

Вера М. Вельд

Самооборона женщины

Часть 1

97 тезисов

© Вера М. Вельд
Weihburggasse 4/40
A-1010 Vienna

Все авторские права защищены.

www.selbstverteidigungderfrauen.org
info@vera-weld.com

Вена, 8 марта 2016

Содержание

	стр.
Предисловие	5
1. Норма – что за норма?	7
2. Структурное насилие: жизнь со страхом и без	9
3. Основа психической и духовной самообороны женщин	14
4. Массовый приток в Австрию 4-го сентября 2015 года и самооборона женщин	19
5. Физическая самооборона женщин	22
6. Справедливость, свобода и самооборона женщин	24
7. 97. Тезис: Реформатирование общества женщинами	26

Предисловие

Нечто вызывающее тревогу часто едва заметно, но нами, женщинами, весьма ощутимо. Я считаю своим долгом представить женщинам нашего поколения, а также поколению наших дочерей концепцию, в первую очередь духовную и душевную, и, как следствие, - концепцию основ физической самообороны, которая в результате дальнейшего развития, а именно – длительных тренировок – приведет к способности бесконтактной самозащиты.

Есть много способов отвлечь нас, женщин, от опасности.

В течение многих лет я сильно переживала из-за того, что моя мать была в рядах военнослужащих на фронте во время Второй мировой войны. Я же хочу внести свой вклад в дело мира - представить свою концепцию самозащиты женщин на духовном, душевном и физическом уровне.

Без нас, женщин, не обойтись - будущее в наших руках. И если мужчина готов нам помочь в создании нового будущего – добро пожаловать!

Некоторые, к числу которых принадлежала и моя преподавательница, профессор немецкого языка, полагают, что наличие женщин у власти означало бы упадок Запада. Другие, к числу которых относятся некоторые знакомые из мужской фракции, напротив, признают процесс привлечения женщин к власти в Австрии как необратимый и совершенно не видят повода для сожалений в том, что в нашу страну из исламских стран прибывают наемные солдаты и рабочие-отходники с опытом войны.

Сформулируем по-другому: если вы являетесь представительницами женского пола, хотите ли вы обслуживать в собственном доме пашу, которому позволено иметь еще двух-трех женщин? Нет? Тогда взгляните как следует на текущую ситуацию.

Если вы обнаружите, что симметрия полов больше не соблюдается, прочтите мое руководство и начните с простых шагов самообороны.

"Но там, где угроза, растет и спаситель..." (Фридрих Гельдерлин, из стихотворения «Патмос»).

Никто из тех, кто сейчас усыпляет нас, женщин, елейными словами, не несет ответственности за содеянное против нас, если нам случается попасть в беду из-за нашей доверчивости им. Мы, женщины, можем положиться только на себя! Только Мы должны знать, как нам защитить себя.

Если мы, женщины, будем помогать друг другу, мужчинам будет тоже хорошо или даже лучше. Без нас, женщин, не обойтись, все остальное – умозрительные рассуждения или манипуляция.

Положение женщин Европы без нашего наличия у всех демократических рычагов власти видится мне в мрачном свете.

Европа была женщиной, это название дала нам она. Европа была похищена Зевсом. Настало время, когда она стала осознавать этот факт и когда настала пора сбросить видимые и невидимые кандалы и цепи, чтобы обрести свободу.

Она будет решать сама, какую роль в обществе она может и будет играть. Она получит всю необходимую ей поддержку. Именно тогда, когда она будет нуждаться в защите (при беременности), ее нельзя будет наказывать, как раньше, наоборот, - ей будет оказана помощь.

1. Норма – что за норма?

1. Тезис: Я против насилия. Я за культуру и за компромисс.

2. тезис: То, какими будут следующие поколения, зависит только от нас, женщин. Нас, женщин этой страны, не могут больше принуждать к беременности. В нашем обществе женщины сами выбирают отца своих детей. Будьте осторожны при имитации чувств, любовных признаниях, кокетстве, использовании конфликтов отношений, поведении захвата так называемого объекта желания.

Насколько сильно отклонение культур в действительности и как мало мы, женщины, можем ожидать истинной поддержки со стороны государства, видно на примере следующих фактов: Бюлент Арынч, бывший Президент парламента Турции предложил запретить женщинам смеяться в общественных местах. Мало того, он счел такое требование справедливым, так как, по его мнению, "их девочки" краснеют и отводят глаза, опустив голову, и это является признаком целомудрия (см. „Süddeutsche Zeitung“).

