



CUM SĂ TE FACI
dorită
DE TOȚI BĂRBAȚII

Atât de cuceritoare,
încât vei avea prea multe întâlniri!

MARIE FORLEO



CUPRINS

Mulțumiri	7
Prefață	9

PARTEA I

TRUCURI PENTRU A TE FACE DORITĂ DE BĂRBAȚI (ȘI DE RESTUL LUMII)

Capitolul 1	
Introducere în irezistibilitate	21
Capitolul 2	
Cele cinci adevăruri pe care fiecare femeie irezistibilă trebuie să le știe	48
Capitolul 3	
Cele șapte năravuri ale femeilor extrem de neatrăgătoare — sau obstacolele care te împiedică să te faci dorită de toți bărbații	67

PARTEA A II-A

OPT SECRETE PENTRU A-I ATRAGE PE BĂRBAȚI

Capitolul 4	
Secretul nr. 1: La naiba cu regulile!	85
Capitolul 5	
Secretul nr. 2: Aruncă lista care enumeră calitățile bărbatului ideal	90

Capitolul 6	
Secretul nr. 3: În confruntarea „bărbați contra femeii”, toată lumea pierde	95
Capitolul 7	
Secretul nr. 4: Părinții tăi nu te-au stricat (și chiar dacă ar fi făcut-o...)	101
Capitolul 8	
Secretul nr. 5: Renunță la povestea ta	108
Capitolul 9	
Secretul nr. 6: Nu te mai plânge și începe să te implici — sau cum și unde să întâlnești mai mulți bărbați decât poți duce	114
Capitolul 10	
Secretul nr. 7: Fă-ți (rost de) o viață și păstrează-o — sau cum să-l faci să vrea mai mult, mai mult, mai mult	119
Capitolul 11	
Secretul nr. 8: Ambalajul perfect — sau cum să fii non-stop o delicioasă, formidabilă, incredibilă, irezistibilă fată superbă	128

PARTEA A III-A

SĂ PUNEM TOTUL CAP LA CAP

Capitolul 12	
Întrebări frecvente: 21 de răspunsuri la cele mai arzătoare dileme legate de întâlniri	143
Capitolul 13	
Și acum, ce urmează?	152
Resurse suplimentare	157

PARTEA I

TRUCURI PENTRU
A TE FACE DORITĂ
DE BĂRBAȚI
(ȘI DE RESTUL LUMII)

*Dacă ai lumina cunoașterii, lasă-i și pe alții să-și aprindă
candela din ea.*

MARGARET FULLER, scriitoare și filozoafă

CAPITOLUL 1

Introducere în irezistibilitate

Fă primul pas spre încredere. Nu trebuie să vezi în întregime scara — fă doar primul pas.

DR. MARTIN LUTHER KING JR.

AI AVUT VREODATĂ SENTIMENTUL că ești menită să faci lucruri mari? Copil fiind, știai că ai ceva special de spus lumii? Multe dintre noi am pierdut legătura cu visurile noastre de glorie, capricioase și specific feminine, în favoarea unei viziuni mai ambițioase, mai masculine, asupra succesului. Fără să ne dăm seama, am fost implicate într-o misiune: aceea de a dovedi că-i putem egala — sau chiar depăși — pe bărbați. Suntem atât de disperate să obținem ceea ce ne imaginăm noi că ne va face egalele bărbaților și că ne va aduce fericirea (o carieră de succes, căsătorie, familie, vreo doi copii), încât uităm cine suntem cu adevărat: ființe inteligente, sexy și magice, ființe fără egal.

Am uitat că forța noastră nu constă în a concura cu bărbații sau în dorința de a le semăna, ci în acceptarea puterilor noastre naturale, feminine, cum ar fi compasiunea, farmecul ori tandrețea. Suntem vindecătoare intuitive și amante iscusite. Inimile noastre sunt izvoare de sentimente — și

ne aflăm într-o continuă căutare a adevărului spiritual. Iar sexualitatea, trucerile noastre tipic feminine inspiră, însuflețesc și asigură sprijin celor din jur. Suntem extraordinare.

Lumea are o nevoie acută de femei irezistibile: femei dispuse să fie entuziaste, pline de viață și expresive, indiferent de circumstanțe; femei care nu se tem să spună adevărul sau să își apere convingerile; femei care se simt bine în pielea lor, fiind inteligente, senzuale și, în același timp, pline de compasiune; femei care nu concurează, înjosesc sau se luptă cu bărbații (ori cu alte femei), ci persoane care îi văd pe ceilalți exact așa cum sunt — alți oameni, aflați și ei în căutarea unei vieți minunate, în căutarea iubirii.

Să fim sincere: iubirea e tot ce ne dorim cu adevărat. Deși ne străduim să avem hainele potrivite, părul potrivit, corpul potrivit, jobul potrivit, relația potrivită, ceea ce ne dorim realmente este să știm că există cineva care ne iubește și că totul va fi bine.

