

ФИЛИПП ЛИТВИНЕНКО



АЛЬФА ЖЕНЩИНА

КАК СТАТЬ ЖЕНЩИНОЙ,
РАДИ КОТОРОЙ МУЖЧИНЫ
ГОТОВЫ НА ВСЕ

Филипп Литвиненко
Альфа-женщина. Как стать
женщиной, ради которой
мужчины готовы на все
Серия «Звезда соцсети.
Подарочное издание»

текст предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=64652941

*Альфа-женщина. Как стать женщиной, ради которой мужчины
готовы на все: Издательство АСТ; Москва; 2021
ISBN 978-5-17-135434-3*

Аннотация

Филипп Литвиненко — известный эксперт в области психологии отношений, нейропсихолог, нейрокоуч, член международной ассоциации коучей. Автор и создатель уникальной системы “Альфа-женщина”, основатель и главный тренер проекта “Альфа-женщина”. Стал известным благодаря своим популярным обучающим видео для женщин на своем YouTube канале.

Есть женщины, ради которых мужчины готовы на все. И есть женщины, ради которых мужчина не может подняться даже с дивана.

Есть женщины, которые легко притягивают достойных мужчин, строят счастливые отношения и чувствуют себя как за каменной стеной. А есть женщины, которые, тащат все на себе, их отношения не развиваются как им хочется, они живут в постоянном стрессе как на пороховой бочке.

Что же на самом деле отличает одних от других? И как перейти из второй категории женщин в первую и стать “Альфа-женщиной”?

Содержание

Введение	6
Кто такая Альфа-женщина	15
«Обычная» женщина	19
«Продвинутая» женщина	26
Конец ознакомительного фрагмента.	45

Филипп Литвиненко

**Альфа-женщина. Как стать
женщиной, ради которой
мужчины готовы на все**

© Литвиненко Ф., текст

© ООО «Издательство АСТ»

*** * ***

Введение

Каждая женщина хочет быть счастливой! Вы все разные, и каждая вкладывает в понятие «счастье» какой-то свой особенный смысл. Вам нравится рисовать яркие картины своей идеальной жизни: кто-то видит себя замужней женщиной, которая занимается домом и воспитанием детей, а кто-то не представляет своего счастья без карьеры или профессиональной реализации. И большинство женщин готовы отдать многое ради своего счастья: драгоценное время, деньги – вложить огромные усилия, иногда даже чем-то пожертвовать! Но далеко не каждая из тех, кто уже это сделал, может похвастаться тем, что чувствует себя по-настоящему счастливой...

Какой бы ни была картина вашего счастливого будущего, надо признать, что ни одна женщина не сможет быть по-настоящему счастливой без любимого мужчины и гармоничных отношений с ним. Отношений, в которых вы чувствуете себя любимой, желанной и единственной, в которых вы получаете поддержку и защиту, которые дают вам энергию и наполняют вашу жизнь особым смыслом.

Сегодня у женщин есть невероятные возможности: покорять мир, занимать высокие должности, открывать свой бизнес, развиваться и совершенствоваться в любых сферах жизни. И вы в этом достигаете определенных высот, но, к сожа-

лению, немногие из вас могут похвастаться тем, как устроена их личная жизнь. Мне печально видеть прекрасных интересных женщин, которые, на первый взгляд, выглядят счастливыми и реализованными, но на самом деле, если заглянуть глубже, совершенно не чувствуют себя такими...

Одних женщин переполняет чувство одиночества, несмотря на огромное количество поклонников, желающих провести с ними время. Другие не чувствуют себя любимыми в отношениях со своими мужчинами, из-за чего падает их самооценка и уверенность в себе как в женщине. Многих мужчины обманывали, предавали или использовали в своих целях, и единственное, что теперь эти женщины чувствуют – это недоверие и страх новых отношений. Разве можно в таком случае быть счастливой?

Быть может, и вы сейчас переживаете не самые простые времена в вашей личной жизни и постоянно ищете ответ на вопрос: «Что я делаю не так?». Ведь есть женщины, у которых все получается легко. Они удачно выходят замуж, рожают детей, имеют прекрасные отношения с мужьями, у них хватает времени на то, чтобы заниматься собой и своим любимым делом и они чувствуют себя счастливыми. Чем же они отличаются от тех женщин, которые постоянно испытывают проблемы в отношениях? В чем их секрет: в везении, в труде или в карме?

В поиске ответов вы изучаете все, что только можете най-

ти в интернете, читаете всевозможные популярные статьи и книги, некоторые из вас даже глубоко погружаются в различные психологические направления. Вам кажется, что вы уже все знаете, а значит должны уже что-то иметь! **Но как правило, после таких поисков ваш багаж знаний больше напоминает гараж, в котором хранятся детали от совершенно разной техники: крылья от самолета, двигатель из машины, колеса от самоката и шестеренки из миксера. Вы пытаетесь собрать из этих деталей машину и помчаться на ней к своему счастью, но собрать что-либо из этих деталей невозможно – каждый раз возникают лишь новые и новые вопросы...**

Я много лет плотно занимался индивидуальным консультированием женщин, помогал им улучшать их отношения, спасать семьи, знакомиться с мужчинами и делать правильный выбор. Это были совершенно разные женщины: красивые, умные, постарше и помоложе, бухгалтеры и врачи, бизнес-леди и карьеристки, с детьми и без детей. Каждая из них в какой-то степени состоялась финансово и могла самостоятельно себя содержать. Но в личной жизни всегда был бардак: периодические случайные связи без продолжения или же полное отсутствие каких-либо отношений на протяжении многих лет, «зависимые отношения», приносящие много проблем, или уже «мертвые отношения», в которых не осталось ни чувств ни уважения друг к другу.

Я также часто встречал таких женщин, которым завидова-

ли окружающие, думая, что у них есть все: деньги, достойное окружение, огромное количество поклонников. Но не смотря на все это у подобного плана женщины не было нормальных отношений, она всю жизнь рассчитывала только на саму себя, ведь рядом с ней никогда не было надежного мужчины, которому она могла бы доверять, с которым могла бы расслабиться и почувствовать себя настоящей женщиной. Несмотря на успех, деньги, связи, она все равно каждый вечер засыпала в одиночестве. Или же если не в одиночестве, то в компании мужчины, который совершенно ей не подходит, который пользуется ее ресурсами и сидит на ее шее. Мужчины без особых амбиций, которого даже не за что уважать. Да, с ним хороший секс, но вероятно это единственное, на что он способен.

