

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ
КЛЮЧИ К СЕРДЦУ

СЧАСТЬЕ РУЧНОЙ РАБОТЫ

Оксана Спиваковская

ЖЕНЩИНЫ НЕ СПЯТ В ОДИНОЧЕСТВЕ



ТАЙНЫ ОБОЛЬЩЕНИЯ И ЭНЕРГИЯ ЖЕНСТВЕННОСТИ

Психологические ключи к сердцу

Оксана Спиваковская

**Настоящие женщины
не спят в одиночестве.
Энергия женственности
и тайны обольщения**

«АСТ»

2015

Спиваковская О.

Настоящие женщины не спят в одиночестве. Энергия
женственности и тайны обольщения / О. Спиваковская — «АСТ»,
2015 — (Психологические ключи к сердцу)

ISBN 978-5-17-088083-6

В этой книги перечислены основные страхи, которые может переживать человек на протяжении всей своей жизни. Страх смерти, неудачи, отвержения, общественного мнения, нищеты, старости, потери любви, одиночества, успеха. Человек, находящийся в плену у таких страхов, не может достигнуть в жизни успеха и реализовать свой потенциал. В книге даны практические рекомендации, как победить страх.

ISBN 978-5-17-088083-6

© Спиваковская О., 2015

© АСТ, 2015

Содержание

От автора	6
Вступление	8
Какая я Богиня? Архетипический пантеон, или Сценарии женской судьбы	10
Типы любви	11
«Все сама», или серебряные стрелы Артемиды. Открываем путь доверия мужчине	15
Знакомство с богиней	15
Уроки и практики для Артемиды	16
Деметра. «Не забудь надеть шапку», или разрешение людям быть собой	18
Знакомство с богиней	18
Уроки и практики для Деметры	19
«Я девочка, я не могу ничего решать, я хочу платье», или взросление Персефоны	21
Знакомство с богиней	21
Уроки и практики для Персефоны	22
«Вот что я думаю об этом», или развитие чувственности Афины	24
Знакомство с богиней	24
Уроки и практики для Афины	24
«Ты мой муж и поэтому должен...», или включение легкости	26
Геры	
Знакомство с богиней	26
Уроки и практики для Геры	27
«Невидимка желает познакомиться», или задачи внешнего цветения Гестии	28
Знакомство с богиней	28
Уроки и практики для Гестии	29
«Путешествия между мирами», или простое женское счастье для Гекаты	30
Знакомство с богиней	30
Уроки и практики для Гекаты	31
Алхимия женственности, или заповеди богини Афродиты	32
Знакомство с богиней	32
Уроки и практики для Афродиты	33
Эпилог	35
Ошибки нашей женственности	36
Конец ознакомительного фрагмента.	37

Оксана Спиваковская
Настоящие женщины не
спят в одиночестве. Энергия
женственности и тайны обольщения

© О. Спиваковская, 2015

© ООО «Издательство АСТ», 2015

Все права защищены. Никакая часть электронной версии этой книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами, включая размещение в сети Интернет и в корпоративных сетях, для частного и публичного использования без письменного разрешения владельца авторских прав.

От автора

Здравствуй, моя хорошая. Перед тобой книга, которую я написала для тебя и, когда-то, много лет тому назад, я бы наверняка захотела прочесть ее сама. Я уверена, что она пролила бы свет на многие мои заблуждения о счастье в личной жизни и оградила от многих ненужностей и ошибок, которые сейчас принимаю как колоссальный подарок Бога и возможность зацвести состоянием мудрости и счастья. Прочти ее открыв сердце. Я немного расскажу тебе о себе, чтобы ты почувствовала, какая я женщина и можно ли мне доверять. Именно почувствовала, а не поняла. Ведь область чувств, а не разума делает женщину женщиной.

Я психолог и психотерапевт. А это значит, я занимаюсь «лечением души», ведь именно так переводится слово «психотерапия». Я несу свет своей души тем, кто немного заблудился и ищет выход. 10 лет я веду консультации и тренинги, и каждый, каждый свой тренинг я прохожу и проживаю сама, я зрею и меняюсь. Этот бесконечный энергообмен роста и любви наполняет меня и делает счастливой. Так я чувствую, что нахожусь на своем месте. Зачем я это делаю? Потому что не знаю лучшего способа отдавания и служения людям! Я не умнее и не лучше тех, кто приходит ко мне, я лишь пространство, на котором прорастают новые качества, новые состояния, а значит, новая жизнь.

Есть красивая легенда о том, что когда Микеланджело чествовали за статую Давида, скульптор удивленно ответил: «Это все тот же мрамор, я лишь немного сколол с него лишнее...» Каждая из нас – прекрасный цветок с бесконечным внутренним знанием, способная быть сама себе психологом и ведуньей, и на тренингах, прорастая друг в друга, делясь обратной связью и играя, мы скалываем все лишнее, как Микеланджело. Скалываем наши детские программы и представления о том, какой нужно быть, чтобы не наказали и не обидели значимые люди, отбрасываем всю тяжесть обид, мешающих легко ступать по жизни, позволяем себе быть разной, а значит, красивой и настоящей.

В своей работе я использую простые и экологичные техники, проверенные временем. Мы много играем, поскольку, игра – это очень тонкий метод терапии и возможность безопасно посмотреть в правду о себе. Отправной точкой раскрытия многоцветия нашей женственности я считаю честность. Честность с собой о себе. Мы не любим знать о себе правду, бежим от нее, припудриваем, тратим невероятное количество сил, чтоб «никто не догадался». Но, не признавая эту правду, мы врем себе, через это другим, и, как следствие, не развиваемся.

Выбирая наставника, доверяя ему часть или всю себя, даже если это наставничество через книгу, у каждой возникает вопрос «А что это за человек и можно ли ей доверять?», и это нормально. Я тоже задала себе подобный вопрос: «На что я смотрю и опираюсь в выборе своего проводника?» И мой ответ таков: мне важно, чтобы человек был живым, а не застывшим в «книжном» знании, честным на всех уровнях, не «идеальным» и «ангелоподобным», а настоящим. Умеющим называть свои ошибки, боли, ощущения, с Богом в душе и свободным открытым телом. Мне не важны его корочки, регалии и статусные образования, мне важна имплантация этого в жизнь. Если мастер говорит о деньгах, он должен быть богатым сам, а если о счастье, то счастливым. Для меня психология, как любая другая наука, конечна в своем ресурсе, за ней лишь бесконечность веры в мудрость божественной первопричины. Каждая, кто приходит ко мне на тренинг, является моим зеркальцем, и я не устаю в это смотреться, учиться и отдавать то, чем владею. И через эту книгу я с радостью тебе отдаю свои знания, опыт и прекрасное состояние счастливой женственности.

Я благодарна всем своим ошибкам в жизни и ситуациям, которые сделали меня такой, какая я есть. Я благодарна тому времени, когда в страхе, что любимый изменит, разлюбит и уйдет, я жила в панцире «идеальной женщины». Этот панцирь жал не только меня, он жал отношения, пока почти не разрушил. Так я научилась проявлять и принимать себя разной. Я

благодарна своему страху казаться никчемной, без него я бы не научилась заявлять о себе. Я благодарна атеистичному детству за то, что сама смогла выбрать путь веры и прийти к Богу. Я благодарна детству в коммунальной квартире и тесным условиям жизни за то, что теперь могу найти комфорт и во дворце, и в палатке, могу создавать роскошь и изобилие повсюду. Я благодарна за гонку жизни «все успеть и стать лучшей», через это я узнала, что, если тело держать в узде, оно перестает разговаривать. Так я научилась отпускать, высыпаться и жить в наслаждении. Я благодарна Богу за эту жизнь в женском теле и выбираю быть желанной и счастливой. Я благодарна своим лучшим учителям – мужу и сыну за счастье проявления их мужественности во имя моей женственности. Я благодарна...

С любовью, Оксана Спиваковская.

Вступление

Есть на свете такие женщины... Будто немного волшебные. Они идут по жизни легко и озаряют своим внутренним сиянием все вокруг, непринужденно создавая вокруг себя внимание мужчин, их заботу и поступки в свою честь. В чем секрет их женской магии? В их состоянии! Они счастливы. Счастливы своим собственным, не похожим ни на чье женским счастьем. Как войти в их число? Как сделать из своей жизни произведение искусства? Ответы на эти вопросы находятся в этой книге, написанной для прекрасной половины человечества. Именно об этом пойдет речь на ее страницах. Это будет увлекательное путешествие, в котором мы поговорим об искусстве нравиться мужчинам, привлекать их в свою жизнь, об искусстве дарить любовь как им, так себе и всему миру.

«Истинные женщины не спят в одиночестве. Энергия женственности и тайны обольщения» – так называется наше с тобой путешествие в мир особенных тайн, секретов и наслаждения пребывания в мире именно в роли/состоянии/теле женщины. Наша природа так устроена, что каждая из нас инстинктивно тянется к счастью в отношениях. Бог, разделивший человечество на мужчин и женщин, объединил нас необходимостью черпать силы друг в друге. Две природы, мужская и женская, по сути, стремятся к одному и тому же, просто делают они это по-своему, движутся своими непохожими путями.

Мужчина приходит в мир для того, чтобы познавать, женщина – для того, чтобы быть познанной. Счастье мужчины – быть первым и лучшим, счастье женщины – быть единственной. Женщина наполняется покоем и предсказуемостью, мужчина – игрой и разнообразием. В долгих и моногамных отношениях, в которых наполняется женщина, мужчина проигрывает, не реализуя свою природу, это стоит честно признать. Но есть выход в существующей ситуации, когда выигрывают обе стороны. Это – женская способность меняться, оставаясь собой. Как природа, проявлять свои разные аспекты и состояния. Быть разной.

Природа – это олицетворение Женственности с ее меняющимися различными состояниями, в каждом из которых свой вкус и своя прелесть. Как зима, весна, лето и осень, как дождь, радуга, зной и ветер, женщина обладает спектром эмоций, чувств и состояний, которые нужно учиться проявлять. Только не учить их наизусть, не быть «отличницей», а чувствовать их в себе, проживать и через наслаждение предлагать это миру.

Умение творить образы и меняться – это единственный способ усилить свое качество, вырасти в нем. Это способ реализовать свое стремление быть единственной и его потребность в разнообразии.

Для начала работы с книгой попробуй описать свою женственность. Посмотри в то (именно В ТО, а не НАТО, в суть, в самую глубину), какие качества проявляешь и какие из них наиболее синонимичны и являются визитной карточкой, а какие находятся в изгнании. Вся прелесть женского состояния заключается в том, что мы через осознание себя можем менять свою жизнь. И чаще всего в каких-то определенных состояниях мы застреваем, а новые не знаем или не пробовали проявлять и боимся. Мы вместе пройдем по пути раскрытия себя, давая нужное мужчине и получая нужное себе, предоставляя ему реализацию его мужских ценностей: риск, победа, успех, – реализовывать необходимые нашей природе ценности: заботу, защищенность, близость. Наша основная задача – прожить, почувствовать разницу наших природ, только это сделает предложенные мною для тебя секретик и фишки работающими. Мы пройдем с тобой путь, созданный для того, чтобы ты стала автором происходящих в жизни процессов, автором создания своих счастливых отношений и самой жизни. Ты научишься играть с миром и мужчинами в игру «выиграть – выиграть», использовать «коктейль» из женских приемов и уловок, секретиков и нюансов для того, чтобы быть вкусной, манящей и привлекатель-

ной, чтобы, встретив его в своей жизни, ты могла через много лет услышать в своей адрес: «В чем твой секрет, удивительная женщина?! Я уже столько лет не могу тобой насытиться!»