Știi ceva? Ești iubită și îți este bine chiar în momentul acesta. Restul nu reprezintă decât o iluzie. Grijile, regretele și anxietățile sunt construcții psihice, la care mintea noastră face apel pentru a ne distra atenția de la faptul că, în realitate, ne este bine. În momentul în care ne relaxăm și acceptăm că suntem în regulă, ne deblocăm irezistibilitatea. Visurile se reîntorc în inimile noastre, iar sufletele își regăsesc libertatea de a se putea înălța. Fără atât de multă energie stocată în niște nevroze imaginare, avem timpul și dispoziția necesare să ne reamintim care ne este scopul și să aducem o schimbare în viața noastră. Ești o

femeie extraordinară. Ai un rost în lume, iar ascunderea în spatele unei povești închipuite — de pildă, că ai fi rănită sau incompletă — nu este defel acel rost. Lumea are nevoie de tine. Are nevoie de acel ceva special pe care, în copilărie, conștientizai că îl deții.

Revendicarea irezistibilității personale constituie cheia către împlinirea potențialului tău ca femeie și ca om. Este secretul pentru a-ți lăsa amprenta pe care ai fost menită să o lași asupra lumii. Femeile care își acceptă irezistibilitatea țin în mâini inima lumii.

Acceptă-ți pe deplin atât energiile feminine, cât și pe cele masculine. Cu toții avem ambele tipuri de energii, iar îngemănarea lor într-un mod echilibrat reprezintă cheia spre deblocarea întregului tău potențial, ca ființă umană. Urmează pe cât conduci. Consolează pe cât comanzi. Danseză pe melodia fluxului mereu schimbător de energii masculine și feminine dinăuntru și permite-i gloriei tale depline de femeie irezistibilă să transpară în tot ceea ce faci. Latura ta feminină este mai fascinantă decât ți-ai putea imagina vreodată. Delicatețea și vulnerabilitatea ta sunt minunate. Ești o femeie irezistibilă. Fii mândră. În sala de ședințe sau în dormitor, pe câmpul de luptă sau în supermarket, lumea noastră are nevoie de femei irezistibile mai mult ca niciodată. Copiii noștri au nevoie de ele. Afacerile noastre au nevoie de ele. Guvernele noastre au nevoie de ele. Lumea întreagă are nevoie să îți revendici splendoarea și să o împărtășești. Fă în așa fel încât viața ta să fie un exemplu de cât de înălțător e să fii o femeie irezistibilă.

Introducerea în irezistibilitate te va ajuta să clădești temelia unei vieți extraordinare, a unor relații magice și, bineînțeles, a unei irezistibilități autentice. Scopul acestui capitol este acela de a-ți deschide mintea către noi posibilități și de a-ți mări gradul de conștientizare. Conștiința de sine te ajută să te oprești din a întreprinde, în mod automat, lucruri care îi alungă pe bărbați și să începi să faci, în mod natural, lucruri ce favorizează relațiile satisfăcătoare, fericite. Stăpânind acest aspect, vei observa cum bărbați, femei, copiii, animale mici, animale mari, ghemotoace de praf sau orice altceva care nu e de neclintit va fi imposibil să-ți reziste.

Irezistibilitatea ta rezidă în a fi prezentă

Respiră adânc și lasă-ți umerii să se detensioneze. Relaxează-ți maxilarul și destinde-te pentru o clipă. Îngăduie-ți să fii pur și simplu prezentă. Uită de listele cu activități. Renunță la gândurile rătăcite despre ce vei mânca la cină sau despre regretele cu privire la ce nu ai făcut astăzi la serviciu.

Capacitatea ta de a fi complet irezistibilă și de a face în așa fel încât fiecare bărbat să te dorească rezidă în prezența de moment. Atunci când ești total prezentă (mai bine zis, când ești concentrată exclusiv pe prezent), accesezi sursa infinită de frumusețe și de viață inerentă fiecărei ființe. Devii una cu inteligența cosmică și cu splendoarea eternă a tot ceea ce există.

La nivel fiziologic, a fi prezentă înseamnă a nu mai pleca în vacanțe mentale și a-ți angaja în mod activ mintea, corpul și sufletul în orice faci în momentul respectiv. Te eliberezi

de gândurile legate de trecut și de grijile cu privire la viitor, concentrându-ți toată atenția pe ce sau pe cine se află în fața ta chiar acum. În contextul lecturii cărții din mâinile tale, a fi prezentă înseamnă a-ți acorda întreaga, nedivizata atenție „ascultării“ cuvintelor de pe o pagină, pe măsură ce le citești.

Abține-te de la tentația de a compara această carte cu altele de dezvoltare personală pe care le-ai citit sau de la a te întreba dacă va funcționa în cazul tău. Toată această „vorbărie mentală“ te deconectează de la prezent, ca și de la irezistibilitate. Faptul că ascuți conversația pe care o porți cu tine însăși este principalul responsabil pentru starea ta de confuzie.

Iată un sfat înțelept, care îți poate schimba viața pe dată. Ești pregătită?

Nu ești mintea ta.

Ai o minte, dar nu ești mintea ta. La fel cum nu ești nici conversația pe care o porți cu tine în mintea ta. Poate gândești: „Care conversație? Despre ce vorbește?“ *Aceea!*

Firește, te poți întreba: „Bine, atunci *cine sunt?*“ Ești o ființă minunată, aflată în spatele minții tale. Ești conștiința de sine, observatorul, ascultătorul. Ești conștiința înțeleaptă, elegantă, generoasă și iubitoare care știe exact la ce mă refer acum.

Mai trebuie să știi că irezistibilitatea ta e cea mai puternică atunci când ești prezentă și deconectată de la propria vorbărie mentală. Și aceasta deoarece ființa ta transpare total și glorios. Ființa ta este sinele tău superior și, totodată, cea