

18+

Алёна Тюрина

я ничего не обещаю



*Книга о внутренней
свободе, спонтанности
и честности с собой*

Алёна Тюрина

**Я ничего не обещаю. Книга
о внутренней свободе,
спонтанности и честности с собой**

«Издательские решения»

Тюрина А.

Я ничего не обещаю. Книга о внутренней свободе, спонтанности и честности с собой / А. Тюрина — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-747095-1

Это «живая», так ее называют, книга, о том, как быть верной себе и делать свою реализацию будучи счастливой в отношениях. Откровенно о первом, самом сложном годе супружеской жизни, о том, как не потерять себя в замужестве, о любви и вере в своего мужчину.

ISBN 978-5-44-747095-1

© Тюрина А.
© Издательские решения

Содержание

Противопоказания как вступление	7
Прощай, боль, ты мне больше не нужна	8
Пути у всех разные, цель – одна	8
Свобода	9
Быть целой	10
Женское	11
Начало реализации	12
Выбор есть	12
Пожалуйста, не делай из меня тюрьму	13
Знакомство – это встреча двух миров	14
Поездка очень далеко	15
Ежедневная встреча с собой	16
От чего зависит счастье	17
Конец ознакомительного фрагмента.	18

Я ничего не обещаю Книга о внутренней свободе, спонтанности и честности с собой

Алёна Тюрина

© Алёна Тюрина, 2017

ISBN 978-5-4474-7095-1

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero



Моя душа очень признательна за возможность быть сейчас здесь и писать эти строки, благодарна за возможность делиться. Быть здесь, на чудесной Земле, в красивом и здоровом теле, быть женщиной, рожденной в сказочной стране, с сильнейшими родовыми корнями и всемогущей памятью предков.

Я благодарна всем своим учителям и всем людям, которые, сами того не подозревая, сыграли в моей жизни особую роль и помогли мне узнавать себя и постигать свой опыт в ощущениях.

Благодарю мужа. Я просила Бога скорее его встретить, и вот он здесь, и я могу спокойно делать свою реализацию, чувствуя себя самой любимой и желанной женщиной.

Благодарю своих друзей, особенно Наталию Сергиеву, которая является моим учителем и мастером, а теперь еще и близкой подругой. Сейчас мы партнеры по реализации и вместе проводим тренинги и семинары. Она помогла мне завершить поиск самой себя и поддерживала меня в написании этой книги. Я благодарю Ошо, семью Рерих, Микао Усуи, Марину Таргакову, Олега Торсунова, Александра Палиенко и всех-всех, кто так или иначе помогают мне идти дальше, щедро делясь своей любовью и знаниями на каждом из этапов моего роста.

Благодарю своих любимых родителей, которые стали для меня и учителями и отправными точками на пути духовного роста, так как именно вопросы отношений с ними так рано разбудили мою душу к поиску.

А теперь я обращаюсь к читателям. Благодарю за Ваш интерес и открытость. Я буду рада помочь Вам, как когда-то помогали мне. Но не стоит воспринимать эту книгу как руководство к действию. Это всего лишь мое восприятие мира, а глаза у всех разные. Не нужно думать, что истина моя является истиной для всех. Но, возможно, эта книга расширит Ваше представление о реальности и поможет посмотреть на некоторые вещи с совершенно другой стороны. Я желаю Вам удачи в обретении своего спокойствия и счастья.

Ваша искренняя, смелая и рискующая всем ради честности с собой, Алена Тюрина.

