

A black and white close-up photograph of a woman's face. Her right hand is raised, with fingers gently touching her right eye and cheek. Her eyes are looking directly at the camera with a soft, contemplative expression. Her hair is dark and slightly tousled. The lighting is soft, highlighting the texture of her skin and the details of her features.

ПРОБУЖДЕНИЕ ЖЕНСТВЕННОСТИ

Элеонора Родионова

Элеонора Родионова

Пробуждение женственности

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=57189923

ISBN 9785005121066

Аннотация

Брак Маши разваливается, а багаж обид и страхов прошлого не даёт нормально жить. Но одна встреча с наставницей изменила всё... Это самотренинг по женственности. В нём ты узнаешь, как пробудить свою женскую силу, как подключиться к бесконечному потоку и наладить отношения с мужем и близкими. В книге описаны уникальные практики, которые уже помогли многим ученицам Академии Женственности.

Содержание

Пробуждение женственности	5
Про Автора	6
Введение	7
Моя история	10
Глава 1. Соседские отношения с мужем	12
Глава 2	14
Взгляд «меня» из будущего спустя 10 лет	17
2019 ГОД	18
Глава 3. Встреча с наставницей	20
Глава 4. Обиды – пожиратели энергии	29
Глава 5. Женщины двух категорий	39
Глава 6. Женская энергия	46
Глава 8. Очищение	53
Конец ознакомительного фрагмента.	57

Пробуждение женственности

Элеонора Родионова

© Элеонора Родионова, 2020

ISBN 978-5-0051-2106-6

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Пробуждение женственности

Про Автора

Элеонора Родионова

Автор книги «9 ключей магического утра», «Вакцина от мужских измен»

Разработчик, автор и наставница Академии холистической женственности

Введение

Посвящается всем женщинам, которые встали на путь раскрытия внутренней женской силы. Таким, которые сейчас в тупике. Таким, которые чувствуют усталость от пребывания мужиком в юбке. Таким, которым надоело одиночество. А также таким, которые понимают путь к открытию всех благ на земле: материальных, личностных, внутренних. Все начинается с себя.

Данная книга не вымысел, а правда с частичкой художественных дополнений для красоты рассказа. Главная героиня – собирательный образ многих женщин, которых мне довелось встретить на своем жизненном пути. И кому-то из них я помогла раскрыть собственную женскую силу.

Можно сказать, что книга писалась не мной: я лишь успевала фиксировать поток мыслей, который открывался внезапно; я все бросала и строчила, не осмысливая, на уровне логики и ума. Это было похоже на поток из бесконечной вечной Вселенной, вытекающий из подсознания. Это напоминало тот источник, которым все мы, по сути, и являемся, стоит лишь пробудить его в себе.

После посещения древнего дольмена я услышала слова в своей голове: «Твоя миссия – исцелять женщин». Я крайне удивилась: «Да, я веду школу женственности через свою призму, свой опыт. Но чтобы исцелять?»

После того, как я начала работать над раскрытием своего подсознания и установила связь с родом, все отчетливее в голове начали слышаться слова: «Пиши». Что бы я не спросила: «Пиши». Я сопротивлялась. «Но мне же некогда, это когда-нибудь я начну, как разбогатею, как еще что-то. Да, я всегда мечтала писать, но сейчас совсем еще не пришло время». И вновь ответ: «Пиши». Но что писать, о чем будет книга? И вновь ответ: «Пиши».

Вот я и пишу. По раннем утреннем пробуждении до рассвета, до первых петухов, только натошак. Потом, как птички запели, домашние проснулись, все: поток заканчивается. Но я пишу по чуть-чуть ежедневно. Эта книга писалась с 2016 по 2019 годы; в день по одной-две страницы.

Я не знала, что будет в этой книге: каждый сюжет и оригинальная идея придуманы не были. «Пиши, – вновь был ответ, – отложи в сторону все дела и напиши уже книгу!» Я села и с первых строк поняла, что через книгу смогу помочь женщинам, которые давно искали ответы на многие свои вопросы: про себя, про отношения, про саму жизнь, про состояние цельности вместо расшатанности, про состояние «Я есть женщина».

И вот лишь в марте 2020-го года я принялась за редакцию уже готовой книги. Как всегда, хочется ее дополнять и изменять до бесконечности. Но понимаю, что кто-то ее сильно ждет. Все настойчивее в голове мысль, не радуют успехи, а причина – неготовность книги. И вот я села за ее редакцию

наконец-то. Четко пришло понимание, что для очень важных дел время всегда найдется и эта книга – именно одно из них.

Наконец-то я, отложив в сторону проверку домашних заданий учениц и отдав книге свой выходной и проверку мессенджеров – ибо знаю: там масса вопросов – уселась-таки за редакцию этого издания. Ранее уже напечатана и издана книга «9 ключей магического утра для женщин», и она нашла отклик во многих женских сердцах.

Моя история

Я тащила многое на себе, сначала работая в милиции следователем, а затем будучи бизнес-леди. В общем-то, добились неплохих результатов: и дом в Сочи смогли построить, и мир посмотреть. Но чем старше я становилась, тем сильнее давила пустота в душе. Отношения с мужем не радовали.

Я многое брала на себя, старалась лидировать, постоянно упрекала мужа. Были конфликты, мы не могли договориться. Строила бизнес-команду, выступала на сцене, проводила тренинги личностного роста. Не случайно, что я стала лидером.

Сейчас уже вспоминаю, что мама мне всегда говорила в детстве: «Вот ты медлительная». Тогда я это оценивала как оскорбление, поэтому училась ускоряться, быть ритмичнее, быстрее. И стала: ушла в мужское состояние тотально.

На данный момент понимаю, что девочкой я была чисто в женской энергии: никуда не спешила. Теперь пришлось идти длинной дорогой обратно к «себе». Сейчас никому не советую такой путь пройти в одиночку, ибо это архисложно и занимает десятилетия.

Тогда же принцип был такой: делаем, добиваемся, несмотря ни на что. Видим цель и не видим препятствий, причем часто в ущерб самой себе. Так было в бизнесе, в работе и, конечно, в семье. Свое лидерство я приносила домой.

В какой-то момент времени я поняла, что нужно искать первопричину в себе, и углубилась в темы подсознания, женских практик, глубинного раскрытия женской силы, работы с родом. В результате был пройден путь почти в 10 лет.

Качественно изменились отношения с мужем, в семье. Жизнь приобрела новый смысл, многие вещи стали приходить благодаря силе желания. В какой-то момент женщины, которые были вокруг, заметили изменения во мне и стали просить учить их.

Так я стала вести сначала маленькие тренинги в своем городе, а когда это вышло за пределы региона, основала дистанционную школу раскрытия женственности. Теперь она уже трансформировалась в академию, которую я называю «Высшее образование по женственности».

Ее должна пройти любая женщина для себя, семьи и будущего. В ней я учу комплексно трансформироваться в полноценную женщину через восемь сфер женственной природы, пробуждать саму себя ото сна.

Глава 1. Соседские отношения с мужем

Мне 33. Я расскажу свою историю. Если бы я не стала ее участницей, то сама бы ни за что не поверила в ее реальность. Я не знаю, в какой именно момент мы стали жить как соседи.

Все накапливалось постепенно в последние лет пять или больше. Жизнь превратилась в день сурка. Работа – дом. Куча сумок с продуктами. Всех накормить, уложить спать. Удовольствия от жизни – ноль. Иногда механический секс, чаще по утрам.

