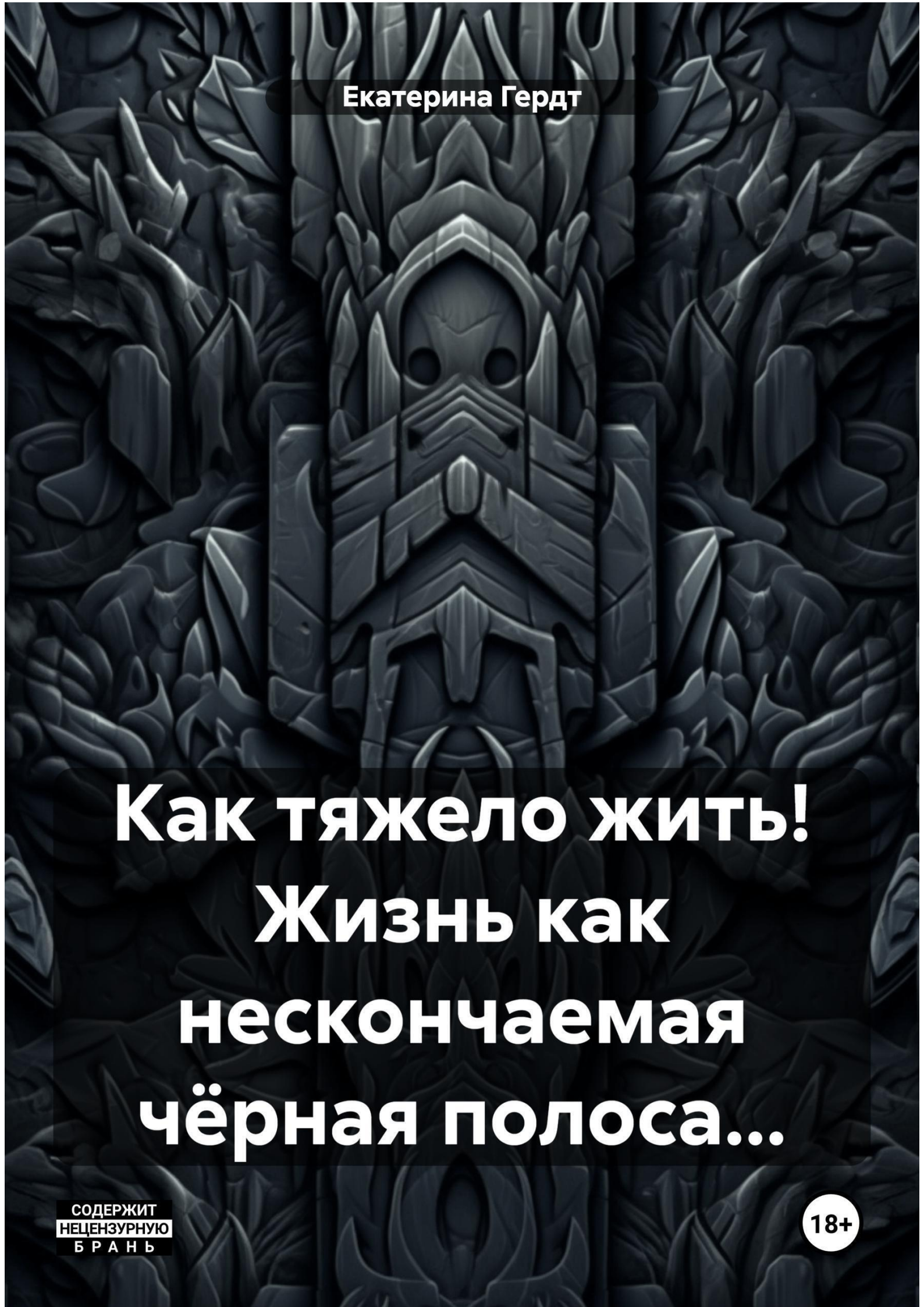




Екатерина Гердт

Как тяжело жить! Жизнь как нескончаемая чёрная полоса...

