



Серафима Мира

**РАЗБУДИ
ЭНЕРГИЮ
ЖЕНСТВЕННОСТИ!**

Вспомни себя истинную

#PsychologyKnowHow



Серафима Мира
Разбуди Энергию
женственности!
Вспомни себя истинную
Серия «#Psychology#KnowHow»

indd предоставлен правообладателем
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=40050728
Серафима Мира Разбуди Энергию женственности! Вспомни себя
истинную:
ISBN 978-5-17-111716-0

Аннотация

Каждой женщине дается достаточное количество энергии, чтобы быть счастливой и наполнить мир любовью, ведь в этом ее предназначение. И энергии этой очень, очень много! Столько, что хватит и на любовь, и на детей, любимое занятие, дом. Исполнить можно почти любое желание. Почему же не все женщины счастливы и успешны? Почему вокруг много одиноких, страдающих, недовольных собой, живущих со страхом и душевной болью? Психолог, эксперт по раскрытию женственности, автор множества тренингов, создатель первого блога о женственности в Instagram Серафима Мира знает ответ на этот очень непростой вопрос. Она объяснит вам, что делать,

укажет путь, который исправит ситуацию. В этой книге – уникальные практики, которые помогут увидеть истинную себя, избавиться от разрушительных женских программ и застарелых обид, понять, что вы действительно хотите, и исполнить желания. Вы узнаете, как раскрыть в себе женственность и развить Женскую Силу, проработать родовые сценарии и обрести силу рода. Сотни восторженных отзывов доказывают, что практики эти работают! В чьей-то жизни уже произошло чудо, кто-то уже разглядел себя за злыми словами внутреннего критика, почувствовал: «Я – женщина, совершенная, счастливая, такая, какой всегда хотела быть!»

Содержание

От автора	8
Глава 1	13
О женском предназначении	14
Почему же нам так важно любить себя?	16
Чем любовь к себе отличается от эгоизма?	20
Фокус внимания,	23
Женщина – это пространство	25
Эпоха возрождения женственности	27
Глава 2	31
Глава 2. Разрушительные женские программы	32
Конец ознакомительного фрагмента.	37

Серафима Мира Разбуди Энергию женственности!

Вспомни себя истинную

Серия «Psychology#KnowHow»

© Серафима Мира, 2018

© Shutterstock / GN, Irina_QQQ, onot, хамуак, иллюстрации, 2018

© ООО «Издательство АСТ», 2019

*** * ***

Восторг!

Я была на тренинге, и я восторге! Теперь хочется жить и кайфовать!

Это урок Любви!

Я бесконечно благодарна за тот Урок ЛЮБВИ,

который мы получили на тренинге! Это новый импульс для работы над собой, и я думаю, такой импульс нужен каждой женщине, чтобы вновь посмотреть со стороны на себя, увидеть по-новому своего спутника и, наконец, испытывать счастье и любовь независимо от внешних обстоятельств! Мы все пришли в этот мир учиться любить!

Все оказалось просто!

Серафима, огромное спасибо за мудрость! Я УЖЕ многое изменила в своей жизни! И вижу положительный результат! Оказалось все намного проще в жизни, надо всего лишь слышать и чувствовать себя, дарить позитивные моменты себе и окружающим прямо сейчас, жить «здесь и сейчас». Столь очевидные и простые вещи, но как круто они меняют жизнь!

Я нашла Учителя!

Я долго искала Учителя, который поможет расставить все на свои места. И вот Вселенная услышала меня. Это то, что нужно для нас, женщин, то, чего не хватает нам в жизни.

Новая я!

Мы погрузились в настоящее колдовство, в мир таинственный и захватывающий! Ощущения невероятно сложно выразить словами. Но во мне теперь есть знания, я чувствую, как бьется сердце, как текут энергии в моем теле. Здравствуй, новая я!

От автора

Ночь, половина второго, я лежу в большом доме и смотрю на ютубе очередную лекцию, рядом в кроватке сопит восьмимесячный сын. Я убавляю яркость экрана – ребенок ворочается, и я не хочу разбудить его ярким светом.

