

КЕЙТ РОУЗ



# МЫ ВЛЮБЛЯЕМСЯ ТРИ РАЗА

**РАСПРОДАЖА!**

ВСЕ КНИГИ ПО ОДНОЙ ЦЕНЕ  
ИЗ СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДБОРКИ  
ДО 12 СЕНТЯБРЯ

**Кейт Роуз**  
**Мы влюбляемся три раза.**  
**Чему нас учат отношения и**  
**расставания и как не упустить**  
**свою настоящую любовь**  
**Серия «Психология. М & Ж»**

*Текст предоставлен правообладателем  
[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=63061518](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=63061518)  
К. Роуз. Мы влюбляемся три раза. Чему нас учат отношения и  
расставания и как не упустить свою настоящую любовь: ООО  
«Издательство «Эксмо»; Москва; 2021  
ISBN 978-5-04-113946-9*

**Аннотация**

**Распродажа!** Все книги по одной цене из [специальной подборки](#) до 12 сентября.

Когда мы влюбляемся и это взаимно, мы верим, что все закончится хеппи-эндом – брак, дети, вместе долго и счастливо. А когда расстаемся, то словно лишаемся опоры. И часто грустим не по прошлому с этим человеком, а по несбывшимся мечтам и будущему, которое сами себе придумали.

Эксперт по отношениям Кейт Роуз считает, что не все влюбленности должны привести к «браку раз и навсегда». Иногда отношения (и расставания) нужны нам, чтобы понять, кто мы и чего на самом деле хотим, чтобы стать мудрее и, главное, подготовиться к настоящей любви, которая обязательно случается со всеми, кто извлекает уроки из прошлых неудач и находит в себе мужество снова открыть свое сердце.

В формате PDF A4 сохранён издательский дизайн.

# Содержание

Посвящение	6
Письмо читателю	7
Пролог. Каково предназначение любви?	13
Мы влюбляемся лишь трижды за всю жизнь	16
Первая любовь, родственная душа. Тот, кто кажется идеальным	27
Часть 1. Мечта. Мы будем счастливы всегда	27
Конец ознакомительного фрагмента.	33

**Кейт Роуз**  
**Мы влюбляемся три**  
**раза. Чему нас учат**  
**отношения и расставания**  
**и как не упустить свою**  
**настоящую любовь**

Kate Rose

You Only Fall in Love Three Times. The Secret Search for  
Our Twin Flame

© 2020 by Kate Rose

© Щербакова В. А., перевод на русский язык, 2021

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2021

\* \* \*

# Посвящение

Эта книга посвящается тем, кто уже не надеется найти свою единственную любовь, кто думает, что ему или ей суждено быть одиноким – прошу вас, не сдавайтесь, продолжайте верить и знайте, что любовь всегда приходит в нужное время. Эта книга также посвящена и моей любви: той, что я уже испытала, и той, что ждет меня впереди. И моим изумительным дочкам, Эмме и Эбигейл, которые всегда будут важнейшей частью моей жизни.

# Письмо читателю

*Моя дорогая дикарка,*

возможно, ты уже спрашивала себя, почему ты до сих пор не встретила свою единственную любовь.

Когда ты узнаешь, что любовью не является, ты будешь готова испытать настоящее чувство. Лишь тогда ты встретишь человека достаточно отважного, чтобы принять тебя такой, какая ты есть.

Однажды за стаканчиком виски ты встретишь этого героя с горящими глазами, или вы случайно столкнетесь, когда местный бариста перепутает твой двойной американо с его большим мокко. Возможно, ты уже встретила, но должно пройти немало времени, чтобы ты, наконец, увидела его настоящего...

Когда бы это ни произошло, ты поймешь.

Милая, проблема не в том, что ты ведешь себя слишком по-женски, а в том, что ты была чересчур хороша для того, кто еще не осознал, что достоин тебя.

И когда ты встретишь отважного мужчину, который полюбит тебя, моя дорогая дикарка, ты будешь рада, что с другими не сложилось.

Помимо этого, ты поймешь, что каждая предшествующая любовь была путеводной звездой в его объятья, поскольку мы на самом деле часто не готовы, чтобы первая любовь ста-

ла последней. И вторая – тоже. Когда мы глубоко переживаем конец прежних отношений, нам кажется, что дальше пути нет, но спустя дни и месяцы мы вдруг осознаем, что лишь воображали себя идеальной парой, а в реальности все было иначе.

