

# Анатолий НЕКРАСОВ



## УЧИМСЯ ЛЮБИТЬ

Счастье  на ладони



# **Анатолий Александрович Некрасов**

## **Учимся любить**

### **Серия «Счастье на ладони»**

*Текст предоставлен издательством*  
*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=33387304](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=33387304)*  
*Анатолий Некрасов. Учимся любить: АСТ; Москва; 2018*  
*ISBN 978-5-17-106340-5*

#### **Аннотация**

Можно ли научиться любить? Можно ли проанализировать это чувство, вывести закономерности и найти правила? Да, это возможно! Правила любви созданы, и уроки существуют. Они в этой книге!

Прочтите её, и ваша жизнь изменится волшебным образом. Вы научитесь создавать вокруг себя особое пространство – пространство любви. В пространстве любви измены, непонимание, материальные проблемы не смогут выжить. Этот чудесный мир будет наполнен только добром и достатком, а дети, рождённые в такой атмосфере, получают счастливую судьбу.

Но самое главное – в созданное вашими руками пространство любви обязательно приходит ваше истинное счастье.

# Содержание

Вступление	5
Претензии к богу	7
Анютины глазки	10
Юля	14
Конец ознакомительного фрагмента.	23

# **Анатолий Некрасов**

## **Учимся любить**

© Некрасов А., 2015

© ООО «Издательство АСТ», 2018

# Вступление

Человеку даётся ум не только для того, чтобы учиться грамоте и мастерству, но и для того, чтобы **учиться жить**, и главное значение имеет необходимость **учиться любить**. Вот этой науке нигде не обучают, а это умение крайне необходимо каждому человеку в любом возрасте!

Жизнь постоянно даёт уроки любви, каждый день. Только большей частью мы не обращаем внимания на эти уроки, и не делаем выводы. Миру приходится повторять снова и снова один и тот же урок, всё более настойчиво, всё более требовательно, пока мы не разберёмся в нём и не усвоим его. Так, зачастую, мы приходим к повтору ситуаций и к страданиям.

В этой книге даётся множество примеров, на которых, при желании, можно приобрести огромный опыт мудрости и увидеть в обычных житейских ситуациях эти уроки любви. Таким образом, можно приобрести состояние, в котором легко будут решаться любые жизненные вопросы. Так рождается Наука Любви.

Выполняя дела любви, хотя бы и без неё, а только через сознание, человек приобретает опыт новых ценностей, помогающих развитию. Кроме того, он освобождается от внутренних блоков и комплексов, от мешающих моральных принципов обособленного человека. Человек начинает

смотреть на Мир по-другому. Он становится другим – в нём просыпается любовь!

В этих небольших рассказах описаны реальные события и люди. Где-то заменены имена и места событий, а где-то, по разрешению героев, сохранены.

Большая благодарность участникам этой школы Любви.

При прочтении этих рассказов обратите внимание на свою реакцию на ситуации, на героев, на их поступки. В этом тоже заключается школа Любви. Если осудить – один результат, принять и найти что-то в себе – другой. Постарайтесь взять наибольший опыт из этих уроков жизни.

*С уважением и любовью, Анатолий Некрасов*

# Претензии к богу

На музыкальном фестивале я встретил женщину, которая, когда узнала, что я автор книг о духовности, прямо заявила:

– У меня большие претензии к Богу. Почему он создал мир, в котором так много страданий?

Кто-то может сказать: «Какое богохульство!» Давайте разберёмся в этом вопросе, ведь эта женщина не одинока в своих претензиях. Так думают многие, только не все говорят, особенно сейчас, на пике увлечения религиозным мировоззрением, а иногда хочется сказать – модой!

