

ЧЛЕН-КОРРЕСПОНДЕНТ РОССИЙСКОЙ  
АКАДЕМИИ ЕСТЕСТВЕННЫХ НАУК  
КАНДИДАТ МЕДИЦИНСКИХ НАУК  
ПСИХОТЕРАПЕВТ ЕВРОПЕЙСКОГО РЕЕСТРА

Михаил  
ЛИТВАК

МЖ

*мужчина*  
и женщина

главные правила построения счастливой семьи  
простые советы для достижения гармонии в отношениях

*Эта книга — настоящий кладёзь знаний  
для влюбленных пар!*



Принципы Литвака

Михаил Литвак

# **Мужчина и женщина**

«Издательство АСТ»

2016

УДК 159.9  
ББК 88.52

**Литвак М. Е.**

Мужчина и женщина / М. Е. Литвак — «Издательство АСТ»,  
2016 — (Принципы Литвака)

ISBN 978-5-17-097682-9

Михаил Ефимович Литвак – известный психолог, психотерапевт международного реестра, член-корреспондент Российской академии естественных наук, кандидат медицинских наук. Его бестселлеры «Принцип сперматозоида», «Психологическое айкидо» и многие другие книги переведены на основные мировые языки. Тираж его книг превысил 15 млн экземпляров. Благодаря оригинальным психоаналитическим методикам автора, таким как «Сценарное перепрограммирование», «Коррекция и прогноз судьбы», «Моделирование эмоций», «Интеллектуальный транс», тысячи людей избавились от комплексов, страхов, депрессий и стали здоровыми, успешными и счастливыми. Новая книга Михаила Литвака о самых загадочных существах, живущих на Земле, – Женщине и Мужчине. Природа создала их до того разными, что за тысячи лет они так и не смогли договориться, кто из них главнее, умнее, сильнее, не смогли найти общий язык, понять друг друга. Автор раскрывает главные правила создания правильной счастливой семьи и варианты решения проблем, возникающих между женами и мужьями, любовниками и любовницами, женихами и невестами.

УДК 159.9  
ББК 88.52

ISBN 978-5-17-097682-9

© Литвак М. Е., 2016

© Издательство АСТ, 2016

## Содержание

Голод на счастье любви	6
Возвращение матриархата	10
Семья – самое сложное предприятие	12
Искусство выбора партнера	14
Стадии сексуального сближения	16
Конец ознакомительного фрагмента.	20

# Михаил Литвак

## Мужчина и женщина

### Голод на счастье любви

Я написал свою первую книгу «Психологическое айкидо», которая сразу стала бестселлером. Я так обрадовался, что сразу написал следующую – «Психология управления», а потом одна за другой появились еще три десятка книг. Сегодня же пришла пора написать книгу о наивысшей форме психологических отношений – об отношениях между полами. Эта форма считается наивысшей, потому что союз Женщины и Мужчины приводит к появлению на свет детей. А дети должны рождаться, причем умные и здоровые.

Весь мир так устроен. Сначала листик прорастает, потом, когда стебель становится крепким, появляется цветок, а затем – плод. Мы, люди, тоже устроены по принципам природы: вначале нужно, чтобы появились ствол, листья, ветки, а потом уже мы можем цвести и дарить плоды.

Но для чего мы рождаемся? Для того чтобы стать самыми первыми! Это наша обязанность и наш долг. Все живые существа на Земле рвутся к первенству. И это правильно. И мы способны на это. Вспомните, когда вы были сперматозоидами, у вас было 15 миллионов конкурентов, и вам надо было быть первыми. И вы ими стали! Потом что-то случилось в первые годы вашей жизни. Вас что-то сбilo с правильного пути, но обязанность быть первыми осталась. И когда мне говорят: «Я самый несчастный человек на свете», я обращаю внимание на слово САМЫЙ. И я должен вам помочь вырваться вперед – к счастью, успеху, здоровью, потому что знаю примерно, как это делается. Первое правило в этих природных соревнованиях – развитие своего ума. Второе правило: вы должны знать, что главный человек в этой жизни – это вы сами. Поэтому вы постоянно должны думать только о себе и о своем развитии. Чем выше будет ваше развитие, тем лучшего партнера вы найдете, с которым родите самого лучшего, самого умного и самого здорового ребенка. Ведь первые всегда ищут и находят первых. Это закон жизни.

Но зачем каждому человеку нужен партнер? Жили бы все поодиночке и горя не знали! Но нет – все мы все находимся в поисках своей половинки, с которой было бы комфортно жить вместе. Дело в том, что наша жизнь устроена так, что мы, люди, в одиночку выжить не можем. Ведь мы слабые животные с простыми потребностями: тремя инстинктами – пищевым, оборонительным, сексуальным, и чувством собственной значительности. В основном у нас все нормально с пищевым и оборонительным инстинктами: есть еда, квартира, одежда. Да и должность какая-нибудь да есть. На все это не так много нужно сил и средств. А вот на удовлетворение сексуального инстинкта мы иной раз тратим всю свою жизнь. Потому что этот инстинкт связан с несколькими видами психологического голода.

Так, каждый из нас испытывает голод на общение точно так же, как наш организм испытывает нужду в белках, жирах, углеводах, которые он получает из разных продуктов питания. Какого-то одного ингредиента не будет хватать – и организму будет плохо. То же самое мы ждем от общения: мы хотим вступать в контакт с разными людьми, тогда наш «голод» будет удовлетворен.

