

Юлия Болгова



КАК СОЗДАТЬ СЧАСТЛИВУЮ СЕМЬЮ

Рекомендации, советы, правила

Юлия Болгова

**Как создать счастливую семью.
Рекомендации, советы, правила**

«Издательские решения»

Болгова Ю.

Как создать счастливую семью. Рекомендации, советы,
правила / Ю. Болгова — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-850808-0

Счастливые партнерские отношения — результат совместного труда
обоих партнеров. Построение крепкой семьи — приятная и радостная
задача. Правила и рекомендации просты. Выполнять их может
каждый, кто примет решение идти по пути созидания.

ISBN 978-5-44-850808-0

© Болгова Ю.
© Издательские решения

Содержание

Глава первая. Какие три правила в семейных отношениях важно знать, помнить и соблюдать, чтобы жизнь в семье была спокойной и комфортной?	6
Глава вторая. Как женщине общаться с мужчиной, чтобы ему хотелось с ней общаться вновь?	8
Глава третья. Как мужчине общаться с женщиной, чтобы она была спокойна?	10
Глава четвертая. Как женщине познакомиться с мужчиной?	12
Глава пятая. Как быть всегда счастливым человеком?	14
Глава шестая. Какие качества характера желает видеть мужчина в будущей супруге?	16
Глава седьмая. Какие мужские качества характера будут полезны для женщины в браке?	18
Конец ознакомительного фрагмента.	19

Как создать счастливую семью Рекомендации, советы, правила

Юлия Болгова

Фотограф Юлия Болгова

© Юлия Болгова, 2017

© Юлия Болгова, фотографии, 2017

ISBN 978-5-4485-0808-0

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Глава первая. Какие три правила в семейных отношениях важно знать, помнить и соблюдать, чтобы жизнь в семье была спокойной и комфортной?

Каждый человек, желающий создать семью, мечтает о приятных отношениях, наполненных радостью, счастьем, покоем. Мечтать, не означает делать. Отношения необходимо последовательно и кропотливо строить, создавать счастье. Само по себе семейное счастье на голову не свалится. А для этого нужно разобраться в том, что в отношениях будет полезно, применимо и эффективно. Книг на подобную тему много, рекомендации и советы многочисленны. Выполнять все предлагаемые варианты и способы покорения и укрощения человеческих сердец не всегда бывает легко или возможно. Не все методики эффективны. Возможно они были предложены людьми, которые не имели достаточно опыта в этом вопросе, и больше ссылались на теорию, нежели на практику.

Обращайте внимания на то, чтобы все правила, методики, рекомендации были простыми, понятными, применимыми для людей разных возрастных категорий, полов, вероисповеданий и так далее. Простые предложенные правила должны выполняться быстро, без предварительной подготовки, длительного изучения и обучения. Потому что то, что просто, человек будет делать. То, что просто, человек может делать ежедневно или по несколько раз в день. И тогда он приобретет привычку. И если рекомендации действительно окажутся эффективными, то выполняя простые предложенные действия, человек не только привыкнет их совершать регулярно, но еще и приобретет привычку стоять и созидать счастье и радость внутри своей семьи, своих отношений и друзей. Действительно эффективные правила могут предложить лишь те люди, которые сами имеют результат в той области, в которой они являются мастерами, профессионалами. Таких людей найти трудно, но возможно. Передавая свои знания, эти люди не стремятся к получению прибыли от своих лекций, курсов, книг. Они это делают лишь потому, что, видя проблемы и неуспех других людей, они желают помочь, подсказать своими рекомендациями и наработками. Они понимают, что не всем удастся получить подобный действенный опыт, для которого нужно время и особые обстоятельства.

Итак, 1) ищите простые, легко выполнимые рекомендации от успешных людей, 2) следуйте им, 3) получайте результат.

Правило №1 – помните, что все мы живем в незнакомом мире, переменчивом и непредсказуемом. И каждый человек в нем желает быть спокойным и уверенным.

Поэтому, совершенно неверно ожидать от другого человека какой -то постоянной защиты и поддержки. Неверно искать партнера, который вселит уверенность своими словами или действиями. В уверенности нуждается каждый человек: малый, старый, мужчина, женщина. Мир переменчив. И никто не знает точно, что принесет нам завтрашний день.

