

Живые мысли

АНАТОЛИЙ
НЕКРАСОВ

МАТЕРИНСКАЯ
ЛЮБОВЬ

ЮБИЛЕЙНОЕ ИЗДАНИЕ, ДОПОЛНЕННОЕ



Издательство
АСТ
Москва

УДК 616
ББК 53.4
Н48

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

Некрасов, Анатолий Александрович.

Н48 Материнская любовь. Юбилейное издание, дополненное / Анатолий Некрасов. — Москва : Издательство АСТ, 2026. — 304 с. — (Живые мысли).

ISBN 978-5-17-161738-7

Перед вами юбилейное, дополненное издание знаменитого бестселлера Анатолия Некрасова «Материнская любовь». Книга на рынке уже 20 лет, она выдержала десятки переизданий, ее прочитали сотни тысяч людей. «Меняет жизнь!», «Открывает глаза!», «Путь из тупика» — вот что пишут в отзывах об этой книге читатели.

Это новое издание «Материнской любви» включает в себя три новые главы, которые еще нигде не публиковались! Читателя ждет обсуждение очень важных вопросов, без решения которых нельзя построить счастье в отношениях, создать крепкую семью, вырастить здорового ребенка.

Взгляните на материнскую любовь «с другой стороны!»! Избыточная материнская любовь может стать причиной разлада в семье, принести страдание и родителям, и детям, и обществу в целом.

Эту книгу запрещали и отвергали, но для сотен тысяч читателей она уже стала спасением, помогла провести «работу над ошибками», изменить отношение к себе, браку, детям, избавиться от пут материнской любви.

УДК 616
ББК 53.4

Макет подготовлен редакцией «Прайм»

ISBN 978-5-17-161738-7

© Некрасов А. А., 2022
© ООО «Издательство АСТ», 2026

Содержание



Предисловие к юбилейному изданию	5
Свобода и ответственность	9
Вступление	17
Материнство и любовь	25
Психические роды	89
Система ценностей	123
Всё начинается с детства	159
Любовь к родителям	167
Пятьдесят плюс	189
Вторая зрелость	197
Мудрость пожелания	271
Двадцать лет спустя	283
Что же дальше?	299



Предисловие
к юбилейному
изданию

Здравствуйте, дорогой читатель! Благодарю, что вы открыли эту непростую книгу. Во-первых, она очень важна и нужна каждому человеку. Просто это понимают только те, кто её прочитал. У вас есть возможность познакомиться с книгой и понять, что она не случайно пришла в вашу жизнь.

Это особенная книга еще и потому, что ей исполняется двадцать лет. Если сравнить её возраст с возрастом человека, то вы как будто смотрите на взрослую женщину, которая выходит в самостоятельную жизнь. Так оно и есть. Но за прошедшие годы, за все 20 лет, она натворила столько добрых дел, что, пожалуй, трудно найти книгу, которая сделала бы так много хорошего для всех людей, которые её читали.

Это вообще уникальная книга по своему воздействию на человеческие судьбы, ведь она сделала счастливыми миллионы людей. Книга переиздавалась множество раз в России и была переведена на 10 языков. Можно сказать, что она изменила судьбу не только множества отдельных людей, семей, родов, но и в целом нашей страны. Важную роль она сыграла и в других государствах, потому что помогла тем, кто её прочитал, избавиться от самой большой проблемы в жизни людей. Когда вы прочтёте эту книгу, вы поймёте, что это так и есть.

Важность книги ещё и в том, что она не только помогла стать счастливыми многим людям, но и спасла жизнь сотням тысячам детей. В этом её уникальность. Тот, кто

прочтёт эту книгу, поймёт, что это не просто слова, а реальность. Эта книга помогла создать множество счастливых семей. Она же спасла множество семей от распада. Немалый «послужной список» за 20 лет.

Многие из тех, кто прочитал книгу, на собственном опыте убедились в её важности и ценности. Они дарили её своим родственникам, друзьям, коллегам и просто знакомым людям. Я знаю одного человека, у которого в багажнике автомобиля всегда лежали несколько экземпляров книги. Он раздавал их тем, кто, как видел и чувствовал этот человек, столкнулся с жизненными проблемами. Ещё один мой знакомый — чиновник высокого ранга — закупил несколько тысяч экземпляров книги и разослал их многодетным матерям, ведь в ней рассказывается об основах гармоничного воспитания ребёнка.