Вообще-то жить в одиночку можно, но для этого нужно иметь очень хорошую подготовку. Мы занимались психологической подготовкой космонавтов, и я знаю, что ими хуже всего переносятся одиночество. Их на неделю запирали в закрытом помещении и следили за их психическим состоянием. Бывало, что многие кандидаты в космонавты срывались, у них разви-

вался психоз, они начинали слышать голоса и разговаривать с этими голосами. Без еды человек может прожить почти два месяца. А без общения, как без воды, – всего несколько дней.

*Мы стадные животные, общественные существа. Если нет рядом людей, мы начинаем грустить, а некоторые от тоски могут и умереть.*

Мы стадные животные, общественные существа. Если нет рядом людей, мы начинаем грустить, а некоторые от тоски могут и умереть. Я живу в 14-этажном доме, где живет очень много пенсионеров, среди которых много вдов. У них есть пенсия, квартира – что еще нужно? Общение! И они выходят на улицу и целыми днями сидят на лавочках, ляды точат. Кому трудно передвигаться, тот сидит на балконе, смотрит, как внизу спуют люди. Так они стимулируют свой «голод», чтобы были раздражители.

А кто из провинциалов оказывался один в большом городе, например в Москве, тот знает чувство потерянности – среди толпы вам как-то становится не по себе. Среди кучи народа тоже можно чувствовать себя одиноким. Поэтому для ощущения комфортности необходимо чье-то близкое участие, чья-то хоть минутная заинтересованность в вас. Я однажды, будучи в командировке в Москве, случайно встретил в переполненном метро знакомого профессора. Как я ему был рад! Родное лицо в безликой толпе! Хотя до этого у нас с ним было всего лишь шапочное знакомство, я к нему бросился, как к родному. Обнялись, поговорили, выяснили, кто что делает в столице, и даже на радостях запланировали совместную научную работу.

Второй вид психологического голода – голод на узнавание. Это когда человек попадает в новую компанию, например на курорте или на курсах усовершенствования. И он сразу хочет с кем-то познакомиться, чтобы завтра этого человека узнать, чтобы чувствовать – он не один! Но если человек медленно вступает в контакт, долго раскошегаривается, то так один и останется. В доме отдыха, например, проживающие через три дня уже все друг друга знают. А кто за это время ни с кем не сошелся, тот остается в одиночестве. Поэтому нужно уметь быстро познакомиться, тогда утолишь голод на узнавание.

И еще каждый из нас жаждет удовлетворить голод на события. Вот вы пришли на день рождения, вам предоставили произнести первый тост. Какой первый тост вы скажете? Конечно, за именинника. Хотя, может, вы его терпеть не можете. Но что делать? Раз попали на праздник, должны выполнять все предписанные правила. Кроме того, на этих праздниках ничего не решается. Например, если ваш начальник пожелал вам успехов в трудовой деятельности, это не значит, что на следующий день он повысит зарплату и в должности. Поздравления, тосты – это простые ритуалы. Другое дело, когда на празднике произойдет событие, выходящее за рамки ритуальных действий. Например, если подрались люди, то будет о чем рассказать завтра. Или часто там происходят события, связанные с половой жизнью. Например, у скромного, застенчивого сотрудника появляется шанс подойти к девушке, которая ему давно нравится, и признаться ей в чувствах. Или скрытый алкоголик наконец проявит себя во всей красе – и напьется, и к начальнице пристанет, и охранника поколотит... Запоминается такой праздник надолго, потому что люди удовлетворяют свой голод на события.

*Другой вид психологического голода – голод на узнавание. Это когда человек попадает в новую компанию, например, на курорте... И он сразу хочет с кем-то познакомиться, чтобы завтра этого человека узнать, чтобы чувствовать – он не один.*

Другие виды психологического голода – голод на достижения и признание.

Ты научился музыке, и теперь играешь сложные произведения? Это есть твоё достижение. Занимаешься штангой? Раньше 40 кг выжимал, а сегодня 80 кг? Да, это достижение. Но не сиди на месте – иди на соревнование. Теперь тебе нужно удовлетворить голод на признание. А там пойдет – первый разряд, второй, мастер спорта... Все – признали тебя.

Но часто бывает, что достижения не ведут к признанию. Например, работаешь ты на заводе сто лет, но сидишь на одной и той же должности и на одном и том же окладе – значит, тебя не признали. Или ты хочешь выпускать новые самолеты. Но цикл их производства достаточно длинный: надо взять кредит, построить завод, создать конструкторское бюро, придумать новый самолет. Но вот ты его наконец придумал, а в соседнем бюро раньше тебя на день изобрели самолет получше. И ты признания не получил. Даже такая ерунда, как защита диссертации, тоже может не привести к признанию. Ты готовился несколько лет, вышел на защиту и не защитился. Хотя твоя научная работа, может, и была хорошая, но люди ее не признали.

Видите, все крутится вокруг людей: и разговаривать с ними хочется, и знакомиться, и подружиться, и подражаться... Но главное – хочется найти человека, который захотел бы создать с вами семейный союз. Выделил вас из толпы, оценил, признал и отдал руку и сердце. На всю жизнь!

