

В И К Т О Р И Я Р А Х М А Т У Л И Н А

VIKSI666



нецензурно лексикку! Содержит
18+
нецензурно лексикку!

КАК УМЕЕТ ЖЕНЩИНА



В И К Т О Р И Я Р А Х М А Т У Л И Н А

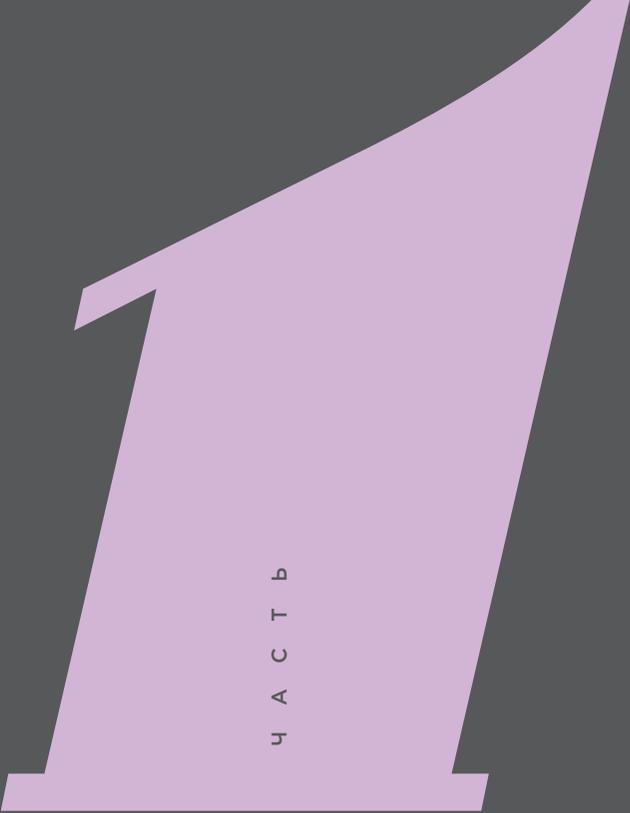
VIKSI666

КАК УМЕЕТ
ЖЕНЩИНА



Москва
2019





Ч А С Т Ь



ЛЮБИ СЕБЯ
ЖОПКА В ТЕПЛЕ

Г Л А В А



Привет, моя дорогуша. Я тут для тебя целую книгу написала и надеюсь, что ты ее прочтешь. Главное, что мне хочется, это чтобы ты любила себя, ведь это уже половина от того, что характеризует настоящую женщину.

Любовь к себе — это полное принятие, позитивное отношение к миру и добрые намерения по отношению к себе. Короче говоря, живи, чтобы испытывать радость и получать удовольствие. Если ты несчастна — что-то меняй. Ведь ты, я уверена, слишком хороша для всего этого дерьма.

Любовь к себе словно розовая водичка со сверкающими блестками, наполняющая тебя изнутри. Чем больше в тебе будет этой воды, тем вероятнее увидеть жизнь, как в песне Эдит Пиаф *La Vie en rose* («Жизнь в розовом цвете»). Береги и преумножай эту водичку, и не позволяй ни одной сволочи попытаться опустошить себя.

Холь и лелей себя: прокачивай фасад и работай над начинкой. Одним словом — совершенствуйся во всем. Только мотивируй себя правильно. «Я некрасивая или глупая», «С этим надо что-то де-

лать» — это НЕВЕРНАЯ мотивация. «Я прекрасный неограниченный алмаз, а полировка лишь сделает из меня бриллиантик» — а это, девочки, ПРАВИЛЬНАЯ мотивация.

Вот несколько основных пунктов, которые помогут полюбить себя:

- не завидуй черной завистью,
- не п*зди про других плохо,
- займись физической активностью,
- имей то, что будет наполнять тебя позитивом,
- береги нервишки,
- все-таки следи за фасадом
- и принимай себя.

НЕ ЗАВИДУЮ ПО-ЗЛОМУ

Завидуя по-черному, ты тратишь свою драгоценную энергию и место в голове на эмоции, которые никогда не обернутся плюсом в твою копилку. От такой зависти ты не станешь богаче, умнее или сексуальнее, а лишь испортишь себе настроение.



“ Завидуя по-черному, ты тратишь свою драгоценную энергию и место в голове на эмоции, которые никогда не обернутся плюсом в твою копилку. ”

«Я НЕКРАСИВАЯ ИЛИ ГЛУПАЯ»,
«С ЭТИМ НАДО ЧТО-ТО ДЕЛАТЬ» —
ЭТО НЕВЕРНАЯ МОТИВАЦИЯ.





Такая зависть способна превратить соболя в крысу, а милого пирожочка (тебя) — в озлобленную собаку.

Я не спорю, что завидовать можно, но не так: «Почему у этой гадины есть, а у меня нет», а вот так: «Блин, оно есть у этой гадины, и я готова сделать многое, чтобы получить такое же».

Первый пример зависти — разрушительный и бесперспективный. Второй — подталкивающий к действию. Поэтому если уж завидуешь, то давай по-белому!



НЕ П*ЗДИ

Очень хорошо жить в тепле, уюте и богатстве, при этом оставаться добрым, спокойным и счастливым пирожочком. И то, и другое всегда находится в противоположной стороне от болтливой метлы.

Если ты зло базаришь о бывших подружках, парнях, работе и так далее, то нормальных людей вокруг тебя очень скоро станет совсем мало. Либо они подумают, что ты злючка, и уйдут, либо посчитают, что о них ты однажды начнешь болтать всякое. Они перестанут тебе доверять.



ЗАНИМАЙСЯ ТЕМ, ЧТО НРАВИТСЯ

Здоровые мужики, кстати, тоже не любят балаболку, тут даже глубокое горло может не помочь. Это во-первых. А во-вторых, я просто напомню, что злость и зависть не вредят никому, кроме вас, объект ненависти не испытает всего этого говна, которое бурлит у вас по венам.

Чем больше об этом дерьме вы думаете и говорите — тем больше становитесь озлобленной и завистливой. Будь добрее, рыба моя, и не болтай пустого. Используй свой язык правильно!

ФИЗКУЛЬТУРА

Я люблю спорт за огромное количество вариантов. Это может быть качалочка, домашние тренировки, танцы или бег — все, что душе угодно. Главное, чем-то заниматься. Польза от физических нагрузок всем давным-давно известна. Спорт — это самочувствие, настроение, заинтересованность в каком-то интересном деле и, как бонус, — преображение. Рискни стать самой красивой и счастливой в своем пруду, рыба моя.

Как-то одним прекрасным днем моя прекрасная подписчица отправила не менее прекрасное послание мне: «Вика, я сегодня первый раз была в тренажерном зале, и меня как будто 20 человек отхренарили ногами». Рыбы мои, это абсолютно нормально, так это и работает. Сначала вас «хренарят» 20 человек, потом 10, потом 5, а потом вы сами кого угодно «отхренарите», и брата его старшего, и батю.

“ Секрет в другом: со временем ты привыкаешь к этим ощущениям и начинаешь замечать результат от усилий над собой. ”

Да, приучать себя к занятиям тяжело, и так будет всегда. Секрет в другом: со временем ты привыкаешь к этим ощущениям и начинаешь замечать результат от усилий над собой. Кроме того, регуляция сердечно-сосудистой системы, профилактика развития заболеваний опорно-двигательного аппарата — это самая верхушка айсберга из тех ништяков, которые тебя ждут в спортзале.

Если при виде меня у вас складывается впечатление, что я отлетаю по спортику, то вы это бросьте. Моя шишка не дымится при мысли о физической активности, вообще нет. Я типичный «диванный киселёчек»: из зала сразу на диван. Все эти «активитис-волейбольчики», забеги, йога в парках ранним утром — категорически не мое.



ЗАНИМАЙСЯ ТЕМ, ЧТО НРАВИТСЯ

В твоей жизни обязательно должно быть нечто, что будет наполнять тебя позитивной энергией изнутри. И я говорю о мужике. Тебе надо найти то, от чего твоя душа будет кайфовать, и это не должно преследоваться статьями из УК РФ. Сплошная доброта, в общем-то. Это может быть работа, от которой ты получаешь удовольствие, обычное хобби или новые друзья. Хотя бы час в день твои глаза должны гореть. Обмен энергии реально существует: когда ты излучаешь позитивчик и он возвращается в ответ. Благо позитивная энергия повсюду, бери где хочешь, тут этого добра завались.



НЕРВЫ ДОРОЖЕ

Ничто не может стоять свеч, если это вредит твоему душевному спокойствию. Ничего. Никогда. Вообще.

Любовь? Да вертела ты эту любовь на болту, если она заставляет тебя «какать страдашками». Это фейк, который высосет все силы, самоуважение, гармонию и доверие к миру, оставив вас озлобленной и пустой битч.

Друзья? Дружба — та же любовь, созидательна и добра. Она окутывает вашу душу карамельными облачками. Если тебя выматывают отношения, значит, кто-то живет за твой душевный счет.

Работа? Будут ли важны твои выслуга и размер бонуса, когда ты загремишь с нервным срывом и переутомлением в больницу? Возненавидишь работу, перестанешь спать, начнешь бросаться на людей?

Жизнь очень коротка, а ты у себя одна, береги сердце, душу и тело. Что бы ни тратило твои нервы прямо сейчас, помни: твое самочувствие — дороже всего.



СЛЕДИ ЗА ФАСАДОМ

Никогда не забивай на себя. Ноготочки, реснички и тренажерка — это прекрасно, здорово и важно. Но что самое главное — все это ты должна делать лишь ради себя. Не для пацана или подруг, не для начальника или мамы, а для себя. Потому что ты у себя одна. Лучше постоянно поддерживать свой фасад в товарном виде, чем потом проводить реконструкцию. И это в меньшей степени касается ноготков и морщин между бровей.



**ЗАНИМАЙСЯ ТЕМ,
ЧТО НРАВИТСЯ**

РАЗВРАТ
ШАЛЬНОЙ ИМПЕРАТРИЦЫ
ХОРОШ ТОЛЬКО ТОГДА,
КОГДА ОН ХОРОШО
ПРОДУМАН
И СПЛАНИРОВАН.





Суперсила тусовок в том, что они веселы, как в молодости, так и в более зрелом возрасте. Тебе по кайфу торчать, бухать, не смывать на ночь косметику и не слезать с чьего-нибудь писюна. Последнее, к слову, единственное, что не аукнется тебе через пять-семь лет. А если плотно присядешь, еще и дивиденды выхватишь.

Про наркоту все понятно — результаты будут и на ливере, и на внешности. Бухло скажется на мышцах, а соответственно, фигуре, и куда печальнее — на коже лица. Еще один большой враг нашим фейсам — это несмытая косметика. Это говорит о том, что ты очень плохая девочка и дальше только одна стадия — умыться кислотой на урановых рудниках в холодную лунную ночь.

В итоге на то, чтобы нивелировать всю ту ЖОПУ, что ты с собой творила в сладенькую юность, тебе придется с каждым годом тратить всё больше, и больше, и еще раз больше. Поэтому завязывай с разгулом, подружка. Разврат шальной императрицы хорош только тогда, когда он хорошо продуман и спланирован. Бухлишко — отличная и вкусная тема, конечно, его употреблять можно, но в разумных пределах и по акции (здесь могла бы быть ваша реклама).

Сейчас не самое легкое время: нужно вертеться, крутиться и вкалывать, а не лежать и плевать в потолок, надеясь получить от жизни лакомый кусок. Вдобавок к миллиарду сложностей нормального мужика сегодня тоже не просто найти. Однако это не повод забивать на себя любимую и пускаться во все тяжкие. Всегда продолжайте нежить себя, холить и лелеять, потому что вы у себя главная жемчужинка, отрада и любовница.



ПРИНИМАЙ СЕБЯ

Принятие себя — один из важнейших пунктов на пути к личному счастью. Это более всеобъемлющее понятие, чем кажется на первый взгляд. Вы можете комплексовать по поводу своей груди, при этом отказываясь от ее увеличения. Хотя мне кажется, что еще никто не оставался недовольным после пластики груди, за исключением инцидентов с рукожопыми хирургами.

Принятие себя — это согласие с тем, кем ты являешься, где и с кем ты находишься и почему. «Она хотела бы жить на Манхэттене, но родилась мужиком в Ульяновске» — яркий пример неприятия себя. Ну уж ты-то у меня точно не такая, уж я-то знаю.



ТЫ НИКОМУ НИЧЕГО НЕ ДОЛЖНА

«Женщина должна быть...» — все слышали, да? Так вот, НЕТ. Женщина сама по себе никому ничего не должна, в том числе быть женственной, рожать детей и являться образцом целомудрия. Ты можешь быть порядочным человеком в глазах своей семьи, доброй душой с друзьями, но то, что ты баба, к этому не имеет отношения. Даже сейчас, когда я тебе говорю «следи за собой, будь секси, не бухай» и так далее, ты, по сути, ничего не должна мне. Просто так тебе будет удобнее самой, но это на сто процентов твое личное дело, только твоя жизнь.



**ЗАНИМАЙСЯ ТЕМ,
ЧТО НРАВИТСЯ**

Конечно, есть исключение, это твой мужчинице-мужичок, ему ты кое-что должна. Только речь идет о действительно важном человеке в твоей жизни, а не о проходимцах и героях побочных связей. Последним ты ничего не должна.

Миф «баба должна..» выдумали очень строгие мужики и так же строго воспитанные бабы. Сама по себе, рыба моя, ты никому ничем не обязана, кроме своего единственного. А без мужика — вообще никому. Если мужика нет, ты можешь смело всех слать. Если мужик есть — его на хой слать нельзя. Так что шли всех, рыба моя (меня тоже можешь), и жди своего рыбака.



ЗАБЕЙ НА ПОРИЦАНИЯ ОКРУЖАЮЩИХ

Сейчас я буду учить тебя ломать систему, моя маленькая бунтарка. Готова?

Возьми в руки знамя, построй баррикады и разбуди в себе юношеский протест. Мы будем бороться с общественным мнением.



Просто помни:
ты можешь быть
архитектором и
строить мосты
в небеса, но стоит
тебе один раз
соснуть член,
и тебя запомнят
как членососку.
Что делать?



Что такое общество, рыба моя? Не нужно лезть в словарь, у нас с тобой будет свое ламповое определение. Общество — это безликая (без негативной коннотации) масса, от которой ты никогда никуда не денешься. Оно будет окружать тебя до самой смерти, если, конечно, ты не намерена податься в отшельники. Хотя мы с тобой обе знаем, что этого у тебя в планах нет.

Человек — социальная животинка, которой приходится взаимодействовать с другими такими по трем миллиардам поводов и даже больше. Чем больше людей в твоём окружении, тем больше мнений. Они будут думать о тебе, делиться друг с другом мыслями, их мнение будет меняться периодически — именно так формируется общественное мнение.

Первое правило двора: здесь не любят тех, кто вы*бывается. Вся наша жизнь — один большой двор, и если ты выделяешься из толпы — жди беды. Это может быть любой повод, даже самый крохотный. Например, если твоя модель поведения, вид деятельности или внешность отличаются от среднестатистических — готовься к тому, что реакция может быть неожиданной. Не принимай близко к сердцу то, что они будут говорить. Все мы люди, и все мы ошибаемся. В один прекрасный день ты, я, он или она обязательно накосячим, потому что это свойственно людям. Именно в этот момент тебя попробуют сожрать. Их реакцию не изменишь, а вот твою на них — можно. Просто помни: ты можешь быть архитектором и строить мосты в небеса, но стоит тебе один раз соснуть член, и тебя запомнят как членососку. Что делать?

ПЕРВОЕ
ПРАВИЛО ДВОРА:
ЗДЕСЬ НЕ ЛЮБЯТ ТЕХ,
КТО ВЫ*БЫВАЕТСЯ.





Научиться быть равнодушной и отстраненной, не принимать все близко к сердцу. Только у бездельников есть время бегать за тобой со святым порывом доказать, что ты не очень. О добре и благосклонности говорят редко, положительные эмоции можно сдерживать в себе, а вот негатив требует выхода (и находит его при первом удобном случае). Так что если ты вдруг на него нарвалась, то посмотри на ситуацию со стороны: может, ты ни при чем, и эта девица назвала тебя «жирная» не потому, что это так и ее это волнует, а потому что у нее был отвратительный день. Ты же сама знаешь, как легко портится настроение женщины: из-за порванных колготок, конфликтов с начальником или лайка от бывшего пацана.

То, что ты ведешь другой образ жизни, нежели все вокруг, — твой выбор. Даже если у тебя переходный период — это только твой выбор. Значит, это та модель поведения, на которую рассчитываешь и веришь, что именно она приведет тебя к какому-то положительному результату.

Никакие сволочи не смеют пошатнуть веру в то, что ты делаешь. Если бы я слушала людей, которым я не нравлюсь, и воспринимала бы все на свой счет, то ты бы сейчас этого не читала.



НИКОГДА НИЧЕГО НЕ ЖДИ

Не жди ни любви, ни тоски, ни жалости — это фигня, любовь — супер, тоска периодически случается, и с этим ничего не делаешь, а жалость — это одно из чувств, которое делает человека

человеком, а не бездушным роботом Снежаной. То, с чем действительно тебе надо притормозить, — это ожидания. Ожидание — не твой бро.

Как бы крепко ты ни стояла на ногах, какой бы ни казалась себе четкой, ожидание все равно подкрадется к тебе со спины и сладко прошепчет на ушко тысячу и одну сказку. А когда ты разомлеешь и доверишься ему, оно сшибет с ног, окунув лицом в лужу, и набьет ссадины на коленях. Ожидания НИКОГДА не срastутся с реальностью, в отношении кого бы они ни были. Поэтому мой тебе совет, принцесса: не жди. Не жди ничего и ни от кого.



НИЧЕГО НЕ ЖДИ ОТ СУДЬБЫ

Тут не будет сказочных подарочков, как бы ты ни мечтала о фееркестной, золотой карете и хрустальных туфельках. Судьба не подарит тебе семерых гномов и диснеевских бельчат, которые все сделают за тебя. Твой всеми забытый и потерянный дядя из Америки не оставит тебе наследство, а красивый столичный миллионер не приедет за тобой в понедельник утром. Всё, чего ты хочешь добиться, придется зарабатывать своим трудом и смекалкой, в том числе и мужика. Ничего не достается просто так — придется шевелить лапками. И когда я это говорю, то это не значит рисовать стенгазеты, коллажи и прочие декоративно-прикладные штуки, чтобы поразить цель силой мысли. Визуализация намерений — это хорошо, но работает только тогда, когда ты ХОТЬ ЧТО-ТО делаешь. Не тупи и не сиди на месте, для этого у тебя еще бу-



**ЗАНИМАЙСЯ ТЕМ,
ЧТО НРАВИТСЯ**

КАК БЫ КРЕПКО ТЫ НИ СТОЯЛА
НА НОГАХ, КАКОЙ БЫ НИ КАЗАЛАСЬ
СЕБЕ ЧЕТКОЙ, ОЖИДАНИЕ ВСЕ РАВНО
ПОДКРАДЕТСЯ К ТЕБЕ СО СПИНЫ
И СЛАДКО ПРОШЕПЧЕТ НА УШКО
ТЫСЯЧУ И ОДНУ СКАЗКУ.







ЗАНИМАЙСЯ ТЕМ, ЧТО НРАВИТСЯ

дет старость. Позаботься о том, в каких условиях ты ее встретишь: где, как и кто будет о тебе заботиться.

Да, мы не молодеем, но это не такая уж и беда. Однако вот вам еще факт: каждый год перед нами закрываются все больше дверей, и не только потому, что мир заточен под молодых, а потому что со временем мы лишаем себя простора и свободы.

На некоторые должности перестают брать из-за возрастного ценза, осваивать новые профессии с каждым годом все сложнее, юношеские авантюризм и энтузиазм — не вечны. С возрастом куда больше ценится стабильность и куда меньше хочется идти на риск. Чем ты старше, тем сильнее на тебя начинают давить общественные устои. Понимаешь?

В 25 лет не страшно уйти в никуда от наемной работы, чтобы заняться своим делом. В 40 шагать в неизвестность, не будучи уверенной в завтрашнем дне, куда тревожнее. Представь, что ты безумно хочешь научиться кататься на скейте. Если тебе 15 лет, то ты без раздумий полезешь на рампу, а в 25 уже вряд ли сунешься, потому что «кто хотел — уже научился, а ты такая «тетя лошадь» не можешь себе позволить прийти покататься в первый раз». Знакомо?

Что я хочу тебе сказать в конце это занудного пункта. Пусть возраст никогда не станет для тебя помехой на пути к мечтам и целям, но лучше делать здесь и сейчас, потому что потом может и не наступить (может и наступить, но приоритеты у тебя будут уже совсем другие). У шила в жопе есть свой срок годности, и далеко не всех хватает до старости. Кто-то выдыхается в 30, кто-то — в 50. Пожалуйста, делай все возможное уже сейчас, ведь на потом твоей батарейки может не хватить.



НИЧЕГО НЕ ЖДИ ОТ МУЖЧИН

Сколько раз ты слышала в жизни фразу «Все мужики — козлы»? Я готова биться об заклад, что много. А сколько раз ты задумывалась, почему так? Что-то мне подсказывает, что гораздо меньше. Не всех женщин обижают, верно? Не всех бросают с детьми и изменяют, но почему тогда козлы всё равно все?

О, моя трижды романтическая хуанита, сейчас я все расскажу. Нас (девчонок) всегда очень расстраивает, когда кто-то ведет себя не так, как мы ждем, а от хуанов мы ВСЕГДА ждем чего-то конкретного. И увы, и ах, в твоей самой сексуальной части тела (голове) наверняка появлялись влажные картинки великолепного мира, где встретившийся вчера Вася — принц и миллионер, а ты — его красавица принцессы, у которой Васино золото сыплется из-за всех щелей. Знакомо? Я думаю, да, и пусть всё утрировано, и золота в твоих ожиданиях нет, зато всегда есть набор действий, который ты ждешь от своего благоверного, НО ОН-ТО НЕ В КУРСЕ! И просто поступает так, как считает нужным, понимаешь?

Ничего ни от кого не жди, и количество «козлов» в твоём мире существенно сократится.





ДЕЛАЙ ХОТЬ ЧТО-НИБУДЬ

«Делай хоть что-то» — я готова повторять тебе это вечно, потому что это очень важно. Чтобы к чему-то прийти, надо начать двигаться, а не сидеть на месте. Ты никогда не попадешь в пункт Б, если не выйдешь из пункта А. Чтобы кем-то стать, просто родиться у мамы с папой и быть красивенькой мало. Даже если у тебя нет ничего, кроме привлекательности, мир должен об этом знать. Но чтобы это случилось, все равно придется пошевелиться. Родители не будут содержать тебя вечно, а мужик, у которого будет достаточно денег, чтобы забрать тебя к себе, может так и не появиться. Ты должна заниматься тем, что тебе нравится.

Рано или поздно тебя шарахнет по голове, и ты поймешь, что твоя жизнь находится только в твоих руках, и только ты в ответе за то, что тебя ждет впереди. Ты не Илья Муромец, и после 33 лет на печи ты не выйдешь в мир богатырем. Я очень хочу, чтобы ты не сидела и не ломала голову, чем же заниматься. Пробуй себя везде, будь, словно затычка в жопе, заводи знакомства, и ты обязательно найдешь то, что будет приносить тебе удовлетворение.

Я более полутора лет работала инструктором в тренажерном зале, и это было настоящим бременем для меня. Немотивированные клиенты, женщины-капризульки, которые не хотят делать упражнения, боясь нелепо выглядеть, не прибавляли мне энтузиазма, а обязательные дежурные часы, которые оплачивались по 100 рублей, вообще убивали хоть какое-то удовольствие от работы. Когда я

уволилась и мой мужик позвал меня замуж, то первое, о чем я тогда подумала, что буду делать все, что угодно, только «можно больше никого не тренировать»? Так я и занялась своим «Инстаграммом».

Неудачный выбор клуба, отсутствие энтузиазма и удовольствия едва не подвел меня к тому, что я забросила то, к чему я так долго шла — стать персональным тренером. Я качалась, училась, зубрила все эти чертовы крепления мышц. На год, а то и больше я действительно забросила это дело и лишь занималась сама. Полгода назад я все-таки поддаюсь искушению, организовала свой месячный онлайн фитнес-марафон, и теперь более ста девчонок каждый месяц худеют дистанционно под моим контролем. Буквально сразу я полюбила то, что делаю. Ведь это то, о чем я мечтала. В марафоне участвуют более мотивированные люди, чем те, которых я цепляла на тренировках в клубе. Если у тебя что-то не получается, а тебе очень хочется — меняй все, что необходимо: стратегию, подход, работодателя, вид деятельности. Ведь это настоящий страх, когда ты вдруг понимаешь, что занимаешься полной фигней, а сделать с этим уже ничего не можешь.

“ Если у тебя что-то не получается, а тебе очень хочется — меняй все, что необходимо: стратегию, подход, работодателя, вид деятельности. ”

Г Л А В А



Рыба моя, твое главное предназначение на земле — быть счастливой и получать удовольствие. Возможно, тебе говорили другое, но ты их не слушай. Ощущение безграничного счастья внутри себя — это важно. То, как ты к этому удовольствию придешь, зависит только от тебя. Для кого-то это семья, для кого-то личностный рост, и только ты на этом празднике жизни решаешь, от чего будешь получать удовольствие. Ведь в поле твоего зрения и зоне твоей досягаемости есть только одна принцесса — это ты. А у моей принцессы все должно быть хорошо. Чтобы все было в шоколаде, твоя попка должна быть в тепле. Естественно, укутать свою сладкую попку теплом тебе придется самостоятельно. К сожалению, в этом мире попочек больше, чем теплых местечек под солнцем, так что ты уж там постарайся.

