

Радость на ладони

Большие эмоции
в маленьком формате

ТЫ НАСТОЯЩЕЕ ЗОЛОТО

Теплые слова
для поддержки
и вдохновения

 **БОМБОРА**
ИЗДАТЕЛЬСТВО
Москва

УДК 159.9
ББК 88
Т93

В издании использованы цитаты из книг:
Андреевой Е. «Тихие чувства», Пирумовой Ю. «Все дороги ведут к себе» и «Хрупкие связи», Диановой Л. «Неудобные вопросы», Примаченко О. «К себе нежно», Лебедько П. «Разговоры с близкими», Ха В. «Я хочу жить в своем темпе», Тева Кумар И. «Меня будто нет», Нодзоми Н. «Психологическая забота о себе», Булгаковой Ю. «Разреши себе чувствовать», Мужичкой Т. «Мне все лъзя», «Роман с самим собой» и «Брать, давать и наслаждаться», Рисберг Е. «Бизнес-ведьмы», Линднер Р. «Отложенная жизнь», Чан С. «Проплывая по реке жизни», Галигабаровой П. «Отцы и дочери», Пайпер Ж. «Поезд до жизни мечты», Шустер Т. «Купи себе эти чертовы лилии», Масуно Ш. «Искусство заботы о душе», Кайтуковой А. «Роман с деньгами», Хи Х. «Письма с любовью»

Т93 **Ты – настоящее золото.** Теплые слова для поддержки и вдохновения. — Москва : Эксмо, 2026. — 160 с. — (Радость на ладони. Большие эмоции в маленьком формате).

ISBN 978-5-04-227904-1

Фразы, которые мягко поддержат, вернут уверенность и вдохновят на новые свершения. Здесь собраны мысли о любви, доброте, заботе, стойкости и внутреннем свете, который не исчезает даже в самые непростые моменты.

УДК 159.9
ББК 88

© Оформление. ООО «Издательство
ISBN 978-5-04-227904-1 «Эксмо», 2026

”

Гневайтесь, друзья,
гневайтесь. Пусть
внутренняя Малефисента
расправляет крылья,
только помогите себе
эту силу качественно
проявить.

Юлия Булакова

«Разрешите себе чувствовать»

”

Прошлое всегда
закладывает основу
для будущего.

Райан Андерс

«Отложенная жизнь»

”

В мире существует
множество путей.

Упрямо придерживаться
только одного — это отказ
от всех остальных.

Ка Жан

«Я хочу жить в своем темпе»

”

Мы не рождаемся
женщиной сразу
и в одночасье.

Мы открываем ее в себе.
Формируем и выстраиваем
свой пол психически,
осваивая то, что значит быть
женщиной, реализовываясь
ею в разных областях.

Юлия Турчкова

«Все дороги ведут к себе»



Забота о себе –
это не про «баловать
себя». Это про умение
быть для себя
заботливым Родителем
и надежным Взрослым,
не забывая о чувствах
внутреннего Ребенка.

«Психологическая забота
о себе»

”

Любовь к себе –
это когда ты выбираешь
себя, и все хорошо на всех
уровнях. Ты понимаешь
себя, знаешь, осознаешь
свои масштабы.

Татьяна

Мушкетера

«Роман с самим собой»

”

Честность в отношениях —
это не просто говорить
правду, а открывать свое
сердце без страха быть
отвергнутым.

Татьяна Лебедева

«Разговоры с близкими»

”

Я поняла: единственный
человек, который
никогда меня не оставит
и перед которым
мне не нужно пятиться, —
я сама.

Ольга Тришаченко

«К себе нежно»

”

Ошибаться можно.
За ошибкой последует
сожаление, но на этом все.

Ка Жан

«Я хочу жить в своем темпе»

”

Радуйтесь успехам других.
Будьте благодарны за то,
что у вас уже есть.

Райан Андерс

«Отложенная жизнь»

”

Близость создается
из нашей искренности,
открытости и доверия.

Евгения Андреева

«Тихие чувства»