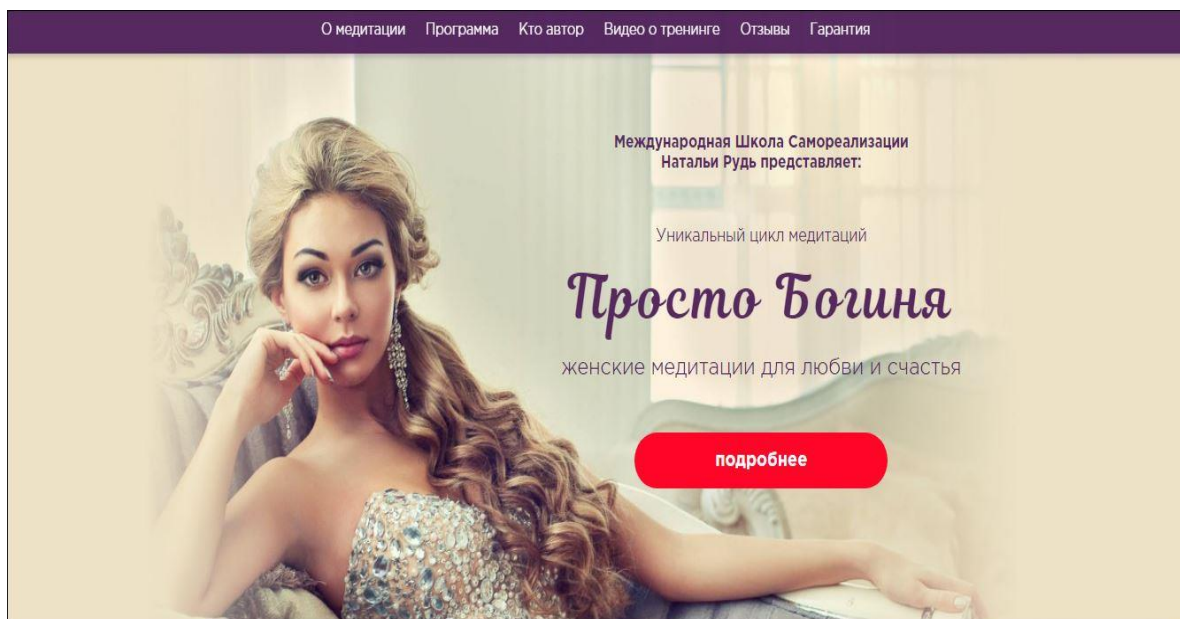


Как стать счастливой женщиной и жить в счастливом браке?



Вместо вступления

Кто из нас не мечтает о счастье: счастливом браке, прекрасном муже и престижном доме, вечной любви? Мы женщины, знаем, что если такие и есть среди нас, то они владеют многочисленными тайнами и секретами. И с завистью думаем, глядя на соперницу: как ей удалось, этой серой мышке, «отхватить» такого мужчину? Ведь ничего особенного, а он предпочел ее мне? В чем ее секрет?

Просто везения! не бывает. Это миф. И чем быстрее мы это поймем, тем легче и проще станет наша женская жизнь. Есть секрет привлечения, удержания мужчины и много-много других... Готовы на все, чтобы узнать об этом? Сейчас именно тот самый случай. Приходите на мой курс «Просто Богиня» с медитациями для любви и счастья.

В этой книге мы очень подробно будем обсуждать женские секреты, чтобы каждая из нас, следуя рекомендациям данной книги и выполняя медитации, смогла обрести свое счастье с самым лучшим на свете мужчиной.

Женский тренинг «Просто Богиня»: дает возможность увидеть, чего вам не хватает в жизни, каких качеств характера, о которых вы не догадывались или не хотели применять в своей жизни. Он дает необходимые основы: навыки и знания о качествах богинь-архетипов, что позволяет свободно управлять

женским поведением и предъявлять себя миру в качестве настоящей женщины, суть которой – богиня.

Как перестать быть игрушкой в отношениях и скоординировать собственное поведение, чтобы добиться успеха? Об этом тренинг «Просто Богиня», который я провожу больше 10 лет. Большое количество женщин за это время смогли обрести женское счастье. Он позволяет осознать неадекватность нашего поведения и трансформировать их в более успешное.

Здесь, в книге собраны инсайты женщин о себе и мужчинах, своих ошибках, которые мы точно не станем повторять в дальнейшем. Они смогли сбросить траурный груз минувших событий, и «надеть яркие одежды» волшебницы, несущей в мир радость и любовь.

Занятия курса выстроены в последовательности, позволяющей преодолевать возрастные кризисы развития при обучении. Как показывает практика, прохождение обучения именно в такой последовательности дает наилучший результат, снимает дополнительную нагрузку с женской психики, избавиться от эмоциональных травм, стать счастливой, обретя, наконец, любовь и счастье. И успешно вписать свою женскую жизнь в нормы социальной жизни.