Перед тобой не раз вырастали стены, обдавая лицо холодным воздухом, с грохотом захлопывались двери, и теперь ты понимаешь, что единственный достойный человек – тот, кто идет навстречу. Потому что лишь тот, кто отважился любить тебя, заслуживает ответного чувства. Ты уникальна и неповторима в своем вихре противоречий. Не позволяй никому убеждать тебя в обратном.

Ты умеешь превращать обыденные вещи в фантастические.

Милая улыбка заставляет сердца биться чаще. Ты не виновата, что раньше мужчины были слишком погружены в свои мысли, чтобы заметить тебя.

Ты каждое утро выпиваешь чашу горьких надежд, пытаешься проглотить вчерашние ошибки, чтобы встретиться с испытаниями нового дня.

Ты танцуешь под дождем, а на твоих стопах мерцает звездная пыль, оставшаяся от последней безумной погони за мечтой.

Ты всегда знала, что предназначена для любви, и когда ты столкнешься с достойным мужчиной, ты поймешь, что он наделен отвагой, которой не хватало другим.



Возможно, твой избранник будет отличаться от героя, которого ты ищешь. Может быть, он сам пролил немало слез на жизненном пути, но он покажет истинную отвагу человека, который не боится твоего пронизательного взгляда.

Он не испугается и не позволит тебе потерять веру в любовь, потому что всю жизнь мечтал о такой женщине, как ты.

Этот мужчина, твой герой, твой духовный близнец, покажет тебе, почему ему суждено стать твоей третьей любовью, почему предыдущие отношения должны были случиться и почему каждая пророненная из-за любви слезинка была не напрасна.

Потому что мы совершенно случайно встречаем того, кто заставляет нас выкинуть книжки с правилами любви.

Ты пришла в мир, поощряющий однообразие, будучи совершенно уникальной, и только встретив того самого мужчину, поймешь, почему твою суть не могли оценить раньше. Дело не в том, похожа ты на других или нет, и не в том, что ты заслуживаешь любви. Потому что все, что тебе нужно, моя милая дикарка, – это мужчина, по-настоящему отважный, чтобы полюбить такую, как ты.

Не сомневаюсь, ты встречалась с мужчинами в поисках «того самого» и в постели с очередным кандидатом думала, может ли секс быть лучше. Они заставили тебя забыть о том, что жизнь – нечто большее, чем хорошее поведение ради принятия в обществе.

Возможно, ты познала вкус любви, но до настоящего мо-

мента чувства никогда не поглощали тебя полностью.

И хотя у тебя нет желания раствориться в возлюбленном, ты хочешь быть захваченной в плен, чувствовать любовь каждой клеточкой и ощущать пьянящую свободу.

Правда в том, дорогая, что ты всего этого хочешь.

Ты хочешь любви, перед которой преклоняется время, – такой, что закружит так сильно, что ты потеряешь равновесие. Она должна быть медленной, словно вязкий мед, и сладкой. Пусть она будет сильной и одновременно мягкой, чтобы позаботиться о тебе в трудные дни. Ты хочешь знать все наперед, но рассчитываешь на моменты неожиданности, возникающие так же внезапно, как падающие звезды в ночном небе.

Кто сказал, что желать всего и сразу неправильно? Почему это объявили несбыточными желаниями? И, пожалуй, самый главный вопрос: почему ты в это поверила?

На самом деле путь к вечности занимает больше времени, чем мы предполагаем.

Я была бы рада сказать, что есть формула любви и если следовать ей, то все получится, но ты уже пыталась. Оставил ли он после двух лет совместной жизни лишь долги и поношенные кроссовки под кроватью, или единственным напоминанием о былой любви стали общие дети – что бы ни произошло, это того стоило, поскольку привело тебя в этот конкретный момент.

Ты перепробовала все мыслимые и немыслимые способы,

а потом и еще парочку. Ты прочитала книги по саморазвитию, купила помаду самого модного оттенка и платье, которое выгодно подчеркивает фигуру, но каждый вечер ложишься спать одна, думая о том, что ты делаешь неправильно и почему все вокруг счастливы, кроме тебя.

