



GIRL  
POWER

КНИГИ ДЛЯ ДЕРЗКИХ  
ДЕВУШЕК

# **СОДЕРЖАНИЕ**

**БЛАГОДАРНОСТИ** ..... 9

**ВВЕДЕНИЕ**..... 10

## **ГЛАВА 1. СИЛА КОНТРОЛЯ НАД ЭМОЦИЯМИ**

Самое важное, что нужно знать о мужчинах ..... 21

Как сдерживать эмоции в конце отношений ..... 25

Средство от разбитого сердца ..... 27

Ни в коем случае ..... 31

Свидания-заполнители ..... 32

Что я в нем терпеть не могу ..... 35

Как сдерживать эмоции в начале отношений ..... 36

Как понять, нравишься ли ты парню ..... 37

Фокус с телефоном ..... 40

Дай себе обещание ..... 41

## **ГЛАВА 2. СИЛА КИСКИ**

Ценный ресурс ..... 47

Это мы нужны мужчинам, а не они нам ..... 48

Мужчины не любят потаскух ..... 51

А что, если он уйдет? ..... 53

Как понять, что он заслужил? ..... 58

Почему мужчина должен подождать? .....	62
Мужики тоже шлюхи. ....	65
Из шлюхи не сделаешь мужа .....	66
«Серьезный разговор» .....	67
Так и скажи .....	70
Историю своих прошлых романов держи в тайне .....	75
Важное правило .....	76
Что делать, если он требует секса. ....	77
Мужчины ценят женственность .....	81

### **ГЛАВА 3. СИЛА УВЕРЕННОСТИ**

Самооценка и культура .....	99
Неуверенные в себе мужчины. ....	103
Уверенность в себе — это так сексуально! .....	104
О чем скажет мужчинам твоя заниженная самооценка .....	108
Уверенность в себе не равна заносчивости .....	112
Что ты можешь предложить. ....	118

### **ГЛАВА 4. СИЛА БЫТЬ ЗАВОЕВАННОЙ**

Во что играем? .....	125
Какой приз? .....	126
Проигравших отшвыривай, это весело! .....	131
Порой мы сами путаем себе карты. ....	132
Мужчина — как кастрюля на плите .....	134
Не забывай о разнообразии .....	138

### **ГЛАВА 5. СИЛА ОСВОБОЖДЕНИЯ ОТ БАЛЛАСТА**

Как понять, что пора от него уйти .....	144
-----------------------------------------	-----



Тебе нравится депрессия? .....	146
Как понять, что он лузер .....	148
Как понять, что он тобой пользуется .....	150
Интуиция — твоя лучшая подруга .....	154

## **ГЛАВА 6. СИЛА РАЗБОРЧИВОСТИ**

Том, Дик и Гарри .....	161
Не занижай планку .....	164
Как вычислить хорошего мужчину .....	166
Маменькины сынки .....	167
Никогда больше не изводи себя из-за мужчины .....	168

## **ГЛАВА 7. СИЛА ДЕЙСТВИЯ**

Некоторые только говорят, что любят .....	171
Как понять, что мужчина тебя любит .....	173
Может, ты его единственная? .....	175

## **ГЛАВА 8. СИЛА АКТИВНОСТИ**

Каких женщин любят мужчины .....	180
Почему они ее хотят? .....	180
Очень важные вопросы .....	184
Член = отвлекающий фактор .....	190

## **ГЛАВА 9. СИЛА НЕОТРАЗИМОСТИ**

Игра «Добиться твоей любви» .....	195
Свидания и правило золотой середины .....	203
Не бойся встать и уйти .....	208
Киска должна быть в безопасности .....	214

**ГЛАВА 10. СИЛА УМЕНИЯ ПОСТУПАТЬ КАК МУЖЧИНА**

Что делают они, чего не делаем мы . . . . .	225
Не пойми эту главу неправильно. . . . .	229

**ГЛАВА 11. СИЛА УМЕНИЯ ЦЕНИТЬ**

Бабушка всегда говорила . . . . .	235
Общение с мужчинами . . . . .	237
Никто не совершенен . . . . .	239
У мудрой женщины всегда есть запасной план . . . . .	242

