

Лариса Ренар, психолог и основательница «Академии частной жизни», учит женщин быть счастливыми, гармоничными и способными сделать своих мужей миллионерами. В преддверии Нового года Лариса рассказала «Дорогому удовольствию» о самых главных вещах в жизни женщины, а так же - научила так загадывать новогодние желания, чтобы они обязательно сбылись.

Текст: Екатерина Фионова

Время счастливых женщин

5 УРОВНЕЙ ЛЮБВИ

Существует пять уровней проявления любви. Решите, на каком из них вы находитесь, чтобы побыстрее оказаться «в нужном месте».

1 На первом уровне нам нравятся многие, и мы выбираем то богатого, то спортивного, то романтического мужчину.

2 «Условная любовь»: мы выбираем «лучшего» — одновременно и романтического, и харизматичного, и сексуального... Но мы хотим только получать, ничего не давая взамен. При этом мы рассматриваем возможность того, что всегда есть кто-то лучше.

3 На третьем уровне мы готовы дарить безусловную любовь, но не всегда одно-

му мужчине. Такая практика сейчас популярна на Западе, они называют это «свободные отношения».

4 На этом уровне мы находим лучшего мужчину для себя, и неважно как он выглядит, и из какого он социального слоя. Именно на этом уровне надо выходить замуж, потому что такой выбор — это выбор души. Но даже на этом уровне в нас остается состояние флирта с другими мужчинами.

5 А вот на пятом уровне уже происходит соединенность тела и души, в таком состоянии тело блокируется и реально не хочет никого, кроме своего любимого. И это как раз та верность, о которой мы мечтаем.

ФОТО: АНДРЕЙ МАКОГИН



Выходить замуж **НАДО** на **ЧЕТВЕРТОМ** уровне. Когда нам неважно, как выглядит наш **МУЖЧИНА** и из какого он социального слоя. Это — **ВЫБОР** души.

РЕЦЕПТ СЧАСТЬЯ

Научитесь быть счастливыми внутри! Счастье — это внутреннее состояние, оно не зависит от того, платье какого дизайнера мы носим или в какой квартире живем. Мы сами решаем быть счастливыми. Например, я понимаю, что мне нравится жить в красивом месте и носить красивые вещи, но я совершенно не задириваюсь, если в данный момент это невозможно. Потому что счастье — это согласие с самим собой. Если я счастлива, как женщина, тогда счастливы мои дети, счастлив мой мужчина, счастливы мои сотрудники и их семьи, и это счастье от меня расходится как круги по воде.

ЛЮБОВЬ К СЕБЕ

Современным женщинам, особенно российским, не хватает любви к самой себе. Мы любим жертвовать собой, но как только мы делаем это, мир тут же нас наказывает. А когда мы выбираем то, что важно нам — получаем подарки от мира и чувствуем потрясающую энергию и вдохновение. Кто-то называет это эгоизмом, но это не так. Ярчайший пример — жены алкоголиков. Они работают на трех работах, ведут домашнее хозяйство, тянут мужа и детей. Но как только такая женщина переключается на себя, мужчина вдруг встает с дивана, перестает пить и начинает активно проявляться. Это объясняется балансом энергии: как только мы переносим фокус внимания на себя — мир переносит свое внимание на нас.

НАЙТИ СЕБЕ ПАРУ

Есть очень простая, но очень действенная практика «для блеска глаз». На него все реагируют безоговорочно. Для этого: в первую неделю мы смотрим на всех без исключения мужчин, которые попадают в поле нашего зрения и гово-



ЖЕЛАНИЯ в новогоднюю ночь нужно загадывать в 00.15. Загадывайте реальные желания, **УЛУЧШАЮЩИЕ** вашу **ЖИЗНЬ** не более, чем на **30%** от нынешнего **УРОВНЯ**. **ТОГДА** они точно сбудутся!

рим про себя: «Я люблю этого мужчину». Вторую неделю мы также смотрим на всех мужчин и повторяем про себя: «Этот мужчина любит меня». А третью неделю: «Я люблю этого мужчину, он любит меня». Или можно смотреть на всех мужчин и представлять, что мы дарим каждому из них по розе. Практикуйте это упражнение и посмотрите, как мир будет реагировать. Увидите, мир преподнесет вам прекрасные подарки!

ДОРОГНЕ УДОВОЛЬСТВИЯ

Есть одно правило: мы должны в себя вкладывать не менее 60% своих доходов.

Иначе у нас теряется вкус жизни. Поэтому на удовольствия никогда не стоит жалеть денег. Есть такая зависимость: сколько денег мы вложили в себя, столько денег мы притянем в свою жизнь извне. Важно посещать дорогие красивые рестораны, лучшие салоны красоты, покупать дорогие наряды, спать на красивом постельном белье, кушать из красивой посуды. Это нас питает и поддерживает, и в это надо вкладывать деньги, иначе наша зона комфорта будет снижаться.

НОВОГОДНИЕ ЖЕЛАНИЯ

Желания лучше загадывать в новогоднюю ночь в 00.15. Заранее сформулируйте и запишите свои желания по двенадцати аспектам жизни: свой образ, семья, деньги, мечты, знания, карьера, творчество, духовное развитие, общение, любовь, отдых, здоровье. Важно пожелать именно то, что хочет ваша душа и ум, а не то, что диктует социум. И еще надо загадывать реальные желания, согласно экологическому правилу: растягивать свою зону комфорта постепенно, но не больше, чем на 30% от нынешнего уровня. Двигайтесь к исполнению желаний постепенно.

ОБРЕТИТЕ НЕЗАВИСИМОСТЬ

Женщинам важно зарабатывать самой, потому что наша независимость позволяет нам не искать в мужчине финансовую стабильность, а выбирать любовь. Не надо бояться идти за зовом души и делать то, что нам нравится. Если у вас растет дочь — готовьте ей приданное. Если она будет знать, что у нее есть своя квартира, машина, деньги на счету, она будет выбирать любовь. ☺