И вот что показала вся моя многолетняя практика – **качество ваших отношений напрямую влияет на качество вашей жизни**. Просто вспомните, с каким настроением вы сегодня проснулись утром? Оно было замечательным или не очень? Что повлияло на ваше настроение? Какие события? Как часто в вашей жизни случается так, что какие-то проблемы в отношениях с любимым мужчиной, даже с друзьями или с сотрудниками по работе влияли на все ваше состояние в течение дня? Скажем, у вас с утра было все прекрасно, но конфликт с мужчиной все испортил и теперь весь день у вас раздражение, злость или обида. Или вас разочаровало очередное неудачное свидание, или мужчина, который вам

сильно нравился, так и не написал и не позвонил вам, или же вы узнали об измене любимого мужчины и теперь не знаете, как с этим дальше жить. Проблемы с мужчинами и неудовлетворенность в отношениях истощают вас энергетически и не дают вам в полной мере наслаждаться своей жизнью. Женщины с такими проблемами рано стареют и много болеют, потому что весь внутренний ресурс уходит на стресс в «больных» отношениях, на конфликты, претензии, обиды. Такие отношения не являются источником энергии. Женщина много отдает, но ничего не получает взамен и к 30-ти годам она уже выглядит на все 40.

В тоже время женщина, в отношениях которой присутствует гармония и любовь, просыпается утром в хорошем настроении, делает завтрак любимому мужчине, наполненная и счастливая едет на любимую работу, где вдохновенно трудится, а вечер проводит за романтическим ужином со своими близкими. Ее голова не болит от тяжести беспокойных мыслей, сомнений, подозрений, она доверяет своему мужчине и уверена в его верности и любви к ней. Ее не тревожат типичные проблемы в отношениях, которые забирают энергию и внимание, поэтому у нее есть огромный ресурс для того, чтобы заниматься собой и наслаждаться своей жизнью в полной мере. Она любит, ценит и уважает своего мужчину, она восхищается его достижениями, а он в свою очередь считает ее самой лучшей женщиной в мире. Она спокойна, сбалансирована, уверена в себе. И такие женщины не старе-

ют никогда и способны составить конкуренцию многим молодым девушкам, потому что даже в свои 40 выглядят на 20.

Таких женщин я называю «Альфа-женщинами». У них прекрасные отношения, достойный мужчина и высокое качество жизни. И именно об этих женщинах и о том, как ею стать и пойдет речь в этой книге.

Идея написать об Альфа-женщине появилась уже после того, как я запустил множество обучающих программ в интернете для женщин по отношениям. Я подумал: «Ведь не все же ищут ответы в интернете, есть же и те женщины, которые ищут ответы в книгах». Моя цель помочь каждой женщине раскрыться и найти себя, получить знания о мужской психологии, чтобы строить гармоничные отношения и быть счастливой.

Вам может показаться, что все это описание похоже на сказку и такого не бывает, чтобы в отношениях все было настолько идеально. Но так бывает! Я даже больше скажу, к нам в программы приходят женщины, у которых все очень плохо, которые разочарованы в мужчинах, которым много раз делали больно, чей брак находится на грани развода. И в их жизни все меняется, потому что они получают бесценные знания, собранные в систему. Эту систему я создал именно из индивидуальной работы с женщинами. В какой-то момент я просто понял, что женщины разные, а проблемы у них одни и те же. Так почему бы не сделать систему, в которой есть все необходимое, чтобы разобраться в своих проблемах? Ведь

так можно помочь гораздо большему количеству женщин, чем консультируя каждую индивидуально.

Итак, именно эту систему, как стать Альфа-женщиной, я и буду описывать на страницах этой книги и моя цель – помочь каждой женщине, которая ее прочтет. Если вы свободная женщина, которая хочет встретить мужчину своей мечты, если у вас есть мужчина, но отношения с ним не развиваются или не устраивают вас в полной мере и вы хотите их улучшить, если вы давно замужем, но ваша семья находится на грани развода и вы не знаете, что делать дальше, эта книга может стать спасательным кругом и в корне изменить вашу ситуацию.

Для тех женщин, у которых все в отношениях складывается благополучно, эта книга поможет выйти на недостижимый для большинства женщин уровень жизни и сделать свои отношения еще более счастливыми и гармоничными. И конечно, система «Альфа-женщина» помогает улучшить не только отношения с мужчинами, но и отношения с собой и с окружающим миром.

После прочтения этой книги вы будете застрахованы от большинства проблем, которые, поверьте, возникают даже в самых «идеальных» отношениях. Практика показывает, что вы склонны хвататься за решение проблемы только тогда, когда эта проблема уже возникла и поселилась в вашем доме. В системе «Альфа-женщина» все проблемы решаются еще до их возможного появления. Возможно, пока для вас это зву-

чит сомнительно... Но просто попробуйте уделить немного времени этой книге и вы убедитесь в том, что это правда.

Какой бы ни была ваша ситуация, всегда есть шанс все исправить и именно сейчас вы читаете книгу, которая даст ответы на большинство волнующих вас вопросов относительно мужчин и отношений с ними. Знаю, вам может показаться, что я слишком много обещаю, но поверьте, это действительно так!

Хочу еще признаться, что я не считаю себя писателем, я практический психолог, поэтому некоторые моменты в этой книге могут показаться вам слишком грубыми и прямыми, но важно то, что они правдивые. В своей практике я привык говорить женщинам не то, что они хотят услышать, а то, как есть на самом деле. Именно это и помогает им, поэтому прошу отнестись к этому серьезно и не обижаться.

