



Оксана Савинцева

РОЗОВЫЙ КВАРЦ

камень, который не обещает любви

Оксана Савинцева

**Розовый кварц. Камень,
который не обещает любви**

«Автор»

2026

Савинцева О.

Розовый кварц. Камень, который не обещает любви /
О. Савинцева — «Автор», 2026

Книга посвящена розовому кварцу — минералу, который традиционно называют камнем любви. Однако автор предлагает взглянуть на него иначе: не как на талисман для привлечения романтических отношений, а как на инструмент глубокой внутренней работы. В книге рассматриваются темы: - иллюзии и фантомной любви; - подавленной злости и её влияния на женскую природу; - материнской линии и родовых сценариев; - телесной памяти и тактильного голода; - незавершённых отношений; - пустоты и возвращения к себе. Отдельное внимание уделено практикам взаимодействия с камнем, его сочетаниям с другими минералами и правилам работы. Книга адресована женщинам, интересующимся психологией, литотерапией и эзотерическими практиками, а также тем, кто ищет не внешних решений, а глубинного контакта с собой.

© Савинцева О., 2026

© Автор, 2026

Содержание

ЧАСТЬ I. КАМЕНЬ, КОТОРЫЙ МОЛЧИТ	5
ЧАСТЬ II. КАМЕНЬ, КОТОРЫЙ ВСКРЫВАЕТ	13
Конец ознакомительного фрагмента.	15

Розовый кварц. Камень, который не обещает любви

ЧАСТЬ I. КАМЕНЬ, КОТОРЫЙ МОЛЧИТ

Глава 1. Минералогия обмана

Розовый кварц рождается не в огне.

Его не выбрасывает из жерла вулкана, не закаляет лава, не выплавляет земное ядро в адской кузнице. Он рождается в тишине. В глубоких, медленных, остывающих пегматитовых жилах, где температура падает настолько плавно, что кристаллы успевают не взорваться, а успокоиться.

Ему нужно время. Ему нужна неподвижность. Ему нужна тьма.

И поэтому он получается таким, какой есть: мутным, молочным, с дымкой внутри. Его кристаллическая решётка не выдержала бы бешеной скорости. Она создана медленностью.

И в этом — первая подсказка.

Розовый кварц нельзя торопить. Ни в руке, ни в работе, ни в правде, которую он поднимает на поверхность.

Ты держишь его в ладони, и он молчит.

Он не тёплый. Не холодный. Он просто есть. Розоватый, мутноватый, с трещинками внутри. Похож на застывший кусок утреннего тумана, который почему-то стал твёрдым.

Сначала он кажется прохладным. Но если не убирать руку, через минуту-другую он начнёт теплеть. Не оттого, что нагрелся от кожи. А потому что принял тебя. Розовый кварц всегда так: сначала присматривается, потом отзывается.

Если он остаётся холодным — не торопи его. Просто держи. Он ещё не понял, можно ли тебе доверять.

Тебе сказали, что это камень любви.

Тебе сказали: положи его под подушку, носи у сердца, заряжай на растущую луну, и он притянет тебе того самого. Или вернёт чувства. Или откроет сердечную чакру. Или сделает тебя мягкой, тёплой, принимающей.

Тебе соврали.

Розовый кварц никогда не был камнем любви в том смысле, в каком это слово понимают глянцево-эзотерические журналы. Он не про романтику. Не про свечи, лепестки роз и признания под луной. Он про другое.

Он про то, что скрыто под любовью.

Посмотри на него внимательно.

Ты видишь? Он не прозрачный. Сквозь него ничего не видно. В нём дымка. Молочная пелена. Он как запотевшее стекло, через которое невозможно разглядеть, что на той стороне.

Проведи по нему пальцем. Не по полированной грани, а по естественной поверхности — если она есть. Почувствуй микроскопические неровности, шероховатости, сколы. Это не дефекты. Это кожа камня. Так он дышит.

И в этом — вторая правда розового кварца.

Мы никогда не видим любовь ясно.

Мы смотрим через пелену своих проекций. Через дымку ожиданий. Через туман детских сценариев. Через запотевшее стекло собственной тоски. И нам кажется, что мы видим человека. Что мы видим чувство. Что мы видим правду.

А на самом деле мы видим свою фантазию о правде.

Розовый кварц — это камень, который не рассеивает туман. Он показывает тебе, что туман есть. Он делает видимой саму мутность твоего восприятия.

И это первое, чему он учит: прежде чем искать любовь, признай, что ты не знаешь, что это такое.

