Прощание с надеждой

ДАТА _____

Пока эти надежды живы, взрослеть незачем: они и есть та соска, за которую психика держится и которую жалко отдать. Прощание с ними — настоящее горевание, и оно проходит с болью. Обойти эту боль нельзя, можно только прожить — постепенно, в своём темпе, когда на это созрел запрос.

- Что кто-то придёт и додаст. Никто не придёт и не додаст.
- Что можно всё. Можно далеко не всё.
- Что любить будут просто так и всегда. Не будут.
- Что время бесконечно. Время конечно.

Перекодировать разочарования в опыт. Можно вспомнить несколько крупных разочарований по схеме «я верил, что..., а оказалось, что...» и к каждому добавить: «и благодаря тому, что эта иллюзия рухнула, я теперь могу...». Так в крушении старого проступает начало чего-то нового.

	Мне верилось, что...	**А оказалось, что...**	**И благодаря тому, что эта иллюзия рухнула, я теперь могу...**
Первое			
Второе			
Третье			