Поэтому,

Правило №2 – сами вселяйте в людей уверенность, несите в себе силу оптимизма, добра, поддержки. «Как это сделать? – возможно спросите Вы, – когда мне самому не хватает поддержки, тепла, стабильности и покоя».

Вспомните матерей. Как они общаются со своими детьми, когда их дети сомневаются, беспокоятся, растеряны и взволнованы? У детей нет никаких защитников и помощников, кроме своих родителей. Как бы расстроена и взволнована ни была мать, она всегда найдет в себе силы, дух, чтобы приободрить своего ребенка, чтобы снять с него паутину тревог

и раздражения. Откройте в себе подобную силу. Она есть у каждого. И открывается тогда, когда человек понимает, что никто ему ни в чем не поможет кроме него самого. Не ждите, когда произойдет какая – либо ситуация, которая поставит Вас перед выбором на кого опираться. Сделайте это раньше. Сделайте это прямо сейчас.

Вселяя уверенность в других людей, человек сам становится сильнее, спокойнее, приобретает веру. Те слова, что он находит для поддержки и произносит их столько раз, сколько нужно, чтобы настроение другого человека выровнялось или повысилось, он сам себя поднимает на более высокую эмоционально – энергетическую ступень. Трудно найти конкретные слова, которые следует говорить сомневающемуся или усталому человеку. Их нужно подбирать по ситуации. Помните главное! – Никогда не следует смаковать с ним печали, боли, страхи. Просто выслушайте, а потом выводите его на волну оптимистического настроения и вместе с ним смакуйте веру, бодрость, радость и счастье. Поддерживая другого человека, Вы поддерживаете и себя. Проживая радостные, счастливые минуты вдвоем, Вы усиливаете свое состояние счастья и состояние счастья другого человека.

Правило №3 – приободряя другого человека, усиливая в нем покой и силу, поддерживайте своего партнера в том, что ему необходимо, в чем он нуждается, а не в том, что хочется Вам. Наблюдайте за ним и отыскивайте его слабые места. Но не указывайте ему на них. Иначе они усилятся. И вместо избавление от своих «тараканов», Ваш партнер еще больше погрязнет в их воздействии. Только сумев переключить внимание партнера на веру и оптимизм, Вы дадите ему возможность признать в себе дух, волю, выдержку, чтобы справиться самому со своими сомнениями, нерешительностью или усталостью.

Еще раз, давайте вспомним три правила в семейных отношениях, которые важно знать, помнить и соблюдать, чтобы жизнь в семье была спокойной и комфортной.

1) – искать и находить эффективные и простые правила для построения комфортных семейных отношений;

2) – поддерживать и подбадривать своего партнера во всех его мыслях и делах;

3) – усиливать своей поддержкой уверенность у партнера в том, в чем именно он нуждается, а не в том, что хочется Вам.

Глава вторая. Как женщине общаться с мужчиной, чтобы ему хотелось с ней общаться вновь?

Общение, к которому стремиться каждый человек, – это получение приятных чувств и эмоций. Никто не хочет напряжения, раздражения, обиды, боли или разочарования. Стремясь к общению, мы желаем приобретения или увеличения радости, счастья, а не потери надежды или уверенности.

Каждая женщина желает нравиться мужчине. Каждой женщине приятно, когда мужчина восхищается ее красотой, очаровывается ее женскими качествами и желает с ней новой встречи.

Чаще женщины задумываются о том, как очаровать мужчину своими внешними данными, и не всегда обращают внимание на правильность своего общения с мужчиной. Под словом «правильно» будем понимать то общение, которое приносит пользу обоим и вызывает желание видеть друг друга снова.

Не всегда общение может строиться на интересе. Когда у двух людей общий интерес, то партнеры больше сконцентрированы именно на нем, а не на общении. Интерес дает партнерам те чувства и ощущения, которые восполняют нехватку положительных эмоций или добавляют новые и яркие оттенки в калейдоскоп счастья. Общего интереса может у людей и не быть, или интерес может поменяться у одного из них. Как тогда построить общение, чтобы к нему партнеры стремились?

Начнем с женщины. Как ей общаться с мужчиной так, чтобы он хотел новой встречи, нового общения?

Я рекомендую запомнить три основных правила, следовать которым нужно безукоризненно, не нарушать их и не изменять.

