

## Лекарство от безответной любви

Вряд ли эта статья заинтересует тех, кто никогда не искал средств от неразделенной любви. Как и тех, кто твердо убежден: "нужно просто выбросить свою несчастную любовь из головы". Впрочем, так считают по большей части те, кто никогда не мучился от того, что прекрасные чувства не находят отклика в душе пассии. Остальным же, для кого безответная любовь - настоящая проблема, придется поработать над собой. Иначе ничего хорошего не получится.

Начнем с малого: что считать несчастной любовью? Есть несколько случаев, в которых можно с уверенностью говорить о неудаче:

- если ты думаешь: "Я так тебя люблю!", а Он (Она) даже не знает, как тебя зовут;
- если ты любишь человека, который намного старше или намного младше тебя;
- если ты влюбляешься в человека, которого довелось увидеть лишь раз в жизни, да и то случайно;
- если твоя пассия никак не реагирует на все твои попытки познакомиться, не звонит тебе, хотя ты уже в десятый раз оставляешь свой телефон;
- если ты питаешь нежные чувства к знаменитости;
- если на твое признание в любви ты получаешь "от ворот поворот";
- если ты узнаешь, что Он (Она) уже любит другого человека, и у них очень крепкие отношения...

Очень часто люди пытаются всеми силами добиться расположения той особы, которая их так волнует. Некоторые не брезгают ничем - ни насилием, ни обманом, ни клеветой... Надеюсь, тебе это незнакомо. В таком случае воспрянь духом - все поправимо, главное - будь мудрее своего сердца.

Твоя первая задача - вернуть потерянное самообладание и продолжать жить нормальной, полноценной жизни. Стань оптимистичнее и радуйся каждому новому дню. Даже если порой тебе хочется плакать - улыбнись себе и скажи: "Я обязательно найду свое счастье!" Задай себе вопрос: "За что я люблю Его (Ее)?" А теперь спроси себя: "какие недостатки у моей пассии?" Предупреждение - если недостатков не обнаружено, значит, ты плохо ищешь или плохо знаешь этого человека, что в обоих случаях недопустимо. После того, как ты ответишь на эти два вопроса, нацель себя на то, что ты непременно встретишь человека, которые обладает такими же хорошими качествами, но при этом у него нет вышеупомянутых недостатков. Это обязательно поможет!

Если самовнушение плохо помогает, и трезвые рассуждения тебя не утешают, попробуй более действенный способ: спланируй свой день так, чтобы тебе некогда было думать о своей несчастной любви. Запишись в плавательный бассейн или в тренажерный зал, сходи в сауну, займись бегом на свежем воздухе или репетируй танец. Водные процедуры снимут излишнюю напряженность, физические нагрузки обеспечат тебе крепкий сон. И самое главное - ты обретешь прекрасную фигуру, и никто не сможет сопротивляться твоему обаянию!

Сделай себе несколько подарков. Не "запускай" себя, следи за своим внешним видом, - посети парикмахерскую, сделай себе оригинальный маникюр, купи духи (одеколон), о которых (ом) ты давно мечтал (а). Сильному полу могу посоветовать то же

самое - сходить на концерт любимой группы, встретиться с хорошими друзьями. Еще помогают стихи или проза - что кому больше по душе. Это даст возможность "выплеснуть" скрытые переживания, посмотреть на свои чувства со стороны, возможно, что-то переосмыслить. Кто знает, может быть, твоя несчастная любовь даст человечеству великого спортсмена или талантливую поэтессу.

Не опускайся. Крепкие напитки, сигареты, наркотики не принесут тебе облегчения. Не пытайся "заесть" горе хот-догами или пирожными (к этому особенно склонны девушки). Твой организм и так переживает стресс, так не усугубляй ситуацию, а постарайся поддержать себя здоровой пищей, упражнениями и моральным спокойствием. К тому же никто не захочет связываться с алкоголиком, наркоманом, занудным нытиком. Никто не подойдет к скучной тени, от которой несет перегаром и запахом табака. Если же ты найдешь себе новое дело, которое будет доставлять тебе радость -неважно, переписка ли это на английском языке, разведение кактусов, увлечение мотоциклами или кошками - ты станешь интересным, богатым духовно человеком, с которым будет приятно пообщаться. Так ты сможешь обрести новых знакомых... и кто знает, может, твой английский друг по переписке или симпатичный инструктор по плаванию - твоя половинка! В твоём подавленном состоянии эти советы могут показаться смешными, но, поверь, сидя в четырех стенах и утопая в слезах, ты ничего не добьешься. Ты же все-таки не хочешь остаться у разбитого корыта? То-то же. Значит, действуй!

Постарайся проанализировать свою ситуацию. Нет, я не призываю тебя искать свои недостатки и умирать от жутких комплексов по поводу собственной неполноценности, - никто не виноват в том, что случилось. Не стоит также выискивать недостатки твоей пассивности - ведь изменить ты можешь только себя, верно? Просто присмотришься, как в подобных ситуациях ведут себя другие люди. В чем секрет счастья влюбленных пар? А почему разошлись вот эти двое - ведь они, казалось, так подходили друг другу?.. Ты увидишь, что ты - не единственный (-ая), кто страдает от несчастной любви. И, может, сможешь помочь своими советами другим.

Теперь, когда ты знаешь, что нужно делать, я могу рассказать тебе, чего делать ни в коем случае нельзя. Первая и самая главная ошибка - месть. Мстить за неразделенное чувство - это удел низких, подлых людишек. Ты ведь не причисляешь себя к ним? Да и как можно делать зло человеку, которого ты любишь? А если не любишь - зачем тогда мстить, за что? Мсть разрушает душу, сужает кругозор до одной мыслишки: "Как бы нагадить?" И не позволяет просто и без страданий расстаться со старым чувством, чтобы с чистой душой идти навстречу новому.

Точно так же - не преследуй избранника (избранницу) твоей пассивности. Сумей порадоваться за их счастье - только тогда ты сможешь сказать себе, что любил (а) искренно и сильно, только тогда можешь считать себя Человеком с большой буквы. Шантаж, угрозы и подкуп еще никого не сделали лучше. Это лучший способ превратить равнодушные объекты твоей страсти в ненависть. Дешевые домогательства, письма, залитые слезами, не способны вызвать ничего, кроме брезгливости и презрения. Да и другие начнут смеяться над тобой.

Ты совершишь ошибку, если вместо того, чтобы извлечь уроки на будущее, попытаешься вычеркнуть период влюбленности из своей жизни. Не нужно. Ведь любовь - это прекрасное чувство, и даже если она осталась без ответа, она не становится от этого хуже. Радуйся, что ты научился любить, что ты умеешь любить, и никогда не сделаешь так же больно другому человеку.

И последняя, самая главная ошибка, которую так часто делают и девушки, и парни. Запомни: поговорка "клин клином вышибают" здесь неприменима! Ни в коем случае не устраивай демонстративных сцен на виду у твоей бывшей (пусть даже и не бывшей) любви, не прогуливайся под руку с нелюбимым человеком напоказ. Ты ведь знаешь теперь, как мучительно, когда твои лучшие чувства остаются без ответа. Не причиняй подобных страданий другим, и будь счастлив!