

ПРОЧИТАЙТЕ ЦЕ, ЯКЩО СЕРЦЕ РОЗРИВАЄТЬСЯ І ЗДАЄТЬСЯ, ЩО ВОНО НІКОЛИ НЕ ЗЦІЛИТЬСЯ

Вашому серцю судилося бути розбитим. Це спільний досвід, якщо вам не забракне хоробрості, щоб відкрити своє серце. В житті вам судилося зустріти людей, з якими ви тісно зближуєтеся, відкриваючи одне одному щось приховане як про себе, так і одне про одного, а також про те, що означає бути разом. Згодом ви переростаєте дещо з цього. Ви повинні щось відпустити. Ви повинні розгледіти ниточки, які переплітаються, але не завжди з'єднуються на кінцях. Ви повинні вчитися як з того, що маєте, так і з того, що втрачаєте.

Я знаю: це анітрохи не полегшить холодного шоку, який зараз пронизує вашу нервову систему. Я знаю: вам здається, ніби кожна кісточка у вашому тілі заціпеніла, ніби вас досі вражає розрив із тим, у чому колись було стільки надій, що відчувалося таким рідним. І я хочу сказати вам, що, попри весь біль, це також нормально. Ми не створені для того, щоб нас відривали від того, до чого ми прив'язалися.

Але що, як це сталося?

На це завжди є причина.

Часто за межами нашого розуміння в той момент.

Зараз вам потрібно плекати й виражати. Вам потрібно пропустити досвід крізь себе, хай як сильно вам не здавалося б, що ваші нутроці вириваються назовні у пошуках відповіді, якої ви не можете знайти. Ви маєте зрозуміти: рішення, яке ви шукаєте, є водночас основою проблеми — життя хо-роше, але важке. Біль — неминуча частина цього шляху.

Щойно ви звільнитесь від усього внутрішнього хаосу й повернетесь до подоби нейтралітету, перед вами відкриється широкі і яскраве вікно. Те, що змінить ваше відчуття можливостей, мети й сенсу. Воно не просто переведе вас на інший бік, але й дозволить вам використати цю можливість як трамплін до людини, якою ви мали бути, до життя, яке мали вести.

Лише вам вирішувати, ваші втрати є падіннями чи переломними моментами, які стануть катализаторами найбільших інвестицій у себе. Це або періоди, протягом яких ви вирішуєте, що просто витримуватимете життєві випробування, або періоди, коли чітко зауважуватимете, що життя руйнується на поверхні, коли щось глибше й правдивіше намагається виринути з-під неї.

Ви повинні вирішити: вважаєте розбите серце проявом своєї індивідуальної негідності чи

болісною, але невіддільною частиною процесу дорослішання, який переживає більшість людей, якщо їм пощастило покохати.

Вам вирішувати, чи дасть помилка все необхідне для того, щоб зрештою зробити все правильно.

Ви самі обираєте, як це сприймати.

На початку будь-якого шляху, а особливо в любові, програші переважають над перемогами. Якщо ви не залишаєтеся з першим коханням назавжди, цей процес неминуче нагадуватиме низку розчарувань, поки правильна людина не знайде вас, поки вона не поєднає своє життя з вашим, поки ядро вашого існування не трансформується до того, що в центрі вас будуть двоє, а не один.

У цьому рівнянні є щось більше, ніж просто хімія, зв'язок чи легкість.

У ньому також є майбутнє.

І те, що буде далі.

Існує людина, якою ви є зараз, але є і той, ким ви починаєте ставати. Той, ким хочете бути понад усе. Є міста, що чекали на вас, речі, що мають ваше ім'я, ідеї, що чекають на народження.

Якщо ви схожі на більшість людей, то можете згадати щонайменше кілька речей, які втратили в минулому, і визнати, що, можливо, ви навіть вдячні за те, що не все склалося так, як ви колись хотіли. Ви не знали того, чого ви не знали. Ви не могли

бачити цілісної картини. Ким стануть вони і ким станете ви. Виявилось, що за такими схожими, на перший погляд, образами ховаються зовсім інші історія та реальність.

Життя знає.

Життя чуло розмови, яких не чули ви.

Воно бачило речі, яких не бачили ви.

Воно знає те, що вам не відомо.

Якщо життя штовхає вас у напрямку, протилежному до того, чого, здавалося б, прагне ваше серце, вам потрібно знайти в собі сили підкоритися, довіритися та зрозуміти: можливо, те, що здається відмовою, насправді є запобіжником, способом гарантувати, що ви потрапите саме туди, де вам найбільше потрібно бути. Можливо, це саме та мить, коли ви усвідомлюєте, що життя любить вас дуже сильно, а тому не дасть бажаного, щоб потім ви отримали те, на що найбільше заслуговуєте.

Коли вам здається, що відпустити біль неможливо, ніби ви тримаєте його за горло й тягнете все ближче, знайте, що майже завжди є інша причина. Майже завжди є таємний мотив. Ви втрачаєте не просто супутника, полум'я чи друга. Йдеться також про відчуття мети, впевненості та знання того, що буде далі. Те, що ви одночасно оплакуєте, — це ваше колишнє уявлення про те, яким має бути життя. Якщо ви не побудуєте на його місці нового життя, не дивуйтеся, якщо уявлення про

людину, яку ви колись знали й любили, заповнить і поглине цю порожнечу.

