

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

- Попросишь в магазин заехать – забыл, с Петькой погулять – устал, загодя договори
лись в го
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 гнев 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 расстроило, 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!"