

Лариса Ренар

ЧЕТЫРЕ ГРАНИ СОВЕРШЕНСТВА

Годовая программа
возвращения женственности



Лучшее от Ларисы Ренар

Лариса Ренар

**Четыре грани совершенства.
Годовая программа
возвращения женственности**

«ЭКСМО»

2017

УДК 133.4
ББК 86.42

Ренар Л.

Четыре грани совершенства. Годовая программа
возвращения женственности / Л. Ренар — «Эксмо»,
2017 — (Лучшее от Ларисы Ренар)

ISBN 978-5-699-86233-7

Каждая женщина от рождения владеет четырьмя энергетическими состояниями, четырьмя стихиями: Девочка, Хозяйка, Любовница и Королева. И от того, насколько умело мы пользуемся энергетикой, дарованной нам природой, зависят наш успех, удача, наша самореализация в различных сферах жизни. Следуя за автором по страницам книги, вы проживете счастливый год, в совершенстве овладеете каждым из состояний, чтобы в нужный момент в нужное время поступать правильно, не пропуская подарков судьбы. Эта книга – волшебная инструкция к трем бестселлерам Ларисы Ренар: «Круг женской силы», «Открывая новую себя» и «Эликсир любви». Уникальная программа возвращения женственности содержит энергетические практики, упражнения, медитации, советы, тесты.

УДК 133.4

ББК 86.42

ISBN 978-5-699-86233-7

© Ренар Л., 2017

© Эксмо, 2017

Содержание

Введение	6
Узнай о себе тайну	11
Зима	17
Декабрь	18
Холодная дева	19
Основы власти	20
Код тела	22
Во власти воздушной стихии	22
Как усилить стихию Воздуха?	24
Январь	26
Упражнения для Королевы	26
Медитации Королевы	29
Конец ознакомительного фрагмента.	31

Лариса Ренар
Четыре грани совершенства. Годовая
программа возвращения женственности

© Ренар Л., текст, 2017

© Оформление. ООО «Издательство «Э», 2017

Введение

Четыре состояния женщины

Ты заметила, что каждый сезон чувствуешь себя особым образом?

Зимой ощущаешь, как стужа заставляет тебя быть рациональной и расчетливой. Ведь в непогоду не хочется лишний раз выходить из дому, и ты продумываешь каждый свой шаг. Вид снежной равнины будит мысли о свободе. Ледяной ветер заставляет заковать себя в броню холодности.

И все же в домашней обстановке, в дружеском кругу ты таешь от тепла и чутко улавливаешь настроения окружающих. В тебе просыпаются чувства.

Они хлынут рекой, когда придет март. Твое настроение быстро изменится, за ним невозможно будет угнаться. Все выстроенные зимой планы обрушатся – весной их логика уже не востребована. Подчас ты начинаешь вести себя как в детстве – капризничаешь, привередничаешь, тебе трудно угодить. Да ты и сама весной не знаешь, чего хочешь. Или знаешь? Чтобы кто-то воспринял твои капризы всерьез, позаботился о той маленькой девочке, что проснулась в тебе с мартовским солнцем?

Летнее солнце же пробудит в тебе сильные страсти. Их трудно контролировать, ими невозможно управлять. Стоит огню разгореться, и его пламя уже живет своей жизнью – подчиняется собственным законам. Ты становишься смелой и даже дерзкой и с головой ныряешь в омут страсти. И если летом ты всецело отдаешься своему внутреннему огню, то к осени выныриваешь из этого омута роскошной красавицей.

Твое сентябрьское состояние подобно богатым краскам осеннего пейзажа. В твоей душе много оттенков сложных чувств, которые ты улавливаешь в себе и окружающих. А люди тянутся к тебе, чтобы услышать доброе слово или мудрый совет. Ты излучаешь полноту жизни, спокойствие и уверенность в себе.

Каждый сезон связан с одним из четырех основных женских состояний. Зимой это состояние Королевы – самодостаточной, независимой, рациональной. Весной – состояние Девочки, доверчивой, любящей, открытой. Летом – состояние Любовницы, страстной, яркой и будоражающей мужское воображение. А осенью – состояние Хозяйки, уверенной, спокойной и мудрой.

Каждое из этих состояний – это не просто набор качеств, а проявление четырех форм женской энергии.

Может быть, ты не слышала об этом. Но это не значит, что эти состояния тебе неизвестны. Рожденная женщиной уже рождена с интуитивным знанием всех четырех состояний. Просто степень проявления этих состояний для разных женщин разная. В ком-то больше проявлена Любовница, в ком-то больше Королева, в ком-то больше Хозяйка, а в ком-то – Девочка.

Состояния женской энергии связаны с природными стихиями – Землей, Воздухом, Водой и Огнем.

Каждая стихия наделяет тебя определенной энергией в момент твоего рождения. Стихия Земли, сильная и сущностная, одаривает женщину спокойствием, практичностью, основательностью и надежностью (состояние Хозяйки), стихия Огня, горячая и пульсирующая, делает женщину чувственной и импульсивной, страстной и сексуальной (состояние Любовницы). Стихия Воды дает нам эмоциональность и непосредственность, шаловливость и мягкость (состояние Девочки). Воздух помогает нам стать самостоятельными и целеустремленными, независимыми и логичными (состояние Королевы).

В легендах и сказаниях разных народов запечатлены все эти состояния. О состоянии Королевы ты, конечно, еще в детстве узнала из сказки «Снежная королева» Ганса Христиана Андерсена. Не удивительно, что датский писатель обратился к этой теме. Ведь Дания – страна с древнейшими королевскими традициями. Поэтому здесь-то и могла случиться история Снежной королевы, ослепительной, властной и такой притягательной, что она даже смогла покорить доброе детское сердце Кая, зачаровав его своим великолепием. Андерсен угадал и воплотил в этом образе те качества Королевы, которые до сих пор будоражат воображение многих мужчин. Белое снежное царство, огромный простор – все это владения Королевы, гордой и блистающей женщины, покорительницы мужских сердец.

В русских сказках мы тоже можем встретить образ королевы – это Царевна Лебедь, воспетая Пушкиным, Врубелем и другими гениями. Когда-то лебедь был царем всех птиц. С тех пор в мифологии северных народов появились сказания о лебединых девах как символе царской власти, неувядающей красоты и приобщенности к священным знаниям.

В скандинавской мифологии лебединые девы превратились в валькирий, дев-воительниц на крылатых конях. Но, как и девы-лебеди, они прилетают к реке или озеру и, сбрасывая свое одеяние, превращаются в сказочных красавиц. Считается, что только тот, кто спрячет их одежды, может обрести над ними власть.

Королева символизирует стихию Воздуха. А большинство практик, связанных со стихией Воздуха, возникли из северной традиции, с арктической прародины нашей цивилизации – Гипербореи, исчезнувшего материка на Крайнем Севере. Слово это придумали эллины, называя страну за северным ветром Бореем, раскинувшуюся на многие сотни километров. Как рассказывают легенды, климат там был мягким и теплым, и этот край процветал, поражая своим богатством. Именно там возвышалась главная пирамида Земли – гора Меру, древний мифический сакральный центр мира. Но падение астероида изменило ось вращения Земли, и древний северный материк ушел под воду. Осталась лишь часть великого материка, Гренландия, скованная льдом, которая хранит его тайны.

Возможно, ты читала книгу или смотрела фильм «Снежное чувство Смиллы». О девушке, которая обладала удивительным интуитивным пониманием снега, о девушке, любившей бескрайние просторы и математику, абстрактную науку чисел и формул. Это история упорной и смелой героини, твердо решившей разгадать тайну смерти своего маленького друга, выходца из Гренландии.

Питер Хег, автор «Смиллы», как и Андерсен, – датчанин.

Смилла – еще одна северная героиня-Королева, воплощающая все качества этого состояния – независимость, логичность, властность и самостоятельность. Такая женщина отважна и хладнокровна, уверена и свободна. Она все видит, все понимает и всем управляет. Она направляет и вдохновляет мужчину, всегда оставаясь самой собой.

Девочка – другое состояние женщины. Нежная и добрая, любящая и кроткая. Девочка подобна воде, смывающей все печали, уносящей горести и дарующей безграничную любовь, покой и умиротворение. В греческом искусстве это состояние воплотилось в богине Афродите, заключавшей браки олимпийских богов и простых людей.

«Афрос» по-гречески – морская пена. Афродита родилась из крови оскотленного Кроном Урана, которая попала в море и образовала пену. Некогда, как гласит легенда, Афродита вышла из пены на берег греческого острова Кипра.

До сих пор на Кипре это место популярно у туристов, которые специально приезжают сюда, чтобы окунуться в воды, омывшие тело прекрасной богини, и преобразиться внешне и внутренне. Из-за камней, словно специально разбросанных у берега, море здесь всегда беспокойно – волны весело набегают на теплый песок, кружатся в водоворотках, бурлят и будто слагают песнь в честь всеми почитаемой Афродиты.

Знают это место и посвященные – люди, владеющие знаниями и совершающие энергетические практики. Свое название – Петрату-Ромиу – местечко получило не случайно. Оно связано с одним из подвигов византийского героя Дигениса Акритаса. Именно благодаря ему этот маленький залив столь беспокоен. Ведь именно Дигенис, по легенде, сбросил в воду гигантские глыбы, из-за которых вода теперь пенится у самого берега. Герой защищал страну от захватчиков-сарацинов, пытавшихся овладеть городом. Одна из таких глыб и получила название Петрату-Ромиу, что переводится как «Камень грека».