Помни, что в этой жизни ты можешь всё! Абсолютно всё! Только ты — творец своей судьбы и можешь отправлять ракеты в космос или заниматься ноготочками. Оставим порицания бабушкам возле подъезда, а ты делай, что тебе по кайфу, моя дорогая. Достигай своих целей, иди к своей мечте, и пусть мужичок тебе в этом поможет.

Ты можешь быть полностью самодостаточной женщиной, но зачем тебе это нужно, если ты одна? Да, ты можешь добиться всего сама и быть как Вупи Голдберг, или как Бейонсе (ее муж успешный музыкальный продюсер Джей Зи), или ученая Мария Кюри (Пьер Кюри был известным французским ученым-физиком).

Да, ты можешь быть одна и трахаться с кем угодно, но отсутствие надежного тыла и твердого плеча будут давать о себе знать чаще, чем отсутствие перспективы заняться сексом с каким-нибудь красавчиком.

Какими бы клевыми и дерзкими мы бы с вами ни были, человеку все равно нужен человек, и чем дальше мы убегаем от маменькиной опеки и ее вермишелевого супа по пути взросления, тем сильнее мы это ощущаем.

18–20 лет: «Мне на хой ничего не надо — я панкуха»;

20–25 лет: «Вот это ж ягодка выросла! В очередь, сукины дети»;

25–28 лет: «Кажется, что-то идет не так»;

28–30 лет: «Капец, мне срочно нужно замуж».

Взросление современной женщины, как правило, является квинтэссенцией клипов Рианны и шоу Андрея Малахова: красиво, музыка, стразы, но в целом какой-то капец и хрущевка. Чем меньше на тебя будет влиять негативчик из окружающего мира, тем больше твоя жизнь будет похожа на клип Рианны. А кто может изгнать Андрея Малахова из твоей жизни? Правильно, мужик.

КАКИМИ БЫ КЛЕВЫМИ
И ДЕРЗКИМИ МЫ БЫ
С ВАМИ НИ БЫЛИ, ЧЕЛОВЕКУ
ВСЕ РАВНО
НУЖЕН ЧЕЛОВЕК.



GENETICLAB
NUTRITION

Взрослая жизнь — это очень жестокая и сложная штука, но обижать тебя будут не твои «пятилетние ровесники в песочнице», а просто какая-то неведомая гребаная хрень, которая будет случаться сама собой и от тебя не зависит. Совершенно не обязательно пытаться выжить в одиночку, когда можно пустить в свою жизнь позитивное мужское влияние. Поверь, в мире есть множество мужчин, которые готовы о тебе позаботиться, взять под свое крыло. Это может быть твой потенциальный жених, тайный любовник или чужой муж — совершенно не важно, кто это будет, главное, чтобы твоя жопка была в тепле. Ты реально можешь сделать всё сама, но с мужской поддержкой получится гораздо проще.

Главное, не попасть в паразитирующий золотой капкан, сев на шею своему мужику.

Семейная жизнь должна прибавлять энтузиазма во всем, потому что вопрос выживания для нее закрыт, о ней теперь заботятся.

Когда рядом кто-то есть, ты сталкиваешься со всеми невзгодами окружающего мира не в одиночку. Сразу появляется время для саморазвития и любви к себе.



**ЗАНИМАЙСЯ ТЕМ,
ЧТО НРАВИТСЯ**

Когда у тебя есть мужик, незачем пахать на работе, где тебя пилит начальник-козел, ибо «идете на... меня дома пожалеют и не дадут умереть с голоду». При отсутствии мужика придется терпеть несчастную работу, так как надо бороться за выживание. И в качестве финального акта получите загаженную самооценку и снесенную кукушку.

Занимаясь любимым делом, ты можешь достичь большего успеха, чем пахая на ненавистной работе, но зачастую, чтобы найти

и взрастить любимое дело, нужны деньги и время, а также человек, который поможет тебе раскрыться и поверить в себя! Позитивное мужское влияние — это мягкое теплое «одеялко». Спать можно и без него, но под ним гораздо приятнее управлять собственной жизнью.

ОТНОШЕНИЯ С МУЖЧИНОЙ

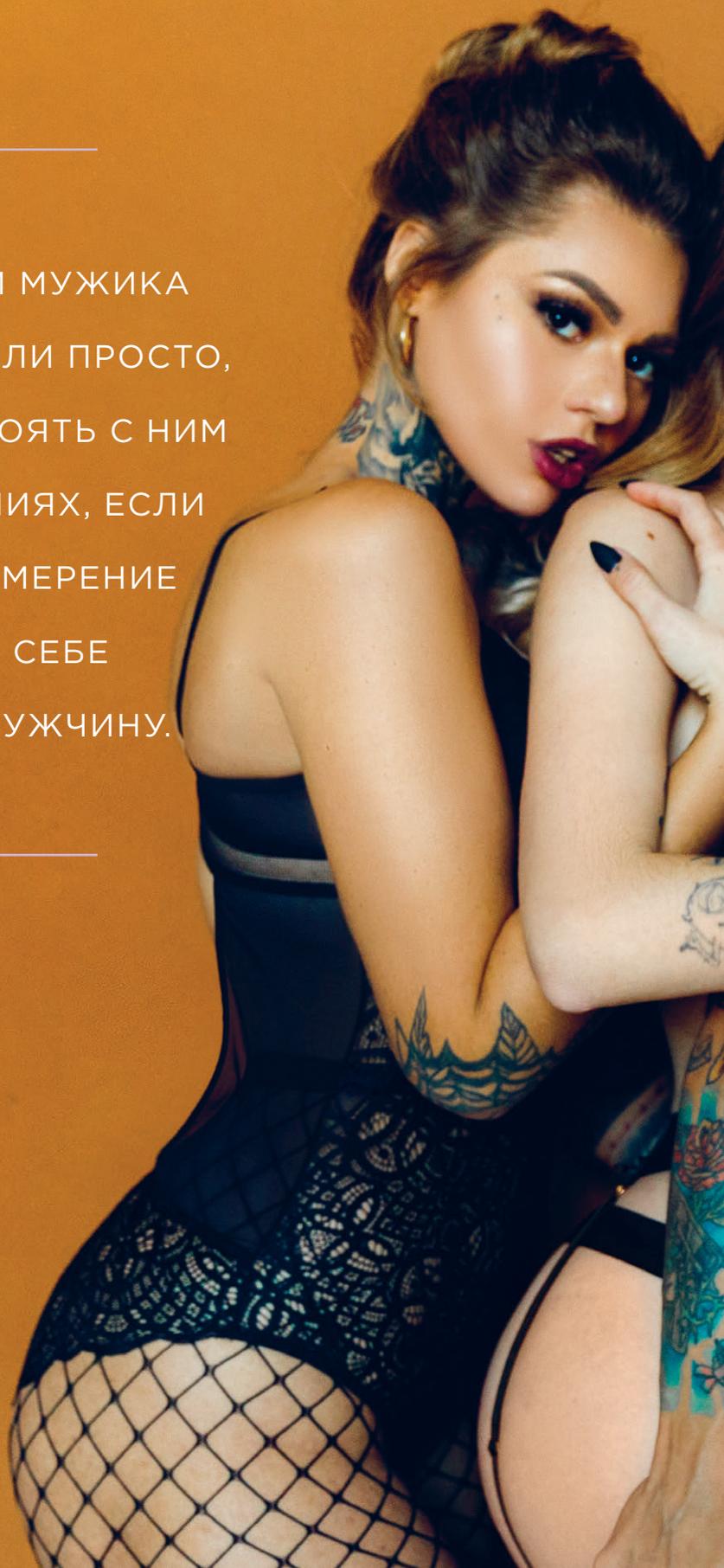
Отношения с мужчиной — это клево, только когда ты к ним готова. Как это определить?

Вот несколько вещей, которые скажут тебе, что пора в бой: одиночество для тебя синоним свободы, а не несчастья, ты чувствуешь себя и отдельной боевой единицей, и самодостаточной леди, тебе интересно наедине с самой собой и есть что сказать своему потенциальному мужику, есть чем поделиться с ним, кроме жалоб на бывшего.

ЧТОБЫ ДО ПАЛКИ, КАК И ПОСЛЕ, ВАМ БЫЛО, О ЧЕМ ПОГОВОРИТЬ

Всем ясно, чем женщин привлекают отношения: любовь, красивая романтическая история, золотишко и т.п. Никогда ничего не жди от мужика (особенно если ты ему об этом не говоришь) и не строй

НЕ ЗАВОДИ МУЖИКА
ДЛЯ СЕКСА ИЛИ ПРОСТО,
ЧТОБЫ СОСТОЯТЬ С НИМ
В ОТНОШЕНИЯХ, ЕСЛИ
У ТЕБЯ НАМЕРЕНИЕ
НАЙТИ СЕБЕ
СВОЕГО МУЖЧИНУ.





хрустальных замков в своей голове, чтобы потом не было больно от собственной фантазии. Вот несколько причин:

а) Он не представляет, что ты там надумала.

б) Он у себя такой же бриллиантик, как и ты у себя, и делает все так, как считает нужным ДЛЯ СЕБЯ. Но, черт возьми, ты же у меня такая замечательная: следишь за собой, саморазвиваешься, на ноготочки ходишь, СТАРАЕШЬСЯ БЫТЬ ВОСХИТИТЕЛЬНОЙ как-никак. Поэтому и мужика выбирай такого, с которым твоя восхитительность только приумножится. Мало того что он должен быть добрым и уважаемым сеньором, его обязанность — помочь раскрыться твоей личности, полюбить себя еще больше. Поэтому, если слышите «эх, тебе бы похудеть и нос переделать» — сразу на хой такого. Худей и делай нос тогда, когда тебе этого самой хочется, а не когда на тебя давят. А то не раскрытие личности, а развитие комплексов какое-то получается. Конечно, мужики скажут, что деньги — это не главное. По сути, это так. Быть с любимым человеком на 100 тысяч в месяц гораздо приятнее и ближе к сердцу, чем терпеть садиста и тирана за 2 миллиона. Но. Мужик все равно не должен жопиться.

Пока ты сама не понимаешь, зачем ты в это вписываешься, не лезь туды. Вибраторы, постоянные партнеры для удовольствия и без обязательств, женщины, насадка для душа — все это гораздо лучше и полезнее, чем непонятный мужик и странные отношения, в которых ты сама не понимаешь, что же тебе нужно. Вы все равно не сможете заниматься сексом 24 часа в сутки, поэтому кому-то все равно придется идти зарабатывать деньги и принести покушать (надеюсь, что не тебе). Тут нас поджидает бытовуха.

Важно найти себе человека, с которым тебе будет хорошо и комфортно на все 100%, ведь тебе с ним придется какать в одной квартире. Если в отношениях одному с другим становится неинтересно, то пережить эту серость тяжелее, чем «голубой огонек»

с родителями в новогоднюю ночь. А если тебе не интересно самой с собой, то как может мужчине быть интересно с тобой? Если ему захочется завести себе молчаливую рыбу-прилипалу, которая никак не скрасит его существование, то ему, в натуре, проще купить аквариум. Если ты не чувствуешь себя с этим человеком кошечкой, рыбкой, богиней-обольстительницей, то, кажется, это не ваш мужик. «У настоящих бейбис каждый день — их день. Если хуан не дает вам этого чувства — на хой это дерьмо» — гласит цитатка из интернетика, и она совершенно верна. Отношения — это всегда компромисс, но зачем он тебе, если ты грустишь?

ПОБОЧНЫЕ СВЯЗИ

В моменты нашего одиночества/свободы (подчеркните) мы все равно настроены на то, что рано или поздно встретим так называемого «своего человека» — мужчину, с которым будет комфортно. В некоторых случаях ожидание может затянуться. Иногда мы сами становимся причиной того, что дело не сдвигается с мертвой точки. Все это из-за планки ожидания относительно потенциального жениха, которую мы так любим задираť неоправданно высоко. Иногда с мужчинами реально не везет, и тут важно понимать: либо ты слишком требовательна, либо тебя действительно преследует череда мудаков.



“Пожалуйста, не строй полноценные отношения с мужчиной, если он не тот самый.”



Если ты долго ждешь своего принца, хотя набор ожиданий, чтобы попасть в твою письку, не так уж и высок, и ты уверена, что ты объективно оцениваешь ситуацию, то, пожалуйста, не начинай кидаться на мужиков по принципу «абы кого». Пожалуйста, не строй полноценные отношения с мужчиной, если он не тот самый. Пусть дикие жеребцы, с которыми ты не обременена отношениями, залетают к тебе изредка на огонек.

Не заводи мужика для секса или просто, чтобы состоять с ним в отношениях, если у тебя намерение найти себе «своего» мужчину. Тебе будет очень тяжело покинуть зону комфорта, в которой тебя просто хорошо трахают и уделяют время. Новые знакомства и свидания — это всегда неизвестность, напряженность и легкий стресс. С первого раза встретить интересного мужчину очень маловероятно, а кому захочется куда-то собираться, краситься, ехать разговаривать с людьми, которые могут оказаться не интересны? Да никому! Ведь на этот случай у тебя уже есть «мальчик для секса» или мужик «чтобы просто был», который всегда на связи и готов на многое. Пока ты не избавишься от постоянных товарищей, с которыми лишь делишь постель без души и романтики, ты не сможешь быть до конца открытой для новых знакомств. Оставь этих мальчиков для секса тем, кто не ищет ничего серьезного. Отношения по принципу «я с ним до тех пор, пока не найду кого-то получше» — это не твой вариант, ведь далеко не все мужчины готовы увести чужую женщину в отличие от баб. Мужиков воруют гораздо чаще, чем нас, потому что «Угнала тебя, угнала. Ну и что же тут криминального?».





Ч А С Т Ь

●

МУЖСКОЙ АВТОРИТЕТ
ФАНТАСТИЧЕСКИЕ ХУАНЫ
И ГДЕ ОНИ ОБИТАЮТ

Г Л А В А



И МУЖИК ГЛАВНЫЙ, И ПОПОЧКА В ТЕПЛЕ. Отношения бывают разные: полиаморные, куколд-сексвайф, верх-низ и много других вариантов. Но я сейчас о традиционных — в них один мужик и одна баба. Мой тебе совет: прими то, что мужик — главный. Если ты с этим не согласна, ты либо свободолюбивая мамина бунтарка (что еще может аукнуться в личной жизни), ЛИБО МУЖИК ПРОСТО НЕ ТОТ. В жизни есть всего два фундаментальных расклада: либо ты вывозишь все сама, либо тащишь все в солидарности. Второй вариант возможен только тогда, когда ты частично переуступаешь мужику ответственность. Чтобы здесь прибыло, где-то должно убыть. Смекаешь? Быть главным — значит, брать на себя ответственность. Если она на тебе, то сказать «ой всё» не получится. Ты можешь бухтеть, капризничать, выпендриваться и истерить, но все равно он — главный, он — вожак. Когда ты признаешь в своем мужике пахана, жить станет гораздо веселее и проще. Самодостаточность и понты — это круто, но я забочусь о твоей попочке в тепле, а не о понтах.

Из-за непонимания мужского авторитета в жизни женщины происходит большинство проблем (за исключением тех, где пацан



садист или настоящий злодей). Дядюшка Фрейд очень складно и верно брехал про то, что все идет из детства: и комплексы, и неправильная парадигма. Девочка, у которой в семье была главной мама (или папы просто не было), очень часто не понимает, как нужно вести себя в отношениях с мужчиной. Они не признают лидерства за пацаном, пытаются тянуть все сами, при этом свято веруют, что мужик им что-то должен. Однако понимания того, что человек с вагиной в семье главным быть не может, отсутствует. Ты, конечно, моя самая красивая рыба. Мама вырастила отличную ягодку. Но главный садовод тут парень, он главнее, дорогая. Так что переучивайся, пока еще не все потеряно.

Мои слова легко проверить воспоминаниями из детства. У всех родителей были друзья, так называемые «тетя Таня и дядя Олег», где тетя Таня была главной, и «тетя Лена и дядя Саша», где дядя Саша был главным. Дядя Олег много пил, потому что ему хотелось залить на хрен глаза от ужаса окружающей действительности, а тетя Таня его ругала. Семья была несчастной, и скорее всего, дядя Олег уже умер или ушел к другой женщине, а в подарок своей супруге он мог принести только перегар. Потому что ему просто очень хотелось убежать от такой женской тирании, и там уже без разницы куда: к страшной соседке или на тот свет.

А вот «тетя Лена и дядя Саша» жили душа в душеньку и, скорее всего, до сих пор живут. Мы, женщины, часто склонны к эмоциональным порывам, гормональным припадкам и постоянной смене

В ЖИЗНИ ЕСТЬ ВСЕГО
ДВА ФУНДАМЕНТАЛЬНЫХ
РАСКЛАДА: ЛИБО ТЫ ВЫВОЗИШЬ
ВСЕ САМА, ЛИБО ТАЩИШЬ
ВСЕ В СОЛИДАРНОСТИ.





настроения. ЧТО Ж, возможно, в этом и есть наш шарм и очарование, но, дабы не подвергать вашу погоду в доме осадкам, которые могут сорваться из-за твоих неадекватных решений, позволь мужику рулить всем. У него нет месячных, и он не думает каждое утро о том, что он недостаточно красив. Доверяй, но проверяй. Не бери на себя его кредиты, не переписывай на него жилплощадь, а просто чаще поддакивай. Тебе ведь несложно, а ему приятно.

Но это не значит, что ты должна закрыть свою варежку, со всем соглашаться и молчать в тряпочку. Ты не русалочка Ариэль, у которой злая колдунья забрала голос в обмен на ноги. Тебе просто иногда поддакивать и не выпендриваться, а если и показывать характер, то только по делу. Ты даешь мужику согласие, а он в обмен заботу.

Мужчине хочется быть самым главным, а почувствовать свою силу он может на контрасте с маленькой и слабенькой бабой (тобой). Твое согласие или хотя бы его имитация даруют ему такую возможность, а он осыплет тебя разными ништяками в зависимости от своего финансового благосостояния. Кто главный — тот и башляет. Если ты пытаешься тянуть одеяло на себя и быть со своим мужчиной на равных, то и туфли тебе придется покупать самой. Но ты ведь не хочешь тратить свои деньги? Потому что они твои, а его средства — ваши. Вы, наверное, подумали: «Фу, Вика, какая ты меркантильная сука, опять все к бабкам свелось!» Не, ну а что? Из себя ты выжимаешь максимум: мало того что ты красивая и умная, так еще и слушаешься его. Так тебе что, еще и платить за себя,

“ Не, ну а что? Из себя ты выжимаешь максимум: мало того что ты красивая и умная, так еще и слушаешься его. ”

что ли? Платить за себя приходится, если ты некрасивая/одинокая/никого не слушаешься. Как гласит реклама одного сайта с проститутками: «Сегодня пятница, и пусть мужчина за все заплатит». Если ты мне не веришь, то проведи следующий эксперимент. За месяц-два до выхода нового айфона на-

чни имитировать свое согласие, и я ставлю шаурму на то, что новый айфон сначала купят тебе, а потом уже себе. Десятки моих подписчиц, когда мы обсуждали эту тему, писали, что если с первым мужем в равноправных отношениях они посасывали жопу, а мужик тихонько наглед и пытался устроиться на шее, то во втором браке, попробовав вышеупомянутую модель поведения, быстро приходили к желаемому и большому количеству ништяков.



**ЗАНИМАЙСЯ ТЕМ,
ЧТО НРАВИТСЯ**

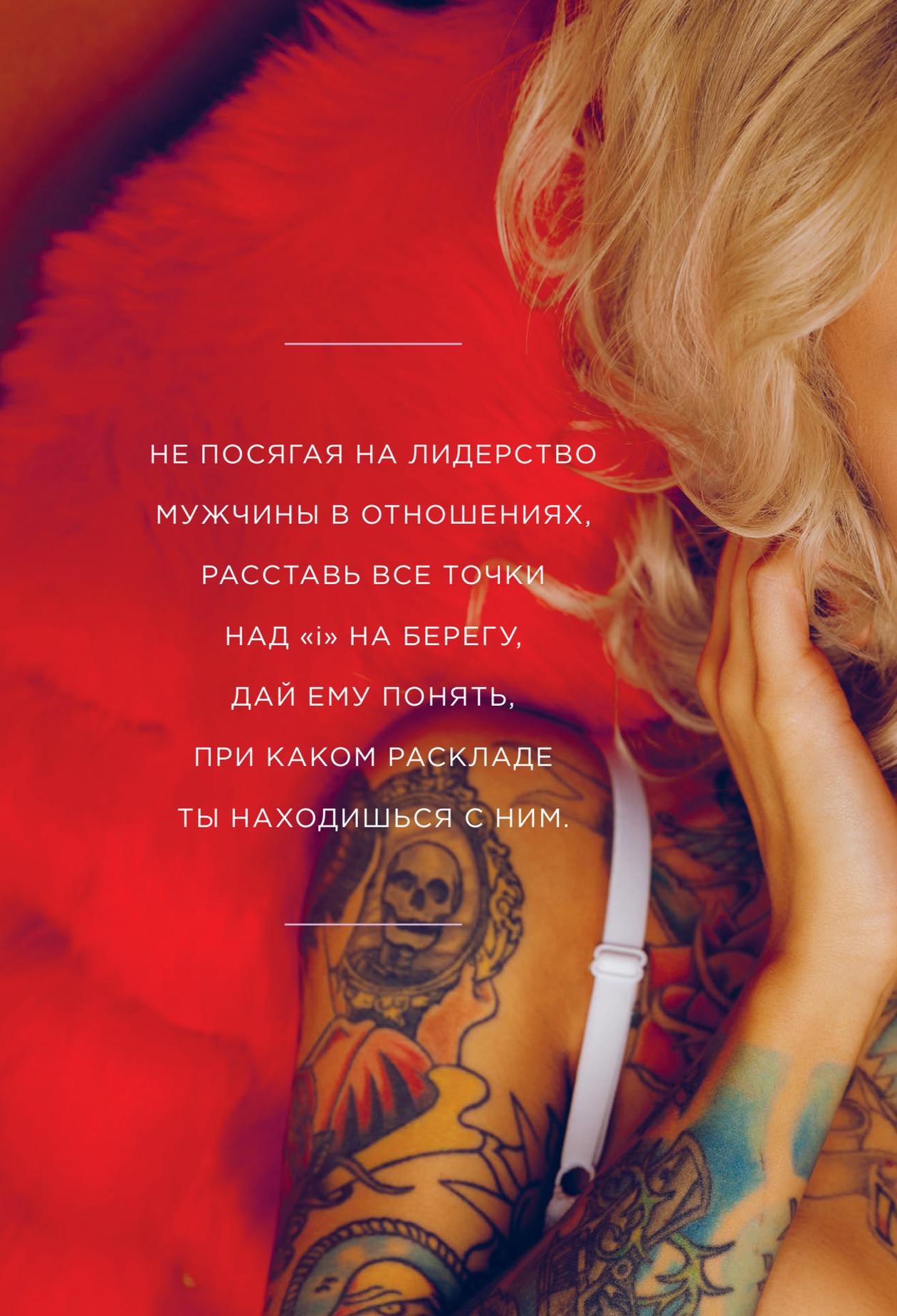
Мужчина не твой враг или соперник, он не забирает лучшие годы твоей жизни и не пил кровь, не состязается с тобой в аккуратности и порядочности. Он — твой мужик, и он во многом терпит тебя так же, как и ты его. В конце концов мужчина заботится и оберегает тебя, так что не нужно сравнивать себя с ним. Выключи раз и навсегда «А ВОТ Я», хоть это и очень тяжело, знаю. Попробуй хоть ненадолго, и тебе понравится находиться в отношениях без дополнительного стресса. Если он раскидывает носки по дому, а ты нет, это не значит, что ты победила его в аккуратности, это значит, что тебе есть дело до раскиданных носков, а ему нет. Ну и пусть кидается, тебе-то что?



БЫТОВУХА И УСЛОВНЫЕ ЖЕНСКИЕ ОБЯЗАННОСТИ

Итак, моя сладкая волшебная хуанита, ты выросла, пережила первые месячные, задержку месячных, протекшие месячные и засохшую сперму на подоле цветастого платья. Из маминой принцес-

НЕ ПОСЯГАЯ НА ЛИДЕРСТВО
МУЖЧИНЫ В ОТНОШЕНИЯХ,
РАССТАВЬ ВСЕ ТОЧКИ
НАД «i» НА БЕРЕГУ,
ДАЙ ЕМУ ПОНЯТЬ,
ПРИ КАКОМ РАСКЛАДЕ
ТЫ НАХОДИШЬСЯ С НИМ.





сы ты почти стала взрослой королевой, нашла короля, переехала к нему во дворец и встретила с одной острой проблемкой — бытовухой.

О чем это я? О борще и стирке трусов. Рано или поздно это встанет ребром в твоей жизни. Стоит разрулить этот вопрос сильно заранее, потому что носки сами себя не отстирают, а завтрак не приготовится. Основная загвоздка здесь — будешь ли ты это делать.

Очень рада, если среди вас, девчонки, найдутся счастливые рыбы, которых посадили в морские бриллианты, дали в плавники по кораллу, инкрустировали чешую и попросили просто быть красивой. Это круто, без шуток. Посейдонов, готовых отгородить вас от бытовухи благодаря подводным копиям, очень и очень мало. И никто не даст вам железную гарантию, что Посейдон будет рад, если вы ничего не будете делать в родном болотце.

