

Путь к счастью за 28 дней



Марина Калугина

Марина Калугина

Путь к счастью за 28 дней

«ЛитРес: Самиздат»

2018

Калугина М. А.

Путь к счастью за 28 дней / М. А. Калугина — «ЛитРес: Самиздат», 2018

Книга написана на основании личного опыта преодоления трудностей и вытаскивания себя из несчастья. За 8 лет обучения и практики автор накопила и структурировала знания, что бы каждая женщина могла с легкостью вернуть себя к счастью - раз и навсегда. Из этой книги вы узнаете:- как выйти из состояния «жертвы».- Как найти в себе счастье- как снова полюбить мужа и детей - как перестать раздражаться и выходить из себя- как наслаждаться всем, что ты делаешь- как любить и быть любимой- как оставаться всегда спокойной и счастливой.

© Калугина М. А., 2018
© ЛитРес: Самиздат, 2018

Моя история

Здравствуйте, мои дорогие! Сейчас я абсолютно счастливая женщина! Любимая и любящая жена и мама двоих сыновей. Живу на солнечном побережье Средиземного моря. В прекрасном комплексе с бассейном, фитнес залом, сауной и охраняемой территорией. Всем своим временем располагаю по собственному усмотрению. Провожу много времени с детьми, часто выезжаем семьей погулять по историческим и просто красивым местам. Я в удовольствие занимаюсь творчеством и саморазвитием. Конечно же, так было не всегда. Еще 8 лет назад я чувствовала себя самой несчастной, нелюбимой и ненужной. Неудачный брак, развод, катастрофическая нехватка средств, отсутствие места жительства и маленький ребенок на руках... И все это уже в 20 лет. Однажды, приняв решение, что-то менять в своей жизни, я встретила учителя, которому благодарна до сих пор за его участие и помощь. А так как дальше умничать было уже некуда – я наконец-то начала учиться.

Изучая литературу, проходя множество различных тренингов и добросовестно выполняя все задания, у меня получилось стать Счастливой и обустроить свою жизнь, как мне хотелось. У меня появился любимый человек. Я до сих пор не верю своему счастью, настолько он замечательный! За все эти годы у нас не было ни одного скандала! Мало кто верит в это, но это факт. Я смогла найти общий язык с сыном и даже с удовольствием решилась на второго. Вспоминая себя тогда, и наблюдая сейчас те же женские проблемы и переживания вокруг, мне захотелось поделиться своим опытом и нынешними мыслями. Потому что, если кому-то он будет полезен, и кому-то на Земле станет жить легче – я буду еще более Счастлива!! Милые мои Девочки, если в Вашей жизни есть что-то, что Вам хочется изменить – милости прошу! В этой книге Вы найдете ответы на многие, интересующие Вас, вопросы. Научитесь легко преодолевать трудности. Получать удовольствие от жизни и принимать верные решения.

Будьте счастливы Каждую секунду!

О чем эта книга

Далеко не каждая женщина готова стать счастливой.

Печально, но это факт. Дело в том, что невозможно кого-то чему-то научить! Возможно только научиться! Поэтому пока человека все устраивает, он не задает себе вопросов "как мне изменить то, что со мной происходит?" Мало того, в состоянии "жертвы" жить очень выгодно! Конечно, это происходит неосознанно. Но подсознание понимает, что когда со мной происходят трудности – меня пожалеют, мне посочувствуют, есть тема для обсуждения с подругами...

Чтобы выйти из состояния жертвы, нужно взять ответственность за все, что происходит на себя, а этого мы не хотим! Гораздо удобнее обвинять Мир, что все происходит не так. Я жила в этом состоянии около 7 лет! Я понимаю всю комфортность этого положения! Однажды я даже отказалась от своей заветной мечты в пользу этому приятному состоянию "страдалицы"... Хуже всего, что это состояние влияет не только на саму "жертву", но и на ее близких... Мой двухлетний сын не вылезал из простуд, мог болеть месяцами... С мужем вообще невозможно было говорить дольше 2 минут – начинался скандал... Потом развод, суд за алименты... И вот я с больным ребенком, без денег, без работы, без поддержки, у мамы в маленьком домике в деревне... Дальше уже некуда...

Только тогда я начала искать ответы и варианты. И со временем нашелся учитель, и заработок, и мужчина мечты, и сын болеть перестал... Девочки, стоит ли доводить себя до такой ямы? Ведь жизнь течет, и если мы не идем вверх, то мы падаем вниз! По-другому быть не может! Нам никто не даст сидеть тихонько в нашем болоте! Мы пришли в этот мир развивающегося. Так давайте вместе разберемся с тем, как стать счастливее, успешнее и увереннее в себе и в завтрашнем дне!

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.