Противопоказания как вступление

Должна предупредить, дорогой мой друг, что я не совсем писательница. Я скорее путешественница, исследователь и просто душа, основной жизненной задачей которой является рост, духовный и личностный. Я пишу это вступление, чтобы сэкономить Ваше время и сохранить Ваш покой, на случай, если окажется, что мое восприятие мира кардинально расходится с Вашим, чтобы Вы лишний раз, читая мою книгу, не мучили себя чувствами непонимания к тому, что Вам здесь встретиться. Каждое слово в этой книге, очень важное и ни одно из них нельзя выкинуть, это такая выжимка мысли, без какой либо воды, так как я очень люблю стройность и четкость во всем, и не люблю терять время, ни свое, ни чужое. Так что это не роман, который можно взять в отпуск, чтобы ни о чем не думать, это скорее информация для глубокого размышления, возможность понять «другой» способ мышления и примерить его на себя.

Скорее всего, моя книга предназначена больше для женщин, чем для мужчин, но и мужчинам, думаю, будет не лишним, но только для тех, кто уже хоть немного знает о мужской зрелости.

Но, предупреждаю, в книге я часто обращаюсь именно к женщинам, так что не обижайтесь, а лучше, если Вам понравится, дайте почитать своей любимой, это все для ее роста, помогите ей стать вашей Богиней.

Эта книга очень трансформирующая, и если у Вас нет готовности что-то в своей жизни менять, лучше ее не читать. А то получится, что механизм трансформации запущен, все что раньше не видели – станет явным, а сил свою жизнь менять нет. Придется тогда с этим жить, а жизнь уже не будет такой терпимой как раньше. Иногда приятнее жить с плохим освещением, чтобы не видеть, насколько в доме грязно и грустно. Ведь все трансформации требуют усилий, а лежа на диване, ничего не меняя в жизни, можно так и остаться очень умной, но очень несчастной.

Эта книга живая, я это заметила, когда она рождалась через меня – она сама как будто создавала жизненные ситуации, которые нужно было проходить и расти мне самой, чтобы я потом, собрав все чувства и слова воедино, писала все новые и новые главы. Она как ребенок, росла со мной, и в какой-то момент было пора ее выпускать наружу, для работы.

Сначала, правда, я и сама не осознавала, какую ценность имеет моя книга, и до сих пор я многого о ней не знаю, но я просто слушала свою интуицию и собирала эту книгу, как бусы, по одной главе – бусинке, стараясь ничего не потерять. Вместе с ней я начала в полной мере делать свою реализацию, то есть смогла изменить свою жизнь так, чтобы быть в служении людям и не тратить жизненное время зря. И теперь уже я женщина-учитель, и некоторые люди, даже не зная моего нового дела, интуитивно приходят ко мне с просьбой о помощи. И часто бывало, что мне хотелось посоветовать им прочесть мою книгу, а она была еще не готова.

С этой книгой я вышла замуж, сменила место жительства, род деятельности, и много-много всего. Сейчас подходит к концу ее сотворение, и скоро она будет доступна всем желающим. А вместе с ее завершением кончается и особый этап в моей жизни – этап выхода в изобилие, в новое измерение, в жизнь, автором которой являюсь именно я, мое высшее Я, а не внешние обстоятельства и мое эго. Вы сможете наблюдать какие темы я прорабатывала для подготовки к переходу, возможно, мой опыт поможет в чем-то и Вам.

Желаю Вам счастья и каждому, читающему эти строки я посылаю любовь и ангелов в помощь!

Прощай, боль, ты мне больше не нужна

Пути у всех разные, цель – одна

Вот уже несколько дней я снова сплю и чувствую вкус воздуха, прикосновения и слышу голос из своей груди. Сплю – да, именно сплю, я поняла, что все мы спим, когда умирала после неудачно сделанной операции. Чтобы понять, как это ощущается – как ощущается то, что вот-вот душа покинет тело – постарайтесь вспомнить как вы засыпаете – то ускользающее ощущение присутствия, меняющееся воздушными, фантастическими снами.

Любимый забрал меня из больницы, увез, спас, выкрал, не знаю, что и как это было точно, но он сделал так, чтобы этот ужас прекратился, и нашел для меня хорошего врача в частной клинике, на порог которой я буквально втекала в теплом домашнем халате и сланцах – не переодеваясь, прямо как была, с больничной железной кровати. Я держалась за стойку ресепшена, не могла сказать ни слова, но думаю, в моих глазах все хорошо читалось – что меня срочно нужно спасать. Еще пару дней боли и все стало лучше – хотя «лучше» здесь не уместное слово, потому что было просто никак.

