

Грег Берендт  
Лиз Тучилло

**ВЫ**  
**ПРОСТО**  
**ЕМУ**

**НЕ**  
**ПРАВИТЕСЬ:**

**ВСЯ ПРАВДА О МУЖЧИНАХ**

Эту книгу просто **ОБЯЗАНА**  
прочитать **КАЖДАЯ** женщина  
старше **16** лет!

**16**  
**27**



## Annotation

Об этом надо было написать. Кто-то должен был разъяснить женщинам, что на самом деле кроется за поступками и словами мужчин! Вы ждете звонка, а телефон молчит. Он занят?! Вы год за годом рассчитываете получить предложение руки и сердца. Он просто хочет «разобраться в своих чувствах»! Вы настроены на серьезные отношения — а для него все сводится к «легкой интрижке». Он боится, что ему опять будет больно?! Вы придумываете ему оправдания. Вы делаете и первый, и второй, и десятый шаг... Безрезультатно! А может, вы просто теряете время? Конечно, порой у мужчин тонкая и сложная натура, но чаще всего — они просто слишком трусливы, чтобы высказать простенькую правду: ты не так уж сильно мне нравишься!

---

- [Грег Берендт](#)
  - 
  - [Предисловие Лиз](#)
  - [Предисловие Грега](#)
  - [Вы до сих пор встречаетесь с одним и тем же парнем](#)
  - [1. НЕ ТАК УЖ СИЛЬНО ВЫ ЕМУ НРАВИТЕСЬ, РАЗ ОН НЕ ПРИГЛАШАЕТ ВАС НА СВИДАНИЕ](#)
  - [2. НЕ ТАК УЖ СИЛЬНО ВЫ ЕМУ НРАВИТЕСЬ, ЕСЛИ ОН ВАМ НЕ ЗВОНИТ](#)
  - [3. НЕ ТАК УЖ СИЛЬНО ВЫ ЕМУ НРАВИТЕСЬ, ЕСЛИ ОН НЕ ПРИЗНАЕТ ТОТ ФАКТ, ЧТО ВЫ ВСТРЕЧАЕТЕСЬ](#)
  - [4. НЕ ТАК УЖ СИЛЬНО ВЫ ЕМУ НРАВИТЕСЬ, ЕСЛИ ОН НЕ ХОЧЕТ ЗАНИМАТЬСЯ С ВАМИ СЕКСОМ](#)
  - [5. НЕ ТАК УЖ СИЛЬНО ВЫ ЕМУ НРАВИТЕСЬ, ЕСЛИ ОН СПИТ С ДРУГОЙ ЖЕНЩИНОЙ](#)
  - [6. НЕ ТАК УЖ СИЛЬНО ВЫ ЕМУ НРАВИТЕСЬ, ЕСЛИ ОН ХОЧЕТ ВИДЕТЬ ВАС, ТОЛЬКО КОГДА ОН ПЬЯН](#)
  - [7. НЕ ТАК УЖ СИЛЬНО ВЫ ЕМУ НРАВИТЕСЬ, ЕСЛИ ОН НЕ ХОЧЕТ НА ВАС ЖЕНИТЬСЯ](#)
  - [8. НЕ ТАК УЖ СИЛЬНО ВЫ ЕМУ НРАВИТЕСЬ, ЕСЛИ ОН ВАС БРОСИЛ](#)
  - [9. НЕ ТАК УЖ СИЛЬНО ВЫ ЕМУ НРАВИТЕСЬ, ЕСЛИ ОН ПРОСТО ВЗЯЛ И ИСЧЕЗ](#)

- [10. НЕ ТАК УЖ СИЛЬНО ВЫ ЕМУ НРАВИТЕСЬ, ЕСЛИ ОН ЖЕНАТ \(сюда же относятся все другие, самые невероятные причины, из-за которых он не может быть с вами\)](#)
  - [11. НЕ ТАК УЖ СИЛЬНО ВЫ ЕМУ НРАВИТЕСЬ, ЕСЛИ ОН ВЕДЕТ СЕБЯ КАК СЕБЯЛЮБИВЫЙ ЭГОИСТ, ХВАСТУН ИЛИ ПРОСТО КАК БОЛЬШОЙ ПРИДУРОК](#)
  - [12. НЕ ВЕРЬТЕ ЭТИМ РАССКАЗАМ](#)
  - [13. ТАК ЧТО ЖЕ ВАМ ДЕЛАТЬ?](#)
  - [14. ГРЕГ ОТВЕЧАЕТ НА ВОПРОСЫ](#)
  - [15. ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНОЕ СЛОВО ГРЕГА](#)
  - [16. ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНОЕ СЛОВО ЛИЗ](#)
  - [Об авторах](#)
  - [notes](#)
    - [1](#)
    - [2](#)
    - [3](#)
    - [4](#)
    - [5](#)
    - [6](#)
    - [7](#)
    - [8](#)
    - [9](#)
    - [10](#)
    - [11](#)
    - [12](#)
    - [13](#)
-

**Грег Берендт**

**Лиз Туччилло**

## **Вы просто ему не нравитесь: вся правда о мужчинах**

*Книга посвящается всем очаровательным дамам,  
истории которых и вдохновили нас на ее создание*

Есть несколько человек, без которых не было бы этой книги. Прежде всего мы благодарим необычайно талантливых сценаристов сериала «Секс в большом городе» Синди Чапек, Дженни Бикс, Эйми Би Харрис, Джулию Суини, Джули Роттенберг и Элайзу Заритски (они написали удивительный эпизод, который впервые навел нас на мысль о книге), и, разумеется, нашего замечательного начальника — Майкла Патрика Кинга. К этим людям мы испытываем самые теплые чувства и признательны им за помощь, великодушие и умение смотреть с юмором на любые ситуации.

Мы благодарим всех, кто активно поддерживал сумасшедшую идею написать эту книгу, — Джона Мелфи, Сару Кондон, Ричарда Орена, а также тех, кто сотрудничал с «Эйч-би-оу». Суперагент и просто друг Грег Кейвик, который работает в «Ай-си-эм» [\[1\]](#), помог нам с изданием книги. Большое спасибо Джулии Джеймс за моральную поддержку. Наша глубочайшая благодарность — агенту по печати Энди Барцви: именно он первым воспринял эту книгу серьезно, а потом еще и умудрился выгодно ее продать. Мы говорим «спасибо» нашему редактору, филологу Патрику Прайсу, настоящему джентльмену.

Еще спасибо мужчинам и женщинам, которые заполняли анкеты, рассказывали истории из своей жизни, задавали вопросы и не позволяли нам соврать при написании книги. Мы искренне признательны всем своим друзьям и родственникам, в особенности Ширли Туччилло и Кристен Берендт за неустанную поддержку и энтузиазм.

Наконец, мы благодарим за сотрудничество Амиру Руотолу Берендт: жаркий пыл, чувство юмора, талант, способность любить и сексуальная привлекательность, которыми обладает эта женщина, сделали книгу такой потрясающей.

Истории, рассказанные в этой книге, играют роль наглядных

примеров. Они не основаны на событиях из жизни конкретных людей. Что бы вы ни подумали, мы не пытались в ней публично высмеять наших друзей, врагов или бывших партнеров.

(Однако не отрицаем, что такая мысль, возможно, приходила нам в голову.)

## Предисловие Лиз

Этот день начался как обычно. Все мы сидели в кабинете сценаристов сериала — «Секс в большом городе» и обменивались мнениями, рассказывали друг другу о личной жизни, переносили свои переживания на судьбы экранных героинь. И, как уже бывало, одна из сотрудниц попросила объяснить поведение мужчины, который ей нравился. Он вел себя несколько противоречиво, и это сбивало ее с толку. Мы с радостью взялись за дело и принялись обсуждать, что могут означать его поступки. И, как прежде, после напряженной аналитической дискуссии мы заключили: наша коллега восхитительна, а он, должно быть, испугался, поскольку никогда не встречал такой замечательной женщины, и потому дрожит и трепещет; она просто должна дать ему время. Но в тот день с нами в комнате был мужчина — консультант по работе над сценарием. Он появлялся в студии раза два в неделю, помогал развивать сюжетные линии и смотрел на сериал с чисто мужской точки зрения. Это был Грег Берендт. В этот самый день Грег внимательно выслушал историю женщины и наши комментарии, а потом обратился к ней. «Похоже, — сказал он, — не так уж сильно ты ему нравишься».

Его слова вызвали у нас шок, негодование, неистовый смех, ужас и, ко всему прочему, недоумение. Однако мы тут же почувствовали, что, возможно, этот мужчина говорит правду. Правду, которая нам так и не открылась, несмотря на сто лет в общей сложности совместного опыта отношений с мужчинами, и о которой мы уж точно никогда не пытались говорить. «Ну ладно, может, в чем-то он прав», — неохотно согласились мы.

«Но Грег вряд ли поймет, почему мой будущий муж, очень занятой и сложный человек, ведет себя именно так». — заявила подруга. И тут начались разговоры: Грег, как всезнающий Будда, переходил от одной женщины к другой, выслушивая несчастливые истории их личной жизни. Поведению всех этих мужчин мы могли найти оправдание, начиная с перелома указательного пальца, которым набирают телефонный номер, и кончая тяжелым детством. Грег разбил наши доводы один за другим в пух и прах. В результате невероятных усилий Грегу удалось убедить нас, что если парень в здравом уме действительно запал на женщину, то ему ничто не мешает ее завоевать. А если он не в здравом уме, то зачем он нужен? Это подтверждалось и его собственным опытом: он менял партнерш, был

плохим мальчиком, был пайнкой и в конце концов влюбился в удивительную женщину и женился на ней.

Все сотрудницы сценарного отдела и я в особенности вдруг чудесным образом прозрели. Многие годы я страдала из-за мужчин и их поведения, которое сбивало меня с толку. Теперь я поняла, что они нисколько не хотели сбивать меня с толку. Я сама заводила себя в тупик. А ведь дело было только в том, что я не так уж сильно нравилась тем мужчинам.

Казалось бы, такие умозаключения неизбежно должны подорвать нашу веру в себя и вызвать среди нас панику. На самом деле все совсем наоборот. Знание — сила, и, что самое главное, знание не позволяет тратить время впустую. С того самого дня я осознала, что сэкономлю массу времени, если не буду часами сидеть у телефона в ожидании звонка мужчины, который мне нравится, часами жаловаться на него подругам, часами размышлять о том, действительно ли он хотел сказать «Я люблю тебя и хочу быть с тобой». Грег напомнил нам, что мы красивые, интеллектуальные и остроумные женщины и не должны терять время на то, чтобы выяснять, почему тот или иной парень нам не звонит. Как сказал Грег, не стоит растрачивать свою красоту понапрасну.

Это нелегко. Нас всегда учили искать положительное в каждом явлении и быть оптимистами. Но не в данной ситуации. Сейчас как раз нужно видеть отрицательные стороны. Прежде всего следует сразу принять как факт, что ничего может не получиться, и согласиться с тем, что ваш случай — правило, а не исключение. Это дает ощущение опьяняющей свободы. Но испытать его дано не каждой. А все потому, что мы поступаем противоположным образом: идем на свидание с женщиной, влюбляемся в него, а потом он совершает поступок, который слегка нас разочаровывает. За этим поступком следует череда других, которые разочаровывают не меньше. Потом наступает период сверх-изобретательных оправданий, длящихся неделями или даже месяцами, а нам и в голову не приходит, что этот замечательный мужчина, который нам так нравится, уже давно превратился в несчастного калеку. Иначе как могут все придуманные в его оправдание отговорки соответствовать действительности? Мы пытаемся объяснить, почему он ведет себя так странно, и находим порой самые нелепые причины, хотя на самом деле причина всего одна: он просто на нас не запал.

Мы включили в книгу вопросы, которые женщины задают о реальных ситуациях в своей жизни. В ней собраны самые распространенные доводы, которые они находят для оправдания поведения мужчин и потому не могут положить конец несуществующим отношениям. Читайте, получайте от

этого удовольствие и, что самое полезное, учитесь на чужом опыте и проблемах. И если вам кажется, что ваш бойфренд вовсе не без ума от вас, и вы чувствуете, что пора все выяснить, то подумайте — возможно, не так уж вы ему нравитесь. Тогда оставьте его и отправляйтесь на поиски мужчины, который полюбит вас по-настоящему.



## Предисловие Грегга

Так вот, сижу я в кабинете сценаристов сериала «Секс в большом городе», размышляю над тем, как приятно быть единственным и притом гетеросексуальным мужчиной в женском коллективе (вообще-то в этот момент я как раз ем печенье), и тут женщины заводят разговор о мужчинах, с которыми встречаются. У нас такие разговоры заходят довольно часто, это даже помогает писать сценарий фильма или сериала об отношениях между мужчиной и женщиной. Но этот разговор меня просто заворожил. Я знаю, мои слова могут показаться язвительными, но я говорю то, что думаю.

В тот день одна из женщин подходит ко мне и говорит: «Грег, ты мужчина». Очень тонкое наблюдение, я действительно мужчина. Потом она добавляет: «Я встречалась с одним парнем... Ну да, думаю, это можно назвать именно так». Я уже знаю ответ. «Понимаешь, мы пошли в кино, и это было здорово. Нет, он не брал меня за руку. Я все равно не люблю держаться за руки». К тому же я знаю ответ. «А потом он поцеловал меня на стоянке для машин. Я спросила, не хочет ли он остаться у меня на ночь, но на следующее утро у него была назначена важная встреча, и он отказался». Да она что, смеется надо мной? Я знаю ответ!

И я спросил:

— Он звонил тебе?

— В этом-то и проблема. Дело было около недели назад, — теперь она сама должна догадаться, — а сегодня я получаю от него письмо в духе «почему ты мне не звонишь?».

Я пристально посмотрел на нес, недоумевая, отчего она не видит, что ответ написан у меня на лице. (О, дамочки, иногда вы просто выводите меня из себя!) Передо мной красивая, талантливая, суперумная девушка, она пишет сценарий для одного из лучших телевизионных сериалов, который также славится тем, что демонстрирует мужчин в истинном свете. Да с ней хотел бы встречаться практически любой парень. И эту потрясающую девушку поставила в тупик ситуация, в которой для меня все предельно ясно. На самом деле выражение «поставить в тупик» здесь неуместно, девушка слишком умна для этого. Она просто надеется, а не находится в тупике. Но положение вещей таково, что никакой надежды здесь быть не должно, поэтому я решил сказать ей правду:

— Просто не так уж сильно ты ему нравишься.

И знаете, эта правда вовсе не такая горькая, потому что нельзя тратить время на человека, если он того не стоит. И когда вы продолжите поиски и встретите мужчину, который полюбит вас, то обязательно пожалеете, что потратили столько сил на Стинки-пожирателя-времени или Фредди-который-так-и-не-позвонил.

Я не врач и не воображаю себя таковым. Но к моему мнению следует прислушаться хотя бы по одной причине — я мужчина, который встречался с женщинами и готов откровенно рассказать вам об этом. И так как я мужчина, то знаю, что думает и чувствует мужчина и как он действует. Мой долг рассказать вам, каковы мы на самом деле. Мне больно смотреть на великолепных женщин, обременяющих себя дерьмовыми отношениями.

Если мужчина действительно увлечен вами, он даст об этом знать. Он позвонит или навестит вас, он захочет познакомиться с вашими друзьями, он не сможет отвести от вас глаз и будет жаждать прикоснуться к вам. А когда наступит время для секса, он будет просто счастлив, что вы позволили ему доставить вам удовольствие. И совсем не важно, если завтра ровно в четыре часа (в четыре утра, дорогие дамы!) он вступает в должность президента Соединенных Штатов, Он все равно приедет к вам!

Мужчины не такие уж сложные создания, хотя мы часто пытаемся убедить вас в обратном, говоря нечто вроде: «Сейчас у меня в жизни просто ужасный период. Творится полная чертовщина». Мысли о сексе сводят нас с ума, хотя мы притворяемся, что это вовсе не так. «Что? Нет-нет, я слушал тебя очень внимательно». И к нашему сожалению (а к вашему удивлению), нам проще выпрыгнуть из окна городского автобуса, чем сказать: «Ты мне не подходишь». Мы на сто процентов уверены, что в этом случае вы убьете нас или себя, или нас обоих, или, что еще хуже, начнете плакать и кричать. Мы и вправду достойны сострадания. Но факт остается фактом: даже если не говорим об этом, мы явно показываем вам свое отношение. Если парень не звонит вам тогда, когда обещал, если не хочет удержать вас, то вот он, ответ на ваш вопрос. Перестаньте придумывать для него оправдания, его поступки говорят, даже кричат сами за себя: он просто не запал на вас.

Но не отчаивайтесь, дамы! Смиритесь с поражением и не теряйте времени зря. Зачем томиться в неопределенности, когда можно встретить того, в ком вы будете полностью уверены? Не хотите и слышать об этом? Ладно. Вот ответ, который вы хотели получить: «Не отставай от него, крошка. Он вовсе не такой неудачник, как говорят все вокруг. Если ты подождешь, прекратишь много болтать, будешь звонить ему в подходящее время и предугадывать перепады его настроения, перестанешь питать иллюзии насчет ваших отношений и твоих сексуальных желаний, то он

станет твоим!» Но пожалуйста, не удивляйтесь, когда он бросит вас или вы поймете, что ваш роман не приносит вам никакого удовольствия.

Мы уже нечто подобное слышали, а вы безнадежно от этого устали. Возможно, именно потому вы сейчас держите в руках эту книгу. Вы знаете, что заслуживаете того, чтобы на вас обратил внимание достойный мужчина. Мы с вами согласны. Поэтому возьмите маркер и — поехали! Лиз уже цитировала мои слова: не стоит растрачивать свою красоту понапрасну!

## **Вы до сих пор встречаетесь с одним и тем же парнем**

Эй, я знаю парня, с которым вы встречаетесь.

Да, это действительно так. Это тот самый парень, который жутко устал от работы и находится в страшном напряжении из-за своего текущего проекта. Совсем недавно он пережил разрыв серьезных отношений, что стало для него большим ударом. Развод родителей оставил в его душе неизгладимый след и принес кучу хлопот теперь ему придется заботиться еще и о младших братьях и сестрах. В настоящий момент ему необходимо сосредоточиться на своей карьере. Он не может завязывать отношения с кем бы то ни было, пока в его жизни все не наладится. Он только что приобрел новую квартиру, и грядущий переезд видится ему стихийным бедствием. Как только его положение улучшится, он бросит свою жену, подружку, паршивую работенку. О Боже, он такой сложный человек!

Этот человек целиком и полностью соткан из оправданий, которые вы сами придумываете ему. И в то самое мгновение, когда вы прекратите оправдывать его поступки, он испарится из вашей жизни. Может ли мужчина быть настолько занят или убит горем, что это помешает ему завязать новые отношения? Да, но подобных мужчин так мало, что их следует отнести к разряду мифологических персонажей большого города. Ведь мужчина скорее бросится под ноги стаду разъяренных слонов, чем признается вам, что вы не так уж сильно ему нравитесь. Вот почему мы написали эту книгу. Мы хотели раскрыть вам глаза на все эти оправдания, чтобы вы увидели их такими, какие они есть, — жалкими и неубедительными.

Кстати, помните фильм, в котором девушка ждала, когда парень пригласит ее на свидание, а он все не приглашал, придумывая нелепые отговорки? Потом она переспала с ним, когда они оба находились под воздействием алкоголя, и стала ходить за ним хвостом, пока не добилась того, что они как бы начали встречаться. Потом он изменил ей, а она страдала, зная в глубине души, что если простит его и решит не требовать невозможного, а будет с ним душечкой, то в конце концов он останется с ней. На свадьбе он напился, а потом они жили долго и несчастливо, мучаясь под гнетом не приносящих удовлетворения отношений, которые были построены на убогом фундаменте.

Не помните? Правильно, ведь таких фильмов не снимают. А не снимают их потому, что настоящая любовь выглядит совсем иначе. Любовь дарит людям вдохновение, которое побуждает их совершать удивительные поступки, чтобы встретить своего избранника и быть с ним. Вот это и становится сюжетом для великих фильмов. И каждый любовный союз, которым вы восхищаетесь, излучает некую силу — именно эту силу вы и надеетесь ощутить в собственной личной жизни. И чем больше вы себя цените, тем больше у вас шансов построить отношения, наделенные этой силой. А теперь почитайте о нелепых мужских отговорках, посмейтесь и... больше не верьте им.

Вы этого достойны.

# 1. НЕ ТАК УЖ СИЛЬНО ВЫ ЕМУ НРАВИТЕСЬ, РАЗ ОН НЕ ПРИГЛАШАЕТ ВАС НА СВИДАНИЕ

*Потому что, если вы ему нравитесь, поверьте мне, он обязательно назначит вам встречу.*

Многие женщины говорили: «Грег, миром правят мужчины». Ух ты! Звучит так, как будто мы весьма решительные натуры. Тогда почему, скажите на милость, вы считаете, что мы не способны совершить такой простой поступок, как набрать номер телефона и пригласить вас на свидание? Похоже, иногда вы думаете, что мы «слишком робкие» или «только что пережили неудачный роман». Так вот позвольте напомнить: мужчинам доставляет удовольствие добиваться того, чего они хотят. (Особенно после тяжелого трудового дня, который ушел на то, чтобы править миром.) Если вы нам нужны, то мы вас найдем. Если вы думаете, что мужчина не успел обратить на вас внимание, то возьмите отрезок времени, за которое вы обратили внимание на него, и разделите это число пополам.

А теперь отправляйтесь в увлекательное путешествие по страницам этой книги, и, возможно, ваше восприятие жизни во многом изменится.

Мы расположили вопросы, которые нам задавали, и ответы, которые нам удалось собрать, по простой схеме: вопрос — ответ. Если повезет, то, прочитав вопросы, вы сразу поймете, о чем идет речь: об оправданиях, которые женщины придумывают в своем незавидном положении. На тот случай, если не повезет, мы снабдили каждую историю метким названием, которое поможет вам вникнуть в суть дела.

***Оправдание типа «Возможно, он не хочет разрушать нашу дружбу»***

*Дорогой Грег!*

*Я странно разочарована. У меня есть друг, которого я знаю уже около десяти лет. Он живет в другом городе, но недавно приезжал сюда по делам, и мы встретились, чтобы поужинать вместе. Во время этого*

ужина у меня вдруг возникло такое чувство, как будто я на свидании. Он откровенно флиртовал со мной. Он даже сказал мне, когда оплачивал счет: «Так что, ты сейчас постоянно работаешь моделькой?» Это ведь флирт? Мы договорились вскоре встретиться снова, и что же, Грег, я разочарована, потому что прошло уже две недели, а он так и не позвонил. Стоит ли мне позвонить ему? Может, он нервничает из-за того, что боится превращать дружеские отношения в нечто большее? Нельзя ли как-то его подтолкнуть? Разве не для этого существует дружба?

*Джоди*

### **Из архивов Грега:**

*Дорогая Девушка-подружка!*

Две недели — это две недели, если, конечно не сравнивать их со сроком в десять лет. Именно тогда он решил, хочет ли встречаться с моделью или с девушкой, которая похожа на модель. Можно ли подтолкнуть его, будучи его другом? Можно оттолкнуть, дружище: вы вскоре сами убедитесь, что первый шаг с вашей стороны не приведет к ответному звонку. И если ваш ужин-свидание действительно показался ему особенным, то у него было целых две недели на то, чтобы подумать и решить, что не так уж сильно вы ему нравитесь. А правда вот в чем: парни не прочь поступиться дружбой, если это может привести к сексу, независимо от того, будет ли это «трах двух друзей» или серьезные романтические отношения. Лучшие найдите в своем городе мужчину, которого сразят наповал ваши мудрые речи и модельная внешность.

Ужасно не хочется говорить вам об этом, но оправдание в духе «Я не хочу разрушать нашу дружбу» не выдерживает никакой критики. Лишь на первый взгляд оно кажется весьма благоразумным. «Секс может испортить дружбу». К несчастью, на протяжении всей истории человечества этой отговоркой никогда не пользовались те, кто действительно имел это в виду. Если нас действительно волнует женщина, мы не можем заставить себя остановиться — мы хотим большего. И пожалуйста, не говорите мне, что он просто «боится». Единственное, чего он боится, — и я утверждаю это, испытывая к вам искреннюю симпатию, — так это признаться, что вы совсем его не привлекаете.

<b>Оправдание типа «Наверное, он не решается сделать первый шаг»</b>
--

*Дорогой Грег!*

*Я с ума схожу по своему садовнику. Он сажает цветы у меня во внутреннем дворике. Было жарко, и он снял рубашку, когда работал. Он показался мне таким горячим парнем, что теперь меня всю распаляет при мысли о нем. Он принес пива, и мы посидели и поговорили. Думаю, он хочет пригласить меня на свидание, но не решается, потому что работает на меня. Могу ли я сама пригласить его куда-нибудь при таких обстоятельствах?*

*Чери*

### **Из архивов Грега:**

*Дорогая леди Секретный Сад!*

*Он и сам может вас пригласить. Вы что, никогда не смотрели порно? Надеюсь, он подоспеет раньше, чем разносчик пиццы. Но если серьезно, раз ему не передались ваши чувства во время распития пива в саду, то вовсе не потому, что вы для него строгий работодатель. Пора остановиться и взглянуть правде в глаза: он просто на вас не запал.*

Позвольте вновь повторить: несмотря на правила, запрещающие сексуальные домогательства, и практику докладных записок начальнику по этому поводу, мужчина пригласит на свидание женщину, которая стоит выше его на социальной лестнице, если она действительно ему нравится. Я допускаю, что вам, возможно, следует проявить к нему больше благосклонности, чем обычно. Вы можете намекнуть Джо и ни-курьеру или Филиппу-живодеру, что питаете к нему симпатию, но не следует помогать ему приглашать вас на свидание. Опять повторяюсь, милые дамы: того, что вы улыбнетесь и игриво подмигнете ему, будет вполне достаточно.

Кстати, а почему вы встречаетесь с живодером?

Шутка, он неплохой парень.

<b>Оправдание типа «Может быть, он не хочет торопить события»</b>
---

*Дорогой Грег!*

*Один парень постоянно звонит мне. Он недавно развелся и состоит в Обществе анонимных алкоголиков, в последнее время мы стали больше общаться; перезванивались, а потом встретились два раза в течение одной недели. И это было действительно здорово. Не было ни флирта, ни*



секса, ничего подобного, просто весело. С тех пор он все время звонит, но даже не пытается предложить мне увидеться снова. Как будто он испугался или что-то вроде того. И я бы с пониманием отнеслась к тому, что из-за всей этой кутерьмы с разводом / алкоголизмом / началом новой жизни он не хочет торопиться строить новые отношения. Но он постоянно звонит мне, часами изливая душу по телефону. Что мне, черт возьми, делать с этим парнем?

Джен

### **Из архивов Грега:**

*Дорогая Задушевная Беседа!*

К великому сожалению, нежелание встречаться является непреодолимым препятствием на пути к романтическим отношениям. А что касается недавно разведенного / вновь протрезвевшего / начавшего новую жизнь молодого человека, то он нагоняет на меня сон. Что-то стало жарко, пойду-ка я вздремну. А когда проснусь, то с удивлением узнаю, что ваш друг наконец-то наладил свою жизнь. Вы же так и будете сидеть у телефона в ожидании приглашения на свидание, потому что, несмотря на все оправдания, которые вы ему находите, он так и не соберется вас пригласить. Так вот, если вы относитесь к тем, кого удовлетворяет вполне сносный телефонный роман, то наслаждайтесь задушевыми беседами дальше! Но на сегодняшний день кажется, что не так уж он вами увлекся. Будьте его другом, если вам это интересно, но что касается любовных отношений, обратите свой взор на более подходящего кандидата в будущие супруги.

Если вы на самом деле нравитесь мужчине, но существуют глубоко личные причины, по которым он не хочет торопить события, **он немедленно скажет вам об этом**. Он не оставит вас в неведении, так как ему нужна уверенность, что вы не разочаруетесь и не исчезнете из его жизни.

### **Оправдание типа «Но он ведь дал мне свой номер телефона»**

*Дорогой Грег!*

На этой неделе я познакомилась в баре с очень симпатичным парнем. Он оставил мне свой номер и попросил как-нибудь ему позвонить. Я

подумала: это здорово, что таким образом он дал мне возможность взять инициативу в свои руки. Я ведь могу позвонить ему?

Лорен

**Из архивов Грега:**

*Дорогая леди Строгий Командир!*

Дал ли он вам возможность взять ситуацию под контроль или взвалил на вас непосильный груз? На деле он показал вам старый испытанный фокус, который всегда работает. Вам кажется, что он дал вам возможность взять инициативу на себя, но в действительности сам будет решать, захочет ли он встретиться с вами или сделать ответный звонок. Почему бы вам не взять бумажку с номером этого Копперфильда, завернуть ее в газету, закатать трубочкой, налить туда молока и обнаружить, что заветные цифры исчезли?

«Позвони мне», «Отправь мне и-мейл», «Скажи Джои, что надо как-нибудь встретиться всем вместе». **Не позволяйте ему при помощи дешевых трюков заставить вас самой пригласить его на свидание. Если вы интересуете мужчину, он возьмет все хлопоты на себя.** Я знаю, это звучит несколько старомодно, но когда мужчине нравится женщина, он приглашает ее на свидание.

<b>Оправдание типа «Возможно, он про меня забыл»</b>
--

*Дорогой Грег*

Так вот, Грег... Рассказываю: я была на конференции и познакомилась с парнем из другого филиала нашей компании. Мы сразу же почувствовали взаимную симпатию. И клянусь, он уже почти попросил у меня номер телефона, когда случилась печально известная авария энергосистемы 2003 года. Во всей этой суматохе я так и не дала ему своего номера. Я думаю, что авария 2003-го — не такой плохой предлог, чтобы самой позвонить ему, разве нет? Выло бы просто проявлением элементарной вежливости осведомиться, как у него дела, верно? Если я не позвоню, он, возможно, расстроится и решит, что он не так уж сильно мне понравился.

Джуди

**Из архивов Грега:**

*Дорогая Аварийная Джуди!*

*Весь город был в отключке. Но он-то нет. Вы сказали, что работаете в разных филиалах одной компании. Разумеется, с тех пор у него не выдалось свободной минутки чтобы найти вас в списке сотрудников компании или в базе адресов электронной почты. Будь он не таким изобретательным, как вы, то, думаю, мог бы попросить совета у матери, сестры или подруги, если бы вы его действительно интересовали.*

*P.S. Как вам не стыдно использовать аварию на восточном побережье в качестве предлога для того, чтобы позвонить мужчине!*

*Будьте уверены, вы произвели на него впечатление. А теперь оставьте все как есть. Если вы ему нравитесь, он будет помнить о вас даже после цунами, наводнения или поражения «Ред соке» в очередном матче. Если же он о вас забыл, не стоит тратить на него время. Знаете почему? Потому что вы великолепны. (Эй, только не вздумайте задирать нос.)*

<b>Оправдания типа «Может быть, я не хочу никого обманывать»</b>
--

*Дорогой Грег*

*Это просто тупо. Я знаю, что девушки не должны звонить молодым людям, но я всегда сама звоню парням, потому что мне все равно. Я не желаю никого обманывать. Я делаю то, что мне хочется! Я звонила парням тысячу раз. Вы такой зануда, Грег. Почему вы считаете, что женщинам нельзя звонить мужчинам и приглашать их на свидания?*

*Никки*

**Из архивов Грега:**

*Дорогая Никки!*

*Я так считаю, потому что мужчинам это не нравится. Ладно, может, некоторых парней это устраивает, но тогда они просто лентяи. А кто захочет встречаться с парнем-лентяем? Это же так очевидно. Не я придумал такие правила и в чем-то даже могу с ними не соглашаться, и не надо злиться на меня, Никки. я не выступаю за то, чтобы женщины вели себя так, как в каменном веке. Вероятно, вам нужно научиться трезво смотреть на вещи и подумать, способны ли вы изменить первобытные инстинкты, которые до сих пор управляют людьми.*

*Хотя, может быть, именно вам суждено выполнить эту миссию.*

Мужчины в большинстве своем получают удовольствие, добиваясь женщины. Нам нравится, когда мы не знаем, поймем птичку в сети или нет. И мы чувствуем глубокое удовлетворение, когда это удастся. Особенно если охота была долгой. Мы знаем, что в мире произошла сексуальная революция. (И нам это очень понравилось.) Мы знаем, что женщины могут управлять государством, возглавлять международные организации, умудряясь одновременно и воспитывать хороших детей. Но это, однако, не меняет натуру мужчин.