Я приглашаю тебя с помощью этой книги отправиться в удивительное путешествие, в мир женской природы, в котором постепенно ты освоишь главное женское искусство – быть счастливой в отношениях в мужчиной. Эта книга для женщин любого возраста и положения; я уверена, что каждая найдет в ней много полезного для себя. Хотя, чтобы это не было излишне самонадеянно, я опишу тебе, для кого она, а выбор, как всегда, за тобой! Книга «Истинные женщины не спят в одиночестве. Энергия женственности и тайны обольщения» для той, которая выбрала быть по-женски очень счастливой. В понятии «выбор» состоит основная ответственность и суть авторства в жизни.

На страницах этой книги, ты найдешь ответы на такие простые сложности, как:

- Какая я женщина, и в чем моя изюминка?
- Почему некрасивых женщин не бывает?
- Как стать заметной и пленительной?
- В чем секрет неугасающего интереса мужчины?
- Что такое «главные женские качества»?
- Как сохранять отношения, и где брать зонтик в случае непогоды?
- Как приглашать с свою жизнь желаемое, и что такое женская магичность?
- Как быть автором своей, ни с чьей не сравнимой, настоящей и счастливой женской жизни? И др.

Эти знания и умения, собранные по крупицам и работающие как волшебство, когда-то вошли в мою жизнь через наставников, просветленных личностей, состоявшихся мастеров. Я расскажу тебе, как научиться быть счастливой и любимой. Ты узнаешь, что же такое «привычки счастья» и как их создавать. Ты освоишь умение, не споря с социумом, реализовывать свою природу и индивидуальность. Познакомишься и узнаешь поближе самого дорогого и близкого человека – саму себя. Постигая разницу в природе мужчины и женщины, ты с моей помощью исследуешь ошибки, которые ты раньше совершала на пути к счастью, изучишь свои привычные «грабли», а затем выбросишь их из своей жизни за ненужностью.

Эта книга написана очень теплым языком, потому что мы, женщины, дарим миру нежность. Мы дарим ее при помощи взгляда, прикосновения и, конечно же, при помощи речи. Поэтому я буду обращаться к тебе на «ты», как к подруге. Это поможет соединиться нам, как бусинкам, в ожерелье женственности планеты, почувствовать неразрывную связь, близость, поддержку и единство.

Улыбнись и сладко потянись всем телом, моя дорогая бусинка! Мы начинаем....

Какая я Богиня? Архетипический пантеон, или Сценарии женской судьбы

В этой части книги мы с тобой, моя хорошая, познакомимся с бессознательными программами (сценариями, моделями поведения, убеждениями, установками, некими «автоматами», которые внутри нас существуют). *Для чего это нужно?* Любая программа, если она не осознается, имеет над нами очень сильную власть, она владеет и незаметно для нас управляет нами. Но как только мы начинаем ее осознавать, сразу лишаем ее этой власти. Давай с тобой отправимся в путешествие, в истоки того, откуда берет свое начало женская судьба. Возможно ты замечала, что в твоей жизни есть определенный сценарий ситуации (или несколько сценариев), которая постоянно повторяется. А быть может, ты видела сходство своего сценария и некоторых других женщин? И даже задавалась вопросом, как выйти из колеса повторяющихся ситуаций? Это очень хорошо! Уже очень скоро ты найдешь ответ на этот вопрос. И помогут тебе в этом архетипы.

Типы любви

Именно с раскрытия понятия «архетип» я хочу начать рассказ о типах любви и о том, как регулировать свой градус страсти. Возможно, ты уже о нем слышала? Хорошо, тогда я просто напомню тебе историю его возникновения. Понятие «архетип» в самом начале XX века ввел Карл Густав Юнг. Изучая сказки и мифы разных народов, сны людей в разных уголках мира, он пришел к выводу, что мы живем образами коллективного бессознательного, черпаем информацию из «колодца» генетической памяти предков. И определенные типы энергий, типы сюжетов, эмоциональных реакций и образов в различных уголках мира проявляются одинаково. Просто по-разному называются... (У каждого народа есть что-то вроде щедрой энергии Деда Мороза, образ народного героя или шута.) Юнг обнаружил это и дал название тому, что существовало всегда. Так возникло понятие «архетип». Затем он придумал ему форму и подарил миру. Его последователи продолжили работу, и теперь мы можем опираться на «архетип», познавая себя и свои сценарии поведения.

Архетипы – это первичные модели, передающие суть, форму и способ связи наследуемых бессознательных первообразов и структур психики, переходящих из поколения в поколение. Это некие запакованные программы, ролевые модели, способы эмоционального реагирования и модели поведения, которым мы бессознательно от рождения следуем.

Архетипов есть великое множество, но мы сегодня поговорим именно о женских программах, переданных как наследие из поколения в поколение. И за основу, моя милая, мы возьмем пантеон греческих Богинь. С помощью мифов и легенд о них, мы будем знакомиться с сюжетом основной программы, ее целями и задачами, с типами присутствующей там любви, эмоций, ценностей и особенностей поведения. Поговорим о том, что же мы транслируем через себя миру, и что видит наш зритель.

Архетипы определяют то, за кого мы выходим замуж, как мы выглядим, что мы хотим и что получаем. Как мы любим, чтобы любили нас... Это то, что мы можем распаковать, осознать и использовать себе во благо. Тебе очень пригодятся эти знания, когда мы с тобой будем изучать архетипы нашей женственности, учиться видеть в себе проявления и сценарии божественного пантеона. Для чего это нужно? Для выхода за рамки архетипа, для освобождения себя от его власти, для возвращения себе возможности быть разной. Милая, женская психика очень подвижна и гибка – это тоже находится в нашей генетической памяти, и сознание готово двигаться за нашими указаниями. Если ты обнаружишь или уже обнаружила в себе неэффективную программу, которая отделяет тебя от счастья, не переживай, теперь ты сама можешь стать автором своего счастья.

Сейчас я расскажу тебе о типах любви, милая, и они станут тебе подспорьем в изучении следующей темы, помогут ответить на вопрос: «Какая я жена-богиня?» или «Почему в моей жизни все именно так? О чем говорит мой сценарий?»

Типы любви – это возможность понимать и регулировать градус страсти или, наоборот, тихого тепла в паре. Помнишь, я говорила, что наше главное женское умение – быть разной, что наша главное счастье и основная ответственность – быть искусной в атмосфере отношений, не давать им закисать и застаиваться, менять проявления и звучание, дарить мужчине разную себя? Знакомство с разными типами любви и разными их проявлениями поможет тебе в этом. Однако прежде я приглашаю тебя создать внутри себя ощущение того, что ты попала в театр. Вот-вот распахнется занавес и начнется представление. Поймай эту волну, нам она понадобится для того, чтобы посмотреть немного отстраненно на каждое проявление любви.

Все в мире кружится вокруг этого чувства, все в мире ею пропитано, и у каждого в мире она своя. Как невозможно сравнивать цветы, времена года, впечатления от посещения разных уголков мира, так же невозможно сравнить проявления любви. У каждого любовь своя, неповторимая, преобразующая все происходящее вокруг в состояние счастья. Психологи часто называют счастье сухим термином «субъективное благополучие». Что за ним стоит? Умение жить не по чужой инструкции или по заведенному кем-то долженствованию, а реализовывать свою программу, свой вкус счастья и любви, выстраивая все так, чтобы не сильно спорить с нормами общества. Невозможно дать путеводитель счастья или написать книгу «как правильно любить», уж слишком субъективно это понятие. Но вполне возможно описать путь, дать направление, выстроить сюжетную линию, разрешить себе стать главной героиней своей жизни. Для этого нам и понадобится взгляд со стороны.

Вспомни то разнообразие сюжетов, которые ты встречала в жизни. Например, «итальянские пары», которые находятся в вечной громкости отношений, и может показаться со стороны, что им давно бы пора разойтись и не мучать друг друга. Но, поговорив в каждой из сторон тепло и доверительно, оказывается, что они счастливы. Это их состояние субъективного благополучия, и им обоим в этом хорошо, такая их форма любви. Или пары, которые живут как будто в разлуке и каждый занят своим делом, и если смотреть на это с позиции «как нужно», то может показаться, что это избегание друг друга, а им Хо-Ро-Шо, они счастливы этой свободой и возможности реализовывать себя. Таких примеров можно приводить бесконечное множество, и они дают жизни многообразие, создают изобилие и уникальность рисунка отношений.

Наше путешествие, в которое мы вместе отправляемся, все время будет направлено на твое осознание: «А как это у меня? Что нужно мне? Что делает меня субъективно счастливой?» Для этого мы и отправляемся с тобой как будто бы в театр. Там, на примере сценария греческих богинь и дошедших до нас описаний типов любви, мы приблизимся к ответу на твой вопрос: «А какое мое счастье? Какая она, моя любовь?»

Любовь – это то чувство, которое наделяет светом нашу жизнь. Это основной ресурс нашей личности и от невозможности его получать мы чувствуем самые большие разочарования, расстройств и напряжения в жизни.

Первый тип любви называется Эрос. Это то, что мы испытываем в период влюбленности. Те самые «бабочки внизу живота», истома, влечение, влечение и еще раз влечение к избраннику как к объекту сексуальной страсти. Это желание обладать объектом любви в физическом плане. Это прилив жизненных сил и добавление через это состояние яркости всему происходящему. Основной источник, которым питается **любовь Эрос**, это эндорфины – «гормоны счастья». Представь себе, что ты смотришь в перевернутый бинокль на мир, и то, что находится близко, видится через него как нечто далекое. Этой метафорой я хочу тебе показать, как под влиянием этой любви мы искажаем реальность: мы не видим недостатков партнера и себя демонстрируем только с лучшей стороны, показывая только свои лучшие качества до тех пор, пока силы не закончатся... Человеческий организм не может жить все время в таком напряжении; какой бы сладкой эта любовь ни была, он устает. А устав, возвращается к своему привычному функционированию, и в этот момент все встает на свои места, и реальность проявляется во всей своей красе. На поверхность выходят недостатки, и столкновение с ними переживается каждой из сторон, как «падение из рая». В таких парах часто кипят итальянские страсти, которые помогают им удерживать накал и нерв, сладко и страстно мириться после ссор. Люди так живут и сами не осознают почему, ими руководят бессознательные импульсы.

Любовь Эрос – это стрелы Эроса, маленького сына Афродиты, стрелы, поражающие в самое сердце и опьяняющие чувством. С одной стороны, это всего лишь тип любви, а с другой, это та программа, которая может вести и править тобой по жизни. И проявляется она в неуме-

нии видеть счастье в долгих отношениях, попадании в капкан «быта», бесконечном поиске «бабочек внизу живота».

Что делать, если Эрос – основной вкус твоей любви? Вариантов много: можно чаще расставаться, создавать себе возможность держать накал страстей, быть в сценарии «Жена капитана дальнего плавания». А можно осознать, что Эрос – это не вся любовь, а точнее даже не Любовь, а только ее начало. Да, конечно, устоять против Эроса невозможно, даже великие Боги боялись Эроса! Но тебе и не нужно противостоять ему, насладись этим периодом и двигайся дальше, вперед к истинной любви. И почаще себе напоминай, что Эрос – это не вся любовь, это лишь один из вкусов, состояний, этапов любви.