Чувствуешь себя бабой-лошадью. С мужем полностью потерял контакт, мы почти не разговариваем. Он ничего от жизни не хочет в принципе так и говорит: «Мне все равно. Решай сама». Я вижу равнодушие в его глазах, в его действиях, в его поступках.

У нас двое мальчиков-близнецов, их все чаще забирает бабушка с моей инициативы, чтобы не слушать нашу ругань. Когда меня накрывает, мы ругаемся, в основном, по причине его безынициативности; нет удовлетворения ни в чем. Он не хочет зарабатывать: платят и ладно.

В сексе то, что у нас происходит, сложно назвать сексом. Но и это все в прошлом: последние полтора года мы просто

соседи. Почему все еще вместе – непонятно. Я ушла на месяц жить на квартиру: подумать. Он словно и не заметил.

Приехала. Думала: соскучится. Но не тут-то было. Что-то буркнул под нос и все. У него на телефоне стоит пароль, а вечерами приходят смс-ки, и он частенько задерживается на работе допоздна. Он иногда уходит жить к маме, иногда возвращается зачем-то.

Полноценными отношениями нашу жизнь не назовешь. Ни то ни се, можно сказать: ни рыба ни мясо. Я думала начать новые отношения, и, возможно, так и поступила бы. Ведь кажется, что нам уже ничего не поможет: ситуация тупиковая...

Только, если бы в моей жизни не развернулись события, которые я не могла бы себе представить в самом странном сне. Именно эти события раскрасили мою черно-белую жизнь карандашами цветов радуги и изменили до неузнаваемости. Надеюсь, они помогут и тебе.

Случалось ли тебе, мой друг, видеть все в одном ключе, а потом кардинально поменять свой взгляд на вещи, узнав что-то новое? Понимаешь ли, моя дорогая, что все в этой жизни зависит от тебя.

Все еще думаешь, что от кого-то? Нет, из той точки, в которой ты себя ощущаешь центром влияния на мир, но не помужски, действиями, а через состояние наполненной счастливой женщины.

Глава 2

Она стояла возле окна, не думая ни о чем. Снежинки красиво падали с неба – ноябрьская погода не жалуется. Муж подошел сзади. Она ждала, что он приобнимет ее ласково; она так соскучилась по твердому мужскому плечу и чувству защищенности, надежности.

Но он задвинул занавески и сказал: «Дует, мне холодно. Закрой окно». То есть он не заботился о том, что замерзнет она, а лишь думал, как обычно, о себе. Жалость к себе смешалась с обидой. «И за что мне это?». Горькая слеза скатилась по щеке; он, конечно, ничего не заметил.

– Пожрать че есть?

– Да, борщ на плите.

Маша давно ничего не ощущала, все чувства куда-то разом делись. Тело стало ватным. Она забыла свои желания, мечты. «Неужели я всегда такой была? Когда я вообще смеялась в последний раз? Когда мне было хорошо?»

Она стала словно кукла. Не понимала, чего хочет, о чем думает и куда идет. Все происходило словно в тумане. Снежинки снега шли и шли. Она распахнула окно настежь и вдохнула морозный воздух.

«И как я докатилась до жизни такой? Катилась, катилась, думала: живем же, как все. Со стороны все нормально: муж, семья, дети, а внутри: яма, дыра и пустота. Нет больше сил

все это терпеть. Может, я умерла и все это сон?»

Но продрогшее тело и ощущение морозного воздуха на самом деле ей вещали, что она все еще жива, хотя душа стремительно хотела куда-то улететь. «Вот бы стать птичкой и улететь», – подумала она. Муж поплелся на кухню, шаркая тапочками по линолеуму и пукая по дороге. «М-да...»

«Какие красивые снежинки», – пронеслась мысль. «Чья рука ее нам посылает?» У нее, как и у всех женщин, мысль легко переместилась с мужа на снежинки: «Кто их посылает и зачем? Я стала такой же холодной», – она продолжала себя жалеть, не представляя, что в этот момент жалит саму себя обидами и обвинениями.

«Вот бы упасть на чью-то руку, чтобы растаять!» Как ей хотелось тогда переложить ответственность на кого-то, кто бы защитил, оберег ее и взял все в свои руки. Конечно, она втайне надеялась на мужа: «Может, когда-то это произойдет».

Но свои надежды она все чаще выражала в истериках, которые заканчивались скандалом, а иногда и драками. Потом он уходил в запой или к маме, либо ехал в командировку. Так и жили от скандала до скандала.

«Упасть бы в чью-то более сильную руку, чем у меня самой! Но кто это? Муж? Другой мужчина? Знакомые и друзья? Подруги? Родители? Нет, все не то. Душу щемит от незащищенности, от недостаточности. Но в чем причина моих бед? Почему все так происходит? Нет, это кто-то дру-

гой! А кто?» И она вновь посмотрела в небо.

Словно что-то невидимое и еле уловимое и осязаемое отозвалось в ответ. Это было так мимолетно, так тонко, что просто вызвало какое-то мгновение радости и умиления, которое моментально растворилось со снежинкой на ее ладони.

Что-то такое, что иногда приходит на мгновение, когда мы смотрим на красивое, приятное. Какие-то забытые эмоции из детства, которые мы часто воспринимаем как хлам, мусор. «Что за ерунда? Пойду-ка займусь делом»...

Взгляд «меня» из будущего спустя 10 лет

«Это я, которой тебе не хватает, я протягиваю свою большую ладонь и укрываю тебя. Ты ощущаешь мимолетное счастье, как будто ты младенец в женской силе, не чувствуешь меня и не ощущаешь себя.

Я смотрю на тебя сверху, сбоку. Я везде: в снежинке, в воздухе, в твоей слезе. Я рядом и всегда буду рядом. Я знаю: ты меня не слышишь, но это пока что. Я посылаю тебе большие хлопья снега прямо сейчас, посмотри на это чудо!»

2019 ГОД

«Ну, почему же меня никто не слышит? Почему я ощущаю одиночество? Почему меня никто не согреет?» Она вновь посмотрела в небо: густыми хлопьями пошел снег.

«Ого! в снежки бы, что ли, поиграть или бабу снежную слепить? Откуда эти дурацкие мысли? Не, ну я же, дура, что ли. Ночь на дворе, холод собачий, снегом все замело». А внутри опять едва уловимая радость в предвкушении детской шалости. Ноги сами несут ее к гардеробной и обуваются быстрее, быстрее, скорее... теплые носки. Сапоги.

«Ах, как красиво: ночной фонарь дает отблеск на снег во дворе и он струится, словно лунная дорожка. Луна. Сегодня полнолуние». Дворовая собака удивленно посмотрела на нее и вновь уснула, не издав ни одного звука, за что ей спасибо. Не очень-то адекватно выглядела бы она в глазах соседей.

«Зависимость от чужого мнения, – слышала Маша внутренний голос. «И почему это для меня так важно? Я же читала где-то, что люди настолько сфокусированы на себе, что лишь в первые 2 секунды могут о вас вспоминать, а потом забывают вовсе. Мы переживаем, целый день можем думать о том, кто-то что-то подумал. Да пофиг на все!»

Маша начала катать снеговика, у нее неплохо получалось, а главное она словно впала в детство. Снежная баба полу-

чилась немного косая, словно пьяная. Маша стала кружиться в вальсе одновременно с пушистыми снежинками, падающими сверху. Снежинки падали на реснички и таяли, это было превосходно.

Щеки горели румянцем. Она упала в снег, раскинув руки, и наконец-то ощутила себя живой.

– Я живу! – заорала она что есть мочи.

Гораздо позже Маша поняла, что это и есть состояние «Я есть», или пробужденность, когда ты находишься всеми чувствами в этом моменте.

