

Рожденная женщиной

Наталья Покатилова

Рожденная желать

Женская сила в реализации желаний

Издательство АСТ
Москва

УДК 159.9
ББК 88.37
П48

Покатилова, Наталья.

П48 Рожденная желать. Женская сила в реализации желаний. – Москва: Издательство АСТ, 2016. – 488 с.: ил. – (Рожденная женщиной).

ISBN 978-5-17-084893-5.

Книга для вас, если вы не позволяете себе быть собой и постоянно приспосабливаетесь, не знаете, чего хотите на самом деле; не позволяете себе хотеть по максимуму, все время пытаетесь себя «об-разумить»; получая желаемое, не чувствуете радости от этого; уже много лет мечтаете о чем-то и не получаете, постоянно боретесь за место под Солнцем; осознаете, что вам все достается с трудом; замечаете, что сил уже ни на что нет; уже забыли, что такое внутреннее ощущение счастья и удовлетворенности жизнью.

Если вы узнали себя, то это значит, что ваша женская сила не востребована, и вместо того, чтобы творить каждодневные чудеса, спит внутри глубоким сном Спящей красавицы. Вам обязательно нужно прочитать эту книгу, если вы хотите приобрести другое качество жизни!

УДК 159.9
ББК 88.37

ISBN 978-5-17-084893-5.

©Покатилова Н.
© ООО «Издательство АСТ»



*Посвящается моим духовным
учителям Шри Амме Багавану*

Благодарности

Прежде всего я глубоко и всецело благодарна моему Божественному за то, что оно ведет и направляет меня не только в моей жизни, но и в моем творчестве и в моей работе. И в знак моей благодарности я отдаю ему всю себя без остатка, всю свою жизнь и все плоды моих усилий. Прежде чем приступить к работе над этой книгой, я молилась 21 день. В своих молитвах я просила направить мое внимание, ум и речь путем истины. Я просила о том, чтобы эта книга была не только интересной и полезной, а чтобы она меняла жизни тех, кто ее прочтет. И по отзывам тех, кто с ней уже соприкоснулся, она действительно делает это. Благодарю тебя, мое любимое Божественное!

Я глубоко благодарна моим духовным учителям Шри Амме Багавану и в их лице всем остальным учителям, встретившимся мне на Пути. Они научили

меня всему, что я изложила в этой книге. Они показали мне направление. Они помогли мне узнать, что такое счастье. И что счастье — это легко. Они пробудили меня к этой жизни. Они помогли мне пережить и сделать своим опытом то, чем я делюсь теперь с вами.

Я благодарна моему любимому мужу Константину Онищенко за то, что он воспринимает все мои творческие идеи с энтузиазмом ребенка, увидевшего торт. Именно благодаря его поддержке и вере в меня, его удивительной способности создавать в моей жизни комфорт и защищенность, у меня была возможность целиком отдаться созданию этой книги.

Я благодарна моему удивительному сыну Андрею, который каждый день учит меня присутствовать, быть восприимчивой и наблюдающей за тем, как что то может расти, развиваться и созреть без моего активного вмешательства. Опираясь на эти дары моего сына, я смогла получить тот опыт, который лег в основу этой книги.