Систему, изложенную в этой книге, внедрили уже тысячи женщин, которые получили свои результаты. И знаете, у большинства из них были проблемы, похожие на ваши и даже намного хуже. Эти женщины признаются, что Альфа-женщина для них – это глоток свежего воздуха, благодаря которому меняется взгляд на мир и на отношения. После прохождения этой системы вы начинаете видеть «насквозь» мужчин, их качества и истинные намерения, вы увидите все ваши ошибки, которые мешали вам строить отношения, для вас откроются новые возможности, но не потому что их раньше не было, а потому что вы начнете их заме-

чать вокруг себя и использовать, и, конечно же, вы получите огромный заряд мотивации и энергии.

Это лишь малая часть того, что может дать вам система «Альфа-женщина» и того, что уже получили женщины, которые ее прошли. Все их результаты зафиксированы в видео-интервью, и вы легко сможете найти их на моих сайтах и в социальных сетях. В конце книги в приложении вы найдете все необходимые ссылки, чтобы их посмотреть.

Идеи этой книги изменили и продолжают менять жизни тысячи женщин, которые доверились мне и моей системе. Почему бы и вам не довериться и попробовать изменить свою жизнь!

Кто такая Альфа-женщина

Мир сильно изменился за последние несколько десятков лет... Изменились люди, их ценности, потребности и желания. Наши родители не испытывали большинства тех проблем в отношениях, с которыми сталкиваемся сегодня мы – именно поэтому им часто так сложно нас понимать.

– Когда же наконец ты себе кого-нибудь найдешь? Я уже очень хочу внуков! – уже с характерным напором говорит мама, которая обеспокоена судьбой своей 30-летней незамужней дочери.

В ее времена 30-летняя девушка уже давно была замужем и имела как минимум одного ребенка. Считалось, что так жить правильно.

Ценность семьи стояла на первом месте, и было странным, если у кого-то это было иначе. Сегодня же ценности людей немного сместились. Появилась потребность в саморазвитии, самореализации, свободе, поиске себя. Ценность семьи по-прежнему остается в приоритете, но ей приходится делить свое место с чем-то еще.

Вместе с любыми изменениями приходят и новые проблемы, решение которых требует совершенно иного подхода, чем тот, который был раньше. Но мы привыкли по-старому, как умеем, как нас учили. А чему нас учили? Учили арифметике, письму, истории, химии, но не учили отношениям!

Именно с этого момента и начинаются все наши проблемы.

Вспомните себя маленькой девочкой. Самые первые знания и понимания о том, что такое отношения вы снимаете со своих родителей. Как они общаются, как проводят время вместе, какие испытывают эмоции и чувства друг к другу – все это закладывает в ваше подсознание ростки ваших будущих отношений. Если с вами в детстве говорили о том, что такое любовь – вам сильно повезло, И еще больше повезло тем, чьи родители жили в искренней и настоящей любви друг к другу. В таком случае и говорить ни о чем не приходится.

Вы растете и в 20 лет, кто-то раньше или позже, вы получаете свой первый опыт отношений с мужчиной, он может быть странным, нелепым или несуразным, а может быть наоборот романтичным, «как в кино». Все, что происходит с вами в этом возрасте, вы обсуждаете со своими более опытными сверстниками, которых в свою очередь тоже никто ничему не учил. Так молодые и неопытные девушки пытаются строить отношения, руководствуясь советами подруг, мамы, журналов, интернета и в некоторых случаях книг. Поэтому в период между 20-ю и 30-ю годами женщины совершают свои самые большие ошибки и все по той же причине – отсутствие качественного образования в области отношений.

Следующим источником после советов мам и подруг, откуда женщины черпают знания об отношениях, являются фильмы и сериалы о любви, страсти, обманах, интригах и страданиях. Вот уж настоящий ящик Пандоры, который де-

сятилетиями диктовал нам, как надо строить отношения, и продолжает это делать и сейчас. Кстати, и мама и подруги тоже регулярно смотрят этот «ящик», сопереживают героям, плачут и радуются вместе с ними, с нетерпением ждут следующей серии, чтобы узнать, что же ждет их героев дальше, будут ли они вместе или все же расстанутся... **Все сценарии отношений, которые транслируются в сериалах и кино, и, как правило, их список достаточно предсказуем и ограничен, плотно оседают в женском сознании, и дальше уже не вы принимаете решение о том, что будет происходить в вашей жизни, а сценарист вашего любимого фильма.**

Вы, как губка, неосознанно впитываете модели поведения и эмоции главных героинь, и вам кажется, что именно так должно быть и в реальной жизни. Там ведь так много чувств, событий, интриг и страсти – все то, что вы, женщины, так любите, именно для вас все это снимают, для ненасытной женской аудитории. Женщинам нужны чувства и эмоции. Самое интересное, что в фильмах и сериалах вам никогда не покажут модель нормальных гармоничных отношений, потому что там все спокойно, а такая история зрителям не будет интересна. Фильмы и сериалы о любви – это эмоциональный наркотик для женщин, у которых есть дефицит чувств, эмоций в своей реальной жизни – на него очень легко подсесть. Последствия у этой зависимости очень предсказуемые – женщина хочет чувствовать в своих отношениях то же са-

мое, что испытывает при просмотре своего любимого фильма. Затем она пытается донести это желание до своего мужчины, но у нее получается это сделать только в формате претензии и недовольства, что, в свою очередь, приводит к ссорам, конфликтам, изменам и разрыву отношений.

Никто не учил нас тому, как строить счастливые отношения. И никто в этом не виноват: ни страна, которая долгие годы восстанавливалась после сокрушительных войн, ни родители, которых точно так же никто и ничему не обучал. Они строили свои отношения по принципу «все как-то само собой произойдет». И даже если у них все прекрасно получилось без какого-то там специального обучения, к сожалению, их рекомендации в сегодняшнее время абсолютно бесполезны, хотя во времена их молодости, скорее всего, они бы вам помогли.

«Обычная» женщина

На маминых советах и своем личном далеко не самом удачном опыте, вырастает «обычная женщина».

В большинстве случаев ее мама, к сожалению, и сама не может похвастаться счастливыми отношениями. Там много проблем, разочарований, недовольств и неоправданных ожиданий. Какие советы она может дать своей дочери? Только те, которые приведут ее в точно такой же сценарий отношений, в котором живет сама.

Но даже в тех редких случаях, если у мамы с папой все было идеально, то это никак не гарантирует, что их советы сработают именно в ваших отношениях именно с вашим мужчиной в сегодняшнее время.