А сама запоем смотрю новую лекцию, мне она важна, как воздух...

Я вспоминаю этот переломный период в своей жизни, и сердце сжимается от грусти и радостного предвкушения одновременно!

Весь мой путь в психологию, женственность и самопознание начался тогда, когда я была глубоко беременна. Знакомые девушки посоветовали мне сходить на «йогу для пузатиков», где как бы йога, но не совсем – там больше не про тело рассказывали, а как Душу и внутреннее состояние подготовить к рождению малыша. Я пошла, ничего особенно не ожидая. И попала к необычной женщине, которая сказала мне: «Можно я положу ручки тебе на живот, познакомлюсь с малышом?» – «Да, конечно, можно, знакомьтесь, пожалуйста, с нами!»

Она держала руки на животе, улыбалась, потом посмотрела мне пристально в глаза и сказала: «Что у тебя там с мужем происходит? У тебя столько обиды в животе! Твой ребенок уже хочет выйти, а сейчас очень рано». (Срок был около 30

недель.) Я разрыдалась, потому что на тот момент у меня действительно не пойми что с мужем творилось. И тогда она мне сказала: «Не плачь, все будет хорошо, думай о себе и малыше, и с мужем все будет хорошо. Сама же все и наладишь, а потом еще и другим женщинам помогать будешь, и свои знания дальше передавать» – ... Эммм... Что?? Мне б самой кто помог! Я такая маленькая, у меня такое большое пузико, и мне так страшно... ХЭЛП МИ КТО-НИБУДЬ!

Тогда-то все и началось, я очень хорошо помню этот день! Уходя от своей волшебной «йогини», я купила себе и сыну в животике мороженое и твердо решила во что бы то ни стало взять себя в руки и работать над собой ради ребенка. Вот рожу, и тогда увидим, что будет!

А потом как завертелось! Я каждый день читала книги по саморазвитию, эзотерике, работе с подсознанием, увлеклась классической психологией. А потом с головой погрузилась в тему женственности – оказалось, что всерьез и надолго.

Меня всегда волновала эта тема, еще со школы чувствовала в себе что-то особенное, чего нет у других. Мне хотелось каждой девушке помочь, поддержать, защитить. И, скажу без ложной скромности, меня уважали в любой социальной среде и прислушивались к моему мнению.

Чем взрослее я становилась, тем сильнее проявлялись во мне некие чары, которыми я неосознанно пользовалась. Сила слова, взгляд, манера поведения, красота – все это очень влияло на окружающих, особенно на мужчин.

Но только после рождения ребенка я почувствовала, что нашла то дело, которым могу заниматься каждый день и даже ночь! Всю жизнь!

Каждые два месяца я посещала женские тренинги – сначала в России, потом и в Европе. Я кайфовала от всего, меня просто распирало – как муж мою бешеную энергетику тогда выдерживал, я до сих пор не знаю.

Со мной всегда были мои наставницы, они бережно вели меня и направляли, мои любимые, прекрасные, чувственные, необыкновенные, неземные мудрые женщины. Они делились со мной уникальными и ценнейшими знаниями о Женском Пути, как с сестрой, подругой и родной Душой... Мы с ним абсолютно точно где-то раньше на небесах пересекались и не раз, я точно знаю.

Именно такой формат я и выбрала при нашем с вами взаимодействии: я далеко не гуру и не супермегаэксперт, я обычная земная женщина (такая глупыха до сих пор бываю – сама себе удивляюсь), которая совершала те же ошибки, что и вы, которая наступила на все грабли, которые только можно представить, которая знает чуточку больше, чем вы (а вы, в свою очередь, знаете чуточку больше, чем я), которая всем сердцем чувствует каждую женскую Душу и восхищается ее красотой и уникальностью!

Сейчас я ощущаю себя стопроцентной женщиной – ни больше ни меньше. Я женщина – от кончиков волос до ноготка на мизинчике ноги. И каждый день я наслаждаюсь этим

ощущением. Еще больше радости мне доставляет возможность передать эти знания другим женщинам формате книги!

