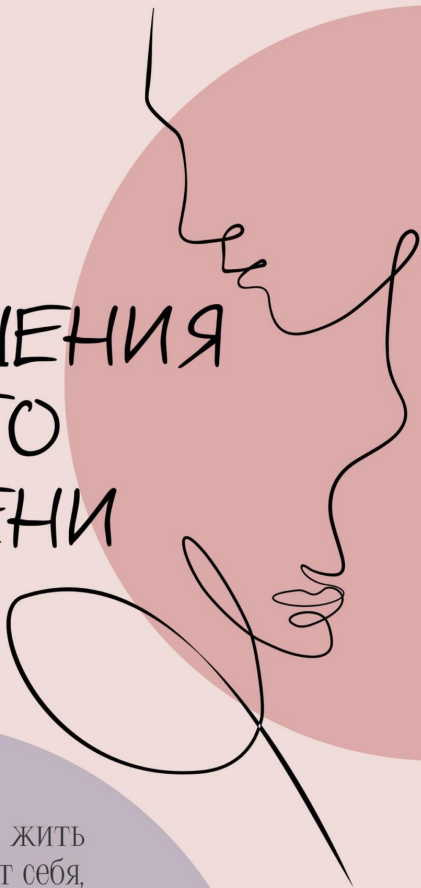


Элла Ли

ОТНОШЕНИЯ НОВОГО ВРЕМЕНИ

Книга о том, как жить
в удовольствии от себя,
партнёра и вашего союза



Элла Ли

Отношения нового времени.

Книга о том, как жить

в удовольствии от себя,

партнёра и вашего союза

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=68461052
SelfPub; 2023

Аннотация

Любимый человек..... Так много разных эмоций получаем мы от взаимоотношений друг с другом. Именно они – источник радости, или же обид и разочарований... Как же их гармонизировать, освежить и наполнить новыми яркими красками? Как привлечь в свою жизнь "своего" человека? В этой книге автор объясняет, как ведут себя люди в любовных отношениях с разными типами личности, почему они не могут иначе и как использовать эти знания. У каждого из них свои особенности и манера поведения в любви. Что естественно для одного типа, то практически невозможно для другого, и фраза «дело не в тебе, дело во мне» приобретает новый смысл. Эта книга поможет по-другому взглянуть на любовь и будет полезна тем, кто ищет свою любовь и тем, кто уже состоит в отношениях. Вы получите обоснованные и понятные ответы на вечные вопросы:

что на самом деле нужно каждому из нас и за что партнер готов платить дорого? Не ждите! Наполните жизнь ОТНОШЕНИЯМИ!

Содержание

Введение	5
Глава 1. Этапы отношений между мужчиной и женщиной	7
«Мой человек» – кто это и зачем его искать?	12
Эйфория – первая стадия отношений	23
Что-то пошло не так, или маски были сняты	25
Та самая точка G	27
Как женщины портят отношения, которые еще не начались	34
Как понять, что нам не по пути?	44
Период «Что-то пошло не так» на больших этапах	49
Проявление худших черт характера, или	53
История о том, как лодка любви разбилась о повседневную жизнь	
Как не разводиться, а жить дальше	56
Про измены. Как относиться к неверности?	58
Конец ознакомительного фрагмента.	61

Элла Ли

Отношения нового времени. Книга о том, как жить в удовольствии от себя, партнёра и вашего союза

Введение

Как вы уже знаете, в Новое время все меняется. Меняется Ваше восприятие мира, меняетесь вы сами, меняются все сферы вашей жизни. Отношения выходят на принципиально новый уровень и становятся совершенно другими. Сейчас отношения между людьми строятся только из состояния любви, гармонии, принятия, уважения.

Если раньше мы руководствовались придуманными кем-то шаблонами и стандартами, а также нашим собственным негативным прошлым опытом, то прямо сейчас мы можем избавиться от этого бремени и создать счастливые отношения: уважительные, дружелюбные, наполненные любовью и

доверием!

Есть два столпа, на которых базируются отношения нового времени, это внутренние свобода и самодостаточность, изначально присущие каждому партнёру. Дело в том, что только тот, кто уважает и ценит себя, своё время, свои интересы и потребности, с таким же уважением относится к интересам и потребностям партнера.

Главный действующий принцип отношений нового типа – «мне хорошо, и партнёру хорошо», и именно он определяет, где вы пересекаетесь, а где каждый занят чем-то своим. Причём нет оценок, что если Вы что-то делаете вместе – Вы пара, а если нет – значит, Вы не нужны друг другу. Подтверждения внешними событиями вашего единения не требуется. Напрочь отсутствуют ревность, разочарование, чувство брошенности и отвергнутости, обиды и претензии...

Читая книгу, вы поймете, что любовь – это не игра в рулетку, а технология, которой можно и нужно учиться для полноценной жизни. Из книги вы узнаете все принципы, по которым формируются отношения. Поймёте, как же действовать дальше, чтобы сотворять свои желаемые отношения, и наполняться радостью в этих отношениях.

Эта книга написана для того, чтобы показать вам, что у вас всегда есть выбор, и вы в любой момент можете взять управление отношениями с вашим партнером на себя.

Глава 1. Этапы отношений между мужчиной и женщиной

*«Ты помнишь, как все начиналось? Все было
впервые и вновь...»
Андрей Макаревич*

Когда мы встречаемся друг с другом – по-настоящему встречаемся – где-то (скорее всего, со вспышкой) рождается новая Планета со своей собственной историей, со своей собственной уникальной судьбой. Будет ли это сказка со счастливым концом или трагедия в трех действиях, зависит только от нас самих. Пространство только помогает нам встретиться.

Чтобы не упустить своего мужчину, создать вместе с ним что-то действительно ценное, мощное, стоящее, необходимо понимать, по каким законам развиваются отношения, через какие этапы вы пройдете вместе.

Все фразы типа «если сомневаешься,пусти, если твое, оно вернется к тебе, а не твое, оно пойдет дальше» – бессмысленны. Если вы будете следовать им, вы будете постоянно упускать подходящих вам мужчин.

Если вы видите, что этот человек «ваш», нужно вести себя определенным образом, развиваться вместе с отношениями. В противном случае вы очень быстро его потеряете. Ко-

нечно, мир изобилен, и пространство подбросит вам следующего «своего» человека, но зачем вам опять начинать все сначала?

Стадии отношений – это закономерность их развития. Когда-то давно я взяла у своего учителя книгу, в которой рассказывалось об одном каббалистическом учении. Я была поражена тем, насколько удивительно точно автор указал этапы отношений, которые, как калька, накладывались на ту информацию, которой я уже владела.

Для начала мы договоримся о нескольких отправных точках:

1. **Отношения** – это процесс постоянного взаимодействия между двумя личностями. Мне нравится использовать ненаучный термин «слияние». Поэтому жизнь в отношениях часто представляет собой драму, комедию. Это всегда настоящий фильм, с моментами, которые врезаются в вашу память, а иногда даже заставляют вас плакать в темном кинозале.

2. Смысл отношений заключается в трансформации личностей, которые в них участвуют. Это создание единой команды, которая возьмет Кубок чемпионов. Если дойдет до конца.

3. Развитие личности в отношениях происходит, когда вы прокачиваете свои качества командного игрока и горите успехом команды, а не личными заслугами.

4. Новые навыки и комбинации игры могут появиться

только в различных ситуациях, к которым вы раньше не были готовы. Да, нам часто приходится проходить через трудные ситуации, но именно они учат нас поступать по-новому – в интересах команды.

5. В отношениях можно выделить большие и малые стадии. Точно так же, как есть зима и весна, утро и ночь, есть закат и рассвет отношений в малом и большом масштабе. Вы можете соблюдать одни и те же законы как в течение нескольких лет, так и в течение нескольких дней.

Значение официального брака

Для начала давайте обсудим, для чего же на самом деле нужен тот самый штамп в паспорте. В этом есть определенный высший смысл. Это своего рода «сделка». В тот момент, когда сотрудник ЗАГСа ставит его в ваш паспорт, вы заявляете, что готовы перейти на новый уровень обмена с Пространством.

