

Счастье  на ладони

Анатолий Некрасов

# УЧИМСЯ ЛЮБИТЬ

ПРАЙМ



Издательство  
АСТ  
Москва

УДК 159.8      *Все права защищены. Никакая часть данной книги*  
ББК 88.5      *не может быть воспроизведена в какой бы то*  
Н48              *ни было форме без письменного разрешения*  
                         *владельцев авторских прав.*

**Некрасов, Анатолий Александрович.**

Н48 Учимся любить / Анатолий Некрасов. — Москва : Издательство АСТ, 2018. — 224 с. — (Счастье на ладони).

ISBN 978-5-17-106340-5

Можно ли научиться любить? Можно ли проанализировать это чувство, вывести закономерности и найти правила? Да, это возможно! Правила любви созданы, и уроки существуют. Они в этой книге!

Прочтите её, и ваша жизнь изменится волшебным образом. Вы научитесь создавать вокруг себя особое пространство — пространство любви. В пространстве любви измены, непонимание, материальные проблемы не смогут выжить. Этот чудесный мир будет наполнен только добром и достатком, а дети, рождённые в такой атмосфере, получат счастливую судьбу.

Но самое главное — в созданное вашими руками пространство любви обязательно приходит ваше истинное счастье.

**12+**

---

*Духовно-просветительное издание*

Серия «Счастье на ладони»

**Анатолий Некрасов**  
**УЧИМСЯ ЛЮБИТЬ**

Подписано в печать 26.12.2017. Формат 70×90/32

Усл.-печ. л. 8,19. Тираж экз. Заказ

Общероссийский классификатор продукции ОК-005-93,  
том 2–953000, книги, брошюры.

ООО «Издательство АСТ»

129085, г. Москва, Звездный бульвар, д. 21, стр. 1, комн. 39

ISBN 978-5-17-106340-5

© Некрасов А., 2015

© ООО «Издательство АСТ», 2018



---

---

# СОДЕРЖАНИЕ

ВСТУПЛЕНИЕ .....	5
ПРЕТЕНЗИИ К БОГУ .....	7
АНЮТИНЫ ГЛАЗКИ .....	11
ЮЛЯ .....	16
МЕДИТАЦИЯ ОТНОШЕНИЙ .....	31
ОТПУСТИ ОТЦА! .....	40
КАК ПОДКОВАТЬ БЛОХУ? .....	47
ЖЕНЩИНА — КТО ТЫ? .....	54
А ДЕВОЧКА ПЛАЧЕТ .....	56
БЕЛКА В КОЛЕСЕ .....	61
ЛЮБОВЬ К РОДИНЕ .....	67
ШИРОКАЯ ДУША .....	75
МЕЛОЧИ .....	84
СЧАСТЛИВАЯ СЕМЬЯ .....	86

ЛЮБОВЬ И ЗАРПЛАТА .....	92
ЖИЗНЬ ПОЛОСАТАЯ .....	99
ПОСИДЕЛКИ .....	103
ПРАВИЛЬНАЯ ЖИЗНЬ .....	106
ОБРОК .....	113
ДВЕ ОКСАНЫ .....	117
ПИСЬМО К N. ....	123
КУПИ КОЗЛА .....	129
НЕ ВЫНОСИТЕ СОР ИЗ ИЗБЫ .....	136
ЧАЙ .....	139
ТИТАНЫ .....	141
НЕ ХЛОПАЙТЕ ДВЕРЬЮ .....	150
КАК БЫТЬ? .....	152
ЦЕЛОМУДРИЕ .....	181
ГИПНОЗ .....	185
МУДРЕЦ .....	191
СЧАСТЛИВАЯ ПАРА .....	195
ПРИЛОЖЕНИЕ .....	215

# ВСТУПЛЕНИЕ



Человеку даётся ум не только для того, чтобы учиться грамоте и мастерству, но и для того, чтобы **учиться жить**, и главное значение имеет необходимость **учиться любить**. Вот этой науке нигде не обучают, а это умение крайне необходимо каждому человеку в любом возрасте!

Жизнь постоянно даёт уроки любви, каждый день. Только большей частью мы не обращаем внимания на эти уроки, и не делаем выводы. Миру приходится повторять снова и снова один и тот же урок, всё более настойчиво, всё более требовательно, пока мы не разберёмся в нём и не усвоим его. Так, зачастую, мы приходим к повтору ситуаций и к страданиям.

В этой книге даётся множество примеров, на которых, при желании, можно приобрести огромный опыт мудрости и увидеть

в обычных житейских ситуациях эти уроки любви. Таким образом, можно приобрести состояние, в котором легко будут решаться любые жизненные вопросы. Так рождается Наука Любви.

