





Гарри Ламберт

**БОЛЬШЕ**  
*не*  
**СВОБОДНА**

**как получить кольцо  
и все не испортить**

**БОМБОРА™**

Москва 2020

УДК 159.922.1  
ББК 88.5  
Л21

Garry Lambert  
SOLVING SINGLE

Copyright © Viceroy Publishing

**Ламберт, Гарри.**  
Л21 Больше не свободна : как получить кольцо и все не испортить / Гарри Ламберт ; [перевод с английского К. В. Вольф]. — Москва : Эксмо, 2020. — 352 с.

ISBN 978-5-04-102350-8

Гарри Ламберт — специалист по отношениям, который помог тысячам девушек решить проблему одиночества и получить заветное кольцо с бриллиантом. Если вы все еще ждете, когда он пригласит вас на свидание, решит, что у вас все серьезно и вознаградит за верность обручальным кольцом, — эта книга для вас.

Как перестать влюбляться не в того? Как правильно знакомиться с мужчинами? Как стать той, на которой хочется жениться? С помощью этой книги вы поймете, какие ошибки совершали в прошлом и как их исправить, научитесь понимать мужчин и уклоняться от их манипуляций, станете женщиной, которая получает все, что захочет.

Пришло время взять под контроль свою жизнь и обрести любовь, которую вы заслуживаете.

УДК 159.922.1  
ББК 88.5

© Вольф К.В.,  
перевод на русский язык, 2020  
© Оформление. ООО «Издательство  
«Эксмо», 2020

ISBN 978-5-04-102350-8

Посвящается моей жене,  
королеве Спарты



# Содержание

Вступление .....	9
Часть 1. ЧТО ТЫ ЗА ЖЕНЩИНА? .....	15
1. Тип «Женушка» .....	17
2. Верная дурочка .....	27
3. Драма матери-одиночки .....	35
4. О распутницах и домохозяйках .....	43
5. Трещотки и базовые девчонки .....	50
6. Просто подруга .....	64
7. Секс-богиня или невинная овечка .....	80
8. Звезда сайтов знакомств .....	87
9. Как стать спартанкой .....	97
Часть 2. ОШИБКИ, КОТОРЫЕ СОВЕРШАЮТ ЖЕНЩИНЫ .....	117
10. Пойти на свидание или расслабиться дома .....	119
11. Любительница лузеров .....	129

12. Тебя дурачат? . . . . .	137
13. На те же грабли: отношения с одним типом мужчин . . . . .	148
14. Правило 90 дней для дураков . . . . .	156
15. Теперь ты знаешь, как устроены мужчины. . . . .	167
Часть 3. БУДЬ ИЗБИРАТЕЛЬНОЙ, А НЕ ДОВОЛЬСТВУЙСЯ МАЛЫМ . . . . .	183
16. Толстая, страшная, неуклюжая... ну и что? . . . . .	185
17. Как заполучить парня своей мечты . . . . .	201
18. Заставь его взять на себя обязательства . . . . .	218
19. Когда пришло время двигаться дальше . . . . .	238
20. Изменники, измены и месть . . . . .	253
21. Как пережить расставание . . . . .	264
22. Отношения после расставания . . . . .	282
23. Может ли он стать твоим мужем? . . . . .	296
<b>ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ГЛАВЫ . . . . .</b>	<b>319</b>
Бонусная глава 1. Как ходить на свидания, если тебе не нужны отношения . . . . .	321
Бонусная глава 2. Ты хочешь мужчину, который не хочет тебя . . . . .	341



## Вступление

**В** мире не существует мужчины, который не способен влюбиться. Покажите мне того, кто отказывается остепениться, а я покажу женщину, ради которой он завтра же побежит в Tiffany за обручальным кольцом. Все девушки рождаются с одинаковой способностью восхищать и вдохновлять парней, но многие, вместо того чтобы оттачивать свое мастерство, погребают его под грудой страхов и предрассудков.