Следующий тип любви, про который я тебе хочу рассказать, это **любовь – Сторге**. **Сторге** – это любовь-нежность или братско-сестринская любовь, которая держится на схожих взглядах, интересах: «Я люблю тебя потому, что мне с тобой интересно. Я люблю тебя и хочу проводить с тобой время, разделяя эти интересы. Мы, как команда, дополняем друг друга и чувствуем прилив жизненных сил в этой общности». Здесь есть элементы дружбы. **Сторге** не заряжена нервом страсти.

Это отношения скорее теплые, чем жаркие, понимающие, нежели влекущие в безумия ради другого человека, осмотрительные и ровные. Гормон, который вырабатывается в таких отношениях, называется окситоцин. Это гормон привязанности и доверия. Поддержка и умение рассчитывать друг на друга, без роскошных сюрпризов и сногшибательных подарков, милые и понимающие поступки, совместный ужин с обсуждением фильма или книги – вот романтика этой любви. Оба партнера должны быть приверженцами этого типа любви, иначе одному из партнеров может стать скучно в таких отношениях. А как известно, когда на нас накатывает скука, мы начинаем искать развлечения и приключения...

Любовь Мания... Это желание раствориться в человеке, нерв, жажда присутствия, бессонные ночи, ревность и желание обладать. Одержимость и зависимость от отношений: «Я не представляю себя без тебя!» Соединиться с этой энергией можно, поставив на всю громкость композицию «Je Suis Malade» в исполнении Лары Фабиан. Психологи называют такую любовь «зависимые отношения», когда любимый человек, как будто источник жизни, когда дофамин, гормон жизни и ее яркости, вырабатывается только в его присутствии. Он то, ради чего все происходит. Помнишь слова классика: «Вы улыбнетесь, мне отрада, вы отвернетесь – мне тоска»? Это как раз об этом. Мания может сопровождать Эрос и подключаться в зефирной фазе отношений. Однако случается и так, что она становится основным вкусом любви и выливается в необходимость сопровождать таким накалом всю жизнь. Эта великая и ужасная мания.

Представляю тебе еще один тип любви: **Любовь Прагма**. Эта любовь рождается не от импульса, а от решения любить. Она имеет вкус: «Я люблю тебя потому, что... ты сильный и смелый, ты серьезный, потому, что ты будешь хорошим отцом или потому, что ты уважаем, я могу на тебя положиться. **Прагма** – это умение ценить партнера и видеть выгоды. Не думай, что это меркантильная или продажная любовь, хотя, если твоим ведущим типом любви является Эрос, тебе вполне так может казаться... Это любовь, которая особенно ярко проявляется в паре на этапе сохранения отношений, когда «зефирно-праздничный» этап уже закончен. Это любовь в которой тоже участвует гормон окситоцин. На уровне состояния она проявляется так: «Я получаю вкус от сладости повседневности, мы пара, и наши роли распределены. Я знаю, что мне вкусно в тебе, и ты знаешь, что тебе вкусно во мне». Это приятная и теплая сделка, обмен качествами, обмен выгодами. **Любовь Прагма**, как зрелый и взвешенный тип любви, спокойное умение говорить друг с другом языком партнерства и выгод, или просто чувствовать и принимать их в паре: «Я дарю тебе молодость и красоту, а ты мне заботу и комфорт.

Я воспитываю наших детей, а ты приносишь для этого ресурс, я строю сеть связей и думаю о продвижении, а ты в это время творишь свои шедевры, милый».

И, наконец, последний тип любви – это **Агапе**. Это высокая и чистая любовь – принятие. Греки называли ее великой любовью, безусловной. Это принятие человека созданием Бога на земле, это умение любить без условий и умение учиться в отношениях. Агапе – это духовная любовь... «Я люблю тебя, даже если ты меня покинешь; если тебе лучше с другой, то я отпущу». Принятие любимого как единого целого с плохим и хорошим, с темным и светлым внутри своей души. Близость и трепет душ, служение в единстве Богу. Великий путь во имя истины, миссии, взгляд не друг на друга, а в одну сторону с высокой целью.

Когда ты хочешь влюбиться, то без приглашения в жизнь энергии **Эроса** ты не сможешь быть лакомой конфетой, без внутреннего чувствования типа любви **Прагма** ты не сможешь сохранить отношения партнерскими, прохладный вкус **Сторге** понадобится тебе, когда вы как команда единомышленников воспитываете ребенка или создаете совместный бизнес. Чтобы мужчина чувствовал себя первым после Бога, тебе необходимы элементы **Мании**, когда ты даешь всем подружкам от ворот поворот или следуешь за ним в «тьмутаракань» на место нового назначения его карьеры. И каждая из нас, родившись женщиной, наделена этой чистой любовью **Агапе**, огнем души, принятием и верой в высший смысл вашего союза. Научись путешествовать по этим состояниям, открывай их в себе. Через это знание ты точно поймешь какая грань тебя сейчас будет вкусна партнеру, и сможешь ее продемонстрировать.

А теперь давай познакомимся с нашим греческим Пантеоном, и перед твоим взором, моя дорогая, предстанут 8 богинь, живущих внутри нас. Они будут разделены на богинь-девственниц, что означает их внутреннюю независимость от отношений, самодостаточность, и на богинь, которым важно быть в отношениях, такова их программа. Отдельно мы с тобой поговорим об алхимической богине Афродите, соединившей в себе черты других богинь.

«Все сама», или серебряные стрелы Артемиды. Открываем путь доверия мужчине

Свой рассказ я начну с архетипической энергии богини Артемиды. Я буду приводить тебе примеры, а ты находи в своем опыте примеры, которые резонируют с моим рассказом, договорились, моя хорошая?

Знакомство с богиней

Итак, Артемида... Она проявляется своей любовью к достижениям: «Вижу цель и не вижу препятствий». Это энергия, направленная как стрела, это метафора целедостижения. Согласно мифу Артемида, будучи близнецом со своим братом Аполлоном, всегда изображалась в виде девушки с серебряными стрелами, а ее брат – со стрелами золотыми.

Внешний вид Артемиды обычно проявляет ее внутренний мир. Ее одежда функциональна, она, конечно, зависит от типа социальной активности, но это всегда функциональность и удобный способ достичь поставленной цели. Для нее удобство одежды – это возможность служить специфике цели. Если для цели важна мобильность, Артемида будет одета так, чтобы ей было легко и комфортно перемещаться, не придавая значения эстетике. Ведь главное – цель, а эстетика не функциональная и не процессуальная. Если Артемида работает топ-менеджером компании или строит вертикальную карьеру, что является одним из самых понятных для нее сценариев жизни, она может быть одета как в глянцевую, поскольку такая одежда помогает строить карьеру, рассказывая о достижениях ее хозяйки через актуальность последних тенденций. Артемида космополитична, поэтому мы можем увидеть в ее гардеробе и предметы этнической одежды, привезенной из разных уголков света. Но главное, что отличает Артемиду, это немного холодный и цепкий взгляд.

Давай сейчас обратимся к мифу и посмотрим, какой сценарий и особенности женской судьбы готовит женщине этот архетип. Как ты помнишь, Артемида имеет брата-близнеца, и эта соединенность дает ей умение дружить с мужчинами. Женственность Артемиды представляет собой архетип сестры. Она любит немного прохладной, сестринской любовью. Всегда поддерживает других женщин, готова приходить на помощь, как настоящая сестричка! Еще одной особенностью Артемиды является ее независимость. Как-то, сидя на коленях у отца, великого громовержца Зевса, маленькая Артемида попросила у него себе в подарок разрешение всегда самой принимать решения. И отец ей это подарил. И именно это качество является поворотным (основным) в судьбе такой женщины, и поэтому энергия **Артемиды относится к девственным Богиням или независимым от отношений.**

Теперь давай посмотрим на то, как рассказанное мною выглядит в конкретных жизненных ситуациях. Дело в том, что через просьбу принимать решения самой появляется жизненная программа, которая так и называется «**я сама**». И прекрасная Артемида, а она именно прекрасная, поскольку наделена геном молодости за счет энергии соединенности с природой и состоянием весны, создавая свои результаты, хочет быть любимой, она хочет отношений. Или просто хочет «результата» в виде семьи как достижения.

Женщины-Артемиды на долгие годы сохраняют прекрасную физическую форму и умеют внешне выглядеть на все сто.

Имея папу Зевса и успешного брата Аполлона, она имеет картинку мужского успеха. И ей, создавшей так много результатов и так много успевающей, конечно же, хочется иметь рядом с собой успешного мужчину! И вот тут ее ждут первые разочарования... Успешный мужчина, встретившийся на ее пути, не готов мириться с ее самостоятельностью, неумением доверять и

просить. Она не дает ему рядом с собой возможности проявлять мужские качества. Если это и происходит, то до критической точки, когда нужно действительно просто взять и довериться мужчине, дать ему право самому принять решение, даже если его решение будет ошибочным. В критической же точке Артемида включает программу «**я сама**». Если снова заглянуть в миф об Артемиде, в нем можно найти описание ситуации, когда она поспорила, что попадет в цель, и эта стрела случайно убила ее возлюбленного. Так Артемида часто делает и в реальной жизни. Она убивает стрелой своей правоты, неумением уступить, побыть глупой, отпустить результат, проиграть, расслабиться, не дойти до цели. **В ее системе разрешений нет разрешения к капитуляции.** Артемида постоянно сражается. За право быть умнее, красивее; она даже за любовь сражается, вместо того, чтобы расслабиться и капитулировать.

Уроки и практики для Артемиды

Главная задача для Артемиды – постараться осознать, что мир отношений живет НЕ по принципу достижений, там происходит все с точностью наоборот. В мире социального успеха прекрасно работает формула: «поставила цель – напряглась – достигла». В мире отношений, чтобы тебя любили, важно «не гоняться со стрелами» за кем-то, а отпустить. Разрешить человеку не выбрать тебя, дать ему свободу в чувствах.

Если чувствуешь, что внутри включается: «**Я все равно его добьюсь, я придумаю, как его завоевать**», – это в тебе, моя дорогая, заговорила Артемида. В этот момент важно задать вопрос: «**А что я сейчас создаю? Что сейчас мне важнее? Добиться цели или создать тепло в отношениях?**» Нет лучшего способа заставить себя ненавидеть, чем принуждать любить. Это важно помнить, стреляя серебряными стрелами...

Кроме того, очень важно научиться просить. Это сложно, потому что Артемида не чувствует женской природы, не соединена с ней там, где предполагается нахождение чувства собственного достоинства, в области «для меня сделали». У мужчины же оно находится в области «я сам». Артемида же, не соединившись и не увидев это достоинство, считает, что служить мужчине – значит **прислуживать**. Ей очень тяжело проявлять кротость, в этом она чувствует поражение. Но женственность – великая сила, она помогает создавать без боя. Мужской же мир построен по принципу конкуренции, и женщина, играющая по мужским правилам, проигрывает, всегда проигрывает или платит огромную цену и постепенно «выхолащивается». Налог на участие в такой войне – женское счастье.

Если в твоём рисунке судьбы взяла власть Артемида и ты узнаешь себя в ее проявлениях, чтобы это исправить (сбалансировать), тебе важно перевести свое внимание (включится) в следующие состояния:

♥ Научись говорить мягко, добавляй сладкие слова, «журчи». Тогда твое целенаправленное воздействие на других не будет таким разрушительным и требовательным.

♥ Наряжайся, как девочка – непрактично и трогательно.

♥ Учись просить у мужчин. Начни с каких-нибудь мелочей и постепенно совершенствуй свое умение.