Сейчас будет примерчик из жизни. У меня есть знакомая издали барышня, она уже очень много лет встречается с юношей, и все у них хорошо, но спустя столько времени они всё еще не съехались. Почему? Камень преткновения один и тот же — парень хочет, чтобы она сама убиралась в его доме, а ее это не устраивает. Им уже больше 26, но они так и не перебрались на одну территорию именно по этой дурацкой причине. Уступать никто не хочет.

Что мы привыкли считать женскими обязанностями: готовка, уборка, глажка и тому подобное? Это не очень увлекательные домашние хлопоты, но со временем эти обязанности остались женскими лишь условно, ведь время идет и роли меняются.

Практика взваливать бытовуху на плечи изящных сеньорит пошло из времен, когда эти самые дамы не работали и занимались исключительно устройством домашнего очага, а трудились в семье только мужчины. Годы шли, революции разрушали империи, с карт пропадали одни страны и появлялись другие, и женщина наконец встала с ковра и пошла на работу. В тот же момент домашние обязанности с нее... никто не снял.

Но ты не должна ждать милости султана, моя храбрая наложница, у меня для тебя другой план. Не посягая на лидерство мужчины в отношениях, расставь все точки над «i» на берегу, дай ему понять, при каком раскладе ты находишься с ним. Лучше бы тебе выяснить это сразу, чем потом ругаться из-за таких приземленных вещей.

1. Мужчина работает, а ты нет. Ну что, моя дорогая, тут борщ, метла и стирка неизбежны. Если ты не несешь в дом бабок и мужчина не снял с тебя обязанности по дому, заниматься бытовыми делами придется. В противном случае какой от тебя толк, даже если ты в постели фурия? Одной писечкой тут не отделаться, твоя женская энергия и благодарность — это клево, но труханы могла бы и постирать за любимым.

2. Мужчина работает, ты тоже, но в меньшей мере. Денег ты приносишь меньше, частично сидя на его шее. Да, тут бытовые обязанности сохраняются за тобой, но именно начиная с этой стадии ты можешь пытаться перевалить часть вещей на кого-то другого. Если это приходящая домработница — поздравляю. Если нет, то некоторые обязанности вы можете выполнять вдвоем. НЕ НАДО скидывать на своего хуана все дерьмо по дому, но потерять сыр

или включить стиральную машину он вполне в состоянии. Ты ведь тоже устаешь.

3. Вы зарабатываете одинаково. Дорогая, ну поздравляю, с заработком равным месячному золотишку твоего хуана, вы становитесь почти равноправны. Почти — потому что ты все равно женщина, а мы тут топим за традиционные отношения и роли. Борщи, возможно, будут все также на тебе, но вопрос «кто же наконец уберется в квартире?» предполагает больше вариантов ответа. Я ни в коем случае не говорю, что деньги — вопрос лидерства в вашей сладкой истории. Если ты целый день работаешь, а потом идешь домой, где стираешь, убираешь и готовишь — возможно, ты слишком много на себя взвалила.

4. У тебя денежек больше. Царица, даже если ты «альфа» по бабкам, пусть мужчина все равно будет капельку главнее. Единственное — не дай ему сесть тебе на шею. Как бы я ни убеждала тебя, что мужчина — батя, важно не воспитать чайку-хвостапада.

Примерчик из жизни. У меня есть одна знакомая, она важная и классная дама, владелица заводов, газет, пароходов, умница и красавица. Ей около 40, и она худая сисястая блондинка, которая выглядит максимум на 30. Так вот эта вот шикарная императрица нашла себе (господи, прости) бойфренда и теперь: а) содержит его маму; б) покупает ему модные шмотки; в) пытается угодить его дебильным сексуальным предпочтениям (он дронит на порнуху перед тем, как засунуть в нее, а она в это время не должна его отвлекать, потому что эта скотина говорит ей, что она ленивая и безынициативная).

Все подружки против этого козла, но она не может от него уйти (по факту — выгнать его на шею к маме), и это чертовски грустно. Так вот, золотце, чтобы ты в такую ситуевину никогда не вляпалась, всегда проверяй того, кому ты планируешь довериться. Всегда.



ПРЕТЕНДУЕШЬ — СООТВЕТСТВУЙ

Жадность, говорят, сгубила и кошку, и фраера, и тебя погубит, если будешь требовать себе самого знатного мэна и ничего не давать взамен. Давай мерить твои желания не в попугаях, а в незака-таннных губах: внешность, ум, харизма, характер, сила, бабки и еще миллиард требований, которые ты предъявляешь мужику. А что в ответик? Хрен в сахаре? Нет, так не пойдет.

Так уж вышло (эта присказка, чтобы звучало солиднее), что сами по себе люди мало кому нужны. Большинство из нас при выборе человечка на должность сердечного правителя отталкиваются от вполне конкретных ощущений. Хорошо ли тебе, чувствуешь ли ты себя любимой и значимой, дает ли он тебе чувство полета и удовольствия. Чем больше ты ощущаешь собственную восхитительность, тем больше кубиков падает в пользу того, что этот хуан тебе подходит. Помни очень важное бабское правило: претендуешь на зачетного мужика — соответствуй ему.

Давай будем честны: ты и я, Зита и Гита, Герда и разбойница, все мы (девочки, девушки, женщины, бабушки или феминистки) хотим ни хрена не делать. А если и работать, то ради удовольствия, а не денег. Еще мы хотим получать заботу, поддержку, подарочки и денежки, но кто из нас готов идти на уступки и компромиссы? А? Лес рук, лес рук.





В ИТОГЕ ТВОЕ СЧАСТЬЕ
ЗАВИСИТ НЕ ТОЛЬКО ОТ МУЖИКА.
ЕСЛИ ТЕБЕ ГРУСТНО ОДНОЙ,
ТО БУДЕТ ТАК ЖЕ И С ВАСЕЙ.

В то же время реальность гораздо жестче того, что рисует себе в розовых мечтах среднестатистическая русскоязычная принцесса. Видишь ли, чем больше мужчина собой представляет, чем больше он для тебя интересен и тем больше у него запросов.

Каких?

Ну, во-первых, на взаимный интерес. Если твой партнер развивается, то тебе придется, потому что, если вперед будет идти только один человек, второй рано или поздно безнадежно отстанет. На этой дистанции кто-то может устать, задумается, на фига вообще все это надо, и оба рано или поздно потеряют интерес.

Если ты, занимаясь бровками, и вышла замуж за лейтенанта, а через энное количество времени он стал генералом, то к этому моменту ты тоже должна дослужиться до эквивалентных высот. Поэтому, будучи генеральской женой, будь добра, продвись в своей ипостаси, о'кей? Как минимум, стань суперкрутой мастерицей, королевой бровей своего города и ближайших деревень. Как максимум, открой салон и не пропускаяй его деньги.

Хочешь, чтобы тебя носили на руках? Будь добра, попади в весовую категорию, в которой мужчина сможет поднять на руки, а не шутить «в каком весе борешься, брат?». И так — во всем.



**ЗАНИМАЙСЯ ТЕМ,
ЧТО НРАВИТСЯ**

Но это первое, а есть еще и второе. Чтобы много чего получить, надо много что дать взамен. И если ты получаешь деньги и ништяки, не отдавая столько же в ответ, будь готова расплачиваться другой валютой. И речь не только о твоей писечке, влажной для него 24/7. Будь готова уступать, слушать и отдавать ему право на решения. Иначе это кидок, сестра.



ПРЕТЕНДУЕШЬ НА СЧАСТЬЕ — БУДЬ СЧАСТЛИВОЙ

Сейчас будет очень сопливая, ванильная, мыльно-розовая истина, которую тебе надо запечатать в памяти, отлить в золоте, инкрустировать алмазами и оставить в окружении роз на алтаре своего сердца.

Никто, кроме тебя, не сможет сделать тебя счастливой. Ни один мужик на свете не подарит тебе внутреннюю гармонию, пока ты сама не захочешь ее получить. Придется ли тебе опять все делать самой? Да, моя маленькая белошвейка, придется, потому что даже если пацан приложит максимум усилий для того, чтобы ты обрела счастье, без твоего желания ничего не получится. Все его попытки будут похожи на запихивание члена в задницу, в которой уже стоит анальная пробка.

Еще раз: ТВОЕ СЧАСТЬЕ В ТВОИХ РУКАХ. Оно в твоей зоне ответственности, надо самой на него работать. Только после этого можно оценивать то, что для твоего внутреннего благополучия делает мужик.

В а р и а н т 1. Он старается сделать тебя счастливой. Это очень хорошо. Золото, а не парень. Молча улыбаешься и помогаешь ему. Потом благодаришь.



**ЗАНИМАЙСЯ ТЕМ,
ЧТО НРАВИТСЯ**

В а р и а н т 2. Не старается, потому что устал или забил. Это менее хорошо, но не критично. Берешь инициативу в свои руки и тихо-нечко, маленькими шажочками двигаешься к своему пику.

В а р и а н т 3. Не старается (и это реально так, и тебе не привиделось) или, не дай бог, обижает тебя. Все это — красный код, вали от него куда подальше. Мужиков много, а ты у себя одна такая, наливная румяная клубничка. Одной ты явно будешь счастливее, чем в отношениях с мудаком и гадом. Уж это-то точно, вспомни тупые цитаты из пабликов «Вконтакте» на эту тему. Это тот случай, когда они были правы.

В итоге твое счастье зависит не только от мужика. Если тебе грустно одной, то будет так же и с Васей. Если грустно с Васей, то будет так же и с Петей, которым ты заменила Васю. Грусть никуда не уйдет, потому что она живет не в ком-то извне, а в твоей красивой женской груди.

И, кстати, вот что еще очень важно. Каждый хуан хочет сделать свою хуаниту самой счастливой в этих фавелах. Если ты будешь грустить без объяснения причин, он будет думать, что причина в нем, и это У НЕГО что-то не получается. Заморочки, предменструальные истерики, фазы луны и прочие обстоятельства непреодолимой силы, которая делает тебя унылым и несчастным гавном — требуют объяснения. В противном случае количество уныния в вашей паре умножится на два. Вот тебе вывод, рыба моя: если тебя атаковала холерина, и ты печалишься, то поставь своего мужика в известность, что причина кроется не в нем. Не всем парням понятно, что можно заморачиваться без весомых причин, что бывают состояния, когда ты просто чувствуешь себя некрасивой, глупенькой или ненужной.

Короче говоря: тебе всегда придется оправдываться за свой поехавший колпак.

БЛАГОДАРНОСТЬ

Никто не любит неблагодарных свинюшек, которым кажется, что все в этой жизни крутится вокруг них. Такие барышни словно жужжащие злобные осы — сидят на сладеньком цветочке, тянут из него хмельной нектар, а взамен — ничего. Они свято уверены, что все должно доставаться по дефолту.

Правильное ли такое поведение? Уважаемо ли оно среди нормальных баб? Нет, мисс. Не уважаемо. Совсем.

Что самое интересное, обычно с девчонки никто не требует финансовых вложений. Все, что от нее ждут — обычной благодарности. Смекаешь, о чем я? О слове «спасибо». Твое спасибо для мужика — это не проходное слово. Можно сказать, ради этого он и делает для тебя все, что ты в итоге получаешь. Почему?

Благодарность — это источник мотивации. Четко и громко проговоренное «спа-си-бо» заряжает вашу батарейку чувств, как солнышко в зените, как ветер в чистом поле, как глубокий вдумчивый минет или подаренная проститутка. Умение регулярно и доступно выражать свою благодарность всегда идет тебе в зачет: п*ська стоит тверже, оргазмы приходят чаще, а благоверный вдохновляет на подвиги. И что немало важно, ты уж прости, иногда это выра-



**ЗАНИМАЙСЯ ТЕМ,
ЧТО НРАВИТСЯ**

жается в денежном эквиваленте. Благодарность — это основная награда его трудов. Получив энергетическую подпитку в виде «коктейля», состоящего из светящегося взгляда, мягкой улыбки, нежных рук и искреннего спасибо, мужик понимает, что силы потрачены не впустую. Ты можешь быть со мной не согласна или вообще феминисткой, но помни: никто не любит неблагодарных сук. И когда ты слышишь фразу «спасибо в карман не положишь», знай: в стабильной крепкой комбинации «мальчик-девочка» еще как положишь.

Я постоянно слышу от подписчиков, что я «гром-баба», отчасти это так. Однако со своим мужиком я сладкая кошечка и каждый день благодарю его за то, что он терпит меня такую поехавшую. Думаешь, что я пошутила? Нет, я **ВООБЩЕ** сейчас не шутила.



ЖЕНСКАЯ ИНИЦИАТИВА

Между раскрепощенной женщиной и шлюхой очень тонкая грань, но между инициативной малышкой и приставшей бабицей — еще тоньше. Мужчины очень ценят свою свободу и личное пространство, поэтому не налегай на него. Я прекрасно понимаю, мир большой и красивый, и в нем есть много всего клевого, что может дать тебе твой (или не твой) мужик. Женская инициатива — показатель заинтересованности. Это признак того, что мужчина тебе безразличен, что ты заинтересована в улучшении обстановки.

Главное, со своими инициативами поймать золотую середину. Это ни в коем случае не должно перерасти в попытку взять на себя роль лидера.

Например, будет очень романтично и мило с твоей стороны, если ты организуешь один крутой уик-энд, но планировать за своего хуана каждый его выходной — это признак того, что ты охрене-ла. Каждый мужчина — хищник. Кто-то медведь, а кто-то — камышовый котик, но никто из них не хочет быть добычей. А когда ты перебарщиваешь со своей инициативой, он превращается в дикую беззащитную антилопу, которая пытается спастись от тирании хищника (тебя). Всегда старайся проявлять инициативу и делать предложения так, как будто он сам все придумал. Например, тебе захотелось секса. Скажи не «давай потрахуемся», а «накорми меня членом». Предложила ты, но инициатором сделала своего хуана.

Лидерство для мужчины — это очень важно в парах, где лидер женщина. Когда мужчина может позволить себе быть в паре альфа-самцом, он начинает вести себя увереннее и думать глобальнее, становится более сексуально активным. Твоя безынициативность может заставить мужика скучать, а излишняя инициативность может стать у него занозой в заднице, поэтому очень важно в этом деле ловить баланс.



**ЗАНИМАЙСЯ ТЕМ,
ЧТО НРАВИТСЯ**

Г Л А В А



Во-первых, если человек хочет уйти — его не удержишь ни ты, ни вся королевская рать. Может, у гравитации получится, да и то не факт... Каждая из нас может возвести вокруг себя базовые фортификационные сооружения, которые защитят ее от внезапной атаки противницы и сохранят внутри уют, мир и радость.

Если твой джентльмен популярен у всех дворовых леди, в этом нет ничего удивительного, ты должна быть к этому готова. Мужчина привлекает нас по совокупности плюсиков. Чем больше в нем видимых плюсиков, тем популярнее он у противоположного пола. Если их заметила ты — заметят и остальные и захотят забрать.

Тут возникает первый и самый главный вопрос: насколько у вас с твоим избранником прочная связь? Речь идет не о жилых метрах или детях. Эта связь — вечная заинтересованность друг в друге, сексуальный огонек и дружба больше чем на 10 000%. Дружи со своим мужиком. Обязательно. Если на свете нет человека ближе, чем твой мужик, значит, ты все сделала правильно. Но если есть, то и хрен с ним, всё равно ты прекрасна.

Второй важный вопрос: как ты будешь воспринимать конкуренцию со стороны других девчонок? Для начала: все бабы хотят хорошо устроиться, хотят хорошего мужичка и место под солнцем. А что такого? Все правильно делают, и не нам их (себя) осуждать.

Так уж вышло, что всегда будет кто-то красивее, умнее, моложе и обаятельнее тебя. Так было во все времена, тут уж ничего не поделать. Эту константу мы изменить не в силах, но на некоторые вещи повлиять вполне себе можем.

Вот тебе мое краткое руководство к действию: будь верным другом и самой озабоченной кошечкой на районе. Поменьше трахай мозги и больше всех умей в постели. Хорошо соси и не отказывай в сексе. Если всё это будет соблюдаться и дома мужика всегда

“ Вот тебе мое краткое руководство к действию: будь верным другом и самой озабоченной кошечкой на районе. ”



будет ждать ласка и влажный красивый вареник, то он даже не заметит атаки той самой сучки, которая на него посягнет. Пацану просто не придет в голову осознанно пойти налево. Скупой мужской прагматизм не позволит ему потратить время и деньги на какую-то левую телку. Ведь все это время в подсознании будет ярко маячить мысль, что дома его ждет праздник жизни, фейерверк, блестящий салют, которые левая мадам никогда не устроит.

И последний, третий вопрос. Конечно, за собой ВСЕГДА надо следить (и за ноготками, и за мохнаткой (чаще, конечно, ее отсутствием), и за попой, и за зубами), но твой внешний вид — это далеко не все. Красивым, как известно, изменяют со страшными. Иногда потому, что это просто другое мясо, а иногда просто чтобы ему никто не трахал мозги.



ГДЕ ХУАНИТЕ ПОЗНАКОМИТЬСЯ С ДОСТОЙНЫМ ХУАНОМ

Веселую, удовлетворенную жизнью, свободную бабу видно издалека. На таких женщин смотрят, с ними знакомятся мужчины. Необязательно такая хуанита будет красоткой, главное, чтобы женская энергия перла изо всех щелей. Поэтому знакомиться можно везде. Если ты не грустняшка, не страдальца и рядом нет толпы страшных подруг, то к тебе обязательно будут подходить и знакомиться. И это действительно так работает. Любая из нас не дура присест на красивый и твердый нефритовый стержень, но что делать, если ты хочешь, чтобы стержень был а) богатый; б) с серьезными намерениями, а не на одну ночь? Два постулата любой львицы за сотку. Не знакомиться в съемных местах — раз, знакомиться в несъемных местах — два. ПОЧЕМУ? Потому что в съемных местах работают бабы. Не мешай им зарабатывать на труселя и ноготочки.

Максимум, что ты там сможешь нарулить — опционал, за который местные товарки взяли бы золотишко. Если ты пошла в съемное место знакомиться без цели обогатиться — тебя трахнут бесплатно. Но ты ведь не путана и не благотворительная писечка, значит, ловить тебе там нечего и в клубах тоже. В очереди перед входом нормальный мужик никогда в жизни стоять не будет, а если он прошел туда без очереди, то со своими шлюхами на поводке.

ГДЕ ТОГДА ЛОВИТЬ ЕГО ЗА БОЛТ?

А) СПОРТИВНЫЕ И АВТОМОБИЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ. Это нормальные мужские развлечения для сударя, у которого есть монеты. Кроме того, там мало девок, а если они и есть — то при своих котках. Помимо того, что у таких ребят есть денежки, у них имеется интерес. А это уже значит, что он не совсем унылый зануда. Конкуренция здесь минимальна.

Б) ПАБЫ. Все мужики ходят пить пиво, только не в ванильные рестики, а в нормальные пабы, где можно смаковать, базарить, сидеть, пердеть, пить и жрать куриные крылышки. Лучше всего делать это на фоне красивой телки, так что одевайся привлекательно и томно отключай жопу у крана с нефилтрованным. Конкуренции минимум.

В) КИНО С ФИЛЬМАМИ МАРВЕЛ И КАЧКАМИ ИЗ ДЕТСТВА. Очень многие, даже самые пафосные мужики дrouchат на комиксы либо боевики из детства: Сильвестр Сталлоне, Брюс Уиллис, Арнольд



**ЗАНИМАЙСЯ ТЕМ,
ЧТО НРАВИТСЯ**

Шварценеггер и так далее. Ведь мальчики выросли, но так и не стали Бетменами, даже если разбогатели. Они до конца своих дней будут ходить в кино на подобные картины, твоя задача успеть, пока они не начали посещать детские сеансы с женами и своими наследниками. Так что иди в нормальный кинотеатр и хватай этого кустурицу за жопу.

Г) ХАРЧЕВНИ РЯДОМ С БИЗНЕС-ЦЕНТРАМИ В ОБЕД. Ценовая категория — выше среднего. Одинокие богатые мужчины тоже ходят есть, просто предпочитают особенные места, а не те, куда ходит остальной офисный планктон. И не заказывай чай с кипятком, дорогая, он сразу все просечет. Если мужики не клюют, возможно, ты выглядишь не так, ведешь себя слишком хищно или просто не готова к новым отношениям. Но ты все равно супер.

Удачи.

● КАК ХУАНИТЕ ВЛЮБИТЬ В СЕБЯ ХУАНА

Мир огромный и удивительный, прекрасный и грозный, полный тайн, опасностей, возможностей и целей. Но любая, даже самая карьерная хищная леди рано или поздно зависнет на каком-то

““ Будь собой с самого начала, со всем своим дерьмом, привычками и косяками. Если он не влюбился в тебя настоящую, то никакая маскировка тебе не поможет. ””



особенном джентльмене и захочет его добиться. Как добивается женщина? Влюбляет его в себя. Зачем? Вот хрен его знает, блин, зачем.

Представим себе ситуацию: живет не тужит в некотором российском царстве гражданка Плюшкина. Звезды складываются странно: дева встает в пятый дом, на полюсе рождается популяция белых плюшевых медведей, и гражданка Плюшкина зависает на мсье Сарделькине. Теперь она готова на многое, чтоб заполнить этого господина, уж очень он ей нравится.

Раньше, например, она была любительницей домино, пива и воблы, пела на кухне с друзьями «ДДТ», лабала на гитаре и смотрела сериал «Глухарь». Но теперь у нее перед носом новые перспективы, новые идеалы, новые вершины и одно большое новое желание — понравиться мсье Сарделькину. Чтобы влюбить его в себя и охомутать, она начинает ходить на скачки, играть в крикет, пить вино и слушать Третий концерт Рахманинова. Это дает свои плоды, и в итоге гражданка Плюшкина выходит замуж за влюбленного мсье Сарделькина, они играют свадьбу, заселяются в домик и начинают жить. Что выясняется тут же? Крикет ее задолбал, скачки она ненавидит, а вино пьет из пивных кружек. Со временем вылезают и домино, и «ДДТ», и рыбка. Но мсье-то влюбился в другую гражданочку! Сечешь, о чем я?

Прежде чем тратить время на то, чтобы влюбить в себя хуана, задумайся. Задумайся крепко. А что будет потом? Что будет, когда ты его в себя влюбишь? Готова ли ты будешь из кожи вон лезть на протяжении всех ваших отношений? Превращать свою жизнь в ад?

Это очень грустно, печально, несчастно и зло. Поэтому мой совет: будь собой с самого начала, со всем своим дерьмом, привычками и косяками. Если он не влюбился в тебя настоящую, то никакая маскировка тебе не поможет. Пытаться влюбить его в себя фейковую,

слеplенную из референсов копию — все равно что попытаться самой себе отлизать. Да, возможно, ты придешь к тому, чего хотела, но итоговый результат не будет стоить свеч.

Настоящая ты — это не женщина с грязными волосами и небритыми подмышками на первом свидании. Настоящая ты — это уверенная и непосредственная кошечка, которая не стесняется, не лукавит о своем успехе и благосостоянии, и ее не гложет вопрос: «Что бы такого сказать, чтобы он принял меня за умную?»

Влюблять в себя никого не надо, просто будь открыта и честна. Чем больше будешь выдавать себя за ту, кем не являешься, тем больше у мсье будет ожиданий на твой счет, тем ярче в его голове будет рисоваться чужой образ. И карточный домик, который ты старательно возводила, вскоре рухнет.

Будь сама собой. Но п*ську на свидание все равно брей.



КАКИЕ ЖЕНЩИНЫ НРАВЯТСЯ МУЖЧИНАМ?

Девочка вырастает в девушку, девушка в женщину, женщина проходит разные возрастные планки и становится, как хорошее вино, только лучше. Что для нее остается неизменным в каждом возрасте, какой бы умной и прохаванной волчицей она ни была?

Необходимость в своде правил — карманной энциклопедии принцессы, помощи извне и руководству по поведению. Это твоя



настоящая энциклопедия на сегодня. Лучший глянец, но только в книге. Разберемся с тем, как все-таки понравиться ему, а точнее — какие женщины ему нравятся с большей вероятностью.

Разным мужчинам нравятся разные типажи женщин, и это зависит только от предпочтений конкретного сударя. Всем нравится разный цвет волос, рост, вес, телосложение, форма половых губ и так далее. Однако есть несколько характеристик, которые нравятся практически всем мужчинам.

1. УХОЖЕННОСТЬ. Можно быть не очень симпатичной сеньоритой, но ухоженность и ложенность накинута любой средненькой девочке пару лишних очков презентабельности. Чем ухоженнее выглядит женщина, тем больше она ассоциируется с чистотой, и тем больше хочется засунуть член в эту чистоту. Ухоженность — это когда у тебя чистая голова и аккуратный маникюр. Причесанные короткие волосы лучше, чем торчащие капсулы с отросшими корнями. Ненакрашенные ровные ногти лучше погрызенных цветных когтей. Но не волнуйся, если при виде тебя у мужика не возникает желания умыться твой рот, прежде чем туда надавать — поздравляю, ты ухоженная.

2. НЕЗАВИСИМОСТЬ. Независимая баба — это та, которая, будучи холостой, чувствует свободу, а не одиночество. И сорок кошек тут ни при чем. Я не говорю, что тебе надо остановить на скаку коня, но если ты не попросишь его на первом свидании закрыть твой долг по кредитке — будет просто супер. Он обязательно поможет тебе разобраться с твоими жизненными проблемами, но только тогда, когда он сам захочет этого. Нормальные мужики именно так и устроены. Но не волнуйся, если твоя жизнь не похожа на вечный поиск мужика, к которому тебе хочется сесть на шею — поздравляю, ты независимая.

