

Оглавление

ЧАСТЬ ПЕРВАЯ. ЖИТЬ

- Глава первая:** Кто не знает Ниночку,
или Есть женщины, похожие на солнце..... 11
- Глава вторая:** Мой ласковый и нежный зверь,
или С мужчиной на «ты»..... 21
- Глава третья:** Достойна быть нежной,
или Кошачья грация женской самодостаточности. 32
- Глава четвертая:** Крылатые качели,
или Полюби маленькую девочку в себе 45
- Глава пятая:** Семнадцать демонов,
или Обо что спотыкается Муза 55
- Глава шестая:** Все решает ракурс,
или Можно ли переписать Книгу Судьбы?..... 64
- Глава седьмая:** Тот, кто меня бережет,
или Граница на замке! 77

ЧАСТЬ ВТОРАЯ. ЛЮБИТЬ

- Глава первая:** Вечный бан,
или Мужчины, которым мы говорим: «Нет!»..... 87
- Глава вторая:** 27 признаков манипулятора,
или Run for your life!..... 101
- Глава третья:** Нас выбирают,
или Почему принцы не женятся на белошвейках 120

Глава четвертая: Как никогда не стать для него Музой, или Твои ошибки — твои последствия	134
Глава пятая: Дюжина сценариев для плохого кино, или Возможен ли выход из лабиринта?	146
Глава шестая: Семейные приоритеты, или Приоритеты семьи	154
Глава седьмая: Идеальный баланс, или Какие роли обеспечат «Оскар»	163
Глава восьмая: Гамбит Королевы, или Как мотивировать мужчин	170

ЧАСТЬ ТРЕТЬЯ. БОГАТЕТЬ

Глава первая: Философия бедности, или В России богатым быть плохо	189
Глава вторая: Потоки изобилия, или Позволь Вселенной сделать тебя богаче	200
Глава третья: Жаба-экономка, или Пули для бронированного стекла	209
Глава четвертая: Искусство продавать, или Как перестать наработать опыт и начать зарабатывать деньги	215
Глава пятая: Еще один секрет, или Одиннадцать друзей богатого человека	226
Глава шестая: Любовь и деньги, или Бюджет — дело семейное	231
Эпилог, или Мы не прощаемся навсегда	247

Предисловие

Совсем недавно — кажется, это был октябрь прошлого года — в крошечном, с зеркальными стенами и тонконогими «кружевными» столиками парижском кафе напротив меня сидела молодая женщина. Очень красивая, очень изысканно одетая, очень спокойная, с глазами, глядящими сквозь меня, стены и Париж. Заплаканными глазами.

Почему-то я сразу предположила, что в ее слезах виноват мужчина. И не ошиблась. Он появился в кафе минут через десять — резкий, шумный и красивый, что-то крикнул официантке, с размаху сел в кресло рядом с женщиной, схватил ее бокал, принялся жадно пить, одновременно что-то рассказывая.

Она как-то сразу изменилась, заулыбалась, засуетилась. Стало понятно, что он сильно опоздал, что она не надеялась, что он вообще придет, что счастлива бесконечно, что он здесь, с ней... И одновременно несчастна, потому что никогда не знает, придет ли он, будет ли весел или зол, скажет ли, что она хороша собой, или обидит невниманием.

Еще через три минуты он уже тащил ее прочь из кафе, не обращая внимания ни на недопитый ею коктейль, ни на недоеденный сэндвич. Она спешно расплатилась, схватила кардиган и посеменила следом, — счастливая и несчастная одновременно. В дверях он обернулся, прикрикнул, потопливая. Она дернулась, ударила ногой о «кружевной» столик, ойкнула, он расхохотался зло. Мол, чего от тебя ждать? Недотепа...

Париж, Нью-Йорк, Пекин, Кемерово... Какая разница где? Сколько раз мы были свидетелями похожих эпизодов... В скольких мы выступали главными героинями? Сколько раз мы запрещали себе вступать в такие отношения?

Сколько раз нарушали запрет? И сколько раз спрашивали себя и подруг: «ПОЧЕМУ? Почему опять я вляпалась в это? И что делать, чтобы перестать ходить по чертовым граблям дурацкой зависимости? Как стать счастливой?

На этот и другие вопросы об отношениях, любви, самоуважении, а также о выстраивании личных границ, формировании самодостаточности, укреплении самооценки я отвечаю вам в этой книге.