Выходить замуж стоит не только потому, что вы хотите быть защищенными, или потому, что вы хотите свадьбу и медовый месяц. Вы делаете это, если хотите настоящую игру, реальное развитие.

«Мы прожили вместе пять лет, и как только была поставлена печать, отношения испортились, мы расстались через год, я думаю, что и не стоило заключать брак».

Да, если вы не знаете правил игры, не начинайте ее. Импровизация не сработает.

«Я действительно не хотела официально зарегистрировать брак, что-то меня остановило. На следующий день после свадьбы я пошла и подала на развод, это был брак, который длился один день».

Бывает, что нежелание идти в ЗАГС – это не просто прихоть и попытка избежать ответственности, это неосознанное понимание того, что с этим человеком вам не нужно сливаться. Вы не в его команде.

Как я уже говорила, когда вы ставите печать, вы переходите на новый уровень обмена с миром – там другие правила, но и бонусы соответствующие.

Это можно сравнить с тем, как человек хочет перейти на новую работу. Например, он несколько лет проработал менеджером, а теперь решил попробовать себя в качестве руководителя отдела. Он идет к своему боссу, предлагает себя в качестве исполнителя следующего уровня и заходит на испытательный срок. Он понимает, что у него будет больше обязанностей, но в то же время его зарплата будет намного выше. Он готов отдавать больше и получать, соответственно, тоже больше. Он запрашивает новый уровень обмена.

В тот момент, когда в вашем паспорте появляется печать, пространство начинает воспринимать вас с вашим партнером как единое целое. Теперь вы – команда в медальном зачете, а не отдельные игроки. Ваши личные заслуги абсолют-

но ничего не стоят, если они не приносят пользы всей команде.

Вы начинаете свое настоящее путешествие к постоянным отношениям. Если вы решите остаться в гражданском браке, не оформляя его официально, вы тоже пройдете через этапы отношений, но они будут не такими ярко выраженными, и пройти их будет легче. И результат будет совершенно другим, как вы понимаете.

Если вы хотите серьезной игры (и серьезных наград) – создайте брак.

Официальный брак – это яркие этапы отношений, интенсивное сближение, большее количество общих задач. Вы и как личность будете развиваться быстрее.

Неофициальный брак – это демо-версия этапов отношений, где уровень сближения ниже, призовой фонд меньше, а новых целей не так много.

Стадии отношений – это периоды трансформации двух личностей в рамках их союза.

Теперь нам осталось понять только одно: с кем вы можете начать долгое путешествие, а с кем нет.

«Мой человек» – кто это и зачем его искать?

Эмоциональная близость – это основная человеческая потребность. Нам нужен кто-то, кто сможет подойти к нам как можно ближе, с кем у нас произойдет то самое заветное слияние.

Человеку нужен человек. Точка. И даже если вам сейчас хорошо находиться в свободном полете, вам комфортно одному, то это означает только то, что с вашими внутренними опорами все в порядке. Но до тех пор, пока вы не встретите «своего», ваше подсознание будет находиться в поиске.

Поиск нельзя контролировать. Он либо включен, либо выключен. Мы не контролируем его так же, как работу сердца. Если мы встретили того, кого искали, режим поиска отключается. Если не встретили – режим поиска включен.

А бывает и так, что встретили кого-то, подумали – свой, а поиск взял и не отключился. И невозможно убедить себя в том, что это аморально или неправильно. Многие остаются рядом с партнером, который их не устраивает, но в мечтах, в фантазиях – совершенно в другом месте.

Подумайте об этом и честно ответьте себе на вопрос: находитесь ли вы в данный момент в поиске? Или нет? Кстати, если ваш ответ: «Я не знаю», это будет означать: «Да».

Включенный поиск означает, что вы замечаете потенци-

альных партнеров вокруг себя, и вы готовы начать с ними общение.

Может быть, вы просто дали номер телефона. Или улыбнулись друг другу за деловым ланчем. А потом, по дороге домой, вы были взволнованы от ощущения флирта. Вы почувствовали надвигающуюся близость!

Итак, у человека есть два состояния – «Вкл.» и «Выкл.», как и у любого гаджета. Если вы еще не нашли «своего», вы всегда будете «Вкл.», независимо от того, хотите вы этого или нет.

Потребность в близости означает, что вам нужен определенный человек с нужным количеством и качеством энергии. Эта потребность заложена в наших генах, в нашей «пршивке».

Забегая вперед, я хочу сказать, что данная книга выведет вас из хаотического поиска в сознательный. А пока просто прислушивайтесь к своим чувствам и поймите – мое или нет.

Свой человек – это не таинственный персонаж из сказки, посланный нам небесами. Это человек, у которого есть та энергия, которая вам нужна. Он – ваш источник. Его можно просчитать и найти по конкретным характеристикам.

Вы можете сейчас сказать: «Но наши бабушки строили отношения без технологий». Да. А еще раньше фильмы смотрели на видеомэгнитофонах. Теоретически это возможно и сейчас. Но удобнее через онлайн-кинотеатр. Я думаю, что в вопросах счастья вам особенно нужны гарантии.

Итак, именно потребность в близости со «своим» человеком заставляет вас искать новые решения, тратить энергию, время, падать и снова вставать, чтобы искать, искать...

Когда я задаю женщинам вопрос: как они определяют, что человек им подходит, многие отвечают – по силе чувств. Сила чувств. Подумайте об этом.

Некоторые же отвечают:

«Я влюблена в него уже десять лет и не вижу никого, кроме него. Это определенно ОН».

Или:

«Я чувствую, что между нами есть связь, даже несмотря на то, что мы сейчас не вместе».

Или:

«Я никогда никого не любила так сильно, как его».

Также многие уверены, что отношения, которые прошли через нашу судьбу, как каток, были особенными. Человек, который был нужен как воздух, – это и есть судьбоносный партнер. Но... я скажу вам, что это не так. Все обстоит как раз наоборот. И я хотела бы изменить ваше мышление к концу прочтения данной книги и научить вас не путать страдание и полноценные отношения.

Так кто же такой «свой человек»? Если мужчина, с которым вы расстались полгода назад, – это не он? И тот, о ком вы безответно мечтаете, тоже не он. И даже ваш бывший муж, который хочет вернуться в лоно семьи, – это тоже мимо.

Свой человек – это партнер, с которым отношения наиболее продуктивны. Если перейти на человеческий язык, то это человек, в отношениях с которым вы оба развиваетесь во всех сферах жизни.

Вы играете в одной команде. А когда один забивает гол, второй радуется и кричит громче всего стадиона. А теперь подумайте о человеке, который вызвал у вас самые сильные эмоции: был ли он в одной команде с вами? Был ли он, по крайней мере, доступен для вас?

Одного влечения недостаточно. Взаимность очень важна. Обмен.

Важно, насколько вы вместе.

Своего человека можно опознать по трем признакам:

1. Легкое начало отношений, взаимное включение.

Если вы спрашиваете себя: «Мы познакомились два дня назад, что ему написать, чтобы он захотел встретиться?», – то, увы, ваши отношения и не начинались вовсе.

В самом начале вашего совместного пути вам не нужно ничего придумывать, находить подходы, создавать «воронку привлечения» для своего партнера. Я знаю, что многим людям нравится работать над отношениями. Так вот, если вам приходится, так скажем, «работать над отношениями» в самом их начале, это путь в невротические отношения. В те, после которых вы скажете: «Я приходила в себя два года после нашей любви».

Со своим человеком у вас не будет трудностей в начале,

потому что он хочет быть рядом так же сильно, как и вы. Взаимное мощное и постоянное притяжение – вот на что нужно ориентироваться в первую очередь.

Если некий Петя (это имя юмористического вымышленного персонажа, которого я использую для более четкой передачи любовных смыслов) периодически появляется, и в этот момент он сильно включается в вас, а затем так же легко исчезает и не вспоминает о вас до следующей пятницы, то это не начало отношений.

Взаимное. Мощное. Постоянное. Таким должно быть влечение, на котором строятся отношения.

2. В отношениях открываются новые возможности и перспективы.

Когда вы вместе, все становится легко. Вы как будто играете роль катализатора друг для друга! Вы хотите больше путешествовать, купить дом, открыть бизнес. Ваш энергетический уровень растет. Это происходит потому, что вы, находясь в состоянии взаимного включения, обмениваетесь своими ресурсами. Усиливаете друг друга!