А что, если ты делаешь все правильно?

Что, если тебе нужно пройти начатый путь не потому, что тяжело, а потому что это путь к сути, к истинному «я»?

Твоя душа изранена и выжжена мыслями о том, останешься ли ты навсегда одна, есть ли на свете человек, у которого хватит смелости убежать с тобой прочь от сомнений. Ты полна размышлениями о другой жизни, в которой обещаешь себе жить.

Но дело в том, что ты не получишь желаемого, пока не станешь той, кем на самом деле являешься.

Страшно принимать свои темные стороны – те, что мы спрятали глубоко внутри, поскольку чудачества не принято показывать на публике. Вместо того чтобы восхищаться ими или радоваться своему отличию от опрятных и вежливых, но не готовых биться за свои желания «степфордских жен»<sup>1</sup>, мы скрываем половину себя, замуровываем до тех пор, пока не подавимся собственной правдой.

---

<sup>1</sup> «Степфордские жены» (The Stepford Wives) – американский фильм 1975 года режиссера Брайана Форбса. По сюжету главная героиня переезжает с мужем в городок Степфорд, где местные домохозяйки выглядят и ведут себя чересчур идеально, точно куклы, а не живые женщины. В 2004 году был снят ремейк с Николь Кидман в главной роли.

Мы хороним то, что отражает нашу истинную сущность, потому что глубоко внутри боимся, что нас не примут и не полюбят такими, какие мы есть.

Пока ты не почувствуешь необузданность внутри, ты не заметишь блеск в глазах близкого по духу человека, искавшего именно такую, как ты, даже если он сам об этом не догадывается. В тебе укоренилось желание большего, и в нем тоже. Он проделал путь, испытал любовь дважды, и будет готов встретить тебя и навсегда влюбиться.

Моя дорогая дикарка, готова ли ты принять свою яростную натуру?

Готова ли ты вновь открыться и поверить в вечную любовь, несмотря на разбитое сердце и внутренний голос, который говорит, что так будет всегда?

Готова ли ты расстаться с женщиной, которой тебе следовало быть в глазах общества, и с жизнью, которую тебе навязали? Пришло время забыть о прошлом, примириться с теми, кем мы были и кого любили, и повернуть на неизведанную дорожку, ведущую к страстным желаниям, творческому потенциалу, стихийности и любви, о которой мы пока только мечтаем.

# Пролог. Каково предназначение любви?

В юности мы полагаем, что сила любви сражает драконов и усыпляет демонов, чтобы потом оберегать нас в надежных объятиях избранника. Когда мы взрослеем и сердца разбиваются, нам кажется, что любовь можно обменять или купить, а наше истинное желание становится тайным.

Мы начинаем задумываться: а существует ли любовь?

Правда в том, что любовь – это несметные крохотные мгновения в вечном желании показывать кому-то снова и снова, что нам не все равно.

Она – не просто часть речи. Это слезы, пропитавшие фланелевую рубашку избранника, когда жизнь превращается в хаос. Это смех в два часа ночи до боли в животе, когда остальной мир спит. Это чувство и действие, способ выразить глубинную эмоцию души в стремлении к другому человеку.

Любовь – это и нечто большее. Это непрерывный путь к тому, чтобы стать лучше и поступать лучше – и вдохновлять на это партнера. Это проводник, благодаря которому мы учимся, растем и становимся более осознанной и прекрасной версией себя.

С помощью любви мы учимся строить отношения с со-

бой, другими людьми и целым миром. Мы не рождаемся со знанием правил успешного взаимодействия или инструментами, необходимыми для построения счастья. Мы должны извлекать уроки из жизни. Путем многочисленных проб и ошибок мы узнаем, что такое любовь и как она ощущается, чтобы испытать ее достоверно.

Мы ошибаемся, думая, что любовь – это отношения с партнером. На самом деле существует три стадии любви, через которые мы проходим. Мы не рождены, чтобы летать, и точно так же не способны полюбить всем сердцем и навсегда с первого раза. Увы, мы вынуждены проходить через травмы, горе и желания нашего эго, чтобы изменить прежние представления о любви и открыть ее истинную сущность.