### **ЭТО ТАК ПРОСТО**

А теперь представьте, что я прыгаю на обеих ногах и грожу кулаком небесам. Я падаю на колени и умоляю вас, произнося следующие слова очень громко и отчетливо: «Пожалуйста, усвойте хотя бы одно из всего, что я пишу на страницах этой книги. При общении с мужчинами принимайте их такими, какие они есть, а не такими, какими вы хотели бы их видеть». Я знаю, эта идея может показаться вам просто возмутительной: мужчинам нравится охотиться, а вы должны позволить им охотиться за вами. Я знаю, это оскорбительно, это отвратительно. И все же это правда. Я твердо верю в то, что если вам приходится предпринимать активные действия, преследовать вашего избранника, приглашать его на свидания девять раз из десяти, то скорее всего не так уж сильно вы ему нравитесь. (А ведь мы добиваемся, дорогие дамы, того, чтобы вы поверили: вы прекрасны!) У меня не хватит воздуха в легких, чтобы крикнуть достаточно громко: супер привлекательная леди, читающая эту книгу, вы достойны того, чтобы вас пригласили на свидание!

### **ВОТ ПОЧЕМУ ЭТО ТРУДНО**

**Лиз:**

Ну да, все это очевидно. Вы хотите сказать, что мы должны сидеть сложа руки и ждать у моря погоды? Не знаю, как вас, а меня эта мысль приводит в ярость. Меня всегда учили, что труд и стремление к

поставленным целям и есть ключ к исполнению всех желаний. Я массу времени и сил потратила, чтобы добиться того, чего хотела: много работала ради карьеры, звонила разным людям, встречалась с ними, просила их сделать мне одолжение. У меня была активная жизненная позиция. А теперь Грег говорит, что в этой ситуации мы не должны делать ровным счетом ничего. Это мужчины выбирают, с кем им быть, а нам остается нарядиться в короткое платьице, сделать прическу и хлопать ресничками в надежде на то, что они выберут нас. Почему бы мне просто не затянуть корсет потуже, чтобы упасть в обморок перед каким-нибудь мужчиной, который поднимет меня с дороги, прежде чем я попаду под колеса повозки, запряженной лошадьми? По крайней мере это привлечет его внимание.

Действительно, в наше время самое сложное для многих женщин и для меня в особенности — это не делать ничего. Нам нравится строить планы, делать телефонные звонки, ощущать уверенность в завтрашнем дне. И здесь я имею в виду нечто большее, чем лишний поход к парикмахеру с целью проверить, не торчат ли волосы в разные стороны. Я полагаю, большинство женщин, которые встречаются с мужчинами, не страдают от ежедневных визитов своих избранников. Иногда в отношениях наступает период затишья и никто не приглашает нас на свидание. Поэтому когда мы встречаем мужчину, который может стать объектом наших воздыханий, нам еще труднее занять выжидающую позицию. Ведь такой шанс может больше не представиться.

И что же? Действовать по-своему? Как бы не так — это мы уже проходили. У меня не сложилось хороших отношений ни с одним парнем, которого я пыталась завоевать. Я уверена, в жизни есть достаточно примеров, опровергающих мой опыт. Для многих все заканчивалось тем, что мужчина либо воссоединялся со своей бывшей подружкой, брал тайм-аут на размышление, либо уезжал из города по делам. У меня, как правило, до такого дело не доходило. Обычно они просто не перезванивали. И позвольте заметить, что это отнюдь не принесло мне ощущения контроля над ситуацией.

С тех пор как я стала применять на практике теорию Грегa «Не так уж сильно вы ему нравитесь», я почувствовала себя **намного** увереннее. Потому что если мужчина приглашает вас, меня, он добивается моей благосклонности, то на самом деле именно я контролирую ситуацию. Не нужно строить планы или плести интриги. И самое прекрасное в этом — понимать, что моя единственная задача — быть самой счастливой, любить себя всей душой, наслаждаться жизнью и брать от нее все, вместо того чтобы мучиться и ждать, пока кто-нибудь захочет со мной встретиться.

Самое главное: всем нам полезно помнить о том, что не нужно плести интриги, строить планы и унижаться, чтобы кто-то пригласил нас на свидание. Мы ведь великолепны.

## **А ВОТ КАК ВСЕ ДОЛЖНО БЫТЬ**

**Грег:**

Как-то вечером я сидел в баре и заигрывал с девушкой-барменом. Я попросил у нее номер телефона. Она ответила: «Я никому не даю свой номер, потому что мужчины редко звонят мне, хотя говорят, что непременно собираются это сделать. Меня зовут Линдси Адаме, и если ты хочешь позвонить мне, то найди мой номер сам». Именно это я и сделал — уже на следующий день. Знаете, сколько женщин по имени Линдси Адамс значится в телефонной книге большого города? Просто скажу, что мне пришлось сделать восемь или девять звонков, прежде чем я нашел ту, которую искал.

Один из актеров, работающих со мной, познакомился с девушкой, когда выступал на каком-то авианосце. Но уже через десять минут после знакомства она исчезла у него из виду. Однако она так вскружила ему голову, что он ухитрился найти ее в рядах Вооруженных сил. Сейчас они женаты.

## **ГРЕГ, У МЕНЯ ПОЛУЧИЛОСЬ!**

**Лесли, 29 лет**

Грег! У меня получилось. Я пошла на вечеринку и познакомилась с молодым человеком. Мы разговорились, сидя вместе в углу. Он спросил, есть ли у меня кто-нибудь, и вроде обрадовался, когда я сказала, что нет. Каждый раз, когда мы прерывали разговор, чтобы пообщаться с другими людьми или сходить за напитками, он, казалось, все время следил за мной. Это было действительно приятно. Я прямо-таки трепетала от волнения. «О Боже, — думала я, — кажется, наконец-то встретила стоящего парня!» Он не попросил у меня номер телефона, но у нас много общих друзей на этот случай, поэтому я решила, что он просто не хочет показывать мне свою симпатию. Но он так и не позвонил! И знаете что?

*Раньше я бы начала обзванивать наших общих друзей, наводить справки, стараясь выяснить, что во все-таки случилось, и, возможно, раздумывать над тем, как увидеть его снова. Но вместо этого я собираюсь идти дальше! Какая разница, что там у него произошло?! Если он не зовет меня на свидание, то почему я должна сойти по нему с ума? Как раз сегодня вечером я собираюсь сходить куда-нибудь и попытаться познакомиться с кем-нибудь еще.*

### **ЕСЛИ ВЫ НЕ ВЕРИТЕ ГРЕГУ**

Мы провели абсолютно антинаучный опрос. В нем участвовали двадцать наших друзей мужского пола (от двадцати шести до сорока пяти лет), которые уже давно нашли свои вторые половинки. Ни один из романов этих мужчин не начался с того, что женщина первая пригласила юс на свидание. Один парень даже сказал: «Если бы она это сделала, было бы не так интересно».

### **ЧТО ВЫ ДОЛЖНЫ БЫЛИ УСВОИТЬ ИЗ ЭТОЙ ГЛАВЫ:**

- Любое оправдание, по сути, значит, что вы мало его интересуете. Мужчины не боятся «разрушить дружбу».
- Не поддавайтесь на его уловки и не приглашайте его на свидание. Если вы ему нравитесь, он сам вас пригласит.
- Если вы можете его найти, значит, он может найти вас. Если он захочет вас найти, он это сделает.
- Тот факт, что вам нравится играть на музыкальных инструментах, не значит, что он захочет плясать под вашу дудку. Некоторые модели поведения вышли из лона самой природы и остаются актуальными до сих пор.
- «Эй, давай встретимся на такой-то вечеринке/в каком-нибудь баре / дома у друга» не относится к разряду приглашений на свидание. Даже если вы живете в Нью-Йорке.
- Мужчина хорошо помнит, понравились ли вы ему при встрече. Поэтому положите трубку.
- Вы достаточно хороши для того, чтобы вас пригласили на свидание.

## ***Наша суперклассная и по-настоящему полезная рабочая тетрадь***

Ну разве можно обойтись без рабочей тетради, читая книгу о том, как наладить свою жизнь? Все главы, написанные нами, так дерзки и содержат так много полезной информации, что мы хотим удостовериться: после прочтения книги вы сохраните в памяти все наши мудрые рекомендации. Всем, кто хочет передать свои проблемы обычному карандашу, эта тетрадь окажет неоценимую помощь. Просто попробуйте.

С любовью,  
*Грег и Лиз*

Помните, как в школе вам запрещали писать в учебниках? А теперь выбросьте это из головы! Берите ручку и перечислите пять убедительных и веских причин, по которым, по вашему мнению, вы непременно должны позвонить ему.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

Отложите книгу на час. Или хотя бы на десять минут. А потом спросите себя: «Я выгляжу жалко? Я похожа на человека, который не доверяет своей врожденной чувственности?» Да, это именно так! А теперь засуньте в карман указательный палец, которым вы обычно набираете номер телефона, сходите куда-нибудь и развейтесь.

P.S. Вы только что выполнили в рабочей тетради упражнение по поводу парня, который даже не удосужился вам позвонить. И зачем он вам такой нужен?



## 2. НЕ ТАК УЖ СИЛЬНО ВЫ ЕМУ НРАВИТЕСЬ, ЕСЛИ ОН ВАМ НЕ ЗВОНИТ

*Мужчины умеют пользоваться телефоном*

Разумеется, они утверждают, что очень заняты. У них на работе выдался такой сумасшедший день, что не нашлось ни одной свободной минутки, когда они могли бы взять трубку и позвонить вам. Вот такой был безумный день. Полная чепуха. В эпоху сотовых телефонов, когда существует такое чудесное изобретение, как ускоренный набор номера, просто невозможно **не позвонить** вам. Иногда, когда мой мобильник лежит в кармане брюк, он сам начинает набирать номера людей, которым я даже не собирался звонить. Хотя порой и пытаемся убедить вас в обратном, мы, мужчины, во многом с вами схожи. Нам приятно отвлечься от рутины рабочего дня и поговорить с симпатичным человеком. Это делает нас счастливыми. А желание быть счастливым нам не чуждо. Так же, как и вам. Если бы вы действительно мне нравились, разговор раскрасил бы мой жутко занятой день всеми цветами радуги. И несмотря на массу дел, я бы нашел время, чтобы позвонить вам и услышать ваш голос.

**Оправдание типа «Но он ведь так часто находится в разъездах»**

*Дорогой Гроз!*

*Недавно я начала встречаться с очень приятным молодым человеком. Он нежен, он ласков, он внимателен. Но в последнее время наши отношения превратились в роман на расстоянии из-за его работы. Во-первых, проблема в том, что он не звонит мне, несмотря на то что обещал позвонить. И вообще я не могу сказать, что он часто мне звонит. Проходит неделя, потом я звоню ему, потом, спустя четыре-пять дней, он сам мне звонит. И когда мы разговариваем по телефону, он называет меня «солнышко», «малышка», говорит: «Я так по тебе скучаю» — и спрашивает: «Когда мы снова увидимся?» Может быть, он просто не сильно мной увлечен? Или следует отнести эти отношения к разряду*

сумасшедших романов на расстоянии?

Двина

**Из архивов Грега:**

*Эй, леди Сумасшедший-роман-на-расстоянии!*

Единственное расстояние, которое нужно принять во внимание, находится между вами и фактической реальностью. (Признаю, это не очень красиво с моей стороны.) Привести пример? Цитирую, в начале письма вы сообщили: «Он нежен, он ласков, он внимателен». Но через несколько предложений читаем: «Он не звонит мне, несмотря на то что обещал позвонить. И вообще я не могу сказать, что он часто мне звонит». Это с совсем не похоже на ласку я внимание. Здесь также нет и следа нежности, зато есть протоптанная дорожка, ведущая вас к табличке, на которой большими буквами написано: «Просто ты не так уж сильно мне нравишься». Тогда вы спросите, почему он такой милый, когда звонит? Потому что большинство мужчин трусы и они скорее дождутся конца света, чем обрушат на вас плохие новости. Возьмите себе на заметку: мужчина, который вами интересуется, хочет проводить с вами время. И он удовольствуется пятью телефонными звонками только в том случае, если никак не успевает на самолет, чтобы примчаться к вам.

Не давайте им задурить вам голову «зайчиками» и «крошками». Эти милые словечки — просто сотрясание воздуха. Произнести их гораздо легче, чем сказать: «Ты просто не в моем вкусе». И помните: людей судят по их поступкам, а не по отговоркам вроде «Там, куда я еду, сотовый не работает».

**Оправдание типа «Но у него голова занята совсем другими делами»**

*Дорогой Грег!*

В канун Нового года парень, с которым я встречалась уже несколько раз и который просто сводил меня с ума, не привел на свидание. Я позвонила ему, а он извиняющимся тоном объяснил, что ему пришлось уехать из города, потому что у него заболела мать. Он совершенно забыл позвонить мне. Я ничего не понимаю. Его мать действительно больна, но не так серьезно, чтобы бросить все и уехать к ней. Ему пришлось отправиться в Коннектикут. Грег, мне очень нравится этот парень.

*Пожалуйста, подтвердите, что болезнь матери — это уважительная причина и я могу простить его и верить, что он все еще неравнодушен ко мне.*

*Бобби*

### **Из архивов Грега:**

*Дорогая леди Новый Год!*

*Ах да. Прикрытие в виде больной матери — это нелепое оправдание. Потому что, что бы он вам ни говорил, это значит: «Я не думаю о тебе». Ведь если бы он думал о вас, он обязательно бы позвонил, извинился и предупредил, что не сможет провести с вами вечер. Если нашлось время собрать вещи и уехать, то его хватило бы и на то, чтобы позвонить вам, но он решил этого не делать. (Вы называете это «забыл», а я говорю «решил этого не делать».) Если тебе кто-то нравится, этот человек не покидает твои мысли. Особенно накануне Нового года. Я знаю, может показаться, что у него в самом деле была уважительная причина, но, к сожалению, вы должны признать, что ваш Новый год начался с большого бокала шампанского под названием «Он на вас не запал». Подождите, пока пройдет похмелье, и найдите мужчину, который не будет забывать вам звонить.*

Самый важный вопрос здесь звучит так: «Это нормально, если мужчина забыл мне позвонить?» Я отвечаю: «Нет». За исключением случаев форс-мажора, если нужно срочно отвезти кого-то в больницу, если его уволили с работы или если кто-то угнал его «феррари» (шутка), он никогда не должен забывать о том, что обещал позвонить вам. Если вы на самом деле мне нравитесь, я не забуду о вас никогда. Разве вы не ждете такого парня, который скорее забудет обо всем, что было в его жизни, чем забудет о вас?

<b>Оправдание типа «Он говорит не то, что думает на самом деле»</b>
---

*Дорогой Грег!*

*Я встречаюсь с парнем, который всегда заканчивает разговор тем, что обещает позвонить мне в определенное время. Он говорит что-то вроде «Я позвоню тебе в выходные» или «Я позвоню тебе завтра». А если ему звонят по другой линии, он обещает: «Я перезвоню тебе через пару*

минут». И не звонит. В итоге он всегда звонит сам, но никогда не звонит тогда, когда обещал позвонить. Это о чем-то говорит? Или мне просто лучше игнорировать то, что он говорит, когда мы прощаемся по телефону?

Энни

### **Из архивов Грега:**

*Дорогая леди Утомленная-ожиданием-звонка!*

Да, это действительно говорит о многом. По сути дела, о том, что не так уж сильно вы ему нравитесь. Вот в чем вся проблема. В конце свидания или телефонного разговора многие мужчины говорят вам то, что, как им кажется, вы бы хотели услышать. Они считают, что это лучше, чем ничего. Некоторые парни лгут, другие действительно говорят то, что думают. А вот как узнать, к какому типу принадлежит ваш избранник: вы можете быть уверены, что он говорит правду, если он делает то, что обещал сделать. А вот еще одна мысль, над которой сто́ит задуматься: если ты пообещал человеку позвонить ему и действительно это делаешь, то таким образом ты закладываешь первый кирпичик в фундаменте дома взаимной любви и доверия, который хочешь построить вместе с этим человеком. Если же ты не можешь заложить этот злополучный кирпич, то у вас никогда не получится построить хороший дом. А на улице очень холодно.

Мы превратились в кучку слюнявых людишек — говорим не то, что думаем, даем обещания, которых не можем сдержать. «Я позвоню тебе». «Давай встретимся». Мы знаем, что этого не произойдет. На бирже человеческих взаимоотношений наши слова продают за гроши. И с каждым днем все становится только хуже: теперь мы даже не удивляемся, когда люди не выполняют своих обещаний. Более того, мы не знаем, как пристыдить грязного лжеца и уличить его в том, что он не сдержал данного слова. Поэтому если парень, с которым вы встречаетесь, не звонит вам, несмотря на все свои обещания, то стоит ли на нем заикливаться? Ведь вам нужен мужчина, который по крайней мере может сдержать слово.

<p><b>Оправдание типа «Наверное, у нас просто разные взгляды на эту проблему»</b></p>
---

*Дорогой Грег!*

*У меня есть бойфренд, с которым я живу, но он не любит разговаривать по телефону. Поэтому когда он уезжает из города, он ни за что мне не позвонит, даже чтобы сказать, что нормально добрался. Он просто не звонит мне, и точка. А по делам он уезжает довольно часто. Мы все время ругаемся по этому поводу. Иногда я думаю, что мы просто относимся к этой проблеме по-разному и что мне придется пойти на компромисс. Но потом до меня начинает доходить, что когда ты увлечен другим человеком, то сам захочешь позвонить ему и поговорить с ним, если ты находишься в отъезде. Я сумасшедшая?*

*Рэйчел*

### **Из архивов Грега:**

*Дорогая Не Сумасшедшая!*

*Если только ваш любимый не шпион, его поведение нельзя оправдать ничем. По долгу службы мне часто приходится путешествовать, при этом я звоню жене три или четыре раза в день. Однако иногда нам не удается связаться из-за разницы в часовых поясах. Но мы оба всегда оставляем друг другу сообщения, нужно признать, что, как мужчина, я не люблю, когда мне говорят, что я должен позвонить домой. Моя жена никогда этого не делает, и поэтому я звоню ей так часто. Мы не устанавливали никаких правил по поводу того, кто и когда должен позвонить. Но мы любим друг друга так сильно, что хотим общаться каждый день, если не каждый час. Послушайте, я и правда думаю, что разлука может принести пользу отношениям. Если ты скучаешь, когда любимого человека нет рядом, — это признак здоровых отношений. А нежелание уважать вашу потребность в хоть каком-то его внимании, когда он находится в отъезде, таковым признаком не является. Если он испытывает к вам уважение и волнуется за вас, то, несмотря на всю свою нелюбовь к телефонным разговорам, он должен найти в себе силы позвонить вам. Хотя бы потому, что это сделает вас счастливой.*

Да, порой кажется, что телефон — это всего лишь аппарат для передачи голоса на расстояние при помощи определенных сигналов, который существует в различных модификациях: радиотелефон, мобильный телефон, переносной телефон. Но дело в том, что формально телефон стал одним из самых важных символов любовных отношений. Телефонный звонок — это всего лишь телефонный звонок или это проявление заботы с его стороны? Вероятно, и то, и другое. Достойный

мужчина прекрасно знает об этом и всегда использует средство связи по назначению. А к письмам по электронной почте это не имеет никакого отношения.

### **Оправдание типа «Но он же такая важная птица»**

*Дорогой Грег!*

*Вы просто тупой! Парень, с которым я встречаюсь (кстати, Грег, я первая пригласила его на свидание), — очень большая шишка и всегда жутко занят. Он работает клипмейкером и часто уезжает на съемки, и вообще у него целая куча профессиональных обязанностей. Иногда, когда ему приходится уехать по работе, он пропадает на много-много дней. Он действительно занят, Грег! Некоторые парни действительно очень-очень заняты! У вас что, никогда не было дней, когда вы были перегружены работой? Я смирилась и больше не капаю ему на мозги по этому поводу, потому что знаю: это цена, которую приходится платить за то, чтобы встречаться с успешным и деловым парнем. Почему вы хотите превратить всех женщин в таких несамодостаточных существ?!*

*Никки*

**Из архивов Грега:**

*Дорогая Никки!*

*Очень приятно вновь получить от вас весточку. Все не совсем так. Послушайте, Никки... «Очень занят» значит то же самое, что и «не так уж сильно увлечен вами». «Очень большая шишка» читайте как «а ты всего лишь мелкая сошка». Это же здорово, что вы «поймали в сети» такого человека, который, даже по вашему мнению, намного лучше вас. Он слишком занят и слишком важен, для того чтобы пригласить вас на свидание или позвонить вам... Какая крупная рыбина! Поздравляю вас с успешным началом псевдоромана! Наверно, очень приятно сознавать, что твой номер забит в телефонную книжку на мобильнике суперсексуального, важного и очень делового парня, даже если он никогда тебе не звонит. Вероятно, вам страшно завидуют все женщины, с которыми он действительно встречается.*

А сейчас я собираюсь сделать возмутительное, резкое и безапелляционное заявление, касающееся отношений между мужчиной и

женщиной: слово «занят» — это полная чушь, его обычно употребляют ослы. Слово «занят» подобно оружию массового поражения, которое одним залпом может разрушить любые отношения. Чрезвычайная «занятость» может показаться убедительным оправданием, но на деле за этим понятием всегда скрывается мужчина, который не был заинтересован в том, чтобы вам позвонить. Помните: у мужчин всегда найдется время, чтобы добиться того, чего они хотят.

### **ЭТО ТАК ПРОСТО**

К сожалению, милые дамы, я не могу все время находиться рядом с вами, отметаая нелепые оправдания и соответственно отгоняя недостойных мужчин, которые встречаются на вашем пути. Зато я могу нарисовать вам примерную картину того, что не должно омрачать отношения с человеком, которому вы действительно нравитесь. Вы никогда не будете, дергаясь, дежурить у телефона и ждать, когда он наконец зазвонит. Вы никогда не будете расстраивать планы провести вечер с друзьями из-за того, что каждые пятнадцать минут начнете узнавать, не оставил ли он для вас сообщения. Вы никогда не будете ненавидеть себя за то, что позвонили ему, хотя знали, что не должны были этого делать. Но вы **обязательно** будете окружены такой заботой и вниманием, что все эти телефонные глупости вообще не будут вас волновать. Вы будете слишком увлечены его благоговением перед вами.

### **ВОТ ПОЧЕМУ ЭТО ТРУДНО**

**Лиз:**

Мы умные. Мы все понимаем. Мы знаем, что мужчины должны быть заботливыми, внимательными и обходительными. О Боже, я просто хочу сказать, что мы не идиотки. Мы знаем, что если они пообещали, то должны позвонить и таким образом проявить внимание и заботу. Тьфу!

И вот, как только мне кажется, что эта мысль отложилась в подкорке моего не самого гениального мозга, я встречаю парня, у которого на самом деле есть идеальное оправдание для его дурацкого поведения. Его семья действительно разваливается, и ему приходится думать обо всех ее членах.

Он **действительно** переезжает в новую квартиру, раньше он и представить себе не мог, что это будет так сложно. У него действительно полный завал на работе, и ему приходится проводить много времени в офисе, но при всем при этом я действительно, в самом-самом деле ему нравлюсь. И он тоже мне так сильно нравится, черт побери, что я готова немного потерпеть, ослабить хватку и посмотреть, что из этого выйдет.

Теоретически я понимаю, что должна порвать с ним. Ведь я пишу проклятую книгу именно об этом. Но когда понимаешь, что после этого разрыва ты вряд ли сразу встретишь подходящего мужчину (и в итоге придется согласиться на гораздо худший вариант), то трудно решить, в каких случаях пора ставить жирную точку, а в каких — продолжать отношения. Должна ли я его бросить, если он забыл мне позвонить однажды вечером? Или я должна его бросить, когда он забывает позвонить мне целых три раза? Очень нелегко встретить человека, который привлекает и волнует тебя. И всегда хочется верить, что мужчины, с которыми ты знакомишься, честные, добрые и имеют в отношении тебя самые благие намерения. А когда тебе впервые режет глаз проблеск его дурного поведения, то сначала больше всего начинаешь надеяться: это было совсем не то, что ты подумала. И хочешь удостовериться в том, что твоя реакция не была слишком резкой и ты не наказала его слишком сильно за ошибки других мужчин. Мы живем в очень сложном и запутанном мире. И когда я начинаю с кем-то встречаться, то не могу ведь каждый раз звонить Грегу и спрашивать, что мне делать.

Поэтому сейчас я просто пытаюсь замечать то, что в поведении того или иного парня вызывает у меня отрицательные эмоции — когда я начинаю чувствовать себя так, словно он заставил меня страдать. Маленький укол разочарования из-за того, что он не позвонил, хотя и обещал? Ну ладно, это еще ничего. Посмотрим, что будет дальше. Постоянное чувство тревоги из-за того, что на него вообще нельзя положиться? Это уже плохо. Слезы? Очень плохо. Встречи и свидания с человеком, который тебе нравится, должны приносить радость, а не боль. Именно этого правила и следует придерживаться, несмотря на все жизненные обстоятельства (читайте: оправдания). И это нелегко. Но давайте не будем забывать о следующем: очередной потрясающий новый знакомый, находящий массу убедительных оправданий своему нелепому поведению, — это всего лишь еще один мужчина, который хочет сделать нам больно.



## **А ВОТ КАК ВСЕ ДОЛЖНО БЫТЬ**

### **Лиз:**

Когда мы с Грегом работали над этой книгой в Нью-Йорке, я заметила, что Грег часто звонит жене только для того, чтобы сказать: в данный момент он не может поговорить, но думает о ней и обязательно перезвонит позже. Не могу сказать, что у меня создалось впечатление, как будто эти звонки хоть сколько-нибудь его напрягали. Напротив, вес выглядело очень мило.

## **ГРЕГ, У МЕНЯ ПОЛУЧИЛОСЬ!**

*Трейси, 25 лет*

*Грег, у меня получилось! У меня было два свидания с одним парнем. После второго свидания мы переспали. Он сказал, что позвонит мне на следующий день (во вторник), но не звонил до выходных. Когда он мне позвонил, я сказала, что его поезд уже ушел. Он обалдел, но у меня и в самом деле нет столько свободного времени, чтобы тратить его на дерьмовые отношения. Впервые в жизни я повела себя таким образом, и мне это безумно понравилось!*

## **ЕСЛИ ВЫ НЕ ВЕРИТЕ ГРЕГУ**

Сто процентов опрошенных представителей сильного пола заявили: они всегда найдут минутку, чтобы позвонить женщине, которая им действительно нравится. Как заметил один весьма проницательный респондент: «Мужчина должен уметь определить для себя приоритеты».

## **Что вы должны были усвоить из этой главы**

- Если он вам не звонит, значит, он о вас не думает.
- Если он дает обещания, а потом подводит вас по мелочам, будьте

уверены: то же самое случится, когда дело дойдет до более серьезных вещей. Помните об этом и имейте в виду, что этому парню не составит труда разочаровать вас.

- Не стоит строить отношения с тем, кто не способен сдержать слово.
- Если он не желает делать ни малейших усилий, чтобы успокоить вас и сгладить назревающие конфликты в ваших отношениях, то он просто не уважает ваших чувств и потребностей.
- «Занят» — это то же самое, что и «осел». А «осел» — это то же самое, что и парень, с которым вы встречаетесь.
- Вы заслуживаете того, чтобы вам, черт возьми, позвонили.

### ***Наша суперклассная и по-настоящему полезная рабочая тетрадь***

Всем нравятся психологические тесты. Вот этот простенький тест для вас.

Парень, с которым у вас было одно свидание и потом вы с ним переспали, не звонит уже две недели. Ваши действия:

***А.** Приходите к выводу, что он был очень занят, потерял ваш номер телефона, получил удар кирпичом по голове и теперь страдает от кратковременной потери памяти, а вы непременно должны позвонить ему.*

***Б.** Бросаете работу, остаетесь дома, звоните в телефонную компанию и проверяете, нормально ли работает ваш телефон, и ждете дальше, когда он позвонит.*

***В.** Понимаете, что вы просто не так уж сильно ему понравились, и выбрасываете его из головы.*

Очень хорошо. Вы выбрали ответ **В**. Мы знали, что это будет легко. А вам разве не приятно осознавать, что ваш выбор был правильным?

### **3. НЕ ТАК УЖ СИЛЬНО ВЫ ЕМУ НРАВИТЕСЬ, ЕСЛИ ОН НЕ ПРИЗНАЕТ ТОТ ФАКТ, ЧТО ВЫ ВСТРЕЧАЕТЕСЬ**

*Проводить вместе время — не значит встречаться*

О да, свидания бывают самыми разными, особенно на раннем этапе отношений, когда все покрыто туманной пеленой загадочности и никто не задает лишних вопросов. Мужчинам очень нравится этот период, потому что именно тогда они могут притворяться, что не встречаются с вами. А еще они всем своим видом показывают, что не несут ответственности за ваши чувства. Когда приглашаешь человека на настоящее свидание, это звучит более или менее официально: «Я бы хотел встретиться с тобой наедине, чтобы выяснить, возможны ли у нас романтические отношения (при этом я по крайней мере притворяюсь, что внимательно слушаю женщину, хотя буду думать только о том, надела ли она сегодня трусики стринг)». На тот случай если у вас еще остались сомнения: на настоящем свидании люди обычно посещают какие-то интересные места, идут в ресторан и держатся за руки.

