

#НЕЙРОКОУЧ

ДИНА ГУМЕРОВА

# НЕЙРОНЫ

СЧАСТЛИВЫХ ОТНОШЕНИЙ  
ДОСТИГАЯ НЕВОЗМОЖНОГО

Нонфикшн. Тайны знания

Дина Гумерова

**Нейроны счастливых отношений.  
Достигая невозможного**

«Издательство АСТ»

2019

УДК 159.9  
ББК 88.5

**Гумерова Д.**

Нейроны счастливых отношений. Достигая невозможного /  
Д. Гумерова — «Издательство АСТ», 2019 — (Нонфикшн. Тайны  
знания)

ISBN 978-5-17-111860-0

В этой книге – ответы на вопросы, которые вы всегда стеснялись задать: От каких женщин мужчины никогда не уходят? Нужно ли вдохновлять мужчин? Стоит ли прощать измены? Что привело вас к тому, что вы имеете сейчас? Помните: только вы создаете сценарий вашей жизни. Преданность мужчины формируется в первую очередь любовью женщины к себе. Прежде чем вдохновлять кого-то, научитесь вдохновлять себя. Каждая женщина умеет создавать события и видеть будущее. И именно в этом состоянии она становится музой. Когда женщина понимает, что она муза, первоисточник этой жизни и начало любого мужчины, она обретает счастье. Эта книга дает четкое понимание, кем вы являетесь на данный момент – музой или стервой. Она будет интересна как тем, кто уже в отношениях, так и тем, кто еще только планирует создать союз своей мечты. Станьте прекрасными музами и будьте счастливы!

УДК 159.9

ББК 88.5

ISBN 978-5-17-111860-0

© Гумерова Д., 2019

© Издательство АСТ, 2019

## Содержание

Введение	5
1. Кто такая муза на самом деле?	6
2. Особенности работы мозга во взаимоотношениях	10
3. От каких женщин мужчины не уходят никогда?	13
Упражнение 1. Избавляемся от страха	15
4. Почему мужчины изменяют?	17
Причина первая – ревность к прошлому	17
Конец ознакомительного фрагмента.	18

# **Дина Гумерова**

## **Нейроны счастливых отношений.**

### **Достигая невозможного**

#### **Введение**

Дорогие мои читательницы, каждая из вас рождается музы! Не верите? Моя книга напомнит вам об этом!

Каждая женщина в любом возрасте умеет создавать события и видеть будущее. Если мои слова кажутся вам фантастикой, значит, вы спрятали эти уникальные способности глубоко внутри себя. Моя задача – напомнить вам о том, что женщина – первоисточник жизни, и что, прочитав эту книгу, любая женщина сможет менять свои мысли, ощущения и отношение к себе, а затем и к своему мужчине. Вот увидите, это приведет к тому, что любой мужчина будет относиться к вам так, как вы этого захотите.

А для чего же, собственно, менять отношение? Ведь очень многим женщинам на самом деле нравится ждать мужчину, потом беспокоиться, что он от нее уйдет, ненавидеть отца, бояться его обидеть или не оправдать его надежд, соперничать с братом за внимание родителей, учить без конца своего сына жизни. Любое состояние претензии к мужчине ведет к неисполнению желаний у самой женщины. Мало кто из девушек связывает свое отношение к мужскому полу (будь то сын, муж, отец) с тем, что женщины с возрастом начинают хуже выглядеть, полнеть, болеть «по-женски».

Если вас все устраивает на данный момент: доход, отношения, эмоциональное состояние, наверно, вы бы прошли мимо прилавка с моей книгой, но раз она у вас в руках, значит, есть вопросы, в которых вы бы хотели разобраться.

Все девочки рождаются музами с двумя активными полушариями, и лишь с течением времени к ним приходит навеянное обществом понимание того, что мужчина – главный, что без мужчины нельзя чувствовать себя полноценно. Где-то к двадцати годам девушка забывает о том, что она – первопричина жизни, и, лишённая свободы, попадает в бесконечную зависимость от мужчин, впадает в постоянное состояние ожидания, претензий, паники и ревности. Она перенимает мужские качества: становится жесткой, грубой как внешне, так и внутренне.