Такое «обнуление» не случайно – моя жизнь как будто разделилась этой трещиной в судьбе – на две. Две жизни – свободную жизнь до замужества и еще более свободную жизнь – после. Роспись в загсе намечена на сентябрь, сейчас июнь, но именно рождение семьи было вот тогда, во время этих передрыг, знаете, как ребенок сначала рождается, а потом его рождение оформляют документами.

Из клиники я прямиком попала в нашу новую квартиру, общую, а до этого мы жили каждый за себя. Операция была по вырезанию гнойного образования в районе паха – все пошло от воспаления лимфоузла – но я то знаю, что все это было только процессом удаления из моего тела боли, гнева, страха, обиды, разочарования, слез и всего того, что было сложного и печального на моем пути к счастью.

Свобода

Эти три слова – любовь, свобода, счастье. По сути это одно и то же, и в эту же корзину можно положить еще все-все, что связано со словом Бог. Свободной в городе стать непросто – вот так удивительно устроен наш мир, что люди, которые никогда не видели в своей жизни самолетов – самые свободные, хотя и не знают о свободе полетов по всему миру всего за несколько часов; а те, кто никогда не слышал новости из телевизора и не читал книг – знают о жизни больше, чем профессора в университете.

Последние 10 лет я посвятила тому, чтобы стать счастливой, свободной, любящей. И я не помню, какой была раньше моя жизнь. Я только помню смысл всего со мной происходящего – из «хрустальной вазы»** моего тела, из моей головы посредством разных удивительных приключений выгоняли все разрушающие эмоции, все, что было нездорового, зачем-то накиданного в меня за время моего взросления.

Насколько было возможно быстро, я очищала все внутри, поскольку знала, что все, что нужно, спрятано там, на дне, под моим эго, под грязью и под мусором. Мне бы хотелось, чтобы никто никогда не болел и не попадал в трудные ситуации, но как же, если не так, мы понимаем, куда нам идти. А мне хотелось быстро.

Почему-то с самого детства я слышу в своих ушах, как тикает время – как будто у всех остальных времени больше, чем у меня, не понимаю, почему все так медленно живут – ведь так мало у нас времени, и так много дел, и никогда нам всего не успеть... Вы слышите это тиканье?

** такое прозвище мне дали в больнице – хрустальная ваза – красивая, хрупкая, прозрачная

За время пока я росла, мне стало понятно, что да, для счастья важно, чтобы было, что кушать и во что одеться – не всегда это у меня было, я знаю, как по-разному бывает. Важно жить комфортно, легко и свободно, чтобы никто не нарушал твоих границ и чтобы тебе твое жилье нравилось. Важно иметь хорошие отношения со всеми вокруг и с собой в первую очередь – не обижать себя, скажем так, а лучше любить. И уж точно я думала, что счастье найдет меня тогда, когда найдет меня мой будущий муж.

Чтобы не было иллюзий – это не так. Скажу честно – есть спокойствие, радость, любовь, нежность, ощущение безопасности, но все еще не было того ощущения полноты, которое мне однажды посчастливилось попробовать. Не буду вас томить – секрет счастья в том, чтобы создать себе комфортные условия жизни в любви и... заниматься делом, ради которого вы родились. Раньше, чем вы этим делом займетесь – целой вам себя не ощутить.

Быть целой

Ничего не нужно больше человеку для счастья – только быть гармоничной личностью. Полной, круглой, как шар, как яблоко, неоткусанное яблоко. Попробую поделиться этим чувством через буквы – много, очень много энергии, независимо от усталости. Это сладко, по – девчачьи сладко – а может у мужчин другой вкус счастья – не знаю. Радость. Ну конечно, радости море, брызжет радость и очень спокойно, светло и не важно все остальное, происходящее в жизни не важно, когда есть это счастье – жить в потоке, быть потоком, слиться с жизненной рекой и не мешать веслами своего характера.

