



13 женских правил счастливых отношений с сильным мужчиной

Алекс Поляков

Коуч по осознанным
отношениям, создатель
идеологии “Верность себе”



1. Люби себя

§ знай, что ты достойна лучшего мужчины, только с ним ты будешь по-настоящему счастлива

§ любовь к себе – это не просто состояние принятия себя такой, какая ты есть, но еще и требовательность к себе: к своей внешности, к своему настроению, к своему поведению

§ не экономь на себе, ухаживай за собой, наслаждайся собой, ты этого заслуживаешь

§ уважай себя и свое достоинство: не позволяй унижать себя, но делай это не через жесткость, сопротивление и конфликт, а через спокойное объяснение своих границ и, в крайнем случае, через уход и дистанцирование

2. Отдавай

§ заряжай отношения своей любовью и всем спектром положительных эмоций

§ наполняй своего мужчину, даря ему всю свою женскую энергию, которой ему так не хватает

§ не сдерживай ласку, радость, восхищение и трепет перед своим мужчиной, это не трансляция зависимости, а фундамент

§ будь раскрепощенной и свободной, веселой и эмоциональной

§ отдавай своему мужчине всю свою любовь и помни: женщина – основа отношений



3. Будь понимающей

§ строй отношения на понимании природы своего мужчины

§ не осуждай и не критикуй, помни, что все могут ошибаться, даже сильный мужчина

§ будь той, которая готова выслушать и дать мудрый (!) совет, но не докучай разговорами о чувствах и не лезь к мужчине в душу

§ мужчина – существо иное, не оценивай его поведение со своей колокольни, просто знай, что если он с тобой – ты ему нужна, а это главное

4. Будь активной

§ твоя активность – демонстрация жизненной силы, здоровья и оптимизма, на подсознательном уровне это привлекает мужчин

§ если рядом с тобой сильный мужчина, он всегда высоко оценит и поддержит твою энергию

§ активность – лишний повод провести время вместе с любимым интересно и разнообразно

§ удивляй себя и своего мужчину, будь немножко хулиганкой всегда высоко оценит и поддержит твою энергию



5. Не ограничивай мужчину

§ помни, что свобода – высшая ценность настоящего мужчины, ей он дорожит сильнее всего

§ реализуясь из состояния свободы, мужчина усиливается(!) и ценит женщину, которая обеспечивает ему такую возможность

§ ограничения формируют подсознательные блоки, которые приводят к росту напряженности в отношениях, и как следствие к конфликтам

§ чем меньше ограничений, – тем сильнее притяжение



6. Развивайся

§ чтобы построить долгосрочные отношения люди должны быть интересны друг другу

§ развиваясь и повышая свой интеллектуальный уровень, ты сможешь стать для своего мужчины полезным и незаменимым советником, за что он еще больше будет ценить тебя

§ всегда интересуйся чем-то новым, загорайся этим и повышай еще сильнее уровень своей женской энергии



7. Поддерживай своего мужчину

сильный мужчина, как правило одиночка, поэтому очень высоко ценит преданность и поддержку

§ никогда не сомневайся в его силе и транслируй ему это, не стесняйся

§ выражай готовность принять любое его решение, это вселит в него уверенность в себе и в тебе

§ транслируй в общении независимость твоего отношения к нему от любых внешних обстоятельств (прежде всего материальных), не бойся, что это его демотивирует, – все работает как раз наоборот



8. Меняйся

§ даже самое красивое со временем надоедает, поэтому меняй прическу не реже 1 раза в год

§ регулярно корректируй стиль и цвет волос, но подходи к этому ответственно, каждый следующий образ должен быть лучше прежнего

§ следи за модой и не бойся перемен, будь смелой, экспериментируй

§ меняй поведение в сексуальной жизни, будь разнообразной и раскрепощенной, мужчины об этом мечтают, поэтому не стоит бояться

§ помни, что внимание человек обращает на все необычное, поэтому меняйся, и внимание твоего мужчины всегда будет на тебе

9. Уважай своего мужчину

§ помни, что уважение для сильного мужчины крайне важно, и в отношениях он автоматически ждет от тебя максимального уважения



§ не путай уважение и подобострастие, уважение к мужчине и его демонстрация всегда будут восприняты естественно и очень положительно, как самим мужчиной, так и всем вашим окружением

§ если твое мнение верное, но противоречит мнению мужчины, помни, что на кону уважение, и эта ставка намного выше, чем твоя победа в незначительном споре

10. Цени его пространство

§ мужчина и его время – это не твоя собственность, обеспечь возможность мужчины самостоятельно распоряжаться собой и своими ресурсами

§ не забывай, что отношения могут быстро испортиться и даже закончиться, и твое чрезмерное присутствие в жизни мужчины может сильно ускорить этот процесс

§ формируй такие отношения, чтобы мужчина мечтал каждую минуту проводить с тобой, но не требуй этого и не расстраивайся, если это пока не так



11. Не слушай подруг

§ во-первых, лучше всего знает, как тебе поступить, только один человек – ты сама, а точнее твое сердце, слушай его, там все верные ответы

§ во-вторых, если рядом с тобой настоящий сильный и любящий мужчина, и твое сердце говорит, что он именно такой, то слушайся его без лишних мыслей, и будешь действительно счастлива и наполнена

§ правда жизни в том, что никто не знает истины, но зато часто люди испытывают зависть, преследуют свои интересы и просто ошибаются, поэтому меньше советуйся с подружками и прочими советчиками, и вообще поменьше проводи с ними время, лучше инвестируй энергию в себя и в отношения



12. Наслаждайся процессом

§ женщина создана для наслаждений и удовольствий, любви и комфорта, и отношения – сфера, которая призвана быть источником всего этого

§ помни, что ты всегда можешь уйти из отношений, которые тебя не устраивают, поэтому находишься в отношениях, только если они приносят тебе наслаждение, и кайфуй от процесса

§ важно понимать при этом, что достойные сильные мужчины на дороге не валяются, поэтому всегда стоит попытаться сохранить отношения с таким человеком

§ мужчина всегда высоко оценит такую независимость женщины, при условии соблюдения тобой всех приведенных правил счастливых отношений



13. Прими свою природу

§ женское счастье немыслимо без любви: к себе, к ребенку и к мужу, это женская реализация, которая приводит к женскому счастью

§ карьера, развлечения, деньги, мерседесы и прочий хлам – не приводят к женскому счастью

§ муж, семья и дети – истинные цели, которые необходимо ставить в приоритет, все остальное – вторично

§ это женская природа, сформированная миллионами лет эволюции, помни это всегда и будешь счастлива



Спасибо!



Если у вас есть дополнительные вопросы, не стесняйтесь отправлять личные сообщения в телеграм: [@alex_soulevo](https://www.instagram.com/alex_soulevo)