3. СЛАБОСТЬ. Тут уже не так все просто. «Слабые» после «независимых» звучат весьма абсурдно, но это на 100% так. Мужчине нужно



чувствовать свою силу, поэтому женская слабость играет огромную роль. Перечитай пункт два и сделай себе сноску: несмотря на твою независимость, у мужчины должно складываться ощущение, что ты маленькая и красивая бедняжка, и тебе так тяжело одной в этом большом и суровом мире. И конечно же, тебя надо взять под свое заботливое крылышко. Но не волнуйся. Если ты не спасаешь мужика, решай ЕГО проблемы — поздравляю, ты в нужном месте слабая.

4. НАПРЯЖЕННОСТЬ. Мы все уже взрослые — ого! У нас всех были какие-то отношения ДО: как у тебя, так и у него. И уж точно ему уже миллиард раз прессовали и компостили мозги по разным поводам. Разумеется, он давно понял (надеюсь, как и ты), что любые разборки выводят из зоны комфорта и делают близость с источником дискомфорта неприятной.

Мозготрах — это то, что ВСЕ мужчины тщетно пытаются избежать, то, что в отношениях со ВСЕМИ женщинами рано или поздно происходит. Тут важен такой момент: если бывшая прессовала ему мозги и психику, а он это терпел, потому что между ними была любовь и прочная связь, то твоя ситуация нестабильная. Вы только-только начинаете общение с хуаном, и ваши связи еще на минималках, даже если вы переспали. Он тебя еще не любит, ты не подарила ему кучу светлых моментов. Поэтому даже не смей начинать, слышишь? Свои предъявы мужику, пока он не на 100% твой, оставь при себе. Но не волнуйся.

Если вы начали встречаться неделю назад и ты не выносишь ему мозги, когда он внезапно пропадает с радаров на полдня — поздравляю, ты ненапряжная.

ВЫВОД. Возможно, тебе показалось, что я выступаю на стороне мужиков. Это не так. По сути, все, что я сказала, — четкий и здравый свод универсальных способов не отпугнуть от себя человека. Не будь грязнулей, не попрошайничай, не тащи все сама, не трахай ему мозги. ВСЕ.





ТВОЙ СТАТУС В ОТНОШЕНИЯХ

Твой статус в отношениях с хуаном — это очень важно. Все твои запросы, жалобы и предложения должны исходить от тебя, опираясь на то, в каких вы отношениях находитесь. Мы не в сказке, и первый встречный не пойдет и не достанет тебе звезду с неба, потому что ты для него — чужая баба. Мужчины нынче не идут на подвиги, если это не настоящая дама их сердца. А чтобы стать дамой сердца, должно пройти какое-то время, возникнуть доверие. Если ты любовница, то кидать ревнивые предъявы, словно ты его жена — недальновидно. Безусловно, бывают случаи, когда мужчина готов пойти на многое ради красоты, молниеносно покорившей его сердце. Если у тебя такое было, то это скорее исключение из правил и твоя неземная красота сделала свое дело.

Трахать мозг, грабить кошелек и просить о чем-то можно лишь настолько, насколько позволяет твой статус в отношениях. Если ты пару раз дала ему под шопфе, не прессуй ему мозг на правах полноценной девушки. А если ты ходишь с ним на свидания, но так и не дала ему, не требуй материальных благ, будто уже дала ему.

Соблюдай субординацию, даже если видела его член больше десяти раз. Мужчины ценят свою свободу. Не спугни этого зверя. То, что можно жене, можно только жене. Жена может позвонить ночью и сказать мужу, чтобы валил домой. Новоиспеченная телочка этого делать не должна. С жены и спросу больше, чем с новой телочки. Это не призыв ломать своему мужчине мозг вопросом «что между нами?». Если мужчина захочет взять на себя обязательства и изменить твой статус — ты об этом обязательно узнаешь.

“ Все твои запросы, жалобы и предложения должны исходить от тебя, опираясь на то, в каких вы отношениях находитесь. ”





Ч А С Т Ь



СЕКС
ИЗМЕНА



Г Л А В А

Секс — это важно. Он помогает нам избавиться от негативчика, получить эмоциональную разрядку, улучшить настроение и пожать кого-то очень клевого. Но для того чтобы он тебе по-настоящему понравился, нужно помнить о нескольких простых пунктиках:

1. Ты сексуальная;
2. Ты раскрепощенная;
3. Ты знаешь, от чего получаешь удовольствие.

Ты сексуальна.

Женская сексуальность — это не когда ты каждый вечер устраиваешь костюмированный маскарад при виде мужика, который пришел с работы домой, ибо все, о чем он думает — пожрать или посрать.

Женская сексуальность — это стопроцентная готовность быть трахнутой 24 на 7, как при «Домострое». Девчата-феминистки, простите, но тут как есть.



Нужно любить своего мужика, обожать его болт и себя. Как это происходит на практике? Даю инструкцию, внимание.

Ты хвалишь его за всякие мелочи, нежно касаешься тела, ненавязчиво проявляешь инициативу. Себя ты любишь настолько, что не стесняешься устраивать пип-шоу, стоя с грязной головой на кухонной табуретке. Чуешь вывод, рыба моя? Сексуальность — это любовь к себе и к миру, а не спреи для тела с блестками.



ТЫ РАСКРЕПОЩЕННАЯ

Некоторые девчонки у меня в директе грустят из-за своей внутренней скованности. Одни не могут пропускать во время секса грязные словечки, другие боятся ходить при мужике голый.

Женщины в сексе, как правило, стесняются своего тела или действий, табуированных внутренним Я. Мужчины же, как правило, стесняются того, что какое-то из их сексуальных предпочтений будет не принято. И чем больше ты раскрепостишься, тем более фееричными будут ваши потрапушки, потому что в сексе важна отдача партнера, желание и его заинтересованность в действии. А о какой отдаче можно говорить, если ты стесняешься? Он знает, где лежат твои прокладки, видел твои заплывшие глаза после перепоя. Возможно, даже полизывал твой анусайчик. После всей этой движухи очень глупо стесняться танцевать перед ним стрипуху, плевать на его нефритовый стержень или раздвигать булки в коленно-локтевой, чтобы ему было удобно войти.

Если ты живешь с человеком, он рано или поздно становится самым близким существом для тебя (за исключением кота, который срет в твой латук). Бытовые страхи неизбежны, нужно притереться. Да, на это уйдет время, но чем быстрее ты осознаешь, что тупо тратить вре-

мя на боязни, стыд и стеснения, тем скорее ваша совместная жизнь станет карамелькой. Ты с ним для счастья и удовольствия, вот и забей на остальное, наслаждайся близостью и будь самой грязной девочкой в его квартире, но прокладки все равно заворачивай. И пусть после секса остается ощущение, что ты переборщила со страстью и была похожа на одержимую дьяволом. Секс — это то, где можно и нужно экспериментировать. Даже если что-то не получилось, вы все равно весело потрахаетесь, чего не скажешь об экспериментах с кулинарией, где одно неловкое движение может отправить весь ужин на помойку. Но зачем тебе вообще эта еда, если у тебя на ужин член?



ТЫ ЗНАЕШЬ, ОТ ЧЕГО ПОЛУЧАЕШЬ УДОВОЛЬСТВИЕ

Ты должна четко понимать, как устроена внутри и от каких манипуляций ты кайфуешь больше всего. Оргазм — это очень важно. Аноргазмия — такая штуковина, которой страдает очень мало сеньорит на планете. Вы, конечно, можете попасть в этот крошечный процент, но вряд ли. Очень вряд ли.

Шкрябай фасолину, юзай дилдач, смотри порево. Твоя задача — изучить свою внутренку, познать себя, разобраться во всем. Пока ты сама не всечешь, как ты устроена и от каких движух кайфуешь, никакой мужик тебе не поможет. Есть хуаны, которые могут сделать все круче баб, но их мало. Слишком много времени можно потратить на поиски своего Рокко Сиффредди, который щелчком пальца решил бы все твои «писечные» потребности.

Очень многие подписчицы жалуются мне на то, что не могут достичь вагинального оргазма, и за последний год таких сообщений мне пришло больше пятидесяти. Хочу сразу всех успокоить: БАБЫ, ВЫ НЕ БОЛЬНЫ. Получать оргазм только от стимуляции клитора

абсолютно нормальная штука. Ученые уже вдоль и поперек изучили эту тему и пришли к выводу, что при мастурбации только 20% всех женщин стимулируют вагину. Так что если ты кончаешь от проникновения, то, скорее всего, от стимуляции клитора через стенки вагины. Поздравляю, тыходишь в эти 20%. Остальные 80% могут кончать от одновременной вагинальной и клиторальной стимуляции.

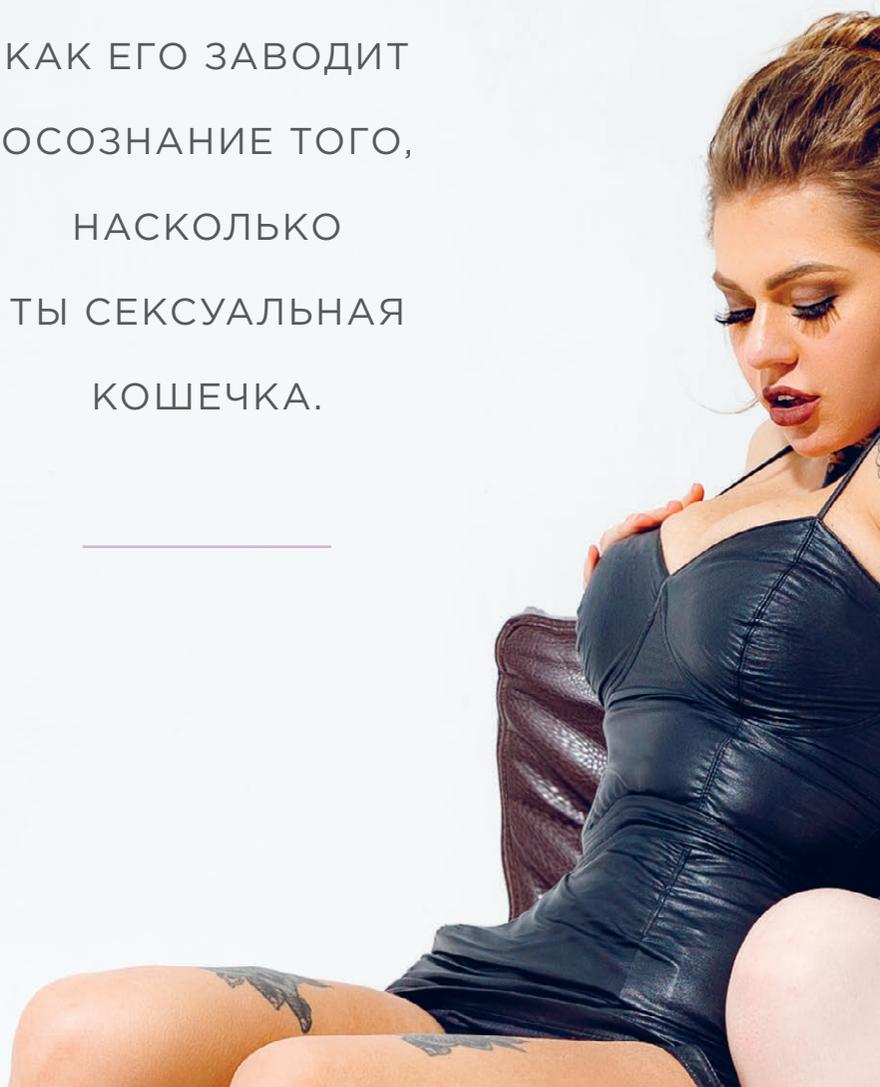
Даже миотонический оргазм, который могут испытывать не многие, возникает от напряжения мышц таза, пресса и бедер. Женщина может получить удовольствие, сжимая бедра или скрещивая ноги. Это тоже происходит от воздействия на внутреннюю часть клитора. Всеми известная зона G — та же передняя стенка влагалища. Сечешь, что к чему?

Прекратите делить оргазмы на клиторальный и вагинальный. Все, что происходит, результат прямой или опосредованной стимуляции клитора, так что хватит рвать свои внутренности в погоне за вагинальным оргазмом. Просто смени траекторию движения пизюна в тебе и комбинируй разные техники. Главное, запомни: с тобой все нормально, даже если ты никогда не испытывала вагинальный оргазм. Вас таких 80%.

Миф о множестве оргазмов почему-то до сих пор очень устойчив. Разбираются в этих видах и подвидах, как правило, только мужчины. Имея сомнительные знания об устройстве женской половой системы, они внушают девушкам, что они не достигли оргазма от движения членом «туда-сюда», потому что дефектные. А бабоньки-то верят, ищут в себе

“ Секс — это то, где можно и нужно экспериментировать. Даже если что-то не получилось, вы все равно весело потрахаетесь, чего не скажешь об экспериментах с кулинарией, где одно неловкое движение может отправить весь ужин на помойку. ”

ОРГАЗМ — ЭТО ЕЩЕ НЕ ВСЕ,
ОТ ЧЕГО МОЖНО КАЙФОВАТЬ
ВО ВРЕМЯ СЕКСА. АНТУРАЖ,
ДВИЖ-ПАРИЖ, ТО, КАК МУЖИК
КАЙФУЕТ ОТ ТЕБЯ,
КАК ЕГО ЗАВОДИТ
ОСОЗНАНИЕ ТОГО,
НАСКОЛЬКО
ТЫ СЕКСУАЛЬНАЯ
КОШЕЧКА.





источник проблемы, начинают спрашивать советы у подруг, баб из интернета и на женских форумах, свято веруя, что с ними что-то не так. НУ ТВОЮ Ж МАТЬ. Это же у тебя вагина, рыба моя, а не у него, уж тебе-то лучше знать. Мужчина не сможет доставить тебе оргазм, пока ты ведешь себя, как бревнышко, пусть и очень красивое. Это ваше общее дело. Хочешь получить красоты — помоги себе сама.

Оргазм — это еще не все, от чего можно кайфовать во время секса. Антураж, движ-париж, то, как мужик кайфует от тебя, как его заводит осознание того, насколько ты сексуальная кошечка. Просто, черт возьми, не стесняйся. Меньше зажатости, больше раскованности в действиях и спектр ништяков, которые ты можешь получить от потрапушек, станет намного шире.

Открою тебе секрет, рыба моя. Далеко не все мужчины и женщины кайфуют от каждого своего полового партнера. Иногда они действительно не соответствуют нашим ожиданиям, короткая пискля, низкая выносливость, ну, сама понимаешь. Однако кайфануть от того, какая ты в нем классная, можно всегда. Просто не стесняйся: подмылась, побрилась, и ХОП ХЭЙ ЛА-ЛА-ЛЭЙ! Оргазм — это важно, как и то, что трахаться нужно именно так, как тебе нравится. Если тебе не по вкусу мужики, делай это с девчонками. Если тебе вообще не нравятся люди — мастурбируй. Отбрось эти стереотипы, что в деле секса ты кому-то что-то должна.



КОГДА ДАВАТЬ

Давай начнем с того, что ты можешь давать тогда, когда тебе захочется. Ни я, никто другой не вправе ограничивать твою п*сечку в половых контактах и указывать тебе, когда давать, а когда нет. Иногда у юных девчонок возникает вопрос: если я встречаюсь с молодым и красивым, когда именно лучше ему дать? Чтобы понять, подумай, на каком месте в твоей пирамиде потребностей на-

ходится секс. Какое время ты готова потратить на человека, прежде чем понять, подходите ли вы друг другу в интимной жизни, и за каким чертом ты вообще заводишь знакомство и отношения. Пожалуйста, не забывай, что секс должен быть безопасным.

1. Трахайся тогда, когда тебе нужен секс. В том случае, если в системе твоих потребностей секс занимает весомую роль. Трахайся как можно быстрее. Первое это или второе свидание — не важно. Если мужчина тебя привлекает, зачем тянуть кота за яйца? Потяни за яйца этого красавчика, заодно проверишь вашу сексуальную совместимость. И эта проверка — более весомый аргумент в пользу нового романа, чем три свидания в ресторанах. Если парень тебе подходит — считай, у тебя появился новый бойфренд. Не подходит — значит, хорошо, что вы все сразу выяснили.

Если ты еще не распознала весь спектр удовольствий, которые можно получить от секса, или ухажер не кажется тебе сексуально привлекательным, то тебе не обязательно с ним трахаться. Зачем? Потому что «пора»? Потому что «он ждет?». Рыба моя, если бы ты захотела, ты бы не задавалась этим вопросом, а давно бы уже раздвинула рогатку, предвкушая акт любви.

2. Если тебе срочно надо замуж, ты работаешь шесть дней в неделю или просто желаешь скорее найти своего постоянного мужчину, то зачем тебе мариновать своих ухажеров прежде? Зачем тратить драгоценное время, которого и так впритык на то, чтобы оставаться в неведении, подходит он тебе или нет? Время, чтобы узнать друг друга — это важно, но не путай его с тем, когда вы уже все друг про друга поняли и ждете, когда наконец потрахаетесь. Ведь иногда итоги бывают неутешительными и слишком короткими.

“ Если ты еще не распознала весь спектр удовольствий, которые можно получить от секса, или ухажер не кажется тебе сексуально привлекательным, то тебе не обязательно с ним трахаться. ”

3. Мотивы для знакомства. Ты — современная, уверенная в себе деловая краля. Тебе прекрасно известно, зачем ты знакомишься с молодыми хуанами. Вариантов не так уж много: либо знакомство ради общения, либо знакомство для отношений, либо просто захотелось потрахаться.

А) Если ты знакомишься ради общения, самооценки и мужского внимания, то давать этим парням вовсе незачем. Если тебе захотелось весело провести время и потусить, то зачем тебе вообще кому-то давать? Да, возможно, на тебя очень рассчитывали, и ты кого-то обломала и тебя будут считать сукой, ну и что? Не захотела — не дала. Простите, парни, но тут я не на вашей стороне.

Б) Знакомство с целью завести отношения. Давай начистоту, вы рано или поздно займетесь сексом. Даже если на первом свидании все твои внутренние голоса будут кричать о том, что тебя не разводят на секс, нет ничего страшного, если ты дашь ему сразу. Опять же здесь все опять сводится к проверке сексуальной совместимости. Все зависит от времени, которым ты располагаешь. Иногда женщин, давших на первом свидании, берут в жены, а тех, кто целкуются до пятого — считают шлюхами. Просто человеком надо быть хорошим.

В) Если тебе просто захотелось потрахаться — сделай это. Перед этим, конечно, нужно немного узнать человека, но времени зря не теряй. Секс — это клево. Занимайся им с только с теми, кого по-настоящему хочешь. С возрастом каждый из нас начинает лучше разбираться в людях. Чем старше мы становимся, тем меньше времени нам надо, чтобы понять, хотим ли мы близости с тем или иным человеком. Поэтому, если тебе 30, можешь дать через час после начала свидания, и я ни на секунду не буду сомневаться в твоём решении. А вот если тебе 18, лучше немного повременить и не поленишься сходить на пару-тройку свиданий, прежде чем давать. «Дать или не дать» — вопрос извечный, просто слушай свой разум, сердце и письку.



ОТВЕРСТИЯ

Давай по порядку — у тебя, как и у нас всех, рыба моя, три отверстия для соблазнения: рот, пися и попа. Еще есть руки, которые при нужной технике способны совратить покруче любого из отверстий. Понятное дело, что попа для ежедневной практики не подходит, пися — по настроению, а вот рот — вполне сгодится.

Твоя пися. В представлении многих, секс — это именно вагинальное проникновение, а все остальное нечто другое. Чушь. Куда ты еще сегодня дашь мужику, помимо вагины — твое решение. Тут важно двигаться самой. Ведь секс — это не когда тебя трахают, а когда вы занимаетесь этим вместе. Исключением может быть только ролевая игра по сценарию с изнасилованием. Пробуй новые позы, исполняй невероятные выкрутасы, тренируй стенки влагалища: тебе решать, как пользоваться твоей писью, словно тележкой в супермаркете или как реактивным истребителем.

ТВОЯ ПИСЯ имеет право быть разной. И ты, и твой мужик должны ее принимать. Большие половые губы, отсутствие малых половых губ, большой или маленький клитор. Что имеем, с тем и работаем. Уж если ты решила

“ Давай по порядку — у тебя, как и у нас всех, рыба моя, три отверстия для соблазнения: рот, пися и попа. ”



что-то себе уменьшить или увеличить, то делай это, только если самой захочется. Женщины вообще склонны к желанию что-то изменить в себе: прямые волосы — завить, кудрявые — выпрямить. Некоторые мужчины любят письки, похожие на органы маленькой девочки: ни клитора, ни губ, вообще ничего не должно выступать. А некоторые, наоборот: любят многослойный бутерброд, из которого торчит ветчина. Но твой мужик должен любить именно твою письку.

ВАЖНО. Любовь мужика к твоей письке — это один из показателей того, насколько он тебя любит и принимает. Одна знакомая моих знакомых ради своего бойфренда сделала себе пластику малых половых губ. Потом, к сожалению, случилось так, что девочка стала овощем. Это очень грустная и печальная история, но о ней мы сейчас не будем. Так вот, эта девочка стала овощем еще тогда, когда последние швы с письки не были сняты, и уже тогда ее ухажер решил, что он не при делах, и вообще, она никогда не была его женщиной. Если нет любви к письке, о каком доверии может идти речь?

ТВОЙ РОТ может больше, чем ты думаешь. Сосать — это не мерзко. Если противно, то значит, ты стоишь на коленях не перед тем мужчиной. Твое лицо и рот — это зона принятия, которую мы прислоняем к самому милому и близкому. Если член мужика оказывается в зоне принятия, значит, ты ему полностью доверяешь и принимаешь его (профессиональные обязанности рабочих девочек не в счет).

Минет для мужчины — возможность получить наибольшее удовольствие без каких либо усилий. Чем меньше он двигается, тем больше возможности сконцентрироваться на том, что происходит на его писюне. Проявляй инициативу, моя дорогая, соси, и тебя будут любить вечно.

Почему я об этом говорю? Несмотря на то что мы живем в эпоху, когда население становится более-менее сексуально грамотным

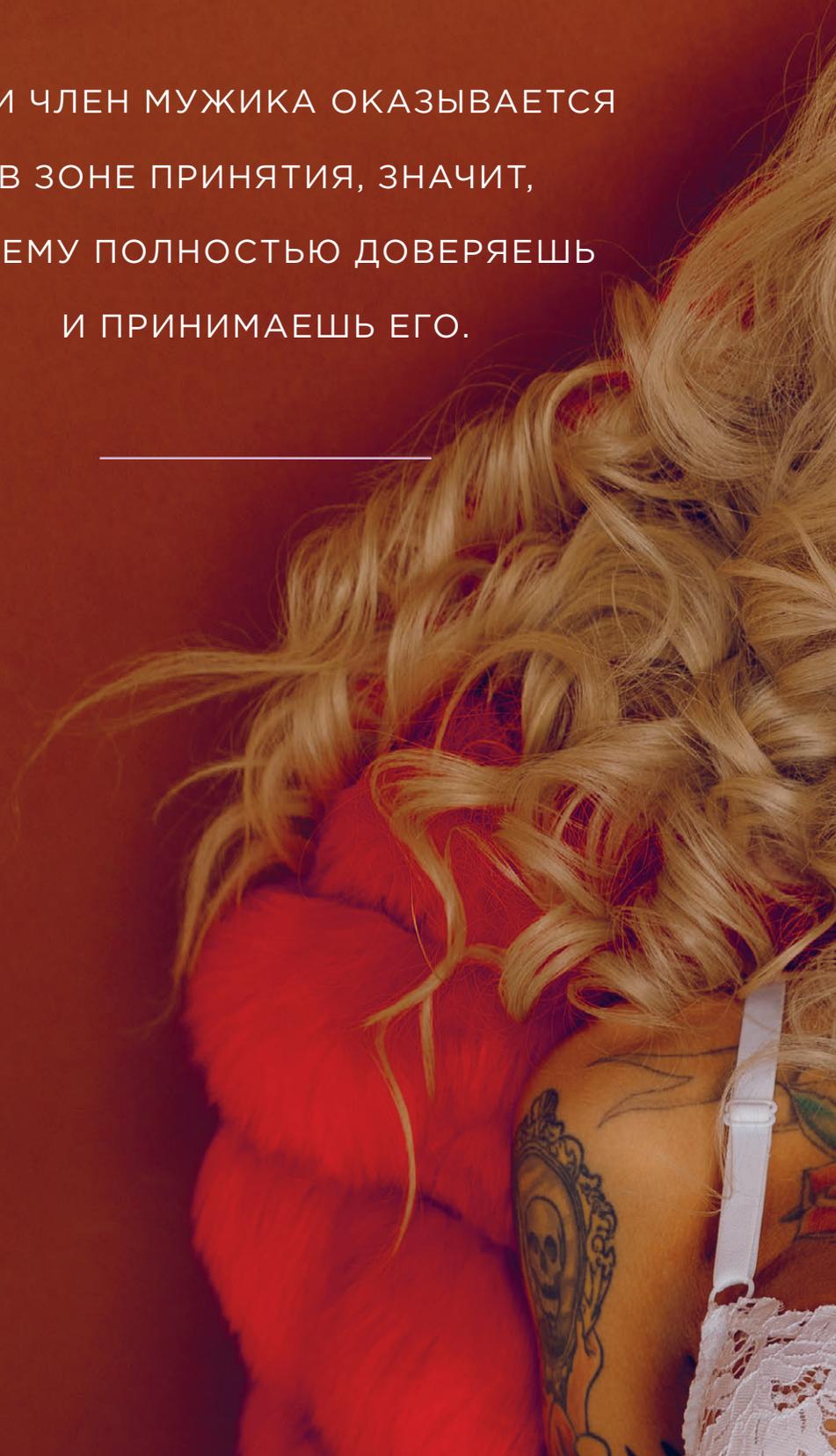


и просвещенным, многие женщины до сих пор не сосут, Cheslo-vo! И таких много. Они спрашивают меня, «что делать, если муж настаивает на минете после семи лет брака?». А ничего не делать. Просто отсоси, и все. Рот у всех устроен примерно одинаково. Если это будет не твой рот, то чей-то еще.

