18+

Алевтина Гарнага



Хозяйка Жизни

Как управлять своей реальностью

НАЧАЛО

Алевтина Гарнага

Хозяйка жизни. Как управлять своей реальностью. Начало

«Издательские решения»

Гарнага А.

Хозяйка жизни. Как управлять своей реальностью. Начало / А. Гарнага — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-903910-1

Эта книга о женщинах, для женщин. О том, как изменить свою судьбу, как перестать страдать. О создании той жизни, о которой мы всегда мечтали, но боялись. Руководство к действию с нотками легкости, позитива, красоты, женственности и любви.

ISBN 978-5-44-903910-1

© Гарнага А.
© Издательские решения

Содержание

Введение 6
Часть 1. Женские истории. Как изменить судьбу, если она сильно не устраивает 8
1.1. История одной проститутки (Мисс Стервочка) 9
1.2. История милой, хорошей девчонки (Мисс Глупышка) 11
1.3. История великой праведницы. Мисс «Праведница» 13
1.4. Типичная история женщины в бизнесе (Мисс Крутизна) 15
1.5. История самой идеальной женщины в Мире (Мисс Совершенство) 17
1.6. История женщины, которую ничем не удивишь 19
1.7. История маленькой, доброй девочки (Мисс Милашка) 21
1.8. История самой Зрелой женщины (Мисс Зрелость) 23
1.9. История настоящей принцессы (Мисс Вреднка) 25
Конец ознакомительного фрагмента. 26

Хозяйка жизни. Как управлять своей реальностью. Начало
Алевтина Гарнага

© Алевтина Гарнага, 2018
ISBN 978-5-4490-3910-1
Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Введение

Привет! Ты открыла мою книгу

Меня зовут Алевтина Гарнага.

Итак, кто же я такая и почему пишу.

Начну с того, что я – обычная женщина. Такая же, как и ты. Родилась в обычной семье, жила обычной жизнью. Ходила когда-то на самую обыкновенную работу в офисе. Но несколько лет назад приняла решение кардинально всё изменить.

Меня сильно не устраивал тот факт, что все мои мечты, так и останутся мечтами. И было больно от того, что жизнь просто проходит мимо.

Серость, уныние, скука, безнадега, тоска начали меня изводить. В моей реальности не было ничего из того, чего я действительно хотела.

Хотела быть красивой и стройной, а выглядела, как замухрышка-доходяга.

Хотела писать книги, работать с женщинами, но в реальности меня ждали серые, унылые будни бухгалтера.

Хотела счастливую семью, а в жизни сплошные скандалы, полное недопонимание с мужем, вечно орущий, маленький ребенок.

Хотела жить богато, но денег было 8000 руб. в месяц. На всё, про всё.

Сейчас всё по-другому. Мои проблемы не смогли сломать меня. Только закалили. Я училась любить себя, училась быть уверенной, училась общаться с людьми, выстраивать отношения с мужчинами, быть женственной и т. д.

Да. Я была несколько лет в психотерапии, проходила кучу тренингов, перелопатила сотни книг, изучала себя, женщин вокруг. Вытаскивала из мужчин всю правду-матку о нас, женщинах. Получала образование и навыки в сфере коучинга, целительства.

В конце концов, мне удалось собрать свой опыт и создать целый проект для женщин.

Сейчас я помогаю другим женщинам полюбить самих себя, стать уверенными, притягательными для денег и мужчин.

Этому, действительно, можно научиться. Но есть одна проблемка. Многие женщины хотят… Но не многие делают.

В этой книге я объединила несколько небольших книг на тему женской ответственности, реализации. Я рассказываю кое-что интересное из жизни моих клиенток, моей жизни. Есть что-что важное о мужчинах.

И самая главная идея этой книги в том, что мы сами – хозяйки своих жизней, мы отвечаем за свою реальность и мы всегда можем всё изменить.

Быть хозяйкой своей жизни —это забрать свою судьбу себе, перестать зависеть от внешних обстоятельств, стать свободной в своих выборах и решениях. А значит, стать счастливой. Причем, счастье у каждой из нас своё. И ты обязательно получишь в этой жизни то, что нужно именно тебе.

Только есть одно условие. Полное осознание того, что всё в этой жизни делается тобой и для тебя. Для любви, для опыта, для роста.

Книга состоит из 4 частей. Здесь ты найдешь глубину и первоисточники наших проблем. Нет каких-то банальных рекомендаций из разряда: хочешь похудеть – похудей.

Ты поймешь, почему у тебя нет на что-то мотивации, куда деваются твои силы, почему всё лениво, где скрывается твоя красота и женственность. И, в конце концов, если ты применишь все рекомендации, то заметишь, как сильно поменяется твоя жизнь. Начиная от внимания мужчин и заканчивая прорывом в карьере.

Женщина – хозяйка и победительница никогда не останется без внимания. Всегда будет интересной, важной, нужной и, конечно же, любимой.

Я желаю тебе успехов, терпения, легкого преодоления сомнений, страхов и счастливого внедрения рекомендаций в свою жизнь.

