

Элла Ли

# ЖЕНЩИНА НОВОГО ВРЕМЕНИ

*Как обрести внутреннюю  
силу и повысить  
свой уровень жизни*

 **БОМБОРА**  
ИЗДАТЕЛЬСТВО

Москва 2022

УДК 159.923.2  
ББК 88.52  
Л55

**Ли, Элла.**  
Л55 Женщина нового времени. Как обрести внутреннюю силу и повысить свой уровень жизни / Элла Ли. – Москва : Эксмо, 2022. – 192 с. – (Бестселлеры саморазвития.).

ISBN 978-5-04-168074-9

От нее веет спокойствием, уверенностью и силой. Ей достается всё внимание окружающих. За что бы она ни взялась, всё получается словно само собой. Ее добиваются, ей восхищаются. Это она – женщина нового времени. Женщина, которая получает всё.

Перед вами книга по бережной, но вдумчивой и основательной личностной трансформации. Она рассказывает, как стать непоколебимой, успешной и самодостаточной. Как в суровом патриархальном мире играть по собственным правилам и выигрывать. Как достигать ресурсного состояния, зарабатывать достойные деньги и сменить рутину на яркие приключения. Практические советы и упражнения из этой книги помогут вам стать той самой – женщиной нового времени.

УДК 159.923.2  
ББК 88.52

ISBN 978-5-04-168074-9

© Ли Э. 2022. Текст  
© Оформление.  
ООО «Издательство «Эксмо», 2022

# Оглавление

ОБРАЩЕНИЕ К ЧИТАТЕЛЮ . . . . .	5
ВСТУПЛЕНИЕ. Страх Ли. . . . .	7
История Светы. Начало переворота. . . . .	10
ГЛАВА I. Персональные стратегии личности.	
Выявление ценностей и приоритетов . . . . .	14
Энергия личности и синхронизация с собой . . . . .	15
Эниотип и как он влияет на вашу жизненную миссию . . . . .	17
Два стиля жизни и реализации миссии. . . . .	44
Формула типа . . . . .	49
«Я-концепция», выявление своих ценностей и приоритетов . . . . .	51
Как усилить себя в миссии? . . . . .	52
Закон различения вселенной . . . . .	55
Трансформация С. От стресса к счастью. . . . .	58
ГЛАВА II. Жизненная энергия и внутренний ресурс. . . . .	63
Что такое энергия?	
Откуда она приходит и куда уходит? . . . . .	63
Закон справедливого обмена, или закон обмена энергии . . . . .	67
Стратегии управления своими жизненными ресурсами . . . . .	71
Энергетический потенциал . . . . .	80
Состояние потока . . . . .	95
Закон свободной воли . . . . .	99
Путь Ли. Секрет успеха . . . . .	107
ГЛАВА III. Женщина нового времени . . . . .	112
В чем состоит миссия женщины на Земле? . . . . .	112
Закон «Куда направлен луч внимания, туда и уходит энергия» . . . . .	114

Живое и мертвое в вашем пространстве. . . . .	114
Как проявляться в женской миссии? . . . . .	123
Женщина прошлого и женщина настоящего . . . . .	125
Правила женщины нового времени. . . . .	129
Как женщине восполнять свою энергию? . . . . .	137
Экологичный феминизм. Создание внутренних опор и ресурсов . . . . .	138
Мужские и женские роли в современной паре. . . . .	140
Внутренние опоры и ресурсы . . . . .	142
Закон обмена энергии . . . . .	142
<b>ГЛАВА IV. Денежная энергия . . . . .</b>	<b>145</b>
Что такое деньги? . . . . .	145
Уровень денежного мышления . . . . .	166
Как усилить свой денежный поток? . . . . .	167
Материализация желаний . . . . .	170
Закон развития . . . . .	178
Социализация по-женски . . . . .	180
<b>ЗАКЛЮЧЕНИЕ. . . . .</b>	<b>188</b>

# Обращение к читателю

Дорогие читательницы!

