

ЛЮБОВНАЯ КНИГА:

СЕКРЕТ НАШИХ



ИДЕАЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ

Секрет в том, что никаких идеальных отношений у нас НЕТ!

И ЧТО, ЭТО ВСЕ????!!! ЭТО ШУТКА КАКАЯ-ТО?! ЗАНАВЕС?! ВСЕ, БАСТА?! На этом книга заканчивается, обреченно подумал(а) ТЫ? Не тут-то было) Убедительная просьба пристегнуть ремни и приготовиться, потому что мы только начинаем наше головокружительное повествование в мир наших отношений!

Стоило бы начать с возможно слегка избитой, но неопровержимой истины: идеальных отношений и впрямь не существует! Мы отнюдь не исключение: каждый Божий день нам есть над чем работать, в противном случае было бы просто скучно и наши отношения давно ушли бы на пенсию!

Эта книга является чистым практикумом приобретенного жизненного опыта, все советы, которыми мы будем делиться, субъективны, поэтому ТЕБЕ решать, пользоваться ими или деликатно проигнорировать)))

Вся книга построена исключительно на нашем опыте, и говорить мы будем только на примере наших отношений. Потому что именно так в голове будут складываться пазлы и будет намного проще для усвоения и понимания, чем на заумных никому не нужных научных текстах и терминах, и неизвестно вообще, работают ли в реальной жизни эти истины или нет. Кстати, не знаем, обращали ли вы внимание, когда читали труды каких-то великих, чаще всего многие из них являлись в жизни совершенно несчастными именно в той сфере, в которой в теории были спецами.

Ну что ж, мы прям-таки чувствуем неумное любопытство, распаленное в ТЕБЕ, поэтому начинаем.

Мы выделим самые важные составляющие, которые являются теми самыми опорами, на которых держатся и постоянно крепнут наши отношения!

Периодически будут появляться наши комментарии со сносками «НИКИТА», «НАДИ», которые возникали по ходу написания книги. Излагать будем доступным языком, дабы создать и поддержать с ТОБОЙ атмосферу легкости и непринужденности) Кстати, для нас самих написание этой мини книги, это тоже был интереснейший опыт, который помог нам в процессе еще больше раскрыться друг перед другом! А сколько слез от смеха было пролито, мы молчим) В общем, приятного прочтения!

Надежда Серова

Никита Серов

lovestory.serovski.ru

Познакомимся? А надо ли?

Ну привет, мы Никита и Надя Серовы) И мы женатики до мозга костей)

И если прямо сейчас ты здесь с интересом утопаешь в этих строках, то наверняка нас прекрасно знаешь! Но так тебе казалось до этого момента, поэтому приготовься узнать обо всех тайнах и подводных камнях наших отношений!

Мы вместе уже 7 лет! И честно, наверное, только сейчас мы можем сказать, что абсолютно счастливы вместе. Все, что было до, ...mmm..., это было здорово, но не так, как сейчас, теперь все гораздо глубже, утонченнее, (НАДЯ) я знаю значение каждого его вздоха, (НИКИТА) я знаю даже о чем она задумалась, видя то, как она изменилась в лице...

Но думаем стоит сказать, какие мы были раньше, по отдельности.

Будет грубо и неправильно назвать нас неудачниками, но провалы, назовем это так, в нашей жизни «ДО НАС», конечно, случались.

Мы сходили с ума от удивления, когда, познакомившись, узнавали судьбы друг друга, и понимали, что они словно написаны под копирку. Мы оба из небогатых семей, оба жили и росли с мамами, потому что отцы бросили наши семьи, когда мы были маленькими, у каждого была лишь своя комната в родительском доме, ни у кого из нас не было своих машин, оба за плечами имели опыт неудачных отношений, оба попадали под дурное влияние нехороших компаний: сигареты, алкоголь... Мы оба даже не слышали раньше о том, что такое крутые шмотки или дорогие подарки, оба знаем, каково иметь только 100 р. на неделю в школу, что такое промокшие ноги в дырявой обуви, и как это самостоятельно зарабатывать с 12 лет.



Наше знакомство произошло, как какой-то рок судьбы!!! Мы в хлам расфигачились на вечеринке, на которой случайно оказались вместе!!! Мы играли в мафию, и в процессе я невзначай зацепила Никиту шуткой, после которой его высмеяли все его друзья, после чего он не давал мне спуска, цеплял меня, как мог, пока не довел. Итог: я убежала домой в слезах и после этого мы не виделись около 4-х лет, естественно, забыв об этом инциденте и, как следствие, друг о друге.

НИКИТА: чё, признайся, я тебе уже тогда понравился????)

НАДИ: ага, конечно, я тебя даже не запомнила особо, и, вообще, мне тогда твой друг приглянулся????)

НИКИТА: серьезно?? Кирюха, чтоли?? Ты офигела??)

Ну а после вы уже и сами, наверное, знаете, ведь мы рассказывали об этом не раз)

НАДИ: прошло 4 года, мы оба были уже не в отношениях. Никита, на тот момент только вернувшийся из армии, написал мне ВКонтакте, тогда все зависали там))

Ухажеров у меня, честно скажу, тогда было только выбирай, но я почему-то никому не отвечала, ни с кем из парней не

ходила гулять... И ведь именно ему дернул черт ответить, потому что уже по одной только аватарке я вспомнила того самого дерзкого гаденьша!!! Может в глубине души я решила ему отомстить за тот скандал и женила его на себе? (смеется))) Шутка! Просто звезды так сошлись, что мы каким-то чудом встретились, пошли гулять и... ПОНЕСЛАСЬ!!!

Сейчас у нас есть своя квартира, мы переехали в Москву, за 4 года в браке мы уже дважды стали родителями, у нас 2 автомобиля премиум-класса БМВ и Мерседес последних моделей, мы имеем свой успешный бизнес по производству и продаже одежды под собственным брендом, на двоих у нас более 7 миллионов подписчиков, теперь мы можем позволить себе не просто дырявые ботинки, а хорошую брендовую обувь. Моя самая дорогая сумочка стоит 180 тыс. рублей, мы можем покупать продукты и не смотреть на цены, и это сейчас не хвастовство.

Мы и сами когда-то не могли подумать, что сможем добиться таких высот, у которых в принципе нет предела. Миллиардеры, конечно, могут усмехнуться, услышав все это, но ведь и мы только начали и даже не думаем зарывать штыки в землю)))



Одно мы можем сказать точно: МЫ НИЧЕГО БЫ ЭТОГО НЕ ДОБИЛИСЬ ПООДИНОЧКЕ! ВСЕ, ЧТО С НАМИ ПРОИЗОШЛО И ПРОИСХОДИТ, ВСЁ, ЧТО МЫ СЕЙЧАС ИМЕЕМ - ЭТО ПЛОДЫ ТОЛЬКО НАШИХ ОТНОШЕНИЙ, ЛЮБВИ, УВАЖЕНИЯ ДРУГ К ДРУГУ, ТРУДОЛЮБИЯ И ДОВЕРИЯ. Только ВМЕСТЕ! По-другому – НИКАК!!! Так не стоит ли задуматься, что вы не просто так даны друг другу?

Вот он, ГЛАВНЫЙ наш секрет. Другого у нас можно не искать. Хотите повторить? Что ж, дерзайте! Но помните, что у всех отношений своя фишка, не старайтесь кого-то копировать...



Теперь погна́ли по блокам, из которых как раз таки и состоят наши отношения.

Все отношения – это вкусная пицца, местами жестковатая, но в общей сложности, это то, от чего вы должны получать истинное удовольствие! Вы с партнером – это повара. Если же вы чувствуете, что пицца местами с плесенью или зачерствела, значит где-то есть ошибки кого-то из поваров, а может и обоих, или погрешности полностью в рецептуре!

Свою пиццу мы разделили на 8 основополагающих кусочков, которые находясь между собой в гармонии делают пиццу насыщенной, пышной, мягонькой и ооочень очень сочной!





1

Скандалы, ссоры

Начнем сразу с горяченького кусочка. Бытует мнение, что мы совсем не ругаемся, по крайней мере в Инсте может сложиться подобное впечатление. Но ребят, давайте все-таки фильтровать то, что мы видим в соц. сети и понимать, что реальная жизнь отличается от Интернета. Просто зачем нам выносить свое, простите, де**мо, если у всех и так его полно в жизни. Разумеется, бывает всякое! И мы не исключение! Просто это не транслируется в массы, мы же не будем ставить камеру и снимать, как мы грыземся, вместо того, чтобы внутри семьи решить обоюдно свою проблему.

Поэтому перейдем к главному:

КАК МЫ НЕ ЗАРЫВАЕМСЯ В ССОРАХ, ЧТОБЫ НЕ ДОВЕСТИ ДО КРАЙНОСТЕЙ, ДО КРИКОВ О РАЗВОДЕ И, НЕ ДАЙ БОГ, ДО РУКОПРИКЛАДСТВА?

