

18+



**Р**  
**Женственность**  
**21 века**

---

"Я знаю как сложится твоя жизнь"  
*Елизавета Долинник*

Елизавета Долинчик  
**Же(нс)твенность 21 века**

«Автор»

2022

**Долинчик Е. С.**

Же(нс)твенность 21 века / Е. С. Долинчик — «Автор», 2022

Приглашаю читательниц узнать причины проблем в жизни каждой. Найти ответы на волнующие вопросы. Почему все так? Как изменить свою жизнь и увидеть новые возможности, исходя из того, что есть сейчас? Ознакомьтесь с моей личной историей и получите ответы на важные вопросы, которые помогут изменить вашу историю.

© Долинчик Е. С., 2022

© Автор, 2022

# Содержание

Введение	5
Глава 1	6
Конец ознакомительного фрагмента.	8

# Елизавета Долинчик

## Же(нс)твенность 21 века

### Введение

12/02/2015 г.

Почему то всегда мне эта идея казалась безумной, если можно так сказать. Практически никогда у меня не получается выразить всю полноту и красоту собственной мысли, хотя пока размышляю столько всего в голове происходит, а потом сворачивается в большой сумбурный клубочек и все, на выходе получается пфпфпф, просто пфпфпф, ничего логичного и причастного к ситуации и моим раздумьям. Почему так происходит? Почему я образованная умная девушка не могу совладать со своими мыслями и поведением? Почему в этом мире, в котором до этого момента все подчинялось только моим мыслям перестало вообще существовать? Я не могу соответствовать, да если честно не очень то и хочется, а чего я хочу на самом деле? Хочу семью со своим любимым человеком, хочу работу приносящую стабильный заработок, но не напрягающую голову. Хочу разобраться в себе, для чего и приняла решение написать все таки книгу, чтобы попытаться в итоге понять что делать дальше.

17/01/2022г.

В этой книге я хочу пролить свет на ситуацию, в которой девушки девочки и женщины, перенимая опыт поколений живут в несуществующем мире послевоенного и постсоветского пространства. Мучаются, повторяют пути своих матерей и не понимают как выбраться из замкнутого круга. Для тех кому достаточно новой информации на старые ситуации, чтобы понять что в итоге не так и найти выходы, начать делать по-новому. Изменить свой сценарий жизни и передать его в обновленном виде своим детям, чтобы они уже точно не остались в несуществующем мире и могли адаптироваться под изменения. Замечали ли вы что судьба, карма, родовой сценарий и многие другие популярные названия данной закономерности очень хорошо используются для продажи услуг гадалок, экстрасенсов и прочих направлений заработка на людях? Кто эти гадалки? Житейские психологи с опытом или с образованием зачастую, зарабатывающие на своих способностях к наблюдению и владении информацией. Почему они так работают, спросите вы? Потому что к обычному психологу все ещё ходит стрёмно, зазорно, туда ходят только “больные”, клеше, а по факту, хороших психологов действительно не так и много, но они есть, и они дают объективный взгляд со стороны без оценки и своего мнения и помогают человеку увидеть то, что он не видит, зашорившись в своем привычном ритме изо дня в день одним и том же.

## Глава 1

09/02/2022г.

Ниже, вы познакомитесь с фрагментами моих рассуждений из личного дневника с момента начала отслеживания и изучения себя, своих мыслей жизни.

По мере прочтения, предлагаю на полях делать пометки и записи, приходящих именно в момент прочтения, чтобы не потерять их. С того момента как до меня после прочтения множества книг дошло, что самый простой совет, ведение дневника, запись мыслей и действий в течение дня, которые улечиваются почти мгновенно и мимолетно убегают от моего внимания, если не поймать их, не отразить ручкой на бумаге и не перечитать после, удивляясь своим мыслям, действиям, которые так и упорхнули бы в череду моментов ежедневного существования, если бы я не отразила их на бумаге, в своем любимом ежедневнике с бежевыми мягкими листами формата А4, любимыми, в процессе подобранными ручками, стикерами по настроению на каждый день, обложкой под кожу приятной на ощупь. Все моменты, которые я создала вокруг себя с того момента, как решила последовать самому простому совету из книг и кажущемуся самым бесполезным, именно после этого принятия, начались самые приятные изменения в моей жизни, которые со временем, в течение года настолько ускорили принятие решений, начиная от самых незначительных выборов в еде и одежде, заканчивая местом проживания, автомобилем, 5-ю переездами, покупкой и продажей домов, 4-мя автомобилями, сменой круга общения. Огромное количество изменений произошло с тех пор. Это всего лишь за год. Спустя год жизнь ускорилась так, что изменения уровня прошлого года происходят за месяц, рост также ускорился, как в личностном росте, так и профессиональном. Ежедневные мелочи, кажущиеся раньше незначительными, которые я неосознанно вижу и каждый раз откладывая на потом, день за днем по одной две мелочи, вплоть до цвета губок для посуды, полотенец, вилок, ложек, кружек, цвета штор, постельного белья, носок, нижнего белья, вещей, обуви и т.д. вплоть до бумажных носовых платочков, которые ношу с собой каждый день в кармане. Что не подходит раздала, что пришло в негодность выкинула безжалостно, что требует ремонта и нужно, приносит радость, отремонтировала или отдала в профильный ремонт. Подобрала полотенца по цветам, количество нужной мне лично с мужем посуды, а не на случай важных непрошенных гостей или воображения перед кем-то. Все окружающие меня мелочи в несколько приемов я расчистила и ощутила прилив огромного количества энергии. Навела порядок в финансах, выписала все по листочкам, увидев сколько реально уходит куда денег и вопросы о тратах урегулировались сами собой, выбор стал очевиден, зайдите в приложение своего банка, в историю платежей, удивитесь ускользающим от вас суммам. Я удивилась, узнала реальность, а не мои мысли, вроде как отслеживающие четко свое финансовое положение. Расписала все на бумаге, расписала на месяц, на год. Наглядно увидела сколько обязательных расходов у меня уходит на каждый месяц, сколько сезонных расходов, на авто, на коммунальные платежи, документальные вопросы, налоги, сотовую связь, подарки на праздники в течение года. Это все вроде как держится в голове и известно, прозрачно понятно и одновременно не понятно куда что девается. Как только увидела все это на одном листе А4 перед собой наглядно на год. Все встало на свои места и решения так же пришли.