Естественно, если в самом начале отношений вы будете сидеть и переживать, что он не звонит, то вы не достигнете состояния взаимного включения. Слишком слабый старт. Эффект усиления друг друга является необходимым условием для начала отношений.

3. У вас обоих выключается поиск.

С того момента, как вы встретились, вы оба отключили

режим «поиск». Другие партнеры кажутся вам менее ресурсными и привлекательными. Вы просто не замечаете остальных, они все внезапно надели плащи-невидимки и исчезли.

А теперь несколько историй девушек, из которых сразу становится ясно, что отношения так и не начались.

«Мы встречаемся два месяца, и тут я случайно увидела его на сайте знакомств».

Из этой истории можно сделать следующий вывод: оба партнера в этом сценарии находятся там, где есть возможность встретить кого-то еще.

Или такие истории:

«Я встретила своего человека, но он оказался женат и попросил меня подождать его пару лет, пока он не уладит сложные вопросы с разводом».

«Я встретила своего человека, и мы живем вместе. Но вчера, сама не знаю почему, я ответила на предложение бывшего пойти с ним в кафе».

Не обманывайте себя. Никого вы не встретили. Если между вами возникла страсть, то в вашей голове формируется доминанта, под влиянием которой вы просто не сможете быть с кем-то другим ни в мыслях, ни в действиях. Даже флирт с кем-то другим будет для вас скучным!

Если вы нашли своего человека, вы сделаете все возможное и невозможное, чтобы быть вместе, и у вас это получится. Здесь нет никаких исключений.

Если вы договариваетесь с собой о том, что у него сейчас

такой период, поэтому он не может быть полностью с вами, или вы не можете сделать выбор между двумя мужчинами, то это значит, что на самом деле среди них «своего» просто нет.

Итак, запоминаем, как скороговорку, три критерия:

- **быстрое сближение и взаимность,**
- **обмен ресурсами**
- **и выключенный поиск.**

Если нет хотя бы одного признака, можно смело поставить под сомнение то, что этот человек – ваш.

Самые частые вопросы, которые я слышу:

– Свой человек может быть только один в течение жизни?

Нет, конечно, их может быть несколько. Вы меняетесь, а вместе с вами и потребность в партнере. Иногда текущий партнер перестает быть наиболее подходящим выбором для вас на данном этапе жизни.

– Я вышла замуж и поняла, что это не мой человек. Развестись?

Сначала рекомендую вам попытаться снова сблизиться. Но если вы точно понимаете, что это не ваш партнер и без него вам дышится легче и свободнее, то зачем оставаться рядом с ним?

А тем временем потребность найти своего человека зву-

чит в вашем сознании как фоновая мелодия. Иногда тихо, иногда слишком отчетливо. Сидя за столиком в кафе или прогуливаясь по вечернему городу, вы слышите это, чувствуете. Она заглушает голос молодого человека, который сидит напротив и рассказывает, как прошел его рабочий день. Иногда вы притворяетесь, что не слышите ее, когда договариваетесь с собой о том, что «это он», зная, что на самом деле это не так. И эта музыка будет звучать до тех пор, пока вы его не встретите.

Вы можете быть одиноки или в отношениях, но если вы не со «своим» человеком – вы автоматически находитесь в поиске.

Обмен между мужчиной и женщиной – это совершенно особый процесс. Заменить его – например, сахаром или лактозой – не получится. Мы часто называем потребность в этом обмене биологическими часами. Они заставляют нас испытывать фоновую тревогу, регистрироваться в приложениях для знакомств, удалять свой профиль, а затем восстанавливать его снова.

Многие женщины убеждали меня в том, что им не нужны отношения. И мужчины, кстати, тоже. Но я не видела ни одного из них, кто бы сознательно отказался от своего человека, когда уже встретил его. Отношения улучшают качество жизни. А качественные отношения меняют мир до неузнаваемости. Это как если бы вы однажды надели розовые очки, причем оба вместе.

Вы можете транслировать любую позицию, но я точно знаю, что если вы не нашли своего человека, вы находитесь в «фоновом поиске».

Поразмышляйте о верности с этого ракурса. Что делать, когда отношения созданы, а поиск продолжается? Что делать, если вы находитесь в отношениях не с тем человеком?

Поиск не поддается контролю. И, следовательно, верность – вещь стихийная. Конечно, порядочный сознательный человек не станет вести двойную жизнь, но никто не запретит ему искать, мечтать. Хотели бы вы, чтобы ваш партнер представлял другую на вашем месте, не переходя черту? Это к вопросу о том, что измена не всегда является реальным действием. И на самом деле нам не нужен партнер, который может себя контролировать и не изменять физически. Нам нужен тот, для кого мы являемся лучшим выбором. Нам нужен тот, рядом с которым мы не заинтересованы в других. Свой!

Я скажу вам честно: найти своего мужчину несложно. Это вопрос нескольких месяцев. В вашем пространстве гораздо больше потенциальных партнеров, чем вам нужно для создания отношений. Но если вы до сих пор не рядом с тем, с кем хотите, то, возможно, вы делаете что-то не так и совершаете непростительные ошибки. Быть может, вы проделали огромный путь навстречу к своему человеку, но на самом деле путь гораздо короче, и, прочитав эту книгу, вы вступите на дорогу из желтых кирпичей, исход которой один – отношения.

Как отличить своего человека от чужого?

Ранее мы договорились с вами, что ваш мужчина – это тот, кто подходит вам по типу и находится в вашем энергетическом коридоре. Давайте добавим еще один критерий «своего» – между вами возникло притяжение.

Независимо от того, как сильно мы беспокоимся о том, что останемся в одиночестве у разбитого корыта или проведем свою жизнь не с тем человеком, рано или поздно произойдет та самая встреча, с которой начнется новая глава вашей жизни.

Сквозь время и пространство, следуя какому-то забытому древнему соглашению, мы находим друг друга в огромном мире. И все, что мы чувствуем при этом, – это взаимное влечение.

Когда вы встретили своего мужчину, между вами возникает яркая вспышка радости. Или эйфория!

Итак, между вами определенно есть притяжение, если:

1. В течение нескольких недель после встречи или даже дольше вы не думаете о том, кто кому должен позвонить или написать. Вы не подбираете методы и подходы.
2. Вы оба мгновенно отключаете поиск других партнеров.
3. Вы являетесь приоритетом друг для друга, и из всех других развлечений вы выбираете друг друга.
4. Когда вы встречаетесь, ваше критическое мышление

полностью отключается, вы идеализируете друг друга настолько, насколько это возможно.

Эйфория – первая стадия отношений

Все начинается с нее. Должно произойти то самое волшебное «узнавание». Для этого вам нужно войти в состояние открытой системы.

Состояние открытой системы – это готовность экологично взаимодействовать со всеми мужчинами вокруг.

Вот почему я говорю, что вы можете создать отношения только в том случае, если мужчина изначально включен в них не меньше, чем вы! Мы не рассматриваем все другие формы встреч, как начало пути в постоянные отношения. Первый круг начинается с того, что вы отключаете поиск и включаете фокусировку друг на друге. Это состояние длится не один день, а в среднем несколько месяцев.

К сожалению, многие женщины путают, когда мужчина «не против», и когда он «включен». Именно поэтому так популярны вебинары «Как влюбить его в себя», «Правила переписки». Помните: вам понадобятся техники и технологии для поддержания энергии отношений, когда эйфория пройдет, и вам нужно будет двигаться дальше.

Но если эйфории и не было, значит, не было и отношений.

Итак, пришло время двигаться дальше.

Все пассажиры покидают поезд...

Если мужчина не чувствует к вам влечения, если между вами не было эйфории, это означает, что энергия вашей па-

ры изначально находится на низком уровне. Возможно, ваша пара не существует в пространстве будущих вариантов. Следовательно, этот человек не выбирает вас.

Эйфория на малых стадиях – это момент, когда вас сильно влечет друг к другу.

Эйфория на больших этапах – это примерно полтора года спокойного, легкого существования, без груза сложных задач.