Сразу расставим точки над *i* касательно драк: ни разу в жизни у нас до них не доходило, это очень страшно и неприемлемо в отношениях!!! Однажды мы участвовали в съемке с битьем посуды, где мы играли скандалящую, дерущуюся пару, и хотя это была постановка, все равно было ужасно жутко(

НАДИ: удары - это именно то, чего бы я никогда не простила.

НИКИТА: это именно то, чего я бы никогда себе не позволил -ударить женщину, для меня те, кто это себе позволяет - не мужчины.

Может кому-то и в кайф разодраться, разойтись по углам на несколько дней, а после просто поймет хороший, по их мнению, секс, так и не потушив главный очаг проблем, который неминуемо снова доведет до крайностей. И так по кругу.

Но как по нам, лучше уж и без того иметь хороший секс, а очаг возгорания споров устранять адекватным разговором!!!

А теперь каждый из нас напишет свой мужской и женский взгляд на конфликты:

НИКИТА:

ссоры, как я их не люблю! Поэтому всегда стараюсь их пресечь в зародыше. Какой смысл в них, если оба будут страдать и ходить с кислыми минами, портить настроение себе и окружающим, как по мне, это мазохизм! Мне больше нравится ходить с улыбкой и в хорошем настроении, а не с какашкой вместо лица, да и у Нади на красивом лице гораздо приятнее видеть улыбку, а не вышеназванное))) Я согласен на все 1000% с высказыванием: «Ты можешь быть миллион раз прав, но какой от этого толк, если твоя женщина плачет?!». Именно поэтому я стараюсь всегда первым идти навстречу и обнять свою малышку, а она в ответ никогда меня не отталкивает, это тоже важно, а просто прижимается к моей груди и все споры и ссоры забываются, но прежде их надо, как следует обсудить, чтобы они не повторились. Горячий спор тоже уместен вначале, это не страшно, главное сказать, все, что каждый из вас считает неправильным, а дальше уже в спокойном тоне обсудить и закрыть это главу, желательно навсегда.

НАДЯ:

честно признаюсь, я заводила! Никита максимально спокойная «рыба», а я максимально заносчивый «стрелец», которому постоянно нужна движуха. Именно эта причина чаще всего в наших отношениях и является яблоком раздора!

Но движуха не на уровне “мне скучно, хочу в клуб, гулять хочу”, а в жизни! Мне постоянно нужна динамика во всем: смена деятельности, смена локаций, нужно, чтобы мы постоянно повышали свой уровень заработной платы, переезды, путешествия, потребность в контенте, форсированное развитие бизнеса... Никита же гораздо сдержаннее в этом плане: он любит степенность и неспешность)) И вот на этом фоне у нас часто возникают



стычки! Но я считаю, что ругань на фоне нашего финансового и интеллектуального роста предпочтительнее перебранок из-за всякой фигни, типа, потому что просто достали друг друга.

Так вот, необходимо учиться одновременно быть мудрой женщиной и иногда косить под дурачку))) Это тонкое мастерство.

Поняли о чем я? Попробую объяснить) Порой я начинаю диалог о важном, и вывожу закрытого Никиту на разговор, который нам сейчас необходим для дальнейших действий, и может в чем-то правдив и неприятен, мы бурно обсуждаем какие-то важные моменты, признаемся друг другу, кто чего искренне хочет, как видит ситуацию, он открывается мне, и после, если вижу, что Никита уже раздувается, как закипающий чайник, сразу торможу и прикидываюсь слабой девочкой, которую нужно пожалеть, но никак не довожу его до желания убить! И что важно, когда он подходит никогда его не отталкиваю, не скажу «отвали», потому что, оттолкнув раз,

два, три, все желание подходить впредь можно отбить у мужчины напрочь.

И дальше мы уже спокойно еще раз все обсуждаем, что-то пообещаем друг другу, придем к консенсусу и крепко обнявшись, вдохновленные и выдохнувшие, с новым запалом продолжим наш день.

ВЫВОД: мы просто не делаем из ссор культ, лишь потому что без них жить скучно.

Ссора для нас – это не событие, это что-то между делом, мы не заикливаемся на них, понимаете? Не делаем из этого феерию: быстренько поспорили, грамотно обсудили и благополучно забыли. Не допускаем, чтобы это выступало поводом для обсасывания с подружками за винишком или перерастало в жалобы с пацанами за кальянчиком, ну нет))) Вот она формула!

Ссоры нужны, их нельзя игнорировать, но при этом необходимо стараться:



1) Разговаривать, разговаривать и разговаривать, не держать и копить обиды в себе! Это разрушит вас изнутри, лучше решать все на берегу, нежели когда уже заштормит конкретно или вас будет от бешенства рвать, как пороховую бочку!

2) Уступать и никогда не отталкивать партнера, который делает шаги навстречу к примирению!

3) Не быть быками, еще никого это к счастливым отношениям не приводило.

Не упираться, анализировать. Быть может проблема не только в нем(ней)?

ЗАДАНИЕ (для тех, кто хочет попробовать изменить свои отношения, и тех, кого достало вечно ругаться):

Итак, вы привыкли действовать по одной и той же схеме, но мы попробуем пойти с вами от обратного: когда у вас в очередной раз начнется ссора, в момент, когда вам очень сильно захочется наорать, нагрубить, оскорбить партнера или обидеться... **СТОП!!!!** Мы себя останавливаем и разворачиваем эмоцию на 180 градусов: выдохните, подойдите к партнеру и тихо скажите: «Блин, знаешь, так тебя сильно люблю! Честно, я вообще не хочу ругаться. Если хочешь, давай спокойно обсудим, у нас явно просто есть разные взгляды на эту ситуацию, которые нужно уравнивать». Знаете, что вы увидите? Ваш человек просто офигеет! Да вы и сами удивитесь по хорошему от себя))) Вы почувствуете, как внутри что-то переворачивается от того, что не повели себя, как обычно! И дальше послушайте себя, как откликается внутри, и смотрите сами, что будет дальше)))



2

Бытовуха

У нас в семье нет строгого разграничения обязанностей. Нет такого, что Никита выбрасывает мусор, а Надя моет посуду. Или мужчина добывает деньги, а женщина варит борщи и моет полы с детьми на руках. У нас нет категоричности и от этого нам опять же легко вместе. Никто ничего не требует и не обижается на другого, а просто, например, видит грязные тарелки, давно лежащие в раковине, и моет их. Также с мусором, выгулом собаки, кормлением деток, сменой памперсов, приготовлением завтрака и т.д. Так проще, на наш взгляд) Как у нас это сложилось? Фактически сразу после того, как начали жить вместе. Мы живем в том веке и в той модели семьи, где зарабатывают оба, вместе, тем более вся работа у нас общая, поэтому мы хорошо понимаем друг друга и видим, когда другому из нас нужна помощь в быту.

НАДИ: единственное, у нас исключительно Никита моет полы, так как у меня зрение -1,5, он пришел к выводу, будто бы я слепая и все пропускаю)))) По теме готовки, думаю, стоит





отметить отдельно) Меня не часто можно увидеть у плиты, что я не считаю своим упущением) Вообще, считаю, что каждый должен делать то, что у него лучше получается, ты не обязан делать что-то, только потому что это считают обязательным делать другие, если это не приносит тебе счастья, пользы или удовольствия. Готовка еды приносит мне кайф, но только тогда, когда я не чувствую, что

упускаю другие более важные вещи. Если я могу потратить это время в целях развития или того же заработка, я предпочту второе, у нас никто от этого не страдает. Вот когда мы заработаем на все, о чем мечтаем и ставим цели, тогда-то я, вероятно, и угомонюсь, превращусь в примерную хозяйку, закуплю в наш дом на берегу моря лучших кастрюлек и казанов, и засяду за книгой «1000 рецептов мира», которую мне давным давно подарил дедуля)) И буду от этого кайфовать, но не сейчас)) Сейчас нужно пахать!) Чаше в обед мы не бываем дома и поэтому просто заезжаем покушать куда-то и дальше по делам, да и вообще, не стоит так заморачиваться на еде, от нее попа растет)))

Хотелось бы отметить один важный момент в бытовухе: я считаю оскорбительным по отношению к Никите разбрасывать свои использованные прокладки, тампоны, грязные трусики и т.д., ведь это очень личное, ведь должны оставаться какая-то загадка, секретика по-женски. Не стоит все выворачивать наружу. Он всегда отмечает, подобную чуткость и расценивает ее, как уважение к нему. Это на подумать) Хотя, конечно, каждому свое. Но это чисто мое

видение одного из пазликов залога успешных отношений) Про пуканье друг при друге я вообще молчу...

