

Денис Кузьмин  
Виктория Град

**8 секретов  
счастливой женщины**



[www.v-potoke-schastya.ru](http://www.v-potoke-schastya.ru)

[www.v-potoke-schastya.ru](http://www.v-potoke-schastya.ru)

Содержание:

Глава 1. Введение .....	3
Глава 2. Девочка, жертва, царица.....	4
Глава 3. Амазонка в поисках счастья.....	7
Глава 4. Раба любви: примерная жена или тигрица. ...	10
Глава 5. Забота на грани. ....	10
Глава 6. Я – Королева!. ....	13
Глава 7. Магическая женщина. ....	19
Глава 8. Без лица.....	16
Глава 9. Любовь, любовь и еще раз любовь!. ....	16
Глава 10. Кто мы такие?. ....	16

### Глава 1. Введение

#### О чем эта книга?

Это книга о женщинах, которые решили изменить свою жизнь. Женщины, которые говорят «Хватит!» чувству обиды, вины и страхам. На самом деле, в книге гораздо больше, чем 8 секретов счастливой жизни, в ней содержится источник мудрости, который пронесли через века многие поколения женщин. Книга основана на нашем базовом тренинге «Секреты восьми богинь: Пробуждение», который уже прошли тысячи женщин со всего мира. По многочисленным просьбам участниц мы перенесли этот 25-часовой тренинг в форму книги. Потрясающие результаты, которые они получили (воссоединение семей, улучшение здоровья, вдохновение и силы на открытие своего бизнеса), можете получить и Вы. В этой книге мы постарались передать не только основные теоретические постулаты нашей системы, но и множество практических упражнений, которые действительно могут изменить Вашу жизнь. И только Вам решать – насколько Вы в действительности хотите изменений в своей жизни.

#### Какие проблемы Вы сможете решить с помощью этой книги?

Если Вы устали от одиночества, а принц на белом коне все не торопится освободить Вас из Башни Повседневности,

Если Вы считаете, что отношения зашли в тупик и совсем немного держит вас двоих от разрыва,

Если Вы боитесь сказать «нет» тому болоту, в котором увязли за последние годы,

Если Вы уже пытались что-то сделать, но при первых неудачах опустили руки и все бросили,

То именно в этой книге Вы найдете ответы на многие свои вопросы. В героинях этой книги Вы будете узнавать себя, своих знакомых, близких. Вас ждет множество прозрений и открытий.

Итак, Прекрасная Незнакомка, если ты приняла Решение изменить свою жизнь к лучшему, дай мне свою руку и отправимся в Волшебное путешествие в мир 8 Богинь!

### Глава 2. Девочка, жертва, царица..

Богини – это архетипы, то есть сложившиеся веками модели поведения женщин, каждый из которых имеет свои сильные и слабые стороны. Последовательно проходите архетипы и внимательно вглядывайтесь в себя – что находит отклик в Вашей душе. Первый архетип, который мы рассмотрим – это архетип Персефоны. У Персефоны есть три основных проявления. По сути, это три стадии развития женщины: невинная девушка, невеста (которую «берет в плен» мужчина) и жена.

#### Миф о Персефоне



Персефона была дочерью богини Деметры от Зевса. В девичестве ее звали Корой (в переводе с древнегреческого – девушка).

Однажды она прогуливалась с подругами на лугу, и в этот момент ее похитил бог Подземного мира Аид и унес в свое царство.

Там она и пребывала до тех пор, пока ее мать – богиня Деметра не вызволила ее. Деметра – богиня плодородия, и в своем гневе она запретила Земле рожать. И стала Земля бесплодна. Воцарились голод и уныние. Люди перестали возносить жертвы и хвалу богам.

И тогда верховный бог Зевс велел Аиду вернуть Персефону матери. Аид отпустил ее, но перед возвращением хитростью вынудил ее съесть несколько кроваво-красных зерен граната. Она съела их и осталась в мире Аида, ведь тот, кто съест хоть крошку в его царстве – остается там навсегда. Чтобы успокоить Деметру, Персефоне разрешили полгода проводить с Аидом, а полгода – в мире живых – с матерью.

Со временем Персефона освоилась в роли жены Аида и Царицы подземного мира и чувствовала себя довольно комфортно, став полноправной женой и царицей.

Как Вы видите, миф символизирует 3 этапа жизненного пути женщины – невинная девушка, безымянная невеста и царица. Это становление через потерю себя и обретение целостности в конце.

### Как проявляется архетип Персефоны у женщины?



Логическое становление, как тела, так и психики проходит как раз эти три стадии. Однако часто бывает, что женщина не проходит инициацию и остается ребенком или жертвой. Это приводит к огромным психологическим проблемам, разрушению семей, неадекватным эмоциональным проявлениям на работе.

В каждой из этих стадий развития архетипа есть свои плюсы и минусы, сильные и слабые стороны. И каждая из стадий нуждается в проработке, чтобы не происходило «зависания» на каком-то этапе. Примером такого «зависания» может служить женщина в почтенном возрасте, которая ведет себя как маленькая девочка, носит короткие юбочки, делает чересчур яркий макияж.

Другим проявлением «зависания» может быть жизнь из позиции жертвы. Это может проявляться в общении с мужчинами и даже на работе. Думаю, лишним будет говорить, что такая позиция малоэффективна и в основном приносит одни лишь разочарования.

Сейчас мы поговорим, как этого избежать. В данной книге мы с Вами сделаем упор на развитие первой стадии, а также поговорим об основных особенностях второй стадии. Что же касается царицы подземного мира – об этом подробно мы рассказываем на наших мероприятиях.

