

БОЛЬШАЯ КНИГА О ВОСПИТАНИИ

МАРИЯ НИКОЛАЕВНА ПОЛЯКОВА

РАСТИМ ВМЕСТЕ
ОТ ЗАЧАТИЯ ДО ГОДА
ОДНЯШЕК И ДВОЙНЯШЕК



КЛАДЕЗЬ

Издательство АСТ
Москва

УДК 613.95
ББК 57.1
П54

Все права защищены.

Ни одна часть данного издания не может быть воспроизведена или использована в какой-либо форме, включая электронную, фотокопирование, магнитную запись или иные способы хранения и воспроизведения информации, без предварительного письменного разрешения правообладателя.

ДИСКЛЕЙМЕР:

Мнение издательства и редакции может не совпадать с мнением Автора.

Полякова, Мария Николаевна.

П54 Расти́м вместе от зачатия до года одняшек и двойняшек / М. Полякова. — Москва : Издательство АСТ, 2024. — 352 с. — (Большая книга о воспитании).

ISBN 978-5-17-164664-6

Мария Полякова – энергопсихолог, гипнорегрессолог с 30-летним стажем, 15 лет преподававшая биологию и психологию в школе. Художница, актриса и первая женщина-спасатель III класса МЧС Москвы, дважды лауреат премии Гm famous в области энергопсихологии.

Счастливая жена, мама троих детей и трёх внуков.

В своей книге Мария расскажет, как подготовиться к рождению ребёнка, помочь малышу родиться и поставить его на ноги во всех смыслах этого слова. Вы не только узнаете много нового и полезного, но и сэкономите свои время и нервы. Эта книга подготовит вас к счастливому моменту встречи с одняшкой или двойняшками, которая точно будет наполнена любовью, радостью и благодарностью.

На каждой странице – истории из опыта реальных людей и самого автора. Узнайте всё про зачатие, вынашивание, рождение, донашивание и развитие!

- Какова роль (будущих) родителей в жизни ребёнка;
- Все этапы развития ребёнка — от зачатия до родов и донашивания;
- Как подготовить себя и ребёнка к родам;
- Схемы кормления малыша в первый год жизни;
- Полезные советы на период беременности и кормления.

Растите одняшек и двойняшек в радости и принятии.

УДК 613.95
ББК 57.1

ISBN 978-5-17-164664-6

© М. Полякова, текст, иллюстрации, 2024.
© ООО «Издательство АСТ», оформление, 2024.

БЛАГОДАРНОСТИ

Всегда есть кого и за что поблагодарить. Когда я кормила наших двойняшек на подушке-кормушке, мне как из рога изобилия шли мысли о том, как я могу помочь другим мамам, если раскрою все свои знания и опыт. Пока дети спали, я эти мысли записывала в тетрадку. Это были первые наброски, которые увидела и предложила перепечатать моя подруга Дарья Волкова. Потом она правила мои тексты, которые я продолжила уже не писать, а печатать. Иногда она делилась своими мыслями, и мы их тоже записывали в книгу.

Я часто звонила своей шестидетной подруге Татьяне Мовиной и спрашивала её о каких-то, казалось бы, мелочах, потому что у неё было больше опыта и она углубилась в изучение того, как растить детей в максимально естественных и благоприятных для них условиях с точки зрения доверия, принятия и любви, но эти мелочи оказались очень важными для ухода за малышами.

В какой-то момент у меня возникали медицинские вопросы, касающиеся анатомии и физиологии беременной женщины, и хотя по первому образованию я биолог, знания моей подруги — детского гинеколога с 30-летним стажем, Ирины Уколовой — мне очень помогли.

Непосредственно на пути продвижения самой книги, её первичной редакции мне очень помогли Ольга Померанская, Екатерина Мешкова (Тора) и Екатерина Митрякова.

Есть люди, которые недавно вошли в мою жизнь, но их помощь и поддержка как подруг и коллег тоже бесценна. Благодарю вас, Ирина Нагаец и Александра Кошкина.

Я знаю, как бы мама радовалась моим успехам. Для неё это было бы целое событие — что у дочери выходит книга. И пусть мамы нет, но я могу представить, как бы она радовалась, и это мне греет душу. И, конечно, я благодарна папе — человеку, который по-своему верит в меня, который для меня являлся и является двигателем к цели. Папа — военный врач-анестезиолог в отставке, когда-то я хотела пойти по его стопам и семь

раз поступала в медицинский институт. Но судьба распорядилась иначе: моё предназначение как энергопрактика и гипнорегрессолога — тоже помогать людям, но на уровне сознания, а особенно подсознания. Пришла же я к этому через биохимический факультет педагогического университета и параллельно через второе образование — психолога и энергопрактика. Именно поэтому в книге собраны и анатомико-физиологические, и энергопсихологические знания.

