

ЭТО ЛЮБОВЬ ИЛИ МНЕ ПРОСТО ОДИНОКО?

Чувства
или пустота?

Как отличить
любовь
от зависимости?

Эмоциональные
ловушки
одиночества

Не каждая
тяга —
любовь



Иногда мы ищем
не человека,
а спасение
от пустоты...



Все
будет
хорошо?
...♡

Эд Эд

**Это любовь или мне
просто одиноко?**

«Автор»

2026

Эд Э.

Это любовь или мне просто одиноко? / Э. Эд — «Автор», 2026

Иногда сильное желание быть рядом с конкретным человеком может оказаться не только любовью. В нём могут смешиваться одиночество, тревога, привычка, надежда, страх потерять связь и потребность почувствовать себя нужной. Эта маленькая книга помогает спокойно разобраться в своих чувствах и отличить настоящую близость от попытки заполнить внутреннюю пустоту. Без обесценивания эмоций и без советов «просто забудь». Только честные вопросы, наблюдение за собой и немного больше ясности.

© Эд Э., 2026

© Автор, 2026

Содержание

Глава	5
Конец ознакомительного фрагмента.	6

Эд Эд

Это любовь или мне просто одиноко?

Глава

Это любовь или мне просто одиноко?

Как отличить тягу к конкретному человеку от желания, чтобы рядом наконец кто-то был

Эд Эд

Аннотация

Одиночество умеет делать случайный интерес огромным, а знакомство — судьбоносным. Эта маленькая книга предлагает спокойно отделить человека от потребности в близости и посмотреть: что именно тебя тянет, что ты знаешь о нём на самом деле и остаётся ли интерес, когда исчезает страх быть одной.

Одиночество увеличивает масштаб

Когда близости давно не хватает, новое внимание ощущается особенно ярко. Один вечер переписки может дать столько тепла, что мозг быстро начинает строить большое значение вокруг человека.

Это не означает, что чувства ненастоящие. Просто контекст усиливает их громкость. Голод делает еду особенно вкусной, но не каждое блюдо становится любимым навсегда.

Что тебе нравится именно в нём?

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.