Так в какой момент женщина и мужчина меняются местами? И как женщине вернуться в первоначальное состояние музыки? Ответы на эти вопросы вы найдете здесь, в моей книге. На ее страницах живут древние знания, пропущенные через призму истории моей жизни. Я расскажу вам о том, зачем женщинам нужно быть музами, как им наладить общий язык с мужчинами и при чем здесь амазонки.

Эта книга перевернет все с ног на голову, или наоборот, сложатся все недостающие пазлы в голове. И я уверена, что она станет для вас настольной. Главное – пользуйтесь, вникайте, открывайте и осознавайте, как устроен этот мир и какую истинную роль в этой жизни играет женщина.

## 1. Кто такая муза на самом деле?



**Муза – это девочка, девушка, женщина, которая умеет создавать события в жизни, зарождая их из одной мысли.**

**Любая девочка** рождается музой и обладает уникальной способностью – интуицией. Это-то и отличает нас от мужчин. Поэтому девочкам свойственно мечтать. И это врожденное умение мы не ощущаем, но если наши мечты становятся реальностью, мы почему-то считаем их чудом и даже не представляем, что произошло оно благодаря нам. Кстати, любую интуицию можно развить до состояния «яснознания», и я помогаю это натренировать в каждой женщине, которая готова ко мне прислушаться и даже сквозь сопротивление допустить мысль о том, что я права.

**Любая девочка** с детства управляет мальчиками на «раз-два-три», будь то детский сад или школа. Она делает это не специально, не при помощи техник или практик, которыми пудрят мозги всем женщинам после тридцати. Девочка управляет мальчиками интуитивно. Скажу вам больше – такое поведение естественно. И вы можете убедиться в этом сами – просто понаблюдайте за своими детьми, племянниками, младшими сестрами и братьями.

Эта способность является нашим естественным состоянием, и мы даже не задумываемся об этом. Но позже, когда девочка вырастет, становится женщиной и влюбляется, когда между мужчиной и женщиной начинаются отношения, – все меняется. Мы не говорим сейчас о первой влюбленности, когда девочке становится хорошо от одного только взгляда. Мы говорим о настоящих отношениях, когда влюбленность перерастает в состояние «мой»/«моя». Тогда женщина начинает предъявлять претензии мужчине. Она говорит: «ты должен», «ты мой мужчина», «если мы в отношениях – ты должен быть верным», «если ты стал моим мужем, ты должен помогать закрывать мне ипотеку», «если ты мой мужчина, ты должен помогать мне с детьми», «ты должен меня любить, а еще желательно не храпеть и не разбрасывать носки по квартире».

**Запомните: мужчина никогда в жизни не будет отвечать всем ожиданиям женщины. Ни-ко-гда.**

В ожидании ответной реакции от мужчины женщина перестает быть музой. Все претензии в ее голове постепенно создают для мозга условия, которым должен соответствовать воз-

любленный. Когда условия не выполняются, женщина чувствует раздражение, она все время ждет, что мужчина будет для нее что-то делать, станет рыцарем в доспехах. Но он не превращается в рыцаря, и из бесконечного ожидания у женщины рождается обида. Поэтому в 30–35 лет некоторые женщины похожи на мужчин по образу мышления: измеряют все деньгами, ждут конкретных ответов, боятся завтрашнего дня. Так мы теряем способность создавать события, забываем о том, кем были рождены, и постепенно превращаемся в стерву.

**Муза – это женщина, которая не имеет ни одной претензии к мужскому полу, будь то сын, отец, муж, любовник, начальник или подчиненный. Муза никогда не подумает, что мужчина ей что-то должен.**

Можно ли вернуться в состояние музы? Конечно! Именно об этом я расскажу вам в следующих главах. Мы с вами изучим работу нашего мозга, сделаем несколько обязательных упражнений и даже заглянем в будущее.