Правило №1 – женщине надо научиться слушать мужчину, выслушивать его до конца и слышать, что он говорит. Даже если тема разговора не интересна – надо слушать. Тема важна говорящему. У него есть желание и стремление поделиться. Слушайте. И будьте признательны, что Вам доверяют свои мысли, чувства, желания. Ведь могли выбрать для этой роли другую.

Правило №2 – женщине нужно уметь поддерживать мужчину в тех мыслях и идеях, которые он излагает. Многие женщины стараются комментировать высказывания мужчины, подсказывать ему лучшие варианты решения вопроса, отвергать те способы, с которыми они не согласны. Возможно, действительно мужчина рассуждает неверно, ошибается в выборе своих способов. Но критика и отвержение его идей будет им восприниматься как отвержение его самого.

Если соблюдать правило №1 и выслушать мужчину до конца, то женщине вряд ли покажется, что логика мужчины ошибочна. Слушая мужчину и не перебивая его, женщина начинает применять правило №2. По ходу разговора лучше всего вставлять поддерживающие фразы – «ты здорово придумал», «интересная идея», «ты оригинально мыслишь», «молодец, я бы на такое не осмелилась!», «отлично, что ты мечтаешь об этом», «ты всегда придумываешь что-либо интересное», «мне нравится, что ты мечтаешь всегда о новом и ищешь способы, как воплотить свою мечту», «твои стремления меня одухотворяют и вселяют оптимизм», «я у тебя учусь многому», «твои наблюдения расширяют мое сознание и мотивируют к действиям».

Такие незначительные, поддерживающие реплики придадут мужчине больше уверенности и силы. Он начнет относиться к своей идее, мечте, увлечению более серьезно и станет обдумывать каждый свой шаг более тщательно. А к женщине, которая сумела не отвергнуть

его мечты, не растоптать его желания, а наоборот, принять его взгляд на ситуацию, поддержать его в стремлении совершать выбранные им шаги, сумела не поучать его, не контролировать, не направлять, а предоставила ему право быть самому ответственным в выборе, он будет испытывать особое, нежное и доброе чувство.

Правило №3 – женщине нужно благодарить мужчину максимально часто. Благодарить за все, что он делает. «Спасибо, что рассказал», «спасибо, что поделился», «спасибо, что позвонил, напомнил, подсказал, уточнил, направил, помнил о моей просьбе, нашел время, желание» и так далее. Искренняя благодарность за малейшее участие мужчины в адрес женщины, направит его внимание на большее участие в ее жизни. Благодарность нужна мужчине как воздух. Она придает ему силы и наполняет желанием делать большее для женщины.

Итак, всего три правила для женщины при общении с мужчиной: 1) слушать мужчину, когда он говорит и не перебивать его; 2) поддерживать мужчину в его высказываниях и идеях; 3) благодарить мужчину за любое, даже самое незначительное его действие по отношению к женщине.

Когда Вас слушает другой человек и не поучает, принимает Ваше мнение, видение ситуации, не навязывает свою точку зрения, благодарит за то, что Вы принимаете участие в его жизни, то Вам точно захочется его видеть снова.

Глава третья. Как мужчине общаться с женщиной, чтобы она была спокойна?

Известно, что женщины чрезмерно эмоциональны. Самим женщинам совершенно не кажется, что у них много эмоций. Наоборот, они желают их иметь больше. Они думают, что чувств у них недостаточно, и им хочется испытывать более яркие и сильные чувства. Мужчины им кажутся слишком серьезными, сухими, бесчувственными и равнодушными. Известно, что и многие мужчины полагают, что у женщин слишком много эмоций и имеется недостаток ума.

На самом деле с умом, памятью, логикой у женщин все в порядке, они ни в чем не уступают в этих способностях мужчинам. А вот эмоциональная сфера у них достаточно сильно развита. Так предусмотрено природой. Женская гормональная система и должна быть именно такой, какова она есть для того, чтобы вынашивать потомство. Но мужчинам часто приходится трудно справляться с эмоциональным женским потоком, изливающимся именно на них. Горазда чаще женщина разряжает свою нервную систему при общении с мужчиной, нежели с женщиной. Ведь другая женщина – это ее подобие, а подобие не вызывает противоречий, не поднимает ее чувственную волну на пик, чтобы разрядиться от бушующих страстей. Поэтому именно мужчина, своей противоположностью, с постоянным стремлением все обдумывать, анализировать, находить аргументы, во всем искать логику и доказательства ей, провоцирует женщину на эмоциональный выброс своих чувств. А они не всегда позитивны. Если женщина будет сильно не довольна чем либо, то она не пощадит даже самого любимого мужчину. Ей нужно освобождение от чувств. Иначе они разорвут ее саму.

