

Содержание

Часть первая

К НЕЙ

Не играй чувствами других.	9
Не бойся кого-то потерять	12
Заблуждение о том, что ты всегда будешь одна	19
Не выходи замуж до тех пор, пока не встретишь..	22

Часть вторая

К НЕМУ

Словами Брюса Ли о главном	29
Про обиды	33
Молчание — золото?	37



Женщина не должна тебя бояться, мальчик мой, она должна тебя уважать	40
Прежде чем ты наденешь кольцо на ее безымянный палец	42
О мужчинах и женщинах	46
О ценности умения всегда сдерживать слово	51
О браке	54

Часть третья
К НЕЙ И К НЕМУ

Дом	61
О ревности	64
Как важно быть интересным человеком	69
О важности своего времени	74
О ценности своих мыслей	79
Главное — быть «своим» человеком	83
О сексе и чувственности	90



Часть четвертая

КО ВСЕМ. О ЛЮБВИ, О БРАКЕ,
О ТРАВМАХ ВЗРОСЛЫХ ДЕТЕЙ

О важности выбора ребенка	96
Умение отпустить то, что невозможно исправить, — полезное умение	105
Несколько советов от пожилых людей	109
Ложное чувство безопасности	114
6 ошибок	135
Личное пространство в отношениях/браке	140
У меня есть потребность испытывать страдания	144
Как пережить расставание, если вы пришли к этому решению обоюдно?	158
Как пережить расставание, если вас бросили?	167
Как научиться быть счастливым?	187
Забота о себе — одно из важнейших условий воспитания в себе счастья	193



Невроз и «родственная душа»	199
Я себя не люблю...	
У меня очень низкая самооценка	232
Навязчивость все портит.	
Или как упустить человека, который нравится	242
Кто я? Зачем я живу?	247

Часть первая

К ней



Не играй чувствами других

Мое дальнейшее небо, здравствуй.

Почему я тебя так назвал? Видишь ли, когда ты наконец возьмешь в руки эту книгу, то будешь смотреть на меня через страницы и буквы, как на воды Тихого океана из окна самолета, как на южноафриканские племена дикарей, как на черно-белое кино...

Тебе будет казаться, что я древний, ветхий и в мое время люди видели мир в черно-белых тонах.

Улыбаюсь.

Времена меняются, согласен. Но чувства людей — нет.



Я хочу сказать тебе, недоступная моя, что надо беречь каждого человека, вошедшего однажды в твою жизнь. Это очень важно, поверь мне. Не любишь, ненавидишь, презираешь всей душой? Тогда просто отпусти. Не бей, не убивай, не желай человеку зла, проклиная. Просто отпусти, просто забудь. Попытайся.

Тебе в этой жизни рано или поздно вернется бумерангом все, высоко порхающая моя, хочешь ты этого или нет. Знаешь ты это или нет. Я сожалею, но будет так.

Я как-то осознал, что любой человек, коснувшийся моей жизни, плохой или хороший, красивый или не очень, бедный или богатый, — это мой спутник на определенный промежуток времени. Это часть пазла под названием «жизнь». Очень трудно не причинять боль, когда ее хочется причинить. Крайне трудно порой отыскать в себе человека.

Я не призываю подставлять левую щеку, когда ударят в правую, — в данном случае



я советую тебе без промедления ломать нос. Я призываю не причинять боль тем безобидным, беззащитным, которые увидят однажды в тебе только самое прекрасное, все твои достоинства. Тем добрым людям, которые будут слепо в тебя влюблены.

Не играй чужими чувствами, кроха моя, даже если твоя стихия — огонь, а их стихия — воздух или земля. Не любишь, ненавидишь за то, что разочаровалась в человеке, — просто отпусти его. Но не оставляй заблудившегося во мраке, прошу тебя. Скажи, что не сможешь, что не прикажешь, что не воскресишь.. Скажи все, как есть. Но не бей изо дня в день, не делай с ним то, чего не пожелала бы себе.

Твоя мама мне часто говорила про маятник. Что чем дольше он раскачивается, тем сильнее последует удар..

Не бойся кого-то потерять

Дорогая моя, не бойся кого-то или что-то потерять. Прости меня, но ты потеряешь — боясь или не боясь, живя в постоянном страхе или с ощущением того, что песок, как бы мы ни сжимали его в руках, это песок, и он имеет свойство просачиваться маленькими песчинками через самые, казалось бы, сильно стиснутые кулаки.

Любимые люди не могут быть нашей с тобой собственностью, и они всегда готовы пойти на душевное убийство — влюбить в себя других людей, если им становится плохо с нами... Это не цинично, это не трусость. Хотя если тебе будет угодно,



то можешь называть трусами всех несчастных людей. Однако это жизненная необходимость — бежать от боли и холода, чтобы отогреться, залечить раны и выжить! Прости тех, кто от тебя убегал. Ты была не права, они были не правы.

Я хочу сказать, нежное море мое, что тебе ничего в этом мире не принадлежит, кроме тебя самой и накопленных тобою воспоминаний. Ты не можешь владеть, но ты можешь получать удовольствие от всего, что доставляет тебе радость. Так хочется порой владеть тем, что приносит нам наслаждение... Но чем больше ты будешь гоняться за ароматом, пьянящим и отравляющим душу, тем сложнее тебе будет найти путь к себе. К своей истине или истинам. К изучению своей сути.

Чужая жизнь, чужие истины и мечты никогда не могут быть твоей сутью! Запомни эти слова. Ибо однажды ты сильно заблудишься и надолго потеряешь себя.