



Обри Анделин

муж Хелен Анделин, автора бестселлера
«Очарование женственности»

МУЖЧИНА
ИЗ СТАЛИ
И БАРХАТА

как научиться
понимать свою
женщину и стать
идеальным мужем



Москва

УДК 159.922.1
ББК 88.53
А65

Aubrey Andelin

MAN OF STEEL AND VELVET:
A GUIDE TO MASCULINE DEVELOPMENT

Copyrights 1972, 1990, 1994 © By Aubrey P. Andelin
© Axicon Circle LLC, First published in 1972 Axicon Circle LLC,
DBA Fascinating Womanhood, www.fascinatingWomanhood.com.
All rights reserved.

Translation rights arranged through Sylvia Hayse Literary Agency, LLC, USA.

Анделин, Обри.

А65 Мужчина из стали и бархата. Как научиться понимать свою женщину и стать идеальным мужем / Обри Анделин ; [пер. с англ. Новиковой Т.О.]. — Москва : Эксмо, 2026. — 368 с.

ISBN 978-5-04-097451-1

«Мужчина из стали и бархата» — культовая книга, которая вот уже 30 лет помогает мужчинам найти свой путь к самореализации. Эта книга научит вас понимать женщин, их природу и особенности. Вы узнаете, как построить прекрасные личные отношения и крепкую семью. Вы сможете стать настоящим главой семьи и будете пользоваться искренним уважением жены и детей. Вы поймете, как добиться успеха в работе и исполнять свой долг перед обществом. Вы станете мужчиной ее мечты.

УДК 159.922.1
ББК 88.53

ISBN 978-5-04-097451-1

© Новикова Т.О., перевод на русский язык, 2019
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2026

Посвящается моей жене Хелен,
потрясающей женщине,
которая вдохновила меня
на создание этой книги.

Когда мужчина — это мужчина

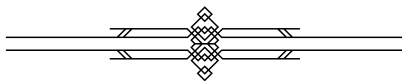
Есть край, где мужчине, чтобы жить, нужно быть мужчиной. Это земля гранита, мрамора, порфира и золота — и сила мужчины не должна уступать силе древних холмов. Это край дубов, кедров и сосен — и крепость ума мужчины должна быть равна крепости неукрощенных деревьев. Это страна высоких бескрайних небес, где свободно и смело гуляет ветер. Все эти края такими создал Бог. И душа мужчины должна быть высокой и бескрайней, как небеса, свободной и смелой, как ветер. Это земля необозримых степей, девственных пастбищ и широких заливных лугов — и свобода мужчины должна быть такой же, не скованной оградой опасливых условностей.

В этом краю каждый человек — по праву, дарованному ему Богом, — сам себе царь. Он сам себе присяжный, сам себе адвокат, сам себе судья и — если так суждено — сам себе палач... В этом краю мужчина, чтобы жить, должен быть мужчиной.

Гарольд Белл Райт

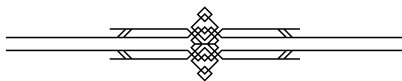
Это цитата из книги «Когда мужчина — это мужчина». Она рассказывает о поразительной породе людей, способных выдержать жизнь на Диком Западе Соединенных Штатов. И хотя этой сильной и дерзкой породы более не существует, нам все еще нужны настоящие мужчины, если мы хотим жить в достойном мире. Современность гораздо сложнее прошлого. Она требует от нас большего. Нам уже не приходится покорять «девственные пастбища и широкие заливные луга», но мы сталкиваемся с величайшими историческими вызовами. Наше время нуждается в идеальных мужчинах сильнее, чем любое другое.