Розовый кварц — один из самых распространённых минералов на земле.

Он лежит в реках, в горах, под ногами. Его много. Он доступен. Любая женщина может купить его за копейки в любой лавке.

И в этом — третья правда.

То, что нужно сердцу, — повсюду. Но оно замаскировано под обыденность.

Ты можешь годами искать «тот самый» магический кристалл, «то самое» отношение, «ту самую» любовь — а она лежит у тебя под ногами, мутная и невзрачная, и ты проходишь мимо, потому что ждёшь блеска.

А розовый кварц не блестит.

Он светится изнутри, но для этого нужно поднести его к свету.

И в этом — четвёртая правда: чтобы увидеть свет в розовом кварце, нужно найти источник света.

Ты и есть этот источник.

Камень не зажжётся сам. Он не засияет в темноте. Он отражает. И если ты смотришь на него и видишь только серый кусок — значит, ты сама сейчас серая. Значит, твой внутренний свет погашен или спрятан так глубоко, что даже камень любви не может его отразить.

Это неприятно признавать.

Но розовый кварц — не для приятных разговоров.

В древности его называли по-разному.

В Риме — «камнем Венеры». В Индии — «камнем Анахаты», сердечного центра. В Китае — «камнем застывшего рассвета».

Но нигде его не называли камнем счастливой любви.

Венера — богиня любви. Но вспомни её историю. Её выдали замуж за нелюбимого хромого бога Вулкана. Она любила других. Она ревновала. Она страдала. Она теряла. Её любовь была полем битвы, а не идиллией.

Венера — не про «жили они долго и счастливо». Венера — про женскую судьбу, в которой любовь переплетена с болью, предательством, красотой, соблазном, материнством, ревностью, старением и смертью.

И камень, посвящённый ей, впитал в себя всю эту сложность.

Розовый кварц — это не талисман для наивных девочек. Это камень для женщин, которые знают. Которые уже прожили достаточно, чтобы понять: любовь — это не чувство. Это территория. Огромная, тёмная, манящая, опасная территория, на которой можно найти всё — от рая до выжженной пустыни.

И, прежде чем ступить на неё, нужно научиться видеть.

Положи камень на ладонь левой руки.

Не загадывай желание. Не проси любви. Не жди вибраций.

Просто ощути его вес. Не сжимай — держи свободно, как маленькую птицу, которая может улететь, но пока сидит.

Просто посмотри на него и задай себе один вопрос. Первый вопрос этой книги. Самый важный:

«Что я прячу под словом "любовь"?»

Не отвечай сразу.

Дай вопросу опуститься внутрь, как камень опускается на дно реки. Пусть он лежит там, пока ты читаешь дальше. Пусть он работает.

Потому что именно с этого вопроса начинается всё.

Не с «как привлечь любовь». Не с «как его вернуть». Не с «как простить».

А с честного, неудобного, обнажающего вопроса:

Что я на самом деле ищу, когда говорю, что ищу любовь?

Розовый кварц молчит.

Он ждёт, когда ты начнёшь отвечать.

Практика:

Перед началом вымой руки. Если есть возможность — ополосни камень прохладной водой и промокни мягкой тканью.

Сядь в тишине. Спина прямая, но не напряжена. Стопы стоят на полу. Положи камень перед собой. Смотри на него три минуты. Не оценивай, не анализируй — просто разглядывай: цвет, дымку, трещинки, как свет ложится на поверхность.

Затем возьми его в левую руку. Согрей в ладони. Сделай три спокойных вдоха и выдоха.

Теперь закрой глаза и спроси себя:

«Что я прячу под словом "любовь"? Безопасность? Подтверждение? Спасение от одиночества? Власть? Жертвенность? Привычку?»

Запиши первое, что придёт. Даже если это некрасиво. Особенно если некрасиво.

Когда закончишь — поблаговари камень. Положи его на ткань или в шкатулку. Не беги сразу к делам. Дай себе минуту тишины.

Это — вход в работу с камнем.

Глава 2. Портрет женщины с трещиной

Есть женщины, которых называют сильными.

Они держат спину. Они улыбаются, когда больно. Они успевают всё: работа, дом, дети, родители, подруги, быт, кризисы. Они не плачут при свидетелях. Они не просят о помощи. Они говорят: «Я справлюсь». И справляются.

Окружающие смотрят на них и думают: вот это сила. Вот это стержень. Вот это женщина.

И никто не видит трещину.