Кстати, одного мужа и одной жены достаточно для счастливой и спокойной жизни. Если будет два или три партнера – влипнете в нехорошие истории. В любви везет один раз из десяти. Но естественно, если семейная жизнь не удалась, надо разводиться и делать новую попытку. Так писал Франкл в прошлом веке. Наука идет вперед. Сейчас уже к третьему разу можно сделать окончательный выбор.

Когда мужчине можно создавать семью? Когда он может прокормить себя, жену и детей. А женщина когда имеет право строить семью? Когда может прокормить себя, детей и мужа, если с ним что-то случится. Когда ты сыт, одет, обут, тогда и любовью надо заниматься, и детей рожать. Лучше создать семью в 25 лет. А если не удалось, то срочно начинайте поиски. Иначе на чужие семьи будете смотреть и завидовать.

#### **ВАЖНОЕ ОТСТУПЛЕНИЕ. О РАЗНОЙ ЛЮБВИ**

*Немного о любви. Мне нравится определение Фромма: «Любовь – это активная заинтересованность в жизни и развитии объекта любви». Из него следует вывод, что в любви не бывает трагедий. В любви бывают огорчения. У нас любовь обязательно связывают с сексом, а секс – это один из видов любви, эротический, самый высший уровень любви, к которому нужно себя приготовить.*

*Мы все нуждаемся в любви, но мало ее получаем. Когда младенец рождается, ему нужна материнская любовь. Она бывает инфантильная и зрелая. Девиз инфантильной любви – «Делай, что хочешь, я тебя все равно люблю!» А у нас чаще воспитывают так, что у ребенка складывается такое впечатление: чтобы его любили, нужно что-то для этого делать, не быть самим собой. А в итоге, если он не получил родительской любви, жизнь у него не сложится.*

*Потом наступает время отцовской любви. Девиз отцовской инфантильной любви звучит – «Делай, как я». Он дает навыки самообслуживания: они крайне важны. А потом идет зрелая отцовская любовь, девиз которой – «Делай, что хочешь».*

Когда человек в детстве получил все виды любви, у него и с эротической любовью все будет хорошо. А в эротической любви действует то же самое правило – активная заинтересованность в жизни и развитии объекта любви. Лучше, когда бы дело доходило до эротической любви, партнеры были бы хорошо обучены и воспитаны: это поможет им друг друга развивать. К сожалению, часто вместо любви встречается латентная проституция, то есть стремление выйти замуж для того, чтобы мужчина кормил и одевал. Я однажды был приглашен в школу красоты, где обучались девочки 12–16 лет. Их там обучали, как задницей влиять, как



стол накрывать. Я спросил у них: какая цель вашей жизни? Они мне: найти богатого человека. Я им в ответ: «А может, вам самим стать богатыми?» Ведь по сути женщины и мужчины отличаются друг от друга сущей ерундой: у женщины – две X-хромосомы (XX), а у мужчины – одна X-хромосома и одна Y-хромосома (XY). Единственное различие – в этой паре хромосом. Я недавно для женщин придумал афоризм: «Научись хорошо зарабатывать – и будешь спать, с кем хочешь. А не научишься – будешь спать, с кем придется». Мы все должны и обязаны вырасти до своего предела и стать Человеком – богатым, успешным, здоровым, счастливым.

## Возвращение матриархата

Кто сегодня главный – мужчина или женщина? Обратимся к истории. В первом человеческом обществе был матриархат. А у животных до сих пор матриархат. Пчелы после спаривания с трутнями выгоняют их из улья. Самка-паучиха каракурта съедает самца после оплодотворения за ненадобностью. В природе все устроено рационально. А в обществе людей сейчас царствует патриархат. Почему? Потому что в процессе развития гомо сапиенс основным источником питания стало служить мясо. А наши далекие предки-мужчины – лучше охотились, чем женщины. А когда мясо еще не входило в рацион человека, женщины лучше мужчин собирали травы и корешки для пропитания. И поскольку они были добытчицами, то и господствовали в то время.

Но все меняется и все возвращается на круги своя. Есть закон философии: все развитие происходит по раскручивающейся вверх спирали. Поэтому волей-неволей, даже когда пышно цветет патриархат, можно рассчитывать на то, что матриархат вернется. И ростки его зарождения я уже вижу сегодня. Ведь ныне нам обеспечивает пропитание не физическая сила, а голова, ум. Сегодня питается лучше тот, кто умнее, и соответственно, тот, кто больше зарабатывает. А согласно многочисленным исследованиям, женщины на 5 % умнее мужчин. Если женщина и делает больше глупостей, то только из-за своей эмоциональности. Поэтому им надо тренировать свою психику.

### ВАЖНОЕ ОТСТУПЛЕНИЕ.

#### О БЕСПОЛЕЗНОЙ ЭМОЦИОНАЛЬНОСТИ

Некоторые люди хвастаются: «Я эмоциональный человек». Зря хвастаются: значит, ты дурак. Эмоциональность – это недостаток. Когда у нас эмоции возникают? Когда мы плохо соображаем. Вспомните, случалось с вами такое: в метро вышли не на той остановке, растерялись – куда же вы попали? Потом сообразили, поняли, что делать, и успокоились. То есть вы стали думать только тогда, когда овладели своими чувствами.

В общем, с умом у вас, дорогой мой читатель, все в порядке, только надо им еще уметь пользоваться. А им мы, к сожалению, пользуемся меньше всего. Да еще подчиняем его разным предрассудкам. Как в спорте надо тренировать тело, так и для развития интеллекта надо совершенствовать, тренировать свой мозг.