«Ой!» – вновь внутри включилось состояние «НЕУДОБНО», «что ПОДУМАЮТ?». Поплелась домой. Внутри сияла радость, она, правда, длилась недолго: дома «ждал» храпевший муж, заснувший на диване.

Глава 3. Встреча с наставницей

Она стояла на вершине горы и смотрела на проплывающие внизу облака. Маленькая птичка на дереве пела залихватские песни, а потом взлетела, порхая серенькими крылышками, показывая желто-зеленое брюшко. Она ничуть меня не боялась, и Маша захотелось полететь вместе с ней.

Она ощутила крылья за своей спиной, и, направив на них **ФОКУС ВНИМАНИЯ**, взлетела. О, какая это была легкость! Каждая клеточка тела ощутила взмах крыла. Он сопровождался состоянием бесконечного счастья и наполненности.

Маша посмотрела на гору: она осталась внизу, как и облака, ставшие еще ниже. Ее тело лежало в умиротворенной спящей позе. «О, так я сплю!» Из сна ее вывело осознание того, что это был сон. Гораздо позже она узнала, что это называется осознанным сновидением или астральным полетом.

Маша проснулась в своей кровати от толчков мужа; он что-то делал с ее телом, а она смотрела на это со стороны. Это выглядело не очень красиво, ощущений не было никаких – только то, что ее используют.

Станный привкус и смесь эмоций равнодушно-противный.словно ты станок и кто-то на тебе работает. Нет, твое тело – станок, и им пользуются. Послевкусие неприятное, словно тебя использовали. Потом все молча стали собирать-

ся по своим делам.

Она предпочитает носить платья, юбки, но по факту ей удобнее в брюках. Где-то в обтянутых сексуальных нарядах она маскирует внутреннюю неудовлетворенность жизнью и за глубоким декольте скрывает тоску.

На вид она вполне себе уверенная женщина, но ее движения размашисты, голос резкий и отрывистый, а в разговоре она всегда старается поставить точку последней. Маша лидер до мозга костей.

Любой вопрос она научилась решать сама; может с кем угодно договориться; не привыкла просить о помощи. И да, многим она кажется уверенной и успешной. Мужчин она воспринимает как слабых существ, втайне все же надеясь, что где-то там, может, на Марсе, существуют другие.

И да, она потихоньку начинает понимать, что дело не в ком-то, а в ней. Она начала копать, записалась к психологу, даже прошла несколько занятий, но он еще больше поселил в ней неуверенность.

Ее отношения и до мужа были кратковременными: мужчины пользовались ее уверенностью и, да, попадались более слабые. Она перечитала кучу книг, даже побывала на живых тренингах, но только мало того что не изменилась, так еще перестала находиться в той точке, когда степень готовности к изменениям лилась из нее.

Кроме того, она проанализировала свое окружение: такие же, как и она, бабы-мужики. Нет, все умницы, краса-

вицы, но только на вид: красивая одежда, машины, походы к косметологу; но все это – внешняя оболочка. Все они тянут на себе.

Когда они собираются вместе, то очень часто обсуждают своих «козлов». Ей это реально надоело. Это как трясина, и надо найти из нее выход. Но где же найти ту, которая уже прошла такой путь? На ее призыв Вселенная ответила «ДА». Вселенная всегда нам отвечает «да».

Она собрала свои вещи и решила отправиться в поход. Наступили первые теплые летние деньки, но вся весна прошла так, как предыдущие дни. Надо ли говорить, что Маша не была опытным путешественником, еще и в таких условиях? Но ей необходимо было побыть одной.

Мужу было все равно. Ему она сказала, что уходит на несколько дней; он лишь пожал плечами и спросил, будет ли у него в это время еда. Это то, что **его интересовало в ней**. Ни куда она отправится, ни зачем – ему было не интересно. Детей Маша отправила к маме.

Перед принятием решения во сне она впервые увидела свою луноликую наставницу. Красивый благородный стан, вместо лица – луна, длинный шлейф волос переходил в ветви деревьев, в реки, в облака. Она сказала, что Маше нужно встретиться с собой.

Она сидела на вершине холма. Маша решилась пойти в свой поход. Минимум еды: фрукты и овощи. И вода. Такой минимум, чтобы что-то услышать и что-то понять, с кем-то

встретиться. Она тогда не знала, что пошла за голой верой. За интуицией. Нужно ли говорить, что она особо-то свою интуицию никогда не слышала?

Ближе к вечеру она стала сомневаться в принятом решении. Когда совы стали кричать «У-у-у-у-у», когда в лесу засмеялись шакалы, Маша немного стала трусить. Первые сутки прошли в наблюдении. Ничего особенного она не увидела и не услышала.

Маша не умела медитировать, у нее никогда не хватало терпения на это и не получалось. Будучи по натуре человеком деятельным, просто так сидеть, слушать и наблюдать казалось ей потерей времени.

И вот на вторые сутки, она перестала чего-то ждать и своим разумом просто постаралась раствориться в природе, в самом процессе, на зелененькой травке, наблюдая за легким летним ветерком, колышущимися им тонкими травинками.

Ничего подобного она раньше не делала. Маша была на дне и терять ей было нечего. Ее ничего не интересовало, у нее была полная депрессия. Ей не хотелось одеваться красиво, ухаживать за собой; она считала себя никчемной, некрасивой, не сексуальной. Глубокая неуверенность поселилась в ней.

Эта точка отчаяния стала спасительной для нее. Тогда она поняла, почему многие люди благодарят судьбу, когда приходят проблемы в их жизнь. Чтобы родилось что-то новое,

должно умереть старое.

Она посмотрела на землю: в ней зарыто множество семян, из которых на свет появятся побеги цветочков. «Знает ли семя, брошенное в землю, что оно умирает, чтобы возродиться вновь цветком?

Вряд ли, но ему холодно, темно и, возможно, страшно. Но проходит период темноты, который позже становится благословением, и семя перерождается цветком, более прекрасным и большим, чем ранее.

Выходит: чтобы большее выросло, меньшее должно умереть и должен произойти процесс трансформации через темноту, холод. Это нужно полюбить. И да, семечко-то не может что-либо поделаться, а человек может, но не деланием, а состоянием.

Маша почувствовала какое-то тепло. Она пошла за ним и на полянке услышала пение. Красивое женское пение, без слов – распевы приятных звуков. Маша увидела женщину, которая спокойно сидела у ручья, прислонившись к белой березке.

Она ее узнала: это была та самая луноликая красавица из ее сна; это было подобно чуду. Ждала ли Маша, что встретит ее, ждала ли она вообще кого-либо из людей или нимф? Нет. Нет, конечно. Никого не ждала. Она пыталась помочь самой себе, уйдя в лес, но вот такого подарка точно не ожидала и была безмерно счастлива.

Она понимала, что у нее очень красивое лицо, но не виде-

ла его. Словно именно для нее оно было закрыто луной. Маша не испугалась, а, наоборот, увидела что-то до боли родное в ней, словно та была ее давно забытая родственница, с которой они долго не виделись.

Таинственная женщина как ни в чем не бывало сказала:

– Я рада тебе! Последний раз ты меня видела в пять лет. Ты ведь давно готова по-настоящему к раскрытию своей женской силы? И ты ждала меня, верно?

– Да, – ответила Маша, выдохнув и сев рядом. – Я очень давно тебя ждала... – и слезы ручьем полились у Маши из глаз. – Я так устала, так устала быть сильной.

