

Разговорились мы как-то с подругой о ее семейных проблемах. Ира жаловалась на мужа  
: мол,  
невнимателен  
к  
её  
желаниям  
,  
равнодушен  
к  
домашним  
хлопотам  
,  
вместе  
мало  
бывают  
...

- Попросишь в магазин заехать – забыл, с Петькой погулять – устал, загодя договорились  
сти  
пойти  
–  
работу  
ему  
срочно  
надо  
сделать  
! В  
воскресенье  
вечером  
,  
представляешь  
? И так  
постоянно...  
А  
говори  
–  
не  
говори  
ему, все без  
толку  
!

- Тогда напиши.
- Что написать?
- Письмо любовное.
- Да я только гневное могу написать! А в гневе я, сама знаешь, страшна.
- Вот и напиши о своем гневе и страхе. Только с любовью...

Сегодня

уже

любая

знает

Но рано или поздно терпение кончается, и праведный гнев обрушивается в полной мере на голову зачастую ни о чем не подозревающего благоверного .  
Ведь поводом к " разбору полетов " может стать любой пустяк : от грязной чашки до начавшегося не вовремя футбола . И вот тогда-то с особой тщательностью припоминаются все грехи

,  
включая  
первородный  
.  
Высказанное  
"  
простое  
замечание  
"  
перерастает  
в  
ссору  
,  
после  
которой  
с  
горечью  
сознаешь  
,  
сколько  
обидного  
,  
несправедливого  
и  
оскорбительно-грубого  
наговорила  
любимому  
человеку...

Как же быть, если врачи убеждают, что недовольство и гнев держать в себе вредно, а психологи твердят, что надо обязательно делиться чувствами с партнером? А если доносить такую информацию до Него

не  
в  
устной  
, а в  
письменной  
форме  
? Нет-нет,  
надписи  
помадой  
на  
зеркале  
"Я с  
тобой  
не  
разговариваю  
!"или СМС "  
Не  
подходи  
ко  
мне, я  
обиделась  
!"  
не  
в  
счет  
— они  
бесполезны  
, а  
порой  
и  
вредны  
.  
Лучше  
писать  
настоящее  
письмо  
,  
по  
всем  
правилам  
.

Прежде всего, обязательно адресуйте его: наиболее уместно обращение "Дорогой +  
имя  
партнера  
".

Вы  
пишите  
важное  
послание  
,  
поэтому  
избавьте  
получателя  
от  
резкого  
"  
Знаешь  
, что?!" или  
шутливого  
"  
Милый  
мышонок  
!"

Ваше

письмо

должно

включать, кроме это

Всего таких позиций шесть.

Во-первых, выражение гнева. Ведь вы на что-то обиделись, сердиты, вас что-то разозлило,  
не  
так ли?

Вторым номером выступает выражение грусти. Напишите, когда вы её испытываете, в каких ситуациях она невыносима и  
т.д  
.

В-третьих, описание своего страха – чего вы боитесь в ваших отношениях, что внушает опасения?

В-четвертых, поведайте о своих сожалениях. Как часто вы испытываете их по отношению к нему или вашей с ним жизни и почему?

В-пятых, важно не забыть и написать о том, что вы любите этого человека, он вам дорог, нужен и

Вы  
рады, что  
вы  
вместе

После этого подпишите письмо и подумайте: а что бы вы хотели, что вам нужно? Ведь вы не просто поделились мыслями с бумагой или компьютером от нечего делать, а писали близкому человеку. Что бы вы желали услышать в ответ? Напишите об этом в постскриптуме.

Кстати, можно самой написать и письмо-ответ, где более полно ответить на каждый пункт. От имени любимого мужчины, разумеется. Желательно писать любовное послание простым языком, по несколько предложений в каждом пункте – это займет примерно полчаса. Если их сложно выкроить или послание о конкретном случае – пишите вариант "лайт", но в нем обязательно должны быть все чувства! Например:

"

*Дорогой*

*Влад!*

Меня ужасно рассердило, что ты так задержался и успели на  
[Я люблю](#)

*С любовью, Инга.*

P.S

. Мне бы хотелось услышать

тебя, что ты сожалеешь или впр

И еще одна особенность любовных посланий: их вовсе не обязательно отправлять. Конечно, можно, а порой и нужно ознакомить партнера с вашим письмом и письмом-ответом, если он есть. Но, возможно, перечитав написанное, изменятся ваши чувства или... вы сами. И будет замечательно, если вы не захотите отдавать Ему несколько страниц текста, а просто обнимете и скажете: "Я тебя люблю!"