Работа над этой книгой для меня – очень важный жизненный этап передачи знаний, поэтому я выбрала формат, позволяющий совместить теорию и практику, и предлагаю вам работать вместе прямо здесь, на страницах этой книги-тренинга. Я возьму вас за руку и буду бережно сопровождать на важных этапах, которые помогут вам раскрыть свое сердце, наполнить его любовью и почувствовать себя настоящей женщиной!

А сейчас я предлагаю вам подписать Соглашение! (Да-да, вы не ослышались, именно соглашение! Оно поможет и вам, и мне настроиться на эффективную работу и не даст свернуть с выбранного пути!)

СОГЛАШЕНИЕ

ВАЖНЫЕ ПРАВИЛА, КОТОРЫЕ ВЫ ПРИНИМАЕТЕ ДЛЯ СЕБЯ ПО УМОЛЧАНИЮ ПЕРЕД ПРОЧТЕНИЕМ КНИГИ

1. Быть честной самой с собой. Честность перед собой – ключи от РАЯ. «РА» – это бог Солнца,

божественная частица, а это значит, что честность перед собой – это ключ к божественной силе, сокрытой в каждой из нас! Я прошу вас быть предельно честной самой с собой, это очень важно! Вы можете соврать мне, мужу, родителям, детям, но только не самой себе. Когда вы будете честно работать и выполнять задания, прежде всего для самой себя, тогда точно будет результат!

2. Уделять минимум полчаса в день для себя и выполнять в это время понравившиеся задания.

3. Закон ведающей женщины – все возвращается в трехкратном размере. Ты – часть мира, а мир – часть тебя. Делая кому-то плохо, ты делаешь плохо прежде всего самой себе. Все, что мы отдаем, нам возвращается – и плохое, и хорошее.

4. Обращаем внимание на все прекрасное, что вас окружает.

5. Учимся волшебному качеству благодарности!

Если вы примете эти правила и начнете применять практики, которые я описываю в книге, то ваша жизнь преобразится невероятным образом и вы почувствуете внутри себя новые энергии – мягкие, текучие, женственные, источающие любовь.

Глава 1

Любовь к себе



О женском предназначении

Я восхищаюсь женщинами! Каждая из нас уникальна и неповторима, особенна и многогранна, каждая – ценный бриллиант, сверкающий яркой индивидуальностью, поэтому я не очень люблю обобщать все то, что касается женщин. Я уверена, что каждая из нас – *vip*-экземпляр ручной работы. Но все же одна общая «встроенная» функция в нас есть.

Представьте, что внутри каждой женщины скрыт невидимый орган – энергетический генератор. Генератор любви. И каждая женщина на планете излучает эту самую любовь – кто-то больше, кто-то меньше, кто-то осознанно, кто-то нет. Результаты этого излучения самые прекрасные: дети, вдохновленные мужчины, победы воинов, прекрасные предметы искусства, мировые достижения и так далее. Если вдруг в один момент этот прибор внутри нас выключится и перестанет воспроизводить любовь, то жизнь на планете постепенно остановится. Потому что только женщина способна творить это волшебство, никто более не способен.

Уровни воспроизведения любви

Есть три уровня воспроизведения любви:

- полюбить себя и навести порядок в своем внутреннем мире (именно об этом мы будем говорить

в книге);

- затем напитать любовью и нежностью свою семью и близких – мужа, детей, родителей, создать атмосферу спокойствия для своих любимых людей;

- гармонизировать психоэмоциональный фон на планете Земля. То есть при условии гармоничного развития на первых двух уровнях женщина может свободно дарить любовь миру – хобби, любимой работе, заниматься общественной деятельностью. Именно поэтому нам так важно принять и полюбить себя, окутать близких любовью, без этого не будет дельнейшего роста и развития.

Самое главное – понять, что дать себе любовь можем только мы сами. Это основной, базовый пункт; если внутри пустота, то и поделиться мы сможем только пустотой!