Там, де ви раніше помістили того, ким заповнили свої плани на майбутнє, за його відсутності з'явилася примара — звичайна думка про цю людину. Вона приживеться і займе половину, а іноді й більшу частку вашої уваги, вашого розуму.

Якщо це саме про вас, то вам слід сприймати це безмежне нове життя як свій золотий горизонт.

Саме туди ви маєте спрямовувати свою увагу, навіть у найважчі години.

Бо ви не зможете знайти своєї спорідненої душі, не втіливши власної душі.

Ви не дізнаєтеся, хто підходить вам, якщо не знатимете, чого шукаєте. Від абстрактної сумісності й до цілком практичних речей — неможливо правильно підібрати людину, з якою ви могли б реально побудувати життя, не знаючи, якого життя хочете ви.

Це ваша нагода змінити це.

Розплющити очі й побачити.

Інколи те, за що ми найміцніше вхопилися, насправді допомагає нам безпечно триматися берега, й це ніби підносить і звільняє нас від найбільшого страху — стати тими, ким нам судилося бути. Сміливо йти назустріч невідомому й вибудовувати. Ми уявляємо самотність як відсутність інших

людей, хоча насправді вона є наслідком відірваності від самих себе. Можна бути найбільш самотніми в переповненій кімнаті або найбільш задоволеними на самоті.

Це не означає, що ваше покликання — жити самотньо.

Це не так.

Це просто означає, що коли ви опинилися там, де почуваетесь самотнішими, ніж хотіли би бути, а ваші зусилля налагодити зв'язки не приносять бажаного успіху, ви отримуете пропозицію, можливість по-справжньому подружитися із собою. Саме з цього народиться решта ваших зв'язків.

У п'ятницю ввечері, коли життя сприймається легко та захопливо й кожен шукає, що робити, поруч із вами чимало людей. Коли обставини зводять вас разом, коли ваші досвіди перетинаються настільки близько, що це породжує відчуття єдності, всі залишатимуться поруч із вами. Коли життя легке, а стосунки не потребують зусиль, всі поруч. Поява певної напруги — це випробування, і саме ті стосунки, що його витримують, є нашим призначенням. Взаємини, які руйнуються, не повинні супроводжувати вас до кінця життя, але знаєте, кому вони потрібні?

Вам.

Саме із собою ви прокидаєтеся у неділю вранці. Саме про себе ви дбаєте щодня. Саме ви ухвалюєте всі доленосні рішення. Саме ви заповнюєте

мовчання й вільний простір. Саме ви відстоюєте свої потреби і є вразливими у своїх почуттях. Саме ви вирушаєте у кожну пригоду. Саме ви закохуетесь, розлучаетесь і знову закохуетесь. Саме із собою ви повинні проводити увесь свій час. І коли вас більше не лякатиме не лише виживання, а й процвітання наодинці, ви відкриєте для себе щось неймовірне — здатність звільнитися від зв'язків, які ви утримували через страх і примус. Ви стаєте вільнішими. Ви не боїтеся втрат, відторгнення. Ви не ставите свій комфорт у залежність від того, вирішить хтось інший залишитися чи ні.

Бо навіть якщо всі ваші мрії здійсняться і ви будете вічно оточені людьми, яких любите і які люблять вас найбільше, ваше життя все одно належить лише вам.

Це все ще ви, і завжди будете ви.

Ваша готовність прийняти це, а не боротися проти цього, є не тільки ознакою вашої сили, а й підтвердженням глибинного знання, що чесне життя, навіть якщо воно менш комфортне, важить більше, ніж те, в якому кожен сумнів і страх придушуються фальшивими зв'язками.

Зараз вам може принести користь складання переліку всіх причин, з яких ви, ймовірно, таємно радієте, що ваші останні стосунки залишилися позаду. Йдеться про все те, що вам не хотілося терпіти вічно, або й те, що лякало вас. Пам'ять про незгоду, про те, як ваші найпотаємніші інстинкти підсилюються і підтримуються цим

розставанням, допомагає послабити голосніші частини вас, які просять повернутися до звичного, до відчуття того, що могло би бути.

Тому що один із найважчих, але найправдивіших уроків: хороші речі не вичерпуються.

Чи готові ви повністю побачити природу й реальність своїх минулих стосунків — це питання часу й переосмислення, але коли ви будете готові, то, найімовірніше, зможете ідентифікувати всі ті моменти, коли розкол, перелом, виявлення невідповідності були очевидними й поставали прямо у вас перед очима. У гóрі вам може здаватися, що у вас забрали все, чого ви коли-небудь хотіли й потребували. Це і є жаль за тим, що ви не змогли розвинути цих стосунків до досконалості. Частиною вашого зцілення стане усвідомлення того, що будь-яке руйнування, будь-який розрив часто є небезпідставними, що розбіжностей було більше, ніж точок дотику.

Вища правда почала затьмарювати ілюзію історії, яку ви розповідали собі про те, як усе має бути.

Насправді життя працює на вашу користь.

Річ у тім, що одного дня ви досягнете цього.

Ви знайдете свою людину і там, де найменше очікуєте, і там, де завжди могли б передбачити.

Ви знайдете людину, яка увійде у ваш світ самотності й захоче бути з вами навіть там. Ви знайдете того, хто полюбить вас так само сильно, як і ви його.