На стадии эйфории мы показываем друг другу все хорошее, что есть в нас. Все ваши таланты и способности. Мы занимаемся прекрасным сексом и строим смелые планы!

Я уже говорила, что отношения цикличны. И вы будете проходить через один и тот же круг стадий отношений много раз. Но эйфория, которая была между вами в самом начале, больше не повторится.

Это заставляет вас задумываться, и становится грустно. Точно так же не повторяется чудесное детство. Но не забывайте, что зрелость также может подарить много прекрасного.

На стадии эйфории получайте максимальное удовольствие друг от друга. Покажите себя с разных сторон, придумывайте новые совместные мероприятия. Скоро бонус от пространства закончится. И начнется самое интересное.

«Влюбленность – самый непрочный вид любви», – говорит Клайв Люис, американский писатель.

Что-то пошло не так, или маски были сняты

Итак, самый замечательный период в отношениях заканчивается. Мы показали себя с лучшей стороны. Мы показали себя даже лучше, чем есть на самом деле. Более того, мы даже сами себе нравились!

Я прошу вас отнестись к предыдущему этапу как к каникулам, с которых все начинается. После их окончания начинается новый учебный год.

Я часто задаю вопрос своим ученицам: «Для чего мы здесь собрались?» И я вам рекомендую задать себе тот же вопрос. А для чего вы встретились с этим мужчиной? С какой целью вы сейчас в отношениях?

Отношения создаются для того, чтобы вы стали более ресурсными, чем были до встречи друг с другом.

Как вы это сделаете и за счет чего, это уже другой вопрос. Но держите эту фразу в голове.

На самом деле все очень просто:

1. Вы сблизились для того, чтобы создать новую систему. Понятие «система» используется нами скорее в философском смысле. Команду. Семью.

2. Вы можете создать ее только с помощью своей самой важной, большой функции. Той, в которой сосредоточена основная энергия личности. Той, что стоит на первом месте.

Той, что отвечает за вашу миссию на этой планете. Поэтому маску придется снять. Это неизбежно.

3. Для того чтобы родилась новая система, вам нужно освоить новые методы общения друг с другом. Они станут волшебными магнитами, которые будут держать вас в паре.

4. Для того чтобы эти методы появились, вам нужна совместная деятельность.

Итак: в период «Что-то пошло не так» Пространство будет тестировать вас и проверять, насколько вы готовы к дальнейшему слиянию.

Теперь вы понимаете, как глупо думать, что в мире есть человек, который сложится с вами как пазл, без работы, с которым с первой встречи вас всегда будет ждать только удовольствие и счастье.

Самый удобный человек – это тот, с кем вы не взаимодействуете! И не сближаетесь. Хотите быть командным игроком? Тогда научитесь проходить критические точки отношений.

Критическая точка отношений – это момент перехода к следующему этапу отношений.

Те, кто воспринимает период эйфории как сами отношения, никогда не выходят за его пределы. Они переходят от одной эйфории к другой.

Ваша задача – проявить себя как командный игрок в конце эйфории! Но обо всем по порядку.

Та самая точка G

Во-первых, я хочу посвятить вас в один интересный, интимный, внутренний термин – **Точка G**.

Давайте представим, что мы попали в мир документального кино об отношениях, и понаблюдаем за молодой парой. Они встречаются совсем недавно – от двух недель до двух месяцев. Именно столько длится период «Что-то пошло не так» в период эйфории.

Все идет отлично. Та самая искра сделала свое дело, они увидели друг друга, почувствовали притяжение. Первые две недели они не хотели отрываться друг от друга ни на минуту: бесконечная переписка, звонки, встречи в любую свободную минуту.

В этот приятный и легкий период мужчина включается больше, чем женщина. Он хочет видеть ее чаще, подходить ближе, говорить дольше. Он хочет постоянно быть с ней на связи, строит планы на будущее, часто делает ей комплименты и подарки, водит ее в дорогие рестораны и знакомит со всеми друзьями. Она просыпается от его сообщений во всех мессенджерах, которые установлены на ее телефоне. И перед сном, конечно, песня. О любви. Она думает, что он влюблен в нее и что так будет всегда.

Вы прекрасно знаете, что в отношениях один всегда включен чуть больше, а второй чуть меньше. Это самая большая

несправедливость! Для того, кто включен меньше, конечно. Стоит одному из партнеров пройти свои пять шагов из десяти, не остановиться и пройти шестую, седьмую ступени лестницы притяжения, как второму остается разбег в целых три шага! Это такая простая математика.

Если вы хотите управлять отношениями, привлечите партнера на свою сторону: «Иди сюда, здесь много вкусных вещей». Но не переступайте заветную черту.

Итак, наш герой уверенно бродит на территории женщины: он проходит не только шесть, но и семь, восемь шагов. И, конечно, в этой ситуации, наблюдая, как он преодолевает один шаг за другим, женщина, хотя и возбуждена, настроена критически. Она замечает некоторые его недостатки. Например, что его пиджак не подходит к брюкам, или что он говорит «одел пальто», а не «надел». Нет, по большому счету, он ей нравится. Но она может смело отказать ему, если на это время у нее назначена встреча с подругой, которую она не видела уже пару дней. Общение с ним не является приоритетом, он уже «горит», ему не нужно подбрасывать дров.

«Я не видела своих друзей уже две недели. Почему я не могу перенести поход в лес со своим парнем? Лес нигде не исчезнет. И я, возможно, еще долго не увижу своих друзей. Он сделал из этого целую проблему. Обиделся, захотел пойти со мной на встречу. А я этого не хочу. Мои друзья вообще не знают, что мы встречаемся».

«Он мне очень нравится, и я тоже хочу провести эти вы-

ходные вместе с ним, но я ждала эту конференцию целый год. Почему я должна ее пропускать? Мы будем на связи и увидимся при первой же возможности через пару недель».

Вы чувствуете, как легко она оперирует цифрами? Пару недель, хм... Это возможно, если вы уверенно стоите на ногах на рынке отношений и не боитесь потерять партнера: «Он никуда не денется».

Да, женщина, включенная меньше, чем мужчина, – это прекрасно. Ведь только в этом случае мы увидим в этом фильме красивую историю любви. Она расслаблена, включена в себя, использует ресурсы этого мира, развивается. Она не боится потерять его! И именно поэтому ее мужчина в тонусе. Он готов действовать. Он готов к поступкам, потому что отношения с ней того стоят. Сейчас они для него во главе угла, потому что он чувствует, что наполняется ими. Кстати, это основное правило здоровых и долгосрочных отношений. Именно так обстоит дело в парах, которые живут вместе уже много лет, сохраняя сексуальное влечение и страсть друг к другу.

Точка G – это момент, когда мужчина и женщина включены друг в друга на одном уровне.

Как же они в ней оказываются?

Итак, после первого или второго секса, после того как, наконец, в вашей голове укрепились мысли о том, что этот мужчина – то, что вам нужно, наступает резкое изменение климата отношений. Как будто после вечного лета и бесконеч-

ных часов у бассейна вы оказались в Скандинавии, на холодном ветру и даже под дождем.

Мужчина просто вдруг вспомнил, что у него есть другие дела. Это можно назвать синдромом охотника, который настиг свою жертву, и она ему больше не интересна – за ней не нужно бежать, она сама идет ему навстречу. Придумайте любое другое сравнение, если вы противники охоты, но факт остается фактом. Как только вы включитесь с той же силой, что и он, вы войдете в первую критическую точку ваших отношений.

Конечно, не все мужчины исчезают после того, как между вами возникла эйфория: на это влияет то, насколько сильная связь сформировалась между вами изначально. А это определяется вашими психотипами и соотношением энергетических статусов.

Но вернемся к нашей паре. Женщина испытывает максимальное удовольствие от того, что происходит между ними! Она расслаблена. Она определенно не ожидает подвоха.

«Да, вероятно, где-то есть сложные отношения, но это не моя история. Мой мужчина – это дар божий, тот, кого я искала всю свою жизнь».

Накануне вечером они договариваются о чем-то, что расслабляет женщину еще больше:

- знакомство с родителями;
- поиск квартиры для совместного проживания;
- поездка за город на несколько дней только вдвоем.

