



У меня есть Я

или

Как это «любить себя»?



Менский Мреничи



Во многих книгах пишут: «полюбите себя».
На тренингах говорят: «Причины неудач – в нелюбви к себе».

Но что такое - любить себя?

Значит ли это, что нужно каждый день говорить себе по 200 приятных слов?

Или - что нужно ежедневно гладить свое тело перед зеркалом?

Или - улыбаться своему отражению?

Что же нужно делать, чтобы полюбить себя?

Я предлагаю Вам начать не с внешних методик, а **ВЕРНУТЬСЯ К ОСНОВАМ ЛЮБВИ.**

Ведь Любовь – это величайшее сокровище мира. БОГАТСТВО.

Это Божий дар, в поисках и умножении которого человек проводит всю жизнь...

Одно из главных свойств сокровища – это его ценность. Его **ДОСТОИНСТВО.**

Пока мы не осознаем собственную изначальную ценность, нет смысла говорить о любви к себе!





Особенно это актуально для русских женщин. Для девочек, воспитанных советскими родителями. Для тех, у кого множество детских травм. Для тех, у кого сложные женские ситуации.

Такие женщины (а нас - большинство) думают о любви к себе так:

- Любовь к себе – это гордыня, а значит, грех.
- Я же люблю себя, значит, я достойна всего самого лучшего.

Обе эти «истины» ничего общего с Любовью не имеют.

Первая развивает в женщинах чувство вины и собственной никчемности - это позиция самоуничужения. Женщины с такой внутренней установкой позволяют мужчинам с собой обращаться жестоко и грубо.

Вторая позиция – это и есть в чистом виде гордыня, которой панически боятся женщины с первой установкой. Гордыня, которая разрушает наши отношения с людьми и мешает Любить. Именно женщины с такой установкой «вершат судьбы», с легкостью разбивают сердца, унижают и терроризируют близких.

Тогда где же она? И вообще, зачем она нужна?



Зачем нужно любить себя???

или

Зачем Вам нужно идти на этот тренинг?



- Чтобы выстроить здоровые отношения.
- Чтобы реализовать свой потенциал.
- Чтобы позволить себе заниматься собой.
- Чтобы получать любовь.
- Чтобы дарить любовь.

Хочу сразу предупредить: любовь к себе – это не боевой флаг, под которым Вы выстроите свои никуда не девшиеся мужские качества и снова ринетесь в бой, доказывать, что Вы достойны другого отношения в себе, что Вы – Женщина.

Извините, но вынуждена разочаровать. Как говорила Маргарет Тэтчер: *«Если Вам приходится доказывать другим, что Вы - леди, значит это не так».*

Подумайте, ведь птица никому не доказывает, что она птица. Это сразу видно.

Если окружающие не видят вашей женственности, значит, скорее всего, ее нет. Вам может казаться, что она у вас есть. Ведь вы, возможно, носите платья, делаете макияж, надеваете украшения. Вы выполняете в доме всю женскую работу, занимаетесь женскими делами. Внешнего облика недостаточно. Механического выполнения обязанностей мало.



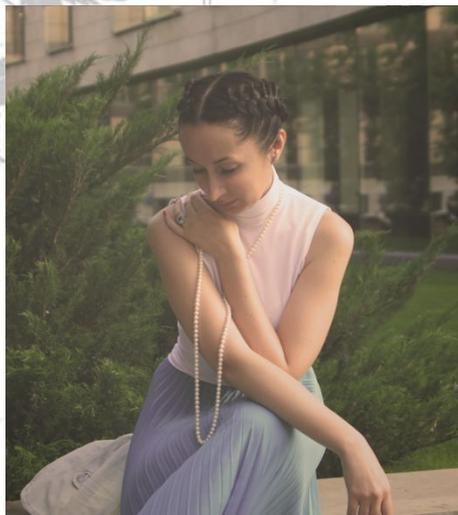
Женская сила проявляется не в том, ЧТО мы делаем, а в том - КАК. Когда в каждом движении, в каждом поступке – Любовь. В каждом действии – забота и желание помочь. И при этом – когда всегда готова принять чью-то помощь, покровительство, защиту.

Любовь – это работа, это труд, это действия...

Любовь – это постоянная чуткость, неустанное внимание. Только познав это чувство по отношению к себе, Вы сможете любить других и получать любовь в ответ.

Вот ради того, чтобы начать Любить, и стоит прийти на этот тренинг...





Ведущая тренинга – *Алёна Амадо*

Образование высшее.

Опыт работы:

10 лет ведения тренингов личностного роста
4 года мастер Академии Взаимоотношений
Олега и Евгении Фроловых.