### Что делать, если Вы – Персефона?

Прежде всего, давайте попробуем понять, какие черты мешают женщине-Персефоне. Это прежде всего:

- ✓ Неумение сказать «нет»;
- ✓ Страх перед мужчинами;
- ✓ Чувство вины;
- ✓ Обидчивость;
- ✓ Излишнее увлечение мистикой.

## 8 секретов счастливой женщины

---

Проблем действительно много. Их причина кроется в детстве, подростковом возрасте, юности. Даже в благополучных семьях ребенок может недополучить любви и заботы.

В подростковом возрасте или в момент потери невинности женщина может получить самую настоящую психологическую травму. Все очень индивидуально. Все по-разному реагируют на одни и те же события в жизни.

Теперь о решении проблем. Главным решением для женщины, которая «зависла» в Персефоне является проработка стадий этого архетипа – в основном - первой и второй и переход к более «взрослым» архетипам (таким, как Афина, например).

Подробно о том, как это делать, мы рассказываем на наших тренингах, мастер-классах, живых мероприятиях. Мы на практике прорабатываем все стадии, начиная с раннего детства, что позволяет получить огромное количество высвободившейся энергии и превосходный инструмент для воздействия на реальность.

В рамках книги, без обратной связи от нас, безусловно, сложно давать какие-то серьезные практические упражнения. Однако мы хотим дать несколько советов. Прежде всего – научитесь разговаривать со своим Внутренним Ребенком. Замечательно помогают медитации.

### **Упражнение «Дневник памяти»**

Для проработки архетипа Персефоны прекрасно работает направление внимания на свое детство, проживание детских эмоций в ситуациях, когда Вы испытывали обиду, чувство вины, страхи. Вспоминайте год за годом, где и когда обрели силу те негативные эмоции, которые прямо сейчас мешают Вам развиваться, двигаться дальше или просто жить той жизнью, о которой Вы мечтали. Каждый такой эпизод записывайте в специальном Дневнике – желательно в хронологическом порядке – начиная с самого раннего детства.

Ответьте на несколько вопросов, описывая такую ситуацию:

1. Когда это произошло?
2. Где это произошло?
3. Что случилось (1-2 предложения)
4. Какие Вы испытали эмоции?
5. Зачем Вам были эти эмоции в тот момент?
6. В каких ситуациях в будущем Вы вели себя похожим образом?

### Глава 3. Амазонка в поисках счастья.

Идем дальше! Следующий архетип – Артемида. Прекрасная охотница, соперница мужчин, защитница женщин, целеустремленная, сильная, ловкая. И всем прекрасен этот образ, но есть в нем несколько психологических проблем. И касаются они, пожалуй, самой трепетной для каждой женщины темы – отношений с мужчинами.

#### Миф об Артемиде



Артемида была дочерью верховного бога Зевса и богини Лето. Она была, пожалуй, любимым ребенком своего отца, и как-то раз, расчувствовавшись, он предложил ей выбрать любой подарок, какой она только захочет. И она выбрала лук, стрелы и невинность.

Артемида – сестра прекрасного Аполлона. Она проводит время в лесах и горах, охотясь в окружении нимф – своих спутниц и тоже охотниц. Она вооружена луком, её сопровождает свора собак.

Несмотря на кажущуюся хрупкость и грацию, у богини был на редкость решительный и агрессивный характер. С провинившимися она расправлялась безо всякого сожаления. Кроме этого, Артемида строго следила за тем, чтобы в мире животных и растений всегда царил порядок.

Артемида считается богиней луны, наравне с Гекатой.

Что же мы можем вынести из мифа об Артемиде? Прежде всего – ее качества – целеустремленность, сильная воля. Но не менее важным видится ее невинность, осознанный отказ от мужчин в своей жизни.



### Как проявляется архетип Артемиды у женщины?

Женщины-Артемиды обладают набором качеств, которые помогают активно участвовать в играх современного мира мужчин. Мы часто видим их на экране телевизора – это профессиональные спортсменки, особенно в традиционно мужских видах спорта – борьба, бокс, стрельба из лука, футбол, велосипед, бодибилдинг.



Выбор профессии и увлечений не ограничивается спортом. Артемида вполне может работать на бензоколонке, быть строителем, автомехаником. Присмотритесь к женщинам, занимающим военные, полицейские должности – у них практически у всех есть что-то общее во взгляде. Сила, немного жестокости, воля к победе, чуть-чуть агрессии – все это создает яркий образ современной амазонки.

Древняя и современная культура активно используют этот образ. Воительница Зена, собственно, амазонки из легенд, прекрасные валькирии – все эти художественные и мифологические образы вдохновляют современных девушек на определенный тип мышления, стиль одежды, поведение с мужчинами.

Вот мы и подошли к мужчинам. По мифу Артемида девственница. В жестоком мужском мире древнегреческих мифов такой статус (особенно дарованной Зевсом) давал ей мощную защиту, однако мы-то с вами живем не на Олимпе, не в книгах о бесстрашных наездницах и лучницах. И здесь, в реальном мире, мужчины часто пасуют, когда им вместо женской ласки и тепла прекрасная девушка предлагает выпить пивка и сходить на футбол. А уж если она лучше его играет в шахматы – то пиши пропало. Очередной потенциальный жених растворяется в неизвестном направлении.

Решением такой проблемы может стать развитие других архетипов, которые пока у Вас спят – прежде всего, архетипа Афродиты. И, конечно же, необходимо встраивание архетипа в жизнь – использование правильных качеств в правильном месте в правильное время. А для этого – практика, практика и еще раз практика!