Сколько помню себя – с самого начала я помнила, для чего я сюда пришла. Ну, в этот мир, вы понимаете.. Настолько хорошо все это помнила, что порой меня это довольно пугало – мне казалось, что я никогда не смогу это сделать. Мне было сложно даже думать об этом, смотреть на это, принимать свои видения во внимание.

Я не боялась казаться сумасшедшей – не думаю, что это проблема, скорее наоборот. Видеть эти всплывающие перед глазами картинки, как будто кадры из фильма, который перед рождением мне показали. Красочного фильма, наверное, для того, чтобы лучше все помнить, что и как должно быть, что конкретно я должна сделать, пока жива.

У всех разные реализации – но все они направлены на служение людям. Слышали об этом? Что-то религиозное слышится в этом, конечно, это и есть истинная религиозность – быть собой, слышать свою душу и делать то, что она просит.

Кто-то моет полы с такой любовью, что комната начинает петь, ведь это тоже служение. И все, что приносит вам радость – все, что вам нравится делать, даже если вам за это ничегошеньки не заплатят – это и есть ваше самое любимое. Это и есть ваш путь.

Есть люди, которые, как Айрис Апфель, показывают, что даже в городе из бетона можно слышать интуицию и быть личностью. А кто-то ведет людей дальше – за пределы личности и как, например, Ошо, показывают свободу за гранью характера, освобождают от вашего «Я».

Кстати, быть на пути своей реализации и не сходить с ее «рельс» можно только, переступив эту черту. Пока Вашей жизнью управляете Вы сами – это конечно неплохо, но есть управляющий определенно лучше любого из нас – само Бытие, Ваше высшее Я. Это и есть Вы, но сидящий на небесах в это самое время. Это и есть Вы, но которому все гораздо лучше видно свысока.

В таком случае жизнь становится совсем другой – красочной, яркой, сочной и появляется это необыкновенное чувство – как будто тебя несут по жизни на руках, добрых, сильных и очень любящих.

Женское

Оправившись от болезненного времени, спешу восстановить приятное чувство оргазма в наших отношениях. Я не бегу затыкать дырки в работе – их я успевала затыкать еще под капельницей – а начинаю с самого важного – семьи.

Если у кого-то еще есть иллюзии, что есть в жизни женщины что-то важнее, карьера, например, – я вас поздравляю, на вашем пути еще много интересных приключений. На моем тоже, но я рада, что скорее всего мои приключения будут приятнее, и жизни не придется мне доказывать, что я женщина, пинками. Но у каждого свой путь, и я тоже, как вы понимаете, не с проста проходила совсем недавно свои шероховатости на дороге.

Первым делом я сходила в салон красоты, а после – в ресторан с любимым. Сегодня утром попросила новую одежду. Мы поедем покупать ее в выходные – и ему и мне. Но ведь я хочу еще – подумала я и вспомнила, что хочу сережки с бриллиантами под любимое бабушкино кольцо. Да мы копим на жилье и живем в съемной квартире, но разве будет у нас все, чего мы хотим, если женщине не быть честной в своих желаниях?

Женское призвание вообще – уметь быть счастливой. Придумывать себе радости и просить о них мужа, радоваться природе и всему, чему только можно, делиться счастьем с любимыми и окружающим миром. Родившись женщиной, ты можешь выбрать по какому пути идти – по мужскому или женскому. Гораздо проще принести «свое тело» в найм на какую-то среднюю офисную зарплату или даже иметь собственный бизнес, выколачивая бабки, гремя металлическими яйцами между ног. Этим путем идет большинство отчаявшихся женщин, и этот путь уже проторенный и он кажется проще, чем жить, создавая свою красоту и женственность в себе и мире вокруг.