Почему же нам так важно любить себя?

Любовь как сад

Представьте, что ваша любовь к себе – это сад. И вы сами еще толком не понимаете ничего про себя и свой сад, про его ландшафт. Вы не уверены в типе почвы, не знаете, какой полив вам нужен, какое освещение, какие удобрения, и ждете, что придет садовник и наведет порядок и красоту. А этот садовник приходит, и весь сад засыхает, потому что он тоже не знает, насколько сильно нужна саду влага, или, наоборот, все загнивает, потому что горе-садовник только и делает, что поливает и поливает почву, или вдруг появляются насекомые-вредители, которые уничтожают весь урожай. И сад плачет, гибнет, а садовник ничего не может сделать. Наша задача – своими силами навести порядок в своем саду, изучить почву, интенсивность полива, улучшить ландшафт, посадить новые растения, культивировать их рост, уничтожить всех вредителей и давать достаточно солнечного света. Тогда и садовнику мы без труда сможем рассказать, как ухаживать за садом, и вместе улучшим его. Понимаете метафору?

Сделать себя счастливыми можем только мы сами, мужчи-

на нам в этом не поможет, и ребенок тоже. Это наша основная задача – осчастливить себя и показать мужчине и всему миру, как это сделать.

Чаще всего, вступая в отношения, мы хотим получить от партнера ту любовь, которую нам недодали в детстве родители. Парадокс в том, что партнер приходит за тем же самым. В итоге каждый партнер «трясет» другого и требует то, чего у самого нет. Мы хотим от мужчины заботы, мужественности, ответственности, заработка, то есть хотим видеть достойного мужчину рядом. А он в свою очередь выдвигает определенные требования к нам. И получается, что травмированная девочка хочет, чтобы ее партнер стал настоящим мужчиной (а как, если рядом с ним маленькая девочка?), а такой же травмированный мальчик хочет, чтобы она превратилась в женщину... И получается конфликт.

Если вы пытаетесь найти что-то в другом человеке, то будете искать это вечно, пока не догадаетесь обратиться к самой себе. Когда вы перестаете искать удовольствие, радость, счастье в другом – вы найдете это в себе. Начинайте всегда с себя, не ждите, что партнер изменится, сделайте первый шаг, вы ему тоже во многом поможете таким поступком. Этому мы и будем учиться на страницах книги-тренинга.

Родом из детства

Знаете, в психологии считается, что мы все с вами трав-

мированные дети. Нам всем когда-то недодали в детстве той любви, заботы и нежности, которая нам была нужна. И если в отношения вступает человек, которому было недостаточно родительской любви, то эти отношения будут обречены на страдание. Если чего-то важного и существенного в процессе взросления ребенок не получил, то этот голод он будет пытаться восполнить в своих отношениях с партнером. А как ведет себя голодный человек? Да он набросится на любую еду, которая будет рядом. Так же происходит и в отношениях – мы «накидываемся» от голода на любого более или менее адекватного мужчину и терпим от него все, что он вытворяет, довольствуясь хоть тем, что есть. Так возникают зависимые отношения, которые, как правило, бывают очень болезненны. И мы, гонимые чувством голода, будем терпеть все выходки и издевательства, потому что это базовое чувство будет притуплять все остальные. И мы будем ждать любви от партнера, так как нам кажется, что именно он даст нам то, чего так не хватает.

«Голодный» человек будет находиться в иллюзиях, словно в тумане, думая, что так и должно быть. А неоформленные мысли и смутные ощущения, что что-то идет не так, будет попросту гнать от себя. В таком состоянии жить очень сложно, а детей растить практически невозможно!

Лишь когда вы изучите свой сад, прорыхлите все грядочки и позаботитесь о растениях, приложите силы для ухода, будет возможен плодородный урожай под чутким наблюдением.

нием заботливого садовника.

Чем любовь к себе отличается от эгоизма?

В нашем обществе любить себя не принято. Нет такой культуры. В Советском Союзе вообще все жили и трудились на благо страны, личность терялась.