А она есть. Не снаружи — внутри. Тонкая, как волос, глубокая, как колодец. Она идёт через всю её жизнь, через всё её существо. Через детство, где нужно было быть удобной. Через юность, где нужно было быть красивой. Через зрелость, где нужно было быть полезной. Через отношения, где нужно было быть понимающей, терпеливой, прощающей.

И она была.

Она была всем этим — удобной, красивой, полезной, понимающей, терпеливой. Она гнулась, но не ломалась. Она подстраивалась, но не исчезала. Она теряла себя по кусочку, но продолжала улыбаться.

Таких женщин я называю розовокварцевыми душами.

И вот что важно: они не выбирали этот путь. Они не решили однажды стать сильными. Их сделала такими жизнь. Вернее — трещина сделала их такими.

Посмотри на розовый кварц ещё раз.

Видишь внутри тонкие серебристые линии? Перья. Вуали. Трещинки, которые в ювелирном деле называют включениями или дефектами. Камни с такими трещинами считаются менее ценными. Их не берут в дорогие украшения. Их прячут подальше, заменяют безупречными кристаллами.

А теперь переверни метафору.

Женщина с трещиной — это не брак. Это носительница особой структуры.

Возьми камень и поднеси к свету. Посмотри, как трещинки оживают, как в них появляется серебристое свечение. Они не портят камень. Они делают его глубже.

Через трещины входит свет — так говорят. Но я скажу иначе. Через трещины входит правда. Потому что у цельной, безупречной, отполированной женщины нет входа внутрь. Она закрыта. Она отражает всё, но не пропускает ничего.

А треснувшая — пропускает.

Она знает, что такое боль, поэтому слышит боль других. Она знает, что такое предательство, поэтому не осуждает. Она знает, что такое тьма, поэтому не боится её в других.

Трещина — это не слабость.

Трещина — это открытость. Вынужденная, заработанная страданием, но открытость.

В минералогии эти трещины называются «вуалью». Или «перьями». Или — если совсем честно — дефектами внутреннего строения.

Они появляются не от удара. Не от небрежности. Не от того, что камень «неудачный».

Они появляются от напряжения, которое камень пережил в толще земли. Порода сжимала его — а он не сломался. Температура менялась — а он выдержал. Тектонические силы давили со всех сторон — а он остался собой.

И каждая трещина — это след того, что он выстоял.

Теперь посмотри на свои трещины. На те, что внутри, невидимые миру.

Ты думаешь, они о том, как тебя ломали?

Нет.

Они о том, как ты не сломалась.

В японском искусстве кинцуги разбитую чашу не выбрасывают. Её собирают заново, а трещины заливают золотом. И чаша становится не «исправленной», а другой. Более ценной. Потому что через золотые шрамы видна её история.

Розовый кварц — это минералогическое кинцуги.

Он не скрывает свои трещины. Он их не стыдится. Они — часть его красоты. Часть его подлинности.

А теперь спроси себя: а ты свои трещины показываешь? Или замазываешь? Или прячешь под улыбкой, под макияжем, под вечной занятостью?

Розовый кварц не будет тебя утешать.

Он просто покажет тебе твою собственную структуру. И спросит: «Ты всё ещё делаешь вид, что ты цельная? Зачем? Кому это нужно?»

Есть три типа женщин, которых я встречаю в работе с розовым кварцем.

Первая: Вечная Спасательница

Она влюбляется в сломленных. В тех, кого нужно спасать. В алкоголиков, депрессивных, инфантильных, потерянных, «непонятых миром» гениев. Она чувствует их боль как свою. Она вкладывается без остатка. Она верит, что её любовь — лекарство.

А на самом деле её любовь — это способ заглушить собственную трещину. Пока она спасает другого, она не слышит собственную боль. Она занята. Она нужна. Она не одна.

Розовый кварц показывает ей правду: ты не любишь его. Ты боишься быть ненужной.

Вторая: Та, Кто Любит Мёртвых

Она годами живёт с прошлым. С тем, кто ушёл, умер, исчез, изменил, бросил. Она прокручивает в голове диалоги, которые никогда не случатся. Она помнит годовщины, запахи, интонации. Она не может отпустить.

Её любовь обращена в пустоту. И в этой пустоте безопасно. Мёртвые не предают. Мёртвые не разочаровывают. Мёртвые идеальны — потому что их нет.

Розовый кварц спрашивает: кого ты на самом деле оплакиваешь? Его — или ту себя, которая была рядом с ним?