♥ Перестань мечтать о мужчине «сильнее меня, которому я смогу подчиниться». Только развитие твоей кротости и послушания сделает всех мужчин вокруг тебя сильными и проявленными.

Если же, наоборот, Артемида в тебе подавлена, ты не умеешь идти к цели, наполняться природой, быть в созидющем одиночестве, черпать силы от общения с животными и растениями, дружить и принимать женщин без ревности и зависти, «подключиться» к ней ты можешь следующим образом:

♥ Через взаимодействие со стихиями: прогулки и наблюдение за природой, дождь и снег, солнце и радуга. Прими их как источники вдохновения внутрь себя.

♥ Включи себя в общественную цель, почувствуй состояние, как много ты можешь сделать в виде вклада в общество. Перестань считать все в мире уже решенным «там, наверху».

♥ Добейся цели, упрямо и методично. Пусть сначала это будет что-то маленькое, тебе важно получить опыт достижений, не предать свою цель перед первыми испытаниями и «камушками» на пути. В общем, «обойди закрытую дверь и зайти в помещение с другой стороны».

Деметра. «Не забудь надеть шапку», или разрешение людям быть собой

Представь, себе, моя милая бусинка, плодородную осень, полную изобилия в виде плодов, щедрую, но с уже прохладными вечерами. Это нужно сделать, чтобы создать в себе настроение для встречи со следующей богиней – с **Деметрой**. Я немного расскажу тебе о ней через миф, чтобы ты могла пропитаться ее состоянием, почувствовать в себе течение ее энергий.

Знакомство с богиней

Великолепная и очень почитаемая богиня Олимпа Деметра отвечала за плодородие. От ее настроения и законов зависело процветание людей и количество подношений богам. «Она управляла материей», – сказали бы мы сегодня. Деметра, одна из жен великого Зевса. Она родила от него дочь Персефону, которую очень любила и опекала. Она была в курсе всех моментов ее жизни и считала вполне нормальным управлять ее судьбой.

Чтобы описать Деметру, достаточно двух слов, которые точно передадут ее состояние: **хозяйка и мама**. У нее практичная, ухоженная одежда, она олицетворяет собой мир, удовлетворенность и земную красоту. Только хочу уточнить: под словом «хозяйка» мы будем подразумевать не заикленность на быте и запах борщей, а состояние внутренней устойчивости, умение управлять территорией, ресурсами и, конечно же, опекать.

Деметра – это очень могущественный архетип влияния. В мифе, когда она опечалилась от потери дочери Персефоны, земля перестала плодоносить. Боги по очереди ходили к ней на поклон с просьбой «вернуть свою включенность в происходящее». Вот как много значит Деметра в жизни своих близких и в управлении материальными ресурсами....

Когда мы говорим о плодородии, наше воображение рисует пышную и красивую форму тела. И это так и есть: чаще всего у Деметры красивая и статная фигура, выражены пропорции, все внешнее в ней говорит о ее щедрости внутри.

В отношении Деметра входит, когда видит возможность реализовать потребность быть нужной, заботиться, поэтому мужчины для нее часто просто большие мальчишки. Деметра очень материальна, и тип любви, понятный для нее, это **Прагма**. Земная и практичная любовь, не меркантильная, а именно практичная. «Пригодится ли он в хозяйстве?» – вот основной посыл Деметры, а также энергетический посыл мужскому полю «оплодотвори меня». У нее есть тайна, которую она хранит и не признается в ней даже себе самой: такие женщины встречают мужчину для того, чтобы от него зачать и родить. Это их такой *destination* (предназначение. – Прим. ред.), пункт назначения, и в этой потребности быть мамой она самого мужчину энергетически «усыновляет». Деметра редко и сложно отдает себе отчет в том, что отношения ей нужны для того, чтобы родить. И когда роды случаются, любым способом, как самка богомола, – безусловно, неосознанно, «выпихивает» мужчину из своей жизни.

В сегодняшнем мире и в реальной жизни Деметра великолепно управляет любыми ресурсами. Она умеет создать изобилие из небольших денег, к ней тянутся и у нее замечательно растут дети и вообще все расцветает от этой щедрой и доброй энергии. Значимой частью ее плодородия является материнство: еще с младенчества она видит себя матерью, и самое большое горе для Деметры – это не иметь детей. Тогда она становится «великой матерью» своему коллективу, или находит возможность создать опеку над кем-то или чем-то. Через свой вкус любви, через Прагму, Деметра может очень много делать для любимых, и в этой действенной щедрости, разливаемой повсюду, в этой заботе она часто заходит в такую теневую часть отдава-

ния, как **контроль**. Она душит в любви, создает душное пространство из непрошенных советов и указаний. Этот поток материнской ласки она распространяет на все живое и может залить ею мужчину, лишив его воздуха, задушить в своих теплых объятиях. Кстати, в своей материнской любви Деметра явно переходила тонкую грань между заботой и контролем. Ведь она была не только хозяйкой территории, но и покушалась на хозяйствование судьбой собственной дочери.

Уроки и практики для Деметры

Главная «угроза» для женского счастья Деметры находится в области путаницы между понятиями «забота» и «контроль», отсутствия привычки по-разному строить отношения с мужчиной и с ребенком. Она столь страстно хочет стать матерью всему миру, у нее так много вкуса и сладости в этом состоянии, что этот всепоглощающий компонент любви нередко играет с ней злую шутку. Поскольку Деметра отдает, исходя из своих представлений о том, что хорошо, а что плохо, защищая, она лишает своих детей самостоятельности. Вырастая, они стремятся поскорее отделиться или активно демонстрируют ей крайнюю неблагодарность. Почему так происходит? Бусинка, благодарность – это очень искренняя и неформальная энергия, она рождается, когда встречаются желание и его реализация. Деметра «перекармливает» детей тем, что им на самом деле не нужно и не хочется, и, как следствие, они не могут испытать глубинное чувство благодарности. А Деметра все равно жадно ждет признания, поскольку это ее топливо, ее вкус любви – быть значимой в жизни близких и других людей, отдавать им. Со своей властью и контролем Деметра не может увидеть и признать все это, поэтому она продолжает отдавать детям то, что считает для них необходимым, либо то, что не получила в детстве сама. Она записывает их в «нужный» кружок, покупает платье «лучше, чем у других», дает дельные советы, жертвует временем и жадно ждет благодарности. Но дети так и не находят, за что ее поблагодарить, так как их истинные желания не реализованы и истинные потребности не удовлетворены. Но Деметра этого не понимает, она ведь делает все из лучших побуждений, и ей даже в голову не приходит, что ее дары могут быть не нужны и не важны. И, конечно же, ей очень сложно увидеть за «неблагодарностью детей» их простое и искреннее желание делать что-то по-своему.

То же самое происходит с мужчинами: они для Деметры как большие дети. Она не замечает, как говорит: «Положи деньги вот в этот кармашек и застегни, а то у тебя в прошлый раз украли». Или: «А вот этот подарок я приготовила твоему начальнику на работу, потому что, там... Подари ему». В своей материальности и заземленности Деметра не замечает, что не дает людям быть самими собой, не дает возможности учиться через ошибки. Она готова сделать многое ЗА людей, а не ДЛЯ людей. **Деметре важно замечать этот материнский способ общения с миром и давать себе разрешение на это состояние.** Просто внутри себя, как мантру, повторять поговорку: «Ты мужчина/ты взрослый/ты самостоятельный, ты и делай». Перекаладывать ответственность на его плечи, уходить от контроля, переставать «бежать впереди паровоза», учиться такому здоровому «пофигизму», – Деметру это только разовьет и украсит.

Что касается отношений с мужчинами, статная и теплая Деметра, выйдя замуж, может из ничего создавать изобилие дома и процветание семьи. Но очень часто мужчины рядом с ней не находят отдушины, а сбегают туда, где есть принятие их слабости, где витает легкость, где есть место спонтанности и подвигам, возвышенность, вдохновение и безрассудство. Поэтому Деметре важно научиться совершать глупые поступки, отпускать контроль, развивать в себе вкус к другим способам любить. Давать право совершать людям ошибки. Мужчин украшают не только шрамы, их украшают подвиги и сделанные ошибки, они на них растут, становятся взрослыми, зрелыми, патентными, яркими. Женившись на Деметре, мужчина может начать

задышаться от того, что ему постоянно подстилают соломку. Он может захотеть сбежать: на время или навсегда.

Если ты узнала в себе Деметру и хочешь ослабить ее «критические» проявления, тебе нужно:

♥ Научиться ставить себя на первое место, баловать себя, совершать непрактичные поступки.

♥ Найти способы не впадать в депрессию, когда твоя помощь и поддержка отвергаются другими людьми, например, когда дети перестают нуждаться в твоей опеке, а радоваться их самостоятельности, успешности.

♥ Научиться отпускать близких людей, искать разные смыслы жизни и уходить от чувства «депрессии пустого гнезда».

♥ Разрешать людям быть нерачительными и совершать глупые поступки, расти самостоятельно на своем опыте.

♥ Научиться делегировать: устраняй из жизни состояние и привычку быть «вечной труженицей».

Если же тебе сложно наладить отношения со своим процветанием, это означает, что твоя внутренняя Деметра требует внимания к себе. Связь с Деметрой дает жизни красивое плодородие, хороший материальный поток, выстроенность отношений с любыми ресурсами, особенно, если тебе хочется стать мамой в ближайшее время либо научиться быть более рачительной или практичной. Направляя в эти простые проявления жизни свое внимание, шаг за шагом ты научишься впускать их в свою жизнь, в свою картину мира и будешь принимать это с любовью. Чтобы соединиться с Деметрой, пробудить это состояние в себе:

♥ Найди возможности и способы кормить пространство как на физическом, так и на эмоциональном уровне: пригласи друзей и родных на собственноручно сделанный обед, испеки печенье и угости всех на работе, побудь няней для малыша, подари свое внимание беспомощному пожилому человеку. Включай умение заботиться и поддерживать окружение.

♥ Включи в себе хранительницу ресурса: перебери припасы на кухне и отслеживай их логику. Кухня – храм Деметры в жизни женщины, поэтому убери оттуда все поломки и недоделки, наведи порядок среди баночек и коробочек. Сходи на рынок за продуктами с корзиной, получи это счастье – внимание к себе как к женщине, созидатель плодородия, в виде улыбок окружающих людей и их желаний положить в твою корзину все самое лучшее.

♥ Веди учет финансов любым удобным способом: в блокноте, на планшете, в особой программе. Посмотри, как распределена система твоих доходов и расходов. Создай включенность, обрати свое внимание на то, где ты переплачиваешь, где можно что-то оптимизировать. И самое главное – создавай резервный капитал.

♥ Деметра – это хранительница. Создавай возможность не только тратить, но и сберегать, откладывать на большую и манящую тебя цель. Купи красивый кошелек, радующий, включающий в тебе состояние «Я – богатая».

«Я девочка, я не могу ничего решать, я хочу платье», или взросление Персефоны

Следующий архетип, с которым я хочу тебя познакомить – это Персефона или Кора. Два имени-ипостаси, две стадии взросления одного из ведущих женских архетипов.... Архетипа дочери.

Что дает архетип Персефоны и зачем к нему подключаться? Мы с тобой, моя дорогая, еще будем много говорить о важности умения восхищаться мужчиной, быть открытой и текущей, нравиться. Это все качества Персефоны и первые такты отношений: принятие мужчины целиком, видение его Королем – величественным и щедрым. Все это свойства и проявления ее энергии, именно она убирает придирки и критичность и дает возможно видеть в человеке лучшее. Она помогает прожить состояние того, что Будда называл «серединный путь», не привязываясь к обстоятельствам, результатам и вещам.