НИКИТА: единственное, к чему меня не подпускает Надя и не хочет меня учить, - стирке одежды! Всегда говорит: «Не хочу, чтобы ты разбирал мое белье, это «не очень» для тебя, так еще и покрасишь нам все вещи, пусть стирка будет только моей». А я и не против)) А что касаясь готовки, я порой знаю лучше, что и в каких количествах мне надо скушать в тот или иной прием пищи, я же качек, да и еда у меня элементарная, её даже ребенок приготовить сможет. Ох уж это пп головного мозга))) Поэтому лишний раз Надю даже не напрягаю с этим, тем более я и сам получаю удовольствие от готовки своего риса с грудкой. А вот печет она мне офигенно!!! Это уже с нее))) И вообще я рад, что у нас нет напрягов в плане обязанностей!

ВЫВОД: не стоит отталкиваться от стереотипного мышления, которое создавалось еще во времена родителей, не забывайте, что мир современен, стройте свою индивидуальную жизнь и семью, вы - не все! **ВЫ ЭТО ВЫ!** Не давайте никому решать за вас или влиять на ваши отношения! Живите так, как комфортно вам, а не так, как у Женьки с Машкой считается правильным)))



ЗАДАНИЕ: если видишь, что он(а) устала, а посуда не помыта, просто возьми и сделай ей(ему) замечание, чтобы немедленно встал(а) и пошла драить ее! Конечно, это шутка!)) Взбодрились? А теперь реальность: просто походи и помой посудку сам(а), а после поцелуй свою любовь в щечку! И увидишь, что хуже не станет, да и лишнего психоза, который мы сами себе чаще всего накручиваем, не испытаете.

ЗАДАНИЕ 2: попробуйте не разделять обязанности на этой неделе, а просто берите и делаете! Те дела, которые вам казались сложными и неприятными, возможно, покажутся вполне себе обыденными.



3

Секс

Признавайся, ты пролистал первые две главы и перешел сразу к этой? Согласны, это самая горячая и пикантная часть каждого отношений. Считаем ли мы секс важным в отношениях? ДА! Считаем ли мы секс самым важным в отношениях? НЕТ!

Даже сейчас, думая, что бы такого интересенького отметить в этой главе, сидим и обсуждаем, как же все-таки нам несказанно повезло, что у нас идеальная сексуальная совместимость!!! Нам обоим одинаково «надо»! У нас у обоих нет нимфоманских наклонностей сношаться, как кролики 24/7, в то же время никто не оказался фригидным)) И так, кстати, было с самого начала отношений, они не завязывались на сексе, может это скучно, но даже в начале наших свиданий не было такого, чтобы мы постоянно проводили время в постели, не вылезая. Да, секс был и остается нашим прекрасным лирическим отступлением от внешнего мира, который безумно сближает и оставляет ту особенную неземную нить понимания друг друга... Но у нас помимо секса было много интересных совместных занятий и идей, что сохраняется и по сей день, и как нам кажется, это тоже отчасти оберегает наши отношения и указывает на то, что нас связывают не только плотские утехы.

НАДИ: так-то я вообще 8 месяцев была неприступной крепостью для Никитосика, даже, когда мы уже были в отношениях, для меня этот пункт настолько важен, что я считаю оскорбительным и ненужным размениваться на

беспонтовые разовые утехи с кем попало. Секс ради секса мне не нужен и никогда нужен не был.

НИКИТА: а я что? А я смиренно ждал, и признаться, меня это даже несколько цепляло, что она такая неприступная. Мне хотелось быть с ней все больше и больше, была интересна не просто интрижка, а сама Надя, хотелось узнать какая она. Я чувствовал, что она знает себе цену и это превозносило ее в моих глазах!

А теперь тададам! Сейчас вы узнаете нас поближе))) Как часто у нас бывает секс? Ууууф) В обычной жизни, в обычном режиме, ну раза 2-3 в неделю, короче, нам норм, никогда не жалуемся) Но геройствовать не будем, мы обычные люди, бывает по-всякому и раз в неделю может быть от сильной загруженности или усталости.

Но вот теперь немного суровой правды про эту беременность и

секс)))) В первых двух триместрах все было, как и было. Но вот в третьем из-за того, что у Нади начало все болеть и разваливаться, секса у нас не стало вообще)))) 2,5 месяца без секса! Такой спектр «удовольствий» мы испытали впервые в нашей жизни. Да, вот так))) И пережили вообще нормально, честно) Подробнее об этом расскажем в главе «Беременность»)) А сейчас вернемся к нашим 2-3 разам))



НАДИ: хахаха Никита отталкивает меня от клавиатуры и хочет что-то добавить))

НИКИТА: а сейчас вернемся к нашим 2-3 незабываемым восхитительным и сказочным разам в неделю))

Но суть для нас, конечно, не в количестве, а в качестве)

В нашей паре прям очень важно, чтобы удовольствие и кульминацию получали оба! Мы не занимаемся любовью для галочки, для

надо, а только по обоюдному желанию, по искре, короче говоря) Одного инициатора у нас нет, всегда по-разному. Один загорелся, второй подхватил искру! Да, не забывайте про разнообразие во всем: позы, места, белье, прелюдии, игрушки. Любые фантазии можно сделать реальными)

НАДИ: девчат, я считаю очень важным носить красивое белье, но не борщить постоянным щеголянием перед Никитой в нем. Чтобы всегда оставалась, так сказать, какая-то приятная «недосказанность». Обожаю заказать какую-нибудь эксклюзивную красотищу, привести себя в полную боевую готовность и выйти к Никите при полном параде)) От этого я и сама себя чувствую сексуальнее, желаннее и раскрепощеннее. Также по этой причине мне важно быть в форме, чтобы ощущать каждый изгиб своего тела, чувствовать себя здоровой и энергичной, так я уверена в себе, и мой мужчина это 100% чувствует, я всегда точно знаю, что его заводит. Мне не все равно на его желания, я внимательно прислушиваюсь к ним! А о доставлении удовольствия любимому человеку многие боятся даже говорить, не то, что делать. Я же считаю это важным и нужным, и естественно, без фанатизма.



Важно, девчонки, не стесняться саму себя. Вы бы сами, будь мужчиной, какую бы женщину захотели: в засаленном халатике, зажатую или игривую кошку с уверенным манящим взглядом в кожаном лифе и трусиках с секретом? М?

НИКИТА: ооо, как бы мне хотелось сейчас расписать все в подробностях, но я думаю вы не поймете, а может и поймете) Для меня очень важно, что в Нади всегда остается загадка, она не щеголяет передо мной голышом постоянно, всегда прикроется, попросит выйти или отвернуться, от этого желание к ней только усиливается!

И что очень, прям очень важно в сексе не должно быть эгоизма! Уж простите за прямоту, но скажу, как есть: для меня, тот секс хороший, когда Надя довольна и удовлетворена на 100%, а играть в одни ворота, это точно беспонтово!

ВЫВОД: СЕКС - ЭТО КОМАНДНАЯ ИГРА! Играйте!

ЗАДАНИЕ: нам кажется, тут никаких заданий давать и не надо, вы и так все поняли! Действуйте! А если не поняли, перечитайте главу еще раз)



4

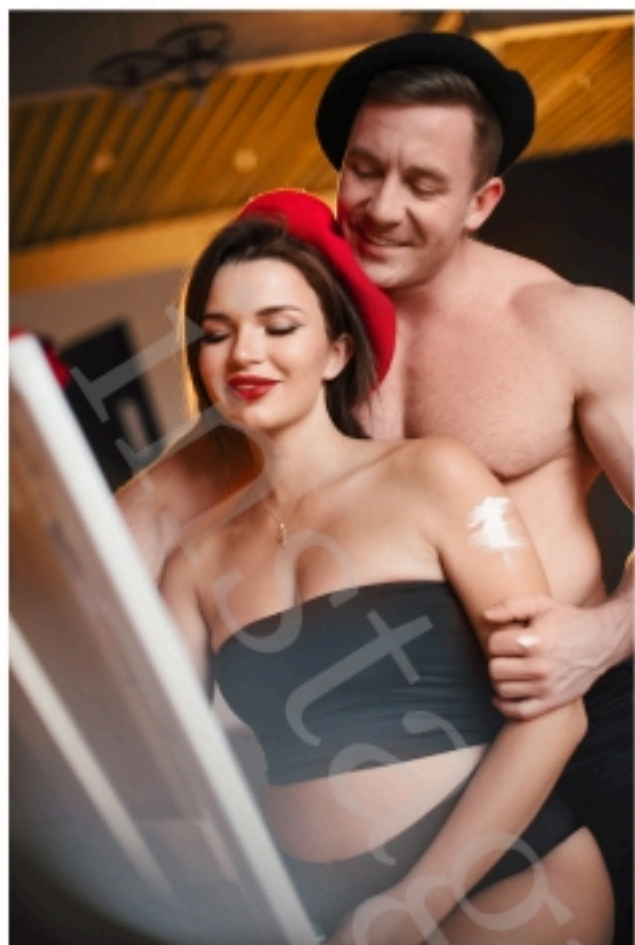
Общение, досуг, отдых

Общение друг с другом для нас не менее важная часть в отношениях, нежели секс... Хотя, знаете, скорее даже более важная. Потому что умение говорить, доносить и дружить в отношениях - это бесценно и не для всех просто! О том же сексе, к примеру, важно уметь разговаривать, что и кому нравится, решать проблемы важно на корню.

