

Введение

— Только не говорите, что это все у меня в голове, — всхлипывала привлекательная особа неопределенного возраста.

На первый взгляд девушке можно было дать около двадцати пяти. Но если прислушаться к ее сложным речевым оборотам и внимательнее приглядеться к напряженному, перегруженному ответственностью и разочарованием лицу, то становилось понятно, что в стеклянном кабинете рыдает уставшая карьеристка средних лет.

— Я и без вас все это знаю, — продолжала она сквозь слезы. — Тренинги не работают! И себя я все еще не люблю, и у меня этот... как его... синдром. Ну, в общем, я вечно не соответствую должности, ожиданиям коллег. И даже муж как-то не так на меня реагирует в последнее время.

За окном давно стемнело. Вечерние пробки освещали улицы большого города, словно новогодние гирлянды. Смена сезонов, первая слякоть и попытки добежать до конца года, дожить до отпуска и начать новую жизнь с понедельника одинаково выматывали как наемных офисных фей, так и самостоятельных бизнес-леди.

Я смотрела на растерянную и растрепанную собеседницу и видела перед собой собственное отражение из прошлого. Те же слова, те же поставленные самостоятельно диагнозы. И так хотелось сказать, что все не так, что у нее нет синдрома самозванца, она не прокрастинатор и выход есть. Но коучи советов не дают.

— Может, водички? — спросила я голосом волшебницы из детских сказок. — Или чайку с конфеткой?

— С конфеткой? — удивленно переспросила молодая и привлекательная девушка. Лучики озорства и любопытства вдруг заиграли в ее глазах.

Она не сдержалась и вместо интеллигентного «Да, будьте добры, пожалуйста!» выдала то, что выдалось:

— Я хочу!

Мини-доза глюкозы и тепло ароматного чая расслабили мою собеседницу. Можно было начинать работу.

— Так какой же у тебя запрос, Алина? — обратилась я к клиентке.

— Да-а-а-а, если честно, я не знаю. Мне даже пожаловаться не на что, — пожала она плечами.

Девушка сделала очередной глоток чая, глубокий, пока прерывистый, вдох и, восстановившись после выплеска когда-то зажатых эмоций, перешла к логическим рассуждениям.

— Со стороны посмотреть, у меня не жизнь, а райский сад. Муж красавец, детки здоровые, работа высокооплачиваемая. Ну, может, не очень высоко, но стабильно оплачиваемая. Карьера идет в гору.

На долю секунды в комнате повисла тишина.

— Почему же мне так плохо?! — Алина закрыла лицо руками и была готова снова заплакать. — Я постоянно реву. В последнее время почти каждый день. Иногда подышу, помедитирую и перестаю. А иногда...

— А как бы ты хотела, чтобы было? — перебила я начинающуюся истерику.

— Я бы хотела знать, чего именно я хочу. Хотела бы снова радоваться тому, что есть, и легко получать то, чего пока нет, — в потоке мимо-

летнего вдохновения выпалила зареванная карьеристка. — Только бы понять, как это можно вернуть. Как снова стать счастливой?

— А как это для тебя — быть счастливой? Вспомни моменты, когда ты была в этом состоянии.

— Вы знаете, — задумалась Алина, — в детстве я мечтала стать балериной. Любила повторять движения танцовщиц в телевизоре. Меня не отдали в балет или даже на танцы. Я ходила в музыкалку и училась играть на баяне. И вот там, перед телевизором, я была счастлива. А на баяне — нет.

Снова тишина. Только тиканье настенных часов напоминало, как давно моя растерянная клиентка была счастлива.

— А еще я хотела поступить в театральный. Чтобы поближе к сцене, понимаете? А меня родители на экономиста отправили учиться. Это считалось более перспективной профессией, — девушка снова задумалась. — Может, и правильно. Вы только не подумайте, я очень благодарна папе с мамой за все, что они для меня сделали. Но счастлива я там не была.