Человек или развивается, или деградирует. Если он деградирует, если специально не занимается личностным ростом, то дальше ему только хуже будет. На первых порах силы развития нас толкают вверх, а силы деградации тянут вниз. Человек сначала ходит по кругу, а через какое-то время процесс деградации набирает мощь – и человек останавливается в развитии. В этот период, как правило, он на все жалуется. Кстати, внимательно слушайте, на что человек жалуется. Своими претензиями он сам себе дает характеристику. Даже судить о человеке можно по уровню его жалоб. Например, один жалуется, что у него нет машины, не на что ее купить. А другой жалуется, что не может купить гараж. У кого уровень жалоб выше? Кто больше развит? У кого гаража нет. Гараж приобретет – опять что-то понадобится. Так, благодаря жалобам, неудачам мы можем продвигаться вверх. Законы развития сами по себе потянут вверх. И люди сами часто удивляются, как это у них все классно получилось? Должно бы быть хуже, а стало лучше – и появляется новый уровень жалоб.

У меня была помощница Лика. Пришла ко мне с 4-месячным ребенком на руках. Она в то время разводилась с мужем и считала себя самым несчастным человеком. Пришла ко мне, потому что кто-то посоветовал ей ко мне обратиться. Рассказывала мне о своих несчастьях. Я

смотрел на нее и удивлялся: красивая молодая женщина, и даже ребенок есть, что я считаю большим достижением. А она жаловалась тогда на то, что если уйдет от мужа, то не сможет прокормить семью, надо чему-то учиться. Она думала, что я от ее рассказа расплачусь, а я посмеялся. Наверное, правильно сделал: это ее задело, она взяла себя в руки и вскоре решила сама все свои проблемы. В общем, в то время у Лики был один уровень жалоб, а сейчас – другой. Она мне недавно звонила и плакалась уже по другому поводу. Ей предстояло беседовать с одним олигархом, который собирался открывать ресторан, и она должна была подобрать ему кадры. Из-за этого Лика сильно переживала. Я ей ответил: «Что переживаешь? Не ты в нем нуждаешься, а он в тебе, пусть он волнуется, чтобы тебе понравиться». Жалобы, конечно, помогают расти, но засоряют душу. Поэтому душу свою нужно все время чистить, чистить и чистить!

## Семья – самое сложное предприятие

Раньше я лечил больных неврозами. Так, человек с неврозом понимает, что он болен, но он не бунит и поэтому может находиться среди здоровых людей. По сравнению с больными психозом, которые слышат голоса и видят чудовищ, невротики безобидны. Но когда у человека зарождается невроз? В раннем детстве и обычно развивается после психотравмы. А где мы можем получить психотравму? На работе и в семье. Какие отношения сложнее? Семейные. Кстати, если у человека в семье все благополучно, то его сразу можно ставить на руководящую должность. А если в семье сложности, то и на производстве у человека будет не все в порядке.

Вообще, семья – самое сложное предприятие, которое только может быть. В семье хозяйственная деятельность есть? Есть. Производственная есть? Есть. Педагогическая есть? Есть. Все виды деятельности есть. Плюс семья дает специфическую продукцию – детей. Плюс между мужем и женой еще имеются сексуальные отношения.

*И школа, и производство – это все подготовка к чему? К той же семейной жизни. Один ученый, Берн, даже утверждал, что воспитание – это обучение сексуальной этике.*

И школа, и производство готовят к чему? К той же семейной жизни. Один ученый, Берн, даже утверждал, что воспитание – это обучение сексуальной этике. Ведь цель воспитания: из мальчика готовить мужчину, а из девочки – женщину. И все это для чего? Для создания семьи. В семье закладывается и будущее человека, и фундамент здоровья. Если между супругами не ладится, то их ребенок вырастет невротиком. Но и на работе нам нервы треплют. А с истрепанными нервами мы идем куда? К себе в семью.

Например, ты поругался с начальником. Кто победит в споре? Начальник, конечно. А когда подчиненный потерпел поражение, то он чувствует себя плохо. Он удрученный выходит из кабинета шефа и думает: «Эх, надо было сказать так, потом я бы сказал так, он так, а я так...». Навязчивые мысли – один из симптомов невроза. Подчиненный выходит на улицу. А там на что надо реагировать? На саму улицу, на машины, на прохожих. А он все с начальником в голове «живет». Домой пришел. Там жена, дети, на которых он тоже никак не реагирует: он до сих пор с начальником в голове разговаривает. И ночью спать «ложится» с начальником. Начинаются семейные неурядицы с детьми, с женой. Утром просыпается вялый, в подавленном настроении, с тяжелой головой. Было с вами такое? Наверняка было. Это пока не болезнь, но проявление симптомов, то есть сначала развивается невротизм. Я помогал таким пациентам: назначал аутогенную тренировку, проводил сеансы гипноза, прописывал лекарства. Многим помогало. Но счастье, как правило, длилось недолго. Люди выписывались и возвращались в свою обычную среду. Там опять ругались или с начальником, или с женой – и снова попадали к нам, врачам. Как правило, невротики обвиняют в своих бедах всех вокруг. А надо обвинять себя, потому что когда вы с кем-то поругались, то это вы спровоцировали поведение своего обидчика, только вы этого не замечаете.

