

CUPRINS

Prefață	9
Cuvânt înainte.....	11
1. Să-ți amintești... Femeie!	13
2. AIA.....	16
3. Incertitudine	19
4. Provocare.....	22
5. O simplă iubire... ..	25
6. În pat cu dușmanul	29
7. De la Făt-Frumos la bărbatul real	35
8. Și au trăit fericiți până la adânci bătrâneți?.....	41
9. Sfaturi și rețete miraculoase.....	46
10. Oferta cea mai bună	51
11. Un banal firesc	57
12. Iubirea dincolo de baricade	62
13. Tot dincolo de baricadele iubirii	66
14. Amor sau amicitie?	70
15. File de poveste... reală	74
16. Când viața bate filmul.....	79
17. Povestea Ariadnei – reconfigurare de traseu	84
18. Ghinion? Sau convingeri?	93
19. Când destul e destul?.....	100
20. Melodramele lor	106
21. Dreptul la fericire... ..	115

CATRINEL ZAHARIA

**TOTUL
PENTRU
FEMEI**

• mic tratat de regăsire •

catrinel zaharia

totul pentru femei

mic tratat de regăsire



EVR!KA
PUBLISHING

Mulțumiri

Sunt extrem de mulți oameni importanți pentru mine, oameni pe care îi văd în fiecare zi, la câteva zile sau săptămâni sau chiar o dată la câțiva ani, dar care și-au pus atât de puternic amprenta asupra mea și a evoluției mele, încât nu-mi pot imagina viața fără ei și contribuția lor. Sunt binecuvântată cu oameni extraordinari în jurul meu, care mă ajută, mă susțin, de fapt este un schimb reciproc de energie, de implicare, de frumos, de ajutor la nevoie, oameni care mă inspiră în creația mea și de la care învăț permanent. O mare parte din ceea ce sunt lor le-o datorez. Și mulțumesc lui Dumnezeu pentru asta, și le mulțumesc și lor pentru tot.

Cartea aceasta aș vrea să o dedic în special unui om cu totul și cu totul aparte, unei minuni de femeie care m-a învățat că eleganța, bunul simț, frumusețea, aristocrația, clasa și STILUL nu înseamnă să ascund ceea ce sunt, ce simt și ce vreau sub o mască a perfecțiunii, ci înseamnă în primul rând asumarea deplină a ceea ce sunt, chiar dacă asta înseamnă că nu toată lumea mă va plăcea și că vor exista în jurul meu oameni care mă vor adora, dar și oameni care mă vor urî; că voi avea momente când mă voi simți extrem de apreciată și de iubită, dar și altele când voi avea senzația că sunt neînțeleasă, dar per total voi trăi autentic, în concordanță totală cu mine și că nu mă voi trăda pe mine însămi nicicum. Iar recompensa acestui mod de viață este fantastică.

Aceasta este nașa mea, mama mea spirituală, SOFIA MIRON, o DOAMNĂ în adevăratul sens al cuvântului, nașa mea dragă și scumpă, la care, din păcate, nu mă mai pot duce să-i mulțumesc pentru tot ce a făcut și tot ce înseamnă pentru mine, pentru că nu mai este printre noi fizic, dar este și va rămâne în permanență în inima și sufletul meu și al familiei mele.

Prefață

„**T**otul pentru femei” este, înainte de toate, o carte despre tine, despre importanța de a fi onestă cu tine însăși și cu ceilalți, în tot ceea ce faci, spui sau gândești.

Citind-o, vei avea ocazia să te regăsești în paginile ei ca actor principal în acest univers feminin, indiferent de sex, vârstă sau poziția socială pe care o ai.

Catrinel Zaharia reușește să surprindă lumea informală a femeii, o lume în care femeia e prezentată, cu grație și multă analiză, în toate formele sale de acțiune. Am putea găsi aici atât un **tratat de studiu** pentru bărbați, cât mai ales o **versiune updatată** de bune practici de dezvoltare pentru femeia modernă a zilelor noastre. Vei regăsi exemple de raportare la carieră, iubire, dezvoltare personală și profesională, surprinse în toate aspectele vieții, de la momentele cele mai delicate sau mai fericite până la cele mai dificile.