СОДЕРЖИТ
НЕЦЕНЗУРНУЮ
БРАНЬ

18+

Екатерина Гердт

**Как тяжело жить! Жизнь как
нескончаемая чёрная полоса...**

«Автор»

2024

Гердт Е.

Как тяжело жить! Жизнь как нескончаемая чёрная полоса... /

Е. Гердт — «Автор», 2024

В этой книге вы увидите, что бывает после травли, любовников по пьяни, развода родителей и твоего собственного, абьюза, жестокости, предательства, воровства, алкоголизма, газлайтинга, сексуального насилия и тупых людей.

© Гердт Е., 2024

© Автор, 2024

Содержание

Введение	5
Что Вы можете сделать прямо сегодня:	6
Что НЕ надо делать в целом:	7
Что нужно делать в целом:	8
Перечень занятий и секса	9
В тёплое время года, бесплатно:	9
В тёплое время года, платно:	9
Вне дома, бесплатно	9
Дома, бесплатно:	10
Дома, платно:	11
Поздно вечером и ночью:	11
Вне дома, средние по цене:	11
То, для чего нужна компания:	12
Дорогие (от 5 000 р.):	12
Путешествия:	13
Разнообразный секс:	13
Афоризмы	15
2022 год	15
2023 год	16
Конец ознакомительного фрагмента.	19

Екатерина Гердт

Как тяжело жить! Жизнь как нескончаемая чёрная полоса...

Введение

Вы ничего не можете поделать с тем, что прошло вчера. Это закончилось. Это прошло. Ничего нельзя сделать. И не нужно бояться завтрашнего дня, потому что он ещё не наступил. Вы должны оставаться там, где вы есть, в середине, в сегодняшнем дне, и тогда всё в порядке

© Лайза Минелли

Методы выхода из негативного состояния

Начнём с главного. Это то, что поможет Вам справиться с плохим настроением/тревогой/стрессом/утратой/напряжением/потрясением/паникой/негативными проявлениями психических болезней/побочными действиями психических лекарств, нужно подчеркнуть (проверено на моём личном опыте, и взято от туда же, и из других практических источников). Что Вам НУЖНО и что НЕЛЬЗЯ делать, и какие МЕТОДЫ применять для улучшения психологического и психического состояний. Выбирайте те пункты, которые Вам по вкусу и по возможностям

Масштабный метод - это реализовывать список занятий и сексуальных действий, для яркой жизни (в конце этого раздела), который я составила лично для себя, используя фантазию, интернет, а так же, весь свой опыт

Что Вы можете сделать прямо сегодня:

1. Сделать глубокие вдохи-выдохи
2. Принять горячую ванну с музыкой Релакс/солью (обычной и успокаивающей)/арома палочками/пенной для ванн
3. Послушать любимую/классическую музыку
4. Посмотреть лёгкие, юмористические или комедийные фильмы/сериалы/передачи/мультки и т.д. (любой контент. Исключение - стенд-ап)
5. Рассмотреть глазами, не торопясь, окружающий мир, заикливаясь на деталях
6. Принять успокаивающие: лекарства/чай/сборы/сиропы
7. Заняться сексом/достичь оргазма
8. Встретиться/поговорить с любыми значимыми/оказывающими на Вас успокаивающий эффект, людьми
9. Поделаться что-то руками (любая деятельность)
10. Сходить на «живой» музыкальный концерт (если сегодня его нет, то запланировать)
11. Улыбнуться
12. Съесть горький шоколад
13. Покричать
14. Выпить чай Габа/чёрный Пуэр/зелёный Пуэр (качественные)
15. Временно забыть о причине Вашего плохого состояния
16. Помедитировать любым способом
17. Зажечь ароматические свечи
18. Зажечь ароматические палочки
19. Позаниматься фитнесом любой нагрузки
20. Потанцевать под любую клёвую музыку
21. Сделать что-то из списка занятий и секса
22. Помазать шею бальзамом «Звёздочка»
23. Съесть продукты питания, повышающие настроение (по вкусу, погуглить)
24. Записать на листочке всё, что у Вас на душе сейчас
25. Вспомнить то, чем Вы лично можете гордиться
26. Вспомнить всё самое хорошее в Вашей жизни, что никогда не изменится
27. Если хотите плакать, плачьте. НО, не долго. Переходите к этому списку
28. Раскраски анти-стресс
29. Читать книги/любой контент
30. Гулять или просто быть на улице
31. Общаться в чатах
32. Петь любимые песни
33. Рассказать, как минимум одному близкому человеку, что Вам плохо, что Вы чувствуете, и что у Вас случилось
34. Сконцентрироваться на работе/семье/быте, и погрузиться в них
35. Гулять в парке, именно, с ёлками
36. Пожевать жвачку