В назначенное время она, в красивом платье, с легким, но приятным макияжем (и непременно в красивом нижнем белье и после эпиляции), сидит и ждет его звонка. Но, конечно, никакого звонка нет.

«Странно, мы договорились на 10:00...»

Она ждет еще немного. На часах уже 11:30. И она звонит сама.

– Привет, где ты?

– Я на работе.

– У нас есть планы на сегодня...

– Уже нет, много работы. Я наберу позже.

По интонациям в трубке ясно, что она определенно не вовремя. Он отвечает ей сухо и холодно, быстро заканчивает разговор и не перезванивает позже. Да, и привычного: «Доброе утро, дорогая!» на следующее утро она не получает. И перед сном – ничего. Вообще ничего – только тишина.

Если у вас есть ощущение, что вы не вовремя, что его интонация стала особенно холодной, что атмосфера между вами резко изменилась, хотя вчера все было хорошо, значит, вы находитесь в точке G.

Ах, если бы женщины могли молниеносно переключать свои эмоции, не теряя своего состояния, тогда у них не происходило бы ничего сложного в отношениях. Все, что вам нужно сделать, это насладиться свободным днем и переключиться. Но, к сожалению, изменение стиля общения мужчи-

ны воспринимается как холодный душ. Или, еще точнее, как если бы вас окатили из ведра, когда вы шли по улице в лучшем виде. И если раньше вы чувствовали себя королевой, то теперь чувствуете себя мокрым обиженным щенком.

«Я сидела и плакала несколько часов. У него уже кто-то есть? Неужели я сделала что-то, что оттолкнуло его? Может быть, его родители против?»

Все гораздо проще: он просто вспомнил, что у него есть дела. И вагончик отношений, как на аттракционе, покатился вниз, быстро и безжалостно.

Нет такой женщины (речь здесь идет о не имеющих специальной подготовки, которой мы с вами сейчас и занимаемся), которая бы не затеяла этот праздник саморазрушения. Стоит мужчине пропасть, она выключает свет в своем мире и запускает в голову миллион негативных сценариев, начинает сомневаться в себе, не хочет вставать с постели и отрываться от мелодрам, которые обещают ей, что в жизни бывают сказки.

С этого момента сценарий отношений начинает сильно меняться. Вы как бы меняетесь местами – женщина становится слишком вовлеченной, а также навязчивой, грустной, эмоциональной. Она находится в тонузе. Мужчина, наоборот, выключается. И его можно понять.

«Я думал, что мы просто хорошо проводим время, а оказалось, что это обязаловка. Нет, спасибо».

«До этого она была нормальной, интересной

девушкой. Но стоило мне ненадолго уйти в работу, как она превратилась в навязчивую, неуравновешенную особу».

Чем больше мужчина находится в отношениях, тем меньше у него энергии для этих отношений. У женщины все работает по-другому: чем дольше она находится в отношениях, тем больше энергии у нее остается для них.

И в тот момент, когда эти два марафонца поравнялись, – женщина ускорила и догнала своего партнера, а мужчина отдал последние силы и начинает включать режим «самосохранения» – нужно уметь вести себя правильно. Мужчина уже готов выпрыгнуть из этого поезда, ему все равно, что вокруг лес и поезд уже набрал скорость. Наша с вами задача – предотвратить этот побег.

Представьте, что у мужчины есть своего рода виртуальное ведро, которое наполнено энергией для развития этих отношений. В какой-то момент оно опустошается, и ему нужно сходить на свою территорию и, возможно, наполнить его снова. Я говорю «возможно», потому что многое зависит от того, как женщина ведет себя в этот период.

Вы слышите звон пустого ведра? – Уберите свои руки от этих отношений.

Как женщины портят отношения, которые еще не начались

– Что делать, если мужчина остыл?

– Хоронить!

Тот факт, что мужчина остынет, неизбежен. Кто-то больше, кто-то меньше. Кто-то быстрее, кто-то почти незаметно. Но это не должно выбивать вас из колеи и ложиться грудой камней на ваши хрупкие женские плечи. Имеет значение только то, какое послевкусие остается после близости с вами. И хочется ли возвращаться на вашу территорию.

Итак, ваше общение стало явно холоднее, и с каждым днем вы общаетесь все меньше и меньше, а то и вовсе не слышите друг от друга ни слова. У женщины начинает плавно формироваться доминанта в лице этого мужчины – он становится самой важной точкой ее мира, она не может переключиться, заниматься своими делами, а фильм о том, как им было хорошо и как плохо сейчас, крутится в ее голове без пауз и антрактов.

Интересно, что если она проходила по этому пути несколько раз, то есть портила отношения с партнерами в первой критической точке, то доминанта сформируется очень быстро. Для нее это уже привычный цикл. «Отношения – это моя боль. Все всегда бросают меня, стоит мне довериться и по-настоящему влюбиться». Но теперь-то вы знае-

те, в чем дело. Обычный порочный круг моделей поведения: «Он охладел – Она включилась».

Доминанта – это очаг возбуждения в нервной системе, который влияет на поведение человека, на его эмоционально-волевую сферу.

Жизнь начинает протекать через призму общения с этим человеком. Кстати, это типичное начало эмоциональной зависимости. Доминанта возрастает, все больше и больше энергии выделяется на отношения. А отношений-то и нет.

Для человеческого мозга нет разницы, откуда получать импульсы – из внешней среды или из внутреннего мира. Чем женщина уверенно пользуется! С этого момента отношения плавно перетекают в виртуальный, мысленный формат. Общения и встреч становится все меньше и меньше, а фантазий, иллюзий – все больше и больше.

И еще воспоминания...

«Я прекрасно помню, как он сказал мне, что никого так сильно не любил. Вот его слова, в телефоне. Мне это не приснилось».

А что чувствует мужчина в этот момент по отношению к женщине? Что вы думаете? Неприязнь? Симпатию? Он скучает вообще? Ну он же не мог так быстро все забыть, не так ли?

Во время общения с мужчиной вы передаете, транслируете ему энергию. И совершенно не имеет значения, как вы это делаете. Вы можете заниматься с ним сексом, вы можете

заботиться о нем. Или вы можете думать о нем все время.

Чем больше женщина думает о мужчине, тем меньше он хочет общаться с ней в реальности. У него нет запроса находиться в обмене с ней, и ее включение висит в воздухе. И он отдаляется.

– Скучает ли он?

Нет.

– Забыл ли он все, что между вами было?

Нет, он помнит, но пока не хочет это повторять.

– Неужели то, что случилось, ничего для него не значит?

Сейчас – нет.

– Но он говорил, что мы будем вместе еще долго!

В отношениях нет никаких гарантий. Договориться о них просто невозможно.

Именно в этой драматичной (особенно для женщин) точке и начинаются самые интересные истории про отношения.

Задача № 1

«У нас все было хорошо, мы встречались и любили друг друга. Но как только я поняла, что это человек моей судьбы, я почувствовала, что он отдаляется. Я не могла понять, в чем дело. Я очень волновалась, думала, у него проблемы на работе. Даже предложила свою помощь. Я пробовала разные методы! Писала больше, проявляла внимание. Показывала, что я могу быть рядом с ним в разные периоды его жизни!

Пробовала полностью исчезать с его горизонта. Но ничего не получалось!

Его оставалось все меньше и меньше! Теперь мы вообще не общаемся. Но я слежу за ним в социальных сетях... Что я сделала не так?»

Ответ:

Вы начали преследования на расстоянии и продолжали спонсировать энергией. Вы так сильно сосредоточились на этом мужчине, что сделали невозможным продолжение ваших отношений. Мужчина решил, что вам нужно постоянное включение, а это отсутствие выбора. И, следовательно, это опасная среда.

Задача № 2

«Мы уже договорились, что поедем знакомиться с моими родителями в выходные, но накануне вечером он сообщил мне, что заболел. Хотя я точно знала, что он проводил время с друзьями и был в полном здравии. Я сказала: “Скажи мне честно, что происходит! Ничего не скрывай”. Он ответил: “Ты знаешь, я еще не готов. Не готов, вот и все. И я не знаю, буду ли я когда-нибудь готов”. Я была в ярости. Родители готовились! Они действительно рассчитывали на эту встречу. И нехорошо отменять ее в последний момент! Если ты встречаешься со мной, значит, ты готов. Я сказала, что если он не пойдет к родителям, между нами все

кончено. И он перестал выходить на связь. Что мне теперь делать? И в чем я была не права?»

