

Наталья Толстая Семен Чайка

О чём молчат в постели

Психология интимных отношений



ФЕНИКС

Семен Чайка
Наталья Владимировна Толстая
О чем молчат в
постели. Психология
интимных отношений
Серия «Жизнь удалась»

Текст предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=11645435

*О чем молчат в постели : психология интимных отношений / Наталья Толстая, Семён Чайка: Феникс; Ростов-на-Дону; 2014
ISBN 978-5-222-21836-5*

Аннотация

«О чём молчат в постели» – эта книга написана для женщин и для мужчин. Она поможет понять, что мы делаем для того, чтобы в этой самой постели нам было хорошо. И чего бы нам лучше не делать вовсе. Любимый читателями «фирменный стиль» от Натальи Толстой и Семёна Чайки – разговор по душам, без прикрас и формальностей, обо всём, что волнует. Поиск ответа на извечные вопросы: «Любят ли меня?», «Люблю ли я?», «Как быть счастливым?»

Содержание

давай поговорим...	4
жили-были...	6
глава самая первая и короткая	10
кому что?	12
сколько вешать в граммах?	14
возводить в культ – некультурно!	15
мужичка бы – здоровье поправить...	17
любит, не любит	19
так хочет или не хочет?	21
глава следующая	23
мужские несчастья	24
...почему он такой редиска?	26
как выжить с ворчуном?	28
Конец ознакомительного фрагмента.	32

**Наталья Толстая,
Семён Чайка
О чем молчат в
постели. Психология
интимных отношений
давай поговорим...**

Воодушевлённые удачным опытом написания первой совместной книги, мы – Наталья Толстая и Семён Чайка – вновь с вами, дорогие читатели! Настала пора налить чашечку душистого чая, устроиться в любимом кресле и поговорить по душам. Может, даже и посплетничать немного: что бывает в жизни и что мы думаем об этом. О себе рассказать и послушать других.

В беседе участвуете вы, наши дорогие слушатели и читатели, и мы – Семён и Наташа. Комментируем, задаём наводящие вопросы. Потому и выглядит наша книга как разговор, а не как лекция или сборник научных статей. Есть комментарии персональные, мы их подписываем своими именами, а есть – общие, они отдельно не маркированы.

Читайте, спорьте с нами и размышляйте!

Ваши Семён и Наташа

жили-были...

Жила-была девочка. У неё были мама и папа, они её хвалили, а иногда ругали, часто ворчали – в общем, любили и заботились о её счастливом будущем. Она подрастала, подрастала... Когда речь заходила о карманных деньгах и отпустить ли с подругами на море, девочка спорила: «Я давно уже не играю в Барби!», а когда речь заходила о сексе, девочка прикидывалась, что до сих пор играет в Барби, чтобы её не доставали понапрасну.

Вот стала она совсем взрослой красавицей. И однажды парень сказал ей: «Прости, но между нами всё кончено». И это было так, будто она хотела привычно перейти дорогу на зелёный, но перед самым ее носом вдруг вся дорога от внутреннего взрыва ухнула вниз, образовав руины и пропасть. И боль долго не проходила.

А через год другой парень сказал ей: «Давай поженимся!» Она любила этого парня, и счастье тех дней было похоже на бесконечно открываемую коробку с рождественскими подарками.

И был секс. И боль, и счастье – всё было про секс. Он отличал ее парня и все то, что происходило с ними двоими, от всех прочих парней и того, что происходило в сериалах и в жизни подруг. Все научные теории ерунда. Её секс – это и была её жизнь.



Потом появился малыш. Счастье умножилось.

Потом набежали родственники с двух сторон и стал бегать слева-направо и наоборот в кадре, нося малыш как знамя над головой. И принесли хоругви: как оказалось, имеет место обширная генеалогия с торжество порока над разумом, или наоборот. У молодой стал чаще болеть голова. Генеалогия давила. Родня бегал А секса стало меньше. Зато теперь о нём стало можно больше говорить.

Сначала стало под тридцать, а затем – ближе к с рока. Ребёнка было уже два, и они были не малыши у старшего уже замаячил собственный секс, и он смеялся над родительскими страхами, прикидывался овечкой и брал карманные деньги, а учиться не желал. «По дет дурной дорожкой, – тряслись родители, – ка тётъ-Зоин сын». По ощущениям, родни стало гораздо больше, как и политики. Иногда взгрустнут: а может вдвоём – и жить в лесную хижину?..

