18+

Лилия Роуз

# Зеркало любви: как нас видят и как мы любим

*О мужчинах, женщинах и настоящей близости*

**Лилия Роуз**

# Зеркало любви: как нас видят и как мы любим. О мужчинах, женщинах и настоящей близости

*http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=73209338*
*ISBN 9785006909489*

## Аннотация

Эта книга – о том, как мы видим себя и другого в отношениях, и почему именно это определяет близость. О мужском молчании и женских ожиданиях, о страхах, проекциях и умении быть собой рядом с любимым. «Зеркало любви» – путь к честным, живым отношениям, где выбирают не образ, а человека.

# Содержание


Введение 5

Глава 1: Зеркало отношений: как мы видим друг друга и почему это важно 8

Глава 2: Мужчина как загадка: как научиться понимать его молчание и поступки 11

Глава 3: Как стать для него тем самым человеком: секреты женской привлекательности 15

Глава 4: Эмоциональная связь: как создать прочную основу для отношений 19

Глава 5: Язык любви: как правильно понимать и выражать чувства 23

Конец ознакомительного фрагмента. 27

# Зеркало любви: как нас видят и как мы любим О мужчинах, женщинах и настоящей близости

**Лилия Роуз**

© Лилия Роуз, 2026

ISBN 978-5-0069-0948-9
Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

# Введение

Мы часто ищем ответы в мире внешнем, стремимся понять, как действовать, как чувствовать, как измениться. Мы жаждем знаний, ищем, кто станет нашим проводником, кто поможет разгадать те сложные лабиринты, по которым мы блуждаем в поисках любви и понимания. И порой, когда мы сталкиваемся с теми или иными трудностями в отношениях, все сводится к вопросу: почему я не могу быть тем человеком, которого он выбрал бы снова и снова? На протяжении всей жизни женщины сталкиваются с множеством барьеров и стереотипов, которые заставляют их сомневаться в себе и в своем месте рядом с мужчиной. Но, возможно, истинная причина неудач в отношениях не в том, кто мы есть, а в том, как мы воспринимаем друг друга. Как мы воспринимаем себя, свои потребности, свои ожидания. Как мужчины воспринимают нас, что скрывается за их молчанием, поступками и взглядами. В этой книге я хочу предложить вам уникальный путь, путь к внутреннему пониманию того, что делает отношения гармоничными и здоровыми, того, как можно стать тем человеком, который будет выбран и возлюблен не просто сегодня, но и завтра, и через годы. Эта книга не расскажет вам о том, как быть идеальной женщиной. Потому что идеал – это не что-то внешнее, это внутренний мир, который чувствуется только тогда, ко-

гда мы честны перед собой и с теми, кого мы любим. Мы не можем быть совершенны, если не понимаем, что совершенство – это не только внешность или социальные достижения. Это – искренность, способность открыться и чувствовать другого человека, быть с ним в одной эмоциональной и психологической гармонии. Задача этой книги – дать вам инструменты для того, чтобы научиться быть собой в отношениях, но при этом быть тем человеком, который создает атмосферу взаимного уважения, любви и страсти. Здесь мы будем говорить о том, как важно научиться понимать своего партнёра, как не потерять себя и при этом быть настоящей, как пройти через сложности, когда кажется, что любовь уже угасает, и как вновь зажечь огонь в отношениях. В этой книге нет универсальных рецептов, нет формул, которые всегда сработают. Это не пособие по манипуляциям или поиску того, что сделать, чтобы стать привлекательной для мужчин. Нет. Это книга о том, как найти в себе ту силу и ту уверенность, которые дадут вам возможность строить здоровые отношения, в которых каждый партнёр будет ценен и любим. Если вы когда-либо задавались вопросом, почему некоторые отношения долгие и крепкие, а другие заканчиваются разочарованием и болью, то этот путь позволит вам найти ответы. Важно понять, что истинное счастье в отношениях невозможно без взаимного уважения, без взаимной работы над собой и готовности к переменам. И только тогда, когда мы находим этот баланс, мы становимся теми самыми

людьми, которые могут быть выбраны снова и снова.