Третья: Холодная Нежность

Она мягкая. Она тёплая. Она заботливая. Она для всех. Но внутри у неё — вечная мерзлота. Она даёт любовь, но не умеет принимать. Она боится близости, поэтому окружает себя теми, кому нужна её забота — детьми, подругами в кризисе, животными, — но не теми, кто мог бы увидеть её саму.

Её нежность — это броня. Её мягкость — это способ не подпустить. Она как розовый кварц, который лежит на витрине: красивый, но холодный, пока кто-то не возьмёт его в ладонь и не согреет своим теплом.

Розовый кварц шепчет ей: ты не боишься любви. Ты боишься, что если тебя увидят настоящую, — отвергнут. Поэтому ты даёшь, но не берёшь. Даёшь, но не открываешься.

Узнала себя?

В одной из них? Во всех сразу? Ни в одной?

Не важно. Важно другое.

Розовый кварц не работает с типами. Он работает с трещиной — той самой, которая есть у каждой из нас. И он не будет её «лечить». Он не будет её «закрывать». Он будет учить тебя жить с ней — не вопреки, а благодаря.

Потому что трещина — это не дефект.

Это вход в глубину.

Практика:

Сядь удобно. Возьми камень в правую руку. Сделай три медленных вдоха и выдоха.

Закрой глаза. Представь свою трещину. Где она в теле? В груди? В горле? В солнечном сплетении? Как она выглядит? Тёмная? Светлая? Рваная? Тонкая?

Приложи камень к тому месту, где чувствуешь трещину. Не дави, просто держи. Дыши, представляя, как от камня идёт мягкое тепло.

Теперь представь, что по этой трещине течёт не кровь, а розовый свет. Он заполняет её изнутри. Он делает её видимой, но не болезненной.

Скажи вслух: «Я вижу свою трещину. Я не стыжусь её. Через неё входит моя глубина».

Побудь с камнем ещё минуту. Затем медленно убери его. Поблаговари.

Запиши, что ты почувствовала.

Глава 3. Фантомная любовь

Она не помнит, когда они перестали разговаривать по-настоящему.

Формально всё было. Ужины вместе. Дни рождения. Планы на лето. Телефон в руке, сообщения, смайлики, «спокойной ночи, родной». Но в какой-то момент между ними выросло стекло. Неразбитое, невидимое, тонкое — но холодное.

Она говорила — он отвечал. Она молчала — он не замечал. Она ждала — он уходил в гаджет, в работу, в сон, в себя.

И она всё равно говорила подругам: «У нас всё хорошо. Просто сложный период».

А когда он ушёл, она не могла дышать.

Потому что три года любила образ, который сама же создала. Образ заботливого партнёра. Образ зрелого мужчины. Образ «нам вместе хорошо», который она лелеяла, поливала, тащила на себе, как драгоценный хрупкий росток.

А розовый кварц лежал у неё в комодке, и молчал.

Он знал это с самого начала.

Есть у розового кварца странное свойство, о котором не пишут в ювелирных карточках.

Если смотреть на него долго — взгляд увязает.

Не проваливается, как в прозрачный кристалл, где видно дно. Не отталкивается, как от непрозрачного камня, где видно только поверхность.

Именно увязает — в этой молочной, тёплой, обволакивающей дымке. Как в густом тумане, где нет ни верха, ни низа, ни направления. Где можно стоять часами и верить, что впереди что-то есть.

Попробуй. Возьми камень и просто смотри на него не фокусируясь. Через какое-то время ты почувствуешь, как взгляд перестаёт скользить и начинает тонуть. Это не гипноз. Это природа камня — он не даёт чёткой картинки, и поэтому ты заполняешь её собой.

И это — точный портрет фантомной любви.

Ты смотришь на человека сквозь эту дымку. И чем дольше смотришь, тем меньше видишь его. И тем больше видишь то, что хочешь видеть.

Розовый кварц не показывает правду. Он показывает сам механизм самообмана. Потому что он сам — обманчив. Он сам — камень, в котором легко заблудиться.

Фантомная любовь — это любовь не к человеку.

Это любовь к своей проекции. К тому, кого мы придумали. К тому, кого наделили чертами, которых у него никогда не было. К тому, кого мы ждали, а не к тому, кто был.

Почему мы так делаем?

Потому что признать реальность слишком больно. Признать, что он не тот. Что он не любил. Что он не способен. Что он не изменится. Что эти отношения были не «сложным периодом», а тихим умиранием вдвоём.

Признать — значит остаться одной.