Pentru mine este o carte **complexă**. Am regăsit abordate o serie de subiecte importante, de la anumite complexe de inferioritate ale femeii la situații complicate în care femeia zilelor noastre este mai presus de „copia imperfectă a unui prototip ideal” – sintagmă folosită de criticul literar Ioana Em. Petrescu pentru a defini imaginea femeii ideale din versurile lui Mihai Eminescu.

CATRINEL ZAHARIA

Recomand acest volum pentru sinteza în care fiecare se poate regăsi pe sine, în fragmente desprinse din viața de zi cu zi, cu bune, cu rele, dar mai ales cu învățăminte demne de aplicat.

AMALIA STERESCU
Senior Business Consultant
International Public Speaker
Career Transition Coach

Cuvânt înainte

Am crezut că o să-mi fie suficient să am o carieră. Am crezut că o să mă mulțumească o poziție de management. Am crezut că lupta continuă pentru a urca în carieră o să-mi umple viața de satisfacții. Probabil nu sunt singura...

După o experiență de peste 17 ani în mediul de afaceri, din care 10 ani într-un sistem în care feminitatea este mai mult înghițată decât pusă în valoare, respectiv sistemul bancar, după 8 ani de experiență de management al unor echipe diferite, am înțeles că a fi femeie este întotdeauna un atu atât timp cât conștientizezi, accepți și te bucuri de acest aspect.

Mai mult, într-o lume a bărbaților, a încerca să fii ca ei e sinucidere a femeii și a feminității, însă cea mai ușoară cale de a accede ca femeie este să accepți și să utilizezi toate darurile cu care ești înzestrată.

Indiferent de domeniul în care am lucrat, un aspect se tot repeta. Oamenii vorbeau cu mine, vorbeau despre viață, despre bucurii și neazuri, despre ei și despre alții, dar nu

CATRINEL ZAHARIA

neapărat despre partea de business care ne adusese față în față. De ce? Simplu, pentru că îi ascultam, îi înțelegeam și empatizam cu ei... asta fac femeile. Toate femeile ar putea face asta dacă s-ar opri un pic din goana lor de a crea, a conduce, a rezolva, a se strădui în permanență să atingă un target impus de alții sau de ele însele. Cele mai frumoase „afaceri” (dacă le pot spune așa deși, atunci când am fost doar angajată, nu era afacerea mea, dar o simțeam ca fiind așa) le-am făcut cu acei oameni care au văzut în mine mai mult decât un reprezentant al unei companii, au văzut omul din mine, au văzut FEMEIA din mine.

De aceea cred cu toată ființa mea că fiecare femeie are o datorie față de sine, aceea de a se cunoaște, a se accepta, a se valoriza, a alege și a trăi în armonie cu sine și cu cei din jur.

CATRINEL

Să-ți amintești... Femeie!

Să-ți amintești... Femeie! Că ești FEMEIE!
Amintește-ți, FEMEIE, cine ești... Amintește-ți,
FEMEIE, ce dorești TU... Amintește-ți, FEMEIE, să te
iubești... Amintește-ți, FEMEIE, că ai avut niște vise la care ai
renunțat și adu-le din nou în viața ta, dar mai ales, transformă-le
în realitate... Amintește-ți, FEMEIE, că ești frumoasă! Amintește-ți,
FEMEIE, că ești senzuală! Amintește-ți, FEMEIE, că poți seduce
dintr-o privire...

ÎNDRĂZNEȘTE! ACȚIONEAZĂ!

Da, știu, de mici am fost învățate într-un anume fel, ni s-au
impus, ni s-au inoculat credințe, valori, tipare după care ne-am
condus întreaga viață până acum.

De câte ori n-am auzit: femeia trebuie să asculte, să aibă
grijă de casă, de copii, de soț, mai nou, să facă bani, să lupte
cot la cot cu bărbații, să accedă în carieră, să fie manager,
să iubească, să facă plăcere, să se sacrifice pentru familie,
casă, copii, bărbat, pacea lumii, (mai adăugați voi alte
idealuri pentru care trebuie și merită să se sacrifice), mai