Знакомство с богиней

Давай вспомним с тобой женщин, как про них говорят, «без возраста», по-детски непосредственных, ангельски чутких, мягких и послушных. Они, как и Артемиды, долго сохраняют свежесть и юность. Часто такие женщины-спутницы или дамы сердца успешных мужчин. Они легко создают ситуации для знакомства и «обеспечивают» себе опеку, в том числе, со стороны женщин своего возраста, получают покровительство не только мужчин, но и подруг. Кажется, что весь мир готов ответить прихотям этого очаровательного создания! Но замужество дается им очень сложно... Почему? Для того чтобы это понять, давай посмотрим, как устроен эмоциональный и поведенческий сценарий Персефоны.

Юная, независимо от возраста, Персефона – это дочка. И это она была рождена богиней плодородия Деметрой от громовержца Зевса. Все в ее жизни контролировала мама. (*Ты же помнишь, что Деметра любила заботиться и опекать, да?*) И Персефона, как аллегорическая форма послушания, совсем беззащитна перед общественными «нужно» и «должна». Персефона – это роль девочки и это тот энергетический возраст, которому важна безопасность и изобилие. Поэтому Персефона очень нуждается в опеке и ласке, в подарках и покупках. Это ее «вечно голодная» часть.

Язык любви Персефоны – Прагма: «Я люблю тебя, потому, что ты сильный, умный, знающий, ответственный». В какой институт поступить, какого мужчину выбрать, какое платье, отдых, хобби, судьбу – для этого архетипа такие вопросы одинаково сложные: **«Я не знаю... Мне все хорошо»**. С одной стороны, это дает такое состояние, как легкость, текучесть, умение не привязываться ни к чему, легкую поступь по жизни, умение играть. И для мужчин это на определенном этапе подарок, потому что Персефона, это женщина, которая всегда и всему говорит «да». **«Хочешь экстремальный секс?» – «Да».** – **«Хочешь, сорвемся и полетим туда-то?» – «Да».** – **«Хочешь я тебя возьму к себе на работу?» – «Да».** Она встраивается всегда и везде, ей всегда хорошо потому, что Персефона не имеет собственных желаний и собственных границ. И это сценарий жизни женщины, которая всегда выбирает мужчину-отца. И если настоящая сексуальность женщины – способность отдавать, то Персефона очень завязана на оценке. Это дает ей большую потребность получать...

Кора, как юная часть Персефоны, – это такая ласковая, игривая и нежная кошечка, которая не вызрела для того, чтобы стать зрелой чувственной женщиной.

В Персефоне тоже есть элемент любви-Эроса, некое умение быть игривой, наслаждаться флиртом и кокетством. Но, опять же повторяюсь, – это маленький сексуальный котенок, неважно какого возраста. Персефона одевается остроумно, и именно по этой причине она говорит «да» всему, что принято в обществе, что ей дали, сказав: «Вот так правильно». На Персефону послушно работает «глянец», он рассказывает, без чего она не сможет прожить в этом сезоне. Чаще всего это именно остроумные вещи, молодящие и создающее ощущение «Модная модница».

Уроки и практики для Персефоны

Женщина-Персефона очень медленно стареет, и если это происходит, для нее это целая трагедия. Она начинает искать спасение и тут и там в различных «anti-age» инновациях, она сходит с ума, ибо зеркало ее только расстраивает. Тем более, если к этому времени наша Персефона так и не вышла замуж, не устроила свою личную жизнь, для нее это может стать настоящей трагедией. Неумение принимать возраст – основная ее слабость, уязвимость.

Следующая уязвимая точка Персефоны – это подаренная жизнь. Жизнь, которую она живет, как не свою, щедро даря время на чужие цели и смыслы. У нее есть сложности со словом «нет», с личными границами, она часто не знает, куда идет и чего хочет сама. Женщина-Персефона настолько гибка и податлива, мила и очаровательна, что для мужчины может стать прелестной игрушкой. Она может быть в долгих романах с женатым мужчиной, играя по его правилам, доверчиво надеясь, что он останется с ней, либо может попасть «в лапы» мужчины – тирана. Согласно мифу, Кору похитил Бог поземного царства Аид, сделав своей женой и, повзрослев, Кора стала владычицей подземного царства Персефой, найдя в лице Аида не только мужа, но и учителя. Часто так и происходит в жизни: ее тип любви Прагма определяет выбор мужчины, который будет вести по жизни, а она им сможет восхищаться и расти, но встречается, что мягкие границы Персефоны и ее чрезмерная податливость создают настоящих тиранов. Знаешь, даже сам ее типаж на это неизбежно провоцирует, потому что это естественный процесс энергообмена: если у тебя нет ничего своего, тебе обязательно навяжут чужое и тут нужно не обижаться, а развиваться и расширять свои границы. Понимать, где то, что я ХОЧУ, а где то, что НЕ ХОЧУ. Поэтому задача женщин этого архетипа – освободиться от диктата, найти дорогу к своему «хочу». Отстоять границы и личное пространство, сепарироваться от матери. И конечно же, повзрослеть. Перестать бояться мудрости, считая ее аналогом старости, научиться брать ответственность за свою жизнь, слышать свои «хочу», видеть свои цели, и чувствовать свои желания. Не разбрасываться своим временем, не дарить свою жизнь другим людям.

Если ты, моя дорогая, узнала в себе Персефону и ощущаешь, что находишься в ее власти, тебе нужно сделать следующее :

♥ Научись очень внимательно слушать свое тело. Оно, как мудрый советчик, обязательно поможет тебе распознавать сигналы «мое – не мое». Тело всегда говорит нам через ощущения, разливая волну энергии, когда люди и обстоятельства работают во благо или же создают ощущение, что на тебя надели «тяжелые вериги».

♥ Учись сама отвечать себе на вопросы о жизни, а не бесконечно искать внешние проводники. Доверяй своим решениям, учись их уважать, как и чужие.

♥ Найди плюсы в семейной взрослой жизни, собери примеры успешных семейных союзов.

♥ Сделай незыблемыми закон и правило «в начале заплати себе».

♥ Выстрой цели и видение жизни – это можно сделать с коучем или наставником, но такой план-каркас должен быть обязательно.

♥ Учись говорить «Нет» всему непрошеному и идущему вразрез с твоими намерениями.

Теперь я подскажу тебе, как развить качества Персефоны, как подключаться к ее ресурсу. Помнишь, она нужна нам, чтобы научиться играть и принимать перемены, следовать пути мужчины без сетований и нравоучений. Чтобы «открыть» в себе Персефону, включиться через нее в флирт и кокетство, тебе нужно:

♥ Придать легкости своему телу. Пей много воды и ешь легкую еду небольшими порциями.

♥ При всей своей непосредственности, Персефона обладает великим даром – осознанием того, что нам ничего не принадлежит и что мы приходим в этот мир, как гости. Включаясь в это осознание, повторяя и напоминая его себе, учись ни к чему глубинно не привязываться.

♥ Флиртуй с миром. Просто так. Помоги себе в этом легкомысленными элементами одежды. Внешний мир легко проникнет в твое внутренне состояние.

♥ Попади в ситуацию ученицы. Найди того, кто вызовет у тебя желание больше знать и уметь, кто своей компетентностью или мудростью вдохновит тебя, подтолкнет к следующим свершениям. Пусть это учитель, которому ты буквально будешь «смотреть в рот».

♥ Влюбляйся в людей. Замечай их лучшие качества.

♥ Организуй себе шопинг «как у звезды». Покупай то, что «сейчас модно» и есть у хедлайнеров (ключевая фигура любого мероприятия, очень популярный артист, исполнитель, идущий в афише первым номером. – *Прим. ред.*) в гардеробе.

♥ Заведи дневник и пиши туда свои эмоции и ощущения.

«Вот что я думаю об этом», или развитие чувственности Афины

Следующая богиня-девственница – Афина. Дочь Зевса, рожденная без матери. Богиня мудрости и ремесел, известная своим стратегическим гением и практицизмом.

Знакомство с богиней

В мифе Афина представлена в шлеме и в золотых доспехах, в нашем XXI веке их заменили бренды или статусные «фишки» гардероба. Причем бренды выбираются не потому, что «я очень качественно одеваюсь и вкладываюсь в гардероб», и не потому, что «я доверяю этой фирме и могу надеяться, что благодаря этому буду адекватно выглядеть». Здесь бренды именно ради брендов. Если сумка, то «Birkin», если машина, то «Mercedes». Только статусные и общепризнанные бренды, любой ценой. Афина будет голодать, но нарядится именно в брендовые вещи. Хотя... Афина умеет создавать деньги буквально из ничего и может купить себе все, что ей необходимо. Помнишь Жаклин Кеннеди? Всегда очень лаконичный, но дорогой гардероб.

Вся эта история зиждется на том, что Афина всегда развернута к внешнему миру. Она развернута на статус, признание, на почести, и на внешнюю оценку. Она всегда выбирает состоявшихся, статусных мужчин. Ее любовь тоже Прагма, и любит она всегда: «Потому, что...» И выбирает «папиков» не потому, что пытается реализовать свою потребность быть дочкой, а из стратегического видения. Афина не понимает, как можно развивать художника или как из неудачника сделать «удачника». Это вообще не ее история. Ей нужно взять «готовый продукт» и с ним БЫТЬ. Вместе с тем Афина очень патриархальна и почитает иерархию в семье. Если поставит себе задачу «хорошо выйти замуж», она обязательно хорошо выйдет замуж.

И она всему научится, потому что это такая девочка-отличница. Но здесь у нее есть тень... У каждого архетипа есть своя тень – именно она дает фигуре объем. И тень Афины – сложный доступ к чувствам, она думает о жизни, вместо того, чтобы чувствовать ее. Она очень «левополушарна», у нее золотой шлем, помнишь? Она живет в голове, в рационализации, и маленькая девочка, которая живет в каждой из нас, находится в затворничестве.

Афина – это девственная богиня, и она больше проявляется по мужскому типу. Ей принадлежит такая сильная сторона, как мудрость, она умеет стратегически мыслить, прожить и подстраховать со всех сторон почти любую ситуацию. Поэтому Афины хорошо приглашать в свою жизнь, когда нужна сила не чувств, а сила ментальная, сила холодного рассудка.

У Афины есть еще один губительный сценарий. Сценарий, когда она, будучи молоденькой, влюбляется, например, в своего начальника и начинает ему служить. Ведь его можно уважать, он статусный, реализованный. И она становится его секретаршей, или помощницей, или соратницей. Разумеется, случается секс, и случается он не один раз, и в какой-то момент она может в этом заиграться. Стать «сослуживицей-любовницей», мечтать выйти замуж за него, но так и не стать его женой, или терпеть, что он женат и не может никак определиться, страдать, обижаться на него, но продолжать с ним отношения.

Уроки и практики для Афины

По мифу у Афины не было мамы, она такая папина дочка. И самая большая беда Афины в жизни – неуспешный отец. Если это твоя история, основной задачей для тебя будет прощение собственного папы. Ты должна дать ему возможность быть таким, какой он есть.

Маленькие Афины – это отличницы. Такие умненькие, хваткие, которые знают, чего хотят от жизни. И очень быстро это берут. Они не размениваются на разные непонятные хобби, удовольствие и так далее. Вроде такие маленькие, но уже такие взрослые. Важной задачей для Афины является возвращение к этому непрожитому ребенку, возвращение себе яркости и «детскости» жизни, развитие способности чувствовать и ощущать так же хорошо, как мыслить логически и рационально.