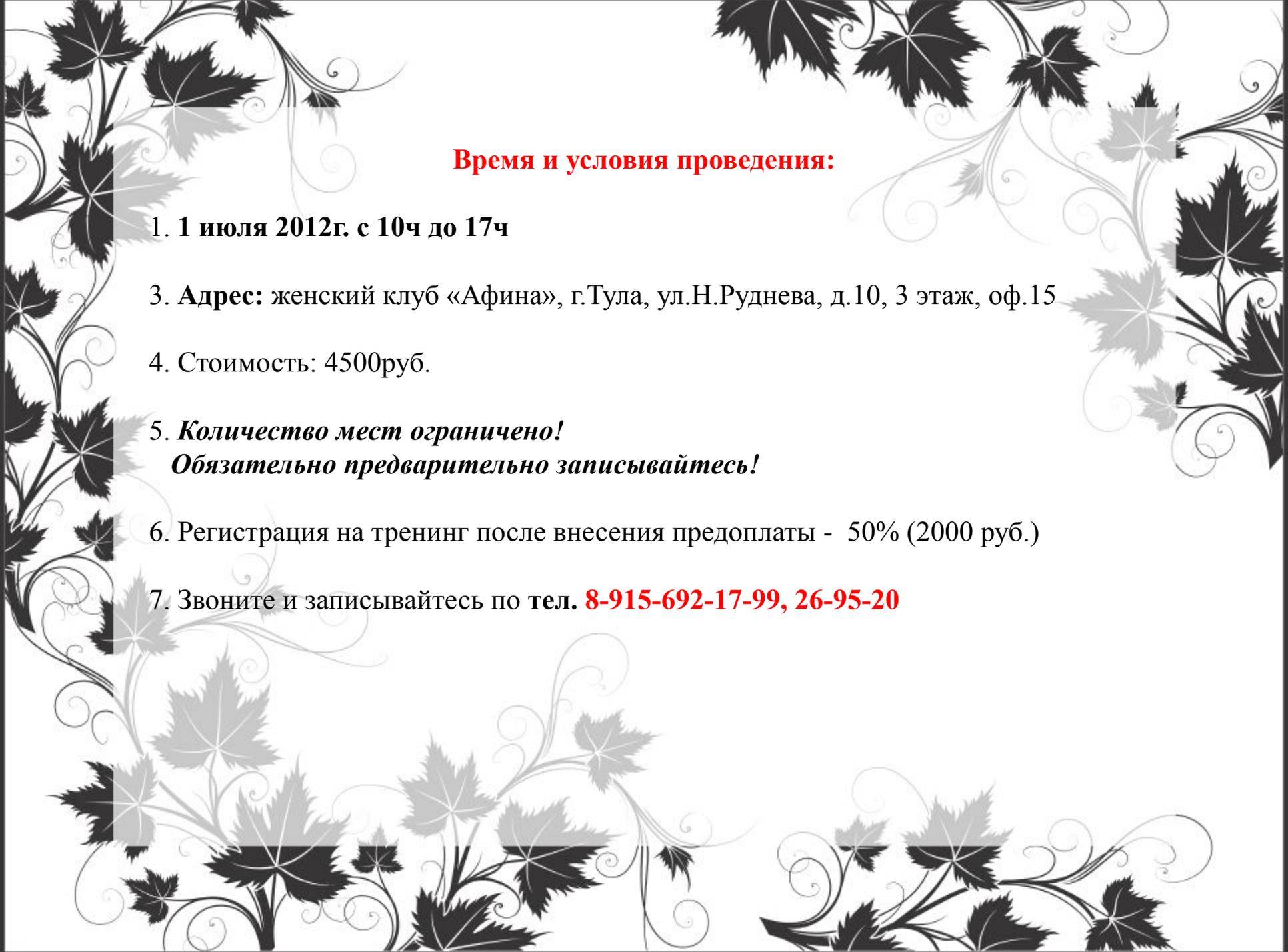
О своей работе:

«Книжные магазины завалены книгами о том, как быть стервой, как влюбить в себя, женить на себе, обмануть, развести. Складывается ощущение, что в разгаре Третья мировая – Война полов.

Мужчины читают о том, как развести девушку на секс и не жениться.

Женщины - о том, как заткнуть мужчину за пояс и подмять под каблук.

А вот как Женщине вернуться к себе, своей женственности, природе, принять и понять себя, наконец, полюбить себя – этому не учили уже несколько поколений... Поэтому так мало людей со счастливыми глазами...»