Часто женщинами, по моему опыту ведения курса, руководит такая мысль: «Вот я обучусь тому, как стать настоящей женщиной, стану такой распрекрасной, и тогда все меня будут любить и носить на руках». Я называю такое поведение детской позицией. Приоритет отдается не искусству управления судьбой, а возможности манипулировать окружающими.

Что предполагает управление собственной жизнью? Умение различать свои слабые и сильные стороны, принимать верные решения, строить гармоничные отношения и получать удовлетворение от качества собственной жизни. Часто в процессе занятий и медитаций, когда в нас рождаются новые женские качества, приходят и грусть, и слезы, и дискомфорт.

Вместо принятия этого, дама начинает расстраиваться, разочаровывается в тренинге. Дескать, она сюда пришла, чтобы ее воодушевили, вдохновили, а из нее вытягивают негатив, который тщательно и долго скрывался даже от самой себя, в нем не хочется признаваться.

Чтобы возродить в себе женщину, придется обнажить слабые стороны, исцелить их. За «сильные» женские качества вас, милые дамы, и так любят. В ходе курса за счет медитаций быстро наблюдается положительная динамика всех участниц группы. Дочки превращаются в «Подруг» и «Любовниц», а «Пионерки» – в роковых Женщин. У милых дам меняется взгляд, становясь настолько выразительным, что «берегитесь мужчины»! Достаточно одного такого зрительного контакта, чтобы представитель сильной половины человечества потерял голову и был очарован.

Главная задача участниц – признать свое несовершенство и не отрицать его, а научиться обращать во благо себе и мужчине. Чем больше мы отрицаем тень, тем сильнее она на нас набрасывается, а потому поплакать, чтобы распрощаться с ней просто необходимо. Признание этого дает увеличение именно женской силы. Например, у женщины кривые ноги. Можно наперекор общественному мнению носить короткие юбки, демонстрируя, что «мне не важно, что вы обо мне думаете». А можно надеть длинную юбку и на замечания, что ноги кривые, отвечать, что «они – изящно изогнутые». То есть, женщина приняла свои недостатки и научилась с ними жить.

В каждой женщине есть чудо. Оно кроется в нас самих. Расслабленность – это естественное состояние души каждой настоящей женщины. Именно расслабленность, а не напряженность и подозрительность, готовность к бою. В современном мире, когда дамы занимают руководящие посты, бывает сложно расслабиться - мешает карьере и общению с подчиненными. Женщине важно уметь создать правильный баланс – обстановку, в которой и комфортно, и безопасно.

Вы обращали внимание на то, какие ощущения вызывает в вас общение с детьми или кошками? Поучитесь у кошек. Кошки – максимально гармоничные создания (именно кошки, не коты). Они женственны, поэтому вокруг них создается атмосфера расслабленности, естественности и удовольствия. Недаром говорят, что кошек и детей, нельзя переиграть – и те, и другие везде чувствуют себя комфортно и естественно, «в своей тарелке». Кошка умеет получить максимум удовлетворения, в любой ситуации расслабиться и «кайфовать». Но стоит какой-то угрозе появиться на горизонте, как кошка сразу начеку, готова к сию-секундной ответной реакции. И моментально поставит тебя на то место, где считает вы должны быть по отношению к ней.

Вот и женщина также – будучи расслабленной, как и кошка, в любой момент готова к нужным действиям, продиктованным ситуацией. При этом ни в коем случае нельзя ставить равенство между расслабленностью и пассивным ожиданием неизвестно чего. «Ленивая квашня» или «девочка в розовых очках» - это персонаж абсолютно из другой оперы.

Почему мы любим кошек? Потому что они безусловны и гармоничны, всегда готовы идти на контакт. Они не жалуется, не льют слезы и не хлопают дверьми. Представьте, что вы приходите домой, а ваша домашняя любимица начинает причитать, как ей надоело сидеть в четырех стенах, как ей не хватает ласки и заботы, как она устала от вас и т.д. Долго ли вы терпели бы такую кошку? Мы, женщины, выливаем на партнеров свое недовольство и негатив. Почему это происходит? Мы не умеем выбирать нужного партнера, с которым можно построить гармоничные, счастливые отношения. Часто выходя замуж, потому то надо и время пришло, что получаем в итоге? Раздражение, недовольство, отрицательные эмоции, полученные от «не того» партнера, которые нужно на кого-то слить.

Как поступает женщина, которая умеет управлять своей судьбой? Она внимательно, как кошка или как ребенок, которого мама научила переходить дорогу, осматривается по сторонам и выискивает кандидата, задавая себе вопрос: «Подходят ли мне такие отношения?». И может, придется какое-то время посидеть в одиночестве, зато в итоге в ее жизни появится «правильный» мужчина, с которым она обретет покой и счастье.

