

Путь к мужчине

рецепт счастливых отношений



Любовь Шлапай, Зоя Шлапай

Зоя Шлапай

Любовь Шлапай

Путь к мужчине

Текст предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=10016709

Путь к мужчине рецепт счастливых отношений / Любовь Шлапай,

Зоя Шлапай : Accent Graphics Communications; Montreal; 2015

ISBN 978-1-5130-3435-5

Аннотация

Мама (психолог с 15-летним опытом консультаций и 26 лет в счастливом браке) и дочка (уже замужем, энтузиаст личностного роста и директор онлайн-издательства) совершили попытку заполнить пустоту в сердце женщин и создали книгу «Путь к мужчине». Сразу предупреждаем: это не пособие по соблазнению. Здесь нет правил и списка действий, которые помогут поймать в свои сети мужа. Эта книга о другом. Эта книга предлагает вам сосредоточиться на том, чтобы стать более счастливой и привлекательной в первую очередь для себя, неважно есть сейчас в вашей жизни мужчина или его нет. Это книга – путеводитель по вашему внутреннему миру, ценнейший урок любви к себе. Приняв свою уникальность и переработав свой негативный прошлый опыт и страхи, вы создадите новый образ притягательной себя. За 35 дней вы уверенно пройдете путь от поиска внутреннего источника счастья и удовольствия,

освобождения от багажа и страхов прошлого до знакомства с новыми мужчинами и подготовки к встрече с тем самым Единственным. Вот, что вас ждет:

- Правда об идеальном мужчине, которую нужно знать каждой женщине.
- Исследование вашего способа строить отношения.
- Что сделает вас богиней (или исследуем свою женскую силу).
- 5 очаровательных приемов соблазнения.
- И многое, многое другое.

Содержание

Введение	6
Шаг 1. Ставим цель в реальных условиях	11
Принципы. Идеальные условия для создания отношений	11
Рисуем Карту любви	18
Конец ознакомительного фрагмента.	19

Любовь Шлапай, Зоя Шлапай

Путь к мужчине рецепт счастливых отношений

Говорят, каждому нужен наставник. Но я всегда считала: да, каждому, кроме меня! Я полагала, что мне-то учитель не нужен. Мне хватает других источников: книг, аудио-курсов, статей – я сама себя могу наставлять!

Но вот недавно я поняла, почему мне не нужен наставник: потому что он у меня уже есть!

Все это время у меня была наставница, которая поддерживала меня, когда меня одолевали сомнения, и верила в меня, когда мне казалось, что все потеряно.

Моя наставница помогала даже тем, что верила в меня, когда у меня ничего не получалось и напоминала о моих достижениях.

Помимо наставницы у меня есть еще вдохновитель, поддерживающий все мои начинания.

Поэтому я благодарю свою маму, Зою Шлапай, за плодотворное сотрудничество в написании этой книги. И посвящаю эту книгу моему вдохновителю – любимому мужу, Халиду Хилаби.

Введение

Привет! Нас зовут Зоя и Любовь. Мы хотим показать Тебе путь к отношениям твоей мечты. В основе этой книги лежит реальный опыт женщин, которые встретили спутника жизни. За 35 дней и Ты так же, как и они, найдешь свою любовь. Каждое слово в этой книге, каждое упражнение и задание были продуманы до мелочей и имеют в своей основе не только реальные истории, но и научное подтверждение.

Почему встретить спутника своей жизни так важно для Тебя? Дай-ка угадаю. Ты уже давно об этом мечтаешь, не так ли? Ты читала разные книги, ходила на тренинги и семинары, но все равно не встретила своего спутника. Я знаю, насколько это угнетающее чувство, когда как-будто ничего не работает, и Ты не можешь сдвинуться с мертвой точки.

Возможно, Ты заявляла о своем желании встретить мужчину своей мечты, но Твои поступки противоречили Твоему желанию. Ты говоришь подругам, что Тебя никто не приглашает на свидания, а сама расписываешь в своем ежедневнике время с утра до вечера. В таком графике на свидания не остается ни одной свободной минуты.

Среди моих знакомых есть и те, кто хочет иметь счастливые отношения, но в то же время продолжают жаловаться на мужчин. Они могут сказать: «Настоящих мужчин нет», или: «Всех хороших парней уже разобрали». Так они привлекают

неподходящих партнеров или вообще остаются одинокими.

В таких ситуациях мы с Тобой видим очевидное противоречие, но тем, кто так себя ведет, это кажется абсолютно нормальным. Девушки чувствуют себя бессильными. Если Ты веришь, что мысли создают реальность, то нам с Тобой по пути и за следующие 35 дней в Твоей жизни будет много чудес.