**Состояние музы – способность создавать события своей жизни.**

Музой может быть тихая, покладистая серая мышка, непривлекательная внешне. Точно так же музой может стать и красивая женщина. Муза – это не внешние данные, не громкость вашего голоса, не цвет помады, это состояние вашего ума, вашего мозга, умение видеть будущее наперед, создавая свою жизнь по собственному сценарию.

Каждая из нас была рождена музой, но только не каждая сумела сохранить этот дар, начав отношения с мужчиной.

На страницах этой книги мы будем говорить не только о том, как вернуть истинное призвание – быть музой, но и о том, чем грозит пребывание в состоянии стервы.

Женщины в роли стервы очень быстро стареют, потому что постоянно всем недовольны. Их болезни, неудовлетворенность, плохая фигура и кожа – это только верхушка айсберга.

Знаете ли вы на самом деле, кто такая стерва? Опишите ее. Похожа ли она на девушку с картинки?



Если вы думаете, что стерва – это такая наглая эгоистичная особа с идеальной фигурой и ярким макияжем, спешу вас огорчить. На самом деле это не так.

**Стерва – это женщина, которая потеряла способность видеть будущее и, как следствие, его создавать.**

В стерву женщина превращается тогда, когда теряет что-то магическое, сказочное, волшебное. Она не знает, что именно потеряла, когда это произошло и тем более – как это вернуть. Женщина начинает стервенеть, становится похожа на мужчину: ворчит, меньше улыбается, толстеет, стареет, боится за свое будущее. Она бесконечно задает себе и своему мужчине вопросы: «Где взять денег?», «Как жить дальше?». У мужчин такой паники не бывает, она передается им только через женщин.

Женщина, потерявшая свой дар быть музой, превращается в стерву. И я тоже была этой стервой. Буду с вами честна, когда я ушла в претензии к своему мужу, я начала очень сильно ко всем его ревновать. Психовала, кричала, била посуду, думала, что он меня не понимает. На самом деле я потеряла возможность создавать будущее. В конце концов на третьем году нашей совместной жизни муж пришел домой с пакетом пластиковой посуды и сказал, что больше не потерпит ни одной разбитой чашки в доме.

Пребывание в роли стервы у всех выражается по-разному. Кто-то молчит, перестает общаться, улыбаться, становится закрытым и уходит в пожизненную депрессию, а кто-то, как я, начинает истерику. Так стоит ли идти на поводу у своих эмоций?

**Стерва и муза – это состояния вашего ума.**

Каждая из нас мечтает быть музой, хотя бы интуитивно. Ведь все это идет из детства. Приведу очень простой пример.



Вообразите девочку с леденцом в руках. Она долго выпрашивала его у мамы, представляла, как сорвет яркий шуршащий фантик и почувствует знакомый сладкий вкус.





А теперь представьте, что у девочки отобрали леденец. И никто ей ничего не объяснил, его просто отобрали и спрятали, а потом сказали, что ей нельзя сладкое. Как же быть? Девочка всю жизнь ела яркие леденцы на палочке. Она не знает, куда их спрятали, и теперь все время грустит, мечтая о том прекрасном вкусе. Потом девочка становится девушкой, а обида не проходит. И с каждым годом обида все нарастает.

Каждая женщина подсознательно, интуитивно, еще со времен великих амазонок, чувствует свою силу. Мы знаем, что когда-то имели невероятную способность, но потеряли ее безвозвратно. Так давайте же ее вернем! Наше будущее только в наших руках.

## 2. Особенности работы мозга во взаимоотношениях

Вы знали, что от рождения мозг девочек и мальчиков по-разному устроен? Девочки рождаются с двумя активными полушариями, которые отвечают и за прошлое, и за будущее. Мальчики же рождаются с одним активным полушарием, которое отвечает за прошлое или за логику.