Очень благодарна всей нашей родне со стороны мужа. Муж родом из Удмуртии, там сохранились знания и естественные методы донашивания младенцев, которыми щедро делились моя свекровь и родная сестра мужа.

Всем вам я очень благодарна за ваше время, вашу помощь, ваш интерес, вашу любовь, ценю каждый миг, люблю каждую(ого) из вас.

И отдельная благодарность моему мужу и всем моим четырём детям (сыну и его жене, сыну и дочери двойняшкам) и внукам, которые были непосредственными героями этой книги. Вы мой свет, любовь и источник каждодневной радости!

ПРЕДИСЛОВИЕ

Дорогие читатели! Приветствую вас на страницах этой увлекательной истории про зачатие, вынашивание, рождение, донашивание и развитие малышек! А также истории о том, как становятся мамами и папами не только физически, но и морально и духовно. Зачать, выносить и родить в любви, радости и гармонии — это большой труд и большая радость. Но трудиться легко, когда делаешь это с огромным желанием и необходимыми знаниями, в потоке любви и в соединении со Вселенной. Эта книга поможет облегчить ваш труд и труд ваших родных. Она подскажет, как подготовиться к рождению ребёнка, помочь малышу родиться и поставить его на ноги во всех смыслах этого слова. И как потом с радостью вспоминать время, которое для многих связано со страхами, неуверенностью в себе и нервозностью и которое на самом деле можно прожить с любовью и благодарностью.

Мать и отец, ожидающие появления малыша, готовятся к его рождению. И я не совру, если скажу, что подготовка к рождению двойни более трепетная: она требует больше сил, знаний, умений и материальных затрат. Всё, что я и мои знакомые познавали опытным путём, описано в данной книге. Содержащаяся в ней информация поможет вам сэкономить время и нервы, и, будучи подготовленными, вы встретите своего или своих малышей с любовью, радостью и благодарностью.

С приходом в вашу семью одного или нескольких малышей жизнь изменится. Рядом с вами будет маленький человек, который будет вашим отражением и в то же время личностью со своими индивидуальными особенностями. Воспитание каждого вашего дитя — это и развитие вас самих. Быть родителем — значит быть честным, быть готовым объяснить ребёнку, почему вы поступаете так или иначе. Быть родителем — это признавать свои ошибки, если вы оказались неправы, находить компромиссы в сложных ситуациях или быть твёрдыми, но справедливыми в принятии определённых решений. Вы будете вместе учиться понимать друг друга.

Кто-то скажет, что здесь нет ничего нового, и возьмётся воспитывать своего ребёнка, полагаясь на опыт своих родителей: во многих семьях этот опыт был под девизом «переломить, подчинить, сделать удобным». Но сейчас другое время и другие дети, об этом пишут и говорят врачи, учителя, воспитатели, да и сами родители. Многие сталкиваются с тем, что старые методы воспитания и образования больше не работают, дети не принимают их. Во времена таких перемен каждому родителю приходится перебирать горы литературы и, основываясь на своей интуиции, решать, что применимо к его ребёнку, а что — нет. В своей книге я постаралась собрать всю необходимую информацию, которая является актуальной для каждого родителя и ребёнка.

Здесь я излагаю теоретические основы, научные факты и опыт многих родителей, с которыми дружу или общалась, а также собственный. Предлагаю вам вспомнить или открыть для себя знания о том, как наши предки вынашивали, рожали и растили детей. Надеюсь, эта книга наполнит вас житейской мудростью и поможет почувствовать радость материнства и отцовства.

О ПРИЧИНАХ, ПОБУДИВШИХ МЕНЯ НАПИСАТЬ ЭТУ КНИГУ

Причина №1. На Руси всегда говорили, что ребёнок — это дар Божий, а кому Бог ребёнка не дал, тот прощение у Господа вымаливать должен. И если посмотреть на современный мир, то можно увидеть, что по сей день так и есть. Иначе не было бы создано столько клиник, которые специализируются на помощи бесплодным, и не придумали бы ЭКО.