Иногда я задаюсь вопросом: а что, если бы я встретила свою третью любовь, когда была моложе, до брака, до появления детей? Что, если бы и он, и я миновали все эти уроки и сразу пришли к счастью? Заглядывая в зеркало рефлексии, я понимаю, что это было бы невозможно, поскольку я не была той, в ком он нуждался.

Я оглядываюсь на прежнюю любовь и понимаю, что каждый опыт не только отличался от предыдущего, но и представлял новую версию меня. Несмотря на всю прелесть желания сделать первое чувство – единственным, в суровой реальности Любовь так не работает.

Любовь распахивает двери, когда мы меньше всего ожидаем, но не для того, чтобы упростить жизнь или удовлетво-

ритель желания. Она приходит, чтобы помочь найти путь к себе.

Потому что Любовь – это сила, которая вращает вселенную. Это стук наших сердец, томный поцелуй и воплощение стремления быть узванными, принятыми и окруженными заботой такими, какие мы есть. Любовь не волнует украшения – только реальность.

Любовь – это сила, благодаря которой мы движемся, растем и преодолеваем даже собственные ограничения. Любовь делает нас лучше.

Любовь – это не только все вышеперечисленное. Любовь – это вообще все.

# **Мы влюбляемся лишь трижды за всю жизнь**

Все мы встречаем только три типа любви за всю жизнь, вне зависимости от того, кто мы и где живем. У двух из них – «родственной души» и «кармической любви» – одинаковое предназначение: они должны закончиться, чтобы освободить пространство для третьей и окончательной любви – «духовного близнеца».

Когда отношения с родственной душой заканчиваются, мы часто задаемся вопросом, влюбимся ли мы когда-нибудь еще. Когда гаснет огонь кармической страсти, мы готовы отказать от любви раз и навсегда, предпочитая цинизм. Когда в дверь стучится третья любовь, ум одолевают сомнения, а сердце просит дать еще один шанс.

Дело в том, что нам нужно испытать все три типа любви, чтобы усвоить уроки и узнать, кто мы и чего действительно хотим.

## **Не существует великих историй любви, все они просты**

Когда мои клиенты сталкиваются с трудностями или препятствиями в отношениях, я говорю, что не существует ве-



ликих историй любви, поскольку все они просты. На больших экранах не бывает романтических блокбастеров <sup>2</sup>, потому что обычно с хеппи-энда фильм только начинается!

Многие из нас разочаровываются, когда любовь не приходит в то время и в том виде, как мы ожидаем. Мы терпим едкие замечания друзей, которые, желая нам добра, говорят, что если бы он хотел быть с нами, то остался бы. Возможно, в этом есть доля правды, но с точки зрения любви универсальных решений нет.

Иногда он действительно хочет быть с нами, но не в то время.

Для саморазвития полезно осознавать, какую любовь мы уже пережили или какую переживаем сейчас, однако ускорить процесс и быстрее достичь третьей любви невозможно.

Важно помнить, что каждая любовь дарит счастливые моменты и воспоминания, которые останутся с нами навсегда, независимо от того, куда позовет нас сердце. Познание себя и жизни через три типа любви – это удивительный путь, в начале которого мы оставляем все то, что узнали о любви в детстве, и, набираясь храбрости, формируем собственное представление о любви.

На этом пути мы познаем самих себя.

---

<sup>2</sup> Блокбастер – популярный и коммерчески успешный продукт кино- и театральной индустрии.

## Родственная душа

В отношениях с родственной душой мы узнаем, что значит быть вместе с другим человеком. Зачастую это первые отношения, которые мы переживаем в юности, в старшей школе или сразу после выпускного, будучи наивными идеалистами. Мальчик встречает девочку, они влюбляются, вероятно, женятся и живут долго и счастливо.

Все мы читали подобные сказки в детстве.

До того, как познать себя, мы следуем канонам этих сказок: действуем, оглядываясь на общество, семью и собственные убеждения, основанные на этих канонах. Нам кажется, что это – наша единственная любовь. И не важно, что нам непривычно, или приходится закрывать глаза на правду, чтобы не разрушить эти отношения, – в конце концов, что нам известно? Бесспорно, такой и должна быть первая любовь. Она основана на семейных и социальных нормах и поэтому не способна бросить вызов: эта любовь не рождает волн.