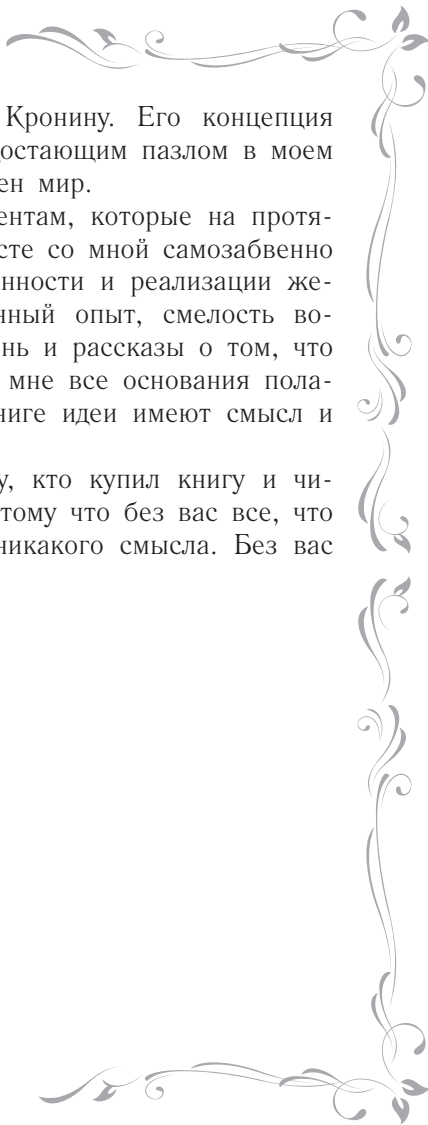
Я благодарна моему редактору Ирине Мальцевой за тот бесценный вклад, который она внесла в появление этой книги на свет. Ее неравнодушие к теме, моим идеям и стилю изложения сделали мою работу над книгой легкой, радостной и приятной. А ее литературный талант сыграл большую роль в том, чтобы книга стала живой и практичной.

Благодарности

Я благодарна Сергею Крону. Его концепция СФЕРО была важным недостающим пазлом в моем понимании того, как устроен мир.

Я благодарна всем клиентам, которые на протяжении нескольких лет вместе со мной самозабвенно исследовали темы женственности и реализации желаний. Именно их жизненный опыт, смелость воплощать эти знания в жизнь и рассказы о том, что из этого получилось, дают мне все основания полагать, что изложенные в книге идеи имеют смысл и пользу.

Я благодарна вам, тому, кто купил книгу и читает сейчас эти строки, потому что без вас все, что здесь написано не имеет никакого смысла. Без вас нет меня. Благодарю!





Содержание

Благодарности.....	3
Вступление	11
ЧАСТЬ 1. Путешествие в женский полюс	13
Глава 1. Как по-разному мы желаем и получаем	15
Про что эта книга и как ее читать	16
Узнаем кое-что о себе: достижения и подарки	19
Что мы чувствуем, достигая мужским и женским способами	24
От чего зависит наша самооценка?	28
Да или нет?	31
Практика «Как понять, что говорит ваше тело?».....	33
Сонастраиваемся на одной волне	35
Путеводный клубочек к нашим желаниям.....	36
Вопросы и ответы.....	40
Глава 2. Единство противоположностей — мужское и женское	46
Расслабленность, а не Мобилизация	47
Волна, а не Вектор	49
Хаос, а не Порядок	51
Объем, а не Плоскость.....	53
Внутрь, а не Наружу.....	55
Пассивность, а не Активность... и еще немного о Хаосе.....	56
Желания, а не Долг.....	60
Чувства, а не Разум.....	61
Интуиция, а не Логика	62

Брат, а не Давать.....	63
Кое-что о женщинах, выбравших мужской полюс....	64
Вопросы и ответы.....	69

Глава 3. Энциклопедия женских практик.