Может показаться странным, но я не хочу наслаждаться счастьем в одиночку. Мне приятнее жить и работать в окружении счастливых, удовлетворенных, реализовавшихся и гармоничных людей.

К сожалению, женщинам сейчас очень легко потерять свойственные им легкость и состояние гармонии. День ото дня они играют по мужским правилам – стараются взять на себя как можно больше задач, чтобы показать себе и другим собственную непоколебимость. Но долго под такой маской не проходишь – начнутся проблемы со здоровьем, конфликты в семье, трудности в карьере. Да что уж там, даже собственного голоса будет не слышно.

Моя миссия – помогать женщинам как можно быстрее раскрывать свой потенциал и реализовывать себя в любой жизненной сфере. Помогать без усилий находить ответы на сложные вопросы, выходить из депрессивного, нересурсного состояния и начинать преображаться.

С помощью моих методик больше тысячи женщин получили удивительные результаты.

Запросы клиенток были совершенно разными: низкая самооценка, неуверенность в себе, страх построить собственный бизнес, боязнь близких отношений. Кто-то страдал от хронической усталости, кого-то засасывала бытовуха, а кто-то жил в постоянном безденежье и ненавидел свою работу. Мне посчастливилось помочь этим женщинам пережить трудности и избавиться от тяжелого чувства безысходности и страха, будто жизнь проходит мимо, а они топчутся на одном месте. Эта проблема наверняка знакома многим из вас, и мы обязательно ее решим.

**Я написала эту книгу, чтобы каждая женщина научилась восстанавливать внутреннюю гармонию и самостоятельно трансформировать свою судьбу.**

Во время чтения я рекомендую быть максимально вовлеченными и выделять для себя важные моменты, чтобы запечатлеть их в памяти и в дальнейшем обращаться к ним.

Доверьтесь мне! Эта книга — о женщинах нового времени. О вас!

С любовью, Элла Ли.

# Вступление

## СТРАХ ЛИ

Точка приложения усилий ОДНА – состояние.

С изменением состояния меняются взгляд на вещи, ход мыслей, действия.

Действительно ли выстраивание ресурсного образа жизни – это базовый фундамент для результата в любой сфере: в работе, здоровье, отношениях?

Ответ однозначный: да!

– Не-е-ет! – вскрикнула я и проснулась.

Опять! Опять этот сон, где я, сбивая в кровь все открытые участки тела – лицо, живот, бока, ноги и руки, – качусь вниз. В пропасть, у которой нет конца.

Есть только запах. Густой, тягучий, приторный аромат чего-то необратимого и жуткого.

За несколько минут сна я как наяву вижу отрывки из своего прошлого.

Мне было четыре с половиной года, когда папа ушел из семьи. Я отчетливо помню

звон маминого любимого сервиза, падающего на кухонную плитку. Казалось, именно под этот звук разбилось мое светлое и короткое детство. Помню папино грозное «С дороги! Все равно, я с тобой жить не буду, к ней уйду!» и мамино тихое, жалостливое «Ну, пожалуйста, как же мы без тебя?» И ничего, как-то справились.

Безрадостная школьная пора, где я не проявляла особых талантов и прыгала с тройки на четверку. Таких обычно не замечают. Ни одноклассники, ни учителя, ни собственные мамы.

Затем поступление в первый попавшийся вуз, ночные зубрежки вперемешку с тусовками. Вряд ли я с кем-то дружила по-настоящему – скорее, пыталась купить дружбу показной смелостью и открытостью. Тогда в моей комнате в общежитии тусовался весь этаж. Вот только когда я сломала ногу, ко мне в больницу никто не приехал. Может, из-за того, что май – время сессии? А может, потому, что дружбу не купишь.