Ответ:

Вы не оставили ему свободы выбора. Вы еще больше вцепились в этого мужчину. Это был период, когда его «ведро» было пустым. Нужно было дать ему время, и очень скоро эта встреча бы состоялась. Теперь вам нужно убрать руки от отношений и ничего не делать в этом направлении. Если он появится, ведите себя экологично.

Кстати, есть отличный пример в культовом сериале «Секс в большом городе», в первой серии первого сезона рассказывается о некоей девушке, которая начала встречаться с мужчиной, и буквально накануне встречи с его матерью он исчез...

– Почему мужчина исчезает и что нужно сделать, чтобы этого избежать?

Как вы уже знаете, любой мужчина будет пропадать в момент окончания эйфории. Это норма, и это не должно вызывать удивления.

Дело в том, что сфера отношений не является приоритетной для мужчины. Это второстепенная область его интересов. А первичная? Конечно, все, что связано с социумом. И когда он каким-то внутренним чутьем понимает, что он находится в дефиците, он переключает фокус своего внимания туда.

Мужчина пропадает, потому что ему нужно перераспре-

делить свою энергию. Не потому, что он какой-то негодяй, и не потому, что вы стали ему неприятны. Пропадают все. Но в разной степени. И дальнейший ход событий зависит от того, насколько хорошо вы умеете держать состояние.

– А вот от чего зависит, вернется мужчина или нет?

1. От того, насколько хорошо вы подходите друг другу.
2. От того, как вы проявляете себя в момент спада его интереса.

Он не вернется, если вы начнете вести себя как обиженный ребенок, будете преследовать его, показывать себя эмоционально неустойчивой.

«Я писала всю ночь ему смс, я просто не могла остановиться».

«Он заблокировал меня, но я написала с телефона подруги».

«Я просто хотела получить объяснения. И я не успокоилась, пока не получил их. Но, конечно, чем дольше он со мной разговаривал, тем больше мне хотелось переиграть ситуацию».

В данном состоянии вы опасны и уже не ресурсны. Опасны, потому что общение с вами становится очень энергозатратным. Не ресурсны, потому что у вас ничего нельзя взять, вы сами находитесь в дефиците, в который вы сами себя и загнали.

Это то, что мешает мужчине вернуться. Если вы попытаетесь вести себя так, как я вам предлагаю, вы увидите, что де-

вяносто процентов мужчин вернутся после побега или охлаждения.

– Что нужно сделать, чтобы мужчины возвращались?

Но я хочу сразу напомнить вам, что мы говорим о самом начале отношений. И о его первом исчезновении.

Для начала помните: вы все равно разгонитесь. Вы не биоробот, вы человек, который хочет близости. И в тот момент, когда близости станет меньше, вы отреагируете. Это естественно. Но теперь у вас есть два пути: уйти в зависимость, сделав глобальные выводы о мире мужчин и своей несчастливой судьбе, или легко вернуться в ресурсное состояние и позволить отношениям перейти на новый виток.

Дайте себе не более одного дня на разгон. Если мужчина пообещал вам что-то и не появился на следующий день, не пишите и не звоните. Если это первый эпизод его исчезновения, то будьте уверены, что с ним все в порядке. Когда он появится, а он обязательно появится, ведите себя так, как будто ничего не случилось.

Конечно, вам захочется высказать ему, как плохо он с вами обошелся, но, уверяю вас, этого делать не стоит. Если вы находитесь в ресурсе, нюансы не имеют значения. Если то, что он не написал, является нюансом, то вы находитесь в ресурсе. От сильных партнеров, от тех, кто находится в ресурсе, очень трудно уйти.

Как же тогда дать ему понять, что вот так просто нельзя

исчезать? Он может исчезать в любое время на столько, на сколько захочет. Но возвращаясь, он начинает игру сначала. Или понимает, что игра закончена.

Если его «исчезновения» приведут к тому, что ему станет трудно обмениваться с вами энергией, тогда он перестанет исчезать. При условии, что вы подходите, друг другу по типу, у вас высокий энергетический статус и вы сейчас в ресурсе, а значит, не бежите за ним.

Можно и нужно отучить себя хвататься за мужчину, который сделал шаг в сторону.

Новый сценарий нашего увлекательного фильма будет выглядеть так:

ДЕЙСТВИЕ ПЕРВОЕ: мужчина разогнался, а затем разогнались и вы.

ДЕЙСТВИЕ ВТОРОЕ: он остыл, вы еще немного разогнались, а затем начали медленно, но верно снижать уровень своего включения. Более того, вы рады, что теперь у вас есть ваше прежнее пространство. У вас есть поклонники. Вы находитесь на Рынке Отношений. Вы выбираете! Мысленно перенесите пропавшего героя в круг поклонников. А с мужчинами-поклонниками взаимодействие совершенно иное. Легкое и неглубокое.

ДЕЙСТВИЕ ТРЕТЬЕ: очень скоро мужчина начнет ощущать ваш дефицит. Никто другой не спонсирует его энергией. В пространстве вы звучите как женщина, актуальная для остальных мужчин – его снова начинает к вам тя-

нуть.

АКТ ЧЕТВЕРТЫЙ: появление главного героя! Вы рады его видеть. Но как поклонника.

АКТ ПЯТЫЙ: начало нового периода сближения. Мужчина снова включен в вас и постоянно проявляется. Он не испытывает желания исчезнуть, потому что понимает, что в этот момент его заслуги будут обнулены, и на его территорию может прийти другой персонаж.

ВАША ЗАДАЧА: сделать так, чтобы мужчина почувствовал нехватку вас после своего исчезновения. Для этого вы не должны преследовать его и объяснять, почему вы должны быть вместе.

– А если бы он все равно не пришел?

Значит, вы его ждали.

Или вам просто не по пути. Поработайте над идеей о том, что у людей есть свобода выбора и не каждому мужчине по пути с вами. Ментально отпуская партнера, вы укрепляете свои отношения.

– А если он постоянно исчезает?

Это уже другая история. Мужчина может быть включен в вас от нуля до ста процентов. Когда его включенность достигает тридцати, он присутствует рядом с вами не так, как вы хотите. Он то исчезает, то появляется. Нет динамики, хотя секс есть! Существует регулярное, вялое общение. Мы ставим ему нулевую оценку и больше не вкладываем в него энергию. Если мужчина не дает вам того, что вам нужно, уве-

дите его в круг поклонников.

– А если он...

Значит, это не ваш мужчина, оставим его в покое!

Теперь вы знаете, что точка G – это период в ваших отношениях с мужчиной, который нельзя избежать. А теперь давайте поговорим о его философии.

Понимаете ли вы, что не все мужчины, которых вы встречаете, станут вашими постоянными партнерами? За свою жизнь женщина встречает не менее сотни мужчин, с которыми она, так или иначе, общается. Но лишь несколько мужчин из этой сотни создают с ней пару. Вопрос: куда исчезают остальные? Они либо исчезают после точки G, либо вы теряете к ним интерес. Так что перестаньте беспокоиться о тех, кто остался позади. Все это является частью процесса поиска наилучшего возможного партнера.

Как понять, что нам не по пути?

Помните, что отношения – это взаимодействие, обмен двух заинтересованных партнеров. Если в вашем общении заинтересован только один партнер, вам не по пути.

Если вы прикладываете больше усилий, чтобы оставаться близкими людьми, чем мужчина, вам не по пути. Признайте этот факт и увидите, как мужчина включится в вас.

Есть несколько причин, по которым вам нужны отношения больше, чем мужчине:

- у вас давно не было отношений, и на самом деле вам бы уже построить их хоть с кем-то;
- вы общаетесь с мужчиной более высокого энергетического статуса;
- вами движет чувство собственности, вы несколько раз теряли отношения, и в этот раз вы готовы на все.

Во всех этих случаях вы можете легко спутать мужчину, с которым вам не по пути, с мужчиной вашей судьбы. А ведь на самом деле вам просто нужно расслабиться и наслаждаться тем, что вы находитесь на Рынке Отношений в ваши двадцать, тридцать или пятьдесят лет. Только в расслабленном состоянии вы можете почувствовать, с каким партнером происходит обмен, а с каким нет.