Мы лучшие друзья! И это факт. Мы можем доверить друг другу все-все секреты, поделиться всем, чем только можно, перемытть кости всем, кому можно, тоже только друг с другом)))) Если день проходил по отдельности, мы бежим домой так, что щеки раздуваются на ветру, чтобы поскорее поделиться всем, что произошло! Мы не можем без общения друг с другом, у нас уже ломка от этого наркотика!

Для нас важна непосредственность в общении, поддерживать шутки друг друга. НАДИ: и даже, если они несмешные, тем не менее, нужно обязательно посмеяться)))

Даже если говорить о моменте ссор, то, что мы и их решаем разговором любовно, тоже заслуга нашего налаженного общения. Обсуждая все важные большие решения, очень важно то, что мы прислушиваемся друг к другу и никто не тянет одеяло на себя. Только обоюдное и взвешенное их принятие. Возможно, эта глава скучноватая, но как раз-таки она в жизни нашей пары является самой главной,



потому что все привыкли акцентироваться на скандалах, склоках и т.д., пытаюсь найти пробелы там, а по факту кладезь-то - вот он.

Нам важно чувствовать уважение друг от друга, уметь выслушать, уметь слушать, поддержать, дать возможность выговориться, когда кому-то становится сложно, даже дать иногда поплакать, и чтобы каждый из нас чувствовал, что это не стыдно и останется

только между нами, а иногда и дать сочного бодрящего пинка под зад!

Мы очень часто перенимаем настроение друг друга, вот тут у нас пробел, над которым мы работаем. Например, если у Нади наступает настроение «какашки», то Никита может сначала держаться красавчиком, бодриться, а потом, не замечая, перенимает такое же настроение, что уже может перерасти даже в конфликт. И наоборот. Поэтому мы стараемся сейчас быть максимально мягкими друг к другу, когда у одного из нас что-то не клеится, ведь мы семья, а значит все проблемы общие и решать их нужно вместе.

А вот досуг и отдых, как это не банально, мы любим проводить вместе, но и по отдельности, мы считаем, время проводить надо! У нас как-то с самого начала совместного пути не было никаких запретов, мы считали, если что-то запрещать, то плод становится слишком сладок! Зачем?! Мы двое взрослых и запреты бессмысленны. Если человек в адеквате, он и сам не будет делать так, как неприятно его половинке, а все остальное обсуждаемо.



НАДИ: в 2018, когда мы путешествовали семьей в Дубай, еще в поездке поступило выгодное предложение поехать по возвращении на недельку в Сочи, без мужей, только с подружкой и с детьми. Я почему-то сразу согласилась, так как Никите все равно нужно было выходить на работу, и я подумала, все лучше, чем сидеть дома с полугодовалым ребенком. Честно, съездила тогда неплохо, но я настолько

сильно тосковала по Никите, мне так хотелось видеть все, что вижу вместе с ним, что по приезду мы 100% решили, что больше отдельно точно никаких длительных отдыхов. Только вместе. Кстати, уже через 1,5 месяца мы были в Сочи, только уже всей бандой приехали отмечать новый год))) Вот правда, нам так хорошо вместе, что иногда мне и не верится, что так бывает. А вот сходить погулять каждый со своими друзьями вечерком, это святое дело. Абстрагироваться тоже нужно, у нас нет в семье запретов, и каждый понимает, чего и сколько в меру, так что ругаться по этому поводу не приходится. Достаточно сделать мягкое замечание: если вижу, например, что Никита борщит с походами на кальяничик по вечерам, я скажу: «Ты реши сам, но я считаю, что уже слишком». Вот так у нас)

НИКИТА: я, конечно, в Сочи отдельно от семьи не ездил, но вот с парнями на дачу с ночевкой гонял, хоть и на один день, но все равно было дико неловко и как-то не



чувствовалось полного расслабления. Только мысли в голове, а как она там одна дома с сыном, а я тут с друзьями. Хотя у нее все было хорошо и им 100% было нескучно, но внутреннее уважение, не давало мне покоя! А вот когда она рядом со мной на той же даче, я расслаблен по полной) Да и мне одному дома тоже дико не в кайф. Помню, Надя была в роддоме 3 дня, я просто от одиночества на стены бросался, квартира такая

бездушная становилась без ее присутствия.

А что на счет друзей... Их общение мне тоже необходимо, например, пошутить на те темы, которые понимают только пацаны, обсудить бой в UFC или футбольный матч, да блин, тупо про качалку поговорить, по душам тоже надо и хватает буквально пары часов. И чувствуешь уже некую перезагрузочку.

ВЫВОД: общение - это все! Все кусочки пиццы, все пазлы все равно сводятся к общению) И если в вашей паре это не стоит во главе, то возможно стоит пересмотреть приоритеты, и вы увидите результат)

ЗАДАНИЕ: попробуйте неделю со своей второй половинкой находить общий язык, больше разговаривать без стеснения на сближающие вас темы! Если о чем-то вам говорить непривычно, но очень хотелось, наберитесь смелости, начните первой(ым)! Или вы не привыкли или

наоборот уже отвыкли в паре обниматься или ласково общаться, попробуйте, и обратите внимание на Ваш внутренний отклик. Начните общее дело, соберите большой пазл или пройдите совместно компьютерную игру, будьте одним целым, и вы увидите, как общий интерес к чему-либо начнет семимильными шагами преобразовать ваше общение.

Предложите совместную фотосессию, вам понравится, придумайте тематику, и увидите, как интересно это делать вместе, разглядывая потом в обнимку классные кадры на память. Если у вас есть запреты или ревность к друзьям, уберите ее также на недельку, ну или по крайней мере сделайте вид, что вовсе не против, пусть сходит с друзьями (подругами) посидит, если давно не виделись, но без фанатизма. Если этого с лищцей и кто-то явно с походами из дома борщит, мягко намекните, но не скандальте. Спрашивайте, как прошел день, ведь элементарно мы забываем в быту о таких простых вещах! И не забывайте целовать и обниматься, обязательно посмейтесь над шутками, даже если несмешно. В конце концов жалко, что ли?)) А после пройденной недели спросите, ничего ли не заметил партнер? Присядьте в спокойной обстановке, обсудите, что для вас является главным в ваших отношениях. Надеемся это будет общение, ведь именно оно фундамент!





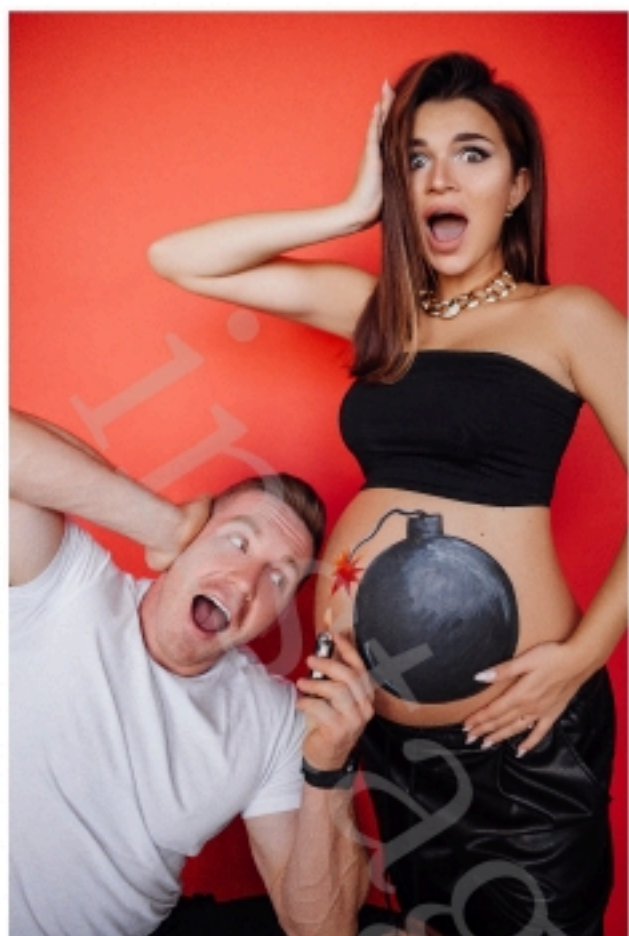
5

Беременность, дети

Где-то даже непростая глава для нас обоих... Сейчас поймете. Ведь Вы знаете, что сами мы из самых обычных семей. По року судьбы сложилось так, что отцы бросили наших мам, когда мы были совсем маленькими: Наде было 5 лет, а Никите вообще меньше года. Но это не травмировало нас, напротив лишь укрепило убежденность в том, что семья должна быть полноценная!!! И мы претворили в жизнь свои детские мечты! Как вы знаете, с недавних пор у нас уже двое детей! И Родион, и Афина наши осознанные шаги, обе беременности на 200% запланированные.