И наконец долгожданная работа. Стол, пусть и не новый, зато свой. Его не приходилось делить ни с кухонными принадлежностями, ни с очередной соседкой по комнате. И папки, папки, куча бумаг – целое сокровище! Правда, на деле все оказалось не так уж весело. Сама работа была скучной и долгой, зарплата еле позволяла свести концы с концами, а режим с 8 до 8 не оставлял никаких шансов на личную жизнь долгих 12 лет.



Пока одноклассницы, одноклассники выходили замуж и рожали детишек, я могла похвастаться лишь гордым одиночеством. Были, конечно, романы, но ничего серьезного не сложилось. Взять, например, нашего аудитора, с которым мы встречались во время его командировок. Приятный был мужчина, пока не выяснилось, что у него дома жена и двое дошколят. От него мне на память осталась пара фотографий с набережной и палочка от мороженого, купленного на первом свидании.

Я открыла глаза, и мне улыбнулся самый любимый человек на свете. Я протянулась к нему, крепко обняла и вдохнула его запах.

— Ты разговаривала во сне, что тебе снилось? — спросил меня муж.

— Воспоминания из прошлого, — тихо произнесла я. — К счастью, прошлого.

Я посмотрела в иллюминатор, и, когда увидела до боли знакомые пейзажи, что-то внутри меня перевернулось. Любимый город становился все ближе.

Сложно описать словами, что я почувствовала, сойдя с трапа самолета. Место, куда я вернулась спустя много лет, совсем не изменилось. Я ощутила что-то непривычно родное, теплое, согревающее душу и тоскливое одновременно.

— Элла! — услышала я приятный голос.

Я оглянулась и увидела Свету, подругу моей юности. Она стояла рядом с автомобилем и жестом приглашала нас с мужем к ней в машину.

## История Светы. НАЧАЛО ПЕРЕВОРОТА

На следующий день мы со Светой, как в старые добрые времена, сидели в кафе и разговаривали о жизни.

После родов она выглядела не лучшим образом (даже волосы перестала подкрашивать). Да и жизнь, по словам Светы, у нее была не особо веселая. Она работала в клинике за скромную зарплату, домой возвращалась поздно вечером на общественном транспорте, а на салоны красоты и спортзал не хватало ни времени, ни сил.

— В маршрутке ехать минут сорок. Долго и душно, зато дешево, — оправдывалась она.

После работы Света занималась домашними делами, на выходных приезжала к родителям на дачу, помогала в огороде, привозила им продукты на целую неделю. И так круглый год. Скучно, но зато она чувствовала себя хорошей дочерью.

В карьере Света тоже не расслаблялась: набралась опыта, стала хорошим специалистом, а повышения и прибавки к зарплате

все не получала. Отпуск проводила на даче у родителей, ведь если куда-то ехать нужны деньги. А где их брать? Вся зарплата уходила на ипотеку. Убивающая стабильность продолжалась до тех пор, пока Света не заподозрила мужа в измене. И тут у нее назрел вопрос: «А зачем и для чего я значимую часть жизни жила для других?»

К концу истории ее глаза уже были мокрыми. Я спросила:

– И что ты собираешься делать?

– Понятия не имею. Так жить я точно не хочу, – сглатывая слезы, пробубнила Светка. – Я хочу быть счастливой! Просто счастливой, понимаешь?

– Прекрасно понимаю. Ты запуталась, устала, потеряла себя и все свои ориентиры. Я очень хочу тебе помочь. Давай так. Мы поговорим и попробуем со всем разобраться. Да, какие-то вещи будет неприятно осмысливать, но это нужно будет сделать. Договорились? – спросила я.

– Н-н-ну-у-у... да – замялась Светка.

– Ты молодец, – поддержала я подругу. – Знаешь, что самое страшное? Не потерпеть неудачу, не потерять что-то важное, не остаться одинокой, без денег и перспектив. Самое страшное – сдаться. Знать, что тебе это не подходит, что ты достойна большего, – и ничего

не делать. Тогда исход, увы, гарантирован и очевиден...