***Оправдание типа «Он только что пережил болезненный разрыв отношений»***

*Дорогой Грег!*

*Я очень, очень сильно влюблена в одного человека. Именно это я хотела сказать прежде всего. Между нами близкие отношения, он мой очень, очень хороший друг. Недавно его несчастливому браку пришел конец. Он мучительно переживает разрыв с женой, поэтому дал мне понять, что сейчас он просто не в состоянии брать на себя какие бы то ни было обязательства. Короче говоря, ему нравится приходить и исчезать, когда он того пожелает. Мы видимся и спим вместе уже шесть месяцев. Мне очень больно от того, что я не знаю, когда увижу его в следующий раз. А еще очень больно осознавать, что фактически я не его женщина. Мне не нравится, что я нахожусь в столь беспомощном положении, но думаю,*

*что если я найду в себе силы подождать, то в конце концов он станет моим. Но сейчас мне очень тяжело. Что же делать?*

*Лайза*

**Из архивов Грега:**

*Дорогая леди Очень-очень!*

*Давайте поговорим о вашем хорошем друге Джонни и о вашей крепкой дружбе с Джонни. Ему такой расклад только на руку. Так как во время его развода вы были его подругой, он всегда сможет пустить в ход козырь под названием «мы всего лишь друзья». Его вполне устраивает роль друга и возможность избежать ответственности, которую, как правило, приходится брать на себя официальному бойфренду. Кроме того, раз вы его «подруга», то вы вряд ли захотите подвергать его еще одному эмоциональному стрессу после «мучительного разрыва», который ему пришлось пережить. Он просто отлично устроился: у него замечательная подруга, которая обладает всеми преимуществами любовницы, и в то же время он видится с ней, только когда сам этого хочет. Возможно, он один из ваших самых близких друзей, но как мужчина он увлечен вами не так уж сильно.*

*Остерегайтесь слова «друг». Его часто употребляют мужчины или женщины, которые влюблены в этих мужчин, чтобы оправдать самое свинское поведение. Выбирая друзей, я отдаю предпочтение людям, которые меня не расстраивают.*

<p><b>Оправдание типа «Но мы действительно встречаемся»</b></p>
---

*Дорогой Грег!*

*Я встречаюсь с одним парнем уже три месяца. Мы спим вместе четыре или пять раз в неделю. Мы вместе посещаем разные мероприятия. Он всегда звонит мне, если обещает, и никогда не пытается обмануть меня. Мы здорово проводим время. Недавно он сказал, что не хочет называть себя бойфрендом ни одной девушки, так как он еще не готов к серьезным отношениям. Но я точно знаю, что больше он ни с кем не встречается. Я думаю, ему просто не нравится выражение «чей-то бойфренд». Грег, все говорят, что женщина должна судить о мужчине не по его словам, а по его поступкам. Значит ли это, что я должна*

игнорировать его слова и радоваться тому, что он хочет быть со мной? Ведь, несмотря на то что он говорит, правда в том, что я ему действительно нравлюсь?

Кейша

### **Из архивов Грега:**

*Дорогая леди Заткнувшая Уши!*

Я посмотрел в словаре человеческих отношений выражение «Я не хочу быть твоим молодым человеком», чтобы удостовериться в том, что не ошибся. Я оказался прав. Это до сих пор означает «Я не хочу быть твоим молодым человеком». Класс. И это говорит парень, который проводит с вами четыре или даже пять ночей в неделю. Должно быть, больно слышать это от него. Очень приятно осознавать, что «не ваш молодой человек» существует в вашей жизни, не возлагая на себя никаких обязательств. Только не совсем понятно, что от таких отношений получаете вы. Если вы хотите посвящать все свое время мужчине, который подчеркивает, что он не ваш молодой человек, то продолжайте в том же духе. Но я надеюсь, что вы все-таки встретите парня, который не скажет вам, глядя в глаза: «Не так уж сильно ты мне нравишься».

Мужчины, как и женщины, стремятся обрести чувство защищенности и безопасности, когда видят, что отношения становятся серьезными. Один из распространенных способов добиться этого — заявить свои права на любимого человека. Как ни странно, мужчины сами говорят: «Я твой бойфренд», или: «Я хотел бы стать твоим бойфрендом», или: «Если ты когда-нибудь бросишь того парня, с которым ты фактически не встречаешься, то я хотел бы стать твоим бойфрендом». Мужчина, который действительно увлечен вами, захочет, чтобы вы принадлежали ему безраздельно. А что в этом плохого, мои горячие дамочки?

### **Оправдание типа «Это лучше, чем ничего»**

*Дорогой Грег!*

Я встречаюсь с одним парнем уже весть месяцев. Мы видимся примерно раз в две недели, мы отлично проводим время, занимаемся сексом. Все это очень мило. Я подумала: пусть все идет так, как идет, и, возможно, мы станем встречаться чаще. Но все остается по-прежнему.

Он действительно нравится мне, поэтому я думаю: это лучше, чем ничего. Я знаю, он очень занятой человек и, наверное, просто не может встречаться со мной чаще. И мне вообще должно льстить то, что он уделяет мне столько времени, сколько может, и я, вероятно, очень ему нравлюсь. Я не права?

Лидия

### **Из архивов Грега:**

*Дорогая леди Лучше-чем-ничего.*

Ваша цель — это лучше, чем ничего? Правда? Я надеялся, вы будете стремиться хотя бы к тому, что намного лучше, чем ничего. А может, даже к чему-то. У вас крыша поехала? Почему вам должно льстить то, что он уделяет вам жалкие крохи своего времени? Тот факт, что он занят, но добавляет ему достоинства. «Занятой» не значит «самый хороший». По моим данным, парень, который может преспокойно существовать две недели, не видя вас, просто не очень вами увлекся.

О, как же легко вы забываете то, чему я вас учил! Позвольте напомнить: вам нужен мужчина, который хочет вас, регулярно звонит вам и заставляет вас чувствовать себя самой сексуальной и желанной женщиной на свете. Он жаждет видеть вас чаще и чаще, потому что с каждым разом его чувство крепнет, перерастая из симпатии в настоящую любовь. Уж я-то знаю. Отношения, при которых вы встречаетесь с мужчиной раз в две недели или раз в месяц, не ощущая ни любви, ни симпатии с его стороны, могут продлиться день, или неделю, или месяц. Но могут ли они продлиться всю жизнь?

### **Оправдание типа «Но его часто нет в городе»**

*Дорогой Грег!*

Я встречаюсь с парнем около четырех месяцев. Он часто уезжает по делам, поэтому видимся мы нерегулярно. Иногда мы начинаем проводить больше времени вместе, и как только я набираюсь спелости, чтобы поговорить о том, как дальше будут развиваться наши отношения, ему опять надо уезжать из города. Мне кажется, что глупо заводить такой разговор прямо перед его отъездом. А когда он возвращается, глупо спрашивать его об этом после того, как мы некоторое время не виделись.

Мне сложно поднять эту тему, ведь мне нравится быть с ним и я не хочу, чтобы разговор «об отношениях» разрушил то, что существует между нами.

Марисса

### **Из архивов Грега:**

*Дорогая Путешественница По Времени!*

Открою вам маленький секрет мужчин, которым часто приходится путешествовать: они всегда с нетерпением ждут отъезда. Им нравится участвовать в бонусных программах накопления баллов за полет. Им нравится то, что они могут улизнуть. В движущуюся мишень попасть труднее всего, но можно путешествовать и сохранять при этом отношения с любимым человеком, а можно путешествовать и всем своим видом демонстрировать, что тебя не связывают никакие отношения. К какому типу относится ваш избранник, определяется элементарно: если парень неустанно твердит, что расставание с вами для него хуже пытки, то это вариант номер один. А если, будучи в отъезде, он вовсе не беспокоится о том, что вы можете встретить кого-нибудь еще, то скорее всего вы сели на самолет авиакомпании «Он на вас не запал». Пристегните ремни.

Вы имеете полное право знать, что происходит между вами и вашим партнером и куда движутся ваши отношения. И чем больше будет крепнуть ваша уверенность в том, что вы заслужили это право (и еще великое множество подобных привилегий), тем легче вам будет задавать ему «важные вопросы». И при этом вы больше не будете волноваться и чувствовать себя неловко. Это я вам гарантирую.

## **ЭТО ТАК ПРОСТО**

Начиная с этого момента, прямо сейчас, когда вы читаете книгу, дайте себе торжественную клятву: в ваших новых романах не будет никакой загадочности, никакой двусмысленности, никакой неопределенности и никакой недосказанности. И, если это вообще возможно, попытайтесь хорошо узнать человека, прежде чем лечь с ним в постель.

## **ВОТ ПОЧЕМУ ЭТО ТРУДНО**

**Лиз:**

Ненавижу говорить о своих чувствах. Ненавижу говорить об «отношениях». Я знаю, **я** — женщина. А женщинам положено быть эмоциональными. Но я не такая. Мне вообще все это не нравится. А больше всего мне не нравится задавать парню вопросы, есть ли у наших отношений будущее и какие чувства он ко мне испытывает. Ох! Все должно происходить естественно, и легко, и непринужденно.

Так вот, наверное, если мне приходится думать, и планировать, и ломать голову над всевозможными способами, которые помогут выяснить, в каком положении я действительно нахожусь, то, вероятнее всего, мое положение не самое лучшее. О черт!

Но подождите... Начало нового романа приводит меня в ужас. Мы все уже достаточно пожили на свете и пережили разрыв отношений или хотя бы видели, как это происходит у других. Мы знаем, что если у отношений было начало, то всегда был (а если мы и сейчас с кем-то встречаемся, то будет) и конец. А расставание приносит только боль.

И конечно, все люди, в том числе женщины, прибегают ко всевозможным уловкам, хитростям и отвлекающим маневрам, только чтобы не заметить, что в их жизни начинается новый роман. И эта особенность человеческой природы представляется весьма полезной и обоснованной. Ну и что такого, если в самом начале в отношениях некоторое время присутствует некая неопределенность? Кто мечтает войти в роль сумасшедшей девицы, знающей, что происходит в душе парня, когда они только познакомились? О нет, как правило, хочется стать невозмутимой девушкой — девушкой, которая знает, как вести себя на свиданиях и не показаться слишком навязчивой. Именно такой девушкой я и хотела быть. И всегда была ею.

Вся проблема в том, что невозмутимая девушка тоже страдает, когда ей делают больно. Она тоже реагирует на то, как с ней обращаются. Она тоже надеется, что он позвонит. Ее тоже волнуют вопросы, когда она увидит его снова и хорошо ли ему с ней. Меня это просто бесит.

Может, такие проблемы возникают только у меня, потому что мои приоритеты менялись, по мере того как я становилась старше. Но теперь я не хочу «вроде как встречаться» с кем бы то ни было. Я не хочу «как бы проводить вместе время» с кем бы то ни было. Я не хочу тратить силы на то, чтобы подавлять собственные чувства и казаться безразличной. Я хочу



демонстрировать свою заинтересованность. Я хочу спать с человеком, который — я точно знаю — придет снова, потому что он уже доказал мне: он надежен и честен — и действительно увлечен мной. Разумеется, сначала нужно проявлять некоторую осторожность в выражении чувств. Эта осторожность нужна не для того, чтобы **мужчина** чувствовал себя комфортнее. Она нужна только для вас, потому что всегда следует помнить: вы хрупкое и драгоценное создание, которое должно тщательно и избирательно подходить к выбору того, кому подарить свою любовь. Именно так я и поступаю сейчас. И дела идут совсем не плохо.

### ***А ВОТ КАК ВСЕ ДОЛЖНО БЫТЬ***

**Грег:**

Моему другу Майку нравилась моя подруга Лора. Как-то после репетиции он пригласил ее на свидание; сейчас они женаты. Мой друг Рассел познакомился с девушкой по имени Эйми, они встречались, а потом поженились. Мой друг Джефф познакомился с девушкой, которая жила за городом. В следующие выходные он навестил ее и стал регулярно приезжать, пока не переехал к ней. Все действительно так просто. ***Все почти всегда так просто.***

### ***ГРЕГ, У МЕНЯ ПОЛУЧИЛОСЬ!***

*Коринна, 35 лет*

*Я встречалась с молодым человеком уже пару месяцев, когда до меня дошло, что он не очень мной увлечен. Раньше я бы ни за что не сдалась просто так, придумала бы ему кучу оправданий и провела бы с ним воспитательную беседу. Но на этот раз я решилась на небольшой эксперимент. Я предположила, что не так сильно ему нравлюсь, и перестала ему звонить. Как я и подозревала, он сам мне так и не позвонил! Не могу поверить, сколько времени я сэкономила, поняв, что наши отношения держатся только на мне, а я еще и хочу большего!*

## **ЕСЛИ ВЫ НЕ ВЕРИТЕ ГРЕГУ**

Сто процентов опрошенных мужчин заявили, что боязнь серьезных отношений никогда не удерживала их от того, чтобы начать новый роман. Один молодой человек даже заметил: «Боязнь серьезных отношений — это один из мифов большого города». А другой парень сказал: «Именно это мы говорим девушкам, которые в действительности не очень нам нравятся».

## **ЧТО ВЫ ДОЛЖНЫ БЫЛИ УСВОИТЬ ИЗ ЭТОЙ ГЛАВЫ**

- Мужчины говорят о своих чувствах, даже если вы отказываетесь слушать или не верите их признаниям. «Я не готов к серьезным отношениям» значит «Я не готов к серьезным отношениям с тобой» или «Я не уверен, что ты именно та женщина, которая мне нужна». (Прошу прощения.)

- «Лучше, чем ничего» не должно вас устраивать
- Если вы не понимаете, что происходит в ваших отношениях, то нет ничего страшного в том, чтобы притормозить и задать ему пару вопросов.
- Попахивает неопределенностью? Хорошего не жди.
- Есть на свете один парень, который захочет сообщить всем и каждому, что он ваш бойфренд. Хватит валять дурака, пойдите и найдите его.

## **Наша суперклассная и по-настоящему полезная рабочая тетрадь**

Нам не составляет труда давать советы. Честно говоря, это даже доставляет удовольствие. А еще это позволило нам узнать кое-что новое о себе. По крайней мере Лиз это точно касается. Почему бы вам тоже не попытаться? Забавно думать, что знаешь больше, чем другие люди!

*Дорогая Красотка, купившая эту книгу (это вы)!*

*Я встречаюсь с парнем уже несколько месяцев. И за все это время у нас не было ни одного настоящего свидания. Он всегда назначает встречу или в баре, или дома у друга. Кажется, он не хочет оставаться со мной*

*наедине, за исключением тех случаев, когда мы занимаемся сексом. Мне нравится спать с ним. Разве мы не можем заниматься этим и дальше, пока он не узнает меня лучше и поймет, что увлекся мной не на шутку?*

**ОТВЕТ:**

Если вы ответили правильно (это подразумевает, что вы посоветовали сей милой даме избавиться от проспиртованного Казановы и отправиться на поиски мужчины, который хотя бы отважится пригласить ее в пиццерию), то можете быть уверены: ваш мозг научился решать подобные задачи. Эта информация отложилась у вас в голове и, возможно, останется там навсегда. Гораздо легче увидеть, как в действительности обстоят дела, когда смотришь со стороны. И теперь, когда вы знаете, как действовать в таких ситуациях, можете использовать вновь приобретенную мудрость себе на благо.

## 4. НЕ ТАК УЖ СИЛЬНО ВЫ ЕМУ НРАВИТЕСЬ, ЕСЛИ ОН НЕ ХОЧЕТ ЗАНИМАТЬСЯ С ВАМИ СЕКСОМ

*Если мужчине нравится женщина, он всегда хочет  
прикоснуться к ней*

Дорогие дамы, и вам уже встречалось и еще встретится великое множество мужчин, пока вы еще молоды и привлекательны. Мне очень неприятно говорить вам об этом, но некоторые из этих мужчин просто решают, что вы не в их вкусе. Я знаю, вы горячая штучка, но такова жизнь. (Даже о Синди Кроуфорд некоторые парни говорят: «Не вижу в ней ничего красивого».) И ни один из тех мужчин, которым вы не нравитесь, **никогда и ни за что не скажет вам об этом**. А скажет он, что... он боится, переживает, изнывает от усталости, испытывает боль от перелома ноги, мучается от простуды, боится (опять). Но правда, простая, жестокая и горькая, ясна как белый день: вы его не привлекаете, а он не хочет делать вам больно. Если бы вы ему действительно нравились, ему пришлось бы ломать голову над другим — как удержать свои лапищи подальше от вас. Как же это очевидно! Если мужчина не пытается залезть к вам под юбку, то вы просто его не интересуете.

**Оправдание типа «Он боится, что ему опять будет больно»**

*Дорогой Грег!*

*Десять лет назад я встречалась с одним парнем. Мы не виделись много лет, а недавно столкнулись на улице. Мы снова начали встречаться, хотя мне но совсем понятно, можно ли так назвать то, что происходит между нами сейчас. Он не пытается поцеловать меня или прикоснуться ко мне. Но, Грег, мы ходим вместе танцевать сальсу, шатаемся по барам, гуляем до поздней ночи, болтаем, и танцуем, и смеемся, и флиртуем! Он постоянно говорит мне о том, как хорошо я выгляжу и как здорово проводить со мной время. Однажды вечером он признался мне в любви и выразил надежду на то, что я навсегда останусь в его жизни. Все мои*

друзья говорят: он просто боится, что я опять сделаю ему больно, и я должна потерпеть. Он в самом деле отличный парень. Разве не похоже на то, что он действительно влюблен в меня, но просто боится? Мы же танцуем сальсу, Грег, до четырех утра. Сальсу! Пожалуйста, посоветуйте мне, как быть.

Николь

### **Из архивов Грега:**

*Дорогая Сальса!*

Я парень. Если мне нравится женщина, я ее поцелую. А потом я начну фантазировать, как она выглядит в нижнем белье и без него. Я же мужчина. И это нормально. Не должно быть никаких «если», «или» и уж тем более никаких «но». Боится ли он? Да, он боится обидеть вас. Вот почему он никак не прояснил ситуацию с вашими отношениями. Возможно, он даже пытается заставить себя почувствовать к вам хоть что-то, говоря о своей любви и о том, что он не хочет вас терять, но мог бы с таким же успехом расписаться в вашем ежедневнике. Он любит вас как друга. Если бы он любил вас как женщину, он бы не смог контролировать себя и закрутил бы с вами бурный роман, несмотря на все страхи и неприятные воспоминания. Говорю вам, идите вперед! Найдите мужчину, который будет достоин вашей любви, и закружите его в страстном танце сальса.

Существует масса причин, по которым мужчина может не хотеть того, чтобы дружба переходила на «новый уровень развития». И на самом деле совершенно не важно, что это за причины и способны ли вы их понять. Самое главное, когда он начинает представлять себе, как вы занимаетесь сексом (можете мне поверить, мы действительно думаем о таких вещах), что-то вдруг его останавливает и он говорит себе: «Не-а». И прекращайте думать об этом, просто скажите себе: «Сам виноват».

**Оправдание типа «Я так свожу его с ума, что он не проявляет никакого интереса»**

*Дорогой Грег!*

Я уже месяц встречаюсь с одним парнем. Мы спали друг с другом, это было здорово. Как только наши отношения, казалось, стали «набирать

обороты», мы прекратили заниматься сексом. За все это время я оставалась у него на ночь четыре раза, и это заканчивалось тем... что мы просто засыпали вместе. Мы только обнимались и ласкали друг друга — а потом ничего. Это странно, но больше мы не занимаемся сексом. Для меня униительно спрашивать, что происходит. Поэтому я сделала такое предположение: все это из-за того, что я ему очень, очень сильно нравлюсь и он просто боится этого.

Салли

### **Из архивов Грегга:**

*Дорогая Ласка — и ничего более!*

Месяц? Месяц?! Ого что, такая дурацкая шутка? Через месяц мужчина должен чувствовать себя достаточно раскованно, чтобы завести разговор о сексуальных игрушках, о разных позициях, смазках и анальном сексе. Месяц? Единственное, от чего у него должна пухнуть голова, — это от раздумий над всевозможными способами доставить вам удовольствие. Но после месяца таких раздумий голова еще ни у кого не распухла. А теперь вам надо собраться с духом и спросить его, что происходит, — поговорить иногда тоже бывает полезно. Но у меня есть смутное предположение, что я уже знаю ответ. Поэтому говорю вам: идите дальше и не оглядывайтесь. И пусть он пришлет объяснения вашей соблазнительной попке, почему он не хочет спать с вами. А если он не хочет, то вы знаете, как действовать в таких случаях.

Ага, вот мы и добрались до противоречивого вопроса о «боязни серьезных отношений». Существует ли такое явление на самом деле? От этого лечится великое множество людей, этому посвящены тысячи книг, этим объясняется огромное количество самых отвратительных поступков. (Мы даже провели опрос по данной проблеме и рассказали о его результатах в предыдущей главе.) Конечно, многим людям в прошлом приходилось страдать, и теперь они боятся серьезных отношений. Но знаете что? Если вы действительно нравитесь мужчине, ничто не мешает ему добиться вас, даже боязнь серьезных отношений. Если у него действительно большие проблемы по этому поводу, он может отправиться на бестолковое лечение, но никогда не будет держать вас в неизвестности.

**Оправдание типа «Но это так здорово»**

*Дорогой Грег!*

*Я встречаюсь с парнем, который уже на первом свидании заявил мне, что моногамия не для него. Он в это не верит. Я все равно с ним переспала. Потом решила, что не стоит строить отношения с таким человеком. И я сказала ему, что не буду больше встречаться с ним. Но потом я начала скучать. Сейчас между нами происходит нечто странное: мы проводим вместе время, ходим на свидания и «спим вместе». Под этим я подразумеваю то, что я остаюсь у него на ночь, мы обнимаемся и засыпаем вместе. Это так мило и приятно, Грег. Мы готовим ужин, смотрим телевизор, смеемся. Я чувствую, что так близка к нему! Но он не пытается взять на себя инициативу, и мы просто наслаждаемся обществом друг друга. Я знаю, что заслуживаю большего, но иногда мне кажется, что я его девушка. Хотя до сих пор не пойму, какие между нами отношения. Одно я знаю точно: мне очень нравится оставаться у него на ночь и просыпаться рядом с ним! Что в этом плохого?*

*Пэт*

**Из архивов Грега:**

*Дорогая Соня!*

*Дайте-ка подумать. Вам было недостаточно страданий, которые он причинил вам, сказав, что моногамия не для него. После этого вы решили сделать себе еще больнее, когда начали встречаться с ним, понимая, что он, возможно, спит с другими женщинами. А теперь вам кажется, что вы его девушка. Только у вас нет никаких привилегий, которыми всегда пользуется любимая девушка. Нет даже секса. Что за нелепый эксперимент вы проводите над своими чувствами? Не поймите меня неправильно, мадам Кюри: я прекрасно знаю, как приятно общаться и просыпаться вместе с тем, кто вам действительно нравится. Но на этот случай существуют домашние животные. Бог подарил людям домашних животных, чтобы мы поняли: «Не следует опускать планку только потому, что мы одиноки». Думаю, вы и сами прекрасно понимаете: нет ничего хорошего в том, чтобы делить вашего мужчину с кем-то другим... Да и вообще нельзя с этим мириться! Вы достойны надежного мужчины, с которым можно заниматься сексом, не опасаясь что-то подцепить.*

Раньше считалось, что женщина отказывается заниматься сексом, когда хочет обрести власть над мужчиной. Похоже, что представители сильного пола тоже научились этим пользоваться. Зачем покупать телку,

если можно получить секс задаром? Это же так просто! Если парень, лежа с вами в постели, радостно уплетает печенье и смотрит кино (и при этом не является голубым), то вы его просто не привлекаете.

### **Оправдание типа «Он на все находит кучу объяснений»**

*Дорогой Грег!*

*Мой бойфренд, с которым мы вместе уже полтора года, кажется, совсем не увлечен мной. Он не хочет часто заниматься сексом. Это происходит примерно раз в две недели. И как правило, я проявляю инициативу. Когда я пытаюсь поговорить с ним об этом, он отвечает, что сильно устает на работе. При этом утверждает, что я кажусь ему очень привлекательной. Он ссылается на то, что умерла его мать и он находится в глубокой депрессии. Но когда я об этом думаю, то понимаю, что так было с самого начала наших отношений. Может, только первые две недели мне казалось, что я его возбуждаю, но с тех пор он не проявляет ко мне интереса как к женщине. Я люблю его, и во всем остальном наши отношения самые искренние и нежные. Но в последнее время меня стали все чаще посещать мысли о собственной непривлекательности и чувство разочарования. Мои друзья говорят, что я должна ему верить. Но я начинаю подозревать, что просто не нравлюсь ему как женщина.*

*Дера*

#### **Из архивов Грега:**

*Дорогая леди Займемся Любовью!*

*Если мне действительно нравится женщина, я хочу соединиться с ней. А потом сделать небольшой перерыв. А через некоторое время соединиться вновь. Поэтому когда мы ищем человека, с которым хотели бы провести большую часть свободного времени, а возможно, и всю оставшуюся жизнь, то, как правило, мы выбираем того, кому нравится делать то же, что и нам, и это (наверное, больше всего) касается секса. Вы можете верить его отговоркам, если хотите, но прежде задайте себе пару вопросов. Устраивают ли вас такие отношения? Именно так вы представляете себе свою сексуальную жизнь? Может быть, вы ему нравитесь, может быть, нет. Самое важное здесь — это как вы ответите на вопрос: хотите ли вы чувствовать себя именно так,*



*возможно, всю оставшуюся жизнь?*

Древние египтяне изображали сексуальные сцены на вазах. Йоги пишут о сексе трактаты. Евреи регламентируют сексуальную жизнь с помощью религии. Все они верили и верят, что одной из составляющих здоровых отношений между полами является секс. Секс также относится к величайшим удовольствиям, которые может испытать человек. Поэтому по меньшей мере странно, когда человек, с которым вы встречаетесь, мешает вам получить это удовольствие.

### ***ЭТО ТАК ПРОСТО***

Изучайте секс, живите им, наслаждайтесь им, любите его. Если вы нравитесь мужчине, он обязательно захочет заняться с вами сексом. Разумеется, если вы вместе уже очень долго, интимная близость между вами может происходить реже. Но даже в этом случае вы имеете полное право наслаждаться бурной сексуальной жизнью и получать от нее радость.

### ***ВОТ ПОЧЕМУ ЭТО ТРУДНО***

**Лиз:**

Так-так. Мы опять о сексе. Мы говорим о сексе. Мы спрашиваем о сексе. Мы требуем секса. Жуть. Как это все забавно! Не знаю, как вы, а я бы скорее предпочла поверить, что мужчина слишком напуган, слишком измотан, слишком набожен, слишком зол, слишком толст, слишком болен, слишком влюблен в свою бывшую подружку, слишком чувствителен, слишком обгорел на солнце, слишком любит свою мать, слишком одержим мыслями об убийстве, слишком... Да все, что угодно, лучше, чем выяснить, что он не находит меня привлекательной. Или что он не хочет заниматься со мной сексом. Ведь это будет означать, что нас связывают некие отношения, но при этом я в действительности ему не нравлюсь. Особенно сбивает с толку то, что мы говорим о сексе (возмутительно!) вперемешку с нашими чувствами (убийственно!) и внутренними страхами (сущия кошмар!). А люди, которые вместе уже много лет, всегда говорят, что с годами секс так и так теряет свою прелесть и исчезает из их жизни. Тогда

какая разница, исчезнет ли он немного раньше, чем я того хотела? Разве не более важно то, что нам хорошо вместе, что он замечательный человек и скорее всего станет идеальным отцом?

Так как с точки зрения психологии это невероятно сложная проблема и одни мысли о ней приводят меня в ужас, то я подумала, что в принципе могла бы согласиться на отношения с мужчиной, которому нравится просто спать со мной в одной постели, или с молодым человеком, которого не интересует секс как таковой. Главное, что ему со мной интересно. Наверное, я смогла бы каждый день засыпать рядом с парнем, который больше не хочет заниматься со мной сексом, и никогда не упрекнула бы его. Или встречаться с парнем, который вроде бы хочет быть моим бойфрендом, но не имеет ни малейшего желания посмотреть, как я выгляжу без одежды. Наверное, я даже смогла бы жить долго и счастливо в браке с человеком, похожим скорее на лучшего друга, чем на супруга.

Наверное, смогла бы. Если бы мне не мозолили глаза чертовски счастливые парочки, которые я знаю.

Я имею в виду не тех людей, которые ходят по улице, держась за руки, и демонстративно пристают друг к другу. Никто не знает, как они ведут себя дома. Я говорю о своих друзьях, о тех, кого хорошо знаю. Им удастся совмещать работу, успешную карьеру, общение с близкими людьми и даже воспитание детей, сохраняя при этом здоровые отношения, в которых есть место и для секса, и для любви. Я бы легко согласилась на меньшее, если бы принадлежала к тем, кто при виде подобных счастливых пар просто говорит: «Ну и что хорошего в таких отношениях?» Но я к ним не принадлежу. Я принадлежу к тем, кто смотрит на эти счастливые семьи и заключает: «Черт побери! Это именно то, что мне нужно». И это самое ужасное. Это означает, что мне нужно превратиться в такую девушку, которая донимает мужчин унижительными вопросами и, хуже того, может запросто бросить самого классного парня, если он отказывается заниматься сексом вообще или удовлетворяет ее недостаточно часто. Но мне ничего не остается, как признаться вам, что я страдаю от тяжелого недуга: я верю в то, что однажды встречу человека, который будет любить меня духовно и страстно желать как женщину. А еще я верю, что, когда наша страсть пойдет на убыль, мы оба сделаем все возможное, чтобы не разучиться получать удовольствие от занятий любовью. Если вы тоже страдаете от этого недуга, то отберите подушку у господина Сони и отправьте его восвояси вместе с его любимым молоком и печеньем. Вы заслуживаете большего, чем мирный храп, доносящийся с его половины кровати.

## **А ВОТ КАК ВСЕ ДОЛЖНО БЫТЬ**

**Грег**

Не спрашивайте, откуда я это знаю, я все равно вам не скажу. Но уверяю вас, что мои родители (а им обоим уже за семьдесят), пережив воспитание детей, болезни, собственное старение, нервную работу и кучу бытовых неурядиц (читайте: жизнь), до сих пор занимаются сексом. Если это удастся моим родителям, то, значит, и вы с вашим бойфрендом вполне на это способны.

## **ГРЕГ, У МЕНЯ ПОЛУЧИЛОСЬ!**

*Дорри, 32 года*

*Я встречалась с парнем, с которым познакомилась по работе. Нам приходилось проводить много времени вместе, и было действительно романтично узнавать его, одновременно работая с ним. Закончив работу, мы продолжали встречаться, ходили на свидания и целовали друг друга на прощание. Так продолжалось два месяца. Он никогда не пытался зайти дальше. Но в то же время я познакомилась с его родителями, мы вместе ходили на важные мероприятия, строили общие планы. Я знала, что у него до меня долго никого не было, поэтому я решила, что он просто не хочет торопиться. Но через три месяца я поняла, что он пытается стать близким мне человеком, избегая самой близости. Я собралась с духом и спросила у него, как долго это будет продолжаться. Он начал что-то бормотать и, заикаясь, объяснил, что все это его жутко пугает, и так далее. Я порвала с ним решительно и быстро, как никогда, потому что поняла: каким бы он ни был милым и как бы ни притворялся, что он мой самый близкий человек, на самом деле я нравлюсь ему недостаточно сильно, а мне нужно намного больше.*

## **ЕСЛИ ВЫ НЕ ВЕРИТЕ ГРЕГУ**

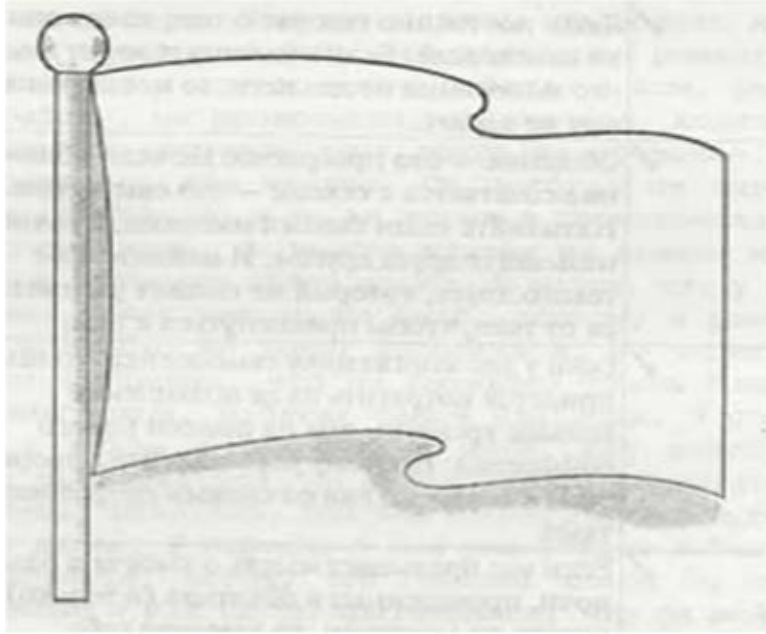
Двадцать из двадцати опрошенных мужчин без колебаний заявили (правда, мы опрашивали их по электронной почте, но, казалось, они все

полностью уверены в своем ответе), что им никогда не нравилась женщина, с которой они бы не хотели заняться сексом. Один парень даже написал: «Что?! Не понял?! А разве такое бывает?!»

