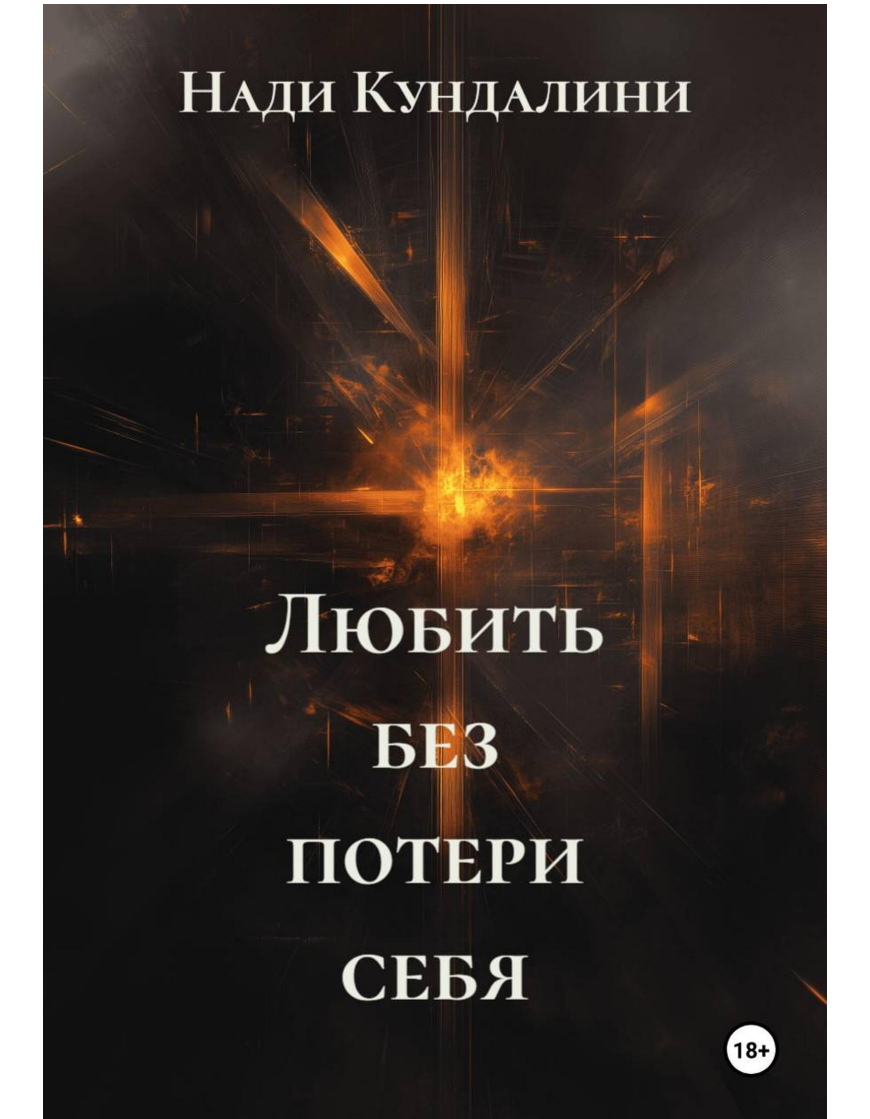




Нади Кундалини

Любить
БЕЗ
ПОТЕРИ
СЕБЯ

18+

Нади Кундалини

Любить без потери себя

<https://litres.ru/74460839>

SelfPub; 2026

Аннотация

Название: Любить без потери себя

Подзаголовок: Автобиография женщины, которая научилась выбирать себя.

Автор: Нади Кундалини

Что общего у воздушной гимнастки, потерявшей страховку, и женщины, чей муж проиграл семейный бизнес мошенникам? Боль падения. И необходимость встать на ноги самой.

Эта книга — честный дневник пути из созависимости к себе. Через кровь на руках, долги, алкогольную зависимость и побег в северную глушь.

Автор показывает выход из треугольника Карпмана без эзотерической пыли: через холод реальности, работу квантовой психологии, терапии расстановками и практику Кундалини-йоги. Если вы чувствуете, что живете не свою жизнь ради одобрения других — эта книга станет вашим спасательным кругом».

Нади Кундалини, 2026

Все права защищены.

Содержание

Глава 1	4
Глава 2	6
Конец ознакомительного фрагмента.	7

Нади Кундалини

Любить без потери себя

Глава 1

Введение:

Свет софитов бьет в глаза. Я стою на узкой перекладине трапеции в восьми метрах над землей. Внизу — черное пятно лиц. Они ждут.

Я поднимаю руку, чтобы привычно проверить карабин лонжи. Пальцы нащупывают пустоту.

Вспышка.

Я забыла его застегнуть. Снова. Рука машинально тянется к поясу, но там лишь тонкая ткань трико. Механизм дал сбой.

— Работаем! — кричит тренер снизу.

И я делаю шаг в бездну.

Это был не полет. Это было падение. Со скоростью света. Удар о манеж пришелся плашмя. Воздух вышибло из легких. Боль пришла позже. Сначала была только звенящая тишина...

«Как?» — единственная мысль, пульсирующая в голове. Мы ведь проверяли узлы. Дважды. Я сама затягивала стропы. Но утром... Утром я зашивала свой сценический костюм. Моя иглолка прокалывала плотную ткань трико, пока я думала о налогах, поставках оборудования и словах мужа: «Мы справимся». Мои пальцы были исколоты иглой, а не готовы держать сталь.

Говорят, у каждого артиста есть цена. Моя оказалась слишком высокой. И дело было не в высоте. ...

Глава 2

Синдром отличницы

Мне пять лет. Мир просыпается от запаха топленого молока — мама уже на кухне, она создает безопасное облако уюта вокруг моего старшего брата. Он её любимец, её тихая гавань. Ему можно быть несовершенным. А моя утренняя валюта измеряется в миллиметрах выпрямленной спины.

Папа заходит ко мне без стука. От него пахнет морозом с улицы и дорогим мылом. Он никогда не включает верхний свет, чтобы не бить по глазам. Только мягкий ночник у кровати.

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.