Сама я выбрала сначала путь «мужской». Я работала с 13 лет, на трех работах одновременно, потому что мне хотелось смотреть мир, красиво одеваться и быть независимой. Сейчас мне 25 и я наконец-то поняла, что нужно меняться. У меня есть свое дело, целое производство, можно сказать «итальянская фабрика», только в Москве. Но я больше не работаю от слова «раб». Мне приятно, что этот бизнес есть, что я молодой русский дизайнер, и что у меня иногда берут даже автограф и фотографируются со мной, хотя это больше меня веселит, чем добавляет мне уверенности.

С приходом мужа – да, именно настоящий мужчина позволил мне это понять – моя жизнь изменилась, и я можно сказать «сменила пол». Сейчас моя работа – это высыпаться, кушать, как следует, быть при этом стройной и сексуальной, быть красивой и ухоженной, а также любыми способами (например, привлекая уборщицу, когда у самой нет времени) содержать квартиру в чистоте, вкусно готовить, быть в прекрасном состоянии души, создавать вокруг себя красоту и заботиться о муже. И только если есть необходимость и позволяет настроение – я уделяю время и силы работе в цеху.

Некоторые женщины, прочитав эти строки, я знаю, не будут испытывать ко мне понимания, мне это даже нравится. Просто Вы еще боритесь. Сами с собой. Себе доказываете, так как другим то все равно...

Мой муж любит, когда я делаю ему массаж и шепчу ему на ушко какой он прекрасный. Я точно знаю, что так правильно – так как это идет из моей души. Я люблю делать ему приятно, смотреть, как он улыбается и как он радуется, когда приходит домой. Люблю его хвалить. Разве не это моя работа? Именно так и увеличивается наш семейный доход, разве нет? Так наше благосостояние растет гораздо быстрее, нежели если работать обоим как мужики. Все равно мужик из меня никакой и денег я так и научилась зарабатывать, тогда какой смысл?...

Начало реализации

Выбор есть

Мы поженились и даже уже были в свадебном путешествии и вообще – много воды утекло. Что дальше? нужно создавать гнездо. Как? Где? Что делать, если денег пока хватает только на хорошую сантехнику в этот наш будущий дом?

Я только знаю, что пора принимать в нашу семью дочку. Она давно уже ждет нас, чтобы воплотиться. Ее зовут Лада, и она очень красивая, стройная, здоровая физически и эмоционально, очень развитая духовно, необыкновенно женственная и при этом очень самодостаточная барышня. Да, у нее такой серьезный внутренний стержень, что спорить с ней о чем-то бесполезно – ее правда точно окажется сильнее. Если сравнивать ее, например, с деревьями – то она, наверное, похожа на березу. Сильная, крепкая, при этом очень и очень Женщина.

Она давно дала мне понять, какого папу она ждет, и помогала мне с выбором. Вернее выбирала она, а не я. Сейчас она довольно сильно управляет нашими отношениями с Толей – так зовут моего мужа, давно пора его представить.

Она готовит нашу семью всеми способами к своему рождению и даже к моей беременности – вот сейчас, например, я продаю свой бизнес, так как мне пора убрать энергию предпринимателя или точнее сделать ее женской. Вместо бизнеса на передний план выходят такие сферы деятельности: обучение разным техникам – гончарное дело, работа с металлом, керамикой и другими материалами, которые мне пригодятся для творчества – хочу делать предметы интерьера и развиваться в сфере декора домашнего пространства.. Плюс я больше начинаю уделять времени своему телу – йога, аква-аэробика и пилатес и возможно даже танцы. Еще больше слежу за тем, чтобы хорошо и правильно питаться и готовлюсь к переходу на сыроедение.

И еще одна роль возрождается во мне – роль тренера. Буду личным коучем для мужа. Буду помогать ему достигать поставленных целей. Пока не знаю как, но точно по – женски.