### ***Что вы должны были усвоить из этой главы***

- Люди постоянно говорят о том, какие они на самом деле. Если мужчина говорит вам, что моногамия не для него, то нет причин ему не верить.
- Общение — это прекрасно. Но если общение сочетается с сексом — это еще лучше. Называйте вещи своими именами, а точнее, называйте друга другом. И найдите себе такого друга, который не сможет удержаться оттого, чтобы прикоснуться к вам.
- Если у вас заниженная самооценка, то вам придется потратить на ее повышение больше времени, чем на поиски нового бойфренда. Поэтому расставляйте приоритеты в соответствии со своими потребностями.
- Если вас прельщает мысль о тысяче и одной ночи, проведенных в объятиях (и только) какого-то мужчины, то заведите себе щенка.
- Горячая штучка, где-то ходит мужчина, который очень хочет заняться с вами любовью.

***Наша суперклассная и по-настоящему полезная рабочая тетрадь***



Возьмите ярко-красный карандаш. Раскрасьте этот флаг. У вас только что получился большой красный флаг.

Очень хорошо, потому что именно так выглядит мужчина, который не хочет спать с вами. Теперь отложите карандаш и займитесь с кем-нибудь любовью.

## 5. НЕ ТАК УЖ СИЛЬНО ВЫ ЕМУ ПРАВИТЕСЬ, ЕСЛИ ОН СПИТ С ДРУГОЙ ЖЕНЩИНОЙ

*Не существует ни одного по-настоящему убедительного оправдания для измены*

Если мужчина обманывает вас, бросайте его немедленно! Шутка. Разумеется, все не так просто. Я признаю, это вообще очень сложный вопрос. Одни возразят мне: «Это всего лишь секс. Какое это имеет значение?» Другие скажут, что не стоит разрывать крепкие отношения из-за одного маленького проступка. Возможно, все это так. Но я знаю одно: какие бы проблемы ни омрачали ваши отношения, они не дают ему права заниматься любовью с другой женщиной. Не спрашивайте, в чем вы виноваты. Не надо брать вину на себя. А если он скажет вам, что это получилось случайно, то помните: измена не бывает случайной. Это не случайность типа «я оступился, и меня засосало болото по имени „Измена“». Он спланировал и воплотил это в жизнь, полностью осознавая то, что это может положить конец вашим отношениям. Помните: если он спит с другой женщиной без вашего разрешения и одобрения, то он ведет себя не просто как мужчина, который не так уж сильно вами увлечен, а как мужчина, которого вы вообще не интересуете.

***Оправдание типа «Ему нет оправдания, и он знает об этом»***

*Дорогой Грег!*

*Я живу с одним молодым человеком уже целый год. Недавно я выяснила, что около месяца назад он переспал с девушкой, которая с ним работает. Причем дважды. (Девушка сама рассказала мне об этом на вечеринке. Я потребовала у своего парня объяснений, и он во всем мне признался. Я собрала вещи и переехала к подруге. Теперь он все время мне звонит и умоляет дать ему второй шанс. Он говорит, что не знает, почему сделал это, но обещает, что такое больше не повторится. Он правда переживает из-за этого. Что мне делать?*

Сиона

### **Из архивов Грега:**

*Дорогая леди Месяц Назад!*

*Давайте разберемся. Он изменил вам, когда вы жили вместе, и вы узнали об этом только потому, что сама девушка вам рассказала. Похоже, вы навсегда завоевали его сердце. Когда свадьба?*

*А если серьезно, то давайте поговорим о том самом месяце, который стал для вас судьбоносным. В тот месяц он дважды переспал с другой девушкой, вернулся и продолжил спать в той же постели с вами. И он изо всех сил старался скрыть свою тайну каждый раз, когда смотрел вам в глаза. И давайте не будем забывать о том, что этот джентльмен не пришел к вам с повинной. Правда открылась только благодаря коварной искусительнице. Если бы он мог и дальше делать то, что хочется ему, то один месяц неверности растянулся бы на два месяца, на три месяца... навеки. Стоят ли чего-нибудь все его извинения? Ну что ж, если хотите, можете верить в то, что он действительно раскаивается в своем поступке. Можете верить в то, что он изменится. Но согласно моей книге, если мужчина лжет, изменяет вам и скрывает от вас правду, то это не тот мужчина, которому вы действительно нравитесь.*

Измена — это плохо. А неумение объяснить, почему ты изменил человеку, еще хуже. Если вам недостаточно одного красного флага, как насчет двух? Не встречайтесь с мужчинами, которые не знают, почему они совершили тот или иной поступок.

### **Оправдание типа «Но я растолстела»**

*Дорогой Грег!*

*Я встречаюсь с одним мужчиной уже около двух лет, и мне казалось, что у нас все хорошо. Но однажды, вернувшись домой после поездки к родителям, он заявил мне, что переспал с девушкой, с которой познакомился в баре, я страшно расстроилась и спросила, почему он это сделал. Он сказал, что я поправилась и поэтому больше его не возбуждаю. Я не знаю, что делать. Он ведь прав, я потолстела примерно на двадцать фунтов [\[2\]](#). Мне порвать с ним или записаться в спортзал?*

Бет

**Из архивов Грега:**

*Дорогая леди Двадцать Фунтов!*

*Я полностью уверен, что вам надо сбросить 175 фунтов [\[3\]](#) в виде вашего никчемного бойфренда, а вовсе не те двадцать фунтов, о которых говорите вы. Он изменил вам и обозвал вас толстой. Сколько унижений может вытерпеть человек? Использовать ваш лишний вес в качестве оправдания для измены но просто подло, это еще и звучит неубедительно. Если что-то в ваших отношениях его не устраивает, то он должен поговорить об этом с вами, вместо того чтобы искать утешения во влагалище чужой женщины. К тому же подумайте, как он отреагирует, если вы забеременеете, постареете или у вас появится несколько морщин? Или если вы покрасите волосы в цвет, который ему не понравится? Немедленно избавьтесь от этого неудачника, или я сам приду к вам домой и выкину его отсюда.*

<p><b>Оправдание типа «Ему нужно больше секса, чем мне»</b></p>
---

*Дорогой Грег!*

*Я встречаюсь с молодым человеком уже год. Один из моих друзей сказал про него, что он спит с женщиной, которую я знаю. Я потребовала объяснений, и он ответил, что мы недостаточно часто занимаемся сексом и поэтому он изменяет мне. Он прав. Иногда я отказываюсь заниматься любовью, когда он этого хочет. Это случается не так уж и часто, но ему определенно нужно больше секса, чем мне. Поэтому в какой-то степени он прав. Может, простить его и постараться впредь ему не отказывать?*

*Лоррейн*

**Из архивов Грега:**

*Дорогая Неутомимая Любовница!*

*Единственное, в чем вы не должны себе отказывать, — это в удовольствии выкинуть его вещи, которые еще остались у вас дома. Нет никакого оправдания тому, что он вам изменяет. Точка. Есть масса способов решить эту довольно-таки распространенную проблему, которая возникает из-за разницы в сексуальных аппетитах. Как правило, люди начинают с того, что откровенно беседуют на эту тему и каждый*



соглашается сделать все от него зависящее, чтобы партнер остался доволен. При этом вовсе не обязательно прыгать в постель к кому-то из общих знакомых! Он не только не уважает ни вас, ни ваши чувства, но и не испытывает достаточного уважения к себе, чтобы построить серьезные отношения. И дело тут даже не в том, что он не так уж сильно вами увлекся. В этом случае, если вы хоть немного себя любите, вы не должны испытывать к нему ни малейшей симпатии.

Эти двое, о которых шла речь в последних письмах, просто молодцы. Они без колебания пожертвовали отношениями со своими девушками, да еще и унизили их. А потом эти ребята сказали бедняжкам, что те сами во всем виноваты. При этом молодые люди прекрасно осознавали, что совершили нечто такое, что полностью вывело их подруг из строя. И поэтому девушки были почти готовы поверить в ту чушь, которую несли их «возлюбленные». Если в ваших отношениях что-то не ладится, то вот вам хороший совет: поговорите об этом. Не позволяйте ни одному мужчине обвинять вас в том, что он оказался неверным. Никогда.

### **Оправдание типа «Но он по крайней мере знал ее»**

*Дорогой Грог!*

*Я встречаюсь с одним парнем уже около года. Мы любим друг друга, и у нас полное взаимопонимание. Недавно он встретил свою бывшую жену, которую не видел уже год. (Она ушла от него к другому мужчине.) Они развелись примерно два года назад. Так вот, они переспали. Я очень огорчена и хочу порвать с ним. А он просит у меня прощения, объясняя все тем, что переспал не с незнакомой девушкой, а с бывшей женой. Он клянется, что такого больше не повторится: на него просто нахлынули прежние чувства, и он не смог контролировать себя. Я хочу простить его — ведь это произошло всего один раз, — но мне кажется, что наши отношения уже не спасти. Разве мог бы человек, который действительно меня любит, сделать мне так больно?*

*Джойс*

**Из архивов Грега:**

*Дорогая Спасительница!*

*А кто сказал, что «экс» — составная часть слова «секс»? Вы*

*утверждаете, что раз он был ее мужем, это дает ему полное право трахать ее? Значит ли это, что ему можно спать с женщиной, которая лечит ему зубы? А как насчет дамочки, которая проявляет его фотографии? Надеюсь, что в скором времени он не собирается на встречу бывших одноклассников. Объясняю другими словами: теперь уже не важно, любит он вас или нет. Он ясно дал вам понять, каково его отношение к вашему роману. Здесь важен другой вопрос: можете ли вы после такого продолжать любить его?*

Нельзя обвинять мужчину в том, что он испытывает к кому-то чувства. Ты любишь человека, ваши отношения не складываются, но чувства остаются. И слава Богу. Но если у тебя есть чувства к определенному человеку, то это вовсе не подразумевает, что они должны вылиться в занятия сексом. А если это все-таки случилось, то, значит, ты пошел на поводу у своих чувств и устроил все так, чтобы оказаться наедине с любимой, поцеловать ее, снять с нее одежду и сделать все остальное, что обычно происходит, когда два взрослых человека занимаются сексом. Да здравствуют чувства! Только не выпускайте их за пределы своих брюк.

### **ЭТО ТАК ПРОСТО**

Если вы с вашим молодым человеком, по обоюдному согласию, состоите в моногамных отношениях, то, изменяя вам, он открыто пренебрегает очень важным решением, которое вы приняли вместе. Более того, скрывая это от вас, он привносит в ваши отношения ложь и недосказанность.

Давайте называть вещи своими именами: измена — это откровенное злоупотребление доверием. Обманщики — это люди, которым нужно продумать все до мельчайших деталей, и они делают это за счет вашего времени и за счет ваших чувств. Некоторым обманщикам удастся придумать себе оправдание, у других это не получается, а третьи умудряются обвинить во всем вас. Никто не сможет вам посоветовать, как именно вести себя в этой очень сложной и неприятной ситуации. Но самое важное здесь — это задать себе вопрос: чего вы ждали от этих отношений?

## ***ВОТ ПОЧЕМУ ЭТО ТРУДНО***

**Лиз:**

У меня в жизни было двое мужчин, которые заявили мне, что спали с другими женщинами на ранней стадии наших отношений. (В одном из случаев мысль об этом буквально пришла ко мне во сне, и я допросила его с пристрастием. Это просто его убило.) Как бы там ни было, из обоих случаев я сделала следующий вывод: эти мужчины хотели известить меня о том, что им вообще нельзя доверять. Они едва успели добиться взаимности, как их руки сами потянулись к крышке аварийного люка.

Когда люди только начинают встречаться, их отношения еще очень хрупкие и уязвимые. И нет лучшего способа погасить огонек взаимной симпатии, чем вылить на него ушат холодной воды из колодца под названием «Измена». Я никогда не смогла бы преодолеть это и простить мужчину. Поэтому для меня вопрос о дальнейших отношениях с ним просто не стоит.

Но если немного пофантазировать, то можно увидеть, что в самом начале отношений границы еще не проведены, а правила еще не установлены. Может быть, это последний разгул страстей перед тем, как взять на себя серьезные обязательства. Если это произошло на раннем этапе отношений, то очень трудно понять, пытается ли парень таким образом расстаться с прежним образом жизни и его измена больше не повторится или этот парень просто полный придурок. Это одна из вечных проблем, возникающих между мужчиной и женщиной: ты пускаешь в свое сердце человека, которого, как выясняется ближе к вечеру, ты знаешь вовсе не так хорошо. Ты еще не изучила его личный моральный кодекс, ты еще не ознакомились со списком его любовных побед. Тебе приходится идти на ощупь, ориентируясь на то, как сильно он тебе нравится и что он сам говорит по этому поводу. Единственное, что сейчас приходит мне в голову, — это мысль о том, что очень печально говорить о подобных вещах в самом начале отношений. Ведь считается, что именно в это время дарят друг другу радость и удовольствия, а каждый из партнеров стремится показать лучшее, на что он способен. И хотелось бы верить, что у нас все будет именно так. Мне действительно хочется в это верить.

## ***А ВОТ КАК ВСЕ ДОЛЖНО БЫТЬ***

**Лиз:**

Одна моя подруга рассказала мне интересную историю. У нее было назначено свидание с парнем, который безумно ей нравился, но он ее подвел. Потом он позвонил ей, умоляя простить его и придумывая всевозможные предлоги, почему он не пришел. Она посоветовала ему отвалить и сказала, что всегда дает мужчинам только один шанс. А он его профукал.

Представляете, что бы сделала эта женщина, если бы бойфренд ее обманул?

P.S. Можно сказать, что таким образом она дала шанс другому парню, который этот шанс не упустил. Теперь они женаты, и он носит ее на руках.

### **ГРЕГ, У МЕНЯ ПОЛУЧИЛОСЬ!**

*Адель, 26 лет*

*Я встречалась с парнем, который мне очень нравился. Он играл в местной музыкальной группе, довольно популярной. Прошла пара недель с тех пор, как мы начали встречаться, и он сказал мне, что переспал с одной девушкой после концерта. Случись такое несколько лет назад, я бы, наверное, была настолько счастлива от одной только мысли, что на меня обратил внимание музыкант, что повела бы себя иначе. Я притворилась бы, будто ничего не произошло, и забыла бы о том, в чем он признался. Но в этот раз я сказала ему, что его измена меня совершенно не беспокоит: он может делать все, что ему заблагорассудится. Просто он больше никогда меня не увидит. И я почувствовала огромное облегчение!*

### **ЕСЛИ ВЫ НЕ ВЕРИТЕ ГРЕГУ**

Сто процентов опрошенных мужчин сообщили, что никогда не занимались любовью с женщиной по чистой случайности. (Но многие из них пожелали узнать, как возникает такая случайность и что нужно делать, чтобы ею воспользоваться.)

### ***Что вы должны были усвоить из этой главы***

- Измене нет оправдания. Позвольте повторить: измене нет оправдания. Теперь скажите это сами: измене нет оправдания.
- Единственное, за что вы несете ответственность при моральном падении, другого человека, — это ваши собственные чувства.
- Измена есть измена. При этом не имеет значения, с кем он вам изменил и сколько раз это произошло.
- С каждым разом изменять становится все легче. Трудно бывает только в первый раз, когда испытываешь угрызения совести и вину из-за того, что не оправдал доверие другого человека.
- Обманщики никогда не бывают счастливы. (Потому что все они мерзавцы.)
- Неверный мужчина в первую очередь изменяет себе самому, раз он не может построить нормальные отношения с вами.

### ***Наша суперклассная и по-настоящему полезная рабочая тетрадь***

Вот пять примеров того, как мог бы поступить мужчина, которого что-то не устраивает в ваших отношениях (обратите внимание: ни в одном пункте не упоминается секс с другой женщиной):

1. Поговорить об этом.
2. Написать об этом.
3. Спеть об этом.
4. Отправить об этом письмо по электронной почте.
5. Даже разыграть в домашнем кукольном театре представление, посвященное этой проблеме.

А теперь придумайте пять собственных примеров. Знаем, самые легкие варианты мы уже написали, но уверены, что вы найдете по крайней мере еще пять подходящих примеров.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

Прочитайте то, что вы написали, посмейтесь от души и бросьте

негодяя. Разумеется, я не имею права указывать вам, что делать. Но все равно бросьте его.

## 6. НЕ ТАК УЖ СИЛЬНО ВЫ ЕМУ НРАВИТЕСЬ, ЕСЛИ ОН ХОЧЕТ ВИДЕТЬ ВАС, ТОЛЬКО КОГДА ОН ПЬЯН

*Если вы ему нравитесь, он будет стремиться  
увидеться с вами, когда его мозг не затуманен парами  
алкоголя*

Это и в самом деле весело — пить и встречаться с кем-то. Ну кто не любит пропустить стаканчик на свидании? Это может придать уверенности в своих силах, и общеизвестно, что уверенность — это преходящее явление, поэтому гораздо легче поднимать непристойные темы, будучи под хмельком. И ничего страшного в этом нет, до тех пор пока в голове не начинает все путаться и ты задаешься вопросом, пытаешься ли ты установить дружеский контакт или построить серьезные отношения. Когда человек находится под воздействием алкоголя или наркотиков, он ведет себя не так, как обычно, и проявляет чувства, которых на самом деле не испытывает. Возьмите себе на заметку: если ваш клоун надевает красный нос каждый раз, когда дело доходит до близости, то это говорит о том, что в ваших отношениях существуют серьезные проблемы.

***Оправдание типа «Но мне нравится, когда он под хмельком»***

*Дорогой Грег!*

*Вы такой тупой! Мой бойфренд (ну помните, клипмейкер?) — большой любитель поддать. У него очень тяжелая работа, и ему надо как-то расслабляться. А когда он выпьет, он бывает очень нежен со мной. Он начинает твердить о своей неземной любви ко мне. По-моему, это здорово! Некоторым людям необходимо выпить, чтобы признаться в своих чувствах. И я не вижу в этом ничего плохого! Я вообще думаю, что напиваться после работы вовсе не плохо. Это весело. Жизнь становится похожа на бесконечный праздник, и это не значит, что он не приходит на работу на следующий день. Он просто плохой парень. А мне нравятся плохие парни. Они меня возбуждают. А если вам они не нравятся, то вы*

*просто зануда.*

*Никки*

**Из архивов Грега:**

*Дорогая Никки!*

*Никки, Никки, я знаю, вы думаете, что он горячий перец. Вам нравится, когда, сидя в баре, он в пьяном бреду говорит что-то сентиментальное вроде: «Детка, ты такая красивая!» А еще больше вам, наверное, нравится, когда он пламенно признается вам в любви, например, вот так: «Я так тебя люблю, ты перевернула всю мою жизнь, крошка», при этом он обнимает вас чуть крепче, чем надо бы. Я вполне могу понять то, что его милые любовные признания в пьяном виде доставляют вам несказанное удовольствие. Но, Никки, вам давно пора узнать кое-что: нельзя верить всему, что говорит мужчина, когда он нетрезв. И послушайте бывшего плохого парня: «плохие парни» называются плохими из-за того, что у них полно неприятностей, нет чувства собственного достоинства, они копят внутри себя злобу и страшно себя ненавидят, к тому же они абсолютно не верят в возможность искренних любовных отношений, зато очень часто они классно одеваются и ездят на крутых тачках, именно такой парень вам и нужен, правда, Никки?*

Дорогие дамы, стремление почувствовать себя любимой и желанной ни в коем случае не должно затуманивать ясность ваших мыслей (как большой стакан шотландского виски). Если вам повезло и вы не замужем за алкоголиком, не живете с алкоголиком или не родились в семье алкоголиков, а просто ваш молодой человек, как вам кажется, очень много пьет, будьте начеку. Знайте: мужчина, который вас достоин, должен быть не просто нежен и внимателен, а нежен, внимателен и трезв как стеклышко.

**Оправдание типа «По крайней мере он пьет не самые крепкие напитки»**

*Дорогой Грег!*

*Мой бойфренд — юрист. Каждый вечер он курит травку, но, когда он это делает, он ведет себя и разговаривает, как обычно, как если бы он был трезвым. Наверное, может показаться странным, что он постоянно под кайфом, а я нет. Но для нас это не проблема. Мои друзья удивляются, что*



*я встречаюсь с парнем, который все время курит травку. Но он же не ведет себя как наркоман, тогда какое это имеет значение? Мне слабо верится, что такое поведение может быть связано с тем, как он ко мне относится. Разве я не права?*

*Ширли*

**Из архивов Грега:**

*Дорогая кайфовая Ширли!*

*Вы не правы! Пора провести ликбез и напомнить вам, как марихуана воздействует на мозг. Курение любой травы замедляет работу мозга, позволяет человеку отвлечься от непосредственного окружения и заставляет его сосредоточиться на самом себе. Она притупляет ощущения и вызывает дезориентацию, потерю чувства реальности. А теперь подумайте: с вами он всегда под кайфом. Это значит, что вы нравитесь ему больше тогда, когда ему кажется, что вас почти нет рядом. Вы встречаетесь с человеком, который не наслаждается каждым мгновением, проведенным с вами. Можно еще сказать и так: вы нравитесь ему гораздо больше, когда вы находитесь в соседней комнате. Это не значит, что он не увлечен вами. Это значит только то, что он намного больше увлечен своей травой, чем вами. Кстати, если бы его хоть раз арестовали за курение марихуаны, его скорее всего лишили бы лицензии, потому что преступникам запрещено работать в суде. Но по крайней мере вы не одна обделены его вниманием, потому что свою работу он тоже любит меньше, чем травку!*

Не позволяйте дурачить себя. Парню, который не валится с ног и не писается в штаны от пьянства, не должно сходить с рук то, что он тихо отключает свои мозги другим, более эстетичным способом каждый раз, когда вы вместе. Это все равно интоксикация, это все равно желание избежать ответственности, и это все равно не слишком хорошо для вас.

<b>ЭТО ТАК ПРОСТО</b>
-----------------------

Иногда жизнь становится безумно трудной и даже невыносимой. Если вы ищете человека, с которым хотите разделить свою жизнь, то лучше найти такого, который сможет встретить трудности с высоко поднятой головой, в здравом уме и трезвой памяти.

И еще одно напоминание для милых дам: если вы заметили, что **вы сами** начали больше пить и курить в обществе Мистера вечный праздник, то это должно насторожить вас. Это не ситуация типа «Если не можешь справиться, то нужно напиться». То, что начнете пить вы, не заставит его пить меньше.

### **ВОТ ПОЧЕМУ ЭТО ТРУДНО**

**Лиз:**

Не знаю почему, но среди моих ухажеров было много алкоголиков. Пли, как я выразилась бы в то время, «парней, которые много пьют». Я действительно не знаю почему. У меня в семье не существует проблемы алкоголизма. Я сама почти не пью. Теперь я думаю, что такие парни просто казались мне забавными. Мне нравилось, когда мой молодой человек под кайфом забирался на водонапорное устройство на какой-нибудь свадьбе, которую мы отмечали на специально оборудованной крыше. Естественно, все это делалось для того, чтобы обратить на себя всеобщее внимание. Я думала, это жутко весело. А когда этот парень, напившись, поджигал петарды на кухне, только для того чтобы рассмешить меня... Что ж, это было просто восхитительно. Но пик веселья для меня наступил, когда мой бойфренд исчез на неделю и, обзвонив всех, кого можно, я выяснила, что он переехал обратно к своей бывшей девушке.

Я думаю, что у многих алкоголиков, вероятно, есть общие черты характера, которые, по-видимому, меня действительно привлекают. Все пьяницы, с которым я встречалась, были непредсказуемыми, забавными, страстными, умными, творческими, сосредоточенными на себе, ненадежными, невнимательными, непорядочными и немного агрессивными. Но как же я всех их любила!

Так что же здесь такого трудного? Да в общем-то ничего. За исключением того, прости Господи, что на начальном этапе отношений прием алкоголя порой играет очень большую роль. Первый поцелуй, первый сексуальный контакт... У многих людей отношения не получили бы дальнейшего развития, если бы они не позволяли себе по бокалу вина, когда только начали встречаться. И в этом нет ничего плохого. Я встречалась и с бывшими алкоголиками, и знаете, черт побери, каково впервые переживать столь важные события в ваших отношениях, не выпив ни капли алкоголя? Довольно сложно. Но честно говоря... просто здорово.

Любовные отношения прекрасно воспринимаются на трезвую голову.

Поэтому нам всем следует провести для себя четкую грань между умеренным употреблением спиртных напитков, для того чтобы расслабиться, и хроническим алкоголизмом. Ладно. Понятно. Грег просто хочет удостовериться, что мы не встречаемся ни с алкоголиками, ни с наркоманами, которые подстерегают нас за каждым поворотом жизненного пути. Я думаю, это вполне справедливо, а вы?

Хорошо, Грег, мы не будем встречаться с такими парнями. Обещаем.

### ***А ВОТ КАК ВСЕ ДОЛЖНО БЫТЬ***

**Лиз:**

Я знаю одного успешного бизнесмена, который раньше накачивался спиртным каждый вечер, иногда он делал это даже утром. Он встречался с женщинами, которым это не нравилось, и пытался меньше пить, когда у него были более или менее серьезные отношения. Однажды он встретил женщину своей мечты, которая не желала мириться с его образом жизни. Ему пришлось резко бросить пить, теперь он всегда трезв как стеклышко и очень доволен собой.

### ***ГРЕГ, У МЕНЯ ПОЛУЧИЛОСЬ!***

*Нессо, 38 лет*

*Я начала встречаться с мужчиной, который мне действительно нравился. Мы познакомились на вечеринке, когда оба были навеселе. У нас завязались какие-то отношения. Но когда мы ходили на свидания, я так нервничала в его обществе (потому что он мне очень сильно нравился), что пила больше, чем обычно. Он тоже любит выпить, поэтому я, наверное, просто старалась не отставать от него. Потом я поняла, что мы напиваемся каждый раз, когда проводим вместе время. Раньше я бы просто промолчала и начала ждать, как будут развиваться события. Но в этом случае я набралась смелости, чтобы поговорить об этом. Он выслушал меня и согласился на «трезвое» свидание. Сначала мы чувствовали себя немного неловко, а потом просто потрясающе. Я так рада, что у меня хватило духу поднять эту тему!*

## **ЕСЛИ ВЫ НЕ ВЕРИТЕ ГРЕГУ**

Сто процентов опрошенных мужчин заявили, что их никогда не тошнило в постели женщины, которая им действительно нравилась. (Видимо, эти парни не знают, что значит «оторваться».)

## **ЧТО ВЫ ДОЛЖНЫ БЫЛИ УСВОИТЬ ИЗ ЭТОЙ ГЛАВЫ**

- Его слова ничего не значат, если он произнес их в нетрезвом виде. «Я люблю тебя» (или что-то в этом роде), сказанное под влиянием любого напитка, более крепкого, чем виноградный сок, не имеет никакой силы в суде и в реальной жизни.

- Употребление спиртного и наркотиков — это не путь к самым сокровенным чувствам человека. Иначе люди не стали бы разбивать себе об голову пустые пивные бутылки и пытаться потрогать пламя огня, чтобы узнать, почувствуют они что-нибудь или нет.

- Если он хочет видеть вас, общаться с вами, заниматься с вами сексом только тогда, когда он навеселе, — это не любовь, это спорт.

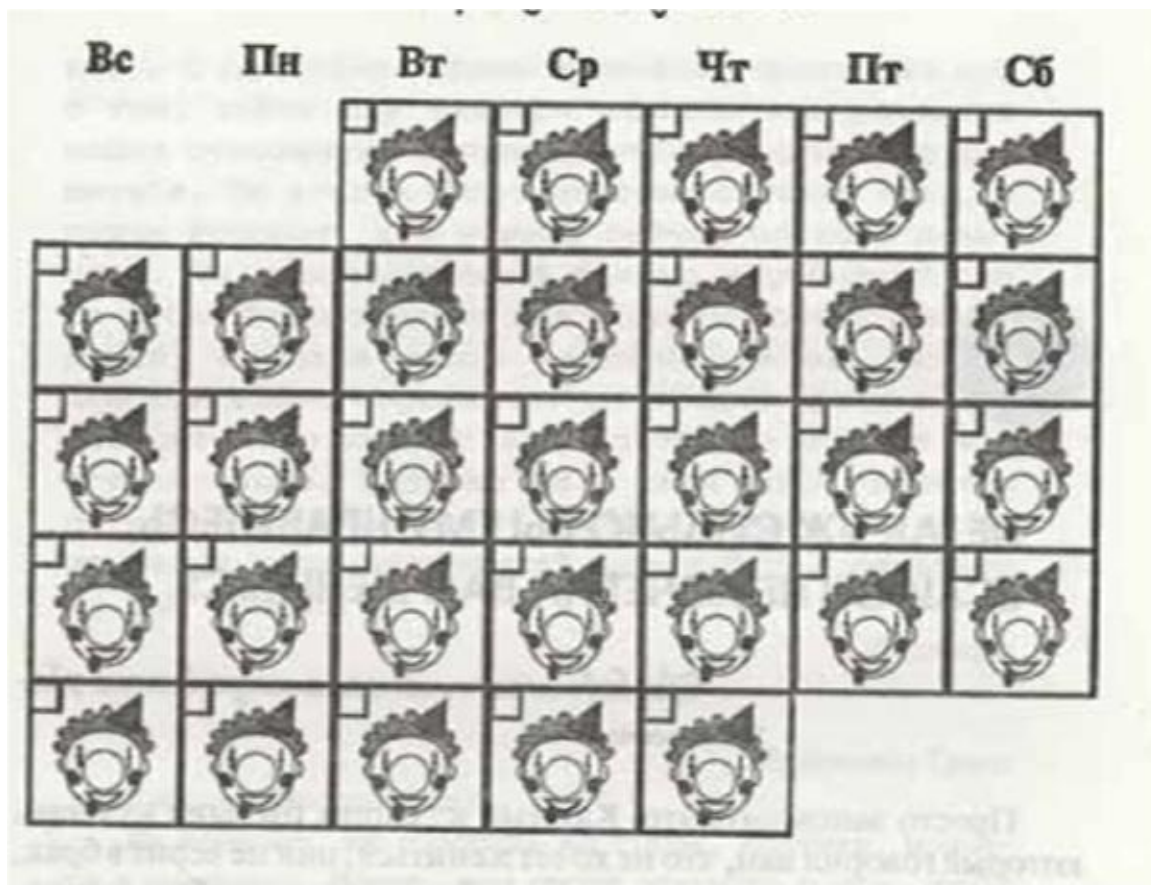
- Плохие парни не зря называются плохими.

- Вы заслуживаете такого мужчину, которому не нужно ничем накачиваться, чтобы провести с вами время.