Она рыдала, рыдала навзрыд. Слезы градом текли из ее глаз. Маша рыдала о своей жизни, о неудачах, потому что она неудачница. Потому, что живет не той жизнью, о которой мечтала. Потому, что не видит пути. Потому, что впереди тупик и безысходность. Потому, что в свои тридцать с хвостиком она глубоко несчастна все такая же тупая дура.

Но больше всего она рыдала оттого, что наконец-то смогла расслабиться и выпустить все это наружу. Это были слезы радости и искупления. Слезы ребенка, который после долгой разлуки встретил свою маму. Слезы щенка, который потерялся и теперь нашелся любимыми хозяевами.

Луноликая сидела рядом и молчала, не успокаивала и ничего не говорила, куда-то смотрела вдаль, пока машины плечи вздрагивали и из нее выходила вся накопленная годами печаль. Казалось: она плакала несколько часов подряд. По-

том пришла усталость, плакать было больше нечем. Ей полегчало.

Она сказала:

– Вон ручеек. Пойди искупайся, а я буду ждать тебя на холме. Постой под ледяным водопадом, очисти себя, смой остатки боли.

Для Маши эти слова были китайской грамотой, она не понимала таких слов, как «очистись», «смыть боль». Но она последовала ее совету, скинула с себя одежду, оглянувшись предварительно, чтобы меня никто не видел, и зашла нагой в ледяной горный ручей.

Все тело приятно обожгли тысячи ледяных кусочков горной реки. Ее бросило в жар. Холод жег лишь в первое мгновение, потом приятное тепло разлилось по телу. Это тот момент, когда страшно лишь войти в воду, а потом – как по маслу.

Вода струилась по ее волосам, спине, ногам. Она, кажется, смывала всю накопившуюся эмоциональную грязь за годы жизни. Маша ощущала, как что-то темное и ненужное смывается с нее и уходит в бесконечно чистую реку. Она не видела, но ощущала это своим вторым вниманием.

Когда Маша почувствовала, что нужно выходить, на берегу она увидела роскошные одежды, махровое янтарное полотенце. Она обтерла им свое тело, и оно как-то засияло изнутри. Маша подпоясалась красным поясом и стала похожа на девушку из старых русских сказок.

Странно, но ее короткие редкие и перекрашенные волосы в один миг стали тяжелой русой косой, которая легла приятной тяжестью ей на плечо. Ее шероховатая, чуть обветренная кожа на руках и на лице стала в один миг бархатной, как персик. Маша восхитилась волшебству: «Ух ты! А это что за чудеса? Или мне это снится?»

– Вот это да... – задумчиво сказала моя наставница. – Это я слегка ускорила события. Когда ты наконец последуешь моим советам, внешняя красота будет раскрываться через твою внутреннюю начинку и трансформацию. Только так, а иначе – пустота.

Женщины, знаешь ли, существа чувствующие. Главное ты должна научиться быть в определенном состоянии. Из этого состояния ты мать, ты творец, ты женщина чувствующая, ты Вселенная.

Ты можешь творить все что угодно: машины, квартиры, дома, отношения, любовь. Все-все, что пожелаешь. И главное – ты одариваешь собой весь мир, всю Вселенную, все страны и города.

Когда ты в наполненном женской энергией состоянии, ты становишься творцом, источником для мужчин, детей, бизнеса. Мужчины, кстати, существа, берущие энергию от своих женщин. Если давать тебе нечего, то увы!

Отсюда и проблемы. Выход – наполняться и вновь переходить в женское состояние, в Инь. А пока ты в Ян, мужском состоянии. Это «пришел, увидел, победил». У женщин энер-

гия другая – Инь, она мягче, нежнее, женственнее.

Присмотрись к нашим телам: они нам в подсказку даются. Мужское тело крепкое, твердое и выпуклое там, где нужно. Женское – мягкое и вогнутое там, где требуется; округлое, словно созданное для плавности, мягкости.

Но женщины решили, что это несовременно, и почему-то стали вдруг умнее самой природы. Однако природу не обманешь и выходят такие женщины, которые стали не то баба, не то мужик.

Глава 4. Обиды – пожиратели энергии

– Ну, как ты себя ощущаешь после озера? – спросила она.

– Божественно свежо. Ты поможешь мне раскрыть мою женскую силу?

– А с чего ты решила, что я здесь именно для этого?

– Я не знаю...

– Конечно, помогу. Мы пойдем гораздо глубже, чем ты думаешь. Доверяй... – прозвучал ее голос в моей голове.

Ее слов я не слышала: слова звучали в моей голове. Мы общались с ней без произнесения слов ртом, просто я слышала ее слова у себя в голове и в голове же отвечала.

– Он способен гораздо на большее, чем ты думаешь о нем. Именно поэтому тебе дано меньше сил, именно поэтому ты иногда болеешь. Именно поэтому я допускаю, а точнее, ты допускаешь свое бессилие, ибо иначе до тебя достучаться невозможно.

– Твое бессилие дается тебе в назидание, как звоночек, чтобы ты увидела тут точку проблем, которые сама же и создаешь. Нет доверия у тебя ни к мужу, ни к людям, ни к Вселенной. Как результат – и к себе.

– Но я верю, я стараюсь...

– Внутри себя поверь, в этом он силу берет, в твоей вере

и его успех. Я про твоего мужчину. В себя верь, в твоей вере в него, в твоём внешнем и во внутреннем выражении веры берется его сила.

– Где ты берешь силу?

– Внутри себя и у Вселенной. Хотя, по сути, все есть одно. Камни, лес, трава, вода – все живое. Мы созданы из того же материала, из которого создана Вселенная. Во Вселенной запечатлена та информация, которая есть от начала веков. Сколько лет деревьям? А камням? А земле, по которой ты ходишь?

Камни сохраняют информацию. Они те же компьютеры, но природной силы. Та же информация есть и во всем, что есть вокруг и в тебе самой. Надо лишь научиться слышать и слушать ее.

Она запела:

– Я поля влюбленным постелю.

Я дышу, а значит, я люблю.

Я люблю, а значит, я живу...

И тихо так шепнула:

– Просто живи.

– Можно спросить?

– Да.

– Как реагировать на то, что тебе не нравится? На поступок, на слово в твой адрес?

– Нет ничего негативного – есть наша реакция. И та негативная эмоция, которая летит. Она станет еще сильнее,

умножится, если сольется с твоим негативом. Образуется такой негативный вихрь, а послевокусие будет из энергетического хвоста, сосущего из тебя энергию.

К нему ты еще будешь часто возвращаться **ФОКУСОМ ВНИМАНИЯ** и сливать энергию воедино. Другое дело, когда ты лишаешь эту мысль своего внимания, своего фокуса. Она лишь этим и может питаться.

У тебя всегда есть пространство выбора. Между поведением кого-либо, между мыслью и твоей же реакцией на это – это и есть пространство выбора. Никто не может его отнять. Это твое пространство свободы.

– Почему?

– Ответ прост: любовь. Да ответ на все вообще: любовь из глубины сердца! Ты же не испытываешь ненависть к ребенку, который топает ножкой и орет на тебя. А почему ты допускаешь такие мысли в отношении взрослого?

В тот момент, когда он так себя ведет, он в эмоциональном плане ребенок. Приходит тотальное понимание, что все едино; Бог или Вселенная смотрит на все через миллионы глаз людей и животных, но суть у всех одна.

Нет смысла обижаться, критиковать. Когда мы посылаем другому негативную вибрацию, сами ее же и ощущаем. Это, выходит, как двунаправленный меч.