Ни один мальчик не может видеть будущее, а если мы чего-то не видим, то мы, соответственно, не можем это создавать. Природой заложено так, что мальчики и даже взрослые мужчины наделены огромным количеством страхов. Причина этому – опора на прошлое. Иногда они словно блуждают в потемках.

Получается, что отношения мужчины и женщины, которые все привыкли видеть именно в паре «муж – жена» или «девушка – молодой человек», складываются не просто так. На самом деле любой мужчина зависит от женщины. Собственно, благодаря ей все в его жизни и происходит, начиная с появления на свет.

### **Муза – не обязательно любовница.**

Первой музой для мальчика становится мама или сестра, бабушка или тетя. А уже потом, став старше, мальчик находит себе девочку-музу, которая создает события в его жизни.

И снова повторю: эта способность есть у нас с рождения, но родители блокируют в нас ее своими страхами.

Если в момент первой влюбленности в отношениях присутствует вдохновение: мы активны, нас все устраивает в паре, нет семейных обязательств, идет большой подъем в творчестве у женщин, мужчины же хотят свернуть горы, успешны в бизнесе или на работе, то в браке, наоборот, наступает так называемая «бытовуха» и фобии, которые передаются следующим поколениям.

Мы такими созданы. И, как в компьютерной игре, мы проходим один этап за другим, пытаясь выйти на новый уровень. Здесь нет исключений. Исключением является состояние выигрыша, а выиграть мужчина или женщина могут, лишь узнав правила игры и, соответственно, применив их в жизни.

**Жить собой – это видеть будущее и создавать его согласно своим желаниям.**

Эта способность нашего мозга полностью перекрывается, перестает воспроизводиться в реальности в первую очередь из-за претензий к мужчинам или из-за обиды на них, из-за чувства вины или страха.

И здесь я имею в виду мужчин в целом: муж, любовник, сын, отец. С детства мы видим картину семейной жизни наших родителей, их отношения так или иначе сказываются на нашем понимании «А как должно быть?». И если у родителей в отношениях далеко не любовь, это может быть все, что угодно: измены, ссоры, предвзятое отношение и так далее, то на примере своей семьи девушка ожидает повторения сценария уже в своей жизни. Даже к отцу мы можем испытывать невидимую претензию или обиду, а потом уже в своих отношениях провоцировать на такие поступки своего мужчину. Это и есть поведение стервы, когда мы боимся за будущее, имея в прошлом горький опыт измен, ссор, боимся остаться одной, брошенной, никому не нужной. Страх несбывшихся желаний, боязнь разочароваться, как раз таки и влечет все это в нашу жизнь.

Сейчас же, сидя дома за книгой, вы можете проанализировать свое прошлое и ответить на ряд вопросов:

*«Что вы ощущали в детстве?»*

*«Были ли вы бесстрашной по отношению к этому миру?»*

*«Были ли у ваших родителей хорошие отношения?»*

Пока вы думаете, что ответить на вопросы, я расскажу о своих страхах. Когда мне было 15, ко мне стали приходить негативные мысли, которых не было раньше. Я искала им причину, ведь тогда я еще была в состоянии музыки и не создавала себе лишних проблем. В то время я была влюблена в мальчика, и у меня к нему не было абсолютно никаких претензий. Отношения не приводили меня в ужас, ведь все было хорошо, но тогда родители приняли решение увезти меня в другой город, чтобы подарить светлое будущее: хороший университет, высокооплачиваемую впоследствии работу и независимость. Тогда я была подростком и свято верила, что любовь все победит, а расстояния преодолимы. Я думала, что все будет проще простого: мы закончим школу, университет и будем вместе, в конце концов, можно ведь ездить друг к другу в гости. Но родители об этом не думали, и я испытывала страх.

В те моменты, когда на меня ругался папа, я очень сильно его боялась. Его не устраивали мои школьные оценки, а я начинала протестовать, что не хочу в другой город. Я не знала, как я буду жить в новом месте, вдруг я не увижу своего парня, вдруг мы расстанемся. Теперь я могу точно сказать, почему ко мне приходили такие страхи. Ко мне телепатическим образом попадали мысли папы, и я боялась за будущее. Сейчас, разобравшись в особенностях работы женского и мужского мозга, я понимаю, что реакция на родителей, и на отца в частности, приносит женщинам одни проблемы.