Вот такая книга перед вами. Прочитайте её, а главное — примените в жизни всё то, что здесь написано, и будет у вас постоянно растущее счастье.



*Свобода
и ответственность*

После выхода книги «Материнская любовь», одной из тем которой было избыточное материнское чувство, мне рассказали множество историй из реальной жизни о проявлениях этого чувства. Не знаю, как за эти 20 лет моё сердце не разорвалось, когда я слушал обо всех этих случаях, всех этих бедах, всех этих судьбах. Иногда болезнь привязанности к матери (а это болезнь) протекает у мужчин в очень тяжёлой форме. Очень много её случаев я наблюдал в Казахстане, куда много ездил на встречи с читателями, ведь «Материнская любовь» была переведена на казахский язык. Дело в том, что в соответствии с казахскими традициями (да и традициями других народов, хотя бы кавказских) младший сын должен жить с родителями и обеспечивать их. Поэтому на их судьбах проблемы избыточного материнского чувства проявляются особенно наглядно. Как правило, младшим сыновьям не удаётся полноценно реализовать себя как личность. Нередко у них встречаются серьёзные отклонения в психике. Вы скажете: но ведь кто-то из детей должен заботиться о родителях? Да, но и родителям надо думать о своих детях. Забота со стороны родителей должна проявляться не только в контроле, но и в предоставлении детям свободы. Только тогда ребёнок может стать по-настоящему счастливым и реализовать своё предназначение, свою миссию.

Я знаю о случаях, когда после ухода матери мужчины (чаще всего) утрачивали адекватность, что неизбежно

сказывалось на всей их жизни, на творчестве, на взаимоотношениях в семье. Однажды меня попросили помочь мужчине, который после смерти матери очень глубоко погрузился в воспоминания о ней и ни о чем другом не мог думать. Урна с прахом матери хранилась в спальне. Представляете, каково было его жене? Другой мужчина везде хранил фотографии умершей матери — на стенах в квартире, в портфеле, в портмоне. И он считал это нормальным, не понимая, что это, в общем-то, уже психическое отклонение. Подобные вопиющие случаи, конечно, бросаются в глаза, и многие понимают ненормальность такого повеления.

Но есть и более тонкие, незаметные на первый взгляд вещи. Вроде бы так и должно быть, нужно проявлять уважение к родителям, любовь к матери. Никто с этим не спорит. Но нельзя и принижать ценности вашей жизни, ваши собственные интересы, ведь в противном случае всё переворачивается с ног на голову. И тогда вы ставите под угрозу свою собственную нормальную жизнь, лишаете себя счастья.

Все родители желают счастья своим детям. У одних это желание исполняется, у других нет. Почему? Как показывает мой опыт, одного родительского желания недостаточно. Родители должны что-то делать для счастья детей. Тогда-то у них всё и получается. Что значит делать что-то для счастья детей?

Это основная стратегия семьи, красная линия всего процесса семейной жизни. Очень важный момент, благодаря которому и появляются дети, это взаимодействие женщин и мужчин. Без мужчин невозможно ни рождение ребёнка, ни его правильное воспитание. Многие

женщины по каким-то причинам, или потому что они так пожелали, ограничивают общение мужчин с детьми и взваливают на себя все заботы, связанные с воспитанием. Это ошибочная позиция, которая приводит к возникновению самых разных проблем в жизни детей. Поэтому, дорогие женщины, если вы считаете, что способны воспитать детей без мужчин, вы делаете большую ошибку.

Конечно, вы можете привести множество примеров, когда женщина, избавившись от мужчины, с которым у неё не сложились отношения, видит, что ей стало легче общаться с детьми, решать вместе с ними разные проблемы. Да, бывает и так, если рядом находился не тот мужчина или с ним сложились не те отношения. Но по большому счёту природой заложено, что рождение и воспитание детей должно происходить во взаимодействии мужчины и женщины. Именно так и не иначе.

Вернёмся к избавлению от избыточного материнского чувства, которое разрушает семьи, судьбы матерей и детей. И здесь желательна помощь мужчины, совместные действия пары. В этом случае их эффективность будет намного выше. При условии, что вы построите гармоничные отношения с мужчиной, эта проблема навсегда уйдёт из вашей жизни. Самое лучшее средство избавления от избыточного материнского чувства — смещение акцентов любви и взаимоотношений в сторону мужчины. Замечательные отношения с мужчиной будут залогом того, что дети получают именно то, что им нужно, а именно обширное пространство родительской любви. Когда мужчина и женщина любят друг на друга, возникает поле любви, пространство, комфортное и для родителей, и для детей, воспитание которых происходит естественным образом.