Женский курс «Просто Богиня» дает четкое представление о том, какие женские роли, а, следовательно, и качества характера, вы любите и принимаете в себе, а какие отвергаете? Дружите ли вы с собой или нет. Женщина на курсе вдруг отчетливо понимает, почему она не замужем? Внутри у нее многолетний конфликт: она не хочет быть домохозяйкой и проводить несколько часов в день, стоя у плиты или занимаясь только хозяйством. При слове «брак» нее возникает четкий ассоциативный ряд «замужество-кухня-кастрюли», и она понимает, что не желает этого. К такому браку она не спешит, а значит, бессознательно, не хочет замуж.

Подсознательно такая женщина отвергает и роль материнства, так как вырастить-выкормить – материнская функция. Есть такое понятие ссора с собственной силой, то есть, представительница прекрасного пола не хочет заниматься женскими обязанностями и домашними хлопотами. Мы не хотим

быть, жертвой женской судьбы, отвергаем свою силу, как в случае с архетипом богини Деметры (материнская функция).

Задача курса состоит не в том, чтобы копаться в прошлом, выискивая причины нынешних проблем, а корректировать будущее, действуя в нужном направлении. Так, если у женщины есть психологическая травма, полученная в результате действий матери, когда девочка была трех лет от роду, не нужно обнажать всю подноготную проблемы и проецировать ее на сегодняшний день. Ребенок давно вырос, и теперь это взрослая женщина за тридцать. Нужно лишь принять и перестроить ситуацию с помощью моих техник, не выворачивая всю «грязь» давно минувших лет. Это и есть задача курса.

Так, если вы не любите свое тело, то не нужно сокрушаться и ненавидеть себя за это, а глядя на отражение в зеркале научиться принимать и любить «пухлые коленочки» и «аппетитные бедрышки». Чему мы тоже учимся на курсе. Самое интересное, что неприятие своей фигуры женщина проецирует и на мужчину. Считая себя недостаточно стройной, красивой, она обращает на это внимание партнера, который на самом деле может и не замечать у подруги недостатков во внешности, просто принимая их как должное, не заикливаясь и не считая это проблемой.

Не убеждайте мужчину в своих недостатках, не указывайте на них. Ведь, как сказал один писатель, мужчина может и поверить!

Приведу примеры, какие перемены происходили с участницами нашего нашего курса? Кому-то повысили зарплату. Кто-то научился естественно и спокойно принимать помощь мужчин, причем она приходила сама собой, без просьб и напоминаний. Как говорится, позволь мужчине появиться в твоей жизни, и он не заставит себя ждать.

Архетипы в тренинге «Просто Богиня»

Порой из-за внутренних разрушительных установок мы отказываемся от женской силы, от вообще желания примерять на себя женские роли.

Главная задача курса – примирить в себе женские архетипические роли матери, дочери, жены и подруги и пр. роли, чтобы женщина стала целостной и обрела личное счастье.

Тренинг разделен на десять тем, что сделано для тщательного изучения архетипа каждой нашей внутренней роли - богини в нас и адаптации ее для успешного использования соотнесения ее с собственным поведением. После каждого занятия можно понаблюдать: какие функции и качества характера мы начинаем принимать в себе, а какие - еще нет.

Тренинг состоит из двух частей: осознание конфликта с архетипом, почему мы не принимаем его качества в себе, подробный «разбор полетов» - в чем суть конфликта. Прояснение с участницами тренинга чем им не мил данный архетип, на какой образ и качества характера того или иного архетипа они опираются. Кроме того, чтобы примирить женщину с тем или иным образом богинь, на тренинге предлагаются волшебные медитации, позволяющие вызвать архетипичный образ из глубин подсознания, мысленно пообщаться с ним и прояснить суть своего конфликта с женской ролью. После чего, как правило, образ гармонично встраивается в наше бессознательное, прекратив свое прежде разрушительное действие.

Все мы - женщины разные. И присутствующие в нас архетипы также проявляются по-разному. У одних преобладает гипертрофированная роль Богини-Матери, у других богини Коры (внутренний эмоциональный пугливый ребенок), что заставляет нас вести себя, словно ребенок, вместо проявления мудрости и понимания. Безответственная позиция ребенка, роль девочки, в которой любят находиться многие из нас, часто становится причиной ссор между мужчиной и женщиной. Например, в отношениях, когда мужчина не может парировать абсурдные, на его взгляд, доводы второй половины и уходит, пожимая плечами, женщина-ребенок начинает упрекать его в безразличии, непонимании, вместо того, стать адекватной ситуации, чтобы стать мудрой женой и разрешить конфликт наилучшим для всех образом. На самом деле причина в том, что она тотально вошла в роль дочери, капризничает, разжигая в себе обиду, истерики и пр. негативные чувства. Вместо того, чтобы устранять семейные конфликты, ведь женщина в доме отвечает за эмоциональное состояние всех членов семьи, она их разжигает. Отслеживание таких ситуаций в себе позволяет нам вовремя остановиться и стать для мужчины подругой, женой, а не капризной девочкой, требующей любви от папы. Им она стремится сделать своего мужчину.