А теперь, здравствуйте, милые мои девушки!

Хочу сказать спасибо за то, что держите в руках «Жить! Любить! Богатеть!». Спасибо и тем из вас, кто знаком со мной давно, участвует в моих вебинарах, подписан на мой канал. И тем, кто впервые увидел мое имя и фотографию на обложке и случайно (бывают ли в нашей жизни случайности?) решил заглянуть внутрь.

О том, кто я такая, почему и откуда у меня есть знания, умения и силы быть вашим проводником и другом, вы поймете из этой книги, в которой есть частично и моя история.

Пока же я хочу сказать, что давно и успешно работаю с людьми (в основном с женщинами), у которых сформирован запрос на улучшение качества жизни.

Свое дело, а точнее, свое призвание я считаю в некотором роде «навигацией по миру», а себя — «лоцманом жизни».

НЕТ! Я никого не учу, как жить, но рассказываю про новые возможности. Я говорю про сценарии развития, о существовании которых многие из вас просто не догадываются. Я нахожу нестандартные пути решения проблем, указываю на неочевидные возможности, и вместе с вами формирую

ветки новых потрясающих реальностей. Реальностей, в которых вы будете успешны, богаты, любимы и счастливы.

Знаете, как все обычно происходит на моих вебинарах? Женщины и девушки приходят и спрашивают: «Как поверить в себя?», «Как стать богаче?», «Как научиться радоваться жизни?», «Как найти любовь?», «Как удержать семью?», «Как стать счастливой?». Спрашивают, не особенно веря в то, что на их вопросы есть ответы.

— Отлично! — говорю я. — Первый шаг к успеху сделан. Вопрос задан. Дальше наша общая задача — вместе найти оптимальный и самый быстрый маршрут.

Однако не все и не всегда могут добраться в нужное время до вебинара. Кроме того, кому-то требуется больше времени, чтобы осмыслить сказанное. И, конечно, слово напечатанное для многих понятнее и ближе, чем слово услышанное. А еще хочется перечитать, подумать, осознать...

Так вот, «Жить! Любить! Богатеть!» — настольная лоция на пути к вашему успеху и счастью. Эта книга — результат моего многолетнего труда, наблюдений и аналитики. Это отфильтрованная от всего лишнего, продуманная, четко структурированная «маршрутная карта» от пункта «А» до пункта «Я». То есть от первого вопроса «КАК СТАТЬ СЧАСТЛИВОЙ?» до вашего «ДА! Я СЧАСТЛИВА!»

«Жить! Любить! Богатеть!» — первая из серии моих книг. И, как очевидно из названия, в ней мы будем говорить о трех основных столпах вашего личного успеха.

Мы будем говорить об искусстве ЖИТЬ. О том, что такое комфортное, лишенное тревожности и страхов существование среди самых разных людей. Мы обсудим с вами схемы выстраивания личных границ. Мы зайдем на территорию «самодостаточности и бесстрашия». Мы попробуем

перестать зависеть от чужого мнения и научимся слушать только то, что принесет нам пользу.

Само собой, мы обсудим отношения с противоположным полом. Рассмотрим основные мужские психотипы, пройдем по тонкому льду зависимых отношений и выйдем на твердую почву честного прямого партнерства. Мы будем изучать искусство ЛЮБИТЬ!

Конечно, мы затронем тему денег. Определим взаимосвязь материального, эмоционального и духовного. Поймем, что психология бедности – ненужный балласт. А богатство и роскошь – норма жизни. То есть мы научимся искусству БОГАТЕТЬ!

Все три части моей книги абсолютно самостоятельны, и вы можете начать читать книгу с части «Богатеть», закончив частью «Любить», а можете поступить наоборот. Но при этом все части объединены сквозной идеей формирования цельной, самодостаточной, взрослой личности – женщины «о'кей».

На страницах этой книги вам будут предлагаться задачи и квесты, вместе мы будем выдумывать и творить, нам будет интересно, весело, иногда – непросто и даже неудобно. Но это и есть тот путь, который приведет к вашему уверенному и свободному «Я».

Всем удачи, мои милые музы! Обнимаю вас. И надеюсь, что уютное кресло или диван уже ждут. Кофе, чай или что-нибудь вкусненькое стоит на столике рядом. В доме тишина. И вы готовы получить от моей книги не только пользу, но и радость.

ЧАСТЬ ПЕРВАЯ:

Жить!