С минетом отмазка «у меня живот болит» не канает. Потому что при правильной технике выполнения минет будет наименее энергозатратным, чем вагинальное проникновение, и сам процесс завершится гораздо быстрее. Во время отсоса важно правильно распределить нагрузку: если использовать шейные мышцы, то при классических поступательных движениях вы быстро устанете, и дыхание будет сбиваться. Постарайтесь найти опору для своих рук, это может быть кровать, если вы сверху, стена или нога партнера, если вы стоите на коленях. В таком случае больше работают мышцы — разгибатели спины и грудной отдел, чем шея. В такой позиции можно комфортно стоять, пока во рту мозоли не появятся.

Водичка, а еще лучше смазка всегда должны стоять рядом во время минета. Чем больше скольжение и меньше трения, тем более невероятные штуки сможет исполнить твой рот.

ЕСЛИ ЧЛЕН МУЖИКА ОКАЗЫВАЕТСЯ
В ЗОНЕ ПРИНЯТИЯ, ЗНАЧИТ,
ТЫ ЕМУ ПОЛНОСТЬЮ ДОВЕРЯЕШЬ
И ПРИНИМАЕШЬ ЕГО.





КАК НУЖНО СОСАТЬ?

Когда мужчины дрочат, им важен результат, а когда трахаются — процесс. Запомни, моя дорогая, все твои манипуляции с членом во рту должны максимально отличаться от того, что мужчина может организовать себе сам. Можно, я не буду объяснять почему?

Чтобы разложить тебе все правила идеального отсоса на пальцах, предлагаю разделить все манипуляции над членом ртом либо руками на 4 уровня по силе воздействия, где 1 — еле ощутимые незначительные прикосновения, а 4 — сильное воздействие, например, сжатие рукой с максимальной силой.

Нервные окончания на мужском достоинстве быстро привыкают к тем или иным прикосновениям, потому воздействие на член должно быть РАЗНООБРАЗНЫМ как по силе давления, так и по технике движений. Используй разные подходы и разный темп, тогда мужчина обязательно получит кайф.

1. Еле ощутимые прикосновения к головке и стволу члена губами, языком и щеками;
2. Лизание, причмокивание и подсасывание ощущаются уже мощнее, чем в первом случае, но все еще не в полную силу;

“ Нервные окончания на мужском достоинстве быстро привыкают к тем или иным прикосновениям, потому воздействие на член должно быть РАЗНООБРАЗНЫМ.



3. Поступательные движения ртом вверх-вниз — основная часть минета. Те самые движения с одинаковой скоростью, интенсивностью и ритмом. Это наш рабочий ритм. Третий уровень — тот самый, на котором мужчины дрочат на результат. Именно здесь мужчина может сосредоточиться для того, чтобы кончить. Спецэффекты во время отсоса — это клево, но третий ритм — основной;

4. Глубокий горловой минет, вакуум — самые сильные по ощущениям воздействия на член, иногда даже граничат с болезненными. Девочки, далеко не все мужики кончают от глубокой глотки и вакуума. Любят все, а вот кончает не каждый. Горло слишком пережимает головку члена, и мужчина не может сосредоточиться, а следовательно, получить оргазм. И чем больше член, тем больше вероятность, что пережмет.

Чтобы добавить минету колоритности, можно чередовать уровни в зависимости от обстоятельств и желаний партнера. Задерживайся на одном ритме от 10 до 50 секунд и переходи к следующему без пауз. Не обязательно от 1 переходить ко 2, а затем к 3 и 4. Лучше делать это беспорядочно. например: 1,2,4,2,4,3,3,3. Полизала, причмокнула, взяла глубоко, причмокнула, взяла глубоко, а потом 3-й уровень перед финишной прямой. Исключение составляет момент, когда твой партнер близок к оргазму, тогда переходи на 3-й уровень и не снижай скорость.

Слезы и слюни во время минета — это клево и сексуально, а блевотина на члене — нет, поэтому учить вас по книжке горловому не стану, поберегу вас и вашего хуана.

Но! Твой рот умеет не только это, он еще и умеет вылизывать попку.

Римминг — это когда ты берешь свой мокрый шершавый язычок и орудуешь им вокруг шоколадного глаза мужика активнее, чем при встрече с тарелкой маминых щей. Чистишь, так сказать,

ИБО С ЛЮБИМЫМ ПАЦАНОМ
МОЖНО ВСЕ, А ЕСЛИ ЭТО
КТО-ТО ЗАЛЕТНЫЙ (ДАЖЕ БАБА),
ДЕСЯТЬ РАЗ ПОДУМАЙ,
ПРЕЖДЕ ЧЕМ САЖАТЬ
КОГО-ТО СЕБЕ НА ЛИЦО.





“ Слезы и слюни
во время минета —
это клево
и сексуально,
а блевотина
на члене — нет.

столовое серебро словно Золушка перед балом. Наворачиваешь за папу, брата и первую учительницу. По часовой стрелке и против часовой стрелке ввинчивания внутрь язык.

Какие есть правила у этой кухни? Первое и главное — душ. Девца, не берись за это дело, пока он не помылся. После — вперед, но только при условии, если вам обоим это хочется, и это твой любимый человек. Ибо с любимым пацаном можно все, а если это кто-то залетный (даже баба), десять раз подумай, прежде чем сажать кого-то себе на лицо. Если же кто-то предлагает покопать грядку своей широкой лопатой тебе — подставляй и не стесняйся, пусть окучивают, главное, не пукай.

РУКИ

Очень хочется начать эту часть с цитаты из песни «Девка без руки», но делать я этого, конечно, не буду. Во-первых, все вы тут с руками, которые растут откуда надо. Во-вторых, сейчас мы будем говорить о пользе ладоней, пальцев и сжатых кулаков.

Есть такое выражение из моей дворовой юности «руки под х*й заточены». Когда-то давно, когда деревья были зелеными, горы высокими, оценки за контрольные важными, а группа Centr популярной, это выражение было оскорбительным. Я и тогда была с этим решительно не согласна, а сейчас подавно. Ничего плохого в этом нет, даже наоборот. Ибо если заточены они у тебя действительно как надо — по жизни ты точно не пропадешь.

Джентльмены с «Дикого Запада» (где бы этот запад ни располагался) хотят спускать обойму гораздо чаще, чем им позволяет физио-

логия. Речь не о самой возможности, речь об усталости. Двигаться и потеть приходится при любом сексе, а это, согласись, утомляет. Даже самый страстный самец никогда не откажется от возможности просто прилечь и подождать. Тут на помощь приходят руки. Почему именно они? Потому что секс энергозатратен, мужчине приходится напрягаться даже во время минета, а при дрочке — абсолютно нет. Если дрочить будет не он, а сексуальная нежная кошечка (ты), то ему и рукой дергать не придется. 10 из 10, просто VIP-сервис. А что мы знаем про VIP-сервис? Чем более люксовое обслуживание ты предоставляешь, тем более люксовые ништяки можешь получить. Подумай сама, визуализируй, влезь в его шкуру. Ты — красивый, работающий, лоснящийся лев, который вернулся с охоты с антилопой в зубах. У тебя был трудный день, зубры охерели, гиены все попутали. Приятно после этой нервотрепки отведать вкусный ужин, прилечь и посмотреть, как тебя дрочат.

Ну и вброшу страшилку для незамужних: некоторые мои знакомые девочки, которые никак не привыкнут дрочить своим хуанам, не могут устроить свою личную жизнь. Совпадение? Не думаю...

Как начать?

Беспроектный вариант подготовки — порнуха. Это универсальный гайд по тому, как надо (иногда как не надо). Если ты ревнуешь его к жанру для взрослых — дрочи сама. Подойди, присядь рядом и спроси своего ухажера о том, не хочет ли он, чтобы ты ему подрочила. Одна половина спросит «Так можно было?», а вторая просто согласится.



НЕСКОЛЬКО ПРАВИЛ ХОРОШЕЙ ДРОЧКИ:

1. Смазка. В идеале она должна присутствовать, но это вариант не на каждый день. Если его ноги, живот и член будут все в смазке перед каким-то делом или мероприятием, то вы никуда не успеете, пока отмоете ее. Некоторые мужчины не любят, когда там скользко или липко.

2. Руки. Они должны быть чистыми. Смешно, но важно. К хуану это тоже относится. Вдруг вы не ограничитесь ручными техниками, будь к этому готова.

3. Трогать нужно не только член, но и внутреннюю поверхность бедра, лобок, яйца, основание члена и живот. Тут все упирается только в твою фантазию и творческий подход. Спрашивай своего благоверного, где ему нравится, когда ты трогаешь. Запоминай все, со следующим твоим хуаном, если ты вдруг решишь сменить жениха, скорее всего, эти манипуляции ручками тоже будут работать.

4. Меняй скорость и силу нажатия. Тут тоже четыре степени, как случае с минетом. 1 — незначительные, еле ощутимые прикосновения, а 4 — сильное сжатие члена. Переходи на 3-й уровень интенсивности и на быструю дрочку, только когда почувствуешь, что твой хуан вот-вот кончит.



**ЗАНИМАЙСЯ ТЕМ,
ЧТО НРАВИТСЯ**

5. Задействуй обе руки: одна дрочит, вторая на лобке у основания члена под яйцами или над яйцами в плотном кольце.

6. Не забывай про звуковую дорожку. Тут особо не постонать, но помурлыкать и похвалить член будет очень уместно.

7. При классической работе «туда-сюда» старайся совершать движение только в локте: сгибания и разгибание. Не двигайся всем корпусом, тратя энергию.

8. Вытри его, когда все закончится. Твоему дrouchу, возможно, захочется полежать пару минут и посмотреть в потолок, прежде чем пойти в душ, так пусть он проведет эти пару минут, не будучи липким и мокрым.

Ну, камон, подрочи ему уже.



Часть 1. Введение

Мужчины обожают анальный секс, потому что там туго и тепло. Анал может быть клевым и для женщин, просто надо уметь. Это очень жирное и калорийное блюдо далеко не на каждый день. Подавать его можно пару раз в недельку. Готовь сани летом, а жопу — всегда. Итак, чтобы пребывание его болта в твоей шоколаднице доставило удовольствие обоим, помните главные правила:

1. К л и з м а. Приходишь в аптеку и просишь с каменным лицом дать тебе клизму больше объемом 150–200 мл. Внимательно читаешь инструкцию и ставишь себе клизму минимум пять раз. Да,

минимум. Да, раз пять. Может, даже удовольствие словишь от процесса, иногда так бывает. Просрешься, помоешься и в путь — чистенькая, как мамин пирожок. Зато потом на его члене точно не будет этюда в коричневых тонах.

2. Презик. Трахать попу без презерватива ни в коем случае нельзя ни под каким соусом, ведь там куча бактерий. Они покоцают и твоего хуана, и тебя, если он додумается засунуть в тебя нефритовый стержень сразу после «шоколадницы», поэтому юзай резину и не ссы (в процессе тоже не ссы).

3. Смазка. Тут важно не вестись на ароматы, вкусы и прочую рекламную дрянь. Смазка для вайджаны не подойдет, надо брать именно для жопецкого, в ней содержится анестетик и антисептик. Выдавливаешь от души, смазываешь, и вуаля: просвистит и кайфанешь.

Часть 2. Добрый вечер

А теперь перейдем к тому, что нужно делать во время анальной кары, чтобы она не обернулась вам пыткой.

Итак, рыба моя, ты уже минимум пять раз просвистела на толчке, намыла попу (и писю за компанию), стянула с себя трусы и тщательно обмазалась смазкой. Далее следуют четыре важных вещи:

1. Расслабься. Спокойно, моя дикая лошадка, тпруу! Разожми булки и расслабь мышцы. Если будешь морщить анус, то член будет пробиваться, словно Суворов через Альпы: с криками, трудом и болью. Ему нужно помогать: расслабься и получи удовольствие.

2. Пихай с умом. Либо запикивай его писенейро в жопу сама, по чутку, либо попроси запикнуть мужика. Но во втором случае в этот же момент X теребонькай свою фасолину. Это отвлечет внимание и поможет расслабить Мистера Ануса.

3. Поза. Всегда начинай лежать на боку — это самая безобидная для анального секса поза. Не переходите к стойке раком и сверху, пока в твою попу безболезненно не пойдет баклажан. Забудь картины из большого порно и слушай меня.

4. Соломка. Здоровье в первую очередь, поэтому надо постелить соломку, чтобы потом не страдать от болячек. В нашем случае соломка — это мирамистин или хлоргексидин на расстоянии вытянутой руки от важего ложе. Если вдруг вы увлечетесь и попа закровит алой зарей, просто продезинфицируй все и возвращайся к делу.

Закончен бал, погасли свечи, враги нанесли урон твоей попе, и теперь очко горит синим пламенем. При попытке присесть на стул тебя конкретно припекает. Твоя попка чувствует себя одним из драконов Дейнерис, и не тем, который пылает ледяным пламенем. Короче говоря: тебе порвали жопу. Что с этим делать?

1. Опять же промой свой попчанский хлоргексидином или мирамистином. БОЛЬШЕ. ГРЕБАНОГО. МИРАМИСТИНА. Он никогда не помешает, ведь дезинфекция, как косарь в зимней куртке с прошлого сезона, никогда не будет лишним.

2. Купи проктогливенол или любой аналогичный препарат, у них у всех примерно один и тот же состав. Помни, рыба моя, лучше вставить себе в попку свечку и намазать свой шоколадный глаз кремом, чем потом вырезать геморрой.

3. Не давай больше в попу, пока не заживут все раны от предыдущего раза.

Обязательно проведи работу над своими ошибками, чтобы в будущем свести неприятные последствия до нуля.

Как вести себя после анала, если на его члене «шоколад»? Как истинная леди, рыба моя, ЛЕДИ! Пожми плечами, поправь воображаемое пенсне и выскажи свое сожаление (желательно на французском). Мол, «ах, мон ами, каков конфуз, жизнь так непредсказуема, давайте посмотрим балет». Ну ладно, про балет можешь не шепетать, но суть ты поняла: никакой истерики, вежливый щит хэппенс на лице, элегантный профиль, и будто это вообще к тебе отношения не имеет.

Хорошо, если на его «амиго» было сомбреро. А если нет? Тогда тут включается сирена гражданской обороны, звонят пожарные колокола, и начинается квест «Я заметаю следы, а он бежит сдавать анализы». Если вы пихались в попенгаген без резины — время бить тревогу.

Немного занимательной анатомии. У твоих вайджаны и попы разные микрофлоры. Бактерии в слизистой попы навредят и члену пацана (если он войдет туда без резины), и микрофлоре вайджаны (если он войдет туда после шоколадной пещеры). Поэтому меняй коней на переправе, дорогая. Попа — это космос. И заходить туда космонавту нужно только в скафандре.



Рыба моя, надеюсь, ты понимаешь, что секс в отношениях — один из главных китов. У вас может быть взаимопонимание, дружба, товарищество, надежность, но если он не хочет присовывать тебе в необычном виде (несвежей, с грязной головой, ненакрашенной, в трениках) — дело труба. Если у тебя нет желания облизывать его

болт вместо тарелки доброго борща на обед — дело труба. Потому что секс — это основа. Скелет, на который насаживаются мышцы отношений. Это «щи и каша», основа рациона. Если его нет или он плохой, с этим мужчиной вам делать нечего.

Просто секс твоему мужику может дать любая. Хороший секс он встретит куда реже, но тоже может. Какой козырь ты можешь припрятать в рукаве?

Его фетиши. Его самые мрачные фетиши.

«Это что за покемон?» — можешь спросить меня и не прогадаешь, потому что я, конечно, отвечу. Фетиш — это одна из разновидностей сексуального поведения, при котором триггером сексуального влечения становится какая-то часть тела или неодушевленный предмет: одежда, обувь, определенный материал, чулки, латекс, костюм розового пони и всякое такое. Если ты знаешь и принимаешь его фетиши, то ты, считай, уже договорилась с его внутренними демонами.

“ Если секс — это «щи и каша», то фетиши — это майонез и кленовый сироп, от которых не толстеешь, можешь добавлять, когда захочется, и будет только лучше. ”

Продолжим нашу игру в аналогии. Если секс — это «щи и каша», то фетиши — это майонез и кленовый сироп, от которых не толстеешь, можешь добавлять, когда захочется, и будет только лучше. Если дома человека досыта накормят, но пресной едой, то завтра он пойдет трапезничать куда-нибудь еще. Чей это будет кабак и как часто он туда потом будет захаживать? Понимаешь, к чему я веду?

Возьми трубку Шерлока, шляпу Пинкертона, усы Пуаро и фартук мисс Марпл, мы идем на дело. Ты — ищейка, ты — детектив, тебе надо узнать все о фетишах твоего мужика, распутать это дельце.

У ВАС МОЖЕТ БЫТЬ
ВЗАИМОПОНИМАНИЕ, ДРУЖБА,
ТОВАРИЩЕСТВО, НАДЕЖНОСТЬ,
НО ЕСЛИ ОН НЕ ХОЧЕТ ПРИСОВЫВАТЬ
ТЕБЕ В НЕОБЫЧНОМ ВИДЕ —
ДЕЛО ТРУБА.





Если понадобится, ты попытаешь из него это хитростями, шантажом и тонкой психологической игрой. Это важно, так что, если он подумает, что ты поехала головой — ничего страшного, пусть так считает. Лучше, если он сочтет тебя сумасбродной и поехавшей ненадолго девицей, чем ты останешься в неведении и ничего не узнаешь.

Логика этого поведения очень проста: чем меньше мы находимся в отношениях, тем легче и изящнее преподносим выкрутасы. В длительных отношениях возникает зона комфорта, которую не хочется покидать. А внезапное признание, тем более такое щекотливое — это удивление, возможная обида, страх быть непринятым. Именно поэтому все его грязные секретки тебе надо узнать сейчас. В противном случае ты рискуешь через двадцать лет обнаружить, что все это время твой благоверный ходил к тете в латексе, которая шлепала его ладошками и мухобойками, украденными с твоей кухни. К слову о тетях в латексе, все эти штуки с переодеваниями действительно интересны, они добавляют отношениям новизну. Выбор очень велик: от латексных корсетов и школьных форм до эротического костюма бобра. Тут уж что кому нравится. Действуй, Сейлор мун.



Рыба моя, это один из самых безобидных фетишей. Мужик просто настолько любит твои ноги, что готов целовать, вылизывать и надрачивать на них часами. Он может настолько любить твои ноги, что на время забывать об остальных частях тела. Все, что здесь важно, — это безопасность и гигиена. Грязными ногами об писю и язык тереться не надо. Они должны быть чистыми и после педикюра. Если твой хуан кайфует от обуви или чулочков-колготочек, то они тоже должны быть чистыми. Идеально, если ты обработаешь их мирамистином или протрешь хлоргексидином. Ноги, чулки, обувь и все, что может оказаться во рту или рядом с членом.

ЧТО МОЖНО ДЕЛАТЬ НОГАМИ и что мужчины любят.

1) Пихать ноги в рот, целовать, вылизывать пальцы, пытаться захватить всю стопу целиком. Расслабляешься и получаешь удовольствие, думая о том, какой у тебя красивый педикюр.

2) Давить ногами на различные части тела или ходить по мужчине, наступать на отдельные части тела: лицо, шею, живот или гениталии. Давить на лобок или на шею партнера, тут нащупать порог силы, с которым ты будешь все это делать и какой болевой порог у твоего партнера, насколько далеко он готов зайти. Не отпинай его по незнанию, а то еще заяву накатает. Это не БДСМ, здесь не нужно никакого стоп слова, но если твоя нога вдруг стоит на его члене, то на всякий случай спроси, все ли нормально?

3) Дрочка. Знаю, что многие девочки и руками дрочить не могут, не любят или просто ленятся, но некоторым это искусство подвластно с помощью ног. И многим мужикам это действительно нравится. Главное здесь следить за моторикой своих ног. Гладь ствол члена с внешней стороны от яичек к головке и обратно, берись двумя большими пальцами обеих ног, будто обхватывая ими член по кругу. Медленно и синхронно совершая движение вверх-вниз.

Обхвати член тыльными сторонами стопы обеих ног: не той частью стопы, которая касается земли, а той, которая располагается с внутренней стороны подошвы. Меняй угол, под которым ты держишь ноги, пробуй разную силу нажатия.

Вот, собственно и все премудрости, которые я хотела тебе рассказать о твоих прекрасных ногах, а любит ли такое твой хуан, ты узнаешь, если не будешь стесняться.

ГРУППОВУХА — это один из ништяков, который нравится многим мужчинам.

Начнем с ЖМЖ. Когда все участники группового секса приятели или знакомые, то все весело, потрахались и разбежались. Если это твой постоянный партнер, то могут возникнуть заморочки, и это нормально.

ЖМЖ — это ништяк, который могут подогнать немногие леди. Чтобы ты не чувствовала себя ущемленной и кайфовала от тройничка, нужно соблюдать правила.

БАБА ДОЛЖНА ЛЮБИТЬ БАБ. Если сеньорита не любит вспахивать носом чужой палисадник, то о коллективном субботнике можно сразу забыть. Если для тебя это жертва ради того, чтобы сделать приятно своему мужчине — на хой такое «удовольствие».

БАБА ДИКТУЕТ УСЛОВИЯ. Киска, которая подарила своему хозяину право пёхать не только в себя, диктует правила. К этому должен быть готов не только мужик, но и приглашенная чикса, которой нужно платить. С того момента, как ты дашь ей деньги, она предоставляет услугу. Ты можешь свернуть эту лавочку в любой момент, и твой амиго должен быть к этому готов. Кто платит — тот и пляшет, малышка. Подруге или приглашенной знакомой может внезапно понравиться твой мужик, и ее будет неловко выставлять за порог. А на платную чиксу вообще насрать. Ты — заказчик, она — исполнитель.

БАБА ДОЛЖНА БЫТЬ КРАСИВЕЕ ПРИГЛАШЕННОЙ ЧИКИ. И лицом, и фигурой. Это инфа сотка, рыба моя. На ее фоне ты должна чувствовать себя королевой. Это дурацкие игры психологии, про-

сто доверься мамочке. На этот счет у меня в соцсетях было много споров. Если личико приглашенной звезды окажется симпатичнее, попа круглее, а сиськи больше, ты рискуешь лишиться самооценки и почувствовать себя лишней на этом празднике жизни. ПРИГЛАШЕННЫХ ЧИК НЕ ДОЛЖНО БЫТЬ МНОГО. С точки зрения секса нет разницы, скольких девушек вы позовете: одну, двух или пятерых. Максимум, что вам грозит — теснота в одной кровати. Нужно заботиться о качестве, а не количестве. Когда помимо вас с хуаном в постели еще четверо дам, это очень неудобно. Я проверяла.

ВЫВОД. Если ты все сделала правильно, то твой пацан мурлычет, а у тебя как минимум новый айфон.

МЖМ — это ништяк, который ты НИКОГДА не можешь предложить мужику сама. У тебя появится право выбора, только когда он сам тебе это предложит. Некоторым джентльменам хватает смелости предложить это даме, но таких пациентов при средней температуре по больнице очень мало.

Если ты все-таки решилась предложить своему хуану эту комбинацию, готовься либо получать peezduuley, либо остаться одной. Все мужики собственники и публичные гомофобы (кто их знает на самом деле). Если речь идет о постоянных отношениях, то тебе надо определиться: хочешь ли ты хорошо устроиться или только потрахаться? Первое почти невозможно устроить, трахаясь с двумя мужиками одновременно. Когда ты не обременена отношениями, то можешь делать все, что захочет твое черное сердце. Как только у тебя началось что-то серьезно — ты молчишь, даже если очень хочется пяти негров одновременно. Можешь лишь изредка прощупывать почву.

“ Если личико приглашенной звезды окажется симпатичнее, попа круглее, а сиськи больше, ты рискуешь лишиться самооценки и почувствовать себя лишней на этом празднике жизни. ”



Г Л А В А

Мы говорили с тобой о ревности, она может быть безосновательна, но измена — это всегда подтвержденный факт. Как и ревность, предательство бывает разным...

Очень многие мужики изменяют, больше половины, но что тут поделаешь? Просто пацанам иногда охота просунуть свое ружье в другое мясо. Да, именно МЯСО, потому что потребность в коитусе — базовый животный инстинкт, и в момент вашего совокупления ты для него такое же мясо. Вас могут связывать духовные скрепы, небеса, сила вселенной или машина в кредит, но пока вы чпокаетесь, ты — мясо. Иногда этому охотнику хочется другой плоти, курицу вместо индюшатины или чизбургер производства усть-п*здьинского мясокомбината, вместо великолепного стейка за дубовым столом под крахмаленной скатертью (тебя).

