# Наполнись энергией-прокачай женственность

Женственность нам подарена с рождения, её полезно постоянно подпитывать, поддерживая гармонию внутреннего мира. Но влияние жёстких социальных норм, правил, переживание жизненных обстоятельств приводит к стрессу.

Напряжение способствует оттоку женской энергии. Утром бежим работать, спешим приумножить бюджет, стать независимыми, вечером со всех ног мчимся домой- прибраться, приготовить ужин, поиграть с детьми, погулять с собакой. Такой ритм каждый день. А ведь очень важно уметь расслабиться, доверять своему внутреннему голосу, прислушиваться к интуиции. Представьте размеренную, спокойную жизнь, где нечего доказывать, некого догонять, не с кем спорить. Наша особенность- наполнять окружение мягкостью, нежностью, размеренностью, дарить любовь. А когда женщина из мира денег возвращается домой, энергия уже на нуле…

Современные девушки стараются покорить вершину успеха социального мира. Они соревнуются с мужчинами, для которых добиваться признания, являться главными в социуме- их естественное состояние. Так теряются запасы внутренней силы. Достигать-не женская природа. Деньги, самореализация, освоение финансовой науки- материальный жестокий мир, но мы сильно хотим быть замеченными, что работаем наравне с мужчинами, желая превзойти свои возможности.

Прошлые времена отличались раздельным образованием. Это связано с различием физической и психоэмоциональной сфер. Левое полушарие мальчиков активнее, отвечает за логическое мышление, у девочек- правое, отвечает за проявление эмоций. Парни умственно развиваются медленнее девушек. Этот факт ярко заметен в совместном обучении у подростков. Успеваемость девушек выше, чем у парней.

В период феминизма женщины считали свои права ограниченными. Девушки хотели снять с себя клише домохозяйки и мечтали зарабатывать, принимать участие в выборах. Были приняты законы, которые уравняли женские и мужские права. Возможно, в погоне жить по мужскому сценарию, мы теряем что-то важное, ценное, особенное, тратим нашу энергию не по назначению.

Если женщина бизнес леди или желает зарабатывать больше мужа- это не значит, что она несчастна. Возможно, эта роль приносит огромную радость сердцу и душе. Пример из фильма- одна героиня говорит другой- «ты можешь преуспеть только в одной сфере- в карьере или семейной жизни». Признание на работе требует стальных нервов, минимум эмоций- пример стрессовой обстановки.

Способность проживать на полную силу свои эмоции 24/7- проявление женской природы. Есть повод задуматься. Героиня ещё одного фильма- ей 36 лет, нет семьи, друзья давно женаты, она пьёт кофе по утрам без желания, просто привыкла.

Если заметили потерю энергии, захотелось напитаться женской природой, которая похожа на переменчивую погоду за окном, полезно заниматься йогой, ходить на лекции или курсы, учиться танцевать, слушать медитации. Такие практики помогут раскрыть скрытый потенциал.