### Чему можно научиться у Артемиды:

- ✓ Умение ставить цели и их достигать
- ✓ Умение принимать решения
- ✓ Независимость от мужчин
- ✓ Внутренняя свобода
- ✓ Самостоятельность
- ✓ Стойкость духа в сложных жизненных ситуациях

### Упражнение на постановку целей

Артемида обладает превосходным навыком постановки и достижения целей. Этому, безусловно, стоит научиться, если Вы хотите активно управлять своей судьбой, а не безучастно наблюдать, как возможности уплывают одна за другой. Итак, сегодня Вы поставите одну простую цель на 1-2 месяца (здоровье, деньги, работа, отношения – любая тема).

Цель должна соответствовать 5 критериям SMART:

- Specific - конкретная
- Measurable - измеримая
- Achievable - достижимая
- Relevant - значимая
- Time bound - ограниченная во времени

Правильно пропишите цель и поймете, что она стала немного ближе, остается лишь составить список действий и вперед – к новой жизни! Полную систему достижения целей мы даем на наших мероприятиях. А пока – практикуйте эту упражнение каждый день до совершенства. Как говорят в Китае: «Путешествие в тысячу ли начинается с одного шага». Вот он перед Вами – этот первый шаг.

## Глава 4. Раба любви: примерная жена или яростная тигрица?

Следующий архетип – Гера. Это примерная жена, которая замечательно обустроивает быт, сопровождает своего мужчину на светские вечеринки. Для нее важен статус, территория. Сам по себе, этот архетип довольно комфортный для пары, когда все идет по плану. Но когда мужчина вспоминает о свободе – вот тут начинаются проблемы.

### Миф о Гере



Богиня Гера была сестрой и супругой Зевса. Дочь Крона и Реи, она, так же как и остальные ее братья и сестры, была проглочена своим отцом, но позже освобождена Зевсом. До брака с Зевсом у Геры нет своей божественной доли, удела. Ее настоящая история начинается с романа с Зевсом. Первая любовная связь Зевса начинается именно с Герой. Он за ней ухаживает и пытается соблазнить. Полагают даже, что он принял облик намокшего маленького кукушонка, которого добрая девушка

попыталась отогреть на своей груди.

Оказавшись же вблизи от вожаемой цели, Зевс попытался воспользоваться моментом, но Гера ему не отдалась до свадьбы. Их брачная ночь длилась триста лет. С тех пор она — богиня супружества и законного деторождения. И как супруга верховного бога, она, конечно, его «вторая половина», главная среди богинь (формально, но в этом ли дело?).

Также Гера известна своей ревностью из-за многочисленных любовниц Зевса и яростью по отношению к ним и к их детям от небожителя.

Гера Часто терпит обиды от мужа своего Зевса. Часто терпит и жена, которая не видит ничего, кроме своей супружеской доли. Пора призадуматься, если так происходит в Вашей жизни.

### Как проявляется архетип Геры у женщины?

В юности, когда девушки начинают встречаться с мальчиками, если нет нужного претендента, Гера его выдумает. В молодости женщина, в которой откровенно проявился архетип Геры, очень постарается выйти замуж. Не просто за абы кого, а за достойного претендента, Прекрасного Принца. Ей не нужен нищий студент. Гере нужен Герой, Гере нужен Зевс – царь Богов, глава Олимпа.



Женщина Гера старается быть всегда на высоте. Прекрасно выглядит – но не занимается собой как Афродита (не хватает легкости и сексуальности). Зато она обладает инстинктом вовремя отслеживать соперниц и, по возможности, устранять их со своего пути.

Она будет особенно критично относиться к другим представительницам прекрасного пола и с первого взгляда оценит, насколько выигрышно выглядит в глазах мужчин случайная прохожая, и соответственно определит ее место в статусной иерархии.

Разведенные женщины с детьми по-прежнему могут мыслить о мужчинах как о Прекрасных Принцах. Советовать, что те попадают как-то не вовремя. Не на балах, в парках, театрах, музеях или другой какой-нибудь атмосфере непринужденного общения, а когда надо забрать ребенка из музыкальной школы, донести домой свежую рыбу и наполнитель для кошачьего туалета, когда «не накрасившись, пошла в булочную» и т.п. Потом приходит досада: «Эх, упустила...» И утешение: «Значит, это был чужой Прекрасный Принц». И все же, в отличие от женщины, в которой более силен архетип Персефоны, Гера ищет себе реального мужчину, а не вздыхает о недоступных идеалах.

Если мы видим яркую, красивую девушку, которая спешит на свидание к своему возлюбленному с сияющими глазами – это Гера. Но только, если она чувствует, что встретила своего единственного мужчину одного и на всю жизнь.

Гера как архетип в первую очередь и прежде всего – сильное желание женщины быть женой. Женщина с сильным архетипом Геры ощущает фундаментальную пустоту в жизни без партнера. Она побуждается инстинктом к замужеству. Мужчина – ее главный побудительный мотив.

### **Какие основные проблемы Геры:**

- ✓ Не умение соблюдать границы
- ✓ Несамостоятельность и созависимость
- ✓ Излишняя чрезмерная навязчивая преданность
- ✓ Сверхкульт мужа
- ✓ Ярость
- ✓ Ревность
- ✓ Мстительность
- ✓ Неспособность оставить разрушительные близкие отношения

Для женщины-Геры особенно важно понять трудности обращения с архетипом, так как Гера может быть непреодолимой силой и загнать в угол. Геру обычно не нужно пробуждать, только, если она не «сбежавшая невеста». В связи с тем, что в обществе «замужество» транслируется, как главное достижение женщины, стремление быть женой закладывается в девушках с детства.

Сложность архетипа Геры состоит в умении сохранять дистанцию в отношениях с любимым, определять и устанавливать личные границы, одним словом, оставаться собой.