Что делать мужчинам, стремящимся найти объяснение непонятному или неожиданному поведению женщин?

Правило №1 – не искать никакого объяснения словам или поведению женщины, если оно действительно не логично или неожиданно. Это не значит, что надо быть равнодушным. Равнодушие еще больше разогреет женщину, и она еще больше «ударит» мужчину. Необходимо набраться терпения и выслушать женщину. Но не следует искать причины ее бурной реакции. Их трудно найти. Чаще невозможно. Потому что при таком поведении женщина просто разряжается, освобождается от чрезмерной эмоциональности. Культура чувственного воспитания не преподается в школах и университетах, не учат этому и родители. Поэтому, женщина, умеющая управлять своими чувствами (а таких очень мало), решит этот вопрос корректно и тактично, не потревожив никого. Но, даже самая воспитанная женщина может проявить свои эмоции в экстремальные моменты гораздо ярче, нежели мужчина в подобной ситуации.

Мужчине не нужно искать способа решения проблемы, возникшей в результате женской эмоциональной атаки. Если реплики недовольства или просьбы от женщины будут в ближайшее время повторяться, то это означает, что действительно проблема существует. И ее надо будет решать. То есть мужчине, прежде чем бросаться спасать ситуацию, нужно определить, чем продиктовано эмоциональное возбуждение – гормональной неуравновешенностью или реальной проблемой. Нездоровых эмоционально женщин следует вести к врачу, распушенных пресекать, а неспособным самостоятельно решить какую – либо задачу, помогать. Мужчина логичен, последователен, более уравновешен от природы. Поэтому многое ему легче сделать.

Правило №2 – каждую женщину нужно обнимать как можно чаще. Кожа женщин очень чувствительна. И если, обнимая женщину, медленно поглаживать ее по телу, то ее нервная

система разряжается, и она успокаивается. Но лучше всего обнимать женщину не когда она взволнована, а наоборот, когда она спокойна. Тогда она успокаивается еще больше, ее эмоции уравниваются с логикой, она чувствует покой, она довольна, и ее мысли и поступки логичны и последовательны. А еще лучше всегда обнимать женщину при разговоре. В объятиях мужчины она чувствует себя защищенной, и на многие вещи смотрит иным взглядом.

Правило №3 – не следует возражать женщине, когда она что-то хочет и говорит о своем желании горячо и страстно. Она все равно сделает, если очень захочет. Но если мужчина возразит ее разгоревшемуся желанию, то тогда искра желания превратится в пламя, и женщина, даже если немного сомневалась в правильности своего выбора до момента разговора, отбросит все сомнения и непременно сделает то, о чем говорила. Не нужно помогать женщине делать то, что мужчине кажется несурзным и нелепым в данный момент. Просто не нужно возражать. Не нужно и соглашаться. Бесполезно ей что – либо объяснять. В эмоционально возбужденном состоянии она все равно ничего не услышит. Следует дать ей право самой принять решение. А этого она и боится. Ответственность за самостоятельность может остановить ее. Мужчине нужно просто отстраниться от какого – либо собственного действия: позволить, запретить, уговорить, объяснить. Лучше всего дать женщине в таком случае право самой решить, что делать. Быть категоричным и пойти на крайние меры мужчине следует лишь тогда, когда действия женщины могут быть опасны для здоровья, а значит жизни. А в остальном! Пусть попробует сделать то, что настойчиво требует. У нее не получится. Потому что женщины, несмотря на свой неуправляемый нрав, могут вовремя остановиться, как только почувствуют опасность. Это их материнский инстинкт. Женщина никогда не оставит свой дом, детей, свое хозяйство и не отправится на войну спасать от голода и невзгод другие народы. Бросить свое гнездо, оставить его без защиты для нее опасно. Свой дом, своя семья – это для нее самая дорогая родина, это природное, врожденное чувство, которым она обладает в большей степени, чем мужчина.

Напомним о трех правилах для мужчин, выдержанных, мудрых, терпеливых, при общении с женщинами: 1) не пытаться найти объяснение неадекватному поведению женщины (его могут сами женщины не понимать); 2) обнимать и гладить женщину как можно чаще (это поможет снять эмоциональное перевозбуждение); 3) не идти на поводу в моменты эмоциональных пиков женщины, не возражать ей, не соглашаться с ее доводами, а дать ей право самой принять решение.