Современные СМИ пропагандируют среди молодых женщин идею того, что их власть над мужчинами происходит от их сексуальности. Наивные девушки готовы подать себя на блюдечке с голубой каемочкой, полагая, что сексуальное влечение ведет к большой и чистой любви. В то же время женщины зрелого возраста настолько отчаиваются из-за своего одиночества, что в конкурентной борьбе за секс готовы быть более покорными и идти на компромисс в отличие от молодых соперниц.

В результате в XXI веке мы имеем мужчину, избалованного доступным сексом и, как следствие, менее романтического, зато с большим самомнением. В погоне за отношениями женщины теряют свою власть, стандарты, предъявляемые к представителям сильного пола, что превращает вполне средненьких мужчин в греческих богов.

Современные парни не задумываются о том, как удержать женщину и сделать ее счастливой, а книжные полки не ломаются под тяжестью руководств для мужчин, потому что на сегодняшний день они находятся в более выигрышном положении. Я часто слышу, как женщины сердито сетуют на то, что парни не стремятся удержать их, и это чистая правда. Но почему они должны вести себя иначе?

Сегодня, когда спрос на iPhone настолько велик, думаете, Apple действительно будет прислушиваться к жалобам тех, кто стоит в очереди за очередной новой моделью? А уж если продукт настолько плох, то какого черта вы стоите в очереди? Пойдите и купите себе Samsung. Положение дел изменится, только когда рынок обвалится и золотая лихорадка спадет. До тех пор, пока женщины продолжают конкурировать между собой и идти на компромиссы, нет никаких оснований для того, чтобы мужчины стали вести себя иначе.

Многие женщины верят в идеи, пропагандируемые другими женщинами, которые зачастую находятся в более запутанных отношениях, и делят мужчин на две категории: мачо и маменькин сынок. Лишь немногих дам можно назвать экспертами, большинство слабо представляют, что действительно мотивирует среднестатистического мужчину, помимо того, что они видели в сериале *«Секс в большом городе»*. Покорность привлечет мужчину, но не заставит его ценить вас, так же как и милая мордашка, которая не поможет удержать его рядом. Секс зажигает, но не управляет нами. Любая может очаровать пенис, но лишь немногие смогут очаровать мужчину, прилагаящегося к нему, и заставить его заботиться о себе, при этом не вызывая у него такой эрекции, как в первые недели знакомства.

Завоевать любовь и преданность можно, если вы создадите себе правильный образ, требуйте уважения и больше

цените себя, чем мысль о том, что когда-нибудь станете его женой. Эта книга не о том, как доставить мужчине удовольствие, а о том, как восстановить над ним власть.

Стоит заметить, что, когда дело доходит до секса, ни одна девушка не бывает легкой на подъем. Некоторые имеют не самые высокие запросы, но, как ни крути, выбор всегда на их стороне. Об этом и многом другом я писал еще в своем личном блоге, на создание которого меня сподвигли различные жизненные ситуации, в которых я наблюдал окружающих меня женщин. Смотреть, как эти красивые, умные и талантливые женщины приносят себя в жертву ради мужика, было чертовски обидно. Женщины, которых я знал лично или наблюдал в обществе, так страстно жаждали обязательств, брака и так хотели быть желанными, что продешевили и связали себя с заурядными мужчинами.

Мужчины, воспитанные в 80-х и 90-х годах, уникальны и живут по разным правилам. Это второе поколение MTV, которое выросло на диете из таких исполнителей, как Snoop Dogg и Nas, а не Poison и Whitesnake. Это самодовольные молодые люди, чуждые любым романтическим веяниям. Будучи сотканным из той же материи, я решил пролить свет на то, как думает так называемое поколение хип-хопа.

Фильм *«Обещать – не значит жениться»* мог бы стать библией для космополитичных женщин, которые встречаются с парнями типа Макса Такера, однако оказывается совершенно бесполезным, когда имеешь дело, например, с Крисом Брауном этого мира. Стив Харви добился успеха, пытаясь научить женщин мыслить как мужчины, но

---

---

Покорность привлечет  
мужчину, но не заставит  
его ценить вас, так же как  
и милая мордашка, кото-  
рая не поможет удержать  
его рядом.