— Элка, — как в детстве, произнесла Света, — а Расскажи теперь о себе! Как ты смогла добиться такого успеха? Я читала, что ты написала бестселлер и выработала свою методику.

— Об этом я расскажу чуть позже, а сейчас послушай. Многие думают, что главное в жизни — это проекты, работа, учеба, приключения, труд, достижения. А на деле, это всего лишь надстройка над базой, а база — это физика, тело, режим, сон, отдых, ресурс, безопасность.

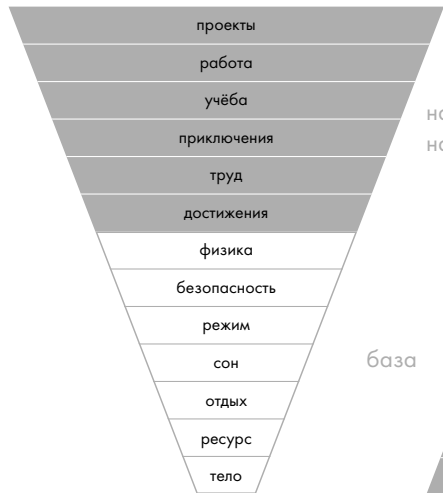
«Поэтому в любой непонятной ситуации строй базу», — утвердительно сказала я и на листочках бумаги изобразила схему своих мыслей.

— Ох, мне нужно еще раз все обдумать, — ответила Света и, пряча листочки с рисунками в сумку, засобиралась домой.

— В понедельник жду тебя на практическом занятии, будем с тобой и еще с несколькими женщинами выработать личные стратегии для выхода на новый уровень в каждой сфере, — строгим, как у учительницы, голосом проговорила я.

— Обязательно буду! — воскликнула Света, и мы попрощались.

Все думают,  
что главное –  
тут



надстройка  
над базой



На самом деле, вот без  
этого – никуда!  
Не знаешь, за что  
хвататься, строй базу.  
На ней уже все  
вырастишь дальше.

# Глава I

## Персональные стратегии личности. Выявление ценностей и приоритетов

Придя в зал занятий, я увидела свою подругу в первых рядах и одобрительно кивнула ей. В моей голове проскользнула мысль, что эта женщина в скором времени изменит жизнь.

— От чего же зависит уровень вашей личной энергии? — обратилась я к своим слушателям и, не получив ответа, продолжила свою мысль:

— Представьте, что в мире изобрели определенные таблетки, которые пробуждают в человеке ресурсный запас и помогают ему какое-то время быть на пике энергетической формы. В таком состоянии мозг работает на 100 %, производительность и эффективность зашкаливают, а дела без особых усилий идут в гору. Заманчиво, да? Несомненно, об этом мечтали практически все. Хорошая новость заключается в том, что приучить себя к такому стилю и образу мысли возможно без волшебных таблеток.

## Энергия личности и синхронизация с собой

Уровень вашей личной энергии зависит от осознанности. Чем яснее ваши мысли и чем четче вы понимаете, чего хотите от жизни, тем больше у вас энергии.

### **Энергия приходит, когда вы знаете, куда двигаться дальше.**

На энергию также влияет ваша активность. Чем вы активнее, тем больше у вас энергии. Еще немаловажное значение играет синхронизация с собой. Спросите себя, идете ли вы по своему пути или вступили на чужой, следуете ли своим мечтам или бежите за чужими? Синхронизация с собой – это понимание того, что именно вы приносите в этот мир.

Энергия обладает двумя свойствами: количеством и качеством. Первое свойство определяет объем ресурсов, а второе – его характер. Допустим, у меня есть 100 единиц зеленой энергии, а у вас, например, 200 единиц красной. Качество вашей энергии зависит от того, какой ресурс ваша личность принесла в социум. Грубо говоря, какой у вас товар, на что вы хотите его поменять и кому он может пригодиться.