Если ты нашла в себе проявление теневой стороны Афины, вот на что тебе нужно направить внимание, чтобы исправить это:

♥ Начать творить, дать право течь внутри себя энергии правого полушария, эмоциональной и чувственной, образной и ассоциативной.

♥ Дать себе разрешение быть уязвимой. Где-то глупой, в чем-то рассеянной, разрешить самой себе и, вслед за этим, другим людям, слабости.

♥ Вспоминать про материнство, следовать за мужчиной и понимать, что «сила женщины в ее слабости».

♥ Медитировать, медитировать и еще раз медитировать.

Если Афины в тебе недостаточно, ты можешь ее развить, рассматривая жизнь с позиции «полет орла», видеть целую картину, будто бы сверху. Уходить от эмоций и реакций в позицию наблюдателя. Что еще можно сделать:

♥ Учиться планировать;

♥ Жить понятиями «выиграть – выиграть» Это означает, что ты направляешь внимание на то, что получает каждая из сторон процесса.

♥ Стать Мастером – шаг за шагом повышать свою компетентность в том, чем занимаешься.

♥ Покупать себе качественные и дорогие вещи. Понять для себя, что гардероб – одна из важнейших инвестиций женщины.

♥ Совершенствовать тайм-менеджмент, учиться балансировать внимание во всех сферах жизни.

«Ты мой муж и поэтому должен...», или включение легкости Геры

Великая Гера... Что мы с тобой знаем про эту богиню? Она единственная из бесконечной череды жен и любовниц Зевса осталась в нашей памяти как его постоянная супруга. У Вседержителя Олимпа был архетип альфа-самца, но только Гера смогла сохранить с ним отношения. Поэтому союз Зевс и Гера – это архетипическая пара. Это статусный мужчина и его жена, поэтому, если ты хочешь выйти замуж за такого мужчину, тебе важно суметь подключиться к этому архетипу. Гера – это в хорошем своем аспекте альфа-самка, которая способна быть равной энергии альфа-самца. Он принимает ее женой, и в этом статусе будет все замечательно.

Знакомство с богиней

Зевс на самом деле был бабником, но когда он увидел Геру, то понял, что просто так ее не возьмешь, потому что Гера – это та, у которой на лбу написано: «Со мной либо серьезно, либо никак». Она «заморожена» на замужестве... И это неудивительно, ведь богиня Гера – покровительница брака, хранительница долга, жена. Поэтому, чтобы включить Геру, – нужно дать себе разрешение общаться с мужчинами из состояния «со мной или серьезно, или никак», быть в нем и считать его единственно правильным.

Какие бы мужские энергии ни приходили в жизнь женщины-Геры, как бы за ней красиво не ухаживали, всегда умеет отделить, ухаживают ли за ней как за любовницей или как за женой.

Если ты, моя хорошая, просто – таки маниакально захотела в какой-то момент замуж – это значит, что в тебе проснулась Гера, а вместе с ней чудесное состояние, когда женщина планирует свое будущее, представляет свою свадьбу и себя в белом платье. Прямо как в сказке, свадьба – пункт назначения главной героини. Что там дальше будет происходить, читателю не понятно, главное – СВЕРШИЛОСЬ. Клятвы и обеты произнесены, невеста и жених счастливы, и гости тоже, поскольку погуляли на пышной свадьбе... Поэтому Гера очень тяжело дружит с женщинами. Для нее все они делятся на «замужних» и «незамужних», и вторые при этом для нее – «никто». Они вообще ничего не представляющие из себя самки, потому что для нее они не реализовались. И только женщин, которые вышли замуж, которые «пристроены», являются для нее соратницами. Ну даже если и не соратницами, то понятными для нее женщинами, принимаемыми ею, достойными ЕЕ внимания. А остальные все неполноценные... Женщины-Геры вообще тяжело впускают в свой дом подруг, они никогда не станут для нее выбором, как для Артемиды, которая может привести компанию в дом и сказать: «Скажи, почему ты не рад моим подругам? Это мои девчонки, я их знаю миллион лет, они классные!» Гера никогда так не поступит, для нее дом – это ее крепость, ее муж – ее святыня. И она очень тщательно ограживает его от посторонних, в том числе, женских глаз. В этом проявляется фанатичность, и безусловно именно Гере принадлежит такое такой вид любви, как **Мания**.

Когда Гера становится невестой, она не просто выходит замуж, заказывает лимузин и уезжает с мужем вдвоем в свадебное путешествие. Она выходит замуж с помпой. Гера, это та, которая долго готовится, и для нее любой срыв в свадьбе – это просто нонсенс! «Я выхожу замуж» – в этом ее избыточный потенциал, и для Геры это настоящее событие. Это, конечно же, много гостей, совершенно нереальное платье, все продумано до мелочей, потому что для нее, как мы помним, свадьба – это не просто событие на жизненном пути, это пункт назначения: «Что будет дальше, неизвестно, но сейчас я выполняю самую главную программу своей жизни!»

Женщина-Гера хороша своим состоянием «энергетическая ровня», у нее есть этот потенциал и внутреннее разрешение быть парой короля. Она умеет как никто понимать настроения и предугадывать желания избранника, он – то центр ее мироздания. Она умеет дать мудрый совет, красиво принять гостей и показать дом пришедшим. Она умеет грамотно распорядиться его доходом. Вложить, купить недвижимость, увеличить размер королевства. Она рачительна и всегда мотивирует мужчину на увеличение дохода. Но....

Уроки и практики для Геры

Я часто говорю на женских тренингах, что очень важно ставить мужчину в иерархии любви сразу же после бога. И конечно же, это порядки любви, которые расставлены у Геры. Но они переведены в такую квинтэссенцию, когда это рождает неумение быть самодостаточной. Выйдя замуж, Гера встречается с тем, что ее муж все время занят, и стоя для него всегда важнее, чем она. Он приходит домой редко и не всегда трезвый, а если трезвый, то с ноутбуком, у него очень много звонков. Это еще больше делает Геру несчастной, а в силу того, что через эту манию она становится скучной, охотящейся за ним, за его вниманием, Зевс начинает посматривать налево. Ведь ему хочется энергии легкости и принятия, свободы. А от Геры он их не получает... Поэтому у него так много любовниц.

Что происходит с женской жизнью, когда ею овладевает энергия Геры? Помнишь, я тебе рассказывала про любовь-манию, которую психологи называют «со-зависимостью»? Именно она овладевает женщиной. Это состояние, когда ты сама по себе не так хороша, как в паре, когда всю свою жизнь и события в ней сверяешь с жизнью и настроением партнера. Так и Гера: она не умеет быть самодостаточной, отпускать, «давать воздух» отношениям. Она безумно боится потерять своего мужчину и готова все время биться за свой ресурс. И если Деметра при потере любимых уходит в депрессию и уныние, Гера готова сражаться за свое до победного!

Что делать, если ты ощутила в себе избыток энергий Геры? Самое главное качество, которое необходимо в себе развить – умение себя занимать, находить собственные интересы и конечно же, завести собственный, личный круг знакомств. Легкость, игривость – это то, что так необходимо Гере. И помнить, что самый крепкий поводок – длинный. Есть одна мусульманская пословица: «Выйдя замуж, женщина должна ослепнуть на один глаз и оглохнуть на одно ухо». Это жутковатая аллегория означает следующее: научись не лезть в жизнь мужчины, давай ему пространство.

Итак, вот что тебе нужно сделать:

♥ Заведи собственные увлечения и хобби. Они помогут рассеять этот луч острого неусыпного внимания, направленный в сторону своего любимого мужчины.

♥ Осознай, что на глубинном уровне нам ничего не принадлежит, что мы не можем подстраховывать и гарантировать постоянное присутствие мужчины в жизни и «умереть с ним вместе в один день». Жизнь непредсказуема, и этим она хороша.

♥ Перестань создавать из себя образ идеальной жены: мы любимы близкими в том числе, за свои несовершенства. Верни себе СЕБЯ, свои желания, интересы, будь не только женой, но и СОБОЙ, такой, какая ты есть. Разреши себе слабости, несовершенства, сделав их своими изюминками. От этого в семейных отношениях ты только выиграешь.

Что делать, если Геры в тебе не хватает? Давай вспомним, что Гера – это архетип Жены. Она не только хочет замуж, считая это хорошим способом избавления от проблем, но и понимает, что такое БЫТЬ ЖЕНОЙ. Что такое служить своему мужчине, отдаваться ему полностью. Чтобы развить в себе это состояние, тебе нужно сделать следующее:

♥ Начать общаться с женами, научиться у них умению получать удовольствие от спокойного течения энергии любви, без чрезмерно романтического накала, с принятием всего рутинного и бытового, как одного из элементов наслаждения жизнью.

♥ Научиться поддерживать мужчину на уровне поведения, следовать за ним, принимать гостей в доме, увеличивать сферу влияния семьи.

♥ Вкладывать принесенные мужчиной в дом деньги.

♥ Создавать структуру, традиции и благополучие. А этому можно научиться, только «подглядывая» за другими женщинами, состоявшими в этом плане.

«Невидимка желает познакомиться», или задачи внешнего цветения Гестии

А теперь, моя милая, мы с тобой поговорим об архетипе, который знает вкус духовной, высшей, безоценочной любви. Это архетип Гестии. Одна из древнейших богинь-девственниц пантеона, Гестия – это мудрая душа, прекрасный чистый родник, пышный и щедрый сад. Но все это находится у нее внутри, снаружи она совсем неприметна. Кстати, в мифологии Гестия вообще не имела лика, она изображалась как круг.

Знакомство с богиней

Гестия – это архетипическая форма женской сущности, энергии, природы. Это умение пребывать в глубинном покое, чувствовать суть происходящих вещей, видеть их глубину и божественный смысл. Очаг души. Тонкая, деликатная, кроткая, глубокая и осознанная Гестия... Она – олицетворение дома, света и тепла домашнего очага. Она тиха и кротка. Спокойно, как медитацию, выполняет много незаметных дел. Когда нам нужно найти тайный смысл в чем-то, на помощь к нам «приходит» Гестия, пробуждаясь в нас.

Женщина-Гестия любит практиковать йогу или другие практики, медитировать, погружаться в свое внутреннее пространство и очень много читает. Ей очень сложно выйти замуж, потому что ей хорошо одной. И соблазнить ее тоже очень сложно: сам Аполлон потерпел поражение, ведь его чары прошли мимо ее трепетной души. Это как раз та, которую социум называет «серая мышка».

Что у Гестии с личной жизнью? Ее избранник Гермес, в мифе она имела с ним родственные связи, но для мифа это позволено. В жизни очень часто Гестия выходит замуж за балагура и ловеласа, умеющего совершать хитроумные сделки. Он будто никому не принадлежит, но может быть хорошей парой для своей Гестии. Она заземляет его, принимает, не сражается и не контролирует. Она его «тихая гавань»...

