

**СЧАСТЛИВАЯ ЖЕНЩИНА,
ИЛИ ВАШЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЕ О СЕБЕ**

Ответьте на следующие вопросы:
Какая я как женщина?

Я как мать

Я как дочь

Я как сестра

Перечислите те качества и характерные особенности, за которые вы себя уважаете.

Я как женщина уважаю себя за _____

Я как жена уважаю себя за _____

Я как мать уважаю себя за _____

Я как дочь уважаю себя за _____

Я как сестра уважаю себя за _____

Перечислите те качества и характерные особенности, которые вы хотите изменить.

Я как женщина хочу изменить _____

Я как жена хочу изменить _____

Я как мать хочу изменить _____

Я как дочь хочу изменить _____

Я как сестра хочу изменить _____

Женское счастье – какое оно? На одном из тренингов женщина-участница поделилась своими впечатлениями от того, что начала ходить на танцы, – она стала чувствовать себя лучше, появилась легкая, летящая походка. Некая женщина из учителей медресе сделала ей замечание: “Мусульманки не должны так ходить, и они должны смотреть в землю перед собой”.

Так вот, не надо усложнять себе жизнь ложными стереотипами! Не должно быть натянутости, скованности, опущенной головы. Надо смотреть не в землю, а идти с поднятой головой, живя и дыша полной грудью. Важно быть естественной как перед людьми, так и пред Богом, чувствовать себя женщиной с большой буквы. Мы, верующие мусульманки, стараемся быть благонравными, благопристойными

и делаем от себя зависящее, чтобы жить максимально осознанно и эффективно, на полную мощность.

В России женщина когда-то была хранительницей очага, но в советское время превратилась в рабочую силу, уменьшилась ее женственность. В советское время женщина не имела пола, это был “рабоче-крестьянский” тип. Также у нас был военный период, все мужчины были на фронте, в деревнях оставались только женщины, дети и старики, женщинам приходилось заниматься тяжелым трудом. А вот современность XXI века такова, что способствует ее эмансипации, независимости, самодостаточности, умению самостоятельно обеспечить себя. От этого женщина теряет часть своей женской природы, суть которой в том, чтобы создать домашний уют, обеспечить комфорт близких. Когда женщина вынуждена рваться в бой, отвоевывать свою независимость, в поте лица нести ответственность не только за себя и детей, но и за финансовое обеспечение всех членов семьи, если она “независима” и может планировать свою жизнь так, как ей хочется, тогда нужны будут сила воли и энергия для сохранения женственности. Помню, моя мама в субботу не ходила на работу, и мне было так приятно и тепло на душе от того, что мама готовит на кухне, потом убирается, наводит порядок. Помню, как дома у нас крутилась пластинка с татарскими песнями, и мне хотелось, чтобы этот момент умиротворенности длился долго-долго.

Деятельность мужчины направлена в социум, в мир, он получает счастье от своих достижений, соревновательный эффект дает ему чувство удовлетворения. Он возвращается домой, как в гавань, причаливает свой корабль, набирается сил, энергии и снова отправляется в путешествие, на добычу, на работу.

Деятельность же женщины вся в доме. Женщина не должна быть напряжена, ей к лицу расслабленность, улыбка. Движения ее плавные, как будто она движется в воде. Женщина — это источник любви, покоя и умиротворения. Она должна быть счастлива, чтобы те, кто рядом, были тоже счастливы. Ей нужно уметь во всем полагаться на Всевышнего, делать от себя зависящее и уметь отпускать ситуацию, не держа ее в железных тисках.

Занятия творчеством (вышивание, рисование, музыка и др.), работа с тестом, готовка, игра и общение с детьми, просто совместное чтение расслабляют и помогают снять напряжение.

Мужчины несут ответственность за женщин, оберегают их. Сперва их оберегает отец, затем передает супругу или брату, сын также оберегает маму. За счет того, что мужчина берет на себя ответственность за женщину, он становится более мужественным, более ответственным и серьезным.

Женщины по своей природе духовны. Мужчины же достигают духовности сложнее, им требуется работа над собой, преодоление своих слабостей.

Женщина отвечает за привитие духовности детям, она прививает им нужные привычки, высокую нравственность. Женщина ответственна за уют, атмосферу в доме, за приготовление блюд. Мужчина же естественный лидер семьи, он демонстрирует правильный мужской образ.

Многие семейные женщины говорят, что чувствуют внутри страх за себя, за своих детей, ведь могут сложиться разные жизненные обстоятельства — семья распадется, муж потеряет работу или умрет. Но на 90% наши женские страхи не оправдываются. Эти мысли — сорняки, которые растут в голове и не дают возможности жить счастливо. Они забирают

часть энергии, оставляют отпечаток на настроении женщины. И при постоянном прокручивании их в голове есть вероятность, что они материализуются. Возрастает напряжение, недоверие, возникают все новые и новые вопросы “а если...”. Эти мысли — дела Сатаны, который старается увести не тем путем верующего человека. А как сказано в Коране: “О люди <...> не следуйте пути Сатаны (не идите по его следам). Воистину, он для вас — явный враг [очевидно же это для тех, кто проницателен в жизни, кто изначально может прогнозировать последствия]” (см. Св. Коран, 2:168).

Делайте от себя зависящее, повышайте квалификацию, получайте радость от материнства, будьте верной и нежной супругой.

читабук.ру