После революции 1917 г. тема вынашивания, рождения, кормления и т. д. очень сильно исказилась. Взять одно то, что женщинам после родов давали посидеть с ребёнком всего три месяца и ещё три за свой счёт, а дальше — на выбор: работа или увольнение. И никто не задумывался на тему лактации и уж тем более о том, что малышу просто необходимо первые три года быть в очень тесном контакте с мамой. С конца 60-х гг. отпуск по уходу за малышом увеличили до года, в 80-х — до полутора лет, и лишь с конца 80-х — до трёх. Поэтому наши бабушки и матери не могут передать нам знания о материнстве в полной мере. Современные же женщины делятся на несколько типов матерей:

1. «И так сойдёт, как пойдёт — так и будет».
2. «Меня так воспитали и вырастили, и я так своих детей буду растить».
3. «Я хочу сделать как лучше для себя и своего малыша, но не знаю как».
4. «Ищу, с удовольствием обучаюсь и внедряю в жизнь хорошо забытое старое — естественное».

Эта книга — полностью за естество в разумных для нашего времени пределах. Поясню: например, моя шестидетная подруга четверых своих

детей родила дома — и всё было хорошо, потому что она была уверена в счастливых и безопасных родах на 100%, что очень важно, если принимаешь данное решение. Я рожала в роддоме, потому что мне так было спокойнее родить двойню. Я не против домашних родов, но лично мне спокойнее родить в специализированном медицинском учреждении повышенного комфорта. Каждая женщина выбирает свой комфорт. Первых своих детей и она, и я рожали в роддомах, и мы не задумывались ещё о естественности. Но это отдельная тема, которую я раскрою позже.

Причина №2. Однажды я услышала слова одной песни группы «Сплин»: «Люди ночами делают новых людей». Эта фраза почему-то не выходила у меня из головы. В ней вроде нет ничего пошлого, но и ничего светлого — какая-то обыденность. А ведь многие пары действительно «делают» детей «между прочим», потом «как-то так» их вынашивают, «как-то так» растят. То есть без душевного тепла зачинают и рожают детей и даже не задумываются, что может быть иначе. Не все, конечно, но пока, к сожалению, большинство, особенно если это ранняя (в студенческие годы) беременность. Но согласитесь, что для любого человека важно знать, что его ждут и любят, что он нужен и важен для родителей и близких. Каждый человек на Земле хочет быть счастливым, интересным, талантливым, и главное — любимым и любящим.

Много лет назад у меня появился сын. Это были советские времена, лихие девяностые. Мне было девятнадцать лет, я уже поступила в институт, но взяла на год академический отпуск. Почти через год после рождения сына развелась с первым мужем и, по сути, львиную долю воспитания и ухода за ребёнком взвалила на плечи своих родителей, хотя вроде бы и была с ним. Да я тогда толком и не знала, что значит «быть мамой». Просто была со своим малышом в любой свободный от учёбы и забот миг, что тоже было немаловажно. Как мне не хватало тогда тех знаний, которые есть сейчас!

По первому образованию я биолог, а по второму, энергопсихолог и гипнорегрессолог. Так вот что касается моей второй профессии и дара, с помощью которого я помогаю людям, то на своих консультациях я буквально с каждым человеком провожу технику «перезачатия» и «естественных родов», после чего у человека в жизни начинаются положительные трансформации. Теперь я точно знаю, как важно для нового человека прийти в этот мир в полной гармонии. Именно тогда он будет с лёгкостью проходить весь запланированный его душой опыт. Именно тогда он будет счастлив. И именно тогда у него будут любовь, принятие и доверие ко Вселенной, людям и ко всему происходящему с ним на Земле.

Причина №3. Второе материнство я восприняла совершенно по-другому, более мудро. У нас с мужем родились двойняшки. Мне хотелось прочувствовать каждое мгновение беременности. Ощутить, как проходят естественные роды. Насладиться всеми маленькими и большими

достижениями наших детей. Так что многое из того, о чем я пишу, основано на личном опыте. Это не значит, что первого ребёнка я бросила на произвол судьбы. То, что я не смогла ему дать как мама в детстве, я даю сейчас, и как энергопсихолог в том числе (с учётом того, что он уже взрослый мужчина и у него уже своя семья и дети).