Задачей тренинга «Просто богиня» является знакомство со своими архетипами - внутренними богинями, установление с ними контакта

посредством регулярной волшебной медитации. Женский курс основан на взаимодействии с архетипами греческих Богинь и познании женских ролей, согласно данных архетипов.

Внутреннему общению с архетипами предшествует поиск – нахождение качеств определенной богини в себе и оценка того, насколько ее функции и качества характера близки вам. Каждая богиня требует максимального внимания к себе и детального обсуждения: «Какие у нее качества? Как они проявляются в моей жизни? Что мне сделать, чтобы их принять?» Осознанию сути конфликта способствует и медитация. Она направлена на снятие внутреннего конфликта и позволяет на бессознательном уровне договориться со своим архетипом, возможность ему гармонично «прописаться» в нас. Благодарно принятый образ начинает работать на вас. Авторские управляемые медитации позволяют вам встретиться со своей богиней, пообщаться с ней, отдать свои проблемы и поделиться неудачами. На выходе из медитации, и устойчиво после нее, у женщины появляется внутренне-устойчивое ощущение наполненности, женская роль богини-архетипа становится вам близка.

Например, в одной из медитаций участницы тренинга узнают, как выбирать тот путь, который приносит наибольшую радость. В чем же заключается радость? Некоторые женщины, привыкшие быть жертвами, и могут с радостью только умереть,)) на полном «серьезе» готовятся к этому событию, считая, что оно дарует освобождение и становится началом к более светлому и счастливому будущему. Это не шутка. К сожалению, мой опыт тренингов.

Обязательным этапом после каждого погружения в себя посредством медитации и диалога с архетипами-богинями является художественное выражение ощущений, например, через рисунок. Необходимость выразить собственное душевное состояние посредством рисунка приносит облегчение и неожиданное освобождение. Не нужно рисовать картинки, только возможность передать ощущения через цвет карандаша или линию рисунка! Идти за своей рукой и карандашом, ручкой, мелками... Ощущения после медитации, изображенные на бумаге, становятся неким энергетическим слепком, который снимает внутренние конфликты, начинает работать на нас. Рисунок трансформирует внутреннюю роль богини, позволяет ее принять в себе гармонично.



Эти фото лучше всяких слов показывают результат медитации

Архетипы функционируют как органы коллективной бессознательной души и оказывают свое влияние на нас оттуда. Образы, вызванные из коллективного бессознательного, выводятся на поверхность, заряженные сильными чувствами.

Примеры архетипов:

- мать (богиня Деметра)
- дочь (богиня Кора Персефона)
- подруги, советчицы (богиня Артемида)
- обольстительница, любовница (богиня Афродита)
- жена (богиня Гера)
- мудрого стратега (богиня Афина)

- монашка (богиня Веста)
- волшебница (богиня Геката)

Об Архетипах Богинь в женском курсе «Просто Богиня»

Этот архетип позволяет женщине понять, хочет ли она быть матерью на самом деле или просто стремится быть как все, не хуже других? Вполне вероятно, она следует общей программе: у всех есть дети, наверное, и мне пора. При этом возможно самопрограммирование: надо, время пришло или уходит. И отчаяние - я не такая как все, белая ворона. И тогда поиск - чем мне скрасить свое одиночество. Чаще всего работой. Но мои непомерные амбиции по поводу мужчины, который должен быть рядом, чему в немалой мереспособствуют СМИ с их призывом к совершенству, не способствуют созданию крепкой семьи, без иллюзий. Как ребенок, я хочу верить в сказки про добрых молодцев на белых конях, и другого знать не желаю. Отчаиваясь, что время идет, а принца нет, и я по-прежнему одинока. Здесь очевидно, что в мировоззрении женщины силен архетип девочки-ребенка, верящего в сказки. И женщина никак не хочет взрослеть, даже не подозревая об этом. Вероятно, ее мама, прожив не очень счастливую жизнь в браке, желая своей дочери лучшей доли, не могла предложить ничего лучше, как мечтать о принце. Не дав при этом инструкции, как его найти, а главное – удержать? Ведь на принцев везде повышенный спрос.