Энергостатус имеет огромное значение.

**Хорошо иметь много энергии — на этом можно выехать, но еще лучше понимать род этой энергии и знать, как ее использовать, так вы уедете намного дальше.**

16

Есть четыре уровня межличностного энергообмена, и чем сильнее вы синхронизировались с собой, тем выше у вас уровень обмена с пространством. Самый высокий уровень — *интенсивный*, его обладатели много вносят и много получают. Некоторые личности находятся на *сниженном* уровне обмена, то есть мало приносят в социум и, соответственно, мало получают. Почему так происходит? Потому что люди еще не узнали свою миссию, и они несут то, что есть, а не то, что могут принести. Например, на рынке стадо баранов никто не обменяет на два яблока, да и одного барана вряд ли...

Следующий уровень — *дефицитный*: я приношу то, что вообще никому не нужно, и беру то, что нашла. Довольно часто встречаются люди, которые в 50 лет не знают, что из себя представляют и какую ценность могут дать людям.



За наши ресурсы мы получаем деньги, возможности, опыт или связи. Но только до тех пор, пока отдаем. Поймите простую истину: пока вы не нашли тот ресурс, который имеется у вас в безграничном доступе, то будете нести то, что никому не нужно. И последний уровень обмена — *потребительский*: ничего не приношу, пытаюсь получить.

## **Эниотип и как он влияет на вашу жизненную миссию**

Эниотип — это определение вашего личного ресурса. То, что вы можете дарить человечеству в неограниченном количестве.

Эниостиль — это стиль энергетического информационного обмена с пространством и другими людьми.

Каков ваш ресурс? Каков ваш стиль обмена? Как только вы нащупаете свой стиль обмена, то поймете, чего от вас ждут окружающие. Когда вы найдете себя и собственный неисчерпаемый ресурс, то почувствуете, как все встает на свои места. Ваша жизнь станет легкой и приятной, а дискомфорт, тревога, страх и другие негативные ощущения исчезнут. Вы наверняка замечали, что множество людей попали в свою нишу и, не прикладывая серьезных усилий, стали успешными. Они зарабатывают огромные деньги, у них все получается, они всегда полны сил и энергии, за ними приятно наблюдать. Это потому, что есть два

стиля взаимодействия с пространством: или ты попал в себя, или не попал.

Система «Эниостиль» утверждает, что люди делятся на четыре базовых типа: северный, южный, западный и восточный. Каждому из них характерны определенные черты. Существуют и смежные типы, но особый интерес представляют именно базовые. То, что эти маркеры привязаны к географии, — условность, типы не имеют прямого отношения к этой науке.

Северный тип — это логика, системность, консерватизм. Миссия севера — сохранять и создавать порядок, строить системы. Южный тип — противоположность северу. Их сильные стороны — эмоции, любовь, отношения. Для западного типа маркеры следующие: сила, иерархия, амбиции. Для восточного: творчество, интуиция, идеи.

В вашем типе всегда будут две сильные и две слабые стороны, но миссия всегда будет одна. Ваша задача — научиться ее определять.

**Вы должны видеть  
собственное  
предназначение  
и работать, действовать  
в той отрасли, где  
вы точно добьетесь  
высоких результатов.**

Миссия — это глобальный смысл вашей жизни и самореализации, ответ на вопрос: для чего я делаю что-то? Если глобально, то миссия — это то, что я вообще делаю на Земле. Определить миссию можно по четырем критериям: образ мышления, стиль общения, истинная мотивация, картина идеального мира.

## **Миссия северного типа**

На северном типе держится каркас человечества. Социум в первую очередь требует от нас именно северных качеств, таких как самодисциплина, ответственность, целеустремленность. Каким вы бы ни были крутым специалистом, если вы не обладаете ключевыми северными навыками, то у вас будут возникать проблемы во взаимоотношениях с окружающими. Миссия северного типа — создавать порядок из хаоса. Если вы ежедневно берете на себя часть общего хаоса и упорядочиваете его, значит, вы север. Если вам это нравится, то вы на своем месте и вам за это будут платить.