Вообще я наблюдаю такую тенденцию – меня постоянно учат быть женщиной во всем, но я иногда косячу и беру на себя ответственность и мужскую заботу и опеку – в тот же момент наблюдаю у Толи спад энтузиазма в охоте на мамонта, и вообще некую вялость. Все гармонично и взаимосвязанно...

У Толи процессы становления его зрелой мужественности – и даже было испытание у нас, и кажется, мы его успешно прошли с небольшими потерями. Испытание было такое – мы повелись на «медные удовольствия», хотели поменять Толе машину, хотя и его еще новая, но думали, что покупка более дорогой машины будет его мотивировать к движению вперед. Сейчас мне кажется уже это подростковым дурачеством, а точнее моей ошибкой как женщины, а тогда и правда казалось правильным выбором. Хорошо, что есть интуиция и можно вернуться обратно на свои рельсы...

Про место жительства я поняла очень четко – это не Москва. В Москве я часто плохо себя чувствую физически, и давно пора это признать. Как бы я не занималась своим здоровьем и духовным ростом – Москва не является для меня лучшим городом для семейного счастья. Мне жаль видеть здесь мамочек с колясками – правда, единственное чувство к ним – это жалость и печаль, что у них не получилось выбрать более «здоровое» место для гнезда. Хотя, знаю, что многих этот город устраивает. Но это не про нас.

Пожалуйста, не делай из меня тюрьму

Поговорила с мужем. Ну что вы, он очень хороший, и очень старается. Старается так, что даже не смотрит на других красивых, проходящих по улице женщин. Я думала только в Москве, но нет – и в отпуске тоже. Он не смотрит, но вижу, что хочет смотреть. И еще он все время говорит – «я боюсь рисковать нашими отношениями».

Рисковать же не надо, но и закрываться тоже. А закрываться, используя меня в качестве щита от своих же желаний – не нужно тем более. Давайте жить на свободе, давайте любоваться всем вокруг – женщины и мужчины не исключение, они тоже есть природа. Я за честность вообще. За честность перед собой.

Мне хочется быть мужу женой желанной, чтобы он не боялся смотреть вокруг себя, зная, что его жена для него самая лучшая на свете, а эти девушки тоже очень хорошие, красивые и стройные. Но они не я, как и я – не они... Есть красивее, есть стройнее, это же прекрасно... было бы грустно, если бы мир был так скуден, что красивых было бы мало. Их и так меньше чем хотелось бы, так давайте же любоваться, давайте замечать..

Только не надо трепа пустого и пошлого. Если обсуждать кого-то, то уважительно, а если нет ничего достойного сказать – то и не надо, просто молчи. Ведь так ты оскорбляешь и себя..

Зрелость, давайте расти в зрелость..

Знакомство – это встреча двух миров

Сегодняшняя зима, возможно, порадовала не всех, ведь кто-то, как и я, больше любит солнце и тепло.

Говорят, что вспоминать прошлое нельзя, вроде как нужно быть все время здесь и сейчас. Но вот сейчас, когда из-за холода мне не хочется выходить из дома и даже открывать балконную дверь – сегодня мне хочется погрузиться немного в прошлое, и вот в какой день – в день моего знакомства с мужем.

Это была моя поездка на Кубу. Последний день. Я часто путешествовала одна, но та поездка была особенной – я даже не хотела ни с кем знакомиться, мне нужна была моя внутренняя тишина.

На то были свои причины, и вот я, наслаждаясь солнцем и морем, рассматривая пеликанов на пляже, думала, чем сегодня займусь, так как подаренная экскурсия внезапно отменилась. Я подумала, так интересно, судьба мне ее подарила, судьба же ее забрала, и вот так получилось, что я одна, ничем не занята, лежу на пляже, и весь день свободен. В этот момент я увидела парня, который, как и вчера, бежал такой, в очках от солнца, по пляжу, и вот, увидев меня, он резко меняет свое направление, и я уже слышу – «привет, как дела».