Гестия **очень** самодостаточна, она всегда сама в себе и постоянно ищет способы избежать ловушки общества, призывающие ее научиться говорить, показывать себя, быть лидером и соответствовать ритмам пространства. Гестии не интересны социальные достижения, власть и статус, она не чувствует вкуса к внешним регалиям и признакам успеха. Она не соревнуется ни с другими женщинами, ни с мужчинами. Она целостна. Тенью такой самодостаточности является проявление безразличия к мирским важностям: организовать званый ужин и пригласить нужных людей, ярко презентовать свою работу, принять на день рождение пышные чествования в свою честь. Она избегает любой «театральщины», видя в этом фальшь и мишуру. Но театр жизни – это не только декорации и постановки, это и восторг, и пламя страстей, и нерв от происходящего. Это демонстрация, манифестация жизни во всех ее проявлениях. Гестия, имеющая тончайший вкус, умеющая видеть деликатнейшие оттенки и нюансы во всем, питающая свою душу прекрасными литературными произведениями, а взгляд – великими полотнами, не умеет переложить этот филигранный вкус для материальных целей. Демонстрировать,

любуюсь собой, изысканные манеры, красоваться, щебетать и восхитительно наряжаться для нее целое испытание.

Уроки и практики для Гестии

Гестия как душа, которая живет в состоянии «Вечность», не понимает движение линейного времени. Не ощущает, что в женской жизни всему свое время, потому сильно «затягивает» с замужеством или рождением детей. Она слишком пространственна для такой, в ее понимании, «социальной гонки». Основная задача Гестии, как ты уже поняла, – это активировать в себе «приманку», научиться быть проявленной во внешнем мире. Как Гестии стать ярче? В психологии есть такое направление – бихевиоризм. Корреляция (соотношения, взаимосвязь. – *Прим. ред.*) внутреннего внешним и внешнего внутренним. Платья, имиджмейкер, глянец и подружки, у которых она будет черпать женские искусства, необходимы ей как воздух. Ее задача встроиться в социум. Не ждать, когда он придет и оценит, все даст, а начать рассказывать о том, как прекрасен внутренний мир внешней красотой. Научиться это делать – основная задача Гестии.

Если ты чувствуешь, что Гестии слишком много, не переживай. Мои подсказки помогут тебе справиться с этим:

♥ Помни о том, что послание в мир «ничего не проси, все придут и дадут» отправил Воланд, персонаж, возглавляющий мир потусторонних сил, дьявол, сатана в человеческом облике. И его послание явно противоречило божественному посланию: «Просите, и дано вам будет». Следуй за светом, за божественной энергией, учись просить, обращаться за помощью, взаимодействовать с другими людьми. Начни с мелочей и двигайся дальше.

♥ Осваивай женские хитрости, из которых строится магия очарования, позволяй себе яркость – это то, что делает и тебя и мир еще красивее.

♥ Закрой глаза и вообрази себя стоящей на сцене. Пока занавес не открылся, но ты слышишь, делая шумы воображаемого мира все громче, разговоры ожидающей публики, чувствуешь их присутствие. И вот занавес открывается. На тебя направлено множество глаз, принимающих, рассматривающих и восхищающихся, прими это и разреши себе получить наслаждение от пребывания на сцене, от внимания к себе. Включись в этот поток наслаждения. Сделай так, чтобы твоя область межбровья была расслаблена в этот момент, позволь мягкой принимающей волне окутать твое тело.

Что делать, если ты лишена энергий Гестии? Понять, что существует осознанный и возвышенный тип любви. Тот, которому мы приходим научиться в этом мире. Поэтому:

♥ Освободи других людей от обязательства любить тебя. Часто, находясь в отношениях, мы выносим область чувств в рамки «должен – обязан» или меняем свою любовь на то, «что дают».

♥ Постарайся понять, что безусловная любовь любит просто так, даже без взаимности. Это искреннее пожелание счастья, тихого и глубокого, другому человеку, любимому всей душой. Это возможность и желание сказать: «Даже если мы не вместе, даже если ты будешь с другой, я все равно люблю тебя». Это великая сила принятия особенностей и недостатков. Умение видеть в другом творение Бога.

♥ Развивай Гестию, как и в практике развития Афины. Ты можешь приучать себя подниматься над ситуацией, видеть ее как наблюдатель и внутри проживать всем телом фразу «и это пройдет...».

«Путешествия между мирами», или простое женское счастье для Гекаты

Геката... Богиня дорог и перекрестков, богиня мрака, ночных ведений и чародейств. В мифах Геката связывала мир живых и мертвых, она покровительствовала перекресткам дорог. «Даже сам Зевс настолько уважал Гекату, что никогда не оспаривал ее древнего права давать или не давать смертным то, что они пожелают. У нее было три тела и три головы – львиная, собачья и кобылья» (Гесиод. Теогония 411-45 2.).

Знакомство с богиней

Подобно богине, в женщине-Гекате могут проявляться три аспекта личности: в ней развита интуиция, велика внутренняя сила, и она целеустремленно идет за **своими** чувствами и добивается своих целей. Это женщина, рядом с которой невозможно врать, она будто видит насквозь. Она ведьма, она колдунья, пусть даже и в современном платье. Маленькая Геката с детства просиживает за книгами по эзотерике и астрологии, видит невидимые связи между событиями и явлениями. Ей снятся вещие сны, она будто путешествует между мирами и видит внутренним зрением. Она обожает экстремальные приключения, она вообще любит все немного странное. Геката глубоко мистична, и своей цели она добивается не прямым образом, а с помощью интуиции и выхода за рамки условностей.

Геката всегда имеет мистическое объяснение всему происходящему. Она, как и Кассандра, предчувствует и предвидит.

Отличительным признаком Гекаты является юмор в стиле несравненной Фаины Раневской – очень точный, немного едкий, но емкий. Это самый концентрированный архетип Гекаты. Разумеется, мужчины пленяются ею, но могут быть изрядно напуганы такой внутренней свободой и странностью. Геката стремится управлять мужчинами, поскольку она многое знает наперед, это их и отпугивает. Знаешь, в греческом мифе есть такая аллегория, когда логичный и рациональный бог Аполлон наказал Кассандру за такую же странность. Он сделал так, что она предсказывала будущее и ей при этом никто не верил. Кассандра могла бы повлиять на события, но люди только смеялись над ней. Этот урок нам с тобой, моя дорогая, земным и современным женщинам, служит отличной иллюстрацией того, что не стоит демонстрировать мужчине свою мистическую сторону, когда он находится в энергии рациональности. Он это не понимает и наказывает.

Геката умеет «чувствовать нутром», ей не нужны логические схемы, чтобы принять важное решение даже в важном и стратегическом вопросе; она «знает наперед» и верит в силу своей интуиции. Ты можешь приглашать богиню Гекату в свою жизнь в ситуациях, когда стоишь на «жизненном перекрестке», когда ты запуталась. Все, что тебе нужно сделать в этот момент – это отпустить все за и против, уйти в глубь себя и найти там, в своих ведающих недрах, правильный ответ. Оживить с себе Гекату тебе помогут ночные прогулки, безусловно, важно это делать в безопасном месте. Состояние «Я – царица тьмы» поможет тебе почувствовать энергию непроявленного мира. Купи колоду карт или придумай свой способ предсказывать будущее, расшифровывай знаки пространства, если хочешь получить его силу. Различные тесты, изучение психотипов и особенностей людей – все это включает энергию богини тьмы. Часто женщины с таким архетипом находят себя в психологии и становятся классными имиджмейкерами, раскрывая через одежду глубинную суть человека. Помочь развить Гекату помогут фильмы-состояния Андрея Тарковского, книги Бернарда Бергера. Внимание к теневой власти

архетипа нужно проявить, если тебе часто делают замечания о твоей невключенности в реальный мир, подтрунивают над тобой, или у тебя есть четкое деление людей на «твоих» и «чужих».

Уроки и практики для Гекаты

Основной проблемой Гекаты является то, что она будто бы не создана для простого земного счастья, и это проявляется и в форме одежды, и в разговоре. Часто, будучи не понятой миром, она живет в одиночестве, поэтому ей необходимо учиться слышать не только голос своей интуиции, но и понимать чувства других людей. Речь, полная подтекста, едкие или особенные шуточки, амплитудное настроение – все это элементы поведения, которые в мужской интерпретации называются «тараканы в голове». Видящая насквозь Геката – это та, с которой невозможно врать. Ее честный взгляд на мужчин может приводить их в бегство. Учись в этом случае женской хитрости.

Особенные интересы определяют особенный круг знакомств, интерьер и хобби, а маленькие нюансы проявлений жизни, где нет места патриархальным ценностям, семейным обедам, праздным и неспешным разговорам, движению к мирской обустроенности быта словно говорят мужчине: «Тебе здесь нет места». Поэтому Гекате, снова повторю, необходимо учиться слышать не только голос своей интуиции, но и слушать, учиться понимать чувства и потребности других людей. Учиться вписываться в законы социального, материального и проявленного мира.

Милая, если ты заметила в себе избыток Гекаты, я подскажу тебе, как его сбалансировать:

- ♥ Последи за своей речью. Сделай ее проще и рациональнее.
- ♥ То же самое необходимо сделать с гардеробом. Спроси себя: «Он отвечает моим социальным задачам? Нет ли в нем излишка амулетов и специфических аксессуаров?» Еще лучше задать такой вопрос подруге и получить честную обратную связь со стороны.
- ♥ Отлавливай состояние, когда ты во всем начинаешь искать скрытый смысл, говоря себя «Стоп», и повторяя, как мантру: «Иногда банан, просто банан».
- ♥ Развивай чуткость, спрашивая у людей об их чувствах, желаниях, потребностях.

Геката помогает очищать себя от ненужного, подключаться к внутреннему знанию, принимать важные решения, основанные на интуитивном ответе. Быть такой берегиней... Если ты чувствуешь, что ее энергии тебе не хватает, вот что нужно сделать, чтобы это исправить:

- ♥ Попробуй начать жить по природным циклам, включая лунный, проникнуться этой магией.
- ♥ Начни получать волшебство жизни через самые простые ритуалы: поговори с водой и попроси нужные события, положи монетки на подоконник в свет лунной дорожки, будь проводницей различных женских ритуалов. Включай в себе нужную энергию через такую грань женственности, как магичность.
- ♥ Научись видеть скрытые закономерности и чувствовать нюансы настроения энергий, разлитых в пространстве.
- ♥ Развивай интуицию, начинай замечать подсказки отовсюду. Например, думая, размышляя, ища ответ на какой-то вопрос, скажи самой себе: «Я готова услышать подсказку из пространства», – и откройся для этого. Сказанная фраза по радио, увиденный баннер на дороге или фраза прохожего могут содержать это подсказку-ответ.

Алхимия женственности, или заповеди богини Афродиты

Моя дорогая! Наконец-то перед нами предстала Афродита. Великая-великая алхимическая богиня, соединяющая в себе черты других богинь. И сейчас я расскажу тебе, моя дорогая, небольшую сказку через которую тебе несложно будет понять, какое наследие Афродита передала земным женщинам.

Знакомство с богиней

Итак, наша Афродита родила сына, которого называли Эрос. И когда Эрос полюбил земную женщину Психею, такую же прекрасную, как Афродита, ей очень не понравилась эта ситуация: «Как он мог?! Как бог мог влюбиться в земную женщину, пусть даже и красивую?!» И Афродита устроила Психее испытания. Дала четыре сложных задания, и первым заданием было разобрать большие мешки с зерном. И эти амбары были настолько большие, настолько полные, что Психея, когда увидела, заплакала. Поняла, что такая миссия невыполнима. И тогда ей на помощь пришли муравьи и помогли со всем этим. Какой урок для нас, земных женщин, в этой истории? Какой женский архетип проявился в этой ситуации? Архетип Персефоны. Помнишь, цель ее жизни – отделить свое и чужое? И именно это мы, женщины, делаем, когда проживаем первые лунные сутки. Когда наступает новолуние, мы раскладываем свои желания, отделяем в них свое от чужого. Эти процессы, эти энергии очень важны. Каждой из нас очень важно понять, где **наша** цель, работа, институт, друзья и все такое... Это важно потому, что в жизни мы постоянно находимся в «рассыпанном горошке» чужих «миксов», вокруг нас очень много эгрегоров, которые на нас давят. Эгрегор телевидения, эгрегор глянцевого журнала: «Покупай новую коллекцию брендовых туфель, иначе ты не модная». Поэтому, чтобы не потерять и сохранить себя среди всего этого многообразия, очень важно отделять свое от чужого. И это тот урок, то послание, которое хотела донести до нас Афродита, дав первое задание земной женщине.