Часть 1. Женские истории. Как изменить судьбу, если она сильно не устраивает

Годы поисков и трансформаций превратили меня в женского тренера, коуча и просто волшебницу.

Я уверенна, что и ты волшебница. Потому что всё, что нас не убивает, делает сильнее. Все то, что нас больно ранит – заставляет расти и меняться. Те, кто нас ненавидят – помогают нам увидеть свои недостатки.

Когда рушится всё и жизнь становится полем битвы с собой и всем Миром, у нас только два пути. Умереть или полюбить!

Я знала женщин, которые сдались. Они уже ушли из жизни. Я видела, как умирали совсем молодые девчонки. Самые банальные жизненные истории и самые нелепые причины для ухода.

Я видела, как страдали и продолжают страдать взрослые женщины. Всё потому, что они не могут принять решение. Казалось бы, ведь это так просто! Сказать самой себе:

Но нас просто не научили жить легко. Так часто, нам нужно притянуть «вагон и маленькую тележку» несчастий. Чтобы потом подружкам на лавочке рассказывать, какие мы героини.

Эта книга – истории реальных женщин, с которыми я знакома лично. Не важно, где и при каких обстоятельствах мы были знакомы, но я знала об их жизнях больше чем мамы, папы, мужья и дети. Ты не узнаешь их имен. Но в каждой из историй ты сможешь узнать саму себя. Потому что, всех нас объединяет хотя бы одно. Мы – ЖЕНЩИНЫ!

Наверняка, ты прочитаешь какую-то историю и закричишь: «Это же всё про меня. Алевтина, как ты могла! Я тебе не разрешала это всё рассказывать».

Но, увы, мы настолько одинаковые, когда страдаем. А вот счастье у каждой – свое. Хочешь выделиться, тогда становись хозяйкой своей жизни и твоя история не будет настолько банальной.

Главная цель моей книги – помочь пройти уроки жизни экстерном. Чтобы у тебя осталось больше времени на радостную, легкую жизнь. В Любви, красоте и в женских энергиях.

Ну что? Вперед и с песней! Отправляемся в увлекательное путешествие по чужим жизням.

Встретимся на следующей остановке «Женское счастье без страданий».

«Я буду жить! Спасибо, Бог за то, что эта жизнь у меня есть».

1.1. История одной проститутки (Мисс Стервочка)

Стервочка выросла в среднестатистической семье. Мама и папа друг друга не любят, но живут вместе. Есть младшая сестра, которую, конечно же, все просто обожают. А Стервочка… Она чувствовала себя ненужной, никчемной, ни на что не способной.

В школе – дело «труба». Родители устроили ее в престижную школу, а она не тянет вообще. Еле-еле с двойки на тройку. А Стервочке так хотелось другой жизни…

Так надоело доказывать этим тупым людям что-то. Учитель химии просто измывался над ней. Двойка и снова двойка. Стервочка быстро поняла, что школьные предметы ей не пригодятся.

Психология для стерв, секреты общения с мужчинами, камасутра, эротика, имидж, стрип-дэнс. Эти предметы нужны были Стервочке. Сначала теория, а потом жесткая, местами горячая, местами опасная и сильно засасывающая практика на людях.

Первый секс вроде по любви случился. Только Стервочку чуть позже «пустили по кругу» (это местный сленг был).

Вот такие они, принцы. В один миг, розовый мир рушится. Кстати, розовый, был самым любимым цветом у Стервочки.

Стервочка мечтала повторить историю главной героини фильма «Красотка» с Джулией Робертс.

Казалось, что вот еще чуть-чуть и закончатся эти суровые ночи с нелюбимыми, и к тому же, не настолько богатыми мужчинами.

Маленькая Мисс не знала, что хуже. Быть элитной проституткой или работать в местной парикмахерской. Ведь Стервочка мечтала жить как та кукла Барби из детства. В красивом бело-розовом домике вместе с добрым и заботливым принцем на белом мерседесе.

Только принцы менялись один за другим. Среди этих принцев были очень не молодые мужчины за 60 и за 70. Они заставляли делать такие вещи… И секс для Стервочки превратился не то, что в работу, а в очень тяжелую работу. Которая была намного грязнее, чем любая работа на заводе. На заводе, хотя бы, за вредность доплачивали.

Стервочка поняла, что «влипла». А это первый шаг к тому, чтобы вылечить свою покалеченную не по годам жизнь.

«С меня хватит!» – завыла Стервочка, когда водитель такси ее изнасиловал, отнял все деньги, телефон и еще накатал на нее саму заявление в милицию о том, что она ограбила его. Тот случай многому научил Стервочку.

Совсем недавно я встретила Стервочку в одной из местных школ. Она теперь работает детским психологом. История этой женщины оказалась очень интересной, поучительной. И я точно знала, что смогу помочь разобраться ей в её непростой судьбе.