## **Наша суперклассная и по-настоящему полезная рабочая тетрадь**

На начальном этапе развития отношений люди, как правило, много пьют. Возможно, вы даже не сразу заметите, что никогда не видели своего парня трезвым. И вам потребуется некоторое время, чтобы увидеть в этом для **себя** проблему. Поэтому мы нарисовали для вас вот такой календарик. Вы можете обозначить а нем те даты, которые захотите. Закрашивайте нос у клоуна а тот день, когда видите, что ваш партнер находится под воздействием спиртного или других стимуляторов. К ним относятся травка, миорелаксанты [\[4\]](#), «Оксиконтин» [\[5\]](#), «Ксанакс» [\[6\]](#) и даже «Рад Булл» в

слишком больших количествах. Только вам решать, что для вас приемлемо, а что нет. Но по крайней мере у вас появится наглядное пособие по изучению привычек вашего клоуна.



## 7. НЕ ТАК УЖ СИЛЬНО ВЫ ЕМУ НРАВИТЕСЬ, ЕСЛИ ОН НЕ ХОЧЕТ НА ВАС ЖЕНИТЬСЯ

*Любовь лечит маниакальную болезнь обязательств*

Просто запомните это. Каждый из ваших бывших мужчин, который говорил вам, что не хочет жениться, или не верит в брак, или у него есть сомнения по поводу брака, когда-нибудь непременно свяжет себя священными узами. Только не с вами. Потому что он говорит не о том, что вообще не хочет жениться. Он говорит о том, что не хочет жениться на **вас**.

В желании выйти замуж нет ничего плохого. Вы не должны этого стыдиться, чувствовать себя несамодостаточной или несвободной, если у вас есть такое желание. Поэтому удостоверьтесь в том, что мужчина, на котором вы остановили свой выбор, разделяет ваши взгляды на будущую жизнь, а если нет, то бегите от него куда глаза глядят. Великие планы требуют великих действий.

### ***Оправдание типа «Сейчас все очень усложнилось»***

*Дорогой Грег!*

*У меня есть бойфренд, с которым я живу уже три года. Мне скоро исполнится тридцать девять. В последнее время я начала спрашивать его о том, какой ему видится перспектива развития наших отношений, например, что он думает о женитьбе. Он всегда с готовностью слушает меня, а потом говорит, как у него сейчас плохо с деньгами. Он инвестиционный банкир и работает сам на себя. За последние два года он потерял много денег, а также много клиентов, и его бизнес действительно переживает не лучшие времена. Он говорит, что сейчас его положение крайне затруднительно. Разумно ли я себя веду, пытаясь поторопить события и узнать у него, к чему приведут наши отношения? Пожалуйста, ответьте на мой вопрос.*

*Барбара*

### **Из архивов Грега:**

*Дорогая Скороварка!*

*Ну конечно, не говорите ни слова. Молчите, молчите в тряпочку. Может, вам стоит подумать о том, чтобы переехать в другую квартиру, дабы не попадаться ему на глаза, пока он переживает такой трудный период в жизни? Не забывайте о том, что он Самый Важный Человек в Мире, и раз его бизнес катится к черту, то это представляет угрозу для всего человечества. Что за чертовщину вы несете, уважаемая? Разумеется, вы должны знать, к чему приведут ваши отношения. Вы что, не цените себя и свое время? Три потраченных на него года дают вам право спросить, каким он видит ваше будущее. Любой уважающий себя инвестиционный банкир согласился бы со мной. За последние два года все успели потерять деньги: фондовая биржа обрушилась, и вся экономика полетела под откос. Но, представьте себе, за это время великое множество людей все же умудрилось пожениться. Если вы оба скоро разменяете четвертый десяток и вы встречаетесь уже три года, а он все еще не умоляет вас стать его женой, то не сочтите за труд усвоить простую истину фондового рынка: мистер Доу Джонс <sup>[7]</sup> не так уж сильно увлекся вами.*

*Если вы будете ориентироваться на состояние ваших финансов, выбирая время для свадьбы, этот благоприятный период никогда не наступит. Если вы, конечно, не Шак <sup>[8]</sup> или не Рэй Романо <sup>[9]</sup>. Но людям все равно как-то удастся справиться с этой ситуацией. Если бойфренд использует отсутствие денег в качестве предлога, чтобы не жениться на вас, то это ваши отношения находятся в опасности, а никак не его банковский счет.*

### **Оправдание типа «Но он весь такой из себя»**

*Дорогой Грег!*

*Мой бойфренд, конечно, не такой богатый, как Дональд Трамп, но у его родителей водятся деньги, да и сам он весьма успешный бизнесмен. Ему кажется, что все женщины, которые у него были, воспринимали его как мешок с деньгами. Как только истекла пара месяцев с того дня, как они начали встречаться, в их отношениях, по его словам, появлялся*

*«свадебный мандраж». Я не такая. Я работаю. Я сама могу себя обеспечить. Я никогда не беру у него денег. Я просто люблю его. Мне тридцать пять, мы встречаемся уже три года и два года живем вместе. Мы никогда не разговаривали на эту тему. Ни разу. Как я поняла из его рассказов, он порывал с женщинами, как только они начинали спрашивать его о женитьбе. Но он должен понять, что я не такая, как все его предыдущие подруги. Я знаю, что у богатых свои причуды, но я пытаюсь понять его. Может ли страх того, что тобой кто-то воспользуется, быть таким сильным? Или мне просто пора осознать, что он вовсе мной не увлечен?*

*Арлин*

### **Из архивов Грегга:**

*Дорогая леди по имени У-вас-так-много-денег-а-вы-даже-этого-не-знали!*

*Ух ты! А теперь в роли предлога, для того чтобы не жениться, выступает тот факт, что у него слишком много денег. А что вы, двое сумасшедших, придумаете потом? позволю себе повториться: вы имеете право строить планы на будущее и знать, приведет ли развитие ваших отношений к осуществлению этих планов или к их краху, и всех денег в мире не хватит, чтобы купить у вас это право. Если вы боитесь даже поднимать вопрос о браке, опасаясь того, что этот мужчина бросит вас, то у него не только есть деньги, у него еще есть власть над вами. И честно говоря, меня это приводит в бешенство, потому что никому нельзя быть таким везунчиком. Не позволяйте ему запугать вас огромной кучей денег и увесистым багажом неудавшихся любовных отношений. Поговорите с Мистером денежным мешком начистоту и выясните, хочет ли он быть с вами. И не верьте ни одному из оправданий этого Бедного маленького богатея.*

Если вам приходится сидеть и думать над тем, как завести разговор о браке с человеком, с которым вас уже довольно долго связывают близкие отношения, то это тревожный сигнал. Большинство мужчин, или давайте назовем их мужчинами, которых я бы хотел видеть рядом с вами, как можно скорее захотят удостовериться в том, что вы знаете: у них серьезные намерения. А если ваш партнер к таким мужчинам не относится, то немедленно вызовите его на откровенный разговор и выясните отношения. Потом, как только вы будете готовы, отправьтесь на поиски человека, все помыслы которого будут заняты тем, как почувствуете себя вы.



**Дилемма типа «Разве это действительно предлог, чтобы не жениться?»**

*Дорогой Грег!*

*Мне тридцать три, и я уже два года живу с одним мужчиной. Мы любим друг друга, он замечательно ко мне относится, у нас полное взаимопонимание. Дело не в том, что он не хочет брать на себя обязательства, он просто не хочет жениться. Он женился и развелся, когда был совсем молодой. Он говорит, что не хочет рушить крепкие отношения. Мне кажется, с моей стороны было бы просто сумасшествием бросать его из-за того, что он не хочет жениться. Мы вместе идем по жизненному пути, и мы очень счастливы. Он даже не против завести детей. Он просто не хочет жениться. Я думаю, что в этом случае нельзя говорить о том, что я не так уж сильно ему нравлюсь. Скорее ему не так уж сильно нравится сама идея брака.*

*Линдси*

**Из архивов Грега:**

*Дорогая Гражданская Жена!*

*Ну ладно, то, что я собираюсь сказать, не лишено противоречий, но я все равно это скажу. Каким бы болезненным ни был развод (а я знаю, как тяжело переживают развод некоторые люди), человек, которому вы хотите посвятить свою жизнь и родить детей, должен любить вас достаточно сильно, для того чтобы преодолеть боль и страх, если брак действительно важен для вас. Только вам решать, может ли отказ от женитьбы стать причиной разрыва ваших отношений. Я не могу советовать вам, стоит ли бросать его, если вы счастливы вместе и вам нравится жить с ним. Вы сами должны это решить. Признаюсь, мне не пришлось узнать на собственном опыте, что такое развод. Но я бы женился на своей избраннице в любое время дня и ночи, в любом месте, если бы она этого пожелала. По моим весьма традиционным представлениям «одна нога здесь» — это то же самое, что «другая нога там».*

Брак — это традиция, которая досталась нам в наследство от предыдущих поколений, поэтому у брака так много противников. Да будет

так: если мужчина категорически против брака, а вы обеими руками за, то, пожалуйста, удостоверьтесь в том, что за его нежеланием жениться скрывается исключительно нелюбовь к самому институту брака, а не какие-либо другие чувства или их отсутствие.

### ***Старое как мир оправдание типа «Я просто еще не готов»***

*Дорогой Грег!*

*Я встречаюсь с одним парнем, с тех пор как мне исполнилось двадцать три. Сейчас мне двадцать восемь. Мы начали говорить о свадьбе два года назад, тогда он сказал, что пока не готов жениться. Поэтому мы начали жить вместе, чтобы помочь ему «подготовиться». Недавно мы опять об этом говорили, и он сказал, что до сих пор не готов. Он напомнил мне, что мы оба молоды, что у нас есть время и нам некуда спешить. В каком-то смысле он прав. Мне всего двадцать восемь, а в наше время люди женятся намного позже. А иногда парням нужно больше времени, для того чтобы повзрослеть, чем девушкам. Я бы не хотела давить на него, но не знаю, как долго мне нужно ждать. Ему действительно необходимо время или он просто не хочет жениться на мне?*

*Даниэль*

### **Из архивов Грега:**

*Дорогая Леди, томящаяся в ожидании у алтаря!*

*Он прав. А куда спешить? Прошло-то всего пять лет. Вы ведь узнаете друг друга намного лучше, когда пройдет десять, к тому же все время на нашей планете у вас в распоряжении, не так ли? Вот вам совет на тот случай, если через десять лет он решит, что все еще не готов... Мне неприятно говорить вам об этом, но он не хочет спешить всего по одной причине: он до сих пор не уверен, что вы — та самая. Да, моя милая, я знаю, что вам больно такое слышать, но лучше услышать это сейчас, чем десять лет спустя. Поэтому можете оставаться с ним и продолжать пробоваться на роль его будущей жены, а можете отправиться на поиски мужчины, которому не понадобится лет десять или двадцать на то, чтобы понять: вы — самое прекрасное, что случилось с ним в его жизни.*

«Я не готов» — это самое популярное оправдание в мире, оно почему-то отлично работает. Женщинам нравится терпеливо ждать, пока мужчина «подготовится». Вы, женщины, должно быть, получаете от этого удовольствие, потому что вы всегда кого-то ждете. Мне это кажется несколько странным, потому что именно ваши биологические часы неумолимо тикают, отнимая у вас время. Послушайте, мы все знаем людей, которые встречаются уже пять лет, восемь лет и все еще не женаты. Мы знаем, что у таких пар все заканчивается не лучшим образом. Поэтому как насчет того, чтобы прекратить бесплодное ожидание? Найдите такого парня, который сам с нетерпением ждет того, что вы позволите ему любить вас.

**Оправдание типа «Он достаточно насмотрелся других неудачных браков»**

*Дорогой Грег!*

*Вы такой тупой. Мой бойфренд, клипмейкер, ну, вы помните? Он говорит, что не верит в брак. Но я-то знаю: это из-за его психованной тупой мамы (она сумасшедшая, Грег) и вообще идиотской семейной жизни его родителей. Я не обращаю на это внимания, потому что знаю: скоро он поймет, что я не такая, как его мама, и попросит меня выйти за него замуж. Кроме того, я сама пока не готова к браку, как бы там ни было.*

*Никки*

**Из архивов Грега:**

*Дорогая Никки!*

*Какая жалость, что вы не готовы стать женой Мистера клипмейкера Спилберга, потому что, похоже, у вас есть все шансы создать прекрасную крепкую семью. Но если серьезно, то я просто восхищаюсь мужчинами, которые откровенно заявляют подругам, что не верят в брак. То есть они даже не пытаются как-то скрыть свою истинную сущность, послушайте, Никки: вы не увидите, как этот парень пройдет по ковровой дорожке, если только это не произойдет на вручении «Эн-ти-ви мью-зих зуордс». Но вы можете и дальше напоминать ему, что вы не его мать. В общем, хорошо бы вам повторять это регулярно, снова и снова. Ему это очень понравится.*

Для достойного мужчины встреча с женщиной, с которой он хочет разделить свою жизнь, всегда становится настоящим событием. И наверное, если он поймет, что это именно та женщина, то не станет сразу же сообщать ей, что одна мысль о регистрации их отношений вызывает у него отвращение. Я ни на кого не намекаю.

### **ЭТО ТАК ПРОСТО**

Откуда взялся этот ужасный, чудовищный, страшный стыд, милые дамы? В желании выйти замуж нет ничего плохого. И не стесняйтесь спрашивать у мужчин, хотят ли они жениться вообще или хотят ли они жениться на вас. Позвольте напомнить; в мире великое множество мужчин, которые хотят жениться и женятся, поэтому в мире столько флористов, священников и свадебных салонов.

P.S. Не тратьте время попусту, не стоит отдавать свое сердце человеку, если его поведение вызывает у вас *хоть какие-либо сомнения* в его чувствах.

### **ВОТ ПОЧЕМУ ЭТО ТРУДНО**

**Лиз:**

Многие думают, что брак — это полная чушь. Множество женщин, мужчин, философов, антропологов, психологов, феминистов и ученых по разным причинам сходятся во мнении, что брак представляет собой несовершенный, устаревший социальный институт, придуманный для разрушения здоровых отношений. Куда бы ни занесла тебя судьба, вокруг всегда найдутся люди, которые смогут рассказать о браке что-то плохое.

Да, все именно так. Но об этом ли мы пытаемся рассуждать? Мне кажется, нет. Мне кажется, иногда мужчины хотят заставить нас поверить в то, что спор ведется именно вокруг этой проблемы. Но давайте будем откровенны. Вопрос, который должен нас волновать, звучит так: призваны ли его неубедительные, слабые оправдания насчет брака отвлечь вас от мыслей о том, что он не связывает свою будущую жизнь с вами?

Это сложный вопрос. Но женщины — умные создания. Если бы они

успокоились и перестали слушать нелепые оправдания, прекратили верить в то, во что им хочется, или в то, что он говорит правду, и хорошенько подумали бы, то, наверное, они бы узнали ответ. Женщина всегда сумеет отличить мужчину, который действительно против брака, но глубоко предан ей и трепетно относится к их отношениям, от парня, который ведет себя как слюнтяй.

Но в этом-то и сложность. Ведь, как правило, начинаешь чувствовать себя глупо, если хочешь выйти замуж, а твой партнер не желает жениться. Если двое людей так счастливы вместе, то зачем раскачивать лодку? Ведь все идет так, как будто вы женаты, тогда в чем проблема? Какая разница, что подумают члены твоей семьи, разве **онис** тобой живут? Если все твои друзья женятся, значит ли это, что тебе тоже пора? Боже, похоже на то, что тебе уже все равно, за кого выйти замуж. Ты просто хочешь **выйти** замуж.

И эти замечания полностью справедливы. Давайте посмотрим правде в глаза: в течение последних сорока лет институт брака немало критиковался в средствах массовой информации. И некоторым женщинам действительно абсолютно все равно, за кого выйти, они просто хотят замуж. Но опять же мы говорим не об этом. Прежде чем присоединиться к социо-политико-антропологической дискуссии, рассматривающей брак как устаревшее материальное соглашение, трали-вали и тому подобное, задайте себе пару важных вопросов. Правильно ответить на эти вопросы вы сможете, только находясь в здравом уме и трезвом рассудке. Чувствуете ли вы, что он действительно вас любит? Чувствуете ли вы, что он предан вам? Чувствуете ли вы, что у него есть некоторые сомнения по поводу того, хочет ли он разделить свою жизнь с вами? Если вы ответили на эти вопросы «да», «да» и «нет», то вам стоит вступить в дискуссию, потому что, возможно, он действительно имеет предубеждение против брака. Но если вам все время кажется, что он что-то от вас скрывает или что вы тратите массу сил, пытаясь измениться так, чтобы ему угодить, то бегите от него и начните новую жизнь. Вы не должны чувствовать себя глупо из-за того, что хотите быть любимой.

### ***А ВОТ КАК ВСЕ ДОЛЖНО БЫТЬ***

**Лиз:**

У одной моей подруги был парень, который переехал к ней с противоположного конца страны. Мы сидели и отмечали это событие, и у

нас зашел разговор о женитьбе. Тут он произнес длиннейшую речь о том, почему не верит в брак. Как оказалось, он вырос в таком обществе, где многих людей просто заставляли жениться, и все семьи, которые ему приходилось видеть, были очень несчастны. Столь бурная реакция удивила и сильно расстроила мою подругу. Не то чтобы она очень хотела замуж, но всегда верила, что у нее по крайней мере будет выбор. Она хорошенько подумала и поняла, что хочет быть рядом с этим человеком, который изменил всю свою жизнь, для того чтобы жить с ней. Поэтому она смирилась с тем, что никогда не выйдет замуж. Через год он сделал ей предложение. Он просто осознал, что любит ее и что брак для нее много значит.

### **ГРЕГ, У МЕНЯ ПОЛУЧИЛОСЬ!**

*Сэнди, 33 года*

*Я встречалась с одним парнем полтора года. Мы пару раз говорили о женитьбе. Однажды я поняла, что все разговоры на эту тему заводила именно я. «Конечно, — всегда отвечал он. — Ты моя родственная душа. Ты заводишь меня. Я люблю так, как не любил еще никого» и тра-ля-ля-ля-ля. Когда я прямо спрашивала его: «Ты хочешь на мне жениться?» — он отвечал! «О да, я бы очень хотел». Потом меня осенило: я никогда не слышала, чтобы он говорил «Я хочу на тебе жениться». И буквально в тот же день, как я совершила это открытие, я его бросила. Не приходится и говорить о том, что сейчас я чувствую себя гораздо счастливее, встречаясь с парнями, которые уже в первую неделю знакомства говорят: «Боже мой, не могу поверить, что ты не замужем. Ты просто великолепна».*

### **ЕСЛИ ВЫ НЕ ВЕРИТЕ ГРЕГУ**

Сто процентов опрошенных мужчин признались, что без сомнений предложили бы руку и сердце женщине, если бы были полностью уверены, что именно она — любовь всей их жизни. Один представитель сильного пола сказал: «Это каким же нужно быть идиотом, чтобы не жениться на женщине, которую любишь?»

## **ЧТО ВЫ ДОЛЖНЫ БЫЛИ УСВОИТЬ ИЗ ЭТОЙ ГЛАВЫ**

• «Не хочет жениться» и «Не хочет жениться на мне» — это две разные вещи. Удостоверьтесь в том, что вы правильно определили, к какой категории принадлежит ваш избранник.

• Если у вас противоположные взгляды на брак, то наверняка найдутся и другие вопросы, которые приведут к разногласиям. Пора составить проблемный списочек.

- Если в ваших отношениях ничего не изменяется, то чего вы ждете?
- Никки сошла с ума.
- Где-то по земле ходит человек, который хочет на вас жениться.

## ***Наша суперклассная и по-настоящему полезная рабочая тетрадь.***

Пожалуйста, напишите, сколько времени у вас ушло на то, чтобы понять: возможно, вы хотите выйти замуж за парня, с которым встречаетесь.

Теперь напишите, сколько времени вам потребовалось на осознание того, что вы определенно хотите за него замуж.

А теперь взгляните на эти цифры и подумайте, можно ли было за это время принять столь важные решения. А потом скажите себе, что ему нет никакого оправдания, если он до сих пор об этом не задумался.

## 8. НЕ ТАК УЖ СИЛЬНО ВЫ ЕМУ НРАВИТЕСЬ, ЕСЛИ ОН ВАС БРОСИЛ

*«Я не хочу быть с тобой» до сих пор означает именно это*

Все мы хотим, чтобы нас любили и в нас нуждался тот человек, который порвал с нами. Я могу это понять. Что может быть лучше, чем услышать, как на другом конце провода мужчина, который сказал, что больше не хочет вас видеть, произносит унылым, печальным голосом: «Мне так тебя не хватает»? Это дает веру в себя. Это волнует. Это то, перед чем невозможно устоять. Но устоять — ваш долг. Если он звонит вам не для того, чтобы предупредить: он нанял огромный грузовик для перевозки всего вашего барахла обратно к нему домой, то смело можете считать себя премиленькой удобной подушечкой, смягчающей его острое чувство одиночества и потери. Ведь самостоятельно он никак не может с этим справиться.

### **Оправдание типа «Но он же скучает по мне»**

*Дорогой Грег!*

*Я встречалась с парнем два года, один из которых мы прожили вместе. У нас начались ссоры и всякого рода проблемы. Он бросил меня три недели назад, и я вернулась к себе домой. Конечно, я страшно расстроена. Дело в том, что он постоянно звонит мне. Он хочет общаться со мной. Он спрашивает о моих друзьях, о том, как дела у моей семьи. Ему нравится быть а курсе всего, что со мной происходит, как будто мы встречаемся. Все мои друзья говорят, что я должна прекратить отвечать на его звонки, но я думав, он скучает по мне, м мне это нравится. Я токе во нему скучав. Мне кажется, если я буду продолжать общаться с ним, это напомнит ему о том, как хорошо нам было вместе, и он решит, что должен вернуться ко мне. Как вы думаете?*

*Бренда*



### **Из архивов Грега:**

*Дорогая Леди размытые туманные воспоминания!*

*Я так рад, что вашему молодому человеку нравится поддерживать с вами отношения, как это было раньше. Кто отказался бы от нового телефонного собеседника, особенно если у вас новая квартира и новый телефон? Повесьте трубку и послушайте меня, милочка: мужчина, который хочет построить крепкие отношения, свернет горы, чтобы удержать любимую женщину. Если он звонит не за тем, чтобы признаться вам в любви и вернуть вас, этому можно найти только одно объяснение: он собирается навестить вас и заявить о своих намерениях собственной персоной. Если он не тратит все свои усилия на то, чтобы наполнить вашу жизнь романтикой и вскружить вам голову свиданиями, цветами и стихами, то этому тоже можно найти только одно объяснение: он с головой ушел в изучение пособия по счастливой семейной жизни и в первую очередь хочет вернуть вам отношения в нормальное русло. Если же он ничего похожего не делает, то, возможно, он любит вас, возможно, ему скучно без вас, но самое главное, вы нравитесь ему не так уж сильно. Прекратите отвечать на его звонки — и он действительно поймет, каково ему без вас.*

Не удовлетворяйтесь тем, что ему без вас скучно. Он и должен скучать. Вы ведь такая неповторимая. И все же он как был, так и остался человеком, бросившим вас. Помните, есть только одна причина, по которой он может скучать, вспоминая вас: он каждый день думает о том, что не хочет провести этот день с вами.

### **Оправдание типа «Но так же намного проще»**

*Дорогой Грег!*

*Я встречалась с одним парнем около месяца. Он ушел от меня, объяснив это тем, что, как ему кажется, наши отношения не перерастут в нечто серьезное. Я поняла его и отнеслась к этому спокойно. Он хотел знать, можем ли мы продолжать тусоваться просто как друзья, я сказала: «Конечно». Теперь мы договариваемся о свидании, идем куда-нибудь, потом отправляемся к нему домой и занимаемся сексом, как раньше. (Но теперь мы «больше не встречаемся».) Он очень, очень милый, и мне нравится спать с ним. Я думаю, что все-таки нравлюсь ему, если он*

не может расстаться со мной окончательно. И мне кажется, что сейчас у нас отличные отношения: нет никаких обременяющих обязательств и мы прекрасно проводим вместе время. Я решила: меня такие отношения устраивают и я не буду указывать ему на то, что фактически мы встречаемся. Если не учитывать одну маленькую деталь — наш разрыв.

*Шерил Линн*

### **Из архивов Грега:**

*Дорогая Шерил, которая думает, что расстаться намного проще!*

*О Боже, этот парень просто великолепен! Он встречается с вами, зовет вас на свидания, бросает вас и продолжает спать с вами, что, по сути дела, снимает с него всякую ответственность за ваши чувства к нему. Как-никак вы же «больше но встречаетесь». Это просто гениально! Это чертовски умно! Это ему нужно писать книги, а не нам! Вообще, я считаю, он запросто мог бы основать свой собственный фан-клуб, если бы захотел. И дайте угадаю: вы бы с радостью присоединились к этой чудной организации, и возьмите себе на заметку, что вы не «нравитесь ему, если он не может расстаться с вами окончательно». Потому что есть одна ведь, которую молодой человек никогда не сделает, если он не мыслит без вас своего существования: он никогда не бросит вас. А этому парню вы кажетесь настолько непривлекательной, что это даже меня путает. Единственный для вас способ узнать, любите ли вы сами себя, — это избавиться от него, причем как можно быстрее.*

Это так заманчиво, когда человек, с которым вы хотите быть, предлагает вам гораздо, гораздо меньше (просто жалкое расплывчатое подобие настоящих отношений), чем вы вообще могли себе представить. Милые дамы, пожалуйста, не попадайтесь на эту удочку. Помните о том, что именно вы хотите получить, и не соглашайтесь на меньшее. Если вы не можете поступить правильно ради самой себя, то сделайте это ради кого-то другого. А такие парни до сих пор не перевелись на белом свете, потому что очень многие женщины сами соглашаются на подобные отношения.

### **Оправдание типа «Но все так делают»**

*Дорогой Грег!*

*Да. Я о сексе после расставания. Это так страстно. Эмоционально.*

*Потрясающе. Я вся измучилась, я люблю его и не могу ничего с собой поделать. Я думала, что это вполне нормально — заниматься сексом после разрыва, но теперь я по уши в этом увязла. Помогите.*

*Айлин*

### **Из архивов Грега:**

*Дорогая леди, если вы все сами понимаете, то почему вы до сих пор сидите у него дома?*

*Эй, дамочка. Хватит держаться за его член, одевайтесь и быстро отправляйтесь домой к своей лучшей подруге. И не ищите предлога, чтобы остаться у него. И не думайте, что вся это сумасшедшая страсть неминуемо приведет к тому, что вы снова будете вместе. О да, секс после расставания — это совсем неплохо, потому что здорово спать с человеком, которого знаешь. А еще здорово спать с человеком, к которому испытываешь сильные чувства. Это сочетание и делает секс после расставания таким ярким. Но теперь-то вы знаете, что из-за этого в голове возникает настоящая путаница и вы начинаете ужасно себя чувствовать. Посмотрите правде в глаза: вы женщина, а женщины не умеют разделять любовь и секс. (Сколько раз я должен это повторять? Я уже чувствую себя полным придурком!) И больше не совершайте таких ошибок. Поняли? Вы не так уж сильно ему нравитесь. Ему гораздо больше нравится очень плохая идея, которая маскируется под очень хорошую идею, а именно — секс после расставания. Вот так.*

Не надо переоценивать силу секса даже в отношениях с человеком, с которым вы занимаетесь этим уже очень долго. **Особенно** в отношениях с человеком, с которым вы занимаетесь этим уже очень долго. Расставание предполагает то, что вы больше его не увидите, а также то, что вы больше не увидите его без одежды. Возможно, у вас появится соблазн проигнорировать этот мудрый совет, но помните, что в результате вы все равно получите секс после расставания. И никому еще не удалось переименовать его в секс под названием «О Боже, секс был такой отличный, что мы снова начали встречаться и с тех пор жили долго и счастливо».

<b>Оправдание типа «Но потом он хочет вернуться обратно»</b>
--

*Дорогой Грег!*

*Мой парень постоянно бросает меня. А потом он начинает звонить и умоляет снова стать его девушкой. При этом он каждый раз говорит, что скучает по мне и что он совершил странную ошибку. Это происходило уже три раза с интервалом в шесть месяцев. Меня это жутко раздражает, но я всегда принимаю его обратно, потому что люблю. Я повторяю себе, что он, должно быть, действительно увлечен мной, раз он все время возвращается, правильно?*

*Кристина*

### **Из архивов Грега:**

*Дорогая Чемпионка по метанию бумеранга!*

*Только подумайте: вы обращаете внимание на то, сколько раз бойфренд приползал к вашим ногам, а мне бросилось в глаза то, сколько раз он говорил вам, что больше никогда не хочет вас видеть. Мы оба насчитали три раза, но, бьюсь об заклад, ваш лимит расставаний еще не исчерпан. Потому что, к сожалению, после того как вы расстанетесь, ваш молодой человек начинает подыскивать что-нибудь получше. А когда ему это не удастся, его охватывает одиночество и он возвращается «домой». Не похоже на то, чтобы вы очень сильно ему нравились. Просто ему очень сильно не нравится быть одному, Не давайте ему возможности бросить вас в четвертый раз. (Боже мой, да одна только мысль об этом звучит унижительно, разве не так?) Сократите приемлемое для вас количество расставаний до одного и наслаждайтесь жизнью дальше.*

Решение вновь построить отношения с бывшим партнером — очень сложное и тяжелое. Но помните о том, что вы принимаете обратно того же самого человека, который однажды посмотрел в ваши красивые глаза и, прекрасно понимая, от чего он отказывается, заявил, что больше не нуждается в вашем обществе. Если вашего любимого пару дней назад не похитили инопланетяне и не переделали его в «парня, который действительно увлечен вами», то примите во внимание тот факт, что мерзавцу, возможно, просто стало одиноко.

<b>Оправдание типа «Но я ведь такая милашка»</b>
--

*Дорогой Грег!*

Мой бойфренд бросил меня около недели назад. Он должен уехать из города, чтобы навестить свою мать — она ложится в больницу на операцию. Так вот, я вызвалась поухаживать за двумя его котами, которых очень люблю. Он согласился принять мое предложение и, по моему, был приятно удивлен и тронут тем, что после всего я так хорошо к нему отношусь. Мои друзья говорят, что я просто тряпка, а мне кажется, что они ко мне придираются. Мы ведь встречались три года. С чего это вдруг я должна притворяться, что мне наплевать на него и его котов (которые просто восхитительны)?

Дана

### **Из архивов Грега:**

*Дорогая Женщина-кошка!*

Даже не пытайтесь сделать это. Я очень сердит на вас. Если по прошествии трех лет он так и не понял, что вы та женщина, которая создаст ему рай на земле, то пара банок с кошачьими консервами вряд ли наведет его на эту мысль. Как насчет того, чтобы, когда он вернется после операции матери, путем хирургического вмешательства удалить его из вашей жизни? Передайте ключи от его дна и заботу о его домашних животных человеку, который дал, по вашему мнению, самое хорошее объявление в желтых страницах. Все, что вы сделаете помимо этого, не вернет вам статуса его девушки. Это всего лишь превратит вас в его прислугу.

Не надо путать понятие «шикарная женщина» с понятием «коврик, о который вытирают ноги». Шикарная женщина уходит с высоко поднятой головой, исполненная грации и изящества, не теряя при этом чувства собственного достоинства. А коврик предлагает своему бывшему подвезти его к дантисту, чтобы запломбировать каналы.