### **Как усмирить разбушевавшуюся Геру:**

Позволяйте себе иногда вести как маленькой девочке, балуйте себя, легче относитесь к происходящим вещам (по Персефоне). Наслаждайтесь своим любимым «здесь и сейчас», раскройте чувственность и сексуальность (по Афродите) - отпустите кудри, наденьте более откровенные наряды, купите красивое белье, соблазните мужа, поваляйтесь в ванной с рюмочкой Бейлиса. Научитесь отстаивать свое мнение (по архетипу Афины).

### Глава 5. Забота на грани...

Итак, наша маленькая Персефона научилась давать отпор через архетип Артемиды, вышла, наконец, замуж, проявив архетип Геры. И что дальше? Какое есть развитие у женщины? Конечно же – реализация предназначения быть матерью. Этот этап в жизни женщины (и, кстати, говоря, не только этот один этап) отражает архетип Деметры – богини плодородия.

#### Миф о Деметре



Деметра — дочь Кроноса и Реи, одна из жен Зевса и мать Персефоны, сестра Геры и Гестии, сестра Аида и Посейдона. Она олицетворяет собой богиню-мать. Культ богини-матери — покровительницы земледельцев, охраняющей все живое на земле, уходит корнями ещё в доиндоевропейскую эпоху. У индоевропейских народов её называли Матерью-Землей. Она — «Великая мать», порождающая все живое и принимающая в себя умерших, воплощение первобытной творческой энергии.

Помимо такого традиционного понимания, Деметра также является (совершенно, может быть, для Вас неожиданно) покровительницей чародеев. В подобной ипостаси она даже отождествлялась с великой богиней Гекатой, являвшейся помощницей в колдовстве и единственной помощницей от него. Магия Деметры, как матери зачастую защитная (иконы, благословения, молитвы за своих детей).

Деметра с Персефой составляет пару Мама-Дочка великих Элевсинских мистерий, которые ежегодно проводились в Древней Греции в конце сентября.

Одновременно Деметра — «благая богиня», хранительница жизни, научившая человечество земледелию. Помощница в крестьянских трудах, наполняющая амбары земледельца запасами. А немилость Деметры страшила людей и богов не меньше, чем гнев великого Зевса.

### Как проявляется архетип Деметры у женщины?



Архетип Деметры проявляется у многих девочек в раннем возрасте – когда они начинают играть в куклы. Таким образом, заложенная природой программа начинает предварительное тестирование. В возрасте, когда женщина готова рожать, Деметра проявляется в сильном желании дать жизнь. И если так сложились

обстоятельства, что родить детей не получается, женщина может уйти в творчество (тоже создание новой жизни, не правда ли?), уход за домашними животными, часто называя их своими детьми.

Если же все идет по плану, женщина становится Мамой. Это прекрасный этап в жизни, не сравнимый ни с чем. Он несет вместе с собой множество забот, бытовых проблем, зачастую – конфликтов в отношениях с мужем, ведь ему уделяется критически мало внимания. И если семья не находит выход из этой ситуации, она может просто разрушиться.

В момент, когда дети вырастают и им уже пора создавать свои семьи, женщина, если она полностью захвачена архетипом Деметры, глубоко страдает – ведь у нее отняли ее предназначение. Особенно это тяжело, когда рядом нет мужчины и сложно перестроиться на другой архетип.

Но этап расставания не продолжается вечно. Проходит 3-5 лет и появляются внуки. И архетип Деметры возрождается с новой силой. И теперь бабушка уже кормит внучков пирогами, как когда-то кормила молоком своих детей.

Также в этот период показателен появляющийся интерес к земле. Бабушки начинают стремиться на дачу – выращивать овощи, фрукты. Вы не забыли, что Деметра – богиня плодородия? Вот так она и проявляется. Так и завершается цикл этого замечательного архетипа. Деметра может быть мягкой, ласковой, гневной и даже жестокой. Вы ежедневно видите ее на работе, приносящей домашнюю выпечку сослуживцам, Вы видите ее в детских садах, в школах, на грядках.



### Какие проблемы у Деметры?

Если Вы постоянно ощущаете себя истощенной "загнанной лошадью", если Вы часто бываете расточительны, отдаете последнее, а сами остаетесь ни с чем, значит имеет место проблема с принятием (а Деметра привыкла отдавать, а не брать). Вы истощили и опустошили себя неумением брать от окружающего пространства вполне заслуженных подарков, энергии, которая бы сполна и вдоволь восполнила затраченные Вами усилия.

К слову, в современном культе Деметры такая манера поведения нередко, но совершенно ошибочно считается достоинством. Истоки такой ошибки, понятное дело, легко найти в жертвенности, которую Деметры проявляют довольно часто. Необходимо устранить прорехи в энергетике и научиться принимать от Вселенной энергию для восполнения опустошенности и усталости.

Такая опустошенная женщина похожа на треснувший кувшин: сколько в него ни лей, все будет вытекать, и ничего не задержится. Это, к слову, самая частая жалоба спутников таких женщин. Поэтому для женщины уметь сохранить и приумножить дары Вселенной чрезвычайно важно.

Если вы нередко жалуетесь подругам на скупость и прижимистость своего мужчины и искренне полагаете, что он мало заботится о Вас и мало в Вас вкладывается, то это есть отличный повод задуматься.

### Упражнение на гармонизацию энергетики

Для гармонизации процессов получения и отдавания выполним упражнение. Выполняется сидя. Представьте, как поток чистой золотистой энергии течет из центра земли через Ваши ноги снизу вверх и выходит через руки в окружающее пространство. Постарайтесь почувствовать непрерывность этого потока. Он нескончаем и бесконечен. На самом деле, Вы ничего не создаете, Вы просто передаете.

Когда научитесь держать этот поток непрерывным, можете таким же образом отдавать эту энергию животным, людям, даже предметам.

Это простое упражнение позволит Вам почувствовать бесконечную творческую энергию Земли, а также научиться принимать и отдавать одновременно.