# Глава 1: Зеркало отношений: как мы видим друг друга и почему это важно

Когда мы влюбляемся, мы часто видим в другом человеке не столько его, сколько то, что нам хочется в нем увидеть. Мы рисуем в своей голове идеальные образы, помещаем туда свои мечты, свои страхи и надежды. Однако часто бывает так, что спустя какое-то время мы начинаем ощущать разницу между тем, каким человек казался нам в начале, и тем, каким он оказывается на самом деле. И вот тут начинается важный процесс – процесс осознания того, что отношения между нами и другим человеком во многом зависят от того, как мы воспринимаем его, как мы воспринимаем себя в этих отношениях. Часто женщины, с которыми я разговариваю, говорят, что они ощущают будто мужчина теряет интерес к ним. «Он меня больше не хочет, как раньше», – жалуются они, и сразу начинают искать причину в себе: «Я стала хуже выглядеть», «Я не так часто улыбаюсь», «Я не так встречаю его после работы». Но есть ли связь между внешними изменениями и тем, что происходит внутри отношений? Как часто мы не видим своего партнёра таким, какой он есть, а видим только его отражение в своём собственном внутреннем зеркале? Представьте себе ситуацию: вы сидите с ним на ужине, разговор зашёл в тупик. Он молчит. Вопрос «что случилось?» висит в воздухе. Ваши мысли начинают катить-

ся по кругу: «Может быть, он разочарован во мне?» или «Я, наверное, что-то не так сказала?» Такие мысли, безусловно, можно понять. Но что если его молчание вовсе не связано с вами? Что если он просто переживает какие-то свои внутренние переживания, которые не имеют никакого отношения к вам? Наши восприятия порой крайне ограничены, мы видим мир через призму собственных переживаний и эмоций. Мы привыкли видеть мир сквозь свой собственный фильтр, и это вполне естественно. Но на самом деле, если бы мы только могли отодвинуть этот фильтр и взглянуть на партнёра, на человека, который рядом, глазами, не обременёнными личными переживаниями, нам открылась бы совершенно другая картина. Бывает, что мы сужаем своё восприятие человека, не замечая, как его характер и его чувства остаются скрытыми от нас. Пример из жизни: однажды мне рассказала моя подруга, что её муж, с которым она прожила уже десять лет, стал вести себя гораздо более закрыто, чем раньше. Она пыталась анализировать его поведение, находила в себе ошибки и недочёты, думала, что, может быть, он охладел к ней. Однако, после нескольких откровенных разговоров, она поняла, что его молчание было связано с проблемами на работе, переживаниями, с которыми он не хотел её нагружать. Он не хотел, чтобы она чувствовала себя виноватой, не хотел, чтобы она переживала. И только осознав это, она поняла, как важно не додумывать и не проецировать свои страхи на партнёра. Именно в такие моменты ста-

новится очевидным, насколько важно научиться воспринимать партнёра таким, какой он есть, а не таким, каким мы его себе представляем. Ведь отношения – это не только два тела, не только внешность и привлекательность. Это две души, которые проходят вместе свой путь, делясь переживаниями, радостями и болью. Когда мы начинаем воспринимать друг друга, не сквозь призму собственных ожиданий и страхов, а глазами любви и уважения, появляется возможность выстроить более честные и глубокомысленные отношения. Как бы ни было сложно, нужно научиться не бояться тех моментов, когда мы не понимаем партнёра или когда его поведение кажется нам непредсказуемым. Вместо того чтобы моментально искать в этом причину для беспокойства, стоит просто попытаться понять его чувства. А для этого необходимо быть готовым не только слушать, но и смотреть на человека глазами, свободными от предвзятых мнений и эмоций. Это, возможно, самое трудное в отношениях, но именно в этом заключается ключ к взаимопониманию и гармонии.