Сюда специально приезжают влюбленные. Считается, что омовение в этих водах гарантирует им долгую совместную жизнь. А если в полночь набраться смелости и проплыть мимо самого большого камня, то ты всегда будешь молода и прекрасна, как греческая богиня.

Афродита имела силу мощной, пронизывающей весь мир любви. Это богиня вечной весны и жизни. Связана она и с плодородием, поэтому ее всегда изображали окруженной цветами – розами, анемонами, нарциссами, лилиями, фиалками.

Этой богине поклонялись в древности и поклоняются до сих пор. Влюбленные верят в ее могущество и покровительство. И приносят Афродите дары – шикарные произведения искусства и милые безделушки, посвящают танцы и стихи.

Например, такие:

Я призываю Уранию, Деву с улыбкой бессмертной.
О Афродита, воспетая в гимнах, Несущая благо!
Морем рожденная Матерь-Богиня, Владычица ночи,
Ты укрываешь любовников страстных туманной завесой.
Ты сокровенные нити обманов сплетаешь искусно
В сеть золотую, о Матерь Ананки, приятная взору.
Ибо всего Ты исток, что являет нам Космос бездонный.
Троица Мойр подчинилась Тебе, о Владычица мира,
Горние выси, холмы и долины земли плодородной,
Моря глубины и твари морские, что в нем обитают.

Бог войны и битв Арес был супругом Афродиты. Любовь хранит воина в битве, и, чем сильнее любовь женщины, тем более защищен мужчина. Поэтому воины тоже чтут богиню любви и просят ее о защите.

У стихии Огня, которая управляет состоянием Любовницы, тоже есть своя богиня – индийская. Ее зовут Шакти, что переводится как «сила». Это творческая энергия Вселенной, воплощающая женскую энергию.

Согласно индийской мифологии, Шакти была женой Шивы, который воплощает божественный аспект каждого мужчины. Она огонь, горящий внутри каждой женщины, освещающий все вокруг и дарующий творческую энергию.

В разных воплощениях у Шакти было много имен – например Сати. Сати символизирует супружескую верность, сексуальную и плодотворящую страсть. Эта сила может быть как творческой, так и разрушительной. Поэтому некоторые мужчины боятся таких женских качеств.

О любви Сати и Шивы рассказывает красивая легенда. Отец Сати, Дакша, решил выдать ее замуж и устроил своего рода смотрины. Однако Шиву он решил не звать, так как не признавал его богом и считал, что найдет для дочери лучшую партию. Однако Сати мечтала только о Шиве. И когда она подбросила в воздух гирлянду, предназначавшуюся для жениха, та, согласно ее желанию, упала на шею внезапно появившегося Шивы.

Однако отец невесты совсем не был этому рад. Он задался целью противостоять влюбленным. Так, он даже отстранил Шиву от жертвоприношения, на котором присутствовали остальные боги.

Сати была оскорблена такой позицией отца. Она призвала Шиву разрушить жертвоприношение, а сама, не стерпев унижения, бросилась в священный огонь и сгорела. (Кстати, термин «сати» до сих пор употребляется в Индии применительно к вдовам, сжигающим себя на погребальном костре мужа.)

Несчастный Шива с обгоревшим телом Сати долго блуждал по миру, пытаясь найти средство возродить любимую к жизни. Наконец над ним сжалился бог Вишну. Он разрубил тело Сати на множество кусков и разбросал останки, сделав места, куда они упали, центрами паломничества. А Сати спустя некоторое время возродилась как Парвати, новая жена Шивы.

И хотя это всего лишь легенда, в Индии до сих пор существуют места, где люди, желающие приобщиться к древним культам, обрести себя, проходят специальные практики. Одно из таких мест – Каджурахо.

Легенды говорят, что создатели Каджурахо спустились с Луны. Хемавати, прекрасная дочка Брамина, была соблазнена богом Луны, когда купалась ночью в реке. От этого союза смертной и бога родился сын, Чандраварман. В те времена незамужняя женщина, имеющая ребенка, преследовалась и осуждалась, поэтому Хемавати ушла в леса Центральной Индии. Там она воспитывала и растила своего сына, который стал основателем великой династии Чандела. Когда он был признан правителем, то увидел во сне свою мать, которая умоляла его построить храм, воспевающий человеческие страсти. Теперь же в этот храм съезжаются люди из разных концов света, чтобы ощутить в себе великую силу страсти, силу огня. Ведь это – творческая энергия, с помощью которой человек способен к созиданию.

Четвертая стихия, стихия Земли, дарит женщине состояние Хозяйки. Она сообщает основательность, уравновешенность, веру в собственные силы, сообщает всему порядок. Екатерина Великая, русская императрица, – та женщина-Хозяйка, оставившая след в истории, которой восхищаются и по сей день.

Еще одна индийская героиня, принцесса Мандарава, воплощает в себе качества этого состояния женщины.

Как гласит легенда, Мандарава была супругой великого гуру Падмасамбхавы, которого призвали в Тибет навести порядок и помочь буддизму заменить религию бон. Сколько бы буддисты ни строили храмов, они тут же разрушались – то происходило землетрясение, то пожар, то налетел сильнейший ураган. Жрецы религии бон не хотели просто так отдавать свою власть. Тем более что они управляли государством.

Но вернемся к Мандараве.

Давным-давно, в конце VIII века, в одном из районов Индии родилась прекрасная принцесса Мандарава. Она с детства была увлечена поисками священных знаний. Отец Мандаравы пригласил гуру Падмасамбхаву учителем к своей дочери. Но однажды застал их за занятием не науками, а любовью. Разгневанный, он бросил дочь в яму с колючками и приказал сжечь Падмасамбхаву. Но Падмасамбхава превратил костер в озеро кунжутного масла. Посередине озера, окруженного языками пламени, вырос прекрасный лотос, на котором восседал Падмасамбхава в теле восьмилетнего ребенка. Пораженный царь пал ниц и признал божественность Падмасамбхавы. Он предложил ему свое царство и свою дочь в жены. Так Мандарава стала возлюбленной женой гуру Падмасамбхавы, и они вместе отправились в священное место силы – пещеру Маратики, где провели триста лет.

И именно там, во тьме пещеры, символизирующей мудрость и мастерство, они обрели священное блаженство слияния.

Может быть, ты вспомнила и другие истории, рассказывающие о четырех женских состояниях? Их ведь великое множество. В них запечатлен древний опыт, который изна-

чально сохранялся в устной традиции – через сказки, легенды, мифы. Читая их, ты, чувствуя вибрации и представляя образ, можешь настраиваться на определенное состояние. Героини менялись, но суть оставалась прежней – у каждой женщины есть четыре состояния энергии, которые она может и должна в себе раскрыть.

Однако нужно ли искать в себе все эти состояния? Может быть, достаточно найти одно – что-то, что тебе ближе всего?

Нет, быть в одном состоянии недостаточно. Например, если доминирует состояние Девочка, то все вокруг удивляются, почему такая милая, добрая и послушная девушка до сих пор одна, забывая, что не Девочка привлекает мужчин, а страстная Любовница. Или, наоборот, кому-то нравится быть независимой и свободной, самой принимать решения, то есть быть Королевой. Это замечательное состояние, чтобы лишить мужчину рассудка, но, добившись своего, мужчина ждет, что тигрица превратится в ласкового котенка, и если этого не происходит, то мужчина, не выдерживая напряжения, исчезает.

Женщина – уникальное создание, она может усилить те энергии, которые в ней проявлены слабо. Через соединение со стихиями женщина обретает новое состояние, целостность и могущество.

Испытав все четыре состояния, найдя себя в каждом, ты сможешь ощутить всю полноту жизни. Возможно, тогда в твою жизнь придет тот человек, о котором ты всегда мечтала. Однако обретение своей половины – целая наука.

Узнай о себе тайну

Я предлагаю тебе «раскрыть карты», то есть узнать, к чему наиболее склонна твоя натура, какая энергия в тебе преобладает. Это очень важно для того, чтобы ты могла кратчайшим путем идти к своей целостности. Я хочу предложить тебе узнать о себе некоторые подробности. Какая ты – рациональная или спонтанная? Какое состояние в тебе преобладает? К чему ты стремишься как к идеалу? А от чего отказываешься как от ненужного?

Я вижу, ты уже заинтересовалась. Давай попробуем.

Для тех, кто любит тесты, предлагаю тест.

Тебе предстоит выбрать из первой части таблицы описание 1 или 2 и 3 или 4. Читай, примеряй описания на себя, а потом после таблицы смотри выводы.

1. Я не люблю выяснять причины ссор и недоразумений; ставлю разум выше чувств, объективно сужу о людях, независимо от симпатий. Предпочитаю не обсуждать темы личной жизни, как	2. Я склонна идти на компромиссы в делах ради хороших отношений. Меня интересуют чувства и взаимоотношения между людьми. Я стараюсь делать людям приятное, часто
своей, так и других. Умею логично аргументировать свою точку зрения и проявлять власть при воплощении своих решений	говорю комплименты. Интересуюсь и обсуждаю моменты личной жизни. Мне трудно объективно судить о людях, отстраняюсь от своих симпатий и антипатий
3. Я реалистка, не любящая пустых фантазий, практична и деятельна, уверена в себе. Я предпочитаю не расплываться на несколько дел сразу, тщательно занимаюсь одним. Многие вещи люблю делать своими руками, проверяю результаты сделанного мною и другими людьми. Охотно занимаюсь бытовыми и практическими делами, забочусь о близких. Я внимательна к деталям и не люблю непроверенных предположений и тем более методов работы	4. Я хорошо предвижу будущее и часто вспоминаю прошлое. Стремлюсь к новизне и переменам. Я склонна к колебаниям и сомнениям, не всегда уверена в себе, иногда рассеянна. Я больше тяготею к теории, чем к практике. Люблю творческую деятельность и эксперименты, но неохотно уделяю время проверке своих предположений и результатам деятельности

1. Королева.
2. Девочка.
3. Хозяйка.
4. Любовница.

