

Бойка Николас

Обичам се!

Всички права са запазени. Никаква част от тази книга не може да бъде размножавана, копирана или възпроизвеждана без разрешение от страна на автора. Тази книга не е помагало по психология.

Обичам се!

© Бойка Николас, автор

Barcelona 2018,

www.boikanikolas.com

Facebook page: Boyka Nicolás

*Посвещавам тази книга на всички онези,
които вярват във Вълшебствата,
способни са да сътворяват Вълшебства в
живота си и са изградили свят, изпълен с
Вълшебства.*

Книгата е по действителни случки.

Думи на автора

Защо да мразиш, когато е по-добре да обичаш?

Защо да си злопааметен, когато прошката, ще те направи по-щастлив?

Защо да не поемеш цялата отговорност, вместо да живееш изпълнен с вина?

Защо да се страхуваш, когато е по-окуражително да вярваш?

Защо да си мислиш лоши неща, вместо да виждаш хубавите?

Защо да се сърдиш, когато е по-здравословно да благодариш?

*Защо да живееш в действителност, която
не ти харесва, когато с мислите си
можеш да сътвориш друга, по-хубава?*

*Защо да реагираш, когато по-разумно е да
действаш?*

*Защо искаш да имаш, когато щастието е
да бъдеш?*

*Защо завиждаш, вместо да се
възхищаваш?*

Защо ли?

*Защото е част от пътя и винаги си
заслужава да го извървиш, въпреки
камъните, въпреки тръните, въпреки
умората, въпреки препятствията,
защото важна е не целта, а самият
път*

Обичам те:

Бойка Николас

Сбогом минало

„С времето разбра, че да кажеш „Сбогом“ и да погледнеш другия в очите освобождава и пречиства Душата...“

Баяна, дъщеря на Александър и Константина щеше да обиколи много страни и места, докато се научи да се чувства добре в собствената си кожа.

Момичето не бягаше само от проблемите, а от това, което не харесваше в самата себе си.

Нейната любов към тропическия ѝ мъж беше толкова силна, че го последва на почти двацет хиляди километра, чак до неговата страна.

Тя се намираше между два океана, множество сини лагуни, стройни палми, димящи вулкани, лепкава и влажна жега, от която често ѝ се завиваше свят, дъсчени къщички с покриви от цинк и хора, които се хранеха на люлеещи се столове – изкуство, което

Баяна никога нямаше да усвои, колкото и да опитваше...

Страна, със столица, разположена на брега на едно езеро, със звучното индианско име – Ксолотлан и голямо почти колкото море.

Страна, разрушавана многократно от земетресения и останала опустошена от последната гражданска война, в която казват, че военните изхвърляли бунтовниците в кратера на вулкана Масая.

Хората от тази страна обожаваха да се любят и танцуват, те живееха така, сякаш всеки техен миг е последен, защото не знаеха дали не ги очаква поредното земетресение или всеки момент можеше да се събуди Момотомбо или който и да е друг от техните полузаспали вулкани...

Оказа се, че Ника, дъщерята на Баяна има брат, който баща ѝ никога не беше виждал и като част от мъжкарските

им навици, когато момичето питаше
някой местен мъж:

– Имаш ли деца?

Той ѝ отговаряше наперено:

– Да, имат три деца от мен!

Истината беше, че като „бяла жена
от Европа“, с Баяна се отнасяха като с
кралица, дори с времето щеше да заеме
важен пост в един от техните
Университети.

Казваха ѝ „Доня“ и „Шефке“, което
ласкаеше и радваше изпълнената с
комплекси от детството си жена.

Принцеса Ника на две години
преживя първата си депресия на
тропическа земя, може би заради
жегата и защото ѝ беше мъчно за снега
на Балканите или заради жестоките
караници между родителите ѝ.

Момиченцето с осанка и черти на
египетска богиня, с балканска,
индианска и испанска кръв, се озова в
един нов свят сред хора, които говореха
странен за нея език, който тя, с

помощта на папагала Лолита, научи много бързо.

Баяна никога не беше виждала толкова бедни и същевременно такива весели хора, толкова ярки цветове, аромати и разнообразие от вкусни плодове и екзотични ястия, които неусетно лекуваха консуматорската депресия.

Там, в този магически свят, който изглеждаше едновременно реален и вълшебен и за който беше чела единствено и само в книгите, тя успя да изхвърли завинаги част от европейските си комплекси...

Баяна и Ника много вечери чакаха напразно инженера пред вратата на скромната им къщурка, но той не идваше...