Основные черты характера ребёнка, его отношение к жизни и близким закладываются ещё в утробе. Процесс родов накладывает отпечаток на характер ребёнка. Первый год жизни малыша является важным периодом становления его личности. Получается, что каждый из этих этапов имеет свои особенности и по-своему важен. Поняв это, я стала изучать специализированную литературу, вести дневник по беременности и уходу за малышами, читать статьи в Интернете и общаться со знающими людьми. С появлением малышей я столкнулась с определенными трудностями, которые характерны только для ухода за двойней. Захотелось все накопленные знания упорядочить и применить, а потом и поделиться ими с вами, мои дорогие читатели!

В своей книге я буду часто повторяться, и я делаю это намеренно, так как по собственному опыту знаю, что во время беременности и первого года жизни ребёнка информация запоминается с трудом. Порой повторенная фраза читается как будто в первый раз.

Я пишу эту книгу, исходя из своего опыта. Когда родилась наша двойня, у нас не было ни мысли о том, чтобы воспользоваться услугами няни или помощницы, ни денег на это. Поэтому эта книга может ещё являться пособием, как рассчитывать только на себя, управляться с детьми и домашним хозяйством и быть в ресурсе. Если семья может позволить себе помощниц, то многие задачи, связанные с уборкой дома, приготовлением еды, уходом за детьми проживаются родителями по-другому.

Эта книга — помощь мамам, но ни в коем случае не полное энциклопедическое собрание всех возможных рецептов от всех возможных проблем. Любая женщина уникальна, любые отношения между мужчиной и женщиной уникальны, и материнство и отцовство неповторимы и индивидуальны у каждого человека!

Причина № 4. Для этой книги уникальным образом сложился мой накопленный опыт обучения и работы как биолога и энергопсихолога. Знания анатомии и физиологии переплелись со знаниями Вселенских законов, законов взаимодействия энергий. А у кого как ни у родителей и детей всё это переплетается самым тесным образом.

ГЛАВА 1

РОДИТЕЛИ И ДЕТИ

Давайте разберёмся сначала в одном очень простом вопросе: каковы роли мужчины и женщины на Земле.

Начну с мужчины, так как по преданиям ОН — первочеловек (по Библии). С точки зрения астрологии, все мужчины находятся под влиянием стабильного Солнца. Мужчина — глава семьи, мужчина — дающий.

- **Любая религия** так или иначе связана с мужским началом: мужчины могут находиться в храмах всегда, мужчины стоят у алтаря, первым Бог создал Адама и т.д. Это всем нам известные факты, поэтому не буду вдаваться в подробности.
- **Солнце** — это звезда, которая светит нашей солнечной системе. Звезда — более-менее стабильная водородно-гелиевая система (тут тоже без подробностей), которая даёт тепло, энергию и свет. Мужчины по своей сути тоже стабильны. Они не такие эмоциональные, как женщины. Они знают, что нужно сделать, чтобы любимая женщина и дети были в достатке и под защитой. Разумеется, я говорю про сильного мужчину.
- **Мужчина — глава семьи.** Сегодня мир почти уравнился (мужчина = женщина), но что-то в этой схеме пошло не так. Когда женщина берёт на себя мужские обязанности: всё и всех контролирует, зарабатывает деньги на всю семью, платит по счетам, обслуживает квартиру, машину, дачу — мужчине ничего не остаётся, кроме как пить, ходить налево или заболеть, чтобы за ним ухаживали, как за маленьким, т. е. стать безответственным «ребёнком». Когда же все эти обязанности выполняет мужчина, женщина рядом с ним процветает, расслабляется и излучает энергию счастья, любви и гармонии — это именно то, что нужно мужчине от его спутницы.
- **Мужчина дающий (физиология).** Чтобы зачать ребёнка, нужно семяизвержение (эякуляция) и, конечно, ряд обстоятельств, о которых пойдёт речь далее в книге. По своей физиологии мужчина именно даёт. Даёт семя для зачатия. Даёт силу — он может носить определён-

ного веса тяжести без риска опущения матки (которой у него нет), надрыва спины и т. д. Даёт финансы — именно мужчины испокон веков были добытчиками. Сначала охотились на животных — это была и одежда, и еда. Потом, например, купцы ездили за товаром в разные страны, другие же мужчины эти товары покупали для своей семьи. И в современном мире сильные мужчины зарабатывают и обеспечивают семью.

