

Вот вы не поверите, книгу прочла буквально полчаса назад. На работе, на одном дыхании, прерываясь, чтобы не увидели коллеги. И так глубоко запали вы мне в душу, что я кинулась рисовать и описывать себя и свою семью. Что-то становится понятно, до чего-то нужно еще копать и копать. Нашла контакты расстановщиков в своем городе, но пока решила, что не пришло еще время обращаться к ним.

В общем, благодарю за книгу, она бесценна!

С наилучшими пожеланиями, Валентина

Долго откладывала прочтение «Хозяйки Дара», спустя 2 месяца я всё же прочитала её. И была очень удивлена. Удивлена самим содержанием книги. Ничего подобного я до этого момента не читала. Очень хорошо для меня раскрылась тема расстановок. Оказывается – всё так просто!

Вспомнился Шерлок Холмс: окружающим казались фантастическими те вещи, которые он рассказывал, они не понимали, откуда тот всё знает. Когда же Шерлок объяснял свои мысли, то все осознавали, что это просто и понятно! Здесь так же: находясь в контексте, смотря только «из себя», мы можем не понимать некоторые вещи, не видеть, откуда растут ноги. И расстановка отлично показывает, в чём же дело.

Книга вдохновила меня сходить на расстановку, в качестве заместителя. Я была в восторге. Очень хорошо, что есть такие люди, как расстановщики! В ближайшем будущем обязательно прочитаю «Хозяйку Дара 2», тем более мне её очень рекомендовала мой куратор.

Лиана, большое спасибо! Твой слог – чудесен!

Ольга, Подмосковье

30 декабря скачала и распечатала «Хозяйку Дара». Подумала: «За каникулы точно прочитаю». Но вечером решила пробежаться по первым строчкам... и меня просто вихрем подхватил и сюжет, и стиль, и главное – столь хорошо изложенные и вписанные законы самой Жизни. Оторваться было невозможно. Иногда я просто покрывалась мурашками с головы до ног... Страничку за страничкой я проглатывала Книгу и поражалась мудрости автора, как легко она вплела в художественное произведение основные законы бытия и мудрости поколений. Я читала и понимала, что подобных историй так много в окружающей жизни, но мало кто задумывается, что можно выйти из привычных сценариев, из принятых стереотипов и навязанных обществом шаблонов... Героиня книги обладала знанием, которое помогало менять жизнь, и давала его людям! И тогда это уже был выбор самих людей – менять что-то в жизни или оставить как есть... Не зря же говорят, что страдать легче, чем действовать. И так как я за действия, за изменения, я с огромным удовольствием дочитала эту книгу в тот же вечер накануне Нового года... Почувствовала себя чуточку счастливее и осознала, что чудеса и правда случаются. И только от нас зависит, дадим ли мы им хорошее место в своем сердце!

Еще добавлю, что теперь эта распечатка переходит из рук в руки. Мои подруги, девочки, которые ходят на наш женский круг, читают ее по очереди, и потом мы обсуждаем ее... Благодаря в том числе и ей на наши группы по расстановкам приходит еще больше и больше людей.

Радалена, Кострома

(: ДАР СЧАСТЬЯ — ДЛЯ КАЖДОГО :)

Лиана ДИМИТРОШКИНА

в соавторстве с Ириной КУЩЕНКО

ЖЕНСКОЕ СЧАСТЬЕ —
КЛЮЧИ  ЕСТЬ!
ВЫ НАЙДЕТЕ ЗДЕСЬ!

ПРАЙМ


АСТ
Москва

УДК 159.922
ББК 88.37
Д46

*Все права защищены.
Никакая часть данной книги не может быть
воспроизведена в какой бы то ни было форме
без письменного разрешения владельцев авторских прав.*

Димитрошкина, Лиана.

Д46 Женское счастье — есть! Ключи вы найдете здесь! /
Лиана Димитрошкина, Ирина Кущенко. — Москва : АСТ,
2015. — 249,[1] с. — (Дар Счастья для каждого!).

ISBN 978-5-17-090040-4

Все «не так» — не «склеивается», не «срастается», «не везет»? Бьешься-бьешься, а жизнь все хуже? Ты стараешься быть хорошей для родных и друзей, но они почему-то не спешат отплатить той же монетой? Принцев на горизонте не видеть, да и себя принцессой не чувствуешь? Напрашивается вывод: «Все мужики — козлы, подруги — предательницы, вокруг — мрак и безнадега»?

Мудрая Хозяйка Дара поможет расставить все в твоей жизни по своим местам и откроет секрет «переключения программы» жизни. Исполнение заветных желаний — прямо сейчас, а не когда-то потом, здоровье, любовь, дружба, радость жизни — до всего этого один только шаг, и ты можешь сделать его!