У нас состоялось несколько встреч в кафе. Мы разобрали её жизнь по-косточкам. Стервочка мечтала о яркой жизни. А в реальности, обычный муж-работяга, низкооплачиваемая работа и лицо, испорченное угрями, прыщами. Стервочка не хотела с этим мириться. А от меня требовалось только одно. Напомнить Стервочке о том, что она волшебница.

Стервочка не знала, что значит «любить себя». Груз сурового, грязного прошлого давно начал плохо пахнуть. Но я прекрасно понимаю, что ее «шлюшечные» похождения – отличная почва для выращивания прекрасного цветка под названием «Женственность». История Стервочки также помогла мне сделать важные открытия.

Наше грязное прошлое может стать самым лучшим удобрением для прекрасного сада, где живут и растут Женственность, Красота, Любовь.

Ты только люби Себя, цени, уважай, принимай!

И если тебе до сих пор кажется, что в твоем прошлом есть причины, по которым ты не имеешь права на счастье, так отпусти их с Любовью. Не надо стирать это прошлое, ты просто раскрой глаза.

У нас принято менять «розовые очки» на «черные очки». А ты просто сними эти очки и увидишь, как жизнь тебя научила, и будет продолжать учить любить и уважать себя!!!

Резюме:

Основные проблемы:

непринятие себя и нелюбовь,

тяжелый груз прошлого,

непонимание своей женской природы, нереализованность.

Как решали:

Делали разрыв старых сексуальных связей, восстанавливали внутреннюю женщину. Проработали детские обиды на папу. Раскрывали 4 чакру (энергия любви). Проработка ситуаций по технике «Радикальное прощение».

Результаты:

улучшились отношения с мужем, родителями, сестрой. Прошли «высыпания на лице», повысилось либидо.

1.2. История милой, хорошей девчонки (Мисс Глупышка)

Хи-хи-хи. Можно еще «шампусика»? Хи-хи-хи.

Так прошли 10 лет жизни Глупышки. Её не била жизнь. Потому что, у Глупышки есть Мама – телохранитель. Все удары Мама принимает на себя.

Но за такую работу Мамочка имеет право контролировать жизнь любимой дочки. А дочка и не против. Глупышка вообще не против жить чужой жизнью, а лучше «сбагрить» свою жизнь на других.

Она не была отличницей. Глупышка с детства хотела быть как все и не высовывалась нигде и никогда. Но если с ней поговорить с глазу на глаз и на миллиметрик заглянуть в душу, то вылезут такие подробности жизни…

Оказывается, что она спит с «женатиком», случайно оказалась в постели с братом лучшей подруги, курила травку и лишилась девственности в своем подъезде, из которого когда-то выходила в школу и возвращалась обратно.

Теперь Глупышка выходит каждый день из того же подъезда. Только идёт на работу. Конечно же, в её жизни есть мужчина. Она его представляет героем и всем рассказывает о том, какой он герой. Вот только в зеркало Глупышка перестала смотреться. Она не может взглянуть самой себе в глаза. И просто ненавидит своё тело, потому что оно растолстело слишком сильно.

Глупышку периодически мучает вопрос «Сколько можно?». Сколько можно врать самой себе и делать вид, что ничего не происходит.

Её мужчина столько раз вытер об нее ноги. Изменял, унижал, «бухал» и даже жил вместе с её лучшей подругой по соседству.

Каждый раз, прощая этого мужчину и принимая его обратно, Глупышка чувствует себя героиней всех «сопливых» романов сразу и успокаивает себя тем, что все так живут. Так жила и её мама. Зачем всё усложнять? Ведь так просто взять и повторить чужие сценарии.

Глупышка обожает сплетни. Периодически заливает свои лишние килограммы спиртным в надежде, что спирт все-таки сжигает.

До Глупышки сложно достучаться. Тем более у неё огромные проблемы с доверием. И самое грустное в её истории то, что она безмерно врет и не верит, прежде всего, самой себе. С ней очень скучно из-за её фальшивой «хорошести». Есть женщины из категории «Я не такая, жду трамвая». А Глупышка из серии «Я никакая, не жду трамвая».

Наши встречи с Глупышкой проходили без официальных коуч-сессий. И это единичный случай, когда можно разрешить женщине выпить немного шампанского, разговорить и как-то помочь. Глупышка никак не хочет признавать себя полноправной хозяйкой жизни.

Когда я знакомлюсь и начинаю работать с такими женщинами, то четко вижу, что здесь точно не обойтись без мужчины. Могу предположить, что моя основная задача, как коуча, заключается в следующем. Помочь женщине притянуть «тяжелую артиллерию». Мудрого мужчину, который, как правило, на порядок старше. Такого мужчину, с которым Глупышка может почувствовать себя в безопасности и в итоге раскрыться, как женщина.

Хи-хи-хи. Можно еще «шампусика»? Хи-хи-хи.

В Глупышке скрыта очень мощная сила. Она великая актриса. Точнее, могла бы ей стать. Её жизнь станет легче и намного приятнее, когда она перестанет бояться общественного мнения. В один прекрасный момент, разденется догола, посмотрит в зеркало и скажет волшебные слова: «Ты прекрасна, спору нет. Но зачем прятать эту красоту под слоями жира?»