### ВАЖНОЕ ОТСТУПЛЕНИЕ.

#### **О ЛУЧШИХ РЕШЕНИЯХ КОНФЛИКТОВ**

Мы стали обучать, как вести себя в конфликте. Какой предлагали принцип? Амортизацию: не надо ни с кем спорить. Если меня человек назвал дураком, значит, я дурак. А обычно люди начинают возмущаться и нападать: «Сам ты дурак!» Происходит столкновение. А надо согласиться: «Да, я действительно дурак». Это первый и самый главный принцип амортизации.

Правда, есть еще приемы нападения: «Да, ты умный, жизнь несправедливо устроена, и я, дурак, с умным общаюсь». Но обычно этого не

требуется: если ты согласился с обидчиком, тот уже находится в растерянности. Я называл эту технику айкидо, потому что в этом виде спорта нет нападающих приемов. Там только защита, борьба: человек нападает, а я просто ухожу в сторону от удара. Например, я стою на краю пропасти, нападающий со всего маху бросается на меня, я отступаю всего на полшага, и он пролетает мимо – прямо в пропасть. А я ни при чем – он сам упал.

Когда принципу «психологического айкидо» научились мои пациенты, то и дела у них пошли лучше, и болезни ушли. Хотя, как я заметил, невротики – народ особо умный. Они очень долго думают, но быстро вырастают как личности, когда избавляются от невротизма. Я знал начальников, которые плохо руководили, потому что они невротики.

Но когда они обучались «психологическому айкидо», то становились отличными директорами. Некоторые даже в политику пошли.

Кстати, часто мужья-алкоголики провоцируют на антисоциальное поведение своих жен. Ко мне на семинар ходила одна женщина, звали ее Лиза. Она семь лет жила с алкоголиком. Он хотел от нее уйти. А Лиза, чтобы удержать мужа, сама с ним стала выпивать. Только с нашей помощью она вернулась к нормальной жизни: развелась с алкоголиком, открыла свою фирму, занимается рекламой и пишет книгу «Похождения бывшей алкоголички». Хотя у нее не было алкоголизма. Но когда человек пьет раз в неделю и чаще, то рано или поздно он станет алкоголиком. И Лиза решила вовремя завязать. А недавно даже удачно вышла замуж и родила ребенка.

Вообще, жены алкоголиков формируются уже в раннем детстве. Если девочка живет в семье, где отец пьет, то она изо дня в день наблюдает безобразные отношения своих родителей. И, например, когда она играет с куклами и одна из них упала, девочка, как правило, начинает ругать игрушку так же, как ее мать отца: «Сволочь! Опять напился, вывалился в грязи». В итоге, когда она вырастет, то будет знать, как жить с алкоголиком, а как с трезвенником – нет. И поэтому она, даже не осознавая этого, в поисках жениха каждый раз будет наткаться на алкоголика. Я даже знаю, почему женщинам нравятся алкоголики: они красиво объясняются в любви и очень целеустремленные. Правда, цель у них одна – выпить. Я на эту тему написал статью «Почему женщины любят алкоголиков».

## Искусство выбора партнера

Помните мой афоризм для женщин: «Научись хорошо зарабатывать – и будешь спать, с кем хочешь. А не научишься – будешь спать, с кем придется»? Повторюсь: мы все должны расти до своего предела. Если в политике предел – это пост президента, в науке – академик, то вы тоже должны видеть свои вершины. Например, если вы бизнес-леди, то в принципе можете стать министром экономики. А теперь представьте, что вас – министра – приглашают на прием к президенту с вашим супругом. Представили? Тогда задайте себе вопрос: не стыдно вам будет прийти с ним на прием к президенту? Когда я женщин так тестировал, то многие откровенно признавались, что не пошли бы. А замуж вышли, связались! Значит, при выборе партнера всегда мысленно примеряйте на себя такую ситуацию: когда вы достигните вершины своего карьерного роста, не будете ли вы стыдиться своего суженого? Если да, то не надо выходить за него замуж. А если за меня – Литвака – замуж выйдете, пойдете к президенту? Не будет вам стыдно? Нет! Я же знаменитость, у меня много бестселлеров написано! Вот вам и критерий выбора.

Одна моя подопечная, над которой я шефствую, когда стала судьей, нашла себе кавалера – без работы, без зарплаты, без квартиры, безо всего. Я ее спросил: «А на прием к министру юстиции пойдешь с ним?» Она чуть-чуть задумалась, а потом ответила: «Пойду». Потом ее кавалер приезжал ко мне домой. Я увидел, что он работающий парень, но профессии у него нет, допускает глупости, например, купил крутую машину. Моя родственница его просит: «Продай машину, рассчитайся с долгами и купи попроще, тебе такая крутая машина не нужна». Ну и что она дальше будет делать? Скоро у нее на работе будет корпоративная вечеринка, туда надо одной идти, а ее кавалер сцены ревности устраивает. Вот выбрала себе партнера! Намучается.

*Представьте, что вас приглашают на прием к президенту с вашим супругом. И тут задайте себе вопрос: не стыдно вам будет прийти с ним к президенту? И многие откровенно признаются, что не пошли бы.*

Меня часто женщины спрашивают: «Почему мужчины нормальные не попадают?» Да потому что надо дорасти до них. И вообще, мужчин особенно искать не нужно, они рядом с тобой, ты их просто не видишь. Многие возражают: «Я их вижу, они не видят меня!»