Зачастую мы находим эту любовь в своей местности и в своей социальной группе. Это даже может быть человек, с которым представляли нас родители. Все складывается просто, и, получая одобрение и поощрение, мы не обращаем внимания на то, что нам не по душе.

В этом типе отношений мы больше полагаемся на мнение со стороны, чем на собственные чувства.

Первая любовь – это наша родственная душа. В моем случае это был парень из старшей школы: невинное сладкое чувство, которое ни с чем не сравнить.

Мы с легкостью влюбляемся, возможно, даже с первого взгляда. Родственная душа, как и наша духовная семья, может встречаться нам на каждом круге жизни, пока мы не подружимся. С этим человеком спокойно, и мы ошибочно полагаем, что так будет всегда. Дело может дойти до помолвки и даже до свадьбы. Иногда мы выходим из этих отношений и движемся дальше.

Родственная душа может вернуться в нашу жизнь, чтобы помочь восстановиться и перейти на другой этап жизни, предоставив безопасный запасной аэродром, в котором мы отчаянно нуждаемся после кармической любви. Мы знаем, что нас ждет в этих отношениях, и даже если это не то, чего мы желаем в глубине души, мы иногда прячемся там, потому что мысль о шаге в неизвестность пугает до мурашек.

И даже если эти отношения идеальные или кажутся таковыми, самая важная черта такой любви в том, что она создаст лишь иллюзию идеальных отношений.

## **Кармическая любовь**

Это сложная любовь, которая учит нас становиться теми, кто мы есть, и понимать, какой любви мы хотим и в какой нуждаемся. Такой тип любви часто ранит жестокими уроками.

ми лжи, боли или манипуляции.

У нас есть и желания, и потребности, и, вступая в отношения, мы не различаем их и даже не знаем, как важно иметь и то и другое. Наши желания обсуждаемы, но наши основные потребности – нет (но об этом позже). Такой урок мы извлекаем из кармических отношений.

Эта любовь приходит неожиданно, поскольку она разительно отличается от отношений с родственной душой. Она шокирует, бьет током. Вместо того чтобы медленно и постепенно разгораться, она моментально вспыхивает и обжигает. Поскольку мы слишком увлечены спорами, которые заканчиваются страстными поцелуями, мы не замечаем того, как глубоко нас ранят.

Самое сложное в этих отношениях – непонимание, почему мы не можем все наладить. Кажется, что мы в шаге от идеальной любви! Мы продолжаем думать, что будем достойны любви, если будем угождать нашему партнеру. Но каждый раз, когда мы пытаемся что-то наладить, становится только хуже.

В период второй любви я носила розовые очки слишком долго. Я настолько сильно жаждала красивой истории, что игнорировала реальность и хранила молчание. Мне было проще остаться и иметь дело с дьяволом, которого я знала, чем рискнуть и увидеть истинное счастье. На этой стадии любви мы ищем счастье за пределами себя; мы предполагаем, что проблема – в отношениях, и пытаемся их исправить

вместо того, чтобы понять, что мы несчастливы из-за нас самих и нашего выбора.

В первом и втором типах любви в игру вступает страх: страх услышать чужое мнение, потерять любовь партнера, узнать, как все исправить, когда нужно прекратить отношения и когда (и как) двигаться дальше. Мы еще не пришли к своей сути, поэтому продолжаем искать ответы во внешнем мире.

Наши вторые отношения могут быть нездоровыми, несбалансированными или нарциссическими. В них могут присутствовать эмоциональные и/или психологические манипуляции или насилие, в том числе и физическое. Вероятен запредельный уровень драмы. Именно поэтому мы так одержимы этим любовным сценарием: мы катаемся на эмоциональных американских горках с множеством стремительных взлетов и падений. Словно наркоманы, жаждущие получить дозу, мы держимся за эти падения, ожидая головокружительных взлетов.

Плохая новость в том, что вторая любовь может стать цикличной: мы повторяем эти отношения с разными партнерами, каждый раз надеясь на иной конец.

Но есть и хорошие новости: трудная любовь приходит к нам для того, чтобы мы прошли через все эти ужасы и двигались дальше. Пережив эту любовь, мы становимся невероятными людьми, способными на невообразимые поступки. Мы хотели, чтобы эта любовь была идеальной, но она такой

никогда не будет.