– А кто такой мужчина судьбы?

Это человек, с которым у вас есть общие задачи на опре-

деленный период жизни.

Нюансы и все, что вам нужно о них знать

Одним из важнейших критериев периода «Что-то пошло не так» является появление нюансов. Обычно это происходит после того, как вы успешно прошли точку G.

Нюанс – это факт, который ранее был вам неизвестен. И, что очень важно, к которому вы были не готовы.

Если вы только в начале отношений, то нюансом может быть:

- новость о том, что он скоро уезжает на постоянное место жительства в другую страну;
- информация о том, что в прошлом он лечился от зависимости;
- то, что он женат;
- появление родственника, который настойчиво хочет переехать к вашему мужчине;
- его мама, которая контролирует каждый его шаг;
- бывшая жена, имеющая общих детей с вашим мужчиной, которая постоянно хочет общаться;
- трудовой контракт с проживанием на Севере сроком на три года;
- какой-то факт биографии, который меняет ваше отношение к этому человеку.

Нюанс – это такая маленькая перчинка, которая плавает

в вашем кофе. Далее у вас есть два пути: либо вы принимаете этот нюанс со всеми его проявлениями, либо вы выходите из этих отношений. Это очень важно. Если вы не готовы, то вам понадобятся новые методы. Будете ли вы искать их или попытаетесь обойтись старыми запасами?

Философия этого этапа заключается в том, что Пространство проверяет вас, чтобы увидеть, насколько серьезны ваши намерения. Вы будете сближаться, несмотря ни на что, или сойдете с поезда?

Вы наверняка окажетесь перед выбором. И решать только вам.

История № 1

«Когда я увидела, что он созванивается по телефону со своей мамой утром и вечером, и даже за обедом, мне стало больно. Я считаю, что взрослый мужчина не должен поддерживать такое тесное общение со своими родителями. Я начала воспринимать его как маленького ребенка. Смогу ли я оказаться под его защитой? Ведь он сам требует подтверждения своих действий практически на каждом этапе. От мамы».

История № 2

«Очень скоро я поняла, что самое важное место в его жизни занимают его друзья. Он готов отправиться

к ним по первому их зову. Он готов спасать их от стихийных бедствий и коммунальных аварий. Он готов работать у них на даче, ремонтировать их машины. Я поняла, что если он будет стоять перед выбором – я или они, он выберет их. И для меня это было как гром среди ясного неба».

После того как вы столкнулись лицом к лицу с нюансом, есть три варианта развития событий:

1. Вы полностью принимаете этот нюанс. Вы готовы меняться, готовы использовать новые методы. В этом случае нюанс начинает постепенно уменьшаться. И возможно, друзья будут появляться на вашем горизонте все реже и реже. Мама внезапно влюбится и полностью переключится на своего нового мужчину. Бывшая жена переедет на работу в другой город.

2. Вы понимаете, что это вас совсем не устраивает, и выходите из этих отношений. После этого вы больше не будете сталкиваться с таким поведением мужчин, потому что вы открыто и недвусмысленно сказали миру, что это не ваш вариант. Пространство все поймет и больше не будет создавать подобных ситуаций в вашей жизни. Если вы понимаете, что не можете принять этот нюанс, вам нужно выйти из таких отношений красиво и спокойно. Без зависимости.

3. Вы понимаете, что это вам совсем не подходит, но вы все равно остаетесь в отношениях. В этом случае нюанс начинает увеличиваться. Это неизбежный процесс.

Дело в том, что Пространство в любом случае нуждается в том, чтобы вы сделали выбор.

Поэтому мама не только будет звонить, но и приезжать к вам.

Бывшая жена начнет писать любовные сообщения. Дети захотят переехать к отцу.

Друзья решат пожить с вами пару месяцев. Мир будет подталкивать вас сделать выбор.

Примите правила игры или разорвите отношения.

Период «Что-то пошло не так» на больших этапах

А теперь давайте поговорим о том, как выглядят эти процессы на больших периодах. В постоянных отношениях стадия «Что-то пошло не так» длится примерно от полутора до трех лет.

Первый кризис в паре начинается в тот момент, когда заканчивается время эйфории. Это полтора-два года отношений. Именно в это время происходит наибольшее количество разводов.

Когда люди приходят на консультацию, они часто рассказывают следующую историю:

«Я женился на другой женищине. Сначала она была мягкой и доброй. Теперь она стала невыносимо нудной».

«Я выходила замуж за мужчину, который был невероятно жизнерадостным, легким! Мы могли договориться с ним о чем угодно, но теперь он жесткий, властный человек. Я не знаю, как правильно с ним общаться. Мы так часто ссоримся».

Итак, в обеих историях речь идет о том, что маски сняты. Действительно, на протяжении всех периодов отношений мы «прокачиваем» свою личность и все ярче звучим как представитель своего психотипа. Для полного слияния нам нужно показать нашему партнеру все, что есть в нас. Сначала-

ла мы показываем все самое лучшее, затем переходим к «основному блюду».

Мы подходим к тому моменту, когда оба партнера должны решить, куда идти дальше: по пути созидания или разрушения.

На больших этапах партнеры тоже могут охладеть друг к другу, начинают всплывать все более серьезные нюансы.

В это время к нам приходят действительно важные и серьезные задачи от Пространства. Многие пары заводят детей, берут ипотеку, меняют работу, переезжают в другой город. Они уже привыкли друг к другу и не опасаются потерять партнера. Вот почему мы начинаем снимать наши маски и показывать друг другу наши истинные лица. И это истинное лицо, без грима, сильно отличается от того, что вы видели раньше!

Есть очень интересная вещь: если вам кажется, что ваш партнер начал звучать по-другому, то это означает, что и он вас в данный момент считывает точно так же. По-другому!

Второй кризис, с которым сталкивается пара, – это кризис трех лет. Хочется вернуть того самого мужчину, с которым вы вступили в отношения, а не видеть рядом «вот это все». Человек, который сейчас рядом с вами, совершенно вас не устраивает. И теперь вы понимаете, какие пары распадаются. Те, которые не хотят полного слияния и не готовы осваивать новые инструменты коммуникации.

Что делать, если вы вошли в период «Что-то пошло

не так»:

1. На малых периодах перестаньте бояться потерять своего партнера, «выключите» у себя эту функцию навсегда. После того, как ваш партнер появится снова (а он появится, если вы выйдете на Рынок Отношений), будьте включены в него чуть меньше, чем он в вас. Это предотвратит повторные исчезновения. Интересно, что через пару месяцев мужчины забывают все плохое. Это удивительный подарок нам от природы мужского сознания. Неважно, как сильно вы накосячили, неважно, как плохо вы поступили, подождите два месяца и появись снова. Мужчина будет помнить только то, что между вами был хороший секс. И еще: если ваш мужчина начал общаться с другой девушкой в этот период, не переживайте. Подождите, пока пройдет эйфория. А она обязательно закончится. Если эта девушка не проходила данный марафон, вы знаете, что будет дальше.

2. Когда между вами возникнет этот нюанс, не бойтесь его. Будьте честны с собой. Подумайте о том, сможете ли вы принять этот нюанс. Если нет, спокойно выходите из отношений.

3. Будьте готовы к тому, что когда мужчина снимет свою маску, он предстанет в своем истинном обличье. Теперь ваша задача – увидеть в нем что-то такое, чего вы раньше не видели. Узнайте его по-настоящему. И дайте ему возможность узнать вас лучше, но только с вашей лучшей, природной стороны. Например, если вы западная женщина и изна-

чально носили восточную маску, то у вас есть выбор звучать разрушительно или экологично. Кстати, мужчина копирует стиль общения женщины. Это означает, что если вы начнете общаться с мужчиной легко и спокойно, он будет реагировать точно так же.

Как понять, что вы достойно прошли период «Что-то пошло не так»?

Вам комфортно друг с другом, понятно и спокойно. У вас есть совместная деятельность. Вы уже становитесь командой. Пространство дало вам задание, и вы с ним справились.

А теперь добро пожаловать в следующий период!

