



МЭТЬЮ ХАССИ

коуч по отношениям

ЭТО ОН

КАК НАЙТИ СВОЕГО МУЖЧИНУ
И ПОСТРОИТЬ
ПРОЧНЫЕ ОТНОШЕНИЯ

 **БОМБОРА**
издательство

Москва 2024

УДК 159.922.1
ББК 88.53
Х24

Matthew Hussey
GET THE GUY: LEARN SECRETS
OF THE MALE MIND TO FIND THE MAN YOU
WANT AND THE LOVE YOU DESERVE
Copyright © 2013 by Monument Investment Partners Ltd.

Хасси, Мэтью.
Х24 Это он. Как найти своего мужчину и построить прочные отношения / Мэтью Хасси ; [перевод с английского Э. И. Мельник]. — Москва : Эксмо, 2024. — 400 с. — (Искусство свиданий. Книги для тех, кто в поиске).

ISBN 978-5-04-185970-1

«На свете не осталось свободных адекватных мужчин». Если это ваше убеждение только крепнет после каждого свидания, то у коуча по отношениям Мэтью Хасси есть для вас хорошие новости. Славные парни буквально повсюду, но вы не умеете с ними разговаривать.

Для женщин, которые могут блестяще провести деловые переговоры любого уровня сложности, но проваливают обычную беседу за чашкой кофе с милым парнем, Мэтью Хасси разработал простую трехступенчатую систему наведения порядка в личной жизни. Эта книга объясняет, что думают мужчины о любви, сексе и свадьбе на самом деле. А главное — показывает, как с минимальными усилиями использовать эти знания и получить те отношения, о которых вы мечтали.

В России эта книга выходила под оригинальным названием: «Get the guy. Как найти и влюбить в себя мужчину твоей мечты».

УДК 159.922.1
ББК 88.53

ISBN 978-5-04-185970-1 © Мельник Э. И., перевод на русский язык, 2015
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2024

*Посвящается самой бесценной
женщине на свете – моей маме*

Это мгновение вмещает все прочие мгновения.

К. С. Льюис

Содержание

Вступление 11

УРОВЕНЬ I. СТАНЬ ЖЕНЩИНОЙ, С КОТОРОЙ ХОЧЕТСЯ ПОЗНАКОМИТЬСЯ

- 1 ОБРАТИ ШАНСЫ В СВОЮ ПОЛЬЗУ 23
Где и как знакомиться с мужчинами? Как стать более открытой для знакомств? Переходит ли количество в качество?
- 2 СТАНЬ СТОЯЩЕЙ ЖЕНЩИНОЙ 47
В чем секрет тех женщин, которые неизменно притягивают мужчин всех возрастов? Можно ли быть независимой и самодостаточной и в то же время женственной?
- 3 ЖИВИ НАСЫЩЕННОЙ, ИНТЕРЕСНОЙ ЖИЗНЬЮ 64
Что значит социальная активность? Как начать жить интересной и насыщенной жизнью?
- 4 НЕ БОЙСЯ СДЕЛАТЬ ПЕРВЫЙ ШАГ 88
Можно ли проявлять активность в знакомстве с женщиной, не роняя достоинства, и при этом сохранять приятное ощущение, что выбор – за тобой?

- 5 ЧЕРТЫ ЖЕЛАННЫХ ЖЕНЩИН 107
Чтобы быть желанной, одной уверенности в себе мало. Почему? Что нужно еще?
- 6 МЕТОД «БЕЛОГО ПЛАТКА» 120
Уроки галантных манер Викторианской эпохи. Как проявить инициативу не слишком прямолинейно? О силе улыбки, взгляда и вреде светской болтовни. И что такое «10 секунд доступности»?
- 7 ОТ ПРЕКРАСНОГО РАЗГОВОРА
К ПЕРВОМУ СВИДАНИЮ 144
Как найти общие интересы и добиться свидания, делая это ненавязчиво? И снова о сочетании открытости с частичной доступностью.
- 8 РАДОСТИ SMS-ОБЩЕНИЯ 158
Какие текстовые послания помогут продолжить отношения? И каких надо избегать любой ценой?
- 9 НЕМНОГО ОБ ОНЛАЙН-ЗНАКОМСТВАХ 165
Использование Интернета для знакомств требует определенной стратегии. Какова она? Как лучше подавать себя, создавая свой профиль в Интернете? Как перейти от онлайн-общения к личному контакту?

УРОВЕНЬ II. СТАНЬ ЖЕНЩИНОЙ, В КОТОРУЮ ХОЧЕТСЯ ВЛЮБИТЬСЯ

- 10 ВЫСШАЯ ФОРМУЛА ПРИТЯЖЕНИЯ 183
Как появляется химия между мужчиной и женщиной? Почему, кроме эротических флюидов, необходим контакт на личностном уровне (ощущение личностной связи)?

