

РИНАТ ЮНУСОВ

# БУДЬ НАЧЕКУ



**Как спасти свою жизнь от  
разрушительных отношений**

16+

Ринат Юнусов

**Будь начеку. Как  
спасти свою жизнь от  
разрушительных отношений**

«ЛитРес: Самиздат»

2017

## **Юнусов Р.**

Будь начеку. Как спасти свою жизнь от разрушительных отношений  
/ Р. Юнусов — «ЛитРес: Самиздат», 2017

Каждый, кто испытывает серьезные проблемы в личных отношениях, будь то отношения с супругом или с близким человеком зачастую задается вопросом: «Почему я оказался в отношениях, которые портят мою жизнь?». Как стать счастливым? Не секрет, что проблемы преследуют многих людей, но их решение стандартными советами «становись лучше» зачастую оказывается бесполезной тратой времени. Проблемы никуда не уходят. Эта книга призывает нас посмотреть на все наши отношения с другой стороны. Изменив свое видение и свой подход к любым отношениям, мы можем добиться для себя нового качества жизни и стать по-настоящему счастливыми людьми.

© Юнусов Р., 2017

© ЛитРес: Самиздат, 2017

Честная книга об отношениях, любви и деньгах

## Вместо предисловия

В этой книге я расскажу вам то, чего вы не услышите ни в школе, ни в институте, и вы, скорее всего, не получите подобных советов даже от своих родителей или родственников. Хотя бы потому, что о таких вещах никто не задумывается. До поры до времени. Неудивительно, что большинство из нас живут несчастливой жизнью. Думаю, не совру, если скажу, что отношения – будь то отношения в семье, дружеские отношения, общение в школе, на работе – едва ли на самая важная составляющая нашей жизни. И отношения с другими людьми самым прямым образом влияют на нашу удовлетворенность от жизни, на наше настроение, и, в конечном счете, может сделать нас счастливыми или несчастными.

Только оглядываясь назад, можно прийти к неутешительному, жестокому выводу: окончив школу и даже институт, молодые люди «бросаются» в жизнь абсолютно неподготовленными к ней. Если бы я получил советы, содержащиеся в этой книге, лет двадцать назад, я был бы гораздо более подготовленным и сохранил бы не только свое время, но и свои нервы. Поэтому, тот факт, что вы держите в руках мою книгу, можно расценивать как подарок. Я искренне хочу, а вернее НЕ хочу, чтобы вы, так же как и я, так же как и многие люди по всему миру, шли по жизни методом своих же проб и ошибок, по крайней мере, в сфере отношений. Есть возможность учиться на чужих ошибках, и эта книга – выжимка жизненного опыта, как моего, так и многих других людей, которые сами прошли через многие трудности в отношениях. Это даст вам возможность сэкономить, быть может, десять или двадцать лет своей жизни только потому, что вам не придется тратить столько времени, чтобы узнать все на своем собственном опыте. Ведь что такое личный опыт, в конце концов? Говоря простым языком, личный опыт выглядит примерно так: вы живете, как можете, проходит N-ное количество лет, вы сталкиваетесь с трудностями, после чего начинаете решать проблемы, и лишь затем, поняв, что вы жили как-то не так, оглядываетесь назад и приходите к горькому выводу, что можно было избежать многих ошибок. Но время уже ушло.

Я знаю, что мы не всегда можем принять чужой опыт, чужие советы. Нам часто мешает предубеждение, что чужой опыт не применим к нашей жизни. Но это не так. Если вы готовы поверить в то, что не всегда все нужно проверять на собственной шкуре, идти по жизни методом проб и ошибок, и что некоторых ошибок в жизни можно избежать, если знать о них заранее, то эта книга – для вас.