3. Тезис: Дарите сколько можете, и так часто, как можете. Только не забывайте, что в нашей рыночной экономике дареное мало ценится. Лишь немногие осознают, что дары природы (полезные ископаемые, урожай и т.д.) используются в производстве, чтобы стать объектом потребления. Так что делайте подарки только членам семьи, близким друзьям и подругам.

4. Тезис: Кто сказал, что наши таланты применимы в основном для таких профессий, как продавец, ассистентка в офисе или парикмахер (более 90% от избранной профессиональной подготовки женщин)? Женщины должны быть заняты и в технической сфере. Выключать свет, пользоваться мобильным телефоном и водить машину – это еще приемлемо. Но мы можем гораздо

больше! Не позволяйте манипулировать собой! Поставьте перед собой цель хотя бы раз в неделю заниматься чем-то из области техники.

5. Тезис: Неважно, обрезан ли мужчина. Многие мужчины в европейских странах были обрезаны в основном по медицинским причинам, из-за фимозы и т.п. Для нас, женщин, это не играет никакой существенной роли. Обрезание больше не должно служить поводом для доминантности мужчин. Это они должны осознавать, что их предназначение заключается в служении нашим целям.

6. Тезис: Возможность участия в государственной власти и демократических выборах является для нас, женщин, наиболее эффективным способом самозащиты, потому что речь идет о выживании нас, женщин. Фактическое и численное преобладание мужчин в стране показывает, что о выживании мужчин речь не идет. Женщины, которые выставляют свою кандидатуру на какой-то пост, обычно получают его. Компании, в которых женщины могут работать в качестве менеджеров (не номинально, а действительно), мы можем теперь рекомендовать женщинам. Там, где нет женщин на руководящих постах, никогда не будет долгосрочной перспективы. В случае необходимости мы должны сами создавать новые производства. В прошлом мы были вынуждены слишком часто уступать дорогу, так как у нас, женщин, не было выбора. Теперь у нас есть выбор, мы хозяйева.

7. тезис: У заключили контракты с Европой, и то, как Австрия их выполняет, зависит от нас. Я бы сказала, что у нас, женщин, "другие стандарты", потому что наши дети (и сыновья, и дочери) – это мы, и мы легко можем доказать, что не мужчина родил Женщину. В нас реализуются и мужские, и женские качества.

8. тезис: Мы, женщины, играем важнейшую роль в продолжении жизни в Австрии. Мы являемся уязвимой группой. Наша свобода драгоценна. Чтобы защитить себя, мы должны занять ключевые позиции на демократическом пути. Многие мужчины уже показали женщинам, что они не всегда могут владеть собой.

2. Структурное насилие: жизнь со страхом и без

9. Тезис: В древние времена женщины имели равные права с мужчинами. И во что превратилось равенство? В насильственное введение римских законов ("латинизации"). Женщины превратились в рабынь. Аннулированные права мы до сих пор не восстановлены.

10. Тезис: Мир до сих пор является конструкцией мужского доминирования. Мужская часть населения может легче, чаще и сильнее артикулировать, что для нас, женщин, совершенно не является оптимальным развитием событий. Число разводов достигает 30-50%, женщины-домохозяйки и женщины-матери остаются после развода без достаточного дохода.

11. Тезис: Если женщина имеет желаемую профессию, она может получить возможности для развития и испытывать чувство удовлетворенности. Пока эта ситуация не сложилась: лишь около 5% фирм в Австрии учитывают интересы семьи сотрудников.

12. Тезис: В такой конструкции мужского доминирования женщина должна подать свой голос и в социальной сфере, чтобы продемонстрировать свою позицию. Мы должны сплотиться и в будущем делать это еще больше.

13. Тезис: Вы стоите на краю обрыва, и кто-то приказывает вам прыгать. Что-то вроде испытания. Сохраняйте спокойствие и не позволяйте себе приказывать.

14. Тезис: Старайтесь держаться на расстоянии от рыночной экономики.