Ты узнаешь простые приемы и упражнения, которые помогут Тебе вернуть веру в свои силы, заставить Закон Притяжения работать на Тебя и, наконец, встретить спутника жизни – мужчину Твоей мечты. Ты изменишь свой образ мышления, по-новому влюбишься в себя и согласишься на этот мир и возможности в нем без розовых очков.

Каждая из нас от рождения достойна встретить подходящего партнера, чтобы построить вместе счастливую и любящую семью. И не нужно ничего усложнять. Жизнь и так полна сложностей. Я представляю этот путь максимально прямым и простым для Тебя. Ты встретишь мужчину своей мечты, используя четыре основных элемента: желание, вера, связь, ожидание.

Итак, **начнем с желания**. Сначала мы проведем проверку в реальных условиях и создадим Карту любви. Нет ничего более простого, чем создать образ своей цели. Но очень часто женщины смешивают в этом образе противоречивые ожидания или слишком завышают планку. Так что мы научим Тебя создавать образ спутника в реальных условиях.

Пространство любви. Ты научишься избавляться от невидимых преград.

Это те верования, которые заложены в Тебе с детства и теперь выходят на поверхность, вставая на пути к личному счастью. И создашь в своей жизни огромное пространство любви, куда будет приходить все самое лучшее.

Действенное ожидание. Тебе нужно будет изменить свой образ мышления и ввести в свою жизнь простые ежедневные практики, чтобы встретить спутника своей жизни намного быстрее.

Во-первых, это ежедневные упражнения для развития женского магнетизма. Женщина – как цветок, если его не поливать водой, он завянет. Ты научишься подпитываться энергией, чтобы чувствовать себя счастливой и наполненной каждый день, даже если в твоей жизни пока еще нет партнера.

Во-вторых, избавление от прошлого негативного опыта. Знаешь, достаточно сложно подниматься на гору, когда на твоих плечах 40-килограммовый рюкзак. Пришло время распрощаться с багажом прошлого, обидами и недосказанностями, которые блокируют движение вперед.

В-третьих, жить на гребне счастья. Очень важно, чтобы Ты научилась жить в состоянии женского магнетизма. От качества Твоей жизни зависит то, какого партнера Ты привлечешь в свою жизнь.

В-четвертых, использование достижений науки. Нам уда-

лось познакомиться с работами многих ученых, которые изучали феномен любви. Мы познакомим Тебя с важными открытиями, а также с историями девушек, которые уже нашли свою любовь.

История Любы

Я знаю, что сейчас у Тебя появились некоторые сомнения: поможет ли мне это. Я хочу сказать, что пути назад нет. Ты уже приняла решение изменить свою жизнь и встретить свою любовь. Не отступай под давлением сомнений.

Лично мне самой было непросто найти свою любовь. Но когда это случилось, я поняла, в каком заблуждении жила многие годы. Я верила, что карьера и работа – это важнее личного счастья, и часто жертвовала не только всем своим временем, но и здоровьем для реализации целей, которые были вовсе не важны для меня.

Со временем я начала обращать внимание на свои эмоциональные всплески, находить и уделять время занятиям, которые приносили мне удовольствие. Когда я научилась чувствовать счастье, жизнь вокруг меня тоже преобразилась: я переехала в другую страну, устроилась на очень интересную работу, у меня появились новые увлечения, и я была во много раз счастливее, чем раньше. Тогда я и встретила свою любовь. И сейчас не могу представить свою жизнь без Него.

Я верю, что и Ты можешь пройти этот путь, и у меня нет ни малейшего сомнения в том, что Ты

встретишь свою любовь. Нужно только обратиться к себе, найти корень проблемы, посмотреть в лицо страхам и отбросить сомнения.

Итак, включайся в работу. Впереди Тебя ждут 5 недель, которые изменят Твою жизнь. Внимательно выполняй все рекомендации, которые мы будем Тебе давать в течение этого времени, и полностью доверься процессу.

Шаг 1. Ставим цель в реальных условиях

Принципы. Идеальные условия для создания отношений

Сегодня Ты, как никогда ранее, страстно желаешь встретить спутника жизни. Но сколько бы Ты ни мечтала об этом, Тебя словно тянет назад и кто-то шепчет на ухо, что принцев в мире не существует и счастливые отношения удастся создать совсем немногим, только избранным. И Тебе кажется, что удача живет где-то на той стороне планеты, и Ты никогда туда не сможешь попасть.