Глупышка побежала в спортзал, и она больше не пьет шампанское, потому что жир оно все-таки не сжигает.

Хи-хи-хи. Не вгоняйте меня в краску.

Резюме:

Основные проблемы:

Инфантилизм;

зависимости от мамы, мужчин, алкоголя;

лишний вес; проблемы с доверием.

Как решали:

Энергетическое отсоединение от матери (судьбы матери). Работа с самооценкой и женским достоинством. Частичное исцеление мужской и женской матриц. Проработка обид на отца. Заменили негативные зависимости на позитивные. Работа с кармой рода.

Результаты:

появился другой мужчина (более зрелый), пропала тяга к алкоголю, снизился вес на 5 кг. Предложили более высокую должность на работе.

1.3. История великой праведницы. Мисс «Праведница»

Мисс Праведница жила когда-то очень бурной жизнью. Успела побывать в любовницах местного криминального авторитета. Много пила. Работала в «нечистой» торговле. Не знала точного имени отца своего первого ребенка. Огромные кредиты, грязные делишки, разврат.

У неё был последний шанс и хорошо, что она им воспользовалась.

В России не модно ходить к психологам, да и стыдно в меру каких-то человеческих «тараканов» в голове. Но можно пойти в Церковь и «замолить» все грехи. Вот так и началась новая жизнь Праведницы.

Вместо ночных клубов – Воскресное служение. Вместо посиделок с подружками за «полторашкой пива» – женские Богоугодные собрания. Только вот проблемы, так и остались проблемами.

Бесспорно, что мировоззрение Праведницы изменилось и жизнь стала обретать более яркие краски. Но почему-то большинство людей воспринимают Веру в Бога, как «спихнуть все проблемы на Бога». Я вот помолюсь, а он пусть сам мою жизнь меняет. Так было и в жизни Праведницы.

Она из одной крайности перешла в другую. А проблемы с годами не уходили. Праведница упорно игнорировала все свои несовершенства и решила, что проще ей будет учить других жизни.

Более того, она стала считать всех людей грешниками и ставить себя выше других. Все её начинания, даже самые прекрасные и безусловно ценные для других людей, рассыпались, как карточный домик.

Праведница ненавидела своего мужа. Ненавидела саму себя. Она была слишком озлоблена на других людей. И на какое-то время все её беседы с Богом превратились в большую претензионную жалобу. «Как так, Бог? Я же такая вся праведная. Я же новую жизнь начала. Почему мои проблемы не рассасываются?»

Праведнице было безумно сложно взять ответственность за свои проблемы на себя. И вообще, сложно услышать в наших Церквях об ответственности за свою жизнь. Не учат этому ни в школах, ни в институтах, ни в Церквях.

Не получается с первой попытки проснуться одним прекрасным утром и сказать:

Наши душевные травмы не дают нам любить других людей. Мы не понимаем, что значит принимать и доверять. И очень часто, мы смотрим на жизнь, Бога, других людей через искаженное зеркало своих несовершенств.

Мисс Праведность устала. И потом поняла, что в ее жизни и отношениях с Богом не хватает важной детали. Праведница забыла о том, что Бог наделил её женской силой. Эта сила была просто задавлена. И Праведнице было сложно понять, что Любовь Бога не надо заслуживать и страдать в этой жизни уже совсем не обязательно.

В работе с верующими женщинами иногда достаточно внести одну лишь ясность. Бог не карающий, но Бог любящий. Когда мы принимаем данное верование, вот тогда и начинаются самые настоящие чудеса. Меньше претензий – больше дела!

Резюме:

Основные проблемы:

Сильная внутренняя агрессия на мужчин. Претензии к миру и самой себе. Безответственность, психологическая незрелость. Безденежье.

Как решали:

Делали разрыв старых сексуальных связей, восстанавливали внутреннюю женщину. Проработали детские обиды на родителей. Заменили негативные денежные программы на позитивные. Исцеляли «жертвенность» (программы на страдания). Прорабатывали 1,2, 3, 4 чакры.

: ***Результаты***

улучшились отношения с мужем, родителями. Дети перестали болеть. Устроилась на работу в офис. Повысилась самооценка и появилось желание ухаживать за собой.

«Господи! Спасибо за то, что ты подарил жизнь! Начинается новый день! Бог подскажи мне, как сегодня я могу стать лучше? Что хорошего я могу сегодня сделать для других?»

1.4. Типичная история женщины в бизнесе (Мисс Крутизна)

Мисс Крутизна была настолько крута, что какой бы ты идеальной не была, на её фоне начинаешь чувствовать себя зачуханным ничтожеством. Мисс Крутизна – женщина, которая может убить кого угодно взглядом. В её жизни всё живое рано или поздно становилось мертвым. Мисс Крутизна – это адская смесь Снежной Королевы, женщины Вамп и Львицы.

Прости… Я уже и забыла, что это её маски. Тихо, на ушко, по большому секрету, тебе скажу, что под всеми этими масками – маленькая девочка с воздушными шариками.