Тогда я предлагаю стать моделью мужчины. Прошу женщину присесть на корточки, а я, мужчина, стою. И я говорю: «Ну что – ты видишь меня? Нет. Ведь ты по развитию ниже меня. Чтобы мое лицо увидеть, нужно встать, то есть вырасти как личность. Теперь ты видишь истинное положение вещей? Тебе только кажется, что вокруг тебя нет мужчин, а они есть, но они выше тебя, до них надо дорасти. Когда ты дорастешь, то увидишь вокруг себя дружную картину. Не сомневайся, твой любимый где-то рядом ходит. И в конце концов, если ты вырастаешь, у тебя сразу исчезают границы, тебе весь мир принадлежит. Если, к примеру, ты станешь бизнес-леди и у тебя будет успешный бизнес, то появятся зарубежные сделки, и кто знает, может, ты найдешь заграничного жениха? Я сам уже побывал в 25 странах, проводил там семинары. Конечно, с каждой поездкой выбор женщин у меня увеличивался. В общем, не женщин и мужчин надо искать, а самой (самому) расти».

У нас пока еще патриархат. И довольно часто женщины более низкого развития выходят замуж за богатых патриархальных мужчин. А они, как правило, ставят условия: «Зачем тебе работать? Я зарабатываю. А ты занимайся хозяйством, готовь борщи и пироги, потому что я в общепите есть не хочу». Как вы думаете – он ее любит или нет? Нет. Он сам себя уничтожает и ей не дает развиваться.

У нас был один случай. Очень богатый человек женился на парикмахерше. Ей было 17 лет. Прожили они счастливо семь лет, ребенку 7 лет. А его конкуренты застрелили. Она ока-

залась не при делах и через год стала нищей. Надо же уметь деньги удержать, пустить их в дело, чтобы они работали. А она за семь лет жизни с бизнесменом ничему у него не научилась. И осталась ни с чем.

Если так получилось, что мне женщина понравилась, я ее полюбил, на ней женился, то я должен способствовать тому, чтобы она выросла до моего статуса. Ведь когда она от меня материально зависит, как я могу понять – любит она меня или мои деньги? Когда же она дорастет до меня, станет материально независимой и тем не менее не уйдет от меня, то не исключено, что она меня любит.

*Когда жена от меня материально зависит, как я могу понять – любит она меня или мои деньги? А когда она дорастет до меня, станет материально независимой и тем не менее не уйдет от меня, то не исключено, что она меня любит.*

Однако при выборе партнера женщины, которые начинают бурно развиваться и расти, могут нарваться на брачных аферистов – мужчин с женской психологией. Признак брачного афериста – он очень красиво ухаживает. А настоящему бизнесмену некогда ухаживать, да он и не умеет. Он может прийти и сказать (и это не должно цеплять!): «Ты мне нравишься, мы могли бы жить вместе. Что тебе нужно? Тебе нужна квартира? Я тебе ее дам. Но я не буду ухаживать и по ресторанам ходить, потому что мне некогда». Можно смело за такого выходить замуж. Когда человек умеет решать задачу, он ее решает быстро и правильно. Но конечно, если вы чувствуете, что он вам не подходит, то надо как можно быстрее расходиться.

Кстати, где лучше всего искать себе пару: в ресторане или на производстве? Чтобы узнать, что собой представляет человек, нужно посмотреть его на производстве, в работе, в общем деле.

## Стадии сексуального сближения

Сколько бывает стадий сексуального сближения? И почему у многих этого сближения не получается? Потому что не соблюдают очередность стадий!

**Начальная стадия – октябрятская, или виртуальная.** Второй термин для ученых. Как надо знакомиться? Вначале нужно посмотреть на внешний вид: вроде модно одет, хорошо причесан – годится. Но настоящая симпатия появляется тогда, когда мужчина начинает из сотни женщин выделять только одну, даже несмотря на то, что еще не знает, кто она такая, разве что внешние данные подходят.

Октябрятская стадия должна быть короткой. Сразу надо идти на следующую стадию – пионерскую. Потому что, когда ты начинаешь думать о человеке хорошо, то, скорее всего, ты приписываешь такие качества партнеру, которых у него может и не быть. Понравился человек – сразу надо идти в атаку.

**Следующая стадия – пионерская, или, по-другому, производственная.** Надо вместе поработать. В работе вы сразу узнаете друг друга. В процессе совместного труда не спрячешь свои качества характера. Если вы работаете в разных сферах, то все равно можно проверить профессиональные способности своего партнера. Например, я скажу про свою профессию. Как проверить, перед вами настоящий психотерапевт или липовый? Придите к нему на прием и спросите, чем отличается учение Фрейда от учения Юнга. Это его профессиональный вопрос, и как профессионал он должен ответить на него легко и понятно. А если он не сможет ответить или объяснит путано, значит, он только называет себя психотерапевтом, раз элементарных вещей не знает.

**Потом – комсомольская стадия, или пресексвальная.** Как определились с выбором, можете тогда переходить к комсомольской стадии – в порыве чувств обнимите, поцелуйте партнера, а там уже видно будет, что дальше делать. Почувствовали, что от него холодом веет – прощайтесь. А если почувствуете, что он к вам тоже равнодушен, то продолжайте отношения.