- 11 ЧТО ДЕЛАТЬ С КОМПЛЕКСАМИ?**200
Как преодолеть комплексы по поводу своей внешности, возраста, прошлых взаимоотношений и пр.?
- 12 ИСКУССТВО ПРЕКРАСНОГО СВИДАНИЯ**210
Почему стандартное свидание «ресторан + кино» – не лучший вариант?
- 13 РАЗГОВОР О СЕКСЕ (ЧАСТЬ I)**229
Когда позволительно заняться сексом с новым знакомым? Что такое эмоциональная связь и как отличить ее от страсти? Как определить, что мужчина стремится только переспать с тобой и не более?
- 14 ПОПАВШИЕ В ЛОВУШКУ ДРУЖБЫ**244
Как не стать «своим парнем» в отношениях с женщиной? Каких элементов формулы притяжения недостает в этой ситуации?
- 15 ПОЧЕМУ ОН НЕ ЗВОНИТ?**266
Так почему же он исчез после свидания? Заблуждения и реальность. И снова возвращаемся к формуле притягательности...
- 16 ПРЕЖДЕВРЕМЕННЫЕ ОБЯЗАТЕЛЬСТВА**283
Об опасности почивания на лаврах в начале отношений. Как не преувеличить его достоинства? Как понять, что он стоит твоих ожиданий?

УРОВЕНЬ III. СТАНЬ ЖЕНЩИНОЙ, С КОТОРОЙ ХОЧЕТСЯ ПРОЖИТЬ ЖИЗНЬ

- 17 СТАНЬ ЖЕНЩИНОЙ ЕГО МЕЧТЫ**293
Почему так важно ощущение личностной уникальности? Тонкости мужской психологии. И снова о роли добытчика-защитника.

18	ДЕЙСТВИТЕЛЬНО ЛИ ОН – ТОТ САМЫЙ ПАРЕНЬ?	310
	<i>Какие несовпадения терпимы, а какие нет?</i>	
	<i>Почему не стоит братья «переделатъ» человека?</i>	
	<i>Как залечить травму после разрыва?</i>	
19	ЧТО МУЖЧИНЫ НА САМОМ ДЕЛЕ ДУМАЮТ О СЕРЬЕЗНЫХ ОТНОШЕНИЯХ	324
	<i>В чем суть синдрома холостяка? И почему, отвергнув тебя, он может вдруг жениться на первой встречной?</i>	
	<i>Чем отличаются от закоренелых холостяков мужчины, ценящие стабильный союз с женщиной и брак?</i>	
20	РАЗГОВОР О СЕКСЕ (ЧАСТЬ II)	337
	<i>Секреты хорошей близости. Чем чреваты комплексы и есть ли в сексе правила?</i>	
21	ЕСЛИ ТЫ ХОЧЕШЬ ОТ НЕГО ОБЯЗАТЕЛЬСТВ	351
	<i>Почему не стоит снижать планку, когда отношения вроде бы установились</i>	
22	ЛЮБОВЬ НА ВСЮ ЖИЗНЬ	371
	<i>Свадьба – счастливый конец или счастливое начало?</i>	
	<i>И снова: как связаны полноценные отношения и насыщенная, интересная жизнь?</i>	
	<i>Благодарности</i>	377
	<i>Об авторе</i>	381

Вступление

Любовь — дело трудное.

Ты любишь его, а он тебя нет. Ты разлюбила парня, а думала, что будешь любить его вечно. Вы вместе, но он тебя разочаровывает. Или бросает. Ты влюбляешься по уши, а его и след простыл. Ты перегорела, ушла в себя, у тебя разбито сердце.

Даже в лучшие свои моменты любовь способна наносить удары — точно тебе хорошенько врезали под дых. Но вот что удивительно: хотя любовь так мучительна, мы все равно желаем, чтобы она была в нашей жизни. Мы залатываем свои сердечки и рвемся в бой, надеясь в следующий раз найти истинную «настоящую любовь». Почему? Зачем мы снова ставим все на карту? Да затем, что нет на свете более приятного чувства, чем влюбленность. Нет ничего лучше, чем лежать в кровати в воскресное утро с человеком, который сводит тебя с ума. Нет ничего слаще звука голоса возлюбленного, когда он просто говорит: «Привет». Нет никаких бизнес-перспектив, никаких

повышений, никаких отпусков, никаких денежных премий, которые заставляли бы наши сердца так же выпрыгивать из груди.

Каковы бы ни были в прошлом твои переживания, связанные с мужчинами, я знаю: есть шанс, что ты снова начнешь знакомиться и снова найдешь любовь. Однако на сей раз мне хотелось бы, чтобы при знакомстве ты была вооружена такими инструментами и методами, которые помогут гарантировать успех в поисках мужчины твоей мечты.