Захватывающий сюжет, тонкий юмор и умение рассказать просто о сложном — вот визитная карточка книг психолога и писателя Лианы Димитрошкиной, щедро делящейся с женщинами секретами счастливой жизни.

Художник *Ирина Мартянова*

Макет подготовлен редакцией



ISBN 978-5-17-090040-4

© Димитрошкина Л. И., 2015
© Кущенко И. Н., 2015
© Мартянова И., илл., 2015
© ООО «Издательство АСТ», 2015

Оглавление

О том, как адвокат моего шефа сломал мне ногу
(Предисловие, которое можно и не читать) 7

Книга первая. Хозяйка Дара

Глава 1. Большая перемена	14
Глава 2. Ребенок второго сорта	24
Глава 3. Костяная нога	35
Глава 4. Жаба с трудоднями	44
Глава 5. Черная Кенгуру	54
Глава 6. Похищение младенца	62
Глава 7. Скандал в благородном семействе	73
Глава 8. Петля на шее	83
Глава 9. Делай, что должен	94
Глава 10. Новости из прошлого	103
Глава 11. Нет роста без кризисов!	114
Послесловие № 1, которое обязательно нужно прочитать	123
Послесловие № 2, которое читать не обязательно	125
Интервью-послесловие № 3, 2012 год	128

Книга вторая. Хозяйка Дара-2

Хорошая Девочка Милена	134
Послесловие-интервью	178

Книга-тренинг

Прощай, комплекс Хорошей Девочки!	185
Как научиться говорить НЕТ другим и начать говорить ДА себе	186
Глава 1. Хороших Девочек меняют на плохих	187
Глава 2. Практика «Ребенок Хорошей Девочки» ..	192
Глава 3. Практика «Муж Хорошей Девочки»	195
Глава 4. Практика «Физическое тело Хорошей Девочки»	198
Глава 5. Мед любви или гной страха	201
Глава 6. Практика «Искренняя Девочка»	205
Глава 7. Я очень тебе благодарна!	208
Глава 8. Отныне мы с тобой – одно!	211
Глава 9. Я выбираю быть собой!	215
Глава 10. А если у меня совсем другие проблемы?	218
Отзывы о тренингах Лианы Димитрошкиной.	220
Чем особенны вебинары-тренинги?	249

О том, как адвокат моего шефа сломал мне ногу

(Предисловие, которое можно и не читать)

Ногу мне сломал член коллегии адвокатов, глава юридической фирмы-партнера корпорации Димочка.

Вечеринка по поводу 36-летия президента корпорации «Центр», у которого я была вице-, набирала обороты. Дяди и тети разных степеней трезвости и высокопоставленности резвились кто во что горазд. На одном краю поляны главбух превосходно поставленным голосом выводила «При лужке, лужке, лужке». На другом начальник секретариата выплясывала твист на пеньке. А посередине выстроились две цепи политиков и предпринимателей, азартно вопрошающих: «Чью душу желаете»? И — на мое несчастье — шеф, крепко державший меня справа, перемигнулся с завхозом, вцепившимся в левую руку, и возопил громким голосом: «Димкину!»

И Дмитрий Геннадьевич, возжаждавший разорвать нашу цепь в предположительно

уязвимом месте, с разгону влетел между мной и шефом... И мы попадали как кегли, ибо он с прыжка грянулся мне на ногу — и сломал маленькую, но нужную косточку в плюсне.

И назавтра я обнаружила себя в гипсе на месяц...

Юристы вообще люди тяжелые.

И вот сижу я в гипсе день... Сижу я в гипсе два... На третий день наняла учителя рисования. А на четвертый принялась писать книгу.

К тому времени я была главным редактором городской газеты, за три года созданной с нуля и выведенной в топ. И вообще заметной шишкой городского масштаба. Но мое увлечение психологией — *«Как я могу писать о людях, если не понимаю, что ими движет? Почему они наступают на одни и те же грабли? И вообще хочу быть счастливой женой. Хочу понять, где у мужчин кнопка! Что ими правит?»* — и тот факт, что я тогда училась совершенно диковинной двенадцать лет назад технологии — расставкам по Хеллингеру — подвигли меня написать книгу не о политике или газетном бизнесе, а именно о психологии.

Прошли годы — и она стала моей профессией.

Сейчас у меня 2000 учениц в 39 странах мира. Почти тридцать книг по психологии семейных отношений. И массив почти в миллион постов письменной обратной связи. Такого богатства нет ни у одного известного мне не то что психолога — института! Это следствие моей работы через интернет как огромного благотворительного проекта «Школа женского счастья Лианы Димитрошкиной», так и тренингового портала «Институт семейного счастья „Позитив Жизни“».

И все, что вы прочтете в моих книгах, — это результат огромной практической работы в этих проектах. Каждое слово, каждая практика проверена сотнями и тысячами женщин, в некоторых случаях — десятками тысяч.