Возьмем двух людей разных типов, например, южного и северного человека. Они занимают одинаковую должность редактора, но выдают совершенно разные результаты. Работа редактора заключается в том, чтобы беспорядочный материал превратить в красивый, структурированный текст. Северному типу за такую работу заплатят больше, потому что у него

больше сил и возможностей в сфере упорядочения вещей. Даже если юг окажется не менее опытным редактором, северному типу все равно будет проще работать и зарабатывать. Почему? Потому что уровень его продуктивности куда выше, чем у человека южного типа.

## **Когда мы действуем в рамках своей миссии, то можем достигать высочайших результатов.**

20

Почти то же самое происходит, когда мы находим своего человека: рядом с ним мы начинаем раскрываться как личность, расти, увеличивать энергетический потенциал. Так происходит и с миссией. Север будет сильнее развиваться там, где есть необходимость оперативно и грамотно наводить порядок.

Как только мы начинаем следовать собственной миссии, занимаясь профессиональной деятельностью, происходят чудеса. Мы не только ускоряем личностный рост, но и поддерживаем работоспособность окружающих. Когда, к примеру, вы ежедневно приходите на работу и с удовольствием выполняете определенные действия, — это означает, что система работает, а вы находитесь на своем месте.

Еще одна миссия северного типа людей — делать материальный мир благоприятным для

жизни человечества. Синоним миссии севера – это жизнеспособность. Можно делать что угодно: быть актером, писателем, дизайнером. Важно, какую цель вы в это вкладываете. Если вы человек северного типа и работаете дизайнером, то ваша сильная сторона не креатив, а оптимизация. Это означает, что вы сможете любое маленькое ветхое жилье сделать идеальным для жизни большой семьи. Человек северного типа далек от творческой составляющей дела – ему ближе упорядоченность. В пример человека северного типа можно привести создателя компании IKEA, он не просто создал магазин мебели – он организовал философию удобного и доступного интерьера.

В чем еще может проявляться миссия людей северного типа? Например, в создании законов, методологий, правил. Если вы север, то легко сможете заниматься этим и быть сильнее других.

**Прежде чем метаться  
из профессии в профессию,  
важно понять, какой  
ресурс в вас преобладает.**

Обучение, преподавание, репетиторство, антикризисное управление фирмами, работа с финансами, брокерская деятельность, классическая медицина – сферы северных людей.

Северные врачи шикарны, они никогда не отходят от правил, у них есть наработанные алгоритмы и внутренние схемы действий. Север — это надежность.

Изучение возможностей человеческого тела с целью адаптации, работа в государственных системах и корпорациях — то, в чем северные люди невероятно сильны. Если в такую отрасль попадут люди другого типа, они сломаются. Северный же человек заточен под работу в корпорации. Ему нужно, чтобы все люди в рабочем процессе, как единая команда, шли вперед. Люди северного типа — это лучшие командные игроки. Парадоксально, но считается, что команда — маркер южных людей.

## ***Критерии северного типа***

Как определить людей северного типа?

Давайте начнем с картины мира. Подумайте, в каком идеальном мире мог бы и, самое главное, хотел бы жить северный тип? Это понятный, логичный мир без хаоса. Мир, где на улице чисто, деревья растут в ряд, автобусы ходят по расписанию.

Истинная мотивация для людей северного типа — социальная потребность. Человек северного типа будет делать то, что необходимо социуму, и будет иметь на это энергию и силы, потому что такая деятельность доставляет ему удовольствие. Например, если северу

предложить разработать методику работы с детьми, отстающими в развитии, он с большим удовольствием начнет этим заниматься. Потому что здесь требуется работа с хаосом и есть социальная потребность. Север будет с энтузиазмом трудиться там, где его работа может упорядочить общество и принести ему пользу.