Она встала и подошла к большому окну. Глядя на собственное отражение, как в бесконечную пустоту ночи, Алина продолжила:

— И когда замуж выходила, тоже не была счастлива. Была благодарна и рада, что муж у меня такой хороший. Но нет... Не счастлива. Я все делаю неправильно, да?

— А кем ты работаешь, Алина? — уточнила я.

— Руководителем отдела по работе с ключевыми клиентами. Если это вам о чем-то говорит.

Мне это говорило обо всем! О многочасовых совещаниях и дедлайнах (от англ. *deadline* — предельный срок), о погоне за мифическими целями и борьбе ради самой борьбы. Двадцать лет моего корпоративного

управленческого прошлого моментально дорисовали картинку ананеза клиентки.

— Спасибо. Я примерно представляю, что это за работа, — слегка улыбаясь, ответила я. — А чем бы ты хотела заниматься?

— Да откуда же я знаю? — ее глаза расширились от возбуждения. — За что мне еще будут платить? Я же больше ничего не умею. И все эти рассказы про деньги из воздуха, изобилие и энергию... Я верю, конечно, но мне нужно как-то конкретнее. Я просто хочу понять, как быть счастливой во всем. Если такое вообще возможно.

Деловая и растерянная одновременно, девушка развернулась от окна и с тоской и надеждой посмотрела на меня.

— Хорошо. Так и зафиксируем, — записала я повторяющийся уже во второй раз запрос. — Тогда что будет для тебя наилучшим результатом нашей работы?

— Научиться понимать, чего я действительно хочу. Именно я, а не дети, муж или начальство. Так можно? — сформулировала неожиданно для себя Алина то, во что сама боялась, но очень старалась поверить.

— Да!

— И что мы будем делать?

— Мы будем возвращать тебя себе. Учиться слышать голос твоей собственной истины.

Алина вытерла слезы и согласно кивнула. Так в этот день вновь началась моя любимая работа. Работа по возвращению женщины в состояние счастья.

Обо мне

Меня зовут Ирина Галь. Я женский коуч, карьерный наставник с двадцатилетним опытом управленческой работы в крупных

компаниях, магистр психологии, мастер Рейки и других энергетических практик.

К своим 39 годам я смело могу назвать себя «нормальной женщиной», которая прошла через развод, пахоту в найме, карьерные взлеты, сокращения и увольнения. Я дважды бежала из-под венца, эмоционально выгорала и восстанавливалась в ашрамах и аюрведических центрах. Получила четыре высших образования, проштудировала сто тысяч пятисот курсов по личностному росту, организовывала ретриты, проходила випассаны и еще кучу всего.

Зачем?

Возможно, для того, чтобы однажды честно себе признаться, что все ответы уже есть внутри нас самих, и написать эту книгу.

Но это не точно.

Я не верю в универсальные пособия по исполнению желаний и сама редко следую инструкциям. Поэтому эта книга не о том, как и что делать, чтобы все было.

Она позволяет погрузиться в себя и понять истинные желания, абстрагироваться от общественного мнения и навязанных идеалов, не испугаться и сделать первые шаги в новую счастливую жизнь. Даже если всем вокруг это не нравится.

Как читать

Как у нашей жизни нет специализации и узкой направленности, так и в этой книге нет жестких рекомендаций «как надо». Зато есть то, как точно «не надо». Моя героиня ошибается и разочаровывается, стесняется и винит себя во всех неудачах. Несмотря на должность, жизненный опыт и внешнюю уверенность в себе, она все еще верит в сказки. И очень старается найти свой путь к жизни мечты.

Читая эту книгу, честно признавайтесь себе, что вы испытываете к героям и описанной ситуации. Отслеживайте, что говорит ваш ум, как реагирует тело и на что откликается душа.

Задавайте себе вопросы: а как бы я поступила? А почему? А какая часть меня сейчас реагирует?

А если вам не нужны сейчас перестройки и революции в собственной жизни, просто насладитесь ироничными и искренними героями, историей любви, приправленной офисными сплетнями и корпоративными играми.

Конечно, все имена были изменены, а любые совпадения событий не более чем случайность. Единственное и самое главное имя, которое я решила сохранить оригинальным, — имя моей мамы. Именно Светлане Ильиничне я и посвящаю эту необычную и суперпозитивную книгу.