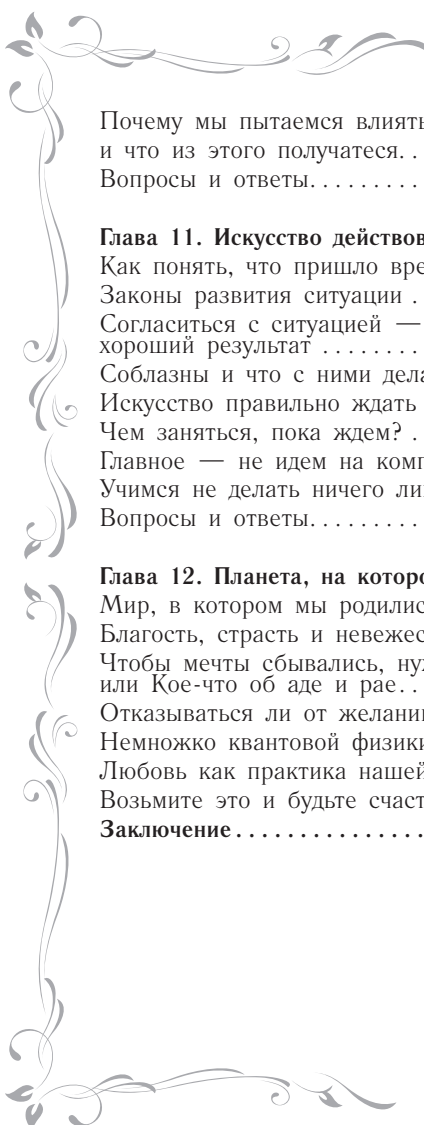
Универсальное пособие по переезду в женское	74
1. Практики расслабления и покоя	76
2. Практики объема.....	86
3. Практики состояния волны.....	93
4. Практика «Перехода во внутреннее пространство Инь»	95
5. Практики развития чувственных проявлений.....	99
6. Практики внутренней активности и внешней пассивности	103
7. Практики принятия и согласия с миром	107
8. Практики делегирования и принятия даров.....	109
9. Практики перехода из «Надо» в «Хочу».....	117
10. Практики развития интуиции	122
11. Практики освобождения от цели и срочности	126
12. Практики комфорта и освобождения от значимости результата	135

ЧАСТЬ 2. Контакт с женской силой..... 151

Глава 4. Наполненность	153
Когда сила утекает впустую	154
Как остановить процесс сброса энергии?	158
Что такое наполненность	161
Как быть наполненной постоянно и как желать из наполненности	163
Где найти покой или кое-что о домашней работе.....	166
Алгоритм наполнения: тело тоже участвует!.....	171
Вопросы и ответы.....	174

Глава 5. Искусство благочестия	181
Что такое благочестие	181
Зачем нам наша карма	183
Как измерить и изменить уровень благочестия	185
Соблюдаем чистоту дома, в мыслях и в делах	188
Творим благо	190
Искусство молитвы	193
Прощение как практика благочестия	200
Вопросы и ответы	207
Глава 6. Хочу знать, чего хочу	214
Чакра наслаждений	215
Причины напряжения в области второй чакры	217
Запреты на удовольствия	220
Возвращаемся из головы в тело, из которого мы убежали	222
Наслаждение по праву рождения	223
Отчего бывает путаница в желаниях	226
Разрешаем себе наслаждаться	227
Творим свой мир	229
Вести из мира: знаки имеют значение	233
Вопросы и ответы	234
Глава 7. Свобода желать	240
Привязанности и непривязанность	241
Согласиться с самой собой	246
Триста ваших желаний	247
Мне все можно!	250
Почему нам так трудно договориться с самими собой?	253
Умение не передумывать	266
Вопросы и ответы	


Глава 8. На связи с собственной душой.	275
Душа и тело: два участника одной игры.....	246
В попытке перекрыть поток.....	278
Жизнь тела или жизнь души — что важнее?.....	280
В каких отношениях ваши душа и тело?	283
Налаживаем энергообмен	287
Кое-что о «плохих» чертах.....	291
Очищение жизни или как найти своих	293
Ведущая эмоция души	298
Позитивные эмоции	303
Вопросы и ответы.....	316
Глава 9. Практики работы с внутренними образами и убеждениями	322
Где я в мире моей души?.....	322
Убеждения, которые нас ограничивают	330
Переделываем свои убеждения	333
Вопросы и ответы.....	345
ЧАСТЬ 3. Путеводитель по работе с ситуациями.	353
Глава 10. Ситуации, приносящие нам желаемое	356
Как мир говорит с нами: люди и ситуации.....	357
Что такое ситуация.....	360
Разжимаем пальчики и отпускаем прошлое	361
Карта ситуации	363
Элементы в карте ситуаций	363
Функции элементов	369
Послания элементов.....	372
Действуем в ситуации: поочередные ходы.....	374