15. Тезис: Слишком ярко выраженная культура послушания открывает двери для высокопрофилированного злоупотребления властью. Мы далеки от дружелюбного отношения к детям в обществе. Причины можно найти в истории римского права и т.д. Известно, что материнская (родительская) Любовь делает

детей сильными и жизнерадостными. Мы, женщины, должны быть готовы к счастливой жизни, к тому, чтобы сделать наших детей счастливыми. К сожалению, реальность такова, что женщины Австрии нуждаются в защите.

16. Тезис: Не стоит слишком поддаваться влиянию негативных сообщений. Оставайтесь спокойными и ожидайте положительной мотивации. Если вы будете соблюдать спокойствие, вы полюбите это состояние и будете правильно интерпретировать события.

17. Тезис: В работе "Основные формы страха" Фрица Римана (Мюнхен, Базель, 1990) автор устанавливает связь между доминирующими тенденциями личности и стремлением к определенной тревоге и находит четыре основных типа:

- «Специалист» в своем стремлении к независимости и свободе испытывает трудности в обращении с чувствами и уклоняется от положительного внимания со стороны других людей.
- «Социальный», напротив, испытывает большую потребность в близости и безопасности. Он дает себя использовать и чувствует себя ответственным за многие вещи, испытывая страх от дистанцированности и неприятия.
- «Стабильный» проявляет потребность в безопасности и порядке, он надежный и точный, склонен к перфекционизму и педантизму. В соответствии с этим он испытывает страх перемен и неуверенности.
- «Креативный» нуждается в переменах и руководствуется потребностью новизны, ищет нетрадиционные решения. Он часто любит риск, связанный с выполнением новых задач, и испытывает беспокойство при получении скучных заданий.

Женщины должны учиться говорить "Нет" тем, кто их эксплуатирует.

18. Тезис: Если женщин контролируют, контроль этот может быть очень разнообразным и действовать широко, начиная от контроля за месячным циклом и заканчивая запретом покидать дом.

Женщины, которые должны были подчиняться мужчинам, их отцам, братьям, мужьям, от которых они были экономически зависимы (и это было нормой многих поколений), имеют гораздо меньше шансов найти какие-либо личные недостатки, развившие их уверенность в себе. Сейчас становится все больше женщин, принимающих самостоятельно решение.

19. Тезис: Кто сказал, что наши руки слабы и немускулисты? Поверьте, тренировать мышцы имеет смысл. Такая тренировка способствует большей уверенности в себе и способности преодолевать трудности не только физического характера.

20. Тезис: Патриархат поддерживает патриархат, печальная истина. Вместе легче смеяться над женщиной. Стремитесь к деэскалации.

21. Тезис: Кто поможет нам, когда мы, женщины, становимся жертвами насилия?

22. Тезис: Не быть жертвой! Избегайте фильмы и книги, в которых унижают женщин. Избегайте сцен насилия женщин. Избегайте фильмов, в которых главные герои – мужчины, а женщины – лишь аксессуар. Избегайте среду, в которой все стоит денег.

23. Тезис: Не применять насилие! Учительница спрашивает своих учеников: "Что делает женщина, которая ходит в одиночку по лесу и вдруг видит дикую пантеру?". "Бежит", "Кричит", "Атакует!". Учительница объясняет, что она скорее всего вообще не столкнется с дикой пантерой, так как она получает верные импульсы предков по поводу того, куда ей не следует сворачивать в тот или иной момент.

24. Тезис: Никто не может быть сам себе свидетелем. Это старая и полезная истина в области права. Вывод: при конфликтных ситуациях важно иметь очевидцев и улики.

25. Тезис: Ставьте границы. Отвлекающие маневры осознаются тогда, когда они уже проведены. Планируйте вечером план на следующий день. Отвлекают, как правило, повседневные мелочи, а не великие события.

26. Тезис: Женщина часто «сидит» на своих сбережениях и не знает, чем заняться. Она видит, как обостряется ситуация в некоторых сферах и примыкает к какой-либо оппозиционной группировке вместо того, чтобы основать новое поселение или новую цивилизацию. Для кого представляет опасность массовый приток мигрантов с опытом войны? Мишенью являемся мы, женщины. Скоро это будет очевидно.