Мама, ты с детства тренировала меня быть счастливой. Выдергивала странички с двойками из моего дневника, чтобы я не расстраивалась из-за плохих оценок. Танцевала каждое утро перед зеркалом под странную советскую музыку и любовалась собой. Ты съедала серединку арбуза большой ложкой, объясняя это тем, что так вкуснее, покупала игрушки не только нам с сестрой, но и себе. И теперь я понимаю, что значит проявлять любовь к себе.

Благодаря тебе я знаю, что счастье — это навык, который можно натренировать, если изменить отношение и интегрировать правильные привычки в ежедневную рутину.

В эту книгу я включила только проверенные и безопасные методики самокоучинга и техники позитивного мышления, которые помогают мягко и экологично менять жизнь. Просто получайте удовольствие от процесса «распаковки» истинной себя.

Лучшее время — сейчас!

Часть I

НОРМАЛЬНАЯ

Глава 1

Моя идеальная свадьба

Составить пошаговый план, пройти двадцать развивающих курсов, отправить запрос на изобилие во Вселенную, написать заявку астрологу и не забыть отметить статус выполнения проекта «Моя жизнь» на диаграмме Ганта. Именно с такого подхода к самореализации началась моя история возвращения к себе длиной в один год.

«На этот раз я все делаю правильно! Я в ладу с собой. Моя жизнь течет так, как я хочу» — звучала в моей голове позитивная аффирмация.

Мы подали заявление в ЗАГС. Я снова собираюсь замуж. Чувство удовлетворенности от пройденного пути и достижения желанного результата почесывало мое самолюбие.

Астролог предложила всего несколько дат для создания счастливой семьи в этом году. Точнее, даже несколько конкретных часов. Ближайшие уже через два месяца. А потом только через полгода. Времени оставалось совсем мало. Возникла необходимость составления пошагового плана действий.

Я прибежала в летнее кафе. На террасе было многолюдно. Разместившись за столиком в углу, я распаковала новенький, только что купленный блокнот, озаглавила его: «Моя идеальная свадьба».

«Потрясающее платье невесты, идеальное обручальное кольцо, лучший фотограф» — появились на первом листе три главные составляющие.

Ах да... ЗАГС, который готов нас расписать в тот самый сорокаминутный промежуток 13 сентября.

Я бы сказала, что все эти астропрогнозы — бред сивой кобылы, если бы информация от моего астролога не сбывалась уже несколько лет подряд. Этот человек, который никогда не знал и не видел меня, рассказал про мое прошлое больше, чем я сама могла вспомнить.

Но если пространство посылает тебе инструменты познать мир, нужно ими пользоваться. Астрология — один из таких тулов (от англ. *tool* — инструмент). Почему бы не повысить вероятность счастливого брака, если есть такая возможность?

Я интенсивно принялась за дело.

Евгений, так звали моего избранника, был классическим москвичом. Из интеллигентной семьи, с двумя высшими образованиями. Высокий стройный брюнет с длинными ногами, длинными волосами. К сорока годам он все еще был свободен.

Родители Жени жили в загородном доме недалеко от Москвы. Сам жених прекрасно себя чувствовал в однушке в Тушино и питал к ней особо трепетные чувства, так как вырос в этих апартаментах на руках у любимой бабушки. Рассекая по выходным на темно-зеленой «ниве», он часто напоминал мне о том, что я не знаю реальной жизни. Что моя служебная тачка, мягкое кресло под попой в офисе корпорации и в целом привольный образ жизни — счастливая случайность.

Евгений был уверен, что без связей в нашей стране никуда не пробиться, и с любопытством изучал мой феномен успешной женщины из глубинки. К провинциалам у него было особое отношение, которое подкреплялось вескими обоснованиями типа «мы, москвичи, могли получить те самые крутые рабочие места в корпорациях, если бы не приехали наглые провинциалы и не отобрали законное и по рождению положенное».

