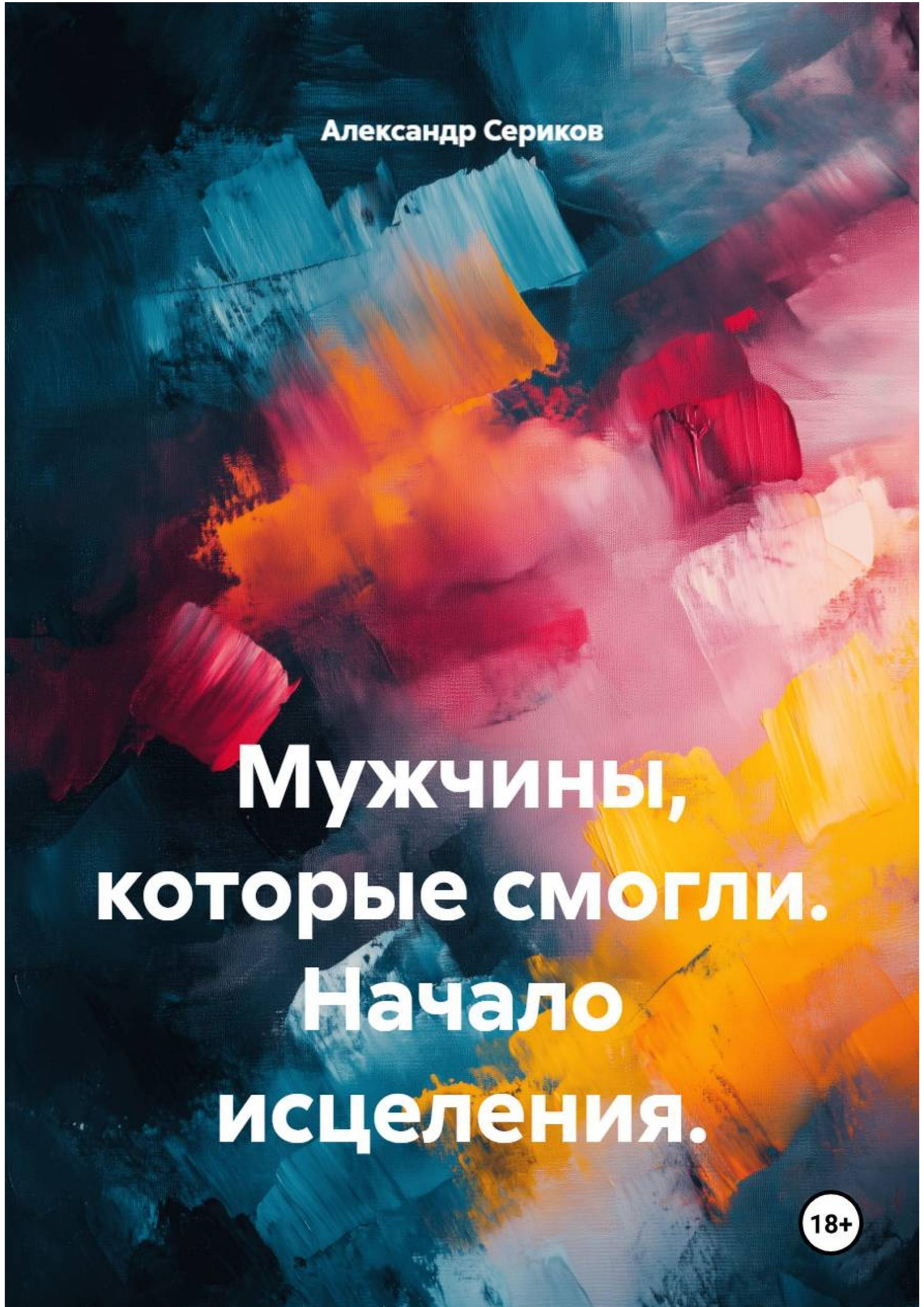




Александр Сериков

**Мужчины,
которые смогли.
Начало
исцеления.**

18+

Александр Сериков

**Мужчины, которые
смогли. Начало исцеления.**

«Автор»

2026

Сериков А. В.

Мужчины, которые смогли. Начало исцеления. / А. В. Сериков —
«Автор», 2026

Эта книга пишется исключительно для мужчин, которые переживают тяжелейшие времена. В мире так много психологической литературы для женщин, которые погрязли в абьюзивных отношениях, которые страдают от недостатка своих мозгов...А где брать знания нам, мужчинам, которые так же страдают и поверьте, наши ситуации гораздо сложнее чем у многострадальных женщин. Просто нам нельзя про это говорить.А я скажу! Я расскажу как выйти из кризиса и заново почувствовать вкус к жизни, простив себя и своих близких, а так же врагов и тех, кто когда-то сделал нам с вами плохо, мужики. Нет ничего невозможного, просто нужно немного больше потрудиться над собой.

© Сериков А. В., 2026

© Автор, 2026

Содержание

Для мужчин, которые запутались и ищут дорогу к исцелению.	5
Глава 1.	7
Конец ознакомительного фрагмента.	8

Александр Сериков

Мужчины, которые смогли. Начало исцеления.

Для мужчин, которые запутались и ищут дорогу к исцелению.

Сейчас я не сбегаю от проблем. Сейчас я просто ухожу от людей, которые могут создать мне эти проблемы и не потому, что мне страшно. Все потому, что я уже прожил определенный опыт, который появился у меня после того, как я в прошлом столкнулся с этими проблемами.

Иногда мне кажется, что я так и останусь один до конца своих дней. Порой на меня накатывает грусть и желание вернуть все прошлое. Но, знаете, где-то на просторе социальных сетей я подчерпнул для себя простую истину, которая скрывалась за самым обычным пониманием физического процесса.