Что может дать ребенку женщина, выводя его в мир, если она сама ничего не знает о мире, его правилах игры, которые не писаны, но все же есть? Субъективное понимание действительности матерью ведет к деформации психики ребенка! И потому ответственность мамы в данном случае – быть счастливой, зная «как», что открывает ребенку дверь в счастливое будущее. Часто спрашивая женщин на собеседовании, перед приходом на тренинг, что она знает о правилах игры в социуме, она отвечает отрицательно. Но при этом не спешит учиться этим правилам, надеясь, что и так все образумится. Еще одна иллюзия женщины жить в ожидании чего-то большого и светлого... теряя время. Ведь если мы сидим за рулем авто, и не знаем куда нажать, на газ или тормоз, чтобы ехать, далеко ли мы уедем? Это внешняя сторона действительности.

Хотелось бы затронуть тему и внутреннего состояния женщины. От этого во многом зависит будет ли в семье лад, много ли будет семейных конфликтов? Сможет ли, а главное захочет ли женщина поддерживать гармоничную и спокойную обстановку в доме? Часто женщина, закатывая скандал мужчине, считает, что предъявляет ему обоснованные претензии. Она не осознает, что причиной ее неудовлетворенности могут являться проблемы в отношениях с отцом. Вымещая негодование на партнере, она подсознательно вымещает обиду на родителя. Если убрать дочерне-родительские схемы поведения из отношения мужчины и женщины, останется взрослая, гармоничная, спокойная связь. Вот почему детям так важно правильное общение с родителями. Если у ребенка есть к родителям претензии, он проецирует их в окружающий мир. Например, одна из методик тренинга называется «Встреча» (с незнакомцем, маленьким ребенком). Бывали случаи, что люди испытывали дискомфорт от тактильного контакта с незнакомцем во время «Встречи», если не получали достаточно прикосновений от родителей. Настоящая близость матери с ребенком, как впрочем, и отца, возможна только в случае достаточного количества тактильного контакта в детстве. Функция матери заключается не только в своевременном приготовлении пищи, отглаживании одежды и т.д. Важнее всего то внимание, которое женщина уделяет ребенку. И если это внимание основано на искренней любви, заботе и доброте, то такой матери выросшие дети прощают и плохое настроение, и ворчание, и контроль, и многое другое. Настоящее общение, сердечная близость матери и ребенка возможны при наличии тактильного контакта. Чаще обнимайте детей, искренне любите их и говорите хорошие слова. Этим вы повышаете доверие ребенка к миру! Большая часть страхов, неуверенности в себе, нерешительности происходят именно из-за того, что ребенок недополучил тактильного контакта с матерью. Вам известно, что грудничков нужно несколько раз в день гладить по спине – от головы до копчика? Удивительный факт: те дети, которые получали в детстве достаточно подобного телесного контакта, взрослея, не испытывают проблем с лишним весом! Если женщина дает своему чаду любовь, нежность, заботу, то независимо от собственных ожиданий, когда ребенок вырастет, она получит то же самое. Если же мать не дает дочери или сыну нежности и ласки в детстве, то став взрослым, ребенок не сможет ей это вернуть, как бы матери того не хотелось! И всякие оправдания матери на тему «меня не учили любить» и жалобы, что ребенок не считается с интересами матери, не звонит ей, бессмысленны. Холод посеянный в детстве ребенка возвращается нам в

старости. В этом случае максимум, который может быть достигнут между матерью и ребенком – взаимодействие на уровне ума, то есть, дипломатичное обсуждение каких-то сторон жизни, без особых эмоций, скрытность со стороны ребенка.

У недолюбленных детей, которые не получили достаточное количество ласки и нежности в детстве, во взрослой жизни это проявится в сексуальных отношениях. Так, девушка будет хотеть много секса от мужчины, но часто не стремится к оргазму. Подсознательно ею движет тоска по прикосновениям, поглаживаниям и ласке, которых так не хватало в детстве, а вовсе не желание интимной близости как таковой. Впоследствии он или она подсознательно ищут партнера, который сможет все это дать, то есть, нужен не человек, как таковой, а папа или мама, чтобы компенсировал дефицит любви (у женщин нехватка родительской ласки может стать причиной необходимости длительных сексуальных прелюдий или фригидности). И, наоборот, у девочки, которая получала достаточное количество тактильных проявлений любви от родителей, потребность в сексе будет стандартной.

Что происходит, когда женщина, не решившая внутренний конфликт «папа-дочка», начинает искать мужчину? Она создает образ идеального партнера и начинает всех примерять под обусловленные изначально критерии. Тот, кто подойдет под описание, рискует стать участником межличностной драмы «папа-дочка», а это капризы, упреки, выяснения в адрес мужчины и жалобы подругам на то, что «он не то сделал, не туда приехал, не то купил, об этом забыл» и т.д. У таких отношений нет будущего.