Пробовали ездить на море – сын отравился грушам и два дня лежал с подозрением на кишечное бог знает что. Так что до художественного соития под луной на берегу не дошло. Не дошло и по приезде – там пере школой надо было купить кому-то что-то. И в больших количествах – потому что скидки, как не нагрести.

Секс по-прежнему был, только он перешёл из разряда болезненной страсти куда-то на периферию, в копилочку, куда складывались общесемейные ценности: первый зубик, первый бал дочери, новые обои в спальне, хороший фильм, вкусный ужин... Вот где-то там, рядом с ужином. В трудные ми-

нуты приходило понимание: да, люблю, дороже и ближе нет никого. Вот этот человек – он мой, она моя, и аз есмь, пока мы дышим одним дыханием. И секс тогда случался – не чета молодым вздохам-всхлипам.

Потом опять как-то в сторону ужина больше. А это, наверное, жизнь такая. И жить хочется – страсть как. И чтобы не говорил: «Всё кончено». И чтобы детки здоровые. И у тётъ-Зои всё сложилось чтобы. И до моря-таки добраться – интересно ведь, как оно там, под луной-то?

А секса хочется больше всего в этой истории. Потому что со всем остальным мы, взрослые бабы и мужики, справляемся ну просто блестяще: и дети у нас сытые, и перед школой всё всем куплено, а жизнью тётъ-Зои мы живём даже полнее, чем своей, шоб она была здорова. И друзья у нас пивом с раками охвачены, и на работе мы горим, что тот олимпийский факел.

Так что вы мне говорите про секс?..

глава самая первая и короткая

я живу, и значит, я хочу

Секс – он как воздух. Нужен всем. С ним рай и в шалаше, был бы мягкий спальный мешок. Он лечит от прыщей и от гриппа, он приводит в тонус, придаёт смысл жизни, отвращает от пьянства и прибавляет аппетита. Он убавляет аппетит, и ходим мы такие влюблённые и постройневшие. Он срывает важные заказы, и с ним море по колено.

Любитесь, господа! В любую погоду, вне зависимости от мировых финансовых кризисов, в автомобиле и на природе!

Секс мотивирует самца притащить своей самке в шалаш стройматериалы для еврошалаша, люльку для младенца, будку для собаки. Самка при наличии качественного секса цветёт, что майская роза, хихикает не к месту и всячески улучшает себя. Самцу, соответственно, опять тащить. Да он и рад. А что?

Каждая встреча – это доля волшебства! Слияние душ и тел, узнавание сердец. Набор желанных критериев к будущему партнёру и определяет дальнейший выбор соавтора чудо-произведения под названием «Наша жизнь».

Шансы полюбить друг друга увеличиваются, коли ты и он ходите по одним дорогам, учитесь на похожих специалистов

и увлекает вас что-то похожее.

кому что?

Что ищем мы друг в друге, почему безошибочно выделяем из толпы: «Вот он»?

Одному очень не хватает *материнской любви* и в партнёре очень хочется увидеть её, и получить от любви ощущения заботы, защищённости и уверенность, что именно этот человек не бросит. «Мне твоя любовь очень нужна» – вот главный лозунг такого любящего, и ему всё равно, нуждается ли партнёр в обратных чувствах.

Другим парам нравится, что они *дополняют друг друга*. Я чувствую, что меня любит очень хороший человек, значит, я клёвая, счастливая и всемогущая.

Напоминает родственников (очень знакомое и приятное лицо).

Он *волшебным образом ворвался в жизнь* по мановению судьбы, что возвеличивает отношения. Сказка не развенчивается никогда, мирит и заставляет терпеть и понимать.

Зато в случае обнаружения обмана вера друг в друга поддается почти окончательно. Он причиняет зло, а я не могу порвать с ним. Не принимая какую-то «теневую» часть себя, мы проецируем эти качества на партнёра и воспринимаем его потом как источник проблем. Жадный, например, обвиняет в скупости партнёра. Многие живут вместе, потому что «любимый» избавляет от необходимости видеть **собствен-**

ные недостатки.

сколько вешать в граммах?

Главное секс в жизни или не главное? Спросим у 15-летних подростков: вот они влюбились, гуляют за ручку, целуются, а постельных сцен им нельзя. Вместо них рождаются страсти, «разборки», до разрыва доходит.

