

ТАТИ
САЛИМОВА

ДЕВУШКА НА ВЫДАНИЕ

как создать
отношения мечты



tati_lar
более 130К подписчиков

МОСКВА
2021

УДК 159.92
ББК 88.5
С16

Литературный редактор *К. Павленко*
Фото из личного архива автора

Салимова, Татьяна Евгеньевна.
С16 *Девушка на выданье. Как создать отношения мечты : вредные советы / Татьяна Салимова. — Москва : Эксмо, 2021. — 320 с.*

ISBN 978-5-04-118209-0

Тати Салимова — психолог, основатель школы об осознанном создании семьи «Школа девушек на выданье», более 50 000 учениц из 56 стран.

Тати создала гармоничную семью по собственной системе знаний и помогла уже десяткам тысяч женщин. Искренне верит, что вместе мы увеличиваем количество осознанно созданных семей.

Отношения мечты начинаются с твоих отношений с СОБОЙ!

УДК 159.92
ББК 88.5

ISBN 978-5-04-118209-0

© Салимова Т., 2021
© Оформление.
ООО «Издательство «Эксмо», 2021

БЛАГОДАРНОСТИ

Благодарю Высшие силы/Бога/Вселенную за ведение меня к написанию этой книги на протяжении десяти лет.

Благодарю своих родителей за жизнь и возможность творить, благодарю своего мужа за веру в меня, благодарю своих Учителей за знания и ощущение защиты, благодарю всех бывших мужчин за опыт и непосредственное участие в создании этой книги.

Благодарю себя за смелость и любовь к своему делу и благодарю тебя за то, что держишь в руках эту книгу. Обнимаю.

Пусть эта книга станет твоими крыльями.



СОДЕРЖАНИЕ

ПРЕДИСЛОВИЕ	11
-----------------------	----

ВРЕДНЫЙ СОВЕТ 1.

ВСПОМНИ, ЧТО БЕЗ МУЖЧИНЫ ТЫ НЕПОЛНОЦЕННА, А ОДНОЙ БЫТЬ СТЫДНО	19
Почему такая красивая и одна?	21
Страх будущего — иллюзия	35
Про доверие Богу	42
Счастливый незамужний период	52

ВРЕДНЫЙ СОВЕТ 2.

ИЗБЕГАЙ СВИДАНИЙ! ТВОЙ ПРИНЦ САМ ТЕБЯ ОТЫЩЕТ И ЗАБЕРЕТ К СЕБЕ В КОРОЛЕВСТВО	59
Зачем нужны свидания?	61
Как получать удовольствие от свиданий	74
Ты достойна лучших ухаживаний.	79
Что ты должна за свидание	93
Почему мужчины пропадают	108
Свидание с собой	116



ВРЕДНЫЙ СОВЕТ 3.

НЕ ВЗДУМАЙ УЧИТЬСЯ ОТНОШЕНИЯМ.

ВТОРАЯ ПОЛОВИНКА БУДЕТ ДЛЯ ТЕБЯ ИДЕАЛЬНОЙ	129
Главное — встретить своего человека?	131
Три пути к замужеству мечты	140
Компетенции девушки на выданье	144

ВРЕДНЫЙ СОВЕТ 4.

СНИЗЬ СТАНДАРТЫ! ДОЛГО БУДЕШЬ ВЫБИРАТЬ, ОСТАНЕШЬСЯ ОДНА . .	161
Мужей не выбирают?	163
Избранник — избранный тобой.	170
Зачем нужна семья?	180
Просто проживем вместе	186

ВРЕДНЫЙ СОВЕТ 5.

ВЫЯСНИ ВАШУ СОВМЕСТИМОСТЬ КАК МОЖНО СКОРЕЕ	197
Преждевременный анализ.	199
Как это было у нас с мужем	204
Как узнать, подходит тебе мужчина или нет . .	210
Все про цветы на свидании	213
Качества мужчины для создания семьи.	221

ВРЕДНЫЙ СОВЕТ 6.

