

…Хочется добавить к тем отзывам, которые ты сейчас прочитала, что в книге, которую ты сейчас держишь в руках, «Раскрытие сексуальной энергии. Полюби себя» ты узнаешь об уникальных дыхательных техниках, которые позволят тебе научиться слышать свое тело, омолаживать свой организм, исцеляться, получать подсказки своего подсознания, медитациях, которые изменят твое внутреннее пространство. Ты станешь яркой, запоминающейся, привлекающей внимание окружающих людей, женщиной. А когда ты будешь готова путешествовать дальше по пути к своему состоянию счастья, ты прочитаешь следующую книгу.

 Найди время, чтобы посвятить его себе! Погрузись в мир волшебных грез!

 Полюби себя, свое тело, ведь оно – Храм, где живет твоя Душа!

 А в Храм приходят, чтобы прикоснуться к священному таинству сотворения, поклониться ему. В Храме своей Любви ты станешь совершать таинства во имя Любви.

 Так позволь себе любить и быть любимой. Путешествуй к себе, погрузившись в мир грёз и волшебных превращений, познания своего внутреннего «Я». Выбирай удобный для себя темп движения. Путешествие – процесс движения по жизни. Жизнь - игра! Игра в путешествие, длиною в жизнь.

 Радуйся, удивляйся, получай удовольствия от игры! И это позволит тебе наслаждаться обретением Счастья! Счастья, как слияние **с**о своей второй **частью.** В единое целое. Становись целостной. Только целостность позволит тебе получить ощущение удовлетворения своей жизнью, гармонию.

 **Целостность** творит чудеса. Обретение целостности **исцеляет**! Состояние удовлетворения создает определенное, позитивное внутреннее состояние и позволяет видеть мир таким же довольным, удовлетворенным, радостным, любящим, счастливым и целостным, а мир, который есть отражение твоего внутреннего состояния, начинает видеть целостной, исцеленной тебя.

**Полюби себя.**

Позволь окружающим людям полюбить тебя.

Дай возможность Вселенной подарить тебе любовь, которая, как зеркало подарит тебе твое отражение дарения любви. Дари и принимай подарки с любовью.

**Сделай шаг навстречу своей любви к себе.**

***Глава I***

***Шаг навстречу себе***

 Ты начинаешь узнавать то, что тебе было неведомо раньше. Тебе предстоит вспомнить, как ты радовалась своим успехам и огорчалась, когда делала что – то не так, как было нужно тебе. Это было время твоих метаний, сомнений, твоего познания. Его нужно было прожить, чтобы понять, как научиться быть счастливой. Пришло время тебе обрести Знания, которые волшебным образом изменят твою жизнь.

 Меняйся, становись счастливой!

 И постепенно, шаг за шагом, приближайся к получению ответов на них. Наступит минута, и придет понимание того, что все вопросы нашли свои ответы. Это значит, что ты обрела Знания о том, как стать счастливой.

 Современная Женщина может иметь все, что пожелает. Почем же не все Женщины счастливы?

Предлагаю тебе рассмотреть те проблемы, решать которые приводят Женщин на консультации и тренинги:

- Хозяйство

- Работа

- Окружающие люди

- Дети

- Муж

Знакомая ситуация?

Обрати внимание на изложенную выше последовательность этих проблем. Это нужно, чтобы понять важность, приоритет их решения для женщин.

 На что ты обратила внимание, когда прочитала этот список? Мне, например, было интересно, где в нем сама женщина и ее счастье? Я ее здесь не нашла.

 Если ты вспомнишь Заповедь Иисуса Христа, в которой он говорит о том, чтобы возлюбить других, как самого себя, то поймешь, что сначала следует научиться любить себя. А узнав это, поймешь, как любить других. Значит, пойми, что значит любить себя. Это важно.

 То обилие женщин, которые приходят на тренинг «Как привлечь мужчину по правилам и без» говорит само за себя. Женщине нужен мужчина. Значит, когда он есть рядом и именно тот, который нужен ей, она становится счастливой.