---

мужчины, которых он приводил в пример, были из поколения ваших родителей, а не из поколения рожденных в 90-х годах. Парни типа Лила Уэйна или Джей Ар Смита съедают этих женщин с потрохами за девяносто дней.

Выросший на диких улицах Балтимора и продолживший свой путь в колледже в Филадельфии, я являюсь воплощением ребенка 80-х, который знает, как использовать желание женщины быть любимой против нее. Мои взаимоотношения с женщинами основывались на том, чтобы понять, что им важно, и дать им ощущение того, что у них есть все желаемое.

Мои родители развелись до того, как я научился ходить. Это привело к тому, что меня воспитывала мать-одиночка, которая была недостаточно взрослой, чтобы покупать алкоголь. Я вырос в мире сплетен, женской поп-культуры, жажды любви и недоверия к мужчинам. К тому времени, когда я поступил в колледж, способность прямо и открыто общаться с женщинами на разных стадиях сделало меня очень популярным. Тем не менее я оставался мужчиной и использовал свои возможности, чтобы добиться секса... много секса.

Когда я повзрослел и нашел свою любовь, то почувствовал, что обязан возместить ущерб, который нанес за долгие годы манипуляций и охоты на женщин. Эти советы объединились в этой книге. По мере того как вы будете читать ее, вы поймете, что мое чувство юмора скорее похоже на Def Comedy<sup>1</sup>, чем на «Монти Пайтон»<sup>2</sup>. Я считаю, что юмор помогает лучше донести информацию до людей, особенно когда дело касается закоренелых пуритан. Я использую сленг и нецензурную лексику не для того, чтобы оскорбить или вызвать у вас чувство от-

---

<sup>1</sup> Def Comedy – американское шоу в стиле стендап-камеди.

<sup>2</sup> «Монти Пайтон» – группа комедиантов из Великобритании.

чуждения, просто я такой, какой есть, и это часть меня. Даже если бы я мог изменить свой тон, не вижу необходимости вводить в ступор свою постоянную аудиторию, чтобы удовлетворить несколько консервативных типов. Вы все и раньше слышали ненормативную лексику, так что давайте покончим с этим.

Существуют сотни тысяч блогов и книг, посвященных отношениям. Что же делает экспертом именно меня? Я не появился под шум фанфар, меня никто не продвигал, я просто говорил от самого сердца. Я не предан мужскому кодексу солидарности и не пытался обелить себя и приукрасить истину, чтобы не задеть женские чувства. Я выложил все карты на стол, и люди оценили мою откровенность. В течение года число читателей моего личного блога значительно увеличилось. Сотни тысяч людей прислушивались к моим советам, потому что мужчина, который старается быть предельно честным, — большая редкость в наши дни. Спустя два года после того как я начал вести блог, я подписал контракт на свое телевизионное шоу, получил десятки приглашений с просьбой прочитать лекции от колледжей, ну и, собственно, написать книгу, которую вы держите в руках. Может быть, я не эксперт в традиционном смысле слова и мои слова не подкреплены правилом большого  $O^1$ , но результаты говорят сами за себя. Я лично помог тысячам женщин — от титулованных актрис до американских мамаш в два раза старше меня — стать увереннее в себе. И я буду рад помочь вам.

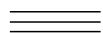
На страницах этой книги я буду иллюстрировать свои слова ситуациями из жизни. Это руководство для всех, кто

---

<sup>1</sup> « $O$ » большое и « $o$ » малое — математические обозначения для сравнения асимптотического поведения функций. Используются в различных разделах математики, но активнее всего — в математическом анализе, теории чисел и комбинаторике, а также при оценке сложности алгоритмов.

хочет найти свою любовь. Большинство парней в возрасте до 35 используют примерно одинаковые трюки, поэтому мои советы подойдут всем женщинам. Эта книга представляет собой определенную систему, которая укажет на типичные женские ошибки, подскажет, как их исправить, вернуть себе власть и на что обратить внимание при выборе партнера. Я надеюсь, что мои слова вдохновят тех, кто запутался в своих чувствах, и добавят решимости тем, чья вера в любовь была поколеблена.

# Часть 1



ЧТО ТЫ ЗА ЖЕНЩИНА?