Мисс Крутизна сама обратилась ко мне за помощью. Т-ссс. Если она узнает, что я тут это всё рассказываю – нам не жить.

Я четко увидела у этой женщины супер способности к вранью. Вот только есть один нюанс. Окружающие прекрасно видят, что Крутизна врет, но все равно делают вид, что не заметили. Все вокруг должны играть только по её правилам. Люди принимают её условия только потому, что не хотят с ней вообще связываться. Порвет ведь, как «тузик грелку».

У Крутизны трое детей. Казалось, что с каждой беременностью вот-вот жизнь наладится. Только этого так и не произошло. Мисс Крутизна каждый вечер ощущает себя пустой, одинокой и самой несчастной женщиной на планете. Да, что там на планете. Она самая несчастная во всей Вселенной.

Крутизна так боится показаться слабой. И ей страшно вспоминать о том, что она вообще женщиной родилась. Больно осознавать, что мужчины вокруг нее – это только тряпочные альфонсы, склонные к зависимостям (алко, нарко, карты).

Она выгнала из дома своего третьего мужа. Поругалась с мамой. Послала всех своих сотрудников и клиентов к «черту на куличики». Позвонила и мы договорились о встрече. Наша коуч-беседа затянулась на 5 часов за 5 чашками двойного капучино.

В этот раз встреча прошла идеально, по всем правилам коучинга. Клиент много говорит. А коуч (т.е. я), вставляла изредка свои наводящие вопросы.

Я поражена способностями этой женщины. В её душе столько скопилось «дерьма». Не понимаю, как она не сломалась раньше?

Я получаю извращенное удовольствие, когда во время сессии женщина разрешает себе плакать. И потом плачет, плачет и плачет. На моих глазах начинается оттепель. Такая же, как и весной. Сосульки тают, женщина плачет. И уже нет сомнений, что в жизни этой женщины скоро появятся зеленые ростки, цветы.

«Дерьмо» в душе Крутизны было самым типичным для девочки. Мама не долюбила, папа рано из жизни ушел. Крутизна приняла в детстве решение: «Добьюсь всего в жизни всем на зло».

А у меня только пару вопросов. А как же Любовь? А где женственность с красотой искать будем? Если там, в душе – чернуха.

Пару простых советов из моего опыта сделали жизнь Крутизны намного легче. Самые простецкие рекомендации. Знаешь какие? **Люби жизнь, будь благодарна, все, что не делается – всё к лучшему и сливай негативные мысли в унитаз.**

Этого оказалось достаточно для того, чтобы жизнь Крутизны изменилась, а точнее перевернулась с ног на голову или наоборот.

У Крутизны больше нет тяжелого, неподъемного бизнеса. У неё есть любимое и очень женское дело, муж – иностранец и всё те же замечательные детки, которые уже не висят тяжелым бременем, а заставляют своими шалостями чувствовать Мисс Крутизну самой счастливой мамочкой на свете.

Резюме:

Основные проблемы:

Сильная активность мужского начала; женские болезни; денежные долги; тяжелый бизнес.

Как решали:

Исцеляли внутреннюю девочку. Проработали травму «брошенности». Работа с женским родом. Выявили повторяющиеся сценарии. Перезагрузили денежные убеждения. Восстанавливали женскую матрицу, сделали ее более активной.

Результаты:

новый муж, новый женский бизнес. Дети стали реже болеть. Разрешилась ситуация с долгами (прошли суды, назначены минимальные платежи).

1.5. История самой идеальной женщины в Мире (Мисс Совершенство)

Мисс Совершенство была настолько идеальной, что с ней бывает очень неловко. Если она увидит отсутствие маникюра у тебя или отросшие корни волос, а также прыщи, пятно на платье, сумочку не в тон одежде, живот или стертые набойки – тебе не поздоровится. Мисс Совершенство никогда не укажет тебе на твои недостатки мягко.

Такие женщины, конечно же, делают Мир лучше, красивее. Но вот только самих себя они ненавидят.

Мисс Совершенство отправилась к парикмахеру, чтобы подрезать секущиеся концы. Потом отправилась в кафе и ей принесли не горячий, а теплый борщ. Это вызвало в ней ярость. Её мужчина опоздал на 10 минут. На работе толпа тупых клиентов. Ярость, гнев, агрессия – обычные эмоции на каждый день.

Мисс Совершенство обожает журналы в стиле «Космополитен». Ей так нравится раздавать советы и выводить людей из себя. Особенно хорошо у неё это получается с мужчинами.

Вот только пазлы в голове не сходятся. Просила принца на коне – а появился Емеля на печи. Хотела повышения на работе – а ее увольняют. Как Мир к ней несправедлив. Как всё вокруг не идеально…

Мисс Совершенство пришла ко мне в работу, потому что где-то прочитала, что коучинг – это круто. Но её перфекционизм убивал все начинания. Мозг этой женщины работал отлично, но вот душа кричала «благим матом».