### Глава 6. Я - Королева!

Следующий архетип, о котором мы поговорим – это архетип Афины. Как архетип, Афина представляет образец, которому следуют женщины, обладающие логическим складом ума и руководствующиеся скорее разумом, чем сердцем. Если в женщине помимо Афины присутствуют и другие архетипы богинь, все эти архетипы могут выступать в едином союзе. Женщине, в которой сильна потребность Геры иметь супруга, Афина может помочь оценить ситуацию и выработать стратегию завоевания мужчины. Если Артемида вдохновляет женщину на создание собственного предприятия, успех проекта нередко зависит от политической проницательности Афины.

#### Миф об Афине



Афина Паллада — прекрасная «совоокая» дочь Зевса и была рождена без матери. Она была с восторгом принята среди олимпийцев и стала богиней мудрости и ремесел, военной тактики и стратегии, покровительницей героев.

Поскольку она была любимицей своего отца, громовержец даже доверял ей свою державную эгиду и молнии. Известный античный поэт и мистик Прокл Диадок в своем гимне говорит о ней: «Мощного дочь отца, многосильная, с мужеским духом». Она была богиней войны, но, в отличие от

Ареса — буйного бога битвы, не испытывала радости при виде крови и смерти, предпочитая решать споры и утверждать закон мирным путем. Однако, вступив в бой, она никогда не оказывалась побежденной. Как богиня мудрости Афина известна своим стратегическим складом ума и практицизмом.

Если обратимся к исторической справке, то сразу станет понятно, что Афина родилась взрослой, самостоятельной и воинственной. Она появилась из головы своего отца Зевса, сразу в воинском облики. Уже этот факт характеризует ее мужественной и непобедимой.

Еще до рождения ей нужно было сделать выбор между Телом и Головой, и она этот выбор сделала.

### Как проявляется архетип Афины у женщины?



Ребенок-Афина разделяет способность юной Артемиды к сосредоточенности, однако вдобавок в ней явно выражен интеллект. Например, девочка-Афина может сама научиться читать в трехлетнем возрасте. Девочка-Афина серьезна, она целенаправленно ищет нужную ей информацию и хочет знать, как работают те или иные вещи.

Когда дочь-Афина чувствует любовь со стороны своего отца, который сам достиг успеха в жизни и гордится тем, что она следует за ним, это помогает развитию ее естественных наклонностей. Ее ум и честолюбие не создают конфликтов. Афина тесно связана со своим отцом. У них много общих интересов. Отец женщины, в которой силен архетип Афины, как правило, похож на Зевса: сторонник патриархальных ценностей, властен и авторитарен. Именно таких мужчин уважает и ценит Афина, с такими предпочитает общаться. Именно с ними она чувствует себе равной. Вряд ли она проникнется симпатией к «непризнанным гениям», людям слабым, не достигшим успеха.

Но не у всех женщин-Афин есть отец-Зевс, оказывающий им должное внимание. У некоторых женщин-Афин их вполне успешные отцы слишком заняты, чтобы заниматься ими, или настаивают, чтобы их дочери вели себя так, как традиционно подобает девочкам. В результате она может вырасти с ощущением, что ее не пускают туда, куда она стремится, и часто теряет уверенность в своих способностях, хотя, возможно, и не отказывается от мыслей о карьере или бизнесе.

Когда у девочки-Афины отец совсем не похож на Зевса – например, он бизнесмен-неудачник, алкоголик, непризнанный поэт или писатель, – развитие ее как Афины затруднено. Она может отказаться от целей, которых могла бы достичь, и чувствует себя самозванкой, которую могут "разоблачить", даже когда другим кажется, что она преуспевает.

### Какие проблемы у Афины?

Прежде всего, Афина очень много времени и усилий отдает образованию, учебе. Если богиня–Гера поступает в институт с одной мыслью, что бы там найти себе мужа, а Деметра, там же в поисках потенциального отца для своих будущих детей, то Афина в учебном заведении всегда узнаваема по стереотипу имиджа, «интеллектуалка». Она учится, учится, и ей все мало и мало. В отличие от богини Артемиды, Афина никогда не пойдет на студенческие митинги и демонстрации в защиту голодающих детей Африки. Афина недоумевает, как можно тратить время неизвестно на что, и совесть при этом ее мучить не будет, потому что дело — прежде всего. Во взрослой жизни женщин, «застрявших» в архетипе этой богини, можно встретить в политике, юриспруденции, административных должностях, бизнесе.

С одной стороны женщине, без развития качеств Афины, быть самостоятельной, независимой и дышать одним воздухом в мужской аудитории невозможно. Но слишком «уходить» в данной архетип чревато. Прогноз — можно превратиться в одинокую, старую, брюзжащую стерву.

Так как Афина родилась взрослой, то побыв в роли ребенка, и развивая в себе наивную, беспечную, абсолютно безответственную Персефону, она сможет дополнить свой образ.

Пробуждение богини Деметры сделает женщину более чувствительной, восприимчивой, эмоциональной. Деметра — это мать любящая, добрая, мягкая, и если Афина сможет «оставить» на работе свой воинственный образ и разовьет деметровские материнские качества, она будет олицетворять гармоничную женщину, которая на работе деспот, а дома — мягкая и любимая. Также для женщины-Афины может быть хорошим выходом развитие недостающих качеств Афродиты и Геры.

### Упражнение на осознание себя

Научиться чувствовать себя – означает научиться быть собой, а значит быть счастливой. Развивать целостную личность и добиваться своих, а не чужих целей, – вот что дает знание архетипов. Напишите список из 15 дел, желаний и стремлений, которые у Вас были в детстве, но так и не воплотились в реальной жизни, оставшись только в Вашей памяти.