27. Тезис: Зависть пускает в нас, женщин, свои ростки рано, уже в детском возрасте. Она начинает стимулировать кем-то пользующимся авторитетом у девочки до тех пор, пока не разовьется в настоящий комплекс. «У соседской девочки и платице, и туфельки, и бантики намного красивее и опрятнее чем у тебя...» - отпечатывается в голове и вызывает дрожь в коленках. Время идет, а комплекс остается. До тех пор, пока мы это не переработаем и нам не станет безразлично, лучше ли нас наше окружение. Насколько успешно мы справляемся с комплексом зависти, можно почувствовать, когда кто-то говорит: «Женщины просто завидуют, просто потому что...» - и мы, женщины, сразу улыбаемся. Это уже никого из нас не касается.

28. Тезис: "черная дыра". Один из законов физики гласит: сила тяжести вблизи «черной дыры» является наибольшей. Страх и многие другие отрицательные эмоции (зависть, ненависть, чувство мести и т.п.) также ведут к физическому ощущению тяжести и, соответственно, к приближению к «черной дыре». Не дупускайте этого. Попробуйте, несмотря на серьезность положения, идти по жизни с легкостью. Мне удалось быть свидетелем того, как в некоторых семьях женщины буквально вязнут в земле или пресмыкаются. При этом мужья или партнеры тех женщин комментировали поведение женщин следующим

образом: «Мне нравится, что ОНА внизу». Только тогда, когда мы, женщины, поднимем голову в подобной ситуации, мы осознаем, какая жуткая перспектива ожидает нас и какая сила таится в нас, - сила, которая раньше против нас же самих была использована мужчинами.

3. Основа психической и духовной самообороны женщин

29. Тезис: Будучи подростком, я занималась борьбой Дзюдо, Джиу-Джитсу, позже, после проведенных семи дней в больнице в результате травмы из-за Карате, - Тэквондо у разных тренеров. Такой амбициозной, как Ева Винкельбауэр и Эдит Хорват, победительницы европейских соревнований по Дзюдо моего поколения, я не была. Я быстро поняла, что мне не хватало мотивации, чтобы соревноваться с женщинами. Навыки джиу-джитсу мне часто пригождались: во время учебы в гимназии, в университете,годились однажды и в отношениях с одним из моих партнеров. Смею утверждать, что современная конструкция общества дает повод женщинам испытывать ощущение угрозы жизни и надеяться только на свои силы.

30. Тезис: давайте исходить вместе со мной из того, что мы являемся носителями телесного, душевного и духовного. Таким образом будет легче воспринимать идею эффективной самообороны. Самозащита на 90 процентов состоит из вашей подготовки. Это не ново, просто иногда забывается.

31. Тезис: Найдите время, для того, чтобы ежедневно произносить громко и четко перед зеркалом, глядя себе в глаза, следующие слова: «Я здорова и сильна. Я выхожу из тени в свет. У меня есть сила и мужество». Таким образом вы будете получать силу и позитивную энергетику

32. Тезис: Мы, женщины, в непрерывном контакте с окружающей нас средой. Невидимые антенны передают нам важную информацию. С помощью этих антенн мы, женщины, можем контактировать друг с другом, сообщать о качестве среды. Таким же образом мы можем сообщать о чем-то непривычном или беспокоящем в окружающей среде.

33. Тезис: Мы, женщины, должны постоянно следить за тем, чтобы соблюдалось, оберегалось и защищалось наше равноправие. Это касается и

того, что мы, женщины, должны сами выбирать нашу роль в обществе, также как и отцов наших детей.

34. Тезис: Самозащита женщин должна быть возможна в любой одежде и в любой обуви.

35. Тезис: Будьте осторожны, когда речь идет о благодарности. Благодарность - не надежная валюта. Тот, кто сегодня благодарит нас за наши усилия, тот уже завтра может иметь на уме нечто совсем другое.

36. Тезис: У сибирских казаков есть принцип: "Ноги спасут". Следите за тем, чтобы не слишком часто сгибать спину. Лучше опуститься на колени, чем сильно сгибать спину.

37. Тезис: Представьте себе, что вы взрослая Белоснежка и вам требуются семь помощников, которые помогут вам обустроить загородное поместье: вырыть маленький пруд, сделать посадки, проложить тропинки, построить избу. И вы собираетесь нанять для этого вновь прибывших рабочих-мигрантов.