– Никогда не совершай таких ошибок, которые совершила твоя мать!

Да, она всегда говорит, как не надо делать, но никогда не говорит о том, что же все-таки надо делать. Просто не знает...

Итак, «обычная женщина» живет обычной рутинной серой жизнью, в которой все предсказуемо – сегодняшний день такой же, как вчерашний и завтра будет то же самое.

Если у нее нет мужчины, она часто чувствует себя одинокой и никому ненужной, а если мужчины нет на протяжении очень долгого периода времени, у нее появляется страх, что

она останется одна до самой старости. Родители и родственники никогда не забывают в очередной раз спросить ее о том, когда же наконец она себе кого-нибудь найдет, уже ведь пора и замуж и детей завести, да и подруги все давно при мужьях, а их дети в первый класс пошли. А ведь она и сама этого хочет и мечтает о счастливой семье и детях, вот только кандидатов подходящих нет.

Мужчины проявляют к ней интерес, но не те, которые ей по-настоящему нравятся. А те, которые нравятся, вроде бы обращают на нее внимание, но никогда не подходят и не знакомятся с ней. Как-то не везет. Бывает так, что ей попадает на первый взгляд «неплохой вариант»: интересный, симпатичный, при деньгах мужчина – и кажется, вот он свет в конце туннеля, наконец-то повезло! Но потом оказывается, что ему нужен был только секс да и вообще он любитель свободных отношений. Или вообще оказался женатиком, желающим развеяться на стороне. Опять тупик! «Обычная женщина» плохо разбирается в мужчинах, поэтому часто попадает в негативные сценарии, где мужчины ее обманывают, используют и предают. Но она совершенно не учится на своих ошибках, поэтому постоянно наступает на одни и те же грабли.

После многочисленных ошибок и разочарований она уже не верит в то, что может встретить мужчину своей мечты и построить счастливые отношения. Она перестает им доверять, боится, что очередной незнакомец снова может причи-

нить ей боль. С каждым годом у нее появляется все больше страхов, навязчивых мыслей и депрессий, самооценка ниже плинтуса, уверенность в себе падает, все попытки как-то привлечь в свою жизнь достойного мужчину заканчиваются провалом. Рано или поздно она может даже согласиться на отношения с мужчиной, который сильно уступает ее мечтам, он не такой успешный, как она хотела, не такой уж красивый и сексуальный, достаточно обычный мужчина, но, как говорила мама, – «главное, чтобы человек был хороший!». Мама хочет дочке своей помочь, побыстрее выдать ее замуж и получить долгожданных внуков, но мама совершенно не осознает, что ее дочь может страдать в этих отношениях не меньше, чем в то время, когда она была свободной. Может случиться так, что в таких отношениях она будет еще более несчастной, чем в одиночестве!

Кстати, очень часто именно по такому же маминому совету «обычная женщина» может рано выйти замуж за хорошего парня, у которого за спиной пока еще ничего нет, но по ее субъективному мнению обязательно будет. Конечно же, они в течение первых трех лет брака заведут детей, возьмут кредит на квартиру и на машину, заведут кота или собаку и будут жить обычной нормальной семейной жизнью, собственно, как и у всех. Они оба будут работать практически на равных, складывать свою зарплату в общий семейный бюджет и один раз в год на свои сбережения ездить всей семьей в отпуск на море. Стабильность и идиллия...

Но спустя несколько лет семейной жизни в их отношениях могут начаться типичные бытовые проблемы, которые могут очень быстро и незаметно разрушить брак. Обычно в таких отношениях пропадает взаимопонимание, теплые чувства и начинают чаще возникать конфликты, и если в самом начале отношений они находили способы примирения друг с другом, то теперь просто швыряются острыми словами и расходятся по разным комнатам. Обиды и злость накапливаются до следующего подходящего момента. Женщина в таких отношениях становится агрессивной и раздражительной, отчего всегда первым делом страдают дети, на которых она постоянно срывается.

Не исключено, что в отношениях наоборот может наступить скука и полная эмоциональная атрофия. Партнеры уже не так зажигают и возбуждают друг друга, как в самом начале отношений, пропадает сексуальный интерес и влечение, секс может и вовсе стать редким гостем в их постели.

Подобные проблемы в отношениях притягивают в них еще две беды: измены и алкоголь. Мужчина, у которого есть возможность и нет моральных запретов, заведет себе любовницу. Если же у мужчины нет такой возможности или же изменять жене ему не позволяют моральные принципы, желание «спустить пар» сублимируется в тягу к алкоголю, благодаря которому он может быстро забыться и расслабиться.

Казалось бы, неужели вы не видите, что в ваших отношениях что-то не так? Да нет, у подруг то же самое

происходит, у них тоже со своими постоянные «разборки» и далеко не все их устраивает, но они как-то справляются, как то терпят – значит, все нормально. Если у всех так, значит, надо просто смириться с тем, что идеальных отношений не бывает.

Ее могут посещать мысли о том, что нужно бы развестись и попробовать начать все с чистого листа. Но внутри слишком много страхов, и самый сильный их них – это страх остаться одной, потому что не получится встретить другого мужчину, особенно если уже есть дети. Поэтому в большинстве случаев она выбирает страдать и терпеть в отношениях, в которых уже нет любви и уважения, вместо того, чтобы рискнуть ради своего собственного счастья. Все же лучше так, чем быть одной...

Женщина, которая все же проявила смелость и вышла из бессмысленных отношений, сталкивается с довольно обманчивым и несправедливым миром мужчин. В попытках познакомиться с кем-нибудь на сайтах знакомств, она быстро убеждается в том, что мужчины делятся на две категории. Первые заинтересованы только в сексе и свободных отношениях, одни признаются в этом сразу, другие вскрываются на первом свидании, предлагая заехать к нему домой «на чашку кофе». И есть вторые, которые ищут себе женщину для создания семьи, но с ними обязательно что-то не так: либо страшный, либо нищий, либо толстый, либо скучный. Одним словом – безнадежность.