### Глава 7. Магическая женщина

Сейчас мы с Вами разберем один из самых притягательных и интересных архетипов – Гекату. Это прежде всего, женщина, виртуозно управляющая своей интуицией, рациональные объяснения ей непонятны и неинтересны, она скорее будет искать причину своих неприятностей в порче, чем в собственном поведении. Мир Гекаты — это мир естественных сил, поэтому женщина будет комфортно себя чувствовать, много путешествуя и постоянно меняясь. Она часто принимает решение за других, управляет событиями своей жизни, пользуясь своей интуицией и природными талантами. Что это ей дает и какие проблемы приносит – сейчас узнаете.

#### Миф о Гекате



Геката - греческое имя богини, впервые упомянутой Гесиодом (около 700 г. до н.э). В ранней греческой истории Геката была вполне добродетельной богиней, связанной с Луной. Так, в древние времена Геката покровительствовала охоте, пастушеству, разведению коней, охраняла детей и юношей, даровала победу в состязаниях, в суде, на войне. Ее называли и Хтония ("Земная") и Урания ("Небесная"). Позже, с усилением культов Гермеса, Артемиды и Аполлона ее влияние падает, или скорее, изменяется. Она становится божеством порогов, перекрестков и пределов, всех тех мест, где смыкается "то и это", "наше и иное", "посюстороннее и потустороннее", во многих древних таинствах считалась охранительницей врат.

В классическую эпоху Геката стала богиней луны, ночи и подземного царства. Чаще ее изображали с факелом в руке. Статуи Гекаты ставились на перекрестках, чтобы охранять от зла. В то же время именно ее винили в безумии и появлении призраков. Еще позднее Геката становится покровительницей колдовства и прародительницей всех волшебниц.

Она несла ответственность за постигающее людей безумие, помешательство или одержимость какой-либо идеей. В то же время она могла защитить от злых демонов и колдовства.

### Как проявляется архетип Гекаты у женщины?



Главная роль женщины - Гекаты - быть посредницей. Она может общаться с самыми разными людьми, представителями разных социальных слоев и мировоззрений. Женщина - Геката часто знает много всяких историй и умеет их рассказывать. Это могут быть реальные, но необыкновенные события, участницей или свидетельницей которых она

была, а иногда легенды или даже сказки. Ее обычно увлекает канва сюжета или событий, вне зависимости от их достоверности.

По мифу богиня Геката - целительница. Современной женщине - Гекате не обязательно играть роль колдуньи - целительницы, хотя встречаются и такие дамы. Она может стать тем же врачом - гомеопатом, фитотерапевтом, или даже медицинским астрологом. При этом для того, чтобы воплощать в себе элемент Гекаты требуется умение сочетать различные специализации.

Женщины - Гекаты любят пошутить. Обычно это специфический женский юмор. Юмор Гекаты часто касается сексуальной сферы. Так со знанием дела и некоторой отстраненностью наблюдателя шутят только женщины - Гекаты, например Лолита и Фаина Раневская. Намеки и полунамеки, движения бровями "ну, ты понимаешь, о чем я" - все это язык женщины - Гекаты. Если разговаривающие женщины неожиданно замолкают, когда кто-то входит или проходит мимо, и провожают его подозрительными и недовольными взглядами - при этом разговоре незримо присутствует эта богиня. Элемент Гекаты в женщине активизируется сам собой при передаче сплетен, различных сведений и просто "чесания языком", при "перемывании косточек" друзьям и знакомым.

Ярко выраженные женщины - Гекаты знают множество неписанных правил человеческой судьбы и своей профессиональной специализации. От простейших примет "в мае жениться - всю жизнь маяться" до указаний "через ноги юбку надевать нельзя - трудные роды будут".

В современной жизни реализовавшая себя женщина - Геката способна крепко "насолить" обидчику. При этом она охотно помогает другой женщине. Может поколдовать.



### Какие проблемы у Гекаты?

Мужчины воспринимают ее скорее как делового партнера, чем женщину. Геката стремится управлять мужчиной, часто она интуитивно знает, чего от нее ожидает мужчина, и это делает ее хорошим дипломатом. Ее может привлечь сильный мужчина, который разделяет ее интересы, который ей поможет развиваться, будет поддерживать ее чувство индивидуальности и неповторимости.

Такие отношения могут длиться долго, но на только определенном расстоянии, Геката не умеет создавать близких эмоциональных контактов, они для нее остаются загадкой — даже если она стремится создать близкие отношения, у нее выходит скорее дружба и взаимопонимание, чем страсть. А вот Геката вместе с Афродитой – это такая притягательная сила для мужчин!!! Они не смогут перед ней устоять. Как отличный пример – образ Шерон Стоун в фильме «Основной Инстинкт». Перед Гекатой сложно устоять мужчине, но без Геры замуж не возьмут. Она как тайна, которую хочется познавать, но познать никогда не возможно.

Для того чтобы закрепиться на одном рабочем месте, женщине - Гекате требуется приложить усилия. Как мы помним, греческая Геката была невидимой богиней ночных дорог. Так и женщину - Гекату может "мотать" от одного занятия к другому, она может совмещать сразу несколько профессий. И при том, что она будет, в общем и целом делать много всего, она все равно останется незаметной. Чтобы стать признанным специалистом и успешно "вспахивать свою ниву", ей необходимо развивать в себе Афины или Артемиду.

### Упражнение на развитие чуткости

Чтобы выйти со своей «раковины», таким женщинам следует развивать в себе эмоциональную чуткость, научиться прислушиваться и понимать чувства других людей. Для этого выберите 3 конфликта, которые произошли у Вас с разными людьми: на работе или в семье. Напишите:

- 1). Что конкретно произошло в ситуации (с точки зрения невовлеченного наблюдателя)
- 2). Какие эмоции Вы испытали и почему?
- 3). Какие эмоции испытал Ваш партнер по конфликту и почему?
- 4). Сделайте вывод – как можно было ситуацию решить без конфликта.