Интересы мужчины и женщины часто не пересекаются; каждый играет в свою игру, превращая все это в предмет обмена, а не любви. Все мальчишки играют в войнушки и в по-

беду, а все девчонки – в куколки, в ожидания, когда их принц разбудит или спасет.

И так как интересы вообще не пересекаются и каждый больше думает о себе, чем о другом, многие пары так несчастны. Каждый говорит прежде: «А почему я? А что ты для меня сделал?» Причем не важно, какая ты, девочка или мальчик, тебе пять, двадцать пять или пятьдесят лет.

– А какое тогда же решение? – спросила я.

– Любовь без условий. Безусловная любовь. Искренняя, открытая. И да, при этом придется снять броню. Могут снова обидеть и ранить, но по-другому никак. По-другому вкуса жизни не почувствуешь.

– Что это?

– Это не «ты мне, а я тебе» (это торг, обмен, но не любовь), а «я просто хочу дарить радость, воодушевлять, готовить». Лично мне нравится сам процесс дарить любовь без ожиданий, уже в этом само волшебство. Принимай его по номинальной стоимости.

– Как это?

– Без желания переделать. Давай разберемся. Ты его любишь за что-то конкретное?

– Я не знаю...

– Вспомни. Что-то произошло между вами много лет тому назад? Возможно, вас покорили какие-то качества. Может, настойчивость? Или решимость? Какой-то штрих, который виден лишь влюбленным. Остальные этого качества или ка-

кой-то детали просто не видят. Это как чудо. А потом это забывается и ты думаешь: «Ну, вот тут доделаю и тут доделаю, слеплю под себя идеал». А нужен ли тебе идеал? «Воспитаю», – так и я когда-то думала. А оно не выходит, и либо тебе нужно меняться и принимать его таким, какой он есть, и из этой точки быть счастливой; из точки принятия себя, его и мира. Либо ходи умной и несчастной.

А если примешь, произойдут чудеса. Начнет меняться твое поведение, начнет меняться и он. Только из точки твоей безусловной любви и без желания все переделать под себя мир начинает меняться и трансформироваться. Только так.

Мужчина любит сначала глазами и ушами, но более всего невидимой аурой, энергией, которую ни он, ни она описать не могут, но прочувствовать – да. Либо есть тяга, либо нет. И все, точка. И мужчины жаждут от нас похвалы, признания своего мужества, своих заслуг. Восхищайся им. Один совет: мужчины еще более, чем мы, любят ушами.

Какие качества, поступки в нем тебе нравятся, восхищают или восхищали тебя когда-то? Говори об этом. Что он делает по дому, по работе, в семье? А, это такая мелочь, что даже нечего и говорить? А ты скажи и удивишься, что именно в похвале и в восхищении трамплин для его новых достижений. А не хвалишь, так и зачем стремиться? Он-то ради тебя и старался, а ты не замечала.

И я задумалась, и вспомнились детали, ситуации. Вот он дарит духи, а я не хотела такой подарок. Вот стринги. Я во-

обще была в бешенстве, а ведь могла и порадоваться. Вот и перестал дарить вовсе.

Не замечала мелочей, которые он делал, все принимала как естественное. А потом стала замечать: он все время меня просит оценить, что он сделал, даже в мелочах, а меня это раздражает. Лишь потом с послевкусием я поняла: он просил меня оценить его работу, а точнее, ждал одобрения.

Она продолжила и вывела меня из моих размышлений:
– Какова роль жены? Все мужчины по духу завоеватели. Абсолютно все, даже самые интроверты зажатые. Они ненавидят проигрывать и могут себя винить в этот момент. Что должна сделать жена, когда у него не получилось? Еще больше гвоздей забить? Или похвалить, возвысить, утешить, приободрить? «Я верю: у тебя получится, ты сможешь», – это все. Совет с инструкцией, как это он должен сделать, это совет по мужскому типу. Советовать нужно по-женски. «Я верю в тебя» и точка. Ты разберешься. Пусть сам найдет путь, решение. Без советов, без нравоучений.

А так ли мы делаем? Часто это долго-долго запертая женская эмоция, которая мусолится недовольством, которая потом выскакивает, как из лопнувшего шарика, потоком язвительности, недовольства и упреков. Разве это похоже на приободрение и похвалу?

Я знаю это умом, но бывает скатываюсь и сама в пучину упреков. Я живой человек и далеко не идеальна. К этому и не стремлюсь. Я просто научилась максимально прямо

и сразу говорить то, что меня не устраивает. Без обвинений. Я постепенно научилась хвалить и одобрять; училась прямо по шагам, ибо поняла, что упрекать мы умеем, безусловно. Прямо по родовой программе от матери к дочери, а вот хвалить и воодушевлять – этому нужно учиться, прямо как первокласснице...

Я хочу тебе кое-что показать.

И мы вновь закружились в какой-то сказочной воронке, словно попали в параллельную реальность. Я посмотрела на что-то свысока, словно мгновенно оказалась высоко в небе. И под нами что-то было. Я старалась разглядеть сквозь проволоку розово-голубого тумана.

– Посмотри на это. Что ты видишь?

Это была дорога, путь, но в виде отрезка, как если бы я сверху смотрела на школьную линейку с цифрами. От нуля и далее, выше и выше, а после восьмидесяти цифры размыты. От начала линейки и от конца идут разветвления, словно деревья, паутинка или вены. Они становятся шире и шире, а потом они становятся полупрозрачными и словно соединенными с воздухом.

– Что тебе это напоминает?

Я задумалась. Ответ пришел сразу:

– Это моя жизнь, верно? Цифры на линейке – годы. А что это за разветвления?

– Начинаясь и оканчиваясь, она по сути не начинается и не оканчивается. Ты видишь одновременно и настоящее

и будущее; будущее немного закрыто, но оно уже есть, это определено. Ну вот представь: ты смотришь на муравья, который ползет по линейке. Ты смотришь на него сверху, ты видишь все одновременно, сразу, так? Это значит, что прошлое, настоящее и будущее существуют одновременно. Но это невозможно. Это противоречит законам природы. Не все законы мироустройства правильно поняты и открыты.

– А что за ветви такие?

– Это твои предки; корни с одной стороны, потомки – с другой.

– О, как их много! И они все берут начало у бесконечной Вселенной?

– Да, как и все живое на этой планете. Все создано из бесконечной Вселенной, все могут брать информацию от нее и материализовывать желаемое. А женщины – особенно.

– Но ведь прошлого не изменишь, а на будущее ты не повлияешь.

– Ты сможешь отправиться во времени по своей жизни, но доступ есть только к прошлому, и в прошлом ты влияешь на свои мысли, на понимание ситуаций. Ты излечиваешь и выравниваешь старые изломы судьбы, которые и повлияют на твое будущее. Ты можешь выровнять и изломы твоих предков, ведь если где-то есть узлы и обиды, то перекрывается поток к бесконечному источнику.

– Но я не смогу отправиться в будущее.

– Да, в будущее ты отправиться не можешь, но ты его мо-

жешь создать, спроецировать. И ты можешь обратиться к себе в будущем. К той, которая тебя теперь видит и слышит.

Так же как ты сейчас можешь посмотреть на свое прошлое. Так же ты прямо сейчас, но в будущем, слышишь уже нынешнюю себя. Твое настоящее определено твоими прошлыми выборами. Соответственно, настоящее и будущее ты можешь скорректировать, окунувшись в изломы прошлого.

Выровняй их, и ты будешь влиять на настоящее, тем самым ты сможешь скорректировать свое настоящее. Все очень просто: прошлое создает убеждения в твоей голове и, буквально как энергопаразит, высасывает энергию фокусом внимания из настоящего.