Состояние безнадежности может проследиваться и на ее работе. «Обычная женщина» часто приходит идти работать не туда, куда хочется, а туда, куда берут и где неплохо платят. Ее работа может не приносить ей огромного удовольствия, скорее даже наоборот, часто является источником раздражения, агрессии, усталости и недовольства. Иногда ее посещают мысли о том, чтобы подыскать для себя что-то другое, но то ли страх остаться совсем без работы и денег, то ли сомнения, а действительно ли в этом есть необходимость, мешают ей сделать первый шаг. Работа высасывает из нее много сил и энергии, и вечером она чувствует себя обессиленной. Независимо от того, хорошие она получает деньги или плохие, она чувствует, что не может там реализоваться в полной мере и не получает от этой деятельности всего того, что она хотела бы иметь.

«Обычная» женщина во всех своих несчастьях и бедах винит только судьбу или карму: «раз суждено мне на небесах так жить, значит, ничего тут не поделаешь». И насколько сильно она винит свою судьбу за неудачи, настолько же сильно она надеется на нее – что в ее жизни рано или поздно все-таки случится чудо и в один прекрасный день мужчина ее мечты постучится в дверь. Она верит в счастливый случай, что просто нужно оказаться в нужное время и в нужном месте, а успехи других женщин называет «везением» – мол, у кого-то внешность классная, у кого-то связи и деньги все решили. Она никогда не берет на себя ответственность за то,

что происходит в ее жизни, поэтому не пытается ничего изменить. А зачем? Все уже решено за нас...

«Продвинутая» женщина

Если «обычная» женщина мирится со своей судьбой и не предпринимает никаких стратегических попыток что-то в ней изменить, то «продвинутая» женщина активно ищет ответы на свои вопросы. У этой женщины есть сильное желание и мотивация изменить в своей жизни то, что ее не устраивает и начать жить по-другому, ведь она уже достаточно пертерпелась и настрадалась и не хочет всю жизнь мириться со своей неудовлетворенностью.

«Продвинутая» женщина любит саморазвитие, читает книги, посещает тренинги и семинары, в общем, она активно работает над собой и над разными сферами своей жизни. Если она не удовлетворена своей работой, то она ищет информацию о том, как открыть свое дело, если она не равнодушна к своему здоровью, она меняет свой образ жизни, когда ей плохо и она не может с этим справиться сама, она обращается к специалистам. Ее разум всегда открыт для новых знаний, а ее тело всегда готово действовать, благодаря чему в ее жизни появляются определенные достижения. Она молодец!

Мотивация – это то, что в ней определено. Мотивация жить яркой интересной жизнью и путешествовать за границу не один раз в год, а намного чаще. У нее есть мотивация найти себя, свое дело и стать классным востребованным

специалистом, который получает хорошие деньги за свою работу. И, конечно же, у нее огромная мотивация встретить достойного мужчину, построить с ним отношения и создать счастливую семью.

Она пока еще не там, где хочет быть, но уже на пути к этому – именно это и отличает ее от «обычной» женщины, которая даже не пытается сдвинуться с мертвой точки, так как убеждена, что все самое хорошее в жизни должно происходить само собой. У «обычной» женщины нет шансов как-то изменить свою жизнь, потому что она даже не хочет разбираться в своих проблемах, она хочет просто быть счастливой и ничего для этого не делать. А у «продвинутой» шансов много, потому что она понимает, что на свою жизнь можно и нужно как-то влиять, что у каждой причины есть следствие – важно лишь найти правильный способ достижения своей цели.

Раз вы читаете эту книгу, то вероятнее всего, вы тоже «продвинутая» женщина и тоже ищите ответы на свои вопросы. И я знаю, что этот путь совсем не простой и на поиски этих способов иногда может уйти очень много времени. На этом пути есть большой риск заблудиться и очень часто женщины заходят в тупик, ведь информации слишком много, существуют различные системы и направления, в каждой из которых свой взгляд на ситуацию и свои способы достижения желаемых целей.

В итоге, после нескольких лет информационного скитания ваша голова похожа на тот самый гараж, о котором я писал в начале. В этом гараже множество различных деталей: крыло от самолета, колесо от самоката, руль от автомобиля, двигатель от газонокосилки, и вроде бы и здорово, что вы столько всего знаете, только из всего этого ничего невозможно собрать, чтобы сесть и поехать туда, куда вы хотите.

Получается такая иллюзия – вы много всего знаете, и вам кажется, что это должно вам как-то помочь, но у вас нет конкретных навыков, а ведь только навыки могут привести вас к желаемому результату. Проблема «продвинутой» женщины в том, что у нее нет точной современной системы, нет качественной надежной машины, в которую она может сесть и быстро поехать к жизни, о которой мечтает. Надо найти правильную систему. И важно сделать это до того, как вы накопите критическое количество негативного опыта, разочаруетесь в себе и опустите руки, как это со временем происходит с некоторыми женщинами – их легко заметить на улице: идущие с пустыми взглядами и равнодушными лицами, они сливаются с серой массой людей, они не «светятся изнутри», будто там давно уже села батарейка. И часто это очень симпатичные и хорошо одетые женщины и молодые девушки, у которых жизнь только начинается. Печальная картина...

Итак, «продвинутая» женщина ищет ответы на свои вопросы и может случайно набрести на ведические знания, они

ей покажутся интересными и многообещающими и она может попытаться жить по ним. Мне нравятся Веды, и знаете, я бы и сам с удовольствием жил по этой системе знаний, если бы жил примерно лет 200–300 назад. В те времена все было иначе. Женщина была физически и материально зависима от мужчины, потому что он был основным добытчиком в семье. Без мужчины женщина бы не выжила, поэтому даже самый непутевый мужчина – это лучше, чем совсем без него. На женщине лежала ответственность заниматься бытом, мыть полы, готовить кашу, ублажать мужа, рожать и воспитывать детей, у нее и прав то особо не было никаких, и слово сказать не давали. А мужчина – главный, даже если он ни на что не способный мужик. У женщины не было никакого выбора, кроме как быть покорной и терпеливой женщиной и исполнять свой ведический долг.