**ГЛАВА 12. СИЛА МАТКИ**

Это проще, чем кажется. . . . .	251
Своим мужчинам четко дай понять. . . . .	252
Мое жестокое прозрение. . . . .	257
Самые сильные существа . . . . .	259
Киска и эволюция. . . . .	260

**ЗАКЛЮЧЕНИЕ . . . . . 262****Раздел заданий**

Что я в нем терпеть не могу . . . . .	273
Что ты хочешь получить от мужчины (чего не добивалась в прошлом) . . . . .	276
Что я могу предложить . . . . .	278
Мужчина моей мечты. . . . .	280
Очень важные вопросы . . . . .	282

**Дополнительный материал**

Используя мужчин: папики и спонсоры. . . . .	289
----------------------------------------------	-----



## **БЛАГОДАРНОСТИ**

Богу, благодаря Которому возможно всё. Моему мужу Джейсону. Ты потрясающий человек и чудесный отец. Моей прекрасной матери, Кристи. Мне не хватит слов, чтобы выразить мою бесконечную благодарность и любовь. Лучшей за всю мою жизнь подруге Стэйси, за то что ты — Инь для моего Ян. Моей бабушке Мэрвис за то, что воодушевила меня, когда я была готова опустить руки.

Всем женщинам до меня, которые боролись с обстоятельствами, отстаивали свои права и служили примером для других.



## **ВВЕДЕНИЕ**

Эта книга полна тайн, познав которые ты сможешь раскрыть свои природные способности и почувствовать себя настоящей женщиной. С ними ты обретишь контроль над своими отношениями, и мужчины падут к твоим ногам.

Изменив восприятие ситуации и начав использовать 12 тайных сил, ты согласишь на всё другими глазами. Ты без труда согласишь разорвать порочный круг неудачных отношений, а потом найти мужчину своей мечты, заставить его влюбиться в тебя по уши и дать тебе всё, чего ты желаешь!

Каждая женщина обладает таким потенциалом. Какой бы она ни была: толстой или худой, низкой или высокой, застенчивой или напористой. Восемнадцатилетней и свободной или сорокапятилетней и с тремя разводами за плечами. Всё это не важно.



Не важно, кто ты, не важно, какая у тебя судьба, — у тебя уже есть всё, чтобы коренным образом изменить свои отношения с мужчинами. Уверена, ты не единожды сталкивалась с теми, кому удалось невозможное.

Например, видела дурнушку в обществе красавца и думала: «Что он в ней нашел?» Или была знакома с законченной стервой, окружившей мужчину, готового на все. Вокруг множество женщин, которым дарят подарки и с которыми обращаются как с принцессами.

Ты когда-нибудь спрашивала себя, почему одних мужчины приглашают на свидания, выполняют практически любую их прихоть и не изменяют, в то время как другие только мучаются в отношениях с сильным полом? Что делают первые, чего не делают вторые?

Точно тебе скажу: успех или провал в отношениях не бывает случайным. Некоторые женщины не смогли бы объяснить, как это у них получается, а другие четко понимают, что делают. Последние манипулируют мужчинами, используя нехитрые приемы, имеющиеся в арсенале любой женщины. Я называю эти приемы силами, потому что они позволяют нам обрести огромную власть над противоположным полом.



Нужно всего лишь знать, что это за силы, и уметь их применять. Именно этому и учит книга, которую ты держишь в руках. К сожалению, многие женщины не обладают таким знанием. Они инстинктивно идут туда, куда их ведут любовь и судьба, но в результате обычно обретают лишь боль.

Некоторые влюбляются так, что готовы прощать любые выходки своему мужчине. Порой, обжегшись, мы обещаем себе не повторять прежних ошибок, а потом находим нового парня, и он тоже умудряется причинить нам боль, но уже совершенно иначе. Только мы оправились от одного неудачного романа, как следующий партнер снова разбивает нам сердце! Так повторяется раз за разом, наполняя душу горечью. Мы начинаем искренне верить, что все мужчины — козлы, манипуляторы, лгуны и хо-доки.