Появление меня в жизни семьи Евгения было загадкой века и шоком для родителей. Но при этом они не обладали таким же категоричным мнением о людях из менее крупных городов, как их единственный сын. А в маму Женьки я была просто влюблена. Мне даже казалось, что замуж я выхожу за нее. И я бы сказала «да».

Вся многочисленная семья жениха жаждала прилюдно женить последнего холостяка. По скромным оценкам его родителей, нашу свадьбу планировали почтить своим присутствием от шестидесяти до восьмидесяти человек со стороны жениха и от десяти до пятнадцати родственников и друзей невесты.

На подачу заявления оставалась всего пара дней. Вопрос с ЗАГСом переходил в красную зону — «срочное и важное».

Среди Дворцов бракосочетания Москвы был обнаружен очень милый экземпляр в одном из крупнейших московских парков. По счастливой случайности моя троюродная тетя водила дружбу с коммерческим директором. Я не откладывая набрала ее номер.

Правило шести рукопожатий сработало, и уже через час за нами было зарезервировано окошко в нужный день и в астрологически правильный час. Оставалось подойти в администрацию ЗАГСа и подать документы. Договорились, что в ближайшие выходные будущие брачующиеся подтвердят свое намерение быть мужем и женой личным присутствием.

«Ну вот опять. Слушаем веды, читаем веды и забываем веды. Вперед всех бежим организовывать свое счастье, — вздыхала я. — Ну нет у Женьки ни связей, ни денег, чтобы организовать это самому. Должна же быть выручка и взаимопомощь в семье. Он сделает что-то другое эффективнее. Машину организует или рестик сам закажет и все спланирует. Но это хороший знак, что все идет как по маслу. Очевидно, что пространство помогает», — поставила я финальную точку в сомнениях и метаниях.

Только одна мысль не давала мне покоя. И с каждым днем степень ее значимости нарастала в геометрической прогрессии.

Я не хотела классическую русскую свадьбу.

Картинки застолья с тамадой, выкупа невесты и распятой на автомобиле куклы вызывали у меня слезы разочарования. От этих мыслей желание составлять план куда-то исчезало. Идеальное кольцо с дорожкой из бриллиантов растворилось на фоне оливье и криков «горько».

Закрыв почти совсем чистый блокнот, я решила, что нужно как-то доставить себе удовольствие. Срочно полюбить себя.

«О да! “Наполеон”!!!» — мои мысли погружались в сладостный мир заварного крема.

И вот он уже летел ко мне. Такой воздушный, нежный и обманчиво легкий. Официант спустил это чудо на стол, и... мир вокруг перестал существовать.

Совість попыталась проснуться. «Э-э-э... Вечер, калории, сахар... Побереги попу», — пропищало едва заметно что-то внутри. Но мне было уже все равно. Эндорфины застилали пеленой удовольствия мой беспокойный мозг.

«Сейчас меня мучает чувство вины за нежелание играть большую свадьбу, а завтра будет терзать мысль, что я безответственно отношусь к своему телу и заедаю стресс», — медленно подносила я вилку с кусочком торта ко рту.

«Нужно срочно придумать, как простить себя или как отработать оба аргумента обвинения одновременно», — в голове рождался план вынесения оправдательного приговора.

«Может быть, стресс от осознания угрожающей мне свадьбы сжест кусочек “наполеона” до того, как я его заказала? Хм. А если я еще

раз подумаю о рюмашке за молодых и представлю конкурс среди гостей?» — продолжался внутренний диалог суда присяжных заседателей.

..Пивной ресторан в баварском стиле. Чучела мертвых птиц уставились на меня с бревенчатых стен. Столы буквой П. На стуле в центре зала сидит мой будущий муж. Музыка. Трое мужчин в женских париках выходят из-за кулис. Один за другим они начинают соблазнительно вилять бедрами. Кто-то кокетливо поглаживает себя по груди. Некоторые участники переходят в любовную атаку и, медленно пританцовывая, дотрагиваются до колен жертвы. Муж, конечно же, узнает в них своих верных друзей. Смеется и начинает подыгрывать. Гости в экстазе аплодируют, освежают рюмашки и подбадривают соревнующихся...