**Затем – партийная.** Это секс.

**Завершающая и самая основная стадия – постпартийная.** Главное – что происходит в вашей жизни после секса. Ветки дерева в костре сгорят и останется уголь – это и есть любовь. Любовь – это не что-то яркое и блестящее. Она незаметная и горячая, как уголь. Если человек говорит такую яркую и громкую фразу, как «я без тебя жить не могу», то это не любовь. Подобными фразами мужчина часто хочет привязать к себе женщину, что выдает его несостоятельность. Ни в коем случае нельзя кому-то посвящать свою жизнь. Надо думать, что возле тебя человек достойный, который выдержит разрыв, если что случится, и сможет жить самостоятельно. Что называется, Платон мне друг, а истина дороже. Нельзя никого впускать в свою душу.

*Любовь – это не что-то такое яркое. Если нечто яркое типа громких фраз «я без тебя жить не могу», то это не любовь.*

Вот такие стадии существуют в теории. А что выходит на практике? Довольно часто из этого перечня выпадает пионерская, то есть производственная стадия. Это плохо, потому что, когда вы вместе не работаете, то никогда не узнаете человека досконально. А когда увидите, как он работает, то узнаете человека очень быстро и очень хорошо. Обычно знакомство в большинстве случаев начинается с комсомольской стадии. Спрашиваешь: где познакомились? Отвечают: на дне рождения у приятеля или в интернете. В интернете – все баракло! Нельзя там знакомиться! Там, конечно, есть золотые песчинки, но их так же трудно найти, как на морском дне. Только представьте, кто в интернете ищет партнера? Как правило, человек, у которого



была уже масса неудач. Я лично никогда не буду искать себе в интернете пару. На моих семинарах, лекциях всегда женщин навалом. И самое главное, я вижу, как они работают.

Почему не стоит искать пару на днях рождениях? Это собрание лжецов: все разодетые, вежливые, культурные. Не разберешь, что за человек перед тобой. А когда человек работает у вас на глазах, то видно, что он за фрукт.

#### ВАЖНОЕ ОТСТУПЛЕНИЕ.

#### О ВОСХИТИТЕЛЬНОМ ПРОФЕССИОНАЛИЗМЕ

Знаете, на что можно смотреть до бесконечности? На текущую воду, на огонь и на то, как работает профессионал. Профессионал очень экономно работает. Засмотреться можно. Вы знаете, что на хлебозаводах каждую булочку поштучно взвешивают? Я видел, как это делается. Женщина берет, взвешивает и отправляет на «доработку» – что-то добавить, что-то убавить. Чтобы булка весила с точностью до миллиграмма. Профессионализм!

Только благодаря профессии и личностному росту можно подниматься вверх. В институте вокруг тебя одни люди, в аспирантуре другие, в правительстве третьи, и ты идешь все выше и выше. Тогда и пару себе искать специально не нужно – сами тебя найдут.

Где еще можно найти полезную информацию об отношениях полов? В хороших произведениях. Например, в «Поднятой целине» Шолохова есть отличная техника поиска сексуального партнера. Кстати, кто должен проявлять сексуальную активность – мужчина или женщина? Женщина. Понятно, что у нас пока патриархат. Поэтому принято, что как будто бы мужчина первый должен за женщиной ухаживать. Но на практике всегда происходит наоборот.

Итак, в романе женщине понравился мужчина. Она его пригласила переспать? Нет! Она пригласила его перекрыть крышу. Он помог. После этого она «полян» накрыла. И он остался у нее ночевать. Дело дошло до секса. А любой мужчина, кстати, любит, чтобы его хвалили. Это надо знать! Ведь если не за что хвалить, то зачем он тогда нужен? Он ее в постели спрашивает: «Как я крышу перекрыл?», желая услышать комплимент. А она признается: «Ерунда, завтра деда Щукаря приглашу, он перекроет. Но любовник ты хороший». Высокая оценка в более высокой категории делает человека менее чувствительным к оценке в более низкой категории. Так что учитесь! **ОСТАНОВКА**

\* \* \*

У многих возникает вопрос: сколько надо ждать, пока удача тебе улыбнется – и ты встретишь хорошего партнера и дорастешь до него? Сколько надо, столько и надо ждать. Один участник моего семинара Игорь был студентом-разгильдяем. Пришел ко мне на семинар на 5 курсе. Сейчас пишет книгу «Похождения обаятельного разгильдяя». Улыбается обаятельно. Окончил институт и решил в бизнес податься. Не закончил ординатуру, хотя всего полгода осталось до конца. Я спросил: «Ты что не ходишь на учебу? Ты потом не сможешь работать по специальности». И он меня послушал: используя нашу психологическую технику, смог добиться того, чтобы его опять зачислили. Сейчас он главный врач санэпидемстанции, и квартиру купил.

А когда Игорь стал крутиться в высоких сферах, надо было научить его льстить. Вот, к примеру, наступил юбилей начальника, которому исполнилось 60 лет. Все гости хвалят его примитивно: мол, как вы много сделали, дорогой, уважаемый! А Игорь похвалил оригинально: «Иван Иванович, хоть увольняйте, но я вам правду скажу – вы приносите большой вред нашей стране!» Все застыли в изумлении. Шеф в недоумении: «Почему?» А Игорь – молодец: «Вы так хорошо наладили нашу службу в крае. Почему же не распространить этот опыт на всю страну?

Почему книгу не написали на эту тему?» Это лезть высокого уровня. Его скоро повысили в должности.