Появяваше се просто на другия или на по-другия ден.

Тримата делеха една стаичка и едно легло в един от най-бедните квартали на тази столица, заобиколена от

бистри лагуни, дъщери на изригнали вулкани.

Когато все пак „el ingeniero“ се появяваше, Баяна я заливаха студени и топли вълни от гняв, възмущение и безсилие, крещеше му през сълзи:

– Ти си един безотговорен егоист. Ами ако се случи нещо с нас, докато отсъстваш? Даже няма и да разбереш! Аз и Ника – самички в тази чужда страна! Защо винаги изчезваш? Къде ходиш?

– Любов моя, спокойно! Вече ти казах, имах проблеми в работата. Не се ядосвай, принцесо моя! Знаеш, че те обожавам, красавице!

Честите им караници, съпътствани от обиди и насилие, много натъжаваха Ника.

С времето, на дъщерята на Александър ѝ дойде до гуша от импровизираните отсъствия на нейния мъж, когато най-малко очакваше и лека по-лека престана да го обича.

На своите двадесет и четири години не беше нито мъдра, нито търпелива, нито достатъчно изпълнена с благодарност и прошка, просто беше един действащ вулкан от гневна и яростна лава, който редовно изригваше с всички сила.

Естествено не можеше да каже нищо на майка си и сестра си, защото щяха да ѝ натякват, бяха я предупредили, че този мъж, от друга раса и страна, си е просто такъв...

Но кое е по-важно: да сме прави или да сме щастливи?

Баяна тъгуваше за баба си Келара, за нейните майка и сестра, липсваха ѝ приятелките.

Копнееше за снега, за планината, под която беше израснала, за каменния връх, от който черпеше сила и упование в трудни моменти.

И колкото и страни да обиколи след това, никъде не намери такова място с магическа планина, каменен връх и

бликащи минерални извори, каквито имаше в нейния роден град...

Но нямалше и да срещне друго такова кътче като това, където живееше тогава – с огромна синя лагуна на сред столицата.

Също след време щеше да разбере, че въпреки нанесените рани, тя и бащата на Ника са се обичали много и истински...

На това далечно място, Александър – нейният баща не ѝ се явяваше насън, а ѝ липсваше много...

На Баяна ѝ дойде в повече и тропика, и да споделя мъжа си със своите „приятелки“ и един ден, както правеше тогава, защото не познаваше друг начин да смекчи болката, просто избяга.

Но не и преди това да се влюби на инат в един брадат и кльощав революционер, който повече говореше, а по-малко действаше...

Латино партизанинът с наранени от войната душа и тяло, спеше винаги с пистолет под възглавницата и разкаваше, че по време на гражданската война е трябвало да се изправи и да воюва срещу собствения си баща, който бил много важен генерал и дясната ръка на Диктатора Сомоса.

Според него, Баяна била най-умната жена, която някога бил срещал, пееше ѝ революционни песни под тропическия порой, който прогизваше в дрехите и душите им, разказваше ѝ за войната и мечтите си и винаги я хранеше със собствената си ръка.

Но един ден Баяна си отиде!

Просто така – от днес, за утре!

Напусна и инженеря, и революционера.

Земята на Дирианхен и на Никарао остана завинаги, забита като трън в сърцето ѝ.

От този момент нататък, Баяна щеше да започне да събира изгубените

парченца на мозайката на Душата си! Щяха да са ѝ нужни много години, за да ги пренареди.

Замина си, без да се сбогува с първата си голяма любов, със семейството му, със свекърва си, която ѝ изсмука отровата от палеца на десния ѝ крак, когато я ухапа един малък скорпион, скрит в обувката ѝ.

След години, бившата ѝ свекърва щеше да ѝ се явява много пъти насън, даже точно една седмица преди да почине, за да се сбогува със своята балканска снаха-беглец.

Важните хора в живота на Баяна, с които не се беше сбогувала, вече станаха трима – баща ѝ, сандинисткия ѝ мъж и тропическата ѝ свекърва...

Това, което Баяна научи от своите „бягства“, беше, че, за да започнеш на чисто, е много важно да се сбогуваш, защото не може да се отвори една врата, без да се затвори друга!

С времето разбра, че да кажеш „Сбогом“ и да погледнеш другия в очите освобождава и пречиства Душата...

Майката на Ника бягаше от болката, но не знаеше все още, че единственият начин да се освободиш от нея, е да я признаеш, иначе ще те изяде отвътре!

