


12+



*Нет предела  
женскому  
волнению*

Евгения Андреева

**Евгения Андреева**  
**Нет предела**  
**женскому волнению**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=68836671](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=68836671)  
ISBN 9785005957757*

**Аннотация**

Эта книга – рассуждение о женских страхах и волнениях. В ней Вы прочтете эпизоды, которые, как мне кажется, больше всего волнуют женщин. Здесь присутствуют, как множество вопросов, так и множество ответов на них. Возможно, какие-то вопросы останутся без ответа. Надеюсь, она покажется Вам интересной и, возможно, даже Вы найдете для себя ответы на волнующие вопросы.

# Содержание

Мы придумали всё сами	5
Я Неидеальная мать	8
Разочарование	11
Не упускайте время	15
Убежать бы в никуда	17
Когда весь мир против вас	20
Конец ознакомительного фрагмента.	22

# Нет предела женскому волнению

Евгения Андреева

© Евгения Андреева, 2025

ISBN 978-5-0059-5775-7

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

## *Краткое содержание*

*Эта книга – рассуждение о женских страхах и волнениях. В ней ты прочтёшь эпизоды, которые, как мне кажется, больше всего волнуют женщин. Здесь присутствуют, как множество вопросов, так и множество ответов на них. Возможно, какие-то вопросы останутся без ответа.*

*Надеюсь, она покажется тебе интересной и, возможно даже, ты найдёшь для себя ответы на волнующие вопросы.*

# Мы придумали всё сами



*Почему нам невозможно угодить? Ведь, по сути, так просто проявить к нам заботу, окружить своим вни-*

манием. Думаю, проблема в том, что ждём мы этого от людей, которым безразличны. Мечтаем, строим воздушные замки, стараемся предугадать их слова и действия, но это всё ложь, мы просто бьёмся в закрытую дверь, делая, тем самым, себе ещё больнее.

Почему мы не дорожим тем вниманием и той заботой, которую дарят нам люди, которым мы не безразличны. А осознаем это в момент, когда потеряем. Снова начинаем страдать, ждать и пытаться вернуть то, что сами разрушили.

Неужели нам так нравится страдать? Строить из себя несчастных, обиженных, искать сострадание и поддержку в своём окружении. Мы ищем любовь там, где её в помине нет и губим там, где это чувство зарождается.

Почему от одних людей нам достаточно пары слов, даже пары букв для бесконечного счастья, которое мы испытываем? Но при этом мы скупы на банальную улыбку для тех, кто посвящает нам поэмы.

Ответ прост. Мы разучились ценить! Ценить в первую очередь себя. Ценить хорошее отношение, верность, честность и доверие. Нам легче страдать, мечтать, представлять. Легче держаться за самую тонкую нить, лишь бы связь не разорвалась. Цепляться за эту нить, лишь бы не потерять источник наших грёз. Мы готовы каждый раз переступить через себя, чтобы

*ещё раз обмануться. Обмануться в нашей нужности людям, которым мы и не были нужны.*

*Оглянись! Ведь счастье совсем рядом, стоит только протянуть руку. Перестань грезить несбыточными мечтами и направь все свои мысли и внимание туда, где ты по-настоящему будешь счастлива.*

*Конечно, не прятаться с головой в работу, лишь бы унять боль, а научиться любить и ценить себя – это сложно. Научиться распознавать, где настоящее чувство, а где ложь, придуманная тобой же. Непросто взять и открыть своё сердце, и душу людям, по-настоящему желающим нас. Быть, прежде всего, искренними перед самим собой. И не бояться сказать самому себе «Нет». Не бояться разорвать нить, несуществующую связь, чтобы в конце, в полной мере, насладиться тем счастьем, что всегда было рядом. Счастьем, которое ты сам не видел и не слышал из-за своей глухой слепоты.*

# Я Неидеальная мать



*Замечали, как часто нас женщин одолевает это суждение? Тревога, что мы плохие родители, что не до-люби-*

*ли своих детей, не добавили им своего внимания, сопровождает нас на протяжении всей жизни. И ведь ребёнок-то никогда не скажет тебе, что ты – плохая мать. Так почему же это тревожное чувство не отпускает нас?*