Спросим у «окольцованных», которым сколько хочешь, столько и занимайся любовью. Говорят, «хочучесть» то приходит, то уходит. Благодарна она ему, настроение хорошее – вот и хочется. Поссорились или просто настроение упало – и желание пропадает.

Спросим представителей старшего возраста – а как у них? Говорят, сексуальное желание – показатель того, что сами живы-здоровы и что любовь к партнёру есть.

ВОЗВОДИТЬ В КУЛЬТ – НЕКУЛЬТУРНО!

Как его изучать, этот секс, – с начальной школы, или уже в садике можно? Является ли он приоритетом, или всё-таки «первым делом – самолёты»?

...вопрос Евгения

Не считаете ли вы, что возводить секс в культ – неправильно? Это возведение как раз-таки и создаёт проблему: тема секса приносит выгоды в разных сферах жизни, но пользы от сексуальной образованности народу нет.

Комментарий Семёна: Поверьте, никакой физический опыт «прикладной», никакое количество партнёров не заменят умение слышать друг друга, видеть друг друга, проникать друг в друга духовно, а не только физически. Кроме того, я глубоко убежден, что истинное понимание процесса секса приходит к человеку не в 20 и даже не в 30, а наверное, где-то после 40 лет. Может, практика уже и не столь сильна, но понимание – истинно. И молодым людям следует понимать: то, что происходит с ними сейчас – в 18, 20, 25 лет, – это стадии, ступени, а дальше все может быть совершенно иначе. Пусть в студию позвонит человек, который скажет: «Я со своей половиной говорю о сексе – как лучше тебе, как лучше мне, какую позу принять, что было хорошо, а что не очень»! Люди редко об этом говорят. Закурил после

секса сигарету, потом – спать. А её это обижает, она потом подружкам плачется: ну почему, мол, все мужики такие толстокожие? На самом деле с детства нужно ребенка приучать: в сексе нет ничего грязного!

Комментарий Натальи: Отвечу с удовольствием. Я тоже считаю, что первым делом – самолёты. Мужчина ведь устроен как? Он как Чапай – всегда думает одну мысль. Но всё-таки когда мужчина заходит в любовь – он отвлекается от общих дел. И сколько таких – приходящих на приём, – которые и мечутся между двумя женщинами, и не могут решиться на уход из семьи... И у которых крышу просто срывает!

Так что важна сексуальная грамотность, мои дорогие, очень важна. Чтобы не отбойным молотом действовать, а чуть более тонко. И не пугаться: перед вами не инопланетное существо, а женщина или мужчина. И понять друг друга можно. Если хоть немного постараться!

мужичка бы – здоровье поправить...

Слышим мы эту фразу в основном от женщин. Известно, что Чинхиз-хан ложился спать, буквально обкладывая себя молодыми девушками. Но то – для ночёвки. Опять же – для здоровья. Каким же образом секс связан со здоровьем? Прямая ли тут зависимость? Чем больше секса – тем больше здоровья.

Нужно, однако, не переусердствовать, занимаясь сексом, – а то как бы здоровья для секса хватило! Девушки, по весне покупайте своим мужчинам витаминки, заботьтесь о тонусе – своём и мужа.

Кто из двоих – «лекарь»? Мужчина или женщина? Дающая сторона – мужчина. Он в сексе отдает энергию, вещество, которое вырабатывает его организм. После секса женщина чаще всего наполняется силами, приходит в хорошее расположение духа, «приподнимается» эмоционально и физически. А мужчина, как известно, после секса впадает в здоровый сон. Получается, что лечит и даёт – мужчина. А женщина – заводит, возбуждает его, побуждает к победам и свершениям.

С другой стороны – статистика подсказывает: женатые мужчины живут дольше холостых, меньше страдают различными заболеваниями. Есть мнение, что женщина «забирает» из мужского организма канцерогены, а также (вместе с тем

самым веществом) – стрессы, накопившийся негатив. Такой вот взаимовыгодный обмен получается у супругов, у которых всё в порядке с сексуальной жизнью, у которых она регулярная, здоровая и радостная.