Вам нужно осознать самое главное:

**Жить собой – это быть бесстрашной.**

Не надо бояться сказать «нет», раздражаться или кого-то ненавидеть. Весь этот спектр эмоций, который принято считать негативным, на самом деле может существовать в нашей жизни, потому что это эмоции нашего тела или мозга. Они негативные только из-за того, что несут с собой в жизнь наши неисполненные желания.

Представьте себе девушку, которая выросла в благополучной семье. У нее заботливый и любящий отец, который остался для нее примером будущего мужа. Она чувствует себя почти

вершительницей судеб, успешна, и нет никаких страхов насчет завтрашнего дня. Через какое-то время она выходит замуж, как ей кажется, за мужчину своей мечты, но тот не оправдывает ее ожидания. Она рождает детей, как любящая супруга, хотя это мешает ее карьере. Появляется некая неуверенность в себе, копятся обиды, поскольку нынешний мужчина не соответствует отцу, да и семейная жизнь с ее проблемами никак не вписывается в идеальную картину мира.

Женский мозг способен меняться, становиться по функционалу похожим на мужской. Появляются претензии друг к другу, срывы, ругань. И под одной крышей живут уже не любящие люди, а два мужика, доказывающие друг другу свои позиции и правоту.

**Реагируя на события как мужчина, вы получаете несчастливые взаимоотношения.**

Мужчина чувствует, что его женщина думает как он, что она хочет от него стабильности. Он знает, что она пытается переложить на него ответственность. Такие пары живут в претензиях или в страхах.

Наш мозг считает все эмоции и страхи на уровне физиологии. Если после свадьбы вы попали в состояние стервы, то ваш мужчина будет терять к вам интерес. Поэтому очень часто в семейных парах на протяжении многих лет отсутствует интимная жизнь.

Для того чтобы ваша сексуальная жизнь была в порядке, первое, что вам нужно сделать, – это сесть и написать, какого секса вы хотите. Чего вам хочется? Секса в отношениях или без них? С постоянным партнером или с разными? Раз в неделю или раз в месяц? Сколько должен длиться половой акт? Вы можете даже превратить это в цель, прописать, прочувствовать эмоции, посмотреть несколько фильмов, соответствующих этой теме.

Если у вас с партнером что-то пошло не так, помните, что не нужно от него чего-то ждать или обижаться.

**Жить собой – это держать образ прекрасной жизни, которую вы сами создали в голове.**

В данном случае абсолютно не важно, происходит это наяву или у вас внутри, поскольку вы проецируете мысль в реальность. Ни в коем случае не нужно ждать от мужчины чего-то определенного. Ваша задача – воспламенить в себе свои чувства, а не связывать их с конкретным лицом: с мужем или с любовником. Если вы представляете, что именно этот человек должен для вас что-то сделать, то вы не живете собой, вы зависимы от этого конкретного лица. Нужно учиться направлять ваш мозг к действию. Тогда в постели вы будете знать, чего хочет ваш мужчина, а сами останетесь в режиме женщины-музы. В этом случае мужчина в сексе будет хотеть только вас, а вы – только себя. Вы будете сами выбирать, что испытывать в данный момент. И мужчина от вас никуда не уйдет, поверьте.

### **3. От каких женщин мужчины не уходят никогда?**

Вступая в брак или отношения, женщина цепляется за своего мужчину. Через некоторое время ею овладевает страх. Женщина бесконечно задает себе вопрос: что будет, если он уйдет?

Эта проблема появляется тогда, когда женщина сильнее влюбляется в мужчину, когда она от него зависима: от его денег, внимания или секса с ним. Возможно, девушка просто устала работать, и ей хочется теплых встреч с любимым настолько, что мужчина становится не просто частью жизни, а всеобъемлющим ее наполнением. И девушка просто растворяется в мужчине. Я это называю «жить кем-то».