Что НЕ надо делать в целом:

1. НЕ допускать в своей жизни триггеров того из-за чего у Вас сейчас это состояние
2. НЕ смотреть негативные или тяжёлые фильмы/сериалы/передачи/мультки/стенд-ап и т.д.
3. НЕ употреблять вещества изменяющие сознание (алкоголь и наркотики)
4. НЕ забывать о своих физиологических потребностях и удовлетворять их, по возможности, в первую очередь
5. НЕ находиться в личном окружении людей которым на Вас наплевать
6. НЕ жаловаться долго другим людям
7. НЕ «грызть» себя
8. НЕ жалеть себя долго
9. НЕ ныть долго

Что нужно делать в целом:

1. Если хотите курить, то курите столько, сколько Вам требуется
2. Если всё же приходится сталкиваться с триггерами того из-за чего у Вас сейчас это состояние, то постараться минимизировать их и придумать что же, всё таки, можно сделать чтобы их исключить
4. Потреблять такое количество еды, которое Вам хочется
5. Делать то, что радует конкретно Вас
6. Защищать и отстаивать свои личные границы от всех людей, которые их нарушают
7. Если Ваши чувства вызваны какой-либо ситуацией, то нужно подумать и решить что сделать для того, чтобы её разрулить и начать разруливать
8. Принимать помощь
9. Заставить себя кайфовать/наслаждаться жизнью/отдыхать
10. Говорить, обниматься, находиться рядом и ночевать с близкими людьми
11. Работать на даче/собирать урожай
12. Употреблять сахаросодержащие продукты в любом, нужном Вам, количестве (т.ч. леденцы и чупа-чупсы)

P.S. Эти методы я использую в тяжёлые психологически и психически периоды своей жизни. Их было много, а также одна болезнь, о которой Вы прочтёте в следующих главах, которой я заболела, будучи в утробе, и которая останется со мной до конца моей жизни. О ней я узнала летом 2024 года в свои 32 года от роду

Март 2022 год. Отредактировано 05.07.2026 г.

Перечень занятий и секса

Если у Вас электронная книга, то скопируйте в отдельный файл список, представленный ниже. Если у Вас распечатанная книга, купите электронную или перепечатайте список в файл

Здесь то, что можно делать в городе Челябинске, в котором я и живу (учитывайте возможности Вашего города: удаляйте и добавляйте то, что есть в Вашем) и то, что подходит именно мне (удаляйте те пункты, которые Вам не интересны, и придумывайте и добавляйте то, что интересно именно Вам). В крайнем случае, можете ещё сами погуглить различные, по темам, списки занятий. Пункты можно совмещать.

Распечатать

И, ГЛАВНАЯ ФИШКА этого метода - вычёркивать те пункты, которые Вы реализуете. Пункты, которые Вам особенно подошли, повторять. Таким образом, Вы будете радоваться тому, как ярко и интересно Вы живёте

В этом списке есть занятия и для выполнения их со своей парой. Можно их использовать и просто для разнообразия Вашего досуга. Если же для выхода из негативного состояния, при отсутствии партнёра, то просто вычеркните их

P.S. Этот метод я использовала в 2016 году когда бросила пить алкоголь и работала, не зарабатывая при этом денег. Из-за этого у меня было ужасное психологическое состояние.