38. Тезис: "Перед атакой" – то же, что "после нападения." Чтобы созрело убеждение, что вы не только пережили нападение, но и находитесь в безопасности.

39. Тезис: Тренируйтесь по возможности непрерывно. Вы чего-то где-то ждете? Потренируйте лемнискаты бедер, сидя и стоя.

40. Тезис: Всегда важны четыре элемента. Учение о четырех элементах смотри ниже.

41. Тезис: Чем менее вы сильны физически, тем более компенсируется сила физическая духовной.

42. Тезис: Меняйте время от времени свои привычки. Возможно, за вами наблюдают. Если вы, например, время от времени будете менять привычные направления, вы затрудните план наблюдателя.

43. Тезис: Порабощающее поведение мужчин может быть предотвращено только нами, женщинами. Каким образом? Вести разговоры здесь недостаточно, кроме того, есть риск, что наши слова так и не будут услышаны. Показывайте другим женщинам знаки солидарности.

44. Тезис: Ваше дыхание – главная тема. Об этом написано множество книг. Я рекомендую книгу "Пусть каждый вдох ... Секреты русского Breath Masters на основе учения Михаила Рябко" 2006 В. Васильев, Торонто, Канада Владимир Васильев (ISBN-13: 978-0-9781049-0-0), в настоящее время книга существует, к сожалению, только на английском языке. Вдыхайте через нос и выдыхайте через рот. Выдох очень важен, так как он действует расслабляюще.

45. Тезис: Начните расширять свое поле зрения. Привыкайте к взгляду на 180 градусов. Если повернуть голову на 90 градусов вправо или влево, можно увидеть, что происходит за вашей спиной!

46. Тезис: Существует физическое, душевное и духовное очищение, которое является очень эффективным, и я хотела бы представить вам эти процессы. Эти процессы не только укрепляют ваши силы, но и способствуют развитию тонкого слуха и прозорливости.

Потренируйтесь перед зеркалом: держите правую руку над теменем, левую руку положите на пупок и представьте себе, что в тех местах, которые я вам сейчас назову, находится центр энергии или шакр. Представляйте себе по очереди, что с одной стороны вы правой рукой слегка касаетесь темени, а левую приближаете ко лбу, произнося три раза слово «САМПО». Затем левой рукой - к области горла, повторив три раза «БУАГИР». Переместите левую руку к центру под левым плечом и скажите громко «ЛЕЛЬЯ». Далее – левую руку под правое плечо, громко произнести три раза «ЛАДА».левой рукой слегка коснуться области сердца и громко сказать три раза «ИЛЛА».левой рукой

дотронуться до солнечного сплетения и громко сказать три раза «ТАРА». Теперь переместить левую руку в область пупка и громко повторить три раза «ХАРА». Под пупком находится центр энергии, который связывает вас с природными силами земли. Его вы очищаете словом «ХУМ».

В конце подумайте о верхнем центре энергии, которого вы касались правой рукой в области темени. Очистите этот центр, соединяющий вас с опытом предков по отцовской линии, произнесите три раза «АШАРАТА». Поблагодарите себя за очищение, которое сейчас в вас происходит. Центр Хара в области пупка соединяет вас с знаниями предков по материнской линии. Вы обязаны ему вашим характером. Теменная шакра связывает вас с знаниями предков по отцовской линии, знания эти помогают развивать вашу харизму.

47. Тезис: Не прекращайте тренировку, делайте ее каждое утро. Укрепляйте стойкость. Стойте на одной ноге. Надавливайте правой ступней на пол и произносите: «Здесь и сейчас я создаю свою новую реальность». Это предложение вы можете разнообразить чертами той реальности, которую вы себе представляете. Например, она будет связана с каким-то новым привлекательным для вас проектом в будущем.

48. Тезис: Возьмите в привычку один раз в неделю время, например, по четвергам, делать то, что вы до того ни разу не делали. Пойдите домой непривычным путем, сходите одна в кино, совершите путешествие в прошлое, посетив музей или антикварную лавку. Сделайте сами какую-нибудь игрушку или украшение. Нарисуйте плакат с девизом, который вам по душе, и повесьте его в своей кухне. И т.д.