<p><b>Оправдание типа «Я отказываюсь принять тот факт, что он меня бросил»</b></p>
--

*Дорогой Грег!*

Ну ладно, мой бойфренд-клипмейкер бросил меня, потому что он осел. Но у меня дома осталась куча его барахла, и я не собираюсь отдавать все это ему обратно, потому что знаю: он передумает. Я все звоню и звоню

ему, чтобы переубедить его. И я уверена, у меня это получится, потому что я знаю: на самом деле он любит меня и не хотел со мной ссориться. Правда, он говорит, что хочет встретиться лишь для того, чтобы забрать свой дурацкий портативный компьютер. Но ведь мужчины ни с того ни с сего не говорят женщине такие фразы, какие он говорил мне. Мужчины не приглашают женщину на такие классные вечеринки, на которые он приглашал меня, и не знакомят со всеми своими классными друзьями, чтобы потом вдруг передумать. Так не бывает, что сегодня человек очень, очень тебе нравится, а на следующий день ты просыпаешься и решаешь, что не хочешь быть с ним. Я просто убита горем, потому что я в самом деле, в самом деле любила его. Вы можете не верить мне, Грег, но я действительно любила его, и мне нравилось быть с ним, а теперь я даже не могу встать с постели, потому что целыми днями рыдаю. У него всего лишь плохое настроение, и я не верю тому, что он говорит.

Никки

### **Из архивов Грега:**

Дорогая Никки!

Мне жаль, что он вас бросил. Не могу сказать, что я этого не предвидел, но сейчас не время злорадствовать. Сейчас вам необходимо перестать волноваться. Непрерывно звонить мужчине и беречь его хлам — не лучший способ восстановить отношения. На самом деле это лучший способ навести бывшего бейфренда на следующую мысль: «Да что я вообще нашел в этой психованной суке?» Что случилось с уверенной в себе, решительной женщиной? Она превратилась в душевнобольную, которая сама себя унижает? Нет, не превратилась, поэтому быстро прекратите все это, Никки. Бывает, что человек меняет свое мнение, бывает, он знакомится с кем-то еще, бывает, у него наступает протрезвление (насколько я помню, он много пил), а бывает, что он оказывается полным придурком, от которого лучше было бы избавиться (нет-нет, я никого не осуждаю). В любом случае это не важно, потому что вам не удастся переубедить его. И, Никки, пожалуйста, держите себя в руках, потому что впоследствии вас будут мучить мысли не о том, как сильно вы не хотели терять беспробудного пьяницу, который не желал на вас жениться и был слишком занят и много из себя воображал перед вами, а о том, как вы себя вели во время расставания. Даю вам слово.

Запомните один простой совет, дамы: всегда будьте на высоте. Никогда

не сходите с ума. Ну хорошо, по сути, это даже не один, а целых два совета. Но, поверьте мне, вы никогда не пожалеете о том, что прислушались к ним. По крайней мере это избавит вас от неприятных воспоминаний о том, как вы порвали на куски его одежду или выкинули его собаку из машины на обочине дороги из-за того, что он вас бросил.

### ***ЭТО ТАК ПРОСТО***

Мужчина говорит, что больше не хочет быть с вами. Иногда этот мужчина потом понимает, что совершил самую ужасную ошибку в своей жизни. А иногда не понимает. В любом случае — *в любом случае*— вы должны идти по жизни дальше и как можно быстрее. Он всегда сможет догнать вас, прежде чем вы успеете окончательно скрыться из виду. Если он это сделает, то его слова будут примерно такими: «Давай снова будем вместе», «Давай сходим к психологу», «Давай попытаемся начать все сначала», «Я скучаю по тебе. Я совершил ошибку. Я хочу быть с тобой». Но он никогда не скажет вам: «Ты не выгуляешь мою собаку?», «Я просто решил позвонить тебе», «Не хочешь сходить в кино?», «Пойдешь со мной на свадьбу к кузену Джорджу?»

### ***ВОТ ПОЧЕМУ ЭТО ТРУДНО***

**Лиз:**

Ой, я даже не представляю себе, каково это — любить человека, быть с ним, знать всех членов его семьи и всех его друзей, изучить каждый сантиметр его тела, и видеть его каждый день без одежды, и понимать, что никогда не ощущала ничего подобного, и Чувствовать, что вся твоя жизнь изменилась к лучшему с момента вашей встречи, и вспоминать счастливые часы, дни и недели, проведенные вместе, и мечтать о том, что вы будете жить целую вечность в любви и согласии, и узнать, что он не желает и слышать о тебе... на следующий день.

Поэтому что тут плохого, если тебе хочется немного подождать, чтобы увидеть хоть проблеск, хоть искорку, хоть слабый лучик надежды на то, что он передумал? На то, что он, возможно, разобрался в себе и осознал: ты самое дорогое, что у него есть, никто и никогда не будет относиться к нему

с такой теплотой, как ты, и он никогда не встретит человека, с которым сможет делиться самыми сокровенными мыслями и который будет понимать его так, как ты. Что такого плохого в том, чтобы продолжать общаться с ним, видеться с ним, печь для него печенье, покупать ему подарки, записывать ему диски, кормить его рыбок, болтать с его родителями, звонить его друзьям, оставлять ему сообщения на автоответчике... Ну ладно, я пошутила. А если серьезно, разве это плохо, если вы так искусно и грамотно обставили расставание, что вам удастся сохранять дружеские отношения, иногда общаться с ним и от случая к случаю ходить вместе в кино? И произойдет ли нечто ужасное, если побочным эффектом такого мудрого и грамотного поведения станет то, что он разберется в себе и осознает: ты самое дорогое, что у него есть? Неужели это так ужасно?

Думаю, нет. Я думаю, что этот хитроумный и дерзкий план действий потребует от вас умения вводить людей в заблуждение и не терять при этом голову. Ни за что не поверю, что за всю историю человеческих расставаний этот план ни разу не сработал. Так что же не так с этими мужчинами?

Ну ладно. Вот как, по моему мнению, должны выглядеть расставания. Расставания. Расставания в полном смысле этого слова. Никаких разговоров, никаких встреч, никаких прикосновений... держите ваши руки при себе. Ваш роман окончен. Половина людей, которых я знаю, сразу же пыталась жить дальше полноценной жизнью после тяжелого разрыва отношений. И честно говоря, мне кажется, это правильно. Опять же большинство из нас это понимают. Ты не должна спать с парнем, который неделю назад растоптал твое сердце. Точно. Но что делать вместо этого? Чем заполнить свое время, если не тратить его на то, чтобы вернуть любимого (пытаясь при этом убедить своих друзей, что ты и в самом деле не стремишься вернуть его), а?

Хорошо. В следующий раз, когда я окажусь в такой ситуации, я буду плакать. Я буду лежать в постели и ждать. Пойду в спортзал, если смогу. Позвоню всем своим друзьям и пожалуюсь им на свою тяжелую женскую долю. Буду много спать. И буду еще больше плакать. Буду чаще ходить к психологу. Заведу себе щенка. Буду делать все, что должна, и постепенно приду в норму.

Хорошо. Будь по-твоему, Грег, но я все равно думаю, что мой план мог бы сработать.



## ***А ВОТ КАК ВСЕ ДОЛЖНО БЫТЬ***

**Лиз:**

Я знаю одну пару, они были вместе очень долго, а потом расстались. У них было много общих друзей, и все очень за них переживали. Пять лет спустя они снова сошлись и сейчас счастливо живут в законном браке. Когда они расстались, они не перезванивались, не встречались и не поддерживали даже приятельских отношений. В это время они друг друга не мучили, не сбивали с толку и не терзали. Он просто жили дальше и «взрослели» независимо друг от друга, и лишь потом, много позже, они поняли, что снова могут быть вместе.

## ***ГРЕГ, У МЕНЯ ПОЛУЧИЛОСЬ!***

*Келли, 26 лет*

Недавно я сказала своему бывшему бойфренду, что начала встречаться с другим парнем. Мы расстались шесть месяцев назад. Теперь я не могу от него избавиться! Он звонит мне, напоминает, что я должна проверить электронную почту, приглашает меня в кино. Не буду кривить душой, мне льстит такое внимание. Но знаете что? Теперь я понимаю, что все это ложь и фальшь. Он не просит меня вернуться к нему, он просто ревнует. В другое время его поведение, возможно, обнадежило бы меня, но сейчас я смеюсь над ним, и только. Поведение мужчин выдает все их намерения!

## ***ЕСЛИ ВЫ НЕ ВЕРИТЕ ГРЕГУ***

Сто процентов опрошенных мужчин заявили: если они оставляли женщину, это всегда значило то, что они больше не хотели с ней встречаться.

(Один парень даже спросил: «А разве секс не может быть классным, если вы расстались?» Не вздумайте с ним встречаться!)

## **ЧТО ВЫ ДОЛЖНЫ БЫЛИ УСВОИТЬ ИЗ ЭТОЙ ГЛАВЫ**

• У вас не получится предотвратить расставание с помощью разговора. Дискуссии здесь не помогут. Разрыв отношений — решение окончательное, и обжалованию оно не подлежит.

- Секс после расставания не означает, что вы опять вместе.
- Прекратите с ним общаться. Пусть он по вас скучает.
- Не нужно напоминать ему о том, как вы великолепны.
- Он и сам может позаботиться о своем коте.
- «Шикарная женщина» никогда не будет терзать его автоответчик.
- Где-то вас ждет молодой человек, который будет просто счастлив, что вы вновь не сошлись со своим ужасно противным бывшим бойфрендом.

## ***Наша суперклассная и по-настоящему полезная рабочая тетрадь***

О Боже. Это так удивительно! Мы нашли эту записку на полу. Она от вашего будущего бойфренда. Ну разве не странное совпадение?

*Эй, малышка!*

*Не могу дождаться, пока ты вычеркнешь из своей жизни бывшего бойфренда. По-моему, он полный придурок. Надеюсь, это произойдет очень скоро. Ты слишком хороша, для того чтобы долее оставаться одной.*

*Иди и найди меня. Я совсем рядом, жду тебя.*

*Твоя будущая любовь.*

## **9. НЕ ТАК УЖ СИЛЬНО ВЫ ЕМУ НРАВИТЕСЬ, ЕСЛИ ОН ПРОСТО ВЗЯЛ И ИСЧЕЗ**

*Иногда самой приходится ставить точку*

Он исчез. Опа! Он просто взял и растворился в воздухе. Что ж, здесь все предельно ясно. Он дал вам понять, что вы настолько не в его вкусе, что он даже не потрудился оставить вам хоть какую-то весточку о себе. В этом случае вам скорее всего придется поломать голову, прежде чем вы придумаете для него достойное оправдание. Все это так неприятно, что вас наверняка будут мучить обида и злоба. Именно поэтому у вас появится соблазн найти оправдание для себя самой. Ведь у вас будут все основания на то, чтобы потратить массу усилий в поисках ключа к разгадке Тайны Исчезнувшего Мужчины. Но все эти оправдания, какими бы убедительными они ни казались, в конечном счете вам не помогут. Единственное, что вы должны вынести из этой любовной истории, — это тот факт, что он решил вас оставить. И у него не хватило храбрости сказать вам об этом, глядя в глаза. Дело закрыто.

### ***Оправдание типа «Может быть, он умер»***

*Дорогой Грег!*

*У меня был короткий; роман с одним очень милым французом. Нам было прекрасно вдвоем, но мне всегда казалось, что наши отношения могут перерасти в нечто большее. Он вернулся во Францию, и мы стали переписываться по электронной почте. Все это было трогательно и романтично. Вдруг ни с того ни с сего он перестал мне писать. Прошло уже две недели. Грег, может быть, с ним что-то произошло? Может быть, он не получил моего последнего письма. Может быть, что-то в нем обидело его. Я в ужасе оттого, что, возможно, никогда больше не получу от него весточки. Это так тяжело. Могу ли я послать ему еще одно письмо, чтобы хоть как-то связаться с ним?*

*Нора*

### **Из архивов Грега:**

*Дорогая Поклонница свободной Франции!*

*О да, можете отправить ему и-мейл, если хотите дать ему возможность отвергнуть вас еще раз. Может быть, он попал под грузовик с *rottes frites* [\[10\]](#), с картофелем фри, угодил в больницу и поэтому исчез? Наверняка. Но я должен сказать вам, что статистика гласит: он скорее всего встретил другую женщину, либо решил, что роман на расстоянии не для него, либо понял, что вы американка не его мечты. Да ради Бога, напишите ему снова и попросите его еще раз демонстративно захлопнуть дверь у вас перед носом. Хотя, возможно, еще осталась одна десятитысячная процента надежды на то, что у него испортился телефон, забарахлил и-мейл и он потерял всю вашу контактную информацию. Только не говорите потом, что я вас не предупреждал.*

Нет ничего хуже, чем не получить ответа от партнера по бизнесу, от друга и особенно от любимого. Но беда в том, что отсутствие ответа и есть ответ для вас. Возможно, он не написал прощального письма, но его молчание говорит яснее ясного: «Увидимся позже». Единственная причина, по которой вам стоит написать ему снова, — это желание получить явный отказ, теперь уже в словесной форме. Неужели вы забыли? Вы слишком заняты своими поклонниками, и у вас нет времени на такие глупости.

**Оправдание типа «Так что же, получается, я даже не могу с ним поскандалить в последний раз?»**

*Дорогой Грег!*

*У меня с одним парнем были серьезные отношения, которые длились три месяца. А потом он вдруг исчез. Целую вечность я не получала от него никаких известий. Я забеспокоилась и позвонила его лучшему другу, а тот сказал, что мой парень вернулся к своей бывшей подруге и теперь живет с ней. Я прекрасно понимаю, что он был не так уж мной увлечен, но разве у меня нет права узнать, почему он так со мной поступил? Разве я должна позволить ему выйти сухим из воды?*

*Рене*

**Из архивов Грега:**

*Дорогая Воинствующая Рене!*

Конечно, у вас есть на это право. Но знаете что? Он понимал, что вы будете оскорблены. Он настоящий осел, но не идиот. Он все спланировал заранее, поэтому взял и исчез. Единственное, чего он до сих пор не знает, — это сколько времени вам потребуется на то, чтобы забыть его самого и поступок, который он совершил. Так вот, вы и так дадите ему это понять, если не будете общаться ни с ним, ни с его друзьями. Никогда.

*P.S. И он не вывел сухим из воды. В какой бы ситуации он ни оказался, он как был ослом, так им и останется.*

Первое время, возможно, будет казаться, что вам полегчает, если вы позвоните ему и устроите скандал. Но в конце концов вы пожалеете, что уделили ему столько внимания в благодарность за то, что он испортил вам жизнь. Или хотя бы один день вашей жизни. Пусть кто-нибудь другой тратит на него свою энергию. У вас может возникнуть ощущение, что вы позволили ему выйти сухим из воды. Но поверьте мне, ничего из того, что вы хотите ему сказать, не будет для него откровением. А вам и так есть на что потратить свое время.

<p><b>Оправдание типа «Но я просто хочу получить ответ»</b></p>
---

*Дорогой Грег!*

Я и мой бойфренд, с которым мы были вместе шесть месяцев, поехали в Калифорнию. Мы отлично провели время. После того как мы вернулись домой, он поехал в Бостон навестить свою семью. Когда я позвонила туда, чтобы узнать, как у него дела, его мать сказала мне, что он поехал к друзьям во Флориду. С тех пор я ничего о нем не знаю. Это меня просто убивает. Я думаю, что единственный способ успокоить мою душу и расставить все точки над *i* в наших отношениях — это поговорить с ним и узнать, что произошло. Что в этом плохого?

*Лайза*

**Из архивов Грега:**

*Дорогая Любительница Цитрусовых!*

*Вы заслуживаете того, чтобы узнать, что случилось на самом деле?*

*Несомненно. К счастью для вас, я могу рассказать, что случилось. Вы встречались с самым ужасным человеком на свете. А что такого он мог бы вам сказать, чтобы у вас в голове зажглась маленькая желтая лампочка с надписью: О-о-о-о! Так вот почему мой бойфренд бросил меня, не сказав ни слова, уехал во Флориду и растворился в воздухе!? И ни одно из его объяснений не удовлетворило бы вас. Зато в будущем вам может принести удовлетворение осознание того, что вы не стали тратить свои драгоценные силы и время на этого человека. Это тот еще фрукт, настоящая кислятина. Выбросите его сейчас же. Лимонад отнюдь не полезен для здоровья.*

*P.S. Если я когда-нибудь поеду во Флориду, я надеру ему задницу.*

Иногда люди ведут себя так мерзко, что не остается никаких сомнений насчет того, как следует поступить. Самая большая ошибка, которую вы допустили, — это то, что начали встречаться не с тем человеком. Самый простой способ исправить эту ошибку — сделать для себя определенные выводы, жить дальше и впредь быть более разборчивой в выборе партнера. Сделайте все это побыстрее, не теряя ни минуты вашего драгоценного времени.

## **ЭТО ТАК ПРОСТО**

Исчезновение всегда воспринимается болезненно, потому что вы прекрасно понимаете: человек, которого вы любили, скорее всего покинул вас намного раньше того дня, когда он схватил свое пальто и слинял. Самое трудное — это осознать, что в какой-то степени он лгал вам до момента своего исчезновения. Не спрашивайте себя, что вы сделали не так или как вы могли бы поступить, если бы знали, к чему это приведет. Не травите себе душу и не тратьте свое драгоценное время на то, чтобы понять, почему он сделал то, что сделал. Или на то, чтобы вспомнить все его слова, надеясь разгадать, что в них правда, а что — ложь. Единственное, о чем вы должны думать, — это то, что получили очень хорошее известие: он ушел. Аллилуйя. Увидимся на страницах комиксов, подлый трус!

## ВОТ ПОЧЕМУ ЭТО ТРУДНО

**Лиз:**

О, ради всего святого! Это просто невыносимо. Он исчез. Он перестал звонить, писать и интересоваться тобой ни с того ни сего. А ведь, казалось, вас многое связывало. Казалось, сам факт существования каких бы то ни было отношений обязывает человека давать хотя бы малюсенькое объяснение, в случае если он решит поставить в этих отношениях жирную точку. Но его объяснением становится гробовое молчание. Не слышишь ни оправданий, ни последнего «прости-прощай». Он просто растворяется в воздухе, не оставив и следа. В отношениях между мужчиной и женщиной нет ничего хуже, чем это самое чувство тошноты, которое накатывает на тебя, когда парень, с которым ты встречалась или только что познакомилась, решил тебя кинуть, не потрудившись даже сказать тебе об этом. Нет *ничего хуже*.

Сначала тебе больно. А потом ты начинаешь ощущать беспомощность, абсолютную и полную беспомощность. Он просто исчез, заставив тебя тем самым почувствовать, что ты вообще ничего для него не значила. Еще, возможно, ты будешь шокирована. Ведь он никогда не представал перед тобой в таком свете. А еще скорее всего ты будешь страшно разочарована. «Неужели? Теперь я должна возненавидеть его? Я должна думать, что он полный придурок? И вот чем закончились наши отношения? Нет, этому должно быть какое-то разумное объяснение». Потом ты начинаешь тратить на этого классного парня кучу времени и сил, придумывая разные причины, по которым он мог исчезнуть (он занят, он занят... и, может быть, он занят), все еще надеясь, что он возьмется за ум и хотя бы напишет тебе и-мейл. После этого ты начинаешь перебирать в памяти все свои слова, письма и поступки, которые могли оттолкнуть его. Что же ты сказала такого неуместного и глупого, что у него не осталось иного выбора, кроме как уехать за тридевять земель? Ты начинаешь винить себя за то, что сделала какой-то стратегически неверный шаг: «О, если бы я тогда повела себя по-другому! Он сейчас был бы со мной!» Или ты просто начинаешь беспокоиться и думать, что у него случился сердечный приступ и его тело лежит неопознанным где-то на улице. Иначе зачем было вот так исчезать?

И наконец у тебя появляется желание позвонить ему и сказать что-то. Или написать. Ты испытываешь или злость, или обиду, или все еще надеешься на то, что он лежит в коме в одной из городских больниц. Но как бы ты себя ни чувствовала, ты считаешь, что у тебя по крайней мере есть

право устроить ему скандал или выяснить, что же все-таки произошло. А что может быть хуже, чем томиться в неведении? Ничего. Хуже может быть только в том случае, если тебе так и не удастся его обругать.

Грег сказал бы, что лучшим отмщением было бы выкинуть этого подлеца из своих мыслей, причем как можно скорее. Грег сказал бы, что мы получили уже достаточно объяснений. Парень просто не хотел ждать у моря погоды, и у него не хватило храбрости сказать правду, глядя в глаза. Разве этого объяснения нам недостаточно? Вот тогда я бы ответила Грегу: «Нет, вообще-то недостаточно. Такое объяснение меня не устраивает. Я хочу знать, почему он так поступил». Тогда Грег сказал бы: «Правда? Ты уверена? Ты действительно хочешь, чтобы он во всех деталях расписал тебе, почему он больше не хочет тебя видеть?»

Ненавижу Грега.

Всегда тяжело переживать расставание с любимым человеком. Но для меня еще больнее чувствовать, что меня сочли недостойной нормального расставания. Опять же желание как-то изменить такое положение вещей вполне естественно. Грег просто хочет сказать, что это желание должно воплотиться в том, чтобы жить дальше, а не оглядываться назад. Мне (как и многим) очень тяжело жить дальше с осознанием того, что отношения, по сути, так и не получили своего логического завершения. Поэтому я очень хорошо понимаю женщин, которые не могут удержаться, чтобы не позвонить мерзавцу. Но мне кажется, Грег отчитал бы вас за это (ведь он просто Мистер Всезнайка) и сказал бы, что, прежде чем звонить или писать вашему бывшему бойфренду, вы должны мысленно проиграть весь сценарий. Это действительно облегчит ваши страдания? Думаете, это действительно изменит его отношение к вам или к тому, что он сделал? Это **единственный** мыслимый способ, который поможет вам преодолеть разрыв и идти по жизни дальше? Если да, то я вот что вам скажу: пошлите Грега к черту и позвоните этому парню. В любом случае, если парень больше не хочет общаться с вами и у него не хватает ни воспитания, ни смелости, чтобы сказать правду, глядя в глаза (по крайней мере мне), остается надеяться, что всю необходимую информацию вы уже получили. Этой тактики чрезвычайно трудно придерживаться. Но мне определенно понравилась бы девушка, которая вела бы себя именно так. Удачи всем нам!

***А ВОТ КАК ВСЕ ДОЛЖНО БЫТЬ***



**Грег:**

К великому сожалению, должен признаться, что я тоже как-то «исчез», желая оставить одну женщину. Год спустя я увидел ее на улице, она стояла у входа в кафе. Выглядела она сногшибательно, и приятный молодой человек держал ее за руку. Я понял, что меня и близко нет в ее мыслях и, возможно, меня там уже не было две минуты спустя, после того как я перестал ей звонить. Ее поведение выглядело гораздо достойнее, чем мое.

***ГРЕГ, У МЕНЯ ПОЛУЧИЛОСЬ!***

*Нора, 41 год*

*Ну хорошо, Грег. Я Не буду писать и-мейл тому французцу. Обещаю.*

***ЕСЛИ ВЫ НЕ ВЕРИТЕ ГРЕГУ***

Сто процентов опрошенных представителей мужского пола, которые «исчезали» из поля зрения женщины, заявили: они полностью осознавали, что совершили нечто ужасное, и никакие телефонные звонки и запоздалые разговоры не заставили бы их передумать.

***ЧТО ВЫ ДОЛЖНЫ БЫЛИ УЗНАТЬ ИЗ ЭТОЙ ГЛАВЫ***

- Возможно, он действительно лежит в больнице, страдая от амнезии, но скорее всего он просто не так уж вами увлечен.
- Отсутствие ответа и есть его ответ вам.
- Не давайте ему возможности снова вас отвергнуть.
- Пусть его мать устраивает ему скандалы. А вы для этого слишком заняты.
- Здесь нет никакой загадки: он просто ушел из вашей жизни, и он был вас недостоин.

## **НАША СУПЕРКЛАССНАЯ И ПО-НАСТОЯЩЕМУ ПОЛЕЗНАЯ РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ**

*Мы бы придумали для вас какое-нибудь веселое задание, если бы считали, что на этого парня стоит тратить время, но он этого недостоин. Поэтому возьмите выходной, сходите куда-нибудь и отлично проведите время.*

*С любовью, ваши друзья, авторы книги «Не так уж сильно вы ему нравитесь» Грег и Лиз.*

Ну ладно, если вам этого недостаточно...

Есть один старый испытанный способ, который мы готовы вам предложить. Напишите этому человеку очень, очень длинное письмо и задайте ему все свои вопросы. Напишите все, что хотели сказать. Обзывайте и ругайте его так, как пожелаете. Напишите что-нибудь обидное про его мать. А потом — вы и сами догадались — просто порвите ваше письмо.

Вот максимум времени, которое мы разрешаем вам потратить на этого неудачника.

## **10. НЕ ТАК УЖ СИЛЬНО ВЫ ЕМУ НРАВИТЕСЬ, ЕСЛИ ОН ЖЕНАТ (сюда же относятся все другие, самые невероятные причины, из-за которых он не может быть с вами)**

*Если вы не можете любить друг друга свободно и открыто, то это ненастоящая любовь*

Здесь кроется некоторое противоречие, но я все равно это скажу. Какими бы сильными и искренними ни были ваши чувства к другому человеку, если он не может ответить на них честно и в полной мере, то есть взаимной любовью, то эти чувства ничего не значат. Я понимаю, вы, возможно, испытываете невероятно сильные, необычайно глубокие, просто сказочные чувства. Возможно, вы никогда не испытывали ничего подобного. Но кого это волнует? Если человек, которого вы «любите» (обратите внимание на предательские кавычки), не может думать о вас и быть с вами, когда ему этого хочется, то это **ненастоящая любовь**.

### **Оправдание типа «Но его жена такая сука!»**

*Дорогой Грег!*

*Я встречаюсь со своим начальником. Он женат. Мы тщательно скрываем наши отношения, чтобы никто ничего не заметил. Я очень, очень сильно люблю его, а он любит меня, я знаю, нехорошо встречаться с женатым мужчиной, но его жена так ужасно к нему относится. Она обзывает его и говорит ему, что он тупой. Они никогда не занимаются сексом. Он утверждает, что только я помогаю ему не сорваться. Как я могу бросить его, ведь он переживает такой сложный период в жизни? Я же люблю его.*

*Блэр*

### **Из архивов Грега:**

*Эй, Леди Скрытность!*

*Что-что? О чем мы вообще разговариваем? Мне действительно нужно объяснять вам, почему не стоит встречаться с женатым мужчиной? Ну ладно, ваша взяла, выкладываю вам всю его подноготную. Раз он женат и ходит на сторону, это уже характеризует его определенным образом. Во-первых, он врет со спокойной душой. (Очень мило.) Во-вторых, его совершенно не смущает то, что он изменяет жене. (Просто супер.) В-третьих, он не испытывает ни капли уважения к жене и не ценит свой брак. (Какая прелесть!) И в-четвертых, он на самом деле не уважает и вас. Ведь то, что вы от него получаете, — это лишь жалкие крохи его внимания, украденное время, окутанное пеленой позора. (Именно о таком прекрасном принце вы и мечтали, когда были маленькой девочкой, верно?) А поскольку у вас «служебный роман», то как вы думаете, кого попросят уйти, если вдруг ваши отношения испортятся или станут предметом сплетен для сотрудников офиса и нависнет угроза над его работой и/или браком? Вас. И чья репутация серьезного делового человека будет подмочена? Угадали чья? Умница. Каким бы несчастным ни был его брак и как бы ужасно ни относилась к нему жена, все определенно не так уж плохо, иначе он давно бы ее бросил. Искренние любовные отношения не заслуживают того, чтобы их скрывали. Найдите себе мужчину, который не будет прятать свои чувства.*

*Я знаю, кажется, что все намного проще, если ваш избранник женат на злобной, крикливой, хамоватой ведьме. Какая бы ни была обстановка у них в семье, как бы они ни относились друг к другу, вы все равно помогаете мужчине изменять жене. Давайте сойдемся на том, что это просто недостойно вас.*

### **Оправдание типа «Но он такой хороший человек»**

*Дорогой Грег!*

*Я никогда не думала, что окажусь в таком положении. Я прекрасно знаю, что нельзя встречаться с женатыми мужчинами, и вот попадаю именно в такую ситуацию. Я познакомилась с ним на конференции за городом, а потом нам пришлось встретиться по работе в городе, где я живу. Мы полюбили друг друга, и у нас закрутился сумасшедший роман.*

*Мы видимся каждый раз, когда он приезжает в город, а это бывает довольно часто. Я бы с легкостью взглянула на эту ужасную ситуацию другими глазами и осудила бы нас обоих, если бы он не был таким добрым, хорошим человеком. Он никогда раньше не изменял жене. И он никогда не говорит о ней ничего плохого. Мы крепко любим друг друга. Мне тридцать шесть лет, я в жизни не испытывала ни к кому столь сильных чувств. И он говорит то же самое. Он хочет уйти от жены, но у них двое маленьких детей, и он боится сделать им больно. Все это очень давит на него. Я чувствую себя ужасно, но в то же время верю, что достойна испытывать такую любовь. Это безграничное, глубокое чувство, которое я ждала всю жизнь, и оно должно быть настоящим. Это не классическая история романа с женатым мужчиной, Грег. Это моя личная история. И мне кажется, она в корне отличается от других.*

*Белинда*

### **Из архивов Грега:**

*Дорогая Другая Женица!*

*Эй, большая умница! Это хорошо, если вы понимаете, что достойны испытывать сильную и глубокую любовь. Только я думаю, нужно испытывать такое чувство к человеку, который целиком и полностью принадлежит вам. По земле ходит столько свободных мужчин. Почему бы вам не найти себе такого, который будет только с вами? Да, конечно, бывает, что чувства проходят, что люди женятся не на том, на ком следовало, или их охватывает страсть, или они жестоко ошибаются в своем выборе... Все это действительно может привести к тому, что человек заведет роман на стороне. Вы же с Мистером Женатиком можете попробовать следующий путь решения проблемы: перестаньте встречаться, пусть он сам разбирается со своей жизнью. Если он в конце концов решит остаться с женой, то, значит, вы вели себя как та самая женица, которая встречается с мужчиной, никогда и не собиравшимся уходить от жены. Если же он действительно оставит жену, то вы оба сможете начать новую жизнь, в которой не будет места стыду и позору.*

*Я не шучу, и даже не думайте, что я собираюсь иронизировать по этому поводу, хотя я и позволил себе это в письме, которое вы только что прочитали. Вы хотите любви и хотите быть любимой, и вам кажется, что вы наконец-то нашли эту любовь. Но он женат. Пожалуйста, не пытайтесь игнорировать этот факт. Он женат на другой женщине. Я знаю, вы не такая, как все, и в вашем случае все по-другому, но факт остается фактом: он*

женат. Если за всю вашу жизнь вы готовы остановиться на красный свет всего один раз, то это именно такой случай. Просто для всех, кто играет в эту игру, ставки слишком высоки.