В тёплое время года, бесплатно:

Кинотеатр под открытым небом в парках

Пляж обычный и нудистский

Гулять днём/ночью по продуманным маршрутам в пешей доступности (у меня есть топовые маршруты по самым красивым местам центра)

Съездить в немецкий квартал, на пруд в Ленинском, на набережную Смолино, в Ботанический сад, во все парки

Заниматься на уличных тренажёрах

Потусоваться на крыше здания/встретить рассвет или закат и сделать фотки (найти в интернете бесплатные)

Гулять до рассвета

В тёплое время года, платно:

Купить набор со стаканом во «В. и т.»

Поесть на летней веранде

Покупать кофе, айс-кофе на вынос, и мороженое

Платные экскурсии

Аттракционы во всех парках

Небольшой поход в горы

Верёвочный парк

Зоопарк

Устроить пикник на улице

Вне дома, бесплатно

Бесплатное кино (Оболенского)

Клуб писателей
«Бесплатный Челябинск» в ВК
Мероприятия библиотек Пушкина и Публичной
Просмотреть детские фотки
Примерять одежду в магазине, которую вы бы ни за что, себе не купили
Астрология и Таро у мамы
Работать на даче/собирать урожай
Сходить на экскурсию в книжный/ТРК/дорогой одёжный и, возможно, купить там что-то приятное
Провести какое-то время без интернета (отдохнуть без, и от него)

Дома, бесплатно:

Просмотр фильмов/сериалов/передач
Заниматься сексом разнообразно
Слушать классическую музыку
Раскраски анти-стресс
Почитать анекдоты
Общаться в чатах
Читать скороговорки из интернета
Учить песни на русской и английском
Петь песни вслух
Издать написанное, чтобы обрело форму
Читать книги/любой контент
Сделать перестановку мебели
Пройти юмористические, и другие тесты из интернета
Провести стрим в ВК
(юмор) Узнать кто мы по восточному гороскопу, гороскопу друидов, по нумерологическому, зороастрийскому и тибетскому гороскопу, и биологический возраст
Принимать ванну с музыкой Релакс, солью/пенной и арома палочками
Генеральная уборка вещей
Генеральное наведение чистоты
Продать ненужные вещи
Вести свой блог в ВК
Доесть конфеты с дурианом
Придумать себе ограничения в еде, на неделю (мука/соль/сахар/соусы и т.д.)
Весь день есть только яблоки
Не спать всю ночь
Встать рано утром, налить чашку кофе и насладиться тишиной в доме/на улице
Разгадывать сканворды из журналов («Т. я.», «З.») или интернета
Подклеить обои
Загрузить в ВК новые фотки
Рассказать друг другу о самых страшных моментах/днях/периодах в ваших жизнях, до встречи с друг другом
Рассказать друг другу о самых счастливых моментах/днях/периодах в ваших жизнях, до встречи с друг другом
Нарисовать портреты друг друга
Записать свои планы/мечты на дальнейшую, в т.ч. совместную, жизнь
Делиться впечатлениями от совместных занятий и просмотренного вместе

Устроить юмористическую фотосессию
Устроить эро/ню/порно фотосессию
Смотреть Оскара Уайльда
Нарисовать то, что первое приходит в голову
Читать/слушать мои книги
Заполнение анкет вслух
Пройти тест на знание друг друга
Вспомнить все радостные, счастливые, забавные моменты истории вашей пары
Занятия для влюблённых из моей баночки
Выбросить сломанные вещи
Одежду в катышках, с пятнами и дырками бросить на тряпки или перевести в домашнюю одежду
Зашить одежду
Тематический кино-марафон дома с попкорном

Дома, платно:

Готовить клёвые блюда (сырный суп, синнабоны, фондю солёное и сладкое, вафли, блины, оладьи, и др.)
Готовить новые блюда (пельмени и др.)
Печать фоток на кружках/магнитах/часах и т.д.
Заранее купить подарки близким на праздники
Купить друг другу подарки, или себе
Шопинг для нужных или желанных вещей
Заказывать еду домой
Раскраска анти-стресс/психологические штуки
Отобрать интересные фотки, напечатать их и поставить в альбом или рамочку
Заказать доставку еды ночью
Купить конфеты из фильма «Г.П.»
Заказать, именно, завтрак на дом
Заказать большие круассаны из «С.»