Глава четвертая. Как женщине познакомиться с мужчиной?

Прежде всего женщине или девушке надо знать, что ей ни с кем знакомиться не следует. Знакомиться должен с женщиной мужчина. Женщине необходимо научиться не отказывать мужчине в момент его попытки познакомиться с ней. Именно это многие женщины делают сразу, если им мужчина не понравился. Возможно он выглядел не так, как женщине представлялся внешний облик своего будущего избранника. Или сказал какое-нибудь слово, которое ей не понравилось. Известно, что первое впечатление может быть обманчиво. Требуется время, чтобы хорошо узнать человека. Только лишь после длительного общения можно сделать объективные выводы о характере партнера и принять решение, которое будет скорее всего правильным.

Если с женщиной знакомится мужчина, то, значит, женщине важно знать с какими именно женщинами чаще знакомятся мужчины. Как они выглядят? Какой у них характер? Что они говорят во время знакомства? Что делают? И что делать не следует?

Правило №1 – женщине необходимо быть красивой или яркой, чтобы на нее обратил мужчина внимание.

С красотой все понятно. Она есть или нет. На красивых женщин (как и на красивых мужчин) все смотрят. Красота всегда привлекает внимание. Если природа не подарила особую красоту, то ее можно создать. В наше время для это существует огромное количество средств. И девушки прекрасно об этом знают и прилагают много усилий, чтобы выглядеть привлекательно. Но, есть ошибки, которые допускают очень многие женщины. Они забывают подчеркивать женственность. Они уходят в оттачивание мелких деталей, забывая о главном. Сережки, колечки, цепочки, пуговицы на пальто, брелочки на рюкзаках, красивые блокнотики и ручки, чехлы мобильных телефонов и прочие аксессуары не важны для мужчин. Они не обращают на эти мелочи внимания. Но зато они обязательно заметят длинные, ухоженные волосы, сияющие глаза, широкую улыбку, добрый взгляд, юбку (а не джинсы и брюки), яркую блузку или платье. Каждому человеку нужно то, чего у него нет. Мужчины не носят платья, поэтому им интереснее смотреть на женщину в платье, а не в брюках. Большинство мужчин носит рубашки или кофты приглушенных тонов, а не ярких цветов. Когда на горизонте появляется женщина в желтой, красной или разноцветной блузке, платье, взгляд мужчины невольно устремляется в ее сторону. Яркие украшения на груди тоже притягивают внимание мужчины. Короткая стрижка совершенно не волнует мужчину, какая бы она стильная не была. А вот каскад пышных волос, развивающихся на ветру, юбка ниже колен, покачивающаяся при ходьбе, мягкие и шелковистые ткани одежды, мелодичность речи, плавная, неспешная походка и многие другие женские атрибуты, недоступные мужчине, обязательно привлекут его внимание. Самое главное условие первого правила для женщин при знакомстве с мужчинами – ярко подчеркнуть женственность.

Правило №2 – ходить в те места, где знакомство происходит легче и чаще и соглашаться на знакомство. Конечно, познакомиться можно и в метро, в автобусе, в магазине, если люди понравились друг другу. Но количество возможностей для знакомства резко возрастает, если чаще проводить время в парках, клубах, спортивных площадках, на курортах. Там люди расслаблены, отдыхают и больше расположены к общению. Нельзя отказывать мужчине, если он предложил прогуляться по городу или сходить в кино. Надо немного пообщаться с ним, чтобы иметь некоторое представление о герое, отважившимся на знакомство. Многие женщины даже не предполагают, какую трудность у многих мужчин вызывает знакомство, сколько мук они испытывают, чтобы сделать первый шаг.