49. Тезис: Подумайте о том, как в какой-то день совершить что-то смелое. Ничего сверхчеловеческого или невозможного, но нечто, что требует от вас преодоления страха. Я, например, часто плаваю в ключевой воде в незнакомом месте, ночью в палатке, езжу одна по России там, где люди точно не понимают ни по-немецки, ни по-английски. Хожу одна в полнолуние на гору и упражняюсь по «Системе».

50. Тезис: «Маяк прочности». Поднимите правую руку и скажите: "Я установила маяк прочности". Это своего рода поворотный пункт для всего, что вы встретите на своем пути.

51. Тезис: Делайте один раз в неделю что-то требующее от вас преодоления себя. Заговорите, например, в лифте или на улице с незнакомым человеком. Можно спросить его, который час, можно поинтересоваться прогнозом погоды, можно спросить, как куда-то пройти, изначально зная дорогу.

52. Тезис: Подготавливайте себя (особенно когда вы еще молоды) к пожилому возрасту. Решите, как вы представляете себе пять «основ»: личная жизнь, призвание, жилье, баланс и подвижность.

53. Тезис: Найдите какое-либо непривычное занятие, которое на первый взгляд кажется сложным, но при ближайшем рассмотрении вполне реализуемым. Например, вождение трактора или катание на электроскутере, полет на воздушном шаре, рисование плана местности или обжиг керамики. Я в 16 лет занималась радиосвязью, и когда в 21 год решила бросить курить и из-за этого неважно себя чувствовала, занялась изучением книг по радиосвязи и даже сдала экзамен по этому предмету в Клагенфурте. Это уберегло меня от абстинентного синдрома и помогла развитию веры в себя.

54. Тезис: Разберитесь вовремя со своими страхами, комплексами, агрессией и т.п., чтобы правильно воспринимать то, что происходит на самом деле. Не все так страшно, как кажется – вы разовьете свою «различительную силу».

4. Массовый приток в Австрию

4-го сентября 2015 года и самооборона женщин

55. Тезис: Мы, женщины, по-разному реагируем на опасную ситуацию. Начнем с того, чтобы определить, какой вид самозащиты в нашем распоряжении. На что мы реагируем (возможно, рефлексивно) и каким образом?

56. Тезис: Если вы являетесь австрийкой и хотите эмигрировать, возможно, будет рациональнее перебраться в Россию. В России вам будет легче интегрироваться. И в западной Европе, и в России большой опыт иммиграции. И то, и другое – родина наших предков.

57. Тезис: Сфера, связанная с обрезанием мальчиков, является научно неисследованной. Мое убеждение таково, что посредством обрезания усиливается мужская (или сексуальная) доминантность по отношению к женщинам. Обрезание, возможно, вызывает в головном мозге не такую уж незначительную реакцию. Возможно и то, что мужские энергетические каналы укрепляются, а мужская сексуальность усиливается.

58. Тезис: Попробуйте наладить контакт с женщинами, живущими по соседству. Без всяких мыслей о соперничестве. В одной Тирольской деревне, где я жила, женщины звонили друг другу по телефону, чтобы сообщить о том, что где-то собрались охотники. Делали это женщины для того, чтобы забрать домой своих кошек, так как они опасались (и неспроста), что охотники могут стрелять и по бегущим домашним животным. Если неподалеку от ваших квартир или домов появятся незнакомцы или компании посторонних людей, будьте уверены, что опасность они будут представлять именно для женщин. Не надейтесь на помощь со стороны. Вовремя созданное женское сообщество сможет защитить вас в опасной ситуации.

59. Тезис: Какие последствия, связанные с ростом «мужской асимметрии», ждут нас, женщин? Какой цели в обществе и нашем поколении будет служить

этот процесс? Мы, женщины, пришли в этот мир, чтобы найти свою любовь (как учит традиция на Алтае). И возможно, наш желанный партнер среди них. Его присутствие было бы справедливым, если бы оно базировалось на любви.

60. Тезис: Полы в нашей стране «выбились» из симметрии. Количественные соотношения осознаются лишь немногими. Для мужской части населения они вполне нормальны, мужчины находятся в «своей стихии». Полная противоположность девиза: «Сначала женщины и дети».

61. Тезис: Вам, вероятно, также известно, что начиная с 4-го сентября 2015-го года наблюдается приток сотен тысяч людей без определенной занятости, которые свободно перемещаются по стране с помощью навигационной системы в мобильных телефонах. Было бы губительно для страны не обращать должного внимания на сложившееся положение.