Поздно вечером и ночью:

Секс-вечеринки (перечень: «Р., Д. в., И. с., Ч. к., З., М., С. И.»)
Живая музыка дешево/дорого (перечень: «М., П. (М.), Ф., О., Е., Х. х. п., Б., Х., М., Ш., Д. п., У. п., Р.»)
Караоке
Сходить на стриптиз
Кафе/бар/ресторан
Ночной сеанс в кинотеатре
Выпить в кофейне «П.» ночью
Заказать доставку еды ночью

Вне дома, средние по цене:

Покупать кофе и айс-кофе на вынос, и мороженое
Кафе/бар/ресторан
Посетить детский дом

Термальные источники
Заранее купить подарки близким на праздники
Купить друг другу подарки, или себе
«Челгид» в ВК
Снять квартиру на сутки
Шопинг для нужных или желанных вещей
Покупать лотерейные билеты
Платный кинотеатр с попкорном
Чайная церемония (например, магазин «П.»)
Мастер-класс по сыроварению
Мастер-класс по созданию карамели (и другие мастер-классы)
Музей/выставка/ярмарка
Театр
Стенд-ап
Посмотреть что есть в сервисе купонов «Г.»
Планетарий/обсерватория
Кататься на тюбингах
Кулинарный мастер-класс
Лепка из глины
Создание собственного парфюма
Ходить по новым, для нас, кафе/барам/ресторанам
Скалодром
Фитнес
Купить гелиевые шарики и запустить их в воздух
Киноаттракцион
Цирк
Стрелковый клуб
Инсценировать наше первое свидание
Сходить, именно, на завтрак в кафе

То, для чего нужна компания:

Домашние вечеринки
Домашние вечеринки на праздники
Снимать кино
Снять шале на природе
Медитировать с Пуэром, горьким шоколадом и музыкой Релакс
Боулинг
Сходить в антикафе/кальянку/кафе (поиграть в настольные игры и VR)
Квизы
Квесты
Встречаться с родственниками
Встречаться с друзьями/знакомыми/товарищами/коллегами/со-клубниками

Дорогие (от 5 000 р.):

Полетать на воздушном шаре
Флоатинг
Сделать обручальные кольца своими руками

Сходить в спа
Снять номер в отеле с завтраком
Концерты московских звёзд (музыка, стендап, театр и т.д.)
Аэродинамическая труба

Путешествия:

Аквапарк (Екатеринбург)
База отдыха
Секс-вечеринки не в Челябинске
Путешествия по области
Термальные источники
Путешествия по мегаполисам России
Ездить за границу (Париж, отель «А.» в Гаграх, 5-звёздочный отель в Турции с ультра всё включено, Германия, Дубай)
Профилакторий
Каолиновый карьер
Село Париж
Сплав
100 мест, которые нужно посетить (скретч-карта)

Разнообразный секс:

Разные места в квартире
Эро и секс игры из магазинов (карточные и кубики. Список бесконечен)
Поделиться друг с другом самыми желанными фантазиями (воплощать не обязательно)
Посмотреть сексолога В. (выпуски про секс)
Посмотреть все «50 оттенков» и повторить от туда то, что понравится
Устроить стриптиз (раскрепоститься)
Сходить на стриптиз
Анальный секс
Секс-игрушки (список бесконечен)
Аксессуары для секса (список бесконечен)
Интересные презервативы (список бесконечен)
Термо-свечи
Эректильное кольцо
Трусики с вибрацией
Съедобные трусики
Сексуальная уличная одежда
Одежда для секса (комплекты, стринги, подвязки, чулки, боди, платья и т.п. Список бесконечен)
Дорогое нижнее бельё (можно выбирать вместе. Список бесконечен)
Зажечь свечи
Инсценировать наше первое свидание
Ласкаться льдом
Эро-костюмы для ролевых игр (список бесконечен)
Парень мастурбирует мне вибратором
Ролевые игры (погуглить варианты. Список бесконечен)
БДСМ-отель