Как часто слышу я эту фразу: «Куда подевались все хорошие мужчины?» Да они повсюду вокруг тебя! Проблема в том, что ты сама лишаешь себя возможности познакомиться с ними. Я говорю не о том, что нужно оставлять свои координаты каждому бабнику, который пускает по тебе слюни в баре; я говорю о тех, кто соответствует твоим стандартам, стоит твоего времени и внимания.

Найти мужчину — это не значит найти хоть какого-нибудь мужчину. Это значит — жить такой жизнью, которая бы позволяла тебе постоянно контактировать с множеством людей. Некоторые из них будут мужчинами, с которыми ты станешь встречаться, а один может оказаться твоим избранником. Благодаря моим рекомендациям ты начнешь жить более яркой и насыщенной жизнью. А живущие с энтузиазмом женщины априори сексуальны и привлекательны.

Я научу тебя быть деятельной в своей личной жизни, но при том не казаться отчаявшейся или легкодоступной. И расскажу, каким образом выбрать мужчину, с которым ты хочешь встречаться, но при этом предоставить весь процесс преследования ему. И, самое главное, мы обсудим, как делать это естественно, чтобы тебе никогда больше не приходилось «играть в игры».



Когда я только-только начинал обращать внимание на девушек, меня всегда удивляло то, что другие парни могли заполучить тех девушек, которых хотели, а мне почему-то всегда в итоге доставалась та, которую никто не выбрал. Это злило меня неопишимо.

Даже в том нежном возрасте я понимал, что существуют некие правила взаимного притяжения, сущность которых от меня ускользала. Отсутствие ловкости в этом плане вызывало у меня разочарование. Оно-то и побудило меня самостоятельно научиться знакомиться с девушками, к которым меня влекло, разговаривать с ними, привлекать их и завоевывать.

Оказывается, мужчины желают того же, чего и женщины: продолжительных, значимых отношений.

С годами уверенности и успешности у меня прибавилось.

Я уверовал в то, что набрел на золотую жилу, богатствами которой могу поделиться с окружающими, и начал учить других мужчин самостоятельно делать то же, что и я. Мой коучинг-бизнес быстро рос, и за не-

сколько лет я успел поработать в общей сложности с более чем 10 тысячами мужчин, которых научил привлекать женщин. Стараясь преодолеть собственные ограничения, я в результате приобрел во всем Соединенном Королевстве репутацию человека, помогающего мужчинам наладить их личную жизнь. Меня пригласили сниматься в большом документальном фильме, а пресса прозвала меня «живым Хитчем» — в честь героя романтической комедии 2005 г., где Уилл Смит сыграл профессионального «доктора-свата».

Однажды я выступал перед 300 мужчинами и, чтобы немного расшевелить зал, спросил: «Итак, кто тут хочет перепихнуться?» В зале не было ни единой женщины, и у слушателей не было ни единой причины не быть откровенными. Можно было бы подумать, что руки поднимут все. Ха, какой же парень *не хочет* перепихнуться, верно? Но руки подняли только 60%. Тогда я задал другой вопрос: «А кто стремится найти замечательные взаимоотношения?» И знаешь, что случилось? Все руки — все до единой — взметнулись вверх. Оказывается, мужчины желают того же, чего и женщины: продолжительных, значимых отношений.

Я никак не мог отделаться от этой «ручной» демонстрации. Если бы женщины знали это о мужчинах, думал я, возможно, они бы с большим оптимизмом относились к поискам настоящей любви.

Поначалу мысль о том, чтобы учить таким вещам женщин, меня пугала. Способен ли я в принципе понять женскую точку зрения? Да и захочет ли кто-то

из женщин меня слушать? Я — мужчина. Как я вообще могу им помочь? Но потом до меня дошло: зато я *знаю*, что думают мужчины. Я потратил не один год, изучая мотивы поступков и желания мужчин. Что, если взять все эти приобретенные знания и поделиться ими с женщинами, чтобы те могли, используя их, найти свою любовь? Я мог бы помочь им сделать так, чтобы их замечали, приглашали на свидания, чтобы к ним относились с уважением. Вероятно, я даже смог бы помочь им получить то самое предложение руки и сердца, до которого, по мнению столь многих моих знакомых женщин, было далеко, словно до луны.

Я составил для женщин основные практические поэтапные правила, которым нужно было следовать, и устроил небольшую лекцию для своих знакомых и подруг. На этой встрече я в краткой форме изложил то, что узнал об образе мыслей мужчин, и рассказал, как женщины могли бы использовать эти сведения с выгодой для себя. Мы стали работать над элегантными методами, которые женщины могли применить, чтобы влиять на мужчин, причем со стороны бы казалось, что они вообще ничего такого не делают. Я предложил женщинам тонкие способы быть активными в своей личной жизни — способы, совершенно неуловимые для мужчины, — дабы они могли выбрать нужного мужчину и дирижировать его влечением.

Главное здесь — добиться идеального баланса между активностью и умением держаться достойно. (В этой книге очень много сказано о том, как быть женщиной, которую ценят. Подробности — далее.)