

Татьяна
Зинкевич-Евстигнеева

Семь дорог
Женственности



Татьяна Дмитриевна Зинкевич-Евстигнеева

Семь дорог Женственности

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=6649623

Аннотация

Книга «Семь дорог женственности» была создана для женщин, которые искренне хотят сделать свою жизнь лучше и красивее, и готовы приложить для этого максимум усилий. Автор книги, психолог Татьяна Зинкевич-Евстигнеева, уверена, что одна из самых непростых задач женщины – **НАУЧИТЬСЯ ХОТЕТЬ ПРАВИЛЬНО**, но если этому научиться, то можно воплотить в жизнь все мечты и стремления. В книге вы найдете интересные сказки и упражнения, которые научат вас радоваться жизни, любить и быть любимой, достичь гармонии во всех сферах жизни.

Содержание

Об издании	5
Глава первая	6
Конец ознакомительного фрагмента.	22

Татьяна Зинкевич- Евстигнеева

Семь дорог Женственности

Посвящается всем женщинам, искренне желающим сделать свою жизнь лучше и красивее, даже если ради этого им придется отказаться от некоторых заблуждений и немало потрудиться.

Об издании



Електронна книга издана «Мультимедійним Видавництвом Стрельбицького»
(TM Авалон-Альфа), г. Киев

С нашими изданиями электронных и аудиокниг Вы можете познакомиться на сайте
www.audio-book.com.ua

Желаем приятного чтения!

Пишите нам:

audio-book@ukr.net,

dmytro.strelb@gmail.com

Эта книга охраняется авторским правом.

Все права на данное произведение принадлежат «Мультимедійному издательству
Стрельбицького». © 2013

Никакая часть данной публикации не может быть воспроизведена или распространена в
любой форме или любыми способами без предварительного письменного согласия
Издателя.

Любые попытки нарушения закона будут преследоваться в судебном порядке.

Глава первая

в которой рассказывается о подлинной Уверенности, Семи Дорогах Женственности и Результирующих Событиях

Женщина обретает уверенность, только следуя
Своей Дорогой.

По пути Она собирает драгоценные жемчужины
собственного опыта.

Они, будучи правильно понятыми
и использованными, создают для Нее удивительное
Ожерелье Женской Уверенности.

Есть такая расхожая поговорка, которую любят повторять многие женщины и даже некоторые мужчины: «Чего хочет женщина, того желает Бог». Действительно, если женщина гармонична и чувствительна, то она может почувствовать Волю Божию, с радостью последовать ей, тонко и деликатно передать ее мужчине, детям и близким. Это сделает ее сильной и светлой, даст ей подлинную уверенность. Задумано очень красиво.

А если женщина запуталась в своей жизни, неизменно пребывает в суете и тревогах, утром хочет одного, а к вече-

ру иного, неужели и в этом случае поговорка будет справедлива?! Конечно, нет. Она лишь умножит женский эгоизм и гордыню.

Да, друзья, одна из самых непростых задач женщины – **НАУЧИТЬСЯ ХОТЕТЬ ПРАВИЛЬНО**. Говорите, звучит слишком дидактично, назидательно? Пожалуй, отчасти, так. Но давайте разберемся по порядку. К примеру, женщина хочет третью норковую шубу. К чему это приведет? Она сосредоточит свою активность в этом направлении и, несмотря ни на что, рано или поздно добьется своего. За ценой не постоит. Побочным результатом исполненного желания могут стать натянутые отношения с возлюбленным или дыры в семейном бюджете, не говоря уже о зависти подруг. Как «аукнется» это в долгосрочной жизненной перспективе? Сейчас, получив желаемое, она об этом не думает. Но есть простой жизненный закон: любое напряжение в отношениях требует разрядки. Пусть не сейчас, а значительно позже, но неучтенный «счет» за третью шубу потребует своей оплаты. Причем, не деньгами.

Нет, друзья, я вовсе не сгущаю краски. Просто хочу сказать, что дороже всего женщине приходится платить за свои «неправильные хотения». Их еще называют «ошибочными действиями», или «жизненными промахами». Счета за них оплачиваются не только деньгами, но и нервами, отношениями, событиями.

Вы спрашиваете, какие же желания являются правильны-

ми? Вопрос справедливый, но чрезвычайно сложный. Некоторым, чтобы найти ответ на него требуется вся жизнь. Но, а нам с вами, как минимум, эта книга...

Есть ситуации, когда легко сказать, какое желание и решение правильное. Например, с третьей шубой. А вот задача потруднее.

