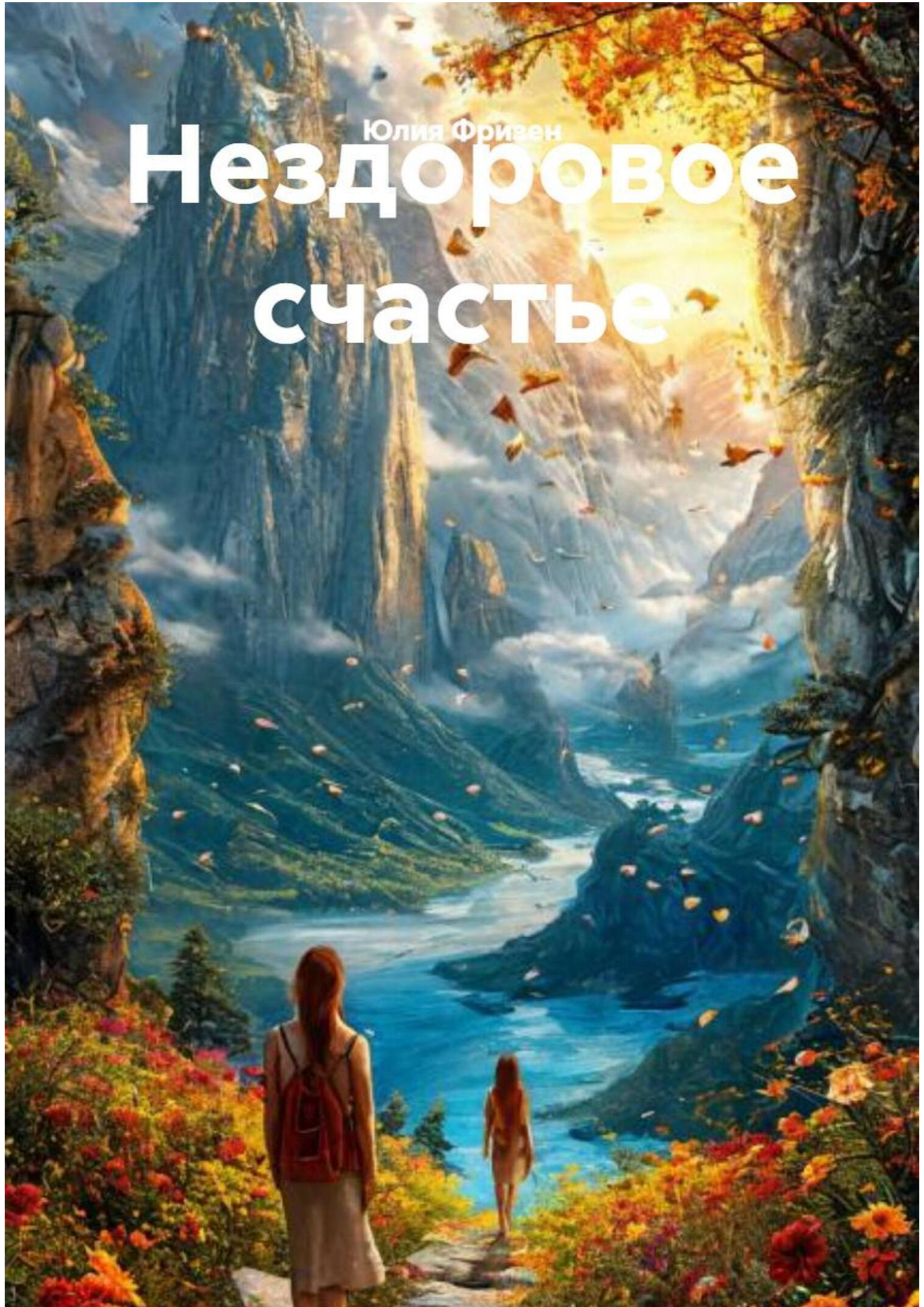


Юлия Фризен

Нездоровое счастье



Юлия Фризен

Нездоровое счастье

«Автор»

2025

Фризен Ю.

Нездоровое счастье / Ю. Фризен — «Автор», 2025

Про путешествие по своим внутренним мирам и попытку улучшить своё состояние. Как создать запоминающиеся мгновение жизни? Может ли быть счастье постоянным? Может ли оно быть болезненным, больным или нездоровым? И как выбрать верный путь к самой себе.

© Фризен Ю., 2025

© Автор, 2025

Содержание

Глава 1	5
Конец ознакомительного фрагмента.	6

Юлия Фризен

Нездоровое счастье

Глава 1

Нездоровое счастье

Качели циклотимии – раскачивается моё состояние от полёта в космос до самой глубокой шахты ... Энергозатратное путешествие, скажу я вам, так как смена происходит очень быстро и тянется долгое время. В состоянии тотального полёта можно таких дров наломать! Что и одной жизни не хватит на то, чтобы разгрести последствия. Всё бы ничего, но вот эта эйфория не даёт спокойно жить. Я, как высоковольтное напряжение – метая молнии, расчищаю пространство для собственной справедливости, для своей истины. А истин на самом деле много... Ну признавайтесь, кто ещё знаком с биполярочкой?

Тут без шуток уже сухой анализ, подсчёт действий и поступков, которые выступают за и против здоровья, собственной жизни. Здесь нужно только стремиться к равновесию. С помощью, как вариант, физических упражнений, а что самое главное, – это внимание к себе.

Я вчера прочувствовала эту удивительную мысль – что я совершенно счастливая женщина, мама двух прекрасных детей – дочери и сына. Это просто чудо! Да, сплошь и рядом мамы, какие они все разные, все уникальные. И моя мама была великолепной женщиной, сколько она вложила в меня своего здоровья, времени, финансов и энергии... Я, наверное, была самым сложным последним ребёнком в непростой семье. Точно знаю, что за меня больше всех тряслись взрослые. Старших брата и сестру всегда напрягали мной. И от этого я была только рада. В связи с этим я очень поздно слезла с их натёртой мной шеи. А взрослеть начала после 35 лет. Ну хоть так. Мне всё же приятно, что меня оберегали. Я хорошо училась до первого нервного срыва, и потом через время я научилась по-своему жить, но моя жизнь уже никогда не была прежней. Окончила институт, устроилась на работу, вышла замуж, родила детей. Да, неплохо всё начиналось, до поры до времени пока меня не накрыло нездоровое, но очень уж радужное счастье! Эти процессы как будто были выше моего сознания, я переворачивала свою жизнь с ног на голову, испытывая дикий стресс, силу внутри своего страха, была некая необдуманность действий и острое желание получить всё и сразу. Какое-то время в этом состоянии мне удавалось чувствовать себя полноценной, целостной и счастливой.

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.