«Пожалуй, одного куска пирожного было недостаточно», — подумала я, делая протяжный выдох. Обвинение в неосознанном тортопотреблении было снято. А вот справиться с чувством вины за несовпадение желаний было сложнее.

Неужели я не могу потерпеть три-пять часов тусовки родственников ради счастья любимого?

Следующим утром мне нужно было вылетать в командировку, и я приняла волевое решение прекратить рассуждения на тему свадьбы и выдвигаться из кафе в сторону дома.

Меня ждал Париж!

Глава 2

Неслучайные встречи

Никогда не знаешь, как выбор посадочного места в самолете может повлиять на всю твою жизнь.

«Уважаемые пассажиры, вылет вашего рейса номер 856 компании “Жуковские авиалинии” задерживается до восьми часов пятнадцати минут. По причине позднего прибытия самолета...» — встретил меня громкий голос аэропорта.

Сделав глубокий вдох, мы вместе с коллегами по чемоданному настроению ринулись преодолевать преграды сканеров. Для меня это был вход в параллельный мир. Как бы квест, который нужно пройти для получения доступа к благам цивилизации.

Мы дружно открывали рабочие ноутбуки один за другим. Выдерживали ремни из петлиц, похлопывали себя по попе, чтобы убедиться, что в карманах джинсов ничего не будет звенеть. Особо модные дамочки снимали шпильки с как будто длинных ног и укладывали смертельное оружие обольщения в пластиковые контейнеры на движущейся ленте.

Мне всегда было интересно: почему нельзя проносить колющие, режущие предметы в ручную кладь, а двенадцать сантиметров сексуальности не вызывали никакого подозрения?

Возможно, правила досмотра были придуманы женщиной. Она точно знала, что изъятый у мужчины антикварный перочинный ножик

никогда не вызовет такой же скандал, как запрет на «пронос» классических лодочек в зону беспощинной торговли российских авиахабов.

Честно говоря, я не была исключением и, несмотря на все сложности «сняли-надели», «сели-встали», «подождите, я бегу», старалась подчеркивать свою принцессность элегантной обувью. Часто это раздражало моих спутниц, но всегда добавляло внимания противоположного пола.

Так, после прохождения теста на соответствие званию «пассажир», я приблизилась к зоне паспортного контроля. Молодой серьезный сотрудник в кабинке контролера несколько раз пролистал все странички паспорта. Взглянул на главный разворот с фотографией. перевел глаза на меня. снова посмотрел в паспорт и замер в недоумении.

— Это ваш паспорт? — без единого намека на шутку спросил он.

— Да, конечно, — ответила я, оторвавшись от рассматривания себя в отражении защитного стекла кабинки.

— Назовите город, в котором вы родились, — его голос повторил суровое выражение лица.

— Куйбышев, — мой ответ прозвучал немного тише, чем я планировала.

— У вас есть еще какой-то документ, подтверждающий личность?

— Да, конечно. Российский паспорт, — я потянулась в маленькую сумочку кросс-боди за удостоверением собственной личности.

В этот момент в пространство за стеклом вошла очаровательная блондинка с ярко-голубыми глазами. Форма сотрудника тамошни ненавязчиво подчеркивала плавные изгибы ее тела. Мой контролер перевел взгляд на нее. Девушка как будто прочитала мысли своего коллеги. Посмотрела в мой паспорт. Потом на меня и снова на фото.

— Листай, — спокойно и даже ласково произнесла она.

Парень начал перелистывать страницы документа. В стекле отражались печати разных стран. Сменяющие друг друга визы. Выражение его лица сменилось на удивленное. Стал считываться интерес. Губы девушки натягивались в едва заметную улыбку. Все действие происходило в полной тишине. И только люди в очереди позади меня начинали все громче комментировать «безобразия» происходящего.

— Вот тут останови. Назад. И снова предыдущую покажи, — попросила блондинка.

Они оба улыбнулись. Точнее, почти засмеялись, отслеживая метаморфозы моей внешности за последние десять лет.