62. Тезис: "Если ты не знаешь, чем заняться, обработай женщину." В нашей стране много правил, защищающих частную жизнь. Есть еще достаточно много женщин, которые не хотят, чтобы их обрабатывали. Многие из нас, женщин, еще не смогли испробовать, в каких ситуациях они могли бы сказать «нет». В прошлом отказ часто ассоциировался с недостатками. Возможно, нам надо учиться вносить свой вклад в дело охраны частной сферы. В случае опасности нам, женщинам, уже не придется полагаться на правоохранительные органы.

63. Тезис: В Австрии счет по поводу массового притока иммигрантов был выставлен без согласия «хозяина». «Хозяин» - это мы, женщины. Только мы, хозяйки можем конструктивно обращаться с рабочими-мигрантами. Им следует нам подчиниться. Мужчин теперь так много, что мы уже не должны жаловаться на их недостаток. Если рабочий-мигрант не хочет подчиняться нам, женщинам, он должен переместиться в мужские доминаты.

64. Тезис: Предположим, что женщинам в нашей стране можно прийти к власти демократическим путем и что возможно проведение государственной реформы. Эта реформа должна выглядеть следующим образом. Каждой женщине или

паре предоставляется один гектар земли (сада, луга, леса и т.п.) в личное владение. Землю нельзя продавать, но можно передавать в наследство. Постепенно ок. 260.000 гектаров могут перейти в частное владение. Проект может стать историческим. Он дает возможность применения и социальных функций: 7 мигрантов на гектар могут помогать при обустройстве земельного владения. Из 100 гектаров земли каждая семья мигрантов может получить один гектар в собственность. Таким образом, 1% от 260.000 гектаров становится собственностью семей мигрантов. Приблизительно 2.600 семей, 13.000 человек. Они в свою очередь также могут привлечь добровольных помощников. Т.е. ок. 91.000 рабочих-мигрантов, 2.600 семей.

5. Физическая самооборона женщин

65. Тезис: Не прекращайте тренироваться: упражняйте дыхание, дышите глубоко. Вы можете намеренно сильно выдохнуть, чтобы избавиться от неприятных ощущений, связанных с определенной ситуацией или встречей. «Выдувайте» из себя отрицательные эмоции.

66. Тезис: Выговаривайтесь. Если вам плохо, найдите кого-либо, с кем можно было бы поговорить.

67. Тезис: Не прекращайте тренироваться и в повседневных ситуациях (во время телефонных разговоров, приема пищи и т.п.). Давайте при этом рабочей руке возможность отдохнуть, а другой - поработать.

68. Тезис: Не прячьте большой палец в кулаке. Не показывайте неуверенность. Старайтесь ходить уверенной походкой.

69. Тезис: Не смотрите атакующему в глаза. Вы можете задержать взгляд на одном из его ушей, тогда он будет думать, что сзади кто-то есть.

70. Тезис: Не показывайте свой страх нападающему. Испуг может его еще больше раззадорить.

71. Тезис: Любите общественные места. Там вы можете тренировать свое восприятие окружающего и наблюдать, как воспринимают вас самих.

72. Тезис: Возможно, вы станете свидетелем того, как кого-то или вас ударили. Учитесь держать удар. Но только тогда, когда чувствуете, что доросли до этого. Удивление будет грандиозным!

73. Тезис: Тренируйте свой крик! Не издавайте невнятный визг. Можно поупражняться в лесу. Мой крик мне уже неоднократно помог при встрече с большими агрессивными собаками.

74. Тезис: Тренируйтесь повышать голос. Вы уже часто оказывались в ситуациях, когда вы должны были сказать "нет" или хотели? Вы рискуете потерять свой голос, если не будете повышать его.

75. Тезис: Тайна сорока: 40 дней, 40 недель, 40 месяцев, 40 лет. Если вы хотите, чтобы упражнение вошло в "плоть и кровь", то вы должны делать упражнения в течение 40 дней ежедневно!

76. Тезис: Купите в магазине свисток. По мере возможности - три длинных сигнала, три коротких, в аварийной ситуации три длинных - S.O.S - громко свистнете. Многие поймут ваш сигнал о помощи и пойдут вслед за звуком.