Многие из нас ошибочно считают, что любить себя – это стыдно, страшно, что это удел избалованных женщин, которые только о себе и думают.

Но я убеждена: любить себя – это самое важное, чему мы должны научиться, и именно этот дар стоит передать детям, и лучше всего сделать это на своем примере.

Эгоист – это человек, притормозивший в своем психическом развитии на уровне трехлетнего ребенка, который ощущает себя центром Вселенной и не может отдавать, потому что просто не умеет, вследствие какой-то личной травмы.

Женщина по природе своей не может только принимать, она рано или поздно начнет отдавать – так уж мы устроены.

Мы принимаем любовь и накапливаем ее в себе, чтобы потом поделиться с близкими людьми. Поэтому, чем больше вы напитываете себя, тем приятнее и комфортное будет вашим родным, потому что они всю сладость от вас и получают.

Сосуд любви

Предлагаю вам сделать первую практику и посмотреть, насколько сейчас наполнен ваш внутренний сосуд с любовью.

Эта практика поможет вам продиагностировать текущее состояние и узнать, как можно восполнить недостаток любви, если ее мало.

Представьте, что в вашей Душе есть сосуд, который наполнен важнейшим содержимым – любовью к себе. Посмотрите и скажите, насколько он у вас наполнен? На пятьдесят, на сто, на семьдесят процентов, на сколько? Как по ощущениям? Прислушайтесь к себе и запишите цифру, которая интуитивно придет.

Если не получается оценить в цифрах, то как вы чувствуете, есть ли переизбыток?

Обычно, когда любви много, это ощущение сложно с чем-то перепутать.

Теперь закройте глаза, положите обе руки в область сердца и обратитесь к своей Душе, к своему внутреннему Я и произнесите про себя такие слова:

«Дорогая моя Душа! Я тебя слышу! Я тебя чувствую! Ты есть я! Скажи мне, как я могу восполнить недостающий процент любви? Что я могу сделать для тебя, для себя? Какие действия мне нужно совершить, чтобы я могла наполнить свой драгоценный сосуд самым важным содержимым?»

Посидите так какое-то время, прислушайтесь к себе и запишите, какая информация придет. У вас могут возникнуть какие-то картинки, образы, мелькать мысли или вы можете видеть слова – у всех это происходит по-разному. Но какая-то информация точно придет, услышьте ее. И, конечно, все это надо обязательно воплощать в жизнь!

Поверьте, все ответы уже есть внутри нас, нужно лишь позволить себе их вспомнить и, минуя критику разума, услышать, что же хочет сказать Душа! Такой контакт с собой очень важен, просто бесценен! Это такая радость и легкость, слышать подсказки внутри себя и знать, что ты можешь все! Обещаю, мы с вами этому научимся!

Фокус внимания, или Что вы поливаете в своей жизни?

Есть важное качество, которое помогает активировать поток любви и наладить бесперебойную работу чудо-генератора, – женское умение видеть лучшее во всем. Об этом мало кто знает, но как только ты начинаешь воспроизводить любовь от чистого сердца, то это качество сразу же активируется.

Видеть лучшее в людях, в изменчивых настроениях природы, в окружающей действительности. Что женщина тщательно удобряет и поливает своим вниманием, то и будет расти в ее огороде = жизни. Если она замечает только то, что «все плохо, денег мало, муж козел, я устала, все надоело», то так оно и будет. А если она выберет любовь, умение замечать плюсы в любой ситуации, всегда, то она обречена на счастье. Далеко ходить не надо, важно суметь увидеть лучшее в своем любимом мужчине, близких людях и постоянно свое внимание фокусировать на этих качествах. Есть такая поговорка: «Мудрая женщина добавляет сахар во все, что говорит сама, и убирает соль из всего, что говорит ее мужчина». Высший пилотаж мудрости – это суметь увидеть хорошее даже в самой печальной, на первый взгляд, ситуации. Например: произошла авария, казалось бы, вот незадача, влипла так влипла, как не вовремя, машину жалко и т. д. Но откуда

вы знаете, что могло бы произойти, если бы не произошло этого ДТП??