Глава первая:

КТО НЕ ЗНАЕТ НИНОЧКУ, или ЕСТЬ ЖЕНЩИНЫ, ПОХОЖИЕ НА СОЛНЦЕ...

Поговорим о типах женщин. Хочу выделить три отчетливых, понятных женских амплуа, частично опираясь на треугольник Карпмана. Я очень люблю эту модель — от нее удобно отстраивать более сложные типологии, но мы ограничимся тремя основными психотипами: девочка-Ниночка — вечная жертва, баба-Люба — командирша, совмещающая в себе и жертву, и агрессора, и спасателя, и женщина-Муза.

Важно понять, что чистых типажей в реальности почти не встречается. В каждой из нас живет и девочка-Ниночка, и баба-Люба, и женщина-Муза, но то, сколько в нас первой, второй и третьей — определяет и нас, как личность, и отношение к нам окружающих, и наше место в мире.

Девочка-Ниночка

Поговорим про девочку-Ниночку — вечно виноватую, обиженную, несчастную, неудачливую, бесполезную, никем не любимую, никому не нужную... Бедняжку, нытика и прости-меня-люди-добрые Ниночку. У всех есть такая знакомая или подруга, и, возможно, даже в зеркале вы часто видите не себя, а Ниночку.

Меня спрашивают, почему Ниночка? Это знакомая, клиентка, персонаж книги?

Скажем так, имя выбрано не случайно. В моей жизни действительно была такая женщина, правда, я звала ее по имени-отчеству, будучи изрядно моложе. Но в этой книге я не буду о ней писать.

А вот про Олю, пожалуй, расскажу.

После родов Олюшка поправилась. На детской площадке таких располневших во время беременности молодых мам было с избытком. Но только Олюшка начинала разговор не с «Привет, как дела?», а с «Ой, какая же я стала жирная».

— Ой, какая же я стала жирная, ничего не налезает, а новое купить не на что, — сетовала Олюшка, размазывая слезки по лицу. — Вот вы, девочки, такие молодцы, что форму сохранили, а я жирная... Вот как вам все угадется?

Девчонки ее разубеждали, поддерживали, показывали какие-то упражнения, звали с собой в фитнес. Но Олюшка отнекивалась и ныла. Все у нее было плохо. Буквально все. Безработный пьющий муж, скандальная свекровь, капризный ребенок, плохая зарплата...

— Ой, простите, девочки. Я вам, наверное, наеела со своим нытьем, — периодически «спохватывалась» Олюшка, но ненадолго. Через пять минут снова принималась хныкающим голоском жаловаться на жизнь, на мужа, на то, что не на что купить себе новой одежды, а ребенку — нормальную коляску.

Все девчонки ее жалели. Кто-то принес ей совершенно новое пальто из молочного кашемира (не подошло по размеру), кто-то отдал коляску...

Она плакала, благодарила, прижимала к груди ладошки, опять плакала.

Через неделю она пришла на площадку в своем обычном дешевом плащике, толкая старую коляску.

Девчонки примолкли, не понимая. Кто-то не выдержал, спросил:

— Оля, а что с коляской-то?

— Ой, — ее личико, бледное, как непрожаренный блин, перекопилось в страдальческой гримасе. — Девочки, рожененькие, простите меня, не знала, как сказать, неделю мучилась. Муж отобрал со скандалом и продал... Пьет же он у меня.

Оля плакала, кутаясь в тонкий плащик. Все ее жалели, ругали мужа-негодяя, что-то предлагали, возмущались, нервничали.

А на «Авито» под объявлениями «Коляска детская, новая» и «Пальто кашемировое, беж» стоял ее — Олюшкин — номер телефона.

Знакомы ли вам такие Оли-Олюшки, такие девочки-Ниночки, вечные страдалницы, требующие не то сострадания, не то внимания, не то еще большего унижения? Жалостливые, жалкие. И лживые.

Наверняка знакомы. У них есть общие черты — жертвенность, постоянное нытье, приbedняшество, обидчивость, демонстративная уступчивость и картинное смирение, нерешительность, отсутствие собственного мнения, неспособность сказать «нет», угодливость, робость, недоверчивость...

Да и внешне Ниночку вычислить несложно.

