



Алекс Лесли

РУКОВОДСТВО ПО ПОСТРОЕНИЮ ОТНОШЕНИЙ

ОХОТА НА САМЦА

ВЫСЛЕДИТЬ, ЗАМАНИТЬ, ПРИРУЧИТЬ



Москва 2021

УДК 159.922.1

ББК 88.53

Л50

Лесли, Алекс.

Л50 Охота на самца : выследить, заманить, приручить: руководство по построению отношений / Алекс Лесли. — Москва : Эксмо, 2021. — 416 с. — (Новая жизнь без трусов).

ISBN 978-5-04-190538-5

«Охота на самца» — это первое настояще руководство для женщин по обольщению мужчин от Алекса Лесли, самого известного в России автора бестселлеров по взаимоотношениям. Никакой теории, только многократно проверенные на практике техники влюблении.

Как себя вести, чтобы он выделил тебя среди тысяч других женщин и захотел познакомиться? Что писать в СМС, чтобы заинтриговать его и заставить все время о тебе думать? Как эмоционально раскачать, влюбить, приручить даже самого искушенного самца? О каком сексе он мечтает и какие ошибки совершают женщины в постели? Что делать, чтобы он захотел жениться на тебе? Как поддерживать в нем желание постоянно добиваться твоей любви, даже если вы уже давно вместе?

УДК 159.922.1

ББК 88.53

© Лесли А., текст, 2011

ISBN 978-5-04-190538-5

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2021

ОГЛАВЛЕНИЕ



ДЛЯ КОГО ЭТА КНИГА?	11
КАК ЧИТАТЬ ЭТУ КНИГУ?	11
КТО Я ТАКОЙ?	12
РАЗГОВОР С УЧЕНИЦЕЙ ПРО ОБУЧЕНИЕ	14
КАК ПРАВИЛЬНО ВЫБИРАТЬ И ОЦЕНИВАТЬ МУЖЧИН?	16
Как работает алгоритм выбора мужчины в твоей голове?	16
Два пути поиска мужчины твоей мечты	18
Об эффективном выборе	20
Ошибочные критерии выбора, которые используют женщины	22
Как распознать высокий потенциал личности? 7 оценок потенциала	24
ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ СОБЛАЗНЕНИЯ	33
Твой эффективный и неэффективный образ. Фразы, которые следует забыть!	33
Круги ада!	38
Легенда	43
Ресурс	44
Почему ты не можешь его найти?	46
I/ЗНАКОМСТВО	52
3 самые важные для мужчины вещи во время знакомства	52
Как мужчина оценивает твою доступность?	53
Начинай соблазнять пространство вокруг него!	55



Почему ему страшно подойти к тебе и что с этим делать?	57
Как знакомиться?	58
Навык	61
На ком и когда мы тренируемся?	62
Основной миф про знакомства с мужчинами	64
Главный принцип — принцип игры!	65
Соблазнение на языках Эрика Берна и Уолта Диснея ..	65
Навык 0. Страх подхода	69
Навык 1. Умение падать, или Как победить боязнь выглядеть глупо	71
Навык 2. Иммунитет к правде	74
Навык 3. Генератор повышения самооценки, или Как насосаться энергии?	79
Навык 4. Манипулирование ценностью и ценой	83
Навык 5. Директивный подход	88
Навык 6. Помощь	89
Навык 7. Сексуальная провокация	92
Навык 8. Стиль стервы. Темная сторона — негатив ..	100
Комплексы статуса, возраста, происхождения	105
II/СМС-ИНГ	107
Правила СМС-переписки	107
Пара примеров нестандартных СМС от женщин из жизни мужчин	115
III/РАЗГОВОР ПО ТЕЛЕФОНУ	118
1. Если он тебе звонит, значит, ты этого хочешь	118
2. Ты боишься? Это нормально!	119
3. Как мужчина готовится позвонить женщине, что думает, чего боится?	119
4. Фразы, которые стоит произнести во время первого телефонного разговора	124
5. Ты слишком категорична и не даешь мужчине шанса. Дай ему один шанс, и еще один! ..	127
6. Ты упускаешь момент и не пытаешься разобраться ..	128
7. Ты не умеешь дружить с мужчинами	128
8. Как отказать ему так, чтобы он зауважал тебя?	132