Конечно, в первую очередь такие слова говорят о наличии проблем в самой женщине. Скорее всего, много встретилось страданий у неё на пути, и беседа это подтвердила. В разговоре с ней я избрал необычную форму беседы, благо к этому располагала природа. Я ей сказал:

– На месте Бога я вам ответил бы так. Милая, Я тебе дал всё необходимое для того, чтобы ты была на этой Земле счастлива. Я много потрудился для того, чтобы Земля стала такой, какая она есть. На ней есть всё для твоего развития, для твоей радости. Я дал тебе прекрасное тело, этот сложнейший, удивительный организм, но ты к нему всё это время плохо относилась и основательно запустила. Ты им почти не занимаешься, и оно потеряло свои прекрасные формы. Я даю тебе тысячи примеров бесконечных возможностей чело-

веческого тела, а ты не обращаешь на них внимания и не используешь в своей жизни. Ты не избирательна в еде, куришь. Согласись, что всем этим ты сама, а не Я, готовишь почву для болезней и страданий своего тела.

Я дал тебе глубокий ум, а ты не стремишься его развивать, и освоила менее десяти процентов его возможностей. С другой стороны, ты такому неразвитому уму позволила взять власть над собой, и он командует тобой, он планирует твою жизнь. Ведь как ты думаешь, так ты и живёшь! Интуицию ты не используешь и на доли процента. А ведь это основной орган твоего взаимодействия с окружающим Миром, но ты им почти не пользуешься. И поэтому ты получаешь много проблем и страданий буквально на ровном месте, там, где их не должно быть.

Душа твоя с трудом общается с тобой, потому что именно ты построила много препятствий на её пути к сердцу. Ты даже не пытаешься к ней прислушиваться, общаться с ней, а она могла бы тебе напомнить о том, как ты сама, проявляя свободу воли, выбрала, где и когда родиться, какие испытания пройти, чему научиться, то есть ты сама написала данный сценарий жизни. Но ты не хочешь её слушать, а ведь у неё есть много вариантов, которые отличаются от того, по которому ты живёшь, и ты могла бы многое изменить в своей жизни.

Я тебе дал свободу воли, божественную ипостась, которую имею Сам. И не в каких случаях не позволяю себе вмеши-



ваться в твою жизнь, ограничивать твою свободу воли, *если ты сама этого не хочешь*. И чаще всего ты проявляешь свободу воли для того, чтобы сделать себе хуже! Я вижу это, но не имею к тебе претензий, я уважаю каждый твой выбор. Свобода дана тебе для творчества. Твори радость, счастье в своей жизни – это в твоих силах и в твоей воле, и тогда не будет страданий.

Я дал тебе самое лучшее, что есть у меня – Любовь. Как ты воспользовалась этим даром? Ты своей любовью могла создать огромное Пространство Любви, в котором сама и многие могли быть счастливы. Знай, что своей любовью ты можешь объять весь мир и убрать страдания не только в своей жизни! Вот такие твои возможности. А как ты распорядилась своей любовью и самой мощной её частью – сексуальной? Зачем ты её экономишь? Радуй себя и других! Ведь чем больше отдашь своей любви, тем больше получишь!

Вот такой ответ могла получить от Бога эта женщина, если бы слышала его. А ведь наверняка Он ей не раз пытался говорить об этом. Страдания приходят уже тогда, когда все возможные способы донесения информации исчерпаны. Мы сами создаём, что имеем – вот резюме данного диалога.

# Анютины глазки

Жили-были три школьные подруги. Их дружба была очень сильная и сохранялась все школьные годы. Дружить втроём ещё сложнее, чем вдвоём, так как возникают некоторые моменты соревновательности в отношениях. Конечно, было разное в их отношениях, но они пронесли свою дружбу через все школьные годы.

Пока ходили в школу, пока встречались каждый день и были в равных условиях, им удавалось сохранить хорошие отношения. После окончания школы общаться стали реже, возникали новые события, новые люди, и постепенно сложилось так, что две из них, Нелли и Света, сблизились значительно сильнее, а третья осталась в стороне. У неё возникли ревность, обида и боль.