Как правило, у человека присутствуют два ведущих состояния. И тест показывает те состояния, которые нам даны от рождения. А вот узнать, какие состояния сильнее всего проявлены в данный момент, можно с помощью колоды «Таролино».

Расклад «Состояния»

Возьми колоду «Таролино», отбери из нее четырех королев: королеву Воды, королеву Огня, королеву Земли и королеву Воздуха. Теперь выкладывай карты рубашкой вверх, а рисунком вниз в один ряд.

Слева направо начинай открывать карты. Значения будут иметь только королевы. Итак:
первая королева, которую ты откроешь, – это та, кем ты хочешь стать;
вторая королева, которую ты откроешь, – это та, кто ты есть;
третья королева, которую ты откроешь, – это то, что ты развиваешь;
четвертая королева, которую ты откроешь, – это то, что ты не принимаешь.

Теперь ты видишь, как распределяются в тебе силы четырех состояний. Работая по книге дальше, ты сможешь сбалансировать их, чтобы создать из гармонии целостность и проявить до конца свою женскую силу и суть.

Расклад поможет тебе понять, почему отношения развиваются определенным образом и на что необходимо обратить внимание. Именно в тех состояниях, которые мы не принимаем, мы и испытываем наибольшие сложности в отношениях.

Во все времена мужчины стремились найти ту, в ком проявлены все состояния. Они интуитивно чувствовали, что только такая женщина может быть им достойной спутницей, помочь обрести силу и целостность. Только когда женщина соединяется с мужчиной на всех четырех уровнях (физическом, сексуальном, эмоциональном и ментальном), только тогда мужчина наполняется энергией и готов совершать подвиги. Только такая женщина помогает ему завоевать мир, который он готов бросить к ее ногам. Только такая женщина может помочь мужчине достичь тех вершин, что предназначены ему судьбой.

Если женщине знакомы эти состояния, то она замыкает круг своей женской силы и в знак этого получает в подарок обручальное кольцо.

В жене мужчина хочет видеть и страстную Любовницу, и вдохновляющую музу или неприступную Королеву, и восторженную Девочку, и рачительную Хозяйку. Мужчина ждет, даже порой неосознанно, удовлетворения всех своих потребностей – и ментальных, и эмоциональных, и физических, и сексуальных. На физическом уровне он ждет, что женщина будет заботиться о нем, кормить его вкусными завтраками или ужинами, следить за порядком в доме, поддерживать и успокаивать его в трудные моменты. Это состояние женщины мы называем Хозяйка. И в то же время на эмоциональном уровне ему хочется видеть в любимой женщине беспомощную Девочку, нуждающуюся в его защите и покровительстве, Девочку, которая восхищается им и восторженно внимает каждому его слову. Девочку, которая безоглядно верит в его способность изменить мир и радуется его успехам, ценит его усилия и подарки, даже самые простые. На ментальном уровне мужчина ждет от женщины ума и образованности, умения вести интеллектуальную беседу, быть в курсе его дел и проблем, уметь его направлять и вдохновлять, уметь быть интересной и независимой, творческой и непредсказуемой. Ему хочется видеть в ней Королеву, или музу. Но все меркнет перед тем, чего ждет мужчина ночью. Недаром говорят – «ночная кукушка дневную перекукует». Страстная и умелая Любовница, знающая все тайны постельного искусства, секретные точки на теле мужчины, не боящаяся оральных ласк, получает неограниченную власть. Такой женщиной мужчина не может насытиться, и его тянет к ней вновь и вновь, он жаждет ее и каждую ночь стремится провести только с ней.

Но сначала любую из нас ждет период ухаживания. Как же в это время все сделать правильно?

Именно в период ухаживания женщина проживает все четыре состояния, о которых мы говорили, – Девочки, Любовницы, Королевы и Хозяйки. Мужчина словно проверяет, насколько знакомы женщине эти состояния, сможет ли она удовлетворить все его потребности. Сможет ли он найти то, что ищет, в одной женщине?

Почему женщина не может находиться в одном состоянии? Почему это может обернуться против нее?

Иногда бывает, что ты отдаешь не только сексуальную энергию, но и кормишь мужчину, заботишься о нем, принимаешь за него решения, не требуя ничего взамен. Но такой альтруизм оборачивается против тебя. Потому что единственный мужчина, которому ты можешь посвящать себя и все отдавать, – это твой сын. Если ты так же будешь вести себя с мужчиной, то он тоже почувствует в тебе маму, а это очень опасно для ваших отношений. Он будет тебя уважать, но перестанет тебя хотеть, так как с «мамой не спят», существует запрет на инцест, и поэтому подсознательно он будет избегать с тобой секса. Может, ты встречала таких женщин: и дом ему купила, и накормила, и спать с собой уложила. И ничего удивительного, что он тут же увлечется той, о которой он сможет заботиться сам. Мужчины любят заботиться о маленьких девочках, покупать им подарки, носить их на руках, баловать и оберегать их. Вот почему состояние Девочки настолько важно. Однако постоянная инфантильность со временем раздражает. Нельзя забывать и про состояние Королевы, когда ты независима и свободна. Когда мужчина чувствует, что ты на шаг от ухода. Мы вдохновляем мужчину, но в то же время мы интересны сами по себе. Мужчины осыпают Королеву дарами, цветами, стремясь заслужить ее внимание.

Итак, в состоянии Любовницы ты даешь энергию, в состоянии Девочки ты получаешь, в состоянии Хозяйки ты даешь, в состоянии Королевы ты получаешь.

Друг, поклонник, партнер Интеллектуальные потребности коммуникативные потребности	Любовник Энергетические потребности	Муж Эмоциональные потребности	Сын Сенсорные потребности
↓	↑	↓	↑
Королева (Воздух) Ментальная власть	Любовница (Огонь) Сексуальная власть	Девочка (Вода) Эмоциональная власть	Хозяйка (Земля) Физическая власть

Обычно в женщине проявлены два состояния. Скажем, Любовница и Девочка. Или Хозяйка и Королева. В зависимости от этого женщина и притягивает в свою жизнь мужчину, который смог бы ее дополнить, усилить те состояния, в которых она не проявлена. И наоборот, мужчина ищет ту женщину, в которой есть то, чего ему самому не хватает. Например, мужчина, в котором проявлены практичность и логичность, будет искать женщину, в которой ярко эмоциональность и сексуальность – Девочка и Любовница. А творческий мужчина, в ком сильны сексуальность и эмоциональность, наоборот, будет искать женщину, в ком преобладает практичность – Земля и логичность – Воздух.

Мужчины ведь тоже испытывают власть стихий. Доминирование и сочетание определенных стихий одних превращает в полководцев, других – в художников и лириков, третьих – в ученых, корпящих над научными трудами и пытающихся постичь тайны мироздания, а четвертых – в торговцев и учителей. Это четыре основных мужских клана.

И у представителей каждого клана есть свои доминирующие потребности: интеллектуальные, энергетические, эмоциональные, сенсорные. В зависимости от них мужчина нуждается и ищет женщину, в зависимости от них женщина выбирает мужчину.

Клан правителей

Воздух и Земля – мужчины, в которых ярко проявлены логика и практичность. Это прирожденные лидеры, они умеют управлять и увлекать за собой. У них сильная воля, они целеустремленны и настойчивы. Они всегда достигают целей, которые ставят перед собой, сметая на пути все препятствия. В их понимании миром правит сила, и они умеют ее проявлять. Они редко терпят поражения и не прощают обид и унижений, ожидая удобного случая, чтобы отомстить. От окружающих они требуют соблюдения порядка и дисциплины. Они сдержаны в проявлении своих эмоций, скрытны и ревнивы. Они склонны контролировать каждый шаг женщины и готовы спрятать ее ото всех.

Они прохладно относятся к собственной внешности, больше обращая внимание на статусность тех вещей, которые им принадлежат.