А одиночество — это страшно. Особенно женщине, которая с детства усвоила: быть любимой — значит существовать.

И тогда психика строит фантом. Красивый, тёплый, живой. И женщина влюбляется в него. И защищает его. И хоронит реальность под слоем оправданий.

А розовый кварц — он не позволит врать.

Он покажет тебе это. Через сон. Через случайную фразу. Через тоску в груди, когда ты рядом с ним. Через пустоту после секса. Через вопрос, который ты боишься себе задать:

«Если бы я встретила его сегодня, с чистого листа, без истории, без вложенных лет, — я бы выбрала его снова?»

Если ответ «нет» — это была фантомная любовь.

И камень будет молчать рядом с тобой, пока ты не наберёшься смелости сказать это вслух.

Фантомная любовь бывает не только к живым.

Она бывает к мёртвым.

Ты годами помнишь его запах. Ты пересматриваешь фотографии. Ты в день его рождения пишешь ему письма, которые никто не прочитает. Ты сравниваешь с ним всех живых — и они проигрывают.

Тебе кажется, что ты верна. Что ты хранишь память. Что ты любишь по-настоящему, потому что не предаёшь.

Но правда в другом.

Мёртвые не могут причинить боль. Мёртвые не могут измениться. Мёртвые не могут разочаровать. С ними не нужно договариваться, не нужно строить, не нужно открываться заново. С ними — безопасно.

И фантомная любовь к мёртвому — это способ никогда больше не рисковать. Не идти в близость. Не открываться. Не начинать с нуля.

Это не верность. Это заморозка.

Розовый кварц знает это. Потому что сам он — камень, который образуется в глубинах земли, в темноте, под давлением. Он знает, что такое непрожитое. Он знает, как тянет вниз то, что не было отпущено.

И есть третий вид фантомной любви.

Любовь к тому, кого ещё нет.

Когда женщина строит в голове идеальные отношения с человеком, которого не существует. Она пишет его в своей фантазии: как он выглядит, как говорит, как обнимает. Она ждёт его. Она уверена, что он придёт. Она ходит на свидания и разочаровывается, потому что живые не похожи на выдуманных.

Она говорит: «Мне никто не подходит».

А правда в том, что она не подпускает никого, потому что фантом надёжнее. Он не храпит. Не забывает про годовщины. Не разбрасывает носки. Он идеален — потому что не существует.

Розовый кварц спрашивает у неё:

«Ты ищешь любовь или подтверждение своей фантазии?»

Фантомная любовь — это всегда про избегание.

Избегание правды. Избегание боли. Избегание близости. Избегание жизни.

И розовый кварц, как камень правды, вытаскивает это избегание на свет.

Он не утешает. Он не говорит: «Ничего, придёт твой человек». Он показывает:

Вот, смотри. Ты снова там. Ты снова в дымке. Ты снова не с тем. Ты снова не в реальности.

И это больно.

Но это единственный путь — увидеть, где любви нет, чтобы однажды почувствовать, где она есть.

Практика:

Сядь. Возьми камень в левую руку. Правую положи на грудь. Сделай три глубоких вдоха и выдоха.

Положи перед собой фотографию человека, к которому у тебя больше всего вопросов. Если фотографии нет — напиши имя на листе.

Смотри на фотографию, затем переведи взгляд на камень. Снова на фотографию. И снова на камень. Почувствуй разницу: где живое, а где — дымка.

Закрой глаза. Спроси:

«Я люблю его — или свой образ о нём?»

Потом спроси:

«Если бы я узнала о нём что-то, что перечеркнуло бы всё, — что это могло бы быть?»

Запиши всё, что всплывёт. Не цензурируй.

Затем отложи камень. Встань. Выйди из комнаты. Вернись. Посмотри на фотографию снова.

Спроси:

«Кто передо мной — реальный человек или мой фантом?»

Заверши практику: поблагодари камень, умойся прохладной водой.

Ответ не придёт сразу. Но камень уже работает.

ЧАСТЬ II. КАМЕНЬ, КОТОРЫЙ ВСКРЫВАЕТ

Глава 4. Теневые корни нежности

Она никогда не повышала голос.

Ни на родителей. Ни на мужа. Ни на детей. Ни на подруг, которые опаздывали на час. Ни на коллег, которые садились на шею. Ни на соседей, которые сверлили стены в воскресенье утром.

Она всегда улыбалась. Всегда находила оправдание. Всегда говорила: «Ну что ты, всё в порядке, не переживай».

Её называли светлым человеком.