Предназначение ведической женщины в том, чтобы служить мужчине, сохранять семью, организовывать все домашние дела, быть красивой и сексуальной для своего мужа, вдохновлять его, ценить, восхвалять, подчиняться и так далее. Это прекрасный набор качеств для женщины, которая хочет создать счастливые отношения, но, к сожалению, сегодня этого не достаточно. И сейчас вы сами поймете, почему.

История Марины

Мы вместе уже год, но наши отношения никуда не двига-

ются. Мы вместе живем, квартира моя, но работаем оба, вечером встречаемся дома, ужинаем и ложимся спать. Мне с ним хорошо, комфортно, у нас хороший секс, есть общие интересы и на самом деле я не понимаю, почему он до сих пор не делает мне предложение выйти за него замуж. Однажды я попыталась завести с ним на эту тему разговор, но он сказал, что еще не время об этом думать и его реакция меня расстроила.

Я начала смотреть разные видео в интернете о ведических отношениях и о предназначении женщины в семье. Мне многое понравилось, и я решила сходить на оффлайн-семинар. Там говорили, что женщина должна быть смиренной, терпеливой и послушной, в этом проявляется ее женственность, тогда мужчина выберет ее на роль своей жены. После семинара начала над этим работать в надежде, что это как-то поможет...

Я старалась быть максимально женственной! Накупила себе красивых платьев и юбочек, каждый вечер готовила вкусные блюда, старалась ни в чем его не упрекать, ни о чем не просить. Если он приходил поздно домой, я не устраивала ему допросов, хотя было жутко неприятно. Мои старания длились около месяца – больше я просто не выдержала.

Было ощущение, что он просто пользовался тем, что я супер покорная и начал делать то, что хочет. По пятницам начал пропадать с друзьями до воскресенья. Он и раньше в пятницу с ними встречался, но приезжал ко мне позд-

но вечером. Я никак не могла понять, что я делала не так, потому что весь месяц старалась быть для него идеальной женой...

Желание быть идеальной женой для своего мужчины – это очень классное желание! Но оно будет по-настоящему работать и давать результаты только при двух условиях: если оно появляется искренне изнутри вас, само по себе, без каких-либо специальных усилий, и если вы правильно выбрали мужчину, который способен будет это ваше желание заметить и оценить.

В данной ситуации Марине стоило бы проверить, насколько для ее мужчины вообще важны серьезные отношения. Возможно, ему было очень комфортно жить на ее территории, не брать за нее полную или хотя бы частичную финансовую ответственность, так как расходы делились между ними, приезжать к ней домой вкусно ужинать и заниматься сексом, а выходные проводить с друзьями. Зачем ему дальше развивать эти отношения, если его и так все устраивает?

Есть такой тип мужчин, которым важно от жизни получать комфорт и удовольствие. Такие мужчины не женятся, они находят «удобную» женщину, которая терпит все его выходки и при этом все для него делает: готовит, обслуживает, ухаживает, приносит удовольствие, отдает свою любовь и внимание. Такие непонятные отношения длятся до тех пор, пока женщина не начинает напрягать мужчину выяснением

отношений или разговорами о чем-то большем, например, о замужестве. В конце концов после многочисленных ссор и разборок у кого-то заканчивается терпение и люди расстаются.

Но ведь настоящие намерения мужчины по поводу отношений можно определить еще в самом начале знакомства с ним. Можно спрогнозировать то, как он будет себя вести и понять, что от него можно ожидать. Да, вы не Ванга и не увидите вашего с ним будущего, но вы можете легко вычислить такого мужчину, для которого от жизни нужен только комфорт и развлечения, с которым вы никогда не создадите счастливую семью. Да, у вас будут какие-то отношения, но дальше секса и периодических встреч они развиваться не будут.

Альфа-женщина умеет «читать» мужчин, когда знакомится с ними и ходит на свидания, поэтому не попадает в подобные ситуации. Она знает, что если изначально не разобраться в мужчине, то можно получить глубокие психологические травмы, отдать свою любовь и заботу не тому мужчине, сильно обжечься и причинить самой себе боль.

Если с вами подобное уже случалось, то вы понимаете, о чем идет речь. И теперь ответьте на вопрос: насколько для вас важно было бы овладеть таким навыком?

Кстати, есть еще и другие типы мужчин, с которыми вы однозначно никогда не создадите счастливых отношений. О них мы поговорим далее в этой книге, но я вас очень прошу

не перелистывать сейчас сразу на этот раздел, а терпеливо до него дочитать, потому что истории из жизни женщин, которые я тщательно подобрал к этой книге, подготовят вас к моей типологии мужчин.

Ведическим знаниям определенно не хватает апгрейда. Жить сейчас по Ведам – этой все равно что ездить на деревянной телеге, запряженной лошадью. Да, вы можете и сейчас воспользоваться телегой, чтобы добраться из одного города в другой, но доедете ли вы? В каком состоянии вы доберетесь? И где вероятность того, что вы доберетесь в нужный вам город, а не собьетесь с пути? Это глупо! Ведь давно уже придумали автомобиль или даже самолет, который доставит вас в нужное место быстро, безопасно и с комфортом.

*** * ***

Вернемся к поискам «продвинутой» женщины. Уже давно стали популярны тренинги по сексуальному мастерству и практически каждая современная женщина старается пройти подобный тренинг, чтобы раскрыть в себе навыки искусной любовницы и научиться удивлять своего любимого мужчину в постели. Вся проблема в том, что больше половины участниц подобных тренингов – это женщины, у которых нет стабильных отношений – они уверены, что именно благода-

ря сексуальным навыкам они смогут наладить свою личную жизнь.

История Виктории

Мы познакомились полгода назад на дне рождения нашей общей подруги. Я сразу влюбилась! Он высокий, интересный, стильный, у него хорошая работа, красивая машина, в общем, мужчина-мечта. Между нами быстро вспыхнули чувства и после второго свидания я осталась у него ночевать. Он так мне понравился, что я решила отдаться ему «по полной» и постаралась сделать так, чтобы он не забыл эту ночь никогда...

Сейчас уже второй месяц, как мы встречаемся, но не так часто, как мне хотелось бы, да и встречи наши носят в основном интимный характер. Я по-прежнему стараюсь его удивлять и он признается, что ему так хорошо еще ни с кем до меня не было. С одной стороны, мне это нравится, а с другой, у меня появились страхи и навязчивые мысли, что дальше ничего не получится. Он действительно сильно задал мне в душу, и мне бы хотелось с ним более серьезных отношений, чем просто секс.