# Глава 2: Мужчина как загадка: как научиться понимать его молчание и поступки

Каждая женщина когда-либо сталкивалась с ситуацией, когда её мужчина молчит. Молчит долго, молчит неясно, молчит в ответ на вопросы. И в эти моменты она чувствует, как внутри неё начинают накапливаться тревога, сомнения и страхи. Мы начинаем задаваться вопросами, на которые нет простых ответов: «Почему он молчит?», «Что я сделала не так?», «Не охладел ли он ко мне?» Эти вопросы, словно тяжёлые камни, давят на грудь, и мы теряем связь с реальностью, привязываясь к собственным переживаниям. Что мы в таких случаях часто делаем? Примеряем к себе его молчание. Он не говорит, значит, что-то не так с нами. Мы начинаем искать причину в себе, в своём поведении, в своём внешнем виде, в своих словах и поступках. Но на самом деле молчание мужчины – это вовсе не всегда отражение наших ошибок. Это не всегда знак, что он что-то скрывает или не хочет быть с нами. Иногда молчание – это просто его способ переживания, его личный процесс, в котором мы не всегда можем и не должны играть главную роль. Давайте вспомним, например, ситуацию, когда муж вашей подруги после тяжёлого рабочего дня молчит. Она стоит в кухне, накрыва-

ет на стол, а он сидит в углу, поглощённый своими мыслями. Её охватывает раздражение. Почему он не говорит, не делится, не спрашивает, как прошёл её день? Она обижается на его молчание, думая, что он не заинтересован в её жизни. Однако, после нескольких часов молчания, он вдруг начинает говорить. И оказывается, что дело вовсе не в ней. Он переживает за проект на работе, его переполняет страх неудачи, и в этот момент ему нужно было время, чтобы собраться с мыслями. Он не хотел вовлекать её в свои переживания, не хотел показывать слабость. Он предпочёл молчать, потому что молчание для него – это способ собраться с силами и не разрушить атмосферу спокойствия. Это не означает, что молчание не должно быть рассмотрено в отношениях. Конечно, важно обращать внимание на то, когда молчание становится привычкой, когда оно затягивается на месяцы. Но молчание, как и любые другие формы поведения, имеет контексты, которые мы не всегда можем понять сразу. Мужчина может молчать по множеству причин: он может быть в поисках решения, может быть перегружен эмоциями, или, возможно, просто не знает, как выразить свои чувства словами. Но важно не делать из этого вывод, что он что-то скрывает от нас. Вот почему в таких ситуациях так важно не спешить делать выводы. Понимание партнёра начинается с того, что мы учимся не выносить суждения о его поведении, не строить догадки на основе нашего собственного восприятия, а пытаться понять его мир, его эмоции, его внутрен-

ние переживания. Мы должны быть готовы к тому, чтобы послушать, но не навязываться с вопросами. Мы должны быть готовы признать, что его молчание – это не всегда сигнал о том, что с нами что-то не так, а порой просто результат его личных размышлений. Каждый человек, независимо от того, мужчина он или женщина, имеет право на личное пространство, на моменты уединения, на период, когда он не может или не хочет делиться своими мыслями. Это не означает, что он нас меньше любит или что его чувства к нам ослабли. Это просто часть его внутреннего мира. И наше задание – научиться не вмешиваться в этот мир излишними переживаниями, а просто быть рядом, понимая, что молчание – это не всегда знак беды. Это может быть его способом сохранить себя, своей уникальной реакции на стресс и неопределённость. Задача женщин в таких ситуациях – научиться отпускать свои страхи и перестать воспринимать молчание партнёра как угрозу их отношениям. Женщина, которая понимает, что молчание – это не обязательно проблема, а скорее возможность для партнёра побыть с собой, может гораздо легче преодолевать такие моменты. Важно не задавать вопросы, которые будут подразумевать обвинения, и не пытаться расшевелить человека силой. Иногда гораздо мудрее просто быть рядом и ждать, пока он решит сам поделиться своими мыслями, если он будет готов. Понимание – это не только способность услышать слова, но и умение воспринимать молчание как форму общения. Молчание партнёра,

его молчаливые моменты, – это вовсе не его отказ от нас. Это возможность для нас понять его более глубоко, чем просто через поверхностные слова и эмоции.