Ещё раз повторю: самое лучшее средство для того, чтобы не допускать избыточного материнского чувства, — классные отношения женщины и мужчины. Как построить такие отношения? По сути, взаимоотношения мужчины и женщины — основа жизни. Созданием и укреплением этой основы надо очень серьезно заниматься. Развитие в этом направлении бесконечно, как сама жизнь. Вопросы возникают постоянно. Здесь раскрываются все аспекты отношений: физиологические, психические, духовные, энергетические. В паре, образованной мужчиной и женщиной, как в тигле, рождаются личности. Ни одна женщина никогда не откажется от хороших отношений с мужчиной, но эти отношения невозможно построить одному, только в паре.

Как женщине построить гармоничные отношения с мужчиной и создать качественное пространство любви для детей? Одной любви для этого мало, ведь есть ещё такая часть нашего тела, как голова, в которой чего только нет. Под влиянием головы любовь не справляется с многозадачностью и проблемами. Давайте исходить из того, что любовь — это основа, фундамент, на котором можно выстроить замечательные отношения. Но ваши собственные убеждения, то есть ваша голова содержит в себе много другого. И вот это другое зачастую и разрушает отношения между женщиной и мужчиной. Что я имею в виду?

Одно из главных условий гармоничных отношений в паре — это уважение друг к другу. В данном случае уважение к мужчинам является очень ценным качеством. Вы, наверное, встречали женщин, которые говорили: «Я его люблю, он замечательный человек, но я его

не уважаю. Он не может добиться материальных успехов, за что его уважать? Я его люблю, и он отец моих детей, но уважение — это другое». Обратите внимание на это другое и постарайтесь им воспользоваться. То есть воспитывайте в себе уважение к мужчине, к мужу. Это будет замечательным примером и для детей, самым добрым основанием, на котором будет усиливаться их уважение и к вам, и к отцу. Ваш пример будет заразителен, ваш пример будет важен для детей.

Поэтому первое условие создания гармоничного пространства любви, в котором всё и решается, — это любовь плюс уважение. Любовь и уважение делают женщину женщиной. Она и говорит, и действует, то есть в этом случае полностью раскрывается вся её женская природа, что очень тонко чувствуют дети. Девочки берут пример с матери, которая уважает и любит своего мужа. Мальчики воспитываются на фоне этой женственности, потому что по-настоящему мужчина раскрывается на фоне женщины, рядом с женщиной. Когда мать проявляет уважение и любовь к мужчине, мальчики воспринимают её как настоящую женщину. Они воспитываются естественным образом без назиданий, без проблем, именно как мужчины.

Я бы добавил ещё одно необходимое для гармоничных отношений женское качество — нежность. Представьте себе, что мама любит уважает отца, но её речь жестковата, её выражения резки, она ведет себя немного по-мужски. Это сразу сказывается на отношениях и становится разрушительным для пространства любви. И наоборот, когда взгляд жены, её прикосновения — всё наполнено нежностью, мягкостью, то пространство любви становится созидательным, творящим глубочайшее состояние

женственности, в котором расцветает мужчина и подрастают дети.

Эти три качества — великое благо для семьи, для воспитания детей, для прекрасных гармоничных отношений. В такой семье никогда не возникнет избыточное материнское чувство. Когда муж и жена любят, уважают и нежно заботятся друг о друге, гармоничные отношения между ними будут существовать вечно. Эта тройка «вывезет» их из любой кризисной ситуации. Конечно, существует множество других положительных качеств, способных усилить эффект от гармоничных взаимоотношений. Он будет распространяться и на ваше благополучие, ваше здоровье и здоровье детей, на финансовую сторону, на долголетие. Поэтому самое лучшее, если вы начинаете развиваться в этом направлении, — раскрывать вашу женственность на максимальную глубину. Нельзя останавливаться в развитии, потому что жизнь многообразна, и она в каждый момент времени требует каких-то новых знаний, новых состояний, нового понимания. Вот для того, чтобы это новое не выбило вас из колеи, чтобы ваши отношения становились всё более гармоничными, счастливыми, женственность, женские качества должны постоянно развиваться. Стройте всё более и более глубокие отношения, познавайте семейные секреты. Перед вами огромное поле для творчества, для развития, и тот, кто проходит по этому полю из конца в конец, тот и собирает богатый урожай.