**Зависимость от другого человека всегда рождается из-за страха, а страх появляется тогда, когда женщина постоянно не получает того, чего хочет.**

И как только женщине удастся что-то получить, она заранее боится это потерять и изо всех сил держится за своего человека.

Из-за страха появляются подозрения и опасения. Кто-то начинает следить за своим мужчиной, читать его сообщения, заходить в социальные сети с его логином и паролем, кто-то просто тихо фантазирует по ночам о том, как поступить в случае измены мужа. Очень сложно и страшно в этом признаваться, но я и сама была такой. Когда я влюбилась в мужчину сильнее, чем хотелось бы, сильнее, чем в себя, мне очень хотелось ощутить волшебство, «бабочек», то, что называется химией. И химия случилась. Она ударила мне в голову так, что после нескольких месяцев отношений я начала переживать, выдумывать, будто мой мужчина исчезнет.

**Мужчина не уходит только в одном-единственном случае – если женщина не боится его потерять.**

Как перестать думать о плохом исходе? Ведь это и есть создание событий! Когда мы говорим о чужих проблемах, когда мы смотрим мелодрамы, мы неосознанно ставим себя на место героини. Мы думаем: «А как бы я поступила, если бы мне изменили? Как бы я поступила, если бы от меня ушли? Что бы я сделала, если бы он влюбился в другую, но жил со мной?» Это очень обидная ситуация. Ведь часто бывает так, что женатый мужчина пользуется вниманием других женщин из-за своей привлекательной внешности и обаятельности. И стоит только жене этого мужчины усомниться в своей привлекательности, их отношения будут обречены. От такой женщины мужчина уйдет.

Вернемся к нашим мелодрамам. Пока мы наблюдаем за чужой жизнью на экране телевизора или сквозь оконные рамы, мозг принимает эти события за чистую монету и начинает воплощать проекцию в реальность. Каждое наше «вдруг» и каждое наше «так должно быть» обязательно воплотится, потому что мозг всегда исполняет желания на основе часто повторяющихся картинок, ощущений или пусть даже редких, но очень сильных эмоций.

**Страх всегда вызывает сильные эмоции.**

Страх есть в жизни каждого человека. А если вы не знаете о том, как устроен мозг, ваш страх невозможно будет понять или измерить, при этом с каждым днем он начнет давить на вас все сильнее. Поэтому все то, чего вы так боитесь, в скором времени воплотится в реальность. Хотите вы этого или нет. «И как же быть?» – спросите вы. Я предлагаю вам посмотреть страху в лицо и выполнить одно невероятно простое упражнение. Ведь мозг – это автоматическая

система, а для того, чтобы что-то изменить в этой системе, нужно осознанно переключать свое состояние.

## Упражнение 1. Избавляемся от страха

Каждый раз, когда к вам приходит мысль о негативных событиях, когда из-за этого вы не можете уснуть и не находите себе места, остановитесь. Дышите ровно. Теперь найдите ручку, даже если ради этого вам пришлось вскочить с кровати посреди ночи.

Запишите то, что вас тревожит:

*Я боюсь, что...*

Например:

*«Я боюсь, что он мне изменит»*

*«Я боюсь, что он уйдёт»*

*«Я боюсь, что мы поссоримся»*

*«Я боюсь, что не устраиваю его в постели»*

Поставьте тире и напишите себе переобоснование:

*«Прекрасно, значит, я...»*

*«Прекрасно, значит, я влюблюсь в другого»*

*«Прекрасно, значит, я стану свободной»*

*«Прекрасно, значит, я займусь танцами»*

Это и называется техникой переобоснования. Попробуйте делать это упражнение в течение месяца, и при появлении мысли «а вдруг» у вас начнет включаться автоматическое переобоснование.