Женщина любит женатого мужчину и всем сердцем желает быть с ним. Он говорит ей, что с женой они «уже давно чужие люди», и живет он с ней «только ради детей». Правда, он почему-то не спешит расставаться с супругой и жениться вновь. Что делает наша влюбленная женщина, отчаянно желая заполучить возлюбленного? Она рождает ему ребенка. Логично? Если он с нелюбимой живет ради детей, то почему бы ему не жить и с любимой на том же основании?!

Мужчина в панике, он запутался. Сначала все было так хорошо. В семье – долг, с подругой – отдушина. Все ясно и понятно. Теперь и в семье – долг, и с подругой – долг, а где отдушина, где любовь?! Что выбирать: долг или отдушину? Если долг, то какой: ведь теперь их два! Если отдушину, то ее надо еще найти, но тогда что делать с совестью? Наконец, он делает выбор – уходит от жены и живет в новой семье. Наша героиня получила то, чего хотела.

Но почему она несчастлива? Отчего же упрекает возлюбленного в невнимательности, озабоченности, тяге к первой семье? Почему ругает его первую жену и не находит себе покоя? Отчего она разочарована? Говорит, что иначе представ-

ляла себе их совместную жизнь, и потеряла былую уверенность в себе?!

Таковы ее «счета» за «неправильное хотение». Причем, нередко женщины «вычисляют» эту «неправильность» только постфактум. Когда начинают приходить непредвиденные «счета».

Вы спрашиваете, в чем же заключается «неправильность» стремлений нашей героини? Говорите, что это нормально для женщины желать семейной жизни с любимым человеком, который, к тому же, является отцом ее ребенка.

Да, друзья, это абсолютно нормально, особенно когда мужчина свободен от незавершенных отношений и долгов перед прежней семьей. Но сейчас дело даже не в этом.

Присмотритесь внимательно, чего хотела наша героиня? Во что бы то ни стало иметь рядом несвободного мужчину. Кажется, что основная ее ошибка в том, что она желала за-получить чужого мужа. Да, это ошибка, но не главная.

Важнейшим промахом нашей героини была неточная формулировка стремления. Прислушайтесь: «Хочу, что он был рядом!». Что сквозит в подтексте это желания? Говорите, нормальное женское желание. Допустим.

А теперь, позвольте, я переведу вам с языка Невысказанного некоторые его подтексты. Итак: «Я привыкла, чтобы все в жизни было по-моему, и все мои желания исполнялись, какими бы они ни были. Меня не интересует, какими средствами это будет достигнуто и цена за это. Сейчас я хочу этого

мужчину. Хочу, потому что думаю, что люблю его, а он любит меня. То, что у него есть обязательства перед первой семьей, это ерунда. Ведь у нас есть любовь, она отменяет все прежние долги и отпускает все грехи. Я хочу, чтобы он был рядом именно со мной, а не с той, первой женщиной. И за это его пребывание рядом я готова заплатить любую цену». Теперь, что вы видите? Да, друзья, в этом желании немало эгоизма и стремления к монопольному праву владения женщиной.

Вы спрашиваете, какое же желание было бы правильным в случае с нашей героини? На самом деле здесь все просто. *Важно хотеть не мужчину рядом, а достойных, качественных отношений с ним.*

Многие женщины имеют мужей и возлюбленных. Видят их каждый вечер после работы и даже проводят с ними праздники и выходные. Но немногие говорят, что они счастливы и уверены в себе и своем спутнике. Потому что мужчина-то рядом есть, а вот отношения с ним низкого качества.

Наши спутники, наши близкие люди (дети, родители, друзья) – это, прежде всего, люди. У каждого из них свой особенный внутренний мир, взгляды на жизнь, стремления, ценности. Они не стол и не сумочка, которые можно иметь рядом, под рукой для практического повседневного использования. С каждым близким человеком нам предстоит построить качественные отношения, принимая особенности друг друга. Это немалый труд. Но именно КАЧЕСТВЕН-

НЫЕ ОТНОШЕНИЯ с близкими дают женщине большую часть ее уверенности.

Вернемся к нашей героине. Правильным ее желанием было бы следующее: «Я всем сердцем хочу достойных и качественных отношений с любимым мужчиной». Чтобы реализовалось это желание, от нее потребуются больше труда, нежели чем на исполнение хотения «хочу чтобы он был рядом». Ей предстоит запастись терпением, чтобы помочь спутнику красиво завершить отношения с первой семьей, перестроить их, и тонко выстроить новые. Ей придется принять тот факт, что призрак первой семьи всегда будет присутствовать в их общей жизни. Понять, что это ни хорошо, ни плохо, просто в их жизни будет так. Вскоре она научится радоваться приходу его детей от первого брака и станет кропотливо выстраивать отношения с ними.