Разные жанры музыки
Читать вслух порно-рассказы из интернета (список бесконечен)
Проласкать рукой всё тело партнёра
Тантрический секс
Купить древнюю книгу о сексе «К.» и изучить её
Снять квартиру на сутки (список бесконечен)
Ввести временное табу на рутинные действия в сексе
Секс без поцелуев в губы
Секс-марафон
Секс вне дома (погуглить места. Список бесконечен)
Новые позы (погуглить)
Мастурбация друг другу с окончанием
Оральный секс с окончанием
Афродизиаки из еды
Погуглить позы из древней книги о сексе «К.» и попробовать воплотить их
Фильмы с секс-сценами
Фильмы про секс-вечеринки
Эротические фильмы
Порно, для возбуждения
Порно, для повторения поз
Ментоловые конфеты для минета
Взбитые сливки
Искать новые техники орального секса
Практики сексуальной медитации и йоги
Виртуальный секс по переписке вне дома
Виртуальный секс по переписке, сидя в соседних комнатах или лёжа рядом
БДСМ (наручники/связывание рук, доминация, лёгкая грубость с небольшим причинением боли)
Атрибутика для БДСМ
Музыка для секса
Видеосвязь (дома/вне дома)
Эротический массаж с маслом, и с ласками гениталий друг друга
Отпустить себя (стонать)
Научиться сквирту
Съедобная смазка
Афродизиаки, арома-: духи, свечи, масла и палочки (список бесконечен)
Маска для сна
Устроить эро/ню/порно фотосессию
Секс-вечеринки (перечень: «Р., Д. в., И. с., Ч. к., З., М., С., И.»)
Секс-вечеринки в других городах (список бесконечен)
Снять номер в отеле с завтраком (список бесконечен)
Обмен фантазиями, комплиментами и фразами похвалы в переписке (в теме секса)
Пытаться кончить во время секса Кате
Обмен нюдсами и видео
Снять номер в секс-отеле
Целовать тела друг друга, по очереди, лёжа на спине и/или животе
Принимать ванну с музыкой Релакс, солью/пенной и арома палочками
05.07.2026 г.

Афоризмы

2022 год

- 323) Тупой в умном видит тупого. Умный видит обоих
- 324) Не ищите достойных, ищите любимых, ибо принцип "выбора" никому не ведом
- 325) Чем дольше я буду на этой земле, тем лучше будет для всех
- 326) Везения не существует. Это карма
- 327) Я никогда не сдаюсь. Я лишь делаю перерывы
- 328) Даже если меня убьют, как Сергея Есенина моё наследие не исчезнет, и перейдёт в надёжные руки тех кому оно нужно и кто сможет о нём позаботиться. Часть его будет жить вечно. И каждый получит в наследство то, что заслужил. Я позаботилась об этом
- 329) Жизнь - лишь подготовка к смерти. Её уровень оценивают ваши наследники
- 330) Я никогда не забуду каждого кого любила
- 331) Чтобы было вдохновение делать что-то завтра нужно быть счастливым сегодня
- 332) Надо вычленивать самое хорошее из самого плохого
- 333) Опыт появляется не с ошибками и ситуациями, а просто по ходу жизни
- 334) Когда хорошо и/или есть прекрасные перспективы не хочется забываться. А когда плохо и/или перспективы печальны, хочется забыться
- 335) Кайфа так мало, или его невозможно достать. В жизни должно быть много кайфа
- 336) Ты слишком умная чтобы перестать думать
- 337) В каждом человеке есть плохие черты и слабые стороны. Только глупец видит в человеке только лишь это
- 338) Задача влюблённого - любить. Несмотря ни на что
- 339) Чтобы каждый день быть счастливым нужно делать то, что дарит тебе счастье, каждый день
- 340) Создавайте стабильность, но будьте готовы к нестабильности
- 341) Посмеяться можно над каждым, так делают глупцы. А вот увидеть достоинства может только умный человек
- 342) Какой бы сложной не была жизнь, я обожаю её и ни на что её не променяю
- 343) Люди завидуют самодостаточным и тем, кто себя любит
- 344) Безразличие - самый плохой признак
- 345) Надо ведь всегда стремиться на вершину. Те, кто это понимает, и делают шаги по направлению к этому добиваются намного более положительных и высоких результатов. Остальные же даже и не думают о возможной доступности самого верха
- 346) Проверенный неоднократно факт: если хочешь чтобы в твою жизнь пришли люди "более высокого качества" смело избавляйся от людей "более низкого порядка"
- 347) Никогда не нужно ругать себя за то, что мы называем ошибками
- 348) Постоянная идеальность во всём – утопия
- 349) Многие проблемы возникают просто из-за не достатка знаний
- 350) Маша более жизнеспособная, поэтому папа любит её больше. Я очень похожа на папу, поэтому мама меня любит больше
- 351) Как ты ведёшь себя с людьми, теми они для тебя и являются, или станут
- 352) Быть мной очень сложно. Даже я не всегда с этим справляюсь
- 353) Только через собственные унижения можно прийти к успеху