Оказывается, я заняла соседний топчан и его вещи лежали рядом со мной. Он пригласил меня плавать, и я пошла, как будто знаю его всю жизнь, и даже не о чем спрашивать – свой. Через час мы уже обедали вместе с его другом в кафе, а еще через пару часов мы гуляли, чуть позже целовались на пляже, а через несколько месяцев мы поженились.

И мне иногда так приятно вспоминать, что тот клевый парень, бегущий по пляжу – это и есть мой муж, и вот он, заходит вечером с работы домой.



Поездка очень далеко

Я на острове. С мужем. Мы ехали сюда долго – долго через Малазийские острова, с остановками на ночлег и достопримечательности. Это остров Ко Липэ в Тайланде. Хотя тайского здесь мало, разве что пара трансвеститов на всем острове, ну это так, чтобы жизнь не казалась совсем уж раем. А здесь и правда, как в раю – только чуть дороже.

Нам чудом удалось вырваться из Москвы на три недели посреди зимы – с захватом Нового года и Рождества. Мы должны были ехать знакомиться к родителям мужа, но отношения у нас с Толиным отцом пока достаточно натянутые, чтобы преодолевать большие расстояния специально для свидания – они живут на Кавказе, среди чудесной природы и не очень доброжелательных к русским – мусульман.

Любой человек скажет, что это нехорошо – не познакомиться до сих пор с родителями мужа. А я же думаю так – я вас не осуждаю и вы меня пожалуйста тоже. Конечно, я буду рада с ними познакомиться, но пока такой возможности для себя я не вижу.

Свёкр начал учить меня как быть хорошей кавказской женой с первого же нашего телефонного разговора, когда я поздравляла его с днем рождения, и ничего не предвещало негатива в мою сторону. Я явно не укладываюсь в его представления о хорошей жене для его сына. Нет, я вообще не пью и не курю и к приходу мужа после работы – я всегда дома, красивая, с ужином. Но! Степень моей внутренней свободы, как и прежде, во времена моей работы в найме, вызывает у людей, живущих не своей жизнью – бурю вопросов и неприятия. Они чувствуют это нутром даже на расстоянии.

Все это я уже понимаю (а раньше нет, и от этого часто мне бывало очень больно) и ничуть не обижаюсь на их истеричное порой непереваривание меня. Со временем эта истерика чуть пройдет, я знаю уже по опыту. Свёкр чуть привыкнет к моему существованию, и возможно когда-нибудь я смогу переступить порог родного дома моего мужа – не боясь, что нас выгонят посреди ночи прочь.

А пока мы здесь – и слава богу. Мы часто с мужем путешествуем – это связано еще с тем, что больше 2—3 месяцев находиться в Москве мне сложно – чисто энергетически – устаю грести руками, чтобы держаться на плаву и быть в потоке. Куба, Испания, Шри-Ланка, Малайзия, Тайланд, Гонконг.. Вот бы этот список был такой большой, что перечислять не имело бы смысла!

Скоро будем отмечать 9 месяцев как мы вместе – такой малюсенький срок, а мы уже успели пожениться и столько раз взлетали и садились.

Я каждому рекомендую забираться так далеко – а знаете зачем? Ведь можно и поближе найти тепло и море? А для того, чтобы чувствовать себя частичкой этой планеты, зная, что жизнь есть и за тысячи километров от дома, это вселяет уверенность, это дает опыт, это очень влияет на цвет ваших глаз и их красоту.

Ежедневная встреча с собой

Если Вы уже счастливый и гармоничный человек или только учитесь – помните, что есть отличный метод набора энергии – от самого себя. Если замудрить то, что я хочу сказать – то способом получения энергии является медитация, благодаря которой Вы соединяетесь с высшим «Я», от чего и получаете энергию. Чтобы попроще и понятнее – это способ простой и многие этим пользуются интуитивно с самого детства – побыть наедине с собой и поиграть в любимые игрушки.