Выполняя дела любви, хотя бы и без неё, а только через сознание, человек приобретает опыт новых ценностей, помогающих развитию. Кроме того, он освобождается от внутренних блоков и комплексов, от мешающих моральных принципов обособленного человека. Человек начинает смотреть на Мир по-другому. Он становится другим — в нём просыпается любовь!

В этих небольших рассказах описаны реальные события и люди. Где-то заменены имена и места событий, а где-то, по разрешению героев, сохранены.

Большая благодарность участникам этой школы Любви.

При прочтении этих рассказов обратите внимание на свою реакцию на ситуации, на героев, на их поступки. В этом тоже заключается школа Любви. Если осудить — один результат, принять и найти что-то в себе — другой. Постарайтесь взять наибольший опыт из этих уроков жизни.

*С уважением и любовью,  
Анатолий Некрасов*

# ПРЕТЕНЗИИ К БОГУ



а музыкальном фестивале я встретил женщину, которая, когда узнала, что я автор книг о духовности, прямо заявила:

— У меня большие претензии к Богу. Почему он создал мир, в котором так много страданий?

Кто-то может сказать: «Какое богохульство!» Давайте разберёмся в этом вопросе, ведь эта женщина не одинока в своих претензиях. Так думают многие, только не все говорят, особенно сейчас, на пике увлечения религиозным мировоззрением, а иногда хочется сказать — модой!

Конечно, в первую очередь такие слова говорят о наличии проблем в самой женщине. Скорее всего, много встретилось страданий у неё на пути, и беседа это подтвердила. В разговоре с ней я избрал необычную

форму беседы, благо к этому располагала природа. Я ей сказал:

— На месте Бога я вам ответил бы так. Милая, Я тебе дал всё необходимое для того, чтобы ты была на этой Земле счастлива. Я много потрудился для того, чтобы Земля стала такой, какая она есть. На ней есть всё для твоего развития, для твоей радости. Я дал тебе прекрасное тело, этот самый сложный, удивительный организм, но ты к нему всё это время плохо относишься и основательно запустила. Ты им почти не занимаешься, и оно потеряло свои прекрасные формы. Я даю тебе тысячи примеров бесконечных возможностей человеческого тела, а ты не обращаешь на них внимания и не используешь в своей жизни. Ты не избирательна в еде, куришь. Согласись, что всем этим ты сама, а не Я, готовишь почву для болезней и страданий своего тела.

Я дал тебе глубокий ум, а ты не стремишься его развивать, и освоила менее десяти процентов его возможностей. С другой стороны, ты такому неразвитому уму позволила взять власть над собой, и он командует тобой, он планирует твою жизнь. Ведь как ты думаешь, так ты и живёшь! Интуицию ты не используешь и на доли процента. А ведь это основной

орган твоего взаимодействия с окружающим Миром, но ты им почти не пользуешься. И поэтому ты получаешь много проблем и страданий буквально на ровном месте, там, где их не должно быть.

Душа твоя с трудом общается с тобой, потому что именно ты построила много препятствий на её пути к сердцу. Ты даже не пытаешься к ней прислушиваться, общаться с ней, а она могла бы тебе напомнить о том, как ты сама, проявляя свободу воли, выбрала, где и когда родиться, какие испытания пройти, чему научиться, то есть ты сама написала данный сценарий жизни. Но ты не хочешь её слушать, а ведь у неё есть много вариантов, которые отличаются от того, по которому ты живёшь, и ты могла бы многое изменить в своей жизни.

Я тебе дал свободу воли, божественную ипостась, которую имею Сам. И не в каких случаях не позволяю себе вмешиваться в твою жизнь, ограничивать твою свободу воли, *если ты сама этого не хочешь*. И чаще всего ты проявляешь свободу воли для того, чтобы сделать себе хуже! Я вижу это, но не имею к тебе претензий, я уважаю каждый твой выбор. Свобода дана тебе для творчества. Твори радость, счастье в своей

жизни — это в твоих силах и в твоей воле, и тогда не будет страданий.

Я дал тебе самое лучшее, что есть у меня — Любовь. Как ты воспользовалась этим даром? Ты своей любовью могла создать огромное Пространство Любви, в котором сама и многие могли быть счастливы. Знай, что своей любовью ты можешь объять весь мир и убрать страдания не только в своей жизни! Вот такие твои возможности. А как ты распорядилась своей любовью и самой мощной её частью — сексуальной? Зачем ты её экономишь? Радуй себя и других! Ведь чем больше отдашь своей любви, тем больше получишь!

Вот такой ответ могла получить от Бога эта женщина, если бы слышала его. А ведь наверняка Он ей не раз пытался говорить об этом. Страдания приходят уже тогда, когда все возможные способы донесения информации исчерпаны. Мы сами создаём, что имеем — вот резюме данного диалога.