Прошло несколько лет, подруги разъехались по разным городам страны, у каждой складывалась своя жизнь, свой круг отношений. Нелли со Светой иногда встречались, а третья подруга как бы выпала из этого общения. Почему «как бы»? Потому что долгая детская дружба оставляет сильный след в жизни человека и накладывает на взрослую жизнь определённый отпечаток. Люди мало задумываются об этом, но взаимодействие продолжается на тонких планах, независимо от того, знаем ли мы это или нет. Детские впечатления, мечты и планы очень яркие, образные, поэтому оказывают

сильное влияние на всю дальнейшую судьбу. Не зря говорят, что самый счастливый человек это тот, кто реализовал свои детские мечты.

У Нелли свой дом, и около него она любит выращивать цветы. У неё весь сезон – цветение! Все цветы в её саду растут хорошо, а вот с анютиными глазками всё никак не получалось. Она их высаживала много раз, из года в год, но они болели и, в конце концов, погибали. Что только она ни делала, но результат всегда был один. Она никак не могла понять, что с ними происходит.

Прошло ещё какое-то время. Как-то Нелли съездила на родину и встретилась с той своей школьной подругой, с которой после школы испортились отношения. Это был первый шаг к их примирению. Затем подруга приехала к ней в гости. Отношения наладились, и старая дружба зазвучала снова.

В следующее лето Неля снова, в который раз посадила анютины глазки и – чудо! Они прижились и подарили много цветов. Причём цвели ярко, сильно, кажется, вопреки своей природе!

Как вы наверное догадались, подругу звали Анюта. Причём её всегда звали, даже в возрасте, не Аней, а Анютой.

Поистине, мы все одно!

Неожиданно у этого рассказа появилось продолжение. Я уже готовил книгу в типографию, как Нелли мне рассказала ещё один эпизод из жизни её анютиных глазок.

– В этом году у Анюты наконец-то состоялось важное со-

бытие – она вышла замуж. Мы все желали ей этого, потому что возраст приближался к тридцати, а у неё всё как-то не получалось. И в моём саду анютины глазки просто буйствовали! Но в последнее время я стала замечать, что они увяли. Сначала я не обратила особого внимания на это, но потом задумалась, а не случилось ли что с Анютой? И она мне что-то давно не звонила.

Я стала её разыскивать и через её маму передала, чтобы она мне позвонила. И вот она мне звонит. Я её спрашиваю, как у неё дела, как муж? И ожидала услышать восторг, радость её нового состояния. А она отвечает уж как-то обыденно и даже с некоторым раздражением: «Жизнь как жизнь, и муж как муж. Ничего нового, даже как-то скучно».

Нелли сама и сделала вывод:

– И я поняла, почему цветы потеряли свою пышность – её жизнь стала обыденной. Она слишком быстро потеряла радость своего нового состояния. Она быстро забыла, как мечтала о замужестве, как радовалась этому событию. Вот цветы и дали мне знать об этом.

К сожалению, это наиболее распространённая ситуация, когда после замужества женщина быстро успокаивается на достигнутом, и жизнь становится обыденной. Это происходит потому, что люди не понимают смысла замужества. Цель замужества заключается не в том, чтобы «всё было как у всех». Мужчина и женщина создают Пару для того, чтобы развиваться, чтобы становиться всё более счастливыми, что-

бы росла их любовь.

Если бы так ставился вопрос изначально, если бы люди с детства именно так понимали задачи семейных отношений, то многое в жизни было бы по-другому. Но такое понимание не закладывается ни в семье, ни в школе, да и мало таких примеров в жизни. Поэтому так много и «брака»!

Вот в жизни Анюты наступил такой период, когда их отношения перешли в обыденное состояние, стали не прирастать, а убывать. На это и среагировали анютины глазки, давая сигнал Нелли, чтобы она помогла подруге всё это осознать и изменить ситуацию, пока не поздно. Лучше с самого начала не останавливаться, а взять курс на развитие отношений, тогда не потребуется прикладывать больших усилий, и всё будет идти естественно.