Мы хотим Тебе показать, что встретить любовь – абсолютно реально, и что любовь – это образ жизни. Ты делаешь это постоянно! Ты делаешь это утром, когда решаешь, в каком платье пойти на работу, когда улыбаешься прохожему или угощаешь подругу обедом. Это все проявление Твоей любви. Ты обладаешь этим уникальным навыком любить и привлекать в свою жизнь желаемое, но чаще пользуешься им бессознательно, сама того не замечая.

Прежде чем идти дальше, давай узнаем, какие условия нам необходимо создать, чтобы встретить свою любовь. **Са-**

мое первое условие – это создать образ своего идеального спутника жизни. Мы сделаем специальное упражнение, чтобы это сделать.

Есть 3 важных шага в этом процессе:

Шаг 1: составь список качеств, которые Ты желаешь видеть в своем партнере. Чем детальней Ты его опишешь, тем лучше.

Шаг 2: подробно опиши, какие отношения Ты хочешь иметь. Обязательное условие – в письменной форме. Когда Ты записываешь все на бумагу, Ты лучше обдумываешь все тонкости и детали. Есть сотни исследований, которые подтверждают, что люди, которые записывают свои желания, чаще и быстрее замечают их исполнение.

Шаг 3: напоминай себе об этом образе-цели несколько раз в день, представляй ее утром, сразу после пробуждения, и вечером перед сном.

Второе идеальное условие для встречи своей любви – это жизнь в состоянии женского магнетизма. Понимаешь, самое главное предназначение женщины не в создании семьи и материнстве, это уже последствия.

Самая главная работа, которой женщина должна посвятить всю себя, – это создание пространства любви. И это пространство начнется с любви к себе и с полного принятия себя. Тебе нужно следить за образом своих мыслей, отбрасывать негативные мысли и притягивать позитивные, радоваться, наслаждаться каждым моментом. Тебе нужно будет найти

свой путь перехода в это состояние и придерживаться этой стратегии. Тебе нужно будет научить свое тело, сознание и мозг переходить в состояние женского магнетизма за считанные минуты. Это могут быть достаточно простые ритуалы, которые Ты сможешь повторять изо дня в день. Такими ритуалами, например, могут быть медитация, занятия творчеством, пение, танцы...

Третье идеальное условие – любить себя. Тебе нужно поддерживать связь со своим внутренним садом любви, прощать себе ошибки, заниматься любимыми делами, чтобы чувствовать наполненность энергией.

Четвертое условие – быть внимательной и распознавать препятствия и подсказки. На твоём пути будет много препятствий и заманчивых предложений. Поэтому Тебе важно научиться принимать во внимание свой прошлый опыт и пройденные уроки, чтобы жить своими целями, а не идти на поводу планов других людей. Научись слышать свою интуицию и вовремя отказываться от заманчивых предложений, которые могут навредить Тебе.

Пятое условие – умение отпускать. Попробуй внимательно анализировать свои чувства и не нести с собой годами обиды, претензии, злость, которые Ты прячешь от себя и других.

Итак, давай подведем итог. Идеальные условия для создания отношений: 1) создание образа своего идеального партнера; 2) жизнь в состоянии женского магнетизма; 3) любить

себя; 4) быть внимательной и распознавать препятствия; 5) уметь отпускать.

Теперь, когда мы знаем, какие условия нам нужно создать для привлечения мужчины, давай проведем проверку в реальных условиях. Первое, что мы сделаем, – освободимся от мусора в голове. Понимаешь, с детства вместе с разговорами со своей мамой и подругами, с просмотром фильмов, чтением книг и журналов в Твоем сознании сформировались определенные программы и стереотипы.

Так, например, Ты можешь считать (особенно, если так думает Твоя мама), что все мужчины – обманщики и изменники или им нужен только секс. Или еще вот эти распространенные убеждения: «Все мужчины – идиоты (альфонсы, жадины и т. д.)», «Мужчинам нужен только секс», «Мужчины боятся умных женщин (а также сильных, красивых, самодостаточных и т. д.)», «Мужчины не хотят жениться и брать на себя обязательства»,

«Женщина не должна делать первый шаг», «Все приличные мужчины уже женаты», «У меня нет времени на поиск мужчины».

Удерживая эти мысли в своей голове, Ты подсознательно привлекаешь именно таких мужчин в свою жизнь. Поэтому давай мы сейчас проведем небольшую чистку и изменим твое отношение.