НЕ БУДЬ МОНАШКОЙ: ЧЕМ БЫСТРЕЕ ПЕРЕСПИШЬ С НИМ, ТЕМ ЛУЧШЕ . .	231
Принцип «вишенка на торте»	233
Как сообщить о новых стандартах	242
Как зарождаются чувства?	247
Как это было у меня	253

ВРЕДНЫЙ СОВЕТ 7.

НЕ СУЙСЯ НА САЙТЫ ЗНАКОМСТВ, ТАМ ОДНИ ИЗВРАЩЕНЦЫ	263
Где искать нормальных мужчин	265
Где мы познакомились с мужем.	272
Онлайн-жених	276
Давать ли номер телефона.	280
Истории любви с приложений знакомств	283

ВРЕДНЫЙ СОВЕТ 8.

ПОСТУПАЙ СТРОГО ПО ПРОВЕРЕННЫМ ШАБЛОНАМ И НИКОГДА НЕ СЛУШАЙ СЕБЯ	295
Как оставаться верной себе в океане информации	297
ПУТЬ К СЕБЕ	303
МАНТРЫ НЕЗАМУЖНЕЙ ДЕВУШКИ	311

ПРЕДИСЛОВИЕ

Моя дорогая, ты держишь в руках мою воплощенную мечту — ту книгу, в которой я сама когда-то сильно нуждалась. Если бы я могла вернуться в прошлое и передать эту книгу самой себе в 16 лет, ты не представляешь, сколько наломанных дров осталось бы целыми! Как же так получилось, что в одной из самых важных сфер в жизни женщины мы остаемся необразованными? О построении отношений нам не рассказывают ни мамы, ни бабушки, ни школы, ни институты. Неудивительно, что, вступая в отношения наобум, как попало, мы получаем какой попало результат. И, судя по статистике разводов, приводит он в противоположную от счастливых и крепких семей сторону.

Всем сердцем верю, что чем раньше ты прочтешь эту книгу и *почувствуешь* ее на уровне сердца, тем бóльших ошибок в будущем сможешь избежать. Но! Даже если тебе далеко не 16, а за спиной пара неудачных браков, у тебя не меньше шансов создать здоровые гармоничные отношения. Моя книга вовсе не о том, как удачно или быстро выйти замуж. Она о **возвращении к самой себе**, тому наполняющему внутреннему состоянию, из кото-

рого ты сможешь создать **счастливым, долгосрочный и синергетичный союз** с женщиной, где $1+1=11$. Или даже 1111, как говорит мой супруг.

Было ли у тебя так, что ты читаешь какие-то строки и чувствуешь озарение: «Обалдеть! Точно! Согласна! Да я же это когда-то знала!» — это явление называется **воспоминанием души** или по-другому анамнесис. Это означает, что к этим мыслям ты уже когда-то прикасалась, и эти знания уже есть внутри тебя. Ты их просто вспомнила. Не удивляйся, если такое с тобой произойдет при чтении этой книги.

Все ответы **УЖЕ** есть в тебе. Моя задача напомнить тебе их через свой собственный опыт.

Все написанное здесь — выжимка моих исследований и **реализованных** знаний в области построения отношений за семь лет до встречи с будущим мужем. Эта система подкреплена опытом уже больше 50 тысяч участниц нашего проекта о создании счастливой семьи.

Пожалуй, схема: глубоко изучать → фильтровать → внедрять в жизнь → делиться — наиболее точно отражает мою деятельность.

В 16 лет начались мои духовные поиски и встреча с первыми книгами по психологии отношений. В 21 год, после тяжелого разрыва и штампа о разводе, я с новой силой погрузилась в изучение всевозможных современных и древних источников знаний о построении отношений и создании крепкой семьи.

Если мне что-то интересно, я погружаюсь в эту тему с головой, пока не докопаюсь до сути, не проверю все на собственном опыте и не получу результаты.