Когда ты пересматриваешь прошлые ситуации, ты корректируешь изломы судьбы, ты забираешь у прошлых негативных историй энергию; а энергия – это пища для эмоций. Перестаешь их питать, и они уходят, а ты освобождаешься. Вот так, пересматривая прошлое, ты меняешь настоящее, а значит и будущее.

Веточки. В начале твоей жизни две ветви: мать и отец; а остальные – предки. Это сейчас корни твоего дерева, рода. А с другой стороны – веточки вверх – твои потомки. Ты сейчас являешься стволом своего дерева Рода, центром, очень важным центром для получения и передачи навыков информации потока энергии. Не только для себя, но и для всего вокруг, для будущих поколений.

Ты можешь получать энергию от всех своих прародите-

лей, от Вселенной, от всего живого. Давай пойдем еще глубже и я тебе кое-что покажу. Сейчас мы поднимемся еще выше, в высшие измерения. Посмотрим на всех людей, а потом на тебя, и ты кое-что поймешь.

Глава 5. Женщины двух категорий

Мы стали совсем невесомыми, наши тела поднялись высоко-высоко в небо, точнее, не сами тела, а наши энергетические оболочки. Но мои ощущения, моя суть были в этой невидимой субстанции. Это был полет.

– Сейчас ты увидишь все так, как видит нас природа, как видит нас Вселенная. Ты поймешь, почему одни женщины счастливее других. Вначале ты увидишь женщин так, как видят их все люди. А потом так, как видит их энерго-информационная система, природа, и мир вокруг.

Она вновь обратилась ко мне:

– Что ты видишь?

– Я вижу разных женщин разных возрастов, в разной одежде, худых и полных, высоких и низких. Каждая занимается своим делом. Они разные. Вот девушка переходит улицу, красивая такая: на каблуках, в короткой юбочке, с прической. Наверняка она очень счастлива.

А вот женщина на новеньком «Порше». Наверное, не обделена вниманием: губки, фигурка – все как надо. А вот весьма обыкновенная женщина, ничего не вижу в ней особенного; она идет с мужем за руку.

А вот женщина с ребенком играет в песочнице, тоже выглядит вроде счастливо. Я ничего особенного не видела, все они разные. Кто-то улыбается, кто-то плачет, кто-то идет

один, а кто-то с женщиной, семьей. Кто-то в делах по работе, а кто-то прогуливается.

— А теперь расфокусируй взгляд и попробуй увидеть словно вторым зрением, не от логики, не от внешнего. Доверься чувству. Что ты видишь на самом деле, что ты чувствуешь? Увидь глазами Вселенной. Что ты видишь?

Я застыла. Закрыв глаза, я попробовала убрать ум, анализ. Доверилась интуиции. Я посмотрела на них по-другому, через чувства, словно я спросила себя: «Кто они на самом деле? Что я вижу?» И это был квантовый скачок. Интересное зрелище. Это как в фильме ужасов, словно с них я сняла личину, маску. Увидела, как они на самом деле выглядят.

Я увидела: от некоторых шел лучезарный, приятный свет, а от других веяло холодом. Воронка такая, дыра вокруг них — не хочется приближаться. И вот те, кто казался на вид красоткой, оказывается, с дырой внутри. Я пригляделась: и то не улыбка была, а словно оскал дежурный. Я заглянула в глаза глубже и увидела дикую печаль и одиночество. Оказалось, на Порше ехала совершенно несчастная женщина, а та что казалась простушкой, была очень богата вниманием, заботой и любовью, она словно светилась счастьем.

— Вот, значит, как нас видят мужчины?

— Да. И скорее, чувствуют.

— Отчего такая печаль?

— У этих же женщин внизу живота, там, где у нас матка, холодный синий цвет и черная дыра как воронка. А ведь

матка – это наш женский центр и мы там создаем энергию, ею же и делимся со всем миром. Но если там энергетическая пустота и дыра, то чем делиться? О, это ужасное зрелище: такая красавица на вид, длинноногая блондинка, а в животе дыра. Что она делает?

Она тянется к мужчинам, ей они нужны, чтобы эту дыру закрыть, но мужчины шарахаются так, словно они видят ее, эту дыру. Она ищет мужчину из-за состояния дефицита, а не изобилия. И это проблема.

Я видела сотни и тысячи таких женщин по всему свету. И таких очень много среди женщин в правительстве, руководстве. А в голове у них пульсирующая точка. Эти женщины были немного суетливы, быстры. Некоторые из них много говорили на повышенных тонах. Некоторые были одеты очень по-женски, даже кукольно; часто у них были нарощенные ресницы, груди, попы.

Фигуры были у всех разные. У некоторых весьма женственные формы, у других ближе к мужской фигуре. Они были очень разные, но все были схожи по дыре, которая зияла внизу живота. И именно эта дыра на энергетическом уровне показывала, что внизу у них узко, как у мужчин, а сверху широко. И серо-черная аура повисла вокруг них. При этом они с удовольствием друг с другом общались, часто в обсуждении мужчин обменивались этой зияющей пустотой. В результате она становилась у каждой еще больше, увеличивая свою силу.

Им казалось, что они менялись энергией и заряжались друг от друга. На самом же деле эта воронка у каждой питалась негативной энергией другого, становясь еще больше. Ее же хозяйка была энергетическим паразитом, она думала, что ей полегчает после болтовни с подругой, но через какое-то время эта дыра требовала вновь прокормиться негативом; хозяйка впадала в уныние, в состояние сосущей дыры, что просто эмоционально убивало ее.

Что ты видишь?

– Я вижу, что они обмениваются несчастьем друг друга, делятся им, и им кажется, что становится легче. На самом же деле они усиливают боль друг друга, подпитывая ее. Происходит такой слив энергии, словно шлюз открывается и идет слив, а потом эта пустота становится еще больше, еще шире.

– Хорошо. Что ты еще видишь?

Я увидела других женщин. Они резко отличались от женщин первой категории. Внизу живота у них был сосуд словно чаша, но бездонная. В этой чаше была тягучая энергия золотого цвета; от них исходило сияние. Этим сиянием светилось все энергетическое тело таких женщин.

Энергетическое тело имело форму яйца и было вокруг этих женщин на расстоянии вытянутой руки. Энергия у них пульсировала внизу живота. А сзади лопаток, на расстоянии руки, также виднелся светящийся шарик.

Еще было видно по всему их телу двенадцать светящихся пучков в форме креста. Через все тело и через матку, где был

центр, шел в центр земли и ярко-ярко светился энергетический канал. Другой же поток шел вверх. Он был едва заметен и выглядел как что-то из воздуха или облака.

Видно было, что они откуда-то черпают свою энергию, что они с чем-то связаны. Они как-то легко шли по земле, словно чуть-чуть парили, как птички, ворковали и успевали много всего.

Окружающие тянулись к ним. Вот мужчина помогает dame донести сумки, проходя мимо сияющей красавицы. Вот происходит знакомство. Вот женщина посылает во Вселенную свою картинку желаемого – и тут же ключи от новенького автомобиля.

Я захлопала в ладоши.

– Да они прям волшебницы, что ли?

При этом я видела женщин также разных сословий: были тут и успешные женщины, но они были другие. Если в первой категории женщины пахали, как лошади, то во второй они все делали играючи, легко. И тут же я видела женщин первой категории. У них вместо сияющего шара внутри груди был щит. Они защищали себя и от боли, и от любви, и от ощущений.