### Глава 8. Без лица

Следующий архетип – Гестия. Эта богиня и архетип стоят особняком, потому что Гестия – это женщина, которая не вовлечена в социальную жизнь. Ей гораздо комфортнее жить одной (при этом она вполне может быть замужем, иметь детей), она любит заботиться о доме, при этом разделяет духовные идеалы служения – Богу, искусству, людям.

#### Миф о Гестии



Гестия была первым ребенком Кроноса и Реи и старшей сестрой главных олимпийских богов, но на Олимпе она не осталась жить. Ей претило принимать участие, как в любовных похождениях, так и в войнах. Гестия (у римлян Веста) богиня домашнего очага и хранительница неугасимого огня. Она имеет способность сплачивать и объединять людей. Ее незримое присутствие ощущали в живом горящем огне каждого домашнего очага или в пылающем пламени в храме. Гестию высоко почитали и любили в древней Греции, и она получала лучшие жертвоприношения, приносимые людьми олимпийским богам.

Для того чтобы здание стало домом, требовалось присутствие Гестии. Когда пара вступала в брак, мать девушки зажигала факел от своего домашнего очага и несла его перед новобрачными, чтобы зажечь в их новом жилище первый огонь и тем самым освятить этот новый дом. Так связывали старый дом с новым. Это символизировало преемственность и нерушимую связь и близость людей. Также ритуал освящения огнем происходил и после рождения ребенка в семье. Едва ребенку исполнилось пять лет, его обносили вокруг домашнего очага. Это символизировало его вхождение в семью.

Для того чтобы здание стало домом, требовалось присутствие Гестии. Когда пара вступала в брак, мать девушки зажигала факел от своего домашнего очага и несла его перед новобрачными, чтобы зажечь в их новом жилище первый огонь и тем самым освятить этот новый дом. Так связывали старый дом с новым. Это символизировало преемственность и нерушимую связь и близость людей. Также ритуал освящения огнем происходил и после рождения ребенка в семье. Едва ребенку исполнилось пять лет, его обносили вокруг домашнего очага. Это символизировало его вхождение в семью.

Богиня без лица. Богиню часто изображали с лицом, закрытым покрывалом, с чашей, факелом или кругом, символизирующем очаг. Гестия в мифологии представлена целомудренной почтенной девственницей, которая предпочитает тихую спокойную жизнь на Олимпе.

### Как проявляется архетип Гестии у женщины?



Архетип Гестии проявляется, как правило, в детстве. Это тихие спокойные девочки, они не участвуют в социальных играх, не плетут интриги, не беспокоятся особенно за оценки в школе. Из увлечений они, как правило, выбирают чтение серьезных книг, игру на музыкальных инструментах, школы искусств. Они любят рисовать,

писать стихи, играют на скрипке. Если в качестве профессии они выбирают служение искусству, то это обычно не связано с шоу, яркими выступлениями на публике. Тихий, размеренный, вдумчивый процесс творчества – это гораздо интереснее женщине-Гестии.

Кроме Искусства, Гестия может служить Богу – в том или ином облики. Гестия вполне может быть монахиней, а может и заниматься йогой в ашраме в Индии. Но главное путешествие – это путешествие внутрь себя, декорации не так важны. Гораздо важнее – приносить пользу, служить какому-то делу.



Если говорим о профессиях, можно добавить все, что связано с обслуживанием населения: медицинские работники, библиотекари, учителя, социальные работники. То есть те, кто работает не из-за денег, а ради идеи. Сюда же мы относим, кто отправляется в Африку спасать голодающих детей, в Антарктиду – спасти тюленей и так далее.

## 8 секретов счастливой женщины

---

### **Чему можно научиться у Гестии:**

- ✓ Спокойствие;
- ✓ Творческие способности;
- ✓ Настойчивость и терпеливость;
- ✓ Умение создавать уют дома;
- ✓ Стойкость духа в сложных ситуациях.

### **Какие черты мешают женщине-Гестии:**

- ✓ Эмоциональная холодность – мужчины и дети это чувствуют;
- ✓ Опасность попасть в секту;
- ✓ Зависание либо в Духовном, либо в Земном;
- ✓ Духовная консервативность;

### **Упражнение на открытие Высшего Я**



Одним из важных позитивных качеств Гестии является умение слушать свое Высшее Я. Давайте сделаем замечательное упражнение на развитие этой способности. Возьмите лист бумаги, цветные карандаши, краски – что захотите. Средства выражения могут быть совершенно различные. Вы даже можете просто рисовать пальцами. Эффективность упражнения не уменьшится.

А теперь, когда все подготовили, представьте, что Вы – женщина Гестия. Ищите в своей душе эти тональности, этот тихий шепот души. Войдите в это состояние и нарисуйте его на листе бумаги.

### Глава 9. Любовь, любовь и еще раз любовь...

Вот мы и подошли к последнему архетипу. Это богиня, которая для многих женщин является самой желанной среди пантеона. Это Афродита, богиня любви. Архетип Афродиты побуждает людей творить и создавать, учиться и подражать. Он дает желание выделиться и быть такой, «чтобы все ахнули» (замерли в восхищении, укладывались в штабеля...), прославиться. Обычный путь для женщины, в которой проснулся, развит или требователен этот голос — стать певицей или танцовщицей, сравнительно с недавних пор — актрисой и в последние лет сто — сто пятьдесят — моделью или модельером, художницей, писательницей или пойти по пути любой другой творческой профессии. Любое женское творчество, в котором есть неприменный вызов привычному миру или, наоборот, тщеславие, несет в себе следы Афродиты.