Мисс Совершенство часто уходит в себя. Удаляет свои странички в соц-сетях, меняет номера телефонов. Только чтобы эти «чертовы людишки» не просочились в её идеальное пространство.

Бесконечное одиночество, спонтанные истерики, слезы по ночам и неиссякаемый поток жалости к самой себе.

Есть женщины, у которых просто заблокирована 4 чакра Любви. У Мисс Совершенства она была заштукатурена, заложена, как минимум, 10 рядами кирпичей.

«Почему у одних есть всё, а у меня ничего?» – так Мисс Совершенство выражала постоянно претензии к миру и другим людям.

Мисс Совершенство стала видеть свои недостатки. И очень долго чувствовала себя ущербной, недостойной. Пока не встретила его… Не идеального, не богатого, не принца (извиняюсь за каламбур).

Осознавая, что каждый близкий человек может быть нашим зеркалом, Мисс Совершенство увидела в своем мужчине саму себя. Она окончательно убедилась в своей неидеальности. Пришлось учиться принятию и любви.

Страстный секс после очередной ссоры. Мисс Совершенство чувствовала себя подозрительно счастливой и иногда самой любимой, желанной. Этого было достаточно для того, чтобы увидеть Мир во всей красе.

Люди больше не раздражали нашу Мисс. Ведь здорово, когда понимаешь, что ты не одинока в своих несовершенствах.

Мисс Совершенство надела самые ужасные брюки, куртку, кроссовки. Ни грамма косметики и коротко подстриженные ногти. Так Мисс чувствовала себя абсолютно свободной. Тем более, она отправилась на шашлыки, где всё было таким вредным, грязным, неудобным, но ЖИВЫМ. Впервые за 5 лет, Мисс Совершенство почувствовала себя живее всех живых и просто по-человечески счастливой.

Резюме:

Основные проблемы:

Ярко выраженная агрессия к окружающему миру, претензии. Сильная активная мужская матрица. Ненависть к себе, жадность, эгоизм. Отсутствие желания жить.

Как решали:

Серьезная работа с 4 чакрой любви. Проработка детских травм, обид. Разбудили внутреннюю женщину (Богиню). Загрузили программы изобилия. Работа с родом по материнской и отцовской линиям.

Результаты:

научилась выражать свои чувства. Стала более дружелюбной и открытой. Выходит замуж. Нашла себя в творчестве.

1.6. История женщины, которую ничем не удивишь (Мисс Всезнайка)

Мисс Всезнайка была очень яркой женщиной. Когда-то в журнале она вычитала, что мужчин можно покорять беседами. В тот период своей жизни, она много читала, много говорила и была интересна много кому.

Еще через несколько лет в другом журнале Мисс Всезнайка прочитала, что мужчин надо покорять сексом. В этот период жизни Секс у нее был каждый день, в разных позах и частенько с разными партнерами.

Чуть позже, все подруги вышли замуж. И у каждой из них, она была свидетельницей на свадьбе. Мисс Всезнайка стала искать мужа и нашла. Очень похожего на всех остальных мужей.

Мисс Всезнайка всегда что-то ищет. Потом что-то находит и выбрасывает, как фантики из-под конфет. Пробует эти конфеты на вкус, но не съедает и половины. Просто ей становится не интересно.

Она не изучает психологию. Считает, что тогда её жизнь станет настолько предсказуемой, что и жить не захочется.

Эта женщина живет и ей не интересно. Всё время кажется, что, и так все понятно, очевидно. Она пытается заниматься экстремальными видами спорта, ходить в походы. Пробовала даже в аварии попадать. И тоже ничего удивительного.

Сколько бы я не рассказывала этой женщине о чудесах и о том, что жизнь интересная, в ответ – ну да, да, я знаю.

Мисс Всезнайка очень хочет ребеночка, но пока не складывается. Жизнь кажется такой унылой, и нет совсем в ней смысла. Каждый день одно и то же. Работа, дом, работа.

Выходные с подружками и с шампанским. Иногда Мисс Всезнайка отправляется в отпуск, несколько раз в год. А ведь это больше, чем среднестатистический человек. Этих фактов достаточно, чтобы коучи, вроде меня, не задавали странные вопросы.

Мы встречались с Мисс Всезнайкой в уютном кафе днем. Деньги, секс, мужчины – вот самые горячие темы. Всезнайка неплохо зарабатывала и вроде бы всё материальное ей само в руки шло. Но Всезнайка совсем не знает, что такое удовольствие и кайф от жизни. 2 чакра спала беспробудным сном. Ни одного оргазма за 5 лет.

Было сложно получать удовольствие даже от вкусной еды. Всезнайка себя корила за каждую лишнюю калорию и ненавидела свое тело. Красивые платья, косметика, ароматы, ванная с пеной. Всё это не для неё. По крайней мере, ей так казалось.

Через месяц после наших встреч Всезнайка мне отправила в личку сообщение. «Всё хорошо, появился любовник. Не знаю, как мужу сказать».