Огромную роль в нашей жизни играет окружение, не только людей, но и любых мелочей, которые мы видим каждый день, проще всего начать с этих вещественных мелочей и потренировавшись на них, получив опыт выбора на простых вещах со временем приводить порядок в остальных аспектах своей жизни.

Когда начинаешь отслеживать не только свои действия, но и свои мысли, отражая их на бумаге, дальше добавляются эмоции, появляется наглядность и конкретика в жизни, все встает на свои места, по полочкам. Появляется осознание того, почему не хочется идти к кому-то на

праздник или в гости, потому что выбирая себя и свое гармоничное состояние невозможно уже больше соглашаться на дискомфорт. Знание себя позволяет делать более верные выборы и действия, со временем войдя в привычку, этот навык поможет избавиться от мусора в жизни во всех ее аспектах, не пугайтесь, что ряды знакомых и друзей поредеют, на их место придут новые люди и вещи, подходящие вам именно на нужный момент, а не ниточки из прошлого, которые тянут назад и причиняют дискомфорт. Движение жизни направлено только вперед, оставаясь в прошлом вы будете вынуждены сталкиваться со стеной дискомфорта и непонимания, почему так происходит. Это как встать на дороге у несущегося по маршруту поезда и удивится, если увидев его вы вместо того, чтобы купить новый билет по нужному направлению сядете в свой поезд и поедите в нем в будущее, останетесь стоять на рельсах и он с огромной долей вероятности как минимум собьет вас с ног, в крайнем случае задавит. И как можно после осознания данной мысли стоять на дороге у несущегося поезда своей жизни и не сесть в него, а быть раздавленным? Это ли не издевательство над собой?

Чем больше информации я загружаю в свою голову по новым, выбранным мной направлениям развития себя, тем больше я понимаю, что как раньше уже не будет. Невозможно, стоя перед огромным количеством вариантов дорог, выбирать худшую или совсем не идти. Вопрос лишь в том, чтобы найти эту информацию для себя, задаться такой целью, и когда уже знаешь больше вариантов выбора чем один, как раньше, тут уже точно можно пробовать для себя только самое лучшее и ценное, потому что не хочется же в здравом уме потратить жизнь на страдания. Согласитесь же, каждый из нас хочет путешествовать, любить и быть любимым искренне, жить в красивом доме или квартире, а может в бунгало на Бали, каждому свое, мы существа социальные, живем под влиянием того общества, в котором обитаем. Так почему же не выбрать то общество, которое хочется, а не быть раздавленным в том, где пришлось?

Все мы внутри ощущаем чего истинно хотим, наблюдаем за желаемым, вождедем. А разница какая между тем, кто только вождедет и тем, у кого уже есть то, то он хотел? Ведь обоим понятно что именно хочется, разница лишь в том, что один признался в своих желаниях, расписал свои возможности, расписал свои желания, сопоставил и нашел все возможные пути достижения желаемого и достиг, потому что есть конкретика в желаниях лично своих и действия направленные на достижение желаемого. А у второго есть внутри чувство того, что хочется, но вместо достижения этого он выбирает наблюдать за другими, завидовать, обесценивать, высмеивать, всеми силами соответствовать чьим-то ожиданиям, поддерживать перед кем-то образ, непонятно зачем, страдать и изнурять себя, оправдывать свое бездействие, и всю накопленную желчь, подавленные эмоции, желания, нереализованность, заботность выливать в злостных оскорбительных комментариях тем, кто взял от жизни то, чего хотел. Дает это ощущение счастья? нет. Так зачем тогда сливать все свои силы непонятно на что, выматываться, если есть путь наименьшего сопротивления? Хочешь красивую квартиру? Оцени свои возможности, поищи новые варианты, допусти мысль, что ты этого можешь достичь и удивись как быстро это произойдет именно с тобой, а не с кем-то в инстаграме. Ресурсов и денег хватит на любые желания, времени не всегда. Важно делать верные выборы каждый день в сторону своих истинных приоритетов и сил тоже будет хватать, потому что вместо сопротивления и постоянных ударов от проносящихся через вас поездов, вы будете садиться в нужный вам по направлению и с легкостью и полными энергией доезжать до нужного места и целей.

Подумайте только, в большинстве населенных пунктов есть доставка продуктов, что выберешь ты? Тащить на себе несколько килограммов пакетов продуктами или заказать доставку, принять курьера около своей двери и только разложить продукты по местам? В каком случае у вас останется больше сил и времени? Что выберете для себя вы?

## **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.