мнение Елены

Мне – 62 года. Секса в жизни, могу сказать, почти и не было. Выгляжу – на 35 лет! И подружки многие, которые не имели радостей семейной жизни, выглядят свежо и болезнями не страдают. Ну, а бывает печально: идёт пара, муж ещё ничего, а жена – как старуха! На лице – следы всей её трудной жизни, заботы о семействе, следы проблем... Плечи сгорбленные, взгляд потухший. У такой хочется сразу спросить участливо: «Устала?..»

Вы правы, к сожалению, бывает и так. Женщина «приговаривает» и себя, и мужа влачить такое вот существование. Мыслей вам светлых, радостных и правильных!

любит, не любит

Сколько женщин — столько и мнений: мол, а какие признаки указывают на наличие пламенных чувств у любимого? Букет приволок вечером, который в дверной проём не проходит? Многие наши сестры принимают сие за знак трогательной и нежной любви. В ресторан пригласил, на романтический ужин? Тоже — знак. Лелеет, значит. Либо с целью какой. Но всё равно ведь лелеет.

Некоторые дамы любовь измеряют, как дети, в подарках. Если компания, где работал супруг, пережила кризис и все лишились работы — такую и удар хватит, запросто. Когда он не сможет купить ей сумочку.

Некоторые любят ушами, некоторые (даже из женщин) — глазами, а кто и буквально всей кожей — такой дамочке кофе в постель лучше не носить, а будить «засоню» лёгким массажем.

И к чему мы это всё говорим? А ну-ка, парни! — вычислив типаж вашей женщины, вы без лишних затрат сможете радовать её прямо-таки нечеловеческой любовью! Точнее сказать — её ощущением, что любовь именно таковой и является. Любит она ушами — так и рассказывайте ей. Мол, ты моя курочка, уточка, пусечка, когда ты появилась в моей жизни — я из примата враз превратился в человека и т. д. Овчинка стоит выделки — язык не отсохнет.

Пока дама, закрыв от удовольствия глаза, внимает вашим речам – можно спаять провод, просмотреть новости в социальных сетях и даже (при некоторой тренированности) прочитать газетку.

Любит она глазами – на здоровье, купите себе майку-борцовку на пару размеров меньше – и радуйте милую мускулами, выпирающими из майки. Букет тоже ещё пока никого не разорял, а радости-то и щебета не измерить!

Хуже с теми, кому подарки неси да рестораны подавай. Тут им не Рокфеллеры. Но даже и к подаркам можно подойти творчески: не всё бриллианты скучные, а подарите ей, например, ночь любви в бунгало на даче! Или поход на каток. Или чтение вслух в ванной комнате. Главное, ключевая фраза: «Любимая, я хочу подарить тебе...»

...Быть вместе – для каждой пары означает разное. Кто-то склонился голова к голове над диссертацией, кто-то хочет непременно ходить на дни рождения и крестины с мужем под ручку, кто-то вместе строит дом, а у кого-то главный показатель – хочет он меня или нет.

так хочет или не хочет?

Вся наша книга призвана:

- ответить на этот вопрос
- помочь понять, что бессмысленно искать ответа на этот вопрос
- подбросить уйму других вопросов
- огорчить, но указать светлый путь к радости
- обрадовать, но обнажить наличие огорчающих моментов
- сбить с пути истинного, столетиями проверенного
- заставить сомневаться
- отбросить прочь сомненья
- да просто – поговорить об этом!

Я вновь предпочитаю обращаться к читателю на ТЫ, надеюсь на понимание и прошу усвоить сразу неоспоримую аксиому: в сексе недопустимы фамильярности, хохот и драматический конец.

Любишь – так люби. Живи и дыши своей любовью. Стоит лишь задуматься о том, что будет завтра, – знай, это любовь уже машет тебе на прощанье крылом. Потому что «завтра» у любви не бывает. Есть «живу сегодня, сейчас». Где-то в этом временном отрезке случается секс, наполняющий душу воспоминаниями даже спустя много лет после того, как всё окончилось.

А бывает, что живёшь в дне под названием «сегодня» и пять, и десять лет. И ходите оба в преддверии завтрака: он – в трениках, она – в маске для потрясающей кожи лица, а сама маска может сойти за грим для фильма ужасов. Но ничего ведь. Пока не меркнет свет, пока горит свеча... Живут, любят, ищут ответы на вопросы.