Очевидно, что Виктория решила начать выстраивать отношения с мужчиной через секс – решила пойти более коротким, простым и понятным для нее путем. Все элементарно – сделайте мужчине незабываемый минет и он будет по-

сле этого думать только о вас. Все верно, именно так и будет, но проблема в том, что он будет думать о вас только в том ракурсе, где вы классно делаете ему минет.

Ошибочно думать, что отношения – это секс, даже если он очень качественный и незабываемый. Секс – это лишь составная часть отношений и если в самом начале отношений ему уделяется слишком много внимания, есть огромный риск попасть в сценарий любовницы. Собственно как это и произошло с Викторией, которая этого даже не осознает. Она встретила классного мужчину и вместо того, чтобы показать свои лучшие качества как женщины и как личности, она решила продемонстрировать ему искусство оральных ласк. Мужчина увидел в ней идеальную любовницу, которая очень старается подарить ему удовольствие, с которой можно здорово провести время и расслабиться после тяжелого рабочего дня, но он не увидел в ней личность, достойную женщину, с которой ему бы хотелось более серьезно связать свою жизнь.

Вы можете быть не согласны со мной и захотите поспорить, ведь что тут такого, можно показать свою личность и после того, как отношения стремительно начались с постели. Это же страсть, чувства, эмоции – разве можно их сдерживать? Но сценарий уже запущен. Во-первых, для большинства мужчин такая женщина – идеальный вариант для периодического секса, если он не торопится создавать серьезные отношения. А во-вторых, если он все же ищет себе женщи-

ну для отношений, у него уже сложится о вас определенное мнение, которое потом будет очень сложно изменить и это оставит отпечаток на все ваши дальнейшие отношения. Может быть так, что вы никогда не сможете перевести их во что-то серьезное.

И тут вы опять возразите, ведь вы вспомнили подругу, которая удачно вышла замуж за мужчину, несмотря на то, что переспала с ним на втором свидании. Но так как свечку там никто не держал, то и спорить не буду. Скажу лишь, что есть мужчины, у которых к этому достаточно поверхностное отношение. Но и мужчины эти, как правило, тоже «простоватые»: у них как к женщине нет никаких требований, так и к себе тоже. Достойные же мужчины ищут себе в пару таких же достойных женщин. А свое достоинство женщина показывает не в постели, а задолго до нее.

Виктория совершила ошибку и теперь мужчина, с которым она могла бы построить хорошие отношения, видит в ней только классную любовницу. Конечно, она может попытаться реабилитировать эти отношения, но тут нужно сильно постараться.

Альфа-женщина знает, что сначала нужно выстроить с мужчиной особый ментальный и эмоциональный контакт, а потом только переходить к сексу. И нет ответа на вопрос: на каком свидании можно заняться сексом с мужчиной? Все зависит от ваших навыков и скорости развития ваших отношений, от того,

насколько быстро между вами появится этот контакт и мужчина зауважает вас как личность. Без уважения вы сразу попадаете для него на роль любовницы.

Сначала отношения – потом секс! В идеале, тренинги по сексуальному мастерству вам должен покупать ваш любимый муж. А не так, что вы тратите собственные деньги, чтобы научиться ублажать мужчину, который в большинстве случаев хочет просто развлечься и даже не увидит в вас будущей жены.

Очень многие красивые интересные женщины попадают в отношения с мужчинами «низкого качества» и пытаются для них быть лучшей любовницей. И это тоже большая проблема – многие «продвинутые» женщины учатся сексуальному мастерству, но совершенно не учатся разбираться в мужчинах и лучшие годы своей жизни отдают тому, кто этого никогда не оценит.

*** * ***

На смену ведической покорной женщине, которая служит мужчине, оберегает семейный очаг и занимается воспитанием детей, в современный мир неожиданно ворвалась женщина-содержанка, которая хочет жить для себя, наслаждаться всеми благами этого мира и каждые пару месяцев отдыхать на берегу Индийского океана. Она не торопится выйти замуж и родить детей. Зачем? Она красивая интересная

женщина и достойна всего самого лучшего, достаточно просто найти «спонсора», который профинансирует ее красивую жизнь в обмен на ее внимание и любовь. Достаточно честная сделка. В то время как «обычная» женщина отдает всю себя какому-то неудачнику, верит в то, что он когда-нибудь изменится в лучшую сторону, тянет на себе половину семейного бюджета, каждый день трудится на нелюбимой работе и максимум один раз в год может позволить себе отдых за границей, содержанка торопиться на очередной сеанс спа-процедур, чтобы вечером порадовать собой своего «спонсора».

Я допускаю, что пока вы читали предыдущий абзац, в вашей голове могла проскользнуть мысль «а почему бы и нет?», даже если вы никогда не интересовались этой темой всерьез. Но именно поэтому я об этом и пишу, чтобы показать вам сразу все плюсы и минусы разных систем и предупредить вас о возможных сценариях развития таких отношений, чтобы вы понимали, во что вписываетесь. Ваш выбор должен быть осознанным, а не вынужденным или тем более навязанным кем-либо со стороны.

Давайте рассмотрим плюсы положения «содержанки»:

1. Мужчина с самого начала берет за вас финансовую ответственность. Вы можете не работать, но при этом у вас всегда будут деньги. Вы можете без проблем попросить их у мужчины и не испытывать при этом угрызений совести или чувства вины.
2. Вы можете позволить себе жить так, как не могут поз-

волить себе большинство обычных женщин. Различные женские удовольствия, шопинг, красота, путешествия, развлечения и так далее. Ваш мужчина вероятнее всего не будет против практически любой вашей прихоти, потому что для него важно, чтобы вы были в хорошем настроении.

3. Так как основная часть финансового вопроса закрывается мужчиной, вы можете позволить себе заниматься какими-то делами для себя и своего развития. Например, преподавать уроки танцев, заниматься благотворительностью, писать картины и организовывать выставки или работать там, где вам нравится, не беспокоясь о том, хватит ли заработанных денег на жизнь.