Оглавление



Вступление	11
Глава I Идеальный мужчина	17
ЧАСТЬ ПЕРВАЯ. СТАЛЬ	31
Глава II Основная роль мужчины	33
Глава III Мужчина-наставник	50
Глава IV Как руководить женщинами и детьми	69
Глава V Мужчина-защитник	95
Глава VI Мужчина-добытчик	112
Глава VII Семейные финансы	132
Глава VIII Мужчина — строитель общества	152
Глава IX Мужественность	171
Глава X Характер	200
Глава XI Уверенность в себе	234
Глава XII Здоровье	251
ЧАСТЬ ВТОРАЯ. БАРХАТ	263
Глава XIII Умение понимать женщин	266
Глава XIV Мягкость, нежность и любовь	297
Глава XV Внимательность	304
Глава XVI Молодость духа	323
Глава XVII Смирение	334
Глава XVIII Очищение и утонченность	348
Заключение	361

Вступление



Эта книга, которая учит мужчин быть мужчинами. Задумывая ее, я понимал, что встречу серьезное сопротивление. Ни один из моих знакомых ни за что в жизни не признался бы, что он еще не стал мужчиной или уже утратил значительную часть своей мужественности. Сама его натура требует уважения к его мужественности. Эта потребность так сильна, что любое сомнение в мужественности — это величайшее оскорбление для мужчины.

Однако печальная истина заключается в том, что, честно говоря, мужчины перестали быть мужчинами. Этот факт становится очевиден, если мы сравним среднего мужчину с теми критериями, о которых будет рассказано в этой книге.

Британский психиатр доктор Джошуа Бирер смертельно оскорбил американских мужчин, назвав их «сборищем слабаков». В 1964 году он провел исследование и пришел к выводу, что в этом виноваты женщины, потому что американские женщины слишком стремятся доминировать. «Раньше я считал, что женщины хотят править страной. Но я изменил свое мнение. Женщины не боролись за власть — им пришлось ее взять, — пишет Бирер. — Я думал, что мужчины, которые пришли на мои семинары вместе с женами, пристрелят меня за такие слова, но они со мной согласились. Американское общество — это общество без отцов. Мужья здесь — не мужья. Все женщины мечтают о сильном мужчине, но таких рядом с ними нет».

Повсюду в нашем обществе мы видим мужчин слабых, избалованных, испорченных, по большей части бесхребетных, не обладающих ни моральной, ни физической, ни ментальной силой. Эти мужчины не способны быть главой семьи. Они позволяют женщинам и детям понукать собой. Они не желают принимать на себя ответственность, которая принадлежит им по праву. А некоторые сознательно и намеренно заставляют собственных жен брать на себя этот груз.

Есть много анекдотов о женщинах, которые стали в семье теми, кто «носит брюки». Их мужья — бестолковые и ленивые существа, не способные и не желающие понимать свои семьи и руководить ими.

Мужчины практически перестали отвечать за добычу «хлеба на стол», и женщинам пришлось прийти им на помощь. Каждый день миллионы женщин покидают свои дома, чтобы помочь мужчинам зарабатывать на жизнь. «Работающая мать» стала правилом, а не исключением. Разрушение многих семей часто происходит из-за того, что мать покинула свой пост. Женщины часто жалуются на это, но не могут изменить ситуацию. Отсутствие рыцарства очевидно на каждом шагу, и женщинам волей-неволей приходится заботиться о себе самим. Они сами вешают полки, ухаживают за машинами, стригут газоны, красят дома и передвигают тяжелую мебель. Где же мужчины, готовые предложить помощь слабому полу?

Мужчины оказываются несостоятельными не только дома, но и в обществе в целом. Мы переживаем кризис, который может привести к тому, что великое наследие, созданное трудами и жертвами прошлых поколений, будет утрачено. Свобода в опасности. Пришло время лишений, смуты и многочисленных проблем. Единственная наша надежда — это мужчины, способные быть настоящими

мужчинами. Но где они, сегодняшние герои? Где мужчина, способный воскликнуть: «Дайте мне свободу или дайте мне смерть!»? Где мужчины, готовые жертвовать временем и силами ради спасения погибающего общества?

Социальные проблемы, порожденные отсутствием мужественности

Общее ослабление мужественности ведет к целому ряду социальных проблем. Мужчина, не способный быть главой семьи, создает проблемы у себя в доме. В нем исчезает порядок. Слабый отец заставляет мать доминировать, потому что кто-то должен нести ответственность за семейную жизнь, определять семейную политику и принимать решения. Когда муж не хочет или не может стать лидером, эту роль приходится брать на себя жене.