*«Знал бы, где упасть, соломки бы подостал»*  
*Поговорка*

Разумеется, невозможно знать все заранее. Да и усвоенные нами парадигмы о жизни (как в пословице выше), говорят нам, что мы в некоем роде бессильны перед будущим, что жизнь – это сплошной хаос. Если это так, то получается, что мы не контролируем свою жизнь и не можем повлиять на свое будущее. Соглашусь, что невозможно избежать всех ошибок, но все же есть некоторые общие правила и парадигмы, которые могут помочь избежать главных ошибок в отношениях.

Деньги, скажете вы. Деньги ведь тоже важная часть жизни, а не только отношения с людьми? Конечно. Зачастую вопросы, связанные с деньгами, влияют на возникновение многих «плохих», «токсичных» отношений, и мы так или иначе коснемся и темы денег (хотя мне больше нравится слово «независимость»).

Более того, если посмотреть на многих успешных и богатых людей, среди которых можно найти и миллиардеров, людей, которые умудряются не только зарабатывать успешнее многих других своих коллег, но и давать мудрые советы, то они зачастую испытывают те же самые проблемы, что и мы. Не хотел бы приводить фамилии этих людей. Их достаточно много во всем мире.

Так вот, эти люди, умудренные опытом профессионалы в финансовых вопросах, зачастую абсолютно безответственно подходят к вопросам отношений. Я говорю, прежде всего, о браке. Очень часто мы видим на первых полосах газет и журналов, как очередной миллиардер разводится со своей женой, разом теряя огромную долю своего состояния.

Вдумайтесь! Люди, потратившие свою жизнь, пробивающие себе дорогу на вершину мира финансов, люди далеко не глупые, теряют огромные деньги при разводе. Они считают правильным экономить каждый доллар, взираясь наверх, но при этом теряют огромные деньги из-за неправильных отношений. Вопрос не в том, что для них это большая проблема. Нет. Они могут, в конце концов, это себе позволить. Они в любом случае остаются независимыми, богатыми людьми.

Вопрос в другом. Я хочу сказать вот что: если богатые и успешные люди позволяют пре-небречь вопросами отношений, вопросами, касающимися их супружеской жизни или отношениями со своими партнерами по бизнесу, то, что можно сказать о нас, обычных людях? Только то, что мы гораздо менее защищены, чем они. Это первое. А второе, это то, что мы с вниманием слушаем советы относительно того, как больше зарабатывать, и при этом никто не говорит, что «токсичные отношения» могут разрушить ваше финансовое благополучие. Да, отношения прямым образом могут повлиять и на ваши финансы. Запомните это.

Как я уже сказал, невозможно знать наперед, что преподнесет нам жизнь. Мы можем встретить человека, влюбиться в него, и прожить замечательную счастливую жизнь с ним, при этом не испытывая разного рода проблем в общении, не переживая дорогостоящие и мучительные разводы. Или можем связать свою жизнь с неправильными людьми, влюбиться и страдать всю свою жизнь. Какой бы вы путь выбрали?

Путь счастья, счастливых отношений, или путь страданий. Наверное, первый.

Никто не хочет страдать. И, более того, мне кажется, что поскольку нас никто не учил, что всегда есть возможность сделать правильный выбор, выбор осознанный и основанный не только лишь на чувствах, то мы и не придаём вопросам взаимоотношений должного внимания. Иногда всего, чего нам не хватает в этом вопросе – быть немного серьезнее.

Итак, давайте же начнем.

## Прописные истины

Эта книга не о том, как найти идеального человека.

Идеальных людей не бывает. Это скажет вам любой психолог, и вообще любой здравомыслящий человек. Но зачастую наш мир устроен так, что от нас всегда ожидают каких-то чудес или невероятных романтических отношений (привет всем влюбленным и семейным парам); или умения слушать, или послушания (привет учителям и армии, а заодно снова привет семейным парам)…

Список можно продолжать бесконечно. От нас всегда чего-то ждут, да и мы сами чего-то ожидаем от окружающих нас людей. Если мы не соответствуем чьим-то ожиданиям, у нас, как правило, появляются проблемы. И так в любых отношениях (или организациях). А раз у нас возникают проблемы, тут же появляются люди, готовые решить их.