*Каждая из нас хочет воплотить в своём чаде, всё то, что не получилось у неё. Дать ему самое лучшее образование, наделить вещами, которых была лишена сама. И в этой спешке за лучшим, мы забываем, что для детей важнее наша любовь, забота и доверие. Быть ему не просто матерью, а другом.*

*Безусловно, почти, каждая из нас считает, что одной любовью невозможно подготовить ребёнка к выживанию в этом мире. Поэтому нужно как можно больше вложиться в его образование, запихнуть их на всевозможные курсы, кружки, секции. Чтобы со временем он стал успешным, востребованным, независимым. А нужно ли ребенку это? Может ему не нужно выживать, а стоит просто быть счастливым?*

*Наша любовь и душевные разговоры за чашкой чая отодвигаются на второй план в этой гонке за мнимой успешностью. Но ведь именно этого детям больше всего не хватает.*

*Где же та золотая середина? Как найти её и не упустить? Как перестать мучиться вопросом, идеальная ли ты мать?*

*Возможно мы никогда не сможем найти ответы*

*на эти вопросы, ведь каждый всегда остаётся при своём мнении.*

*И всё же, я считаю, что главное в отношениях между родителями и детьми, как можно больше разговаривать. Научиться слушать и слышать своего ребёнка. Вслушиваться в каждое его слово, извлекая из разговора как можно больше информации о том, что ребёнка волнует и беспокоит. Прислушиваться к его желаниям без упрёков, без крика, без советов. Не пытаться говорить, что это неправильно, что мы лучше знаем, у нас же жизненный опыт. Находить в себе силы не ругать за ошибки, ведь только благодаря им он формирует свою личность.*

# Разочарование



Разочарование

*Очень часто мы испытываем разочарование в людях или в обстоятельствах. Почему так происходит? Глав-*

*ная причина в том, что мы возлагаем слишком большие надежды на тех, кому мы по факту не так дороги. Отдавая себя без остатка, мы ждём ответной отдачи от других, испытывая при этом огромную грусть, разочаровываясь в том, что изначально они не в состоянии нам дать. И причина проста, им это просто не нужно, или неинтересно.*

*Что же всё-таки делать, чтобы не испытывать боль и грусть из-за разочарования?*

*Мне кажется, нужно научиться жить без иллюзий в отношении людей, не мерить их по себе, ведь каждый индивидуален по своей природе. Учиться не строить планы в отношении людей, или на предстоящий день. Не думать и не настраиваться на ожидаемый результат. Почему? Потому что жизнь изменчива и не всё здесь зависит от нашего желания.*

*Отпускай ситуацию, плыви по течению, не думай и не планируй. Действуй спонтанно. Не возлагай слишком большие надежды на людей. Относись к ситуации проще. Не привязывайся к людям и обстоятельствам. Не живи ожиданиями от предстоящего дня. И ты никогда не будешь испытывать разочарование.*

*«Апрель. Наконец-то наступили тёплые, солнечные деньки. Она в предвкушении встречи. Их первой встречи после долгой разлуки. Они общались всю осень и зиму, как ей казалось, оба ждали наступления весны.*

*Неужели они смогут увидеться, поговорить глядя друг другу в глаза. Ведь ей так много хотелось сказать лично, а не в смс.*

*В назначенное время от него приходит сообщение. Дрожащей рукой она берёт телефон. С трепетом в теле открывает их переписку. И вот, одна фраза, всего коротких три слова и на лице огромное разочарование: “Я не приеду».*

*Боль в груди сжимает всё тело. Противно и тошно. В одну минуту своей фразой, перечеркнуто всё.*

*Сидит. Молча сидит и смотрит в телефон. Почему? Что дальше? Стоит ли спрашивать причину? Каков будет его ответ?*

*Беспощадное солнце уже не греет душу, не радует сердце.*

*В который раз она уже испытывает эту боль. Боль от разочарования. И сколько ещё ей предстоит испытать это чувство?*

*Она берёт ключи, садится в машину и уезжает, в никуда, просто вперёд. Подальше от этого чувства, от своих мыслей. От всего, что ей напоминало о нём.*

*Не думать, больше никогда не думать и не настраиваться ни на что. Жить спонтанно, а не ожиданиями от предстоящего дня. Не жить надеждой, а просто плыть в потоке.*