Это ни хорошо, ни плохо. Но почему-то, у Всезнайки именно так повернулись события. Когда женщина разрешает себе удовольствия, то мужчины слетаются, как пчелы на сладкое. А вот что с этими мужчинами делать, женщина решает сама.

Следующая наша встреча состоялась через год. Это было лето. И Мисс Всезнайка превратилась в Мисс Очарование. На встречу она пришла в белом, длинном, очень нежном платье и отрастила волосы. Мы заказали Тирамису и общались уже на самые банальные женские темы.

Эта прекрасная женщина меня убеждала в том, что мужчина сделал её такой красивой и счастливой. Но я точно знаю, что никто нас счастливыми не делает. **Мы просто выбираем. Быть счастливыми или нет.**

Резюме:

Основные проблемы:

Плохой контакт с душой. Отсутствие желания жить. Постоянный поток негативных мыслей. Слабое либидо. Асексуальность. Лишний вес.

Как решали:

Серьезная работа с женским родом (было много абортов). Проработка 2 чакры (удовольствия). Гармонизировали внутреннего мужчину и женщину. Учились останавливать поток негативных мыслей. Загрузили программы на Любовь к себе, на Радость жизни, Доверие к Миру, Богу и т. д.

Результаты:

Новая любовь. Новый имидж. Ушло 3 кг. лишнего веса.

1.7. История маленькой, доброй девочки (Мисс Милашка)

Большие добрые глаза, милые кудряшки, улыбка. Так я увидела в первый раз Милашку. У меня создалось странное ощущение, что на коуч-сессию пришел ребенок и мне придется достать игрушки, цветные карточки, конфеты.

В реальности передо мной стояла женщина 35 лет.

Мисс Милашка мечтала о принце, больших деньгах и славе. В реальности – низкооплачиваемая работа, полное отсутствие отношений с противоположным полом и бесконечное прохождение бесплатных вебинаров и тренингов. Она не любит платить, потому что считала, что пропадает ощущения подарка, праздника. Подарки и деньги для нее абсолютно не совместимы.

Конечно же, она уже проходила сотню женских тренингов. Каждый день слушает медитации, ведет дневник. Но ничего в её жизни не меняется. Хотя всем она рассказывает, как сильно ей помог тот или иной тренинг или курс.

Каждый раз менялось её мышление. Но до реальных действий так и не доходило. Она жила в иллюзиях, как и многие из нас.

Ей казалось, что покупка абонемента в фитнес – клуб делает ее автоматически худой и подтянутой. Что после тренинга про женские энергии в её дверь постучится принц и сделает ей предложение. Что после прочтения книги Наполеона Хилла, деньги придут и желательно от того же самого принца.

Мисс Милашка была наивной, доверчивой. Большинству женщин этого так не хватает. А здесь перебор. Я предположила, что если уж она пришла в работу ко мне платно, то, скорее всего, жизнь уже ее учит и иногда бывает очень больно.

Действительно. Её добила одна ситуация. У Милашки было всё в порядке с удовольствиями и она легко оказалась в постели с женатым мужчиной. Снова, и снова, и снова. Секс и бесконечные обещания бросить жену.

Милашка во всем продолжала вести себя, как ребенок. Когда ссорилась с мужчиной, то просто надувала губки и быстро прощала. И не могла она с ним расстаться. Не хотела снова чувствовать себя брошенной и одинокой.

Затем Милашка влипла в кредиты. Она немного потратилась на себя и, конечно же, потратилась на мужчину. После очередного звонка коллектора Милашка превратилась в монстра. В таком состоянии она была неудобной и непривлекательной, поэтому мужчина её все-таки бросил, оставив за собой огромные долги.

Милашка вернулась домой к маме, хоть и ненавидела её. Однако поняла, что это единственный человек, который не предаст. Мисс Милашка долго сидела без работы, зализывала свои раны, визуализировала, медитировала и страдала.

Милашка не утратила своего детского очарования. Но ей нужно было работать с ответственностью за свою жизнь. Маленькая Мисс – абсолютно творческая личность. Только своим инфантилизмом все проекты и начинания она разваливала. Детям надоедают игрушки и ей надоедало. За год она сменила 10 профессий.

Милашка продолжает серьезную работу над собой и пока что устроилась работать в детский центр. Уж слишком легко ей это дается и деньги приносит, хоть и небольшие. Ну а планы у Милашки наполеоновские.

В её жизни появился мужчина. Самый обычный, но с которым так хорошо и совсем не страшно. Милашка похорошела. Она уже не одевается, как подросток. В её глазах появился блеск. Маленькая Мисс наконец-то поняла, что такое женские энергии и зачем они ей нужны.

Также пришло осознание, что деньги – это очень важная составляющая жизни. И чтобы не влипать в финансовые передряги, нужно что-то делать, творить и не бросать на пол-пути.

Резюме:

Основные проблемы:

Инфантилизм. Заниженная самооценка. Нестабильность в деньгах. Нет постоянных отношений с мужчиной.

Как решали:

Проработка отношений с папой. Работа с травмами брошенности, отверженности. Исцеление внутреннего ребенка. Загрузили программы денежного изобилия.