Эта важная, нужная и полезная техника сделает из вас женщину, от которой не уходят мужчины. А вам останется только выбирать, какие у вас будут отношения с этим мужчиной, неосознанно вселившим в вас страх. Может быть, вы будете с ним любовниками, может, выйдете замуж, оставите в друзьях или вообще станете партнерами по бизнесу.

Так от каких женщин мужчины никогда не уходят?

Ответ прост: от таких, с которыми хочется все время находиться.

Любой мужчина мечтает быть только с той женщиной, у которой нет страха в глазах, которую бесконечно не мучают вопросы «а вдруг?», «а что, если?». Звучит действительно просто. Не правда ли?

Один разговор о чужих проблемам, одна мелодрама с красивыми актерами могут заставить ваше сознание идти по написанному кем-то сценарию.

**Не забывайте, что сценарист вашей жизни – это вы.**

Когда мы смотрим на сцену ревности в кино, на улице, в торговом центре, мы сразу начинаем думать: «Как бы поступила я?» Мало кто знает, но это тоже страшный и совершенно ненужный сигнал к действию. Это наше желание. Чем чаще вы задаете себе вопрос «а как бы поступила я?», тем сильнее он отпечатывается у вас в сознании. Мозг воспринимает это как возможный исход событий. «Ты хочешь узнать, как бы ты поступила? – говорит он нам. – Давай сотворим в жизни это событие». И происходит событие. Все, механизм запущен.

К сожалению, жизнь – не кино, и в жизни мы реагируем на события совсем не так, как думаем. Реакция всегда переходит на сторону эмоций. Поэтому очень важно никогда не ставить себя на место тех героинь, чьи истории вам не нравятся. Как только к вам в голову крадется сцена из фильма, а мозг хочет ее спроецировать, вы начинаете переживать за героиню больше, чем за себя. Ее ошибки кажутся вам чудовищными, но вам чертовски интересно, как бы вы выбирались из такой ситуации.

Такие мысли легко можно удалить. Скажите себе: «Зачем мне об этом думать, если это происходит не со мной? Это всего лишь кино. Я посмотрю на реакцию героини, но сама я даже знать не хочу, как буду вести себя в тех ситуациях, которые мне не нужны». Подобный разговор с собой убережет вас от ненужных страхов и, как следствие, событий.

Любая женщина умеет создавать положительные события, и для этого вам не нужны никакие техники или практики. Просто наберитесь терпения и загадайте желание стать притягательной музой. В первую очередь станьте притягательной для себя, а уже потом – для мужчин, и тогда вы сможете управлять своей жизнью. И для этого, поверьте мне, нужно избавиться от страхов.



## **4. Почему мужчины изменяют?**

### **Причина первая – ревность к прошлому**

Слово «измена» вызывает у женщин страх, причем этот страх сидит так глубоко, что женщины боятся измены заранее или, наоборот, упрекают мужчин за их прошлое. Так как же смириться с тем, что ваш мужчина был во власти другой женщины, и где гарантия, что он не вернется к ней? Вам нужно принять этот факт и поменять реакцию на происходящее прямо сейчас.

Избавьтесь от страха! Пусть все ваши фантазии останутся только фантазиями, выкиньте их из головы как нелепые сны, которые вы отпускаете по утрам. Иначе одна невинная мысль превратится в навязчивую безумную идею.

Я расскажу вам, как формируются такие события. Сначала у женщины появляются опасения, затем небольшая ревность, а потом – страх, от которого мурашки по коже. У вас такое бывало, ведь правда? Наверняка ваш мужчина уже когда-то был влюблен, женат или встречался со столькими девушками, что их не сосчитать. Но теперь, когда вы вместе уже неделю-две, а может, и месяц, вы начинаете в себе сомневаться, вы не уверены в своих словах и поступках: не то сказали, не так посмотрели. Сомнения наводят вас на мысль о том, «а как у него было с другими?». И вы начинаете зачем-то сравнивать себя с его прошлой пассией. Это происходит неосознанно, но превращается в настоящую головную боль. Тогда вы идете на поводу у своих мимолетных эмоций.

## **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.