Время и условия проведения:

1. **1 июля 2012г. с 10ч до 17ч**

3. **Адрес:** женский клуб «Афина», г.Тула, ул.Н.Руднева, д.10, 3 этаж, оф.15

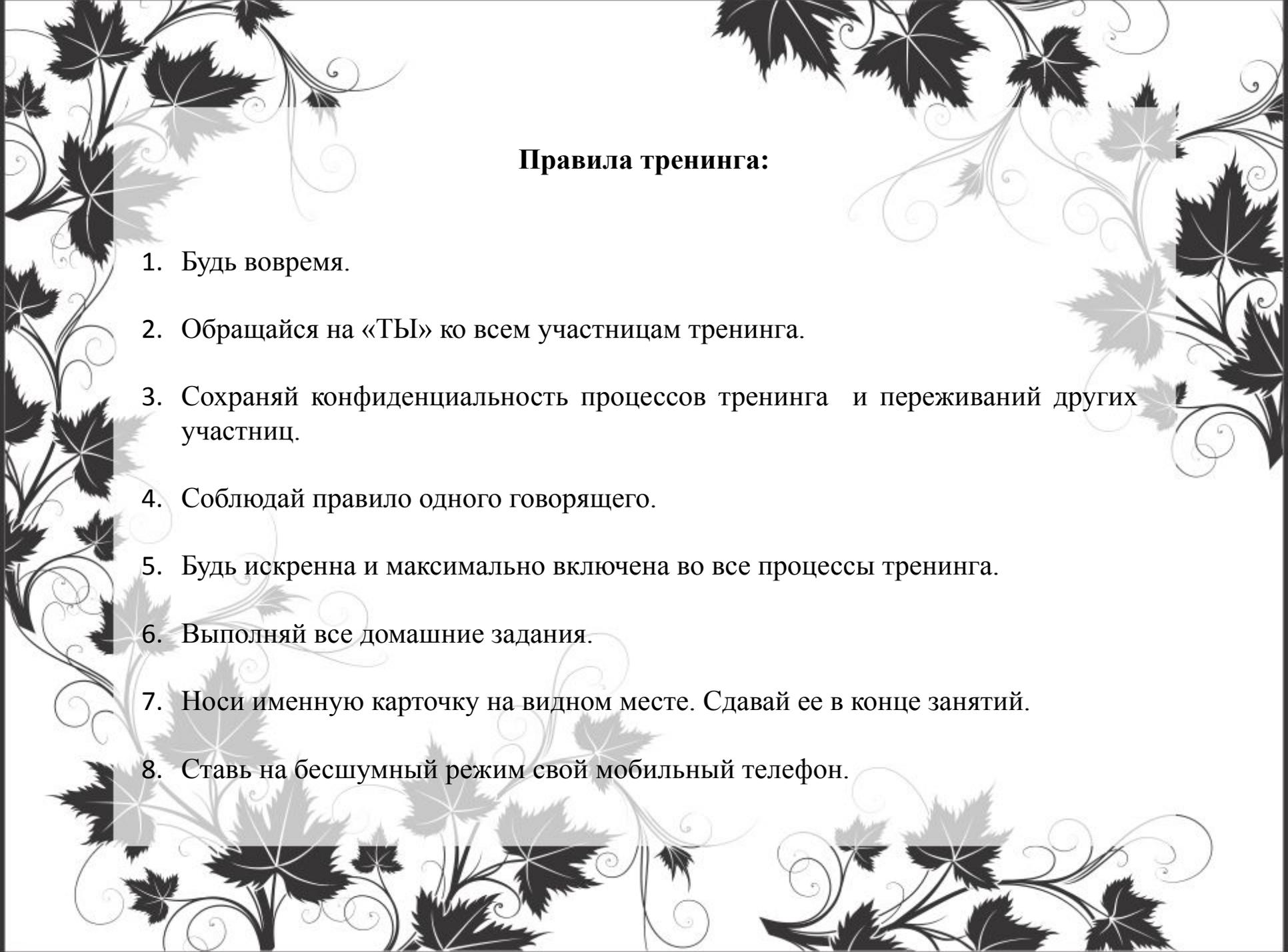
4. **Стоимость:** 4500руб.

5. ***Количество мест ограничено!***

Обязательно предварительно записывайтесь!

6. **Регистрация на тренинг после внесения предоплаты - 50% (2000 руб.)**

7. **Звоните и записывайтесь по тел. **8-915-692-17-99, 26-95-20****



Правила тренинга:

1. Будь вовремя.
2. Обращайся на «ТЫ» ко всем участницам тренинга.
3. Сохраняй конфиденциальность процессов тренинга и переживаний других участниц.
4. Соблюдай правило одного говорящего.
5. Будь искренна и максимально включена во все процессы тренинга.
6. Выполняй все домашние задания.
7. Носи именную карточку на видном месте. Сдавай ее в конце занятий.
8. Ставь на бесшумный режим свой мобильный телефон.

A decorative border of black leaves and vines on a white background. The leaves are stylized with serrated edges and prominent veins. The vines are thin and curling, creating a delicate, ornate frame around the central text.

Я люблю... Себя!