

Я Психею

Коуч-сессия по соблазнению

Кристина Ярская

10 лет после свадьбы, счастливая спокойная жизнь с близким и любимым человеком. Арсенал всех уловок соблазнения потихонечку пылится на задворках. И тут, как всегда, вдруг просыпаешься утром и понимаешь, что пора все расчехлять



Визитка

Елена Нечаева по образованию режиссер кино, культуролог. Училась психологии и живописи. Имеет многолетний опыт руководства собственным бизнесом. Сейчас – практикующий коуч. Сайт www.neacoach.ru Тел. +7-902-266-86-41

Он от меня уваливает, валяется в ванне, зависает в компе, читает допоздна и всячески тянет время, ожидая, когда я засну. И все это как-то не по-женски — требовать, просить, намекать. Этот то ли запрос, то ли крик души, смущаясь и спотыкаясь, я донесла до своего коуча Елены Нечаевой.

Я: Когда я проявляю инициативу, чувствую себя униженной. Ведь соблазнение — это нормальная роль женщины, почему у меня в голове вбито, что инициативу должен проявлять мужчина? Почему я первая не могу показать свое желание? Еще и чувствую себя при этом лишней, мешающей, раздражающей, навязчивой.

ЛЕНА: Ты себя именно такой ощущала, когда соблазняла мужа?

Я: Получается, что в итоге-то так и есть.

ЛЕНА: Представь себя мужчиной. Ты хочешь мешающую, раздражающую, навязчивую женщину? То-то и оно. Понимаешь, он ловит твоё состояние.

Я: Вот и до запроса добрались: как при соблазнении не ощущать себя такой, как бы помягче сказать...

ЛЕНА: Можешь привет передать родителям — все из детства. Когда маленькая дочка садится между родителями и ластится к папе, у мамы вряд ли появляются добрые мысли. Скорее всего, она транслирует девочке отношение как мешающей, раздражающей и навязчивой. А хочется-то какой быть? Какая соблазняющая женщина?

Я: Аппетитная, ее хочется съесть. Еще круленькая, мягонькая, свеженькая, чистенькая. Потом она немного противоречивая («хочу — не хочу»), то есть провоцирующая. Например, готовит ужин, не думая о сексе, а в то же время на ней нет белья.

ЛЕНА: Получается такая маленькая девочка с суффиксом «-еньк-» в фартучке без трусиков. Сколько ей лет?

Я: 15 — и хочется и колется.

ЛЕНА: Точно, есть потребности, но папа с мамой не разрешают. Как она превратится в женщину? Нарисуй ее взрослый образ.

Я: Она Мэри Поппинс, такая выросшая Дюймовочка. Еще и летает, хотя ей уж лет триста.

Моя идеальная женщина

ЛЕНА: Ладно, тогда мы вот что сделаем с тобой. Ты можешь представить себя мужчиной?

Я: Легко.

ЛЕНА: Тогда скажи, какой должна быть женщина, чтобы она тебя соблазнила?

Я: Доверчивая.

ЛЕНА: Какой коварный мужчина?)

Я: ... которую надо за руку водить. Я несу за нее ответственность, потому что она мне доверилась. Она пытается все время быть рядом со мной, внимательно слушает.

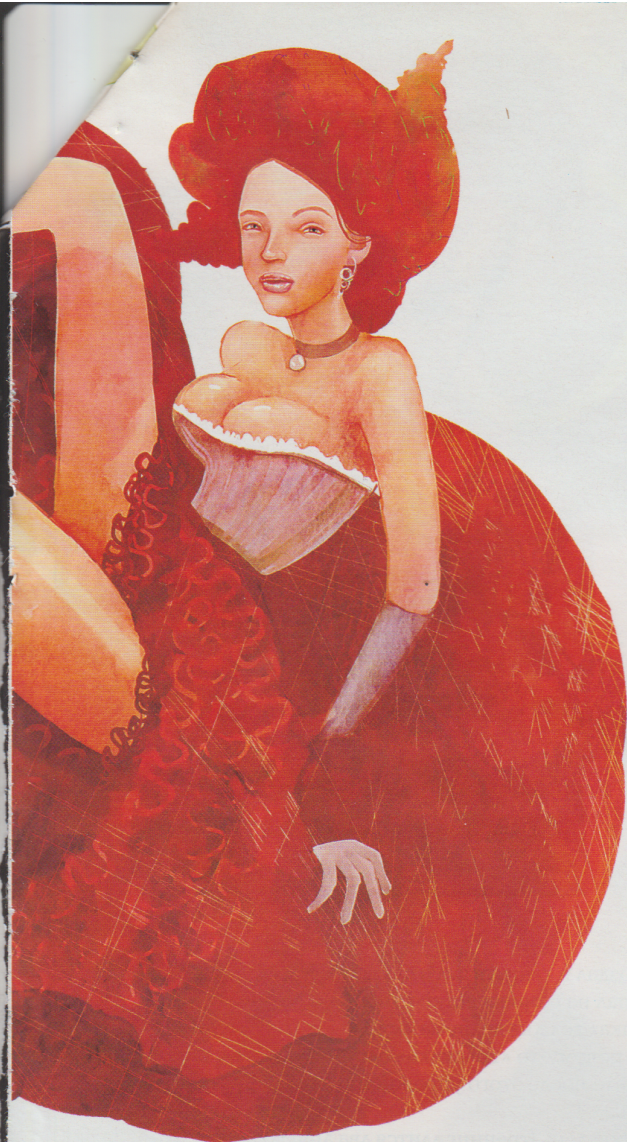
ЛЕНА: Держаться рядом и внимательно слушать может и верный пес. А мы сейчас говорим о женщине, которая тебя соблазняет.