Да, есть такие золотые мужики, которые с другими ни-ни. Они руководствуются моралью, принципами и добрыми мотивами. Хорошо, если у тебя такой, а не искусный конспиратор. Речь сейчас все равно не о нем, поэтому, если нет видимых признаков измены,

забей болт и не играй в бабу-детектива. Какой смысл пытаться найти то, что тебе не понравится? Займи время и место в голове чем-нибудь другим, например СОБОЙ.

НО ЕСЛИ ИЗМЕНА БЫЛА

Что делать, если птенчик спалился. Да еще и на каких-то идиотских, очевидных вещах, о которых даже в КВН уже не шутят? Выводы неутешительные: либо он тебя не уважает, либо он тупой. Либо он знал, что тебе будет больно, но не пытался скрыть измену, ведь решил, что ты примешь его потрапушки на стороне и все схавашь. Либо его извилин не хватило понять, что, если он уходил из дома в трусах, а вернулся без них и с чужими волосами на машинке, это как минимум подозрительно.

Есть отличная история про одного моего тупого знакомого, который привел любовницу в БДСМ-отель, устроил там ей фотосессию, чтобы отправить друзьям, но забыл одну важную деталь — у него с женой одно облако на двоих. Она сделала вид, что ничего не поняла, и это ее осознанный выбор. Огромное количество женщин прекрасно знают об изменах своих благоверных, но это их по разным причинам не волнует. Кому-то удобнее, когда муж трахает мозги любовнице, а не ей. Кому-то просто нет дела до измен. Кто-то пытается сохранить семью из-за детей. Зая, если ты узнала о постоянной любовнице у своего мужика, и это не разовый поход в бордель, то либо принимай это, либо устраивай «разборки в Бронксе», либо вали, но без страданий.

 Огромное количество женщин прекрасно знают об изменах своих благоверных, но это их по разным причинам не волнует. Кому-то удобнее, когда муж трахает мозги любовнице, а не ей. 

ЕСЛИ НЕТ ВИДИМЫХ
ПРИЗНАКОВ ИЗМЕНЫ,
ЗАБЕЙ БОЛТ И НЕ ИГРАЙ
В БАБУ-ДЕТЕКТИВА.





ГДЕ ИЗМЕНА, А ГДЕ НЕТ

Твой Зая с кем-то переспал? Считать это кидком или нет?

Нет, если он просто потрахался с какой-то зашкварной бабой, проституткой в сауне или бухой девицей на вписке. Если он воспринял эту девку как шкуру, которую можно примерить — это не измена, а лишь ЗОВ ПЛОТИ, животная развлекуха. Беспокоиться не стоит.

Считать, что вам изменили, можно только если он длительное время спит и общается с одной и той же бабой. Они постоянно переписываются, он называет ее ласковыми словами, делает комплименты и стирает переписку. Если он тратил на нее свои силы, энергию и мысли, значит, есть повод для беспокойства. Это настоящая измена.

ЧТО ДЕЛАТЬ?

Твой хуан предал тебя не просто членом, но и головой, и сердцем. Пора валить. Даже если он тебе говорит, что это ничего не значило, она сама лезла и он любит только тебя — вали. Ловить тебе здесь больше нечего. Все, что вас связывало помимо секса: хорошие воспоминания, эмоции, нежные чувства, шутки — больше не работает.

“ Если мужик эмоционально погружается в отношения с другой бабой, значит, ты что-то просрала и упустила, но ты не виновата, просто так произошло. ”

Если мужик эмоционально погружается в отношения с другой бабой, значит, ты что-то просрала и упустила, но ты не виновата, просто так произошло. Первое, кем должен быть твой мужик, — другом и боевым товарищем, а друзей не обма-

нывают. Если он тебя так жестко наколол, найдя новую подругу, с которой сношается, значит, всё — конец. Надеюсь, ты запасла денежек и не останешься у разбитого корыта.

ХОРОШО ЛИ БЫТЬ ЛЮБОВНИЦЕЙ ЖЕНАТИКА?

Тут постоянно приходится выбирать между своей жопой и чужой: какая получит пряник, ремешок и смазку, а какая душевные страдания. Большинство ништяков достанутся другой, с тобой не станут отмечать праздники, а путешествия будут оборачиваться «встречей по бизнесу» или рыбалкой «с Михалычем».

1. ЛЮБОВНИЦА ЗА ИДЕЮ (т.е. по любви). Любишь, спишь и думаешь, что уведишь его из семьи. Это хреново. Из семьи он скорее всего не уйдет, а ты будешь страдать и тупо тратить время и душевную на то, что никогда не окупится.

2. ЛЮБОВНИЦА ЗА ДОНАТЫ (т.е. материальные блага). Спишь, пристраиваешь попочку в тепло, купаешься в молоке и меде. Это уже не так плохо, но будь на стреме: когда его интерес пройдет и он захочет побаловать другую кошечку, ситуация тебя не пощадит.

Ты станешь холеной, и грань между обычной и «лухари» жизнью сотрется. Ты решишь, что заслуживаешь роскоши всегда, а твоя «mademoiselle вайджана» стоит дорого. Это не так. Тебе повезло подобным образом только один раз в жизни.

3. ЛЮБОВНИЦА РАДИ БУДУЩЕГО. Ты — алчная и расчетливая сучка, которая раздевает мужика до нити и говорит ему «покедова». Это самый нормальный расклад. Да, ты — сволочь, а пацан — лох, но мы ведь о тебе беспокоимся, не так ли? И при этом раскладе,



у тебя все в шоколаде. Это не призыв к бл*дству и корысти, дорогие мои. Делайте что хотите, но не трахайтесь с женатыми ради идеи. Возможно, тебе будет казаться, что жизнь в шоколаде, есть мужик, который одаривает тебя ништяками, и ты ловко уведешь его из семьи, если захочешь. Однако не факт, что тебе понравится статус основной женщины.

Мужчина, который интересовал тебя, будучи женатым, и относился как к любовнице, может перестать тебя привлекать. Вечный праздник, тусы по ресторанам и поездки за границу могут кончиться. Пока у него была жена, бытовуха ложилась на ее плечи, а теперь все это будет на тебе. На моречко тебя, конечно, свозят, но и орать в случае проблем и стрессов будут тоже на тебя. Когда мы обсуждали в «Инстаграмме» эту тему с подписчицами, оказалось, что многие девушки по пять-десять лет уводили мужика из семьи, а теперь живут счастливо. Но не у всех это получается, и рассчитывать на такое, конечно, не стоит. Так бывает в одном случае из двадцати, а в остальных девятнадцати — он никогда не уйдет от жены, потому что ему с ней хорошо жить, а в тебя иногда спускать. Когда свяжешься с женатиком, подумай о том, что рано или поздно можешь психануть и поставить его перед выбором: ты или его жена? Скорее всего, выберут не тебя. Ну и вообще, сучкой-разлучницей быть не очень хорошо, ведь в мире столько свободных красавчиков, которые ждут именно тебя.



ПОЧЕМУ ИЗМЕНЯЮТ БАБЫ

Женщины изменяют реже мужчин и делают это спланированно. Если мужики изменяют просто потому, что им хочется кого-то другого, то женщины ходят налево с теми, кто может чем-то превзойти их постоянного партнера. Самое банальное — длинный член, но, как правило, проблема гораздо глубже.

Нам, женщинам, постоянно важно внимание. Нам важно ощущение собственной значимости в жизни мужчины, но партнер не всегда знает, сколько любви и ласки нужно взвалить на женщину, чтобы ей было достаточно. Когда нам чего-то не хватает, мы либо ищем это на стороне, либо решаем вопрос со своим благоверным.

В противном случае хуаниту начинает тянуть влево, там ее всегда похвалят и уделят достаточно внимания, чтобы она чувствовала себя желанной. Для женщины важно, чтобы ее хотели, даже если она не собирается давать. Даже порядочную бабу, может, потянет куда-то не туда, а прожженную шлюху не потянет, потому что она уже этим насытилась, и с самооценкой у нее все хорошо.

Если мужик идет на измену без предварительных манипуляций, то у женщины всегда есть алиби, а иногда и фотоподтверждение того, что на чужом члене ее сегодня точно не было. Мы изменяем либо сердцем, либо мозгом (жопой), который уснул (в жопе).

1. ИЗМЕНА СЕРДЦЕМ. Это когда на вопрос: «Дорогая, какого черта?», ты отвечаешь: «Я его полюбила, и это произошло». Ну, вот так. Ёкнуло. А чего?

2. ИЗМЕНА БЕЗ МОЗГОВ. Это когда на вопрос: «Милая, ну как же ты могла?» ты отвечаешь: «Я такая внезапная, сорри, мне было так грустно, а их было семеро, ну я и дала». Ну, вот так. Взгрустнулось. А чего?

Причины всегда одинаковые, даже если звучат по-разному. Либо бабу недолюбили и она пришла за похвалой к другому. Либо она офигела в том числе от безделья. Главный козырь мужика — это любовь, уважение и похвала.

Девчонки, если вы находитесь в отношениях, а кормилица очень чешется, секс с женщинами еще никто не отменял. Они приятные на ощупь, хорошо пахнут и знают, куда и чем тыкать. Большинство мужчин не считают лесбийский секс изменой. Ты не зашкварилась, и медуза больше не горит. К этой теме мы еще вернемся...





Ч А С Т Ь

МУЖЧИНЫ. ИНСТРУКЦИЯ
ПО ПРИМЕНЕНИЮ
ЖЕНЩИНЫ. ИНСТРУКЦИЯ
ПО ПРИМЕНЕНИЮ



Г Л А В А

Чувствуешь, как внутри тебя шевелится эта злобная, мохнатая, жирная и скользкая дрянь? Возьми зажим и скальпель, сейчас мы препарирруем ее под светом твоих прекрасных и яростных глаз, чтобы эта болотная каркалыга никогда больше не захватила пульт управления твоего космолета.

Старый добрый русский словарь Ушакова говорит нам с тобой, что ревность — это мучительное сомнение. Одно только слово «мучительное» должно насторожить тебя. Раздирающий коктейль из злости, гнева, обиды и тоски придется пить лишь тебе. Это чувство сводит с ума и плодит паранойю. Ревность — не твой бро, но она всегда будет.

Ревнуют все. Выдохни, сделай зарядку. Эта мохнатая жирная дрянь живет в каждой из нас. У кого-то она хорошо воспитана, а у кого-то орет дурниной. Поэтому давай сначала изучим, а потом приручим врага. Почему ты ревнуешь? Где-то в себе ты не уверена, моя маленькая испуганная газель. Дело может быть в лице, фигуре, мозгах либо харизме. Именно это является первопричиной рождения чудища, но обстоятельства могут быть и другие.

Например, ты думаешь, что полностью не устраиваешь своего партнера такой, какая ты есть. Недодала, недолюбила, а теперь переживаешь. Причем недолюбила как его, так и себя, потому что придирки относительно веса и формы носа растут от недостаточной любви к себе.

ПОЧЕМУ РЕВНОСТЬ НЕ ПРОХОДИТ?

Здесь есть всего два варианта. Первый: между вами нехилая недосказанность, которую неплохо бы устранить. Второй: ты поехала головушкой.

Ревность к коллеге — это недосказанность, а ревность к шлюхам из интернета — это поехавшая головушка. Ревность к его сексуальной подруге детства — это недосказанность, а ревность к порнухе — поехавшая головушка. Ни одну из этих актрис и моделей он никогда не насадит на свой меч. Он забудет сразу же, как передернет затвор и закроет браузер, а дважды одну и ту же порнуху почти никто не смотрит.

Как перестать ревновать?

Совсем не ревновать у тебя не получится, и это нормально. Отсутствие ревности — признак безразличия. Даже если вы полностью уверены в друг друге, она все равно имеет место. Есть два универсальных совета. Первый: дозируй, не ревнуй в пустоту или к абстрактной группе лиц. Второй совет: люби себя неистово, как в последний раз, и тогда вся неуверенность пролетит, как летняя гроза. Ревность, как пук. Если ты тихонько пукнешь, тебе станет полегче, но если переусердствуешь, то нагадишь в свои штаны.

РЕВНУЮТ ВСЕ.
ВЫДОХНИ,
СДЕЛАЙ ЗАРЯДКУ.







КОНТРОЛЬ И ЛИЧНЫЕ ГРАНИЦЫ

Рыбонька моя, если мужик хочет изменить что-то, то он пойдет и сделает это, даже если ты будешь стоять на страже с утра до ночи. Поэтому тратить силы и энергию на то, чтобы проследить за своим мужчиной, — бесполезно и глупо. Каждой из нас иногда хочется побыть детективом, чтобы узнать, чем же занимается хуан, пока его нет рядом. Желание следить за своим партнером обычно появляется из банального женского любопытства и неуверенности в себе. Стоит появиться лишь намеку на неуверенность, и все — мужика уже ничто не спасет.

Она будет отслеживать лайки на его фото в соцсетях, высматривать отражение в зеркалах на снимках из заведений, где он может оказаться. Ему от нее никуда не скрыться, потому что она что-то заподозрила и вжилась в роль детектива. Есть ли что-то положительное в этой слежке? Да, но только в том случае, если ты намерена с ним порвать. Увидела любовные признания другой бабе в телефоне — послала его. Не готова к такому? Тогда держи себя в своих ухоженных ручках и не пытайся залезть в его телефон: либо ты ничего там не найдешь, либо очень огорчишься. Если ты не готова прощаться со своим хуаном, то какой смысл искать то, что делает тебе больно? Исхода в этой ситуации всего три:

1. Ты нашла то, что искала, и теперь плачешь и грустишь. Либо вы расстаетесь, либо ты простишь его. В любом случае тебе будет плохо. Поправочка: лайк — это не измена, открытая вкладка с порно тоже, измена — это измена.
2. Ты не нашла того, что искала. Миссия провалена. Чего вообще суетилась — непонятно.
3. Пока ты что-то искала, поймали тебя. Представь, если тебя застукают, пока ты следишь за своим мужиком на улице или полезла в его телефон? Такой поступок покажет хуану твой уровень доверия и как

следствие, его доверие к тебе уменьшится. Ведь ты вторглась в очень личное пространство, а он был к тебе максимально открытым и ожидал от тебя того же. Рыба моя, играй в бабу-детектива, только если намерена уйти от хуана или подозреваешь, что он аферист и злодей. В остальных случаях это тебе ни к чему, просто учись доверять.

ТВОЙ МУЖИК — ПЛОХОЙ

Рыба моя, мир полон плохих ребят. Совсем необязательно, чтобы они выглядели, говорили и пахли, как плохие ребята. По крайней мере на первой встрече или до определенного момента. Хорошо, если гнилая душонка вскрыется на второе или пятое свидание. Куда хуже, когда подлец раскрывается лишь по критическому поводу (конфликт, ссора или расставание).

Как понять, что от мужика надо валить?

ОН ДЕЛАЕТ ТЕБЯ ВИНОВАТОЙ. Он вызывает у тебя чувство вины за то, что ты — это ты, а он — белый рыцарь в сияющих доспехах, который столько для тебя сделал. Он говорит, что вытащил тебя из грязи, отмыл, одел и превратил из шалавы в принцессу и что без него — великого и прекрасного — ты вернешься в привычную трясиноу. Он портит тебе самооценку, словно по учебнику. Итог один — ты начинаешь думать, что никому не нужна.

У меня был такой мужик, он вечно говорил, что я неженственная. Когда я попросила его показать женственность, он открыл мне фото случайной бабы из поисковика, которая бежит по полю с тюльпанами в красном платье. Знаешь, как мне было грустно? Ох! Прошло уже несколько лет, и мне кажется, он до сих пор снимает проституток, похожих на меня. И он по-любому это прочтает. Ну здорова, друг.

УВИДЕЛА
ЛЮБОВНЫЕ ПРИЗНАНИЯ
ДРУГОЙ БАБЕ В ТЕЛЕФОНЕ —
ПОСЛАЛА ЕГО.





ОН ТЕБЯ ОБЯЗЫВАЕТ. Этот ссанный паучишка начинает плести свою паутину задолго до того, как ты поймешь, что влипла. Он дарит тебе маленьких «мушек»: цветы, сувенирчики, цацки, приبلуды для учебы, работы и дома. При желании ты могла бы купить их сама, но дарит и дарит — почему бы не взять? Знаешь, когда наступит жопа? Когда ты начнешь сваливать из его расшитых владений. Из него сразу польется: «бабы — меркантильные курвы, верни мои подарки, ты мне должна, ведь я на тебя потратил». Дорогая, ты ничего ему не должна. Этими дешманскими венниками нельзя купить твою независимость, поэтому просто шли его на хрен и ищи того, кто окажется не такой жопой. А такие есть.

ПЕЧАЛЬНЫЕ ЗВОНОЧКИ

Любой подходящий хуан на пути хуаниты кажется долгожданным принцем. Когда чувства молодые, он ее очень бережет, а она летает на крыльях любви в розовых очках, не видя ничего вокруг. Думаешь, это гон из сказок? Давай примерим эту историю на тебе.

Ты — прекрасная и очаровательная принцесса, которая нашла себе нового мужика. У вас конфетно-букетный период, бабочки в животе и стремительно растущая самооценка. Он тебя нахваливает, одобри-



“ Если УЖЕ СЕЙЧАС тебе не нравятся его привычки, шутки и особенности характера, то не рассчитывай, что он ради тебя станет другим человеком. ”

тельно щупает в разных местах, часто и много хочет. Однако вы еще недостаточно знакомы, чтобы он показал свои теньевые стороны, комплексы и запросы. Будь осторожна, дорогуша, не теряй голову. Почти всегда на финише неудачных и изматывающих отношений можно вспомнить печальные и тревожные звоночки, которым ты не придавала значение на старте. Если УЖЕ СЕЙЧАС тебе не нравятся его привычки, шутки и особенности характера, то не рассчитывай, что он ради тебя станет другим человеком. Например, если ты ненавидишь громких людей, которых всегда и везде много, то не надейся, что он станет ради тебя тихим зайчиком. Если он не подходит тебе по темпераменту, то не жди чуда, перестань играть в пластилин, он взрослый Бармалей, и ты не слепишь из него Дориана Грея.



ВИКТОРИЯ И ЕЕ «ТАК СЕБЕ ОПЫТ»

Один из моих бывших сначала показался мне очень привлекательным и интересным молодым человеком: огонек в глазах, безумие и красивые ухаживания. К тому же у нас были общие интересы. Я, юная лошара, сразу не разглядела в нем деда. Выглядел он молодо, но тянуло его только к дивану и майонезным борщам. Мои чертовы розовые очки не позволили мне разглядеть его психологический возраст — 80 лет. В итоге через три недели я от скуки пекла ПИРОГИ, трахалась по три минуты с полувялым членом и все время сидела дома. Три недели отношений — это страсть, феерия чувств, а не нудятина. Когда я решила от него уйти, на меня полился такой ушат помоев, что мама не горюй. Ключевым моментом его прощального монолога стало утверждение: «Твоей дыркой, Виктория, отлично попользовались». Трехминутными сетами и полувялым болтом, лол.... Ему было 30, но у меня до сих пор ощущение, что меня обманул какой-то дед. Я не хочу, чтобы с вами случился такой «дед», поэтому не повторяй моих ошибок и слушай свои звоночки.



БЫЛ ХОРОШИМ, НО СТАЛ ПЛОХИМ

Моя юная и красивая читательница. Если мужчина был нормальным, а потом внезапно стал мудаком, то он либо тебе изменяет, либо обеднел. Разумеется, при условии, если ты не накосячила.

1. ОН ИЗМЕНЯЕТ. Он пытается нагнать на тебя, чтобы, когда на его жопе загорятся штаны и измена вскроется, он казался бы уже не таким мудаком. Соломка постелена, почва подготовлена, теперь ты — плохая.

2. ОН ОБЕДНЕЛ. В этом случае у него сейчас все очень плохо с самооценкой, потому что для мужика очень важно нормально зарабатывать. Обижая тебя, он пытается реабилитироваться в собственных глазах.

3. Есть еще третий пункт, самый неприятный. ОН РАЗЛЮБИЛ. Тут уж ничего не попишешь, рыба моя, как есть — так есть. Но все вышеперечисленное актуально только на тот случай, когда за тобой нет косяков. Очень часто барышни не замечают за собой мудачества, а потом винят пацана.



МАМКИНЫ ОБЕЩАЛКИНЫ И ЯЗЫК-ТРЕПЛО

Не можешь — не обещай. Все, к чему мы привыкли, — это базарить и трепаться. И очень часто это оборачивается большой проблемой — мы *rezdeem*. Не то чтобы мы врем, но обещать золотые горы, бриллиантовые поля и изумрудную мохнатку с колокольчиками опрометчиво. Кто-то от широкой души, кто-то от небольшого ума, но суть остается та же. А если тебе пиздит мужик — пресекай это на корню. И я не о мелких притираниях, на которые действи-

тельно стоит закрыть глаза, а об обещанном небе в алмазах. Если тебе обещают машину, квартиру и соболиную шубу за секс — не давай. И фраза «утром деньги, вечером — стулья» здесь совершенно ни при чем.

Зачем тебе трахаться с обманщиком? Хорошо, если после мы готовы ответить за базар, но если нет, то начинается стремное: глаза в пол, неотвеченные звонки, юление и финишное признание СОР-РИ, НЕ ВЫШЛО.

Мужчины тоже врут, иногда и больше женщин. Иногда они даже забывают о своей лжи. Они не всегда делают это во вред или из корысти. Представим, что ты познакомилась с Иннокентием, а он тебе врет. Рассмотрим три ситуации.

1. Попытка произвести хорошее впечатление. Иннокентий сказал, что у него пентхаус, а оказалось, всего лишь съемная комната. Или он заявил, что профессионально занимался единоборствами, однако ему на твоих глазах нащелкал какой-то подросток. Не спеши убегать. Иннокентий просто хотел тебе понравиться. Если он не аферист и не альфонс и не просил взять для него кредитов и больше ни в чем не лгал, то он не такой уж и плохой человек. Тем более, если сам во всем признался.

2. Не хочет слушать «вот это вот все» в ответ. Иннокентий пошел в общественную баню, но тебе сказал, что был в гараже. Он наврали, чтобы ты не подумала, что в сауне он зависает со шлюхами. Однако тебе нужно знать, что иногда мужчинам проще соврать на

какую-то щекотливую тему, чтобы избежать возможной атаки мозга с твоей стороны. Иннокентий не кобель и не патологический вун, он просто не хотел, чтобы ты орала.

3. Корыстный умысел и собственные интересы. Иннокентий оказался женат, а говорил, что работает допоздна. Иннокентий предложил вам снять жилье пополам, а потом оказалось, что это жилье принадлежит ему. В этом случае Иннокентий — вун и мерзавец. Отойдите от него на безопасное расстояние и больше никогда не приближайтесь.

Вранье бьет по партнеру, от этого страдают его ожидания и ваша репутация. Все это бьет по вашим отношениям, вызывая обиду и недоверие. Так что базарь поменьше, рыба моя. Лучше потом приятно удивиться, чем адски разочароваться.

МОЙ МУЖИК — АБЬЮЗЕР

Тебя может испугать это слово, но не волнуйся. Тут не будет феминистического дискурса, ведь я — патриархальная подстилка и держу попочку в тепле. Абьюз — это насилие и жестокое обращение, а абьюзер — человек, который его практикует. Жертвой

**ЗАНИМАЙСЯ ТЕМ,
ЧТО НРАВИТСЯ**

“ Вранье бьет по партнеру, от этого страдают его ожидания и ваша репутация. Все это бьет по вашим отношениям, вызывая обиду и недоверие. ”

может быть друг, сват, брат, муж, — любой человек любого пола и любого возраста. В том числе ты. В целом слово это, конечно, прикольное, но ситуация очень грустная. Абьюз встречается как физический, так и психологический. И какой хуже — хрен пойми.

ФИЗИЧЕСКИЙ

Тут не может быть никаких вариантов, ходов, хитрых тактик и долгоиграющих схем. Нет никакого оправдания насилию. Если тебя бьют — почему ты еще сидишь и читаешь это? Собирай манатки и беги без оглядки, других советов у меня нет. Если мужик ударил тебя один раз, он сделает это и во второй раз. У этого правила **НЕТ ИСКЛЮЧЕНИЙ**. Как бы он ни раскаивался, ни уверял, что все будет ок, ни смотрел на тебя взглядом котика из Шрека — он п*здит. Высеки это на сердце. Он п*здит. Беги.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ

При каком наборе ситуаций и внешних признаков ты задашься вопросом: «Не мудака ли твой мужик? Не высасывает ли он из тебя кровь, силы, энергию и жизнь?» Я расскажу, подружка. Твое эмоциональное состояние меняется в худшую сторону. Ты чувствуешь себя менее уверенно, чем раньше. Стала замкнутой, забитой и тревожной. За каждым поворотом тебе чудится опасность. В каждой ситуации — подвох. Даже **ВСЕ** окружающее



**ЗАНИМАЙСЯ ТЕМ,
ЧТО НРАВИТСЯ**

воспринимается тобой искаженно, ты начала сомневаться в том, правильно ли живешь и мыслишь. Да? Нет? Если да, то слушай. Твой пацан действительно может быть абьюзером. Возможно, он даже не знает этого слова, поэтому спрашивать не стоит.

Абьюзер в отношениях — это редкостная сволочь, которая кричит на тебя, вечно тычет на недостатки и портит самооценку. Если такое происходит редко, значит, он истеричка. Так себе вариант...