Обуздав свое желание монопольного владения мужчиной, наша героиня постепенно исследует все сферы его жизни. Она увидит, к чему лежит его душа, стремится его сердце. Она представит себе внутренний мир своего возлюбленного как большой замок, и найдет в нем то место, которое отведено ей и ее ребенку. Да, это будут всего лишь апартаменты со всеми удобствами, или флигель, а не целое крыло, или весь замок. Но, с другой стороны, друзья, как бы женщине ни хотелось, чтобы мужчина был поглощен ею целиком, и все делал ради нее, претендовать на всю его внутреннюю собственность не очень корректно. Как думаете?... *Чужая внутрен-*

няя собственность дорого обходится нам в обслуживании. Особенно, если это территория наших возлюбленных или детей...

Историй о последствиях «неправильных желаний» мне приходится выслушивать множество. Женщины разочаровываются, теряют уверенность, унывают или становятся циничными. Поэтому в серии «Весна» и была задумана книга об обретении женщиной уверенности.

Итак, чего же хотят женщины? Они говорят, что желают...
...избавиться от страха отношений между мужчиной и женщиной.

...иметь высокую самооценку.
... поверить в себя, стать уверенной в себе.
...научиться не прятаться от людей.
...не бояться ошибаться.
...почувствовать себя женщиной.
...научиться быть слабой.
...научиться любить и уважать мужчину
...научиться принимать подарки с благодарностью, не укорять себя.

...почувствовать себя, найти себя, открыться миру, сказать, что я есть, выйти из тени.

...принимать себя такой, какая я есть.
...находить силы отстаивать свои позиции...

Да, большинство женщин видят основную свою проблему в неуверенности. Именно неуверенность, чтобы хоть как то компенсироваться, заставляет их хотеть того, что не только не полезно, но и вредно для них.

Но в чем же мы не уверены? В себе, своих силах и возможностях, в мужчине, в завтрашнем дне, в достойном будущем для детей. Словом, во всем, что является для нас важным. Все это нередко представляется нам зыбким и сомнительным, неподконтрольным. К чему это приводит? Из внутреннего мира женщины постепенно уходят покой, гармония и любовь, а вместо них приходят тревоги, печали, обиды, суэта и разочарования.

Получается, желая быть уверенными, мы, на самом деле, хотим приобрести некоего верного стража нашего внутреннего дома. Который бы помогал проживать в нашем мире лучшим мыслям и чувствам, а дурное гнал бы от ворот. Если такого стража нет, прекрасные жители дома оказываются беззащитными против варваров, норовящих захватить их территорию.

Помните старую сказку про Лубяную избушку? Как Лиса стремилась захватить жилище Зайца, так житейская суета, разочарования и обиды желают захватить наш внутренний дом. А законных жильцов – радость, покой, Любовь лишит крова. Если не будет у нашего внутреннего дома достойной охраны так и произойдет.

Да, друзья, Женская Уверенность и есть охрана нашего

внутреннего дома. Это некая удивительная женская сила, которая разливается внутри женщины и оберегает ее от зла и суеты.

К сожалению, не все таким образом понимают уверенность. Думают, что уверенность дают достаток, хороший муж, власть и прочие «проверенные средства». И к ним стремятся. Но достигнув, испытывают разочарование. За деньги не всегда удастся купить здоровье, за богатым мужем начинают охотиться более молодые и настырные красавицы, власть ложиться на плечи тяжким бременем и порождает немало интриг и стрессов...

Размышляя об этом, я поняла простую вещь: у многих из нас само содержание понятия «уверенности» либо искажено, либо неточно. Многие женщины, представляя себя уверенными, видят либо полную социальную защищенность, либо эмоциональную «непробиваемость», или сексуальную неотразимость. Некоторые полагают, что если женщина поведением напоминает мужчину, она уверена в себе. А бывает, что женская уверенность даже приравнивается к «стервозности». Может быть поэтому сегодня так популярна «стервология»... Все это проявления ложной уверенности, защитных реакций, внутренней травмированности или низкого уровня культуры.

Нет, друзья, подлинная Женская Уверенность это совсем иное. Она не наращивает в женщине броню «защитного слоя», она одухотворяет все женское естество чудесной си-

лой, делает женщину очаровательной, загадочной и чувствительной. Почему? Просто потому, что ***Женская Уверенность всегда основана на Любви и внутреннем покое.*** Но приобрести именно такую Женскую Уверенность значительно труднее, чем заработать состояние или выйти замуж за миллионера. Зато она, в отличие от богатства, защищена от инфляции и воров.