 Предлагаю тебе задуматься над теми вопросами, которые мне помогли в свое время понять важность раскрытия сексуальной энергии женщине.

- Прогулявшись по городу, и проехав несколько остановок в метро, я обратила внимание на то, что мне не встретились женщины, у которых бы «светилось» лицо от счастья.

**Почему?**

- Статистика разводов позволяет сделать неутешительные выводы. **Разве станет счастливая женщина разводиться с мужем?**

- Обилие так называемых «гражданских браков», которые, на самом деле, не дают женщине ощущения стабильности в отношениях. **Зачем женщина соглашается на такую жизнь? Какую надежду она питает?**

- Рост числа женских гинекологических заболеваний. **Какая связь женского «хочу» и «имею»?**

 Ты когда – нибудь задумывалась над тем, зачем мужчине нужна женщина? Почему это он должен ее любить? Что женщина такого умеет делать, чего мужчине не дано или он не может этого выполнить сам? Как сделать так, чтобы мужчина захотел быть рядом именно с этой женщиной, нуждался в ней и думал о ней? Что надо предпринять, чтобы он захотел узаконить с ней свои отношения узами брака? Как прожить всю жизнь с мужчиной?

 Есть только один единственный ответ на все эти вопросы. Значит, женщина, которой нужны эти ответы, должна стать обладательницей того, чего у мужчины нет, но очень ему нужно, жизненно необходимо.

На самом деле, это женская сексуальная энергия.

 Именно от ее наличия, качества и силы воздействия зависит то, как ты строишь свои взаимоотношения с собой, своим мужчиной, окружающими тебя людьми. И, кстати, твое здоровье, тоже.

 О том, что секс – важная составляющая человеческой жизни известно давно. Поэтому, предлагаю тебе вспомнить, какую пользу он приносит.

 Если взять за основу психологический аспект, то даже то, что гормон допамин дает возможность ощутить удовольствие от секса и желать его снова и снова, а гормон окситоцин позволяет партнерам стать психологически ближе друг к другу привязывают к своей второй половинке. Ведь удовольствие сильнейшим образом мотивирует на стремление его получать вновь и вновь.

 Исследования сексологов говорят о том, что секс и просто стимуляция влагалища блокирует боль. Так что для женщин, которые страдают мигренью, есть замечательное обезболивающее средство, которое, к тому же, еще и приносит удовольствие.

 Секс способствует улучшению кровоснабжения головного мозга за счет притока к нему кислорода. Это ведет к усилению концентрации внимания и улучшению памяти.

 Он снимает нервное напряжение. Кстати, именно поэтому, мужчины после него очень хотят спать.

 Оргазм позволяет женщине поднять настроение и испытать непередаваемые ощущения счастья от соития с любимым человеком. Есть смысл подумать о том, как научиться получать во время него не только физическое, но и психическое удовольствие. А для того, чтобы получить удовольствие во время секса, женщине необходимо расслабиться, забыть о контроле и насладиться процессом получения ощущений. Поэтому так важно быть уверенной в полном принятии тебя своей второй половинкой. Уверенность в себе дает знание о своих чарах и их воздействии на мужчину.

 А помогает это ощутить как раз сексуальная энергия.

 И дело здесь даже не в сексе, как таковом. Никакие бананы, Камасутра, тренажеры и прочие диковинки не сработают, если ты в себе ее не раскроешь, и не будешь знать, как она в тебе проявляется.

 А, вот когда она в тебе будет жить, создавать внутреннее движение, ты научишься ею управлять, тогда ты сможешь задействовать арсенал дополнительных средств, куда уже по своему желанию включишь те самые бананы, тренажеры и прочие «деликатесы», если в них будет необходимость.

 То, что достается легко, мало ценится. А то, что следует поискать, заинтересовывает уже самим процессом поиска.