Как выглядят	Где можно встретить	Стиль поведения	Образ женщины
Аккуратны, ухожены. Одеты со вкусом, плотные, твердо стоят на ногах. Предпочитают классические костюмы. Холодный и пристальный взгляд. Четкая, сухая речь. Пунктуальны	Среди политиков, военных и банкиров. Они любят виды спорта на открытом воздухе — лыжи, байдарки, альпинизм, рафтинг. Их можно встретить в барах, на выставке автомобилей, на парадах, в боулингах	Попросить практического совета или защиты. Им нравится показывать свою власть и могущество. Можно обсудить темы спорта, политики, религии или семейную жизнь, спросить что-нибудь про личный опыт. Никаких сюсюканий и сентиментальности	Романтический образ — шелк, юбка, полупрозрачные блузы, яркие цвета, выщипанные волосы. Акцентированы глаза. Образ — больше девочка, чем женщина. Стиль поведения — мягкая, плавная, улыбающаяся, похожа на испуганную лань

Клан торговцев

Земля и Вода – в таких мужчинах преобладают практичность и эмоциональность. Эмоциональность проявляется в том, что они прекрасно умеют улавливать настроение других и, точно подыгрывая, добиваться своих целей. Прекрасно умеют торговаться, всегда отставляя свои интересы. В то же время они не склонны к сентиментальности и романтизму. Их основные качества – свобода действий и мышления, стремление следовать собственным импульсам. Они мало предсказуемы, склонны к риску, оптимистичны, решительны и не расположены к абстрактным рассуждениям. Им свойственно стремление к власти и славе. Они всегда уверены в себе и своей правоте. Они всегда и во всем стараются показать окружающим свое превосходство, но при всем том они общительны и умеют создавать праздник себе и другим. Они обладают прекрасным вкусом и умеют наслаждаться красотой окружающего мира. Очень трепетно относятся к собственной внешности, прекрасно одеваются. Могут проявлять то щедрость, осыпая подарками, а то скупость, даже в мелочах. Они умеют красиво ухаживать, доставляя как чувственное, так и эстетическое удовольствие. Большие любители женщин.

Они любят разнообразие во всем и постоянно в поиске новых ощущений.

Как выглядят	Где можно встретить	Стиль поведения	Образ женщины
Аккуратны, тщательно ухожены, предпочитают модные и изысканные вещи, внешний лоск. Изучающий и пристальный взгляд. Эмоциональная речь со множеством уточняющих вопросов. Пунктуальны	В сфере моды. Любят ювелирные магазины и выставки. Как правило, директора ресторанов, трейдшоу, любители животных	Спросить совета, что лучше купить, что выбрать — лампу, блюдо, картину	Женщина-вамп, красное или черное обтягивающее платье, яркие украшения и яркий макияж. Поведение — соблазнение, роковая женщина, при этом умная и холодная

Клан творцов

Вода и Огонь – те мужчины, в которых сильнее проявлены эмоциональность и сексуальность. Высокая сексуальность проявляется в высоком творческом потенциале. Это мужчины, обладающие богатой фантазией, умеющие очароваться новыми возможностями и устремляться вслед за «синей птицей». Они умеют создавать новое – это художники, поэты, архитекторы, актеры, музыканты. Они умеют выражать и вызывать нужные им эмоции. Они мечтательны, романтичны и способны на красивые жесты. Они абсолютно равнодушны к бытовым мелочам, им неважно, где спать, что есть, во что и как они одеты. Им необходима чья-то забота. Они щедры и скупы одновременно. В их жизни всегда царит творческий беспорядок, но только среди этого хаоса рождаются прекрасные произведения искусства. Они воспевают женщину, но им трудно ее обеспечить. Они готовы посвятить ей всю жизнь, но вряд ли смогут построить для нее дом. Они живут в воображаемом мире, оторванном от реальности, и это позволяет им создавать новые миры. Но чтобы эти миры превратились в реальность, им нужен кто-то, кто откроет их и сможет воплотить в жизнь все их фантазии. Они очень сексуальны и изобретательны.

Как выглядят	Где можно встретить	Стиль поведения	Образ женщины
Среднего телосложения. Экстравагантны, взъерошены, длинные волосы или «хвост»,	Картинные галереи, фотовыставки, бардовские концерты, театральные премьеры,	Попросить чему-нибудь научиться, выполнить психологический тест,	Строгий деловой костюм, гладкие волосы в стиле Марлен Дитрих,

любят бороду и усы. Предпочитают необычную и романтическую одежду, широкие брюки, необычные шарфы, банданы. Доброжелательный взгляд и частая улыбка. Живая, эмоциональная речь. Могут забыть прийти на встречу или немного опоздать	лекции по философии, всевозможные тренинги по психологии, эзотерические клубы, съемки фильмов. Можно встретить среди журналистов, свободных художников, режиссеров, актеров	пригласить на выставку. Главное — разбудить воображение	очки. Стиль поведения — порывистые движения, отстраненность, властность
---	---	---	---

Клан первооткрывателей

Огонь и Воздух – в этих мужчинах проявлены логика и интуиция, а также сексуальность. Это клан мужчин-первооткрывателей, ученых, исследователей. Они всегда готовы броситься в неизведанное, чтобы открыть законы, управляющие миром. Они умеют создавать структуры. Они легко разрушают старое, чтобы создать что-то новое. Их мало волнует, в каком виде их дом, порядок там или беспорядок. Они не обращают внимания на свое здоровье, могут, увлекшись работой, забывать про еду. Они равнодушны к деньгам и способны легко зарабатывать и так же легко тратить. Они плохо разбираются в эмоциях и поэтому предпочитают не проявлять своих чувств и никого особо близко не подпускать к своему внутреннему миру. Они кажутся холодными и сдержанными, но по натуре это очень страстные мужчины. Они прекрасно умеют аргументировать свою точку зрения и часто в поисках истины не замечают, как ранят чувства других людей.

Как выглядят	Где можно встретить	Стиль поведения	Образ женщины
Обычно худощавы. Небрежны, расстрепаны. Предпочитают удобную одежду, чаще джинсы или спортивный стиль. Расфокусированный, мечтательный взгляд. Образная речь. Всегда опаздывают	Дегустация вина, аукционы, научные конференции, компьютерные выставки, Интернет, концерты джазовой музыки, издательский бизнес	Попросить решить интеллектуальную задачу или тест, головоломку, математическую задачу, помочь собрать кубик Рубика. Вести интеллектуальные беседы, обсуждая новые научные теории и играя в шахматы. Ценят логику, здоровые дискуссии, компетентность и постоянное совершенствование отношений	Элегантная, удобная, повседневная одежда, обязательно уютная (мягкий свитер, трикотаж). Волосы – волнистые или коса. Макияж сдержанный и естественный. Стиль поведения – спокойные и уверенные движения, практичность и комфорт

Знание того, к какому клану принадлежит мужчина по праву рождения, позволяет лучше понимать его и принимать таким, каков он есть, со всеми достоинствами и ограничениями. И не требовать от художника золотых дворцов, а от правителя – выражения сильных эмоций.

Мужчины более детерминированы в своих проявлениях и более ленивы. Точнее, более рациональны. Они не станут тратить время, чтобы развивать то, что у них плохо проявлено. В отличие от женщин, которые более пластичны и могут развить те энергии, которые в силу воспитания или рождения были плохо в них проявлены.

Поэтому женщина, когда ей знакомы четыре основных состояния – Любовницы, Королевы, Девочки и Хозяйки, – может настроиться на любого мужчину, понимая, каких проявлений он от нее ждет.

На страницах этой книги ты узнаешь о том, как открыть и развить в себе все эти состояния. Несложные упражнения и медитации помогут тебе хорошо их прочувствовать, вжиться в них. Ты выполнишь их без труда – ведь ты рождена женщиной, а значит, все эти состояния – твой внутренний мир. Это очень интересное приключение – познание самой себя.

Ты готова отправиться в путешествие?

Зима

Состояние – Королева

Обращение к стихии Воздуха

Закрой глаза, сделай вдох и на выдохе представь себе, что ты стоишь на вершине снежной горы, окруженная бескрайнными сияющими на солнце снежными просторами. Ты видишь рядом с собой уходящие вверх снежные пики других гор. Ты на вершине мира, и весь мир у твоих ног. Ты поднимаешь руки вверх и отдаешься игре воздушной стихии, создавая воздух и превращаясь в воздух сама. Ты чувствуешь, как ветер касается твоих щек, играет с твоими волосами, забирается к тебе под одежду. Ты призываешь стихию Воздуха: АУМ ШРИ ВАЙЮ РАДЖАС (7 раз). Ты чувствуешь, что ветер усиливается и ты сама становишься ураганом, не знающим преград, всепроникающим, все меняющим, свободным и обновляющим. И с каждой секундой нарастает твоя сила, с каждым мгновением усиливается ясность, куда тебе идти. Для тебя нет преград, ты там, где ты хочешь быть, ты там, где тебя не ждут и где мечтают о встрече с тобой. Ты – Воздух, дыхание Вселенной, ты – Воздух, поток информации, ты – Воздух, голос, разносящийся по всей Вселенной. Музыка ветра и рев урагана, шепот листьев и злоеющее завывание смерча. Ты – такая, какой хочешь стать, ты – такая, какой можешь быть, отбросив все сомнения, все условности, все ожидания, обретая себя истинную, свободную, как ветер, непредсказуемую и неуловимую. Всегда новая и всегда остающаяся собой.

АУМ ШРИ ВАЙЯ РАДЖАС (3 раза). Ты чувствуешь, что успокаиваешься и вновь становишься собой, и только легкий ветерок напоминает тебе о стихии Воздуха. Поблаговари стихию Воздуха за помощь и силу и открывай глаза.

Декабрь

Как стать Королевой? Как обрести эту величественную королевскую осанку и особый взгляд, перед которым падают ниц? Как быть у всех на устах, оставаясь при этом свободной от людского мнения?

Ты думаешь, я скажу «проще простого»?

Ничего подобного.

Но и сложного здесь ничего нет.

Прежде всего тебе нужно осознать те качества, которые делают женщину Королевой. Сознание – твой первый инструмент и надежный друг. Ведь ум – это главный помощник Королевы. Королева – женщина тонкого ума.

Она не только осознала свое королевское величие, открыла в себе источник внутренней силы, но и прекрасно разбирается в психологии своего окружения. Она не вершит и крушит, как ей вздумается, но поступает по уму – знает, когда лучше гневаться, а когда улыбаться.