За Женской Уверенностью, за Женской Силою героини сказок отправляются в трудную дорогу. Как известно, на этом пути нужно семь железных хлебов съесть, семь железных сапог износить и семь железных посохов истоптать. Конечно, это метафора, но она довольно точно описывает, как непроста Женская Дорога.

Да, она трудна, но прекрасна. Трудности связаны с трудом и обучением, благодаря чему женщина и обретает то, что остается с ней навсегда, не подвергается изнашиванию и потерям.

Что же дает женщине истинную Женскую Уверенность? Используя терминологию Комплексной Сказкотерапии© можно сказать так: гармоничная работа трех женских архетипов: Возлюбленной, Матери и Хранительницы. Архетипы – это древние структуры, заложенные в нашем подсознании. Женские архетипы направляют нашу женскую энергию в определенное русло. Архетип Возлюбленной направляет нашу энергию на мужчину. Архетип Матери – на творчество, бизнес, деторождение. Архетип Хранительницы – на отно-

шения с другими людьми, самой собой, своим Родом, своим предназначением.

Женщина излучает и уберегается Женской Уверенностью, когда имеет гармоничные отношения с мужчиной (обменивается с ним вниманием, теплом, заботой и любовью), реализована как мать и творческий человек, ощущает защиту семьи и Рода, чувствует свое предназначение и следует ему. Собственно, ради этого героини многих женских сказок и стаптывают семь железных посохов и сапог...

Итак, у каждой из нас есть своя неповторимая Женская Дорога. Что в конце этой дороги нам неизвестно. Но известно, что по пути каждая из нас собирает драгоценные жемчужины опыта, которые, будучи правильно понятыми и использованными, создают удивительное ожерелье Женской Уверенности. У кого-то из нас в этом ожерелье две-три бусины, у кого-то восемь, у кого-то больше сотни. Это ожерелье всегда заметно глазу. Только выглядит оно не как обычные бусы, а как внутренний свет женщины. Ожерелье Женской Уверенности, Ожерелье Женской Силы питает и защищает женщину, помогает ей разбираться в непростых жизненных ситуациях и формировать «правильные желания».

Маленькое упражнение.

Если у вас есть дома старые бусы, которые вы уже точно не станете носить, пожалуйста, достаньте их. Возьмите блюдо и ножницы. Разрежьте нити, на которых держатся бусы, и переложите все

освободившиеся бусины на блюдо. Чем больше у вас бусин, тем больше у вас выбор. А теперь закройте глаза и начните перемешивать бусины в блюде, ощупывая их. В прежние времена они украшали вас, как украшает вас то, что вы прожили, то, что вы прошли... Теперь откройте глаза и внимательно осмотрите бусины. Представьте себе, что это не простые бусины, сейчас они символизируют значимые жизненные события, которые вас многому научили. Вспомните значимые события вашей жизни. Они не обязательно должны быть только радостными. Уроки, которые мы проходим, вызывают у нас различные чувства. Теперь подберите к событиям бусины. Каждая избранная вами бусина будет символизировать некое важное событие, некий важный урок, приобретенный опыт... Возьмите, пожалуйста крепкую нить или леску. Она будет символизировать вашу жизненную дорогу. Отмерьте столько, сколько пожелаете. А теперь неторопливо нанизывайте отобранные вами бусины на леску. Так у вас Ожерелье вашего опыта, Ожерелье женской уверенности. Может быть, оно будет больше похоже на четки. Что ж, это тоже прекрасно, легче будет перебирать их. Теперь вы держите в руках символ вашей подлинной Женской Уверенности. То, что вы заработали на своей жизненной дороге. Берегите этот волшебный предмет, дополняйте его, украшайте его. Это Ожерелье – ваш помощник в последующем длительном путешествии...

Возможно, что Женская Дорога звучит слишком туман-

но? Не совсем ясно, с чего начинать путь, как правильно двигаться. Да и есть опасение, что индивидуальность может потеряться – дорога-то одна на всех... Вы правы, друзья. Дорога имеет общие закономерности, но у каждой из нас она своя. Поэтому индивидуальность не потеряется, а, наоборот, раскроется.

Что касается общих закономерностей, некоторые из них оказалось возможным «вычислить» и рассказать о них вам.