# Глава 3: Как стать для него тем самым человеком: секреты женской привлекательности

Каждый из нас, кто когда-либо был в отношениях, задавался вопросом: что делает нас по-настоящему привлекательными для партнёра? Это не просто физическая красота или идеальная внешность, хотя, конечно, их никто не отменял. Но настоящая привлекательность – это нечто большее. Это то, как мы чувствуем себя рядом с другим человеком, как мы ведём себя, как открываем свои чувства и эмоции. Это способность быть настоящей и искренней, не бояться показывать свою уязвимость, и в то же время оставаться женщиной, которая знает свою ценность и не жертвует собой ради отношений. Возьмём, к примеру, ситуацию, о которой рассказывала мне одна из моих подруг. Она переживала сложный момент в отношениях: её муж стал всё реже проявлять интерес, и она не могла понять, что произошло. На первый взгляд, они продолжали жить обычной жизнью, но она чувствовала, что что-то изменилось. Она начала изнурять себя поисками причин в своих действиях. Возможно, она меньше уделяла внимания внешности, меньше улыбалась, не была столь энергичной и вдохновляющей, как в начале их знакомства. Она осознала, что, возможно, перестала быть

для него той женщиной, которая была загадкой, которая восхищала. Но именно в этот момент она поняла важный урок: привлекательность – это не попытка стать кем-то другим, это не маскировка своих истинных ощущений и переживаний. Привлекательность – это быть уверенной в себе и в своих решениях, не бояться быть слабой, но при этом сохранять свою внутреннюю силу. Она решила начать с того, чтобы научиться вновь любить себя, принимать себя такой, какая она есть, со всеми своими недостатками и особенностями. Это был не простой путь, и порой ей было трудно смотреть в зеркало, не обвиняя себя в том, что она перестала быть «такой же» женщиной, как в начале их отношений. Но с каждым днём, начиная с маленьких шагов, она возвращала себе ту уверенность, которая привлекала его. Она поняла, что её истинная привлекательность заключалась не в попытках угодить или стать «совершенной», а в том, чтобы быть в мире с собой. И именно этот внутренний мир был тем, что она дарила своему мужу. Каждый день она становилась более настоящей, более открытой, и, что самое важное, она стала уважать себя и свои потребности, что немедленно отразилось на её отношениях. Как же стать для партнёра тем самым человеком, который его привлекает, который вызывает желание быть рядом? Это не вопрос внешности, хотя уход за собой тоже важен. Это вопрос внутреннего состояния, внутренней гармонии, уверенности, любви к себе. Привлекательность женщины начинается с её отношений с самой собой, с её понима-

ния своей ценности и с того, как она принимает свои слабости и свои сильные стороны. Когда женщина чувствует свою ценность, она не боится быть собой, она не боится быть уязвимой, она не боится ошибаться. И, что самое важное, она не боится быть любимой именно такой, какой она есть. Подумайте о том, когда вы чувствуете себя наиболее привлекательной. Это когда вы счастливы, когда вы довольны собой, когда вы не сравниваете себя с другими и не пытаетесь быть кем-то, кем не являетесь. Этот внутренний свет, эта уверенность и свобода становятся невидимой, но сильной магией, которая притягивает внимание, любовь и уважение. Привлекательность женщины не измеряется числом комплиментов, полученных от мужчин, а тем, как она воспринимает себя. Это ключевой момент. Мужчина, который видит женщину, уверенную в себе, понимает, что это не просто внешность, это сила и глубина. Это то, что создаёт настоящую близость. Каждая женщина имеет свою уникальность, и чем больше она принимает и развивает эту уникальность, тем более притягательной она становится. Мужчины ценят искренность, не поддельную лёгкость, а настоящую внутреннюю гармонию, которая проявляется в действиях и словах. Когда женщина начинает уважать свои желания, уважать свои границы, когда она не боится заявить о себе, её привлекательность растёт многократно. Потому что настоящая привлекательность – это когда ты понимаешь, что ты достоин любви, когда ты не боишься быть видимым и слышимым, когда твоя

ценность не зависит от внешних обстоятельств или мнений других людей. Она зависит только от того, как ты сам себя ощущаешь. И этот свет, который ты излучаешь, становится тем магнитом, который притягивает любовь.