Я: Она смотрит в глаза очень глубоко, открыта, чувственна. Она реагирует на мои прикосновения, старается сама прикоснуться ко мне.

ЛЕНА: Представь, что ты увидел ее издали на улице. Почему ты именно ее заметишь?

Я: Она заливисто смеется, очень эмоциональна, вся искрится. Это значит, что она чувствительная, легко возбудимая, может легко засмеяться и заплакать. Она вызывает чувства во мне, и мы чувствуем в унисон. Нас смешат, восхищают и расстраивают одни и те же вещи. У нас есть со-чувствие.





Комментарий Елены Нечаевой

В каждой из нас живут две женщины – Афродита и Психея. Первая – контролирующая, всемогущая, бездонная, непотопляемая. Вторая – тихая, любящая, зависимая, слабая. Как если бы мы были в роли своего идеального мужчины – какой мы хотели бы видеть свою женщину? Мы не говорим, что одна должна победить другую, мы говорим о знакомстве с собой-Психеей и с собой-Афродитой. Знакомство дает нам возможность предъявлять себя то в одной, то в другой роли – здесь и сейчас. Миф о Психее и Афродите – лишь небольшая часть науки Соблазнения. Роль соблазнительницы однокурсника наша героиня назвала «естественной». А какой же она еще может быть? Кристина – женщина, которая познала и познает саму себя! Знающая себя женщина – действительно соблазнительна, Афродита она при этом или Психея. Узнаем у мужчин?

P.S

Недавно состоялась мега-встреча однокурсников, и там был ОН. Сама не зная почему, я начала вдруг материализоваться около него. Причем четко понимала, что веду себя как Психея: держусь рядом, смеюсь его шуткам, прикасаюсь. Через некоторое время он уже никого не видел вокруг. Удивительно, я никого не изображала и вела себя очень естественно, но при этом чувствовала себя соблазняющей. Вот и получается, что мы с Леной нашли меня и в этой роли.

ЛЕНА: А по поводу секса?

Я: Ее тело быстро и легко реагирует на ласку, извивается, волна идет. Может быть спонтанный секс, потому что она доверяет и ведется на мои действия. В сексе она активна и изобретательна. Ей нравится секс, и она в этом знает толк.

Другая...

ЛЕНА: Хорошо, теперь представь себя уже в роли женщины. Ты оказалась на необитаемом острове, там очень много женщин и почти нет мужчин. Как ты стала бы вести себя, чтобы завоевать мужчину?

Я: Для начала я стала бы с мужчиной спорить, чтобы он меня заметил. Потом игнорировать, попадаться на глаза и демонстративно не обращать внимания на него. Далее начала бы появляться в неожиданных местах в каких-нибудь соблазнительных ситуациях. А дальше... весь мой арсенал заканчивается. Ладно, потом ничего не получилось, и я бы сменила тактику. Стала бы его поддерживать во всех спорах, все его высказывания, восхищенно смотрела бы на него. Пыталась оказаться рядом, ухаживала за ним и заботилась.

ЛЕНА: Какая ты при этом?

Я: Спорящая, провоцирующая, заботливая, внимательная. Потом начались разные сексуальные штучки.

ЛЕНА: Какая ты при этом?

Я: Чувственная, креативная, хитрая и лживая. Это значит, что я обманываю и при этом чувствую возбуждение и интерес.

ЛЕНА: Тебе зачем его обманывать?

Я: Просто чтобы возбудить интерес?

ЛЕНА: Думаешь, что если будешь естественной, то будешь неинтересной?

Я: Да, но это в тонуе держит.

ЛЕНА: Посмотри, мы говорим сейчас про разных женщин. С одной стороны, бесчувственная и хитрая женщина, которая занимается только механикой соблазнения. Она не любит этого мужчину, но соблазняет его только для того, чтобы чувствовать себя живой. Это Афродита из мифа об Эросе. А с другой стороны – Психея, беззащитная нежная чувствующая девочка, которая проявляет инициативу только в постели.

Я: Я не согласна: она проявляет инициативу, стараясь держаться рядом с этим мужчиной.

ЛЕНА: Соглашусь с тобой, но как же мы их соединим?

А дальше мы составили настоящий план по соблазнению мужа, поставили цель, расписали все шаги по часам.

СХЕМА СЛЕДУЮЩАЯ:

1. Решаем, во сколько состоится главное событие, и недвусмысленно сообщаем об этом своему партнеру в какой-нибудь необычной форме.
2. Начинаем обратный отсчет времени и на каждый час придумываем событие, продвигающее нас к цели. Например, с 17.00 до 18.00 отправляю ему e-mail, с 18.00 до 19.00 покупаю его любимое клубничное варенье, с 19.00 до 20.00... и так далее.
3. А дальше ведем себя в соответствии с планом, прерываясь на спонтанный секс.

Я все исполнила как прилежная ученица, но до цели не добралась, сорвалась, разозлилась. И поняла, что я за спонтанный секс. Ну а результат коуч-сессии проявился совершенно в другом «неожиданном» месте.