Проявление худших черт характера, или История о том, как лодка любви разбилась о повседневную жизнь

После окончания периода притирки начинаются сами отношения.

Кстати, это еще не любовь!

На этом заключительном этапе Пространство хочет от нас невозможного: чтобы мы приняли все плохое друг в друге, чтобы мы познакомили друг друга с самыми тайными уголками нашей души. С самыми опасными демонами! Конечно, не все проходят это испытание.

Я помню одну программу, в которой участников без их ведома поместили в раздражающую их ситуацию и подсчитали, как долго они продержатся в ней. Если они оставались спокойными более пятнадцати минут, из-за угла появлялась съемочная группа и вручала приз!

А если бы они знали, что их снимают, рассердился бы один из них на официанта? Или другой на неторопливого продавца? Не думаю.

Я надеюсь, что вы, теперь зная механизм сближения, понимая и принимая, что это не вечно и имеет особый смысл, будете более терпеливы.

Период проявления худших черт характера начинается

примерно после трех лет совместной жизни. И длится в среднем до семи-девяти лет совместной жизни. Я не буду проводить различие между описанием этого периода на больших и малых этапах, потому что на больших этапах он проявляется очень ярко, а на малых этапах – индивидуально.

Давайте вспомним философию постоянных отношений: слияние, интеграция и создание новой жизнеспособной системы – команды. Вы собрались вместе для того, чтобы стать сильнее и ресурснее.

Итак, на первых двух этапах вы смогли показать свое намерение Пространству. Вы смогли найти первые методы взаимодействия. А теперь начинается сама интеграция.

Новая команда создается путем тренировки новых игровых комбинаций, вы оттачиваете свои навыки командных игр. Пространство неизбежно предложит вам новые задачи, к которым вы были не готовы, так что у вас есть возможность трансформироваться и стать незаменимым членом команды, без которого не будет победы.

Как вы уже знаете, легко находиться рядом с дружелюбным, добрым, расслабленным человеком. Но совсем другое дело, когда рядом с вами угрюмый, постоянно пребывающий в стрессе партнер, который вообще не хочет общаться. Это и есть период проявления худших черт характера. Это и есть место прокачки.

Если вы хотите слияния – приготовьтесь к полному восприятию партнера!

Что такое худшие черты характера? Представьте, что у вашего типа есть некий бегунок, который вы можете перемещать слева направо. И наоборот. Когда вы находитесь в худших чертах натуры, с вами трудно создать команду. Когда вы звучите на «слабой частоте», партнер должен максимально подстраиваться под вас, улавливать ваши настроения и спокойно принимать их. Это процесс поиска новых методов коммуникации. Представьте, что вместо пяти рабочих кистей для рисования вам нужно освоить десять, чтобы повысить свой уровень мастерства. Вопрос только в том, готовы ли вы перейти на новый уровень или нет.

С близкими людьми это очень сложно, с далекими людьми – очень легко. Если вы хотите близости, то настройтесь на внутреннюю работу.

Сейчас я покажу вам, чего именно вам нужно ожидать от своего партнера на этом этапе. Если просто, то нужно ждать усиления его качеств. Большинство пар разводятся в этот период, хотя осталось потерпеть совсем-совсем немного.

Как не разводиться, а жить дальше

*«Гораздо легче умереть за любимую женщину,
чем жить с ней».*

Андре Моруа

Сейчас я расскажу вам, что вам нужно сделать, чтобы не разводиться, а продолжать жить вместе. Хотя вы уже сделали первые шаги: вы осознали. И теперь, без помощи сторонних специалистов, вы можете уменьшить напряжение между вами.

То, что вам нужно выучить наизусть:

1. Усвойте урок, который вам необходимо знать.

Чем быстрее вы это сделаете, тем быстрее изменится атмосфера между вами. Давайте проанализируем этот пункт на примерах с разными психотипами:

- В отношениях с северным мужчиной ваш главный урок – уметь регулировать свою скорость, контролировать своего Внутреннего Ребенка;
- С восточным мужчиной – тренируйтесь не цепляться за партнера, отпускать;
- С южным мужчиной – научитесь принимать и отдавать, отрегулируйте обмен между вами;
- С западным – тренируйте свое Эго! Подтвердите его доминирование, будьте гибкими.

2. Экология общения.

Найдите эффективные стратегии общения: превратите ваши отношения в историю двух взрослых людей, а не влюбленных подростков. На этом этапе забудьте о манипуляциях, давлении, жалобах и провокациях.

Подумайте о том, почему в этом месте вам нужно быть максимально спокойными и адекватными друг с другом? Потому что рядом, на Рынке Отношений, есть соблазнительная возможность начать все сначала, с эйфории.

Про измены. Как относиться к неверности?

На этом этапе очень часто происходят измены. И прежде всего они возникают в парах, в которых партнеры токсичны друг для друга. Почему?

Все просто! Вы находитесь в эпицентре боевика под кодовым названием «Отношения». Конечно, проще согласиться на предложение другого партнера и окунуться с ним в сладкий мир эйфории. Спросите себя, кто больше склонен идти легким путем – мужчина или женщина? Вот вы и разгадали еще одну загадку про отношения.

Мужчины постоянно находятся на Рынке Отношений. А женщина в паре, как правило, уходит с Рынка Отношений. Кто же из женщин остается там? Те, кто свободен и готов к обмену!

Поскольку мужчине нужны отношения, чтобы поддерживать свой энергетический баланс, одной ногой он всегда находится в выборе. Если дома становится невыносимо, он переключает свое внимание на Рынок Отношений.

Чем сложнее отношения дома, тем более решительно он настроен найти нового партнера. Подойти может практически любая кандидатура, потому что мужчина чувствует нехватку энергии и хочет быстрее ее восполнить.

На этом этапе вам нужно следить за тем, чтобы обмен про-

исходил между вами, а не у него с другой женщиной.

Как относиться к неверности?

Это очень популярный вопрос, и вы, вероятно, тоже задавали его себе.

Давайте разделим измены на три категории:

Первая категория: измены на стадии эйфории или в период «Что-то пошло не так».

Они скорее говорят о том, что между вами нет сильного притяжения. Связь между вами еще не сформировалась. Нет смысла отправляться в большое путешествие, так как ваша лодка его не переживет. Выходите из этих отношений.

Вторая категория: одноразовая, первая измена, произошедшая на стадии проявления худших черт характера.

В данном случае я рекомендую не делать из этого трагедии. Постарайтесь стать ближе к своему партнеру. Не позволяйте мысли об измене провоцировать вас, иначе вы никогда не вступите в следующую стадию отношений. Вы уже знаете, чем это закончится! Волна провокаций и расставание.

По возможности не обсуждайте факт измены.

Третья категория: систематическая, постоянная неверность.

В этом случае «малой кровью» уже не обойтись. Если это постоянные долгосрочные отношения, в которых нет секса, лучше рассмотреть вариант полного расставания. В этом нет ничего плохого. Хотя в моей практике были случаи, когда женщине удавалось полностью восстановить отношения по-

сле многих лет отсутствия близости.

Подведение итогов:

- Если это разовая измена, начните сближаться. Попробуйте исправить свою ошибку, которая может заключаться в токсичном общении или недостатке близости с вашим мужчиной.
- Если это любая другая измена, то это может стать мотивом для расставания.

– Как простить?

Многие спрашивают, как можно простить мужчину, который тебе изменил? Если это измена первой категории, то прощать не нужно, ничего плохого не произошло. Просто вы не зацепили друг друга. И у вас обоих включен поиск. У мужчины он увенчался успехом, а в вас сейчас говорит чувство собственности.

Прощение в случае измены второй категории необходимо, если вы хотите сохранить отношения. Сначала вам нужно избавиться от высокого чувства собственной значимости. Ваше Эго говорит вам о том, что с вами так поступать нельзя. Подумайте о том, что между вами нет такого обязательства, как «чувствовать эмоциональную привязанность, несмотря ни на что». Контролировать этот процесс вообще невозможно. А также подумайте о том, что вы находитесь в равных условиях! У вас также есть право на поиск. Вы не являетесь жертвой обстоятельств. У вас обоих был выбор до того, как вы встретились, он есть у вас и сейчас.

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.