### **Оправдание типа «Я просто должна подождать»**

*Дорогой Грег!*

*Я начала встречаться с одним парнем, с ним очень весело, он приятный человек. Для меня он как глоток свежего воздуха. Он всегда звонит мне, когда обещает, приезжает ко мне издалека, если мы куда-то идем вместе, мы отлично проводим время. Единственное, что омрачает наши отношения, — это отвратительная судебная тяжба с его бывшей женой по поводу опеки над ребенком. Он только об этом и говорит. Только об этом. Даже когда я прошу его сменить тему разговора, он не может остановиться и начинает рассказывать о том, как ненавидит свою жену, какая она мерзкая и лживая и как он «покажет ей, где раки зимуют». Я понимаю, сейчас он переживает нелегкие времена, и я не хочу упускать свой шанс из-за того, что наши отношения начались именно в этот сложный для него период. Что мне делать? Попытаться оказать ему поддержку и продолжать слушать его излияния?*

*Пэм*

### **Из архивов Грега:**

*Дорогая Леди полуночный оазис!*

*Ух ты. Так, значит, он весел, приятен и подобен глотку свежего воздуха? Вот только он не может остановиться, когда поливает грязью бывшую жену. Какое сокровище! Дамы, говорю вам на полном серьезе: мне очень жаль, что в наше время так трудно найти приличного парня, что каждому представителю мужского пола, который умеет пользоваться телефоном и водить автомобиль, вы готовы простить любое поведение. Очень грустно, что дела обстоят именно так, и я не знаю, как это можно исправить. А что касается вас, то не похоже на то, что в ближайшее время он готов сильно увлечься вами. Может быть, потому, что в его злобной маленькой голове просто не хватает для этого места. И вот вам совет: не так уж он хорош, чтобы вы тратили свое время, досматривая до конца это нудное представление под названием «Я хочу убить свою жену» в театре одного актера. Если он поймет, что ему вас не хватает,*

*то он соберет свою волю в кулак и позвонит вам, когда его мысли прояснятся. А вы пока займитесь чем-нибудь поинтереснее, например, пойдите и купите билет в один из лучших театров города.*

Повторяю еще раз: если на определенном этапе развития отношений заходит речь о том, чтобы «его подождать», — это тревожный сигнал. Он же не акция, в которую вы собираетесь вложить деньги. Он — мужчина, сердце которого должно быть достаточно открыто, для того чтобы он был готов поговорить с вами, встретиться с вами, безумно влюбиться в вас. Именно для этого люди и ходят на свидания. Даже если вы сведете свои требования к минимуму, помните: его ума должно хватить по крайней мере на то, чтобы не докучать вам неприятными разговорами.

### **ЭТО ТАК ПРОСТО**

Да-да. Вы встретите множество мужчин, которые будут находиться на совершенно разных стадиях «выздоровления» от предыдущих отношений. Если вы кому-то действительно нравитесь, он быстро решит все свои проблемы и приложит массу усилий, чтобы не потерять вас. Или четко и откровенно объяснит, что он переживает в данный момент, и честно признается, что пока не готов к новым отношениям. И потом добавит, что вы можете быть уверены на все сто: когда он будет к этому готов, он в ту же минуту разыщет вас и упадет к вашим ногам. ***Ведь вас не так-то легко забыть.***

### **ВОТ ПОЧЕМУ ЭТО СЛОЖНО**

**Лиз:**

Потому что речь идет о тебе, а не о том, о ком ты читала в газете, кого слышала по радио или видела по телевизору. Дело касается тебя, и это самое сложное. Ведь ты заслуживаешь счастья так же, как его жена (или его девушка). Иногда люди женятся, прежде чем успевают встретить человека, с которым им предназначено быть. Или брак просто умирает, и остается лишь жалкое подобие семейной жизни. А если он не женат, но увлечен какой-то женщиной, то что ж, мужчины обычно преодолевают

такое влечение, завязывая отношения с другой женщиной... Так почему не собрать волю в кулак и не подождать, пока он окончательно выкинет из головы свою бывшую?

В любом случае ключевым словом в такой ситуации является «ждать». И именно вам приходится ждать, то есть терять свое время, сидеть, прикусив язык, и молчать о своих желаниях и потребностях. Он ведь такой особенный, этот парень. Он заслуживает того, чтобы вся ваша жизнь замерла, чтобы вы порхали вокруг него и при этом не получали ничего взамен, пока он решает свои проблемы вселенского масштаба. Он такой особенный. А вы, разумеется, вовсе не такая.

Ну что ж, должна признаться, у меня очень хорошо получается вот таким образом терять свое время, требовать малого и в итоге довольствоваться еще меньшим. Я никогда не встречалась с женатым мужчиной, зато я эксперт в области «эмоционально недоступных» мужчин. Откровенно говоря, тебя переполняют благородство, романтика и волнение, когда твоя душа томится в ожидании, и ты понимаешь, что по определенным причинам человек, которого ты любишь, сейчас не может быть с тобой. Тебе хочется ждать его, потому что твои чувства к нему такие сильные и глубокие. (Конечно, сейчас я сомневаюсь в том, что мои чувства к этим мужчинам действительно были сильными и глубокими, именно потому, что они не могли быть со мной, хотя я бы не подтвердила свои слова под присягой.) Если вам тоже нравится это ощущение, то ни один совет из этой книги, ни увещевания ваших друзей и вашего психолога не заставят вас изменить свое мнение. В таком случае я надеюсь, что вам, как и мне, в конечном счете все это просто надоест.

Иногда все психологи мира не могут помочь вам. Иногда нужно подождать, пока в ваших отношениях не поселится тоска. Вы затоскуете, оттого что всегда получаете меньше, чем, как вам кажется, получают все остальные, меньше, чем вы хотите. Вы начнете думать, что, может быть, вы заслуживаете лучшего не потому, что научились любить себя, или сбросили лишний вес, или увидели по телевизору тот самый выпуск «Доктора Фила» [\[11\]](#), а просто потому, что вам стало скучно и тоскливо. Тоскливо, оттого что вы страдаете по одному и тому же поводу снова, и снова, и снова. По-моему, именно это со мной и произошло. Надеюсь, что с вами это случится намного быстрее.

***А ВОТ КАК ВСЕ ДОЛЖНО БЫТЬ***



**Лиз:**

Моя подруга познакомилась с парнем, который за две недели до этого расстался со своей девушкой — они прожили вместе три года. Поэтому моя подруга решила, что их роман станет для него всего лишь отдушиной. Он тоже так думал. И хотя он мог увильнуть под тем предлогом, что еще не готов к новым отношениям, так как «только что пережил неприятный разрыв», он этого не сделал. Поскольку она очень ему нравилась, он никогда не давал ей почувствовать, что в данный момент он для нее недоступен. Сейчас у них по-настоящему серьезные отношения.

### **ГРЕГ, У МЕНЯ ПОЛУЧИЛОСЬ!**

*Джанин, 43 года*

*Недавно я познакомилась в Сети с мужчиной, жена которого умерла три месяца назад. Мы встретились пару раз, и было предельно ясно, что он еще не готов заводить новый роман. Было видно, что он глубоко переживает, он очень много говорил о своей жене и о том, какая она была замечательная. У меня появилось желание помочь ему, утешить его, окружить заботой и лаской, чтобы он быстрее пережил этот трудный период. Мне он очень нравился, и я даже мечтала о том, какими могли быть наши отношения, когда он «пойдет на поправку». Но потом я поняла, что не хочу быть с человеком, которого надо «лечить», для того чтобы начать новые отношения. Я объяснила ему, что чувствую себя неловко, встречаясь с ним, когда прошло так мало времени после смерти его жены. Но я также сказала, что мои двери всегда открыты для него и что я хотела бы увидеть его снова, когда пройдет больше времени. А потом я опять отправилась в Интернет и продолжила свои поиски.*

### **ЕСЛИ ВЫ НЕ ВЕРИТЕ ГРЕГУ**

На первом же свидании с женщиной мой друг узнал, что она, кроме него, встречается с женатым мужчиной. Мой друг сразу же сказал ей, что второго свидания у них не состоится: зачем ему женщина, которая недостаточно уважает себя, для того чтобы состоять с мужчиной в нормальных отношениях?

### **ЧТО ВЫ ДОЛЖНЫ БЫЛИ УСВОИТЬ ИЗ ЭТОЙ ГЛАВЫ:**

- Он женат.
- Если он не принадлежит вам целиком и полностью, значит, он принадлежит ей.
- В мире очень много классных и нежных одиноких мужчин. Попробуйте повстречаться с одним из них.
- Если мужчина вопит и изрыгает проклятия в адрес бывшей жены или оплакивает предыдущую подружку, пойдите в кино с кем-нибудь другим.
- Он женат.
- Не надо вступать в ряды тех самых женщин.
- Вас не так-то легко забыть. Пусть он сам вас найдет, когда будет готов к новым отношениям.

### ***Наша суперклассная и по-настоящему полезная рабочая тетрадь***

Перечислите все качества, которые вы ожидаете найти в мужчине. Их должно хватить по крайней мере на пять пунктов. А мы пока подождем...

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

А теперь посмотрите на ваш список. Встречаются ли там слова «женат» и «эмоционально недоступен»?

Вот-вот, мы с вами согласны. Вы слишком роскошны и умны для таких мужчин.

## **11. НЕ ТАК УЖ СИЛЬНО ВЫ ЕМУ НРАВИТЕСЬ, ЕСЛИ ОН ВЕДЕТ СЕБЯ КАК СЕБЯЛЮБИВЫЙ ЭГОИСТ, ХВАСТУН ИЛИ ПРОСТО КАК БОЛЬШОЙ ПРИДУРОК**

*Если вы действительно любите человека, вы приложите все усилия, чтобы сделать его счастливым*

«У него столько положительных качеств. Это сушая правда. Жаль только, что он постоянно затыкает мне рот». Вот это действительно проблема. И не пытайтесь ее игнорировать. Я понимаю, конечно, что у него много других достоинств. Именно поэтому вы его и полюбили. Я знаю, вы бы никогда не увлеклись полным ослом. Есть одна маленькая хитрость, которая поможет вам понять, что к чему: забудьте о нем и о всех его достоинствах. Забудьте даже о его недостатках. Забудьте о всех его оправданиях и обещаниях. И задайте себе всего один вопрос: вы счастливы с ним? Люди — сложные существа. В них сочетаются самые прекрасные и самые отвратительные качества. Вот почему людей так сложно понять. Вот почему пытаться понять их — значит терять время. Вы счастливы с ним? И здесь я имею ввиду не те редкие минуты, которые иногда озаряют вашу жизнь. Я просто хочу вам напомнить, что хорошее всегда перевешивает плохое. Говорит ли каждый его поступок о том, что ваше счастье волнует его? Если нет, то отправьте его восвояси и найдите себе мужчину, который заслуживает вашего внимания.

***Оправдание типа «Но он правда хочет исправиться»***

*Дорогой Грег!*

*Мой бойфренд — большой эгоист. Он говорит, что любит меня, и действительно уделяет мне много внимания; мы хорошо знакомы с родственниками друг друга, и он достойный человек во многих*

отношениях. Но мы живем вместе вот уже четыре года, и за все это время он ни разу не помог мне по дому. Он никогда не старается устроить для меня романтическое свидание, сделать сюрприз на мой день рождения, никогда не дарит мне цветов, никогда не выгуливает собаку, редко говорит мне комплименты, не благодарит меня за то, что я приготовила вкусный ужин для него и его друзей, не проявляет нежность и заботу, не хочет ехать со мной в отпуск в какое-нибудь красивое место. Мы все время говорим об этом, и он утверждает, что работает над собой и пытается измениться. Только все эти перемены так и прошли мной не замеченными.

Вопрос в следующем: действительно ли он любит меня, как говорит, если он ведет себя как последний мерзавец?

Паула

### **Из архивов Грега:**

*Дорогая Подруга неисправимого мерзавца!*

*Вы, наверное, разыгрываете меня. Возьмите свое письмо, разверните его и прочитайте вслух то, что вы написали, себе или своей подруге. Если вы до сих пор ничего не понимаете, то вызовите полицию, потому что у кого-то украли мозги.*

*P.S. На всякий случай ответом на ваш вопрос будет «нет». Люди любящие, как правило, пытаются хорошо относиться друг к другу. Некоторые даже получают удовольствие, проявляя к любимым нежность и заботу и пытаясь скрасить их существование. Может быть, он думает, что любит вас, и, может быть, он даже вас любит. Но у него это очень плохо получается. В итоге вы пожинаете те же самые плоды, что и в ситуации под названием «Не так уж сильно вы ему нравитесь».*

Желательно, чтобы вас осенило гораздо раньше, чем через четыре года, что человек, с которым вы встречаетесь, просто страшно противный эгоист. Ведь наверняка Господин Придурок показал себя во всей красе уже в первый день вашей встречи.

### **Оправдание типа «Но его просто так воспитали»**

*Дорогой Грег!*

*Мой бойфренд, с которым я встречаюсь уже год, идеален во всех*

отношениях. Так получилось, что он вырос в неполноценной семье — у него был всего один брат, и воспитывала их обоих сумасшедшая мамаша. У меня же очень большая и дружная семья, где все любят друг друга. Но он никогда не хочет проводить время с моими родственниками. И если у него есть выбор, он скорее останется дома, чем пойдет со мной к кому-нибудь в гости. Когда мне все-таки удастся затащить его на семейный ужин, он весь вечер сидит мрачный и ни с кем не общается. Мы разговаривали об этом, и он объяснил, что сама идея большой дружной семьи ему чужда. Мне тяжело даже представить, как я смогу дальше жить с таким человеком, но в то же время разве не более важно то, как он ведет себя, когда остается со мной наедине? Я думаю, в конце концов он привыкнет к моим родственникам и будет с удовольствием навещать их, ведь правда? Они все такие приятные люди!

Энид

### **Из архивов Грега:**

*Дорогая Семейная Женица!*

Так, значит, ваш бойфренд идеален во всех отношениях за исключением одной маленькой детали: ему не нравится ваша семья? Класс! Знаете, эта деталь не такая уж маленькая. Разумеется, он придумал хорошее оправдание, для того чтобы вести себя как настоящий эгоист. (Потому что именно это он и делает.) Многие люди, мягко говоря, не очень любят навещать чужих родственников. Но разве вы не надеетесь на то, что в один прекрасный день он станет частью вашей замечательной семьи? Вспомните, раньше (я не знаю точно когда, но думаю, вы понимаете, о чем я говорю) мужчине, для того чтобы ухаживать за дамой, непременно понадобилось бы одобрение ее семьи. Поэтому не вздумайте предавать свою семью ради этого грубияна. Если бы вы действительно ему нравились и если бы у него были серьезные намерения, то он принимался бы каждый раз отбивать чечетку при виде ваших потрясающих родственников и, может быть, даже потчевать их печеньем собственного приготовления.

Вовсе не обязательно, чтобы он сходил с ума по вашей коллекции компакт-дисков. Вовсе не обязательно, чтобы ему нравились все ваши туфли. Но любой полноценный и благоразумный мужчина просто обязан сделать над собой усилие и полюбить ваших друзей и вашу семью, особенно если все они такие замечательные люди.

**Оправдание типа «Но ведь так будет не всегда»**

*Дорогой Грег!*

*Я встречаюсь с парнем, который учится на врача. Он все время перерабатывает, сильно устает и поэтому быстро раздражается. Например, он начинает кричать на меня, если я по ошибке бужу его слишком рано. А недавно он разорался из-за того, что, как ему показалось, я достаю его, в то время как он готовится к очень важному экзамену. Я понимаю, это временная проблема, все из-за того, что он учится в медицинском университете. Все было по-другому, когда мы начали встречаться и он еще не учился там. Он был такой милый, нежный и заботливый. Тем более что после таких выпадов ему всегда становится стыдно, и он просит у меня прощения, объясняя все тем, что сейчас ему очень тяжело. Я знаю, Грег, тот классный парень, которым он когда-то был, обязательно вернется.*

*Дениз*

*P.S. К тому же я всегда хотела выйти замуж за врача!*

**Из архивов Грега:**

*Дорогая моя Крикуша!*

*Не имеет никакого значения, на кого он учится, хоть на второго мессию! Нет никаких причин на кого-либо орать, за исключением тех случаев, когда приходится кричать: «БЕРЕГИСЬ! СЗАДИ ИДЕТ АВТОБУС!» И это не временная проблема. Люди, которые кричат на других, просто не умеют контролировать себя и нуждаются в помощи. Люди, которые кричат на других, считают, что у них есть на это право. Эй, красотка, вы разве хотите создать такую семью? Ну, вы знаете, семью, в которой муж постоянно орет на жену? Более того, вы хотите, чтобы у ваших детей был такой отец? Думаю, вряд ли. Не ждите, пока злобный мистер Хайд вновь превратится в милашку доктора Джекила. Найдите себе мужчину, который умеет проявлять к женщине заботу и внимание.*

**Оправдание типа «Ведь важно только то, что происходит между нами наедине»**

*Дорогой Грег!*

*Я люблю своего молодого человека. Мы живем вместе, и он прекрасно ко мне относится. Он берет меня с собой в дорогие поездки, заботится обо мне и дарит замечательные подарки. Я чувствую себя с ним как за каменной стеной. Но моим друзьям он не очень нравится, потому что, когда мы находимся в обществе других людей, он постоянно меня подкалывает. Например, он шутит над тем, что я не училась ни в одном из университетов «Лиги плюща» <sup>[12]</sup>, обращает всеобщее внимание на мои слова, если я сказала что-то неправильно, и на мои фактические ошибки. Он любит спорить со мной, когда мы на людях, и смеется надо мной, если оказывается, что я не в курсе последних событий. Но меня это мало волнует, потому что, мне кажется, все дело в его неуверенности. Он ведет себя совсем иначе, когда мы одни. Клянусь. Тогда почему меня должно это беспокоить? Ведь важно только то, что он говорит и делает, когда нас никто не видит, разве нет?*

*Нина*

**Из архивов Грега:**

*Дорогая Мазохистка!*

*Да он просто идеален, если вам нравятся дурные люди. Зачем быть с человеком, которому нужно унижать вас, чтобы почувствовать собственное превосходство? Особенно перед вашими друзьями! А в каком из университетов «Лиги плюща» учат, как именно надо публично унижать людей? Похоже на то, что парень специализировался именно по этому направлению, если он надеется, что, оскорбляя вас на глазах у ваших же друзей, он создаст себе какой-то иной имидж, кроме полного идиота. А почему вы должны обращать внимание на то, что он относится к вам лучше, когда вы наедине? Ведь он только и ждет того, как бы вывести вас в люди, чтобы унижить. Бросайте этого пизжона! Поступите в институт и напишите диплом на тему: «Как найти мужчину, которого не стыдно показать своим друзьям».*

**Оправдание типа «Но он просто пытается помочь»**

*Дорогой Грег!*

*У меня есть бойфренд, который действительно понимает, через что я вынуждена пройти. У меня всегда был лишний вес, и я всю жизнь*

пытаюсь с этим бороться. Он сам все время торчит в спортзале и следит за питанием. Он говорит мне, что я должна есть, а чего не должна. Когда я пытаюсь съесть лишний кусочек, он говорит, что это отложится на моей толстой заднице. Он всегда указывает мне, на сколько я поправилась, но он и хвалит меня, когда ему кажется, что я выгляжу лучше и теряю вес. Я думаю, это здорово, что он так понимает меня. А мои друзья говорят, он надо мной издевается. Я с ними не согласна. А как думаете вы, Грег?

Надя

### **Из архивов Грега:**

*Дорогая Воительница с лишним весом!*

По-моему, этот парень похож не на вашего личного тренера, а на вашего личного зубоскала, который над вами же и издевается. Поэтому спешу напомнить: его должность — всего лишь «личный бойфренд». Но ваш зубоскал очень хитер. Он знает, как вы стесняетесь собственного веса, и умело этим пользуется. Зубоскалы всегда охотятся на людей слабее их. Даже те зубоскалы, которые каждый день качают мышцы в спортзале. А теперь напрягите ножные мышцы и сухожилия — и бегите от него куда глаза глядят и никогда к нему не возвращайтесь.

А теперь я прокомментирую три последних письма. Оскорбительным называется не только такое поведение, когда мужчина зверски избивает женщину. Оскорбительным также можно и нужно считать такое поведение, когда мужчина кричит на женщину, публично унижает ее или напоминает ей о том, что она слишком толстая, заставляя ее тем самым почувствовать себя непривлекательной. Очень трудно поверить в то, что вы заслуживаете настоящей любви, когда кто-то изо всех сил пытается убедить вас, что вы вообще ничего в этой жизни не достойны. Но, как я вижу, все увещевания расстаться с ним на вас все равно не действуют. Поэтому для начала просто осознайте: вы слишком хороши для подобных отношений. Вы слишком хороши для подобных отношений.

### **Оправдание типа «Но теперь я играю по-крупному»**

Дорогой Грег!

У меня было уже три свидания с одним мужчиной. Я считаю, мне



крупно повезло, он мог бы стать для меня отличной партией. Он журналист, и у него безумно интересная жизнь: он путешествует, ввязывается во всякие рискованные авантюры и рассказывает об этом захватывающие истории. Еще с ним очень весело. Он часто делает мне комплименты, и мне кажется, я ему нравлюсь, потому что он сам зовет меня на свидания. Он всегда говорит, что ему со мной очень хорошо. Но на самом деле за все три свидания, которые между нами были, он практически не задавал вопросов о моей жизни. Он определенно увлечен мной, иначе зачем ему приглашать меня на свидания и говорить о том, как прекрасно я выгляжу? Может быть, все классные парни ведут себя так, когда встречаются с девушкой? Ведь он просто отличная партия для меня, Грег!

Ронда

### **Из архивов Грега:**

*Дорогая Благодарная Слушательница!*

Как же вам повезло, что вы встречаетесь с таким классным парнем! Вы получили уникальную возможность наблюдать за тем, как он словесно мастурбирует в вашем обществе. Супер. Очевидно, он и сам от себя в таком же восторге, как и вы. Мне неприятно говорить вам это, но вы точно ему не нравитесь. Ему нравится, как вы его слушаете. Когда я познакомился со своей будущей женой, я только и делал, что задавал ей вопросы. Иначе как мне было узнать, что она за человек? Да, я тоже хотел рассказать ей о себе все и поразить ее своими славными подвигами, но мы всегда говорили по очереди, потому что я думал, что она для меня просто отличная партия. Когда двое знакомятся, они жаждут узнать друг о друге как можно больше: каждый хочет понять, что чувствует партнер, находясь в одиночестве; каждый хочет заглянуть в прошлое партнера и прочесть его мысли, стремясь стать ближе друг к другу. А этот парень, похоже, страдает манией величия. По крайней мере он уж мог бы спросить, какое на вас белье.

Помните: это вы для него находка и отличная партия. Это он должен за вами охотиться. Это не он для вас — вкусная лепешка мако [\[13\]](#), которую можно запечь до хрустящей корочки и подать под лимонным соусом, так что пальчики оближешь. Мако — это **вы**. Ну вы поняли, о чем я.

## **Оправдание типа «Он просто пока не нашел себя»**

*Дорогой Грег!*

*Мой бойфренд не работает уже два года. Он очень милый и заботливый. Он просто не знает, кем хочет стать в этой жизни. Иногда он подрабатывает диджеем в клубе, но, по сути дела, я его содержу. (Я работаю, а также получаю кое-какой доход от семейного бизнеса.) Я знаю, что он действительно меня любит, просто ему нужно немного времени, чтобы понять, чего он хочет, верно? Или, может быть, у него тяжелая депрессия?*

*Джули*

**Из архивов Грега:**

*Дорогая Кормилица!*

*Что-то я не понял... Вы, уходя поутру, оставляете ему деньги на прилавке? Или вы платите ему за то, что он выполняет работу по дому? Знаете что. Леди денежный мешок, может, вас-то он действительно любит, а вот себя — точно нет. Иначе он бы ни за что не позволил вам содержать его целых два года. Таким образом, живя за ваш счет, он ведет себя так же, как человек, который вас вовсе не любит. Мужчина, действительно любящий женщину и уважающий себя, сразу же взялся бы за решение этой проблемы. То есть пошел бы работать. И будьте настороже: парни, устроившие свою жизнь таким интересным образом, часто начинают чувствовать себя так уверенно, что у них появляются мысли о том, чтобы завести новую подружку. (В конце концов, ни одна уважающая себя девушка не стала бы так долго терпеть его дерьмовое поведение.) Поэтому я вот что вам скажу: пусть он и дальше ищет себя, только не за ваш счет. А потом посмотрим, захочет ли Мистер Диджей вернуться к вам*

Люди постоянно сталкиваются с трудными ситуациями. Но как говорится, была бы охота — будет ладиться работа. И сильный, независимый мужчина никогда не попросит у вас пятьсот баксов, чтобы заплатить по счету в баре. Поэтому ваши мысли должны быть заняты только тем, как найти такого мужчину, который ни за что на свете не согласился бы паразитировать на вас и вашей семье.

**Оправдание типа «Может быть, это одна из его маленьких странностей!»**

*Дорогой Грег!*

*Я познакомилась с очень отзывчивым и милым парнем. Но дело в том, что ему не доставляет удовольствия физическая близость. Он говорит, что не любит, когда к нему прикасаются. Мы занимаемся сексом, и мне это нравится. Но при этом он все равно почти не ласкает меня. Все остальное в нем меня полностью устраивает, поэтому, наверное, мои жалобы могут показаться вам несколько странными. Думаете, нежелание обниматься, прикасаться друг к другу и ласкать друг друга — признак того, что я нравлюсь ему недостаточно сильно? Или это означает, что у него существуют какие-то психологические проблемы? Я не хочу бросать его из-за этого, но должна признаться, что мне очень нравятся плотские удовольствия!*

*Фрида*

**Из архивов Грега:**

*Дорогая Изголодавшаяся по близости!*

*Не могу не сказать о том, что этот парень кажется мне очень подозрительным, ведь он отказывается от одного из самых больших удовольствий, доступных простым смертным. А что еще раздражает его, вы не узнали? Щенки? Маленькие дети? Сам факт существования человеческой души? А если вам нравятся физические ласки, по вполне понятным причинам, то почему вы должны обрекать себя на жалкое существование с Мистером экспонат-руками-не-трогать? Да, некоторые мужчины действительно не умеют проявлять физическую ласку, но чтобы им это не нравилось? Этого мне не понять. Может быть, он и испытывает к вам некие чувства, но он с вами просто несовместим. Поэтому говорю вам: идите дальше не оглядываясь и найдите мужчину, которому нравится то же, что и вам. И желаю вам с ним долгой совместной жизни, полной плотских удовольствий.*

Вы наверняка встретите мужчин, которым не нравится обниматься, целоваться и уж тем более заниматься сексом. Вы потратите кучу времени, пытаясь понять, как с этим бороться и не вы ли стали причиной такого поведения. Или вы просто придете к выводу, что этим людям не нравится делать то, что, по вашему мнению, является неотъемлемой частью

полноценной жизни, и отправитесь на поиски такого человека, который разделяет ваши взгляды.

***Редкое и экстравагантное оправдание типа «Он боится спать в одной постели, потому что это слишком интимно»***

*Дорогой Грег!*

*Я уже год встречаюсь с парнем, который не может спать со мной в одной постели. После того как мы позанимаемся сексом (это всегда очень классно и приятно), он уходит спать на диван. Он говорит, что не может ничего с собой поделаться. Все остальное в наших отношениях просто идеально. Мне кажется, у него какие-то проблемы и он боится подобной близости. А мне нужно набраться терпения и подождать. Или вы считаете, что его поведение говорит о том, что я не так уж сильно ему нравлюсь и мне не стоит больше ждать?*

*Глория*

**Из архивов Грега:**

*Дорогая Подруга полного придурка!*

*Можете быть уверены на сто процентов: в ваших отношениях с придурком все очень плохо. Он уже год отказывается спать с вами в одной постели? Да он же просто придурок! Немедленно спихните его с вашего дивана, который он облюбовал, и дайте под зад ботинком, который так долго его терпел. А сам факт того, что вас волнует мнение придурка, говорит о следующем: весь мир сошел с ума. Поэтому опустите занавес и завершите представление под названием «Шоу придурков». Ну пожалуйста!*

Если у вас бурная личная жизнь, на вашем пути обязательно встретятся идиоты и люди со странностями. Это так же неизбежно, как смерть и уплата налогов. И единственное, что в вашей власти, так это решить — сколько времени из своей жизни вы готовы потратить на подобных людей. Если вы сами не можете решить, то я вам скажу: не более десяти минут с того момента, как они продемонстрируют поведение, абсолютно для вас неприемлемое (или покажут вам хвост, как у обезьяны). За десять минут вы успеете одеться и удостовериться в том, что стерли номер своего телефона из его мобильного.

## ***ЭТО ТАК ПРОСТО***

Существует огромная разница между людьми эксцентричными и людьми сумасшедшими. Эксцентрики иногда могут натянуть бархатный пиджак, а сумасшедшие согласятся заняться сексом только в том случае, если им не потребуется этот пиджак снимать. Существует разница между шуткой и оскорблением. Шутка звучит, например, так: «Эй, звонила Бьорк, она хочет забрать обратно свое платье». А оскорбление — так: «Бог ты мой, ну ты и разъелась!» Но самое важное — это понять, что нужно вам. Все вы определенно заслуживаете лучшего отношения!

## ***ВОТ ПОЧЕМУ ЭТО ТРУДНО***

**Лиз:**

Я постоянно делала вам намеки в разделе «Вот почему это трудно», но теперь скажу прямо: на свете не так уж много достойных мужчин. Это подтверждает статистика, об этом написано немало книг, и многие женщины поклялись бы под присягой, что это так. И еще кое-что: на свете гораздо больше достойных женщин, чем достойных мужчин. Держу пари, вы это либо уже слышали, либо сами говорили раньше. Ой, подождите, я еще кое-что забыла: многие мужчины хотят встречаться с женщинами намного моложе их самих, поэтому, по мере того как вы становитесь старше, остается все меньше и меньше мужчин, готовых разделить свою судьбу с вами. Поэтому предлагаю всем нам пригласить Грега в гости с карманным калькулятором, чтобы он путем нехитрых математических операций вычислил, сколько каждая из нас имеет шансов встретить идеального мужчину, который будет любить ее и которого будет любить она, да так, чтобы это была настоящая страстная любовь и чтобы этот мужчина носил ее на руках.

Вот именно. Таких мужчин слишком мало. Поэтому всем потрясающим, умным, здоровым, веселым, добрым женщинам, которые еще не встретили свою судьбу, было бы вполне разумно, целесообразно и безопасно начать подумывать о том, как бы понизить свои требования к будущему избраннику. Потому что не знаю, как вы, а я просто ненавижу

быть одна. Я ненавижу ходить на вечеринки одна. Я ненавижу спать в одиночестве. Я ненавижу вставать в одиночестве. Я ненавижу то, что каждую глупую мелочь мне приходится делать одной. Я ненавижу те периоды в жизни, когда у меня нет секса. Я ненавижу готовить для себя самой и ходить в магазины одна. Я ненавижу людей, которые спрашивают о том, почему я до сих пор одна. Я ненавижу людей, которые не спрашивают, почему я до сих пор одна. Я ненавижу свой собственный день рождения, потому что я до сих пор одна. Я ненавижу думать о том, что мне, возможно, придется стать матерью-одиночкой, потому что я до сих пор одна. Вы понимаете?

Разумеется, я считаю, что не стоит встречаться с человеком, который вас оскорбляет. Но оскорбления бывают разными. У Мистера Негодя столько разных лиц. А все эти мужчины, о которых мы говорили? Они ведь не просто ослы. Иногда они бывают довольно милыми. И мне часто кажется, что лучше быть с мужчиной, которого ненавидят все мои друзья, чем одной таскать сумки из магазина. Итак, я это сказала. Это далось мне нелегко. Мне так тяжело, что я лучше передам слово Грегу. Это слишком трудно. Я прагматичный человек, поэтому, учитывая статистические данные, я не знаю, что и сказать. Знаю только одно: мы должны любить себя, думать, что мы достойны лучшего, и не терять оптимизма. А еще я думаю, что жить в одиночестве просто невыносимо. Грег, неужели ты действительно хочешь, чтобы мы ни с кем не встречались, предъявляли к мужчинам самые высокие требования и не останавливались на достигнутом (то есть не останавливались вообще), пока не встретим человека, который, как нам кажется, и есть наша судьба? Ведь в этой жизни мы так одиноки. Ответ на этот вопрос. Я не знаю, что еще здесь можно сказать.