Наша жизнь кардинально изменилась с появлением нашего первенца Родиона. Все началось с него. Признаться честно, мы боялись, что появление ребенка изменит наши отношения и устремит страсть к друг другу в сторону нуля, ведь мы всегда так ими (отношениями) гордились и дорожили, они ведь у нас для нас какие-то особенные... Но это оказалось фигней и пустыми переживаниями! Так, как мы узнали друг друга после рождения Родьки, мы не знали все 4 года отношений до этого!!!





Сынок не просто дал нам стимул двигаться вперед с большей скоростью, но он еще и объединил нас под общими новыми целями, взглядами и мечтами! Да тот же инстаграмм: не знаю был ли бы он у нас именно такой без Родьки. Как ни крути Надин блог переродился в мамский, и с рождением Родиона появилось новое дыхание и запал вести и развивать его, и наше упорство и старания дало такие плоды. Поэтому, хоть и

грубовато так сказать, но нынешним успехом, достатком и становлением отчасти мы обязаны нашему Родиоше! С него всё началось, он наше маленькое вдохновение, которое мы впоследствии помножили на наше нескончаемое упорство и старание)

Мы часто задумываемся и говорим о мамах, которые остались с детками одни, ведь это нам так близко, потому что наши мамы именно так и тащили, в буквальном смысле, каждая свои семьи с двумя маленькими детьми. Одним очень сложно! Ощущается это очень четко, даже когда ты просто остаешься с детьми на какое-то время один... А вот постоянно быть одному так страшно и непросто!!! Как вы только справляетесь, мамочки? Поэтому мы во всем стараемся быть друг у друга на подхвате, помогать, кричим из одной комнаты в другую, если срочно нужна помощь)) И это так облегчает жизнь, нет никакой неоправданной злости, ты всегда знаешь, что можешь положиться на плечо отца или мамы своих детей, элементарно, даже когда накопилась усталость или так запарили сложности. Пожалуйешься, поплачешься, слезы и

сопли тебе подотрут, мы всегда пойдем друг друга, и всё, как рукой снимает, и вот отсюда наш вечный заряд оптимизма, а не комок обид и несчастья! Мы бы очень хотели, чтобы количество семей с одинокими мамами или папами сводилось к нулю, поэтому и делимся рассказом о нашем укладе и стараемся своим примером мотивировать на отношения и близость, даже теми же инстаграммами! И скажем вам, все это выглядит так непосредственно, но на деле миллионы людей и пар реально заряжаются на взаимопонимание, любовь и отсутствие страха к детям!

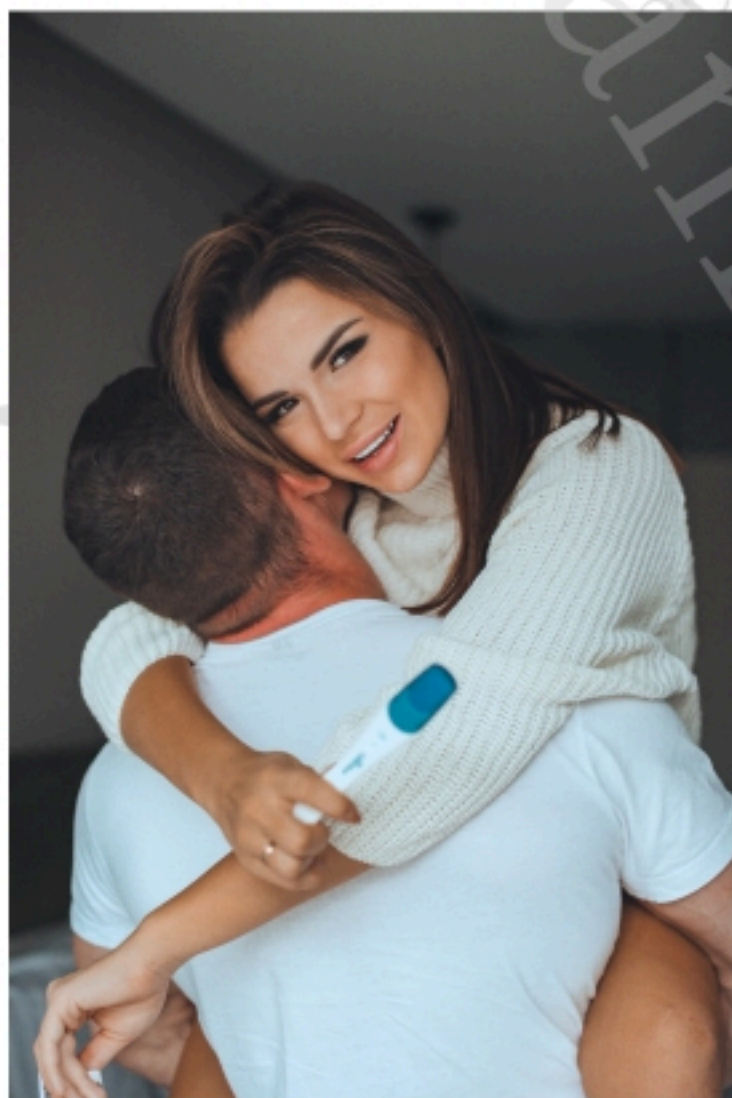
Но хуже одиночества, наверное, только полноценная семья, в которой нет взаимопонимания и поддержки! Когда один считает, что даже какашки детские не должен убирать...

НАДИ: тут я придерживаюсь принципа, что папа, тот же мама)) Тем более, когда в семье оба помимо детей заняты работой и отвечают за достаток. А так сейчас в большинстве современных семей девушки обрели стремление зарабатывать. Тем более, это же наши общие дети, и тут нечем брезговать или сваливать все обязанности на маму, потому что еще из далекого прошлого так закрепилось, что мамы только сидели дома с детьми, стирали, готовили и убирали. Просто папы у нас более тонкие натуры в этом плане. Если девочкам с детства закладывают, что она мамочка и прививают заботу уже даже о куколках, то с мальчиками все несколько сложнее, им почему-то забывают закладывать эти ценности, отсюда



безответственность. Поэтому на мужчин за это даже бездумно обижаться, лучше взять ответственность за воспитание новых людей – своих детей, которым вы точно привьете с детства ту любовь к женщинам и важность культа семьи. Стоит показать мужу, что это на самом деле приятные хлопоты и проявить капельку женской мудрости, в виде красивой женской слабости;))

И раз уж эта глава про беременность, то давайте и про нее) Никита, кстати, совсем не из тех мужчин, кто носит в беременность буквально на руках и постоянно нацеловывает и наглаживает животик)) Я поначалу немного расстраивалась, мне-то хотелось побыть принцессой, а потом не стала ни на чем настаивать, потому что даже на примере с Родечкой заметила, что Никита уже по факту показывает свое бережливое и трепетное отношение к детям, но не тогда, когда они еще в животике. Так же было и с Афиной, он суммарно



где-то раз 5-10 за всю беременность погладил мой животик. Но теперь, когда Афиночка уже с нами, я даже немного в шоке, его связь и отношение к ней гораздо крепче и сильнее тех, что были к Родиону в начале. Видимо, до их появления на свет у него нет еще такого четкого осознания, а вот когда они уже здесь, прямо перед тобой, он показал себя, как самый лучший отец! Поэтому опять же можно обижаться, а можно здраво порассуждать и отпустить

этот момент трения к животу))) Не хочет ваш мужчина, ну и не надо заставлять, чтобы не дай Бог не вызвать наоборот противоположных эмоций и полного отчуждения. Но кстати, гораздо важнее, что Никита с большими пониманием и поддержкой относился ко всем моим заносам этой беременности, когда, так сказать, рвало кукушечку))) Гормоны и нервишки в эту беременность били ключом... Несмотря на все это, сильно мы поругались всего раз)

И мы обещали вам вернуться к сексу в беременность. В первую все страсти были буквально до последнего дня беременности, просто у Нади ничего не болело (НАДИ: да и похудее я была, че уж :Б), поэтому мы считали что сексу быть, тем более мужская сперма даже полезна для подготовки шейки матки к родам! Это факт) А вот в этот раз с 7 месяца у Нади заболел таз, начало сводить ноги, давил большой вес, короче, все это было, мягко говоря, не very секси в целом, да и Никита начал очень за это переживать, так что либидо тут явно не подскочит у обоих) Ну вот, как показывает опыт двух беременностей, события могут разворачиваться совсем по-разному, но вышли мы из обоих без ссор и душевных травм.