Так вот, мы постарались в книге и вопросы поставить, и ответы дать. Вопросы и истории, которые звучат в нашей книге, – все из жизни. Из вашей жизни, дорогие читатели и слушатели! Всё то, о чём пишут в письмах, спрашивают в эфире, – в общем, всё то, чем живут жители нашей страны, что их огорчает, удивляет и радует.

Любви вам безусловной, счастья, удачи и, конечно, здоровья!

глава следующая

когда не до секса

Какой секрет знает каждая бабушка, которая со своим дедушкой закупоривает на зиму огурцы и смотрит сериал? Правда ли, что можно дожить вместе до «золотой» свадьбы? Как успокоить сварливую жену, не преступая при этом черту закона? «Женищина-кошка»: удовлетворить или лечить? Об этом, а также непосредственно по теме – о случаях, когда не до секса, – повествует наша новая глава.

мужские несчастья

Мужчина, как любое живое создание, имеет право раскиснуть. И сложить лапки. И залечь в берлогу. И запить горькую может (а что, нет?) И когда он такой раскисший, поникший, запивший (даже если нет) – о хорошем сексе говорить, мои дорогие, не приходится. Даже и о плохом.

И вообще, вместо того чтобы с тобой говорить – скорее всего, наорёт. Даже по пустяку (много денег с карточки потратила, а за квартиру завтра платить: котлеты купила, а они у него подгорели; задержалась накануне в салоне красоты, а любимая рубашка не постирана). Вместо того чтобы конструктивное замечание сделать – с иронией, с сарказмом, супостат, выскажется. Ты ревёшь белугой, а он «хлоп!» дверью – и на работу потелепал.

И с работы поздно придёт, и ляжет сразу, печальный. Демонстрируя всем своим видом невыносимую усталость от работы, и от детских криков: «Папочка, почини мне велосипед!» (ага, щас), и от котлет (хотя котлеты, пожалуй, слопаёт), и от твоего внешнего вида и новых тапочек, с опушкой особенно («пришёл домой – там ты сидишь»). Я знаю, что хочется сделать в такой ситуации: котлеты высыпать из сковороды в мойку (назло), дать в руки отвёртку для починки, детей вручить, гордо развернуться и уйти к подруге (желательно к той, которая живет поближе к Курильским остро-

вам).

Как поступить, чтобы ситуация, накалившись, не взорвалась и не получилось нечто непоправимое? Во-первых, давай разберёмся...

...почему он такой редиска?

Чаще всего он не плохой – ему плохо.

Может, болезнь подтачивает силы, кризис на работе. Может, не знает, как решить проблемы семейные. Может, даже разлюбил (или думает, что разлюбил), но ответственный и никуда деться не может. Может, ты его пилишь день и ночь: ты за свои права борешься, а с его точки зрения – он выслушивает оскорбления незаслуженные и не вовремя (а времени на выяснение отношений никогда нет).

Соответственно – действуешь по ситуации. Если заболел – включаешь «маму»: на горло – шарфик (ему, конечно), пару горчичников на спину, за витаминками в аптеку сбегала, бульон сварила. В уши не жужжишь – даешь человеку достойно поболеть. Скорее всего – выпится, отлежится, телек посмотрит и через пару дней на работу улизнёт. Но все-таки – улизнёт благодарный, что дала ему отлежаться в берлоге.

Думаю, если бы было министерство путей общения, регулярно на первом месте рассматривался бы вопрос-воплыв-утверждение: **мне кажется, он со мной не хочет разговаривать!**

Знаешь, почему нам так часто хочется говорить о чувствах? Потому что по природе женщина очень нуждается в ощущении, что она желанна, так мы на бессознательном уровне остро чувствуем свое **существование!** Во как! Не

меньше! Мы хотим, чтобы нас любили за то, что каждая из нас ни на кого не похожа. Но все – и мужчины, и женщины – единогласно могут хором скандировать: «Я не хочу быть корнем проблем в семье! Давай относиться друг к другу как источнику решения общих трудностей и задач».

Очень легко советовать: мол, разговаривайте о сексе, и всё будет ОК. Если бы так! Бывает, женщина хочет поговорить со своим любимым о самом сокровенном, однако он вместо предмета разговора слышит одни претензии.

В парах, живущих вместе долго, такой разговор вообще может дестабилизировать отношения и самым лучшим, но парадоксальным способом сохранить брак, однако влечение друг к другу не возрастёт.

Удивительный парадокс! Всё, что придает паре прочность, в обыкновенной жизни ведет к снижению частоты сексуальных контактов.