2023 год

354) Мы можем очень сильно влиять на свою судьбу. Настолько, что способны кардинально изменить свою жизнь

355) Я никогда ни о чём не мечтаю, лишь ставлю цели, которые всегда достигаю. Только реально достижимые цели

356) Успешные люди редко смотрят на часы

357) Несмотря на все сложности и недостатки быть молодой, красивой и сексуальной женщиной с красными волосами, стоит радоваться этому хотя бы, потому что так, можно позволить себе быть любой

358) Во мне удивительным образом сочетается красота с умом, которую всю жизнь замечают окружающие

359) Внешнему миру повезло, что именно я родилась с такой внешностью. Мало у кого, получается, жить настолько эффективно с такими дарами природы и генами. Мои качества позволяют вам максимально наслаждаться мной

360) Историю меняют единицы: самые смелые, а не толпа

361) Умные мужчины слушаются умных женщин, ведь они делают их и их жизнь лучше. Даже признают ошибки и исправляют их. Поэтому умные мужчины женятся на умных женщинах и ценят их

362) Я Феникс, блять: умираю и воспаряю к небесам. Каждый раз всё выше

363) Бесплезно вечно пытаться добиться ответа от того кто его не даёт

364) И чем больше люди друг друга понимают, это означает степень их совместимости во всех видах взаимоотношений между людьми

365) Одним сексом с мужиками не отделаться. И, слава богу

366) Мне много раз везло потому-что ко мне приходило много плохого. Для баланса

367) Сюрприз сепарации заключается в том, что оказывается, родители легко могут обходиться без нас. Надо просто привыкнуть и всем пережить ломку

368) Мой брак я не забуду никогда, и он навсегда останется примером для всех, как бездействия могут полностью убить все чувства

369) В афоризмах и других трудах человеческих главное не количество, а их качества и только это имеет ценность

370) Никто не знает, как правильно жить, поэтому то жизнь такая разнообразная и интересная

371) Чем сильнее я влюбляюсь в себя, тем сильнее меня ненавидят люди, потому что я счастлива

372) Сколько другому не помогай, прожить жизнь за другого человека невозможно

373) "Завтра" всегда знает лучше, но "завтра" - не панацея

374) Любовные отношения - это магия

375) Я настолько лучше, чем вы обо мне думаете, что лучше вам не знать всю меня, дабы не возник комплекс неполноценности. Оставайтесь лучше правыми. Я добрая

376) У меня нет талисманов кроме меня самой

377) Всегда оставаться молодой можно пробуя то, чего раньше не делал!

378) Жизнь человека имеет величайший смысл

379) Нужно быть последовательной. А иначе зачем?

380) Я живу каждую минуту своей жизни. Почему меня за это осуждают??

381) Ты не способен понять смысл? Ты слышишь бред? Может ты просто до него ещё «не дорос»?