Королева – тонкий психолог, который молниеносно схватывает настроение аудитории. Но она не подчиняется ему, а его учитывает, чтобы вести свою линию, добиваться собственных целей.

А значит, эти цели у нее есть. Она осознала, чего жаждет, и воплощает свои идеи в жизнь.

Королева склонна к духовным поискам, ищет свой смысл жизни.

Но как же найти этот вечно ускользающий смысл?

В помощь тебе я предлагаю специальные упражнения и медитации. Они помогут раскрыть свой внутренний мир, ощутить особый настрой твоего существа – твое предназначение.

Кроме того, они позволят тебе найти в себе и хорошенько прочувствовать те качества, которые делают женщину Королевой, – независимость, свободолюбие, веру в себя, непредсказуемость.

Между прочим, обрести эти качества людям издавна помогает стихия Воздуха – стихия Королевы.

Ты боишься холодного зимнего ветра? Напрасно. Тебе, Королеве, такой ветер – друг. Он приносит с собой новые идеи, интересные предложения, закаляет твой характер. Посмотри на зимний ветер другими глазами (а лучше почувствуй его всем своим существом). И ты поймешь, что вы очень похожи.

Управление ветром

Та женщина, которая умеет управлять ветром, умеет летать, может сделать любое дело. Крылья – это свобода. Про человека, умеющего летать, говорят: «Он высоко взлетел». Закрой глаза и вдохни полной грудью. Расправь руки навстречу ветру. Обратись к ветру с просьбой освободить тебя от ненужных заблуждений, от негативных мыслей, от ложных представлений:

«Повелитель ветров, властитель бескрайнего неба! Будь мне покровителем. Даруй мне легкость и проникновение, мысль и озарение. Дай мне силу и власть покорить непокоренное и исполнить неисполненное».

Представь, что ты стоишь на краю и чувствуешь, как у тебя за спиной вырастают крылья. Ты делаешь вдох и на выдохе поднимаешь руки, как будто расправляешь крылья и приподнимаешься на носочках. Ты легко взмываешь вверх и летишь в потоках воздуха, наслаждаясь пьянящим чувством свободы.

Почувствуй, как ветер наполняет тебя и несет вперед. Ты свободна и непредсказуема. Ты купаешься и играешь в потоках воздуха, обретая ясность.

Если стихия Воздуха над тобой не властна, если ты слишком далека от нее, последуй моим советам, приведенным ниже, – и привлеки эту стихию в свою жизнь.

Также в этой книге ты найдешь рекомендации стилиста. Конечно, вовсе не наряд делает женщину Королевой – наоборот, Королева, надевая любую одежду, дарует ей часть своего величия. И все же надо знать, когда и что уместно надевать, какой цвет выбрать. Ведь если ты Королева, значит, ты способна сделать блестящую карьеру. А в вопросах карьеры цвет и крой тоже важны.

Несколько советов начинающим (и продолжающим) карьеру ты найдешь на страницах Справочника Королевы.

Но, конечно, бизнес – не единственное приложение талантов женщины в состоянии Королевы. Всякая королева мечтает о своем короле. Но где они, короли, водятся? Как распознать их среди других мужчин? Какой тип мужчины более всего подходит тебе? Ищи ответы на страницах этой книги.

А если ты любишь гадать, то предлагаю тебе прибегнуть к традиционному гаданию на картах Таро. Несколько раскладов на успех и карьерные дела помогут тебе при выборе сложного решения.

Холодная дева

Самостоятельная и упорная, независимая и логичная. Женщина в состоянии Королевы отважна и хладнокровна, уверена и свободна. Она все видит, все понимает и всем управляет. Она направляет и вдохновляет мужчину, всегда оставаясь собой.

Королева способна дарить своему спутнику интересное общение, давать информацию, советы, желание завоевать, дружбу. Она представляет для мужчины вызов, позволяя ему совершать ради нее подвиги. В ответ же она получает преклонение, знаки внимания, уважение и интерес.

Состояние Королевы – это состояние независимости и самодостаточности, осознания своей власти и своего могущества. Это готовность принять бой и одержать в этом бою победу. Это ясность мысли и острота ума. И самое главное – это внутренняя свобода.

Как обрести эти качества?

Как ощутить свое совершенство, если ежедневно сомневаешься в себе – в своей внешности, способностях, удачливости?

Чтобы чувствовать себя Королевой, у тебя должно быть внутреннее знание, что ты ею являешься. Внутреннее непоколебимое ощущение, что ты умна, хороша и уникальна. И тебе все равно, что о тебе подумают другие, потому что глубоко внутри себя ты знаешь, что ты – это ты, что тебе многое дано.

Нет двух одинаковых людей, и поэтому бесполезно с кем-то себя сравнивать. Каждый имеет нечто, что делает его уникальным. И когда появляется чувство собственной уникальности и пропадает конкуренция, тогда появляется королевское достоинство.

Чтобы быть Королевой, надо быть осознанной. Ведь ее власть – власть ума.

Да, в состоянии Королевы женщине неведомы чувства. Она все оценивает на уровне интереса: интересно – неинтересно. Ментальная власть – это информация, и она ею прекрасно владеет. И сама старается поддержать этот интерес, прерывая свои истории на самом интересном месте.

«А об этом я расскажу завтра, мой повелитель!» Незаконченное действие запоминается лучше всего.

Помни лишь, что эти истории не должны быть о тебе самой. Они могут касаться разных тем, будоражащих воображение, – истории, политики, философии. Поэтому столь огромное внимание в знатных семьях всегда уделялось образованию.

Ты должна прекрасно разбираться во многих вещах. Ведь в состоянии Королевы ты покоряешь мужчину благодаря уму. И если победишь в поединке умов, тогда тебе не будет равных.

Еще одно из качеств истинной Королевы – непредсказуемость. Конечно, трудно быть непредсказуемой, если ты открыта всему миру. Такая открытость – и благо, и опасность. Увы, быть открытой хорошо далеко не всегда. Помни: когда непредсказуема ты, предсказуем мужчина. Пока он тебя до конца не знает, он не может контролировать ситуацию, ситуацию контролируешь ты. Когда мужчина может просчитать твою реакцию, ты становишься в его руках марионеткой.

Иногда, когда для этого вроде бы нет никаких причин, Королева включает в себе холодность. Еще вчера ты была мягкой и нежной, и вдруг ты просыпаешься утром и делаешь вид, что не замечаешь его, занята своими делами, мыслями далеко-далеко, разговариваешь с ним холодным голосом.

И конечно, это не надо объяснять. Разве Королева должна объяснять, почему у нее изменилось настроение?

Королева любит власть. И должна уметь справляться с королевской властью. Ты не чувствуешь в себе такой готовности? Для того чтобы ее ощутить, нужно для начала понять некоторые вещи.

ОСНОВЫ ВЛАСТИ

Власть – это когда другие готовы тебе служить и делать то, что хочешь ты, когда ты этого хочешь, и так, как этого хочешь ты, – потому что они верят в тебя и хотят идти за тобой. И они готовы делать это не из-за страха, не из-за долга, не из-за денег, а лишь тогда, когда видят, куда ты их ведешь. Понимание того, ради чего ты что-то делаешь, дает тебе право и силы вести за собой других. Понимание того, чему служишь, понимание своего предназначения... Только зная свое предназначение, ты сможешь обрести власть, независимость и свободу.

Как понять свое предназначение?

Вспомни все, что приносит тебе удовольствие. Когда ты чувствуешь, что в тебе бушуют энергия и радость от того, что ты делаешь, значит, ты идешь в верном направлении.

Когда ты находишь свое предназначение и идешь по своему пути, то все, чему ты учишься, все, с кем ты встречалась, все, что ты когда-то читала и слышала, складывается в единую картину, словно кусочки мозаики. Попробуй провести медитацию «Предназначение», описанную на стр. 51.

Также важно, чтобы то, что ты делаешь, было кому-то нужно, востребовано и чтобы ты делала это уникальным образом. Знаешь, когда соединяются твоя уникальность, то, что приносит тебе удовольствие, и востребованность того, что ты делаешь, тогда это и есть твое предназначение. И тогда это дело начинает приносить тебе не только удовольствие, но и удовлетворение.

Стоит понять такую вещь: ты не столько узнаешь свое предназначение, сколько создаешь его, основываясь на том, что в тебе уже есть, понимая, в чем ты талантлива.

Все люди талантливы. Но человек не всегда понимает, что удается ему легче всего и приносит наибольшее удовольствие то, что и есть его талант.

Ты, наверное, слышала такую притчу: успех – это результат тяжелого труда? Это неверно. Успех – это когда все идет легко. То, что идет легко, – то точно. Вспомни, что у тебя получалось проще всего, когда ты училась в школе?

Рон Лейдер выделяет восемь видов таланта.

Лингвистика. Тебе нравятся словесные игры, рифмы, скороговорки. Ты правильно используешь слова в речи. Если тебя привлекает эта область, тогда язык – чтение, письмо, ораторство – твой природный дар. Такой человек грамотно пишет и хорошо владеет устной речью.

Логика. Ты хорошо считаешь, любишь факты, цифры, подсчеты, тебе легко следить за своими расходами? Если да, то рациональное, критическое мышление, логика и математическое решение задач – твои таланты. Тебе нравится наблюдать, как выстраиваются события при рациональном подходе к жизни.

