



СОДЕРЖАНИЕ

» ТЕМА НОМЕРА

Доверять себе: почему это важно?	6
---------------------------------------------	----------

» ОТНОШЕНИЯ

Развод отменяется	22
Неслучайная встреча	24
От судьбы не уйдешь	29
Ступеньки жизни	30
Заглянуть в будущее	31
Что нужно спросить до брака	34

» ДЕТИ

Эффективный метод	36
Похвали меня, мама!	40
Дети побережья	42

» РАБОТА

Все гораздо проще	46
Страх на рабочем месте	48
Единственная и неповторимая	49

» ОБРАЗ ЖИЗНИ

Счастье в чужом окне	50
Характер по цветку	54
Чувство вины	56
Рыжая бестия	
для художника	60
Ваза к юбилею	64

Читайте в следующих номерах:

ИЮЛЬ: Пора в отпуск

АВГУСТ: Начать все сначала

Дорогие читатели, создаем

издание вместе! Отправляйте

ваши письма по адресу, указанному
на стр.65, или на электронную почту
ps@toloka.com

Звездная гостья этого номера – замечательная актриса Евгения Дмитриева – нам в интервью призналась, что если в жизни наступают дни, когда ничего не хочется, прибегает к волшебному средству. «Не позволяю тяжелым мыслям поселяться в душе. Умею из этого всего «выпрыгивать». Мой педагог в театральном в таких случаях всегда советовала: «Поливай свой садик!» То есть займись чем-то полезным и приятным».

Тайный сад – это музыка, интересная книга, шумная встреча с другом, или же наоборот – полное одиночество. Мы чувствуем себя счастливее и увереннее, если время от времени заглядываем туда – в место встречи с самым важным человеком: самим собой. Кто-то скажет: «На это нет времени». Но путь к себе короче, чем можем представить. Скажем, ранним утром, когда все домашние еще спят, можно уединиться на кухне. Не спеша выпить кофе или приготовить вкусный завтрак: обязательно блюдо, которое очень нравится. И день (проверено!) пройдет совсем по-другому. Или вот еще дельный совет от психологов: можно запланировать себе неделю итальянской или французской кухни – и отправиться в путешествие по рынкам за всякими специями, травами и мудреными ингредиентами. По большому счету, в тайный сад можно превратить все что угодно – уход за грядкой с зеленью на балконе, прогулку с собакой по вечернему парку, свежеприготовленный попкорн под фильм, о просмотре которого мечтаешь уже несколько дней. Тема нашего номера – о том, как важно прислушиваться к себе. Вдохновляющего вам чтения!

Оксана ГЕЙДОР, редактор