### ***ГРЕГ ОТВЕЧАЕТ***

Вот мы и подошли к самому главному, не так ли? Становится вовсе не смешно, когда разговор заходит о душевной боли и одиночестве. Я считаю, проблема не только в том, что «вы не так уж сильно ему нравитесь», она намного глубже.

Мне не раз приходилось утешать своих подруг (и сестру), пытаюсь заставить их поверить в то, что они заслуживают более достойных мужчин, чем те, которые отравляют им жизнь. Поэтому я постараюсь ответить на

этот вопрос так обстоятельно, как только смогу.

Многие не выносят одиночества. Я понимаю, я понимаю, я понимаю. Но я все равно уверен в том, что гораздо хуже быть с человеком, который относится к тебе неподобающим образом и не уважает тебя как личность.

Статистика действительно не обнадеживает. Но не стоит расстраиваться и падать духом из-за неутешительных статистических данных. Вы все равно не можете ничего поделать с этой статистикой, кроме как запугать себя и своих друзей. Поэтому вот что я вам скажу: к черту статистику! Это же ваша жизнь, и как вы смеее терять веру в себя! Единственное, что всегда помогало мне, Грегу Берендту, жить счастливо, — это вера в себя: я верю, что у меня все будет хорошо. А еще тверже я верю, что у нас и нет иного выбора, кроме этой веры в себя. Именно поэтому я и пишу эту книгу, а женщины будут читать ее, ведь все мы устали жить в постоянном страхе. Вы же хотите поверить, что заслуживаете лучшего, а не того, что вам приходилось терпеть от мужчин за все эти годы. Вы прекрасное, соблазнительное создание, достойное любви, и единственный способ осознать данную мысль — научиться уважать себя. А это означает, что вы должны избавиться от гнусных типов, не заслуживающих вашего внимания, и повысить требования, которые вы предъявляете к будущему избраннику.

Давайте вернемся к статистике. А статистика такова: вы восхитительны. Наберитесь смелости, моя дорогая. Я понимаю, возможно, вам одиноко. Я понимаю, возможно, вам так не хватает общения, секса и любви, что вы испытываете сильнейшую боль. Но я твердо верю: единственный способ открыть для себя то, что вы можете встретить действительно стоящего человека, — это прежде всего **поверить** в его существование. Я даже готов верить вместо вас, если вы пока к этому не готовы.

## ***А ВОТ КАК ВСЕ ДОЛЖНО БЫТЬ***

**Грег:**

Моя подруга Эми смертельно боится людей со странностями, поэтому ее муж Рассел заботится о том, чтобы ни один из таких людей не приблизился к ней ни на шаг. Возможно, вам покажется, что это нетрудная задача, которая не требует никаких усилий, если только вы сами не пытались избежать общения с такими сумасшедшими. О, это вовсе не так

просто, как вы могли бы подумать. Вы были бы очень удивлены, узнав, сколько идиотов ходит по белому свету. Но Рассел успешно справляется со своей миссией, и спустя десять лет после свадьбы он все еще хочет оградить свою жену от того, что ее пугает.

### ***ЕСЛИ ВЫ НЕ ВЕРИТЕ ГРЕГУ***

Мой друг никак не может расстаться с женщиной, с которой помолвлен, потому что боится. (О да, с нами такое бывает.) Когда я говорю ему, что пора действовать, он всегда дает один и тот же ответ: «Грег, я жду, пока у нас случится большая ссора. Я просто жду, когда это наконец произойдет». Он всеми силами отравляет жизнь своей невесте, раздражая ее и споря с ней по каждому поводу. Я не одобряю такое поведение, но надеюсь, что эта история послужит вам уроком.

Сто процентов опрошенных мужчин заявили, что никогда не пытались унижить или расстроить женщину, которая им действительно нравилась. И это самое главное.

### ***ГРЕГ, У МЕНЯ ПОЛУЧИЛОСЬ!***

*Джорджия, 33 года*

*Я встречалась с парнем, который плохо относился к моим друзьям. Он даже не пытался изобразить улыбку и не желал смотреть на них, когда мы виделись все вместе. А если он и начинал с ними разговаривать, то никогда ни о чем их не спрашивал, а рассказывал только о себе. Иногда, когда они обращались к нему, он обрывал их на полуслове. Он не говорил мне, что они не нравятся ему, но вел себя вот таким странным образом. Хорошо, признаю, я не решила его бросить из-за этого. В итоге он сам меня бросил. Но теперь, вспоминая об этом, я радуюсь, что не связала свою жизнь с таким человеком. Я хочу быть с мужчиной, который уважает и любит моих друзей. Я хочу быть с таким мужчиной, чтобы на следующий день после встречи друзья звонили и говорили мне: «О Боже, какой же он замечательный!»*



## **ЧТО ВЫ ДОЛЖНЫ БЫЛИ УСВОИТЬ ИЗ ЭТОЙ ГЛАВЫ:**

- Не стоит усложнять и без того нелегкую жизнь, разделяя ее с человеком, который доставляет вам много хлопот.
- Вы достойны такого мужчины, который в любой ситуации будет вести себя с вами как подобает. (Не забудьте, что и вы должны хорошо к нему относиться.)
- Нет никаких причин кричать на другого человека, за исключением тех случаев, когда ему угрожает смертельная опасность.
- Придуркам место в цирке, а не в вашей квартире.
- У вас уже есть одна задница, зачем вам вторая?
- Избавившись от бесполезных людей, вы получите массу свободного времени, которое сможете потратить на то, что доставляет вам удовольствие.
- Верьте в себя. Разве может быть иначе?

## ***Наша суперклассная и по-настоящему полезная рабочая тетрадь***

Если ваш нынешний роман чем-то вас не устраивает, но вы знаете, чем именно, то сделайте одно простое упражнение.

Возьмите магнитофон. Запишите на пленку историю ваших отношений. Прослушайте запись. Представьте, что это история вашей лучшей подруги, а не ваша. Вы сказали бы ей, что она достойна лучшего?

Если вы почему-либо не можете усвоить мысль о том, что достойны самого лучшего, то попытайтесь по крайней мере поверить одной из своих подруг, которая постоянно вам это повторяет... чтобы найти в себе силы расстаться с человеком, делающим вам больно.

## 12. НЕ ВЕРЬТЕ ЭТИМ РАССКАЗАМ

Ну конечно. Вы слышали кучу разных историй. Сначала парень всеми силами пытается избавиться от девушки, а потом она становится любовью всей его жизни. В течение нескольких лет парень просто ужасно обращается с девушкой, с которой иногда спит, но она не сходит с дистанции, и в итоге он превращается в преданного супруга и нежного отца. Парень не звонит девушке целый месяц, с тех пор как они переспали, а потом он объявляется, и они живут долго и счастливо. Женщина спит с женатым мужчиной, в конце концов выходит за него замуж, и у них получается крепкая и любящая семья.

***Мы не хотим, чтобы вы слушали все эти истории.*** Они вам никак не помогут. Эти истории относятся к разряду исключений из правила. А мы хотим, чтобы вы знали, по каким правилам надо вести игру. Вы надеялись тоже стать исключением и потому сейчас оказались в незавидном положении. Скажите своим друзьям, чтобы они перестали рассказывать вам такие истории. А если они вас не послушают и продолжат вещать о том, как одна женщина, к которой плохо относились, в конце концов добилась своего, просто заткните уши и закричите: «Ля-ля-ля-ля-ля!»

Вы исключительны, но вы не исключение!

## 13. ТАК ЧТО ЖЕ ВАМ ДЕЛАТЬ?

Ну ладно. Мы только что облили грязью всю вашу личную жизнь. Мы не отрицаем этого. Если бы женщины, которые прочитают эту книгу, прислушались к нашим советам, то появилась бы целая армия одиноких дамочек, жаждущих истинной любви. Поэтому мы думаем, что просто обязаны обсудить проблему того, как вести себя после разрыва отношений.

Мы не психиатры и не маленькие девочки (в особенности Лиз), поэтому не собираемся разглагольствовать о свечках, пенистых ваннах или букетах, которые вы должны посылать себе сами. Но нам кажется, мы могли бы по крайней мере посоветовать вам обратить внимание на то, как прекрасно вы начали себя чувствовать, расставшись с человеком, который в действительности вас не любил. Вы хотя бы ощущаете, какая ноша свалилась с ваших плеч? На то, чтобы придумать для него оправдание и научиться понимать его, уходит куча сил. Подумайте, сколько у вас образуется свободного времени, для того чтобы заняться гораздо более интересными вещами, вместо того чтобы сходить с ума по нему. Да, расставаться всегда больно. Больно расставаться даже с человеком, с которым у вас было всего несколько свиданий. Возможно, он действительно вам очень нравился и вы надеялись на совместное светлое будущее. Но только подумайте: разве не приятно осознавать, что вы нашли в себе силы и сказали: «Просто я не так уж сильно ему нравилась»? Представляете, какой станет эта женщина в будущем? Да ее ничто не остановит!

Так вот, существует масса интересных дел, которые могут скрасить ваше существование, после того как вы расстанетесь со своим молодым человеком: например, займитесь йогой, начните слушать кассеты, помогающие повысить самооценку, убейте кого-нибудь — выбор велик. Конечно, после расставания сначала вы испытываете острую боль, потом какое-то время живете с этой болью, а затем избавляетесь от нее. Мы, авторы этой книги, лишь пытаемся помочь вам научиться жить по-другому, так, чтобы в вашей жизни больше не было боли. И прежде всего мы рекомендуем вам научиться предъявлять определенные требования к мужчинам, с которыми вы встречаетесь

## ***ПЕРЕСМОТРИТЕ СВОИ ТРЕБОВАНИЯ***

Разумеется, вы тут же возразите: «Но я и так предъявляю к мужчинам некоторые требования». Знаете ли, ваши требования привели к тому, что вы купили эту книгу, поэтому пора вам их повысить. Давайте вместе установим планку, ниже которой вы не будете опускаться. И при этом вы должны взять на себя ответственность за то, как сложится ваш следующий роман. (Тут вы спросите: «А что, если следующего романа вообще не будет?» А мы ответим: «Отправьте эти страшные мысли в дальнейшее плавание на корабле, который непременно утонет, потому что ему суждено разбиться о рифы Острова Печали. И мы не хотим, чтобы вы были на этом корабле».)

Требования, которые вы предъявляете к мужчинам, характеризуют прежде всего вас, показывая, что вы готовы терпеть, а что — нет. Только вам решать, что для вас приемлемо. И только вы можете определить, каким человеком хотите стать и какими будут ваши требования. Запишите их на бумаге, чтобы никогда-никогда не забывать, даже если он очень милый и вы уже сто лет не занимались сексом. (Хорошо, мы признаем, что некоторые упражнения в нашей рабочей тетради могли показаться вам глупыми, но о сексе мы всегда говорили серьезно.) Убедитесь, что вы полностью определили, чего вы хотите и во что верите.

Поскольку мы, естественно, решили, что знаем это лучше, чем вы (мы ведь целую книгу об этом написали), хотим предложить вам несколько стандартных вариантов.

## ***СТАНДАРТНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ***

- Я не буду встречаться с человеком, который сам не приглашает меня на свидания.
- Я не буду встречаться с человеком, заставляющим меня часами ждать его звонка.
- Я не буду встречаться с человеком, не уверенным в том, что он хочет встречаться со мной.
- Я не буду встречаться с человеком, из-за которого я чувствую себя сексуально не привлекательной.
- Я не буду встречаться с человеком, злоупотребляющим алкоголем

или наркотиками, так что это вызывает у меня дискомфорт.

- Я не буду встречаться с человеком, который боится строить со мной планы на будущее.

- Я ни при каких обстоятельствах не буду тратить время на человека, который уже один раз отверг меня.

- Я не буду встречаться с женатым человеком.

- Я не буду встречаться с мужчиной, если он на самом деле не добрый, искренний и нежный человек.

А теперь ваша очередь. Только вы знаете, какие еще требования хотите предъявить к вашему будущему избраннику. Запишите их все. И не забывайте о них.

***СУПЕРПОЛЕЗНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ, О КОТОРЫХ Я НИКОГДА НЕ ЗАБУДУ, КАКИМ БЫ КЛАСНЫМ ОН МНЕ НИ КАЗАЛСЯ:***

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.

***СЛОВАРЬ***

А теперь, когда вы записали все свои требования, мы хотим удостовериться в том, что вы не будете ими пренебрегать. Люди часто говорят, что стараются избегать неприятностей, но они не всегда знают, как распознать, какую угрозу таит в себе та или иная ситуация. Поэтому мы составили для вас удобный словарик. В него вошли слова и фразы, которые наиболее часто употребляют мужчины, когда хотят сказать «Не так уж сильно ты мне нравишься».

**НА ПЕРВЫЙ ВЗГЛЯД НЕВИННЫЕ СЛОВА И ФРАЗЫ, КОТОРЫЕ  
МОГУТ БЫТЬ ИСПОЛЬЗОВАНЫ ВАМ ВО ВРЕД**

**Друг**

*Это должно значить следующее:* Я бы никогда намеренно не сделал ничего, что могло бы причинить тебе боль

*В некоторых случаях это значит:* Просто ты не так уж сильно мне нравишься

**Занят**

*Это должно значить следующее:* Сегодня как раз состоялась моя инаугурация в качестве президента Соединенных Штатов

*В некоторых случаях это значит:* Просто ты не так уж сильно мне нравишься

**Плохой парень**

*Это должно значить следующее:* Парень, от которого нужно держаться подальше

*В некоторых случаях это значит:* Парень, от которого нужно держаться подальше

**Я не готов**

*Это должно значить следующее:* Я не могу найти свои штаны

*В некоторых случаях это значит:* Просто ты не так уж сильно мне нравишься

**Позвони мне**

*Это должно значить следующее:* Я нечаянно уронил свой сотовый с обрыва в океан и к тому же потерял твой номер телефона

*В некоторых случаях это значит:* Просто ты не так уж сильно мне нравишься

**Мне не нравится твоя семья**

*Это должно значить следующее:* Я не хочу встречаться с твоей матерью

*В некоторых случаях это значит:* Просто ты не так уж сильно мне нравишься

**Я боюсь близости**

*Это должно значить следующее:* Я действительно очень боюсь близости

*В некоторых случаях это значит:* Просто ты не так уж сильно мне

нравишься

## 14. ГРЕГ ОТВЕЧАЕТ НА ВОПРОСЫ

Я знаю, одни идеи этой книги могут показаться слишком оригинальными, а другие просто не укладываются в голове. Поэтому я чувствую, что Грег должен еще раз доходчиво объяснить все основные моменты, чтобы ни у кого не осталось неправильного впечатления. Ну ладно, не буду вам врать — пусть Грег попробует объяснить то, что непонятно... мне. Ведь некоторые из этих идей действительно очень трудно осмыслить.

*Лиз*

**1. Грег, ты действительно думаешь, что я не должна приглашать парней на свидания? Парни говорят, что побаиваются меня. У меня должна быть возможность чуть-чуть их подтолкнуть.**

В жизни так много всего, чего мы хотим и что в то же время нагоняет на нас страх. Именно поэтому жизнь такая интересная штука. У тебя и в самом деле есть время на парня, который так тебя боится, что даже не способен пригласить на чашечку кофе?

**2. Грег, ты всерьез думаешь, что по свету ходит множество классных парней и поэтому я запросто могу разбрасываться мужчинами, которые кажутся мне не самыми идеальными?**

Я не знаю, как ответить на этот вопрос. Могу сказать только, что хорошие отношения гораздо лучше, чем плохие. А тебе так и не удастся построить хорошие, если ты намертво прилипла к Мистеру слизняку-как-там-его-зовут. Только ты сама знаешь, устраивает ли тебя уровень общения с тем или иным мужчиной. Показателем неудачных отношений можно считать, например, то, что ты не расстаешься с Как-там-его-зовут только потому, что смертельно этого боишься.

**3. А что, если я скорее предпочту быть с человеком, который не так уж сильно мной увлечен, нежели соглашусь влачить жалкое существование в одиночестве?**

Давай разберемся. Можно чувствовать себя дерьмово, ни с кем не встречаясь. А можно чувствовать себя дерьмово, зная, что по крайней мере



тебе есть с кем провести выходные. Понимаю. Такая сделка с собственной совестью может показаться довольно выгодной, если не учитывать тот факт, что в обоих случаях ты чувствуешь себя дерьмово. Оставаясь с парнем, которому ты, по сути, не нужна, ты сама сводишь к минимуму все возможности встретить такого мужчину, который вспыхивает к тебе настоящей любовью. Надеюсь, никто не удивится, когда я скажу тебе: «Рискни!» Пусть тебе не с кем будет встретить Рождество, и пусть какое-то время тебе будет одиноко. Не опускай руки и помни о том, что в конце концов все это окупится с лихвой.

**4. Грег, ты и правда думаешь, что на свете много мужчин, которые способны на такие чувства, которых я, по твоему мнению, заслуживаю?**

Да. Да. Да. Точно. Именно так я и думаю. Иначе я не стал бы писать эту книгу.

**5. Грег, в книге ты говоришь о том, что я не должна разговаривать со своим бывшим бойфрендом, если он не умоляет меня на коленях начать все сначала. В то же время ты утверждаешь, что я должна с подозрением относиться к парню, который хочет вернуться, после того как сам меня бросил. Как это понимать?**

Что ж, во-первых, я хотел, чтобы ты увидела разницу между бывшим, который просто скучает по тебе и ищет развлечений, и мужчиной, который понял, что совершил ошибку и действительно хочет вернуться к тебе. Но даже во втором случае ты должна проявлять бдительность и пытаться понять, что движет твоим партнером. Во-вторых, я настоятельно рекомендую держаться подальше от типа, который постоянно кидает тебя, а потом возвращается.

**6. Думаешь, можно переделать плохого парня в хорошего, встречаясь с ним?**

Не хочется говорить это человеку, который, возможно, пережил неприятную ситуацию и ждет от меня определенного ответа, чтобы подтвердить собственные выводы. Я думаю, возможно все. Однако мой опыт показывает, что большинство мужчин не меняются. А те, которые изменились, сделали это только тогда, когда в их жизни появилась новая женщина.

**7. А что делать, если я, судя по всему, привлекаю только таких**

**парней, которым не так уж сильно нравлюсь?**

Так-так, значит, ты обладаешь уникальной способностью каким-то загадочным образом выслеживать мужчин, которые в итоге оказываются для тебя «эмоционально не доступными». Мы можем поговорить о том, почему это происходит и какие качества ты больше всего ценишь в мужчинах, раз тебя привлекают именно такие экземпляры. Но гораздо проще будет выяснить другое: как долго ты продолжаешь ходить вокруг него, после того как ты поняла, что он не так уж сильно тобой увлекся? В твоей жизни будет множество мужчин, хороших и плохих. На кого из них ты захочешь потратить свое время — решать тебе. И тут ты можешь мгновенно менять свое решение в зависимости от ситуации.

**8. Да ладно, Грег, ну признайся: наверняка существуют по-настоящему серьезные причины, когда парень, которому я на самом деле нравлюсь, не может вступить со мной в серьезные отношения? Это же не всегда значит, что он просто мной не увлечен.**

Может быть, такие мужчины действительно существуют, может быть, нет. Тебе нужно помнить об одном: Мистер Я-не-совсем-к-этому-готов — это тот же самый парень, что и Мистер Я-не-так-уж-сильно-тобой-увлекся. Оба эти парня не хотят встречаться с тобой. Один из них может сказать, что не может быть с тобой, но результат ведь один и тот же. Он все равно с тобой не будет. И пусть его личные проблемы не сбивают тебя с толку, даже не вздумай ждать, пока он все это переживет. Он просто не способен полюбить тебя. А ты заслуживаешь лучшего.

**9. По-моему, у тебя пунктик насчет женщин в нижнем белье. Почему ты все время об этом пишешь?**

Потому что нет ничего более сексуального, чем женщина в нижнем белье. Подай на меня в суд за эти слова!

## 15. ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНОЕ СЛОВО ГРЕГА

*Не стоит растрачивать свою красоту понапрасну.*

Однажды вечером я разговаривал с девушкой, с которой познакомился в Остине, что в Техасе. Она как раз столкнулась с классической проблемой под названием «Не так уж сильно ты ему нравишься». На работе она встретила парня, который показался ей необычайно страстным и напористым. Они переспали на первом свидании, а потом он исчез. В переносном смысле. То есть на самом деле он никуда не исчез, они по-прежнему виделись на работе, но тот человек, с которым она познакомилась, просто испарился. Вместо него появился мужчина, который не мог смотреть ей в глаза, все время ворчал и жаловался на усталость, не желал заниматься с ней сексом, пока не выпьет, и ни разу не пригласил ее на свидание в приличное место. Ах да, разумеется, он сказал ей, что она самая замечательная девушка из всех, кого он встречал, что он ни к кому подобных чувств не испытывал и что (вы и сами уже догадались) все это его очень напугало. Я хотел разыскать его, чтобы посадить в стеклянный террариум и отправить в кругосветное путешествие, повесив на этот террариум табличку следующего содержания: «ВОТ ПАРЕНЬ, О КОТОРОМ МЫ ВАС ПРЕДУПРЕЖДАЛИ! НЕ ПРИБЛИЖАЙТЕСЬ К СТЕКЛУ!» Я с удовольствием рассказал ей о своей новейшей теории под названием «Не так уж сильно ты ему нравишься». «Это поразит ее так же, как сценаристок „Секса в большом городе“, и она не задумываясь отправится на поиски счастья в лице другого мужчины», — подумал я. Однако, по мере того как делился с ней своими мудрыми наблюдениями, я чувствовал, что обстановка накаляется все больше и больше.

— Откуда ты знаешь, что я встречу другого мужчину? — спросила она.

— Я не знаю. Я просто не вижу смысла продолжать отношения с человеком, который причиняет тебе боль и тебя недостойн. Ты действительно очень классная и определенно симпатичная...

— Ты совсем меня не знаешь! — взорвалась она, оборвав меня на полуслове. — С чего ты решил, что я достойна лучшего? Мы ведь только что познакомились. И какое тебе вообще до этого дело?

Здорово. Вот тут-то я и попался. Какое-то мгновение я не мог подобрать нужных слов, а потом вспомнил, почему я все это делаю. И я

сказал ей то же, что говорю сейчас вам:

— Мне необязательно тебя знать, для того чтобы утверждать: ты никогда не должна думать о себе подобным образом.

Какое мне дело? Или давайте начистоту: кто я такой, чтобы поучать других? Да я обычный парень, который когда-то был одинок и придумывал такие же нелепые оправдания. Поэтому я сразу вижу, когда другие мужчины делают то же самое. Когда я познакомился со своей будущей женой, Амиирой, я превратился в другого человека, в человека, который проявлял к ней внимание, который следил за тем, как он выглядит, и которому это нравилось. А все потому, что я верю не в существительное «любовь», а в глагол «любить». Я уверен, что женщине нужно непрерывно доказывать свою любовь не словами, а поступками. Почему мне есть дело до вас? Потому что у меня есть сестра и много подруг, которые мне дороги, несмотря на то что они упорно продолжают встречаться с теми, кто делает их несчастными. Потому что у меня есть чудесная сестра и очень много потрясающих подруг, которые до сих пор не могут заставить себя поверить в то, что заслуживают лучшего и что встретят достойного мужчину, только когда наконец избавятся от своих незадачливых ухажеров. Потому что у меня есть восхитительная сестра и очень много великолепных подруг, которые до сих пор не могут поверить в то, что настоящая любовь поднимает настроение, дарит радость и вдохновение и возбуждает чувства, поэтому ни за что нельзя соглашаться на меньшее. Дерьмовые отношения заставляют вас чувствовать себя так же дерьмово, а ведь судьба предназначила вас совсем для другого.

Читать ваши письма и давать вам остроумные ответы очень весело и забавно, но на самом деле, если вы решите следовать концепции «Не так уж сильно ты ему нравишься», это может круто изменить вашу жизнь. Ведь будет совсем неплохо, если вы научитесь разрывать отношения, которые не приносят вам удовлетворения. И вы, и я знаем, что только вы сами можете освободить себя. Я и не утверждаю, что знаю, как решить проблему. Но я знаю, как помочь вам эту проблему увидеть. Я знаю, что вы заслуживаете прекрасных отношений с мужчинами и еще более прекрасной жизни. Я действительно думаю, что вы привлекательны, и в душе вы знаете, что я прав, иначе вы бы не стали читать эту книгу. Я верю, что жизнь — это удивительный дар, но, к сожалению, она быстротечна. Поэтому не растрачивайте свою красоту понапрасну. Если вы читаете эту книгу, вы жаждете большего. Если вы читаете эту книгу, то и я желаю вам добиться того, чего вы хотите.

*Грег*

## 16. ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНОЕ СЛОВО ЛИЗ

*Иногда Грег меня просто бесит*

Иногда Грег меня просто бесит. Это и понятно. Я же работаю вместе с ним. Даже во время написания этой книги он умудрился разбить вдребезги все мои надежды и мечты о мужчинах, которые казались мне вполне приличными, для того чтобы начать с ними встречаться. Порой кажется, что Грег критикует всех и каждого. Грегу с его высочайшими требованиями к представителям сильного пола вообще невозможно угодить. Кем Грег вообще себя возомнил? Что такого, если мой парень звонит мне в понедельник, а не в выходные, как обещал? Что здесь такого дурного, Грег? Господи Боже! Это же разница всего в один паршивый день! Если руководствоваться такими неимоверно высокими требованиями, Грег, то у меня не получится ходить на свидания с мужчинами чаще чем раз в восемь лет.

Он такой категоричный. Его не устраивает нечто среднее, он не мыслит существования в «пограничной зоне» между двумя противоположными явлениями. А мне это знакомо. Более того, я купила кооперативную квартиру и окончательно переехала в эту «пограничную зону». И для меня это единственный правильный выход (хотя коммунальные платежи за эту квартиру обходятся мне недешево). И теоретически я не знаю, что бы я сделала, если бы мой супруг, за которым я была бы замужем пятнадцать лет и с которым у меня было бы трое детей, изменил мне с другой женщиной. А Грег знает, что делать. Поэтому он очень категоричен. К тому же я пессимистка, и неисправимый оптимизм Грега меня просто раздражает. Я прихожу в ярость, когда он восклицает, как свято он верит в то, что каждый — кто действительно в это верит и этого ждет — обязательно встретит человека, достойного его любви. Я не верю, что это правда. Я думаю, некоторые из этих одиноких людей, открытых для истинной любви, заболеют раком и умрут, или попадут под машину, или так и не встретят достойного человека, а может быть, просто устанут ждать. (Вот поэтому не я отвечала на ваши письма!)

А еще я знаю, что такое одиночество. Грег живет со своей женой вот уже пять лет. Он не знает, как одиноко чувствуешь себя, когда ты совсем одна. Легко ему, купаясь в неге любви, поучать меня отправлять подальше каждого претендента, пока я не встречу Мистера Совершенство. У него

ведь есть гарантия, что ему до конца своей чертовой жизни будет с кем встретить День святого Валентина.

Но приходится соглашаться с ним — во многих случаях, — что раздражает меня больше всего. Грег — это старший брат, который всегда должен присутствовать в нашей жизни (и в наших мыслях). Он требует, чтобы мужчины относились к нам даже лучше, чем мы сами готовы им позволить. Определенные обстоятельства заставляют нас довольствоваться малым и ничего от них не требовать, чтобы не показаться несамодостаточными. Но что бы произошло, если бы все женщины на свете прислушались к словам Грега и начали настаивать на том, чтобы мужчины сдерживали свои обещания, относились к ним с уважением и баловали их вниманием? Думаю, в мире появилось бы гораздо больше мужчин, которые научились бы вести себя как следует. Вот и все.

А что касается мировоззрения Грега, то я могла бы предоставить вам веские доказательства, подкрепленные статистическими данными, блок-схемами и диаграммами, и убедить вас в том, что мой пессимистичный взгляд на жизнь куда более соответствует действительности. Но думаете, это принесет мне счастье? Именно такое мировоззрение и привело к тому, что в сорок один год я до сих пор одна. Так как нужно смотреть на жизнь и относиться к ней, чтобы стать счастливым человеком? Я ведь достаточно умна для этого. И в настоящее время я отчаянно нуждаюсь в том, чтобы постоянно получать от жизни хотя бы крупицы счастья.

Если вы читаете эту книгу, то, вероятно, вы относитесь к категории женщин, которые потратили слишком много времени на мужчин, получив от них взамен слишком мало. Если это так, то пусть тихий голос Грега в ваших мыслях подскажет вам, как поступить. Какая женщина отказалась бы слушать, как приятный мужской голос внутри ее твердит о том, что она привлекательна, и необыкновенна, и умна, и великолепна, и достойна всего, о чем она когда-то мечтала? Никакая. Жестокий мир всеми силами пытается убедить нас в обратном. Думаю, Грег так громко кричит, потому что надеется хоть немного заглушить весь этот шум.

Надеюсь, эта книга чему-то вас научила. Надеюсь, что-то вызвало у вас улыбку, потому что вы узнали себя. И я искренне надеюсь, что вы встретите потрясающую и благотворную любовь, которая перевернет вашу жизнь, и что все будет только так, как вы хотели.

Хотя нет... Пусть эта любовь принесет с собой пару приятных неожиданностей — просто для разнообразия.

*Лиз*

## Об авторах

Актер **Грег Берендт** помогал писать сценарий для трех сезонов сериала «Секс в большом городе». Его сольные юмористические номера с успехом продолжают идти на канале «Эйч-би-оу», а также в передачах «Комеди сентрал представляет...», «Вечернее шоу с Дэвидом Леттерманом» и «Поздняя ночь с Конаном О'Брайеном». Грег живет в Лос-Анджелесе с женой и дочерью.

**Лиз Тучнлор** работала исполнительным редактором сценарного отдела сериала «Секс в большом городе», который шел на канале Эйч-би-оу и получил премию «Эмми». Она писала также для издания «Офф Бродвей». В данное время Лиз живет в Нью-Йорке и пытается найти свое счастье в этом городе.

---

---

notes

## Примечания



**1**

Агентство по поиску талантов.

2

Около 9 килограммов.

**3**

Около 80 килограммов.

**4**

Лекарственные препараты, расслабляющие мускулатуру.

Лекарственный препарат, обладающий сильным обезболивающим эффектом; создавался для того, чтобы облегчить жизнь раковым больным; в последнее время стал популярным среди молодежи, так как по наркотическому эффекту подобен героину.

Антидепрессивный препарат, уменьшающий беспокойство, чувство тревоги, страха, напряжения; обладает центральной миорелаксантами и умеренной снотворной активностью.

Намек на индекс Доу Джонса — индекс курсов ценных бумаг основных промышленных компаний на Нью-Йоркской фондовой бирже.

Имеется в виду Шакил О'Нил — известный американский баскетболист и рэппер.



Голливудский актер и продюсер.

Картофель фри (*фр.*).

Популярное телевизионное шоу, в котором ведущий (Доктор Фил) обсуждает с гостями разные психологические проблемы.

В «Лигу плюша» входят Браунский, Колумбийский, Гарвард-ский, Корнеллский, Пенсильванский, Принстонский, Йельский университеты и Дартмутский колледж — восемь старейших и наиболее престижных высших учебных заведений США.

Традиционная мексиканская кукурузная лепешка с начинкой, запеченная на углях.