Потом начальник пошел на пенсию и на свое место рекомендовал Игоря. Но на хлебное место взяли другого кандидата. Игорю коллеги советовали сходить к начальству повыше и попроситься на место руководителя. Игорь не пошел. Остался на своем месте. Новый же шеф руководил с большими ошибками. А вскоре стал брать взятки. Его поймали, привлекли к ответственности. Осудили на 8 лет. Как думаете: Игорю предложат сейчас эту должность или нет? Да. А пойдет? Нет. За эти семь лет он настолько сильно проявил себя в разных областях, что ему любая другая высокая должность по плечу, у него почти готова докторская диссертация, его куда-то в другое место заберут. Это я рассказал к вопросу о том, сколько надо ждать своего счастья? Игорь не ждал этой должности, он продолжал развиваться. И вы тоже не ждите, а растите как личность. Чем более вы будете развиты, тем более крутого партнера вы найдете и тем счастливее и крепче будет ваша семья.

Известный афинский политик Солон, живший в период со 2-й половины VII в. до н. э. по 2-ю половину VI в. до н. э., был демократом. Так он на государственные должности ставил только тех людей, у которых в семье все было благополучно. Семья – это то место, где государственные деятели тренируются руководить. Ведь если я умею управлять «жигулями», то самосвал мне освоить будет не так трудно. Когда в семье все благополучно, то вы готовы принять всякую должность, взвалить на себя любую ответственность. Более того, вы не будете в этой должности нуждаться и страдать, если ее не получили. А если семья все более процветает, то, как правило, и вы занимаете еще более высокое положение. Если вы работаете над собой, постоянно прибавляете в своем росте по капельке, то обязательно будет прогресс.

*Известный афинский политик Солон, живший в период со 2-й половины VII в. до н. э. по 2-ю половину VI в. до н. э., на государственные должности ставил только тех людей, у которых в семье все было благополучно. Семья – это то место, где тренируются государственные деятели.*

\* \* \*

Вспомнил дела давно минувших дней. Я, студент 4-го курса, поехал по путевке в Донецк, в задрипанный дом отдыха. Этого не надо было делать: я знал, что там будут задрипанные люди. Там я познакомился с одной девушкой-студенткой техникума Леной. А на черноморском побережье, как правило, отдыхали студентки института. В общем, я не должен был с ней встречаться, но понравилась. Отношения дошли до «комсомольских» – объятий и поцелуев. На «партийные» я не решился. А она меня кинула, ушла к массовику-затейнику этого дома отдыха. Этот затейник был, скорее всего, несостоявшимся артистом-алкоголиком. Я только позже понял, что у меня к этой девушке была «наркоманическая» любовь, то есть та, которая разрушает, потому что она сродни любовной лихорадке, приводящей к душевным и сердечным мукам и ощущению одиночества...

Лена уехала на день раньше, я остался. А я тогда был уже почти врач, поэтому догадался посмотреть книгу приемов, из нее узнал ее адрес. Вернувшись в город, стал с ней встречаться. Хотя знал, что отношения с ней – дерьмо, а все равно к ней тянуло. Наркоманическая же любовь! Очень тяжело лечится. Я тогда не знал, как правильно поступить. Но когда мы праздновали 7 ноября, я случайно подслушал ее разговор с подружкой, с которой они уединились в соседней комнате. Я до этого подозревал, что она с кем-то другим встречается, но одно дело – подозрения, а другое – знание. Слышу, как она говорит подруге: «Мишка так меня любит, а я, дура, люблю другого». Тут же я пошел домой, собрал все ее фотографии и отослал

ей. После этого я стал встречаться с другой девочкой и через какое-то время забыл о Лене. То, что она мне изменяла, для меня было как пощечина. И эту пощечину я не забыл. А ее забыл.

Проходит 40 лет. Вижу, на моей лекции сидят две тетki 60 лет. А в этом возрасте нервные болезни уже не лечатся. По Фрейдe, лечить можно только до 50 лет. Он сам даже не брался за таких пожилых пациенток. Но мне же надо было превзойти Фрейда! Поэтому я никому не отказывал. И с тетками поздоровался с кафедры: «Дорогие женщины, я вас приветствую, с вами мне будет труднее, но мы добьемся всего, что нужно». А в перерыве одна из них ко мне подходит и говорит: «Мы с вами знакомы». Я с большим трудом узнал в ней Лену. Она обращается с просьбой: «Не полечите ли вы мою племянницу, у которой затруднен сон уже несколько месяцев? Она практически не спит». А бессонница – как раз один из моих коньков. Я согласился, но больше даже не из-за племянницы, я хотел узнать, что с Леной стало за это время? Интересно же! Уже в клинике беседую с племянницей, и она рассказывает, что тетка помнит о том, как я за ней ухаживал и как у нас ничего не получилось. Лена три раза не поступила в вуз, три раза выходила замуж и до сих пор живет в той же самой квартире. А у меня была совсем другая жизнь. Я не мог никак с ней пересечься. Но поскольку она когда-то была со мной близка, то в мой круг попала, тем самым я улучшил ее биографию. Ведь она не была знакома с человеком такого уровня, как я: в то время я уже был писателем мирового уровня. И еще она могла всем похвастаться, что меня бросила. Ну, и зачем она меня упустила? Глупость сделала! Поэтому всегда думайте, с кем встречаетесь: достоин ли будет вас этот человек тогда, когда вы добьетесь больших успехов? Конечно, вы улучшите биографию своих бывших. Но стоят ли они того?

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.