- **Мужчина дающий (духовность).** Женщина более эмоциональна, чем мужчина, поэтому задача сильного мужчины — дать спокойствие своей женщине, т. е. защиту. Это спокойствие — и в стабильном материальном положении, и в том, что им есть где жить, и в умении успокоить свою женщину, когда она находится в эмоциональном напряжении. Женщины более тонкие, более чувственные и чувствительные натуры. Организм женщины — это слаженный «механизм» для продолжения рода. Если его использовать правильно, то это идеально работающая система. Женщины находятся под влиянием изменчивой Луны, её фаз «подъём — пик — спад энергии». Женщина — хранительница дома и детей, муза для своего мужчины. По физиологическим и духовным данным женщина — собирающая.
- **Согласно преданию,** Бог создал женщину из ребра Адама, и по религиозным меркам у женщин в храмах много ограничений. Да и ладно, потому что женщина больше связана с землёй, с травами, корнями, зверюшками.
- **Луна** — это спутник Земли планетарного происхождения. Каждый день мы видим её частично: растущая Луна, потом полнолуние и снова истончение — убывающая Луна. Женщина подобна Луне: то спокойная и тихая, то энергичная и действующая; то капризная, то весёлая; то злая, то добрая; то на пике своего совершенства, то на спаде. Эмоциональный спектр женщины можно продолжать бесконечно, на этот счёт есть хорошая фраза: «От милой зайки до жуткой стервы разбег 1,5 секунды» — и это так!
- **Женщина ЗА-мужем** — и это не значит, что она полностью в ЕГО власти и подчиняется ему. Это значит, что ОН решает материальные проблемы, защищает семью и любит ЕЁ. А ОНА — сильная женщина в состоянии расслабленности и доверия, обеспечивает уют в доме, занимается с детьми, пока муж на работе, а главное — уделяет время себе (массажи, уход за телом, хобби или любимая работа). У кого-то сейчас может возникнуть возмущение или диссонанс: либо дети, либо работа, либо уход за собой — невозможно успеть всё и сразу. И снова я говорю о сильном мужчине, около которого сильная женщина. А сила женщины, как известно, в её расслабленности. Если мужчина может обеспечить свою семью, то и у женщины найдутся возможности всем гармонично заниматься: и собой, и домом, и детьми. Я пишу о наи-

лучшем варианте развития семейных отношений, и только вам выбирать, как вы хотите жить. Итак, ухоженная, счастливая, спокойная женщина — это всегда магнит для любого мужчины, а уж тем более для её избранника.

- **Женщина собирающая (физиология).** Чтобы зачать ребёнка, женщина собирает мужское семя внутри своего организма, а потом клетки, как маленькие пазлы, собирают нового человека — ребёнка.
- **Женщина собирающая (духовность).** Издревле женщины «собирали» сказки, колыбельные, песни, сакральные знания о том, как зачать, родить и выкормить ребёнка, какие травы пить или приложить, чтобы вылечиться. Раньше не было контрацептивов, и женщины знали секреты нашего организма: когда можно зачать ребёнка, а когда не получится. Все свои сакральные знания они получали от старших женщин своих племён, селений или городов, бережно хранили их и передавали из поколения в поколение.

МАМА — ЭТО ЛИЧНОСТЬ, И ЕЕ ТАЛАНТ ПРОЯВЛЯЕТСЯ В УХОДЕ И ВОСПИТАНИИ

Материнство — это новая веха в жизни женщины. Стоит с благодарностью принять всё, что оно с собой несёт. Это новый этап изменения женщины. Новый этап соединения со Вселенной. Новый этап жизни, который делит её на «до» и «после», — жизнь с ребёнком.

Огромное число женщин мечтают стать мамами, но при этом каждая хочет остаться неповторимой и интересной личностью. С появлением ребёнка в семье проявляется талант женщины как матери. Она становится более ласковой, нежной, терпимой. Появление одного ребёнка приносит немало забот и хлопот, но это приятные хлопоты, которые позволяют женщине раскрыть свой «талант материнства». Появление сразу двух малышей приносит больше забот, но и больше радости.

Если вы носите одного, а тем более двух малышей, сразу настройте себя на позитивное восприятие. Вы — мать, а значит, у вас много энергии, сил и терпения. Все это приходит к вам свыше вместе с беременностью, главное — научиться этим пользоваться. Ведь не случайно, когда отцы с трудом переносят бессонные ночи, матери успевают покормить малышей ночью, затем встать утром, включиться в жизнь и, так и не проспав днём, жить как будто на одном дыхании.