Воображение. Ты мыслишь образами? У тебя развиты воображение, восприятие цветов, форм, текстур? Если ты относишься к такому типу людей, то твои таланты – мыслить образами, видеть мир через форму и цвет. У тебя хорошая фантазия, ты можешь хорошо рисовать, визуализировать свои мысли и идеи, легко перенося на бумагу трехмерное пространство.

Музыка. Ты любишь слушать и напевать мелодии, подпевать музыке по радио или телевизору? Ты чувствуешь и понимаешь ритм? Если да, то музыка, пение, музыкальный слух, чувство ритма – твой дар. Ты любишь музыку и легко разбираешься в ее различных направлениях.

Кинестетика. Тебе нравятся спорт, различные упражнения и танцы, ты любишь работать руками? Ты красиво двигаешься? Если да, то твои таланты – спорт и владение своим телом, решение вопросов, требующих умения работать руками. Ты можешь конструировать модели, заниматься лепкой, танцевать, так как получаешь удовольствие от любой физической активности.

Межличностные отношения. Ты не остаешься равнодушной к чувствам других людей? У тебя хорошие отношения с коллективом? Ты легко находишь общий язык с людьми и с удовольствием работаешь в команде? Если да, то твое призвание – работа с людьми, понимание их потребностей, чувств и желаний. Ты способна видеть мир глазами других, понимать их точку зрения и эффективно взаимодействовать с окружающими людьми.

Рефлексия. Ты любишь заниматься самоанализом, обдумыванием собственных поступков? Тебе нравится быть одной и размышлять? Ты склонна к рефлексии? Тогда направленность в себя, понимание своих внутренних потребностей и чувств – это то, к чему у тебя склонность. Ты любишь проводить время наедине с собой, размышлять о жизни, ты независимый и дисциплинированный человек, ты руководствуешься глубоко личными мотивами.

Моделирование (естествознание). Тебе нравится классифицировать и анализировать события и явления? Если да, то познание и системная классификация мира вокруг нас, анализ – твои склонности. У тебя интуитивное понимание того, как должен быть устроен мир, и ты легко можешь разобраться в его внутренней системе (внутреннем устройстве).

Код тела

Для того чтобы стать более недоступной, отстраненной, независимой, властной, тебе нужно изменить прежде всего свою внутреннюю реальность. А для этого надо изменить свои мысли о себе и позволить своему телу принять реальность новую.

Все, чем мы являемся, записано в миллиардах наших клеток. У каждого своя внутренняя вселенная, и человек больше похож на коллективный разум. Чтобы изменить свое информационное поле, тебе нужно изменить информацию в каждой клетке своего тела.

Для этого возьми лист бумаги. В одной колонке напиши все, что тебе не нравится в себе, начиная со слов: «Я та, которая...», а в другой пиши то, какой ты хотела бы быть: «Я та, которая...» Например, в левой колонке ты пишешь: «Я та, которая не уверена в своих решениях», а в правой пишешь: «Я та, которая уверена в своих решениях». И так – обо всем, что мешает тебе чувствовать себя Королевой. Постарайся в правой колонке не использовать частицу «не».

Ты представляешь себя Королевой, сидящей на троне, и перед тобой твой народ – это твои клетки, молекулы, нейроны. Твой народ, которым ты повелеваешь. Они смотрят на тебя и ждут, что ты им скажешь. Ты зачитываешь один раз то, что написано в левой колонке, что мешает тебе чувствовать себя Королевой, и объявляешь: «Это был мой старый выбор. В эту игру я больше не играю». И после этого глубоким голосом, повелительно и властно зачитываешь три раза то, какая ты теперь.

Ты говоришь так, чтобы все миллиарды миров внутри тебя услышали твои слова и приняли, что отныне будет так и никак иначе. Наш мозг так устроен, что первая мысль не воспринимается мозгом как команда. Мало ли что в голову взбредет... Лишь когда что-то произносится три раза, мир понимает, что это серьезное заявление, и начинают происходить изменения. После того как ты прочитала свое заявление, ты повторяешь три раза: «Это мой новый выбор. К работе приступить, да будет так. Аминь» – и бьешь воображаемым посохом о землю три раза. Ты повторяешь заявление о том, какая ты теперь, в течение двадцати одного дня или дольше, до тех пор, пока не появится внутри чувство, что все твое существо поверило в это. Ты можешь написать это заявление на листе бумаги и зачитывать как указ или повесить на стену, написав это красивым почерком и большими буквами.

Во власти воздушной стихии

Стихия Королевы – Воздух.

Воздух – это безграничная свобода. Это огромное небо с мириадами звезд или бескрайнее снежное пространство.

Воздух переменчив. Он никогда не бывает одним и тем же. И в каждый сезон он несет что-то особенное, уникальное.

Морозный зимний воздух – как глоток космического пространства: далекого, абстрактного, зовущего.

Освежающий воздух весны – знак перемен, обновления, непредсказуемости.

Знойный воздух лета – предвкушение и томление, намек на приключение.

Сырой осенний воздух – аромат тысяч оттенков, как вкус изысканного блюда для гурмана.

И все же стихия Воздуха прежде всего связана с зимой. Каков же зимний воздух?

Белый.

Холодный – отстраненный.

Безграничный.

Устремленный к духовности.

Независимый.

Почувствуй стихию Воздуха в холодный зимний день. Выйди на улицу и подставь лицо ветру. Пусть он будет холодным, резким или даже колючим. Не закрывайся от него,пусти в себя стихию. И научись у нее быть такой, какой она является на самом деле: вызывающе свободной, самостоятельной и независимой.

Не бойся «заморозить» себя. Ведь иногда нужно быть холодной и отстраненной. Почувствуй, каково это, чтобы легко войти в это состояние, когда тебе это будет нужно.

Попробуй провести медитацию «Соединение со стихией Воздуха».

Соединение со стихией Воздуха

Сядь на стул, выпрями спину. Закрой глаза и на выдохе представь себя стоящей на вершине снежной горы. Ты чувствуешь, как ветер касается твоего лица, и видишь, как напротив тебя огромный поток начинает формировать воздушную воронку. Внутри этой воронки появляется жрица стихии Воздуха. Она одета в голубоватый наряд, у нее белые волосы, холодный взгляд голубых глаз, она статная и стройная. Ее плечи развернуты, голова величественно поднята. Она словно устремлена к небу. Ее движения неспешны, в ней чувствуется спокойное величие. Она непредсказуема и независима, она свободна и недоступна. Она все знает, все видит, все понимает.

Слейся с ее вибрациями, стань сама жрицей стихии Воздуха. Почувствуй в себе отстраненность и самодостаточность, свою ценность и свое величие. Сделай вдох и на выдохе пропой звук «хо», усиливающий вибрации стихии Воздуха. Поблаговари стихию Воздуха и возвращайся в реальность.

Гибкий ум, свободолюбие, коммуникабельность и компромиссность – вот качества, которыми наделяет стихия Воздуха.

Прежде всего во власти воздушной стихии человек способен улавливать идеи и передавать их другим. Воздушные знаки – хорошие учителя. Они умеют облечь идею в красивую упаковку и эффектно преподнести, не потеряв при этом за внешними красотами содержательности. Женщина-Воздух может быть артистичной, завораживающей, увлекательной.

Но может стать и рабыней своей идеи. Ведь увлеченность может перерасти в косность, приверженность строго определенным установкам.

Как выбраться из этой ловушки?

Увлечись чем-то другим.

Людей воздушной стихии нередко упрекают в непостоянстве. Но стоит ли так их за это корить? Воздух не терпит границ, его нельзя удержать. Кого-то это свободолюбие может раздражать, однако большинство мужчин очарованы непостоянством Королевы. Да, она держит их в тонусе, не дает расслабиться. А главное – не дает скучать!

Королева и сама никогда не скучает. Воздух дарит ей это извечное стремление к новизне. Но это не просто погоня за новым, а глубокое стремление расти внутренне. Королева устремлена к духовности и не боится нового – в том числе и знания, какова она на самом деле.

Стихия Воздуха не задает ритм, но поддерживает его. Меняет, передает его другим. Поэтому для воздушных знаков так важно общение. Женщина во власти воздушной стихии даже может стать излишне болтливой. Но люди обожают разговаривать с ней – так можно ли отказать себе в приятном разговоре... Пусть даже и на три часа.

Окружающие видят не только отстраненность, независимость Королевы, но и ее увлеченность тем, во что она верит. Они тянутся к ней, желая быть захваченными вихрем идей, чего-то неожиданного и нового.

В общении Королева может проявить известную гибкость. Ведь ее королевское величие заключается не в том, чтобы всеми повелевать, но в том, чтобы улавливать настроения других, создавать особую обстановку, общаться ко всеобщему удовольствию.

Воздух прекрасно резонирует с другими знаками.

Благодаря воздушной легкости Королева хорошо чувствует ситуацию и может запросто под нее подстроиться. Она не любит конфликты. Люди воздушных знаков могут быть очень деликатными и изысканно вежливыми. Они тонко чувствуют церемониал и даже любят условности. Интеллектуальные занятия, к которым они склонны, лишь укрепляют их в аристократических предпочтениях.

Но стихия Воздуха может склонить Королеву и к излишней компромиссности. Здесь важно вовремя это заметить.

Воздух объединяет людей. Единое поле мыслей создает особую среду для человеческого общения, разнообразных контактов и встреч. Воздух – стихия активная, быстрая. Его нельзя удержать. Но он и сам не всегда выдерживает одно направление движения – под влиянием разнообразных идей воздух может метаться из стороны в сторону, склоняться то к одному, то к другому, запросто меняя свои предпочтения. Непредсказуемость – и его достоинство, и недостаток. Иногда воздушные знаки даже упрекают в двуличности.