Эта любовь спрашивает нас не только о том, что мы готовы сделать ради любви, но и кого мы готовы ранить в процессе. Для большинства из нас — это мы сами.

Попытки сделать отношения идеальными становятся чересчур важными. Мы никогда не остановимся, чтобы подумать, стоит ли игра свеч. Мы переоцениваем успех отношений, поэтому они заканчиваются разрушением нашего самовосприятия. Но это только начало. А пока мы можем начать формировать себя заново, чтобы, наконец, встать на путь самопознания.

## **Духовный близнец**

Мы совсем не ждем этой любви. Мы наконец-то обрели целостность и самостоятельность, а этот человек неожиданным образом дополняет нас и предлагает испытать лучшие эмоции в жизни. Такой тип любви не всегда прост, поскольку предназначение третьей любви подразумевает не только взаимные отношения, но и развитие каждого из партнеров. Обычно она кажется нам неправильной, или, по крайней мере, мы так думаем, когда сталкиваемся с ней. Кажется, что она разрушает наши давние идеалы любви, за которые мы отчаянно цепляемся. Но в итоге эта любовь приходит так легко, что кажется невозможной; эта связь необъяснима и буквально сбивает нас с ног.

К этому моменту мы либо зареклись влюбляться, либо убежали под крыло к родственной душе. Очень трудно поверить, что все будет иначе, особенно после трагедии вторых отношений. К этому моменту мы вырастем, а за плечами – длительные отношения или неудачный брак. Возможно, уже есть дети. Кажется, что лучше вообще держаться подальше от любви, чем дать себя ранить.

Но неважно, как долго и упорно мы сопротивляемся этой любви, в конце концов, мы понимаем, что она возникла. Внезапно то, чего мы так старательно избегали, проявилось, и мы вновь влюблены – в третий и последний раз.

В таких отношениях мы сближаемся с человеком, и все складывается: здесь нет ни идеалов или ожиданий того, как нужно себя вести, ни давления, под силой которого нужно меняться.

Нас принимают такими, какие мы есть, и это потрясает нас до глубины души. До этого любовь была для нас борьбой, в которой мы пытались либо достичь соответствия идеалам, либо все исправить, поэтому легкая непринужденность этих отношений нервирует. Сейчас борьба заключается в том, чтобы понять, что за любовь не обязательно бороться и что любовь действительно может прийти тихо и без приглашения.

Она разительно отличается от наших представлений о любви и не подчиняется старым правилам, которым мы следовали, надеясь обезопасить себя, разрушает наши

предубеждения. Эта любовь зачастую противоречит не только образу партнера на всю жизнь, но и прежним представлениям об отношениях.

Мы извлекли уроки из предыдущего, но только третья любовь даст нам слово. Для того, чтобы сделать другой выбор. Наша третья любовь – шанс сделать его правильно, потому что мы наконец-то можем почувствовать разницу.

Эта любовь будет настойчиво стучать в нашу дверь, ведь если кто-то предназначен нам судьбой, это необратимо. От нее невозможно убежать.

Какой бы странной она ни казалась, в какой бы непривлекательной форме она ни пришла, она принесет нам счастье.

В жизни не каждый испытывает все три типа любви, потому что не все оказываются готовы. Застрявшие в ловушке циклов первой и второй любви не способны принять третью.

Возможно, для усвоения каждого урока нам понадобится целая жизнь, а возможно, лишь несколько лет.

## **Счастливики**

Есть люди, которые влюбляются однажды и любят долго, страстно и до последнего вздоха. У многих есть выцветшие затертые фотографии бабушек и дедушек, которые в восемьдесят лет кажутся такими же влюбленными, как и на снимках со свадьбы. В отличие от нас, этим редким экземплярам не нужно проходить три урока любви, они по-прежнему за-



ставляют задуматься, действительно ли мы умеем любить.

И дело не в том, что этим парам повезло расти и развиваться вместе. Они смогли выучить те же уроки, что и люди, пережившие три настоящих любви, – им было предначертано сделать это бок о бок в этой жизни. Ни один из способов не является правильным, неправильным или более сложным: это лишь то, на что подписались наши души до начала этой жизни.