Сегодня Нелли пришла на работу и говорит:

– Что-то происходит с моими маргаритками...

# Юля

Ко мне пришла молодая женщина (для меня «молодая» означает до 45, а то и до 50 лет). Стройная фигура, красивое лицо, короткая стрижка, ладно сидящий джинсовый костюм. Вошла энергично, уверенно, несмотря на то, что мы видимся первый раз, и в нашем офисе она до этого не была. Представилась и сказала, что ей посоветовала прийти её коллега врач.

– Она психотерапевт и мой личный психолог. Но я её, наверное, уже достала, и вот она меня направила к вам.

Она сразу обозначила свою проблему и даже назвала её причину.

– У меня нет никакой личной жизни. Совершенно никакой. Если раньше мужчины появлялись на несколько месяцев, то теперь всего на несколько дней. Я считаю, что основная причина в том, что у меня заниженная самооценка. Это подтверждают и все психологи, к которым я обращалась. Я прочитала много разных книг и побывала у разных специалистов. Дело в том, что я с детства страдала сильной кожной болезнью, моё тело и лицо были обезображены. Школьные перемены, а затем и в институте все перерывы я сидела в туалете, чтобы как можно меньше показываться на людях, и это наложило сильный отпечаток на мою оценку себя.

Из дальнейшего разговора выяснилось, что, несмотря на

такую болезнь, училась она хорошо, школу закончила с медалью, а институт – с красным дипломом. Несколько лет назад вылечилась от болезни, что в её состоянии оказалось большим достижением. Сейчас у неё есть ребёнок, она живёт с родителями, дружна с отцом, и у неё очень плохие отношения с матерью.

Отец её ребёнка неизвестно где, он стал наркоманом и исчез, прихватив все деньги и оставив большие долги, за которые ей и её родителям пришлось долго расплачиваться, даже пришлось расстаться с машиной и едва не потерять квартиру. Но теперь материальная сторона налаживается, есть хорошая работа, появилась финансовая стабильность и перспектива. Вот только личный вопрос совсем не решается.

Вот такой набор проблем и задач несла в себе эта женщина. С другой стороны, у неё был явный прогресс в здоровье, в профессиональной и материальной сфере. Скорее всего, приобретение некоторых духовных знаний ей помогло решить эти вопросы. То есть были явные достижения, и она двигалась дальше в этом направлении.

У меня возникли сомнения, а действительно ли она готова что-то менять в своей жизни? Скорее всего, она хочет только добавить к тому, что есть, мужчину, и всё. И я задаю ей вопрос:

– А что вы хотите от жизни?

– Мне нужно дать образование детям, обеспечить их необходимой материальной базой для дальнейшей жизни. А для

это мне нужна работа, профессиональный рост.

Я понял, что причины её проблем лежат очень глубоко, в самой основе её мировоззрения, и если тронуть фундамент, на котором всё стоит, то здание её жизни, выстроенное с таким трудом, может дать трещину и даже развалиться. Я на себя такую ответственность взять не мог, поэтому ей самой нужно было принимать решение. Я ей это объяснил.

– Понимаете, вы сейчас в жизни нашли путь, который решает те задачи, которые вы перед собой поставили: вы нашли себя в профессиональном плане, вы успешно реализуетесь, идя таким путём. И вы дадите детям и образование, и обеспечите их материально, и со временем купите себе квартиру. То есть у вас есть реальная перспектива всего этого добиться. Стоит ли вам что-то менять в жизни? Правда, на этом пути у вас будут проблемы с мужчинами.