Каждая женщина мечтает о близости, причем имеется ввиду не только физическая, сексуальная близость, хотя это и важно, а иная форма взаимодействия, на более глубоком уровне. Обратите внимание: если вам мало физической близости, значит, нужно работать с телом.

Еще один нюанс: случается, что родители отталкивают ребенка в младшем возрасте, ссылаясь на занятость и проблемы. В этом случае, повзрослевший малыш может так же вести себя с партнером по браку. Отсюда – проблемы межполовых отношений.

Основная задача тренинга «Просто Богиня» – указать вектор, в направлении которого нужно работать над собой, что позволит снять претензии к партнеру в браке, претензии, унаследованные из детства. Пройдя данный

тренинг, Вы перестанете искать во второй половинке «родителя» и неосознанно требовать компенсации недополученной материнской любви.

Тренинг позволит увидеть типичные ошибки, совершаемые нами по жизни. Он с легкостью даст ответы на частые женские вопросы относительно отношений с мужчиной из серии «лягу-не лягу» и «как взять». Имеется ввиду, как взять от отношений максимум пользы и удовлетворения.

Предназначение женщины – любить. Любить партнера – это значит отбросить дочерне-родительские отношения, увидеть в нем личность со своими ценностями и интересами. А это – увлекательный процесс, когда от отношений ничего не требуешь, а просто ими живешь! Отсутствие претензий и ожиданий от мужчины – залог счастливого будущего пары. При выборе партнера не нужно отвечать на вопрос «буду-не буду», то есть, что мужчина может дать. Есть ли будущее у отношений? ДЛЯ ЧЕГО они нужны вам? Хороший пример – сериал «Секс в большом городе».

Героиня многое пережила, пока не вышла за Мужчину своей мечты. Был такой момент, когда она поняла, что их отношения зашли в тупик. Тогда они приняли решение, чтобы остаться друзьями, в то время, как многие пары навсегда теряют связь друг с другом. Героиня ответила себе на вопрос «Для чего мне нужны отношения с ним?» Для того, чтобы мужчина оставался в ее жизни, несмотря на то, что очень тяжело быть с ним в других отношениях.

В отношения нужно вступать с желанием создавать отношения, а не с претензиями и ожиданиями. Маленькие женские хитрости можно применять по факту, но не для того, чтобы добиться от мужчины заранее намеченной цели, подстроить его под собственные ожидания, сделать таким, как рисует воображение.

Что значит выражение «увидеть в мужчине бога»? Это значит, принять тот факт, что именно этот человек послан вам судьбой на данном этапе жизни (а может, и до конца ее), именно этот урок бог хочет вам преподать. Соответственно, женщина может выбрать: следовать за мужчиной, как за богом, либо же начать «строить» его под себя, принимать решения, диктовать правила, что делает мужчину неполноценным. Когда женщина отказывается естественным путем от претензий, решает «родительскую проблему», она преображается, и мужчина не может поверить своему счастью!

В обществе потребления отношения строятся по принципу «что взять?», и это проецируется на взаимоотношения мужчины и женщины. Принцип подобен детской игре в стеклышки: «я дам тебе зеленое, а какое ты мне дашь?». Но если вы намерены строить отношения, основанные на «что я могу дать мужчине?», то вопрос о том, что же он даст в ответ, становится неуместен – он задается с позиции «что взять?».

Некоторые женщины так прочно срослись с ролью матери, что играют ее везде: и в отношениях с детьми, и в отношениях с любимым мужчиной. Они делают акцент на заботе – кормят, стирают, ухаживают, а при этом могут давать поручения. Сюжет сходен с картиной, когда мать кормит малыша манной кашкой и приговаривает: «за маму, за папу, за бабушку», только в случае с мужчиной речь идет о наставлениях.

В мужчине нужно видеть бога, а не дитя. Если женщина проецирует себя как мать, то отношения обречены! С мужчиной нужно общаться на равных, давая дружеский посыл. Ни о какой жалости и речи быть не может. Гипертрофированная роль матери – это путь в никуда. У таких отношений нет нормального будущего.

Интересный момент: играя роль матери, женщина может привлекать мужчин-детей, которые сами по себе беспомощные и нуждаются в заботе, которые во второй половинке видят мать, а не партнершу. Возможно, какую-то даму это и устроит, если ей нужен мужчина, которым можно управлять и диктовать свои условия. Но нормальными такие отношения назвать сложно.

В обществе бытует мнение, что сильные мужчины выбирают слабых женщин, но это – не более чем иллюзия! Почему сильный мужчина не может выбрать слабую женщину? А потому, что он априори настроен на отношения на равных, что соответствует качественно новому уровню межличностного сознания.