Все уроки в жизни даются нам неспроста, и чем сложнее урок, тем важнее женщине увидеть в нем точку роста, взлетную площадку, перевести ситуацию из минуса в плюс и помочь другим увидеть радужные перспективы.

Женщина, которая ежедневно воспроизводит любовь, непременно будет счастлива! В ее сердце, наполненном любовью, не будет места страхам и сожалениям, потому что они не уживаются с любовью.

Женщина – это пространство

Милые мои читательницы, мы с вами хозяйки домашнего очага, Королевы внутреннего мира семьи, создательницы и «творительницы» пространства. Мы ответственны за внутреннее наполнение мира, в котором живем. И только от нас зависит атмосфера внутри нашего дома, внутри нашей семьи. Мужчина же, наоборот, несет ответственность за проявление во внешнем мире. Он – вектор в нашем пространстве, и именно в нем он прокладывает свой путь. Наша задача – ткать невидимое полотно домашней атмосферы.

Все, что есть в нашей Душе, будет отражаться во внешнем мире. Какое пространство вы создаете? Чем оно наполнено? Это очень важно, потому что в вашем пространстве живете не только вы, но и ваш мужчина, ваши дети, домашние животные, растения. Та женщина, которая умеет создавать вокруг себя процветающее пространство, сможет создать его везде: и дома, и на работе, и даже в толкучке в автобусе. Недавно, стоя в очереди в банке, я наблюдала такую картину: одна женщина орала на ребенка, сетуя на то, что она и так опаздывает, и достала ее уже эта бюрократия, а другая молча помогла бабушке бланк заполнить – эта бабушка на кассе возилась и стала причиной «пробки». Глядя на женщину-помощницу, как-то сразу теплее на Душе стало, светлее, и не так мутно оказалось в очереди стоять – я увлеклась

наблюдением и попала в ее дружелюбное пространство. Есть люди, несущие свет, я их очень хорошо чувствую.

Но прежде чем налаживать пространство вовне, важна внутренняя наполненность и гармония – без них никуда. Мы, женщины, можем ничего не говорить и просто улыбаться, но если внутри нас кипит злоба, обиды, ненависть – то люди, живущие в нашем пространстве, обязательно это почувствуют и каким-то образом проявят: грубым словом, печалью, болезнью, неудачей...

Именно поэтому так важно заняться «уборкой» своего внутреннего мира. Мы с вами будем наводить порядок в вашем пространстве!

Эпоха возрождения женственности

Думаю, многие из вас чувствуют, что наше с вами пространство сильно изменилось за последние годы.

Мы прошли через важный переход в декабре 2012 года, когда сменилась энергия планеты, произошел мощный скачок, настала эра Водолея. И это особое время – волшебное и светлое, это период рассвета, галактического утра. Разве это не прекрасно?

Женщины, как особо чувствительные создания, не могли этого не заметить. Знаю и вижу, что многие ищут себя, свою миссию. Они чувствуют огромную силу внутри, но не понимают, как ее воплотить. Я сама только начинаю нащупывать, что и как нужно делать, ведь я просто Женщина, очень чувствительная женщина.

Жить в согласии с планетой

Примите эти пункты как важные для следования принципы, и вы будете жить в унисон с планетой! А это сейчас, с наступлением новой космической эры, просто жизненно необходимо!

Итак, что происходит сейчас?

- Все старые концепции рушатся, семьи сейчас нестандартные, способы заработка – тоже. У моей

мамы, например, волосы дыбом встают от того, что я не работаю в классическом ее понимании, в офисе, что муж у меня в Москве, а не рядом, разногласия в воспитании ребенка иногда очень сильны, но мама мудрая, она молча наблюдает. Старые модели жизни, которые работали пятьдесят лет назад, постепенно отходят на задний план, это очевидно. Но вся суть в том, что, как жить по-новому, мы еще не знаем. Мы легко привыкаем жить по определенной накатанной программе, многим важна стабильность... но, увы, гарантировать стабильность сейчас практически невозможно, даже разрабатывая максимально подробные прогнозы. Жизненные программы сейчас очень гибки, и вариативность надо допускать, просто позволять Вселенной сделать что-то лучшее для вас, даже если сейчас это кажется концом света.