Стиль коммуникации северного человека — взрослый, сдержанный, построенный на принципе общения на равных. Эта манера общения синхронизирована с его миссией. Она накладывает отпечаток на то, как мы думаем, как мы говорим, какой идеальный мир себе рисуем. У северных людей нет энергии на то, чтобы болтать, обсуждать вещи, не имеющие никакого смысла. Север думает, что вокруг него адекватные люди, которые умеют спокойно друг с другом общаться.

Проблема, с которой сталкивается север в течение жизни, — потеря дружественных связей с другими людьми за счет излишнего формализма (проявления худших черт, когда он начинает быть токсичным для других людей).

Стиль мышления севера — это логика и объективность. Если вы север, то вы будете опираться на причинно-следственные связи. Вам внутри должно быть все понятно. «Понятно» — это самый главный критерий северной миссии.

Мы постоянно развиваемся, эволюционируем и поэтому можем сочетать в себе различные

типы. Естественно, что мы можем создать субличность, которая будет эффективно проявлять себя в некоторых моментах. Сейчас же нужно вычленить зерно вашего типа, если вы еще его не знаете. А если знаете, то найдите ниже его описание и подумайте, соответствует ли ваша деятельность вашей миссии? Если нет, то как это можно исправить?

### **Персональные стратегии северного типа**

Во-первых, ищите систему, которая вас будет полностью устраивать.

24

Во-вторых, избегайте частых смен видов деятельности, старайтесь заниматься чем-то одним. Ничто так не дестабилизирует северный тип личности, как постоянные перемены. Изменять вид деятельности, конечно, не запрещено, но лучше усилить себя в той сфере, где вы работаете сейчас. Презентуйте себя как человека, эффективно оптимизирующего процессы.

**Неважно, куда  
вы устраиваетесь  
на работу: в детский сад  
или строительную фирму.  
Главное — знать, для чего  
вы это делаете.**



Например, если вы работаете репетитором, то скажите всем: «Я беру самых необучаемых учеников и вывожу их на высокий уровень».

В-третьих, регулярно отдыхайте, восполняйте ресурсы.

В-четвертых, работайте там, где вы чувствуете потребность в ваших способностях.

В-пятых, станьте незаменимым сотрудником.

## ***Миссия южного типа***

Миссия южного типа — это своего рода океан отношений. Есть три варианта миссии южного типа: создавать связи между людьми, раскрывать человеческий потенциал, участвовать в сложных ситуациях.

Юг, например, может быть репетитором, но при условии, что он будет другом для своих учеников. А может класть асфальт, и тогда для всего коллектива он станет душой компании и будет создавать продуктивное рабочее настроение и дружескую атмосферу. Допустим, если север и юг начнут преподавать групповые танцы онлайн, результаты будут отличаться. У севера ничего не получится, а у юга дело пойдет в гору. Если север захочет вести танцы онлайн, он будет стремиться индивидуально работать с людьми, которые ничего не умеют, и разрабатывать для них особую методику.

А югу нужен коллектив, нужна энергия, юг зажжет вас даже через экран телефона.

Создавать связи между людьми, самовыражаться и проявлять себя – это про южный тип. Врач-юг может не только выписать лекарства, но и вылечить хорошей беседой. Он всегда будет на связи, всегда поддержит. После лекции представителя южного типа слушатели становятся ближе друг к другу. Соответственно, когда юг готовится к выступлению, ему необходимо больше импровизировать.

У юга есть особое чутье к человеческому потенциалу, и именно юг замечает его там, где никто другой не увидел. Там, где нужно решить сложную ситуацию, лучше юга также никто не справится.