Прислушивайтесь к себе: к своим желаниям и ощущениям. Помните, что ваша женская и материнская мудрость — самый лучший советчик. Внимательно относитесь к своему телу, особенно во время беременности. Наблюдайте за ним, и оно подскажет вам, как выносить одного или двух малышей, как им не навредить. Например, если вам чего-то не хочется —

не делайте этого, окружающие вас поймут и простят. Я, например, ушла с работы на больничный, можно сказать, в середине учебного года (в то время я работала учителем в средней общеобразовательной школе). Зато мне было хорошо, и малышам тоже, и школа нашла выход из ситуации.

Нужно помнить и знать, что первые два-три года ребёнок **ОЧЕНЬ** нуждается в **ОЧЕНЬ** тесном телесном и душевном контакте с матерью, и чуть-чуть меньше — с отцом. Поэтому нужно придумать, как быть рядом с малышом и как остаться привлекательной и наполненной энергией женщиной. Сейчас производится очень много слингов и рюкзачков для ношения малышей. В слинге можно держать малыша около груди, сердца, где ему комфортно и спокойно, и заниматься домашними делами.

У меня был другой вариант. Мне моя любимая мама-свекровь сделала большую подушку-кормушку, на которой во время кормления грудью дети засыпали. Пока они спали рядом со мной, я вязала, рисовала, писала эту книгу — т. е. занималась творчеством, что для женщины гармонично и естественно. Когда дети просыпались, я снимала их с подушки, и мы играли, делали массаж, ели. Вечером, когда приходили мой муж и старший сын, я делала домашние дела, а мужчины носили детей в слингах у своих сердец. Таким образом телесный контакт с малышами был постоянным. И при этом дома было чисто и моё творчество наполняло меня энергией позитива и любви.

Мама и материнское древо рода передают в виде энергии сакральные знания, которые важны как для сына, так и для дочери, потому что когда-то им тоже надо будет становиться мужьями или жёнами, а также родителями. Эти знания они на тонком энергетическом уровне будут тоже передавать своим детям. Есть выражение «впитывать с молоком матери». Мальчик впитывает, как относиться к женщине (матери, бабушкам, тётям, сёстрам и дочерям), получает знания о них, потом накопленную любовь к своим первым женщинам и понимание их он переносит на свою жену и дочерей. Девочка впитывает сакральные знания о себе, о своей женской сути через любовь и энергию мамы:

- **Для девочки:** любовь к себе — состояние баланса, гармонии и самооценности, которая будет вдохновлять и успокаивать мужчину. Ради такой женщины он будет готов на всё, что приведёт к процветанию и изобилию семьи. Через принятие себя и любовь к себе будущая женщина будет принимать всех женщин своего древа рода и других женщин.
- **Для мальчика:** понимание того, что значит, когда женщина любит себя, и как ему приятно такое её состояние, а также принятие любви матери.
- **Для девочки:** любовь к своим первым мужчинам: папе, дедушкам, братьям, дядям. Именно через эту любовь она уже научится любить своего будущего мужа, а он — понимать, как любить.

- Для мальчика: понимание, что мама любит его, а также родных и близких мужчин своего окружения.
- Для девочки: любовь к дому, наполнение его энергией плодородия, изобилия и любви, гармонией чистоты и радости.
- Для мальчика: радость находиться в уюте, тепле и принятии, желание жить в таком доме и впоследствии с удовольствием приходить в такой дом, наполнять его всем необходимым.
- Для девочки и мальчика: любовь к своим детям, забота о них, воспитание, понимание и принятие своих детей такими, какие они есть, ведь всегда нужно помнить, что дети не продолжение родителей — это отдельные личности, которые проходят ТОЛЬКО СВОЙ жизненный путь.
- Для девочки (для мальчика см. стр. 14–15): любовь к творчеству как к источнику вдохновения. Именно на своём творчестве, которое идёт от души, женщина может зарабатывать свои деньги, создавать мелкий и крупный бизнес. И нужно помнить, что творчество — не только работы из бисера или написание картин, это и работа с цифрами, и организация чего-либо, и даже строительство космических ракет. Творчество — это всегда вдохновение и радость, а не рутинная работа.

ПАПА, КАК ХОРОШО, ЧТО ТЫ ЕСТЬ!

Когда женщина любит себя, своё тело, свои интересы, когда принимает всю себя, когда она наполнена энергией и излучает её, когда женщина живёт с принятием Вселенной, то рядом с ней наполняется и её мужчина. Заботы о ребёнке становятся общими заботами. В такой семье отцу не нужно напоминать о его обязанностях. Общение с ребёнком будет для него радостью, счастьем, любовью.