Воздушные знаки наделены прекрасным воображением. Ухватившись за какую-либо идею, они достраивают ее благодаря своей фантазии. Окружающие воспринимают их как живых, общительных и веселых людей.

Люди стихии Воздуха не хотят быть связанными людьми или обстоятельствами. Часто, увлекшись какими-то идеями, они имеют весьма слабое представление о делах своих близких. И поэтому иногда склоняются к тому, чтобы не стеснять себя близкими отношениями. Дом людей воздушной стихии всегда свободен от лишних предметов, громоздкой мебели и других вещей. В обстановке они стараются создать атмосферу покоя и предпочитают много свободного места.

Итак, главные качества этой стихии – безграничность, быстрота, непредсказуемость. Мысли Королевы имеют масштаб и высоту, а ее идеи – изысканны и увлекательны.

Как усилить стихию Воздуха?

Камень Королевы – сапфир. Он помогает сосредоточиться, сохранять спокойствие и благоразумие. Это проводник к духовному совершенству, который стимулирует внутреннюю сосредоточенность и концентрацию.

Носи этот камень, и он будет поддерживать в тебе воздушную стихию.

Синий сапфир – источник твоего королевского величия. В старину считалось, что сапфиры – окаменевшие камни божественного напитка, дарующего бессмертие.

Действительно, по преданиям, сапфир наделял своего обладателя божественными качествами (в Средние века в Европе его называли королевским самоцветом). Он сообщал своему владельцу бесстрашие, отвагу и хладнокровие. Мысли человека делались возвышенными. Он не внушал окружающим зависть, вызывая лишь восхищение.

Применяли сапфир и в медицинских целях. Так, холодный цвет этого камня успокаивал «внутренний жар» (говоря современным языком – снижал температуру).

В старину сапфиром действительно лечили. Его измельчали, смешивали с молоком и применяли для втирания в тело – таким лекарством лечили кожные заболевания. Знаменит

был сапфир и своим воздействием на головную боль – им излечивали мигрени. Свойства этого камня настолько разнообразны, что им даже исправляли дефекты речи.

А гениальный Авиценна считал, что сапфир может избавить от меланхолии.

Сапфиры носили Александр Македонский, королева Мария Стюарт и другие великие люди. Общеизвестно, что сапфир укрепляет в человеке духовность и усиливает духовный контакт с космосом.

Пробуждение силы камня

Возьми сапфир или любое украшение с этим камнем, зажми между пальцами. Обратись к духу камня: «Несущийся на крыльях ветра, даруй мне власть и силу». Подержав камень десять минут и почувствовав вибрации, поблагодари дух камня и положи его.

Ты можешь усилить воздушную стихию, не только надев на палец кольцо с сапфиром, но и активизировав стихию в своем доме.

Для этого подойдут разнообразные ветряки, флажки, колокольчики, мобили – все то, что движется от малейшего ветерка. Соответственно и повесить их стоит туда, где движение воздуха вызовет активность мобили.

Такой мобиль можно сделать своими руками. Для этого тебе прежде всего понадобятся перья, которые символизируют стихию Воздуха. Нужны будут также гибкие стержни или шнуры, которыми можно будет закрепить перья. Последние подвесь к сделанному из веточек или прутиков кругу. Они должны свободно свисать вниз, улавливая каждый порыв ветра. Бусины, ленточки и другие легкие украшения дополняют композицию. Подвесь «музыку ветра» в центре комнаты, в коридоре или другом месте, где она будет легко приходить в движение.

Конечно, если ты живешь в местности, где качество воздуха оставляет желать лучшего, тебе придется подумать о его улучшении. Может быть, даже стоит приобрести специальные системы очистки воздуха, чаще менять фильтры кондиционера.

Стихию Воздуха можно активизировать и с помощью звуков.

Мы часто недооцениваем звуки, которые слышим. Но звук обладает огромной силой. Даже звуки, которые проникают в дом в ваше отсутствие, оказывают воздействие на домашнюю обстановку.

Негативным воздействием обладают звуки стройки и звуки летящих самолетов. Пение птиц или колокольный звон привнесут в квартиру позитивную энергию.

Разумеется, если у тебя под окном началась стройка, тебе не избежать некоторых звуков. Однако можно наполнить свой дом музыкой, аудиозаписями звуков природы, и все это уберет негативный фон улицы. Гармоничная музыкальная подборка поможет улучшить вибрации твоего дома и усилить стихию Воздуха.

Январь

Упражнения для Королевы

Для того чтобы стать Королевой, тебе придется немного потренироваться. Наверняка комплексы и стародавние убеждения, обиды на себя и дурные воспоминания есть у каждой из нас. Однако Королева должна избавиться от всего этого. Этим-то мы сейчас и займемся.

Избавление от обиды на себя

Обида на себя может мешать тебе почувствовать себя истинной Королевой. От нее необходимо избавиться. Ведь обида на себя может разрушить человека сильнее всего и превратить в раба, энергетически опустить его в зону грязи. Помнишь позу распластанного ниц раба, лежащего на земле? Если ты обиделась на себя из-за того, что у тебя что-то не получается, что ты некрасивая или неумная, ты тут же превращаешься в этого раба! Для того чтобы подняться из зоны низких вибраций болезней, нищеты и унижения в зону высоких вибраций счастья и процветания, прежде всего надо убрать обиды на себя.

Ложись на пол в позу раба, правая рука впереди. Прочувствуй всю глубину этой обиды и прими решение, что ты уберешь эту обиду.

Теперь реши для себя: «Я – умная, красивая, успешная и очень старательная ученица».

Затем встань на левое колено и с правого колена отруби все путы, привязывающие тебя к этому состоянию. Сделай это рубящими движениями три раза по три справа налево. Теперь выпрямись и убери все путы с левого колена! Ты готова встретить любые удары судьбы, не вина в этом себя и не обижаясь на себя!

Теперь надевай воображаемый костюм для верховой езды. На вдохе надевай ботфорты, защищающие тебя от зоны грязи (37 см от земли) и зоны боли (высотой 72 см), потом широкий пояс, закрывающий твои нижние центры и хранящий тебя от зоны неудачи (137 см), и, наконец, садись на коня. Конь – это наша похоть, сексуальное желание! (Сексуальная энергия может понести тебя, как конь, если ты не умеешь управлять ею.) Тот, кто не может обуздать этого коня, несется к пропасти, а тот, кто умеет им управлять, может покорить весь мир. Ему во всем будет сопутствовать удача! Высота холки коня – 156 см, эта же высота – зоны удачи. Поэтому про удачливого человека говорят: «Он на коне». Как сесть на коня? Правая рука впереди, левая – сзади, на вдохе соедини их в замок между ногами и сделай восемь высоких прыжков.

Создание щита

Возьми лист бумаги и нарисуй щит. Затем раздели его на четыре части – три наверху и одна внизу. В левой части напиши свое самое главное достижение в жизни и нарисуй символ, отражающий это достижение. В центре нарисуй символ себя, в правой – напиши свою цель и нарисуй символ, выражающий твою цель. Внизу напиши свой девиз. Эти символы создадут для тебя твой персональный код.

Включение кода

У каждой из нас есть свой особый код. Включая его, ты становишься Королевой. Люди видят твой персональный код, считают его, узнают тебя по нему. Вот как можно его включить.

На выдохе подними руки над головой. На вдохе опусти их на уровень груди, сделай выдох и на вдохе возьми свой щит и поставь его перед собой. На задержке дыхания почувствуй, как щит закрывает все твоё тело, и на выдохе медленно разведи руки в стороны. Ты чувствуешь, что твой щит защищает тебя и в то же время представляет тебя такой, какой ты хотела бы, чтобы тебя воспринимали. И это помогает тебе вести себя по-королевски.

Ритм удовольствия

Чтобы узнать свое предназначение, нужно понять, что же нравится тебе больше всего на свете. Это не всегда бывает просто. Но можно не мучиться, а, наоборот, найти предназначение, войдя в ритм удовольствия. Сделать это можно через Одина – древнего бога викингов.

Поставь ноги на ширине плеч. На выдохе сцепи руки над головой. Затем соедини большой палец и мизинец левой руки и поставь в ямочку под носом, точку прапамяти, точку нашей цели. Сделай вдох, на выдохе повернись влево и скажи вслух: «Один», беря энергию в прошлом и прося разрешение на получение удовольствия.

Соедини большой палец и мизинец правой руки и поставь также в точку прапамяти. Повернись вправо и на выдохе произнеси: «Один», беря энергию в будущем и прося разрешение на получение удовольствия.

Поставь пальцы правой и левой руки в точку прапамяти, смотри вперед, в настоящее, и произнеси: «Один», беря энергию в настоящем.

Затем на выдохе подними руки, представь рога, подобные рогам на шлемах древних викингов, и попроси разрешения подняться на священную гору Меру и узнать свою цель, свое предназначение.

Конечно, подняться на гору Меру можно только в своем воображении. Когда-то горой Меру называли главную вершину Земли. Она возвышалась в центре древнего материка Гиперборея и считалась сакральным центром мира. Стоя на этой вершине, можно задать вопрос о своем предназначении. Сделай это в своем воображении. Так ты можешь получить информацию из другого измерения.

Предназначение

Представь себе, что ты на вершине мира, на горе Меру. Вокруг тебя только снежные вершины, стоящие миллионы лет и хранящие ответы на все вопросы. Глубоко вдохни холодный воздух и сделай выдох, соединяя руки над головой. На вдохе опусти их до уровня сердца, а на выдохе опусти еще ниже, до земли, касаясь земли, соединяясь с ней, приобретая «укорененность». Затем на вдохе подними руки вновь до уровня сердца, ладонями вниз, поменяй местами ладони и подними руки вверх, разворачивая ладони к небу, и спроси: «В чем мое предназначение?» или «Зачем я пришла в этот мир?».

Ты стоишь и ощущаешь себя частью чего-то большего, чем ты, частью великого вселенского плана. И в реализации этого плана есть и твой вклад, твоя миссия. Ты можешь увидеть ответ в рисунке облаков, услышать его в шуме ветра, он может прийти в виде знака, в виде строчки в книге, в виде подарка. Задай вопрос и позволь миру ответить на него.

Ты пришла в этот мир для чего-то важного, и в глубине твоей души есть ответ на вопрос, чему ты служишь.

Избавление от зависимости

Видение глобальной цели, своего предназначения окрыляет. Но твоя зависимость от многих вещей может помешать тебе взлететь.

Конечно, тебе, может, даже нравится быть привязанной к другим людям или вещам. Иногда это хорошо, но иногда это не оставляет тебе свободы выбора. Ты начинаешь зависеть от чьего-либо мнения, от внешних условностей. Королева не боится потерять то, что она имеет, – отношения, деньги, возможности, статус. Она знает, как сделать так, чтобы не потерять, но если она потеряет, то... она тоже знает, что будет делать. «Рассчитывай на лучшее, готовься к худшему». Ее независимость привязывает сильнее любых пут.

Выполни такое упражнение для избавления от зависимостей.

Сделай шаг и представь, как все твои старые идеи о мире, которые мешают тебе жить, твои верования и ценности, тормозящие тебя, остаются позади. На каждом шаге представляй себе то, к чему ты привязана, в виде кандалов с тяжелым шаром и на выдохе стряхивай ногу, освобождаясь от своих привязанностей, освобождаясь от этого груза.

С каждым шагом ты будешь чувствовать себя все более и более свободной.

Простройка тела

Тело должно быть готово держать власть и пространство. Его надо специальным образом простроить. Делается это с помощью дыхания.

Тело – это строй энергии, который должен быть в божественных пропорциях. Но мы часто забываем о сакральности своего тела и оседаем вниз. Никакие механические упражнения не помогают добиться гармонии – лишь дыхание позволяет телу раскрыться.

Встань на полные стопы и, делая вдох через нос, наполни свою спину, плечи, расправляя и отпуская их, и выдохни через макушку, чувствуя, как тебя вытягивает вверх, как подбирается живот, как расправляется спина, как вытягивается позвоночник. Сила левитации сильнее силы гравитации, если мы вспоминаем о ней. В тебе простраивается священная ось позвоночника, через которую ты соединена с энергией Космоса, со своей миссией. Расправь свои плечи.

Снятие ярма проблем

Иногда спина у нас слишком согнута, потому что слишком много проблем мы навешиваем порой на себя. У истинной Королевы спина всегда прямая.

Как же убрать проблемы? Когда человек берет на себя слишком много чужих проблем, да и своих, у него появляется на шее ярмо, и, прежде чем почувствовать себя Королевой, необходимо это ярмо снять.

Сделай вдох и соедини руки в замок за шеей. На выдохе разорви этот замок и, ведя руки к центру груди,ними со своих плеч половинки ярма. В центре груди эти половинки скреплены колышком. И очень часто человек начинает чувствовать, что у него кол в груди. На вдохе достань этот колышек из груди, посмотри на него, задержав дыхание, и на выдохе выброси и скинь с правого плеча проблемы всех мужчин, висящие на тебе, а с левого – проблемы всех женщин, висящие на тебе.

Подними свой подбородок и освободи центр принятия решений, центр проявления твоей власти.

Доспехи валькирии

Валькирия может помочь тебе показать свое превосходство и сделать тебя неуязвимой.

Сделай вдох и на выдохе войди в энергетический поток. На вдохе из тонкого пространства достань золотые доспехи валькирии и на выдохе их надень. Доспехи помогают чувствовать себя защищенной и держать дистанцию. Сядь на крылатого коня – правая рука впереди, левая сзади, сделай вдох, выдох и на вдохе соедини руки между ног.

Представь, как ты увеличиваешься в размерах и смотришь на мужчину сверху вниз. Рядом с такой женщиной мужчина почувствует себя совершенно ничтожным.

Сила перьев

Когда мы хотим сбросить и убрать весь негатив, все навязчивые идеи о мире и о себе самой, все сомнения в своем могуществе и силе, мы можем использовать силу, таящуюся в перьях. Перо – символ стихии Воздуха. А эта стихия помогает прояснить свой ум, убрать старые представления и сомнения, освободиться от ненужных мыслей, от чужих мнений, от условностей. Повтори следующие слова три раза и три раза дунь на перо.

Легкие перья, перья воздушные,
Сомненья мои в небеса отнесите,
Будьте мне вольные ветры послушны,
Ясностью мысли меня наделите.

Медитации Королевы

В королевских покоях

Эта медитация – путешествие по твоему миру. Второе лоно женской природы находится в полости твоего рта, твое небо – купол твоего тронного зала. Это место, где ты будешь восседать и набираться сил!

Дотронься языком до неба и почувствуй, что тьма постепенно рассеивается и ты оказываешься в тронном зале. Посмотри, чем украшены стены, чем украшен пол! Подойди к своему трону, посмотри, из какого он сделан материала, прикоснись к нему! И так же, как мы наводили порядок в первом лоне женской природы, так же тебе надо убрать в тронном зале. Убери весь хлам, всю вековую пыль, все ненужное и сломанное. И, наведя порядок, подойди к окнам и распахни их, наполнив пространство светом и свежим, прохладным воздухом. Выгляни из самого последнего окна и полюбуйся своим королевским садом и журчащими фонтанами. И, почувствовав себя легкой и невесомой, выпорхни из окна. Облети вокруг дворца, посмотри на его башенки и украшения. И отправляйся в путешествие по тому миру, которым тебе предстоит управлять. Загляни в самые потаенные уголки – на пашни, в леса, на источники, посмотри на своих подданных. И, приняв и полюбив свой мир, возвращайся во дворец.

Во дворце все готово к твоей коронации. Все ждут тебя – по правую руку стоят мужчины, по левую – женщины. Звучит торжественная музыка, и тыходишь в тронный зал. Ты чувствуешь, как тебе на плечи накидывают мантию и ведут тебя к трону. Ты слышишь звуки молитвы, садишься на трон и чувствуешь, как тебе на голову возлагают корону. Ты ощущаешь ее тяжесть и чувствуешь, как в твои руки вкладывают скипетр и державу. Отныне каждое твое слово – закон. Ты осознаешь свою власть и свое могущество. Отныне тебе решать, кого казнить, а кого миловать! Отныне ты – Королева!

Одежда Королевы

Будущую королеву учили, как оставаться закрытой, даже будучи обнаженной. Сначала надень воображаемую одежду из тонкого пространства. Начать стоит с белья. Кружева, шелк, бархат – все, что касается твоей кожи, должно быть самым дорогим. Белье держит твою структуру. На вдохе возьми из тонкого пространства белье и на выдохе надень его на себя. Потом также на вдохе возьми чулки, пояс и на выдохе надевай. Выбери самые роскошные туфли и также надень их. Не останавливай свое воображение, ты можешь выбрать все что угодно. Любые твои прихоти тут же исполнятся.

Потом возьми на вдохе платье и на выдохе надень его. Наконец дошла очередь и до драгоценностей. Драгоценности усиливают и фокусируют энергию, помогая держать пространство и подданных. Самое время надеть корону. Положи правую руку на лоб, левую – на затылок. Сделай вдох, двигая руки по кругу так, чтобы левая оказалась на лбу, а правая – на затылке, и на выдохе верни руки в прежнее положение (правую на лоб, левую – на затылок), чувствуя корону на своей голове. И когда облачение завершено, ты готова идти в тронный зал.

Тронный зал

Только теперь, когда ты энергетически одета, можешь переодеться в настоящий наряд, и он лишь подчеркнет твое величие, а не скроет его. Тронный зал уже полон подданных, ожидающих твоего прибытия.

Садись на трон. Почувствуй тяжесть короны на голове. Почувствуй свою власть, могущество и величие. В твоих руках символы власти – скипетр и держава. Держава – золотой шар, символизирующий власть, которую ты обретаешь над своим миром. Отныне все в этом мире будет происходить так, как хочешь ты. И только тебе решать, что произойдет в твоей жизни, а чего не случится никогда.

Посмотри на своих подданных: с левой стороны стоят женщины, с правой – мужчины. Мужчины подходят к тебе по одному и встают на одно колено. Скипетр в твоих руках превращается в меч – возложи его на голову каждому, посвящая его в свои рыцари. Отныне они готовы служить тебе и повиноваться твоим приказам, защищать твою честь и достоинство. Женщины подходят к тебе и делают реверанс, посвятив их во фрейлины. Отныне они тоже готовы поддерживать тебя.

Теперь у тебя есть трон, на котором ты можешь восседать, который будет твоим «престолом озарения». Каждый раз, когда тебе необходима какая-то информация, ты можешь садиться на этот трон и запрашивать ее.

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.