# Глава 4: Эмоциональная связь: как создать прочную основу для отношений

В отношениях между мужчиной и женщиной существует одна фундаментальная потребность, которая остаётся незамеченной, пока её не начинают искать. Это – не физическая близость, не совместные увлечения или даже общие цели. Эмоциональная связь – это тот невидимый мост, который связывает двух людей, несмотря на их различия и особенности. Это та основа, без которой любые другие аспекты отношений будут шаткими, как дом на песке. Эмоциональная связь – это не что-то, что можно увидеть или потрогать, но это то, что мы ощущаем, когда рядом с нами есть тот человек, с которым можно быть настоящим, не притворяться, не бояться, не скрывать свои чувства. Я часто слышу от женщин, что их отношения с партнёрами стали холодными, что они начали ощущать отдаление, даже если внешне всё оставалось на своих местах. Они продолжают проводить время вместе, но чувствуются изолированными, как если бы между ними стояла невидимая стена. Одна из моих знакомых, Марина, рассказала мне, как её отношения с мужем изменились за последние несколько лет. Они начали всё реже разговаривать откровенно, всё чаще уступать друг другу в мело-

чах, перестали делиться чувствами, и каждый из них оказался поглощён собственными мыслями и заботами. В один момент она поняла, что не знает, когда последний раз они с ним действительно разговаривали о чём-то важном для каждого из них. Это осознание пришло, когда она, сидя с ним на диване в тот вечер, заметила, что их разговор сводится только к обсуждению бытовых дел, к вопросам, что купить в магазин, кому забрать ребёнка из школы. Она почувствовала, что не помнит, как выглядит тот их совместный мир, который был раньше – мир, наполненный смехом, глубокими разговорами, ощущением близости и понимания. Они стали просто сосуществовать, но не жить. И тут она поняла, что потеряли самую важную вещь – эмоциональную связь. Это было как потерять ниточку, которая раньше держала их вместе, и теперь её пришлось искать снова. Когда мы говорим о эмоциональной связи, важно понять, что это не просто «быть рядом». Это значит делиться, быть открытым, честным, быть готовым принять другого человека таким, какой он есть, с его недостатками и сильными сторонами. Создание этой связи начинается с маленьких шагов, с готовности разделить свои чувства. Я помню, как однажды одна женщина рассказала мне, как её муж, после многих лет молчания о своих переживаниях, вдруг открылся. Он рассказал о своей тревоге, о своей неуверенности в будущем. И для неё это было настоящим откровением. Ведь до того момента она думала, что его молчание – это просто его привычка.

Но он молчал не потому, что не хотел говорить, а потому что не знал, как начать. И вот, когда она отважилась создать пространство для его откровенности, эта связь стала крепче, чем когда-либо. Эмоциональная связь требует работы, она не возникает сама по себе. Это не что-то, что появляется в один момент и остаётся неизменным. Она развивается, углубляется и укрепляется через регулярные, часто мелкие проявления заботы, внимания, уважения. Это может быть, например, простое внимание к тому, как прошёл день партнёра, или способность выслушать его без осуждения, когда он откровенничает о своих чувствах и страхах. Иногда это может быть просто присутствие рядом, когда другой человек чувствует, что его не осуждают и не отвергают, а принимают таким, какой он есть. Важно не только делиться своими переживаниями, но и быть готовым выслушать и понять партнёра, быть внимательным к его эмоциональным состояниям. Когда отношения начинают терять эмоциональную связь, это не всегда связано с отсутствием любви. Часто это происходит из-за того, что люди перестают вкладываться в эту связь. Они забывают, что отношения требуют постоянного внимания, что они живы и крепки лишь тогда, когда два человека готовы быть открытыми и искренними друг с другом. Эмоциональная связь – это не само собой разумеющееся состояние, это результат ежедневных усилий, малых жестов и большого доверия. Тот, кто перестаёт работать над отношениями, рискует потерять эту невидимую нить, которая связывает два

сердца. Когда же эта связь восстанавливается, она становится невероятно сильной. Мы не боимся делиться своими слабостями, потому что знаем, что нас примут. Мы не боимся быть уязвимыми, потому что понимаем, что рядом человек, который не осудит, не отвернёт взгляд. Эта связь становится той силой, которая помогает нам проходить через трудности жизни вместе, поддерживать друг друга в самых тяжёлых ситуациях, быть опорой и защитой, а не просто рядом. И именно эта связь создаёт в отношениях ту гармонию, в которой каждый чувствует себя любимым, принятым и необходимым.