Итак, **Правило № 1: есть НЕВЕРОЯТНЫЙ мужчина и, скорее всего, даже не один.** Так сложилось, что сре-

ди женщин вопрос об отсутствии настоящих мужчин всегда актуален. Обычно ситуация выглядит стандартно: она хочет любить и быть любимой, но мужчины рядом нет. Или он есть, но какой-то не такой, как хочется женщине. И тогда она либо смиряется с положением вещей, принимая хоть какого-то мужчину и свое одиночество, либо отправляется на поиски лучшего «варианта». Оба сценария, на мой взгляд, мало напоминают счастье, как самой женщины, так и ее пары.

Попробуем вместе осознать: почему женщина ждет Принца? И почему близкий мужчина не может воплотить эту мечту в реальность. Ведь в жизни всё просто – как мы думаем, так и живем.

Если мы не замечаем принца в своём любимом мужчине, то он и не станет таковым. Помните поговорку: «Говори о человеке «свинья, свинья», он и захрюкает». А если увидеть в мужчине принца, помочь ему быть принцем, он им станет.

Я предлагаю посмотреть на себя, свою жизнь и на окружающих мужчин по-другому. Увидеть большую глубину, чем обычно. Давай будем писать о маленьких и больших счастливых островках жизни, которые у Тебя есть. Ведь они есть у каждого!

Нужно учиться видеть счастье в малом, тогда придет и большое. Чтобы счастье было в жизни, нужно опираться на счастье. Или хотя бы на радость.

Итак, цель такая: показать, что счастье можно найти не только в Индии и на Бали, но и в любом другом уголке пла-

неты. И там, где Ты сейчас. Принцы есть везде.

Правило № 2: Ты достойна настоящих искренних отношений. Я

общаюсь со многими подругами, которые уже повстречали свою любовь и как бы стоят на пороге отношений. В этом моменте чаще всего возникает два варианта развития событий: одни ожидают великого и недостижимого, другие – занижают планку. Первые четко выставляют свои требования, вторые быстро открылись потоку, но не знают, что ищут.

Правило № 3: получай удовольствие от жизни.

Очень часто мы придумываем себе внешние привязанности для счастья. Мы ожидаем, что чувство удовлетворенности принесет принц на блюдечке. На самом же деле все устроено немного иначе. Роль женщины еще с древних Вед заключалась в накоплении и сохранении энергии.

Нам не нужно ожидать, что кто-то другой подарит счастье и удовольствие. Наше внутреннее счастье – наше богатство. Подумай о том случае, когда Ты чувствовала себя счастливой и удовлетворенной. Ты можешь вспомнить один или два таких случая? А может, их было больше? Как Ты себя чувствовала? Что о Тебе говорили окружающие?

Какие занятия Тебе приносят больше удовольствия? Проанализируй этот опыт в прошлом. Прокрути в голове все, что происходит с Тобой, когда Ты чувствуешь себя счастливой. От того, как часто Ты обращаешься к этим занятиям, зависит Твой личный успех в отношениях с партнером.

Постарайся вспомнить как можно больше занятий, приносящих Тебе удовольствие, и запиши их, составь список. Каждый день можешь выполнять по одному занятию из этого списка. Позволь себе наслаждение. Счастливая женщина всегда будет оставаться магнитом для мужчин. Помни об этом!

Теперь, когда более понятно, в каких условиях лучше всего создавать свои счастливые отношения, давай разберемся, с кем именно Ты эти отношения хочешь строить.

Рисуем Карту любви

На протяжении всей твоей жизни Тебя со всех сторон атакуют разными идеями о настоящей любви. Мультфильмы, кино, романы, газеты, подруги, мамы, родители – каждый пытается сказать Тебе что-то свое на эту тему.

Ты и сама не раз сталкивалась с реальными ситуациями и с мужчинами в своей жизни. И замечала, как после каждого разрыва Тебе все легче сказать, чего Ты от отношений НЕ хочешь и каким твой партнер НЕ должен быть.

Мы не призываем Тебя перестать мечтать об идеальном партнере и вовсе не говорим, что у Тебя не может быть все так, как в фильме «Гордость и предубеждение», когда мистер Дарси читает мысли своей возлюбленной, поддерживая ее в спорах с матерью и полностью принимает ее переменчивое поведение. Я говорю о том, что Тебе нужно проделать важную работу, научиться видеть качества в мужчинах, которые Ты ищешь – будь то доброта, порядочность, интеллигентность, амбициозность, видеть их проявления даже в самых обыденных ежедневных ситуациях.

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.