Её ставили в пример.

Её любили за мягкость, за терпение, за способность всё сгладить, всё принять, всё простить.

А по ночам она лежала без сна и чувствовала, как в груди, под рёбрами, копится что-то тёмное. Густое. Горячее. Что-то, что не имеет названия, но очень похоже на ненависть.

И она гнала это чувство. Душила его подушкой. Заедала сладким. Заглушала сериалами и чужими жизнями из соцсетей.

Она не позволяла себе злиться.

Потому что злиться — нельзя.

Потому что злость — это плохо.

Потому что хорошие девочки не злятся.

А злые женщины — одинокие. Нелюбимые. Отвергнутые.

Так ей говорили с детства.

И она поверила.

Розовый кварц — камень нежности.

Так принято считать.

И это правда. Но только наполовину. Потому что настоящая нежность невозможна без доступа к собственной злости.

Это звучит странно. Даже кощунственно. Особенно для женщин, которых воспитывали в культе мягкости. Но посмотри внимательно на структуру розового кварца.

Он не белый. Он розовый.

А розовый — это белый, прошедший через красный.

Красный — цвет крови, гнева, ярости, инстинкта, силы. И когда красный проникает в белый — рождается розовый. Нежность, в которой есть кровь. Мягкость, в которой есть огонь. Любовь, в которой есть право на гнев.

Задумайся об этой алхимии.

Белый — это свет, чистота, невинность, стерильность. Это «идеальная женщина», которую от тебя ждали: тихая, удобная, беззлобная, всегда готовая понять.

Красный — это кровь, ярость, инстинкт, секс, жизнь. Это то, что тебе запрещали. То, за что стыдили. То, что называли «неприличным», «неженственным», «злым».

А розовый — это соединение.

Не подавление красного белым. Не уничтожение белого красным. А их смешение. Нежность, в которой есть кровь. Любовь, в которой есть ярость. Мягкость, которая может защитить.

Женщина, которая запретила себе красный, не становится белой. Она становится стёртой. Обесцвеченной. Как выцветшая ткань, которая когда-то была розовой, но её слишком долго держали на солнце чужого одобрения.

Женщина, у которой отняли злость, не становится доброй.

Она становится подавленной.

Её нежность — не выбор, а тюрьма. Она не может защитить себя. Не может сказать «нет». Не может ударить в ответ. Не может даже повысить голос, когда её унижают.

И тогда её злость уходит внутрь. В тело. В болезни. В хроническую усталость. В депрессию. В бессонницу. В ощущение, что жизнь проходит мимо.

А иногда — взрывается в самый неподходящий момент. На детей. На кассиршу. На случайного прохожего. На саму себя.

Розовый кварц вытаскивает эту злость.

Потому что он честный.

Он не даёт тебе носить маску святой. Он не подыгрывает твоему образу «светлой женщины». Он лежит у сердца и тихо, настойчиво вскрывает то, что ты годами хоронила.

Если при работе с камнем тебе становится неудобно, если поднимается раздражение — это не значит, что камень «плохой». Это значит, он начал работать. Злость, которую ты так долго прятала, наконец подаёт голос. Не глуши её. Дай ей выйти.

Ты думала, что работаешь с камнем любви. А он показывает тебе твою ненависть.

К мужу, который не слышит.

К матери, которая душила контролем.

К отцу, которого не было рядом.

К детям, которые выпивают все соки.

К миру, который требует от тебя бесконечной отдачи.

И ты пугаешься. Тебе кажется, что камень «плохой». Что он «не подходит». Что он «открыл что-то тёмное».

Но правда в том, что это тёмное уже было в тебе.

Камень просто показал.

Подавленная злость — это не отсутствие злости.

Это злость, которая работает против тебя.

Она разрушает изнутри. Она лишает сил. Она делает тебя жертвой — потому что ты не можешь постоять за себя. Она притягивает к тебе тех, кто будет вытирать о тебя ноги, — потому что ты не показываешь зубы.

И чем больше ты «прощаешь» — тем больше копится.

Розовый кварц не против прощения. Но он против преждевременного прощения. Того, которое не прожито, а натянуто, как маска. Того, за которым прячется страх конфликта. Того, которое делает тебя удобной.

Настоящее прощение рождается после злости.

После того, как ты прожила её, признала её, дала ей голос. После того, как ты сказала: «Мне больно. Я в ярости. Я имею право злиться».

Только после этого приходит подлинное освобождение.

А до этого — это не прощение. Это самоотречение.

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.