Фильтром всей входящей информации было мое сердце, я интуитивно знала, что можно привнести в свою реальность, а что нет. Постоянно спрашивала себя: «А подходит это лично мне?» — и наблюдала за ощущениями внутри. Кстати, возьми на заметку этот прием при возникновении сомнений.

За свой счастливый незамужний период я ходила больше чем на 150 свиданий, на которых с любопытством применяла все изученное и раскрытое изнутри на практике. Я вела дневник, куда записывала, чему научил меня каждый мужчина. Большинство моих свиданий по общепринятым меркам можно считать неудачными: к счастью, далеко не все переживали мне после первой встречи. Но именно на таких свиданиях я обрела бесценный опыт, которым было бы преступлением не делиться.

От свидания к свиданию я все ближе знакомилась с самым важным человеком в моей жизни... С СОБОЙ. С собой обновленной и наконец-то верной себе и своим стандартам.

Всех незамужних девушек, соединившихся с собой, я с любовью называю **девушками на выданье**. Этот термин впервые пришел ко мне, когда после помолвки я начала писать статьи в своем блоге для девушек в поиске отношений. Меня настолько переполняло ощущение: «Вот это да! У меня получилось реализовать все то, что я столько лет изучала!» — что я просто не могла не делиться. Мне хотелось всему

миру рассказать о том, как, вернувшись к себе, можно встретить мужчину мечты и создать с ним счастливый синергетический союз!

Написав свою первую статью, мне нужно было придумать название хештегу в Инстаграм, по которому мои читательницы смогли бы отыскать все статьи на эту тему. Ответ пришел практически мгновенно: #tati_девушкам_на_выданье. Сердце ликовало: это точно оно! «М-м-м, а классно звучит! Оставлю!» — так и прижилось. Сейчас под этим хештегом можно найти больше 500 моих статей. Через три месяца после свадьбы, когда я уже носила под сердцем нашего первого сына, родилась первая версия онлайн-курса для *девушек на выданье*, а затем этот термин переключался в само название нашего образовательного проекта.

Важно понимать, что у понятия «**девушка на выданье**» нет идеи быть непременно кому-то выданной.

Девушка на выданье — это про состояние и знания. Состояние наслаждения от самой себя, своего счастливого незамужнего периода и знания о построении здоровых отношений, ведущих к гармоничной и крепкой семье. Ей может быть от 16 до 99. Неважен также багаж за плечами.

У нас в проекте сформировалась целая концепция счастливой ДНВ, смысл которой я буду раскрывать на протяжении всей книги.

Моя система знаний о построении отношений **имеет нравственную основу и строится на принципах любви, уважения и доброжелательности к человеку.** Так-

же в моей картине мира присутствует Бог/Создатель/Творец или нечто Высшее, непознанное и бесконечно прекрасное, с чем мы все непрерывно связаны.

Когда я встретила мужа, у него случился разрыв шаблонов, он долго отходил от шока, потому что думал: таких женщин давно не существует. Я же была уверена, что наше первое свидание однозначно окажется последним...

Мы поженились через полгода после знакомства с ясным и полным осознанием своего верного выбора. И сегодня с каждым днем я чувствую, как наша любовь и бесконечное уважение друг к другу только возрастают. И это не случайность.

Это следствие определенных причин, которые мы сами себе заложили в период свиданий до свадьбы.

Когда мы создали семью, внутри меня возникло совершенно четкое ощущение поделиться всем накопленным и, главное, реализованным опытом. Даже наворотив гору ошибок в прошлом, возможно создать здоровые отношения и крепкую счастливую семью, используя **знания** и свою **интуицию!**

Выдыхай, я прекрасно помню, каково это:

- считать, что со штампом о разводе я никому не нужна;
- вздыхать у окна в ожидании звонка от «своей судьбы», которой на тебя наплевать;
- считать себя недостаточно красивой, женственной, умной и постоянно сравнивать себя с другими женщинами;
- соглашаться на самые дурацкие свидания, о которых без слез и смеха не вспомнишь;