И я точно знала, что именно их веселит.

Это все из-за дурацкой фотки на загранник. Я тогда была еще брюнеткой. Накануне получения паспорта я рассталась с очередным бойфрендом. Проревела всю ночь. Примчалась на работу не в самой лучшей форме и оттуда понеслась делать фото. Волосы немного растрепались. Расчески не было и настроения прихорашиваться тоже. «Получится как получится», — подумала я, и «вылетела птичка». Помню, как в одной из корпораций моя подчиненная увидела первую страничку с фото. Она аж прихрюкнула от смеха.

Для получения очередной визы нужна была копия паспорта, она сделала две. Одну отдала на оформление, а вторую повесила себе перед рабочим столом оборотной стороной и сказала: «В следующий раз, когда ты будешь ругать меня и мне будет стыдно, что я не суперпрофессионал, я буду переворачивать твою фотку...» И, снова прихрюкнув, рассмеялась.

— Вам очень идет быть блондинкой, — возвращая мне паспорт с отметкой о прохождении границы, как бы серьезно произнес контролер.

— Спасибо, — ответила я, смущаясь. — Это просто фотка не очень удачная, — и постаралась как можно быстрее скрыться за ограждением.

Через сорок минут мы вместе с изящными европейками соединились в гусеницу живой очереди на посадку.

Нежный французский флер наполнял воздух воздушного судна. Тарахтящее «р-р-р» и глубокое носовое «н-н-н-н-г» доносились с соседних кресел. Восторг и детское счастье от исключительности момента. Каждая секунда, каждый кадр происходящего будоражили и вдохновляли. Я летела в Париж! Или нет... Не совсем так... Я просто летела!

Каждый раз в самолетах меня посещает именно это чувство. Когда знаешь, что такое «здесь и сейчас». Нет ни прошлого, ни будущего, просто наблюдение себя во времени и пространстве. Звучит странно. Но это очень приятное ощущение.

Мои локти касаются подлокотников кресла. Правое плечо прижато к прохладной стенке с иллюминатором. Немного подвигала икроножной мышцей. Напрягла ягодичи и по-кошачьи потянулась. Тело на месте. Начинаю наблюдать за внешним миром.

Пассажиры медленно продолжали движение в глубь салона. Самолет был небольшой. Три кресла справа и три кресла слева. Я вглядывалась в лица проходящих мимо людей. «Кто же из них станет моим попутчиком? Кого сегодня жизнь посадит на соседние кресла?» — пыталась угадать я. И как только эта мысль улетучилась из моей головы, на сиденье посередине плюхнулся молодой парень лет пятнадцати. Рядом с ним, в проходе, приземлился большой мужчина под два метра ростом, плечистый, в хорошей физической форме. Дорогие очки без оправы и гладкая голова с легким намеком на бывшие волосы выдавали в нем интеллигентного мужчину с хорошим темпераментом. Джинсы и кашемировый джемпер темно-синего цвета идеально сочетались с коричневым кожаным рюкзаком для деловых поездок. Большие руки, пронзительный взгляд, уверенные движения. Передо мной был явный лидер и неординарная личность пятидесяти или пятидесяти пяти лет.

Теперь мы наблюдали за движением пассажиропотока втроем. Старший бортпроводник объявил окончание посадки. Большая часть путешественников уже заняла свои места в ожидании полета. Наша троица уткнулась в заранее приготовленные гаджеты. Парнишка открыл видеоигру, лидер развернул газету РВК, а я приготовила карандаш, чтобы подчеркивать незнакомые английские слова в любимом романе.

— Простите, пожалуйста, мужчина, вы могли бы мне помочь? — неожиданно прозвучал громкий женский голос в непосредственной близости от нас.