Для того чтобы вам решить один вопрос с мужчинами, вам необходимо будет полностью пересмотреть свою жизнь: её ценности, её смысл, отношения к людям и к себе, свою реализацию – буквально всё! Просто что-то подправить, подкорректировать и решить этот вопрос невозможно. За это могут взяться только те, кто даёт объявления в газете: «Решу вопрос одиночества, присушу – гарантия 100%!» Но даже если такой специалист действительно вас обеспечит мужчиной, то вы же умная женщина и понимаете, что таким образом вам будут гарантированы (также на 100%!) проблемы по жизни за такое насилие над Миром и женщиной. Поэтому



думайте и принимайте решение. Можете взять тайм-аут на несколько дней, всё-таки вопрос сложный.

Вот такой у нас состоялся диалог, после чего наступила пауза. Она не ожидала такого поворота. Видно, что ей сказали, что здесь-то уж точно решат её проблему с мужчинами, но она думала, что это будет значительно проще – посетит пару раз психолога, он совершит какие-то действия, даст рекомендации, и всё – вопрос будет решён.

А у неё действительно без серьёзного пересмотра мировоззрения на самой глубине вопрос не решить. Взять хоть такой факт как её болезнь. Ведь эта болезнь ей давалась для того, чтобы она ушла от огромного самомнения, от превосходства над другими. Она в корне ошибалась – у неё не заниженная, а завышенная самооценка! И Мир её четверть века держал в «чёрном теле». Ничего в этом Мире не происходит случайно, а тем более такая болезнь на такой длительный срок.

Может возникнуть вопрос, что болезнь ушла, а самооценка не изменилась. Дело в том, что женщина целенаправленно, уже как специалист долго занималась своей болезнью и под таким мощным давлением болезнь не устояла. Кроме того, духовные искания изменили её состояние, немного очистили энергетику, и это также сказалось. Ведь аллергия и кожные заболевания в первую очередь возникают тогда, когда зашлаковано тело и загрязнено энергетическое пространство человека (в первую очередь, мысли, чувства, мировоз-

зрение).

Так что от болезни она ушла, не изменив коренным образом своего мировоззрения, но проблема осталась и проявилась в отношении с мужчинами. В принципе, она осталась в той же ситуации – изолированной от важной части общества.

Я оставил её одну, вышел к сотрудникам издательства, решил с ними ряд вопросов, и когда вернулся, она ответила, что согласна на серьёзные изменения в своей жизни.

– Первое, что вам нужно понять и принять на данном этапе, причём на наибольшую глубину, это истинный смысл своей жизни. Душа находится на Земле в женском теле для того, чтобы научиться создавать Пространство Любви. Но для вас сейчас смысл жизни заключается конкретно в следующем – научиться любить мужчин.

– Но ведь это уж слишком просто, даже банально! А как же самореализация? А для чего женщине дан ум, творческие способности? Чтобы сидеть дома и ублажать мужчину?

– Да, это действительно банально и очень просто. Правда, до тех пор, пока ваш замечательный ум не вмешался и не взял власть над вами. После этого эта простая задача стала очень сложной и трудновыполнимой. И вы не одиноки в своей проблеме. Очень многих женщин ум направляет куда угодно: в науку, в бизнес, в другие сферы для того, чтобы они не решали свою основную задачу – творение Пространства Любви и её важнейшую часть – любовь к мужчине. Ведь без любви к мужчине Пространство Любви не состоится, а

это выгодно многим на Земле и в Космосе.

Чувствуется, что женщина была сильно удивлена, ведь ей никогда никто не говорил, что её главная задача – любить мужчину. В её семье разговоров о любви не было, родители не любили друг друга. Отец как-то признался дочери, что на второй день после свадьбы, как только мать открыла рот, у него все чувства к ней пропали. А мать мужа, кроме как неудачником, никак не называла. И это естественное следствие их отношений – в таких условиях мужчина никогда не реализуется и всю жизнь будет неудачником. Если мужчина не уважает себя (иначе он не стал бы жить с такой женщиной), если его не уважает жена, то кто его будет уважать, и чего он может добиться?