#### Миф об Афродите



Богиня любви и красоты Афродита родилась от соединения семени своего отца Урана, оскотпленного его сыном — Кроном, с морской водой. Она появилась обнаженная прямо из морской пены и вышла на берег острова Кипр. Там, где ступала ее нога, вырастали травы и цветы, а божества Времен Года поспешили одеть и украсить ее. Афродита является одной из первых богинь, даже первичных сил вселенной. Она олицетворяет «космические функции мощной, пронизывающей весь мир любви». Так появилась прекраснейшая из богинь, у которой была только

одна обязанность — созидать красоту и любовь.

Афродита мыслилась богиней вечной весны, цветения и плодородия. Она покровительствовала красоте и влюбленным, поэтам, прославляющим любовь, и художникам, воплощающим красоту. Все красивое в этом мире было творением Афродиты. Она предпочитала жизнь и мир войне и смерти, потому ее восхваляли, когда хотели спокойного процветания или избавления от смерти.

Даже сам Зевс не мог противиться этой могучей силе. Богиня Афродита славилась своими любовными связями и легким и обильным деторождением.



### Как проявляется архетип Афродиты у женщины?



Когда девушка впервые чувствует себя красавицей, в ней пробуждается архетип богини Афродиты. Ощущение или осознание собственной красоты дает вдохновение и силу, чувство нереальности и власти над окружающим миром. Это нереальное, поистине архетипическое ощущение, совершенно преображающее

женщину. Она начинает восприниматься как некое особое существо, неземное или, наоборот, яркое и волшебное, способное превратить все вокруг себя в сказку.

Без таких переживаний и опыта наш мир был бы куда скучнее, грустнее, мрачнее. Мы получаем удовольствие и от лицезрения подобной красоты, способны любоваться другими, растворяясь в этом переживании. И такое переживание — тоже из архетипа Афродиты: именно эта богиня учит нас видеть прекрасное в мире и Других людях, восхищаться и ценить его, получать удовольствие оттого, что это просто существует.

Состояние влюбленности может настичь нас совершенно неожиданно или, наоборот, быть удачно подготовленным. Не имеет значения, когда и как зародилось чувство, как и чем оно закончится или во что превратится. Для влюбленности важно состояние «здесь и сейчас», которое изнутри кажется потрясающей и Удивительной вечностью.

Это состояние, в которое можно окунаться как в животворящий источник; чувство наполненности любовью, как если бы женщина действительно была сосудом, «до самого горлышка»; это ощущение внутренней ноющей «ломки» тела от невозможности соединиться, слиться, просто приблизиться или, наоборот, в предвкушении этого.

Все эти признаки «сладкой муки» и очень похожи, и индивидуальны. Но неизменно узнаваемы. Это тоже то, что дает именно Афродита.



### Какие проблемы у Афродиты?

Афродита всегда предлагает нарушение каких-то правил. Это любовь к чужому супругу или супруге, бурный роман вне брака или страсть двух юных влюбленных, или нарушение сословных привычек и порядков. Разрушение привычного, устоявшегося — это ее стихия. Это то, что роднит ее с Дионисом, который, конечно, тоже был ее возлюбленным. «Лучше быть дурной женщиной, но счастливой, чем порядочной, но несчастной», — это, конечно, девиз Афродиты. Именно это, зачастую, как раз и приводит ее в затруднительные ситуации, когда есть два выхода – плохой и очень плохой.

Примечательно, что в какие бы ситуации такая женщина ни попадала, в ней обычно присутствует наивное ожидание чудесного избавления из любой затруднительной ситуации. Иногда оно действительно приходит, но в большинстве случаев она лишь тешит себя иллюзией (Афродита — мастерица обещать волшебную сказку) и попадает в еще большую зависимость от людей и обстоятельств.

Так, девушки мечтают «окрутить олигарха» и занимаются проституцией, затем надеются заработать достаточно денег и стать юристом, в конце концов, просто дождаться лета и «слезть с иглы»...

### Упражнение на раскрытие женственности

Создать дома законченный образ Афродиты – подобрать одежду, духи, макияж, прическу, обувь, белье, украшения и в течение полного дня общаться со всеми из этого образа. В конце дня уделите внимание своему телу – примите ванну с ароматными солями, налейте себе немного вина и просто насладитесь ощущением теплой воды, запахом. Это ведь так важно для женщины – уделять время себе, а мы позволяем себе это слишком редко!

На следующий день вспомните и опишите свое состояние в процессе – чувства, мысли, страхи, сомнения – весь спектр эмоций. Как реагировало Ваше тело, какие появлялись желания. Какие всплывали воспоминания.

## Глава 10. Проект «В потоке счастья».

### Кто мы такие?

#### Денис Кузьмин



Денис - эксперт по управлению стрессом, сертифицированный коуч по коррекции стрессовых состояний, НЛП-практик, путешественник, исследователь мистических и психологических систем. Имеет за плечами более 10 лет занятий боевыми искусствами.

Основное направление в проекте «В потоке счастья» - методики достижения целей, самодисциплина, тайм-менеджмент, работа со стрессовыми состояниями.

#### Виктория Град



Виктория Град является соавтором проекта «В Потоке счастья» и автором уникального проекта Женский онлайн клуб «Viva Victoriya», созданных специально для женщин.

В рамках этих проектов она учит как:

- ✓ выстроить счастливые и гармоничные отношения
- ✓ где и как встретить Мужчину своей Мечты
- ✓ раскрыть свой потенциал и скрытые таланты;
- ✓ найти свое предназначение;
- ✓ поверить в свои силы и полюбить себя
- ✓ преодолеть свои страхи и комплексы
- ✓ избавиться от созависимости в отношениях
- ✓ найти и исполнить свои истинные желания