77. Тезис: Если значительная часть мигрантов хочет остаться, скажем, из двух миллионов один, - я не против только в том случае, если ими будут руководить женщины. В качестве протеста в сложившейся ситуации я могу предложить трехдневную налоговую забастовку. Мы должны показать, что без нас ничего не пройдет!

78. Тезис: Женщин, как правило, хватают за руки, плечи, ладони. Лучшая защита – не быть там, где опасно. Прямой конфронтации лучше избегать.

6. Справедливость, свобода и самооборона женщин

79. Тезис: В подростковом возрасте я часто была жертвой физического и сексуального насилия. Я довольно рано начала заниматься приемами самообороны, что явилось очень полезным делом.

80. Тезис: Вкладывайте деньги в проекты, связанными с будущим. Делайте вклад в развитие в экологические и семейно-ориентированные хозяйства.

81. Тезис: Мы, женщины, должны бороться за то, чтобы любое развитие хозяйства или фирмы включало в себя социальные компоненты. Стране не становится лучше, если ее богатые граждане ведут себя эгоистично.

82. Тезис: Да, мы, женщины, способны сопротивляться! Наша сила в интуиции, инстинктивном получении важной информации, в действии учения о четырех элементах. Мы должны хранить, ценить и развивать дар, данный женщине.

83. Тезис: Импульсы наших предков дают нам возможность принимать верные решения.

84. Тезис: Станьте налогоплательщицей! Не только при покупках товаров! Если платишь налоги, чувствуешь сильнее, что твое слово должно стать весомым.

85. Тезис: Знаете ли вы Фильм Феллини "Город женщин" (1980)? Я – за "Страну женщин". Надо создать и обустроить новую среду! Прочтите книги о живущей в тайге отшельнице «Анастасии» русского автора" Владимира Мегре (Издательство «Говинда»).

86. Тезис: Для женщины само собой разумеющееся желание создать новую цивилизацию. Выбирать самим отцов своих детей! Мы, женщины, - душа и дух в плоти. И своего партнера мы должны выбирать в состоянии свободы.

87. Тезис: Мы, женщины, имеем право создавать семью и выбирать себе партнера. Мы сами можем оценивать аспекты отношений и соответствующие им модели поведения.

88. Тезис: Старайтесь опережать события. Продавайте вещи еще до того, когда все хотят продать. Избавляйтесь от ненужных вещей.

89. Тезис: Мужайтесь, дорогие женщины, вы должны преодолеть себя и пройти тренинг для женщин-руководителей, оно того стоит. Вам понравится эта роль.

90. Тезис: Правила о равенстве женщин уже в течение десятилетий присутствуют в текстах наших законов. Это никому не мешало, пока ни одна женщина не была на руководящем посту. Как только это произошло, появилось беспокойство по поводу того, что это может стать причиной начала упадка Европы. Если мы, женщины, не возьмем власть в свои руки, это точно приведет к упадку Европы!

91. Тезис: Демократический переход власти в женские руки компенсирует мужскую диктатуру прошлых времен.

92. Тезис: Австрия – «Империя Весны» («Остара»). Мы, женщины, выберем тех мужчин, с которыми можно будет создать земли будущего.

93. Тезис: Только женщины могут адекватно обращаться с притоком рабочих-мигрантов. До сих пор мы слишком часто наблюдали нарушение прав человека правительством. Третьему со времен войны поколению женщин пора взять власть в свои руки.

94. Тезис: Женщины должны взять под свою опеку только тех мигрантов, которые согласны добровольно подчиниться исполнительной власти женщин.

95. Тезис: Мы, женщины, годами готовились к руководящим постам в экономике. Мы достаточно квалифицированы. Но готовность к исполнению поставленных задач имеет смысл только тогда, когда и в политической власти преобладают женщины. Это возможно благодаря демократическим выборам.

96. Тезис: Если мужчина читает эти тезисы, он не может не согласиться с ними. Во всех уголках земного шара, где наблюдался массовый приток беженцев, преобладало мужское руководство. Было бы разумно со стороны мужчин поддержать нас, женщин, в наших требованиях.

7. 97. Тезис:

Реформатирование общества женщинами

Если вы хотите ознакомиться с деталями по данной теме, вы можете обратиться ко второму тому моей работы «Самооборона женщины».

www.rma-systema.at