Мы, конечно, могли бы ругаться на этой почве, но мы просто поговорили и решили, что в этом ничего нет страшного и так сейчас будет гораздо лучше для здоровья. И да, тут опять же важно, что мы конечно же всё-всё обсуждаем)

НИКИТА: я вообще хочу добавить, что со вторым ребенком все как-то проще дается. Если с Родионом все казалось новым и что-либо делать было просто страшно (да блин, первые 2 месяца и на руках Родю было страшно держать), то с Афиночкой все наоборот. С первых минут после родов она уже была у меня на ручках, «девочка моя», я сам попросил дать мне ее поскорее, и дома я постоянно помогаю Надюшке с ней, ну только кроме кормления, нет у меня молока в груди, к сожалению, шучу конечно)) Молоко есть)) Тоже шучу))



И отдельно хочу рассказать по свое отношение во время беременности, не к Наде, а именно к животу) Я не такой мужчина, который постоянно нацеловывает живот и натирает его, как диджей винил, но это не значит, что я не буду любить или не люблю ребенка, просто мне необходим зрительный контакт и присутствие, я привыкаю не сразу и может не сразу

начинаю осознавать, что стану отцом, пока малыш не родился. А вообще, я очень хочу, чтобы у нас была большая-большая семья) Эх, прям представил, сижу дома, такой, лет через 20, а вокруг наши дети бегают и их много, человек 5, может уже и внуки будут. Короче семья – это круто.

ЗАДАНИЕ: повышайте демографию;) И, кстати, мы уже поговорили и решили, что точно пойдем за третьим малышом! Только чуть позже)) Сразу после родов Никита сказал лет через 5, а сейчас уже прошло больше месяца, говорит года через 3-4))) Короче, походу такими темпами через год-два мы снова в строю)))

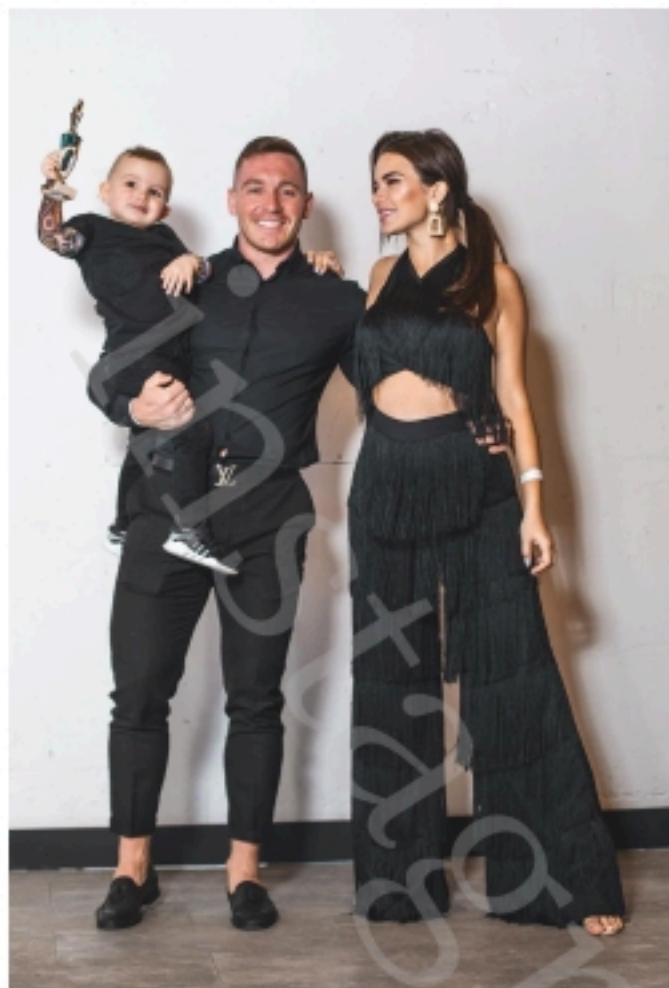


6

Бизнес, работа, деньги

Может так и стоит начать эту главу с рассказа о нашем пути, как мы пришли к тому, что мы имеем сейчас!

НИКИТА: когда мы начинали наше общение, я только вернулся из армии и не зная куда податься в плане работы, пошел в полицию, куда меня успешно приняли. Но в самый ответственный момент я почему-то отказался и пошел работать к своим знакомым в компанию менеджером по продажам со стартовой ЗП 15.000 рублей. Вот тут все и началось! Желание зарабатывать и жить хорошо появилось сразу, и сразу начала расти зарплата от 15 до 50тыс, потом до 80, до 100, 150 тыс. и выше. Помню, моя рекордная ЗП была 360 тысяч, ох это был очень успешный месяц) Мы с Надей тогда пошли праздновать в ресторан)) И, кстати, походы по рестикам были нечастые, несмотря на то, что качество жизни стало повышаться, и стило возможным для нас позволять себе многое, мы никогда не транжирили деньги попусту, всегда умели копить! Потом параллельно организовал и свой небольшой бизнес по продаже спортивного питания, от розницы до опта. Помню, когда еще не было машины, я брал коробку с протеином и ехал в автобусе с ней на работу в офис, а в обед бегал и доставлял клиентам протеинчик и сразу обратно, вот так сильно хотелось заработать денег. Позже купил первую машину, первый отдых за границей у меня был лишь в 23 года и опять же вместе с Надей, а дальше-больше, сил вкладывалось много, никогда нам ничего не давалось



легко, и никто нам не помогал в финансовом плане, ВСЕ ВСЕГДА САМИ! Но может от этого у нас всегда и была заряженность на работу и стремление жить так, как хочется!

НАДИ: когда мы только начали встречаться, я шла на 2-й курс университета, а до этого все лето работала официанткой) Это была чисто летняя работа, чтобы не нуждаться в родительских деньгах, с 16 лет я не брала у мамы денег. Уволилась из-за

начала учебного года. В универе старалась учиться так, что получала стипендию, чтобы были деньги, и подрабатывала, как студенты - помощники пенсионерам. После второго курса на лето устроилась работать администратором в салон красоты с ЗП 11 тыс. оклада и 10% с продажи косметики, которая стояла на ресепшене. Я старалась так, что почти сразу стала старшим администратором и добилась повышения ЗП, получала около 25-30 тыс. суммарно. После лета, хоть было и сложно, осталась работать в салоне, совмещая с очной учебой в университете) Пришлось, конечно, побегать от работы до универа, от универа до работы, они были в 800 метрах друг от друга, но я знала, что все это мне нужно и никогда не опускала руки. Позже я отучилась на архитектуру бровей хной и переквалифицировалась в мастера, смены стояли после универа и с последней пары я уже бежала к клиенту, ЗП выросла до 40-50 тыс., но я бровила, как могла, выжимала из себя все соки) Потом университет закончился, и сразу после того, как я защитила диплом, кстати, на отлично, на

следующий день я была уже в Москве на своем обучении, за которое отдала 100 тыс. руб. (на которое накопила себе сама, я очень хотела) на перманентный макияж. Я знала, что это вложение в себя мне необходимо, чтобы начать зарабатывать еще больше! Вообще, самая лучшая инвестиция - это в себя! На ПМ я стала быстро одним из лучших и востребованных мастеров в городе, запись шла на месяца вперед, ЗП стала от 100 до 140 тыс. Помню как на 9-м месяце беременности Родькой, упершись животом в кушетку, заработала свои 112 тыс. руб., забрала их и пошла через 2 дня рожать. Мы тогда копили на свою квартиру и накопили, как раз к родам) После раскатали инстаграмм, свой собственный бизнес, проекты, инвестирование и нескончаемый поток идей, как заработать) Никогда не стояли на месте, и вот, что имеем, то имеем. Главное - все вместе!

С первого дня, как мы съехались за 2 недели до свадьбы, как сейчас помним, мы завели общую коробочку и мой старый облупившийся кошелек Ридерс Дайджест стал хранителем денег, в котором до этого Надя хранила сбережения, и в них сложили все деньги, которые были у каждого скоплены. С тех пор у нас всегда и во всем одна единая коробочка и один совместный бюджет! Все общее! Каждый тратит деньги по усмотрению, но потенциальные крупные вложения мы всегда обсуждаем только вместе и только тогда их осуществляем!





Кстати, мы оба не транжиры, поэтому копить получается.