Мир учит нас быть внутренне целостными и не зависеть от внешних обстоятельств. Это круто, конечно, но иногда невероятно больно! Мне тоже больно, учитывая то, что я очень медлительная и основательная...



Из этого следует, что:

Основа – это то, что внутри, а не снаружи. Что бы ни происходило сейчас в вашей жизни, если вы счастливы и с радостью просыпаетесь каждое утро, значит, вы на своем Пути! Вне зависимости от того, есть ли у вас семья, дети, работа, деньги и все то, что, с точки зрения социума, должно быть у каждой. Ориентир – внутренняя гармония!

- Скорость событий возросла, все происходит стремительно. Не успели мы о чем-то подумать или сделать – тут же «ответка» прилетела. Делай хорошо – получишь хорошее, накосячила – получай отработку. Для отработки больше не надо ждать следующего воплощения, как происходило раньше, все в этой жизни можно отработать. Поэтому в наше время очень благоприятно учиться и развиваться! И постоянно

двигаться, расти, цвести! Говорят, на небесах сейчас к нам сюда целая очередь выстроилась, многие мудрые Души хотят воплотиться, хотят жить в этом времени и строить новую, «светлую» жизнь... А мы не ценим это время, девочки...

- Большая плотность событий. Время очень насыщенное, столько всего происходит, и мировая интернет-сеть этому способствует. В этой гонке можно многое успеть, а можно и надолго забуксовать. Но главное, повторяюсь, это внутреннее состояние.

- Поскольку мы с вами пришли сюда в женском теле, пришли быть женщинами, для нас жизненно важно развивать в себе соответствующие качества! Изучать свою природу, возрождать то, что висит мертвым грузом в гендерной памяти. Считается, что наша с вами женственность погибла на войне, когда все женщины пережили страшный период и научились быть сильными, потому что мужчин просто не было...

- Сейчас совсем другое время, эра Водолея называется эпохой возрождения женственности, потому что женщина через свое наполненное любовью пространство сможет помочь мужчине вернуть его силу. Сейчас самое время вспомнить о великой миссии Женщины...

Глава 2

Разрушительные женские программы



Глава 2. Разрушительные женские программы

Давайте рассмотрим основные программы, которые негативно влияют на женщин. Конечно, их гораздо больше, но я расскажу о самых разрушительных для женщины, значительно нарушающих ее целостность. Все эти программы очень сильно отравляют женское поле.

Как вы помните, женщина – это пространство, она «заведует» атмосферой в доме. Поэтому для женщины так важен ровный психоэмоциональный фон. Мы с вами можем даже молчать и рот не открывать, но если мы чувствуем внутри злобу, обиду, раздражение и усталость, то домочадцы это тоже обязательно почувствуют. Именно потому у некоторых женщин дома приятно находиться, несмотря на скромность жилища, а у некоторых дам, даже в шикарных особняках, вянут цветы и вся обстановка навеивает тоску и печаль.

Я расскажу вам о некоторых «вирусах», которые очень сильно разрушают женское поле и напрямую влияют на людей, живущих рядом с этой женщиной.

Бедняжечка

Самая разрушительная программа – это программа жерт-

вы, или, как я ее называю, «бедняжечка».

Она поселилась в нашем поле в период Великой Отечественной войны (1941–1945). В то страшное время убивали наших мужчин, отцов, детей, и с женщинами творился самый настоящий кошмар: слезы, горе, стресс, ужас, страх, апатия, печаль... А ведь надо было как-то жить дальше, ведь еще хотелось дышать, любить, смеяться, рожать и воспитывать детей! И они «проглотили» эти чувства, сжали зубы и стали выживать. А мы, внуки и дети войны, заново проживаем эти состояния, которые передались нам по генокоду от мам и бабушек-прабабушек.