Отсутствие лидерских качеств в мужчине порождает в женщинах разочарование и подавленность. Если женщине приходится стать главой семьи, она уже не может быть настоящей женщиной. Ей нужно посвящать время и мысли другим делам, забывая о не менее важных обязанностях жены и матери. Отсутствие сильного мужчины, который мог бы руководить ею (на что она вправе рассчитывать), вызывает у женщины сильные эмоциональные реакции. Она теряет веру в себя и порой впадает в отчаяние.

Невинными жертвами становятся и дети слабого отца. Отсутствие твердости и решительности в семье делает их неуверенными в себе. Дети, от которых отец не требует покорности, вырастают строптивыми. Они начинают считать, что не обязаны подчиняться авторитету.

Когда муж не хочет или не может стать лидером, эту роль приходится брать на себя жене.

Выходя во взрослую жизнь, они становятся теми бунтующими юнцами, которых мы видим сегодня повсеместно. Они создают проблемы в кампусах, нарушают законы и губят общество.

Когда мужчина позволяет своей жене работать вне дома и даже подталкивает ее к этому, он порождает новые социальные проблемы. Женщине приходится делить свои интересы между работой и семьей. Поскольку работа всегда требует больше, семейная жизнь и дети страдают. Женщина не может служить двум хозяевам. Пренебрежение домашней жизнью ведет к отсутствию любви, внимания и заботы о развитии детей. Работающая женщина не может оставаться понимающей женой.

Еще одно социальное зло, вызванное слабостью мужчин: движение за освобождение женщин. Если бы мужчины заботились о женщинах и детях, относились к женщинам с глубоким уважением и ценили их роль в семейной жизни, дарили им уважение, какого они заслуживают, вряд ли те захотели бы изменить подобную ситуацию.

Сегодня многие женщины чувствуют себя «гражданами второго сорта», жертвами мужчин, которые забрали себе всю интересную и приносящую удовлетворение работу. Они хотят «освободиться» от традиционных женских обязанностей. Если бы мужчины помогли женщинам прочувствовать всю значимость их работы, те с радостью работали бы дома, находя в семье возможности для самореализации. И тогда мужчины и женщины умели бы ценить друг друга.

И наконец, когда мужчина слаб и не может быть настоящим мужчиной, женщины и дети теряют к нему уважение. Это, в свою очередь, разрушает их отношения, ведет к семейным проблемам и отсутствию понимания между родителями и детьми. Эти серьезные социальные

проблемы показывают, насколько остро мы нуждаемся в немедленных действиях. Никогда еще мужчинам и женщинам не было так важно понять друг друга и осознать, каким образом они могут способствовать своему личному благосостоянию и процветанию общества. Если мы не сумеем вырастить поколение настоящих мужчин, наша цивилизация, какой мы ее знаем, вскоре погибнет. В опасности самые священные и дорогие для нас институты — брак, семья, свобода страны. В опасности сами основы организованного общества и религии.

Необходимость

Нашему суровому времени нужны мужчины с сильным разумом, добрым сердцем и умелыми руками, мужчины, которые находят радость в труде, мужчины смелые, честные и готовые отстаивать свои убеждения, мужчины, ставящие перед собой высокие цели. Нам нужны мужчины, которые не боятся ответственности, мужчины, преданные своей работе и готовые поступиться эгоистическими желаниями и устремлениями во имя служения обществу. Нам нужны мужчины, слово которых крепко, как сталь.

Но одной стали недостаточно. Нам нужны мужчины с добрым сердцем, способные оценить красоту заката или рассвета, страстно любящие свои семьи, ценящие женственность, но не приемлющие слабость и жеманность. Нам нужны мужчины, способные на сочувствие, понимающие нужды тех, кому в жизни повезло меньше, чем им. Нам нужны мужчины, нежные с женами и детьми, умеющие любить по-настоящему.

Эта книга расскажет вам, как стать таким мужчиной. Это путь к самореализации истинного мужчины. Ведь