Все бизнесы у нас совместные, все делаем вместе, только каждый отвечает за свою часть. Надя, в основном, за творческую, созидательную. Никита больше по части организации управления, документального оформления. Все идеи генерируем совместно, предварительно все обсуждая и детально

обсасывая. Например, в магазине, Надя создает коллекцию, продумывает, какие вещи будут на сезон, обсуждает все модели, выбирает ткани с дизайнерами, изучает особенности, готовит фотографии для лукбуков, презентует новинки. Никита занимается организацией работы менеджеров, слаживанием работы шоурума: все программисты, коммуникации, документальная часть, выплаты зарплат... Короче, вся скукотища на нем))) И так в каждой нашей отрасли: работаем, как единый слаженный механизм! И знаете, это так заряжает! И ужасно объединяет!

ЗАДАНИЕ: присядьте вместе с половинкой и подумайте, чтобы такого вы могли сделать вместе помимо основных работ? Может быть у одного из вас есть какой-то талант или умение, а второй поможет с его реализацией и развитием? Например, ты умеешь шить детское постельное белье, знаешь способ заработка в Интернете, вкусно и круто готовишь тортики, умеешь фоткать, есть задатки

копирайтера... Да все что угодно! А он, в свою очередь, поможет создать сайт, страничку в Инст, найдет поставщиков сырья, узнает о закупке рекламы на ваш проект, освоит таргет и т.д. Идей великое множество! Деньги они под ногами, их просто нужно поднимать! Пробуйте! Все успешные люди когда-то начинали с малого, превращая крошечное дело в гигантскую бизнес-империю! Объединяет одно: желание работать и жить так, как хочется, а не как надо или приходится!



7

Измены

Хочется просто поставить здесь жирную точку. Чтобы их в принципе в мире не было! Но так не получится... Хотим сказать одно: совершая подобный шаг, человек предает свой собственный выбор. А это значит, что он предает в первую очередь себя, как и обманывает тоже только себя самого. Конечно, ломать не строить. Гораздо проще все растоптать, и свалить туда, где кажется попроще, но ключевое слово “кажется”. Куда бы ты не уходил, помни, что все равно все всегда пойдет по кругу, только когда? Это всего-навсего вопрос времени...

НАДИ: я вот просто даже представить себя с другим человеком не могу, мне противно, честно... Мне неприятно, когда меня касаются чужие мужчины, в контексте, например, тренера в спортзале. Не знаю почему так, но я выбирала Никиту полностью отдаваясь своему сердцу... И вот знаете, я всегда четко могу представить даже тепло и запах его кожи, помню его губы, родинки, торчащий волосик из носа (смеется), пальцы на руках, все-все-все, каждую его детальку, и не могу даже представить перед собой кого-то другого. Не знаю, понимаете вы сейчас, о чем я говорю или нет... Для меня это целиком и полностью мой человек, мне не нужен другой рядом, он мой успех, мое вдохновение, мой выбор, моя поддержка... Поэтому разговор об изменах кажется мне каким-то мифическим в данном контексте.

Я понимаю, что в мире это ходит сплошь и рядом... Наверное, люди изменяют по разным причинам, в основном

безысходность и неспособность к объемнейшей работе над отношениями, конечно, ведь так проще найти успокоение где-то на стороне, но как правило оно временное, потому что в любом случае начиная с чистого листа, ты и в других отношениях через время придешь к переломным моментам, когда как по кольцевой придется что-то решать и работать над проблемами... В противном случае бежать придется всегда и эти новые листы не закончатся никогда.

А сейчас мне правда ооочень любопытно послушать мужское мнение Никиты, ведь изменяют, как правило, мужчины...

НИКИТА: сейчас должны быть мощные мужские слова на эту тему, но моя малышка сказала все выше и даже



добавить нечего, кроме того, что измена - это мгновенный соблазн, это, как съеденное мороженое на диете, о котором будешь сильно жалеть и думать, зачем я это сделал, но после мороженого хотя бы можно восстановить кубики пресса, а после измены ты уже ничего не сможешь вернуть, а вот разрушить запросто! Так стоит ли все крушить и рисковать тем, что строилось годами? Ответ один: конечно НЕТ! Ведь измена, это не только секс, а также сами мысли о другом человеке в духе «А хорошо ли мне будет с ним?» несут в себе такой же смысл, как и физическое предательство любимого человека! Я безумно рад и горд, что со мной рядом такая королева, как Надюшка, которая постоянно следит за собой, начиная от фигуры и заканчивая мыслями в голове, и просто не дает своим образом идеальной жены и женщины даже подумать или посмотреть в сторону другой девушки!

Будьте уверены в половинке, и культивируйте уверенность в себе! Так что любите, цените друг друга, а если возникают проблемы, а они абсолютно у всех, берите и работайте над ними вместе!

ЗАКЛЮЧЕНИЕ: занимайтесь собой, никому не интересен человек, который сам себе-то не интересен, который не развивается, только пресмыкается и тащится за кем-то, у которого чаще нет своего мнения, нет развития, по которому видно, что он не занят, у него нет своих дел, даже сам собой не занят. Нужно быть самодостаточной интересной личностью, тогда и изменять вам никому не захочется, потому что вы оба будете в динамике, вам будет интересно вместе, чувствуя взаимодополнение друг друга, а не односторонний фанатизм.

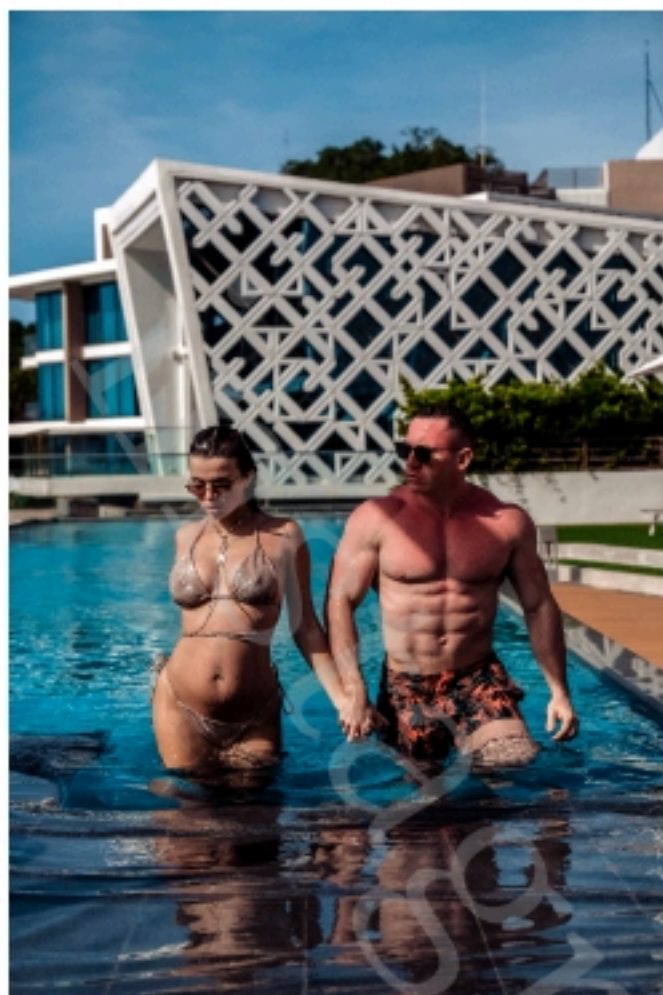


8

Кризис

У нас был не просто жесткий кризис, а тупо расставание на фоне него. И я бы хотела, чтобы эта глава сразу же началась с комментария Никиты, потому что можно сказать, что это именно его тогда по-мужски крыло) Поехали.

НИКИТА: да уж, и вспоминать не хочется тот период жизни, стыдно даже, а может так и должно было случиться, вернее, случилось! Мы тогда уже встречались почти 3 года, и у нас реально все было хорошо, даже слишком хорошо, не ругались, не ссорились, **НО** у меня произошел жесткий переклин на фоне спорта! На тот момент я готовился к первым соревнованиям по бодибилдингу, и тогда у меня в голове была лишь одна цель - **ПОБЕДА, ПОБЕДА, ПОБЕДА** в соревнованиях, и отношения у меня начинали уходить на второй план, мне даже начинало казаться, что они мне мешают идти к цели, я лучше покачаюсь, чем пойду гулять с Надей, ужас — если честно(На тот момент я перестал соображать и начинал думать, а нужны ли мне вообще сейчас отношения? И просто, без объяснения причин я сказал, что нам нужна пауза... Этот бред произошел накануне 14 февраля (2 недели мы не общались, от слова **СОВСЕМ!** Но за эти 14 дней я понял, как мне херово без Нади, и что моя истинная цель — это **ОНА!** Именно тогда я почувствовал, что именно она должна стать моей женой, именно с ней я хочу связать свою жизнь! Я начал планировать предложение руки и сердца, которое сделал через



4 месяца, после всего этого, и это было через неделю, как только она закончила универ!

