напомнят, че мъжете се интересуват от вас. Когато те ви преследват, дори и да не ги харесвате, вие осъзнавате, че онзи загубеняк е изгубил нещо ценно. Разсейващите срещи са средство, което ви помага да съберете разбитото си сърце, като разсейват ума от раната, докато тя заздравява. Ще поговоря повече за тези срещи и за това как да накарате мъжете да се редят на опашка за вас в десета глава.

Нещата, които мразя у теб

Ако ви е много трудно в периода след раздялата, може да използвате друг инструмент, наречен „списък с нещата, които мразя у теб“. Вземете бележника си или лист хартия и напишете всичко, което ви е притеснявало в този човек. Опишете какво ви гразнеше в него – от по-сериозните неща, като

„той е лъжец и измамник“, до дребните от типа „пъпката на гърба му“.

Каквото и да ви е гразнило, ядосвало или огорчавало в този мъж, включете го в списъка. Не ме интересува колко незначително е, просто го напишете. Когато ви стане много мъчно, извадете списъка, прочетете го и се посмейте. Ако трябва, четете си го всеки ден или по няколко пъти на ден. Накрая ще стигнете до онзи момент, когато ще седите, ще се смеете и ще се чудите какво изобщо сте намерили в един лъжец с пъпчив гърб.

Списъкът „Нещата, които мразя у теб“ и разсейващите срещи са два инструмента, с които да контролирате поведението си и да преминете през фазата на разбитото сърце. И все пак овладяването на емоциите е важно умение не само в края на една връзка, но и в началото.

Как да владеем емоциите си в началото на една връзка

Щом се запознаете с един мъж и откриете, че го харесвате, отново е важно да овладявате емоциите си. Нали разбирате, говоря за онези моменти, когато искате да му се обадите, да му напишете съобщение, да оставите коментар на стената му

във *Фейсбук*. Или когато го чакате да ви се обади, защото е обещал, но не го прави и вие му звъните. *Знаете*, че трябва да изчакате и да го оставите той да ви се обади, но умирайте да го чуете. Не го правете! Бъдете търпелива! Контролирайте се! Винаги изчаквайте той да ви потърси! Ако не го направя, това е СИГУРЕН ЗНАК, че не ви харесва.

Как да разберете дали един мъж ви харесва

Ако един мъж ви харесва, той ще иска да общува с вас и да се среща с вас. Ако не – значи не е заинтересован. Това е! Ще трябва да приемате този факт. Не преследвайте мъжете. Контролирайте емоциите, които ви карат да го правите.

Да, дори да е притеснителен. Да, дори ако поведението ви не издава, че го харесвате. Може да флиртувате, но не го преследвайте. Бъдете търпелива. Ако ви харесва, ще се обади. Ще ви пише съобщения. Ще намери начини да бъде около вас. Ако не го правя, приемете го като начин да ви покаже, че не го интересувате. Жените не трябва да полагат усилия да привлекат вниманието на мъжа. Ако не получавате отговорите, обажданията, съобщенията или вниманието, на което се надявате, забравете за него. Най-вероятно не ви харесва – в противен случай щеше да го покаже и вие щяхте да разберете.

Има една книга, озаглавена „Той не се пада по теб“*. Според мен всяка необвързана жена трябва да прочете тази книга, ако все още не го е направила. Книгата ще ви помогне да приемете факта, че ако един мъж не ви се обажда, не ви праща съобщения, не флиртува с вас или не ви търси активно, той просто *не си пада по вас*. Толкова много жени седят до телефона в очакване някой мъж да им звънне или да ги покани на следващата среща и накрая се отчайват. Ние обикновено им измисляме извинения, оставяме да ни се подиграват и дори по-зле – обвиняваме себе си. Книгата наистина е честна до бруталност и наистина ще ви помогне да прозрете какво се крие зад подобни драматични ситуации.