Независимо от возраста и достатка (а Ниночки встречаются и в кругах весьма обеспеченных) такая женщина будет одета в «недорогое и немаркое». Из всей цветовой гаммы выберет самые невзрачные цвета, предпочтет надежную «на века сделанную» вещь — вещи модной. Мимика и моторика

у таких женщин скучно: они практически не жестикулируют, мало улыбаются и почти не смеются, словно стесняясь любого яркого проявления эмоций. Зато отлично умеют делать «жалкий» вид, втягивая голову в плечи, экономя движения, пряча взгляд и робко семеня.

Давайте еще раз пройдемся по признакам, которые помогут нам вычислить девочку-Ниночку. Она все тянет на себе, старается быть неприметной, обидчива, постоянно ноет и жалуется, но в то же время ее «все устраивает». *Она терпит, боится обидеть и угождает. Считает себя недостойной и неудачницей, прибедняется и извиняется.* Тревожна и боится внимания, никогда не идет на конфликт. Выбирает партнера-агрессора и не умеет отказывать. Просить, впрочем, тоже не умеет. Недовольна внешностью и экономит на себе. Вымаливает любовь. Боится успеха и успешных людей. И совсем не умеет радоваться.

Баба-Люба

Следующий женский тип я называю «баба-Люба». Баба-Люба — классический микс: жертва-агрессор-спасатель. Типаж многоплановый, сложный и часто встречающийся. Как женщина становится бабой-Любой? Почему она берет на себя и обязательства спасателя, и встает в позицию агрессора? Где там спряталась жертва? Давайте разберемся вместе.

После Великой Отечественной войны ходила такая песенка среди солдатских вдов:

*«Я и лошадь, я и бык
Я и баба, и мужик».*

Сразу же представляется женщина коренастая, угловатая, с резким голосом, с размашистой мужской моторикой, с квадратными плечами и часто с короткой стрижкой... Узнаете?

После войны эту социальную роль можно было оправдать случившейся трагедией. И не было у женщин той эпохи особого выбора — только взвалить на себя мужские обязанности и тащить их столько, на сколько хватит сил, выдавая в эфир типично мужскую агрессию и напор. Почему же сейчас, в мирное и сытное время мы снова встречаем типаж «бабы с яйцами»?

Тут все очень просто.

Когда женщина пытается сначала кого-то спасти, спасает и не получает за это ожидаемой благодарности, она становится жертвой-агрессором. Бабой-Любой.

Раздражительная, всегда нервная, всегда на грани, убежденная в том, что ей все вокруг должны. Должен не только тот, кого она спасла, но и прочее окружение, ведь она — баба-Люба — совершила великий подвиг. Баба-Люба властна и надменна, весь мир обязан находиться у нее под каблуком, прислушиваться к ее единственно верному мнению, ходить по струнке и выполнять указания.

Не выполнил — анафема! Тебя отлучают от всех профитов и ресурсов, наказывают игнором или устраивают показательную казнь, чтоб другим неповадно было.

В моей «коллекции психотипов» имеется эталонный образец бабы-Любы по имени Галина. Точнее, Галина Ивановна — именно так она представлялась всем и каждому, хотя лет ей на момент нашего знакомства было чуть больше сорока, и все дамы в этой компании предпочитали обращение по имени.

А дело было так... Галина познакомилась с Антоном на работе. Причем она в свои тридцать занимала уже личную должность и перед ней маячила очень крутая карьера, а Антон был просто охранником. Обычный такой, ничем не примечательный, но добрый мужик, умеренно

симпатичный, холостой и совершенно Галине не подходящий. Галина с ее двумя высшими образованиями и MBA ну никак не могла обратить внимания на просто-охранника, однако ж судьба распорядится по-своему.

Вышло так, что Галина как-то заработалась допоздна, и что-то там замкнуло в проводке — прямо в ее кабинете случился пожар. Небольшой, но достаточный для того, чтобы Галя напугалась, принялась кричать и вызванивать охрану. И когда на ее вопли и звук пожарной сигнализации прибежал Антон с огнетушителем наперевес, бойко справился с возгоранием и вывел грожащую Галину на улицу... она не устояла.

Она не просто влюбилась, нет. Она решила для себя, что этот мужчина ей нужен навсегда.

Он, кстати, сперва даже не понял, отчего это милостивая директорша дарит ему подарочки и приглашает на обеды, а потом и на ужины. А когда понял, то не стал возражать, и даже сам позвал Галину замуж. Правда, она до этого раз тридцать сказала, что они «идеальная супружеская пара».