Для абьюзера же важна систематичность выпадов. Он хочет получить тотальный контроль над тобой, требует отчитаться за каждую минуту, проведенную в магазине, но при этом убеждает тебя, что так сильно, как он, такую, как ты, никто не полюбит. Эти псы не обязательно выбирают мягких по характеру девушек, которые не могут перечить. Часто жертвами абьюзеров становятся крепкие духом малышки. В таких отношениях мужикам особенно важно продемонстрировать свою силу. Он указывает на ее недостатки и подверг сомнению достижения, которые питают ее силой двигаться дальше. Абьюзеры редко проявляют себя сразу. Они начинают с крупинок. На старте звенят единичные случаи, но со временем их количество увеличивается, а в итоге получается один сплошной «вой набата».

Многие психологи считают, что с абьюзерами можно бороться и противостоять им. Игнорировать выпады, не показывать обиды, проявлять агрессию в ответ, указывать на недостатки. Все абьюзеры — несчастливые, закомплексованные люди, которые самоутверждаются за счет других. Я не психолог, и мне насрать на эти психологические штучки, я просто хочу, чтобы у тебя все было хорошо. Поэтому вали. Ну победишь ты его, и что? Он все равно останется закомплексованным придурком, который тебя обидел, только теперь прогнувшись. Оно тебе надо? ВОТ И МНЕ НЕ НАДО. Вали.



НЕ ЖЕНИТСЯ

Многим из нас очень хочется выйти замуж. Кому-то с детства твердили, что это первостепенная жизненная цель. У кого-то часы уже приближаются к бальзаковскому периоду, и подыскать муженька надо, пока всех не расхватали. А кто-то просто хочет семью. Все девчонки — молодцы. Замужество — это прекрасно, когда ты этого хочешь. Очень важно, чтобы ты сделала это по собственному желанию, без влияния родителей, женихов и окружающих. Мы живем в XXI веке, и, если ты думаешь, что не выживешь без мужика, это не так. С ним, конечно, будет веселее и проще, но если ты еще не встретила своего человека, то не распыляйся на героев чужих романов.

Ты встретила молодого и красивого, он холост и пригодный для союза молодой человек. Он твой бойфренд, вы уже давно вместе, но замуж он не зовет. Прежде чем начинать гадать, почему так происходит, подумай, тебе оно надо? Что вас связывает? Что изменится после со штампом в паспорте? Если вы планируете детей и ты не забеременела внезапно, что изменится от того, что ваш союз будет официально узаконен? Тебе кажется, что от этого ты станешь чуть спокойнее. Но в чем? Разве брак гарантирует, что он не бросит тебя? Штамп помешать пристроить свой хрен туда, куда ему вздумается? Или ты станешь официальной наследницей его имущества? Вряд ли он собирается умирать, и пожалуйста, не озвучивай ему эту причину. Если ты все равно очень хочешь замуж, но любимый не зовет, давай разбираться почему.

1. Он боится перемен в жизни. Мы все любим находиться в зоне комфорта, где нам удобно и хорошо. Это такое мягкое и теплое уютное болотце, которое засасывает нас. Покидать эту зону, как правило, очень неприятно. Не всегда это приводит к лучшему результату. Риск, что что-то пойдет не так, есть практически во всех жизненных ситуациях.

Зона комфорта холостого жеребца — это его личный мирок, в котором он получает удовольствие, и его жизнь проходит так, как ему нужно. Я как-то познакомилась с парнем, который работал на хорошей должности, ездил на нормальной тачке, но жил с мамой. Он увлекался лишь комиксами «Марвел» и кроссовками. Ничего против не имею, и то, и другое — клево, и мамины сырники — просто огонь, но к такому меня жизнь не готовила. В таких случаях не ждите, пока 30-летний мужик повзрослеет. Ему и так норм.

2. Он боится ответственности. Многие мужчины привыкли, что они в ответе только за себя. Проиграл все деньги в казино — сам виноват, забыл оплатить электричество — лично будет в квартире разжигать. А тут появляется целая баба, и не просто, а ЖЕНА. Где супружество — там и дети могут нарисоваться внезапно. 17-летний подросток, сидящий внутри каждого из нас, и мужчины в том числе, просто в ужасе от перспектив нести ответственность за ко-го-то, кроме себя.

3. Гиперопека со стороны родителей, в частности — его мамы. Некоторые птенчики, даже отрастив себе бороду, так и не выбирают из-под материнского крыла. Даже если парень очень brutalен и выглядит словно только что завалил мамонта, не исключено, что перед этим ему звонила мама, чтобы поинтересоваться, надел ли он шапку. Некоторые мужчины и в 30 лет живут с родителями. Много тех, кто живет в шаговой доступности от роди-

“ Зона комфорта холостого жеребца — это его личный мирок, в котором он получает удовольствие, и его жизнь проходит так, как ему нужно. ”

телей, и мама носит еду для своего чада в соседний дом. А некоторые живут на другом конце земли, но мама все равно каждый день ждет подробного отчета от своего великовозрастного сына. Не у всех есть силы сопротивляться матери.

У меня был знакомый, который жил в Южном полушарии, а когда приез-

жал в Москву, то не говорил маме, что он в городе, останавливаясь в отеле. Он сопротивлялся, но так делают далеко не все.

4. Неуверенность в партнере. Будешь ли ты изменять своему мужу, ведь один и тот же партнер может приесться. Не превратишься ли ты из Золушки в тыкву, когда осознаешь, что птичка — в клетке, а колечко — на пальце? Может, это хитрый план по собственному обогащению? Ты должна понимать, что в мире полно хитрых и расчетливых сучек, и твой хуан просто боится, что ты им воспользуешься.

5. В его голове установка: «нормальным пацанам штамп в паспорте не нужен». Это одинокий хищный самец, которому хорошо и одному в берлоге. Тебе можно быть с ним, но если вдруг поставишь ему ультиматум, с тобой, скорее всего, попрощаются. Переубедить его будет сложно, но и стрелки на глазах рисуются не с первого раза, тут поможет только время...

6. Он не против когда-нибудь жениться, только не на тебе. Он прикрывается одним из вышеперечисленных пунктов или ссылается на неблагоприятную фазу луны. Возможно, он и не против стать чьим-то мужем, просто не твоим... Он с тобой до поры до времени, ведь что-то в твоей личности не укладывается в его представления о супруге.

Существует миллионы поводов, и каждый из них — весомый аргумент для мужчины. Давай начистоту, рыба моя, нам больше хочется замуж, чем им женитьбы. Многим даже кажется, что замужество — это повод расслабиться для женщины, а для мужчины, напротив — поднапрячься.

«КАПИТАН, У НАС БЕГЛЕЦ!», или МЕНЯ БРОСИЛ МУЖИК



**ЗАНИМАЙСЯ ТЕМ,
ЧТО НРАВИТСЯ**

ДАВАЙ НАЧИСТОТУ,
РЫБА МОЯ,
НАМ БОЛЬШЕ
ХОЧЕТСЯ ЗАМУЖ,
ЧЕМ ИМ ЖЕНИТЬСЯ.





Почти каждая девчонка на этой планете, какой бы классной, умной, красивой и сексуальной она ни была, рано или поздно сталкивается с жесткой и болезненной правдой: от нее могут уйти. Я не люблю слово «бросить», потому что бросают мяч и палки, но с человеком так поступить нельзя. Уж извини, что докапываюсь до слов, но я тут ради твоей самооценки, принцесса. Так что слушай меня.

Может, тебе плевать, но скорее всего будет больновато, и сердечко будут сжимать в железные тиски. Не пугайся, ты выживешь, поплачешь и вернешься в форму, мы все это переживали. Главное, сделать правильные выводы.

Итак, отчего наши хуаны иногда «уходят в закат» после нескольких лет отношений? Сидел, любил, ножки грел, ручки обдувал, а потом взял и ушел, что ли? Тут я позволю себе небольшое отступление и сделаю ремарку: если ты от него ушла, рыба моя, у меня к тебе вопросов нет. Значит, так было нужно, но если он ушел, то какого такого хрена вообще, ПЕС? Давай разбираться.

1. ОН ТЕБЯ ПЕРЕРОС. Вы оба встретились, когда были ребятами попроще. Шли годы, тоси боси, человек развивался и рос, а ты нет. Может, ты сидела дома или скучала на нелюбимой работе, но результат не заставил себя ждать: ему с тобой стало скучно и неинтересно. Сейчас у него в голове астрофизика, инфобизнес и высокие материи, а у тебя все еще «Гена Букин и его хет-трик в финале турнира «Кожаный мяч». Вышла несостыковочка, и он ее устранил.

2. ОН УСТАЛ. Наши ресурсы не безграничны, любовь может обветшать и изнашиваться, особенно если добивать его скандалами, допросами, придирками и прочим. Ты — помогала, а он — устал. Заманался терпеть тебя и возить на лечение твою больную женскую головушку. Ждал-ждал, пока ты изменишься, но не дождался. Как

Хатико. Поздравляю, ты доистерилась. Что ж... Бывает... Разберись в себе и со следующим мужиком такого не исполняй.

3. ОН НЕ ВИДЕЛ ОТДАЧИ. Ты — неблагодарная. Мужик старался, работал и двигался, чтобы твоя жопка была в тепле, ожидая от тебя заветное СПАСИБО. Возможно, он просто не заметил твоей завуалированной благодарности, но какая теперь разница, если он замучился играть в одни ворота и чувствовать, что бросает свои силы, время, деньги и любовь в пустоту? Никому не хочется чувствовать себя недооцененным лохом. Исправляйся и следующему пацану все говори ПРЯМО.

4. ВАША СТРАСТЬ ПОГАСЛА. Огонечек в груди, наводнение в пещке, бабочки в животе — всего этого больше нет. Ничего не удалось сохранить. Прошло слишком много времени, и помидорки, к сожалению, завяли. Вы стали друг другу как родственники. В голове хуана рефлексировала установка «с родственниками НИ-НИ! Даже на полшишечки». Ну, тут ничего не поделаешь...

5. ВЫ — НЕ ПАРА. Иногда надо признать, что вы друг другу не очень-то и подходите. И как связались друг с другом, вообще не понимаете. Может, по синей дыне, может, из-за страхов и комплексов, может, чтобы кому-то что-то доказать. В любом случае желания любить и отдавать среди этих пунктов не было. Тут опять же ничего не поделаешь.

6. ДРУГАЯ ЖЕНЩИНА. Какая-то баба (вот ведь шлюха) появилась в жизни твоего мужика, и он свалил к ней. Почему так получилось? Ты дважды в чем-то провафлилась. Первый раз, когда допустила, что твой пацан вообще подумал завести себе другую подругу. Второй раз, когда она уже появилась. Почитай мою книжку и впредь такого не допускай.

Вариантов может быть еще очень много, но это — самые основные. В любом случае гони печали и беды и возвращайся в строй.



МЫ ПОКАКАЛИ: ВЕРСИЯ ДЛЯ ВЗРОСЛЫХ

Привет, рыба моя, я пришла отучать тебя «мыкать» за себя и за того парня. Что в этом плохого? Примерно все, но подробно остановимся на двух пунктах.



ГИПЕРОПЕКА И УДУШЕНИЕ

Каждая (почти) девочка отыгрывает определенную роль перед собой, миром и хуаном соответственно. Иногда она дочка и подчиняется, иногда — равная сестра, а иногда — мамочка. Само собой, здоровый вариант — средний, все остальное — куда хуже. Однако если к первой роли в России исторически склонно большинство женщин, то третья — это фаталити.

Когда баба перестает быть мужику бабой и становится матерью — она уже не может различать границу между их сущностями. Что это значит? В гармоничных отношениях есть личность партнера и партнерши, это разные люди с разными интересами, эмоциями и характерами. В отношениях стиля «мамочка — сынок» есть один сплошной организм, который замкнут на себе как минимум, если смотреть на ситуацию женскими глазами.

Как говорят «хэппи вайф и мам» в «Инстаграмме»: мы поели, нам годик, мы покакали, мы писаем стоя. Бабы-мамочки говорят также: мы сделали, мы научились. Вот только сделал и научился — мужик, а баба скатилась в слепое обожание, которое рано или поздно здоровому (!) мужику надоест. Никому не нравится, когда его душат.



ПОДМАЗЫВАНИЕ И ХИТРОЖОПОСТЬ

Другой хреновенький симптомчик — когда баба говорит «мы» ради ЧСВ засчет мужика. «Мы решили, что... Мы сделали то». Алло, хуанита, ты че гонишь? Спустись с чердака. Это твой мужик решил, а ты выкобениваешься. Сейчас довыкобениваешься...

Иногда женщина забывает про себя и становится продолжением мужчины. Тут начинается хрень в стиле «жена самого лучшего мужчины», «жена музыканта», «жена пилота». Вот только самолеты сажает твой мужик, а не ты.

Рыба моя! Даже если ты в очень крепкой паре при мощном мужике, не теряй самостоятельности и самоидентичности. Они — сексуальны, раболепие и подхалимаж — нет. Любой мужик всегда немного сынок. Его нужно подталкивать к нужным решениям, снимать ответственность, снисходительно относиться к его закидонам. Он умирает при температуре 37. Не способен самостоятельно одеться в магазинах. Покупает фуа-гра и десертный шампунь вместо хлеба и овощей, когда в доме нечего поесть. Он не тупой. Он сынок.

Когда мужик уходит от мамочки, он идет к другой, с новым набором характеристик, но той же ролью — родительница. Стоит заметить, что новая мамочка всегда может от него свалить, поэтому с ней он топтать ножкой будет гораздо реже (до поры до времени).



Он будет очень надеяться, что ему продолжат вытирать попу и дуть в рот. То есть они: самые главные, альфа-самцы, доминантные особи, хищники и все такое, но в рот лучше пусть дуют.



Итак, сегодня ты проснулась, потянулась, улыбнулась лучику солнца и бабочкам, которые кружатся над твоей головой, словно в мультитике «Диснея», а потом поняла, что твой мужик тебя бесит. Ого.

Что же нам теперь делать?

Для начала давай отделим зерна от плевел, серебро от железа и наше эмоционалирование от нелюбви. Тебе надо сесть, отмахнуться от бабочек, закинуться розовой пылью с доброй порцией кофе и крепко подумать.

Ты его еще любишь?

НЕТ. Вы смотрите в одну сторону? Тебя раздражает его запах и смех? Тебе хочется ждать его с работы или возвращаться самой с трудов, если они у тебя (не дай бог) вне дома? Ты предпочитаешь проводить с ним свободное время или бежишь из гнезда хоть куда?

Если ответы не в вашу пользу, очевидно, что вывод фиговый. И если у тебя нет долгоиграющих планов и хитрых стратегий, сваливай сейчас же, пока не поздно, а поздно будет скоро.

ДА. Дорогая, у нас всех есть розовые очки, которые рано или поздно приходится снять. Так что смотри на мир без прикрас, ты зря надеешься, что как-нибудь встретишь принца на белом коне, который не будет тебя бесить. Еще как будет. Вода кипит при ста

градусах, солнце встает на востоке, а джентльмены периодически выбешивают до изнанки своих леди. В женской голове существует определенный алгоритм, которому (нам так кажется) наш мужчина обязан следовать лишь потому, что он — наш.

Мы вечно что-то воображаем по поводу того, что наш мужик обязан сделать, вот только ему об этом не сообщаем. Он остается быть должным поступить так, как мы про себя решили. Это обязательство накладывается на него по дефолту, просто потому что «МОЙ МУЖИК ТАК БЫ СДЕЛАЛ!». А если мы еще и намекнули, но ничего не изменилось, то все — беда.

Открою тебе маленький секрет, передай его дочери, а она своей, и так до прихода Антихриста. Мужчины очень редко понимают намеки. Если точнее — почти никогда. Когда тебе чего-то захотелось, об этом надо сказать громко, ясно, понятно, отчетливо проговаривая слова. Это не потому, что мужчины тупые, просто они думают глобальнее. Пацан не концентрируется на обдумывании деталей фразы, сказанной тобою две недели назад. Да, меня это тоже бесит, я прекрасно понимаю, но этот положняк надо просто принять. Твое раздражение из-за его «ошибок» — это детская обидка. Ты обижаешься из-за того, что его поведение отличается от того, что ты видела в своих розовых мечтах? Вдобавок ко всему, он даже не в курсе твоих розовых мыслей. Вывод: если ты чего-то хочешь, попроси об этом.



КАК ПОНЯТЬ, ЧТО ТЫ ПЕРЕБОРЩИЛА С НАСИЛИЕМ НАД ЕГО МОЗГОМ

Иногда это случается со всеми бабами. Кто-то мотаает на ус и справляется, а кто-то продолжает борщить и остается у разбитого корыта, айфона и сердца. Делай выводы и лови признаки того, что все начинает идти по звезде...

1. Вы часто ругаетесь, причем поводы к этому неизменные. Существует всего две-три темы, но как только они появляются на горизонте — Старки yaboshat Ланнистеров, Монтекки жгут дома Капулетти, и Владимир Ильич Ленин наставляет свой маузер на окна Зимнего дворца.

2. У него внезапно нарисовалось много дел на ежедневной основе. Он ходит в гараж, в магазин, выбрасывать мусор, гулять с собакой, чаще встречается с друзьями. Звоночек: он звонит с истерикой и задерживается на работе. И это не потому, что он нашел новую бабу, а из-за того, что не хочет идти к старой.

3. Он стал чаще прибухивать, потому что пары этанола сгущаются вокруг него защитным щитом и включается режим ролууamus, фильтр на все, что ты ему говоришь.

4. Тебя перестали хвалить либо делают это слишком редко. Он тебя любит, но ты ТАК СИЛЬНО его бесишь, что ему просто некогда это сказать, все время занимает ссора или отходняки после нее.

5. Вы стали меньше трахаться, потому что перестали хотеть друг друга. Баба, которая насилует мозг, напрочь высасывает душу. Иногда он может присунуть и со злости, но это, согласись, уже не то.

Все это может опечалить и разгневать. Помни, что все вышеперечисленное — тоже траханье с мозгом. Все бабы это делают. Если женщина не трахает мозг, это значит, что ей от тебя до сих пор что-то нужно.

Теперь партия для хуанит. Как перестать все портить и огребать от кармы мужиков, которые тебя бросают? Забей болт и прими все. Ты выносишь голову себе и окружающим по одной причине: ожидания относительно другого человека. Поопустись и не возноси ваши отношения в ранг священной коровы. Относись ко всему немного лайтнее. Вашим отношением не повредит, если ты чуть меньше станешь любить мужика и чуть больше себя. Как только ты отпустишь ситуацию (какой бы она не была), дышать станет легче. Точно тебе говорю.

ПРЕДМЕНСТРУАЛЬНЫЙ ДЕМОН

Примерно неделю из месяца, где их, на секундочку, всего четыре, с нами творится просто какая-то невообразимая чертовщина. Мы начинаем жалеть себя, ненавидеть окружающих и раздражаться по каждому поводу. На борьбу с кровавыми силами зла уходит одна неделя из четырех, и для нормальной жизни остается все-



“ В случае, если у тебя есть мужик, предупреждай его заранее, что в ближайшие несколько дней твою агрессию не нужно воспринимать всерьез. ”

го три недели месяца. Ужасно, я тебя понимаю. Каждый месяц с приходом репродуктивного периода к женщине в гости приходят друзья: эстроген, прогестерон и их кореша, под влиянием которых женский мозг начинает колбасить. Кого-то больше, кого-то — меньше, но всех без исключения. Повышается уровень критического восприятия, ранимости, раздражительности и куча других неприятных моментиков. С этим надо мириться, контролировать и просто ждать, когда отпустит. В случае, если у тебя есть мужик, предупреждай его заранее, что в ближайшие несколько дней твою агрессию не нужно воспринимать всерьез. Совершенно обязательно ставить свое окружение в известность о том, что у тебя месячки. Для остальных ты можешь быть злой не от месячных, а когда пожелается. Просто помни, что твоя личная драма вселенского масштаба продлится максимум пять дней. И во фразе «извини, пожалуйста, меня просто переклинило из-за месячных» нет ничего страшного.



РАССТАВАНИЕ

Расставание — это грустно, пока не начнешь наслаждаться жизнью без экс-хуана. В момент сбора своих вещей и прощания тебя может пробить на слезу и эмоции, но, пожалуйста, расставайся по-нормальному. Скорее всего, твой благоверный заслужил быть облитым дерьмом с ног до головы, но ты — будь стратегом, рыба моя. Тебе еще может от него что-то понадобится. Чем больше времени вы провели вместе, тем больше ты можешь требовать при расставании. Как бы тебе ни хотелось, просто держись. Ты еще можешь ему отомстить, если совсем распирает обида. Однако месть подают холодной, а не с горящим пуканом. Расслабься. Не поддавайся истерии и не поливай его дерьмом, пока не забереешь свои последние колготки. Не устраивай драму в соцсетях и

разборки на людях. Не уничтожай хорошее впечатление о себе. Жизнь длинная, и когда-нибудь тебе может понадобиться его помощь. Плохую мужик не захочет вспоминать, а нормальной может и помочь.

БЫВШИЕ

Хороший бывший — мертвый бывший, — можешь ты сказать и будешь не права. Почему? Если ты все еще испытываешь сильные эмоции к мужику, который уже не часть твоей жизни, значит, он бывший только номинально. У тебя проблемка, которую надо решить. Как только ты закроешь эту тему, статус бывшего автоматически изменится в фоновом режиме. На какой? На статус нормальной бывшего.

Итак, нормальный, классический бывший: две ноги, две руки, в середине штука, на которой ты когда-то вертелась. Тебе больше не удастся его полюбить, вернуть прежние отношения и взглянуть на него прежними глазами. Скорее всего, тебе ВСЕГДА будет интересно, что происходит у него в жизни. И это так же нормально, как и общаться с ним после расставания. Существует как минимум два весомых аргумента:



1. Самолюбие. Кому из нас не нравится тешить, нежить, ласкать и теребить влажным шершавым язычком превосходства? Перестань отводить глаза, даже если ты будешь клясться мне, что никогда этим не страдала, я не поверю. Никто не говорит, что ты изучаешь его личную жизнь под микроскопом, но иногда ведь ты отвечаешь ему в мессенджерах и следишь за его соцсетями? Полагаю, просто для того, чтобы этот придурок ПОНЯЛ, ЧЕГО ЛИШИЛСЯ СЕМЬ ЛЕТ НАЗАД и немного поплакал, не так ли?

2. Общение. Между вами вполне может сохраниться дружба. Это не миф, такое случается. Для этого надо достигнуть определенного уровня просветления. За время отношений он стал тебе, как внучатый племянник дяди Валеры, что со стороны бабушки по маме. Он «достаточно бывший» для того, чтобы ты позабыла, как выглядят его гениталии. Вы можете дружить без опасений и вспоминать былые чувства, ведь вы уже ТАК СИЛЬНО достали друг друга, что точно не войдете в одну воду дважды. Тем не менее наивная зеленая неофитка может допустить серьезный косяк — вернуться к его сердцу, либо члену, либо в его дом. Все три варианта обречены на провал. Почему?

1. Сердце. Если тебе кажется, что внутри красивой белой груди закрались былые чувства — отрезвей, умойся и немедленно положи на все болт. Честное слово, ты же не идиотка. Причины, по которым он стал бывшим, однозначно были весомыми. Вспомни, как было грустно, когда вы расстались. Печалиться два раза из-за одного и того же придурка? Seriously? Милая, это явно не твой путь.

2. Член. Трахаться с бывшими — это очень глупо, вряд ли за прошедшее время он сделал операцию по увеличению члена или встретил девицу-мастерицу, которая обучила его сексуальному искусству. Все, что могло измениться, пока тебя не было, — это качество тела. Он мог подкачаться или пожирнеть, — все. Ничего, что могло бы сильно тебя заинтересовать, не произошло.

3. Дом. Это еще серьезнее, чем первый пункт. Я не буду повторяться а просто напомню: чем быстрее ты к нему снова въехала, тем скорее уедешь, но принять это решение дастся куда сложнее, хотя бы потому, что нужно сделать больше телодвижений. Там все будет напоминать о прошлом, одновременно демонстрируя, что теперь ты — чужая. Оно тебе надо? Какой вывод из этого можно сделать? Каре из-за бывшего два раза не стригут, подруга. Занеси это в сборник цитат.



БЫВШИЕ ТВОЕГО МУЖИКА

Привет женам и любовницам моих бывших! Я открою вам секрет: то, что вы берете в рот — когда-то было у меня в заднице. Шутка. Или не шутка?

Как бы то ни было, я уверена, что все вы — замечательные женщины. Я, по крайней мере, не имею ничего против вас. Более того, мне удивительно, что столько девчонок шутят про нынешних женщин своих экс-хуанов (в интернете, по крайней мере, мемов и приколов по этому поводу очень много).

Что же в этом странного? Для начала: ни меня, ни 80% моих знакомых (это не гон, я, знаете ли, проводила опрос) не интересуют, с кем теперь тусуются их джентльмены. Слышите, сучки? Мы за вами не следим, мы самодостаточны, вы нас не интересуете, в отличие от бывших баб наших мужчин. Все очень просто: мужик, который сейчас рядом с нами, — наш. Тот, кто был, но ушел — отработанный материал. Если к человеку нет эмоциональной привязанности, то и дела до того, с кем он сейчас — нет.

Почему тебя волнуют мадамы, с которыми у твоего хуана когда-то была сексуальная (или не очень) связь? Ну, дорогая, каждая баба любит сравнивать то, что нельзя и додумывать там, где нечего. Знаешь, как я это называю? Р — ревность. Это чувство совершенно не обосновано, если твой сеньор:

А) Не говорит о бывшей;

Б) Не общается с ней;

В) Никак не контактирует.