Рекомендую придумать, что бы ты делала, если бы по взмаху моей палочки твой любимый мужчина стал таким, как тебе хочется? Ласковым, пунктуальным, романтичным, добрым, щедрым. Придумала? Немедленно начинай так поступать, и вот почему...

как выжить с ворчуном?

В семье наши действия и реакции взаимосвязаны. Перемена в поведении одного из членов семьи оказывает влияние на другого, а дальше уже по цепной реакции. Он вымещает свое плохое настроение на тебе, и вот уже хандра или агрессия постучались к тебе в душу. Он игнорирует переживания твои, несправедлив, груб, мстителен – тебе знак, остановись! Когда отношения портятся – тебе сразу так начинает казаться. Твои действия и поступки вызывают в нем похожие чувства.

Обвиняя партнёра и не замечая собственных промахов, мы вызываем проявления самых плохих черт его характера.

Он ворчит, потому что уже не получает давно или в очередной раз то, что просит или хочет.

Самая лучшая тактика – замолчать и заняться любовью. Мужчина больше всего нуждается в ласке, когда меньше всего ее заслуживает, – эта казачья женская поговорка выручала не одно поколение женщин. Итак! Не утихомиривай, не взывай к разуму, переубеждая, не успокаивай ворчуна!

Он жалуется на коллег и ждет, как обычно, что ты будешь его утешать, а ты скажи: «Чего они, правда, себе позволяют». Главное – привлечь внимание нестандартным поведением.

Перемены начинаются с поступков! Это твой выход, дорогая. Не думай, что если вы в конфликте – нет связи меж-

ду вами. Стоит только улыбнуться, как енот в мультике, и, как раньше, написать ему смс с хорошим содержанием, как результат будет – попробуй!

Скандалит обычно тот, кто не собирается разрывать отношения. Бурные ссоры – это показатель того, что связь между вами ещё себя не исчерпала. Изредка можно использовать женскую хитрость под названием «разрыв понарошку». Злоупотреблять нельзя! Снять напряжение и привлечь к себе внимание таким образом можно не чаще одного-двух раз в год.

Чаще произноси, что у него очень серьезное лицо, и хоть тебе не страшно, ты его ценишь и любишь.

Вспомни ещё то, что дети и коты вызывают гнев, путаясь под ногами.

Главное условие – никогда не мириться с гневом супруга.

Фразочки-выручалочки, которые ты можешь иногда использовать:

- «Не обращай со мной как с ребенком, не кричи, потому что для подобного раздражения должны быть серьезные причины».
- «Милый, говори на полтона ниже, а то я подумаю, что вызываю твою агрессию уже тем, что живу на свете».
- «Мы так ничего не добьёмся. Может, позже вернемся к этой теме, попробуй контролировать свой гнев хотя бы ради

себя!»

- «Дорогой! Давай я тебе сделаю массаж всего, чего ты скажешь».

Уходить от разнервничавшегося человека совсем не годится. Не бросай его в нервах, в истерике, потому что сейчас ему очень хочется выйти из этого тяжелого эмоционального состояния! Оставив его наедине с собой, гордо унеся свою персону из комнаты и показав ему, что не желаешь его видеть и слышать, ты не спасёшь ситуацию. В поисках подходящего аргумента может и стул вслед запустить, или (всякое бывает) себе навредить. Помни! Тестостерон – половой гормон, им щедро наделены самцы, отчасти именно он определяет агрессивное поведение. Ворчит – не всегда плохо. Хуже, если демонстрирует свое недовольство полным игнором. Он лишает любви и общения, усиливая напряжение и усугубляя проблему. Тактика пассивной агрессии очень опасна для семьи и сексуальных отношений. Можно подстелить соломки и избавить его от необходимости объяснять сто первый раз, что его раздражает. Мы предлагаем тебе в помощь...

Мужской жалобный топ препятствий к счастью:

- **Она критикует других людей**

Ты ничего не выигрываешь, опуская других женщин и

родственников в его глазах. Делай искренние комплименты другим людям в его присутствии, совсем перестань «перемалывать косточки».

- **Она живёт с потухшими глазами и комплексует**

Однозначно снижают эректильную функцию у мужчин анорексичные актрисы, истощавшие и обвиняющие себя за каждый съеденный кусок, и голодающие до обмороков.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.