Каждому человеку, любого пола и возраста, я рекомендую чаще бывать с самим собой. Конечно, в зависимости от уровня любви в душе, это «пребывание с собой» может вызывать и радость и блаженный экстаз, а может и скуку, и страх. В любом случае это полезно – для первых это способ восстановиться и снова стать «круглым» (я так называю гармоничных и наполненных любовью), для последних – так или иначе пора уже начать узнавать себя – иначе вам никогда не выбраться из болота невежества и депрессий.

Но я это иногда забывала.

В нашей поездке на остров Липэ, спустя неделю с начала отпуска, я вдруг почувствовала, что меня раздражает мой муж. Сначала мысли были такие: «может я поторопилась с замужеством?». Меня переполняли претензии к нему, в таком количестве их никогда не было. Вообще-то их никогда особо и не было, поэтому я быстро поняла, что дело совсем не в нем.

Вдруг он спросил, не хочу ли я заняться с ним дайвингом?

– «Я? Дайвингом? нет, это такое мужское занятие! Мне больше нравится смотреть то, что над водой, а не лезть непонятно куда и поглубже. Здесь такая красота!» – сказала я, как обычно разложив все по полочкам.

Конечно, несмотря на то, что мы приехали сюда вдвоем и всего на 12 дней, я поддержала мужа в его желании. Мы решили, что Толе будет здорово получить первый сертификат. Для этого следовало учиться 3 полных рабочих дня. Он спросил, не расстроюсь ли я от того, что его не будет рядом целую четверть нашего пляжного отдыха. А у меня даже и мысли не было расстраиваться – я люблю быть с собой так же, как с ним. Все было решено – 3 дня врозь.

В первое же утро мы почувствовали оба, какая на самом деле между нами любовь. Мне было так приятно находиться наедине с собой, зная, что в моей жизни Он уже нашелся, и мы скоро увидимся. Тот час же ушли все претензии, я сразу же набралась прежней энергии любви. Я села работать над книгой, прерываясь на сон, море, солнце и морепродукты, и все наконец встало на свои места – два любящих, самодостаточных молодых человека – мы снова стали собой.

От чего зависит счастье

Мы вернулись из отпуска. Москва ждала нас с подарком – почти целую неделю стояла «европейская зима», и не было пробок. Для меня это было как следствие моего недавнего осознания – что мое счастье не зависит ни от каких внешних факторов – ни от погоды, ни от страны, ни от условий жизни. Что я и незамужняя, без особых стабильностей в жизни, в пасмурную погоду, могу быть счастливой и радостной, и наоборот, могу растерять свой запас любви и почувствовать себя несчастной на прекрасном острове, с любимым мужем, под теплым и ласковым солнцем...

В общем, ушла моя категоричность. Везде, где бы ты ни был, бывают моменты, выбивающие тебя из «хорошего». Но я уловила самую суть – моя радость, мое счастье, оно так глубоко внутри, что повлиять на него что-то внешнее не сильно-то способно. Я хочу сказать, что когда ты соединен с собой, когда ты живешь исходя из своего предназначения и не обусловлен своим эго – ты счастлив просто так и при любом жизненном раскладе. Кстати, кто еще не знает историю Ника Вуйвича – это счастливейший человек без рук и без ног.

Наконец, я перестала думать о «потом». Что когда будет свой собственный дом, вот тогда будет счастье. Что когда будет много денег, вот тогда будет счастье... Что когда переедем в теплый климат – вот тогда все будет просто прекрасно. Слава богу, я перестала так думать и переключилась на «сейчас». Сейчас я есть. Сейчас есть наша семья. Сейчас есть стены, хоть и съемной квартиры, но они есть, и я могу их украсить так, как я мечтаю сделать это в нашем доме. Сейчас есть мой ноутбук у меня в руках и я могу писать мою книгу сейчас.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.