Удивительно, насколько развита современная индустрия решения проблем «угнетенного человека». Нам доступны тысячи книг по психологии на полках книжных магазинов, миллионы курсов по саморазвитию, десятки тысяч консультантов, даже отдельные телевизионные

каналы – возникает ощущение, что каждого человека нужно срочно «вылечить», «изменить», «сделать идеальным», «менее черствым», «сделать так, что бы мы нравились всем» и т.д. Даже удивительно, а как мы жили раньше без всей этой индустрии? Наверное, были более несчастными, чем теперь?

Добавим к этому списку магию кинофильмов, которые просто внушают несчастным людям, что где-то есть идеальные люди, встретив которых мы сразу же станем счастливыми.

Скажем так: счастливыми мы быть можем, а насчет встречи идеального человека в своей жизни я бы призвал вас не искать иголку в стоге сена, которой там и нет.

### ИДЕАЛЬНЫХ ЛЮДЕЙ НЕ БЫВАЕТ.

Я не готов и не хочу советовать вам заниматься поисками идеальных людей. Казалась бы, чего проще – окружить себя идеальными людьми и жить счастливо. Но, увы, так не бывает.

К счастью, это вовсе не проблема.

Зачастую проблема совсем в другом. И не в нас самих, как мы можем вновь прочитать в каком-нибудь бестселлере. Нам часто советуют становиться лучше. Если вы хотите стать лучше, стать внимательнее к другим, более понимающим и т.п. – я не против, и только за, но это не гарантирует решение ваших проблем. Вы будете стремиться соответствовать чьим-то ожиданиям, а это уже само по себе издевательство над собой! Стремитесь к совершенству – говорят вам, а как только станете совершенным, то по мановению волшебной палочки все ваши проблемы исчезнут! Не исчезнут, а только усугубятся! Если в отношениях есть проблема, эта проблема касается не только вас, но и человека, с которым вы общаетесь или состоите в этих отношениях, а значит, проблема НЕ ТОЛЬКО В ВАС! Не зря отношения называются отношениями – для того, чтобы были отношения, нужны двое.

Вот почему вам, скорее всего, не поможет большинство книг по самосовершенствованию, какими бы ни были хорошими, на первый взгляд, советы, содержащиеся в них. Я уважительно отношусь ко многим авторам книг, которым небезразлично все, что касается отношений людей, личностного роста, саморазвития. Они вносят свою важную лепту в понимание нашей человеческой природы. Все, что они пишут и говорят, имеет большое значение и в целом они правы.

Они правы в том, что действительно, можно стараться быть лучше, можно стараться более внимательно относится к окружающим людям, к своей жене или мужу, слышать то, что вам хочет сказать другой человек, стараться понять, прежде чем быть понятым и т.д. Все это важно.

Вот только иногда нужно посмотреть на вещи с совершенно другой стороны...

Это все равно, что начать заново, с другими принципами, с другим подходом к жизни, отношениям, другим людям, и, прежде всего, к себе. Это все равно что посмотреть на свою жизнь со стороны.

А для этого я предлагаю вам, дорогой мой читатель, ненадолго вернуться в прошлое. Например, в школу. Или в то время, когда вы были молоды и готовы были влюбляться в каждую понравившуюся вам девчонку/мальчишку...

И подумать вот о чем.

Встречали ли вы когда-нибудь свою первую любовь, о которой вы потом позабыли, лет так эдак через двадцать или тридцать?! Вам повезло, если да. Я встречал и был, если честно, отрезвлен. Да-да, именно так. Возможно, это чувство обычно взаимно, не знаю. Все мы со временем вырастаем и меняемся. Мы уже не те смазливые подростки, которые мечтали о любви, грезили по ночам о той единственной прекрасной девушке (мальчишке), возможно, сочиняли трогательные стихи, тайком писали любовные признания...

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочтите 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.