IV/СВИДАНИЕ	137
Цель свидания	137
Программирование действий и отношения мужчины .	142
V/ИНТРИГА	150
Формула интриги	151
<i>Правило вопроса</i>	159
<i>Правило ответа на вопросы</i>	160
<i>О времени действия и краткости</i>	160
Как поразить, удивить, шокировать мужчину	
и не оставить ему ни малейшего шанса. Как стать	
для него единственной такой?	163
Поступки, за которые мы, мужчины, запомнили вас	
на всю жизнь	165
1. <i>Предсказание его судьбы с помощью</i>	
<i>художественного романа</i>	165
2. <i>Пример интриги: история влюблению бабника!</i>	168
3. <i>Как удивить богатого мужчину «экономией</i>	
<i>денег</i> ?	172
4. <i>Как удивить мужчину? Заплатить за него!</i>	174
5. <i>Покажи, что ты знаешь, что он думает!</i>	176
6. <i>Секретный подарок</i>	178
7. <i>Тест на пригодность</i>	180
8. <i>Оригинальная актриска</i>	183
9. <i>Трусики</i>	184
VI/ФОРМИРОВАНИЕ ЧУВСТВ	188
Эмоциональная раскачка	188
Конкуренция	190
Создаем конкуренцию за тебя	191
Система обхода сознания	197
Система обхода сознания в действии, СОС-сигналы .	205
Приемы воздействия на бессознательное	
в обход сознания	206
КАК ВЛЮБИТЬ В СЕБЯ МУЖЧИНУ?	210
Что такое влечение? Влюбленность?	210
Про биохимическую влюбленность	212
Технология влечения	213



Состояния. Как можно охарактеризовать состояние тела влюбленного человека?	215
Действия. Что делает влюбленный человек?	216
Неверный путь большинства женщин!	217
Работающая модель влюблении	219
Классные практические фишки по влюблению	228
Красивый пример влюблении при группе	231
Фишка: на влюбление	233
Основы дрессировки собак: кнут — пряник	235
Как обращаться с мужским ЭГО? Где тот пряник?	238
Заблуждение относительно обязательных трех свиданий	245
VII/СЕКС	249
А что, если он просто хочет переспать с тобой?	249
Почему он общается с тобой?	250
Что больше всего нравится нам в сексе?	254
Девушки в сексе мужскими глазами	256
Что такое секс для мужчины и почему некоторым мужчинам становится сложно заниматься сексом с женой?	260
Что больше всего нас бесит в сексе?	261
Что мы любим в сексе?	268
Его самый яркий секс в жизни с тобой	274
<i>Выбор одежды</i>	274
<i>Безумное желание, или «Выдери меня!»</i>	275
<i>В такси</i>	277
<i>На стройке</i>	277
<i>На клуббе</i>	279
<i>В туалете после драки</i>	279
<i>На столе в офисе с разрывом одежды в хлам</i>	280
<i>На лестнице</i>	280
<i>Под памятником Ленину на скамейке</i>	281
<i>В открытом окне за шторкой</i>	281
<i>На пляже вечером</i>	281
<i>В кафе</i>	282
<i>Мы развели ее вдвоем</i>	283
<i>Мокрые</i>	283



<i>С наручниками в лесу ночью при полной луне</i>	284
<i>Секс в ванной, когда друг за дверью</i>	284
<i>Трансляция в Интернете</i>	285
Мат при общении	287
Мат в сексе	289
Как с ним говорить о сексе?	295
Анальный секс. Важно ли мужчине делать это	
с женщиной?	297
Отношение ДО и ПОСЛЕ секса	298
Секс втроем ЖМЖ. Фантазии и реальность	300
Секс втроем МЖМ	305
С кем возможен секс втроем?	306
Как вызвать уважение мужчин, с которыми ты	
занимаешься сексом втроем?	311
Ощущения во время секса втроем	313
VIII/ОТНОШЕНИЯ	316
Отношения с точки зрения науки	316
Что такое любовь?	316
Что такое материнский инстинкт?	317
Что такое отцовский инстинкт?	317
Откуда взялся инстинкт добытчика и завоевателя?	318
Кто такая женщина и какова ее роль в эволюции?	319
Зачем в природе понадобились постоянные пары?	320
Что такое мужская полигамия в теории	
и на практике?	321
Каковы принципы выбора партнеров	
и как они закладываются?	322
Как ты инстинктивно выбираешь мужчин?	324
Почему твои вкусы меняются	
в период овуляции?	325
Отношение мужчин к курению женщин,	
и что из этого следует	326
Женская стратегия общения	
и инстинкт защиты у мужчины	329
Как удержать мужчину, используя	
его инстинкты?	331
Как понять, любит ли он тебя?	334



Как направить его мысли в сторону ухаживания и завоевания тебя?	339
Как себя вести, если ты залетела	344
Не стоит ставить крест на женатых!	346
Как украсть любого мужчину у любой женщины?	
Адская технология!	350
Отношения с любовником!	365
Мужские изменения	367
Где найти верного мужчину?	
Что, если у тебя есть ребенок?	374
Что, если у него есть ребенок?	376
Как научиться кайфовать в одиночестве?	
.	381
.	383
.	385
.	385
.	394
.	398
.	399
.	400
.	409
ПОДАРОК ЧИТАТЕЛЬНИЦЕ КНИГИ	410