Но вернемся к тому страшному февралю. 23 февраля, в свой ДР, я вернулся домой и увидел на кровати подарки, хотя дома никого не было, рамку с фразой «самому успешному мужчине», которая еще долго стояла у меня на рабочем столе и заряжала на успех, и кухонные весы, они мне в подготовке были просто необходимы! Да это была моя

Надюшка. В этот же день мы с ней встретились, поговорили и помирились! С тех пор мы ни на день ни расставались... ЧЕСТНО, НЕ ЛЮБЛЮ ВСПОМИНАТЬ ТОТ ФЕВРАЛЬ... Кстати, в итоге именно с ее поддержкой я добился в спорте очень высоких результатов! Собственно, как и в жизни в целом... Видимо, это был необходимый урок...

НАДИ: честно сказать, я с упоением и жутким интересом прочитала комментарий Никиты, и даже сейчас, спустя уже 7 лет отношений для меня после прочтения многое встало на свои места. Вспоминать реально неприятно, но уже не больно. Я не стала держать в себе эту боль и обиду на прошлое, иначе оно разрушало бы меня настоящую. Я восприняла этот опыт, как знак свыше, Никита должен был тогда пережить в себе эту ломку самостоятельно, чтобы прийти к своему не навязанному никем знаменателю. Какого было услышать от самого любимого и близкого за 3 последних года человека: «Нам нужно, наверное, взять паузу...» НАВЕРНОЕ? КАК??? РАДИ ЧЕГО? ПОЧЕМУ ТЫ ТАК СО

МНОЙ??? В голове проскочила тысяча вопросов, но я не произнесла их в слух, а просто попросила остановить машину. Я не сдержалась и все-таки хлопнула сильно дверью, зная, что он этого терпеть не может... Конечно, за тот период уже меня измучил своим загадочным состоянием совершенно «не моего Никиты».

Возможно, многим девочкам/девушкам/женщинам пригодится то, что я сейчас расскажу. До дома было недалеко, пешком минут 10... Я шла и разговаривала сама с собой вслух, бормоча под нос. Выпуская слова наружу мне казалось, что было легче выпускать боль и то, что так сильно сжималось внутри. Одно я себе пообещала точно: «если он так захотел, если отстраниться это его решение, то я дам ему такую возможность, значит так нужно. Обещаю себе, не звонить и не писать. Пусть раз ему так это необходимо, останется с собой и мыслями один на один, почувствует какого ему без меня. Если все случится так, как идет, значит так будет лучше. Все у тебя будет хорошо. Только ты главное не плачь». После данного обещания попав на кухню своей квартиры, я разрыдалась. Болело все! Душу рвало на клочки. Я рыдала, висела у него на страничке постоянно, узнавала как у него дела через общих друзей, не спала, похудела жутко, но не звонила и не писала, я полностью выключилась из его



жизни... Но так продлилось не вечно) Первая неделя и немного отпустило. Я вспомнила, что у меня есть я!!! Что мне нужно быть красивой, продолжать жить, обустраивать свою жизнь, зарабатывать, развиваться, у меня впереди столько нового!!! И я решила отключиться! Начала делать ремонт в своей комнате, самостоятельно выбирала линолеум, зеркало и т.д., нарастила реснички, сделала новую прическу, купила новые джинсы, начала на работе брать еще больше клиентов, чтобы забить все время, читать, встречаться с подругами, в общем погрузилась в жизнь! Просто поздравила его с днем рождения и решила отпустить. И все прошло и пришло само собой, стоило только дать человеку реальный шанс почувствовать себя в другой жизни. В КОТОРОЙ НЕТ ТЕБЯ.

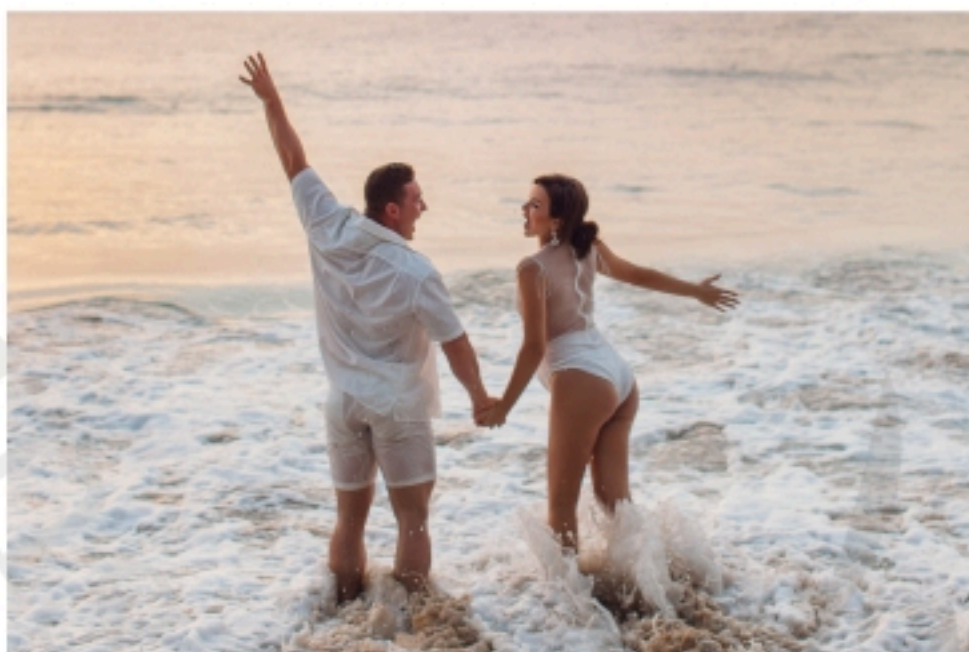
Многие девушки, да и парни в этом случае часто совершают огромную ошибку, когда им в лоб, как мне, говорят «давай расстанемся», а начинается обратный эффект. Девочка (мальчик) идет на поводу чувства раздавливающей боли: начинает пресмыкаться, названивать, таскаться за этим человеком, не давать прохода, вызывая тем самым только отвращение и в лучшем случае жалость, а выглядеть жалким это уже не любовь вовсе. В итоге, вместо переосмысления, которого можно добиться только оставшись с собой один на один, в тишине своих мыслей, человека просто отворачивает.

Кто знает, как бы вышло, если бы я тогда не давала Никите спуска и «преследовала» бы его на каждом шагу? Может и не всем мои мысли зайдут, но иногда человеку нужно дать поскучать, чтобы что-то понять, если он запутался. А если так и случится, что жизнь разведет по сторонам, то позже вы поймете: все было к лучшему. А может эти отношения и вовсе были токсичными и слава Богу для вас, что так вышло.

Каждый кризис в отношениях решается с помощью длительного разговора, возможно, не одного. Подкрепляется действиями, которые несвойственны вашему обиходу отношений, чтобы сдвинуть чувства с мертвой точки, вдохнуть

в них жизни, поменять что-то. Но если вам в лоб говорят, что нужен отдых «на подумать», я считаю, нужно дать эту возможность человеку. Не насилуя его своим присутствием. Кризис - это такой странный тупик, когда вроде бы ещё вчера, вы были самыми близкими родненькими, а сегодня проснулись далекими людьми в разных мирах с разными языками планет.

ЗАДАНИЕ: наберитесь храбрости, помножьте ее на воображение и на минутку представьте, что из Вашей жизни улизнул любимый, близкий человек, без которого вы чахнете. До мурашек, не так ли? Даже думать об этом жутковато, чего уж там претворять эти крамольные фантазии в жизнь. Вывод напрашивается сам собой: подкрадитесь на мягких лапах к своему источнику тепла и заботы, обязательно на мягких, иначе можно выхватить от неожиданности, прижмите к себе, наговорите приятных прилагательных, от которых так пищит наша чета Серовых и закрепите результат пламенным поцелуем. Если вдруг этого покажется мало, незамедлительно переходите к главе 3 настоящей книги.



Напоследок

Что ж дорогие, вот мы и подошли к нашему логическому завершению этого путешествия по лучшим итальянским пиццериям под названием ОТНОШЕНИЯ ДВОИХ! Надеемся, что выводы сделаны, запал остался и в головах что-то отложилось. Мы будем рады, если в мире станет больше любви и счастливых, реально счастливых пар! Которым вместе комфортно даже помолчать!

Поэтому желаем вам общего семейного бюджета, хорошего секса не только после ссор и, конечно, же общения!!! Общайтесь, учитесь разговаривать каждый день! Не обесценивайте важность общения и ваших чувств! Вы есть друг у друга и это главное! А теперь дело за малым - кушайте вашу пиццу с удовольствием... и если вдруг почувствовали, что заветрелась - подогрейте.

Ненормально, когда отношения приносят мучения! Нормально, когда вы испытываете друг от друга истинный кайф!

А теперь иди и начни свою терапию со слов: «ЗНАЕШЬ, Я ТЕБЯ ОЧЕНЬ СИЛЬНО ЛЮБЛЮ»!