Во-первых, *наша Женская Дорога, на которой мы обретаем подлинные Силу и Уверенность, имеет объем*. Понять это непросто. Ведь нелегко представить себе дорогу не в виде плоского растянутого прямоугольника, а в виде шара! Объем этот создается благодаря «многоуровневости», слоистости нашей внутренней жизни. Присмотритесь к себе, в одно и то же мгновение вы и думаете, и чувствуете, и делаете, и планируете. Причем, *одномоментно мы с вами можем переживать несколько чувств и думать о нескольких вещах! Никакой линейности, все объемно*.

Благодаря объемности наше движение по Женской Дороге осуществляется в нескольких направлениях. И в этом проявляется ее вторая общая закономерность. Во скольких направлениях мы движемся одновременно, сказать очень трудно. Но не все же в нашей жизни можно подвергнуть логическому анализу! Однако семь дорог заметить нетрудно.

Вот они, Семь Дорог Женственности:

- Дорога Благодарения

- Дорога Защиты
- Дорога Творчества
- Дорога Очищения
- Дорога Отношений
- Дорога Любви
- Дорога Служения

Из этих Семи Дорог и состоит Женская Дорога. Семь Дорог то идут рядышком, то, следуя своим собственным изгибам, далеко отходят друг от друга. На каком-то из путей женщина может продвинуться дальше, но при этом на другой дороге пребывать в самом начале. Бывает, что ливни жизненных невзгод размывают дороги, лишают их формы, деформируют обочины, образуют грязные лужи. Бывает даже, что дороги совсем зарастают сорной травой, оттого, что по ним давно не ходят, не пользуются ими. Всякое бывает. Но главная особенность Семи Дорог в том, что они НИКОГДА НЕ ИСЧЕЗАЮТ. Они всегда открыты для движения, и никогда не теряют своего истинного направления. Всегда ведут к источникам Женской Силы и Уверенности.

Приняв решение встать на Женскую Дорогу, каждая из нас получает доступ ко всем Семи Дорогам. Как видите, теперь становится понятным, почему в сказках нужно съесть семь железных хлебов, сносить семь железных сапог, стоптать семь железных посохов, – на каждую Дорогу по хлебу, посоху и паре обуви. Да непростой, а железной.

Вы спрашиваете, а зачем нужны эти Семь Дорог? На каждой из них мы учимся чему-то конкретному и благодаря этому приобретаем Женскую Силу и уверенность соответствующего оттенка.

Например, на Дороге Благодарения мы учимся благодарности и приобретаем особенную уверенность Благодарного Сердца.

На Дороге Защиты мы изучаем способы самозащиты и приобретаем особенное состояние Покоя Защищенности.

На Дороге Творчества мы учимся создавать нечто новое и удивительное и приобретаем особенную Уверенность Изобретательности.

На Дороге Очищения мы учимся освобождаться от пустого и лишнего, хранить себя в чистоте, и приобретаем особенное Чувство Чистоты.

На Дороге Отношений мы учимся строить отношения с разными людьми, наблюдая и постигая их индивидуальность, и приобретаем уверенность особого оттенка Прозорливости.

На Дороге Любви мы учимся любить и принимать Любовь, прощать и отпускать, приносить подлинные жертвы, избегать ложных жертв и пустых потерь. Так приходит к нам сила Любящего Сердца.

На Дороге Служения мы постигаем собственное предназначение, учимся бескорыстию, освобождаемся от болезненного эгоизма и приобретаем уверенность от того, что чув-

ствуем себя полезными. На Дороге Служения можно также найти особенную силу Милосердного Сердца.

Кажется, это такие простые истины, такие очевидные вещи, что незачем запасаться семью парами железной обуви, чтобы постигать это. Однако именно за постижением простых вещей многие из нас приходят в этот мир. Ведь многое из простого и очевидного сегодня искусственно усложнено и искажено. На наших дорогах все это выглядит как сорная трава, завалы мусора и грязные болотца. Как видите, друзья, сапоги необходимы. Причем, именно железные, ибо другой материал не выдержит нагрузки.

Не стоит думать, что то, о чем мы с вами сейчас ведем разговор, чрезвычайно сложно. Этот вовсе не так! Идти Женской Дорогой, семью ее удивительными путями **ЕСТЕСТВЕННО ДЛЯ ЖЕНЩИНЫ**. Гораздо сложнее заставить себя не ходить по этим дорогам. Ведь они зовут нас ежедневно. Этот особенный **ЗОВ СЕМИ ДОРОГ** знаком чуткому женскому сердцу. Иногда он проявляется как тоска по чему-то светлому, иногда как иррациональная потребность что-то изменить в своей жизни, иногда как острое желание движения. У каждой из нас по-своему...

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.