Правило №3 – зацепить мужчину, заинтересовать так, чтобы он понял, что первый шаг он сделал не напрасно и захотел сделать второй шаг, то есть продолжить знакомство. Женщина может быть очень красивой, но не интересной для мужчины, и он отступит. Или женщина может вести себя не очень уважительно по отношению к мужчине, тогда он не проявит желания увидеть ее снова. Чтобы такого не случилось, женщине, прежде всего, следует слушать мужчину, не перебивать, не спорить, улыбаться и, несмотря ни на что (чтобы он не говорил и как бы себя не вел), оставаться счастливой и жизнерадостной. Ей не следует брать инициативу в свои руки и предлагать какие-либо варианты прогулки, не нужно ничего мужчине подсказывать. Соглашаясь на его ухаживания, она дает ему возможность проявить себя. Самое главное, что обязательно нужно сделать женщине, чтобы зацепить мужчину во время первого знакомства – это 1) смотреть на него восхищенным взглядом (как будто перед женщиной стоит что-то необыкновенное, чудесное, нестандартное, редкое, сильное, могучее), 2) в промежутках между его выступлениями вдохновлять его словами восхищения («ты- герой», «ты- просто талант», «ты -супер!»). «ты – сильный, смелый, умный!»); 3) искренне благодарить мужчину за каждый шаг его проявленного внимания («спасибо, что пригласил меня сюда», «спасибо, что выбрал именно этот фильм», «спасибо, что рассказал интересный случай, он для меня очень полезен»). Тогда ему захочется ухаживать и заботиться о женщине, так как он понимает, что его усилия не напрасны.

Итак, подведем итог.

С женщиной знакомится мужчина, а не наоборот. Кто принимает решение и проявляет инициативу по его претворению в жизнь, тот знает, чего хочет.

Женщине следует согласиться на предложение мужчины познакомиться, чтобы посмотреть и определить, каких отношений хочет мужчина.

Отказать мужчине, если его намерение на знакомство и продолжение отношений не совпадает с желанием женщины, она сможет позже.

Чтобы мужчины обращали внимание на женщин и приближались к ним с желанием познакомиться, общаться, женщина должна быть яркой и привлекала своей женственностью.

При первом общении с мужчиной женщине следует быть довольной проявлением внимания со стороны мужчины, улыбаться, оставаться во время разговора веселой, жизнерадостной и вдохновлять мужчину своим восхищенным взглядом и подбадривающими словами.

Искренняя благодарность за каждую попытку мужчины сделать женщине приятное, подтолкнет его на второй шаг – продолжить общение.

Глава пятая. Как быть всегда счастливым человеком?

Вы скажете, что невозможно быть всегда счастливым человеком, что жизненные трудности и проблемы не могут обойти стороной и не испортить настроения? Да, действительно, стрессовые ситуации вышибут любого человека из благоприятного состояния. Но ведь стрессы случаются не каждый день, а многие люди и при нормальном стечении обстоятельств не испытывают счастья, расслабления, радости. Они все время думают о чем—то важном, ждут лучшего времени и большего счастья или возвращаются в своих воспоминаниях в прошлое, которое принесло им когда – то приятные чувства.

Уметь жить настоящим, питаться его благостными энергиями, радоваться тому, что окружает, быть довольным сегодняшним днем могут редкие люди. Для того, чтобы испытывать счастье в настоящем, совершенно не нужно отказываться от чего-либо, что вызывает напряжение или отнимает время. Жить в энергии счастья большую часть времени может научиться каждый, кто захочет быть счастливым всегда, а не по случаю. Соблюдая всего три шага ежедневно, Вы сможете быть счастливым человеком и выполнять любые необходимые для жизни действия в хорошем расположении духа.

Правило №1 – следует понять, что хорошее настроение – это источник силы, мотиватор и энергия для любого действия; следует принять решение, что Вы будете возвращаться к хорошему настроению всегда, когда будете терять его.

Тысячи людей ищут тысячи способов как прощать, как быть веселыми, довольными, радостными, оптимистичными и активными. Многие из них пробуют применять эти способы, но снова скатываются на волну тревог, печали, недовольства, напряженности и задумчивости. Происходит это потому, что они не знают зачем им быть все время в благостном состоянии, что они с ним будут делать и чем именно они будут заниматься в таком настроении.

Правило №2 – необходимо придумать жизненную цель, задачу, проект, как Ваше хорошее настроение будет служить Вам и людям. «Я буду радоваться жизни» – не может быть ответом. Он слишком абстрактный, расплывчатый. Вот если Вам необходимо хорошее настроение для того, чтобы создавать новые проекты, которые Вы будете продавать людям или организовывать добрые и веселые мероприятия для детишек (например), то Вы будете стремиться к созданию радости и счастья внутри себя. Когда Вы понимаете и знаете зачем счастливое состояние нужно Вам, то Вы найдете способы, как его вернуть или создать. И будете применять все известные Вам средства или находить новые для получения результата. Иными словами, необходимо понимание пользы наличия устойчивого состояния спокойного счастья внутри себя.