В отце совсем ещё маленький ребёнок видит Бога: отношение к ребёнку его собственного отца раскрывает малышу отношение к нему Бога (я говорю не о религии, а об истинном Создателе, о Вселенской частице, которая живёт в каждом человеке). Велика роль отца в период беременности и особенно велика — в момент совместных родов.

Хочется подчеркнуть разницу между биологическим отцом и папой в лице одного и того же мужчины. Мужчина, зачавший ребёнка, передаёт ему генетический материал. Но для ребёнка важен и нужен ПАПА, который поддержит, подскажет, поймёт и передаст житейский опыт.

Мы постоянно растём и развиваемся, и именно отцовство даёт хороший стимул для ускоренного взросления мужчины. Если мужчина принимает такой стимул с благодарностью, то его дети чувствуют и ценят это. Отец, который признаёт, что знает не всё, и готов вместе с ребён-

ком учиться новому, вызывает у ребёнка чувство гордости и создаёт положительную модель развития человека. Тогда его сын станет ещё более мудрым отцом своим детям, а дочь будет знать, что значит, когда рядом Настоящий Мужчина.

Папа и отцовское древо рода передают в виде энергии сакральные знания, которые важны как для сына, так и для дочери, потому что, как и в случае с материнскими сакральными знаниями, отцовские тоже будут передаваться на всю жизнь и сыну, и дочери. Новорожденный мальчик от отца впитывает, как относиться к женщине (матери, бабушкам, тётям, сёстрам и дочерям), потом накопленную любовь к своим первым женщинам и понимание их женской сути он перенесёт на свою будущую жену и дочерей. Девочка впитывает через любовь и энергию папы, как он относится к её маме, к своей маме, к другим женщинам древа рода и к своим дочерям. Также отец передаёт своим детям:

- **Для мальчика:** любовь к себе — для мужчины это целостность, целеустремлённость, самооценность, внутренний стержень, принятие своей внутренней силы. Через принятие себя сын принимает и всех мужчин древа рода, и впоследствии других мужчин.
- **Для девочки:** понимание, что значит мужественный мужчина, надёжный и любимый для неё.
- **Для мальчика:** любовь к своим первым женщинам: маме, бабушкам, сёстрам, тётям. Именно через эту любовь он уже научится любить свою будущую жену и дочерей.
- **Для девочки:** понимание, что папа любит её, а также родных и близких женщин своего окружения.
- **Для мальчика:** защита семьи — это обо всём, что защищает семью: и укомплектованный дом, и продукты питания, и гармоничные отношения с окружающими, и полный бак в машине — в общем, всё, к чему можно добавить слово «ЗАЩИТА».
- **Для девочки:** ощущение безопасности с мужчинам, ощущение безопасности в собственном доме, ощущение безопасности в социуме, ощущение материальной безопасности.
- **Для мальчика:** финансовое обеспечение семьи. Тут ёмко и максимально просто можно сказать так: деньги, которые зарабатывает муж, — это деньги семьи; деньги, которые зарабатывает жена, — это её деньги, и она ими может распоряжаться как хочет, но лучше, если 80% она будет тратить на себя, а 20% — на кого захочет. Вот только тогда будет гармония в семье, когда это сакральное знание будет принято и мужчиной, и женщиной любой семьи.
- **Для девочки:** финансовое изобилие — денег всегда в достатке.
- **Для девочки и мальчика:** любовь к своим детям, забота о них, воспитание, понимание и принятие своих детей такими, какие они есть, ведь всегда нужно помнить, что дети не продолжение родителей —

это отдельные личности, которые пришли пройти ТОЛЬКО свой жизненный путь.

- Для мальчика: творчество для мужчины — это его «игрушки»: рыбалка, мотоциклы, коллекции, спортивные игры, провода, компьютеры, поделки. Да, с помощью творчества мужчина, как и женщина, тоже может зарабатывать, но таких мужчин меньшинство. Большинству мужчин это нужно, чтобы испытывать драйв и питать своего внутреннего ребёнка, просто чтобы быть счастливым и чувствовать себя брутальным, крутым, клёвым, красавчиком, мачо и т. д. Это дополнительный источник энергии и у некоторых мужчин — финансов.



Рисунок 1. Семья