Мы все такие разные — но проблемы у нас такие одинаковые! Мы все хотим любви, страдаем от непонимания, от душевной боли. Мы наступаем на одни и те же грабли — одна вышла замуж, глядь, муж пьет, развелась, вышла за другого — тот квасит. Другая только из ЗАГСа — муж бьет, вышла за второго — тот колотит. Где они их берут? Как это у них получается?

Да точно так же, как это получалось у меня самой. Ведь и я-то изучать психологию начала после второго развода. Не бывать этому, сказала я подружке, утешительно ляпнувшей «Моя ты бедолага», — я буду счастливой, и точка!

И стала.

Правда, у меня на это ушло пять лет. Это были 90-е годы. Я изобрела столько велосипедов! Но в конце концов начала создавать ракеты. Приемы, которыми я пользуюсь, — это сплав из гештальта, техник системных семейных расстановок, нарративных техник, РРТ, НЛП, кинезиологии и арт-терапии. Благо в моем бурном прошлом есть добрая пятилетка изучения теории решения изобретательских задач — и в конечном итоге я изобретательно и эффективно научилась решать задачи, которые ставят передо мною мои клиентки.

«Хозяйка Дара» — это и есть та самая первая книга. Если после пятой страницы сможете оторваться — значит, она не стоит того, чтобы тратить на нее время.

Или это не ваша книга, или я не ваш автор.

Мне до скрежета зубовного хотелось рассказать людям, что такое системные семейные расстановки.

Сделать это так, чтобы стало понятно!

И было интересно!

Все психотерапевтические истории в книге — подлинные.

Все имена — вымышленные.

Кстати, глава «Костяная нога» — обо мне. Ну, конечно, художественно обработанная, но расстановка-то была моею.

И я хочу поблагодарить тех, благодаря кому эта книга появилась.

Дмитрия Варначева, сподобившего меня в травматологию упаковывать ногу в гипс.

Сергея Ощепкова, не отпустившего бедную маленькую меня, на которую летел весьма увесистый юрист.

Татьяну Залесскую, впервые познакоившую меня с системными семейными расстановками, и ученицу **Берта Хеллингера Дану Деметьеву**, давшую мне первые знания в этой области.

Галину Сапожникову, политического обозревателя «Комсомольской правды», первой беспощадно правившую эту книгу.

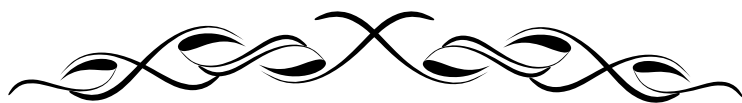
Всех моих учителей по психологии, благодаря которым я делаю расстановки, создаю тренинги и помогаю тысячам женщин.

И моего дорогого супруга **Юрия Владимировича Димитрошкина**, благодаря которому у меня есть возможность работать, не работать, писать, не писать, помогать, просить о помощи... и вообще — быть самой собой.

Быть настоящей!

Чего и вам желаю.

Всегда ваша,
Лиана Димитрошкина



*Книга
первая*

Хозяйка Дара





Глава 1

Большая перемена

3 мая 1991 года, понедельник

— Граждане интеллигенты, я керосинку купила! — просунулась в учительскую техничка Агафья Даниловна.

— Где достала? — подхватила от тетрадей Алка-химичка.

— Почем? — поинтересовался физрук.

— А для чего? — спросила я.

— Последнее отдала, где бы занять рублей восемь? Темные вы, молодые! Товару никакого нет? Спичек и соли нет? И электричества, значит, скоро не будет. Электричество же товар?

— Точно, я талоны на мясо все еще отоварить не могу, — задумалась Алка.

— Два двадцать, — сказала Агафья Даниловна. — В хозяйственном на кольце. И народу нету, часу не стояла.

— Правда что, вон сегодня в Сербии война началась! И я куплю! — рассудил наш Пан Спортмен.

— Дочь народа, а ты чего молчишь? На тебя взять? — спросила Алла.

Я сделала вид, что не слышу.

Когда мою маму увезли в роддом, папа был в отъезде. И мама записала меня Донарой, искренне полагая, что это звучное имя достаточно грузинское, чтобы угодить супругу кавказской национальности. Однако в каждой школе, где я училась — а была их дюжина, мы вечно переезжали — обязательно обнаруживались грамотеи, которые сообщали мне, что имя мое составное и расшифровывается *ДОчь НАРода*. А особо эрудированные утешали, что имена бывали и похуже — Даздраперма, например, то есть *Да здравствует Первое мая*.

Мама именовала меня Дорой, учителя Доней, а соклассники Дунькой. В конце концов, я перестала откликаться на любой вариант кроме паспортного.

— Я сгоняю, — решил Петрович. — Сейчас обормотам скомандую кросс бежать, а сам в лавку. Донара, ну чего, берешь?