Вторые же были открыты, как дети. Было видно, что они счастливы и находятся на своем месте. Они как бы плыли по жизни, шли не мягкой походкой, по-королевски, а одновременно достойно и не горделиво. С любовью ко всему и всем, включая в первую очередь себя.

Когда они шли по улице, каждая травинка тянулась им в след.

– И что же это? – спросила я, – Расскажи мне теперь, как стать такой, как эти женщины, которых ты мне показала вторыми? Я хочу быть такой же наполненной, с таким же лучезарным светом изнутри.

– «И какая я сейчас?» спросишь ты. Может, лучше тебе пока и не знать. Но есть хорошая новость: от природы в тебе все заложено. Тебе лишь нужна наставница, которая поведет за руку и поможет раскрыть эту внутреннюю женскую силу. Она в тебе есть, просто закрыта пока обидами, прошлым и разным мусором, что идет от ума и от опыта. Все это мешает и создает дыру.

– Что значит быть наполненной? Кто эти две категории женщин? – я не унималась, у меня был миллион вопросов.

Мы вновь опустились в свои физические тела как в домик. Ощущалось это так, словно мы управляем своими телами, словно находимся в скафандре. В тот миг я четко осознала, что мы не наши тела, а на самом деле лишь управляем ими.

Я проголодалась. Она угостила меня яблоком. Я стала грызть его большими кусками, разбрызгивая слюной.

Она глядя на меня сказала:

– Женщина не ест – она вкушает. По чуть-чуть, как птичка. Она не ест – она поклевывает понемногу. Так, чтобы у других это вызывало желание. Женственность – это особое состояние, внутреннее. Это важнее и главнее, это образует

твою суть, твои манеры изменяться постепенно.

Голова выпрямится, плечики расправятся. Ты будешь говорить медленнее, не будешь суегишья, как бы все смакуя. Женственность состоит из внутреннего и внешнего. Внутреннее – это ощущение, чувствование. Внешнее – это манеры, голос, поведение. С внутренним мы работаем через практики, через ощущения. С внешним – через понимание, через разум. Итак, Все просто.

Глава 6. Женская энергия

– И в мужчине, и в женщине есть мужская и женская энергия. Дело в пропорции. У женщины должно быть не более 20—30% мужской энергии. Мужская энергия проявляется в действии, женская – в спокойствии, в гармонии. Мир женщины – это горизонталь, мужчины – вертикаль.

– Нужна ли женщине мужская энергия?

– Конечно, иногда нужна, но, чтобы был баланс, она должна наблюдать. Если день прошел с уклоном в мужской полюс: переговоры, деловые встречи, вождение автомобиля, то вечером или на следующий день нужно провести больше времени в женском полюсе: не спешить, отдохнуть, провести время в горизонтальном положении. Может, с книгой, с принятием ванны, с подарком.

Когда женщина не обращает на это внимание и изо дня в день пашет и пашет, без подарков, радостей и без баланса, то сначала начинает щемить сердце – появляется утечка, потом – дыра.

Женщине нужно чаще находиться в женском полюсе, в женских энергиях. В наполненном женской энергией состоянии. Это состояние полу-Нирваны, принятия, гармонии, ощущения любви ко всему и вся, когда тебе хочется давать, творить, когда ты почему-то всех любишь.

Это женское состояние. Именно это ты видишь у женщин,

у которых внизу наполненная чаша. В ней – бесконечный источник энергии. Но об этом состоянии нужно заботиться. Очищение, практики. Нужно держать свой сосуд наполненным и чистым. Иначе легко получить трещины и опустошение.

– А у кого дыра?

– Каждая девочка от природы должна быть в наполненном состоянии, это ее дар от природы. Когда она в таком состоянии, все вокруг свершается: происходят истинные чудеса, она становится источником вдохновения, музой для семьи, детей. Все к ней слетаются, как пчелки на мед. В состоянии переполненности ее энергия льется из чакры любви в центре груди и окутывает все вокруг. Такая женщина просто не может быть злой, истеричной или язвительной. Она все может трансформировать в любовь. Ее ничто не может обидеть или ранить, потому что она не входит в такие состояния. Но что происходит у многих в жизни?

Скорее всего, в детстве девочку обидели в первый раз. У нее образовались энергетическая трещина, недоверие к миру, мужчинам. «Я сама, я справлюсь». Потом в школе, потом несчастная первая любовь, мужчины, которые где-то подвели, а где-то понадеялась.

Обиды на мужчин, часто на родителей, старые сексуальные связи. Женщина каждого партнера пропускает через чакру любви, и поэтому он остается надолго в ее сердце, откуда она берет энергию. Все это образует трещину в женской

чаще, через которую энергия и утекает.

Кроме того, у нее энергетические хвосты, которым она отдает остатки энергии и в результате истощается по-женски. Там, где у нее должно быть полно, становится сначала пусто, а потом появляется дыра. Затем такие женщины переходят в мужской полюс. Эти женщины – «Я сама». Женщины, которые не доверяют миру мужчин, которые знают, что, если не сделает она сама, не сделает никто.

Они начинают думать по-мужски: больше логики, меньше эмоций. Да, они часто поднимаются по карьере, но ценой женского счастья. Они могут быть руководителями, правителями мира, но финансы к ним приходят сложно. Работают усилием, по-мужски, не по-женски, играючи легко и с удовольствием.

Глубоко в душе такие женщины несчастны и кто-то явно глубоко засунул нереализованное желание спрятаться за надежным плечом. Такие женщины говорят: «Я сильная», – и они этим гордятся и говорят, что мужики нынче слабые стали, не понимая при этом, что слабый мужик слаб именно рядом с ней, а не в принципе.

– А что-то можно изменить?

– Конечно. Когда женщина доходит до дна, она начинает понимать, что дело не в ком-то, а исключительно в ней. Кто-то уезжает в Индию в поисках прозрения, кто-то уходит в практики, кто-то меняет профессию. А кто-то в более спокойном темпе идет учиться в Академию Женственно-

сти, благодаря которой постепенно происходят изменения. И этому не поздно научиться никогда, даже если тебе кажется, что мужчина не нужен.

Научиться быть женственной важно для самой себя. Это примерно как переплыть океан на лодочке или на корабле с попутным ветром. Каждая женщина – капитан своей судьбы, но нужно научиться ловить попутный ветер. Но есть те, кто не понимает причину, и они ходят всю жизнь в окнах, которые закрывают истину от них, и ищут успокоения в выпивке, сплетнях, в общем, ищут то, что сможет заполнить их дыру, а это нереально. Пустоту заполнить невозможно.

Они ищут плеча, а плечи шарахаются. Постепенно они уходят в точку, когда говорят: «Не хочу вообще ничего». Из любого состояния и в любом возрасте можно вернуться в женский поток, но должны родиться хоть малюсенькое желание и маленькая вера. Зернышко веры весит больше, чем килограмм желаний.

– И что же делать?

– Ответ прост:

– Понять, где ты находишься, в каком состоянии, в мужском или в женском.

– Убрать причину утечки энергии.

– Научиться пребывать в женском полюсе.

– Раскрыть все состояние, все грани женственности.

И, вуаля, жить счастливо.

– И где этому учат?

– В Академии Женственности. А тебя я буду учить лично. Если ты, конечно, готова.

– Готова, готова, еще как готова!

– Хорошо, но давай кое-что с тобой обговорим и сделаем определенный ритуал.

Практика Якорения и Скоморохов.