Однако не все мужчины подонки. Честное слово, в мире полно замечательных парней, и, хоть тебе трудно в это поверить, найти их не так уж и сложно. Старое присловье «хорошего мужчину трудно найти» верно только потому, что «найти» его нельзя. Его можно создать.

Штука не в том, чтобы **найти** достойного мужчину. Главная сложность — стать такой женщиной, чтобы он **захотел** быть достойным тебя. Когда в нем проснется та-



кое желание, у тебя появится идеальная возможность лепить из него того, кто тебе нужен. Чтобы мужчина **захотел** быть любящим, верным и заботливым, нужно особое умение, и здесь тебе помогут силы, которые упоминались выше.

Наверное, ты сейчас думаешь: «Гладко было на бумаге». Удивительно, но всё гораздо проще, чем кажется! Ты уже сейчас обладаешь силой, способной заставить мужчину втрескаться в тебя, как школьник, жениться, обеспечивать и хранить тебе верность всю жизнь! И эта книга, глава за главой, расскажет, как этого добиться.

Что бы ты ни ждала от мужчины и отношений, ты можешь это получить. Знание — сила. Ход игры скоро изменится. Теперь ты будешь разбивать сердца, использовать мужчин, ходить на одно свидание за другим, влюблять... а не наоборот. Это будет весело и увлекательно. Пройдя этот курс, ты почувствуешь себя свежей и сильной, вспомнишь, как это восхитительно — ходить на свидания и ощущать себя женщиной.

**Точно тебе скажу: успех или провал в отношениях не бывает случайным.**

Книга разделена на 12 глав. Каждая глава посвящена одной из 12 сил. Я подробно расскажу о каждой из них

и о том, как их применять в жизни. Тебе также будут предложены задания, которые нужно выполнить, прежде чем перейти к следующей части. Можешь завести дневничок для этих заданий, но я на всякий случай вынесла их в особый раздел в конце книги, чтобы их удобнее было скопировать. Еще я включила сюда различные ресурсы, полезные ссылки и другую информацию. Всё это будет направлять и мотивировать тебя и не даст сбиться с пути, когда книга окажется на полке.

Хочу сразу предупредить: на протяжении всей книги я буду говорить без экивоков, жестоко, но предельно честно. Подсластить пилюлю — это не в моей манере. На этих страницах ты не раз прочтешь ругательства, будут также и моменты, откровенно затрагивающие вопросы секса. Таков мой способ донести мысль до публики и таков мой авторский стиль.

Я не собираюсь ходить вокруг да около и миндальничать, я здесь для того, чтобы дать тебе силу. Поэтому хочу заранее извиниться, если что-то в этой книге тебя оскорбит. Я надеюсь, что ты сможешь оценить прямолинейное общение «между нами, девочками».

Прежде чем перейти собственно к книге, я хочу пожелать тебе смелости, целеустремленности, готовности из-



меняться. **Целеустремленность** поможет пройти этот путь до конца, а от **смелости** и **готовности измениться** напрямую зависит успех предприятия.

Старые методы не работают, поэтому если ты хочешь, чтобы отношения с мужчинами давали новые результаты, то пора меняться. Ты можешь хоть сотню раз прочитать эту книгу, но если у тебя нет целеустремленности, смелости и готовности внести в свою жизнь необходимые изменения, тогда твои время и усилия будут потрачены впустую.

**Если ты хочешь, чтобы отношения с мужчинами давали новые результаты, то пора меняться.**

Порой тебе будет неловко пользоваться моими советами. Просто пойми, что ощущение неловкости — это неотъемлемая часть пути. Будь отважной! Прими этот дискомфорт и двигайся вперед. Со временем ты привыкнешь, и это станет для тебя нормой.

Поначалу кататься на велосипеде кажется невыполнимой задачей. Тут то же самое. Потренируешься, поймешь, что к чему, и уже скоро начнешь крутить педали, совершенно не задумываясь. Таким же образом ты будешь учиться новому стилю общения с мужчинами.