Случается, что женщина, мечтающая о конкретном мужчине, понятия не имеет о том, что он из себя представляет. Пример: одна из участниц тренинга хотела замуж за олигарха, желая заключить престижный брак. Но когда была проведена игра «Один день из жизни супруги миллиардера», выяснилось, что девушка понятия не имеет о том, как будет выглядеть этот самый день. То есть, налицо внутренний конфликт: «хочу того, не знаю сама чего». Нельзя мечтать о статусном муже, не имея представления о том, что подразумевает собой статус. Дело в том, что даже если мольбы будут услышаны, и олигарх

вдруг появится на горизонте, новая жизненная ситуация станет максимально некомфортной, потому что девушка просто не готова к ней морально!

Важный момент: если вы хотите быть счастливы в браке, пару нужно выбирать по себе. Это касается и материального положения. Верите ли вы в то, что женщина из неблагополучной семьи может попасть в дом, где всю работу выполняет прислуга? Возможно, в литературе такие примеры встречались, но в реальной жизни ситуация выглядит негармонично, в ней мало счастья.

Одна из причин того, что женщина не чувствует радости в отношениях, теряет себя – низкая самооценка. Она побуждает представительницу прекрасного пола идти на уступки, терпеть обиды, если мужчина имеет значение в ее жизни, а также высказывать претензии и жалобы. Она может перейти в роль дочери, сделав партнера папой. В контексте равных отношений, если мужчина настроен именно на такое взаимодействие, такая женщина выглядит неуместно.

Спокойствие – это большая внутренняя сила. Мудрая женщина передает эту гармонию своему ребенку, который становится осознанным и объективным, не ищет лишних поводов для создания драм и доверяет миру. Но есть и обратные ситуации. Тревожные, неуверенные в себе женщины, эти же качества передают ребенку. В любом обществе такой человек будет чувствовать боязнь и опасность.

Есть разные категории любви к мужчине: материнская, дочерняя, сестринская, монашеская, дружеская, страстная. В каждом из случаев женщина играет соответствующую роль, и мужчина отвечает ожиданиям партнерши. То есть, глупо надеяться, что вы получите пылкого любовника, если ваша любовь к мужчине носит материнский характер. А если ваша вторая половинка для вас воплощает отца, то ожидайте дочернего к себе отношения.

Иногда материнская любовь мужчине нужна. Это касается ситуаций, когда он ослаб физически и морально и для восстановления сил требуется женская забота и внимание. Но на этом сфера исполнения данной роли в межполовых отношениях ограничивается!

Существуют уникальные ситуации, когда родители занимают положение детей и играют их эмоциональные роли. Это чревато тем, что они постоянно

встают поперек дороги своих чад, мешая устройству личной жизни. Если построить ряд силы предков – от прабабушек к потомкам, то нарушение потомственных ролей можно проиллюстрировать, как исчезновение опоры позади (матери) и возникновение препятствия впереди (новоявленной дочери, которой требуется забота). Явление называется «эмоциональным инцестом» и прорабатывается в особом порядке, индивидуально.

Каждому человеку, независимо от возраста, требуется сила и мудрость предков, их жизненный опыт. Мать может передать свою силу посредством поддержки и теплых слов о том, что ее ребенок самый-самый. Это помогает сыну или дочери уверенно идти по жизни и успешно строить личные отношения.

И не думайте, что избалуете ребенка комплиментами и теплыми словами. Гораздо хуже, если чадо недополучит материнскую ласку и тепло. Если посмотреть вокруг, то можно увидеть, что все бизнесвумен – это на самом деле недолюбленные девочки, которые стремятся получить любовь уже у мира, компенсируя дефицит материнского внимания. Аналогичное касается артистов – их яркий стиль, эпатаж, постоянное желание быть на виду является ничем иным, как привлечение внимания матери.

Кур помогает вам осознать внутренние проблемы, увидеть ошибки поведения, стать взрослее, взять на себя ответственность за женскую самореализацию и возможность осознать все женские роли и перестать играть только 1-2 роли (дочки или матери), выйти на самоподдержку.

Со стороны вам может казаться, что это крайне сложно, но на практике процесс познания себя женщиной становится невероятно вдохновляющим и приятным. Если вы сделаете это своим образом жизни, неожиданно люди начнут тянуться к вам, признавая вас интересной и притягательной.

О Школе Самореализации Натальи Рудь

В эпоху глобализма перед обществом и человеком встает целый комплекс проблем, а не одна-две, как прежде. Несмотря на высокую информированность общества и многообразие информации психологического характера, задачи развития личности решаются не столь эффективно, как того требует время. Мы не успеваем обработать большое количество информации, чтобы адекватно ее применять. Человечество хочет успеть одновременно в нескольких сферах своей деятельности: работе, любви, семейной жизни, воспитании детей, преодолении сложностей, и жизнь ставит перед нами задачи, требующие определенных навыков. Парадокс заключается в том, что уровень благосостояния и удобств растет, а вместе с ним увеличивается количество депрессий и неврозов, катастрофически растет количество суицидов и немотивированной агрессии у детей. Недовольство, раздражение и злость стали нормой жизни. Необходимость иного мировоззрения и воспитания человека новой формации востребована нынешним временем.