# Глава 5: Язык любви: как правильно понимать и выражать чувства

Когда мы говорим о любви, первое, что приходит на ум, – это чувственные переживания, страсть, привязанность. Но любовь – это гораздо больше, чем просто чувства, возникающие в определённый момент. Это целый язык, состоящий из жестов, слов и молчания. И, как в любом языке, чтобы говорить на нём правильно, нужно научиться понимать и интерпретировать его символы. Это особенно важно в отношениях, где каждое недоразумение, каждый неверно понятый сигнал может стать причиной отчуждения. Каждый из нас имеет свой язык любви, ту особенную форму общения, через которую мы чувствуем и выражаем любовь. Этот язык бывает разным: для кого-то любовь – это слова поддержки, для другого – подарки, для третьего – прикосновения. Но, как бы мы не старались, все мы иногда попадаем в ловушку недопонимания, особенно если наш язык любви не совпадает с языком нашего партнёра. Мы ожидаем, что партнёр будет понимать наши жесты, наши слова, наши поступки, так же, как мы понимаем их сами, и это становится причиной множества конфликтов. Я вспомнила разговор с одной моей знакомой, которая рассказывала о своих отношениях. Она сильно переживала, потому что её парень почти никогда не говорил ей, как сильно любит её, и редко де-

лал комплименты. В её глазах это было расценено как «он меня не любит». Но всё изменилось, когда она решила открыто поговорить с ним об этом. Она была удивлена, когда он признался, что на самом деле выражает свою любовь через поступки: он всегда был рядом, когда она нуждалась в помощи, поддерживал её в сложных ситуациях и заботился о её благополучии. Его любовь была в том, чтобы действовать, а не говорить. Она поняла, что её ожидания были основаны на её собственном языке любви – словах и комплиментах, в то время как его язык любви заключался в действиях. Это понимание стало переломным моментом в их отношениях. Она начала воспринимать его любовь не через призму того, что он не говорит ей часто о своих чувствах, а через его действия и проявления заботы. А он в свою очередь, осознав, как важно для неё слышать слова поддержки, стал говорить больше о своих чувствах. Это небольшое открытие сделало их связь гораздо крепче и искреннее, ведь теперь они могли обмениваться любовью, выражая её на одном языке. Так как же научиться понимать язык любви своего партнёра? Во-первых, важно осознавать, что каждый человек имеет свой уникальный способ выражения чувств. Мы можем думать, что если партнёр не говорит нам «я тебя люблю» каждый день, это значит, что он нас не ценит, но это не всегда так. Иногда человек может любить нас всем своим существом, но не выражать это через слова. Возможно, он заботится о нас через мелочи: убирает за нами, приносит

чашку чая, помогает с чем-то, даже если ему это не совсем удобно. Это его способ сказать: «Ты важна для меня». Язык любви – это не только слова или подарки, это и то, как мы реагируем на желания партнёра, как мы принимаем его слабости и как поддерживаем его в моменты, когда он в этом нуждается. Например, когда мужчина переживает стресс на работе, возможно, лучший способ поддержать его – это просто быть рядом, выслушать, дать ему пространство для размышлений, а не требовать его внимания на себе. Это также проявление любви, даже если он не будет это проговаривать. Кроме того, важно помнить, что мы сами можем научиться выражать свои чувства на языке партнёра. Мы можем понять его потребности и подстроиться под них, не теряя своей индивидуальности. В этом нет ничего сложного, если мы действительно заботимся о человеке. Просто нужно быть внимательными и открытыми, готовыми к изменениям и новым способам общения. Это, в свою очередь, делает нас более восприимчивыми к чувствам другого человека и помогает глубже понять, что для него действительно важно. Не стоит ограничиваться только тем, что мы сами понимаем как выражение любви. Если мы хотим, чтобы отношения развивались и укреплялись, нужно научиться смотреть на партнёра глазами его языка любви. Иногда это может быть трудным и даже болезненным процессом, потому что нам часто не хватает терпения, чтобы разобраться в этих нюансах. Но именно в этом процессе раскрывается настоящая близость. Это

работа, которая требует честности, искренности и готовности понять, а не просто ожидать от другого человека, что он будет любить нас так, как мы сами привыкли. Любовь – это не только идеальные моменты и яркие эмоции. Это ещё и ежедневная работа, умение быть внимательным, чутким и готовым поддержать в любой ситуации. И когда мы начинаем говорить на языке любви нашего партнёра, мир вокруг нас начинает становиться ярче и теплее, потому что любовь перестаёт быть просто словами, она становится частью нашей жизни, тем, что делает нас ближе и сильнее.

# 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.