382) У каждого своя цена. Остаётся лишь найти человека, который согласится на неё

- 383) У всех свои уровни тяжести и каждый воспринимает сложности на разных уровнях
- 384) Имеет смысл быть только с тем, кто взаимно боготворит тебя. Остаётся лишь не "разочаровать/ся"
- 385) Недоверие - это не повод не продолжать отношения, ведь его всегда можно получить, заслужить, также как и уважение. И вообще, доверие, и уважение можно только заслужить. Это не очень хорошая новость. Но зато, когда получится это будет того стоить. Это, конечно, не быстро, иногда нужны годы на это. Поначалу с этим не шибко
- 386) Женщина даже от любовника не будет вечно терпеть саботажа и обесценивания
- 387) В жизни разумнее подстраивать понравившегося человека под себя, чем искать такого же как ты. Я о каких-то не насильственных мелочах, не о человеческой сути
- 388) Привыкать к плохому - это печально
- 389) Переписка никогда не станет местом для ключевых слов. Разве только когда нет выбора
- 390) По сути, быть независимой очень плохо. Не смотря на плюсы. Взрослая жизнь показывает, что когда у тебя нет никого и ничего, ты - никто, у тебя нет смысла жить и ты призрак для этого большого мира
- 391) Неуверенность в себе признак ума, а уверенность – интеллекта
- 392) Всё, что мы делаем сейчас - правильно, ибо мы не можем поступить иначе
- 393) Успех и счастье требуют жертв
- 394) Отныне моё сердце не позволит мне сказать первой, что мы вместе
- 395) Чем больше ничего не делаешь сегодня, тем больше сможешь сделать завтра
- 396) Подвохи, это всего лишь то, чего ты не знаешь, а когда ты это уже знаешь, что это из разряда подвоха переходит в выбор
- 397) Едва ли можно понять ту, которая живёт в своём прекрасном мире. Так же как и едва ли кто-то верит в то, что мир действительно прекрасен. Кто поверит, тот будет самым счастливым. Как я. Со мной
- 398) Лучше я буду одной, чем на те же грабли наступать, подсказывает мне здравый смысл. Но кто слушает его всегда? И правильно! Ведь есть ещё сердце, которое не обманешь
- 399) Грабли никогда не повторятся. А чувства первичны
- 400) Зависимые получают всё. Но только умные зависимые
- 401) Твои советы не будут иметь истинного смысла, если ты им сам не будешь следовать
- 402) Секс возможен, только если есть его желание. Не будет его, не будет нормального секса, уж тем более умного. Сексуальная совместимость по вкусам, по запаху и всё
- 403) На важные решения нужно время. Как минимум - одна ночь
- 404) Чтобы извлечь максимум из одного нужно отказаться от другого
- 405) Мы просто выбираем, на какие жертвы готовы идти, чтобы получить желаемое
- 406) Незашоренность - это доказательство наличия ума, либо наличия раскрепощённости, либо обоих
- 407) Мечтать о том, чего нам не хватает, это самое крутое, что мы можем сделать для себя, для своей жизни и, следовательно, для жизни всех окружающих
- 408) Творчество не наука, т.е. в нём не всё досконально расписано и от того представлена не вся картина. От того только трусы слепо опираются на искусство, забывая о собственном опыте
- 409) Несчастные люди самые счастливые, ибо претворяют свои желания в жизнь
- 410) В моей жизни ещё не раз случится магия
- 411) У меня перестанет возникать напряжение, когда у меня будет муж и у нас с ним будут хотя бы, в общем и целом здоровые психологические отношения

412) Это отлично когда у вас есть, как это называется в нашем профессиональном ораторском клубе, точка роста! Потому что в этом есть слово "рост". Значит, он вас ждёт и это очень круто!

413) Есть в жизни строгий процент случающейся фигни

414)

Самый лучший собеседник - это ты сам. Вы, собеседники: "Я" и "Я", вместе можете многое

415)

У меня перестанет возникать напряжение, когда у меня будет парень и работа, которая будет оплачиваться не меньше 30 000 рублей

416)

Без сложностей мы бы не ценили то, что у нас есть

417)

Я уже не справляюсь одна с самостоятельной жизни в купе с моей зависимостью, болезнью. Я бессильна

418)

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.