В большинстве своем мы водим автомобили или ездим на них в качестве пассажиров. Смотрим вперед в лобовое стекло, смотрим по сторонам, когда проезжаем что-то интересное. Изредка обращаем внимание на маленькое зеркало, которое находится прямо на лобовом стекле. А зачем, ведь там то, что мы уже проехали. Там то, что осталось позади и уже не важно, ведь все ямы, выбоины и маршрут находятся прямо перед нами.

И ведь действительно, важно то, что впереди. Наше будущее. Оглядываясь по сторонам, мы смотрим на наше настоящее, на красоту этого мира и на то, что нас окружает здесь и сейчас. Ведь мир поистине прекрасен.

Оглядываемся ли мы назад? Да. Но, это зеркало настолько маленькое, что нам уже не важно все то, что происходило ранее, кроме того, какой большой путь мы проделали, какие препятствия мы прошли, каких людей мы везли с собой по жизни. Кого-то уже нет с нами рядом, кто-то ушел, громко хлопнув двери и забрав весь наш багаж, а кто-то, наоборот, уходя залил нам полный бак топлива, чтобы мы смогли дальше продолжить свой путь.

И теперь, через миллионы пройденных мной километров пути с разными людьми, я понимаю, что мой автомобиль превратился из красивого спортивного кабриолета в суперзащищенный танк, который несется на всех парах вперед, сбивая и уничтожая все на своем пути. Впереди у меня достаточный обзор, чтобы видеть, куда я иду. Вокруг меня потрясающий и прекрасный мир, который я вижу уже не просто через открытое стекло, а через десятки датчиков, которые произведены заводом под названием «ОПЫТ». У меня нет зеркала заднего вида, потому что мне уже не нужно оглядываться назад. То, на чем я еду, я создал сам своим собственным заводом под названием «ЖИЗНЬ».

Кто-то так и едет всю жизнь на своем автобусе, который тащит из последних сил, надрываясь и чихая от перегруза. Кто-то летит на кабриолете с открытой крышей и ему абсолютно плевать на окружающих. Просто он еще не получал встречной птицей по лобовому стеклу и его не заливало дождем. А кто-то едет на семейном седане, останавливаясь по пути на перерыв, осматривая достопримечательности, пробуя новое и неизведанное и не оглядывается в прошлое.

Жизнь – это не просто слово, история или фильм. Это дорога, которую осилит идущий в поисках своего счастья. Жизнь не становится сама по себе хуже или лучше, она не становится такой, какой бы мы хотели, потому что даже самые известные и опытные инженеры совершают миллион ошибок за свою карьеру, и все равно строят свои дома, дороги с изменениями в проектной документации.

Я ни разу не видел ни один проект какого-либо дома или дороги без каких-либо изменений. Лишь один раз можно так сделать, когда ты решил начать построить все с нуля, пройти этот путь заново, но все равно, ты будешь совершать эти ошибки.

Да, уже не так как раньше, потому что с собой в сумку ты положишь огромную записную книжку и толстую потрепанную тетрадь с записями о своей прошлой дороге или проекте. Там будут указаны твои старые просчеты, там будут записаны имена людей, к которым ты можешь обратиться или с кем лучше не вести дела. Там будет все.

И уже исходя из своих записей, опыта и знаний, ты будешь строить свой новый проект, ехать по новой дороге, но уже не на кабриолете с открытым верхом под песню Шнура «За рулем кабриолета».

Поэтому сходи завари себе чашку ароматного кофе или чая, устройся поудобнее и мы начинаем.

Глава 1.

Из поконов веков нам навязывают чужие мысли, взгляды, мнения и поведение. Существуют определенные нормы морали, этические принципы, которых мы придерживаемся всю свою сознательную жизнь. Но вот вопрос состоит в том, как же нам отделить те «правила игры», которые нам совершенно не нужны от тех, по которым мы будем играть всю свою дальнейшую жизнь?

Давайте рассмотрим этот вопрос намного глубже, копнем в истинные причины формирования характера человека.

С точки зрения науки, характер — это совокупность устойчивых психических свойств человека, которые определяют его поведение, отношение к окружающему миру, другим людям, самому себе и деятельности. То есть, простыми словами характер – это то, как мы с вами относимся к миру в целом.

Когда нам задают вопрос про наш характер, мы начинаем перечислять определенные качества, которыми обладаем и которые были у нас сформированы на протяжении нашей жизни до момента этого самого каверзного вопроса. Никто не задает вопрос – какой у тебя был характер раньше? Все интересуются этим вопросом в настоящем времени. Так происходит потому, что людям по большому счету не важно, какими мы были раньше. Им важно то, что здесь и сейчас.

Так как само по себе происхождение понятия «характер» происходит от древнегреческого слова, оно означает «чеканку, отпечаток, отличительную черту». То есть, характер у каждого человека формируется с помощью определенных событий, действий, факторов.

Допустим, если человека много раз обманывали, то он перестает верить людям и в его характере формируется недоверие. Впоследствии его очень сложно переубедить в том, что людям можно доверять и только с помощью огромной работы над собой человек сам может снова начать доверять людям. Но, есть еще один очень важный момент – вследствие таких событий ты перестаешь доверять самому себе.

Когда ты не доверяешь сам себе, то доверять людям, как правило, практически невозможно. Тогда встает глобальный вопрос о том, как это в целом повлияет на характер человека, ведь в дальнейшем мы проецируем наш опыт на дальнейшую жизнь и формируем свой характер исходя из нашего опыта.

Давайте перенесемся в детство. В самое раннее осознанное детство, которое, как правило, наше подсознание прячет в огромный черный ящик под семью замками. Но связь с ним не прерывается и то, как мы ведем себя в той или иной ситуации крепко связано именно с ним.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте 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.