След време, така щеше да бяга и Ника – от мъката, от майка си, от нея самата...

Въпреки, че дъщерята на Баяна имаше рядката дарба да възкръсва от пожара на всяка своя малка и временна смърт, подобно на птицата Феникс.

Сбогувам се и си прощавам!

Моят личен лист за размисъл

1. Признавам, че имам следния проблем, (описваме го).

.....

.....

2. Назовавам го с истинското му име и той се нарича: (изричаме го на глас)

.....

.....

3. Приемам и обичам този проблем, наречен:

.....

4. Този проблем ми е необходим, за да мога да израстна, като човек, за да мога да работя върху себе си и да бъда по-силен, силна.

5. Търся и намирам необходимата помощ вътре и извън мен, за да реша въпросния проблем, като прилагам следните стъпки:

.....

.....

.....

.....

.....

6. Обичам се, приемам се и си прощавам, въпреки проблема ми, който се нарича:

.....

.....

.....
*7. Сбогувам се с моя проблем,
наречен:*

.....
.....
.....
*8. Довиждане проблем, вече не си ми
нужен. Ти ми помогна да стана:*

.....
Ако ви не сте простили на себе си, не
можете да простите и на околните.

Ако ви се отнасяте зле със себе си, не можете
да се отнасяте добре с околните.

Ако ви не обичате себе си, не можете да
дадете любов на останалите.

1. Обичам се, защото съм:.....

2. Ценя себе си, защото съм.....

3. Чувствам се горд, защото съм

.....

4. Прощавам си, защото бях....

*5. Сбогубавам се с моя проблем,
защото...*

Най-простите наглед неща се оказват най-сложни. Какво толкова значи да простиш? Истината е, че Прошката, заедно с Любовта, се оказват едни от най-трудните задачи за изпълнение. Защо ли? Първо има два вида прошка. Единият е да простиш на себе си, а другият – да простиш на околните. Кое според вас е по-лесно? Най-трудно е да оправдаеш себе си. Да простиш на другите е по-просто. Ние сме най-големите си съдници. Критикуваме се сурово, а искаме другите да ни обичат и прощават. Това е възможно

единствено и само, когато сами успеем да си простим! Когато приемем недостатъците си и заживеем без чувство за вина! Но как да стане? Ще помислите, че на теория е лесно. Питате се: „защо е необходимо да прощаваме“? Отговарям ви – защото ако не простим на себе си, или на другите, рано или късно ще се „разболеем“. Прощката ни е необходима, за да сме здрави – емоционално, душевно и физически.

Запомнете това правило:
„човек не може да даде това, което няма“. Тоест, ако вие не сте простили на себе си, не можете да простите и на другите. Ако вие се отнасяте зле със себе си, не можете да се отнасяте добре с другите. Ако вие не обичате себе си, не

можете да дадете любов на другите.

От днес, от този момент, започнете да практикувате прошката към себе си, като се приемате безусловно такива каквито сте – с вашите светли и тъмни страни. А за тази цел трябва безстрашно да надникнете в душата си и да се обърнете към тъмната си страна. Тя е част от всеки един човек, тя ни е необходима, за да научим уроците си, тя допълва светлата ни същност, която толкова ха- ресваме и обичаме така, както се допълват слънцето и луната, денят и нощта, мъжът и жената...

Хайде, сетете се за три неща, които не харесвате в себе си, назовете ги, после ги приемете като част, която ви е

необходима, за да се развивате и усъвършенствате. Приемете ги така, както приемате децата си или любимите хора, с техните недостатъци, обичайки ги безусловно. Това е вашата „домашна работа“, уроците ви в този живот. Именно с приемането и прощаването, насочено навътре, започва пътят към трайното Щастие. Не може да бъдем „свръхжени“, „свръхмъже“, „свръхдеца“ или изобщо „свръххора“, но можем да се приемем и обичаме такива, каквито сме – с нашите добри и недобри страни. Да си поставим за цел да преодоляваме „тъмнината“ в нас с обич и прошка. Това е основната задача в живота ни.

Знаете ли какво представлява тъмната страна в нас? Това е част от същността ни, лишена от светлина, лишена от любов, защото любовта е светлина! Ето затова трябва да се обичаме и изпълваме с лъчите ѝ всеки миг и час.

Златната рибка

“Намерението е двигателя на нашето съществуване, бутонът за достъп към паралелните светове. Тайната или вълшебната пръчица, която превръща желанията в реалност.”