Почему мы пытаемся влиять на ситуации и что из этого получится.....	381
Вопросы и ответы.....	375

Глава 11. Искусство действовать по ситуации.....	389
Как понять, что пришло время сделать свой ход.....	390
Законы развития ситуации.....	396
Согласиться с ситуацией — значит получить хороший результат.....	398
Соблазны и что с ними делать.....	401
Искусство правильно ждать.....	405
Чем заняться, пока ждем?.....	409
Главное — не идем на компромисс.....	413
Учимся не делать ничего лишнего.....	418
Вопросы и ответы.....	420

Глава 12. Планета, на которой сбываются желания ...	427
Мир, в котором мы родились.....	427
Благость, страсть и невежество.....	428
Чтобы мечты сбывались, нужно внимание, или Кое-что об аде и рае.....	431
Отказываться ли от желаний ради просветления?.....	432
Немножко квантовой физики для желаний.....	435
Любовь как практика нашей души.....	437
Возьмите это и будьте счастливы.....	443
Заключение.....	445





Вступление

*«Не борись, чтобы создать перемену,
которую ты хочешь видеть, —
будь этой переменной».*

Шри Атма Багаван

Сейчас я вам скажу самую главную вещь, которую вы узнаете из этой книги. Мы, женщины, живем в мире, где сбываются — если на них некоторое время сосредоточиться — все наши желания, в которые мы вкладываем нашу страсть. А всякая страсть, как говорят нам словари, это сильное эмоциональное чувство, сосредотачивающее на себе мысли, эмоции, желания человека.

Эта книга про то, что мир готов давать нам все, что мы желаем, чтобы наши души могли расти, получать свои уроки и подниматься в более высокие сферы. Это очень, очень важное понимание: мир не против нас, он за нас. Он для того, чтобы мы получали то, что мы хотим.

У вас, возможно, сейчас все немножко по-другому, и вы не уверены в надежности и щедрости мира вокруг. И эта книга даст вам все нужные состояния и понимание, как прийти к реализации любых ваших желаний с помощью женской силы.



А. Покатилова



Эта книга про четыре важные вещи: про женское — какова его природа и какие особенности есть у нашего способа получать желаемое.

Про силу как источник, который дает нам то, что мы хотим. Про разные наши женские состояния, которые к силе ведут.

Про наши желания: можно ли нам хотеть всего? Как желать правильно?

И, самое главное, как получать желаемое, не сражаясь и не требуя?

Тут не много теории, это книга состояний. Мы с вами научимся переходить во множество состояний, ведущих нас к тому, чего мы хотим. Я хочу передать вам их все и для этого иногда буду отвлекать ваши умные головы разными историями. Ведь когда мы, женщины, рассказываем и слушаем истории, мы наполняемся. И я расскажу вам разные истории, из которых вы сможете почерпнуть то, что вам нужно для развития вашего искусства получать желаемое.



A decorative border with intricate floral and scrollwork patterns surrounds the text. The border is composed of four main sections, one for each side of the page, with smaller decorative elements at the corners.

Часть 1

**Путешествие
в женский полюс**



Глава 1

Как по-разному мы желаем и получаем

Здравствуйте, мои хорошие! Я рада снова встретиться с вами. Поздравляю, вы заполучили в свои руки очень важную женскую книгу.

У нас с вами впереди удивительное путешествие, которое мы посвятим исследованию нашей женской природы и тому, как же мы можем строить свой мир и какой, собственно говоря, этот мир для нас. И как нам в нем плавать легко, без усилий, получая то, чего мы с вами желаем.

И для начала приглашаю вас вот тут написать свое самое заветное желание. То, чего вы больше всего на свете на сегодняшний момент хотите. Можно даже три написать, главное, чтобы эти желания были для вас очень манящими, очень влекущими.

Заветное желание:
