Автор: candyangel12
21.02.2013 17:15 -

Школа эротики. Сексуальная привлекательность - миф или реальность?

Эротичность, сексуальная привлекательность… Что нужно, чтобы на тебя обращали внимание? Это не зависит от возраста. Каждый из нас видел и молодых людей, полных комплексов. И очень привлекательных зрелых людей. Светящихся изнутри. В чем же их секрет? И с чего начать? Как стать сексуально привлекательным?

Сначала ответьте себе на вопрос – какой он, человек, на которого вы хотите быть похожим? Это может быть как конкретная личность, так и собирательный образ. Найдите время для такого анализа. Запишите все качества, которыми, на ваш взгляд, обладают такие люди. Что дает им этот магнетизм? Не торопитесь! Важно ничего не пропустить. Если вы считаете, что самое важное – это хорошая физическая форма, к примеру, – начинайте приближать себя к образцу. Нужно ли перечислять пути реализации этой задачи? Спортивные комплексы или диск для домашних занятий. Фитнесс, аэробика, плавание, бег и т.д. Разработайте свой комплекс упражнений для проблемных мест своего тела.

Главное – без фанатизма! Не создавайте кумиров. Нашли свой образ, свою дорогу – развивайте! Вы уникальны. И пусть со временем с вас будут «лепить» себя другие.

Только работы над телом мало. Сексуально привлекательные люди имеют мощный внутренний огонь. Замечали, как светятся внутренним светом их лица? Глаза? Это за один день не приобретешь. Но стремиться к этому нужно. Займитесь дыхательными упражнениями. И начните, наконец, мыслить позитивно. Обратите внимание на речь успешных людей. В ней нет словесного мусора. Они не осуждают окружающих, не захламляют речь матом и ругательствами. Они всем своим существом направлены на созидание. Вы же хотите, чтобы ваша речь была, как живая река? Чтобы людям хотелось с вами встречаться вновь и вновь. Чтобы именно о вас говорили – «это свежий человек»! «С ним всегда комфортно»! Долой тухляк! Решили – с этой минуты запрещаем своему языку произносить все то, что нас разрушает. И перестаем ныть о трудностях жизни и недовольстве всем и вся… Это нас старит. Даже в юном возрасте. Видели же таких молодых старичков… Они всем недовольны. Их никто не понимает… Какая уж тут сексуальная привлекательность!

Продолжаем анализировать свой идеал. Нравится его манера говорить, смеяться? Его

жесты? Попробуйте их для начала скопировать. Доведите до автоматизма. А уж потом внесите свою изюминку. Свой почерк. Кто знает, может, именно эту вашу привычку будут копировать те, для которых вы скоро станете идеалом? Потренируйтесь перед зеркалом. Отрепетируйте тот или иной жест. Психологи утверждают, что такое занятие дает мощный толчок к осознанию себя и самосовершенствованию. Не стесняйтесь! Уж себе-то вы можете доверять… Вас никто не видит. Кроме зеркала.

Опять вернемся к кумиру. Он у вас не вызывает сомнений в своей привлекательности? Замечательно! Значит, начинаем читать его интервью, если это известный человек. Или беседовать лично, если этот человек из вашего окружения. Так или иначе эти люди раскрывают секреты своего обаяния. Главное – их услышать.

Самый простой пример. Из интервью с Шэрон Стоун, звездой экрана. Главной героиней фильма «Основной инстинкт». Когда ее спросили, почему все мужчины, которые попадают в ее поле зрения, становятся жертвами основного инстинкта, звезда непринужденно ответила: «Мой секрет прост – я регулярно испытываю оргазм». Откровенно и точно!

Мишель Мерсье, всем известная Анжелика, – мечта многих мужчин. Она ежедневно одевается так, как будто идет на самое главное свидание в своей жизни. Изысканные духи. Красивое белье. Не для посторонних глаз, для себя! Замечали, что одежда может дать ее обладателю могучую силу. Сначала прочувствуйте свой эротизм в спортивном костюме. А затем наденьте вечернее платье. Разницу почувствовали? Одежда обязывает. Все хорошо к месту. Нужен такт и мера. Нелепо смотрятся девочки в офисе с огромными декольте или в юбочках-трусиках…

Но если при всем своем внешнем великолепии ваш взгляд будет холоден и направлен в никуда, вас вряд ли можно будет назвать привлекательным человеком. Если ты гореть не станешь, если мы гореть не станем… Зажги свой внутренний огонь! Наполни свое сердце Любовью. Начинай эту Любовь дарить людям. Прекрасный тренинг по наполнению Любовью описан в книге Клауса Дж. Джоула «Посланник». Упражнения просты и гениальны. Доступны абсолютно каждому. Не откладывай дело созидания собственной личности. Начни прямо сейчас!

Секс-символ эпохи Мерилин Монро перед каждым дублем с поцелуем, для того, чтобы выглядеть убедительной, представляла себя в объятиях любимого. Начинала гореть.

Фильмы с ее участием стали классикой. Аура Любви сделает любого неотразимым и в кино, и в жизни… Учимся у великих.

Жизнерадостность и оптимизм, красота духа и тела, бескрайняя фантазия и отсутствие комплексов, наполнение себя Любовью – все вкупе приведет к повышению вашей сексуальной привлекательности.

Никто не умирает от недостатка секса. Умирают от недостатка Любви. Но все в жизни можно приобрести. Было бы желание... Любите и будьте счастливы!

Автор - **Жанна Магиня**
Источник