Ето три причини, поради които трябва да овладявате емоциите си, когато излизате с нов мъж или в началото на връзката ви:

Причина № 1:

Мъжете не понасят невъзможността да разчетат какво мислим. Ако владеете емоциите си, когато започнете да излизате с един мъж, той ще се чуди дали го харесвате, или не. А като не може да установи, ще полага повече усилия. Изведнъж ще започне да се обажда или да ви пише съобщения. Той ще е този, който ще ви гони, а не обратното.

* „Той не си пада по теб“, Грег Беренд и Лиз Тучило, изд. „Колибри“, 2009. – Бел. ред.

Причина № 2:

Мъжете ви желаят повече, когато вие не ги искате. При тях всичко опира до тръпката от лова. Знам, че сте го чували преди или вероятно си мислите, че е просто глупава игра. За нас е глупава, защото сме жени и нашите умове функционират по различен начин. Ние разсъждаваме така: „Хей, ако ме харесваш, бъди с мен!“. Мъжете не са такива. Мъжете искат да ловуват. Вълнението от лова възбужда интереса на мъжа много по-бързо от телефонните разговори и яките коментари във *Фейсбук*. Така стоят нещата. Колкото по-бързо приемете ситуацията, толкова по-добре за вас. Флиртувайте с мъжа, но контролирайте нуждата си да го преследвате и ако той ви харесва, със сигурност ще ви следва по петите.

Причина № 3:

Бързата кучка слепи ги ражда. Ние, жените, влизаме в клопки доста лесно. Не бързайте да харесвате нов мъж, особено ако току-що сте се запознали с него и сте започнали да излизате. Контролирайте тези емоции, които ви обливат толкова лесно в началото на връзката. Не решавайте, че сте влюбена още след първите няколко срещи и не смятайте, че той е Единственият. Забавете темпото. Контролирайте се и го играйте недостъпна.

Номерът с телефона

Ето една тактика, която може да използвате в началото на връзката си или когато започнете да говорите с някой мъж. Нека вие сте тази, която приключва разговора по телефона – поне първите три-четири пъти. Правете го, докато връзката ви не се развие. Извинете се или кажете защо не може да говорите повече. Няма нужда да го правите всеки път, но е важно вие да приключвате разговора по-често, отколкото той. Прекъснете го учтиво. Това му дава да разбере, че не се нуждаете от него, за да ви забавлява. Показва му също така, че сте заета жена, която няма отчайваща потребност от мъж. И най-важното: кара го да се чуди дали го харесвате и да очаква да се чуете отново.

Дайте обещание на себе си

Обещайте си, че от този ден нататък ще поемете отговорност за действията си. Ситуациите с мъжете, за които по-късно се чудите: „Какво, по дяволите, си мислех?“, не са по негова вина. Отговорността е ваша. Подобни нелепи преживявания няма

да се случват, ако успеете да запазите самооблагане и да не ставате робиня на емоциите си. Това са вашите емоции и вие трябва да се научите да ги разпознавате и да ги владеете, а не да ги оставяте да ви водят. Така печелите предимство пред мъжете и вие поръчвате музиката.

Умението да владеете емоциите си е изключително ценно. То ви помага да останете в силата си и да определяте как се развива връзката ви – независимо дали това означава да напуснете бившия си завинаги, или да започнете да излизате с нов мъж, когото наистина харесвате. *Запомнете! Една силна и уверена жена също изпитва болка. Тя иска да се обади на мъжа, когото харесва, но не го прави. Тази жена владее емоциите си и по този начин упражнява контрол върху връзките с мъжете.*

Дотук разбрахме, че мъжете използват емоциите ни срещу нас. Добрата новина е, че има бойно поле! Какви оръжия използват жените в любовта? Отговорът е очевиден и прост, само че ние рядко осъзнаваме, че притежаваме тези оръжия, камо ли да ги използваме като предимство. Нашето оръжие е сексът. Нашите вагини, гърди, бедра, крака и задници са толкова важни за мъжете, колкото са емоциите за нас. Сексът е най-голямата им слабост. Ха-ха.