Выбери любой камень «я». Говори, носи его с собой, либо храни дома. «Я буду все выполнять, даже если не пойму для чего мне это нужно. А в момент сомнений я скажу: „Я выбираю раскрыть свою женственность, свою внутреннюю силу, которая мне дается по праву того, что я родилась женщиной. Я хочу этого, и это интересно и весело. Ха-ха-ха-ха!“».

– Странный какой-то ритуал.

– Да, странный, но рабочий. Может показаться, что все это ерунда. Возьми тогда свой волшебный камень и проведи ритуал. Причем произноси «ха-ха-ха» до тех пор пока не засмеешься. Ты не сможешь всерьез долго говорить «ха-ха-ха». Обязательно наступит смех, что нам и нужно. Смех – это часть твоего ежедневного рациона.

Глава 7. Три кита наполненности: благодарность, принятие, радость

– Смотри, моя дорогая. Очень важно правильно встретить день. Первое, научиться быть благодарной за все всему. Энергия благодарности творит чудеса. Каждый день первая

мысль по пробуждении должна быть такой: «Я благодарна». И перечисляй мысленно за что. Можно под музыку, можно записать свои слова на диктофон, так как утром ты забываешь, за что ты благодарна. Говори до тех пор, пока не ощутишь умиление от того, что есть.

Второе, принятие ситуации, которая есть. Принятие себя, мужа. С этим мы будем работать. Именно из точки принятия и благодарности может родиться что-то прекрасное и новое, а не из состояния дефицита. Принятие рождается через прощение себя, через любовь к себе, через простое повторение слов «я принимаю себя полностью, без остатка, принимаю любой». И рано или поздно ты поверишь в это.

Третье, радость. Как быстро ощутить радость? Вот этот ритуал с «ха-ха-ха». Это ритуал скоморохов, он работает. Просто попробуй смеяться даже тогда, когда тебе не смешно. Говори «ха-ха-ха», и, не пройдет и минуты, как ты обхохочешься. Смех дает состояние радости.

В школе женственности мы проходим метод «Ключ» и синхронизируемся с телом через движения. Такие, как в детстве: покачивания, словно руки плети – так мы тоже приходим сначала в нулевое состояние, затем – в радость.

Радость дает и награду себе. Все любят подарки, твоя женщина внутри – очень. Дари ей три маленьких радости в день. Каждое утро спрашивай: «Что тебя сегодня порадует?» Это могут быть мелочи.

Начни радовать себя как другого самого близкого чело-

века, и все это даст состояние благодати, наполненности, и, конечно, ты будешь на 100% в женском состоянии, и твое сердце будет ликовать. Из него польется любовь, которой ты поделиться с другими просто так, без повода.

– Как просто звучит.

– Все гениальные вещи по-настоящему просты. Сложность в том, что все это нужно будет делать, а главное ощущать регулярно, пока твое тело, душа и разум не начнут играть синхронно. Это состояние называется цельностью, осознанностью и наполненностью.

У людей же часто душа хочет одного, тело – другого, а разум – третьего. Нужно все привести к одному. Главный тут – душа. Эмоции, разум, тело очень важны, но когда эмоции или разум главенствуют у человека, он поступает не по сердцу. От этого эмоции начинают главенствовать над ним и человек становится неуправляем, его несет; сначала дисбаланс во внутреннем мире, а потом и в теле, и во внешнем мире. Нужно вновь привести себя к цельности, к единству, и все нормализуется.

Процесс небыстрый, но интересный. Где-то важна системность, где-то преданность, где-то даже сила воли, но через «хочу» и «выбираю», а не через «надо». Через пряники и награды себе, а не через наказание. Через отдых, подарки и поощрения. И по чуть-чуть.

Глава 8. Очищение

– А теперь давай ближе рассмотрим твое энергетическое тело, – и я увидела свои места силы (криницы силы в своем теле).

Они были выделены разными цветами, но более всех выделялся низ живота, в районе матки, и там была зияющая воронка.

– Что это?

– Это твое нынешнее состояние.

– Да, очень похоже. Опустошение. Именно так я и чувствую тяжесть – все тяну на себе...

Мы сидели в лесу, на травке, и тут она взяла меня за руки, и мы моментально оказались в совершенно другом месте. Это был спа-салон. Мы зашли в раздевалку.

Я спросила:

– Куда мы прибыли?

– Я решила, что лучшего места для данной практики не найти. Очищая душу, очистим и тело. Раздевайся.

Я разделась, укуталась в белую простынь, и меня уложили на каменный стол, на котором несколько рук стали натирать мое тело довольно жесткой щеткой, с пеной. Я представляла, как через мои поры уходит вся усталость, было немного больно. Потом приступили к массажу; были нагреты какие-то камни. Мое тело натерли маслом и горячими камнями.

ми стали растирать его. На какое-то время мое тело улетело, и я пребывала в полной неге. Моей наставнице рядом делали те же процедуры.

– Вот так, – говорит она, – ощущает себя твоя душа, когда ты наполнена. Ей хорошо, комфортно. Вот так умиротворенно ты должна ощущать себя практически постоянно. Из этого состояния совершаются чудеса.

Когда мы сидели то ли на диване, то ли на кровати, на белых мягких подушках, на открытой террасе, рязмякшие и довольные, и наблюдали за морским прибоем, мы приступили к практике исцеления заломов.

– Ну что, моя дорогая, ты готова отправиться в прошлое для исцеления заломов судьбы и устранения первой утечки женской энергии?

– Готова! – собрав себя, сказала я. – Мне кажется, я готова объять весь мир, – сказала я наставнице. – Я ощущаю себя счастливой.

– Это то состояние, которое ты должна испытывать постоянно.

– Да, но я же не могу каждый день ходить на спа-процедуры, так?

– А в этом и нет необходимости. Состояние наполненности, цельности происходит не обязательно от чьего-либо внешнего воздействия или от физических ощущений. Это твое внутреннее состояние, и оно главное всего. Запомни: женственность на первом месте ощущения (когда ты сама

наполнена и из этой точки готова осчастливить весь мир), а потом уже манеры, поведение, внешность, голос.

– Да, но бывает вот так проснешься с утра и уже почему-то несчастна, и все плохо, и страхи наваливают и отчаяние, и все кажется плохим.

– Да, это энергосущности начинают тянуть на себя энергию. Это не ты, а твои страхи. Именно поэтому важно их проработать, отпустить и утром, для профилактики, каждый день вставать пораньше и делать практику наполнения и благодарности.

Наставница продолжила:

– Когда-то я просыпалась, как все. Просыпалась в девять утра, в восемь или в семь, если нужно идти на работу. Дальше шли обычные дела, завтрак семье и прочее. В результате я ощущала себя разбитой уже с утра. Муж обычно включал телевизор. Сыну готовила кашу, мужу – блины. О себе любимой подумать было некогда вообще.

В результате я была разбитой. В один момент я решила это изменить и стала просыпаться раньше. Сначала на час, потом на два. Со временем я поняла, что мне для моих практик нужно около двух часов утром.

Сначала в постели я слушаю медитацию благодарности и наполнения, бужу ум, напоминаю ему, что я просыпаюсь в радости и благодарности – он забывает – потом зарядку. Поглаживаю ноги, живот, голову – бужу свое тело нежными прикосновениями, разгоняю кровь. Затем иду гулять. Мне

важно успеть к рассвету и услышать пение птичек, увидеть процесс пробуждения природы. Он удивителен! Потом сижу еще где-то полчаса или минут пятнадцать в позе лотоса, просто созерцая природу.

Иногда слушаю аудиокниги. Я делаю это, чтобы привести себя в состояние радости и благодати, напомнить самой себе, что я благодарна, что я счастлива просто так, потому что я есть.

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.