В этих случаях чувства, которые ты к ней испытываешь, — это совокупность интереса и фигни, которую ты надумала о его отношении к этой барышне. Я допускаю, что мои слова для тебя, словно мертвой рыбе припарка. Однако постарайся не пожирать себя и мужика ревностью к этим девицам. Представь на секунду: пирожок стал бывшим. Вспомни свое отношение к одной из его бывших, которая тебя так интересовала, и прислушайся к ощущениям. Скорее всего ревность прошла, и ты начинаешь ее в чем-то понимать. Рано или поздно она станет тебе немного родной, ведь на протяжении долгого времени тебе было интересно, что она чувствует.

Ну как, отпустило? Больше не ревнуешь?

Примерчик из жизни. Очень давно я встречалась с парнем, и его бывшая доставала меня в интернете. Она это делала больше года, до тех пор, пока мы не расстались. Как только это произошло, она МИГОМ успокоилась. Стоило ему найти другую бабу, как она тут же мне написала и стала интернет-подружкой на пару дней. Прошло шесть лет, а мы до сих пор лайкаем друг другу все фоточки. Бабы-с.

КАК БЕЙБЕ НАСТРОИТЬ МУЖИКА НА ДОНАТЫ

Идеальная ситуация: ласковый джентльмен дает своей даме золотишко, она его не разоряет и не стоит с вечно протянутой рукой. Что делать не надо: быть вышибалой из Бронкса, который пришел к Джонни, чтобы вытрясти долг за дурь для пацанов с восточного побережья. Что надо? Работать с умом! Да, я сильная и независимая киса со всеми, кроме него. Без мужика я тоже справлюсь, но не так хорошо. Мы оба понимаем, что я слабенькая и расправляю крылья только при таком короле и падишахе, как он.

Всегда держи в уме, что женщина не должна быть паразитирующей обезьянкой, которая отпускает один член и сразу же хватается за другой, и трясет его, пока на землю не повалятся золотые кокосы. Надо вертеться и зарабатывать, чтобы ни от кого не зависеть. Но это не значит, что такси на свиданку надо оплачивать из своей копилки.

Настройка твоего благоверного на донаты зависит от нескольких факторов: как много у него свободных денег, как легко он с ними расстается, насколько близки отношения между вами и есть ли у него жена. Если да, а свободных денег у хуана немного, то забей. Мало того что ты вступила в плохую связь с чужим мужем, так еще и не можешь поиметь с этого. Милая, ты же не лохушка, тебе с таким делать нечего, отойди.

Допустим, ты единственная женщина у своего хуана, и у него достаточно свободные денежки. Между вами достаточно близкие отношения. Что от тебя требуется? Вести себя нормально. Ты не

ОЧЕНЬ ВАЖНО
УМЕТЬ НОРМАЛЬНО ПОПРОСИТЬ.
«ДОРОГОЙ, ТЫ БЫ НЕ МОГ...» —
ОТЛИЧНОЕ НАЧАЛО
ДЛЯ ЭТОГО.





GENETICLAB
NUTRITION



**ЗАНИМАЙСЯ ТЕМ,
ЧТО НРАВИТСЯ**

трахаешь ему мозги, не капризничаешь и не истеришь. Зачем ему эти проблемы? Будь нормальной бабой и не выкобенивайся. Если будешь хорошо себя вести, то он сам захочет дать тебе денежек.

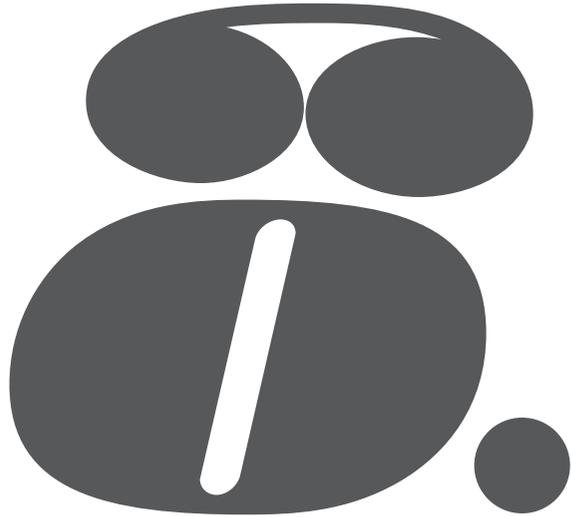
2. Очень важно уметь нормально попросить. «Дорогой, ты бы не мог...» — отличное начало для этого. Ничего не вымогай так, будто он тебе должен, ведь вы еще не в браке, и детей у вас нет. Он все таки дикий жеребец, может и взбрыкнуть...

3. Честно признайся, зачем тебе деньги. Историю про больную бабушку оставь каким-нибудь лохам. Стопроцентный вариант — просить на бьюти-процедуры (дорогие в том числе), ведь его женщина должна быть красивой. Не так ли? Ноготочки, шмотки и косметолог — это бремя каждого мужчины, вступившего в серьезные отношения с молодой и красивой мадам.

4. Благодарю его. Возможно, в этот раз он даст тебе денежек, но если ты его нормально не поблагодаришь, то в следующий раз он может зажопиться. Когда мужик что-то для тебя делает, он ждет благодарности в ответ.

На всякий случай я напому тебе вопрос, который стоит задавать себе в минуту душевной тоски, печали и пустого баланса: «Если ты сама за себя башляешь и с появлением мужика жизнь не меняется в лучшую сторону, то на фиг он вообще нужен? Понимаешь?»

Г Л А В А



ПОЧЕМУ МУЖЧИНАМ КАЖЕТСЯ, ЧТО БАБЫ ТАКИЕ П*ЗДАНУТЫЕ?

Все мы шикарные, красивые и топовые малышки, но есть вещи, которые в глазах наших хуанов делают нас исчадием ада. Некоторые умозаключения, решения и выводы зачастую не поддаются никакой логике, что выводит хуанов из равновесия, спокойствия и умиротворения, вызывают агонию и боль в области черепной коробки. Умение ТАК вырвать фразу из контекста, что забытый мусор может стать вещественным доказательством угасающих чувств. Вещи, которые кажутся нам важными, для них не значат ничего.

Рыба моя, уточню: если ему по фиг на уют в вашем гнездышке и он игнорирует твои попытки навести порядок — это плохо. Я имею в виду те случаи, когда он спроспал, помылся и полетел по делам, оставив пакет с кошачьими какашками у порога. Уже к вечеру ты свяжешь это с тем, что он недолюбливает тебя и спешит по утрам к

любовнице. Чрезмерная озабоченность над незначительными деталями — это плохо, но может быть и хуже. Мужчины не понимают намеки так, как нам бы того хотелось. Для хуана чем прямолинейней, тем лучше. Гораздо проще, когда техническое задание его очередной бабы сформулировано четко. В таком случае мужчина с большей вероятностью выполнит твое пожелание так, как ты этого ожидаешь.

Из того, что мне говорили и спрашивали мужчины в разное время, хочется сделать вывод, что основная проблема нас (баб) в том, что мы не умеем выражать свои мысли так, чтобы хуан нас правильно понял. Поэтому, прибегая к использованию тонких намеков, для достижения желаемого результата будь готова получить толстый член из неоправданных ожиданий. Кстати, про толстый — это не точно. Задумайся, подруга: если бы ты была мужчиной, то со своим нынешним характером получился бы ужасный человек. Ты бы ныла, не держала слово и капризничала. С тобой бы никто не стал дружить или хотеть иметь общие дела. Но ты — женщина, и мужчины нас терпят. Давай будем с ними чуточку полегче.



ПОЧЕМУ МЫ ТАКИЕ П*ЗДАНУТЫЕ?

Впервые мужской член я увидела лет в пять. Мальчик писал прямо на детской площадке, и я спросила маму: «Что это у него там? Ведь у меня все не так?», на что мама мне заявила, что он мутант. Учитывая, что тогда у меня в почете были «черепашки ниндзя», пазл быстро сложился, и я так думала еще очень долго, пока при мне вновь не вывалили п*ську, и я не почувяла подвоха. Так вот, к чему это я? Мужики, вы реально для нас мутанты, с которыми нам очень сложно разобраться.

Некоторые из нас хотят просто почпокаться, другие — решить жизненные проблемы, но нас объединяет одно: мы все чего-то хо-

тим от жизни и всячески к этому идем. Забавно, но чего именно мы хотим — нам неведомо. Зато мы точно знаем, что с твердым мужским плечом мы этого добьемся.

Мне достаточно часто пишут мужчины с разными вопросами. Суть всех сообщений сводится к следующему: «А что ей вообще надо?», «Почему ей все — не так?», «Как ее переубедить?», «Почему она такая отбитая?». У меня всего один ответ на этот вопрос, но его никому не даю, потому что мужчины все равно не поймут. **МЫ ЛЮБИМ ИСПОЛНЯТЬ ВСЯКОЕ.**

Мы подвержены приступам истерии, неуверенности, перепадам настроения и менструальной ярости, и держать это в себе ПРОСТО НЕТ СИЛ. Каждую секунду жизни нас переполняют эмоции. Если кто-то думает, что женщинам тяжело даются все эти эпиляции и маникюры, то он ошибается. Нам также сложно держать себя в руках. Минуту назад было очень грустно, а сейчас вдруг весело. Ничего не происходит, но все меняется. Поэтому нас так сильно штырят эмоции. Психозы, истерики и крики — это всего лишь попытка нутра выбраться наружу. Поскольку иногда вы выступаете центром вашей мини-вселенной, то приходится выслушивать это.



“ Некоторые из нас хотят просто почпокаться, другие — решить жизненные проблемы, но нас объединяет одно: мы все чего-то хотим от жизни и всячески к этому идем. ”



Дорогое мужчины, от лица всего женского населения планеты я прошу у вас прощения. До конца наших дней мы будем продолжать ныть, капризничать, трахать вам мозги и мешать вам нормально жить. Потому что так вам и надо.

ПРОСТИТУЦИЯ

Кризис бахнул по стране еще в 2014-м. Покупательная способность населения катится к чертям, это значит, что в сфере продаж, ресторанного и гостиничного бизнеса, где можно было поднять денег без образования и не раздвигая рогатку, много уже не заработаешь. Давайте начистоту, не все в школе хорошо учились, чтобы найти себе потом высокооплачиваемую работу. Не у всех девчонок после школы есть время на то, чтобы учиться в институте и висеть на шее у родителей. Единицы могут позволить себе работать на низкооплачиваемых должностях ради того, чтобы получить необходимый опыт и двигаться дальше. Всем хочется красиво одеваться и хорошо жить, это нормально. Плохо то, что современные лейдис выбирают этот путь, не попробовав себя в чем-то другом. Со школы — в большой город: торговать вареником. С корабля на бал, как говорится. Рыба моя, я не призываю тебя к порядоч-

““ Если ты собираешься стать рабочей по этим же причинам, то лучше забей, ведь больших денег тебе это не принесет, а вот ненависть к мужчинам усилится. ””

ности, просто я уверена в том, что ты достаточно талантлива, чтобы поднять денежек другим способом. Проституция — это не как в фильме «Красотка», таких хуанов, как Ричард Гир, которые посадят тебя в золотую клетку, не так уж и много. И кроме постоянного страха быть разоблаченной, который влечет мнительность, расстройств и неправильный распорядок дня, ты рискуешь начать торчать, бухать или еще

хуже — верить в людей. На дворе двадцать первый век: интернет повсюду и везде. Если ты уже ступила на эту дорожку, то будь готова, что тебя спалят. 99,9% вероятности, что твои близкие об этом узнают и тебе нужно быть готовой к этому.

Знаешь, что различает хорошую проститутку от плохой? Для первой проституция — работа. Хорошая проститутка не стесняется своей работы. Она понимает, что услуги надо предоставлять качественно, и способность поддерживать интересную беседу, так же и как и хороший внешний вид — факторы монетизации. Такая проститутка учится сексуальному мастерству, развивается как личность и следит за своим внешним видом. Ее менее успешная коллега никому не рассказывает, чем занимается. Она воспринимает свою работу страшным и бесконечным эпизодом своей жизни. Как ты думаешь, какую из них Ричард Гир захотел бы забрать?

У меня было много знакомых девчонок, которые стали проститутками потому, что не хотели зависеть от одного мужчины. Теперь их благосостояние, распорядок дня и настроение зависят сразу от многих хуанов. Если ты собираешься стать рабочей по этим же причинам, то лучше забей, ведь больших денег тебе это не принесет, а вот ненависть к мужчинам усилится. Даже если ты решила заняться этим ремеслом и считаешь его дном, пусть это будет не то дно, на котором ты сгоришь, а то, от которого хорошенько оттолкнешься на пути к чем-то большему и лучшему.



Плюсы: запах, тактильные ощущения, устройство половых органов, идентичное твоему, можно стрельнуть косметику.

Минусы: такая же поехавшая башкой, как и ты.

Рыба моя, они могут тебе не нравиться, ты можешь рамсить, любить или ненавидеть их, но так или иначе они окружают нас повсюду. В любом случае тебе придется часто с ними контактировать. Просто помни: она — такая же телочка, как и ты, со своими заморочками, загонами и бояками. Ее тоже многое бесит. Будь к ней снисходительна и не жди от нее многого. Она — такая же женщина, как и ты.

Впуская в свою жизнь женщин, ты можешь открыть дверь как другу или как телочке, если твоя шкала бисексуальности это позволяет. С женщиной можно дружить, заводить отношения или просто в ней ковыряться. Я никогда не дружу с женщинами, с которыми переспала, и не сплю с женщинами, с которыми дружу.

ЖЕНСКАЯ ДРУЖБА возможна только в случае, когда двум мадам нечего делить. У них разные взгляды, интересы, образ жизни и вкусы на хуанов, в конце концов. Это очень важно, ведь если дела одной пойдут лучше, другая будет завидовать. А вот ваша схожесть может сыграть злую шутку: каждая будет считать другую своей копией, и это тормозит развитие одной и провоцирует зависть другой. Ведь никто из вас не проходил и пути другой, чтобы оказаться там, где вы сейчас есть. Когда у двух подруг все настолько по-разному, что нет ничего общего — им нечего делить. Живете себе и дружите душа в душеньку.

Но с женщинами можно делать еще кое что, хо-хо-хо, ты ведь понимаешь, о чем я, рыба моя? они вкусно пахнут, приятные на

ощупь и хорошо знают, как ты устроена. Тебе известно, что делать с ней, а она точно знает, чего хочешь ты, потому что вы одинаково устроены. Секс с женщиной — это один из способов релакса. Особенно когда мастурбация не помогает, а связываться с мужчинами нет никакого желания.

Женщина — это нормальный вариант потрахаться, обходя стороной непонятных мужиков. Более того, розовый секс — это нормальный вариант сходить налево, не пойдя туда. Иногда мужчины долго заняты или, как нам кажется, недостаточно хвалят и любят нас. В такие моменты может прийти в голову мысль: «А не пойти бы с кем-нибудь «за гаражи»?» Для большинства мужчин измена подразумевается очень конкретно, поэтому спроси у своего любимого, считает ли он однополый секс предательством? Потому что если нет, то у тебя открылась отличная опция и ты можешь завалить телочку.

Строить полноценные отношения с женщиной, не будучи лесбуйкой хотя бы наполовину, не получится. Бисексуалки, как правило, все равно встречаются с мужчинами, и я не исключение. Мы спим с женщинами, нам они могут нравиться, но встречаемся мы все равно с мужчинами. Потому что они — это плечи, на которые можно взвалить ответственность. На подсознательном уровне женщина уже запрограммирована сбросить это бремя, а куда девать эту ношу двум хоть бисексуальным чикам? Только друг на друга, ведь каждой хочется, чтобы ее оберегали и заботились о ней. Еще хуже, если обе мадам — хрупкие и беззащитные леди, которые не хотят брать роль мальчика. Они начинают синхронно страдать, и это становится похожим на содомию из грусти, жалости и женских слез. Кому-то придется быть немного хуаном.

В общем, если решишь вступить в отношения с бабой, не выбирай ту, которую нужно жалеть. Кто тогда будет жалеть тебя? Кстати, вакансия стать моей богатой любовницей все еще открыта.



ПОСЛЕСЛОВИЕ

Фейерверки бомбят в звездном небе, женщины танцуют, а мужчины звенят бокалами. Со стороны моря доносятся песни русалок, которые означают, что мы подобрались к заключению. Это конец для книги, но не для нас с тобой. И уж точно не для твоего великого пути к этому самому звездному небу. Под ним творятся прекрасные дела: мир интересный и клевый, а твое место в нем — под самым солнцем. Я очень хочу, чтобы прекрасный цветочек, на котором написано твое имя, тянулся лепесточками к свету и не обжигался. Боюсь показаться училкой, но пишу тебе о том, что каждый день рисую пальчиком в воздухе: никогда ничего не стесняйся, люби себя, своего мужика и родителей, занимайся любимым делом и живи так, как тебе хочется. Не грусти и не унывай из-за фигни даже во время ПМС, хотя если хочется — делай и то, и другое. Жизнь одна, глупо отказывать себе в эмоциях. Злишься — злись, обижаешься — обижайся. Не отступайся от себя, даже если накосячила или оконфузилась. Это все равно ТЫ. Другие — могут тебя кинуть, но сама себя — нет, пожалуйста. Вычеркни из своей жизни людей, которые делают тебя несчастной, и благодари тех, кто дарит добро. Каждую минуту помни, что ты — самая важная жемчужинка и единственный бриллиант в своей жизни. Береги внутреннее тепло и не давай его в обиду.

Жизнь меняется, и время идет, ничто не постоянно. В любой момент будь готова к переменам. Окружающие тебя декорации и актеры будут все время теряться, изнашиваться, разрастаться и меняться, а тебе нужно за всем этим успевать. Время — это самое дорогое, что у тебя есть, береги его и не трать на глупости.цени момент.

Не позволяй внутренним демонам взять верх над разумом и сердцем. Работай над своими загонами, заморочками и страхами. Они не стимулируют и не мотивируют, а только тормозят, травят и ме-

шают тебе жить. Не бойся неудач, они случаются со всеми, нужно просто переждать. То же самое с ошибками: кто из нас не косячил? Не бойся всего нового, возможно, за этим кроется твой путь.

Я желаю тебе стать безгранично счастливой, здоровой, любимой, иметь рядом красивый и толстый член, а в кармашке — много денег. Ты самая умная и красивая, помни об этом, это аксиома, которая очень помогает жить.

Я бы обняла тебя, но увы. Я всего лишь баба, которая написала для тебя эту книгу, а не девчонка, которая стоит рядом. Скорее всего, я далеко от тебя, но это не мешает мне сказать то, что я говорю.

Люблю тебя, моя рыба. Еще увидимся.



ОГЛАВЛЕНИЕ

Часть 1. ЛЮБИ СЕБЯ	
ЖОПКА В ТЕПЛЕ.....	5
Глава 1.....	6
Глава 2.....	39
Часть 2. МУЖСКОЙ АВТОРИТЕТ	
ФАНТАСТИЧЕСКИЕ ХУАНЫ И ГДЕ ОНИ ОБИТАЮТ... ..	43
Глава 3.....	44
Глава 4.....	64
Часть 3. СЕКС	
ИЗМЕНА.....	77
Глава 5.....	78
Глава 6.....	119
Часть 4. МУЖЧИНЫ. ИНСТРУКЦИЯ ПО ПРИМЕНЕНИЮ	
ЖЕНЩИНЫ. ИНСТРУКЦИЯ ПО ПРИМЕНЕНИЮ	121
Глава 7.....	122
Глава 8.....	163

УДК 392.6
ББК 57.01
P27

Рахматулина, Виктория.
P27 Как умеет женщина. Viksi666 / Виктория Рахматулина. — Москва :
Эксмо, 2019. — 176 с. : ил. — (Книги, которые все ждали).

ISBN 978-5-04-099929-3

Многим девушкам и женщинам хочется иметь руководство по эксплуатации жизни вообще и своего тела, мозга и нервов в частности. Но, к сожалению, такого не выдают.

Или выдают, но не всем? Как еще объяснить эту толпу длинноногих, успешных, сногшибательных женщин? У них точно есть какой-то секрет.

Тонкий юмор, искрометные советы, честные признания и откровенные разговоры от популярнейшего блогера Рунета Viksi666 не оставят вам ни единого шанса остаться прежней.

УДК 392.6
ББК 57.01

ISBN 978-5-04-099929-3

© Рахматулина Виктория Викторовна, текст, 2019
© Оршанский Александр Владимирович, фото, 2019
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2019

Все права защищены. Книга или любая ее часть не может быть скопирована, воспроизведена в электронной или механической форме, в виде фотокопии, записи в память ЭВМ, репродукции или каким-либо иным способом, а также использована в любой информационной системе без получения разрешения от издателя. Копирование, воспроизведение и иное использование книги или ее части без согласия издателя является незаконным и влечет уголовную, административную и гражданскую ответственность.

Издание для досуга

КНИГИ, КОТОРЫЕ ВСЕ ЖДАЛИ

Рахматулина Виктория
КАК УМЕЕТ ЖЕНЩИНА
Viksi666

Главный редактор *Р. Фаскутдинов*
Руководитель отдела *О. Усольцева*
Ответственный редактор *Т. Кальницкая*
Литературный редактор *Т. Бигаев*
Выпускающий редактор *А. Боровой*
Младшие редакторы *М. Кожевникова, П. Тотоева*
Художественный редактор *П. Петров*
Технический редактор *М. Печковская*
Компьютерная верстка *А. Григорьев*
Корректоры *Т. Остроумова, М. Сиротникова*

Фото из архива автора

ООО «Издательство «Эксмо»

123308, Москва, ул. Зорге, д. 1. Тел.: 8 (495) 411-68-86.

Home page: www.eksmo.ru E-mail: info@eksmo.ru

Өндіруші: «ЭКСМО» АҚБ Баспасы, 123308, Мәскеу, Ресей, Зорге көшесі, 1 үй.

Тел.: 8 (495) 411-68-86.

Home page: www.eksmo.ru E-mail: info@eksmo.ru.

Тауар белгісі: «Эксмо»

Интернет-магазин : www.book24.ru

Интернет-магазин : www.book24.kz

Интернет-дүкен : www.book24.kz

Импортёр в Республику Казахстан ТОО «РДЦ-Алматы».

Қазақстан Республикасындағы импорттаушы «РДЦ-Алматы» ЖШС.

Дистрибутор и представитель по приему претензий на продукцию,

в Республике Казахстан: ТОО «РДЦ-Алматы»

Қазақстан Республикасында дистрибутор және өнім бойынша арыз-талаптарды

қабылдаушының өкілі «РДЦ-Алматы» ЖШС,

Алматы қ., Домбровский көш., 3«а», литер Б, офис 1.

Тел.: 8 (727) 251-59-90/91/92; E-mail: RDC-Almaty@eksmo.kz

Өнімнің жарамдылық мерзімі шектелмеген.

Сертификация туралы ақпарат сайтта: www.eksmo.ru/certification

Сведения о подтверждении соответствия издания согласно законодательству РФ

о техническом регулировании можно получить на сайте Издательства «Эксмо»

www.eksmo.ru/certification

Өндірген мемлекет: Ресей. Сертификация қарастырылмаған

Подписано в печать 01.03.2019.

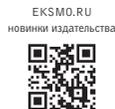
Формат 70×100¹/₁₆. Гарнитура «Raleigh BT». Печать офсетная. Усл. печ. л. 14,26.

Тираж экз. Заказ №

ISBN 978-5-04-099929-3



9 785040 999293 >



Многим девушкам и женщинам хочется иметь руководство по эксплуатации жизни вообще и своего тела, мозга и нервов в частности. Но, к сожалению, такого не выдают.

Или выдают, но не всем? Как еще объяснить эту толпу длинноногих, успешных, сногшибательных женщин?

У НИХ ТОЧНО ЕСТЬ КАКОЙ-ТО СЕКРЕТ.

МЫ ИСПРАВИЛИ ИСТОРИЧЕСКУЮ НЕСПРАВЕДЛИВОСТЬ И ИЗДАЛИ УНИКАЛЬНОЕ РУКОВОДСТВО «КАК БЫТЬ ЖЕНЩИНОЙ СВОЕЙ (И ЕГО) МЕЧТЫ».

Тонкий юмор, искрометные советы, честные признания и откровенные разговоры от популярнейшего блогера рунета **VIKSI666** не оставят вам ни единого шанса остаться прежней.

**КАК
ЗАНИМАТЬСЯ СЕКСОМ
ТАК, ЧТОБЫ У НЕГО
НЕ ОСТАВАЛОСЬ
ЖЕЛАНИЯ
НА ДРУГИХ?**

**ЛЮБОВЬ К СЕБЕ КАК ЗУБНАЯ
ЩЕТКА - НОРМАЛЬНЫЕ ЛЮДИ**

БЕЗ НЕЕ НЕ ПРОСЫПАЮТСЯ И НЕ ЗАСЫПАЮТ. ТАК КАК ЖЕ СЕБЯ ПОЛЮБИТЬ?

**КАК СООТВЕТСТВОВАТЬ
ТОЙ ЖИЗНИ, НА КОТОРУЮ
ПРЕТЕНДУЕШЬ?**

**ПРОСТАЯ АРИФМЕТИКА
СЛОЖНЫХ ОТНОШЕНИЙ.
КАК СДЕЛАТЬ ТАК, ЧТОБЫ
МИР КРУТИЛСЯ ВОКРУГ ТЕБЯ?**

**ОСТОРОЖНО: ПОСЛЕ ПРОЧТЕНИЯ КНИГИ
С ВАМИ НАЧНУТСЯ НЕОБРАТИМЫЕ ИЗМЕНЕНИЯ.**

ISBN 978-5-04-099929-3



9 785040 999293 >