В школе тоже никто ей не мог сказать, что её главная задача в жизни – творить Пространство Любви, и там, конечно, не учат любить мужчин. В нашей школе до сих пор большинство учителей и сами не знают этого, а если знают, то не принимают. Ну а вуз готовит специалиста, а не человека. Вот и вышла в жизнь девушка с совершенно противоположным пониманием своего значения и своих задач. Как мы думаем, так мы и живём. Поэтому и возникают такие последствия.

– А что это значит – любить мужчин? Что, всех, что ли?

– Вначале о любви ко всем мужчинам и даже к нескольким говорить рано. Сначала надо научиться уважать их. И первый, с кого нужно начать – это с отца. Вообще всё нужно начинать с отца. Ведь отец – это первый мужчина, который

появляется в пространстве девочки, и, по-хорошему, именно с ним она должна пройти многие этапы взаимоотношений с мужчинами. От того, как дочь выстроит отношения с отцом, зависят её будущие отношения с мужчинами. И если этот вопрос не решён в детстве, то его можно решить и позже, даже если отца нет рядом. Ведь важно ваше отношение к нему, то, что вы имеете в своём сознании.

– Я к отцу отношусь хорошо, у нас с ним хорошие и доверительные отношения.

– Этого мало. Это распространённая ошибка, когда, имея хорошие отношения, считают, что вопрос решён, и не предпринимают никаких шагов. В отце нужно видеть мужчину и воспринимать его в большей степени как мужчину. Чувствовать в нём мужчину, относиться как к мужчине, разговаривать с ним как с женщиной, и всё это с глубочайшим уважением и любовью. Нужно давать ему то, чего он не получает от вашей матери – внимание, заботу, ласку. Именно этого ему более всего не хватало в жизни, дайте ему хотя бы вы. Это для него имеет очень большое значение, а в первую очередь – для вас. Таким образом, ваша женственность будет получать родовые энергии, а они очень мощные и создадут вокруг вас пространство, которое будет привлекать мужчин.

– Да, я так не думала об отношениях с отцом. Это не просто, но, наверное, можно. А вот как быть с другими мужчинами? Ведь они такие разные и сейчас, в основном, плохие или очень плохие.

– То, что мужчины разные, я согласен, а вот то, что они плохие, здесь не всё так просто. В вас звучит обида на мужчин из-за мужа, который вам сделал больно. Судя по тому, как вы относитесь к мужчинам, и другие мужчины вам не только цветы дарили. И это закономерно. Ведь вы же встречу с мужчиной использовали не для создания Пространства Любви, а для решения своих задач. Не понимая того, что любовь нужно отдавать, вы всегда её искали в мужчинах, ждали от них любви и материального обеспечения. И когда ваши внутренние требования не удовлетворялись, вы разочаровывались в мужчине. А мужчины, в свою очередь, ощущая в вас требования к ним и отсутствие Пространства Любви, надолго рядом не задерживались.

Вам и к отцу ребёнка следует пересмотреть своё отношение. Это обязательное условие для решения ваших задач. Вспомните, как всё с ним начиналось – наверняка с чего-то хорошего. И ваша задача в тот момент была в том, чтобы развивать это хорошее, укреплять всё самое лучшее. Вы это не могли сделать, потому что даже и не знали об этом. Ведь так многие и поступают: выйдя замуж, ждут, когда мужчины сотворят им счастье. Конечно, винить себя не стоит, но не стоит винить и его! Вы оба вышли в жизнь с неправильным представлением о ней и о своей роли. Естественно, что вы оба допустили множество ошибок и привели ситуацию к такому концу.

То было в прошлом. Станьте мудрыми сейчас, уберите все

претензии к мужу. От этого зависит ваша жизнь и судьба вашего ребёнка. Ещё раз вспомните, что не столь важны события и люди, встретившиеся на вашем пути, а то, как вы к этому относитесь!

# 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.