Кто-то однажды сказал, что эти люди – счастливики. Возможно, так оно и есть. Я считаю достигших третьей любви такими же счастливыми, как и тех, кто полностью отказался от любви, проведя много ночей в одиночестве.

Дело не в том, готовы ли мы к любви, а в том, готова ли любовь к нам. Мы должны помнить: если раньше не сложилось, не означает, что и сейчас не получится.

На самом деле все сводится к тому, ограничены ли мы в любви, или, наоборот, отдаемся ей без ограничений. Мы все можем остаться с нашей первой любовью и осчастливить всех вокруг.

Мы можем остаться в наших вторых отношениях, поверив, что нам не за что больше бороться.

Или мы можем поверить в третью любовь.

В ту, с которой неожиданно чувствуешь себя как дома. В любовь, которая не похожа на шторм, а скорее на тихую ночь после бури.

Возможно, есть что-то особенное в первой и что-то душе-

раздирающее во второй... Но есть и кое-что удивительное в третьей.

В той, о которой мы не подозреваем.

В той, которая показывает нам, почему раньше ничего не получалось.

В той, которая длится долго.

Именно поэтому всегда стоит пытаться, потому что, по правде говоря, никогда не знаешь, когда встретишь Любовь.

# **Первая любовь, родственная душа. Тот, кто кажется идеальным**

## **Часть 1. Мечта. Мы будем счастливы всегда**

Когда мы влюбляемся в родственную душу, нам кажется, что это – навсегда, и неважно, случилось это в шестнадцать или в сорок шесть. Сладкий трепет телефонных разговоров до поздней ночи, звонкий смех, наши силуэты на фоне луны – и мы на крючке.

Когда мы впервые открываем для себя любовь, пути назад нет. Да мы и не хотим возвращаться. Впервые влюбившись, мы начинаем писать сценарий будущего. Мы уже согласны прожить жизнь с этим человеком и смакуем мысли обо всем, что нас ждет. Чувство первой любви настолько сильное, что мы верим, что мы нашли своего суженого.

Первая любовь редко оказывается последней. Оглядываясь назад, мы видим человека, который лишь казался подходящим. Возможно, он был навязан семьей или обществом и нас хотели видеть вместе. Мы можем оправдывать неудавшиеся отношения проблемами с отцом или матерью, но правда состоит в том, что детские переживания формируют

не только представление о любви, но и об отношениях в целом.

Со времен моей первой влюбленности прошли десятилетия, но я до сих пор помню, как кружилась голова, когда он звонил, и как я лежала в кровати и думала, что эта любовь предназначена мне судьбой. В моей жизни появилось то, что я видела в бесчисленных фильмах, над которыми редела, будучи романтичным и бунтующим подростком.

Этот мальчик подходил мне по многим пунктам, которые тогда были важны: происходил из той же социальной среды, мы имели много общих друзей, и с ним было так легко! Оглядываясь назад, я понимаю, что моя влюбленность была естественна и очень органична. Только со временем и опытом мы понимаем, что сходство не обязательно служит основой для продолжительной любви или даже удовлетворения.

## **Просто нам так комфортно**

Легкость в отношениях с родственной душой создает ощущение полноты и судьбоносности. Тот, с кем мы пережили множество жизней, в отличие от кармической любви или духовного близнеца, не учит нас чему-то особенному, и в этих отношениях мы не обмениваемся мощнейшей энергией и не ощущаем сильной привязанности друг к другу.

Мы словно вновь и вновь в каждой следующей жизни навещаем старого друга, поэтому при встрече возникает ощу-

щение «О, вот ты где! Я тебя искала».

Некоторым из нас трудно уйти от этой любви. Не потому, что в этом человеке есть все, чего мы хотим и в чем нуждаемся, а потому что мы так хорошо его знаем и нам с ним комфортно.