# АНЮТИНЫ ГЛАЗКИ



или-были три школьные подруги. Их дружба была очень сильная и сохранялась все школьные годы. Дружить втроём ещё сложнее, чем вдвоём, так как возникают некоторые моменты соревновательности в отношениях. Конечно, было разное в их отношениях, но они пронесли свою дружбу через все школьные годы.

Пока ходили в школу, пока встречались каждый день и были в равных условиях, им удавалось сохранить хорошие отношения. После окончания школы общаться стали реже, возникали новые события, новые люди, и постепенно сложилось так, что две из них, Нелли и Света, сблизились значительно сильнее, а третья осталась в стороне. У неё возникли ревность, обида и боль.

Прошло несколько лет, подруги разъехались по разным городам страны, у каждой складывалась своя жизнь, свой круг отношений. Нелли со Светой иногда встречались, а третья подруга как бы выпала из этого общения. Почему «как бы»? Потому что долгая детская дружба оставляет сильный след в жизни человека и накладывает на взрослую жизнь определённый отпечаток. Люди мало задумываются об этом, но взаимодействие продолжается на тонких планах, независимо от того, знаем ли мы это или нет. Детские впечатления, мечты и планы очень яркие, образные, поэтому оказывают сильное влияние на всю дальнейшую судьбу. Не зря говорят, что самый счастливый человек это тот, кто реализовал свои детские мечты.

У Нелли свой дом, и около него она любит выращивать цветы. У неё весь сезон — цветение! Все цветы в её саду растут хорошо, а вот с анютиными глазками всё никак не получалось. Она их высаживала много раз, из года в год, но они болели и, в конце концов, погибали. Что только она ни делала, но результат всегда был один. Она никак не могла понять, что с ними происходит.

Прошло ещё какое-то время. Как-то Нелли съездила на родину и встретила с той

своей школьной подругой, с которой после школы испортились отношения. Это был первый шаг к их примирению. Затем подруга приехала к ней в гости. Отношения наладились, и старая дружба зазвучала снова.

В следующее лето Неля снова, в который раз посадила анютины глазки и — чудо! Они прижились и подарили много цветов. Причём цвели ярко, сильно, кажется, вопреки своей природе!

Как вы наверное догадались, подругу звали Анюта. Причём её всегда звали, даже в возрасте, не Аней, а Анютой.

Поистине, мы все одно!

Неожиданно у этого рассказа появилось продолжение. Я уже готовил книгу в типографию, как Нелли мне рассказала ещё один эпизод из жизни её анютиных глазок.

— В этом году у Анюты наконец-то состоялось важное событие — она вышла замуж. Мы все желали ей этого, потому что возраст приближался к тридцати, а у неё всё как-то не получалось. И в моём саду анютины глазки просто буйствовали! Но в последнее время я стала замечать, что они увяли. Сначала я не обратила особого внимания на это, но потом задумалась, а не случилось ли что

с Анютой? И она мне что-то давно не звонила.

Я стала её разыскивать и через её маму передала, чтобы она мне позвонила. И вот она мне звонит. Я её спрашиваю, как у неё дела, как муж? И ожидала услышать восторг, радость её нового состояния. А она отвечает уж как-то обыденно и даже с некоторым раздражением: «Жизнь как жизнь, и муж как муж. Ничего нового, даже как-то скучно».

Нелли сама и сделала вывод:

— И я поняла, почему цветы потеряли свою пышность — её жизнь стала обыденной. Она слишком быстро потеряла радость своего нового состояния. Она быстро забыла, как мечтала о замужестве, как радовалась этому событию. Вот цветы и дали мне знать об этом.

К сожалению, это наиболее распространённая ситуация, когда после замужества женщина быстро успокаивается на достигнутом, и жизнь становится обыденной. Это происходит потому, что люди не понимают смысла замужества. Цель замужества заключается не в том, чтобы «всё было как у всех». Мужчина и женщина создают Пару для того, чтобы развиваться, чтобы становиться всё более счастливыми, чтобы росла их любовь.

Если бы так ставился вопрос изначально, если бы люди с детства именно так понимали задачи семейных отношений, то многое в жизни было бы по-другому. Но такое понимание не закладывается ни в семье, ни в школе, да и мало таких примеров в жизни. Поэтому так много и «брака»!

Вот в жизни Анюты наступил такой период, когда их отношения перешли в обыденное состояние, стали не прирастать, а убывать. На это и среагировали анютины глазки, давая сигнал Нелли, чтобы она помогла подруге всё это осознать и изменить ситуацию, пока не поздно. Лучше с самого начала не останавливаться, а взять курс на развитие отношений, тогда не потребуются прикладывать больших усилий, и всё будет идти естественно.

Сегодня Нелли пришла на работу и говорит:

— Что-то происходит с моими маргаритками...