Нарядная особа остановилась возле мужчины в соседнем ряду. Черная кожаная куртка, белая футболка с надписью *Be my king* («Будь моим королем») из стразов, по-модному подранные джинсы характеризовали девушку как человека, следящего за модой и увлеченного собой. Красные губы притягивали взгляд не меньше, чем обтянутые пухловатости тела. Аккуратное пергидрольное каре обрамляло волевой подбородок и открывало длинную шею. На вид ей было около сорока пяти. Ухоженные руки. Уверенный взгляд. Хорошего качества одежда. В целом образ был завершенный и, я бы даже сказала, привлекательный. Сто процентов пассажиров на ближайших трех рядах по обе стороны от прохода оторвались от своих дел и подняли глаза.

— Мужчина! Мужчи-и-и-на-а-а! — чуть более громко повторила она. — Мне нужна ваша мужская помощь.

Единственным человеком, не обратившим внимания на нарядную особу, был как раз тот самый мужчина, которому посчастливилось стать ее соседом.

Пассажир вздрогнул и поднял голову. Его лицо оказалось ровно напротив надписи на футболке девушки. Счастливчик явно не ожидал увидеть такой крупный шрифт переливающихся английских букв и немного смутился.

— Вы такой сильный! А у меня очень тяжелый чемодан. Помогите мне, пожалуйста, закинуть его на багажную полку. — Глубокий вдох. Расширение грудины. Медленный плавный выдох.

Это йоговское упражнение сопровождается определенными спецэффектами. Футболка немного натянулась. Грудь приподнялась. Мужчина встал с кресла.

— Конечно, — спокойно и немногословно ответил он.

Чемодан был уже на багажной полке, а очередь в проходе продолжала ожидать возможности продвинуться дальше к своим местам.

— Вы такой молодец! Вы настоящий мужчина! Сразу видно, что на вас можно положиться! Большое вам спасибо! В наше время так редко можно встретить настоящего мужчину! — громко и нараспев завела шарманку нарядная особа.

Наша троица с любопытством наблюдала за происходящим. Лидер даже приподнял очки на лоб и оторвался от чтения бизнес-новостей. Малой проявлял меньшую заинтересованность. Но даже он к концу второго акта не смог остаться равнодушным и нажал на паузу в планшете.

Услышав песнь «во славу героя», мой сосед потерял интерес и снова уткнулся в газету. Парнишка взглянул в сторону старшего товарища и повторил за ним. Теперь оба увлеченно занимались своими делами.

Девушка водрузилась на свое законное место. Остальные пассажиры проследовали в глубь салона. А я задумалась, что же именно она сделала не так.

Мне невооруженным глазом было видно, что модница отрабатывала одну из техник развития женственности. Важным шагом на пути к обретению спутника жизни было умение просить. А если конкретнее, то в любой книге об отношениях женщины и мужчины, об искусстве построения счастливых отношений, о развитии женственности

Оглавление

Введение	5
Часть I. Нормальная	11
Глава 1. Моя идеальная свадьба	13
Глава 2. Неслучайные встречи	18
Глава 3. Пробуждение души	35
Глава 4. Это не миссия, это работа	46
Глава 5. Розовые очки	52
Глава 6. У всех свои пингвинчики	63
Глава 7. О чем молчит подсознание	80
Часть II. Игры в матрице	93
Глава 1. А так хотелось быть нормальной!	95
Глава 2. Аффирмации, вибрации и другие провокации.....	106
Глава 3. Где найти своего Шрэка	112
Глава 4. Он что — человек?	121
Глава 5. Побочка наполненности	129
Глава 6. Спасательные шлюпки	142
Глава 7. Сплетни и вертихвостки	152
Глава 8. День Венеры	165
Глава 9. Положите мне что-нибудь в рот	182
Глава 10. Пахать как Мама Карло	195
Глава 11. Ура, все кончено!	205
Часть III. Нарушая границы. Пробуждение	221
Глава 1. Гармония вопреки	223
Глава 2. Синдром рваного сапога	237

Глава 3. В отношениях с собой	250
Глава 4. Мир между прошлым и будущим	262
Глава 5. Сила из страхов	274
Глава 6. Мозг не всегда прав	284
Глава 7. Ты авантюристка, и я тебе завидую	294
Глава 8. Мы ничего не контролируем	306
Глава 9. Стартуем	313
Заключение	328
Благодарности	330