Правило №3 – для создания счастливого настроения нужно выполнить всего два действия: 1) освободиться от любой тяжести, груза, которые тянут вниз от радости и счастья к печали и депрессии; 2). Перенести внимание на радостное, красивое, веселое, что тянет вверх к счастью.

Как освобождаться быстро? – Помогают не упражнения по освобождению. Помогает решение отпустить, сбросить, отцепиться от негатива. Это решение принимается тогда, когда сознанию понятна мотивация, причина выхода из депрессии и причина входа в оптимизм. Еще раз напомним о важности наличия цели.

Как быстро наполняться приятным? – Не думать, а чувствовать красивое, натуральное и впитывать его энергию. Например, наслаждаться пением птиц, любоваться красивыми пейзажами, вдыхать свежие ароматы цветов и трав, наслаждаться прикосновением ветра или

солнца к коже тела, смаковать сочные вкусы ягод. Даже если просто вспоминать приятные, добрые, веселые, радостные, счастливые моменты из жизни, то настроение быстро поднимается.

Но для того, чтобы впустить в себя радость и счастье нужно быть свободным от горя и печали. Просто так радость не войдет.

Никому не хочется иметь печальную жену и депрессивного и усталого мужа. Все хотят счастья друг от друга. Чтобы счастьем наполнять другого человека, надо самому быть счастливым. Посмотрите вокруг. Сколько радости кругом! Моря, горы, океаны, небо, звезды, дети, автомобили, дороги, страны, города, континенты, дома, одежда, еда, события, встречи, праздники, выходные, будни, фильмы, телефоны, театры, мужчины, женщины... Мир изобилует! Неужели Вы не видите этого и до сих пор несчастливы?

Там, где Ваше внимание, таково и Ваше состояние. Оно на нехватке или на избытке? Смещайте его в сторону избытка, и своими действиями совершайте шаги для его приобретения. В радости!

Дорогие женщины, помните, что мужчины в спутницы себе выбирают счастливых женщин, а не красивых!

Глава шестая. Какие качества характера желает видеть мужчина в будущей супруге?

Взрослый, зрелый мужчина готов к браку не по принуждению, а по желанию. Ему нужна надежная и верная спутница жизни на все его оставшиеся годы. Зрелость мужчины для вступления в брак определяется возрастом частично. Опыт, который пережил молодой человек до вступления в брак, оказывает значительное воздействие на его зрелость. Чем более самостоятельным мужчиной был с более раннего возраста, тем он знает жизнь лучше, больше к ней приспособлен, ищет себе помощницу в жизни и понимает, какими основными качествами характера должна обладать будущая супруга, чтобы его семейная жизнь была спокойной и стабильной. Женщина может не уметь что-то делать по дому, если в ее семье эту функцию не выполняла женщина – ее мать или сестра, но она может научиться, при наличии определенных черт характера.

Какую же жену мечтает иметь мужчина, помимо того, чтобы она была красивая, счастливая, веселая, легкая и не грузила его вечными проблемами или просьбами?

Правило №1 – жена, женщина, которую мужчина мечтает видеть рядом с собой, должна быть очень ласковая, нежная, мягкая, способная дарить любовь, добро, вселять в мужчину покой и уверенность. Через любовь, через свою нежную заботу мужчина дома хочет успокаиваться. И мечтает он успокаиваться при помощи женщины. Напряжение на работе, многочисленные проекты, мысли о том, как улучшить свою жизнь и жизнь своей супруги, семьи, держит мужчину в постоянном, незаметном с первого взгляда, стрессе. Не всегда он уверен в правильности выбора своего решения, он переживает за предполагаемый результат, так как несет ответственность за свои действия. Мужчина нуждается в покое и расслаблении. И быть открытым, уязвимым он хочет рядом со своей любимой, которая не отвергнет его, а наоборот, своей лаской, успокоит и придаст ему силы.

Правило №2 – жена, женщина, которую мужчина обязательно возьмет в жены, должна быть послушной. Это означает, что женщине не нужно делать все наперекор, потому что она считает, что она правильно мыслит в конкретном вопросе или деле. Женщине ни в коем случае нельзя самостоятельно принимать решения в вопросах, касающихся их двоих, даже если она полагает, что может это сделать. Быть послушной – не означает быть безропотной, покорной, не иметь свое мнение и право голоса. Быть послушной – означает слушать то, что говорит мужчина, прислушиваться к его советам, рекомендациям, слышать его решения и следовать им. И такое поведение со стороны женщины будет логичным. Там, где есть руководитель, есть порядок, и, если подчиненные добросовестно выполняют правила и распоряжения своего хозяина, то дело растет и развивается. У хорошего руководителя – хороший порядок и дело успешное. Лучше предоставить право руководителя мужчине. Так будет надежнее. Мужская логика отметет в сторону все эмоциональные поступки женщины, с которыми ее логика не справляется.

Правило №3 – женщина должна доверять своему мужчине. Его нельзя контролировать и запрещать ему то, что он хочет. Недоверие мужчина очень остро чувствует, и будет делать все наоборот, чтобы показать женщине, что такое отношение к нему невозможно. Уважающий себя мужчина не будет отчитываться и оправдываться, так как подобные действия ассоциируются у него со слабостью. Мужчина, который взял на себя заботу о женщине и своей семье, не будет тратить время на других женщин и друзей. Но это в том случае, если мужчина сам принял решение о создании семьи, а не вынужден был жениться под давлением женщины или сложившихся обстоятельств. В таких случаях женщина будет заменяться друзьями или другими женщинами.

Брак для мужчины – дело серьезное, на всю жизнь. И если он не хочет жениться на женщине, значит есть на то причины. Чаще всего они кроются в качествах женского характера, а значит и поведения. Все остальные причины стоят на втором, третьем и более дальних местах.

Всегда улыбающаяся женщина, легкая, веселая, очень нежная, мягкая, добрая, не бегущая «вперед паровоза», и направляющая всю свою доброту и любовь на своего мужчину. Разве не о таком ангеле мечтает сильный, ответственный, решительный мужчина?

Глава седьмая. Какие мужские качества характера будут полезны для женщины в браке?

Сами женщины точно не знают какие именно мужские качества характера необходимы для будущего супруга, чтобы брак был удачным, крепким, прочным. Женщины мечтают о том, чтобы мужчина зарабатывал деньги и приносил достаток в семью, приходил на помощь женщине в трудные минуты, был верным, любящим, преданным. И это нормальные мужские качества мужа и сильного мужчины. Именно таким и должен быть мужчина в семье – надежным и прочным, чтобы женщина ощущала его крепкое плечо. Именно таким должен быть мужественный мужчина. А вот какими качествами характера мужчине следует обладать, чтобы отношения с женой всегда оставались теплыми, любящими. Ведь мужчина может и деньги приносить в дом, и вопросы сложные решать, но ни он, ни его супруга могут не быть счастливыми в семье, не ощущать настоящих, искренних чувств любви и заботы друг о друге.

Что нужно знать по этому вопросу мужчине?

Правило №1 – мужчине обязательно следует быть твердым. Это значит, что то, что он решил и сказал, ему необходимо исполнять. Совершенно не следует идти на поводу у женщины и уступать ей в том, что мужчина считает не следует делать. Женщины – народ тонкий, мудрый, они очень изощренно придумывают всевозможные способы, чтобы уговорить мужчину на то, что они хотят. Женщина может долго и упорно, но очень ненавязчиво, настаивать на своем, что мужчина, не успев и опомниться, может согласиться. Этого и нельзя делать. Иначе, женщина, ощутив маленькую победу, начнет требовать большего. А управлять мужчиной нельзя. Все женщины стремятся управлять мужем, но ни в коем случае нельзя ей этого позволить. Почему? Как только женщина возьмет власть над мужчиной, он ей сразу перестанет нравиться. И она начнет искать (сначала в мыслях, а потом в действиях) нового неуправляемого мужчину, чтобы снова попробовать свою силу над ним. Женщинам не нравятся грубые мужчины, но нравятся властные, неуправляемые. Этот закон. И жить она будет с мужчиной до тех пор, пока она его не может укротить.

Правило №2 – мужчине нужно быть очень теплым, нежным, любящим в близких отношениях. Любить женщину нужно горячо, ласкать долго и нежно. Женщина, наполненная мужской любовью, довольна, спокойна, насыщена. Она не будет смотреть на других мужчин, когда она обласкана своим мужчиной.

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.