В чем может проявляться миссия южного типа? Яркий пример – это работа в сфере психологии. Когда юг занимается психологией, он впитывает эмоции, сканирует личность собеседника и с легкостью входит в его положение. Юг находит огромное удовлетворение в том, что человек раскрывается и доверяет ему, так как это его стихия. Люди южного типа – шикарные антикризисные психологи. Их козырь – это работа в сфере коммуникаций, продаж. Кого вы отправите на холодные звонки? Севера, который упадет в обморок? Нет. Вы отправите эмпатичного юга, который любит создавать новые связи, хоть по телефону, хоть лично. Люди южного типа – шикарные

продавцы, они не боятся отказа и с энтузиазмом знакомятся с новыми людьми. Если вы юг и в резюме напишете, что можете установить связь с кем угодно, то это будет вашим огромным плюсом.

Сейчас легко заниматься самовыражением. Югу рекомендуются блогинг, коучинг, выступления, так как ему требуется постоянный контакт с аудиторией. Если же вы человек южного типа, то можете каждое утро выходить в прямой эфир, показывать, как, например, печете блины. Говорить: «Ребята! Завтрак – это залог хорошего дня! И сейчас я вас научу делать вкусные блины!» И вы обретете популярность. Чем больше юг общается с аудиторией, тем больше у него энергии.

27

Еще один пример – преподавание в гуманитарной сфере или в сфере искусств. Мышление у южных людей ассоциативное, образное, они хорошо читают лекции, обучают искусству, литературе, ораторскому мастерству. Социальная работа, анимация, организация развлекательных мероприятий, и другие творческие виды деятельности также подходят южному типу.

Югу важно не только собственное «Я», югу важен «Ты», человек, стоящий перед ним. Если вы нашли в себе южное ядро личности, ищите человека, с которым вам приятно коммуницировать, стремитесь к группам людей, желающих вас слушать, и вы моментально взлетите на вершину.

## **Критерии южного типа**

Южные люди – это большие дети, поэтому стиль мышления у них образный, чувственный, их не особо интересуют материальные ценности, для них важны эмоциональные, доверительные межличностные отношения. Если вы хотите пойти на телесный тренинг и получить удовольствие, то идите только к югу, потому что другие тренеры наверняка вызовут ощущение неловкости. Если вам нужна поддержка, то идите к южному другу, он точно сможет вас понять. Однако несмотря на свою открытость, люди южного типа очень обидчивы и ревнивы.

Стиль коммуникации южного человека – адаптивный. В течение разговора юг подстраивается под собеседника, потому что ему важно сохранить связь. Он использует ласковые слова, проявляет доброжелательность и искренность – это его миссия. Вообще люди южного типа – лучшие коммуникаторы.

Истинная мотивация таких людей – это создание связей. Когда юг идет в магазин, он начинает разговаривать с продавцом или с теми, кто стоит в очереди. Для него это означает, что день прошел удачно – он познакомился с новыми людьми. Если вы решили строить отношения с югом, он также легко подружится с вашими родственниками.

Составляющие идеального мира для южного типа – это гармоничные отношения, любовь и приятные эмоции.

С какими трудностями сталкивается юг? Он придает излишнюю значимость другим людям, бывает сверхэмоциональным и часто не видит в себе ценности. Эмоциональность юга можно снизить. Для этого нужно чаще его хвалить и говорить, как вы его цените и что без его помощи все было бы намного сложнее.

### **Персональные стратегии южного типа**

Рассмотрим, какими бывают персональные стратегии южного типа. Если вы юг, запишите их, повесьте листок на видное место и выучите наизусть.

Тщательно подбирайте окружение, фильтруйте его. Несмотря на то что вы энергетический человек и можете много отдавать, уберите из своего окружения тех, для кого вы являетесь донором. Прекратите общаться с людьми, с которыми у вас не происходит обмен. Как только вы это сделаете, то сразу почувствуете состояние попутного ветра в спину.

**Работайте там,  
где вы чувствуете  
свою востребованность  
и необходимость.**