Результаты:

Новая работа. Появились более менее стабильные отношения с мужчиной.

1.8. История самой Зрелой женщины (Мисс Зрелость)

Периодически, я знакомлюсь с женщинами, которые намного меня старше. Я рассказываю о себе, чем занимаюсь и чем могу быть полезной. И чувствую себя неловко. Часто слышу: «Милочка, чему ты можешь научить. Я вот, уже и огонь и медные трубы прошла. А ты тут со своим коучингом».

Я знаю, что это всего лишь мой «таракан» и мне надо было окончательно убедиться в своих способностях. Возраст не имеет никакого значения. Потому что проблемы-то у всех одни и те же.

Мисс Зрелость выглядела достаточно солидно. Сразу бросились в глаза её жесткость, холодность. Но после 5 минут общения передо мной уже сидела милая, добрая тетенька. А еще через 5 минут, я увидела очень интересную женщину с кучей гениальных идей. Мисс Зрелость обожала мой проект и сама мечтала о чем – то похожем.

Вот что нам пришлось откопать и исцелять. Мисс Зрелость привыкла страдать и искать корни всех бед где угодно, только не в самой себе. Она к 60 годам спустила прилично денег на всяких гадалок, магов, тарологов, рунологов. Никак не хотела признавать себя хозяйкой жизни.

Мисс Зрелость с виду казалась очень зрелой, важной. А в душе ребенок ребенком. У этой женщины уже было с десяток разных бизнесов и все потом оказывались не по душе. Были как очень денежные проекты, так и провальные. Также, Мисс Зрелость состояла во всех благотворительных проектах своего города. Очень активная женщина.

С мужем не сложилось, развелись еще в молодости. Но Мисс зрелость очень легко влюблялась. И всё складывалось по одному и тому же сценарию. Влюбилась, растворилась в партнере, а он убегает, потому что задыхается в такой любви. Не отношения, а сплошные зависимости.

Обычно, люди постарше тяжело поддаются изменениям. Сложно ломать систему ценностей, которая годами устоялась и зацементировалась. Однако, Мисс Зрелость быстро обнаружила в себе самой волшебницу. Как будто эта женщина просто ключи у меня оставила и пришла за ними спустя много лет. А на ключах было написано: «Всё в твоих руках и ты хозяйка жизни».

Мисс Зрелость больше не ходит по гадалкам. Живет с мужчиной, который моложе ее на 10 лет. У них совместный тренинговый бизнес. И кстати, они удочерили девочку.

Мисс Зрелость раскрывала в себе женщину заново. И это было не просто. Она научилась быть слабой и хрупкой. Больше не давила всех своей Любовью. Она поняла, что Любовь не надо заслуживать и не надо её никуда впихивать. Пусть просто свободно течет и осветляет жизнь.

Сколько бы лет тебе не было. Помни, что проблемы у нас похожи. И если что, заходи за своими ключами от счастья.

Резюме:

Основные проблемы:

Безответственность, психологическая незрелость, позиция жертвы, сильно выраженное мужское начало.

Как решали:

Работа с внутренним ребенком. Гармонизация мужской и женской матриц. Работа с женским родом.

Результаты:

Новые отношения (семья). Новый бизнес. Женщина стала уделять себе больше внимания и успокоила своего внутреннего мужчину.

1.9. История настоящей принцессы (Мисс Врединка)

Врединка из достаточно обеспеченной семьи. Мама – парикмахер, а папа – очень приличный бизнесмен. Врединка привыкла играть по своим правилам. Любила командовать, руководить. Не представляла свою жизнь без дорогих платьев, салонов красоты, фитнес клубов.

Только в один день, мир Врединки рухнул. Когда ей было 15, папа ушёл жить к любовнице. Конечно же, мама в обидах, запретила видеться с отцом. И даже не принимала никакой материальной помощи. Пришлось жить на зарплату парикмахера.

Врединка устроилась работать менеджером по продажам в консалтинговую фирму. Ходила по разным фирмам и продавала услуги. И однажды встретила его. Принца.

Он был очень похож на её отца. Того же возраста и владелец нескольких бизнесов. Врединка влюбилась. Да и принц совсем не против был. Вот только он женатый и детей двое.

Всё же отношения набрали обороты. Секс на офисном столе перерос в серьезный роман. Принц Врединку очень баловал. Покупал одежду, возил по заграничным курортам.

От Врединки только требовалось мило улыбаться и восхищаться этим мужчиной.

Мисс Врединка окончательно ушла со своей работы и была допущена в большой бизнес. Принц даже ей дал денег на открытие собственного дела. Аппетит у Врединки был не детский. Хотелось всего и сразу. Большой офис, много сотрудников. И без разницы, чем заниматься. Главное, что она у руля и люди её слушаются.

Врединка открыла юридическую компанию. Но она вообще не понимала, как этот бизнес устроен. Клиентов было очень мало, расходов очень много. Сотрудники поработали, поработали. А потом дружно написали заявление об уходе.

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.