Дальше Афродита послала Психею на второе задание. Она сказала: «Есть такие бараны – дикие, злые, жестокие и опасные. Ты должна настричь с них золотое руно и принести его мне». Психея, конечно же, снова впала в отчаяние, но тростник ей шепнул о том, что ночью бараны ложатся спать, и тогда их спокойно можно постричь. Этот миф архетипически доносит до нас такую ценность, как умение не спорить с мужчинами, а другим, своим способом, не вступая в войну и без боя, получать то, что нам нужно: свои финансовые потоки, реализацию своим желаниям, получить свою должность и все – все, что нам нужно, чего мы хотим, но **ДРУГИМ** способом. Не соперничая, не заходя в эту топку мужских сражений, не бросаясь в бой. Это то, что должна помнить каждая из нас. И именно это послание передала через миф нам богиня Афродита.

Следующее послание, который она доносила до земных женщин, было передано в виде очередной просьбы, с которой она обратилась к Психее. Она велела ей набрать воды из источника, который бил вверх и уходил в подземное царство. Он был в форме восьмерки (символ бесконечности), горный и неприступный. И велела Афродита набрать воды не куда-нибудь, а в хрустальный бокал. И Психея снова было уже опечалилась, но подоспел орел. Он взял в клюв хрустальный бокал, налил из источника, принес ей и тем самым спас Психею. Суть этого послания в том, что каждая женщина должна быть таким орлом. Каждая женщина должна дружить со своим орлом. А орел – это не что иное, как осознанность. Мы женщины, у нас много эмоций, чувств, мы легко вовлекаемся в круговорот жизни, эмоций, в любовь и чувственность, часто находимся на пике. Поэтому нам очень важно уметь подниматься, взлетать вверх с этого пика, чтобы иметь возможность посмотреть на ситуацию со стороны, чтобы увидеть, где в ней

реальные факты, а где интерпретация. Чтобы мы могли смотреть на театр жизни, а не быть его героиней.

И, наконец, четвертое задание, которое дала Афродита Психее, – это принести ей крем вечной молодости. Ну что она могла еще попросить, верно? Но главная фишка была в том, что Психея не должна была оборачиваться. Просто взять крем и уйти. И она выдержала это испытание, она выиграла, и Афродита дала согласие на брак с Эросом. (А ведь когда она шла туда, ей в спину смотрели очень много бедных людей и обращались со своими просьбами). Это послание о том, что женщина, несмотря на свою эмоциональную и участливую природу, всегда должна идти по своему пути и не оборачиваться на тех, кто запрашивает ее энергию, претендует на ее время и внимание. А также оно о том, что женщина должна уметь говорить «нет», уметь отказывать, если то, что у нее просят, что ей предлагают, пытаются навязать, не соответствует ее жизненным целям и ее жизненному пути.

Афродита умеет возвращать чужие мечты, она умеет идти за мечтой мужчины. Она не любит приходить на все готовое, она любит верить в потенциал и сопровождать его реализацию.

Ты наверняка уже думаешь и хочешь меня спросить о том, как же пробудить в себе тот или иной архетип? Рекомендации, подсказки... Но как все это сделать реальностью? Ответ на этот вопрос и прост и сложен одновременно. Тебе нужно начать думать, чувствовать, действовать, как та богиня, которая нужна тебе под определенную задачу. Структура женской энергии, женской жизни и женского успеха выглядит как горизонталь. Мы накапливаем энергию в горизонтали, строим отношения тоже из состояния горизонтали. Мы счастливы, когда наше счастье будто разлито по поверхности. Мужчине же, чтобы попасть в мужское состояние, нужна активность, его тело должно быть вертикальным в прямом смысле этого слова. И для успеха в карьере мужчине необходимо чувствовать вертикаль и лестницу, ведущую вверх, тогда он растет на триумфе тотальной победы: «Я его сделал, я победил!» Мужчине очень тяжело быть в энергиях разных архетипов в одном периоде жизни. Смотри, если мужчина – Зевс-громовержец, он такой и дома, и на работе. Тип энергии у него не меняется, понимаешь, моя милая? У женщины же все наоборот: в течение всего дня она может быть бесконечно разной. Нежной Персефой с родителями, мудрой Афиной на работе, предчувствовать, как мистическая Геката, с детками быть теплой Деметрой. И в своей горизонтали проявленная женщина может доставать и надевать на себя абсолютно разные состояния, это действительно возможно. Необходимо только начать создавать это в своем внутреннем мире, ощутить эмоциональный заряд сценария, понять, какова сейчас твоя задача, и под нее выбрать нужное состояние, ресурс нужного архетипа.

Уроки и практики для Афродиты

Если ты, моя милая, хочешь, чтобы творчество присутствовало в твоей жизни, хочешь чувствовать фантастическое возбуждение от того, что ты творишь мир вместе с богом, если хочешь создать в своей жизни сказку, тебе необходимо напиться и наполниться энергией Афродиты. Как можно пригласить в свою жизнь Афродиту, пробудить ее в себе? Через красивые платья, макияж, прически... Вообще, манящая красота, состояние Афродиты – это глаза, которые блестят, это влюбленность в жизнь и все то, что в ней происходит, это внутренний свет, который греет и освещает. Афродита – это творчество, она питается гормоном радости – эндорфином, производя его для всего мира через свою улыбку. Она живет для того, чтобы любить и быть любимой!

Для того чтобы пробудить в себе Афродиту, необходимо :

♥ Влюбиться! В жизнь, в саму себя, в самые простые повседневные вещи. Видеть жизнь, как чудо, радоваться каждому дню.

♥ Для того чтобы пригласить в жизнь любовь, попробуй надеть на себя изнутри платье Афродиты или просто полюбоваться собой без платья: мысленно или стоя перед зеркалом. Почувствуй возбуждение от самой себя, от всего происходящего, от того, как этот мир и сколько чудес он несет. Разреши себе эту подкупающую мир честность. Просто разденься перед ним...

♥ Афродита – это бесконечная легкость и вкусность бытия. Разреши себе эти чувственные энергии, позволь себе показать миру твою открытость и уязвимость.

♥ Энергия Афродиты живет в любом чувственном опыте, прожитом в резонансе с каждой твоей клеткой. Сделай каждый ритуал ухода за собой полным тайного смысла, наполняя каждую баночку предвкушением соприкосновения с твоей кожей. Ванна с лепестками роз, свечи и музыка, нежные ароматы, массаж тела восхитительными маслами, а еще шелковое белье, обольстительная одежда и бриллианты – проводники в чарующий мир Афродиты для каждой из нас.

♥ Води себя в те места, где есть роскошь и красота, дай своему тонкому телу наполняться энергией красоты. Это могут быть парки или галереи, а может быть, магазины с украшениями. Обязательно оставь с собой часть этой прогулки: например, купи себе цветок или что-то нарисуй, или станцуй. Или создай себе возможность флирта...

♥ Принимай в этом мире и плохое, и хорошее как бесконечные подарки, как веру Бога в тебя саму. В то, что ты обязательно справишься! Прими совершенство всех ситуаций как великий опыт.

♥ Приглашай в свою жизнь разный опыт, дай себе разного вкуса, разных впечатлений.

♥ Посмотри на мир горящими глазами, жадно нюхай, вдыхай эту жизнь. Смакуй и проживай ее, чувствуя всю эту бесконечную вкусноту!

♥ Используй практику для включения состояния «Пояс Афродиты»

Для выполнения практики глубоко вдохни и мягко выдохни. Стоя, с опущенными вниз руками и прямой спиной, начни быстро дышать. Нижняя часть живота от такого дыхания начинает вибрировать – ты это почувствуешь. Эта часть практики выполняется не более 3 минут. Такое дыхание называется «оргазмическим». После непродолжительного отдыха, сделав несколько медленных глубоких вдохов и выдохов, повтори быстрое дыхание, на вдохе сжимая мышцы влагалища и расслабляя их на выдохе. Немного отдохни и снова включись в orgasmическое дыхание, делая быстрый вдох и выдох и удерживая сжатыми мышцы влагалища и ануса.

Постарайся выполнять эту практику несколько раз в течение дня, если хочешь пробудиться и пробудить шлейф сексуальности и включенности во вкус жизни. День ото дня увеличивай время выполнения практики, доводя каждый блок до 3 минут.

Эпилог

Для чего же мы с тобой путешествовали в архетипические энергии греческого пантеона? Чтобы узнать себя, чтобы увидеть свой «сценарий» и уязвимые места. (*Находясь во власти архетипа, используя его сильные стороны, мы часто «вязнем» в его сценарии, и на поверхность начинают «выплывать» его теневые проявления*). Заметить свои «старые грабли». Полюбить их, принять и через это принятие освободиться от их власти. Стать гибкой и пластичной, научиться «включать» нужный для конкретной задачи архетип, а не тотально жить во власти одного архетипа. Чтобы научиться с детьми проявлять теплую Деметру, а с любимым – чувственную Афродиту, доверять жизни, как пластичная Персефона, а при работе над проектом видеть цель, как Артемида. Уметь взвесить все, как мудрая Афина, удерживать, как Гера, энергетический объем и умение быть парой сильному мужчине, обладать осознанностью Гестии и чувствовать нутром, как Геката.

За этим развитием и приходит в мир женщина, в отличие от мужчины, который приходит постигать. Нам же с тобой необходимо оставаться познанной. И чем мы разнообразнее, чем пластичнее, тем больше восполняем его потребность в разнообразии. Научись проявлять себя разной, моя любимая. Я верю, что у тебя все получится!

Ошибки нашей женственности

Мы начинаем новую главу, в которой освоим законы «привлекательности», основы притяжения мужчины и женщины. Посмотрим на ключевые ошибки.

Закон притяжения противоположностей нами выучен еще в школе. Исходя из этого знания, женщина в женском полюсе привлекает мужчину в мужском. Говоря проще, наша истинная женственность привлекает настоящую мужественность. А если женственность не настоящая, то и мужественность притягивается так себе... какая-то не мужская. Получается, что все изменения в мире происходят от изменения меня самой, от изменения качества моей женственности.

Каждая из нас каждую минуту своей жизни в настоящем создает то будущее, в которое идет. Будущее с сильными и ответственными мужчинами создают женственные женщины, умеющие доверять, принимать и восхищаться в настоящем. Развивая свои женские качества, совершенствуя их и наполняя наслаждением опыт жизни в женском теле, мы автоматически привлекаем вибрации мужской силы и заботы, поступки и ответственность в свою честь. Это простой закон, древний, как само мироздание, и работающий, как волшебство.

Но, к сожалению, этот путь к счастливому и естественному энергообмену мужского и женского бывает нарушен. Это случается по многим причинам, кому-то важно «быть правой», вместо «быть любимой», кто-то выбирает путь контроля и переделок любимого, совершенствует мужчину или по-матерински ограничивает и боится от ошибок. Каков бы ни был предыдущий опыт, в силах каждой выбрать свой новый счастливый путь.

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.