Первые пару лет они очень даже неплохо жили. Правда, Галину часто спрашивали: «Что ты в нем нашла?» Но она держалась достойно и срезала всех любопытствующих еще на подлете: мол, не ваше дело — любовь у нас.

Родилась дочка. Потом еще одна. С девочками сидела няня. Галина же активно делала карьеру, а для того, чтобы Антон не чувствовал себя «ущемленным», она пристроила его в дочернюю фирму на какую-то непильную должность. Он сперва сопротивлялся — работать охранником ему нравилось, но Галина настояла.

— Что ты там получаешь в своем ЧОПе? Три копейки! А тут и зарплата хорошая, и мне за тебя не стыдно будет.

Какое-то время все были довольны и счастливы.

А дальше случилось плохое — у Антона нашли онкологию. На ранней стадии, но все же, сами понимаете, — страшно. Галя подняла все свои связи, подтащила накопления,

и вопрос благополучно разрешился. Антон вернулся из израильской клиники...

— На работу больше не пойдешь. Сиди дома, дочерей воспитывай. Хочу знать, где ты и что делаешь. Не могу больше за тебя бояться! Ты мне очень дорог. Сиди дома, и все! Зачем тебе работа? Ты же там все равно ничего не делаешь! А я на всех заработаю.

Антон был слишком слаб, чтобы возражать. Да и неловко ему было разочаровывать жену, которая сделала все, чтобы его спасти.

Год, другой, третий... И из не самогомышленого, но милого и активного мужчины, Антон превратился в «диванную собачку».

Стоило ему хотя бы намекнуть, что он хочет работать в охране, или временно на полдня устроиться хоть физруком в школу, Галя взвивалась и принималась визжать:

— Я тебя от смерти спасла! Я тебя кормлю, пою и одеваю! Ты мне по гроб жизни должен быть благодарен! Сиди дома... Я кому сказала?!

Однажды Галина застала Антона за перепиской с армейским другом. Ничего там «ТАКОГО» не было, но Галя задело, что муж с кем-то общается, не спросив ее разрешения.

— Он тебя там плохому научит! По бабам шастать собрались! Я тебя от смерти спасла! Не забыл? А ну-ка, дай сюда телефон! И без спроса не смей брать. Ты кто такой? Ты НИКТО! Иждивенец!

Год, два... Однажды днем Антон позвал дочек обедать — девочки плавали в бассейне в саду. А когда те не послушались, по-отцовски прикрикнул, мол, хватит там плескаться, суп стынет.

— Ты кто такой вообще, чтобы тут командовать? Ты НИКТО. Иждивенец! — старшая, Наташа, встала в дверях — руки в боки. Точная копия матери.

Антон промолчал. Будто что-то в горле мешало говорить...

С тех пор он говорил редко. Но слушать приходилось.

— Мама! Зачем ты замуж за него вообще вышла? Он же тряпка...

— Сама не знаю, девочки. Глупая была. Поверила в то, что он настоящий мужчина. Повелась на слова. Не гай бог вам, девочки, такого мужа, как ваш отец... Тряпка, иждивенец, алкаш... А я ведь ему жизнь спасла! Сейчас гу-маю, лучше бы и не спасала. Ни я бы не мучилась, ни вы бы не стеснялись.

Антон сидел за барной стойкой, глушил стакан за стака-ном и гумал, что Галина права.

Лучше бы она его тогда не спасала.

Кейс с Галиной и Антоном — довольно радикальный, но он отчетливо иллюстрирует типаж бабы-Любы. Она все контролирует и никому не верит. Ее авторитет непререкаем и все ей должны быть благодарны. Поскольку она все и всегда знает лучше всех, то не признает чужих границ и причиняет окружающим добро, зачастую даже без их ведома. Ревнива и не приемлет чужой успех, пытается прини-зить его. Она критик и правдурб, и всегда готова указать другим на их место. Никогда не забудет баба-Люба того, кому она «помогла». В голове у нее четкий перечень «до-брых дел», которые она совершила, и список задолжавших благодарность за ее доброту. Которым при случае надо бу-дет об этом напомнить. Но при этом баба-Люба уверена, что в душе она трепетна и женственна, и лишь обстоятель-ства вынуждают ее вести себя как прапорщик в отставке. И не дай бог вам в этом усомниться, да еще и на людях. От возмущения она перейдет к оскорблениям, от оскорбле-ний — к истерике. И никогда, никогда не простит вам. Того, что вы вычислили ее истинную сущность.

Потому что она — злопамятна.