Предлагаемая академической психологией информация о формировании целостной личности сегодня недостаточно структурирована, и как правило, разобщена, не целостна, что ставит перед психологией абсолютно новые задачи и требует иного подхода. Духовный кризис современного человека заключается в деформации личности. Не секрет, что психология, будучи академической наукой, и больше внимания уделяет отклонению в развитии личности, нежели формированию внутренне-целостной личности. Это ставит человека в один ряд с нездоровыми людьми и не способствует популяризации современной психологии в России. На предложение обратиться к психологу, мы часто слышим: «Я здоров!»

Человеку не хватает элементарных знаний о навыках эффективного поведения в социуме, дающего навык самоподдержки. Пробелы и ошибки детского воспитания тормозят личностное становление человека. Детский комплекс сформированных негативных установок влияет на выбор жизненной позиции и замедляет процесс самореализации. Остановка человека в личностном развитии оставляет его на уровне выживания в собственной жизни, делает из него жертву, «жалобщика» на жизнь и на обстоятельства, с которыми он не справляется.

Наше неграмотность в вопросах психологии, не дает возможности правильно выбрать для себя специалиста. Консультирующие психотерапевты обычно не занимаются жизненными ценностями или смыслом бытия, поиском смысла жизни. Это другая область психологии.

Терапевтическая психология (психотерапия) — это, главным образом, процесс выработки понимания, интеграции несовместимых элементов личности и помощи клиенту в использовании им своего здравого смысла, адекватности поведения. И если человек хочет получить ответ на вопрос, который его волнует, ему стоит обратиться к психологу-консультанту, но не психотерапевту.

При академическом подходе для улучшения качества жизни требуются годы работы. За основу работы с клиентом берется какой-либо один аспект личности (деятельность, мотивация, чувства и т.п.) и прорабатывается в комфортном для человека режиме.

Люди же сегодня остро нуждаются в получении навыков преодоления стрессов, адекватном предъявлении себя в социуме, где им необходимо стать быть успешными в быстро меняющемся мире, а им предлагается собрать себя воедино. Конфликт не совпадающего запроса заставляет человека переходить от одного терапевта к другому, а ему просто нужен другой психолог-специалист. Консультант, а не психотерапевт.

Это и заставило меня создать методику системного развития личности, что является моей дипломной работой. МГУ, 2005 г. По диплому я психолог – консультант. Благодаря моему системному методу человек овладевает навыками самореализации, легко строит разного уровня отношения: любовные, семейные, профессиональные.

Программы системного развития человека сегодня в большом дефиците. И данный подход в психологии еще мало изучен. И тем не менее, именно он помогает обычным людям, стремящимся к улучшению качества своей жизни, закрыть пробелы воспитания и дает практические навыки управления собственной жизнью.

В связи с назревшей необходимостью Школа Самореализации Натальи Рудь предлагает обучение по авторской методике, где во главу угла ставится

личность с ее многочисленными жизненными задачами, самореализации и поиску своего места в жизни.

В процессе обучения человек учится осознавать себя (кто я?), свое тождество (какой я?), знакомится со своими эмоциями, учится строить успешные отношения с окружающими, в семье, социуме и т.п. Благодаря обучающим программам Школы Натальи Рудь в безопасных условиях и удобных условиях, человек имеет возможность, изучая себя, нарабатывать конкретные навыки социальной реализации, которые помогают ему управлять своей жизнью, согласно своим потребностям.

Сегодня Школа Натальи Рудь проводит многочисленные занятия навыкам самореализации, которые помогают эффективно реализовать себя в повседневной жизни. Сюда входят такие курсы как:

Измени жизнь с Натальей Рудь (курс навыков, которые помогают научиться управлять своей жизнью, стать успешными во всех значимых областях жизни: отношениях, любви, семье, бизнесе и многому другому)

Женский курс «Просто Богиня» (Как стать счастливой женщиной) (курс полезен тем, кто хочет улучшить отношения с женщиной, мужем, обрести любовь и семью, тем кто любит медитировать и рисовать)

Помогу открыть свое дело (ознакомительный курс поможет тем, кто собирается открыть свое дело, и не знает, с чего начать, поможет снизить риски и увеличить доходы вдвое и более)

**Подробнее о занятиях и курсах Школе вы сможете узнать,
подписавшись на мою рассылку.**