Этот вариант отношений отлично показан в фильме «Любовь и баскетбол». Главные герои Моника и Квинси, роли которых исполнили Санаа Лэтэн и Омар Эппс, – соседи, с детства влюбленные друг в друга и в баскетбол. Их пути расходятся во время поступления в колледж, на расстоянии они испытывают боль разлуки и профессиональный стресс. Понимая, что их отношения основаны на комфорте, они расстаются. Их разрыв безусловно расстраивает зрителя. Позже, в одной из лучших сцен фильма, они встречаются вновь, будучи взрослыми. Сцена баскетбольной партии один на один демонстрирует, что Моника и Квинси – родственные души, а суть их отношений становится очень наглядна.

Чтобы понять суть любви первого типа, нужно принять, что жизнь – больше, чем период земного существования. Каждый из нас – не только тело, но и душа, которая проживает множество жизней. Именно поэтому у каждого есть духовная семья – те, кто сопутствует нам в разных перерождениях. Иногда мы друзья и любовники, иногда – мать и ребенок, но мы остаемся вместе. Родственные души – это члены нашей духовной семьи. По этой причине от родственных душ так трудно уйти – уровень комфорта очень высок.

К сожалению, мы не можем духовно развиваться, оставаясь в зоне комфорта.

Любовь не обязательно должна быть трудной. Для развития личности и превращения в лучшую версию себя нужны испытания и выход за пределы прежних рамок существования. Наши родственные души прекрасны и полны любви, но они не выталкивают нас за пределы зоны комфорта.

К ним мы можем возвращаться снова и снова, чтобы испытать знакомые чувства.

Раздумывая о трудностях первой любви, я вспоминаю подростковый сериал 90-х «Бухта Доусона», в котором Кэти Холмс сыграла милую своенравную Джоуи из неблагополучного района, которая влюбляется в друга детства по имени Доусон в исполнении Джеймса Ван Дер Бика. На протяжении нескольких сезонов Джоуи и Доусон то сходились, то расходились, и их отношения колебались от влюбленности до дружбы – такая динамика весьма показательна для родственных душ.

Мы не представляем свою жизнь без родственной души. После расставания мы чувствуем себя потерянными, поэтому именно родственная душа возвращается к нам в трудный период жизни, и мы снова пытаемся строить отношения.

Поскольку родственные души, как правило, встречаются в детстве, в старшей школе или даже во времена студенчества, когда мы перескакиваем из одних отношений в другие, – мы часто возвращаемся к этим отношениям позднее, хотя бы на

короткий промежуток времени.

Родственная душа создает ощущение запасного аэродрома, поскольку она всегда рядом. Иногда мы даже вступаем с ней в брак (снова!), потому что начинаем рассматривать постоянные возвращения к ней как предназначение быть вместе.

Джоуи дошла до точки, в которой смогла покинуть Досуна и найти счастье, это произошло тогда, когда она стала больше думать о себе, о своих желаниях и возможностях. Проблема отчасти заключается в том, что сказка идеальной первой любви чертовски заманчива.

Все мы хотим влюбиться раз и навсегда – в конце концов, многие пытаются понять, в чем же заключается смысл любви, если не в этом.

Первая любовь неспешным шагом входит в нашу жизнь, и кажется, что так и должно быть. Этот человек будто предназначен нам судьбой, и мы ныряем в эти отношения с головой. Поскольку это происходит в юности, погружение в отношения не обязательно приводит к браку, но часто к полному принятию и даже планированию совместного будущего. Мы начинаем видеть перспективы вечной любви и поддаемся надеждам о том, что наша первая любовь может оказаться последней.

## **Все мы мечтаем о красивой истории любви**

Мы хотим полюбить с первого взгляда. Рассчитываем выйти замуж за нашу школьную пассию. Мечтаем о таких отношениях, которые показывают в кино. Надеемся прожить эту историю в реальности, не потому что она похожа на волшебную сказку, а потому что мы так запланировали.

Одна из моих клиенток, Бритт, впервые пришла ко мне со своим партнером. Они оба верили, что являются духовными близнецами друг для друга, и обратились ко мне, чтобы узнать об этом больше. После первого визита она написала мне личное сообщение и попросила принять ее одну, без спутника, поскольку ее одолевали некоторые сомнения. Ее мужчина обращался с ней как с принцессой, и все было словно в сказке. Но даже в детских сказках есть темная сторона. Спустя несколько месяцев Бритт нашла в себе силы признаться, что эти отношения – не то, что ей нужно, и они не находят прежнего отклика в ее душе.



# 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.