*Она все решила и сделала выводы. Она больше не будет*

*испытывать разочарование».*

# Не упускайте время



Не упускайте время

*Время к нам беспощадно, оно всегда играет против нас.  
Мы думаем, что оно у нас есть, что у нас миллион шан-*

*сов и попыток всё изменить или исправить. Как же глубоко мы ошибаемся в этом. Один случай может изменить или перечеркнуть всю нашу жизнь. И мы не в состоянии будем ничего сделать.*

*Смерть близких людей, один из факторов непоправимого и разрывающего душу случая. Как бы мы не старались, чтобы не делали, мы не сможем этого изменить.*

*Не живи мыслями о том, что у тебя полно времени. Наслаждайся общением здесь и сейчас, дари близким как можно больше своего внимания. Не оставляй ничего на завтра. Пойми, завтра может никогда не наступить.*

*Живи сегодняшним днём, будто он последний в твоей жизни. Отдавай себя без остатка любимым. Только так ты опередишь время. Оно не будет тебя пугать, так как ты приручишь его. Теперь ты овладеешь им, а не оно тобой.*

# Убежать бы в никуда



Убежать бы в никуда

*Каждую из нас, рано или поздно посещает мысль:  
«Как же хочется испариться, убежать бы в никуда, рас-*

*секая своим телом воздух, врываясь в прохладную темноту, где нет проблем, криков, страхов».*

*Туда, где нет давления от окружающих тебя людей, родителей, детей. Где есть только ты и полная безмолвная тишина. Над головой темно синее небо, усыпанное бесконечными звёздами. Вдалеке ненавязчиво светит луна, притягивая к себе, будто пытается оторвать тебя от земли, маня к невесомости. Где нет ни звука, а лишь полная гармония вокруг.*

*И ты ни о чём не думаешь, тебя ничего не беспокоит. Ты наслаждаешься еле-еле слышными звуками, издали доносящимися до тебя. Вдыхаешь аромат ночной свежести и чувствуешь, как он постепенно наполняет тебя, наполняя каждый уголок твоей души.*

*Но долго ли мы сможем находиться в этой тишине? Через какой период времени мы захотим вернуться обратно, в наш суетной и беспокойный мир? Нужны ли мы будем людям, от которых так легко сбежали, от которых так легко отказались в поисках спокойствия? Что увидим мы, обернувшись? Будут в глазах слёзы счастья или гнев и осуждение?*

*Как соединить эти два мира и перемещаться между ними по щелчку пальцев, не заставляя чувствовать своих родных покинутыми и одинокими?*

*Как перестать хотеть убежать от самых родных и близких людей, а воспринимать их такими, какие они*

*есть, не тяготиться этим?*

*Как много вопросов, и как мало ответов. И, конечно, решение здесь не в банальной йоге или медитации. И уж тем более, не в увлечении вредными привычками.*

*Так как же ненавязчиво объяснить родным и близким людям, нашу потребность в одиночестве, не заставив их волноваться, избежав кучу ненужных и бесполезных вопросов?*

*Возможно, выход в разграничения своего пространства и времени. У каждого из нас есть эта потребность в уединении. Можно выделить для себя дневные, вечерние или ночные часы, когда сможем погрузиться в себя. Подумать, поразмыслить, порассуждать о том, что нас беспокоит, а может просто насладиться тишиной и спокойствием. Лучше, если это будет ежедневный твой обычай, о котором, обязательно, должны знать близкие, чтобы не нарушать гармонию, созданную тобой в это время.*

*Только разграничив своё пространство и время, ты научишься управлять этими двумя мирами, спокойно перемещаясь в них, не причиняя никому боль и страдания.*

# Когда весь мир против вас



Когда весь мир против вас

*Пожалуй, самый большой страх мы испытываем, когда не только люди, но и окружающие нас обстоятельства, природные явления, встают на пути, препятству-*

*ют нашим встречам или планам с человеком, к которому мы равнодушны. В такие моменты мы готовы отказаться от человека, лишь бы прекратилась эта напасть, этот неиссякаемый поток неприятностей.*

*И как горько и больно осознавать, что вам не быть вместе. Не суждено воплотиться мечтам и планам, которые вы строили. Ведь даже мир повернулся против вас.*

# 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.