Что такое состояние жертвы – «бедняжечки»? Лексикон «бедняжечки» говорит сам за себя: неудовлетворенность жизнью, депрессия, печалька, состояние «опять все плохо», «ах, как мне бедненькой не везет», «всем на свете хорошо, а меня обделили». Признайтесь честно, прежде всего самой себе, знакомо ли вам такое состояние? У восьмидесяти процентов русских женщин присутствует эта вирусная программа, у кого-то в большей, у кого-то в меньшей степени. И если вы сейчас ее не проработаете, она может передаться вашим дочерям. Нам кажется, что все нам должны, что нас обделили на празднике жизни, мы видим то, чего у нас не хватает, чего мало и что плохо. Мы постоянно жалуемся на жизнь, на правительство, на мужчину, на родителей, друзей. Все вокруг виноваты, кроме нас.

У меня состояние «бедняжечки» очень

активно прогрессировало и доминировало на протяжении большей части моей осознанной жизни. Кульминационным периодом стала моя беременность. Дела обстояли так: мы с мужем тогда не жили вместе, не состояли в союзе, при всем этом он меня полностью обеспечивал. Но мне всегда было мало, и я была вечно всем недовольна. Я постоянно требовала внимания, любви и заботы. Проводит он время со мной – мало, не проводит – вообще обнаглел. Я слушала печальные песни Тани Булановой, рыдала в подушку, жалела сыночка, который сидел в животе, представляла свое мрачное будущее матери-одиночки и с содроганием ждала завтрашнего дня. Мой мужчина не мог больше дня выдержать в моем пространстве, так как я ходила с таким несчастным видом, что ему хотелось «больно меня треснуть по голове» (его собственные слова).

То есть я своим молчаливым состоянием «бедняжечки» своего мужика доводила до той степени крайности, когда он просто превращался... в кого бы вы думали? Правильно, в палача. Рядом с женщиной-жертвой всегда будет палач. Чаще всего это мужчина, ребенок или жизненные обстоятельства. На женщин в состоянии жертвы нападают маньяки, их обворовывают хулиганы, на них «спускают собак» начальники, их третировуют своим неадекватным поведением дети-наркоманы и мужья-алкоголики, ревнивцы, тираны, с ними случаются аварии и всякие неприятные случаи. Я в своей жизни поменяла уже

шесть машин и две из них «затоталила» в серьезных ДТП, где в меня кто-то врезался. Вы только представьте, насколько сильно было мое состояние «бедняжечки», что меня даже сама Вселенная «стучала по голове» и хотела докричаться, донести до меня, что такое мое поведение разрушительно и даже опасно. Что уж говорить о мужчине... И он, кстати, в один прекрасный момент, доведенный моим молчаливым жертвенным поведением до предела, отвесил мне оплеуху (я была на шестом месяце беременности). После чего он сказал следующие слова, которые я запомню на всю жизнь: «Мы не можем быть вместе, я тебя люблю и сына нашего люблю и буду всегда помогать, но ты что-то такое творишь со мной, что мне тебя прибить охота. Я иду к тебе в отличном настроении, дарю тебе дорогие подарки, забочусь о тебе, но ты своим состоянием из меня какого-то демона вытаскиваешь. Я сам себе противен. Я так больше не могу». Надо ли говорить, что в тот момент моя внутренняя жертва ликовала, и я еще больше загнала себя в депрессию и состояние ненужности и обреченности.

Знаете, чем все это закончилось? Я уже рассказывала об этом в самом начале. Та прекрасная женщина, потрогав мой животик, сказала: «Серафима, что ты делаешь? Твой ребенок сидит там весь в твоих слезах, ты его душишь, он уже хочет выйти, а ведь сейчас всего тридцать недель... Ты что делаешь??? Там слезы – обида на мужчину, отца

твоего ребенка! Ты сына этим убиваешь!»

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.