4. У вас есть мужчина, а значит, есть постоянный сексуальный партнер и надежное плечо, о которое можно опереться, если у вас возникнут какие-то трудности. Если ваш мужчина порядочный и добросовестный, то в трудную минуту он не оставит вас наедине со своими проблемами. Опять же, многие одинокие женщины могут рассчитывать только на самих себя и это печально...

Достаточно весомый список плюсов, что скажете? Но не торопитесь закрывать книгу и регистрироваться на сайте знакомств со статусом «ищу спонсора». Давайте рассмотрим минусы, которые я собрал из жизненного опыта бывших и действующих содержанок:

1. Мужчина берет ответственность за вас, но сроки и дополнительные условия, как правило, не обговариваются. Ча-

сто бывает так, что пока мужчине вы интересны как сексуальный объект, он вас финансирует, как только интерес его начинает падать или же появляется другая, более молодая кандидатка на его запросы, он может быстро переключиться, а вас просто поставить в известность. Соответственно, финансирование резко прекращается и вы вынуждены искать нового «спонсора».

2. Что касается условий: в отношениях все будет идти по сценарию «кто платит, тот и музыку заказывает», а значит на условиях мужчины. У содержанок вообще мало влияния, потому что они не имеют никакого доступа ни к делам мужчины, ни к материальным ресурсам, ни даже к голове мужчины, чтобы как-то влиять на его мысли. Отношение к женщине в большинстве случаев достаточно потребительское, как к вещи. Вам повезет, если вы встретите мужчину, который будет относиться к вам как к личности, ценить, любить и уважать и при этом содержать и принимать вас такой, какая вы есть. Но так не бывает. Мужчины, которые выбирают подобный формат отношений – эгоистичные натуры, властные и доминантные, часто тираны, которые будут ограничивать вас в свободе. Все будет по его правилам. Вы будете отдыхать там, где он скажет, общаться с теми, с кем он разрешит, приезжать к нему тогда, когда он захочет и так далее. С одной стороны у вас есть свобода, которой нет у многих обычных женщин, а с другой стороны ваша свобода ограничена условиями мужчины.

3. У него есть деньги и он может подарить вам шубу, машину, квартиру. Но будете ли вы испытывать к нему настоящие чувства? Женщина рождена для того, чтобы любить, и если вы не испытываете этого чувства, то начинаете вяннуть как женщина. В большинстве случаев у содержанки нет никаких чувств к своему спонсору, и лишь у некоторых есть тайная надежда стать его единственной женщиной. И на самом деле рано или поздно в вашем окружении может появиться обычный хороший парень, в которого вы по-настоящему влюбитесь, который подарит вам заботу, внимание и любовь без каких-либо условий, с которым вам будет интересно не только заниматься сексом, но и общаться. И вы встанете перед тяжелым выбором: красивая беззаботная жизнь без настоящей любви или любовь в обычной двухкомнатной квартире спального района. А выбрать все равно придется, потому что ни один «спонсор» не позволит вам встречаться еще с кем-либо, кроме него – возвращаемся к предыдущему пункту об условиях.

4. Время идет, и вы не становитесь моложе. И с каждым разом находить нового спонсора будет сложнее и сложнее. Такие мужчины считают глупостью спонсировать женщину 40 лет, так как есть моложе. Поэтому как только вы перешагнете определенный возрастной порог, то просто станете «не форматом» для подобных отношений. И вот тут надо как-то жить дальше. А навыков отношений нет. То есть даже если вы встретите достойного интересного мужчину и

захотите построить семью, родить детей, у вас это, скорее всего, не получится. Потому что вы умеете быть только содержанкой, но не умеете строить отношения – это абсолютно разные вещи. В вашей голове уже заложен определенный фундамент и сценарий, который очень сложно переделать, и на этом фундаменте можно построить только отношения формата «спонсор-содержанка», но никак не гармоничные счастливые отношения, в которых есть партнерство, взаимопонимание, любовь, поддержка и так далее.

5. Может быть и так, что вы встретите мужчину, к которому будете испытывать настоящие чувства и, конечно же, вы захотите построить с ним настоящую семью и гармоничные отношения. Но случится ли это на самом деле? Мужчина даже может обещать вам, что когда наступит подходящий момент, то у вас все будет серьезно и он даже официально сделает вам предложение, просто сейчас у него «непростые времена» и нужно подождать. И вы будете ждать и верить. В один прекрасный день вы можете узнать, что он женится и у него скоро появится ребенок от другой женщины. Вы не будете понимать, почему он так с вами поступил, но ответ уже прозвучал в предыдущем пункте – отсутствие навыков отношений. Может быть и так, что он женат, а ваши отношения тщательно скрывает и точно также обещает вам развестись и вскоре сделать предложение. В любом случае расклад один и тот же – условия задает мужчина, а у вас нет никаких рычагов влияния на его решения.

6. Возвращаясь к первому пункту о том, что мужчина может в любой момент прекратить вас содержать и оставить вас без денег и помощи, хочу добавить, что он оставляет вас и без каких-либо навыков выживания в этом мире. Большинство содержанок настолько увлекаются беззаботной жизнью, что когда остаются без мужчины, становятся абсолютно беспомощными. Долгое время лишать себя привычного образа жизни и комфорта практически невозможно, поэтому женщины часто совершают безрассудные поступки и вляпываются в неприятности только потому, что пытаются любым способом вернуться к прежней жизни.

Вот теперь решать вам, подходит вам это или нет. Я знаю, что умные образованные женщины такой формат отношений не приемлют, каким бы он заманчивым не казался. Все-таки женщине важно не только получать от жизни удовольствие, но и самореализовываться, развиваться, раскрывать свой личностный потенциал и испытывать настоящую любовь — только в таком случае она сможет быть счастливой.

* * *

Все описанные мною направления обучают чему угодно: быть классной любовницей, быть терпеливой и служить мужчине, разводить мужиков на деньги и так далее, но ни одна система не обучает счастливым

гармоничным отношениям. Именно поэтому в нашей стране так много красивых и интересных женщин, у которых нет стабильных отношений, нет достойного мужчины рядом, нет обычного женского счастья.

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.